

# นอกเหนือ เหนือผล



ที่ระลึกงานแสดงธรรมและปฏิบัติธรรม

๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๑

นอกเหตุเหนือผล มรดกกรรมเล่มที่ ๒๑  
พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)



ชมรมกัลยาณธรรม  
หนังสือดีลำดับที่ ๖๘

จัดพิมพ์เป็นธรรมทาน  
เพื่อน้อมเกล้าถวายเป็นพระราชกุศล  
แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช  
เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๑  
จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม (ตุลาคม ๒๕๕๑)

ลิขสิทธิ์ วัดหนองป่าพง  
ตำบลโนนผึ้ง อำเภอวารินชำราบ  
จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๑๙๐  
โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๖๗-๕๖๓

ออกแบบโดย สำนักพิมพ์ธรรมดา  
ดำเนินการผลิตโดย บริษัท ผลักไท จำกัด  
๑๓๗ หมู่บ้านจินดาธานี หมู่ ๑๐  
ถนนบรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์  
เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๘-๗๐๒๖, ๐-๒๘๘๘-๘๓๕๖  
โทรสาร ๐-๒๘๘๘-๘๓๕๖  
พิมพ์ที่โรงพิมพ์เม็ดทราย

## คำอนุโมทนา

การให้ธรรมเป็นทาน นับว่าเป็นการให้อย่างสูงสุด เพื่อน้อม  
ถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา ตลอดจนถวายเป็น  
อารย์บูชาแด่หลวงปู่ชา ด้วยระลึกถึงความเมตตาและความ  
ปรารถนาดีที่องค์ท่านมีต่อลูกศิษย์ทั้งหลาย

ดั่งที่ ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ ได้แจ้งความประสงค์ขอ  
อนุญาตจัดพิมพ์มรดกกรรมของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)  
เล่มที่ ๒๑ เรื่อง **นอกเหตุเหนือผล** จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม เพื่อ  
เผยแผ่เป็นธรรมทานแก่ญาติธรรมให้กว้างไกลมากยิ่งขึ้น

อาตมภาพ จึงขออนุโมทนาต่อความศรัทธา ในการบำเพ็ญ  
ธรรมทานแห่งการให้ธรรมะ ให้ปัญญาแก่ส่วนรวม พร้อมทั้งผู้ที่  
ได้สัมผัส มรดกกรรมเล่มนี้ จงเจริญอภิมงคลด้วยทาน  
บารมี ประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในสัมมาทิฐิ และขอความเจริญ  
รุ่งเรืองในพระสังฆธรรม คำสอนของพระบรมศาสดา จงมีแก่ท่าน  
ตลอดกาลนาน เทอญ.

ขออนุโมทนา

ดร.ราชไมตรี อภิมงคล

(พระราชภาวนาวิกรม)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

ประธานกรรมการจัดการศาสนสมบัติ

อันเป็นมรดกกรรมพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

## คำนำ

**นอกเหตุเหนือผล** เล่มนี้ เป็นหนังสือรวมธรรมะของพระโพธิญาณเถร (พระอาจารย์ชา สุภทฺโท) เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งคณะสงฆ์แห่งวัดป่า นานาชาติ อันเป็นสาขาของวัดหนองป่าพง ได้คัดเลือกธรรมะ จากแถบบันทึกเสียงที่ท่านอาจารย์ได้แสดงธรรมให้แก่พระภิกษุ สามเณรทั้งไทยและต่างประเทศ ตลอดจนอนุบาสกอนุบาลิกาใน โอกาสต่างๆ ทั้งในประเทศไทยและประเทศอังกฤษ ภายใน ระยะเวลากว่าสิบปีนี้ คือประมาณพุทธศักราช ๒๕๑๑-๒๕๒๓

วัดป่านานาชาติ ตั้งอยู่ที่ตำบลบึงหวาย อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี พระสงฆ์และสามเณรที่อยู่ประจำวัดนี้ ส่วน ใหญ่เป็นพระภิกษุและสามเณรชาวต่างประเทศ ฉะนั้น จึงได้ จัดทำหนังสือรวมธรรมะของท่านพระอาจารย์เป็นภาษาอังกฤษ เล่ม แรกชื่อ Bodhinyana (โพธิญาณ) เล่มที่สองคือ A Taste of Freedom หรือ **นอกเหตุเหนือผล** เล่มนี้

ในการจัดทำ A Taste of Freedom เป็นภาษาไทยนั้น ได้พยายามรักษาความมุ่งหมายไว้ ๒ ประการ คือ

๑. พยายามที่จะรักษาสำนวนภาษา และลีลาการแสดง ธรรมของท่านพระอาจารย์ไว้ให้มากที่สุดที่จะทำได้

๒. พยายามที่จะให้ใกล้เคียงกับฉบับภาษาอังกฤษ คือ A Taste of Freedom ให้มากที่สุด เท่าที่จะไม่ทำให้เสียความใน ภาษาไทย

ฉะนั้น ต้นฉบับในการเรียบเรียง **นอกเหตุเหนือผล** เล่มนี้ จึงใช้ทั้งต้นฉบับภาษาไทยที่ถอดมาจากแถบบันทึกเสียงธรรมะของ ท่านและหนังสือ A Taste of Freedom ประกอบกับ ถ้าตอนใด ที่สามารถจะอนุโลมให้ภาษาไทยและภาษาอังกฤษสอดคล้องกัน ไปได้ก็ทำดั่งนั้น แต่ถ้าตอนใด หากทำเช่นนั้นแล้ว อาจจะทำให้ ความหมายในภาษาไทยอ่อนไป ก็จะถือความในภาษาไทยเป็น สำคัญ

แต่ที่สำคัญกว่าสิ่งอื่นใดก็คือ ได้พยายามอย่างที่สุด ที่จะ สื่อสารความหมายแห่งธรรมะของท่านพระอาจารย์สู่ท่านผู้อ่าน โดยหวังที่จะให้ท่านผู้อ่านได้รับรสชาติจากธรรมะของท่านให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ให้ได้รับทั้งความรู้ความเข้าใจ และความ ผ่องใสเบิกบานในธรรม แต่ถ้าหากความตั้งใจในความพยายามนั้น ไม่สัมฤทธิ์ผล ก็ต้องขอประทานอภัยไว้ ณ ที่นี้ด้วย

## สารบัญ

อนึ่ง เนื่องจากธรรมะที่เลือกสรรมาจัดพิมพ์ไว้ใน **นอกเหตุเหนือผล** เล่มนี้ เป็นธรรมะที่ท่านพระอาจารย์ได้บรรยายในโอกาสต่างๆ กัน และต่อกลุ่มผู้ฟังต่างๆ กัน ตามที่ได้บันทึกไว้ในแต่ละตอนแล้ว ฉะนั้น การใช้คำสรรพนามแทนตัวท่านเมื่อบรรยายธรรมให้พระภิกษุสามเณรและให้กลุ่มฆราวาสฟังจึงต่างกัน ตลอดจนความหนักเบาในการใช้ถ้อยคำก็แตกต่างกันด้วยในบางคราว

ด้วยอนุภาพแห่งพระธรรม ขอให้ท่านผู้อ่านทุกท่าน จงมีจิตผ่องใส เบิกบาน อิ่มเอิบในธรรม และเจริญในธรรมยิ่งขึ้น ตามบารมีแห่งการปฏิบัติ ที่ท่านได้พากเพียรพยายามแล้วนั้น

ผู้เรียบเรียง

มกราคม ๒๕๓๕

เรื่องจิตนี้	๑๑
การทำจิตให้สงบ	๑๓
มรรคสามัคคี	๒๔
ทางสายกลาง	๓๕
เหนือเวทนา	๔๘
ดวงตาเห็นธรรม	๗๒
สมมุติและวิมุติ	๑๐๓
นอกเหตุเหนือผล	๑๑๗
สัมมาทิฎฐิที่เยือกเย็น	๑๓๐
ปัจฉิมกถา	๑๔๐



นอกเหนือ  
เหนือผล



## เรื่องจิตนี้



การปฏิบัติเรื่องจิตนี้...**ความจริงจิตนี้ไม่เป็นอะไร มันเป็น  
ประภัสสรของมันอยู่อย่างนั้น มันสงบอยู่แล้ว ที่จิตไม่สงบทุกวันนี้  
เพราะจิตมันหลงอารมณ์** ตัวจิตแท้ๆ นั้นไม่มีอะไร เป็นธรรมชาติ  
อยู่เฉยๆ เท่านั้น ที่สงบไม่สงบ ก็เป็นเพราะอารมณ์มาหลอกลวง  
จิตที่ไม่ได้ฝึกก็ไม่มีฉลาด มันก็โง่ อารมณ์ก็มาหลอกลวงไป  
ให้เป็นสุข เป็นทุกข์ ดีใจ เสียใจ จิตของคนตามธรรมชาตินั้นไม่มี  
ความดีใจ เสียใจ ที่มีความดีใจเสียใจนั้นไม่ใช่จิต แต่เป็นอารมณ์  
ที่มาหลอกลวง จิตก็หลงไปตามอารมณ์โดยไม่รู้ตัว แล้วก็สุข  
เป็นทุกข์ไปตามอารมณ์ เพราะยังไม่ได้ฝึก ยังไม่ฉลาด แล้วเรา  
ก็นึกว่าจิตเราเป็นทุกข์ นึกว่าจิตเราสบาย ความจริงมันหลงอารมณ์  
พุดถึงจิตของเราแล้ว มันมีความสงบอยู่เฉยๆ มีความสงบยิ่ง

เหมือนกับใบไม้ที่ไม่มีลมมาพัดก็อยู่เฉยๆ ถ้ามีลมมาพัดก็กวัดแกว่ง เป็นเพราะลมมาพัดและก็เป็นเพราะอารมณ์ มันหลงอารมณ์

**ถ้าจิตไม่หลงอารมณ์แล้ว จิตก็ไม่กวัดแกว่ง ถ้ารู้เท่าอารมณ์ แล้วมันก็เฉย เรียกว่าปกติของจิตเป็นอย่างนั้น ที่เรามาปฏิบัติกัน อยู่ทุกวันนี้ก็เพื่อให้เห็นจิตเดิม เราคิดว่าจิตเป็นสุข จิตเป็นทุกข์ แต่ความจริง จิตไม่ได้สร้างสุขสร้างทุกข์ อารมณ์มาหลอกหลวง ต่างหาก มันจึงหลงอารมณ์ ฉะนั้น เราจึงต้องมาฝึกจิตให้ฉลาด ขึ้น ให้รู้จักอารมณ์ ไม่ให้เป็นไปตามอารมณ์ จิตก็สงบ**

เรื่องแค่นี้เองที่เราต้องมาทำกรรมฐานกันยุ่งยากทุกวันนี้.

## การทำจิตให้สงบ



**การทำจิตให้สงบ คือ การวางให้พอดี ตั้งใจเกินไปมาก มันก็เลยไป ปล่อยเกินไปมันก็ไม่ถึง เพราะขาดความพอดี**

ธรรมดาจิตเป็นของไม่อยู่นิ่ง เป็นของมีกิริยาไหวตัวอยู่เรื่อย ฉะนั้น จิตใจของเราจึงไม่มีกำลัง **การทำจิตใจของเราให้มีกำลัง** กับการทำกายของเราให้มีกำลังมันต่างกัน **การทำกายให้มีกำลัง** ก็คือการออกกำลังกาย ทำกายบริหาร มีการกระโดด การวิ่ง **นี่คือการ** ทำกายให้มีกำลัง **การทำจิตใจให้มีกำลังก็คือทำจิตให้สงบ ไม่ใช่** ทำจิตให้คิดนั่นคิดนี่ไปต่างๆ ให้อยู่ในขอบเขตของมัน เพราะวา จิตของเรานั้นไม่เคยได้สงบ ไม่เคยมีกำลัง มันจึงไม่มีกำลังทางด้านสมาธิภายใน

---

การบรรยายธรรมโดยสำนวนที่เป็นกันเองด้วยภาษาพื้นบ้าน ไม่ปรากฏวันบรรยาย



บัดนี้เราจะทำสมาธิ ก็ตั้งใจ ให้เอาความรู้สึกกำหนดอยู่กับ ลมหายใจ ถ้าหากว่าเราหายใจสั้นเกินไปหรือยาวเกินไปก็ไม่พอดี ไม่ได้สัดส่วนกัน ไม่เกิดความสงบ เหมือนกันกับเราเย็บจักร ผู้เย็บจักรมีมือมีเท้า เราต้องถีบจักรเปล่าดูก่อน ให้รู้จัก ให้คล่อง กับเท้าของเราเสียก่อน จึงเอาผ้ามาเย็บ

การกำหนดลมหายใจก็เหมือนกัน หายใจเฉยๆ กำหนดรู้ไว้ จะพอดีขนาดไหน ยาวขนาดไหน สั้นขนาดไหน จะให้ค่อยขนาดไหน แรงขนาดไหน จะยาวก็ไม่เอากับมัน จะสั้นก็ไม่เอากับมัน จะค่อยก็ไม่เอากับมัน เอาตามความพอดี เอายาวพอดี เอาสั้นพอดี เอาค่อยพอดี เอาแรงพอดี นั่นชื่อว่าความพอดี เราไม่ได้ขัดไม่ได้ ข้อง แล้วก็ปล่อย หายใจดูก่อน ไม่ต้องทำอะไร

ถ้าหากว่าจิตสบายแล้ว จิตพอดีแล้ว ก็ยกลมหายใจเข้า ออกเป็นอารมณ์ หายใจเข้า ต้นลมอยู่ปลายจมูก กลางลมอยู่ หทัยคือหัวใจ ปลายลมอยู่สะดือ อันนี้เป็นแหล่งการเดินลม เมื่อ หายใจออก ต้นลมจะอยู่สะดือ กลางลมจะอยู่หทัย ปลายลม จะอยู่จมูก นี่มันสลับกันอย่างนี้ กำหนดรู้เมื่อลมผ่านจมูก ผ่าน หทัย ผ่านสะดือ พอสุดแล้วก็จะเวียนกลับมาอีกเป็นสามจุดนี้ ให้ความรู้สึกของเราอยู่ในความเวียนเข้าออกทั้งสามจุดนี้ พยายาม ติดตามลมหายใจเช่นนี้เรื่อยไปเพื่อรักษาความรู้สึกนั้น และทำสติ สัมปชัญญะของเราให้กล้าขึ้น

หากว่าเรากำหนดจิตของเราให้รู้จักต้นลม กลางลม ปลายลม ดีแล้วพอสมควร เราก็วาง เราจะหายใจเข้าออกเฉยๆ เอาความรู้สึกของเราไว้ปลายจมูก หรือริมฝีปากบนที่ลมผ่านออกเข้า เอา แต่ความรู้สึกเท่านั้น ไม่ต้องตามลมออกไป ไม่ต้องตามลมเข้ามา เอาความรู้สึกหรือผู้รู้ที่นั่นแหละไว้เฉพาะหน้าเราที่ปลายจมูก ให้ รู้จักลมผ่านออกผ่านเข้า ไม่ต้องคิดอะไรมากมาย เพียงแต่ให้มีความรู้สึกเท่านั้นแหละ ให้มีความรู้สึกติดต่อกัน ลมออกก็ให้รู้ ลมเข้าก็ให้รู้ ให้รู้อยู่แต่ที่นั่นแหละ รู้แล้วมันจะเป็นอะไรก็ไม่ต้อง คิด เอาเพียงเท่านั้นเสียก่อน ในเวลานี้หน้าที่การงานของเรามีแค่นั้น ไม่ได้มีมาก กำหนดลมเข้าออกอยู่อย่างนั้นแหละ ต่อไปจิตก็สงบ ลมก็จะละเอียดเข้าไป น้อมเข้าไป กายก็จะเบาเข้าไป จิตก็จะสงบไป ความเบากายเบาใจนั้นก็เกิดขึ้นมา จะเป็นกายควรแก่ การงาน และจะเป็นจิตควรแก่การงานต่อไป นี่คือการทำสมาธิ ไม่ต้องทำอะไรมาก ให้กำหนดเท่านั้น

ต่อไปนี้ให้ตั้งใจทำ กำหนดไป...จิตเราละเอียดเข้าไป การ ทำสมาธินั้น จะไปไหนก็ช่างมัน ให้เรารู้ทันเอาไว้ ให้เรารู้จักมัน มันก็มีทั้งอารมณ์ มีทั้งความสงบคลุกคลีกันไป มันมี วิตก วิตก คือการจะยกจิตของตนนี้ถึงอันใดอันหนึ่งขึ้นมา ถ้าสติของเรา น้อยก็จะวิตกน้อย แล้วก็มี วิจาร์ คือการตรวจดูตามเรื่องที่เรา วิตกนั้น แต่ข้อสำคัญนั้นต้องพยายามรู้ให้ทันอยู่เสมอ แล้วก็



พิจารณาให้ลึกลงไปอีก ให้เห็นว่าทั้งสมาธิและมีทั้งความรู้สึกรวมอยู่ในนั้น

คำว่า “จิตสงบ” นั้นไม่ใช่ว่าไม่มีอะไร มันต้องมี มีความสงบครอบอยู่ ท่านกล่าวถึงองค์ของความสงบขั้นแรกว่า หนึ่งมีวิตก ยกเรื่องใดเรื่องหนึ่งขึ้นมา แล้วก็มีการพิจารณาตามอารมณ์ที่เกิดขึ้นมา ต่อไปก็จะมี ปิติ คือความยินดีในสิ่งที่เราวิตกไปนั้น ในสิ่งที่เราพิจารณาไปนั้น จะเกิดปิติคือความยินดีซาบซึ้งอยู่โดยเฉพาะของมัน แล้วก็มีความ สุข สุขอยู่ในไหน สุขอยู่ในการวิตก สุขอยู่ในการพิจารณา สุขอยู่กับความอิมใจ สุขอยู่กับอารมณ์เหล่านั้นแหละ แต่ว่ามันสุขอยู่ในความสงบ วิตกก็วิตกอยู่ในความสงบ วิचारก็วิचारอยู่ในความสงบ ความอิมใจก็อยู่ในความสงบ สุขก็อยู่ในความสงบ ทั้งสี่อย่างนี้เป็นอารมณ์อันเดียวกัน อย่างที่ห้า คือ เอกัคคตา ทำอย่างแต่เป็นอันเดียวกัน คือทั้งห้าอย่างนี้เป็นอารมณ์ แต่มีลักษณะอยู่ในขอบเขตอันเดียวกัน คือเมื่อจิตสงบ วิตกก็มี วิचारก็มี ปิติก็มี สุขก็มี เอกัคคตาก็มี ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์เดียวกัน คำที่ว่าอารมณ์เดียวกันนั้น ทำไมจึงมีหลายอย่าง หมายความว่า มันจะมีหลายอาการก็ช่างมัน เพราะอาการทั้งหลายเหล่านั้นจะมารวมอยู่ในความสงบอันเดียวกัน ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่รำคาญ

เหมือนกับว่า มีคน ๕ คน แต่ลักษณะของคนทั้ง ๕ คน นั้นมีอาการอันเดียวกัน คือจะมีอารมณ์ทั้ง ๕ อารมณ์ เมื่ออารมณ์อันนั้นอยู่ในลักษณะนี้ ท่านเรียกว่า “องค์” องค์ของความ

สงบ ท่านไม่ได้เรียกว่าอารมณ์ ท่านเรียกว่า วิตก วิचार ปิติ สุข เอกัคคตารมณ์ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไม่เป็นอารมณ์ตามธรรมดา ท่านจึงจัดว่าเป็นองค์ของความสงบ มีอาการอยู่ ๕ อย่าง คือ วิตก วิचार ปิติ สุข เอกัคคตา ไม่มีความรำคาญ วิตกอยู่ก็ไม่รำคาญ วิचारอยู่ก็ไม่รำคาญ มีปิติก็ไม่รำคาญ มีความสุขก็ไม่รำคาญ จิตจึงเป็นอารมณ์เดียวอยู่ในสิ่งทั้ง ๕ นี้ จับรวมกันอยู่ เรื่องจิตสงบขั้นแรกจึงเป็นอย่างนี้

ที่นี้ บางอย่างอาจถอยออกมา ถ้ากำลังใจไม่กล้า สติหย่อนไปแล้ว มันจะมีอารมณ์มาแทรกเข้าไปเป็นบางครั้ง คล้ายๆ กับว่า เคลิ้มไป แล้วมีอาการอะไรบางอย่างเข้ามาแทรกตอนที่มันเคลิ้มไป แต่ไม่ใช่ความง่วงตามธรรมดา ท่านว่ามีความเคลิ้มในความสงบ บางทีก็มีอะไรบางอย่างแทรกเข้ามา เช่นว่า บางทีมีเสียงปรากฏบ้าง บางทีเหมือนเห็นสุนัขวิ่งผ่านไปข้างหน้าบ้าง แต่ไม่ชัดเจน และก็ไม่ใช้ฝัน อันนี้จัดเป็นฝันไม่ได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะกำลังทั้ง ๕ ดังกล่าวแล้วไม่สม่ำเสมอ มันอ่อนลง อ่อนเคลิ้มลง จึงเกิดอารมณ์เข้าแทรก อันนี้เป็นอาการของจิต ถ้าหากว่าเรามีความสงบ มันก็มีสิ่งทั้ง ๕ สิ่งนี้เป็นบริวารอยู่ แต่เป็นบริวารในความสงบ อันนี้เป็นเบื้องต้นแรกของมัน ขณะที่จิตเราสงบอยู่ในขั้นนี้ ชอบมีนิมิตทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางจิต มันชอบเป็น แต่ผู้ทำสมาธิจับไม่ค่อยถูกว่า “มันหลับไหม ก็ไม่ใช่” “มันฝันไปหรือ ก็ไม่ใช่” ไม่ใช่อะไรทั้งนั้น มันเป็นอาการเกิดมา

จากความสงบครึ่ง ๆ กลาง ๆ ก็ได้ บางทีก็แจ่มใสเป็นธรรมดา บางทีก็คลุกคลีไปกับความสงบบ้าง กับอารมณ์ทั้งหลายบ้าง แต่อยู่ในขอบเขตของมัน

อย่างไรก็ตาม **บางคนทำสมาธิยาก เพราะอะไร เพราะจิตแปลกเขา แต่ก็ยังเป็นสมาธิ แต่ก็ไม่หนักแน่น ไม่ได้รับความสบาย เพราะสมาธิ แต่จะได้รับความสบายเพราะปัญญา เพราะปัญญา ความคิด เห็นความจริงของมัน แล้วก็แก้ปัญหาถูกต้อง เป็นประเภทปัญญาวิมุตติ<sup>๑</sup> ไม่ใช่เจโตวิมุตติ<sup>๒</sup> มันจะมีความสบายทุกอย่างที่จะได้เกิดขึ้น เป็นหนทางของเขาเพราะปัญญา สมาธิมันน้อย คล้ายๆ กับว่าไม่ต้องนั่งสมาธิพิจารณา “อันนั้นเป็นอะไรหนอ” แล้วแก้ปัญหาอันนั้นได้ทันที เลยสบายไป เลยสงบ **ลักษณะผู้มีปัญญาต้องเป็นอย่างนั้น ทำสมาธินี้ไม่ค่อยได้ง่ายและไม่ค่อยดีด้วย มีสมาธิแต่เพียงเฉพาะเลี้ยงปัญญาให้เกิดมีขึ้นมาได้ โดยมากอาศัยปัญญา เช่นสมมุติว่า ทำนากับทำสวน เราอาศัยนามากกว่าสวน หรือทำนากับทำไร่ เราจะอาศัยนามากกว่าไร่ ใน****

<sup>๑</sup> ปัญญาวิมุตติ คือความหลุดพ้นด้วยปัญญา คือปัญญาเป็นกำลังสำคัญ หรือปัญญานำหน้า

<sup>๒</sup> เจโตวิมุตติ คือความหลุดพ้นด้วยสมาธิ คือสมาธิเป็นกำลังสำคัญหรือสมาธินำหน้า

วิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้น

เรื่องของเรา อาชีพของเราและการภาวนาของเราก็เหมือนกัน มันจะได้อาศัยปัญญาแก้ปัญหา แล้วจะเห็นความจริง ความสงบจึงเกิดขึ้นมา มันเป็นไปอย่างนั้น ธรรมดาก็เป็นไปอย่างนั้น มันต่างกัน

บางคนแรงในทางปัญญา สมาธิพอเป็นฐาน ไม่มาก คล้ายๆ กับว่านั่งสมาธิไม่ค่อยสงบ ชอบมีความปรุ่งแต่ง มีความคิดและมีปัญญาชักเรื่องนั้นมาพิจารณา ชักเรื่องนั้นมาพิจารณา แล้วพิจารณาลงสู่ความสงบก็เห็นความถูกต้อง อันนั้นจะได้มีกำลังกว่าสมาธิ อันนี้จิตของบางคนเป็นอย่างนั้น แม้จะยืน เดิน นั่ง นอนก็ตาม ความตรัสรู้ธรรมะนั้นไม่แน่นอน จะเป็นอริยาบถใดก็ได้ ยืนก็ได้ เดินก็ได้ นั่งก็ได้ นอนก็ได้ อันนี้แหละผู้แรงด้วยปัญญา เป็นผู้มียุปัญญา สามารถที่จะไม่เกี่ยวข้องกับสมาธิมากก็ได้ ถ้าพูดกันอย่างๆ ปัญญาเห็นเลย เห็นไปเลย ก็ละไปเลย สงบไปเลย ได้รับความสบาย เพราะอันนั้นมันเห็นชัด มันเห็นจริง เชื่อมั่น ยืนยันเป็นพยานตนเองได้ นี่จิตของบางคนเป็นไปอย่างนี้ แต่จะอย่างไรก็ช่าง มันก็ต้องทำลายความเห็นผิดออก เหลือแต่ความเห็นถูก ทำลายความฟุ้งซ่านออก เหลือแต่ความสงบ มันก็จะลงไปสู่จุดอันเดียวกัน

บางคนปัญญาน้อย นั่งสมาธิได้ง่าย สงบ สงบเร็วที่สุด ไร แต่ไม่ค่อยมีปัญญา ไม่ทันกิเลสทั้งหลาย ไม่รู้เรื่องกิเลสทั้งหลาย แก้ปัญหาไม่ค่อยได้ พระโยคาวจรเจ้าผู้ปฏิบัติมีสองหน้าอย่างนี้

ก็คู่กันเรื่อยไป แต่ปัญญาหรือวิปัสสนากับสมถะ มันก็ทิ้งกันไม่ได้ คาบเกี่ยวกันไปเรื่อยๆ อย่างนี้

ที่นี้ ถ้ามันขัดแจ้งในความสงบ เมื่อมีอารมณ์มาผ่าน มีนิมิต ขึ้นมาผ่านก็ไม่ได้สงสัยว่า “เคลิ้มไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “หลงไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “ลึ่มไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” “หลับไปหรือเปล่าหนอเมื่อกี้” จิตขณะนี้สงสัย “หลับก็ไม่ใช่ ตื่นก็ไม่ใช่” นี่ มันคลุมเครือ เรียกว่ามันมัวสุมอยู่กับอารมณ์ ไม่แจ่มใส เหมือนกันกับพระจันทร์เข้าก่อนเมฆ มองเห็นอยู่แล้ว แต่ไม่แจ่มแจ้ง มัวๆ ไม่เหมือนกับพระจันทร์ออกจากก่อนเมฆนั้นแจ่มใส สะอาด จิตเราสงบ มีสติสัมปชัญญะรอบคอบสมบูรณ์แล้ว จึงไม่สงสัยในอาการทั้งหลายที่เกิดขึ้น จะหมดจากนิรวรณจริงๆ รู้ว่าอันใดเกิดขึ้นมาเป็นอันใดหมดทุกอย่าง รู้แจ้ง รู้เรื่องตามเป็นจริง ไม่ได้สงสัย อันนั้นเป็นดวงจิตที่ใสสะอาด สมาริถึงขีดสุดแล้วเป็นเช่นนั้น

ระยะหลังๆ มากก็เป็นไปในรูปอย่างนี้ทำนองนี้ เป็นเรื่องธรรมดาของมัน ถ้าจิตแจ่มแจ้งส่องใสแล้ว ไม่ต้องไปถามว่าง่วงหรือไม่ว่าง ใสหรือไม่ใส ทั้งหลายเหล่านี้มันก็ไม่มัวอะไร ถ้ามันชัดเจนก็เหมือนเรานั่งธรรมดาอย่างนี้เอง นั่งเห็นธรรมดา หลับตาก็เหมือนลืมนตา เห็นทุกอย่างสารพัด ไม่มีความสงสัย เพียงแต่เกิดอัศจรรย์ขึ้นในดวงจิตของเราว่า “เอ๊ะ! สิ่งเหล่านี้ มันก็เป็นของมันไปได้ มันไม่น่าจะเป็นไปได้ มันก็เป็นของมันได้” อันนี้จะวิพากษ์วิจารณ์

มันเองไปเรื่อยๆ ทั้งมีปีติ ทั้งมีความสุขใจ มีความอึดใจ มีความสงบเป็นเช่นนั้น

ต่อนั้นไปจิตมันจะละเอียดไปยิ่งกว่านั้น มันก็จะทิ้งอารมณ์ของมันไปด้วย วิตกยกเรื่องขึ้นมาก็จะไม่มี และเรื่องวิจารณ์มันก็จะหมด จะเหลือแต่ความอึดใจ อึด ไม่รู้ว่าอึดอะไร แต่มันอึด เกิดความสุขกับอารมณ์เดียวนี้ มันทิ้งไป วิตกวิจารณ์มันทิ้งไป ทิ้งไปไหน ไม่ใช่เรื่องทิ้ง จิตเราหดตัวเข้ามา คือมันสงบ เรื่องวิจารณ์มันเป็นของหายไปแล้ว มันเข้ามาอยู่ในที่นี้ไม่ได้ ก็เรียกว่าทิ้งวิตกทิ้งวิจารณ์ ที่นี้จะไม่มีความวิตก ความยกขึ้น วิจารณ์ ความพิจารณาไม่มี มีแต่ความอึด มีความสุขและมีอารมณ์เดียว เสวยอยู่อย่างนั้น

ที่เขาเรียกว่า ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน เราไม่ได้ว่าอย่างนั้น เราพูดถึงแต่ความสงบ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา ต่อไปนี่ก็ทิ้งวิตก และวิจารณ์ เกิดขึ้นมาแล้วก็ทิ้งไป เหลือแต่ปีติ สุข กับเอกัคคตา ต่อไปก็ทิ้งปีติ เหลือแต่สุขกับเอกัคคตา ต่อไปก็มีเอกัคคตา กับอุเบกขา มันไม่มีอะไรแล้ว มันทิ้งไป เรียกว่าจิตมันสงบ ๆ ๆ ๆ จนไปถึงที่อารมณ์มันน้อยที่สุด ยังเหลืออยู่แต่โน้น... ถึงปลายมัน เหลือแต่เอกัคคตา กับอุเบกขา เฉยอย่างนี้ อันนี้มันสงบแล้วมันจึงเป็น นี้เรียกว่ากำลังของจิต อาการของจิตที่ได้รับความสงบแล้ว ถ้าเป็นอย่างนี้มันไม่ว่าง ความง่วงเหงาหาวนอนมันเข้าไม่ได้ นิรวรณทั้งห้ามันหนีหมด วิลิกิจฉา ความ

สงสัยลังเล อิจฉาพยาบาท ฟุ้งซ่านรำคาญ หนี เหล่านี้ไม่มีแล้ว นี้มันค่อยเคลื่อนไปเป็นระยะอย่างนั้น นี่อาศัยการกระทำให้มาก เจริญให้มาก

**สิ่งที่รักษาสมาธินี้ไว้ได้คือสติ สตินี้เป็นธรรม เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่ง ซึ่งให้ธรรมอันอื่นๆ ทั้งหลายเกิดขึ้นโดยพร้อมเพรียง สตินี้ก็คือชีวิต ถ้าขาดสติเมื่อใดก็เหมือนตาย ถ้าขาดสติเมื่อใดก็เป็นคนประมาท** ในระหว่างขาดสตินั้น พูดไม่มีความหมาย การกระทำไม่มีความหมาย ธรรมคือสตินี้คือความระลึกได้ในลักษณะใดก็ตาม สติเป็นเหตุให้สัมปชัญญะเกิดขึ้นมาได้ เป็นเหตุให้ปัญญาเกิดขึ้นมาได้ทุกสิ่งสารพัด ธรรมะทั้งหลายถ้าหากว่าขาดสติ ธรรมะทั้งหลายนั้นไม่สมบูรณ์ อันนี้คือการควบคุมการย่น การเดิน การนั่ง การนอน ไม่ใช่แต่เพียงขณะนั่งสมาธิเท่านั้น แม้เมื่อเราออกจากสมาธิไปแล้ว สติก็ยังเป็นสิ่งประจำใจอยู่เสมอ มีความรู้อยู่เสมอ เป็นของที่มีอยู่เสมอ ทำอะไรก็ระมัดระวัง เมื่อระมัดระวังทางจิตใจ ความอายมันก็เกิดขึ้นมา การพูด การกระทำอันใดที่ไม่ถูกต้อง เราก็อายขึ้น อายขึ้น เมื่อความอายกำลังกล้าขึ้นมา ความสังวรก็มากขึ้นด้วย เมื่อความสังวรมากขึ้น ความประมาทก็ไม่มี

นี่ถึงแม้ว่าเราจะไม่ได้นั่งสมาธิอยู่ตรงนั้น เราจะไปไหนก็ตาม อันนี้มันอยู่ในจิตของตัวเอง มันไม่ได้หนีไปไหน นี่ท่านว่า**เจริญสติ ทำให้มาก เจริญให้มาก** อันนี้เป็นธรรมะคุ้มครองรักษากิจการที่

เราทำอยู่หรือทำมาแล้ว หรือกำลังจะกระทำอยู่ในปัจจุบันนี้ เป็นธรรมะที่มีคุณประโยชน์มาก ให้เรารู้ตัวอยู่ทุกเมื่อ ความเห็นผิดชอบมันก็มีอยู่ทุกเมื่อ เมื่อความเห็นผิดชอบมีอยู่ เกิดขึ้นอยู่ทุกเมื่อ ความละอายก็เกิดขึ้น จะไม่ทำสิ่งที่ผิด หรือสิ่งที่ไม่ดี เรียกว่าปัญญาเกิดขึ้นแล้ว

เมื่อรวบรวมอดเข้ามา มันจะมีศีล มีสมาธิ มีปัญญา คือการสังวรสำรวมที่มีอยู่ในกิจการของตนนั้นก็เรียกว่าศีล ศีลสังวร ความตั้งใจมั่นอยู่ในความสังวรสำรวมในข้อวัตรของเรานั้น ก็เรียกว่ามันเป็นสมาธิ ความรอบรู้ทั้งหลายในกิจการที่เรามีอยู่นั้น ก็เรียกว่าปัญญา พุดง่ายๆ ก็คือจะมีศีล จะมีสมาธิ จะมีปัญญา

ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาที่ดี เมื่อมันกล้าขึ้นมา มันก็คือมรรค นี่แหละคือหนทาง ทางอื่นไม่มี.



