



๕๙ พระธรรมเทศนา

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)





๔๘ พระธรรมเทศนา
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

มรดกธรรม เล่มที่ ๓๗
ISBN 974-93419-7-x

ฉบับธรรมทาน
จำนวนพิมพ์ ๑,๕๐๐ เล่ม (มีนาคม ๒๕๕๙)
โดยคณะศิษย์วัดหนองป่าพง
ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐
วัดป่าขันติธรรม สาขาวัดหนองป่าพง ลำดับที่ ๑๔๗
บ้านป่าปวย ต.บ้านไผ่ อ.บ้านไผ่ จ.ลำพูน ๕๑๑๓๐
และชมรมกัลยาณธรรม

เนื่องในวาระครบรอบ ๒๔ ปีวันละสังขาร
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)
๑๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙

ลิขสิทธิ์วัดหนองป่าพง

พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัดสาละพิมพ์การ
๙/๖๐๔ ม.๘ ต.กระทุ่มล้ม อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๒๐

คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๑

มรดกธรรมพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) เล่มที่ ๓๗ “๔๘ พระธรรมเทศนา” เป็นหนังสือพระธรรมคำสั่งสอนของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ที่ฝากไว้เป็นมรดกธรรมแก่เหล่าศิษยานุศิษย์ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้

อนึ่ง มรดกธรรมในรูปแบบต่างๆ ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฝากไว้ ไม่ว่าจะหนังสือ เทปเสียง ตลอดจนในรูปแบบอื่นๆ ยกเว้น รูปหล่อ รูปเหรียญ หรือ วัตถุมงคลต่างๆ อันเกี่ยวกับพระเดชพระคุณหลวงปู่ ที่ท่านไม่ยินดีให้จัดทำ ล้วนแต่เป็นมรดกธรรมอันล้ำค่าที่นับวันจะผิดเพี้ยนลบเลือนไป คณะศิษย์จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการขึ้น เพื่อจัดการดูแลตรวจสอบศาสนสมบัติอันเป็นมรดกธรรมนั้นให้คงสภาพเดิมเป็นไปตามเจตนารมณ์ขององค์ท่าน

อาณิสสรณ์อันเกิดจากมรดกธรรมในมือท่านเล่มนี้ ขอถวายเป็นอาจริยบูชาแด่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ตลอดจนผู้ที่ได้สัมผัส ขอจงประสบสวัสดิ์พิพัฒนามงคล สมบูรณ์พูนผลรุ่งเรืองในพระลัทธธรรมคำสั่งสอนขององค์พระบรมพุทธศาสดาตลอดไปด้วยเทอญ

๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

พระราชญาณวิกรม

(พระวิสุทฺธิสังวรเถร)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

ประธานกรรมการจัดการมรดกธรรมพระโพธิญาณเถร

ภาค ๑ พระธรรมเทศนาสำหรับบรรพชิต

๑. เสียสละเพื่อธรรม	๙
๒. ธรรมที่หยั่งรุ่มยาก	๒๗
๓. ปฏิบัติกันเถิด	๔๓
๔. สองหน้าของสังฆธรรม	๕๓
๕. การฝึกใจ	๖๗
๖. อ่านใจธรรมชาติ	๘๑
๗. ดวงตาเห็นธรรม	๙๗
๘. นอกเหตุเหนือผล	๑๑๗
๙. สัมมาทิฏฐิที่แยกแยะ	๑๒๗
๑๐. เรื่องจิตนี้	๑๓๕
๑๑. การทำจิตให้สงบ	๑๓๙
๑๒. นักบวช-นักรบ	๑๔๗
๑๓. ธรรมในวินัย	๑๕๕
๑๔. ทรงไว้ซึ่งข้อวัตร	๑๖๙
๑๕. สัมมาปฏิบัติ	๑๘๑
๑๖. สัมมาสมาธิ	๑๙๙
๑๗. เพียรละกามฉันทะ	๒๑๓
๑๘. พึ่งต่อผู้ความกลัว	๒๒๓
๑๙. ความสงบ บ่อเกิดปัญญา	๒๔๓
๒๐. ไม่นั่น คือ อนิจจัง	๒๕๙
๒๑. วิมุตติ	๒๗๕
๒๒. ฐุดงค์-ทุภักข์	๒๙๑
๒๓. กว่าจะเป็นสมณะ	๓๐๙
๒๔. เครื่องอยู่ของบรรพชิต	๓๒๗
๒๕. กุญแจภาวนา	๓๔๗

สารบัญ

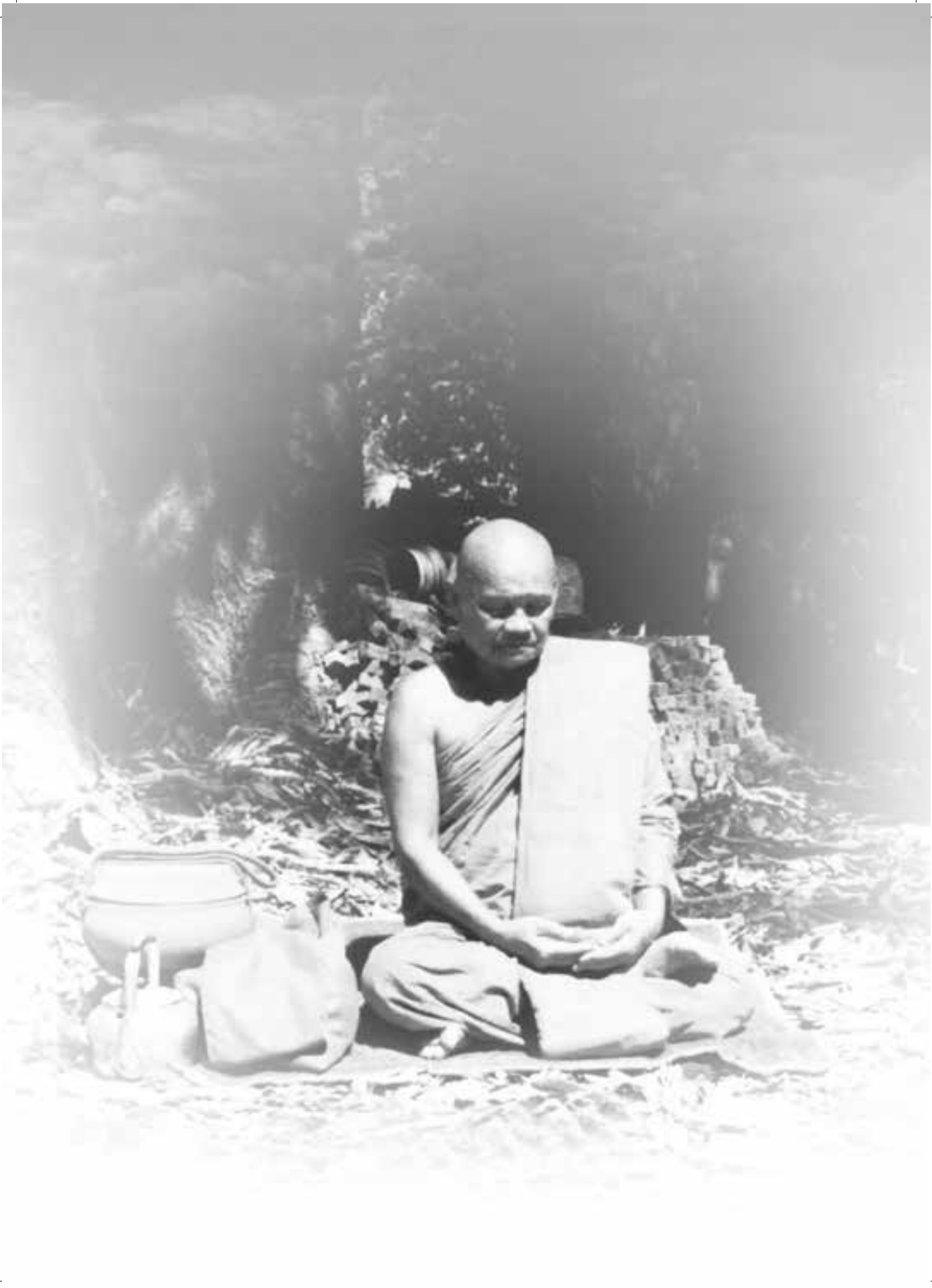
ภาค ๒ พระธรรมเทศนาสำหรับคฤหัสถ์

๒๖. การเข้าสู่หลักธรรม	๓๘๓
๒๗. ธรรมะธรรมชาติ	๓๘๗
๒๘. ธรรมปฏิสันถาร	๔๐๗
๒๙. ทางสายกลาง	๔๑๕
๓๐. มรรคสามัคคี	๔๒๕
๓๑. ปัจฉิมกถา	๔๓๓
๓๒. สัมมุติและวิมุตติ	๔๓๗
๓๓. อยู่เพื่ออะไร	๔๔๗
๓๔. ทางพ้นทุกข์	๔๕๕
๓๕. ตูจโณไปฏฐิลละ	๔๗๑
๓๖. น้ำไหลหนึ่ง	๔๘๕
๓๗. โอวาทบางตอน	๔๙๙
๓๘. ทำใจให้เป็นบุญ	๕๐๗
๓๙. บ้านที่แท้จริง	๕๑๗
๔๐. อยู่กับงูเห่า	๕๓๓
๔๑. เหนือเวทนา	๕๓๙
๔๒. ขึ้นตรงต่อพระพุทธเจ้าพระองค์เดียว	๕๕๕
๔๓. การปล่อยวาง	๕๖๗
๔๔. กบเข่านั่งเฝ้ากอบัว	๕๘๓
๔๕. คำถามและคำตอบแนวการปฏิบัติธรรม	๖๐๕
๔๖. หลวงพ่อตอบปัญหา	๖๒๕
๔๗. บันทึกเรื่องการเดินทางไปต่างประเทศ	๖๕๕
๔๘. ชีวิตประวัติและจริยาวัตร	๖๗๓



ภาค ๑

พระธรรมเทศนา
สำหรับบรรพชิต



การเสียสละนี้แหละเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาแท้
การเสียสละนี้ไม่มีเมื่อไร ก็ไม่ถึงธรรมเมื่อนั้น

๑ | เสียสละเพื่อธรรม

การปฏิบัติธรรมของพวกเราทั้งหลายที่มารวมกันอยู่ที่นี่ ทั้งพระอาคันตุกะและทั้งพระเจ้าของถิ่น ผมนเองก็ไม่ค่อยจะมีเวลาได้พบกับพระอาคันตุกะบางท่าน ส่วนพระที่อยู่ในถิ่นนั้นได้เคยอบรมบ่มนิสัยมาพอสมควร ฉะนั้น จึงไม่ควรปล่อยโอกาสและเวลาให้เนิ่นนานไป

อย่างไรก็ตาม จะเป็นพระอาคันตุกะหรือเป็นพระเจ้าของถิ่นก็ตาม ทุกๆ ท่านนั้นให้เข้าใจว่า เราเป็นผู้หนึ่งซึ่งเป็นผู้เสียสละทุกสิ่งทุกอย่าง โดยความหมายในทางพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว ถ้าท่านองค์ใดยังไม่ยอมเสียสละสิ่งอันควรเสียสละในทางพระพุทธศาสนา ท่านองค์นั้นก็ยังไม่เข้าถึงพระพุทธศาสนา ยังไม่เข้าถึงความสงบตามคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือตามวิสัยของสมณะ ความหมายที่พวกเราทุกๆ ท่านที่มาวมกัน ก็มีจุดหมายกันอย่างนั้น ฉะนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ พวกเราทั้งหลายนั้นต้องเข้าใจว่า รวมทั้งพระอาคันตุกะและรวมทั้งพระที่อยู่ในถิ่นฐานนี้ ก็คือ เป็นพระองค์เดียวกัน เป็นพ่อแม่อันเดียวกัน มีข้อวัตรปฏิบัติเสมอกัน มีความเป็นอยู่เสมอกัน นั่นจึงมีความสามัคคีกัน มันจึงมีความสบายสมกับว่าเราเป็นผู้ที่เสียสละมาแล้ว



การเสียดสละนี้แหละ เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาแท้ ทุกท่านที่แสวงหาโมกขธรรม คือเป็นทางหรือเป็นปากทางแห่งการพ้นทุกข์นั้น ก็คือมีคำๆ เดียว เรียกว่า “**ยอมเสียดสละสิ่งทั้งปวง**” นั่นเอง อันใดที่พวกเราทั้งหลายสละไปแล้วนั้น เราปล่อยไปจากกายก็เบากาย ปล่อยไปจากใจก็เบาใจ อันนี้คือการปฏิบัติที่พวกเรา มุ่งแสวงหา ก็ไม่มีอะไรมากมาย ถ้าเรายอมเสียดสละแล้วมันก็ถึงธรรมะเท่านั้นแหละ ไม่ต้องยาก ไม่ต้องยุ่ง ไม่ต้องลำบาก ผู้ที่ยังไม่ถึงธรรมะข้างในก็เอาธรรมะข้อปฏิบัติ อันนี้มาทำกัน เช่น ชันติบารมี วิริยบารมี เมตตาบารมี ทั้งหลายเหล่านี้เป็นต้น มาเป็นขั้นตอนที่เราจะดำเนินในชีวิตของเราอยู่เสมอ อันนี้เป็นพี่เลี้ยงที่จะให้พวกเราทั้งหลายเข้าถึงธรรมะ จะให้ถึงปากถึงทางถึงโมกขธรรมอย่างที่เรปรารถนา

แต่ว่าก็ทุกท่านทุกองค์นั้นอาจจะยังไม่เข้าใจในการปฏิบัติ เช่น มาอยู่ในวัดหนองป่าพงนี้ หรือบวชเข้ามาแล้ว ก็นึกว่าเราได้บวชแล้วอย่างนี้ก็มี ก็เพราะมองเห็นว่าผ้าจีวรมันเหลือง ได้ปลงผมตามกาลตามเวลา อาศัยเที่ยววิณฑชบาตเลี้ยงชีพ แค่นี้ก็เข้าใจว่าเราบวชแล้ว หรือหากว่าเราได้มาร่วมอยู่ในวัดหนองป่าพงนี้ นึกว่าถือพระพุทธศาสนาและเข้าถึงพระพุทธศาสนาแล้วอย่างนี้ หรือว่าเราได้มาร่วมกับผู้ประพฤติปฏิบัติ ก็ว่าเราได้ปฏิบัติแล้วอย่างนี้ อันนี้มันยังมีอะไรเป็นเครื่องกำบังอยู่ในตาข้างในนี้มาก เราไม่ค่อยจะมองเห็น สิ่งที่เรามองเห็นข้างนอก มันเป็นเรื่องผิวเผิน เช่นว่า “ผมไม่มีศรัทธา ผมจะมาบวชสิ” “ผมไม่มีศรัทธา ผมจะมาปฏิบัติสิ” หรือ “ผมไม่ชอบอยู่ป่า ผมจะมาอยู่ป่าสิ” อย่างนี้เป็นต้น อันนี้เป็นความเข้าใจเพียงผิวเผิน

ความเป็นจริงนั้นการปฏิบัตินี้ มันเป็นเรื่องของพวกท่านทั้งหลาย ที่จะรู้ได้ในใจของพวกท่านทั้งหลาย เพราะความผิดชอบทั้งหลาย ความดีชั่วทั้งหลายนั้น ไม่มีใครเห็นกับเราด้วย เราจะยืน เราจะเดิน เราจะนั่ง เราจะนอน เราจะมีความรู้สึกอย่างไรนั้น ก็เป็นเพียงแต่ที่เราคนเดียวนั้นเป็นคนรู้จัก ถ้าเราฝืนข้อประพฤติปฏิบัติคือพระธรรมวินัยนี้ ก็เราเองเป็นคนรู้จัก คนอื่นไม่ค่อยรู้จักด้วย ฉะนั้นการมาอยู่ร่วมกันนี้จะต้องอาศัยตัวเองเป็นอย่างยิ่ง ถ้าหากเราไม่อาศัยตัวเราเอง คนอื่นเราก็อาศัยไม่ได้ อันนี้ให้เข้าใจให้ดี

การปฏิบัตินี้ไม่มีทางจะมองเห็นอะไรได้ข้างนอก ดังนั้น ผู้ประพฤติปฏิบัตินี้ บางท่านบางองค์มีความเดือดร้อน เดือดร้อนอะไร เดือดร้อนเรื่องความสงสัย สงสัย ที่อยู่อาศัย สงสัยในความรู้สึกนึกคิดของเรา และการสงสัยเกิดขึ้น โดยเฉพาะเรื่องของคนอื่น ก็มีเรื่องราวต่างๆ เช่นนั้น อันนี้เป็นเหตุให้เราอยู่ไม่สบาย

ไม่ต้องยกอื่นไกลหรอก ตัวอย่างผมเองนี่แหละ ให้พวกท่านทั้งหลายฟัง ให้เห็นชัด เพราะผมนี่ก็เป็นนักบวช ตลอดแต่วันบวชมาตั้งแต่เป็นเณร แต่ไม่ค่อยยอมเสียสละ อยู่มาสามสี่พรรษาแล้วก็ตาม ก็มีความเสียสละน้อย สิ่งที่ชอบใจเราก็เสียสละ สิ่งที่ไม่ชอบใจเราฉันนั้นผมไม่ค่อยยอมเสียสละ อะไรที่ผมไม่ชอบใจแล้วผมก็ไม่ค่อยยอมเสียสละ อันนั้นจึงมามองเห็นว่า การยอมเสียสละของเราทั้งหลายนั้น มองเห็นได้ยาก เพราะตามธรรมชาติของคนเราสามัญชนก็ต้องเป็นอย่างนั้น มันชอบตามใจตัวเอง ชอบตามเรื่องของตัวเอง แต่ถ้าหากว่าเราเข้าถึงการประพฤติปฏิบัติแล้ว มันไม่เป็นเช่นนั้น ถ้าเรามาสะอาดๆ แล้วไม่เป็นเช่นนั้น

ที่นี่ เมื่อเข้ามาบวชเข้ามาปฏิบัติ ถ้าอยู่ไปอย่างนั้นมันก็มีความสบายอย่างหนึ่ง เหมือนกัน ผมนี่อยู่ทั้งวัดบ้าน ทั้งวัดป่า อยู่ไปอย่างนั้นเรื่อยๆ ไป ก็ไม่มีอะไรทำไร เพราะไม่มีเรื่องจิตใจของเรา เราอยากจะทำอะไร เราก็พูด อยากจะทำอะไร เราก็ทำตามใจของเรา ก็เลยไม่มีความเดือดร้อน สบาย สบายใจของตัวเอง อยากพูดอะไร ก็พูด อยากทำอะไรก็ทำ เลยสบาย ความสบายเช่นนั้นแหละมันมีความผิด มันมีความไม่สบายอยู่ในนั้นมาก แต่เราก็มองไม่เห็น แล้วก็ทำตามใจความสบายใจของเราเรื่อยๆ ไป

ความเป็นจริง ใจของเรานั้นกับสังขารมันคนละอย่างกันเสียแล้ว ใจของเรา ถ้าหากว่ามันผิด แต่เราชอบใจเราก็ทำได้ แต่ว่ามันไม่ใช่สังขาร ไม่ใช่ธรรมที่ให้พ้นทุกข์ อันนั้นมันถูกเฉพาะใจของเรา ตามธรรมะนั้นมันไม่ถูก มันก็เป็นอย่างนี้เรื่อยๆ มา ถ้าปล่อยใจไปตามเรื่องของมัน มันก็ไม่มีอะไรมากมายเท่าไร

ผมเคยเปรียบเทียบให้ท่านทั้งหลายฟังเสมอว่า เมื่อเราเป็นเด็กหรือเด็กทั้งหลายตลอดจนทุกวันนี้ เราเอาตุ๊กตาอันหนึ่งตัวหนึ่งให้เล่น เด็กก็เล่นสบายใจ เพราะตุ๊กตาเป็นสิ่งที่ชอบใจอย่างนี้ แต่เด็กคนนั้นไม่รู้เรื่องราวว่าตุ๊กตาคือเป็นพิษ ก็เพราะเข้าใจว่า ตุ๊กตาคือมันชอบเล่น ก็เพลินกับตุ๊กตานั้น เมื่อเล่นไปหลายๆ วัน ตุ๊กตามันหล่น มันแตก เด็กนั้นจึงจะรู้สึกตัวว่าความน้อยใจความเสียใจเกิดขึ้นมาอย่างนี้เป็นต้น ทำให้ถึงเป็นอย่างนั้น เมื่อตุ๊กตามันยังไม่แตกมันยังไม่พัง ความชอบใจ ความสุขใจนั้นแหละมันบังทุกซ์ไว้ มันบังไม่ให้เห็นทุกซ์ก็เพราะตุ๊กตามันยังไม่พัง อันนั้นเป็นเครื่องกำบังไว้ไม่ให้เด็กร้องไห้เป็นทุกซ์ เมื่อตุ๊กตานั้นมันพังไปแล้ว เด็กนั้นมันก็เสียใจมันก็ร้องไห้ เมื่อมาถึงความจริงเช่นนี้แล้ว เด็กมันอยู่ไม่ได้

เมื่อเราบวชเข้ามา อยู่ในความหลอกลวงของอารมณ์ทั้งหลาย เราก็สบายสบายกันอยู่ อาศัยอารมณ์นั้นเป็นอยู่ อันนี้ก็เหมือนกัน ฉะนั้น ถ้าเราปฏิบัติกัน มีความสบาย ผมก็ถามว่า “มันสบายอย่างไร มันสบายเพราะว่ามีอาการเสียสละทางใจหรือ” อย่างนี้ความเป็นจริง ความสบายนั้น มันมีพิษอยู่ในนั้น มันสบายอยู่กับสิ่งที่เราชอบใจ สิ่งที่ไม่ชอบใจเราก็ไม่สบาย อันนี้ก็เครื่องกำบังของพระภิกษุสามเณรผู้ประพฤติปฏิบัติอยู่เหมือนกัน เท่ากับว่าเราไม่ได้ปฏิบัติ ถ้าถูกอารมณ์อันใดที่ไม่ชอบใจ มันก็ใจไม่สบาย ถูกอารมณ์บางอย่างที่เราชอบใจ เราก็สบายอย่างนี้ยังไม่เห็นพื้นฐานอะไรเลย

พูดว่ายังไม่เห็นพื้นฐานอะไร เหมือนเด็กมันเล่นตุ๊กตา มันยังไม่เห็นพื้นฐานของทุกซ์เลย ไม่เห็นพื้นฐานของตุ๊กตาที่อาจจะพังได้ มันก็ติดอยู่อย่างนั้น อารมณ์ที่พวกเราทั้งหลายติดตามมันอยู่ด้วยความชอบใจ มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันก็มีความหลงงมงายอยู่ในตุ๊กตาเหมือนเด็ก นี้เรียกว่า งมงายอยู่ในอารมณ์เหมือนเด็กนั้น เมื่อถึงเวลามันเปลี่ยนแปลง มันเป็น *สัญญาวิปลาส* เมื่อสัญญาวิปลาสคือสัญญาความจำนี้เปลี่ยน มันเปลี่ยนจากที่เก่าของมัน อย่างเราเห็นบาตรของเราอยู่อย่างนี้ มันก็เป็นวิปลาสอันหนึ่งอยู่ ตอนบาตรไม่ร้าวไม่แตก เมื่อบาตรเราแตก มันก็เป็นสัญญาวิปลาสขึ้นอีกอันหนึ่ง จิตมันจะเปลี่ยนทันที นี้เรียกว่าจิตไปอาศัยอามิสอยู่


ไม่อาศัยเนกขัมมธรรม อาศัยอามิสคือสิ่งของ อาศัยบาตร อาศัยจีวร อาศัยเสนาสนะ อยู่ มันก็เพลิน มันก็ติดอยู่ด้วยอามิส ไม่อาศัย เนกขัมมะ^๑ อยู่ภายใน

อย่างกิจของบรรพชิตที่ท่านสวดกันวันนี้^๒ เป็นประโยชน์มากเหลือเกิน ไม่ใช่ ว่าเป็นประโยชน์ แต่สูตรนี้มันก็อาภัพ อยู่ในตำรับตำราชของมัน เหมือนกับไม่มีอะไร ถ้าเราเอาสูตรนี้มาพิจารณา มันก็มีข้อความออกมา มันก็มีความหมาย เราได้ฟังก็เป็นเช่นนั้น เพราะฉะนั้น บริหารขึ้นใดขึ้นหนึ่งจะเป็นบาตร จีวร เสนาสนะ เกล็ดช ะไรก็ตาม ในวันที่เรามักไม่ได้พิจารณา แล้ววันพรุ่งนี้ก็ต้องพิจารณา เราห่มจีวร ใส่สังฆาฏิ เราฉันบิณฑบาต เราอุ้มบาตรเข้าไปในบ้านอย่างนี้ ที่อยู่ที่อาศัย อย่างนี้ วันนี้ตอนเช้าเรายังไม่ได้พิจารณา อดีตมันล่วงมาแล้วนั้น ต่อมานี่ท่านจึงให้พิจารณา พิจารณาถึงอามิสทั้งหลายนี้ว่ามันเป็นอามิส มันเป็นวัตถุ บัดนี้เรามองเห็นด้วยตา เราก็อสบายใจ อีกวันหนึ่งเราไม่ได้มองเห็นด้วยตา เราก็คจะเป็นทุกข์ นี้เรียกว่า อามิสสุข มันสุขอยู่ด้วยอามิส พระพุทธเจ้าจึงให้เราทั้งหลายพิจารณาให้มากที่สุด เรื่องจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกล็ดช

มันเป็นเรื่องข้องเกี่ยวกับเรื่องสมณะทั้งหลายอยู่เท่านั้น ๔ อย่าง คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกล็ดช เป็นบริวารและเป็นปัจจัยจำเป็นที่พวกเราทั้งหลาย จะต้องอาศัยอยู่ตลอดเวลา เหมือนกันกับพระพุทธเจ้าและพระอริยะทั้งหลาย มันเป็นเรื่องจำเป็นของสมณะทั้งหลายที่จะอยู่อาศัยจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ฉะนั้น ท่านกลัวว่าเราทั้งหลายจะไปเพลินในอย่างอื่นเสีย จะไม่ได้พิจารณาอันนี้ ได้อาหาร ก็เพลินกับอาหาร ได้จีวรก็เพลินกับจีวร ได้บาตรก็เพลินกับบาตร ได้กุฎิที่ดีที่สวย ก็เพลินเสีย ได้ยาบำบัดโรคฉันเข้าไปมันหายโรคก็เพลินเสีย กลัวพวกท่านทั้งหลาย จะเป็นผู้เพลินอยู่ด้วยสิ่งทั้งหลายเหล่านี้โดยปราศจากสติ ไม่มีสติก็เป็นเหตุให้เพลินให้หลงใหลตามสิ่งทั้งหลายเหล่านี้


^๑ การออกจากกาม, การออกบวช, ความปลอดโปร่งจากสิ่งล่อเร้าเข้ายวน

^๒ บทสวดปัจจัยปัจจุเวกขณะ คือ บทพิจารณาก่อนบริโภค ปัจจัย ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และเกล็ดช ไม่บริโภคด้วยตัณหา



สตินี้มันเป็นธรรมอันหนึ่ง แต่ว่าเราก็พยายามให้มีธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นมา รวมกันหลายๆ อย่าง เช่น มีสติแล้วต่อไปก็มีสัมปชัญญะรู้ตัว พุดง่ายๆ เรียกว่าสติ ความระลึกได้ เมื่อมีความระลึกได้ ความรู้ตัวมันก็พร้อมกันมา เมื่อมีความรู้ตัว เกิดขึ้นมาเราก็หาที่พึ่งที่หลักเรียน หาที่ปฏิบัติ ต่อไปก็ให้วิจย ปัญญาเกิด สิ่งทั้งสามนี้มันจะต้องพร้อมเพรียงกันอยู่เสมอทีเดียว ถ้าเรามีสติอยู่ สัมปชัญญะ ก็เกิดขึ้น เมื่อสัมปชัญญะเกิดแล้วก็ดึงเอาปัญญามา สติดึงเอาสัมปชัญญะมา ระลึก แล้วก็รู้ตัว รู้ตัวแล้วก็พิจารณา ปัญญาเกิด ถ้าหากปราศจากธรรม ๓ ประการนี้แล้วก็ตกลงว่าเราทั้งหลายอยู่ในความประมาท พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า “ผู้ไม่มีสติก็คือ คนประมาท คนที่ประมาทนั้นก็คือคนตาย” แม้มีชีวิตอยู่ก็เรียกว่าตายแล้ว เพราะจิตมันตาย ไม่มีอะไรแล้ว เป็นผู้ประมาท *ปะมาโท มัจจุโณ ปะทัง* คนประมาทแล้ว เหมือนคนตาย

นี่ตายในภาษาธรรมะ ตายในภาษาด้านปรมาตย์ ไม่ใช่ตายในร่างกายของเรา เกิดในร่างกายของเรา เป็นผู้ตายในภาษาธรรมะ ไม่ใช่เป็นภาษาคนธรรมดา ถ้าเป็น ภาษาคนธรรมดา ตายก็ลมหายใจไม่มี นี่ก็เรียกว่าเขาฟังกันออก เขารู้กัน แต่ตาย โดยธรรมะก็เรียกว่าผู้ไม่มีสติ ไม่มีสัมปชัญญะ ไม่มีปัญญา ฉะนั้นเมื่อไม่รู้จักอันนี้ เราก็เห็นว่าเราเป็นอยู่เสมอ ไม่เห็นว่าเราตาย ที่นี้เมื่อคนตายจะเป็นอย่างไร เมื่อตาย มันก็หมดแล้ว หมดความรู้สึกหมดอะไรหลายๆ อย่าง ไม่เกิดประโยชน์ นั่นคือ คนตาย ถ้าพวกเราทั้งหลายเป็นอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นคนตาย ดังนั้น พระพุทธเจ้า



ของเราท่านจึงไม่ให้ประมาทในอามิสทั้งหลาย ท่านกลัวพวกเราจะติดกัน ใ้รู้จักอามิส กลัวพวกเราทั้งหลายจะติดอามิสคือสิ่งของ เพราะว่าพวกเราทั้งหลายนั้นจะมีโอกาสที่จะอยู่กับสิ่งทั้งหลายเหล่านี้จนถึงวันตาย

ฉะนั้น เมื่อเราใกล้ชิดสิ่งทั้งหลายเหล่านี้อยู่ พระพุทธเจ้าท่านจึงทรงให้พิจารณาให้มาก ระวังให้มาก ระมัดระวัง เมื่อมีความระมัดระวัง ก็มีความสำรวม เมื่อมีความสำรวม ก็มีความระมัดระวัง เมื่อเราระมัดระวังอยู่เมื่อใด สติเราก็มีอยู่ เมื่อนั้น ลัมปชัญญะเราก็มีอยู่ ปัญญาเราก็มีอยู่ ถ้าเราระวังอยู่ การสังวรการสำรวมระวังนี้ มันจะเป็นศีล ถ้าพูดง่าย ๆ ตัวนี้มันจะเป็นตัวศีล อาการของศีล ถ้ามันเป็น อย่างนี้มันจะรอบคอบของมันอยู่ ระมัดระวังของมันอยู่ มีความอาย เมื่อมีความอายแล้ว ก็มีความกลัว เมื่อผิตพลาดไปทำอะไรพลาดไป เช่น เมื่อเดินไปสะดุดหัวตอ หรือเมื่อสิ่งของอะไรที่เราหยิบ เช่นว่า กระโถนที่เราหยิบมามันพลัดจากมือเราไปเสีย อย่างแก้วน้ำเรานี่ เราทำมันพลัดตกแตก หรือเราไปทำอะไรที่เสียงมันดัง “เคี้ยง” ขึ้น ก็มีความละอายแล้ว ผู้ปฏิบัตินั้นมีความละอายมากแล้ว มีความสำรวมแล้ว มีความรู้แล้ว มีความเห็นแล้ว มองเห็นข้อปฏิบัติของเราแล้ว มองเห็นความเป็นอยู่ของเราว่า มันขาดอะไรต่ออะไร นี่คือมันละอายอยู่และระมัดระวังอยู่ ถ้ามันละอายมากๆ ก็ระวังมากๆ เมื่อระวังมากสติมันก็ดีขึ้นมา ลัมปชัญญะก็มากขึ้นมา ปัญญา ก็เกิดขึ้นมา มันอยู่ในสายเดียวกันนี้



ฉะนั้น พวกเราทั้งหลายซึ่งมาอยู่ในที่นี้ เป็นกันอยู่สองอย่าง คือ *อามิสสุข* และ *นิรามิสสุข* สุขอย่างหนึ่งเพราะมีอามิส อาศัยอามิสอยู่ สุขอีกประเภทไม่ต้องอาศัย นี่เป็นนิรามิสสุข สุขอันนั้นผสมกันในความสงบ ที่นี้พวกเราทั้งหลายปฏิบัตินี้ก็ ต้องแยกพิจารณา พิจารณาแยก เช่น การห่มผ้าก็พิจารณา การเที่ยววิณฑชบาตก็พิจารณา การฉันบิณฑชบาตก็พิจารณา การอยู่เสนาสนะก็พิจารณา การฉันยา บำบัดโรคก็พิจารณา การพิจารณาอย่างนี้ ให้คุณปัจจัยทั้งหลายเหล่านี้ อยู่ในวัดนี้ ก็ให้วัดนี้สะอาด ให้วัดนี้หนาวอยู่ แต่ก็อย่าไปติดมัน อันนี้เป็นเรื่องของโลก เสนาสนะ กุฏิหลังนี้ท่านให้เราอยู่ เราก็ต้องรักษาเสนาสนะนั้นให้เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติ ไม่ใช่เราปฏิบัติเสนาสนะอันนั้นเพื่อให้เราไปติดในเสนาสนะอันนั้น อันนี้มันเป็นเรื่องของสงฆ์ แต่คนเราก็ชอบ ถ้าเป็นของๆ ตัวก็ทำให้ดีมาก ของคนอื่นก็ชอบวางเฉยๆ เสีย นิสัย กิเลสทั้งหลายก็ต้องเป็นอย่างนี้

ฉะนั้น **การเสียสละนี้ไม่มีเมื่อไร ก็ไม่ถึงธรรมะเมื่อนั้น** การทำกิจเล็กๆ น้อยๆ ทั้งหลายเหล่านี้ เป็นเรื่องของคนนั้น เป็นเรื่องของคนนี้ เป็นเรื่องของคนโน้นอย่างนี้ เช่น จับกระโถนของท่านอาจารย์เลี่ยมไปเท จับเอากาน้ำไปกรองน้ำ ก็เข้าใจว่าเอากระโถนไปเทให้ท่านอาจารย์เลี่ยมอย่างนี้เป็นต้น ก็ดีอยู่ แต่ว่ามันน้อยไป เอากระโถนนี้ เอากาน้ำนี้ ไปกรองน้ำใส่ให้ท่านอาจารย์ชู้ นี่ก็ถูกไปอย่างหนึ่งเหมือนกัน แต่ว่าถ้าหากว่าไม่ใช่ของอาจารย์ชู้แล้วก็จะไม่เอาไปเทกระมัง ไม่ใช่ของอาจารย์เลี่ยม ก็ไม่เอาไปเทกระมัง อันนี้เช่นนี้มันก็ดีไปส่วนหนึ่ง แต่อย่างนี้ไม่เลิศไม่ประเสริฐ มันมีความมุ่งหมายในนั้น มีความยึดมั่นถือมั่นอยู่ เราควรทำเพื่อธรรมะ เราทำเพื่อเสียสละ กระโถนใบนี้เราก็ทำเพื่อเราเองนั่นแหละ กิจการงานอันนี้เราทำเพื่อเราเอง ไม่ได้ทำให้ใครทั้งนั้น ทำเพื่อธรรมะ ถ้าจิตเราเป็นอย่างนี้ ไปอยู่ที่ไหนเราก็เสียสละ ปฏิบัติก็ถึงธรรม

อย่างเช่น เมตตามันก็มีสองนัยเหมือนกัน เมตตาคือความรัก รักอย่างหนึ่ง ก็รักแต่กลุ่มตัวเอง กลุ่มอื่นไม่รัก อย่างตาแก่คนหนึ่ง ลูกหลานไปขโมยของเขา แยกก็ไปจับลูกหลานนั้นมาสอน “เฮ้ย พวกเอ็งทั้งหลายนั้น ถ้าจะขโมย ถ้าจะปล้น ก็ไปปล้นโน่น...บ้านอื่น อย่ามาปล้นบ้านเรา” อย่างนี้เป็นต้น อย่างนี้มันสิ้นเกินไป

ตาแก่คนนั้นก็ไม่รู้ตัว ไปขโมยของคนอื่นเสีย อย่างมาขโมยของเรา ไปปล้นบ้านอื่นเสีย อย่างมาปล้นบ้านเรา ตาแก่คนนั้นก็คิดว่าคิดถูกเต็มที่แล้ว แต่พูดตามธรรมะแล้ว มันก็ไม่ใช้ธรรมะอีกนั่นแหละ นี่เรียกว่ามีเมตตาเป็นบางส่วน มันไม่ทั่วถึง ความเป็นจริงไปขโมยตรงไหนก็ไม่ดีตรงนั้นแหละ ไปปล้นบ้านไหนมันก็ไม่ดีบ้านนั้นแหละ ถ้าเป็นอัปปมัญญา^๑ แล้ว อย่าไปขโมยใครเลยสักแห่งหนึ่ง

การประพฤติปฏิบัติก็อย่างนั้นเหมือนกัน มันมีกำลังใหญ่ ตรงไหนที่มันเป็นธรรมะ แม้มันจะฝืนใจของเราสักเท่าไร ก็พยายามลงตรงนั้นให้ได้ ข้างนอกก็เหมือนกัน อันใดมันเสียสละยังไม่ได้ ก็พยายามเสียสละตรงนั้น พยายามทำตรงนั้น ถ้าทำตรงนั้นไม่ได้ ก็ยังไม่สบายใจ

ยกตัวอย่างผมเอง ผมนี่เป็นคนซี้ซลาดเป็นคนซี้กลัวตั้งแต่เป็นเด็ก มาบ้านถ้าปิดประตูก็เข้าไปในบ้านไม่ได้ กลัวมากที่สุด ถึงบวชเข้ามาปฏิบัติแล้วความกลัวนี้ มันก็ยังยึดอยู่ เวลาหนึ่งอยากจะไปอยู่ป่าช้า คิดแล้วคิดเล่ามันก็ไม่ไปไม่ได้ ไปเห็นพระท่านอยู่ก็ท้อใจแล้ว มันไปไม่ได้แต่ก็ยังไม่ยอม มันจะเป็นอย่างไร ตรงนี้ทำไมมันถึงกลัวมาก ก็พยายามมันอยู่อย่างนั้นแหละ ผลที่สุดวันสุดท้ายจับบริวารไปเลย ไปให้มันตาย ทำไม้ป่าช้ามันถึงกลัวหนักกลัวหนา มันมีอะไรอยู่ตรงนั้น ไปให้มันตายดูซิ วันนี้มันจะเป็นอย่างไรไป ไม่ใช่ว่าไม่กลัวนะ กลัวแทบจะเดินถอยหลัง เข้าไปถึงป่าช้าแล้ว มันก็ไม่อยากเข้าไป ซีนเข้าไปมันจะเป็นอย่างไรตรงนี้ อย่างนี้เราอยากจจะรู้ว่าอะไรมันขวางทางเรา การปฏิบัติของเราต้องทำกันให้มันทะลุ พอไปแล้วก็รู้เรื่องอะไรต่างๆ ในที่นั้น ความคิดเก่าๆ ที่มันกลัวนั้นมันก็เบาลงหายไป นี่เพราะเราทำให้ดีแล้ว ก็ดีใจว่าตรงนี้มันฝืนใจเราได้ เท่านั้นแหละไม่ต้องมากหรอก ก็เกิดความพอใจขึ้นมาแล้ว

การปฏิบัตินี้ต้องฝืนใจ ถ้าพูดกันง่ายๆ การปฏิบัติที่ไม่ใช่ปฏิบัติตามใจเรา มันเรื่องฝืนใจเราทั้งนั้น ตลอดจิวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกาส์ซ ทั้งหลายนี้ อยากได้ดี อยากได้สวย อยากได้มาก สารพัดอย่าง เมื่อพูดถึงตรงนั้นแล้ว คนเรานี้

^๑ ธรรมที่แผ่ไปไม่มีประมาณ

พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนให้สันโดษเล็กน้อย ขนาดนั้นก็ยังไม่ได้อยู่แน่แหละ น้อยไม่ค้อยได้ นี่มันอยู่ตรงนี้ เช่น ท่านสอนว่า เอาอาหารรวมในบาตร พยายาม ทำให้มันเหลือน้อย หรือไม่ให้มันเหลือนั้นจะดีมาก อย่างนี้มันก็ทำยาก ไม่ต้อง อื่นไกลหรอก ทำได้วันสองวันสามวัน อาทิตย์หนึ่งมันก็เปลวไปเสียแล้ว ถูกมันจูง ไปเสียแล้ว มันจูงออกไปข้างนอก มันทำยากนะ ไม่ใช่่ง่ายๆ ลองฝึกดูตรงนี้ก็ได้ จัดข้าวจัดอาหารให้มันพอดีๆ ลองเถอะน่า ไม่ต้องไปวิ่งตูดงค์ที่เหินหรอก ลองดูซิ มันจะได้ไหม มันได้อยู่กี่วัน อันนี้เราควรฝึกดูนะว่าจะลำบากสักแค่ไหน นี่ก็จะ รู้จักละว่าจิตใจเรามันติดอามิสทั้งหลายอยู่

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนให้รู้จักทั้งสองอย่าง อามิสสุขอย่างหนึ่ง ก็ให้มันชัดเจน นิรามิสสุขก็ให้มันชัดเจน ให้มันชัดเจนทั้งสองอย่าง ไม่ให้หลงทั้งสองอย่าง เช่น *กามสุขัลลิกานุโยโค*^๑ คือความสุขความสบาย นี่ท่านก็ให้รู้ชัดเจน *อตฺตกิลมณานุโยโค*^๒ คือความไม่สบายเป็นทุกข์ขัดข้อง ทำไปแล้วเปล่าประโยชน์ สองอย่างนี้ท่านก็ให้รู้จัก พุดง่าย ๆ คือ ความดีใจเป็นกามสุขัลลิกานุโยโค ความไม่สบายใจก็เรียกว่าเป็นอตฺตกิลมณานุโยโค สิ่งทั้งสองนี้พวกท่านทั้งหลายจะรู้ที่อยู่ ทุกวันแต่ว่าท่านจะรู้ชื่อมันหรือไม่รู้ รู้มันก็เป็นบัญญัติอันหนึ่งเท่านั้น แต่ว่าอาการ อย่างนี้มันจะมีอยู่กับท่านทุกคน ไม่ว่าท่านจะรู้มันหรือไม่ มันเป็นธรรมชาติ อันนี้มัน รู้อยู่ทุกคนนั่นแหละ ติดความสุขมันก็รู้จัก ความทุกข์ไม่ชอบมันก็รู้จัก แต่ว่ามันจะ บอกพวกท่านทั้งหลายว่า อันนี้เป็นกามสุขัลลิกานุโยโค อันนี้เป็นอตฺตกิลมณานุโยโค มันจะไม่บอกชื่อมันอย่างนั้น แต่อาการมันก็อยู่อย่างนั้น สุขมันก็เป็นสุข ทุกข์มัน ก็เป็นทุกข์อยู่อย่างนั้น

สุขทุกข์ทั้งหลายนี้ พวกเราทั้งหลายชอบอันใด ชอบสุขหรือทุกข์ อันนี้เราก็ ตัดสินใจของเราได้ เราชอบความสุขนั้น มันถูกไหม ชอบความทุกข์นั้น มันถูกไหม

^๑ กามสุขัลลิกานุโยโค การประกอบตนให้พัวพันหมกมุ่นอยู่ในกามสุข

^๒ อตฺตกิลมณานุโยโค การประกอบตนให้ลำบากเปล่า คือ ความพยายามเพื่อบรรลุผลที่หมายด้วยวิธี ทรมาณตนเอง

อันนี้เราก็เลือกพิจารณา แต่ว่าถ้าเราเป็นผู้มีปัญญาน้อย เป็นผู้อิงอามิส อยู่กับอามิสมันก็ติดสุข อามิสสุข ได้ของดี ได้ของมาก ได้ของที่ชอบใจมันก็สุขใจ มันไปติดดี ดินั้นเราก็นึกว่าโทษมันไม่มี ในที่นั้นสิ่งที่ไม่ดีสิ่งที่เราไม่ชอบนั้น ไม่ต้องว่ามันรู้จักแล้ว ไม่เอาที่เราไม่ชอบ ที่นี้เราก็เลือกตามใจเรา อันใดชอบก็เอา อันใดที่เราไม่ชอบก็ไม่เอาอันนั้น มันก็เป็นทีฆนขพราหมณ์เท่านั้นแหละ พราหมณ์เล็บยาวๆ ที่มากราบพระพุทธเจ้าเรื่องทิวฎฐิทั้งสาม^๑ นั้นแหละ

ความเห็นของเขา เห็นว่าอันใดไม่ชอบใจ เขาก็ไม่เอา อันใดควรแก่เขา เขาก็เอา อันใดไม่ควรแก่เขา เขาก็ไม่เอา อันนี้คือเขา อาศัยจิตของเขา เขาอาศัยกิเลสเป็นหลัก ไม่ใช่อาศัยการประพฤติปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องเป็นหลัก ก็ต้องเป็นอย่างนั้นทุกคน เราทุกคนก็เหมือนพราหมณ์ผู้เล็บยาวทั้งนั้นแหละ หาว่าไม่รู้ ว่า กามสุขัลลิกานุโยโคและอัสตติกัลมณานุโยโค สองอย่างนี้มันมีโทษเท่ากัน มันเป็นเครื่องกำบังเท่าๆ กัน ความสุขกับความทุกข์นี้ มันมีราคาเท่ากัน คือมันผิดเท่าๆ กัน พุดง่าย ๆ แต่เราก็ไม่เห็น ไปเห็นแต่ว่าอันที่เราไม่ชอบใจนั้นแหละไม่ดี หรือไปเห็นว่าอะไรมันทุกข์ นั้นไม่ดี นี่ไปเห็นอย่างนั้น สุขที่เราชอบมันบังอยู่อย่างนี้ ถ้าเราโยกย้ายไปมาเพราะอามิสอย่างนี้ ถ้าไม่มีเนกขัมมะ ไม่ยอมเสียสละ ไม่เห็นธรรมะ จิตใจเราก็ต้องเป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงทรงให้พิจารณา ให้ขยันในการกระทำความเพียรชั้ววัตรปฏิบัติเหล่านี้ อย่าประมาท เพราะเรายังไม่รู้ อันใดเราชอบใจ เราก็นึกว่ามันถูกทั้งนั้นแหละ อันใดไม่ชอบใจเราก็นึกว่ามันไม่ดีทั้งนั้น จะต้องเป็นอย่างนี้เป็นหลักในจิตของปุถุชนเรา ฉะนั้น เมื่อพูดธรรมะอันใดขึ้นมา เราไม่ชอบใจเราก็งี้เท่านั้นแหละ เหมือนกันกับผมที่ไปภาคกลาง ไปเจอเอาผลมะขวิด มะขวิดเหมือนกับมะตูมนะที่ข้างในมันดำๆ เป็นเม็ดเหลว เขากินมะขวิดกันอย่างนั้น เมื่อเราเอามือไป

^๑ ทิวฎฐิทั้งสาม ได้แก่ ๑. อภิรียทิวฎฐิ ความเห็นว่าเป็นอันทำ, เห็นว่าการกระทำไม่มีผล ๒. อเหตุกทิวฎฐิ ความเห็นว่ามีเหตุ, เห็นว่าสิ่งทั้งหลายไม่มีเหตุปัจจัย ๓. นัตถิกทิวฎฐิ ความเห็นว่ามี, เห็นว่าไม่มีการกระทำหรือสภาวะที่จะกำหนดเอาเป็นหลักได้



ผ่ามันออกไป ไม่เหลือหรือ เอาไปทั้งหมด เราว่ามันเนา ไม่รู้จักมะขวิด คิดว่ามะขวิดเน่าทั้งนั้นแหละ นี่คือเราไม่รู้ความจริง ผลไม้ชนิดนี้มันเป็นของมันอยู่ อย่างนั้น เขาก็ทานกันอย่างนั้น ก็อร่อยอยู่อย่างนั้น แต่เราไม่รู้เรื่อง

อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น เราก็เหมือนกัน เรายึดว่าความสุขมันเกิดประโยชน์มาก ทุกข์มันไม่เกิดประโยชน์เลย ทุกข์กับสุขนี้ ถ้าใครติดสุขก็ไม่ชอบ ทุกข์ทั้งนั้นแหละ ธรรมสองอย่างนี้มันให้โทษเท่าๆ กัน และเกิดประโยชน์เท่าๆ กัน ก็เหมือนลูกตาเราสองข้าง ข้างซ้ายหรือข้างขวามันเกิดประโยชน์เท่าๆ กัน คนไม่รู้จักอันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าจะให้ลูกตามันแตกมันก็มีโทษเท่าๆ กัน ถ้าเอามันไว้ทั้งสองลูกตาต่างๆ อยู่ก็เกิดประโยชน์แก่เราเท่าๆ กัน ฉะนั้น ลักษณะธรรมนี้มันอยู่ที่ศูนย์กลางอย่างนั้น

คนเรามาปฏิบัติไม่รู้เรื่อง บวชมาแล้วก็ไม่รู้เรื่อง เฟ่งออกไปข้างนอกบ้าง เฟ่งไปที่อื่น ไม่น้อมเข้ามาในใจของเรา และการบวชเข้ามานี้ บวชธรรมดาก็ยังมีกิเลสน้อย ผมเคยเป็นเถรเป็นพระ อยู่วัดบ้านก็ไม่ค่อยได้อะไรเท่าไร คือ ปล่อยให้ไปตามเรื่องของมัน มันก็เลยไม่ค่อยมีอะไร เมื่อเข้าปฏิบัติแล้วมาพิจารณา เออ... อย่างนั้นต้องรักษาพระวินัย อย่างนั้นต้องทำอะไรก็ไม่ให้ร้องไม่ไห้ขอ ทุกอย่างทำไม่ให้ความอยากมันเกิดขึ้นมา ความทุกข์มันก็บีบบังคับขึ้นมา อยู่วัดบ้านนั้นมันสบาย ฤดูนี้อยากปลุกหัวหอมกินก็ได้ อยากปลุกผักกาดกินก็ได้ ฟันไม้ก็ได้ ชุดดินก็ได้ มันเลยสบาย บัดนี้ท่านไม่ให้ปลุกอย่างนั้น ไม่ให้เตะตั้งอย่างนั้น ไม่ให้ทำอย่างนั้น มันบีบหัวใจ มันก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมา ยิ่งพระกรรมฐานนี้ ถ้าอยากก็อยากได้หลายๆ อย่างได้กว่าสิ่งธรรมดาที่เราไม่ได้ปฏิบัติ

เมื่อบวชเข้ามาปุ้บมันก็อยากได้ความสงบ อยากเป็นพระอรหันต์ อยากแล้วมันก็คิด คิดมากก็เดือดร้อนมาก ที่นี้ก็อยู่ไม่ได้ ที่นั่นก็อยู่ไม่ได้ อยู่ที่นี้ก็ “แหมคนมันมากนะ ไม่สงบ อยู่ที่นี้มันไม่เป็นป่านะ ไปหาป่าเถอะ อยู่ที่นี้มันเป็นป่าก็จริง แต่มันไม่เป็นเขา” บางทีก็ขึ้นไปโน้น เขาสูงๆ บิณฑบาตวันละสามสี่กิโล ไปหาที่อยู่ ที่มันสบายๆ คือ หนีจากมันนั่นเองแหละ หนีจากมันเพราะความไม่รู้ ไม่ได้หนีจาก



มันเพราะปัญญา หนีจากมันเพราะการเดินหน้า อย่างเราทุกวันนี้ จะหนีจากคนไปอยู่ที่ไหน ไม่ให้คนเห็นจะไปอยู่ที่ไหน แต่ว่าระยะชั่วคราวได้อยู่ มันเป็นอย่างนี้

ฉะนั้น พระปฏิบัติหนึ่งพรรษาสองสามพรรษา ถ้าไม่ได้ศึกษาเรื่องทั้งหลายเหล่านี้ให้เข้าใจละก็ ไปแล้ว รูดงค์นี้ทุกปีละ รูดงค์นี้เดินจนหนังถลอกปอกเปิกหยุดตรงนี้ไปตรงนั้น ไปตรงนั้นไปตรงนี้เรื่อย ไม่มีหยุดหยุก คือ มันไม่ให้หยุดเราเป็นทาสมันแต่เราไม่รู้จัก พอสบายสักนิดหนึ่งก็มานั่งพิจารณา “ฮือ...จะไปหนองคายดีละมั้ง เอาละจะไปหนองคาย แล้วไปอยู่หนองคาย อยู่สบายสักพักหนึ่งฮือ...เชียงใหม่ก็ดีเหมือนกันนะ ไปเชียงใหม่ปะไร” เอ้า ไปอีก มันไล่เข้าไปในป่า มันก็ไล่ขึ้นภูเขา ขึ้นภูเขา มันก็ลำบากเกินไป มันก็ไล่ลงมา มันก็เป็นอยู่อย่างนั้นแหละ

นักกรรมฐานทั้งหลายไม่รู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไม่สบายหรอก ให้รู้เถอะอยู่ บนภูเขาเป็นอย่างไร อยู่ป่าเป็นอย่างไร อะไรทุกอย่างนี้มันเป็นอย่างไร ถ้าหากเรามา รวมจุดของมันได้แล้ว ไม่จำเป็นอะไรมาก คล้ายๆ คนอยากจะรวย ไปทำไร่ ไปตัดต้นไม้เต็มป่า แต่ว่าทำไม่หมด ชี้เกียด ไปถางมันทิ้งแล้วก็หนีไป ทำได้มากแต่ไม่เอา อันนี้ก็เหมือนกันเช่นนั้น เราก็ทำได้มากไปมาก แต่ก็ไม่รู้เรื่องที่จะเอาอย่างไรกัน จุดนี้เรายังไม่ถึงของเราแล้ว เราก็เดินอยู่เรื่อยๆ เป็นทุกข์ บางองค์เดินไปเลยไม่เห็น บางองค์เข้าในถ้ำก็อยู่แล้ว บนภูเขาเราก็อยู่แล้ว ในป่าเราก็อยู่แล้ว มันก็เป็นอย่างนั้นแหละลืบบีกว่า บางทีไปพบอยู่ตามภูเขา เขาทำสวน ทำไร่อ้อย ทำถั่ว ทำข้าวโพด ทำนั้นแหละ เต็มก็รูดงค์อยู่ในป่าอยู่ในเขา แล้วก็เดินบิณฑบาต ไปเห็นซังข้าวโพด ก็อีกแล้ว อยากจะไปเป็นลูกของเขาแล้ว อยากจะเป็นลูกจ้างเขาแล้ว บางคนเลยออกมาเก็บข้าวโพดกับเขาเสีย เป็นลูกจ้างโยมที่เคยอุปัฏฐากเรา นั้นแหละ เป็นทุกข์อีก มันเลี้ยวอย่างนั้น

ฉะนั้น การรูดงค์นั้น ฐ-ตั้ง-คะ ก็คือว่า เป็นข้อปฏิบัติอันบุคคลทำได้ยาก เพราะเป็นข้อปฏิบัติทำปุถุชนให้เป็นอริยชน มันจึงเป็นของทำยาก เป็นของทำลำบากมาก มันฝืน ไม่มันคดมันงอมันโง่ง ไปตัดมันก็ฝืนอย่างนี้ ท่านจึงกล่าวไว้ว่า รูดงค์นี้ใครไม่ทำก็ไม่เป็นอาบัติ (ผิดวินัย) หรือ เพราะมันเป็นข้อวัตรพิเศษ ความเป็นจริงนั้นมันเป็นของฝืน เป็นข้อวัตรของพระอริยบุคคล หรือที่จะทำปุถุชนให้เป็น



อริยบุคคล มันก็เป็นของทำได้ยาก เหมือนเราเคยทำของหยาบๆ มา เช่น เราใส่กบ
 เลื่อยไม้ ในอีกเวลาหนึ่งเราจะไปทำงาน ให้ไปไล่สนิมทอง ไปทำสร้อยทำแหวน
 อย่างนี้ก็ลำบากมาก มันเป็นกิจการของบุคคลที่ละเอียดเขาทำกัน มันก็เป็นของ
 ยากลำบาก เช่น เนลัชชิก ในวันพระนี้ไม่ให้นอนตลอดคืน เราก็ไม่เคยทำ เป็น
 ฆราวาสก็ไม่เคยทำ เมื่อกินอิ่มแล้วจะนอนก็นอนเลย บางทีบุหรือยังติดปากอยู่เลย
 บางทีปากคาบบุหรือ นอนกรนครอก...ครอก... จนไฟจะไหม้ ไฟไหม้ปากแล้วจึง
 ลุกขึ้นมา บางคนกินอิ่มแล้วนั่งไม่ไหวเสียแล้ว มันหนัก นอนลงไปหยิบเอาไม้ข้างฝา
 มาจิ้มฟัน จิ้มไปจิ้มมาก็เลยนอนหลับไปเลย ไม้จิ้มฟันก็ไม่ต้องเอาออก อยู่อย่างนั้น
 แหละ กรนครอก...ครอก

ที่นี้เราไม่ให้นอนในคืนนั้น มาทำธุดงค์ ทำไมมันจะไม่ลำบากละ มันขัดกัน
 อย่างนี้ มันก็ลำบากชิ ทำไมจะไม่ลำบาก บางคนก็ทนไม่ไหว นี่เป็นเรื่องอย่างนี้ นี่คือ
 ข้อปฏิบัติธุดงค์วัตร คือ การกระทำฝืนฝึกตัวเองฆ่ากิเลส พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า
 ธรรมอันใดมันเดือดร้อน ข้อปฏิบัติอันใดมันเดือดร้อน ให้มันช้ำอยู่อย่างนั้น มัน
 ลู้กิเลสแล้ว ท่านว่าถูกมันแล้วถูกตัวมันแล้ว ถ้ามันสบายๆ ก็ไม่ถูก เพราะเราชอบ
 สบายนี้ ถ้ามันเดือดร้อนก็เข้าใจว่ามันผิด แต่ที่มันเดือดร้อนนั้นถูกแล้วมันปฏิบัติถูก
 แล้ว มันฝืนใจตัวเองมันก็เดือดร้อน มันทุกข์ มันเป็นทุกข์จัง เมื่อทุกข์มันเกิดขึ้นมา
 มันก็ลืมตาเท่านั้นแหละ ลืมตาขึ้นมาพิจารณา “นี่อะไรกัน” อย่างนี้ มันเห็นอย่างนี้

ฉะนั้น การปฏิบัติที่เราบวชมานานหลายพรรษา ก็จริง แต่ว่าเราจะไม่ค่อยได้
 ปฏิบัติ เราจะเอาแต่สิ่งที่เราชอบ สิ่งที่เราไม่ชอบ เราไม่รู้สึกรู้ว่ามันเป็นข้อปฏิบัติ มัน
 จะเป็นอย่างนี้ได้ไหม แล้วเราพูดว่า “ฮือ...ผมไม่มีศรัทธา ผมไม่บวชหรอก” แต่ว่า
 อาศัยอันนี้ยังผิวเผิน พวกเราทั้งหลายควรระลึกให้มันได้ล่ะว่า ที่เราอยู่ที่นี่ บริหาร
 ที่อาศัยอยู่ที่นี่ ท่านให้พิจารณาให้มาก อย่าไปหลงมัน อย่าไปเพลินกับมัน อยู่กุฏิ
 สวยๆ ก็ดี อยู่ที่ไหนก็ดี จีวรสวยก็ดี ให้มันมีนิรามิสสุข ใจให้มันเป็นเนกขัมมธรรม
 อยู่กับอะไรก็ให้ใจมันออก ถอนอุปาทานจากสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ตัวอุปาทานนั้น
 แหละ ท่านบอกว่า การถอนจะต้องอาศัยเนกขัมมธรรม อาศัยรู้จักเหตุรู้จักผล
 อาศัยรู้จักโทษของมัน

อย่างพวกเรานี้เราอาศัยร่างกายเป็นอยู่ มันไม่ป่วยไม่ไข้ มันก็สบาย แต่เรา
อย่าไปอาศัยมันมากนะ ระวังนะ ต้องอาศัยเนกขัมมะไว้ อย่าไปพึ่งไปเกาะในกาย
ของเรา เดียวมันจะเป็นโรคเมื่อไรก็ไม่รู้เรื่อง นี่จะไปอาศัยมันได้หรือ ก็ต้องระวัง
เราจะต้องระวังอันนี้ให้มาก อีกวันหนึ่งมันจะระเบิดขึ้นมาเป็นต้น ข้อปฏิบัติเป็น
อย่างนี้ ถ้าเราคิดว่ามาก มันก็มาก เรื่องปฏิบัติเป็นเรื่องฝืนใจของเราอย่างนั้น
พวกเราทั้งหลายก็ต้องระวังไว้ว่า การฝืนใจตัวเองในทางที่ถูกที่ชอบนั้นนะดี แต่ว่า
ให้รู้จักกำลังของเรา ฉะนั้น ท่านจึงสอนซ้ำๆ ซากๆ อยู่เรื่อยๆ อย่างวันนี้พระเถร
ทุกองค์นั้นเคยนึกถึงความตายหรือเปล่า “แห่ม วันหนึ่ง อีกไม่นานเราก็ต้องตาย บัดนี้
มีอายุ ๒๐, ๓๐ แล้วเดี๋ยวก็ตาย” เคยคิดหรือเปล่านั้นก็ไม่รู้ เรื่องระลึกถึงความตาย
มีสักองค์สององค์ก็ยังมีดี ความละเอียดของคนมันต่างกัน เรื่องนึกถึงความตาย
จะเล่าให้ฟังสักเรื่องหนึ่ง

อาจารย์คนหนึ่งมีศิษย์ ๓ คน วันหนึ่งอาจารย์ถามว่า “ใครมีสติระลึกถึง
ความตายบ้าง วันหนึ่งประมาณกี่ครั้ง”

องค์ที่หนึ่งตอบว่า “อ้อ๊ย ผมระลึกถึงความตายไม่ได้หยุดหย่อนเลยครับ
ผมเที่ยวบิณฑบาต ผมนึกไปว่า จะได้กลับมาวัดหรือไม่หนอ จะได้กลับมาวัด
หรือไม่หนอ กลัวมันจะตายอยู่กลางทาง กลัวจะไม่ได้มาฉันบิณฑบาต”

องค์ที่สองก็ว่า “อ้อ๊ย ผมนึกถึงความตายยิ่งกว่านั้น ผมหนานั่งฉันบิณฑบาต
อยู่ นึกในใจว่า จะฉันจันทน์เสร็จหรือไม่หนอ กลัวมันจะล้มตายก่อน”

องค์ที่สามว่า “อ้อ๊ย ผมไม่ถึงแค่นั้นเลยครับ ผมคิดว่า ผมหายใจเข้าออกอยู่
ผมกลัวมันหายใจเข้าไป กลัวมันจะไม่ออกมา มันออกมาแล้ว ผมกลัวมันจะไม่เข้าไป
ผมจะตายตรงนั้น ผมคิดอยู่แค่นั้น”

สององค์แรกก็นึกว่าเราเอาเต็มที่แล้ว องค์ที่หนึ่งว่า บิณฑบาตกลัวจะไม่ถึงวัด
จะตายก่อน นึกว่าดีแล้ว แต่ยังไม่หยุด องค์ที่สอง จันอยู่ กลัวมันจะล้มกลิ้งลง
ก็นึกว่าไม่มีที่ไหนแก้ไขอีกแล้ว องค์ที่สาม ลมเข้าผมกลัวไม่ออก มันจะตาย นึกดูซิ
นี่คือความรู้สึกนึกคิดของคนแต่ละคน เพราะฉะนั้นมันจึงไม่เหมือนกัน มันหยาบ
กว่ากัน มันละเอียดกว่ากัน เพราะอันนี้

แต่ความรู้สึกของผม สมัยนี้ผมว่าพวกเราควรจะประพฤติปฏิบัติเพื่อประโยชน์ตนและเพื่อประโยชน์ประชาชนคนอื่นเขาบ้าง เพราะว่าสัตว์โลกทุกวันนี้ กำลังเมา กำลังมึด ไม่รู้เรื่อง ที่ทางทำมาหากินกันผมว่ามันจะแย่เสียแล้ว คับแคบกันเสียแล้ว ถ้าเราออกไปอีก เราก็ไปแย่งเอาที่ดินกับเขาอีก ไปแย่งเงินเขาอีก ไปแย่งอะไรอีก เลี้ยวไปอีก จะฆ่าจะแกงกันตาย มนุษย์ในโลกนี้ก็เห็นจะพอละมังนี้ เห็นจะพอกันละ สมัยก่อนชาวบ้านแต่งงานแล้วลูกก็เกิด เอ้า ให้มันเกิดเต็มทีมันเลยไม่ต้องกลัวมัน มันจะเกิดมาถึงยี่สิบ ก็เอาเถอะ เอาหมด เดียวนี้เขาไม่เอาแล้ว รู้ตัวว่าไปไม่ไหวแล้ว อย่างมากก็สามคน ผู้ชายสองคน ผู้หญิงคนหนึ่ง พอแล้ว อุดเลย ปิดเลย ผมว่าไม่เห็นมันเกิดประโยชน์อะไรมากมาย มันแย่งกันแล้ว สมัยก่อนนี้คราวหลวงพิบูลสงครามให้รางวัลคนลูกมาก ๆ ผมก็อยากให้อีกเหมือนกันแหละ ประชาชนมันน้อย เดียวนี้ประชาชนเขามันพอกันแล้ว จะลี้กออกไปทำไมอีกละ

ผมว่ามันได้โอกาสแล้วพวกเราทั้งหลาย มันได้โอกาสแล้วที่จะสร้างประโยชน์ในเวลา นี้ ประโยชน์ตนและประโยชน์คนอื่น ประโยชน์ภพนี้ประโยชน์ภพหน้า หรือประโยชน์อย่างยอด ผมว่าควรแล้ว เวลานี้มันควร เพราะเราก็เห็นนี่นะว่าลี้กเป็นฆราวาสแล้วจะไปทำอะไร เคยได้ยินไหม เคยได้ไปบิณฑบาตตามบ้านใหม่ บางวันเดินบิณฑบาตไปโน่น ทะเลาะกันตรงโน้น ยังไม่ทันหุงข้าวเลย ทะเลาะกันแล้วเอาแล้วรุ่นวายกันแล้ว ไม่รู้อะไรเป็นอะไร พวกท่านไม่เคยเห็นหรือ ก็ไปดูสิ่งที่มันจะเกิดปัญญาบ้างสิ ไปดูแต่สิ่งที่มันถมทับหัวใจของเรา มันจะเห็นอะไร ไปมองโน่น มองแมงป่อง เขามองก้ามกัน ก็นึกว่ามันเอาก้ามมันกัด ไปมองโน่น มองแมงป่อง ไม่ได้มองกันมันนี่ ไปจับหัวมัน นึกว่าตรงนั้นมันเป็นอันตราย ความจริงมันเอากัน มันจิ้มจนจะตายเอา เรามองข้ามไป มองไม่ถูกที่ มันจึงเสีย

อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ผมว่าอยู่เป็นนักบวชอย่างนี้สบายแล้ว ถ้าเราคิดอย่างนี้มันสบาย ไม่มีกรรมไม่มีเวร มันจะมีอะไรก็สบายแล้ว แต่ว่าเป็นนักบวชไม่ใช่อยู่นสบายเฉยๆ นะ ต้องทำให้เกิดประโยชน์ หาทางพ้นทุกข์ให้ได้ เป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลายญาติทั้งหลายให้ได้



พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่า
หนึ่ง ให้ละความชั่วแล้วก็ให้ทำความดี
ตอนที่สองท่านสอนว่า ความชั่วก็ต้องทิ้งมันเสีย
ความดีก็ต้องทิ้งมันเสีย ต้องละมันเหมือนกัน
คือไม่ต้องหมายมันมัน

๒ | ธรรมที่หยั่งรู้ยาก

วันนี้เป็นวันมหาปวารณา ความเป็นจริงนั้นเรานับถือพระพุทธเจ้า
ของเรา เทิดทูนพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ยิ่งกว่า
อะไรทั้งหลายทั้งนั้น แต่ว่าเรื่องนี้ไม่ใช่ของเล่นๆ จะต้องเป็นผู้ฉลาด
พอสมควร ต้องฉลาดในการสอนจิตของตัวเอง เอาออกมาฝึกให้มากๆ

จิตของเราจะบีบมันมากก็ไม่ได้ จะปล่อยมันก็เลอะเทอะ พระ
พุทธองค์ท่านตรัสว่า สอนตัวอย่างไรสอนคนอื่นอย่างนั้น ตัวทำอย่างไร
จึงให้คนอื่นทำอย่างนั้น ไม่ใช่ของเล่นๆ หรอกโยม โยมไปมองดูพระท่าน
บวช ก็นี้กว่าท่านสบาย อย่างเช่นเรื่องอาจารย์ดี จะเล่าให้ฟัง

บรรยายแก่พุทธบริษัท ที่วัดหนองป่าพง



อาจารย์ดีที่เป็นคู่กับอาจารย์ของรัตน์ เป็นพระกรรมฐานรุ่นกลางไม่ใช่รุ่นแรก ที่เป็นศิษย์อาจารย์มั่น ภูริทัตโต เทียบวิณฑบาตไปฉันตามบ้านป่า บางที่ บางบ้าน ก็ไม่รู้เรื่องเลย พระไปวิณฑบาตก็ใส่แต่ข้าว จะเอาอาหารใส่บาตรหรือก็ไม่เคยทำกัน บางแห่งก็ว่า พระกรรมฐานท่านฉันแต่หวานอย่างอื่นท่านไม่ฉันหรือ พอไป วิณฑบาตตามบ้านเขาก็เอาข้าวเปล่าใส่เท่านั้นแหละ พระจะไปบอกให้เขาเอาอาหาร ใส่บาตรก็ไม่ได้ เป็นอาบัติ บางที่พระไปพักอยู่เป็นเดือนๆ เขาก็ยังไม่เข้าใจ ที่นี้ ท่านอาจารย์ดีท่านไปวิณฑบาตในบ้านที่ยังไม่เคยไป โยมก็ใส่แต่ข้าว ตอนฉันจ้งหัน เขาก็ตามไป ท่านก็ฉันจ้งหันอยู่อย่างนั้นแหละ ฉันแต่ข้าวเปล่าๆ เพราะของมันอยู่ในบาตร โยมเขาก็มองไม่เห็น เห็นพระเอามือล้วงไป ท่านก็เอ้าขึ้นมาฉันสบายๆ ก็นึกว่าอาหารท่านเยอะแยะแล้ว ท่านอาจารย์ดีท่านฉันข้าวเปล่าๆ อยู่ ๗ วัน ท่านก็ คิดว่า “จะอย่างไรดีหนอ” พระกรรมฐานนี้ท่านก็มีปัญญาพอสมควรเหมือนกันนะ

วันหนึ่งท่านก็เอาฝาบาตรหงายขึ้นจับเอากาน้ำมารินใส่ มีแต่น้ำเท่านั้นแหละ โยมก็ตามมานั่งอยู่จะมาฟังธรรม ท่านก็เอาข้าวเหนียวมาปั้นแล้วจิ้มกับน้ำในฝาบาตร ที่รินมาจากกาน้ำนั้นแหละ ท่านก็ฉันข้าวไป โยมเขาก็มองท่าน ท่านก็ฉันของท่าน ไปเรื่อยๆ โยมสงสัยก็ถาม “เอ้า หลวงพ่อทำไมฉันอย่างนั้นเล่า ทำไมฉันข้าวกับน้ำ” ท่านก็ว่า “มันมีอย่างนี้ก็ฉันอย่างนี้” โยมก็ว่า “ฉันพริกฉันปลาจำไม่ได้หรือ” “ถ้ามัน มีก็ได้” ท่านอาจารย์ตอบ

ไอ้โฮ มันช่างเพราะเหลือเกินนะ ท่านเอาข้าวในบาตรนั้นมาจิ้มน้ำเปล่าอยู่ นั้นแหละ นี่ก็จะสอนคน เอากันถึงขนาดนั้น ที่นี้เขารู้แล้ว ก็ว่า โอ...เราบาปแล้ว ให้พระฉันข้าวกับน้ำเปล่าๆ อยู่ถึง ๑๕ วันแล้ว นี่ความไม่รู้เรื่องเป็นอย่างนี้ คนที่ ไม่รู้เรื่องมันสอนยากสอนลำบาก

ครูบาอาจารย์ผู้สอนมานั้นลำบาก อย่างเช่น อาตมาออกไปเมืองนอกซึ่งเขา ไม่มีพระเหมือนบ้านเรา ก็เป็นเหตุให้มองเห็นพระพุทธรูปเจ้าเสียแล้ว พอเราออกไป วิณฑบาต เขามองไม่เป็นพระเลย เขามองเป็นตัวอะไรก็ไม่รู้ คนที่คิดจะใส่บาตร ลักคนหนึ่งก็ไม่มี มีแต่เขาพากันมองว่า ตัวอะไรนะมานั้น ไอ้โฮ นึกถึงพระพุทธรูป



อาตมากราบท่านเลย มันแสนยากแสนลำบากที่จะฝึกคนเพราะเขาไม่เคยทำ ผู้คนที่
ไม่เคยทำไม่รู้จักน้ำมันลำบากมาก พอมาที่นี่ถึงเมืองไทยเรา ออกจากป่าไปบิณฑบาต
เท่านั้นแหละ ไม่อดแล้ว ไปที่ไหนมันก็สบายมาก แต่เมื่อเราไปเมืองนอกอย่างนั้น
มองๆ ดูไม่มีใครตั้งใจจะมาตักบาตรพระ บาตรเขายังไม่รู้จักเลย เราสะพายบาตรไป
เขานึกว่าเป็นเครื่องดนตรีเสียอีก ถึงอย่างนั้นอาตมาก็ยังดีใจในสิ่งที่ได้ทำมาแล้ว
โดยมากพระท่านไปเมืองนอกท่านไม่บิณฑบาตหรอก อาตมามองเห็นข้อนี้ถึง
พระพุทธเจ้า อาตมาต้องบิณฑบาต ใครจะห้ามก็จะบิณฑบาต ไปบิณฑบาต ไปทำกิจ
อันนี้ที่กรุงลอนดอนได้ ดีใจเหลือเกิน พวกพระไปด้วยกันก็ว่าบิณฑบาตทำไม มัน
ไม่ได้อาหาร “อย่าเอาอาหารซี ไปบิณฑบาตเอาคน เอาคนเสียก่อน ขนมันมากับคน”

พระก็ไปบิณฑบาตให้เขามองดู เขามองดูพระนั้นก็ถือว่าได้แล้ว ก็เหมือนท่าน
พระสารีบุตรนั้น ท่านไปบิณฑบาตอุ้มบาตรอยู่ในบ้านตั้งหลายครั้ง เขาก็ไม่ใส่บาตร
สักชั้นเลย เขามองดูแล้วเขาก็เดินหนี มาถึงวันหนึ่งเขาก็ว่า “พระสมณะนี้มาอย่างไร
ไป หนีไป” พระสารีบุตรท่านก็ดีใจแล้วได้บิณฑบาตแล้ววันนี้ เพราะเขาสนใจเขา
จึงใส่เรา ถ้าเขาไม่สนใจเขาไม่ใส่หรอก เขาไม่พูดกับเราหรอก พระสารีบุตรท่านเป็น
ผู้มีปัญญา เท่านั้นท่านก็พอใจแล้ว คนสนใจ นี่เป็นจิตของพระที่ท่านไปประกาศ
พระศาสนา

อาตมานึกถึงข้อนี้แล้วก็ไม่อาย เพราะพระพุทธเจ้าของเราท่านตรัสว่า “ให้อาย
แต่สิ่งที่มีนบเป็นบาป ไม่เป็นบาปไม่ต้องอาย” ก็เลยออกไปบิณฑบาตได้สัก ๗ วัน
ตำรวจก็จ้องสะกดรอยตามมาห้าม ให้อายุบิณฑบาต บอกว่าผิดกฎหมายในเมืองเขา
เราไม่รู้มันผิด เราก็อายุบิณฑบาต ที่ผิดเพราะเขาหาว่าเป็นขอรทาน บ้านเขาห้ามขอรทาน เราก็
บอกว่า อันนั้นมันเป็นเรื่องของคน แต่ที่มันเรื่องของศาสนา พระพุทธศาสนาไม่ใช่
ขอรทาน ก็เลยได้อธิบายไปว่า ขอรทานประการหนึ่ง การบิณฑบาตอีกอย่างหนึ่ง ก็เลย
เข้าใจกัน ทุกวันนี้ที่นั่นพระก็ได้บิณฑบาตอยู่ แต่ก็ยังไม่ดีเท่าไรหรอก ค่อยๆ
เริ่มไปละ นี่เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ทำได้ลำบาก



จิตใจของเราก็เหมือนกัน อย่างเราชาวพุทธที่มาฟังธรรมะกันทุกวันพระนี้ บางคนก็ยังไม่ค่อยจะรู้เรื่องธรรมะแท้ๆ อย่างเมื่อสองสามวันมานั้น พวกโยมจากสาขามารวมกันเป็นร้อยๆ ทีนี้อาตมาก็เลยถามว่า “โยม ปีนี้เท่าที่ตรวจดูนะ อาตมาสอนมาก็เกือบสามสิบปีแล้ว ปล่อยไปตามใจสบายๆ วันนี้ก็เลยอยากถามว่า พวกเราอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลายนั้น มีบ้างไหมในที่นี้ได้ตั้งใจที่จะปฏิบัติ ปฏิบัติไม่มากหรอก มีศีล ๕ ตลอดชีวิตมีบ้างไหม”

มองดูตากันลอกแลก ไม่มีเลย นั่งนิ่งอยู่อย่างนั้น นี่เห็นไหม มันขาดการปฏิบัติ คือมันยังไม่ถึงใจ อาตมาก็เลยเทศน์ว่าไปสักหน่อย วันนั้นจะมีใครโกรธหรืออย่างไรก็ไม่รู้ อาตมาก็เห็นว่าจะมีคนสักคนหนึ่ง แต่ดูแล้วมีแต่ขี้คน มีแต่ขี้มัน คนไม่มี ถ้าคนแท้มันต้องสำรวจด้วยศีล ๕ คือ ถ้าเป็นมนุษย์แล้วเราต้องพยายามทำศีลนี้ให้มันมีขึ้นมาโดยตลอดชีวิต ได้สัก ๔ - ๕ คนก็ยังดีนะ นี่ไม่มีหรอก เพราะไม่เคยทำมา

สมัยก่อนอาตมายังไม่ได้มาสอนที่นี่ เรื่องสมาธินี้คนก็ไม่รู้เรื่องเลย ศีลก็พูดแต่รับกับพระไปเท่านั้น พูดไปทำไมก็ไม่รู้ สมาธิก็ไม่รู้เรื่องไม่เคยทำ เข้าไปวัดก็ไม่มีการฝึก เมื่อศีล สมาธิ ก็ไม่เริ่ม ปัญญาจะเกิดที่ไหน ถ้ามาพูดถึงตรงนี้ รู้สึกว่าพวกเรายิ่งไกลกันมากที่สุด ขอให้แต่ละคนเอาการบ้านข้อนี้ไปคิดกัน อย่างอาตมาขึ้นไปเมืองเหนือไปเทศน์ให้เขารักษาศีล เขาก็ว่า “ท่านอาจารย์เทศน์อย่างนี้ ท่านจะฉันข้าวกับอะไร” “ไม่รู้ อาตมาไม่รู้” เขาก็ว่า “ถ้าอย่างนั้นเอาไหม ผมจะโขลกพริกกับเกลือมาให้ท่านฉันทุกวัน ท่านจะฉันได้ไหม” อาตมาก็ว่า “ใครจะทำ โยมคนไหนจะทำ อย่าหนีจากกันเลยนะ ให้โยมโขลกพริกกับเกลือมาทุกวันๆ อาตมาก็จะฉันให้ทุกวันๆ อาตมาไม่เคยเห็นใครมีศรัทธาอย่างนี้ เอาไหม เอากันเป็นปีๆ ไหม หรือตลอดปีก็เอากันไหม ให้โยมมาจัดทุกวันนะ”

โน่น คนที่พูดไปนั่งอยู่โน่น มันไม่กล้าทำหรอก มันพูดแต่ปากนั่นแหละ พูดให้เราจนเท่านั้น ความเป็นจริงคนที่มาวัดทุกวันนี้มันต้องมีศรัทธา คนพูดเช่นนั้น มันไม่มีศรัทธาหรอก



ผู้ที่เข้าถึงพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่จริงมันง่ายที่สุด โยม มันง่ายมาก การกระทำอะไรต่อมิอะไรมันง่าย มันไม่ยาก ไม่ต้องเลือกวันนั้น เดือนนี้ ยามนี้ ไม่ต้องแล้ว พระพุทธองค์ของเราที่ทรงสอนว่า เมื่อไรมันสะดวก วันนั้นมันดี แต่ที่เราไม่อย่างนั้น เช่น จะปลูกบ้านปลูกช่องสารพัดอย่าง ก็จะต้องหาฤกษ์วันพັນยามกันเสียแล้ว พระพุทธองค์ท่านไม่ว่าอย่างนั้น ท่านว่าเมื่อโอกาสมันเหมาะสมก็ให้ทำไปเถอะ แต่เราก็กลัว ซึ่งถ้าพูดถึงพระรัตนตรัยเต็มที่ ถึงที่สุดแล้ว ไม่มีอะไรที่จะต้องกลัว คือว่ามันไม่ผิดหรอก เมื่อมันมีโอกาสที่จะทำเมื่อไรมันสะดวก มันถูกกับเวลาของเรา มันสะดวกก็เอาละ

นี่ท่านว่าอย่างนี้ แต่เราไม่เอาอย่างนั้นสิ จะต้องเอาวันนั้นวันนี้ จนเอาตามำคาญ ยิ่งวันแต่งงานนั้นเขาถือว่าเป็นวันที่สำคัญของเขามาก ต้องเอาวันนั้น ต้องเอาฤกษ์อย่างนั้นอย่างนี้ นิมนต์เอาพระหลวงตาไปฉัน นั่งคอยเมื่อยจะตายแล้ว อยู่那儿แหละ คือถ้าไม่ได้ฤกษ์ไม่เอา ต้องให้ได้ฤกษ์ อาตมาก็คอยสังเกตใครที่มีฤกษ์ดีๆ บ้าง ว่ามันจะเป็นอย่างไรไหม มันจะดีไหม บางคนอยู่กันได้ไม่ถึงเดือน ทะเลาะกันไปเลย อ้าว...ดูสิมันเป็นเสียอย่างนี้ แล้วทำไมไม่สังเกตเหตุผลดูละ จะต้องเอาวันนั้นวันนี้ วันนี้มันจมน วันนั้นมันพุง ต้องทำข้างขึ้น ข้างแรมอย่าเอา ไปถือเอาอันนั้นมาเป็นฤกษ์ของเรา ฤกษ์มันก็เป็นเรื่องของฤกษ์ เวลาก็เป็นเรื่องของเวลา มันไม่ใช่มาเกี่ยวข้องกับเรา ถ้าเราไปคิดอะไรต่อมิอะไรมันมากทุกอย่าง ในเรื่องพุทธศาสนา มันก็จะยุ่งเหยิงหลายอย่าง จนกระทั่งที่ว่าพูดกันไม่ค่อยจะได้

ที่นี้เรามามองดูซิว่า ถ้าเป็นอย่างนั้น พระรัตนตรัยของเราจะเสื่อมไหม เค้าหมองไหม มันก็เสื่อม มันก็เค้าหมองเท่านั้นแหละ ที่ว่าฤกษ์ดียามดีก็คือ อะไรที่มันดี อะไรที่มันเหมาะสม ไม่ขัดข้องนั้นแหละ อาตมาว่ามันดีแล้ว อาตมาพูดอย่างนี้ ทั้งยังถืออย่างนี้มาตลอดจนทุกวันนี้ ไม่เคยเห็นมันเป็นอะไร เมื่อเรามามองคนบางคน ตระกูลบางตระกูล โยมบางโยมก็ลำบาก เช่น แต่งงานกันไม่ถึงฤกษ์ หมายจริงๆ ไม่ต้องละ พระฉันเสร็จแล้วก็ต้องนั่งคอยอยู่那儿แหละ คือ พอถึงฤกษ์ก็ต้องสวด *ชะยันโต โพธิยา มูเล...* แต่แล้วมันก็ดีบ้างได้บ้างเสียบ้างเหมือนกัน



บางคนก็อยู่ด้วยกันเดือนสองเดือนพูดกันไม่รู้เรื่อง หนีจากกันเสียแล้ว ทำไม่ฤกษ์
มันไม่คุ้มละ ฤกษ์มันไปอยู่ตรงไหน

อันนี้ขอให้โยมคิดกัน อาตมาเคยพูดอยู่เรื่อยๆ ให้โยมคิด ถ้าเราพูดถึงการ
ตกลงกันวันนั้นวันนี้ ตกลงกันพร้อมเพรียงสามัคคีกัน ไม่ใช่ว่าได้วันจันทร์ ไม่เอานะ
ไม่ได้วันอังคารไม่เอานะ ไม่ใช่อย่างนั้น อันนี้เป็นเรื่องยุ่ง ไม่ต้องมากหรอก เท่านี้
มันก็ยุ่งแล้ว เมื่อเราตัดสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ที่เป็นมงคลตื่นข่าวออกไปแล้ว มันก็ก้าว
เข้าไปหาลิเบเปอร์เซ็นต์แล้ว เรานับถือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สูงสุดสูงส่ง
ดีแล้ว จะสบายจะสะดวกกันทุกอย่าง

อย่างตามบ้านนอกของเรานั้น ทำไร่ ทำนา ทำค้า ทำขาย ทำโน่น ทำนี่
ถ้าถือกันอย่างนี้ก็ยิ่งลำบากขัดข้องหลายอย่าง อยู่มาวันหนึ่งเขาเอาหนังสือมาให้
ลงคาถาให้ หนึ่งหน้าผากเสือ นี่มันก็ต้องฆ่าเสือมันถึงเอาหนึ่งหน้าผากเสือมาได้
ก็นึกว่าเราได้ของดีแล้ว เอามาให้หลวงพ่อลงคาถาให้ อาตมาก็ว่า “จะลงคาถาไปทำไม
เสือก็ไปฆ่ามาแล้วนี่ หนึ่งมันจะดีอะไร” ไปฆ่าตัวมันเอาหนึ่งมันมาลงคาถา ถือกันไป
อย่างนี้ ที่จริงแล้วที่มันดีอยู่ ก็คือ อย่ายไปฆ่าเสือมัน อันนี้ไปฆ่าเขา ถือกันว่าดีและ
ยังจะเอาหนึ่งมาลงคาถาอีก จะทำอะไรกันต่อไปอีก เป็นอย่างนี้ มันถือผิดกันหมด

อย่างกลองที่วัดอาตมาเคยอยู่นะ คือ วัดทุ่ง กลองเขาเอาไว้ตีเพล ทุ่ม...
ทุ่ม..ทุ่ม มีอาจารย์องค์ไหนก็ไม่รู้บอกว่า ถ้าได้หนึ่งหน้ากลองมาจะลงคาถาให้ ก็เลย
พากันไปผ่าเอากลองเพลที่วัดทุ่ง ปาดหน้ากลองแล้วเอาไปลงคาถา เราก็เคยเห็นว่า
กลองเพลมันดัง ถ้าตีไปคนก็มารวมกัน อันนี้คงดีแน่ แต่นี่กลับไปตัดเอามาลงคาถา
เสียนี้ เรื่องทั้งหลายเหล่านี้มันหลายเหลือเกิน เมื่อค้นถึงพุทธศาสนาของเราแล้ว
ที่จริงนั้นมันลำบากอยู่ เราจะเอาตรงไหนมันดี มันลำบาก การปฏิบัติของเรานั้นมัน
ถึงไม่ปรากฏผลขึ้นมา

เรื่องทั้งหลายเหล่านี้พระพุทธองค์ตรัสว่ามันยุ่ง ทรงตัดทิ้ง เพราะมันเป็นเรื่อง
ของพราหมณ์ พราหมณ์เขาบูชาัญญ ทำไม่พราหมณ์ถึงบูชาัญญ เพราะเขาต้องการ
สิ่งที่เขาปรารถนา เขาถึงบูชาัญญ มันตรงกันข้ามกับพุทธศาสนาของเรา ทำไม่เรา



ถึงทำบุญกัน ทำบุญกันทำไม การทำบุญนั้น พระพุทธเจ้าของเราหมายถึง ไม่ให้เห็นแก่ตัวหรือว่าทำไปเพื่อกำจัดความโลภออกจากใจของเรา มันไปคนละข้างกับพราหมณ์เสียแล้ว มันกลับกัน ฉะนั้น ผู้เข้าถึงพระรัตนตรัยนั้นหยาบๆ มีเยอะ แต่มันก็ยังไปไม่ได้ ไม่ต้องไปพูดถึงกรรมลึกลับซึ่งอะไร อย่างเช่นท่านว่า “อนิจจา วัตะสังขารา อุปปาทวะยะธัมมิโน” มันจะถึงสังขารเมื่อไร เพราะมันไม่ได้พิจารณากัน แม้แต่นั่งสมาธิทำจิตให้เป็นหนึ่งมันก็ไม่เคยรู้เรื่อง ไม่รู้จักทำกัน แล้วมันจะไปมองเห็นตรงไหน อันนี้ให้พวกเราเอาไปพิจารณาดู

การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นพระก็ปฏิบัติได้ เป็นโยมก็ปฏิบัติได้ แต่ว่าเป็นพระนี่มันไกลจากความกังวล แต่ก็ไม่แน่ บางแห่งก็ยิ่งกังวลมากขึ้น อันนี้ก็เป็นที่ลำบากอยู่ ฉะนั้น เรื่องธรรมะนี้จะต้องใช้การภาวนา คือการพิจารณา อย่างเช่นพระนวกะที่ท่านได้เทศน์ให้ฟังไปนั้น ท่านได้พูดรวมลงมาว่า

“พุทธศาสนานี้ต้องปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติไม่เกิดผลไม่เกิดประโยชน์ เรียนมากขนาดไหนก็ไม่มีประโยชน์ มันไม่เกิดประโยชน์ถ้าไม่ปฏิบัติ”

อันนี้ท่านพูดสั้นๆ ท่านเกิดมีความรู้สึกอย่างไรก็ไม่รู้ของท่าน ท่านพูดสั้นแต่ก็ถูกต้องทั้งหมดเลย เพราะถ้าไม่ปฏิบัติแล้วทุกอย่างมันไม่เกิดประโยชน์ มันเสียหาย เช่นว่า เราทำนาสักแปลงหนึ่ง แต่พอถึงคราวที่จะเกี่ยวไม่รู้จะเอาอะไรเกี่ยว มันก็เสียหายมาก การกระทำนั้นก็เลยไม่ได้ผลประโยชน์ แต่ว่าทำไมการปฏิบัติมันถึงยากลำบาก คือ ถ้าจะว่ากันจริงๆ แล้ว มันต้องยากเสียก่อนแล้วมันจึงจะง่าย

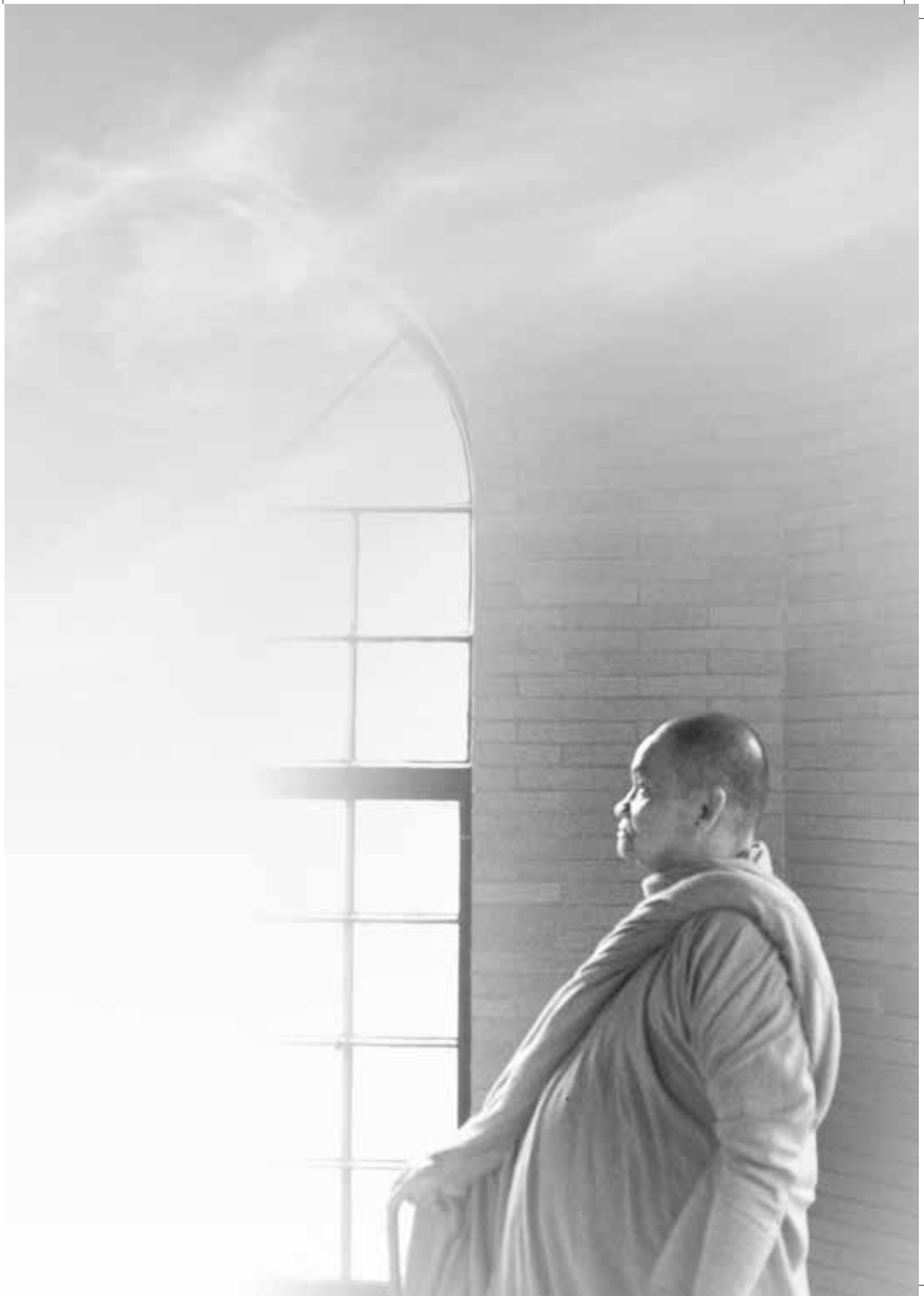
อย่างเช่น พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า **ทุกข์** พอเราเห็นว่าทุกข์อย่างเดียวก็น่าไม่ชอบเสียแล้ว ไม่อยากจะรู้ทุกข์ แต่ความเป็นจริงแล้วตัวทุกข์นั้นแหละคือตัวสังขารแท้ๆ แต่เราก็อ้อมอันนี้เสีย ไม่อยากจะดูทุกข์ หรืออย่างที่คนแก่ๆ เราก็น่าไม่อยากจะดู อยากจะดูแต่คนหนุ่ม เป็นเสียอย่างนั้น ทุกข์นี้ไม่อยากจะดู เมื่อไม่อยากจะดูทุกข์ มันก็ไม่รู้จักทุกข์ ตลอดที่ภพที่ชาติก็ไม่รู้จักทุกข์ ทุกข์นี้เป็นตัวอริยสัง เป็นสังขาร ถ้าเราเห็นทุกข์ก็เป็นเหตุให้เราแก้ไข อย่างเช่นว่า ทางที่นี้มันรกไปไม่ค่อยจะได้ ไปแล้วมันก็รกอยู่นั้นแหละ ความคิดมันก็เกิดขึ้นว่า ทำอย่างไรหนอ



ทางนี้มันจึงจะง่าย ไปทุกวัน คิดทุกวัน จิตนี้มันเกิดความคิดอย่างนี้ เพราะสิ่งที่ไม่สะดวกคือตัวปัญหา ตัวปัญหามันเกิดขึ้นมา มันถึงหาทางเฉลยแก้ปัญหานั้น ถ้าเราไม่ทุกข์มันก็ไม่มีปัญหา เมื่อไม่มีปัญหาก็ไม่มีเหตุให้พิจารณาอะไรเลย อันนี้เราก็เลยข้ามไป ฉะนั้นพระพุทธองค์ท่านจึงทรงสอนเรื่อง ‘ทุกข์’

วันหนึ่งมีพระอยู่ด้วยกันมาเล่าให้อาตมาฟัง ท่านเล่าว่า ปีนี้มันทุกข์เหลือเกิน อาตมาก็ว่า ก็ให้มันทุกข์เสียก่อนซิมันถึงจะอดทน ถ้าไม่มีความอดทน มันจะเห็นธรรมะไหม อย่างเช่นว่า ก่อนนั้นตีสามไม่เคยจะตื่นเลย อยู่ที่นี่พอตีสามระฆังดังหง่าง ๆ... แล้ว เรามันเคยสองโมงเช้าจึงจะตื่นเมื่ออยู่ที่บ้าน มาอยู่ที่นี่ตื่นตีสาม มันก็เลยแยะ ทำไมมันจะไม่อยากโดดหนีล่ะ มันก็คิดถึงบ้านเท่านั้นแหละ อยู่บ้านพ่อแม่เราไม่เคยลำบากอย่างนี้ ไปเสียดีกว่า มันเป็นทุกข์ ทำไมจะไม่เป็นทุกข์ อย่างการขบฉัน พระตั้งสามสี่สิบ อาตมาก็ให้ฉันบิณฑบาตเรียงกันไปเรื่อยๆ แต่เมื่อเราหิวขึ้นมาที่ว่าฉันพร้อมกันไม่ได้หรือมันยุ่งยาก อาตมาก็ว่าดีแล้ว ยุ่งยากนั้นนะดี มันอดทนดี พระบวชใหม่ๆ อยากฉันก็ฉัน พอมันมาพบตรงนี้เข้ามันก็ทุกข์ เพราะพระจะฉันก็ต้องฉันเรียงลำดับกันไป กว่าที่จะถึงเราก็ โอ๊ย มันอดแล้วอดอีก มันก็เป็นทุกข์ กว่าที่ปรับตัวได้ก็ร่วมสามเดือน

อาตมาก็เคยบอกพระนวกะเราแต่แรกแล้วว่า ให้ถึงเดือนที่สามแล้วถึงจะพอรู้เรื่องสักนิดหนึ่ง เพราะมันผ่านทุกข์มานั่นเอง ถ้าได้ผ่านตรงนี้แล้วก็เอาซิ จะไปทำมาค้าขายอะไรก็มีกำลัง การงานดีขึ้นมีกำลังขึ้น เช่น มีลูกศิษย์คนหนึ่งที่มาอยู่ที่นี่ ต้องตื่นนอนตีสาม บางทีนอกหกทุ่ม พอสี่ไปเป็นทหาร ตอนอยู่เวรคนอื่นเขาจะตายแล้ว แต่คนนี้สบาย เดินจงกรมสบาย เจ้านายก็รัก เลยมาบอกว่า เป็นทหารไม่ยากหรอก มันง่าย ๆ ส่วนคนที่ไม่เคยทำกรรมฐานมันจะตายแล้ว คนที่สบายเพราะมันเคยทุกข์มาจนพอแล้ว ให้มันทุกข์ขนาดนั้น (เป็นทหาร) มันไม่เต็มมือมันมันเลยสบายเลย นี่แหละเราต้องการตรงนี้ ฉะนั้นที่มาบวชวัดหนองป่าพงนี้มันเป็นทุกข์ มันเป็นทุกข์เพราะไม่เห็นว่ามันเป็นทุกข์นี่แหละเป็นทางตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า





พระพุทธเจ้าของเราท่านให้เห็นทุกข์ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ออกช่องนี้เลย พระอรหันต์ออกช่องนี้ ถ้าไม่ออกช่องนี้จะออกช่องไหน ใครจะไปตรงไหน ถ้าไม่ออกช่องนี้ก็ไม่มีความออก จะต้องรู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดของทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ นี่ออกช่องนี้ พระโสดาบัน พระอรหันต์คน เบื้องต้นก็ออกตรงนี้ ไม่มีทางอื่นที่จะออก ถ้าไม่รู้จักทุกข์ออกไม่ได้ ทุกๆ อย่าง นั้นแหละมันทุกข์ อย่างทุกข์ใจของเราเนี่ยมันก็สารพัดอย่าง โยมเองก็เคยเป็นทุกข์ กันมาแล้ว วิธีปฏิบัติในทางพุทธศาสนาเพื่อแก้ทุกข์ คือ ทำอย่างไรจะไม่ให้มันเป็นทุกข์ เมื่อความทุกข์เกิดขึ้นมาก็ตามหาว่ามันเกิดขึ้นจากอะไร เออ... มันเกิดจากตรงนั้น ท่านก็ให้ทำลายเหตุตรงนั้นเสีย ไม่ให้มันเกิดขึ้นมา เพราะเห็นทุกข์เสียก่อน จึงรู้ว่าทุกข์มันเกิดจากอะไร ก็ตามมันไปอีก จึงไปแก้ตรงนั้นว่า มันเกิดจากอันนั้น แล้วทำลายสิ่งที่มันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดไปเสีย ด้วยการขจัดมันไป ทุกข์ สมุทัย แล้วก็นิโรธ คือ ความดับเช่นนั้นมันมีอยู่ จะต้องหาข้อปฏิบัติ คือ มรรค เพื่อจะเดินทางไปดับทุกข์ แก้ตรงนั้นมันจึงไม่เกิดทุกข์ อย่างนี้พระพุทธศาสนาออกไปตรงนี้ ไม่ออกไปที่ไหน

มนุษย์เราทั้งหลายที่ยังตกค้างอยู่ในโลกนี้มากมายก่ายกองนั้น มีเรื่องสงสัย วุ่นวายตลอดเวลา อันนี้มันไม่ใช่ของเล่นๆ มันเป็นเรื่องยากของลำบาก ฉะนั้นจะต้องยอมสละมันทิ้งส่วนหนึ่ง ทิ้งร่างกายทิ้งตัว ต้องตกลงถวายชีวิต อย่างเช่น พระที่ท่านมาบวชหรืออย่างพระพุทธองค์ ท่านเป็นกษัตริย์ใช่ไหม คนเราพอเห็นท่านเป็นกษัตริย์ออกบวชไม่สึก ก็ว่าดีอยู่ แต่ว่าท่านเป็นกษัตริย์ท่านก็ไปได้ เพราะอะไรๆ ท่านก็ร่ำรวยมาหมดทุกอย่างแล้ว ท่านก็ไปได้ละ นี่คนเราไปว่าอย่างนั้น รู้ไหมว่า ตัณหามันมีประมาณไหม ได้ขนาดไหนมันถึงจะพอ มีไหม มันมีไหม ลองถามดูอย่างนี้ได้ มันไม่มีเพียงพอ มันก็ยังอยากอยู่เรื่อยไปนั่นแหละ เมื่อมันทุกข์จวนจะตายอยู่แล้วมันก็ยังอยาก คำว่าเพียงพอมันไม่มี

ที่นี้เมื่อมาพูดถึงธรรมะล้วนๆ พูดถึงการปฏิบัติเนี่ยมันยิ่งลึกลงไป ญาติโยมบางคนอาจจะฟังไม่ได้ เช่น พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ท่านไม่มีการเกิดอีกแล้วในภพชาติ ท่านหมดเท่านั้น พอว่าไม่ต้องเกิดอีกก็เป็นเหตุให้โยมไม่สบายใจแล้ว ถ้า



พูดกันตรงไปตรงมานั้น พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนไม่ให้พวกเราไปเกิดนั้นแหละ เพราะมันเป็นทุกข์ ท่านวกไปวนมา แล้วมาพิจารณามองเห็นความเกิดนี้แหละเป็นสิ่งสำคัญ เพราะความเกิดนี้แหละพาให้ทุกข์ทั้งหลายเกิดขึ้นมา คือเมื่อมีการเกิดปั๊บ ก็มีตา ปาก จมูก มีสารพัดอย่างขึ้นมาพร้อมกันเลย แต่ว่าพวกเราที่ว่าตายไม่ได้ ผุดเกิดนั้นหนีบหายเสียแล้ว นี่พระพุทธองค์ท่านสอน มันลึกที่สุด มันเป็นอย่างนี้

ทุกวันนี้เราทุกข์เพราะอะไร ทุกข์เพราะการเกิดมา เพราะฉะนั้นท่านจึงพยายามขจัดความเกิด แต่ไม่ใช่ว่าการเกิดคือร่างกายมันเกิดนะ หรือการตายคือร่างกายที่มันตายนี่นะ แบบนี้เด็ดๆ ก็รู้จัก คนเราโดยมากจะรู้จักว่ามันตายตรงที่ร่างกายนี้ตาย ลมมันหมดแล้วนอนอยู่ ส่วนคนตายที่หายใจอยู่ ไม่ค่อยจะรู้จัก คนตายที่พูดได้ เดินได้ วิ่งได้ คนไม่รู้จัก การเกิดก็เหมือนกัน เมื่อไปคลอดที่โรงพยาบาลก็ว่านั่นเกิดแล้ว แต่ว่าจิตที่มันเกิดที่มันนอนวยอยู่นั้นมองไม่เห็น บางทีก็เกิดความรัก บางทีก็เกิดความเกลียด บางทีก็เกิดความไม่พอใจ บางทีก็เกิดความพอใจ สารพัดอย่าง ล้วนแต่เรื่องเกิดทั้งนั้นแหละ มันทุกข์เพราะอันนี้เอง เมื่อตาไปเห็นรูปแล้วเกิดไม่ชอบใจก็ทุกข์แล้ว หูฟังเสียงชอบใจนี้ก็ทุกข์ มีแต่เรื่องทุกข์ทั้งนั้น ฉะนั้น สิ่งทั้งปวงนี้ท่านสรุปว่า รวมแล้วมันมีแต่กองทุกข์ ทุกข์เกิดขึ้นแล้ว ทุกข์มันก็ดับ มีสองเรื่องเท่านั้น ทุกข์เกิด...ทุกข์ดับ ทุกข์เกิด...ทุกข์ดับ เราก็ไปตระครุบมัน ตระครุบมันเกิด ตระครุบมันดับ ตระครุบอยู่อย่างนี้ มันไม่จบเรื่องกันสักที

พระท่านจึงให้พิจารณาว่า รูป - นามขันธ์มันเกิดแล้วมันก็ดับ นอกจากนั้นแล้วก็ไม่มีอะไร ถ้าพูดตามเป็นจริงแล้ว สุขมันไม่มีเลย มีแต่ทุกข์ ที่ดับไปนั้นก็ทุกข์ดับไปเฉยๆ ไม่ใช่สุขหรือ แต่เราไปหมายเอาตรงนั้นว่ามันสุข ก็ทุกข์อันเก่ามันแหละ นี่มันละเอียด ตรงนั้นสุขเกิดขึ้นมาก็ดีใจ ทุกข์เกิดขึ้นมาก็เสียใจ ถ้าความเกิดไม่มี ความดับก็ไม่มี ท่านจึงบอกว่าทุกข์เกิดและทุกข์ดับเท่านั้น นอกนั้นไม่มี แต่ว่าเราก็ไม่เห็นชัดว่ามันมีทุกข์อย่างเดียว เพราะว่าที่ทุกข์มันดับไป เราก็เห็นว่าเป็นสุข เลยตระครุบอยู่อย่างนั้น แต่ผู้ที่ซึ่งในธรรมะนั้นไม่ต้องรับอะไรแล้ว มันสบาย

ตามความเป็นจริงแล้วโลกที่เราอยู่นี้ ไม่มีอะไรทำไมใครเลย ไม่มีอะไรจะเป็นที่วิตถกวิจารณ์เลย ไม่มีอะไรที่น่าร้องไห้หรือหัวเราะ เพราะมันเป็นเรื่องอย่างนั้นธรรมดาๆ แต่เราพูดธรรมดาได้ แต่มองไม่เห็นธรรมดา แต่ถ้าเรารู้ธรรมะสม่ำเสมอแล้วไม่มีอะไรเป็นอะไรแล้ว มันเกิดมันดับของมันอยู่อย่างนั้น เราก็จะสงบ

สิ่งที่มนุษย์เราต้องการอยู่ทุกวันนี้ไม่ใช่เรื่องให้มันสงบ แต่ต้องการที่จะระงับทุกข์เพื่อให้มันเกิดสุข เมื่อมันมีสุขมีทุกข์อย่างนี้มันก็เรียกว่า มีภพ มีชาติอยู่อย่างนั้น แต่ในความหมายของพระพุทธเจ้าแล้วให้ปฏิบัติจนมันเหนือสุขเหนือทุกข์ มันจึงจะสงบ แต่พวกเราคิดกันไม่ได้ ตรงนี้ก็คือสุขนั้นแหละดีแล้ว ได้สุขเท่านั้นก็พอแล้ว ฉะนั้น มนุษย์เราทั้งหลายจึงปรารถนาเอาแต่สิ่งที่มันได้มากๆ ได้มากๆ นั้นแหละดี คิดกันอยู่แค่นี้ เห็นว่ามันสุขแค่นั้น หรือเรียกว่า การทำดีแล้วได้ดีแล้ว มันก็จบลงแค่นั้น ต้องการแค่นั้นก็พอแล้ว ได้ดีมันจบลงตรงไหนเล่า ดีแล้วก็ไม่ได้ไม่ดีแล้วก็ดี มันก็กววน วกลงไปวนมาอยู่อย่างนั้น ก็ทุกข์อยู่อย่างนั้นตลอดวันยังค่ำ

พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่า **หนึ่ง ให้ละความชั่วแล้วก็ให้ทำความดี สองท่านสอนว่า ความชั่วมันก็ต้องทิ้งมันเสีย ความดีก็ต้องทิ้งมันเสีย ต้องละมันเหมือนกัน คือไม่ต้องหมายมันมัน** เพราะว่ามันเป็นเชื้อเพลิงอันหนึ่ง มันมีเชื้ออยู่ มันก็จะเป็นเชื้อเพลิงให้มันลุกขึ้นมาอีก ความดีมันก็เป็นเชื้อ ความชั่วมันก็เป็นเชื้อ อันนี้ถ้าพอถึงขั้นนี้ มันก็ฆ่าคนเสียแล้ว คนเราก็คิดตามไม่ไหวเสียแล้ว ดังนั้นท่านจึงต้องยกเอาศีลธรรมมาสอนกัน ให้มีศีลธรรม อย่าเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ให้ทำงานตามหน้าที่ของตนเอง อย่าเบียดเบียนคนอื่น ท่านก็บอกให้ถึงขนาดนี้ แค่นี้ก็ยังไม่หยุดกันแล้ว

อย่างที่เรารู้สวดธัมมจักขุ วันนี้ ก็มีข้อที่ว่า การเกิดอีกไม่มี เป็นชาติที่สุดแล้ว การเกิดของตถาคตไม่มีแล้ว นี่ท่านพูดเอาสิ่งที่เราไม่ปรารถนา ถ้าเราฟังธรรมะมันก้าวร้าวกันอยู่อย่างนี้ เราจะให้สว่างกับธรรมะนั้นไม่มีเลยโยม อาตมาก็ปฏิบัติมาหลายเมืองหลายที่ ร้อยคนพันคนจะมีใครที่ตั้งใจปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น



จริงๆ ไม่ค่อยจะมี นอกจากว่าพระกรรมฐานด้วยกัน ที่พูดถูกกัน ที่เห็นด้วยกัน
 อย่างนั้น ผู้ที่จะพ้นจากวัฏสงสารจริงๆ มีน้อย ยิ่งถ้าพูดถึงธรรมะอันละเอียดจริงๆ
 แล้ว โยมก็กลัว ไม่กล้า ขนาดพูดแค่อย่าไปทำความชั่วเท่านี้ก็ยังไม่ค่อยจะได้
 อาตมาได้เคยเทศน์ให้โยมฟังแล้วว่า โยมจะดีใจก็ตาม จะเสียใจก็ตาม สุขก็ตาม
 ทุกข์ก็ตาม ร้องให้ก็ตาม ร้องเพลงก็ตามเถอะ อยู่โลกนี้ก็เหมือนอยู่ในกรงเท่านั้น
 แหละ ไม่พ้นไปจากกรง ถึงจะรวยก็อยู่ในกรง มันจะจนก็อยู่ในกรง มันจะร้องให้
 ก็อยู่ในกรง มันจะร้องอยู่ในกรง มันจะดูหนังก็ดูหนังในกรง กรงอะไรเล่า
 กรงคือความเกิด กรงคือความแก่ กรงคือความเจ็บ กรงคือความตาย

เปรียบเหมือนอย่างนกเขาที่เลี้ยงเอาไว้ เอานกเขามาเลี้ยงไว้แล้วก็ฟังเสียงขัน
 ของมัน แล้วก็ดีใจว่านกเขามันขันดี นกเขามันเสียงโต นกเขามันเสียงเล็ก ไม่ได้
 ไปถามนกเขามันเลยว่ามันสนุกหรือเปล่า เพราะเราก็ว่าฉันเอาข้าวให้มันกิน เอาน้ำ
 ให้มันกินแล้ว ทุกอย่างอยู่ในกรงทั้งหมดแล้ว ก็นี่ว่านกเขามันจะพอใจ เรานึก
 หรือเปล่าว่า ถ้าหากเขาเอาข้าวเอาน้ำให้กินโดยให้เราไปขังอยู่ในกรงนั้น เราจะ
 สบายใจไหม มันไม่ได้คิดอย่างนี้ ก็นี่ว่านกเขามันสบายแล้ว น้ำมันก็ได้กิน ข้าวมัน
 ก็ได้กิน มันจะไปทุกข์อย่างไร พอคิดแค่นี้ก็หยุดแล้ว แต่ว่านกเขามันจะตายอยู่แล้ว
 มันอยากจะบินไป มันอยากจะทำกรงไป แต่เจ้าของนกนั้นไม่รู้เรื่อง ก็ว่านกเขา
 ของฉันมันขันดีนะ กลางคืนมันก็ขัน เวลาเดือนหงายมันก็ขัน ยังคุยโง่ไปโน่นอีก

มันเหมือนกับเราขังกันอยู่ในโลกนี้แหละ อันนั้นก็ของฉัน อันนี้ก็ของฉัน
 อันนี้ก็ของฉันสารพัด ไม่รู้เรื่องของเจ้าของ ความเป็นจริงนั้น เราสะสมความทุกข์
 ไว้ในตัวของเราตัวเอง ไม่อื่นไกลหรอก แต่เราไม่มองถึงตัว เหมือนเราไม่มองถึง
 นกเขา เราเห็นว่ามันสบายกินน้ำได้ กินอาหารก็ได้ตลอด เราก็เลยเห็นว่ามันสุข
 ถึงมันจะแสนสุขแสนสบายเท่าไรก็ช่างเถอะ เมื่อมันเกิดมาแล้วต่อไปมันก็ต้องแก่
 แก่แล้วต้องเจ็บ เจ็บก็ต้องตาย นี่มันเป็นทุกข์อยู่อย่างนี้ แต่เราก็มาปรารถนาอีกว่า
 “ชาติหน้าขอให้ฉันได้เกิดเป็นเทวดาเถิด” มันก็หนักกว่าเก่าอีก แต่เราก็คิดว่ามัน
 สบายตรงนั้น นี่คือความคิดของคนมันยิ่งหนัก พระพุทธองค์ทรงสอนว่า “ทิ้ง” เรา
 ก็ว่า “ฉันทิ้งไม่ได้” ก็เลยยิ่งแบกยิ่งหนักไปเรื่อย คือ ความเกิดมันเป็นเหตุให้หนัก



แต่เรามองกันไม่เห็น ถ้าว่าไม่เกิดเราก็ว่ามันบาปที่สุดแล้ว คนตายไม่เกิดบาปที่สุดแล้ว ฉะนั้นเราจะทะลุปรุโปร่งเรื่องธรรมะนี้มันจึงยาก

เรื่องที่สำคัญอันหนึ่ง คือ เราจะต้องมาภาวนา มาพิจารณากันทุกๆ คน ทุกคนก็จะพันทุกข์ได้ทั้งนั้นแหละ อย่างบ้านเราเรียกว่าเป็นเจ้าของพุทธศาสนา แต่เราก็ทิ้งหลักธรรมพุทธศาสนาที่แท้จริงกัน ได้แต่ถือกันมาเรื่อยๆ แต่เรื่องจะมาภาวนากันนั้นไม่ค่อยจะมี แม้ตลอดจนถึงพระภิกษุจะมาภาวนาเรื่องของจิตใจของเราเป็นอย่างไรนั้น ก็ไม่ค่อยจะมี เรียกว่า เราห่างไกลกันเหลือเกิน ห่างจากพุทธศาสนา และอีกอย่างหนึ่ง คือ พวกเรามักจะเข้าใจว่าบวชจึงจะปฏิบัติได้ โยมผู้หญิงก็บอกว่า “อยากเป็นผู้ชายเว้ย...จะหนีไปบวชชะหรือ” นี่ก็เห็นว่าบวชนั้นจึงจะดีทำความดีได้ แต่นักบวช ให้ย้อนกลับไปถึงเราดีๆ เกอะ การทำความดีความชั่วมันอยู่กับตัวเราทั้งนั้น อย่าไปพูดถึงการบวชหรือการไม่บวช ขอแต่ว่าเราสร้างความดีของเราเรื่อยๆ นี่เป็นสิ่งที่สำคัญมาก

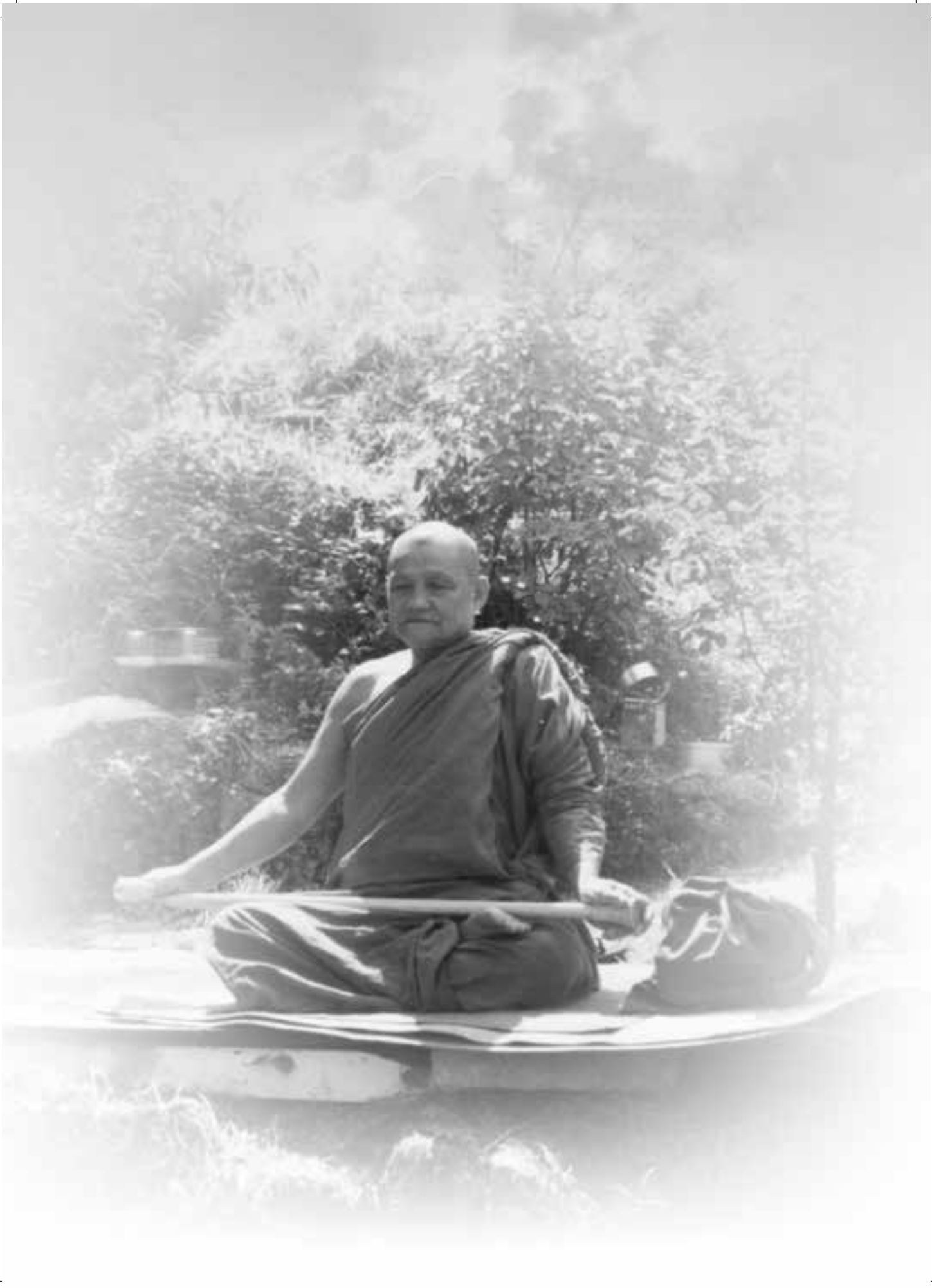
ฉะนั้น เรื่องของศาสนา ก็คือ เรื่องให้ปล่อยตัวออกจากกรรมนั่นเอง ที่เรา มาปฏิบัตินี้ก็เพื่อแก้ปัญหานี้ ที่เรามาสมาทานศีล มาฟังธรรม ก็เพื่อแก้ปัญหานี้ เรื่องแก้ปัญหาวิตชีวิตของเราเนี่ย เบื้องต้นพระพุทธร่องค์หรือนักปราชญ์ทั้งหลาย ท่านสอนว่าให้มีศีลธรรม ให้รู้จักศีลธรรม เช่น เพชรเม็ดนี้ของใครนะฉันอยากได้ แต่ฉัน จะขโมยเอาก็กลัวจะบาป นี่เท่านี้ก็พอแล้ว เรียกว่า ศีลธรรม ถ้าเราเห็นอย่างนี้ก็จะ เป็นคนไม่เห็นแก่ตัว อาตมาเคยพูดว่าพวกเราทั้งหลายในปีสองปีมานี้ ชอบทำบุญ สุนทานกันมาก การคมนาคมก็สะดวก ไปทัศนจรแสวงบุญกัน แต่เรามองดูแล้วมัน ไปแสวงบุญอย่างเดียว แต่มันไม่แสวงหาการละบาป มันผิดคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ว่าให้เราละบาปก่อนจึงบำเพ็ญบุญ ไปทำบุญไม่ละบาป มันก็ไม่หมด มันเป็น เชื้อโรคติดต่อกันอยู่ตลอดเวลา มันจึงเดือดร้อนกัน

หัวใจพุทธศาสนาสอนว่า ไม่ให้ทำความผิด แล้วก็ทำจิตให้เป็นกุศล แล้วก็จะเกิดปัญญา แต่ทุกวันนี้ทำบุญกัน แต่การละบาปนั้นไม่มีใครคิดเห็น ความเป็นจริงนั้นก็ต้องละบาปก่อนจึงบำเพ็ญบุญ ถ้าบาปไม่ละจะเอาบุญไปอยู่ที่ไหน ไม่มีที่จะอยู่ หรอกบุญนั้น ฉะนั้นเราต้องกวาดเครื่องสกปรกออกจากใจของเราเสีย แล้วจึงจะทำความสะอาด เรื่องนี้พวกเราควรจะไปคิดพิจารณา

พวกเราทุกวันนี้เรียกว่ามันขาดการภาวนา ขาดการพิจารณา จึงไม่ได้ข้อประพฤติปฏิบัติ เมื่อไม่เห็นชัดก็ไม่ได้ปฏิบัติมันจึงแก้ปัญหาก็ไม่ได้ มันไม่มีใครถอยออกมาพิจารณาให้มันเห็นชัดตามหลักพุทธศาสนา เช่นว่า เจ้านายบางคนก็มากرابหลวงพ่อกว่า “บ้านเมืองมันจะเป็นอย่างไรหนอ คงจะไม่เป็นอะไรมั้ยน้า มันมีอำนาจของพระพุทธ อำนาจของพระธรรม อำนาจของพระสงฆ์ มีอำนาจของพระพุทธานุภาพ”

พระพุทธานุภาพไม่มีอำนาจอะไรเลย แม้ก้อนทองคำก็ไม่มีราคาถ้าเราไม่มาร่วมกันว่ามันเป็นโลหะที่ดีมีราคา ทองคำมันก็จะถูกทิ้งเหมือนกับก้อนตะกั่วเท่านั้นแหละ พระพุทธานุภาพตั้งไว้มีอยู่ แต่ถ้าเราไม่ประพฤติปฏิบัติจะไปมีอำนาจอะไรเล่า อย่างธรรมะเรื่องขันติมีอยู่ แต่เราไม่อดทนกัน มันจะมีอำนาจอะไรไหม

อำนาจหลักพระพุทธานุภาพ ก็คือ พวกเราที่เป็นเจ้าของพระพุทธานุภาพนี้แหละช่วยกันบำรุง เช่น ทำศีลธรรมให้เกิดขึ้นมา มีความสามัคคีกัน มีความเมตตาอารีซึ่งกันและกัน มันก็เกิดขึ้นมาเป็นกำลังของพุทธศาสนา ไม่ใช่ว่าพระพุทธานุภาพนั้นมันจะมีอำนาจ ที่มีอำนาจก็เพราะว่าเราเอาธรรมะนั้นมาปฏิบัติให้ถูกต้อง มันจึงจะมีพลังเกิดขึ้นมาช่วยแก้ปัญหาหลายสิ่งหลายอย่าง อย่างเช่น คนในศาลานี้มันตั้งใจจะรบกัน แต่พอมาฟังธรรมะที่ว่าการอิจฉาหรือการพยาบาทมันไม่ดี เข้าใจทุกๆ คนเท่านั้นก็เลิกกัน อำนาจของพุทธศาสนานี้ก็เต็มเปี่ยมขึ้นมาเดี๋ยวนั้น แต่ถ้าพูดให้ฟังเท่าไรๆ ก็ไม่ยอมกัน มันก็รบกันเท่านั้นแหละ พุทธศาสนาจะมากันอะไรได้ นี่มันเป็นอย่างนี้.



การฝึกจิตไม่เหมือนฝึกสัตว์
จิตนี้เป็นของฝึกยากแท้ๆ
แต่อย่าไปท้อถอยง่ายๆ
ถ้ามันคิดไปทั่วทิศก็กลั่นใจมันไว้
พอใจมันจะขาด มันก็คิดอะไรไม่ออก
มันก็วิ่งกลับมาเอง ให้ทำไปเถอะ

๓ | ปฏิบัติกันเถิด

จงหายใจเข้า หายใจออก อยู่อย่างนี้แหละ อย่าใส่ใจกับอะไรทั้งนั้น
ใครจะยื่นเอากันขึ้นฟ้าก็ช่าง อย่าไปเอาใจใส่ อยู่แต่กับลมหายใจเข้าออก ให้
ความรู้สึกกำหนดอยู่กับลมหายใจ ทำอยู่เท่านั้นแหละ

ไม่ไปเอาอะไรอื่น ไม่ต้องคิดว่าจะเอานั่นเอานี่ ไม่เอาอะไรทั้งนั้น
ให้รู้จักแต่ลมเข้า - ลมออก ลมเข้า - ลมออก พุท - เข้า โธ - ออก อยู่กับ
ลมหายใจอย่างนี้แหละ เอออันนี้เป็นอารมณ์

ให้ทำอยู่อย่างนี้ จนกระทั่งลมเข้าก็รู้จัก ลมออกก็รู้จัก **ลมเข้าก็รู้จัก**
ลมออกก็รู้จัก ให้รู้จักอยู่อย่างนั้นจนจิตสงบ หมดความรำคาญ ไม่ฟุ้งซ่าน

บรรยายเป็นภาษาพื้นเมืองแก่ที่ประชุมพระนวกะ ที่วัดหนองป่าพง เมื่อวันเข้าพรรษา
กรกฎาคม ๒๕๒๑



ไปไหนทั้งนั้น ให้มีแต่ลมออก - ลมเข้า ลมออก - ลมเข้าอยู่เท่านั้น ให้มันเป็นอยู่อย่างนี้ ยังไม่ต้องมีจุดหมายอะไรหรอก นี่แหละเบื้องต้นแรกของการปฏิบัติ

ถ้ามันสบาย ถ้ามันสงบ มันก็จะรู้จักของมันเอง ทำไปเรื่อยๆ ลมก็จะน้อยลง อ่อนลง กายก็อ่อน จิตก็อ่อน มันเป็นไปตามเรื่องของมันเอง นั่งก็สบาย ไม่ง่วง ไม่โงก ไม่หาวนอน จะเป็นอย่างไรก็ตามของมันเองไปทุกอย่าง หนึ่ง สงบ จนพอออกจากสมาธิแล้ว จึงมานึกว่า “บ๊ยะ มันเป็นอย่างใดหนอ” แล้วก็นึกถึงความสงบอันนั้น ไม่ลืมสักที

สิ่งที่ติดตามเราเรียกว่า สติ - ความระลึกได้ สัมปชัญญะ - ความรู้ตัว เรา จะพูดอะไร จะทำอะไร จะไปนั้นจะมานี้ จะไปบิณฑบาตก็ดี จะฉันจังหันก็ดี จะล้างบาตรก็ดี ก็ให้รู้จักเรื่องของมัน ให้มีสติอยู่เสมอ ติดตามมันไป ให้ทำอยู่อย่างนี้

เมื่อจะเดินจงกรม ก็ให้มีทางเดินสักทางหนึ่ง จากต้นไม้ต้นนี้ไปสู่อันต้นไม้ต้นนั้น ก็ได้ ให้ระยะทางมันยาวสัก ๗ - ๘ วา เดินจงกรมมันก็เหมือนกับทำสมาธิ ให้กำหนดความรู้สึกขึ้นในใจว่า “บัดนี้ เราจะทำความเพียร จะทำจิตให้สงบ มีสติสัมปชัญญะให้กล้า”

การกำหนดก็แล้วแต่แต่ละคน ตามใจ บางคนก่อนออกเดินก็แผ่เมตตา สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง สารพัดอย่าง แล้วก็ก้าวเท้าขวาออกก่อนให้พอดีๆ ให้นึก “พุทโธ...พุทโธ...” ตามการก้าวเดินนั้น ให้มีความรู้ในอารมณ์นั้นไปเรื่อย ถ้าใจเกิด ฟุ้งซ่าน หยุด ให้มันสงบ ก้าวเดินใหม่ให้มีความรู้ตัวอยู่เรื่อยๆ ต้นทางออกก็รู้จัก รู้จักหมด ต้นทาง กลางทาง ปลายทาง ทำความรู้นี้ให้ติดต่อกันอยู่เรื่อยๆ

นี่เป็นวิธีทำ กำหนดเดินจงกรม เดินจงกรม ก็คือเดินกลับไปกลับมา เดินจงกรมไม่ใช่ของง่ายนะ บางคนเห็นเดินกลับไปกลับมาเหมือนคนบ้า แต่หาว่าไม่รู้ว่าการเดินจงกรมนี้ทำให้เกิดปัญญานั่นแหละ เดินกลับไปกลับมา ถ้าเหนื่อยก็หยุด กำหนดจิตให้หนึ่ง กำหนดลมหายใจให้สบาย เมื่อสบายพอควรแล้ว ก็ทำความรู้สึก กำหนดการเดินอีก แล้วอริยาบถ มันก็เปลี่ยนไปเอง การยืน การเดิน การนั่ง

การนอน มันเปลี่ยน คนเราจะนั่งรวดเดียวไม่ได้ ยืนอย่างเดียวไม่ได้ นอนอย่างเดียวก็ไม่ได้ มันจะต้องอยู่ตามอิริยาบถเหล่านี้ ทำอิริยาบถทั้งสี่นี้ให้มีประโยชน์ ให้มีความรู้สึกตัวอยู่อย่างนี้ นี่คือการทำ ทำไป ทำไป มันไม่ใช่ของง่ายๆ หรือ

ถ้าจะพูดให้ดูง่าย ก็นี้ เอาแก้วใบนี้ตั้งไว้สองนาทีก่อน ได้สองนาทีก็นำแก้วไปตั้งไว้ที่นั่นสองนาทีก่อน แล้วก็เอามาตั้งไว้ที่นี่ ให้ทำอยู่อย่างนี้ ทำไป ทำไป ทำจนให้มันทุกข์ ให้มันสงสัย ให้มันเกิดปัญญาขึ้น “นี่ คิดอย่างใดหนอ แก้วยกไปยกมาเหมือนคนบ้า” มันจะคิดของมันไปตามเรื่อง ใครจะว่าอะไรก็ช่าง ยกอยู่อย่างนั้นสองนาทีก่อน อย่าเผลอ ไม่ใช่ห้านาที พอสองนาทีก่อนเอามาตั้งไว้ที่นี่ กำหนดอยู่อย่างนี้เป็นเรื่องของภาวนา

จะดูลมหายใจเข้าออกก็เหมือนกัน ให้นั่งขาขวาทับขาซ้าย ให้ตัวตรง สูดลมเข้าไปให้เต็มที ให้หายใจลงไปให้หมดในท้อง สูดเข้าให้เต็มแล้วปล่อยออกให้หมดปอด อย่าไปบังคับมัน ลมจะยาวแค่ไหน จะสั้นแค่ไหน จะค่อยแค่ไหนก็ช่างมัน ให้มันพอดีๆ กับเรา นั่งดูลมเข้า - ลมออก ให้สบายอยู่อย่างนั้น อย่าให้มันหลง ถ้าหลงก็ให้หยุดดูว่ามันไปไหน มันจึงไม่ตามลม ให้มันกลับมา ให้มันมาเล่นตามลมอยู่อย่างนั้นแหละ แล้วก็พบของดีสักวันหนึ่งหรือ

ให้ทำอยู่อย่างนั้น ทำเหมือนกับว่า จะไม่ได้อะไร ไม่เกิดอะไร ไม่รู้ว่าใครมาทำ แต่ก็ทำอยู่เช่นนั้น เหมือนข้าวอยู่ในจาน แล้วเอาไปหว่านลงดิน ทำเหมือนจะทิ้ง หว่านลงในดินทั่วไปโดยไม่สนใจ มันกลับเกิดหน่อ เกิดกล้า เอาไปดำกลับได้กินข้าวเม่าขึ้นมา นั่นแหละเรื่องของมัน

อันนี้ก็เหมือนกัน นั่งเฉยๆ บางครั้งก็จะนึกว่า “จะนั่งเฝ้าดูมันทำไมนะ ลมนี้แหละ ถึงไม่เฝ้ามัน มันก็ออกก็เข้าของมันอยู่แล้ว” มันก็หาเรื่องคิดไปเรื่อยแหละ มันเป็นความเห็นของคน เรียกว่าอาการของจิต ก็ช่างมัน พยายามทำไป ทำไป ให้มันสงบ

เมื่อมันสงบแล้ว ลมจะน้อยลง ร่างกายก็อ่อนลง จิตก็อ่อนลง มันจะอยู่พอดีของมัน จนกระทั่งว่า นิ่งอยู่เฉยๆ เหมือนไม่มีลมหายใจเข้าออก แต่มันก็ยังอยู่ได้ ถึงตอนนี้อ่าตื่น อย่าวิ้งหนี เพราะคิดว่าเราหยุดหายใจแล้ว นั่นแหละมันสงบแล้ว ไม่ต้องทำอะไร นิ่งเฉยๆ ดูมันไปอย่างนั้นแหละ

บางทีจะคิดว่า “เอ เรานี่หายใจหรือเปล่านี่” อย่างนี้ก็เหมือนกัน มันคิดไปอย่างนั้น แต่อย่างไรก็ตามมัน ปลดปล่อยไปตามเรื่องของมัน ไม่ว่าจะเกิดความรู้สึกอะไรขึ้นให้รู้มัน ดูมัน แต่อย่าไปหลงใหลกับมัน

ทำไป ทำไป ทำให้บ่อยๆ ไว้ ฉันทจันหันเสร็จ เอาจิวรไปตาก แล้วเดินจงกรมทันที นึก “พุทโธ...พุทโธ...” ไว้ นึกไปเรื่อยตลอดเวลาเดิน เดินไปนึกไป ให้ทางมัน ลึก ลึกไปสักครึ่งแข้งหรือถึงหัวเข่า ก็ให้เดินอยู่อย่างนั้นแหละ ไม่ใช่เดินยอกแยกๆ คิดโน่นคิดนี่ เทียบเดียวแล้วเลิก ขึ้นกุฏิมองดูพื้นกระดาน “เออ มันน่านอน” ก็ลงนอนกรนครอกๆ อย่างนี้ก็ไม่เห็นอะไรเท่านั้น

ทำไปจนขี้เกียจทำ ขี้เกียจมันจะไปสิ้นสุดที่ไหน หามันให้เห็น ที่สุดของขี้เกียจมันจะอยู่ตรงไหน มันจะเหนื่อยตรงไหน มันจะเป็นอย่างไรก็ให้ถึงที่สุดของมัน จึงจะได้ ไม่ใช่จะมาพูดบอกตัวเองว่า “สงบ สงบ สงบ” แล้วพอนั่งปุ๊บ ก็จะทำให้มันสงบเลย ครั้นมันไม่สงบอย่างคิดก็เลิก ขี้เกียจ ถ้าอย่างนั้นก็ไม่มีวันได้สงบ



แต่พูดมันง่าย หากทำแล้วมันก็ยาก เหมือนกับพูดว่า “ฮี้ ทำนาไม่เห็นยากเลย ไปทำนาดีกว่า” ครั้นพอไปทำนาเข้า วัชก็ไม่รู้จัก ควายก็ไม่รู้จัก คราด ไถ ก็ไม่รู้จัก ทั้งนั้น เรื่องการทำไร่ทำนาเนี่ย ถ้าแค่พูดก็ไม่ยาก แต่พอลงมือทำจริงๆ ลี จึงรู้ว่ามันยากอย่างนี้เอง

หาความสงบอย่างนี้ ใครๆ ก็อยากสงบด้วยกันทั้งนั้น ความสงบมันก็อยู่ตรงนั้นแหละ แต่เราไม่ทันจะรู้จักมัน จะถามจะพูดกันสักเท่าไร ก็ไม่รู้จักขึ้นมาได้หรอก

ฉะนั้น ให้ทำให้ตามรู้จักให้ทันว่า กำหนดลมเข้าออก กำหนดว่า “พุทโธ... พุทโธ...” เอาเท่านี้แหละ ไม่ให้คิดไปไหนทั้งนั้น ในเวลานี้ให้มีความรู้้อย่างนี้ ทำอยู่อย่างนี้ ให้เรียนอยู่เท่านี้แหละ ให้ทำไป ทำไปอย่างนี้แหละ จะนึกว่า “ทำอยู่ที่นี่ ก็ไม่เห็นมันเป็นอะไรเลย” ไม่เป็นก็ให้ทำไป ไม่เห็นก็ให้ทำไป ให้ทำไปอยู่นั้นแหละ แล้วเราจะรู้จักมัน





เอาละนะ ที่นี้ลองทำดู ถ้าเรานั่งอย่างนี้แล้วมันรู้เรื่อง ใจมันจะพอดีๆ พอจิตสงบแล้วมันก็รู้เรื่องของมันเองหรอก ต่อให้นั่งตลอดคืนจนสว่าง ก็จะไม่รู้สึกว่านั่ง เพราะมันเพลิน

พอเป็นอย่างนี้ ทำได้ดีแล้ว อาจะอยากเทศน์ให้หมู่พวกฟังจนคับวัดคับวา ไปก็ได้ มันเป็นอย่างนั้นก็มิ เหมือนอย่างตอนที่พ่อสาบเป็นผ้าขาว คั้นหนึ่งเดินจงกรม แล้วนั่งสมาธิ มันเกิดแตกฉานขึ้นมา อยากเทศน์ เทศน์ไม่จบ เราได้ยินเสียง นั่งฟังเสียงเทศน์ “โฮ้ว โฮ้ว โฮ้ว” อยู่ที่กอไผ่โน่น ก็นึกว่า “นั่นผู้ใดหนอ เทศน์กันกับใคร หรือว่าใครมานั่งบ่นอะไรอยู่” ไม่หยุดสักที ก็เลยถือไฟฉายลงไปดู ไซ้แล้ว ผ้าขาวสาบมีตะเกียงจุด นั่งขัดสมาธิอยู่ที่กอไผ่ เทศน์เสียงจนฟังไม่ทัน ก็เรียก “สาบ เจ้าเป็นบ้าหรือ” เขาก็ตอบว่า “ผมไม่รู้ว่าเป็นอย่างนี้ มันอยากเทศน์ นั่งก็ต้องเทศน์ เดินก็ต้องเทศน์ ไม่รู้ว่ามันจะไปจบที่ไหน” เราก็นึกว่า “เฮ้อ คนนี้ มันเป็นไปได้อย่างนั้น เป็นไปได้สารพัดอย่าง”

ฉะนั้น ให้ทำอย่าหยุด อย่าปล่อยไปตามอารมณ์ ให้ฝึกทำไป ถึงจะซีคร้าน ก็ให้ทำ จะขยันก็ให้ทำ จะนั่งก็ทำ จะเดินก็ทำ

เมื่อจะนอน ก็ให้กำหนดลมหายใจว่า “ข้าพเจ้าจะไม่เอาความสุขในการนอน” สอนจิตไว้แบบนี้ พอรู้สึกตัวตื่น ก็ให้ลุกขึ้นมาทำความเพียรต่อไป

เวลาจะกิน ก็ให้บอกว่า “ข้าพเจ้าจะบริโภคอาหารนี้ ไม่ได้บริโภคด้วยตัณหา แต่เพื่อเป็นยาปรมาัตถ์ เพื่อความอยู่รอดในมือหนึ่ง วันหนึ่ง เพื่อให้ประกอบความเพียรได้เท่านั้น”

เวลาจะนอนก็สอนมัน เวลาฉันท้งหันก็สอนมัน ให้เป็นอย่างนี้ไปเรื่อย จะยืนก็ให้รู้สึก จะนอนก็ให้รู้สึก จะทำอะไรสารพัดอย่าง ก็ให้ทำอย่างนั้น

เวลาจะนอน ให้นอนตะแคงข้างขวา กำหนดอยู่ที่ลมหายใจ “พุทโธ...พุทโธ...” จนกว่าจะหลับ ครั้นตื่นก็เหมือนกับมีพุทโธอยู่ ไม่ได้ขาดตอนเลย จึงจะเป็นความสงบเกิดขึ้นมา มันเป็นสติอยู่ตลอดเวลา

อย่าไปมองดูผู้อื่น อย่าไปเอาเรื่องของผู้อื่น ให้เอาแต่เรื่องของตัวเองเท่านั้น

การนั่งสมาธิ นั้น นั่งให้ตัวตรง อย่างอหน้ามากไป อย่าก้มหน้าเกินไป เอาขนาดพอดี เหมือนพระพุทธรูปนั้นแหละ มันจึงสว่างไสวดี

ครั้งจะเปลี่ยนอิริยาบถ ก็ให้อดทนจนสุดขีดเสียก่อน ปวดก็ให้ปวดไป อย่าเพิ่งรีบเปลี่ยน อย่าคิดว่า “บ๊ยะ ไม่ไหวแล้ว พักก่อนเถอะนะ” อดทนมันจนปวดถึงขนาดก่อน พอมันถึงขนาดนั้นแล้ว ก็ให้ทนต่อไปอีก

ทนไป ทนไป จนมันไม่มีกำลังใจจะว่า “พุทฺโธ” เมื่อไม่ว่า “พุทฺโธ” ก็เอาตรงที่มันเจ็บนั้นแหละมาแทน “อึ้ย! เจ็บ เจ็บแท้ๆ หนอ” เอาเจ็บนั้นมาเป็นอารมณ์แทน พุทฺโธก็ได้ กำหนดให้ติดต่อกันไปเรื่อย นั่งไปเรื่อย ดูซิว่าเมื่อปวดจนถึงที่สุดแล้ว มันจะเกิดอะไรขึ้น

พระพุทธรูปเจ้าท่านว่า มันเจ็บเอง มันก็หายเอง ให้มันตายไปก็อย่าเลิก บางครั้งมันเหงื่อแตกเม็ดโป้งๆ เท่าเม็ดข้าวโพด ไหลย่อยมาตามอก **ครั้งทำงานมันได้ข้ามเวทนาอันหนึ่งแล้ว มันก็รู้เรื่องเท่านั้นแหละ** ให้ค่อยทำไปเรื่อยๆ อย่าเร่งรัดตัวเองเกินไป ให้ค่อยทำไป ทำไป

ฉันจึงหันอยู่ก็ให้รู้จัก เมื่อเคี้ยวกลืนลงไปนะ มันลงไปถึงไหน อาหารที่แสลงโรคมันผิดหรือถูกกับธาตุชั้น ก็รู้จักหมด ฉันจึงหันก็ลองกะดู ฉันไป ฉันไป กะดูว่าอีกสักห้าคำจะอิม ก็ให้หยุดเสีย แล้วดื่มน้ำเข้าไป ก็จะอิมพอดี ลองทำดูซิว่าจะทำได้หรือไม่ แต่คนเรามันไม่เป็นอย่างนั้น พอจะอิมก็ว่า “เดิมอีกสักห้าคำเถอะ” มันว่าไปอย่างนั้น มันไม่รู้จักสอนตัวเองอย่างนี้

พระพุทธรูปเจ้าท่านให้ฉันไป กำหนดดูไป ถ้าพออีกสักห้าคำจะอิมก็หยุด ดื่มน้ำเข้าไปมันจะพอดี จะไปเดินไปนั่งมันก็ไม่หนักตัว ภาวนาก็ดีขึ้น แต่คนเรามันไม่ยอมทำอย่างนั้น พออิมเต็มที่แล้วยังเดิมเข้าไปอีกห้าคำ มันเป็นไปอย่างนั้น เรื่องของกิเลสตัณหาเกี่ยวกับเรื่องทีพระพุทธรูปเจ้าท่านสอน มันไปคนละทาง ถ้าคนที่ไม่ต้องการฝึกจริงๆ แล้ว ก็จะทำไม่ได้ ขอให้เฝ้าดูตนเองไปเถิด



ทีนี้เรื่องนอนก็ให้ระวัง มันขึ้นอยู่กับการที่เราจะต้องรู้จักอุปนิสัยของมัน บางครั้งอาจจะนอนไม่เป็นเวลา นอนหัวค่ำบ้าง นอนสายบ้าง แต่ลองเอาอย่างนี้ **จะนอนดึก นอนหัวค่ำ ก็ช่างมัน แต่ให้นอนเพียงครั้งเดียวเท่านั้น พอรู้สึกตัวตื่น ให้ลุกขึ้นทันที อย่ามัวเสียดายการนอน** เอาเท่านั้น เอาครั้งเดียว จะนอนมาก นอนน้อยก็เอาครั้งเดียว ให้ตั้งใจไว้ว่า พอรู้สึกตัวตื่น ถึงนอนไม่อึดก็ลุกขึ้น ไปล้างหน้า แล้วก็เดินจงกรมหรือนั่งสมาธิไปเลย ให้รู้จักฝึกตัวเองอย่างนี้ เรื่องอย่างนี้ ไม่ใช่จะรู้เพราะคนอื่นบอก จะรู้ได้เพราะการฝึก การปฏิบัติ การกระทำจึงให้ทำไปเลย

เรื่องทำจิตนี้เป็นเรื่องแรก ท่านเรียกว่าทำกรรมฐาน เวลานั่งให้จิตมีอารมณ์เดียวเท่านั้น ให้อยู่กับลมเข้า - ลมออก แล้วจิตก็จะค่อยสงบไปเรื่อยๆ ถ้าจิตวุ่นวาย ก็จะมีหลายอารมณ์ เช่น พอนั่งปุ๊บ โน่น คิดไปบ้านโน่น บ้างก็อยากกินกล้วยเดี่ยว บวชใหม่ๆ มันก็หิวนะ อยากกินข้าวกินน้ำ คิดไปทั่ว หิวโน่น อยากนี่ สารพัดอย่าง นั่นแหละ มันเป็นบ้า จะเป็นก็ให้มันเป็นไป เอาชนะมันได้เมื่อไหร่ก็หายเมื่อนั้น

ให้ทำไปเถิด เคยเดินจงกรมบ้างไหม เป็นอย่างไรขณะที่เดิน จิตกระเจิดกระเจิงไปหรือ ก็หยุดมันสิ ให้มันกลับมา ถ้ามันไปบ่อยๆ ก็อย่าหายใจ กลับใจเข้า พอใจจะขาดมันก็ต้องกลับมาเอง ไม่ว่ามันจะเก่งปานใด นั่งให้มันคิดทั่วทิศทั่วแดนดูเถอะ กลับใจเอาไว้ อย่าหยุด ลองดู พอใจจะขาดมันก็กลับมา จงทำใจให้มีกำลัง

การฝึกจิตไม่เหมือนฝึกสัตว์ จิตนี้เป็นของฝึกยากแท้ๆ แต่อย่าไปท้อถอยง่ายๆ ถ้ามันคิดไปทั่วทิศก็กลับใจมันไว้ พอใจมันจะขาด มันก็คิดอะไรไม่ออก มันก็วิ่งกลับมาเอง ให้ทำไปเถอะ

ในพรรษานี้ทำให้มันรู้เรื่อง กลางวันก็ช่าง กลางคืนก็ตาม ให้ทำไป แม้จะมีเวลาสักสิบนาทีก็นั่ง กำหนดทำไปเรื่อยๆ ให้ใจมันจดจ่อ ให้มีความรู้สึกที่อยู่เสมอ อยากจะพูดอะไรก็อย่าพูด หรือกำลังพูดก็ให้หยุด ให้ทำอันนี้ให้ติดต่อกันไว้

เหมือนอย่างกับน้ำในขวดนี้แหละ เมื่อเรารินมันทีละน้อย มันก็จะหยด นิด...นิด...นิด... พอเราเร่งรินให้เร็วขึ้น มันก็จะไหลติดต่อกันเป็นสายน้ำเดียวกัน ไม่ขาดตอนเป็นหยดเหมือนเวลาที่เรารินทีละน้อยๆ สติของเราเหมือนกัน ถ้าเราเร่ง มันเข้า คือปฏิบัติให้สม่ำเสมอแล้ว มันก็จะติดต่อกันเป็นสายน้ำ ไม่เป็นน้ำหยด หมายความว่า ไม่ว่าจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ความรู้อันนี้มันไม่ขาดจากกัน มันจะไหลติดต่อกันเป็นสายน้ำ

การปฏิบัติจิตนี้ก็เป็นอย่างนั้น เดี่ยวมันคิดนั่นคิดนี่ ฟุ้งซ่าน ไม่ติดต่อกัน มันจะคิดไปไหนก็ช่างมัน ให้เราพยายามทำให้เรื่อยเข้าไป แล้วมันจะเหมือนหยดแห่ง น้ำ มันจะทำความห่างให้ถี่ ครั้นถี่เข้าๆ มันก็ติดกันเป็นสายน้ำ ที่นี้ความรู้ของเราก็จะเป็นความรู้รอบ จะยืนก็ตาม จะนั่งก็ตาม จะนอนก็ตาม จะเดินก็ตาม ไม่ว่าจะทำอะไรสารพัดอย่าง มันก็มีความรู้อันนี้รักษาอยู่

ไปทำเสียแต่เดี๋ยวนี้ละ ไปลองทำดู แต่อย่าไปเร่งให้มันเร็วนักละ ถ้ามันแต่นิ่งคอยดูว่า มันจะเป็นอย่างไรละก็ มันไม่ได้เรื่องหรอก **แต่ให้ระวังด้วยนะว่า ตั้งใจมากเกินไป ก็ไม่เป็น ไม่ตั้งใจเลยก็ไม่เป็น**

แต่บางครั้ง เราไม่ได้ตั้งใจว่าจะนั่งสมาธิหรอก เมื่อเสร็จงานก็นั่งทำจิตให้ว่างๆ มันก็พอดีขึ้นมาปั๊บ ดีเลย สงบ ง่ายอย่างนี้ก็มี ถ้าทำให้มันถูกเรื่อง

หมดแล้ว เออละ เอวังเท่านี้แหละ.