## มรรคสามัคคี



วันนี้อยากจะถามถึงการปฏิบัติของญาติโยมเราทั้งหลายว่า ที่ได้ทำมานี้แน่ใจแล้วหรือยัง แน่ใจในการทำกรรมฐานของตนแล้วหรือยัง ที่ถามอย่างนี้ เพราะว่าอาจารย์ที่สอนกรรมฐานทุกวันนี้มีมาก ทั้งพระสงฆ์ทั้งฆราวาส จึงกลัวว่าญาติโยมจะลั้งเลงสัยการกระทำนี้ จึงได้ถามอย่างนั้น ถ้าเราเข้าใจให้ถูกต้อง ชัดเจน เราก็จะสามารถทำจิตใจของเราให้สงบได้ มันคงได้

แล้วให้เข้าใจด้วยว่า มรรค ๘ ประการนั้น มันรวมอยู่ที่ศีลสมาธิ ปัญญา ไม่ได้รวมอยู่ที่อื่น เมื่อเรารวมเข้ามาแล้ว มันมีศีล

มีสมาธิ มีปัญญา เช่น เราทำอยู่ปัจจุบันนี้ ก็คือเราทำมรรคให้เกิดขึ้นมาั่นเอง ไม่ใช่อื่นไกล วิธีการหนึ่ง ท่านให้นั่งหลับตา ไม่ให้มองเห็นสิ่งต่างๆ ก็เพราะว่าท่านจะให้จิตของเรา เมื่อหากว่าเราหลับตาเข้าไปแล้ว มันจะกลับเข้ามาข้างใน

เมื่อเรานั่งหลับตา ให้ยกความรู้ขึ้นเฉพาะลมหายใจ เอาลมหายใจเป็นประธาน น้อมความรู้สึกตามลมหายใจ เราจึงจะรู้ว่าสติมันจะรวมอยู่ตรงนี้ ความรู้จะมารวมอยู่ตรงนี้ ความรู้สึกจะมารวมอยู่ตรงนี้ เมื่อมรรคนี้มันสามัคคีกันเมื่อใด เราจะได้มองเห็นว่า ลมเราเป็นอย่างไร ความรู้สึกเราเป็นอย่างไร จิตเราเป็นอย่างไร อารมณ์เราเป็นอย่างไร เราจึงจะรู้จักที่รวมแห่งสมาธิ ที่รวมแห่งมรรคสามัคคีในที่เดียวกัน เมื่อเราทำสมาธิกำหนดจิตลงกับลม นึกในใจว่า ที่นี้เรานั่งอยู่คนเดียว รอบๆ ข้างเราที่ไม่มีใคร ไม่มีอะไรทั้งนั้นแหละ ทำความรู้สึกอย่างนี้ เรานั่งอยู่คนเดียวให้กำหนดอย่างนี้ จนกว่าจิตของเรามันจะวางข้างนอกหมด ตูลมเข้า ออกอย่างเดียวเท่านั้น มันจะวางข้างนอก จะมีใครหรือไม่ หรือว่าคนนั้นนั่งตรงโน้น คนนั้นนั่งตรงนี้ อะไรวุ่นวายมันจะไม่เข้ามา เราเหวี่ยงมันออกไปเสียว่าไม่มีใครอยู่ที่นี้ มีแต่เราคนเดียวนั่งอยู่ตรงนี้ จนกว่าจะทำสัญญาอย่างนี้ให้มันหมดไป จนกว่าจะไม่มี ความสงสัยในรอบๆ ข้างเรา

เราก็กำหนดลมหายใจเข้าออกอย่างเดียว เราปล่อยลมให้เป็นธรรมชาติ อย่าไปบังคับลมให้มันยาว อย่าไปบังคับลมให้มันสั้น อย่าไปบังคับลมให้มันแรง อย่าไปบังคับลมให้มันอ่อน ปล่อยสภาพให้มันพอดี แล้วนั่งดูลมหายใจเข้าออก เมื่อมันปล่อยอารมณ์เสียงรบกวนก็ไม่ว่าคาญ เสียงอะไรก็ไม่ว่าคาญ ไม่ว่าคาญสักอย่างข้างนอกจะเป็นรูปเป็นเสียง ไม่ว่าคาญทั้งนั้น เพราะว่ามันไม่รับเอา มันมารวมอยู่ที่ลมหายใจเรา

ถ้าจิตของเราวุ่นวายกับสิ่งต่างๆ ไม่ยอมรวมเข้ามา ก็ต้องสูดลมเข้าให้มากที่สุดจนกว่าจะไม่มีที่เก็บ แล้วก็ปล่อยลมออกให้มากที่สุดจนกว่าลมจะหมดในท้องเราสัก ๓ ครั้ง แล้วตั้งความรู้ใหม่ แล้วสูดลมต่อไปอีก แล้วตั้งขึ้นใหม่ พักหนึ่งมันก็จะสงบไป เป็นธรรมชาติของมัน สงบไปอีกสักพักหนึ่งมันก็ไม่สงบอีก อย่างนี้มันก็มี วุ่นวายขึ้นมาอีก

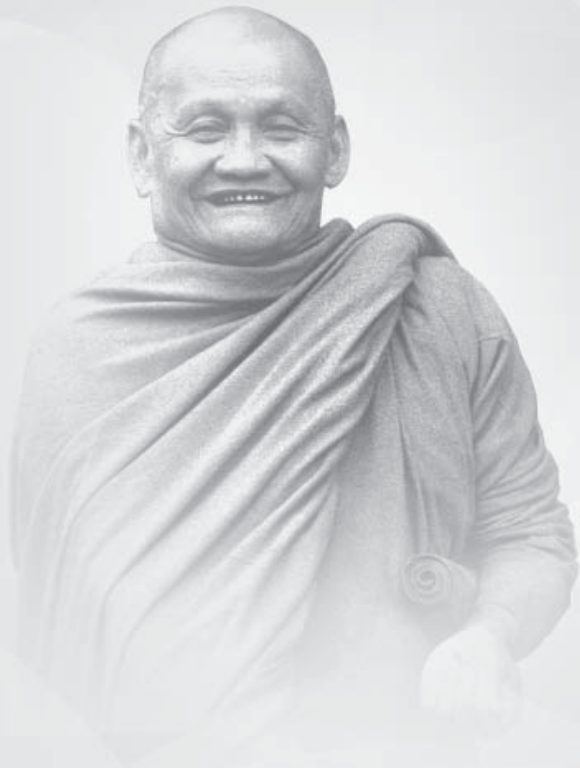
เมื่อมันเป็นเช่นนี้แล้ว เราก็กำหนดจิตของเราให้ตั้งมั่น สูดลมหายใจเข้ามา หายใจเอาลมในท้องเราออกให้หมด แล้วก็สูดเอาลมเข้ามาให้มากที่สุดพักหนึ่ง แล้วก็ตั้งใหม่อีก กำหนดลมนั้นต่อไปอีก ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ เมื่อมันเกิดอย่างนี้ ก็ทำอย่างนี้เรื่อยไป แล้วก็กลับมาตั้งสติกับลมหายใจเข้าออก ทำความรู้สึกต่อไปอีก อย่างนี้ ในเมื่อเป็นเช่นนี้หลายครั้ง ได้ความชำนาญ มันจะวางข้างนอก มันก็จะไม่มีอะไร อารมณ์ข้างนอกก็ส่งเข้ามาไม่ถึง

สติตั้งมั่น ดูลมเข้าออกต่อไปอีก ถ้าจิตสงบ ลมนี้มันจะน้อยเข้า น้อยเข้าทุกที มันจะน้อยเข้าไป อารมณ์มันละเอียด ร่างกายเราก็จะเบาขึ้น มันก็วางอารมณ์ข้างนอก ดูข้างในต่อไป ต่อนั้นไปเราก็รู้ข้างนอก มันจะรวมเข้าข้างใน เมื่อรวมเข้าข้างในแล้ว ความรู้สึกก็อยู่ในที่ๆ มันรวมกันอยู่ในลมหายใจนั้น มันจะเห็นลมชัด เห็นลมออกลมเข้าชัด แล้วมันจะมีสติชัด เห็นอารมณ์ชัดขึ้นทุกอย่าง จะเห็นศีล เห็นสมาธิ เห็นปัญญา โดยอาการมันรวมกันอยู่อย่างนี้ เรียกว่า มรรคสามัคคี เมื่อความสามัคคีเกิดขึ้นมาแล้วก็ไม่มีอาการวุ่นวายเกิดขึ้นในจิตของเรา มันจะรวมลงเป็นหนึ่ง นี้เรียกว่า สมาธิ

นานไปสูดลมหายใจเข้าไปอีกจนกว่าลมจะละเอียดเข้าไปอีก แล้วความรู้สึกนั้นมันจะหมดไป หมดไปจากลมหายใจก็ได้ มันจะมีความรู้สึกอันหนึ่งมา ลมหายใจมันจะหายไป คือมันละเอียดอย่างยิ่ง จนบางที่เรา นั่งอยู่เฉยๆ ก็เหมือนลมไม่มี แต่ว่ามันมีอยู่ หากรู้สึกเหมือนว่ามันไม่มี เพราะอะไร เพราะว่าจิตตัวนี้มันละเอียดมากที่สุด มันมีความรู้เฉพาะของมัน นี่เหลือแต่ความรู้อันเดียว ถึงลมมันจะหายไปแล้ว ความรู้สึกที่ว่าลมหายใจที่ตั้งอยู่ที่นี้จะเอาอะไรเป็นอารมณ์ต่อไปเล่า ก็เอาความรู้ที่แหละเป็นอารมณ์ต่อไปอีก ความรู้ที่ว่าลมไม่มี ลมไม่มี อยู่อย่างนี้เสมอ นี่แหละเป็นความรู้อันหนึ่ง



ความสงบที่เกิดจากปัญญานั้น  
จึงไม่ใช่ความสุข  
แต่เป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริง  
ของความสุขความทุกข์แล้ว  
ไม่มีอุปาทานมันหมาย  
ในสุขทุกข์ที่มันเกิดขึ้นมา



ในจุดนี้บางคนชอบจะมีความสงสัยขึ้นมาก็ได้ สิ่งที่เราคาดไม่ถึงมันจะเกิดขึ้นมาได้ตรงนี้ แต่บางคนก็มี บางคนก็ไม่มี จงตั้งใจให้ดี ตั้งสติให้มาก บางคนเห็นว่าลมหายใจไม่มีแล้วก็ตกใจ เพราะธรรมชาติลมมันมีอยู่ เมื่อเราคิดว่าลมไม่มีแล้วก็ตกใจว่าลมไม่มี กลัวว่าเราจะตายก็ได้ ตรงนี้ให้เรารู้ทันมันว่า อันนี้มันเป็นของมันอย่างนี้ แล้วเราจะทำอะไร ก็ดูลมไม่มีต่อไปเป็นความรู้ นี้จัดว่าเป็นสมาธิอันแน่วแน่ที่สุดของสมาธิ มีอารมณ์เดียวแน่นอนไม่หวั่นไหว เมื่อสมาธิถึงจุดนี้ จะมีความรู้สึกสารพัดอย่างที่มันรู้อยู่ในจิตของเรา เช่น บางที่ร่างกายมันก็เบาที่สุดจนบางที่ก็เหมือนกับไม่มีร่างกาย คล้ายๆ นั่งอยู่ในอากาศ รู้สึกเบาไปทั้งหมดถึงแม้ที่เรา นั่งอยู่ก็ดูเปล่าว่าง อันนี้มันเป็นของแปลก ก็ให้เข้าใจว่าไม่เป็นอะไร ทำความรู้สึกอย่างนั้นไว้ให้มันคง

เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นหนึ่ง เพราะไม่มีอารมณ์ใดมาเสียดแทงอยู่ไปเท่าใดก็ได้ ไม่มีความรู้สึกถึงเวทนา เจ็บปวดอะไรอยู่อย่างนี้ เมื่อการทำสมาธิมาถึงตอนนี้ เราจะออกจากสมาธิก็ได้ ไม่ออกก็ได้ ออกจากสมาธิก็ออกอย่างสบาย หรือจะไม่ออกเพราะว่าขี้เกียจ ไม่ออกเพราะว่าเหน็ดเหนื่อย หรือจะออกเพราะว่าสมควรแล้ว ก็ถอยออกมา ถอยออกมาอย่างนี้อยู่สบาย ออกมาสบายไม่มีอะไรนี้เรียกว่า สมาธิที่สมควรสบาย



ถ้าเรามีสมาธิอย่างนี้ อย่างหนึ่งวันนี้เข้าสมาธิสัก ๓๐ นาที หรือชั่วโมงหนึ่ง จิตใจของเราจะมีความเยือกเย็นไปตั้งหลายวัน เมื่อจิตมีความเยือกเย็นหลายวันนั้น จิตจะสะอาด เห็นอะไรแล้ว จะรับพิจารณาทั้งนั้น อันนี้เป็นเบื้องต้นแรกของมัน นี้เรียกว่า ผลเกิดจากสมาธิ สมาธินี้มีหน้าที่ทำให้สงบ

สมาธินี้ก็มีส่วนที่อย่างหนึ่ง คีลนี้ก็มีส่วนที่อย่างหนึ่ง ปัญญานี้ก็มีส่วนที่อย่างหนึ่ง อากาโรที่เรากำหนดในที่นั้น มันจะเป็นวงกลมอย่างนี้ ตามที่ปรากฏอยู่ในใจเรา มันจะมีคี่ลอยู่ตรงนี้ มีสมาธิอยู่ตรงนี้ มีปัญญาอยู่ตรงนี้ เมื่อจิตเราสงบแล้ว มันจะมีการสังวรสำรวจเข้าด้วยปัญญาด้วยกำลังสมาธิ เมื่อสำรวจเข้า ละเอียดเข้า มันจะเป็นกำลังช่วยคี่ลให้บริสุทธิ์ขึ้นมาก เมื่อบริสุทธิ์ขึ้นมาก ก็จะช่วยทำให้สมาธิเกิดขึ้นมาก ให้ดีขึ้นมาก เมื่อสมาธิเต็มที่แล้ว มันจะช่วยปัญญา จะช่วยกันดังนี้ เป็นไวยพจน์ซึ่งกันและกันต่อไป โดยรอบอย่างนี้ จนกว่ามรรค คือ คีล สมาธิ ปัญญา รวมกันเป็นก้อนเดียวกัน แล้วทำงานสม่ำเสมอ เราจะต้องรักษากำลังอย่างนี้ อันนี้เป็นกำลังที่จะทำให้เกิดวิปัสสนา คือ ปัญญา

### สิ่งที่ควรระวัง

การทำสมาธินี้อาจให้โทษแก่ผู้ปฏิบัติได้ ถ้าผู้ปฏิบัติไม่ใช้ปัญญา และกี่ย่อมให้คุณแก่ผู้ปฏิบัติได้มาก ถ้าผู้ปฏิบัติเป็นผู้มีปัญญา สมาธิก็จะส่งจิตไปสู่วิปัสสนา

สิ่งที่จะเป็นโทษแก่ผู้ปฏิบัตินั้นก็คือ การที่ผู้ปฏิบัติหลงติดอยู่ในอับปนาสมาธิ ซึ่งเป็นความสงบลึกและมีกำลังอยู่นานที่สุด เมื่อจิตสงบก็เป็นสุข เมื่อเป็นสุขแล้วก็เกิดอุปาทาน ยึดสุขนั้นเป็นอารมณ์ ไม่อยากจะพิจารณาอย่างอื่น อยากมีสุขอยู่อย่างนั้น เมื่อเรานั่งสมาธินานๆ จิตมันจะถล่ำเข้าไปง่าย พอเริ่มกำหนดมันก็สงบ แล้วก็ไม่ต้องทำอะไร ไม่อยากออกไปไหน ไม่อยากพิจารณาอะไร อาศัยความสุขนั้นเป็นอยู่ อันนี้จึงเป็นอันตรายแก่ผู้ประพฤติปฏิบัติอย่างหนึ่ง

**จิตต้องอาศัยอุปจารสมาธิ คือกำหนดเข้าไปสู่ความสงบพอสมควร แล้วก็ถอนออกมาดูอาการภายนอก ดูอาการภายในให้เกิดปัญญา**

อันนี้ดูยากสักหน่อยหนึ่ง เพราะมันคล้ายๆ จะเป็นสังขาร ความปรุงแต่ง เมื่อมีความคิดเกิดขึ้นมา เราอาจเห็นว่าอันนี้มันไม่สงบ ความเป็นจริงความรู้สึกนึกคิดในเวลานั้น มันรู้สึกอยู่ในความสงบ พิจารณาอยู่ในความสงบ แล้วก็ไม่ว่าคาญ บางทีก็ยกสังขารขึ้นมาพิจารณา ที่ยกขึ้นมาพิจารณานั้นไม่ใช่ว่าคิดเอา หรือเดาเอา มันเป็นเรื่องของจิตที่เป็นขึ้นมาเองของมัน อันนี้เรียกว่า **ความรู้สึกอยู่ในความสงบ ความสงบอยู่ในความรู้** ถ้าเป็นสังขารความปรุงแต่งจิตมันก็ไม่สงบ มันก็รำคาญ แต่อันนี้ไม่ใช่เรื่องปรุงแต่ง มันเป็นความรู้สึกของจิตที่เกิดขึ้นจากความสงบ เรียกว่าการพิจารณา นี้ปัญญาเกิดตรงนี้

สมาธิทั้งหลายเหล่านี้ แบ่งเป็นมิจฉาสมาธิอย่างหนึ่ง คือ เป็นสมาธิในทางที่ผิด เป็นสัมมาสมาธิอย่างหนึ่ง คือสมาธิในทางที่ถูกต้อง นี่ก็ให้สังเกตให้ดี มิจฉาสมาธิคือความที่จิตเข้าสู่สมาธิ เจ็บ...หมด... ไม่รู้อะไรเลย ปราศจากความรู้ นั่งอยู่สองชั่วโมง ก็ได้ กระทั่งทั้งวันก็ได้ แต่จิตไม่รู้ว่ามีมันไปถึงไหน มันเป็นอย่างไร ไม่รู้เรื่อง นี่สมาธิอันนี้เป็นมิจฉาสมาธิ มันก็เหมือนมิดที่ล้นให้คอมติแล้ว แต่เก็บไว้เฉยๆ ไม่เอาไปใช้ มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร อย่างนั้น ความสงบอันนั้นเป็นความสงบที่หลง คือว่าไม่ค่อยรู้เนื้อรู้ตัว เห็นว่าถึงที่สุดแล้วก็ไม่ค้นคว้าอะไรอีกต่อไป จึงเป็นอันตราย เป็นข้าศึกในขั้นนั้น อันนี้เป็นอันตรายห้ามปัญญาไม่ให้เกิด ปัญญาเกิดไม่ได้ เพราะขาดความรู้สึกรับผิดชอบ

ส่วนสัมมาสมาธิที่ถูกต้อง ถึงแม้จะมีความสงบไปถึงแค่ไหน ก็มีความรู้ที่อยู่ตลอดเวลาตลอดกาล มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ บริบูรณ์รู้ตลอดเวลา นี่เรียกว่า สัมมาสมาธิ เป็นสมาธิที่ไม่ให้หลงไปในทางอื่นได้ นี่ก็ให้หนักปฏิบัติเข้าใจให้ดี จะทิ้งความรู้นั้นไม่ได้ จะต้องรู้แต่ต้นจนปลายทีเดียว จึงจะเป็นสมาธิที่ถูกต้อง ขอให้สังเกตให้มาก สมาธิชนิดนี้ไม่เป็นอันตราย

เมื่อเราเจริญสมาธิที่ถูกต้องแล้ว อาจสงสัยว่า มันจะได้ผลที่ตรงไหน มันจะเกิดปัญญาที่ตรงไหน เพราะท่านตรัสว่า สมาธิเป็นเหตุให้เกิดปัญญาวิปัสสนา **สมาธิที่ถูกต้องเมื่อเจริญ**

**แล้ว มันจะมีกำลังให้เกิดปัญญาทุกขณะ** ในเมื่อตาเห็นรูปกิติ หู ฟังเสียงกิติ จมูกดมกลิ่นกิติ ลิ้นลิ้มรสกิติ กายถูกต้อง โผฏฐัพพะ กิติ ธรรมารมณเกิดกับจิตกิติ อิริยาบถยืนกิติ นั่งกิติ นอนกิติ จิตก็จะเป็นไปตามอารมณ์ แต่จะเป็นไปด้วยความรู้ตามเป็นจริง ของธรรมะ

ฉะนั้น การปฏิบัตินี้เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ไม่เลือกสถานที่ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนก็ตาม จิตมันเกิดปัญญาแล้ว เมื่อมีสุขเกิดขึ้นมาก็รู้เท่า เมื่อมีทุกข์เกิดขึ้นมาก็รู้เท่า สุขก็สักว่า สุข ทุกข์ก็สักว่าทุกข์เท่านั้น แล้วก็ปล่อยทั้งสุขและทุกข์ ไม่ยึดมั่นถือมั่น

เมื่อสมาธิถูกต้องแล้ว มันทำจิตให้เกิดปัญญา อย่างนี้เรียกว่า วิปัสสนา มันก็เกิดความรู้เห็นตามเป็นจริง นี่เรียกว่าสัมมาปฏิบัติ เป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง มีอิริยาบถสม่ำเสมอ คำว่า “อิริยาบถสม่ำเสมอ” นี้ ท่านไม่หมายเอาอิริยาบถภายนอก ที่ว่ายืน เดิน นั่ง นอน แต่ท่านหมายเอาทางจิตที่มีสติสัมปชัญญะอยู่นั่นเอง แล้วก็รู้เห็นตามเป็นจริงทุกขณะ คือมันไม่หลง

ความสงบนี้มีสองประการ คือ ความสงบอย่างหยาบอย่างหนึ่ง และความสงบอย่างละเอียดอีกอย่างหนึ่ง อย่างหยาบนั้นคือเกิดจากสมาธิที่เมื่อสงบแล้วก็มีมีความสุข แล้วถือเอาความสุขเป็นความสงบ อีกอย่างหนึ่งคือ ความสงบที่เกิดจากปัญญา นี้ไม่ได้

ถือเอาความสุขเป็นความสงบ แต่ถือเอาจิตที่รู้จักพิจารณาสุขทุกข์ เป็นความสงบ เพราะว่าความสุขทุกข์นี้เป็นภาพเป็นชาติเป็นอุปาทาน จะไม่พ้นจากวิภวสงสารเพราะติดสุขติดทุกข์ ความสุขจึงไม่ใช่ความสงบ ความสงบจึงไม่ใช่ความสุข ฉะนั้น ความสงบที่เกิดจากปัญญานั้นจึงไม่ใช่ความสุข แต่เป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริงของความสุขความทุกข์ แล้วไม่มีอุปาทานมันหมายในสุขทุกข์ที่มันเกิดขึ้นมา ทำจิตให้เหนือสุขเหนือทุกข์นั้น ท่านจึงเรียกว่าเป็นเป้าหมายของพุทธศาสนาอย่างแท้จริง.

## ทางสายกลาง



พระพุทธโฆษาจารย์ของสมเด็จพระสังฆราชเจ้าแห่งล้านนา ท่านทรงเตือนให้เราละความชั่วประพฤติกุศลความดี เมื่อละความชั่วประพฤติกุศลความดีแล้ว ที่สุดก็ทรงสอนให้ละสิ่งทั้งสองนี้ไปเสียด้วย ฉะนั้นวันนี้จึงจะขอให้คติในเรื่องทางสายกลาง คือให้ละให้ได้ หรือหลีกเลี่ยงพ้นจากสิ่งทั้งสองนั้น ทั้งดีทั้งชั่ว ทั้งบุญทั้งบาปที่เป็นสุขเป็นทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้แหละ

จุดมุ่งหมายปลายทางของการอธิบายธรรมะของสมเด็จพระสังฆราชเจ้าของเรานั้น ที่จริงก็คือให้พ้นจากทุกข์นั่นเอง แต่ก่อนที่จะพ้นจากทุกข์ได้นั้น เราต้องมาทำความเข้าใจกันให้มันตรง

---

การบรรยายธรรมด้วยภาษาพื้นเมืองแก่พระภิกษุ สามเณร และฆราวาส เมื่อ พ.ศ.๒๕๑๓

ให้มันแน่นนอน ถ้าเข้าใจไม่ตรงไม่แน่นนอนแล้ว ก็จะลงสู่ความสงบไม่ได้ ฉะนั้น เมื่อสมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสรู้แล้ว และท่านประกาศศาสนานั้น เบื้องแรกท่านยกทางทั้งสองขึ้นมาว่าเลย คือ *กามสุขัลลิกานุโยโค* และ *อตฺตกิลมณฺณานุโยโค* ทางทั้งสองอย่างนี้เป็นทางที่ลุ่มหลง เป็นทางที่พวกเสพกามหลงติดอยู่ ซึ่งยอมไม่ได้ รับความสงบระงับ เป็นหนทางที่วนเวียนอยู่ในวัฏสงสาร

สมเด็จพระบรมศาสดา ท่านทรงเห็นสัตว์ทั้งหลายติดอยู่ในทางทั้งสอง ไม่เห็นทางสายกลางของธรรมะ ท่านจึงทรงยกทางทั้งสองขึ้นมาแสดงให้เห็นโทษในทางทั้งสองนั้น ถึงเช่นนั้นพวกเราทั้งหลายก็ยังพากันติดพากันปรารถนาอยู่ร่ำไป ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า ทางทั้งสองอย่างนั้นเป็นทางที่ลุ่มหลง ไม่ใช่ทางของสมณะ คือไม่ใช่ทางที่สงบระงับ

อตฺตกิลมณฺณานุโยโคและกามสุขัลลิกานุโยโค ก็คือทางตั้งและทางหย่อนนั่นเอง ถ้าเราน้อมเข้ามาพิจารณาให้เห็นในปัจจุบัน ทางตั้งก็คือความโกรธ อันเป็นทางเศร้าหมอง ท่านเรียกอตฺตกิลมณฺณานุโยโค เดินไปแล้วก็เป็นทุกข์ลำบาก กามสุขัลลิกานุโยโค ก็คือความดีใจความพอใจ ความดีใจนี้ก็เป็นทางไม่สงบ ทางทุกข์ก็เป็นทางไม่สงบ เราจะเห็นได้ว่า สมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสว่า เมื่อได้เห็นความสุขแล้ว ให้พิจารณาความสุขนั้น ท่านไม่ให้ติดอยู่ในความสุข คือ**ท่านให้วางทั้งสุข**

## และทุกข์ การวางทางทั้งสองได้นี้เป็นสัมมาปฏิปทา ท่านเรียกว่าเป็นทางสายกลาง

คำว่า “ทางสายกลาง” ไม่ได้หมายถึงในด้านกายและวาจาของเรา แต่หมายถึงในด้านจิตใจ เมื่อถูกอารมณ์มากระทบ ถ้าอารมณ์ที่ไม่ถูกใจมากระทบกระทั่งก็ทำให้วุ่นวาย ถ้าจิตวุ่นวายหัวนโหวเช่นนั้น ก็ไม่ใช่หนทาง เมื่ออารมณ์ที่ชอบใจดีใจเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ดีใจดีใจ ติดแน่นอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยโค อันนี้ก็ไม่ใช่หนทาง

มนุษย์เราทั้งหลายไม่ต้องการทุกข์ ต้องการแต่สุข ความจริงสุขนั้นก็คือทุกข์อย่างละเอียดนั่นเอง ส่วนทุกข์ก็คือทุกข์อย่างหยาบ พุดอย่างง่าย ๆ สุขและทุกข์นี้ก็เปรียบเสมือนงูตัวหนึ่ง ทางหัวมันเป็นทุกข์ ทางหางมันเป็นสุข เพราะถ้าลูบทางหัวมันมีพิษ ทางปากมันมีพิษ ไปใกล้ทางหัวมัน มันก็กัดเอา ไปจับหางมันก็ดูเหมือนเป็นสุข แต่ถ้าจับไม่วาง มันก็หันกลับมากัดได้เหมือนกัน เพราะทั้งหัวงูและหางงู มันก็อยู่ในงูตัวเดียวกัน

**ความดีใจ ความเสียใจ มันก็เกิดจากพ่อแม่เดียวกัน คือตัณหา** ความลุ่มหลงนั่นเอง ฉะนั้น บางทีเมื่อมีสุขแล้วใจก็ยังไม่สบาย ไม่สงบ ทั้งที่ได้สิ่งที่พอใจแล้ว เช่น ได้ลาภ ยศ สรรเสริญ ได้มาแล้วดีใจก็จริง แต่มันก็ยังไม่สงบจริงๆ เพราะยังมีความเคลือบแคลงใจว่ามันจะสูญเสียไป กลัวมันจะหายไป

ความกลัวนี่แหละเป็นต้นเหตุให้มันไม่สงบ บางทีมันเกิดสูญเสีย ไปจริงๆ ก็ยังเป็นทุกข์มาก นี่หมายความว่าถึงจะสุขก็จริง แต่ก็มีทุกข์ต้องอยู่ในนั้นด้วย แต่เราไม่รู้จัก เหมือนกันกับว่าเราจับงู ถึงแม้ว่าเราจับหางมันก็จริง ถ้าจับไม่วางมันก็หันกลับมากัดได้ ฉะนั้น หัวงูก็ดี หางงูก็ดี บาบก็ดี บุญก็ดี อันนี้อยู่ในวงวัฏฏะ หมุนเวียนเปลี่ยนแปลง ดังนั้น ความสุข ความทุกข์ ความดี ความชั่ว ก็ไม่ใช่หนทาง

ศีล สมาธิ ปัญญา นั้น ถ้าหากพูดกันตามลักษณะตามความเป็นจริงแล้ว ก็ยังไม่ใช่แก่นศาสนาหรือตัวศาสนา แต่เป็นหนทางนำไปสู่ตัวศาสนา ฉะนั้น ท่านจึงเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งสามอย่างนี้ว่า “มรรค” อันแปลว่า “หนทาง” ตัวศาสนา คือ “ความสงบระงับ” อันเกิดจากความรู้เท่าในความจริง ในธรรมชาติของความเป็นจริงที่เกิดอยู่เป็นอยู่ ซึ่งถ้าได้นำมาพิจารณาดูอย่างละเอียดแล้ว ก็จะทำให้เห็นว่าความสงบนั้นไม่ใช่ทั้งความสุขและความทุกข์ ฉะนั้น สุขและทุกข์จึงไม่ใช่เป็นของจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้ตัวเอง ให้เห็นตัวเอง ให้พิจารณาตัวเอง เพื่อให้เห็นจิตของตนเอง ความจริง “จิตเดิม” ของมนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติที่ไม่หวั่นไหว เป็นธรรมชาติที่ทรงอยู่แน่นอนอยู่อย่างนั้น แต่ที่ที่มีความดีใจเสียใจ หรือความทุกข์ความสุขเกิดขึ้นนั้น เพราะขณะนั้นมันไปหลงอยู่ในอารมณ์ จึงเป็นเหตุให้เคลื่อนไหวไปมา แล้วก็เกิดความยึดมั่นถือมั่นขึ้นในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสสอนไว้แล้วทุกอย่างในเรื่องการประพฤติปฏิบัติ แต่พวกเราทั้งหลายยังไม่ได้ปฏิบัติกัน หรือไม่ก็ปฏิบัติแต่ปากเท่านั้น **หลักของพระพุทธศาสนานั้น ไม่ใช่การจะมาพูดกันเฉยๆ หรือด้วยการเดา หรือการคิดเอาเอง หลักของพระพุทธศาสนาที่แท้จริงคือ ความรู้เท่าความจริงตามความจริงนั่นเอง ถ้ารู้เท่าตามความเป็นจริงนี้แล้ว การสอนก็ไม่จำเป็น แต่ถ้าไม่รู้ถึงความเป็นจริงอันนี้ แม้จะฟังคำสอนเท่าใด ก็เหมือนกับไม่ได้ฟัง**

พระพุทธองค์ตรัสว่า พระองค์เป็นเพียงผู้บอกทางเท่านั้น แต่ไม่สามารถจะทำแทนหรือปฏิบัติแทนได้ เพราะธรรมชาติทั้งหลายหรือความจริงอันนี้ เป็นสิ่งที่จะต้องพิจารณาเอง ปฏิบัติเอง คำสอนต่างๆ เป็นเพียงแนวทางหรืออุปมาอุปไมย เพื่อนำให้เข้าถึงความรู้ตามความเป็นจริง ถ้าไม่รู้เท่าตามความเป็นจริง เราก็จะเป็นทุกข์เหมือนดังตัวอย่างว่า เรามักใช้คำว่า “สังขาร” เมื่อเราพูดถึงร่างกาย แต่ความจริงนั้น เราหา รู้จัก “ความเป็นจริง” ของสังขารนี้ไม่ แล้วเราก็มั่นมั่นถือมั่นอยู่กับ “สังขาร” นี้ ทั้งนี้เพราะเราไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับสังขารหรือร่างกายของเรา เราจึงเป็นทุกข์ หรือความทุกข์จึงเกิดขึ้น

จะยกตัวอย่างให้เห็นสักอย่างหนึ่ง สมมุติว่าเราเดินไปทำงาน ระหว่างทางก็มีบรูซหนึ่งคอยด่าว่าเราอยู่เป็นประจำ ตอนเช้าก็ด่า ตอนเย็นก็ด่า เมื่อได้ยินคำด่าเช่นนี้จิตใจก็หวั่นไหว ไม่สบายใจ

โกรธ น้อยใจ เศร้าหมอง บุรุษผู้นั้นก็เพียรดำเข้าดำเย็นอยู่เช่นนั้นทุกวัน ได้ยินคำดำเมื่อใดก็โกรธเมื่อนั้น กลับถึงบ้านแล้วก็ยังโกรธอยู่ ที่โกรธที่หัวน้ําเหนือกี้เพราะความไม่รู้จักนั่นเอง

วันหนึ่ง เพื่อนบ้านก็มาบอกว่า “ลุง..คนที่มาด่าลุงทุกเช้าทุกเย็นนั้นนะ เป็นคนบ้า เป็นบ้ามาหลายปีแล้ว มันด่าคนทุกคนแหละ ชาวบ้านเขาไม่ถือมันหรอก เพราะมันเป็นบ้า”

พอรู้อย่างนี้แล้ว ใจของเราก็คลายความโกรธทันที ความโกรธความขุ่นมัว ที่เก็บไว้หลายวันแล้วนั้น ก็คลายหายไป เพราะอะไร ก็เพราะได้รู้ความจริงแล้ว แต่ก่อนนั้นไม่รู้ เข้าใจว่าเป็นคนดีคนปกติ ฉะนั้น พอได้ยินว่าเป็นคนบ้า จิตก็เปลี่ยนเป็นสบาย ที่นี้มันอยากจะด่าก็ให้ด่าไป ไม่โกรธ ไม่เป็นทุกข์ เพราะรู้เสียแล้วว่าเป็นคนบ้านี้ ที่จิตใจสบายก็เพราะรู้เท่าทันความจริงนั่นเอง เมื่อมันรู้เองมันก็วางของมันเอง ถ้ายังไม่รู้มันก็ยึดมันถือมันอยู่นั่นเองอีกเหมือนกัน แต่พอรู้ความเป็นจริงจิตใจก็สบายนี้แหละคือความรู้เท่าตามความเป็นจริง คือรู้ว่าคนนั้นเป็นบ้า คนผู้รู้ธรรมก็เหมือนกัน พอรู้จริง ความโลภ ความโกรธ ความหลงก็หายไป เพราะรู้เท่าทันความเป็นจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า สังขารร่างกายของเรานี้ ไม่ใช่เรา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล มันเป็นเพียงสังขาร ทรงบอกอย่างชัดเจน เช่นนี้ เราก็ยังไม่ยอมมัน ยิ่งขึ้นไปแย่งยึดอยู่นั้นแหละ ถ้าหากว่า

มันพูดได้ มันก็คงจะบอกว่า “เจ้าอย่ามาเป็นเจ้าของฉันนะ” ความจริงมันก็บอกอยู่แล้วทุกขณะ แต่เราเองไม่รู้ เพราะมันเป็นภาษาธรรม

อย่างสภณฺธฺรํกายนี้ ตากีดี จมูกก็ดี หูกี้ดี ลิ้นก็ดี กายก็ดี ทั้งหลายเหล่านี้แหละ ก็แล้วแต่มันจะเปลี่ยนไปแปรไป ไม่เห็นมันขออนุญาตเรารู้จักที่ เช่น เมื่อปวดหัว ปวดท้อง หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นต้น มันไม่เคยขออนุญาตจากเราเลย เวลามันจะเป็นมันก็เป็นของมันเลย เป็นไปตามสภาวะของมัน อันนี้ก็แสดงว่า มันไม่ยอมให้เราเป็นเจ้าของมัน

สมเด็จพระบรมศาสดาจึงทรงสอนว่า “สุญฺญโฌ สัพฺโพ... มันเป็นของว่าง มันไม่ได้เป็นของผู้ใด” เราทั้งหลายไม่เข้าใจธรรมะในสภาวะอันนี้ ไม่เข้าใจในสังขารอันนี้ จึงคิดว่า “ของเรา-ของเขา” เกิดอุปาทานขึ้นมา เมื่อเกิดอุปาทานก็เข้าไปยึดภพ เกิดภพ เกิดชาติ ชรา พยาธิ มรณะต่อไป มันเป็นทุกข์เช่นนี้ ที่ท่านเรียก *อิทํปํปจฺจยตา*<sup>๑</sup> นั้นแหละ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญาน วิญญานเกิดนามรูป...เป็นเช่นนั้นนั้นแหละ

<sup>๑</sup>ความเป็นไปตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย, กระบวนธรรมแห่งเหตุปัจจัย, กฎที่ว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี, เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น” เป็นอีกชื่อหนึ่งของหลัก*ปฏิจจสมุปบาท* หรือ*ปัจจัยการ*



อันนี้มันล้วนแต่เป็นในขณะของจิต ถ้าเกิดอารมณ์ไม่ถูกใจขึ้นมา ก็ไม่รู้จักหรือไม่รู้เท่าทันเพราะอยู่ในอวิชชา มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมาเลย ความเป็นจริงขณะของจิตอันนี้มันติดกันอยู่ที่เดียวมันเร็วมาก แต่เราเองรู้ไม่เท่าทัน เปรียบเหมือนว่าเรากำลังอยู่บนยอดไม้แล้วตกปับลงมาที่พื้นดิน จึงรู้สึกตัวว่าตกต้นไม้ แต่ความจริงนั้นก่อนที่จะตกถึงพื้นดิน เราก็ตกผ่านทุกก้านทุกกิ่งของต้นไม้เหล่านั้นแหละ แต่ไม่สามารถนับได้ว่า นาทีใดถึงกิ่งไหน วินาทีใดถึงกิ่งไหน เพราะมันเร็วมาก แต่พอตุ้มเดียวก็ถึงพื้นดินเลย แล้วก็เป็นอย่างนี้เลย อีหีบปัจฉยตามันเป็นเช่นนั้น

ถ้าเราแยกเป็นปริยัติ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญูณ วิญญูณเกิดนามรูป ว่ากันไปเป็นตอนๆ ตามความเป็นจริงนั้น พออารมณ์เกิดความไม่พอใจ ความทุกข์ก็เกิดขึ้นมาเลย อาการที่มันเกิดทุกข์ขึ้นนั้น มันผ่านไปจากอวิชชา สังขาร... ผ่านไปพริบเดียวถึงโน้น... โสกะ ปรีทเวะ คือทุกข์เลย

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาจึงให้ตามดูจิตของเราทั้งหลาย ให้รู้ตามความเป็นจริงของมัน และในความเป็นจริงเหล่านี้ ท่านให้เข้าใจว่ามันเป็นแต่เพียงสังขารเท่านั้น และสังขารนี้แหละมันเกิดมาจากเหตุจากปัจจัยทั้งหลายที่มันเป็นมา ที่เรามาเรียกหรือสมมุติเอาอีกทีหนึ่ง ที่เรียกว่า มนุษย์ สัตว์ เช่นเดียวกับชื่อของเรา มันก็สมมุติเหมือนกัน เราไม่ได้มีชื่อมาแต่กำเนิด ต่อเมื่อเกิดขึ้นแล้วจึงเอาชื่อไปใส่ คือตั้งชื่อว่าอย่างนั้นอย่างนี้ อันนี้เรียกว่าสมมุติ

ถ้าเรารู้เท่าตามความจริง  
เราก็จะรู้ว่า เราไม่สามารถควบคุม  
สังขารเหล่านี้ให้เป็นไปตามอำนาจของเรา  
เพราะธรรมชาติเหล่านี้  
มันจะต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน





ตั้งชื่อกันเพื่ออะไร ก็เพื่อให้มันเรียกกันง่าย สะดวกแก่การใช้ ภาษาเรียกขานพูดจากัน การปริยัติก็เหมือนกัน ที่แยกออกก็เพื่อสะดวกแก่การศึกษาเล่าเรียน

สิ่งทั้งหลายนี้แหละเรียกว่าสังขาร มันเป็นสังขารเกี่ยวกับสภาวะอันนี้ที่เกิดมาจากเหตุจากปัจจัย สมเด็จพระบรมศาสดาจึงตรัสว่าสังขารทั้งหลายเหล่านี้เป็นของไม่แน่นอน มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พวกเราทั้งหลายเข้าใจสิ่งเหล่านี้ไม่ชัดเจน จึงทำความเข้าใจในเรื่องนี้ไม่ตรง ไม่แน่ อันเป็นความเห็นผิดที่เรียกว่า มิจจาทิฐิ ความเห็นผิดอันนี้ก็คือ การยึดเอาสังขารเป็นเรา ยึดเอาเราเป็นสังขาร เอาเราเป็นสุข เอาสุขเป็นเรา เอาเราเป็นทุกข์ เอาทุกข์เป็นเรา ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะเราไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงนั่นเอง

ถ้าเรารู้เท่าตามความเป็นจริง เราก็จะรู้ว่า เราไม่สามารถควบคุมสังขารเหล่านี้ให้เป็นไปตามอำนาจของเรา เพราะธรรมชาติเหล่านี้มันจะต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน เราจะบังคับให้ตรงนี้เป็นอย่างนั้น ตรงนั้นเป็นอย่างนี้ตามอำนาจของเรา ย่อมจะเป็นไปไม่ได้ เปรียบง่ายๆ ก็อย่างว่า เราไปนั่งอยู่ที่กลางถนนซึ่งมีรถวิ่งไปมาอยู่ขวักไขว่ แล้วเราจะไปโกรธรถที่วิ่ง หรือจะไปห้ามรถที่กำลังวิ่งอยู่ว่า “อย่าขับรถมาทางนี้” เราก็ห้ามไม่ได้ เพราะถนนนี้เป็นถนนหลวง ดังนั้น เราควรจะทำอย่างไร ทางที่ดีก็คือ เราต้องออกไปให้พ้นถนน ไปให้พ้นทางที่รถวิ่ง แต่ที่จะห้ามรถไม่ให้วิ่งนั้นทำไม่ได้ เพราะมันเป็นหนทางของเขา

เรื่องของสังขารก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน มันไม่มีอะไรแน่นอน เดี่ยวสุข เดี่ยวทุกข์ เดี่ยวดีใจ เดี่ยวเสียใจ เดี่ยวก็เกิดอารมณ์ที่ خوبบ้าง ไม่ خوبบ้าง มากกระทบกระทั่ง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เราเรียกว่ามันมากวน เวลานั่งภาวนาอยู่ก็ว่าเสียงมากวนเรา อันที่จริงนั้นเราไม่เข้าใจว่าเสียงมากวนเราหรือเราไปกวนเสียงกันแน่ ถ้าเรายึดว่าเสียงมากวนเรา มันก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา

ถ้าเราพิจารณาดูให้ดีก็จะรู้ว่าเราไปกวนเสียงต่างหาก เสียงมันก็ดังอยู่แต่ของมัน มันไม่ได้มีความรู้สึกว่าคาญอะไรเลย เราต่างหากที่รำคาญ เพราะเราไปกวนมัน ความจริงนั้น เสียงก็เป็นเสียง เราก็เป็นเรา ถ้าเราเข้าใจเสียได้เช่นนี้ มันก็ไม่มีอะไร เราก็สบาย มีเสียงขึ้นมาก็รู้ว่าเสียงมันดังแต่ของมัน เราไม่ไปยึดหมายมันเข้า เราก็ไม่เกิดทุกข์ นี่เรียกว่าเรารู้เท่าตามความเป็นจริง เราเห็นทั้งสองอย่าง เมื่อเห็นทั้งสองอย่างคือทั้งสุขและทุกข์ตามความเป็นจริง ใจก็สงบสบาย

การที่จะได้เห็นทั้งสองอย่างนี้ เราจะต้องยืนอยู่ตรงกลาง หรืออยู่ระหว่างกลาง นี่เป็นสัมมาปฏิปทาของจิต นี่คือการทำความเห็นให้ตรงให้ถูกต้อง


สังขารของเราเนี่ย เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ต้องมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นไปตามทางของมัน ถ้าเราจะไปกั้นทาง ไปห้ามหวง หรือไปเอาจริงเอาจังกับสิ่งที่ไม่จริงไม่จังอย่างนั้น

อยู่เรื่อยไป โดยเข้าใจว่ามันเป็นตัวตนของเรา เราก็จะมีแต่ความทุกข์ ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงสอนให้พิจารณาไม่ว่าจะเป็นพระหรือเณรหรือฆราวาสให้พิจารณา แล้วทำความเห็นให้ถูกต้อง เมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้วก็สงบสบาย

การปฏิบัติธรรมนั้น ไม่ว่านักพรตนักบวชหรือฆราวาส ก็มีโอกาที่จะปฏิบัติธรรมพิจารณาธรรมได้เท่ากัน และธรรมที่พิจารณานั้นก็เป็นธรรมอันเดียวกันนั่นเอง พิจารณาให้ไปสู่ความสงบระงับอันเดียวกัน ด้วยวิธีของมรรคอันเดียวกัน ฉะนั้น ท่านจึงว่าจะเป็นฆราวาสก็ตาม บรรพชิตก็ตาม มีลัทธิที่จะประพฤติหรือปฏิบัติธรรมจนได้รู้ได้เห็นตามความเป็นจริงเหมือนกัน

เมื่อเรารู้สภาวะสังขารตามความเป็นจริงอย่างนี้แล้ว เราก็วางเสีย และเมื่อรู้เท่าอย่างนี้แล้ว ภพก็เกิดไม่ได้ เพราะอะไรจึงเกิดไม่ได้ เพราะมันไม่มีทางจะเกิด เพราะเรารู้เท่าตามความเป็นจริงเสียแล้ว

ฉะนั้น ให้เข้าใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราได้อยู่ เป็นอยู่นั้นมันเป็นลักแต่ว่า “อาศัย” เท่านั้น ถ้ารู้ได้เช่นนี้ ท่านว่ารู้เท่าตามสังขาร ที่นี้แม้จะมีอะไรอยู่ก็เหมือนไม่มี ได้ก็เหมือนเสีย เสียก็เหมือนได้ สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงสอนให้รู้อย่างนี้ เพราะนี่คือความสงบ สงบจากความสุข สงบจากความทุกข์ สงบจากความดีใจเสียใจ ได้มากก็ไม่ดีใจ เสียไปก็ไม่เสียใจ มันเป็นเรื่องที่



ทั้งไม่เกิดและไม่ตาย เรื่องเกิดเรื่องตายนี้ไม่ได้หมายถึงอวัยวะร่างกายอันนี้ แต่หมายถึงอารมณ์ความรู้สึกที่ไม่มีแล้ว หหมดแล้ว ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงบอกว่า ภพสิ้นแล้ว พรหมจรรย์จบแล้ว ไม่มีภพอื่นชาติอื่นอีกแล้ว ท่านรู้อย่างนั้นแล้ว ท่านก็รู้สิ่งที่มีไม่เกิดไม่ตายที่มีอยู่ในปัจจุบันนี้เอง

นี่คือโอวาที่สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงกำชับสาวกมากที่สุดว่า ให้พยายามเข้าใจถึงอันนี้ ที่เป็นสัมมาปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติให้ถึงทางสายกลาง ไม่ตรงเข้าไปถึงทางสายกลางให้ได้แล้ว ก็จะไม่พ้นทุกข์.

## เหนือเวทนา



การฟังธรรมที่จะให้เกิดประโยชน์นั้น ต้องฟังด้วยความสงบ เพราะจิตนี้ก็เหมือนกับเทพบันทึกเสียง ถ้ามีเสียงอะไรมาปะปน รบกวนเสียงก็ฟังไม่ชัด ความรู้ที่จะได้รับก็น้อย ถ้าฟังธรรมในที่สงบด้วยจิตสงบ ก็จะมีแต่เสียงธรรมะอย่างเดียว คำพูดก็สะอาด ฟังง่าย

ธรรมะที่เกี่ยวข้องกับการประพฤติปฏิบัตินั้น เป็นธรรมะที่ ให้ประโยชน์มาก เพราะไม่ใช่ธรรมะเพื่อการฟังอย่างเดียว แต่เป็น ธรรมะที่นำไปสู่การประพฤติปฏิบัติโดยตรง การประพฤติปฏิบัติที่

บรรยายแก่ ศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ ประธานองคมนตรี และคณะ ณ วัดหนองป่าพง พ.ศ.๒๕๓๑

จะให้ถูกต้องนั้น ต้องรู้จักและเข้าใจเรื่องของกายกับใจ เพราะ กายกับใจนี้แหละที่พาให้สุขพาให้ทุกข์ มันเกี่ยวเนื่องกันเป็นลูกโซ่ ดังนั้นการปฏิบัติจึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง

ถ้าหากได้ฟังธรรมแล้ว แต่ไม่นำมาปฏิบัติ ก็เปรียบเสมือน ว่าได้เพียงเปลือกไม้เท่านั้น ยังไม่ได้ลิ้มรสผลของมันว่าเปรี้ยวหรือ หวานอย่างไร การฟังธรรมโดยไม่นำมาปฏิบัติ ก็เหมือนกับการ ได้จับหรือถือผลไม้เท่านั้น ยังไม่ได้กิน ไม่ได้ลิ้มรส มันก็ไม่เกิด ประโยชน์อะไร เพราะได้แต่ถือเอาไว้ แต่ไม่รู้จักรสชาติ หรือ ความเอร็ดอร่อยของมัน จะรู้ได้จริงก็ต่อเมื่อได้ลองรับประทาน ผลไม้ชิ้นด้วยตนเอง ซึ่งเมื่อรู้รสด้วยตนเองแล้วก็ เป็นพยานใน ตัวเองได้ ถ้ายังไม่รู้เองเห็นเองอย่างนี้ ก็เท่ากับมีแต่พยานภายนอก คือคนที่เขาให้ผลไม้ แล้วก็ไปเชื่อตามที่เขาว่า ซึ่งไม่ใช่ความเชื่อ ของตนเอง

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงบอกว่า คนที่เชื่อแต่ คนอื่นนั่นท่านไม่สรรเสริญ ท่านทรงสรรเสริญบุคคลที่รู้เป็นปัจเจก ตั้ง คือ รู้เฉพาะตนเอง เปรียบเหมือนอย่างคนที่ได้ลิ้มรสผลไม้ด้วย ตนเอง ฉะนั้น เพราะถ้าได้ลิ้มรสด้วยตนเองแล้ว จะไม่ต้องไป ถามผู้อื่นว่าเปรี้ยวหรือหวานอย่างไร ความสงสัยทั้งหลายก็หมดไป เพราะได้รู้ประจักษ์ในความจริงแล้ว รู้อย่างทั่วถึง นี่คือนคนที่รู้ ธรรมะแล้ว ผู้บรรลุถึงธรรมะ ก็คือบุรุษที่บรรลุถึงความเปรี้ยว หวานของผลไม้ตนเอง

การแสดงธรรมก็เพื่อให้รู้สิ่งต่างๆ ๔ ประการ คือ ให้รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดของทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ ให้รู้ข้อปฏิบัติถึงความดับทุกข์ เมื่อรู้แจ่มแจ้งทั้ง ๔ ประการนี้แล้ว มันก็หมด เพราะทุกข์เรารู้ เหตุของทุกข์เรารู้ ความดับทุกข์เรารู้ ข้อประพฤติปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์นี้เรารู้ เมื่อรู้อย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ทั้ง ๔ ประการอย่างนี้แล้ว ก็เรียกว่าจบปัญหา ความสงสัยทั้งหลายก็หมดไป

สิ่งทั้ง ๔ ประการนี้เกิดอยู่ที่ไหน ก็เกิดอยู่ที่กายกับใจของเรา นี้เอง ไม่อยู่อื่นไกลหรอก แต่ทำไมพระพุทธองค์จึงทรงแยกแยะธรรมะออกให้กว้าง ก็เพื่อจะอธิบายสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ให้ละเอียดเป็นอย่างไร ออกไป เพื่อให้เรานำมากำหนดพิจารณา ท่านทรงแนะนำให้พิจารณาร่างกายออกเป็นอย่างไร เช่น พิจารณาผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้แยกแยะร่างกายออกมา เพื่อให้ให้เห็นตามความเป็นจริงของร่างกายอย่างชำนิชำนาญ ให้รู้ยิ่งตามความเป็นจริงของสังขารอันนี้ เพราะถ้าไม่รู้ตามเป็นจริงนี้แล้ว เราก็จะไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ไม่รู้จักความดับทุกข์ ไม่รู้ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ถ้าไม่รู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็ไม่รู้ข้อปฏิบัติ แล้วการฟังเทศน์ฟังธรรมทั้งหลายก็ย่อมไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด

ธรรมะนั้นอยู่ที่ไหน พระพุทธองค์ตรัสว่า ธรรมะมีอยู่ทุกที่ทุกแห่ง มีธรรมะอยู่ทุกที่ทุกสถาน จะเป็นรูป มันก็เป็นธรรมะ จะเป็นนาม มันก็เป็นธรรมะ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ควรเข้าใจว่า เราทั้งหลายนั้นเกิดอยู่กับธรรมะ ใกล้ชิดธรรมะอยู่ตลอดเวลา

ถ้าเราเข้าใจเช่นนี้แล้ว ก็จะเข้าใจต่อไปอีกว่า เราไม่ได้ห่างไกลสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย เราอยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธองค์อยู่ตลอดเวลา แต่ทำไมเราจึงยังไม่เห็นท่าน ก็เพราะเรายังไม่ค่อยได้สนใจปฏิบัตินี้เอง เพราะ**ธรรมะคือพระพุทธเจ้า และพระพุทธเจ้าคือธรรมะ**

พระพุทธองค์ได้ตรัสกับพระอานนท์ว่า “ดูก่อนอานนท์ ให้ท่านทำให้มาก เจริญให้มาก ปฏิบัติให้มาก ใครเห็นเรา คนนั้นก็เห็นธรรม ใครเห็นธรรม คนนั้นก็เห็นเรา” ซึ่งแสดงว่าเราไม่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้า ไม่ห่างไกลจากพระธรรม เพราะพระพุทธเจ้าก็คือธรรมะ และธรรมะก็คือพระพุทธเจ้า

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงถือกำเนิดขึ้นมาในโลกครั้งแรก ก็ยังไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า เพราะเหตุใด เพราะในตอนนั้นท่านยังไม่ได้ตรัสรู้ธรรม ต่อเมื่อท่านทรงรู้สิ่งที่ควรรู้ ด้วยการประพฤติปฏิบัติของท่าน คือรู้สังขารธรรม รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดแห่งทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักข้อประพฤติปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ท่านจึงทรงเป็นสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฉะนั้น เมื่อเราถึงธรรม เราจะนั่งอยู่ที่ไหน เราก็รู้ธรรมะ เมื่อเราเข้าใจในธรรมะ พระพุทธเจ้าก็อยู่ที่ใจของเรา พระธรรมก็อยู่ที่ใจของเรา ข้อประพจน์ปฏิบัติให้เกิดความเฉลียวฉลาดอยู่ที่ใจของเรา เรียกว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติพร้อมด้วยกาย วาจา จิต เช่นนี้แล้ว เราจะเป็นผู้มองความดีความชั่วทั้งหลายด้วยความถูกต้อง คือถูกต้องตามสังฆธรรม ตามที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่านี่คือความจริง หรือมันเป็นความจริงของโลก

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงทั้งโลก คือ ทั้งทั้งสรรเสริญ ทั้งทั้งนินทา ใครจะนินทา ท่านก็ทรงรับว่า มันเป็นอย่างนั้น ใครจะสรรเสริญ ท่านก็ทรงรับว่า มันเป็นอย่างนั้น เพราะทั้งสองอย่างนี้มันเป็นเรื่องของโลกทั้งนั้น จิตใจของท่านก็ไม่ทรงห่วงไหว เพราะอะไร ก็เพราะท่านรู้จักทุกข์ ก็สิ่งทั้งสองนี้ทำให้ท่านทรงเกิดทุกข์ หากท่านไปทรงเชื่อเข้า ทุกข์มันก็เกิดเท่านั้นแหละ

เมื่อทุกข์เกิดจิตก็กระสับกระส่าย ไม่สบายอกไม่สบายใจ เมื่อจิตวุ่นวาย จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็มีแต่ความกระสับกระส่าย กระวนกระวาย นั่นคือทุกข์

อะไรเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ก็เพราะเราไม่รู้ตามความเป็นจริงอย่างนั้น ทุกข์มันก็เกิด แล้วจะดับทุกข์นั้นอย่างไรก็ไม่รู้จัก ไม่รู้จักวิธีดับอย่างถูกต้อง คิดเอาเองว่าความแก่ทุกข์อย่างนั้นอย่างนั้น ทุกข์ก็ยิ่งเกิดทวีขึ้นมาอีก

ดังนั้น ท่านจึงสอนว่าให้รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือหม่อมธรรมะอันนี้เข้ามาในใจของเรา ให้มองเห็นว่าเป็นสังฆธรรม พิจารณาให้ละเอียด ให้เห็นจริงจนเป็นพยานของตนเองได้ พระพุทธเจ้าท่านทรงสรรเสริญบุคคลเช่นนี้ บุคคลที่เป็นอิสระ ไม่รับทั้งดี ไม่รับทั้งชั่ว เพราะทั้งดีและชั่วเป็นเรื่องของโลก เมื่อเป็นเรื่องของโลกมันก็เป็นอารมณ์ ถ้าห่วงไหวไปตามอารมณ์ ใจเรา มันก็เป็นโลก คล้ำโลกอยู่ตลอดเวลา ก็เรียกว่าไม่รู้จักทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ทุกข์มันก็ยิ่งกำเริบขึ้นมาเท่านั้น

เมื่อเราเข้าใจเช่นนี้แล้ว ก็จะมีใจที่สบายใจตัวเอง เรา ยังชอบเอาชนะคนอื่น มันแพ้ตัวเองเท่านั้น แต่ถ้าเราเอาชนะตัวเอง มันก็จะชนะทั้งตัวเอง ชนะทั้งคนอื่น ชนะทั้งอารมณ์ ชนะทั้งรูป ทั้งเสียง ทั้งกลิ่น ทั้งรส ทั้งโผฏฐัพพะ เป็นอันว่าชนะทั้งหมด อันนี้พูดถึงเรื่องภายนอก มันเป็นอย่างนั้น แต่เรื่องภายนอกมันก็ทำให้มาเป็นเรื่องภายในด้วย บางคนก็รู้แต่ภายนอกไม่รู้ภายใน เช่น ท่านพูดคำๆ หนึ่งว่า ให้เห็นภายในกาย ให้รู้กายแล้วก็ยังไม่พอ ให้รู้ภายในกายอีก ให้พิจารณาภายในกาย แล้วก็ให้พิจารณาภายในกาย แล้วก็ให้พิจารณาจิต และพิจารณาจิตในจิตอีก เป็นต้น

ถ้าเราเป็นผู้ห่างเหินจากการภาวนาแล้ว ก็จะเก้อเขินหรือไม่เข้าใจ รู้กายทำไม ภายในกายคืออะไร ที่ให้รู้จิต จิตนี้มันคืออะไร ของในจิตนั้นมันคืออะไร ก็เลยไม่รู้เรื่อง เพราะเป็นผู้ไม่รู้จักทุกข์

ไม่รู้จักเหตุของทุกข์ ไม่รู้จักความดับทุกข์ ไม่รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ สิ่งที่ควรดับทุกข์ไม่ดับ มัวไปสนใจในสิ่งที่มันไม่ดับ เช่น เราคนที่ศีระะอย่างนี้ แล้วเราไปเกาที่ขา มันก็ไม่ถูกจุดของมัน มันก็ไม่หาย นี่เรียกว่าไม่รู้จุดที่จะให้มันระงับความคัน มันก็เป็นไปไม่ได้ เช่นเดียวกับเมื่อความทุกข์เกิดขึ้นมากก็ไม่รู้จักดับมัน ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งทุกข์ก็ไม่รู้จักกัน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นสิ่งที่ทำให้พวกเราทั้งหลายเกือบเงินมากเหลือเกิน เพราะความที่ไม่รู้จัก

รูป เวทนา สัญญา สังขารเช่นร่างกายเรา นี้ ร่างกายที่เราเอามาตั้งประชุมรวมกันอยู่ที่นี่ ที่มองเห็นได้ด้วยตาเห็น ถ้าเห็นแต่รูปร่างกายเช่นนี้อยู่เพียงเท่านี้ มันจะเป็นเหตุให้ระงับความทุกข์หรือระงับเหตุให้เกิดความทุกข์นั้นไม่ได้เลย ทำไม่ ก็เพราะว่าเราเห็นแต่กายข้างนอก เรายังไม่เห็นกายข้างใน เมื่อเห็นแต่ข้างนอกก็เห็นแต่ว่าเป็นของสะสวย เป็นแก่นสารไปหมดทุกอย่าง สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบอกว่า แค่นี้ไม่พอ ที่เห็นข้างนอกอย่างนี้ เต็มๆ มันก็เห็นได้ สัตว์ทั้งหลายมันก็เห็นได้ มันไม่ยาก พอเห็นแล้วมันติด เห็นแล้วมันก็ไม่รู้ เห็นแล้วมันก็ตะครุบ ตะครุบแล้วมันก็กัดเราเท่านั้นแหละ มันเป็นเสียอย่างนี้ เพราะฉะนั้น จึงให้พิจารณากายในกาย อะไรที่มีในกายก็ค้นคว้าหาดูซิว่ามีอะไรในกาย ให้เห็นว่าของในกายเราที่นี่มันมีอะไรอยู่บ้าง ที่เราเห็นกายภายนอกนั้น มันไม่ชัดเจน เห็นผม เห็นขน เห็นเล็บ เห็นอะไร

ทั้งหลาย ก็มีแต่ของที่สะสวยไปทั้งนั้น มันเป็นเรื่องข้อมใจเรา เพราะฉะนั้นท่านจึงว่าเห็นไม่ชัด เห็นกายก็ไม่ชัด ท่านจึงให้มองข้างใน ให้เห็นภายในกาย

แล้วก็ต้องมองเข้าไปอีกว่า กายที่อยู่ในกายนี้ มีอะไรอยู่บ้าง ที่กายเนื้อกายหนังนี้มีอยู่อย่างนี้ ในกายนั้นมันมีอะไรบ้าง พิจารณาดูให้แยกกายเข้าไปเถอะ เราก็จะเห็นว่าในกายนี้มีอะไรหลายๆ อย่างสารพัด ค้นเข้าไปดูแล้วก็แปลกใจทั้งนั้นแหละ เพราะแม้แต่ของที่อยู่ในตัวของเรา เราก็ไม่เคยเห็นเลย แต่เราก็เดิน เราก็อุ้มมันไป นั่งรถก็อุ้มมันไปทั้งนั้นแหละ แต่เราก็กังไม่รู้จักมันเลยว่ามันเป็นอะไร เป็นอย่างไร เหมือนเราจับของฝากขามา เขาเอาห่ออะไรให้เรา เราก็กังไม่รู้ จับได้ก็ยึดใส่ตะกร้าเดินมาเลย ไม่ได้เปิด เมื่อไปเปิดดูแล้วจึงเห็นมีแต่อสรพิษทั้งนั้น

กายเรานี้ก็เหมือนกัน เราเห็นแต่เปลือกนอก เราก็กังเห็นว่าสวยว่างามอะไรสารพัดอย่าง จนลืมหูลืมตา ลืมอนิจจัง ลืมทุกข์ ลืมอนัตตา ลืมอะไรๆ ทั้งนั้น ถ้าเรามองเข้าไปข้างในนั้น มันไม่น่าดูเลยนะกายของเรา ถ้าเอาของที่สะอาดมาใส่ มันก็สกปรก นี่เรื่องภายนอกก็สกปรกภายนอก ส่วนเรื่องภายในก็สกปรกภายในเหมือนกัน เรื่องภายในมันก็ยิ่งน่าดูยิ่งกว่านั้นอีก ดูเข้าไปข้างในซิ... ในกายของเรา มีอะไรบ้าง



ถ้าเราดูตามความเป็นจริง ดูตามลัทธิธรรมโดยไม่เข้าข้างตัวแล้ว มันเห็นสิ่งที่น่าสลดน่าสังเวช น่าอะไรๆ หลากๆ อย่าง มันน่าจะเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย คำว่า “เบื่อหน่าย” ไม่ใช่ไปเกลียด ไปโกรธมันนะ แต่เป็นความกระจ่างของจิตเราเอง เป็นความปล่อยวาง เห็นว่าอันนี้ไม่มีสาระประโยชน์อะไรเลย ไม่เป็นแก่น ไม่เป็นสาระอะไรเลย เราเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นธรรมชาติเป็นธรรมดา เรื่องของเขา เขาก็ตั้งของเขาอยู่อย่างนั้น ใครจะไปอยากให้เราเป็นอย่างไร เขาก็เป็นของเขาอยู่อย่างนั้นเอง เราจะร้องให้ก็ดี เราจะหัวเราะก็ตาม สังขารนี้ก็เป็นอย่างนี้ สิ่งที่ไม่เที่ยงมันก็ไม่เที่ยง สิ่งที่ไม่สวยมันก็ไม่สวย มันเป็นอยู่อย่างนั้นแหละ ถึงคนจะรู้ ถึงคนจะไม่รู้ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น

ดังนั้น สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าของเราท่านจึงว่า เมื่อเราเห็น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณเกิดขึ้นมาแล้ว ควรปล่อยเขาไปเสีย เมื่อหูได้ยินเสียง ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อจมูกได้กลิ่น ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อรสมันเกิดขึ้นกับลิ้นของเรา ก็ปล่อยเขาไปเสีย เมื่อโผฏฐัพพะที่ถูกต้องด้วยกายเกิดขึ้นมา ชอบใจไม่ชอบใจ ก็ปล่อยเขาไปเสีย ให้กลับไปทีเดิมของเขาเสีย เรื่องธรรมารมณที่เกิดขึ้นกับใจของเราเนี่ย มันไม่ต้องอาศัยอะไร ไม่ต้องอาศัยสัมผัสอะไร มันสัมผัสขึ้นที่ใจของมันเอง เรียกว่า ธรรมารมณ หรือธรรมะกับอารมณ์ เป็นส่วนดีก็เรียกว่า กุศล เป็นส่วนที่ชั่วก็เรียกว่า อกุศล สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ให้ปล่อยไป

ตามเรื่องของเขาเสีย เรียกว่าเรารู้มันอย่างนี้แล้ว สุขก็ดี ทุกข์ก็ดี สาระพุดอย่างอยู่ในรูปอันเดียวกัน การทำให้สงบเช่นนี้เรียกว่า การภาวนา

การภาวนาคือการทำให้สงบ เมื่อสงบแล้วก็คือทำให้รู้ การทำให้สงบหรือทำให้รู้นี้ต้องลงมือปฏิบัติกายกับจิตสองอย่างนี้เอง ไม่ใช่อื่น ความเป็นจริงสิ่งที่กล่าวนี้มันเป็นสิ่งละลึง เช่น รูปก็เป็นส่วนหนึ่ง เสียงก็เป็นส่วนหนึ่ง กลิ่นก็เป็นส่วนหนึ่ง รสก็เป็นส่วนหนึ่ง โผฏฐัพพะก็เป็นส่วนหนึ่ง ธรรมารมณก็เป็นส่วนหนึ่ง แต่ละอย่างนี้ก็เป็นคนละส่วนๆ อยู่ แต่ท่านก็ให้เรา รู้จักมันเสีย แยกสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ออก สรุปลงเป็นสุขบ้าง ทุกข์บ้าง สุขเกิดขึ้นมากก็เป็นสุขเวทนา ทุกข์มันเกิดขึ้นมากก็เรียกทุกข์เวทนา

เรื่องสุขกับทุกข์ท่านก็จัดไว้เพื่อให้แยกมันออกจากจิต จิตก็คือผู้รู้ เวทนานั้นคืออาการที่มันสุขหรือทุกข์ ชอบใจไม่ชอบใจ เป็นต้น เมื่อจิตของเราเข้าไปเสวยในอาการเหล่านั้น เรียกว่าจิตของเราเข้าไปยึดหรือหมายมั่น หรือลำค้ำมั่นหมายในความสุขนั้น ในความทุกข์นั้นนั่นเอง การที่เราเข้าไปหมายมั่นนั้น ก็คือเรื่องของจิต อาการที่มันสุขหรือทุกข์นั้น คืออาการของเวทนา ที่เป็นความรู้นั้นเรียกว่าจิตของเรา ที่ชื่อว่าสุขหรือทุกข์นั้นมันเป็นเวทนา ถ้ามันสุขก็เรียกว่า สุขเวทนา ถ้ามันทุกข์ก็เรียกว่า ทุกข์เวทนา



ที่ว่าจิตกับเวทนานั้น ท่านให้เรา รู้จักแยกมันออกจากกัน คำ  
 ที่ว่าแยกออก ไม่ใช่เอาไปทิ้งไว้คนละอย่างคนละที่ แต่ให้เรา  
 แยกโดยวิธีที่ทำให้จิตเราให้สงบ เช่นคนที่ทำสมาธิให้ถึงที่เป็นต้น เมื่อ  
 จิตสงบแล้วก็พิจารณาแยกมันเสีย เพราะความสงบนั้นมันล้นเหลือ  
 สุขนั้นมันก็เข้าไปไม่ได้ เข้าไปไม่ถึง ทุกข์นี้ก็เข้าไปไม่ถึง นี่คือที่ว่า  
 เวทนามันแยก อย่างว่าเรานั่งสมาธิ ถ้าความสงบมันเข้ามาก่อน  
 เวทนาเกิดทีหลัง เวทนามันก็เดินเข้าไม่ถึง จิตก็ไม่รับรู้เวทนา มัน  
 แยกกันอยู่ในตัวของมันเอง กับกายนั้นพิจารณาให้รู้ว่าจิตที่เห็น  
 เวทนานั้น เราเข้าไปยึดใหม่ ทุกขเวทนา ที่เกิดขึ้นมานั้น เราเข้าไป  
 ยึดมันใหม่ เราก็จะรู้ว่าจิตของเรามันเป็นอย่างนี้ จะรู้ว่า สุขมัน  
 เป็นอย่างนี้ ทุกข์มันเป็นอย่างนี้ เวทนามันเป็นอย่างนี้ มันก็เป็น  
 คนละเรื่องกันอยู่ จะเปรียบก็คล้ายกับว่าน้ำมันกับน้ำท่า มันปนอยู่  
 ในขวดเดียวกันก็ปนกันได้ แต่มันแยกที่อยู่กัน มันจะอยู่รวมขวด  
 กันก็ได้ แต่มันไม่ซึมซาบเข้าด้วยกัน แม้จะปะปนกันอยู่ น้ำมันก็  
 เป็นน้ำมัน น้ำท่าก็เป็นน้ำท่า ทำไมมันถึงเป็นเช่นนั้น เพราะว่ามัน  
 มีน้ำหนักต่างกัน มันจึงแยกกันอยู่อย่างนั้น นี่ก็เหมือนกันฉันนั้น

ถ้าปกติของจิตเราก็ไม่สุขไม่ทุกข์ เมื่อเกิดเวทนาเข้า ก็เกิด  
 สุขทุกข์อย่างนี้ ถ้าเรามีสติอยู่ก็จะรู้ว่า อันนี้เรียกว่าสุข ที่เป็นสุข  
 นั้นมันก็สุขอยู่ แต่จิตรู้ว่าสุขนั้นไม่เที่ยง มันก็ไม่ไปหยิบเอาสุข  
 อันนั้น สุขนั้นมีอยู่ที่ไหน มีอยู่แต่มันอยู่นอกจิต ไม่มีฝังอยู่ใน  
 ดวงจิต แต่ที่รู้ได้ชัดเจน หรือเมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา ถ้ามันแยกเวทนา

เรื่องเวทนา  
 เราจะหนีมันไปไหนไม่ได้  
 เราต้องรู้มัน  
 เวทนาจึงสักแต่ว่าเวทนา  
 สุขก็สักแต่ว่าสุข  
 ทุกข์ก็สักแต่ว่าทุกข์  
 มันเป็นของสักว่าเท่านั้นแหละ  
 แล้วเราจะไปยึดมันถือมันมันทำไม



ได้ มันไม่รู้จักรุกข์หรือ รู้...มันรู้จักรุกข์ แต่ว่าจิตมันก็เป็นจิต เวทนา มันก็เป็นเวทนา จิตนั้นจะไม่ไปยึดทุกข์มาแบกไว้ว่าทุกข์ ว่านี่ มัน เป็นทุกข์ นี่ก็เพราะเราไม่ไปยึดทำให้เกิดเป็นความสำคัญมันหมาย

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงแยกด้วยความรู้ ท่าน ทรงมีทุกข์ใหม่ อากาของทุกข์นั้นท่านทรงรู้มัน แต่ท่านไม่ไป สำคัญมันหมายมัน ท่านทรงรู้ อย่างนี้ก็เรียกว่าท่านทรงแยกทุกข์ ออก แยกเวทนาออก ความสุขตามธรรมชาติรู้ใหม่ ความสุขนั้นมี แต่ท่านทรงรู้ว่าสุขนั้นเป็นพิษถ้าเราไม่รู้จักรุกข์ ท่านก็ไม่ไปสำคัญ มันหมายสุขนั้นว่าเป็นตัวเป็นตน สุขนั้นมีอยู่หรือ มันมีอยู่ด้วยความรู้ แต่ไม่มีอยู่ในจิตของท่าน เช่นนี้ก็รู้ได้ว่าท่านแยกสุขแยก ทุกข์ออกจากจิตของท่าน แยกเวทนาออกจากจิตของท่าน ทั้งที่มี อยู่ด้วยกันนั้นแหละ

คำที่กล่าวว่า พระพุทธองค์และพระอริยเจ้าของเราท่านตัดกิเลสแล้ว ท่านฆ่ากิเลสแล้วนี้ ไม่ใช่ท่านไปฆ่ากิเลสหรอก ถ้าท่าน ฆ่ากิเลสหมดแล้ว เราก็คงไม่มีกิเลสละสิ เพราะท่านฆ่าไปหมด แล้ว ความจริงท่านไม่ได้ฆ่ามัน แต่ท่านรู้แล้ว ท่านก็ปล่อยมันไป ตามเรื่องของมัน ใครโง่มันก็ไปจับเอาคนนั้นแหละ ท่านรู้เฉพาะ ใจของท่านว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นพิษ ท่านก็เขี่ยมันออกไป สิ่ง ที่ทำให้ท่านเกิดทุกข์ ท่านก็เขี่ยมันออกไป ไม่ได้ฆ่ามันหรอก คน ที่ไม่รู้ว่าคุณเขี่ยออกไป กลับเห็นว่าดีก็ไปตะครุบเอา เออ...อันนี้ดีนี่

ก็ตะครุบเอา ความเป็นจริงพระพุทเจ้าท่านทิ้ง อย่างสุขท่านก็เขี่ย ออก เราก็เห็นว่าดีก็ตะครุบเอาเลย จับใส่ย่ามไปเลยว่าของดีของ เรา ความเป็นจริงนั้นท่านก็รู้ทันมัน เมื่อสุขเกิดขึ้นมาท่านก็รู้ว่ามันเป็นสุข แต่ท่านไม่มีสุข ท่านก็รู้ว่าอันนี้เป็นสุข แต่ท่านไม่ ไปสำคัญมันหมายว่ามันเป็นตัวเป็นตน ว่าเป็นของเขาว่าเป็นของ เราทั้งนั้น อย่างนี้ท่านก็ปล่อยมันไปทุกอย่าง ก็เหมือนกัน

ความเป็นจริง สุขเวทนา ทุกขเวทนา กับจิตของเรานั้น มัน เป็นคนละอย่างกัน อย่างเดียวกันเรานั่งอยู่ที่นี่ มันก็สบายนะ แต่ ถ้ามีไม้สักท่อนหนึ่งที่เรายากได้ เราไปแบกมัน มันก็หนักนะ ท่อนไม้ที่มันก็คือเวทนาที่แหละ ตัวความอยากได้ ท่อนไม้คือตัว จิตของเราที่เข้าไปแบกท่อนไม้ มันก็หนักใช้ไหม มันหนัก ถ้าคน มีปัญญาแม้หนักเขาก็ไม่ทุกข์ รู้จักปล่อยมัน เมื่อมันหนักเต็มที่ เขาก็ปล่อยมัน ถ้าท่อนไม้นั้นมันมีประโยชน์ จะเอาไปใช้ประโยชน์ ก็ให้รู้ทันมัน หากรู้อย่างนั้นมันก็ค่อยยังชั่ว ไม้มันจะได้ไม่ทับตาย อย่างนี้ จิตนี้ก็เหมือนกันนั้น

อาการของจิต คือสุขเวทนาและทุกขเวทนาสารพัดอย่างนั้น มันเป็นอารมณ์ มันเป็นส่วนโลก ถ้าจิตรู้แล้ว งานที่เป็นสุขท่าน ก็ทำได้ งานที่เป็นทุกข์ ท่านก็ทำได้ เพราะอะไร ก็เพราะท่านรู้จัก สุขรู้จักทุกข์ตามที่ เป็นจริง ถ้าคนที่ไม่รู้จักรุกข์ไม่รู้จักรุกข์นั้น ก็จะ เห็นว่าสุขกับทุกข์นั้นมันคนละระดับ มันคนละราคา ถ้าผู้รู้

ทั้งหลายแล้ว ท่านจะเห็นว่า สุขเวทนากับทุกข์เวทนามันมีราคาเท่าๆ กัน ถ้าไปยึดในสุข นั่นก็คือบ่อเกิดของทุกข์ ทุกข์มันก็จะเกิดขึ้นมา เพราะอะไร นี่เพราะว่าสุขมันก็ไม่เที่ยง มันแปรไปมา เมื่อสุขนี้มันหายไป ทุกข์มันก็เกิดขึ้นมาดังนี้ เป็นต้น

พระพุทธองค์ท่านทรงรู้ว่าสุขทุกข์นี้มันเป็นโทษ สุขทุกข์จึงมีราคาเท่ากัน ดังนั้นเมื่อสุขทุกข์เกิดขึ้น ท่านจึงปล่อยวางไป สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันมีราคาเสมอเท่ากันทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจิตใจของท่านจึงเป็นสัมมาปฏิบัติ เห็นสิ่งทั้งสองนี้มีทุกขโทษเสมอกัน มีคุณประโยชน์เสมอกันทั้งนั้น และสิ่งทั้งสองนี้ก็เป็นของที่ไม่แน่นอน ตกอยู่ในลักษณะของธรรมะว่าไม่เที่ยงและเป็นทุกข์ เกิดแล้วดับไป ทั้งหมดเป็นอย่างนี้ เมื่อท่านเห็นเช่นนี้ สัมมาทิฐิก็เกิดขึ้นมา เป็นสัมมามรรค จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ตาม หรือความรู้สึกนึกคิดทางจิตนั้นจะเกิดขึ้นมากก็ตาม ท่านจะรู้ว่าอันนี้เป็นสุข อันนี้เป็นทุกข์เสมอเลยทีเดียว ท่านไม่ได้ยึด