คนเราไม่รู้จักคิดย้อนหน้าย้อนหลัง
เห็นแต่หน้าเดียวไปเลยจึงไม่จบสักที
ทุกอย่างมันต้องเห็นสองหน้า
มีความสุขเกิดขึ้นมา ก็อย่าลืมทุกข์
ทุกข์เกิดขึ้นมา ก็อย่าลืมสุข
มันเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน

๔ | สองหน้าของัจธรรม

ในชีวิตของเรามีทางเลือกอยู่สองทาง คือ คล้อยตามไปกับโลก หรือ พยายามปฏิบัติให้อยู่เหนือโลก พระพุทธเจ้าท่านทรงปฏิบัติจนพระองค์เอง ทรงพ้นโลก ด้วยการตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณ

ในทำนองเดียวกัน ปัญญาก็มีสอง คือ ปัญญาโลกีย์ กับปัญญา-
โลกุตตระ หากเราไม่ภาวนาฝึกปฏิบัติอบรมตนเอง ถึงจะมีปัญญาปานใด
ก็เป็นเพียงปัญญาโลกีย์ เป็นโลกีย์วิสัย จะหลุดพ้นโลกไปไม่ได้ เพราะ
โลกีย์วิสัยนั้น มันเวียนไปตามโลก เมื่อเวียนคล้อยไปตามโลก จิตก็เป็นโลก
คิดอยู่แต่จะหามาใส่ตัว อยู่ไม่เป็นสุข หาไม่รู้จักพอ วิชาโลกีย์เลยกลายเป็น
อวิชชา หาใช้วิชาความรู้แจ้งไม่ มันจึงเรียนไม่จบสักที เพราะมันไปตาม
ลาม ตามยศ ตามสรรเสริญ ตามสุข พาใจให้ติดข้อง เป็นกิเลสกองใหญ่

บรรยายแก่ที่ประชุมสงฆ์ หลังสวดปาติโมกข์ ที่วัดหนองป่าพง ในระหว่างพรรษา ๒๕๑๙

เมื่อได้มาก็หิ้งก็หวง เห็นแก่ตัว สู้ด้วยกำลังไม่ได้ ก็คิดสร้างเครื่องจักร เครื่องยนต์ เครื่องกลเครื่องโก สร้างคัสตราอาวุธ สร้างลูกระเบิดขว้างใส่กัน นี่คือ โลภี๋ย มันไม่หยุดสักที เรียนไปก็เพื่อจะเอาโลก จะครองโลก ได้อะไรก็หวงอยู่นั่นแล้ว นี่คือโลกียวิสัย เรียนไปแล้วก็จบไม่ได้

มาฝึกทางโลกุตตระ โลกุตตระนี้อยู่ได้ยาก ผู้ใดหวังมรรค หวังผล หวังนิพพาน จึงจะทนอยู่ได้ จงทำตนให้เป็นคนมักน้อย สันโดษ กินน้อย นอนน้อย พุดน้อย ทำให้มันหมดโลภี๋ย

ถ้าเชื่อโลภี๋ยไม่หมด มันก็ยาก มันยุ่ง ไม่หยุดเสียที แม้มาบวชแล้วก็ยังคอยดึงให้ออกไป มันมาคอยให้ความรู้ความเห็น มันมาคอยปรุงคอยแต่งความรู้อยู่นั่นแล้ว ทำให้ใจติดข้องอยู่ในกามคุณทั้งห้า คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมมารมณ อารมณของใจเป็นกาม คือความใคร่ในความสุข ความทุกข์ ความดี ความชั่ว สารพัดอย่าง มีแต่กามทั้งนั้น

คนไม่รู้จักก็ว่า จะทำสิ่งในโลกนี้ให้มันเสร็จให้มันแล้ว เหมือนคนที่มาเป็นรัฐมนตรีใหม่ ก็คิดว่าตนต้องทำได้ บริหารได้ แล้วก็เอาอะไรๆ ที่คนเก่าทำไว้ออกไปเสีย เอาวิธีบริหารของตนเข้ามาใช้แทน ก็เลยต้องได้หามกันออก หามกันเข้าอยู่อย่างนั้น ไม่ได้เรื่องสักที ที่ว่าจะทำให้เสร็จ มันก็ไม่เสร็จ เพราะจะทำให้ถูกใจคนทุกคนนั้น มันทำไม่ได้หรอก

คนหนึ่งชอบน้อย คนหนึ่งชอบมาก คนหนึ่งชอบสั้น คนหนึ่งชอบยาว คนหนึ่งชอบเค็ม คนหนึ่งชอบเผ็ด จะให้เหมือนกันนั้น ไม่มีในโลก

คนอยู่ครองโลก ครองบ้าน ครองเมือง ทำทุกอย่างก็อยากให้มันสำเร็จ แต่ไม่มีทางสำเร็จหรอก เรื่องของโลกมันจบไม่เป็น ถ้าทำตามโลกแล้วจบได้ พระพุทธเจ้าท่านก็คงทรงทำแล้ว เพราะท่านครองโลกอยู่ก่อน แต่ไม่มันทำไม่ได้



ในเรื่องของกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โภภุฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ นั้น รูปอะไรก็ไม่จับใจเท่ารูปผู้หญิง ผู้หญิงรูปร่างบาดตา ก็ชวนมองอยู่แล้ว ยิ่งเดินชอกแซกๆ ก็ยิ่งมองเพลิน

เสียงอะไรจะมาจับใจเท่าเสียงผู้หญิงเป็นไม่มี มันบาดถึงหัวใจ กลิ่นก็เหมือนกัน กลิ่นอะไรก็ไม่เหมือนกลิ่นผู้หญิง ติดกลิ่นอื่นก็ไม่เท่าติดกลิ่นผู้หญิง มันเป็นอย่างนั้น

รสอะไรก็ไม่เหมือน รสข้าว รสแกง รสสารพัดก็ไม่เทียบเท่ารสผู้หญิง หลงติดเข้าไปแล้วถอนได้ยาก เพราะมันเป็นกาม โภภุฏฐัพพะก็เช่นกัน จับต้องอะไรก็ไม่ทำให้มีเมียบั่นป่วนจนหัวชนกัน เหมือนกับจับต้องผู้หญิง

ฉะนั้น เมื่อลูกท้าวพญาที่ไปเรียนวิชากับอาจารย์ตักสิลาจนจบแล้ว จะลาอาจารย์กลับบ้าน อาจารย์จึงสอนว่า เวทมนตร์กลมายาอะไรๆ ก็สอนให้บอกให้จนหมดแล้ว เมื่อกลับไปครองบ้านครองเมืองแล้ว มีอะไรมาก็ไม่ต้องกลัว จะสู้ได้หมดทั้งนั้น จะมีสัตว์ประเภทใดมาก็ไม่ต้องกลัว ไม่ว่าจะเป็สัตว์มีพิษอยู่ในปาก หรือมีเขายูบหนหัว มิงวง มิงา ก็คุ้มกันได้ทั้งสิ้น แต่ไม่รับรองอยู่แต่เฉพาะ สัตว์จำพวกหนึ่งที่เขาไม่ได้ยู่บนหัว แต่หากไปยู่หน้าอก สัตว์ชนิดนี้ไม่มีมนต์ชนิดใดจะคุ้มกันได้ มีแต่จะต้องคุ้มกันตัวเอง รู้จักไหม สัตว์ที่มีเขายูบหน้าอกนั้นแหละ ท่านจึงให้รักษาตัวเอาเอง

ธรรมารมณฺ์ที่เกิดขึ้นกับใจแล้ว ทำให้อยากได้เงิน อยากได้ทอง อยากได้สิ่งอยากได้ของ ธรรมารมณฺ์อย่างนั้นไม่พอให้ล้มตาย แต่ถ้าเป็นธรรมารมณฺ์ที่ชุ่มด้วยน้ำกามเกิดขึ้นแล้ว มันทำให้ลืมนพ่อลืมนแม่ แม่พ่อกแม่เลี้ยงมา ก็หนีจากไปได้โดยไม่คำนึงถึง พอเกิดขึ้นแล้วรังไม่ยู่ สอนก็ไม่ฟัง

รูปหนึ่ง เสียงหนึ่ง กลิ่นหนึ่ง รสหนึ่ง โภภุฏฐัพพะหนึ่ง ธรรมารมณฺ์หนึ่ง เป็นบ่วง เป็นบ่วงของพญามาร พญามารแปลว่าผู้ให้ร้ายต่อเรา บ่วงแปลว่า เครื่องผูกพัน บ่วงของพญามารเปรียบได้กับแร้วของนายพราน นายพรานที่เป็นเจ้าของแร้วนั้นแหละคือพญามาร เชือกเป็นบ่วงเครื่องผูกของนายพราน



สัตว์ทั้งหลาย เมื่อไปติดบ่วงแล้วลำบาก มันผูกไว้ตั้งไว้ รोजนเจ้าของเร็ว มา เหมือนกับนกไปติดเร็วเข้า แล้วมันรัดถูกคอ ดิ้นไปไหนก็ไม่หลุด ดิ้นบิดไป บัดมาอย่างนั้นแหละ มันผูกไว้คอยนายพรานเจ้าของเร็ว ครั้นเจ้าของมาเห็นก็จับเรื่อง นั้นแหละพญามาร น่ากลัวมาก สัตว์ทั้งหลายกลัวมาก เพราะหนีไปไหนไม่พ้น

บ่วงก็เช่นกัน รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เป็นบ่วงผูกเอาไว้ เมื่อเราติดในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ก็เหมือนกันกับปลากินเบ็ด รอให้เจ้าของเบ็ดมา ดิ้นไปไหนก็ไม่หลุด อันที่จริงแล้ว มันยิ่งกว่าปลากินเบ็ด ต้อง เปรียบได้กับกบกินเบ็ด เพราะกบกินเบ็ดนั้น มันกินลงไปถึงไส้ถึงพุง แต่ปลากินเบ็ด ก็กินอยู่แค่ปาก

คนติดในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ก็เหมือนกัน แบบคนติดเหล้า ถ้าตัวยัง ไม่แข็ง ไม่เลิก ติดตอนแรกๆ ก็ยังไม่รู้จักเรื่อง ก็หลงเพลิดเพลินไปเรื่อยๆ จนเกิด โรคร้ายขึ้นนั้นแหละ เป็นทุกข์

เหมือนบุรุษผู้หนึ่งหิวน้ำจัดเพราะเดินทางมาไกล มาขอกินน้ำ เจ้าของน้ำ ก็บอกว่า น้ำนี้จะกินก็ได้ สีส้มก็ดี กลิ่นมันก็ดี รสมันก็ดี แต่ว่ากินเข้าไปแล้วมันเมานะ บอกให้รู้เสียก่อน เมานจนตาย หรือเจ็บเจียนตายนั้นแหละ แต่บุรุษผู้หิวน้ำก็ไม่ฟัง เพราะหิวมาก เหมือนคนใช้หลังผ้าตัดที่ผูกหมอบังคับให้อดน้ำ ก็ร้องขอน้ำกิน

คนหิวในกามก็เหมือนกัน หิวในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ล้วนของเป็นพิษ พระพุทธเจ้าได้บอกไว้ว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์นั้น มันเป็นพิษ เป็นบ่วง ก็ไม่ฟังกัน เหมือนกับบุรุษหิวน้ำผู้หนึ่ง ที่ไม่ยอมฟังคำเตือน เพราะความ หิวกระหายมันมีมาก ถึงจะต้องทุกข์ยากลำบากเพียงใด ก็ขอให้ได้กินน้ำเถอะ เมื่อ ได้กินได้ดื่มแล้ว มันจะเมานจนตายหรือเจียนตาย ก็ช่างมัน จับจอกน้ำได้ก็ดื่มเอากัน เหมือนกับคนหิวในกาม ก็กินรูป กินเสียง กินกลิ่น กินรส กินโผฏฐัพพะ กิน ธรรมารมณ์ รู้สึกอร่อยมาก ก็กินเอากัน หยุดไม่ได้ กินจนตาย ตายคากาม



อย่างนี้ท่านเรียกว่าติดโลกียวิสัย ปัญญาโลกียก็แสวงหารูป เสียง กลิ่น รส โภฏัจฺจุพะ ธรรมารมณฺ์ ถึงปัญญาจะตีสักปานใด ก็ยังเป็นปัญญาโลกียอยู่นั่นเอง สุขปานใดก็แค่สุขโลกีย มันไม่สุขเหมือนโลกุตตระ คือมันไม่พ้นโลก

การฝึกทางโลกุตตระ คือ ทำให้มันหมดอุปาทาน ปฏิบัติให้หมดอุปาทาน ให้พิจารณาร่างกายนี้แหละ พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำอีก ให้มันเบื่อ ให้มันหน่าย จนเกิดนิพพิทา ซึ่งเกิดได้ยาก มันจึงเป็นของยาก ถ้าเรายังไม่เห็นก็ยิ่งดูมันยาก

เราทั้งหลายพากันมาบวชเรียน เขียน อ่าน มาปฏิบัติภาวนา ก็พยายามตั้งใจของตัวเอง แต่ก็ทำไม่ได้ยาก กำหนดข้อประพฤติปฏิบัติไว้อย่างนั้นอย่างนั้นแล้ว ก็ทำได้เพียงวันหนึ่ง ๒ วัน หรือแค่ ๒ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมงก็ลืมเสียแล้ว พอระลึกขึ้นได้ ก็จับมันตั้งไว้อีก ก็ได้เพียงชั่วคราว พอรูป เสียง กลิ่น รส โภฏัจฺจุพะ ธรรมารมณฺ์ ผ่านมา ก็พังไปเสียอีกแล้ว พอนึกได้ก็จับตั้งอีก ปฏิบัติอีก นี่ เรามักเป็นเสียอย่างนี้ เพราะสร้างทำนบไว้ไม่ดี ปฏิบัติไม่ทันเป็น ไม่ทันเห็น มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันจึงเป็นโลกุตตระไม่ได้ ถ้าเป็นโลกุตตระได้ มันพ้นไปจากสิ่งทั้งหลายนี้แล้ว มันก็สงบเท่านั้นเอง

ที่ไม่สงบทุกวันนี้ก็เพราะของเก่ามันมากวนอยู่ไม่หยุด มันตามมาพัวพัน เพราะมันติดตัวเคยชินเสียแล้ว จะแสวงหาทางออกทางไหน มันก็คอยมาผูกไว้ ดึงไว้ ไม้ให้ลืมนที่เก่าของมัน เราจึงเอาของเก่ามาใช้ มาชม มาอยู่ มากินกันอยู่อย่างนั้น

ผู้หญิงก็มีผู้ชายเป็นอุปสรรค ผู้ชายก็มีผู้หญิงเป็นอุปสรรค มันพอบานกัน ถ้าผู้ชายอยู่กับผู้ชายด้วยกัน มันก็ไม่มีอะไร หรือผู้หญิงอยู่กับผู้หญิงด้วยกัน มันก็อย่างนั้นแหละ แต่พอผู้ชายไปเห็นผู้หญิงเข้าหัวใจมันเต้นตึกตักๆ ผู้หญิงเห็นผู้ชายเข้าก็เหมือนกัน หัวใจก็เต้นตึกตักๆ เพราะมันดึงดูดซึ่งกันและกัน

นี่ก็เพราะไม่เห็นโทษของมัน หากไม่เห็นโทษแล้ว ก็ละไม่ได้ ต้องเห็นโทษในกามและเห็นประโยชน์ในการละกามแล้ว จึงจะทำได้ หากปฏิบัติยังไม่พ้น แต่พยายามอดทนปฏิบัติต่อไป ก็เรียกว่า ทำได้ในเพียงระดับศีลธรรม แต่ถ้าปฏิบัติได้เห็นชัดแล้ว จะไม่ต้องอดทนเลย ที่มันยากมันลำบาก ก็เพราะยังไม่เห็น



ในทางโลกนั้น สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เราทำไว้ ถ้าจนเสร็จเรียบร้อย เราก็สบาย ถ้ายังไม่เสร็จ ก็เป็นห่วงผูกพัน นี่คือโลกีย์ มันผูกพันตามไปอยู่เรื่อยว่าจะทำให้หมดนั้น มันหมดไม่เป็นหรอก เหมือนกันกับพ่อค้าพบใครก็ว่า ถ้าหมดหนี้หมดสินแล้วจะบวช เมื่อไรมันจะหมดหนี้หมดสิน เมื่อกู้ไม่หยุด แล้วจะหมดได้อย่างไร นี่แหละปัญญาโลกีย์

การปฏิบัติของเราที่ ก็ให้เฝ้าดูจิตไว้ ข้อวัตรข้อใดมันหย่อน พอเห็น พอรู้สึก ก็ให้ตั้งขึ้นใหม่ ถ้ามันหย่อนอีก ผู้มีสติก็ตั้งขึ้นมา ทำอยู่อย่างนั้นแหละ เรียกว่าทำไม่รู้จักแล้ว เพราะว่ามันเป็นโลกีย์ มันจึงตั้งไปตั้งมาอยู่นั้นแหละ

การมาบวชนั้นเป็นของยาก จะต้องตั้งอกตั้งใจ เป็นผู้มีศรัทธา ปฏิบัติไปจนมันรู้ มันเห็นตามความเป็นจริง มันจึงจะเบื่อ เบื่อมันไม่ใช่ขัง ต้องเบื่อทั้งรักทั้งชัง เบื่อทั้งสุขทั้งทุกข์ คือเห็นทุกอย่างไม่เป็นแก่นสารนั่นเอง

ธรรมชาติของพระพุทธรูปเจ้าที่นั้นซับซ้อน ไม่เห็นได้โดยง่าย ถ้าไม่มีปัญญาแล้วเห็นไม่ได้ เหมือนเราได้ไม้มาก่อนหนึ่ง เป็นไม้ท่อนใหญ่ แต่ความเป็นจริงไม้ท่อนน้อยก็แทรกอยู่ในไม้ท่อนใหญ่นั้นแหละ หรือได้ไม้ท่อนน้อยมา ไม้ท่อนใหญ่มันก็แทรกอยู่ในนั้นด้วย

โดยมากคนเราเห็นไม้ท่อนใหญ่ ก็เห็นแต่ว่ามันใหญ่ เพราะคิดว่าน้อยจะไม่มี ไม้ท่อนน้อยก็เห็นแต่มันน้อย เพราะคิดว่าใหญ่ไม่มี มันไม่มองไปข้างหน้า ไม่มองไปข้างหลัง

เมื่อสุขก็นึกว่าจะมีแต่สุข เมื่อทุกข์ก็นึกว่าจะมีแต่ทุกข์ ไม่เห็นว่าทุกข์อยู่ที่ไหน สุขก็อยู่ที่ไหน สุขอยู่ที่ไหน ทุกข์ก็อยู่ที่ไหน ไม่เห็นว่าใหญ่อยู่ที่ไหน น้อยก็อยู่ที่ไหน น้อยอยู่ที่ไหน ใหญ่ก็อยู่ที่ไหน ให้คิดเห็นอย่างนั้น

คนเราไม่รู้จักคิดย้อนหน้าย้อนหลัง เห็นแต่หน้าเดียวไปเลยจึงไม่จบเสียที่ทุกอย่างมันต้องเห็นสองหน้า มีความสุขเกิดขึ้นมา ก็อย่าลืมทุกข์ ทุกข์เกิดขึ้นมาก็อย่าลืมสุข มันเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน เช่นว่า อาหารนั้นเป็นคุณแก่มนุษย์แก่

สัตว์ทั้งหลาย เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย อย่างนี้เป็นต้น แต่ความเป็นจริงอาหาร เป็นโทษก็มีเหมือนกัน มิใช่มันจะให้คุณแต่อย่างเดียว มันให้โทษด้วยก็มี เมื่อใดเรา เห็นคุณ ก็ต้องเห็นโทษของมันด้วย เห็นโทษก็ต้องเห็นคุณด้วย เมื่อใดมีความซัง ก็ให้นึกถึงความรัก คิดได้แบบนี้จะทำให้จิตใจของเราไม่ชวนเข้าไปมา

ได้อ่านหนังสือของเซนที่พวกเซนเขาแต่ง พวกเซนเป็นพวกมุ่งปฏิบัติ เขา ไม่ใคร่สอนกันเป็นคำพูดนัก เป็นต้นว่า พระเซนรูปหนึ่งนั่งหาวนอนขณะภาวนา อาจารย์ก็ถือไม้มาฟาดเข้าที่กลางหลัง ลูกศิษย์ที่ถูกตีก็พูดว่า “ขอบคุณครับ” เซนเขา สอนกันอย่างนั้น สอนให้เรียนรู้ด้วยการกระทำ

วันหนึ่งพระเซนนั่งประชุมกัน ชงที่ปักอยู่ข้างนอกก็โบกปลิวอยู่ไปมา พระเซน สององค์ก็เกิดปัญหาขึ้นมา ทำไมธงจึงโบกปลิวไปมา องค์หนึ่งว่า เพราะมีลม อีกองค์ ก็ว่า เพราะมีธงต่างหาก ต่างก็ได้เถียงโดยยึดความคิดเห็นของตน อาจารย์ก็เลย ตัดสินว่า มีความเห็นผิดด้วยกันทั้งคู่ เพราะความจริงแล้ว ชงก็ไม่มี ลมก็ไม่มี

นี่ ต้องปฏิบัติให้ได้แบบนี้ อย่าให้มีลม อย่าให้มีธง ถ้ามีธงก็ต้องมีลม ถ้ามี ลมก็ต้องมีธง มันก็เลยจบกันไม่ได้สักที นำเอาเรื่องนี้มาพิจารณา วางให้มัน วางจาก ลม วางจากธง ความเกิดไม่มี ความแก่ไม่มี ความเจ็บตายไม่มี มันว่าง ที่เราเข้าใจ ว่าธง เข้าใจว่าลมนั้น มันเป็นแต่ความรู้สึกที่สมมุติขึ้นมาเท่านั้น ความจริงมันไม่มี น่าจะเอาไปฝึกใจของเรา

ในความว่างนั้น มัจจุราชตามไม่ทัน ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความ ตาย ตามไม่ทัน มันหมดเรื่อง

ถ้าไปเห็นว่า มีธงอยู่ ก็ต้องมีลมมาพัด ถ้ามีลมอยู่ ก็ต้องไปพัดธง มันไม่จบ สักที เพราะความเห็นผิด แต่ถ้าเป็นสัมมาทิฐิความเห็นชอบแล้ว ลมก็ไม่มี ชงก็ไม่มี ก็เลยหมด หมดเรา หมดเขา หมดความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย หมด ทุกอย่าง



ถ้าเป็นโลกียวิสัย ก็สอนกันไม่จบ ไม่แล้วสักที เราฟังก็ว่ามันยาก เพราะมันเป็นปัญญาโลกีย์ หากเราพิจารณาได้ เราก็มีปัญญามาก พระพุทธเจ้าของเรา ก็เหมือนกัน เมื่อตอนที่ท่านครองโลกอยู่ ท่านก็มีปัญญาโลกีย์ ต่อเมื่อท่านมีปัญญามากเข้า ท่านจึงดับโลกีย์ได้ เป็นโลกุตตระ เป็นผู้เลิศในโลก ไม่มีใครเหมือนท่าน

ถ้าเราทำความคิดไว้ในใจให้ได้ดังนี้ เห็นรูปก็ว่ารูปไม่มี ได้ยินเสียงก็ว่าเสียงไม่มี ได้กลิ่นก็ว่ากลิ่นไม่มี ลิ้มรสก็ว่ารสไม่มี มันก็หมด ที่เป็นรูปนั้นก็เพียงความรู้สึก ได้ยินเสียงก็สักแต่ว่าความรู้สึก ที่มีกลิ่นก็สักแต่ว่ามีกลิ่น เป็นเพียงความรู้สึก รสก็เป็นแต่เพียงความรู้สึก แล้วก็หายไป ตามความเป็นจริงที่ไม่มี

รูป เสียง กลิ่น รส โสณัฐพะ ธรรมารมณฺ์ นี่เป็นโลกีย์ ถ้าเป็นโลกุตตระแล้ว **รูปไม่มี เสียงไม่มี กลิ่นไม่มี รสไม่มี โสณัฐพะไม่มี ธรรมารมณฺ์ไม่มี** เป็นแต่ความรู้สึกเกิดขึ้นเท่านั้น แล้วก็หายไป ไม่มีอะไร เมื่อไม่มีอะไร ตัวเราก็ไม่มี ตัวเขาก็ไม่มี เมื่อตัวเราไม่มี ของเราก็ไม่มี ตัวเขาไม่มี ของเขาก็ไม่มี ความดับทุกข์ นั้นเป็นไปในทำนองนี้ คือไม่มีใครจะไปรับเอาทุกข์ แล้วใครจะเป็นทุกข์ ไม่มีใครไปรับเอาสุข แล้วใครจะเป็นสุข

นี่พอทุกข์เข้า ก็เรียกว่าเราทุกข์ เพราะเราไปเป็นเจ้าของ มันก็ทุกข์ สุขเกิดขึ้นมา เราก็ไปเป็นเจ้าของสุข มันก็สุข ก็เลยยึดมันถือมัน อันนั้นแหละ เป็นตัวเป็นตน เป็นเรา เป็นเขา ขึ้นมาเดี่ยวนั้น มันก็เลยเป็นเรื่องเป็นราวไปอีก ไม่จบ

การที่พวกเราทั้งหลายออกจากบ้านมาสู่ป่า ก็คือมาสงบอารมณ์ หนีออกมาเพื่อต่อสู้ ไม่ใช่หนีมาเพื่อหนี ไม่ใช่เพราะแพ้เราจึงมา คนที่อยู่ในป่าแล้วก็ไปติดป่า คนอยู่ในเมืองแล้วก็ไปติดเมืองนั้น เรียกว่า คนหลงป่า คนหลงเมือง

พระพุทธเจ้าท่านว่า ออกมาอยู่ป่าเพื่อกายวิเวก จิตวิเวก อุปธิวิเวก ต่างหาก ไม่ใช่ให้มาติดป่า มาเพื่อฝึก เพื่อเพาะปัญญา มาเพาะให้เชื้อปัญญามันมีขึ้น อยู่ในที่ รุณวาย เชื้อปัญญามันเกิดขึ้นยาก จึงมาเพาะอยู่ในป่าเท่านั้นเอง เพาะเพื่อจะกลับไปต่อสู้ในเมือง

เราเห็นรูป เห็นเสียง เห็นกลิ่น เห็นรส เห็นโผฏฐัพพะ เห็นธรรมารมณฺ์ มาอย่างนี้ ไม่ใช่เห็นเพื่อจะแพ้วสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เห็นเพื่อมาฝึก หรือมาเพาะให้ปัญญาเกิด แล้วจะกลับไปรบกับมัน จะกลับไปต่อสู้กับมันด้วยปัญญา

ไม่ใช่เข้าไปอยู่ในป่าแล้ว ไม่มีรูป เสียง กลิ่น รส แล้วก็สบาย ไม่ใช่อย่างนั้น แต่ต้องการจะมาฝึก เพาะเชื้อปัญญาให้เกิดขึ้นในป่า ในที่สงบ เมื่อสงบแล้ว ปัญญา จะเกิด

เมื่อใคร่ครวญพิจารณาแล้ว ก็จะทำให้เห็นว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์นั้น เป็นปฏิปักษ์ต่อเราก็เพราะเราใจ เรายังไม่มีปัญญา แต่ความเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้คือครูสอนเราอย่างดี

เมื่ออยู่ในป่าแล้ว อย่าไปยึดป่า อย่ามีอุปาทานในป่า เรามาที่นี่เพื่อมาทำให้ปัญญาเกิด ถ้ายังไม่มีปัญญา ก็จะทำให้เห็นว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์นั้น เป็นปฏิปักษ์กับเรา เป็นข้าศึกของเรา

ถ้าปัญญาเกิดขึ้นแล้ว รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์นั้น ไม่ใช่ข้าศึก แต่เป็นสภาวะที่ทำให้ความรู้ความเห็นแก่เราอย่างแจ่มชัด เมื่อสามารถกลับความเห็นอย่างนี้ แสดงว่าปัญญาได้เกิดขึ้นแล้ว

ยกตัวอย่างง่ายๆ อย่างไก่อป่า เราก็รู้กันทุกคนว่าไก่อป่านั้นเป็นอย่างไร ลัทธิในโลกนี้ที่จะกลัวมนุษย์ยิ่งไปกว่าไก่อป่านั้นไม่มีแล้ว เมื่อมาอยู่ในป่านี้ครั้งแรก ก็เคยสอนไก่อป่า เคยเผ้าดูมัน แล้วก็ได้รับความรู้จากไก่อป่าหลายอย่าง

ครั้งแรกมันมาเพียงตัวเดียว เดินผ่านมา เราก็เดินจงกรมอยู่ในป่า มันจะเข้ามาใกล้ ก็ไม่มองมัน มันจะทำอะไรก็ไม่มองมัน ไม่ทำกิจอันใดกระทบกระทั่งมันเลย ต่อไปก็ลองหยุดดมดมมัน พอสายตาเราไปถูกมันเข้า มันวิ่งหนีเลย แต่พอเราไม่มอง มันก็ค่อยเขี้ยวอาหารกินตามเรื่องของมัน แต่พอมองเมื่อไรก็วิ่งหนีเมื่อนั้น



นานเข้าลัทธิหน้อย มันคงเห็นความสงบของเรา จิตใจของมันก็เลยว่าง แต่พอ หว่านข้าวให้เท่านั้น ไก่มันก็หนีเลย ก็ช่างมัน ก็หว่านทิ้งไว้อย่างนั้นแหละ เดี่ยวมัน ก็กลับมาที่ตรงนั้นอีก แต่ยังไม่กล้ากินข้าวที่หว่านไว้ให้ มันไม่รู้จ๊ก นี่กว่าเราจะไปฆ่า ไปแกงมัน เราก็ไม่ว่าอะไร กินก็ช่าง ไม่กินก็ช่าง ไม่สนใจกับมัน

ไม่ช้า มันก็ไปค้ำเขี่ยหากินตรงนั้น มันคงเริ่มมีความรู้สึกของมันแล้ว วันต่อมามันก็มาตรงนั้นอีก มันก็ได้กินข้าวอีก พอข้าวหมดก็หว่านไว้ให้อีก มันก็ วิ่งหนีอีก แต่เมื่อทำซ้ำอยู่อย่างนี้เรื่อยๆ ตอนหลังมันก็เพียงแต่เดินหนีไปไม่ไกล แล้วก็กลับมากินข้าวที่หว่านให้มัน นี่ก็ได้เรื่องแล้ว

ตอนแรกไก่มันเห็นข้าวสารเป็นข้าศึก เพราะมันไม่รู้จ๊ก เพราะมันดูไม่ชัด มันจึงวิ่งหนีเรื่อยไป ต่อมามันเชื่อเข้า จึงกลับมาดูตามความเป็นจริง ก็เห็นว่า นี่ข้าวสาร นี่ไม่ใช่ข้าศึก ไม่มีอันตราย มันก็มากินจนตลอดทุกวันนี้ นี่เรียกว่า เรา ก็ได้ความรู้จากมัน

เราออกมาอยู่ในป่า ก็นี่ว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ ในบ้าน เป็นข้าศึกต่อเรา จริงอยู่ เมื่อเรายังไม่รู้ มันก็เป็นข้าศึกจริงๆ แต่ถ้าเรา รู้ตามความเป็นจริงของมันแล้ว ก็เหมือนไก่อู้จ๊กข้าวสารว่าเป็นข้าวสาร ไม่ใช่ข้าศึก ข้าศึกก็หายไป

เรากับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ ก็เหมือนกันนั่น มัน ไม่ใช่ข้าศึกของเราหรอก แต่เพราะเราคิดผิด เห็นผิด พิจารณาผิด จึงว่ามันเป็น ข้าศึก ถ้าพิจารณาถูกแล้ว ก็ไม่ใช่ข้าศึก แต่กลับเป็นสิ่งที่ให้ความรู้ ให้ความ ฉลาดแก่เราต่างหาก

แต่ถ้าไม่รู้ก็คิดว่าเป็นข้าศึก เหมือนกันกับไก่ ที่เห็นข้าวสารเป็นข้าศึกมัน นั้นแหละ ถ้าเห็นข้าวสารเป็นข้าวสารแล้ว ข้าศึกมันก็หายไป พอเป็นอย่างนี้ ก็เรียกว่า ไก่มันเกิดวิปัสสนาแล้ว เพราะมันรู้ตามเป็นจริง มันจึงเชื่อ ไม่กลัว ไม่ตื่นเต้น

เรานี้ก็เหมือนกันฉันนั้น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์นี้ เป็นเครื่องให้เราตรัสรู้ธรรมะ เป็นที่ให้อุบัติแก่ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ถ้าเราเห็นชัดตาม เป็นจริงแล้ว ก็จะเป็นอย่างนั้น ถ้าไม่เห็นชัด ก็จะเป็นข้าศึกต่อเราตลอดไป แล้วเราก็จะหนีไปอยู่ป่าเรื่อยๆ

อย่างนี้กว่า เรามาอยู่ป่าแล้ว ก็สบายแล้ว อย่าคิดอย่างนั้น อย่าเอาอย่างนั้น อย่าเอาความสงบแค่นั้น ว่าเราไม่ค่อยได้เห็นรูป ไม่ได้ยินเสียง ไม่ได้กลิ่น ไม่ได้รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์แล้ว เราก็สบายอยู่แล้ว อย่าคิดเพียงแค่นั้น ให้คิดว่า เรามา เพื่อเพาะเชื้อปัญญาให้เกิดขึ้น เมื่อมีปัญญารู้ตามเป็นจริงแล้ว ก็ไม่ลุ่มๆ ดอนๆ ไม่ต่ำๆ สูงๆ

พอกฎอารมณ์ดีก็เป็นอย่างหนึ่ง กฎอารมณ์ร้ายก็เป็นอย่างหนึ่ง กฎอารมณ์ที่ ชอบใจก็เป็นอย่างหนึ่ง กฎอารมณ์ที่ไม่ชอบใจก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้าเป็นอย่างนี้ก็แสดง ว่า มันยังเป็นข้าศึกอยู่ ถ้าหมดข้าศึกแล้ว มันจะเสมอกัน ไม่ลุ่มๆ ดอนๆ ไม่ต่ำๆ สูงๆ รู้เรื่องของโลกว่า มันอย่างนั้นเอง เป็นโลกธรรม โลกธรรมเลยเปลี่ยนเป็น มรรค โลกธรรมมี ๘ อย่าง มรรคก็มี ๘ อย่าง โลกธรรมอยู่ที่ไหน มรรคก็อยู่ที่นั่น ถ้ารู้แจ้งเมื่อใด โลกธรรมเลยกลายเป็นมรรคแปด ถ้ายังไม่รู้ มันก็ยังเป็นโลกธรรม

เมื่อสัมมาทิฐิเกิดขึ้น ก็เป็นดังนี้ มันพันทุกข์อยู่ที่ตรงนี้ ไม่ใช่พันทุกข์ โดย ไปถึงที่ตรงไหน ฉะนั้น อย่าพรวดพราด การภาวนาต้องค่อยๆ ทำ การทำความสงบ ต้องค่อยๆ ทำ มันจะสงบไปบ้างก็เอา มันจะไม่สงบไปบ้างก็เอา เรื่องจิตมันเป็น อย่างนั้น เราก็อยู่ของเราไปเรื่อยๆ

บางครั้งปัญญามันก็ไม่เกิด ก็เคยเป็นเหมือนกัน เมื่อไม่มีปัญญา จะไปคิด ให้ปัญญามันเกิด มันก็ไม่เกิด มันเฉยๆ อยู่อย่างนั้น ก็เลยมาคิดใหม่ เราจะ พิจารณาสິงที่ไม่มี มีมันก็ได้ เมื่อไม่มีเรื่องอะไรก็ไม่ต้องไปแก้มัน ไม่มีปัญหา ก็ไม่ต้องไปแก้มัน ไม่ต้องไปคั้นมัน อยู่ไปเฉยๆ ธรรมดาๆ อย่างนั้นแหละ แต่ต้อง อยู่ด้วยความมีสติสัมปชัญญะ อยู่ด้วยปัญญา ไม่ใช่อยู่เพลินไปตามอารมณ์ อยู่ ด้วยความระมัดระวัง ปฏิบัติของเราไปเรื่อยๆ ถ้ามีเรื่องอะไรมา ก็พิจารณา ถ้าไม่มี ก็แล้วไป

ได้ไปเห็นแมงมุมเป็นตัวอย่าง แมงมุมทำรังของมันเหมือนข่าย มันสานข่ายไป ซึ่งไว้ตามช่องต่างๆ เราไปนั่งพิจารณาดูมันทำข่ายซึ่งไว้เหมือนจอหนัง เสร็จแล้วมัน ก็เก็บตัวมันเองเจียบอยู่ตรงกลางข่าย ไม่วิ่งไปไหน พอมีแมลงวันหรือแมลงอื่นๆ บินผ่านข่ายของมัน พอถูกข่ายเท่านั้น ข่ายก็สะเทือน พอข่ายสะเทือนปุ๊บ มันก็วิ่ง ออกจากรังทันที ไปจับตัวแมลงไว้เป็นอาหาร เสร็จแล้วมันก็เก็บตัวมันไว้ที่กลางข่าย ตามเดิม ไม่ว่าจะมียิ้งหรือแมลงอื่นใดมาถูกข่ายของมัน พอข่ายสะเทือน มันก็วิ่ง ออกมาจับแมลงนั้น แล้วก็กลับไปเกาะนั่งอยู่ที่ตรงกลางข่าย ไม่ให้ใครเห็นทุกทีไป

พอได้เห็นแมงมุมทำอย่างนั้น เราก็มีปัญญาแล้ว อายตนะทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้ ใจอยู่ตรงกลาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย แผลฟุ้งพานออกไป อารมณ์นั้นเหมือนแมลงต่างๆ พอรูปมาก็มาถึงตา เสียงมาก็มาถึงหู กลิ่นมาก็มาถึง จมูก รสมาก็มาถึงลิ้น โภภุญัพพะมาก็มาถึงกาย ใจเป็นผู้รู้จัก มันก็สะเทือนถึงใจ เท่านั้นเกิดปัญญาแล้ว

เราจะอยู่ด้วยการเก็บตัวไว้ เหมือนแมงมุมที่เก็บตัวไว้ในข่ายของมัน ไม่ต้อง ไปไหน พอแมลงต่างๆ มันผ่านข่าย ก็ทำให้สะเทือนถึงตัว รู้สึกได้ ก็ออกไปจับ แมลงไว้ แล้วก็กลับไปอยู่ที่เดิม

ไม่แตกต่างกันอะไรกับใจของเราเลย อยู่ตรงนี้ ให้อยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ อยู่ด้วยความระมัดระวัง อยู่ด้วยปัญญา อยู่ด้วยความคิดถูกต้อง เราอยู่ตรงนี้ เมื่อ ไม่มีอะไร เราก็อยู่เฉยๆ แต่ไม่ใช่อยู่ด้วยความประมาท

ถึงเราจะไม่เดินจงกรม ไม่นั่งสมาธิ ไม่อะไรก็ช่างเถิด แต่เราอยู่ด้วย สติสัมปชัญญะ อยู่ด้วยความระมัดระวัง อยู่ด้วยปัญญา ไม่ใช่อยู่ด้วยความประมาท นี่เป็นสิ่งสำคัญ ไม่ใช่เราจะนั่งตลอดวันตลอดคืน เอาแต่พอกำลังของเรา ตาม สมควรแก่ร่างกายของเรา

แต่เรื่องจิตนี้ เป็นของสำคัญมาก ให้อายตนะว่ามันส่งสายเข้ามาเป็นอย่างไร ให้อารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้เหมือนแมงมุมที่พอข่ายสะเทือน มันก็วิ่งไปจับเอาตัวแมลง ได้ทันที

ฉะนั้น เมื่ออารมณ์มากระทบอายตนะ มันก็มาถึงจิตทันที เมื่อไปจับผ่าน
 ทุกข์ ก็ให้เห็นมันโดยความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วจะเอามันไปไว้ที่ไหนละ
 อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเหล่านี้ ก็เอาไปไว้เป็นอาหารของจิตของเรา ถ้าทำได้อย่างนี้
 มันก็หมดเท่านั้นแหละ

จิตที่มีอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นอาหาร เป็นจิตที่กำหนดรู้ เมื่อรู้ว่าอันนั้น
 เป็นอนิจจัง มันก็ไม่เที่ยง ทุกขัง เป็นทุกข์ อนัตตาก็ไม่ใช่เราแล้ว ดูมันให้ชัด มัน
 ไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันไม่เป็นแก่นสาร จะเอามันไปทำไม มันไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน
 ไม่ใช่ของเรา จะไปเอาอะไรกับมัน มันก็หมดตรงนี้

ดูแมงมุมแล้ว ก็โน้มเข้ามาหาจิตของเรา มันก็เหมือนกันเท่านั้น **ถ้าจิตเห็น
 อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็ว่าง ไม่เป็นเจ้าของสุข ไม่เป็นเจ้าของทุกข์อีกแล้ว ถ้า
 เห็นชัดได้อย่างนี้ มันก็ได้ความเท่านั้นแหละ จะทำอะไรๆ อยู่ก็สบาย ไม่ต้องการ
 อะไรอีกแล้ว มีแต่การภาวนาจะเจริญยิ่งขึ้นเท่านั้น**

ถ้าทำอย่างนี้อยู่ด้วยความระมัดระวัง ก็เป็นการที่เราจะพ้นจากวัฏสงสารได้
 ที่เรายังไม่พ้นจากวัฏสงสาร ก็เพราะยังปรารถนาอะไรๆ อยู่ทั้งนั้น การไม่ทำผิด ไม่
 ทำบาปนั้น มันอยู่ในระดับศีลธรรม เวลาสวดมนต์ก็ว่า ขออย่าให้พลัดพรากจากของ
 ที่รักที่ชอบใจ อย่างนี้มันเป็นธรรมของเด็กน้อย เป็นธรรมของคนที่ยังปล่อยอะไร
 ไม่ได้ นี่คือความปรารถนาของคน ปรารถนาให้อายุยืน ปรารถนาไม่อยากตาย
 ปรารถนาไม่อยากเป็นโรค ปรารถนาไม่อยากอย่างนั้นอย่างนี้ นี่แหละความปรารถนา
 ของคน

ยัมปิจันถั นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกข์ มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็
 เป็นทุกข์ นี่แหละมันสับหัวเข้าไปอีก มันเป็นเรื่องปรารถนาทั้งนั้น ไม่ว่าใครก็ปรารถนา
 อย่างนั้นทุกคน ไม่เห็นมีใครอยากหมด อยากจนจริง ๆ ลักคน

การปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งละเอียด ผู้มีกิริยานุ่มนวล สำรวม ปฏิบัติไม่เปลี่ยนแปลง
 สม่่าเสมออยู่เรื่อยนั้นแหละ จึงจะรู้จัก มันจะเกิดอะไรก็ช่างมันเถิด ขอแต่ให้มันคง
 แน่วแน่เอาไว้ อย่าชวนเซหัวนี้ไหว.



ใจของเราก็เหมือนกัน ใช้ปัญญาเรียนรู้จักใจ
ใช้ความฉลาดรักษาใจไว้
แล้วเราก็จะเป็นคนฉลาดที่รู้จักฝึกใจ
เมื่อฝึกบ่อยๆ มันก็จะสามารถกำจัดทุกข์ได้
ความทุกข์เกิดขึ้นที่ใจนี้เอง
มันทำให้ใจสับสน มีดมัว
มันเกิดขึ้นที่นี่ มันก็ตายที่นี่

๕ | การฝึกใจ

ชีวิตคนในสมัยของท่านอาจารย์มั่นและท่านอาจารย์เสาร์นั้นสบายกว่าในสมัยนี้มาก ไม่มีความวุ่นวายมากเหมือนอย่างทุกวันนี้ สมัยนั้นพระไม่ต้องมายุ่งเกี่ยวกับพิธีรีตองต่างๆ เหมือนอย่างเดี๋ยวนี้ ท่านอาศัยอยู่ตามป่า ไม่ได้อยู่เป็นที่หอรอก ชุดงค์ไปโน่น ชุดงค์ไปนี่เรื่อยไป ท่านใช้เวลาของท่านปฏิบัติภาวนาอย่างเต็มที่

สมัยนั้น พระท่านไม่ได้มีข้าวของฟุ่มเฟือยมากมายอย่างที่มีกันทุกวันนี้หอรอก เพราะมันยังไม่มีอะไรมากอย่างเดี๋ยวนี้ กระบอกน้ำก็ทำเอากระโถนก็ทำเอา ทำเอาจากไม้ไผ่ นั่นแหละ

บรรยายแก่ภิกษุชาวตะวันตก ที่มาจากวัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อมีนาคม ๒๕๒๐

ชาวบ้านก็นานๆ จึงจะมหาสักที ความจริงพระท่านก็ไม่ได้ต้องการอะไร ท่าน
 สันโดษกับสิ่งที่ท่านมี ท่านอยู่ไป ปฏิบัติภาวนาไป หายใจเป็นกรรมฐานอยู่นั่นแหละ

พระท่านก็ได้รับความลำบากมากอยู่เหมือนกัน ในการที่อยู่ตามป่าตามเขา
 อย่างนั้น ถ้าองค์ใดเป็นไข้ป่า ไข้มาเลเรีย ไปถามหาชอยา อาจารย์ก็จะบอกว่า
 “ไม่ต้องฉันยาหรอก เร่งปฏิบัติภาวนาเข้าเถอะ”

ความจริง สมัยนั้นก็ไม่มีหยูกยามากอย่างสมัยนี้ มีแต่สมุนไพรที่ไม่ที่ขึ้นอยู่
 ตามป่า พระต้องอยู่อย่างอดอย่างทนเหลือหลาย ในสมัยนั้น เจ็บไข้เล็กๆ น้อยๆ
 ท่านก็ปล่อยมันไป เดี่ยวนี้ลี เจ็บป่วยอะไรนิดหน่อยก็วิ่งไปโรงพยาบาลแล้ว

บางทีก็ต้องเดินบิณฑบาตตั้งห้ากิโล พอฟ้าสว่างก็ต้องรีบออกจากวัดแล้ว
 กว่าจะกลับก็โน่น ลิบโม่ง ลิบเอ็ดโม่งโน่น แล้วก็ไม่ใช่บิณฑบาตได้อะไรมากมาย
 บางทีก็ได้ข้าวเหนียวล็กก้อน เกลือสักหน่อย พริกสักนิด เท่านั้นเอง ได้อะไรมาฉัน
 กับข้าวหรือไม่ก็ช่าง ท่านไม่คิด เพราะมันเป็นอย่างนั้นเอง ไม่มีองค์ใดกล้าบ่นว่า
 หิวหรือเพลีย ท่านไม่บ่น ฝ่าแต่ระมัดระวังตน

ท่านปฏิบัติอยู่ในป่าอย่างอดทน อันตรายก็มีรอบด้าน สัตว์ดุร้ายก็มีอยู่หลาย
 ในป่านั้น ความยากลำบากกายลำบากใจในการอยู่รอดคงก็มีอยู่หลายแท้ๆ แต่ท่านก็มี
 ความอดทนเป็นเลิศ เพราะสิ่งแวดล้อมสมัยนั้นบังคับให้เป็นอย่างนั้น

มาสมัยนี้ สิ่งแวดล้อมบังคับเราไปในทางตรงข้ามกับสมัยโน้น ไปไหนเรา
 ก็เดินไป ต่อมาก็นั่งเกวียน แล้วก็นั่งรถยนต์ แต่ความทะยานอยากมันก็เพิ่มขึ้น
 เรื่อยๆ เดี่ยวนี้ถ้าไม่ใช่รถปรับอากาศก็จะไม่ยอมนั่ง ดูจะไปเอาไม่ได้เที่ยวแหละ ถ้า
 รถนั้นไม่ปรับอากาศ **คุณธรรมในเรื่องความอดทนมันค่อยอ่อนลงๆ การปฏิบัติ
 ภาวนาก็ย่อหย่อนลงไปมากเดี๋ยวนี้** เราจึงเห็นนักปฏิบัติภาวนาชอบทำตามความเห็น
ความต้องการของตัวเอง

เมื่อผู้เฒ่าผู้แก่พูดถึงเรื่องเก่าๆ แต่ครั้งก่อน คนเดี๋ยวนี้อ่านหนังสือเหมือนว่าเป็นนิทาน นิยาย ฟังไปเฉยๆ แต่ไม่เข้าใจเลยแหละ เพราะมันเข้าไปไม่ถึง พระภิกษุที่บวชในสมัยก่อนนั้น จะต้องอยู่กับพระอุปัชฌาย์อย่างน้อย ๕ ปี นี่เป็นระเบียบที่ถือกันมา และต้องพยายามหลีกเลี่ยงการพูดคุย อย่าปล่อยตัวเที่ยวพูดคุยมากเกินไป อย่าอ่านหนังสือ แต่ให้อ่านใจของตัวเอง

ดูวัดหนองป่าพงเป็นตัวอย่าง ทุกวันนี้มีพวกที่จบจากมหาวิทยาลัยมาบวชกันมาก ต้องคอยห้ามไม่ให้เอาเวลาไปอ่านหนังสือธรรมะ เพราะคนพวกนี้ชอบอ่านหนังสือแล้วก็ได้อ่านหนังสือมามากแล้ว แต่โอกาสที่จะอ่านใจของตัวเองนะหายากมาก ฉะนั้น ระหว่างที่บวช ๓ เดือนนี้ ก็ต้องขอให้ปิดหนังสือ ปิดตำรับตำราต่างๆ ให้หมด ในระหว่างที่บวชนี้แหละ เป็นโอกาสพิเศษแล้วที่จะได้อ่านใจตัวเอง

การตามดูใจของตัวเองนี่ น่าสนใจมาก ใจที่ยังไม่ได้ฝึก มันก็คอยวิ่งไปตามนิสัยเคยชินที่ยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้อบรม มันเดินคึกคักไปตามเรื่องตามราว ตามความคะนอง เพราะมันยังไม่เคยถูกฝึก ดังนั้น จงฝึกใจของตัวเอง การปฏิบัติภาวนาในทางพุทธศาสนา ก็คือการปฏิบัติเรื่องใจ ฝึกจิตฝึกใจของตัวเอง ฝึกอบรมจิตของตัวเองนี่แหละ เรื่องนี้สำคัญมาก การฝึกใจเป็นหลักสำคัญ พุทธศาสนาเป็นศาสนาของใจ มันมีเท่านี้ ผู้ที่ฝึกปฏิบัติทางจิตคือผู้ปฏิบัติธรรมในทางพุทธศาสนา

ใจของเราที่มันอยู่ในกรง ยิ่งกว่านั้น มันยังมีเสื้อที่กำลังอาละวาดอยู่ในกรงนั้นด้วย ใจที่มันเอาแต่ใจของเรา ถ้าหากมันไม่ได้อะไรตามที่มันต้องการแล้ว มันก็อาละวาด เราจะต้องอบรมใจด้วยการปฏิบัติภาวนา ด้วยสมาธิ นี่แหละที่เราเรียกว่า “การฝึกใจ”

ในเบื้องต้นของการฝึกปฏิบัติธรรม จะต้องมึศีลเป็นพื้นฐานหรือรากฐาน ศีลนี้เป็นสิ่งอบรมกาย วาจา ซึ่งบางทีก็จะเกิดการวุ่นวายขึ้นในใจเหมือนกัน เมื่อเราพยายามจะบังคับใจ ไม่ให้ทำตามความอยาก



กินน้อย นอนน้อย พุดน้อย นิสัยความเคยชินอย่างโลกๆ ลดมันลง อย่ายอมตามความอยาก อย่ายอมตามความคิดของตน หยุดเป็นทาสมันเลี้ยว พยายามต่อสู้เอาชนะอวิชชาให้ได้ ด้วยการบังคับตัวเองเสมอ นี้เรียกว่าศีล

เมื่อพยายามบังคับจิตของตัวเองนั้น จิตมันก็จะดิ้นรนต่อสู้ มันจะรู้สึกถูกจำกัด ถูกข่มขู่ เมื่อมันไม่ได้ทำตามที่มันอยาก มันก็จะกระวนกระวายดิ้นรน ที่นี้เห็นทุกข์ชัดล่ะ

“ทุกข์” เป็นข้อแรกของอริยสัจ ๔ คนทั้งหลายพากันเกลียดกลัวทุกข์ อยากรหนีทุกข์ ไม่อยากให้มีทุกข์เลย ความจริง ทุกข์นี้แหละจะทำให้เราฉลาดขึ้นล่ะ ทำให้เกิดปัญญา ทำให้เรารู้จักพิจารณาทุกข์ สุขนั้นลิ มันจะปิดหูปิดตาเรา มันจะทำให้ไม่รู้จักรอด ไม่รู้จักทน ความสุขสบายทั้งหลายจะทำให้เราประมาท

กิเลสสองตัวนี้ ทุกข์เห็นได้ง่าย ดังนั้น เราจึงต้องเอาทุกข์นี้แหละมาพิจารณา แล้วพยายามทำความดับทุกข์ให้ได้ แต่ก่อนที่จะปฏิบัติภาวนา ก็ต้องรู้จักเสียก่อนว่าทุกข์คืออะไร

ตอนแรก เราจะต้องฝึกใจของเราอย่างนี้ เราอาจยังไม่เข้าใจว่า มันเป็นอย่างไรรู้ ทำไป ทำไปก่อน ฉะนั้น เมื่อครูอาจารย์บอกให้ทำอย่างใด ก็ทำตามไปก่อน แล้วก็ค่อยมีความอดทนอดกลั้นขึ้นเอง ไม่ว่าจะเป็นอย่างไรรู้ ให้อดทนอดกลั้นไว้ก่อน เพราะมันเป็นอย่างนั้นเอง อย่างเช่นเมื่อเริ่มฝึกนั่งสมาธิ เราก็ต้องการความสงบที่เดียว แต่ก็จะได้ความสงบ เพราะมันยังไม่เคยทำสมาธิมาก่อน ใจก็บอกว่า “จะนั่งอย่างนี้แหละ จนกว่าจะได้ความสงบ”

แต่พอความสงบไม่เกิด ก็เป็นทุกข์ ก็เลยลุกขึ้นวิ่งหนีเลย การปฏิบัติอย่างนี้ไม่เป็น “การพัฒนาจิต” แต่มันเป็น “การทอดทิ้งจิต” ไม่ควรจะปล่อยใจไปตามอารมณ์ ควรที่จะฝึกฝนอบรมตนเองตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งก็ยากก็ช่าง ขยันก็ช่าง ให้ปฏิบัติมันไปเรื่อยๆ ลองคิดดูสิ ทำอย่างนี้จะไม่ดีกว่าหรือ การปล่อยใจตามอารมณ์นั้น จะไม่มีวันถึงธรรมของพระพุทธเจ้า

เมื่อเราปฏิบัติธรรม ไม่ว่าจะอารมณ์ใดจะเกิดขึ้น ก็ช่างมัน แต่ให้ปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ปฏิบัติให้สม่ำเสมอ การตามใจตัวเองไม่ใช่แนวทางของพระพุทธเจ้า **ถ้าเราปฏิบัติธรรมตามความคิดความเห็นของเรา เราจะไม่มีวันรู้แจ้งว่า อันใดผิด อันใดถูก จะไม่มีวันรู้จักใจของตัวเอง และไม่มีวันรู้จักตัวเอง** ดังนั้น ถ้าปฏิบัติธรรมตามแนวทางของตนแล้ว ย่อมเป็นการเสียเวลามากที่สุด แต่การปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธเจ้าแล้ว ย่อมเป็นหนทางตรงที่สุด

ขอให้จำไว้ว่า ถึงจะขี้เกียจก็ให้พยายามปฏิบัติไป ขยันก็ให้ปฏิบัติไป ทุกเวลา และทุกหนทุกแห่ง นี่จึงจะเรียกว่า “การพัฒนาจิต” ถ้าหากปฏิบัติตามความคิดความเห็นของตนแล้ว ก็จะเกิดความคิด ความสงสัยไปมากมาย มันจะพาให้คิดไปว่า “เราไม่มีบุญ เราไม่มีวาสนา ปฏิบัติธรรมมานานนักหนาแล้ว ยังไม่รู้ ยังไม่เห็นธรรมเลยสักที” การปฏิบัติธรรมอย่างนี้ ไม่เรียกว่าเป็น “การพัฒนาจิต” แต่เป็น “การพัฒนาความหายนะของจิต”

ถ้าเมื่อใดที่ปฏิบัติธรรมไปแล้วมีความรู้สึกอย่างนี้ว่า ยังไม่รู้อะไร ยังไม่เห็นอะไร ยังไม่มีอะไรใหม่ๆ เกิดขึ้นบ้างเลย นี่ก็เพราะที่ปฏิบัติมามันผิด ไม่ได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า “**อานนท์ ปฏิบัติให้มาก ทำให้มาก แล้วจะสิ้นสงสัย**” ความสงสัยจะไม่มีวันสิ้นไปด้วยการคิด ด้วยทฤษฎี ด้วยการคาดคะเน หรือด้วยการถกเถียงกัน หรือจะอยู่เฉยๆ ไม่ปฏิบัติภาวนาเลย ความสงสัยก็หายไปไม่ได้อีกเหมือนกัน ก็เลสจะหายสิ้นไปได้ก็ด้วยการพัฒนาทางจิต ซึ่งจะเกิดได้ก็ด้วยการปฏิบัติที่ถูกต้องเท่านั้น

การปฏิบัติทางจิตที่พระพุทธเจ้าทรงสอนนั้น ตรงกันข้ามกับหนทางของโลกอย่างสิ้นเชิง คำสั่งสอนของพระองค์มาจากพระทัยอันบริสุทธิ์ ที่ไม่ข้องเกี่ยวกับกิเลสอาสวะทั้งหลาย นี่คือแนวทางของพระพุทธเจ้าและสาวกของพระองค์



เมื่อเราปฏิบัติธรรม เราต้องทำใจของเราให้เป็นธรรม ไม่ใช่เอาธรรมะมาตามใจเรา ถ้าปฏิบัติอย่างนี้ ทุกข์ก็จะเกิดขึ้น แต่ไม่มีใครสักคนหรอกที่จะพ้นจากทุกข์ไปได้ พอเริ่มปฏิบัติ ทุกข์ก็อยู่ตรงนั้นแล้ว

หน้าที่ของผู้ปฏิบัตินั้น จะต้องมีสติ สำรวม และสันโดษ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เราหยุด คือ เลิกนิสัยความเคยชินที่เคยทำมาแต่เก่าก่อน ทำไม่ถึงต้องทำอย่างนี้ ถ้าไม่ทำอย่างนี้ ไม่ฝึกฝนอบรมใจตนเองแล้ว มันก็จะคึกคะนองวุ่นวายไปตามธรรมชาติของมัน

ธรรมชาติของใจนี้มันฝึกกันได้ เอามาใช้ประโยชน์ได้ เปรียบได้กับต้นไม้ในป่า ถ้าเราปล่อยให้ตามธรรมชาติของมัน เราก็จะเอามันมาสร้างบ้านไม่ได้ จะเอามาทำแผ่นกระดานก็ไม่ได้ หรือทำอะไรอย่างอื่นที่จะใช้สร้างบ้านก็ไม่ได้ แต่ถ้าช่างไม้ผ่านมา ต้องการไม้ไปสร้างบ้าน เขาก็จะมองหาต้นไม้ในป่านี้ และตัดต้นไม้ในป่านี้เอาไปใช้ประโยชน์ ไม่ช้าเขาก็สร้างบ้านเสร็จเรียบร้อย

การปฏิบัติภาวนาและการพัฒนาจิตก็คล้ายกันอย่างนี้ ก็ต้องเอาใจที่ยังไม่ได้ฝึกเหมือนไม้ในป่านี้แหละ มาฝึกมันจนมันละเอียดประณีตขึ้น รู้ขึ้น และว่องไวขึ้นทุกอย่างมันเป็นไปตามภาวะธรรมชาติของมัน เมื่อเรารู้จักธรรมชาติ เข้าใจธรรมชาติ เราก็เปลี่ยนมันได้ ทิ้งมันก็ได้ ปล่อยมันไปก็ได้ แล้วเราก็จะไม่ทุกข์อีกต่อไป

ธรรมชาติของใจเรามันก็อย่างนั้น เมื่อใดที่เกาะเกี่ยวผูกพัน ยึดมันถือมัน ก็เกิดควมวุ่นวายสับสน เดี่ยวมันก็จะวิ่งวุ่นไปโน่นไปนี่ พอมันวุ่นวายสับสนมากๆ เข้า เราก็คิดว่า คงจะฝึกอบรมมันไม่ได้แล้ว แล้วก็เป็นอย่างนี้ ก็เพราะไม่เข้าใจว่า มันต้องเป็นของมันอย่างนั้นเอง

ความคิด ความรู้สึก มันจะวิ่งไปวิ่งมาอยู่อย่างนี้ แม้เราจะพยายามฝึกปฏิบัติพยายามให้มันสงบ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันจะเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้ เมื่อเราติดตามพิจารณาดูธรรมชาติของใจอยู่บ่อยๆ ก็จะค่อยๆ เข้าใจว่า ธรรมชาติของใจมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันจะเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้

ถ้าเราเห็นอันนี้ชัด เราก็จะทิ้งความคิดความรู้สึกอย่างนั้นได้ ทีนี้ก็ไม่ต้องคิดนั่นคิดนี่อีก คอยแต่บอกตัวเองไว้อย่างเดียวว่า **“มันเป็นของมันอย่างนั้นเอง”** พอเข้าใจได้ชัด เห็นแจ้งอย่างนี้แล้ว ทีนี้ก็จะปล่อยอะไรๆ ได้ทั้งหมด ก็ไม่ใช่ว่าความคิดความรู้สึกมันจะหายไป มันก็ยังอยู่นั้นแหละ แต่มันหมดอำนาจเสียแล้ว

เปรียบก็เหมือนกับเด็กที่ชอบชน เล่นสนุก ทำให้รำคาญจนเราต้องดุเอาตีเอา แต่เราก็ต้องเข้าใจว่า ธรรมชาติของเด็กก็เป็นอย่างนั้นเอง พอรู้อย่างนี้ เราก็ปล่อยให้เด็กเล่นไปตามเรื่องของเขา ความเดือดร้อนรำคาญของเราทั้งหมดไป มันหมดไปได้อย่างไร ก็เพราะเรายอมรับธรรมชาติของเด็ก ความรู้สึกของเราเปลี่ยน และเรายอมรับธรรมชาติของสิ่งทั้งหลาย เราปล่อยวาง จิตของเราก็มีความสงบเยือกเย็น นี่เรามีความเข้าใจอันถูกต้องแล้ว เป็นสัมมาทิฐิ

ถ้ายังไม่มีใจที่ถูกต้อง ยังเป็นมิจฉาทิฐิอยู่ แม้จะไปอยู่ในถ้ำลึก มีดสักเท่าใด ใจมันก็ยังยุ่งเหยิงอยู่ หรือจะไปอยู่บนอากาศ สูงปานใด มันก็ยังยุ่งเหยิงวุ่นวายอยู่ ใจจะสงบได้ก็ด้วยความเห็นที่ถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิเท่านั้น ทีนี้ ก็หมดปัญหาจะต้องแก้ เพราะไม่มีปัญหาอะไรเกิดขึ้น

นี่มันเป็นอย่างนี้ เราไม่ชอบมัน เราปล่อยวางมัน เมื่อใดที่มีความรู้สึกเกาะเกี่ยวยึดมั่นถือมั่นเกิดขึ้น เราปล่อยวางทันที เพราะรู้แล้วว่า ความรู้สึกอย่างนั้นมันไม่ได้เกิดขึ้นมาเพื่อจะกวนเรา แม้บางทีเราอาจจะคิดอย่างนั้น แต่ความเป็นจริง ความรู้สึกนั้นเป็นของมันอย่างนั้นเอง

ถ้าเราปล่อยวางมันเสีย รูปก็เป็นสักแต่ว่ารูป เสียงก็สักแต่ว่าเสียง กลิ่นก็สักแต่ว่ากลิ่น รสก็สักแต่ว่ารส โผฏฐัพพะก็สักแต่ว่าโผฏฐัพพะ ธรรมารมณก็สักแต่ว่าธรรมารมณ เปรียบเหมือนน้ำมันกับน้ำท่า ถ้าเราเอาทั้งสองอย่างนี้เทใส่ขวดเดียวกัน มันก็ไม่ปนกัน เพราะธรรมชาติมันต่างกัน เหมือนกับคนที่ฉลาดก็ต่างกับคนโง่ **พระพุทธเจ้าก็ทรงอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ แต่พระองค์ทรงเป็นพระอรหันต์ พระองค์จึงทรงเห็นสิ่งเหล่านี้เป็นเพียงสิ่ง “สักว่า” เท่านั้น**



พระองค์ทรงปล่อยวางมันไปเรื่อยๆ ตั้งแต่ทรงเข้าพระทัยแล้วว่า ใจก็สักว่าใจ ความคิดก็สักว่าความคิด พระองค์ไม่ทรงเอามาปนกัน ใจก็สักว่าใจ ความคิดความรู้สึกก็สักว่าความคิดความรู้สึก ปล่อยให้มันเป็นเพียงสิ่ง “สักว่า” รูปก็สักว่ารูป เสียงก็สักว่าเสียง ความคิดก็สักว่าความคิด จะต้องไปยึดมันถือมันทำไม ถ้าคิดได้ รู้สึกได้อย่างนี้ เราก็จะแยกมันได้ ความคิด ความรู้สึก (อารมณ์) อยู่ทางหนึ่ง ใจก็อยู่อีกทางหนึ่ง เหมือนกับน้ำมันกับน้ำท่า อยู่ในขวดเดียวกัน แต่มันแยกกันอยู่

พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกของพระองค์ ก็อยู่ร่วมกับปุถุชนคนธรรมดาที่ไม่ได้รู้ธรรม ท่านไม่ได้เพียงอยู่ร่วมเท่านั้น แต่ท่านยังสอนคนเหล่านั้น ทั้งคนฉลาด คนโง่ ให้รู้จักวิธีที่จะศึกษาธรรม ปฏิบัติธรรม และรู้แจ้งในธรรม ท่านสอนได้ เพราะท่านได้ปฏิบัติมาเอง ท่านรู้ว่ามันเป็นเรื่องของใจเท่านั้น เหมือนอย่างที่ได้พูดมานี้แหละ

ดังนั้น การปฏิบัติภาวนานี้ อย่าไปสงสัยมันเลย เราหนีจากบ้านมาบวช ไม่ใช่เพื่อหนีมาอยู่กับความหลง หรืออยู่กับความขลาดความกลัว แต่หนีมาเพื่อฝึกอบรมตัวเอง เพื่อเป็นนายตัวเอง ชนะตัวเอง ถ้าเราเข้าใจได้อย่างนี้ เราก็จะปฏิบัติธรรมได้ ธรรมะจะแจ่มชัดขึ้นในใจของเรา

ผู้ที่เข้าใจธรรมะก็เข้าใจตัวเอง ใครเข้าใจตัวเองก็เข้าใจธรรมะ ทุกวันนี้ก็เหลือแต่เปลือกของธรรมะเท่านั้น ความเป็นจริงแล้ว ธรรมะมีอยู่ทุกหนทุกแห่ง ไม่จำเป็นที่จะต้องหนีไปไหน ถ้าจะหนีก็ให้หนีด้วยความฉลาด ด้วยปัญญา หนีด้วยความซำหั้นาญ อย่าหนีด้วยความโง่ ถ้าเราต้องการความสงบ ก็ให้สงบด้วยความฉลาด ด้วยปัญญา เท่านั้นก็พอ

เมื่อใดที่เราเห็นธรรมะ นั่นก็เป็นสัมมาปฏิบัติมาแล้ว ก็เลิกสักแต่ว่ากิเลส ใจก็สักแต่ว่าใจ เมื่อใดที่เราทิ้งได้ ปล่อยวางได้ แยกได้ เมื่อนั้น มันก็เป็นเพียงสิ่งสักว่า เป็นเพียงอย่างนั้นอย่างนั้นสำหรับเราเท่านั้นเอง เมื่อเราเห็นถูกแล้ว ก็จะมีแต่ความปลอดโปร่ง ความเป็นอิสระตลอดเวลา

พระพุทธองค์ตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านอย่ายึดมั่นในธรรม” ธรรมะคืออะไร คือทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่มีอะไรที่ไม่ใช่ธรรมะ ความรักความเกลียดก็เป็นธรรมะ ความสุขความทุกข์ก็เป็นธรรมะ ความชอบความไม่ชอบก็เป็นธรรมะ ไม่ว่าจะเล็กน้อยแค่ไหน ก็เป็นธรรมะ

เมื่อเราปฏิบัติธรรม เราเข้าใจอันนี้ เราก็ปล่อยวางได้ ดังนั้น ก็ตรงกับคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด

ทุกอย่างที่เกิดขึ้นในใจเรา ในจิตเรา ในร่างกายของเรา มีแต่ความแปรเปลี่ยนไปทั้งนั้น พระพุทธองค์จึงทรงสอนไม่ให้ยึดมั่นถือมั่น พระองค์ทรงสอนพระสาวก พระของพระองค์ให้ปฏิบัติเพื่อละ เพื่อถอน ไม่ให้ปฏิบัติเพื่อสะสม

ถ้าเราทำตามคำสอนของพระองค์ เราก็ถูกเท่านั้นแหละ เราอยู่ในทางที่ถูกแล้ว แต่บางทีก็ยังมีควมวุ่นวายเหมือนกัน ไม่ใช่คำสอนของพระองค์ทำให้วุ่นวาย กิเลสของเรานั้นแหละที่มันทำให้วุ่นวาย มันมาบังคับความเข้าใจอันถูกต้องเสีย ก็เลยทำให้เราวุ่นวาย

ความจริงการปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น ไม่มีอะไรลำบาก ไม่มีอะไรยุ่งยาก การปฏิบัติตามทางของพระองค์ไม่มีทุกข์ เพราะทางของพระองค์ คือ “ปล่อยวาง” ให้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง

จุดหมายสูงสุดของการปฏิบัติภาวนานั้น ท่านทรงสอนให้ “ปล่อยวาง” อย่าแบกถืออะไรให้มันหนัก ทั้งมันเสีย ความดีก็ทิ้ง ความถูกต้องก็ทิ้ง

คำว่า “ทิ้ง” หรือ “ปล่อยวาง” ไม่ใช่ต้องปฏิบัติ แต่หมายความว่า ให้ปฏิบัติ “การละ” “การปล่อยวาง” นั้นแหละ

พระองค์ทรงสอนให้พิจารณาธรรมทั้งหลาย ที่กายที่ใจของเรา ธรรมะไม่ได้อยู่ที่ไหน อยู่ที่ตรงนี้ อยู่ที่กายที่ใจของเราที่แหละ

ดังนั้น นักปฏิบัติต้องปฏิบัติอย่างเข้มแข็ง เอาจริงเอาจัง ให้ใจมันผ่องใสขึ้นสว่างขึ้น ให้มันเป็นใจอิสระ



ทำความดีอะไรแล้ว ก็ปล่อยมันไป อย่าไปยึดไว้ หรือดเว้นการทำชั่วได้แล้ว ก็ปล่อยมันไป พระพุทธเจ้าทรงสอนให้อยู่กับปัจจุบันนี้ ที่นี่และเดี๋ยวนี้ ไม่ใช่อยู่กับ อดีตหรืออนาคต

คำสอนที่เข้าใจผิดกันมาก แล้วก็ถกเถียงกันมากที่สุด ตามความคิดเห็นของตนก็คือเรื่อง “การปล่อยวาง” หรือ “การทำงานด้วยจิตว่าง” นี้แหละ การพูดอย่างนี้เรียกว่า พูด “ภาษาธรรม” เมื่อเอามาคิดเป็นภาษาโลก มันก็เลยยุ่ง แล้วก็ตีความหมายว่า ถ้าอย่างนั้นทำอะไรก็ได้ตามใจชอบล่ะซี

ความจริงมันหมายความว่าอย่างนี้ อุปมาเหมือนว่าเราแบกก้อนหินหนักอยู่ก้อนหนึ่ง แบกไปก็รู้สึกหนัก แต่ก็ไม่รู้จะอย่างไรกับมัน ก็ได้แต่แบกอยู่อย่างนั้นแหละ พอมีใครบอกว่า ให้โยนมันทิ้งเสียสิ ก็มาคิดอีกแหละว่า “เอ ถ้าเราโยนมันทิ้งไปแล้ว เราก็ไม่มีอะไรเหลือนะสิ” ก็เลยแบกอยู่นั้นแหละ ไม่ยอมทิ้ง

ถึงจะมีใครบอกว่า โยนทิ้งไปเถอะ แล้วจะดีอย่างนั้น เป็นประโยชน์อย่างนี้ เราก็ยังไม่ยอมโยนทิ้งอยู่นั้นแหละ เพราะกลัวแต่ว่าจะไม่มีอะไรเหลือ ก็เลยแบกก้อนหินหนักไว้ จนเหนื่อยอ่อนเพลียเต็มที จนแบกไม่ไหวแล้ว ก็เลยปล่อยมันตกลง

ตอนที่ปล่อยมันตกลงนี้แหละ ก็จะเกิดความรู้เรื่อง “การปล่อยวาง” ขึ้นมาเลย เราจะรู้สึกเบาสบาย แล้วก็รู้ได้ด้วยตัวเองว่า การแบกก้อนหินนั้นมันหนักเพียงใด แต่ตอนที่เราแบกอยู่นั้น เราไม่รู้หรือว่า “การปล่อยวาง” มันมีประโยชน์เพียงใด

ดังนั้น ถ้ามีใครมาบอกให้ปล่อยวาง คนที่ยังมีติดอยู่ก็ไม่รู้ ไม่เข้าใจหรอก ก็จะหลับหูหลับตาแบกก้อนหินก้อนนั้นอย่างไม่ยอมปล่อย จนกระทั่งมันหนักจนเหลือที่จะทนนั้นแหละ ถึงจะยอมปล่อย แล้วก็รู้ได้ด้วยตัวเองว่ามันเบา มันสบายแค่ไหน ที่ปล่อยมันไปได้



ต่อมาเราอาจจะไปแบกอะไรอีกก็ได้ แต่ตอนนี้เราพอรู้แล้วว่า ผลของการแบกนั้นเป็นอย่างไร เราก็จะปล่อยวางมันได้โดยง่ายขึ้น ความเข้าใจในความไร้ประโยชน์ของการแบกหาม และความเบาสบายของการปล่อยวางนี้แหละ คือตัวอย่างที่แสดงถึงการรู้จักตัวเอง

ความยึดมั่นถือมั่นในตัวของเรา ก็เหมือนก้อนหินหนักก้อนนั้น พอดคิดว่า จะปล่อย “ตัวเรา” ก็เกิดความกลัวว่า ปล่อยไปแล้วก็จะมีอะไรเหลือ เหมือนกับที่ไม่ยอมปล่อยก้อนหินก้อนนั้น แต่ในที่สุด เมื่อปล่อยมันไปได้ เราก็จะรู้สึกเองถึงความเบาสบายในการที่ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่น

ในการฝึกใจนี้ เราต้องไม่ยึดมั่นทั้งสรรพเสริญ ทั้งนินทา ความต้องการแต่สรรพเสริญและไม่ต้องการนินทานั้น เป็นวิถีทางของโลก แต่แนวทางของพระพุทธเจ้านั้น ให้รับสรรเสริญตามเหตุตามปัจจัยของมัน และก็รับนินทาตามเหตุตามปัจจัยของมันเหมือนกัน

เหมือนอย่างกับการเลี้ยงเด็ก บางทีถ้าเราไม่ดูเด็กตลอดเวลา มันก็ดีเหมือนกัน ผู้ใหญ่บางคนดูมากเกินไป ผู้ใหญ่ที่ฉลาดย่อมรู้จักว่าเมื่อใดควรดู เมื่อใดควรชม

ใจของเราก็เหมือนกัน ใช้ปัญญาเรียนรู้จักใจ ใช้ความฉลาดรักษาใจไว้ แล้วเราก็จะเป็นคนฉลาดที่รู้จักฝึกใจ เมื่อฝึกบ่อยๆ มันก็จะสามารถกำจัดทุกข์ได้ ความทุกข์เกิดขึ้นที่ใจนี้เอง มันทำให้ใจสับสน มีดมัว มันเกิดขึ้นที่นี่ มันก็ตายที่นี่

เรื่องของใจมันเป็นอย่างนี้ บางทีก็คิดดี บางทีก็คิดชั่ว ใจมันหลอกลวง เป็นมายา จงอย่าไว้ใจมัน แต่จงมองเข้าไปที่ใจ มองให้เห็นความเป็นอยู่อย่างนั้นของมัน ยอมรับมันทั้งนั้น ทั้งใจดีใจชั่ว เพราะมันเป็นของมันอย่างนั้น ถ้าเราไม่ไปยึดถือมัน มันก็เป็นของมันอยู่แค่นั้น แต่ถ้าเราไปยึดมันเข้า เราก็จะถูกมันกัดเอา แล้วเราก็เป็นทุกข์

ถ้าใจเป็นสัมมาทิฐิแล้ว ก็จะมีแต่ความสงบ จะเป็นสมาธิ จะมีความฉลาด ไม่ว่าจะนั่งหรือจะนอน ก็จะมีแต่ความสงบ ไม่ว่าจะไปไหน ทำอะไร ก็จะมีแต่ความสงบ

วันนี้ ท่าน (ภิกษุชาวตะวันตก) ได้พาลูกศิษย์มาฟังธรรม ท่านอาจจะเข้าใจบ้าง ไม่เข้าใจบ้าง ผมได้พูดเรื่องการปฏิบัติเพื่อให้ท่านเข้าใจได้ง่าย ท่านจะคิดว่า ถูกหรือไม่ก็ตาม ก็ขอให้ท่านลองนำไปพิจารณาดู

ผมในฐานะอาจารย์องค์หนึ่ง ก็อยู่ในฐานะคล้ายๆ กัน ผมเองก็อยากฟังธรรมเหมือนกัน เพราะไม่ว่าผมจะไปที่ไหน ก็ต้องไปแสดงธรรมให้ผู้อื่นฟัง แต่ตัวเองไม่ได้มีโอกาสฟังเลย คราวนี้ก็ดูท่านพอใจในการฟังธรรมอยู่ เวลาผ่านไปเร็ว เมื่อท่านนั่งฟังอย่างเงียบๆ เพราะท่านกำลังกระหายธรรมะ ท่านจึงต้องการฟัง

เมื่อก่อนนี้ การแสดงธรรมก็เป็นความเพลิดเพลินอย่างหนึ่ง แต่ต่อมากลางความเพลิดเพลินก็ค่อยหายไป รู้สึกเหนื่อยและเบื่อ ก็กลับอยากเป็นผู้ฟังบ้าง เพราะเมื่อฟังธรรมจากครูอาจารย์นั้น มันเข้าใจง่ายและมีกำลังใจ แต่เมื่อเราแก่ขึ้น มีความหิวกระหายในธรรมะ รสชาติของมันก็ยิ่งเอร็ดอร่อยมากขึ้น

การเป็นครูอาจารย์ของผู้อื่นนั้น จะต้องเป็นตัวอย่างแก่พระภิกษุอื่นๆ เป็นตัวอย่างแก่ลูกศิษย์ เป็นตัวอย่างแก่ทุกคน ฉะนั้น อย่าลืมตนเองแล้วก็อย่าคิดถึงตนเอง ถ้าความคิดอย่างนั้นเกิดขึ้น รีบกำจัดมันเสีย ถ้าทำได้แบบนี้ ก็จะเป็นผู้ที่รู้จักตัวเอง

วิธีปฏิบัติธรรมมีมากมายเป็นล้านๆ วิธี พูดเรื่องการภาวนาไม่มีที่จบ สิ่งที่จะทำให้เกิดความสงสัยมีมากมายหลายอย่าง แต่ให้กวาดมันออกไปเรื่อยๆ แล้วจะไม่เหลือความสงสัย



เมื่อเรามีความเข้าใจถูกต้องเช่นนี้ ไม่ว่าจะนั่งหรือจะเดิน ก็จะมีแต่ความสงบ ความสบาย ไม่ว่าจะปฏิบัติภาวนาที่ไหน ให้มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อม อย่าถือว่า จะปฏิบัติภาวนาแต่เฉพาะขณะนั่งหรือเดินเท่านั้น ทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกหนทุกแห่งเป็นการปฏิบัติได้ทั้งนั้น

ให้รู้สึกตัวทั่วพร้อมอยู่ตลอดเวลา ให้มีสติอยู่ ให้เห็นการเกิดดับของกายและใจ แต่อย่าให้มันมาทำใจให้วุ่นวาย ให้ปล่อยวางมันไป ความรักเกิดขึ้น ก็ปล่อยมันไป มันมาจากไหน ก็ให้มันกลับไปไหน ความโลภเกิดขึ้น ก็ปล่อยมันไป ตามมันไป ตามดูว่ามันอยู่ที่ไหน แล้วตามไปส่งมันให้ถึงที่ อย่าเก็บมันไว้สักอย่าง

ถ้าท่านปฏิบัติได้แบบนี้ ท่านก็จะเหมือนกับบ้านว่าง หรือพูดอีกอย่างหนึ่ง ก็คือ นี่คือใจว่าง เป็นใจที่ว่างและอิสระจากกิเลสความชั่วทั้งหลาย เราเรียกว่า “ใจว่าง” แต่ไม่ใช่ว่างเหมือนว่าไม่มีอะไร มันว่างจากกิเลส แต่เต็มไปด้วยความฉลาด ด้วยปัญญา ฉะนั้น ไม่ว่าจะทำอะไร ก็ทำด้วยปัญญา คิดด้วยปัญญา จะมีแต่ปัญญาเท่านั้น

นี่เป็นคำสอนที่ผมขอมอบให้ในวันนี้ ถ้าการฟังธรรมทำให้ใจท่านสงบก็ดีแล้ว ไม่จำเป็นต้องจดจำอะไร บางท่านอาจจะไม่เชื่อ ถ้าเราทำใจให้สงบ ฟังแล้วก็ไม่ให้ผ่านไป แต่นำมาพิจารณาอยู่เรื่อยๆ อย่างนี้ เราก็เหมือนเครื่องบันทึกเสียง เมื่อเรา “เปิด” มัน มันก็อยู่ตรงนั้น อย่างกลัวว่าจะไม่มีอะไร เมื่อใดที่ท่านเปิดเครื่องบันทึกเสียงของท่าน ทุกอย่างก็อยู่ในนั้น

ขอมอบธรรมะนี้ต่อพระภิกษุทุกรูป และต่อทุกคน บางท่านอาจจะรู้ภาษาไทย เพียงเล็กน้อย แต่ก็ไม่เป็นไร ให้ท่านเรียนภาษาธรรมเถิด เท่านี้ก็ดีเพียงพอแล้ว.



ทุกคนที่ออกมาปฏิบัตินั้น
ก็ออกมาด้วย “ความอยาก” ทั้งนั้น
มันมีความอยาก แต่ความอยากนี้
บางที่มันก็ปนกับความหลง
ถ้าอยากแล้วไม่หลง มันก็อยากด้วยปัญญา
ความอยากอย่างนี้ท่านเรียกว่า เป็นบารมีของตน
แต่ไม่ใช่ทุกคนนะที่มีปัญญา

๖ | อ่านใจธรรมชาติ

การภาวนา หมายความว่า ให้จิตดูให้ชัดๆ พยายามอย่ารีบร้อน
เกินไป อย่าช้าเกินไป ค่อยทำค่อยไป แต่ให้มีวิธีการและจุดหมายในการ
ปฏิบัติภาวนานั้น

ทุกคนที่ออกมาปฏิบัตินั้น ก็ออกมาด้วย “ความอยาก” กันทั้งนั้น
มันมีความอยาก แต่ความอยากนี้บางที่มันก็ปนกับความหลง ถ้าอยากแล้ว
ไม่หลง มันก็อยากด้วยปัญญา ความอยากอย่างนี้ท่านเรียกว่าเป็นบารมี
ของตน แต่ไม่ใช่ทุกคนนะที่มีปัญญา

บรรยายแก่พระนวกะ หลังทำวัตรเย็น ณ วัดหนองป่าพง สิงหาคม ๒๕๒๑



บางคนไม่อยากจะให้มันอยาก เพราะเข้าใจว่าการมาปฏิบัติก็เพื่อระงับความอยาก ความจริงนะ ถ้าหากว่าไม่มีความอยากก็ไม่มีข้อปฏิบัติ ไม่รู้ว่าจะทำอะไร ลองพิจารณาดูก็ได้ ทุกคน แม้องค์พระพุทธเจ้าของเราก็ตาม ที่ท่านออกมาปฏิบัติก็เพื่อจะให้บรรเทากิเลสทั้งหลายนั้น

แต่ว่ามันต้องอยากทำ อยากปฏิบัติ อยากให้มันสงบ และก็ไม่ต้องอยากให้มันวุ่นวาย ทั้งสองอย่างนี้มันเป็นอุปสรรคทั้งนั้น ถ้าเราไม่มีปัญญา ไม่มี ความฉลาดในการกระทำอย่างนั้น เพราะว่ามันปนกันอยู่ อยากทั้งสองอย่างนี้มันมีราคาเท่าๆ กัน

อยากจะพ้นทุกข์ มันเป็นกิเลสสำหรับคนไม่มีปัญญา อยากด้วยความโง่ ไม่อยากมันก็เป็นกิเลส เพราะไม่อยากอันนั้นมันประกอบด้วยความโง่เหมือนกัน คือ ทั้งอยาก - ไม่อยาก ปัญญาที่ไม่มี ทั้งสองอย่างนี้มันเป็นกามสุขัลลิกานุโยโค กับ อตตกิลมถานุโยโค ซึ่งพระพุทธองค์ของเราขณะที่พระองค์กำลังทรงปฏิบัติอยู่นั้น ท่านก็หลงในอย่างนี้ ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร ท่านหาอุบายหลายประการกว่าจะพบของสองสิ่งนี้

ทุกวันนี้ เราทั้งหลายก็เหมือนกัน ถูกสิ่งทั้งสองนี้มันกวนอยู่ เราจึงเข้าสู่ทางไม่ได้ก็เพราะอันนี้ ความเป็นจริงนี้ ทุกคนที่มาปฏิบัติก็เป็นปุถุชนมาทั้งนั้น ปุถุชนก็เต็มไปด้วยความอยาก ความอยากที่ไม่มีปัญญา อยากด้วยความหลง ไม่อยากมันก็มีโทษเหมือนกัน “ไม่อยาก” มันก็เป็นตัณหา “อยาก” มันก็เป็นตัณหาอีกเหมือนกัน

ที่นี้นักปฏิบัติยังไม่รู้เรื่องว่า จะเอาอย่างไรกัน เดินไปข้างหน้าก็ไม่ถูก เดินกลับไปข้างหลังก็ไม่ถูก จะหยุดก็หยุดไม่ได้ เพราะมันยังอยากอยู่ มันยังหลงอยู่ มีแต่ความอยาก แต่ปัญญาไม่มี **มันอยากด้วยความหลง มันก็เป็นตัณหา ถึงแม้ไม่อยาก มันก็เป็นความหลง มันก็เป็นตัณหาเหมือนกัน เพราะอะไร เพราะมันขาดปัญญา**



ความเป็นจริงนั้น ธรรมชาติมันอยู่ตรงนั้นแหละ ตรงความอยากกับความไม่อยากนั้นแหละ แต่เราไม่มีปัญญา ก็พยายามไม่ให้อยากบ้าง เต็มก็อยากบ้าง อยากให้เป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เป็นอย่างนี้ ความจริงทั้งสองอย่างนี้หรือทั้งคู่นี้ มันตัวเดียวกันทั้งนั้น ไม่ใช่คนละตัว แต่เราไม่รู้เรื่องของมัน

พระพุทธเจ้าของเราและสาวกทั้งหลายของพระองค์นั้น ท่านก็อยากเหมือนกัน แต่ “อยาก” ของท่านนั้นเป็นเพียงอาการของจิตเฉยๆ หรือ “ไม่อยาก” ของท่าน ก็เป็นเพียงอาการของจิตเฉยๆ อีกเหมือนกัน มันวูบเดียวเท่านั้นก็หายไปแล้ว

ดังนั้น ความอยากหรือไม่อยากนี้ มันมีอยู่ตลอดเวลา แต่สำหรับผู้มีปัญญานั้น “อยาก” ก็ไม่มีอุปาทาน “ไม่อยาก” ก็ไม่มีอุปาทาน เป็น “สักแต่ว่า” อยากหรือไม่อยากเท่านั้น ถ้าพูดตามความจริงแล้ว มันก็เป็นแต่อาการของจิต อาการของจิตมันเป็นของมันอย่างนั้นเอง ถ้าเรามาตะครุบมันอยู่ที่ใกล้ๆ นี้ มันก็เห็นชัด

ดังนั้น จึงว่าการพิจารณานั้น ไม่ใช่รู้ไปที่อื่น มันรู้ตรงนี้แหละ เหมือนชาวประมงที่ออกไปทอดแหนั้นแหละ ทอดแหออกไปถูกปลาตัวใหญ่ เจ้าของผู้ทอดแหจะคิดอย่างไร ก็กลัว กลัวปลาจะออกจากแหไปเสีย เมื่อเป็นเช่นนั้น ใจมันก็ตื่นขึ้น ระวังมาก บังคับมาก ตะครุบไปตะครุบมาอยู่นั้นแหละ ประเดี๋ยวปลา มันก็ออกจากแหไปเสีย เพราะไปตะครุบมันแรงเกินไป อย่างนั้น โบราณท่านพูดถึงเรื่องอันนี้ ท่านว่าค่อยๆ ทำมัน แต่อย่าไปห่างจากมัน

นี่คือปฏิบัติของเรา ค่อยๆ คลำมันไปเรื่อยๆ อย่างนั้นแหละ อย่าปล่อยมัน หรือไม่อยากรู้มัน ต้องรู้ ต้องรู้เรื่องของมัน พยายามทำมันไปเรื่อยๆ ให้เป็นปฏิบัติที่เกี่ยวเราก็ทำ ไม่ชี้เกี่ยวเราก็ทำ เรียกว่าการปฏิบัติต้องทำไปเรื่อยๆ อย่างนี้

ถ้าหากว่าเราขยัน ขยันเพราะความเชื่อ มันมีศรัทธา แต่ปัญญาไม่มี ถ้าเป็นอย่างนี้ ขยันไปๆ แล้วมันก็ไม่เกิดผลอะไรขึ้นมากมาย ขยันไปนานๆ เข้า แต่มันไม่ถูกทาง มันก็ไม่สงบระงับ ที่นี้ก็จะเกิดความคิดว่า เราปัญญาน้อยหรือวาสนาน้อยหรือคิดไปว่า มนุษย์ในโลกนี้คงทำไม่ได้หรอก แล้วก็เลยหยุด เลิกทำ เลิกปฏิบัติ

ถ้าเกิดความคิดอย่างนี้เมื่อใด ขอให้ระวังให้มาก ให้มีขันติความอดทน ให้
 ทำไปเรื่อยๆ เหมือนกับเราจับปลาตัวใหญ่ ก็ให้ค่อยๆ คลำมันไปเรื่อยๆ ปลามันก็
 ไม่ดิ้นแรง ค่อยๆ ทำไปเรื่อยๆ ไม่หยุด ไม่ช้าปลา ก็จะหมดกำลัง มันก็จับง่าย จับ
 ให้ถนัดมือเลย ถ้าเรารีบจนเกินไปปลา มันก็จะหนีดินออกจากแหเท่านั้น

**ดังนั้น การปฏิบัตินี้ ถ้าเราพิจารณาตามพื้นเพของเรา เช่นว่า เราไม่ม
 ความรู้ในปริยัติ ไม่มีความรู้ในอะไรรู้อื่น ที่จะให้การปฏิบัติมันเกิดผลขึ้น ก็ดูความรู
 ที่เป็นพื้นเพเดิมของเรานั้นแหละ อันนั้นก็คือ “ธรรมชาติของจิต” นี้เอง มันมีของ
 มันอยู่แล้ว เราจะไปเรียนรู้มัน มันก็มีอยู่ หรือเราจะไม่ไปเรียนรู้มัน มันก็มีอยู่**

อย่างที่ท่านพูดว่า พระพุทธเจ้าจะบังเกิดขึ้นก็ตาม หรือไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม
 ธรรมะก็คงมีอยู่อย่างนั้น มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น ไม่พลิกแพลงไปไหน มันเป็น
 ลัทธิธรรม เราไม่เข้าใจลัทธิธรรม ก็ไม่รู้ว่าการปฏิบัติเป็นอย่างไร นี้เรียกว่า การพิจารณา
 ในความรู้ของผู้ปฏิบัติที่ไม่มีพื้นปริยัติ

ขอให้ดูจิต พยายามอ่านจิตของเจ้าของ พยายามพูดกับจิตของเจ้าของ มัน
 จึงจะรู้เรื่องของจิต ค่อยๆ ทำไป ถ้ายังไม่ถึงที่ของมัน มันก็ไปอยู่อย่างนั้น

ครูบาอาจารย์บางท่านบอกว่าทำไปเรื่อยๆ อย่าหยุด บางทีเราความคิด “เออ
 ทำไปเรื่อยๆ ถ้าไม่รู้เรื่องของมัน ถ้าทำไม่ถูกที่มัน มันจะรู้อะไร” อย่างนี้เป็นต้น ก็
 ต้องทำไปเรื่อยๆ ก่อน แล้วมันก็จะเกิดความรู้สึกนึกคิดขึ้นในสิ่งที่เราพากเพียรทำนั้น

มันเหมือนกันกับบรูซที่ไปสี่ไฟ ได้ฟังท่านบอกว่า เอาไม้ไผ่สองอันมาสีกัน
 เข้าไปเถอะ แล้วจะมีไฟเกิดขึ้น บรูซนั้นก็จับไม้ไผ่เข้าสองอัน สีกันเข้า แต่ใจร้อน
 สีไปได้หน่อยก็อยากให้มันเป็นไฟ ใจก็เร่งอยู่เรื่อย ให้เป็นไฟเร็วๆ แต่ไฟก็ไม่เกิด
 ลักที่ บรูซนั้นก็เกิดความขี้เกียจ แล้วก็หยุดพัก แล้วจึงลองสีอีกนิด แล้วก็หยุดพัก
 ความร้อนที่พอมืออยู่บ้างก็หายไปละสิ เพราะความร้อนมันไม่ติดต่อกัน



ถ้าทำไปเรื่อยๆ อย่างนี้ เหนื่อยก็หยุด มีแต่เหนื่อยอย่างเดียวก็พอได้ แต่มี
ซีก็เจ็บปวดเข้าด้วย เลยไปกินใหญ่ แล้วบรูซนั้นก็หาว่าไฟไม่มี ไม่เอาไฟ ก็ทิ้ง เลิก
ไม่สีกอีก แล้วก็ไปเที่ยวประกาศว่า ไฟไม่มี ทำอย่างนี้ไม่ได้ ไม่มีไฟหรอก เขาได้
ลองทำแล้ว

ก็จริงเหมือนกันที่ได้ลองทำแล้ว แต่ทำยังไม่ถึงจุดของมัน คือความร้อนยัง
ไม่สมดุลกัน ไฟมันก็เกิดขึ้นไม่ได้ ทั้งที่ความจริงไฟมันก็มีอยู่ อย่างนี้ก็เกิดความ
ท้อแท้ขึ้นในใจของผู้ปฏิบัตินั้น ก็ละอันนี้ไปทำอันโน้นเรื่อยไป อันนี้ฉันใดก็ฉันนั้น

การปฏิบัตินั้น ปฏิบัติทางกายทางใจทั้งสองอย่างมันต้องพร้อมกัน เพราะ
อะไร เพราะพื้นพินันเป็นคนมีกิเลสทั้งนั้น พระพุทธเจ้าก่อนที่จะเป็นพระพุทธเจ้า
ท่านก็มีกิเลส แต่ท่านก็มีปัญญามากหลาย พระอรหันต์ก็เหมือนกัน เมื่อยังเป็น
ปุถุชนอยู่ก็เหมือนกับเรา

เมื่อความอยากเกิดขึ้นมา เราก็ไม่รู้จัก เมื่อความไม่อยากเกิดขึ้นมา เราก็
ไม่รู้จัก บางทีก็ร้อนใจ บางทีก็ดีใจ ถ้าใจเราไม่อยาก ก็ดีใจแบบหนึ่งและวุ่นวายอีก
แบบหนึ่ง ถ้าใจเราอยาก มันก็วุ่นวายอย่างหนึ่งและดีใจอย่างหนึ่ง มันประสมประเส
กันอยู่อย่างนี้

อันนี้คือปฏิปทาของผู้ปฏิบัติธรรม เหมือนอย่างพระวินัยที่เราฟังๆ กันไปนี้
ดูแล้วมันก็เป็นของยาก จะต้องรักษาลักษณะทุกอย่าง ให้ไปทุกอย่าง เมื่อ
จะตรวจดูศีลของเจ้าของ ก็ต้องไปตรวจดูทุกลักษณะ ก็คิดหนักใจว่า “โอ อย่างนี้
ไม่ไหวแล้ว”

ความจริง เมื่อพระพุทธเจ้าท่านสอนให้พิจารณากาย อย่างเช่น เกสา โลมา
นขา ทันตา ตโจ มันก็มีแต่กายทั้งนั้น อย่างที่ท่านให้กรรมฐานครั้งแรก ก็มีแต่เรื่อง
กายทั้งนั้น ท่านให้พิจารณาอยู่ตรงนี้ ให้ดูตรงนี้ ถ้าเราพิจารณาแล้วเห็นไม่ชัด มัน
ก็จะเห็นคนไม่ชัดสักคน คนอื่นก็ไม่ชัด ตัวเราเองก็ไม่ชัด เห็นตัวเราก็สงสัย เห็น
คนอื่นก็สงสัย มันสงสัยอยู่ตลอดไป แต่ถ้าเราสามารถเห็นตัวเราได้ชัดเท่านั้น มันก็
หมดสงสัย

เพราะอะไร เพราะรูปร่างมันเหมือนกันทั้งนั้น ถ้าหากเราเห็นชัดในตัวเราคนเดียว ก็เหมือนเห็นคนทั้งโลก ไม่ต้องตามไปดูทุกคน ก็รู้ว่าคนอื่นก็เหมือนกับเรา เราก็เหมือนกับเขา ถ้าเราคิดได้เช่นนี้ ภาระของเราก็น้อยลง ถ้าเราไม่คิดเช่นนั้น ภาระของเราก็มาก เพราะจะต้องตามไปดูทุกคนในจักรวาลนี้ จึงจะรู้จักคนทุกคน ภาระมันก็มีมากนะสิ ถ้าคิดอย่างนี้ มันก็ทำให้ห่อเหี่ยว

อย่างพระวินัยของเรานี้ก็เหมือนกัน มีสิกขาบทอยู่มากมายเหลือเกิน ไม่รู้จักเท่าไร ถ้าเพียงนี้ว่า จะต้องอ่านให้ครบทุกสิกขาบทแล้ว ก็แยแล้ว ไม่ไหวแล้ว เห็นว่าเหลือวิสัยเสียแล้ว เห็นจะไม่มีการไปตรวจดูศีลให้สมบูรณ์บริบูรณ์ได้ นี่ความเข้าใจของเรามันเป็นอย่างนั้น เหมือนอย่างว่า ท่านให้รู้แจ้งซึ่งมนุษย์ทั้งหลายก็คิดว่า จะต้องไปดูคนให้ทุกคน มันถึงจะรู้ทุกคน อย่างนี้มันก็มากเท่านั้นแหละ

นี่ก็เพราะว่าเรามันตรงเกินไป ตรงตามตำรา ตรงตามคำของครูบาอาจารย์เกินไป เพราะถ้าเราเรียนปริยัติขนาดนั้น มันก็ไปไม่ไหวเหมือนกัน มันทำให้หมดศรัทธาเหมือนกัน เรียกว่าเรายังไม่เกิดปัญญา ถ้าปัญญามันเกิดแล้ว ก็จะเห็นว่าคนทั้งหมดก็คือคนคนเดียว ถ้ามันเป็นคือคนคนเดียว เราก็พิจารณาแต่เราคนเดียวก็เพียงพอ เพราะเราก็มีรูป มีนาม ลักษณะของรูปร่างมันก็เป็นอยู่อย่างนี้ คนอื่นก็เป็นอยู่อย่างนี้เหมือนกัน ปัญญาจะทำให้เห็นได้เช่นนั้น ที่นี้ภาระที่จะต้องคิดก็น้อยลง เพราะเห็นเสียแล้วว่า มันเป็นอย่างเดียวกัน

ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงว่า *อตตะนา โจทะยัตตาทัง* จงเตือนตนด้วยตนเอง ให้เตือนตัวเจ้าของเองนี้ ไม่มีที่อื่น ถ้าเราเห็นตัวเราเองแล้ว มันก็เหมือนกันหมดทุกคน เพราะอันเดียวกัน บริษัทเดียวกัน ยี่ห่อเดียวกัน เพียงแต่ต่างลีลาฐานกันเท่านั้น เหมือนอย่างยาทรมใจกับยาปวดหาย มันก็ยารักษาโรคปวดเหมือนกัน เพียงแต่ว่ามันเปลี่ยนชื่อ เปลี่ยนรูปห่อเสียหน่อยเท่านั้น แท้จริงมันก็รักษาโรคเดียวกัน

ถ้าเราเห็นได้เช่นนี้ มันก็จะง่ายขึ้น ค่อยๆ ทำมันไปเรื่อยๆ อย่างนั้นแหละ แล้วมันก็จะเกิดความฉลาดขึ้นในการกระทำ ทำไปเรื่อยๆ จนกว่ามันจะเกิดความเห็นแล้วจะเห็นความจริงของมันจริงๆ



ถ้าจะพูดเรื่องปริยัติแล้ว ทุกอย่างมันก็เป็นปริยัติได้ทั้งนั้น ตาก็เป็นปริยัติ หูก็เป็นปริยัติ จมูกก็เป็นปริยัติ ปากก็เป็นปริยัติ ลิ้นก็เป็นปริยัติ กายก็เป็นปริยัติ เป็นปริยัติหมดทุกอย่าง รูปเป็นอย่างนั้น ก็รู้อารูปเป็นอย่างนั้น แต่ว่าเรามันเข้าไปติด อยู่ในรูป ไม่รู้จักหาทางออก เสียงเป็นอย่างนั้น ก็รู้ว่าเสียงเป็นอย่างนั้น แต่ก็ไปติด อยู่ในเสียง ไม่รู้จักหาทางออก ดังนั้น รูป เสียง กลิ่น รส โสภณรูปพะ ธรรมารมณ์นี้ มันจึงเป็นห่วงที่เกาะเกี่ยวให้มนุษย์สัตว์ทั้งหลายติดอยู่ในตัวของมัน ฉะนั้น ก็ให้เรา ปฏิบัติไปคลำไปอย่างนั้นแหละ แล้ววันหนึ่งก็ต้องได้ความรู้ เกิดความรู้ลึกลับอีก อย่างหนึ่งขึ้นมา

ที่จะได้ความรู้ เกิดความรู้ลึกลับอีกอย่างหนึ่งขึ้นมาได้นี้ มันจะเกิดได้จากการ ปฏิบัติที่ไม่หยุด ไม่ท้อถอย ปฏิบัติไป ทำไปนานเข้าๆ พอสมควรกับนิสัยปัจจัย ของตน มันก็จะเกิดความรู้ลึกลับอีกอย่างหนึ่ง ที่เรียกว่า “ธัมมวิจยะ” มันจะเกิด โฆษณงค์ของมันเอง โฆษณงค์ทั้งหมดมันจะเกิดอยู่อย่างนี้ สอดส่องธรรมไป

โพชฌงค์ สติสังขาโต ธัมมานัง วิจโย ตะธา
 วิริยัมปีติปัสสัทธา- โพชฌงค์า จะ ตะธาปะเร
 สมารุเปกขะโพชฌงค์า สัตเตเต สัพพะทสสิธา

เบื้องต้นมันเกิดอย่างนี้ อาการนี้มันจะเกิดขึ้นมา มันก็เป็นโพชฌงค์ เป็น องค์ที่ตรัสรู้ธรรมะทั้งนั้น ถ้าเราได้เรียนรู้มัน ก็รู้ตามปริยัติเหมือนกัน แต่ไม่มองเห็น ที่มันเกิดที่ในใจของเรา ไม่เห็นว่ามันเป็นโพชฌงค์ ความเป็นจริงนั้นโพชฌงค์นั้น เกิดมาในลักษณะอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านจึงบัญญัติ ผู้รู้ทั้งหลายก็บัญญัติ เป็น ข้อความออกมาเป็นปริยัติ ปริยัตินี้ก็เกิดจากที่ได้มาจากการปฏิบัติ แต่มันถอนตัว ออกมาเป็นปริยัติ เป็นตัวหนังสือ แล้วก็ไปเป็นคำพูด แล้วโพชฌงค์ก็เลยหายไป หายไปโดยที่เราไม่รู้ แต่ความเป็นจริงนั้น มันก็ไม่ได้หายไปไหน มันมีอยู่ในนี้ทั้งหมด

มันจะเกิดธัมมวิจยะ การพินิจพิจารณาตามไป เกิดความเพียร เกิดปีติ และ อื่นๆ ขึ้นทั้งหมด ไปตามลำดับของโพชฌงค์ ถ้ามันเกิดการกระทำขึ้นทั้งหมด ดังนั้น มันก็เป็นองค์ที่ตรัสรู้ธรรมะ ถ้าทำถูกทาง ปฏิบัติถูกทาง มันต้องเกิดอาการอย่างนี้ ธรรมะมันก็ต้องมีอยู่ในนี้



ดังนั้น ท่านจึงว่า ค่อยๆ คลำไป ค่อยๆ พิจารณาไป อย่างนี้กว่ามันอยู่ข้างโน้น อย่างนี้กว่ามันอยู่ข้างนี้ เหมือนอย่างพระภิกษุท่านหนึ่งของเรา ท่านไปเรียนบาลีแปลธรรมบทกับเขา เรียนไม่ได้เพราะไปนึกแต่ว่า ปฏิบัติกรรมฐานนั้นมันแจ่ม มันรู้ มันสะอาด มันเห็น ท่านก็ออกมาปฏิบัติอยู่ที่วัดหนองป่าพง ท่านว่าจะมานั่งปฏิบัติแล้วไปแปลบาลี ท่านนึกว่าจะไปรู้เช่นนั้น ไปเห็นเช่นนั้น ก็เลยอธิบายให้ท่านฟังว่า เห็นอันเกิดจากการปฏิบัติธรรมนั้นอย่างหนึ่ง เห็นจากการเรียนปริยัติธรรมนั้นก็อีกอย่างหนึ่ง มันก็เห็นเหมือนกัน แต่ว่ามันลึกซึ้งกว่ากัน ถ้าเห็นจากการปฏิบัติแล้วมันละ มันละไปเลย หรือถ้ายังละไม่หมด ก็พยายามต่อไปเพื่อละให้ได้ มีความโกรธเกิดขึ้นมา มีความโลภเกิดขึ้นมา ท่านไม่วางมัน พิจารณาดูที่มันเกิด แล้วก็พิจารณาโทษให้มันเห็นด้วย แล้วก็เห็นโทษในการกระทำนั้น เห็นประโยชน์ในการละสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ความเห็นอันนี้ ไม่ใช่อยู่ที่โน่นที่นี้ มันอยู่ในจิตของตนเอง จิตที่มันผ่องใส ไม่ใช่อื่นไกล

อันนี้นักปริยัติและนักปฏิบัติพูดกันไม่ค่อยจะรู้เรื่อง โดยมากมักจะโทษกันว่า นักปฏิบัติพูดไม่มีรากฐาน พูดไปตามความเห็นของตน ความเป็นจริงมันก็อย่างเดียวกันแหละ เหมือนหน้ามือกับหลังมือ เมื่อเราคว่ำมือลง หน้ามือมันก็หายไป แต่มันไม่ได้หายไปไหน มันหายไปอยู่ข้างล่างนั่นแหละ แต่มองไม่เห็น เพราะหลังมือมันบังอยู่ แล้วเมื่อเราหงายฝ่ามือขึ้น หลังมือมันก็หายไป แต่มันก็ไม่ได้หายไปไหน มันก็หายไปอยู่ที่ข้างล่างเหมือนกันนั่นแหละ

ดังนั้น ให้เรารู้ไว้อย่างนี้ เมื่อเกี่ยวกับการปฏิบัติ อย่าคิดว่ามันหายไปไหน ถึงจะเรียนรู้ขนาดไหน หาเท่าไรก็ไม่เห็นก็ไม่รู้จัก คือไม่รู้ตามที่เป็นจริง ถ้ารู้ตามความเป็นจริงเมื่อไรก็จะ “ละ” ได้เมื่อนั้น ถอนอุปาทานได้ ไม่มีความยึด หรือถ้ามีความยึดอยู่บ้าง มันก็จะบรรเทาลง

ผู้ปฏิบัติก็ชอบอย่างนี้ หลงอย่างนี้ พอปฏิบัติก็อยากได้ง่ายๆ อยากให้ได้ตามใจของตน ก็ขอให้ดูอย่างนี้ ดูร่างกายของเราที่แหละ มันได้อย่างใจของเราไหม จิตก็เหมือนกัน มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น จะให้เป็นอย่างที่เราอยากไม่ได้ แล้วคนก็ชอบมองข้ามมันเสีย อะไรไม่ถูกใจก็ทิ้ง อะไรไม่ชอบใจก็ทิ้ง แต่ก็หาว่าไม่รู้ ว่าสิ่งที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจนั้น อันใดผิด อันใดถูก รู้แต่เพียงว่า อันนั้นไม่ชอบ อันนั้นแหละผิด ไม่ถูก เพราะเราไม่ชอบ อันใดที่เราชอบ อันนั้นแหละถูก อย่างนี้มันใช้ไม่ได้

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ มันก็ล้วนแต่เป็นธรรมชาติ อย่างเราเรียนปริยัติมา เมื่อเกิดความรู้สึกอย่างไร มันก็วิ่งไปตามปริยัติ เวลาเราภาวนา ข้อนั้นเป็นอย่างนั้น ข้อนี้เป็นอย่างนี้ อะไรต่ออะไรมันก็ต้องวิ่งไปตามนี้ ถ้าเราไม่มีปริยัติ หรือไม่ได้เรียนปริยัติมา เราก็มีธรรมชาติจิตของเรา เมื่อมีความรู้สึกนึกคิดไปตามธรรมชาติ จิตอันนี้ ถ้าหากว่ามีปัญญาพิจารณา มันก็เป็นปริยัติด้วยกันทั้งนั้น ธรรมชาติจิตของเรา ก็ก็เป็นปริยัติ

ที่ว่าธรรมชาติจิตของเราเป็นปริยัตินั้น คือเมื่อมีความรู้สึกนึกคิดขึ้นมาอย่างไร พระพุทธเจ้าท่านให้พิจารณาอารมณ์อันนั้น อาศัยอารมณ์อันนั้นเป็นปริยัติ สำหรับผู้ภาวนาที่ไม่มีความรู้ในปริยัติ จำต้องอาศัยความจริงอันนี้ ทุกอย่างมันก็เป็นมาอย่างนี้เหมือนกัน

ฉะนั้น คนเรียนปริยัติก็ดี คนไม่เรียนปริยัติก็ดี ถ้าหากว่ามีศรัทธา มีความเชื่ออย่างที่ว่ามาแล้ว มาฝึกปฏิบัติให้มีความเพียร มีขันติความอดทนให้สม่ำเสมอ มีสติเป็นหลัก คือความระลึกได้ว่า เรานั่งอยู่ เรายืนอยู่ เรานอนอยู่ เราเดินอยู่ ให้รู้ตัวทุกอิริยาบถ

สติสัมปชัญญะสองอย่างนี้ สติความระลึกได้ สัมปชัญญะความรู้ตัว มันไม่ห่างกันเลย มันเกิดขึ้นพร้อมกัน เร็วที่สุด เราจะไม่ว่าอะไรเป็นอะไร ความระลึกได้เกิดขึ้น ความรู้ตัวมันก็เกิดขึ้นมาด้วย เมื่อจิตเราตั้งมันอยู่อย่างนี้ มันก็รู้สึกง่ายๆ คือระลึกได้ว่า เราอยู่อย่างไร เป็นอะไร ทำอะไร มีสติเมื่อใดก็มีความรู้ตัวอยู่เมื่อนั้น



ที่นี้ก็มีปัญญา แต่บางทีปัญญามันน้อย มันมาไม่ค่อยทัน มีสติอยู่ก็จริง มีความรู้สึกอยู่ก็จริง แต่ว่ามันก็ผิดของมันได้เหมือนกัน แต่แล้วตัวปัญญามันจะวิ่งเข้ามาช่วย สติความระลึกได้ และสัมปชัญญะความรู้ตัวนั้น มีเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ก็ควรอบรมปัญญาด้วยอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน เช่นว่ามันจะรู้อยู่ ระลึกได้ ก็ให้ระลึกมันได้อยู่ อารมณ์เกิดขึ้นมาอย่างไร ก็ให้ระลึกอารมณ์นั้นได้อยู่ แต่ให้เห็นไปพร้อมๆ กันว่า มันมีอนิจจังเป็นรากฐาน มีทั้งทุกข์ มันเป็นทุกข์ทนยาก มีทั้งอนัตตา อันไม่ใช่ตัวตนทั้งนั้นแหละ มัน “ลักแต่ว่า” เกิดความรู้สึกขึ้นมาแล้ว ไม่มีตัวตน แล้วมันก็หายไปเท่านั้นเอง คนที่ “หลง” ก็ไปเอาโทษกับมัน จึงไม่รู้จักใช้สิ่งทั้งหลายนี้ให้เกิดประโยชน์

ถ้าหากว่ามีปัญญาอยู่พร้อมแล้ว ความระลึกได้และความรู้ตัวมันจะติดต่อกันเป็นลำดับ แต่ถ้าปัญญานั้นยังไม่พอใส สติสัมปชัญญะมันก็อาจจะมึนตึบบ้าง ถ้าเป็นอย่างนั้นต้องมีปัญญามาช่วย พระพุทธเจ้าท่านทรงใช้อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานมาต้านทานมันเลยว่า สตินี้มันก็ไม่แน่นอน มันลืมได้เหมือนกัน สัมปชัญญะความรู้ตัวนี้ก็ไม่แน่นอน มันล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง

อะไรที่มันไม่เที่ยง แล้วเราไม่รู้ทันมัน อยากจะให้มันเที่ยง มันก็เป็นทุกข์เท่านั้น เป็นทุกข์เพราะไม่ได้ตามปรารถนา ไม่ได้ตามความอยากจะให้มันเป็นอยู่อย่างนั้น ซึ่งเป็นความอยากที่เกิดจากอำนาจจิตที่สกปรกด้วยความไม่รู้จักอันนี้ มันก็เกิดกิเลสตัณหาตรงนี้แหละ

พอมีความรู้สึกเกิดขึ้นมา เช่นว่า เราได้กระทบรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็มีความชอบใจบ้าง ไม่ชอบใจบ้าง คือมีความยึดมั่นถือมั่นเต็มอยู่ในใจของเรานั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงให้คลี่คลายออก เรื่องที่มันเกิดขึ้นมานี้ ให้ยกเอาความไม่เที่ยงเป็นหลักวินิจฉัย อะไรที่มันเกิดขึ้นมาให้เห็นว่า ถึงเราจะชอบมันหรือไม่ชอบมัน อันนี้ไม่แน่นอน อันนี้ไม่เที่ยง ถ้าเราไปยึดมั่นมัน มันก็พาให้เราเป็นทุกข์ ทำไม่เป็นทุกข์ เพราะเราไม่มีอำนาจที่จะบังคับให้เป็นไปตามใจของเราได้ทุกอย่าง

เมื่อได้รับอารมณ์มาแล้ว จิตที่หลงที่ไม่มีความรู้มันก็ไปอย่างหนึ่ง จิตที่รู้มันก็ไปอีกอย่างหนึ่ง พอมีความรู้สึกเกิดขึ้น จิตที่รู้มันก็เห็นว่าไม่ควรยึดมั่นในสิ่งเหล่านั้น ถ้าไม่มีปัญญา มันหลงตามไปด้วยความโง่ ไม่เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นแต่พอว่า เราชอบใจอันนี้ มันถูกแล้ว มันดีแล้ว อันไหนเราไม่ชอบใจ อันนั้นมันไม่ดี อย่างนั้นจึงไม่เข้าถึงธรรมะ

ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา พระพุทธเจ้าท่านให้เห็นเป็น “สักแต่ว่า” ให้อยู่ตรงนั้นเสมอ ดังนั้น เราจะไปเลือกอารมณ์ไม่ได้ ถ้าอารมณ์มันวิ่งมาหาเราทั้งทางดี ทางชั่ว ทางผิด ทางถูก แล้วเราไม่รู้ เพราะไม่มีปัญญา เราก็จะวิ่งตามมันไป ตามไปด้วยตัณหา ด้วยความอยาก แล้วเดี๋ยวก็ดีใจ เดี่ยวก็เสียใจ เพราะอะไร เพราะเอาใจของเราเป็นหลัก อะไรที่เราชอบใจ ก็เข้าใจว่าอันนั้นดี อะไรที่เราไม่ชอบใจ ก็เข้าใจว่าอันนั้นไม่ดี อย่างนี้เรียกว่ายังห่างไกลธรรมะ ยังไม่รู้ธรรมะ มันก็เดือดร้อน เพราะความหลงมันเต็มอยู่

ถ้าพูดเรื่องจิต ก็ต้องพูดอย่างนี้ ไม่ต้องออกไปห่างตัว ให้เห็นว่าอันนี้มันไม่แน่ อันนี้เป็นทุกข์ อันนี้เป็นอนัตตา ไม่ใช่อัตตา ถ้าเห็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ นี่ก็เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา เราควรรู้จักอารมณ์อันนี้ ตามอารมณ์อย่างนี้ มันจะทำให้เกิดปัญญา ท่านจึงเรียกว่า **อารมณ์ของวิปัสสนา**

อารมณ์ของสมถกรรมฐานนั้น ท่านให้กำหนดอานาปานสติ คือลมหายใจเข้าออกนี้เป็นรากฐาน ควบคุมจิตของเราให้อยู่ในกระแสของลมนี้ ให้มันแน่วแน่ นิ่งนอนอยู่ เมื่อเราพยายามทำตาม ดังนั้น จิตของเราก็จะสงบ นี่ท่านเรียกว่า **อารมณ์ของสมถกรรมฐาน**

อารมณ์ของสมถกรรมฐานนี้จะทำจิตให้สงบ เพราะจิตมันวุ่นวายมาไม่รู้กี่ปี กี่ชาติแล้ว ลองนั่งดูเดี๋ยวนี้ก็ได้ อาการวุ่นวายจะเกิดขึ้นทันที มันจะไม่ยอมให้เราสงบ ฉะนั้น ท่านจึงให้พิจารณาอันนั้น เช่น เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ท่านให้พิจารณากลับไปกลับมา เมื่อทำอย่างนี้ บางคนพิจารณา ตโจ หนึ่ง รู้สึกพิจารณา

ได้สบาย เพราะถูกจริต ถ้าอันใดถูกจริตของเรา อันนั้นก็จะเป็นอารมณ์กรรมฐานของเรา สำหรับปราบกิเลสทั้งหลายให้มันเบาบางลง

บางคนมีความโลภ โกรธ หลง อย่างแรงกล้า ก็ไม่มีอะไรจะปราบกิเลสนี้ได้ พอพิจารณาภวนสติ คือการระลึกถึงความตายอยู่บ่อยๆ ก็เกิดความสลดสังเวช เพราะว่าจมน้ำก็ตาย รวยมันก็ตาย ดีมันก็ตาย ชั่วมันก็ตาย อะไรๆ มันก็ตายหมดทั้งนั้น ยิ่งพิจารณาไป จิตใจก็ยิ่งเกิดความสลดสังเวช พอนิ่งสมาธิก็สงบได้ง่ายๆ เพราะมันถูกจริตของเรา

อารมณ์ของสมถกรรมฐานนี้ ถ้าไม่ถูกจริตของเรามันก็ไม่สลด ไม่สังเวช อันใดที่ถูกกับจริต อันนั้นก็จะประสบบ่อยๆ มีความรู้สึกนึกคิดในอาการนั้นบ่อยๆ แต่เราไม่ค่อยจะได้สังเกต จึงควรสังเกตเพื่อให้ได้ประโยชน์ เปรียบเหมือนกับอาหารที่เขาจัดมาให้ สำหรับหนึ่งมันก็มีหลายอย่าง เราก็ชิมไปทุกถ้วยทุกอย่างนั้นแหละ แล้วก็รู้เองว่า อาหารอย่างไหนที่เราชอบ อย่างไหนที่เราไม่ชอบ อย่างไหนชอบก็ว่ามีรสชาติอร่อยกว่าอย่างอื่น นี่พูดถึงอาหาร

นี่ก็เทียบให้เห็นกับจริตของคนเรา กรรมฐานที่ถูกจริตมันก็สบาย อย่างอานาปานสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก ถ้าถูกจริตแล้วก็สบาย ไม่ต้องไปเอาอย่างอื่น พอหนึ่งลงก็กำหนดลมหายใจเข้าออก ก็เห็นชัด ฉะนั้น เอาของใกล้เคียง นี่ดีกว่า กำหนดลมหายใจให้มันเข้า มันออก อยู่那儿แหละ ดูมันอยู่ตรง那儿แหละ ดูไปนานๆ ทำไปเรื่อยๆ จิตมันจะค่อยวาง สัญญาอื่นๆ มา มันก็จะห่างกันออกไปเรื่อยๆ เหมือนคนเราที่อยู่ห่างไกลกัน การติดต่อก็น้อย

เมื่อเราสนใจ อานาปานสติมันก็จะง่ายขึ้น เราทำบ่อยๆ ก็จะชำนาญการดูลมขึ้นตามลำดับ ลมยาวเป็นอย่างไรเราก็รู้ ลมสั้นเป็นอย่างไรเราก็รู้ แล้วก็เห็นว่า ลมที่เข้าออกนี้ มันเป็นอาหารอย่างวิเศษ มันจะค่อยๆ ติดตามไปเองของมันทีละชั้น จะเห็นว่ามันเป็นอาหารยิ่งกว่าอาหารทางกายอย่างอื่น

จะนั่งอยู่ก็หายใจ จะนอนอยู่ก็หายใจ จะเดินไปก็หายใจ จะนอนหลับก็หายใจ ลืมตาขึ้นก็หายใจ ถ้าขาดลมหายใจนี้ก็ตาย แม้แต่นอนหลับอยู่ก็ต้องกินลมหายใจนี้ พิจารณาไปแล้วเลยเกิดศรัทธา เห็นว่าที่เราอยู่ทุกวันนี้ก็เพราะอันนี้เอง ข้าวปลาอาหารต่างๆ ก็เป็นอาหารเหมือนกัน แต่เราไม่ได้กินมันทุกเวลาหาที่เหมือนลมหายใจ ซึ่งจะขาดระยะไม่ได้ ถ้าขาดก็ตาย ลองดูก็ได้ ถ้าขาดระยะสัก ๕-๑๐ นาที มันจวนจะตายไปแล้ว

นี่พูดถึงความรู้สึกนึกคิดของผู้ปฏิบัติ มันจะรู้ขึ้นมาอย่างนี้ แปลกใหม่ แปลกสิ ซึ่งถ้าหากไม่ได้พิจารณาตามลมหายใจอย่างนี้ ก็จะไม่รู้สึกว่ามันเป็นอาหารเหมือนกัน จะเห็นก็แต่คำข้าวเท่านั้นที่เป็นอาหาร ความจริงมันก็เป็น แต่มันไม่อึดเท่ากับอาหารลมหายใจ

อันนี้ ถ้าเราทำไปเรื่อยให้เป็นปฎิบัติอย่างสม่ำเสมอ ความคิดมันจะเกิดอย่างนี้ จะเห็นต่อไปอีกว่า ที่ร่างกายเราเคลื่อนไหวไปได้ก็เพราะลมอันนี้ ยิ่งพิจารณาก็ยิ่งเห็นประโยชน์ของลมหายใจยิ่งขึ้น แม้ลมจะขาดจากจมูกเราก็ยังหายใจอยู่ แล้วลมนี้ยังสามารถออกตามสรรพางค์กายก็ได้ เราสงบนิ่งอยู่เฉยๆ ปรากฏว่าลมมันไม่ออก ลมมันไม่เข้า แต่ว่าลมละเอียดมันเกิดขึ้นแล้ว

ฉะนั้น เมื่อจิตของเราละเอียดถึงที่สุดของมันแล้ว ลมหายใจก็จะขาดลมหายใจไม่มี เมื่อถึงตรงนี้ ท่านบอกว่าอย่าตกใจ แล้วจะทำอะไรต่อไป ก็ให้กำหนดรู้อยู่ตรงนั้นแหละ รู้ว่าลมไม่มีนั้นแหละ เป็นอารมณ์อยู่ต่อไป

พูดถึงเรื่องสมถกรรมฐาน มันก็คือความสงบอย่างนี้ ถ้ากรรมฐานถูกจริตแล้ว มันเห็นอย่างนี้แหละ ถ้าเราพิจารณาอยู่บ่อยๆ มันก็จะเพิ่มกำลังของเราอยู่เรื่อยๆ เหมือนกับน้ำในโอ่ง พอจะแห้งก็หาน้ำเติมลงไปอยู่เรื่อย

ถ้าทำสม่ำเสมออยู่อย่างนี้ มันจะกลายเป็นปฎิบัติของเรา ที่นี้ก็จะได้รับความสบาย เรียกว่าสงบ สงบจากอารมณ์ทั้งหลาย คือมีอารมณ์เดียว คำที่ว่าอารมณ์เดียวนั้นพูดยากเหมือนกัน ความเป็นจริงอาจมีอารมณ์อื่นแทรกอยู่เหมือนกัน แต่ไม่มีความสำคัญกับเรา มันเป็นอารมณ์เดียวอยู่อย่างนี้

แต่ให้ระวัง เมื่อความสงบเกิดขึ้นมา แล้วมีความสบายเกิดขึ้นมาก ระวัง มันจะติดสุข ติดสบาย แล้วเลยยึดมันถือมัน ฉะนั้น ถ้าหากเกิดความคิดขึ้นมา ให้พิจารณาว่า ความสุขนี้ก็ไม่เที่ยง ความสบายนี้ก็ไม่เที่ยง หรือความทุกข์ก็ไม่เที่ยง ความที่เป็นอย่างนั้นๆ มันก็ไม่เที่ยง จึงอย่าไปยึดมันถือมันมันเลย

ความรู้สึกอย่างนั้นมันเกิดขึ้นมา เพราะปัญญาเกิดขึ้นมาแล้ว เห็นสภาวะของสิ่งทั้งหลายเป็นอย่างนั้น เมื่อมีความรู้สึกอย่างนี้ ก็เหมือนคลายเกลียวนอตให้หลวมออกไม่ให้มันตึง เมื่อก่อนมันตึงมันแน่น ความรู้สึกของเราที่มองก็เช่นกัน สมัยก่อนมองเห็นอันนั้นก็แน่นอน อันนี้ก็แน่นอน มันเลยตึง มันก็เป็นทุกข์ พอไม่ยึดมันถือมัน เห็นสิ่งทั้งหลายเป็นของไม่แน่นอน มันก็คลายเกลียวออกมา

เรื่องความเห็นนี้เป็นเรื่องของทิวฐิติ เรื่องความยึดมันถือมัน เรียกอีกอย่างหนึ่งว่ามานะ ท่านจึงสอนว่า ให้ลดทิวฐิติมานะลงเสีย จะลดได้อย่างไร จะลดได้ก็เพราะเห็นธรรม เห็นความไม่เที่ยง สุขก็ไม่เที่ยง ทุกข์ก็ไม่เที่ยง อะไรๆ ก็ไม่เที่ยงทั้งนั้น เมื่อเราเห็นอย่างนั้น อารมณ์ทั้งหลายที่เรากระทบอยู่ มันก็จะค่อยๆ หมดราคา หมดราคาไปมากเท่าไร ก็บรรเทาความเห็นผิดไปได้เท่านั้น นี่เรียกว่า มันคลายนอตให้หลวมออกมา มันก็ไม่ตึง

อุปาทานก็จะถอนออกมาเรื่อยๆ เพราะเห็นชัดในเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในสภนธ์ร่างกายนี้ หรือในรูปนามนี้ ในโลกนี้มันเป็นอย่างนี้ แล้วก็จะเกิดความเบื่อ คำว่า “เบื่อ” ไม่ใช่เบื่ออย่างที่คนเขาเบื่อกัน คือเบื่ออย่างที่ไม่อยากรู้ ไม่อยากเห็น ไม่อยากพูดด้วย เพราะไม่ชอบมัน ถ้ามันเป็นอะไรไปก็ยิ่งนึกสมน้ำหน้า ไม่ใช่เบื่ออย่างนี้ เบื่ออย่างนี้เป็นอุปาทาน เพราะความรู้ไม่ทั่วถึงแล้วเกิดความอิจฉาพยาบาท เกิดความยึดมันถือมันในสิ่งที่เรียกว่า “เบื่อ” นั่นเอง

“เบื่อ” ในที่นี้ ต้องเบื่อตามคำสอนของพระพุทธเจ้า คือ เบื่อโดยไม่มี ความเกลียด ๖ ไม่มีความรัก หากมีอารมณ์ชอบใจ หรือไม่ชอบใจอันใดเกิดขึ้นมา ก็เห็นทันทีว่า มันไม่เที่ยง “เบื่อ” อย่างนี้จึงเรียกว่า “นิพพิทา” คือความเบื่อหน่าย คลายจากความกำหนัดรักใคร่ในอารมณ์อันนั้น ไม่ไปสำคัญมั่นหมายในอารมณ์เหล่านั้น ทั้งที่ชอบใจและไม่ชอบใจ ไม่ไปยึดมั่นถือมั่น และไม่ไปสำคัญมั่นหมายในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น จนเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด

พระพุทธเจ้าท่านสอนต่อไปอีกว่า ให้รู้จักทุกข์ ให้รู้จักเหตุเกิดทุกข์ ให้รู้ความดับทุกข์ ให้รู้ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ท่านให้รู้ของ ๔ อย่างนี้เท่านั้น ทุกข์เกิดขึ้นมา ก็ให้รู้ว่านี่ตัวทุกข์ แล้วทุกข์นี้มาจากไหน มันมีพ่อแม่เหมือนที่เราเกิดมาเหมือนกัน ไม่ใช่ว่ามันเกิดขึ้นมาลอยๆ เมื่ออยากจะให้ทุกข์ดับ ก็ไปตัดเหตุของมันเสีย ที่ทุกข์มันเกิดก็เพราะไปยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง ฉะนั้น จึงให้ตัดเหตุของมันเสีย

การรู้จักดับความทุกข์ ก็ให้คลายเกลียวที่แน่นนั้นออกเสีย ให้เห็นโทษของอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น แล้วก็ถอนตัวออกมาเสีย รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ก็คือ **มรรค** ให้ปฏิบัติให้ตลอดตั้งแต่สัมมาทิฐิไปจนถึงสัมมาสมาธิ ให้มีความเห็นให้ถูกต้องในมรรคทั้ง ๘ ข้อนี้ ถ้ามีความรู้ ความเข้าใจ และความเห็นชอบในสิ่งทั้งหลายนี้แล้ว ก็จะเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เราก็จะพ้นจากความทุกข์ ข้อปฏิบัตินั้นคือ **ศีล สมาธิ ปัญญา**

เรื่องของจิตใจหรือธรรมชาติของจิตจะต้องเป็นอย่างนี้ จะต้องรู้และเห็นสิ่งทั้งสี่ประการคือ **อริยสัจ ๔** นี้ให้ชัดเจนตามความเป็นจริงของมัน เพราะมันเป็นสัจธรรม จะมองไปข้างหลัง ข้างหน้า ข้างขวา ข้างซ้าย มันก็เป็นสัจธรรมทั้งนั้น ดังนั้น ผู้บรรลุนิพพานจะไปนั่งที่ไหนหรือไปอยู่ที่ใดก็จะมองเห็นธรรมอยู่ตลอดเวลา.