พระบรมศาสดาของเรานั้น เมื่อตรัสรู้มาใหม่ๆ ท่านเทศนาเรื่องกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมณานุโยโค ภิกษุทั้งหลาย กามสุขัลลิกานุโยโคนั้นทางมันหย่อน อตตกิลมณานุโยโคนั้นทางมันตั้ง อันนี้ที่มันเล่นงานท่านมาตลอดทาง จนถึงวันที่ท่านตรัสรู้ธรรมะ เพราะที่แรกท่านไม่ได้ปล่อยมัน พอท่านทรงจับตรงนี้ได้ก็ทรงปล่อยวาง แล้วจึงได้แสดงปฐมเทศนาให้สาวกฟังเลยว่า กามสุขัล-

ลิกานุโยโคนั้นสมณะอย่าพึงเดินไป อันนั้นไม่ใช่ทางของสมณะ คือใครไปติดใครไปยึด ไปสำคัญมันหมายอยู่ในกามนี้ มันก็วนวายความสงบไม่มีในที่นั้น สมณะเกิดขึ้นไม่ได้ ท่านว่าทางนี้อย่าเดิน ส่วนอตตกิลมณานุโยโคนั้น ทางนี้มันก็เหี้ยมโหดรุนแรง ทางนี้อย่าเดินไป สมณะไม่อยู่ที่นี้ ความสงบไม่มีอยู่ที่นี้ สมณะไม่เคยเกิดในทางนี้ ความสงบไม่อยู่ทางนี้ คือทั้งสุขและทุกข์นี้ สมณะอย่าเดินไป สุขก็อย่าลืมตัว ทุกข์ก็อย่าเดินไป ให้รู้ทันมัน มันจะเกิดทุกข์ก็ให้รู้ว่าเกิดทุกข์ เมื่อรู้จักทุกข์ก็รู้ทางที่จะให้เกิดทุกข์ และรู้จักความดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ข้อปฏิบัตินี้คือการภาวนาตัวเอง

พูดง่ายๆ ก็เรียกว่าเราต้องเป็นผู้มีสติ คือมีความรู้ความระลึกอยู่เสมอ อยู่ที่นี้เดี๋ยวนี้ เราคิดอะไรอยู่ เราทำอะไรอยู่ เรามีอะไรอยู่เดี๋ยวนี้ เราดูอย่างนี้ มีสติอยู่เสมอว่าเราอยู่อย่างไร เรา รู้ตัวว่าขณะนี้เรามีอะไรอยู่ กำลังคิดอะไร กำลังสุขหรือกำลังทุกข์ ผิดหรือถูกอยู่เดี๋ยวนี้ ที่เราปรารถนาสิ่งทั้งหลายอยู่อย่างนี้ ปัญญา มันก็เกิดขึ้นมาแล้วนั้น ระลึกได้อยู่ รู้ได้อยู่ มันก็วิ่งไปหาปัญญา ปัญญาที่เกิดขึ้นมา เราก็วิพากษ์วิจารณ์ พิจารณา เราจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนอยู่ก็ตามที่ มีความรู้อยู่อย่างนั้นตลอดเวลา มันก็รู้จักผิด รู้จักถูก รู้จักพอดี รู้จักไม่พอดี เมื่ออารมณ์ที่พอใจเกิดขึ้นมาอยู่ที่นี่เราก็รู้จัก เราไม่ไปสำคัญมันหมายมัน มันสักแต่ว่า

สุข เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมา มันเป็นอัตตทิลมณานิโยโค เราก็รู้ว่า เออ... อันนี้ไม่ใช่ทางของสมณะ เรียกว่า ลักว่าทุกข์ ลักว่าสุข เป็นของ ลักว่า เท่านั้น อย่างนี้ก็เรียกว่าเราสามารถแยกจิตกับเวทนาออกจากกันได้แล้ว ถ้าจิตเราฉลาด เราก็ไม่ไปยึด แต่วาง เป็นผู้รู้เฉยๆ รู้เท่าแล้วปล่อยให้ไปตามสภาวะ อันนั้นลักษณะของจิตกับเวทนาทั้งหลายก็เป็นอย่างนี้

แม้ว่าเราเจ็บป่วยขึ้นมา เราก็ยังรู้สึกว่เวทนามันก็เป็นเวทนา จิตมันก็เป็นจิต เป็นคนละอย่างกันอยู่ รู้จักเจ็บไหม...รู้จัก รู้จักสบายไหม...รู้จัก แต่เราไม่ไปอยู่ในความสบายและความไม่สบายนั้น อยู่แต่ในความสงบ สงบอย่างไร สงบจากความสบายนั้น สงบจากความทุกข์นั้น อันนี้ชี้ให้เห็นอย่างนี้ เพราะมันไม่มีตัวตน จะอยู่อย่างไรก็ได้ มันก็ต้องอยู่อย่างนี้แหละ คือหมายความว่า ท่านไม่มีสุขไม่มีทุกข์ ท่านรู้ว่ามันสุขมันทุกข์อยู่เหมือนกัน แต่ท่านไม่ไปแบกมันไว้ เวทนามันมันก็ไม่เกิด

อย่างนี้ถ้าหากว่าปุถุชนเราก็จะว่ามันเป็นเรื่องแปลก แต่จะเป็นปุถุชนก็ช่างเถอะ ให้เรามุ่งไปตรงนั้นเลยที่เดียว มันมีอยู่อย่างนั้น จิตมันก็เป็นส่วนจิตอยู่อย่างนี้ เราพบสุขทุกข์ก็ให้เห็นว่า มันเป็นส่วนสุขทุกข์อยู่อย่างนั้น ไม่มีอะไรกับมัน มันแยกกันอยู่ ไม่ใช่ว่ามันปนกันอยู่ ถ้ามันปนกัน เราก็ไม่รู้ทั่วถึงมันเท่านั้นแหละ ความเป็นจริงลักษณะอันนี้มันแยกกันอยู่ นี่คือเรื่องของกายกับจิต แม้ว่ามันจะรวมกันอยู่อย่างนี้ก็ตาม อย่างที่บ้านเรากับเราที่อยู่ใน

บ้าน มันก็เื่องกันอยู่อย่างนั้นแหละ ถ้าบ้านของเรามีอันเป็นไป จิตเราก็เป็นทุกข์เพราะถือเป็นเจ้าของ ความจริงมันก็คนละคนกัน อันหนึ่งมันเจ้าของบ้าน อันหนึ่งมันบ้าน มันเป็นอยู่อย่างนั้นของมันเอง ไม่ใช่อันเดียวกัน

ดังนั้น จิตก็ดี เวทณาก็ดี ถึงเราจะพูดแยกมันออกอย่างนี้ก็ตาม แต่ความจริงมันก็แยกของมันอยู่แล้ว คือเพียงเรารู้ตาม เป็นจริงของมันเท่านั้น มันรู้จักแยกของมันเอง มันเป็นธรรมชาติของมันอยู่แล้ว ที่ไปเห็นว่ามันไม่แยก ก็เพราะว่าเราไปยึดมันถือมันมัน ด้วยเราไม่รู้ตามเป็นจริง มันก็คุมกันอยู่อย่างนั้นแหละ ก็เหมือนข้อที่เราชดแกงนั้นแหละ แกงมันก็เป็นอย่างหนึ่ง ถ้าคนเรารู้จักว่าอันนี้เป็นแกง อันนี้เป็นช้อน มันก็สบายนะ เอาช้อนน้ำแกง แล้วก็เอามันวางไว้ มันก็สบาย ถ้าเราไปแบกช้อนอยู่ มันก็ลำบากลิ ไม่เห็นช้อนเป็นช้อน ไม่เห็นแกงเป็นแกง ไม่เห็นเวทนาเป็นเวทนา ไม่เห็นจิตเป็นจิต มันก็ยุ่งเท่านั้นแหละ

ถ้าเราคิดกันได้เช่นนี้ จะยืนมันก็แยกกันอยู่ จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันก็แยกกันอยู่ มันก็มีสุขทุกข์สลับซับซ้อนกันอยู่ทุกเวลานั่นเอง ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงให้เราภาวนา การปฏิบัติภาวนานี้เป็นของสำคัญ รู้เฉยๆ ไม่พอหรอก รู้เกิดจากการปฏิบัติที่จิตสงบกับรู้ที่เราเรียนมานั้น มันไกลกันอยู่มากทีเดียว มันไกลกันมาก

รู้ในการศึกษาเล่าเรียนนั้นมันไม่ใช่จิตของเรา รู้แล้วมันตะครุบไว้ เก็บไว้ทำไม เก็บไว้เพื่อให้มันเสีย เสียแล้วก็ร้องไห้ ถ้าเรารู้แล้วก็มีการปล่อยวาง รู้ว่ามันเป็นอย่างนั้น เราก็ไม่ลืมตัว เมื่อถึงคราวทุกข์เจ็บไข้มาเราก็ไม่หลง บางคนคิดว่า เออ...ปีนี้นั้นเป็นไข้ตลอดปีนะ ไม่ได้ภาวนาเลย นี่คือคำพูดของคนที่โง่ที่สุดเลย คนเป็นไข้คนจะตายนี้มันควรจะรีบภาวนายิ่งขึ้น อันนี้ยิ่งไปพูดว่า เราไม่มีเวลาภาวนาเสียแล้ว ความเจ็บมันก็เกิดขึ้นมา ความทุกข์มันก็เกิดขึ้นมา ความไม่ไว้วางใจในสังขารเหล่านั้นมันก็มีมาแล้ว ก็ยังเข้าใจว่าเรายังไม่ได้ภาวนา พระพุทธองค์ท่านไม่ตรัสอย่างนั้น ท่านตรัสว่านั่นแหละมันกำลังถูกที่ที่เราปฏิบัติละ **จนจะเจ็บจะใช้จะตาย ยิ่งเร่งยิ่งรู้ยิ่งเห็นสังขาร มันเกิดขึ้นเดี๋ยวนั้นแหละ** ถ้าเราไปคิดเช่นนั้นมันก็ลำบากนะ

บางคนก็คิดว่าไม่มีโอกาส มีแต่การงานทั้งนั้น ไม่มีโอกาสที่จะภาวนา เคยมีอาจารย์หลายคนมาที่นี่ อุตมาถามว่าทำอะไรอยู่ เขาตอบว่าสอนเด็ก มีงานมากสารพัดอย่าง วุ่น ไม่มีเวลาจะภาวนา อุตมาถามว่าเมื่อสอนเด็กนักเรียนนะ คุณมีเวลาหายใจไหม มีครับ อ้าว...ทำไมมีเวลาหายใจล่ะ ที่ว่าสอนเด็กอยู่ งานมันยุ่งนี้คุณห่างไปไกลไป ความเป็นจริงเรื่องปฏิบัติมันเป็นเรื่องของจิต เรื่องความรู้สึก ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องไปวิ่งไปเต้นอะไรมากมาย เป็นเรื่องความรู้สึกเท่านั้น ลมหายใจนั้นเราทำงานอยู่ เราก็หายใจเรื่อยไป เราพยายามแต่เพียงให้มีสติให้รู้อยู่เท่านั้น พยายาม

เรื่อยๆ เข้าไป ให้เห็นชัดเข้าไป การภาวนาก็เหมือนกันจั้นนั้น ถ้าเรามีความรู้สึกอยู่อย่างนี้ จะทำงานอะไรอยู่ที่ตามเถอะ มันจะยิ่งทำให้การทำงานเหล่านั้น ทำอย่างรู้ผิดชอบอยู่เสมอ นี่ให้คุณเข้าใจเสียใหม่ อุตมาบอกเขาอย่างนี้ เวลาที่จะภาวนานั้นมันเอยะ คุณเข้าใจไม่ถึงเฉยๆ หรอก นอนอยู่ก็หายใจได้ใช้ไหม อยู่ที่ไหนก็หายใจได้ ทำไมมันจึงมีเวลาละ ถ้าคุณคิดอย่างนี้ชีวิตของคุณก็มีราคาเท่ากับลมหายใจ แล้วมันจะอยู่ที่ไหนก็มีเวลา ความรู้สึกนึกคิดมันเรื่องของนามธรรม ไม่ใช่เป็นเรื่องของรูปธรรม ดังนั้น **เพียงแต่ให้มีสติอย่างเดียวเท่านั้น ก็ารู้จักความผิดชอบอยู่ตลอดกาล ทั้งการยืน เดิน นั่ง นอน เหล่านั้น เวลามันเอยะไป เราไม่ฉลาดในเรื่องเวลาของเราเอง** อันนี้ให้คุณเอาไปพิจารณาดูมันเป็นอย่างนี้

เรื่องเวทนานี้เราจะหนีมันไปไหนไม่ได้ เราต้องรู้มัน เวทนาก็สักแต่ว่าเวทนา สุขก็สักแต่ว่าสุข ทุกข์ก็สักแต่ว่าทุกข์ มันเป็นเรื่องของสักว่าเท่านั้นแหละ แล้วเราจะไปยึดมันถือมันมันทำไม ถ้าจิตเราฉลาดแล้ว เพียงคิดเท่านั้น มันก็แยกเวทนาออกไปจากจิตได้ เวทนานี้สักว่าเวทนา มันก็เห็นสักว่าเท่านั้น ทุกข์มันก็สักว่าทุกข์ สุขมันก็สักว่าสุข มันก็แยกกันเท่านั้นแหละ แล้วมันมีอยู่ใหม่ มีแต่มันมีอยู่นอกใจ มันมีด้วยความไม่ยึดมันถือมัน ไม่ได้ไปทำความสำคัญมันหมายกับมัน มีแล้วมันก็คล้ายๆ กับว่ามันไม่มีเท่านั้นเองแหละ

นี่เรียกว่าการแยกเวทนาออกจากจิต เพราะรู้ว่าจิตมันเป็นอย่างไร เวทนามันเป็นอย่างไร จิตก็คือตัวที่เข้าไปรู้ในสุข เป็นตัวที่ละเอียดเข้าไป แล้วตามเข้าไปให้รู้ว่าสุขนั้นมันแน่หรือเปล่านั้นมันแน่หรือเปล่านั้น เมื่อเราตามเข้าไปเช่นนี้ ปัญญามันก็เกิดขึ้นที่จิต มันก็แยกสุขทุกข์ออก สุขมันก็กลายเป็นว่าสักว่าทุกข์มันก็กลายเป็นว่าสักว่า ไม่เห็นมีอะไร อะไรมันก็เป็นของสักว่าเท่านั้น เรามีความรู้อยู่อย่างนี้ตลอดต้นจนปลายเท่านั้น จิตของเรามันก็ปล่อยวาง แต่ไม่ใช่ปล่อยวางด้วยความไม่รู้นะ มันวางและก็รู้อยู่ ไม่ใช่วางด้วยความโง่ ไม่ใช่วางเพราะไม่อยากให้เป็นอย่างนั้น คือวางเพราะรู้เห็นตามความเป็นจริงว่า มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น นี่เรียกว่าเห็นธรรมชาติหรือเห็นของธรรมดา

เมื่อเรารู้เช่นนี้แล้ว เราก็เป็นผู้ชำนาญในจิต รู้จักตามรักษาจิต ฉลาดในจิตของตน เพราะฉะนั้น **เมื่อฉลาดในจิต ก็ต้องฉลาดในอารมณ์ เมื่อฉลาดในอารมณ์ ก็ย่อมฉลาดในโลก** อย่างนี้เป็นต้น นี่เป็นโลกวิทู พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้รู้แจ้งโลก อยู่ท่ามกลางสิ่งที่มันยุ่งยาก ท่านก็รู้ในสิ่งที่มันยุ่งนั้นแหละ โลกนี้เป็นของวุ่นวาย ทำไมพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงรู้แจ้งโลกได้ นี่ให้เราเข้าใจว่าธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ ไม่มีอะไรที่จะเหนือความสามารถของพวกเราทั้งหลายนั่นเอง

เพราะฉะนั้น ถ้าเรารู้จิตเป็นจิต เวทนาเป็นเวทนาเท่านั้น มันก็แยกกันออกเป็นคนละอย่างคนละตอน จิตมันก็พ้นได้สบาย อารมณ์มันก็เป็นอย่างนั้นของมันเอง เกิดแล้วก็ดับไปเท่านั้น มันเกิดแล้วก็ดับไป ดับแล้วก็เกิดแล้วก็ดับ มันก็เป็นอยู่เท่านั้น เรา รู้แล้วเราก็ปล่อยให้มันไปตามเรื่องของมันอยู่อย่างนั้น อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้รู้เห็นตามที่เป็นจริง อันนี้ปัญหามันก็จะจบลงที่ตรงนี้ เพราะฉะนั้นแม้เราจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็ขอให้มีการประพฤติปฏิบัติ มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา เรื่องที่ถึงคราวนั่งสมาธิเราก็ทำไป ให้เข้าใจว่าการทำสมาธิก็เพื่อให้เกิดความสงบ ความสงบนั้นมันจะเพาะกำลังให้เกิดเท่านั้นแหละ ไม่ใช่ใช่ว่านั่งสมาธิเพื่อจะตามไปเล่นอะไรมากมายหรอก

ดังนั้น การทำสมาธิก็ต้องให้มันสม่ำเสมอ การทำวิปัสสนาก็คือทำสมาธินั่นเองแหละ บางแห่งเขาก็ว่าบัดนี้เราทำสมาธิ ต่อไปเราจึงจะทำวิปัสสนา บัดนี้เราทำสมถะ เป็นต้น อย่าให้มันห่างกัน อย่างนั้นสิ สมถะนี้แหละคือบ่อเกิดของปัญญา ปัญญานี้คือผลของสมถะ จะไปถือว่าบัดนี้เราทำสมถะ ต่อไปเราจะทำวิปัสสนา อย่างนั้นมันแยกกันได้ก็แต่คำพูด เหมือนกับมีดเล่มหนึ่งนะ คมมันก็อยู่ข้างหนึ่ง สันมันก็อยู่อีกข้างหนึ่งนั่นแหละ มันแยกกันไม่ได้หรอก ถ้าเราจับด้ามมันขึ้นมาอันเดียวเท่านั้น มันก็ติดมาทั้งคมทั้งสันนั่นแหละ

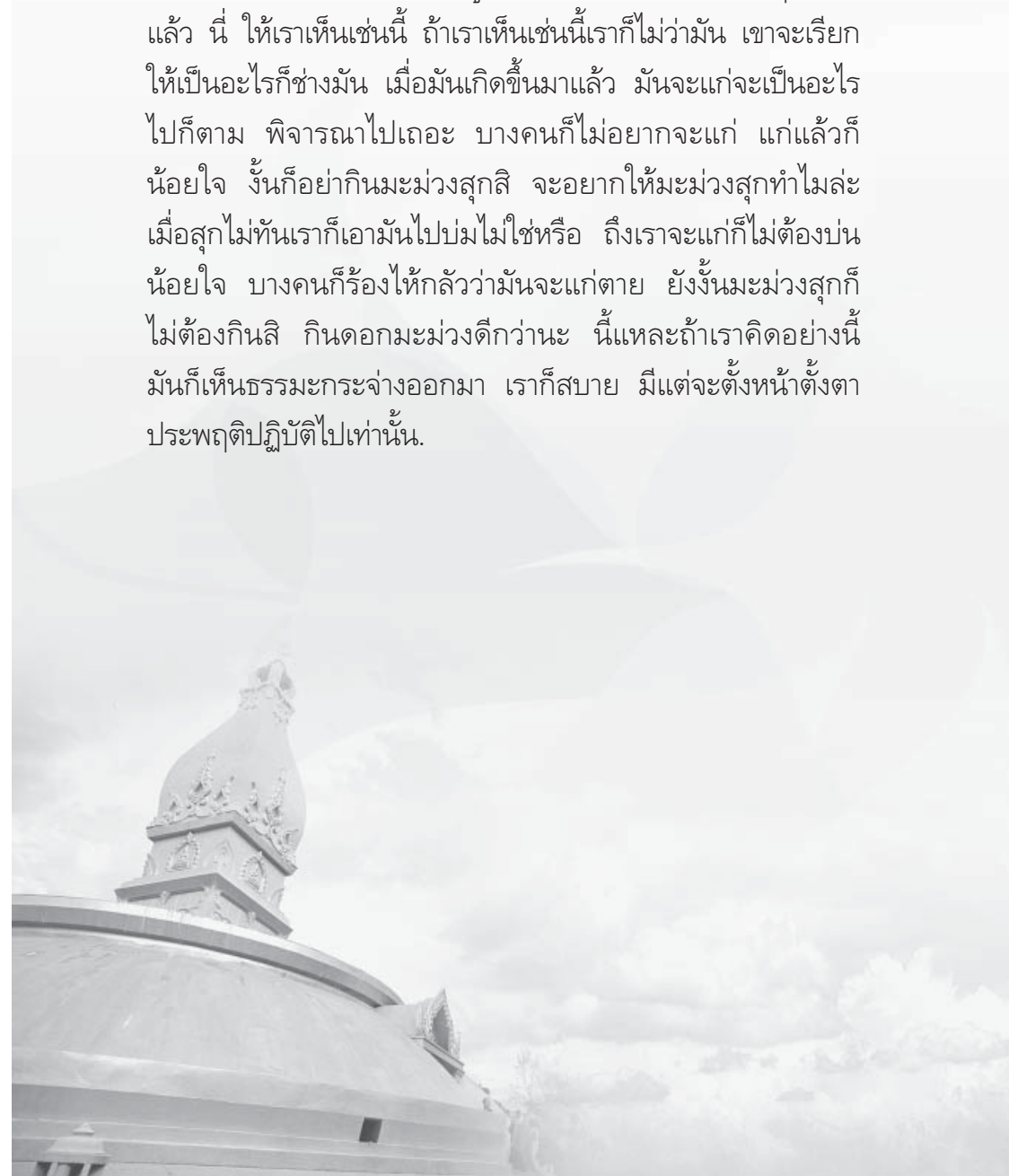


ความสงบนั้นมันก็ให้เกิดปัญญาในตรงนั้น ให้เข้าใจว่า มัน เป็นท่อนพินดุนั้นเดียวกันนั้นแหละ มันจะมีมาจากไหนละ มันไม่มี พ่อแม่เกิดมานะ ธรรมชาติจะเกิดขึ้นที่ไหน ศีลก็คือพ่อแม่ของธรรมชาติ นี่คือสงบ หมายความว่าความผิดทางกายทางใจมันไม่มี เมื่อไม่มี มันก็เป็นศีล และมันก็ไม่เดือดร้อนเพราะมันไม่มีความผิด ทีนี้ เมื่อไม่เดือดร้อนความสงบระงับมันก็เกิดขึ้นมา นี่คือจิตเกิด ความสงบขึ้นมาแล้วในตัวของมันเอง อันนี้ท่านจึงว่า ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี มันเป็นทางของพระอริยเจ้าจะดำเนินเข้าไปสู่พระนิพพาน มันเป็นอันเดียวกัน

ถ้าพูดให้สั้นเข้ามา ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี มันเป็นอันเดียวกัน ศีลก็คือสมาธิ สมาธิก็คือศีล สมาธิก็คือปัญญา ปัญญาก็คือสมาธิ ก็เหมือนมะม่วงใบเดียวกันนั้นแหละ เมื่อมันเป็นดอกขึ้นมา มันก็ดอกมะม่วง เมื่อเป็นลูกเล็กๆ ก็เรียกว่าผลมะม่วง เมื่อมันโตขึ้นมาก็เรียกว่ามะม่วงลูกโต มันโตขึ้นไปอีก ก็เป็นมะม่วงห่าม เมื่อมันสุกก็คือมะม่วงสุก มันก็มะม่วงลูกเดียวกันนั้นแหละ มันเปลี่ยนๆๆไป มันจะโตมันก็โตไปจากเล็ก เมื่อมันเล็กก็เล็กไปหาโต จะว่ามะม่วงคนละใบก็ได้ จะว่าใบเดียวกันก็ได้

ศีลก็ดี ปัญญาก็ดี มันก็เกี่ยวเนื่องกันอยู่อย่างนั้น ผลที่สุดแล้วก็ต้องเป็นมรรคเดินทางเข้าไปสู่กระแสของพระนิพพาน

มะม่วงตั้งแต่เป็นดอกมาเป็นลูก มันก็ดำเนินไปถึงที่มันสุกก็พอแล้ว นี่ ให้เราเห็นเช่นนี้ ถ้าเราเห็นเช่นนี้เราก็ไม่ว่ามัน เขาจะเรียกให้เป็นอะไรก็ช่างมัน เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันจะแก่จะเป็นอะไรไปก็ตาม พิจารณาไปเถอะ บางคนก็ไม่อยากจะแก่ แก่แล้วก็เหนื่อยใจ งั้นก็อย่ากินมะม่วงสุกสิ จะอยากให้มะม่วงสุกทำไมละ เมื่อสุกไม่ทันเราก็เอามันไปบ่มไม่ใช่หรือ ถึงเราจะแก่ก็ไม่ต้องบ่นเหนื่อยใจ บางคนก็ร้องไห้กลัวว่ามันจะแก่ตาย ยิ่งงั้นมะม่วงสุกก็ไม่ต้องกินสิ กินดอกมะม่วงดีกว่านะ นี่แหละถ้าเราคิดอย่างนี้ มันก็เห็นธรรมชาติกระจ่างออกมา เราก็สบาย มีแต่จะตั้งหน้าตั้งตาประพฤติปฏิบัติไปเท่านั้น.





## ดวงตาเห็นธรรม



พวกเราบางองค์ที่มาอาศัยการปฏิบัตินั้น อยู่ไปตั้งปีสองปี ก็ยังไม่รู้เรื่องกันเลยก็มี ไม่รู้เรื่องว่าเขาทำอะไรกัน เพราะความเข้าใจตั้งใจจดจ่อไม่มี **ความจริงการเป็นผู้ปฏิบัติใจเรานั้น เมื่อเราดูใจเราเมื่อใด ก็ให้มีสติจ้องอยู่อย่างนั้น เมื่อมีสติมันก็มี ปัญญา มองเห็นว่าไม่ว่าที่ใดก็ตาม ไม่ว่าเมื่อใดก็ตาม และไม่ว่าจะเป็นใคร พุทอะไรก็ตาม มันล้วนแล้วแต่เป็นธรรมะทั้งนั้น ถ้าเรารู้จักนำมาคิด**

**ธรรมะทั้งหลายคือธรรมชาติที่มันเป็นอยู่ของมัน มันล้วนแต่เป็นธรรมะทั้งหมด** ที่นี้เมื่อเราไม่รู้ข้อปฏิบัติ ไม่รู้วาลิงทั้งหลายคือธรรมะ เราจึงอาศัยแต่การอบรมจากครูบาอาจารย์ แต่ความ

บรรยายแก่พระภิกษุสามเณร ณ วัดหนองป่าพง เมื่อตุลาคม พ.ศ.๒๕๑๑

จริงแล้วเราควรพิจารณาสภาวะธรรมชาติรอบตัวทุกอย่าง อย่างต้นไม้อย่างนี้ ธรรมชาติของมันก็เกิดขึ้นมาจากเมล็ดของมัน แล้วมันก็โตขึ้นมาเรื่อยๆ ถ้าเราพิจารณา เราก็จะได้ธรรมะจากต้นไม้นี้ แต่เราไม่สามารถเข้าใจว่าต้นไม้นี้ให้ธรรมะได้ เมื่อมันใหญ่ขึ้นมาใหญ่ขึ้นมาจนเป็นดอก จนมันออกผล เราก็รู้เพียงว่าต้นไม้นั้นเป็นดอก มันออกผลมา แต่ไม่รู้จักน้อมเข้ามาเป็น *โอบนโยโก* คือ น้อมเข้ามาในใจของเรา เลยไม่รู้ว่ต้นไม้นี้เทศน์ให้เราฟังได้

พวกเราไม่พากันรู้จักต้นไม้นั้น มันเกิดเป็นผลขึ้นมาให้เรา ได้เคี้ยวได้ฉันได้กินตามธรรมชาติ เราก็กินไปเฉยๆ กินด้วยการไม่พิจารณารสเปรี้ยว รสหวาน รสมัน รสเค็ม เรียกว่า ไม่รู้จักพิจารณาธรรมะจากต้นไม้นี้ จากธรรมชาติ เราไม่พากันเข้าใจถึงธรรมชาติของมัน เมื่อต้นไม้มันแก่ขึ้น ใบของมันก็ร่วงลง เราก็เห็นเพียงว่าใบไม้มันร่วงลง แล้วเราก็เหยียบไป กวาดไปเท่านั้น การจะพิจารณาให้สืบคลานไปอีกก็ไม่มี อันนี้ก็คือ ไม่รู้จักว่าธรรมชาตินั้นคือธรรมะ

พอใบไม้ร่วงแล้ว ที่นี้ก็จะมียอดเล็กๆ โผล่ขึ้นมา เราก็เห็นเพียงแค่ว่ามันโผล่ขึ้นมาเท่านั้น ไม่ได้พิจารณาอย่างอื่นอีก นี่ก็ไม่เป็นโอบนโยโก คือ ไม่น้อมเข้ามาหาในตน นี่เป็นเช่นนั้น ถ้าน้อมเข้ามาหา เราจะเห็นว่า ความเกิดของเรากับต้นไม้นี้ก็ไม่แปลกอะไรกันเลย สกนธ์ร่างกายของเราเกิดขึ้นมาด้วยเหตุปัจจัยของมัน อาศัยดิน น้ำ ลม ไฟ เกิดขึ้นมาตามธรรมชาติของมัน ก็เหมือนกัน

กับเรา มันก็ไม่ได้แปลกอะไร เพราะเราก็เติบโตขึ้นมาเรื่อยๆ ทุกสิ่ง  
ทุกส่วนของมันก็เจริญขึ้นเรื่อยๆ มันเปลี่ยนสภาวะของมันไป  
เรื่อยๆ เหมือนกันกับต้นไม้ ถ้าเราน้อมเข้ามาดูแล้วจะเห็นว่า  
ต้นไม้เป็นอย่างไร เราก็เป็นอย่างนั้นเหมือนกัน

มนุษย์ทั้งหลายเกิดขึ้นมา เกิดขึ้นมาเบื้องต้น ท่ามกลาง  
แล้วก็แปรไป ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง มันแปรไป มันไม่อยู่  
เหมือนเดิม สิ่งเหล่านี้ถ้าเราไม่รู้จักต้นไม้เครือเขาเถาวัลย์เหล่านั้น  
ก็เหมือนกับเราไม่รู้จักตัวของเรา ถ้าเราน้อมเข้ามาเป็นโอบนยิก-  
ธรรม จึงจะรู้จักว่าต้นไม้เครือเขาเถาวัลย์นั้นก็เหมือนกับเรา คน  
เรา เกิดมาผลที่สุดแล้วก็ตายไป คนใหม่ก็เกิดมาต่อไป อย่างผม  
ขน เล็บหลุดร่วงไป ก็งอกขึ้นมาใหม่ สลับเปลี่ยนกันไปอย่างนี้  
ไม่หยุดสักที ความเป็นจริงนั้น ถ้าหากเราเข้าใจข้อปฏิบัติ ก็  
จะเห็นว่าต้นไม้ก็ไม่แปลกไปจากเรา จะเห็นของสะอาดของสกปรก  
ก็ไม่แปลกไปจากเรา เพราะมันเป็นอย่างเดียวกัน

ถ้าเราเข้าใจธรรมะ เข้าใจฟังธรรมะจากครูบาอาจารย์ มัน  
เปรียบเหมือนกับที่ข้างในกับข้างนอก สังขารที่มีวิญญาณครอง  
และไม่มีวิญญาณครอง นี่มันก็เหมือนกัน ไม่ได้แปลกอะไร ถ้า  
เราเข้าใจว่ามันเหมือนกันแล้ว เราเห็นต้นไม้ว่าเป็นอย่างไร เราก็  
จะเห็นขันธ์ของเรา คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร ก้อนสภนธ์  
ร่างกายของเรานี้ก็เช่นกัน มันก็ไม่ได้แปลกอะไรกัน ถ้าเรา  
มีความเข้าใจเช่นนี้ เราก็จะเห็นธรรม เห็นอาการของขันธ์ห้า

ของเราว่า มันเคลื่อนมันไหว มันพลิก มันแพลง มันเปลี่ยน  
มันแปรไปไม่มีหยุด

ที่นี้ ไม่ว่าจะเราจะยืน จะเดิน หรือนั่ง หรือนอน ใจของเรา  
จะมีสติคุ้มครองระวังรักษาอยู่เสมอ เมื่อเห็นของภายนอกก็เห็น  
ของภายใน ถ้าเห็นของภายในก็เห็นของภายนอก เพราะมัน  
เหมือนกัน ถ้าหากว่าเราเข้าใจอย่างนี้ เราก็ได้ฟังเทศน์ของพระ  
พุทธเจ้าแล้ว ถ้าเข้าใจอย่างนี้เรียกว่า “พุทธภาวะ” คือ ผู้รู้เกิดขึ้น  
มาแล้ว เกิดขึ้นมาแล้ว มันรู้แล้ว รู้อาการภายนอก รู้อาการภายใน  
รู้ธรรมทั้งหลายต่างๆ ที่มันเป็นมา ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ แม้เรา  
นั่งอยู่ได้ร่มไม้ก็เหมือนกันกับพระพุทธรูปเจ้าท่านเสด็จมาเทศน์โปรดเรา  
เราได้ฟังเทศน์ของพระพุทธรูปก็อยู่เสมอ เราจะยืน จะเดิน จะนั่ง  
จะนอน ก็ได้ฟัง เราจะได้เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส  
โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ อันนี้เราก็ได้ฟังเทศน์อยู่เสมอ เหมือน  
กับพระพุทธรูปเจ้าเทศน์ให้เราฟัง **พระพุทธรูปก็คือผู้รู้ที่อยู่ในใจของ  
เรานี้แหละ**

รู้ธรรมเหล่านี้แล้ว เห็นธรรมเหล่านี้แล้ว ก็พิจารณาธรรม  
อันนี้ได้ ไม่ใช่ว่าพระพุทธรูปเจ้าท่านนิพพานไปแล้ว ท่านจะมาเทศน์  
ให้เราฟัง พุทธภาวะคือตัวผู้รู้ คือดวงจิตของเรานี้เกิดรู้ เกิดสว่าง  
มาแล้ว ตัวนี้แหละจะพาเราพิจารณาธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ธรรม  
ก็คือพระพุทธรูปองค์นี้แหละ ถ้าตั้งพุทธรูปเอาไว้ในใจของเรา คือ  
ความรู้สึกลับมันมีอยู่อย่างนี้ เราเห็นหมด เราก็พิจารณาไป มันก็

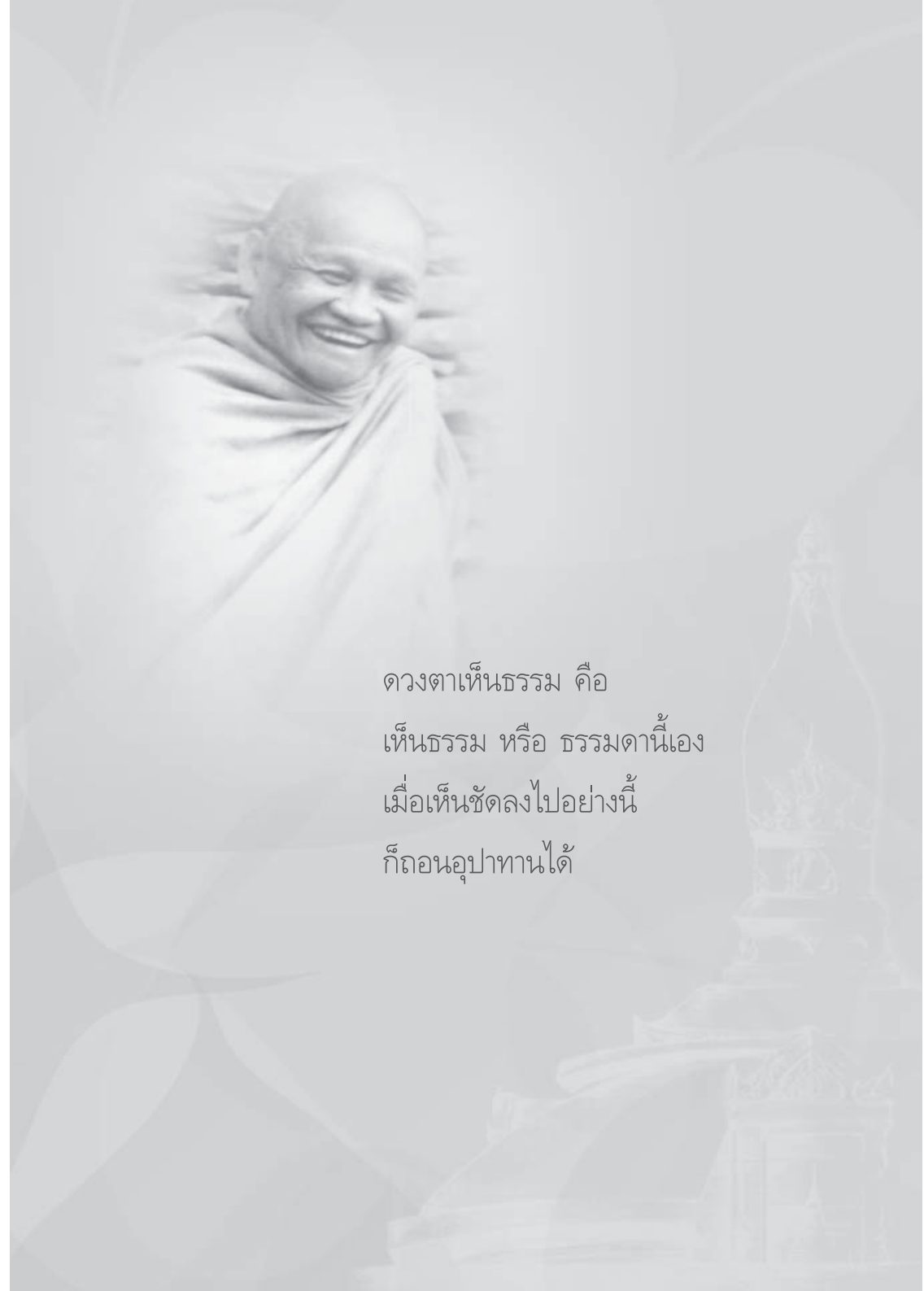
ไม่แปลกจากเรา เห็นสัตว์ก็ไม่แปลกจากเรา เห็นต้นไม้ก็ไม่แปลก เห็นคนทุกข์คนจนก็ไม่แปลกกัน เห็นคนร่ำรวยก็ไม่แปลกกัน เห็นคนดำคนขาวก็ไม่แปลกกัน เพราะสิ่งเหล่านี้มันตกอยู่ใน สามัญลักษณะอันเดียวกัน คือ ลักษณะอันเดียวกัน

ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ ก็เรียกว่าผู้นั้นอยู่ที่ไหนก็สบาย จะได้มี พระพุทธเจ้าเทศน์โปรดเสมอเลยทีเดียว ถ้าผู้ไม่เข้าใจอย่างนี้ ไม่ เข้าใจในเรื่องนี้ ก็ให้หนีไกลจะพึงเทศน์กับอาจารย์อยู่เรื่อยไป เลยไม่รู้จักธรรมะ

ที่พระบรมศาสดาของเราท่านตรัสว่า ตรัสรู้ธรรมนั้น ก็คือรู้ ธรรมชาติเหล่านี้แหละ ธรรมชาติที่มันเป็นอยู่นี้แหละ ถ้าเราไม่ รู้จักธรรมชาติธรรมดาอันนี้ พอเราเห็นเข้า เราก็กระตือรือร้น ตื่นเต้น มีความร่าเริงจนหลงอารมณ์ จึงมีโศกเศร้าเสียใจ เพราะ หลงอารมณ์หลงธรรมชาติเหล่านี้แหละ เมื่อมัวหลงธรรมชาติอันนี้ มันก็คือไม่รู้จักธรรมะนั้นเอง

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงชี้ธรรมชาติ คือ ธรรมชาติ หรือธรรมดาว่า มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เกิดมาแล้วก็เปลี่ยน ไป แปรไปแล้วดับไปเป็นธรรมดา จะเป็นตัวว่าสุขก็เหมือนกัน จะเป็นตัวว่าทุกข์ก็เหมือนกัน อย่างวัตถุที่เราปั้นขึ้น เช่น ถ้วย หม้อต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อถูกปั้นขึ้นมา ก็เกิดจากเหตุจาก ปัจจัย คือความปรุงแต่งของเราขึ้นมาจากที่หนึ่งเช่นกัน ครั้นได้

ดวงตาเห็นธรรม คือ  
เห็นธรรม หรือ ธรรมดาตัวเอง  
เมื่อเห็นชัดลงไปอย่างนี้  
ก็ถอนอุปาทานได้



ใช้ไป มันก็เก่าไป แรกไป สลายไป มลายไปได้ เพราะเป็นธรรมดาของมัน ต้นไม้ ภูเขา แก้วพลีต่างๆ ก็เหมือนกัน ตลอดคนมนุษย์ ลัทธิเดียดรณาก็เหมือนกัน มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น มีความแปรไปเป็นธรรมดาเช่นนั้น

เมื่อท่านอัญญาโกณฑัญญะท่านฟังเทศน์เป็นปฐมสาวกนั้น ท่านไม่ได้เข้าใจอะไรมากมาย ท่านเข้าใจว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น แล้วมีความแปรไปเป็นธรรมดา แล้วผลที่สุดก็มีความดับเป็นธรรมดาของมัน เมื่อก่อนนี้พระอัญญาโกณฑัญญะนั้นไม่เคยได้มีความนึกหรือความคิดอย่างนี้เลย หรืออีกนัยหนึ่งก็คือไม่เคยพิจารณาให้แจ่มแจ้งเลยสักครั้ง ฉะนั้น พระอัญญาโกณฑัญญะ จึงไม่ได้ปล่อยหรือไม่ได้วาง คือมีอุปาทานในขั้นนี้ ทั้งห้านี้อยู่ ต่อเมื่อได้มาฟังเทศน์ของพระบรมศาสดาของเรา ขณะนั้นฟังมีพุทธภาวะเกิดขึ้น ได้มองเห็นธรรมว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นของไม่แน่นอน มันเป็นธรรมชาติหรือธรรมดานี้เอง ท่านจึงบอกได้ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น แล้วมีความแปรไป สิ่งเหล่านี้ดับไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติอันนี้มันเป็นอยู่อย่างนี้เสมอ ความเห็นของพระอัญญาโกณฑัญญะในขณะที่ฟังนั้นเป็นความรู้สึกแปลก แปลกจากในอดีตหรือกาลก่อนที่ได้เคยพิจารณามา อันนี้รู้เท่าถึงดวงจิตจริงๆ เป็นได้ว่า “พุทธะ” คือผู้รู้เกิดขึ้นมาในเวลานั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงเรียกว่า พระอัญญาโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรมแล้ว

ดวงตาเห็นธรรมนั้น คือดวงตาเห็นอะไร คือดวงตาเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเบื้องต้น ความแปรไปเป็นท่ามกลาง ความดับเป็นที่สุด สิ่งใดสิ่งหนึ่งก็คือทั้งหมด จะเป็นรูปก็ช่าง จะเป็นนามก็ตาม สิ่งใดสิ่งหนึ่งครอบคลุมเลยทีเดียว ได้แก่ ธรรมชาติทั้งหมดเป็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะเป็นรูปธรรมก็ช่าง จะเป็นนามธรรมก็ตาม เกิดขึ้นแล้วก็แปรดับไป อย่างตัวสกนธ์ร่างกายของเราก็เหมือนกัน มันเกิดแล้วก็แปรไปตามธรรมดาของมัน แล้วมันก็ดับไป

อย่างเด็กก็แปรจากเด็ก ดับจากเด็กมาเป็นหนุ่ม จากหนุ่มก็ดับไปเป็นแก่ จากแก่ก็ดับไปเป็นชรา จากชราก็ตาย ต้นไม้ ภูเขา แก้วพลี ก็เหมือนกัน เบื้องต้นก็เหมือนกัน มันแปรไป แล้วก็แก่ไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ธรรมชาติเหล่านี้ เรียกว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความเห็นหรือความเข้าใจอันเกิดมาจากผู้รู้ในคราวที่นั่งฟังธรรมอยู่นั้น เข้าไปถึงใจของพระอัญญาโกณฑัญญะ จนเป็นเหตุให้ถอนตัวอุปธิหรืออุปาทานออกจากสังขารทั้งหลายทั้งปวงนั้นได้ เป็นต้นว่า สักกายทิฐิ คืออาการที่ไม่ถือเนื้อถือตัวทั้งหลายนี้ เห็นตามสกนธ์ร่างกายของเราแล้ว ก็ไม่เห็นว่าเป็นตัวเป็นตนของเรา เห็นชัดลงไปจนเป็นเหตุให้ถอนจากอุปาทานนั้น ไม่ถือตัวซึ่งเป็นสักกายทิฐิ และไม่มีวิจิภิจฉา

เมื่อถอนอุปาทานออกมาจากความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ก็มีได้สงสัยเลยในธรรมทั้งหลายหรือในความรู้ทั้งหลาย เข้าไปเห็นธรรม

ทั้งหลายเหล่านี้แล้วก็เปลี่ยนออกไปเลยทีเดียว รู้ว่านี่ วิจิกิจฉา นี่ สลัปปตปรามาส การปฏิบัติของท่านนั้นแน่วตรงเข้าไป ไม่ได้เคลือบแคลงสงสัย ไม่ได้ลุ่มหรือไม่ได้คลำ ถึงแม้ว่าสกนธ์ร่างกาย มันจะเจ็บมันจะไข้เป็นไปอย่างไร ท่านก็ไม่ลุ่มไม่คลำมัน ไม่ได้สงสัยเสียแล้ว การที่ไม่ได้สงสัยนี้ก็คือถอนอุปาทานออกมาแล้ว ถ้ามีอุปาทานอยู่ก็ต้องไปลุ่มไปคลำในสกนธ์ร่างกายนี้ อากาโรรูปคลำในสกนธ์ร่างกายนี้เป็นสลัปปตปรามาส เมื่อถอนสักกายทิฐิ ออกจากกายนี้ สลัปปตปรามาสก็หมดไป วิจิกิจฉาก็เลิก สลัปปตปรามาสก็เลิก ถ้ายังมีสลัปปตปรามาสอยู่ วิจิกิจฉาก็อยู่ อุปาทานก็ยังอยู่

อันนี้แสดงว่าธรรมะที่สมเด็จพระบรมศาสดาของเราท่านแสดงคราวนั้น **พระอัญญาโกณฑัญญะฟังแล้วได้ดวงตาเห็นธรรม ดวงตาอันนั้นก็คือผู้รู้แจ้งนั่นเอง เรียกว่า ดวงตาเห็นธรรม คือเห็นธรรมหรือธรรมตาอันนี้เอง** เมื่อเห็นชัดลงไปอย่างนี้ก็ถอนอุปาทานได้ ฉะนั้น การถอนอุปาทานได้นี้จึงรู้สึกว่ามันเกิดผู้รู้ขึ้นมาจริงๆ เมื่อก่อนก็รู้อยู่เหมือนกันแต่มันถอนอุปาทานไม่ได้ นั่นเรียกว่า ผู้รู้ธรรมอยู่แต่ไม่เห็นธรรม เห็นธรรมอยู่แต่ไม่เป็นธรรม เพราะไม่รู้ตามสภาวะของมัน ฉะนั้น พระบรมศาสดาท่านจึงตรัสว่า “อัญญาสิ อัญญาสิ ะตะโภ โภณฑัญโญ, โภณฑัญญะ ได้รู้แล้วหนอ รู้แล้วหนอ” รู้อะไรละ ท่านรู้อะไร ก็คือได้รู้ธรรมชาติที่มันเป็นอยู่นี้เอง

เราทั้งหลายมักหลงธรรมชาติ อย่างสกนธ์ร่างกายนี้ กายของเราประกอบขึ้นด้วยดิน น้ำ ไฟ ลม มันก็เป็นธรรมชาติที่เรียกว่าวัตถุที่มองเห็นด้วยตา มันอยู่ด้วยอาหาร เจริญมา เจริญมา เจริญขึ้นมาแล้วก็แปรไป ถึงที่สุดมันก็ดับไปเช่นกัน

ส่วนข้างในนั้น ผู้คุ้มครองอยู่ซึ่งกายนี้ ก็คือ วิญญาณ ผู้รู้ นี้แหละ ผู้รู้ผู้เดียวนี้แหละ ถ้าไปรับทางตาก็เป็นจักขุวิญญาณ ถ้าไปรับทางหูก็เรียก โสทวิญญาณ ถ้าไปรับทางจมูกก็เรียก ฆานวิญญาณ ไปรับทางลิ้นก็เรียก ชิวหาวิญญาณ ไปรับทางกายก็เรียก กายวิญญาณ รับทางจิตมโนนี้เรียก มโนวิญญาณ

ตัววิญญาณนี้ตัวเดียว เกิดขึ้นที่ไหนก็เรียกว่าผู้รู้ทั้งนั้น ไปรู้ทางตาก็เรียกไปอย่างหนึ่ง ไปรู้ทางหู จมูก ก็เรียกไปอย่างหนึ่ง รู้ที่ตา รู้ที่หู รู้ที่จมูก รู้ที่ลิ้น รู้ที่กาย รู้ที่จิต มันก็ตัวผู้รู้อันเดียว นี้แหละ ผู้รู้อันเดียวนี้ไม่ใช่ผู้รู้อื่น ตัวผู้รู้อันเดียวนี้เรียกว่าวิญญาณ ก็วิญญาณหกอย่างนี้แหละ ชื่อมันหกเฉยๆ คือมันไปรู้อยู่ที่นั่น บ้างที่นี้บ้าง รู้ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้แหละ ไปรู้ที่ตา บ้าง รู้ที่หูบ้าง รู้ที่จมูกบ้าง ที่ลิ้นบ้าง ที่กายบ้าง ที่จิตบ้าง เขาจึงเรียกว่าหก ความเป็นจริงมันไม่มีหกหรอก มันไปรู้ในช่องทั้งหก เท่านั้นแหละ เพราะช่องทั้งหกมันเป็นประตูผ่านเข้ามาสู่ผู้รู้อันเดียว ผู้รู้ผู้เดียวสามารถจะรู้ไปทั่วถึงในทวารทั้งหกอย่างนี้ เราจึงเรียกว่า วิญญาณหก

วิญญาณหกนี้แยกออกโดยปริยัติ ความเป็นจริงมีผู้รู้ผู้เดียวเท่านั้น รู้ทางตาที่ว่าอย่างหนึ่ง รู้ทางหูที่ว่าอย่างหนึ่ง รู้ทางจมูกทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ก็ว่าอย่างหนึ่ง ความเป็นจริงก็คือคนผู้เดียวนี้เองแหละ วิญญาณคือผู้รู้ผู้เดียว คือดวงจิตของเรา ผู้รู้นี้แหละจะเป็นเหตุให้มีอำนาจสามารถรู้สภาวะหรือธรรมชาติ ตามเป็นจริง ถ้าตัวนี้ยังมีเครื่องปกปิดอยู่เมื่อใด รู้อันนี้ท่านเรียกว่า *โมหธรรม* คือ รู้ไปในทางที่ผิด รู้ผิด เห็นผิด ก็ตัววิญญาณตัวเดียวนี้แหละ ผู้รู้ตัวเดียวนี้เอง ไม่เป็นตัวอื่นอีก รู้ผิดเห็นผิด รู้ถูกเห็นถูก ก็ตัวเดียวนี้เอง เพราะเช่นนี้ท่านจึงว่าเป็นมิจฉาทิฐิ สัมมาทิฐิไม่มีสองตัว มีตัวเดียว ผิดก็เกิดขึ้นจากตัวเดียว ถูกก็เกิดขึ้นจากตัวเดียว

เมื่อโมหะเกิดในทางที่ผิดก็เรียกว่า โมหะมันกำบัง ความรู้อันนี้มันก็ผิดไป เมื่อความรู้ผิด มันก็มีความเห็นผิด ดำริผิด การงานผิด เลี้ยงชีวิตผิด ผิดไปหมด เป็นมิจฉาทิฐิ คือความเห็นผิด ความเห็นชอบก็เกิดจากผู้รู้ผู้เดียว ถ้ามันชอบแล้วความไม่ชอบมันก็หายไป ถ้ามันถูกแล้ว ความผิดมันก็หายไป ฉะนั้นสมเด็จพระบรมศาสดาท่านประพาศหรือปฏิบัติอยู่นั้น ทรงทราบสภนธ์ร่างกายของท่านด้วยเรื่องอาหารการบริโภคต่างๆ จนร่างกายของท่านชุ่มผอมลงไป อย่างที่เราเรียนมา ฟังมา แล้วท่านก็พิจารณาเข้าไป พิจารณาเข้าไป เข้าไป เข้าไป แล้วก็ถอนออกมา ได้ความรู้ว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายนี้ตรัสรู้ทางจิต เพราะกายนี้มัน

ไม่รู้จักอะไร กายนี้จะให้มันกินก็ได้ จะไม่ให้มันกินก็ได้ ฆ่ามันทิ้งเมื่อไรก็ได้ กายนี้ฆ่าทิ้งก็ได้

เมื่อท่านได้ความรู้แล้วว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายบำเพ็ญทางจิต การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าทั้งหลายอยู่ที่รู้จิต เมื่อท่านมาพิจารณาถึงจิตของท่าน ท่านก็ได้บอกจากการปฏิบัติธรรมกาย เมื่อท่านแสดงธรรมเรื่องกามสุขัลลิกานุโยโค อตตกิลมณานุโยโค ท่านจึงแสดงขึ้นอย่างชัดแจ้งเลยทีเดียว เพราะท่านได้เห็นแล้ว ธรรมเทศนาอันนี้มันจึงชัดในใจของพวกคนทั้งหลาย

กามสุขัลลิกานุโยคินั้น คือใจของเรามันลุ่มหลงอยู่ในความสุข ลุ่มหลงอยู่ในความสบาย ลุ่มหลงอยู่ในความดีใจ ลุ่มหลงว่าเราดีว่าเราเลิศ เราประเสริฐ อาศัยอยู่ในความสุขนี้ อันนี้ก็ไม่ใช้หนทางที่บรรพชิตจะพึงเดินเข้าไป เพราะมันเป็นกามสุขัลลิกานุโยโค ส่วนอาการที่ไม่พอใจ อาการที่เป็นทุกข์ใจ อาการที่ไม่ชอบใจ อาการที่กริ้วที่โกรธ อันนี้ก็เป็นอตตกิลมณานุโยโค ไม่ได้เกิดประโยชน์อะไร ธรรมสองอย่างนั้น ท่านจึงว่า ไม่ใช่หนทางของบรรพชิตจะพึงเดิน

คำว่า “หนทาง” นั้นก็คือ อาการที่มันดีใจหรือเสียใจที่เกิดขึ้นมา คำว่า “ผู้เดินทาง” นั้นก็คือ ตัวผู้รู้ของเรานั้นแหละ ไม่ควรเดินไปในอาการที่มันดีใจหรือเสียใจนั้น ผู้เดินทางของเราก็คือตัวจิตนี้เอง ทางนั้นเรียกว่าอาการ ผู้เดินทางก็คือดวงจิต ถ้าดีใจก็ไปยึดเอาความดีใจเอาไว้ด้วย นี่เป็นกามสุขัลลิกานุโยโค ถ้าหาก



ว่าอารมณ์ที่ไม่ดีไม่ชอบใจ เราก็เข้าไปยึดหมายอุปาทานว่าไม่ดีใจ ไม่ชอบใจ นี่ก็เรียกว่ามันเข้าไปเดินในทางอันนี้ เป็นอรรถกถิลมถานุโยโค นี่ก็ไม่ดี ข้างนี้ก็สุข ข้างนี้ก็ทุกข์

**ท่านจึงว่า กามสุขัลลิกานุโยโค และอรรถกถิลมถานุโยโค** ทางสองอย่างนี้ไม่ใช่ทางของสมณะ เป็นธรรมของชาวบ้าน ชาวบ้าน เขาหาสิ่งที่เป็นสุขสนุกสนาน อันเกิดทุกข์ไม่สบาย เราไม่ชอบ ฉะนั้น พวกชาวมนุษยโลกทั้งหลาย จึงไปอาศัยความสุขและทุกข์ สลับเปลี่ยนกันอยู่อย่างนั้น ความสุขทุกข์นั้นแหละก็คือทางเดินสายโลกละ มันมีสุขแล้วก็มีทุกข์ มีทุกข์แล้วก็มีสุข ของเหล่านี้เป็นของไม่แน่นอน ปะปนกันไปอยู่ตลอดจนปลายทาง ฉะนั้น มันจึงเป็นธรรมของบุคคลที่ลุ่มหลงอยู่ในโลก ผู้ที่ไม่สงบ ผู้สงบนั้นท่านไม่เดินทางนั้น แต่ว่าทางนั้นท่านก็เห็น

อาการที่สุขท่านก็เห็น อาการทุกข์ท่านก็เห็น แต่ท่านไม่มีอุปาทานยึดแน่นแนกับมัน ไม่เอาจริงจ้งกับมัน ท่านไม่เดิน แต่ท่านรู้ รู้หนทางของมัน อาการใดที่ไม่ชอบใจเกิดขึ้นมา นั่นก็เป็นหนทาง ท่านก็เห็นเหมือนกัน แต่ท่านไม่เดินตามมันไป ท่านไม่มันหมายมัน ไม่มีอุปาทานกับมัน ท่านก็เห็นทางเหมือนกัน แต่ว่าท่านไม่เดิน นี่เรียกว่าท่านผู้เห็นทาง

ผู้สงบแล้วก็เห็นทางที่ไม่สงบ จึงเป็นผู้สงบอยู่ได้ ทางที่เป็นสุขหรือทางที่เสียใจทางที่ดีใจ ล้วนแต่เป็นทางที่ผิดทั้งนั้น

ท่านผู้รู้ทั้งหลายท่านก็รู้จัก รู้อยู่ มันเกิดกับท่านอยู่เหมือนกัน แต่ท่านไม่เอาจริงเอาจ้งกับมัน ปล่อยมันไป วางมันไป ละมันไป

ท่านผู้สงบแล้วคือสงบจากอะไร สงบจากความดีใจ สงบจากความเสียใจ สงบจากความสุข สงบจากความทุกข์ สุขทุกข์นั้นไม่มีหรือมีอยู่แต่ไม่มีในใจ ก่อนจะมีในใจนั้น ใจก็เป็นผู้รู้เสียแล้ว เป็นผู้รู้จักชอบเสียแล้ว รู้ดีเสียแล้ว อาการสุขก็เกิดขึ้นได้ แต่ก็ไม่ได้หมายถึงสุข อาการทุกข์ก็เกิดขึ้นที่นั่น แต่ก็ไม่ได้หมายถึงทุกข์ นั่นถ้ารู้อย่างนี้เรียกว่ามีความเห็นชอบ

นี่ถ้าท่านไม่ยึดไม่หมาย ท่านก็ปล่อย ความสุขความทุกข์ เป็นธรรมชาติ ธรรมชาติหรือธรรมตามมันเป็นเช่นนั้น ถ้าเรารู้เท่าแล้ว สุขหรือทุกข์มันเป็นโมฆะ ไม่มีความหมายกับใคร ไม่มี ความหมายกับจิตของพระอรียเจ้าทั้งหลายผู้เข้าไปถึงแล้ว มันมีอยู่แต่ไม่มีความหมาย ท่านรับทราบไว้เฉยๆ รับทราบไว้ว่าสุขหรือทุกข์ ร้อนหรือเย็น ท่านรับทราบอยู่ ไม่ใช่ว่าท่านไม่รับทราบ

สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงตรัสว่า พระอรหันต์ทั้งหลาย นั้นไกลจากกิเลส ความเป็นจริงแล้ว ไม่ใช่ว่าท่านจะไกลไปไหน ไม่ใช่ว่าท่านจะหนีไปจากกิเลส ไม่ใช่ว่ากิเลสจะหนีไปจากท่าน มันมีอยู่อย่างนั้นแหละ มีอยู่อย่างนั้น ท่านจึงเปรียบเหมือนกับน้ำกับใบบัว ใบบัวก็อยู่กับน้ำ น้ำก็อยู่กับใบบัว ถึงแม้ใบบัวกับน้ำ จะอยู่ด้วยกันก็จริง เมื่อน้ำกระเด็นขึ้นมาบนใบบัว น้ำก็กลิ้ง ถูกกันอยู่เหมือนกัน แต่น้ำไม่สามารถซึมซาบเข้าไปในใบบัวได้

กิเลสทั้งหลายก็เปรียบเหมือนน้ำ จิตของผู้ประพฤติปฏิบัติ ก็คือใบบัว ถูกกันอยู่ ไม่หนีไป แต่ทำไมไม่ซึมซาบเข้าไป จิตของ พระโยคาวจรเจ้าผู้ปฏิบัติก็เหมือนกัน ไม่ได้หนีไปไหน อยู่ที่นั่นแหละ ความดีมาก็รู้ ความชั่วมาก็รู้ ความสุขมาก็รู้ ความทุกข์มาก็รู้ ความชอบมาก็รู้ ความไม่ชอบมาก็รู้ รู้หมด รู้หมดอยู่ที่นั่น แต่ที่ท่านรับทราบไว้เฉยๆ มันไม่ได้เข้าไปในจิตของท่าน เรียกว่า ไม่มีอุปาทาน เป็นผู้รับทราบไว้เรื่อยๆ เรื่อยๆ ไป

อาการที่ท่านรับทราบไว้ นั่นก็อย่างที่ภาษาเราว่า รับทราบไว้ วางใจเป็นกลางๆ วางใจเป็นกลางตามภาษาสามัญว่ารับทราบไว้ คือไม่ไปแตะไปต้อง รับทราบไว้เฉยๆ อาการเช่นนี้ เหล่านี้มีอยู่ ตลอดกาลตลอดเวลา เพราะสิ่งเหล่านี้มันมีอยู่ในโลก มันมีโลก พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสรู้อยู่ในโลก ท่านเอาอาการของโลกนี้ไปพิจารณา **ถ้าท่านไม่ได้พิจารณาโลก ก็ไม่เห็นโลก ท่านก็จะอยู่เหนือโลกไม่ได้**

ฉะนั้น องค์พระบรมครูของเราตรัสรู้ก็ด้วยเอาเรื่องของโลกนี้แหละ มารู้เท่าโลกนี้เอง โลกก็ยังอยู่อย่างนั้น สรรเสริญก็มี นินทาก็มี ลาภก็มี เสื่อมลาภก็มี ยศก็มี เสื่อมยศก็มี สุขทุกข์ก็มี ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้ก็ไม่มีอะไรจะตรัสรู้ เมื่อท่านตรัสรู้ตามเป็นจริงแล้ว คือรู้โลกนี้ *โลกธรรม* ธรรมอันครอบงำสัตว์โลกอยู่ สัตว์โลก ย่อมเป็นไปตามธรรม ครอบหัวใจสัตว์ ครอบหัวใจคน มีลาภ เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ เป็นของโลก

ถ้าหากว่าใจมนุษย์ทั้งหลายเป็นไปตามอำนาจสุข ทุกข์ นินทา เป็นไปตามอำนาจมัน นั่นแหละคือโลก ท่านจึงเรียกว่า **โลกธรรมเป็นธรรมอันหนึ่ง ทำให้มองไม่เห็นทางมรรคแปดที่จะเดินไปหาทางพ้นทุกข์นั้น** มีแต่โลกท่วมหัวอยู่นี้ ชื่อว่าสัตว์โลก เป็นไปตามธรรม ธรรมนั้นมันให้สัตว์เป็นโลก โลกก็เดินไปตามธรรมนั้น มันจึงเป็นโลกธรรม ผู้อยู่ในโลกธรรมคือเป็นสัตว์โลก วุ่นวายอยู่ตลอดเวลาตลอดกาลตลอดเวลา

ฉะนั้น **ในการประพฤติหรือปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา ท่านจึงสอนว่า ให้เจริญมรรคคือตัวปัญญา รวมแล้วคือปฏิบัติดี ให้มันยิ่ง สมภาให้มันยิ่ง ปัญญาให้มันยิ่ง นี่คือการทำลายโลกนี้...หนทางเดินเข้าไปทำลายโลก โลกมันอยู่ที่ไหนล่ะที่นี้ โลกมันอยู่ที่ใจของสัตว์ที่ลุ่มหลงนั่นแหละ อาการที่มันติดลาภ ติดยศ ติดสรรเสริญ ติดสุข ติดทุกข์ นั่นแหละ เมื่อมีอยู่ในใจเมื่อใด ใจก็เป็นโลก เมื่อใจเป็นโลก อยู่ที่ไหนโลกก็อยู่ที่นั่นแหละ**

ต้นเหตุที่โลกจะเกิดขึ้นมา ก็เกิดจากความอยาก ถ้าดับความอยาก ก็คือดับโลก ความอยากเป็นบ่อเกิดของโลกทั้งหลาย ฉะนั้น เมื่อเรามาประพฤติหรือปฏิบัติแล้ว เราจึงเดินทางศีล สมภา ปัญญา นี่ท่านว่า **โลกธรรมแปดและมรรคแปดเป็นของคู่กัน** ทำอย่างไรจึงเป็นของคู่กัน ถ้าหากว่าเราพูดทางปริยัติของเราแล้ว ก็พูดได้ว่า ลาภ เสื่อมลาภ ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ นี่ก็แปดอย่างในทางโลก ส่วนในทางธรรมก็มีมรรคแปด

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว  
สัมมาวาโย สัมมาสติ สัมมาสมาธิ รวมแล้วก็แปดอย่างเหมือนกัน

ทางสองแปด<sup>๑</sup> นี้ะมันอยู่ที่เดียวกัน ไม่ได้อยู่คนละที่ พวก  
ยินดีในลาภ ยศ สรรเสริญ ก็อยู่ในใจนี้ ใจผู้รู้นี้ แต่ผู้รู้นี้มีเครื่อง  
ปกปิดเอาไว้จึงให้รู้ผิดไป มันก็เลยเป็นโลก ผู้รู้นี้ยังไม่มีพุทธภาวะ  
เกิดขึ้นมา จึงถอนตัวออกไม่ได้ จิตใจขณะนี้ก็เลยเป็นโลก

เมื่อเราได้มาปฏิบัติ มาทำศีล ทำสมาธิ ทำปัญญา ก็คือ เอา  
กาย เออวาจา เอาใจนี้มาประพฤติปฏิบัติที่โลกธรรมมันแฝงอยู่  
นี้แหละ ที่มันยินดีในลาภ ในยศ ในสรรเสริญ ในสุข ในทุกข์  
นี้แหละ มาทำลงที่เดียวกัน ถ้าเมื่อเราได้มาทำลงที่เดียวกันนี้ ก็  
เลยเห็นมัน เห็นโลกเห็นธรรมมันขวางกันเลยทีเดียว ไม่มีลาภก็  
คิดอยากได้ลาภ มียศก็ติดยศ มีสรรเสริญก็ติดสรรเสริญ มีสุข  
ก็ติดสุข มีทุกข์ก็ติดทุกข์ มีนินทาก็ติดนินทา **ถ้าเรามาปฏิบัติลง  
ที่ใจของเรา มันก็จะได้เห็นโลกเห็นธรรมชัด**

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาจึงตรัสว่า “*สู่อันตรายจงมาดู  
โลกนี้อันตรายการดูจราชรถ อันพวกคนเขลาทั้งหลายขลุกลงอยู่  
หมกอยู่ แต่ผู้รู้หาซ่องอยู่ไม่*” ไม่ใช่ที่ท่านให้ไปดูโลกทั้งโลก หรือ

<sup>๑</sup> ทางสองแปด หมายถึง โลกธรรมแปด และ มรรคมีองค์แปด

ทั้งประเทศ ไม่ใช่อย่างนั้น ให้ดูจิตที่มันอาศัยโลกเป็นอยู่ ไม่ว่าจะ  
จะอยู่ที่ไหน ทำอะไร ก็ให้ดูโลกอยู่เสมอ

ให้ดูจิต พิจารณาถึงโลก เพราะโลกมันเกิดขึ้นอยู่ที่ใจ ความ  
อยากเกิดที่ไหนโลกก็เกิดที่นั่น เพราะความอยากเป็นบ่อเกิดของ  
โลก ถ้าดับความอยากก็คือ ดับโลก มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ฉะนั้น  
เมื่อเราปฏิบัติแล้ว มาเจริญมรรค มาตั้งสมาธิ อยากให้มันสงบ  
มันก็ไม่สงบ ไม่อยากให้มันนึกคิด มันก็นึกคิด เพราะไปนั่งใส่  
รังมดแดง รังมดอยู่ทีนั้นก็เอากันไปนั่งทับมันอย่างนั้น มันก็กัด  
เอาสิ ใจของเรามันเป็นโลกอยู่ มาปฏิบัติมันก็เกิดโลกขึ้นมาเลย  
ความดีใจ ความเสียใจ ความวุ่นวาย ความเดือดร้อนก็เกิดขึ้นมา  
ทันที เพราะอะไรล่ะ เพราะเราไม่บรรลุถึงธรรม เพราะใจเราเป็น  
อยู่อย่างนี้

ผู้ประพฤติปฏิบัติไม่ได้ ก็เพราะทนโลกธรรมไม่ได้ จึงไม่ได้  
พิจารณา ฉะนั้น จึงเหมือนกันกับเราไปนั่งในรังมดแดงนั้นแหละ  
ก็มดมันอยู่ที่นั่น ไปนั่งที่บ้านของมัน มันก็กัดเอานะสิ ถ้ามัน  
กัดเรา เราจะทำอย่างไรล่ะ เราก็หาวิธีทำลายมันเสีย เอายามา  
กันมัน กลบมันเสีย เอาไฟมาเผามันเสีย หรือทำให้หนีจากที่นั่น  
เสีย นี่คือการปฏิบัติ แต่ผู้ปฏิบัติบางคนไม่ได้คิดอย่างนั้น ถ้ามัน  
ไม่สบายก็ไปกับมันเลย มันว่าสบายก็ไปกับมันเลย ไปกับลาภ ยศ  
สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ ไปกับมันเลย ไม่พាក់ระงับเหล่านี้  
ดังนั้น มันจึงเป็นโลก

ฉะนั้น ผู้ที่ทดลองปฏิบัติแล้วพูดว่าปฏิบัติไม่ได้ ไปไม่ได้ ไปไม่ไหว ก็คือเราไม่ได้พยายามนั่นเอง โลกธรรมแปดประการนี้ มันข่มมรรคไม่ให้เกิดขึ้นมา จะพยายามอดทนรักษาศีลไม่ได้ จะอดทนพิจารณามันไปอีกก็ไม่ได้ เพราะอะไร ก็เหมือนกับบรูซที่ไปนั่งทับรังมดแดง ทำอะไรก็ไม่ได้ มันกัด มันไต่ มันนั่นมันนี่ อยู่ รุ่หน่วยต่างๆ นานา แต่ไม่สามารถกำจัดภัยทั้งหลายออกจากที่นั่งของเรา ก็ทนนั่งอยู่นั้นแหละ ฉันทใด นี่ก็เช่นกันฉันนั้น เพราะสิ่งเหล่านี้มันเป็นปฏิปักษ์กัน

ฉะนั้น โลกธรรมมันจึงอยู่ที่ใจ เมื่อมาทำใจจะให้มันสงบ มันก็เลยพลุ่งขึ้นมาทันที เพราะมันอยู่ที่นั่น เมื่อใจเป็นโมหะเมื่อใดมันก็เป็นความมืดอยู่ที่นั่น เมื่อใดที่โมหะมันจางไป มันก็รู้ขึ้นที่นั่น ได้ความรู้ว่า **ความรู้กับความหลงนั้นมันเกิดขึ้นอยู่ที่เดียวกัน เมื่อความหลงเกิดขึ้นมาแล้ว ความรู้ก็เข้าไปไม่ได้ มันระงับความรู้ไว้เสีย เมื่อความรู้เกิดขึ้นมาแล้ว ความหลงก็อยู่ไม่ได้**

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงให้ปฏิบัติที่ใจ มันเกิดอยู่ที่ใจ โลกธรรมแปดประการมันอยู่ที่นั่น มรรคแปดประการที่เจริญขึ้นมาได้ก็เพราะเรามาพิจารณาด้วยสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ด้วยญาณทั้งหลายทั้งปวง การทำความเพียรกรรมฐานนั้นก็ช่วยข่มลงไปเสียจนความโลภ ความโกรธ ความหลง ในลาภ ยศ สรรเสริญ เหล่านี้เบาออกไป เมื่อมันเบาออกไปแล้วเราก็รู้จัก เมื่อมีลาภ มียศ มีสรรเสริญ มีนิมนทา มีสุข มีทุกข์ มากระหบ เรา

ก็รู้จัก เพราะโลกอยู่กับเรา เราอยู่ในโลก อยู่ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขอย่างนี้ เมื่อเราอยู่ เราก็อยู่กับมัน ก็เหมือนกับเราเข้าไปอยู่ในเรือน เวลาเข้าไปในเรือน เราก็รู้จักว่าเข้าไปประตูไปในเรือน เมื่อเวลาเราออกจากเรือน เราก็มีความรู้สึกที่เราออกจากเรือน ได้ ความสว่าง 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 ผู้ปฏิบัตินั้นก็เลยคล้ายกับคนสองคน คือโลกกับธรรม โลกกับธรรมนี้มันแย่งกัน ถึงกันไป เช่นนั้น แย่งกันไปถึงกันไป

ดวงตาเห็นธรรมนั้น คือ  
ดวงตาเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง  
มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น  
ความแปรไปเป็นท่ามกลาง  
ความดับเป็นที่สุด

เมื่อใดที่เราพิจารณาดูจะเห็นมันแย่งกันไปตลอดกาลตลอดเวลา จนกว่าจะรู้ถึงไหน ถึงวิปัสสนา แต่บางที่มันก็เอาวิปัสสนา<sup>๑</sup> ขึ้นมา หมายความว่า เมื่อเราพากันพยายามสร้างคุณงามความดี ความบริสุทธิ์ พอไปเห็นความดีขึ้นมา ก็ไปติดความดีอยู่อีก อาการที่ไปติดความดี ไปยึดหมายความดีนี้ ก็เป็นวิปัสสนาอีกนั่นแหละ เป็นปัญญาของกิเลสนั้น บางคนก็ไปติดความดีอยู่ มีความบริสุทธิ์ ก็ไปติดความบริสุทธิ์ มีความรู้ก็ติดความรู้รู้อย่างนี้ อาการที่ไปยึดมั่นหมายมั่นในความรู้<sup>๑</sup>นี้ อีก ในความบริสุทธิ์<sup>๑</sup>นี้ อีก อันนั้นก็ เป็นวิปัสสนาแทรกเข้ามาอีก

**ฉะนั้น เมื่อเจริญวิปัสสนาถึงขั้นนี้ให้ระวัง ระวังวิปัสสนูปกิเลส เพราะมันใกล้กันที่สุดจนเราจะไม่รู้ตัว แต่ถ้าหากมีความรู้ถูกต้องแล้ว เราจะเห็นทั้งสองอย่างได้ชัดเจน ถ้าเป็นวิปัสสนาแล้ว มันจะมีความทุกข์ขึ้นมาเป็นบางครั้ง ถ้าหากเป็นวิปัสสนาจริงๆ แล้ว ก็จะระงับทุกข์ระงับสุข ทุกข์นี้เป็นผลที่เกิดขึ้นมา เราจะรู้เองด้วยตัวของเรา**

<sup>๑</sup> วิปัสสนา ย่อมาจาก วิปัสสนูปกิเลส อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา สภาพน่าชื่นชม แต่ที่แท้เป็นโทษ เครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา ซึ่งเกิดแก่ผู้ได้วิปัสสนาอ่อนๆ ทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุผลแล้ว 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. อุปัญ्ञฐาน-สติชัด ๙. อุเบกขา-ความวางจิตเป็นกลาง ๑๐. นิกันติ-ความพอใจ

ฉะนั้น การปฏิบัติท่านจึงให้อวดทน บางคนมาปฏิบัติไม่ยอม ใฝ่มั่นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่อยากใฝ่มั่นมีอะไรเกิดขึ้น ไม่อยาก ใฝ่มั่นเดือดร้อน แต่มั่นก็เดือดร้อนเพราะของเก่ามันมี เราต้อง พยายามระงับความเดือดร้อนด้วยความเดือดร้อนที่มีอยู่นั่นเอง พระท่านว่า ถ้าหากปฏิบัติแล้วเกิดความเดือดร้อน นั่นถูก ถูกแล้ว ถ้าหากมันเดือดร้อน ถ้าปฏิบัติแล้วไม่เดือดร้อน ไม่ถูก ถ้ากิน สบาย นอนสบาย อยากจะไปไหนก็ไปตามเรื่อง อยากจะพูด อะไรก็พูดตามเรื่อง อยากทำตามใจมันทุกอย่างนั้น มันไม่ถูก

ฉะนั้น ธรรมะคำสั่งสอนของพระศาสดาท่านว่า ชัด ชัดอะไร โลกุตระชัดโลกียะ ความเห็นชอบชัดความเห็นผิด ความบริสุทธิ์ ชัดความไม่บริสุทธิ์เรื่อยไป ฉะนั้นจึงมีอุบายที่ตามตำรากล่าวว่า สมเด็จพระบรมศาสดาก่อนตรัสรู้นั้น ท่านไปรับข่าวจากนางสุชาดา เมื่อท่านทรงฉันทเสร็จแล้ว ก็ทรงลอยถาดลงในน้ำ ธรรมดาน้ำมัน ไหลลง ท่านได้ทรงอธิษฐานจิตว่า ถ้าหากว่าจะได้ตรัสรู้พระอนุตร- สัมมาสัมโพธิญาณแล้ว ขอให้ถาดนี้ไหลลอยไปเหนือน้ำ

ความจริงถาดก็คือความเห็นชอบของพระองค์ท่านนั้นแหละ ผู้รู้หรือพุทธภาวะของท่านที่เกิดขึ้นมาจากการพิจารณาแล้วนั้น ไม่ได้ปล่อยตามใจของสัตว์ แต่ไหลขึ้นไปทวนกระแสใจของท่าน ทวนขึ้นไปหมดทุกอย่าง ไม่ได้ไปฟังเสียงใคร ฉะนั้น พระธรรม- เทศนาของพระองค์จึงทวนใจของพวกเราจนทุกวันนี้

โลก ท่านก็ว่าไม่ให้โลก โกรธ ท่านก็ว่าไม่ให้โกรธ ให้ทำลาย มั่น อยากหลงก็ไม่ได้หลง ให้ทำลายมัน มีแต่เรื่องทำลายมันอย่าง เดียว ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาของเราจึงทรงเชื่อแน่ว่า จิต ของท่านนั้นทวนกระแสขึ้นไปนั่นเอง มันทวนสัตว์โลกหมด ทวน กระแสสัตว์โลก สิ่งที่ว่าสภนทร์ร่างกายสวย ท่านว่าไม่สวย โลกว่า อันสภนทร์ร่างกายเป็นของเรา ท่านว่าไม่ใช่ของเรา อันนี้ว่าเป็นแก่น เป็นสาร ท่านว่าไม่เป็นแก่นเป็นสาร ความเห็นชอบอย่างนี้เหนือ สัตว์โลกขึ้นไป สัตว์โลกนั้นตามลงมากับน้ำ

ต่อมาท่านได้รับหญ้าคาจากโสตถิยะพราหมณ์แปดกำมือ ท่านทรงทำอธิษฐานเป็นบัลลังก์เพื่อนั่งสมาธิว่า ถ้าไม่ตรัสรู้จะไม่ ทรงลุกขึ้น แล้วท่านก็ตรัสรู้ที่ตรงนี้

ถ้าจะกล่าวเป็นธรรมาธิษฐานแล้ว หญ้าคาก็คือโลกธรรมแปด นี้แหละ มีลาภ เลื่อมลาภ มียศ เลื่อมยศ มีสุข มีทุกข์ สรรเสริญ นินทา เหล่านี้แหละโลกธรรมแปดประการ หญ้าคาแปดกำมือ ฟัง แต่ชื่อมันสิ หญ้าคา “คา” คาอะไร

นักบวชของเราเมื่อบวชเข้ามาก็ “คา” สิ่งเหล่านี้แหละ มาคา ลาก มาคาสรรเสริญ มาคาทุกข์ โลกทั้งหลายมาคาอยู่ที่นี้หมด

สมเด็จพระศาสดาจึงทรงอธิษฐานเป็นบัลลังก์ นั่งทับลงไป ด้วยสมาธิธรรม อากาที่นั่งทับคือสมาธิ นั่งทับคือจิตของท่าน เหนือกว่าโลกธรรม จิตในขณะนั้นเป็นโลกุตระธรรมทับโลกียธรรม



ไว้ แต่ก็ยังเกิดเป็นมารต่างๆ นานามาหลอกล่อ ซึ่งความจริง ก็เป็นอาการของจิตนั่นเอง จนกระทั่งท่านได้ตรัสรู้ธรรม ก็ได้ชนะมาร ในที่นั้น

ชนะ คือชนะโลกนี้เอง ไม่ใช่ชนะอะไรอื่นไกล ฉะนั้น ท่าน จึงทรงเจริญมรรคในที่นั้น มรรคจึงฆ่าโลกธรรมทั้งหลายเหล่านั้น

ผู้ประพฤติหรือผู้ปฏิบัติของเราทุกวันนี้ นั้น ศรัทธามันน้อย พอปฏิบัติได้ปีสองปี เดือนสองเดือนก็อยากจะได้ อยากไปไวๆ ไม่รู้จักนึกบ้างเลยว่าพระพุทธเจ้าของเรานั้น ท่านทรงสร้างบารมี ของท่านมานานแสนนานเพียงใด แล้วท่านยังต้องมาต่อสู้อัน พระชาติสุดท้ายอยู่อีกถึงหกปี ฉะนั้น ท่านจึงทรงตั้งนิตยพระ นวภาวะว่า จะต้องอยู่ฝึกอบรมกับพระอุปัชฌาย์อย่างน้อยห้าพรรษา

ผู้ศึกษาเล่าเรียน ผู้ปฏิบัติที่มีปัญญาตรวจค้น มีศรัทธา จริงๆ ผู้บากบั่น พยายามตลอดห้าพรรษา นี้ก็เรียกว่าใช้ได้ แต่ให้ ปฏิบัติจริงๆ นะ ไม่ใช่ว่าอยู่เฉยๆ ถ้าเราพยายามทำจริงๆ ได้ห้า พรรษาแล้วจะได้รู้ว่า คุณค่าของพระพุทธโอรสที่สมเด็จพระ-บรมศาสดาท่านบัญญัติไว้ นั้นเป็นเช่นไร จะได้รู้จัก ทำพรรษาคือ คนใช้ได้ จิตใจก็ใช้ได้ อะไรก็พอเป็นพอไปแล้วแน่นอน ฉะนั้น อย่างน้อยที่สุดก็ต้องเป็นพระอริยบุคคลชั้นแรก แต่ทว่าต้องไม่ใช่ ทำพรรษาแต่อายุเท่านั้น ต้องเป็นห้าพรรษาในจิตด้วย

ผู้ปฏิบัติเข้าถึงจิตใจเช่นนี้ จะมีความกลัวความละอายทั้ง ต่อหน้าและลับหลัง ทั้งในที่มืดและที่แจ้ง เพราะเข้าถึงพระพุทธเจ้า แล้ว อาศัยพระธรรม อาศัยพระสงฆ์แล้ว มีพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง มีพระธรรมเป็นที่พึ่ง มีพระสงฆ์เป็นที่พึ่งแล้ว ถ้าพึ่งพระพุทธเจ้า จริงๆ ก็ต้องเห็นพระพุทธเจ้า ต้องเห็นพระธรรม ต้องเห็นพระสงฆ์ ถ้าเราขอพึ่งท่าน ขอพึ่งพระพุทธ พึ่งพระธรรม พึ่งพระสงฆ์ แล้ว เรายังไม่เห็นท่านนั้นจะเป็นประโยชน์อะไร ถ้าเราขอพึ่งท่านก็ต้อง รู้จักท่าน จะรู้จักแต่กายเท่านั้นยังไม่พอ ต้องรู้จักด้วยใจจึงจะใช้ได้

ถ้าเข้าใจถึงแล้วจึงจะได้รู้ว่า พระพุทธเจ้าเป็นอย่างไร พระธรรมเป็นอย่างไร พระสงฆ์เป็นอย่างไร พระ พุทธเจ้าเป็นรูปลักษณะอาการอย่างนั้นอย่างนั้น พระธรรมก็เช่น เดียวกัน จึงจะได้เป็นที่พึ่งของเรา เพราะสิ่งเหล่านี้เกิดอยู่ที่จิตของ เรา จะไปอยู่ที่ไหนก็ตาม มีพระพุทธ มีพระธรรม มีพระสงฆ์อยู่ เรื่อยไปในจิตผู้หนึ่ง ฉะนั้น ผู้นี้จึงไม่กล้ากระทำความ

พระอริยบุคคลชั้นแรกท่านจึงไม่เข้าไปสู่อบาย ตรงแนวแน่ ไปเลย ไม่มีชาติที่แปดเกิดขึ้น เพราะอะไร เพราะมันแน่นอนแล้ว นะสิ มันแน่นอนแล้ว เมื่อเข้าหนทางก็ไม่ได้สงสัย ที่นี้ค่อยเคลื่อนไป ไม่ได้มีความสงสัย ไม่ถึงวันใดก็ต้องถึงวันหนึ่ง จะให้กลับมา ทำบาปทำกรรมด้วยกายด้วยวาจาอีกไม่มี พ้นจากความเดือดร้อน ที่จะเป็นนรกแล้ว ฉะนั้น ท่านจึงว่าอริยบุคคลพ้นอบายภูมิ จิตก็

ไม่ไปถึงอบาย ไม่ไปสู่อบาย จึงเป็นผู้ไม่กลับ คือไม่กลับมาทำชั่ว  
ใจนั้นทำความชั่วไม่ได้อีก

อันนี้จะได้เห็นเองว่าใจมันทำไม่ได้ ก็แปลว่ามันเปลี่ยนไป  
เป็นอริยชาติไปแล้ว มันกลับมาไม่ได้แล้ว มันเปลี่ยนไปชาตินี้เอง  
เรื่องเหล่านี้จะรู้จักเฉพาะเจ้าของเอง

ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมที่ยังไม่ได้เห็นธรรม เมื่อได้ยิอย่างนี้  
อาจคิดว่า การรู้ธรรม การเห็นธรรม การปฏิบัติธรรมเช่นนั้นจะ  
เป็นไปได้อย่างไร เป็นการยากอยู่ เรื่องเหล่านี้แหละก็คือธรรมชาติ  
ธรรมดาที่มันเป็นอยู่นี้แหละ บางทีเรามีความสุขใจ บางทีเรามี  
ความทุกข์ใจ มีความดีใจ มีความเสียใจ เพราะอะไร เพราะไม่รู้  
ธรรม เพราะไม่เห็นธรรม ไม่รู้ธรรมชาติ ไม่เห็นธรรมชาติ คือ  
ธรรมชาติมันเป็นของมันเช่นนั้นเรื่อย ๆ ทั้งกายและจิต คือรูป  
และนาม

ฉะนั้น พระบรมศาสดาท่านจึงไม่หมายชั้นห้า วางชั้นห้า  
เลิกชั้นห้า ละชั้นห้า ที่ละมันไม่ได้เพราะอะไร เพราะไม่เห็นมัน  
เพราะไม่รู้เท่าทันมัน เห็นว่ามันเป็นเรา เห็นเราว่าเป็นมัน เห็นเรา  
ว่าเป็นสุข เห็นสุขว่าเป็นเรา เห็นทุกข์ว่าเป็นเรา เห็นเราว่าเป็นทุกข์  
มันแยกออกจากกันไม่ได้ เมื่อแยกออกจากกันไม่ได้ ก็แปลว่าเรา  
ไม่เห็นธรรม คือ ธรรมชาติอย่างนี้มันไม่เป็นเรา แต่เราเข้าใจว่า

เป็นเรา สุขก็มาถูกเรา ทุกข์ก็มาถูกเรา เสียใจก็มาถูกเรา ดีใจก็มา  
ถูกเรา เพราะเราเข้าไปขวางอยู่ตรงนั้น

**เราก็คือก้อนอตตาดัตตตน เมื่อมีก้อนอตตาดัตตตนแล้ว สุข  
ก็ถูกเรา ทุกข์ก็ถูกเรา อะไรก็ถูกเราหมด ฉะนั้น สมเด็จพระ-  
บรมศาสดาท่านจึงว่าให้ทำลายก้อนอตตาดัตตตน เมื่อทำลายก้อนอตตาดัตตตน  
คือสักกายทิฐินี้แล้ว หมดก้อนอตตาดัตตตนแล้ว อนัตตามันก็ไม่ต้อง  
เรียก มันเป็นของมันเอง เมื่อหมดอตตาดัตตตน อนัตตาก็เกิดขึ้นเอง**

เมื่อบุคคลถือเนื้อถือตัว ก็ให้เห็นแก่ตัว เห็นแก่ตน เห็นว่า  
เราสุข เห็นว่าเราทุกข์ เห็นว่าเราดี เห็นว่าเราชั่ว เห็นว่าเราต่าง ๆ  
นานา ความจริงสิ่งเหล่านี้ธรรมชาติมันเป็นเป็นอย่างนั้น แต่เรากลับ  
ไปเอาธรรมชาติมาเป็นเรา เอาเรามาเป็นธรรมชาติ เลยไม่รู้ว่าเป็น  
ธรรมชาติคืออะไร ธรรมชาติมันดีก็หัวเราะกับมัน ธรรมชาติมัน  
ร้ายก็ร้องไห้กับมัน

ความจริงธรรมชาติดีก็คือสังขาร อย่างเราว่า *เตสัง วูปะสะโม  
สุโข* ความสงบของสังขารนั้นเป็นสุข สงบอะไรละ ก็คือ ถอน  
อุปาทานออกมา เห็นธรรมชาติตามเป็นจริงของมัน เดี่ยวนี้ความ  
จริงของมันมีอยู่ มันเป็นจริงอยู่ ตันหญ้า ภูเขา ถ้าวัวลย์ มันเป็น  
ของมันอย่างนั้น มันเกิดมันก็ดับ มันดับมันก็เกิด มันเลื่อนไหล  
ไปมา ธรรมชาติมันเป็นจริงอยู่ แต่เราผู้ไม่จริง เมื่อไปเห็นแล้วก็

ตื่นตื่น ธรรมชาติไม่ตื่นตื่น มันเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ว่าใครจะร้องให้ ใครจะหัวเราะ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น อันนั้นมันเป็นของจริง เราไม่รู้จักของจริง เมื่อไปเห็นของจริงแล้ว กระทบหรือรันท ร้องให้ หัวเราะ ต่างๆ นานา เสียอกเสียใจ คืออกดีใจ

ถึงเราจะดีใจเสียใจอย่างไรก็ตาม สภาวะร่างกายรูปนี้ของเราก็เป็นอยู่ของมันเช่นนี้ มันเกิดมาแล้วมันก็แปรตามธรรมชาติ แปรไป เจ็บไป ตายไป พลัดพรากจากกันไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้ หากว่าบุคคลผู้ใดจะเอาธรรมชาติทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้ให้มันเป็นตัวเรา เป็นของเราอย่างนี้ มันก็เป็นการแบกทุกข์ไว้

ฉะนั้น พระอัญญาโกณฑัญญะท่านจึงกล่าวว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่ง” คำว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หมายรวมตลอดเลย จะเป็นรูปหรือเป็นนาม ก็ช่าง ไซ้หมดทั้งนั้น ความเห็นของท่านในขณะที่ท่านฟังเทศน์ของพระพุทธองค์นั้น เปลี่ยนขึ้นมาจนเห็นแจ้งจริง ออกจากที่นั่นแล้วก็ยังเห็นอยู่อย่างนั้น จริงอยู่อย่างนั้น อาการอย่างใดผ่าน เกิดขึ้นมา ก็เห็นความเกิด เมื่อมันดับไปแล้ว ท่านก็เห็นความดับ เกิดแล้วก็ดับ ดับแล้วก็เกิด

ท่านก็เห็นมัน อันใดมันเกิดแล้วก็ดับ อันใดมันดับแล้วก็ดับไป เป็นอยู่เรื่อยไป สุขทุกข์ก็มากระทบจิตของท่านอยู่เสมอ แต่ว่าจิตของท่านเพียงแต่รับทราบ ไม่พลอยตกนรก ไม่พลอยไปสู่

อบาย ไม่พลอยไปดีใจ ไม่พลอยไปเสียใจกับสิ่งเหล่านั้น จิตของท่านตั้งมั่น เด่นอยู่ พิจารณาอยู่อย่างนั้น นั่นเพราะท่านอัญญาโกณฑัญญะท่านได้ดวงตา ได้ดวงตาอันหนึ่งซึ่งเห็นธรรมชาติตามเป็นจริง ความรู้เท่าตามเป็นจริงของสังขาร สังขารมันเป็นจริงอย่างไรก็รู้เท่าตามเป็นจริงของมันอย่างนั้น นี้เรียกว่า ผู้รู้ธรรม ผู้เห็นธรรม รู้แล้วละ เลิก ถอน

ถ้ายังไม่เห็น ก็ยังพากันอด พากันละ มันไม่เห็นหรือที่มา อดละ อดกลั้น อดทน อดทานนั้นนะ แต่ถ้าถึงที่ของมันแล้ว ก็จะไม่มีความอดละอดกลั้น ไม่มีเรื่องใดให้อด เรื่องผู้เห็นธรรมแล้วก็เห็นธรรม ไม่มีเรื่องอดกลั้น นี้เรายังไม่ทันรู้จักธรรม ไม่เป็นธรรม จึงเอาธรรมมาใช้ เอาความเพียรมาใช้ มันเป็นอย่างนี้

ที่นี่ ถ้าเราเอาเพียรแล้ว มันไม่เกียดจ้านแล้ว ความเพียรก็ไม่ต้องเอามาใช้ มันรู้เท่าต่ออารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงแล้ว มันไม่สุขไม่ทุกข์กับมัน ก็ไม่ต้องเอาขันติมาใช้ เมื่อมันเป็นธรรมแล้ว มันเกิดมามันก็เป็นธรรม ผู้รู้ก็รู้ตามธรรมแล้วก็เลยเป็นธรรม รู้ธรรมแล้วเห็นธรรม เรียบธรรมรู้ธรรม เห็นธรรมเป็นธรรม

เมื่อมันเป็นธรรมแล้วก็หยุด สงบแล้ว ที่นี้ไม่ได้เอาธรรมมาใช้ เพราะมันเป็นธรรมแล้ว ภายนอกก็เป็นแล้ว ภายในก็เป็นแล้ว ผู้รู้ธรรมก็เป็นธรรม สภาวะมันก็เป็นธรรม อันที่รู้มันก็เป็นธรรม เป็นอยู่อย่างนั้น เป็นอย่างเสรี เป็นหนึ่งเสียแล้ว ธรรมชาติอันนี้จึง

ไม่เกิด ธรรมชาติอันนี้จึงไม่แก่ ธรรมชาติอันนี้จึงไม่เจ็บ ธรรมชาติอันนี้จึงไม่ตาย ธรรมชาติอันนี้จึงไม่สุขไม่ทุกข์ ธรรมชาติอันนี้ไม่ห้อยไม่ใหญ่ ไม่หนักไม่เบา ไม่สั้นไม่ยาว ไม่ดำไม่ขาว ไม่มีเรื่องเปรียบเทียบ ไม่มีเรื่องจะเอามาเปรียบ สมมุติอะไรๆ เข้าไม่ถึง เข้าไม่ถึงที่นั่น

ฉะนั้น พระนิพพานท่านจึงว่าไม่มีสี่สังขารณะ สีเขียว สีแดง สีดำ อะไรไม่มี เรื่องสีเขียวสีดำอะไรต่างๆ เป็นเรื่องสมมุติ เป็นเรื่องบัญญัติในโลกีย์ เมื่อพ้นจากสิ่งเหล่านี้ไปแล้ว ไม่มีเรื่องเหล่านี้ตามไปถึง ดังนั้น จึงกล่าวว่าสิ่งนั้นเป็นโลกุตระ ธรรมะอันนั้นท่านจึงว่า เป็นปัจเจกตั้ง อันผู้รู้ก็ได้เฉพาะเจ้าของ ประกาศไม่ได้ มีแต่ให้อุบาย ผู้ที่เข้าไปถึงแล้วก็แล้ว จะเอาสมมุติบัญญัติมาพูดไม่ได้ มันหมด มันหมดสิ้น.

## สมมุติ และ วิมุตติ



สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ ล้วนแต่เป็นสิ่งสมมุติ ที่เราสมมุติขึ้นมาเองทั้งสิ้น สมมุติแล้วก็หลงสมมุติของตัวเอง เลยไม่มีใครวางมันเป็นทิวี่ มันเป็นมานะ ความยึดมั่นถือมั่น อันความยึดมั่นถือมั่นนี้ไม่ใช่เรื่องที่จะจบได้ มันจบลงไม่ได้สักที เป็นเรื่องวัฏสงสารที่ไหลไปไม่ขาด ไม่มีทางสิ้นสุด ทีนี้ถ้าเรารู้จักสมมุติแล้ว ก็รู้จักวิมุตติ ครั้นรู้จักวิมุตติแล้ว ก็รู้จักสมมุติ ก็จะเป็นผู้รู้จักธรรมะอันหมดสิ้นได้

ก็เหมือนเราทุกคนนี้แหละ แต่เดิมชื่อของเราก็ไม่มี คือตอนเกิดมาก็ไม่มีชื่อ ที่มีชื่อขึ้นมา也由สมมุติกันขึ้นมาเอง อาตมา

---

การบรรยายธรรมโดยสำนวนที่เป็นกันเองด้วยภาษาพื้นเมือง ไม่ปรากฏวันบรรยาย

พิจารณาดูว่า เอ สมมุตินี้ ถ้าไม่รู้จักมันจริงๆ แล้ว มันก็เป็นโทษมาก ความจริงมันเป็นของเอามาใช้ให้เรา รู้จัก เรื่องราวมันเฉยๆ เท่านั้นก็พอ ให้ความรู้ ถ้าไม่มีเรื่องสมมุตินี้ก็ไม่มีเรื่องที่จะพูดกัน ไม่มีเรื่องที่จะบอกกัน ไม่มีภาษาที่จะใช้กัน

เมื่อครั้งที่อาตมาไปต่างประเทศ อาตมาได้ไปเห็นพวกฝรั่ง ไปนั่งกรรมฐานกันอยู่เป็นแถว แล้วเวลาจะลุกขึ้นออกไป ไม่ว่าจะผู้หญิงหรือผู้ชายก็ตามเห็นจับหัวกับผู้นั้นผู้นี้ไปเรื่อยๆ ก็เลยมาเห็นได้ว่า โอ สมมุตินี้ถ้าไปตั้งลงที่ไหน ไปยึดมันหมายมันมัน ก็จะเกิดกิเลสอยู่ที่นั่น ถ้าเราวางสมมุติได้ ยอมมันแล้วก็สบาย

อย่างพวกทหาร นายพล นายพันมาที่นี้ ก็เป็นผู้มียศฐาบรรดาศักดิ์ ครั้นมาถึงอาตมาแล้วก็พูดว่า หลวงพ่อกุฎมาจับหัวให้ผมหน่อยครับ นี่แสดงว่าถ้ายอมแล้วมันก็ไม่มีความอยู่ที่นั่น พอลูบหัวให้เขาดีใจด้วยซ้ำ แต่ถ้าไปลูบหัวเขาที่กลางถนนดูซิ ไม่เกิดเรื่องก็ลองดู นี่คือความยึดมั่นถือมั่นเอาไว้ ฉะนั้น อาตมาว่าการวางนี้มันสบายจริงๆ เมื่อตั้งใจว่าเอาหัวมาให้อาตมาลูบ ก็สมมุติลงว่าไม่เป็นอะไร แล้วก็ไม่เป็นอะไรจริงๆ ลูบอยู่เหมือนหัวเผือกหัวมัน แต่ถ้าเราไปลูบอยู่กลางทาง ไม่ได้แน่นอน

นี่แหละเรื่องของการยอม การละ การวาง การปลง ทำได้ แล้วมันเบาอย่างนี้ ครั้นไปยึดที่ไหนมันก็เป็นภพที่นั่นเป็นชาติที่นั่น มีพิษมีภัยขึ้นที่นั่น **พระพุทธองค์ท่านทรงสอนสมมุติ แล้วก็ทรง**

**สอนให้รู้จักแก้สมมุติโดยถูกเรื่องของมัน ให้มันเห็นเป็นวิมุติ อย่าไปยึดมั่นหรือถือมั่นมัน** สิ่งที่มาเกิดมาในโลกนี้เรื่องสมมุติทั้งนั้น มันจึงเป็นขึ้นมา ครั้นเป็นขึ้นมาแล้วและสมมุติแล้ว ก็อย่าไปหลงสมมุตินั้น ท่านว่ามันเป็นทุกข์ เรื่องสมมุติเรื่องบัญญัตินี้เป็นเรื่องสำคัญที่สุด ถ้าคนไหนปล่อย คนไหนวางได้ ก็หมดทุกข์ แต่เป็นกิริยาของโลกเรา

เช่นว่า พ่อบุญมาเป็นนายอำเภอ ถ้าแก่แสงชัยไม่ได้เป็นนายอำเภอ แต่ก็ก็เป็นเพื่อนกันมาแต่ไหนแต่ไรแล้ว เมื่อพ่อบุญมาได้รับแต่งตั้งให้เป็นนายอำเภอ ก็เป็นสมมุติขึ้นมาแล้ว แต่ก็ให้รู้จักใช้สมมุติให้เหมาะสมสักหน่อย เพราะเรายังอยู่ในโลก ถ้าแก่แสงชัยขึ้นไปหานายอำเภอที่ทำงาน และแก่แสงชัยไปจับหัวนายอำเภอ มันก็ไม่ดี จะไปคิดว่าแต่ก่อนเคยอยู่ด้วยกัน หามจักรเย็บผ้าด้วยกัน จวนจะตายครั้งนั้น จะไปเล่นหัวให้คนเห็นมันก็ไม่ถูกไม่ดี ต้องให้เกียรติกันสักหน่อย อย่างนี้ก็ควรปฏิบัติให้เหมาะสมตามสมมุติในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย จึงจะอยู่กันได้ด้วยดี ถึงจะเป็นเพื่อนกันมาแต่ครั้งไหนก็ตาม เขาเป็นนายอำเภอแล้วต้องยกย่องเขา เมื่อออกจากที่ทำงานมาถึงบ้านถึงเรือนแล้วจึงจับหัวกันได้ ไม่เป็นอะไร ก็จับหัวนายอำเภอนั้นแหละ แต่ไปจับอยู่ที่ศาลากลาง คนเยอะๆ ก็อาจจะผิดแน่ นี่ก็เรียกว่าให้เกียรติกันอย่างนี้ ถ้ารู้จักใช้อย่างนี้มันก็เกิดประโยชน์ ถึงแม้จะสนิทกันนานแค่ไหนก็ตาม พ่อบุญมาก็จะต้องโกรธ หากว่าไป

ทำในหมู่คนหลายๆ เพราะเป็นนายอำเภอแล้วนี่แหละ มันก็เรื่องปฏิบัติเท่านี้แหละโลกเรา ให้รู้จักกาล รู้จักเวลา รู้จักบุคคล

ท่านจึงให้เป็นผู้ฉลาด ส ม มุ ตี ก็ให้รู้จัก วิ มุ ต ตี ก็ให้รู้จัก ให้รู้จักในคราวที่เราจะใช้ ถ้าเราใช้ให้ถูกต้องมันก็ไม่เป็นอะไร ถ้าใช้ไม่ถูกต้องมันก็ผิด มันผิดอะไร มันผิดกิเลสของคนนี้แหละ มันไม่ผิดอันอื่นหรอก เพราะคนเหล่านี้อยู่กับกิเลส มันก็เป็นกิเลสอยู่แล้ว นี่เรื่องปฏิบัติของส ม มุ ตี ปฏิบัติเฉพาะในที่ประชุมชน ในบุคคล ในกาล ในเวลา ก็คือใช้ส ม มุ ตี บัญญัติอันนี้ได้ตามความเหมาะสม ก็เรียกว่าคนฉลาด ให้เรารู้จักต้นรู้จักปลาย ทั้งที่เราอยู่ในส ม มุ ตี นี้แหละ มันทุกข์เพราะความไปยึดมันหมายมันมั่น แต่ถ้าวัดรู้จักส ม มุ ตี ให้มันเป็น มันก็เป็นขึ้นมา เป็นขึ้นมาได้โดยฐานที่เราส ม มุ ตี แต่มันค้นไปจริงๆ แล้วไปจนถึงวิ มุ ต ตี มันก็ไม่มีอะไรเลย

อาตมาเคยเล่าให้ฟังว่า พวกเราทั้งหลายที่มาบวชเป็นพระนี้แต่ก่อนเป็นฆราวาส ก็ส ม มุ ตี เป็นฆราวาส มาสวดส ม มุ ตี ให้เป็นพระ ก็เลยเป็นพระ แต่เป็นพระเถรเพียงส ม มุ ตี พระแท้ๆ ยังไม่เป็น เป็นเพียงส ม มุ ตี ยังไม่เป็นวิ มุ ต ตี นี่ถ้าหากว่าเรามาปฏิบัติให้จิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายเหล่านี้เป็นขั้นๆ ไป ตั้งแต่ขั้นโสดา สกิทาคามี อนาคามี ไปจนถึงพระอรหันต์นั้น เป็นเรื่องละกิเลสแล้ว แม้แต่เป็นพระอรหันต์แล้วก็ยังเป็นเรื่องส ม มุ ตี อยู่นั่นเอง คือส ม มุ ตี อยู่ว่าเป็นพระอรหันต์ อันนั้นเป็นพระแท้ ครั้งแรกก็ส ม มุ ตี อย่างนี้ คือส ม มุ ตี ว่าเป็นพระแล้วก็ละกิเลสเลยได้ใหม่ ก็

ไม่ได้ เหมือนกันกับเกลื่อนี่แหละ ส ม มุ ตี ว่าเรากำดินทรายมาล็กกำหนึ่ง เอามาส ม มุ ตี ว่าเป็นเกลื่อน มันเป็นเกลื่อนใหม่ละ ก็เป็นอยู่แต่เป็นเกลื่อนโดยส ม มุ ตี ไม่ใช่เกลื่อนแท้ๆ จะเอาไปใส่แกงมันก็ไม่มีประโยชน์ ถ้าจะว่าเป็นเกลื่อนแท้ๆ มันก็เปล่าทั้งนั้นแหละ นี่เรียกว่าส ม มุ ตี

ทำไมจึงส ม มุ ตี เพราะว่าเกลื่อนไม่มีอยู่ที่นั่น มันมีแต่ดินทราย ถ้าเอาดินทรายมาส ม มุ ตี ว่าเป็นเกลื่อน มันก็เป็นเกลื่อนให้อยู่ เป็นเกลื่อนโดยฐานที่ส ม มุ ตี ไม่เป็นเกลื่อนจริง คือมันก็ไม่เค็ม ใช้สำเร็จประโยชน์ไม่ได้ มันสำเร็จประโยชน์ได้เป็นบางอย่าง คือในขั้นส ม มุ ตี ไม่ใช่ในขั้นวิ มุ ต ตี

ชื่อว่าวิ มุ ต ตี นั้น ก็ส ม มุ ตี นี้แหละเรียกขึ้นมา แต่ว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันหลุดพ้นจากส ม มุ ตี แล้ว หลุดไปแล้ว มันเป็นวิ มุ ต ตี แล้ว แต่ก็ยังเอามาส ม มุ ตี ให้เป็นวิ มุ ต ตี อยู่อย่างนี้แหละ มันก็เป็นเรื่องเท่านั้น จะขาดส ม มุ ตี นี้ได้ไหม ก็ไม่ได้ ถ้าขาดส ม มุ ตี นี้แล้ว ก็จะไม่รู้จักการพูดกัน ไม่รู้จักต้นไม่รู้จักปลาย เลยไม่มีภาษาจะพูดกัน

ฉะนั้น ส ม มุ ตี นี้ก็มีประโยชน์ คือประโยชน์ที่ส ม มุ ตี ขึ้นมาที่เราใช้กัน เช่นว่า คนทุกคนก็มีชื่อต่างกัน แต่ว่าเป็นคนเหมือนกัน ถ้าหากไม่มีการตั้งชื่อเรียกกัน ก็จะไม่รู้ว่าพูดกันให้ถูกคนได้อย่างไร เช่น เราอยากจะเรียกใครสักคนหนึ่ง เราก็เรียกว่า “คน คน”

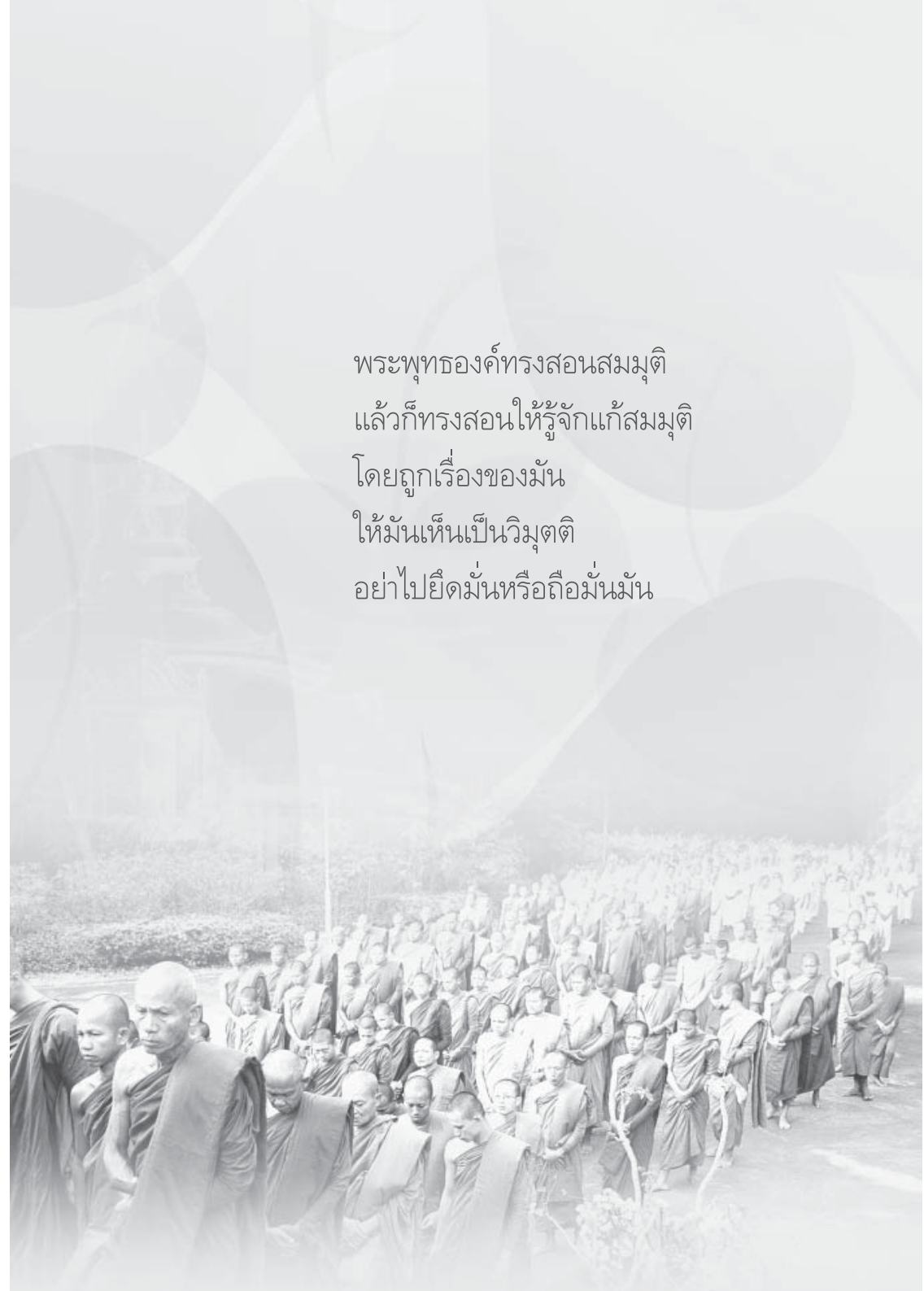


ก็ไม่มีใครมา มันก็ไม่สำเร็จประโยชน์ เพราะต่างก็เป็นคนด้วยกันทุกคน แต่ถ้าเราเรียก “จันทร์มานี่หน่อย” จันทร์ก็ต้องมา คนอื่นก็ไม่ต้องมา มันสำเร็จประโยชน์อย่างนี้ ได้ประโยชน์อย่างนี้ ได้เรื่องได้ราว ฉะนั้น ได้ข้อประพฤติปฏิบัติ อันเกิดจากสมมุติอันนี้ก็ยังมีอยู่

ดังนั้น ถ้าเข้าใจในเรื่องสมมุติเรื่องวิมุตติให้ถูกต้องมันก็ไปได้ สมมุตินี้ก็เกิดประโยชน์ได้เหมือนกัน แต่ความจริงแท้แล้ว มันไม่มีอะไรอยู่ในที่นั่น แม้อลลดาว่าคนก็ไม่มีอยู่ที่นั่น เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งเท่านั้น เกิดมาด้วยเหตุด้วยปัจจัยของมัน เจริญเติบโตด้วยเหตุด้วยปัจจัยของมัน ให้ตั้งอยู่ได้พอสมควรเท่านั้น อีกหน่อยมันก็บอบสลายไปเป็นธรรมดา ใครจะห้ามก็ไม่ได้ จะปรับปรุงอะไรก็ไม่ได้ มันเป็นเพียงเท่านั้น อันนี้ก็เรียกว่าสมมุติ ถ้าไม่มีสมมุติที่ไม่มีเรื่องมีราว ไม่มีเรื่องที่จะปฏิบัติ ไม่มีเรื่องที่จะมีการมีงาน ไม่มีชื่อเสียงเลยไม่รู้จักภาษาถิ่น ฉะนั้น สมมุติบัญญัตินี้ตั้งขึ้นมาเพื่อให้เป็นภาษาให้ใช้กันสะดวก

เหมือนกับเงินนี้แหละ สมัยก่อนธนบัตรมันไม่มีหรอก มันก็เป็นกระดาษอยู่ธรรมดา ไม่มีราคาอะไร ในสมัยต่อมาท่านว่าเงินอัฐเงินตรามันเป็นก้อนวัตถุ เก็บรักษายากก็เลยเปลี่ยนเสีย เอาธนบัตรเอากระดาษนี้มาเปลี่ยนเป็นเงิน ก็เป็นเงินให้เราอยู่ ต่อนี้ไปถ้ามีพระราชวงศ์ใหม่เกิดขึ้นมา สมมุติไม่ชอบธนบัตรกระดาษ

พระพุทธองค์ทรงสอนสมมุติ  
แล้วก็ทรงสอนให้รู้จักแก้สมมุติ  
โดยถูกเรื่องของมัน  
ให้มันเห็นเป็นวิมุตติ  
อย่าไปยึดมันหรือถือมันมัน