ดวงตาเห็นธรรมนั้น
คือดวงตาเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
มีความเกิดเป็นเบื้องต้น
ความแปรไปเป็นท่ามกลาง
ความดับเป็นที่สุด

๗ | ดวงตาเห็นธรรม

พวกเราบางองค์ที่มาอาศัยการปฏิบัตินั้น อยู่ไปตั้งปีสองปีก็ยังไม่รู้เรื่องกันเลยก็มี ไม่รู้เรื่องว่าเขาทำอะไรกัน เพราะความเข้าใจตั้งใจจดจ่อ ไม่มี ความจริงการเป็นผู้ปฏิบัติใจเรานั้น เมื่อเราดูใจเราเมื่อใด ก็ให้มีสติ จ้องอยู่อย่างนั้น เมื่อมีสติมันก็มีปัญญา มองเห็นว่าไม่ว่าที่ใดก็ตาม ไม่ว่าเมื่อใดก็ตาม และไม่ว่าจะเป็นใครพูดอะไรก็ตาม มันล้วนแล้วแต่เป็นธรรมะทั้งนั้น ถ้าเรารู้จักนำมาคิด ธรรมะทั้งหลายคือธรรมชาติที่มันเป็นอยู่ของมัน มันล้วนแล้วแต่เป็นธรรมะทั้งหมด

ทีนี้เมื่อเราไม่รู้ข้อปฏิบัติ ไม่รู้ว่าสิ่งทั้งหลายคือธรรมะ เราจึงอาศัยแต่การอบรมจากครูบาอาจารย์ แต่ความจริงแล้วเราควรพิจารณาสภาวะธรรมชาติรอบตัวทุกอย่าง อย่างต้นไม้อย่างนี้ ธรรมชาติของมันก็เกิดขึ้น

บรรยายแก่พระภิกษุสามเณร ณ วัดหนองป่าพง เมื่อตุลาคม ๒๕๑๑



มาจากเมล็ดของมัน แล้วมันก็โตขึ้นมาเรื่อยๆ ถ้าเราพิจารณา เราก็จะได้ธรรมะจาก ต้นไม้ แต่เราไม่สามารถเข้าใจว่าต้นไม้ก็ให้ธรรมะได้ เมื่อมันใหญ่ขึ้นมา ใหญ่ขึ้นมา จนเป็นดอก จนมันออกผล เราก็รู้เพียงว่าต้นไม้มันเป็นดอก มันออกผลมา แต่ไม่ รู้จักน้อมเข้ามาเป็นโอปนยิโก คือน้อมเข้ามาในใจของเรา เลยไม่รู้ว่ามีต้นไม้อะไรให้ เราฟังได้

พวกเราไม่พากันรู้จักต้นไม้ นั่น มันเกิดเป็นผลขึ้นมาให้เราได้เคี้ยวได้ฉัน ได้กินตามธรรมชาติ เราก็กินไปเฉยๆ กินด้วยการไม่พิจารณารสเปรี้ยว รสหวาน รสมัน รสเค็ม เรียกว่า ไม่รู้จักพิจารณาธรรมะจากต้นไม้ จากธรรมชาติ เราไม่พากัน เข้าใจถึงธรรมชาติของมัน เมื่อต้นไม้มันแก่ขึ้น ใบของมันก็ร่วงลง เราก็เห็นเพียงว่า ใบไม้ที่มันร่วงลง แล้วเราก็เหยียบไป กวาดไปเท่านั้น การจะพิจารณาให้คิดลลาน ไปอีกก็ไม่มี อันนี้ก็คือ ไม่รู้จักว่าธรรมชาตินั้นคือธรรมะ

พอใบไม้ร่วงแล้ว ที่นี้ก็จะมียอดเล็กๆ โผล่ขึ้นมา เราก็เห็นเพียงแค่ว่า มัน โผล่ขึ้นมาเท่านั้น ไม่ได้พิจารณาอย่างอื่นอีก นี่ก็ไม่ใช่โอปนยิโก คือ ไม่น้อมเข้ามา หาในตน นี่เป็นเช่นนั้น ถ้าน้อมเข้ามาหา เราจะเห็นว่า ความเกิดของเรากับต้นไม้อีก ก็ไม่แปลกอะไรกันเลย สกนธ์ร่างกายของเราเกิดขึ้นมาด้วยเหตุปัจจัยของมัน อาศัย ดิน น้ำ ลม ไฟ เกิดขึ้นมาตามธรรมชาติของมัน ก็เหมือนกันกับเรา มันก็ไม่ได้แปลก อะไร เพราะเราก็เติบโตขึ้นมาเรื่อยๆ ทุกสิ่งทุกส่วนของมันก็เจริญขึ้นเรื่อยๆ มัน เปลี่ยนสภาวะของมันไปเรื่อยๆ เหมือนกันกับต้นไม้ ถ้าเราน้อมเข้ามาดูแล้วจะเห็นว่า ต้นไม้เป็นอย่างไร เราก็เป็นอย่างนั้นเหมือนกัน

มนุษย์ทั้งหลายเกิดขึ้นมา เกิดขึ้นมาเบื้องต้น ท่ามกลาง แล้วก็แปรไป ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง มันแปรไป มันไม่อยู่เหมือนเดิม สิ่งเหล่านี้ถ้าเราไม่รู้จักต้นไม้ เครือเขาเถาวัลย์เหล่านั้น ก็เหมือนกับเราไม่รู้จักตัวของเรา ถ้าเราน้อมเข้ามาเป็น โอปนยิโกธรรม จึงจะรู้จักว่าต้นไม้เครือเขาเถาวัลย์นั้นก็เหมือนกับเรา คนเราเกิดมา ผลที่สุดแล้วก็ตายไป คนใหม่ก็เกิดมาต่อไป อย่างผม ขน เล็บหลุดร่วงไป ก็ออก ขึ้นมาใหม่ สลับเปลี่ยนกันไปอย่างนี้ ไม่หยุดสักที ความเป็นจริงนั้น ถ้าหากเราเข้าใจ

ข้อปฏิบัติ ก็ จะเห็นว่าต้นไม้ก็ไม่แปลกไปจากเรา จะเห็นของสะอาดของสกปรก ก็ไม่แปลกไปจากเรา เพราะมันเป็นอย่างเดียวกัน

ถ้าเราเข้าใจธรรมะ เข้าใจฟังธรรมะจากครูบาอาจารย์ มันเปรียบเหมือนกับที่ข้างในกับข้างนอก สังขารที่มีวิญญาณครองและไม่มีวิญญาณครอง นี่มันก็เหมือนกัน ไม่ได้แปลกอะไร ถ้าเราเข้าใจว่ามันเหมือนกันแล้ว เราเห็นต้นไม้วางเป็นอย่างไร เราก็จะเห็นจันทร์ของเรา คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร ก้อนสกนธ์ ร่างกายของเรานี้ก็เช่นกัน มันก็ไม่ได้แปลกอะไรกัน ถ้าเรามีความเข้าใจเช่นนี้ เราก็จะเห็นธรรม เห็นอาการของ จันทร ๔ ของเรา ว่ามันเคลื่อนมันไหว มันพลิกมันแพลง มันเปลี่ยนมันแปลงไปไม่มีหยุด

ที่นี่ ไม่ว่าเราจะยืน จะเดิน หรือนั่ง หรือนอน ใจของเราจะมีสติคุ้มครอง ระวังรักษาอยู่เสมอ เมื่อเห็นของภายนอกก็เห็นของภายใน ถ้าเห็นของภายในก็เห็นของภายนอก เพราะมันเหมือนกัน ถ้าหากว่าเราเข้าใจอย่างนี้ เราก็ได้ฟังเทศน์ของพระพุทธเจ้าแล้ว ถ้าเข้าใจอย่างนี้ก็เรียกว่า **“พุทธภาวะ”** คือ ผู้รู้เกิดขึ้นมาแล้ว เกิดขึ้นมาแล้ว มันรู้แล้ว รู้อาการภายนอก รู้อาการภายใน รู้ธรรมทั้งหลายต่างๆ ที่มันเป็นมา ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ แม้เรานั่งอยู่ได้ร่มไม้ก็เหมือนกันกับพระพุทธเจ้าท่านเสด็จมาเทศน์โปรดเรา เราได้ฟังเทศน์ของพระพุทธองค์อยู่เสมอ เราจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ได้ฟัง เราจะได้เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส โผฏฐัพพะ ธรรมมารมณ อันนี้เราก็ได้ฟังเทศน์อยู่เสมอ เหมือนกับพระพุทธเจ้าเทศน์ให้เราฟัง **พระพุทธเจ้าก็คือผู้รู้ที่อยู่ในใจของเราแน่ละ**

รู้ธรรมเหล่านี้แล้ว เห็นธรรมเหล่านี้แล้ว ก็พิจารณาธรรมอันนี้ได้ ไม่ใช่ว่าพระพุทธเจ้าท่านนิพพานไปแล้ว ท่านจะมาเทศน์ให้เราฟัง พุทธภาวะคือตัวผู้รู้ คือดวงจิตของเรานี้เกิดรู้ เกิดสว่างมาแล้ว ตัวนี้แหละจะพาเราพิจารณาธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ธรรมก็คือพระพุทธเจ้าองค์นี้แหละ ถ้าตั้งพุทธะเอาไว้ในใจของเรา คือความรู้สึกมันมีอยู่อย่างนี้ เราเห็นมด เราก็พิจารณาไป มันก็ไม่แปลกจากเรา เห็นสัตว์ก็ไม่แปลกจากเรา เห็นต้นไม้วางก็ไม่แปลก เห็นคนทุกข์คนจนก็ไม่แปลกกัน เห็น

คนร้ายก็ไม่ได้แตกต่างกัน เห็นคนดำคนขาวก็ไม่ได้แตกต่างกัน เพราะสิ่งเหล่านี้มันตกอยู่ในสามัญลักษณะอันเดียวกัน คือ ลักษณะอันเดียวกัน

ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ ก็เรียกว่าผู้นั้นอยู่ที่ไหนก็สบาย จะได้มีพระพุทธรูปเจ้าเทศน์โปรดเสมอเลยทีเดียว ถ้าผู้ไม่เข้าใจอย่างนี้ ไม่เข้าใจในเรื่องนี้ ก็ให้หนีก็อยากจะฟังเทศน์กับอาจารย์อยู่เรื่อยไป เลยไม่รู้จักรัทธิธรรมะ

ที่พระบรมศาสดาของเราท่านตรัสว่า ตรัสรู้ธรรมนั้น ก็คือรู้ธรรมชาติเหล่านี้แหละ ธรรมชาติที่มันเป็นอยู่นี้แหละ ถ้าเราไม่รู้จักรัทธิธรรมชาติธรรมดานี้ พอเราเห็นเข้า เราก็กระตือรือร้นตื่นเต้น มีความร่าเริงจนหลงอารมณ์ จึงมีโศกเศร้าเสียใจ เพราะหลงอารมณ์หลงธรรมชาติเหล่านี้แหละ เมื่อมัวหลงธรรมชาติอันนี้ มันก็คือไม่รู้จักรัทธิธรรมะนั้นเอง

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงชี้ธรรมชาติ คือ ธรรมชาติหรือธรรมดาว่า มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เกิดมาแล้วก็เปลี่ยนไป แปรไป แล้วดับไปเป็นธรรมดา จะเป็นตัวว่าสุขก็เหมือนกัน จะเป็นตัวว่าทุกข์ก็เหมือนกัน อย่างวัตถุที่เราปั้นขึ้น เช่น ถ้วย หม้อต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อถูกปั้นขึ้นมา ก็เกิดจากเหตุจากปัจจัย คือ ความปรุงแต่งของเราขึ้นมาอีกทีหนึ่งเช่นกัน ครั้นได้ใช้ไป มันก็เก่าไป แตกไป สลายไป หมดไปได้ เพราะเป็นธรรมดาของมัน ต้นไม้ ภูเขา ถ้าวัวต่างๆ ก็เหมือนกัน ตลอดจนมนุษย์สัตว์เดียรฉานก็เหมือนกัน มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น มีความแปรไปเป็นธรรมดาเช่นนั้น

เมื่อท่านอัญญาโกณฑัญญะท่านฟังเทศน์เป็นปฐมสาวกนั้น ท่านไม่ได้เข้าใจอะไรมากมาย ท่านเข้าใจว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น แล้วมีความแปรไปเป็นธรรมดา แล้วผลที่สุดก็มีความดับเป็นธรรมดาของมัน เมื่อก่อนนี้ พระอัญญาโกณฑัญญะนั้นไม่เคยได้มีความนึกหรือความคิดอย่างนี้เลย หรืออีกนัยหนึ่งก็คือไม่เคยพิจารณาให้แจ่มแจ้งเลยสักครั้ง ฉะนั้น พระอัญญาโกณฑัญญะจึงไม่ได้ปล่อยหรือไม่ได้วาง คือมีอุปาทานในขันธทั้ง ๕ นี้อยู่ ต่อเมื่อได้มาฟังเทศน์ของพระบรมศาสดาของเรา ขณะนั้นฟังมีพุทธภาวะเกิดขึ้น ได้มองเห็นธรรมว่า

สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นของไม่แน่นอน มันเป็นธรรมชาติหรือธรรมดาตัวเอง ท่านจึงบอกได้ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น แล้วมีความแปรไป สิ่งเหล่านี้ดับไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติอันนี้มันเป็นอยู่อย่างนี้เสมอ ความเห็นของพระอัญญาโกณฑัญญะในขณะที่ฟังนั้นเป็นความรู้สึกแปลก แปรจากในอดีตหรือกาลก่อนที่ได้เคยพิจารณามา อันนี้รู้เท่าถึงดวงจิตจริงๆ เป็นได้ว่า “พุทธะ” คือผู้รู้เกิดขึ้นมาในเวลานั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงเรียกว่า พระอัญญาโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรมแล้ว

ดวงตาเห็นธรรม คือดวงตาเห็นอะไร คือดวงตาเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น ความแปรไปเป็นท่ามกลาง ความดับเป็นที่สุด สิ่งใดสิ่งหนึ่งก็คือทั้งหมด จะเป็นรูปก็ช่าง จะเป็นนามก็ตาม สิ่งใดสิ่งหนึ่งครบรวมเลยทีเดียวยุได้แก่ ธรรมชาติทั้งหมดเป็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะเป็นรูปธรรมก็ช่าง จะเป็นนามธรรมก็ตาม เกิดขึ้นแล้ว ก็แปรดับไป อย่างตัวสกนธ์ร่างกายของเราก็เหมือนกัน มันเกิดแล้วก็แปรไปตามธรรมดาของมัน แล้วมันก็ดับไป

อย่างเด็กก็แปรจากเด็ก ดับจากเด็กมาเป็นหนุ่ม จากหนุ่มก็ดับไปเป็นแก่ จากแก่ก็ดับไปเป็นชรา จากชราก็ตาย ต้นไม้ ภูเขา เทวาลัย ก็เหมือนกัน เบื้องต้นก็เหมือนกัน มันแปรไป แล้วก็แก่ไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ธรรมชาติเหล่านี้ เรียกว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความเห็นหรือความเข้าใจอันเกิดมาจากผู้รู้ในคราวที่นั่งฟังธรรมอยู่นั้น เข้าไปถึงใจของพระอัญญาโกณฑัญญะ จนเป็นเหตุให้ถอนตัวอุปธิหรืออุปาทาน ออกจากสังขารทั้งหลายทั้งปวงนั้นได้ เป็นต้นว่า *สัkkายาทิฏฐิ* คืออาการที่ไม่ถือเนื้อถือตัวทั้งหลายนี้ เห็นตามสกนธ์ร่างกายของเราแล้วก็ไม่เห็นว่าเป็นตัวเป็นตนของเรา เห็นซัดลงไปจนเป็นเหตุให้ถอนจากอุปาทานนั้น ไม่ถือตัวซึ่งเป็นสัkkายาทิฏฐิ และไม่มี วิจิกิจฉา

เมื่อถอนอุปาทานออกมาจากความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ก็ได้ส่งสัยเลยในธรรมทั้งหลายหรือในความรู้ทั้งหลาย เข้าไปเห็นธรรมทั้งหลายเหล่านี้แล้วก็เปลี่ยนออกไปเลยทีเดียวยุ รู้ว่านี่ วิจิกิจฉา นี้ *สีลัปปตบ/รามาส* การปฏิบัติของท่านนั้นแน่วตรงเข้าไป ไม่ได้เคลือบแคลงสงสัย ไม่ได้ลู่หรือไม่ได้คลำ ถึงแม้ว่าสกนธ์ร่างกายมันจะ



เจ็บมันจะใช้เป็นไปอย่างไร ท่านก็ไม่ลูบไม่คลำมัน ไม่ได้สงสัยเสียแล้ว การที่ไม่ได้สงสัยนี่ก็คือถอนอุปาทานออกมาแล้ว ถ้ามีอุปาทานอยู่ก็ต้องไปลูบไปคลำในสกนธ์ร่างกายนี้ อากาถูบลคลำในสกนธ์ร่างกายนี้เป็นสีลัพพตปรามาส เมื่อถอนสักกายทิฏฐิ ออกจากกายนี้ สีลัพพตปรามาสก็หมดไป วิจิจจฉาก็เลิก สีลัพพตปรามาสก็เลิก ถ้ายังมีสีลัพพตปรามาสอยู่ วิจิจจฉาก็อยู่ อุปาทานก็ยังอยู่

อันนี้แสดงว่าธรรมะที่สมเด็จพระบรมศาสดาของเราท่านแสดงคราวนั้น พระอัญญาโกณฑัญญะฟังแล้วได้ดวงตาเห็นธรรม ดวงตาอันนั้นก็คือผู้รู้แจ้งนั่นเอง เรียกว่า ดวงตาเห็นธรรม คือเห็นธรรมหรือธรรมตาอันนี้เอง เมื่อเห็นชัดลงไป อย่างนี้ก็ถอนอุปาทานได้ ฉะนั้น การถอนอุปาทานได้นี้จึงรู้สึกว่ามันเกิดผู้รู้ขึ้นมาจริงๆ เมื่อก่อนก็รู้อยู่เหมือนกันแต่มันถอนอุปาทานไม่ได้ นั่นเรียกว่า ผู้รู้ธรรมอยู่แต่ไม่เห็นธรรม เห็นธรรมอยู่แต่ไม่เป็นธรรม เพราะไม่รู้ตามสภาวะของมัน ฉะนั้น พระบรมศาสดาท่านจึงตรัสว่า “อัญญาสิ อัญญาสิ ะตะโก โภณฑัญญะ, โภณฑัญญะได้รู้แล้วหนอ รู้แล้วหนอ” รู้อะไรละ ท่านรู้อะไร ก็คือได้รู้ธรรมชาติที่มันเป็นอยู่นี้เอง

เราทั้งหลายมักหลงธรรมชาติ อย่างสกนธ์ร่างกายนี้ กายของเราี่ ประกอบขึ้นด้วยดิน น้ำ ไฟ ลม มันก็เป็นธรรมชาติที่เรียกว่าวัตถุที่มองเห็นด้วยตา มันอยู่ด้วยอาหาร เจริญมา เจริญมา เจริญขึ้นมาแล้วก็แปรไป ถึงที่สุดมันก็ดับไปเช่นกัน

ส่วนข้างในนั้น ผู้คุ้มครองอยู่ซึ่งกายนี้ ก็คือ วิญญาณ ผู้รู้นี้แหละ ผู้รู้ผู้เดียวนี้แหละ ถ้าไปรับทางตาก็คือจักขุวิญญาณ ถ้าไปรับทางหูก็เรียกโสตวิญญาณ ถ้าไปรับทางจมูกก็เรียกฆานวิญญาณ ไปรับทางลิ้นก็เรียกชีวหาวิญญาณ ไปรับทางกายก็เรียกกายวิญญาณ รับทางจิตมโนนี้เรียกมโนวิญญาณ

ตัววิญญาณนี้ตัวเดียว เกิดขึ้นที่ไหนก็เรียกว่าผู้รู้ทั้งนั้น ไปรู้ทางตา ก็เรียกไปอย่างหนึ่ง ไปรู้ทางหู จมูก ก็เรียกไปอย่างหนึ่ง รู้ที่ตา รู้ที่หู รู้ที่จมูก รู้ที่ลิ้น รู้ที่กาย รู้ที่จิต มันก็ตัวผู้รู้อันเดียวนี้แหละ ผู้รู้อันเดียวนี้ไม่ใช่ผู้รู้อื่น ตัวผู้รู้อันเดียวนี้เรียกว่า วิญญาณ ก็วิญญาณ ๖ อย่างนี้แหละ ชื่อมันหกเฉยๆ คือมันไปรู้อยู่ที่นั่นบ้างที่นี้บ้าง

รู้ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้แหละ ไปรู้ที่ตาบ้าง รู้ที่หูบ้าง รู้ที่จมูกบ้าง ที่ลิ้นบ้าง ที่กายบ้าง ที่จิตบ้าง เขาจึงเรียกว่า ๖ ความเป็นจริงมันไม่มี ๖ หรอก มันไปรู้ในช่องทั้ง ๖ เท่านั้นแหละ เพราะช่องทั้ง ๖ มันเป็นประตูผ่านเข้ามาสู่ผู้รู้คนเดียว ผู้รู้ผู้เดียวสามารถจะรู้ไปทั่วถึงในทวารทั้ง ๖ อย่างนี้ เราจึงเรียกว่า วิญญาณ ๖

วิญญาณหกนี้แยกออกโดยปริยัติ ความเป็นจริงมีผู้รู้ผู้เดียวเท่านั้น รู้ทางตากี่ว่าอย่างหนึ่ง รู้ทางหูก็ว่าอย่างหนึ่ง รู้ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ก็ว่าอย่างหนึ่ง ความเป็นจริงก็คือคนผู้เดียวนี้เองแหละ วิญญาณคือผู้รู้ผู้เดียว คือดวงจิตของเรา ผู้รู้นี้แหละจะเป็นเหตุให้มีอำนาจสามารถรู้สภาวะหรือธรรมชาติตามเป็นจริง ถ้าตัวนี้ยังมีเครื่องปกปิดอยู่เมื่อใด รู้อันนี้ท่านเรียกว่า โมหธรรม คือ รู้ไปในทางที่ผิด รู้ผิด เห็นผิด ก็ตัววิญญาณตัวเดียวนี้แหละ ผู้รู้ตัวเดียวนี้เอง ไม่เป็นตัวอื่นอีก รู้ผิด เห็นผิด รู้ถูก เห็นถูก ก็ตัวเดียวนี้เอง เพราะเช่นนี้ท่านจึงว่าเป็นมิจฉาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิ ไม่มีสองตัว มีตัวเดียว ผิดก็เกิดขึ้นจากตัวเดียว ถูกก็เกิดขึ้นจากตัวเดียว

เมื่อโมหะเกิดในทางที่ผิดก็เรียกว่า โมหะมันกำบัง ความรู้อันนี้มันก็ผิดไป เมื่อความรู้ผิด มันก็มีความเห็นผิด ดำริผิด การงานผิด เลี้ยงชีวิตผิด ผิดไปหมด เป็นมิจฉาทิฏฐิ คือความเห็นผิด ความเห็นชอบก็เกิดจากผู้รู้ผู้เดียว ถ้ามันชอบแล้ว ความไม่ชอบมันก็หายไป ถ้ามันถูกแล้ว ความผิดมันก็หายไป ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านประพุดติหรือปฏิบัติอยู่นั้น ทรงทรมานสภนธรรมาภรณ์ของท่านด้วยเรื่องอาหารการบริโภคต่างๆ จนร่างกายของท่านซุบซอมลงไป อย่างที่เราเรียนมา ฟังมา แล้วท่านก็พิจารณาเข้าไป พิจารณาเข้าไป เข้าไป เข้าไป แล้วก็ถอนออกมาได้ ความรู้ว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายนี้ตรัสรู้ทางจิต เพราะกายนี้มันไม่รู้จักอะไร กายนี้จะให้มันกินก็ได้ จะไม่ให้มันกินก็ได้ ฆ่ามันทิ้งเมื่อไรก็ได้ กายนี้ฆ่าทิ้งก็ได้

เมื่อท่านได้ความรู้แล้วว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายบำเพ็ญทางจิต การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าทั้งหลายอยู่ที่รู้จิต เมื่อท่านมาพิจารณาถึงจิตของท่าน ท่านก็ได้จากการปฏิบัติทรมานกาย เมื่อท่านแสดงธรรมเรื่องกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมณานุโยโค ท่านจึงแสดงขึ้นอย่างชัดเจนเลยทีเดียว เพราะท่านได้เห็นแล้ว ธรรมเทศนาอันนี้มันจึงชัดเจนในใจของพวกคนทั้งหลาย

กามสุขัลลิกานุโยคั้น คือใจของเรามันลุ่มหลงอยู่ในความสุข ลุ่มหลงอยู่ในความสบาย ลุ่มหลงอยู่ในความดีใจ ลุ่มหลงว่าเราดี ว่าเราเลิศ เราประเสริฐ อาศัยอยู่ในความสุขนี้ อันนี้ก็ไม่ใช้หนทางที่บรรพชิตจะพึงเดินเข้าไป เพราะมันเป็นกามสุขัลลิกานุโยค ส่วนอาการที่ไม่พอใจ อาการที่เป็นทุกข์ใจ อาการที่ไม่ชอบใจ อาการที่กริ้วที่โกรธ อันนี้ก็เป็นอัตตกิลมณานุโยค ไม่ได้เกิดประโยชน์อะไร ธรรมสองอย่างนั้น ท่านจึงว่า ไม่ใช่หนทางของบรรพชิตจะพึงเดิน

คำว่า “หนทาง” นั่นก็คือ อาการที่มันดีใจหรือเสียใจที่เกิดขึ้นมา คำว่า “ผู้เดินทาง” นั่นก็คือ ตัวผู้รู้ของเรานั่นแหละ ไม่ควรเดินไปในอาการที่มันดีใจหรือเสียใจนั้น ผู้เดินทางของเราก็คือตัวจิตนี้เอง ทางนั้นเรียกว่าอาการ ผู้เดินทางก็คือดวงจิต ถ้าดีใจ ก็ไปยึดเอาความดีใจเอาไว้ด้วย นี่เป็นกามสุขัลลิกานุโยค ถ้าหากว่าอารมณ์ที่ไม่ดีไม่ชอบใจ เราก็เข้าไปยึดหมายอุปาทานว่าไม่ดีใจไม่ชอบใจ นี่ก็เรียกว่ามันเข้าไปเดินในทางอันนี้ เป็นอัตตกิลมณานุโยค นี่ก็ไม่ดี ข้างนี้ก็สุข ข้างนี้ก็ทุกข์

ท่านจึงว่า กามสุขัลลิกานุโยค และอัตตกิลมณานุโยค ทางสองอย่างนี้ ไม่ใช่ทางของสมณะ เป็นธรรมของชาวบ้าน ชาวบ้านเขาหาสิ่งที่เป็นสุขสนุกสนาน อันเกิดทุกข์ไม่สบาย เราไม่ชอบ ฉะนั้น พวกชาวมนุษยโลกทั้งหลาย จึงไปอาศัยความสุขและทุกข์ สับเปลี่ยนกันอยู่อย่างนั้น ความสุขทุกข์นั้นแหละก็คือทางเดินสายโลกละ มันมีสุขแล้วก็มีทุกข์ มีทุกข์แล้วก็มีสุข ของเหล่านี้เป็นของไม่แน่นอน ปะปนกันไปอยู่ตลอดจนปลายทาง ฉะนั้น มันจึงเป็นธรรมของบุคคลที่ลุ่มหลงอยู่ในโลก ผู้ที่ไม่สงบ ผู้สงบนั้นท่านไม่เดินทางนั้น แต่ว่าทางนั้นท่านก็เห็น

อาการที่สุขท่านก็เห็น อาการทุกข์ท่านก็เห็น แต่ท่านไม่มีอุปาทานยึดแน่นแนบกับมัน ไม่เอาจริงจิงกับมัน ท่านไม่เดิน แต่ท่านรู้ รู้หนทางของมัน อาการใดที่ไม่ชอบใจเกิดขึ้นมา นั่นก็เป็นหนทาง ท่านก็เห็นเหมือนกัน แต่ท่านไม่เดินตามมันไป ท่านไม่มันหมายมัน ไม่มีอุปาทานกับมัน ท่านก็เห็นทางเหมือนกัน แต่ว่าท่านไม่เดิน นี่เรียกว่าท่านผู้เห็นทาง

ผู้สงบแล้วก็เห็นทางที่ไม่สงบ จึงเป็นผู้สงบอยู่ได้ ทางที่เป็นสุขหรือทางที่เสียใจทางที่ดีใจ ล้วนแต่เป็นทางที่ผิดทั้งนั้น ท่านผู้รู้ทั้งหลายท่านก็รู้จัก รู้อยู่ มันเกิดกับท่านอยู่เหมือนกัน แต่ท่านไม่เอาจริงเอาจังกับมัน ปล่อยมันไป วางมันไป ละมันไป

ท่านผู้สงบแล้วคือสงบจากอะไร สงบจากความดีใจ สงบจากความเสียใจ สงบจากความสุข สงบจากความทุกข์ สุขทุกข์นั้นไม่มีหรือมีอยู่แต่ไม่มีในใจ ก่อนจะมีในใจนั้น ใจก็เป็นผู้รู้เสียแล้ว เป็นผู้รู้จักชอบเสียแล้ว รู้ดีเสียแล้ว อากาரசุขก็เกิดขึ้นได้ แต่ก็ไม่ได้หมายถึงสุข อากาเรทุกข์ก็เกิดขึ้นที่นั่น แต่ก็ไม่ได้หมายถึงทุกข์ นั่น! ถ้ารู้อย่างนี้เรียกว่า มีความเห็นชอบ

นี่ถ้าท่านไม่ยึดไม่หมาย ท่านก็ปล่อย ความสุขความทุกข์เป็นธรรมชาติ ธรรมชาติหรือธรรมดามันเป็นเช่นนั้น ถ้าเรารู้เท่าแล้ว สุขหรือทุกข์มันเป็นโมฆะ ไม่มีความหมายกับใคร ไม่มีความหมายกับจิตของพระอรียเจ้าทั้งหลายผู้เข้าไปถึงแล้ว มันมีอยู่แต่ไม่มีความหมาย ท่านรับทราบไว้เฉยๆ รับทราบไว้ว่าสุขหรือทุกข์ ร้อนหรือเย็น ท่านรับทราบอยู่ ไม่ใช่ว่าท่านไม่รับทราบ

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงตรัสว่า พระอรหันต์ทั้งหลายนั้นไกลจากกิเลส ความเป็นจริงแล้ว ไม่ใช่ว่าท่านจะไกลไปไหน ไม่ใช่ว่าท่านจะหนีไปจากกิเลส ไม่ใช่ว่า กิเลสจะหนีไปจากท่าน มันมีอยู่อย่างนั้นแหละ มีอยู่อย่างนั้น ท่านจึงเปรียบเหมือนกับน้ำกับใบบัว ใบบัวก็อยู่กับน้ำ น้ำก็อยู่กับใบบัว ถึงแม้ใบบัวกับน้ำจะอยู่ด้วยกัน ก็จริง เมื่อน้ำกระเด็นขึ้นมาบนใบบัว น้ำก็กลิ้งถูกกันอยู่เหมือนกัน แต่น้ำไม่สามารถ ซึมซาบเข้าไปในใบบัวได้

กิเลสทั้งหลายก็เปรียบเหมือนน้ำ จิตของผู้ประพฤติปฏิบัติก็คือใบบัว ถูกกัน อยู่ ไม่หนีไป แต่จะไม่ซึมซาบเข้าไป จิตของพระโยคาวจรเจ้าผู้ปฏิบัติก็เหมือนกัน ไม่ได้หนีไปไหน อยู่ที่นั่นแหละ ความดีมารู้ ความชั่วมารู้ ความสุขมารู้ ความทุกข์มารู้ ความชอบมารู้ ความไม่ชอบมารู้ รู้หมด รู้หมดอยู่ที่นั่น แต่ว่าท่านรับทราบไว้เฉยๆ มันไม่ได้เข้าไปในจิตของท่าน เรียกว่าไม่มีอุปาทาน เป็นผู้รับทราบไว้เรื่อยๆ เรื่อยๆ ไป



อาการที่ท่านรับทราบไว้นั้นก็อย่างที่ภาษาเราว่า รับทราบไว้ วางใจเป็นกลางๆ วางใจเป็นกลางตามภาษาสามัญว่ารับทราบไว้ คือไม่ไปตะเปะไปต้อม รับทราบไว้เฉยๆ อาการเช่นนี้ เหล่านี้มีอยู่ตลอดเวลาตลอดเวลา เพราะสิ่งเหล่านี้มันมีอยู่ในโลก มันมีโลก พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสรู้อยู่ในโลก ท่านเอาอาการของโลกนี้ไปพิจารณา **ถ้าท่านไม่ได้พิจารณาโลก ก็ไม่เห็นโลก ท่านก็จะอยู่เหนือโลกไม่ได้**

ฉะนั้น องค์พระบรมครูของเราตรัสรู้ก็ด้วยเอาเรื่องของโลกนี้แหละ มารู้เท่าโลกนี้เอง โลกก็ยังมีอยู่อย่างนั้น สรรเสริญก็มี นินทาก็มี ลามาก็มี เลื่อมลามาก็มี ยศก็มี เลื่อมยศก็มี สุขทุกข์ก็มี ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้ก็ไม่มีอะไรจะตรัสรู้ เมื่อท่านตรัสรู้ตามเป็นจริงแล้ว คือรู้โลกนี้ **โลกธรรม** ธรรมอันครอบงำสัตว์โลกอยู่ สัตว์โลกยอมเป็นไปตามธรรม ครอบหัวใจสัตว์ ครอบหัวใจคน มีลาม เลื่อมลาม มียศ เลื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ เป็นของโลก

ถ้าหากว่าใจมนุษย์ทั้งหลายเป็นไปตามอำนาจสุข ทุกข์ นินทา เป็นไปตามอำนาจมัน นั่นแหละคือโลก ท่านจึงเรียกว่า **โลกธรรม** **โลกธรรมเป็นธรรมอันหนึ่ง ทำให้มองไม่เห็นทางมรรค ๘ ที่จะเดินไปหาทางพ้นทุกข์นั้น** มีแต่โลกท่วมหัวอยู่ที่นี่ ชื่อว่าสัตว์โลกเป็นไปตามธรรม ธรรมนั้นมันให้สัตว์เป็นโลก โลกก็เดินไปตามธรรมนั้น มันจึงเป็นโลกธรรม ผู้อยู่ในโลกธรรมคือเป็นสัตว์โลกวนเวียนอยู่ตลอดเวลา

ฉะนั้น **ในการประพุดติหรือปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา ท่านจึงสอนว่าให้เจริญมรรคคือตัวปัญญา รวมแล้วคือปฏิบัติศีลให้มันยิ่ง สมาธิให้มันยิ่ง ปัญญาให้มันยิ่ง นี่คือการทำลายโลก** นี่...หนทางเดินเข้าไปทำลายโลก โลกมันอยู่ที่ไหนล่ะ ที่นี้ โลกมันอยู่ที่ใจของสัตว์ที่ลุ่มหลงนั่นแหละ อาการที่มันติดลาม ติดยศ ติดสรรเสริญ ติดสุข ติดทุกข์ นั่นแหละ เมื่อมีอยู่ในใจเมื่อใด ใจก็เป็นโลก เมื่อใจเป็นโลก อยู่ที่ไหนโลกก็อยู่ที่นั่นแหละ

ต้นเหตุที่โลกจะเกิดขึ้นมา ก็เกิดจากความอยาก ถ้าดับความอยาก ก็คือดับโลก ความอยากเป็นบ่อเกิดของโลกทั้งหลาย ฉะนั้น เมื่อเรามาประพุดติหรือปฏิบัติ

แล้ว เราจึงเดินทางศีล สมาธิ ปัญญา นี้ท่านว่า **โลกธรรม ๘ และมรรค ๘ เป็นของคู่กัน** ทำอย่างไรจึงเป็นของคู่กัน ถ้าหากว่าเราหลุดทางปริยัติของเราแล้ว ก็พูดได้ว่า ลาม เสื่อมลาม ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ นี้ก็ ๘ อย่าง ในทางโลก ส่วนในทางธรรมก็มีมรรค ๘ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปป สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ รวมแล้วก็ ๘ อย่างเหมือนกัน

ทางสองแปด^๑ นี้ะมันอยู่ที่เดียวกัน ไม่ได้อยู่คนละที่ พวกยินดีในลาม ยศ สรรเสริญ ก็อยู่ในใจนี้ ใจผู้รู้^๒ แต่ผู้รู้^๓มีเครื่องปกปิดเอาไว้จึงให้รู้ผิดไป มันก็เลยเป็นโลก ผู้รู้^๔นี้ยังไม่มีพุทธภาวะเกิดขึ้นมา จึงถอนตัวออกไม่ได้ จิตใจขณะนี้ก็เลยเป็นโลก

เมื่อเราได้มาปฏิบัติ มาทำศีล ทำสมาธิ ทำปัญญา ก็คือ เอากาย เอาวาจา เอาใจนี้มาประพฤติปฏิบัติที่โลกธรรมมันแฝงอยู่นี้แหละ ที่มันยินดีในลาม ในยศ ในสรรเสริญ ในสุข ในทุกข์นี้แหละ มาทำลงที่เดียวกัน ถ้าเมื่อเราได้มาทำลงที่เดียวกันนี้ ก็เลยเห็นมัน เห็นโลกเห็นธรรมมันขวางกันเลยทีเดียว ไม่มีลามก็คิดอยากได้ลาม มียศก็ติดยศ มีสรรเสริญก็ติดสรรเสริญ มีสุขก็ติดสุข มีทุกข์ก็ติดทุกข์ มีนินทาก็ติดนินทา **ถ้าเรามาปฏิบัติลงที่ใจของเรา มันก็จะได้เห็นโลกเห็นธรรมชัด**

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาจึงตรัสว่า “**ลูทั้งหลาย จงมาดูโลกนี้อันน่าตระการตาดุจราชรถ อันพวกคนเขลาทั้งหลายขลุกอยู่หมกมุ่นอยู่ แต่ผู้รู้หาข้องอยู่ไม่**” ไม่ใช่ว่าท่านให้ไปดูโลกทั้งโลก หรือทั้งประเทศ ไม่ใช่อย่างนั้น ให้ดูจิตที่มันอาศัยโลกเป็นอยู่ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ทำอะไร ก็ให้ดูโลกอยู่เสมอ

ให้ดูจิต พิจารณาถึงโลก เพราะโลกมันเกิดขึ้นอยู่ที่ใจ ความอยากเกิดที่ไหน โลกก็เกิดที่นั่น เพราะความอยากเป็นปอเกิดของโลก ถ้าดับความอยากก็คือดับโลก มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ฉะนั้น เมื่อเรามาปฏิบัติแล้ว มาเจริญมรรค มานั่งสมาธิ อยาก

^๑ ทางสองแปด หมายถึง โลกธรรม ๘ และมรรคมีองค์ ๘



ให้มันสงบ มันก็ไม่สงบ ไม่อยากให้มันนึกคิด มันก็นึกคิด เพราะไปนั่งใส่รังมดแดง รังมดอยู่ที่นั่นก็เอากันไปนั่งทับมันอย่างนั้น มันก็กัดเอาสิ ใจของเรามันเป็นโลกอยู่ มาปฏิบัติมันก็เกิดโลกขึ้นมาเลย ความดีใจ ความเสียใจ ความวุ่นวาย ความเดือดร้อน ก็เกิดขึ้นมาทันที เพราะอะไรล่ะ เพราะเราไม่บรรลุถึงธรรม เพราะใจเราเป็นอยู่อย่างนี้

ผู้ประพฤติปฏิบัติไม่ได้ ก็เพราะทนโลกธรรมไม่ได้ จึงไม่ได้พิจารณา ฉะนั้น จึงเหมือนกันกับเราไปนั่งในรังมดแดงนั่นแหละ ก็มดมันอยู่ที่นั่น ไปนั่งที่บ้านของมัน มันก็กัดเอาอะสิ ถ้ามันกัดเรา เราจะทำอย่างไรล่ะ เราก็หาวิธีทำลายมันเสีย เอายา มากันมัน กลบมันเสีย เอาไฟมาเผามันเสีย หรือทำให้หนีจากที่นั่นเสีย นี่คือการ ปฏิบัติ แต่ผู้ปฏิบัติบางคนไม่ได้คิดอย่างนั้น ถ้ามันไม่สบายก็ไปกับมันเลย มันว่า สบายก็ไปกับมันเลย ไปกับลาภ ยศ สรรเสริญ นิินหา สุข ทุกข์ ไปกับมันเลย ไม่ พากันระงับเหล่านี้ ดังนั้น มันจึงเป็นโลก

ฉะนั้น ผู้ที่ทดลองปฏิบัติแล้วพูดว่าปฏิบัติไม่ได้ ไปไม่ได้ ไปไม่ไหว ก็คือเรา ไม่ได้พยายามนั่นเอง โลกธรรม ๘ ประการนี้ มันข่มมรรคไม่ให้เกิดขึ้นมา จะ พยายามอดทนรักษาศีลไม่ได้ จะอดทนพิจารณามันไปอีกก็ไม่ได้ เพราะอะไร ก็เหมือนกับบรูซที่ไปนั่งทับรังมดแดง ทำอะไรก็ไม่ได้ มันกัด มันไต่ มันหน่นมันหน้อย วุ่นวายต่างๆ นานา แต่ไม่สามารถกำจัดภัยทั้งหลายออกจากที่นั่นของเรา ก็ทนนั่งอยู่ นั้นแหละ ฉันทิด นี่ก็เช่นกันฉันนั้น เพราะสิ่งเหล่านี้มันเป็นปฏิบัติกัน

ฉะนั้น โลกธรรมมันจึงอยู่ที่ใจ เมื่อมาทำใจจะให้มันสงบ มันก็เลยพุ่งขึ้นมา ทันที เพราะมันอยู่ที่นั่น เมื่อใจเป็นโมหะเมื่อใดมันก็เป็นความมืดอยู่ที่นั่น เมื่อใด ที่โมหะมันจางไป มันก็รู้ขึ้นที่นั่น ได้ความรู้ว่า **ความรู้กับความหลงนั้นมันเกิดขึ้นอยู่ ที่เดียวกัน เมื่อความหลงเกิดขึ้นมาแล้ว ความรู้ก็เข้าไปไม่ได้ มันระงับความรู้ ไว้เสีย เมื่อความรู้เกิดขึ้นมาแล้ว ความหลงก็อยู่ไม่ได้**

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงให้ปฏิบัติที่ใจ มันเกิดอยู่ที่ใจ โลกธรรม ๘ ประการ มันอยู่ที่นั่น มรรค ๘ ประการที่เจริญขึ้นมาได้ก็เพราะเรามาพิจารณาด้วย สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ด้วยญาณ ทั้งหลายทั้งปวง การทำความเพียร กรรมฐานนั้นก็ช่วยข่มลงไปเสียจนความโลภ ความโกรธ ความหลง ในลาภ

ยศ สรรเสริญ เหล่านี้เบาออกไป เมื่อมันเบาออกไปแล้วเราก็รู้จัก เมื่อมีลาภ มียศ มีสรรเสริญ มีนิทาน มีสุข มีทุกข์ มากกระทบ เราก็รู้จัก เพราะโลกอยู่กับเรา เราอยู่ในโลก อยู่ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขอย่างนี้ เมื่อเราอยู่ เราก็อยู่กับมัน ก็เหมือนกับเราเข้าไปอยู่ในเรือน เวลาเข้าไปในเรือน เราก็รู้จักว่า เข้าประตูไปในเรือน เมื่อเวลาเราออกจากเรือน เราก็มีความรู้สึกที่เราออกจากเรือน ได้ความสว่าง ไม่มีมืดเหมือนอยู่ในเรือน

อาการที่จิตเข้าไปหาโลกมันก็เป็นอย่างนั้น อาการที่จิตทำลายโลกธรรมแล้วนั้น หรือโลกธรรมห่างจากใจแล้วนั้น ก็เหมือนกันกับเราออกจากเรือนมา ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติจึงรู้เฉพาะตัวของตัวเองว่าโลกธรรมมันหายแล้วหรือยัง มรรคมันเจริญแล้วหรือยัง เมื่อมรรคเจริญขึ้นมาได้เท่าใด มันก็ฆ่าโลกธรรมเท่านั้น มันจะฆ่าโลกธรรม เบียดเบียนโลกธรรมเรื่อยๆ ไป ผลที่สุดแล้วมรรคจะกล้าขึ้นมา คือ ความเห็นชอบ ปัญญาความเห็นชอบกล้าขึ้นมา ความเห็นผิดไม่ชอบมันก็หายไป ผลที่สุดมรรคก็ฆ่ากิเลส แต่ถ้ามรรคอ่อน กิเลสก็ฆ่ามรรค มีสองอย่างเท่านั้นแหละ ความเห็นผิดและความเห็นถูก มีสองอย่างนี้เท่านั้น

ความเห็นผิดก็มีวิธีการของมันเช่นกัน ความเห็นผิดนี้มันก็มีปัญญาเหมือนกัน แต่มันมีปัญญาในทางที่ผิด ถ้าผู้ปฏิบัติมีความเห็นถูกเห็นผิดแย่งกันไป ผู้ปฏิบัตินั้นก็คล้ายกับคนสองคน คือโลกกับธรรม โลกกับธรรมนี้มันแย่งกัน แย่งกันไป เช่นนั้น แย่งกันไปเถียงกันไป

เมื่อใดที่เราพิจารณาดูจะเห็นมันแย่งกันไปตลอดกาลตลอดเวลา จนกว่าจะรู้ถึงโน้น ถึงวิปัสสนา แต่บางที่มันก็เอาวิปัสสนา^๑ ขึ้นมา หมายความว่า เมื่อเราพากัน

^๑ วิปัสสนา ย่อมาจาก **วิปัสสนูปกิเลส** อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา สภาพน่าชื่นชม แต่ที่แท้เป็นโทษ เครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา ซึ่งเกิดแก่ผู้ได้วิปัสสนาอ่อนๆ ทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุมรรคผลแล้ว จึงไม่ดำเนินก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ มี ๑๐ คือ ๑.โอภาส - แสงสว่าง ๒. ปีติ - ความอิ่มใจ ๓. ญาณ - ความรู้ ๔. ปัสสัทธิ - ความสงบกายและจิต ๕. สุข - ความสบายกายสบายจิต ๖. อธิโมกข์ - ความน้อมใจเชื่อ ๗. ปัคคาหะ - ความเพียรที่พอดี ๘. อุบัติฐาน - สติชัด ๙. อุเบกขา - ความวางจิตเป็นกลาง ๑๐. นิกันติ - ความพอใจ



พยายามสร้างคุณงามความดี ความบริสุทธิ์ พอไปเห็นความดีขึ้นมา ก็ไปติดความดี อยู่อีก อาการที่ไปติดความดี ไปยึดความดีนี้ ก็เป็นวิปัสสนาอีกนั่นแหละ เป็น ปัญญาของกิเลส นั่น บางคนก็ไปติดความดีอยู่ มีความบริสุทธิ์ก็ไปติดความบริสุทธิ์ มีความรู้ก็ติดความรู้ อย่างนี้ อาการที่ไปยึดมั่นหมายมั่นในความรู้ที่อีก ในความ บริสุทธิ์ที่อีก อันนั้นก็ เป็นวิปัสสนาแทรกเข้ามาอีก

ฉะนั้น เมื่อเจริญวิปัสสนาถึงขั้นนี้ให้ระวัง ระวังวิปัสสนูปกิเลส เพราะมัน ไกลกันที่สุดจนเราจะไม่รู้ตัว แต่ถ้าหากมีความรู้ถูกต้องแล้ว เราจะเห็นทั้งสองอย่าง ได้ชัดเจน ถ้าเป็นวิปัสสนาแล้ว มันจะมีความทุกข์ขึ้นมาเป็นบางครั้ง ถ้าหากเป็น วิปัสสนาจริงๆ แล้ว ก็จะระงับทุกข์ระงับสุข ทุกข์นี้เป็นผลที่เกิดขึ้นมา เราจะรู้เอง ด้วยตัวของเรา

ฉะนั้น การปฏิบัติท่านจึงให้อุดหนุน บางคนมาปฏิบัติไม่ยอมให้มันเป็น อย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ยอมให้มันมีอะไรเกิดขึ้น ไม่ยอมให้มันเดือดร้อน แต่มันก็ เดือดร้อนเพราะของเก่ามันมี เราต้องพยายามระงับความเดือดร้อนด้วยความ เดือดร้อนที่มีอยู่นั่นเอง พระท่านว่า ถ้าหากปฏิบัติแล้วเกิดความเดือดร้อน นั่นถูก ถูกแล้วถ้าหากมันเดือดร้อน ถ้าปฏิบัติแล้วไม่เดือดร้อน ไม่ถูก ถ้ากินสบาย นอน สบาย อยากจะไปไหนก็ไปตามเรื่อง อยากจะพูดอะไรก็พูดตามเรื่อง อยากทำตามใจ มันทุกอย่างนั้น มันไม่ถูก

ฉะนั้น ธรรมะคำสั่งสอนของพระศาสดาท่านว่า ชัด ชัดอะไร โลกุตตระ ชัดโลกียะ ความเห็นชอบชัดความเห็นผิด ความบริสุทธิ์ชัดความไม่บริสุทธิ์เรื่อยไป ฉะนั้น จึงมีอุปมาที่ตามตำรากล่าวไว้ว่า สมเด็จพระบรมศาสดาก่อนตรัสรู้ นั้น ท่านไป รับข้าวจากนางสุชาดา เมื่อท่านทรงฉันเสร็จแล้ว ก็ทรงลอยถาดลงในน้ำ ธรรมดา น้ำมันไหลลง ท่านได้ทรงอธิษฐานจิตว่า ถ้าหากว่าจะได้ตรัสรู้พระอนุตตรสัมมา- สัมโพธิญาณแล้ว ขอให้ถาดนี้ไหลลอยไปเหนือหน้า

ความจริงถาดก็คือความเห็นชอบของพระองค์ท่านนั่นแหละ ผู้รู้หรือพุทธ-
ภาวะของท่านที่เกิดขึ้นมาจากการพิจารณาแล้วนั้น ไม่ได้ปล่อยตามใจของสัตว์ แต่
ไหลขึ้นไปทวนกระแสใจของท่าน ทวนขึ้นไปหมดทุกอย่าง ไม่ได้ไปฟังเสียงใคร
ฉะนั้น พระธรรมเทศนาของพระองค์จึงทวนใจของพวกเราจนทุกวันนี้

โลก ท่านก็ว่าไม่ให้โลก โกรธ ท่านก็ว่าไม่ให้โกรธ ให้ทำลายมัน อยากหลง
ก็ไม่ให้หลง ให้ทำลายมัน มีแต่เรื่องทำลายมันอย่างเดียว ฉะนั้น สมเด็จพระบรม-
ศาสดาของเราจึงทรงเชื่อแน่ว่า จิตของท่านนั้นทวนกระแสขึ้นไปนั่นเอง มันทวน
สัตว์โลกหมด ทวนกระแสสัตว์โลก สิ่งที่ว่าสกนธ์ร่างกายสวย ท่านว่าไม่สวย โลกว่า
อันสกนธ์ร่างกายเป็นของเรา ท่านว่าไม่ใช่ของเรา อันนี้ว่าเป็นแก่นเป็นสาร ท่านว่า
ไม่เป็นแก่นเป็นสาร ความเห็นชอบอย่างนี้เหนือสัตว์โลกขึ้นไป สัตว์โลกนั้นตามลง
มากับน้ำ

ต่อมาท่านได้รับหย้าคาจากโสติยยะพราหมณ์ ๘ กำมือ ท่านทรงทำอธิษฐาน
เป็นบัลลังก์เพื่อนั่งสมาธิว่า ถ้าไม่ตรัสรู้จะไม่ทรงลุกขึ้น แล้วท่านก็ตรัสรู้ที่ตรงนี้

ถ้าจะกล่าวเป็นธรรมาธิษฐานแล้ว หย้าคาก็คือโลกธรรม ๘ นี้แหละ มีลาภ
เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ มีสุข มีทุกข์ สรรเสริญ นินทา เหล่านี้แหละโลกธรรม
๘ ประการ หย้าคา ๘ กำมือ ฟังแต่ชื่อมันสิ หย้าคา “คา” คาอะไร

นักบวชของเราเมื่อบวชเข้ามาก็ “คา” สิ่งเหล่านี้แหละ มาคาลาภ มาคา-
สรรเสริญ มาคาทุกข์ โลกทั้งหลายมาคาอยู่ที่นี้หมด

สมเด็จพระศาสดาจึงทรงอธิษฐานเป็นบัลลังก์ นั่งทับลงไปด้วยสมาธิธรรม
อาการที่นั่งทับคือสมาธิ นั่งทับคือจิตของท่านเหนือกว่าโลกธรรม จิตในขณะนั้นเป็น
โลกุตตรธรรมทับโลกียธรรมไว้ แต่ก็ยังเกิดเป็นมารต่างๆ นานามาหลอกล่อ ซึ่ง
ความจริงก็เป็นอาการของจิตนั่นเอง จนกระทั่งท่านได้ตรัสรู้ธรรม ก็ได้ชนะมาร
ในที่นั้น



ชนะ คือชนะโลกนี้เอง ไม่ใช่ชนะอะไรอื่นไกล ฉะนั้น ท่านจึงทรงเจริญมรรคในที่นั้น มรรคจึงฆ่าโลกธรรมทั้งหลายเหล่านั้น

ผู้ประพาศหรือผู้ปฏิบัติของเราทุกวันนี้เนี่ย ศรัทธามันน้อย พอปฏิบัติได้ปีสองปี เดือนสองเดือนก็อยากจะได้ อยากไปไวๆ ไม่รู้จักนึกบ้างเลยว่า พระพุทธเจ้าของเรานั้น ท่านทรงสร้างบารมีของท่านมานานแสนนานเพียงใด แล้วท่านยังต้องมาต่อสู้อันพระชาติสุดท้ายอยู่อีกถึง ๖ ปี ฉะนั้น ท่านจึงทรงตั้งนိสสัยพระนวกะว่า จะต้องอยู่ฝักอบรมกับพระอุปัชฌาย์อย่างน้อย ๕ พรรษา

ผู้ศึกษาเล่าเรียน ผู้ปฏิบัติที่มีปัญญาตรวจค้น มีศรัทธาจริงๆ ผู้บากบั่นพยายามตลอด ๕ พรรษา นี้ก็เรียกว่าใช้ได้ แต่ให้ปฏิบัติจริงๆ นะ ไม่ใช่ว่าอยู่เฉยๆ ถ้าเราพยายามทำจริงๆ ได้ห้าพรรษาแล้วจะรู้ว่า คุณค่าของพระพุทธโฆสาวาทที่สมเด็จพระบรมศาสดาท่านบัญญัติไว้่นั้นเป็นเช่นไร จะได้อรรถ ๕ พรรษาคือคนใช้ได้ จิตใจก็ใช้ได้ อะไรรู้ก็พอเป็นพอไปแล้วแน่นอน ฉะนั้น อย่างน้อยที่สุดก็ต้องเป็นพระอริยบุคคลขั้นแรก แต่ทว่าต้องไม่ใช่ ๕ พรรษาแต่อายุเท่านั้น ต้องเป็น ๕ พรรษาในจิตด้วย

ผู้ปฏิบัติเข้าถึงจิตใจเช่นนี้ จะมีความกลัวความละอายทั้งต่อหน้าและลับหลัง ทั้งในที่มืดและที่แจ้ง เพราะเข้าถึงพระพุทธเจ้าแล้ว อาศัยพระธรรม อาศัยพระสงฆ์แล้ว มีพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง มีพระธรรมเป็นที่พึ่ง มีพระสงฆ์เป็นที่พึ่งแล้ว ถ้าพึ่งพระพุทธเจ้าจริงๆ ก็ต้องเห็นพระพุทธเจ้า ต้องเห็นพระธรรม ต้องเห็นพระสงฆ์ ถ้าเราขอพึ่งท่าน ขอพึ่งพระพุทธ พึ่งพระธรรม พึ่งพระสงฆ์ แล้วเรายังไม่เห็นท่านนั้น จะเป็นประโยชน์อะไร ถ้าเราขอพึ่งท่านก็ต้องรู้จักท่าน จะรู้จักแต่กายเท่านั้นยังไม่พอ ต้องรู้จักด้วยใจจึงจะใช้ได้

ถ้าเข้าใจถึงแล้วจึงจะรู้ว่า พระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้ พระธรรมเป็นอย่างนี้ พระสงฆ์เป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้าเป็นรูปลักษณะอาการอย่างนั้นอย่างนั้น พระธรรมก็เช่นเดียวกัน จึงจะได้เป็นที่พึ่งของเรา เพราะสิ่งเหล่านี้เกิดอยู่ที่จิตของเรา จะไปอยู่ที่ไหนก็ตาม มีพระพุทธ มีพระธรรม มีพระสงฆ์อยู่เรื่อยไปในจิตผู้นั้น ฉะนั้น ผู้นี้จึงไม่กล้ากระทำความบาป



พระอริยบุคคลชั้นแรกท่านจึงไม่เข้าไปสู่อบาย ตรงแนวเนไปเลย ไม่มีชาติที่ ๘ เกิดขึ้น เพราะอะไร เพราะมันแน่นอนแล้วนะสิ มันแน่นอนแล้ว เมื่อเข้าหนทาง ก็ไม่ได้สงสัย ที่นี้ค่อยเคลื่อนไป ไม่ได้มีความสงสัย ไม่ถึงวันใดก็ต้องถึงวันหนึ่ง จะให้กลับมาทำบาปทำกรรมด้วยกายด้วยวาจาอีกไม่มี พ้นจากความเดือดร้อนที่จะเป็นนรกแล้ว ฉะนั้น ท่านจึงว่าอริยบุคคลพ้นอบายภูมิ จิตก็ไม่ไปถึงอบาย ไม่ไปสู่ออบาย จึงเป็นผู้ไม่กลับ คือไม่กลับมาทำชั่ว ใจนั้นทำความชั่วไม่ได้อีก

อันนี้จะได้เห็นเองว่าใจมันทำไม่ได้ ก็แปลว่ามันเปลี่ยนไป เป็นอริยชาติไปแล้ว มันกลับมาไม่ได้แล้ว มันเปลี่ยนไปชาตินี้เอง เรื่องเหล่านี้จะรู้จักเฉพาะเจ้าของเอง

ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมที่ยังไม่ได้เห็นธรรม เมื่อได้ยินอย่างนี้ อาจคิดว่า การรู้ธรรม การเห็นธรรม การปฏิบัติธรรมเช่นนั้นจะเป็นไปได้ได้อย่างไร เป็นการยากอยู่ เรื่องเหล่านี้แหละก็คือธรรมชาติธรรมดาที่มันเป็นอยู่นี้แหละ บางทีเรามีความสุขใจ บางทีเรามีความทุกข์ใจ มีความดีใจ มีความเสียใจ เพราะอะไร เพราะไม่รู้ธรรม เพราะไม่เห็นธรรม ไม่รู้ธรรมชาติ ไม่เห็นธรรมชาติ คือธรรมชาติมันเป็นของมัน เช่นนั้นเรื่อยๆ ทั้งกายและจิต คือรูปและนาม

ฉะนั้น พระบรมศาสดาท่านจึงไม่หมายชั้น ๕ วางชั้น ๕ เลิกชั้น ๕ ละชั้น ๕ ที่ละมันไม่ได้เพราะอะไร เพราะไม่เห็นมัน เพราะไม่รู้เท่าทันมัน เห็นว่ามันเป็นเรา เห็นเราว่าเป็นมัน เห็นเราว่าเป็นสุข เห็นสุขว่าเป็นเรา เห็นทุกข์ว่าเป็นเรา เห็นเราว่าเป็นทุกข์ มันแยกออกจากกันไม่ได้ เมื่อแยกออกจากกันไม่ได้ ก็แปลว่าเราไม่เห็นธรรม คือ ธรรมชาติอย่างนี้มันไม่เป็นเรา แต่เราเข้าใจว่าเป็นเรา สุขก็มาถูกเรา ทุกข์ก็มาถูกเรา เสียใจก็มาถูกเรา ดีใจก็มาถูกเรา เพราะเราเข้าไปขวางอยู่ตรงนั้น

เราคือก้อนอัสติตาตัวตน เมื่อมีก้อนอัสติตาเมื่อใดแล้ว สุขก็ถูกเรา ทุกข์ก็ถูกเรา อะไรก็ถูกเราหมด ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงว่าให้ทำลายก้อนอัสติตา เมื่อทำลายก้อนอัสติตา คือ สักกายทิฏฐินี้แล้ว หมดก้อนอัสติตาแล้ว อนัตตามัน ก็ไม่ต้องเรียก มันเป็นของมันเอง เมื่อหมดอัสติตา อนัตตาก็เกิดขึ้นเอง

เมื่อบุคคลถือเนื้อถือตัว ก็จะเห็นแก่ตัว เห็นแก่ตน เห็นว่าเราสุข เห็นว่าเรา
ทุกข์ เห็นว่าเราดี เห็นว่าเราชั่ว เห็นว่าเราต่าง ๆ นานา ความจริงสิ่งเหล่านี้ ธรรมชาติ
มันเป็นอย่างนั้น แต่เรากลับไปเอาธรรมชาติมาเป็นเรา เอาเรามาเป็นธรรมชาติ
เลยไม่รู้ว่ธรรมชาติคืออะไร ธรรมชาติมันดีก็หัวเราะกับมัน ธรรมชาติมันร้ายก็
ร้องไห้กับมัน

ความจริงธรรมชาตีก็คือสังขาร อย่างเราว่า *เตสัง วูปะสะโม สุโข* ความสงบ
ของสังขารนั้นเป็นสุข สงบอะไรละ ก็คือ ถอนอุปาทานออกมา เห็นธรรมชาติตาม
เป็นจริงของมัน เดียวนี้ความจริงของมันมีอยู่ มันเป็นจริงอยู่ ต้นหญ้า ภูเขา แก้วพลี
มันเป็นของมันอย่างนั้น มันเกิดมันก็ดับ มันดับมันก็เกิด มันเลื่อนไหลไปมา
ธรรมชาติมันเป็นจริงอยู่ แต่เราผู้ไม่จริง เมื่อไปเห็นแล้วก็ตื่นตื่น ธรรมชาติไม่
ตื่นตื่น มันเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ว่าใครจะร้องไห้ ใครจะหัวเราะ มันก็เป็นของมัน
อยู่อย่างนั้น อันนั้นมันเป็นของจริง เราไม่รู้จักของจริง เมื่อไปเห็นของจริงแล้ว
กระตือรือร้น ร้องไห้ หัวเราะ ต่างๆ นานา เสียอกเสียใจ คืออกดีใจ

ถึงเราจะดีใจเสียใจอย่างไรก็ตาม สภาวะร่างกายรูปนี้ของเราก็เป็นอยู่ของมัน
เช่นนี้ มันเกิดมาแล้วมันก็แปรตามธรรมชาติ แปรไป เจ็บไป ตายไป พลัดพราก
จากกันไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้ หากว่าบุคคลผู้ใดจะเอาธรรมชาติ
ทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้ให้มันเป็นตัวเรา เป็นของเราอย่างนี้ มันก็เป็นการแบกทุกข์ไว้

ฉะนั้น พระอัญญาโกณฑัญญะท่านจึงกล่าวว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” คำว่าสิ่งใด
สิ่งหนึ่ง หมายรวมตลอดเลย จะเป็นรูปหรือเป็นนามก็ช่าง ไซ้หมดทั้งนั้น ความเห็น
ของท่านในขณะที่ท่านฟังเทศน์ของพระพุทธองค์นั้น เปลี่ยนขึ้นมาจนเห็นแจ้งจริง
ออกจากที่นั่งแล้วก็ยังเห็นอยู่อย่างนั้น จริงอยู่อย่างนั้น อาการอย่างใดผ่าน เกิดขึ้นมา
ก็เห็นความเกิด เมื่อมันดับไปแล้ว ท่านก็เห็นความดับ เกิดแล้วก็ดับ ดับแล้วก็เกิด

ท่านก็เห็นมัน อันใดมันเกิดแล้วก็ดับ อันใดมันดับแล้วก็ดับไป เป็นอยู่
เรื่อยไป สุขทุกข์ก็มากระทบจิตของท่านอยู่เสมอ แต่ว่าจิตของท่านเพียงแต่รับทราบ
ไม่พลอยตกนรก ไม่พลอยไปสู่อบาย ไม่พลอยไปดีใจ ไม่พลอยไปเสียใจกับสิ่งเหล่านั้น
จิตของท่านตั้งมั่น เด่นอยู่ พิจารณาอยู่อย่างนั้น **นั่นเพราะ ท่านอัญญาโกณฑัญญะ**

ท่านได้ดวงตา ได้ดวงตาอันหนึ่งให้เห็นธรรมชาติตามเป็นจริง ความรู้เท่าตามเป็นจริงของสังขาร สังขารมันเป็นจริงอย่างไรก็รู้เท่าตามเป็นจริงของมันอย่างนั้น นี้เรียกว่า ผู้รู้ธรรม ผู้เห็นธรรม รู้แล้วละ เลิก ถอน

ถ้ายังไม่เห็น ก็ยังพากันอด พากันละ มันไม่เห็นหรอก ที่มาอดละ อดกลิ่น อดทน อดทานนั้นนะ แต่ถ้าถึงที่ของมันแล้ว ก็จะไม่มีการอดละอดกลิ่น ไม่มีเรื่องใดให้ออด เรื่องผู้เห็นธรรมแล้วก็เห็นธรรม ไม่มีเรื่องอดกลิ่น นี้เรายังไม่ทันรู้จักธรรม ไม่เห็นธรรม จึงเอาธรรมมาใช้ เอาความเพียรมาใช้ มันเป็นอย่างนี้

ที่นี่ ถ้าเรามาเพียรแล้ว มันไม่เกียจคร้านแล้ว ความเพียรก็ไม่ต้องเอามาใช้ มันรู้เท่าต่ออารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงแล้ว มันไม่สุขไม่ทุกข์กับมัน ก็ไม่ต้องเอาขันติมาใช้ เมื่อมันเป็นธรรมแล้ว มันเกิดมามันก็เป็นธรรม ผู้รู้ก็รู้ตามธรรมแล้วก็เลยเป็นธรรม รู้ธรรมแล้วเห็นธรรม เรียนธรรมรู้ธรรม เห็นธรรมเป็นธรรม

เมื่อมันเป็นธรรมแล้วก็หยุด สงบแล้ว ที่นี่ไม่ได้เอาธรรมมาใช้ เพราะมันเป็นธรรมแล้ว ภายนอกก็เป็นแล้ว ภายในก็เป็นแล้ว ผู้รู้ธรรมก็เป็นธรรม สภาวะมันก็เป็นธรรม อันที่รู้มันก็เป็นธรรม เป็นอยู่อย่างนั้น เป็นอย่างเสรี เป็นหนึ่งเสียแล้ว ธรรมชาติอันนี้จึงไม่เกิด ธรรมชาติอันนี้จึงไม่แก่ ธรรมชาติอันนี้จึงไม่เจ็บ ธรรมชาติอันนี้จึงไม่ตาย ธรรมชาติอันนี้จึงไม่สุขไม่ทุกข์ ธรรมชาติอันนี้ไม่น้อย ไม่ใหญ่ ไม่หนักไม่เบา ไม่สั้นไม่ยาว ไม่ดำไม่ขาว ไม่มีเรื่องเปรียบเทียบ ไม่มีเรื่องจะเอามาเปรียบ สมมุติอะไรๆ เข้าไม่ถึง เข้าไม่ถึงที่นั่น

ฉะนั้น พระนิพพานท่านจึงว่าไม่มีสีสังวรณะ สีเขียว สีแดง สีดำอะไร ไม่มีเรื่องสีเขียวสีดำอะไรต่างๆ เป็นเรื่องสมมุติ เป็นเรื่องบัญญัติในโลกีย์ เมื่อพ้นจากสิ่งเหล่านี้ไปแล้ว ไม่มีเรื่องเหล่านี้ตามไปถึง ดังนั้น จึงกล่าวว่าสิ่งนั้นเป็นโลกุตตระ ธรรมะอันนั้นท่านจึงว่า เป็นปัจจุตัตถ์ อันผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะเจ้าของ ประกาศไม่ได้ มีแต่ให้อุบาย ผู้ที่เข้าไปถึงแล้วก็แล้ว จะเอาสมมุติบัญญัติมาพูดไม่ได้ มันหมด มันหมดสิ้น.



ในทางพุทธศาสนาให้ทำเพื่อไม่ต้องการอะไร
ถ้ามีเพื่ออะไร มันไม่หมด
ทางโลกทำอะไร เรียกว่ามันมีเหตุผล
พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่า
ให้ “นอกเหตุเหนือผล” ไม่ว่าจะทำอะไร
ปัญญาของท่านให้นอกเหตุเหนือผล
ให้นอกเกิดเหนือตาย นอกสุขเหนือทุกข์

๘ | นอกเหตุเหนือผล

คำสอนของพระบางอย่าง เราฟังดูแล้วไม่ค่อยจะเข้าใจเลย มันน่าจะ
จะเป็นไปอย่างนั้นไม่ได้ ก็เลยไม่ทำ ความเป็นจริงนั้น คำพูดของพระ
มีเหตุผลทุกอย่าง ไม่น่าจะเป็นไปอย่างนั้น มันก็เป็นของมันไปได้ แปลก
เหมือนกันนะ

ครั้งแรกที่อาตมาไปนั่งหลับตาแล้วก็ไม่เชื่อเหมือนกัน ไม่เห็นว่า
จะเกิดประโยชน์อะไรจากการหลับตาไปหมด นอกจากนั้นก็ไปเดินจงกรม
เดินจากต้นไม้อันนี้ไปต้นนั้น เดินไปเดินมาก็ชี้เกี้ยว เดินทำไม กลับไป
กลับมาไม่เกิดประโยชน์อะไร อย่างนี้มันก็คิดไป แต่ความจริงการเดิน
จงกรมนี้มีประโยชน์มาก การนั่งสมาธินี้ก็มียุทธประโยชน์มาก แต่จริตของคนเรา

บรรยายแก่พระภิกษุ สามเณร และอุบาสกอุบาสิกา จากวัดป่านานาชาติ ณ วัดหนองป่าพง
ระหว่างพรรษา พ.ศ.๒๕๒๓

บางคนแรงไปในการเดินจงกรม บางคนแรงในการนั่ง จิตของท่านก็ปนเปกันอยู่ แต่เราจะทิ้งกันไม่ได้ จะนั่งสมาธิอย่างเดียวกันไม่ได้ จะเดินจงกรมอย่างเดียวกันไม่ได้

พระกรรมฐานท่านสอนว่า อิริยาบถ ๔ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน คนเราอาศัยอิริยาบถอย่างนี้อยู่ แล้วแต่ว่ามันจะแรงการยืน การเดิน การนั่ง หรือ การนอน แต่มันจะเร็วหรือช้า มันก็ค่อยๆ เข้าไปในตัวของมัน

อย่างวันหนึ่งเราเดินก็ชั่วโมง นั่งก็ชั่วโมง นอนก็ชั่วโมง แต่เท่าไรก็ช่างมัน เถอะ จับจุดมันเข้าก็เป็นการยืน การเดิน การนั่ง การนอนเสมอ การยืนเดินนั่ง นอนนี้ให้เสมอกัน ท่านบอกไว้ในธรรมะ การปฏิบัติให้ปฏิบัติสม่ำเสมอ ให้ อิริยาบถเสมอกัน อิริยาบถคืออะไร คือการยืน การเดิน การนั่ง การนอน ให้มัน เสมอกัน เอ! คิดไม่ออก ให้มันเสมอนี้ มันก็คงจะว่า นอน ๒ ชั่วโมง ก็ยืน ๒ ชั่วโมง นั่งก็ ๒ ชั่วโมง คงจะเป็นอย่างนั้นกระมัง อาตมาก็มาลองทำดูเหมือนกัน โอ๊ะ! มันไปไม่ไหว ไปไม่ไหวแน่นอนเลย จะยืนก็ให้ ๒ ชั่วโมง หรือนั่งก็ให้ ๒ ชั่วโมง เดินก็ ๒ ชั่วโมง นอนก็ ๒ ชั่วโมง เรียกว่าอิริยาบถเสมอกัน อย่างนี้เรา ฟังผิด ฟังตามแบบนี้มันผิด

อิริยาบถเสมอนี้ ท่านพูดถึงจิตของเรา ความรู้สึกของเราเท่านั้น ไม่ใช่ท่าน พูดทั่วไป คือ ทำจิตของเราให้มันเกิดปัญญา แล้วให้มันมีปัญญา ให้มันสว่าง ความรู้สึกหรือปัญญาของเรานั้น แม้เราจะอยู่ในอิริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ก็รู้ อยู่ เสมอ เข้าใจอยู่เสมอในอารมณ์ต่างๆ แม้ฉันจะยืนอยู่ก็ช่าง นอนอยู่ก็ช่าง จะนั่ง หรือเดินก็ช่าง ฉันจะรู้อารมณ์อยู่เสมอไปว่า อารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้มันจะเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เท่านั้นแหละ

คำพูดอย่างนี้ก็เป็นไป ความรู้สึกความรู้อย่างนั้นก็ก็เป็นไป จิตใจก็น้อมเข้าไป อย่างนั้น เมื่อถูกอารมณ์เมื่อไร ก็เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตลอดเวลาอยู่อย่างนั้น จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันมีความเห็นอยู่อย่างนั้น แม้ว่ามันจะรัก หรือ จะเกลียด มันก็ยังไม่ทิ้งปฏิบัติทาของมัน มันรู้ของมันอยู่



ถ้าหากว่ามาเฟื่องถึงจิตให้เป็นปฏิบัติให้สม่าเสมอกัน **ความสม่าเสมอกัน คือ มั่นปล่อยวางเสมอกัน** เมื่อหากว่ามันได้อารมณ์ที่ดีตามสมมุติของเขา มันก็ยังไม่ลืมตัวของมัน เมื่อมันรู้อารมณ์ที่ชั่ว มันก็ยังไม่ลืมตัวของมัน มันไม่หลงในความชั่ว มันไม่หลงในความดี สมมุติทั้งหลายเหล่านี้ มันจะตรงของมันอยู่เรื่อยๆ อิริยาบถนี้เอาเสมอได้ ถ้ามันยังไม่เสมอจัดให้มันเสมอได้

ถ้าพูดถึงภายใน ไม่พูดถึงภายนอก พูดถึงเรื่องจิตใจ พูดถึงความรู้สึก ถ้าหากว่าอิริยาบถจิตใจสม่าเสมอกัน จะถูกสรรเสริญมันก็อยู่แค่นั้น จะถูกนิทานมันก็อยู่แค่นั้น มันไม่วิ่งขึ้น มันไม่วิ่งลง มันอยู่อย่างนี้ ก็เพราะอะไร มันรู้อันตราย รู้อุปสรรคในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เห็นโทษ เห็นโทษในการสรรเสริญ เห็นโทษในการนิทานเสมอกันแล้ว เรียกว่ามันเสมอกันแล้วนั้นอย่างนี้ ความรู้สึกอย่างนี้เรียกว่า ทางใน มองดูด้านใน ไม่มองดูด้านนอก

อารมณ์ทั้งหลายนั้นนะ ถ้าหากว่าเราได้อารมณ์ที่ดี จิตของเรามันก็ดีด้วย ได้อารมณ์ที่ไม่ดี จิตของเราก็ไม่ดีไม่ชอบ มันจะเป็นอยู่อย่างนี้ นี้เรียกว่าอิริยาบถ มันไม่สม่าเสมอกันแล้ว มันสม่าเสมอ แต่ว่ามันรู้อารมณ์ว่า ยึดดีก็รู้ ยึดชั่วก็รู้จัก แค่นี้ก็นับว่าดีแล้ว อิริยาบถนี้มันสม่าเสมอแต่มันยังวางไม่ได้ แต่ว่ามันรู้สม่าเสมอ ยึดความดีก็รู้จัก ยึดความชั่วก็รู้จัก ความยึดเช่นนั้นมันเป็นสิ่งที่ไม่ใช่หนทาง ก็รู้อยู่ เข้าใจอย่างนี้ แต่ว่ามันทำยังไม่ได้เต็มที่ ยังไม่ได้ปล่อยวางจริง แต่มันรู้ว่าถ้าจะปล่อยวางตรงนี้มันจะสงบ

แล้วเมื่อเราพยายามทำไปๆ เห็นโทษในอารมณ์ที่ว่ามันชอบใจหรือว่ามันไม่ชอบใจ หรือเห็นโทษในสรรเสริญ เห็นโทษในการนิทานสม่าเสมอกันอยู่นั้นแหละ ไม่มีอะไรแปลกกัน นิทานมันก็สม่าเสมอกัน สรรเสริญมันก็สม่าเสมอกัน เมื่อพูดถึงจิตคนเราในโลกนี้ ถ้านิทานละก็ไม่ได้ บีบหัวใจเรา ถ้าถูกสรรเสริญ มันแช่มชื่นสบาย มันเป็นอย่างนี้ตามธรรมชาติของมัน เมื่อมันรู้ตามความเป็นจริงเสียแล้วว่า อารมณ์ที่เขานิทานนั้นมันก็มีโทษ อารมณ์ที่เขาสรรเสริญนั้นมันก็มีโทษ ติดในสรรเสริญมันก็มีโทษ ติดในการนิทานมันก็มีโทษ มันเป็นโทษทั้งหมดทั้งนั้น ถ้าเราไปหมายมันมันอย่างนั้น



เมื่อความรู้อย่างนี้เกิดขึ้นมา เราก็จะรู้สึกอารมณ์ ถ้าไปหมายมันมันก็เป็นทุกข์จริงๆ มันทุกข์ให้เห็น ถ้าไปยึดดียึดชั่ว มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมา แล้วก็มาเห็นโทษนั้นว่า ความยึดทั้งหลายนั้นมันเป็นเหตุให้เราเป็นทุกข์ เพราะชั่วก็ตะครุบ ดีก็ตะครุบ ทำไมจึงเห็นโทษมัน เพราะเราเคยยึดมันมันมา เคยตะครุบมันมาอย่างนี้ จึงเห็นโทษมันไม่มีสุข ทีนี้ก็หาทางปล่อยมัน จะปล่อยมันไปตรงไหนหนอ

ในทางพุทธศาสนาท่านว่า อย่าไปยึดมันถือมัน แต่เราฟังไม่จบไม่ตลอด ที่ว่าอย่าไปยึดมันถือมันนั้น คือว่าท่านให้ยึดอยู่แต่อย่าให้มัน เช่นอย่างนี้ อย่างไฟฉายนี่นะ นี่คืออะไร ไปยึดมันมาแล้วก็ดู พอรู้ว่าเป็นไฟฉายแล้วก็วางมัน อย่าไปมัน ยึดแบบนี้ ถ้าหากว่าเราไม่ยึดเราจำทำได้ไหม จะเดินจงกรมก็ไม่ได้ จะทำอะไรก็ไม่ได้ ต้องยึดเสียก่อน ครั้งแรกจะว่ามันเป็นต้นเหตุก็ได้ แต่ว่าต่อไปมันจะเป็นบารมี อย่างเช่น ท่านชาคโรจะมาวัดป่าพง ก็ต้องอยากมาก่อน ถ้าไม่รู้สึกรู้ว่าอยากมาก็ไม่ได้มา โยมทั้งหลายก็เหมือนกัน ก็มีความอยากนั้นแหละจึงได้มา นี่จึงมาด้วยความอยาก เมื่อมีความอยากขึ้นมา ท่านก็ว่าอย่ายึดมัน คือมาแล้วก็กลับอย่างที่สองเสียว่า “นี่อะไร” แล้วก็ยึดขึ้นมา เออ...มันเป็นไฟฉายนะนี่นะ แล้วก็วางมัน นี่เรียกว่า ยึด แต่ไม่ให้มัน ปล่อยวาง รู้แล้วปล่อยวาง พุดง่าย ๆ ก็ว่ารู้แล้วปล่อยวาง จับมาดู รู้แล้วปล่อยวาง

อันนี้เขาสมมุติว่ามันดี อันนี้เขาสมมุติว่ามันไม่ดี รู้แล้วก็ปล่อยทั้งดี ทั้งชั่ว แต่ว่าการปล่อยนี้ไม่ได้ทำด้วยความโง่ ไม่ได้ยึดด้วยความโง่ ให้ยึดด้วยปัญญา อย่างนี้ อันนี้ปริยาบถนี้เสมอได้ ต้องเสมอได้ อย่างนี้ คือจิตมันเป็น ทำจิตให้รู้ ทำจิตให้เกิดปัญญา เมื่อจิตมีปัญญาแล้ว อะไรมันจะเหนือไปกว่านั้นอีกเล่า ถ้าหากจะยึดมา มันก็ยึดไม่มีโทษ ยึดขึ้นมาแต่ไม่มัน ยึดดูแล้ว รู้แล้วก็วาง

อารมณ์เกิดมาทางหู อันนี้เรารู้โลกเขาว่ามันดี แล้วก็วาง โลกเขาว่ามันไม่ดี มันก็วาง มันรู้ดีชั่ว คนที่ไม่รู้ดีชั่ว ไปยึดทั้งดีทั้งชั่วแล้วเป็นทุกข์ทั้งนั้น **คนรู้ดีชั่ว ไม่ได้ยึดในความดี ไม่ได้ยึดในความชั่ว คนที่ยึดในความดีความชั่ว นั่นคือคน**



ไม่รู้ตัว และคำที่ว่าเราทำอะไรตลอดที่ว่า เราอยู่ไปนี้ เราอยู่เพื่อประโยชน์อะไร เราทำงานอันนี้ เราทำเพื่อต้องการอะไร แต่โลกเขาว่าทำงานอันนี้ เพราะต้องการอันนั้น เขาว่าเป็นคนมีเหตุผล แต่พระท่านสอนยิ่งไปกว่านั้นอีก ท่านว่า ทำงานอันนี้ทำไป แต่ไม่ต้องการอะไร ทำไม่ต้องการอะไร โลกเขาต้องทำงานอันนี้เพื่อต้องการอันนั้น ทำงานอันนั้นเพื่อต้องการอันนี้ นี่เป็นเหตุผลอย่างชาวโลกเขา

พระพุทธรองค์ท่านทรงสอนว่า ทำงานเพื่อทำงาน ไม่ต้องการอะไร ถ้าคนเราทำงานเพื่อต้องการอะไร ก็เป็นทุกข์ ลองดูก็ได้ พอหนึ่งปีก็ต้องการความสงบ ก็นั่งอยู่นั้นแหละ กัดฟันเป็นทุกข์แล้ว นั้นลองคิดดูสิ มันละเอียดกว่ากันอย่างไร คือทำแล้วปล่อยวางๆ อย่างเช่น พราหมณ์เขาบูชาชัชฎ์ เขาต้องการสิ่งที่เขาปรารถนา นั้นอยู่ การกระทำเช่นนั้นของพราหมณ์นั้นก็ยังไม่พ้นทุกข์ เพราะเขามีความปรารถนา จึงทำ ทำแล้วก็ทุกข์เพราะทำด้วยความปรารถนา

ครั้งแรกเราก็ก็นำปรารถนาให้มันเป็นอย่างนั้น ทำไปๆ ทำจนกว่าที่เรียกว่าไม่ปรารถนาอะไรแล้ว ทำเพื่อปล่อยวาง มันลึกซึ้งอย่างนี้ คนเราปฏิบัติธรรมเพื่อต้องการอะไร เพื่อต้องการพระนิพพานนั้นแหละ จะไม่ได้พระนิพพาน ความต้องการอันนี้เพื่อให้เกิดความสงบ มันก็เป็นธรรมดาแต่ทำไมไม่ถูกเหมือนกัน จะทำอะไรก็ไม่ต้องการ คิดว่าจะต้องการอะไรทั้งสิ้น ไม่ต้องการอะไรทั้งสิ้น แล้วมันจะเป็นอะไร ก็ไม่เป็นอะไร ถ้าเป็นอะไรมันก็ทุกข์เท่านั้นแหละ

การทำงานไม่ให้เป็นอย่างนั้นเรียกว่า “ทำจิตให้ว่าง” แต่การกระทำมีอยู่ ความว่างนี้พูดให้คนฟังไม่รู้เรื่อง แต่คนทำไปจะรู้จักความว่างนี้มีประโยชน์ ไม่ใช่ว่ามันว่างในสิ่งที่มันไม่มี มันว่างในสิ่งที่มันมีอยู่ เช่น ไฟฉายนี้แหละ มันไม่ว่าง แต่เราเห็นไฟฉายนี้มันว่าง ว่างก็เพราะมีไฟฉายนี้ ไฟฉายนี้เป็นเหตุให้มีว่าง ไม่ใช่ว่างขณะนั้น มองดูไม่มีอะไร ไม่ใช่อย่างนั้น คนฟังความว่างก็ไม่ค่อยออกเหมือนกัน ไม่ค่อยจะรู้จักอย่างนั้น ต้องเข้าใจความว่างในของที่มีอยู่ ไม่ใช่ความว่างในของที่ไม่มี



ลองอย่างนี้สิ ถ้าหากว่าใครยังมีความปรารถนาอยู่ อย่างพราหมณ์ที่บูชาัยญู ที่พราหมณ์บูชาัยญูก็เพราะเขาต้องการอะไรอันใดอันหนึ่งอยู่ เหมือนกันกับที่โยมมาถึงก็กราบพระ “หลวงพ่...ผมมาขอรดน้ำมนต์” “ทำไม...รดทำไม” “ต้องการกินดี อยู่ดี ไม่เจ็บไม่ไข้” นั่นแหละ มันไม่พ้นทุกข์แล้วถ้ามันต้องการอย่างนั้น ทำอันนี้เพื่อต้องการอันนั้น ทำอันนั้นเพื่อต้องการอันนี้

ในทางพุทธศาสนาให้ทำเพื่อไม่ต้องการอะไร ถ้ามีเพื่ออะไร มันไม่หมดทางโลกทำอะไร เรียกว่ามันมีเหตุผล พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่าให้ “นอกเหตุเหนือผล” ไม่ว่าจะทำอะไร ปัญญาของท่านให้นอกเหตุเหนือผล ให้นอกเกิดเหนือตาย นอกสุขเหนือทุกข์ ลองคิดตามไปสิ ลองพิจารณาตามไป คนเราเคยอยู่ในบ้าน พอหนีจากบ้านไปไม่มีที่อยู่ ไม่รู้จะทำอย่างไร เพราะเรามันเคยอยู่ในภพ อยู่ในความยึดมั่นถือมั่นเป็นภพ ถ้าไม่มีความยึดมั่นถือมั่นแล้วก็เรียกว่าไม่รู้ว่าจะทำอะไร

เหมือนอย่างคนส่วนมากไม่อยากไปพระนิพพานเพราะกลัว เพราะเห็นไม่มีอะไร ดูหลังคา กับพื้นนี้ ที่สุดข้างบนคือหลังคา ที่สุดข้างล่างคือพื้น อันนั้นมันเป็นภพข้างบน อันนี้เป็นภพข้างล่าง ระยะที่ภพทั้งสองนี้มันต่อกัน มันว่างๆ คนไม่รู้จักเหมือนที่ว่างระหว่างหลังคา กับพื้น เห็นมันว่างๆ ก็ไม่รู้จะไปอยู่ตรงไหน ต้องไปอยู่บนหลังคา หรือไม่อย่างนั้นก็พื้นข้างล่าง

ที่ๆ ไม่มีอยู่ นั่นแหละมันว่าง เหมือนกับที่ไม่มีภพนั่นแหละก็เรียกว่ามันว่าง ตัดเยื่อใยออกเสียมันก็ว่าง พอบอกว่าพระนิพพานคือความว่าง ถอยหลังเลย ไม่ไปกลัว กลัวจะไม่ได้เห็นลูก กลัวจะไม่ได้เห็นหลาน กลัวจะไม่ได้เห็นอะไรทั้งนั้น อย่างที่เวลาพระท่านให้พรญาติโยมว่า อายุ วรรณะ สุขะ พละ โยมก็ดีใจ สาธุ เพราะชอบมันจะได้อายุหลายๆ วรรณะผ่องใส มีความสุขมากๆ มีพลังหลายๆ คนชอบใจ ถ้าจะพูดว่าไม่มีอะไรแล้ว เลิกเลย ไม่ต้องเอาแล้ว



คนมันติดอยู่ในภพอย่างนั้น บอกไปตรงนั้น ไม่ไป ไม่มีที่อยู่แล้ว อายุ วัณโณ สุขัง พลัง เออ! ดีแล้ว อายุให้ยืนนาน วัณโณให้มีวรรณะผิวพรรณสวยงาม ให้มีความสุขมากๆ ให้มีอายุยืนๆ คนอายุยืนๆ มีผิวพรรณดีมีไหม เคยมีไหม คนอายุหลายๆ มีพลังมากๆ มีไหม คนมีอายุมากๆ มีความสุขมากๆ มีไหม พอให้พบว่า อายุ วัณโณ สุขัง พลัง ดีใจสาธุกันทั้งนั้น ทั้งศาลาเลย นี่แหละมันติดอยู่ในภพนี้ เหมือนอย่างพราหมณ์บูชายัญ ที่ทำพิธีบูชายัญเพราะต้องการสิ่งที่เขาปรารถนา

การที่เรามาปฏิบัตินี้ไม่ต้องบูชายัญ คือไม่ต้องการอะไร ถ้าต้องการอะไร มันก็ยังมีอะไรอยู่ ถ้าไม่ต้องการอะไร มันก็สงบ จบเรื่องของมัน แต่พูดให้ฟังอย่างนี้ ก็คงไม่ค่อยสบายใจอีกแล้ว เพราะอยากจะทำกันอีกทั้งนั้น

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ควรเข้าไปใกล้พระให้มาก ดูการปฏิบัติของท่าน การเข้าไปใกล้พระก็คือใกล้พระพุทธเจ้า คือใกล้ธรรมะของท่านนั้นแหละ พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อานนท์ ให้ท่านทำให้มาก ให้ท่านเจริญให้มาก ใครเห็นเรา คนนั้นเห็นธรรม ใครเห็นธรรม คนนั้นเห็นเรา”

พระพุทธเจ้าอยู่ตรงไหนล่ะ เราก็นี้กว่าพระพุทธเจ้าเสด็จมาโปรดแล้ว พระพุทธเจ้าก็เสด็จไปแล้ว แต่พระพุทธเจ้าคือธรรมะ คือสังฆธรรม บางคนชอบพูดว่า ถ้าเราเกิดทันพระพุทธเจ้า เราจะได้ไปพระนิพพานเหมือนกัน นี่แหละความงมงาย หลุดออกมาอย่างนั้น **พระพุทธเจ้ายังมีอยู่ทุกวันนี้ ใครว่าพระพุทธเจ้านิพพาน พระพุทธเจ้าคือสังฆธรรม สังฆธรรมมันจะจริงอยู่อย่างนั้น ใครจะเกิดมาก็มีอยู่อย่างนั้น ใครจะตายไปก็มีอยู่อย่างนั้น สังฆธรรมนี้ไม่มีวันสูญไปจากโลก เป็นอย่างนั้น มีอยู่ตลอดเวลาอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจะเกิดมาก็มี ไม่เกิดมาก็มี ใครจะรู้ก็มี ใครจะไม่รู้ก็มี อันนั้นมันมีอยู่อย่างนั้น ฉะนั้น จึงว่าให้ใกล้พระพุทธเจ้า เราน้อมเข้ามา น้อมเข้ามาให้เราถึงธรรมะ เมื่อได้ถึงธรรมะเราก็ถึงพระพุทธเจ้า เมื่อเห็นธรรมะเราก็เห็นพระพุทธเจ้า แล้วความสงสัยทั้งหลายก็จะหมดสิ้น**



เหมือนอย่างครูชู เกิดมาครั้งแรกไม่เป็นครูหรอก เป็นนายชู ต่อมาเรียนวิชาของครู สอบได้ไปบรรจุเป็นครู ก็เรียกว่าเป็นครูชู แม้ครูชูจะตายไปแล้ว วิชาของครูชูก็ยังมีอยู่ ไม่หายไปไหน ใครจะไปเรียนวิชาครู ไปสอบได้ก็ได้เป็นครูอยู่ วิชาครูนั้นยังอยู่เป็นสังขาร ยังมีในโลก เหมือนสังขารที่ทำให้พระองค์เป็นพระพุทธเจ้า ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงยังมีอยู่อย่างนี้ ดังนั้นใครปฏิบัติไปก็จะเห็นธรรมะ เห็นธรรมะก็จะเห็นพระพุทธเจ้า เตียวนี้คนไม่เห็นทั้งนั้นแหละ มองพระพุทธเจ้าไปตรงไหนก็ไม่รู้ ไม่รู้จัก แล้วยังพูดว่า ถ้าฉันเกิดพร้อมพระพุทธเจ้า ฉันก็คงจะได้เป็นลูกศิษย์ของท่าน และคงจะได้ตรัสรู้เหมือนกัน พูดออกมาด้วยความโง่ นี่ขอให้เข้าใจอันนี้ให้ดีกว่า

จิตเป็นสิ่งที่สำคัญมาก และการปฏิบัติของเราก็เช่นเดียวกัน อย่าไปเข้าใจว่า ออกพรรษาแล้วก็เลิก อย่าคิดอย่างนั้น ความคิดชั่ววูบเดียวอาจทำให้ฆ่าคนได้ในทำนองเดียวกัน ความดีวูบเดียวในขณะจิตเดียวเท่านั้น ไปได้เหมือนกัน ให้เข้าใจอย่างนี้ อย่าไปเข้าใจว่าฉันบวชมานานแล้ว จิตจะภาวนาอย่างไรก็ได้ อย่าคิดอย่างนั้น ความชั่ววูบเดียวเท่านั้น ให้ทำกรรมหนักได้โดยไม่รู้ตัว เช่นเดียวกับสาวกทุกๆ องค์ของท่านที่ได้ปฏิบัติมานานแล้ว เมื่อมันจวนจะถึงที่ มันก็ขณะจิตเดียวเท่านั้น ฉะนั้น อย่าไปประมาทของเล็กๆ น้อยๆ จงเพียรพยายามให้หนัก อย่างนั้นถึงได้ว่าให้ไปอยู่กับพระ ให้เข้าใจพระ แล้วให้พิจารณาถึงจะรู้จักพระ ให้เข้าใจดีๆ

เอาละ...คือนี่มันจะดีแล้วกระมัง บางคนก็ง่วงนอนแล้ว พระพุทธเจ้าท่านไม่เทศน์ให้คนง่วงนอนฟังหรอก ท่านเทศน์ให้คนลืมตาลืมใจฟัง.



ที่อยู่ของพระเรานั้น อยู่ที่มันเยือกเย็น
ก็คือความเห็นถูกต้องนั่นเอง เป็นสัมมาทิฐิ
ถ้ามีความเห็นถูกต้องเห็นชอบแล้ว
มันก็สบาย มีความสงบ
พวกเราทั้งหลายอย่าไปค้นอย่างอื่นเลย

๙ | สัมมาทิฐิที่เยือกเย็น

การปฏิบัตินี้มันตรงข้ามกับจิตของเรา จิตของเรามีกิเลสตัณหาอยู่
นั้น มันตรงข้ามกับความเป็นจริง ฉะนั้น การปฏิบัติจึงเป็นเรื่องยุ่งยากอยู่
สักนิด บางสิ่งที่เราเข้าใจว่าผิดแต่มันถูกต้องก็มี สิ่งที่เราเข้าใจว่ามันถูกต้องอาจจะมี
ผิด เพราะอะไร เพราะจิตของเรามันมืด ไม่รู้แจ้งตามเป็นจริงในสภาวะธรรม
ทั้งหลายนั้น จิตของเราเอาเป็นประมาณไม่ได้ เพราะจิตเราไม่รู้ตามความ
เป็นจริง จึงเอาเป็นประมาณไม่ได้

การฟังธรรมะ อย่างวันนี้เหมือนกัน บางคนก็ไม่อยากจะรับฟังเลย
บางคนก็อยากจะรับฟัง อย่างนี้ไม่ใช่วิสัยของนักปราชญ์ ถ้าเป็นนักปราชญ์
แล้วฟังธรรมได้ทุกอย่าง จึงว่าความคิดของเรานั้นเอาเป็นประมาณไม่ได้

บรรยายแก่ที่ประชุมพระภิกษุและสามเณร ณ วัดป่านานาชาติ พ.ศ.๒๕๒๑



เดี๋ยวชอบอย่างนี้ เดี่ยวไม่ชอบอย่างนั้น บางทีอย่างที่เราชอบใจมันผิดความจริงก็มี ไม่เป็นธรรมก็มี หรือบางทีสิ่งที่เราไม่ชอบใจนั้นมันเป็นแท้จริงก็มี บางทีก็เหมือนกับ คนไม่รู้เรื่อง ไม่รู้เรื่องอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง พอถูกคนโกหกเขาก็เชื่อหมด เขาโกหกว่า อย่างนี้ถูกเราก็เชื่อ เพราะเรามั่นใจ เราเชื่อสิ่งที่ถูกว่าผิด เราก็เชื่อ เพราะอะไร เพราะ เรายังไม่เป็นตัวของตัว ไม่รู้ตามความเป็นจริงนั่นเอง

เหมือนจิตของเราทุกวันนี้แหละ ถูกอารมณ์โกหกอยู่เรื่อย บางทีก็ชอบ อย่างนั้น บางทีก็ไม่ชอบอย่างนี้ ถูกโกหกอยู่เรื่อย เพราะเราไม่รู้ตามความเป็นจริง ของมัน มันก็โกหกอยู่เรื่อยๆ ถ้าหากว่าเราผู้ฟังธรรมก็ฟังธรรมไปเถิด ธรรมนั้นจะ ชอบใจเราหรือไม่ชอบใจ เราก็ควรฟัง คนที่ฟังธรรมอย่างนี้ได้ประโยชน์ เพราะว่า ความจริงที่พระท่านเทศน์ให้ฟัง หรือครูบาอาจารย์ท่านสอนให้ฟังนั้น เราจะเชื่อ ก็ได้ ไม่เชื่อก็ได้ เราต้องอยู่ที่ครึ่งๆ กลางๆ นี้ ไม่ได้ประมาณว่าเชื่อหรือไม่เชื่อ เราฟังของเราไป แล้วเอาไปพิจารณาให้มันเกิดเหตุผลในทางที่ชอบขึ้นมา

นักปราชญ์ทั้งหลายไม่ควรเชื่อง่ายๆ ควรเอาไปพิจารณาตรึกตรองดูเหตุผล ก่อนจึงค่อยเชื่อ แม้จะพูดความจริงให้ฟังก็อย่าเพิ่งเชื่อ เพราะอะไร เพราะเรายัง ไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงนั้นด้วยตนเอง พวกเราทุกคนก็เหมือนกัน รวมทั้งผมด้วย ผมเคยปฏิบัติมาก่อนท่าน ก็เคยถูกโกหกมาแล้วว่า การปฏิบัตินี้มันลำบากมากหลาย ทำไม่มันจึงลำบาก ก็เพราะเราคิดไม่ถูกต้องนั่นเอง มันเป็นมิจฉาปฏิญญา เราคิดไม่ถูก

แต่ก่อนผมเคยอยู่กับพวกพระมาก ผมก็ไม่สบาย รวนเร หนีไปตามป่า ตามเขา หนีจากพวกจากเพื่อน เห็นไปว่าภิกษุสามเณรก็ไม่เหมือนใจเรา ปฏิบัติ ไม่เก่งเหมือนเรา มีความประมาท คนโน้นเป็นอย่างนี้ คนนี้เป็นอย่างนั้น ก็เป็นเหตุ อย่างหนึ่งให้เราวุ่นวาย เป็นเหตุให้หนีไปเรื่อยๆ ไปอยู่องค์เดียวก็มี สององค์ก็มี ก็ไม่มีความสบาย ไปอยู่องค์เดียวก็ไม่สบาย ไปอยู่หลายองค์ก็ไม่สบาย ไปอยู่ที่ เอกลามากเยอะแยะก็ไม่สบาย ไปอยู่ที่เอกลามากไม่มากไม่น้อยก็ไม่สบาย ความ ไม่สบายนี้เราก็นึกว่ามันเป็นเพราะเพื่อน เป็นเพราะอารมณ์ เป็นเพราะที่อยู่ เป็น เพราะอาหาร เป็นเพราะอากาศ เป็นเพราะนั้นเป็นเพราะนี้ เราคิดว่ามันเป็นเช่นนั้น เราก็แสวงหาไปตามเรื่องของเราเรื่อยๆ

แต่ก่อนเป็นพระชุกตงค์ ชุกตงค์ไปแล้วก็ไม่สบาย ภาวนาไป พิจารณาไป ทำอย่างไรจึงจะสบายหนอ พิจารณาอยู่อย่างนี้ อยู่มากคนก็ไม่สบาย อยู่อากาศเย็น ก็ไม่สบาย อากาศร้อนก็ไม่สบาย เพราะอะไรหนอ ไม่เห็นเสียแล้ว ทำไมมันจึงไม่สบาย ก็เพราะมันเป็นมัจฉาทิฏฐิฐิมีความเห็นผิด เพราะตัวเรายังยึดธรรมอันมีพิษ อยู่นั่นเอง ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย ว่าตรงนั้นไม่ติดตรงนี้ไม่ติดอยู่เรื่อยไป มันไปให้โทษ คนอื่นเขา มันไปให้โทษอากาศ มันไปให้โทษความร้อน มันไปให้โทษความเย็น มันไปให้โทษสารพัดอย่าง เหมือนกับหมาบ้า หมาบ้ามันเห็นอะไรมันก็กัด เพราะมันเป็นบ้า เป็นเช่นนี้แหละ

ฉะนั้น เมื่อพวกเราทั้งหลายปฏิบัติ จึงมีจิตกระสับกระส่ายอยู่เรื่อยไป วันนี้สบาย พรุ่งนี้ไม่สบาย มันก็เป็นของมันอยู่เช่นนี้เรื่อยไป ไม่ได้ความสบาย ไม่ได้ความสงบ มานึกถึงพระพุทธเจ้าท่านประทับอยู่ที่แห่งหนึ่ง ประชุมพระภิกษุสงฆ์ ตอนบ่าย ตอนเย็นท่านเห็นหมาป่าตัวหนึ่งวิ่งออกมาจากป่า มายืนอยู่แล้วก็วิ่งเข้าไปในพุ่มไม้ แล้วก็วิ่งออกมา แล้ววิ่งเข้าไปในโพรงไม้ เข้าไปอยู่ในโพรงไม้ สักประเดี๋ยวก็วิ่งออกมา แล้วก็เข้าไปอยู่ในถ้ำ ประเดี๋ยวก็วิ่งออกมา เดี๋ยวก็ยืนอยู่ เดี๋ยวก็วิ่งไป เดี๋ยวก็นอน เดี๋ยวก็ลุก เพราะหมาป่าตัวนั้นเป็นขี้เรื้อน มันเป็นโรคเรื้อน ยืนอยู่ก็ถูกตัวเรื้อนมันไชกินเนื้อกินหนัง มันยืนอยู่ประเดี๋ยวก็ไม่สบาย วิ่งไปไม่สบายก็หยุด อยู่ หยุดอยู่ไม่สบายก็นอน นอนอยู่ไม่สบายก็ลุกขึ้น ลุกขึ้นแล้วก็เข้าไปในพุ่มไม้ ไปนอนอยู่ประเดี๋ยวเดียวแล้วก็วิ่งหนี ว่าพุ่มไม้นั้นไม่ดี แล้วก็เข้าไปในโพรงไม้สักพักหนึ่ง ตัวขี้เรื้อนมันก็ไชกินเนื้อกินหนังมันอยู่เรื่อย แล้วก็ลุกไปอีก วิ่งเข้าไปในถ้ำ

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ท่านเห็นไหมว่า เมื่อตอนเย็นวันนี้ หมาป่าตัวหนึ่งมันเดินอยู่ที่นี้ เห็นไหม มันจะยืนอยู่มันก็เป็นที่ทุกข มันจะวิ่งไปมันก็เป็นทุกข มันจะนั่งอยู่ก็เป็นทุกข มันจะนอนอยู่ก็เป็นทุกข มันจะเข้าไปอยู่ในพุ่มไม้ก็เป็นทุกข เข้าไปในโพรงไม้มันก็เป็นทุกข จะเข้าไปอยู่ในถ้ำก็ไม่สบาย มันก็เป็นทุกข เพราะมันเห็นว่า การยืนอยู่นี้ไม่ดี การนั่งไม่ดี การนอนไม่ดี พุ่มไม้นี้ไม่ดี โพรงไม้นี้ไม่ดี ถ้ำนี้ไม่ดี มันก็วิ่งอยู่ตลอดเวลา นั้นความเป็นจริงหมาป่าตัวนั้นมันเป็นขี้เรื้อน



มันไม่ใช่เป็นเพราะฟูมไม้ หรือโพรงไม้ หรือถ้ำ หรือการยืน การเดิน การนั่ง การนอน มันไม่สบายเพราะมันเป็นขี้เรื้อน”

พระภิกษุทั้งหลายนี้ก็เหมือนกัน ความไม่สบายนั้นคือความเห็นผิดที่มีอยู่ไป ยึดธรรมที่มีพิษไว้มันก็เดือดร้อน ไม่สำรวจสังวรอินทรีย์ทั้งหลาย แล้วก็ไปโทษแต่สิ่งอื่น ไม่รู้เรื่องของตัวเอง ไปอยู่วัดหนองป่าพงก็ไม่สบาย ไปอยู่อเมริกา ก็ไม่สบาย ไปอยู่กรุงลอนดอนก็ไม่สบาย ไปอยู่วัดป่าบุ่งหวายก็ไม่สบาย ไปอยู่ทุกๆ สาขาก็ไม่สบาย ที่ไหนก็ไม่สบาย นี่ก็คือความเห็นผิดนั้นยังมีอยู่ในตัวเรานั่นเอง มีความเห็นผิดยังไปยึดมั่นถือมั่นในธรรมอันมีพิษไว้ในใจของเราอยู่ อยู่ที่ไหนก็ไม่สบายทั้งนั้น นั่นคือเหมือนกันกับสุนัขนั้น ถ้าหากโรคเรื้อนมันหายแล้ว มันจะอยู่ที่ไหนมันก็สบาย อยู่กลางแจ้งมันก็สบาย อยู่ในป่ามันก็สบายอย่างนี้ ผมนึกอยู่บ่อยๆ แล้วผมก็นำมาสอนพวกท่านทั้งหลายอยู่เรื่อย เพราะธรรมตรงนี้มันเป็นประโยชน์มาก

พระภิกษุทั้งหลายนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ถ้าหากเรารู้จักอารมณ์ตามความเป็นจริงเสียแล้ว มันก็สบาย มันจะมีความหนาวบ้างมันก็สบาย อยู่ที่คนมากก็สบาย อยู่ที่คนน้อยก็สบาย ความสบายหรือความไม่สบายไม่ได้อยู่ที่คนมากหรือน้อย มันอยู่ที่ความเห็นถูกเท่านั้น ถ้ามีความเห็นถูกในใจของเราแล้ว อยู่ที่ไหนก็สบาย นี่เพราะเรายังมีความเห็นผิดอยู่ ยึดธรรมอันมีพิษอยู่ แล้วมันก็ไม่สบายที่เรายึดอยู่อย่างนี้ก็เหมือนกับตัวหนอนนั้นแหละ ที่อยู่ของมันก็สกปรก อาหารของมันก็สกปรก ที่อยู่และอาหารของมันไม่ดีทั้งนั้น มันไม่สมควร แต่มันสมควรกับหนอน ลองเอาไม้ไปเขี่ยมันออกจากมูลตรออกจากคูดูดูสิ ตัวหนอนนั้นมันจะดิ้นกระเสือกกระสนไปทีเดียว มันจะดิ้นมาหากองคูอย่างเก่า มันจึงจะสบาย อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น

พระภิกษุสามเณรเราทั้งหลายนั้น ยังมีความเห็นผิดอยู่ ครูบาอาจารย์มาแนะนำให้เห็นถูก มันก็ไม่สบาย ใจมันวิ่งไปหากองคูอยู่เรื่อยๆ มันไม่สบาย เพราะตรงนั้นเป็นที่อยู่ของมัน เมื่อหนอนนั้นมันยังมองไม่เห็นความสกปรกอยู่ในที่นั้น



เมื่อนั้นมันก็ออกไม่ได้ พวกเราทั้งหลายก็เหมือนกันฉันนั้น ถ้าไม่เห็นโทษทั้งหลาย
ในสิ่งเหล่านั้น มันก็ออกไม่ได้ ปฏิบัติมันก็ยากลำบาก

ฉะนั้น จงฟัง ไม่มีอันใดอื่น การปฏิบัตินั้นถ้าเรามีความเห็นถูกต้องดีแล้ว
ผมว่าอยู่ที่ไหนก็สบาย อันนี้ผมก็เคยปฏิบัติมาแล้ว เคยพบมาแล้ว ถ้าหากมันยังไม่
รู้จักอย่างทุกวันนี้ มีพระภิกษุสามเณรมีญาติโยม มีอะไรหลายๆ อย่าง อย่างทุกวันนี้
ผมก็ตายแล้ว ถ้ามันมีความเห็นผิดอยู่มันก็ตายแล้ว **ผมเห็นว่าที่อยู่ของพระเรานั้น
อยู่ที่มันเยือกเย็น ก็คือความเห็นถูกต้องนั่นเอง เป็นสัมมาทิฐิ ถ้ามีความเห็นถูก
เห็นชอบแล้วมันก็สบาย มีความสงบ พวกเราทั้งหลายอย่าไปค้นอย่างอื่นเลย**

ฉะนั้น ถึงแม้ว่ามันจะทุกข์ ก็ช่างมันเถอะ ทุกข์นั้นมันก็ไม่ແหรอก ใครว่า
เห็นทุกข์ มันเป็นตัวใหม่ มันมีทุกข์เกิดขึ้นมา ตัวทุกข์คืออะไร มีไหม ใครเห็นทุกข์
ใหม่ เห็นตัวทุกข์ใหม่ เห็นมันจริงจังไหม ผมไม่เห็นว่ามันจริงมันจังอะไร ทุกข์มันก็
คือความรู้สึกวูบเดียว แล้วมันก็หายไป แล้วสุขก็เหมือนกันฉันนั้น ตัวสุข สุขจริงๆ
มันมีให้เห็นไหม ของจริงมีไหม มันก็สักแต่ว่าความรู้สึกวูบหนึ่งแล้วมันก็หายไป
เกิดแล้วมันก็ดับไป อย่างความรักของเราเกิดขึ้นมาวูบหนึ่ง แล้วมันก็หายไปอีก
ตัวรัก ตัวเกลียด ตัวซึ้งจริงๆ ไม่เห็นว่ามันจะอยู่ที่ไหน ความเป็นจริงก็คือมันไม่มีตัว
ไม่มีตน มันสักแต่ว่าอารมณ์ เกิดขึ้นมาวูบหนึ่งแล้วก็หายไป มันหลอกลวงเราอยู่
อย่างนี้เรื่อยๆ ไป เอาแน่ตรงไหนไม่ได้ ไม่มี ไม่มีอะไรทั้งนั้นแหละ สักแต่ว่าความ
รู้สึกเกิดขึ้นมา

สมกับคำที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ไม่มีอะไรนอกจากมีทุกข์เกิดขึ้นมา แล้วทุกข์
นั้นก็ตั้งอยู่ เมื่อทุกข์ตั้งอยู่แล้ว ทุกข์ก็ดับไป ทุกข์ดับไปแล้ว สุขเกิดขึ้นมา แล้วสุข
ก็ตั้งอยู่ เมื่อสุขตั้งอยู่แล้ว สุขก็ดับไป เมื่อสุขดับไปแล้วทุกข์ก็เกิดขึ้นมา เกิดขึ้นแล้ว
ทุกข์ก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป ผลที่สุดก็มารวมเป็นอันเดียวกันว่า **นอกจากทุกข์นี้เกิด
นอกจากทุกข์นี้ตั้งอยู่ นอกจากทุกข์นี้ดับไปแล้ว ไม่มีอะไร มีแต่เท่านั้น ไม่มีอะไร
อื่นนอกจากนี้ มันมีเท่านั้น**



แต่เราก็เป็นคนหลง วังตะครุบมันเรื่อยไป ก็ไม่พบความจริง ว่าอันนี้มันเป็นความจริงไหม มันก็ไม่จริงอีกแล้ว อันนั้นมันจริงไหม ก็ไม่จริงอีกนั้นแหละ มันเปลี่ยน...เปลี่ยน...เปลี่ยนของมันอยู่อย่างนั้น ถ้ามาพิจารณาแล้วก็ไม่ควรวิ่งไปกับมัน ฉะนั้น เมื่อเรารู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้แล้ว ก็ไม่ใช่เป็นคนคิดมาก แต่เป็นคนมีปัญญา มาก ถ้าเราไม่รู้จักมัน มันก็คิดมากกว่าปัญญา บางทีปัญญาไม่มีเลย มีแต่ความคิด ความคิดมากแต่ปัญญาไม่มี ก็ยิ่งทุกข์มาก มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ **อะไรทุกอย่างทุกอย่างถ้าเราเห็นโทษจริงๆ แล้ว เราจึงถอนตัวออกมาได้ ถ้าเราไม่เห็นโทษจริงๆ แล้ว เราก็ถอนตัวออกไม่ได้ ทุกอย่างนั้นแหละ อากาธอันใดที่เราไม่เห็นประโยชน์จริงๆ แล้ว มันก็ทำไม่ได้ ถ้าเราเห็นประโยชน์มันจริงจังแล้ว เราก็ทำได้ เป็นของไม่ยากจันนั้น**

อันนี้พูดเรื่องเฉพาะในหลักบริหารจิต เราทุกคนก็ให้ทำใจให้ดี ทำใจให้อดทน เปรียบเสมือนหนึ่งว่า เราตัดไม้สักท่อนหนึ่ง เอาทิ้งลงในคลอง แล้วมันก็จะไหลไปตาม น้ำในคลองนั้น ถ้าท่อนไม้ท่อนนั้นไม่ผูก ไม่เนา ไม่พัง มันไม่ติดอยู่ฝั่งโน้นฝั่งนี้ มันก็ไหลไปตามคลองอยู่เรื่อยไป ผมเชื่อแน่ว่าจะถึงทะเลใหญ่เป็นที่สุด อันนี้ก็เหมือนกันจันนั้น พวกท่านทั้งหลายประพฤติปฏิบัติตามแนวทางของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราแล้ว เดินไปตามมรรคที่พระองค์ทรงสอน เดินไปตาม กระแสให้มันถูกต้อง ให้มันพ้นจากสิ่งทั้งสอง สิ่งทั้งสองอย่างนั้นคืออะไร คือสองข้างที่พระพุทธเจ้าของเราตรัส อันไม่ใช่ทางของสมณะที่จะคิดไป ที่จะเอาจริงเอาจังกับ สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น คือ กามสุขัลลิกานุโยโค ประการหนึ่ง กับ อตตกิลมถานุโยโค อีกประการหนึ่ง อันนี้แหละเรียกว่า ‘ฝั่ง’ ฝั่งทั้งสองข้าง ฝั่งของคลอง ของแม่น้ำ ท่อนไม้ที่ปล่อยไปตามคลองตามกระแส น้ำ ก็คือจิตของเรา

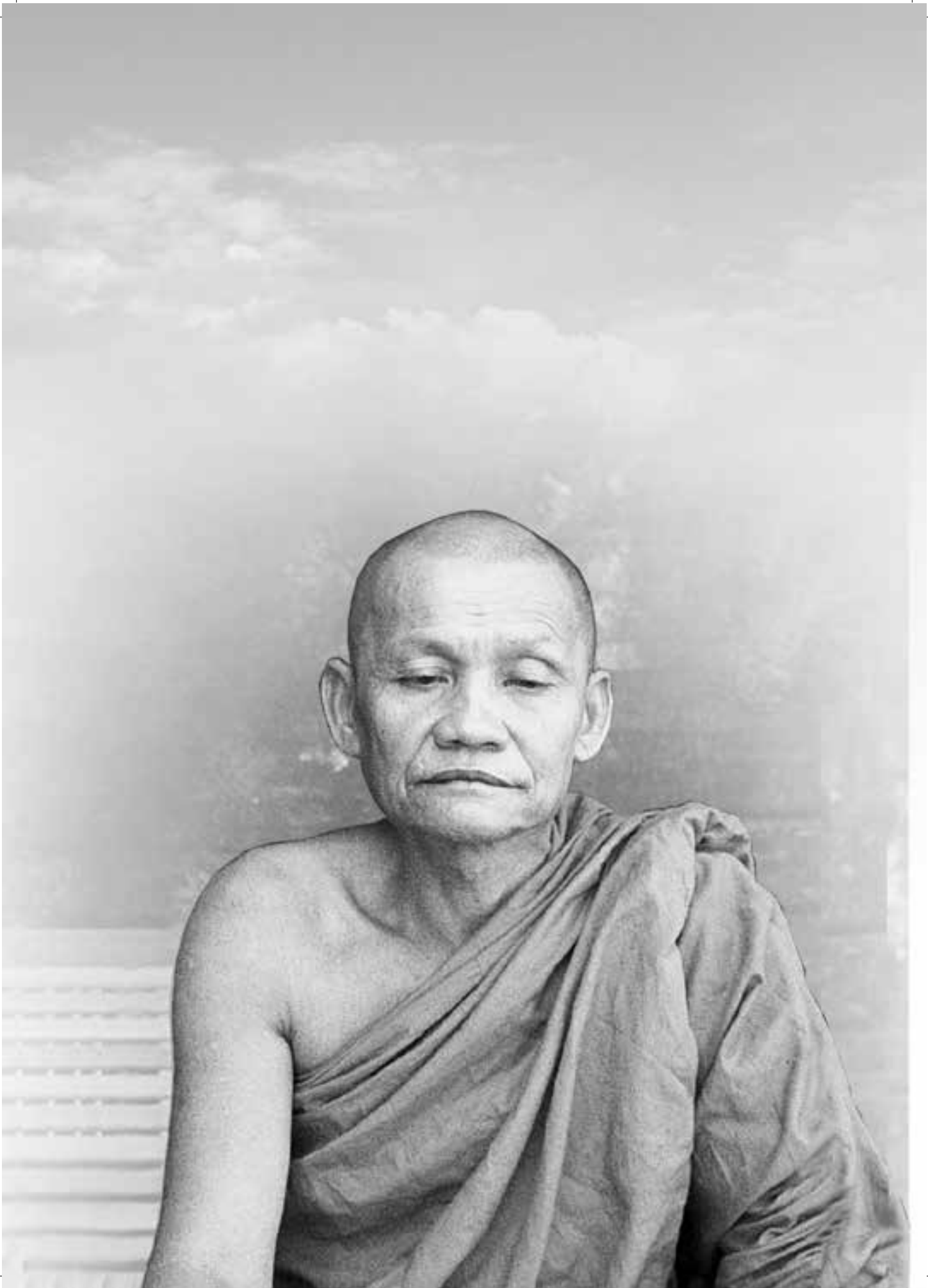
ที่กล่าวมาเมื่อกี้ว่า ที่ว่าท่อนไม้เมื่อไม่ติดอยู่ฝั่งโน้นไม่ติดอยู่ฝั่งนี้ แล้ว ท่อนไม้ท่อนนั้นมันไม่ผูกไม่เนา ที่สุดของท่อนไม้ นั้นก็ไหลลงทะเล ถ้ามันไปติดอยู่ ฝั่งโน้นหรือฝั่งนี้ หรือมันไปผูกไปพังเสียแล้ว มันก็ไปไม่ถึงทะเลใหญ่



จิตใจของพวกเขาทั้งหลายนี้ พวกเราทั้งหลายผู้ประพฤติปฏิบัตินี้ก็ดี ผังคลองก็คือความขังหรือความรัก หรือผังหนึ่งก็คือสุข อีกผังหนึ่งก็คือทุกข์ ท่อนไม้ก็คือจิตของเราเนือง มันจะไหลไปตามกระแสแห่งน้ำ มันจะมีความสุข เกิดขึ้นมากระทบ มันจะมีความทุกข์เกิดขึ้นมากระทบอยู่บ่อยครั้ง ถ้าจิตใจของเราถึงกระแสแห่งพระนิพพานคือความสงบระงับ ให้เราเห็นว่าเมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว ทุกข์นั้นก็ดับไป สุขเกิดขึ้นมา สุขนั้นก็ดับไป นอกเหนือนี้ไม่มีแล้ว มันก็เป็นอย่างนี้

ถ้าเราไม่ไปติดในความรัก ไม่ติดในความขัง ไม่ติดในความสุข ไม่ติดในความทุกข์เท่านั้น ก็เรียกว่า เราเดินตามกระแสธรรมของสมณะ ที่เราปฏิบัติสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ อันเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าเจริญมาแล้ว ญาณมาแล้ว พบมาแล้ว ท่านจึงได้มาสอนเราให้เห็นความรัก ให้เห็นความขัง ให้เห็นความสุข ให้เห็นความทุกข์ ว่ามันเป็นธรรมที่ภูฏี ธรรมนิยาม มันตั้งของมันอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น เป็นอยู่ตลอดเวลา มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น

แต่ว่าเมื่อจิตของผู้ฉลาดแล้ว ไม่ตามไปส่งเสริมมัน ไม่ตามไปเยินยอมัน ไม่ตามไปยึดมันมัน ไม่ตามไปถือมันมัน มันก็มีจิตอันปล่อยวาง ทำไปเท่านั้นแหละให้สม่าเสมอ มันก็เป็นสัมมาปฏิบัติ เป็นสัมมาปฏิบัติ ปฏิบัติถูกต้อง เหมือนท่อนไม้ที่ปล่อยไปตามกระแสน้ำ มันไม่ติดอยู่ฝั่งโน้น และไม่ติดอยู่ฝั่งนี้ มันไม่ผูก ไม่พัง มันไม่เนา มันก็ถึงทะเลจนได้ เราทำเราประพฤติปฏิบัติ ถ้าเว้นจากทางทั้งสองอย่างแล้วก็คือ กามสุขัลลิกานุโยคและอตตกิลมณานุโยคแล้ว มันก็ถึงความสงบแน่นอน ไม่ต้องสงสัย อันนี้พระพุทธเจ้าท่านตรัสอย่างนั้น.



จิตที่ไม่สงบทุกวันนี้ เพราะมันหลงอารมณ์
ถ้าจิตไม่หลงอารมณ์แล้ว จิตก็ไม่กวัดแกว่ง
ถ้ารู้เท่าอารมณ์แล้วมันก็เฉย
เรียกว่าปกติของจิตเป็นอย่างนั้น
ที่เรามาปฏิบัติกันอยู่ทุกวันนี้
ก็เพื่อให้เห็นจิตเดิม

๑๐ | เรื่องจิตนี้

การปฏิบัติเรื่องจิตนี้..ความจริงจิตนี้ไม่เป็นอะไร มันเป็นประภัสสร
ของมันอยู่อย่างนั้น มันสงบอยู่แล้ว ที่จิตไม่สงบทุกวันนี้เพราะจิตมันหลง
อารมณ์ ตัวจิตแท้ๆ นั้นไม่มีอะไร เป็นธรรมชาติอยู่เฉยๆ เท่านั้น ที่สงบ
ไม่สงบ ก็เป็นเพราะอารมณ์มาหลอกหลวง จิตที่ไม่ได้ฝึกก็ไม่มีฉลาด
มันก็โง่ อารมณ์ก็มาหลอกหลวงไปให้เป็นสุข เป็นทุกข์ ดีใจ เสียใจ จิตของ
คนตามธรรมชาตินั้นไม่มีความดีใจ เสียใจ ที่มีความดีใจเสียใจนั้นไม่ใช่จิต
แต่เป็นอารมณ์ที่มาหลอกหลวง จิตก็หลงไปตามอารมณ์โดยไม่รู้ตัว แล้วก็



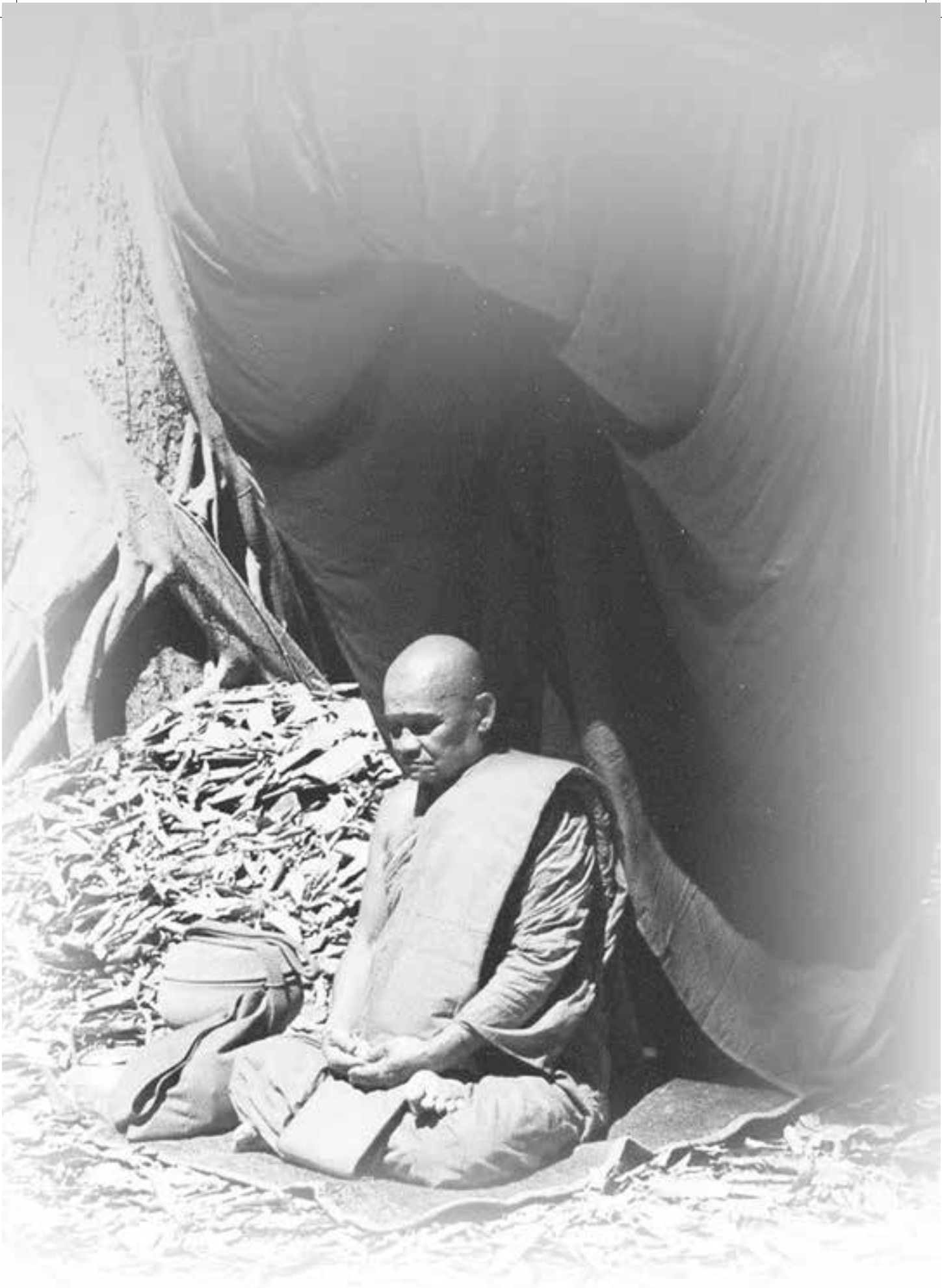
เป็นสุขเป็นทุกข์ไปตามอารมณ์ เพราะยังไม่ได้ฝึก ยังไม่ฉลาด แล้วเราก็นึกว่าจิตเราเป็นทุกข์ นึกว่าจิตเราสบาย ความจริงมันหลงอารมณ์ พุดถึงจิตของเราแล้ว มันมีความสงบอยู่เฉยๆ มีความสงบยิ่ง เหมือนกับใบไม้ที่ไม่มีลมมาพัดก็อยู่เฉยๆ ถ้ามีลมมาพัดก็กวัดแกว่ง เป็นเพราะลมมาพัดและก็เป็นเพราะอารมณ์มันหลงอารมณ์

ถ้าจิตไม่หลงอารมณ์แล้ว จิตก็ไม่กวัดแกว่ง ถ้ารู้เท่าอารมณ์แล้วมันก็เฉย เรียกว่าปกติของจิตเป็นอย่างนั้น ที่เรามาปฏิบัติกันอยู่ทุกวันนี้ก็เพื่อให้เห็นจิตเดิม เราคิดว่าจิตเป็นสุข จิตเป็นทุกข์ แต่ความจริง จิตไม่ได้สร้างสุขสร้างทุกข์ อารมณ์มาหลอกลวงต่างหาก มันจึงหลงอารมณ์ ฉะนั้น เราจึงต้องมาฝึกจิตให้ฉลาดขึ้น ให้รู้จักอารมณ์ ไม่ให้เป็นไปตามอารมณ์ จิตก็สงบ

เรื่องแค่นี้เองที่เราต้องมาทำกรรมฐานกันยุ่งยากทุกวันนี้.







ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี
เมื่อมันกล้าขึ้นมา มันก็คือมรรค
นี่แหละคือหนทาง ทางอื่นไม่มี

๑๑ | การทำจิตให้สงบ

การทำจิตให้สงบ คือ การวางใจพอดี ตั้งใจเกินไปมากมันก็เลยไป
ปล่อยเกินไปมันก็ไม่ถึง เพราะขาดความพอดี

ธรรมดาจิตเป็นของอยู่ไม่นิ่ง เป็นของมีกิริยาไหวตัวอยู่เรื่อย ฉะนั้น
จิตใจของเราจึงไม่มีกำลัง การทำจิตใจของเราให้มีกำลังกับการทำกายของ
เราให้มีกำลังมันต่างกัน การทำกายให้มีกำลังก็คือการออกกำลังกาย ทำกาย
บริหาร มีการกระโดด การวิ่ง นี่คือการออกกำลังกายให้มีกำลัง การทำจิตใจให้มี
กำลังก็คือทำจิตให้สงบ ไม่ใช่ทำจิตให้คิดนั่นคิดนี่ไปต่างๆ ให้อยู่ใน
ขอบเขตของมัน เพราะว่าจิตของเรานั้นไม่เคยได้สงบ ไม่เคยมีกำลัง มัน
จึงไม่มีกำลังทางด้านสมาธิภายใน

การบรรยายธรรมโดยท่านเอง ด้วยภาษาพื้นบ้าน ไม่ปรากฏวันบรรยาย

บัดนี้เราจะทำสมาธิ ก็ตั้งใจ ให้เอาความรู้สึกกำหนดอยู่กับลมหายใจ ถ้าหากว่าเราหายใจสั้นเกินไปหรือยาวเกินไปก็ไม่พอดี ไม่ได้สัดส่วนกัน ไม่เกิดความสงบ เหมือนกันกับเราเย็บจักร ผู้เย็บจักรมีมือมีเท้า เราต้องถีบจักรเปล่าดูก่อน ให้รู้จัก ให้คล่องกับเท้าของเราเสียก่อน จึงเอาผ้ามาเย็บ

การกำหนดลมหายใจก็เหมือนกัน หายใจเฉยๆ กำหนดรู้ไว้ จะพอดีขนาดไหน ยาวขนาดไหน สั้นขนาดไหน จะให้ค่อยขนาดไหน แรงขนาดไหน จะยาวก็ไม่เอา กับมัน จะสั้นก็ไม่เอากับมัน จะค่อยก็ไม่เอากับมัน เอาตามความพอดี เอายาวพอดี เอาสั้นพอดี เอาค่อยพอดี เอาแรงพอดี นั่นชื่อว่าความพอดี เราไม่ได้ขัดไม่ได้ข้อง แล้วก็ปล่อย หายใจดูก่อน ไม่ต้องทำอะไร

ถ้าหากว่าจิตสบายแล้ว จิตพอดีแล้ว ก็ยกลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์ หายใจเข้า ต้นลมอยู่ปลายจมูก กลางลมอยู่หทัยคือหัวใจ ปลายลมอยู่สะดือ อันนี้เป็นแหล่งการเดินทาง เมื่อหายใจออก ต้นลมจะอยู่สะดือ กลางลมจะอยู่หทัย ปลายลมจะอยู่จมูก นี่มันสลับกันอย่างนี้ กำหนดรู้เมื่อลมผ่านจมูก ผ่านหทัย ผ่านสะดือ พอสุดแล้วก็จะเวียนกลับมาอีกเป็น ๓ จุดนี้ ให้ความรู้ของเราอยู่ในความเวียนเข้าออกทั้ง ๓ จุดนี้ พยายามติดตามลมหายใจเช่นนี้เรื่อยไปเพื่อรักษาความรู้นั้น และทำสติสัมปชัญญะของเราให้กล้าขึ้น

หากว่าเรากำหนดจิตของเราให้รู้จักต้นลม กลางลม ปลายลม ดีแล้วพอสมควร เราก็วาง เราจะหายใจเข้าออกเฉยๆ เอาความรู้สึกของเราไว้ปลายจมูกหรือริมฝีปาก บนที่ลมผ่านออกเข้า เอาแต่ความรู้สึกเท่านั้น ไม่ต้องตามลมออกไป ไม่ต้องตามลมเข้ามา เอาความรู้สึกหรือผู้รู้ที่นั่นแหละไว้เฉพาะหน้าเราที่ปลายจมูก ให้รู้จักลมผ่านออกผ่านเข้า ไม่ต้องคิดอะไรมากมาย เพียงแต่ให้มีความรู้สึกเท่านั้นแหละ ให้มีความรู้สึกติดต่อกัน ลมออกก็ให้รู้ ลมเข้าก็ให้รู้ ให้รู้อยู่แต่ที่นั่นแหละ รู้แล้วมันจะเป็นอะไรก็ไม่ต้องคิด เอาเพียงเท่านั้นเสียก่อน ในเวลานี้หน้าที่การงานของเรา มีแค่นั้น ไม่ได้มีมาก กำหนดลมเข้าออกอยู่อย่างนั้นแหละ ต่อไปจิตก็สงบ ลมก็จะละเอียดเข้าไป นุ่มเข้าไป กายก็จะเบาขึ้นไป จิตก็จะสงบไป ความเบากายเบาใจนั้นก็เกิดขึ้นมา จะเป็นกายควรแก่การงาน และจะเป็นจิตควรแก่การงานต่อไป นี่คือการทำสมาธิ ไม่ต้องทำอะไรมาก ให้กำหนดเท่านั้น

ต่อไปนี้ให้ตั้งใจทำ กำหนดไป...จิตเราจะเอียดเข้าไป การทำสมาธินั้น จะไปไหน ก็ข้างมันให้เรารู้ทันเอาไว้ ให้เรารู้จักมัน มันก็มีทั้งอารมณ์ มีทั้งความสงบคลุกคลี กันไป มันมี **วิตก** วิตกคือการจะยกจิตของตนนี้กถึงอันใดอันหนึ่งขึ้นมา ถ้าสติ ของเราน้อยก็จะวิตกน้อย แล้วก็มี **วิจาร์** คือการตรวจดูตามเรื่องที่เราวิตกนั้น แต่ ข้อสำคัญนั้นต้องพยายามรู้ให้ทันอยู่เสมอ แล้วก็พิจารณาให้ลึกลงไปอีก ให้เห็นว่า มีทั้งสมาธิและมีทั้งความรู้อยู่รวมอยู่ในนั้น

คำว่า “จิตสงบ” นั้นไม่ใช่ไม่มีอะไร มันต้องมี มีความสงบครอบอยู่ ท่าน กล่าวถึงองค์ของความสงบขั้นแรกว่า หนึ่งมีวิตก ยกเรื่องใดเรื่องหนึ่งขึ้นมา แล้วก็ มี วิจาร์ คือพิจารณาตามอารมณ์ที่เกิดขึ้นมา ต่อไปก็จะมี **ปีติ** คือความยินดีในสิ่งที่เรา วิตกไปนั้น ในสิ่งที่เราวิจาร์ไปนั้น จะเกิดปีติคือความยินดีซาบซึ่งอยู่โดยเฉพาะ ของมัน แล้วก็ มี **สุข** สุขอยู่ไหน สุขอยู่ในการวิตก สุขอยู่ในการวิจาร์ สุขอยู่กับ ความอิมใจ สุขอยู่กับอารมณ์เหล่านั้นแหละ แต่ว่ามันสุขอยู่ในความสงบ วิตกก็วิตก อยู่ในความสงบ วิจาร์ก็วิจาร์อยู่ในความสงบ ความอิมใจก็อยู่ในความสงบ สุขก็อยู่ใน ความสงบ ทั้ง ๔ อย่างนี้เป็นอารมณ์อันเดียว อย่างที่ ๕ คือ **เอกัคคตา** ๕ อย่าง แต่เป็นอันเดียวกัน คือทั้ง ๕ อย่างนี้เป็นอารมณ์ แต่มีลักษณะอยู่ในขอบเขต อันเดียวกัน คือเมื่อจิตสงบ วิตกก็มี วิจาร์ก็มี ปีติก็มี สุขก็มี เอกัคคตาก็มี ทั้งหมดนี้ เป็นอารมณ์เดียวกัน คำที่ว่าอารมณ์เดียวกันนั้น ทำไมจึงมีหลายอย่าง หมายความว่า มันจะมีหลายอาการก็ข้างมัน เพราะอาการทั้งหลายเหล่านั้นจะมารวมอยู่ในความสงบ อันเดียวกัน ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่รำคาญ

เหมือนกับว่า มีคน ๕ คน แต่มีลักษณะของคนทั้ง ๕ คนนั้นมีอาการ อันเดียวกัน คือจะมีอารมณ์ทั้ง ๕ อารมณ์ เมื่ออารมณ์อันนั้นอยู่ในลักษณะนี้ ท่าน เรียกว่า “องค์” องค์ของความสงบ ท่านไม่ได้เรียกว่าอารมณ์ ท่านเรียกว่า วิตก วิจาร์ ปีติ สุข เอกัคคตารมณ์ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไม่เป็นอารมณ์ตามธรรมดา ท่านจึงจัดว่า เป็นองค์ของความสงบ มีอาการอยู่ ๕ อย่าง คือ วิตก วิจาร์ ปีติ สุข เอกัคคตา ไม่มี ความรำคาญ วิตกอยู่ก็ไม่รำคาญ วิจาร์อยู่ก็ไม่รำคาญ มีปีติก็ไม่รำคาญ มีความสุข ก็ไม่รำคาญ จิตจึงเป็นอารมณ์เดียวอยู่ในสิ่งทั้ง ๕ นี้ จับรวมกันอยู่ เรื่องจิตสงบ ขั้นแรกจึงเป็นอย่างนี้

ที่นี้ บางอย่างอาจถอยออกมา ถ้ากำลังใจไม่กล้า สติหย่อนไปแล้ว มันจะมี อารมณ์มาแทรกเข้าไปเป็นบางครั้ง คล้ายๆ กับว่าเคลิ้มไป แล้วมีอาการอะไรบางอย่าง เข้ามาแทรกตอนที่มันเคลิ้มไป แต่ไม่ใช่ความว่างตามธรรมดา ท่านว่ามีความเคลิ้ม ในความสงบ บางทีก็มีบางอย่างแทรกเข้ามา เช่นว่า บางทีมีเสียงปรากฏบ้าง บางที เหมือนเห็นสุนัขวิ่งผ่านไปข้างหน้าบ้าง แต่ไม่ใช่ชัดเจนและก็ไม่ใช่ฝัน อันนี้จัดเป็น ฝันไม่ได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะกำลังทั้ง ๕ ดังกล่าวแล้วไม่สม่ำเสมอ มันอ่อนลง อ่อนเคลิ้มลง จึงเกิดอารมณ์เข้าแทรก อันนี้เป็นอาการของจิต ถ้าหากว่าเรามี ความสงบ มันก็มีสิ่งทั้ง ๕ สิ่งนี้เป็นบริวารอยู่ แต่เป็นบริวารในความสงบ อันนี้เป็น เบื้องแรกของมัน ขณะที่จิตเราสงบอยู่ในขั้นนี้ ชอบมีนิมิตทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางจิต มันชอบเป็น แต่ผู้ทำสมาธิจับไม่ค่อยถูกว่า “มันหลับ ไหม ก็ไม่ใช่” “มันฝันไปหรือ ก็ไม่ใช่” ไม่ใช่อะไรทั้งนั้น มันเป็นอาการเกิดมาจาก ความสงบครึ่งๆ กลางๆ ก็ได้ บางทีก็แจ่มใสเป็นธรรมดา บางทีก็คลุกคลีไปกับ ความสงบบ้าง กับอารมณ์ทั้งหลายบ้าง แต่อยู่ในขอบเขตของมัน

อย่างไรก็ตาม บางคนทำสมาธิยาก เพราะอะไร เพราะจิตแปลกเขา แต่ก็ เป็นสมาธิ แต่ก็ไม่หนักแน่น ไม่ได้รับความสบายเพราะสมาธิ แต่จะได้รับความ สบายเพราะปัญญา เพราะปัญญาความคิด เห็นความจริงของมัน แล้วก็แก้ปัญหา ถูกต้อง เป็นประเภทปัญญาวิมุตติ^๑ ไม่ใช่เจโตวิมุตติ^๒ มันจะมีความสบายทุกอย่าง ที่จะได้เกิดขึ้น เป็นหนทางของเขาเพราะปัญญา สมาธิมันน้อย คล้ายๆ กับว่า ไม่ต้อง นั่งสมาธิพิจารณา “อันนั้นเป็นอะไรหนอ” แล้วแก้ปัญหานั้นได้ทันที เลยสบายไป เลยสงบ **ลักษณะผู้มีปัญญาต้องเป็นอย่างนั้น ทำสมาธินี้ไม่ค่อยได้ง่ายและไม่ค่อยดี ด้วย มีสมาธิแต่เพียงเฉพาะเลี้ยงปัญญาให้เกิดขึ้นมาได้ โดยมากอาศัยปัญญา เช่น สมมุติว่าทำนากับทำสวน เราอาศัยนามากกว่าสวน หรือทำนากับทำไร่ เราจะ อาศัยนามากกว่าไร่ ในเรื่องของเรา อาชีพของเราและการภาวนาของเราก็เหมือนกัน**

^๑ ปัญญาวิมุตติ คือบุคคลผู้หลุดพ้นเพราะปัญญา คือปัญญาเป็นกำลังสำคัญ หรือปัญญานำหน้า

^๒ เจโตวิมุตติ คือ บุคคลผู้หลุดพ้นเพราะสมาธิ คือสมาธิเป็นกำลังสำคัญหรือสมาธินำหน้า วิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้น

มันจะได้อาศัยปัญญาแก้ปัญหา แล้วจะเห็นความจริง ความสงบจึงเกิดขึ้นมา มัน
เป็นไปอย่างนั้น ธรรมดาที่เป็นไปอย่างนั้น มันต่างกัน

บางคนแรงในทางปัญญา สมาธิพอเป็นฐาน ไม่มาก คล้ายๆ กับว่า นั่งสมาธิ
ไม่ค่อยสงบ ชอบมีความปรุงแต่ง มีความคิดและมีปัญญาชักเรื่อนั้นมาพิจารณา
ชักเรื่อนี้มาพิจารณา แล้วพิจารณาลงสู่ความสงบก็เห็นความถูกต้อง อันนั้นจะได้
มีกำลังกว่าสมาธิ อันนี้จริตของบางคนเป็นอย่างนั้น แม้จะยืน เดิน นั่ง นอนก็ตาม
ความตรัสรู้ธรรมะนั้นไม่แน่นอน จะเป็นอิริยาบถใดก็ได้ ยืนก็ได้ เดินก็ได้ นั่งก็ได้
นอนก็ได้ อันนี้แหละผู้แรงด้วยปัญญา เป็นผู้มึปัญญา สามารถที่จะไม่เกี่ยวข้องกับ
สมาธิมากก็ได้ ถ้าพูดกันง่ายๆ ปัญญาเห็นเลย เห็นไปเลย ก็ละไปเลย สงบไปเลย
ได้ความสบาย เพราะอันนั้นมันเห็นชัด มันเห็นจริง เชื่อมมัน ยืนยันเป็นพยานตนเอง
ได้ นี่จริตของบางคนเป็นไปอย่างนี้ แต่จะอย่างไรก็ช่าง มันก็ต้องทำลายความเห็นผิด
ออก เหลือแต่ความเห็นถูก ทำลายความฟุ้งซ่านออก เหลือแต่ความสงบ มันก็จะ
ลงไปสู่จุดอันเดียวกัน

บางคนปัญญาน้อย นั่งสมาธิได้ง่าย สงบ สงบเร็วที่สุด ไว แต่ไม่ค่อยมีปัญญา
ไม่ทันกิเลสทั้งหลาย ไม่รู้เรื่องกิเลสทั้งหลาย แก้ปัญหาไม่ค่อยได้ พระโยคาวจรเจ้า
ผู้ปฏิบัติมีสองหน้าอย่างนี้ ก็คู่กันเรื่อยไป **แต่ปัญญาหรือวิปัสสนากับสมณะ มันก็หิ้ง
กันไม่ได้ คาบเกี่ยวกันไปเรื่อยๆ อย่างนี้**

ที่นี่ ถ้ามันชัดแจ้งในความสงบ เมื่อมีอารมณ์มาผ่าน มีนิมิตขึ้นมาผ่านก็ไม่ได้
สงสัยว่า “เคลิ้มไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “หลงไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “ลึ้มไป
หรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “หลับไปหรือเปล่าเมื่อกี้” จิตขณะนี้สงสัย “หลับก็ไม่ใช่ ตื่น
ก็ไม่ใช่” นี่มันคลุมเครือ เรียกว่ามันมัวมุ่มอยู่กับอารมณ์ ไม่แจ่มใสเหมือนกันกับ
พระจันทร์เข้าก้อนเมฆ มองเห็นอยู่แล้ว แต่ไม่แจ่มแจ้ง มัวๆ ไม่เหมือนกับพระจันทร์
ออกจากก้อนเมฆนั้นแจ่มใส สะอาด **จิตเราสงบ มีสติสัมปชัญญะรอบคอบสมบูรณ์
แล้ว จึงไม่สงสัยในอาการทั้งหลายที่เกิดขึ้น จะหมดจากนิวรรณ์จริงๆ รู้ว่าอันใด
เกิดขึ้นมาเป็นอันใดหมดทุกอย่าง รู้แจ้ง รู้เรื่องตามเป็นจริง ไม่ได้สงสัย อันนั้น
เป็นดวงจิตที่ใสสะอาด สมาธิถึงขีดสุดแล้วเป็นเช่นนั้น**

ระยะหลังๆ มากก็เป็นที่ไปในรูปแบบนี้ทำนองนี้ เป็นเรื่องธรรมดาของมัน ถ้าจิตแจ่มแจ้งผ่องใสแล้ว ไม่ต้องไปถามว่าง่วงหรือไม่ว่าง ใสหรือไม่ใส ทั้งหลายเหล่านี้มันก็ไม่มีอะไร ถ้ามันชัดเจนก็เหมือนเรานั่งธรรมดาอย่างนี้เอง นั่งเห็นธรรมดาหลับตาก็เหมือนลืมตามาเห็นทุกอย่างสารพัด ไม่มีความสงสัย เพียงแต่เกิดอัศจรรย์ขึ้นในดวงจิตของเราว่า “เอ๊ะ! สิ่งเหล่านี้ มันก็เป็นของมันไปได้ มันไม่น่าจะเป็นไปได้ มันก็เป็นของมันได้” อันนี้จะวิพากษ์วิจารณ์มันเองไปเรื่อยๆ ทั้งมีปิติ ทั้งมีความสุขใจ มีความอิมใจ มีความสงบเป็นเช่นนั้น

ต่อขึ้นไปจิตมันจะละเอียดไปยิ่งกว่านั้น มันก็จะทิ้งอารมณ์ของมันไปด้วย วิตกยกเรื่องขึ้นมาก็จะไม่มี และเรื่องวิจารณ์มันก็จะหมด จะเหลือแต่ความอิมใจ อิม ไม่รู้ว่าอิมอะไร แต่มันอิม เกิดความสุขกับอารมณ์เดียวนี้ มันทิ้งไป วิตกวิจารณ์มันทิ้งไป ทิ้งไปไหน ไม่ใช่เรื่องทิ้ง จิตเราหดตัวเข้ามา คือมันสงบ เรื่องวิตกวิจารณ์มันเป็นของหายไปแล้ว มันเข้ามาอยู่ในที่นี้ไม่ได้ ก็เรียกว่า ทิ้งวิตกทิ้งวิจารณ์ ที่นี้จะไม่มีความวิตก ความยกขึ้นวิจารณ์ ความพิจารณาไม่มี มีแต่ความอิม มีความสุข และมีอารมณ์เดียว เสวยอยู่อย่างนั้น

ที่เขาเรียกว่า ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน เราไม่ได้ว่าอย่างนั้น เราพูดถึงแต่ความสงบ วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา ต่อไปนี้ก็ทิ้งวิตก และวิจารณ์ เกิดขึ้นมาแล้วก็ทิ้งไป เหลือแต่ปิติ สุข กับเอกัคคตา ต่อไปก็ทิ้งปิติ เหลือแต่สุขกับเอกัคคตา ต่อไปก็มีเอกัคคตา กับอุเบกขา มันไม่มีอะไรแล้ว มันทิ้งไป เรียกว่า จิตมันสงบ ๆ ๆ ๆ จนไปถึงที่อารมณ์มันน้อยที่สุด ยังเหลืออยู่แต่โน้น...ถึงปลายมันเหลือแต่เอกัคคตา กับอุเบกขา เฉยอย่างนี้ อันนี้มันสงบแล้วมันจึงเป็น นี้เรียกว่า กำลังของจิต อากาโรของจิตที่ได้รับความสงบแล้ว ถ้าเป็นอย่างนี้มันไม่ว่าง ความว่างหงาหวานนอนมันเข้าไม่ได้ นิรณทัง ๕ มันหนีหมด วิจิกิจจา ความสงสัยลังเล อิจจาพยาบาท ฟุ้งซ่านรำคาญ หนี เหล่านี้ไม่มีแล้ว นี่มันค่อยเคลื่อนไปเป็นระยะอย่างนั้น นี่อาศัยการกระทำให้มาก เจริญให้มาก

สิ่งที่รักษาสมาธินี้ไว้ได้คือสติ สตินี้เป็นธรรม เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่ง ซึ่งให้
 ธรรมอันอื่นๆ ทั้งหลายเกิดขึ้นโดยพร้อมเพรียง สตินี้ก็คือชีวิต ถ้าขาดสติเมื่อใด
 ก็เหมือนตาย ถ้าขาดสติเมื่อใดก็เป็นคนประมาท ในระหว่างขาดสตินั้น พุทไม่มีความ
 หมาย การกระทำไม่มีความหมาย ธรรมคือสตินี้คือความระลึกได้ในลักษณะใด
 ก็ตาม สติเป็นเหตุให้สัมปชัญญะเกิดขึ้นมาได้ เป็นเหตุให้ปัญญาเกิดขึ้นมาได้ ทุกสิ่ง
 สสารพัด ธรรมทั้งหลายถ้าหากว่าขาดสติ ธรรมทั้งหลายนั้นไม่สมบูรณ์ อันนี้คือการ
 ควบคุมการยืน การเดิน การนั่ง การนอน ไม่ใช่แต่เพียงขณะนั่งสมาธิเท่านั้น
 แม้เมื่อเราออกจากสมาธิไปแล้ว สติก็ยังเป็นสิ่งประจำใจอยู่เสมอ มีความรู้อยู่เสมอ
 เป็นของที่มีอยู่เสมอ ทำอะไรก็ระมัดระวัง เมื่อระมัดระวังทางจิตใจ ความอายมันก็
 เกิดขึ้นมา การพูด การกระทำอันใดที่ไม่ถูกต้อง เราก็อายขึ้น อายขึ้น เมื่อความอาย
 กำลังกล้าขึ้นมา ความสังวรก็มากขึ้นด้วย เมื่อความสังวรมากขึ้น ความประมาทก็ไม่มี

นี่ถึงแม้ว่าเราจะไม่ได้นั่งสมาธิอยู่ตรงนั้น เราจะไปไหนก็ตาม อันนี้มันอยู่ใน
 จิตของตัวเอง มันไม่ได้หนีไปไหน นี่ท่านว่า**เจริญสติ ทำให้มาก เจริญให้มาก** อันนี้
 เป็นธรรมะคุ้มครองรักษากิจการที่เราทำอยู่หรือทำมาแล้ว หรือกำลังจะกระทำอยู่ใน
 ปัจจุบันนี้ เป็นธรรมะที่มีคุณประโยชน์มาก ให้เรารู้ตัวอยู่ทุกเมื่อ ความเห็นผิดชอบ
 มันก็มีอยู่ทุกเมื่อ เมื่อความเห็นผิดชอบมีอยู่ เกิดขึ้นอยู่ทุกเมื่อ ความละอายก็เกิดขึ้น
 จะไม่ทำสิ่งที่ผิด หรือสิ่งที่ไม่ดี เรียกว่าปัญญาเกิดขึ้นแล้ว

เมื่อรวบรวมอดเข้ามา มันจะมีศีล มีสมาธิ มีปัญญา คือการสังวรสำรวมที่มี
 อยู่ในกิจการของตนนั้นก็เรียกว่าศีล ศีลสังวร ความตั้งใจมั่นอยู่ในความสังวร
 สำรวมในข้อวัตรของเรานั้น ก็เรียกว่ามันเป็นสมาธิ ความรอบรู้ทั้งหลายในกิจการ
 ที่เรามีอยู่นั้น ก็เรียกว่าปัญญา พุดง่ายๆ ก็คือจะมีศีล จะมีสมาธิ จะมีปัญญา

ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี เมื่อมันกล้าขึ้นมา มันก็คือ “มรรค” นี้แหละ
 คือหนทาง ทางอื่นไม่มี.



เอาชนะคนอื่นก็เป็นทางโลก
ทางธรรมะไม่ต้องรบกับใคร
เอาชนะใจของตัวเอง
อดทนต่อสู้กับอารมณ์ทุกอย่าง

๑๒ | นักบวช-นักรบ

ความโลภ ความโกรธ ความหลง นี่แหละคือข้าศึก การปฏิบัติในทางพุทธศาสนา ทางแห่งพระพุทธเจ้านี้รบด้วยธรรมะ รบด้วยความอดทน ด้วยความต่อต้านซึ่งอารมณ์สารพัดอย่าง ธรรมะกับโลกมันเกี่ยวข้องกัน มีธรรมก็มีโลก มีโลกก็มีธรรม มีกิเลสก็มีผู้สะสางกิเลส คือรบกับกิเลสทั้งหลาย นี้เรียกว่า รบภายใน รบภายนอกนั้นต้องจับลูกระเบิดจับปืนมาขว้างกันมายิงกัน เอาชนะแพ้กัน **เอาชนะคนอื่นก็เป็นทางโลก ทางธรรมะไม่ต้องรบกับใคร เอาชนะใจของตัวเอง อดทนต่อสู้กับอารมณ์ทุกอย่าง**

ทางธรรมะ ถ้าหากว่าเรามาประพฤติปฏิบัติแล้ว ไม่ต้องก่อกรรมทำเวรซึ่งกันและกัน ปลดปล่อยความชั่วทั้งหลายออกจากกายออกจากใจของพวกเราทั้งนั้น พ้นจากการอิจฉา พ้นจากการพยาบาท พ้นจากการจองเวรกัน เวรอันใดจะระงับไปได้ก็เพราะการไม่จองเวรไม่ผูกเวรกัน

กรรมกับเวรมันต่างกัน แต่ว่ามันคล้ายกัน กรรมทำแล้วก็แล้วกันไป ไม่ต้อง
จงล้างจงผลาญกันอีก นี่เรียกว่าเป็นกรรม

เวร หมายถึงการจองกันไว้ดีกว่า เอ็งมาทำฉัน ฉันจะต้องทำเอ็งต่อไปมิได้ขาด
ต้องแก้แค้นกันไปเรื่อยๆ นี่ เรียกว่าเวรนั้นยังไม่ระงับเพราะการจองเวร เมื่อไรยัง
เป็นไปอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นห่วงโซ่ต่อกันเป็นสาย จึงไม่จบไม่สิ้น ภาพไหนชาติไหน
ก็ดี มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น พระบรมศาสดาท่านสอนโลก ท่านโปรดโลกโปรดสัตว์
แต่ว่าโลกก็เป็นอยู่อย่างนี้ ผู้ที่มีปัญญาเกิดมาแล้วก็ต้องพิจารณา เอาอะไรที่เป็น
ประโยชน์อย่างยิ่งใหญ่ นักรบนักอะไรทั้งหลายทั้งปวงนั้น พระพุทธเจ้าเคยทำมา
เหมือนกัน แต่ว่าไม่เกิดประโยชน์เท่าที่ควร มันก็เป็นอยู่เฉพาะโลก มีแต่เรื่อง
ผูกกรรมผูกเวรกันต่อไป

ฉะนั้น การมาอบรมในการบวช ก็เลิกสิ่งชั่วกันไปเลย เลิกอะไรที่มันเป็น
กรรมเป็นเวร เอาชนะตัวเอง ไม่เอาชนะคนอื่น รบก็รบเฉพาะกิเลส มีความโลภ
เกิดขึ้นมากก็รบมัน ความโกรธเกิดขึ้นมากก็รบมัน ความหลงเกิดขึ้นมากก็พยายามละมัน
นี่เรียกว่า การรบ การทำสงครามด้านจิตใจกับกิเลสที่มันยากแสนยากแสนลำบาก
ที่สุด บวชมาเราก็มาพิจารณาเรียนการรบ รบราคะ รบโทสะ รบโมหะ นี่เป็นหน้าที่
ของพวกเราทั้งหลายที่จะต้องพิจารณา

นี่เรียกว่า การรบภายใน คือรบกับกิเลสทั้งหลาย แต่น้อยคนนักที่จะรบกับ
กิเลส ไปรบกับอย่างอื่นเสียมาก กิเลสส่วนนี้ไม่ค่อยจะรบกัน ไม่ค่อยจะเห็นกัน

พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ให้ละความชั่วทุกอย่าง มาประพฤติความดี
ทุกประการ เป็นทางที่ถูกต้องแล้ว ท่านบอกอย่างนี้ก็เรียกว่าท่านมาจับตัวพวกเรา
ทั้งหลายมาปล่อยที่ต้นทาง เมื่อถึงทางแล้วเราจะเดินไปหรือไม่เดินนั้นเป็นเรื่อง
ของเรา เรื่องของพระพุทธเจ้าก็หมดแค่นั้น ท่านชี้ทางไว้ ทางที่ผิดทางที่ถูก เท่านั้น
ก็พอแล้ว การประพฤติปฏิบัติเป็นหน้าที่ของพวกเรา

ดังนั้น เมื่อเรามาอยู่ที่ทางนี้ก็เรียกว่า เรายังไม่รู้อะไร ไม่เป็นอะไร เราก็ต้องศึกษา การศึกษานี้จะต้องอดทนต่อทุกสิ่งทุกอย่าง คล้ายๆ กับเราเป็นนักศึกษา เคยศึกษาทางโลกมา มันยากลำบากพอสมควร ก่อนจะมีความรู้ มีวิชามาพอจะปฏิบัติการงานได้ ต้องข่มใจตัวเอง เมื่อใจเรามันเห็นผิด เมื่อใจเราไม่ชอบ หรือมันขี้เกียจทั้งหลายนี้ เราจะต้องข่มใจความรู้จึงจะเกิดในใจเรา แล้วสามารถนำไปปฏิบัติการงานได้ การปฏิบัติการงานในทางพระนี้ก็เหมือนกัน ถ้าหากว่าเราตั้งอกตั้งใจ ประพฤติปฏิบัติพิจารณา คงจะมองเห็นทางพอสมควร

ทิวฏฐิมานะนี้เป็นของสำคัญมาก **ทิวฏฐิ** คือความเห็น **ความเห็น**ทุกสิ่งสารพัด มันเป็น**ทิวฏฐิ**ทั้งนั้น เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี สารพัดอย่างแล้วแต่จะเห็น อันนั้นก็**ไม่เป็น**ประมาณ เป็น**ประมาณ**อยู่ที่**ความยึดมั่นถือมั่น**เรียกว่า **มานะ** **ความเข้าไปยึดมั่นถือมั่น**ใน**ความเห็น**อันนั้นอย่างจริงจัง พาให้เราเวียนว่ายตายเกิด ไม่มีทางจบ เพราะการ**ไปยึดมั่นถือมั่น** ดังนั้น **พระพุทธเจ้า**ท่านจึงสอนให้**ลดทิวฏฐิ** ให้**ละทิวฏฐิ** คือ**ความเห็น** อย่างเช่น คนมาอยู่ด้วยกันมากๆ อย่างนี้ มันก็ปฏิบัติได้ง่ายๆ ถ้ามีความเห็นถูกต้องตรงกัน แต่ถึงแม้ว่าจะอยู่องค์เดียว ๒ องค์ ๓ องค์ ก็ปฏิบัติยากอยู่ลำบาก ถ้าความคิดไม่ถูกต้องความเห็นไม่ดี เมื่อมาน้อมลงเพื่อละ**ทิวฏฐิ**อันเดียวกัน อยู่หลายองค์ก็ตามเถอะ มันก็ลงสู่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เหมือนกัน จะว่ามีหลายองค์มันจะเกะกะก็ไม่ได้ คล้ายๆ กับตัวกิ้งกือ ตัวกิ้งกือมันมีขาหลายขาใช้ไหม เรานับไม่ถ้วน มองดูมันก็น่ารำคาญเหมือนกันว่ามันจะยุ่งกับขากับแข้งของมัน มันเดินไปเดินมา ความจริงมันไม่ยุ่ง มันมีจิ้งหะ มีระเบียบ ถึงแม้จะมีขามากมันก็ไม่ยุ่งยาก

ในทางพุทธศาสนาก็เหมือนกัน ถ้าปฏิบัติแบบสาวกของพระพุทธเจ้าแล้วมันก็ง่าย เรียกว่า **สุปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติดี **อุสุปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติตรง **ญายะปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อพ้นจากทุกข์ **สามจีวิปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติชอบ เป็นผู้ปฏิบัติถูกต้อง คุณสมบัติทั้ง ๔ ประการนี้ ถ้าตั้งอยู่ในใจของพวกเราทั้งหลายแล้ว คือคุณสมบัติของพระสงฆ์ ถ้าทำอย่างนี้เราจะมีเป็นร้อยเป็นพัน เราจะมีมากแค่ไหนก็ช่างเถอะ มันลงสายเดียวกันแล้ว ถึงแม้พวกเราทั้งหลายจะมาจากทิศต่างๆ ก็

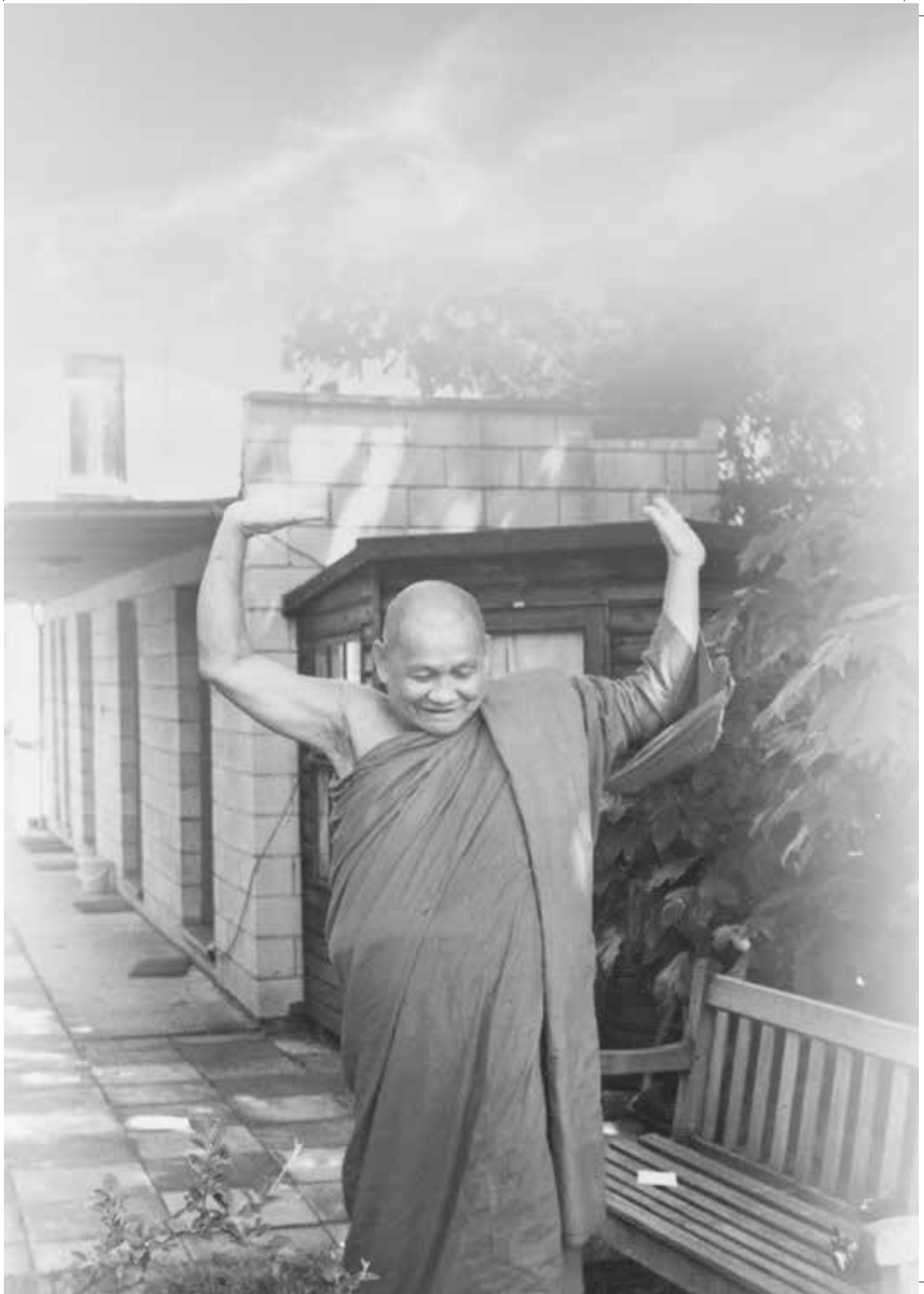


เหมือนกันนั่นเองไม่ใช่อื่นไกล ถึงความเห็นมันจะไปคนละทิศละทาง ยังเห็นผิดอยู่ก็ช่างมันเถอะ ถ้ามีความถูกต้องมันก็เหมือนกัน คล้ายกับว่าห้วยหนองคลองบึงต่างๆ ที่มันไหลลงสู่ทะเล เมื่อมันไปตกถึงทะเลแล้วมันก็มีสี่ครามรสเค็มด้วยกัน มนุษย์เราทั้งหลายก็เช่นกัน เมื่อลงสู่กระแสของธรรมะแล้วมันก็ลงสู่ธรรมะอันเดียวกัน จะอยู่คนละทิศละทางก็ช่าง จะอยู่ที่ไหนก็ตาม มันมารวมกันเป็นอันเดียวกันอย่างนั้น แต่ว่าความคิดที่มันแก่งแย่งซึ่งกันและกันนั้นเป็นทิฏฐิมานะ ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า เรื่องความเห็นนั้นก็ปล่อยไว้ เรื่องมานะอย่าเข้าไปยึดมั่นถือมั่นจนเกินความเป็นจริง

พระพุทธองค์ท่านสอนว่า ให้มีสติอยู่เสมอ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน จะอยู่ที่ไหนก็ช่างเถอะ ให้มีสติประคองอยู่เสมอ เมื่อเรามีสติเราก็เห็นตัวเรา เห็นใจของเรา แล้วก็เห็นกายในกายของเรา เห็นใจในใจของเราทุกอย่าง ถ้าไม่มีสติเราก็ไม่รู้เรื่อง อะไรมาตกอยู่หน้าบ้านตกอยู่ในกุฏิ เราก็ไม่เห็น เพราะเราไม่มีสติ การมีสตินี้จึงเป็นสิ่งสำคัญ

ผู้ใดมีสติอยู่ตลอดเวลา ผู้นั้นจะได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา เพราะว่าตามองเห็นรูปก็เป็นธรรมะ หูได้ฟังเสียงก็เป็นธรรมะ จมูกได้กลิ่นก็เป็นธรรมะ ลิ้นได้รสก็เป็นธรรมะ กายไปถูกโผฏฐัพพะกระทบเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ก็เป็นธรรมะ ธรรมารมณ์ที่มันเกิดขึ้นกับใจ นึกขึ้นได้เมื่อใดเป็นธรรมะเมื่อขณะนั้น ผู้ที่มีสติได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันมีอยู่ตลอดเวลา เพราะอะไร เพราะเรามีสติ มีความรู้

สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือความรู้ อยู่ ตัวรู้ก็คือตัวพุทโธ ตัวพระพุทธเจ้านั่นแหละ พอมีสติสัมปชัญญะรู้ อยู่ ปัญญาที่วิ่งตามมาเท่านั้น รู้เรื่องต่างๆ ตาเห็นรูป สิ่งนี้ควรไหม หูฟังเสียง สิ่งนี้ควรไหม ไม่ควรไหม มันเป็นโทษไหม มันผิดไหม มันถูกต้องเป็นธรรมะไหม สารพัดอย่าง ดังนั้น ผู้มีปัญญาแล้วจึงได้ฟังธรรมะอยู่ตลอดเวลา แม้มองเห็นต้นไม้ก็เป็นธรรมะ มองเห็นสิ่งต่างๆ มันเป็นธรรมะหมดทั้งนั้น ถ้าเรารู้จักธรรมะ





พวกเราทั้งหลายให้เข้าใจว่า ในเวลานี้เราเรียนอยู่กลางธรรมะ จะเดินไปข้างหน้าก็ถูกธรรมะ จะถอยไปข้างหลังก็ถูกธรรมะ ธรรมะทั้งนั้น ถ้าเรามีสติอยู่ แม้แต่เห็นสัตว์ต่างๆ ที่วิ่งไป ก็มีปัญญาว่า สัตว์มันก็เหมือนกันกับเรานั้นแหละ มันไม่แปลกไปกว่าเราหรอก มันหนีจากความทุกข์ไปหาความสุขเหมือนกัน อันไหนที่มันไม่ชอบ มันก็ไม่เอาเหมือนกัน มันกลัวชีวิตของมันเหมือนกัน ถ้าเราคิดไป เช่นนี้ก็เรียกว่า สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้กับมนุษย์ก็ไม่แปลกกันที่สัญชาติญาณต่างๆ เมื่อเราคิดไป เช่นนี้ก็เรียกว่าเป็นการภาวนา รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า สัตว์ทั้งหลายก็ดี มนุษย์ทั้งหลายก็ดี มันก็เป็นเพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตาย ด้วยกันทั้งนั้น ไม่ใช่อื่นไกล สัตว์ทุกประเภทมันก็เหมือนมนุษย์ มนุษย์ทุกประเภทมันก็เหมือนสัตว์ ทีนี้เมื่อเราารู้เห็นสภาวะตามเป็นจริง จิตเราก็ถอนออกจากสิ่งเหล่านั้น

ฉะนั้น ท่านจึงให้มีสติ ถ้ามีสติแล้วมันจะเห็นกำลังใจของตน เห็นจิตของตน ความรู้สึกนึกคิดของตัวเองเป็นอย่างไรก็ต้องรู้ ตัวรู้นั้นแหละเรียกว่า พุทโธ หรือ พระพุทธเจ้า ผู้รู้ รู้ถึงที่มันแล้วก็รู้แจ้งแทงตลอด เมื่อมันรอบรู้ที่อยู่เช่นนี้ ก็ประพฤติปฏิบัติได้ถูกต้องดีเท่านั้น ไม่ใช่อื่นไกล

ฉะนั้น ปฏิบัติได้ง่ายๆ พิจารณาง่ายๆ เราจึงมีสติอยู่ ผู้ไม่มีสติก็เหมือนเป็นบ้า ไม่มีสติ ๕ นาที ก็เป็นบ้า ๕ นาที ก็ประมาทอยู่ ๕ นาที ถ้าขาดจากสติเมื่อใดก็เป็นบ้าเมื่อนั้น ให้เข้าใจอย่างนี้ สตินี้จึงมีคุณค่า คนมีสติแล้วก็รู้จักว่า ตัวเรามีลักษณะอย่างไร จิตใจของเราอยู่ในลักษณะอย่างไร ความเป็นอยู่ของเราอยู่ในลักษณะอย่างไร นี่ผู้มีปัญญามีความเฉลียวฉลาดแล้วก็ได้ฟังธรรมอยู่ทุกเวลา ออกจากครูบาอาจารย์แล้วก็ได้ฟังธรรมอยู่เสมอ รู้อยู่เสมอ เพราะว่าธรรมมีอยู่ทั่วไป

ฉะนั้น พวกเรานั้น ในวันหนึ่งๆ ให้ได้ปฏิบัติเถอะ ขี้เกียจก็ทำ ขยันก็ทำ เราปฏิบัติธรรมะ ไม่ปฏิบัติตามตัวเรา ถ้าปฏิบัติตามตัวเราไม่เป็นธรรมะ ไม่ว่าจะกลางวัน กลางคืน สงบก็ทำ ไม่สงบก็ทำ เหมือนกับเราเป็นเด็กไปเรียนหนังสือ จะเขียน ไม่สวยในครั้งแรก มันหัวยาวๆ ขายาวๆ เขียนไปตามเรื่องของเด็ก นานไปก็สวยขึ้น งามขึ้นเพราะฝึกมัน การประพฤติธรรมก็เหมือนกัน ที่แรกก็เกะๆ กะๆ สงบบ้าง ไม่สงบบ้าง ไม่รู้เรื่องมันเป็นไป บางคนก็ขี้เกียจ อย่าขี้เกียจ ต้องพยายามทำ อยู่ด้วยความพยายาม เหมือนกับเราเป็นเด็กนักเรียน โทมาก็เขียนหนังสือได้ดี จากไม่สวยมาเขียนได้สวย เพราะการฝึกตั้งแต่เด็กนั่นแหละ อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น

พยายามให้มีสติอยู่ตลอดเวลา จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน พยายามทำให้มัน สม่่าเสมอ เมื่อเราทำกิจวัตรอะไรมันคล่องดีแล้ว เป็นต้น เราก็กสบายใจ นั่งก็สบาย นอนก็สบาย เมื่อความสบายเกิดขึ้นจากกิจวัตร การนั่งสมาธิก็สงบง่าย เป็นเรื่อง สัมพันธ์ซึ่งกันและกันดังนี้

ฉะนั้น จงพากันพยายาม สิ่งทีครูบาอาจารย์พาทำนี้ ให้พยายามทำเถอะ ตามความสามารถของเรา นี้เรียกว่าการฝึก.



ไม่ใช่จะไปรักษาสิกขาบททุกๆ ข้อ
เรารักษาจิตอันเดียวเท่านั้นก็พอแล้ว

๑๓ | ธรรมในวินัย

การปฏิบัติของเราะ มันเป็นของยากอยู่ ไม่ใช่เป็นของง่าย คือเรารู้有一部分 แต่有一部分ที่ไม่รู้นั้นมีมาก ยกตัวอย่างเช่นว่าให้รู้กาย แล้วก็รู้กายในกาย อย่างนี้เป็นต้น ให้รู้จิต แล้วก็ให้รู้จิตในจิต ถ้าเรายังไม่เคยปฏิบัติมา เราได้ยินคำพูดเช่นนี้เราก็งงเหมือนกัน พระวินัยนี้ก็เหมือนกัน สมัยก่อนผมก็เคยเป็นครูโรงเรียน แต่เป็นครูน้อยๆ ไม่มาก ทำไม่ถึงเรียกว่าครูน้อย คือครูไม่ได้ปฏิบัติ สอนพระวินัยแต่ไม่ได้ปฏิบัติตามพระวินัย เรียกว่าครูน้อย ครูไม่สมบูรณ์ ที่ว่าครูไม่สมบูรณ์ ออกมาปฏิบัติแล้วก็ไม่สมบูรณ์ พูดถึงเรื่องส่วนใหญ่มันไกลมาก เหมือนกันกับไม่ได้เรียนอะไรเลยเรื่องพระวินัย

ฉะนั้น ผมจึงขอเสนอความเห็นแก่พระภิกษุทั้งหลายว่า เรื่องการปฏิบัตินั้น เราจะรู้พระวินัยโดยสิ้นเชิงก็ไม่ได้ เพราะบางสิ่งรู้ก็เป็นอาบัติ ไม่รู้ก็เป็นอาบัติ มันก็เป็นของยาก แต่ว่าพระวินัยนี้ท่านกำชับไว้ว่า ถ้าหากว่ายังไม่รู้สิกขาบทใด ข้ออรธอันใด ก็ให้ศึกษาให้รู้สิกขาบทนั้น ด้วยความพยายามจงรักภักดีต่อพระวินัย ถึงไม่รู้ท่านก็ให้พยายามศึกษาข้อนั้น



ให้รู้ ถ้าไม่เอาใจใส่ก็เป็นอับติอีก เช่นว่า ถ้าเรายังสงสัยอยู่นะ เป็นหญิงสำคัญว่า ชาย เข้าไปจับเลยอย่างนี้ สงสัยอยู่ที่เข้าไปจับ มันก็ยังผิดอยู่ ผมก็เคยคิดว่าไม่รู้ทำไมมันผิด

เมื่อมานึกถึงการภาวนา เราผู้ปฏิบัติจะต้องมีสติ จะต้องพิจารณา จะพูดจะจา จะจับจะแตะทุกอย่าง จะต้องพิจารณาก่อนให้มาก ที่เราพลาดไปนั้นเพราะเราไม่มีสติ หรือมีสติไม่พอ หรือไม่เอาใจใส่ในเวลานั้น เช่นว่า ตะวันยังไม่ทำโมง แต่ในเวลานั้นฝนฟ้าอากาศมันครึ้ม ไม่สามารถที่จะมองเห็นตะวันได้ ไม่มีนาฬิกา เราก็เลยคิดเอาประมาณเอาไว้ว่า “มันจะบ่ายแล้วละมั้ง” มีความรู้สึกอย่างนี้จริงๆ ในจิตใจ เราสงสัยอยู่ แต่เราก็ฉันอาหารเสีย พอฉันไปได้พักหนึ่ง แสงสว่างของพระอาทิตย์ มันก็เกิดขึ้นมา ได้ทำโมงกว่าเท่านั้นเอง นี่เป็นอับติแล้ว ผมก็มาคิดในใจว่า “เอ๊ะ มันก็ยังไม่เกินเที่ยง ทำไมเป็นอับติ”

ท่านปรับอับติเพราะว่าเผอเรอ ไม่เอื้อเพื่อ ไม่พิจารณาให้ถี่ถ้วนนี้เอง ไม่สังวรสำรวม ทำให้ถึงเป็นอย่างนั้นละ **ถ้าหากว่าสงสัยแล้วยังทำอยู่อย่างนี้ ท่านปรับอับติทุกกฎ**^๑ เพราะว่ามีสงสัย สงสัยว่าบ่าย แต่ความจริงนั้นไม่บ่าย ถูกอยู่ แต่ก็ปรับอับติตอนนี้ เพราะว่าจะอะไร ปรับเพราะไม่สังวรระวัง ประมาท ถ้าหากว่ามันบ่ายไปแล้ว สงสัยอยู่ว่าไม่บ่าย ก็เป็นอับติปาจิตตีย์ ที่ท่านปรับอับติทุกกฎนี้ เพราะไม่สังวรสำรวม สงสัยอยู่ จะถูกก็ตามจะผิดก็ตามก็ต้องอับติ ถ้าหากมันถูกก็ปรับอับติหย่อนลงมา ถ้าหากมันผิดก็ปรับอับติอย่างเต็มที่เลย

ฉะนั้น เมื่อพูดถึงเรื่องพระวินัยนี้ ฟันเฟืองมากเหลือเกิน ผมเคยไปกราบเรียน ท่านอาจารย์มั่น เวลานั้นเรากำลังจะเริ่มปฏิบัติ แล้วก็อ่านบุพพสิกขาไปบ้าง ก็เข้าใจพอสมควร ทีนี้ไปอ่านวิสุทธิมรรค ท่านมาพูดถึงสี่ลนินทศ สมาธินินทศ ปัญญานินทศ ศีระชะผมมันจะแตกเลย อ่านแล้วก็มาพิจารณาว่ามนุษย์ทำไม่ได้ ทำอย่างนั้นไม่ได้

^๑ อับติทุกกฎ เป็นชื่ออับติอย่างเบา

แล้วคิดไปอีกว่า **อันที่มนุษย์ทำไม่ได้นั้น พระพุทธเจ้าท่านไม่สอนหรือ ท่านไม่สอนแล้วท่านก็ไม่บัญญัติ** เพราะว่ามันนั้นไม่เป็นประโยชน์ต่อท่าน และก็ไม่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลอื่นด้วย สิ่งอะไรที่ใครทำไม่ได้ ท่านไม่สอน สีสันเทศน์มันละเอียดมาก สมาธิเทศน์ก็ยิ่งละเอียด ปัญญาเทศน์มันก็ยิ่งมากขึ้นอีก เรามานั่งคิดดูไปไม่ได้หวเสียแล้ว ไม่มีทางที่จะไป คล้ายๆ ว่ามันหมดหนทางเสียแล้ว

ถึงคราวนั้นก็กำลังกระเลาะกระสนเรื่องปฏิบัติของท่านอยู่ มันก็ติดอยู่อย่างนี้พอดีได้มีโอกาสไปนมัสการท่านอาจารย์มัน ก็เลยเรียนถามท่านว่า

“ผมจะอย่างไร เกลักระผมปฏิบัติใหม่ ไม่รู้จะปฏิบัติอย่างไร ความสงสัยมาก ยังไม่ได้หลักในการปฏิบัติเลยครับ”

ท่านว่า “มันเป็นยังไง”

“ผมหาทาง ก็เลยเอาหนังสือวิสุทธิมรรคมาอ่าน มีความรู้สึกว่ามันจะไปไม่ได้หวเสียแล้ว เพราะว่าเนื้อความในสีลนเทศ สมาธิเทศ ปัญญาเทศนั้น ดูเหมือนไม่ใช่วิสัยของมนุษย์เสียแล้ว ผมมองเห็นว่ามนุษย์ทั่วโลกนี้มันจะทำไม่ได้ครับ มันยาก มันลำบาก กำหนดทุกๆ ลิกขาบทนี้มันไปไม่ได้ครับ มันเหลือวิสัยเสียแล้ว”

ท่านก็เลยพูดว่า “ท่าน...ของนี้มันมากก็จริงหรือ แต่มันน้อย” ถ้าเราจะกำหนดทุกๆ ลิกขาบทในสีลนเทศนั้นนะ มันก็ยาก มันก็ลำบาก...จริง แต่ความจริงแล้วนะ ที่เรียกว่าสีลนเทศนั้น มันเป็นนิเทศอันหนึ่ง ซึ่งบรรยายออกไปจากจิตใจของคนเรา **ถ้าหากว่าเราบรมจิตของเราให้มีความอาย มีความกลัวต่อความผิดทั้งหมด นั่นแหละก็จะเป็นคนสำรวม จะเป็นคนสังวร จะเป็นคนระวัง เพราะความกลัว**

เมื่อเป็นอย่างนั้นจะเป็นเหตุที่ว่า เราจะเป็นคนมักน้อย เราจะไม่เป็นคนมักมาก เพราะว่าเรารักษาไม่ไหวนี้ ถ้าเป็นเช่นนั้นสติของเรามันจะกล้าขึ้น มันจะตั้งสติขึ้น จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนที่ไหน มันจะตั้งอกตั้งใจ มีสติเต็มเปี่ยมเสมอ ความระวังมันเกิดขึ้นมานั้นแหละ

อันใดที่มันสงสัยแล้วก็อย่าพูดมันเลย อย่าทำมันเลย ที่เรายังไม่รู้จะต้องถาม ครุบาอาจารย์เสียก่อน ถามครุบาอาจารย์แล้วก็รับฟังไว้อีก ก็ยังไม่แน่ใจ เพราะว่ามันยังไม่เกิดเฉพาะตัวเอง ถ้าหากเราจะไปกำหนดทุกประการนั้น ก็ลำบาก เราจะเห็นว่าจิตของเรายอมรับหรือยังว่า ทำผิดมันผิด ทำถูกมันถูก อย่างนี้เรายอมรับหรือเปล่า”

คำสอนของท่านอันนี้เป็นสิ่งสำคัญ ไม่ใช่จะไปรักษาลิขบาบหลายๆ ข้อ เรารักษาคิดอันเดียวเท่านั้นก็พอแล้ว

“อะไรทั้งหมดนี้ท่านไปดูนะ มันขึ้นต่อจิตทั้งนั้น ถ้าท่านยังไม่อบรมจิตของท่านให้มีความรู้มีความสะอาด ท่านจะมีความสงสัยอยู่เรื่อยไป วิถีกิจจําอยู่ตลอดเวลา ดังนั้น ท่านจงรวมธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไว้ที่จิต สำรวมอยู่ที่จิต อะไรที่มันเกิดขึ้นมาแล้ว สงสัยแล้ว เลิกมัน ถ้ายังไม่รู้แจ้งเมื่อใดแล้ว อย่าฟังทำมัน อย่าฟังพูดมัน เช่นว่า อันนี้ผิดไหมหนอ หรือไม่ผิด อย่างนี้คือยังไม่รู้ตามความเป็นจริงแล้ว อย่าทำมัน อย่าไปพูดมัน อย่าไปละเมิดมัน”

นี่ผมก็นั่งฟังอยู่ ก็เข้ากับธรรมะที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ธรรมอันใดเป็นไปเพื่อความสะสมซึ่งกิเลส ธรรมอันใดเป็นไปเพื่อความประกอบทุกข์ ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความกำหนดข้อมใจ ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมักมาก ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมักใหญ่ใฝ่สูง ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความคลุกคลี หมุ่มคณะ ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความเลียงยาก ลักษณะตัดสินพระธรรมวินัย ๘ ประการนั้นรวมกันลงไปแล้ว อันนี้เป็นสัตถุ คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า นอกนั้นไม่ใช่

ถ้าหากว่าเราสนใจจริงๆ จิตใจเราจะต้องเป็นคนอายต่อบาป กลัวต่อความผิด รู้จิตของตนอยู่ว่าสงสัยแล้วไม่ทำ ไม่พูด เรื่องสมาธิเนตคก็เหมือนกัน เรื่องปัญญาเนตคก็เช่นกัน อันนั้นมันตัวหนังสือ เช่น *ทิริโอดตตปะ* อยู่ในตัวหนังสือ มันก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้ามันมาตั้งอยู่ในใจของเราแล้ว มันก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง

ไปศึกษาเรื่องพระวินัยกับท่านอาจารย์มั่น ท่านก็สอนหลายอย่างหลายประการ ผมก็นั่งฟัง รวมเกิดความรู้ขึ้นมา ดังนั้นเรื่องการศึกษาพระวินัยนี้ ผมก็ได้ศึกษามากพอสมควร บางวันเอาตั้งแต่ ๖ โมงเย็นถึงสว่างเลยนะ ศึกษาตลอดพรรษา เข้าใจพอสมควร องค์กรของอาบัติทั้งหมดที่อยู่ในบุพพสิกขานี้ ผมเก็บไว้หมดในสมุดพกใส่ในย่ามตลอดเวลา ชะมักเขม่นพยายามที่สุด แต่กาลต่อมานี้ ก็เรียกว่ามันค่อยๆ คลายออก มันมากเกินไป ไม่รู้จักเนื้อไม่รู้จักน้ำ มันไม่รู้จักอะไร มันเอาไปทั้งหมดจิตใจมันก็มีปัญญาคลายออก มันหนัก ก็เลยพยายามสนใจในใจของตนเองตลอดมา ต่ำรับตำราที่ค่อยๆ ทยอยออกไปเรื่อย

ฉะนั้น ที่มาอบรมพระเถรนี้ ผมก็ยังเอาบุพพสิกขานี้เป็นหลักฐาน ได้อ่านบุพพสิกขาเวลาศึกษาพระวินัยให้พระฟัง หลายปีอยู่วัดป่าพง ผมทั้งนั้นละที่อ่านให้ฟัง สมัยนั้นขึ้นธรรมาสันเทศน์ อย่างน้อยก็ต้อง ๕ ทุ่มหรือ ๖ ทุ่ม บางทีก็ตี ๑ ตี ๒ นะ สนใจแล้วก็ฝึก ฟังแล้วก็ไปดูไปพิจารณา ถ้าเรามาฟังเฉยๆ นี้ ผมว่าไม่เข้าใจแยะคาย ออกจากการฟังแล้วเราต้องไปดูไปวินิจฉัย มันถึงจะเข้าใจ

ขนาดผมศึกษาหลายปีในสิ่งเหล่านี้ก็ยังรู้นิดหน่อย เพราะมันคลุมเครือกันหลายอย่าง ที่นี้มันท่างเห็นในการดูตำรับตำราหลายปีแล้ว ฉะนั้น ความจำในสิกขาบทต่างๆ นั้นมันก็น้อยลงๆ แต่ว่าในใจของเราะมันไม่บกพร่อง มันไม่ขาดเงินในใจเรา มันมีเรื่องหมายอยู่ อย่างนี้ไม่ได้สงสัยอะไร รู้จักก็เลยวางไว้ โดยมากก็บำเพ็ญจิตของตนอยู่เรื่อยไป ไม่ได้สงสัยในอาบัติทั้งหลายทั้งปวง

ขนาดที่ว่าจิตของเรามันอายุแล้ว ไม่กล้าจะทำความผิดแล้วในที่ลับหรือที่แจ้ง ไม่ฉลาดแม้แต่ตัวเล็ก ถ้าหากจะให้ฆ่าโดยเจตนา มดตัวหนึ่งปลวกตัวหนึ่งอะไรนี้ จะให้เอามือไปบีบมัน ถึงจะให้ตัวหนึ่งราคาหลายๆ หมื่นก็ฆ่ามันไม่ได้ ขนาดปลวกขนาดมดเท่านั้นนะ มันยังมีราคาสูงมาก แต่ว่าบางทีก็ทำมันตายนะ บางทีมันมาได้รำคาญก็บีบมันตาย ตายแล้วจิตของตนก็ไม่เสียใจอะไรเลย ไม่หวาดหวั่น ไม่สงสัยเพราะอะไร เพราะเจตนาเรามันไม่มี *สีสังวะทามิ* เจตนาหัง เจตนานี้เป็นตัวศีลเมื่อมันรวมเข้ามาเช่นนี้ เราจะทำมันตายด้วยเจตนาไม่มี ถึงแม้เราเดินไป เราเหยียบ



ไปถูกมันตาย สมัยก่อนเมื่อยังไม่รู้จักจิตของเรานั้นมันเป็นทุกข์ ปรับตัวเองแล้วว่าเป็นอภัตติแล้ว “เฮ้อ นี่ไม่ได้เจตนา” “ไม่มีเจตนา ก็ไม่สังวรสำรวมนะสิ” มันเป็นอย่างนี้ มันเข้ามาอย่างนี้ ก็เลยไม่สบายกระสับกระส่าย

ดังนั้น พระวินัยนี้จึงเป็นของก่อกวนกับผู้ประพฤติปฏิบัติทั้งหลาย และก็ มีประโยชน์มากด้วย ไม่ใช่ที่ไม่มีประโยชน์ สมกับที่ท่านว่า ไม่รู้สิกขาบทไหนก็ต้องให้รู้ ไม่รู้ก็ต้องได้ถามท่านผู้รู้ให้รู้ ท่านอย่าเหลือเกิน ทีนี้ถ้าหากว่าเราไปรู้ตามสิกขาบทอยู่ข้างนอก เราจะไม่รู้เท่าอภัตติ เช่นว่า ท่านอาจารย์เถา พระเถระในสมัยก่อน อยู่ลพบุรี วัดเขาวงกต วันหนึ่งก็มีมหาดวงค์หนึ่งเป็นลูกศิษย์มานั่งอยู่แล้วก็มีโยมผู้หญิงมาถามว่า “ท่านหลวงพ่อดิฉันจะนำท่านไปไหน ท่านจะไปไหม”

ท่านหลวงพ่อก็อ๋อเฉย มหาดวงค์นั้นนั่งอยู่ใกล้ๆ ก็นึกว่าท่านอาจารย์เถา ไม่รู้เรื่อง ไม่ได้ยิน ก็เลยว่า “หลวงพ่อดิฉันจะนำท่านไปไหน เขาจะนิมนต์ไปเที่ยวที่โน้น”

ท่านก็ว่า “ได้ยิน”

โยมก็พูดว่า “หลวงพ่อดิฉันจะไปหรือเปล่า”

ท่านก็เฉย ไม่พูด เลยไม่ได้เรื่อง ท่านไม่รับปาก เมื่อโยมผู้หญิงกลับไปแล้วท่านมหาก็อ๋อ “หลวงพ่อดิฉันเรียนถามหลวงพ่อดิฉันทำไมไม่พูด”

ท่านก็ว่า “โอ้ มหา ท่านรู้หรือเปล่า รู้ไหม คนที่มาเมื่อก็มีแต่ผู้หญิงทั้งนั้น จะชวนเดินทางร่วมกันกับพระ นี่คุณจะไปรับปากกับเขาทำไม ให้เขาชวนข้างเดียวฉันก็ไม่เป็นอะไร เมื่อเราอยากจะไปเราก็ไปได้ เพราะเราไม่ได้ชวนเขา เขาชวนข้างเดียว”

ท่านมหาก็เลยนั่งคิด “อ้อ เราเสียคนเหลือเกินนะ”

ผู้หญิงชวนพระเดินทาง แล้วเดินทางร่วมกันไปโน่นไปนี่ อย่างนี้ ท่านว่าชวนกันเดินทางร่วมกับผู้หญิง ถึงไม่ใช่สองต่อสอง มีแต่ผู้หญิง ท่านว่าผิดทั้งนั้นเป็นอภัตติปาจิตติย์



แล้วก็อีกเรื่องหนึ่ง เอกภพเกิดขึ้นมาที่วัดเขาวงกตนี้ คนเอาเงินมาถวายท่าน ท่านก็รับ พอเอาใส่ถาดมา ท่านก็ยื่นผ้าเช็ดหน้าไปรับ ท่านก็จับผ้าเช็ดหน้า เมื่อเขาจะเอาถาดมาวางท่านก็ขยับมือออกจากผ้าเช็ดหน้าอย่างนี้ ไม่ให้ติดผ้าเช็ดหน้า นี่อย่างนี้เป็นต้น เงินก็ทิ้งไว้ที่เตียง รู้แล้วไม่สนใจลุกหนีไป คือในพระวินัยท่านว่า ถ้าเราไม่ยินดีแล้วไม่บอกเขาก็ได้

ถ้าหากว่าเรายินดี “โยมอันนี้ไม่สมควรแก่พระ” นี่บอกเขาเสีย ถ้าเราไม่ยินดีจริงๆ ไม่บอกก็ได้ พอวางปุ๊บก็ลุกไปเลย ถ้าเรามีความยินดีต้องห้ามเขาเสียในสิ่งที่มันผิดอย่างนี้เป็นต้น ถ้าท่านรู้จักท่านก็ลุกไปจริงๆ อันนี้อาจารย์กับลูกศิษย์อยู่ด้วยกันตั้งหลายปีไม่ค่อยรู้เรื่องกัน อันนี้แย่ ข้อปฏิบัติของท่านอาจารย์เถาเล็กๆ น้อยๆ ผมก็ไปสืบแสวงหาพิจารณาอยู่หลายอย่าง

ฉะนั้น พระวินัยนี้มันเป็นของที่ทำให้บางคนสึกก็ได้ เมื่ออ่านหนังสือพระวินัยไป เออ โพล่ขึ้นมาแล้วตรงนั้นมันจะยันไปโน่น จะเอาอดีตมาโยง การบวชของเรามันจะถูกไหมหนอ อุปัชฌาย์ของเราจะบริสุทธิ์หรือเปล่า พระหัตถบาส เราก็ไม่มีใครสนใจในพระวินัยเลย นั่งรู้จักหัตถบาสกันไหม การสวดนาคจะถูกต้องหรือเปล่า อย่างนี้ มันค้นมันคิดไป โบสถ์ที่เราบวชนั้น ถูกต้องดีหรือเปล่า โบสถ์น้อยๆ อย่างนี้ สงสัยไปหมด ตกนรกทั้งนั้นแหละ มันตกเพราะเราไม่รู้จัก

อย่างนั้นกว่าจะมีอุบายแก้ไขจิตใจของตนนี้ลำบากมาก ต้องใจเย็นๆ ผลุนผลันเกินไปก็ไม่ได้ จะเย็นเกินไปจนไม่รับพิจารณาเหตุผลนี้ก็ได้ ผมจงจนเกือบจะสึกแล้วจริงๆ เพราะว่าเห็นความบกพร่องในการกระทำในการปฏิบัติของครูบาอาจารย์ สารพัดอย่าง ร้อน นอนไม่ได้เลย บาบจริงๆ บาบด้วยความสงสัย สงสัยเท่าไร ก็ยิ่งภาวนาไป ยิ่งทำความเพียรไป สงสัยที่ไหนก็ทำมันไปเรื่อยๆ ที่นั่นปัญญามันก็เกิด ความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมาเรื่อยๆ ความเปลี่ยนแปลงนั้นไม่รู้ว่าจะพูดให้ใครฟังได้ เปลี่ยนแปลงจนมันไม่สงสัยอะไร ไม่รู้มันเปลี่ยนแปลงโดยวิธีอะไร ถ้าเราไปพูดให้คนอื่นฟังเขาคงไม่รู้เรื่องเหมือนกัน



ดังนั้น จึงได้มาระลึกถึงคำสอน บัจฉัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ วิญญูชนฐู
เฉพาะตนเองอย่างนี้ มันก็เกิดขึ้นมาในขณะที่มันเป็นอย่างนั้น เรื่องปฏิบัติมันเป็น
อย่างนี้

เรื่องที่เราได้ศึกษาพระธรรมวินัยนั้นก็จริงอยู่ แต่ว่ามันศึกษานอกๆ เราไม่
ปฏิบัติ ถ้ามาปฏิบัติอย่างเอาจริงเอาจัง มันสงสัยไปหมดทุกอย่าง แต่ก่อนอาบัติ
ทุกกฏไม่รู้เรื่อง ไม่รับฟังอะไรทั้งนั้น เมื่อมาเข้าใจธรรมะจริงๆ แล้วถึงข้อปฏิบัตินี้ละ
อาบัติทุกกฏก็กลายเป็นปาราชิกเลย

สมัยก่อนนี้อาบัติทุกกฏไม่เป็นอะไร มันเล็กๆ น้อยๆ คิดอย่างนี้ ตอนเย็นๆ
มาแสดงอาบัติแล้วก็หายเท่านั้น แล้วก็ไปทำใหม่อีก นี่การแสดงอาบัติอย่างนี้เรียกว่า
มันยังไม่บริสุทธิ์ คือมันไม่หยุด มันไม่ตกลง มันไม่สังวรสำรวม ต่อไปทำอีกก็เป็นอีก
อยู่เรื่อยๆ อย่างนี้ **ความรู้ตามความเป็นจริงไม่มี การปล่อยวางมันก็ไม่มี**

ความเป็นจริงนั้นมันก็พูดยากเหมือนกัน อาบัตินี้ถ้าพูดตามธรรมะตามความ
จริง ไม่จำเป็นที่จะต้องแสดงมันแล้ว ถ้าหากว่าเห็นบริสุทธิ์ใจของตานั้นแหละ
ไม่ได้สงสัยอะไรทั้งสิ้น มันก็ขาดไปเท่านั้นแหละ ที่เรายังไม่บริสุทธิ์ คือเราสงสัย
อยู่ วิจิกิจฉาอยู่ลึกลงๆ อยู่เอง ยังไม่บริสุทธิ์แท้ มันจึงตกลงไม่ได้ ไม่เห็นตัว
ของตัวเอง มันเป็นในทำนองนี้ คือศีลเราเอง ไม่ใช่อื่นหรอก พระวินัยก็คือรั้ว
นั่นเอง เหมือนรั้วที่จะให้เราพ้นจากความผิดต่างๆ ต้องพิถีพิถันหน่อยนะอันนี้

เรื่องพระวินัยนี้ ถ้าหากว่ามันไม่เห็นในใจของตนมันก็ยาก ในเวลาก่อนมา
อยู่วัดป่าพงหลายสิบปี ผมก็ตั้งใจจะทิ้งเงินทั้งพรรษาก่อนพรรษาเลย ตัดสินใจไม่ได้
ในที่สุดผมเลยคิดว่าเอากระเป๋าเงินเดินลงมา พบมหาองค์หนึ่ง เดี่ยวนี้อยู่วัดระฆัง
เคยไปกับผม แล้วทิ้งกระเป๋าเงินให้

“นี่มหา เงินที่ท่านเป็นพยานให้ผมด้วย ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป ผมจะไม่หยิบ
ผมจะไม่จับ ถ้าผมไม่ลืกนะ ให้ท่านเป็นพยานให้ผมด้วย นิมนต์เถอะท่าน เอาไป
เถอะ เอาไปเรียนหนังสือเถอะ”

ท่านมหาที่ไม่อยากหยิบกระเป๋าสตางค์ อาย “ท่านอาจารย์ทำไมจึงทิ้งสตางค์หลายร้อยหนอ” ท่านก็ไม่สบายใจ

“ไม่ต้องเป็นห่วงผมหรอก ผมเลิกแล้ว ตกลงกันแล้วเมื่อคืนนี้ ตกลงแล้วครับ”

ตั้งแต่ท่านมหาเอาไปแล้วก็เหมือนผมตายไปจากท่านแล้ว พุดอะไรก็ไม่รู้เรื่องกันหรอก ท่านยังเป็นพยานอยู่ทุกวันนี้ ไม่เคยทำ ไม่เคยแลกไม่เคยเปลี่ยน ไม่เคยอะไรต่ออะไรเรื่อยมา อะไรต่างๆ ก็สำรวจมอยู่ มันก็เหมือนกับไม่มีอะไรจะผิด แต่มันกลัวเสมอแหละ แล้วการภาวนาทางในเราก็ภาวนาไปเรื่อยๆ ส่วนนั้นเราไม่ต้องการแล้ว เหมือนอย่างกับยาพิษนี่ เราเห็นแล้วว่า เอาให้คนกินก็ตาย เอาให้สุนัขกินมันก็ตาย เอาให้อะไรกินมันก็ตาย เป็นอันตรายทั้งนั้น ถ้าเราเห็นชัดอย่างนั้น แม้จะยืนจะเดิน จะนั่ง จะนอน เราก็รู้สึกเลยว่าอย่าไปกินยาพิษอันนั้น เพราะเราเห็นโทษมันชัดอย่างนี้ เลยไม่เป็นของยาก

อาหารการขบการฉันที่เขามาถวาย อะไรต่างๆ ที่สงสัย ไม่เอา แม้มันจะมีอะไรดีเลิศประเสริฐเท่าไรก็ไม่เอาเสียแล้ว ยกตัวอย่างง่ายๆ ปลาต้มอย่างนี้ ถ้าเราอยู่ในป่าไปบิณฑบาตเขาใส่ปลาต้มให้เป็นห่อ มีแต่ปลาต้มห่อเดียวเท่านั้น มาเปิดดูเป็นปลาต้มไม่สุก ก็เลยเอาทิ้ง ฉันข้าวเปล่าๆ ดีกว่า มันไม่กล้าลวง อย่างนั้นจึงเรียกว่าจิตมันเห็นพระวินัยนั้น มันก็ง่ายขึ้นๆ

พระสงฆ์จะเอาอะไรให้ เครื่องบริวาร จะเป็นบาตร จะเป็นมีดโกน จะเป็นอะไรต่างๆ ผมไม่เอา ถ้าไม่เห็นว่าเป็นเพื่อนด้วยกันสหธรรมิกอันเดียวกัน ไม่เอาทำไม ก็คนไม่สังวรสำรวจ เราจะเชื่อได้ไหม มันก็ทำผิดต่างๆ ได้ทั้งนั้น คนไม่สังวรสำรวจนี้ มันไม่เห็น มันก็เป็นไปได้แบบนี้ ความเห็นมันก็ลึกลงไปอย่างนั้น

ฉะนั้น มันจึงเป็นเหตุให้พวกสหธรรมิกทั้งหลายมอง “ท่านองค์นั้นไม่เล่นกับเพื่อน ไม่เข้าสังคม” ไม่อะไรต่ออะไร ผมก็เฉยเสีย “เออ คอยสังคมนันที่ตายเถอะที่จะตายมันอยู่สังคมอันเดียวแหละ” นี่ก็ไว้ในใจอย่างนี้ อยู่อย่างนี้เรื่อยมา ด้วยความอดทนมากที่สุด เลยเป็นคนพูดน้อย ใครมาพูดก้าวท้าวถึงการปฏิบัติของเรา

ก็เฉยๆ ทำไม่ถึงเฉย คือพูดแล้วเขาก็ไม่รู้จัก ไม่รู้การปฏิบัติ อย่างพระไปพิจารณา ซากศพนี้ บางคนก็ว่า “อย่าไปฟังท่านเลย เอาใส่ย่ามอย่าบอกท่าน อย่าให้ท่านรู้ว่า ใส่ย่าม”

“เออ โยมรู้ไหมว่าพระเป็นหรือพระตาย พระนี้โยมเห็นว่าพระเป็นหรือพระ ตายแล้ว ไม่ใช่เรียกสุรว่าน้ำหอม มันจะเป็นน้ำหอมหรือ มีแต่โยมเท่านั้นแหละ อยากจะกินเหล้าก็ว่าเป็นน้ำหอม ก็พากันกิน มันก็เป็นน้ำทั้งนั้นแหละ ไม่รู้เหล้ามัน เป็นอย่างไร”

ตรงนะ ฟังตัวเองตรงอย่างนี้ ไม่อย่างนั้นพระวินัยนี้ลำบาก ต้องเป็นคน มักน้อย ต้องเป็นคนสันโดษ จะต้องเป็นคนเห็น เห็นถูกจริงๆ

ไปอยู่สระบุรี เราเข้าไปพักอยู่กับวัดบ้านเขา อาจารย์องค์นั้นก็เสมอพรรษา ไปบิณฑบาตมาร่วมกัน เอาบาตรมาตั้ง โยมเอาปิ่นโตขึ้นมาจากศาลา เอาไปวาง พระ ก็ไปเอามา มารวมกันก็มาเปิดปิ่นโต จัดปิ่นโต ปิ่นโตเรียงกันยาวไปทางโน้น แล้ว พระก็ไปรับประเคน ก็เอานิ้วมือใส่ปิ่นโตทางนี้ ปิ่นโตนั้นไปทางโน้น โยมเขาก็เอามือ ใส่ปิ่นโตทางนั้น เอาแล้วพอแล้วก็จับมาถวายพระให้พระฉัน

ไปกับผมประมาณสักห้าองค์ ไม่ฉัน ไปบิณฑบาตมาก็มีแต่ข้าว นั่งรวมกัน ฉันแต่ข้าว ไม่มีใครกล้าฉันอาหารปิ่นโต เราก็ออยู่อย่างนี้เรื่อย ๆ

วันหนึ่ง ท่านอาจารย์ท่านก็เดือดร้อนเหมือนกัน คงจะมีลูกศิษย์ท่านไปพูด ให้ฟัง “พระอาคันตุกะเหล่านี้ไม่ฉันอาหารเลย ไม่ฉัน ไม่รู้ว่าเป็นอย่างไร” ท่านก็มีความเดือดร้อนขึ้น ผมก็มีเวลาอยู่นั้นตั้งหลายวัน จำเป็นต้องไปกราบเรียนท่าน สมภารวัด

บอกว่า “ท่านอาจารย์ ผมขอโอกาสเถอะนะ ในเวลานี้ผมมีธุระที่จะพัก ฟังบารมีท่านอยู่สักหลายวัน แต่ถ้าอยู่วัดนี้ บางทีก็ท่านอาจารย์จะระแวงระวัง หลายอย่างเหมือนกัน ทั้งพระภิกษุสามเณรทุกคน เพราะทำไมผมจึงไม่ฉันอาหาร ที่โยมเอามากๆ ผมจะขอเรียนให้อาจารย์ฟัง ผมไม่มีอะไรครับ ที่ผมไม่ฉันนั้นนะ



ผมได้รับการประพาศปฏิบัติมานานแล้ว การรับประเคนนะครับ ที่โยมมาวางไว้ พระไปเปิดปิ่นโตปลดสาย เปิดปิ่นโตแล้วก็เอาปิ่นโตซ้อน เอามาวางไว้ แล้วก็ให้เณร มาถวาย อันนี้ผมเห็นว่ามันผิด มันเป็นทุกกฎแล้ว คือไปลูบไปคลำ ไปจับต้องของ ยังไม่ได้ประเคน มันเสียหายทั้งนั้น ตามพระวินัย พระทุกองค์ฉันนะเป็นอาบัติ หมดเลย ข้อนี้เองครับ มีใช้รังเกียจใครทั้งนั้น ที่ผมมาเรียนท่านอาจารย์วันนี้มีใช้ จะห้ามให้ลูกศิษย์ลูกหาว่าท่านไปทำ มีใช้ ผมมาเล่าความบริสุทธิ์ให้ฟังเพราะว่าผม จะมีเวลาอยู่ในที่นี้หลายวัน”

ท่านก็ยกมือขึ้น “สาธุ ดีมากทีเดียว ผมไม่เคยเห็นพระที่รักษาซึ่งอาบัติทุกกฎ ในสระบุรี ไม่มีแล้วครับ มันจะมีก็นอกจังหวัดสระบุรี ผมขออนุโมทนาสาธุการเลย ครับ ผมไม่มีอะไร ดีแล้ว”

รุ่งขึ้นเช้า เข้าไปบิดนวดกลับมารวมกัน พระไม่เข้าไปใกล้เลยที่นี่ มีแต่โยม เข้ามาถวาย เพราะกลัวพระไม่ฉันจังหัน แต่วันนั้นมาพระเณรท่านก็กลัว ท่านจะยืน จะเดิน จะนั่ง ก็ลำบากคับแคบใจ ผมก็เลยเปิดเผยให้เข้าใจกันดีทุกองค์ รู้สึกว่า พระเณรที่นั่นกลัวมาก เข้าในกุฏิปิดเงียบสงบเลย ไม่มีเสียง ๒ วัน ๓ วัน ผมพยายามดีกะท่าน เพราะท่านกลัว อาย นี่มันเป็นอย่างนี้ จะต้องไปพูดอะไรให้รู้เรื่อง เราไม่มีอะไรจริงๆ

เราจะพูดว่าฉันจังหันไม่พอ หรือเราจะเอาอาหารอะไรๆ ไม่พูด เพราะอะไร ก็เราเคยอดอาหารมา ๗ วัน ๘ วัน ก็เคยมาแล้ว ๒ วัน ๓ วันเราเคยมาแล้ว อันนี้มีข้าวเปล่าๆ ฉัน มันไม่ตายหรอก

ที่มันมีกำลังก็คือที่เราปฏิบัติ ที่รับโอวาทรับธรรมะที่ได้ปฏิบัติแล้ว คิดว่า ทำตามพระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้นแหละ ไปตรงนั้น ใครทำอย่างนี้ ไปตรงนี้ ไม่เล่นกับใครแล้วพยายามที่สุดอย่างนี้ นี่ก็เพราะว่ามันรักตัวเอง รักข้อประพาศปฏิบัติ

คนไม่รักษาพระวินัย คนไม่ภาวนา กับคนภาวนาอยู่ด้วยกันไม่ได้ มันต้องแยกกันเลย มันไปด้วยกันไม่ได้ อันนี้ก็เป็นอย่างที่สำคัญ ผมก็ไม่รู้เรื่องเหมือนกันสมัยก่อน เป็นครูเป็นอาจารย์ของเขาสอนมันอย่างนั้น แต่เราไม่ได้ปฏิบัติ เสียหมดนะ มันเสีย เมื่อมาพิจารณาดีๆ โอ้ย มันไกลกันฟ้ากับดินเลย ความเห็นของเราละ

ดังนั้น คนเราจะไปตั้งสำนักวิปัสสนาทำกรรมฐานอยู่ในป่า อ่าเลย ถ้าไม่รู้เรื่องอย่าไปเลย ยิ่งร้าย เราก็เข้าใจว่าไปอยู่ในป่ามันจะสงบ เนื้อในของการปฏิบัตินั้นไม่รู้จัก บางคนก็ไปตากหญ้าเอาเอง บางคนก็ไปทำอะไรเอาเองสารพัดอย่างวุ่นวาย พอผู้รู้จักการประพฤติปฏิบัติเขามองดูเห็นแล้วไม่เอา มันไม่เจริญ อย่างนั้นมันไม่เจริญ จะไปตั้งอยู่ป่าที่สงบขนาดไหน มันเจริญไม่ได้ คือมันทำไม่ถูก

เห็นท่านอยู่ป่าก็ไปอยู่ป่าอย่างท่าน มันก็ไม่เหมือน ห่มจีวรก็ไม่เหมือน สีจีวรก็ไม่เหมือน ขบฉันอะไรมันก็ไม่เหมือนทั้งนั้นแหละ คือมันไม่ได้ฝึกไม่ได้หัดเสียที่ไม่ค่อยจะเป็นจริง เป็นก็เป็นหลักที่โฆษณาตามโลกเขา ก็เหมือนกับเขาโฆษณาขายยาเท่านั้นแหละ มันไม่ได้ยิ่งไปกว่านั้นหรอก ดังนั้นคนที่ไปตั้งวิปัสสนาใหม่ๆ ไปเรียนรู้วิธีมาก็ไปสอน จิตมันไม่เป็น จิตมันไม่เห็น เดียวก็เลิกเท่านั้นแหละ พังเท่านั้นแหละ เตือดร้อน

ดังนั้น พวกเราไม่ต้องเรียนอะไรกันมาก ดูนวโกวาทเขาว่าอะไรกันบ้าง มันเป็นอย่างไร ศึกษาให้เข้าใจแล้วพิจารณาแล้วก็จำไว้ นานๆ ก็มากราบครูบาอาจารย์ตรงนั้นมันเป็นอย่างไร อันนี้ะท่านจะอธิบายปลีกย่อยให้ฟัง เราก็ศึกษาไปเรื่อยๆ จนกว่าเราจะเข้าใจจริงๆ ในเรื่องพระวินัย.



ถ้าเราปฏิบัติธรรมจนเห็นธรรมแล้ว
สิ่งที่มันผิดเราก็ละมันได้จริงๆ

๑๔ | ทรงไว้ซึ่งข้อวัตร

วันนี้เป็นโอกาสที่ท่านทั้งหลายได้มาประชุมกัน ณ โอกาสนี้ทุกปี
คณะเราทำการสอบธรรมะ แล้วก็มารวมกัน ทุกๆ ท่านให้พากันเข้าใจว่า
ผู้ปฏิบัติควรสนใจการกระทำกิจวัตร อจารีวัตร อุปัชฌายวัตร อันนี้เป็น
เครื่องยึดเหนี่ยวหัวใจของพวกเราทั้งหลายให้เป็นกลุ่มเป็นก้อน มีความ
สามัคคีพร้อมเพรียงซึ่งกันและกัน และเป็นเหตุให้พวกเราได้ทำความเคารพ
ซึ่งจะเป็นมงคลในหมู่พวกเราทั้งหลาย

ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลมาจนถึงบัดนี้ ทุกกลุ่มทุกเหล่าถ้าขาดความ
เคารพกันแล้ว ก็ไม่สำเร็จประโยชน์ แม้ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งก็เหมือนกัน
จะเป็นฆราวาส จะเป็นบรรพชิต ถ้าขาดความเคารพเคารวะ ความมั่นคงก็
ไม่มี ถ้าความเคารพเคารวะไม่มี ก็เกิดความประมาท กิจวัตรทุกอย่างมัน
ก็เสื่อมทรามไป



คณะกรรมฐาน คณะปฏิบัติ พวกเราที่มารวมอยู่ที่นี้ประมาณ ๒๕ พรรษาแล้ว มีความเจริญก้าวหน้ามา ตามที่ผมสังเกตเห็นก็เรียกว่าเจริญมาเรื่อยๆ แต่ว่าถึงจุดหนึ่งมันก็จะเสื่อมได้ อันนี้ให้เราเข้าใจ องค์กรสมเด็จพระสังฆราชเจ้า มองเห็นเหมือนกัน แต่ถ้าหากว่าพวกเราทั้งหลายอาศัยความไม่ประมาท มีความเคารพการระ ทำกิจวัตรอันนี้ติดต่อกันไปไม่ขาด ผมเข้าใจว่าความสามัคคีของพวกเรานั้นจะมีความมั่นคง การประพฤติปฏิบัติในหมู่คณะของพวกเรา ก็จะเป็นเหตุให้ยืนยงคงทน ยังพุทธศาสนานี้ให้เจริญไปนาน

ที่นี้ปริยัติและปฏิบัติมันเป็นคู่กันโดยตรง คือว่าปริยัติกับปฏิบัตินี้เป็นของคู่กันมา ยังพุทธศาสนาให้เจริญถาวรรุ่งเรืองตลอดถึงบัดนี้ ก็เพราะการศึกษา แล้วก็รู้ รู้แล้วก็ปฏิบัติตามความรู้ของเรา นั่นเรียกว่าการประพฤติปฏิบัติ

ถ้าหากว่าเราเรียนปริยัติ อาศัยความประมาท เท่าที่ผมเคยสังเกตมาแล้ว คือสมัยหนึ่งผมอยู่ที่นี้ พระอยู่จำพรรษาประมาณ ๗ องค์ เป็นปีแรก ผมก็เลยมาคิดว่า เรื่องการเรียนปริยัติกับปฏิบัตินี้ ถ้าตั้งปริยัติขึ้นเมื่อไหร่ เสื่อม โดยมากเป็นอย่างนี้ ทั้งการปฏิบัติก็เป็นไปได้ยาก มันเสื่อม โดยมากเป็นเสียอย่างนั้น เมื่อได้มาคำนึงถึงอันนี้ ผมอยากจะรู้เหตุข้อมูลว่ามันเป็นเพราะอะไร ก็เลยมาตั้งสอนพระเถรในพรรษานั้น ๗ องค์ สอนประมาณสัก ๔๐ วัน จันเสร็จแล้วก็สอนจน ๖ โมงเย็นทุกวัน ไปสอบสนามหลวงปรากฏว่าได้ผล ๗ องค์สอบได้หมดทุกองค์เลย อันนี้ดี

แต่ว่ามันมีการบกพร่องอยู่อย่างหนึ่งกับบุคคลที่ไม่มีความระมัดระวัง การเรียนปริยัตินี้ต้องอาศัยการพูด อาศัยการท่องบ่นต่างๆ เป็นต้น บุคคลที่ไม่ค่อยสังวรไม่ค่อยสำรวมนั้น ก็เลยทิ้งการปฏิบัติมาท่องมาบ่นจดจำด้วยสัญญาเสียเป็นอย่างมาก เป็นเหตุให้พวกเราทั้งหลายนั้นทั้งบ้านเก่าเรา ทั้งมูลเก่าเรา ทั้งข้อปฏิบัติอันเก่าของเราไป โดยมากมันเป็นเช่นนี้

ที่นี้เมื่อเรียนจบแล้ว สอบสนามหลวงแล้ว ตูกริยาพระเถรก็ต่างจากเก่า เดินจงกรมก็ไม่ค่อยมี นั่งสมาธิก็น้อย การคลุกคลีกันก็มากขึ้น ความสงบระงับมันน้อยลง ความเป็นจริงการปฏิบัตินะ เมื่อเดินจงกรมแล้วก็ตั้งใจเดินจงกรม เมื่อนั่งสมาธิก็ตั้งอกตั้งใจทำ เมื่ออยู่ในอิริยาบถการเดิน การยืน การนั่ง การนอน เราก็พยายามสังวรสำรวจ

แต่เมื่อเรามาเรียนหนังสือแล้วมันเป็นสัญญาเสียโดยมาก เลยเพลินไปตามปริยัติอันนั้น ลืมตัวเสีย ก็เล่นอารมณ์ภายนอก

อันนี้มันก็เป็นแต่เฉพาะคนที่ไม่มีปัญญา บุคคลที่ไม่สังวรสำรวจ บุคคลที่ไม่มีสติติดต่อกัน ก็เป็นเหตุให้เสียหายได้เหมือนกัน มันเป็นเพราะเหตุนี้ที่เมื่อนักเรียนเรียนหนังสือ ไม่ได้นั่งสมาธิ ไม่ได้เดินจงกรม การสังวรสำรวจมันก็น้อย เป็นเหตุให้จิตฟุ้งซ่าน การพูดเรื่อยเปื่อย ไม่สังวรสำรวจ จับกันเป็นกลุ่มเป็นก้อนก็มากขึ้นมา หลายขึ้นมา อันนี้เป็นเหตุให้เสื่อม มันไม่ใช่เป็นเพราะปริยัติ มันเป็นเพราะบุคคลเราไม่ตั้งใจ ลืมเนื้อลืมตัวเสีย

ความจริงปริยัตินี้เป็นของชี้ช่องทางให้เราประพฤติปฏิบัติทั้งนั้น ถ้าหากเราไปเรียนแล้วลืมตัว การพูดมันก็มาก การเล่นมันก็มาก การเดินจงกรมทิ้งไปหมด แล้วก็มีอาการกระสันอยากจะสึก โดยมากเรียนไม่ได้ก็สึกกัน อันนี้เป็นเหตุ ไม่ใช่เพราะเพราะปริยัติไม่ดี ปฏิบัติไม่ถูก ไม่ใช่อย่างนั้น เป็นเพราะพวกเราทั้งหลายนั้นขาดการพิจารณา ความเป็นจริงการปฏิบัตินั้นจะอ่านหนังสือ จะท่องหนังสือ จะทำอะไรมันก็เป็นกรรมฐานกันทั้งนั้น

ฉะนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ในพรรษาที่สองผมเลยเลิกสอน เลิกการสอนปริยัติอีกหลายปีต่อมามีกุลบุตรมากขึ้น บางคนก็ไม่วู้เรื่องพระธรรมวินัย สมมุติบัญญัติก็ไม่วู้เรื่อง ก็เลยปรับปรุงขึ้นมาใหม่ ขอครูบาอาจารย์ผู้ที่ได้เรียนมาแล้วนั้นสอนพยายามสอนจนตลอดมาถึงทุกวันนี้ การเรียนปริยัติจึงเกิดขึ้นมา

ฉะนั้น ทุกปีเมื่อเรียนเสร็จแล้ว ผมก็ให้ท่านเปลี่ยนใหม่ ตำรับตำราต่างๆ ที่มันไม่สำคัญ เก็บใส่ตู้ไว้เสีย อ่านเฉพาะที่มันเป็นข้อปฏิบัติเท่านั้น ตั้งใหม่ เข้าหลักเดิมของเรา มายกข้อประพจน์ปฏิบัติส่วนรวมขึ้นมา เช่นว่า จะต้องทำวัตร สวดมนต์พร้อมเพรียงกัน อันนี้เป็นหลัก ทำไปเพื่อแก้ความขี้เกียจ แก้ความรำคาญ เป็นเหตุให้เราขยันหมั่นเพียรขึ้นมา ทุกคนก็ทำกันเรื่อยๆ มาตลอดทุกวันนี้ ปีนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ให้พวกเราทั้งหลายอย่าทิ้งหลักการประพจน์ปฏิบัติ การพูดน้อย นอนน้อย กินน้อย การสงบระงับ ไม่คลุกคลีหมู่คณะ การเดินจงกรมเป็นประจำ การนั่งสมาธิเป็นประจำ การประชุมกันเนื่องนิത്യในคราวที่ควรประชุม อันนี้ขอให้เอาใจใส่ทุกๆ ท่านต่อไป

ฉะนั้น พวกท่านทั้งหลายอย่าเอาโอกาสดีๆ อันนี้ไปทิ้ง ฟังประพจน์ปฏิบัติ เรามีโอกาสอยู่ใต้การปกครองของครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ท่านก็ปฏิบัติกันชั้นหนึ่ง ให้พวกเราทั้งหลายตั้งใจประพจน์ปฏิบัติกันไป ก็เป็นกันมาอย่างนี้ ฉะนั้น จึงให้พวกท่านทั้งหลายรวมกันทำ สามัคคีเข้าหลักเดิม เคยเดินจงกรมก็ต้องเดิน เคยนั่งสมาธิก็ต้องนั่ง เคยมาทำวัตรตอนเช้าทำวัตรตอนเย็นนั้นก็พยายาม อันนี้เป็นกิจของท่านโดยตรง

อันนี้ขอให้ท่านตั้งใจ คนอยู่เฉยๆ นั้นไม่มีกำลังนะ คนป่วยเข้าน คนที่อยาก จะสึก วุ่นวาย ดุชิ ก็คือคนที่ไม่ตั้งใจปฏิบัติ ไม่มีงานทำ เราจะอยู่เฉยๆ ไม่ได้ กิจ ในพุทธศาสนาเนี่ย เป็นพระเป็นเณรเราอยู่ดีกินดีแล้วจะอยู่สบายไม่ได้ กามสุขัลลิกานุโยโค นี่มันเป็นพิษอย่างมากทีเดียว ให้พวกท่านทั้งหลายกระเสือกกระสนหา ข้อประพจน์ปฏิบัติของตน เพิ่มข้อวัตรขึ้น เตือนตนเองมากขึ้น

อันใดที่มันบกพร่องก็พยายามทำดีขึ้นไป อย่าไปอาศัยอย่างอื่นเป็นอยู่ คนที่มีกำลังนี้ เดินจงกรมก็ไม่ได้ขาด นั่งสมาธินี้ไม่ได้ขาด สังวรสำรวมไม่ได้ขาด เราสังเกตพระเณรที่นี้ก็ได้ องค์กรใดถ้าเห็นว่าฉันเสร็จแล้วหมดธุระแล้ว เข้าไปในกุฏิของท่าน ตากจีวรไว้ เดินจงกรม เดินไปตามกุฏิเท่านั้น เราจะเห็นทางเดินเป็นแถว เราเห็นบ่อยครั้ง การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ ท่านองค์นี้ไม่เบื่อไม่หน่าย นี่ท่านมีกำลัง ท่านเป็นผู้มีกำลังมาก

ทุกๆ องค์ถ้าเอาใจใส่ในการประพฤติปฏิบัติอย่างนี้แล้ว ผมว่ามันสบาย ไม่ค่อยมีอะไรมากมาย ถ้าหากว่าใครไม่อยู่ในการประพฤติปฏิบัติ การเดินจงกรม การทำสมาธิ ไม่มีอะไร มีแต่การเที่ยว มันไม่สบายตรงนี้ ไปเที่ยวตรงนั้น มันไม่สบายตรงนั้น ไปเที่ยวตรงนี้ เเท่นั้นแหละ ตะลอนไปเรื่อย อย่างนั้นมันก็ไม่ตั้งใจกัน ไม่ค่อยดี ไม่ต้องอะไรมากมายหรอก เราอยู่ให้รู้จักข้อวัตรปฏิบัติ ให้มันสุขุมเสียก่อนเถอะ การเที่ยวไปมามันเป็นของภายหลัง มันไม่ยาก ของง่ายๆ ตั้งใจกันทุกๆ องค์นะ

อันนี้พูดถึงการเสื่อมการเจริญมันก็เป็นมาอย่างนี้ **ถ้าจะให้มันดีจริงๆ แล้ว ปรียัตถิก็พอสมควร ปฏิบัติก็พอสมควร** เป็นคู่เคียงกันไป อย่างกายกับจิตนี้เป็น ตัวอย่าง จิตมีกำลัง กายก็ปราศจากโรค กายดี จิตมันก็ได้รับความสงบระงับ ถ้าหากว่าจิตอ่อนวาย กายสมบูรณ์อยู่ มันก็เป็นไปได้ยาก ถ้าหากว่ากายมีเวทนา มาก จิตไม่มีกำลัง จิตนั้นก็มายึดกาย เป็นต้น ก็ไม่สบายกันไปอีก นี่พูดถึงผู้ที่ยังศึกษา อยู่ เราก็ต้องศึกษาอย่างนี้

การศึกษานี้ในทางกรรมฐานเรา นี้ ศึกษาเรื่องการบำเพ็ญและการละ ที่ว่าศึกษา นี้ ถ้าหากว่าเราถูกอารมณ์มา เรายังไปยึดใหม่ ยังมีวิตกใหม่ ยังมีความน้อยใจใหม่ มีความดีใจใหม่ พุดง่ายๆ เรายังหลงอารมณ์เหล่านั้นอยู่ใหม่ หลงอยู่ เมื่อไม่ชอบ ก็แสดงความทุกข์ขึ้นมา เมื่อชอบก็แสดงความพอใจขึ้นมา จนเกิดเป็นกิเลส จนใจเราเศร้าหมอง อันนั้นเราจะมองเห็นได้ว่า เรายังบกพร่องอยู่ ยังไม่สมบูรณ์ บริบูรณ์ เราจะต้องศึกษา จะต้องมีการละ ต้องมีการบำเพ็ญอยู่เสมอไม่ขาด นี้ ผู้ศึกษาอยู่ มันติดอยู่ตรงนี้เราก็รู้จักว่าติดอยู่ตรงนี้ เราเป็นอย่างนี้ เราจะต้องแก้ไข ตัวเราเอง

การอยู่กับครูบาอาจารย์หรืออยู่นอกครูบาอาจารย์ก็เหมือนกัน ใจความกลัว นั้นบางคนก็มีความกลัว ถ้าไม่เดินจงกรมก็กลัวครูบาอาจารย์จะดุจะว่า นี่ก็ยังคงอยู่ แต่ว่าข้อประพฤติปฏิบัติที่เห็นนั้นไม่ต้องกลัวใคร กลัวแต่ความประมาทมันจะเกิดขึ้น มา กลัวความผิดมันจะเกิดขึ้นมาที่กายที่วาจาที่ใจของเราตัวเอง



เมื่อเราเห็นความบกพร่องที่กายที่วาจาที่ใจของเราแล้ว เราก็ต้องพิจารณาควบคุมจิตใจของเราอยู่เสมอ **อัตตะนา โจทยัตตาทัง** จงเตือนตนด้วยตนเองไม่ต้องพึ่งการงานอันนั้นให้คนอื่นช่วย เรายังปรับปรุงตัวเองเสีย ให้รู้จักอย่างนี้เรียกว่าการศึกษา การละ การบำเพ็ญ จับอันนั้นมาพิจารณาให้มันเห็นแจ่มแจ้ง

ที่เราอยู่กันนี้ด้วยการอดทน อดทนต่อกิเลสทั้งหลายนี้ มันก็ดีส่วนหนึ่งเหมือนกัน แต่อดทนอันนี้ก็เรียกว่าปฏิบัติธรรม ยังไม่เห็นธรรม **ถ้าเราปฏิบัติธรรมจนเห็นธรรมแล้ว สิ่งที่มันผิดเราก็ละมันได้จริงๆ** อันใดมันเกิดประโยชน์ เราก็ประพฤติอันนั้นให้มันเกิดได้จริงๆ เมื่อเราเห็นในจิตของเราอย่างนี้เราก็สบาย ใครจะมาว่าอย่างไรก็ช่าง เราเชื่อจิตของตนเอง มันไม่วุ่นวาย จะอยู่ที่ไหนก็อยู่ได้อย่างนี้

ที่นี้พวกเราเป็นพระเล็กเถรน้อยบวชก็มาปฏิบัติ บางทีเห็นครูบาอาจารย์ท่านก็ไม่ค่อยเดินจงกรม ไม่ค่อยนั่งสมาธิ ไม่ค่อยทำอะไรต่ออะไรของท่าน เราก็อย่าเอาตัวอย่างท่านนั้น ให้เอา ‘เยี่ยง’ อย่าไปเอา ‘อย่าง’ ท่าน

เยี่ยงมันเป็นอย่างหนึ่ง อย่างมันเป็นอย่างหนึ่ง คือสิ่งอะไรที่ท่านพออยู่สบายแล้ว ท่านก็อยู่สบายๆ ถึงท่านไม่ทำทางกาย ทางวาจา ท่านก็ทำของท่านทางใจ ใจสั่งภายในจิตนั้นตามองไม่เห็น

การประพฤติปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา มันเป็นเรื่องของจิต ถึงแม้ไม่แสดงทางกาย ทางวาจา เรื่องจิตมันก็เป็นส่วนจิต ฉะนั้น เมื่อเห็นครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติมานานแล้ว พอสมควรแล้ว บางทีท่านก็ปล่อยกายวาจาของท่าน แต่ท่านคุมจิตของท่าน ท่านสำรวมอยู่แล้ว ถ้าเราเห็นเช่นนั้น เราก็ไปเอาอย่างท่านแล้วก็ปล่อย การปล่อยวาจาเราก็ปล่อยไปตามเรื่อง มันก็ไม่เหมือนกันเท่านั้น มันคนละที่ อันนี้ให้พิจารณา มันต่างกันเสียแล้ว มันคนละที่เสียแล้ว

อันนั้น เมื่อท่านนั่งอยู่ท่านก็ไม่มีความประมาท ท่านไม่วุ่นวายกับสิ่งทั้งหลาย แต่ท่านก็อยู่ในสิ่งอันนั้น อันนี้เราก็ไม่รู้จักท่าน สิ่งในใจมันไม่มีใครรู้จัก เราจะไปดูตัวอย่างข้างนอกอย่างเดียวนั้นก็ไม่ได้ เรื่องจิตนี้เป็นของสำคัญ

เราถ้าพูดไปก็ไปตามคำพูด ถ้าทำมันก็ไปตามการกระทำนั้น บางทีที่ท่านทำมาแล้ว ภายของท่าน ท่านก็ทำได้ วาจาของท่าน ท่านก็พูดได้ แต่จิตของท่านไม่เป็นไปตามนั้น เพราะว่าจิตของท่านปรารถนารวมปรารถนาวินัยอยู่ เช่น บางอย่างท่านจะทรมานเพื่อนฝูงทรมานลูกศิษย์หรืออะไรต่างๆ การพูดมันก็หยาบ ไม่ค่อยเรียบร้อย ทางการของท่านก็หยาบ เมื่อเราไปเห็นเช่นนั้น เราเห็นแต่กายของท่าน ส่วนจิตนั้นที่ท่านปรารถนารวมหรือปรารถนาวินัยเรามองเห็นไม่ได้ อย่างไม่รู้ข้างมันเถอะ ให้เรายึดเอาคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า อย่าประมาท ความไม่ประมาทนี่แหละเป็นสิ่งที่ไม่ตาย ความประมาทนั่นแหละคือความตาย ให้ถืออย่างนี้ ใครจะทำอย่างไรก็ช่างใครเถอะ เราอย่าประมาทเท่านั้น อันนี้เป็นของที่สำคัญ

อันนี้ที่ผมกล่าวมานี้เพื่อจะเตือนท่านทั้งหลายว่า เวลาที่เราสอบสนามหลวงมาเสร็จแล้ว แล้วก็มีโอกาสที่จะเที่ยวสัญจรไปมา แล้วก็มีโอกาสที่จะทำอะไรๆ หลายๆ อย่าง ขอให้ท่านทั้งหลายมีความสำนึกรู้สึกตัวอยู่เสมอว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติ เป็นผู้ปฏิบัติต้องสังวรสำรวมระวัง อย่างคำสอนที่ท่านสอนว่า ภิกขุ ท่านแปลว่า ผู้ขอ ถ้าแปลอย่างนี้การปฏิบัติมันก็ไปรูปหนึ่ง หยาบๆ

ถ้าใครเข้าใจ อย่างพระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ภิกขุ แปลว่า ผู้เห็นภัยในสงสาร นี่มันก็ลึกซึ้งกว่ากันทั้งนั้น ผู้เห็นภัยในสงสารก็คือเห็นโทษของวิภวัญจะทั้งหลายนั้น ในวิภวัญจะนี้มีภัยมากที่สุด แต่ว่าคนธรรมดาสามัญไม่เห็นภัยในสงสารนี้ เห็นความสนุกเห็นความสนานความรื่นเริงบันเทิงในโลกอันนี้ แต่ท่านว่า ภิกขุ ผู้เห็นภัยในสงสาร

สงสารนั้นคืออะไร สังสاره สุขัง สังสاره ทุกขัง ทุกข์ในสงสารนี้เหลือที่จะทนได้ มันมากเหลือเกินแหละ อย่างความสุขนี่มันก็เป็นสงสาร ท่านก็ไม่ให้เอาไปยึดมั่น ถ้าเราไม่เห็นภัยในสงสาร เมื่อเกิดความสุขเราก็ยึดความสุขนั้นเข้าไป ไม่รู้จักทุกข์ คล้ายๆ ไม่รู้จักความผิด เหมือนเด็กไม่รู้จักไฟ มันเป็นอย่างนั้น



ถ้าเราเข้าใจการประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ว่า ภิกขุ ผู้เห็นภัยในสงสาร ถ้ามีธรรมะข้อนี้ เข้าใจอย่างนี้ มันจมอยู่ในใจของผู้ใด ผู้นั้นจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ที่ไหนก็ตาม ก็เกิดความสลด เกิดความสังเวช เกิดความรู้ตัว เกิดความไม่ประมาทอยู่ นั้นแหละ ถึงท่านจะนั่งอยู่เฉยๆ ก็เป็นอยู่อย่างนั้น ท่านจะทำอย่างไรอยู่ท่านก็เห็นภัยอยู่อย่างนั้น อันนี้มันอยู่คนละที่กันเสียแล้ว การปฏิบัตินี้เรียกว่า ผู้เห็นภัยในสงสาร

ถ้าเห็นภัยในสงสารแล้วท่านก็อยู่ในสงสารนี้แหละ แต่ท่านไม่ยึดอยู่ในสงสารนี้ คือ รู้จักสมมุติอันนี้ รู้จักวิมุติอันนี้ ท่านจะพูดก็พูดต่างจากเรา ทำก็ทำต่างจากเรา คิดก็คิดต่างจากเรา นี่การปฏิบัติมันฉลาดกว่ากันอย่างนี้

ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ท่านยังบอกว่า ให้เอาเยี่ยงของท่าน อย่าไปเอาอย่างท่าน มันมีเยี่ยงกับอย่าง ๒ อย่างคลุมกันอยู่ ถ้าว่าคนไม่ฉลาดก็ไปจับหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันก็ไม่ได้ อันนี้แหละ เวลานี้เราก็ต้องมีการมึนงานอะไรหลายๆ อย่าง พวกเราทั้งหลายอย่าพากันเพลิน

ส่วนผมปีนี้ร่างกายไม่ค่อยสบาย ไม่ค่อยดี บางสิ่งบางอย่างผมก็มอบให้พระภิกษุสามเณรทุกๆ องค์ช่วยกันทำต่อไป บางทีผมก็พักผ่อน โดยมากก็ชอบเป็นอย่างนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมา ทางโลกก็เหมือนกัน พ่อแม่ยังอยู่ลูกเต้าก็สบายสมบูรณ์ ถ้าพ่อแม่ตายไปแล้วลูกเต้าแตกกันแยกกัน เป็นคนรวยก็กลับเป็นคนจน อันนี้มันเป็นธรรมดาอยู่ในโลกนี้ มันมีอยู่แล้วและเรามองเห็นอยู่ เช่นว่าเมื่อครูบาอาจารย์ยังอยู่ที่สบายสมบูรณ์บริบูรณ์ ยกตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้าของเรา เป็นต้น เมื่อท่านยังทรงพระชนม์อยู่นั้นเรียกว่ากิจการต่างๆ นั้นก็เรียบร้อย มันดีทุกอย่าง เมื่อปรินิพพานไปแล้วนั้นนะ ความเสื่อมมันเข้ามาเลย

เพราะอะไร ก็เพราะเรานะ เมื่อครูบาอาจารย์ยังอยู่ที่เกิดเปลวไปประมาทไป ไม่ชะมักเขม้นในการศึกษาและการประพฤติปฏิบัติ ทางโลกก็เหมือนกัน พ่อแม่ยังอยู่แล้วก็ปล่อยให้พ่อแม่ อาศัยพ่อแม่เรายังอยู่ ตัวเราก็ไม่เป็นการเป็นงาน เมื่อพ่อแม่ตายไปหมดแล้วก็ต้องเป็นคนจน ฝ่ายพระเจ้าพระสงฆ์เราก็เหมือนกัน ถ้าหาก



ครูบาอาจารย์หนีหรือมรณภาพไปแล้ว ชอบคลุกคลีกัน ชอบแตกสามัคคีกัน เลื่อมเกือบทุกแห่งเลย อันนี้เป็นเพราะอะไร เพราะว่าเราทั้งหลายพากันผลอตัวอยู่

เราอาศัยบุญบารมีของครูบาอาจารย์อยู่ เราก็ไม่เป็นอะไร สบาย ถ้าหากว่า ครูบาอาจารย์เสียไปแล้ว ลูกศิษย์ชอบแตกกัน ชอบแยกกัน ความเห็นมันต่างกัน องค์ที่คิดผิดก็ไปอยู่แห่งหนึ่ง องค์ที่คิดถูกก็ไปอยู่แห่งหนึ่ง ผู้ที่ไม่สบายใจหนีออกไป จากเพื่อนแล้วไปตั้งใหม่อีก ก่อกำเนิดขึ้นมาใหม่อีก มีบริษัทมีบริวารประพฤติดี ประพฤติชอบขึ้นมาอีกในกลุ่มนั้น ชอบเป็นอย่างนี้ ปัจจุบันนี้ยังเป็นอย่างนั้น อันนี้ เพราะพวกเราทำให้บ่กพร่อง บกพร่องเมื่อครูบาอาจารย์ยังอยู่ เรายังอาศัยความ ประมาทกันอยู่ ไม่หยิบเอาข้อวัตรปฏิบัติอันที่ท่านประพฤติปฏิบัติมานั้นยกเข้ามา ใส่ใจของเรา จะประพฤติปฏิบัติตามอย่างนั้นไม่ค่อยมี

แม้แต่ครั้งพุทธกาลก็เหมือนกัน เคยเห็นไหมพระภิกษุผู้เฒ่าหนึ่งงี่ละ สุภทท- ภิกษุหนึ่ง พระมหากัสสปะมาจากป่าวาล มาถามปริพาชกว่า

“พระพุทธเจ้าของเรายังสบายดีอยู่หรือเปล่า”

“พระพุทธเจ้าปรินิพพานไป ๗ วันเสียแล้ว”

พระทั้งหลายที่ยังมีกิเลสหนาปัญญาหยาบ ยังไม่บรรลุมรรคผลนิพพานก็ น้อยใจ ร้องไห้ ก็มี ครวญครางหลายๆ อย่าง

ผู้ถึงธรรมก็เห็นว่า “พระพุทธเจ้าของเราปรินิพพานไปแล้ว ไปด้วยดีแล้วหนอ”

ผู้ที่มีกิเลสมาก อย่างเช่นพระสุภททะพูดว่า “ท่านจะร้องไห้ทำไม พระพุทธ- องค์ท่านนิพพานไปนะดีแล้ว เราจะอยู่สบายกัน เมื่อท่านยังอยู่นั้นจะทำอะไรก็ได้ จะพูดอะไรก็ได้ ชัดซึ้งทั้งนั้นแหละ เราอยู่ลำบากเราใจเรา อันนี้มันดีแล้ว ท่าน นิพพานไปแล้ว สบายเลย อยากทำอะไรก็ทำ อยากพูดอะไรก็พูด อันนี้เราจะร้องไห้ ทำไม”

มันเป็นมาแต่ไหน มันเป็นมาอยู่อย่างนี้



ฉะนั้น อยากรู้ก็ตาม ถึงครั้งพระพุทธเจ้าเราก็เอาเนื้อไว้ไม่ได้ อย่างเรามีแก้วน้ำใบหนึ่ง เราพยายามรักษามันให้ดี ใช้แล้วก็เช็ดมัน เก็บมันไว้ที่สมควร ระมัดระวัง แก้วใบนั้น มันจะได้ใช้ไปนานๆ เราใช้ไปเสร็จแล้วคนอื่นจะได้ใช้ต่อไปนานๆ ให้มันนานเท่าที่มันจะนานได้ ถ้าหากว่าเราใช้แก้วแตกวันละใบ วันละใบ วันละใบ กับการใช้แก้วใบหนึ่ง ๑๐ ปีจึงแตก มันก็ต่างกัน ดึกว่ากันไหม มันก็เป็นอย่างนั้น

อย่างการประพฤติปฏิบัตินี้ก็เหมือนกัน อย่างพวกเราอยู่ด้วยกันหลายๆ องค์ อย่างนี้ละ ปฏิบัติให้สม่ำเสมอ ให้ดีมากสักสิบองค์เถอะ สิบองค์วัดป่าพวงนี้ก็เจริญ เหมือนกับคนในบ้านๆ หนึ่งนั้นแหละ ขนาดสัก ๑๐๐ หลังคา มีคนดีสัก ๕๐ คน บ้านนั้นก็เจริญ อันนี้จะหาสัก ๑๐ คนก็ยาก อย่างวัดหนึ่งอย่างนี้ละ จะหาครูบา อาจารย์ประพฤติปฏิบัติมานั้น ผู้มีศรัทธาจริงจังนั้น ๕-๖ องค์ มันก็ยาก มันเป็นอย่างนั้น

อยากรู้ก็ตาม พวกเราทั้งหลายก็ไม่มีหน้าที่อื่นอีกแล้ว นอกจากการประพฤติดีปฏิบัติชอบเท่านั้น เพราะเราไม่มีอะไรแล้ว ดุซึ ใครเอาอะไรไหม ทรัพย์สมบัติเราก็ไม่เอาแล้ว ครอบครัวยุก็ไม่มีแล้ว อะไรทุกอย่างแม้แต่การฉัน ก็ยังฉันมือเดียว เราละมาหลายๆ อย่างแล้ว สิ่งที่มีนตึกว่านี่เราละมาเยอะ คล้ายๆ กับที่ว่าเป็นพระนี่ เราละหมดไม่มีอะไร สิ่งที่เราชอบๆ กันนั้นนะทั้งหมด ก็ตกลงว่าเราบวชมาในพุทธศาสนานี้ก็เพื่อหวังการประพฤติปฏิบัติ เพราะเราละมาแล้วไม่เอาอะไรแล้ว เราจะมาคิดเอาอะไรอีก จะมาเอาโลภอีก จะมาเอาโกรธอีก จะมาเอาหลงอีก จะมาเอาอะไรต่างๆ ไว้ในใจของเราอีก อันนี้มันไม่สมควรแล้ว

ให้เราไปคิดว่า เราบวชกันทำไม เราปฏิบัติกันทำไม บวชมาปฏิบัติ ถ้าหากเราไม่ปฏิบัติก็อยู่เฉยๆ เท่านั้นแหละ ถ้าไม่ปฏิบัติก็เหมือนฆราวาส มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ไม่ทำธุระหน้าที่การงานของเรา นี่มันก็เสียเพศสมณะ ผิดความมุ่งหวังมาแล้ว ถ้าเป็นเช่นนั้นก็เรียกว่าเราประมาทแล้ว เราประมาทแล้วก็เรียกว่าเราตายแล้ว อันนี้ให้เข้าใจ นานๆ ก็พิจารณาไปเถอะ

อย่าไปลืมนึกความตายนี้ ดุจนี้ ถามว่าเมื่อเราตายมีเวลาไหม ถามตัวเราเสมอแหละ “ตาย...เมื่อไหร่ตาย” ถ้าเราคิดเช่นนี้จิตใจเราจะระวังทุกวินาทีเลยที่เดียว ความไม่ประมาทจะเกิดขึ้นมาทันที เมื่อความประมาทไม่มีแล้ว สติ ความระลึกได้ว่าจะอะไรเป็นอะไรก็เกิดมาทันที ปัญญาก็แจ่มแจ้ง เห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งชัดเจนในเวลานั้น เราก็มีสติระครองอยู่ รอบรู้ที่อยู่ทางอารมณ์ทั้งกลางวันและกลางคืน ทุกสิ่งสารพัดนั้นแหละ ก็เป็นผู้มีสติอยู่

ถ้าเป็นผู้มีสติอยู่ก็เป็นผู้สำรวม ถ้าเป็นผู้สำรวมอยู่ก็เป็นผู้ไม่ประมาท ถ้าเป็นผู้ไม่ประมาทก็เป็นผู้ปฏิบัติถูกต้องเท่านั้น อันนี้เป็นหน้าที่ของเราทั้งหลาย

ฉะนั้น วันนี้ขอพูดถวายพวกท่านทั้งหลาย ต่อไปนี้ถ้าหากว่าเราจะออกจากที่นี่ ไปอยู่สาขาก็ตาม จะไปอยู่ที่ไหนก็ตาม อย่าลืมนิ้ว อย่าลืมนิ้วของตัวเอง คือเรายังไม่สำเร็จ เรายังไม่เสร็จสิ้น การงานของเรายังมีมาก ภาระของเรายังมาก คือข้อประพฤติปฏิบัติในการละการบำเพ็ญของเรายังมีมาก ให้เป็นห่วงไว้

พวกท่านทั้งหลายให้ตั้งใจทุกๆ องค์ จะอยู่ในสาขาก็ดี อยู่ในที่นี้ก็ดี ให้ท่านทรงข้อวัตรปฏิบัติไว้ เพราะว่าเป็นเวลานี้พวกเราทั้งหลายรวมกันมากแล้ว หลายสาขาแล้ว ต้องให้ท่านพยายาม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ต่างสาขาต่างมีกำเนิดจากวัดป่าพง จะถือว่าวัดป่าพงนี้เป็นพ่อเป็นแม่เป็นครูบาอาจารย์ เป็นเยี่ยงอย่างของสาขาเหล่านั้นก็ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระเถรครูบาอาจารย์ทุกองค์ซึ่งอยู่ประจำวัดป่าพงนี้ พยายามให้เป็นแบบเป็นตัวอย่างเป็นครูบาอาจารย์ของสาขาทั้งหลายเหล่านั้น ให้เข้มแข็งในการประพฤติปฏิบัติตามหน้าที่ของพวกเราสมณะทั้งหลายต่อไป.



ไอ้ตัวไม่แน่คือตัวสำคัญนะ ตัวให้เกิดปัญญานะ

๑๕ | สัมมาปฏิบัติ

วันนี้พวกท่านทั้งหลายได้ตั้งใจมาอบรมที่วัดวนโพนิญาณ (เขื่อนสิรินธร) สถานที่ก็สงบระงับเป็นอย่างดี แต่ว่าสถานที่สงบนั้น ถ้าเราไม่สงบ มันก็ไม่มี ความหมาย ทุกๆ แห่ง สถานที่มันสงบทั้งนั้นแหละ ที่มันไม่สงบ ก็เพราะคนเรา แต่คนที่ไม่สงบไปอยู่ที่สงบก็เกิดความสงบได้ สถานที่มัน ก็อย่างเก่าของมันนั้นแหละ แต่ว่าเราต้องปฏิบัติให้ถึงความสงบนั้น

ให้พวกท่านทั้งหลายเข้าใจว่า การปฏิบัตินี้เป็นของยาก ฝึกอะไร อย่างอื่นๆ ทุกอย่างมันก็ไม่ยาก มันก็สบาย **แต่ใจของมนุษย์ทั้งหลายนี้ฝึกได้ยาก ฝึกได้ลำบาก** องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ท่านก็ฝึกจิต จิตนี้เป็นเรื่องที่สำคัญมาก อะไรทั้งหมดในรูปธรรมนามธรรมนี้ มันรวมอยู่ที่จิต เช่นว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย เหล่านี้ ส่งไปให้จิตอันเดียวเป็นผู้บริหารการงาน รับรู้รับฟังรับผิดชอบจากอายตนะทั้งหลายเหล่านั้น ฉะนั้น **การอบรมจิตนี้จึงเป็นของสำคัญ ถ้าใครอบรมจิตของตนให้สมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว ปัญหาอะไรทุกอย่างมันทั้งหมดไป** ที่มันมีปัญหาก็เพราะจิตของเราเองยังมีความสงสัย ไม่มีความรู้ตามความเป็นจริง จึงเป็นเหตุให้มีปัญหาอยู่



ฉะนั้น ให้เข้าใจว่าอาการทั้งหลายที่จะต้องปฏิบัตินั้น พวกท่านทั้งหลายก็ได้เตรียมมาพร้อมแล้วทุกคน จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนที่ไหน อุปกรณ์ที่ท่านทั้งหลายจะนำไปปฏิบัตินั้น พร้อม ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็ตาม พร้อมอยู่ มีอยู่ เป็นของพร้อมอยู่เหมือนกันกับธรรมะ ธรรมะนี้เป็นของพร้อมอยู่ทุกสถานที่ อยู่ที่นี้ก็พร้อม อยู่ในส้วมก็พร้อม บนบกก็พร้อม ในน้ำก็พร้อม อยู่ที่ไหนมันพร้อมอยู่ทั้งนั้นแหละ ธรรมะเป็นของสมบูรณ์บริบูรณ์ แต่ว่าการประพฤติปฏิบัติของเราเนี่ยยังไม่พร้อม

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราท่านมีรากฐานให้เราทั้งหลายปฏิบัติให้รู้ ธรรมะไม่เป็นของมาก มันเป็นของน้อย แต่เป็นของที่ถูกต้อง เช่นว่า จะเปรียบเทียบให้ฟังเรื่องชน

ถ้าเรารู้จักว่าอันนี้มันเป็นชน รู้จักชนเส้นเดียวเท่านั้น ชนในร่างกายเราเนี่ยทุกเส้น แม้ในร่างกายคนอื่นทุกเส้น ก็รู้จักหมดทั้งนั้นแหละ รู้ว่าเป็นชนทั้งนั้นหรือเส้นผม รู้จักผมเส้นเดียวเท่านั้น ผมบนศีรษะของเรา บนศีรษะของคนอื่น ก็รู้หมดทุกเส้นเหมือนกัน ที่รู้จักเพราะว่ามันเป็นเส้นผมเหมือนกัน เรารู้ผมเส้นเดียวแต่ก็รู้ทุกเส้นผม

หรือจะเปรียบประหนึ่งว่าเรารู้จักกับคน ลักษณะของคนเหมือนตัวเราเนี่ย จะพิจารณาสภณกรายทุกประการนั้น เห็นแจ่มแจ้งในคนคนเดียวคือตัวเรา พบเห็นสภาวะทั้งหลายในตัวเราคนเดียวเท่านั้น คนในสภณโลกสภณจักรวาลนี้เราก็รู้จักหมดทุกๆ คน เพราะว่าคนมันก็เหมือนกันทั้งนั้น

ธรรมะนี้ก็เป็นอย่างนี้ เป็นของน้อย แต่ว่ามันเป็นของมาก คือความจริงพบสิ่งเดียวแล้วมันก็พร้อมกันไปหมด เมื่อเรารู้ความจริงตามเป็นจริงแล้ว ปัญหา มันก็หมดไป แต่ว่าการปฏิบัติเนี่ยมันยาก มันยากเพราะอะไร มันยากเพราะตัณหา ความอยาก ถ้าไม่อยากก็ไม่ได้ปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติเพราะความอยากก็ไม่พบธรรมะ อันนี้มันเป็นปัญหาอยู่อย่างนี้

ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติเนี่ยมันมีความยุ่งยาก มีความลำบาก ถ้าไม่มีความอยากก็ไม่มีกำลังที่จะปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติเพราะความอยากก็วุ่นวายไม่มีความสงบ ทั้งสองอย่างนี้เป็นเหตุอยู่เสมอ

ดังนั้น ท่านทั้งหลายลองคิดดูซิว่าจะทำอะไร ถ้าไม่อยากทำมันก็ทำไม่ได้ มันต้องอยากทำมันถึงทำได้ ถ้าไม่อยากจะทำก็ไม่ได้ทำ ก้าวไปข้างหน้ามันเป็นตัณหา ถอยกลับมามันก็เป็นตัณหาทั้งนั้น ดังนั้น พระโยคาวจรเจ้าผู้ประพฤติปฏิบัตินี้จึงว่าเป็นของขุ่นยาก เป็นของลำบากที่สุดอยู่เหมือนกัน

ที่เราไม่เห็นธรรมะก็เพราะตัณหา บางทีมันอยากอย่างรุนแรง คืออยากให้เห็นเดี๋ยวนี้ ธรรมะนี้ไม่ใช่ใจเรา ใจเราไม่ใช่ธรรมะ ธรรมะมันเป็นอย่างหนึ่ง ใจเรามันเป็นอย่างหนึ่ง มันคนละอย่างกัน ฉะนั้น แม้เราจะคิดอย่างไรก็ตาม อันนี้เราชอบเหลือเกิน แต่มันไม่ใช่ธรรมะ อันนี้เราไม่ชอบ ก็ไม่ใช่ธรรมะ ไม่ใช่ที่เราคิดชอบใจอะไรอันนั้นเป็นธรรมะ เราคิดไม่ชอบใจอะไรอันนั้นไม่ใช่ธรรมะ ไม่ใช่อย่างนั้น

แท้จริงใจของเรานี้เป็นธรรมชาติอันหนึ่งเท่านั้น อย่างต้นไม้ตามป่านั้นแหละ ถ้ามันจะเป็นชื่อเป็นแปเป็นกระดาน มันก็มาจากต้นไม้ แต่มันเป็นต้นไม้อยู่ ไม่ใช่ชื่อไม่ใช่แป มันเป็นต้นไม้อยู่ มันเป็นธรรมชาติเท่านั้น ก่อนที่จะทำประโยชน์ได้ก็ต้องเอาต้นไม้มาแปรูปออกไปเป็นชื่อ เป็นแป เป็นกระดาน เป็นโน่นเป็นนี่ เป็นต้นไม้ต้นเดียวกัน แต่มันแปรูปมาเป็นหลายอย่าง เมื่อมารวมกันมันก็เป็นต้นไม้ อันเดียวกัน เป็นธรรมชาติ

ถ้าหากว่ามันเป็นธรรมชาติอยู่อย่างนั้น มันก็ไม่เกิดประโยชน์ขึ้นเฉพาะกับบุคคลที่ต้องการ จิตใจของเราก็เหมือนกันฉนั้น มันเป็นธรรมชาติอันหนึ่งอยู่อย่างนั้น มันรู้จักการนึกคิด รู้จักสวดยไม่สวดยตามธรรมชาติของมัน ฉะนั้น จิตใจเรานั้นจะต้องถูกฝึกอีกครั้งหนึ่งก่อน ถ้าไม่ฝึกมันก็ไม่ได้ มันเป็นธรรมชาติ ฝึกให้รู้ว่ามันเป็นธรรมชาติ เราก็มาปรับปรุงธรรมชาตินั้นให้ถูกต้องตามที่ต้องการของมนุษย์ คือ ธรรมะ

ธรรมะนี้จึงเป็นของที่พวกเราทั้งหลาย จงปฏิบัติเอาเข้ามาในใจ เอาไว้ในใจของเรา ถ้าไม่ปฏิบัติก็ไม่รู้ พูดกันตรงๆ ง่ายๆ อ่านหนังสือเฉยๆ ก็ไม่รู้ เรียบเฉยๆ ก็ไม่รู้ มันรู้อยู่ แต่มันไม่รู้ตามที่แท้จริง คือมันรู้ไม่ถึง

อย่างกระโถนใบนี้ ใครๆ ก็รู้ว่ามันเป็นกระโถน แต่ไม่รู้ถึงกระโถน ทำไม่
ไม่รู้ถึงกระโถน ถ้าผมจะเรียกกระโถนว่าหม้อ ท่านจะว่าอย่างไร ทุกทีที่ผมใช้ ท่านว่า
“เอาหม้อมาให้ผมด้วยเถอะ” มันก็ต้องขัดใจท่านทุกที ทำไม่ละ ก็เพราะว่าท่านไม่รู้
กระโถนถึงกระโถน ผมจะใช้ให้ท่านเอากระโถนมา แต่บอกให้เอาหม้อมาให้ผมหน่อย
ท่านก็ไม่พบ “หม้ออยู่ที่ไหนหลวงพ่อ” ก็ชี้ไปที่กระโถนนั่นแหละ มันก็ไม่เข้าใจ ขัดใจ
กันเท่านั้น ปัญหามันก็เกิดขึ้นมา ทำไม่มันจึงเป็นอย่างนั้น เพราะท่านไม่รู้กระโถน
ถึงกระโถน ถ้าท่านรู้กระโถนถึงกระโถนแล้วมันก็ไม่มีปัญหาอะไร ท่านก็จะหยิบวัตถุ
อันนั้นมาให้ผมเลย

ทำไม่ถึงเป็นอย่างนั้น คือกระโถนใบนี้มันไม่มี เข้าใจไหม มันมีขึ้นมา
เพราะเราสมมุติขึ้นว่านี่คือกระโถน มันก็เลยเป็นกระโถน สมมุติอันนี้มันรู้กัน
ทั่วประเทศแล้วว่ามันเป็นกระโถนอย่างนี้ แต่กระโถนจริงนะมันไม่มี หรือใครจะเรียก
ให้มันเป็นหม้อมันก็เป็นให้เราอย่างนั้น จะเรียกให้เป็นอะไรมันก็เป็นอย่างนั้น
นี่เรียกว่า “สิ่งสมมุติ” ถ้าเรารู้ถึงกระโถนแล้ว เขาจะเรียกว่าหม้อก็ไม่มีปัญหา จะเรียก
อะไรมันก็หมดปัญหาแล้ว เพราะเรารู้ ไม่มีอะไรปิดบังไว้ นั่นคือคนรู้จักธรรมะ

ที่นี้ย่อนเข้ามาถึงตัวเรา เช่น เขาจะพูดว่า “ท่านนี้เหมือนกับคนบ้านะ” “ท่านนี้
เหมือนคนไม่พอคนนะ” อย่างนี้เป็นต้น ก็ไม่สบายใจเหมือนกัน ทั้งๆ ที่ตัวเราไม่เป็น
จริงอะไร มันก็ยากอยู่นะ อยากได้ออยากเป็น เพราะความอยากได้ออยากเป็นมัน
ไม่รู้จักพอ เพราะไม่รู้ตามความเป็นจริงนั่นเอง

ฉะนั้น ถ้าเรารู้จักธรรมะ ตรัสรู้ธรรมตามความเป็นจริงแล้ว โลก โกรธ หลง
มันจึงหมดไป เพราะมันไม่มีอะไรทั้งนั้น อันนี้ควรปฏิบัติ

ปฏิบัติทำไม่มันถึงยากมันถึงลำบาก เพราะว่ามันอยาก พอไปนั่งสมาธิปุ๊บก็
ตั้งใจว่าอยากจะให้มันสงบ ถ้าไม่มีความอยากให้สงบ ก็ไม่นั่งไม่ทำอะไร พอเราไปนั่ง
ก็อยากให้มันสงบ เมื่ออยากให้มันสงบไปชั่วตัววุ่นวายก็เกิดขึ้นมาอีก ก็เห็นสิ่งที่
ไม่ต้องการเกิดขึ้นมาอีก มันก็ไม่สบายใจอีกแล้ว นี่มันเป็นอย่างนี้

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า อย่าพูดให้เป็นตถหา อย่ายืนให้เป็นตถหา
 อย่างงู้ให้เป็นตถหา อย่างนอนให้เป็นตถหา อย่างเดินให้เป็นตถหา ทุกประการนั้น
 อย่าให้เป็นตถหา ตถหาก็คือแปลว่า ความอยาก ถ้าไม่อยากจะทำอะไร เราก็ไม่ได้ทำ
 อันนั้น ปัญญาของเราไปถึงที่นี้มันก็เลยอู้เสีย ปฏิบัติไปไม่รู้จะอย่างไร พอไป
 นั่งสมาธิปั๊ป ก็ตั้งความอยากไว้แล้ว

อย่างพวกเราที่มาปฏิบัติอยู่ในป่านี้ ทุกคนต้องอยากมาใช่ไหม นี่จึงได้มา
 อยากมาปฏิบัติที่นี่ มาปฏิบัตินี้ก็อยากให้มีมันสงบ อยากให้มีมันสงบก็เรียกว่าปฏิบัติ
 เพราะความอยาก มากี่มาด้วยความอยาก ปฏิบัติก็ปฏิบัติด้วยความอยาก เมื่อ
 มาปฏิบัติแล้วมันจึงขวางกัน ถ้าไม่อยากก็ไม่ได้ทำ จึงเป็นอยู่อย่างนี้ จะทำอย่างไร
 กับมันล่ะ

รูปนามหรือสภณฺ์กายเรานี้มันจึงดูได้ยาก ถ้าหากไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนไม่ใช่
 ของตนแล้วมันเป็นตัวของใคร อันนี้มันถึงแยกยาก มันถึงลำบาก เราจะต้องอาศัย
 ปัญญา

ดังนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านจึงสอนว่า การกระทำก็กระทำด้วยการปล่อยวาง
 การกระทำด้วยการปล่อยวาง อันนี้ก็ฟังยากเหมือนกัน ถ้าจะปล่อยวางก็ไม่ทำเท่านั้น
 เพราะทำด้วยการปล่อยวาง เปรียบง่าย ๆ ให้ฟัง เราไปซื้อกล้วยหรือซื้อมะพร้าว
 ไปหนึ่งจากตลาดแล้วก็เดินหิ้วมา อีกคนหนึ่งก็ถาม

“ท่านซื้อกล้วยมาทำไม”

“ซื้อไปรับประทาน”

“เปลือกมันต้องรับประทานด้วยหรือ”

“เปล่า”

“ไม่เชื่อหรอก ไม่รับประทานแล้วเอาไปทำไมเปลือกมัน”

หรือเอามะพร้าวไปหนึ่งมาก็เหมือนกัน



“เอามะพร้าวไปทำไม”

“จะเอาไปแกง”

“เปลือกมันแกงด้วยหรือ”

“เปล่า”

“เอาไปทำไมล่ะ”

อ้าว จะว่าอย่างไรละ เราจะตอบปัญหาเขาอย่างไร

ทำด้วยความอยาก ถ้าไม่อยากเราก็ไม่ได้ทำ ทำด้วยความอยากมันก็เป็น
ต้นเหตุ นี่ถึงให้มันมีปัญญานะ อย่างกล้วยใบนั้น หวีนั้น เปลือกมันจะเอากินด้วย
หรือเปล่า ไม่กินละ เอาไปทำไมเปลือกมัน ก็เพราะว่ายังไม่ถึงเวลาเอามันทิ้ง มันก็
ห่อเนื้อในมันไปอยู่อย่างนั้น ถ้าหากว่าเราเอากล้วยข้างในมันกินแล้วเอาเปลือกมัน
โยนทิ้งไป ก็ไม่มีปัญหาอะไร นี่ก็เหมือนกัน การกระทำความเพียรก็เป็นอย่างนั้น

**พระพุทธเจ้าว่า อย่าทำให้เป็นต้นเหตุ อย่าพูดให้เป็นต้นเหตุ อย่าฉันให้เป็น
ต้นเหตุ ยืนอยู่ เดินอยู่ นั่งอยู่ นอนอยู่ ทุกประการท่านไม่ให้ให้เป็นต้นเหตุ คือทำ
ด้วยการปล่อยวาง** เหมือนกับซื้อมะพร้าวซึ่งกล้วยมาจากตลาดนั้นแหละ เราไม่ได้
เอาเปลือกมันมากินหรอก แต่เวลานั้นยังไม่ถึงเวลาจะทิ้งมัน เราก็ถือมันไว้ก่อน

การประพฤติปฏิบัตินี้ก็เหมือนกันฉันนั้น สมมุติ วิมุตติ มันก็ต้องปนอยู่
อย่างนั้น เหมือนกับมะพร้าวมันจะปนอยู่ทั้งเปลือกทั้งกะลาทั้งเนื้อมัน เมื่อเราเอามา
ก็เอามาทั้งหมดนั้นแหละ เขาจะหาว่าเรากินเปลือกมะพร้าวอย่างไร ก็ช่างเขาเป็นไร
เรารู้จักของเราอยู่ เช่นนี้เป็นต้น

อันความรู้ในใจของตัวเองอย่างนี้เป็นปัญญาที่เราจะต้องตัดสินเอาเอง นี่
เรียกว่าตัวปัญญา ดังนั้น การปฏิบัติเพื่อจะเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ไม่เอาเร็วและ
ไม่เอาช้า ช้าก็ไม่ได้ เร็วก็ไม่ได้ จะทำอย่างไรดี ไม่มีช้า ไม่มีเร็ว เร็วก็ไม่ได้ มัน
ไม่ใช่ทาง ช้าก็ได้มันไม่ใช่ทาง มันก็ไปในแบบเดียวกันนี้

แต่ว่าพวกเราทุกๆ คนมันร้อนเหมือนกันนะ มันร้อน พอทำปุ๊บก็อยากจะให้มันไปไวๆ ไม่อยากจะอยู่ช้า อยากรจะไปหน้า การกำหนดตั้งใจทำสมาธินี้ บางคนจึงตั้งใจเกินไป บางคนถึงกับอธิษฐานเลย จุดธูปปักลงไป กราบลงไป “ถ้าธูปดอกนี้ไม่หมด ข้าพเจ้าจะไม่ลุกจากที่นั่งเป็นอันขาด มันจะล้มน มันจะตาย มันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมัน จะตายอยู่ที่นี้แหละ”

พออธิษฐานตั้งใจปุ๊บก็นั่ง พญามารมันก็เข้ามารุมเลย นั่งแผล็บเดียวเท่านั้นละก็นึกว่าธูปมันคงจะหมดแล้ว เลยลืมหายใจดูสักหน่อย โอ้โฮ ยังเหลือเยอะ กัดฟันเข้าไปอีก มันร้อนมันรนมันรนมันรนมันรน ไม่รู้ว่าอะไรอีก เต็มทีแล้ว นึกว่ามันจะหมดลืมหายใจอีก โอ้โฮ ยังไม่ถึงครึ่งเลย สองทอดสามทอดก็ไม่หมด เลยเลิกเสีย เลิกไม่ทำ นั่งคิดอาภัพอับจน แหม ตัวเองมันโง่เหลือเกิน มันอาภัพมันอย่างโน้นอย่างนี้ นั่งเป็นทุกข์ว่าตัวเองเป็นคนไม่จริง คนอับปรีย์ คนจัญไร คนอะไรต่ออะไรนู่นวายน ก็เลยเกิดเป็นนิเวรณ นี่ก็เรียกว่าความพยายามเกิด ไม่พยายามคนอื่นก็พยายามตัวเอง อันนี้ก็เพราะอะไร เพราะความอยาก

ความเป็นจริงนั้นนะ ไม่ต้องไปทำถึงขนาดนั้นหรอก **ความตั้งใจนะ คือ ตั้งใจในการปล่อยวาง ไม่ต้องตั้งใจในการผูกมัดอย่างนั้น** อันนี้เราไปอ่านตำรา เห็นประวัติพระพุทธเจ้าว่า ท่านนั่งลงที่ได้ต้นโพธิ์นั้น ท่านอธิษฐานจิตลงไปว่า “ไม่ตรัสรู้ตรงนี้จะไม่ลุกหนีเสียแล้ว แม้ว่าเลือดมันจะไหลออกมาอะไรตามที่เถอะ” ได้ยินคำนี้เพราะไปอ่านดู แหม เราก็จะเอาอย่างนั้นเหมือนกัน จะเอาอย่างพระพุทธเจ้าเหมือนกันนี้ ไม่รู้เรื่องว่ารถของเรามันเป็นรถเล็กๆ รถของท่านมันเป็นรถใหญ่ ท่านบรรทุกที่เดียวก็หมด เราเอารถเล็กไปบรรทุกที่เดียวมันจะหมดเมื่อไหร่ มันคนละอย่างกัน เพราะอะไรมันถึงเป็นอย่างนั้น มันเกินไป บางทีมันก็ต่ำเกินไป บางทีมันก็สูงเกินไป ใ้อัที่พอดีๆ มันหายาก

อันนี้ผมก็พูดไปตามความรู้สึกของผมหรอก ผมปฏิบัติมาเป็นอย่างนี้ ก็ปฏิบัติให้ละความอยาก ถ้าไม่อยากมันจะได้ทำหรือ มันก็ติด แต่ทำด้วยความอยาก มันก็เป็นทุกข์อีก ไม่รู้จะทำอย่างไร ยังงงเหมือนกันนะ



ที่นี้ผมจึงเข้าใจว่า การปฏิบัติที่ปฏิบัติต่อเนื่องกันไปเป็นของสำคัญมาก ต้อง **ทำสม่ำเสมอ ท่านเรียกว่าอิริยาบถสม่ำเสมอ คือสม่ำเสมอในการปฏิบัติ ทำให้มันดียิ่งๆ ขึ้นไป** ไม่ใช่ให้มันวิบัติกัน ปฏิบัติมันเป็นอย่างหนึ่ง วิบัติมันเป็นอย่างหนึ่ง โดยมากพวกเราทั้งหลายมาทำแต่เรื่องมันเป็นวิบัติกัน ชี้เกียดไม่ทำ ชยันจึงทำ นี่ผมก็ชอบเป็นอย่างนี้ ชี้เกียดไม่ทำ ชยันจึงทำ

พวกท่านทั้งหลายคิดดูซิว่าถูกหรือเปล่า ชยันจึงทำ ชี้เกียดไม่ทำ มันถูกธรรมดาไหม มันตรงไหม มันเหมือนกับคำสอนไหม อันนี้ปฏิบัติของเรายังไม่สม่ำเสมอ ชี้เกียดหรือชยันต้องทำอยู่เรื่อย พระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนั้น โดยมากคนธรรมดาเรานั่นชยันจึงค่อยทำ ชี้เกียดไม่ทำ นี่มันเป็นเสียอย่างนี้ มันปฏิบัติอยู่แค่นี้ ก็เรียกว่ามันวิบัติเสียแล้ว มันไม่ใช่ปฏิบัติ

การปฏิบัติจริงๆ แล้ว มันสุขก็ปฏิบัติ มันทุกข์ก็ปฏิบัติ มันง่ายก็ปฏิบัติ มันยากก็ปฏิบัติ มันร้อนก็ปฏิบัติ มันเย็นก็ปฏิบัติ นี่เรียกว่าตรงไปตรงมาอย่างนี้ ปฏิบัติที่เราต้องยืน หรือเดิน หรือนั่ง หรือนอน การมีความรู้สึกนึกคิดที่เราจะต้องปฏิบัติในหน้าที่การงานของเรานั่นต้องสม่ำเสมอ ทำสติให้สม่ำเสมอในอิริยาบถ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน

นี่เมื่อพิจารณาดูแล้ว ก็เหมือนอิริยาบถยืนให้เท่ากับเดิน เดินก็เท่ากับยืน ยืนก็เท่ากับนั่ง นั่งก็เท่ากับนอนนะ อันนี้ผมทำแล้ว ทำไม่ได้ ถ้าว่านักปฏิบัตินี้ ต้องทำการยืน การเดิน การนั่ง การนอน ให้ได้เสมอกัน จะทำได้สักกี่วันละ จะยืนให้เสมอกับนั่ง ยืน ๕ นาที นั่ง ๕ นาที นอน ๕ นาที อะไรทั้งหลายนี้ ผมทำไม่นานก็มานั่งคิดพิจารณาใหม่ อะไรกันหนอ อย่างนี้คนในโลกนี้ทำไม่ได้หรอก ผมพยายามทำไปค้นคิดไป อ้อ มันไม่ถูกนี้ มันไม่ถูก ดูแล้วมันไม่ถูก ทำไม่ได้ นอนกับนั่งกับเดินกับยืน ทำให้มันเท่ากัน จะเรียกว่าอิริยาบถมันสม่ำเสมอกัน แบบท่านบอกไว้ว่า ทำอิริยาบถให้สม่ำเสมอ อย่างนั้นไม่ได้

แต่ที่เราทำอย่างนี้ได้ จิต พุดถึงส่วนจิตของเราให้มีสติความระลึกอยู่ สัมผัสปัญญาความรู้ตัวอยู่ ปัญญาความรอบรู้ อยู่ อันนี้ทำได้ อันนี้น่าจะเอาไปปฏิบัติ คือเรียกว่า **ถ้าเราปฏิบัติ เราจะยืนอยู่ก็มีสติ เราจะนั่งอยู่ก็มีสติ เราจะเดินอยู่ก็มีสติ เราจะนอนก็มีสติอยู่สม่ำเสมออย่างนี้** อันนี้เป็นไปได้ จะเอาตัวรู้ไปเดิน ไปยืน ไปนั่ง ไปนอน ให้เสมอกันทุกอิริยาบถเป็นไปได้นั้น ดังนั้นเมื่อเราฝึกจิตของเรา จิตจะมีความรู้ สม่ำเสมอในการปฏิบัติกับทุกอิริยาบถว่า พุทฺโธ...พุทฺโธ... พุทฺโธ คือความรู้ รู้จักอะไร รู้จักภาวะที่ถูกต้อง รู้จักลักษณะที่ถูกต้องอยู่เสมออย่างนั้น จะยืนก็มีจิตอยู่ อย่างนั้น จะเดินก็มีจิตเป็นอยู่อย่างนั้น เออ อันนี้ได้ก็กลิ้งเข้าไปเหลือเกิน เฉียดๆ เข้าไปมากเหลือเกิน เรียกว่า จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนอยู่ที่นี่ มันมีสติอยู่เสมอที่เดียว

อันนี้รู้จักธรรมที่ควรละ ธรรมที่ควรปฏิบัติ สุขก็รู้ ทุกข์ก็รู้ เมื่อมันรู้สุข รู้ทุกข์ จิตใจเราจะวางตรงที่ว่ามันไม่สุขไม่ทุกข์ เพราะว่าสุขนั้นมันก็เป็นทางหย่อน กามสุขัลลิกานุโยโค ทุกข์มันก็เป็นทางตั้งคืออัตตกิลมถานุโยโค ถ้าเราสู้สุขสู้ทุกข์อยู่ เราสู้จักสิ่งทั้งสองนี้ ถึงแม้ว่าจิตใจเรามันจะเอนไปเอนมา เราก็ซัดมันไว้ เราารู้ว่ามันจะเอนไปทางสุขก็ซัดมันไว้ มันจะเอนไปทางทุกข์ก็ซัดมันไว้ ไม่ให้มันเอนไป รู้อยู่อย่างนี้ น้อมเข้ามาเส้นทางเดียว เอโก ชัมโม นี้ น้อมเข้ามาในทางที่รู้ ไม่ใช่ที่เราปล่อยไปตามเรื่องของมัน

แต่ที่เราปฏิบัติกันนี้มันก็อยากจะเป็นอย่างนั้นนะ มันปล่อยตามใจ ถ้าเราปล่อยตามใจ มันสบายนะ แต่ว่ามันสบายก็เพื่อไม่สบาย อย่างมันซัดก็เกียดทำงานนี้ มันก็สบาย แต่ว่าเมื่อถึงเวลาจะกินไม่มีอะไรจะกิน มันเป็นอย่างนั้น ดังนั้น ผมก็ไปเถียงคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีอยู่หลายบทหลายเหล่าเหมือนกัน สู้ท่านไม่ได้ ทุกวันนี้ผมก็ยอมรับท่านแล้ว ยอมรับว่าธรรมะทั้งหลายของท่านถูกต้องที่เดียว ฉะนั้น จึงเอาคำสอนของท่านนี้มาอบรมตัวเองและสาธุศิษย์ทั้งหลาย นี้พูดตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นมา





การปฏิบัติที่สำคัญที่สุดคือปฏิบัติ ปฎิบัติคืออะไร คือการกระทำของเรา นั้นแหละ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ทุกประการ ปฏิบัติทางกาย ปฏิบัติทางจิตของเรานั้นนะ วันนี้มันมีจิตใจเศร้าหมองในการทำงานก็ครั้ง มีใจสบายไหม มีอะไร เป็นอะไรไหม อันนี้เราต้องรู้มันรู้จักตัวเองอย่างนี้ รู้แล้วมันวางได้ไหม อันที่มันยังวางไม่ได้ก็พยายามปฏิบัติมัน เมื่อมันรู้ว่าวางไม่ได้ก็ถือไว้ เพื่อเอาไปพิจารณา ด้วยปัญญาเราอีก ให้มีเหตุผล ค่อยๆ ทำไป อย่างนี้เรียกว่า การปฏิบัติ อย่างเช่น วันนี้มันขยันก็ทำ ขี้เกียจก็พยายามทำ ไม่ได้ทำมากก็ให้ได้สักครึ่งหนึ่งก็เอา อย่าไปปล่อย วันนี้ขี้เกียจไม่ทำ อย่างนี้ไม่ได้หรอก เสียหายเลยไม่ใช่หนักปฏิบัติแล้ว

ทีนี้ผมเคยได้ยิน “แหม ปีนี้ผมแย่เหลือเกิน” “ทำไม” “ผมป่วยทั้งปี ไม่ได้ปฏิบัติเลย” โอ้โฮ มันจวนจะตายแล้วก็ยังไม่ปฏิบัติอีก จะไปปฏิบัติเมื่อไหร่ละ ถ้าหากว่ามันสุขจะปฏิบัติใหม่ มันสุขก็ไม่ปฏิบัติอีก มันติดสุขเท่านั้นแหละ แต่ทุกข์ มันไม่ปฏิบัติ ก็ติดทุกข์อยู่นั้นแหละ ไม่รู้จะไปปฏิบัติกันเมื่อไหร่ ได้แต่รู้ว่า มันป่วย มันเจ็บ มันไข้จวนจะตาย นั้นแหละให้มันหนักๆ เกอะ ทีนี้เห็นเราจะต้องปฏิบัติเอา เมื่อสบายเกิดขึ้นมามันก็ต้องจิตใจของเรา ยกหูหูทางขึ้นไปสูงๆ อีก มันก็ต้องมาปฏิบัติมันอีก

สองอย่างนี้หมายความว่า **จะเป็นสุขก็ต้องปฏิบัติ จะเป็นทุกข์ก็ต้องปฏิบัติ จะอยู่สบายๆ อย่างนี้ก็ต้องปฏิบัติ จะเป็นขี้เกียจก็ต้องปฏิบัติ มันถึงจะถูกแบบ**

ถ้าเราคิดอย่างนี้ “ปีนี้ผมไม่ปฏิบัติ” “ทำไมไม่ปฏิบัติ” “ผมเป็นไข้ไม่สบายครับ” เออ เมื่อมันสบายมันก็ร้องเพลงไปเท่านั้นแหละ อย่างนี้มันเป็นความคิดผิวดนะ ไม่ใช่ว่ามันไม่ผิด ดังนั้น พระโยคาวจรเจ้าท่านจึงมีปฏิปทาสมาเสมอในเรื่องจิต เป็นก็ให้เป็นแต่เรื่องกาย



มีระยะหนึ่งที่ผมพยายามปฏิบัติ ตอนนั้นปฏิบัติได้ประมาณห้าพรรษาแล้ว ก็อยู่กับเพื่อนมากๆ แหม มั่นรำคาญ เพื่อนคนนี้ก็พูดอย่างนั้นคนนั้นก็พูดอย่างนี้ เรา นั่งอยู่กุฏิจะปฏิบัติกรรมฐานก็มีเพื่อนขึ้นไปคุยด้วย วุ่นวาย หนี หนีไปคนเดียวว่า เพื่อนกวน เราไม่ได้ปฏิบัติ เปื่อ ไปอยู่ในป่ารก วัดป่า วัดร้างเล็กๆ ไปแล้วละ มี หมูบ้านน้อยๆ ไปนั่งคนเดียว ไม่ได้พูดเพราะอยู่คนเดียวอยู่ได้สักประมาณ ๑๕ วัน ก็เกิดความคิดมาอีกแล้ว แหม อยากได้เณรเล็กๆ สักรูปหนึ่งก็ดีนะ อยากได้ ปะขามมาสักคนก็ดีนะ เพื่อจะได้มาใช้อะไรเล็กๆ น้อยๆ

นี่เรารู้อยู่ว่ามันจะออกมาทำไหน ออกมาทั้งนั้นละ เอ เกณฑ์ตัวสำคัญนะ เบื่อเพื่อน เบื่อภิกษุสามเณรมาแล้ว ยังอยากเอาเพื่อนมาอีกทำไมเล่า “เปล่า” มันว่า “เอาเพื่อนที่ดี” แน่ะ คนดีมีที่ไหนละ เห็นไหม หากคนดีเห็นไหม คนทั้งวัดมีแต่คนไม่ดี ทั้งนั้นแหละ ดีเราคนเดียวล่ะกระมัง เราจึงหนีเขามา

ต้องตามมันอย่างนี้ สะกดรอยมันไป มันรู้สึกขึ้นมา เออ อันนี้มันก็สำคัญ เหมือนกันนะ แล้วคนดีอยู่ที่ไหนละ ไม่มีคนดีทั้งนั้นแหละ คนดีอยู่ที่ตัวเรา ทุกวันนี้ ผมก็ยังมาสั่งสอนลูกศิษย์ผมอยู่เสมอว่า **คนดีไม่มีที่อื่น อยู่ที่ตัวเรา ถ้าเราดีเราไปไหนมันก็ดี** เขาจะนิทาเขาจะสรรเสริญ เราก็ยังดีอยู่ เขาจะว่าอะไร ทำอะไร เราก็ยังดีอยู่ ถ้าเรายังไม่ดี เขานิทาเรา เราก็จะโกรธ ถ้าเขาสรรเสริญเรา เราก็จะชอบอย่างเท่าเท่านั้นแหละ

วันนั้นผมภาวนาได้อย่างนั้น มีความรู้สึกอย่างนั้น ก็รู้สึกตั้งแต่วันนั้นมา รู้ได้ ตามเป็นจริง มีความจริงอยู่เท่าทุกวันนี้ อันความดีมันอยู่กับตัวเอง พอได้เห็นปุ๊บ ความรู้สึกมันลดลง มันจำตั้งแต่วันนั้นเลย ต่อมามันขึ้นมา มันก็ปล่อยไป มีขึ้นมา มันก็รู้ มีขึ้นมา มันก็รู้เรื่อยไป อันนี้เป็นรากฐาน

เราจะไปอยู่ที่ไหน คนเขาจะรังเกียจหรือคนเขาจะว่าอะไร ก็ถือว่าไม่ใช่ชาติหรือเข่าชั้ว ถ้ามันดีมันชั่วคือตัวเรา นี้ คนอื่นมันเรื่องคนอื่นเขา มันเป็นอย่างนั้น อย่าไปเข้าใจว่า แหม วันนี้มันร้อน วันนี้มันเย็น วันนี้มันเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ละ วันมันจะเป็นอย่างไรมันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น ความจริงตัวเรามันเลือกใส่ไปให้โทษเขาเท่านั้น ท่านว่าเห็นธรรมะเกิดกับตัวเองนี่ละมันแน่นอน และได้ความสงบรับด้วย

ฉะนั้น พวกเราท่านทั้งหลายที่ได้มาอบรมในวันนี้ แม่ไม่กี่วัน ผมนี้กว่า คงจะมีอะไรขึ้นมาหลายอย่าง มีขึ้นมาก็ยังไม่รู้มัน มีเยอะเยอะ ไม่ใช่ที่เราไม่รู้มันนะ ที่ไม่รู้มันก็เยอะเยอะ คิดดูก็มีคิดผิดก็มี อะไรหลายๆ อย่างที่มันเป็นมา ฉะนั้นการปฏิบัติจึงว่ามันยาก

ถึงแม้พวกท่านทั้งหลายจะนั่งมันสงบไปบ้างก็อย่าคิดสรรเสริญมัน มันจะมีความวุ่นวายไปบ้างก็อย่าไปให้โทษมัน ถ้ามันดีก็อย่าเพิ่งไปชอบมัน ถ้ามันไม่ดีก็อย่าเพิ่งไปรังเกียจมัน พวกท่านดูไปเถอะ ให้ท่านดูของท่านไป ดูไป อย่าเพิ่งไปว่ามัน ถ้ามันดีก็อย่าเพิ่งไปจับมัน ชั่วก็อย่าเพิ่งไปจับมัน เดี่ยวมันจะกัณฑ์ ดีมันก็กัณฑ์ ชั่วมันก็กัณฑ์ อย่าเพิ่งไปจับมัน

ฉะนั้น การปฏิบัตินี้จึงว่านั่ง นั่นแหละปฏิบัติหนึ่ง ดูไป มันมีอารมณ์ดีอารมณ์ชั่วสลับซับซ้อนกันไปเป็นธรรมดาของมัน อย่าไปสรรเสริญจิตของเราอย่างเดียว อย่าไปให้โทษมันอย่างเดียว ให้รู้จักกาลรู้จักเวลามัน เมื่อถึงคราวสรรเสริญก็สรรเสริญมันหน่อย สรรเสริญให้พอดีอย่าให้หลง

เหมือนกับสอนเด็กนั่นแหละ บางทีก็เขียนมันบ้าง เอาไม้เรียวเล็กๆ เขียนมันไม่เขียนไม่ได้ อันนี้บางทีก็ให้โทษมันบ้าง อย่าให้โทษมันเรื่อยไป ให้โทษมันเรื่อยไป มันก็ออกจากทางเท่านั้นแหละ ถ้าให้สุขมันให้คุณมันเรื่อยๆ มันไปไม่ได้ การประพฤติปฏิบัติไม่ใช่อย่างนั้น เราปฏิบัติไปตามสายกลาง สายกลางคืออะไร **สายกลางนี้มันยาก ต้องเอาจิตของเราเป็นประมาณ จะเอาตณหาของเราเป็นประมาณไม่ได้**



ฉะนั้น การปฏิบัติของท่านทั้งหลายนี่อย่าฟังถือว่า การนั่งหลับตาอย่างเดียว เป็นการปฏิบัติ เมื่อออกจากนั่งแล้วก็ออกจากการปฏิบัติ อย่าเข้าใจอย่างนั้น ถ้าเข้าใจอย่างนั้นก็รีบกลับมันเสีย ที่เรียกว่าการปฏิบัติสมาธิ คือเราจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ให้มีความรู้สึกอยู่อย่างนั้น เมื่อเราจะออกจากสมาธิก็อย่าเข้าใจว่าออกจากสมาธิ เพียงแต่เปลี่ยนอิริยาบถเท่านั้น

ถ้าท่านทั้งหลายคิดอย่างนี้ก็จะสุขใจ เมื่อท่านไปทำงานอยู่ที่ไหน ไปทำอะไรอยู่ ก็ดี ท่านจะมีการภาวนาอยู่เสมอ มีเรื่องติดใจ มีความรู้สึกอยู่เสมอ ถ้าหากท่านองค์ใดตอนเย็นๆ ก็มานั่ง เมื่อออกจากสมาธิแล้ว ก็เรียกว่าได้ออกแล้ว ไม่มีเยื่อใยออกไปเลย ส่งอารมณ์ไปเลย ตลอดทั้งวันก็ปล่อยใจตามอารมณ์ไป ไม่มีสติ เย็นต่อไปนี่ก็อยากจะนั่ง พอไปนั่งปุ๊บก็มีแต่เรื่องใหม่ทั้งนั้นเข้ามาสู่มัน บังคับเรื่องเก่าที่มันสงบก็ไม่มี เพราะทั้งมันไว้ตั้งแต่เช้า มันก็เย็นนะสิ ทำอย่างนี้เรื่อยๆ มันก็ยิ่งห่างไปทุกปีๆ

ผมเห็นลูกศิษย์ผมบางองค์ก็ถามเขา “เป็นอย่างไร ภาวนา” เขาตอบ “เดี๋ยวนี้หมดแล้วครับ” นี่เอาสักเดือนสองเดือนยังอยู่ พอสักปีสองปีมันหมดแล้ว ทำไม่มันหมด ก็มันไม่ยึดหลักอันนี้ไว้ เมื่อนั่งแล้วก็ออกจากสมาธิ ทำไป ทำไป นั่งน้อยไปทุกที ทุกที นั่งเดี่ยวเดี่ยวก็อยากออก นั่งประเดี๋ยวก็อยากออก นานๆ เข้าก็ไม่อยากจะนั่งเลย

เหมือนกับการกราบพระ เมื่อเวลาจะนอนก็อุตส่าห์กราบ กราบไปเรื่อยๆ บ่อยๆ นานๆ ใจมันห่างแล้ว ต่อไปไม่ต้องกราบ ดูเอาก็ได้ นานๆ ก็เลยไม่กราบ ดูเอาเท่านั้นแหละ มันจะส่งเราออกนอกคอกไม่รู้เรื่องอะไร นี่ให้เราทั้งหลายรู้ว่า สติมีไว้ทำไม ให้เป็นผู้ศึกษาสมาธิอย่างนั้น

การปฏิบัตินี้จึงเป็นการปฏิบัติสมาธิ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันเป็นของมันเสียจริงๆ คือ การทำเพียร การภาวนา มันเป็นที่จิต ไม่ใช่เป็นที่กายของเรา จิตของเรามันเลื่อมใสอยู่ จิตของเรามันตรงอยู่ มันมีกำลังอยู่ มันรู้้อยู่ที่



จิตนั้น จิตนั้นมันเป็นสิ่งสำคัญมาก การยืน การเดิน การนั่ง การนอน อิริยาบถทั้งหลายนั้นมารวมที่จิต จิตเป็นตัวรับภาระทำการงานมากเหลือเกิน เกือบทุกสิ่งทุกส่วน

ฉะนั้น เมื่อเราเข้าใจถูกมันก็ทำถูก เมื่อทำถูกแล้วมันก็ไม่ผิด ถึงทำแต่ห้อยมันถูกห้อย เช่นว่า เมื่อเราออกจากสมาธิแล้ว ก็รู้สึกว่ามันยังไม่ออก เราเปลี่ยนอิริยาบถ มันตั้งอยู่อย่างเก่านั้นแหละ จะยืน จะเดินจะเห็นไปมา มันก็มีสติอยู่เสมอ ถ้าเรามีความรู้อย่างนั้น ก็จรูระภายในใจของเราก็ยังมีอยู่ ถ้าเรานั่งตอนเย็นวันใหม่มา นั่งลงไปมันก็เชื่อมกันได้ ติดต่อกันไปได้ มันก็มีกำลังมิได้ขาดมันเป็นอย่างนั้น มันก็ต้องสงบติดต่อกันอยู่อย่างนั้น อันนี้เรียกว่า ปฏิภาสสมาธิ

การพูดจาปราศรัยการทำอะไรทุกประการนี้ ก็พยายามทำให้มันสม่ำเสมอในจิตนั้น ถ้าจิตใจของเรามีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอแล้ว สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นไปของมันค่อยๆ เป็นไปเอง จิตใจมันจะสงบก็เพราะจิตใจมันรู้จักผิดถูก มันรู้จักเหตุการณ์ของมัน มันถึงจะสงบได้

เช่นว่า ศีลก็ดี สมาธิก็ดี จะดำเนินอยู่ได้มันก็ต้องมีปัญหา บางคนเข้าใจว่าปีนี้ผมจะตั้งใจรักษาศีล ปีหน้าจะทำสมาธิ ปีต่อไปจะทำปัญญาให้เกิด อย่างนี้เป็นต้น เพราะเข้าใจว่ามันคนละอย่างกัน

ปีนี้จะทำศีล ใจไม่มันจะทำได้อย่างไร ปัญญาไม่เกิดจะทำได้อย่างไร มันก็เหลวทั้งนั้นแหละ ความเป็นจริงนั้นมันก็อยู่ในจุดเดียวกัน ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาที่ดี **เมื่อเรามีศีลขึ้นมาสมาธิก็เกิดขึ้นเท่านั้น สมาธิเราเกิดขึ้นมาปัญญามันก็เกิดขึ้นเท่านั้น มันเป็นวงกลมครอบกันอยู่อย่างนี้** มันเป็นอันเดียวกัน เหมือนมะม่วงใบเดียวกัน เมื่อมันเล็กมันก็เป็นมะม่วงใบนั้น เมื่อมันโตมันก็เป็นมะม่วงใบนั้น เมื่อมันสุกมา มันก็เป็นมะม่วงใบนั้น ถ้าเราคิดกันอย่างง่าย ๆ อย่างนี้ มันก็เป็นธรรมะที่เราต้องปฏิบัติ ไม่ต้องเรียนอะไรมากมาย ให้เรารู้มันเกิด รู้ตัวจริงสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ รู้ข้อปฏิบัติของตัวเอง



ฉะนั้น การทำสมาธินี้ บางคนไม่ได้ตามปรารถนาแล้วก็เลิกก็หยุด หว่าตบ
ไม่มีบุญวาสนา แต่ว่าไปทำชั่วได้ บารมีชั่วทำได้ บารมีดีๆ ทำไม่ค่อยได้ เลิกเลย
ปัจจัยมันน้อย มันเป็นกันเสียอย่างนี้แหละพวกเรา ไปเข้าข้างแต่อย่างนั้นละ

ดังนั้น เมื่อท่านมีโอกาสมาประพฤติปฏิบัติแล้ว ถึงแม้ว่าสมาธิมันทำยาก
หรือมันท่าง่าย หรือมันไม่ค่อยเป็นสมาธิ มันก็เป็นเพราะเรา ไม่ใช่เป็นเพราะสมาธิ
มันเป็นเพราะเราทำไม่ถูกมัน ฉะนั้นการทำเพียรนี้ท่านจึงได้ว่าเป็นสัมมาทิฐิ รู้มัน
เสียก่อนว่าเป็นสัมมาทิฐิความเห็นชอบ เมื่อความเห็นชอบ อะไรมันก็ชอบไปหมด
สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปไป สัมமாகัมมันโต สัมมาทุกอย่างทั้ง ๘ ประการนั้น มี
สัมมาทิฐิเกิดขึ้นอันเดียวเท่านั้น มันก็เชื่อมกันไปเลย สม่่าเสมอกันไปเรื่อยๆ มัน
เป็นอย่างนั้น

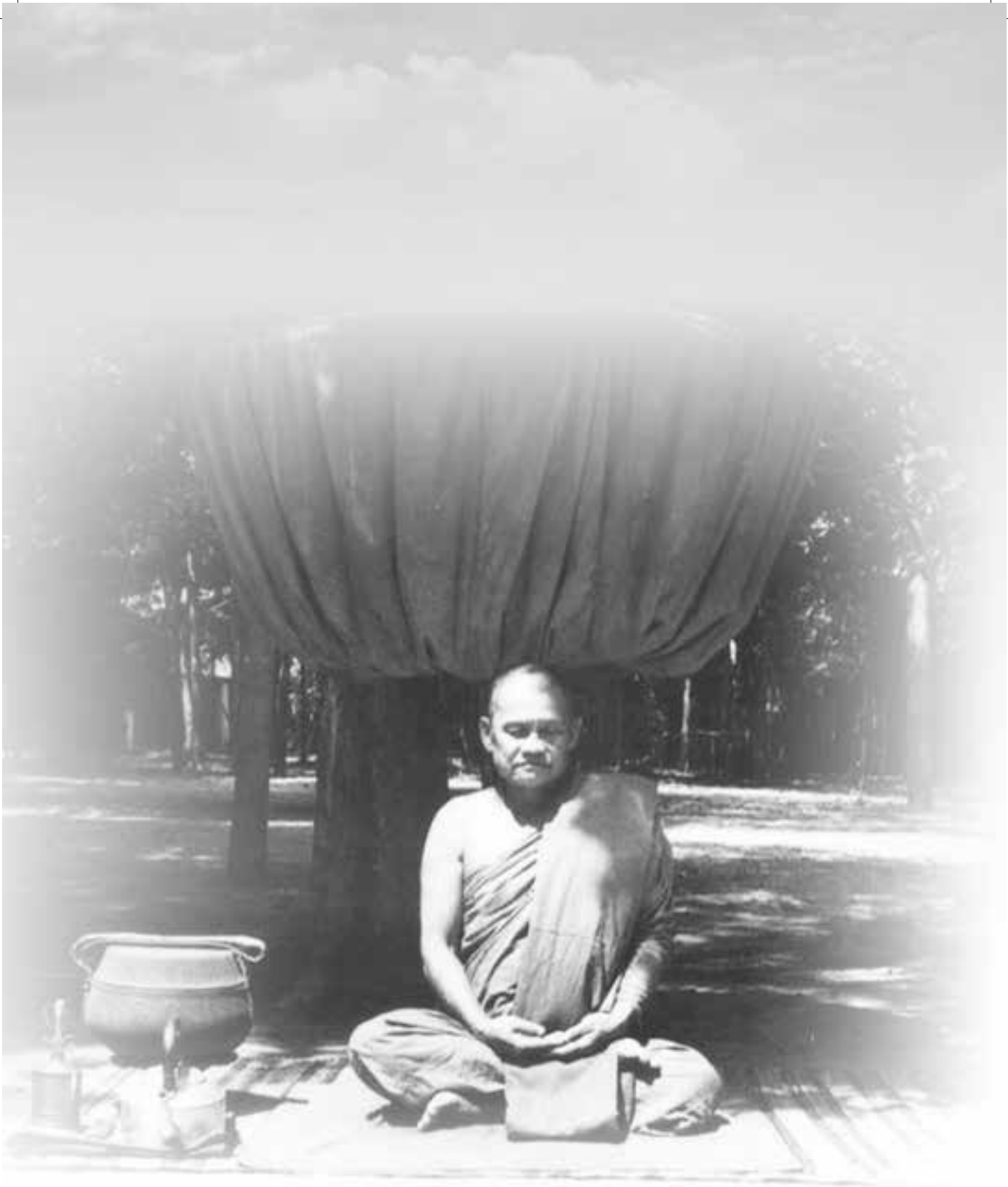
อย่างไรก็ตามมันเถอะ อย่าไปไล่มันออกไปข้างนอกเลย ให้มันดูข้างในอย่างนี้
ดีกว่า มันเห็นชัด อย่าเพิ่งไปอ่านข้างนอก ทางที่ดีที่สุดนั้น ตามความเข้าใจผมนะ
ไม่อยากจะให้อ่านหนังสือเลย เอาหนังสือใส่หีบปิดให้มันดีเสีย อ่านใจของตนเท่านั้น
ที่เราดูหนังสือมานี้ก็ตั้งแต่วันเข้าโรงเรียน มาเรียนกันทั้งนั้น ดูแต่หนังสือกันจะเป็น
จะตาย ผมว่ามันมีโอกาส มีเวลาเหลือเกิน เวลาเช่นนี้เอาหนังสือใส่หีบปิดให้มันดี
เสียเลย อ่านใจเท่านั้นแหละ เมื่อมันเกิดอะไรขึ้นมาในใจของเรา มันเกิดเป็นอารมณ์
ขึ้นมา ที่เราชอบใจไม่ชอบใจก็ตาม เราเห็นว่ามันผิดมันถูกก็ตามเถอะ ให้เราตัดมัน
ไปเลยว่า อันนี้มันไม่แน่ จะเกิดอะไรขึ้นมา ก็ช่างมันเถอะ สับมันลงไป ไม่แน่ ไม่แน่
อย่างเดียว ขวานเล่มเดียวสับมันลงไป ไม่แน่ทั้งนั้นแหละ

ตลอดในเดือนหนึ่งที่มาพักอยู่ในวัดป่านี้ ผมว่ามันมีกำไรมากเกินไปจนเกินไป จะได้เห็นของจริง **ไอ้ตัวไม่แน่คือตัวสำคัญนะ ตัวให้เกิดปัญญานะ** ยิ่งตามมัน ไม่แน่ ตัวไม่แน่ที่เราลับมันไป มันจะเวียนไปเวียนไปแล้วมาพบอีก เออ ไม่แน่ จริงๆ มันโผล่มาเมื่อไรเอาป้ายปิดหน้ามันไว้ว่า มันไม่แน่ ติดป้ายมันไว้ปั๊บ มันไม่แน่ ดูไป ๆ เดี่ยวมันก็เวียนมาอีก เวียนมาครบรอบ เออ อันนี้ไม่แน่ ชูคอเอาตรงนั้น มันก็ไม่แน่ เห็นคนๆ เดียวกันที่มาหลอกเราอยู่กระทั่งเดือน กระทั่งปี กระทั่งเกิด กระทั่งตาย คนๆ เดียวมาหลอกเราอยู่เท่านั้น เราจะเห็นชัดอย่างนี้ มันจะเห็นว่า อ้อ มันเป็นอย่างนี้เอง

ทีนี้เมื่อมันเป็นอย่างนี้ เราก็ไม่ไปยึดมันถือมันในอารมณ์ทั้งหลาย เพราะว่า มันไม่แน่ เคยเห็นไหม ดูซิ นาฬิกาเรือนนี้ แหมสวยเหลือเกิน ชื้อมาเถอะ อีกไม่กี่วันก็เปื้อมันแล้ว ปากกาอันนี้สวยเหลือเกิน พยายามชื้อมันมา มันชอบไม่กี่เดือนก็เปื้อมันแล้ว เลือตัวนี้ชื้อมา ชอบมันเหลือเกินก็เอามาใส่ ไม่กี่วันทั้งมันเสียแล้ว มันเป็นอย่างนี้ มันแน่ที่ตรงไหนล่ะ นี่ถ้าเห็นมันไม่แน่ทุกสิ่งทุกอย่าง ราคามันก็น้อยลง อารมณ์ทั้งหลายนั้นเป็นอารมณ์ที่ไม่มีราคาแล้ว

ของที่ไม่มีราคาแล้วเราจะเอาไปทำไม เก็บมันไว้ก็เหมือนผ้าเราขาด ก็เอามาเช็ดหม้อข้าวเอามาเช็ดเท้าเท่านั้น เห็นอารมณ์ทั้งหลายมันก็สม่าเสมอกันอย่างนั้น มันเป็นอย่างนั้น มันเป็นสามัญลักษณะ มีอะไรก็เสมอกันอย่างนั้น เมื่อเราเห็นอารมณ์ทุกอย่างเป็นเช่นนั้น เราก็เห็นโลก โลกนั้นคืออารมณ์ อารมณ์นั้นก็คือโลก

เราไม่หลงอารมณ์ก็ไม่หลงโลก ไม่หลงโลกเราก็ไม่หลงอารมณ์ เมื่อจิตเป็นเช่นนี้ จิตก็มีที่อาศัย จิตก็มีรากฐาน จิตก็มีปัญญาหนาแน่น จิตอันนี้จะมีปัญหาน้อย แก้ปัญหาได้ทุกประการ เมื่อปัญหามันหมดไป ความสงสัยมันก็หมดไป อย่างนี้ ความสงบมันก็ขึ้นมาแทน อันนี้เรียกว่าการปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติกันจริงๆ ก็ต้องเป็นอย่างนั้น.



เรื่องกายก็ดี เรื่องจิตก็ดี
ดูแล้วก็ให้รวมเป็นเรื่องอนิจจัง
เป็นเรื่องทุกขัง เป็นเรื่องอนัตตา

๑๖ | สัมมาสมาธิ

ให้เราเข้าใจในการปฏิบัติ ยกตัวอย่างเช่นพระพุทธเจ้าของเรา ทั้งปฏิบัติก็ตาม ทั้งอุบายแนะนำพร่ำสอนสาวกทั้งหลายก็ตาม ให้เอาตัวอย่างพระพุทธเจ้าท่านสอนข้อปฏิบัติเป็นอุบายให้เราละถอนทิฏฐิมานะ ไม่ใช่ที่ท่านปฏิบัติให้เรา เมื่อเลิกจากการฟังแล้วเราต้องมาสอนตัวเอง มาปฏิบัติตัวเอง ผลมันเกิดขึ้นตรงนี้ ไม่ใช่ที่เกิดขึ้นตรงที่ท่านสอน ที่ท่านสอนเรานั้นเราเพียงแต่เข้าใจ แต่ว่าธรรมะนั้นยังไม่มีในใจ เพราะอะไร เพราะเรายังไม่ได้ปฏิบัติ คือยังไม่ได้สั่งสอนตัวเอง พุทตรงๆ แล้วก็คือ **ธรรมะนี้เกิดที่การกระทำ จะรู้ก็อยู่ตรงที่การกระทำ จะสงสัยก็อยู่ตรงที่การกระทำ**

ธรรมที่เราฟังจากครูบาอาจารย์ก็จริงอยู่ แต่ว่าการฟังนั้นไม่สามารถที่จะให้เราบรรลุธรรมะได้ เป็นแต่เหตุให้รู้จักการปฏิบัติให้บรรลุธรรม การจะให้เราบรรลุธรรมนั้น เราก็ต้องเอาคำสอนของท่านมาทำขึ้นในใจของเรา ส่วนที่เป็นทางกายก็เอาให้กาย ส่วนที่เป็นทางวาจาก็เอาให้วาจา ส่วนที่เป็นทางใจก็เอาให้ใจปฏิบัติ หมายความว่าท่านสอนเราแล้ว เราก็กลับมาสอนตัวเราอีก ให้เป็นธรรม ให้รู้ธรรมตามทำนองนั้น

บุคคลที่เชื่อคนอื่น พระพุทธเจ้าของเราไม่ตรัสสรรเสริญว่าบุคคลนั้นเป็นปราชญ์ คนที่เป็นปราชญ์นั้นก็คือคนที่ปฏิบัติธรรมให้เป็นธรรม จนเชื่อตัวของตัวไม่ต้องเชื่อคนอื่น

ในคราวหนึ่งครั้งพุทธกาล พระสารีบุตรและสาวกหลายรูปหนึ่งฟังธรรมด้วยความเคารพต่อพระพักตร์ของพระพุทธเจ้า ท่านก็อธิบายธรรมะให้ความเข้าใจไปแล้วที่สุดท่านก็ขออนถามพระสารีบุตรว่า

“ท่านสารีบุตรเชื่อแล้วหรือยัง”

พระสารีบุตรตอบว่า

“ข้าพระองค์ยังไม่เชื่อ”

นี่เป็นตัวอย่าง แต่ว่าท่านรับฟัง คำที่ว่าท่านยังไม่เชื่อนั้นมิใช่ว่าท่านประมาท ท่านพูดความจริงออกมา ท่านรับฟังเฉยๆ คือปัญญายังไม่เกิด ท่านจึงตอบพระพุทธองค์ว่ายังไม่เชื่อ ก็เพราะว่ายังไม่เชื่อจริงๆ คำพูดนี้คล้ายๆ กับประมาท แต่ความจริงท่านมิได้ประมาทเลย ท่านพูดตามความจริงใจ ว่าท่านยังไม่เชื่อ

พระพุทธองค์ก็ทรงสรรเสริญ “เออ สารีบุตร ดีแล้ว นักปราชญ์ไม่ควรเชื่อง่ายๆ ควรไตร่ตรองพิจารณา แล้วจึงเชื่อ”

คำที่ว่า เชื่อตนเอง นั้นก็มีหลายอย่างมีหลายลักษณะ ลักษณะอันหนึ่งมีเหตุผลที่ถูกต้องตามสังขธรรมแล้ว ลักษณะอีกอันหนึ่งมีเหตุผลที่ไม่ถูกต้องตามสังขธรรม ลักษณะอันนี้ประมาทเลย เป็นความเข้าใจที่ประมาท เป็นมิจฉาทิฏฐิ ไม่เชื่อ

ใคร ยกตัวอย่างเช่น ทีฆนขพราหมณ์ พราหมณ์คนนี้เชื่อตนเองมาก ไม่เชื่อคนอื่น เมื่อพระพุทธเจ้ากับพระสารีบุตรลงมาจากดอยศิขณภูฏ นิ่งพักอยู่ที่ทีฆนขพราหมณ์ ก็เข้าไปเรียนถามพระพุทธเจ้าให้พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมให้ฟัง หรือจะว่าไปแสดงธรรมให้พระพุทธเจ้าฟังก็ได้ คือไปอวดรู้อวดความเห็นของตัวเอง

“ข้าพเจ้ามีความเห็นว่า ทุกอย่างไม่ควรแก่ข้าพเจ้า” ความเห็นเป็นอย่างไร

พระพุทธเจ้าก็ฟังทิวฏฐิของทีฆนขพราหมณ์อยู่ ท่านเลยตอบว่า

“พราหมณ์ ความเห็นอย่างนี้ก็ไม่ควรแก่พราหมณ์เหมือนกัน”

พอพระพุทธเจ้าตอบสวนมา พราหมณ์ก็สะดุดใจ ไม่รู้ว่าจะพูดอะไร พระพุทธเจ้าจึงยกอุบายหลายอย่างขึ้นให้พราหมณ์เข้าใจ พราหมณ์ก็เลยหยุดพิจารณา จึงได้เข้าใจว่า “เออ ความเห็นของเรานี้มันไม่ถูก”

เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสตอบปัญหาเช่นนั้น พราหมณ์ก็ลดทิฏฐิมานะลง พิจารณาเดี๋ยวนั้น เห็นเดี๋ยวนั้น พลิกเดี๋ยวนั้นเลย เปลี่ยนหน้ามือเป็นหลังมือในเวลานั้น ได้สรรเสริญธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่า

“เมื่อได้รับธรรมะของพระผู้มีพระภาคแล้ว จิตใจของข้าพระองค์มีความแจ่มแจ้งใสสว่าง เหมือนอยู่ในที่มืดมีคนมาทำไฟให้สว่างฉันนั้น หรือเหมือนกะละมังที่มันคว่ำอยู่ มีคนมาช่วยหงายกะละมังขึ้น หรือเปรียบประหนึ่งว่า หลงทาง ไม่รู้จักทาง ก็มีคนมาชี้ทางให้ฉันนั้น”

อันนี้ความรู้ได้เกิดขึ้นที่จิตเดี๋ยวนั้น ที่จิตที่มันเปลี่ยนกลับเดี๋ยวนั้น ความเห็นผิดหายไป ความเห็นถูกก็เข้ามา ความมืดหายไปความสว่างก็เกิดขึ้นมาเดี๋ยวนั้น ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ทีฆนขพราหมณ์นี้เป็นผู้ได้ดวงตาเห็นธรรม เพราะว่าในสมัยก่อนทีฆนขพราหมณ์ไม่มีการเปลี่ยนแปลงความเห็นของตัวเอง และไม่รู้สึกละอายจะพยายามเปลี่ยนแปลงความเห็นเช่นนั้นด้วย เมื่อได้รับธรรมะของพระพุทธเจ้า จิตของท่านก็รู้ตามความเป็นจริงว่า ความยึดมั่นถือมั่นในความเห็นของตนนั้นผิดไป

เมื่อความรู้ที่ถูกเกิดขึ้น ก็เห็นความรู้ที่มีก่อนนั้นว่ามันผิด ท่านจึงเปรียบเทียบเหมือน อยู่ในที่มีมีคนมาทำไฟให้สว่าง อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ในเวลานั้น ที่สมณฑิพราหมณ์ก็หลุดไปจากมิจฉาทิฎฐิที่ยึดถือไว้เช่นนี้

คนเราก็ต้องเปลี่ยนอย่างนี้ ปฏิบัติต้องเปลี่ยนต้องเห็นเช่นนี้จึงจะละมันไปได้ เรามาปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ แต่ก่อนเราปฏิบัติไม่ดีไม่ชอบ แต่ก็เห็นว่ามันดีมันชอบ อยู่นั่นเอง เราจึงทิ้งมันไม่ได้ เมื่อเรามาประพุดติปฏิบัติพิจารณาแล้ว เปลี่ยนกลับมาหน้ามือเป็นหลังมือ คือผู้รู้ธรรม หรือปัญญาเกิดขึ้นที่จิตนั้น จึงมีความสามารถ เปลี่ยนความเห็นเพราะความรู้อันนั้นตามรักษาจิต

ฉะนั้น นักประพุดติปฏิบัตินี้ จึงสร้างความรู้ที่เรียกกันว่า “พุทโธ” คือ ผู้รู้ อันนี้ให้เกิดขึ้นที่จิต แต่ก่อนผู้รู้ยังไม่เกิดขึ้นที่จิต รู้แต่ไม่แจ้ง รู้แต่ไม่จริง รู้แต่ไม่ถึง ความรู้อันนั้นจึงอ่อนความสามารถ ไม่มีความสามารถที่จะสอนจิตของเราได้ ในเวลานั้น จิตนั้นได้กลับเปลี่ยนออกมาเพราะความรู้อันนี้ เรียกว่า ปัญญาหรือญาณ รู้ยิ่งกว่ารู้มาแต่ก่อน ผู้รู้แต่ก่อนนั้นรู้ไม่ถึงที่สุด จึงไม่มีความสามารถแนะนำจิตของเราให้ถึงที่สุดได้

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าของเราจึงให้น้อมเข้ามาเป็นโอบนโยโก น้อมเข้า อย่างน้อม ออกไป หรือน้อมออกไปแล้วให้น้อมเข้ามาดูเหตุผลมัน ให้หาเหตุผลที่ถูกต้อง ทุกอย่าง เพราะว่าของภายนอกและของภายในนั้นมันเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกันอยู่ เสมอ ดังนั้น การปฏิบัติก็คือ การมาสร้างความรู้อันหนึ่งให้มีกำลังมากกว่าความรู้ ที่มีอยู่แล้ว คือทำปัญญาให้เกิดขึ้นที่จิต ทำญาณให้เกิดขึ้นที่จิต จนมีความสามารถ ที่จะหยั่งรู้กิริยาจิต ภาขาจิต รู้อย่างของกิเลสทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดขึ้นมาในจิตนั้น

พระพุทธเจ้าของเราที่ท่านก็ตัดสินใจของท่านยังไม่ได้เหมือนกัน เมื่อท่าน ออกบวชใหม่ๆ ก็แสวงหาโมกขธรรม ดูอะไรท่านก็ดูทุกอย่างให้มีปัญญา แสวงหา ครูบาอาจารย์ อุทกดาบสอย่างนี้ท่านก็ไป เข้าไปปฏิบัติดู ยังไม่เคยนั่งสมาธิท่าน ก็ไปนั่ง นั่งสมาธิขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง หลับตา อะไรๆ

ปล่อยวางไปหมด จนสามารถบรรลุฌานสมาบัติขั้นสูง แต่เมื่อออกจากฌานนั้นแล้ว ความคิดมันก็โผล่ขึ้นมาอีก เมื่อมันโผล่ขึ้นมาแล้วจิตก็เข้าไปยึดมั่นถือมั่นในที่นั้น ท่านก็รู้ว่า เออ อันนี้ปัญญาเรายังไม่รู้ ยังไม่แจ่มแจ้ง ยังไม่เข้าถึง ยังไม่จบ ยังเหลืออยู่ เมื่อเป็นเช่นนี้ท่านก็ได้ความรู้เหมือนกัน

ตรงนี้ไม่จบท่านก็ออกไปใหม่ แสวงหาครูบาอาจารย์ใหม่ เมื่อออกจากครูบาอาจารย์องค์นี้ท่านก็ไม่ดูถูกดูหมิ่น ท่านทำเหมือนกันกับแมลงภู่ที่เอาน้ำหวานในเกสรดอกไม้ไม่ให้ดอกไม้ช้ำ แล้วไปพบอาหารตาบสกีเรียนอีก ได้ความรู้สูงกว่าเก่า เป็นสมาบัติอีกขั้นหนึ่ง

เมื่อออกจากสมาบัติแล้ว พิมพา ราหุล ก็โผล่ขึ้นมาอีก เรื่องราวต่างๆ ก็เกิดขึ้นมา ยังมีความกำหนดรักใคร่อยู่ ท่านก็เห็นในจิตของท่านว่า อันนี้ก็ไม่ถึงที่สุดเหมือนกัน ท่านก็เลิกลาอาจารย์องค์นี้ไป แต่ยอมรับฟังและพยายามทำไปจนสุดวิสัยของท่าน ท่านตรวจดูผลงานของท่านตลอดกาลตลอดเวลา ไม่ใช่ว่าท่านทำแล้วก็ทิ้งไป ไม่ใช่อย่างนั้น ท่านติดตามผลงานของท่านตลอดเวลาทีเดียว

แม้กระทั่งการทรมาน เมื่อทรมานเสร็จก็เห็นว่า การทรมานอดข้าวอดปลา ทรมานให้ร่างกายซูบซีดนี้ มันเป็นเรื่องของกาย กายมันไม่รู้เรื่องอะไร คล้ายๆ กับว่าไปตามฆ่าคนที่ไม่ได้เป็นโจร ไล่คนที่ เป็นโจรนั้นไม่ได้สนใจ เขาไม่ได้เป็นโจร เข้าใจว่าเขาเป็นโจร เลยไปตะคอกไล่พวกนั้น ไปคุมขังแต่พวกนั้น ไปเบียดเบียนแต่พวกนั้นเรื่อย เป็นไปในทำนองนี้ เมื่อท่านพิจารณาแล้วก็เห็นว่า ไม่ใช่เรื่องของกาย มันเป็นเรื่องของจิต อตตกิลมถานุโยคนี้พระพุทธเจ้าผ่านแล้ว รู้แล้ว จึงเข้าใจว่าอันนี้เป็นเรื่องกาย ความเป็นจริงพระพุทธเจ้าทั้งหลายตรัสรู้ทางจิต

เรื่องกายก็ดี เรื่องจิตก็ดี ดูแล้วก็ให้รวมเป็นเรื่องอนิจจัง เป็นเรื่องทุกขัง เป็นเรื่องอนัตตา มันเป็นแต่เพียงธรรมชาติอันหนึ่ง มีปัจจัยให้เกิดขึ้นมาแล้วมันก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็สลายไป มีเหตุมีปัจจัยก็เกิดขึ้นมาอีก เกิดขึ้นมาแล้วก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วมันก็สลายไปอีก ที่มันเป็นเช่นนี้ก็ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่เราไม่ใช่เขา ไม่มี

อะไร เป็นแต่เพียงความรู้สึกเท่านั้น สุขก็ไม่มีตัวตน ทุกข์ก็ไม่มีตัวตน เมื่อค้นคว้าหาตัวตนจริงๆ แล้วไม่มี มีเพียงธรรมชาติอันหนึ่ง เกิดขึ้นมาแล้วก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป มันก็หมุนเวียนเปลี่ยนไปเท่านั้น

มนุษย์สัตว์ทั้งหลายนั้นก็มักเข้าใจว่า การเกิดขึ้นนั้นเป็นเรา การตั้งอยู่เป็นเรา การดับไปนั้นเป็นเรา ก็ไปยึดสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ไม่อยากให้เป็นอย่างนั้น อยากให้เป็นอย่างอื่น เช่นว่าเกิดแล้วไม่อยากให้สลายไป สุขแล้วไม่อยากให้ทุกข์ ทุกข์ไม่อยากให้เกิด ถ้าทุกข์เกิดแล้วอยากให้ดับเร็วๆ หรือไม่ให้เกิดเลยดีมากอย่างนี้ นี่ก็เพราะเห็นว่ารูปร่างนี้เป็นตัวเรา เป็นของเรา จึงมีความปรารถนาอยากจะให้รูปร่างเป็นอย่างนั้น

ถ้าความเห็นเป็นอย่างนี้ มันก็คล้ายๆ กับว่าสร้างทำนบสร้างเขื่อนไม่มีทางระบายน้ำ โทษมันก็คือเขื่อนมันจะพังเท่านั้นเอง เพราะไม่มีทางระบาย อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น นี่พระพุทธองค์ทรงเห็นว่า เมื่อความคิดความเห็นเป็นเช่นนี้ อันนี้แหละเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด เมื่อคิดเช่นนั้นเข้าใจเช่นนั้น ทุกข์มันก็เกิดขึ้นมาเดี๋ยวนั้น ท่านเห็นเหตุอันนี้ท่านจึงสละ นี่คือสมุทัยสัง ทุกขสัง นิโรธสัง มรรคสัง มันติดอยู่ตรงนี้เท่านั้น คนจะหมดสงสัยก็จะหมดที่ตรงนี้ เมื่อเห็นว่าอันนี้มันเป็นรูปร่าง หรือกายกับใจ พิจารณาแล้วที่มันเกิดมาแล้ว ก็ให้เข้าใจว่าไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตนเราเขา มันเป็นไปตามธรรมชาติ ตั้งอยู่อย่างนั้น

ที่เรามานปฏิบัติให้รู้ตามสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ว่ามันเป็นอย่างนั้น เราไม่มีอำนาจไปบริหารการงานในที่นั้น เราจะไปเป็นเจ้าของก็เจ้าการไปแต่งไปตั้งตรงนั้นไม่ได้ มันจะเป็นทุกข์เพราะเราไม่ใช่เจ้าของ เราจะเข้าใจว่าเป็นเราเป็นเขาไม่ได้ ทั้งกายและจิตอันนี้ ถ้าเรารู้อันนี้ตามเป็นจริงแล้วมันก็มีอยู่ แล้วก็เห็นอยู่ มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น เหมือนกับก้อนเหล็กแดงๆ ก้อนหนึ่งที่เขาเอาไปเผาไฟแล้ว มันร้อนอยู่ทั้งหมดนั้นแหละ จะเอามือไปแตะข้างบนมันก็ร้อน ไปแตะข้างล่างก็ร้อน ไปแตะข้างๆ มันก็ร้อน ไปแตะค่อนทางนี้ทางโน้นก็ร้อน เพราะอันนั้นมันร้อน ให้เราเข้าใจอย่างนั้น

โดยมากปกติของเราเนาะ เมื่อเรามาปฏิบัติ มันก็อยากมืออยากเป็นอยากรู้
อยากเห็น แต่ทำไมไม่รู้จะไปเป็นอะไร ไม่รู้ว่าจะไปเห็นอะไร ผมเคยเห็นลูกศิษย์คนหนึ่ง
มาปฏิบัติกับผม ครั้งแรกมาปฏิบัติจิตมันวุ่นวาย เมื่อมันวุ่นวายก็เกิดความสงสัย
ไม่หยุดเหมือนกัน แล้วก็ทำไปสอนไปเรื่อยๆ ให้มันสงบ เมื่อจิตสงบแล้วก็ยังหลงอยู่
อีกว่า จะทำให้เป็นอย่างไรต่อไปอีก เนาะ วุ่นวายซ้ำอีกแล้ว เขาขอความสงบ ปานนี้
มันทำจิตให้สงบแล้วแต่ก็ไม่เอาอีก ถามว่าจะทำอย่างไรต่อไป

**ฉะนั้น การปฏิบัติทุกอย่างนี้ พวกเราทั้งหลายต้องทำด้วยการปล่อยวาง การ
ปล่อยวางนั้นมันจะปล่อยวางได้อย่างไร คือเกิดความรู้เท่ามันเสีย ให้เรารู้ว่า
ลักษณะของจิตมันเป็นอย่างไร ลักษณะของกายมันเป็นอย่างไร เรานั่งเพื่อความ
สงบ แต่ว่านั่งเข้าไปแล้วมันเห็นความไม่สงบ คืออาการของจิตมันเป็นอยู่อย่างนั่นเอง**

พอเราตั้งจิตกับลมหายใจของเราที่ปลายจมูกหรือริมฝีปาก เราจะทำสมาธิ
เราก็ยกความรู้ขึ้นมาตั้งตรงนี้ไว้ เมื่อยกขึ้นมาตั้งเรียกว่าเป็นวิตก^๑ คือยกไว้ เมื่อย
ยกเป็นวิตก กำหนดอยู่ที่นี้เป็นวิจาร์^๒ คือการวิจัยที่ปลายจมูก หรือที่ลมนี้ไปเรื่อยๆ
วิจาร์นี้มันจะคลุกคลีกับอารมณ์ของเรานั้น อารมณ์อะไรก็ช่างมันเถอะ มันก็ต้อง
พิจารณาเรื่องที่มีมันเกิดขึ้นมาคลุกคลีกับอารมณ์เรื่อยๆ ไปเป็นธรรมชาติของมันเราก็
คิดว่าจิตมันไม่นิ่งไม่อยู่เสียแล้ว ความเป็นจริงอันนั้นมันเป็นวิจาร์ มันต้องคลุกคลี
ไปกับอารมณ์นั้น

ทีนี้เมื่อมันถลามากไปในทางที่ไม่ดี มันจะดึงความรู้สึกของจิตออกห่างไปมาก
เมื่อเรามีสติอีกก็ตั้งใจขึ้นใหม่ ยกขึ้นมาตั้งตรงนี้อีก เรียกว่า วิตก เมื่อเราตั้งขึ้น
สักประเดี๋ยวหนึ่งมันก็เกิดวิจาร์ พิจารณาคลุกคลีไปกับอารมณ์เรื่อยไป แต่เมื่อเรา
เห็นอาการเป็นเช่นนี้ ความไม่รู้ของเราเกิดขึ้นมาว่า มันไปทำไม เราอยากให้มันสงบ
ทำไมมันไม่สงบ นี่เราทำไปด้วยความยึดมั่นถือมั่นของเรา

^๑ วิตก - ความตรึง ตรึง การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ เป็นข้อหนึ่งในองค์ฌาน ๕ (วิตก วิจาร์ ปีติ สุข เอกัคคตา)

^๒ วิจาร์ - ความตรอง การกำหนด พิจารณา ตามพื้นอารมณ์ เป็นข้อสองในองค์ฌาน ๕

ความเป็นจริงอาการของจิตมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น แต่เราไปเพิ่มว่า อยากให้มันนิ่งทำไมมันไม่นิ่ง เกิดความไม่พอใจ เลยเอาไปทับกันเข้าไปอีกทีหนึ่ง ก็ยิ่งเพิ่มความสงสัยเพิ่มความทุกข์เพิ่มความวุ่นวายขึ้นมาอีกตรงนั้น ความเป็นจริง ถ้าหากมันมีวิจาร์ คิดไปตามเรื่องตามราวกับอารมณ์เรื่อยๆ ไปอย่างนั้น ถ้าเรามีปัญญาเราก็ควรคิดว่า เออ เรื่องจิตมันเป็นอย่างนี้เอง นั่น ผู้รับบอกอยู่ตรงนั้น บอกให้รู้ตามความเป็นจริง เรื่องจิตมันเป็นของมันอยู่แล้วอย่างนี้ มันก็สงบลงไป

เมื่อไม่สงบ เราก็ยกเป็นวิตกขึ้นมาใหม่ ได้พักหนึ่งแล้วมันก็สงบ อีกหน่อยมันก็เกิดวิจาร์อีก วิตกวิจาร์มันเป็นอยู่อย่างนี้ วิจาร์ไปตามอารมณ์ เมื่อวิจาร์ไปมันก็จางไป จางไป เราก็ยกขึ้นมาอีกอยู่อย่างนี้ คือการกระทำความเพียรของเรา

การกระทำในเวลานี้ต้องทำโดยการปล่อยวาง เห็นการวิจาร์ไปกับอารมณ์ อารมณ์ที่มันเกิดขึ้นมานั้นไม่ใช่ว่าจิตเราวุ่น แต่เราไปคิดผิดเท่านั้นว่าเราไม่อยากจะให้มันเป็นอย่างนั้น ตรงนี้เป็นเหตุขึ้นมาแล้วก็ไม่สบาย ก็เพราะเราอยากให้มันสงบเท่านั้น ตรงนี้เป็นเหตุคือความเห็นผิด ถ้ามาเปลี่ยนความเห็นลักษณะหนึ่ง ว่าอาการของจิตมันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ เท่านั้นมันก็ลดลงแล้ว นี้เรียกว่า การปล่อยวาง

ที่นี้ถ้าเราไม่ยึดมั่นถือมั่น คือทำด้วยการปล่อยวาง ปล่อยอยู่ในกรกระทำกระทำอยู่ในการปล่อย อย่างนี้ ให้มันเป็นลักษณะอย่างนี้อยู่ในใจของเรา เรื่องวิจาร์นั้นมันก็ไม่มีอะไร ถ้าจิตเราหยุดวุ่นวายเช่นนั้น เรื่องวิจาร์นั้นมันจะเป็นเรื่องชอกคันหาธรรมะ ถ้าเราไม่ชอกคันหาธรรมะ มันจะไปเกิดวุ่นวายอยู่ตรงนั้น

ความเป็นจริงวิตกแล้วก็วิจาร์ วิตกแล้วก็วิจาร์ วิจาร์มันจะค่อยๆ ละเอียดยไปเรื่อยๆ ทีแรกมันก็วิจาร์ประปรายทั่วๆ ไป พอเรารู้ว่าอาการของจิตมันก็เป็นอย่างนั้น มันไม่ทำอะไรให้ใครทั้งนั้น มันเป็นที่เราไปยึดมั่นถือมั่น อย่างน้ำมันไหลมันก็ไหลของมันไปอยู่อย่างนั้น ถ้าเราไปยึดมั่นว่าไหลไปทำไม เกิดทุกข์แล้ว ถ้าเราเข้าใจว่าน้ำก็ไหลไปตามเรื่องของมัน มันก็ไม่มีทุกข์แล้ว เรื่องวิจาร์นี้ก็เหมือนกันฉันนั้น วิตกแล้วก็วิจาร์ วิตกแล้วก็วิจาร์คลุกคลีกับอารมณ์ แล้วเอาอารมณ์นั้นมาทำกรรมฐาน ให้จิตสงบ เอาอารมณ์นั้นมากำหนด วิจาร์นี้ก็ทำนองเดียวกับอารมณ์นั้น

ถ้ามันรู้เรื่องของจิตอย่างนี้ มันก็ปล่อยวางนะ เหมือนกับปล่อยน้ำให้มันไหลไป เรื่องวิจารณ์นั้นก็ละเอียดเข้าไป ละเอียดเข้าไป มันจะหยิบเอาสังขารขึ้นมาวิจารณ์ก็ได้ เอาความตายมาวิจารณ์ก็ได้ เอากรรมะอันใดมาวิจารณ์ก็ได้ ถูกจริตขึ้นเมื่อใดก็เกิดความอึดขึ้นมา

ความอึดคืออะไร คือ ปิติ เกิดปิติความอึดใจขึ้นมา ความชนพองสยองเกล้า ชูชาขึ้นมา หรือตัวเบา ใจมันก็อึด นี้เรียกว่า ปิติ แล้วก็มี สุข ในที่นั้น ความสุขมันปะปนอยู่ที่นั้น ทั้งมีความสุขทั้งมีอารมณ์ผ่านอยู่ ก็เป็น *เอกัคคตารมณ์* แน่ะ เอกัคคตารมณ์ คืออารมณ์อันเดียว

ถ้าพูดไปตามขณะของจิตมันต้องเป็นอย่างนี้ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคตา ถ้าขั้นที่สองไปเป็นอย่างไรละ จิตมันละเอียดแล้ว วิตกวิจาร์มันหาย มันก็ลั่นไปอีก มันก็ทิ้งวิตกวิจาร์ เหลือแต่ปิติ สุข เอกัคตา อันนี้เรื่องจิตมันดำเนินการเอง เราไม่ต้องรู้อะไร ให้รู้ว่ามันเป็นอย่างนี้ บัดนี้ปิติไม่มี เหลือแต่สุขกับเอกัคตา เราก็รู้จัก ปิติหนีไปไหน ไม่หนีไปที่ไหนหรอก จิตของเรามันละเอียดขึ้นไป ก็ทิ้งส่วนที่มันหายเท่านั้น ส่วนไหนมันหายมันก็ทิ้งไป ทิ้งไปเรื่อยๆ จนถึงที่สุดของมันแล้วคือมันทิ้งๆ ไป เหลือแต่เอกัคตากับอุเบกขา มันก็ไม่มีอะไร มันจบอย่างนั้น

เมื่อจิตดำเนินการประพฤติปฏิบัติมันจะต้องไปในรูปนี้ แต่ขอให้เรามีปัญญาเสียหน่อยหนึ่งว่า ที่เราทำครั้งแรกนี้แหละ เราต้องการให้จิตสงบ แต่จิตมันก็ไม่สงบ เราอยากให้มันสงบก็ไม่สงบ อันนี้คือเราทำด้วยความอยาก แต่เราไม่รู้จักว่าทำด้วยความอยาก คือเราอยากให้มันสงบ มันไม่สงบอยู่แล้วเราก็ยิ่งอยากให้มันสงบ ใช้อ๋อยากนี้ละมันเป็นเหตุมิใช่อื่น

อยากให้สงบนี้เราไม่เข้าใจว่าเป็นต้นเหตุ ก็เหมือนเพิ่มน้ำหนักขึ้นอีก ยิ่งอยากขึ้นก็ยิ่งไม่สงบขึ้น แล้วก็เลิกกันเท่านั้น ทะเลาะกันไปเรื่อยๆ ไม่ได้หยุดหรอก นั่งทะเลาะกันคนเดียว นี่ก็เพราะอะไร

เพราะเราไม่หม่อมกลับมาว่า เราจะตั้งจิตอย่างไร ให้รู้สภาวะของมันว่า อาการของจิตมันก็เป็นของมันอย่างนั้น ถ้ามันเกิดมาแล้วเวลาใดก็พิจารณาเรื่องมันเป็นอย่างนั้น เรื่องจิตนี้ลักษณะของจิตมันเป็นแบบนี้ มันไม่ไปทำให้ใครหrok ถ้าเราไม่เห็นว่ามันเป็นอย่างนั้นมันเป็นโทษ แต่ความเป็นจริงมันไม่มีโทษหrok เห็นว่าลักษณะอันนั้นมันเป็นอย่างนั้นเท่านั้นแหละ

เราจะตั้งวิตกพิจารณา วิตกพิจารณมันก็ผ่อนลงมา ผ่อนลงมาเรื่อยๆ มันก็ไม่รุนแรงที่มันมีอาการมาเราก็พิจารณาไป คลุกคลีไปกับอาการ มันจะรู้เรื่องเกี่ยวกับอาการนั้นเองมีใช่อื่น อันนี้เราไปทะเลาะกันเสียก่อนแล้ว ก็เพราะเราตั้งใจเหลือเกินว่า เราอยากทำความสงบ เมื่อนั่งปุ๊ป อาการมากวนเลย ยกขึ้นมาเท่านี้ก็เผลออยู่แล้ว ก็พิจารณาออกไปตามอาการเสีย ก็นึกว่ามันมากวนเรา ความเป็นจริงมันเกิดจากที่นี่ เกิดจากความเห็นที่มันอยากๆ นี้แหละ

ถ้าหากเราเห็นว่าเรื่องจิตนี้มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ มันก็อาศัยการไปการมาอย่างนั้น ถ้าเราไม่เอาใจใส่มัน ถ้าเราไม่รู้เรื่องของมันเสียแล้ว เหมือนกันกับเราไม่รู้เรื่องของเด็กน้อย เด็กน้อยมันไม่รู้จักอะไร มันจะพูดกับเรา พูดกับแขก มันจะพูดอย่างไรก็พูดไปตามเรื่องของมัน ถ้าเราไม่รู้เรื่องของเด็กเราก็โกรธก็เกลียดขึ้นมาอย่างนั้น ถ้าเราไม่รู้เรื่องของเด็กแล้วเราก็ปล่อย เด็กมันก็พูดของมันไปอย่างนั้น เมื่อเราปล่อยอย่างนี้ ความไปยึดในเด็กนั้นก็ไม่มี เราจะปรึกษากันกับแขก เราก็พูดไปตามสบาย เด็กมันก็คุยเล่นไปตามเรื่องของมัน เรื่องของจิตมันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ ไม่มีพิษอะไรนอกจากเราไปหยิบมันขึ้นมา เลยไปยึดมันไปตะครุบมันเท่านั้นแหละ มันก็เป็นเหตุขึ้นมาทีเดียว

เมื่อปิติเกิดขึ้นมาเราจะมีความสุขใจ บอกไม่ถูกเหมือนกัน แต่ใครเข้าไปถึงตรงนั้นมันก็รู้จัก ความสุขเกิดขึ้นมา อาการอารมณ์อันเดียวมันก็เกิดขึ้นมา ก็มี **วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา สิ่งทั้ง ๕ อย่างนี้ มันรวมอยู่ที่จุดเดียวกัน ถึงมันเป็นคนละลักษณะก็ตาม แต่ว่ามันรวมอยู่ที่อันเดียวกัน เราเห็นทั่วถึงกันไปหมด เหมือนกับผลไม้เอามารวมในกระชาดเดียวกัน มันเป็นคนละอย่างก็ช่างมัน เราจะ**

เห็นทุกอย่างในกระจาดอันนั้น วิตกก็ดี วิจาร์ก็ดี ปิตกก็ดี สุขก็ดี เอกัคคตาที่ดี เราก็มองดูที่จิตตรงนั้น มันจะมีหมด ๕ อย่าง ก็ลักษณะอันนั้นมันเป็นอย่างนั้น มีอยู่อย่างนั้น จะว่ามันวิตกอย่างไร วิจาร์อย่างไร ปิตกอย่างไร สุขอย่างไร บอกไม่ถูก เมื่อมันรวมลงเรามองเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้น มันเต็มในใจของเราอยู่

ตรงนี้มันก็แปลกแล้ว การทำภาวนาของเราก็แปลกแล้ว ต้องมีสติสัมปชัญญะ อย่างหลง ให้เข้าใจว่าอันนี้มันคืออะไร มันเป็นเรื่องขณะของจิต มันเป็นเรื่องวิสัยของจิตเท่านั้น

อย่าไปสงสัยอะไรในเรื่องปฏิบัตินี้ มันจะจมลงในพื้นดินก็ช่าง มันจะไปบนอากาศก็ช่าง มันจะนั่งตายเดี๋ยวนี้ก็ช่างมันเถอะ อย่าไปสงสัยมัน เรื่องปฏิบัตินี้ให้มองดูสัก ลักษณะจิตเรามันเป็นอย่างไร ให้อยู่กับความรู้อันนี้เท่านั้น ทำไปอันนี้มันได้ฐานแล้ว มันมีสติสัมปชัญญะรู้ตัว ทั้งการยืน การเดิน การนั่ง การนอน

เมื่อเราเห็นอะไรเกิดขึ้นมาก็ให้มันไป เราอย่าไปติด อย่าไปยึดมันถือมันมัน เรื่องชอบใจไม่ชอบใจ เรื่องสุขเรื่องทุกข์ เรื่องสงสัยไม่สงสัย นั้นก็เรียกว่ามันวิจาร์ มันพิจารณา ตรวจตราดูผลงานของมัน อย่าไปซีอันนั้นเป็นอันนี้ อย่าเลย **ให้รู้เรื่อง เห็นสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นกับจิตนั้น ก็สักแต่ว่าเป็นความรู้สึกเท่านั้นเอง เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นมาก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่ที่ดับไป ก็เป็นไปเท่านั้น ไม่มีตัวไม่มีตน ไม่มีเรา ไม่มีเขา ไม่ควรยึดมันถือมันอันใดอันหนึ่งในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้**

เมื่อเห็นรูปนามมันเป็นเช่นนี้ตามเรื่องของมันแล้ว ปัญญาเห็นเช่นนี้มันก็เห็น รอยเก่ามัน เห็นความไม่เที่ยงของจิต เห็นความไม่เที่ยงของร่างกาย เห็นความไม่เที่ยงของความสุขความทุกข์ ความรักความโกรธ มันไม่เที่ยงทั้งนั้น จิตมันก็ดับแล้วเบื่อ เบื่อกายเบื่อจิตอันนี้ เบื่อสิ่งที่มีมันเกิดมันดับ ที่มันไม่แน่นอนอย่างนี้ เท่านั้นแหละ จะไปนั่งอยู่ที่ไหนมันก็เห็น เมื่อจิตมันเบื่อก็กินทางออกเท่านั้น มันหาทางออกจากสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ไม่อยากเป็นอย่างนี้ไม่อยากอยู่อย่างนี้ มันเห็นโทษในโลกนี้ เห็นโทษในชีวิตที่เกิดมาแล้ว

เมื่อจิตเป็นเช่นนี้ เราไปนั่งอยู่ที่ไหน ก็เห็นเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ไม่มีที่จับต้องมันแล้ว จะไปนั่งอยู่โคนต้นไม้ก็ได้ฟังเทศน์พระพุทธเจ้า จะไปนั่งอยู่ภูเขา ก็ได้ฟังเทศน์พระพุทธเจ้า จะไปนั่งอยู่ที่ราบก็ได้ฟังเทศน์พระพุทธเจ้า เห็นต้นไม้ทุกต้นมันจะเป็นต้นเดียวกัน เห็นสัตว์ทุกชนิดมันเป็นสัตว์อย่างเดียวกัน ไม่มีอะไรจะแปลกไปกว่านี้ มันเกิดแล้วมันก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็แปรไปดับไป เหมือนกันทั้งนั้น

ฉะนั้น เราก็มองเห็นโลกนี้ได้ชัดขึ้น เห็นรูปนามอันนี้ได้ชัดขึ้น มันชัดขึ้นต่อ อนิจจัง ชัดขึ้นต่อทุกขัง ชัดขึ้นต่ออนัตตา ถ้ามนุษย์ทั้งหลายเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่า มันเที่ยงมันจริงอย่างนั้น มันก็เกิดทุกข์ขึ้นมาทันที มันเกิดอย่างนี้ ถ้าเราเห็นรูปนามมันเป็นของมันอย่างนั้น มันก็ไม่เกิดทุกข์ เพราะไม่ไปยึดมั่นถือมั่น

นั่งอยู่ที่ไหนก็มีปัญญา แม้เห็นต้นไม้ก็เกิดปัญญาพิจารณา เห็นหญ้าทั้งหลายก็มีปัญญา เห็นแมลงต่างๆ ก็มีปัญญา รวมแล้วมันเข้าจุดเดียวกัน เป็นธรรมชาติเป็นของไม่แน่นอนทั้งนั้น นี่คือความจริง นี่คือสัจธรรม มันเป็นของเที่ยง มันเที่ยงอยู่ตรงไหน มันก็เที่ยงอยู่ตรงที่ว่า มันเป็นอยู่อย่างนั้นไม่แปรเป็นอย่างอื่นเท่านั้นละ ก็ไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น ถ้าเราเห็นเช่นนี้แล้วมันก็จะจบทางที่จะต้องไป

ในทางพระพุทธศาสนา เรื่องความเห็นนี้ ถ้าเห็นว่าเราโงกว่าเขามันก็ไม่ถูก เห็นว่าเราเสมอเขามันก็ไม่ถูก เห็นว่าเราดีกว่าเขามันก็ไม่ถูก เพราะมันไม่มีเรา นี่มันเป็นเสียอย่างนี้ มันก็ถอนอัสมิมานะออก อันนี้ท่านเรียกว่าเป็นโลกวิทู รู้แจ้งตามเป็นจริง ถ้ามาเห็นจริงเช่นนั้น จิตมันก็รู้เนื้อรู้ตัว รู้ถึงที่สุด มันตัดเหตุแล้ว ไม่มีเหตุผลก็เกิดขึ้นไม่ได้ อันนี้พูดถึงข้อปฏิบัติ มันจะดำเนินการของมันไปอย่างนั้น

รากฐานที่เราจะต้องปฏิบัติใหม่ๆ นี้ หนึ่ง ให้เป็นคนชื่อสัตย์ตรงไปตรงมา สอง ให้เป็นคนกลัวคนละอายต่อบาป สาม มีลักษณะที่ถ่อมตัว ในใจของเรา เป็นคนที่มักน้อย เป็นคนที่สันโดษ ถ้าคนมักน้อยในการพูด การอะไรทุกอย่าง มันก็เห็นตัวของตัว ไม่เข้าไปวุ่นวาย รากฐานที่มีอยู่ในจิตนั้นก็ล้วนแต่ศีล สมาธิ ปัญญา เต็มอยู่ในจิต ไม่มีอะไรอื่น จิตใจขณะนั้นก็เดินในศีล ในสมาธิ ในปัญญาโดยอาการเช่นนั้น

ฉะนั้น นักปฏิบัติเรานั้นอย่าประมาท ถึงแม้ว่าถูกต้องแล้วก็อย่าประมาท ผิดแล้วก็อย่าประมาท ดีแล้วก็อย่าประมาท มีสุขแล้วก็อย่าประมาท ทุกอย่างทำนองว่าอย่าประมาท ทำไมไม่ให้เป็นประมาท เพราะอันนี้มันเป็นของไม่แน่ ให้จับมันไว้แบบนี้ จิตใจเราก็เหมือนกัน ถ้ามีความสงบแล้วก็วางความสงบไว้ แหม มันอยากจะได้ใจ แต่ดีก็ให้รู้เรื่องของมัน ชั่วก็ให้รู้เรื่องมัน

ฉะนั้น การอบรมจิตนั้นเป็นเรื่องของตนเอง ครูบาอาจารย์บอกแต่วิธีที่อบรมจิต ก็เพราะจิตมันอยู่ที่เรา มันรู้จักหมดทุกอย่าง ไม่มีใครจะรู้เท่าถึงตัวเรา เรื่องปฏิบัติมันอาศัยความถูกต้องอย่างนี้ ให้ทำจริงๆ เถอะ อย่าไปทำไม่จริง

คำว่าทำจริงๆ นั้นมันเหนื่อยไหม ไม่เหนื่อย เพราะทำทางจิต ประพฤติทางจิตปฏิบัติทางจิต ถ้าเรามีสติมีสัมปชัญญะอยู่ เรื่องที่ถูกที่ผิดมันก็ต้องรู้จัก ถ้ารู้จักเราก็รู้จักข้อปฏิบัติเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องมาก ดูข้อปฏิบัติทั้งหลายทุกสิ่งทุกส่วน แล้วก็ให้น้อมเข้ามาอย่างนั้นทุกคน

มันก็จวนก่อนพรรษาแล้ว ตามความจริงลักษณะของคนเรานั้น นานๆ ไปมันชอบอยากประมาทในข้อวัตรที่ตั้งไว้ ไม่เสมอต้นเสมอปลาย แสดงว่าปฏิบัติของเราไม่สมบูรณ์อย่างที่เรที่ตั้งใจไว้ก่อนพรรษา เราจะทำอะไรกัน ก็ต้องทำประโยชน์อันนั้นให้สมบูรณ์ ระยะเวลาเดือนนี้ให้มันตลอดต้นตลอดปลาย ต้องพยายามให้เป็นทุกๆ คน

เราตั้งใจไว้ว่า เราจะปฏิบัติกันอย่างไรก่อนเข้าพรรษา ข้อวัตรเราต้องทำกันอย่างไร ตั้งใจอย่างไร ให้ระลึกถึงว่า ถ้าหากมันย่อหย่อนก็ต้องกลับตัว ปรับปรุงเรื่อยๆ เหมือนกับเราภิกษุทำอานาปานสติ ลมหายใจเข้าออกสม่ำเสมอ เมื่อจิตมันวุ่นวายไปตามอารมณ์ ก็ยกขึ้นมาตั้งใหม่ เมื่อมันเป็นไปตามอารมณ์ ก็ยกขึ้นมาอีกตั้งใหม่ อย่างนี้ก็เหมือนกัน ทางจิตของเราทางกายของเราก็เป็นอย่างนั้น ต้องพยายาม.



มีอะไรก็อย่าให้มันมี
ให้มันมีแต่อย่าให้มันมี
ให้รู้จักว่ามีหรือไม่มีนั่นมันเป็นอย่างไ
ให้รู้เรื่องตามความจริงของมัน
อย่าให้มันเกิดทุกข์

๑๗ | เพียรละกามฉันทะ

กาโมชะ โอะชะคือกาม จมอยู่ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ที่มันจมอยู่คือมันดูแต่ข้างนอก ไม่ดูข้างใน ไม่ดูตัวของเรานี้ แต่เราชอบดูคนอื่น คนอื่นเห็นหมดแล้ว แต่ตัวเราไม่ชอบดูกัน มันจึงไม่เห็น มันไม่ใช่เป็นของยากลำบากอะไร แต่เราไม่พยายามที่สุดในตรงนี้ ยกตัวอย่าง มองดูสีกาสวยๆ เป็นอย่างไรละ พอมองเห็นหน้ามันมองเห็นหมดทุกอย่าง เห็นไหม

ดูในใจนี้ได้ เห็นสภาพของผู้หญิงเป็นอย่างไร เห็นแล้ว พอตานอกมองเห็น ตาในเห็นหมดทุกแห่ง ทำไมมันเร็วอย่างนั้น คือมันจมอยู่ในน้ำ มันจมอยู่ มันวิจิตรอยู่ มันวิจิตรอยู่ มันติดอยู่ในนั้น เพราะว่าเราเป็นทาสมัน

เหมือนเราเป็นทาสของคนหนึ่ง คนนั้นมีอำนาจมากกว่าเรา ซึ่ให้วิ่งก็ต้องวิ่ง ใ้หนึ่งก็ต้องหนึ่ง ให้เดินก็ต้องเดิน เพราะอะไร เราฝืนไม่ได้เพราะเราเป็นทาสเขา เราเป็นทาสของกามนี้ก็เช่นกัน จะเชียวอย่างไรมันก็ไม่ออก ยิ่งให้คนอื่นเชียวก็ยิ่งร้าย เราต้องเชียวของเราเอง

ดังนั้น การปฏิบัติธรรมนี้ เรื่องที่มันจะพันทุกข์ พระพุทธเจ้าท่านจึงมอบให้เรานี้เอง พุดง่าย ๆ อย่างพระนิพพานนี้ พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้ชัดแจ้ง ทำไม่ไม่อธิบายธรรมะให้ละเอียดแยกคายเกี่ยวกับเรื่องนิพพาน ท่านบอกว่าให้ปฏิบัติ รู้เฉพาะตัวเท่านั้นแหละ ทำไม่ถึงบอกอย่างนั้น ก็ควรจะซื่ว่ามันเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ มิใช่หรือ พระพุทธเจ้าท่านปฏิบัติมาเพื่อจะเป็นพระพุทธเจ้าหลายอสงไขย ก็เพื่อท่านจะได้โปรดสัตว์นั่นเอง ทำไม่ท่านไม่ชี้พระนิพพานให้รู้จักกัน ให้มันไปกัน บางคนก็คิดอย่างนั้น ถ้าพระพุทธเจ้ารู้จริงก็บอกจริงๆ สิ จะปกปิดอำพรางไว้ทำไม

ความเป็นจริงคิดเช่นนั้นมันผิด คือเราจะเห็นอย่างนั้นไม่ได้ มันจะเห็น เพราะการประพุดิเพราะการปฏิบัติ ท่านเพียงแต่จะแนะแนวทางพอให้เกิดปัญญาเท่านั้น บอกแต่จะให้ปฏิบัติเอง ให้กระทำเอง ผู้บรรลุก็เห็นเอง

แต่ว่าแนวทางที่ท่านแนะไปมันก็ขัดใจเราอยู่ ให้มันน้อยให้สั้นโตะ ให้อย่างนั้นอย่างนี้ เราก็ยังไม่ชอบอยู่แล้ว เลยบอกว่า ให้ท่านชี้นิพพาน ซึ่ทางไปนิพพาน ให้คนที่มืองอเท้าไปก็ได้ อย่างตัวปัญญาก็เหมือนกัน ท่านจะเอาตัวปัญญานี้ชี้กัน ให้เกิดปัญญาเอาปัญญาให้กันไม่ได้หรอก แต่ท่านก็แนะแนวทางที่จะให้เกิดปัญญานี้ได้ แต่จะเกิดปัญญามากหรือน้อยนั้นแล้วแต่กรณี พุดถึงบุญวาสนาบารมีมีความรู้ ความเห็นมันต่างกัน เช่น พุดถึงวัตถุธนหนึ่ง อย่างรูปสิ่งที่อยู่หน้าโบสถ์เรา นี้ ต่างคนต่างดู ดูตัวเดียวกันก็ไม่เหมือนกัน คนนี้ว่า แหม...สวย คนนั้นว่า ไม่สวย ก็ตัวเดียวกันนั้นแหละ สวยไม่สวยเท่านี้เรารู้จักว่ามันเป็นอย่างไร

ฉะนั้น ผู้บรรลุธรรมช้ากว่ากันเร็วกว่ากันมันมีอยู่ พระพุทธองค์และสาวกทั้งหลายก็เหมือนกัน ที่ท่านประพุดิปฏิบัติมานั้น ความเป็นจริงท่านทำด้วยตนเอง แต่จะทำด้วยตนเองนั้นก็ต้องอาศัยครูบาอาจารย์บอกอุบายให้เกิดปัญญา ท่านไม่

สามารถเอาปัญญาให้กันได้หรือ ท่านสามารถแต่จะให้ความรู้เป็นบ่อเกิดของปัญญาเท่านั้น

ที่นี้เมื่อเราจะฟังธรรม ฟังมันจนหมดสงสัย มันก็ไม่หมดหรือ ความสงสัยมันไม่หมดด้วยการฟังหรือการคิด เราต้องเอาไปพอกใหม่ พอกใหม่คือปฏิบัติใหม่ ถึงแม้ว่าท่านจะพูดความจริงมาสักเท่าไรก็ตามเถอะ เราก็ไม่รู้ไม่เห็นตามความเป็นจริงนั้น ถ้ารู้จักแต่ว่าคาดคะเนหรือประมาณเอาเท่านั้น แต่ถึงไม่บรรลุนิพพานในขณะที่ฟังอยู่นั้น ก็ตัวจิตมันสร้างตัวมันขึ้นได้นะ

มีเหมือนกันในครั้งพุทธกาล นั่งฟังธรรม บรรลุนิพพานถึงขั้นสูงสุดในขณะที่นั่งฟังอยู่ก็มี แต่ว่าเมื่อฟังอยู่มันรู้อุบาย มันเร็ว คล้ายๆ กับลูกโป่ง ลูกโป่งนั้นนะ เขาสูบลมเข้ามันพองตัว ไอลมที่มันอยู่ในลูกโป่งนั้นมันมีพลังที่จะดันออกมา มันพยายามที่จะออกแต่มันไม่มีรู พอเอาเข็มหมุดไปแทงสักนิดเดียวเท่านั้นลมก็ฟุ้งออกไปเลย อันนี้ก็ฉนั้น

วิสัยของสาวกที่ฟังธรรม บรรลุนิพพานในอาสนะที่หนึ่งนั้นก็เหมือนกัน ไม่มีอะไรสัมผัส มันดันอยู่เหมือนลูกโป่งที่มันที่บออยู่ คือมันมีอะไรบังอยู่นิดเดียว มันไม่ออก พอได้ฟังธรรมถูกจิตเข้าเท่านั้น ก็เกิดปัญญาปุบขึ้นมาทันที ล่วงรู้ในเวลานั้น ปลอ่ยวางในเวลานั้น ท่านก็บรรลุนิพพานอย่างแท้จริงได้ มันเป็นเสียอย่างนั้น มันง่ายก็เพราะมันพลิกกลับเท่านั้นแหละ มันเปลี่ยนหรือมันพลิกออกจากความเห็นอย่างนั้น มาเป็นความเห็นอย่างนี้ จะว่าไกลมันก็ไกล จะว่าใกล้มันก็ใกล้

อันนี้เป็นของทำเอาเอง พระพุทธเจ้าให้อุบายที่จะทำให้เกิดปัญญา ครูบาอาจารย์เราทุกวันนี้ก็เหมือนกันฉนั้น ท่านเทศน์ให้เราฟัง เอาความจริงพูดให้ฟังกัน แต่เราก็เอาความจริงนั้นไปไม่ได้ เพราะอะไร มันมีเยื่ออะไรมาปิดบังอยู่นะ นี่จะหมายความว่ามันจมก็ได้ มันจมอยู่ในน้ำ กาโมชะ โอะชะคือกาม ภโวชะ โอะชะคือภพ ภพที่เกิด กามทั้งหลายก็อยู่ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ในธรรมารมณ์ ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขา ยึดมันถือมันอยู่ในกามเน่น



ดังนั้น ผู้ปฏิบัติบางทีก็เบื่อ เอือมระอา เบื่อในการปฏิบัติ ซี้เกียด ไม่ต้องดู
อื่นไกลหรอก อย่างเราฟังธรรมะกันนี้ ไม่ค่อยจะจำอยู่ในใจกัน แต่ว่าถูกคนอื่น
เขาตำ ด่าอย่างจริงจัง โน่น ตำแต่วันเช้าพรรษาโน่น ตำอย่างหนัก ถึงวันจะ
ออกพรรษาแล้วมันก็ยังไม่ว่าง อีกพรรษาหนึ่งมันก็ยังไม่ว่าง ชั่วชีวิตนี้ก็ยังไม่ลืม
ถ้ามันเข้าถึงใจจริงๆ

แต่ธรรมะที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้มันน้อย ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ทำไม
ไม่อยากจะเอาเข้าไปในใจนั้น ทำไมมันถึงลืมกันมาตั้งนานาน ไม่ต้องพูดถึงอะไรมาก
หรอก ข้อวัตรเราเนี่ย อย่างเราตั้งข้อวัตรว่าก่อนฉันหรือฉันเสร็จแล้วเก็บบาตร อย่านำไป
คุยกันนะ เทำนี้มันก็ยังไม่ว่างจะได้ แต่รู้ด้วยการคุยกันนี้มันดีอะไรไหม มัน
ตกอยู่ในกามทั้งนั้นแหละ คุยไปคุยมากก็ขัดแย้งกัน แล้วก็ทะเลาะกันขัดใจกันเท่านั้น
ไม่มีเรื่องอะไรมากหรอก เทำนี้มีใช้เป็นของละเอียด เป็นของหยาบๆ อย่างนี้มันก็
ไม่ว่างจะเอาอะไรมานะคนนี่ ว่าอยากจะบรรลุนิพพาน แต่จะเดินไปทางนั้น ไม่ว่างจะเดินมา
ตามทางนี้ มันเป็นเสียอย่างนั้น ข้อวัตรทุกอย่างทุกประการนี้ มันเป็นอุบายให้เข้าไป
เห็นธรรมะทั้งนั้น แต่เราไม่ว่างรู้ ไม่ว่างประพฤติปฏิบัติให้มันเดินไปตรงนั้น

**การปฏิบัติอย่างจริงจังนี้ คำว่า อย่างจริงจัง มีใช้ลงเรื่อยลงแรงอะไรมาก
คือตั้งใจให้มันมีพลังของจิตขึ้นเท่านั้น ให้พยายามมีความรู้ทุกอย่างที่มันเป็นมา ที่
มันจะจมอยู่ในกาม ที่มันเป็นข้าศึก เทำนี้ก็ยังไม่ค่อยจะได้**

ทุกปีจวนจะออกพรรษาก็ยังเป็นนะ คือมันเดินไม่ไหว มันเดินไปสุดขีด
ของมันแล้ว จวนจะออกพรรษาเท่าไรยิ่งเลอะ เรียกว่ามันไม่มีต้นไม่มีปลาย มัน
ไม่สม่ำเสมอ พูดทุกปีทำไม่ว่างจะได้ ตั้งข้อวัตรปีไม่ถึงปีเลย เสีย เสียแล้ว จวนจะ
ออกพรรษาก็เอาแล้ว เกิดคุยกัน เกิดอะไรต่ออะไร อารมณ์ต่างๆ หลากอย่างเลอะ
ชอบจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ถ้าผู้ปฏิบัติจะให้ดีนะท่านจะต้องรู้มันว่า อันนี้ทำไมถึง
ทำอย่างนั้น นี่เป็นเพราะว่ามันมองไม่เห็นโทษ

มาบวชในพระพุทธศาสนาก็อยู่กันอย่างนี้ ไม่มีอะไรมากหรอก เวลาเราสึก
ออกไปแล้วนี้ ไปรบกันไปยิงกัน ยิ่งเฉียดกันทุกวันๆ อย่างนี้ยังชอบ อยากจะไปกัน



จริงๆ อันตรายมันใกล้เหลือเกินก็ขย่มอย่างนั้น ทำไมมันถึงไม่เห็นนะ จะตาย เพราะลูกกระสุนขานะขย่มไป แต่จะตายเพื่อที่จะสร้างคุณงามความดีนี้ไม่ขย่ม

ดูแค่นี้ก็พอแล้ว ก็เพราะเราเป็นทาสมันนั่นเองแหละ ไม่ใช่อื่นหรอก เราดูเท่านี้ก็รู้จัก เพราะเราไม่เห็นโทษมัน ไปโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าฯ ไอ้โฮ ทหารบ้าง ตำรวจบ้าง ขาขาดก็มี แขนขาดก็มี เดินอย่างเต่าก็มี ขนาดนั้นยังวิ่งแข่งกันเลย คนขาเดียวมันวิ่งแข่งกันสนุกสนาน นี่เราก็ไปนั่งดู มันไม่เห็นโทษ อันนี้ก็น่าอัศจรรย์ เหมือนกันนะ มันน่าจะเห็นแต่ยังไม่เห็น ถ้ายังไม่เห็นอย่างนั้นก็ออกไม่ได้ มันก็เวียนในวัฏฏะจนได้ นี่มันเป็นเสียอย่างนี้ ไม่พูดอย่างอื่นพูดถึงสิ่งใกล้ๆ นี่ก็รู้จัก

ถ้าเราพูดถึงว่าเกิดมาทำไมมนุษย์นี้ มันก็คงตอบปัญหาได้ยาก เพราะมันยังไม่เห็นนั่นเอง มันตกอยู่ในกาม ตกอยู่ในภพ ภพคือที่เกิด มันเป็นที่เกิดของเรา พูดกันง่ายๆ ที่เกิดของสัตว์ทุกวันนี้คืออะไร ภพนั้นสำหรับก่อชาติ มันจะไปเกิดในภพนั้นนะ ที่ไหนก็ช่าง มันเป็นภพ อย่างเช่นต้นไม้ในสวนของเรา มีต้นลำไยที่เราชอบๆ อย่างนี้ นั่นแหละคือภพอันหนึ่งถ้าเราไม่รู้จักรับมันด้วยปัญญา

มันเป็นภพอย่างไรละ คือเราจะมีสวนลำไยอยู่สัก ๑๐๐ ต้น ๑,๐๐๐ ต้น ก็ช่างเถอะ ขอให้ถือว่าบริเวณนี้เป็นต้นไม้ของเราทั้งนั้น แล้วมันจะไปเกิดเป็นตัวด้วง อยู่ทุกๆ ต้น เจาะอยู่ในนั้น แต่ตัวใหญ่มันนอนอยู่ในบ้าน แต่แขนงของมันไปเจาะ ต้นไม้อยู่

ทำไมถึงจะรู้ว่ามันเป็นภพ มันเป็นภพที่เกิด คำว่า ภพ ก็เพราะอุปาทานว่า อันนี้ต้นไม้ของเรา สวนของเรา ถ้ามีคนเอามัดไปสลบลิ สับต้นลำไยตาย เจ้าของ อยู่บ้าน ตาย เตือดร้อน จะต้องไปต่อว่ากัน จะต้องไปทะเลาะกัน จะต้องไปฆ่า ไปแก่งกันอีก

ไอ้ที่มันไปทะเลาะกันมันไปเกิดตรงนั้นแหละ ภพคือต้นไม้ที่อุปาทานยึดมั่นว่า อันนี้สวนเรา อันนี้ต้นไม้ของเรา จะไปเกิดตรงที่ว่ามันเป็นของเรา จะไปเกิดที่ภพ อันนั้น อย่างปลูกลำไยหรือทุเรียนสัก ๑,๐๐๐ ต้นก็ดี ให้เขาไปสลบเถาะ ต้นใด ต้นหนึ่งในสวนนั้น มันถูกเราทั้งนั้นแหละ ไม่ว่าจะอะไร มันไปเกิดตรงนั้น อยู่ตรงนั้น



มันไปเกิดเมื่อเรารู้จัก รู้เพราะความไม่รู้ รู้จักว่าเขาไปตัดลำไยของเรา แต่ไม่รู้ว่าเป็นไม้ไผ่ต้นลำไยของเรา เรียกว่ารู้ด้วยความไม่รู้ มันก็ต้องเกิดในภพนั้นซิ

วิภวัญจะนี้ มันจะเกิดโดยวิธีอันนี้ คือมันติดภพอันนั้นอยู่ มันอาศัยภพนั้นอยู่ มันจะพลอยไปดีใจในที่นั้น นี่ก็คือความเกิด มันจะพลอยไปเสียใจในที่นั้น นี่ก็คือความเกิด นี่มันยังวางไม่ได้ มันเป็นตัววิภวัญจะทั้งนั้นแหละ *สังสาระ ทุกขัง ทุกข์ในสังสาร* มันก็เป็นไปตามวิภวัญจะ อันนี้ให้ไปคิดให้ไปพิจารณาดู

อะไรที่เรายึดว่านั่นเรานั้นของเรา นั่นแหละเป็นภพทั้งนั้น เห็นง่าย ๆ ภพนั้นมีไว้เพื่อจะเกิด อุปาทานนี้มีไว้เพื่อจะเกิด นั่นแหละ พระพุทธเจ้าท่านว่า มีอะไรก็อย่าให้มันมี ให้มันมีแต่อย่าให้มันมี ให้รู้จักว่ามีหรือไม่มีนั้นมันเป็นอย่างไร ให้รู้เรื่องตามความจริงของมัน อย่าให้มันเกิดทุกข์

ภพที่เราเกิดมานี้แหละ มันอยากไปเกิดอีกใช่ไหม พระเถรเราทุกคนเคยเกิดมาจากไหนล่ะ ที่ไหนที่เราเกิดมาเคยรู้ไหม เราอยากจะทำไปอีกใช่ไหม ตรงนั้นแหละ นี่ดูซิ ทุกคนเตรียมตัวทั้งนั้น มันเกิดมาจากตรงไหนมันก็จะเข้าไปตรงนั้นแหละ จวนจะออกพรรษาแล้ว มันเตรียมตัวจะไปเกิดตรงนั้น อย่างนั้นมันน่าจะเห็น มันน่าจะรู้ว่า ถ้าไปเกิดตรงนั้นมันจะเป็นอย่างไรนะ

ตัวขนาดนี้ไปอยู่ในท้องของคนมันจะอยู่ยากลำบากแค่ไหน ดูซิ ให้เราอยู่ในกุฏิสักวันหนึ่งก็พอแล้ว ปิดประตูหน้าต่างไว้ อัดอัดเต็มทีแล้ว จะไปอยู่ในนั้นสัก ๑๐ เดือน ๙ เดือน ลองคิดดูซิ อย่างนั้นก็ยังไม่เห็นโทษของมันว่าเราอยู่อย่างไรว่าชาติมันเป็นทุกข์อย่างไร ก็ไม่รู้เรื่อง ยังอยากจะดันเข้าไปอยู่ในนั้นอีกหรือ ทำไม? มันน่าจะเห็นแต่ว่ามันไม่เห็น

ทำไมมันไม่เห็น มันไปคาอะไร มันไปติดอะไรอยู่ล่ะ ไปวิจัยเอาเองซิ ก็เพราะมันมีภพมีชาติที่มันเกิด ไปดูรูปเด็กที่อยู่ในศาลานั้นสิ เห็นไหม ใครกลัวไหม ไม่มีใครกลัวหรอก เห็นเด็กที่มันนอนอยู่ในท้องมันก็เป็นอย่างนั้นทั้งนั้น เราอยากจะทำมันขึ้นอีกให้มันเป็นอยู่ ตัวเราก็ออยากจะไปนอนแช่ในนั้นอีก แช่อยู่อย่างนั้นทำไมไม่เห็นโทษมัน ไปเห็นประโยชน์มัน

ดูซิ นั่นคือภพ มันอยู่นั้นแหละ มันเวียนอยู่นั้นแหละ นี่พระพุทธเจ้าท่านให้พิจารณากันตรงนี้ พิจารณาดูเอาเถอะ แต่ว่าดูไปดูมาก็ยังไม่เห็น มันยังเตรียมตัวจะไปอยู่ทุกคนนั่นแหละ รู้อยู่ว่าไอ้ตรงนั้นมันไม่ค่อยสบาย แต่มันก็อยากเอาศีรษะโผล่เข้าไปตรงนั้น ยื่นคอเข้าไปหาบ่วงนั้นอีก ทั้งที่รู้ว่าบ่วงนี้ ถ้าหากยื่นคอเข้าไปถูกบ่วงมันจะลำบากก็รู้อยู่ แต่ก็อยากจะยื่นคอเข้าไปในบ่วงนั้นอีก ทำไมไม่รู้ว่ามันเป็นเช่นนั้น อันนี้มันเป็นเรื่องปัญญาทั้งนั้น เรื่องเราจะพิจารณา

บางคนเมื่อเทศน์อย่างนี้ก็ว่า ถ้าอย่างนั้นก็บวชกันหมดละสิ จะไม่มีโลกกันหรือ โลกเราจะอยู่ได้อย่างไร

ไม่มีใครบวชหมดหรอก ไม่มีใครบวชหมด โลกนี้มันก็อยู่ได้เพราะคนหลงอย่างนี้ เรื่องนี้มันไม่ใช่เรื่องเล็กๆ เท่าไหนหรือ ผมก็บวชมา เข้าวัดตั้งแต่อายุ ๙ ขวบเลยพยายามมันอยู่อย่างนี้ แต่ไม่ค่อยจะรู้เรื่องหรือสัจก่อน มารู้เมื่อเป็นพระนั่นแหละ พอบวชมาแล้ว โอ้โฮ มันกลัวทั้งนั้นแหละ มันคล้ายๆ ว่า เห็นกามที่เขายู่งะ ไม่เห็นความสนุกกับเขา แต่เห็นความทุกข์มากกว่า

มันคล้ายๆ กับกลัวน้ำว่าไปหนึ่ง เราไปกินมัน มันก็หวานดีอยู่ มันมีรสหวานก็รู้อยู่ แต่เวลานี้รู้ว่าเขาเอายาพิษไปฝังไว้ในก้นกล้วยใบนั้น แม้จะรู้ว่ามันหวานเท่าไรก็ช่าง ถ้ากินไปแล้วมันจะตายใช่ไหม ความเห็นมันเป็นเช่นนั้นทุกทีว่าจะกินก็เห็นยาพิษฝังอยู่ในนั้นทุกทีนั่นแหละ มันก็เลยถอยออกมาเรื่อยๆ จนกระทั่งมีอายุพรรษามากขนาดนี้แล้ว ถ้าเรามามองเห็นแล้ว มันไม่น่ากินเลยนะ

บางคนก็ไม่เห็น บางคนก็เห็นอยู่แต่อยากไปทดลอง ทดลองยาพิษ ไอ้ฝ่ามือมันมีแผลอย่าไปแตะของพิษนะ มันซึมซาบเข้ามาได้ สมัยก่อนผมก็เคยคิดเหมือนกันเมื่ออายุพรรษาได้ ๕-๖ พรรษา นึกถึงพระพุทธเจ้า ปฏิบัติ ๕-๖ พรรษาก็ปฏิบัติได้แล้ว แต่เรามันห่วงโลก มันอยากกลับไปอีกแหละ จะไปสร้างโลกสักพักหนึ่งจะดีละกระมัง มันจะได้รู้เรื่องอะไรต่ออะไรดี พระพุทธองค์ท่านก็ยังมีราหูลเวัย ไอ้เรา มันจะเกินไปละกระมัง

ก็นั่งภาวนาไปเรื่อยๆ ก็เลยเกิดความรู้มา ดีเหมือนกัน แต่พระพุทธเจ้าองค์นี้ น่ากลัวจะไม่เหมือนองค์ก่อน มันมาต่อต้านนะ องค์นี้น่ากลัวจะจมลงไปโคลนเลย มันจะไม่เหมือนพระพุทธเจ้าองค์ก่อนละกรรมัง นี้ มันต่อต้านกันเรื่อยมา มันเป็นเสียอย่างนั้น ตั้งแต่ ๖-๗ พุทธา ถึง ๒๐ พุทธาเนี่ย โอ้ย มันรบกันขนาดหนัก เดียวนี้ มันจะหมดกระสุนแล้ว ยิ่งมานาน กลัวพระเถรที่นี่มีกระสุนมากๆ อยากจะไปยิงกัน อยู่นะ ถ้าหากว่ามันอยาก ก็คิดให้มันดีเสียก่อน

เรื่องกามทั้งหลายนี้เนาะ มันออกได้ยาก มันยากที่จะเห็น ที่มันจะเห็นได้ มันก็มีอุบายของมันอยู่ ผมว่ามันไม่แปลกอะไรกันเท่าไรกับเราฉันเนื้อ เนื้อมันยึดเข้าไปในซี่ฟันของเรา แหม มันปวดมันเจ็บ ฉันขำยังไม่เสร็จแต่ก็เอาไม้จิ้มมันออก เนื้อมันหลุดออกไปจากฟัน เราก็ตบไปพักหนึ่ง แล้วก็ไม่ได้เอาเนื้ออีก แต่พอเห็นเนื้อมาก็ฉันทอีก แล้วก็ไปดูดอีก อุดอีกก็เอาไม้จิ้มออกอีก มันก็สบายสักนิดหนึ่งอีก เท่านั้นแหละ เรื่องของกามไม่ใช่อื่นหรอก เท่านั้น ไม่มีอะไรมากไปกว่านี้ ไอ้เนื้อมัน อุดซี่ฟันมันก็เป็นอย่างนั้นแหละ ทูรนุร่าย เอาไม้จิ้มออกก็สบายไปพักหนึ่ง ไม่มากไปกว่านี้ อันนี้ก็เหมือนกัน อืดอืด อืดอืด เอามันออกสักนิดหนึ่ง โอ้ย เท่านั้นแหละ ไม่รู้ว่ามันเรื่องอะไร เรื่องบ้าๆ บอๆ

อันนี้ไม่มีใครสั่งสอนเราหรอก เราคิดของเราไป พิจารณาไปเรื่อย เรานั่งภาวนา อยู่ก็เห็นว่า ไอ้เรื่องกามนี่คล้ายๆ กับรังมดแดงใหญ่ๆ เราเอาไม้ไปเหยย ยิ่งเหยยก็ยิ่ง หล่นมาใส่ มดมันหล่นลงมาใส่หน้าใส่ตา แสบหูแสบตา นั่นก็ยังไม่เห็นโทษมัน

มันน่าจะเห็นโทษมันนะ แต่ว่ามันไม่เหลือวิสัยของมนุษย์นะ คำสอนของพระพุทธเจ้าได้ความว่า อะไรที่เราเห็นโทษ มันดีขนาดไหนก็ช่างมันเถอะ มันเสียหาย อะไรเรายังไม่เห็นโทษมัน มันก็ดีทั้งนั้น ทุกอย่างให้เข้าใจว่า ถ้าเราไม่เห็นโทษในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ออกจากสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นไม่ได้

เห็นไหมล่ะ ถึงจะน่ารังเกียจขนาดไหนมันก็ดี ไอ้งานชนิดนี้มันเป็นงานสกปรก แต่ถึงไม่ต้องจ้างคนเขาก็สมัครทำงาน งานอย่างอื่นเขาให้วันละ ๒๐-๓๐ บาทก็ไม่เอา ไอ้งานนี้ไม่ต้องจ้างเลย ยอมมาเป็นทาสเอง มิใช่ว่าเป็นงานสะอาดเสียด้วย งานสกปรกทำไมชอบทำกัน นี่จะว่ามันมีปัญญากันได้อย่างไร คนเรานี้

เอาไปคิดกันดูนะ เห็นไหมสุนัขนี่ เห็นสุนัขที่อยู่ในวัดเราไหม มันมีเป็นฝูงๆ ไล่ไล่ มันกัดกันบางตัวขาดเลย อีกสักเดือนก็ไม่ได้โอกาสสักทีหนึ่ง พอเข้าไป ตัวที่มันมีกำลังมาเตะครุบ เกือบตายออกมานะ ลากขาออกไปร้องเอ็งๆ เขาวิ่งเป็นฝูง ก็ยังจะตามไปอีก กำลังมันน้อยก็คิดว่าจะได้กับเขาสักทีหนึ่ง เขากัดเสียแล้ว เออ ใน ถุดูฝูงนี้คงยังไม่มีโอกาสจะได้กับเขาสักทีก็ได้นะ เห็นแต่อยู่ตามวัด เห็นไหม ฉันทิด ก็ฉันทันนั้น ไล่สุนัขมันวิ่งตามกันเป็นฝูงๆ นะ แล้วมันก็ร้อง โอ้ง โอ้ง โอ้ง ผมว่ามัน ร้องเพลง ถ้าเป็นคนมันก็ร้องเพลงเลยนะ ถ้าไปคิดเป็นเรื่องสนุกสนานมันร้องเพลง เลย มันมีอะไรชักจูงใจมันหรือเปล่าก็ไม่รู้เรื่อง มันไปตามอารมณ์ไม่รู้เรื่อง

เราคิดให้มันดี ถ้าอยากปฏิบัติแล้วควรรู้จัก รู้จักอารมณ์ภายใน อย่างพวก พระเถรเรา ญาติโยมเราทุกคน ใครควรจะไปใกล้ชิดไหม ไปกับคนพูดมากก็ชวน เราพูดมากๆ ของเรามันมีเยอะอยู่แล้ว คนนั้นก็เยอะ เอามารวมกันเข้า มันก็ระเบิด เท่านั้น ชอบไปหาคนคุยมากๆ คุยเรื่องเลอะๆ เทอะๆ ไปนั่งฟังคุยกันสนุกสนาน มันก็ชอบไปอย่างนี้

ถ้าพูดถึงธรรมะ พูดถึงเรื่องข้อปฏิบัติแล้ว ไม่ค่อยได้ยิน ที่ไปเทศน์ก็ เหมือนกัน พอขึ้น นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต เท่านั้น ง่วงแล้วทั้งนั้น ไม่ยอมรับ มันเลย ตาย พอถึง เอวัง ก็ลืมตาขึ้นมา เกิดขึ้นมาอีก เทศน์ทุกที ง่วงทุกที หลับทุกที มันจะเอาอะไรไปได้ เราเป็นนักปฏิบัติ ฟังเทศน์ครูบาอาจารย์ พอออกจาก ที่นั่งไปนะ ใจมันใหญ่ ใจมันสูง มันรู้จักอะไรขึ้น ๖ วัน ๗ วัน ท่านก็เทศน์ให้ฟัง เพิ่มกำลังอีกเรื่อยๆ

เรามีโอกาสเท่านี้ บวชนี่ มีโอกาสในเวลานี้เท่านั้นนะ ให้มาดูงานดูการที่เราจะ เอาอย่างไร อายุ ๒๐ ปี ๒๐ กว่าปีแล้ว นี่มันบรรลุนิติภาวะ ต่อบริเวณนี้ เราจะเดินทาง ไหน มายืนอยู่ตรงนี้ ตรงโลกกับพระศาสนา มันจะเอาอย่างไรกัน จะไปทางโลก ก็ได้ จะไปทางธรรมก็ได้ ตรงนี้มันเป็นที่ตัดสินใจแล้ว เอาอย่างไรก็เอาตรงนี้ ตรงที่เรา วิพากษ์วิจารณ์ ถ้ามันจะหลุดมันจะหลุดไปตรงนี้.



การปฏิบัติเป็นเรื่องละ เป็นเรื่องวาง
เป็นเรื่องถอน เป็นเรื่องเลิก
ต้องเข้าใจอย่างนั้น
ทุกอย่างมันจึงจะเป็นไปได้

๑๘ | ฟังต่อรู้ความกลัว

ดูความกลัวมันซิ วันหนึ่งตอนบ่ายๆ ทำอย่างไรก็ไม่ได้ บอกให้ไป มันก็ไม่ไป ชวนปะขาวไปด้วย ไปให้มันตายเสีย ถ้าหากมันพอจะตายก็ให้ มันตายเสีย มันลำบากนักมันโง่หนักก็ให้มันตายเสีย พุดในใจอย่างนี้ ใจมัน ก็ไม่อยากจะไปเท่าไร แต่ก็บังคับมัน เรื่องอย่างนี้จะให้มันพร้อมใจไป ทุกอย่างนะ มันไม่พร้อมหรอก อย่างนั้นจะได้ทรมานมันหรือ ก็พามันไป

ไม่เคยอยู่ป่าช้าเลยสักที พอไปถึงป่าช้าแล้ว โอ้ย บอกไม่ถูก ปะขาว จะมาอยู่ใกล้ๆ ก็ไม่ยอมให้มา ให้ไปอยู่โน่น ไกลๆ โน่น ความจริงแล้ว อยากจะให้มาอยู่ใกล้ๆ เป็นเพื่อนกัน แต่ไม่เอา ให้ไปไกลๆ เดี่ยวตัวเอง จะอาศัยเขา กลัวหนักก็ให้มันตายเสียคืนนี้ ทั้งกลัวทั้งทำ ไม่ใช่ว่าไม่กลัว แต่ ก็กลัว ที่สุดมันก็ถึงตายเหมือนกันเท่านั้นแหละ



พอคำลงก็พอดีเลย โชคดี เขาหามศพมาโตงเตง โตงเตง นั่นทำไมจึงเหมาะกันอย่างนี้ โอ๊ย เคนจนไม่รู้ว่าจะตัวเองเหยียบดินเลยละที่นี้ หึ หึ คิดอยากจะหึ เขา นิมนต์ให้มาตีกาศพก็ไม่อยากจะทำตีกาให้ใครหรอก เดินหนีไปลักพาก็เดินกลับมา เขาก็ยิ่งเอาศพฝังไว้ใกล้ๆ เขาเอาไม้ไผ่ที่หามศพมาทำเป็นร้านให้หนึ่ง ฮือ จะทำอย่างไร ดีละ หมู่บ้านกับป่าช้าก็ไม่ใช้ใกล้ๆ ห่างกันตั้ง ๒-๓ กิโลเมตรแน่ๆ เอาละ ตายก็ยอมตาย ไม่กล้าทำมันก็ไม่รู้หรือว่าเป็นอย่างไร โอ๊ย มันช่างออกธชาติเสียจริงๆ

มีดเข้า มีดเข้า จะไปทางไหนละ อยู่กลางป่าช้าอย่างนี้ เอ้า ให้มันตายเสีย มันเกิดมาตายหรือกษัตริย์นี่ พอตะวันตกดินเท่านั้น มันก็บอกให้เข้าอยู่แต่ในกลด ทำเดียว เดินก็ไม่อยากจะได้เดิน มันบอกให้อยู่แต่ในกลด จะเดินออกไปหาหลุมศพก็เหมือนมีอะไรมาดึงรั้งเอาไว้ ไม่อยากให้เดิน ความรู้สึกกลัวกับกลัวมันจุกจุกกันอยู่ เอ้า เอาลงไปอย่างนี้แหละ หัดมัน เดินออกไป เกิดความกลัวก็หยุด

ที่นี้พอมืดสนิทลงจริงๆ ก็เข้าไปในกลดทันที ฮือ ยิ่งกับมันมีกำแพงเจ็ดชั้นนะที่นี้ เห็นบาตรของตัวเองอยู่ใบเดียวก็เหมือนกันกับมีเพื่อนอย่างนั้นแหละ เอาไปเอามา บาตรก็เป็นเพื่อนได้ ตั้งอยู่ข้างๆ ใบเดียวก็รู้สึกดีใจ ได้อาศัยบาตรเป็นเพื่อน นั่งอยู่ในกลดเฝ้าดูผีทั้งคืน ไม่ได้หลับไม่ได้นอนเลย นั่งเสียบอยู่ จะให้วังก็ไม่วัง มันกลัว ทั้งกลัวทั้งกลัว ทำอยู่อย่างนี้ตลอดคืนเลย

นี่ละ เช่นนี้ใครจะกล้าทำ ลองดูชิปฏิบัตินี้ พูดยังเรื่องอย่างนี้แล้ว ใครจะกล้าไปอยู่ในป่าช้านั้น ทุกอย่างถ้าเราไม่ทำ ไม่ได้เกิดประโยชน์ไม่ได้ปฏิบัติ คราวนี้ละ เราได้ปฏิบัติ พอสว่างขึ้นก็รู้สึกว้าว โอ รอดตายแล้วนี่ ดีใจจริงๆ ภายในใจเรานะ อยากให้มีแต่กลางวันเท่านั้น ไม่อยากให้มีกลางคืนเลย อยากฆ่ากลางคืนทิ้ง ให้มีแต่กลางวัน สบายใจ ฮือ ไม่ตายแล้ว คิดว่าไม่มีอะไร มีแต่เรากลัวเฉยๆ

วันนี้ตอนเช้าได้ทดลองกระทิงหมา ไปบิณฑบาตคนเดียว หมามันวิ่งตามหลังมา มันจะกัด เอ้า ไม่ไล่ มันจะกัดก็กัดไปเลย มีแต่จะตายท่าเดียว ก็ให้มันกัดให้ตายเสีย มันก็จับผิดงับถูก รู้สึกปราบแข่งขานเหมือนมันขาดออกอย่างนั้นละ แม่ออก^๑ ภูไทนะ ก็ไม่รู้จักไล่หมาหรือก เขาว่าผีมันไปกับพระ หมาก็ได้เห่าได้กัด เลยไม่ยอมไล่มัน เอ้า ช่างมัน เมื่อคืนที่แล้วก็กลัวจนเกือบจะตายที่หนึ่งแล้ว ตอนเช้านี้หมาจะกัดก็เลยปล่อยให้มันกัดเสีย ถ้าหากว่าแต่ก่อนเราเคยกัดมันก็ให้มันกัดเราเสีย แต่มันก็ไม่กัด จับผิดงับถูกอย่างนั้นเอง นี่แหละเราหัดตัวเรา

บิณฑบาตได้มาก็ฉัน พอฉันเสร็จดีใจ แดดออกมาบ้างรู้สึกอบอุ่น ได้พักผ่อนและเดินจงกรมบ้าง ตอนเย็นจะได้ภาวนา ดีละทีนี้ เพราะได้ทดลองมาคืนหนึ่งแล้ว คงไม่เป็นอะไรแล้ว พอป่วยๆ มาอีกแล้ว หามมาอีกแล้ว เป็นผู้ใหญ่เสียด้วยลืมนี่เอามาเผาไว้ใกล้ๆ ช่างหน้ากลตเสียด้วย ยิ่งร้ายกว่าเมื่อคืนวานเสียอีก ดีเหมือนกันเขาเอามาเผาเขาช่วยกัน แต่จะให้เป็นพิจารณา ไม่ไป พอเขากลับบ้านหมดแล้วจึงไปโหย้ เขาเผาผีให้เราดูอยู่คนเดียวไม่รู้จะว่าอย่างไร บอกไม่ถูกเลย ไม่มีอะไรจะเปรียบเทียบให้ฟังหรือก ความกลัวที่มันเกิดขึ้นนี้ เป็นกลางคืนด้วยลื กองไฟที่เผาศพก็แดงๆ เขียวๆ पीบพีบๆ อยู่ จะเดินจงกรมไปข้างหน้าก็ไปไม่ได้ ที่สุดก็เข้าไปในกลดเหม็นกลิ่นเน่าของศพทั้งคืนเลย นี่ก่อนที่มันจะเกิดอะไรขึ้นมา ไฟลุกอยู่พีบๆ ก็หันหลังให้ ลืมนอน มันไม่คิดอยากจะนอนเลย มันตื่นตาแข็งอยู่อย่างนั้น มันกลัวกลัวไม่รู้จะไปอาศัยใคร มีแต่เราคนเดียว ก็อาศัยเราเท่านั้นละ ไม่มีที่ไปนี่ คิดไปไหนก็ไม่มีที่จะไป หนีไปไหนก็ไม่ได้ เพราะมีแต่กลางคืนมืดเสียด้วย นั่งตายมันอยู่ตรงนี้แหละ ไม่ไปไหนละ นั่นพูดถึงใจมันจะอยากทำไหม มันจะพาทำอย่างนั้นไหม พูดกับมัน มันไม่พาทำหรือก ใครล่ะอยากจะทำอย่างนี้ นี่ถ้าไม่เชื่อมันในคำสอนของพระพุทธเจ้าจะไม่มาทำอย่างนี้

^๑ภาษาอีสาน หมายถึง อุบาสิกา



ดีก็ประมาณ ๔ ฟุต หันหลังให้กองไฟ มันบังเอิญอะไรก็ไม่รู้ มีเสียงอยู่ข้างหลัง ในกองไฟดังทึ่งทังๆ หรือโลงศพตกลงมา หมาจิ้งจอกมากัดกินซากศพหรือ ก็ไม่ใช่ ฟังเหมือนเสียงควายครืดคราดๆ อยู่ เอ้า ช่างมันเถอะ เอาไปเอามา เดินมาเหมือน คนเดินเข้ามาหา เดินเข้ามาข้างหลัง เดินหน้าเหมือนควาย แต่ไม่ใช่ เหยียบไปไม้ หนักๆ ดังแครกๆ อ้อมเข้ามาหา เอ้า ยอมตายแล้วนี่ จะไปไหนได้ละ แต่จะเข้ามา จริงๆ ก็ไม่เข้ามา เดินโครมๆ ออกไปข้างหน้าโน่น ไปหาพ่อปะขาวแก้วโน่น จน เหยียบเสียงเพราะอยู่ใกล้กัน ไม่รู้เหมือนกันว่าเป็นอะไร เพราะความกลัวทำให้คิดไป หลายอย่าง

นานประมาณครึ่งชั่วโมงเห็นจะได้ เดินกลับมาอีกแล้ว เดินกลับมาจาก พ่อปะขาวแก้ว เหมือนคนเดินจริงๆ ตรงเข้ามา ตรงเข้ามา ตรงดึงเข้ามาเหมือนจะ เหยียบพระอย่างนั้นแหละ หลับตาอยู่จะไม่ยอมลืมหัดตามันละ ให้มันตายทั้งตาหลับ อยู่ที่นี่ มาถึงใกล้ๆ ก็หยุดก็ยืนนิ่งอยู่เงียบๆ อยู่ข้างหน้ากลด รู้สึกเหมือนกับว่ามัน เอามือที่ถูไฟไหม้มาคว้าไปคว้ามาอยู่ข้างหน้าอย่างนี้ อย่างนี้ โอ๊ย ตาย คราวนี้ละ สละหมดแล้ว หลงพุทโธ ชัมโม ลังโฆ มหต ลิมหมต มีแต่กลัวอย่างเดียวเต็มเอี้ยด แทนที่อยู่ แน่นเหมือนกับกลอง จะคิดไปไหนมาไหนไม่ไป มีแต่กลัวเท่านั้น ตั้งแต่ เกิดมาไม่เคยมีกลัวเหมือนครั้งนี้เลย

พุทโธ ชัมโม ไม่มีเลย ไม่รู้ไปไหน มีแต่กลัวแน่นอยู่เหมือนกองเพลอย่างนั้น แหละ เอ้า ให้มันเป็นอยู่อย่างนี้ละ มันเป็นอย่างไร ทำอะไรไม่ได้ นั่งอยู่ก็เหมือน ไม่ถูกอาสนะ ทำความรู้อู่วั้นนั่น กลัวมาก มันกลัวมากจนเปรียบเหมือนกับน้ำที่เรา เทใส่ในโอ่ง เทใส่มากเต็มแล้วมันก็ล้นออกมา มันกลัวมากจนหมดกลัวแล้วก็ล้น ออกมา

“ที่มันกลัวมากกลัวมาจนกระทั่ง มันกลัวอะไร” ใจมันถาม

“กลัวตาย” อีกใจหนึ่งตอบ

“แล้วตายมันอยู่ที่ไหน ทำไม่ถึงกลัวเกินบ้านเกินเมืองเขานักล่ะ หาที่ตายมัน ดูซิ ตายมันอยู่ที่ไหน”

“อ้าว ตายเลยอยู่กับตัวเอง”

“อยู่กับตัวเองแล้วจะหนีไปไหนจึงจะพ้นมันล่ะ วิ่งหนีมันก็ตาย นั่งอยู่มันก็ตาย เพราะมันอยู่กับเรา ไปไหนมันก็ไปด้วยนั่นแหละ เพราะความตายมันอยู่กับตัวเรา ไม่มีที่ไปหรือกลัวหรือไม่กลัวมันก็ตายเหมือนกัน เพราะตายอยู่กับตัวเองนี่ หนีมันไม่ได้หรอก”

ซึบออกไปไวๆ อย่างนี้ พอออกไปอย่างนี้เท่านั้น สัญญาก็เลยพลิกกลับทันที เปลี่ยนขึ้นมาทันที ความกลัวทั้งหลายเลยหายไปเลย ปานฝ่ามือกับหลังมือเรา พลิกกลับ อัศจรรย์เหลือเกิน ความกลัวมากๆ มันหายไปได้ ความไม่กลัวมันกลับมาแทนในที่เดียวกันนี้ โอ ใจมันสูงขึ้น สูงขึ้นเหมือนอยู่บนฟ้านะ เปรียบไม่ถูก

พอชนะความกลัวนี้แล้ว ฝนก็เริ่มตกทันทีเลย ฝนอะไรก็ไม่รู้ ลมก็แรงมาก ไม่ได้กลัวตายล่ะ ไม่กลัวว่าต้นไม้กิ่งไม้มันจะหักลงมาทับตาย ไม่สนใจมันเลย ฝนตกลงมาหนักเหมือนฝนเดือนสี่ หนักมาก พอฝนหายแล้วเปียกหมด นั่งนิ่งไม่กระดิกเลย ทำอย่างไรล่ะ เปียกหมดนี่ ร้องให้...ร้องออกมาเอง นั่งร้องให้ น้ำตามันไหลอาบลงมา ที่มันร้องให้ก็เพราะนึกไปว่า ตัวเราทำไมเหมือนคนไม่มีพ่อแม่ไม่มีแม่แท้ มานั่งตากฝนอย่างกับคนไม่มีอะไร อย่างกับคนสิ้นทุกสิ่งทุกอย่างอย่างนั้นแหละ เลยคิดไปอีกว่า คนที่เขามีบ้านอยู่ดีๆ เขาคงจะไม่คิดหรือว่ามีพระมานั่งตากฝนอยู่ทั้งคืนแบบนี้ เขาคงจะนอนห่มผ้าห่มสบาย เราชินนั่งตากฝนอยู่ทั้งคืนอย่างนี้ แล้วมันเรื่องอะไรหนอ คิดไป มันวิตกไป เลยสังเวชชีวิตของตน ร้องให้น้ำตามันไหลพรากๆ “อ้าว น้ำไม่ดีนี่ให้มันไหลออกให้หมด อย่าให้มันมีอยู่” นี่แหละปฏิบัติ เอาอยู่อย่างนี้

ที่นี้เลยไม่รู้จะพูดอย่างไรจะบอกอย่างไร เรื่องราวที่มันเป็นต่อไป มีแต่หนึ่งดูนั่งฟังเฉยๆ เมื่อมันชนะแล้ว นั่งดูอยู่อย่างนั้น สารพัดที่มันจะรู้มันจะเห็นต่างๆ นานา พรรณนาไม่ได้



คิดถึงพระพุทธเจ้า บัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ วิญญูชนพิงฐูเฉพาตณ
 นี้เราทุกข์ตากฝนอย่างนี้ ใครล่ะจะมารู้ด้วยกับเรา ก็รู้แต่เฉพาะเราเองเป็นบัจจัตตัง
 เท่านั้นแหละ มันกลัวมากๆ ความกลัวมันหายไป ใครอื่นจะมารู้ด้วย ชาวบ้านชาวเมือง
 ไม่มารู้ด้วยกับเราหรอก เรารู้คนเดียว มันก็เป็นบัจจัตตัง จะไปบอกใคร ไปหาใคร
 มันเป็นบัจจัตตังแน่เข้าพิจารณาเข้า มีกำลังขึ้นมีศรัทธาขึ้น จนสว่าง

สว่างมาลึ้มตาครั้งแรกเหลืองไปหมดเลย ปวดปัสสาวะ ปวดจนหายปวดเฉยๆ
 ยามเช้าลุกขึ้นมองไปทางไหนเหลืองหมด เหมือนแสงพระอาทิตย์ยามเช้าอย่างนั้น
 แล้วลงไปปัสสาวะดู เพราะมันปวดแต่กลางคืนแล้ว ไปปัสสาวะมีแต่เลือด

“ฮือ หรือไส้ข้างในมันขาด” ตกใจเล็กน้อย

“หรือขาดแล้วจริงๆ ข้างในนี่”

“อ้าว ขาดก็ขาด แล้วใครทำให้มันขาดล่ะ” มันพูดออกมาไวเหมือนกัน

“ขาดก็ขาด ตายก็ตายสิ นั่งอยู่เฉยๆ ไม่ได้ทำอะไรนี่ อยากขาดก็ขาดสิ” ใจ
 มันว่า

ใจนะเหมือนกับมันแย้งกันดังกันอย่างนั้นแหละ ใจหนึ่งมันเบียดเข้ามาว่าเป็น
 อันตราย อีกใจหนึ่งมันก็สู้ ก็ค้าน ก็ตัดทันทีเลย

“ปัสสาวะเป็นแฉ่งๆ ฮือ นั่นจะไปหาที่ไหนหนอ ไม่ไปหามันล่ะ จะไปหา
 ที่ไหน พระชุตตริกไม่ไม่ได้นี่ ตายก็ตาย ข้างมัน จะทำอย่างไรได้ ตายก็ดี ตายเพราะ
 บำเพ็ญอย่างนี้ ตายเพราะปฏิบัติอย่างนี้ก็พอใจตายแล้ว ตายเพราะไปทำความชั่ว
 นั่นสิไม่ค่อยดี ตายเพราะได้ปฏิบัติแบบนี้ตายก็ตาย” ใจมันว่าไปอย่างนั้น

คืนนั้นฝนตกทั้งคืน วันรุ่งขึ้นเป็นไข้ จับไข้สั่นไปทั้งตัว เป็นไข้อยู่ก็จำต้องไป
 บิณฑบาตในหมู่บ้าน บิณฑบาตก็ไม่ได้อะไรหรอก มีแต่ข้าว เห็นคนแก่คนหนึ่งถือ
 มัดถั่วกับขวดน้ำปาลามาตามหลัง “เอ เขาจะเอามาตำถวายหรือนี้ จะฉันไหมหนอ”
 คิดอยู่อย่างนั้นทั้งที่เขายังไม่ลงมือตำเลย จะฉันหรือไม่ฉันก็ไม่รู้จัก เพราะคิดว่า

ตำส้มถั่วนี้มันจะแสงกับไข้ เขากำลังลงมือตำเราก็คิด ฉันใหม่หนอ ฉันใหม่หนอ”
เพราะว่าฉันข้าวเปล่าๆ มาหลายวันแล้วไม่มีอะไรอยู่ในป่า

จนกระทั่งเขานำมาถวายก็รับ รับแล้วก็ตักใส่บาตรพิจารณาอยู่อย่างนั้น เมื่อ
เรารู้ว่าจะแสงไข้ก็ยิ่งจะฉัน มันก็ฉันเพราะตักหาเท่านั้นแหละ หรือมันเป็นอย่างไร
พิจารณาไม่ออก พิจารณากลับไปกลับมา ฉันข้าวเปล่าๆ ตูมันก่อน ได้ความว่า ถ้า
จะเป็นตักหาได้ก็เพราะว่ายังมีอาหารอย่างอื่นอีก แต่ที่นี่มีแต่มันอย่างเดียว เป็นตักหา
ไม่ได้หรอก ก็เลยฉัน

“เฮ้ ถ้ามันแสงไข้ละ” แสงก็ไม่ตายหรอก เพราะหนึ่ง ต้องมีคนมาแก้ไข
สอง ต้องอาเจียนออก มันไม่อยู่หรอกถ้าไม่ถึงคราวมันตาย ถ้าถึงคราวตายของมัน
คนจะมาแก้ก็ไม่มีหรอก มันตายเลย เลยฉันเข้าไป ฉันตำส้มถั่วของชาวบ้าน พิจารณา
ตกแล้วจึงฉัน ฉันแล้วให้ศิไลให้พรชาวบ้าน แล้วเขาก็กลับ

พอตอนเที่ยง นึกถึงตำส้มถั่วขึ้นมาเท่านั้น ขนหัวลุกชู รู้สึกแน่นขึ้นมาทันที
มันไม่ถูกกับไข้แน่ๆ มันจับไข้ ตำส้มถั่วแสงไข้จริงๆ ละนี่ เฮ้ แสงก็แสง ถ้า
ไม่ถึงคราวตายของมัน มันก็จะอาเจียนออกมาหรอก แน่นไปแน่นมา ดันไปดันมา
สักประมาณบ่ายหนึ่งก็อาเจียนออกมาจริงๆ แนะ อาเจียนออกมาจริงๆ ไม่ถึงคราวมัน
หรือถ้าหากไม่อาเจียนก็ต้องมีคนมาแก้ แล้วก็อาเจียนออกมาจริงๆ พิจารณาไป
อย่างนั้น

**อย่าตามใจมัน หัดมัน เอาชีวิตเข้าแลกเลย ปฏิบัตินี้อย่างน้อยต้องได้ร้องไห้
๓ หน นั้นแหละการปฏิบัติ ถ้ามันง่วงนอน อยากนอกก็อย่าให้มันนอน พอมัน
หายง่วงจึงให้มันนอน อย่างนั้น แต่เรานะ โอ้ย ปฏิบัติไม่ได้หรอก บางครั้งบิดบาต
มา ก่อนจะฉันก็มานั่งพิจารณาอยู่ มันพิจารณาไม่ออก เหมือนสุนัขบ้า น้ำลายหก
น้ำลายไหลเพราะความอยาก จะพิจารณาอะไรก็พิจารณาไม่ออก บางทีพิจารณาก็
ไม่ทันใจ รีบตามมันก็ยังร้ายใหญ่ ถ้ามันไม่ฟัง อดทนไม่ได้ก็ดันบาตรออกไปเสีย
อย่าให้มันได้ฉัน หัดมัน ทรมานมัน**

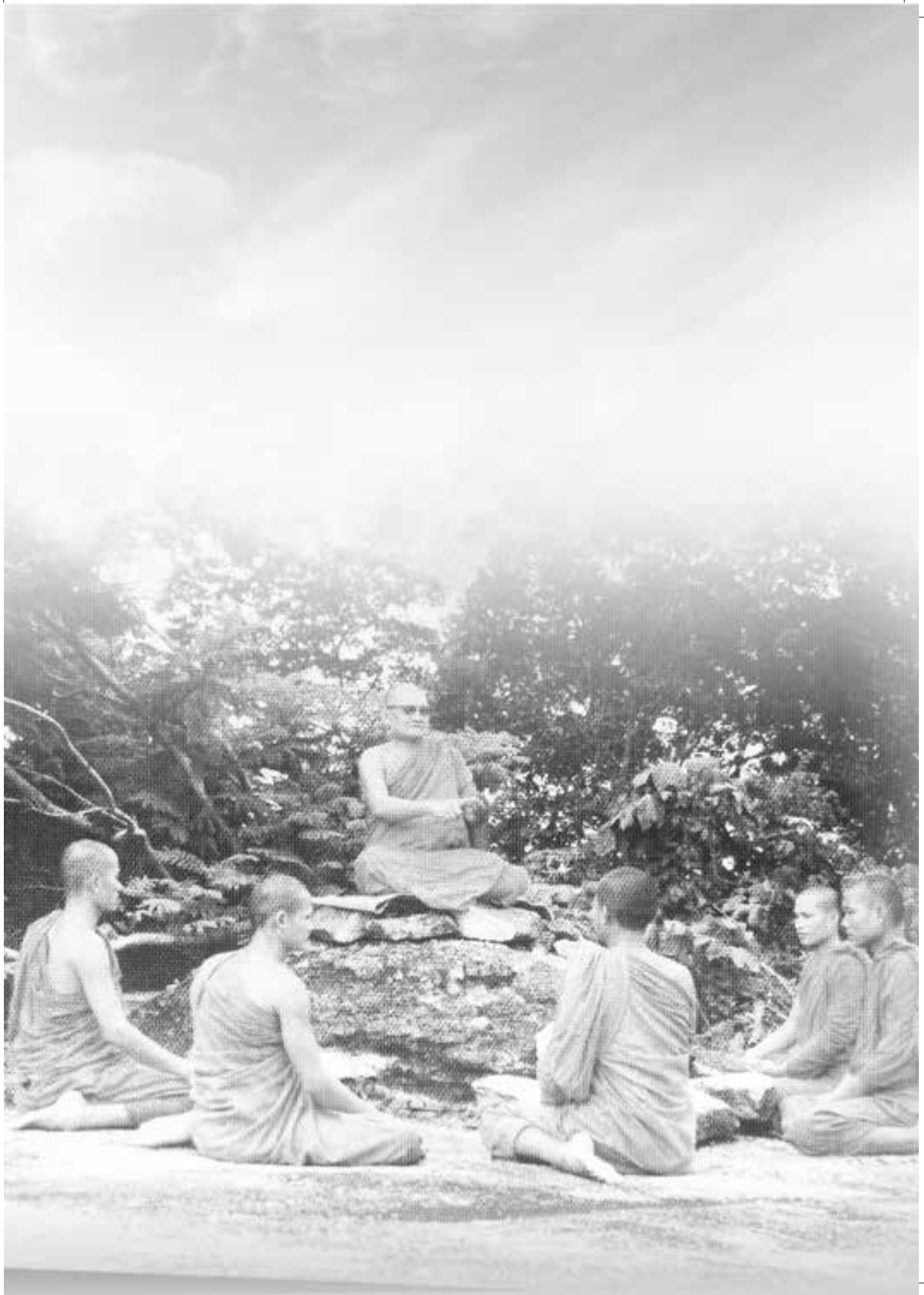


การปฏิบัตินี้ อย่าทำตามมันเรื่อยๆ ผลักบาตรหนีไป อย่าให้มันฉันทัน มันอยากมากนักอย่าให้มันฉันทัน มันพูดไม่ฟังความนี้ ฮี น้ำลายก็หยุดไหล พอรู้ว่าจะไม่ได้ฉันทันเข็ด พอวันต่อมา มันไม่กวนหรือก มันกลัวว่ามันจะไม่ได้ฉันทัน เจียบ ลองๆ ทำดูสิ ถ้าไม่เชื่อ

คนเรานะมันไม่เชื่อไม่กล้าทำ ถึงว่าคนไม่มีศรัทธาจะทำ กลัวแต่มันจะหิว กลัวแต่มันจะตาย ไม่ทำดูที่นั่นมันก็ไม่รู้จัก ไม่กล้าทำหรือกลัวพวกเรานะ ไม่กล้าทำดู กลัวแต่มันจะเป็นนั่น กลัวแต่มันจะเป็นนี่ เรื่องอาหารการขบฉัน เรื่องนั่นเรื่องนี่นะ โอ๊ย ทุกข์กับมันมามากจนรู้เท่าว่ามันทุกข์ นั่นแหละเรื่องเล็กๆ น้อยๆ นี่ เรื่องการปฏิบัตินี้ ไม่ใช่เรื่องจะพิจารณาง่ายๆ ไม่ใช่เรื่องเบาๆ นะ

พิจารณาเรื่องอะไร เรื่องอะไรละที่สำคัญที่สุด เรื่องอื่นไม่มีแล้วมันตาย เรื่องนี้สำคัญ ตายจึงเป็นเรื่องสำคัญในโลก พิจารณาไป ทำไป หาไป ก็ยังไม่พบ ไม่มีผ่านู่ง ผ่านู่งก็ยังไม่ตาย ไม่มีหมากกินไม่มีบุหรืสูบก็ยังไม่ตาย ถ้าไม่มีข้าวไม่มีน้ำกินนี่ตาย เห็นเท่านี้ ของสำคัญในโลกมีข้าวกับน้ำนี่สำคัญ เลี้ยงร่างกายเลยไม่สนใจเรื่องอื่น เอาแต่มันจะพอได้ ส่วนข้าวกับน้ำนี่ พอไม่ตาย มีอายุปฏิบัติไปเท่านั้นก็เอาละ เอาใหม่ละ เอาเท่านี้ อย่างอื่นเรื่องเบ็ดเตล็ด นั่นถ้ามันจะได้หรือไม่ได้ก็ช่างมัน จะมีจะพบก็ช่าง ข้อสำคัญมีแต่ข้าวกับน้ำเท่านั้นก็พอ ถ้าอยู่ไปจะพอได้กินไหม จะพอตายไหม พิจารณาไปอย่างนั้น พอได้กินพอได้ใช้อยู่หรือก เข้าไปบิณฑบาต บ้านไหนเขาคงจะให้หรือก ข้าวทีละก้อน น้ำหากินมันจนได้แหละ เอาสองอันเท่านี้ ไม่คิดจะรวบเท่าใดหรือก

เรื่องการปฏิบัติ เรื่องผิดเรื่องถูกมันปนกันมานั่นแหละ เราต้องกล้าทำ ต้องกล้าปฏิบัติ ป่าช้าไม่เคยไปก็ต้องหัดไป ไปกลางคืนไม่ได้ก็ต้องไปกลางวัน แล้วหัดไปค่าๆ บ่อยๆ ต่อไปตอนค่ำก็ไปได้ แล้วจะเห็นประโยชน์ในการกระทำของตน ที่นี้ก็รู้เรื่อง อันนี้อะไร จิตใจของเรามันไม่รู้เรื่องราวมาตั้งก็ภพ ก็ชาติ อันไหนเราไม่ชอบอันไหนเราไม่รัก ก็ไม่อย่าให้มันประพฤติปฏิบัติ ปล่อยมันกลัวอย่างนี้ แล้วว่าเราได้ปฏิบัติ มันยังไม่เรียกปฏิบัติหรือก



ถ้าปฏิบัติจริงๆ ละก็ ชีวิตนั้นแหละ พุดง่าย ๆ ถ้าตั้งใจจริงๆ จะไปสนใจทำไม ฎุได้น้อยมึงได้มาก มึงทะเลาะฎุ ฎุทะเลาะมึง ไม่มีหอรอกเรื่องอย่างนั้นนะ เพราะไม่หาเอาเรื่องอย่างนั้น ใครจะทำอะไรก็ช่าง จะเข้าวัดไหนก็ตาม ก็ไม่ได้หาเอาเรื่อง เช่นนี้ ไม่ได้ไปฟังเอาเรื่องเช่นนี้ ใครจะปฏิบัติต่ำปฏิบัติสูงก็ไม่ได้หาเอาเรื่องเช่นนั้น หาเอาเรื่องของตนเท่านั้น อย่างนี้แหละ**กล้าประพุดติกล้าปฏิบัติ ปัญญาจะเกิด ญาณจะเกิดเพราะการปฏิบัติ**

ถ้าหากว่าปฏิบัติถึงที่มันแล้ว มันปฏิบัติแท้ๆ กลางคืนกลางวันก็ตามก็ปฏิบัติ กลางคืนก็นั่งสมาธิเจียบๆ แล้วลงมาเดิน อย่างน้อยก็ต้องได้สองสามครั้ง เดินจงกรม นั่งสมาธิ นั่งสมาธิแล้วลงมาเดินจงกรม มันไม่อึด มันเพลิน

บางทีฝนตกพรวดๆ ไม้หนัก ให้นึกถึงเมื่อคราวทำนาโน่น กางเกงที่นุ่งทำงาน กลางวันยังไม่ทันแห้ง ตื่นเช้ามาก็ต้องสวมใส่เข้าไปอีก ตั้งแต่เข้าเข้าไปเอาควายใน คอก มองดูควายข้างนอกเห็นแต่คอ ไปจับเอาเชือกควายมามีแต่ขี้ควายเต็มไปหมด ทางควายตัวโตแกว่งเอาขี้ของมันมาเประอะเราเต็มไปหมด ตื่นเป็นยังก้า^๑ ด้วย เดินไป ทรมานไป ทำไม่ถึงทุกข์ทำไมถึงยากแท้ ที่เราเดินจงกรม ฝนตกแค่นี้มันจะเป็นอะไร ทำน้ายิ่งทุกข์ก็ยิ่งทำได้ เดินจงกรมแค่นี้ทำไมจะทำได้ มันกล้าขึ้นมารอกร ถ้าเราทำได้

ถ้ามันตกกระแสนของมันแล้ว เรื่องการปฏิบัตินี้ ไม่มีอะไรจะขยันเท่ามันหอรอก จะทุกข์ก็ไม่ทุกข์เท่าผู้ปฏิบัติ จะสุขก็ไม่สุขเท่าผู้ปฏิบัติ ขยันก็ไม่ขยันเท่าผู้ปฏิบัติ ขี้เกียจก็ไม่ขี้เกียจเท่าพวกนี้ พวกนี้เป็นเลิศ เลิศกว่าเขา ขยันก็เลิศเขา ขี้เกียจก็เลิศเขา มีแต่เลิศทั้งนั้น ถึงว่าถ้าตั้งใจปฏิบัติแล้วมันก็น่าดูจริงๆ แต่พวกเรารู้ว่าปฏิบัตินะ มันไม่ถึง มันไม่ได้ทำ เปรียบก็เท่ากับว่า ถ้าหลังคารั่วตรงนี้ก็ขยับไปนอนตรงนั้น ถ้า รั่วตรงนั้นก็ขยับมานอนตรงนี้ ทำอย่างไรจะได้บ้านได้ช่องดีๆ กับเขาลักที่ นี่ถ้ามัน รั่วทั้งหลังก็คงหนีเลย อย่างนี้ก็ไม่น่าเอา มันก็อย่างนั้นแหละการปฏิบัติ

^๑ยังก้า คือ โรคน้ำกัดเท้า

จิตของเรา กิเลสของเราจะ ถ้าไปทำตามมันก็ยิ่งไปกันใหญ่ ยิ่งทำตามก็ยิ่งหมดชั่ววัตรปฏิบัติ เรื่องการปฏิบัติที่เจตนามันอัศจรรย์ในจิตของตนนะ อัศจรรย์มันขยันหมั่นเพียร ไม่รู้เป็นอย่างไร ใครจะปฏิบัติก็ตามไม่ปฏิบัติก็ตาม ไม่ได้สนใจใคร ทำของตนปฏิบัติของตนไปสม่ำเสมออย่างนั้น ใครจะไปไต่มาเหนือก็ช่างเขา เราทำของเราอยู่อย่างนั้น มันต้องดูตัวเองมันจึงจะเป็นการปฏิบัติ

ครั้นปฏิบัติไป ปฏิบัติแล้วไม่มีเรื่องอะไรในใจ มีแต่เรื่องธรรมดา ตรงไหนมันทำยังไม่ได้ ตรงไหนมันขัดข้องอยู่ มันก็วนอยู่แต่ตรงนั้น มันไม่แตกแล้วมันไม่หนีหรอก หมดอันนี้แล้วไปคาอยู่กับอะไรอีก มันก็ไปติดอยู่ตรงนั้นอีก ติดอยู่ที่นั่นมันไม่หนี

ถ้ามันติดอยู่มันอาจจนแตกนั้นแหละ ถ้ามันไม่เสร็จมันก็ไม่ไป มันไม่สบายใจ ถ้ามันไม่เสร็จหมด มันพิจารณาอยู่ที่นั่น นั่งก็อยู่ที่นั่น นอนก็อยู่ที่นั่น เดินก็อยู่ที่นั่น เปรียบเหมือนกับเราทำนาไม่เสร็จนั้นแหละ นาเราเคยดำทุกปี แต่ปีนี้ตรงนั้นยังไม่เสร็จ ใจมันก็เลยติดเป็นทุกข์อยู่ที่นั่น ไม่สบาย เหมือนเราทำงานไม่เสร็จ ถึงมาอยู่กับเพื่อนมากๆ ใจก็ไม่สบาย พะวงแต่เรื่องงานที่เราทำไม่เสร็จอยู่นั้นแหละ

หรือเหมือนกับเราปล่อยลูกเล็กๆ ไว้บนบ้าน แต่เราให้อาหารหมูอยู่ที่ใต้ถุนบ้าน ใจมันก็ติดอยู่แต่กับลูก กลัวลูกจะตกบ้าน ทำอย่างอื่นอยู่ก็ติดอยู่อย่างนั้น เช่นเดียวกันกับข้อปฏิบัติของเรา มันไม่ลืมหืมสักทีเลย ทำอย่างอื่นอยู่ก็ไม่ลืมหืม พอจะออกจากมัน มันก็ป้าปเข้ามาในใจทันที ติดตามอยู่กระทั่งคืนกระทั่งวันไม่ได้ลืมหืมสักที เป็นอยู่อย่างนั้นมันจึงเป็นไปไม่ได้ ไม่ใช่ของง่าย

ตอนแรกก็อาศัยครูบาอาจารย์ให้ท่านแนะนำ เข้าใจแล้วก็ทำ ครูบาอาจารย์สอนแล้วก็ทำตามที่ท่านสอน พอเข้าใจแล้วทำได้แล้วท่านก็ไม่ได้สอนอีก เราทำของเราเองละทีนี้ มันจะเกิดประมาทอยู่ตรงไหน มันจะเกิดไม่ได้อยู่ตรงไหน มันก็รู้ของมันเอง มันก็สอนของมันเอง มันก็ทำของมันเอง มันเป็นผู้รู้ มันเป็นผู้จัดตั้ง

จิตมันเป็นของมันเอง รู้เองว่าผิดน้อยผิดมาก ผิดตรงไหนมันก็พยายามดูของมันอยู่อย่างนั้น พยายามประพฤติปฏิบัติเองของมัน เป็นอย่างนั้นละ ปฏิบัติคล้ายๆ เป็นบ้าหรือเป็นบ้าไปเลยก็ได้ ปฏิบัติจริงๆ ก็เป็นบ้านะแหละ มันเปลี่ยน มันเปลี่ยนแล้วมันเปลี่ยนสัญญาอันนั้น ถ้ามันไม่เปลี่ยน มันก็ดูร้ายอยู่เหมือนเดิม มันก็ทุกข์อยู่เหมือนเดิม

มันก็แสนจะทุกข์นั้นละการปฏิบัติ แต่ว่าทุกข์นั้นถ้ามันไม่รู้จักรู้ว่ามีทุกข์ มันก็ไม่รู้จักทุกข์หรอก ถ้าเราจะพิจารณาทุกข์ เราจะฆ่าทุกข์นี้มันก็ต้องพบกันก่อนซิ จะไปยิงนก ถ้าไม่เจอนกแล้วจะยิงได้หรือ ทุกข์ พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ทุกข์ชาติทุกข์ ชราปีทุกข์ เกิดขึ้นมาแล้วไม่ยากให้มันทุกข์มันก็ไม่เห็นทุกข์ **ไม่เห็นทุกข์ มันก็ไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักทุกข์ มันก็เอาทุกข์ออกไม่ได้** อย่างนี้

แล้วคนเราไม่ยากเห็นทุกข์ ไม่ยากได้ทุกข์ ทุกข์ตรงนี้ก็หนีไปนั้น นั้นแหละ ยิ่งเอาทุกข์ไว้ ไม่ได้ฆ่ามัน ไม่ได้คิดไม่ได้พิจารณาดูมัน ทุกข์ตรงนี้ หนีไปตรงนั้น ทุกข์ตรงนั้นหนีไปตรงนี้ หนีแต่ทางกายเรา ครั้นมันหลงอยู่เมื่อใด จะไปตรงไหนมันก็ทุกข์ จะขึ้นเครื่องบินหนีไปมันก็ขึ้นไปด้วย แม้จะมุดลงไปใต้น้ำ มันก็มุดไปด้วย เพราะทุกข์มันอยู่กับเรา แต่เรามันหลง มันอยู่กับเรา จะไปหนี จะไปละมันที่ไหนได้

คนเรานะทุกข์ที่หนีไปที่นั่น ทุกข์ที่นั่นหนีมาทางนี้ ว่าเราหนีทุกข์มันก็ไม่ใช่ทุกข์มันไปกับเรา เราไปกับทุกข์ ไม่รู้จักทุกข์ ถ้าไม่รู้จักทุกข์ก็ไม่รู้จักเหตุเกิดของทุกข์ ไม่รู้จักเหตุของทุกข์ก็ไม่รู้จักความดับทุกข์ ที่ไหนมันจะดับได้ มันไม่มีหรอก

มันต้องหมั่นมาพิจารณาให้มันแน่นอน ต้องกล้าประพฤติกล้าปฏิบัติ อยู่กับเพื่อนกับฝูงก็เหมือนอยู่คนเดียว ไม่กลัว ใครจะชี้เกี้ยวชี้คร้านก็ช่างเถอะ ผู้ใดเดินจงกรมทำความเพียรมากๆ ละรับรอง ใครจะไปไหนมาไหนก็ทำการปฏิบัติของตัวเองอยู่อย่างนั้น ทำความเพียรอยู่อย่างนั้น ถ้าทำจริงๆ แล้วก็พรรษาเดียวเท่านั้น การปฏิบัตินี้ ให้ทำนะ ให้ทำอย่างที่พูดมานี้ ให้ฟังคำสอนของอาจารย์ อย่าเถียง อย่าถือท่านสั่งให้ทำ ทำไปเลย ไม่ต้องกลัวกับการปฏิบัติ มันรู้จักเพราะการกระทำ ไม่ต้องสงสัยหรอก

การปฏิบัตินั้นเป็นปฏิบัติด้วย ปฏิบัติอย่างไร ปฏิบัติไปเรื่อยๆ สม่่าเสมอ ปฏิบัติเหมือนหลงตาเป้ไม่ได้นะ ในพรรษาท่านก็สมาทานไม่พูด ไม่พูดแต่ก็เอาหนังสือมาเขียน “พຼ່งนี้ปືงข้าวเหนียวให้ลั้กก่อนนะ” อยากรกินข้าวเหนียวปືง ท่านไม่พูดแต่เอาหนังสือมาเขียน ยิ่งย่ຸงกว่าเดิมอีก เดียวก็เขียนเอาอันนั้น เดียวก็เขียนเอาอันนี้ ว่ຸนวายไปหมด ท่านสมาทานไม่พูดแต่มาเขียนเอา นี้ก็ไมຼືจะสมาทานไม่พูดไปทำไม ไมຼືรู้จักการปฏิบัติของตนเอง

ความเป็นจริงปฏิบัติทาของเราเป็นผู้มักน้อยเป็นผู้สันโดษ ปล่อยไปตามธรรมดา ปกติของเรา อย่าไปสนใจมันจะขี้เกียจ อย่าไปสนใจมันจะขยัน ปฏิบัตินี้ อย่าว่าขยัน อย่าว่าขี้เกียจ ธรรมดาคนเรานั้นนะขยันจึงจะทำ ถ้าขี้เกียจแล้วไม่ทำ นี้ปกติของคนเรา แต่พระท่านไม่เอาเช่นนั้น ขยันก็ทำ ขี้เกียจก็ทำ ไม่สนใจอย่างอื่น ตัดไป ละไป หัดไป ทำไปเรื่อยๆ ไมຼືว่าวันหรือคืน ปีนี้ปีหน้ายามไหนก็ตาม ไม่สนใจขยัน ไม่สนใจขี้เกียจ ไม่สนใจร้อนไม่สนใจหนาว ทำไปเรื่อยๆ นี้ท่านเรียกว่า *สัมมาปฏิบัติ*

บางทีก็ขะมักเขม้นขึ้นมาคุมกันอยู่เสียหกวันเจ็ดวัน พอเห็นว่ไม่เข้าท่าก็หยุด เลิกออกมาเลย ยิ่งไปกันใหญ่ ทั้งพูดทั้งคุยไมຼືรู้อะไรต่ออะไร พอนึกได้ทำเข้าไปอีก สองวันสามวันเท่านั้น พอเลิกแล้วนึกได้อีกก็ทำอีก เหมือนกับคนทำงาน บทจะทำ ก็ทำเสียจนไมຼືรู้เนื้อรู้ตัว เรื่องซุดไร้ซุดสวน ถางไร้ถางภูถึดี บทจะเลิก จอบเสียม ก็ไม่ยอมเก็บ ทั้งอยู่อย่างนั้น หนีไปเลย วันต่อมา दिनจับเกราอะไปหมด แล้วก็หนี ขยันทำอีก ทั้งไปอีก อย่างนี้ไม่เป็นไรไม่เป็นนา ปฏิบัตินี้ก็เหมือนกันนั้นแหละ

ปฏิบัติถ้าถือว่าไม่สำคัญก็ไม่สำเร็จ สัมมาปฏิบัติสำคัญมากจริงๆ คือ เราทำเรื่อยๆ อย่าไปว่ามันได้อารมณ์ดีอารมณ์ไม่ดี ดีก็ช่างไม่ดีก็ช่าง ช่างมัน พระพุทธเจ้า ท่านไม่ได้สนใจใครทรอก ท่านผ่านมาหมดของดีไม่ดี ของชอบไม่ชอบเหล่านี้ นั้นแหละจึงเป็นการปฏิบัติ การปฏิบัติที่จะเอาแต่ของชอบ ของไม่ชอบไม่เอา อย่างนี้ ไม่เป็นการปฏิบัติ มันเป็นวิบัติ ไปที่ไหนก็ไม่สบาย อยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย เป็นทุกข์อยู่ ตลอดกาลตลอดเวลา กระทำเพียรอย่างนี้ก็เหมือนกันกับพราหมณ์บูชาัยญ ทำไม



บุญชายัญ ก็เพราะเขาต้องการสิ่งที่เขาปรารถนา เรากระทำเพียรก็เหมือนกัน ทำไมเรา จึงทำความเพียรละ ทำเพื่อมีภพมีชาติ ต้องการตามใจตามปรารถนาจึงเอา ไม่ได้ตาม ปรารถนาก็ไม่เอา เหมือนกับพราหมณ์บุญชายัญ เขาต้องการเขาจึงบุญชายัญ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ว่าอย่างนั้น การกระทำเพียรก็เพื่อละเพื่อปล่อยเพื่อเลิก เพื่อถอน ไม่ต้องการภพชาติ ไม่ต้องการเอานั่นเอานี่ กว่าที่ท่านจะมาถูกทาง ท่าน ก็ปฏิบัติมาไม่รู้ก็อย่างต่อก็อย่าง

มีพระเถระองค์หนึ่ง ท่านบวชมหาณิกายว่ามันไม่เคร่ง ก็เปลี่ยนมาเป็นธรรมยุต ครั้นบวชธรรมยุตแล้วมาปฏิบัติ ปฏิบัติไปบางทีก็ไม่ยอมกินข้าวตั้ง ๑๕ วันนะ ครั้น กินก็กินเฉพาะผักเฉพาะหญ้า กินลัศจรรย์มันบวช กินผักกินหญ้าดีกว่า กินผักลีนฟ้า^๑ หมดทีละ ๔-๕ ผักเนาะ กินอย่างนั้นมันก็ได้แค่นั้น

ต่อมาสักหน่อย เฮ้ย เป็นพระไม่ตีเป็นไปลำบาก รักษาวัตรมันยาก ลดลงมา เป็นผ้าขาวดีกว่า เลยสักจากพระมาเป็นผ้าขาว เพราะเก็บผักเก็บหญ้ากินเองก็ได้ ชุดหัวเผือกหัวมันกินเองก็ได้ เลยมาเป็นผ้าขาว ทำไปทำไม ไม่รู้เรื่องรู้ราวเลยหมดไป หมดไปจากพระจากผ้าขาว หมดเลย เดียวนี้ไม่รู้จะไปอย่างไร ตายหรือยังก็ไม่รู้

นี่เพราะทำอย่างไรก็ไม่พอใจไม่หน้าใจ เลยไม่รู้ว่าจะตัวเองกำลังทำตามกิเลส กิเลสพาทำก็ไม่รู้จัก พระพุทธเจ้าน่ะท่านลึกลงเป็นผ้าขาวหรือเปล่า ท่านทำอย่างไร ท่านปฏิบัติอย่างไรก็ไม่คิดดู ท่านพากินผักกินหญ้าเหมือนวัวเหมือนควายหรือเปล่า เออ ครั้นจะกินก็กินไปเถอะ เราทำได้แค่นั้นก็เอาแค่นั้น

อย่าไปติดคนอื่นอย่าไปว่าคนอื่น สบายอย่างใดก็เอาอย่างนั้น อย่าไปเลี่ยม อย่าไปตาก อย่าไปพันขามากเกินไป จะไม่เป็นคันกระบวย เลยไม่เป็นอะไร ก็ทิ้งไป เสียเฉยๆ อย่างนี้ก็มิ อยากรู้ว่าความเพียรเดินจงกรม ๑๕ วันก็เดินอยู่อย่างนั้น ไม่กินข้าวละ แข็งแรงอยู่ ครั้นเลิกทำแล้วทิ้ง นอนเรื่อยเปื่อยไม่ได้เรื่อง นี่แหละมัน

^๑ ภาษาวีสาน หมายถึง ผักเพก

ไม่ได้คิดไตร่ตรองให้ดี ไปๆ มาๆ เป็นอะไรก็ไม่ถูกใจ เป็นพระก็ไม่ถูกใจ เป็นเถรก็ไม่ถูกใจ เป็นผ้าขาวก็ไม่ถูกใจ เลยไม่เป็นอะไร ไม่ได้อะไรเลย นี่แหละมันไม่รู้จักรการปฏิบัติของตน ไม่พิจารณาเหตุผล จะปฏิบัติเพื่อเอาอะไรให้คิดดู

ที่ท่านให้ปฏิบัตินะปฏิบัติเพื่อทิ้ง มันคิดรักคนนั้น มันคิดชังคนนี้ อย่างนี้มีอยู่ แต่อย่าไปสนใจมัน แล้วปฏิบัติเพื่ออะไร เพื่อละสิ่งเหล่านั้น มันสงบก็ทิ้งความสงบ มันรู้แล้วก็ทิ้งมันเสียความรู้เหล่านั้น รู้แล้วก็แล้วไป ครั้นถือว่าตัวว่าตนว่ารู้แล้ว ก็ถือว่าตัวเก่งกว่าคนอื่นเท่านั้นซิ ไปๆ มาๆ เลยอยู่ไม่ได้ อยู่ที่ไหนเดือดร้อนที่นั่น เรื่องการปฏิบัติไม่ถูกหนทางมัน นี่เราไม่ได้ปฏิบัติ

ปฏิบัติพอสมควรตามกำลังของเรา มันนอนมากไหมก็กรรมมันดู มันกินมากก็กรรมมัน เอามันพอสมควร เอาแต่ศีล สมาธิ ปัญญา ไม่พอเอาจุดดวงควัตรใส่เข้าไปด้วย จุดดวงควัตรนี้เพื่อเป็นเครื่องชูดเกลา เอาขนาดหนึ่งมันไม่พอนะ เอาจุดดวงควัตรเข้าไปใส่มันจึงแก้ได้

จุดดวงควัตรนี้ก็เป็นของสำคัญอยู่ บางคนเอาศีลเอาสมาธิมามันก็ไม่ได้ ไม่เป็นต้องเอาจุดดวงควัตรเข้าช่วยอย่างนั้น จุดดวงควัตรมันตัดหลายอย่าง เช่น บางทีให้อยู่โคนต้นไม้ อยู่โคนต้นไม้ก็ไม่ผิดศีล อยู่ป่าช้า อยู่ป่าช้าก็ไม่ผิดศีล ถ้าตั้งจุดดวงควัตรอยู่ป่าช้าแล้วไม่อยู่นะถึงผิด ไปอยู่ลองดูซิ ป่าช้านั้นมันจะเป็นอย่างไร มันจะเป็นเหมือนอยู่กับหมู่กับพวกหรือเปล่า มันมีประโยชน์ทุกๆ อย่าง นั่นแหละจุดดวงควัตรนี้

ดู-ตั้ง-คะ ท่านว่าข้อวัตรปฏิบัติอันบุคคลปฏิบัติยาก เป็นข้อปฏิบัติของพระ-อริยเจ้า ผู้ใดต้องการเป็นพระอริยเจ้าต้องมีจุดดวงควัตรเป็นเครื่องขัดเกลา ยากที่คนจะทำได้และยากที่จะมีคนศรัทธาทำ เพราะมีแต่สิ่งขัด มีแต่ขัดมีแต่ขึ้นทั้งนั้น อย่างถือผ้าก็ผ้าสามผืน เทียวบิณฑบาตมาฉัน บางทีก็ฉันแต่ในบาตร เทียวบิณฑบาตไปอะไรตกบาตรก็ฉันอันนั้น เขาจะเอาอะไรมาถวายเป็นภายหลังไม่เอา เวลาบิณฑบาตเขาใส่อะไรให้ก็ฉันแต่อันนั้น



การที่ถืออุตงค์ข้อนี้อยู่ทางภาคกลางก็ดี สบาย เพราะเขาพร้อมอยู่แล้ว แต่ถ้ามาทางภาคอีสาน อุตงค์ข้อนี้ได้ปฏิบัติละเอียดดี เพราะได้กินแต่ข้าวเปล่าๆ เท่านั้น บ้านเราเขาใส่บาตรแต่ข้าวเปล่าๆ ทางโน้นเขาใส่บาตรใส่ข้าวใส่กับด้วย มาบ้านเราทิ้งใส่ให้แต่ข้าวเท่านั้น อุตงค์ข้อนี้อย่างอุกฤษฏ์เลย เครื่องอย่างนั้น บิณฑบาตมาฉันฉันแล้วใครจะเอาอะไรมาถวายอีกก็ไม่ฉัน อุตงค์ข้อนี้มันช่วยมาก ช่วยจริงๆ ฉันหนเดียว ภาชนะอันเดียว อาสนะอันเดียว ลุกไปแล้วไม่ฉันอีกอย่างนั้น อันนี้เรียกว่าอุตงค์วัตร แล้วจะมีใครบ้างที่ประพฤติปฏิบัติได้ ยากที่จะมีคนศรัทธาเพราะมันยาก มันลำบากมาก ท่านจึงว่าผู้ใดปฏิบัติอุตงค์วัตรนี้ มีอานิสงส์มากจริงๆ

ที่เราว่าปฏิบัตินะ มันยังไม่เรียกว่าปฏิบัติหрок ถ้าปฏิบัตินะมันไม่ใช่ของเบาๆ มันไม่กล้าประพฤติไม่กล้าปฏิบัติหрок คนเรานะ ที่ไหนมันขัดมันไม่กล้าทำหрок อันไหนมันขัดหัวใจ ไม่อยากทำไม่อยากปฏิบัติ ไม่อยากขัดกิเลส ไม่อยากเกลามัน ไม่อยากเอามันออก

ความเป็นจริงท่านว่า การปฏิบัตินั้น อย่าทำตามใจของตนนัก ปฏิบัติให้พิจารณาบ้าง ใจเรามันถูกล่อลวงมาหลายภพหลายชาติแล้ว ว่าเป็นใจของตน มันไม่ใช่หрок มันล้วนแต่เป็นของปลอม มันพาเราโลภ มันพาเราโกรธ มันพาเราหลง มันพาลิ้นพาสดม พาวอยากได้ พาวิจฉาพยาบาท อย่างนี้มันไม่ใช่ของเรา แล้วลองถามดูใจของเราซิ อยากดีไหม มีแต่อยากดีทั้งนั้น แล้วทำอย่างนั้น มันดีไหมล่ะนะ ไปทำไม่ดีแต่มันอยากได้ดี ถึงว่าของที่มันไม่จริงมันก็ต้องเป็นอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้ตามมัน ให้ขัดมัน มันไปทางนั้นหลบมาทางนี้ มันมาทางนี้หลบไปทางโน้น นั่นแหละ พุดง่าย ๆ ก็เท่ากับกับเรื่องเก่าที่พูดมาแต่ต้น ใจเรา มันจะชอบอันนี้เอาไปโน้น ใจมันจะชอบอันโน้นเอามา นี่เหมือนคนเคยเป็นเพื่อนกันมาก่อน แต่มาถึงวันนี้ก็มีความเห็นไม่ตรงกัน ไปคนละทาง แยกทางกัน พุดจาไม่ลงรอยกัน ทะเลาะกันเลย มันแยกไปอย่างนั้น นั่นแหละไม่ทำตามใจของตน ถ้าผู้ใดทำตามใจของตน มันรักอันไหนมันชอบอันไหน ก็เอาไปตามเรื่องตามราวของมัน นั่นแหละ ยังไม่ได้ปฏิบัติอะไรเลยสักอย่าง ลองดูก็ได้

นี่แหละเขาว่าได้ปฏิบัติ มันไม่ใช่ มันวิบัติอยู่ ถ้าไม่หยุดดูไม่ทำดูไม่ปฏิบัติดู ก็ไม่เห็นไม่เป็น ปฏิบัติที่พุงต่างๆ มันก็ต้องเอาชีวิตนั่นแหละเข้าแลก ไม่ใช่มันไม่ทุกข์ นะปฏิบัตินี้ มันต้องทุกข์ ยิ่งพรรษาหนึ่งสองพรรษานี้แหละยิ่งทุกข์ พระหนุ่ม เณรน้อยนี่ยิ่งทุกข์มาก ผมนี่มันเคยทุกข์มามาก ทุกข์กับอาหารการกินนี่ก็ยิ่งทุกข์ ก็เราอายุ ๒๐ ปีมาบวช มันกำลังกินกำลังนอน จะว่าอย่างไรกับมันล่ะ บางครั้งก็ไป นั่งเงยคิดถึงแต่ของกินของอยาก อยากกินตำกัลล้วยตानी อยากกินตำส้มมะละกอ ทุกอย่างนั่นแหละ น้ำลายอย่างนี้ไหลยืด นี่แหละได้ทรมานมัน ทุกสิ่งทุกอย่างมัน ไม่ใช่ของง่ายนะ ถึงว่ามันได้พาเราทำบาปมามากแล้ว เรื่องอาหารการกินนี้ คน กำลังกินกำลังนอนกำลังสนุก มายืดเอาไว้มาขังเอาไว้ มันก็ยิ่งไปกันใหญ่ เท่ากับน้ำ กำลังไหลไปขวางเอาไว้ยิ่งแตกใหญ่ เอาไว้ได้ก็ดี เอาไว้ไม่ได้ก็พัง จนกว่ามันสบาย จากสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ละก็ไม่ยากเลย

ภวานาปีแรกไม่ได้อะไร มีแต่ภวานาของอยากของกิน วุ่นวายไปหมด แย่มาก เหลือเกิน บางครั้งนั่งอยู่เหมือนกับได้กินกัลล้วยจริงๆ รู้สึกเหมือนหักกัลล้วยเข้าปาก อยู่อย่างนั้น มันเป็นของมันเอง เหล่านี้มันมีแต่เรื่องการปฏิบัติทั้งหมดทั้งนั้น แต่ว่า อย่าไปกลัวมัน มันเป็นมาหลายภพหลายชาติแล้ว เราได้มาฝึกมาหัดมัน ทุกอย่าง แสนยากแสนลำบาก แต่ว่าอันไหนยากๆ นั่นแหละทำ อันไหนไม่ยากไปทำมันทำไม ทำในสิ่งที่มันยาก ทำที่มันได้สิ่งง่ายๆ นะ ใครๆ ก็ทำเป็นหรอก สิ่งทำยากๆ นี่ต้อง ทำให้มันได้

พระพุทธเจ้าของเราที่เช่นกัน ถ้าจะมากอยพะวงญาติพี่น้อง พงศ์พันธุ์ ทรัพย์สมบัติ ความร่ำรวยบันเทิงต่างๆ รูปก็ดี เสียงก็ดี กลิ่นก็ดี รสก็ดี โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ก็ดี ก็ไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้าหรอก เหล่านั้นมันไม่ใช่ของน้อย คนเราก็หาเอาสิ่งเหล่านี้ทั้งโลกนั่นแหละ ออกบวชแต่อายุยังน้อย หนีจากมันได้ มันก็ตาย นั่นแหละ

บางคนก็ยังมีมาพูดว่า “ถ้าเหมือนหลวงพ่อก็ค่อยยังชั่วหน่อย ไม่ได้สร้างครอบคร้ว ก็สบาย ไม่ได้คิดอะไร” ว่าเป็นนั้น ผมว่า “อย่ามาพูดอยู่ใกล้ๆ นะ เดี่ยวโดนไม้ค้อนหรือ” ยิ่งกับเราไม่มีหัวใจอย่างนั้น

เรื่องของคนไม่ใช่เรื่องย่อยๆ มันเรื่องชีวิตทั้งนั้นแหละ ถึงว่านักปฏิบัติเรากล้าหาญฝึกแรงเข้าไป ไม่เชื่ออย่างอื่น เชื่อพระพุทธเจ้า ท่านทรงสอนให้หาความสงบใส่ตัวเอง พอมาภายหลังจึงรู้ ปฏิบัติไปพิจารณาไปไตร่ตรองไป ผลมันสะท้อนกลับมาที่นั่นเท่ากัน มีเหตุมีผลเหมือนกัน นักปฏิบัติของเราก็เช่นกัน อย่าไปยอมมัน

ที่แรกแค่เรื่องการนอนมันก็ยังยากว่าจะลุกตื่นขึ้นเวลานั้นเวลานี้ มันก็ไม่ลุกนี้ต้องหัดมันว่าจะลุกก็ลุกขึ้นมาทันที บางที่มันก็ได้ แต่บางที่พอรู้สึกตัวว่า จะลุกมันก็ไม่ลุก บางทีก็จะให้มันลุกว่า หนึ่ง สอง เอ้า ถ้านับถึงสามแล้วไม่ลุกต้องตกอเวจีตกนรกนะ บอกมันอย่างนั้น พอจะสามมันรีบลุกขึ้นทันที มันกลัวตกนรก อย่างนี้ต้องหัดมัน ไม่หัดไม่ได้หรอก

มันต้องหัดทุกด้านทุกมุม จะอาศัยครูบาอาจารย์ อาศัยหมู่ อาศัยเพื่อน มาแนะนำพร่ำสอนเราอยู่เรื่อยๆ นะ โอ๊ย ไม่ได้กินหรือ อย่างนี้ไม่ต้องบอกกันมากหรือ บอกที่สอที่ก็เลิก ทำไปปฏิบัติไปของมันเอง

จิตที่มันเป็นไปแล้วมันทำไม่ผิดหรือ อยู่ต่อหน้าคนมันก็ไม่ทำผิด อยู่ลับหลังมันก็ไม่ทำผิด เรื่องจิตที่มันเป็นแล้วมันไม่มีที่ลับที่แจ้งสักแห่ง มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น ฉะนั้น พระอริยเจ้าทั้งหลายท่านจึงเชื่อจิตของท่านว่ามันเป็นเช่นนั้น นี่เราทั้งหลายก็เหมือนกัน ข้อวัตรปฏิบัติเล็กๆ น้อยๆ นี้ก็ยังไม่รู้จัก

บางคนต้องการจะมาปฏิบัติเพื่อเอาความสุขเฉยๆ สุขมันจะเกิดมาจากไหนก่อน อะไรเป็นเหตุมัน สุขทั้งหลายนะ มันต้องมีทุกข์ก่อนมันจึงจะเป็นสุข เราทำทุกสิ่ง ทำงานก่อนจึงได้เงินมาซื้อกินมิใช่หรือ ทำมาก่อนจึงจะได้กินข้าว มันต้องผ่านความทุกข์มาก่อนทุกอย่างนะแหละ บางคนมาบวชว่าจะมาพักผ่อนให้สบาย จะมานั่งพักผ่อนเอาสบายเลย เขาว่า ไม่ได้เรียนหนังสือมาก่อน จะมาจับหนังสืออ่านได้เลยอย่างนั้นหรือ ไม่ได้หรือ

อย่างนี้แหละคนที่มีความรู้สูงๆ เมื่อเข้ามาบวชมาปฏิบัติไม่ค่อยได้เรื่อง เพราะมันรู้ไปคนละอย่างคนละทาง มันไม่ได้ทราบตัวเอง ไม่ได้ดูตัวเอง หาเอาแต่ความยุ่งเหยิงมาใส่ใจของตน เอาแต่สิ่งที่ไม่ใช่ความสงบระงับ ส่วนด้านรู้ของพระพุทธเจ้าของเรา ไม่ใช่รู้ด้านโลกีย์ ท่านรู้ด้านโลกุตตระ มันรู้ไปคนละทาง

ฉะนั้น ผู้เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา ไม่ว่าผู้ใดไม่ว่าชั้นใดภูมิใดก็ตามก็ให้หยุด กระทั่งพระเจ้าอยู่หัวมาบวชก็หยุดเรื่องนั้น เรื่องโลกไม่ได้เอามาใกล้ ไม่ได้เอามาอวดมาอ้าง ไม่ได้เอาลาภนั้นมา ไม่ได้เอายศนั้นมา ไม่เอาความรู้นั้นมา ไม่เอาอำนาจนั้นมา ไม่เอา

การปฏิบัติเป็นเรื่องละเอียด เป็นเรื่องวาง เป็นเรื่องถอน เป็นเรื่องเล็ก ต้องเข้าใจอย่างนั้น ทุกอย่างมันจึงจะเป็นไปได้

เป็นไฉนยังไม่คิดยากินยามันจะหายหรือ ที่ไหนมันกลัวต้องเข้าไป ป่าช้า ตรงไหนมันกลัวต้องเข้าไปดู ห่มผ้าเข้าไปพิจารณา อนิจจา ะตะ สังขารา ไปยืนแล้วก็เดินจงกรมอยู่ที่นั่น ไปพิจารณาให้รู้ให้เห็นว่า มันกลัวอยู่ตรงไหน แล้วมันจะบอกมันจะรู้เอง มันให้รู้เท่าสังขาร อยู่ดูมันจนค้ำจนมีดไปเรื่อยๆ ต่อไปดีๆ ก็เข้าไปได้ แต่ไม่กล้าไป กลัว มันไม่กล้าเข้าไปปฏิบัติ ถ้าทำอย่างนั้นนะ เขาเรียกปฏิบัติไม่รู้เรื่องการปฏิบัติ ไม่รู้จักเรื่องของมัน เราจะต้องกล้าต้องฝึกต้องหัด อันใดที่พระศาสดาทรงบัญญัติไว้ อันนั้นต้องเกิดประโยชน์ อันนั้นต้องมีประโยชน์ ที่พระพุทธเจ้าท่านว่า

“ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นเห็นเรา ผู้ใดเห็นเราผู้นั้นเห็นตถาคต ผู้ใดเห็นตถาคตผู้นั้นเห็นพระนิพพาน”

ไม่ปฏิบัติตามที่ท่านจะเห็นธรรมได้อย่างไร ไม่เห็นธรรมจะรู้จักท่านได้อย่างไร ไม่รู้จักท่านจะรู้จักคุณของท่านได้อย่างไร ถ้าทำตามท่านแล้วก็จะรู้จักว่า พระพุทธเจ้าท่านสั่งสอนมาแน่นอนเหลือเกินเรื่องสังขารนี้ สังขารเป็นความจริงที่สุด.



อายตนะนี้มันให้เพลินก็ได้ ให้หลงก็ได้
มันให้เกิดความรู้ มีปัญญาก็ได้
มันให้โทษและก็ให้คุณพร้อมกัน
แล้วแต่บุคคลที่จะมีปัญหา

๑๙ | ความสงบ บ่อเกิดปัญญา

ในฐานะที่พวกเราทั้งหลาย เป็นผู้ตั้งอกตั้งใจมาบรรพชาอุปสมบท
ในพระพุทธศาสนา ทุกท่านอยู่คนละแห่งละหนก็มารวมกัน ณ วัดป่าพงนี้
ซึ่งเป็นพระประจำอยู่ที่วัดนี้ก็มี ที่เป็นอาคันตุกะเพิ่งมาอาศัยอยู่ก็มี ก็
ล้วนแต่เป็นนักบวช ซึ่งได้พยายามหาความสงบด้วยกันทั้งนั้น

ความสงบที่แท้จริงนั้นพวกเราทั้งหลายจงเข้าใจ ความสงบอย่าง
แท้จริงนั้น พระพุทธองค์ตรัสว่า ความสงบอย่างแท้จริงนั้นไม่ได้อยู่ห่างไกล
จากพวกเรา มันอยู่กับพวกเรา แต่เราทั้งหลายมองข้ามไปข้ามมาอยู่เสมอ
ต่างคนก็ต่างมีอุบายที่จะหาความสงบนั่นเอง แต่ก็ยังมีความฟุ้งซ่านรำคาญ
ไม่ถนัดใจอยู่ ก็ยังไม่ได้รับความพอใจในการปฏิบัติของตนเอง คือยังไม่ถึง
เป้าหมาย เปรียบประหนึ่งว่า เราเดินทางออกจากบ้านเรา แล้วก็เร่ร่อนไป
สารพัดแห่ง ไม่มีความสุขสบาย แม้จะไปรถ จะไปเรือ จะไปที่ไหนอะไรก็ตามที่
มันยังไม่ถึงบ้านเรา เมื่อเรายังไม่ถึงบ้านเรานั้นก็ไม่ค่อยสบาย ยังมีภาวะ



ผูกพันอยู่เสมอ นี่เรียกว่าเดินยังไม่ถึง ไม่ถึงจุดหมายปลายทาง ก็เร่ร่อนไปในทิศต่างๆ เพื่อแสวงหาโมกขธรรม

ยกตัวอย่างเช่น พระภิกษุสามเณรเราๆ ใครๆ ก็ต้องการความสงบ ตลอดพวกท่านทั้งหลาย ถึงผมก็เหมือนกันอย่างนั้น หากความสงบ ไม่เป็นที่พอใจ ไปที่ไหนก็ยังไม่เป็นที่พอใจ เข้าไปในป่านี้ก็ดี ไปกราบอาจารย์นั้นก็ดี ไปฟังธรรมใครก็ดี ก็ยังไม่ได้รับความพอใจ อันนี้เป็นเพราะอะไร

หากความสงบ ไปอยู่ในที่สงบ ไม่อยากจะให้มีเสียง ไม่อยากจะให้มีรูป ไม่อยากจะให้มีกลิ่น ไม่อยากจะให้มีรส อยู่เงียบๆ อย่างนี้ นี่กว่ามันจะสบาย คิดว่าความสงบมันอยู่ตรงนั้น

ซึ่งความเป็นจริงนั้น เราไปอยู่เงียบๆ ไม่มีอะไร มันจะรู้อะไรไหม มันจะรู้สึกอะไรไหม ลองคิดดูซิ ตาของเรานั้นจะถ้าไม่เห็นรูป มันจะเป็นอย่างไรไหม จมูกนี้ก็ไม่ได้กลิ่น มันจะเป็นอย่างไรไหม ลิ้นของเราไม่ได้รู้จักรส มันจะเป็นอย่างไรไหม ร่างกายไม่กระทบไผ่ภูฏัพพะที่ถูกต้องอะไร มันจะเป็นอะไรไหม ถ้ามันเป็นอย่างนั้น มันก็เป็นคนตาบอดชิ คนหูหนวก คนจมูกขาด ลิ้นหลุดไป ภายไม่รับรู้อะไรเป็นอัมพาตไปเลย มันจะมีอะไรไหม แต่ใครก็มักจะคิดอย่างนั้น อยากจะไปอยู่ที่ว่ามันไม่มีอะไร ใ้ความคิดอย่างนั้น เคยคิด เคยคิดมา

ในสมัยที่ผมเป็นพระปฏิบัติใหม่ๆ จะนั่งสมาธิตรงไหน เสียงมันก็อื้อ มันไม่สงบเลย คิดผ่านไปผ่านมาเสมอว่า จะทำอย่างไรหนอ มันไม่สงบ จนต้องหาซึ้งขึ้นมาบั้นกลมๆ อุดเข้าไปในหูนี้ ไม่ได้ยินอะไร มีแต่เสียงอื้อเท่านั้น นี่กว่ามันจะดี นี่กว่ามันจะสงบ เปล่า ความปรุปรุ่งแต่จะอะไรต่ออะไรต่างๆ นี้ มีโซ่อยู่ที่หูตอก มันเกิดภายในจิตใจ มันจะมีสารพัดอย่าง ต้องคลำหามัน คั่นคว่ำหากความสงบ พุดง่ายๆ จะไปอยู่ในเสนาสนะอะไรก็ดีนะ คิดไม่อยากจะทำอะไร มันขัดข้อง ไม่ได้ทำความเพียร อยากจะนั่งให้มันสงบ ลานวัดก็ไม่อยากจะไปกวาดมัน อะไรก็ไม่อยากทำมัน อยากจะอยู่เฉยๆ อยากหากความสงบอย่างนั้น ครูบาอาจารย์ให้ช่วยกิจของวัดที่เราอาศัยอยู่ ก็ไม่ค่อยจะเอาใจใส่มัน เพราะเห็นว่ามันเป็นงานภายนอก

ผมเคยยกตัวอย่างให้ฟังบ่อยๆ เช่นว่า อาจารย์องค์หนึ่งซึ่งเป็นลูกศิษย์ผม ท่านมีศรัทธามากที่สุด ตั้งใจมาปฏิบัติละวาง หาความสงบ ผมก็สอนให้ละให้วาง ท่านก็เข้าใจเหมือนกันว่า ละวางทั้งหมดมันคงจะดี ความเป็นจริงตั้งแต่มาอยู่ด้วย ก็ไม่เอายกทำอะไร แม้หลังคากุฏิลมมันพัดตกไปข้างหนึ่ง ท่านก็เฉย ท่านว่าอันนั้น มันเป็นของภายนอก เหนะ ไม่เอาใจใส่ แดดฝนร้าวทางไหนท่านก็ขยับมาทางนี้ ท่านว่า ไม่ใช่เรื่องของท่าน เรื่องของท่านมันเรื่องจิตสงบ หลังคารั่ว มันไม่ใช่เรื่องของท่าน มันขัดข้อง วุ่นวาย ไม่ให้เป็นภาระ นี่ความเห็นมันเป็นอย่างนั้น

อีกวันหนึ่งผมก็เดินไป ไปพบหลังคามันตกลงมา ก็ถามว่า “เอ กุฏิของใคร” ก็ได้รับคำตอบว่าเป็นกุฏิของท่านอาจารย์องค์นั้น “อ้อ แปลกนะ” นี่ก็เลยได้พูดกัน อธิบายอะไรต่ออะไรกันหลายอย่าง เสนาสนวัตตระนะ ที่อยู่ของเรานั้น คนเรามันต้องมีที่อยู่ ที่อยู่มันเป็นอย่างไรก็ต้องดูมัน การปล่อยวางไม่ใช่เป็นอย่างนั้น ไม่ใช่ที่เรา ปล่อยเราทิ้ง อันนั้นมันเป็นลักษณะของคนที่ไม่รู้เรื่อง ฝนตกหลังคารั่ว ต้องขยับไป ข้างไหน แดดออก เอ้า ขยับมาข้างนี้อีกแล้ว ทำไม่เป็นอย่างนั้นละ ทำไม่ไม่ปล่อย ไม่วางอยู่ตรงนั้น ผมก็เลยเทศน์ให้ฟังกัณฑ์ใหญ่ ท่านก็ยังมาเข้าใจว่า

“เออ หลวงพ่อบางที่เทศน์ให้เรายึดมั่น บางที่เทศน์ให้เราปล่อยวาง ไม่รู้จะเอา อย่างไร ขนาดหลังคากุฏิมันตกลงไป เราก็ปล่อยวางขนาดนี้ ท่านก็ยังว่าไม่ถูกอีก แต่ท่านก็เทศน์ว่าไม่ให้ยึด ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรมันจึงจะถูก”

ดูซิคนเรา จิตมันเป็นอย่างนี้ ในการปฏิบัติมันงออย่างนี้

ตาเรามันมีรูปไหมถ้าไม่อาศัยรูปข้างนอก รูปมีในตาไหม หูเรานี้มีเสียงไหม ถ้าเสียงข้างนอกไม่มากกระทบมันจะมีเสียงไหม ถ้าไม่อาศัยกลิ่นข้างนอก จมูกเรามัน จะมีกลิ่นไหม ลิ้นมันจะมีรสไหม มันต้องอาศัยรสภายนอกมากกระทบ มันจึงมีรส อย่างนั้น เหตุมันอยู่ตรงไหนนะ

เราพิจารณาดูที่พระท่านว่า ธรรมมันเกิดเพราะเหตุ ถ้าหูเราไม่มีแล้วจะมีโอกาสได้ยินเสียงไหม ตาเราไม่มีมันจะมีเหตุให้เราเห็นรูปไหม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่มันคือเหตุ พระท่านบอกว่า ธรรมมันเกิดเพราะเหตุ เมื่อจะดับก็เพราะเหตุมันดับก่อน ผลมันจึงดับ เมื่อผลมันจะมีขึ้น ก็มีเหตุมาก่อนแล้วผลมันจึงตามมา



ถ้าหากว่าเราเข้าใจว่าความสงบมันอยู่ตรงนั้น มันจะมีปัญญาใหม่ มันจะมีเหตุ มีผลใหม่สำหรับที่เราจะต้องปฏิบัติหาความสงบ มันจะมีอะไรใหม่ ถ้าเราจะไป โทษเสียง ไปนั่งที่ไหนมีเสียงก็ไม่สบายใจแล้ว คิดว่าที่นี่ไม่ดี ที่ไหนมีรูปก็ว่า ที่นั่น ไม่ดีไม่สงบ อย่างนั้นก็เป็นคนอายตนะหายหมด ตาบอด หูหนวกหมด

ที่นี้ผมทดลองดู ก็คิดไป “เอ มันก็แปลกเหมือนกัน มันไม่สบายเพราะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่แหละ หรือว่าเราจะเป็นคนที่จักษุบอดตึนะ มันไม่ต้องเห็น อะไรตึนะ มันจะหมดกิเลสที่ตรงจักษุมันบอดละครณะมัง หรือว่าหูมันหนักมันตึง มันจะหมดกิเลสที่ตรงนั้นละมัง” ลองๆ ดู ก็ไม่ใช่ทั้งหมดนั้นแหละ ถ้าอย่างนั้น คนตาบอดก็สำเร็จอรหันต์ชั คนหูหนวกก็สำเร็จหมดแล้ว ตาบอดหูหนวกสำเร็จหมด ถ้าหากว่ากิเลสมันเกิดตรงนั้น อันนั้นคือเหตุของมัน อะไรมันเกิดจากเหตุ เราต้อง ดับตรงนั้น เหตุมันเกิดตรงนี้ เราพิจารณาจากเหตุนี้

ความเป็นจริงอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้เป็นของที่เกิดปัญญา ถ้าเรารู้เรื่องตามความเป็นจริง ถ้าเราไม่รู้เรื่อง เราก็จะต้องปฏิเสธเลยว่า ไม่อยาก จะเห็นรูป ไม่อยากที่จะฟังเสียง ไม่อยากที่จะอะไรทั้งนั้นแหละ ว่ามันวุ่นวายอยู่ตรงนั้น เราตัดเหตุมันออกเสียแล้วจะเอาอะไรมาพิจารณาเล่า ลองๆ ลี อะไรจะเป็นเหตุ อะไรจะเป็นเบื้องต้น ท่ามกลาง เบื้องปลาย มันจะมีไหม นี้ อันนี้คือ ความคิดผิด ของพวกเราทั้งหลาย

ดังนั้น ครูบาอาจารย์ท่านจึงให้สำรวจ การสำรวจนี้แหละมันเป็นศีล ศีลสังวร ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี้เป็นศีล เป็นสมาธิ เหล่านี้ เราคิดดูประวัติพระสารีบุตร เมื่อครั้งยังไม่บวช ท่านไปพบพระชื่อ อัสนชิ ด้วยตาของท่านเอง เห็นพระอัสนชิ เดินไปบิณฑบาต เมื่อมองเห็นแล้วก็เกิดความรู้สึกรู้ว่า “แหม พระองค์นี้แปลก เหลือเกิน เดินไม่ช้าไม่เร็ว กลีบจีวรสีจีวรของท่านไม่ฉูดฉาด เรียบๆ เดินไปก็ไม่มองหน้ามองหลัง สังวรสำรวจ” เกิดแปลกขึ้นในใจ อันนั้นเป็นเหตุแก่ผู้มีปัญญา ท่านสารีบุตรสงสัยก็ตรงเข้าไปกราบเรียนถามท่าน อยากจะรู้ว่าใครมาจากไหน อย่างนี้

“ท่านเป็นใคร”

“เราเป็นสมณะ”

“ใครเป็นครูเป็นอาจารย์ของท่าน”

“พระโคตมเป็นครูเป็นอาจารย์ของเรา”

“พระโคตม^{นั้น} ท่านสอนว่าอย่างไร”

“ท่านสอนว่า ธรรมทั้งหลายมันเกิดเพราะเหตุ เมื่อมันจะดับก็เพราะเหตุมันดับไปก่อน”

นี่คือพระสารีบุตรนิมนต์ให้ท่านเทศน์ให้ฟัง ท่านก็อธิบายพอสังเขปเท่านั้น ท่านยกเหตุผลขึ้นมา ธรรมเกิดเพราะเหตุ เหตุเกิดก่อนผลจึงเกิด เมื่อผลมันจะดับ เหตุต้องดับก่อน เท่านั้นเองพระสารีบุตรพอแล้ว ได้ฟังธรรมพอสังเขปเท่านั้น ไม่ต้องพิสดาร เท่านั้นแหละ

อันนี้เรียกว่ามันเป็นเหตุ เพราะในเวลานั้น พระสารีบุตรท่านมีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มีกาย มีจิต อายตนะของท่านครบอยู่ ถ้าหากว่าอายตนะของท่านไม่มี มันจะมีเหตุใหม่ ท่านจะเกิดปัญญาใหม่ ท่านจะรู้อะไรต่ออะไรใหม่

แต่พวกเราทั้งหลายกลัวมันจะกระทบ หรือชอบให้มันกระทบ แต่ไม่มีปัญญา ให้มันกระทบเรื่อยๆ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต เลยเพลินไป เลยหลง นี่มันเป็น^{อย่างนี้} อายตนะนี้มันให้เพลินก็ได้ ให้หลงก็ได้ มันให้เกิดความรู้ มีปัญญาก็ได้ มันให้โทษและก็ให้คุณพร้อมกัน แล้วแต่บุคคลที่จะมีปัญญา

อันนี้ให้เราเข้าใจว่าเราเป็นนักบวช เข้ามาปฏิบัติ ปฏิบัติทุกอย่าง ความซู้ก็ให้รู้จัก คนสอนง่ายก็ให้รู้จัก คนสอนยากก็ให้รู้จัก ท่านให้รู้จักทั้งหมด เพื่ออะไร เพื่อเรารู้ความจริงที่เราจะต้องเอามาปฏิบัติ ไม่ใช่เราปฏิบัติแต่สิ่งที่ว่ามันดี มันถูกใจเรา เราจึงจะชอบ มันไม่ใช่อย่างนั้น สิ่งในโลกนี้นะ บางสิ่งเราชอบใจ บางสิ่งเราไม่ชอบใจ มันมีอยู่ในโลก มันไม่มีอยู่ที่อื่น



ธรรมดาสั่งอะไรที่ชอบใจเราก็ต้องการสิ่งนั้น พระณเฑอยู่ด้วยกันก็เหมือนกัน ถ้าองค์ไหนไม่ชอบใจ ไม่เอา เอาแต่องค์ที่ชอบ นี่ดูซิ เอาแต่สิ่งที่ชอบ ไม่อยากจะรู้ ไม่อยากให้เห็น ไม่อยากจะเป็นอย่างนี้ ความเป็นจริงพระพุทธองค์ให้มีประสบการณ์ โลกวิทู เราเกิดมาดูโลกอันนี้ให้แจ่มแจ้ง ให้ชัดเจน ถ้าเราไม่รู้จักโลกตามความเป็นจริง ไปไหนไม่ไหว ไปไม่ได้ จำเป็นจะต้องรู้จัก

อยู่ในโลกก็ต้องรู้จักโลก พระอริยบุคคลสมัยก่อนก็ดี พระพุทธเจ้าของเราที่ดี ท่านก็อยู่กับพวกนี้ อยู่กับพวกปุถุชนนี้ อยู่ในโลกนี้ ท่านก็เอาความจริงในโลกนี้เอง ไม่ใช่ที่ท่านไปเอาที่ไหน ไม่ใช่ที่ท่านหนีโลกไปหาสังฆธรรมที่อื่น แต่ท่านมีปัญญาสังวรสำรวมอายตนะของท่านอยู่เสมอ

การประพฤติปฏิบัติคือการพิจารณาดูสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ รู้ตามความเป็นจริง ว่ามันเป็นอย่างไรอยู่นะ ให้อูรู้เรื่องมัน

ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงให้รู้อายตนะเครื่องต่อต่อ ไนยันตามันก็ต่อเอารูปเข้ามา เป็นอารมณ์ หูมันก็ต่อเอาเสียงเข้ามา จมูกมันก็ต่อเอากลิ่นเข้ามา ลิ้นมันก็ต่อเอารสเข้ามา ร่างกายก็ต่อเอาโผฏฐัพพะเข้ามา เกิดความรู้ขึ้น ที่เกิดความรู้ขึ้นนะ ให้เราพิจารณาตามความจริง

ถ้าเราไม่รู้จักตามความเป็นจริง เราจะชอบมันที่สุด หรือเกลียดมันที่สุด ชอบมันอย่างยิ่ง เกลียดมันอย่างยิ่ง อารมณ์นี้ถ้ามันเกิดขึ้นมา นี่ที่เราจะตรัสรู้ ที่ปัญญา มันจะเกิดตรงนี้ แต่ว่าเราไม่อยากจะให้เป็นอย่างนั้น

พระพุทธองค์ท่านให้สังวรสำรวม การสังวรสำรวมนั้นไม่ใช่ว่าไม่ให้เห็นรูป ไม่ใช่ได้ยินเสียง ไม่ใช่ได้กลิ่น ไม่รู้จักรส ไม่รู้จักโผฏฐัพพะ ไม่รู้จักธรรมารมณ์ ไม่ใช่อย่างนั้น ถ้าผู้ประพฤติปฏิบัติไม่เข้าใจ พอเห็นรูปก็เสียว ฟังเสียงก็เสียว หนีเรื่อย หนีไปไม่รู้ หนีไป นึกว่ามันจะหมดฤทธิ์หมดเดช นึกว่ามันจะจบลง มันจะพ้น มันไม่พ้นนะ อันนั้นไม่พ้น หนีไปไม่รู้ตามความจริง ข้างหน้ามันก็ไล่ขึ้นอีก ต้องแก้ปัญหาอีก

เช่นพวกปฏิบัติเนาะ อยู่ในวัดก็ดี อยู่ในป่าก็ดี อยู่ในเขาก็ดี ไม่สบาย เดิน
 รุดงค์ไปดูอันนั้นไปดูอันนี้สารพัดอย่างว่าจะสบายใจไปแล้วกลับมาแล้ว ก็ไม่เห็น
 อะไร ลองขึ้นไปบนภูเขา “เออ ตรงนี้สบายนะ เออล่ะ” ไม่รู้สบายก็วันก็เบื่ออีกแล้ว
 เอ้า ลงไปทะเล “เออ ตรงนี้มันเย็นดี ตรงนี้พอแล้ว เออล่ะ” นานอีกก็เบื่อทะเลอีก
 เบื่อป่า เบื่อภูเขา เบื่อทะเล เบื่อสารพัดอย่าง ไม่ใช่เบื่อเป็นลัทธิมาติภูมิ เบื่อเป็น
 มิจฉาทิภูมิ ความเห็นไม่ตรงตามความจริงอย่างนั้น กลับมาถึงวัดแล้ว “จะทำอย่างไร
 หอ ไปแล้วไม่ได้อะไรมา” แล้วก็ทิ้งบาตร ลีก

ทำไมถึงลีก เพราะไม่มีเครื่องกันลี้ก เหมือนรองเท้าเห็นไหม รองเท้าอย่างดี
 เขามีเครื่องกันลี้ก ไปถูกหินถูกตอไม่ลี้ก กันลี้กเสียแล้ว รองเท้าไม่ดีไม่มีเครื่อง
 กันลี้ก มันก็ลี้ก พระเราก็เหมือนกัน ทำไมลี้ก เพราะไม่เห็นอะไรเสียแล้ว ไปทิศใต้
 ก็ไม่เห็น ไปทิศเหนือก็ไม่เห็น ลงทะเลก็ไม่เห็น ขึ้นภูเขาก็ไม่เห็น เข้าอยู่ในป่าก็
 ไม่เห็น ไม่มีอะไร หหมดแล้ว ตาย นี่มันเป็นอย่างนี้ คือหนีไป หนีจากสิ่งทั้งหลาย
 เหล่านี้ไป ปัญญาไม่เกิด

เอาอย่างนี้แหละ เอาใกล้ๆ ภาวนี เราอยากจะเป็นสุขประจักษ์ที่สุด ไม่อยาก
 จะรู้เรื่องพระเรื่องเณรเรื่องอะไรต่างๆ หนีไปเรื่อยๆ กับอีกคนหนึ่งตั้งใจอยู่ ไม่หนี
 อยู่ปกครองตัวเอง รู้เรื่องของตัวเอง คนอื่นมาอยู่ด้วยก็รู้เรื่องทั้งหมด แก้ปัญหาอยู่
 ตลอดเวลา เช่นเจ้าอาวาส เป็นเจ้าอาวาสนี้เหตุการณ์มีอยู่ตลอดเวลา มีอะไรมาให้
 พิจารณาผูกใจเราอยู่เสมอ เพราะอะไร เพราะเขาถามปัญหาไม่หยุด

ปัญหาไม่หยุดเราก็มีความรู้ไม่หยุด แก้ปัญหาไม่หยุด ปัญหาตนด้วย ปัญหา
 คนอื่นด้วย สารพัดอย่าง นี่คือมันตื่นอยู่เสมอ ก่อนที่มันจะหลับมันก็ตื่นขึ้นมาอีก
 เป็นเหตุให้เราได้พิจารณาได้รู้เรื่อง เลยเป็นคนฉลาด ฉลาดเรื่องของตนเอง ฉลาด
 เรื่องของคนอื่น ฉลาดหลายๆ อย่าง ความฉลาดอันนี้เกิดจากการกระทบ เกิดจาก
 การต่อสู้ เกิดจากการไม่หนี ไม่หนีด้วยกายแต่หนีทางใจ หนีทางปัญญาของเรา ให้รู้
 ด้วยปัญญาของเราอยู่ตรงนี้แหละ ไม่หนีมัน



อันนี้เป็นเหตุที่จะให้เกิดปัญญา จะต้องทำ จะต้องคลุกคลีอยู่ในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็เหมือนกันกับที่เราอยู่ในวัด ช่วยกันรักษาอะไรต่างๆ คลุกคลีอยู่อย่างนี้ มองดูอย่างอื่นเป็นกิเลส อยู่กับพระกับเณรหลายๆ โยมหลายๆ เป็นกิเลสมาก ใช่อยอมรับ แต่ต้องอยู่ไปให้ปัญญาเกิดสิ ให้มันลดความโง่ นั้นมันจะไปตรงไหนล่ะ เราอยู่ไปเพื่อให้ลดความโง่ อย่าอยู่ไปเพื่อให้มันเพิ่มความโง่ขึ้นมา

ต้องพิจารณา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันกระทบเมื่อใด เป็นต้น ก็ต้องสังวรสำรวม พิจารณา เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา ใครทุกข์ ทุกข์นี้ทำไมมันจึงเกิด ท่านเจ้าอาวาสปกครองลูกศิษย์ลูกหานั้นก็เป็นผู้ทุกข์ ต้องรู้จัก ทุกข์เกิดขึ้นมานะ ให้มันรู้จักทุกข์สิ ทุกข์มันเกิดขึ้นมา เรากลัวทุกข์ ไม่รู้จักทุกข์ จะไปสู่ที่ไหนล่ะ ถ้าทุกข์มาก็ไม่รู้สิ จะไปสู่ทุกข์ที่ไหนล่ะนี่ เป็นสิ่งสำคัญมากที่สุด ต้องให้รู้จักทุกข์

การหนีทุกข์ก็คือให้รู้จักพ้นทุกข์ ไม่ใช่มันทุกข์ที่นี้แล้วก็วิ่งไป หอบทุกข์ไปด้วย อยู่ที่นั่นทุกข์ก็เกิดขึ้นอีก ก็วิ่งอีก นี่ไม่ใช่คนหนีทุกข์ เป็นคนไม่รู้จักทุกข์ ถ้ารู้จักทุกข์ต้องดูเหตุการณ์ ครุบาอาจารย์ท่านว่า อธิกรณ์เกิดที่ไหนให้ระงับที่นั่น

ทุกข์มันเกิดตรงนั้น เรื่องที่ไม่ทุกข์มันก็อยู่ตรงนั้น เรื่องที่ทุกข์ มันจะหายก็อยู่ตรงที่มันเกิด ถ้าทุกข์เกิดขึ้นมาต้องพิจารณา ไม่ต้องหนีนะ ต้องแก้อธิกรณ์ให้มันจบ รู้เรื่องของมัน

ทุกข์เกิดตรงนี้เราหนีไป กลัวทุกข์ นี่แหละคือโง่ที่สุด สร้างความโง่ขึ้นตลอดเวลา เราต้องรู้นะ ทุกข์นี้มันไม่ใช่อะไร ไม่ใช่ทุกข์สังหรือ เรื่องทุกข์นั้น เราจะเห็นในแง่ไม่ดี หรือ ทุกข์สัง สมุทัยสัง นิโรธสัง มรรคสัง ถ้าหนีจากสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ก็ไม่ปฏิบัติตามสังฆธรรมเท่านั้นแหละ มันจะพบทุกข์เมื่อไร มันจะรู้เรื่องเมื่อไร ถ้าหนีทุกข์เรื่อยไปเราไม่รู้จักทุกข์ ทุกข์นี่เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ ถ้าไม่กำหนด จะรู้มันเมื่อไร ไม่พอใจหนีไป ไม่พอใจหนีไปเรื่อย อย่างนั้นต้องทำสงครามหมดประเทศ พญามารเอาหมด นี่มันก็ต้องเป็นอย่างนั้น

พระพุทธองค์ท่านให้หน้ด้วยปัญญา เปรียบประหนึ่งว่าเรามีเลี่ยนหรือหนาม น้อยๆ ตำเท้าเราอยู่ เดินไปปวดบ้างหายปวดบ้าง บางทีก็เดินไปสะดุดหัวตอเข้า ปวดขึ้นมาก็คลำดู คลำไปคลำมาไม่เห็น เลยขี้เกียจดูมัน ก็ปล่อยมันไป ต่อไปเดินไป ถูกปุ้มอะไรขึ้นมาก็ปวดอีก มันเป็นอย่างนี้เรื่อยไป เพราะอะไรนะ เพราะเลี่ยนหรือหนามนั้นมันอยู่ในเท้าเรา ยังไม่ออก ความเจ็บปวดมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น เมื่อมัน ปวดมากก็คลำหามัน ไม่เห็นก็ปล่อยไป นานๆ เจ็บอีกก็คลำอีก อยู่อย่างนั้นเรื่อยๆ

ทุกข์ที่เกิดขึ้นมานั้นนะ เราต้องกำหนดรู้มัน ไม่ต้องปล่อยมันไป เมื่อมัน เจ็บปวดขึ้นมา “เออ ไ้หนามนี้มันยังอยู่ที่นี่นะ” เมื่อความเจ็บปวดเกิดขึ้น ความคิด ที่ว่าจะเอาหนามออกจากเท้าเราก็มีพร้อมกันมา ถ้าเราไม่เอามันออก ความเจ็บปวด มันก็เกิดขึ้น เตียวก็เจ็บ เตียวก็เจ็บ อยู่อย่างนี้ ความสนใจที่จะเอาหนามออกจาก เท้าเรามันมีอยู่ตลอดเวลา

ผลที่สุดวันหนึ่งต้องตั้งใจเอาหนามออกให้ได้ เพราะมันไม่สบาย อันนี้ เรียกว่าการปรารภความเพียรของเราต้องเป็นอย่างนั้น มันขัดตรงไหน มันไม่สบาย ตรงไหน ก็ต้องพิจารณาที่ตรงนั้น แก้ไขที่ตรงนั้น แก้ไขหนามที่มันยอกเท้าเรา นั้นแหละ งดมันออกเสีย

จิตใจของเรา มันติดอยู่ที่ตรงไหน เราจะต้องรู้จักอย่างนั้น คลำไปคลำมา ก็รู้ อยู่ เห็นอยู่ เป็นอยู่อย่างนั้น แต่ว่าความเพียรของเราไม่ถอยเหมือนกัน ไม่หยุด ท่านเรียกว่า วิริยารัมภะ ปรารภความเพียรอยู่เสมอ เมื่อทุกขเวทนาเกิดขึ้นเมื่อไร ในเท้าของเราจะ ปรารภว่าจะเอาหนามออก จะบ่งหนามออกเสมอ ไม่ได้ขาดเลย

ทุกข์ทางใจมันเกิดขึ้นมา เรื่องกิเลสตัณหา นี้ เราก็มีความรู้สึกปรารภความ เพียรอยู่เสมอว่า จะพยายามฆ่ามัน พยายามละมันอยู่ตลอดเวลา ตามไปไม่หยุด อีกวันหนึ่งมันก็จะจนมุเรา ถึงที่นั้นเราก็ตะครุบมันได้

ฉะนั้น เรื่องสุขทุกข์นี่เราจะทำอย่างไร ถ้าไม่มีสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ จะเอาอะไร เป็นเหตุ ถ้าไม่มีเหตุ ผลมันจะเกิดตรงไหนเล่า นี่เรียกว่ากรรมมันเกิดเพราะเหตุ เมื่อผลมันจะดับไปนั้น เพราะเหตุมันดับไปก่อน ผลมันจึงดับไปด้วย มันเป็นไปในทำนองอันนี้ แต่ว่าเราไม่ค่อยเข้าใจจริง อยากแต่จะหนีทุกข์ รู้แบบนี้เรียกว่ารู้ไม่ถึงมัน

ความเป็นจริงแล้ว ท่านอยากจะทำให้รู้โลกที่เรายู่ที่นี่ ไม่ต้องหนีไปไหน จะอยู่ก็จะได้ไปก็ได้ ให้มีความรู้สึกอย่างนั้น ให้พิจารณาให้ดี มันสุขมันทุกข์ มันอยู่ตรงไหน อะไรที่เราไม่ยึดหมายหรือไม่มันหมายกับมัน อันนั้นไม่มี ทุกข์มันก็ไม่เกิด ทุกข์มันเกิดจากภพ มันมีภพที่จะเกิด มันก็ต้องไปเกิดที่ภพ ตัวอุปาทานยึดมัน ถือมันนี่แหละ มันเป็นภพให้ทุกข์เกิด ทุกข์มันเกิดขึ้น ดูเถอะ อย่าไปดูไกลๆ ดูปัจจุบันนี้ ดูกายดูจิตของเราเนี่ย เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา เพราะอะไรมันเป็นทุกข์ ดูเดี๋ยวนี้แหละ เมื่อสุขเกิดขึ้นมา มันเป็นอะไรมันจึงสุข ดูเดี๋ยวนั้น มันเกิดตรงไหนให้มันรู้จักตรงนั้น ทุกข์เกิดที่อุปาทาน สุขเกิดที่อุปาทานทั้งนั้น

พระโยคาวจรเจ้าผู้ประพฤติปฏิบัติดีแล้ว เห็นจิตว่าเป็นอยู่อย่างนี้ มันเกิดๆ ตายๆ เป็นของไม่แน่นอนสักอย่างหนึ่งเลย ถ้าพิจารณาแล้วท่านดูมันทุกวิถี มันเป็นอย่างนั้น ไม่มีอะไรแน่นอน เกิดแล้วก็ตาย ตายแล้วเกิด ไม่มีอะไรที่เป็นแก่นสาร เดินไปท่านก็รู้สึกว่ามันเป็นอย่างนั้น นั่งท่านก็รู้สึกว่ามันเป็นอย่างนั้น จะเอาตรงไหนมีแต่ทุกข์ทั้งนั้น เอาโลกก็มีแต่ทุกข์ทั้งนั้น เหมือนแทงเหล็กใหญ่ๆ ที่เขาเอาเข้าเตาหลอมแล้วนั้นแหละ ร้อนไปทั้งแท่งเลย ยกขึ้นมาเอามือไปแตะดู ข้างบนมันก็ร้อน ข้างๆ มันก็ร้อน มันร้อนทั้งนั้นใช่ไหม ที่ไม่ร้อนไม่มี เพราะมันออกจากเตาหลอมมา เหล็กทั้งแท่งไม่มีเย็นเลย

อันนี้ถ้าหากว่าเราไม่พิจารณาสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ไม่รู้เรื่อง จะต้องเห็นชัด จะต้องไม่เกิด จะต้องไม่ให้มันเกิด ให้รู้จักการเกิดแม้แต่ที่ว่า “แหม คนนี้ทำไม่ถูกใจฉัน ฉันเกลียดที่สุด” ไม่มีแล้ว “คนนี้ทำฉันชอบที่สุด” ไม่มีแล้ว มีแต่อาการในโลกที่พูดกันว่า ชอบที่สุด ไม่ชอบที่สุดเท่านั้น แต่พูดอย่างใจอย่าง คนละเรื่องกัน

จะต้องเอาสมมุติของโลกมาพูดกันให้มันรู้เรื่องกับโลกเท่านั้น ไม่มีอะไรแล้ว มันเหนือ ต้องให้มันเหนืออย่างนั้น อันนั้นเป็นที่อยู่ของพระ พวกเราทั้งหลาย ก็เหมือนกันฉันนั้น จะต้องปฏิบัติอย่างนั้น ต้องพยายาม อย่าไปสงสัย

ก่อนที่ผมจะปฏิบัตินี้ คิดว่าศาสนาตั้งอยู่ในโลก ทำไมบางคนทำบางคนไม่ทำ ทำแบบนิดๆ หน่อยๆ แล้วเลิกมัน อะไรอย่างนี้ หรือผู้ไม่เลิกก็ไม่ประพฤติปฏิบัติ เต็มที่ นี่มันเป็นเพราะอะไร ก็ไม่รู้มันเองละ

ผมจึงต้องอธิษฐานในใจว่า เอาละ ชาตินี้เราจะมอบกายอันนี้ใจอันนี้ให้มัน ตายไปชาติหนึ่ง จะทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกประการเลย จะทำให้มันรู้จัก ในชาตินี้ ถ้าไม่รู้จักมันก็ลำบากอีก จะปล่อยวางมันเสียทุกอย่าง จะพยายามทำ ถึงแม้ว่ามันจะทุกข์มันจะลำบากขนาดไหน ก็ต้องทำ ไม่เช่นนั้นก็จะสงสัยเรื่อยไป

คิดอย่างนี้เลยตั้งใจทำ ถึงแม้มันจะสุข มันจะทุกข์ มันจะลำบากขนาดไหนก็ ต้องทำ ชีวิตในชาตินี้ให้เหมือนวันหนึ่งกับคืนหนึ่งเท่านั้น ทั้งมัน จะตามคำสอน ของพระพุทธเจ้า จะตามธรรมะให้มันรู้ ทำไมมันยุ่งมันยากนัก วัฏสงสารนี้ อยากรู้ อยากจะเป็นอย่างนั้น คิดปฏิบัติ

ในโลกนี้ นักบวชทั้งหลายไหม ถ้าเป็นนักบวชไม่สึกแล้วก็มั่นว่าทั้งหมด ทุกอย่างเลย ไม่มีอะไรจะไม่ทิ้ง ที่โลกเขาต้องการเราก็ทั้งหมดทั้งนั้นแหละ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหมด แต่ก็กระทบทั้งหมดเช่นกัน

ฉะนั้น เราเป็นผู้ปฏิบัติจะต้องเป็นผู้มักน้อยสันโดษ ถึงการพูดการจา การขบ การฉัน การอะไร จะต้องเป็นคนที่ย่างที่สุด กินง่าย นอนง่าย อะไรๆ ก็ง่าย แบบที่ เรียกว่าเป็นตาสีตาสาธรรมดา แบบง่ายๆ อย่างนี้ ทำไป ยิ่งทำมันก็ยิ่งภูมิใจ มันจะ เห็นในจิตใจของเรา ฉะนั้น ธรรมะนี้จึงเป็นปัจเจกตั้ง รู้เฉพาะตัวเรา ถ้ารู้เฉพาะตัวเรา แล้วก็ต้องปฏิบัติเอาเอง

แต่เราปฏิบัตินี้ก็จะต้องอาศัยครูบาอาจารย์ครึ่งหนึ่งเท่านั้น อย่างวันนี้ผมเทศน์ให้ฟัง อันนี้ยังเป็นของใช้ไม่ได้เลย แต่เป็นของนำรับฟังไว้ ถึงมีใครมาเชื่อ เชื่อเพราะผมพูด ยังไม่เกิดประโยชน์เต็มที่ ถ้าใครเชื่อที่ผมพูดเต็มที่ คนนั้นก็ยังไม่

ถ้าหากว่าฟังแล้วมีเหตุผล เอาไปพิจารณาดูให้มันเห็นชัดในจิตของตัวเอง ทำเองละเอง อันนั้นแหละมีผลมากแล้ว รู้รสมันแล้ว คือมันรู้ด้วยตนเองจริงๆ อันนี้พระพุทธองค์ท่านถึงไม่ตรัสลงไป คือบอกชัดไม่ได้ เหมือนกับบอกสี่ให้คนตาบอดว่า มันขาวเหลืองเกิน เหลืองเหลืองเกิน บอกไม่ได้ หรือบอกก็ได้อยู่ แต่ท่านว่ามันไม่เกิดประโยชน์ เพราะคนนั้นตาบอดแล้ว

ดังนั้น ท่านจึงย้อนกลับมาให้เป็นปัจเจกตั้ง ให้เห็นชัดกับตัวเอง เมื่อเห็นชัดกับตัวเองแล้ว มันจึงจะเป็น *สักขีภูโต* เป็นพยานของเราแท้ๆ จะยืนก็ไม่สงสัย นั่งก็ไม่สงสัย นอนก็ไม่สงสัย ใครจะมาพูดว่า “ท่านปฏิบัติอย่างนี้ไม่ถูก ผิดหมดแล้ว” มันก็สบายใจได้ เพราะมันมีหลัก

ผู้ปฏิบัติต้องเป็นอย่างนั้น จะไปที่ไหน ใครจะบอกให้ชัดเจนอย่างไรไม่ได้ นอกจากความรู้สึกของเรา การเห็นของเรา มันเกิดเป็นสัมมาทิวชฺฐิ เรื่องประพฤติกปฏิบัติมันเป็นอย่างนั้น เราทุกคนก็เหมือนกัน เรื่องปฏิบัตินี้ละ บวชอยู่ตั้ง ๕ ปี ๑๐ ปี จะปฏิบัติสักเดือนหนึ่ง อย่างนี้มันก็ยากเหมือนกัน

ความเป็นจริงอายตนะทั้งหลายต้องต่อสู้อุตลอดเวลา สบายใจไม่สบายใจก็รู้จักชอบไม่ชอบก็ให้รู้จัก ให้มันรู้จักสมมุติ ให้มันรู้จักวิมุติ วิมุติกับสมมุติ มันจะมาพร้อมกัน ให้รู้จักดี รู้จักชั่ว รู้จักพร้อมกัน เกิดขึ้นพร้อมกัน อันนี้เป็นผลงานที่เกิดขึ้นจากการทำงานของผู้ปฏิบัติ

ฉะนั้น สิ่งใดที่มันเกิดประโยชน์ตนและเกิดประโยชน์คนอื่น สร้างประโยชน์ตนแล้วสร้างประโยชน์คนอื่น ชื่อว่าทำตามพระพุทธเจ้า ผมเคยสอนเสมอ สิ่งไม่ควรทำนั้นก็ไม่ต้องอยากจะทำกัน อย่างกัจจัตรา ข้อวัตรอะไรต่างๆ ผมเคยพูดบ่อยๆ พูดไปก็ไม่ค่อยเอาใจใส่ เพราะคนมันไม่รู้ มันขี้เกียจบ้าง มันรำคาญบ้าง วุ่นวายบ้าง นั่นแหละมันเป็นเหตุ

เราจะไปอยู่ที่มันไม่มีอะไร อยู่เฉยๆ จะเห็นอะไรไหม อาหารก็เหมือนกัน ฉันไปแล้วมันเฉยๆ จะเป็นอะไรไหม อร่อยไหม หูมันตึงพูดแล้วก็เฉย มันจะรู้เรื่องไหม ถ้าไม่รู้เรื่องมันจะมีเรื่องไหม ไม่มีเรื่องมันก็ไม่มีความ มีที่แก้ไหม ให้เราเข้าใจการปฏิบัติอย่างนั้น

สมัยก่อนผมไปอยู่เหนือ ไปอยู่กับพระหลายองค์ พระแก่ๆ แบบหลวงพ่อลวงตา ๒-๓ พรรษา ผมนั้น ๑๐ พรรษาแล้ว อยู่กับพวกคนแก่ก็ตั้งใจปฏิบัติเลย รับประทาน ชักจี้ว เทกระโถน สารพัดอย่าง ไม่ได้คิดว่าอันนี้ทำให้องค์นั้น ไม่ได้คิดทำข้อปฏิบัติของเรา ใครไม่ทำเราก็ทำ เป็นกำไรของเรา เป็นเรื่องสบายใจ ภูมิใจ

ถึงวันอุโบสถ เราก็รู้จัก เราเป็นพระหนุ่มไปจัดโรงอุโบสถ ตั้งน้ำใช้น้ำฉัน สารพัดอย่าง สบาย พวกนั้นไม่รู้จักกิจวัตรก็เฉย เราก็ไม่ว่าเขาเพราะเขาไม่รู้จัก อันนี้เราปฏิบัติ เราทำแล้วก็ภูมิใจ ถึงเวลาห่มผ้าเดินจงกรมสบาย มันภูมิใจเหลือเกิน มันดี มันมีกำลัง

ข้อวัตรทั้งหลายมีกำลังมาก ที่ไหนในวัดที่จะทำได้ ไม่ว่าจะเป็นในกุฏิของเรา ในกุฏิคนอื่นก็ดี ที่มันสกรปรกรรุงรัง ทำเลย ไม่ต้องทำให้ใคร ไม่ต้องทำเอาหน้า เอาตาจากใคร ทำเพื่อข้อปฏิบัติของเรา กวาดกุฏิกวาดเสนาสนะให้มันสะอาด ถ้าเราทำเช่นนั้น ก็เหมือนเรากวาดของสกปรกออกจากใจของเรา เพราะเราเป็นผู้ปฏิบัติ อันนี้ให้มันมีอยู่ในใจของพวกเราทุกคน

ความสามัคคีนั้นไม่ต้องเรียกร้องหรอก เป็นเลย ให้มันเป็นธรรมชาติ สงบระงับพยายามทำให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่มีอะไรมันจะขัดแย้งเรา อะไรที่เป็นงานหนัก งานหนา ช่วยกันทำ ถ้าเราช่วยกันทำ ไม่นานหรอกก็เสร็จ ช่วยกันง่ายๆ แล้วก็แล้วไป มันดีที่สุดใน ผมก็เคยพบเหมือนกัน แต่ว่าผมมีกำไร คือไปอยู่ด้วยกันมากๆ ทั้งพระทั้งเณร “เฮ้ย วันนี้ย้อมผ้ากันนะ” ย้อมผ้า เราไปต้มแก่นขนุน มีพระบางองค์ ให้เพื่อนต้มแก่นขนุนเสร็จแล้วก็เอาผ้ามาชุบๆ ย้อม แล้วก็หนีไปตากผ้า อยู่กุฏินอนสบาย ไม่ต้องต้มแก่นขนุน ไม่ต้องมาล้างหม้อ ไม่ต้องจัดทำอะไร เขานึกว่าเขาสบาย เขาดี อันนั้นคือโง่ที่สุดแล้ว สร้างความโง่ใส่ตัวเอง เพราะเขาไม่ได้ทำเพื่อนเขาทำ ถึงเวลาไม่ต้องทำอะไรเลย ง่าย นี่ยิ่งเพิ่มความโง่ขึ้น

ดูเถอะ อันนั้นไม่ได้เกิดประโยชน์แก่เขาเลย นี่คือความคิดโง่ของคน กิจที่จะต้องทำก็ไม่ทำ คือถ้าไม่ทำได้ละเป็นดีที่สุด นั่นแหละมันโง่ที่สุด ถ้าเรามีความเห็นอย่างนั้นในใจอยู่ เราอยู่ไม่ได้

ฉะนั้น จะพูดอะไร จะทำอะไร ก็ให้รู้สึกที่เรามาทำอะไรที่นี่ อยากรินดี นั่งดี นอนดี อะไรทั้งหลายนั้น ไม่ได้ ที่เรามาทำอะไร ถ้าเราคิดอย่างนี้อยู่เสมอ มันก็จะผูกใจเราตลอดเวลา ไม่เปลว ผูกใจเสมอ แม้ท่านจะยืนอยู่ ท่านก็จะปรารภความเพียร จะเดินอยู่ก็ปรารภความเพียร จะนอนอยู่ก็ปรารภความเพียร ถ้าไม่ได้ปรารภความเพียรไม่ได้เป็นอย่างนั้น นั่งอยู่ก็นั่งในบ้าน เดินก็ไปเดินในบ้าน จะไปเล่นอยู่ในบ้าน เล่นกับประชาชนเขา ใจมันไปอย่างนั้น ไม่ได้ปรารภความเพียร ไม่ได้หักห้ามใจของเราอีกเสียด้วย ก็ยิ่งปล่อยมันไปตามลมตามอารมณ์ นี่เรียกว่าตามอารมณ์ ก็เหมือนเด็กในบ้าน เราไปตามใจมัน มันจะดีไหม พ่อแม่ตามใจเด็กในบ้าน มันจะดีไหม ถ้าไปตามใจมันตั้งแต่เป็นเด็ก พอมันรู้ภาษา เขาก็จะเถียงมันเท่านั้นแหละ กลัวมันจะโง่

การฝึกจิตของเราก็ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องรู้จักตัว รู้จักฝึกจิตของเรา ถ้าเราไม่รู้จักฝึกจิตของตัวเอง จะคอยคนอื่นมาฝึกให้ ลำบากมาก ลำบากมากทีเดียวละ

อย่าเข้าใจว่า อยู่นี้ไม่ได้ทำความเพียร การทำความเพียรไม่มีขีดขึ้น จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ได้หมดทั้งนั้น แม้วาดลานวัดอยู่ก็บรรลุธรรมะได้ แม้มองไปเห็นแสงพยับแดดเท่านั้น ก็บรรลุธรรมะได้ จะต้องให้สติมีพร้อมอยู่เสมอ ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น เพราะมันมีโอกาสที่จะบรรลุธรรมอยู่ตลอดเวลา อยู่ทุกสถานที่ เมื่อเราตั้งใจอยู่ พิจารณาอยู่

ฉะนั้น เราจึงอย่าประมาท ให้ระวัง ให้รู้ เดินไปบิณฑบาตอย่างนี้ มีความรู้สึกตั้งหลายอย่างกว่าเราจะกลับถึงวัดเรา เออ เอลิ ธรรมะดีๆ มันจะเกิดขึ้น เมื่อมาถึงวัดมานั่งฉันบิณฑบาต แหม มันมีธรรมะดีๆ ที่เกิดขึ้นมาให้เรารู้จัก มันต้องเกิดอยู่อย่างนี้ ถ้าเราปรารภความเพียรอยู่เสมอ ไม่ใช่ว่ามันเป็นอะไรนะ มันมีข้อคิด มันมีปัญหา มันมีธรรมะ มันเป็นธัมมวิจยะ สอดส่องธรรมะอยู่ตลอดเวลา มันเป็นโพชฌงค์ ถ้าเราศึกษาอยู่เป็นพหูสูต

ศึกษาอย่างไร ศึกษาอารมณ์นี้ ธรรมะนี้มันเกิดที่จิต ไม่ต้องไปศึกษากับใครที่ไหน ศึกษาอยู่ที่เมื่อเรามีสติอยู่ มันมีข้อศึกษา **โพชฌังโค สะติสังขาโต รัทมมานัง วิจะโย มีสติมันก็มีรัทมวิจยะ มันติดต่อกันเสมอ มันเป็นองค์ตรัสรู้ธรรม ถ้าเรามีสติอยู่ มันมีรัทมวิจยะ ไม่ได้อยู่เฉยๆ เป็นองค์ธรรมตรัสรู้**

ถ้าอยู่ในระบบนี้ ตรัสรู้ธรรมะอยู่ตรงนี้ ภายในจิตของเรา การปฏิบัติไม่มีกลางวันไม่มีกลางคืน ไม่มีเวลา ไม่มีเรื่องอื่นมาปน ปนก็ให้รู้จักว่ามันปน มีรัทมวิจยะอยู่ในใจเสมอ คือ ชอกธรรม เฟ้นธรรมอยู่เสมอ มีสติวิจยธรรมอยู่ตลอดเวลา เรื่องจิตมันเป็นอย่างนั้น ถ้ามันตกกระแสของมันแล้ว ไม่ใช่วิจัยไปอย่างอื่น จะไปเที่ยวตรงโน้นจะไปทางนี้ทางนั้น สนุกจังหวัดนี้จังหวัดนั้น อันนั้นมันหลงโลก เดียวก็ตายละ

ฉะนั้นจงพากันตั้งใจ ไม่ใช่ว่านั่งหลับตาอย่างเดียวจึงเกิดปัญญา ตาหูจมูก ลิ้นกายใจมันมีอยู่เสมอ ตื่นอยู่เสมอ ศึกษาตลอดเวลา เห็นต้นไม้ เห็นสัตว์ต่างๆ ก็ได้ศึกษาอยู่ตลอดเวลา น้อมเข้ามาเป็นอุปนยิกธรรม ให้เห็นชัดในตัวของเราเป็นปัจจุตัตถ์ จะมีอารมณ์ภายนอกกระทบกระทั่งเข้ามา มันก็เป็นปัจจุตัตถ์สม่าเสมอ มันไม่ทิ้ง

พูดง่ายๆ เหมือนเขาเผาถ่านเผาอิฐ เตาถ่านเตาอิฐเคยเห็นไหม ก่อไฟขึ้นหน้าเตาสักสองสอก หรือเมตรหนึ่ง มันจะดูดควันไฟเข้าไปในเตาหมดเลย ดูอันนั้นก็ได้อันนี้มันเป็นรูปเปรียบเทียบ ถ้าทำเตาเผาถ่านเผาอิฐให้ถูกเรื่อง ถูกลักษณะของมัน ก่อไฟอยู่หน้าเตาสักสองสามสอก เมื่อมีควันขึ้นมา มันจะดูดเข้าไปในเตาหมดไม่มีเหลือเลย ความร้อนก็จะเข้าไปบรรจุในเตาหมด ไม่หนีไปไหน ความร้อนจะเข้าไปทำลายเร็วที่สุด นี่มันเป็นอย่างนั้น

ความรู้สึกของผู้ประพฤติปฏิบัติก็เหมือนกัน จะมีความรู้สึกดูดเข้าไปให้เป็นสัมมาทิฏฐิทั้งนั้น ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรสทั้งหลาย มันจะดูดเข้าไปให้เป็นสัมมาทิฏฐิทั้งนั้น จะเป็นสัมผัสที่เกิดปัญญาอย่างนั้นสม่าเสมอตลอดเวลา.



ธรรมะในสกลโลกนี้
ทั้งหมดมันมารวมอยู่ที่
ธรรมะตัวเดียวคือ อนิจจัง

๒๐ | ไม่แน่ คือ อนิจจัง

มีพระฝรั่งองค์หนึ่งเป็นลูกศิษย์ของผม เมื่อเห็นพระไทยสามเณรไทย ลีก็ อึ้ง เสียตาย ทำไมถึงทำอย่างนั้น ทำไมพระไทยเณรไทยถึงลี้กันนี้ เขาตกใจพากันตื่นเต็นในการลี้ของพระไทยเณรไทย ก็เพราะมาพบใหม่ๆ เขาตั้งใจ มีศรัทธามาบวช นี่มันดีแล้ว คิดว่าจะไม่ลี้แล้ว ใครลี้ก็โง่เท่านั้นแหละ มาเห็นพระไทยเณรไทยเข้าพรรษาภิวชกัน ออกพรรษาแล้วก็ลี้ก โอ๊ย สลดใจตกใจ โอ้ สงสารเนื้อ สงสารพระไทย สงสารสามเณรไทย ทำไมถึงทำอย่างนั้น

พอดีต่อมา พระฝรั่งก็อยากลี้บ้าง เลยเห็นเป็นของที่ไม่สำคัญ ตอนแรกมาพบใหม่ๆ มันตื่นเต็น เห็นเป็นของสำคัญมาก

การบวชนะ นี่ก็จะทำเอาง่ายๆ เมื่อใจของคนกำลังมีศรัทธา มันพร้อมหมดทุกอย่าง คิดอะไรมันก็ดี คิดอะไรมันก็ถูกไปทั้งนั้นแหละ ไม่มีใครตัดสิน คือตัดสินเอาเองนั่นแหละ ไม่รู้ว่าปฏิบัติทางการปฏิบัติทางจิตใจนี้ท่านทำอย่างไร ท่านจะต้องมีรากฐานอันมั่นคงที่สุดภายในจิตของท่านแล้ว แต่ท่านก็ไม่พูดอะไรมาก

ส่วนผมบวชมาครั้งแรกไม่ได้ฝึกฝนหรอก แต่ว่านั่นมีศรัทธา มันจะเป็นเพราะกำเนิดก็ไม่รู้ พระเณรที่บวชพร้อมๆ กัน ออกพรรษาแล้วก็สึก เรามองเห็นว่า “เอ พวกนี้มันยังงัยกันน้อ” แต่เราไม่กล้าพูดกับเขา เพราะเรายังไม่ไว้ใจความรู้สึกของเรา มันตื่นเต้น แต่ภายในจิตของเราก็อ่านี่มันโง่มาก บวชมันบวชยาก สึกมันสึกง่าย นี่มีบุญน้อย ไม่มีบุญมาก เห็นทางโลกมันมีประโยชน์มากกว่าทางธรรม นี่เราก็อ่านไป แต่เราไม่พูด เราก็มองดูแต่ในจิตของตัวเอง

เห็นเพื่อนภิกษุที่บวชพร้อมๆ กันสึกไปเรื่อยๆ บางทีก็เอาเครื่องแต่งตัวมาใส่เข้ามาเดิน เราเห็นมันเป็นบ้าหมดทุกกระเบียดเลย แต่เขาวามันดี สวย สึกแล้วจะต้องไปทำอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วก็มาเห็นอยู่ในใจของเรา ไม่กล้าพูดให้เพื่อนเขา ว่าคิดอย่างนั้นมันผิด ก็ไม่กล้าพูด เพราะว่าตัวเรายังเป็นของไม่แน่นอน ว่าศรัทธาของเรานี้มันยังจะยืดยาวไปถึงขนาดไหน อะไรๆ ก็ยังไม่กล้าจะพูดกับใครเลย พิจารณาแต่ในจิตของตนเรื่อยๆ

พอเพื่อนสึกไปแล้วก็ทอดอาลัย ไม่มีใครอยู่แล้วนะ ชักเอาหนังสือปาฏิโมกข์ มาดูเลย ท่องปาฏิโมกข์สบาย ไม่มีใครมาล้อเลียนเล่นอะไรต่อไป ตั้งใจเลย แต่ก็ยังไม่พูดว่าอะไร เพราะเห็นว่าการปฏิบัติตั้งแต่นี้ไปถึงชีวิตหาไม่ บางทีก็อายุ ๗๐ ก็มี ๘๐ ก็มี ๙๐ ก็มี จะพยายามปฏิบัติให้มันมีความนึกคิดเสมอ ไม่ให้คลายความเพียร ไม่ให้คลายศรัทธา จะให้มันสม่ำเสมออย่างนี้มันยากนัก จึงไม่กล้าพูด

คนที่มาบวชก็บวชไป ที่สึกก็สึกไป เราดูมาเรื่อยๆ อยู่ไปก็ไม่ว่า จะสึกก็ไม่ว่า ดูเพื่อนเขาไป แต่ความรู้สึกภายในจิตใจของเราว่า พวกนี้มันไม่เห็นชัด พระฝรั่งที่มาบวชคงเห็นอย่างนั้น เห็นพระบวชพรรษาหนึ่งก็ตกใจ ต่อมาๆ ก็เรียกว่า เบื่อเบื่อความเป็นอยู่ของพระภิกษุสามเณร เบื่อพรหมจรรย์ คลายความเพียรออกมาเรื่อยๆ ผลที่สุดก็สึก ทำไม่สึกล่ะ แต่ก่อนเห็นพระไทยสึก แหม เสียตาย... น่าสลดสังเวช น่าสงสาร ตัวเรารู้สึกทำไมไม่สงสารตัวเราหรือนี้ ไม่พูด ยิ้มๆ เท่านั้นแหละ ไม่พูด

เรื่องการปฏิบัติในจิตของตัวเองนั้นะ ไม่มีอะไรจะเป็นเครื่องตัดสินได้ง่ายๆ เพราะว่าพยานมันไม่มี เรื่องราวต่างๆ มีคนอื่นเป็นพยาน มันมีแบบมันมีแผน เรายังอาศัยคนอื่นเป็นพยาน เรื่องเอาธรรมะเป็นพยานนั้น เราเป็นธรรมแล้วหรือยัง เราคิดอย่างนี้มันถูกแล้วหรือยัง ถ้ามันถูก เราทิ้งความถูกต้องหรือยัง หรือยึดความถูกต้องอยู่

มันต้องคิด คิดไปถึงที่สุดว่ามันทั้งนั้นแหละ จึงเป็นของสำคัญ จนกว่าที่ว่าไม่เป็นอะไรทั้งนั้น โนนก็ไม่มี นีก็ไม่มี ดีก็ไม่มี ชั่วก็ไม่มี มันทั้ง คือหมายความว่าให้มันหมดนั้นแหละ **ถ้าอะไรมันหมด มันก็หมดไม่เหลือ ถ้าอะไรมันยังมีอยู่ มันก็ยังเหลืออยู่**

ฉะนั้น เรื่องปฏิบัติในจิตของตนนี้ว่ามันง่ายหรือยาก แต่ว่ามันพูดง่ายนะ แต่ว่ามันทำยาก มันทำยาก ยากคือมันไม่ได้ตามปรารถนาของเรา บางครั้งที่เราปฏิบัติไป มันก็มีด้วยนะ มันเป็นทวนบุตรมารมันช่วย ให้ดูไปให้ถูก พูดไปให้ถูก อะไรๆ มันถูกไปทั้งนั้นแหละ อันนั้นก็ดี อันนั้นก็ถูก ก็ไปยึดในความถูกนั้นอีก ผลสุดท้ายก็ผิดอีก ถลาก็ไปอีกแหละ อันนี้มันเป็นของยากลำบาก ไม่มีอะไรจะวัดมัน

คนที่มีศรัทธามากๆ คือประกอบไปด้วยศรัทธา มันประกอบไปด้วยความเชื่อ มันอ่อนด้วยปัญญา สมาธิก็เก่ง แต่ว่าวิปัสสนาไม่มี มันเห็นไปหน้าเดียว เห็นไปรูปเดียวก็เป็นไป คิดอะไรก็ไม่รู้ มันมีศรัทธา ในทางพระพุทธศาสนาท่านพูดตามตัวหนังสือ ท่านว่า *ศรัทธาธิโมกข์* มันมีศรัทธาก็จริง แต่ว่าศรัทธานี้มันปราศจากปัญญา แต่เราก็มองไม่เห็นในขณะนั้น เราก็นึกว่าปัญญาเราก็มี อย่างนี้มันก็เลยมองไม่เห็นความผิด

ฉะนั้น ท่านจึงตรัส *กำลังทั้งห้า* ไว้ว่า *ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา* ศรัทธาคือความเชื่อ วิริยะคือความเพียร สติคือความระลึกได้ สมาธิคือความตั้งใจมั่น ปัญญาคือความรู้ทั่ว ปัญญาความรู้ทั่ว อย่าไปพูดแต่เพียงว่า ปัญญาความรู้ ปัญญาความรู้รอบรู้ทั่วถึง



ปราชญ์ท่านจัดธรรมทั้ง ๕ ประการนี้เป็นตอนๆ เพื่อเราจะมองดูปริยัติที่เรียนแล้ว มาเปรียบเทียบกับขณะจิตของเรานั้นมันเป็นอยู่ อย่าง *ศรัทธา* คือ ความเชื่อ เราเชื่อใหม่ เราเป็นอย่างนั้นแล้วหรือยัง *วิริยะ* เรามีความเพียรแล้วหรือยัง ที่เราเพียรอยู่ที่นี่มันถูกหรือผิด อันนี้เราต้องพิจารณา ใครก็เพียรกันหมดทั้งนั้นแหละ แต่ว่าเพียรนี้มันประกอบไปด้วยปัญญาหรือเปล่า

สติ นี้ก็เหมือนกัน แมวมันก็มีสติ เห็นหนูขึ้นมา สติมันก็รู้ขึ้นมา ตามันจ้องดูของมัน นี่สติของแมว อะไรมันก็มีทุกอย่างละ สัตว์เดรัจฉานมันก็มี อันทพาลมันก็มี ปราชญ์ก็มี *สมาธิ* ความมุ่งมั่น ความตั้งใจมั่น อันนี้มันก็มีอีกแหละ แมวมันก็มี มันมันที่จะตะครุบหนูกินนี่ ความมุ่งมั่นของมันมี สตินั้นก็เรียกว่าสติเหมือนกัน *สมาธิ* ความตั้งใจมั่นว่าจะทำอย่างนั้น มันก็มีอยู่ *ปัญญา* ความรู้มันก็มี แต่ว่ามันไม่รอบรู้เหมือนมนุษย์ มันรู้อย่างสัตว์ มีปัญญาเพื่อจะตะครุบหนูกินเป็นอาหาร

ธรรมทั้ง ๕ ประการนี้ ท่านเรียกว่า “กำลัง” สิ่งทั้ง ๕ ประการนี้มันเกิดมาจาก สัมมาทิฏฐิหรือเปล่า ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา นี่มันเกิดมาจากสัมมาทิฏฐิหรือเปล่า สัมมาทิฏฐินี้เป็นอย่างไร อะไรเป็นเครื่องตัดสินว่าเป็นสัมมาทิฏฐิ อันนี้เราต้องรู้ชัด

สัมมาทิฏฐิ คือความเข้าใจว่า สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นของไม่แน่นอน ฉะนั้น พระอรียเจ้าและพระพุทธเจ้าท่านจึงไม่ได้ยึดมั่น ท่านยึดไม่ให้มั่น ไม่ใช่ท่านยึดมั่น ยึดไม่ให้มั่น คือยึดไม่ให้มั่นเป็นภาพ ตัวยึดที่ไม่ได้เป็นภาพคือไม่มีตัวตนเข้าไปปะปน มันไม่ต้องเป็นนั่นไม่ต้องเป็นนี่ มันหมดมันสิ้นในการกระทำอย่างนั้น เมื่อมันยึดมาแล้ว มันยินดีใหม่ มันยินร้ายใหม่ เมื่อมันยินดีแล้วมันยึดในความดีนั้นใหม่ มันยึดในความร้ายนั้นใหม่

ทิฏฐิ คือความเห็น หลักที่จะเป็นที่วัดให้เรารอบรู้พอสมควร เพื่อเราจะเรียนรู้ เพื่อเราจะพิจารณาก็มีอยู่เหมือนกัน เช่นความเห็นที่ว่าเราดีกว่าเขา เห็นว่าเราเสมอเขา เห็นว่าเราโง่กว่าเขา นี่เป็นความเห็นอันผิดทั้งนั้น แต่ท่านก็เห็น ท่านเห็นแล้ว

ท่านก็รู้ด้วยปัญญา เกิดขึ้นแล้วมันก็ดับของมันไป เห็นว่าตัวเราดีกว่าเขา นี่ก็ไม่ใช่ เห็นว่าตัวเราเสมอกับเขานี่ก็ไม่ใช่ เห็นว่าตัวนี้มันโง่กว่าเขาก็ไม่ใช่

ความเห็นซึ่งเป็นสัมมาทิฐินี้มันตัดต้นตัดปลายไปหมดละ มันจะไปตรงไหนล่ะ เห็นว่าเราดีกว่าเพื่อน เราก็อะหงตัว มันก็มีอยู่ในนั้นแหละ แต่มันยังไม่รู้จัก เห็นว่าเราดีเสมอกับเพื่อน มันก็ดีเสมอกันเท่านั้น เห็นว่าเราเร็วกว่าเขานั้น เราก็ตกใจ คิดอาภัพอัปจน มันก็อุปาทานชั้น ๕ มันเป็นภพชาติทั้งนั้นแหละ นี่เป็นเครื่องตัดลีน

อีกอย่างหนึ่งเช่นว่า เราได้อารมณ์ที่ดี เราถึงดีใจ อารมณ์ที่ไม่ดี เราก็อเสียใจ เราวัดดูใหม่ ว่าอารมณ์ที่เราไม่ชอบกับอารมณ์ที่เราชอบนั้น มันมีราคาเท่ากันไหม นี่ ให้เอาไปวัดดูที่ ที่เราอยู่ทุกวันนี้ อารมณ์ที่เราอาศัยอยู่นี่นะ เราได้อารมณ์ที่ชอบใจ แล้วใจเราเปลี่ยนใหม่ เมื่อกระทบอารมณ์ที่ไม่พอใจแล้วมันเปลี่ยนใหม่ หรือมันคงที่ ดูตรงนี้ก็ให้เป็นพยานอันหนึ่งนะ แต่ว่าให้รู้ตัวของตัวนะ อันนี้เป็นพยานของเรา อย่าเพิ่งไปให้มันตัดสินด้วยความอยาก บางทีมันก็เสริมขึ้นไปให้เราเป็นอย่างนั้นก็ได้ ต้องระวัง

มันมีหลายแง่หลายมุมเหลือเกินที่เราจะต้องพิจารณา แต่ว่าในทางที่ถูกต้อง มันก็เรียกว่าไม่ใช่ตามตณหา ไม่ใช่ตามความอยาก มันเป็นความจริง ท่านให้รู้ทั้งดีทั้งชั่ว เมื่อรู้แล้วท่านก็ให้ละทั้งดีทั้งชั่ว ถ้าไม่ละมันก็ยังอยู่ เป็นอยู่ มีอยู่ ถ้ามีอยู่มันก็เหลืออยู่ มันมีภพอยู่ มันมีชาติอยู่อย่างนี้

ฉะนั้น พระพุทธองค์ท่านจึงให้ตัดสินเอาเฉพาะตัวเอง อย่าเพิ่งไปตัดสินให้คนอื่นเลย จะดีจะร้ายประการใด ท่านก็พูดให้ฟังเท่านั้นแหละ นี่เรื่องความจริง มันเป็นอย่างนี้ จิตใจเราเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า เช่นว่า

มีพระองค์หนึ่ง ไปจับเอาของเขา ทีนี้คนอื่นก็ว่า “ท่านขโมยของผม”

“ผมไม่ได้ขโมย ผมเอาเฉยๆ”

“ผมทำอย่างนั้นอยู่ แต่ผมไม่มีเจตนา”



ใครจะไปฟังได้อย่างนั้น มันก็ยาก ถ้าฟังไม่ได้ก็ทิ้งให้เจ้าของเดิมเขาเอาไว้
ตรงนั้นแหละ

แต่ทำให้เข้าใจว่า อะไรที่มันเกิดมีในใจของเรา นั่นแหละ เรื่องปิดไม่อยู่ทั้งนั้น
แหละ เรื่องมันจะผิดก็ปิดไม่ได้ เรื่องมันจะถูกมันก็ปิดไม่ได้ เรื่องมันจะดีก็ปิดไม่ได้
จะชั่วมันก็ปิดของมันไม่ได้ คือมันเปิดของมันเอง มันเปิดของมันเอง มันมีมันเอง
เป็นมันเอง มันเป็นอัตโนมัติอยู่ทุกอย่างล่ะ มันเป็นเรื่องอย่างนี้ อย่าคาดเอา อย่า
คะเนเอา อย่าเดาเอา

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ อะไรมันเป็นอวิชชา มันไม่หมด องคมนตรีเคยถามผม

“หลวงพ่อ พระอนาคามีนะ จิตเป็นประภัสสรหรือเปล่า”

“เป็นบ้าง”

“อ้าว พระอนาคามีท่านละกามได้แล้ว ทำไมจิตไม่เป็นประภัสสร”

“ท่านละกามได้ แต่ว่ามีเหลืออยู่ใช่ไหม อวิชชาโมหะเหลืออยู่ อะไรที่มัน
เหลืออยู่ นั่นแหละ มันยังมีอยู่”

ก็เหมือนบาตรของเรานั้นแหละ บาตรขนาดใหญ่อย่างใหญ่ บาตรขนาดใหญ่
อย่างกลาง บาตรขนาดใหญ่อย่างเล็ก บาตรขนาดกลางอย่างใหญ่ บาตรขนาดกลาง
อย่างกลาง บาตรขนาดกลางอย่างเล็ก บาตรขนาดเล็กอย่างใหญ่ บาตรขนาดเล็ก
อย่างกลาง บาตรขนาดเล็กอย่างเล็ก มันจะเล็กเท่าไรก็ช่างมันเถอะ ยังมีบาตรอยู่
นี่ มันเป็นเสียอย่างนั้น

อย่างว่า โสดา สกิทาคา อนาคา ละกิเลสได้แล้วนั้น แต่มันหมดแต่แค่นั้น
นะ สิ่งที่ยังเหลืออยู่พวกนั้นมองไม่เห็น ถ้าอย่างนั้นก็เป็นพระอรหันต์หมดเท่านั้น
แหละ มันมองไม่เห็น อวิชชาที่มันมองไม่เห็นอยู่นั้นแหละ ถ้าหากว่าจิตพระอนาคามี
เรียบหมดแล้วก็ไม่ใช่ออนาคา มันก็หมดสิ อันนี้มันยังเป็นอยู่ จิตเป็นประภัสสรใหม่
ก็เป็นบ้าง แต่มันไม่ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ จะให้เราตอบอย่างไรล่ะ ท่านว่าวันหลังจะมา
เรียนใหม่ เรียนก็เรียนสิ หลักมันมีอยู่แล้ว



อันนี้ก็เหมือนกัน อย่าไปประมาท ระวัง องค์สัมมาสัมพุทธเจ้าของเราให้ระวัง อันนี้พูดถึงเรื่องปฏิบัติ เรื่องจิตของเรา ผมก็เคยชวนเสมาหลายครั้งเหมือนกัน บางทีอยากจะทดลองหลายๆ อย่างเหมือนกัน แต่แล้วมันไม่ถูกทางทั้งนั้นแหละ คือมัน อวดดีอวดดีขึ้นในจิต มันเป็นมานะอันหนึ่ง ทัศนคติความเห็น มานะความยึดไว้ มัน มีอยู่ที่นี่ พูดแต่เท่านี้มันก็ยังดูยากเหมือนกัน

ที่ผมเคยพูดให้ฟัง โยมอะไรที่มาบวชเป็นหลวงตา หอบผ้าไตรจีวรมาแล้ว จะมาบวชหน้าศพของโยมแม่ ได้ผ้าไตรจีวรก็หอบเข้ามาในวัด ยังไม่ไปกราบพระ พอวางไตรจีวรก็เดินจงกรมเลย เดินอยู่หน้าศาลานั้นแหละ เดินกลับไปกลับมา เดินอย่างเอาจริงเอาจัง เอ คนอย่างนี้มันก็ยังมึนนะ นี่คือศรัทธาธิโมกข์

เขาคิดว่าจะเอาให้ตะวันไม่ทันตกจะให้สำเร็จก็ไม่รู้ นึกว่ามันง่ายนะ เราก็ ปลอ่ยให้เขาเล่นอยู่นั่นละ ไม่ต้องมองใครละ เดินเอาจริงเอาจังอย่างนั้น เรามองเห็น โอ้อือย มนุษย์เอ๊ย มันคิดว่าจะง่ายๆ อย่างนั้นหรือ พอดีให้อยู่ไปก็วันก็ไม่รู้ ดูเหมือน ไม่ได้บวชหรือบวชก็ไม่รู้ มันจะเป็นอะไรอย่างนั้นนะ

พอใจมันรู้อะไรไปส่งออกเลย มันรู้อะไรมาปุ๊บก็ส่งออกเลย ตัวจิตสังขารมัน ประจแต่งก็ไม่รู้เรื่องของมัน มันก็ว่าฉันเป็นปัญญา มันประจแต่งแยกขยายหลายอย่าง หลายประการ ขึ้นเล็กขึ้นใหญ่หลายอย่าง ละเอียด **ก็จิตสังขารนี้มันก็คล้ายกับปัญญา ถ้าคนไม่รู้มันก็ว่าปัญญาดี ๆ นี้แหละ แต่ว่าเมื่อถึงคราวมันแล้ว หากความจริงไม่มี อะไร** เมื่ออารมณ์ที่ไม่พอใจเป็นทุกข์เกิดขึ้นได้ อยู่ที่นี่มันจะเป็นอะไร มันจะเป็น ปัญญาอะไรไหม มันเป็นตัวสังขารทั้งนั้นแหละ

ดังนั้น อิงพระเสียดีกว่า ที่ผมเคยเล่าให้ฟังเรื่อยๆ ปฏิบัตินั้นแหละ แอบ เข้าไปหาพระพุทธรูป พระพุทธรูปอยู่ตรงไหนนะ ยังอยู่ทุกวันนี้ แอบเข้าไปหาท่าน ถေး อะไรละ คือ อนิจจัง แอบเข้าไปหาท่าน ไปกราบท่านสิ อนิจจังมันของไม่แน่นอนแหละ เอาตรงนั้นแหละ หยุดได้ตรงนั้นแหละก่อน

ถ้ามันบอกว่า ฉันเป็นโสดบ้านแล้ว ไปกราบท่านเถอะ ไม่แน่เลย ไปกราบท่าน ท่านจะบอกว่ามันไม่แน่ สกิทาคาแล้วก็กราบท่านเถอะ ท่านเห็นแล้วก็จะบอกว่ามันไม่แน่ เป็นอนาคตามีไปกราบท่านเถอะ ท่านจะบอกอยู่คำเดียวว่า มันไม่แน่ ไปถึงพระอรหันต์ไปกราบท่าน ท่านก็ยังเอาใหญ่ ยิ่งไม่แน่

เราจะได้ฟังคำของพระบ้าง คือไม่แน่ แล้วก็ไม่ได้ดั้นเองแหละ อย่าไปยึดงูๆ ปลาๆ อย่ายึดแล้วไม่วาง อย่าจับไม่วาง ยึดมาดูเป็นสมมุติเฉยๆ ผลที่สุดก็ส่งให้วิมุตติ มันเป็นไปแต่อย่างนั้น ต้องมีสมมุติ ต้องมีวิมุตติ

เรื่องจิตของเรา เรื่องอารมณ์ของเรา มันก็คล้ายกับคนๆ หนึ่งนั่นแหละ พุดง่ายๆ มันคล้ายกับคนๆ หนึ่ง คนบางคนมันชอบจิตเราก็มี บางคนที่ไม่ชอบจิตของเราก็มี ใจสิ่งที่มันเป็นมาข้างนอก มันก็เหมือนกันอย่างนั้นแหละ มันไม่แปลกอะไรสักคนหนึ่ง ที่เรียกว่าอารมณ์นี้ ความเป็นจริงมันก็เป็นอยู่ที่เจ้าของนั้น อารมณ์นั้นมันก็ไม่มีอะไร มันเป็นสักแต่ว่าอารมณ์ เรามาคิดเอาเองหรือ ว่าเราดี ว่าเราชั่ว ว่าเราผิด ว่าเราถูก เหล่านี้มันเกิดความรู้สึกนึกคิดขึ้นเอง ว่าขึ้นเอง ผุดขึ้นมาอย่างนั้น ธรรมนี้จึงเป็นเครื่องวิจารณ์วิจยได้ยากเหลือเกิน

ผมจึงบอกว่า ให้แอบไปหาพระพุทธเจ้า **พระพุทธเจ้าคือใคร ก็คือธรรมะ** นั่นแหละ **ธรรมะในสกลโลกนี้ทั้งหมดมันมารวมอยู่ที่ธรรมะตัวเดียวคือ อนิจจัง** ลองดูซิ ใครจะเป็นนักปฏิบัติเถอะ ผมค้นมาตลอด ๒๐-๔๐ พรรษา นี่ ผมเห็นเท่านั้นแหละ แล้วก็อดทนอันหนึ่ง แล้วก็เข้าไปใกล้ธรรมะของท่าน

อนิจจังมันไม่แน่ ใจมันว่าแน่ขนาดไหน ก็บอกว่ามันไม่แน่ ใจมันจะยึดมันว่ามันแน่ที่ไหน ก็ว่ามันไม่แน่ มันไม่เที่ยง ดันมันอยู่อย่างนี้แหละ อาศัยธรรมะของพระพุทธเจ้า ก็ดันไปอยู่อย่างนี้แหละ ตลอดมาทุกวันนี้ ไม่ใช่ว่ามันประเดี๋ยวประด๋าวนะ ยืนก็เป็นอยู่อย่างนั้น นั่งก็เป็นอยู่อย่างนั้น นอนก็เป็นอยู่อย่างนั้น ใจความรู้สึกที่ชอบใจเกิดขึ้นมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น ที่ไม่ชอบใจเกิดขึ้น มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันเข้าไปใกล้พระ เข้าใกล้ธรรมะ มันเป็นอยู่อย่างนั้น

อันนี้ผมว่ามันจะมีราคามากกว่าที่เราปฏิบัติมา เท่าที่ผมปฏิบัติมาตั้งแต่โน่นถึงขณะนี้ อาศัยอย่างนี้แหละ อาศัยตำราหรือ ก็ไม่ใช่ ไม่อาศัยตำราหรือ ก็ไม่ใช่ อาศัยครูบาอาจารย์จริงหรือ ก็ไม่ใช่ ไม่อาศัยครูบาอาจารย์จริงหรือ ก็ไม่ใช่ มันเป็นเรื่องก้ำกึ่งอยู่อย่างนี้ ถ้าพูดตามความจริงก็เรียกว่าให้มันหมด คือทำให้มันหมด ทำให้มันเกิดขึ้นมาแล้วก็ทำให้มันหมดไป ทำให้มันมีสมมุติ แล้วก็ให้มันมีวิมุติ

ผมเคยพูดให้พระฟังสั้นๆ แต่บางคนก็อาจจะสนใจ ถ้าหากว่าคนปฏิบัติอยู่พิจารณาอยู่เรื่อยๆ ตอนปลายถึงจะรู้จัก มันจะไปลงตรงนั้นแน่นอน ไม่ไปที่ไหน ผมเคยพูดว่า รีบเดินไป แล้วก็รีบกลับมา แล้วก็รีบหยุดอยู่ นี่เบื้องต้นมันเป็นอย่างนี้

ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ แล้วผลที่สุดจะเกิดความรู้สึกขึ้นในที่นั้นว่า เดินไปก็ไม่ใช่ กลับมาก็ไม่ใช่ หยุดอยู่ที่ไม่ใช่ หมด มันหมดแล้ว อย่าไปหวังอะไรมันมากอีกแล้ว มันหมดแค่นั้นแหละ มันสิ้นแล้ว ชีณาสะโว คือสิ้นแล้ว ไม่ต้องเดิน ไม่ต้องถอย ไม่ต้องหยุด หยุดก็ไม่มี เดินก็ไม่มี ถอยก็ไม่มี หมด อันนี้ให้เอาไปพิจารณาไว้ให้มันชัดในจิตของตนเอง ตรงนั้นมันจะไม่มีอะไรจริงๆ

อันนี้มันก็ใหม่หรือเก่า มันก็เป็นกับผู้มีปัญญา มีความฉลาด ผู้ที่ไม่มีปัญญา ไม่มีความฉลาดนั้นก็แก้ไม่ได้เหมือนกัน จะดูสภาพต้นไม้ก็ได้ ต้นมะม่วงก็ดี ต้นขนุนก็ดี ทุกต้น ถ้ามันเกิดแอบๆ กันอยู่นะ บางที่ต้นหนึ่งมันโตกว่า ต้นเล็กมันโน้มหนีไปโน้น ทำไมมันเป็นอย่างนั้น ใครไปบอกมัน นี่คือธรรมชาติ

ธรรมชาตินี้มันมีทั้งดีทั้งชั่ว ทั้งผิดทั้งถูกนะ มันวนไปทางถูกก็ได้ วนไปทางผิดก็ได้ ต้นไม้ธรรมดาถ้าเราปลูกติดๆ กัน แล้วก็ต้นหนึ่งมันโตก่อน ต้นที่มันโตทีหลังชอบแอบๆ ไปข้างนอก โอนออกไป ทำไมมันเป็นอย่างนั้น ใครไปบอกมันใหม่ ใครไปแต่งมันใหม่ นั่นคือธรรมชาติ มันเป็นธรรมะ

อย่างต้นหาคือความอยากนำเราไปสู่ทุกข์อย่างนี้ ถ้าเราพิจารณาแล้วนะ มันจะโอนออกไปจากต้นหาคือมันพิจารณาต้นหาคือมันจะเขย่าต้นหานั้นให้หมด ให้เบา ให้บางไปเอง เหมือนกับธรรมชาติต้นไม้ต่างๆ นั้นแหละ ใครไปบอกมัน ใครไปสะกิด

มันใหม่ มันก็พูดไม่ได้ มันก็ทำไม่ได้ แต่ว่ามันออกไปได้ ตรงนี้มันดับแคบมัน
ไม่เกิดอะไร มันก็ไอนออกไปข้างนอก ดูอย่างนี้ก็เป็นธรรมะแล้ว ไม่ต้องไปดูอะไร
มากมายหรอก

ผู้ที่มีปัญญานะ เเท่านี้ก็รู้จักว่ามันเป็นธรรมะ สัญชาตญาณของต้นไม้ มัน
ไม่รู้จักอะไร แต่มันมีความรู้อยู่ในมันนั่นแหละ ทำให้วิ่งออกจากอันตรายได้ เลือก
ที่เหมาะสมของมันได้ ผู้มีปัญญาเราก็เหมือนกันนั่นแหละ

เราบวชมาประพฤติพรหมจรรย์นี้ เพื่อหวังว่ามันจะพ้นทุกข์ อะไรมันพาเรา
เป็นทุกข์ เราย้ำเข้าไปจะเห็นไหม สิ่งที่เราชอบใจไม่ชอบใจนี่ก็เป็นทุกข์ มันเป็นทุกข์
ก็อย่าเข้าไปมันดี จะไปรักมันหรือ จะไปเกลียดมันหรือ มันไม่แน่ทั้งนั้น เราก็แอบ
เข้าหาพระก็หมด อย่าลืมอันนี้ แล้วก็อดทนอย่างหนึ่ง เเท่านี้แหละดีมากที่สุด ถ้า
คนมีปัญญาอย่างนี้ละมันดีมาก

ความเป็นจริง ตัวผมที่ได้ปฏิบัติมานี้แหละ ไม่มีครูบาอาจารย์ช่วยจุดลาก
ขนาดพระทั้งหลายที่ผมสอนมาหรอก ไม่ค่อยมีหรอก บวชก็บวชอยู่วัดบ้านธรรมดา
อยู่วัดบ้านนี้แหละ จิตมันคิดอยากจะทำ มันคิดอยากจะเป็น มันคิดอยากจะฝึก
ไปไม่มีใครมาเทศน์ที่วัด ไม่มีใครหรอก ครั้ททามันเกิดในใจ ไปลองดู ไปพิจารณา
เดินไปดู ไปหาดู หูมีก็ฟังไป ตามีก็ดูไป ทางหูได้ยินก็ว่า เออ มันไม่แน่ ทางตาเห็น
ก็ไม่แน่ จมูกได้กลิ่นมันก็บอกว่า อันนี้มันไม่แน่ ลิ้นมันได้รสมา เบี้ยวหวานมัน
เค็ม ชอบไม่ชอบ ก็บอกว่าอันนี้มันก็ไม่แน่ โภฏฐัพพะถูกต้องทางร่างกายมันสบาย
หรือเป็นทุกข์ก็บอกว่า อันนี้มันก็ไม่แน่ นี่คือการได้อยู่ด้วยธรรมะ

ตามเป็นจริงมันไม่แน่ แต่ค้นหาของเราว่ามันแน่ ทำอย่างไรละ ต้องอดทน
ตัวแม่บทของมันก็คือขันติ ความอดทน ทนมันไปเถอะ แต่อย่าไปทิ้งพระนะ ที่
เรียกว่ามันไม่แน่นะ อย่าไปทิ้งนะ เดินไปในสถานที่ต่างๆ ในโบสถ์ในวิหารเก่า
สถาปนิกเขาทำอย่างดี บางแห่งมันร้าว ก็มีเพื่อนพูดว่า “มันน่าเสียดายนะ มันร้าว
หมดนะ” ผมเลยพูดว่า “ถ้าอย่างนั้นพระพุทธเจ้าก็ไม่มีชิ ธรรมะอันจริงก็ไม่มีชิ มัน
มีอย่างนี้ก็เพราะพระพุทธเจ้าวางรอยไว้แบบนี้ละ”

ทั้งๆ ที่ตัวเราบางทีก็ยังมีกลัวตายอยู่ที่มั่นร้าวอย่างนั้นนะ ก็ยังปักใจขึ้นมา พุดให้มันเป็นประโยชน์แก่เพื่อนและแก่ตัวด้วย บางทีก็เสียดายเหมือนกันนะ แต่ก็ยังมักเข้าไปหาธรรมะ “อย่างนั้นพระพุทธเจ้าก็ไม่มีสิ ถ้ามันไม่เป็นอย่างนั้นนะ” พุดแรงๆ เข้าไปให้เพื่อนได้ยิน หรือบางคนก็คงจะไม่ได้ยินหรอก ไม่ได้ยิน เราก็ได้ยินของเรานั้นแหละ

อันนี้มันเป็นประโยชน์ แล้วก็ยังมีประโยชน์หลายๆ อย่าง เช่นว่าเรานั่งอยู่เฉยๆ อย่างนี้ ถ้ามีเพื่อนบอก “หลวงพ่อยากคนนั้นมาให้หลวงพ่อย่างนั้นๆ พระองค์นั้นจะให้หลวงพ่อย่างนั้นๆ” อย่างนี้เป็นต้น โอ๊ย มันลั่นขึ้นมาอะ ได้ยินเขาว่ามันลั่นขึ้นมา นี่คือการมถ์

เราก็ต้องรู้มันทุกกระเบียดนิ้วแหละการมถ์นะ พอมันรู้จัก บางทีมันก็ตั้งใจ เขี่ยมโหดขึ้นมาในจิตของเรา แต่ก็บางทีเราไปสืบสวนเรื่องนั้นจริงๆ ก็เปล่า มันคนละเรื่องกันอีกแล้ว มันเลยไม่แน่ไปอีกแล้ว แล้วจะเชื่ออะไรมันทำไม เราจะเชื่อคนอื่นอะไรมากมายทำไม เราก็รู้ ก็ฟัง อดทน พิจารณา มันก็ไปตรงเท่านั้นแหละ

ไม่ใช่ว่ามีอะไรก็เขียนออก เขียนออก เขียนออกทั้งนั้น จนมันหมด **คำพูดที่ปราศจากอนิจจัง คำพูดอันนั้นไม่ใช่คำพูดของนักปราชญ์ นี่จำไว้ ตัวเราเองถ้าไปทิ้งอนิจจังเสีย ก็ไม่ใช่ปราชญ์เหมือนกัน ไม่ใช่ปฏิบัติ**

ถ้าเห็นการมถ์ได้ยินการมถ์พบประสบอะไรมากมายขึ้นมา มันจะเป็นเหตุให้เพลใจก็ติดตาม เป็นเหตุให้เศร้าใจก็ติดตาม ก็ว่า **“อันนี้มันไม่แน่”** กระทั่งมันแรงๆ เข้าไปเถอะ จับมันตอนเดียวเท่านั้นแหละ อย่าไปเอาอะไรมันมาก เอาอันเดียวนี้แหละ

จุดนี้เป็นจุดที่สำคัญ จุดตายด้วยนะนี่ ฮี นี่คือการมถ์ นักปฏิบัติอย่าไปทิ้งมัน ถ้าทิ้งอันนี้หวังได้ว่ามีทุกข์ หวังได้ว่าผิดเป็นประมาณเทียว ถ้าไม่เอาอันนี้เป็นหลักปฏิบัติของตนแล้ว เชื่อแน่ว่ามันผิด แล้วมันก็ถูกอยู่ได้อีกต่อไป เพราะหลักนี้มันดีมาก นี่ความเป็นจริงมันเป็นอย่างนั้น ว่าธรรมะที่แท้จริง คือพุดขึ้นในวันนั้นมันก็เท่านั้น มันไม่มีอะไรมาก เห็นอะไรก็เห็นสักว่ารูป สักว่าเวทนา สักว่าสัญญา สักว่าสังขาร สักว่าวิญญาณ มันเป็นของสักว่าเท่านั้นแหละ มันจะแน่นอนอะไรเล่า

ถ้าเรารู้เรื่องตามเป็นจริงเช่นนี้แล้ว มันก็คลายความกำหนด คลายความ
รักใคร่ คลายความยึดมั่น คลายความถือมั่น ทำไม่ถึงคลาย เพราะมันเข้าใจ เพราะ
มันรู้ มันเปลี่ยนออกจากอวิชชามาเป็นวิชา มันก็เปลี่ยนออกมาจากนั้นแหละ

ตัววิชชานี้แหละมันคลอດออกจากอวิชา มาเป็นตัววิชาขึ้น ตัวรู้ที่มันจะ
คลอດออกจากความไม่รู้ ตัวสะอาดที่มันจะคลอດออกจากความสกปรก มันเป็นไป
อย่างนี้ ถ้าเราไม่ทิ้งอนิจจัง คือพระ นี้ที่เรียกว่า พระพุทธองค์นั้นยังอยู่ ที่ว่า
พระพุทธองค์ของเรานิพพานแล้วนะ อย่างหนึ่งก็ไม่ใช่ ถ้าเป็นส่วนลึกเข้าไปนะ
พระพุทธเจ้ายังอยู่

ก็เหมือนกันกับคำว่า ‘ภิกขุ’ ถ้าแปลว่า ผู้ขอ แล้วมันก็กว้าง เอามาใช้ได้
เหมือนกัน แต่ว่าใช้มากๆ ก็ผิดนะ คือมันขอเรื่อยๆ นี้ ถ้าเราพูดไปให้ซึ่งดีกว่านั้นอีก
ภิกขุ แปลว่า ผู้เห็นภัยในสงสาร มันซึ่งไหมละ เอ้อ มันไม่ไปในรูปนั้นเสีย มันซึ่ง
กว่ากันอย่างนั้น

การปฏิบัติธรรมมันก็อย่างนั้น เข้าใจในธรรมะไม่ทั่วถึงมันก็เป็นอย่างหนึ่ง
ธรรมะเข้าไปทั่วถึงมันก็เป็นอย่างหนึ่ง มันมีคุณค่ามากที่สุด

**อันนี้เราให้มันอ้อมอยู่ด้วยธรรมะ ถ้าเรามีสติอยู่เมื่อไร เราก็อยู่ใกล้ธรรมะ
เมื่อนั้น ถ้าเรามีสติอยู่เราก็เห็นอนิจจังของไม่เที่ยงอยู่ตรงนั้น เมื่อเราเห็นของ
ไม่เที่ยงอยู่ตรงใด เราก็เห็นพระพุทธเจ้าตรงนั้น แล้วเราจะพ้นความทุกข์ใน
วิภวสงสารมิวันใดก็วันหนึ่ง**

ถ้าเราไปหาคุณพระ ไปห้พระพุทธเจ้าหรือไปห้ธรรมะอันนี้ มันก็เปล่จาก
ประโยชน์ที่เราทำอยู่ อย่งไรก็ต้องติดตามติดต่อเรื่องการปฏิบัติของเราอย่างนี้
อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าเราจะทำงานอะไรอยู่ เราจะนั่งหรือจะนอนอยู่ ตาจะเห็นรูป
หูจะฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส โผฏฐัพพะถูต้องทางกาย สารพัตถอย่ง อย่า
ไปห้พระ อย่าห่างจากพระ



นี่ก็เรียกว่าผู้ที่เข้าถึงพระ ได้ไหว้พระอยู่ตลอดเวลา ตอนเช้าเราก็ไปไหว้ อรหัง สัมมาสัมพุทธโธ ภควา ก็จริงอยู่ แต่วามันจะไหว้ไม่มีความหมายถึงขนาดนี้ มันจะเหมือนกันกับคำว่า ภิกขุ นั่นแหละ แปลว่าผู้ขอก็ขอเรื่อยไป ก็เพราะเปลอย่างนั้น ถ้าหากเปลอย่างดีที่สุด ภิกขุก็แปลว่า ผู้เห็นภัยในสงสาร อย่างนี้ก็เหมือนกัน

อย่างแบบเราทำวัตรสวดมนต์ตอนเช้าตอนเย็นไหว้พระ อย่างนี้ มันก็จะเทียบได้ว่าภิกขุ ผู้ขอ ถ้าเราเข้าไปใกล้ชิดอนิจจัง ทุกขัง อนัตตตาอยู่ตลอดเวลา เมื่อตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรสอยู่ มันจะเทียบเท่ากับศัพท์ที่ว่า ภิกขุ ผู้เห็นภัยในสงสาร คือมันซึ่งกว่ากันอย่างนี้ แล้วก็มันตัดหลายๆ สิ่งหลายๆ อย่าง ถ้ามันเห็นธรรมะอันนี้แล้ว มันจะมีความรู้มีปัญญาต่อไปเรื่อย

อันนี้เรียกว่าปฏิบัติ ทำให้มีความรู้สึกอย่างนี้ในการประพฤติปฏิบัติของเรา มันจะมีความถูกต้องดีกว่า ถ้าคิดเช่นนี้พิจารณาเช่นนี้อยู่ในใจ ถึงแม้ว่ามันไกลจากครูบาอาจารย์มันก็ยังใกล้ครูบาอาจารย์อยู่นั้นแหละ

ถ้าหากว่าคนเราอยู่ใกล้ครูบาอาจารย์แต่ร่างกายของเรา แต่จิตใจมันไม่เข้าถึง มันอยู่ไปก็เฟื่องโทษครูบาอาจารย์ สรรเสริญครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ทำถูกใจเรากี่ว่าทำนดี ถ้าทำไม่ถูกใจเรากี่ว่าไม่ดี ก็ไปปฏิบัติอยู่แค่นั้นแหละ ไม่เห็นมันได้อะไร ไปมองดูคนอื่นว่าคนนั้นดี คนนั้นไม่ดีอยู่อย่างนั้นแหละ ไม่เห็นมันได้อะไรมากมาย ถ้าเราเข้าใจในธรรมะข้อนี้ เราจะเป็นพระขึ้นเดี๋ยวนี้แหละ

ฉะนั้น เหตุผลที่ว่าผมห่างไกลจากลูกศิษย์ปีนี้พรรษานี้ ทั้งพระเก่าพระใหม่ พระนวกะ ไม่ค่อยให้ความรู้ความเห็น ก็เพื่อให้พิจารณาเอาเองให้มันมากนั่นเอง พระใหม่ที่จะเข้ามาผมบอกข้อกฎอยู่หมดแล้ว ว่าอย่าไปคุยกัน อย่าไปฝ่าฝืนข้อกติกากี่ทำไว้แล้วนั้นนะ คือทางมรรคผลนิพพานนั้นแหละ ถ้าใครไปฝ่าฝืนข้อกติกายู่มันก็ไม่ใช่พระ ไม่ใช่คนตั้งใจมาปฏิบัติเท่านั้นแหละ มันจะเห็นอะไร ถึงแม้จะนอนอยู่กับผมทุกคืนทุกวัน ก็ไม่เห็นผมหรอก จะนอนอยู่กับพระพุทธเจ้าก็ไม่ได้เห็นพระพุทธเจ้าหรอก ไม่ได้ปฏิบัติ เท่านั้นแหละ

ฉะนั้น การรู้ธรรมะ การเห็นธรรมะ มันอยู่ที่การปฏิบัติ ขอให้เรามีศรัทธา
เถอะ เราต้องทำจิตของเราให้มันดีเถอะ คนในวัดทั้งวัดนั้น ทำใจให้รู้สมาธิเสมอกัน
ทุกคน เราจะไม่ต้องไปให้โทษใคร ไม่ต้องไปให้คุณใคร ไม่ต้องไปรังเกียจใคร ไม่ต้อง
ไปรักใคร่ ถ้ามันเกิดโกรธเกิดเกลียดขึ้น ให้มันมีอยู่ที่ใจ ให้มันดูถนัดเท่านั้นแหละ
ให้ดูไปเท่านั้นแหละ ดูไปเถอะ

ถ้าอะไรมันยังมีอยู่ในนี้ ก็เรียกว่า นั่นแหละ ต้องชูดมันตรงนั้น เราจะไป
พูดว่า “ตัดไม่ได้ ตัดไม่ได้” ถ้าพูดอย่างนั้น มันก็เป็นนักเลงโตกันหมดเท่านั้นแหละ
อาศัยที่ว่ามันตัดไม่ได้ ต้องพยายาม ตัดไม่ได้ต้องชูดมันสิ ชูดกิเลสเกลากิเลส
นั่นแหละ ชูดมันออกซิ มันเหนียวแน่นนี้ มันเป็นอย่างนั้นเสีย

ไม่ใช่ว่ามันเป็นของได้ตามปรารถนาตามใจของเรานะ ธรรมะ จิตมันเป็น
อย่างหนึ่ง ความจริงมันเป็นอย่างหนึ่ง ต้องระวังข้างหน้า ต้องระวังข้างหลัง ฉะนั้น
ท่านจึงบอกว่า มันไม่เที่ยง มันไม่แท้ ท่านอย่าเข้าไปอยู่เรื่อยๆ อย่างนี้

ความจริงคือความไม่เที่ยงนี้ ความจริงที่มันสั้นๆ กว้างๆ ฤกษ์ๆ นี้ไม่ค่อย
พิจารณากัน เห็นไปอย่างอื่นเสีย ดีก็อย่าไปติดดี ร้ายก็อย่าไปติดร้าย สิ่งเหล่านี้
มันมีอยู่ในโลก เราจะปฏิบัติเพื่อหนีจากโลกอันนี้ ให้มันสั้นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้
ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงให้วาง ให้ละ ก็เพราะอันนี้มันประกอบให้ทุกข์เกิดขึ้น
นั่นเอง ไม่ใช่อย่างอื่นหรอก.



ตัวตนนี้มันเป็นของสมมุติ
ให้เพิกให้รื้อสมมุติอันนี้ออก
ให้เห็นแก่นมันคือวิมุตติ
พลิกสมมุติอันนี้ กลับให้เป็นวิมุตติ

๒๑ | วิ มุ ต ติ

เมื่อพระปัญจวัคคีย์หนีจากพระพุทธองค์แล้ว ท่านเห็นว่าเป็นลามก เป็นโซคของท่าน จะได้มีโอกาสทำความเพียร ครั้นเมื่อพระปัญจวัคคีย์ อยู่ก็รุ่มรวยก่อกวนหลายอารมณ์ บัดนี้พระปัญจวัคคีย์ออกจากท่าน พระปัญจวัคคีย์เห็นว่าพระพุทธองค์นั้น คลายออกจากความเพียร เวียน มาหาความมักมาก เพราะว่าสมัยก่อนนั้นเอาจริงเอาจัง เรื่องอัตตทิลมถา- นุโยโค เรื่องการทรมาน เรื่องการขบเรื่องการฉัน เรื่องการหลับการนอน เอาแท้ๆ เมื่อถึงคราวอันนี้แล้ว พอมาพิจารณาแล้ว มันไม่เป็นไป ประพฤติ ด้วยทิวฐิ ประพฤติด้วยมานะ ด้วยความยึดมั่นถือมั่น คิดปรารถนาโลกว่า เป็นธรรม คิดปรารถนาตนว่าเป็นธรรม มันไม่ได้ปรารถนาธรรมะ

อย่างที่เราจะทรมาน ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ก่อนจะทำอย่างนั้น ก็ปรารถนาให้โลกสรรเสริญ ให้เขานับนี้แหละเป็นคนเอาจริงเอาจัง ก็เลยทำอันนั้น เป็นโลกหมด ทำเพื่อความยกย่องสรรเสริญ ให้เขาว่าดี ให้เขาว่าเลิศ ให้เขาว่าประเสริฐ ให้เขาว่าปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ คิดอย่างนี้แล้วจึงทำ เรียกว่ามันปรารถนาโลก

อีกอย่างหนึ่งคือปรารถนาตนเอง เชื่อมั่นในความเห็นของตนเอง เชื่อมั่นในการประพฤติปฏิบัติของตน ใครจะว่าผิดก็ช่างถูกก็ตาม ไม่เอาเป็นประมาณ ชอบอย่างไรก็ทำอย่างนั้น ไม่ได้คำนึงค้ำค้ำหลัง นี้ปรารถนาตนเองอีกประเภทหนึ่ง

เรื่องปรารถนาโลกกับปรารถนาตนเอง มันมีแต่เรื่องอุปาทานแน่นหนาอยู่เท่านั้น พระพุทธองค์พิจารณาเห็นว่า **เรื่องที่จะปรารถนาธรรมะ คือให้มันถูกรธรรมะแล้วจึงทำ ไม่มี ฉะนั้น การปฏิบัติจึงเป็นหมัน ละกิเลสไม่ได้** ท่านก็หวนมาพิจารณาใหม่ คือที่ทำงานตั้งแต่ต้น ท่านก็มาดูผลงานมัน สิ่งทีประพฤติปฏิบัตินั้น ผลที่เกิดจากเหตุที่ท่านกระทำนั้นเป็นอย่างไร ภาวนาแล้ว คิดไปลึกซึ้งแล้ว เห็นว่ามันไม่ถูก มีแต่เรื่องตนเองเท่านั้นเรื่องโลกเท่านั้น เรื่องธรรมะเรื่องอนัตตานิไม่มี เรื่องสูญ เรื่องว่าง เรื่องปล่อย เรื่องวาง ไม่มี คือเรื่องปล่อยวางมันมีอยู่ แต่ว่าปล่อยด้วยความยึดมั่นถือมั่น

ท่านก็คิดไปคิดมาพิจารณาดูแล้ว ถึงจะสอนลูกศิษย์เขาก็เห็นไม่ได้ ไม่ใช่สิ่งที่บอกลูกศิษย์เข้าใจกันได้ง่าย เพราะว่าลูกศิษย์นั้น เขาแน่นเหลือเกินในการกระทำอย่างนั้น ในการสอนอย่างนั้น ในความเห็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าของเรา ท่านก็เห็นว่าทำอย่างนั้นก็ทำตายเปล่า อดตายเปล่า ทำตามโลก ทำตามตน ท่านก็พิจารณาใหม่ หาสิ่งทีมันพอดี เป็นลัมมาปฏิบัติ ส่วนจิตก็เป็นจิต ส่วนกายก็เป็นกาย

เรื่องกายนี้มันไม่ใช่กิเลสตัดหนากับใครหรอก ถ้าจะไปฆ่าอันนั้นเฉยๆ มันก็ไม่หมดกิเลส มันไม่ใช่ทีของมัน แม้จะอดขบอดฉัน อดหลับอดนอนให้มันเหี่ยวมันแห้ง ว่าจะให้มันหมดกิเลสอย่างนั้นมันหมดไม่ได้ แต่ความเข้าใจทีว่ามันได้สั่งสอนในการทรมานนี้ พระปัญญาวัคคีย์ติดมาก

ต่อนั้นพระพุทธเจ้าก็กลับมาฉันจังหันให้มากขึ้น ให้ฉันธรรมดา อะไรก็ให้ฉันธรรมดาๆ มากขึ้น พอพระปัญจวัคคีย์เห็นการประพฤติปฏิบัติของพระพุทธองค์เคลื่อนจากของเก่า มันเปลี่ยนจากการปฏิบัตินั้นมา ก็เลยพากันเข้าใจว่าพระพุทธองค์นั้นคลายความเพียร เวียนมาหาความมักมาก ความเห็นผู้หนึ่งมันจะเลื่อนขึ้นไปข้างบน คือพ้นสมมุติ อีกผู้หนึ่งเห็นว่ามันจะเลื่อนลงไปข้างล่าง คือคลายความเพียร เวียนมาหาความมักมาก

การทรمانตนเองมันแน่นอยู่ในหัวใจของพระปัญจวัคคีย์ทั้งหลาย เพราะพระพุทธองค์ก็เคยสอนอย่างนั้น ปฏิบัติมาอย่างนั้น สอนมาอย่างนั้น จนกว่าท่านได้เห็นโทษมัน เห็นโทษมันชัดเจนท่านจึงละมันได้ เมื่อละมันได้แล้ว ท่านก็เห็นประโยชน์ในการละนั้น ท่านจึงกระทำอย่างนั้นโดยมิได้ลงขอผู้อื่นเลย

พอพระปัญจวัคคีย์เห็นพระพุทธเจ้าทำอย่างนั้น ก็พากันหนีจากท่าน เห็นว่ามันไม่ถูกไม่ทำตาม ก็เหมือนนกที่หนีจากต้นไม้ เห็นว่าต้นไม้ไม่มีกิ่งหรือก้านกว้างขวาง ไม่มีร่มมีเย็น หรือปลาจะหนีจากน้ำ ก็เห็นว่าน้ำมันน้อย ไม่เย็น มันเบื่อว่าอย่างนั้น ความเห็นเป็นอย่างนั้น ก็เลยเลิกกันจากพระพุทธเจ้า

ที่นี้ พระองค์ก็ได้พิจารณาธรรม ท่านก็เลยฉันให้สบาย อยู่ให้สบาย จิตก็ให้มันเป็นจิต กายก็ให้มันเป็นกาย จิตมันก็เป็นเรื่องของจิต กายมันก็เป็นเรื่องของกาย ท่านก็ไม่ได้บีบมันเท่าไร ไม่ได้บังคับมันเท่าไร พอแต่จะทำราคะโทสะโมหะให้บรรเทาลง

แต่ก่อนท่านก็เดินอยู่สองทาง กามสุขัลลิกานุโยโค มีความสุขมีความรักเกิดขึ้นมาแล้วก็สนใจ เกาะด้วยอุปาทาน เป็นตัวเป็นตนขึ้นมา ไม่ได้ปล่อยไม่ได้วาง กระทบความสุขก็ติดในความสุข กระทบความทุกข์ก็ติดในความทุกข์ เป็นกามสุขัลลิกานุโยโค กับอตตกิลมณานุโยโค พระองค์ติดอยู่ในสังขาร

ท่านมองพิจารณาเห็นชัดเจนเข้าไปว่า อันนี้ไม่ใช่หน้าที่ของสมณะที่จะเดินไปในทางนั้น สุขแล้วก็ยึดสุข ทุกข์แล้วก็ยึดทุกข์ คุณสมบัติของผู้เป็นสมณะไม่ใช่อย่างนั้น ไม่ใช่เรื่องยึดเรื่องมันเรื่องหมายในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น



ครั้นติดอยู่ในนั้นมันก็เป็นตัวเป็นตน มันก็เป็นโลก ถ้าปฏิบัติบากบั่นในสิ่ง
ทั้งหลายเหล่านั้น ก็ยังไม่เป็นโลกวิทู ไม่รู้แจ้งโลก วิ่งทางซ้ายทางขวาอยู่ตลอดเวลา

บัดนี้ ท่านฟังถึงส่วนจิตจริงๆ ตามรักษาจิตของตนล้วนๆ สอนจิตของตน
ล้วนๆ

เรื่องธรรมชาติทุกอย่างมันเป็นไปตามเรื่องของมัน ไม่ได้เป็นอะไร เหมือนกัน
กับโรคในร่างกายเรานี่ เป็นเจ็บเป็นไข้เป็นหวัดเป็นไอ เป็นโรคหนึ่งโรคนี้ ก็เป็นใน
ร่างกายของเรา ความเป็นจริงคนเราก็หวงแหนกายของเราจนเกินขอบเขตเหมือนกัน
ก่อนที่มันจะหวงแหน ก็เนื่องมาจากความเห็นผิด มันจึงปล่อยไม่ได้ อย่างศาลาเรา
อยู่เดี๋ยวนี้ เราสร้างมันขึ้นเป็นศาลาของเรา จึงหลนมันก็มาอยู่ จึงจกมันก็มาอยู่ หนุ
มันก็มาอยู่ เราก็เบียดเบียนแต่มัน เพราะเราเห็นว่าศาลาของเราไม่ใช่จึงหลนจึงจก
เลยเบียดเบียนมัน

เหมือนกันกับโรคในร่างกายเราที่เป็นอยู่ ร่างกายเราถือว่าเป็นบ้าน เป็นของๆ
เรา ถ้าจะมาเจ็บหัวปวดต้องนึกหนึ่งก็ทรมทรมาย ไม่อยากให้มันเจ็บ ไม่อยากให้มัน
เป็นทุกข์ ขากี้ขาของเรา ไม่อยากให้มันเจ็บ แขนกี้แขนของเรา ไม่อยากให้มันเจ็บ
หัวนี้ก็หัวของเรา ไม่อยากให้มันเจ็บ ไม่อยากให้มันเป็นอะไรเลยที่นี้ รักษามันให้ได้
หลงไป หลงจากความจริงมา เราก็จรเข้ามาอยู่กับสังขารนี้เหมือนกัน ศาลานี้ไม่ใช่
ศาลาของเราตามความจริงนะ เราก็เป็นเจ้าของชั่วคราว หนุมันก็เป็นเจ้าของชั่วคราว
จึงหลนมันก็เป็นเจ้าของชั่วคราว จึงจกมันก็เป็นเจ้าของชั่วคราวเท่านั้น แต่มันไม่
รู้จักกัน

ร่างกายนี้ก็เหมือนกัน ความเป็นจริงพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าไม่มีตัวไม่มีตน
อยู่ที่นี่ เราก็มายึดสังขารก่อนนี้ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขาแน่นอนเข้าไป ที่นี้
สังขารจะเปลี่ยนแปลงก็ไม่อยากให้เกิดเปลี่ยนแปลง บอกเท่าไรก็ไม่เข้าใจ พูดเท่าไรก็ไม่เข้าใจ
บอกจริงๆ ก็ยังไม่จริงจริงๆ อันนี้ไม่ใช่ตัวว่าอย่างนั้น ก็ยังไม่ใหญ่ ยิ่งไม่รู้เรื่อง

เรามาทวนหาให้มันเป็นตัวเป็นตน ฉะนั้น คนโดยมากไม่เห็นตัวตน **ผู้ที่เห็น**
ตัวตนจริงๆ ก็คือผู้ที่เห็นว่ามีใช่ตัวมีใช่ตน คือเห็นตนตามธรรมชาติ ผู้ที่เห็นตัว

ด้วยอุปาทานว่าเป็นตัวเป็นตน ผู้นั้นไม่เห็น มันก้าวก่ายอยู่อย่างนี้ละ จะทำอย่างไร มันไม่เห็นง่าย ๆ ก้อนนี้ อุปาทานมันยึดไว้

ฉะนั้น ท่านจึงบอกว่า **ให้พิจารณารู้เท่าด้วยปัญญา ให้เห็นด้วยปัญญา คือพิจารณาสังขารว่า มันจริงอย่างไรก็ให้เห็นตามเป็นจริงอันนั้น** อาศัยปัญญา รู้ตามเป็นจริงของสังขาร เรียกว่าตัวปัญญา ถ้ารู้ไม่ตามเป็นจริงของสังขารนั้นก็ไปแย้งกันไปขัดกัน

สังขารนี้มันสมควรที่จะปล่อยไปแล้ว ก็ยังจะไปกางไปกั้นมันไว้ ไปร้องขอให้ เป็นอยู่อย่างนั้น หาสิ่งของสารพัดอย่างมาแก้มัน มาไถ่ถอนเอาสารพัด ถ้ามันเจ็บ มันไข้แล้วไม่ยอมไป จึงค้นหาสูตรอะไรต่างๆ พวกนั้นมาสวดสูตรโพชฌังโค ธัมมจักกัณหนัตถลักขณสูตร ไม่ยอมทำให้มันเป็นอย่างนั้น พวกนั้นกั้นพวกนั้นห้าม ก็เลยเป็นพิธีรีตองไป ยึดมันถือมัน ยิ่งไปกันใหญ่ บทสวดต่างๆ เอามาสวดให้มันหายโรค เอามาสวดต่ออายุกัน เอามาสวด ให้มันยืนยาวสารพัดอย่าง

ความเป็นจริงท่านให้สวดเพื่อเห็นชัด แต่เรามาสวดให้หลง *รูปร่าง อนิจจัง เวทนา อนิจจา สัญญา อนิจจา สังขารา อนิจจา วิญญาณัง อนิจจัง* บทที่สวดนั้น ไม่ใช่จะสวดให้เราหลงนะ สวดให้เรารู้เรื่องตามความเป็นจริงของมันอย่างนั้น จะได้ปล่อยจะได้วาง จะได้ไม่เสียใจ จะได้ทอดอาลัย อันนั้นมันจะสิ้น แต่เรามาสวด ให้มันยาวออก ถ้ามันยาวอยากจะให้มันสิ้น บังคับธรรมชาติให้มันเป็นไป หลงกันหมด ที่มาทำกันในศาลานั้นก็มาหลงกันหมดทุกคนเลยนะ คนที่สวดก็หลง คนที่นอนฟังอยู่ก็หลง ใครที่ไหนดก็หลงทั้งนั้น

ทำอย่างไรจึงจะไม่เป็นทุกข์ คิดอย่างนั้น จะปฏิบัติที่ไหนกัน จึงปฏิบัติให้มัน หลง ไปแก้ความจริงมัน ในเรื่องอย่างนี้ถ้ามันเกิดขึ้นแล้ว ท่านผู้รู้ทั้งหลายเห็นว่ามัน ไม่มีอะไร เกิดมาแล้วต้องมีโรคอย่างนี้ แต่ว่าพระพุทธเจ้าก็ดี อริยสาวกของท่านก็ดี ถ้าเจ็บถ้าไข้มาเป็นธรรมดา ท่านก็รักษา ฉันทยาเป็นธรรมดา เท่านั้นแหละ มันเป็นเรื่องแก้ธาตุ แต่ความเป็นจริงท่านไม่ได้ถือมันถือกลางถือหลังยึดมันจนเกินไปหรอก ท่านก็รักษามันด้วยความเห็นชอบ ไม่ใช่รักษาด้วยความหลง มันหายก็หาย ไม่หายก็ไม่หาย เป็นอย่างนั้น



อันนี้แหละ เขาว่าศาสนาในประเทศไทยเรามันเจริญ แต่ผมว่ามันเสื่อม จนถึงที่สุดมันแล้ว ในกาลามีแต่หุพังทั้งนั้น หมดศาลาเลย เอียงหุพัง มันเอียงซ้ายเลยนะ ตลอดผู้ใหญ่ผู้โตก็ทำอย่างนั้นอยู่ ว่ามันเป็นอย่างนั้น มันเลยหลงตามกัน หมดทุกอย่างเลย ฉะนั้น ถ้าเราไปเห็นอย่างนั้นแล้วก็เลยพูดอะไรไม่ออก มันคนละเรื่องกันแล้ว จะให้มันพันทุกซ์กันที่ไหน

ท่านให้สวดเพื่อให้มันแจ้ง เรามาสวดให้มันมืด มันหันหลังไล่กันเลย ผู้หนึ่งเดินไปทางตะวันตก อีกผู้หนึ่งเดินไปทางตะวันออก จะพบกันได้อย่างไร มันไม่ใกล้เคียงเรื่องเหล่านี้ ถ้าหากว่าเราได้ภาวนาแล้วมันเป็นอย่างนั้น ตามความเป็นจริงมันเป็นอย่างนั้น มันกำลังหลงกัน ไม่รู้จะว่ากันได้อย่างไร อะไรก็เป็นพิธีต้องไปหมดทุกอย่าง

สวดอยู่แต่ว่าสวดด้วยความโง่ ไม่ใช่สวดด้วยปัญญา เรียนแต่เรียนด้วยความโง่ ไม่ได้เรียนด้วยปัญญา รู้ก็รู้ด้วยความโง่ ไม่ได้รู้ด้วยปัญญา มันเลยไปก็ไปด้วยความโง่ อยู่ก็อยู่ด้วยความโง่ รู้ก็รู้ด้วยความโง่ มันก็เป็นอย่างนั้น ที่สอนกันทุกวันนี้ ก็เรียกว่าสอนให้คนโง่ทั้งนั้นแหละ แต่เขาว่าสอนให้คนฉลาด สอนให้คนรู้ แต่หลักความเป็นจริง ฟังๆ ดูแล้วก็สอนให้คนหลงมกมาย

ความเป็นจริง หลักธรรมะท่านสอนให้พวกเราทั้งหลายปฏิบัติเพื่อเห็นอัตตา คือเห็นตัวตนนี้ว่ามันเป็นของว่าง ไม่ใช่เป็นของมีตัวมีตน เป็นของว่างจากตัวตน แต่เราก็มาเรียนกันให้มันเป็นตัวเป็นตน ก็เลยไม่อยากจะให้มันทุกซ์ ไม่อยากจะให้มันลำบาก อยากจะให้มันสะดวก อยากจะให้มันทุกซ์

ถ้ามีตัวมีตนมันจะพันทุกซ์เมื่อไร ดูซิ อย่างเรามีของชิ้นหนึ่งที่มีราคาแพง เมื่อเราได้รับมาเป็นของเราแล้ว เปลี่ยนเสีย จิตใจเปลี่ยนแล้ว ต้องหาที่วางมัน จะเอาไว้ตรงไหนดีหนอ เอาไว้ตรงนั้นขโมยมันจะย่องเอาไปกระมัง คิดจนเลิกคิดแล้วหาที่ซ่อนของนะ แล้วจิตมันเปลี่ยนเมื่อไร

มันเปลี่ยนเมื่อเราได้ว่าตถุอันนี้เอง ทุกซ์แล้ว เอาไว้ตรงนี้ก็ไม่ต้องสบายใจ เอาไว้ตรงนั้นก็ไม่ต้องสบายใจ เลยวุ่นกันจนหมดละ นิ่งก็ทุกซ์ เดินก็ทุกซ์ นอนก็

ทุกข์ นี่ทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว มันเกิดเมื่อไร มันเกิดในเมื่อเราเข้าใจว่าของๆ เรา มันมีมาแล้วได้มาแล้วทุกข์อยู่เดี๋ยวนี้ แต่ก่อนไม่มีมันก็ไม่เป็นทุกข์ ทุกข์ยังไม่เกิด ไม่มีอะไรขึ้นที่จะจับมัน

อัตรานี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราเข้าใจว่าตัวของเราตนของเรา สภาพสิ่งแวดล้อมนั้นมันก็เป็นของตนไปด้วยของเราไปด้วย มันก็เลยวุ่นขึ้นไป เพราะอะไร ต้นเหตุคือมันมีตัวมีตน ไม่ได้เพิกสมมุติอันนี้ออกให้เห็นวิมุตติ **ตัวตนนี้มันเป็นของสมมุติ ให้เพิกให้หรือสมมุติอันนี้ออก ให้เห็นแก่นมันคือวิมุตติ พลิกสมมุติอันนี้กลับให้เป็นวิมุตติ**

อันนี้ถ้าเปรียบกับข้าวก็เรียกว่าข้าวยังไม่ได้ซ้อม ข้าวนั้นกินได้ไหม กินได้แต่เราไปปฏิบัติมันสิ คือให้เอาไปซ้อมมัน ให้ถอดเปลือกออกไปเสีย มันก็จะเจอข้าวสารอยู่ตรงนั้นแหละ

ที่นี่ ถ้าเราไม่ได้สีมันออกจากเปลือกของมันก็ไม่เป็นข้าวสาร ความเห็นเช่นนี้ก็เหมือนกันกับสุนัข สุนัขมันนอนอยู่บนกองข้าวเปลือกนั้นแหละ ท้องร้องจ๊อก จ๊อกจ๊อก มันก็มัวแต่นอนอยู่บนนั้นแหละ จิตมันหวนวิตก จะไปหากินที่ไหนหนอ แน่ะ ท้องมันหิว มันก็โจนออกจากกองข้าวเปลือก วิ่งไปหากินอาหารเศษๆ ทั้งหลายเหล่านั้นแหละ ทั้ง ๆ ที่มันนอนทับอยู่

อาหารมันอยู่ตรงนั้นแต่มันไม่รู้จัก เพราะอะไร มันไม่เห็นข้าว สุนัขมันกินข้าวเปลือกไม่ได้ อาหารมันมีอยู่ แต่มันกินไม่ได้

ความรู้เรามีอยู่ ถ้าเราไม่เอาไปปฏิบัติเราก็ไม่รู้เรื่องเหมือนกัน โง่ขนาดสุนัขมันนอนอยู่บนกองข้าวเปลือก นอนทับอาหารอยู่ได้ แต่ไม่รู้จักกินอาหารที่มันนอนทับอยู่ เมื่อหิวอาหารก็ต้องโจนจากข้าววิ่งไปหากินที่อื่น อันนี้มันก็น่าสงสารอยู่เหมือนกัน

อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ข้าวสารมีอยู่ อะไรมันปิด เปลือกข้าวมันปิด สุนัขมันกินไม่ได้ วิมุตติก็มีอยู่ อะไรมันปิดไว้ สมมุติมันปิดไม่ให้เห็นวิมุตติ ให้พุทธบริษัททั้งหลายนั่งทับ ไม่รู้จักข้าว ไม่รู้จักการประพฤติปฏิบัติ นั่นจึงไม่เห็นวิมุตติ มันก็จึงติดสมมุติอยู่ตลอดกาลตลอดเวลา เมื่อมันติดอยู่ในสมมุติ มันก็เกิดทุกข์ขึ้นมา เกิดภพขึ้นมา เกิดชาติขึ้นมา ชรา พยาธิ มรณะ ถึงวันตายตามขึ้นมา



ฉะนั้น มันไม่มีอะไรบังอยู่หรือ มันบังอยู่ตรงนี้ เราเรียนธรรมะไม่รู้จักธรรมะ ก็เหมือนกับสุนัขนอนอยู่บนข้าวเปลือกไม่รู้จักข้าว หิวจนจะตายมันก็ตายทิ้งเฉยๆ นั่นแหละ ไม่มีอะไรจะกิน ข้าวเปลือกมันกินไม่ได้ มันไม่รู้จักหาอาหารของมันเลย นานๆ ไปไม่มีอะไรจะกิน มันก็ตายไปบนกองข้าวเปลือกนั่นแหละ บนอาหารนั้น

มนุษย์เรานี้ก็เหมือนกัน ธรรมะที่เราเรียนมา ธรรมะที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ ถึงจะศึกษาธรรมะเท่าไรก็ตามทีเถิด ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติแล้วก็ไม่เห็น ไม่เห็นแล้วก็ไม่รู้ ไม่รู้ก็ไม่รู้จักข้อปฏิบัติ อย่างฟังว่าเราเรียนมากๆ เรารู้มากๆ แล้วเราจะเห็นธรรมะของพระพุทธเจ้า

ก็เหมือนเรามีตาอย่างนี้ ก็นี้กว่าเราเห็นทุกอย่าง เพราะว่าเรามองไปแล้ว หรือจะนี้กว่าเราได้ยินแล้วทุกอย่าง เพราะเรามีหูอยู่แล้ว มันเห็นไม่ถึงที่สุดของมัน มันก็เป็นตานอกไป ท่านไม่จัดว่าเป็นตาใน หูก็เรียกว่าหูนอก ไม่ได้เรียกว่าหูใน ฉะนั้น **ถ้าท่านพลิกสมมุติเข้าไปเห็นวิมุตติแล้วก็เห็นของจริง เห็นชัด ถอนทันที มันจึงถอนสมมุติออก ถอนความยึดมั่นถือมั่นออก ถอนทุกสิ่งทุกอย่าง**

เหมือนกับผลไม้หวานๆ ใบบาง ผลไม้ที่นั่นมันหวานอยู่ก็จริง แต่ว่ามันต้องอาศัยการกระทบประสพจึงรู้ว่ามันหวานหรือมันเปรี้ยวจริง ผลไม้ที่นั่น ถ้าไม่มีอะไรกระทบ มันก็หวานอยู่ตามธรรมชาติ หวานแต่ไม่มีใครรู้จัก เหมือนธรรมะของพระพุทธเจ้าของเรา เป็นสัจธรรมจริงอยู่ก็ตาม แต่สำหรับคนที่ไม่รู้จริงนั้นก็เห็นของไม่จริง ถึงมันจะดีเลิศประเสริฐเท่าไรก็ตามทีเถอะ มันไม่มีราคาเฉพาะกับคนที่ไม่รู้เรื่อง

ฉะนั้น จะไปเอาทุกข์ทำไม ใครในโลกนี้อยากเอาทุกข์ใส่ตัว มีไหม ไม่มีใครทั้งนั้นแหละ ไม่อยากได้ทุกข์แต่ว่าสร้างเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมา มันก็เท่ากับเราไปแสวงหาความทุกข์นั่นเอง แต่ใจจริงของเราแสวงหาความสุขไม่อยากจะทุกข์ นี่มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ ทำไม่จิตใจของเรามันสร้างเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมาได้ เราสู้เท่านี้ก็พอแล้ว

ใจเราไม่ชอบทุกข์ แต่เราสร้างความทุกข์ขึ้นมาเป็นตัวของเราทำไม มันเห็นง่าย ๆ ก็คือคนที่ไม่รู้จักทุกข์นั่นเอง ไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักเหตุเกิดของทุกข์ ไม่รู้ความดับทุกข์ ไม่รู้ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ จึงประพฤตಿಯังนั้น จึงเห็นอย่างนั้น จะไม่มีความทุกข์ได้อย่างไร ก็เพราะคนไปทำอย่างนั้น

ถ้ามันเป็นเช่นนั้นมันก็เป็นมิจฉาทิฎฐิตั้งตั้งนั่นแหละ แต่ว่าเราไม่เข้าใจว่าเป็นมิจฉาทิฎฐิตี อะไรที่เราได้พูดเราได้เห็นเราได้ทำแล้วเป็นทุกข์ อันนั้นเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้งนั้น ถ้าไม่เป็นมิจฉาทิฎฐิตั้งไม่ทุกข์อย่างนั้นหรอก มันไม่ยึดในความทุกข์อันนั้น มันไม่ยึดในความสุขนั้นๆ ไม่ได้ยึดตามอาการทั้งหลายเหล่านั้น มันจะปล่อยวางตามเรื่องของมัน

เช่นกระแสน้ำที่มันไหลมา ไม่ต้องกั้นมัน ให้มันไหลไปตามสะดวกของมันนั่นแหละ เพราะมันไหลอย่างนั้น กระแสน้ำธรรมก็เป็นอย่างนั้น กระแสจิตของเราที่ไม่รู้จัก มันไปกั้นกั้นธรรมด้วย ที่ว่าเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้งแล้วไปตะโกนโห่ มิจฉาทิฎฐิตั้งอยู่ที่โน่น คนโน่นเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้ง แต่ตัวเราเองเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้ง คือทุกข์เกิดขึ้นมาเพราะเราเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้ง อันนั้นเราไม่รู้เรื่อง อันนี้ก็น่าสังเกตน่าพิจารณาเหมือนกันนะ ถ้าเป็นมิจฉาทิฎฐิตั้งเมื่อไรก็เป็นทุกข์เมื่อนั้น ไม่ทุกข์ในเวลาปัจจุบันนั้น ต่อไปมันก็ให้ผลมาเป็นทุกข์

อันนี้พูดเฉพาะคนเรามันหลงเท่านั้น อะไรมันปิดไว้ อะไรมันบังไว้ **สมมุติมันบังวิมุตติให้คนมองไม่เห็นชัดในธรรมทั้งหลาย** ต่างคนก็ต่างศึกษา ต่างคนก็ต่างเล่าเรียน ต่างคนก็ต่างทำ แต่ทำด้วยความไม่รู้จัก ก็เหมือนกันกับคนหลงตะวันตกนั่นแหละ เดินไปทางตะวันตก เข้าใจว่าเดินไปทางตะวันออก หรือเดินไปทิศเหนือ เข้าใจว่าเดินไปทิศใต้ มันหลงขนาดนี้

เราปฏิบัติมันก็เลยเป็นชื่อของการปฏิบัติ โดยตรงแล้วมันก็เป็นวิบัติ วิบัตินี้คือมันพลิกไปคนละทาง หดจากความมุ่งหมายของธรรมะที่ถูกต้อง สภาพอันนี้เป็นเหตุให้ทุกข์เกิด เราก็เข้าใจว่า อันนี้ ถ้าทำขึ้น ถ้าบ่นขึ้น ถ้าท้อขึ้น ถ้ารู้เรื่องอันนี้ มันจะเป็นเหตุให้ทุกข์ดับ

ก็เหมือนกันกับคนที่อยากได้มากๆ นั้นแหละ อะไรๆ ก็หามามากๆ ถ้าเราได้มากแล้วมันก็ดับทุกข์ จะไม่มีทุกข์ ความเข้าใจของคนมันเป็นแบบนี้ แต่ว่ามันคิดไปคนละทาง เหมือนกันกับคนนี่ไปทิศเหนือคนนั้นไปทิศใต้ นี่กว่าไปทางเดียวกัน

ฉะนั้น พุทธบริษัททั้งหลาย มนุษย์เราทั้งหลายจึงจมอยู่ในกองทุกข์ อยู่ในวัฏสงสาร ก็เพราะคิดอย่างนี้ ถ้ามีโรคร้ายไข้เจ็บขึ้นมาก็นึกแต่จะให้มันหายเท่านั้น อยากจะให้มันหายเดี๋ยวนี้ จะให้มันหายเท่านั้นแหละ ไม่นึกว่าอันนี้มันเป็นสังขาร อันนี้ไม่มีใครรู้จัก สังขารมันเปลี่ยน ทนไม่ได้ พังไม่ได้ จะต้องให้หายให้หมด แต่ผลสุดท้ายมันก็สู้ไม่ได้ สู้ความจริงไม่ได้ พังหมด อันนี้คือเราไม่ได้คิด คือมันเห็นผิदनึกเข้าไปเรื่อยๆ

ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติทุกอย่างเพื่อเห็นธรรมะ มันเลืกกว่าสิ่งทั้งหลาย พระพุทธองค์สร้างบารมีตั้งแต่ทานบารมีไปถึงปรมาตบารมี เพื่ออะไร ก็เพื่อให้รู้จัก อันนี้ เพื่อให้เห็นธรรมะให้ปฏิบัติธรรมะแล้วให้รู้ธรรมะ ให้ใจเป็นธรรมะ ให้ปล่อยวาง เพื่อจะไม่ให้หนัก อย่าไปยึดมั่นถือมั่นมัน หรือจะพูดง่ายๆ อีกอย่างหนึ่งว่า ให้ยึดแต่อย่าให้มัน นี่ก็ถูกเหมือนกัน

คือเราเห็นอะไรก็จับมันขึ้นมาดูเสีย เออ อันนี้ก็อันนั้น แล้วก็วางมันไป เห็นอันนั้นอีกก็ยึดมาอีก แต่อย่ายึดให้มันมัน เามาพิจารณา รู้เรื่องแล้วก็ปล่อยวางเท่านั้นแหละ ถ้ายึดไม่วาง แบกไม่หยุด มันก็หนักตลอดเวลาสิ ถ้าเรายึดมาแบกรู้สึกว่ามันหนัก ก็ปลงมันไป ทิ้งมันเสีย อย่าให้ทุกข์เกิดขึ้นมา

ถ้าเป็นเช่นนี้เราก็รู้จักว่าอันนี้เป็นเหตุให้ทุกข์เกิด เมื่อรู้จักเหตุให้ทุกข์เกิดแล้วทุกข์มันเกิดไม่ได้ ทุกข์จะเกิด สุขจะเกิด มันอาศัยอัตตาตัวตน อาศัยเรา อาศัยของเรา อาศัยสมมุติอันนี้

ถ้าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เกิดขึ้นมาแล้ววิ่งไปถึงวิมุตติ มันก็เลิกก็ถอน มันถอนสมมุติออก ถอนความสุขออกจากที่นั่น ถอนความทุกข์ออกจากที่นั่น ถอนความยึดมั่นถือมั่นออกจากที่มันยึดมั่น เท่านั้นแหละ ก็คล้ายกับว่า ของของเราชิ้นหนึ่งมันหลุดมือก็หายไป เราก็เป็นห่วงก็เป็นทุกข์กับมัน อีกเวลาหนึ่งเราก็พบของนั้นขึ้นมา ความทุกข์ก็หายแวบไปทีเดียว แม้ยังไม่เห็นวัตถุอันนั้นความทุกข์มันก็หาย

อย่างเราเอาของมาวางไว้ตรงนี้แล้วหลงเสีย ก็นึกว่าของเรามันหาย ก็เป็นทุกข์ เมื่อทุกข์เกิดขึ้นแล้วจิตก็พะวงถึงสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น อีกวันหนึ่งอีกเวลาหนึ่ง จิตใจก็วิตกไปถึงของของเราว่า อ้อ เอาไว้ตรงนั้นแน่นอนเลย พอนึกอย่างนั้น รู้ตามความจริงแล้ว ตายังไม่เห็นของเลยสบายใจเลยทีนี้ อันนี้เรียกว่าเห็นทางใน เห็นกับตาใจ ไม่ใช่เห็นกับตานอก เห็นด้วยตาใจ

ถึงตานอกยังไม่เห็นมันก็สบายแล้ว มันก็ถอนทุกข์ออกทันที อย่างนี้ก็เหมือนกัน ผู้ที่บำเพ็ญธรรมะ บรรลุธรรมะ เห็นธรรมะ ประสบอารมณ์เมื่อไรปุ๊บ นั่นก็คือปัญญาเกิดขึ้น ก็แก้ปัญหาได้ทันทั่วทั้งที่ เทำนั้นแหละ หายไปเลย วาง...ปล่อย

ฉะนั้น ท่านจึงให้พวกเราพบธรรมะ ที่นี้เราพบธรรมะแต่ตัวหนังสือ พบธรรมะกับตำรา อย่างนั้นมันพบแต่เรื่องของธรรมะ ไม่ได้พบธรรมะตามความจริงที่พระบรมครูของเราสอน จะเข้าใจว่าพวกเราทั้งหลายปฏิบัติดีปฏิบัติชอบได้อย่างไร มันโกลกกันมาก

พระพุทธองค์เป็นโลกวิทู เป็นผู้รู้แจ้งโลก เดียวนี้เราไม่รู้แจ้ง รู้เท่าไรก็ยังมีดเข้าไปเท่านั้น รู้เท่าไรก็ยังมีดเข้าไป คือมันรู้มีด ไม่ใช่รู้แจ้ง รู้ไม่ถึงนั่นเอง ไม่แจ้ง ไม่สว่าง ไม่เบิกบาน คนก็มาคาดคิดแค่นี้เท่านั้นแหละ แต่ว่ามันไม่ใช่บ่อย มันเป็นเรื่องมาก

ทุกคนโดยมากก็ต้องการความดี ต้องการความสุข แต่เราไม่รู้จักว่าอะไรมันเป็นเหตุให้สุขให้ทุกข์เกิดขึ้นมาแค่นั้น อะไรทุกอย่างถ้าเรายังไม่เห็นโทษมัน เราก็ละมันไม่ได้ มันจะชั่วขนาดไหนก็ละมันไม่ได้ ถ้าเรายังไม่ได้เห็นโทษอย่างจริงยัง แต่เมื่อเราเห็นโทษอย่างแน่นอนจริงๆ นั่นแหละ สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเราถึงจะปล่อยได้วางได้ พอเห็นโทษอย่างแน่นอนจริงๆ พร้อมกระทั่งเห็นประโยชน์ในการกระทำอย่างนั้น ในการประพฤติอย่างนั้น เปลี่ยนขึ้นมาทันทีเลย

อันนี้คนเราประพฤติปฏิบัติอยู่ ทำไม่มันยังไปไม่ได้ ทำไม่มันถึงวางไม่ได้ คือมันยังไม่เห็นโทษอย่างแน่ชัด คือยังไม่รู้แจ้งนี้แหละ รู้ไม่ถึงหรือรู้มีด มันจึงละไม่ได้



ถ้ามันรู้แจ้งอย่างอรหันตสาวกหรือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ก็เลิกกันเท่านั้นแหละ แก้ปัญหาหลุดไปที่เดียวแหละ ไม่เป็นของยากไม่เป็นของลำบาก

ก็เหมือนกันกับเรานั้นแหละ หูเราได้ยินเสียงก็ให้มันทำงานตามหน้าที่ของมันลี ตาทำงานทางรูปก็ให้มันลี จมูกทำงานทางกลิ่นก็ให้มันลี ร่างกายทำงานถูกต้อง โผฏฐัพพะก็ให้มันทำงานตามเรื่องของมันลี ถ้าแบ่งให้มันทำงานตามหน้าที่ของมันแล้ว มันจะมีอะไรมาแย้งกัน มันไม่ได้ขัดขวางกันเลย

อันนี้ก็เหมือนกัน สิ่งเหล่านี้มันก็เป็นสมมุติ เราก้ให้มันลี สิ่งเหล่านั้นก็เป็นวิมุตติ เราก้แบ่งมันลี เราเป็นผู้รู้เฉยๆ เท่านั้นแหละ รู้ไม่ให้มันขัดข้อง รู้แล้วก็ปล่อยมันวางมันตามธรรมดา เป็นของมันอยู่อย่างนั้น

ของทั้งหลายเหล่านี้เป็นอยู่อย่างนั้น ที่เรายึดมั่นว่าอันนี้ของเรา ใครเป็นคนได้ พ่อเราได้ไหม แม่เราได้ไหม ญาติเราได้ไหม ใครได้ไหม ไม่มีใครได้ ฉะนั้นพระพุทธองค์จึงบอกให้วางมันเสีย ปล่อยมันเสีย รู้มันเสีย รู้มันโดยที่ว่ายึดแต่อย่าให้มัน ใช้นั้นไปในทางที่เป็นประโยชน์ อย่าใช้นั้นในทางที่เป็นโทษ คือความยึดมั่นถือมั่นที่ให้เราเป็นทุกข์

รู้ธรรมะมันต้องรู้อย่างนี้ คือรู้ในแง่ที่มันพ้นทุกข์ ความรู้นี้เป็นสิ่งที่สำคัญ รู้เครื่องยนต์กลไก รู้อะไรสารพัดอย่างก็ได้อยู่ แต่ว่ามันไม่เลิศ ธรรมะก็ต้องรู้อย่างนี้ เห็นอย่างนี้ ไม่ต้องรู้อะไรมากหรอก ให้รู้เท่านี้ก็พอ สำหรับผู้ประพาศปฏิบัติรู้แล้วก็วาง ไม่ใช่ว่าตายแล้วจึงจะไม่มีทุกข์นะ มันไม่มีทุกข์ในเมื่อยังมีชีวิตอยู่ เพราะมันรู้จักแก้ปัญหา มันรู้จักสมมุติวิมุตตินี้เอาเมื่อเรามีชีวิตอยู่ เมื่อเราประพาศปฏิบัตินี้เอง ไม่ใช่เอาที่อื่นหรอก

ดังนั้น ท่านอย่าไปยึดมั่นถือมั่นอะไรมา ยึดอย่าให้มันมัน บางทีจะคิดว่าท่านอาจารย์ทำไมจึงพูดอย่างนี้ สอนอย่างนี้ จะไม่ให้สอนอย่างไร ไม่ให้พูดอย่างไร เพราะว่ามันแน่นอนอย่างนั้น มันจริงอย่างนั้น

จริงก็อย่าไปยึดมั่นมันลึ ถ้าไปยึดมั่นมันก็ไม่เป็นจริงเท่านั้นแหละ เหมือนสุนัขไปจับขามันดูสิ จับมันไม่วาง เดี่ยวมันก็วิ่ง มากัด ลองดูสิ สัตว์ทั้งปวงก็เหมือนกัน เช่น งู ไปยึดหางมันลึ ยึดไม่ปล่อยไม่วาง เดี่ยวมันก็กัดเราเท่านั้นแหละ

สมมุตินี้ก็เหมือนกัน ให้ทำตามสมมุติ สมมุตินี้เป็นของใช้เพื่อให้มันสะดวก เมื่อเรามีชีวิตอยู่นี้ ไม่ใช่เรื่องจะต้องยึดมั่นถือมั่นจนมันเกิดทุกข์ทรมาน แล้วก็แล้วไปเท่านั้น อะไรที่เราเข้าใจว่าถูกแล้ว แล้วก็ยึดมั่นถือมั่นไม่แบ่งใคร นั่นแหละคือมันเห็นผิดแล้ว เป็นมิจฉาทิฎฐิแล้ว

เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมานิปุ่ มันเกิดมาจากอะไร เหตุมันก็คือ มิจฉาทิฎฐิ มันจึงให้ผลเป็นทุกข์ ถ้ามันถูก ผลที่เกิดขึ้นมาจะไม่เป็นทุกข์ ท่านไม่ให้แบก ไม่ให้ยึดไม่ให้มัน ถูกก็เป็นของสมมุติ แล้วก็แล้วไป ผิดก็เป็นของสมมุติ แล้วก็แล้วไปเท่านั้น ถ้าเราเห็นว่าถูกแล้วคนอื่นมาแย้งก็อย่าไปถือมัน ปล่อยมัน ไม่ได้เสียหายอะไร มันไปตามเรื่องตามเหตุตามปัจจัยของมันอย่างเก่า พอรู้แล้วก็ปล่อยมันไปตรงนั้นเลย

แต่โดยมากมันไม่ใช่อย่างนั้น คนเรามันไม่ค่อยยอมกันอย่างนั้น ผู้ปฏิบัติเรายังไม่รู้ตัวยังไม่รู้จักจิตใจของตน พอพูดอะไรจนว่ามันโง่เต็มที่แล้ว ก็ยังนึกว่ามันฉลาดอยู่นั้นแหละ พูดสิ่งที่มันโง่จนคนอื่นฟังไม่ได้ แต่ก็นึกว่าเราฉลาดกว่าคนอื่น คนอื่นทนฟังไม่ได้ ก็ยังว่าเราดีเราถูกอยู่นั้นแหละ มันขายความโง่ของตัวเองโดยไม่รู้เรื่อง

ฉะนั้น ปราชญ์ทั้งหลายท่านบอกว่า คำพูดอันใดวาจาอันใดที่ปราศจากอนิจจังแล้ว คำพูดนั้นไม่ใช่คำพูดของนักปราชญ์ เป็นคำพูดที่โง่ เป็นคำพูดที่หลง เป็นคำพูดที่ไม่รู้จักว่าทุกข์จะเกิดตรงนั้น พูดง่าย ๆ ให้เห็นเช่น พຽ່ງนี้เราตั้งใจว่าจะไปกรุงเทพฯ แล้วมีคนมาถามว่า “พຽ່ງนี้ท่านจะไปกรุงเทพฯ หรือเปล่า”

“คิดว่าจะไปกรุงเทพฯ ถ้าไม่มีอุปสรรคขัดข้องก็คงจะไป” นี้เรียกว่าพูดอิงธรรมะ อิงอนิจจัง อิงความจริง อิงความไม่เที่ยง แปรเปลี่ยนตามปัจจัยของมัน

ไม่ใช่ว่า “พຽ່ງนี้ฉันจะไปแน่”

“ถ้าไม่ไปจริงจะให้ทำอย่างไร จะยอมให้ฆ่า ให้แกงให้ไหม” อะไรอย่างนี้ พูดกันบ้าง บอๆ

มันยังเหลืออยู่มากเหมือนกัน การปฏิบัติธรรมะมันลึกซึ้งไปจนเรามองไม่เห็น ที่เรานึกว่าเราพูดถูก แต่มันจะผิดไปทุกคำ ผิดจากหลักความจริงทุกคำ แต่ก็นึกว่าเราพูดถูกไปทุกคำ พุดง่าย ๆ เราพูดอะไรบ้าง ทำอะไรบ้าง อันที่มันเป็นเหตุให้ทุกข์ เกิดนั้นแหละ เรียกว่าเป็นมิจฉาทิฏฐิ เรียกว่าคนหลง คนโง่

โดยมากนักปฏิบัติเราไม่ค่อยจะทบทวนอย่างนี้ เห็นว่าเราดีก็ดีเรื่อย ๆ ไป เช่นว่าเราได้อันหนึ่งขึ้นมา จะเป็นลามกก็ดี ยศก็ดี สรรเสริญก็ดี ก็นึกว่ามันดี ดีตลอดกาล ตลอดเวลา แล้วก็ถือเนื้อถือตัวขึ้นมา ไม่รู้จักว่าเรานี้คือใคร ที่มันดีมันเกิดจากอะไร เดินไปพบนาย ก. นาย ข. เหมือนกันหรือไม่อย่างนี้ พระพุทธองค์ท่านให้วางเป็นปกติอย่างนี้

ถ้าเราไม่ลับ ถ้าเราไม่ขบไม่เคี้ยว ไม่ปฏิบัติค้นคว้าอันนี้ ก็เรียกว่าอันนี้ก็ยังคงอยู่ จมอยู่ในใจของเรานั้นแหละ เรียกว่าติดลามกบ้าง ติดยศบ้าง ติดสรรเสริญบ้าง ก็เปลี่ยนเป็นคนอื่น เพราะสำคัญตัวว่าเรานี้ดีขึ้นไปแล้ว สำคัญว่าเราเลิศขึ้นไปแล้ว สำคัญว่าเราเป็นโน้นเป็นนี่แล้ว ก็เกิดอะไรต่ออะไรขึ้นมาวุ่นวาย

ความเป็นจริงมันไม่เป็นอะไรหรอกคนเรา เป็นก็เป็นด้วยสมมุติ ถ้าถอนสมมุติไปเป็นนิมุตติมันก็ไม่เป็นอะไร เป็นสามัญลักษณะ มีลักษณะเสมอกัน ความเกิดขึ้นเบื้องต้น มีความแปรไปเป็นท่ามกลาง แล้วก็ดับไปในที่สุด มันก็แค่นั้น เห็นสภาพมันเป็นอย่างนั้นแล้วมันก็ไม่มีความอะไรจะเกิดขึ้นมา ถ้าเราเข้าใจเช่นนั้นแล้ว มันก็สบาย มันก็สงบ

ที่มันไม่สงบก็เหมือนกับพระปัญญาวัคคีย์ประพฤติตามที่ครูบาอาจารย์ท่านสอน เมื่อท่านพลิกไปอย่างนั้นก็รู้ว่าท่านคิดอะไร ท่านทำอะไร ก็เลยหาว่าท่านคลายความเพียรเวียนมาหาความมักมาก ถ้าตัวเราเป็นเช่นนั้น ก็คงจะคิดอย่างนั้น คงจะเป็นอย่างนั้นเหมือนกัน ไม่มีทางแก้ไข

แต่ความเป็นจริงแล้ว พระพุทธเจ้าท่านเดินขึ้นสูงขึ้นไปอีกจากพวกเรา เรายังถือตัวอย่างเก่า คิดไปในทางต่ำ ก็นึกว่าเราคิดอยู่ในทางสูง เห็นพระพุทธเจ้าก็คิดว่าท่านคลายความเพียรเวียนมาหาความมักมากแล้วเหมือนกับปัญญาวัคคีย์ ปฏิบัติที่พรหษาคิดดูชิ ขนาดนั้นก็ยังไม่ลงอยู่ ยังไม่ถนัด

ฉะนั้น ท่านจึงให้ทำงานและให้ตรวจผลงานของตน คือที่มันไม่ยอมมันเอง เรื่องที่มันไม่ยอม เรื่องที่มันยอมมันก็สลายตัวไปเท่านั้นแหละ ไม่มีอะไร ถ้ามันไม่ยอมมันไม่สลาย มันตั้งตัวขึ้นมาเป็นก้อนเป็นตัวอุปาทาน มันไม่มีการแบ่งเบา

นักบวชนักพรตเราโดยมากก็ชอบเป็นอย่างนั้น ถ้าติดอยู่ในแง่ไหนก็ตั้งอยู่ในแง่ไหนแหละ ไม่เปลี่ยนแปลงไม่พินิจพิจารณา เห็นว่าเราถูก แล้วก็เห็นว่าเราไม่ผิด แต่ความเป็นจริงความผิดมันฝังอยู่ในความถูก แต่เราไม่รู้จัก

เป็นอย่างไรละ อันนี้แหละถูกแล้ว แต่คนอื่นว่ามันไม่ถูกก็ไม่ยอม เถียงกัน นี่อะไร ทิฏฐิมานะ ทิฏฐิคือความเห็น มานะคือความยึดไว้ถือไว้ ถ้าเรายึดในสิ่งที่ถูก ไม่ปล่อยยี่ให้ใครเลยก็เรียกว่า มันผิด ถือถูกนั่นแหละ ยึดมันถือมันในความถูก มันเป็นขึ้นเดี๋ยวนั้นแหละ ไม่เป็นการปล่อยวาง

สิ่งอันนี้เป็นเหตุที่ทำให้คนเราไม่ค่อยสบาย นอกจากผู้ประพฤติปฏิบัติที่เห็นว่าแง่ปั้มนี่เป็นปั้มที่สำคัญ ท่านจะจดไว้ พอพูดไปถึงปั้มนั้นปั้มนั้นจะวิ่งขึ้นมาทันทีเลย ความยึดมั่นถือมั่นวิ่งขึ้นมา อาจจะเป็นอยู่นาน บางทีวันหนึ่ง สองวัน สามเดือน สี่เดือนถึงปีก็ได้ ขนาดซ้าชะ แต่ขนาดเร็วความปล่อยวางมันจะวิ่งเข้ามาสกัดหน้าเลย คือพอความยึดเกิดขึ้นปั้มนั้นจะมีการปล่อย บังคับให้วางในเวลานั้นเลย จะต้องเห็นสองอย่างนี้พร้อมกัน ประสานงานกัน ตัวยึดก็มี ผู้ที่ห้ามความยึดนั้นก็มีความเห็น สองอย่างนี้เท่านั้นแหละ ไปแก้ปัญหานั้น บางทีมันก็ยึดไปนาน ก็ปล่อย

พิจารณาเรื่อยไป ทำเรื่อยไป มันก็ค่อยบรรเทาไป น้อยไป ความเห็นถูกมันก็เพิ่มเข้ามา ความเห็นผิดมันก็หายไป ความยึดมั่นถือมั่นมันน้อยลง ความไม่ยึดมั่นถือมั่นก็เกิดขึ้นมา มันเป็นเรื่องธรรมดา ทุกคนเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้น จึงให้พิจารณาอันนี้ แก้ปัญหาได้ในปัจจุบัน บางทีไอ้ตัวนั้นมันวิ่งขึ้นมา ตัวนี้มันก็วิ่งตะครุบเลย หายไปเลย อันนี้เราดูภายในใจของเราหรือ ดูภายในใจของเรา แก้ปัญหาเฉพาะภายในใจของเราเอง ถ้าเราแก้มันไม่ได้ตรงนี้เป็นต้น ปั้มนั้นจับไว้ เมื่อมันเกิดอีกที่ไหนก็พิจารณาตรงนั้น พระพุทธองค์ก็ให้ฟังตรงนี้ให้มากที่สุด.



การไปรูดงค์นี่นะ
ผมไม่อยากห้าม แต่ไม่อยากอนุญาต...
...ไปก็ให้เป็นรูดงค์ อยู่ก็ให้เป็นรูดงค์

๒๒ | รูดงค์ - ทุกข์ดง

• หมดสงสัย

มีพระเถระองค์หนึ่งในครั้งพุทธกาล อยากจะปฏิบัติให้ถูกต้อง อยากจะรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิดให้มันแน่นอน เทียวออกไปอยู่องค์เดียว ว่าอยู่หลายองค์มันวุ่นวาย อยู่องค์เดียวทำสมาธิไปเรื่อยๆ สมาธิก็สงบบ้างไม่สงบบ้าง เอาแน่นอนไม่ได้ บางทีก็ขี้เกียจ บางทีก็ขยัน เกิดความสงสัยเพราะกำลังหาทางปฏิบัติอยู่

พอดีได้ยินกิตติศัพท์อาจารย์คณาจารย์ที่ปฏิบัติด้วยกันมีมากในสมัยนั้น ได้ยินกิตติศัพท์ว่า พระ ก เป็นอาจารย์สอนปฏิบัติ คนไปฟังธรรมมาก กิตติศัพท์ของท่านว่าปฏิบัติดี ก็มานั่งคิด เออ เพื่อองค์นี้จะถูก ก็ไปฟังท่านเทศน์ ไปปฏิบัติกับท่าน ฟังท่านเทศน์แล้วก็เอามาปฏิบัติอยู่องค์เดียว บางสิ่งก็เหมือนกับตัวเราคิดบ้าง บางอย่างก็ไม่เหมือนกัน ความสงสัยก็เกิดขึ้นเรื่อยไม่หยุด อยู่ไปอีกก็มี อาจารย์ ข ชาวว่าท่านปฏิบัติดี ด้วยเก่งด้วย เกิดความสงสัยก็ไปอีก ไปฟังได้ความแล้วก็มาปฏิบัติ เทียบ

องค์นี้กับองค์นั้น ก็ไม่เหมือนกัน เทียบองค์นี้กับองค์นั้นก็ไม่เหมือนกัน กับความคิดของเราก็ไม่เหมือนกันอีก แปลกไปเรื่อย ความสงสัยก็ยิ่งมากขึ้น

อยู่ไปได้ข่าวอีก พระ ค อาจารย์ ค เก่งเหมือนกัน เขาจำลือมา อดไม่ได้ อยากจะไปอีก ไปปฏิบัติกับท่าน ท่านจะเทศน์ยังงัย ปฏิบัติยังงัย ก็ไป ไปฟังธรรมะท่าน เหมือนกันบ้าง ไม่เหมือนกันบ้าง เอามาคิด องค์นั้นทำไมทำอย่างนั้น องค์นี้ทำไมทำอย่างนี้ รวมความเห็นของอาจารย์เข้าด้วยกันแล้ว ก็มารวมความเห็นของเรา ไปกันคนละอย่าง เลยไม่เป็นสมาธิ องค์นั้นเป็นยังงัย องค์นี้เป็นยังงัย ความฟุ้งซ่าน ยิ่งเกิดขึ้น ก็ยิ่งทำให้หมดกำลังใจ ไม่สบาย สงสัยไม่หาย

วันหลังมาได้ข่าวว่าพระศาสดาพระโคตมเกิดขึ้นในโลก ยิ่งหนักใหญ่เลยที่นี้ อดไม่ได้ไปอีก ไปอีก ไปกราบท่าน ไปฟังธรรมะท่าน ท่านก็เทศน์ให้ฟัง ท่านว่าไปทำความเข้าใจกับคนอื่นให้หายความสงสัยนั้นไม่ได้ ยิ่งฟัง ยิ่งสงสัย ยิ่งฟังก็ยิ่งแปลก พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า ความสงสัย ไม่ใช่จะทำให้คนอื่นตัดใจให้เรา ไม่ใช่คนอื่นจะแก้ความสงสัยให้เรา องค์อื่นก็อธิบายเรื่องความสงสัยเท่านั้นแหละ เราก็จับมาปฏิบัติให้มันรู้เองเห็นเอง ท่านบอกว่า “อยู่ในกายของเราที่แหละ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อันนี้เป็นอาจารย์ของเรา ให้ความเห็นแก่เราอยู่แล้ว” แต่เราขาดการภาวนา ขาดการพิจารณา

ท่านบอกว่า **จะระงับความสงสัยให้พิจารณาภายในใจของตัวเองเท่านั้นแหละ อดีตก็ให้ทิ้ง อนาคตก็ให้ทิ้ง ให้รู้ทิ้ง ให้รู้ รู้แล้วทิ้ง ไม่ใช่ไม่รู้ รู้ทิ้ง อดีตทำดีมาแล้ว ชั่วมาแล้ว อะไรๆ มาแล้ว อดีตที่ผ่านมาแล้วก็ทิ้ง เพราะที่ไม่เกิดประโยชน์อะไร ที่ดีก็ดีแล้ว ผิดก็ผิดแล้ว ถูกก็ถูกแล้ว ปล่อยทิ้งไป อนาคตก็ยังไม่มาถึง อะไรจะเกิดก็ในอนาคต จะดับก็ในอนาคต อันนั้นก็อย่าไปยึดมั่นถือมั่น รู้แล้วก็ทิ้ง ทิ้งอดีต สิ่งที่เกิดในอดีตก็ดับไปแล้ว เอามาคิดมากทำไม คิดแล้วก็ปล่อยไป ธรรมนั้นเกิดในอดีต เกิดแล้วก็ดับไปแล้วในอดีต ปัจจุบันจะเอามาคิดทำไม รู้แล้วก็ปล่อย ให้รู้ปล่อย ไม่ใช่ไม่ให้คิดเห็น คิดเห็นแล้วก็ปล่อย เพราะมันเสร็จแล้ว อนาคตที่ยังไม่มาถึงนั้น ธรรมในอนาคตเกิดในอนาคต อะไรที่เกิดในอนาคตก็จะดับในอนาคต**

นั้น ให้รู้แล้วปล่อยเสีย อดีตก็เรื่องของไม่เที่ยงเหมือนกัน อนาคตก็ไม่แน่นอนเหมือนกัน ให้รู้แล้วก็ปล่อย เพราะเป็นของไม่แน่นอน ดูปัจจุบันเดี๋ยวนี้ ดูปัจจุบันเราทำอยู่นี้ ท่านอย่าไปดูอื่นไกล

• **ถูกของเขา - ถูกของเรา**

พระพุทธองค์ท่านสอนว่า คนที่ยังเชื่อคนอื่นอยู่นั้นท่านไม่สรรเสริญ บุคคลยังดีใจเสียใจกับคำคนอื่นที่พูดหรือกระทำ ตรงนั้นพระพุทธเจ้ายังไม่สรรเสริญ เพราะเป็นของของคนอื่นเขา รู้แล้วต้องวาง ถึงแม้จะถูกก็ถูกคนอื่นเขา ถ้าเราไม่เอามาทำให้มันถูกที่ใจเราแล้ว ความถูกก็ไม่มาถึงเรา ถูกอยู่นั้น อาจารย์นั้นผิดอยู่นั้น ถูกอยู่นั้น ไม่มาถูกถึงเรา ถูกก็จริงแต่มันถูกคนอื่น ไม่ถูกเรา หมายความว่า **ถ้าไม่ปฏิบัติในจิตให้รู้เห็นตามความเป็นจริงแล้ว พระพุทธเจ้าท่านไม่สรรเสริญ**

ผมเคยเทศน์บ่อยๆ ว่า *โอบนโยโก* น้อมเข้ามา ให้มันรู้ให้มันเห็น ให้มันเป็น อย่างเขาว่าถูกแล้วก็เชื่อ ไม่ถูกก็เชื่อ อย่าทำอย่างนั้น ถูกก็ถูกเรื่องคนอื่นเขาพูด เอาเรื่องอันนั้นมาปฏิบัติให้เกิดกับจิตเจ้าของในปัจจุบันนี้ ให้มีพยานในตัวของตัวเอง ผมเคยพูดให้ท่านฟังเสมอว่า ผลไม้เปรี้ยวอย่างนี้ เอาผลไม้ไปทานเสีย เอาไปจิ้มน้ำเปรี้ยวขณะนี้ บางคนก็เชื่อ อย่างนี้ท่านก็จะเชื่อว่ามันเปรี้ยว ความเชื่อของท่านะมันเป็นโมฆะ ไม่มีความหมายอะไรมากมาย เพราะที่ท่านว่าเปรี้ยวนะ ท่านเชื่อจากผมพูดว่ามันเปรี้ยวเท่านั้นละ พระพุทธเจ้ายังไม่สรรเสริญ แต่เราก็ไม่ทิ้ง เอาไปพิจารณา เอาผลไม้มาจิ้มน้ำเปรี้ยว เมื่อความเปรี้ยวปรากฏขึ้นมา นั้น เรียกว่าเรามีพยานในตัวแล้ว ท่านว่าเปรี้ยว เราเอามาจิ้มน้ำเปรี้ยว ก็เปรี้ยว นี่สองอย่างแล้ว เชื่อแล้วทีนี้ เพราะเรามีพยาน ท่านครูบาอาจารย์มันท่านเรียกว่าเป็น *ลักขิภูโต* อันนี้เป็นพยานในตัวของตัวเองแล้ว สิ่งที่เราได้จากคนอื่น ไม่มีใครเป็นพยาน เอาคนอื่นเป็นพยานเท่านั้น อันนี้ให้ทำสิบเปอร์เซ็นต์ เราได้จากท่านว่าผลไม้เปรี้ยว นี้ได้เพียงห้าสิบเปอร์เซ็นต์ ถ้าเราเอาผลไม้มาจิ้มน้ำเปรี้ยว เปรี้ยวอีก ได้ร้อยเปอร์เซ็นต์เลย เป็นลักขิภูโต ได้พยานกับตัวเกิดขึ้นมาแล้วอย่างนี้

ฉะนั้น จึงว่าโอบนโยโก น้อมเข้ามาให้เป็น **ปัจจุตตัง** (รู้เฉพาะตัว) เห็นอยู่กับคนอื่นไม่ใช่เห็นปัจจุตตัง เห็นนอกปัจจุตตัง ไม่เห็นเฉพาะจิตของเจ้าของ เฉพาะตัวของเรา เห็นจากคนอื่น แต่ก็ไม่ควรประมาท ให้เป็นที่ศึกษาของเรา เป็นข้อศึกษาของเราเหมือนกัน คล้ายๆ กับว่าเราเห็นในหนังสือ อ่านหนังสือพบเราก็เชื่อ แต่จิตเรายังไม่เป็น นี่มันก็ยังไม่เกิดประโยชน์เต็มที่ มันเพียงทำลิบเปอร์เซ็นต์เท่านั้น มาปฏิบัติในจิตของเจ้าของให้จิตเราเป็นอย่างนั้น รู้อย่างนั้นเป็นอย่างนั้น อย่างนี้มันจึงเป็นร้อยเปอร์เซ็นต์ ไม่ต้องสงสัยแล้ว ถ้าเรารู้ในตัวของเราเอง มันหายสงสัย มันหมดเลย

• **ปัจจุบันธรรม**

ปัจจุบันธรรม มันจะเป็นอย่างไร แก่มันเดี๋ยวนี้ ปฏิบัติเดี๋ยวนี้ ปัจจุบันธรรม เพราะว่า **ปัจจุบันธรรมคือปัจจุบันนี้ มันเป็นทั้งเหตุทั้งผล** ปัจจุบันนี้มันตั้งอยู่ในเหตุผล อย่างเราอยู่เดี๋ยวนี้ อดีตเป็นเหตุ ปัจจุบันเป็นผล ทุกๆ อย่างที่ผ่านมาถึงเดี๋ยวนี้มันมาจากเหตุทั้งนั้น อย่างท่านมาจากกุฎิของท่าน นี่เป็นเหตุ ที่มานั่งอยู่ที่นี่เป็นผล มันเป็นอย่างนี้ มันมีเหตุผลอย่างนี้เรื่อยๆ ไป อดีตเป็นเหตุ ปัจจุบันเป็นผล ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล ที่เราอยู่เดี๋ยวนี้ก็เป็เหตุ อดีตเหตุ อยู่ในปัจจุบันนี้ก็เป็ผล ผลเดี๋ยวนี้มันก็เป็นเหตุของอนาคตอีก ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านมองเห็นว่า ทั้งอดีต แล้วก็ทั้งอนาคต คำที่พูดว่าทั้งนี้ ไม่ใช่ทั้งนะ คือมันมาอยู่จุดเดี๋ยวนี้ อดีตอนาคตมันอยู่ที่ปัจจุบัน ปัจจุบันนี้มันเป็นผลของอดีต และมันเป็นเหตุของอนาคตต่อไป ฉะนั้น ทั้งเหตุและผลมันเสีย เอาปัจจุบันนี้ เมื่อทั้งมันก็เป็นเหตุผลของมันอยู่แล้ว คำที่พูดว่าทั้งนั้น ก็ลักแต่ว่าภาษาพูดเท่านั้นละ แต่ความเป็นจริงนั้น ก็เรียกว่าจุดนี้เป็นจุดครึ่ง มันตั้งอยู่ในเหตุผลอยู่แล้ว **ท่านว่าให้ดูปัจจุบันก็จะเห็น** **ความเกิดดับ เกิดดับ อยู่เสมอเรื่อยๆ**

• ไม่แน่

ผมเคยพูดบ่อยๆ แต่คนไม่ค่อยใส่ใจ ถ้ามันเกิดขึ้นในปัจจุบันนี้ ผมก็ว่า เออ อันนี้มันไม่เที่ยง แต่คำนี้คนไม่ค่อยได้ติดตาม อะไรเกิดขึ้นมาผมว่า มันไม่เที่ยง หรือว่า มันไม่แน่ อย่างนี้มันง่ายที่สุดเลย เราไม่ภาวนาไว้ เกิดมันไม่แน่ ไม่เที่ยง ไม่รู้เรื่องมันก็วุ่นวาย อันที่มันไม่เที่ยงนั่นแหละมันจะเห็นของเที่ยง อันที่มันไม่แน่ แหละ มันจะเห็นของแน่ อย่างนี้พูดให้คนเข้าใจ เขาก็ไม่เข้าใจ ก็เลยวิ่งทางโน้นวิ่ง ทางนี้อยู่ตลอดเวลา

ความเป็นจริงถ้าจะให้ถึงความสงบของมันเป็นต้องมาถึงจุดปัจจุบันนี้ อะไรเกิดขึ้นมา สุขทุกข์อะไรเกิดขึ้นมา ก็ว่า มันไม่แน่ **ตัวที่ว่าไม่แน่นั้นแหละ คือตัวพระพุทธรเจ้าแล้วนะนั่น ตัวที่ว่าไม่แน่ คือตัวธรรมะ ตัวธรรมะก็คือตัวพระพุทธรเจ้า** แต่คนไม่รู้จัก เห็นธรรมะอยู่นั่น เห็นพระพุทธรเจ้าอยู่ที่นี่ ถ้าจิตใจของเราเห็นของ ทุกสิ่งทุกอย่างว่าเป็นของไม่แน่ ปัญหาที่เราจะไปยึดมั่นหมายมั่นก็จะค่อยๆ หดไปๆ จะโดยวิธีอย่างไรมันก็แน่ โดยที่มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น ถ้าเราไม่รู้เรื่อง อย่างนี้ ใจก็ปล่อยก็วาง ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่น ตัวอุปาทานนั้นปัญหานั้นก็หมดไปๆ ก็เข้าถึงธรรมะเท่านั้นแหละ จะเอาอะไรมาแย้งว่านั่นไม่มีละ อย่างนั้นธรรมะก็คือ พระพุทธรเจ้า พระพุทธรเจ้าก็คือธรรมะ

ที่ผมสอนว่า มันไม่แน่ มันไม่เที่ยง อันนี้ก็คือธรรมะ ธรรมะก็คือพระพุทธรเจ้านั่นเองแหละ ไม่ใช่อื่นไกลหรอก ที่เราภาวนาพุทฺธๆ อย่างนี้ก็ให้เห็นเป็นอย่างนี้ พุทฺธนั่นคือ ให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้เห็นว่า มันไม่เที่ยง ไม่แน่เท่านั้นละ ถ้าเราเห็นชัดเจนอย่างนี้แล้ว จิตใจเราก็ปล่อยวาง เห็นความสุขก็ไม่แน่ เห็นความทุกข์ก็ไม่แน่เหมือนกัน ไปโน้นมันจะดีก็ไม่แน่ อยู่ที่นี่มันจะดีก็ไม่แน่เหมือนกัน เออ เห็นมันไม่แน่ทั้งนั้นแหละ อยู่ที่ไหนก็สบาย เวลาเราอยากอยู่ที่นี่เราก็อยู่ที่ไม่มีอะไร อยากจะไปเราก็ไป แต่ความสงสัยเราจะหมดไปอย่างนี้นะ หมดไปโดยวิธีที่เราปฏิบัติ คือให้ดูปัจจุบันเท่านั้นละ



อย่าไปห่วงอดีต อย่าไปห่วงอนาคต เพราะอดีตก็ผ่านไปแล้ว เรื่องที่เกิดใน
อดีตก็ดับไปในอดีตแล้ว หหมดแล้ว อนาคตเราก็ปล่อย เรื่องที่จะเกิดในอนาคต
ก็จะดับในอนาคต เราจะไปห่วงใยทำไม ดูปัจจุบันธรรมนี้ว่า มันไม่แน่ มันไม่เที่ยง
พุทโธก็รู้ขึ้นมา เจริญขึ้นมา รู้ความเป็นจริงในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ว่ามันไม่เที่ยง เห็น
อยู่ตรงนี้ ที่นี้อาการของสมาธิก็เจริญขึ้นมาได้

• สงบจิต - สงบกิเลส

สมาธิ หรือความตั้งใจมั่น หรือความสงบ มี ๒ อย่าง ความสงบที่ไปนั่งอยู่
ในป่า สงบ หูไม่ได้ยิน ตาไม่เห็น ไม่ใช่สงบจากกิเลส กิเลสมีอยู่ แต่ในเวลานั้นไม่
ขุ่นขึ้นมา อย่างน้ำที่ตกตะกอนอยู่นั่นแหละ เมื่อยังไม่ขุ่นขึ้นมามันก็ใส เมื่อถูกอะโรมา
กวน มันก็ขุ่นขึ้นมา ท่านก็เหมือนกัน เมื่อมีเสียง ได้ยินเสียง ได้ดูรูป ได้สัมผัสทางใจ
เกิดขึ้นมา ที่ไม่ชอบใจมันก็ขุ่นขึ้นมา ถ้าหากว่าไม่มีขึ้นก็สบาย สบายเพราะมีกิเลส

อย่างเช่น ถ้าท่านอยากได้เทพอันนี้ ท่านก็เป็นทุกข์ พอไปแสวงหาได้เทพอันนี้
มา ท่านก็สบายใช่ไหม สบายได้เทพนี้มาเพื่อไม่สบายนะนี่นะ เพื่อไม่สบายแต่ไม่รู้จัก
เป็นเพราะว่าได้เทพมาก็สบายแล้ว ยังไม่ได้เทพมาเป็นทุกข์ พอหาเทพมาได้สบาย
เมื่อขโมยมาเอาเทพไป ความสบายก็หายไปอีกแล้ว เป็นทุกข์ขึ้นอีกแล้ว มันก็เป็น
อยู่อย่างนี้ ไม่ได้เทพก็เป็นทุกข์ ได้เทพมาแล้วก็สบาย พอเทพหายก็เป็นทุกข์ เป็นอยู่
อย่างนี้ตลอดเวลา นี้เรียกว่าสมาธิในที่สงบ มันเป็นอยู่อย่างนั้น ได้เทพมาแล้วก็สบาย
สบายเพราะอะไร เพราะได้เทพมาตามใจของเรา นี่ สบายแค่นี้ สบายเพราะกิเลสที่
ครอบงำเราอยู่ เราไม่รู้เรื่อง นานๆ ไป ขโมยมาเอาเทพไปก็ทุกข์ขึ้นมาอีก

ฉะนั้น สงบอันนี้สงบเรื่องสมาธิชั่วคราว สมณะ เราต้องมาพิจารณาเรื่องอันนี้
ต่อไป เรื่องต่อไปนี้ได้เทพมาแล้ว ของที่เราได้มานี้แหละ มันจะเสีย มันจะหาย มัน
จะเสียหายไปเพราะเรามีเทพ ถ้าเราไม่มีเทพ เราก็ไม่มีอะไรจะหาย เหมือนอย่างกับ
เกิดมานั้นแหละ เมื่อเกิดมาแล้วก็มีตาย ถ้าไม่เกิดมันก็ไม่ตาย คนที่ตายนี้ก็ล้วนแต่
คนที่เกิดมาทั้งนั้น คนที่ไม่เกิดก็ไม่เห็นตาย อย่างนี้ ถ้าเราคิดได้เช่นนี้ เราได้เทพมา
เราก็รู้ว่าเทพนี้ไม่เที่ยง วันหนึ่งมันจะแตก อีกวันหนึ่งมันจะพัง อีกวันหนึ่งขโมยมัน

จะเอาไปก็ได้ ก็เราเห็นว่ามันไม่แน่นอนแล้ว ที่เทพมันจะแตก มันจะพัง ขโมยจะมาเอาไป มันเรื่องของไม่เที่ยงทั้งนั้น ถ้าเราเห็นอย่างนี้เราก็ใช้เทพอันนี้อยู่ได้

เหมือนท่านอย่างนี้ อยากจะค้าขายทางโลก อยากได้เงินธนาคารมาหมุน ท่านก็เป็นทุกข์ นี่ ทุกข์ อยากได้เงินเขามา หาเงินหาทองมันยากมันลำบาก ก็เป็นทุกข์ เพราะไม่ได้มา อีกวันหนึ่งไปกู้เงินธนาคาร เขาให้มา ก็ดีใจ ดีใจไม่ก็ชั่วโมงหอดอกเบี้ยมันก็กินท่านอีกแล้ว นั่งอยู่เฉยๆ ดอกเบี้ยเขาก็เอาไปกิน แหม เป็นทุกข์อีกแล้ว แนะ ทำไม ไม่ให้เงินมาก็เป็นทุกข์ ได้เงินมาก็นึกว่าสบายแล้ว อยู่ไปอีกวันหนึ่งดอกเบี้ยมันก็เข้ามาอีกแล้ว เป็นทุกข์อีกแล้ว เป็นอยู่อย่างนี้

อันนี้พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนว่า ให้เราดูปัจจุบันนี้ เห็นอนิจจังของกายของจิต ของธรรมะที่มันเกิดแล้วดับอยู่แค่นี้เอง มันเป็นของมันอย่างนั้น อย่าไปยึดมั่นถือมั่น ถ้าเราเห็นเช่นนี้ ความสงบก็เกิดขึ้นมา ความสงบคือการปล่อยวางเกิดขึ้นมาเพราะปัญญาเกิด

• อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ปัญญาเกิดเพราะอะไร เพราะพิจารณาเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั้นเป็นสังขาร เห็นความจริงประจักษ์อย่างนั้นในใจ นี้อย่างนี้ เราจะเห็นชัดในใจของเราอยู่อย่างนี้เสมอ อารมณ์เกิดขึ้นมาแล้ว เห็นมันดับไป ดับแล้วเกิดขึ้นมา เกิดแล้วดับไป ถ้าเรามีความยึดมั่นถือมั่น ทุกข์ก็เกิดขึ้นเดี๋ยวนั้น ถ้าเราปล่อยวางไป ทุกข์ก็ไม่เกิด เราเห็นในใจของเราอยู่อย่างนั้น ก็เป็น *ลักขณโต* อยู่อย่างนั้นแหละ ฉะนั้นเราควรเชื่อคนอื่นเพียงห้าสิบเปอร์เซ็นต์

ในคราวหนึ่งพระสารีบุตรท่านฟังธรรมะ พระพุทธเจ้าของเราเทศน์จบแล้ว พระพุทธเจ้าท่านถามว่า

“สารีบุตรเชื่อไหม”

“ยังไม่เชื่อพระเจ้าข้า”

พระพุทธองค์ท่านชอบใจเลยว่า “ดีแล้ว สารีบุตรอย่าเพิ่งเชื่อง่ายๆ เลย นักปราชญ์ต้องไปพิจารณาเสียก่อนจึงจะเชื่อได้ สารีบุตรต้องไปพิจารณาเสียก่อน”

ถึงแม้ฟังธรรมของพระพุทธองค์ท่านก็ไม่เชื่อไปทุกคำ แต่ท่านก็ไม่ประมาท เอาไปพิจารณา ถ้าการที่ท่านเทศน์มีเหตุผลเกิดขึ้นกับใจของท่าน ใจของท่านเป็นธรรม ธรรมนั้นอยู่ในใจของท่าน มันเป็นอยู่อย่างนั้น พระพุทธองค์ให้เชื่อตรงนั้น เชื่อเพราะคนอื่นก็เห็นด้วย และเราก็เห็นด้วยว่ามันเป็นอยู่อย่างนั้นแน่นอน อย่างนี้

ผลที่สุดก็ให้ดูเท่านั้นแหละ ไม่ต้องดูอื่นไกล ดูปัจจุบัน ดูในจิตของเจ้าของ เท่านั้นแหละ วางอดีต หรือวางอนาคต ให้ดูปัจจุบัน ปัญญาที่เกิดขึ้นตรง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะทำอย่างไร เราเดินไปก็ไม่เที่ยง นั่งก็ไม่เที่ยง นอนก็ไม่เที่ยง อะไรๆ มันก็เป็นอยู่อย่างนั้นแหละ มันจะเที่ยงก็เที่ยงเพราะว่ามันเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่แปรเป็นอย่างอื่น ถ้าความเห็นจบลงตรงนี้ ก็สบายเท่านั้นแหละ

• ทุกข์เพราะคิดผิด

จะไปอยู่ยอดเขาจะเห็นว่าสงบหรือ มันก็สงบชั่วคราวเท่านั้นละ เมื่อหิวข้าวมาก็เหนื่อยอีกแล้ว ขาด “วิตามิน” แล้ว คนเขาเขาไม่รู้จักวิตามิน ลงมาอยู่วัดป่าพง อยู่ในกรุงเทพฯ แหม...อาหารมากไปแะสะ รุน ลำบาก ไปอยู่ไกลๆ ดีกว่า ความ เป็นจริง คนไปอยู่คนเดียวเป็นทุกข์ก็โง่ อยู่หลายคนเป็นทุกข์ก็โง่ทั้งนั้นแหละ เหมือนขี้ไก่ ขี้ไก่ถือไปคนเดียวก็เหม็น เอาไปหลายๆ คนก็เหม็น ถือไปเรื่อยของเนา อย่างนี้ อันนี้เรายังคิดผิดอยู่ ถ้าหากว่าเรามีปัญญานะ อยู่หลายคนก็เห็นว่ามันไม่มี ความสงบ คิดอย่างนี้ก็อาจจะถูกกระมัง แต่ว่าเราจะมีปัญญามากนะ

ผมนี้เกิดปัญญาเพราะมีลูกศิษย์มากๆ นี่แหละ แต่ก่อนน้อย พอโยมมา มาก คนมาหลายๆ ลูกศิษย์มากๆ ต่างคนต่างคิด ต่างมีประสบการณ์มาก รวมเข้ามา ความอดทนก็มากขึ้น เहांที่เราอดทนได้ เราก็พิจารณาไปเรื่อย มันมีประโยชน์ทั้งนั้นแหละ ถ้าเราไม่รู้เรื่องสิ่งเหล่านี้ก็ไปอยู่คนเดียว...ดี อยู่ไปอีกหน่อยก็เบื่อ อยู่หลาย

คน...ดี อาหารน้อยๆ...ดี อาหารมากๆ...ดี อาหารน้อยๆ...ไม่ดี อาหารมากๆ...ไม่ดี ก็
เป็นกันอยู่อย่างนี้ทั้งนั้นแหละ เพราะเรายังตัดสินใจไม่ได้

ถ้าเราเห็นว่ามันไม่แน่นอน มากคนก็ไม่แน่ น้อยคนก็ไม่แน่ อย่าไปยึดมั่น
ถือมั่นเลย มาดูปัจจุบันนี้ ดูร่างกายเราเข้าไป พระพุทธองค์ท่านสอนว่า ให้อยู่ใน
ที่สบาย อาหารสบาย กัลยาณมิตรสบาย ที่อยู่สบาย การที่สบายมันก็หายากนะ
ท่านบอกว่าสบายๆ ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย เช่น วัดนี้สบายไหม อุปัฏฐากที่สบาย
เดี่ยวเขาให้น้ำร้อนน้ำเย็น น้ำตาลทุกวัน พุดดีๆ หวานๆ นุ่นโยมอุปัฏฐาก บางคน
ก็ชอบอย่างนั้น แหม อุปัฏฐากนี่ดีแล้ว สบาย เดี่ยวก็ตายเท่านั้นแหละ นี่อย่างนี้
เรื่องสบายของคนมีหลายอย่าง **ถ้าเรามีจิตใจรู้จักความพอดีของเรา ไปอยู่ที่ไหนก็
สบาย** เมื่อจะอยู่ก็อยู่ เมื่อจะไปก็ไป ไม่ห่วงอะไรอย่างนี้ ถ้าเรารู้น้อยมันก็ยาก
รู้มากมันก็ลำบาก อะไรทั้งหลายมันก็ไม่สบายละ ไม่สบายก็เรื่องของเขาเป็นอยู่
อย่างนี้ เราไม่รู้เรื่อง มันก็เดี่ยวสบาย เดี่ยวไม่สบายสารพัดอย่าง จะไปหาที่ไหน
ท่านพูดถูกแล้ว แต่ว่าจิตเรายังทำไม่ถูก จะไปหาอย่างไร อย่างองค์นั้นทำสมาธิ
ให้มาก ฉันทแล้วหนีไปเลย ทำสมาธิอย่างเดียว ทำจริงๆ จังๆ หรือจะไม่จริงไม่จังก็
ไม่รู้ ถ้าทำจริงจังก็สงบลิ จริงจังทำไม่ไม่สงบ นี่ มันเป็นอยู่อย่างนั้น มันไม่จริงไม่จัง
นั้นแหละ มันถึงไม่สงบ

• ต้องแยกกาย

เรื่องสมาธินั้น อะไรก็ช่างมันเถอะ มันเป็นบทบาทกัน คือล สมาธิ ปัญญา มัน
เป็นรากฐานตายตัวอยู่แล้วละ เป็นเครื่องมือของกรรมฐานเท่านั้นแหละ แล้วแต่ใคร
จะภาวนาค้นคว้าหา มีปัญญา มากก็เห็นง่าย ปัญญา น้อยก็เห็นไม่ง่าย ไม่มีปัญญาเลย
ก็ไม่เห็นเลย ปฏิบัติอย่างเดียวกันก็ไม่เห็นกันเพราะปัญญา จะไปดูครูบาอาจารย์นั้นก็
ให้พิจารณาแยกกายออกไป อาจารย์นั้นทำอย่างไร อาจารย์นี้ทำอย่างไร ก็ดู เท่านั้นแหละ
มันเรื่องนอกๆ ทั้งนั้น ดูกิริยาอาการดูการประพฤติปฏิบัติ มันอยู่ข้างนอก ถ้าดู
อย่างนี้ความสงสัยก็มีเรื่องไป เอ้ ทำไมอาจารย์นั้นทำอย่างนี้ อาจารย์นี้ทำอย่างนี้ เอ้



ทางนั้นอาจารย์เทศน์มาก เอ๊ ทางนั้นทำไมอาจารย์เทศน์น้อย เอ๊ ทางนั้นอาจารย์ท่านไม่เทศน์เลย เป็นบ้าอยู่อย่างนั้นแหละ เลยเป็นบ้าไปเลย เราก็อาลีเรา ที่ถูกมันก็อยู่ตามนั้นแหละ มันเป็นลัทธิมาปฏิบัติทางของเราอย่างนี้ เราดูเป็นตัวอย่างเท่านั้นแหละ เรามาพิจารณาอีกชั้นหนึ่งแล้ว ความสงสัยก็จะหมดไป

• อย่าส่งจิตตาม

พระเถระองค์นั้นท่านก็ไม่พิจารณา อดีตก็ช่างมันเถอะ อนาคตก็ช่างมันเถอะ ไม่ส่งจิตไปละ ท่านก็ดูเอาที่มันเกิดขึ้นเดี๋ยวนี้ ดูจิตอันนี้ ว่าจะมีอาการเกิดขึ้นยังงี้ก็ช่าง ท่านจะบอกว่า เออ อันนี้มันไม่แน่หรอก อันนี้มันไม่เที่ยง สอนมันอยู่อย่างนี้แหละ เดี่ยวเราก็เห็นธรรมะ

เราไม่ต้องวิ่งตามมันสิ อย่างมันเป็นวงจรมันนี่ วงจรมันรอบ นี่เป็นตัวจิตของเรา ลังสารจักร ตัววิญญูะมันวงรอบ จะไปวิ่งตามมันได้ไหม มันเร็วเข้าๆ เราจะวิ่งตามมันได้ไหม ลองวิ่งสิ เรายืนอยู่ที่เดี๋ยวนี้แหละ วงจรมันจะรอบเอง มันมีตุ๊กตาตัวหนึ่งอยู่ที่นี่ ถ้ามันวิ่งเร็ว...เร็ว...เร็ว...เร็ว...เร็วที่สุด เราจะวิ่งตามมันทันไหม ไม่วิ่งหรอก ยืนอยู่ตรงนี้แหละ ตุ๊กตามันวิ่ง เรายืนอยู่ตรงกลาง เราจะเห็นตุ๊กตาทุกๆ ครั้งเลย ไม่ต้องวิ่งตามมัน เรายังตะครุบเท่าไร มันยังไม่ทันเท่านั้นแหละ

• รุดงค์วัตร

เรื่องการไปรุดงค์นี่นะ ทั้งผมสรรเสริญทั้งผมห้ามไว้ แต่ถ้าคนมีปัญญาแล้วก็ไม่มีความอะไร ผมเห็นพระองค์หนึ่งท่านสมาทานว่า ท่านไม่ไปละรุดงค์ รุดงค์ไม่ใช่การไป ท่านคิดง่ายๆ อยู่กับที่นั่นแหละ รุดงค์ ๓ ข้อนะแหละปฏิบัติให้มันเข้มงวดอยู่ตรงนี้ ไม่ต้องสละพายกลดสละพายบาตรให้มันเหนื่อยหรอก นี่ก็ถูกของท่านเหมือนกันนะ แต่มันไม่พอใจ ถ้าเราอยากไป ถ้ามันเห็นชัดจริงๆ ละก็ พุดคำเดียวเท่านั้นมันก็เห็น



อย่างผมเล่าให้ฟังมีเงรอนงค์น้อยที่ไปอยู่ป่าช้านะ ไม่เคยไปเลย ไปอยู่องค์เดียว ๖ วัน ๗ วัน อยู่กลางป่าช้าคนเดียว เด็กแท้ๆ ผมเป็นห่วง ไปถาม ไปดู เห็นไปบิณฑบาตในหมู่บ้านแล้วก็มาฉัน มีแต่หลุมฝังศพทั้งนั้นรอบข้าง เณรก็นอนอยู่อย่างนั้นองค์เดียวตลอด อยู่ที่บ้านกลางนี้ได้ ๗ วันแล้ว ผมไปถามดู ท่าทางก็อยู่สบาย ไปถามว่า

“เอ ไม่กลัวเหรอ”

เณรบอก “ไม่กลัว”

“ทำไมถึงไม่กลัวนี่”

“คิดว่ามันคงไม่มีอะไร”

เท่านั้นเองมันก็หยุด ไม่ได้ไปคิดอย่างอื่นให้ยุ่งยาก นี่ หายเลย หายกลัว ลองทำแบบนี้ดูซิ ผมว่า การยืน การเดิน การไป การมา การทำกิจธุระเล็กๆ น้อยๆ ถ้าเรามีสติเราไม่ปล่อย มันไม่เสื่อมทรอก ไม่เสื่อม อาหารมากๆ ก็เป็นทุกข์ว่าลำบาก ลำบากทำไม เอาขึ้นเดียวเท่านั้น แล้วก็ให้คนอื่นเขาไป จะลำบากมันทำไม ยุ่งยุ่งอะไร เอาขึ้นเดียวก็พอ ให้เขาเสีย เราเสียตายมันก็ยากสิ อันนี้ไม่เอา ตักอันนั้นใส่อันนี้ ตักใส่จนไม่อร่อยเท่านั้นละ เลยนึกว่าอาหารมากนุกุ่น วุ่นเอาหลายทำไมล่ะ เราไปวุ่นกับมันนี่ เอาสักขึ้นหนึ่งก็พอแล้ว นี่ไปหาว่าอาหารมากวุ่น มันจะวุ่นอะไร อาหารนะ อ้าว บ้าสิ จะวุ่นอะไร คนหลายๆ วุ่น วุ่นอะไร ที่เรากำลังอยู่ทุกวันนี้จะไปทำอะไรมาก ไปบิณฑบาตแล้วก็กลับมาฉัน มีกิจธุระเล็กๆ น้อยๆ ก็ทำ เรามีสติอยู่เราก็อำนาจ เราไม่ขาด เวลาทำวัตรนี้มันเสื่อมทรอก ถ้าทำวัตรเสื่อมก็ปฏิบัติไม่ได้ เท่านั้นแหละ ก็เราไปกราบไหว้สร้างความคิดทั้งนั้น มันจะเสื่อมอะไร จะเห็นว่าไปทำวัตรยุ่ง ไม่ยุ่งทรอก เรานะ ถ้าเราคิดให้มันยุ่ง มันก็ยุ่ง ไม่ไปมันก็ยุ่ง

เราต้องคิดอย่างนี้ให้ดีๆ ถေး ทุกคนก็ชอบจะเป็น ไหมๆ ก็ชอบเป็นอย่างนั้น ละ ความเป็นจริงนะ เราไปยุ่งกับมัน เราอยู่กับหมู่คณะก็อยู่ดี ใครจะทำอะไรก็ทำไป ผิดบ้าง ถูกบ้าง เราก็อบรมแนะนำกันไป ใครไม่อยู่ก็ไป ใครอยู่ก็อยู่ มันยังมีประโยชน์ละ พระ ก พระ ข พระ ค พระ ง ก็ยิ่งเห็น เอ้ ท่านองค์นี้ ท่านอยู่ของท่านยังไงนะ ท่านถึงอยู่อย่างๆ มันยังเป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ คนหลายๆ อย่าง เราเป็นลูกวัดนี่นะ มีกิจ ท่านพาพระเถรทำ เราก็ทำเสีย จะเป็นอะไร เมื่อเลิกเราก็หยุด สิ่งที่ถูกต้องเราก็พูดไป สิ่งที่ไม่ถูกไม่ดีเราก็ไม่พูด เก็บเสีย อาหารก็อย่าเอามาก เอามากเสีย เอามากขึ้นสองขึ้นแล้วก็เลิก เห็นมีมาก อันนี้ก็เอานิด อันนั้นก็เอาหน่อย เอาทุกอย่าง นิมนต์เถาะเจ้าคะ นิมนต์เถาะ มันก็ยุ่งเท่านั้นแหละ ก็เราปล่อยมันไปนี่ จะยุ่งทำไมละ อันนี้เราไปยุ่งกับมัน ก็นี้กว่าอาหารมันมายุ่งกับเรา คิดกันเสียอย่างนี้ ผมว่ามันสบาย แต่ปัญญาเราน้อย ปัญญาเราไม่ถึงต่างหาก

• สงบที่ความเห็นชอบ

ถ้าพูดกันจริงๆ นะ สำหรับพวกประพฤติกฎปฏิบัติ ถ้าจะให้ผมอยู่วัดบ้านก็ได้ เสกคาถาเข้า *สุทธิ อสุทธิ ปัจฉัตตัง* ความบริสุทธิ์ ไม่บริสุทธิ์ เป็นของเฉพาะตัว ให้มันไป จะไปทางไหน จะทำยังไง ถ้าถึงคราวที่จำเป็นจะต้องทำอย่างนั้น พระพุทธเจ้าตรัสให้อยู่ในที่สงบ เราก็หาที่สงบเท่าที่เราหาได้ ถ้าหากว่าหาไม่ได้ เรารู้จักความสงบอยู่ที่นี้ก็อยู่ เมื่อเราจะต้องอยู่ ก็ให้สงบ อย่าให้เป็นตัณหาสิ ไปก็อย่าให้เป็นตัณหา อยู่ก็อย่าให้เป็นตัณหา ให้รู้เรื่องของมัน แต่สภาวะความเป็นอยู่ของพระเถร ท่านให้อยู่ในที่สงบ บางทีหาที่สงบไม่ได้จะทำยังไง เดี่ยวก็เป็นบ้าเท่านั้นแหละ จะไปไหน อยู่ที่นี่ อยู่มันตรงนี้แหละ อยู่ให้ได้ดี ท่านให้รู้กาลรู้เวลาอย่างนี้ แต่ว่าปกติท่านไม่ให้แฟนผ่านไป ให้อยู่ในที่สงบ ก็จริงอยู่ ในเมื่อหาที่สงบไม่ได้ เราจะต้องอยู่ที่นี้สักเดือนหรือ ๑๕ วันนี่ จะทำยังไง ชาติใจตายเท่านั้นสิ



ให้เราดูเรื่องอย่างนี้ จะไปเรื่อยๆ ก็อย่างนี้แหละ ไปอีกก็อย่างนี้แหละ สงสัย อยู่เรื่อย เดี่ยวก็เป็นไข้มาเลเรียมาเท่านั้นแหละ เดี่ยวก็ไปฉีดยาไข้มาเลเรีย เดี่ยวก็วุ่น ความเป็นจริงนั้นนะ การประพฤติปฏิบัติให้มีความเห็นที่ถูกต้อง ให้เกิดสัมมาทิฐิ เท่านั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องอะไร แต่เราหาเราพยายามหา มันก็ยากอยู่สักหน่อย เพราะ ปัญญาไม่มาก ความเข้าใจไม่พอ

หรือว่ายังไง ลองอีกก็ได้ เื่อ เบื่อจุดดงค์แล้ว อันนี้ก็ไม่ว่า ถ้าผมภาวนานะ แหม ไม่ไปแล้ว เื่อ อันนี้ก็ไม่ว่า ถ้าในใจผมว่าไม่ไปแล้วจุดดงค์ เื่อ ไม่น่า เดี่ยวก็ อยากไปอีกแล้ว หรือจะไปจุดดงค์เรื่อยๆ อย่างนี้ไม่มีจุดหมายปลายทาง อันนี้ก็ไม่ว่า อีก ต้องภาวนาอย่างนี้ ชัดมันเสีย นี่มันจะไปจุดดงค์ ก็แน่ มันจะอยู่ที่แน่ ผิดทั้งนั้นแหละ เอาแต่ที่มันผิดๆ ทั้งนั้น ไปดูซิ ผมพิจารณาแล้ว ผมพูดง่ายๆ ฟังดูซิ พิจารณาดู มันเป็นอย่างนั้นจริงๆ มันก็เห็นความจริงของมันเท่านั้นแหละ เมื่อเห็นความจริงแล้วจะทำยังไง มันก็ถูกต้องของมันแล้ว จะทำยังไง จะไปที่ใด จะอยู่ที่ใด แต่ให้มีเหตุผล ไม่ใช่ว่าไม่ให้หนังไม่ให้เดินไปไหน ไม่ใช่อย่างนั้น เดินไปให้มันเหนื่อย เอะ ให้มันเต็มทีเลย ให้มันเหนื่อย แต่ก่อนเห็นภูเขา แหม สบายดีเหลือเกิน เดี่ยวนี้เห็นภูเขา โอ๊ย ถอยกลับแล้ว ไม่ไปแล้ว แต่ก่อนเห็นภูเขาสบาย นี่กว่าจะอยู่ ภูเขาตลอดชีวิตโน่น...

ท่านตรัสว่าให้ดูปัจจุบัน ให้รู้จักปัจจุบันตามเป็นจริง คำพูดท่านพูดไว้ถูกต้องแล้ว แต่เราคิดยังไม่ถูก ความเห็นยังไม่ถูกต้อง มันจึงไม่สบาย ไปลองดูก็ได้ ไปเรื่อยๆ อย่างนั้น

การไปจุดดงค์นี้ละ ผมไม่อยากจะห้าม แต่ก็ไม่ได้ยินยอมอนุญาต ฟังออกไหม ผม ไม่อยากที่จะห้าม ไม่อยากอนุญาต แต่พูดอะไรให้ฟัง ไปจุดดงค์นี้ให้มันมีประโยชน์ อย่าไปเที่ยวเล่น ทุกวันนี้ผมเห็นว่าไปเที่ยวเล่นกันเสียมากกว่าเป็นประโยชน์ ไปก็ให้เป็นจุดดงค์ อยู่ที่ให้เป็นจุดดงค์ เดี่ยวนี้มันถือการไปเที่ยวเล่นเป็นจุดดงค์เสีย โทกหก เจ้าของด้วยนั้นแหละ คิดเอาเอง จุดดงค์มีประโยชน์ เอาความหมายว่าเราไปจุดดงค์ เพื่ออะไร ไปก็ไปเถอะ ผมขอให้มันมีประโยชน์ก็แล้วกัน จึงจะไม่เสียเวลา พระไปจุดดงค์ ผมก็ห้ามนะ ถ้าเห็นไม่สมควรไป แต่ว่าไปจริงๆ แล้ว ผมก็ไม่ได้ห้าม

แต่เมื่อจะไปก็ถามกันหน่อย ไปอยู่ภูเขากี่ดี ผมเคยสมัยก่อนตอนเช้าตื่นขึ้นมาทางไปบิณฑบาต โน่น ต้องข้ามเขาลูกนี้ไป บางวันกลับมาฉันไม่ทัน ถ้าเราคิดทุกวันนี้แล้วนะ ไม่ต้องไปให้มันลำบากลำบากอะไรนั้นนะ เดินไปบิณฑบาตบ้านกลางนี่แล้วก็กลับมาฉัน แล้วก็ทำความเพียรมาดีกว่า ถ้าเราทำให้มันถูกนะ นอกจากที่เราฉันแล้วนอนเท่านั้น มันก็ไม่ถูก อย่างเป็นทางการตอนเช้า ต้องข้ามเขาลูกหนึ่งก็อุตุสำคัญไป กลับมาบางวันต้องฉันจึงหันกลางเขา มันจะไม่ทันถึงที่ เมื่อคิดมาเดี๋ยวนี้แหละ ผมคิดจะไปทำไม ถ้าเราหาหมู่บ้านสบายๆ ขนาดนี้ อย่างบ้านกลาง บ้านกอนี่ ตอนเช้าไปบิณฑบาตแล้วก็มาฉันจะได้พักผ่อน จะได้ทำจิตใจดีกว่า เราฉันเสร็จแล้วทางโน่นยังไม่มาฉันบิณฑบาตเลย ข้ามเขาอยู่โน่น คนหนึ่งก็คิดไปอย่างหนึ่ง ให้มันพบทุกข์นั้นแหละมันจึงจะรู้จักทุกข์ แต่มันมีประโยชน์ ถ้าไปเป็นประโยชน์ ผมไม่โทษคนอยู่ไม่โทษคนไป ไม่สรรเสริญคนอยู่ ไม่สรรเสริญคนไป สรรเสริญที่มีความเห็นถูกต้องนั้นแหละ อยู่ก็เป็นภาวนา ไปก็เป็นภาวนา ไปเป็นกลุ่มเพื่อน หมู่ไหนก็ไปหมู่นั้น ตามเรื่องตามราว มันไม่ถูกต้อง

ว่ายังไง เท่าที่เล่าความเห็นมานี้ จะเอายังไงดี จะทำยังไงต่อไปอีก การปฏิบัตินะ

พระ ก : หลวงพ่อครับ อารมณ์กรรมฐานที่ถูกจริต ผมเคยเจริญพุทโธ กับ อานาปาฯ นาน จิตก็ไม่เคยสงบ ระลึกความตายก็ไม่สงบ ระลึกชั้นที่ ๕ ไม่สงบหมดปัญญา

หลวงพ่อก : วางมัน หมดปัญญา วางมัน

พระ ก : เวลานั่งสมาธิ ถ้าได้สงบนิดหน่อย สัญญาเยอะเยอะไปหมดจะรบกวน

หลวงพ่อก : นั้นแหละ มันไม่เที่ยง ไม่แน่ ไม่แน่ บอกมันเลย ไม่แน่ทำไว้ในใจ ทั้งหมดอารมณ์มันไม่แน่ทั้งนั้น ไว้ใจใจเลยนะ ทำสมาธิแล้วจิตไม่สงบ ไม่แน่เหมือนกัน จิตนี้สงบแล้ว ไม่แน่เหมือนกัน เอามันไม่แน่นี้ ไม่ต้องเล่นกับมันทั้งนั้นแหละ อย่าเอา ปล่อยวาง สงบก็อย่าไปคิด อย่าไปเอาจริงเอาจังกับมัน ไม่สงบก็



อย่าเอาจริงเอาจังกับมัน วิญญาณัง อนิจจัง เคยได้อ่านไหม วิญญาณก็ไม่ต้อง
 เคยได้อ่านไหม จะไปทำยังไงกับมันละ ฮี สงบมันก็ไม่เที่ยง ไม่สงบมันก็ไม่เที่ยง
 เราจะมีความเห็นยังไงต่อไป เรามีความรู้อยู่อย่างนี้ละ สงบก็ไม่แน่ ไม่สงบก็ไม่แน่
 เราจะอยู่ยังไงถ้าจิตเราคิดอย่างนี้ ถ้าเรามีความรู้อยู่อย่างนี้ละ ความสงบมาก็รู้ว่าอันนี้
 มันไม่แน่ ไม่สงบมา เราก็รู้ว่ามันไม่แน่ ความรู้สึกเราจะอยู่อย่างไร ตรงนั้น รู้ไหม

พระ ก : ไม่ทราบครับ

หลวงพ่ : ก็ดูตรงนั้นสิ มันสงบได้ก็วัน ที่ว่านั่งไม่สงบไม่แน่ หรือมันสงบ
 ดีจัง ไม่แน่เหมือนกัน เอาสิ มันจะอยู่ตรงไหน ไส้มันสิ ไส้จี้เข้าไป อยู่ตรงนั้นแหละ
 ไม่ต้องไปไหน เดี่ยวก็สงบเท่านั้นแหละ ภาวนาพุทโธก็ไม่สงบ อานาปานสติก็
 ไม่สงบ ก็ไปยึดไม่สงบนั้นแหละ ถ้าเราภาวนาพุทโธ..พุทโธ ไม่สงบ ไม่แน่เหมือนกัน
 อานาปานสติไม่สงบ ไม่แน่เหมือนกัน ไม่เล่นกับมันทั้งนั้นแหละ มันสงบก็ไม่เล่น
 กับมันละ มันหลอกลวงนี้ มีแต่ความหมายมันทั้งนั้นแหละ เราต้องฉลาดกับมัน
 ลักนิดหนึ่งสิ ถ้ามันสงบละก็ เออ ไซ้แล้ว ไม่สงบก็ ฮี วุ่นวาย จะไปสู้มันได้อะไร
 มันสงบ รู้ว่ามันสงบแล้วนะ ไม่แน่ ไม่สงบ ดูแล้วมันไม่สงบ ก็อย่างนั้นแหละ
 ไม่แน่เหมือนกัน

ถ้าเรามีความรู้สึกอย่างนี้ มันจะยุบลงเดี๋ยวนั้นเลยแหละ เมื่อเราทวงมัน เมื่อ
 มันไม่สงบ นี่ก็ไม่แน่เหมือนกัน ยุบลงเดี๋ยวนั้นที่เดี๋ยวละ เอียง เรือต้องเอียงเลย
 ลองซิ เราไม่ทันมันนี่ เดี่ยวเราจะเอาอย่างนั้น ไม่แน่เหมือนกัน ยุบเลย เอ้า ลองดูซิ
 ทวงมันเข้าไป นี่ไม่ทวงมันนี่ คล้ามมันไป ให้มันวิ่ง แล้วก็คล้าๆ มันไปเรื่อยอย่างนั้น
 ไม่ทวงมัน ไส้มันเข้าไปเลย อย่าให้มันอยู่ แต่เมื่อผมเทศน์ให้ฟังก็ร้อง โอ๊ย หลวงพ่
 นี้เทศน์แต่เรื่องไม่แน่ทั้งนั้นแหละ เดี่ยวก็เบื่อกุ๊กหนีไปแล้วนะ ไปฟังเทศน์ หลวงพ่
 ก็เทศน์แต่เรื่องไม่แน่ทั้งนั้นแหละ เบื่อแล้วก็ไปทำให้มันแน่ ดูซิ เออ เดี่ยวก็กลับมา
 อีกแล้ว ลองจำไว้ในใจลึกๆผมพูด ไปเถอะไป ถ้าไม่เห็นอย่างผมว่านี่ ไม่สงบเลย
 ไม่สบาย ไม่มีที่จะอยู่หรอก

ทำสมาธิให้มากนะผมก็เห็นด้วยเหมือนกัน เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ รู้ใหม่ คำพูดนี้รู้ใหม่ วิมุตติ แปลว่า การหลุดพ้นจากอาสวะ มี ๒ อย่าง เจโตวิมุตติ อำนาจของจิตมากที่สุด คือ เรื่องสมาธิมากจึงทำปัญญาเกิดได้ ปัญญาวิมุตติ ทำสมาธิพอเป็นรากฐาน เหมือนต้นไม้ที่เห็นใหม่ บางชนิดเอาน้ำใส่ มันบานขึ้นมานะ บางต้นเอาน้ำใส่ ตาย ต้องใส่แต่น้อยๆ พอดีๆ เห็นใหม่มันต้นสน สนหลังตระนะ ไปเอาน้ำใส่มากๆ ตายนะ ใส่แต่น้อยๆ ไม่รู้มันเป็นอะไร แต่อย่างต้นนี้ ดุชิ แห้งออกอย่างนี้ มันขึ้นมาได้ยังไง ลองคิดดูซิ มันจะได้น้ำมาจากไหน ใบมันจึงใหญ่จึงโตอย่างนี้ บางต้นต้องใส่น้ำให้มากๆ จึงจะได้ใบใหญ่ขนาดนี้ แต่อย่างต้นนี้มันน่าจะตายอีกอย่างหนึ่งเขาปลูกเขวนเอาไว้ รากมันห้อยลงมากินลม มันน่าจะตายนะ ถ้าเป็นไม้ธรรมดามันคงแห้งไปหมดแล้ว นี่อีกหน่อยใบมันจะยาวขึ้นมาเรื่อยๆ ไม่มีน้ำนะ น้ำไม่มี เป็นอย่างนี้เห็นใหม่ นี่ก็เหมือนกัน ธรรมชาติมัน

เจโตวิมุตติ วิมุตติแปลว่าการหลุดพ้น ต้องทำกำลังใจให้เข้มแข็ง มีสมาธิมากๆ อย่างหนึ่ง ก็เหมือนกับต้นไม้บางชนิดต้องให้น้ำมากๆ มันจึงจะเจริญขึ้น แต่อีกอย่างหนึ่งไม่ต้องให้น้ำมาก ให้น้ำมาก...ตาย ต้องให้น้ำน้อยๆ เพราะมันเป็นอย่างนั้น มันเจริญของมันได้อย่างนั้น ฉะนั้นท่านจึงตรัสว่า เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ วิมุตติการหลุดพ้น การที่จะหลุดพ้นต้องใช้ปัญญาและกำลังจิต จิตกับปัญญาต่างกันใหม่

พระ ก : ไม่ครับ

หลวงพ่ : ทำไมถึงแยกละ ทำไมถึงแยกเป็นเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ

พระ ก : เป็นเพียงคำพูดครับ

หลวงพ่ : นั้นแหละเห็นใหม่ ไม่อย่างนั้นเราก็ไปเที่ยวแยก เดียวก็เป็นบ้า เท่านั้นแหละ แต่ว่ามันเอียงกันนิดหน่อยนะ จะว่าอันเดียวกันก็ไม่ใช่ คนละอันก็ไม่ใช่ ผมจะตอบอย่างนี้ถูกไหม ผมจะตอบว่าอันเดียวกันก็ไม่ใช่ คนละอย่างก็ไม่ใช่ ผมจะตอบอย่างนี้ เอาไปพิจารณาซิ



พูดถึงความเท่าทันนะ ครั้งหนึ่งผมไปพักที่วัดร้างแห่งหนึ่งองค์เดียว มะไฟที่วัดร้างแห่งนั้นเยอะเลย อยากรับเงินเหลือเกิน ผมก็ไม่ได้เงิน ความหวาดความกลัวว่ามันเป็นของสงฆ์ มีโยมคนหนึ่งสละพายตะกร้ามาขอเราไปปักกลดที่นั่น เขาจะคิดว่าเราเป็นเจ้าของหรือยังงี้ก็ไม่รู้ เขามาขอ ผมก็คิด เอ! จะให้เขาก็ไม่ได้นะ ครั้นจะไม่ให้ เขาก็จะว่าพระหวง มีแต่โทษทั้งนั้น ผมเลยตอบ

“โยม อาตมาพักที่วัดนี้ไม่ใช่อาตมาเป็นเจ้าของนะ ที่โยมขอมานี้ก็เห็นใจอยู่เหมือนกัน อาตมาไม่ห้ามแต่ก็ไม่อนุญาติ ฉะนั้น แล้วแต่โยมเถอะ”

โอ้ เขาไม่เอาแฮะ เออ คำตอบอย่างนี้ก็ดีเหมือนกัน ไม่ห้ามแต่ไม่อนุญาติเราหมดภาระเลย พูดไปอย่างนี้ก็มีประโยชน์มันทันเขา ดี พูดแล้วก็ดี ดีจนกระทั่งทุกวันนี้แหละ บางทีคนพูดแปลกๆ มันก็ไม่กล้าเอา

จริตคืออะไร

พระ ก : จริต เอ้อ! ไม่ทราบจะตอบอย่างไร

หลวงพ่ : จิตก็อันนี้ จริตก็อันนี้ ปัญญาก็อันนี้ จะทำยังไงละที่นี้ ดูซิว่ายังไงลองดูซิ ราคจริต โทสจริต โมหจริต พุทธจริต จริตก็คือจิตใจของคนเราที่มันแอบแฝงในสภาวะอันใดอันหนึ่งมากกว่าเขา เป็นราคะบ้าง โทสะบ้าง ทุกอย่างมันก็เป็นภาษาคำพูดเท่านั้นแหละ แต่มันแยกกันออกไป

ได้ ๖ พรรษาแล้วนะ เออ! วิ่งตามมันเห็นจะพอแล้วมั้ง วิ่งมาหลายปีแล้วที่มีหลายคนอยากจะไปอยู่องค์เดียว ผมไม่ว่าหรอก อยู่องค์เดียวก็อยู่เถอะ อยู่หลายองค์ก็อยู่ ไม่ผิดหรอกถ้าไม่คิดผิด อยู่องค์เดียวคิดผิดมันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ลักษณะที่อยู่ของผู้ปฏิบัติเป็นที่สงบหน่อยนะ แต่ว่าในเมื่อที่สงบระงับเช่นนั้นไม่มี เราก็ตายสิ มันร้อนนี้ อย่หาทางอะไรให้มันมาก ให้มันย่อเข้ามา ให้มาอยู่ที่จิตใจเจ้าของ ที่ผมพูดนะ ดูไปนานๆ อย่าไปทึ่ง ให้มีความรู้เอาไว้ ที่ผมว่า อนิจจัง อนิจจัง ต้องดูไปนานๆ เถอะ เตียวจะเห็นชัดหรอก ผมเคยได้คำพูดจากอาจารย์องค์หนึ่งเมื่อครั้งผมภาวนาใหม่ๆ ท่านว่า กรรมฐานนี้ปฏิบัติไปเถอะ อย่าสงสัยมันอย่างเดียวเท่านั้นแหละ พอแล้ว.



อารมณ์เป็นอารมณ์
จิตเป็นจิต
ที่จิตเป็นสุขเป็นทุกข์
เป็นดีเป็นชั่ว
เพราะจิตหลงอารมณ์

๒๓ | กว่าจะเป็นสมณะ

วันนี้ให้โอวาทพิเศษเฉพาะพระภิกษุสามเณร ให้พากันตั้งอกตั้งใจฟัง เรื่องใดเรื่องอื่นที่เราจะมาศึกษาสนทนาให้ความเห็นกันนั้น นอกจากการ ประพฤติปฏิบัติพระธรรมวินัยแล้วไม่มี

ทุกท่านทุกองค์ให้พากันเข้าใจเสียว่า บัดนี้เรามีเพศเป็นบรรพชิต เป็นนักบวช ก็ควรประพฤติให้สมกับที่เป็นพระ เป็นเณร เพศฆราวาสเรา เคยผ่านมาเคยเป็นมาแล้ว อยู่ในเพศที่มีลักษณะวุ่นวาย ไม่มีข้อวัตรปฏิบัติ ฉะนั้น เมื่อเราเข้ามาอยู่ในเพศของสมณะในพระพุทธศาสนาก็ต้องมีการ เปลี่ยนแปลงจิตใจของเราให้ต่างจากฆราวาส การพูดการจา การไปการมา การขบการฉัน การก้าวไปถอยกลับ ทุกอย่างให้สมกับบรรพชิต ที่ท่าน เรียกว่า “**สมณะ**” ท่านหมายถึง**ผู้สงบระงับ** แต่ก่อนเราเป็นฆราวาส ไม่รู้จัก ความหมายของสมณะ คือ ความสงบระงับล้วนแต่ปล่อยกายปล่อยใจให้



ว่าเรื่งบันเทิงไปตามกิเลสตัณหา อารมณดีก็พากันดีใจ อารมณไม่ดีก็พากันเสียใจ นั้นเป็นไปตามอารมณ เมื่อจิตใจเป็นไปตามอารมณอันนั้น ท่านว่าคนไม่ได้รับการเจ้าของ คนยังไม่มีที่พึ่ง ไม่มีที่อาศัย จึงปล่อยใจไปกับความเรื่งบันเทิงใจ ไปกับความทุกข์ โศกเศร้า ปรีทเวระ ความร่ำไรร่ำพัน ไม่มีการยับยั้ง ไม่ได้พินิจพิจารณา

ในพระพุทธศาสนาของเรา เมื่อบวชเข้ามาเป็นเพศของสมณะแล้ว ก็ต้องมาทำกายของสมณะนั้น เป็นต้นว่า ศีรษะเราก็โกน เล็บเราก็ตัด เครื่องนุ่งห่มของเราก็เป็นเครื่องของผ้ากาสาวพัสตร์ เป็นธงชัยของพระอรียเจ้าทั้งหลาย เป็นธงชัยของพระพุทธเจ้า เป็นธงชัยของพระอรหันต์ ที่พวกเราเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนานี้ได้มาอาศัยมูลหรือมรดกของพระบรมศาสดาของเรา จึงมีความเป็นอยู่ที่พอเป็นไปได้อย่างเช่นเสนาสนะที่อยู่อาศัย ก็อาศัยบุญคือผู้มีศรัทธาสร้างขึ้นมา อาหารการขบฉันก็ไม่ต้องทำ นี่ก็อาศัยมูลหรือมรดกที่พระบรมศาสดาของเราวางเอาไว้ ยาบำบัดโรค ผ้านุ่งห่มทั้งหลายเหล่านี้ ล้วนแต่เรามาอาศัยมรดกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนาแล้ว สมมุติว่าเป็นพระ เป็นพระโดยสมมุติ ยังไม่ได้เป็นพระแท้ะ เป็นพระโดยสมมุติ คือ เป็นพระเฉพาะกาย โกงนผมห่มเหลืองเท่านี้แหละ เลยเป็นพระโดยสมมุติ ยังไม่เป็นพระจริงๆ สมมุติว่าพระเฉยๆ เหมือนกันกับการที่เขาเอาไม้มาแกะสลัก สมมุติว่าเป็นพระพุทธเจ้าอย่างนั้น เอาปูนมาปั้นขึ้นเอาทองมาหล่อหลอมขึ้น สมมุติว่าเป็นพระพุทธเจ้า แต่ที่จริงไม่ใช่ เป็นทอง เป็นตะกั่ว เป็นโลหะ เป็นไม้ เป็นครึ่ง เป็นหิน นั่นคือสมมุติ สมมุติเป็นพระพุทธเจ้า แต่ไม่ใช่พระพุทธเจ้าจริงๆ เป็นพระพุทธเจ้าโดยฐานสมมุติ ไม่ใช่พระพุทธเจ้าแท้

เรานี้ก็เหมือนกัน ถูกกำหนดว่าเป็นพระ มาบวชในพระพุทธศาสนาแล้ว แต่ยังไม่เป็นพระหรรอก เป็นแต่เพียงสมมุติ ยังไม่เป็นจริงๆ คือ จิตใจของเรานั้น เมตตากรุณา มุทิตา อุเบกขา จิตทั้งหลายยังไม่พร้อม ความบริสุทธิ์ยังไม่ทันถึงที่มีความโลภ มีความโกรธ มีความหลงกันไว้ ไม่ให้ความเป็นพระเกิดขึ้นมา เพราะสิ่งเหล่านี้เรารู้ว่ามีมาตั้งแต่ก่อนโน้น ตั้งแต่วันเกิด ตั้งแต่ชาติก่อนๆ มีโลภ มีโกรธ มีหลง หล่อเลี้ยงมาตลอดถึงทุกวันนี้ ฉะนั้น เมื่อเอาพวกนี้มาบวชจะให้เป็นพระ มันก็ยังเป็นพระสมมุติ คือยังอาศัยความโลภ อาศัยความโกรธ อาศัยความหลง



นั่นแหละที่เป็นอยู่ในใจของเรานั้น ถ้าเป็นพระท่านก็ละพวงนี้ออก ละความโลภออกจากใจ ละความโกรธ ละความหลงออกจากใจ หมดพิชหมตภัย ถ้ายังมีพิษอยู่ มันก็ยังไม่เป็น จะต้องละสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ออกให้ถึงความบริสุทธิ์

ฉะนั้น เราจึงพากันมาริเริ่มที่จะทำลายความโลภ ทำลายความโกรธ ทำลายความหลง ซึ่งเป็นกิเลสส่วนใหญ่มีในตัวของเราท่านทุกๆ องค์ มันกั้นเราไว้ในภพชาติทั้งหลาย ให้ถึงความสงบไม่ได้ก็เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ขวางกั้นสมณะ คือ ความสงบให้เกิดขึ้นทางใจของเราไม่ได้ ถ้าเกิดขึ้นไม่เราก็ดังไม่เป็นสมณะ ก็คือ ใจของเรายังไม่สงบจากความโลภ ความโกรธ ความหลงนั่นเอง ฉะนั้น เราจึงมาปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อทำลายโลภ โกรธ หลง ออกจากใจของเรา ถ้าเอาโลภหรือโกรธหรือหลงอันนี้ออกจากใจของเราแล้ว มันถึงจะเป็นความบริสุทธิ์ ถึงความเป็นพระแท้ ที่เราปฏิบัติอยู่นี้ก็เรียกว่า เราเป็นพระโดยสมมุติ สมมุติเฉยๆ ยังไม่ได้เป็นพระ ฉะนั้นเรามาสั่งสร้างพระขึ้นในใจของเรา สร้างพระขึ้นทางใจ ไม่ใช่ทางอื่นทางใด

การที่จะสร้างพระขึ้นทางใจได้นั้น มีใช่เอาแต่ใจอย่างเดียว ภายนอกหนึ่ง วาจาหนึ่ง มันต้องเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน ก่อนที่กายจะทำได้ วาจาจะทำได้ ก็เพราะมันเป็นจากใจ แต่ถ้าเป็นแต่ใจอย่างเดียว กายไม่ไปทำ วาจาไม่พูด มันก็เป็นไปไม่ได้ ฉะนั้นมันเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน พูดถึงใจ พูดถึงความสวยงาม ความเกลี้ยงความเงาของมัน ก็เหมือนพูดถึงไม้หรือเสาที่มันเกลี้ยงแล้ว ไม้ที่เราเอาไปทำเสาทำกระดานต่างๆ ก่อนที่มันจะเกลี้ยงเงา เขาจะหาชะแล็กเสร์จดูเป็นของงาม เราต้องไปตัดต้นไม้มาก่อน ตัดต้นตัดปลายซึ่งเป็นของหยาบๆ แล้วก็ไปผ่าไปเลื่อย อะไรต่างๆ เหล่านี้ใจก็เหมือนกับต้นไม้ที่นั่นแหละ มันต้องผ่านของหยาบๆ มา ทำลายทุกสิ่งทุกอย่างที่มันไม่เกลี้ยงไม่เงานั้น ทำลายมาจนถึงความสวยงาม เป็นสัดส่วนได้ก็เพราะมันผ่านเหตุการณ์หยาบๆ มา

เหมือนกับนักปฏิบัติเรานั้นเอง ที่เรามาคำจิติใจให้บริสุทธิ์ระงับนั้นก็ดี แต่มันเป็นของยาก มันจะต้องผ่านมาจากข้างนอก คือ กาย วาจา ให้เข้ามาได้ก่อน จึงมาถึงความเกลี้ยงความเงา ความสวยงามงาม เหมือนกับเรามีโต๊ะมีเตียงอยู่แล้ว

อย่างนี้ สวยแล้ว งามแล้ว แต่ก่อนมันก็เป็นของหยาบ เป็นตัน เป็นลำ เราก็มานัด ตัดต้นตัดใบ ผ่านของหยาบมา เพราะทางมันต้องเดินมาอย่างนั้น จึงมาเป็นโต๊ะ เป็นเตียง จึงมาเป็นของสะสวยได้ บริสุทธิไปด้วยดี

ฉะนั้น หนทางเดินเข้าหาความสงบระงับที่ถูกต้อง ตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านทรงบัญญัติไว้ นั้น ท่านบัญญัติศีลไว้ บัญญัติสมาธิไว้ บัญญัติปัญญาไว้ นี่คือ หนทาง เป็นหนทางที่นำไปสู่ความบริสุทธิ์ นำไปสู่ความเป็นสมณะ เป็นหนทางที่ ชำระโลก โกรธ หลง ออกได้ ฉะนั้น จะต้องเดินจากศีล เดินจากสมาธิ เดินจาก ปัญญา นี่ก็ไม่ได้ผิดแผกกันไปอย่างไร เทียบข้างนอกกับข้างในไม่ได้ผิดแผกกัน

ฉะนั้น ที่เราพากันมาอบรมปมนิสัยอยู่นี้ พากันฟังธรรมบ้าง พากันสวดมนต์ ทำวัตรบ้าง พากันนั่งสมาธิบ้าง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้แหละมันขัดใจของเรา ขัดเพราะ ใจของเรามันมันง่าย เกียจคร้าน ไม่อยากทำอะไรให้กระทบกระทั่ง ให้ยากลำบาก มันไม่อยากเอา มันไม่ทำ พวกเราทั้งหลายจึงมาอุตุส่าห์อด ใช้ธรรมะคือความอดทน วิริยะคือความเพียร ฝ่าฟันพยายามทำมา อย่างกายของเรามันเคยสนุกคะนอง เคยทำไปต่างๆ นานา จะมารักษามันก็ยากลำบาก วาจาของเรา มันเคยพูดไม่ได้ ลังวรสำรวม ที่เรามาลังวรสำรวมจึงเป็นของยากลำบาก แต่ว่าถึงมันจะยากลำบากก็ ช่างมัน เหมือนกับไม้ กว่าจะเอามาทำโต๊ะทำเตียงได้ มันยากลำบากก็ช่างมัน มัน ต้องผ่านตรงนั้น ถึงคราวเป็นโต๊ะเป็นเตียงได้ มันก็ต้องผ่านของหยาบๆ มา

เรานี้ก็เหมือนกัน พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ ที่ท่านมีลูกศิษย์ลูกหาเป็นพระสงฆ์ สาวกที่สัมฤทธิ์จิตไปแล้ว ก็ล้วนแต่เป็นปุถุชนมาวชทั้งนั้น ปุถุชนเหมือนเราที่แหละ มีอวัยวะแข็งแรง มีหู มีตา มีโลก มีโกรธ เหมือนกับเรา ลักษณะอะไรไม่ได้แปลก ไปจากเราหรอก พระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน สาวกของท่านก็เหมือนกัน ทั้งหลายเหล่านี้แหละ เอาแต่ของที่ยังไม่เป็นมาทำให้เป็น ที่ยังไม่งามมาทำให้งาม ที่ยังใช้ไม่ได้มา ทำให้ใช้ได้ ตลอดกระทั่งถึงเราทุกวันนี้ ก็เอาลูกชาวบ้านมาวช เป็นพ่อไร่พ่อนา พ่อค้าพ่อขาย เคยยุ่งเหยิงในกามารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงทั้งนั้นแหละ มาวชใน พระพุทธศาสนานี้ มาฝึกมาหัด ท่านฝึกได้หัดได้



ฉะนั้น จึงทำความเห็นเสียว่ามันเหมือนกับพวกเรา เป็นขั้นเหมือนกัน มีกายเหมือนกัน มีเวทนาคือสุขทุกข์เหมือนกัน สัญญาความจำได้หมายรู้เหมือนกัน สังขาร วิญญาณ ความปรุงแต่งเหมือนกัน มีความรู้ดีรู้ชั่ว ทุกอย่างเหมือนกันหมด ฉะนั้น เราก็อีกคนหนึ่ง ซึ่งมีสภาพอันเดียวกันกับรูปกับนามที่ท่านได้เป็นสาวกมาแล้ว ไม่ได้ผิดแผกอะไรกัน ท่านก็เป็นปุถุชนมาก่อนเหมือนกัน อันธพาลก็มี คนพาลก็มี ปุถุชนก็มี กัลยาณชนก็มี เหมือนกันกับเราไม่ได้ผิดแผกกัน ท่านเอาบุคคลอย่างนี้มาประพฤติปฏิบัติเพื่อสำเร็จมรรคผลได้ ทุกวันนี้เอาคนอย่างนี้มาประพฤติปฏิบัติ มาบำเพ็ญเหมือนกัน มาบำเพ็ญศีล บำเพ็ญสมาธิ บำเพ็ญปัญญา

ศีล สมาธิ ปัญญา นี่เป็นชื่อของข้อปฏิบัติ เรามาปฏิบัติศีล ปฏิบัติสมาธิ ปฏิบัติปัญญา ก็คือมาปฏิบัติที่เราเห็นแหละ เรามาปฏิบัติที่เราเห็น ถูก ถูกศีลอยู่ที่นี่ ถูกสมาธิอยู่ที่นี่ เพราะอะไร เพราะกายก็อยู่ที่เราเห็น ศีลนี้ก็แสดงถึงกายทุกชิ้นส่วน อวัยวะทุกชิ้นส่วนนี้ท่านให้รักษา คำว่า “ศีล” นี้ท่านให้รักษากาย กายเราก็มีแล้ว อยากรักรักษาอย่างไรละ เท้าก็มี มือก็มี มีแล้วกาย นี้คือที่รักษาศีล มันจะเป็นศีลเป็นธรรม คือมารักษาอยู่ที่นี่ อันนี้มีแล้ว วาจาคือคำพูดของเรา พูดเท็จก็ดี พูดส่อเสียดก็ดี พูดคำหยาบก็ดี พูดเพื่อเจ้อก็ดี เหล่านี้แหละ กายก็ดี ฆาตว์ก็ดี ลักทรัพย์ก็ดี ประพฤติผิดในกามก็ดี นั่นพูดง่าย ๆ ตามบัญญัติ มันก็อยู่กับเราเห็นทั้งหมด

มันมีอยู่แล้ว กายก็มี วาจาก็มีแล้ว มีอยู่กับเราเห็นเอง ทีนี้เมื่อเรามารวม คือเรามาดูการฆาตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติผิดในกาม อย่างนี้เป็นต้น อันนี้ท่านดูกายหยาบๆ นะ ฆาตว์ก็คือเอาค้อนเอากำปั่นนี้ไปฆ่ามัน ลักทรัพย์ลักทรัพย์ใหญ่ๆนั้นนะ หยาบเหมือนที่เราเคยทำมาแล้ว แต่ก่อนเราเคยทำมา ไม่ได้รักษาศีล เราก็ทำมา ละเมิดมา ไม่ได้สำรวจมา วาจา พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ คำเพื่อเจ้ออย่างนี้แหละ พูดเท็จก็คือพูดโกหกนั้นแหละ พูดคำหยาบก็คือพูดไปเรื่อย ไร้อหฺมู ไร้อหฺมา ฯลฯ พูดเพื่อเจ้อก็คือพูดเล่น สิ่งที่ไม่เป็นสาระประโยชน์ พูดไปว่าไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เราเคยเล่นเคยพูดมาแล้วทุกอย่าง ไม่ได้สำรวจ **การรักษาศีลก็คือมาดูกาย มาดูวาจาของเรา**

ใครจะเป็นคนดูละที่นี้ จะเอาใครมาดู เวลาจะไปฆ่าสัตว์นั้น ใครเป็นคนรู้
 มือนั้นหรือเป็นผู้รู้ หรือใครรู้ จะไปขโมยของเขายังนี้ ใครเป็นผู้รู้ หรือมือนั้น
 เป็นผู้รู้ อันนี้เราก็จะรู้จักละที่นี้ จะไปประพาศพิตในกาม ใครเป็นผู้รู้ก่อน กายนี้หรือ
 มันรู้ เราจะพูดเท็จอย่างนี้ ใครเป็นผู้รู้ก่อน เราจะพูดคำหยาบ พูดเพื่อเจ้ออย่างนี้
 ใครรู้ก่อน ปากนั้นหรือมันรู้ หรือคำพูดมันรู้ก่อน นั้น ให้พิจารณาดูซิ ใครมันรู้ก็เอา
 ผู้นั้นแหละรักษามัน ใครเป็นผู้รู้ก็เอาผู้นั้นแหละดู ผู้ใดรู้จัก ผู้ใดรู้ เอาผู้นั้นรักษา
 เอาผู้ที่มันพาผู้อื่นทำนั้นแหละ มันพาทำดี มันพาทำชั่ว เอาผู้ที่มันพาทำนั้นมารักษา
 จับโจรนั้นแหละมาเป็นผู้ใหญ่บ้าน มาเป็นกำนัน จับตัวนี้แหละมารักษาหมู่คณะ
 เอามันนั้นแหละมาดู มาพิจารณา

ท่านว่าให้รักษากาย ใครเป็นผู้รักษา กายมันไม่รู้จักอะไรนะ กายนะเดินไป
 เหยียบไป ไปทั่ว มือนี่ก็เหมือนกัน มันไม่รู้จักอะไร มันจะจับนั้นแต่นี้ มีผู้บอก
 มันจึงทำ จับอันนั้น จับแล้ววาง มันก็วางอันนั้น เอาอันโน้นอีก มันก็ทิ้ง อันนี้เอา
 อันนั้น ต้องมีผู้บอกทั้งนั้น มันไม่รู้จักอะไรหรอก ต้องผู้อื่นบอกผู้อื่นสั่ง ปากของเรา
 ก็เหมือนกัน มันจะโกหก มันจะซื่อสัตย์สุจริต มันจะพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูด
 คำหยาบทั้งหลายเหล่านี้แหละ มันมีผู้บอกทั้งนั้น

ฉะนั้น การปฏิบัติจึงต้องตั้ง “สติ” คือความระลึกได้ไว้ในผู้รู้ ผู้ที่มันรู้จักนั้น
 ให้ลักของเขา ให้ฆ่าสัตว์ ให้พิตในกาม ให้พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดเพื่อเจ้อ พูดเล่น
 พูดหัว ทุกสิ่งทุกอย่างนั้น ผู้รู้พาให้พูด นี่มันมีที่อยู่ อยู่ทีนั้น เอาความรู้หรือเอาสติ
 คือความระลึกได้เสมอ ไว้กับผู้นั้นแหละ ให้ผู้นั้นรักษา คือ “รู้” นั้นเอง ท่านจึง
 บัญญัติไว้หยาบๆ ฆ่าสัตว์เป็นบาป ผิดศีล ลักทรัพย์ก็ผิด ประพาศพิตในกาม...ผิด
 พูดเท็จ...ผิด พูดคำหยาบเพื่อเจ้อ...ผิด เราจำไว้ อันนี้เป็นบัญญัติของท่าน อาญาของ
 พระพุทธเจ้า ทีนี้เราก็มาระวัง ผู้ที่เคยละเมิดมาแล้ว เคยสั่งเรา เมื่อก่อนมันเคยสั่งเรา
 เคยสั่งให้ฆ่าสัตว์ ให้ลักทรัพย์ ให้ประพาศพิตในกาม ให้พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูด
 คำหยาบ พูดเพื่อเจ้อ พูดไม่ได้สังวรสำรวมต่างๆ ร้องรำทำเพลง ผีวปาก ดิตติลีซอ
 ทั้งหลาย เหล่านี้แหละ ผู้ใดเป็นผู้สั่ง กลับมาให้ผู้นั้นเป็นผู้รักษาเลย เอาสติคือความ
 ระลึกนั้นระลึก ให้มันสำรวมอย่างนั้น ให้มันรักษาตัวเอง รักษาให้ดี ถ้ามันรักษาได้นะ



กายก็รักษาไม่ยาก เพราะอยู่ใต้ปกครองจิต วาจาก็รักษาไม่ยาก เพราะอยู่ใต้ปกครองของจิต ฉะนั้น การรักษาศีลคือการรักษากายวาจา นี้ เป็นของไม่ยาก เรา มาทำความเข้าใจสักทุกๆ อิริยาบถ ไม่ว่าจะเป็นการยืน เดิน นั่ง นอน ทุกๆ วาระของเรา ก่อน ที่จะทำอะไรให้รู้ก่อนเลย ก่อนที่จะพูดจะทำอะไรก็ให้รู้ก่อน อย่าให้ทำก่อน พูดก่อน ให้รู้เสียก่อน จึงพูดจึงทำ ให้มีสติคือความระลึกได้ก่อน ที่จะทำอะไรพูดอะไรก็ช่าง ต้องให้ระลึกได้เสียก่อน

มาหัดสิ่งนี้ให้คล่องแคล่ว หัดให้เท่าทันคล่องแคล่วระลึกได้ ระลึกได้แล้วจึง ทำ ระลึกได้แล้วจึงพูดจึงจา มาตั้งสติไว้ในใจอย่างนี้แหละ ให้ผู้รู้อันนี้เอง เอาผู้รู้ รักษาตัวเอง เพราะมันเป็นผู้ทำเอง มันเป็นผู้ทำ จะให้ผู้อื่นมารักษาไม่ได้ ต้องให้มัน รักษาตนเอง ถ้ามันไม่รักษามันเองก็ไม่ได้ นี่ ท่านถึงว่า การรักษาศีลนี้รักษาไม่ยาก คือมารักษาเจ้าของนี้แหละ ที่นี้ถ้าหากว่าโทษทั้งหลายทั้งปวงมันจะเกิดขึ้นทางกาย ทางวาจาของเรา ถ้าหากว่ามีสติอยู่ มันจะเกิดขึ้นเมื่อไหร่เราก็รู้จัก รู้จักผิด รู้จักถูก เพราะฉะนั้น นี่คือการรักษาศีล การรักษาศีลนี้ขึ้นอยู่กับเรา กายวาจาอันนี้เป็น เบื้องแรก

ถ้าเรารักษากาย รักษาวาจาได้ งาม สวยงาม สบาย จรรยา มารยาทต่างๆ นานา การไปกรรมมา การพูดจา งามเลย งามอยู่ในลักษณะนั้น มันงาม คือมีผู้ดัดแปลง มีผู้รักษา มีผู้พิจารณาอยู่อย่างนั้น เปรียบคล้ายกับบ้านหรือศาลาหรือกุฏิของเรา มีผู้กวาดมีผู้รักษาอยู่เสมอ ตัวกุฏิก็งาม ลานกุฏิก็งาม ไม่เศร้าหมอง ก็เพราะมีคน รักษาอยู่ มันจึงสวยได้ งามได้ กายวาจาของเราก็เช่นกัน ถ้ามีคนรักษามันก็งาม ความชั่วช้าลามกสกปรกเกิดขึ้นมาได้ มันงาม *อาทิกัลยาณัง มัชฌะกัลยาณัง ปริโยสานกัลยาณัง* งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในเบื้องปลาย หรือ *ไพเราะ ในเบื้องต้น ไพเราะในท่ามกลาง ไพเราะในเบื้องปลาย* นี่คืออะไร คือ คีลหนึ่ง สมานีหนึ่ง ปัญญาหนึ่ง มันงาม เบื้องต้นก็งาม ถ้างามเบื้องต้น เบื้องกลางก็งาม นี่ถ้าหากว่าเราสังวรสำรวมได้ตามสบาย ระวังอยู่เสมอๆ จนใจของเราที่ตั้งมั่นอยู่ในการรักษา ในการสังวรสำรวม ใฝ่ใจอยู่เสมอ มันอยู่อย่างนั้นแหละ **อาการที่มันอยู่ในข้อวัตร มันอยู่ในการสังวรสำรวมทั้งหลายเหล่านี้ อาการอย่างนี้ มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “สมานี”**



อาการที่สำรวม รักษากายไว้ รักษาวาจาไว้ รักษาอะไรต่างๆ ทั้งหลายที่จะเกิดขึ้น มันรักษาไว้ อาการที่รักษาอยู่เสมอๆ อย่างนี้ สำรวมอยู่อย่างนี้ท่านเรียกว่า “ศีล” อาการที่มันในการสังวรสำรวมอยู่นั้น ใช้ชื่ออีกชื่อหนึ่งว่า “สมาธิ” คือความตั้งใจมัน มันอยู่ในอารมณ์นั้น มันอยู่ในอารมณ์นี้ สังวรสำรวมอยู่เสมอเลยทีเดียว อาการนี้เรียกว่า สมาธิ สมาธิอันนี้เป็นสมาธิชั้นนอก แต่ว่ามันก็มีอยู่ข้างใน อันนี้ก็ให้มีไว้ มันต้องมีอย่างนี้เสียก่อน

เมื่อมันมันในสิ่งเหล่านี้แล้ว มีศีลแล้ว มีสมาธิแล้ว อาการพินิจพิจารณา สิ่งที่มันจะผิดสิ่งๆ ที่มันจะถูก ถูกใหม่หนอ ผิดใหม่หนอ ไข้ใหม่หนอ ทั้งหลายเหล่านี้ อารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา รูปมากระทบ เสียงมากระทบ กลิ่นมากระทบ โผฏฐัพพะมากระทบ ธรรมารมณ์มากระทบ ทั้งหลายเหล่านี้ ผู้รู้จะเกิดขึ้น เป็นสุขบ้าง เป็นทุกข์บ้าง ชอบใจบ้าง รู้จักอารมณ์ดีบ้าง อารมณ์ไม่ดีบ้าง ทั้งหลายเหล่านี้แหละ จะได้เห็นหลายๆ อย่าง ถ้าเราสำรวมแล้วนะ จะเห็นหลายสิ่งหลายอย่างที่ผ่านมา มันแสดงปฏิกิริยาขึ้นทางจิต ทางผู้รู้ มันจะได้รับการพิจารณา อาการที่มันสำรวมอยู่แล้วและก็มีมันอยู่ในความสังวรสำรวม อะไรผ่านมา ในที่นั้นมันจะแสดงปฏิกิริยาขึ้นทางกาย ทางวาจา ทางใจ อันใดมันผิดหรือมันถูก ดีชั่วประการใด อาการเหล่านี้เกิดขึ้นมา **ความเลือกเห็นความรู้ทั้งหลาย อารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้แหละ ที่ว่าเป็น “ปัญญาบางๆ”** ปัญญาอันนี้ก็อยู่ในใจของเราทั้งหมด อาการนี้ท่านเรียกว่าศีล เรียกว่าสมาธิ เรียกว่าปัญญา อันนี้เป็นเบื้องต้นเกิดขึ้นมาก่อน

ต่อไปมันจะเกิดเป็นความยึดมั่นหมายมั่นขึ้นมา ยึดความดีละที่นี้ กลัวจิตจะตกบกพร่องต่างๆ กลัวสมาธิจะถูกทำลาย จะเกิดอาการอย่างนี้ขึ้นมา รักมาก ถนอมมาก ขยันมาก หมั่นเพียรมาก ทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อถูกอารมณ์มากระทบ หวาดกลัว สะดุ้ง เห็นคนนั้นทำผิด ทำไม่ดีมารู้ไปหมดละ ทั้งหลายเหล่านี้ มันหลงนี่ศีลชั้นหนึ่ง สมาธิชั้นหนึ่ง ปัญญาชั้นหนึ่ง ชั้นนอก เพราะเห็นตามอาญาของพระพุทธเจ้าของเรา อันนี้เป็นเบื้องต้น ต้องตั้งอยู่ในใจ ต้องมีอยู่ในใจ อาการเหล่านี้เกิดขึ้นในจิต เป็นอยู่อย่างนั้น เป็นเอามาก จนกระทั่งไปทางไหน เห็นใครทำ อะไรผิดหูผิดตาไปเสียหมด เกิดสุขเกิดทุกข์ขึ้นมาก็ได้ สงสัยลังเลต่างๆ นานา



การจับผิดจับถูก คือ มันทำมากเกินไป แต่ก็ช่างมันเสียก่อน ให้เอาให้มากเสียก่อนพวกนี้ ให้รักษากาย วาจา รักษาจิตเสียก่อน ให้มากๆ ไว้ ไม่เป็นไรพวกนี้ที่เรียกว่าศีลชั้นหนึ่ง ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี มีหมด ศีลชั้นนี้ถ้าเรียกว่าบารมีก็เป็น “ทานบารมี” หรือ “ศีลบารมี” มีอยู่อีกต่างหาก ก็ออกจากอันเดียวนี้เอง คือมันละเอียดยิ่งขึ้นไปกว่านี้ กลับเอาความละเอียดออกจากของหายาบนี้แหละ ไม่ใช่อื่นไกลอะไร

ที่นี้เมื่อได้หลักอย่างนี้ ปฏิบัติไว้ในใจของเราเป็นเบื้องต้นแรก จะรู้สึกว่ายากแล้วอยู่ที่ลัทธิที่ดี ที่แจ้งที่ดี ใจมันกลัวจริงๆ สยดสยองอยู่เสมอเลยทีเดียว จิตใจนั้นเอาเป็นอารมณ์อยู่เสมอในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เอาความผิดความถูก สั่งวรสำรวจกาย วาจาเป็นอารมณ์มันอยู่อย่างนี้แหละ ยึดมันถือมันจริงๆ มันเลยเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา อันนี้ในข้อบัญญัตินะ

ที่นี้เมื่อเราทำไปรักษาไป ประพฤติปฏิบัติไปเรื่อยๆ อาการนั้นเต็มอยู่ในใจของเรา แต่ว่าศีลชั้นนี้ สมาธิชั้นนี้ ปัญญาชั้นนี้ยังไม่เป็นองค์ฉานหรือ พวกนี้ค่อนข้างหายาบ แต่ว่ามันเป็นของละเอียด ละเอียดของหายาบ ละเอียดของปุถุชนเราซึ่งไม่เคยทำ ไม่เคยรักษา ไม่เคยภาวนา ไม่เคยปฏิบัติ เท่านั้นก็เป็นของละเอียดแล้ว เหมือนกับเงินสิบบาทหรือห้าบาทมีความหมายแก่คนจน ถ้าคนมีเงินล้านเงินแสนแล้ว เงินห้าบาทสิบบาทไม่มีความหมาย มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ถ้าเป็นคนจนอยากได้ เงินบาทสองบาทก็มีความหมายแก่คนจนคนไม่มี ถึงโทษขนาดที่เราจะได้ อย่างหายาบๆ เป็นต้น ก็มีความหมายแก่ปุถุชนผู้ไม่เคยได้ละได้ทำมา ก็ยังมีความภูมิใจอย่างเต็มขั้นบริบูรณ์ในขั้นนี้

อันนี้จะเห็นเอง ผู้ที่ปฏิบัติจะต้องมีอยู่ในใจ ถ้าเป็นอย่างนี้ก็เรียกว่า เราเดินศีล เดินสมาธิ เดินปัญญา ทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ขาดจากกันไม่ได้ เมื่อศีลดี ความมั่นก็มั่นขึ้นมา ปัญญา ก็ยิ่งกล้าขึ้นมา ทั้งหลายเหล่านี้แหละ กลับเป็นไวพจน์ซึ่งกันและกันอยู่ เรียกว่า การประพฤติปฏิบัติเรื่อยๆ ทำเรื่อยๆ ไป เป็นสัมมาปฏิบัติ ไม่ได้ขาด



ฉะนั้น ถ้าหากเราทำได้แบบนี้ก็เรียกว่า เป็นหนทาง เข้าหนทางดำเนิน เป็นเบื้องต้นเลยที่เดียว อันนี้เป็นขั้นหยาบๆ เป็นของรักษาได้ยากสักหน่อย ทีนี้ถ้าหากว่ามันละเอียดเข้าไปนะ คีล สมาธิ ปัญญา นี้ ก็ออกจากอันเดียวกัน คล้ายกับมันกลั่นออกจากอันเดียวกัน เหมือนกับต้นมะพร้าวเราที่แหละ พุดง่ายๆ ต้นมะพร้าวของเราที่นะ มันดูเดาน้ำธรรมชาติขึ้นไป น้ำธรรมชาติขึ้นไปตามลำต้นของมัน แต่ไปถึงลูกมะพร้าวเกิดหวาน เป็นน้ำสะอาด แต่ก็น้ำพวกนี้แหละ อาศัยน้ำพวกนี้ อาศัยลำต้นพวกนี้ อาศัยน้ำอาศัยดินหยาบๆ นี้แหละ ดูดขึ้นไป กลั่นขึ้นไป พอไปถึงลูกมะพร้าว กลายเป็นน้ำสะอาดยิ่งกว่านี้ หวานอีกด้วย

ฉันใด คีล สมาธิ ปัญญา คือ มรรคของเราที่ หยาบเหมือนกัน แต่ถ้าหากว่าจิตของเรามาพิจารณาสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ให้มันละเอียดขึ้นไปๆ แล้ว สิ่งเหล่านี้มันก็หายจากหยาบไปละเอียด ละเอียดไปๆ ทีนี้การรักษาก็แคบเข้ามา แคบเข้ามา ง่ายใกล้เข้ามาหาเจ้าของ ไม่ผิดไปมากละทีนี้ ไม่ผิดไปมากมาย เพียงแค่เรื่องใดมากระทบขึ้นในใจเรา มีอาการสงสัยเกิดขึ้น เช่นว่า การทำอย่างนี้ผิดหรือถูก หรือพูดอย่างนี้ถูกไหมหนอ พูดอย่างนี้ผิดไหมหนอ อย่างนี้เป็นต้น ก็เลิก มันใกล้เข้ามา ใกล้เข้ามาเรื่อยๆ เรื่อยๆ เข้ามา เรื่องสมาธิมันก็ยิ่งมันเข้ามา เรื่องปัญญาก็ยิ่งมองเห็นได้ง่าย ผลที่สุดก็เห็น “จิตกับอารมณ์” ไม่ได้แยกไปถึงกายวาจา ไม่ได้แยกถึงอะไรทั้งนั้น พูดถึงกายกับจิต

ทีนี้พูดถึงกายกับจิต พูดถึงอารมณ์กับจิต เรื่องกายกับจิตมันอาศัยซึ่งกันและกัน เห็นผู้บังคับกายคือจิต กายจะเป็นไปได้ก็เพราะจิต ทีนี้จิตนั้นก่อนที่จะบังคับกาย มันก็อาศัยอารมณ์มากระทบจิต แล้วอารมณ์ก็บังคับ ทีนี้เมื่อเราพิจารณาเรื่อยๆ เข้าไปนะ ความแยกกายมันจะค่อยๆ เกิดขึ้น ผลที่สุดแล้วมันจะมีจิตกับอารมณ์ คือกายนี่ที่เป็นรูป มันก็เป็นรูปไป มันไม่มาลูปคล้ำรูปอันนี้ มันเอาอาการของรูปนี้เข้าไปเป็นรูป เป็นอารมณ์มากระทบกันเข้ากับจิต ผลที่สุดก็เป็นจิตกับอารมณ์ อารมณ์ที่มันเกิดขึ้นมากับจิตของเรา นั่น จิตของเรา



ทีนี้เราจะหยั่งถึงธรรมชาติของจิต จิตของเราไม่มีเรื่องราวอะไรเหมือนกับ
เศษผ้าหรือธงที่เขาเหน็บไว้ปลายไม้อย่างนั้นแหละ ไม่มีอะไรเกิดขึ้น หรือเหมือน
ใบไม้ตามธรรมชาติ อยู่นิ่งๆ ไม่มีอะไร ที่ใบไม้มันไหวกวัดแกว่งเพราะลมมาพัด
ต่างหาก ธรรมชาติของใบไม้มันอยู่นิ่งๆ ไม่มีอะไร ไม่ได้ทำอะไรกับใคร ที่มัน
ไหวไปมาเพราะมีอะไรมากระทบต่างหาก เช่น ลมมากระทบเป็นต้น มันก็กวัดแกว่ง
ไปมา ธรรมชาติของจิตก็เหมือนกัน ไม่มีรัก ไม่มีชัง ไม่ให้โทษผู้ใด มันเป็นของมัน
อยู่อย่างนั้น เป็นสภาวะอันบริสุทธิ์ ไสสะอาดจริงๆ อยู่ด้วยความสงบ ไม่มีความสุข
ไม่มีความทุกข์ ไม่มีเวทนาใดๆ นี่สภาพจิตจริงๆ เป็นอย่างนั้น

ทีนี้เรามาศึกษาปฏิบัติเพื่อค้นเข้าไป พิจารณาเข้าไป ค้นเข้าไปจนถึงจิตอันเดิม
จิตเดิมที่เรียกว่าจิตบริสุทธิ์ จิตบริสุทธิ์นั้นคือจิตที่ไม่มีอะไร ไม่มีอารมณ์อะไรที่จะ
ผ่านมา คือไม่ได้วิ่งไปตามอารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้น ไม่ได้ติดอันนั้น ไม่ได้ติดอันนี้
ไม่ได้สุขทางนั้น สุขทางนี้ ไม่ได้ดีใจกับสิ่งนั้น เสียใจกับสิ่งนี้ แต่จิตเป็นผู้รู้อยู่เสมอ
เป็นผู้รู้เรื่องราวทั้งหลาย เมื่อจิตเป็นอย่างนี้แล้ว อารมณ์ทั้งหลายที่มาพัด อารมณ์ดี
ก็ดี อารมณ์ชั่วก็ชั่ว อารมณ์ทั้งหลายมาพัดมาไตร่ตรองเข้าไปก็ดี จิตมีความรู้สึก
อย่างนั้น จิตอันนี้ไม่มีอะไร คือไม่ได้หวั่นไหว เพราะอะไร เพราะจิตนั้นรู้ตัว จิตนั้น
สร้างความอิสระไว้ในตัวของมัน มันถึงสภาพของมัน ถึงสภาพอันเดิมของมัน

ทำไมมันถึงสร้างสภาพอันเดิมไว้ได้ คือผู้รู้พิจารณาอย่างแยบคายแล้วว่า สิ่ง
ทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันเป็นอาการทางธาตุอันหนึ่ง ไม่ได้มีใครทำอะไรใคร เหมือนกับ
สุขทุกข์ที่มันเกิดขึ้นมาอย่างนั้นแหละ เกิดขึ้นมามันก็สักแต่ว่าสุข มันก็สักแต่ว่าทุกข์
ไม่มีใครเป็นเจ้าของ สุข จิตก็ไม่ได้เป็นเจ้าของ ทุกข์ จิตก็ไม่ได้เป็นเจ้าของ ดูเอานั่น
มันไม่ใช่เรื่องของจิตจะเอา มันคนละเรื่องคนละอย่าง สุขก็สักแต่ว่าสุขเฉยๆ ทุกข์ก็
สักแต่ว่าทุกข์เฉยๆ ท่านเป็นผู้รู้เท่านั้น



แต่ก่อนนี้ เมื่อโลภะ โทสะ โมหะ มีมูลแล้วนะ พอเห็นก็รับเลย สุขก็เอาทุกข์ ก็เอาเข้าไปส่วย เราเป็นสุขเราเป็นทุกข์ไม่หยุดไม่หย่อน นั่นจิตยังไม่ทันรู้ตัว ยังไม่สว่างไสว ไม่มีอิสระ จิตไปตามอารมณ์ จิตไปตามอารมณ์คือจิตเป็นอนาถา ได้ อารมณ์ดีก็ดีไปด้วย มันลืมเจ้าของ เจ้าของเดิมนั้นเป็นของที่ไม่ดี ไม่ชั่ว นี่อันเดิมของมัน ถ้าจิตดีก็ดีไปด้วย นั่นคือมันหลง ถ้าจิตไม่ดีก็ไม่ดีไปด้วย จิตทุกข์ก็ทุกข์ไปด้วย จิตสุขก็สุขไปด้วย ทีนี้เลยเป็นโลก อารมณ์มันเป็นโลก ติดไปกับโลก ให้เกิดสุขให้เกิดทุกข์ ให้เกิดดีให้เกิดชั่ว ให้เกิดทุกสิ่งทุกอย่างที่มันเป็นไปในของไม่แน่นอน ถ้าออกจากจิตอันเดิมแล้วก็ไม่แน่นอนเลย มีแต่เกิดมีแต่ตาย มีแต่หัวหนั ไหว มีแต่ทุกข์ยากลำบากตลอดสิ้นกาลนาน ไม่มีทางสิ้นสุดจบลงสักที มันเป็นตัววิภูฏะ ทั้งนั้น

เมื่อเราพิจารณาอย่างแยบคาย มันก็ต้องเป็นไปตามที่มันเคยเป็น จิตนั้นไม่มีอะไร มันเป็นเพราะเรายึด อย่างเช่น คำนิทานหรือสรรเสริญของมนุษย์ทั้งหลาย อย่างเขาว่าคุณชั่วอย่างนี้แหละ ทำไมเราจึงเป็นทุกข์ มันเป็นทุกข์เพราะเข้าใจว่าเขาว่า มันเลยไปหยิบเอามาใส่ใจ การที่ไปหยิบไปรับรู้มาอย่างนั้น รู้ไม่เท่าทันแล้วไปจับมา ความรู้สึกอันนั้นแหละเราเรียกว่า เอามาแทงเจ้าของอุปาทาน เมื่อมาแทงแล้ว ทีนี้ มันก็เป็นภพ เป็นภพที่จะให้เกิดชาติ คำพูดบางสิ่งบางอย่าง ถ้าเราไม่รับรู้มันเสีย ลักแต่ว่าเป็นเสียง อย่างนั้นมันก็ไม่มีอะไร อย่างเขมรเขามาตำเราอย่างนี้ เราก็ได้ยิน อยู่ ลักแต่ว่าเป็นเสียง เสียงเขมรเฉยๆ ลักแต่ว่าเป็นเสียง ไม่รู้จักความหมายว่าเขาตำเรา จิตมันไม่รับ อย่างนี้ก็สบาย หรือพวกญวนพวกภาษาต่างๆ เขามาตำเราอย่างนี้ เราก็ได้ยินแต่เสียงเฉยๆ ก็สบาย มันไม่รับเอาเข้ามาแทงจิต จิตอันนี้ พูดถึงการเกิด และดับของจิตนี้ รู้เรื่องกันง่าย เมื่อเรามาพิจารณาอย่างนี้เรื่อยๆ ไป จิตก็ค่อยๆ ละเอียดขึ้น เพราะมันผ่านความหยาบมาแล้ว

เรื่องสมาธิ คือความตั้งใจมั่น จิตยังมันเข้ามา ยิ่งมันหมายเข้ามา ยิ่งพิจารณา เข้ามายิ่งแน่นเข้ามา มันจริงๆ ว่าจิตนี้ไม่เป็นไปกับใคร จิตอย่างนี้เชื่อแน่จริงๆ ก็ไม่เป็นไปกับใคร ไม่เป็นไปกับอารมณ์ **อารมณ์เป็นอารมณ์ จิตเป็นจิต ที่จิตเป็นสุขเป็นทุกข์ เป็นดีเป็นชั่ว เพราะจิตหลงอารมณ์ ถ้าไม่หลงอารมณ์แล้วไม่เป็นอะไร จิตนี้**



ไม่ได้หวั่นไหว สภาวะอันนี้เรียกว่าเป็นสภาพรู้อันหนึ่ง สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านั้น เป็นอาการของธาตุทั้งหมด เกิดแล้วก็ดับไปเฉยๆ อย่างนี้

ถึงแม้เรามีความรู้สึกอย่างนี้ แต่ยังไม่รู้ ยังไม่ได้ ก็มีนะ การจะได้หรือไม่ได้ ก็ช่างมันเถิด ให้มีความรู้หรือมีความหมายไว้ก่อนในเบื้องต้นของจิต เราค่อยพยายามเช่นฆ่าเข้าไปเรื่อยๆ เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว จิตถอยออกมา พระบรมศาสดาหรือคัมภีร์ท่านกล่าวว่าเป็น “โคตรภูจิต” โคตรภูจิตก็คือจิตมันจะข้ามโคตรจิตของปุถุชนอย่างเข้าไปหาอริยชน ซึ่งเป็นมนุษย์ปุถุชนเราเอง มี “โคตรภูบุคคล” พอก้าวเข้าไปถึงจิตพระนิพพาน แต่ไปไม่ได้ ถอยออกมาปฏิบัติขั้นหนึ่ง ถ้าเป็นคนก็เหมือนคนเดินข้ามห้วย ขาข้างหนึ่งอยู่ฟากห้วยทางนี้ อีกขาหนึ่งอยู่ฟากห้วยทางโน้น เข้าใจแล้วว่า ห้วยฝั่งทางโน้นก็มี ฝั่งทางนี้ก็มี แต่ไปไม่ได้ ถอนมาที่บุรุษผู้นั้นเข้าใจว่า ฝั่งทางโน้นก็มี ฝั่งทางนี้ก็มี นี่ก็คือโคตรภูบุคคล หรือโคตรภูจิต แปลว่า รู้เข้าไปแต่ไปยังไม่ได้ ถอนกลับมา

เมื่อรู้แล้วว่าสิ่งเหล่านี้มีอยู่ มาดำเนินไปสร้างบารมีไป มาบำเพ็ญเข้าไป เห็นว่ามันแน่นอน มันเป็นอย่างนั้น จะต้องตรงไปทางนั้น พุดง่ายๆ สภาพที่เราพากันมาประพฤติปฏิบัติอยู่เดี๋ยวนี้ ถ้าพิจารณาตามเรื่องราวจริงๆ แล้ว มันมีหนทางที่จะต้องไป คือ เรารู้หนทางในเบื้องต้นแล้วว่า ความดีใจหรือเสียใจไม่ใช่หนทางที่เราจะเดิน เราต้องรู้จักอย่างนี้ ซึ่งก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ เพราะถ้าไปดีใจ มันก็ไม่ใช่ทาง เกิดทุกข์ได้ ไปเสียใจก็เกิดทุกข์ได้ นั่นคือเราคิดได้อย่างนี้แต่ยังไม่รู้

ที่นี้ตรงไหนที่มันถูก ให้นำเอาความดีใจและเสียใจไว้สองข้าง พยายามเดินตรงกลาง เอาติดไว้เท่านั้น อันนี้ถูกหนทาง เรากำหนดรู้อยู่แต่ยังทำไม่ได้ เมื่อเรายังทำไม่ได้ ถ้าติดสุขหรือทุกข์เราก็รู้จักอยู่เสมอว่ามันติด เมื่อนั้นแหละเราจะถูกได้ เมื่อจิตติดสุขอยู่อย่างนี้ก็ไม่ได้สรรเสริญมัน เมื่อจิตติดทุกข์ก็ไม่ได้ดูถูกมัน เราจะได้ดูมันละที่นี้ สุขก็ผิด ทุกข์ก็ผิด เข้าใจอยู่ว่ามันไม่ใช่หนทาง รู้แหละรู้อยู่ แต่ยังไม่รู้ ยังไม่รู้แต่รู้ อยู่ รู้แล้วแต่ไม่ได้สรรเสริญสุข ไม่ได้สรรเสริญทุกข์ ไม่ได้สรรเสริญทางทั้งสองนั้น ไม่ได้สงสัย รู้ว่าไม่ใช่หนทางเหมือนกัน ทางนี้ไม่ใช่ ทางนั้น

ก็ไม่ใช่ เอาทางกลางนี้เป็นอารมณ์อยู่เสมอเลยทีเดียว ถ้าหากจิตพ้นจากทุกข์สุข เมื่อใดแล้ว จะเกิดอันนี้ขึ้นเป็นหนทาง

ใจเรา่องเข้าไปรู้เสียแล้ว แต่ว่าไปเลยไม่ได้ ถอนออกมาปฏิบัติ เมื่อสุขเกิดขึ้นมา มันติด ให้เอาสุขนั้นขึ้นมาพิจารณา เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา มันติด ก็ให้เอาทุกข์นั้นขึ้นมาพิจารณา จนมันรู้เท่าความสุขเมื่อใด จนมันรู้เท่าความทุกข์เมื่อใด นั่นเอง มันจึงจะวางสุข มันจึงจะวางทุกข์ วางดีใจนี้วางเสียใจนี้ วางโลกทั้งหลายเหล่านี้ เป็น “โลกวิทู” ได้ เมื่อตัวผู้รู้มันวางได้เมื่อใด มันก็ลงที่นั่นเลย ทำไม่มันถึงลงที่นั่น เพราะมันเดินเข้าไปแล้ว ที่นั่นมันรู้แล้ว แต่มันไปไม่ได้ เมื่อจิตติดสุขติดทุกข์ก็ไม่หลงมัน พยายามค่อยออก พยายามเชียวออกเสมอ อันนี้อยู่ตรงระดับ เป็น “พระโยคาวจร” ผู้เดินทางยังไม่ถึงที่

อาการเหล่านี้เฟื่องดูในขณะจิตของเจ้าของ ไม่ต้องสอบสวนอารมณ์อะไรเลยที่เดียว เมื่อมันติดอยู่ในทั้งสองอย่างนี้ ให้รู้เสียว่าอันนี้มันติดอยู่แน่ๆ ทั้งสองอย่างมันติดอยู่ในโลกนั่นเอง สุขก็ติดอยู่ในโลก ทุกข์ก็ติดอยู่ในโลก นั่นมันติดอยู่ในโลก โลกมันตั้งขึ้นได้ก็เพราะไม่รู้เท่าทันนั่นแหละ ไม่ใช่เกิดจากอะไรอื่น เพราะไม่รู้เท่าทัน มันก็เข้าไปหมายไปปรุงไปแต่ง เป็นสังขารเหล่านั้น มันสนุกอยู่ตรงนี้แหละ การปฏิบัติติดตัวไหนมันก็กระหน่ำอยู่ไม่วาง ติดสุขมันก็กระหน่ำสุขเลย จิตของเราไม่ได้ปล่อยตัว ติดทุกข์อย่างนี้มันจับบีบเลย พิจารณาเลย มันจะเข้าด้ายเข้าเข็ม มันไม่วางหรืออารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้ มันไม่มาต้านทานได้หรอก ถึงแม้มันผิด รู้จักว่าผิด จิตไม่ได้ประมาท จิตใหญ่ๆ นั้นไม่ได้ประมาท

คล้ายกับที่เราเดินเข้าไปเหยียบหนาม เราไม่ยากเหยียบหรือหนาม ระวังเต็มที่แต่มันเหยียบไป เหยียบแล้วพอใจใหม่ ก็ไม่พอใจ เมื่อเรารู้จักหนทางแล้วว่าอันนี้มันเป็นโลก อันนี้มันเป็นทุกข์ อันนี้มันเป็นตัววิภวัญจะ เรารู้จัก แต่ว่ามันเหยียบเข้าไปเสีย มันก็ไปกับความสุขความทุกข์ คือความดีใจเสียใจอย่างนี้ เป็นต้น แต่มันก็ยังไม่พอใจนะ มันพยายามทำลายสิ่งเหล่านี้ออก ทำลายโลกออกจากใจอยู่เสมอเลยที่เดียว จิตขณะนี้แหละ สร้างอยู่นี่นะ ปฏิบัติตรงนี้ สร้างอยู่นี่ บำเพ็ญอยู่นี่



นี่เรื่องทำความเพียร เรื่องปฏิบัติ มันสนทนาอยู่อย่างนี้ พิจารณาอยู่อย่างนี้ เรื่องข้างในของมัน สิ่งเหล่านี้เมื่อมันถอนโลกแล้ว มันก็ค่อยขยับตัวเข้าไปเรื่อยๆ ที่นี้ ผู้รู้ทั้งหลายเหล่านี้แหละ เมื่อรู้แล้ว รู้อยู่เฉยๆ รู้เท่าทัน รู้แจ้ง ไม่รับส่วนกับผู้ใด ไม่รับเป็นทาสใคร ไม่รับส่วนกับใคร รู้แล้วไม่เอา รู้แล้ววาง รู้แล้วละ สุขก็มีอยู่เหมือนกัน ทุกข์ก็มีอยู่เหมือนกัน อะไรก็มีอยู่เหมือนกัน แต่ไม่เอา

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ก็รู้จักแล้ว เออ จิตเป็นอย่างนี้ อารมณ์เป็นอย่างนี้ จิตพรากจากอารมณ์ อารมณ์พรากจากจิต จิตเป็นจิต อารมณ์เป็นอารมณ์ ถ้ารู้จักสิ่งทั้งสองเหล่านี้แล้ว เข้ากันได้เมื่อใดเราก็รู้มันเมื่อนั้น เมื่อจิตประสพกับอารมณ์เมื่อใด ก็รู้เมื่อนั้น **เมื่อการปฏิบัติของพระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย ขณะยืน หรือเดิน หรือนั่ง หรือนอนนั้น มีความรู้สึกอยู่อย่างนี้เสมอแล้ว อันนี้ท่านเรียกว่า “ผู้ปฏิบัติปฏิบัติเป็นวงกลม” เป็นสัมมาปฏิบัติ สัมตัวไม่ได้ สัมไม่ได้ ไม่ใช่ดูแต่ของหยาบ ดูของละเอียดข้างใน ข้างนอกมันวางเอาไว้ ที่นี้ก็ดูแต่กายกับจิต ดูแต่อารมณ์กับจิตนี้ ดูมันเกิดดูมันดับ ดูเกิดแล้วก็ดับไป ดับแล้วก็เกิดขึ้นมา ดับเกิด เกิดดับ ดับแล้วเกิด เกิดแล้วดับ ผลที่สุดก็ดูแต่ความดับเท่านั้นละที่นี้ *ชะยะวะยัง* ความสิ้นไป สื่อมไปเป็นธรรมดาของมัน เป็นชะยะวะยัง จิตใจเมื่อเป็นอยู่อย่างนี้ จิตไม่ไป สืบสาวเอาอะไรหรอก มันจะทันของมันละที่นี้ เห็นก็สักแต่ว่าเห็น รู้ก็สักแต่ว่ารู้ มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้ปรุงไม่ได้ อันนี้แต่งไม่ได้**

ฉะนั้น การปฏิบัติของเราอย่าไปมัวงมมัน อย่าไปสงสัย การรักษาศีลของเรา ก็เหมือนกัน เหมือนกับที่ว่ามานี้ละ พิจารณาดูซิว่า มันผิดหรือไม่ผิด ดูแล้วเลิก อย่าไปสงสัย การทำสมาธิก็เหมือนกัน ทำสงบไป...สงบไป ทำไปๆ สงบไป มันจะคิดก็ช่างมัน ให้เรารู้จักเรื่องของมัน บางคนนะอยากให้เห็นสงบแต่ไม่รู้จักความสงบ ไม่รู้จักความสงบจิต ความสงบนั้นมี ๒ อย่าง สงบเรื่องสมาธิอันหนึ่ง สงบเรื่องปัญญาอันหนึ่ง

สงบเรื่องสมาธินี้หลง หลงมากๆ เลย สงบเรื่องสมาธินี้คือปราศจากอารมณ์
มันจึงสงบ ไม่มีอารมณ์มันก็สงบ ก็ติดสุขละที่นี้ แต่เมื่อถูกอารมณ์ก็งอเลย กลัว
 กลัวอารมณ์ กลัวสุข กลัวทุกข์ กลัวนิมิต กลัวสรรเสริญ กลัวรูป กลัวเสียง
 กลัวกลิ่น กลัวรส สมาธินี้กลัวหมด ถึงได้ไม่อยากออกมากับเขา ถ้าคนที่มีสมาธิ
 แบบนี้ อยู่ในถ้ำนั้น เสวยสุขอยู่ไม่อยากออกมา ที่ไหนมันสงบก็ไปซุกไปซ่อนอยู่
 อย่างนั้น ทุกข์มากนะสมาธิแบบนี้ ออกมาอยู่กับผู้อื่นเขาไม่ได้ มาดูรูปไม่ได้ ได้ยิน
 เสียงไม่ได้ มารับอะไรไม่ได้ ต้องไปอยู่เงียบๆ อย่างนั้น ไม่ต้องให้ใครเขาไปพูดไปจา
 สถานที่ต้องสงบ

สงบอย่างนี้ใช้ไม่ได้ สงบขั้นนั้นแล้วให้เลิก ถอนออกมา พระพุทธเจ้าท่าน
 ไม่ได้บอกให้ทำอย่างนั้น ถ้าทำอย่างนั้นแล้วให้เลิก ถ้ามันสงบแล้ว เอามาพิจารณา
 เอาตัวสงบมาพิจารณา เอามาต่อกับอารมณ์ เอามาพิจารณา รูปก็ดี เสียงก็ดี กลิ่นก็ดี
 รสก็ดี โผฏฐัพพะพวกนี้ ธรรมารมณ์พวกนี้ เอาออกมาเสียก่อน เอาตัวความสงบนั้น
 มาพิจารณา เป็นต้นว่ามาพิจารณาเกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อะไรต่างๆ เหล่านี้
 พิจารณาอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พิจารณาโลกทั้งสิ้นทั้งปวงนี้เอง เอามาพิจารณาแล้ว
 ถึงคราวให้สงบก็ตั้งสมาธิให้สงบเข้าไป แล้วก็มาพิจารณา ให้มาหัดให้มาฟอก เอามา
 ต่อสู้ มีความรู้แล้วเอามาต่อสู้อะไร เอามาฝึกหัด เอามาทำ เพราะไปอยู่ในนั้นไม่รู้จัก
 อะไรหรอก นั้น มันไปสงบจิตเฉยๆ เอามาพิจารณา ข้างนอกก็สงบเข้าไปเรื่อยๆ
 ถึงข้างใน จนมันเกิดความสงบอย่างยกใหญ่ของมัน

ความสงบของปัญญานั้น เมื่อจิตสงบแล้ว ไม่กลัวรูป เสียง กลิ่น รส
 โผฏฐัพพะ และไม่กลัวธรรมารมณ์ ไม่กลัว **กระทบมันเดี๋ยวนี้ รู้มันเดี๋ยวนี้ กระทบ**
มันเดี๋ยวนี้ ทิ้งมันเดี๋ยวนี้ กระทบมันเดี๋ยวนี้ วางมันเดี๋ยวนี้ เรื่องสงบของปัญญา
เป็นอย่างไร

ที่นี้เมื่อจิตเป็นอย่างนี้ มันละเอียดยิ่งกว่านั้นนะ จิตจะมีกำลังมาก เมื่อมี
 กำลังมาก ที่นี้ไม่หนี มีกำลังแล้วไม่กลัวนะ เมื่อก่อนเรากลัวเขา แต่เดี๋ยวนี้เรารู้แล้ว
 เราไม่กลัว รู้กำลังของเราแล้ว เราไม่กลัว เห็นรูปเราก็พิจารณารูป ได้ยินเสียงก็



พิจารณาเสียง เราพิจารณาได้ ตั้งตัวได้แล้ว ไม่กลัว กล้า แม้กระทั่งอาการ รูปก็ดี เสียงก็ดี กลิ่นก็ดี เป็นต้น เห็นวันนี้วางวันนี้ อะไรๆ ก็วางได้หมด เห็นสุขวางสุข เห็นทุกข์วางทุกข์ เห็นมันที่ไหนวางมันที่นั่น เออ วางที่นั่น ทิ้งที่นั่น เรื่อยๆ ไป มันไม่เป็นอารมณ์อะไรละที่นี้ เอาไว้ที่นั่น เราก็มาอยู่บ้านของเรา ไปเห็นเราก็ทิ้ง เห็นเราก็ดู ดูแล้วเราก็วาง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้หมดราคา ไม่สามารถทำอะไรเราได้ อันนี้เป็นกำลังวิปัสสนา เมื่ออาการเกิดขึ้นมาอย่างนี้ เปลี่ยนชื่อว่า เป็น **“วิปัสสนา”** **รู้แจ้งตามความเป็นจริง** นั่น รู้แจ้งตามความเป็นจริง อันนี้ความสงบชั้นหนึ่ง สงบของวิปัสสนา สงบด้วยสมาธินี้ยาก ยากจริงๆ น่ากลัวมาก

ฉะนั้น เมื่อสงบเต็มที่แล้ว ทำอย่างไร เอามาหัด เอามาฝึก เอามาพิจารณา อย่าไปกลัว อย่าไปติด ทำสมาธินี้ไปติดแต่สุข นั่งเฉยๆ ก็ไม่ใช่ซะ ถอนออกมา สงครามนั้นท่านว่าไปรบ ไม่ใช่เราไปอยู่ในหลุมเพลาะ หลบแต่ลูกกระสุนเขาเท่านั้น หลอก ถึงคราวรบกันจริงๆ เอาปืนยิงกันตูมๆ อยู่ในหลุมเพลาะ ก็ต้องออกมานะ ถึงเวลาจริงๆ แล้ว ไม่ใช่เข้าไปนอนในหลุมเพลาะ รบกันนะ นี่ก็เหมือนกัน ไม่ใช่ให้เอาจิตไปหมอบอยู่อย่างนั้นนะ อันนี้เบื้องต้นแรกมันจะต้องผ่าน มีศีล มีสมาธิ จะต้องหัดค้นตามแบบตามวิธี มันก็ต้องไปอย่างนั้น

อย่างไรก็ตาม อันนี้กล่าวไว้เป็นเลาๆ เมื่อเรารู้ประพฤติปฏิบัติแล้วนั้นแหละ อย่าสงสัยเลย เรื่องนี้อย่าไปสงสัยมัน มันมีสุขก็ดูสุข มันมีทุกข์ก็ดูทุกข์ ดูแล้วก็พยายามเช่นมัน ฆ่ามัน ปล่อยมัน วางมัน รู้อารมณ์นั้น ปล่อยมันไปเรื่อยๆ มันอยากนั่งสมาธิหรือเดินจงกรมก็ช่างมัน จะคิดไปก็ช่าง ให้รู้เท่าทันจิตของเรา ถ้าคิดไปมากๆ แล้วเอามารวมกันเสีย ตัดบหมันอย่างนี้ว่า

“สิ่งที่เจ้านึกมานี้เจ้าคิดมานี้เจ้าพรรณนามานี้ เป็นลักแต่ว่าความนึกความคิดเฉยๆ หลอก สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของไม่แน่นอนหมดทุกอย่าง”

ทิ้งมันไว้นั้น!



เมื่อศึกษาโลก รู้จักโลกแล้ว
ก็คือรู้จักสุขรู้จักทุกข์
ความสุขความทุกข์มันก็โลกนั่นเอง
เมื่อเข้าใจโลกแล้วก็ถึงซึ่งความสบาย

๒๔ | เครื่องอยู่ของบรรพชิต

การฉันต้องให้มันสำรวม อย่าให้มีเสียงดังให้มันกระเทือนหูทายก เดี่ยวทายกก็จะเอามาเพิ่มเข้าไปอีก นี่มันเป็นอย่างนี้ เรียกว่าฉันขอดบาตร คือเกลบาตร ขูดบาตร ให้มันมีเสียง ตันบัญญัติดูเหมือนจะเป็นอย่างนั้น ตามที่ผมจำๆ มาตามบัญญัติ ไม่ใช่ว่าฉันหมดตามเป็นจริง ฉันหมดนี้มัน รู้จักประมาณ นี่มันไม่มีอะไร รู้จักประมาณคือฉันหมด ไม่เรียกว่าฉันขอดบาตร ฉันให้มันมีเสียงดัง เพื่อให้มันกระเทือนหูทายก เดี่ยวทายกก็เอามาเพิ่มอีก มันก็ได้แกงอีกเท่านั้นแหละ นั่นมันมีความหมายอย่างนั้น นั่นเรียกว่า ฉันขอดบาตร

อย่าฉันแต่ยอดลงไป ถ้าเราไม่ฉันจากยอดลงไปเราจะทำอย่างไร ก้นมันก็อยู่ข้างล่าง ยอดมันก็อยู่ข้างบน หรือเราจะคว่ำบาตรลงฉันหรือไง อย่างนี้ คือ อย่าฉันตั้งแต่ยอดลงไป อันนี้ก็หมายความว่าเจาะเป็นรูลงไป



ตรงกลาง ท่านว่าอย่าฉันแต่ยอดลงไป ในความเป็นจริงที่ถูกแล้วก็คือ ฉันให้มัน
เสมอกลงไป อย่างข้าวเจ้าที่เราฉันนี้กวาดให้มันราบ ฉันให้มันเสมอกลงไป นี่ตอบคำ
ที่ว่าฉันแต่ยอดลงไป ถ้าเราไม่ฉันข้างบนลงไปเราจะทำอย่างไร นี่ความหมายมันเป็น
อย่างนี้

ดังนั้น การขบฉันนี้ เสขิวัตถ์นี้มันก็มีประโยชน์มากเหมือนกัน ก่อนจะฉันนั้น
ท่านจึงให้รู้ว่าบัดนี้เราจะฉัน ในใจของเราต้องมีวัตรในการฉัน เราต้องน้อมรำลึกถึง
พระวินัย ฉันในบาตร หรืออย่าฉันให้เมล็ดข้าวตกลงในบาตรอย่างนี้เป็นต้น

ในความเป็นจริงเมล็ดข้าวที่เข้าไปในปากเรานั้น มันถูกอมิส แล้วมันก็หล่นลง
แล้วมันขาดลงไป แสดงว่ามันขาดออกจากกัน ท่านว่ามันผิด อย่างเห็้อเราไหลหลุด
ลงไปนี่ อันนี้มันไม่เห็้อกัน ถ้าเราจับบาตรแล้วเห็้อมันไหลซึมลงไปตามนี้ เห็้อ
กันไปกับบาตรอย่างนี้ อันนี้ท่านไม่เรียกว่ามันตกลงในบาตร คือ เหาขณะนี้ที่ขาด
ลงมา จากที่ขาดลงมา มันก็เป็นการขาดประเคน หรือว่าเรามีขนมอยู่ในบาตร มีข้าว
อยู่ในบาตร เราบอกว่า เณร...จงเอาขนมสัก ๒ ก้อน หรือเอาข้าวสักกำหนึ่ง เณร
เขาก็เอา เมื่อเขายกขึ้น ที่อยู่ในกำมือเป็นของที่ให้เขาแล้ว ที่มันหล่นลงมาเป็นต้น
ยังเป็นปัญหาอยู่อย่างนี้ ถ้าหากว่าเราคิดแล้วก็ไปของเครื่องหรือตั้งอะไรไปอย่างนี้
แต่ว่าในสิกขาบททั้งหลายเหล่านี้ ถ้าหากว่าเราสำรวมอยู่ พยายามอยู่ก็ไม่เป็นอาบัติ
เราเอื้อเพื่ออยู่สำรวมอยู่

ดังนั้น การฉันนี้มันจึงเป็นวัตรที่สำคัญ ระวัง เมื่อเราจะฉันเราก็ต้องนึกถึงการ
ฉัน ฉันคำใหญ่ ฉันคำโต ฉันขอบาตร ฉันตั้งจิบๆ จิบๆ อะไรต่างๆ เหล่านี้ มัน
เป็นเบ็ดเตล็ดต่างๆ แต่ก็อย่าไปปล่อยมันนะ อันนี้นะ อย่าไปวางอะไรมัน ต้องมองดู
มันให้ดี การฉันครั้งแรกนี้ ท่านจึงเอาของลงในบาตรให้เรียบร้อย อย่ารีบ ดูจิตเรา
เสียก่อน ให้มันรู้ทั่วถึงด้วย ในเวลาเราฉันอย่างนี้ ให้จิตสงบเสียก่อน ถ้ามันอยากจะ
ฉันเร็วๆ ก็พยายามให้มันช้าๆ ให้มันอยู่ได้เป็นปกติ แล้วเราก็ค่อยฉันของเราไป
เรียกว่า สังวร สำรวม ระวัง ถ้าหากว่าเราปล่อยมันเลยมันก็ได้ ไม่มีการสังวร
สำรวม ระวัง



อะไรก็ช่างมันเถอะ พระวินัยเล็กๆ น้อยๆ นี่มันมีพิษเหมือนกัน คือ มันผิด
 นั้นเองแหละ ไม่ใช่อื่นไกล มันอยู่ที่สติ เราเป็นคนมีสติอยู่ มีสัมปชัญญะอยู่ รู้อยู่
 เห็นอยู่ เมื่อเราจะทำอะไร เราก็ต้องรู้อยู่ เห็นอยู่ เมื่อเรามีความรู้ชัดเจนอยู่ เป็นต้น
 มันก็รู้จักความผิดถูก หรือหากว่าเรายังไม่รู้รู้จักความผิดก็สงสัย ตรงนี้มันไม่งาม
 ตรงนี้ไม่ค่อยดี สิ่งที่ดีใจเราว่าไม่ค่อยดีไม่ค่อยงามนั้นแหละ มันไม่ควรแล้ว

ถ้าหากว่าเราตั้งใจฉันนะ มันก็ดี ฉันมีสติ มีความระมัดระวัง การฉันการเคี้ยว
 การจับอะไรต่ออะไร อย่างวางอะไรลงในกระโถนนี้ มันเพลิง...เพลิง เมล็ดน้อยหน้า
 หรือเมล็ดมะขาม หรือเมล็ดอะไรทั้งหลายนี้ อันนี้มันไม่มีอะไรหรอก แต่ว่าสติเรามัน
 ไม่ค่อยมี มันไม่สังวรสำรวม คือท่านต้องการให้มันเงียบ ในความสงบนี้ การเคี้ยว
 การขบฉันนี้ รู้จัก มันดังเกินไปไหม มันมีเสียงเกินไปไหม มันรีบเกินไปไหม มัน
 อะไรเกินไปไหม นี่ ถ้าเรามีสติอยู่ในตัวของเรานี้ มันก็มีระเบียบเรียบร้อย

ดังนั้น ท่านจึงว่าฉันจึงหันนั้น ท่านไม่ให้มองดูบาตรของคนอื่น ให้มองดู
 ในบาตรของตน บางทีมันก็ไปฟังโทษคนอื่นเสีย อะไรต่ออะไรมันหลายอย่างใน
 เวลานั้น คือไม่เห็นจิตของเจ้าของ

ดังนั้น พระวินัยนี้ก็รวมเข้ากับธรรมะ พระวินัยที่ให้สังวรสำรวมนี้ก็ให้เกิด
 ธรรมะ มันก็เป็นศีลนั่นเอง เป็นเครื่องควบคุมเรา ท่านอาจารย์มั่นสมัยนั้น ท่านไม่ใช่
 ช้อน มันเป็นของแข็ง ตักบาตรมันดัง หรืออย่างหนึ่งท่านเอาจม เมื่อเอาช้อนเข้าไปใน
 ปากแล้ว เอามือยัดเข้าไปในปากอย่างนั้น แต่สมัยนี้ก็ยังมีคนถืออยู่ รักษาช้อนไว้
 แต่เขามีช้อนก็เมื่อเวลาที่สำคัญ ต้องมีความระมัดระวัง อะไรก็ช่างมันเถิด อันนี้เรา
 มารวมถึงว่าผู้ปฏิบัติ เมื่อพูดถึงการปฏิบัตินี้ มันรวมเป็นธรรม

ปฏิบัติธรรมมันรวมพระวินัย มันรวมธรรมะเข้าด้วยกัน เป็นข้อปฏิบัติเรียกว่าการปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าก็บรรลुซึ่งธรรมะ ไม่ได้ยื่นท่านว่าบรรลुซึ่งพระวินัย
 บรรลुซึ่งธรรมะที่มารวมกันแล้ว เราจะเรียกกันว่าเป็นการปฏิบัติธรรม

ที่นี้ท่านสอนว่า ธรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความกำหนดย่อมใจ อย่างนี้เป็นต้น
 ธรรมนั้นคืออะไร

เราจะมีความรู้สึกทางจุมูกก็ดี รู้สึกทางตาก็ดี รู้สึกทางหูก็ดี รู้สึกทางร่างกายก็ดี รู้สึกทางจิตก็ดี คำที่ว่ากรรมเหล่าใดนั้น หมายถึงภาวะสัมผัสผัสสะถูกต้องในอายตนะของเรา เช่นว่า มีรูปสวยๆ เรามองดูแล้วมันกำหนดมันย้อมใจ มีความกำหนดมันก็ย้อมใจ อย่างเราใช้บริหารสวยๆ งามๆ อย่างนี้เป็นต้น มันให้เกิดความกำหนด มันย้อมใจ มันย้อมใจของเราขึ้นไปเรื่อยๆ มันเป็นที่เหตุให้เราลืมตัวของเราก็ได้ ท่านจึงให้พิจารณา จีวรก็ดี สังฆาฏิกิ์ดี บริหารทั้งปวงนี้ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เก้าอี้ นี้นะ เมื่อรวมเข้ามานี้ มันปฏิบัติอยู่ตรงนี้ ท่านจึงให้พิจารณาปัจจัยทั้งสี่นี้

ปัจจัยทั้งสี่นี้ เมื่อหยิบจีวรขึ้นมาท่านก็ต้องให้พิจารณา เมื่อฉันอาหาร บิณฑบาตก็ต้องพิจารณา เสนาสนะที่อยู่อาศัยท่านก็ให้พิจารณา ยาบำบัดโรค ท่านก็ให้พิจารณา นี่รวมแล้วมันเป็นปัจจัยสี่ ทำไมท่านจึงให้พิจารณา อะไรมันเป็นเหตุให้มีความกำหนดมีความย้อมใจขึ้น จะเป็นวัตถุก็ตาม จะเป็นนามธรรมก็ตาม ย้อมใจให้เราโลก ย้อมใจให้เรากำหนด ย้อมใจให้เราโกรธ ย้อมใจให้เราสารพัดอย่าง ละ ไม่ปกติเสียแล้ว ทุกอารมณ์มันเป็นอย่างนั้น นี้เรียกว่าการย้อมใจ เรียกว่าเป็นธรรมทั้งหมด จะเป็นวัตถุก็เป็นธรรม จะเป็นนามธรรมมันก็เป็นธรรม ขอแต่ว่าอะไรนั้นมันมาทำให้ความกำหนดย้อมใจเกิดขึ้น อันนั้นเราก็ต้องระวัง มันต้องระวัง

ธรรมอะไรเป็นไปเพื่อความประกอบทุกข์ ประกอบไว้ซึ่งทุกข์คือไม่ปล่อยทุกข์ อะไรที่มันเป็นเหตุให้ทุกข์เกิดอยู่ แล้วเราก็ไม่ปล่อยทุกข์ เราก็สะสมมันขึ้น จะเป็นวัตถุก็ตาม จะเป็นความรู้สึกนึกคิดก็ตาม นี่มันสั่งสมไว้ซึ่งทุกข์

กรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความอยากใหญ่ไฝสูง เป็นไปเพื่อความไม่สันโดษ ยินดีในของที่มีอยู่ อย่างนี้เป็นไปเพื่อความเล็งอันยาก เป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน เป็นไปเพื่อความคลุกคลีหมู่คณะทั้งหลายเหล่านี้ ท่านตรัสเป็นส่วนหนึ่งว่า อันนี้ไม่ใช่ธรรมและไม่ใช่วินัย ไม่ใช่สัตตสุสาน คำสั่งสอนของพระศาสดาของเรา ตรงกันข้ามนั้น ท่านว่าอันนั้นเป็นธรรมคำสั่งสอน สัตตสุสาน คำสอนของพระพุทธรเจ้าของเราอันนี้



ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ถ้าเราสังวรสำรวมมันจะเกิดอยู่ทุกวิถีทาง มันจะเป็นธรรมะ เป็นคุณธรรม มันหนัก นี้เรียกว่าปฏิบัติธรรมะ ถ้ารู้อย่างละเอียดอย่างนี้ มันก็รู้จักธรรมะ มันมากที่สุดละ ไม่จนธรรมะได้พิจารณา

ฉะนั้น ข้อวัตรปฏิบัตินี้ เพื่อให้เข้าไปรู้ไปเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันก็เป็นคล้ายๆ พื้นฐาน อย่างเราจะปลูกอาคารสักหลังหนึ่ง มันมีข้างบนสองชั้น สามชั้น มันก็อยู่ข้างบนโน้น แต่พื้นฐานก็คือตัววางรากฐานนี้เอง มันจะทรงตัวมันอยู่ได้ก็เพราะรากฐานของมันมั่นคง

การประพฤติปฏิบัติที่มันรกรุงรังเหลือเกินที่ธรรมะมันจะอยู่ ฉะนั้น เราจึงพยายามถอนอะไรออก ที่มันรกรุงรังนะถอนมันออก อย่างความกำหนัดข่มใจ อย่างความเกียจคร้าน อย่างความอยากใหญ่ใฝ่สูง เป็นต้น ใครมีปัญญามากเท่าไร การปฏิบัติก็ยิ่งกว้างออกไป ก็ยิ่งละเอียดออกไป

การปฏิบัติธรรมนี้ ท่านมารวมเข้ากันเสียเป็นพระธรรมวินัย รวมกันทั้งสองอย่าง เป็นพระธรรมวินัย เป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้บรรลุซึ่งธรรม บรรลุซึ่งสันติธรรม คือความสงบระงับ ดังนั้น ข้อปฏิบัติของผู้ปฏิบัติที่มันถึงมาก แต่วามันก็ไม่มีอะไรยุ่งยาก ถ้าเรามีสติเต็มเปี่ยมแล้ว

สติที่จะเต็มเปี่ยมนี้ก็เรียกว่าเราจะต้องพยายาม จะต้องฝึกเรื่อยๆ เช่น ผมเคยพูดให้ฟังว่า เราจะลงมาทำวัตร ลงโบสถ์ เข้ามานี้เราต้องกราบ มาองค์เดียวก็ตามเถอะ มาทำอะไรก็กราบพระ เมื่อเสร็จแล้วจะกลับกุฏิก็กราบพระ เมื่อเราออกไปถึงกุฏิแล้ว เราขึ้นไปบนกุฏิแล้ว ก็นั่งกราบพระ ฝึกเสียก่อน ฝึกให้มากๆ บางคนก็รำคาญใจ ฮี...ลุกขึ้นก็กราบ นั่งก็กราบ อะไรก็กราบ สารพัดอย่างละเอียดอย่างนี้ฝึกสติของเรา ให้มันมีสติจนให้มันชำนาญ ให้มันชำนาญในสิ่งทั้งหลายดังนี้

สติที่มันคือความระลึกได้อยู่เสมอ มีสติก็มีสัมปชัญญะ เริ่มจากจิตของเรา นี้เอง ทำให้มันชำนาญ บางคนก็คิดว่า มันปามันเถื่อน ถือมันถือร้อนถือขลัง อะไรไปอย่างนี้ก็มี คิดอย่างนี้ก็มี แต่ว่าทางก้าวของมันก็ต้องไปอย่างนี้ ตั้งแต่หน้าไปหาโตขึ้นมา จะต้องทำอย่างนี้

เรื่องพระวินัย เรื่องพระธรรม มันก็มีความสงสัย ถ้าเราปฏิบัติ มันก็สงสัย สงสัยก็ช่างมันเถอะ สงสัยก็ทำไป พยายามทำไป คือว่าเราทำที่ไหนมันก็มีความฉลาด อยู่ทีนั้น ทำด้วยการพินิจ ทำด้วยการพิจารณา เราทำตรงนี้เราก็ต้องพิจารณาอยู่ ตรงนี้ ความฉลาดมันก็เกิดขึ้นมาเรื่อยๆ ไป คือเหมือนกันกับเราได้ฟังธรรมะ ได้เรียนมาก ได้ฟังมาก เป็นพาหุสัจจะ

ได้ฟัง มันได้ค้นคว้าในใจของมัน นี่เรียกว่าเรากำลังศึกษา มันเป็นเสขจิต มันจะต้องศึกษาอยู่ก่อน ก่อนที่มันจะรู้ แล้วมันก็เป็นอเสขจิต นี่รู้เรื่องของมันแล้ว ไม่ต้องศึกษาแล้ว อย่างนี้ เราอย่าไปถือว่าเราได้เรียนมากมาย เราได้รู้มากมาย เราอย่าไปถืออย่างนั้น ถ้าถืออย่างนั้น ใครเป็นคนหลงละ คนที่เรียนหลายๆ หรือคนที่ไม่ได้เรียนเลย อย่างนี้ให้เราคิดให้มันดีๆ คนที่หลงนะ เรียนหลายๆ มันก็หลงกันได้ ไม่เรียนมันหลงก็ได้ อย่างคนเราเกิดมา ตั้งแต่เล็กๆ จนแก่ จะว่าเราเก่งก็ไม่ได้ เก่งเพราะอะไร เก่งเพราะเราเกิดมานานอย่างนี้ก็ได้

ไม่ไปที่ไหนทั้งนั้นแหละ สัจธรรมไม่วิ่งไปตรงไหนแหละ มันอยู่คงที่ของมัน ท่านจึงเรียกว่าสัจจะ ความเป็นจริง สัจจะความจริงคือไม่เคลื่อนจากที่มัน เราจึงน้อมใจเราเข้าไปถึงสัจธรรม จนกว่าสัจธรรมมันจะตั้งอยู่ในจิตของเรา ไม่เคลื่อนที่ มันไม่ตามกระแสใจของคน มันไม่ตามความรู้สึกนึกคิดของคน ความรู้สึกนึกคิดเป็น ความรู้สึกนึกคิดอันหนึ่ง สัจธรรมนั้นก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้าเรามีความรู้สึกนึกคิดที่เป็น สัจธรรม มันก็เป็นสัจธรรม ถ้าเรามีความรู้สึกนึกคิดแหวกแนวออกไป แต่เราเข้าใจว่ามันถูก อันนั้นมันก็ไม่เป็นสัจธรรม

ได้ความว่า ที่เรามาศึกษาปฏิบัติกันทุกคนนี้ เรายังไม่รู้ตามเป็นจริง ฉะนั้นการฟัง การเรียนท่านจึงให้พิจารณา อันนี้ท่านพูดมันผิด อย่างนี้เราก็ฟังมันผิด อันนี้ท่านพูดไปมันถูก อันนี้เท่ากับว่าท่านว่าถูก อย่าเพิ่งไปย่ำว่ามันถูกมันผิดในการฟังเลย คนฟังก็สักแต่ว่าเราฟังไป มันไม่จบตรงนี้ มันไปจบที่การรู้ขึ้นมาเอง มันวินิจฉัย เกิดความรู้ขึ้นมาเองในจิตที่ผ่องใสเมื่อไร มันจึงจะรู้จักที่นี่



ดังนั้น ทุกคนที่เรามาปฏิบัตินี้ก็มารับฟัง อันนั้นมันถูก อันนั้นมันผิด พระพุทธเจ้าท่านก็ยังไม่ได้อสอนอย่างนั้น ท่านให้ฟัง เราฟังสิ่งที่มันผิดนั้นมันก็ไม่ผิดอะไร เราฟังสิ่งที่มันถูกนั้นมันก็ไม่แปลกอะไร เป็นคนฟัง เอาความรู้ซึ่งมันเกิดขึ้นในจิตของเรา

ฉะนั้น ท่านจึงตัดมันเสียว่า อันนี้ก็อย่าไปหมายมันมัน อะไรทุกอย่างมันเกิดขึ้นมาก็เรียกว่า เออ...อันนี้เราคิดว่ามันไม่ถูก อันนี้เราคิดว่ามันผิด อันนี้เราคิดว่ามันดี เดียวเราก็ไปยึดดี แล้วก็ไปยึดสิ่งที่ไม่ดี แล้วก็ไปยึดสิ่งที่มันผิด

แม้เราไปยึดสิ่งที่มันถูกนะ อะไรทุกอย่าง ถ้าเราเข้าไปยึดมันโดยไม่มีปัญญา นั้นมันผิดหมดละ ให้เข้าใจอย่างนี้ เราเข้าไปยึดมันถือมันมันโดยที่ไม่มีปัญญา ไม่มีเงื่อนไขอย่างนั้นมันก็ผิด ถึงแม้มันถูกอยู่ ความถูกนั้นมันก็ไม่ผิด มันผิดอยู่ที่การที่เราเข้าไปยึด ไปยึดความถูก ไปยึดความผิด เช่น เราเป็นผู้ปฏิบัติ ของคนอื่นมันผิดของเรามันถูก อย่างนี้เป็นต้น

เห็นของเราถูก เห็นคนอื่นผิดอย่างนี้ ถ้ามันเป็นก็ให้เป็นอาการ อย่าไปเอาความแน่นอนกับมัน อย่าไปยืนยันกับมันมาก จะได้ความยืนยันมากก็คือ เรียกว่ามันยังไม่แน่นอนนั่นเอง เราปล่อย มิได้สงสัยในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันรู้อยู่ในนั้น อันนี้คือการปฏิบัติ เพราะอย่างนั้นการปฏิบัตินี้มันถึงต้องพยายามค่อยๆ ทำ ค่อยๆ คิด ค่อยๆ พิจารณาเอา รุนแรงมันก็ได้

เมื่อไปถึงที่ไหนก็ตามเถอะ ถ้าเราไปดูสถานที่ต่างๆ ในวัดเราก็ตาม นอกวัดเราก็ตาม อะไรก็ตาม หนังสืออะไรนั้นที่เขียนขึ้นมาก็ตามเถอะ โดยมากก็อ้างว่าอันนี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งนั้นแหละ แต่พระพุทธเจ้าเราก็ไม่เห็น คำสอนของท่านเราก็ไม่รู้ อย่างนั้นท่านจึงสอนไว้ว่า อย่าไปเชื่อในสิ่งที่เขาว่ามันถูก อย่าไปเชื่อในสิ่งที่เขาว่ามันผิด ตรงนั้นคนไปมากมันถูก ตรงนั้นไม่มีคนไป ตรงนั้นปฏิบัติไม่ถูก อะไรทั้งหลายเหล่านี้ คือความเป็นจริงนั้นมันก็เป็นอย่างนั้นแหละ ท่านว่าอย่าไปยึดเอาทางเดียว เป็นกามสุขัลลิกานุโยคก็ดี อตตกิลมณานุโยคก็ดี ถ้ามันเกิดขึ้นมานั้น ท่านไม่ให้ยึดมัน คือท่านให้รู้มัน



ถ้าไปยึดความสุขนั้นมันก็ผิดละ มันเป็นกามไปเสีย ถ้าไปยึดทุกข์มันก็ผิดอีกแหละ ความเป็นจริงเรื่องสุขหรือเรื่องทุกข์นี้เป็นเรื่องจะให้เราพิจารณาปล่อยวางอย่าไปหมายมันมัน อันนี้มันผิด ผิดแล้วก็แล้วไป อันนี้มันถูก ถูกแล้วก็แล้วไป อย่าไปยึดมันถือมันมัน ให้เรารู้

แต่เบื้องต้น เบื้องแรกจริงๆ นะ คนเรามันก็ต้องยึด ถ้าจะให้ปล่อยเลย ให้วางเสีย มันก็วางไม่ได้ วางอะไร ความยึดเราไม่มีนี่ อย่างเรามีวัตถุในมือของเราอย่างนี้ ท่านว่าเอามันทิ้งเสีย คนนั้นมันก็รู้ว่าทิ้งก็ได้ เพราะมันมีของที่จะทิ้งในมือของเรา ถ้าเราไม่มีอะไรจะทิ้ง ท่านว่าให้ทิ้งเสียก็ไม่มีที่จะทิ้ง อะไรในมือเราไม่มีคือ ของมันไม่มี

ผมเคยเล่าให้ฟัง มันชัดดี วันนี้ผมเคยเล่าว่า นักปฏิบัติสองคนเถียงกัน นั่งประชุมกันอยู่อย่างนี้ มีลมอย่างหนึ่ง กับมีธงอย่างหนึ่ง ธงมันก็ไหวตัวไปมาอยู่เรื่อย ต่างคนต่างก็ดูอยู่ คนหนึ่งก็ถามว่า ธงไหวตัวเพราะอะไร อีกคนหนึ่งก็ตอบว่าเพราะลม คนที่สองก็ว่าไม่ใช่ เป็นเพราะธงมันมี นี่เอาสิ มันมาลงตรงไหนละ

ถ้าลมไม่มี ธงก็ไม่ไหวตัว ไม่แกว่ง มันจึงเกิดความรู้สึกว่า คนหนึ่งว่าที่ธงมันจะแกว่งไปแกว่งมาเป็นเพราะลม ไม่ใช่ คนที่สองว่ามันเป็นเพราะมีธง คนหนึ่งว่ามันเป็นเพราะมีลมมาพัดมัน คนหนึ่งว่าไม่ใช่ มันเป็นเพราะธง นี่ก็เถียงกันอยู่อย่างนี้ละ มันเหตุผลอย่างนี้เรื่อยไป ถ้าไม่มีธง มันก็ไม่แกว่ง ถ้ามีธง ไม่มีลม มันก็ไม่แกว่ง มันก็ติดกันอยู่ตรงนี้

นี่ถ้าเรามองเห็นง่ายๆ มันก็เป็นแต่ธงกับลมเท่านั้นแหละมันจึงแกว่ง เมื่อมันแกว่ง แล้วก็เกิดปัญหาขึ้นมา นี่ คนหนึ่งว่าเป็นเพราะมีลม คนหนึ่งว่าเป็นเพราะมีธง

ผู้ฉลาดท่านว่า ท่านทั้งสองมันทุกข์ทั้งนั้นแหละ ถ้าท่านไปติดอยู่ในแง่นี้ ท่านก็ทุกข์ทั้งนั้นแหละ ไม่มีทางพ้น แต่ถ้าหากท่านรู้สึกได้ว่า ธงก็ไม่มี ลมก็ไม่มี แล้วมันก็หมดเรื่อง ปัญหามันก็จางไป ปัญหามันก็หมดไป ก็เพราะว่าธงนั้นก็สมมุติขึ้นมาให้มันเป็นธง ลมนั้นก็สมมุติขึ้นมาให้มันเป็นลม มันเป็นเรื่องสมมุติ มันก็ติดสมมุติกันอยู่อย่างนั้นแหละ ไม่มีทางที่จะไป เมื่อรู้จักการปล่อยวาง ธงมันก็ไม่มี ลมมันก็ไม่มี มันเรื่องสมมุติทั้งนั้น มันก็หมดปัญหา มันก็ไม่เกิดขึ้นมา อันนี้ก็เอาไปวิจยนำเอาไปพิจารณา



เราผู้ศึกษาอยู่นี้ก็เหมือนกัน กำลังมาปฏิบัตินี้ ปฏิบัติให้มันถูก เต็มวันนี้เราไม่รู้จักว่ามันถูกมันผิด ผิดเราก็ไม่รู้จัก ถูกก็ไม่ได้รู้จัก มันไม่รู้จักผิดไม่รู้จักถูกตามความเป็นจริง คือสัจธรรม ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงว่า อย่าไปยึดมัน ถูกก็เป็นฐานสมมุติของเขา ผิดก็เป็นฐานสมมุติทั้งนั้น อย่าไปหมายมันมัน เราว่าตรงนี้มันถูก เขาว่าผิด เป็นต้น พูดกันคำสองคำเราก็เลิก เรื่องมันก็หมด เขาว่าอันนั้นไม่ถูก เราว่าถูก ก็พูดกันคำสองคำ ไม่ต่อมันก็หมด นี่ เรื่องมันจบลงอย่างนั้น

ถ้าคนหนึ่งไปยืนว่าถูก คนหนึ่งไปยืนว่าผิด ไม่ลงกันมันก็ทะเลาะกันเท่านั้น ยิ่งผิดใหญ่เลย พูดถึงเรื่องจิตมันเป็นอย่างนั้น เรื่องธรรมะจริงๆ คือ ปฏิบัติไปจนถึงว่ามันไม่มี ปฏิบัติจนถึงว่ามันถึงความปล่อยวาง

ผู้ปฏิบัติมันก็แสดงกายแสดงวาจาของมันในที่นั้นแหละ เพราะว่ากายกับจิตนี้มันเป็นของสืบเนื่องกัน อย่างหน้าตา อวัยวะ กิริยาท่าทางของคนพันทุกข์ มันเป็นอย่างไร มันก็พอมองเห็นได้ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติแล้วจึงมีความยิ้มแย้มแจ่มใส จึงมีความซาบซึ้ง เพราะอะไร เพราะท่านไม่ยึดในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น จิตใจก็เป็นปกติ หน้าตาก็เป็นปกติ ไม่แสดงอะไรออกจากปกติทั้งนั้น จิตใจมันเป็นอยู่อย่างนั้น

ผมเคยพูดว่า การปฏิบัติของพวกเราทั้งหลายนั้นนะ สมัยนี้มันก็ยังมีความหลายอย่างหลายประการ ยิ่งทำให้พวกเราทั้งหลายวุ่นวายกันมาก เช่นว่าวัดหนองป่าพงเราปฏิบัติอย่างนี้ บางคนก็ไม่ชอบ บางคนก็ชอบ นี่มันเป็นอย่างนี้ บางคนมันก็เป็นเพราะมีธงนั้นแหละ บางคนมันก็เป็นเพราะมีลมอย่างนี้ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันจึงเป็นเครื่องวินิจฉัยด้วยตนเอง ธรรมเหล่านี้ท่านเรียกว่าเป็น ปัจจัตตัง รู้เฉพาะตัวของเรา เฉพาะความเป็นจริงของเรา มันเกิดขึ้นอย่างไร มันรู้ได้เฉพาะเจ้าของ

ที่ยั่ววน ก็คือ อารมณ์ จริงๆ อารมณ์นั้นมันไม่ยั่ววนหรอก ถ้ามันยั่ววนก็ยั่ววนให้ความฉลาดเราเกิด มันปลุกให้เราศึกษาอารมณ์ ให้ศึกษาอารมณ์ก็คือศึกษาโลก เมื่อศึกษาโลก รู้จักโลกแล้ว ก็คือรู้จักสุขรู้จักทุกข์ ความสุขความทุกข์ มันก็โลกนั่นเอง เมื่อเข้าใจโลกแล้วก็ถึงซึ่งความสบาย

ธรรมที่ปฏิบัตินี้ พระพุทธเจ้าทำให้ยึดสุข เบื้องแรกให้ยึดสุข ยึดเรื่อยไปเถอะสุข แต่ยึดด้วยปัญญาของมัน ยึดไปเรื่อยๆ แมว่ามันจะมีทุกข์เกิดขึ้นมา ถึงมันหนักเราก็ไม่ยอมปล่อยมัน ไม่ยอมวางมัน เพราะอะไร เพราะเราคิดว่าของนี้มันดี ของนี้มันถูกต้องอย่างนี้ ยึดเรื่อยไป ถ้าเขาว่าอันนี้ไม่ดีเราก็ไปทุกข์ อันนี้ไม่ถูกต้องเราก็ไปทุกข์ มันก็ตั้งมานะให้เกิดขึ้นมาตรงนั้นอีกแหละ

ดังนั้น อารมณ์ที่มีนกระทบอยู่ทุกวันนี้ ถ้าเราพิจารณาเข้าไปมันเป็นบุญคุณที่สุด ที่จะปลุกตัวของเราให้ตื่นขึ้นมาดูอะไรต่างๆ ให้มันซาบซึ้งต่อไป ให้มันรู้เรื่องมันที่เราไม่สบายก็เพราะว่าเราอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เป็นอย่างนี้ คำที่ว่าไม่อยาก นั่นแหละคืออยาก ที่ว่าไม่อยากให้เป็นอย่างนี้ เราไม่ชอบ นี่คืออยากละ ไม่อยากนะมันกลับเป็นอยาก เป็นกิเลส มันเป็นตัณหา อย่างเราเมื่อมัน ไม่อยากรู้มัน ไม่อยากเห็นมัน นี่ก็เห็นว่าเราเบือ มันจึงเพิ่มความกำหนัดขึ้น เพิ่มความหลงขึ้นเท่าตัว มันอย่างนี้

คำว่า “ความอยาก” หรือ “ความไม่อยาก” สองอย่างนี้มันเป็นภาษาทำให้คนรู้สึกเท่านั้นแหละ ถ้าพูดถึงธรรมะที่พระองค์ท่านตรัสแล้วจริงๆ นั้นมันก็เท่าๆ กัน ความอยากนี้มันเป็นโทษ เหมือนกันกับที่ว่าความไม่อยากนี่ก็เป็นโทษ ที่ว่าไม่อยากหรืออยากนี้ มันอยากด้วยความโง่ ไม่อยากก็ไม่อยากด้วยความโง่ คือมันผิดนะ เป็นทุกข์

เราจะไปวางของทั้งหลายเหล่านี้ ที่ปฏิบัติไปนี้ มันถึงมองไม่ออก มันไปยึดมันถือมันถือมันอยู่ไม่หยุดนั่นแหละ มันก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมาได้ ความเป็นจริงนั้น สิ่งที่มีมันถูกหรือสิ่งที่มันผิด สิ่งที่มีมันสุขมันทุกข์นั้น ไม่ใช่สิ่งที่สงบนะ

อย่างเราเห็นว่า แหม มันสุขใจ มันสบายเหลือเกิน อย่างนี้เป็นต้น ที่มันสุขหรือทุกข์นั้น ไม่ใช่ทางที่สงบนะ ไม่ใช่ที่สงบ มันมีสุขปนอยู่นั้น มันก็มีทุกข์ปนอยู่นั้น แต่ว่ามันถูกอะไร มันถูกเล็กๆ ที่ปฏิบัติใหม่ๆ มันสุข คือ มันเอาอกเอาใจ มันมีศรัทธาเกิดขึ้นที่จะปฏิบัติ มันมีความอยากที่จะปฏิบัติต่อไป มันมีกำลัง มีกำลังมันไม่สุขเฉยๆ มันไม่ทุกข์เฉยๆ มันเข้าไปยึดมันถือมันเสียด้วยอย่างนี้



สุขที่พระพุทธเจ้าท่านสอน ทุกข์ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนนั้น ท่านพูดเป็นอาการของมันเท่านั้น ลักษณะนั้นมันเป็นอย่างนั้น อาการมันเป็นอย่างนั้นเฉยๆ ลักแต่ว่าอารมณ์มันวูบขึ้นมาทีเดียวเท่านั้นมันก็หายไป ก็ไม่มีอะไร ตัวสุขนั้นมันก็ไม่ มี ตัวทุกข์นั้นมันก็ไม่ มี

ถ้าเราไปยึดมันถือมัน มันก็มีขึ้นมาตรงนั้น เดียวนั้น เช่นว่าเราได้ยินเสียง อย่างนี้เป็นต้น พอเสียงมันดัง อย่างที่ว่าเราวางอะไรลงพื้นนี้ มันเสียงดังเป๊าะ ยังไม่เกิดอะไรขึ้นมา มีแต่เสียงเป๊าะเท่านั้นนะ ไม่มีอะไร มีแต่เสียงเฉยๆ ก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้นมา ยังไม่เป็นอะไร ต่อไปถ้าเราคิดว่า เอ หรือตุ๊กแกมันหล่นลงพื้น ต่อไปนะ เราก็กลัว เท่านั้นแหละ หรืองูมันตกลงตรงนี้ มันหล่นตรงนี้ มันก็กลัวเท่านั้นแหละ ทีหนึ่งนะ มันกระทบเฉยๆ แต่ที่สองนะมันต่อไปแล้ว งูหรือตุ๊กแกหรืออะไรทั้งหลายต่อไป

เสียงก็เหมือนกัน พอได้ยินปั๊บ แค่นี้มันก็มีเสียงเท่านั้น ไม่ได้มีอะไรต่อไป ต่ออีก พอกระทบมันก็จะเกิดอีกต่อหนึ่งนะ นี่เสียงผู้หญิงนี่ หรือเสียงผู้ชาย มันต่อไป ความเป็นจริงเสียงครั้งแรก มันไม่เป็นใคร มันมีสัมผัสเฉยๆ เท่านั้นแหละ พอมีเสียงพับขึ้นมาเท่านั้นแหละ เออ..ผู้ชายหรือผู้หญิงๆ มันไม่ว่าหรอก มันมีแค่เสียงเฉยๆ พอต่อไปนี่ เออ...เสียงผู้หญิงนี่ พอใจว่าเสียงผู้หญิง เป็นต้น มันก็มีความรู้สึกที่ว่าเป็นผู้หญิง มันเป็นปฏิปักษ์กันกับผู้ชาย และเมื่อคิดต่อเรื่อยๆ ไป มันเป็นอายตนะอย่างนั้น ถ้าหากว่าเราเข้าใจในตัวของเรา เข้าใจในจิตของเจ้าของนะ มันก็ง่ายขึ้น ความเป็นจริงมันคนละครั้ง คนละคราว มันไม่ติดๆ กัน มันคนละอย่าง

ดังนั้นการปฏิบัติที่ท่านว่า ให้มีสติ เราก็ไม่ค่อยเข้าใจนัก ให้มีสัมปชัญญะ ก็ไม่ค่อยเข้าใจนัก ความเป็นจริงตัวสตินี้ ตัวสัมปชัญญะนี้ คือให้ระลึกได้ ทำให้มันรู้ตัว ๒ อย่างนี้มันเป็นพื้นอยู่แล้ว ถ้ามีสิ่งทั้ง ๒ อย่างนี้เป็นธรรมชาติ ๒ อย่าง สติสัมปชัญญะ สติ นี้ก็แปลว่าระลึกได้ สัมปชัญญะ ก็แปลว่ารู้ตัว เมื่อเกิด ๒ อย่างนี้ มันจะไปดึงเอาปัญญามา วิ่งเข้ามาดูสิ รู้ไหม รู้ตัวไหม หรือไม่รู้ตัวไหม อะไรไหม มันจะรู้แจ้งเพราะปัญญากระทบเข้ามาอีก ดึงเข้ามาดูอย่างนี้ อันนี้พูดถึงอาการจิต มันก็ต้องเป็นไปอย่างนั้น มันต่อไปไปอย่างนี้

เพราะฉะนั้น เมื่อเราตั้งใจปฏิบัตินั้น สิ่งที่เราทำอยู่ทุกวันนี้ให้มันมีสติให้มันมีสัมปชัญญะให้มันมีปัญญา ให้มันรู้รอบอยู่เสมอ สำรวมระวังให้มันเกิดขึ้นมา เช่นว่าการบริโภคอาหาร อาหารทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นของสะอาดอยู่ ไม่ใช่มันเป็นของสกปรกมาตั้งแต่เดิมของมัน การห่มผ้า ผ้าจีวรผืนนี้เราใช้ไป ต่อไปมันสกปรก ไม่ใช่ว่ามันสกปรกมาแต่เดิมของมัน อะไรทั้งหมดที่เราใช้กันอยู่นี้แหละ มันสกปรก มันคร่ำมันคร่า อันนี้มันเป็นขึ้นมาใหม่เพราะเอามันมาใช้ อย่างจีวรนี้ จีวรที่มันสดใสที่มันไม่สกปรกหรอก แต่เมื่อมันมาถูกกายของเรา มันจึงสกปรก นี่มันก็แก้ทิฐิความเห็นของเราสิ

ถ้าหากว่ากายเรามันสวายนางามนี้ ผ้าที่สะอาดอยู่มาถูกเข้า ทำให้มันถึงสกปรก มันส่อให้เห็นอย่างนั้น สิ่งทั้งหลายมันก็ตามไปเรื่อยๆ เช่น อาหารการขบฉัน อย่างที่เราสวดกันอยู่ทุกวันนี้ สวดชัดทั้งนั้นแหละ อาหารนี้มันไม่ใช่เป็นของสกปรกมาแต่เดิมมันนะ เมื่อมาถูกเข้าในกายอันไม่สวาย มันเลยสกปรกไปเสีย พุดง่ายๆ คือมุตร หรือคุดเรานี่เอง

มุตร คุด มันเป็นของไม่สะอาดทั้งนั้นแหละ อย่างน้ำที่เราฉันเราดื่มไปนี้ น้ำในขวดนี้ มันเป็นของที่สะอาด เมื่อเราดื่มเข้าไปแล้วนะ ออกมามันเป็นปัสสาวะเหม็น ความเหม็นเช่นนี้ ไม่ใช่ว่ามันเหม็นมาแต่เดิมมันนะ มันเข้าไปในท้องเราแล้ว ออกมามันถึงเหม็น แสดงว่าน้ำนี้มันมาสกปรกเมื่อมันมาถูกร่างกายของเราเอง ไม่ใช่ว่ามันสกปรกมาก่อน

อาหารการขบฉันเรานี้ก็เหมือนกัน มันเป็นของเอริดอร่อย มันเป็นของที่สะอาดมาอย่างนี้ แต่ว่าเมื่อเข้ามาถูกในร่างกายของเราแล้วนะ เอาออกมาแล้วที่นี้ ปิดจมูกเสียแล้ว มองดูก็ไม่ได้ อะไรมันก็ได้ เพราะอะไร อาหารนี้มันสกปรกเมื่ออยู่ในกายเรานี้เท่านั้น แต่ก่อนมันไม่สกปรก มันมาสกปรกที่มาถูกกายเราเข้า เท่านั้นมันก็เกิดเป็นของสกปรก อันนี้มันคือความจริง คือมันชัดเข้าไปอีกทีหนึ่ง



นี่ถ้าเราคิดดูสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เสนาสนะที่เราอยู่นี้ ให้มันคุ้มฟ้าคุ้มฝน ไม่เอาอะไรให้มันเกินไปกว่านั้นมากมาย ถ้าเราได้อยู่สิ่งที่มันดีก็ดี ที่เขาสมมุติว่ามันดีมันร้าย ก็เอาคุ้มฟ้าคุ้มฝนนั้นแหละเป็นประมาณของมัน อยู่ก็ให้สบาย ให้สงบ ไม่ให้ติด

ยากก็เหมือนกัน ยาบำบัดโรค อันนี้มันก็เป็นปัจจัยที่พวกเราทั้งหลายจะอาศัยกันในยามเจ็บไข้ได้ป่วย เพื่อไม่ให้โรคเบียดเบียน เพื่อจะได้มีโอกาสทำความเพียรเต็มที่ ไม่ให้มันมากกว่านั้น ปัจจัยที่พวกเราทั้งหลายจะอาศัย คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เก้าอี้ นี่ท่านได้พูดเท่านี้ ที่เราปฏิบัติกันนี่นะ ให้มันอยู่เถอะ เรื่องจีวรก็ให้รู้จักรักษาผ้า รู้จักสบง รู้จักจีวร รู้จักประมาณ อย่าให้มันมากเกินไป อย่าให้มันน้อยเกินไป ให้มันรู้จัก คือ ท่านไม่ให้ติดนั่นแหละ ไม่ให้ติดในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้

เรื่องของสมณะนี้ ไม่ใช่เรื่องมาก เรื่องจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เก้าอี้ ท่านจึงให้ดูอยู่นี้ เพื่อให้เห็นของทั้งหลายเหล่านี้ชัดเข้าไป แล้วก็โน้มเข้ามาเป็นโอปนยิกธรรม โน้มเข้ามาในตัวของเรา มีอะไรไหม ดูทีละชิ้น จะเห็นของไม่ค่อยสวย เห็นของไม่งดงาม เห็นของเหม็นสาบเหม็นคาว ทุกอย่างอย่างนี้ เราพยายามคิดไปอย่างนี้ เราพยายามโน้มไปอย่างนี้

เมื่อเราพิจารณาสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ติดต่อกัน ของทั้งหลายเหล่านี้ก็หมดราคา ไม่สวย ไม่งาม ไม่กำหนด ไม่รักใคร่ หยิบขึ้นมาก็เรียกว่ามันรู้มันเห็น สักแต่ว่าเท่านั้นแหละ ตันหามันก็ไม่เกิด อุบาทวมันก็ไม่เกิด มีความเห็นว่ามันเป็นอย่างนี้เอง จุดรวมคือท่านให้รู้เท่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เพื่อเราจะวางได้ ปล่อยได้ รู้แล้วมันวางได้ เช่นว่าเราไม่รู้จัก เรากำงอยู่อย่างนี้ เราสำคัญว่า ฐ เป็นสัตว์อื่น เป็นสัตว์ที่เราเอาไปทำอาหารได้ และก็สำคัญว่ามันไม่มีพิษอะไร มันก็ไม่กลัว เพราะไม่รู้จักมัน เพราะไม่เห็นมัน

ถ้าเรารู้มาเห็นตามความเป็นจริงของมัน เราจะเกิดกลัวขึ้นมาเดี๋ยวนั้น สกนธ์ร่างกายของเรานี้ก็เหมือนกัน หรือความยึดมั่นถือมั่นนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่เห็นโทษ ก็ยึดอยู่นั่นแหละ มันปล่อยไม่ได้ มันวางไม่ได้ มันก็เป็นเรื่องอย่างนี้

การพิจารณาเรื่องอาหาร ที่เราเองเป็นผู้พึ่งอาศัยมันอยู่นี้ ก็เพื่อให้รู้จักว่ามันเป็นอย่างไร มันไม่มากไปกว่านั้น ที่นี้เมื่อเราดูเห็นตามความเป็นจริงไปเช่นนั้น มันก็เป็นสังขาร เมื่อมันเป็นสังขารมันก็ไม่แปรเปลี่ยน ถึงแม้มันแปรเปลี่ยน มันก็เป็นสังขารอย่างนี้ เช่นว่า อนิจจัง มันไม่เที่ยง มันแปร มันไม่เที่ยงมันก็เป็นสังขารอยู่นั้นแหละ เรื่องที่มันแปรเปลี่ยนไปนั้น เป็นต้น มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นสังขารเหมือนกัน มันคงที่ของมันอยู่อย่างนั้น

แต่ว่าข้อปฏิบัติทั้งหลายเหล่านี้ เราพึงเสียดสีทักเตือน คือ ความเห็นของเรากับความยึดมั่นถือมั่นของเรา ให้เราเห็นว่าอันนี้มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความยึดมั่นถือมั่นที่มันยึดตมำเสมอเรื่อย ๆ มา ถ้าเราเห็นว่าของอันนี้มันไม่มีราคา มันไม่ใช่ของจริง มันเป็นเรื่องของสมมุติเมื่อไร มันก็ว่าง

อารมณ์ที่มันมากระทบทางตาที่ดี ทางหูที่ดี ทางจมูกที่ดี ทางลิ้นที่ดี ทางกายก็ดี ทางจิตก็ดี มันก็เหมือนคนภายนอก คนภายนอกมันเป็นตัวเป็นตน เป็นรูปธรรม แต่เมื่อเราไปพบเข้า เสร็จแล้วกลับให้มันเปลี่ยนเข้าไปเป็นนามธรรมติดอยู่ในใจของเรา

ถ้าเรารู้จักอารมณ์ภายใน มันก็รู้จักอารมณ์ภายนอก รู้จักอารมณ์ภายนอก มันก็รู้จักอารมณ์ภายใน ที่ท่านกล่าวว่า *อชฉัตตา ธัมมา พหิททา ธัมมา* ภายในมันก็เป็นอย่างนี้ ภายนอกมันก็เป็นอย่างนั้น ทั้งภายนอกภายในเอามาปนกันเข้าอีก มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น ถ้ามันเห็นชัดขึ้นเมื่อไร ก็เป็นความเห็นชัดในธรรมะ ไม่ใช่ว่านั่งอยู่มันเห็นชัด ยืนมันเห็นชัด นอนมันเห็นชัด อะไรก็ช่างไม่เกี่ยวกับอิริยาบถ มันจะยืนอยู่ก็ตาม จะเดินก็ตาม จะนั่งก็ตาม จะนอนก็ตาม ฉะนั้น ท่านจึงว่าทำจิตให้มันสมำเสมอกับอิริยาบถ ทำอิริยาบถให้มันเสมอ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน เรียกว่า ‘อิริยาบถ’



ผู้ที่มีความรู้สึกควบคุมอิริยาบถ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ถ้ามันยืนอยู่ เมื่อเรารู้สึกผัสสะกระทบอารมณ์ขึ้นมา มันก็มีความรู้สึกอย่างนั้น คือว่ามันเป็นของไม่เที่ยง ไม่แน่นอน มีกลิ่นที่ช่าง มีรสที่ช่าง มีโผฏฐัพพะก็ตาม มีธรรมารมณ์อะไรก็ตามมันเกิด เราจะยืนอยู่มันก็เห็นอย่างนั้น เราจะนั่งอยู่มันก็เห็นอย่างนั้น เราจะนอนอยู่มันก็เห็นอย่างนั้น มันเห็นอยู่อย่างนั้น นี่ก็เรียกว่า มันเป็นหนึ่งใน มันเห็นชัด

ถ้าเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ การตรัสรู้ธรรมะ การรู้เห็นธรรมะนี้ พระพุทธเจ้าจึงว่าไม่แน่นอน บางองค์ก็ยืน บางองค์ก็นอน ฉะนั้นท่านจึงทำสติให้มันมีอยู่เสมอ บางองค์มันจึงหันอยู่เท่านั้นแหละ

ผมว่าถ้ากำหนดมันหันเท่านั้นแหละ กำหนดดีๆ ผมว่ามันเกิดความรู้อะไรหลายประการทีเดียวละ เราฟังลงในอาหาร เราฟังพิจารณาโดยฉันแล้วกำหนด รู้จักทั้งอาหารที่จะกำหนดว่าไม่ถูกกับร่างกายเราทีเดียว และรู้จักประมาณ มันก็รู้จักชัดเจน รู้ซึ่งอาหารก็รู้จัก นี่เรียกว่ากำหนดอาหาร

รู้ความเป็นจริงนั้น อาหารก็เรียกว่าเป็นโทษอันหนึ่ง แต่มันก็เป็นประโยชน์อันหนึ่ง สำหรับให้คนนั้น มันป่วย ไม่สบายก็เพราะอาหาร ถ้าเรารู้จักอาหารตามเป็นจริงแล้ว มันก็เกิดประโยชน์ อย่างคนเสียท้องเสียใส่อะไรต่างๆ นี้ ถ้าเรากำหนดอาหารมาแล้ว มันจะรู้จักว่าของนี้มันแสดงตั้งแต่มันเข้าไปในปากของเราตั้งแต่ครั้งแรก ถ้าเรากำหนดเข้าไปถึงที่แล้ว มันจะรู้จักทีเดียวละ มันจะถอนออกมันจะรู้จัก

ดังนั้น การกำหนดอาหารนี้มันจึงเป็นยา เป็นยาอันหนึ่ง ให้พิจารณาอย่างนั้นแล้วมันถึงเกิดปัญญา ถ้าเราดู เรามองดูในบาตร เราฟังดูในบาตร อย่างที่พระพุทธองค์ท่านว่า เมื่อฉันบิณฑบาตให้มองแต่ในบาตร อย่ามองดูบาตรผู้อื่นเพื่อหวังจะยกโทษ อย่าให้เมล็ดข้าวตกลงในบาตร อย่าให้เมล็ดข้าวตกลงในที่นั้นๆ นี่มันจะรู้เห็นหมดครับ ถ้าเรากำหนดลงไปเดี๋ยวนั้น อะไรมันเสียหายไม่ดีในลักษณะอันนี้ ถ้าเรามีสติอยู่เท่านั้นแหละมันต้องคุ้มพระวินัย มันต้องมี มันต้องรู้จัก มีสัมปชัญญะอยู่มันก็กลัวอยู่เท่านั้นละ เมื่อสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มีอยู่ ปัญญาก็มาช่วย มันต้องมีปัญญาเกิดขึ้นมา มันเป็นอย่างนั้น มันก็เลยสงบระงับไปในตัวของมัน

การนั่งอยู่ก็ดี การยืนอยู่ก็ดี การเดินก็ดี การนอนก็ดี อิริยาบถทั้งสี่นี้ให้มัน มีความรู้ชัดอย่างเดียวกัน คือมันสม่ำเสมอ ยกตัวอย่างง่ายๆ เช่นว่า แมว เรามองเห็นแมวที่นี้ เรานั่งอยู่ เห็นก็เป็นแมว ถ้าเรายืนขึ้นมองก็เป็นแมวอยู่ ถ้าเรานอนมองไปก็เห็นเป็นแมวอยู่ ถ้าเราวิ่งไปเราก็ก็นั่งเป็นแมวอยู่ จะยืนจะเดินจะนั่งจะนอน ไม่มีเปลี่ยน เป็นแมวทั้งนั้น อย่างนี้เรียกว่ามันไม่เปลี่ยนแปลง อิริยาบถเหล่านี้มัน เสมอ มันเห็นอารมณ์นั้นชัดอยู่

ไม่ใช่ว่าอิริยาบถเสมอก็นั่งให้มันเสมอยืน ยืนให้มันเสมอนั่ง ไม่ใช่เวลา อย่างนั้น มันใช้ความรู้สึก รู้สึกอย่างไรเรานั่งอยู่เราก็ก็นั่งมันเป็นแมวอย่างนี้ เรา ยืนขึ้นก็มีความรู้สึกว่ามันเป็นแมว เรานอนลงก็เห็นว่ามันเป็นแมว มันเป็นแมวอยู่ เท่านั้นละ มันไม่เปลี่ยนแปลงละ นี้ที่ว่าอิริยาบถเสมอ นั่นคือความรู้สึกอย่างนี้ มัน ไม่เปลี่ยนแปลง ก็เพราะว่ามันเป็นแมวจริงๆ นี้ มันจึงไม่เปลี่ยน ไม่ใช่ว่านั่งอยู่เป็น แมว ลูกขึ้นมันเป็นสุนัข เดินไปมันเป็นสุกร อะไรไปอย่างนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น มัน คงที่คือมันชัด อย่างนี้เรียกว่า อิริยาบถมันเสมอ

บางคนก็ไปจัดว่า การภาวนานั้นยืนก็ให้เท่ากับนั่ง นั่งก็ให้เท่ากับนอน นอนให้เท่ากับเดิน อันนี้ก็ทำได้อยู่ แต่ทำได้ชั่วคราวเต็มที ถ้าหากพูดถึงความ รู้สึกจริงๆ แล้ว มันจะต้องอิริยาบถเสมอกัน คือความรู้สึกมันเสมอกัน ถ้าเรารู้จัก อารมณ์ที่มันเสมอกันนะ เราจะไม่ว่ากลางวันหรือจะว่ากลางคืน กระทบอะไร เป็นต้น จิตของเราจะมีหลักอยู่อย่างนั้น มันไม่ซ้ำเติมอะไรทั้งหลายทั้งนั้นละ เรียกว่าเป็น ปกติ จิตมันเป็นปกติ เรียกว่าปกติจิต มันเป็นปกติจิต

ในความเป็นจริง ท่านกล่าวไว้ว่า จิตไม่ค่อยเป็นปกติอยู่อย่างนี้ แต่ว่าเมื่อมัน จะผิดปกตินั้น ก็เพราะว่าเสียงมากระทบ กลิ่นมากระทบ รสมากระทบ โผฏฐัพพะ มากระทบ มันก็เปลี่ยน เปลี่ยนไปทำไม เพราะมันหลงอารมณ์ มันหลงไปตามรูป ตามเสียง ตามกลิ่น ตามรส มันหลงไปอย่างนั้น มันก็เปลี่ยนลี มันเปลี่ยนไปตาม อารมณ์นั้นแหละ นี้คือจิตมันไม่รู้จัก คือจิตมันประกอบด้วยความโลภ โกรธ หลง อยู่นี้ มันก็ต้องเปลี่ยน เปลี่ยนไปตามนั้น ตามรูป ตามเสียง ตามกลิ่น ตามรส



ที่นี้ไม่ใช่ว่ารูปมันให้เปลี่ยนไป ความรู้สึกเราเองนั้นพาให้เปลี่ยนไป อันนี้เราชอบ มันก็เปลี่ยนไปอย่างหนึ่ง อันนี้เราไม่ชอบ มันก็เปลี่ยนไปอีกอย่างหนึ่ง ความเป็นจริงสิ่งทั้งหลายก็เป็นปกติของมัน ดังนั้นโลกนี้พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนไว้ว่า โลกวิทู ให้รู้แจ้งโลก รู้แจ้งโลกก็คือรู้แจ้งซึ่งอารมณ์นั้นแหละ อารมณ์ก็เหมือนกับโลก โลกมันก็เหมือนอารมณ์ ถ้าเรารู้อารมณ์เราก็รู้โลกอันนี้อย่างแจ่มใส ถ้าเราไม่รู้จักอารมณ์ เราก็ไม่รู้โลกอย่างแจ่มใส

พระพุทธเจ้าท่านเห็น ท่านจึงตรัสรู้เป็นโลกวิทู ผู้รู้แจ้งซึ่งโลก พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสรู้อยู่ในโลกนี้แหละ ตรัสรู้อยู่ในรูปนี้ ในเสียงนี้ ในกลิ่น ในรส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์นี้ ไม่ใช่ที่ท่านหนีไปที่ไหนหรอก ท่านเห็นสิ่งเหล่านี้มันชัด อารมณ์ทุกอย่างมันก็สัมผัสของมัน ที่เราว่ามันดีมันชั่ว มันสุขมันทุกข์ ก็เพราะความรู้สึกของเราเท่านั้นแหละ อันนั้นมันก็เป็นธรรมดาอยู่ เป็นปกติของโลกนี้ จิตใจของเราไม่ได้โทษอะไรทั้งนั้นแหละ ไม่ได้โทษ

นอกจากนั้นก็ย้อนมาในตัวของเรา เช่นว่า เราเกิดมาแล้ว มันแก่ มันเจ็บ มันตาย อย่างนี้เป็นต้น ถ้าเราไม่รู้จักก็น้อยใจ ดีใจ เสียใจ อะไรทั้งหลายเหล่านี้ ในรูปในนามนี้ ในความเป็นจริงสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เขาเป็นอย่างนี้ของเขาเองมาแล้ว ไม่ใช่ว่าเขาเพิ่งเป็นเดี๋ยวนี้

เรามาพบในเวลานี้ก็ดูเหมือนว่ามันเป็นอย่างนี้ โลกเขาเป็นมาอย่างนี้แต่ไหนแต่ไรมา มันเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ว่ามันเป็นอย่างอื่น ที่มันจะเปลี่ยนแปลงไปนี้ก็เพราะจิตของเรานั่นเอง ไปหมายมันในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันจึงเกิดความดีใจขึ้น มันจึงเกิดความเสียใจขึ้นเท่านั้น อันนี้มันก็ไม่มีอะไร ที่เราปฏิบัตินี้ก็ไม่ต้องหมาย อันนี้มันซึ่ง มันลึก

ที่เราปฏิบัติกันทุกวันนี้ ก็ให้รู้จักอยู่ในขอบเขตของเรา ที่เราปฏิบัตินี้ มันอยากจะได้ตามปรารถนาของเราทุกประการนั้น มันก็ไม่ได้ เพราะมันเป็นอย่างนั้นนี้เรียกว่า การปฏิบัติให้เห็นชัดเจน

อยากให้เห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นก็ให้เห็นตัวของเรา จะยื่นให้มีสติ จะนั่งให้มีสติ จะนอนให้มีสติ พุดไปถึงไหน ก็เรื่อยไป ท่านก็ย้าอยู่ตรงนี้ละ เพราะมันเป็นรากฐานอยู่ตรงนี้

อย่างที่ผมเคยพูดว่า อยู่ด้วยกันมากๆ อย่างนี้ ก็เหมือนอยู่คนเดียว เดียว เรา จะมองได้ง่ายๆ ถ้ามันรักคนนี้ นี่มันก็เริ่มจะผิดแล้ว ในใจเราเราก็รู้ว่ามันผิดแล้ว มันเกลียดคนโน้น นี่เราก็รู้ว่ามันเริ่มจะผิดแล้ว เพราะท่านสอนว่า ไม่ให้รักใคร ไม่ให้เกลียดใคร มันจะเกลียด มันจะรักใคร มันเป็นอาการเท่านั้นแหละ มันอยู่นอกใจของเรา ไม่อยู่ในใจของเราอย่างนี้ พุดอย่างหนึ่ง ใจมันก็เป็นอย่างหนึ่ง

ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงตรัสว่า *อาโลโก อาโลโก* มันสว่างอยู่ทั้งกลางวัน กลางคืน ธรรมของพระพุทธเจ้า อาการของธรรมทั้งหลายมันเป็นอาการอยู่ สว่างไสว อยู่ตลอดเวลา แต่บางที่เราก็อทุกข์ใจ บางที่เราก็อสุขใจ บางที่เราก็อดีใจ บางที่เราก็อเสียใจ ไม่ใช่เป็นเพราะสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันเป็นเพราะความเห็นผิดของเรานี่เอง มันถึงเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้ *โอบนโยโก* ให้น้อมเข้ามา อย่าน้อมออกไป ให้น้อมเข้ามา น้อมเข้ามา มาใส่ตัวของเรานี้ เพื่อจะเห็นชัดๆ มันมีฐานพยานอยู่ที่ตรงนี้ เมื่อปฏิบัติใหม่ๆ พุดอย่างนี้มันก็ไม่รู้จักหрок มันไม่รู้จัก มันจะรู้จักเมื่อไร รู้จักเมื่อเราปฏิบัติไปนั่นแหละ เพราะสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเกิดจากการปฏิบัติ ที่วันนี้ เรียกว่า การพุดกันมันเป็นอย่างหนึ่ง การพุดมันได้ยินเสียงมาถึงหูเรา เมื่อไรถึงใจ จึงพิจารณา เอาไปพิจารณา ไปปฏิบัติ อย่างนี้มันจะค่อยๆ เกิดขึ้น คนมีปัญญา มาก มันก็เกิดขึ้นเร็ว คนมีปัญญาน้อย มันก็เกิดขึ้นช้า ไม่มีปัญญาเลย มันก็ไม่เกิด มัน เป็นเสียอย่างนั้น

การนั่งสมาธิ ก็อย่าไปว่าอะไรมันเลย การนั่งสมาธินี้ สมาธิคือความตั้งใจมัน เราถอนกลับมาที่ สมาธิคือความตั้งใจมัน ถ้าเรามั่นใจในข้อปฏิบัติเราอย่างนี้ มันก็เป็นสมาธิส่วนหนึ่ง แต่ว่ามันยังไม่เป็นผล คือมันยังเป็นดอก ออกจากดอก มันก็เป็นผล มันก็เป็นผลเล็ก มันก็เป็นผลใหญ่เรื่อยๆ ของมันไปอย่างนั้น



สิ่งที่ เป็นปัจจัยนิสัยของคนนี้มันไม่เหมือนกัน สิ่งที่มันฝังอยู่นี้เรายังไม่เห็นมัน เช่น ผลมะม่วง เม็ดมะม่วง เม็ดขุ่นนี้ เราไม่รู้จักมันนะ วันนี้เราได้ฉันทขุ่น เอา ยวงขุ่นมาฉันทนะ หยิบเม็ดมันขึ้นมา อันนั้นล่ะคือเราแบกต้นขุ่นอยู่แล้ว แต่เรา ไม่รู้จัก เอามะม่วงขึ้นมาฉันทสักใบหนึ่ง หยิบเม็ดมันขึ้นมา อันนั้นคือเราแบกต้น มะม่วงอยู่ทั้งต้น เราไม่รู้เรื่องของเรา เอามะม่วงขึ้นมาฉันท นั่นคือเราแบก ต้นทุเรียนอยู่ทั้งต้น แบกแต่ก็ไม่รู้จัก มันไม่ชัด

หยิบเม็ดขุ่นขึ้นมาฉันท หยิบต้นขุ่นทั้งต้นขึ้นมา แต่เวลานั้นมันยังไม่เห็น หลอก จะเอาไปทุบดู มันก็ไม่เห็นต้นมัน คือมันละเอียด มันเป็นจุล มีจุลที่ละเอียดๆ นั้นแหละ จะว่าต้นมันอยู่ตรงไหน ใบอยู่ตรงไหน ดอกมันอยู่ที่ตรงไหน กิ่งมันอยู่ที่ ตรงไหน ไม่ได้ ไม่เห็น ถ้าไม่เห็นเรารู้สึกว่าไม่มีต้นไม้ ไม่มีอะไร คือ มันยังไม่ถูก ส่วนของมัน ถ้าเราเอามันไปฝังลงในดินสิ มันจะงอกขึ้นมา ต้นก็จะเกิดขึ้นมา ใบก็จะเกิดขึ้นมา กิ่งมันก็จะเกิดขึ้นมา ต่อไปมันโตขึ้น ดอกมันจะเกิดขึ้นมา ผลเล็ก มันก็จะเกิดขึ้นมา ผลโตมันจะเกิดขึ้นมา ผลที่สุกๆ มันจะเกิดขึ้นมาอย่างนั้น

แต่ว่าเมื่อมันยังเป็นเม็ดอยู่เช่นนี้ เราชี้มันไม่ถูก คนจึงไม่สนใจความเป็นจริง ถ้านักปฏิบัติเราเห็น หยิบมะม่วงขึ้นมาสักลูกหนึ่ง คือเราแบกต้นมะม่วงอยู่แล้ว ถ้าเรา รู้จักอย่างนี้มันก็สบายสิ เมื่อเกิดทุกข์ขึ้นมา มันก็ตายแล้ว อย่างเราหยิบขุ่น ขึ้นมาฉันท มะม่วงขึ้นมาฉันท เราก็เห็นอะไรมันบังอยู่ รสหวานมัน รสมันมัน รสเปรี้ยว มัน เราไม่มองไปถึงต้นมะม่วงอยู่ในนี้ มองว่าอันนี้มันหวานดินนะ อันนี้มันอร่อย เท่านั้นล่ะ กั้นไว้ สิ่งทั้งหลายนี้มันกั้นไว้ ไม่เห็นต้นมะม่วงในเม็ดมะม่วง ไม่เห็น ต้นขุ่นในเม็ดขุ่น

เรานี้ก็เหมือนกันฉันทนั้น เราทับอยู่ นั่งทับอยู่ซึ่งธรรมะ นอนก็ทับอยู่ซึ่งธรรมะ เดินไปก็เหยียบธรรมะทุกก้าว แต่เราก็ไม่รู้ที่เราเหยียบธรรมะ เรียกว่าปฏิบัติธรรมะ ธรรมมันอยู่ที่ไหน อย่างนี้เป็นต้น อย่างเราจับเม็ดมะม่วงขึ้นมา ต้นมะม่วงอยู่ที่ไหน เห็นโน่น ต้นใหญ่ๆ โน่น ความเป็นจริงต้นที่เราหยิบอยู่นี้ไม่เห็น ทำไม มันยังไม่สมดุลของมัน เพ่งกำหนดพิจารณา เอาให้มันเห็นถึงใจ รู้แจ้งซึ่งอารมณ์ รู้โลก อย่างแจ้งชัด เป็นโลกวิทู.



ผู้ใดตามดูจิต
ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงของมาร

๒๕ | กุญแจภาวนา

การศึกษารธรรมะในทางพระพุทธศาสนานั้น เราศึกษาไปเพื่อหาทางพ้นทุกข์ เพื่อความสงบสุขเป็นจุดสำคัญ จะศึกษาเรื่องราว เรื่องนาม เรื่องจิต เรื่องเจตสิกก็ตาม ก็เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์เท่านั้นจึงจะถูกต้อง มิใช่เพื่ออย่างอื่น เพราะทุกข์มันมีเหตุเกิดและมีที่ของมันอยู่แล้ว

ฉะนั้น สิ่งเหล่านี้ถ้าเราเข้าใจเสียว่า มันจะเป็นจิตก็ช่างมันเถอะ เมื่อมันนิ่งอยู่อย่างนี้ก็คือปกติของมัน ถ้าว่ามันเคลื่อนไหวก็เป็นสังขาร^๑ แล้ว มันจะเกิดยินดีก็เป็นสังขาร มันจะเกิดยินร้ายก็เป็นสังขาร มันอยากจะไปโน่นไปนี่ก็เป็นสังขาร ถ้าไม่รู้เท่าสังขาร ก็วิ่งตามมันไป เป็นไปตามมัน เมื่อจิตเคลื่อนไหวเมื่อใด ก็เป็นสมมุติสังขารเมื่อนั้น **ท่านจึงให้พิจารณาสังขาร คือ จิตมันเคลื่อนไหวนั่นเอง**

บรรยายธรรมเมื่อวันแรม ๑๕ ค่ำ เดือนยี่ ตรงกับวันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๑๒ ณ วัดหนองป่าพง โดย นายบุญทัน จันทประสา ซึ่งจบเปรียญ ได้ร่วมฟังโอวาทด้วย

^๑สังขาร = การปรุงแต่ง

เมื่อมันเคลื่อนออกไปก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ท่านให้พิจารณาอันนี้ ท่านจึงให้รับทราบสิ่งเหล่านั้นไว้ ให้พิจารณาสังขารเหล่านี้ ปฏิจจสมุปบาทธรรมก็เหมือนกัน อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาน วิญญานเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ฯลฯ เราเคยเล่าเรียนมาศึกษามา ก็เป็นจริง คือท่านแยกเป็นส่วนๆ ไปเพื่อให้นักศึกษารู้ แต่เมื่อมันเกิดมาจริงๆ แล้วนับไม่ทันหรอก

อุปมาเหมือนเราตกจากยอดไม้ก็ตู่บถึงดินโน่น ไม่รู้ว่ามันผ่านกิ่งไหนบ้าง จิตเมื่อถูกอารมณ์ปุบขึ้นมา ถึงชอบใจก็ถึงดีโน่น อันที่ติดต่อกันเราไม่รู้ มันไปตามที่ปรียัตริฐ์นั่นเอง แต่มันก็ไปนอกปรียัตริฐ์ด้วย มันไม่บอกว่า ตรงนี้เป็นอวิชชา ตรงนี้เป็นสังขาร ตรงนี้เป็นวิญญาน ตรงนี้เป็นนามรูป มันไม่ได้ให้ท่านมหาอ่านอย่างนั้นหรอก เหมือนกับการตกจากต้นไม้ ท่านพูดถึงขณะจิตอย่างเต็มที่ของมันจริงๆ อาตมาจึงมีหลักเทียบว่า เหมือนกับการตกจากต้นไม้ เมื่อมันพลาดจากต้นไม้ไปปุบ มิได้คณนาว่ามันก็นิ้วก็ฟุต เห็นแต่มันตุมถึงดิน เจ็บแล้ว

ทางนี้ก็เหมือนกัน เมื่อมันเป็นขึ้นมา เห็นแต่ทุกข์ โสกะปริเทวะ ทุกข์โน่นเลย มันเกิดมาจากไหน มันไม่ได้อ่านหรอก มันไม่มีปรียัตริฐ์ที่ท่านเอาสิ่งละเอียดนี้ขึ้นมาพูด แต่ก็ผ่านไปทางเส้นเดียวกัน แต่นักปรียัตริฐ์เอาไม่ทัน

ฉะนั้น ท่านจึงให้ยืนตัวว่า **อะไรที่เกิดขึ้นมาจากผู้รู้ อันนี้ เมื่อผู้รู้รู้ตามความเป็นจริงของจิตหรือเจตสิกเหล่านี้ จิตก็ไม่ใช่เรา สิ่งเหล่านี้มีแต่ของทั้งทั้งหมด ไม่ควรเข้าไปยึดไปหมายมันทั้งนั้น**

สิ่งที่เรียกว่า จิต หรือ เจตสิก นี้ พระศาสดามีไซ้ให้เรียนเพื่อให้ติด ท่านให้รู้ว่าจิตหรือเจตสิกเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เท่านั้น มีแต่ท่านให้ปล่อยให้อ่างมัน เมื่อเกิดมาก็รับรู้ไว้ รับทราบไว้ ตัวจิตนี้เองมันถูกอบรมแล้ว ถูกให้พลิกออกจากตัวนี้ เกิดเป็นสังขารปรุงไป มันก็เลยมาปรุงแต่งเรื่อยไป ทั้งดีทั้งชั่วทุกสิ่งทุกอย่างให้เกิดเป็นไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้พระศาสดาให้ละ แต่ต้องเรียนให้รู้แบบนี้เสียก่อนจึงจะละได้ ตัวนี้เป็นตัวธรรมชาติอยู่อย่างนี้ จิตก็เป็นอย่างนี้ เจตสิกก็เป็นอย่างนี้



อย่างมรรค ปัญญาอันเห็นชอบ เห็นชอบแล้วก็ดำริชอบ เจรจาชอบ ทำ
 ภารงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบ เหล่านี้เป็นเรื่องของเจตสิกทั้งนั้น ออกจากผู้รู้ตนเอง
 เหมือนกับตะเกียงเป็นตัวผู้รู้ ถ้ารู้ชอบ ดำริชอบ อย่างอื่นก็ชอบไปด้วย เหมือนกับ
 แสงสว่างของตะเกียง มันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมัน มันเกิดจากผู้รู้อันนี้ ถ้าจิตนี้ไม่มี
 ผู้รู้ก็ไม่มีเช่นกัน มันคืออาการของพวกนี้

ฉะนั้น สิ่งเหล่านี้รวมแล้วเป็นนามหมด ท่านว่าจิตนี้ก็ชื่อว่าจิต มิใช่สัตว์
 มิใช่บุคคล มิใช่ตัวมิใช่ตน มิใช่เรามีใช่เขา ธรรมนี้ก็กล่าวธรรม มิใช่ตัวตนเราเขา
 ไม่เป็นอะไร ท่านให้อาที่ไหน เวทนาก็ดี สัจญาก็ดี สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ล้วนแต่เป็น
 ชั้น ๕ ท่านให้วาง

ภวานาก็เหมือนกับไม้ท่อนเดียว วิปัสสนาอยู่ปลายท่อนทางนี้ สมณะอยู่
 ปลายท่อนทางนั้น ถ้าเรายกไม้ท่อนนี้ขึ้น ปลายท่อนไม้จะขึ้นข้างเดียวหรือทั้งสองข้าง
 ถ้ายกไม้ท่อนนี้ขึ้น ปลายทั้งสองก็จะขึ้นด้วย อะไรจะเป็นตัววิปัสสนา อะไรจะเป็น
 ตัวสมณะ ก็ตัวจิตนี้เอง และเมื่อจิตสงบแล้ว ความสงบเบื้องต้นสงบด้วยสมณะ คือ
สมาธิธรรม ทำให้จิตเป็นสมาธิมันก็สงบ ถ้าความสงบหายไปเกิดทุกข์ ทำไมอาการนี้
 จึงให้เกิดทุกข์ เพราะความสงบของสมณะเป็นตัวสมุทัย แน่นนอน มันจึงเป็นเหตุให้
 เกิดทุกข์

เมื่อมีความสงบแล้วยังไม่จบ พระคาสตามองเห็นแล้วว่าไม่จบ ภพยังไม่สิ้น
 ชาติยังมีอยู่ พรหมจรรย์ไม่จบ มันไม่จบเพราะอะไร เพราะมันยังมีทุกข์อยู่ ท่าน
 จึงเอาตัวสมณะตัวสงบนี้พิจารณาต่อไปอีก ค้นหาเหตุผลจนกระทั่งท่านไม่ติดใน
 ความสงบ ความสงบก็เป็นสังขารอันหนึ่ง ก็เป็นสมมุติเป็นบัญญัติอีก ติดอยู่ก็ติด
 สมมุติ ติดบัญญัติ เมื่อติดสมมุติติดบัญญัติก็ติดภาพติดชาติ ภาพชาติก็คือความดีใจ
 ในความสงบนี้แหละ เมื่อหายความฟุ้งซ่านก็ติดความสงบ ก็เป็นภพอีก เกิดอยู่อย่างนี้
 ภพชาติเกิดขึ้นมา ทำไมพระพุทธเจ้าจะไม่รู้

ท่านจึงพิจารณา ภพชาติเกิดเพราะอะไร เมื่อยังไม่รู้เท่าสิ่งเหล่านี้ตามความเป็นจริง ท่านให้ยกเอาเรื่องจิตสงบนี้ขึ้นมาพิจารณาเข้าไปอีก สังขารที่เกิดขึ้นมา สงบหรือไม่สงบ พิจารณาเรื่อยไปจนได้เห็นว่าสิ่งเหล่านี้เหมือนก้อนเหล็กแดง ชั้นที่ ๕ เหมือนกับก้อนเหล็กแดง เมื่อมันแดงรอบแล้ว ไปจับตรงไหนมันก็จะเย็นได้ มีที่เย็นใหม่ เอามือแตะข้างบนดูซิ ข้างล่างดูซิ แตะข้างโน้นข้างนี้ดูซิ ตรงไหนที่มันจะเย็น เย็นไม่ได้ เพราะก้อนเหล็กมันแดงโรไปหมด ชั้นที่ ๕ นี้ก็ฉนั้น

ความสงบไปติดไม่ได้ จะว่าความสงบเป็นเรา จะว่าเราเป็นความสงบไม่ได้ ถ้าเข้าใจว่าความสงบเป็นเรา เข้าใจว่าเราเป็นความสงบ ก็เป็นก้อนอัตตาอยู่นี่เอง ก้อนอัตตาก็เป็นตัวสมมุติอยู่ จะนี้กว่าเราสงบ เราฟังชาน เราดีเราชั่ว เราสุขเราทุกข์ อันนี้ก็ เป็นภพเป็นชาติอยู่อีก เป็นทุกข์อีก ถ้าสุขหายไปก็กลายเป็นทุกข์ ถ้าความทุกข์หายไปก็กลายเป็นสุข ก็ต้องเวียนไปนรกไปสวรรค์อยู่ไม่หยุดยั้ง

พระศาสดาเห็นอาการจิตของท่านเป็นอย่างนี้ นี่แหละท่านว่า ภพยังอยู่ ชาติยังอยู่ พรหมจรรย์ยังไม่จบ ท่านจึงยกสังขารขึ้นพิจารณาตามธรรมชาติ เพราะมีปัจจัยอยู่ที่นี่ จึงมีเกิดอยู่ที่นี่ ตายอยู่ที่นี่ มีอาการที่เคลื่อนไหวไปมาอยู่ที่นี่ ท่านจึงยกสิ่งนี้ไปพิจารณาไป ให้รู้เท่าตามเป็นจริงของชั้นที่ ๕ ทั้งรูปทั้งนาม **สิ่งทั้งหลายที่จิตคิดไป ทุกสิ่งทุกอย่าง เหล่านี้ล้วนเป็นสังขารทั้งหมด เมื่อรู้แล้วท่านให้วาง เมื่อรู้แล้วท่านให้ละ ให้รู้สิ่งเหล่านี้ตามเป็นจริง** ถ้าไม่รู้ตามความเป็นจริงก็ทุกข์ ก็ไม่วางสิ่งเหล่านี้ได้ เมื่อรู้ตามความเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็เป็นของหลอกหลวง สมกับที่พระศาสดาตรัสว่า จิตนี้ไม่มีอะไร ไม่เกิดตามใคร ไม่ตายกับใคร จิตเป็นเสรี รุ่งโรจน์โชติการ ไม่มีเรื่องราวต่างๆ เข้าไปอยู่ในที่นั่น ที่จะมีเรื่องราวก็เพราะมันหลงสังขารนี้เอง หลงอัตตานี้เอง

พระศาสดาจึงให้มองดูจิตของเรา เบื้องแรกมันมีอะไร ไม่มีอะไร จริงๆ สิ่งเหล่านี้มิได้เกิดด้วย มิได้ตายด้วย ถูกอารมณ์ตีมากกระทบก็มีได้ตีด้วย ถูกอารมณ์ร้ายมากกระทบก็มีได้ร้ายไปด้วย เพราะรู้ตัวของตัวอย่างชัดเจนแล้ว รู้ว่า สภาวะเหล่านั้นไม่เป็นแก่นสาร ท่านเห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ท่านให้รอบรู้ของท่านอยู่อย่างนั้น



ตัวผู้รู้ที่รู้ตามความเป็นจริง ผู้รู้ที่ได้ดีใจไปด้วย มิได้เสียใจไปด้วย อากาการที่ดีใจไปด้วยนั้นแหละเกิด อากาการที่เสียใจไปด้วยนั้นแหละตาย ถ้ามันตายก็เกิด ถ้ามันเกิดมันก็ตาย ตัวที่เกิดตัวที่ตายนี้แหละเป็นวัฏฏะ เวียนว่ายตายเกิดอยู่ไม่หยุด

เมื่อจิตผู้ปฏิบัติเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ต้องสงสัย ภาพมีไหม ชาติมีไหม ไม่ต้องถามใคร พระศาสดาพิจารณาอาการสังขารเหล่านี้แล้วจึงได้ปล่อยวางสังขาร **วาทะ ๕ เหล่านี้ เป็นเพียงผู้รับทราบไว้เฉยๆ** มันจะดีขึ้นมา ท่านก็ไม่ติดกับมัน เป็นคนดูอยู่เฉยๆ ถ้ามันร้ายขึ้นมา ท่านก็ไม่ร้ายกับมัน ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น เพราะมันขาดจากปัจจัยแล้ว รู้ตามความเป็นจริง ปัจจัยที่จะส่งเสริมให้เกิดไม่มี ตัวนี้ก็เป็นผู้รู้ยืนตัว ตัวนี้แหละเป็นตัวสงบ ตัวนี้เป็นตัวไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ตัวนี้มีใช้เหตุ มีใช้ผล ไม่อาศัยเหตุ ไม่อาศัยผล ไม่อาศัยปัจจัย หมดปัจจัย ลีนปัจจัย นอกเกิดเหนือตาย นอกสุขเหนือทุกข์ นอกดีเหนือชั่ว หมดเรื่องจะพูด ไม่มีปัจจัยส่งเสริมแล้ว เรื่องที่เราพูดว่าจะติดในสิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องจิตหรือเจตสิก

ฉะนั้น เรื่องจิตหรือเรื่องเจตสิกนี้ ก็เป็นเรื่องมีจริงอยู่ เป็นจริงอย่างนั้น แต่พระศาสดาเห็นว่ารู้ไปก็ไม่เกิดประโยชน์ ถ้ารู้แล้วเชื่อสิ่งเหล่านั้นก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร หาความสงบไม่ได้ รู้แล้วท่านให้วาง ให้ละ ให้เลิก เพราะจิตเจตสิกนี้เอง นำความผิดมาให้เรา นำความถูกมาให้เรา ถ้าเราฉลาดก็นำความถูกมาให้เรา ถ้าเราโง่ก็นำความผิดมาให้เรา **เรื่องจิตหรือเจตสิกนี้มันเป็นโลก พระศาสดาก็เอาเรื่องของโลกมาดูโลก เมื่อรู้โลกได้แล้วท่านจึงว่าโลกวิทู ผู้รู้แจ้งโลก** เมื่อท่านมาดูสิ่งเหล่านี้จึงเป็นอย่างนี้

เรื่องสมณะหรือเรื่องวิปัสสนาให้ทำให้เกิดในจิตเสีย ให้เกิดในจิตจริงๆ จึงจะรู้จัก ถ้าไปเรียนตามตำราว่าเจตสิกเป็นอย่างนั้นๆ จิตเป็นอย่างนั้นๆ ก็เรียนได้ แต่ว่าใช้ระงับความโลภ ความโกรธ ความหลงของเราไม่ได้ เพราะเรียนไปตามอาการของความโลภ ความโกรธ ความหลง ความโลภมีอาการอย่างนั้นๆ ความโกรธมีอาการอย่างนั้นๆ ความหลงมีอาการอย่างนั้นๆ ไปเล่าอาการของมันเท่านั้น ก็รู้ไปตามอาการ พุดไปตามอาการ รู้อยู่ ฉลาดอยู่ แต่ว่าเมื่อมันเกิดกับใจ เราจะเป็นไป



ตามอาการหรือไม่ เมื่อถูกอารมณ์ที่ไม่ชอบใจมากระทบ มันก็เกิดเป็นอาการขึ้นกับใจเรา เราติดมันใหม่ เราวางมันได้ใหม่ อาการที่ไม่ชอบใจนั้นเกิดขึ้นมา เรารู้แล้ว ผู้รู้เอาความไม่ชอบไว้ในใจหรือเปล่า หรือว่าเห็นแล้ววาง

ถ้าเห็นสิ่งที่ไม่ชอบใจแล้วยังเอาไว้ในใจของเรา ให้เรียนใหม่เพราะยังติดอยู่ยังไม่ยิง ถ้ามันยิงแล้วมันวาง ให้ดูอย่างนี้ ดูจิตของเราจริงๆ มันจึงจะเป็นปัจจัยตั้ง ถ้าจะพูดไปตามอาการของจิตอาการของเจตสิกว่ามีเท่านั้นดวงเท่านั้นดวง อาตมาว่า ยิ่งน้อยเกินไป มันยังมีมาก ถ้าเราจะไปเรียนสิ่งเหล่านี้ให้รู้แจ้งแทงตลอดหมดนั้น ไม่แจ้งมันจะหมดอย่างไร มันไม่หมดหรอก หมดไม่เป็น

ฉะนั้น เรื่องการปฏิบัตินี้จึงสำคัญมาก การปฏิบัติอาตมามีได้ปฏิบัติอย่างนั้น ไม่รู้ว่าจิตว่าเจตสิกอะไรหรอก ดูผู้รู้ที่แหละ ถ้ามันคิดซัง ทำนมหา ทำไม่จึงซัง ถ้ามันรัก ทำนมหา ทำไม่จึงรัก อย่างนี้แหละ จะเป็นจิตหรือเจตสิกก็ไม่รู้ จี้อำตรังนี้ จึงแก้เรื่องที่มีมันรักหรือซังนั้นให้หายออกจากใจได้ จะเป็นอะไรก็ตาม ถ้าทำจิตอาตมา ให้หยุดรักหรือหยุดซังได้ จิตอาตมาก็พ้นจากทุกข์แล้ว จะเป็นอะไรก็ตาม มันสบายแล้ว ไม่มีอะไรมันก็หยุด เอาอย่างนี้ จะพูดไปหลายๆ ก็ซังเขา มากก็ตาม มากก็จะมาอยู่ตรงนี้ และมันไม่มากไปไหน มันมากออกจากตรงนี้ น้อยก็น้อยออกจากตรงนี้ เกิดก็เกิดออกจากนี้ ดับก็ดับอยู่ที่นี่ มันจะไปไหน ท่านจึงให้นามว่า “ผู้รู้” อาการที่ผู้รู้รู้ตามความเป็นจริง ถ้ารู้ตามความเป็นจริงแล้ว มันก็รู้จิตหรือรู้เจตสิกที่แหละ

จิตหรือเจตสิกนี้มันหลอกหลวงไม่หยุดสักที เราก็ไปเรียนอาการที่มันหลอกหลวงนั้นเอง ทั้งเรียนเรื่องมันหลอกหลวง ทั้งถูกมันหลอกหลวงเราอยู่นั่นเอง จะว่าอย่างไรกันทั้งๆ ที่รู้จักมัน มันก็ลวงทั้งๆ ที่รู้ มันเรื่องอย่างนี้ คือเรื่องเราไปรู้จักเพียงชื่อของมัน อาตมาว่าพระพุทธรเจ้าไม่ประสงค์อย่างนั้น ทรงประสงค์ว่าทำอย่างไรจึงจะออกจากสิ่งเหล่านี้ได้ ท่านให้ค้นหาเหตุของสิ่งเหล่านี้ขึ้นไป ฉะนั้นอาตมาปฏิบัติโดยไม่รู้จักมาก รู้จักเพียงว่าศีลเป็นมรรค **งามเบื้องต้นคือ ศีล งามท่ามกลางคือ สมาธิ งามเบื้องปลายคือ ปัญญา** สามอย่างนี้ดูไปดูมาก็เป็นอย่างเดียวกันเท่านั้น แต่ถ้าจะแยกออกเป็น ๓ อย่างก็ได้



การรักษาศีล ปัญญาต้องมาก่อน แต่เราพูดว่ารักษาศีลก่อน ตั้งศีลก่อน ศีลจะสมบูรณ์อย่างไรนั้นจะต้องมีปัญญา จะต้องค้นคิดกายของเรา วาจาของเรา พิจารณาหาเหตุผล นี่ตัวปัญญาทั้งนั้นก่อนที่จะตั้งศีลขึ้นได้ต้องอาศัยปัญญา

เมื่อพูดตามปริยัติก็ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา อาตมาพิจารณาแล้ว การปฏิบัตินี้ ต้องปัญญามาก่อน มาดูเรื่องกาย วาจา ว่าโทษของมันเกิดขึ้นมาอย่างไร **ปัญญานี้ต้องพิจารณาหาเหตุผลควบคุมกายวาจาจึงจะบริสุทธิ์ได้ ถ้ารู้จักอาการของกายวาจาที่สุจริตทุจริตแล้ว ก็เห็นที่ปฏิบัติ** ถ้าเห็นที่จะปฏิบัติแล้ว ก็ละสิ่งชั่ว ประพฤติสิ่งที่ดี ละสิ่งผิด ประพฤติสิ่งที่ถูกเป็นศีล ถ้ามันละผิดให้ถูกแล้ว ใจก็แน่วแน่เข้าไป **อาการที่ใจแน่วแน่มั่นคง มิได้ลังเลสงสัยในกายวาจาของเรานี้เป็นสมาธิ** ความตั้งใจมั่นแล้ว เมื่อตั้งใจมั่นแล้ว รูปเกิดขึ้นมา เสียงเกิดขึ้นมา พิจารณามันแล้ว นี่เป็นกำลังตอนที่สอง เมื่อรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เกิดขึ้นมาบ่อยๆ ได้พิจารณาบ่อยๆ ด้วยอาการที่เราตั้งใจ มิได้เผลอ จึงรู้อาการของสิ่งเหล่านี้ มันเกิดตามความเป็นจริงของมัน เมื่อรู้เรื่อยๆ ไป ก็เกิดปัญญา **เมื่อรู้ตามความเป็นจริงตามสภาวะของมันสัญญาจะหลุด เลยกลายเป็นตัวปัญญา** จึงเป็นศีล สมาธิ ปัญญา คงรวมเป็นอันเดียวกัน

ถ้าปัญญากลับขึ้น ก็อบรมสมาธิให้มันขึ้นไป เมื่อสมาธิมันขึ้นไป ศีลก็มัน ก็สมบูรณ์ยิ่งขึ้น เมื่อศีลสมบูรณ์ขึ้น สมาธิก็กลับขึ้นอีก เมื่อสมาธิกลับขึ้น ปัญญา ก็กลับยิ่งขึ้น สามอย่างนี้เป็นไวกัจฉซึ่งกันและกัน สมกับพระศาสดาตรัสว่า มรรคเป็นหนทาง เมื่อสามอย่างนี้กลับขึ้นมาเป็นมรรค ศีลก็ยิ่ง สมาธิก็ยิ่ง ปัญญา ก็ยิ่ง มรรคนี้จะฆ่ากิเลส โลภเกิดขึ้น โกรธเกิดขึ้น หลงเกิดขึ้น มีมรรคเท่านั้นที่จะเป็นผู้นำได้

ข้อปฏิบัติอริยสังคคือที่ท่านว่าทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มรรคนั้นคือ ศีล สมาธิ ปัญญา คือข้อปฏิบัติอยู่ในใจ คำว่าศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นอยู่นี้ ที่นับมือให้ดู มิใช่ว่ามันอยู่ที่มือ มันอยู่ที่จิตอย่างนั้นต่างหาก

ทั้งศีล ทั้งสมาธิ ทั้งปัญญา เป็นอยู่อย่างนั้น มันหมุนอยู่ตลอดเวลาตลอดเวลา อาศัยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ อะไรเกิดขึ้นมา มรรคนี้จะครอบงำ อยู่เสมอ ถ้ามรรคไม่กล้า กิเลสก็ครอบได้ **ถ้ามรรคกล้า มรรคก็ฆ่ากิเลส ถ้ากิเลส กล้า มรรคอ่อน กิเลสก็ฆ่ามรรค ฆ่าใจเราเอง** ถ้ารูป เวทนา สัญญา สังขาร เกิด ขึ้นมาในใจ เราไม่รู้เท่ามัน มันก็ฆ่าเรา มรรคกับกิเลสเดินเคียงกันไปอย่างนี้ ผู้ปฏิบัติ คือใจ จำเป็นจะต้องเคียงกันไปอย่างนี้ตลอดเวลา คล้ายมีคนสองคนเคียงกัน แท้จริง เป็นมรรคกับกิเลสเท่านั้นเอง ที่เคียงกันอยู่ในใจของเรา มรรคมาคุมเราให้พิจารณา กล้าขึ้น เมื่อเราพิจารณาได้ กิเลสก็แพ้เรา เมื่อมันแข็งมาอีก ถ้าเราอ่อน มรรคก็ หายไป กิเลสเกิดขึ้นแทน ย่อมต่อสู้กันอยู่อย่างนี้จนกว่าจะมีฝ่ายชนะ จึงจะจบเรื่อง ได้ ถ้าพยายามตรมมรรคมันก็ฆ่ากิเลสอยู่เรื่อยไป ผลที่สุด ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ก็อยู่ในใจอย่างนี้ นั่นแหละคือเราได้ปฏิบัติอริยสัง

ทุกข์เกิดขึ้นมาด้วยวิธีใด ทุกข์ก็เกิดมาจากเหตุ คือสมุทัยเป็นเหตุ เหตุอะไร เหตุคือศีลสมาธิปัญญานี้อ่อน มรรคก็อ่อน เมื่อมรรคอ่อนกิเลสก็เข้าครอบได้ เมื่อ ครอบได้ก็เป็นตัวสมุทัย ทุกข์ก็เกิดขึ้นมา ถ้าทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว ตัวที่จะดับสิ่งเหล่านี้ ก็หายไปหมด อาการที่ทำมรรคให้เกิดขึ้นคือศีลสมาธิปัญญา เมื่อศีลยังสมาธิยัง ปัญญา ยัง นั่นก็คือมรรคเดินอยู่เสมอ มันจะทำลายตัวสมุทัยคือเหตุที่จะทำให้เกิด ทุกข์ขึ้นมาได้ ระหว่างที่ทุกข์เกิดไม่ได้เพราะมรรคฆ่ากิเลสอยู่นี้ ในระหว่างกลางนี้ ตรงจิตที่ดับทุกข์ ทำไม่จึงดับทุกข์ได้ เพราะศีลสมาธิปัญญายัง คือมรรคนี้ไม่หยุด อาตมาว่าปฏิบัติอย่างนี้ เรื่องจิตเรื่องเจตสิกไม่รู้จะไปอยู่ไหน มันมารวมอยู่นี้ ถ้าจิต พ้นสิ่งเหล่านี้ก็แน่แล้ว มันจะไปทางไหน ไม่ต้องไปไล่มันมาก

ต้นกระบอกต้นนี้ใบเป็นอย่างไร หยิบมาดูใบเดียวเท่านั้นก็เข้าใจได้แล้ว มัน มีลักษณะใบก็ช่างมัน ใบกระบอกเป็นอย่างนี้ ดูใบเดียวเท่านั้น ใบอื่นก็เหมือนกันหมด ถ้าจะดูลำต้นกระบอกต้นอื่น ดูต้นเดียวก็จะรู้ได้หมด ดูต้นเดียวเท่านั้น ต้นอื่น ก็เหมือนกันอีกเช่นกัน ถึงมันจะมีแสนต้นก็ตาม อาตมาดูเข้าใจต้นเดียวเท่านั้นก็ พอแล้ว อาตมาคิดว่าพระพุทธเจ้าท่านทรงสอนอย่างนี้



ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี สิ่งทั้งสามประการนี้ท่านเรียกว่า มรรค อันมรรคนี้อย่างมิใช่ศาสนา อีกซ้ำยังไม่ใช่ว่าสิ่งทีพระศาสดาต้องการอย่างแท้จริงเลย แต่ก็เป็นหนทางที่จะดำเนินเข้าไป เหมือนกับที่ท่านมหาจากกรุงเทพฯ จะมาวัดหนองป่าพง ท่านมหาคงไม่ต้องการหนทาง ต้องการถึงวัดต่างหาก แต่หนทางเป็นสิ่งจำเป็นแก่ท่านมหาที่จะต้องมา ฉะนั้น ถนนที่ท่านมหาท่านนั้นมันไม่ใช่วัด มันเป็นเพียงถนนมาวัดเท่านั้น แต่ก็เป็นต้องมาตามถนนจึงจะมาถึงวัดได้

ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี ถ้าจะพูดว่านอกศาสนา แต่ก็เป็นถนนเข้าไปถึงศาสนา เมื่อทำศีลให้ยิ่ง สมาธิให้ยิ่ง ปัญญาให้ยิ่งแล้ว ผลคือความสงบเกิดขึ้นมานั้นเป็นจุดที่ต้องการ เมื่อสงบแล้วถึงได้ยินเสียงก็ไม่มีอะไร เมื่อถึงความสงบอันนี้แล้วก็ไม่มีอะไรจะทำ ฉะนั้น พระศาสดาจึงให้ละ จะเป็นอะไรก็ไม่ต้องกังวล อันนี้เป็นปัจจัยตั้งแล้วจริงๆ มิได้เชื่อใครอีก

หลักของพระพุทธศาสนาจึงมิได้มีอะไร ไม่มีฤทธิ์ ไม่มีปาฏิหาริย์อย่างอื่น ทั้งหลายทั้งปวง สิ่งเหล่านี้พระศาสดามิได้สรรเสริญ แต่มันก็อาจทำได้ เป็นได้ สิ่งเหล่านี้เป็นโมหธรรม พระศาสดาไม่สรรเสริญ ท่านสรรเสริญผู้ที่ทำให้พ้นจากทุกข์ได้เท่านั้น ซึ่งต้องอาศัยการปฏิบัติ อุปกรณ์เครื่องปฏิบัตินั้น ได้แก่ ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา จะต้องฝึกหัดอย่างนี้

อันนี้คือทางดำเนินเข้าไป ก่อนจะถึงได้ต้องมีปัญญามาก่อน นี่เป็นมรรค มรรคมีองค์ ๘ ประการ รวมแล้วได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้ากิเลสหุ้มขึ้นมาก็เกิดไม่ได้ ถ้ามรรคกล้าก็ฆ่ากิเลส ถ้ากิเลสกล้าก็ฆ่ามรรค สองอย่างเท่านั้นที่จะต่อสู้กันไปตลอดจนปลายทางที่เดียว รบกันไปเรื่อย ไม่มีหยุด ไม่มีสิ้นสุด

อุปกรณ์เครื่องปฏิบัติก็เป็นของลำบากอยู่ ต้องอาศัยความอดทน ความอดกลั้น ต้องทำเอง ให้มันเกิดมาเอง เป็นเอง



นักปริยัติชอบสงสัย เช่น เวลานั่งสมาธิ ถ้าจิตสงบปั๊บ เอ มันเป็นปฐมฌาน ละคระมัง ชอบคิดอย่างนี้ พอนึกอย่างนี้จิตถอนเลย ถอนหมดเลย เดียวก็นึกว่าเป็นทุติยฌานแล้วกระมัง อย่าเอามาคิด พวกนี้มันไม่มีป้ายบอก มันคนละอย่าง ไม่มีป้ายบอกว่า นี่ทางเข้าวัดหนองป่าพง มิได้อ่านอย่างนั้น มันไม่บอก มีแต่พวก เกจิอาจารย์มาเขียนไว้ว่า ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน มาเขียนไว้ ทางนอก ถ้าจิตเราเข้าไปสงบถึงนั้นแล้วไม่รู้จักหระก รู้อยู่แต่ว่ามันไม่เหมือนปริยัติที่เราเรียน ถ้าผู้เรียนปริยัติแล้วชอบกำเข้าไปด้วย ชอบนั่งคอยสังเกตว่า เอ..เป็นอย่างไร มันเป็นปฐมฌานแล้วหรือยัง นี่มันถอนออกหมดแล้ว ไม่ได้ความ ทำไม่จึงเป็นอย่างนั้น เพราะมันอยาก พอค้นหาเกิด มันจะมีอะไร มันก็ถอนออกพร้อมกัน **นี่แหละเราทั้งหลายต้องทิ้งความคิดความสงสัยให้หมด ให้เอาจิตกับกายวาจา ล้วนๆ เข้าปฏิบัติ ดูอาการของจิต อย่าแบกคัมภีร์เข้าไปด้วย ไม่มีคัมภีร์ในนั้น ขึ้นแบกเข้าไปมันเสียหมด เพราะในคัมภีร์ไม่มีสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง**

ผู้ที่เรียนมากๆ รู้มากๆ จึงไม่ค่อยสำเร็จ เพราะมาติดตรงนี้ ความจริงแล้ว เรื่องจิตใจอย่าไปวัดออกมาทางนอก มันจะสงบก็ให้มันสงบไป ความสงบถึงที่สุด มันมีอยู่ ปริยัติของอาตมามันน้อย เคยเล่าให้มหาอมรพิง เมื่อคราวปฏิบัติในพรรษาที่ ๓ นั้น มีความสงสัยอยู่ว่าสมาธิเป็นอย่างไรหนอ คิดหาไป นั่งสมาธิไป จิตยังฟุ้ง ยิ่งคิดมาก เวลาไม่นั่งค่อยยังชั่ว แหม มันยากจริงๆ ถึงยากก็ทำไม่หยุด ทำอยู่อย่างนั้น ถ้าอยู่เฉยๆ แล้วสบาย เมื่อตั้งใจว่าจะทำให้จิตเป็นหนึ่งยิ่งเอาใหญ่ มันอย่างไรกัน ทำไม่จึงเป็นอย่างนี้

ต่อมาจึงคิดได้ว่า มันคงเหมือนลมหายใจเรานี้กระมัง ถ้าว่าจะตั้งใจให้หายใจน้อย หายใจใหญ่ หรือให้มันพอดี ดูมันยากมาก แต่เวลาเดินอยู่ไม่รู้ว่าหายใจเข้า ออกตอนไหน ในเวลานั้นดูมันสบายแท้ จึงรู้เรื่องราว อ้อ อาจจะเป็นอย่างนั้นก็ได้ เวลาเราเดินไปตามปกติมีได้กำหนดลมหายใจ มีใครเคยเป็นทุกข์ถึงลมหายใจไหม ไม่เคย มันสบายจริงๆ ถ้าจะไปนั่งตั้งใจเอาให้มันสงบ มันก็เลยเป็นอุปาทานยึดใส่ ตั้งใส่ หายใจสั้นๆ ยาวๆ เลยไม่เป็นอันกำหนด จิตเกิดมีทุกข์ยิ่งกว่าเก่าเพราะอะไร



เพราะความตั้งใจของเรากลายเป็นอุปาทานเข้าไปยึดเลยไม่รู้เรื่อง มันลำบากเพราะเราเอาความอยากเข้าไปด้วย

วันหนึ่งขณะที่เดินจงกรมอยู่เวลาประมาณ ๕ ทุ่มกว่า รู้สึกแปลกๆ มันแปลกมาแต่ตอนกลางวันแล้ว รู้สึกว่าไม่คิดมาก มีอาการสบายๆ เขามีกานอยู่ในหมู่บ้านไกลประมาณ ๑๐ เส้นจากที่พักซึ่งเป็นวัดป่า เมื่อเดินจงกรมเมื่อยแล้ว เลยมานั่งที่กระท่อมมีฝาแถบตองบังอยู่ เวลานั้นรู้สึกว่าคู้ขาเข้าเกือบไม่ทัน เอ๊ะ จิตมันอยากสงบมันเป็นเองของมัน พอหนึ่ง จิตก็สงบจริงๆ รู้สึกตัวหนักแน่น เสียงเขาร้องรำอยู่ในบ้านมิใช่ว่าจะไม่ได้ยิน ยังได้ยินอยู่แต่จะทำให้ไม่ได้ยินก็ได้ แปลกเหมือนกัน เมื่อไม่เอาใจใส่ก็เงียบไม่ได้ยิน จะให้ได้ยินก็ได้ ไม่รู้สึกรำคาญ ภายในจิตเหมือนวัตถุสองอย่างตั้งอยู่ไม่ติดกัน ดูจิตกับอารมณ์ตั้งอยู่คนละส่วน เหมือนกระโถนกับกาน้ำนี้ ก็เลยเข้าใจว่า เรื่องจิตเป็นสมาธินี้ ถ้าน้อมไปก็ได้ยินเสียง ถ้าวางก็เงียบ ถ้ามันมีเสียงขึ้นก็ดูตัวผู้รู้ ขาดกันคนละส่วน

จึงพิจารณาว่า “ถ้าไม่ใช่อย่างนี้ มันจะใช้ตรงไหนอีก” มันเป็นอย่างนี้ไม่ติดกันเลย ได้พิจารณาอย่างนี้เรื่อยๆ จึงเข้าใจว่า อ้อ อันนี้ก็สำคัญเหมือนกัน เรียกว่า *สันตติ* คือความสืบต่อ ถ้าขาดมันก็เป็น *สันติ* แต่ก่อนมันเป็นสันตติ ที่นี้กลายเป็นสันตติออกมา จึงนั่งทำความเพียรต่อไป จิตในขณะที่นั่งทำความเพียรคราวนั้นไม่ได้เอาใจใส่ในสิ่งอื่นเลย ถ้าเราจะหยุดความเพียรก็หยุดได้ตามสบาย เมื่อเราหยุดความเพียรเจ้าก็แยกจากร้านใหม่ เจ้าเหนื่อยใหม่ เจ้ารำคาญใหม่ เปล่า ไม่มี ตอบไม่ได้ของเหล่านี้ไม่มีในจิต มีแต่ความพอดีหมดทุกอย่างในนั้น

ถ้าเราจะหยุดก็หยุดเอาเฉยๆ นี่แหละ ต่อมาจึงหยุดพัก หยุดแต่การนั่งเท่านั้น ใจเหมือนเก่ายังไม่หยุด เลยดึงเอาหมอนลูกหนึ่งมาวางไว้ตั้งใจจะพักผ่อน เมื่อเอนกายลงจิตยังสงบอยู่อย่างเดิม พอศีรษะจะถึงหมอน มีอาการน้อมในใจ ไม่รู้มันน้อมไปไหน แต่มันน้อมเข้าไป คล้ายกับมีสายไฟอันหนึ่งไปถูกสวิตช์ไฟเข้า ไปได้ต้นกับสวิตช์อันนั้น กายก็ระเบิดเสียงดังมาก ความรู้ที่มีอยู่นั้นละเอียดที่สุด พอมันผ่านตรงจุดนั้นก็หลุดเข้าไปข้างโน้น ไปอยู่ข้างในจึงไม่มีอะไร แม้อะไรๆ ทั้งปวงก็ส่ง



เข้าไปไม่ได้ ส่งเข้าไปไม่ถึง ไม่มีอะไรเข้าไปถึง หยุดอยู่ข้างในสักพักหนึ่ง ก็ถอยออกมา คิดว่าถอยออกมาดี ไม่ใช่ที่เราจะให้ถอยออกมาหรอก เราเป็นเพียงผู้ดูเฉยๆ เราเป็นผู้รู้เท่านั้น อาการเหล่านี้เป็นออกมาๆ ก็มาถึงปกติจิตรรรมา

เมื่อเป็นปกติดังเดิมแล้ว คำถามก็มีขึ้นว่า “นี่มันอะไร” คำตอบเกิดขึ้นว่า “สิ่งเหล่านี้ของเป็นเอง ไม่ต้องสงสัยมัน” พุดเท่านี้จิตก็ยอม เมื่อหยุดอยู่สักพักหนึ่งก็น้อมเข้าไปอีก เราไม่ได้น้อม มันน้อมเอง พอเข้าไปก็ไปถูกสวิตช์ไฟดังเก่า ครั้งที่สองนี้ร่างกายแตกละเอียดหมด หลุดเข้าไปข้างในอีก เจียบ ยิ่งเก่งกว่าเก่า ไม่มีอะไรส่งเข้าไปถึง เข้าไปอยู่ตามปรารภของมันพอสมควรแล้วก็ถอยออกมาตามสภาวะของมัน ในเวลานั้นมันเป็นอัตโนมัติ มิได้แต่งว่าจงเป็นอย่างนั้นจงเป็นอย่างนี้ จงออกอย่างนี้ จงเข้าอย่างนั้น ไม่มี เราเป็นเพียงผู้ทำความรู้ ดูอยู่เฉยๆ มันก็ถอยออกมาถึงปกติ มิได้สงสัย แล้วก็นิ่งพิจารณาเข้าไปอีก ครั้งที่สามนี้โลกแตกละเอียดหมด ทั้งพื้นปลูฟี่ แผ่นดิน แผ่นหญ้า ต้นไม้ ภูเขา โลก เป็นอากาศธาตุหมด ไม่มีคน หมดไปเลย ตอนสุดท้ายไม่มีอะไร

เมื่อเข้าไปอยู่ตามปรารภของมัน อยู่อย่างไร ดูยาก พุดยาก ของสิ่งนี้ไม่มีอะไรมาเปรียบปานได้เลย นานที่สุดที่อยู่ therein พอถึงกำหนดเวลาก็ถอนออกมา คำว่าถอน เราก็มิได้ถอนหรอก มันถอนของมันเอง เราเป็นผู้ดูเท่านั้น ก็เลยออกมาเป็นปกติ สามขณะนี้ใครจะเรียกว่าอะไร ใครรู้ เราจะเรียกอะไรเล่า

ที่เล่ามานี้เรื่องจิตตามธรรมชาติทั้งนั้น อาตมามีได้กล่าวถึงจิตถึงเจตสิก ไม่ต้องการอะไรทั้งนั้น มีศรัทธาทำเข้าไปจริงๆ เอาชีวิตเป็นเดิมพัน เมื่อถึงวาระที่เป็นอย่างนี้ออกมาแล้ว โลกนี้แผ่นดินนี้มันพลิกไปหมด ความรู้ความเห็นมันแปรไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ในระยะนั้นถ้าคนอื่นเห็น อาจจะทำให้เราเป็นบ้าจริงๆ ถ้าผู้ควบคุมสติไม่ดีอาจเป็นบ้าได้นะ เพราะมันไม่เหมือนเก่าสักอย่างเลย เห็นคนในโลกไม่เหมือนเก่า แต่มันก็เป็นเราผู้เดียวเท่านั้น แปรไปหมดทุกอย่าง ความนึกคิดทั้งหลายทั้งปวงนั้นเขาคิดไปทางโน้น แต่เราคิดไปทางนี้ เขาพุดมาทางนี้ เราพุดไปทางโน้น เขาชี้หนทางโน้น เราลงทางนี้ มันต่างกับมนุษย์ไปหมด มันก็เป็นของมันเรื่อยๆ ไป



ท่านมหาลองไปทำดูเถอะ ถ้ามันเป็นอย่างนี้ ไม่ต้องไปดูไกลอะไรหรอก ดูจิตของเราต่อๆ ไป มันอาจหาญที่สุด อาจหาญมาก นี่คือเรื่องกำลังของจิต เรื่องกำลังของจิตมันเป็นไปได้ถึงขนาดนี้

นี่เป็นเรื่องกำลังของสมาธิ ขณะนี้ยังเป็นกำลังของสมาธิอยู่ ถ้าเป็นสมาธิขั้นนี้ มันสุดของมันแล้ว มันไม่สะดุด มันไม่เป็นขณะ มันสุดแล้ว ถ้าจะทำวิปัสสนาที่นี้ คล่องแล้วจะใช้ในทางอื่นก็ได้ ตั้งแต่บัดนี้ ต่อไปจะใช้ฤทธิ์ ใช้เดช ใช้ปาฏิหาริย์ ใช้อะไรๆ อาจใช้ได้ทั้งนั้น นักพรตทั้งหลายเอาไปใช้ ใช้ทำน้ำมนต์น้ำพร ใช้ทำตะกรุด คาถา ได้หมดทั้งนั้น ถึงขั้นนี้แล้วมันไปของมันได้ มันก็ดีไปอย่างนั้นแหละ ดีเหมือนกับเหล่าดีกินแล้วก็เมา ดีไปอย่างนั้นใช้ไม่ได้

ตรงนี้เป็นที่แะ พระศาสดาท่านแะตรงนี้ นี่เป็นแทนที่จะทำวิปัสสนาแล้ว เอาไปพิจารณา ที่นี้สมาธิไม่ต้องเท่าไร ดูอาการภายนอกเลย ดูเหตุผลพิจารณาเรื่อยไป ถ้าเป็นอย่างนี้ **เราเอาความสงบนี้มาพิจารณารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อารมณณ์ที่มากกระทบ** อารมณณ์แม้จะดี จะชั่ว สุข ทุกข์ ทั้งหลายทั้งปวง เหมือนกับคนขึ้นต้นมะม่วงแล้วเขย่าลูกหล่นลงมา เราอยู่ใต้ต้นมะม่วงคอยเก็บเอา ลูกไหนเฝ้าเราไม่เอา เอาแต่ลูกที่ดีๆ ไม่เบียดเบียน เพราะไม่ได้ขึ้นต้นมะม่วง คอยเก็บอยู่ข้างล่างเท่านั้น

ข้อนี้หมายความว่าอย่างไร อารมณณ์ทั้งหลายทั้งปวงเกิดมาแล้วเอาความรู้มาให้เราหมด มิได้ไปปรุงแต่งมัน ลาก ยศ นินทา สรรเสริญ สุข ทุกข์ มันมาเอง เรามีความสงบ มีปัญญา สนุกเฟ้นสนุกเลือกเอา ใครจะว่าดี ว่าชั่ว ว่าร้าย ว่าโน่นว่านี่ สุข ทุกข์ ต่างๆ นานา เป็นต้น ล้วนแต่เป็นกำไรของเราหมด เพราะมีคนขึ้นเขย่าให้มะม่วงหล่นลงมา เราก็สนุกเก็บเอา ไม่กลัว จะกลัวทำไม มีคนขึ้นเขย่าลงมาให้เรา ลากก็ดี ยศก็ดี สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ ทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้เปรียบเหมือนมะม่วงหล่นลงมาหาเรา เราเอาความสงบมาพิจารณาเก็บเอา เรา รู้จักแล้ว ลูกไหนดี ลูกไหนเฝ้า เมื่อเริ่มพิจารณาลองเหล่านี้ **อาการที่พิจารณาออกจากความสงบเหล่านี้แหละเรียกว่าปัญญา เป็นวิปัสสนา** ไม่ได้แต่งมันหรือ วิปัสสนานี้ถ้ามีปัญญา

มันเป็นของมันเอง ไม่ต้องไปตั้งชื่อมัน ถ้ามันรู้แจ้งน้อยก็เรียกว่าวิปัสสนาห้อย ถ้ามันรู้อีกขนาดหนึ่งก็เรียกว่าวิปัสสนากลาง ถ้ามันรู้ตามความเป็นจริงก็เรียกว่าวิปัสสนาถึงที่สุด เรื่องวิปัสสนานี้อาตมาเรียกปัญญา **การจะทำวิปัสสนาจะทำเอาเดี๋ยวนั้นๆ ทำได้ยาก มันต้องเดินมาจากความสงบ เรื่องมันเป็นเองทั้งหมด ไม่ใช่เรื่องเราจะไปบังคับ**

พระศาสดาจึงตรัสว่า เรื่องของเป็นเอง เมื่อเราทำไปถึงขั้นนี้แล้ว เราก็ปล่อยตามบุญวาสนาบารมีของเรา แต่เราไม่หยุดทำความเพียร จะช้าหรือเร็วเราบังคับไม่ได้ เหมือนปลูกต้นไม้ มันรู้จักของมัน มันอยากเร็วกว่าที่มันหลง มันอยากช้าก็รู้ว่ามันหลง เมื่อทำแล้วมันจึงเกิดผลขึ้นมา เหมือนเราปลูกต้นไม้ เช่น ปลูกพริกต้นนี้หน้าทีของเราคือชุดหลุมปลูก ให้น้ำ ให้อปุ๋ย ป้องกันแมลงให้มันเท่านั้น นี่เรื่องของเรา นี่เรื่องศรัทธาของเรา ส่วนต้นพริกจะโตก็เป็นเรื่องของมัน ไม่ใช่เรื่องของเรา จะไปตั้งให้มันยืดยาวขึ้นมาก็ไม่ได้ ผิดเรื่อง เราต้องให้น้ำ เอาปุ๋ยใส่ให้

ถ้าเราปฏิบัติอย่างนี้ก็สบาย จะถึงชาตินี้ก็ช่าง ถึงชาติหน้าก็ตาม เรามีศรัทธาอย่างนี้แล้ว มีความรู้สึกแน่นอนแล้วอย่างนี้ จะเร็วหรือช้ามันเป็นเรื่องของบุญวาสนาบารมีของเรา ที่นี้รู้สึกสบายเหมือนขับรถม้า ก็มีได้เอารถไปก่อนม้า แต่ก่อนมันเอารถไปก่อนม้า ถ้าไถนาก็เดินก่อนควาย หมายความว่าใจมันเร็วมาก ร้อนมาก ที่นี้ไม่เป็นอย่างนั้น ไม่เดินก่อน ต้องเดินตามหลังควาย

ข้าเอาน้ำให้กิน เอาปุ๋ยให้กิน กินไปเถอะ มดปลวกมาซ้าจะไล่ให้เจ้าเท่านั้นแหละ ต้นพริกต้นนี้มันก็จะงามขึ้นเอง เมื่อมันงามแล้วเราจะบังคับว่าแกต้องเป็นดอกเดี๋ยวนี้ ไม่ใช่เรื่องของเรา อย่าทำ เราจะเป็นทุกข์เปล่าๆ มันจะเป็นของมันเอง เมื่อมันเป็นดอกแล้ว เราจะให้เป็นเม็ดเดี๋ยวนี้ อย่าไปบังคับมัน ทุกข์จริงนะ ทุกข์จริงๆ เมื่อรู้อย่างนี้แล้วเรารู้จักหน้าที่ของเราของเขา หน้าที่ของใครของมัน จิตก็จะรู้หน้าที่การงาน ถ้าจิตไม่รู้หน้าที่การงานก็จะไปบังคับต้นพริกให้มีผลในวันนั้นเอง ให้มันโตเป็นดอกเป็นผลขึ้นในวันนั้น นั่นล้วนแต่เป็นตัวสมุทัย เหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมาทั้งนั้น



ถ้ารู้แบบนี้คิดอย่างนี้ รู้ว่ามันหลงมันผิด รู้แบบนี้แล้วก็ปล่อยให้เป็นเรื่องบุญวาสนาบาปมีต่อไป เราทำของเราไป ไม่ต้องกลัวว่าจะนาน ร้อยชาติพันชาติก็ช่าง มันจะชาติไหนก็ตาม ปฏิบัติสบายๆ นี่แหละ

จิตถ้าตกกระแสนี้แล้วไม่กลับ ความชั่วชนิดหน้อยนั้นพ้นแล้ว โสดา^๑ ท่านว่า จิตน้อมไปแล้ว ท่านจึงว่าพวกเหล่านี้จะมาสู่อบายอีกไม่ได้ มาตกนรกอีกไม่ได้ จะตกได้อย่างไร จิตละบาปแล้ว เห็นโทษในบาปแล้ว จะให้ทำความชั่วทางกายวาจาอีกนั้นทำไม่ได้ เมื่อทำบาปไม่ได้ ทำไมจึงจะไปสู่อบาย ทำไมจึงจะไปตกนรกได้ มันน้อมเข้าไปแล้ว เมื่อจิตน้อมเข้าไป มันก็รู้จักหน้าที่ รู้จักการงาน รู้จักปฏิบัติ รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา รู้จักกายของเรา รู้จักจิตของเรา รู้จักรูปรูปร่างนามเรา สิ่งที่ต้องระวัง ก็ละไปวางไปเรื่อยๆ ไม่ต้องสงสัย

นี่เรื่องที่ว่าสมาธิได้ปฏิบัติมา ไม่ใช่จะไปทำให้มันละเอียดหลายสิ่งหลายประการ เอาให้ละเอียดอยู่ในใจนี้ ถ้าเห็นรูปนี้ ชอบรูปนี้เพราะอะไร ก็เอารูปนี้มาพิจารณาดูว่า เกสาคือผม โลมาคือขน นขาคือเล็บ ทนต์คือฟัน ตโจคือหนัง พระพุทธเจ้าให้เอาพวกนี้มาพิจารณาย้ำเข้าไป แยกออก แจกออก เผ่ามันออก ลอกมันออก ทำอยู่อย่างนี้ เอาอยู่อย่างนี้ จนมันไม่ไปไหน มองพวกเดียวกัน เช่น พระเณรเวลาเดินบิณฑบาต เมื่อพระเห็นคนต้องกำหนดให้เป็นร่างผีตายซาก ผีตายเดินไปก่อนเรา เดินไปข้างหน้า เดินไปปะๆ ปะๆ กำหนดมันเข้า ทำความเพียรอยู่อย่างนั้น เจริญอยู่อย่างนั้น เห็นผู้หญิงรุ่นๆ นึกชอบขึ้นมา ก็กำหนดให้เป็นผี เป็นเปรต เป็นของเน่าของเหม็นไปหมดทุกคน ไม่ให้เข้าใกล้ ให้ในใจของเราเป็นอยู่อย่างนี้ ถึงอย่างไรมันก็ไม่อยู่หรือเพราะมันเป็นของเปื่อยของเน่าให้เราเห็นแน่นอน

พิจารณาให้มันแน่ให้เป็นอยู่ในใจอย่างนี้แล้วไปทางไหนก็ไม่เสีย ให้ทำจริงๆ เห็นเมื่อใดก็เท่ากับมองเห็นซากศพ เห็นผู้หญิงก็ซากศพ เห็นผู้ชายก็ซากศพ ตัวเราเองก็เป็นซากศพด้วยเหมือนกัน เลยมืดแต่ของอย่างนี้ทั้งนั้น พยายามเจริญให้มาก

^๑ โสดาบัณฑิต = พระอริยเจ้าชั้นต้น

บำเพ็ญให้อยู่ในใจนี้มากขึ้นอีก อาตมาว่ามันสนุกจริงๆ ถ้าเราทำ แต่ถ้าไปมัวอ่านตำราอยู่มันยาก ต้องทำเอาจริงๆ ทำให้มีกรรมฐานในเรา

การเรียนอธิธรรมนั้นก็ดีอยู่ แต่จะต้องไม่ติดตำรา มุ่งเพื่อรู้ความจริง หากทางพันทุกข์จึงจะถูกทาง เช่น ในปัจจุบันมีการสอนการเรียนวิปัสสนาแบบต่างๆ หลากๆ อาจารย์ อาตมาว่าวิปัสสนานี้มันทำไม่ได้ง่ายๆ จะไปทำเอาเลยไม่ได้ ถ้ากายวาจาไม่เรียบร้อยแล้วไปไม่รอด เพราะเป็นการข้ามมรรค บางคนพูดว่า สมณะไม่ต้องไปทำ ข้ามไปวิปัสสนาเลย คนมักง่ายหรือคนที่พูดเช่นนั้น เขาว่าศีลไม่ต้องเกี่ยว ก็การรักษาศีลนี้มันยากมิใช่เล่น ถ้าจะข้ามไปเลยมันก็สบายเท่านั้น อะไรที่ยากแล้วข้ามไปใครๆ ก็อยากข้าม

มีพระรูปหนึ่งบอกว่า เป็นนักปฏิบัติ เมื่อมาขออยู่กับอาตมา ถ้ามถึงระเบียบปฏิบัติ จึงอธิบายให้ฟังว่า

“เมื่อมาอยู่กับผมจะสะสมเงินทองและสิ่งของไม่ได้ ผมถือตามวินัย”

ท่านพูดว่า “ผมปฏิบัติไม่ยึดไม่หมาย”

อาตมาบอกว่า “ผมไม่ทราบกับท่าน”

ท่านเลยถามว่า “ถ้าผมจะใช้เงินทองแต่ไม่ยึดไม่หมายจะได้ไหม”

อาตมาตอบว่า “ได้ ถ้าท่านเอาเกลือมากินดูแล้วไม่เค็มก็ใช้ได้”

ท่านจะพูดเอาเฉยๆ เพราะท่านชี้เกี้ยวรักษาของจุกๆ จิกๆ นี่มันยาก เมื่อเอาเกลือมากิน ท่านว่าไม่เค็มแล้วผมจึงเชื่อ ถ้ามันไม่เค็มจะเอามาให้กินสักกระต๋อง^๑ ลองดู มันจะไม่เค็มจริงๆ หรือ เรื่องไม่ยึดไม่หมายนี้ไม่ใช่เรื่องพูดเอาคาดคะเนเอา ไม่ใช่ ถ้าท่านพูดอย่างนี้ อยู่กับผมไม่ได้ ท่านจึงลาไป

^๑ กระต๋อง = ชั่งเล็ก

เรื่องศีล เรื่องอุตุงควัตร พวกเราต้องพยายามปฏิบัติ พวกญาติโยมก็เหมือนกัน ถึงปฏิบัติอยู่บ้านก็ตาม พยายามให้มีศีล ๕ กายวาจาของเราพยายามให้เรียบร้อย พยายามดีๆ เกอะ ค่อยทำค่อยไป

การทำสมณะนี้ อย่างนี้กว่าไปทำครั้งหนึ่งสองครั้งแล้วมันไม่สงบก็เลยหยุด ยังไม่ถูก ต้องทำนานอยู่นะ ทำไม่จึงนาน คิดดูสิเราปล่อยมาปีนี้ปี เราไม่ได้ทำ มันว่าไปทางโน้นก็วิ่งตามมัน มันว่าไปทางนี้ก็วิ่งตามมัน ที่นี้จะหยุดให้มันอยู่เท่านี้ เดือนสองเดือนจะให้มันนิ่ง มันก็ยังไม่พอ คิดดูเถิด เรื่องการทำจิตใจให้เราเข้าใจว่าสงบในเรื่อง สงบในอารมณ์ ที่แรกพอเกิดอารมณ์ ใจไม่สงบ ใจวุ่นวาย ทำไม่จึงวุ่นวาย เพราะมีตัณหาไม่ยอมให้คิด ไม่ยอมให้มีอารมณ์ ความไม่ยอมนี้แหละตัณหา คือ *วิภวตัณหา* ยิ่งไม่ยอมเท่าไรมันยิ่งชวนกันมา เราไม่ยอมมันทำไม่จึงมา ไม่ยอมทำให้มันเป็นทำไม่มันเป็น นั่นแหละเราอยากให้มันเป็น เพราะเราไม่รู้จิตใจเจ้าของ แหม เล่นอยู่กับพวกนี้กว่าจะรู้ว่าผิดก็นานโขอยู่ คิดๆ ดูแล้ว โอ...เราไปเรียกมันมามันจึงมา ไม่อยากให้มันเป็น อยากให้มันสงบ ไม่อยากให้มันฟุ้งซ่านนี้แหละความอยากทั้งแห่งละ

ช่างมันเถอะ เราทำของเราไป เมื่อมีอารมณ์อะไรมา ก็ให้พิจารณามันไป เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทิ้งลงใส่สามขุมนี้เลยแล้วคิดไปพิจารณาไป เรื่องอารมณ์นั้นโดยมากเรามีแต่เรื่องคิด คิดตามอารมณ์ เรื่องคิดกับเรื่องปัญญามันคนละอย่าง มันพาไปอย่างนั้นก็คิดตามมันไป **ถ้าเป็นเรื่องความคิดมันไม่หยุด แต่เรื่องปัญญาแล้วหยุดอยู่หนึ่งไม่ไปไหน** เราเป็นผู้รับรู้ไว้ เมื่ออารมณ์อันนั้นอันนั้นมา จะเป็นอย่างนั้น อย่างนั้น เรารู้ไว้ๆ เมื่อถึงที่สุดแล้วก็ว่า เออ เรื่องที่เจ้าคิดเจ้านึก เจ้าวิตกเจ้าวิจารณ์ มาที่ เรื่องเหล่านี้มันไม่เป็นแก่นสารทั้งหมด เป็นเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งสิ้น ตัดบทมันเลย ทิ้งลงใส่ไตรลักษณ์เลยยุบไป ครั้นนั่งต่อไปอีก มันก็เกิดขึ้นอีก เป็นมาอีก เราก็ดูมันไปสะกดรอยมันไป



เปรียบเหมือนกับเราเลี้ยงควาย หนึ่งต้นข้าว สองควาย สามเจ้าของ ควายจะต้องกินต้นข้าว ต้นข้าวเป็นของที่ควายจะกิน จิตของเราเหมือนควาย อารมณ์คือต้นข้าว ผู้รู้ก็เหมือนเจ้าของ การปฏิบัติเป็นเหมือนอย่างนี้ไม่ผิด เปรียบเทียบดู เวลาเราไปเลี้ยงควาย ทำอย่างไร ปล่อยให้มันไป แต่เราพยายามคุมมันอยู่ ถ้ามันเดินไปไกล ต้นข้าว เราก็ตวาดมัน ควายได้ยินก็จะถอยออก แต่เราอย่าเปลวนะ ถ้ามันคือไม่ฟังเสียงก็เอาไม้ค้อนฟาดมันจริงๆ มันจะไปไหนเสีย มันจะได้กินต้นข้าวหรือ แต่เราอย่าไปนอนหลับกลางวันก็แล้วกัน ถ้าขึ้นนอนหลับ ต้นข้าวหมดแน่ๆ

เรื่องปฏิบัติก็เช่นกัน เมื่อเราดูจิตของเราอยู่ ผู้รู้ดูจิตเจ้าของ **ผู้ใดตามดูจิต ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงของมาร** จิตก็เป็นจิต แล้วใครจะมาดูจิตอีกเล่า เดียวกึ่งงันเท่านั้น จิตอันหนึ่ง ผู้รู้อันหนึ่ง รู้ออกมาจากจิตนั้น รู้จิตเป็นอย่างไร สบอารมณ์เป็นอย่างไร ปราศจากอารมณ์เป็นอย่างไร ผู้ที่รู้อันนี้ท่านเรียกว่าผู้รู้ ผู้รู้จะตามดูจิต ผู้รู้ก็จะเกิดปัญญา จิตนั้นคือความนึกคิด ถ้าพบอารมณ์นั้นก็แวะไป ถ้าพบอารมณ์อีกมันก็แวะไปอีก เหมือนกับควายเรานั้นแหละ มันจะไปทางไหน เราก็คุมมันอยู่ มันจะไปไหนได้ มันจะไปไกลต้นข้าวก็ตวาดมันอยู่ ว่าไม่ฟังก็ถูกไม้ค้อนเท่านั้น ทรมานมันอยู่อย่างนี้

จิตก็เหมือนกัน เมื่อถูกอารมณ์มันจะเข้าจับทันที เมื่อมันเข้าจับผู้รู้ต้องสอน ต้องพิจารณาว่ามันไม่ดี อธิบายเหตุผลให้มันฟัง มันไปจับสิ่งอื่นอีก มันนึกว่าเป็นของน่าเอา ผู้รู้นี้ก็สอนมันอีก อธิบายให้มีเหตุผลจนมันทิ้ง อย่างนี้จึงสงบได้ จับอะไรมาก็มีแต่ของไม่น่าเอาทั้งนั้น มันก็หยุดเท่านั้น มันก็เกี่ยวเหมือนกัน เพราะมีแต่ถูกตักถูกว่าเสมอ ทรมานมันเข้า ทรมานเข้าไปถึงจิต หัดมันอยู่อย่างนั้นแหละ

ตั้งแต่ครั้งอาตมาปฏิบัติอยู่ในป่า ก็ปฏิบัติอย่างนี้ สอนศิษย์ทั้งหลายก็สอนอย่างนี้ เพราะต้องการเห็นความจริง ไม่ต้องการเห็นในตำรา ต้องการเห็นในใจ เจ้าของว่า ตัวเองหลุดพ้นจากสิ่งที่คิดนั้นหรือยัง เมื่อหลุดแล้วก็รู้จัก เมื่อยังไม่หลุดก็พิจารณาเหตุผลจนรู้เรื่องของมัน ถ้ารู้เรื่องของมันก็หลุดเอง ถ้ามีอะไรมาอีก ตัดอะไรอีก ก็พิจารณาสิ่งนั้นอีก ไม่หลุดไม่ไป ย้ำมันอยู่ตรงนี้ มันจะไปไหนเสีย อาตมาชอบ



ให้เป็นอย่างนั้นในตัวเอง เพราะพระพุทธองค์ตรัสว่า **ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ วิญญูชนัน्हหลายรู้เฉพาะตน ก็ต้อหาเอาจากเจ้าของ ให้รู้จักจากตัวเองนี้แหละ**

ถ้าเชื่อตัวเองก็รู้สึกสบาย เขาว่าไม่ดีก็สบาย เขาว่าดีก็สบาย เขาจะว่าอย่างไรก็สบายอยู่ เพราะอะไรจึงสบาย เพราะรู้ตัวเอง ถ้าคนอื่นว่าเราดี แต่เราไม่ดี เราจะเชื่อเขาอย่างนั้นหรือ เราก็ไม่เชื่อเขา เราปฏิบัติของเราอยู่ คนไม่เชื่อตนเอง เมื่อเขาว่าดีก็ติดตามเขา ก็เป็นบ้าไปอย่างนั้น ถ้าเขาว่าชั่ว เราก็ดูเรา มันไม่ใช่หรอก เขาว่าเราทำผิดแต่เราไม่ผิดดังเขาว่า เขาพูดไม่ถูกก็ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไม เพราะเขาพูดไม่ถูกตามความจริง ถ้าเราผิดดังเขา ก็ถูกดังเขาแล้ว ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไมอีก ถ้าคิดได้ดังนี้ รู้สึกว่าสบายจริงๆ มันเลยไม่มีอะไรผิด ล้วนแต่เป็นธรรมทั้งหมด อาตมาปฏิบัติอย่างนี้ ถ้าปฏิบัติอย่างนี้มันลัดตรงจริงๆ แม้จะเอาอัมมะธัมโมหรืออภิธรรมมาเถียง อาตมาก็ไม่เถียง ไม่เถียงหรอก ให้แต่เหตุผลเท่านั้น

ให้เข้าใจเสียว่า **เรื่องปฏิบัตินี้พระพุทธเจ้าให้วางทั้งหมด วางอย่างรู้ มิใช่ว่าวางอย่างไม่รู้** จะวางอย่างควายอย่างวัวไม่เอาใจใส่อย่างนี้ไม่ถูก วางเพราะการรู้ สมมุติบัญญัติ ความไม่ยึด

ที่แรกท่านสอนว่า ทำให้มาก เจริญให้มาก ยึดให้มาก ยึดพระพุทธ ยึดพระธรรม ยึดพระสงฆ์ ยึดให้มั่น ท่านสอนอย่างนี้เราก็ยึดเอาจริงๆ ยึดไปๆ คล้ายกับท่านสอนว่า อย่าไปอิจฉาคนอื่น ให้ทำมาหากินด้วยน้ำพักน้ำแรงตัวเอง มีวัวมีความมีไร่มินา ให้หาเอาจากของของเราแหละ ไม่บาปหรอก ถ้าไปทำของคนอื่นมันบาป ผู้ฟังจึงเชื่อ ทำเอาจากของตนเองอย่างเต็มที่ แต่มันก็ยุ่งยากลำบากเหมือนกัน ที่ยากลำบากนั้นเพราะของเราเอง ก็ไปบ่นปรับทุกข์ให้ท่านฟังอีกว่า มีสิ่งของใดๆ ก็ยุ่งยากเป็นทุกข์ เมื่อเห็นความยุ่งยากแล้ว แต่ก่อนเข้าใจว่ายุ่งยากเพราะแย่งชิงของคนอื่น ท่านจึงแนะนำให้ทำของของตน นี้ก็จะสบาย ครั้นทำแล้วก็ยังยุ่งยากอยู่ ท่านจึงเทศน์อย่างใหม่ให้ฟังอีกว่า “มันก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าไปยึดไปหมายมันก็เป็นอย่างนี้ ไม่ว่าของใครทั้งนั้น ไปอยู่บ้านเขา ไปจับมันก็ร้อน ไปอยู่บ้านเรา ไปจับมันก็ร้อนอยู่อย่างนั้น” ท่านก็พูดสอนเรา เพราะท่านสอนคนบ้า การรักษาคนบ้าก็ต้อง



ทำอย่างนั้น พอซ้อตไฟได้ท่านก็ซ้อต เมื่อก่อนยังอยู่ต่ำเกินไปเลยไม่ทันรู้จัก เรื่องอุบายของพระพุทธรเจ้าท่านสอนเราต่างหาก หมัดเรื่องของท่านมาติดเรื่องของเรา ถึงจะเป็นอย่างไรก็ตาม เอาอุบายทั้งหลายเหล่านี้แหละมาสอนเรา

เรื่องปฏิบัตินี้อาตมาพยายามค้นคิดเหลือเกิน เอาชีวิตเป็นเดิมพัน เพราะเชื่อตามที่พระพุทธรเจ้าตรัสว่า มรรค ผล นิพพาน มีอยู่ มันมีอยู่ดังพระองค์ตรัสสอน แต่ว่าสิ่งเหล่านั้นเกิดจากการปฏิบัติดี เกิดจากการทรมาน กล้าหาญ กล้าฝึก กล้าหัก กล้าคิด กล้าแปลง กล้าทำ

การทำนั้นทำอย่างไร ท่านให้ฝืนใจตัวเอง ใจเราคิดไปทางนี้ ท่านให้ไปทางโน้น ใจเราคิดไปทางโน้น ท่านให้มาทางนี้ ทำไมท่านจึงฝืนใจ เพราะใจถูกกิเลสเขาพอกมาเต็มที่แล้ว มันยังไม่ได้ฝึกหัดตัดแปลง พระองค์จึงไม่ให้เชื่อ มันยังไม่เป็นศีล ยังไม่เป็นธรรม เพราะใจมันยังไม่แข็งไม่ขาว จะไปเชื่อมันอย่างไรได้ ท่านจึงมิให้เชื่อ เพราะใจเป็นกิเลส ที่แรกมันเป็นลูกน้องกิเลส อยู่นานๆ ไปเลยกลายเป็นกิเลส ท่านเลยบอกว่าย่าเชื่อใจ

ดูเถิด ข้อปฏิบัติมีแต่เรื่องฝืนใจทั้งนั้น ฝืนใจก็เดือดร้อน พอเดือดร้อนก็บ่นว่า แหม ลำบากเหลือเกิน ทำไม่ได้ แต่พระองค์ไม่นึกอย่างนั้น ทรงนึกว่า ถ้าเดือดร้อนนั้นถูกแล้ว แต่เราเข้าใจว่าไม่ถูก เป็นเสียอย่างนี้มันจึงลำบาก เมื่อเริ่มทำเดือดร้อน เราก็นึกว่าไม่ถูกทาง คนเราอยากมีความสุข มันจะถูกหรือไม่ถูกไม่รู้ เมื่อขัดกับกิเลสตัณหาก็เลยเป็นทุกข์เดือดร้อน ก็หยุดทำ เพราะเข้าใจว่าไม่ถูกทาง แต่พระองค์ตรัสว่าถูกแล้ว ถูกกิเลสแล้ว กิเลสมันเร่าร้อน แต่เรานึกว่าเราเร่าร้อน

พระพุทธรเจ้าว่ากิเลสเร่าร้อน เราทั้งหลายเป็นอย่างนี้มันจึงยาก เราไม่พิจารณาโดยมากมักเป็นไปตามกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมถานุโยโค มันติดอยู่ที่นี่ อยากทำตามใจของเรา อันไหนชอบก็ทำ อยากทำตามใจ ให้นั่งสบาย นอนสบาย จะทำอะไรก็อยากสบาย นี่กามสุขัลลิกานุโยโค ติดสุข มันจะไปได้อย่างไร



ถ้าหากเอากาม ความสบายไม่ได้แล้ว ความสุขไม่ได้แล้ว ก็ไม่พอใจ โกรธ
ขึ้นมาก็เป็นทุกข์ เป็นโทสธรรม นี่เป็นอัตตกิลมณานุโยโค ซึ่งไม่ใช่หนทางของผู้สงบ
ไม่ใช่หนทางของผู้ระงับ

กามสุขัลลิกานุโยโค อัตตกิลมณานุโยโค ทางสองเส้นนี้พระพุทธเจ้าไม่ให้ความ
ความสุขพระองค์ให้รับทราบไว้ ความโกรธ ความเกลียด ความไม่พอใจ ก็ไม่ใช่ทาง
ที่พระพุทธเจ้าเดิน ไม่ใช่ทางของสมณะ เป็นทางที่ชาวบ้านเดินอยู่ พระผู้สงบแล้ว
ไม่เดินอย่างนั้น เดินไปตรงกลาง สัมมาปฏิบัติทานี่ กามสุขัลลิกานุโยโคอยู่ทางซ้าย
อัตตกิลมณานุโยโคอยู่ทางขวา

ดังนั้น ถ้าจะบวชปฏิบัติต้องเดินทางสายกลางนี้ เราจะไม่เอาใจใส่ความสุข
ความทุกข์ จะวางมัน แต่รู้สึกว่ามันเตะเรา เตี้ยวนี่เตะทางนี้ นั่นเตะทางนั้น เหมือน
กับลูกโป่งกลาง^๑ มันพัดเราทั้งสองข้างเข้าใส่กัน มีสองอย่างนี้แหละเตะเราอยู่ ดังนั้น
พระองค์เทศน์ครั้งแรกจึงทรงยกทางที่สุดทั้งสองขึ้นแสดง เพราะมันติดอยู่
ความอยากได้สุขเตะทางนี้บ้าง ความทุกข์ไม่พอใจเตะทางโน้นบ้าง สองอย่างเท่านั้น
เล่นงานเราตลอดกาล

**การเดินทางสายกลาง เราจะวางสุข เราจะวางทุกข์ สัมมาปฏิบัติต้องเดิน
สายกลาง** เมื่อความอยากได้สุขมากระทบ ถ้าไม่ได้สุขมันก็ทุกข์เท่านั้น จะเดินกลางๆ
ตามทางพระพุทธเจ้าเดินนั้นลำบาก มันมีสองอย่างคือดีกับร้ายเท่านั้น ถ้าไปเชื่อ
พวกนี้ก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าโกรธขึ้นมาคิดว่าหาหน่อไม้เลย ไม่ต้องอดทน ถ้าดีก็ลืบท
ตั้งแต่ศีระจะดปลายเท้า นั่นใช่แล้ว ทางสองข้าง มันไม่ไปกลางๆ ลักที่ พระพุทธเจ้า
ท่านไม่ให้ทำอย่างนั้น ท่านให้ค่อยๆ วางมันไป ทางสายนี้คือสัมมาปฏิบัติ ทางเดิน
ออกจากภพจากชาติ ทางไม่มีภพไม่มีชาติ ไม่มีสุขไม่มีทุกข์ ไม่มีดีไม่มีชั่ว มนุษย์
ทั้งหลายที่ต้องการภพ ถ้าตกลงมาก็ถึงสุขนี้ มันมองไม่เห็นตรงกลาง ผ่านเลยลงมานี่

^๑ ลูกโป่งกลาง = กระดิ่งที่ทำด้วยไม้

ถ้าไม่ได้ตามความพอใจก็เลยมานี่ ข้ามตรงกลางไปเรื่อย ที่พระอยู่เรามองไม่เห็น ลักที่ วิ่งไปวิ่งมาอยู่นี้แหละ ไม่อยู่ตรงที่ไม่มีภพไม่มีชาติ เราไม่ชอบจึงไม่อยู่ บางที ก็เลยลงมาข้างล่าง ถูกสุนัขกัด ปีนขึ้นไปข้างบนก็ถูกอีแร้งอีกาปากเหล็กมาจิก กระทบาล ก็เลยตกนรกอยู่ไม่หยุดไม่ยั้งเท่านั้น นี่แหละภพ

อันที่ว่าไม่มีภพไม่มีชาติ มนุษย์ทั้งหลายไม่เห็น จิตมนุษย์มองไม่เห็นจึง ข้ามไปข้ามมาอยู่อย่างนั้น สัมมาปฏิบัติคือทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าเดินพ้นภพ พ้นชาติ เป็นอภัยกัตถธรรม จิตนี้วาง นี่เป็นทางของสมณะ ถ้าใครไม่เดิน เกิดเป็น สมณะไม่ได้ ความสงบเกิดไม่ได้ ทำไมจึงสงบไม่ได้ เพราะมันบีบคั้นเป็นชาติเกิด ตายอยู่นั่นเอง แต่ทางนี้ไม่เกิดไม่ตาย ไม่ต่ำไม่สูง ไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดีไม่ชั่วกับใคร **ทางนี้เป็นทางตรง เป็นทางสงบระงับ สงบจากความทุกข์ความทุกข์ ความดีใจความ เสียใจ นี่คือนิยามปฏิบัติ ถ้าใจเราเป็นอย่างนี้แล้ว หยุดได้ หยุดถ้ามได้แล้ว ไม่ต้องไปถามใคร**

นี่แหละ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า *ปัจจุจัดตั้ง เวทิตัพโพ วิญญูหิ* ไม่ต้องถามใคร รู้เฉพาะตนเองแน่นอนอย่างนั้น ถูกตามที่พระองค์ทรงสอนไว้ อาตมาเล่าประวัติย่อๆ ที่ เคยทำเคยปฏิบัติมา ไม่ได้รู้มาก ไม่ได้เรียนมาก เรียนจากจิตใจตนเองตามธรรมชาติ นี้ โดยทดลองทำดู เมื่อมันชอบขึ้นมากก็ไปตามมันดู มันจะพาไปไหน มีแต่มันลาก เราไปหาความทุกข์ไหน เราปฏิบัติดูตัวเองจึงค่อยรู้จัก ค่อยรู้ขึ้นเห็นขึ้นไปเอง ให้เรา พากันตั้งอกตั้งใจทำ

ถ้าอยากปฏิบัติ ให้ท่านมหาพยายามอย่าคิดให้มาก ถ้าจะนั่งสมาธิแล้วอยาก ให้มันเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ หยุดดีกว่า เวลานั่งสงบจะนึกว่าใช้อันนั้นใหม่ ใช้อันนี้ ใหม่ หยุด เอาความรู้ปริยัติใส่หีบใส่ห่อไว้เสีย อย่าเอามาพูด ไม่ใช่ความรู้พวกนั้น จะเข้ามาอยู่นี้หรือ มันพวกใหม่ เวลาเป็นขึ้นมามันไม่เป็นอย่างนั้น เหมือนกับเรา เขียนตัวหนังสือว่า “ความโลภ” เวลามันเกิดในใจไม่เหมือนตัวหนังสือ เวลาโกรธ ก็เหมือนกัน เขียนใส่กระดาษดำเป็นอย่างหนึ่ง มันเป็นตัวอักษร เวลามันเกิดในใจ อ่านอะไรไม่ทันหรือ มันเป็นขึ้นมาที่ใจเลย สำคัญนัก สำคัญมาก

ปริยัติเขียนไว้ก็ถูกต้องอยู่ แต่ต้องโอปนยโก ให้เป็นคนน้อม ถ้าไม่น้อมก็ไม่รู้จักจริง ๆ มันไม่เห็น อาตมาก็เหมือนกัน ไม่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก เคยสอบปริยัติธรรม มีโอกาสได้ไปฟังครูบาอาจารย์เทศน์ให้ฟัง จนจะเกิดความประมาท ฟังเทศน์ไม่เป็น พวกพระกรรมฐานพระอุปัชฌาย์นี่ไม่รู้พูดอย่างไร พูดเหมือนกับมีตัวมีตนจริงๆ จะไล่เอาจริงๆ ต่อมาค่อยๆ ทำไป ปฏิบัติไปๆ จึงเห็นจริงตามที่ท่านสอนท่านเทศน์ให้ฟัง ก็รู้เป็นเห็นตาม มันเป็นอยู่ในใจของเราเอง ต่อไปนานๆ จึงรู้ว่ามันก็ล้วนแต่ท่านเห็นมาแล้ว ท่านเอามาพูดให้ฟัง ไม่ใช่ว่าท่านพูดตามตำรา ท่านพูดตามความรู้ความเห็นจากใจให้ฟัง เราเดินตามก็ไปพบที่ท่านพูดไว้หมดทุกอย่าง จึงนี้ว่ามันถูกแล้วนี่ จะอย่างไรอีก เอาเท่านี้แหละ อาตมาจึงปฏิบัติต่อไป

การปฏิบัตินั้นให้พยายามทำ มันจะสงบหรือไม่สงบก็ช่าง ปล่อยไว้ก่อน เอาเรื่องเราปฏิบัติเป็นเรื่องแรก เอาเรื่องเราได้สร้างเหตุนี้แหละ ถ้าทำแล้วผลจะเป็นอย่างไรก็ได้ เราทำได้แล้วอย่ากลัวว่าจะไม่ได้ผล มันไม่สงบ เราก็ได้ทำ ที่นี้ถ้าเราไม่ทำ ใครเล่าจะได้ ใครเล่าจะเห็น คนหนานั้นแหละจะเห็น คนกินนั้นแหละจะอิมของแต่ละสิ่งละอย่างมันโกหกเราอยู่ สิบครั้งให้มันรู้ก็ยังไม่ดีอยู่ คนเก่ามาโกหกเรื่องเก่า ถ้ารู้จักก็ดียิ่ง มันนานเหลือเกินกว่าจะรู้ มันพยายามมาหลอกลวงเราอยู่นี้

ดังนั้น ถ้าจะปฏิบัติแล้ว ให้ตั้งศีล สมาธิ ปัญญาไว้ในใจของเรา ให้นึกถึงพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เลิกสิ่งทั้งหลายทั้งปวงออกเสีย การกระทำของเราเองเป็นเหตุเกิดขึ้นในภพในชาติหนึ่งจริงๆ เป็นคนซื่อสัตย์ กระทำไปเถอะ

การปฏิบัตินั้นแม้จะนั่งเก้าอี้ก็ทำตามกำหนดได้ เบื้องแรกไม่ต้องกำหนดมาก กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือจะว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ ก็ได้ แล้วกำหนดลมหายใจเข้าออก เมื่อกำหนดให้มีความตั้งใจไว้ว่าการกำหนดลมนี้จะไม่บังคับ ถ้าเราจะลำบากกับลมหายใจแล้วยังไม่ถูก ดูเหมือนกับลมหายใจสั้นไป ยาวไป ค่อยไป แรงไป เดินลมไม่ถูก ไม่สบาย แต่เมื่อใดลมออกก็สบาย ลมเข้าก็สบาย จิตของเรา รู้จักลมเข้า รู้จักลมออกนั้นแม่นยำแล้ว ถูกแล้ว ถ้าไม่แม่นยำมันยังหลง ถ้ายังหลงก็หยุดกำหนดใหม่ เวลากำหนดจิตอยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรือเกิดแสงสว่างเป็นปราสาทราชวัง



ขึ้นมาไม่ต้องกลัว ให้รู้จักมัน ให้ทำเรื่อยไป บางครั้งทำไปๆ ลมหมดก็มี หมดจริงๆ ก็จะกลัวอีก ไม่ต้องกลัว มันหมดแต่ความคิดของเราเท่านั้น เรื่องความละเอียด ยังอยู่ ไม่หมด ถึงกาลสมัยแล้วมันพื้นกลับขึ้นมาของมันเอง

ให้ใจสงบไปอย่างนี้เสียก่อน นั่งอยู่ที่ไหนก็ตาม นั่งเก้าอี้ นั่งรถ นั่งเรือก็ตาม ถ้ากำหนดเมื่อใดให้มันเข้าเลย ขึ้นรถไฟพอนั่งลงให้มันเข้าเลย อยู่ที่ไหนนั่งได้ทั้งนั้น ถ้าขนาดนี้รู้จักแล้ว รู้จักทางบ้างแล้วจึงมาพิจารณาอารมณ์ ใช้จิตที่สงบนั้นพิจารณาอารมณ์ รูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โภภุชูปะบ้าง ธรรมารมณ์บ้างที่เกิดขึ้น ให้มาพิจารณา ชอบหรือไม่ชอบต่างๆ นานา ให้เป็นผู้รับทราบไว้ อย่าเข้าไปหมาย ในอารมณ์นั้น ถ้าดีก็ให้รู้ว่าดี ถ้าไม่ดีก็ให้รู้ว่าไม่ดี อันนี้เป็นของสมมุติบัญญัติ ถ้าจะดีจะชั่วก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น เป็นของไม่แน่นอน ไม่ควรยึดมั่น ถือมัน อ่านคาถานี้ไว้ด้วย ถ้าทำได้อย่างนี้เรื่อยๆ ไป ปัญญาจะเกิดเอง อารมณ์นั้น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งใส่สามขุมนี้ นี่เป็นแก่นของวิปัสสนา ทั้งใส่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดีชั่วร้ายอะไรก็ทิ้งมันใส่นี้ ไม่นานเราก็จะเกิดความรู้ความเห็นขึ้นมา ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดปัญญาอ่อนๆ ขึ้นมา นั่นแหละเรื่องภาวนา ให้พยายาม ทำเรื่อยๆ คีล ๕ นี้ถือมาหลายปีแล้วมิใช่หรือ เริ่มภาวนาเสีย ให้รู้ความจริง เพื่อละ เพื่อถอน เพื่อความสงบ

พูดถึงการสนทนาแล้ว อาตมาสนทนาไม่ค่อยเป็น มันพูดยากอยู่ ถ้าใครอยากรู้จักต้องอยู่ด้วยกัน อยู่ไปนานๆ ก็รู้จักหรอก อาตมาเคยไปเที่ยวจุดงค์เหมือนกัน อาตมาไม่เทศน์ ไปฟังครูบาอาจารย์รูปนั้นรูปนี้เทศน์ มิใช่ว่าไปเทศน์ให้ท่านฟัง ท่านพูดก็ฟัง ฟังเอา พระเล็กพระน้อยเทศน์ก็ฟัง เราจะฟังก็ฟัง ไม่ค่อยสนทนา ไม่รู้จะสนทนาอะไร ที่จะเอาก็เอาตรงที่ละที่วางนั่นเอง ทำเพื่อมาละมาวาง ไม่ต้องไปเรียน ให้มาก แก่ไปทุกวันๆ วันหนึ่งๆ ไปตะบับแต่แสงอยู่นั้น ไม่ถูกตัวสักที การปฏิบัติ ธรรมแม้จะมีหลายแบบ อาตมาไม่ติ ถ้ารู้จักความหมาย ไม่ใช่ว่าจะผิด แต่ถ้าเป็น นักปฏิบัติแล้วไม่ค่อยรักษาวินัย อาตมาว่าจะไปไม่รอดเพราะมันข้ามมรรค ข้ามศีล สมาธิ ปัญญา บางท่านพูดว่าอย่าไปติดสมณะ อย่าไปเอาสมณะ ผ่านไปวิปัสสนาเลย อาตมาเห็นว่าถ้าผ่านไปเอาวิปัสสนาเลย มันจะไปไม่รอด

วิธีปฏิบัติของท่านอาจารย์เสาร์ ท่านอาจารย์มั่น ท่านอาจารย์ทองรัตน์ ท่านเจ้าคุณอุบาลี นี่หลักนี่อย่าทิ้ง แน่แน่นอนจริงๆ ถ้าทำตามท่าน ถ้าปฏิบัติตามท่าน เห็นตัวเองจริงๆ ท่านอาจารย์เหล่านี้ เรื่องศีลท่านพยายามรักษาให้แน่นอน ท่านไม่ข้าม การเคารพครูบาอาจารย์ การเคารพข้อวัตรปฏิบัตินั้น ถ้าครูบาอาจารย์บอกให้ทำก็ทำ ถ้าท่านว่าผิด ให้หยุดก็หยุด เชื่อว่าทำเอาจริงๆจังๆ ให้เห็นให้เป็นขึ้นในใจ ท่านอาจารย์บอกอย่างนี้ ดังนั้น พวกลูกศิษย์ทั้งหลายจึงมีความเคารพยำเกรงในครูบาอาจารย์มาก เพราะเห็นตามรอยของท่าน

ลองทำดูสิ ทำดังที่อาตมาพูด ถ้าเราทำมันก็เห็นก็เป็น ทำไม่จะไม่เป็น เพราะเป็นคนทำคนหา อาตมาว่ากิเลสมันไม่อยู่หรอก**ถ้าทำถูกเรื่องของมัน เป็นผู้ละพุดจ้าน้อย มกน้อย เป็นคนละทิวฐิมานะทั้งหลายทั้งปวง คนพุดผิดก็ฟังได้ คนพุดถูกก็ฟังได้หมด พิจารณาตัวเองอยู่อย่างนี้** อาตมาว่าเป็นไปได้ทีเดียวถ้าพยายาม แต่ว่าไม่ค่อยมีนักปรียัติที่มาปฏิบัติ ยังมีน้อยอยู่ คิดเสียดายเพื่อนๆ ทั้งหลาย เคยแนะนำให้มาพิจารณาอยู่

ท่านมหามานีก็ดีแล้ว เป็นกำลังอันหนึ่ง แลในบ้านเราบ้านไฟใหญ่ หนองลัก หนองซุ่น บ้านโพธิ์ขาว ล้วนแต่เป็นบ้านสำนักเรียนทั้งนั้น เรียนแต่ของที่มันต่อกัน ไม่ตัดสักที เรียนแต่สันตติ เรียนสนธิต่อกันไป ถ้าเราหยุดได้ เรามีหลักวิจัยอย่างนี้ ดีจริงๆ มันไม่ไปทางไหนหรอก มันไปอย่างที่เราเรียนนั้นแหละ แต่ถ้าไม่ปฏิบัติ ผู้เรียนไม่ค่อยรู้ ถ้าปฏิบัติแล้วก็รู้ซึ่ง สิ่งที่เราเคยเรียนมาแจ้งออก ชัดออก เริ่มปฏิบัติเสีย ให้เข้าใจอย่างนี้

พยายามมาอยู่ตามป่าที่กุฎเล็กๆ นี้ มาฝึกมาทดลองดูบ้าง ดีกว่าเราไปเรียน ปรียัติอย่างเดียว ให้พุดอยู่คนเดียว ดูจิตดูใจเราคล้ายๆ กับว่า จิตมันวางเป็นปกติ จิต ถ้ามันเคลื่อนออกจากปกติ เช่น มันคิดมันนึกต่างๆ นั้นเป็นสังขาร สังขารนี้ มันจะปรุงเราต่อไป ระวางให้ดี ให้รู้มันไว้ ถ้ามันเคลื่อนออกจากปกติแล้วไม่เป็น ล้มมาปฏิบัติทาหรือ มันจะก้าวไปเป็นกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมกานุโยโค ของพวกนี้มันปรุง นั้นแหละเป็นจิตสังขาร ถ้ามันดีก็ดี ถ้ามันชั่วก็ชั่ว มันเกิดกับจิต



ของเรา อาตมาว่าถ้าได้จ้องดูมันอยู่อย่างนี้ รู้สึกว่าสนุก ถ้าจะพูดเรื่องนี้อยู่อย่าง เดียวแล้วสนุกอยู่ตลอดวัน

เมื่อรู้จักเรื่องราวของจิต ก็เห็นมีอาการอย่างนี้ เพราะกิเลสมันอบรมจิตอยู่ อาตมาเห็นว่าจิตนี้เหมือนกับจุดๆ เดียวเท่านั้น อันที่เรียกว่าเจตสิกนั้นเป็นแขก แขกมาพักอยู่ตรงนี้ คนนั้นมาเยี่ยมเราบ้าง คนโน้นมาเยี่ยมเราบ้าง มาพักอยู่ตรงนี้ เราจึงเรียกพวกนั้นที่ออกจากจิตของเรามาเป็นเจตสิกหมด

ที่นี้เรามาทำจิตของเราให้เป็นผู้รู้ตื่นอยู่ คอยรักษาจิตของเราอยู่ ถ้าแขก มาเมื่อไร โบกมือห้าม มันจะมานั่งที่ไหน มีที่นั่งที่เดียวเท่านั้น เราก็พยายามรับแขก อยู่ตรงนี้ตลอดวัน นี่คือพุทฺโธ ตัวตั้งมั่นอยู่นี้ ทำความรู้อันนี้ไว้จะได้รักษาจิต เรา นั่ง อยู่ตรงนี้แล้วแขกที่เคยมาเยี่ยมเราตั้งแต่เราเกิดตัวเล็กๆ โน้น มาที่โรมาที่นี้หมด เรา จึงรู้จักมันหมด เลยพุทฺโธอยู่คนเดียว พูดถึงอาคันตุกะแขกที่จรมาปรุงมาแต่งต่างๆ นานาให้เราเป็นไปตามเรื่องของมัน อาการของจิตที่เป็นไปตามเรื่องของมันนี้แหละ เรียกว่า เจตสิก มันจะเป็นอะไร จะไปไหนก็ช่างมัน ให้เรารู้จักอาคันตุกะที่มาพัก ที่ รับแขกมีเก้าอี้เดียวเท่านั้นเอง เราเอาผู้หนึ่งไปนั่งไว้แล้วมันก็ไม่มีที่นั่ง มันมาที่นี้มันก็จะ มาพูดกับเรา ครั้งนี้ไม่ได้นั่ง ครั้งต่อไปก็จะมาอีก มาเมื่อไรก็พบแต่ผู้หนึ่งนั่งอยู่ ไม่หนีสักที มันจะทนมากี่ครั้ง เพียงพูดกันอยู่ที่นั่น เราก็จะรู้จักหมดทุกคน พวกที่ ตั้งแต่เรารู้แต่เพียงสาโน้นมันจะมาเยี่ยมเราหมดนั่นแหละ เพียงเท่านี้

อาตมาว่าธรรมนั้นดูตรงนี้ก็เห็นไปหมด ได้พูด ได้ดู ได้พิจารณาอยู่คนเดียว พุทธธรรมะก็อย่างนี้แหละ อาตมาพูดอย่างอื่นไม่เป็น พูดก็พูดไปอย่างนี้ ทำนองนี้ นี้ก็เป็นแต่เพียงพูดให้ฟังเท่านั้น

ที่นี้ให้ไปทำดู ถ้าไปทำมันจะเป็นอย่างนั้นๆ มีหนทางบอก ถ้ามันเป็นอย่างนั้น ให้ทำอย่างนั้น ก็ไปทำดูอีก ถ้าไปทำดูอีกมันเป็นอีกอย่างหนึ่ง ก็ต้องแก้ โน้นแหละ จึงจะมีที่บอก ในเมื่อเดินสายเดียวกันมันต้องเป็นในจิตท่านมหาแน่อน ถ้าไม่เป็น อย่างนั้นมันต้องเกิดขัดข้อง ขัดข้องก็ต้องจู้จุก เมื่อพูดตรงนี้มันไปถูกจิตท่านมหา มันก็รู้จักแก้ ถ้ามันติดอีก ท่านผู้แนะนำก็จะบอก เพราะตรงนี้ท่านก็เคยติดมาแล้ว ก็ต้องแก้อย่างนั้น มันรู้เรื่องกัน ก็พูดกันได้

เช่นเดียวกับอารมณ์คือเสียง ได้ยินเป็นอย่างหนึ่ง เสียงเป็นอย่างหนึ่ง เรา
รับทราบไว้ไม่มีอะไร เราอาศัยธรรมชาติอย่างนี้แหละมาพิจารณาหาความจริง จน
ใจมันแยกของมันเอง พุดง่าย ๆ ก็คือ มันไม่เอาใจใส่เอง มันจึงเป็นอย่างนั้นได้ เมื่อ
หูได้ยินเสียง ตูจิตของเรา มันพัวพันไปตามไหม มันรำคาญไหม เท่านั้นเรารู้ ได้ยิน
อยู่แต่ไม่รำคาญ ฉันอยู่ที่นี้ เอากันไกล ๆ มิได้เอาไกล เราจะหนีจากเสียงนั้น หนี
ไม่ได้หรอก ต้องหนีวิธีนี้จึงจะหนีได้ โดยเราฝึกจิตของเราจนมันอยู่ในสิ่งนี้ วาง
สิ่งเหล่านั้น สิ่งทีวางแล้วนั้นก็ยังได้ยินอยู่ ได้ยินอยู่แต่ก็วางอยู่ เพราะสิ่งเหล่านั้น
ถูกวางอยู่แล้ว มิใช่จะไปบังคับให้มันแยก มันแยกเองโดยอัตโนมัติ เพราะการละ
การวาง จะอยากให้มันไปตามเสียงนั้น มันก็ไม่ไป

เมื่อเรารู้ถึงรูป เสียง กลิ่น รส ทั้งหลายเหล่านี้ตามเป็นจริงแล้ว เห็นชัดอยู่
ในดวงจิตของเราว่า สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นสามัญลักษณ์ะ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
หมดทั้งนั้น เมื่อได้ยินครั้งใด ก็เป็นสามัญลักษณ์ะอยู่ในใจ เวลาอารมณ์ทั้งหลาย
มากระทบ ได้ยินก็เหมือนไม่ได้ยินนั้น ไม่ใช่จิตของเราจะไม่มีภาระงาน สติกับจิต
พัวพันคุ้มครองกันอยู่ตลอดเวลาตลอดกาลตลอดเวลา ถ้าท่านมหาทำจิตให้ถึงอันนี้แล้ว ถึง
จะเดินไปทางไหน มันก็ค้นคว้าอยู่ นี้ เป็นธัมมวิจย หลักของโพชฌงค์เท่านั้นเอง
มันหมุนเวียนพุดกับตัวเอง แก้ว ปลอดภัย สัจจะ ธรรม วิทยาศาสตร์ ไม่มีอะไรมา
ใกล้มันได้ มันมีงานทำของมันเอง

นี่เรื่องอัตโนมัติของจิตที่เป็นอยู่ ไม่ได้แต่งมัน หัดเบื่องแรกมันเป็นเลย ถ้า
เราทำอยู่อย่างนั้น ท่านมหาจะมีอาการอย่างหนึ่งแปลกขึ้นมา คือ เวลาไปนอน ตั้งใจ
แล้วว่าจะนอน เคยนอนกรนหรือนอนละเมอ กัดฟัน หรือนอนตื่นนอนขวาง ถ้า
จิตเป็นอย่างนี้แล้วสิ่งเหล่านั้นหนีหายหมด ถึงจะหลับสนิทตื่นขึ้นมาแล้ว มีอาการ
คล้ายกับไม่ได้นอนเหมือนไม่ได้หลับ แต่ไม่วัง เมื่อก่อนเราเคยนอนกรน ถ้าเราทำ
จิตใจให้ตื่นแล้วไม่กรนหรอก จะกรนอย่างไรคนไม่ได้นอน กายมันไประงับเฉย ๆ
ตัวนี้ตื่นอยู่ตลอดทั้งวันทั้งคืน ตื่นอยู่ทุกกาลเวลา คือ พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
ผู้แจ้ง ผู้สว่าง ตัวนี้ไม่ได้นอน มันเป็นของมันอยู่ ไม่รู้สึกวัง ถ้าเราทำจิตของเรา



อย่างนี้ ไม่นอนตลอด ๒-๓ วัน บางที่มันง่วง ร่างกายมันเพลีย พอง่วงเรามานั่ง กำหนดเข้าสมาธิทันทีสัก ๕ นาทีหรือ ๑๐ นาที แล้วล้มตาคู้ จะรู้สึกเท่ากับได้นอนตลอดคืนและวัน

เรื่องการนอนหลับนี้ ถ้าไม่คิดถึงสังขารแล้วไม่เป็นไร แต่ว่าเอาแต่พอควร เมื่อนึกถึงสภาวะของสังขารความเป็นไปแล้ว ก็ให้ตามเรื่องของมัน ถ้ามันถึงตรงนั้นแล้ว ไม่ต้องนำไปบอกหรือบอกมันเอง มันจะมีผู้ชี้ผู้จุด ถึงชี้ก็ยกก็มีผู้บอกให้เราขยับอยู่เสมอ อยู่ไม่ได้หรือ ถ้าถึงจุดมันจะเป็นของมันเอง ดูเอาสิ อบรมมานานแล้ว อบรมตัวเองดู

แต่ว่าเบื้องต้นแรกกายวิเวกลำคัญนะ เมื่อเรามาอยู่กายวิเวกแล้วจะนึกถึงคำพระสารีบุตรเทศน์ไว้เกี่ยวกับกายวิเวก จิตวิเวก อุปธิวิเวก^๑ กายวิเวกเป็นเหตุให้เกิดจิตวิเวก จิตวิเวกเป็นเหตุเกิดอุปธิวิเวก แต่บางคนพูดว่าไม่สำคัญหรือ ถ้าใจเราสงบแล้วอยู่ที่ไหนก็ได้ จริงอยู่ แต่เบื้องต้นแรกให้เห็นว่า กายวิเวกเป็นที่หนึ่ง ให้คิดอย่างนี้ วันนี้หรือวันไหนก็ตาม ท่านมหาเข้าไปนั่งอยู่ในป่าช้าไกลๆ บ้าน ลองดู ให้อยู่คนเดียวหรือท่านมหาจะไปอยู่ที่ยอดเขายอดหนึ่งซึ่งเป็นที่หวาดสะดุ้งให้อยู่คนเดียวนะ เอาให้สนุกตลอดคืน แล้วจึงจะรู้จักว่ามันเป็นอย่างไร

เรื่องกายวิเวกนี้ แม้เมื่อก่อนอาตมาเองก็นึกว่าไม่สำคัญเท่าไร คิดเอา แต่เวลาไปทำดูแล้วจึงนึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า พระองค์สอนให้ไปหากายวิเวกเป็นเบื้องต้น เป็นเหตุให้จิตวิเวก ถ้าจิตวิเวกก็เป็นเหตุเกิดอุปธิวิเวก เช่น เรายังครองเรือน กายวิเวกเป็นอย่างไร พอกลับถึงบ้านเท่านั้นต้องวุ่นวายยุ่งเหยิง เพราะกายไม่วิเวก ถ้าออกจากบ้านมาสู่สถานที่วิเวกก็เป็นไปอีกแบบหนึ่ง

^๑ อุปธิวิเวก = สัจจจากกิเลส (นิพพาน)

ฉะนั้น ต้องเข้าใจว่า เบื้องแรกนี้กายวิเวกเป็นของสำคัญ เมื่อได้กายวิเวกแล้ว ก็ได้ธรรม เมื่อได้ธรรมแล้วก็ให้มีครูบาอาจารย์เทศน์ให้ฟัง คอยแนะนำตรงที่เรา เข้าใจผิด เพราะที่เราเข้าใจผิดนั้นมันเหมือนกับเราเข้าใจถูกนี่เอง ตรงที่เราเข้าใจผิด แต่นี้กว่าถูก ถ้าได้ท่านมาพูดให้ฟังจึงเข้าใจว่าผิด ที่ท่านว่าผิดก็ตรงที่เราเห็นว่าถูก นั้นแหละ อันนี้มันซ้อนความคิดของเราอยู่

ตามที่ได้ทราบข่าว มีพระนักปรีดีบางรูปท่านค้นคว้าตามตำราเพราะได้เรียน มามาก อาตมาว่าทดลองดูเถอะ การกางแบบทางตำราทำนี้ ถึงเวลาเรียน เรียนตาม แบบ แต่เวลารบ รบนอกแบบ ไปรบตามแบบมันสู้ข้าศึกไม่ไหว ถ้าเอากันจริงจั่งแล้ว ต้องรบนอกแบบ เรื่องมันเป็นอย่างนั้น ตำรานั้น ท่านทำไว้พอเป็นตัวอย่างเท่านั้น บางทีอาจทำให้เสียสติก็ได้ เพราะพูดไปตามสัญญา สังฆาร ท่านไม่เข้าใจว่าสังฆารมัน ปรุงแต่งทั้งนั้น เดี่ยวนี้ลงไปพื้นบาดาลโน่น ไปพบปะพญานาค เวลาขึ้นมาก็พูดกับ พญานาค พูดภาษาพญานาค พวกเราไปฟังมัน ไม่ใช่ภาษาพวกเรา มันก็เป็นบ้า เท่านั้นเอง

ครูบาอาจารย์ท่านไม่ให้ทำอย่างนั้น เรายังคิดว่าจะดีบจะดี มันไม่ใช่อย่างนั้น ที่ ท่านพาทำนี้มีแต่ส่วนละส่วนถอนเรื่องทิฏฐิฆิฆาณะเรื่องเนื้อเรื่องตัวทั้งนั้น อาตมาว่า การปฏิบัตินี้ก็ยากอยู่ ถึงอย่างไรก็อย่าทิ้งครูทั้งอาจารย์ เรื่องจิตเรื่องสมาธิที่หลงมาก จริงๆ เพราะสิ่งที่ไม่ควรจะเป็นได้ แต่มันเป็นขึ้นมาได้ เราจะว่าอย่างไร อาตมาก็ ระวังตัวเองเสมอ

เมื่อคราวออกปฏิบัติในระยะ ๒-๓ พรรษาแรก ยังเชื่อตัวเองไม่ได้ แต่พอได้ ผ่านไปมากแล้ว เชื่อวาระจิตตัวเองแล้ว ไม่เป็นอะไรหรอก ถึงจะมีปรากฏการณ์ ใดๆก็ให้มันเป็นมา ถ้ารู้เรื่องอย่างนี้ สิ่งเหล่านี้ก็ระงับไป มีแต่เรื่องจะพิจารณา ต่อไปก็สบาย ท่านมหายังไม่ได้ทำดู เคยนั่งสมาธิแล้วใช้ไหม การนั่งสมาธินี้ สิ่งที่ไม่น่าผิดก็ผิดได้ เช่น เวลานั้นเราตั้งใจว่า “เออละ จะเอาให้มันแน่ๆ ดูที” เปล่า วันนั้น ไม่ได้เรื่องเลย แต่คนเราชอบทำอย่างนั้น อาตมาเคยสังเกต มันเป็นของมันเอง เช่น บางคืนพอเริ่มนั่งก็นึกว่า “เออละ วันนี้อย่างน้อยดี ๑ จิงจะลุก” คิดอย่างนี้ก็บาปแล้ว เพราะว่าไม่นานหรอก เวทนามันรุมเอาเกือบตาย มันดีเวลานั่งโดยไม่ต้องกะต้อง



เกณท์ ไม่มีที่จุดที่หมาย ทุ่มหนึ่ง ๒ ทุ่ม ๓ ทุ่ม ก็ข้างมัน หนึ่งไปเรื่อยๆ วางเฉยไว้
อย่าบังคับมัน อย่าไปหมายมัน อย่าไปบังคับหัวใจว่าจะเอาให้มันแน่ๆ มันก็ยังไม่แน่

ให้เราวางใจสบายๆ หายใจก็ให้พอดี อย่าเอาสั้นเอายาว อย่าไปแต่งมัน กาย
ก็ให้สบาย ทำเรื่อยไป มันจะถามเราว่า จะเอาที่ทุ่ม จะเอานานเท่าไร มันมาถามเรื่อย
หรรอก เราต้องตวาดมันว่า “เฮ้ย อย่ามายุ่ง” ต้องปราบมันไว้เสมอ เพราะพวกนี้มีแต่
กิเลสมากวนทั้งนั้น อย่าเอาใจใส่มัน เราต้องพูดว่า “กูอยากพักเร็วพักช้าไม่ผิดกบาล
ใครหรรอก กูอยากนั่งอยู่ตลอดคืน มันจะผิดใคร จะมากวนกูทำไม” ต้องตัดมันไว้
อย่างนี้ แล้วเราก็นั่งเรื่อยไปตามเรื่องของเรา วางใจสบาย ก็เลยสงบ เป็นเหตุให้เข้าใจ
ว่า อำนาจอุปาทานความยึดหมายนี้สำคัญมากจริงๆ เมื่อเรานั่งไปๆ นั่งนานแสนนาน
เลยเที่ยงคืนก่อนคืนไป ก็เลยนั่งสบาย มันก็ถูกวิธี จึงรู้ว่าความยึดมั่นถือมั่นเป็น
กิเลสจริงๆ เพราะวางจิตไม่ถูก

บางคนนั้นเวลานั่ง จุดธูปไว้ข้างหน้า คิดว่า “ธูปดอกนี้ไหม้หมดจึงจะหยุด”
แล้วนั่งต่อไป พอผ่านไป ๕ นาที ดูเหมือนนานตั้งชั่วโมง ลืมตามองดูธูป แหม
ยังยาวเหลือเกิน หลับตานั่งต่อไปอีก แล้วก็ลืมตาดูธูป ไม่ได้เรื่องอะไรเลย อย่า อย่า
ไปทำ มันเหมือนกับลิง จิตเลยไม่ต้องทำอะไร นึกถึงแต่ธูปที่ปักไว้ข้างหน้าว่าจวนจะ
ไหม้หมดหรือยังหนอ นี่มันเป็นอย่างนี้ เราอย่าไปหมาย

ถ้าเราทำภาวนา อย่าให้กิเลสตัณหาไม่รู้เงื่อนไขรู้รูปลายได้ “ท่านจะเอาอย่างไร”
มันมาถามเรา “จะเอาขนาดไหน จะเอาประมาณเท่าไร ดึกเท่าไร” มันมาทำให้เรา
ตกลงกับมัน ถ้าเราไปว่าจะเอาสักสองยามมันจะเล่นงานเราทันที หนึ่งไปยังไม่ถึงชั่วโมง
ต้องรื้อนรนออกจากสมาธิแล้วก็เกิดนิรวณ์ว่า “แหม มันจะตายหรือยังกันนะ”ว่าจะ
เอาให้มันแน่มันก็ไม่แน่นอน ตั้งสัจจะไว้ก็ไม่ได้ตั้งตั้ง คิดทุกซี้ใส่ตัวเอง ด่าตัวเอง
พยาบาทตัวเอง ไม่มีคนพยาบาทก็เป็นทุกซี้ซอกนั่นแหละ ถ้าได้อธิษฐานแล้วต้องเอา
ให้มันรอด หรือตายโน่น อย่าไปหยุดมันจึงจะถูก เราค่อยทำค่อยไปเสียก่อน ไม่ต้อง
อธิษฐาน พยายามฝึกหัดไป บางครั้งจิตสงบ ความเจ็บปวดทางร่างกายก็หยุด เรื่อง
ปวดแข็งปวดขามันหายไปเอง



การปฏิบัติอีกแบบหนึ่งนั้นเห็นอะไรก็ให้พิจารณา ทำอะไรก็ให้พิจารณาทุกอย่าง
อย่าทิ้งเรื่องภาวณา บางคนพอออกจากทำความเพียรแล้ว คิดว่าตัวเองหยุดแล้ว
พักแล้ว จึงหยุดกำหนดหยุดพิจารณาเสีย เราอย่าเอาอย่างนั้น เห็นอะไรให้พิจารณา
เห็นคนดีคนชั่ว คนใหญ่คนโต คนร่ำคนรวย คนยากคนจน เห็นคนเฒ่าคนแก่
เห็นเด็กเห็นเล็ก เห็นคนน้อยคนหนุ่ม ให้พิจารณาไปทุกอย่าง นี่เรื่องการภาวณาของเรา

การพิจารณาเข้าหารมณะนั้น ให้เราพิจารณาดูอาการเหตุผลต่างๆ นานา มัน
น้อยใหญ่ ดำขาว ดีชั่ว อารมณ์ทุกอย่างนั้นแหละ ถ้าคิดเรียกว่ามันคิด แล้วพิจารณา
ว่ามันก็เท่านั้นแหละ สิ่งเหล่านี้ตกอยู่ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่าไปยึดมั่นถือมั่น
เลย นี่แหละปาฐะของมันเป็น ทั้งมันโล่งตรงนี้ จึงเป็นความจริง

เรื่องการเห็นอนิจจังเป็นต้นนี้ คือเรื่องไม่ให้เราทุกข์ เป็นเรื่องพิจารณา เช่น
เราได้ของดีมาก็ดีใจ ให้พิจารณาความดีใจเอาไว้ บางทีใช้ไปนานๆ เกิดไม่ชอบมันก็มี
อยากเอาให้คนหรืออยากให้คนมาซื้อเอาไป ถ้าไม่มีใครมาซื้อก็อยากจะทำทิ้งไป เพราะ
เหตุไรจึงเป็นอย่างนี้ มันเป็นอนิจจังมันจึงเป็นอย่างนี้ ถ้าไม่ได้ขายไม่ได้ทิ้ง ก็เกิด
ทุกข์ขึ้นมา เรื่องนี้มันเป็นอย่างนี้เอง พอรู้จักเรื่องเดียวเท่านั้น จะมีอีกก็เรื่องก็ช่าง
เป็นอย่างนี้หมด เรียกว่าเห็นอันเดียวก็เห็นหมด

บางทีรูปนี้หรือเสียงนี้ไม่ชอบ ไม่น่าฟัง ไม่พอใจ ก็ให้พิจารณาจำไว้ ต่อไป
เราอาจจะชอบ อาจจะพอใจในของที่ไม่ชอบเมื่อก่อนก็มี มันเป็นไปได้ เมื่อนี้รู้ชัดว่า
“อ้อ สิ่งเหล่านี้ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา” ทั้งลงใส่นี้แหละ ก็เลยไม่เกิดความ
ยึดมั่นในสิ่งที่ได้ดีมีเป็นต่างๆ เห็นเป็นอย่างเดียวกัน ให้เป็นธรรมะเกิดขึ้นเท่านั้น
เรื่องที่พูดมานี้ พูดให้ฟังเฉยๆ เมื่อมาหาก็พูดให้ฟัง เรื่องเหล่านี้ไม่ใช่เรื่องพูดมาก
อะไร ลงมือทำเลย เช่น เรียกกันถามกัน ชวนกันไปว่า ไปไหม ไป ไปก็ไปเลย พอดีๆ

เมื่อลงนั่งสมาธิถ้าเกิดนิมิตต่างๆ เช่น เห็นนางฟ้า เป็นต้น เมื่อเห็นอย่างนั้น
ให้เราดูเสียก่อนว่า จิตเป็นอย่างไร อย่าทิ้งหลักนี้ จิตต้องสงบจึงเป็นอย่างนั้น นิมิต
ที่เกิดขึ้น อย่าอยากให้มันเกิด อย่าไม่อยากให้มันเกิด มันมาก็พิจารณา พิจารณา
แล้วอย่าหลง ให้นึกว่ามันไม่ใช่ของเรา นี่ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เช่นกัน



ถึงมันจะเป็นอยู่ก็อย่าเอาใจใส่มัน เมื่อมันยังไม่หาย ตั้งจิตใหม่ กำหนดลมหายใจ
หลายๆ สูดลมเข้ายาวๆ หายใจออกยาวๆ อย่างน้อย ๓ ครั้งก็ตัดได้ ตั้งกำหนดใหม่
เรื่อยไป

สิ่งเหล่านี้อย่าว่าเป็นของเรา สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงนิमित คือของหลอกลวงให้เรา
ชอบ ให้เรารัก ให้เรากลัว นิमितเป็นของหลอกลวงใจเรา มันไม่แน่นอน ถ้าเห็นแล้ว
อย่าไปหมายมัน ไม่ใช่ของเรา อย่าวิ่งตามนิमित **เห็นนิमितให้ย้อนดูจิตเลย อย่าทิ้ง
หลักเดิม** ถ้าทิ้งตรงนี้ไปวิ่งตามมัน อาจพุดลีมตัวเองเป็นบ้าไปได้ ไม่กลับมาพุดกับ
เรา เพราะหนีจากคอกแล้ว ให้เชื่อตัวเองแน่นอน เห็นอะไรมาก็ตาม ถ้านิमितเกิด
ขึ้น มาดูจิตตัวเอง จิตต้องสงบมันจึงเป็น

ถ้าเป็นมา ให้เข้าใจว่าสิ่งเหล่านี้มีใช่ของเรา นิमितนี้ให้ประโยชน์แก่คนมีปัญญา
ให้โทษแก่คนไม่มีปัญญา ทำความเพียรไปจนเราไม่ตื่นตื่นในนิमित มันอยากเกิด
ก็เกิด ไม่เกิดก็ไม่เกิด ไม่กลัวมัน เชื่อใจได้อย่างนี้ไม่เป็นไร ที่แรกเราตื่น ของหน้าดู
มันก็อยากดู ความดีใจเกิดขึ้นมาอย่างนี้ก็หลง ไม่อยากให้มันดีมันก็ดี ไม่รู้จะทำ
อย่างไร ปฏิบัติไม่ถูกก็เป็นทุกข์ มันอยากดีใจก็ช่างมัน ให้เรารู้ความดีใจนั่นเองว่า
ความดีใจนี้ก็ผิด ไม่แน่นอนเช่นกัน แก้มันอย่างนี้ อย่าไปแก้ว่า “ไม่อยากให้มันดีใจ
ทำไมจึงดีใจ” นี้ผิดอยู่นะ ผิดอยู่กับของเหล่านี้ ผิดอยู่ใกล้ๆ ไม่ได้ผิดอยู่ไกลหรือ
อยากลวงนิमित ไม่ต้องกลัว เรื่องภาวานี้พอพุดให้ฟังได้เพราะเคยทำมา ไม่รู้ว่าจะถูก
หรือไม่ ให้เอาไปพิจารณาเอาเอง

อ้าว พอสมควรละนะ.