เอาซีเคร็งก็ได้มาทำให้มันเหลว แล้วมาพิมพ์เป็นก้อนๆ สมมุติว่าเป็นเงิน เราก็จะใช้ซีเคร็งกันทั้งหมดทั่วประเทศ เป็นหนี้เป็นสินกันก็เพราะก้อนซีเคร็งนี้แหละ อย่าว่าแต่เพียงก้อนซีเคร็งเลย เอาก้อนซีโก้มาแปรให้มันเป็นเงินมันก็เป็นได้ ที่นี้ซีโก้จะเป็นเงินไปหมด จะฆ่ากันแย่งกันก็เพราะก้อนซีโก้ เรื่องของมันเป็นเรื่องแค่นี้

แม้เขาจะเปลี่ยนเป็นรูปใหม่มา ถ้าพร้อมกันสมมุติขึ้นแล้ว มันก็เป็นขึ้นมาได้ มันเป็นสมมุติอย่างนั้น อันนี้สิ่งที่ว่าเป็นเงินนั้นมันเป็นอะไรก็ไม่รู้จัก เรื่องแะต่างๆ ที่ว่าเป็นเงิน จริงๆ แล้วจะเป็นเงินจริงหรือเปล่านั้นไม่รู้ เห็นแะอันนั้นเป็นมาอย่างนั้น ก็เอามาสมมุติมันขึ้นมา มันก็เป็น ถ้าพูดเรื่องโลกแล้วมันก็มีแค่นี้ สมมุติอะไรขึ้นมาแล้วมันก็เป็น เพราะมันอยู่กับสมมุติเหล่านี้ แต่ว่าจะเปลี่ยนให้เป็นวิมุติ ให้คนรู้จักอย่างจริงจังนั้นมันยาก

เรื่อนเรา บ้านเรา ข้าวของเงินทอง ลูกหลานเรา เหล่านี้ก็สมมุติว่าลูกเรา เมียเรา พี่เรา น้องเรา อย่างนี้ เป็นฐานที่สมมุติกันขึ้นมาทั้งนั้น แต่ความเป็นจริงแล้ว ถ้าพูดตามธรรมะ ท่านว่าไม่ใช่ของเรา ก็ฟังไม่ค่อยสบายหูสบายใจเท่าใด เรื่องของมันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ ถ้าไม่สมมุติขึ้นมาก็ไม่มียา สมมุติว่าไม่มีราคา ก็ไม่มีราคา สมมุติให้มีราคาขึ้นมา ก็มีราคาขึ้นมา มันก็เป็นเช่นนั้น ฉะนั้น สมมุตินี้ก็ได้อยู่ถ้าเรารู้จักใช้มัน ให้รู้จักใช้มัน

อย่างสกร์ร่างกายของเราก็เหมือนกัน ไม่ใช่เราหรอก มัน เป็นของสมมุติจริงๆ แล้วจะหาตัวตนเราเขาแท้มันก็ไม่มี มีแต่ ธรรมชาติอันหนึ่งเท่านั้นแหละ มันเกิดแล้วก็ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไปทุกอย่างมันก็เป็นอย่างนี้ ไม่มีเรื่องอะไรเป็นจริงเป็นจังของมัน แต่ว่าสมควรที่เราจะต้องใช้มัน

อย่างไร เรามีชีวิตอยู่ได้นี้เพราะอะไร เพราะอาหารการกินของเราที่เป็นอยู่ ถ้าหากว่าชีวิตเราอยู่กับอาหารการกินเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง เป็นปัจจัยจำเป็น เราก็ต้องใช้สิ่งเหล่านี้ให้มันสำเร็จ ประโยชน์นี้ในความเป็นอยู่ของเรา เหมือนกับพระพุทธเจ้าท่านทรง สอนพระ เริ่มต้นจริงๆ ท่านก็สอนเรื่องปัจจัยสี่ เรื่องจีวร เรื่อง บิณฑบาต เรื่องเสนาสนะ เรื่องเภสัชยาบำบัดโรค ท่านให้พิจารณา ถ้าเราไม่ได้พิจารณาตอนเช้า ยามเย็นมันล่วงกาลมาแล้ว ก็ให้พิจารณาเรื่องอันนี้

ทำไมท่านจึงให้พิจารณาบ่อยๆ พิจารณาให้รู้จักว่ามันเป็น ปัจจัยสี่ เครื่องหล่อเลี้ยงร่างกายของเรา นักบวชก็ต้องมีผ้าห่ม ผ้าห่ม อาหารการขบฉัน ยารักษาโรค มีที่อยู่อาศัย เมื่อเรามีชีวิต อยู่เราจะหนีจากสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ ถ้าอาศัยสิ่งเหล่านี้เป็นอยู่ ท่านทั้งหลายจะได้ใช้ของเหล่านี้จนตลอดชีวิตของท่าน แล้วท่านอย่าหลงนะ อย่าหลงสิ่งเหล่านี้ มันเป็นเพียงเท่านั้น มีผลเพียงเท่านั้น

เราจะต้องอาศัยสิ่งเหล่านี้ไปจึงอยู่ได้ ถ้าไม่อาศัยสิ่งเหล่านี้ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะบำเพ็ญภาวนา จะสวดมนต์ทำวัตร จะนั่งพิจารณากกรรมฐาน ก็จะสำเร็จประโยชน์ให้ท่านไม่ได้ ในเวลานี้จะต้องอาศัยสิ่งเหล่านี้อยู่ ฉะนั้น ท่านทั้งหลายอย่าไปติดสิ่งเหล่านี้ อย่าไปหลงสมมุติอันนี้ อย่าไปติดปัจจัยสี่อันนี้ มันเป็นปัจจัยให้ท่านอยู่ไป อยู่ไป พอถึงคราวมันก็เลิกจากกันไป ถึงแม้มันจะเป็นเรื่องสมมุติ ก็ต้องรักษาให้มันอยู่ ถ้าไม่รักษามันก็เป็นโทษ เช่น ถ้วยใบหนึ่ง ในอนาคตถ้วยมันจะต้องแตก แตกก็ช่างมัน แต่ขณะที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ ขอให้ท่านรักษาถ้วยใบนี้ไว้ให้ดี เพราะเป็นเครื่องใช้ของท่าน ถ้าถ้วยใบนี้แตกท่านก็ลำบาก แต่ถึงแม้ว่าจะแตก ก็ขอให้เป็นเรื่องสุดวิสัยที่มันแตกไป

ปัจจัยสี่ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้พิจารณานี้ก็เหมือนกัน เป็นปัจจัยสี่ส่งเสริม เป็นเครื่องอาศัยของบรรพชิต ให้ท่านทั้งหลายรู้จักมัน อย่าไปยึดมั่นหมายมั่นมัน จนเป็นก้อนกิเลสตัณหาเกิดขึ้น ในดวงจิตดวงใจของท่านจนเป็นทุกข์ เอาแค่ใช้ชีวิตให้มันเป็นประโยชน์เท่านั้นก็พอแล้ว

เรื่องสมมุติกับวิมุติมันก็เกี่ยวข้องกันอย่างนี้เรื่อยไป ฉะนั้น ถ้าหากว่าใช้สมมุติอันนี้อยู่ อย่าไปวางอกวางใจว่ามันเป็นของจริงจริงโดยสมมุติเท่านั้น ถ้าเราไปยึดมั่นหมายมั่นมันก็เกิดทุกข์ขึ้นมา เพราะเราไม่รู้เรื่องอันนี้ตามเป็นจริง เรื่องมันจะถูกจะผิดก็เหมือน

กัน บางคนก็เห็นผิดเป็นถูก เห็นถูกเป็นผิด เรื่องผิดถูกไม่รู้ว่าเป็นของใคร ต่างคนต่างก็สมมุติขึ้นมา ว่าถูกว่าผิดอย่างนี้แหละ เรื่องทุกเรื่องก็ควรให้รู้

พระพุทธเจ้าท่านกลัวว่ามันจะเป็นทุกข์ ถ้าหากว่าถกเถียงกัน เรื่องทั้งหลายเหล่านี้มันจบไม่เป็น คนหนึ่งว่าถูกคนหนึ่งว่าผิด คนหนึ่งว่าผิด คนหนึ่งว่าถูกอย่างนี้ แต่ความจริงแล้วเรื่องถูกเรื่องผิดนั้นนะเราไม่รู้จักเลย เอาแต่ทำให้เรารู้จักใช้ให้มันสบาย ทำการงานให้ถูกต้อง อย่าให้มันเบียดเบียนตนเองและเบียดเบียนผู้อื่น ให้มันเป็นกลางๆ ไปอย่างนี้ มันก็สำเร็จประโยชน์ของเรา

รวมแล้วส่วนสมมุติก็ดี ส่วนวิมุติก็ดีล้วนแต่เป็นธรรมะ แต่ว่ามันเป็นของยิ่งหย่อนกว่ากัน แต่มันก็เป็นไฉนพจน์ซึ่งกันและกัน เราจะรับรองแน่นอนว่า อันนี้ให้เป็นอันนี้จริงๆ อย่างนั้นไม่ได้ ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงให้วางไว้ว่า **“มันไม่แน่”** ถึงจะชอบมากแค่ไหน ก็ให้รู้ว่ามันไม่แน่นอน ถึงจะไม่ชอบมากแค่ไหนก็ให้เข้าใจว่าอันนี้ไม่แน่นอน มันก็ไม่แน่นอนอย่างนั้นจริงๆ แล้วปฏิบัติจนเป็นธรรมะ

อดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม เรียกว่าปฏิบัติธรรมะ แล้วที่มันจบก็คือ ที่มันไม่มีอะไร ที่มันละ มันวาง มันวางภาระ ที่มันจบจะเปรียบเทียบกับให้ฟัง อย่างคนหนึ่งที่วางมันเป็นอะไรมันจึงปลิวพลิวไป คงเป็นเพราะมีลม อีกคนหนึ่งว่ามันเป็น

เพราะมีตรงต่างหาก อย่างนี้ก็จบลงไม่ได้สักที เหมือนกันกับไก่เกิดจากไข่ ไข่เกิดจากไก่อย่างนี้แหละ มันไม่มีหนทางจบ คือมันหมุนไปหมุนไปตามวัฏฏะของมัน

ทุกสิ่งสรรพัตถ์นี้ก็เรียกสมมุติขึ้นมา มันเกิดจากสมมุติขึ้นมา ก็ให้รู้จักสมมุติ ให้รู้จักบัญญัติ ถ้ารู้จักสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็รู้จัก **เรื่องอนิจจัง เรื่องทุกขัง เรื่องอนัตตา มันเป็นอารมณ์ตรงต่อพระนิพพานเลยอันนี้** เช่น การแนะนำพร้าสอนให้ความเข้าใจกับคนแต่ละคนนี้มันก็ยากอยู่ บางคนมีความคิดอย่างหนึ่ง พูดให้ฟังก็ว่าไม่ใช่ พูดความจริงให้ฟังเท่าไรก็ว่าไม่ใช่ ฉันทเอาถูกของคุณ คุณเอาถูกของคุณ มันก็ไม่มีทางจบ แล้วมันเป็นทุกข์ก็ยังไม่วาง ก็ยังไม่ปล่อยมัน

อาตมาเคยเล่าให้ฟังครั้งหนึ่งว่า คนสี่คนเดินเข้าไปในป่า ได้ยินเสียงไก่ขัน “เอ๊ก อี้อี้อัก เอ๊ก” ต่อกันไป คนหนึ่งก็เกิดปัญหาขึ้นมาว่า เสียงขันนี้ใครว่าไก่ตัวผู้หรือไก่ตัวเมีย สามคนรวมหัวกันว่าไก่ตัวเมีย ส่วนคนเดียวนั้นก็ว่าไก่ตัวผู้ขึ้นเถียงกันไปมาอยู่อย่างนี้แหละไม่หยุด สามคนว่าไก่ตัวเมียขึ้น คนเดียวว่าไก่ตัวผู้ขึ้น “ไก่ตัวเมียจะขันได้อย่างไร?” “ก็มันมีปากนี่” สามคนตอบคนคนเดียวนั้น เถียงกันจนร้องไห้

ความจริงแล้วไก่ตัวผู้มันแหละขันจริงๆ ตามสมมุติเขา แต่สามคนนั้นว่าไม่ใช่ ว่าเป็นไก่ตัวเมีย เถียงกันไปจนร้องไห้ เสียอก

เสียใจมาก ผลที่สุดแล้ว มันก็ผิดหมดทุกคนนั่นแหละ ที่ว่าไก่ตัวผู้ไก่ตัวเมียก็เป็นสมมุติเหมือนกัน

ถ้าไปถามไถ่ว่า “เป็นตัวผู้หรือ” มันก็ไม่ตอบ “เป็นไก่ตัวเมียหรือ” มันก็ไม่ให้เหตุผลว่าอย่างไร แต่เราเคยสมมุติบัญญัติว่า รูปลักษณะอย่างนี้เป็นไก่ตัวผู้ รูปลักษณะอย่างนั้นเป็นไก่ตัวเมีย ไก่ตัวผู้มันต้องขันอย่างนี้ ตัวเมียต้องขันอย่างนั้น อันนี้มันเป็นสมมุติติดอยู่ในโลกเรานี่ ความเป็นจริงมันไม่มีไก่ตัวผู้ไก่ตัวเมียหรอก ถ้าพูดตามความสมมุติในโลก ก็ถูกตามคนเดียวนั้น แต่เพื่อนสามคนก็ไม่เห็นด้วย เขาว่า ไม่ใช่ เถียงกันไปจนร้องไห้ มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร มันก็เรื่องเพียงเท่านั้น

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงว่า อย่าไปยึดมันถือมันมัน ไม่ยึดมันถือมันทำไมจะปฏิบัติได้ ปฏิบัติไป เพราะความไม่ยึดมันถือมันนี่จะเอาปัญญาแทนเข้าไปในที่นี้ยากลำบาก นี่แหละที่ไม่ให้ยึด มันจึงเป็นของยาก มันต้องอาศัยปัญญาแหลมคมเข้าไปพิจารณา มันจึงไปกันได้ อนึ่ง ถ้าคิดไปแล้วเพื่อบรรเทาทุกข์ลงไป ไม่ว่าผู้มีน้อยหรือมีมากหรือ เป็นกับปัญญาของคน ก่อนที่มันจะทุกข์ มันจะสุข มันจะสบาย มันจะไม่สบาย มันจะล่วงทุกข์ทั้งหลายได้เพราะปัญญา ให้มันเห็นตามเป็นจริงของมัน

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านให้อบรม ให้พิจารณา ให้ภาวนา ภาวนาก็คือให้พยายามแก้ปัญหทั้งหลายเหล่านี้ให้ถูกต้องตาม

**เรื่องของมัน** เรื่องของมันเป็นอย่างนี้ คือเรื่องเกิด เรื่องแก่ เรื่องเจ็บ เรื่องตาย มันเป็นเรื่องของธรรมดา ธรรมดาแท้ๆ มันเป็นอย่างนี้ของมัน ท่านจึงให้พิจารณาอยู่เรื่อยๆ ให้ภาวนา ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย บางคนไม่เข้าใจ ไม่รู้ จะพิจารณามันไปทำไม เกิดก็รู้จักว่าเกิดอยู่ ตายก็รู้จักว่าตายอยู่นั้นแหละมันเป็นเรื่องของธรรมดาเหลือเกิน มันเป็นเรื่องความจริงเหลือเกิน

ถ้าหากว่าผู้ใดมาพิจารณาแล้วพิจารณาอีกอยู่อย่างนี้ มันก็เห็น เมื่อมันเห็นมันก็ค่อยแก้ไขไป ถึงหากว่ามันจะมีความยึดมั่นหมายมันอยู่ก็ดี ถ้าเรามีปัญญาเห็นว่ามันเป็นเรื่องธรรมดา มันก็บรรเทาทุกข์ไปได้ ฉะนั้น จงศึกษาธรรมะเพื่อแก้ทุกข์

ในหลักพุทธศาสนานี้ก็ไม่มีอะไร มีแต่เรื่องทุกข์เกิดกับทุกข์ดับ เรื่องทุกข์จะเกิดเรื่องทุกข์จะดับเท่านั้น ท่านจึงจัดเป็นสังขธรรม ถ้าไม่รู้มันก็เป็นทุกข์ เรื่องจะเอาที่ฐิมาณะมาเถียงกันนี้ก็ไม่มีความจบ ทรอก มันไม่จบ มันไม่สิ้น เรื่องที่จะให้จิตใจเราบรรเทาทุกข์สบายๆ นั้น เราก็ต้องพิจารณาดูเรื่องที่เราผ่านมา เรื่องปัจจุบัน และอนาคตที่มันขึ้นไป เช่นว่า พุดถึงความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ทำอย่างไรมันจึงจะไม่ให้เป็นห่วงเป็นใยกัน ก็เป็นห่วงเป็นใยอยู่เหมือนกัน แต่ว่าถ้าหากบุคคลมาพิจารณารู้เท่าตามความเป็นจริง ทุกข์ทั้งหลายก็จะบรรเทาลงไป เพราะไม่ได้กอดทุกข์ไว้

## นอกเหตุเหนือผล



คำสอนของพระบางอย่าง เราฟังดูแล้วไม่ค่อยจะเข้าใจเลย มันน่าจะเป็นไปอย่างนั้นไม่ได้ ก็เลยไม่ทำ ความเป็นจริงนั้น คำพูดของพระมีเหตุผลทุกอย่าง ไม่น่าจะเป็นไปอย่างนั้น มันก็เป็นของมันไปได้ แปลกเหมือนกันนะ

ครั้งแรกที่อาตมาไปนั่งหลับตาแล้วก็ไม่เชื่อเหมือนกัน ไม่เห็นว่าจะเกิดประโยชน์อะไรจากการหลับตาไปหมด นอกจากนั้นก็ไปเดินจงกรม เดินจากต้นไม้อันนี้ไปต้นนั้น เดินไปเดินมาก็ชี้เกี้ยว เดินทำไม กลับไปกลับมาไม่เกิดประโยชน์อะไร อย่างนี้

---

บรรยายแก่พระภิกษุ สามเณร และอุบาสก อุบาสิกา จากวัดป่านานาชาติ ณ วัดหนองป่าพง ระหว่างพรรษา พ.ศ.๒๕๒๓

มันก็คิดไป แต่ความจริงการเดินจงกรมนี้มีประโยชน์มาก การนั่งสมาธินี้ก็มีความประโยชน์มาก แต่จริตของคนเราบางคนแรงไปในการเดินจงกรม บางคนแรงในการนั่ง จริตของท่านก็ปนเปกันอยู่ แต่เราจะทิ้งกันไม่ได้ จะนั่งสมาธิอย่างเดียวก็ได้ จะเดินจงกรมอย่างเดียวก็ได้

พระกรรมฐานท่านสอนว่า อิริยาบถสี่ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน คนเราอาศัยอิริยาบถอย่างนี้อยู่ แล้วแต่ว่ามันจะแรงการยืน การเดิน การนั่ง หรือ การนอน แต่มันจะเร็วหรือช้า มันก็ค่อยๆ เข้าไปในตัวของมัน

อย่างวันหนึ่งเราเดินก็ชั่วโมง นั่งก็ชั่วโมง นอนก็ชั่วโมง แต่เท่าไรก็ช่างมันเถอะ จับจุดมันเข้าก็เป็นการยืน การเดิน การนั่ง การนอนเสมอ การยืนเดินนั่งนอนนี้ให้เสมอกัน ท่านบอกไว้ในธรรมะ การปฏิบัติให้ปฏิบัติสม่ำเสมอ ให้อิริยาบถเสมอกัน อิริยาบถคืออะไร คือการยืน การเดิน การนั่ง การนอน ให้มันเสมอกัน เอ! คิดไม่ออก ให้มันเสมอนี้ มันก็คงจะว่า นอน ๒ ชั่วโมง ยืนก็ ๒ ชั่วโมง นั่งก็ ๒ ชั่วโมง คงจะเป็นอย่างนั้นกระมัง อาตมาก็มาลองทำดูเหมือนกัน โอ๊ะ! มันไปไม่ไหว ไปไม่ไหวแน่นอนเลย จะยืนก็ให้ ๒ ชั่วโมง หรือนั่งก็ให้ ๒ ชั่วโมง เดินก็ ๒ ชั่วโมง นอนก็ ๒ ชั่วโมง เรียกว่าอิริยาบถเสมอกัน อย่างนี้เราฟังผิด ฟังตามแบบนี้มันผิด

อิริยาบถเสมอนี้ ท่านพูดถึงจิตของเรา ความรู้สึกของเราเท่านั้น ไม่ใช่ท่านพูดทั่วไป คือ ทำจิตของเราให้มันเกิดปัญญา แล้วให้มันมีปัญญา ให้มันสว่าง ความรู้สึกหรือปัญญาของเรานั้น แม้เราจะอยู่ในอิริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ก็รู้อยู่เสมอ เข้าใจอยู่เสมอในอารมณ์ต่างๆ แม้ฉันจะยืนอยู่ก็ช่าง นอนอยู่ก็ช่าง จะนั่งหรือเดินก็ช่าง ฉันจะรู้อารมณ์อยู่เสมอไปว่า อารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้มันจะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เท่านั้นแหละ

คำพูดอย่างนี้ก็เป็นไป ความรู้สึกความรู้อย่างนั้นก็เป็นไป จิตใจก็น้อมเข้าไปอย่างนั้น เมื่อถูกอารมณ์เมื่อไร ก็เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตลอดเวลาอยู่ อย่างนั้น จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันมีความเห็นอยู่อย่างนั้น แม้ว่ามันจะรัก หรือจะเกลียด มันก็ยังไม่ทิ้งปฏิบัติของ มัน มันรู้ของมันอยู่

ถ้าหากว่ามาฟังถึงจิตให้เป็นปฏิบัติให้สม่ำเสมอ **ความสม่ำเสมอ คือ มันปล่อยวางเสมอกัน** เมื่อหากว่ามันได้อารมณ์ที่ดีตามสมมุติของเขา มันก็ยังไม่ลืมตัวของมัน เมื่อมันรู้อารมณ์ที่ชั่ว มันก็ยังไม่ลืมตัวของมัน มันไม่หลงในความชั่ว มันไม่หลงในความดี สมมุติทั้งหลายเหล่านี้ มันจะตรงของมันอยู่เรื่อยๆ อิริยาบถนี้เอาเสมอได้ ถ้ามันยังไม่เสมอจัดให้มันเสมอได้

ถ้าพูดถึงภายใน ไม่พูดถึงภายนอก พูดถึงเรื่องจิตใจ พูดถึงความรู้สึก ถ้าหากว่าอิริยาบถจิตใจสม่ำเสมอ จะถูกสรรเสริญ



มันก็อยู่แค่นั้น จะถูกนิทานมันก็อยู่แค่นั้น มันไม่วิ่งขึ้น มันไม่วิ่งลง มันอยู่อย่างนี้ ก็เพราะอะไร มันรู้อันตราย รู้อุปสรรคในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เห็นโทษ เห็นโทษในการสรรเสริญ เห็นโทษในการนิทาเสมอกันแล้ว เรียกว่ามันเสมอกันแล้วนั้นอย่างนี้ ความรู้สึกอย่างนี้เรียกว่าทางใน มองดูด้านใน ไม่มองดูด้านนอก

อารมณ์ทั้งหลายนั้นนะ ถ้าหากว่าเราได้อารมณ์ที่ดี จิตของเรามันก็ดีด้วย ได้อารมณ์ที่ไม่ดี จิตของเราก็ไม่ดีไม่ชอบ มันจะเป็นอยู่อย่างนี้ นี้เรียกว่า อิริยาบถมันไม่สม่ำเสมอแล้ว มันสม่ำเสมอ แต่ว่ามันรู้อารมณ์ว่า ยึดดีก็รู้ ยึดชั่วก็รู้จัก แค่นี้ก็มันดีแล้ว อิริยาบถนี้มันสม่ำเสมอแต่มันยังวางไม่ได้ แต่ว่ามันรู้สม่ำเสมอ ยึดความดีก็รู้จัก ยึดความชั่วก็รู้จัก ความยึดเช่นนี้มันเป็นสิ่งที่ไม่ใช่หนทางก็รู้ อยู่ เข้าใจอย่างนี้ แต่ว่ามันทำยังไม่ได้เต็มที่ ยังไม่ได้ปล่อยวางจริง แต่มันรู้ว่าถ้าจะปล่อยวางตรงนี้มันจะสงบ

แล้วเมื่อเราพยายามทำไปๆ เห็นโทษในอารมณ์ที่ว่ามันชอบใจ หรือว่ามันไม่ชอบใจ หรือเห็นโทษในสรรเสริญ เห็นโทษในการนิทาสม่ำเสมออยู่นั้นแหละ ไม่มีอะไรแปลกกัน นิทานมันก็สม่ำเสมอ สรรเสริญมันก็สม่ำเสมอ เมื่อพูดถึงจิตคนเราในโลกนี้ ถ้านิทาละก็ไม่ได้ บีบหัวใจเรา ถ้าถูกสรรเสริญ มันชุ่มชื่นสบาย มันเป็นอย่างนี้ตามธรรมชาติของมัน เมื่อมันรู้ตาม

ความเป็นจริงเสียแล้วว่า อารมณ์ที่เขานิทานนั้นมันก็มีโทษ อารมณ์ที่เขาสรรเสริญนั้นมันก็มีโทษ ติดในสรรเสริญมันก็มีโทษ ติดในการนิทานมันก็มีโทษ มันเป็นโทษทั้งหมดทั้งนั้น ถ้าเราไปหมายมันมันอย่างนั้น

เมื่อความรู้อย่างนี้เกิดขึ้นมา เราก็จะรู้สึกอารมณ์ ถ้าไปหมายมันมันก็เป็นทุกข์จริงๆ มันทุกข์ให้เห็น ถ้าไปยึดดียึดชั่ว มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมา แล้วก็มาเห็นโทษนั้นว่า ความยึดทั้งหลายนั้นมันเป็นเหตุให้เราเป็นทุกข์ เพราะชั่วก็ตะครุบ ดีก็ตะครุบ ทำไม่จึงเห็นโทษมัน เพราะเราเคยยึดมันมันมา เคยตะครุบมันมา อย่างนี้ จึงเห็นโทษ มันไม่มีสุข ทีนี้ก็หาทางปล่อยมัน จะปล่อยมันไปตรงไหนหนอ

ในทางพุทธศาสนาท่านว่า อย่าไปยึดมันถือมัน แต่เราฟังไม่จบไม่ตลอด ที่ว่าอย่าไปยึดมันถือมันนั้น คือว่าท่านให้ยึดอยู่ แต่อย่าให้มัน เช่นอย่างนี้ อย่างไฟฉายนี่นะ นี่คืออะไร ไปยึดมันมาแล้วก็ดู พอรู้ว่าเป็นไฟฉายแล้วก็วางมัน อย่าไปมัน ยึดแบบนี้ ถ้าหากว่าเราไม่ยึดเราจะทำได้ไหม จะเดินจงกรมก็ไม่ได้จะทำอะไรก็ไม่ได้ ต้องยึดเสียก่อน ครั้งแรกจะว่ามันเป็นต้นหากก็ได้ แต่ว่าต่อไปมันจะเป็นบารมี อย่างเช่นท่านชาคโรจะมาวัดป่าพง ก็ต้องอยากมาก่อน ถ้าไม่รู้สึกว่ายากมาก็ไม่ได้มา โยมทั้งหลายก็เหมือนกัน ก็มีความอยากนั้นแหละจึงได้มา นี่จึงมา

ด้วยความอยาก เมื่อมีความอยากขึ้นมา ท่านก็ว่าอย่ายึดมั่น คือมาแล้วก็กลับ อย่างที่สงสัยว่า “นี่อะไร” แล้วก็ยึดขึ้นมา เออ... มันเป็นไฟฉายนะนี่นะ แล้วก็วางมัน นี่เรียกว่า ยึด แต่ไม่ให้มันปล่อยวาง รู้แล้วปล่อยวาง พุดง่ายๆ ก็ว่า รู้แล้วปล่อยวาง จับมาดู รู้แล้วปล่อยวาง

อันนี้เขาสมมุติว่ามันดี อันนี้เขาสมมุติว่ามันไม่ดี รู้แล้วก็ปล่อยทั้งดีทั้งชั่ว แต่ว่าการปล่อยนี้ไม่ได้ทำด้วยความโง่ ไม่ได้ยึดด้วยความโง่ ให้ยึดด้วยปัญญาอย่างนี้ อันนี้อิริยาบถนี้เสมอได้ ต้องเสมอได้แบบนี้ คือจิตมันเป็น ทำจิตให้รู้ ทำจิตให้เกิดปัญญา เมื่อจิตมีปัญญาแล้ว อะไรมันจะเหนือไปกว่านั้นอีกเล่า ถ้าหากจะยึดมา มันก็ยึดไม่มีโทษ ยึดขึ้นมาแต่ไม่มัน ยึดดูแล้ว รู้แล้วก็วาง

อารมณ์เกิดมาทางหู อันนี้เรารู้โลกเขาว่ามันดี แล้วก็วางโลกเขาว่ามันไม่ดี มันก็วาง มันรู้ดีรู้ชั่ว คนที่ไม่รู้ดีรู้ชั่ว ไปยึดทั้งดีทั้งชั่วแล้วเป็นทุกข์ทั้งนั้น **คนรู้ดีรู้ชั่ว ไม่ได้ยึดในความดี ไม่ได้ยึดในความชั่ว คนที่ยึดในความดีความชั่ว นั่นคือคนไม่รู้ดีรู้ชั่ว** และคำที่ว่าเราทำอะไร ตลอดที่ว่าเราอยู่ไปนี้ เราอยู่เพื่อประโยชน์อะไร เราทำงานอันนี้ เราทำเพื่อต้องการอะไร แต่โลกเขาว่าทำงานอันนี้ เพราะต้องการอันนั้น เขาว่าเป็นคนมีเหตุผล แต่พระท่านสอนยิ่งไปกว่านั้นอีก ท่านว่า ทำงานอันนี้ ทำไป แต่ไม่ต้องการอะไร ทำไปไม่ต้องการอะไร โลกเขาต้องทำงานอันนี้เพื่อ

ต้องการอันนั้น ทำงานอันนั้นเพื่อต้องการอันนี้ นี่เป็นเหตุผลอย่างชาวโลกเขา

**พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่า ทำงานเพื่อทำงาน ไม่ต้องการอะไร ถ้าคนเราทำงานเพื่อต้องการอะไร ก็เป็นทุกข์** ลองดูก็ได้ พอหนึ่งปีก็ต้องการความสงบ ก็นั่งอยู่นั้นแหละ กัดฟันเป็นทุกข์แล้ว นั่นลองคิดดูซิ มันละเอียดกว่ากันอย่างไร คือทำแล้วปล่อยวางๆ อย่างเช่น พรหมณ์เขาบูชาตัณหา เขาต้องการสิ่งที่เขาปรารถนานั้นน้อย การกระทำเช่นนั้นของพรหมณ์นั้นก็ยังไม่พ้นทุกข์ เพราะเขามีความปรารถนาจึงทำ ทำแล้วก็ทุกข์เพราะทำด้วยความปรารถนา

**ครั้งแรกเราทำก็ปรารถนาให้มันเป็นอย่างนั้น ทำไปๆ ทำจนกว่าที่เรียกว่า ไม่ปรารถนาอะไรแล้ว ทำเพื่อปล่อยวาง มันลึกซึ้งอย่างนี้** คนเราปฏิบัติธรรมเพื่อต้องการอะไร เพื่อต้องการพระนิพพาน นั่นแหละ จะไม่ได้พระนิพพาน ความต้องการอันนี้เพื่อให้มีความสงบ มันก็เป็นธรรมดาแต่ว่าไม่ถูกเหมือนกัน จะทำอะไรก็ไม่ต้องคิดว่าจะต้องการอะไรทั้งสิ้น ไม่ต้องการอะไรทั้งสิ้น แล้วมันจะเป็นอะไร ก็ไม่เป็นอะไร ถ้าเป็นอะไรมันก็ทุกข์เท่านั้นแหละ

**การทำงานไม่ให้เป็นอะไรนั้นเรียกว่า “ทำจิตให้ว่าง” แต่การกระทำมีอยู่** ความว่างนี้พูดให้คนฟังไม่รู้เรื่อง แต่คนทำไปจะรู้จัก

ความว่างนี้ว่ามีประโยชน์ ไม่ใช่ว่ามันว่างในสิ่งที่มันไม่มี มันว่างในสิ่งที่มันมีอยู่ เช่น ไฟฉายนี้แหละ มันไม่ว่าง แต่เราเห็นไฟฉายนี้ มันว่าง ว่างก็เพราะมีไฟฉายนี้ ไฟฉายนี้เป็นเหตุให้มีว่าง ไม่ใช่ว่างขณะนั้นมองดูไม่มีอะไร ไม่ใช่อย่างนั้น คนฟังความว่างก็ไม่ค่อยออกเหมือนกัน ไม่ค่อยจะรู้จักอย่างนั้น ต้องเข้าใจความว่างในของที่มีอยู่ ไม่ใช่ความว่างในของที่ไม่มี

ลองอย่างนี้สิ นี่ถ้าหากว่าใครยังมีความปรารถนาอยู่ อย่างพราหมณ์ที่บูชาชัชฎู ที่พราหมณ์บูชาชัชฎูก็เพราะเขาต้องการอะไร อันใดอันหนึ่งอยู่ เหมือนกันกับที่โยมมาถึงก็กราบพระ “หลวงพ่อ... ผมขอรดน้ำมนต์” “ทำไม...รดทำไม” “ต้องการกินดีอยู่ดี ไม่เจ็บไม่ไข้” นั่นแหละ มันไม่พ้นทุกข์แล้วถ้ามันต้องการอย่างนั้น ทำอันนี้เพื่อต้องการอันนั้น ทำอันนั้นเพื่อต้องการอันนี้

ในทางพุทธศาสนาให้ทำเพื่อไม่ต้องการอะไร ถ้ามีเพื่ออะไร มันไม่หมด ทางโลกทำอะไร เรียกว่ามันมีเหตุผล พระพุทธองค์ท่านทรงสอนว่าให้ “นอกเหตุเหนือผล” ไม่ว่าจะทำอะไร ปัญญาของท่านให้นอกเหตุเหนือผล ให้นอกเกิดเหนือตาย นอกสุขเหนือทุกข์ ลองคิดตามไปซิ ลองพิจารณาตามไป คนเราเคยอยู่ในบ้าน พอหนีจากบ้านไปไม่มีที่อยู่ ไม่รู้จะทำอย่างไร เพราะเรามันเคยอยู่ในภพ อยู่ในความยึดมั่นถือมั่น เป็นภพ ถ้าไม่มีความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ก็เรียกว่าไม่รู้ว่าจะทำอะไร



เหมือนอย่างคนส่วนมากไม่ยากไปพระนิพพานเพราะกลัว เพราะเห็นไม่มีอะไร ดูหลังคากับพื้นนี้ ที่สุดข้างบนคือหลังคา ที่สุดข้างล่างคือพื้น อันนั้นมันเป็นภาพข้างบน อันนี้เป็นภาพข้างล่าง ระยะที่ภาพทั้งสองนี้มันต่อกัน มันว่างๆ คนไม่รู้จัก เหมือนที่ว่างระหว่างหลังคากับพื้น เห็นมันว่างๆ ก็ไม่รู้จะไปอยู่ตรงไหน ต้องไปอยู่บนหลังคา หรือไม่อย่างนั้นก็พื้นข้างล่าง

ที่ๆ ไม่มีอยู่นั้นแหละมันว่าง เหมือนกับที่ไม่มีภาพนั้นแหละ ก็เรียกว่ามันว่าง ตัดเยื่อใยออกเสีย มันก็ว่าง พอบอกว่าพระนิพพานคือความว่าง ถอยหลังเลยไม่ไป กลัว กลัวจะไม่ได้เห็นลูก กลัวจะไม่ได้เห็นหลาน กลัวจะไม่ได้เห็นอะไรทั้งนั้น อย่างที่เวลาพระท่านให้พรญาติโยมว่า อายุ วัฒนโณ สุขัง พลัง โยมก็ดีใจ สาธุ เพราะชอบ มันจะได้อายุหลายๆ วรณะผ่องใส มีความสุขมากๆ มีพลังหลายๆ คนชอบใจ ถ้าจะพูดว่าไม่มีอะไรแล้ว เลิกเลย ไม่ต้องเอาแล้ว

คนมันติดอยู่ในภพอย่างนั้น บอกไปตรงนั้น ไม่ไป ไม่มีที่อยู่แล้ว อายุ วัฒนโณ สุขัง พลัง เออ! ดีแล้ว อายุให้ยืนนาน วัฒนโณ ให้มีวรรณะผิวพรรณสวยงาม ให้มีความสุขมากๆ ให้มีอายุยืนๆ คนอายุยืนๆ มีผิวพรรณดี มีไหม เคยมีไหม คนอายุหลายๆ มีพลังมากๆ มีไหม คนมีอายุมากๆ มีความสุขมากๆ มีไหม พอให้พบว่า อายุ วัฒนโณ สุขัง พลัง ดีใจสาธุกันทั้งนั้น ทั้งศาลาเลย

นี้แหละ มันติดอยู่ในภพนี้ เหมือนอย่างพราหมณ์บูชาัยญ ที่ทำพิธีบูชาัยญเพราะต้องการสิ่งที่เขาปรารถนา

การที่เรามาปฏิบัติไม่ต้องบูชาัยญ คือไม่ต้องการอะไร ถ้าต้องการอะไร มันก็ยังมีอะไรอยู่ ถ้าไม่ต้องการอะไร มันก็สงบเรื่องของมัน แต่พูดให้ฟังอย่างนี้ ก็คงไม่ค่อยสบายใจอีกแล้ว เพราะอยากจะทำกันอีกทั้งนั้น

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

พระพุทธเจ้าอยู่ตรงไหนล่ะ เราก็นี้กว่าพระพุทธเจ้าเสด็จมาโปรดแล้ว พระพุทธเจ้าก็เสด็จไปแล้ว แต่พระพุทธเจ้าคือธรรมะ คือสังฆธรรม บางคนชอบพูดว่า ถ้าเราเกิดทันพระพุทธเจ้า เราจะได้ไปพระนิพพานเหมือนกัน นี่แหละ ความงมงันหลุดออกมาอย่างนั้น **พระพุทธเจ้ายังมีอยู่ทุกวันนี้ ใครว่าพระพุทธเจ้านิพพาน พระพุทธเจ้าคือสังฆธรรม สังฆธรรมมันจะจริงอยู่อย่างนั้น ใครจะเกิดมาก็มีอยู่อย่างนั้น ใครจะตายไปก็มีอยู่อย่างนั้น สังฆธรรมนี้ไม่มีวันสูญไปจากโลก** เป็นอย่างนั้น มีอยู่ตลอดเวลาอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจะเกิดมาก็มี ไม่เกิดมาก็มี ใครจะรู้ก็มี ใครจะไม่รู้ก็มี

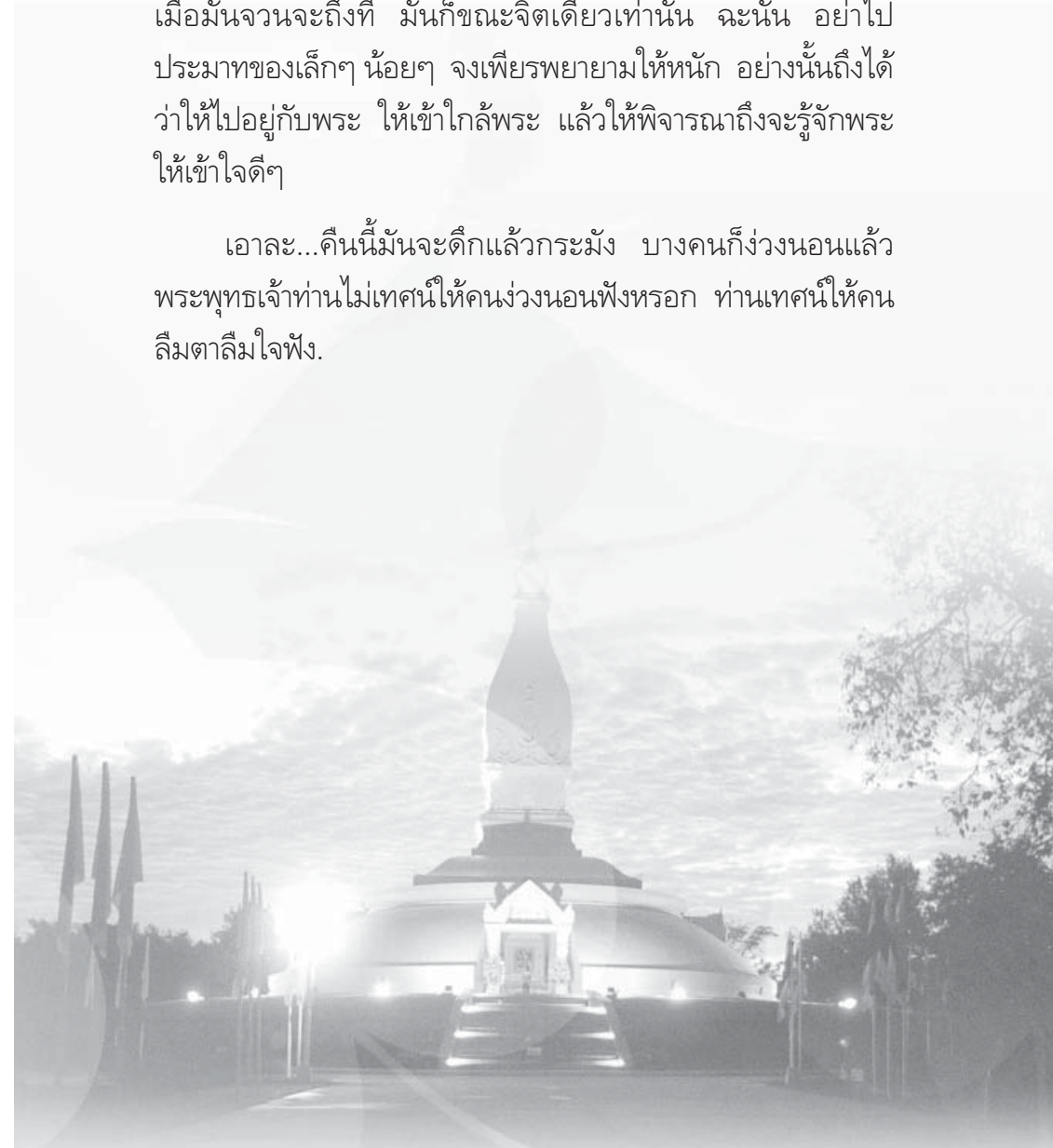
อันนั้นมันมีอยู่อย่างนั้น ฉะนั้น จึงทำให้ใกล้พระพุทธเจ้า เราโน้มเข้ามา โน้มเข้ามาให้เราถึงธรรมะ เมื่อได้ถึงธรรมะเราก็ถึงพระพุทธเจ้า เมื่อเห็นธรรมะเราก็เห็นพระพุทธเจ้า แล้วความสงสัยทั้งหลายก็จะหมดสิ้น

เหมือนอย่างครูชู้ เกิดมาครั้งแรกไม่เป็นครูหรอก เป็นนายชู้ ต่อมาเขาเรียนวิชาของครู สอบได้ไปบรรจุเป็นครู ก็เรียกว่าเป็นครูชู้ แม้ครูชู้จะตายไปแล้ว วิชาของครูนี้ก็ยังมีอยู่ ไม่หายไปไหน ใครจะไปเรียนวิชาครู ไปสอบได้ก็จะได้เป็นครูอยู่ วิชาครูนั้นยังอยู่ เป็นสัจธรรม ยังมีในโลก เหมือนสัจธรรมที่ทำให้พระองค์เป็นพระพุทธเจ้า ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงยังมีอยู่อย่างนี้ ดังนั้นใครปฏิบัติไปก็จะเห็นธรรมะ เห็นธรรมะก็จะเห็นพระพุทธเจ้า เดียวนี้ คนไม่เห็นทั้งนั้นแหละ มองพระพุทธเจ้าไปตรงไหนก็ไม่รู้ ไม่รู้จักแล้วยังพูดว่า ถ้าฉันเกิดพร้อมพระพุทธเจ้า ฉันก็คงจะได้เป็นลูกศิษย์ของท่าน และคงจะได้ตรัสรู้เหมือนกัน พูดออกมาด้วยความโง่ นี่ ขอให้เข้าใจอันนี้ให้ดี

จิตเป็นสิ่งที่สำคัญมาก และการปฏิบัติของเราก็เช่นเดียวกัน อย่าไปเข้าใจว่าออกพรรษาแล้วก็เลิก อย่าคิดอย่างนั้น ความคิดชั่ววูบเดียวอาจทำให้ฆ่าคนได้ในทำนองเดียวกัน ความดีวูบเดียวในขณะจิตเดียวเท่านั้น ไปได้เหมือนกัน ให้เข้าใจอย่างนี้ อย่าไปเข้าใจว่าฉันบวชมานานแล้ว จิตจะภาวนาอย่างไรก็ได้ อย่าคิด

อย่างนั้น ความชั่ววูบเดียวเท่านั้น ให้ทำกรรมหนักได้โดยไม่รู้ตัว เช่นเดียวกับสาวกทุกๆ องค์ของท่านที่ได้ปฏิบัติมานานแล้ว เมื่อมันจวนจะถึงที่ มันก็ขณะจิตเดียวเท่านั้น ฉะนั้น อย่าไปประมาทของเล็กๆ น้อยๆ จงเพียรพยายามให้หนัก อย่างนั้นถึงได้ว่าให้ไปอยู่กับพระ ให้เข้าใกล้พระ แล้วให้พิจารณาถึงจะรู้จักพระให้เข้าใจดีๆ

เออละ...คืนนี้มันจะตึกแล้วกระมัง บางคนก็ง่วงนอนแล้ว พระพุทธเจ้าท่านไม่เทศน์ให้คนง่วงนอนฟังหรอก ท่านเทศน์ให้คนลืมตาลืมใจฟัง.





## สัมมาทิฏฐิที่เยือกเย็น



การปฏิบัติที่มันตรงกันข้ามกับจิตของเรา จิตของเราก็มีกิเลสตัณหาอยู่นั้นมันตรงกันข้ามกับความเป็นจริง ฉะนั้น การปฏิบัติจึงเป็นเรื่องยุ่งยากอยู่สักนิด บางสิ่งที่เราเข้าใจว่าผิดแต่มันถูกก็มี สิ่งที่เราเข้าใจว่ามันถูกอาจจะผิดก็มี เพราะอะไร เพราะจิตของเรามันมืด ไม่รู้แจ้งตามเป็นจริงในสภาวะธรรมทั้งหลายนั้น จิตของเราเอาเป็นประมาณไม่ได้ เพราะจิตเราไม่รู้ตามความเป็นจริง จึงเอาเป็นประมาณไม่ได้

การฟังธรรมะ อย่างวันนี้เหมือนกัน บางคนก็ไม่อยากจะรับฟังเลย บางคนก็อยากจะรับฟัง อย่างนี้ไม่ใช่วิสัยของนักปราชญ์

ถ้าเป็นนักปราชญ์แล้วฟังธรรมได้ทุกอย่าง จึงว่าความคิดของเรา นั้นเอาเป็นประมาณไม่ได้ เดี่ยวชอบอย่างนี้ เดี่ยวไม่ชอบอย่างนั้น บางทีอย่างที่เราชอบใจมันผิดความจริงก็มี ไม่เป็นธรรมก็มี หรือ บางทีสิ่งที่เราไม่ชอบใจนั้นมันเป็นแท้จริงก็มี บางทีก็เหมือนกับคน ไม่รู้เรื่อง ไม่รู้เรื่องอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง พอถูกคนโกหกเข้าก็เชื่อหมด เขาโกหกว่าอย่างนี้ถูก เราก็เชื่อ เพราะเรามันโง่ เขาชี้สิ่งที่ถูกว่าผิด เราก็เชื่อ เพราะอะไร เพราะเรายังไม่เป็นตัวของตัว ไม่รู้ตามความเป็นจริงนั่นเอง

เหมือนจิตของเราทุกวันนี้แหละ ถูกอารมณ์โกหกอยู่เรื่อย บางทีก็ชอบอย่างนั้น บางทีก็ไม่ชอบอย่างนี้ ถูกโกหกอยู่เรื่อย เพราะเราไม่รู้ตามความเป็นจริงของมัน มันก็โกหกอยู่เรื่อยๆ ถ้าหากว่าเราผู้ฟังธรรมก็ฟังธรรมไปเถิด ธรรมนั้นจะชอบใจเราหรือไม่ชอบใจ เราก็ควรฟัง คนที่ฟังธรรมอย่างนี้ได้ประโยชน์ เพราะว่าความจริงที่พระท่านเทศน์ให้ฟัง หรือครูบาอาจารย์ท่านสอนให้ฟังนั้น เราจะเชื่อก็ได้ ไม่เชื่อก็ได้ เราต้องอยู่ที่ครึ่งๆ กลางๆ นี้ ไม่ได้ประมาทว่าเชื่อหรือไม่เชื่อ เราก็ฟังของเราไป แล้วเอาไปพิจารณาให้มันเกิดเหตุผลในทางที่ชอบขึ้นมา

นักปราชญ์ทั้งหลายไม่ควรเชื่อง่ายๆ ควรเอาไปพิจารณา ตริตรองดูเหตุผลก่อนจึงค่อยเชื่อ แม้จะพูดความจริงให้ฟังก็อย่าเพิ่งเชื่อ เพราะอะไร เพราะเรายังไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงนั้น ด้วยตนเอง พวกเราทุกคนก็เหมือนกัน รวมทั้งผมด้วย ผมเคย



ปฏิบัติมาก่อนท่าน ก็เคยถูกโกหกมาแล้วว่า การปฏิบัตินี้มันลำบากมากหลาย ทำไมมันจึงลำบาก ก็เพราะเราคิดไม่ถูกต้องนั่นเอง มันเป็นมิจฉาทิฐิ เราคิดไม่ถูก

แต่ก่อนผมเคยอยู่กับพวกพระมาก ผมก็ไม่สบาย รวนเรหนีไปตามป่าตามเขา หนีจากพวกจากเพื่อน เห็นไปว่าภิกษุสามเณรก็ไม่เหมือนใจเรา ปฏิบัติไม่เก่งเหมือนเรา มีความประมาท คนไหนเป็นอย่างนี้ คนนั้นเป็นอย่างนั้น ก็เป็นเหตุอย่างหนึ่งให้เราเหนื่อย เป็นเหตุให้หนีไปเรื่อยๆ ไปอยู่องค์เดียวก็มี สององค์ก็มี ก็ไม่มีความสบาย ไปอยู่องค์เดียวก็ไม่สบาย ไปอยู่หลายองค์ก็ไม่สบาย ไปอยู่ที่เอกลาภมากเยอะแยะก็ไม่สบาย ไปอยู่ที่เอกลาภไม่มากนัก้อยก็สบาย ความไม่สบายนี้เราก็นึกว่ามันเป็นเพราะเพื่อน เป็นเพราะอารมณ์ เป็นเพราะที่อยู่ เป็นเพราะอาหาร เป็นเพราะอากาศ เป็นเพราะนั้น เป็นเพราะนี้ เราคิดว่ามันเป็นเช่นนั้น เราก็แสวงหาไปตามเรื่องของเราเรื่อยๆ

แต่ก่อนเป็นพระชุดงค์ ชุดงค์ไปแล้วก็ไม่สบาย ภาวนาไปพิจารณาไป ทำอย่างไรจึงจะสบายหนอ พิจารณาอยู่อย่างนี้ อยู่มากคนก็ไม่สบาย อยู่อากาศเย็นก็ไม่สบาย อากาศร้อนก็ไม่สบาย เพราะอะไรหนอ ไม่เห็นเสียแล้ว ทำไมมันจึงไม่สบาย ก็เพราะมันเป็นมิจฉาทิฐิมีความเห็นผิด เพราะตัวเรานี้ยังยึดธรรมอันมีพิษอยู่ นั่นเอง ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย ว่าตรงนั้นไม่ดีตรงนั้นไม่ดีอยู่เรื่อยๆ มันไปให้โทษคนอื่นเขา มันไปให้โทษอากาศ มันไปให้โทษความ

ร้อน มันไปให้โทษความเย็น มันไปให้โทษสารพัดอย่าง เหมือนกับหมาบ้า หมาบ้ามันเห็นอะไรมันก็กัด เพราะมันเป็นบ้า เป็นเช่นนี้แหละ

ฉะนั้น เมื่อพวกเราทั้งหลายปฏิบัติ จึงมีจิตกระสับกระส่ายอยู่เรื่อยไป วันนี้สบาย พรุ่งนี้ไม่สบาย มันก็เป็นของมันอยู่เช่นนี้เรื่อยไป ไม่ได้ความสบาย ไม่ได้ความสงบ มาหนักถึงพระพุทธรเจ้าท่านประทับอยู่ที่แห่งหนึ่ง ประชุมพระภิกษุสงฆ์ตอนบ่าย ตอนเย็น ท่านเห็นหมาป่าตัวหนึ่งวิ่งออกมาจากป่า มายืนอยู่แล้วก็วิ่งเข้าไปในพุ่มไม้ แล้วก็วิ่งออกมา แล้ววิ่งเข้าไปในโพรงไม้ เข้าไปอยู่ในโพรงไม้ สักประเดี๋ยวก็วิ่งออกมา แล้วก็เข้าไปอยู่ในถ้ำ ประเดี๋ยวก็วิ่งออกมา เดียวก็ยืนอยู่ เดียวก็วิ่งไป เดียวก็นอน เดียวก็ลุก เพราะหมาป่าตัวนั้นเป็นขี้เรื้อน มันเป็นโรคเรื้อน ยืนอยู่ก็ถูกตัวเรื้อนมันไชกินเนื้อกินหนัง มันยืนอยู่ประเดี๋ยวก็ไม่สบาย วิ่งไปไม่สบายก็หยุดอยู่ หยุดอยู่ไม่สบายก็นอน นอนอยู่ไม่สบายก็ลุกขึ้น ลุกขึ้นแล้วก็เข้าไปในพุ่มไม้ ไปนอนอยู่ประเดี๋ยวเดียวแล้วก็วิ่งหนี ว่าพุ่มไม้นั้นไม่ดี แล้วก็เข้าไปในโพรงไม้สักพักหนึ่ง ตัวขี้เรื้อนมันก็ไชกินเนื้อกินหนังมันอยู่เรื่อย แล้วก็ลุกไปอีก วิ่งเข้าไปในถ้ำ

พระพุทธรเจ้าท่านตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ท่านเห็นไหมว่า เมื่อตอนเย็นวันนี้ หมาป่าตัวหนึ่งมันเดินอยู่ที่นี้ เห็นไหม มันจะยืนอยู่มันก็เป็นทุกข์ มันจะวิ่งไปมันก็เป็นทุกข์ มันจะนั่งอยู่ก็เป็นทุกข์

มันจะนอนอยู่ก็เป็นทุกข์ มันจะเข้าไปอยู่ในพุ่มไม้ก็เป็นทุกข์ เข้าไปในโพรงไม้มันก็เป็นทุกข์ จะเข้าไปอยู่ในถ้ำก็ไม่สบาย มันก็เป็นทุกข์ เพราะมันเห็นว่าการยืนอยู่ไม่ดี การนั่งไม่ดี การนอนไม่ดี พุ่มไม้ไม่ดี โพรงไม้ไม่ดี ถ้ำไม่ดี มันก็วิ่งอยู่ตลอดเวลาด้วยความเป็นจริงหมาป่าตัวนั้นมันเป็นขี้เรื้อน มันไม่ใช่เป็นเพราะพุ่มไม้ หรือโพรงไม้ หรือถ้ำ หรือการยืน การเดิน การนั่ง การนอน มันไม่สบายเพราะมันเป็นขี้เรื้อน”

พระภิกษุทั้งหลายนี้ก็เหมือนกัน ความไม่สบายนั้นคือความเห็นผิดที่มีอยู่ ไปยึดธรรมที่มีพิษไว้มันก็เดือดร้อน ไม่ล่ำรวมสังวร อินทรีย์ทั้งหลาย แล้วก็ไปโทษแต่สิ่งอื่น ไม่รู้เรื่องของเจ้าของ ไปอยู่วัดหนองป่าพงก็ไม่สบาย ไปอยู่อเมริกาก็ไม่สบาย ไปอยู่กรุงลอนดอนก็ไม่สบาย ไปอยู่วัดป่าบุงหวายก็ไม่สบาย ไปอยู่ทุกๆ สาขาก็ไม่สบาย ที่ไหนก็ไม่สบาย นี่ก็คือความเห็นผิดนั้นยังมีอยู่ในตัวเรานั่นเอง มีความเห็นผิดยังไปยึดมันถือมันในธรรมอันมีพิษไว้ในใจของเราอยู่ อยู่ที่ไหนก็ไม่สบายทั้งนั้น นั่นคือเหมือนกันกับสุนัขนั้น ถ้าหากโรคเรื้อนมันหายแล้ว มันจะอยู่ที่ไหนมันก็สบาย อยู่กลางแจ้งมันก็สบาย อยู่ในป่ามันก็สบาย อย่างนี้ผมนี้ก็อยู่บ่อยๆ แล้วผมก็นำมาสอนพวกท่านทั้งหลายอยู่เรื่อย เพราะธรรมตรงนี้มันเป็นประโยชน์มาก

พระภิกษุทั้งหลายนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น **ถ้าหากเรารู้จักอารมณ์ตามความเป็นจริงเสียแล้ว มันก็สบาย จะมีความหนาว**

ข้างมันก็สบาย อยู่ที่คนมากก็สบาย อยู่ที่คนน้อยก็สบาย ความสบายหรือไม่สบายไม่ได้อยู่ที่คนมากหรือน้อย มันอยู่ที่ความเห็นถูกเท่านั้น ถ้ามีความเห็นถูกในใจของเราแล้ว อยู่ที่ไหนก็สบาย นี่เพราะเรายังมีความเห็นผิดอยู่ ยึดธรรมอันมีพิษอยู่ แล้วมันก็ไม่สบาย ที่เรายึดอยู่อย่างนี้ก็เหมือนกับตัวหนอนนั้นแหละ ที่อยู่ของมันก็สกปรก อาหารของมันก็สกปรก ที่อยู่และอาหารของมันไม่ดีทั้งนั้น มันไม่สมควร แต่ว่ามันสมควรกับหนอน ลองเอาไม้ไปเขี่ยมันออกจากมูลออกจากคูถคูลี ตัวหนอนนั้นมันจะดิ้นกระเสือกกระสนไปที่เดียว มันจะดิ้นมาหากองคูถอย่างเก่า มันจึงจะสบาย อันนี้ก็เหมือนกัน ฉะนั้น

พระภิกษุสามเณรเราทั้งหลายนั้น ยังมีความเห็นผิดอยู่ ครุบาอาจารย์มาแนะนำให้เห็นถูก มันก็ไม่สบาย ใจมันวิ่งไปหากองคูถอยู่เรื่อยๆ มันไม่สบาย เพราะตรงนั้นเป็นที่อยู่ของมัน เมื่อหนอนนั้นมันยังมองไม่เห็นความสกปรกอยู่ในที่นั้น เมื่อนั้นมันก็ออกไม่ได้ พวกเราทั้งหลายก็เหมือนกันฉันนั้น ถ้าไม่เห็นโทษทั้งหลายในสิ่งเหล่านั้น มันก็ออกไม่ได้ ปฏิบัติมันก็ยากลำบาก

ฉะนั้น จงฟัง ไม่มีอันใดอื่น การปฏิบัตินั้นถ้าเรามีความเห็นถูกต้องดีแล้ว ผมว่าอยู่ที่ไหนก็สบาย อันนี้ผมก็เคยปฏิบัติมาแล้ว เคยพบมาแล้ว ถ้าหากมันยังไม่รู้จักอย่างทุกวันนี้ มีพระภิกษุสามเณรมีญาติโยม มีอะไรหลายๆ อย่าง อย่างทุกวันนี้ ผม

ก็ตายแล้ว ถ้ามันมีความเห็นผิดอยู่มันก็ตายแล้ว **ผมเห็นว่าที่อยู่ของพระเรานั้น อยู่ที่มันเยือกเย็น ก็คือความเห็นถูกต้องนั่นเอง เป็นสัมมาทิฐิ ถ้ามีความเห็นถูกต้องชอบแล้ว มันก็สบาย มีความสงบ พวกเราทั้งหลายอย่าไปค้นอย่างอื่นเลย**

ฉะนั้น ถึงแม้ว่ามันจะทุกข์ ก็ช่างมันเถอะ ทุกข์นั้นมันก็ไม่แน่หรอก ใครเห็นว่าทุกข์มันเป็นตัวใหม่ มันมีทุกข์เกิดขึ้นมา ตัวทุกข์คืออะไร มีไหม ใครเห็นทุกข์ใหม่ เห็นตัวทุกข์ใหม่ เห็นมันจริงจังไหม ผมไม่เห็นว่ามันจริงมันจังอะไร ทุกข์มันก็คือความรู้สึกเดียว แล้วมันก็หายไป แล้วสุขก็เหมือนกันนั้น ตัวสุข สุขจริงๆ มันมีให้เห็นไหม ของจริงมีไหม มันก็สักแต่ว่าความรู้สึกหนึ่งแล้วมันก็หายไป เกิดแล้วมันก็ดับไป อย่างความรักของเราเกิดขึ้นมาวูบหนึ่ง แล้วมันก็หายไปอีก ตัวรัก ตัวเกลียด ตัวชังจริงๆ ไม่เห็นว่ามันจะอยู่ที่ไหน ความเป็นจริงก็คือ มันไม่มีตัวไม่มีตน มันสักแต่ว่าอารมณ์ เกิดขึ้นมาวูบหนึ่งแล้วก็หายไป มันหลอกลวงเราอยู่อย่างนี้เรื่อยๆ ไป เอาแน่ตรงไหนไม่ได้ ไม่มี

ไม่มีอะไรทั้งนั้นแหละ สักแต่ว่าความรู้สึกเกิดขึ้นมา สมกับคำที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ไม่มีอะไรนอกนั้น มีทุกข์เกิดขึ้นมา แล้วทุกข์นั้นก็ตั้งอยู่ เมื่อทุกข์ตั้งอยู่แล้ว ทุกข์ก็ดับไป ทุกข์ดับไปแล้ว สุขเกิดขึ้นมา แล้วสุขก็ตั้งอยู่ เมื่อสุขตั้งอยู่แล้ว สุขก็ดับไป เมื่อสุขดับไปแล้วทุกข์ก็เกิดขึ้นมา เกิดขึ้นแล้วทุกข์ก็ตั้งอยู่ ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป ผลที่สุดก็มารวมเป็นอันเดียวว่า **นอกจากทุกข์นี้เกิด**

**นอกจากทุกข์นี้ตั้งอยู่ นอกจากทุกข์นี้ดับไปแล้ว ไม่มีอะไร มีแต่เท่านี้ ไม่มีอะไรอื่นนอกจากนี้ มันมีเท่านี้ๆ**

แต่เราก็เป็นคนหลง วิ่งตะครุบมันเรื่อยไป ก็ไม่พบความจริงว่า อันนี้มันเป็นความจริงไหม มันก็ไม่จริงอีกแล้ว อันนั้นมันจริงไหม ก็ไม่จริงอีกนั่นแหละ มันเปลี่ยน...เปลี่ยน...เปลี่ยนของมันอยู่อย่างนั้น ถ้ามาพิจารณาแล้วก็ไม่ควรวิ่งไปกับมัน ฉะนั้นเมื่อเรารู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้แล้ว ก็ไม่ใช่เป็นคนคิดมาก แต่เป็นคนมีปัญญามาก ถ้าเราไม่รู้จักมัน มันก็คิดมากกว่าปัญญา บางทีปัญญาไม่มีเลย มีแต่ความคิด ความคิดมากแต่ปัญญาไม่มี ก็ยิ่งทุกข์มาก มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ **อะไรทุกอย่างทุกอย่างถ้าเราเห็นโทษจริงๆ แล้ว เราจึงถอนตัวออกมาได้ ถ้าเราไม่เห็นโทษจริงๆ แล้ว เราก็ถอนตัวออกไม่ได้ ทุกอย่างนั้นแหละ อากาธอันใดที่เราไม่เห็นประโยชน์จริงๆ แล้ว มันก็ทำไม่ได้ ถ้าเราเห็นประโยชน์มันจริงจังแล้ว เราก็ทำได้ เป็นของไม่ยากฉนั้นนั้น อันนี้พูดเรื่องเฉพาะในหลักบริหารจิต เราทุกคนก็ให้ทำใจให้ดี ทำใจให้อุดทน**

เปรียบเสมือนหนึ่งว่า เราตัดไม้สักท่อนหนึ่ง เอาทิ้งลงในคลอง แล้วมันก็ไหลไปตามน้ำในคลองนั้น ถ้าท่อนไม้ท่อนนั้นไม่ผูกไม่เนา ไม่พัง มันไม่ติดอยู่ฝั่งโน้นฝั่งนี้ มันก็ไหลไปตามคลองอยู่เรื่อยไป ผมเชื่อแน่ว่าจะถึงทะเลใหญ่เป็นที่สุด อันนี้ก็เหมือนกัน ฉนั้นนั้น พวกท่านทั้งหลายประพฤติปฏิบัติตามแนวทางของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราแล้ว เดินไปตามมรรคที่พระองค์ทรง

สอน เดินไปตามกระแสให้มันถูกต้อง ให้มันพ้นจากสิ่งทั้งสอง สิ่งทั้งสองอย่างนั้นคืออะไร คือสองข้างที่พระพุทธเจ้าของเราตรัส อันไม่ใช่ทางของสมณะที่จะคิดไปที่จะเอาจริงเอาจังกับสิ่งทั้งหลาย เหล่านั้น คือ กามสุขัลลิกานุโยโค ประการหนึ่ง กับ อตตกิลมถานุโยโค อีกประการหนึ่ง อันนี้แหละเรียกว่า ผัง ผังทั้งสองข้าง ผังของคลอง ของแม่น้ำ ท่อนไม้ที่ปล่อยไปตามคลองตาม กระแสน้ำ ก็คือจิตของเรา

ที่กล่าวมาเมื่อคี่นี้ว่า ที่ว่าท่อนไม้เมื่อไม่ติดอยู่ฝั่งโน้นไม่ติด อยู่ฝั่งนี้ แล้วท่อนไม้ท่อนนั้นมันไม่ผูกไม่พัน ที่สุดของท่อนไม้นั้น มันก็ไหลลงทะเล ถ้ามันไปติดอยู่ฝั่งโน้นหรือฝั่งนี้ หรือมันไปผูก ไปพันเสียแล้ว มันก็ไม่ถึงทะเลใหญ่

จิตใจของพวกท่านทั้งหลายนี้ พวกเราทั้งหลายผู้ประพฤติ ปฏิบัติดีดี ผังคลองก็คือความซังหรือความรัก หรือฝั่งหนึ่งก็คือ สุข อีกฝั่งหนึ่งก็คือทุกข์ ท่อนไม้ก็คือจิตของเราเอง มันจะไหล ไปตามกระแสแห่งน้ำ มันจะมีความสุขเกิดขึ้นมากกระทบ มันจะมีความทุกข์เกิดขึ้นมากกระทบอยู่บ่อยครั้ง ถ้าจิตใจของเราถึงกระแส แห่งพระนิพพานคือความสงบระงับ ให้เราเห็นว่าเมื่อทุกข์เกิดขึ้น มาแล้ว ทุกข์นั้นก็ดับไป สุขเกิดขึ้นมา สุขนั้นก็ดับไป นอกเหนือนี้ ไม่มีแล้ว มันก็เป็นอย่างนี้

ถ้าเราไม่ไปติดในความรัก ไม่ติดในความซัง ไม่ติดในความสุข ไม่ติดในความทุกข์เท่านั้น ก็เรียกว่า เราเดินตามกระแสธรรมของ สมณะ ที่เราปฏิบัติสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ อันเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้า เจริญมาแล้ว ถูกมาแล้ว พบมาแล้ว ท่านจึงได้มาสอนเราให้เห็น ความรัก ให้เห็นความซัง ให้เห็นความสุข ให้เห็นความทุกข์ ว่า มันเป็นธรรมที่ฐิ ธรรมนิยาม มันตั้งของมันอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น เป็นอยู่ตลอดเวลา มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น

แต่ว่าเมื่อจิตของผู้ฉลาดแล้ว ไม่ตามไปสงเสริมมัน ไม่ตามไปเียนยอมมัน ไม่ตามไปยึดมันมัน ไม่ตามไปถือมันมัน มัน ก็มีจิตอันปล่อยวาง ทำไปเท่านั้นแหละ ให้สม่าเสมอ มันก็เป็น สัมมาปฏิปทา เป็นสัมมาปฏิบัติ ปฏิบัติถูกต้อง เหมือนท่อนไม้ที่ ปล่อยไปตามกระแสน้ำ มันไม่ติดอยู่ฝั่งโน้น และไม่ติดอยู่ฝั่งนี้ มันไม่ผูกไม่พัน มันไม่เนา มันก็ถึงทะเลจนได้ เราทำเราประพฤติ ปฏิบัติ ถ้าเว้นจากทางทั้งสองอย่างแล้วคือ กามสุขัลลิกานุโยโค และอตตกิลมถานุโยโคแล้ว มันก็ถึงความสงบแน่นอน ไม่ต้อง สงสัย อันนี้พระพุทธเจ้าท่านตรัสอย่างนั้น.

## ปัจฉิมกถา



...จบที่ตรงไหนรู้ไหม หรือท่านจะเรียนอย่างนี้เรื่อยไปงั้นหรือ หรือท่านเรียนมีที่จบ อันนั้นก็ดี แต่มันเป็นปริยัติข้างนอก ไม่ใช่ปริยัติข้างใน ปริยัติข้างในจะต้องเรียนตาของเราหูนี้ จมูกนี้ ลิ้นนี้ กายนี้ จิตนี้ อันนี้เป็นปริยัติที่แท้ อันนั้นปริยัติเป็นตัวหนังสืออยู่ข้างนอก เรียนจบได้ยาก ตาเห็นรูปมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร หูฟังเสียงมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร จมูกดมกลิ่นมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร ลิ้นลิ้มรสมีอาการเกิดขึ้นอย่างไร โผฏฐัพพะกับกายกระทบกันนั้น มีอาการเกิดขึ้นอย่างไร อารมณ์ที่รู้ทางใจนั้นมันเกิดขึ้นแล้วเป็นอย่างไร ยังมีโลกไหม ยังมีโกรธอยู่นั้นไหม ยังมีหลงอยู่นั้นไหม หลงกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ที่เกิดขึ้นนั้นไหม อันนี้เป็นปริยัติข้างใน เรียนจบง่ายๆ เรียนจบได้

ตัดตอนจากธรรมะที่บรรยายแก่นักศึกษาธรรมชาวตะวันตก ณ ประเทศอังกฤษ  
เมื่อ พ.ศ.๒๕๒๐

ปริยัติข้างนอกเรียนจบไม่ได้หรอก มันหลายตัว ถ้าเราเรียนปริยัติแต่ไม่ได้ปฏิบัติก็ไม่ได้รับผล เหมือนกับคนเลี้ยงโค ตอนเช้าก็ต้อนโคออกไปกินหญ้า ตอนเย็นก็ต้อนโคมาเข้าคอกเท่านั้น แต่ไม่เคยได้กินน้ำนมโค ดีแต่ว่าได้ต้อนออกไปจากคอกตอนเช้า แล้วก็ต้อนโคเข้ามาเท่านั้น ไม่เคยกินน้ำนมโคเลย แต่นั่นเรียนก็ดีหรอก แต่อย่าให้เป็นอย่างนั้น ให้ได้เลี้ยงโคด้วย ได้กินน้ำนมโคด้วย นี่ก็ต้องเรียนให้รู้ด้วย ปฏิบัติด้วย ถึงจะถูกต้องดี นี่พูดให้รู้เรื่องก็ว่า เหมือนคนเลี้ยงไก่ไม่ได้กินไข่ไก่ ได้แต่ไข่ไก่ อันนี้พูดให้คนที่เลี้ยงไก่โน่นหรอก ไม่ได้พูดให้โยม พูดให้คนเลี้ยงไก่...

ระวังอย่าให้เป็นอย่างนั้น ก็เหมือนที่เราเรียนปริยัติได้ แต่ไม่รู้จักละกิเลส ไม่รู้จักละความโลภ ความโกรธ ความหลงออกจากใจของเรา **ได้แต่เรียน ไม่ได้ปฏิบัติ ไม่ได้ละ มันก็ไม่เกิดประโยชน์** จึงได้เปรียบว่าคนเลี้ยงไก่ไม่ได้กินไข่ไก่ ได้แต่ไข่ไก่ เหมือนกันอย่างนั้น เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าของเราท่านจึงต้องการให้เรียนปริยัติเพียงพอ ที่สำคัญคือเรียนแล้วก็ให้ปฏิบัติ ปฏิบัติละความชั่วออกจากกายวาจาใจของเรา แล้วประพฤติกุณงามความดีไว้ที่กายวาจาใจของเราเท่านั้น

คุณสมบัติของมนุษย์ที่จะบริบูรณ์นั้นก็คือ สมบูรณ์ด้วยกาย วาจาและใจ กายวาจาใจจะสมบูรณ์นั้น เช่นว่าพูดดีเฉยๆ ก็ไม่สมบูรณ์ ถ้าไม่กระทำตาม ทำดีแต่กายเฉยๆ ใจไม่ดีนั้นก็ไม่สมบูรณ์ พระพุทธองค์ทรงสอนให้ดีด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ กายงาม

วาจางาม ใจงาม เป็นสมบัติของมนุษย์ที่ดีที่สุด นี่ก็เหมือนกัน ฉะนั้น เรียนก็ต้องดี ปฏิบัติก็ต้องดี ละกิเลสก็ต้องดี สมบูรณ์อย่างนั้น

ที่พระพุทธเจ้าหมายถึงมรรค คือหนทางที่เราจะปฏิบัตินั้นมีแปดประการ มรรคทั้งแปดนั้นไม่ใช่อยู่ที่อื่น อยู่ที่กายของเรานี้ ตาสอง หูสอง จมูกสอง ลิ้นหนึ่ง กายหนึ่ง นี่เป็นมรรค แล้วก็จิตเป็นผู้เดินมรรค เป็นผู้ทำมรรคให้เกิดขึ้น

ฉะนั้น ทั้งปริยัตินี้ ทั้งปฏิบัตินี้ จึงอยู่ที่กายวาจาใจ ปฏิบัติอยู่ที่ตรงนี้ ที่เราได้เรียนปริยัตินั้นเคยเห็นไหม เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกกายไหม เคยเห็นมรรคที่สอนอยู่นอกวาจาไหม เคยเห็นปริยัติที่สอนอยู่นอกใจไหม ก็มีแต่สอนอยู่ที่กายวาจาใจนี้ทั้งนั้น ไม่ได้สอนอยู่ที่อื่น ฉะนั้น กิเลสมันก็เกิดขึ้นตรงนี้ ถ้ารู้มันมันก็ดับตรงนี้ ฉะนั้น ให้เข้าใจว่าปริยัติปฏิบัติมันอยู่ตรงนี้

ถ้าเราเรียนสั้นๆ นี่มันก็ได้หมด เหมือนกับคำพูดของคนเรา ถ้าพูดเป็นสังขารถูกต้องด้วยดีแล้ว แม้คำพูดคำเดียวเท่านั้น ก็ดีกว่าพูดที่ไม่ถูกต้องตลอดชีวิตใช่ไหม คนที่เรียนปริยัติแล้วแต่ไม่ปฏิบัติก็เหมือนกับทัพพีตักแกงที่อยู่ในหม้อ มันตักแกงทุกวันแต่มันไม่รู้รสของแกง ทัพพีไม่รู้รสของแกงก็เหมือนคนเรียนปริยัติไม่ได้ปฏิบัติ ถึงแม้จะเรียนอยู่จนหมดอายุ ก็ไม่รู้จักรสของธรรมะ เหมือนทัพพีไม่รู้รสของแกง ฉะนั้น.

## ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรม พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

### วัดหนองป่าพง

ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ (๐๔๕) ๒๖๗-๕๖๓

โทรศัพท์/โทรสาร (๐๔๕) ๒๖๘-๐๘๔

[www.ajahn-chah.org](http://www.ajahn-chah.org)

[www.watnongpahpong.org](http://www.watnongpahpong.org)

E-mail: [dhamma@ajahn-chah.org](mailto:dhamma@ajahn-chah.org)





## ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ

อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓, ๐-๒๖๓๕-๓๙๙๘

โทรสาร ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓, ๐-๒๒๖๖-๓๘๐๗

[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)

สั พ ทา นั ง ั ม ม ทา นั ง ชี น าดิ  
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง