



# เทศกาลบุญสงกรานต์

๑๙๙๖

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961140871

ภาพปก

ภาพเขียนจิตรกรรมฝาผนัง ณ ชั้นบนศาลาเทสรังสี วัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

๑๗ ๘

วันที่	3 / ๗.๑ / ๒๕
เลขทะเบียน	1090
เลขหมู่	๑๗
	พ.๒๖๙๗

2539

# เทศานุสรณ์

## อนุสรณ์

### ในมรพระราชมานพเพลิงศพ

### พระราชนิโรธรังสี (เทศน์ เถสรังสี)

ณ เมรุวัดหินหมากเป้ง

อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

วันจันทร์ที่ ๘ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๓๙

สมเด็จพระสังฆราช  
สมเด็จพระสังฆราช

★ ★ ★

คณะศิษย์จัดพิมพ์น้อมถวาย

เพื่อแจกเป็นธรรมทาน

เทศกานุสรณ์

อนุสรณ์ในการพระราชทานเพลิงศพ พระราชนิโรธรังสี (เทศก์ เทสรังสี)  
วัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

พิมพ์ครั้งที่ ๑ จำนวน ๕๐,๐๐๐ เล่ม

๒๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๘

พิมพ์ครั้งที่ ๒ จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม

๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๙

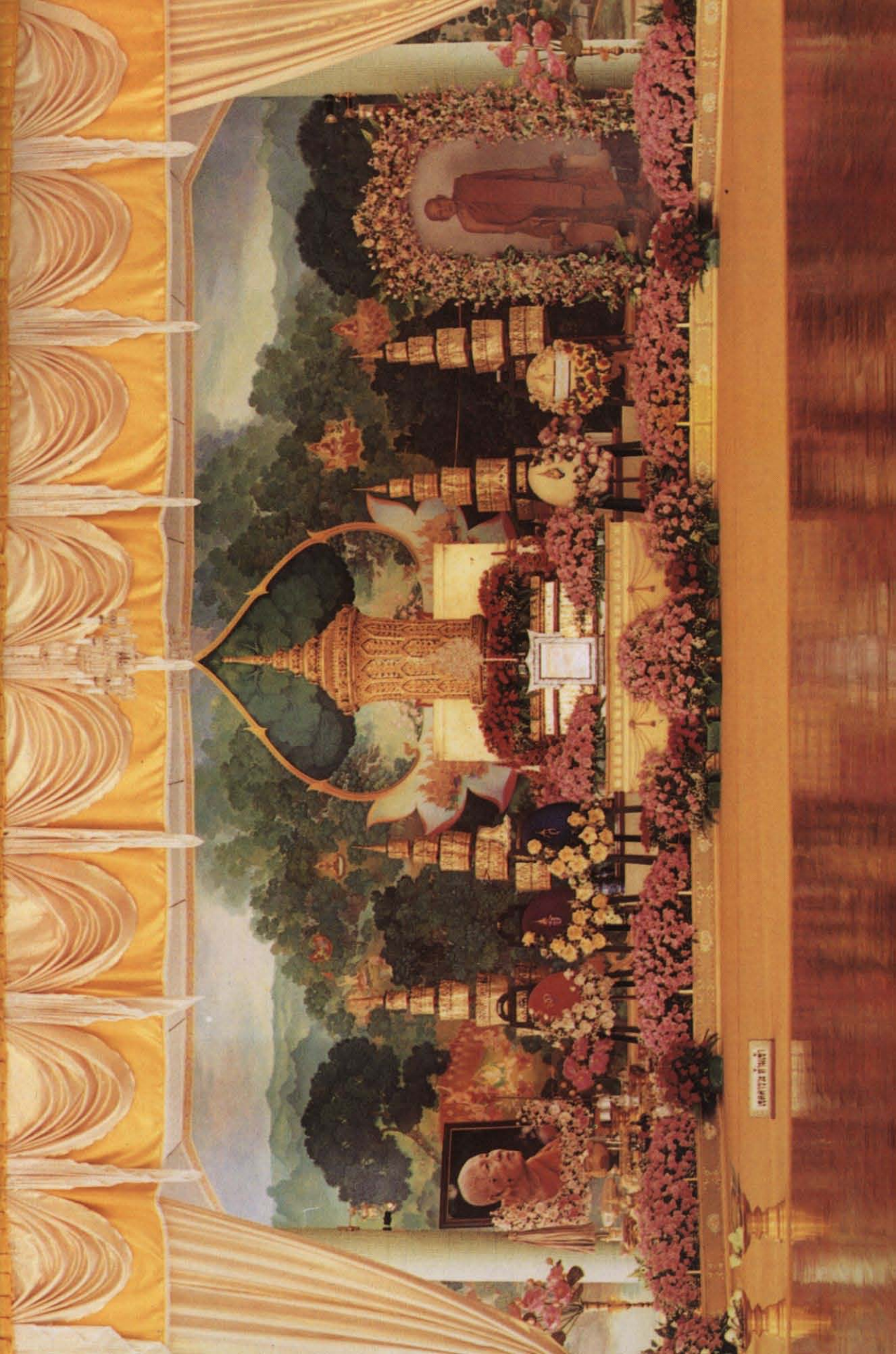
พิมพ์ครั้งที่ ๓ จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม  
๒๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๘

พิมพ์ที่



ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ **ชวนพิมพ์** ๔๖๙ ถนนพระสุเมรุ แขวงบวรนิเวศน์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทร. ๒๘๑๐๕๕๑, ๒๘๑๓๑๘๐, ๒๘๒๒๑๑๔, แฟกซ์ ๒๘๑๓๑๑๑ นายจิโรจน์ ศรสงคราม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๓๙



શ્રી ૧૦૮ શ્રી ગણેશાય નમઃ







## คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๒

วันจันทร์ที่ ๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๙ แรม ๔ ค่ำ เดือน ๒ ปีชวด พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานพระบรมราชานุญาตฯ ในการออกเมรุพระราชทานเพลิงศพ พระราชนิโรธรังสี (เทสก์ เทสรังสี) เจ้าอาวาสวัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ เสด็จพระราชดำเนินพระราชทานเพลิง ณ เมรุวัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

พระราชนิโรธรังสี (เทสก์ เทสรังสี) ได้บำเพ็ญประโยชน์สร้างสรรค์ศาสนบุคคล ศาสนวัตถุ ศาสนธรรม และศาสนประเพณีไว้เป็นอันมาก ทั้งที่วัดหินหมากเป้งและวัดอื่นๆ ในประเทศไทยและต่างประเทศ นับตั้งแต่หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายกัมมัฏฐานได้มรณภาพในปี พ.ศ. ๒๔๙๒ แล้ว หลวงปู่เทสก์ศิษย์อาวุโสได้เป็นที่พึ่งอย่างสำคัญของพระกัมมัฏฐานรุ่นต่อๆ มา หลวงปู่เป็นผู้นำพระคณะธรรมยุตไปเผยแพร่การปฏิบัติธรรมยังจังหวัดภูเก็ตและจังหวัดพังงาเป็นครั้งแรก และประสบผลสำเร็จอย่างงดงาม ณ ดินแดนภาคใต้ของประเทศไทยนั้นหลังจากที่ทำการเผยแพร่อยู่เป็นเวลานานถึง ๑๕ ปี ในวัยชรา หลวงปู่ได้กลับมาจำพรรษาทางภาคอีสาน และได้ครองวัดหินหมากเป้งตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๘ จนมรณภาพในปี พ.ศ. ๒๕๓๗ ท่านได้ประกาศชื่อเสียงเกียรติคุณของวัดหินหมากเป้งให้เป็นที่รู้จักกันโดยทั่วไป การจากไปของหลวงปู่ นับเป็นการสูญเสียหลักของวัดและคณะสงฆ์ ตลอดถึงศิษยานุศิษย์ผู้มีความเคารพในหลวงปู่โดยทั่วกัน

หนังสือ “เทศกานุกรณ” เล่มนี้ คณะศิษย์ผู้จัดพิมพ์ได้จัดพิมพ์ขึ้นแล้วครั้งหนึ่งจำนวน ๕๐,๐๐๐ เล่ม เพื่อแจกท่านผู้มากราบเคารพศพหลวงปู่ ณ วัดหินหมากเป้งทุกวันตลอดมา หนังสือจึงได้หมดไปอย่างรวดเร็ว ดังนั้น ในงานพระราชทานเพลิงศพของหลวงปู่ คณะศิษยานุศิษย์จึงได้ร่วมใจกันจัดพิมพ์ “เทศกานุกรณ” ขึ้นเป็นครั้งที่ ๒

หนังสือเล่มนี้เป็นธรรมเทศนาที่หลวงปู่ได้เทศน์อบรมที่วัดหินหมากเป้ง โดยได้เลือกมาเพียง ๓๐ กัณฑ์ ในกัณฑ์แรกๆ จะเป็นความรู้สำหรับพุทธศาสนิกชน

อัยยาศัยสงบเสงี่ยมเย็นใจโดยแท้ นี่คือลูกศิษย์ของท่านรูปหนึ่งที่ควร  
กราบไหว้บูชาอย่างสนิทใจ ตามความรู้สึกของผู้เขียนที่ได้เคย  
สมาคมและกราบไหว้บูชาท่านโดยถือเป็นครูอาจารย์อย่างสนิทใจ  
ตลอดมา ท่านมีลูกศิษย์ลูกหามากในภาคต่างๆ และทำประโยชน์แก่  
หมู่ชนอย่างกว้างขวาง จัดว่าเป็นพระอาจารย์ที่หาได้ยากรูปหนึ่ง”

(ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ หน้า ๓๘ ๓๙)

ท่านพระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน ได้กล่าวไว้ชัดเจนแล้วว่า ท่านพระ  
อาจารย์เทศก์ เทศรังสี หรือที่บรรดาสานุศิษย์กล่าวนามท่านด้วยความเคารพรักว่า  
“หลวงปู่” ท่านงามทั้งกาย วาจา ใจ และเป็นทีเคารพที่ควรกราบไหว้บูชาอย่างสนิท  
ใจของทุกๆ คนเพียงไร ดังเป็นที่ประจักษ์ในใจของทุกท่านแล้ว

หนังสือ “เทศกานุสรณ์” เล่มนี้ ได้จัดพิมพ์ถวายเป็นสังฆบูชาและเผยแพร่  
เป็นธรรมทาน เพื่อน้อมรำลึกถึงพระคุณของพระเดชพระคุณหลวงปู่ ซึ่งได้มรณ-  
ภาพไปเมื่อวันที่ ๑๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๓๗ นี้ ยิ่งความอาลัยเป็นล้นพ้นแก่ศิษย์ทั้ง  
หลายโดยทั่วกัน

แท้จริง หนังสือเล่มนี้ควรจะเป็นหนังสือธรรมเทศนาที่ได้ขออนุญาตหลวงปู่  
จัดพิมพ์ถวายในวาระฉลองอายุครบ ๙๓ ปีบริบูรณ์ของหลวงปู่ ในวันที่ ๒๖ เมษายน  
พ.ศ. ๒๕๓๘ นี้ แต่หลวงปู่ได้ตั้งขันธืไปเสียก่อน หนังสือเล่มนี้จึงได้จัดพิมพ์ถวาย  
เพื่อเป็นอนุสรณ์ในการจากไปของหลวงปู่ที่เคารพบูชาอย่างสูงสุด

ธรรมเทศนาที่จัดพิมพ์ในหนังสือเล่มนี้ได้ถอดจากเทปที่หลวงปู่ได้เทศนา  
อบรมมานานปี เทปธรรมเทศนาของหลวงปู่มีมากกว่า ๒๐๐ ม้วน ที่ถอดไปแล้วไม่  
ถึงครึ่งหนึ่งของจำนวนนี้ ส่วนที่เหลือมากกว่า ๒๐๐ กัณฑ์นั้น ได้ถอดมาครั้งนี้เพียง  
๓๐ กัณฑ์เท่านั้น สำหรับให้ท่านผู้สนใจได้เพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมะ  
เพื่อเป็นหลักใจและเป็นคติอันดีแก่ผู้ใฝ่ใจในการปฏิบัติธรรมโดยทั่วกัน

ความเคารพรักในหลวงปู่มีในหัวใจของศิษย์ทุกคน ยากที่จะลืมได้ แต่ก็  
เป็นไปตามธรรมที่หลวงปู่เพียรสอนพวกเรายู่เสมอ ขันธืต้องแตกดับเป็นธรรมดา  
แต่หลวงปู่ก็ยังคงอยู่ในหัวใจพวกเราตลอดไป โดยเฉพาะธรรมะที่หลวงปู่สอนเราทั้ง

หลายนั้นจะอยู่นานแสนนานคู่กับโลกอันวุ่นวายนี้

คณะศิษย์ขอถวายหนังสือเล่มนี้เป็นเครื่องบูชาเฉลิมเกียรติคุณของหลวงปู่ที่ได้บำเพ็ญเพียรปฏิบัติพุทธศาสนาด้วยความอุทิศสละ เพื่อประโยชน์สูงสุดของพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย และความเจริญมั่นคงแห่งพระพุทธศาสนา ตั้งเป็นที่ประจักษ์ชัดแล้วแก่พุทธศาสนิกชนทั้งในประเทศและต่างประเทศตลอดมา

การพิมพ์หนังสือเล่มนี้ กว่าจะสำเร็จเป็นรูปเล่มดังปรากฏนี้ ต้องใช้เวลาไม่น้อยเลย ผู้จัดพิมพ์ใคร่ขอกราบนมัสการขอพระคุณอย่างยิ่งต่อท่านพระมหาสมชาย ญาณทัต (ป.ธ. ๙) วัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย ท่านได้กรุณาตรวจต้นฉบับและแก้ไขคำผิดต่างๆ ตลอดจนคำบาลีให้ถูกต้อง ผู้จัดทำจึงขอจารึกพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ผู้จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้หวังว่า ผู้ได้รับหนังสือเล่มนี้ไปแล้ว จะนำไปศึกษาและนำไปเป็นแนวทางในการชำระจิต ปฏิบัติตามคำสอนของหลวงปู่แล้ว จักได้รับประโยชน์ คือ ความสุข ความร่มเย็น และความเจริญในชีวิตตามควรแก่กรรมปฏิบัติของแต่ละท่านโดยทั่วกัน

คณะศิษย์ผู้จัดพิมพ์

มีนาคม ๒๕๓๘

หน้าว่าง

# สารบัญ

	หน้า
สังเขปประวัติของพระราชินีโรธรังสี (เทสก์ เทสรังสี)	(๑)
ประวัติวัดหินหมากเป้ง	(๑๗)
กัณฑ์ที่	
๑. แนวปฏิบัติพระพุทธศาสนา (พ.ศ. ๒๕๑๓)	๑
๒. แยกกายภาวณา (พ.ศ. ๒๕๑๓)	๙
๓. ธาตุสี่สรีรยนต์ (๑๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๓)	๑๕
๔. ความประมาท (๑๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๔)	๒๕
๕. ทุกุขี (๒๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๔)	๓๓
๖. สมุทัย (๒๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๔)	๓๙
๗. นิโรธ (๓๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๔)	๔๗
๘. มรรค (๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๔)	๕๓
๙. ของไม่ดีเกิดจากของดี (๑๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๕)	๕๙
๑๐. มรณสติ (๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๕)	๖๕
๑๑. ธรรมเกิดจากความสงบ (๒๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๗)	๗๓

## กัณฑ์ที่

## หน้า

๑๒. ระลึกความตายเป็นอารมณ์ (๒๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๘)	๘๓
๑๓. ธรรม (๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๘)	๙๑
๑๔. กระจกเครื่องส่อง (๑๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๘)	๙๙
๑๕. การศึกษาหาคำสอนพุทธศาสนา (๑๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๙)	๑๐๗
๑๖. โลก โกรธ หลง มานะทิฏฐิ (๒๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๙)	๑๑๕
๑๗. กำไรหรือขาดทุน (๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๐)	๑๒๓
๑๘. กิเลส ใช้กิเลส (๑๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๐)	๑๒๙
๑๙. สติ (๑๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๐)	๑๓๕
๒๐. ธรรมะ (๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๑)	๑๓๙
๒๑. ธรรมะเป็นของเก่า (๑๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๑)	๑๔๓
๒๒. ชีวิตเป็นของน้อยนิด (๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๓)	๑๔๗
๒๓. รวมใจ (๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๓)	๑๕๓
๒๔. สติรักษาจิต (๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๓)	๑๕๙
๒๕. เครื่องเปรียบเทียบในการปฏิบัติ (๒๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๔)	๑๖๓

## กัณฑ์ที่

## หน้า

- |   |     |
|---|-----|
| ๒๖. ศิล สมาธิ ปัญญา<br>(๑๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๔)          | ๑๖๗ |
| ๒๗. การฝึกหัดจิตให้มีสติทุกเมื่อ<br>(๑๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๔) | ๑๗๑ |
| ๒๘. ความประมาทและความไม่ประมาท<br>(๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๔)   | ๑๗๗ |
| ๒๙. วิธีแก้อารมณ์ของจิต<br>(๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๔)          | ๑๘๑ |
| ๓๐. ความสามัคคี<br>(๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๖)                  | ๑๘๕ |

หน้าว่าง



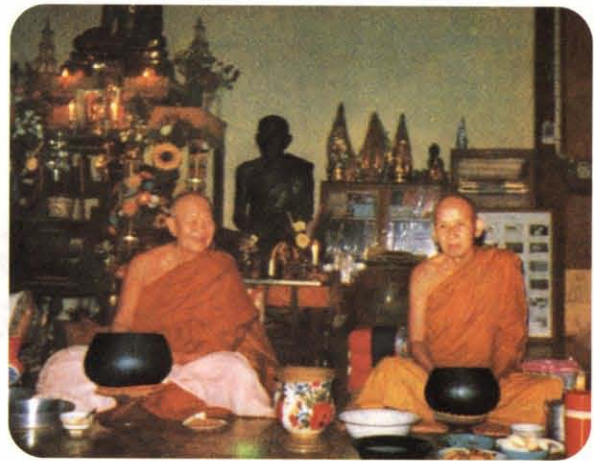
શ્રી ગુરુભક્તિવંશ

ผู้ใดทำใจให้ถึงความเป็นกลางได้  
ผู้นั้นจะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

จาก ภาวนาวิภวณ



กับหลวงปู่แหวน พ.ศ. ๒๕๒๑



กับหลวงปู่ฝั้น พ.ศ. ๒๕๑๗



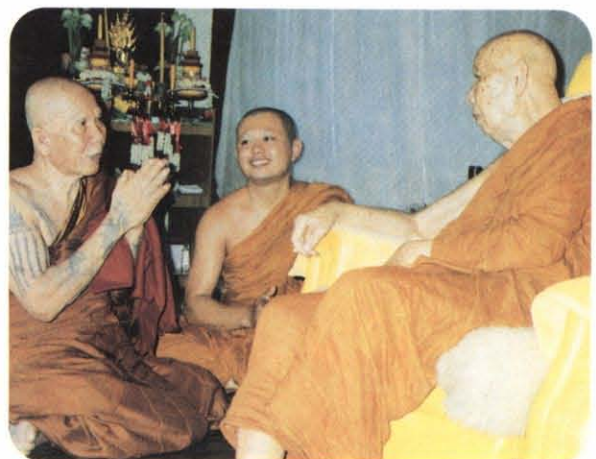
กับหลวงปู่บุญดา พ.ศ. ๒๕๓๓



กับหลวงปู่ชอบ พ.ศ. ๒๕๓๕



กับพระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน



กับหลวงปู่หล้า พ.ศ. ๒๕๓๖

โย โส อภิภูวนโหน ภคฉโต สวาทสจฺโฆ

พระสงฆ์สวาทของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นหมั่นได้ เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว

อภิภูวนโหน ภคฉโต สวาทสจฺโฆ

พระสงฆ์สวาทของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าหมั่นได้ เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว

ภยภิภูวนโหน ภคฉโต สวาทสจฺโฆ

พระสงฆ์สวาทของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าหมั่นได้ เป็นผู้ปฏิบัติเพื่ออุรุธรรม  
เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สวามิภิภูวนโหน ภคฉโต สวาทสจฺโฆ

พระสงฆ์สวาทของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าหมั่นได้ เป็นผู้ปฏิบัติชอบแล้ว

ตมฺหํ สจฺจํ อภิภูยยามิ

ข้าพเจ้าขอบูชาโดยยิ่ง ซึ่งพระสงฆ์หมั่นนั้น

ตมฺหํ สจฺจํ สิริสา นมามิ

ข้าพเจ้าขอพนมนาม ซึ่งพระสงฆ์หมั่นนั้น ด้วยเศียรเกล้า

สังเขปประวัติ

๗๐๗

พระราชนิโรธรังสี  
(เทศน์ เถสรังสี)

วัดหินหมากเป้ง  
อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

หน้าว่าง



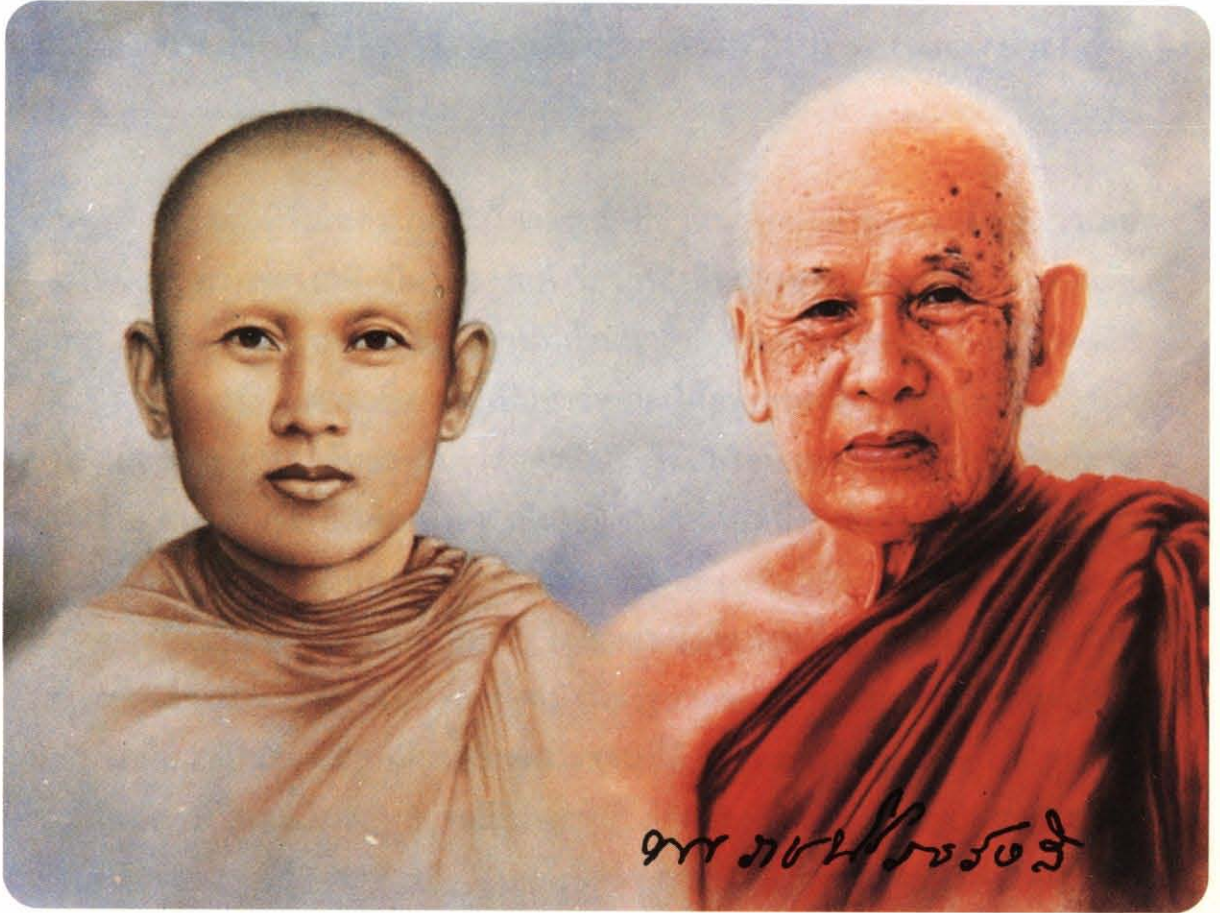
รูปปั้นพระราชนิโรธรังสี (เทศก์ เทสรังสี) พร้อมเครื่องสักการะ  
ประดิษฐาน ณ มณฑปน้อย วัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

หน้าว่าง

พระราชนิโรธรังสี คัมภีรปัญญาวิศิษฏ์  
ยติคณิสสร บวรสังฆาราม ธรรมนิเทศ

(พระอาจารย์เทศก์ ธรรมนิเทศ)

(พ.ศ. ๒๔๔๕ - ๒๕๓๗)



ท่านมีนามเดิมว่า “เทศก์” สกุล “เรี่ยวแรง”

เกิดเมื่อวันที่ ๒๖ เมษายน พ.ศ. ๒๔๔๕ ตรงกับวันเสาร์ แรม ๔ ค่ำ เดือน ๕ ปีชาล  
ที่บ้านนาสีดา ตำบลกลางใหญ่ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

บรรพชาเมื่ออายุ ๑๘ ปี ที่บ้านเคิ่งใหญ่ จังหวัดอุบลราชธานี มีพระอาจารย์ลุ่ย เป็น  
พระอุปัชฌาย์ ครั้นอายุย่างเข้า ๒๒ ปี ได้อุปสมบท ณ วัดสุทัศน์ อำเภอเมืองอุบลราชธานี  
จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ ๑๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๖๖ โดยมีพระมหาภูมิจึงเป็นพระอุปัชฌาย์

เป็นเจ้าอาวาสวัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย ตั้งแต่ พ.ศ.  
๒๕๐๘ จนถึง พ.ศ. ๒๕๓๗ มรณภาพ ณ วัดถ้ำขาม อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร  
เมื่อวันที่ ๑๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๓๗ รวมอายุ ๙๒ ปี ๗ เดือน ๒๑ วัน พรรษา ๗๒

หน้าว่าง

# สังเขปประวัติ

๒๐๖

## พระราชนิโรธรังสี (เทศน์ เทศน์รังสี)

วัดกนิษฐารามแปะ อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย



เราได้อุบัติขึ้นในตระกูล “เรียวแรง” ที่บ้านนาสีดา ตำบลกลางใหญ่ อำเภอ บ้านผือ จังหวัดอุดรธานี บิดาชื่ออุส่าห์ เรียวแรง เดิมเป็นชาวอำเภอด่านซ้าย จังหวัด เลย หนีความทุกข์ยากมาตั้งถิ่นฐานที่บ้านนาจิว ตำบลกลางใหญ่ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี มารดาชื่อครั้ง เป็นชาวพวน ได้อพยพหนีพวกโจรขโมยมาจากทุ่ง ย่างเมืองฝาง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิศต์ ได้สมรสกับนายอุส่าห์ มีบุตรธิดาด้วย กัน ๑๐ คน ตายแต่ยังเด็ก ๒ คน เป็นหญิงหนึ่ง ชายหนึ่ง เดิบโตมาด้วยกัน ๘ คน ชาย ๔ หญิง ๔

เมื่อเป็นเด็กอายุได้ ๘ ขวบ ได้เรียนหนังสือภาษาไทยกับพี่ชายซึ่งบวชเป็น พระกับเด็ก ๆ ด้วยกันกว่า ๑๐ คน ซึ่งสมัยนั้นรัฐบาลขยายโรงเรียนประถมศึกษายังไม่ ทั่วถึง นับว่าเป็นครั้งแรกที่มีการเรียนการสอนที่นี่ เรียนหนังสือ ปฐม ก. กา มูลบท- บรรพกิจ เรียนอยู่ปีกว่า พออ่านได้บ้างแต่ยังไม่คล่อง แต่หนังสือสำหรับพระเณรเรียน ในสมัยนั้นซึ่งเขาเรียกว่าหนังสือธรรม (จารเฉพาะธรรมะ คำสอนของพระพุทธเจ้า) อ่านได้คล่อง ต่อมาพี่ชายสึกจากพระ ไม่มีใครสอนเลยเลิกเรียนกันทั้งหมด แล้วได้ ออกจากวัดไปช่วยงานบิดามารดา แต่ถึงขนาดนั้น บิดามารดาและญาติ ๆ ยังสนับ- สนุนให้ปฏิบัติพระอยู่ จนชาวบ้านเขาไว้วางใจทุกอย่างในด้านปฏิบัติพระ จนอายุราว ๑๓ ๑๔ ปี เกิดนิมิตความฝันว่า พระธาตุคงคิไล์ตีด้วยแล้ วิ่งหนีเอาตัวรอดกระทั่งวิ่ง เข้าห้องนอนร้องให้บิดามารดาช่วย ท่านทั้งสองก็เฉยอยู่เหมือนกับไม่มีเรื่องอะไร พระธาตุคงคิไล์ตีด้วยแล้ สะดุ้งตื่นเหงื่อโชกทั้งตัว ปรากฏรอยแล้ถูกยั้งเจ็บแสบอยู่ เราย ึกว่าเป็นจริง ตื่นขึ้นมาจึงรู้ว่าความฝัน ต่อนั้นมาได้มีความคิดถึงเรื่องอาชีพของ มนุษย์ที่กระทำกันอยู่ ตั้งต้นแต่ฝนตกดินชุ่มฉ่ำ ลงมือทำนา และเรื่องอะไรจิปาตะ

ตลอดถึงปีใหม่ลงมือทำนาอีก อย่างนี้อยู่ตลอดชีวิต มาคิดเห็นว่าเกิดมานี้แสนทุกข์ ลำบากจริง ๆ ทำงานไม่มีเวลาหยุดยั้ง แต่ก่อนมาไม่เคยนึกคิดอย่างนี้เลยสักที มีแต่ มัวเมาด้วยการเปลืองเปลืองตามประสาคนชนบท เพราะสมัยนั้นหนุ่มสาวเกือบไม่รู้จัก การใช้ การหาเงิน เพราะธรรมชาติป่าเถื่อนยังอุดมสมบูรณ์ด้วยผักและลูกไม้ นานา ชนิด เข้าป่าหามาได้แบ่งปันกันบริโภคระหว่างญาติพี่น้องสองวันสามวันก็ไม่หมด เรื่องกระบวนกรสามัคคี บ้านนาสีดาเป็นเยี่ยมกว่าบ้านอื่นใน ๒ ๓ ตำบลที่อยู่ใกล้เคียงกัน หากมีโจรขโมยเกิดขึ้นก็พร้อมใจกันอยู่เวรยามตลอดคืนรุ่ง คนสมัยนี้ได้ยินเข้าจะหาว่าพูดเท็จ เหลวไหลไม่มีความจริง อนิจจา โลกหนอโลก หมุนเร็วเหลือเกิน เห็นจะไม่มีวันหมุนกลับเสียแล้ว ความหลังจะเป็นความฝันของคนเก่าแก่

เรายังคิดต่อไปอีกว่า พี่ๆ น้องๆ ทุกคนที่เติบโตมาจะต้องมีครอบครัวและก็แยกย้ายออกไปทำมาหากินเฉพาะส่วนตัว คิดไปๆ ว่าบิดามารดาจะไม่มีใครเลี้ยงดูแล้วเกิดสลดสังเวชว่าตัวเราเองจะต้องเป็นคนเลี้ยงดูบิดามารดาจนตลอดชีวิตท่านทั้งสอง

เมื่ออายุได้ ๑๖ ปี เจ้าคุณพระญาณวิเศษฐสมิทธิวีราจารย์ (พระอาจารย์สิงห์ ขนดะยากโม) ได้เดินรุกขมูลมาเป็นครั้งแรก ได้เข้าไปอาศัยในวัดที่เราอุปัฏฐากอยู่ เป็นโอกาสอันดีจึงได้เข้าปฏิบัติท่าน แต่เนื่องด้วยที่วัดเป็นป่าทึบ ไข้มาลาเรียชุกชุม ท่านเป็นไข้อยู่ไม่ได้จึงได้ออกไปจำพรรษาที่อื่น และได้ชักชวนให้เราไปจำพรรษากับท่านด้วย ออกพรรษาแล้วท่านได้กลับเมืองอุบลฯ ซึ่งเป็นถิ่นเดิมของท่าน ก่อนจะเดินทางตามท่านไป เราได้เอาดอกไม้ รูป เทียน ไส้ขันธ์แล้วไปขอขมาโทษผู้เฒ่าผู้แก่ที่เราคุ้นเคย ท่านก็ให้ศีลให้พรขอให้ไอ้หนูจงสำเร็จตามความปรารถนาทุกประการ พร้อมด้วยหลังน้ำตาร้องไห้ เราได้ติดตามห้อยตามท่านอาจารย์สิงห์ฯ รอบแรมไปในป่าและบ้านเล็กบ้านน้อย เมื่อเป็นไข้ก็พักนอนตามร่มไม้ ไข้สร้างแล้วก็เดินต่อไปพร้อมกันนั้นก็ทำความเพียรภาวนาไปในตัว เป็นเวลาเดือนกว่าจึงถึงเมืองอุบลฯ ได้บวชเป็นสามเณร เรียนภาษาไทยต่ออยู่ ๓ ปี จบประถมศึกษาบริบูรณ์ ต่อมาได้เรียนนักธรรมและบาลีอีกปีกว่า เลยบวชเป็นพระเมื่อ พ.ศ. ๒๔๖๖

ในปีนี้ พระอาจารย์สิงห์ได้กลับมาจำพรรษาที่เมืองอุบลฯ อีก ออกพรรษาแล้ว พร้อมด้วยพระมหาปิ่น ปัญญาพโล (น้องชายท่านอาจารย์สิงห์ฯ) และพระหลาย

องค์ด้วยกันได้ออกเดินรุกขมูลไปในที่ต่างๆ เดินตัดลัดป่าดงมูลและดงลิง ซึ่งเขา  
เลื่องลือในสมัยนั้นว่าเป็นป่าข้างดงเสือ ผ่านจังหวัดร้อยเอ็ดและกาฬสินธุ์ ตลอดถึง  
จังหวัดอุดรธานี ซึ่งในเวลานั้นเราเพิ่งออกฝึกหัดใหม่ ได้ผจญภัยอันตรายทุกขอย่าง  
ยิ่ง คือวันหนึ่งเดินไปถึงหมู่บ้านแห่งหนึ่ง แขนงกลดนอนในป่า พอมีดคำลงมีฝน  
ขนาดหนักตกลงมา โชคดีที่เราได้เตรียมปลดมุ้งเอาผ้าครองใส่ในบาตรแล้วเอากลด  
ครอบตัวไว้ ฝนตกจนนอนไม่ได้ น้ำท่วมจนถึงที่นอน นั่งอยู่พักใหญ่ฝนจึงค่อยซาลง  
พระที่เป็นเพื่อนองค์หนึ่งซึ่งเขาเคยเดินรุกขมูลก่อนเราชวนว่า ไปเถอะ เข้าไปในหมู่บ้าน  
เราจึงสะพายบาตรและหอบเครื่องบริขารของท่านอาจารย์มหาปิ่นฯ พากันออก  
เดิน อนิจจาเอ๋ย ไปหลงทางวกไปเวียนมาไม่ถึงหมู่บ้านสักที ทั้งปากก็สะพายบาตร  
และหอบเครื่องบริขารท่านอาจารย์ฯ ด้วย แขนก้เหนื่อยล้าเหน็บชาไปหมด จะหยิบ  
เอาเข็มทึศในย่ามออกมาดูก็ไม่ได้ ให้เพื่อนหยิบออกมาดูจึงรู้ว่าทึศเหนื่อ ทึศได้  
ไปประเดี่ยวหมาเห่า จึงรู้ว่าถึงบ้านแล้ว ได้ไปพักที่วัดร้าง กุฎิไม่มีฝา ฝนสาดเปียก  
ทั้งหมด รุ่งเช้าออกมาบิณฑบาต ได้ข้าวเหนียวกับกล้วยน้ำว้าลูกหนึ่งมาฉัน แล้วก็  
ออกเดินต่อไป ในชีวิตซึ่งไม่เคยทุกข์ระกำถึงขนาดนี้ เดินวันยันค่ำ หิวก็หิว เหนื่อย  
ก็เหนื่อย วันต่อมาเป็นวันตรุษจีน เขามาทำบุญ อาหารมากหน้อย ฉันอาหารพอมี  
เร็วแรง

เมื่อเดินทางถึงบ้านคือ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี พอพบท่านอาจารย์  
เสาร์ กนดสีโล และท่านอาจารย์มั่น ภูริทัตโต อยู่ ณ ที่นั้น ได้เข้าฟังธรรมเทศนา  
จากท่าน มีความชื่นใจสงบสบายดี ได้พักอยู่กับท่าน ๒ ๓ คืน ท่านอาจารย์สิงห์ฯ  
ได้พากลับไปจำพรรษาที่บ้านหนองลาด อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ใน  
ปีนี้เราทำความเพียรอย่างกล้าหาญเด็ดเดี่ยว มีการทำความเพียรภาวนาตลอดวัน  
คำฉันรุ่ง พร้อมกับนั้นก็ผ่อนอาหารฉันน้อยที่สุด คือ ทำคำข้าวเหนียวเป็นคำๆ แต่  
๖๐ คำ ถอยลงโดยลำดับถึง ๓ คำ ฉันอยู่ ๓ วัน แล้วก็เพิ่มขึ้นโดยลำดับถึง ๕ คำ  
ฉันอยู่ได้ ๕ วัน ๑๐ คำ ฉันอยู่ได้ ๑๐ วัน ๑๕ คำ ฉันอยู่ได้ ๓ เดือน กับข้าวก็มี  
แต่พริกกับเกลือเท่านั้น ตลอดเวลา ๓ เดือน ก็จวัตรเป็นต้นว่า บิณฑบาต บัด  
กวาดลานวัด และหามน้ำ ตลอดถึงอาจริยวัตร ไม่ขาดสักวัน ออกพรรษาแล้ว ท่าน  
อาจารย์มั่นฯ เรียกตัวให้ไปพบเพื่อกิจของสงฆ์บางอย่าง หลังจากนั้นก็ได้กลับไป

จำพรรษาที่บ้านอาจารย์สิงห์ อีก

เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๖๙ ได้ไปโปรดโยมมารดาและพี่ชายให้บวชเป็นชีปะขาว ในพรรษานี้ได้ไปจำพรรษาที่อำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร โยมมารดาได้ติดตามไปจำพรรษาด้วย พร้อมด้วยพี่ชายและอาร์ผู้ชาย ในปีนี้ทำความเพียรภาวนาได้อุปายอย่างหนึ่งซึ่งไม่เคยมีมาก่อน กล่าวคือ ที่ถนนทั้งหลายพูดว่านอนไปแล้วฝิอำนั้นเราก็เคยเป็นมาแต่เด็ก จนกระทั่งบัดนั้นได้เกิดฝิอำขึ้น เรามาพิสูจน์ตามความเป็นจริงว่าฝิอำจริงหรือไม่ ก็ได้ความว่าไม่ใช่ฝิอำจริง แต่มันเกิดโรคลมต่างหาก เราจะสังเกตได้ว่า เมื่อฝิอำรู้สึกตัวขึ้นมาแล้วจะมีอาการมึนงง หรือมีอาการแปลกๆ ต่างๆ หลายอย่างซึ่งเนื่องมาจากลมทั้งนั้น ออกพรรษาแล้วพระคณาจารย์กรรมฐานต่างๆ ได้อพยพลงไปเมืองอุบลฯ ทั้งหมด เรากับพี่ชายได้ย้อนกลับมาจำพรรษาที่บ้านนาข้างน้ำ อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย ซึ่งเราได้เคยจำพรรษาที่นั่นปีหนึ่งมาแล้ว

ในปีต่อมาได้มาจำพรรษาที่ถ้ำพระนาผักหอม ตำบลกลางใหญ่ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ซึ่งเป็นถิ่นเดิมของเรา พรรษานี้โยมผู้ชายได้ไปอยู่ด้วย แต่โชคไม่ดีท่านป่วย ลูกหลานเห็นว่าเป็นการลำบาก เมื่อเจ็บป่วยอยู่สองพ่อลูกด้วยกัน ลูกหลานจึงไปรับมาจำพรรษาที่บ้าน แต่ท่านก็ไม่ได้อยู่ที่เดิม กลับไปอยู่ห่างนาซึ่งเป็นถิ่นเดิมของท่าน เราก็ได้ลงมาเทศนาอบรมอยู่ตลอดเวลา ชาวในนาเกิดสังหรณ์ นานาชาวบ้านทั้งหมดฟ้าแล้ง ต้นข้าวเหี่ยวแดงหมดทั้งทุ่ง แต่ที่นาของท่านกลับเขียวชอุ่มทุกคนพยากรณ์ว่าชีปะขาวเห็นจะไม่มีชีวิตต่อไปแล้ว พอตีจวนออกพรรษาท่านก็ถึงแก่กรรม ก่อนวันจะถึงแก่กรรมเราก็ได้ลงมาอบรมตามปรกติ ท่านก็ไม่ได้แสดงกิริยาใดๆ เวลาจะถึงแก่กรรมก็สงบไปเฉยๆ บวชมาได้ ๑๐ กว่าปี อายุ ๗๗ ปี นับว่าการถึงแก่กรรมของท่านไปคืออย่างยิ่ง ยากที่หาผู้จะเป็นอย่างท่าน ต่อจากนั้นเราก็เที่ยวไปในที่ต่างๆ พร้อมกันนั้นก็ได้อบรมสั่งสอนประชาชนให้ตั้งมั่นอยู่ในคุณพระรัตนตรัย

พระคณาจารย์ทั้งหลายที่ลงไปจำพรรษาที่เมืองอุบลฯ พวกกันทำเรื่องยุ่ง ท่านอาจารย์ม้นฯ เลยปลีกหมู่หนีไปจำพรรษาที่จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๗๗ เราได้ข่าวว่าท่านอาจารย์ม้นฯ หนีชาวหมู่เข้าป่าไปคนเดียว ใครไปตามก็ไม่พบ เราสองคนกับพระครูสีลขันธสังวร (อ่อนสี) ได้ไปตามหา ขึ้นไปถึงพม่า เข้าใจว่าท่านจะไปทางโน้น เราไปถึงผาฮังฮัง ซึ่งเป็นเขตแดนของเมืองปัน ประเทศพม่า ก็ไม่ปรากฏ

วีแววว่าท่านได้ไปทางนั้น เราได้ไปพักที่หมู่บ้านปะหรงซึ่งเป็นชาวเขา

ผาอิงฮังนี้นับว่าสูงมาก เดินจากหมู่บ้านชาวปะหรงไปในราว ๓ ชั่วโมงจึงถึง ขณะนั้นอยู่หมู่บ้านปะหรงยังมองเห็นพระธาตุปะหรงที่อยู่บนผาอิงฮังอยู่ลิบๆ พระธาตุนี้ขึ้นไปไหว่ยากที่สุด ถ้าเป็นผู้ชายทางที่จะขึ้นไปเป็นชั้นๆ เมื่อขึ้นไปถึงตอนบนสุดใกล้จะถึงพระธาตุ อีกในราว ๑๐ เมตร จะต้องเหนี่ยวโซ่โซ่สองเท้ายันหน้าผาขึ้นไปจึงจะขึ้นไปได้ ถ้าเป็นผู้หญิง จะต้องขึ้นอีกทางหนึ่งซึ่งมีโซ่อยู่แล้ว เขาก่อเป็นบันไดแต่อิฐหลุดหมดแล้ว ถ้าจะขึ้นก็ต้องคลานขึ้นไปจึงจะถึง เมื่อไปถึงข้างบนแล้วจะมีเจดีย์องค์หนึ่งซึ่งเขาก่อใหม่ มีฐานกว้างในราว ๒ เมตรเศษ ส่วนสูงในราว ๘ เมตร เราได้ขึ้นไปไหว่แล้วกลับมาอนพักที่หมู่บ้านปะหรงอยู่สองคืนจึงได้กลับลงมา การเดินทางลำบากมาก ต้องเดินไปตามลำห้วยและหน้าผาชันมาก กลับมาพักทำความเพียรที่เขตพม่าต่อไทยอยู่ในราว ๑๐ วัน จึงได้เดินข้ามดอยอย่างขางอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ (ดอยอย่างนี้เดิมเขาเรียกว่า “ดอยมหาขาง” ซึ่งชาวบ้านเขาแปลว่า “ผีหวงที่สุด”) ได้มาพักทำความเพียรที่ถ้ำดับเต่าอีก ๑๐ กว่าคืน ออกจากถ้ำดับเต่าแล้วได้หลงทางพลัดเข้าไปในเขาลึก เดินตามลำธารคิดว่าเหมือนลำธารทางภาคอีสาน คือลำธารทางภาคอีสานสุดยอดจะเป็นโคกไปเลย อันนั้นที่ไหนได้ สุดยอดลำธารเป็นหน้าผาสูงชันลิบ พอดีไปถึงหน้าผามีด พรหมกันนั้นเกิดอุบัติเหตุ เราพลาดก้อนหินล้มลง หินบาดฝ่าเท้าเป็นแผลเหวอะหวะ เราเอาผ้าอังสะพันแล้วเดินปีนปายขึ้นหน้าผา ถึงยอดเขาเห็นรอยชาวบ้านเขามาหาไม้ ก็เข้าใจว่าใกล้บ้านแล้ว แต่มันก็ค่ำแล้ว เดินไปสักประเดี๋ยวได้ยินเสียงกวางตื่นเดินคึกคัก ร้องบีบเบ๊บ เราตกใจ พอดีสติได้ รู้ว่าเป็นเสียงกวาง จึงจุดคอมเทียนแล้วเดินต่อไป เหนื่อยก็เหนื่อย เพลียก็เพลีย ทั้งหลงทางอีกด้วย ตกลงกันว่าพวกเราต้องนอนบนเขานี้แหละในคืนนี้ เขาถูกนั้นลมจัดมาก จะกางกลดก็ไม่ได้ จึงเอากลดกางแล้วครอบตัวนอน ในคืนวันนั้นมดก็ตอม ปลวกก็เจาะ เพราะไม่ได้อาบน้ำ เหงื่อโชกทั้งตัว มดมาตอมกินเหงื่อ เราเอาผ้าปิดตาไว้ แล้วก็นอนครึ่งหลับครึ่งตื่นจนสว่าง

พอสว่างขึ้นมองไปเห็นทุ่งนาที่เราผ่านมาอยู่ลิบๆ เตรียมบริหารแล้วก็ออกเดินลัดโคกไป โดยเข้าใจว่าหมู่บ้านคงอยู่ที่คืนนี้แน่ แม้เท้าก็เจ็บ ทีแรกมันมีนขาจึงไม่รู้สึกเจ็บ เดินคราวนี้หนทางเป็นหินลูกรังเจ็บที่สุด ค่อยกระเถิบไปสักครู่หนึ่งก็ถึง

ทางไปหมู่บ้านอย่างที่เรามาวันนี้จริงๆ พอไปถึงหมู่บ้านซึ่งมีอยู่สองหลังคาเรือน เราเข้าใจว่าคงจะพอได้อาศัยบิณฑบาตพอฉัน สักประเดี๋ยวมีชายคนหนึ่งออกมาหาเราพูดเปรียบเปรยนิดหน่อยว่า คินนี่เราหลงทางนอนป่า ทั้งเท้าก็เจ็บ เราบิณฑบาตไม่ได้ เราอยู่ที่นี้จะได้อาศัยฉันอาหารสักสององค์จะได้ไหม เขาก็รับรองว่า “ได้เจ้า” พระครูสีลขันธย์ ที่ไปด้วยเลยนอนเป็นลมแหม่มๆ อยู่ลุกไม่ได้ เราคอยทำฉันอาหารอยู่เป็นเวลานานก็ไม่เห็นใครเอาอาหารมาถวาย จึงได้สั่งให้พระครูสีลขันธย์ ไปมองดูชาวบ้านว่าเขาทำอะไรอยู่ ก็ปรากฏว่ามีแต่เด็กเล็กๆ เราเรียกให้มาหา ถามว่าผู้ใหญ่ไปไหนกันหมด ก็ได้ความว่าผู้ใหญ่เข้าไปหาใบตองมารีดมานบหรือขาย เราถามว่ามีข้าวสุกไหม เราจะแลกด้วยไม้ขีดไฟ เขาบอกว่ามี แล้วจึงไปเอาข้าวกับยอดผักชะอมและน้ำพริกมาหนึ่งกระติบ เราดีใจว่าจะได้ฉันข้าวแล้ว ถามเขาว่ามีอีกไหม เขาก็บอกว่ามี เราจึงได้เอาไม้ขีดไฟอีก ๒ กล่องให้ไปแลกข้าวมาอีกหนึ่งกระติบพร้อมกับอาหาร พอฉันอาหารแล้วที่ไหนได้ ยิ่งเจ็บแผลมากกว่าเก่า ลุกเดินไม่ได้ จึงนอนแจำอยู่ในที่นั้นจนตะวันบ่าย จึงได้ถามเขาว่าหมู่บ้านข้างหน้ามีบ้านไหม ไกลเท่าใด เขาบอกว่ามี ไม่ไกล เราจึงอุตส่าห์เดินไปพักที่หมู่บ้านข้างหน้านั้นอยู่ ๑๐ คืน แผลที่เท้าพอทุเลา จึงได้เดินต่อไป

คราวนี้นับว่าโชคดีนักหนา พอเดินวันค่ำถึงบ้านมนโธราห์ มีชาวบ้านออกมาหาบอกว่า มีตุเจ้าองค์หนึ่งอยู่ที่ป่าเมียง แม่บั้ง ชื่อตุเจ้ามัน เขาไปบวชเณรเพิ่งกลับมาเมื่อวานนี้ เราถามลักษณะท่าทีและการปฏิบัติก็แน่ชัดว่าเป็นท่านอาจารย์มันฯ แน่แล้ว รุ่งเช้าฉันจังหันแล้วเราก็ออกเดินทางไปในอนที่ถ้ำดอกคำ วันรุ่งขึ้นฉันจังหันแล้วก็เดินทางขึ้นภูเขาไปจนกระทั่งถึงป่าเมียง แม่บั้ง ในเวลาบ่าย เห็นท่านเดินอยู่องค์เดียว ลงไปที่ลำธาร อาบน้ำแล้วสะพายกระบอกรับน้ำขึ้นมา พอท่านเห็นเรา ท่านก็พูดว่า “ท่านเทศก์มาหรือ” ในที่นั้นท่านได้เทศนาให้เราฟังเป็นใจความว่า “ลูกศิษย์ลูกหาของเรามีมากมาย ถ้าองค์ใดปฏิบัติตามที่ผมสอนคือพิจารณากายคตาสติจนถึงเป็นธาตุและสภาวะตามเป็นจริง องค์นั้นจะปฏิบัติได้มั่นคงและเจริญอกงามโดยลำดับ” พรรษาที่พวกเราสามองค์ได้อุบัติอยู่จำพรรษา ณ ที่นั้น แต่เราได้ขึ้นไปจำพรรษาบนดอยซึ่งท่านเคยอยู่มาก่อน ที่นั้นไม่ใช่กุฎิธรรมดา แต่ท่านได้เอาต้นไม้แทนเสาฝาและหลังคามุงด้วยใบตอง พอกันฟ้ากันฝนอยู่จำพรรษาได้ ซึ่งห่างจากที่นั้นขึ้นไป

ในราว ๕ เส้น เราได้ดูบายธรรมชาติจากท่านอาจารย์มันซ์ แล้วตั้งใจว่า เอาละที่นี่ เราจะต้องฝึกหัดตนใหม่ พิจารณากายคตาทุกลมหายใจเข้า ออก ตลอดพรรษา รู้สึกว่าปลอดโปร่งสบายดี มีอุบายต่าง ๆ ให้พิจารณามากมาย

ในพรรษานั้นอากาศหนาวมากเป็นพิเศษ เราได้ทำโรงไฟให้ท่านนอน ออกพรรษาแล้วท่านอาจารย์มันซ์ ลงมาที่บ้านทุ่งหมากข้าว เราสององค์กับพระครูสีลขันธุ์ อยู่ที่นั่นต่อไป หมูเพื่อนได้ยินข่าวว่าท่านอาจารย์มันซ์ ออกมาจากป่าแล้วจึงพากันไปหาเป็นอันมาก เรากับพระครูสีลขันธุ์ สับเปลี่ยนที่กันอยู่ คือ ท่านพระครูสีลขันธุ์ ไปอยู่ที่ที่เราอยู่จำพรรษา เราลงมาอยู่ที่ที่ท่านอาจารย์มันซ์ กับพระครูสีลขันธุ์ อยู่ แต่พระครูสีลขันธุ์ ไปอยู่แล้วไม่อยู่ที่ที่เราอยู่ กลับไปนอนใต้ร่มไม้ สุมกองไฟผิงนอนอยู่คนเดียว วันหนึ่ง ท่านมาเล่าให้ฟังว่า “ไม่รู้สัตว์อะไรมาหาเมื่อคืนนี้ กำลังนอนอยู่ พอพลิกตัวได้ยินเสียงร้องก๊าก แล้วกระโดดตั้งสวบ หายเข้าป่าไป” เราเลยบอกว่า มาเถิด มาอยู่ด้วยกันดีกว่า (คนบ้านทุ่งไม่รู้จักเสียงเสือก็ตีเหมือนกัน ไม่รู้จักก็เลยไม่กลัว)

พรรษาต่อมา เราได้ลาท่านอาจารย์มันซ์ ขึ้นไปจำพรรษาที่บ้านมุเซอร์ อำเภอร้าว จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งในที่นี่ไม่เคยมีพระไปจำพรรษาเลยสักที่ เห็นจะเป็นเราเป็นองค์แรกไปจำพรรษา ณ ที่นั้น เมื่อเราขึ้นไปถึงจวนเข้าพรรษาแล้ว ให้เขารับทำกุฏิให้อยู่ บังเอิญปีนั้นเกิดฟ้าแล้ง ฝนไม่ตก คนในหมู่บ้านนั้นอดข้าวเกือบทั้งหมู่บ้าน พอทำกุฏิให้เราอยู่เสร็จสรรพ ฝนตกลงมาใหญ่โต ทำให้ข้าวในไร่ของเขาเขียวชอุ่มงามดี ปีนั้นพวกมุเซอร์ทั้งหมู่บ้านได้กินอิมหน่าสำราญ เขาหาว่าเป็นบุญของเขา เราได้สอนเขาให้ละอบายมุขต่างๆ เขาพร้อมใจกันปฏิบัติตามเรา

ยังมีอีกเรื่องหนึ่งที่ควรนำมากล่าวในที่นี้ แต่ไม่ใช่เรื่องธรรมะ คือมีคนปากลุ่มหนึ่งออกมาหาพวกมุเซอร์ คนกลุ่มนี้ พวกมุเซอร์มาอยู่นานถึง ๕๐ ๖๐ ปีแล้วไม่เคยเห็นเลยสักที่ เมื่อเขาออกมาขอกินอาหารต่างๆ ก็กินกันเอร็ดอร่อยอย่างคนหัวโหย เราถามว่าอร่อยดีไหม เขาตอบว่าอร่อยดี เราเกิดสงสารเอ็นดู อยากจะให้เขาตั้งหลักแหล่งทำมาหากินอย่างพวกมุเซอร์ ซึ่งอุปกรณ์การทำมาหากิน เป็นต้นว่าจอบ เสียม มีด พร้าไม่มี เราจะไปขอให้ทางการช่วยเหลือ เราจึงบอกกับเขาว่า ถ้าอร่อยอย่างนั้นให้พวกเธอมาอยู่อย่างพวกมุเซอร์ แล้วทำมาหากิน จะไม่อดอยากอย่างอยู่

เดี๋ยวนี้ เขาบอกว่า “อ้อ๊ย พวกข้าเป็นคนป่า จะทำอย่างนั้นไม่ได้ แผ่นดินจะกลับปลิ้น (หมายถึงแผ่นดินจะพลิก)” เราขายชีหน้าแทบแย้ คนพวกนี้พูดภาษาเมืองยองเราฟังได้ทุกคำ เขาไม่มีผ้าถุง เมื่อออกมาหาพวกมูเซอร์ เขาเก็บผ้าที่มีไว้มาถุงแล้วจึงค่อยออกมา มีหอกเป็นอาวุธสำหรับล่าสัตว์เป็นอาหาร มีผู้หญิงและเด็กเล็กอยู่ด้วยกันในราว ๒๐ ๓๐ คน ที่อยู่ของพวกเขาอยู่ไม่เป็นที่ เมื่อเขาอยู่ที่ใดก็เอากิ่งไม้มาคลุมพอกันฟ้ากันฝนนิดหน่อย แล้วใครจะไปหาที่อยู่ของพวกเขาก็ไม่เห็น ต่อเมื่อเขาหนีไปแล้วจึงจะเห็นร่องรอย ฉะนั้น เขาจึงเรียกคนพวกนี้ว่า “ผีตอเหลือง” แต่พวกเขาก็ไม่ชอบคำว่า “ผี” เพราะว่าผีนั้นพวกเขาเองก็กลัว เขาจึงไม่ให้เรียกว่าพวกเขาเป็นผีตอเหลือง เขาให้เรียกตัวเขาเองว่า “คนป่า” สิ่งที่แปลกอีกอย่างหนึ่งก็คือ ถ้าผู้ชายคนใดล่าสัตว์ได้ ผู้หญิงจะชอบมานอนด้วย เป็นธรรมเนียมของเขาเนื้อที่เขาอย่างแห้งแล้วยังเอามาให้เรา แต่เรารับประทานไม่ได้ เหม็นเขียวมาก เพราะมันรมด้วยควันไฟ อาหารของพวกเขา ถ้าไม่มีเนื้อสัตว์ก็กินลูกไม้และน้ำผึ้งที่หามาได้ระคนกับไม้ผุกินเป็นอาหาร

ในปี พ.ศ. ๒๔๘๑ ที่หมู่บ้านชาวมอญ ชื่อบ้านหนองตุ้ เขตอำเภอบางปลามือ (อำเภอบางปลามือในปัจจุบัน) จังหวัดลำพูน พระมอญที่เป็นสมภารอายุ ๘๐ ปี ได้ฝึกหัดกรรมฐานกับพระธุดงค์จนเกิดความรู้อะไรต่าง ๆ ขึ้น เกิดอัศจรรย์จึงยอมสละขอมุัตติเป็นพระธรรมยุตหมดทั้งวัด สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร) วัดพระศรีมหาธาตุ บางเขน กรุงเทพฯ สมัยท่านไปอยู่วัดเจติยหลวง จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อครั้งเป็นที่พระญาณดิลก ได้เป็นอุปัชฌาย์ มุัตติให้พระมอญทั้งหมด แล้วท่านสั่งให้เราไปเป็นสมภาร ในพรรษานี้ เราได้เทศนาอบรมชาวมอญทั้งหมู่บ้าน พวกเขาเลื่อมใสศรัทธา ได้พากันสละฝีมือมอญเกือบทั้งหมดหมู่บ้าน หันมานับถือพระไตรสรณคมน์ ยังเหลืออีกสักหนึ่งจะหมด แต่เราไม่มีโอกาสอยู่ เราได้ออกจากวัดบ้านหนองตุ้กลับมาภาคอีสาน ก่อนจะกลับ เราได้ไปนิมนต์ท่านอาจารย์มันซ์ ให้กลับมาด้วย เรากราบเรียนท่านว่า “อยู่จังหวัดนี้มาได้ ๑๐ กว่าปีแล้ว ก็ไม่เห็นมีคนที่คนปฏิบัติตามสู่ทางภาคอีสานเราไม่ได้ คนทางภาคอีสานบ่นถึงครูบาอาจารย์เป็นนักเป็นหนา นำสงสารพวกเขาเหลือเกิน เราปฏิบัติมาในเขตจังหวัดเชียงใหม่ เราหาวิเวกได้ตามชอบใจ สิ่งที่ดีควรจะได้ควรจะเป็นก็พอสมควรแก่เวลาแล้ว นิมนต์เถิด นิมนต์ท่านอาจารย์

กลับเกิด” ท่านบอกมาให้พิจารณาดูก่อน เราเข้าใจว่าท่านรับนิมนต์แล้ว จึงได้มีหนังสือมาถึงท่านเจ้าคุณพระธรรมเจดีย์ (จุ่ม พนฺธุโล) ที่จังหวัดอุดรธานี ขอให้ท่านส่งพระหรือฆราวาสคนใดคนหนึ่งไปรับท่านอาจารย์มั่นฯ กลับมาจังหวัดอุดรธานี ท่านคงมาแน่ แล้วเราก็กลับมาจังหวัดอุดรธานีพร้อมกับเด็กคนหนึ่ง

เราได้กลับมาจำพรรษาที่วัดอรัญญวาสี อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย อีกวาระหนึ่ง ได้อบรมพระ เณร และอุบาสก อุบาสิกาอย่างเต็มความสามารถของเรา อยู่มาได้ ๙ พรรษา ได้ทะนุบำรุงวัดให้เจริญมาโดยลำดับ แต่วิบากของเราไม่อำนวย คือ เกิดโรคลม จนกินไม่ได้ นอนไม่หลับ จึงได้ย้ายไปจำพรรษาที่อำเภอท่าแลบ จังหวัดจันทบุรี เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๙๑ อยู่ที่จังหวัดจันทบุรี ๒ พรรษา เราก็ได้อบรมพระเณร และอุบาสก อุบาสิกา ซึ่งในที่นั้นนับว่าเป็นประโยชน์มาก โดยเฉพาะมีคนไข้คนหนึ่งมาอบรมภาวนา เกิดปัญญาความรู้ต่างๆ หลากอย่างหลายประการ เป็นที่น่าอัศจรรย์อย่างยิ่ง จนบัดนี้เขายังมีชีวิตอยู่ ได้ไปตั้งวัดของเขาโดยเฉพาะ แล้วตัวเขาเองได้บวชเป็นชีปะขาวปฏิบัติพระอยู่ตลอดเวลา และยังมีคนแก่อีกคนหนึ่ง เดิมเป็นคนขี่เมา เมื่อตีเมาแล้วนอนกลิ้งเกลือกอยู่ริมถนน เราได้สอนให้เขาละความเมาแล้วมาภาวนา เกิดศรัทธาเป็นอัครรรย์ ได้มาปฏิบัติเราอยู่ ๒ พรรษา ออกพรรษาแล้วเราได้ลาญาติโยมไปเยี่ยมอาการไข้ของท่านอาจารย์มั่นฯ ที่จังหวัดสกลนคร ตาแกคิดถึงเราถึงกับร้องไห้

หลังจากท่านอาจารย์มั่นฯ มรณภาพ และทำฌาปนกิจศพของท่านเสร็จเรียบร้อยแล้ว เราได้คิดถึงหมู่คณะว่าพระผู้ใหญ่ที่จะเป็นที่พึ่งของพระกรรมฐานไม่มี เราจึงตั้งใจออกเดินทางเข้ากรุงเทพฯ เป็นครั้งแรก เพื่อติดต่อกับพระผู้ใหญ่ใหญ่ จนกระทั่งไปถึงจังหวัดภูเก็ต ณ ที่นั้นเราได้ผจญภัยอย่างร้ายแรง โดยพระท้องถิ่นเขาไม่ยอมให้อยู่ คือได้ทราบว่ามีมาก่อนเขาร้องขอมาทางคณะสงฆ์ว่าไม่ให้พระคณะธรรมยุตไปอยู่ในเกาะภูเก็ต พอพวกเราเข้าไปจึงต้องผจญภัยอันใหญ่หลวง คือถูกเผาถูกขังบ้างแห่ง จนกระทั่งถูกปาหัวด้วยก้อนอิฐและขับไล่โดยประการต่างๆ ทางเจ้าคณะจังหวัดพังงาได้ขับไล่ให้พวกเราหนีจากท้องถิ่นที่เขาปกครอง เมื่อพวกเราไม่หนี เขาจึงฟ้องร้องไปทางพระผู้ใหญ่ และได้ส่งศึกษาธิการจังหวัดมาขับไล่พวกเรา เราจึงพูดความจริงให้ศึกษาธิการจังหวัดฟังว่า พวกเราไม่ได้มาเบียดเบียนใครทั้ง

หมด แต่จะมาอบรมศีลธรรมและเผยแผ่ศาสนาอันเป็นประโยชน์แก่บ้านเมืองมิใช่ หรือ ต่อมาผู้ช่วยสังฆมนตรีจึงได้มีหนังสือไปต่อว่าเจ้าคณะจังหวัดพังงาด้วยประการ ต่างๆ เรื่องจึงค่อยสงบลง

เป็นที่น่าเห็นใจ เกาะภูเกิดในสมัยนั้นเหมือนกันกับคนละประเทศ คนจังหวัด อื่นๆ น้อยคนที่จะได้เห็นเกาะภูเกิด และน้อยคนในเกาะภูเกิดที่จะออกมาเที่ยวตาม หัวเมือง เรียกว่าต่างคนต่างอยู่ คำว่า “พระธรรมยุต” น้อยคนที่จะรู้จัก การบริหาร คณะธรรมยุต มหานิกายก็ไม่เข้าใจ เหตุนั้น พอพวกเราเข้าไปในเกาะภูเกิดจึงเป็น ของแปลกประหลาดมาก กรรมกรชาวอีสานก็เพิ่งเข้าไปในเกาะภูเกิด ชาวบ้านเห็น พวกกันมองเป็นตาเดียวกันหมด น่าขัน เขาพากันเลื่องลือว่าคนภาคอีสานแห้งแล้ง อดอยาก กินเด็กน้อยเป็นอาหาร ตามชนบทเมื่อเขาเห็นคนภาคอีสานก็พากันวิ่งเข้า บ้านปิดประตูมิด ถ้าเห็นอยู่ในป่าก็พากันวิ่งเข้าป่าหายเงิบ เราได้ไปอยู่ที่จังหวัด พังงา ๑ พรรษา ผจญภัยอย่างยิ่งดังกล่าวมาแล้ว ต่อมาได้ขยับมาอยู่ที่เกาะภูเกิด กระทั่งได้ ๑๕ พรรษา จึงได้ลาญาติโยมกลับมาภาคอีสาน การไปอยู่เกาะภูเกิดเป็น เหตุให้พระท้องถิ่นและญาติโยมเปลี่ยนแปลงสภาพไปหลายอย่าง โดยเฉพาะการเทศนา และการบริหาร นับว่าเป็นประโยชน์แก่พระท้องถิ่นมาก ตามประเพณีเดิมชาวบ้าน เขาเข้าหาพระและกราบพระ ต้องนั่งขัดสมาธิ (ขัด-สะ-หมาด) พวกเราไปสอนให้ ทำความเคารวะโดยให้นั่งพับเพียบ นับว่าเรียบริ้อยดีมาก พวกเราสละทุกอย่างเพื่อ ประโยชน์แก่ชนชาวภูเกิดและจังหวัดพังงาดังกล่าวแล้ว

เราพิจารณาเห็นว่าเราแก่ชรา เดินรุกรขมุลมากแล้ว อิดโรยเหนื่อยล้าแก่ ชราลง ควรที่จะหาที่พักพิงทำความเพียรภาวนา วิเวกเฉพาะตัว เห็นว่าที่วัดหินหมาก- เบ็งเหมาะที่สุด จึงได้เข้ามาอยู่ที่วัดนี้ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๐๘ เรื่อยมาจนกระทั่งบัดนี้ การอยู่เป็นที่จำเป็นจะต้องมีการก่อสร้างและปรับปรุงวัดให้ดูสะอาด เมื่ออยู่ไปก็ พัฒนาให้เจริญไปเรื่อยๆ จนกระทั่งญาติโยมทางกรุงเทพฯ และหมู่บ้านใกล้เคียงรู้จัก เข้าไปสนับสนุนช่วยกันทำถาวรวัตถุ จนสมเด็จพะสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (วาสน์ วาสนมหาเถระ) ทรงยกย่องให้เป็น “วัดพัฒนาตัวอย่าง” เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๓ เราสร้างวัดมิใช่เพื่อประโยชน์แก่คนนับถือ แต่เราสร้างวัดเพื่อให้สะดวกแก่การทำ กิจวัตรในพระพุทธศาสนาเท่านั้น คนจะนิยมนับถือก็เป็นเรื่องของบุคคลต่างหาก

เราก่อสร้างวัดมา ๒๐ กว่าปีมาแล้ว คำว่า “ขอ” หรือ “เรียไร” ไม่เคยออกจากปาก  
เราแม้แต่คำเดียว สร้างอะไรขึ้นมา ก็มีแต่ญาติโยมผู้มีศรัทธาบริจาคให้ทั้งนั้น

เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๐ มีผู้ชักชวนให้ไปเผยแพร่ธรรมะที่สิงคโปร์ อินโดนีเซีย  
และออสเตรเลีย พร้อมด้วยพระ ๓ องค์ ขรราวาส ๒ คน ได้ออกเดินทางจากกรุงเทพฯ  
ไปพักอยู่ที่สิงคโปร์ ๑๐ คืน ณ ที่นั้น เขาให้พักที่ตึกชั้น ๒๐ เรารีเวกสบายดี ทำ  
ความเพียรสนุกทั้งกลางวันและกลางคืน มีญาติโยมมาอบรมธรรมะประจำทุกคืน คืน  
ละ ๒๐ ๓๐ คน ต่อจากนั้นได้ไปออสเตรเลีย พักอยู่ที่ออสเตรเลียอาทิตย์กว่า ได้ไป  
เทศนาอบรมที่สมาคมจีน ๒ วัน แล้วเดินทางกลับมาสิงคโปร์อีก ได้ไปพักอยู่ที่เกา  
อีก ๑๐ คืน จึงเดินทางไปอินโดนีเซีย พักอยู่ที่อินโดนีเซีย ๒ อาทิตย์กว่า แล้ว  
เดินทางกลับมาพักที่เกาที่สิงคโปร์อีก นับว่าศรัทธาของเจ้าของบ้านที่เราพักอาศัย  
ที่สิงคโปร์แก่กล้าเป็นอย่างยิ่ง ยอมสละให้เราอยู่อาศัยโดยไม่คิดมูลค่าแม้แต่นิด  
เดียว ในการเดินทางไปและกลับในครั้งนี บริษัทการบินไทย จำกัด ให้บริการตลอด  
เวลา โดยเฉพาะพลอากาศโทชู สุทธิโชติ ได้เดินทางไปส่งถึงสิงคโปร์ และขากลับก็  
ไปรับที่สิงคโปร์ เราเดินทางไปครั้งนี้เป็นเวลา ๓ เดือนกว่า หลังจากนั้นก็ได้กลับไป  
ที่สิงคโปร์อีกครั้งหนึ่ง ได้ไปพักที่เดิมอีกเป็นเวลานาน เพราะเขาอยากจะทำสร้างวัด  
ที่นั่น แต่สถานที่ไม่เหมาะ เราจึงไม่ได้สร้าง

นับแต่เราบรรพชาอุปสมบทมาเป็นเวลา ๖๒ พรรษา สุข ทุกข์ แสนสาหัส  
(๑) เราก็ได้ประสบมาแล้ว ความเกิดอีกของเราควรจะยุติได้แล้ว

*พระนิโรธรังสี*

(พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์\*)

วัดหินหมากเป้ง

อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

๒๖ เมษายน ๒๕๒๗

\*ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นราชที่ พระราชนิโรธรังสี เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม  
พุทธศักราช ๒๕๓๓

หน้าว่าง

# ประวัติ วัดหินหมากเป้ง



หลังจากนี้ไปราว พ.ศ. ๒๔๗๖ ที่ซึ่งเป็นวัดหินหมากเป้งในขณะนั้น เป็นป่าที่บริบูรณ์มากกอปรด้วยเชื้อมาลาเรีย ทั้งเป็นที่อยู่อาศัยของเหล่าสัตว์ร้ายต่างๆ มีเสือ หมี เป็นต้น แล้วก็เป็นที่ทำข้ามของเขาเหล่านั้นในระหว่าง ๒ ประเทศ คือ ประเทศไทย และประเทศลาวอีกด้วย เพราะที่นี้ห่างจากคนสัญจรไปมา จะมีก็พวกพรานป่ามาหาตักยิงสัตว์กินเท่านั้น อนึ่ง คนแถบนี้รู้จักหินหมากเป้งในนามว่าผีดูมาก พระครูองค์ที่ต้องการทดสอบความกล้าหาญของตนแล้ว จะต้องมาภาวนา ณ ที่นี้ ผู้ที่ได้มาทดสอบความกล้าหาญในที่นี้แล้ว ย่อมเชื่อตนเองได้ ทั้งเพื่อนพรหมจรรย์ก็ยกยอว่าเป็นผู้ที่กล้าหาญเชื่อถือได้ เนื่องจากเขาถือว่าผีดูนั่นเอง ต้นไม้ใหญ่ป่าดงจึงยังเหลือไว้ให้พวกเราได้เห็นดังปรากฏอยู่ ณ บัดนี้ นอกจากจะเป็นที่ข้ามของเหล่าสัตว์ร้ายดังกล่าวแล้ว ยังเป็นที่ข้ามของพวกมิถุนาซีพชนของหนีภาชี มีผีเนเถื่อนเป็นต้น สัตว์พาหนะมีวัวควายเป็นต้น ไม่ว่าจะฝั่งโน้นหรือฝั่งนี้ ถ้ามันหาย สงสัยว่าคนขโมยแล้ว ทั้งเจ้าของและเจ้าหน้าที่จุดแรกจะต้องมาตักจับเอาตรงนี้เอง ถ้าไม่เจอแล้วก็หมดหวัง

หินหมากเป้งเป็นชื่อหินสามก้อนซึ่งตั้งเรียงรายกันอยู่ริมฝั่งโขงที่หน้าวัดนี้เอง อันมีรูปลักษณะคล้ายลูกตุ้มเครื่องชั่งทองคำสมัยเก่า คนพื้นนี้เขาเรียกว่า เต็งหรือเป็งยอย คำว่าหมากเป้งเป็นภาษาภาคนี้ ผลไม้หรืออะไรก็ตาม ถ้าเป็นลูกแล้วเขาเรียกหมากขึ้นหน้า เช่น หมากม่วง หมากพร้าว เป็นต้น มีคนเฒ่าคนแก่เล่าปรัมปราสืบกันมาว่า หินหมากเป้งก้อนบน (เหนือน้ำ) เป็นของหลวงพระบาง ก้อนกลางเป็นของบางกอก ก้อนใต้เป็นของเวียงจันทน์ ต่อไปในอนาคตข้างหน้ากษัตริย์ทั้งสามนครจะมาสร้างให้เจริญ คำนี้ไม่ทราบว่าเป็นผู้พยากรณ์ไว้มิได้บอก เป็นแต่เล่าสืบๆ กันมาเท่านั้น แต่มีเค้า น่าจะมีผู้มีญาณพยากรณ์ไว้แน่ เพราะสถานที่นี้เป็นวัตถุโบราณอันส่องแสดงว่าคงจะเป็นสถานที่สำคัญสักอย่างหนึ่ง ดังที่ปรากฏอยู่

จากหนังสือ อนุสรณ์งานฝังลูกนิมิตผูกพัทธสีมา วัดหินหมากเป้ง ๕-๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๖

คือ ขุดคูเป็นรูปวงเดือนแรมหันข้างแห่วงลงไปทางแม่น้ำโขง ถ้าคูที่ขุดเป็นปีกกา ออกไปสองข้างแล้ว ทำให้เข้าใจว่าเป็นสนามเพลาะ แต่ไม่เคยปรากฏในประวัติศาสตร์ ใด ๆ และไม่เคยได้ยินนักโบราณคดีพูดถึงเลย เรื่องสามกษัตริย์จะมาสสร้างหินหมากเป้งให้เจริญ ผู้เขียนเมื่อยังเด็กอยู่ใต้ฟังแล้วยังไม่ใจไม่ยกเชื่อเลย นึกว่าป่าดงดิบแท้ๆ ผิดจะตายแล้วใครจะมาสสร้าง สร้างแล้วใครจะมาอยู่เล่า แล้วเรื่องนั้นมันก็เสื่อมเลือนหายไปนานจนไม่มีใครกล่าวถึงอีกแล้ว เพราะเห็นว่าไร้สาระ แล้วจู่ๆ ผู้เขียนซึ่งไม่เชื่อคำพยากรณ์นั้นเองได้มาอยู่และมาสสร้างเสียเอง จึงระลึกขึ้นมาได้ว่า อ้อ ความจริงมันหนีความจริงไม่พ้น ถึงใครจะไม่พูดถึงมันก็ตาม เมื่อถึงเวลาของมันแล้วความจริงมันจะปรากฏขึ้นมาเอง

พ.ศ. ๒๔๘๑ พระอาจารย์หล้าได้มาจำพรรษา ณ ที่นี้เป็นองค์แรก แต่ท่านก็ได้สร้างเป็นวัด ทำเป็นกระต๊อบเล็กๆ อยู่อย่างพระธุดงค์ธรรมดาๆ ท่านองค์นี้เป็นลูกคนบ้านห้วยหัดนี้เอง ท่านเคยมีครอบครัว ได้ลูกชายคนหนึ่งแล้ว ภรรยาของท่านตายท่านจึงได้ออกบวช อายุของท่านราว ๔๐ ปี โดยเจ้าคุณพระธรรมเจดีย์ วัดโพธิสมภรณ์ เมื่อครั้งยังดำรงสมณศักดิ์ที่พระราชเวที เป็นพระอุปัชฌายะ ท่านไม่รู้หนังสือ เมื่อมาภาวนากัมมัฏฐาน ตัวหนังสือมาปรากฏในภาวนาของท่าน ท่านเป็นคนขยันหมั่นเพียรมาก สนใจในกิจการทั่วไป เมื่อตัวหนังสือมาปรากฏในภาวนาของท่านเป็นที่อัศจรรย์ ท่านยิ่งสนใจมาก ท่านพยายามประสมและอ่านผิดบ้างถูกบ้างที่แรก นานเข้าจนอ่านหนังสือที่มีเนื้อความเป็นธรรมได้ นอกนั้นอ่านไม่ได้ ผลที่สุดด้วยความพยายามของท่านอ่านหนังสือต่างๆ ไปได้หมด เรื่องนี้ไม่น่าจะเป็นไปได้เลย แต่ท่านพระอาจารย์หล้าได้เป็นไปแล้ว ตอนหลังๆ ท่านเป็นเจ้าตำราสั่งให้เขาซื้อหนังสือใหญ่ๆ เช่น หนังสือพระวิสุทธิมัคค์ ปุพพสิกขา มหาขันธกวินัย มาไว้เป็นสมบัติของท่านเลย

ท่านชอบเที่ยววิเวกองค์เดียวอยู่ตามแถบแถวภูพานนี้โดยมาก ชาวบ้านแถวที่ท่านเที่ยวไปยอมเคารพนับถือท่านมาก ถ้าบ้านใดเจ็บไข้ได้ป่วยโดยเขาถือว่าผีมาอาละวาด เขาจะต้องไปนิมนต์ให้ท่านไปขับผีให้ ความจริงมิใช่ท่านไปขับผี แต่ท่านไปโปรดเขาพร้อมทั้งชาวบ้านด้วย เมื่อท่านไปถึงที่แรก ท่านจะต้องหาที่พักซึ่งเขาถือว่าเป็นที่อยู่ของผี แล้วท่านจะต้องนั่งกำหนดภายในให้รู้ว่า ผีตัวนี้มีชื่อว่าอย่างไร

ทำไมจึงต้องมาอยู่ ณ ที่นี้ และได้ทำให้ชาวบ้านเขาเจ็บไข้ได้ป่วยเพราะเหตุใด เมื่อท่านทราบแล้วท่านจะต้องกำหนดหาบทภาวนา เพื่อให้ผีตนนั้นมีจิตอ่อนนุ่มยอมเมตตาเป็นมิตรกับชาวบ้านเหล่านั้น แล้วท่านจะเรียกชาวบ้านเหล่านั้นมาสอนให้เขาตั้งมั่นอยู่ในคุณพระรัตนตรัย ต่อไปก็ให้มีการปฏิบัติทำวัตรไหว้พระเช้าเย็นเป็นประจำอย่าได้ขาด แล้วตอนท้ายก็สอนให้เขาภาวนาบทที่ท่านเลือกไว้ นั้น นอกนั้นก็สอนให้เขาเหล่านั้นงดเว้นจากการสาปแช่ง ด่า และพูดคำหยาบคายต่างๆ ห้ามลักฉ้อโกงขโมยของกันและกัน ให้เว้นจากมิถจจาร และห่างจากการดื่มสุรา และยังมีให้รับประทานลาบเนื้อดิบอีกด้วย เมื่อท่านไปสอนที่ไหนได้ผลเป็นที่อัศจรรย์ทุกแห่งไป แม้ที่เป็นหนองหรือเป็นน้ำขับ ทำเลดี ๆ ซึ่งเขาถือว่าผีดู เมื่อปฏิบัติตามท่านสอนแล้วเขาไปจับจองเอาที่เหล่านั้นมาเป็นกรรมสิทธิ์ทำมาหากินจนตั้งตัวได้ก็มาก ราย ที่อธิบายมานี้เพื่อให้เห็นอัจฉริยนิสัยของท่าน ซึ่งไม่น่าจะเป็นแต่มั่นก็เป็นไปแล้ว ท่านเพิ่งมามรณภาพที่บ้านนาเกิน เมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๐ นี้เอง อายุของท่านได้ ๘๒ ปี พรรษา ๔๒ การมรณภาพของท่านก็พิสดาร คือท่านป่วยมีอาการเล็กน้อย เย็นวันนั้นท่านออกเดินไปตามริมชายวัด เห็นต้นไม้แดงตายยืนอยู่ต้นหนึ่ง ท่านบอกว่าฉันตายแล้วให้เอาไม้ต้นนั้นนะเผ่าฉัน แล้วก็ยกเอาไว้ล่วงหน้าล่วงหน้าด้วย ตกกลางคืนมาราว ๒ ทุ่มท่านเริ่มจับไข้ อาการไข้เริ่มทวีขึ้นโดยลำดับ ดีหนึ่งเลยมรณภาพ บรรดาลูกศิษย์ทั้งพระและฆราวาสก็ทำตามท่านสั่งทุกอย่าง ที่นำเอาประวัติของท่านพระอาจารย์หล้ามาเล่าโดยย่อนี้ ก็เพื่อผู้สนใจจะได้นำมาเป็นคติ และท่านเป็นคนแรกที่เริ่มสร้างวัดนี้ ต่อจากนี้ก็มีพระเส็ง พระคำจันทร์ พระอุทัย และพระคำพันธ์เป็นคนสุดท้าย

เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๗ ข้าพเจ้าได้จำพรรษาที่ถ้ำขาม ออกพรรษาแล้ว ได้วิเวกมาพักอยู่ด้วยพระคำพันธ์ เห็นว่าที่นี้วิเวกดีพร้อมด้วยดินฟ้าอากาศก็ถูกกับโรค รู้สึกว่าได้รับความสบายดี จึงได้จำพรรษาอยู่ด้วยพระคำพันธ์ บรรดาศิษยานุศิษย์เมื่อได้ทราบข่าวข้าพเจ้ามาอยู่ ณ ที่นี้ ต่างก็พากันลงเรือมาเยี่ยม เพราะเวลานั้นทางรถยังไม่ค่อยมี เมื่อพากันมาเห็นสถานที่เป็นที่สัปปายะ อากาศก็ดี วิเวกน่าอยู่ วิวกีสวยงาม แต่เสนาสนะที่อยู่อาศัยยังไม่ค่อยมี ต่างก็พากันหาทุนมาช่วยบูรณะก่อสร้าง จนสำเร็จเป็นวัดที่ถาวร ดังที่ปรากฏแก่สายตาของท่านทั้งหลายอยู่ ณ บัดนี้แล้ว

วัดหินหมากเป้งได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา ณ วันที่ ๒๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๓ ทำพิธีวางศิลาฤกษ์ วันที่ ๑๒ เมษายน ๒๕๑๕ โดยเจ้าพระคุณสมเด็จพระมหาธีรวงศ์ เป็นประธานในสงฆ์ อุโบสถหลังนี้ทำหลังคาเป็นสองชั้น กว้าง ๗ เมตร ยาว ๒๑ เมตร สูงจากพื้นถึงเพดาน ๙ เมตร มุงกระเบื้องดินเผาากบกล้วย โดยคุณไชศรี ดันศิริ กองช่างสุขาภิบาล กรมอนามัย เป็นผู้ออกแปลน อาจารย์เลื่อน พุกะพงษ์ กรมศิลปากร เป็นผู้ออกแบบลวดลายต่างๆ ตลอดถึงแนะนำการก่อสร้าง นายไพบูลย์ จันทด เป็นผู้รับเหมาก่อสร้างเฉพาะค่าแรงงานราคาสามแสนบาท น.ท. พูนศักดิ์ รัตติธรรม เป็นผู้หาเครื่องอุปกรณ์ที่มีอยู่ทางกรุงเทพฯ นายแสงเพชร จันทด เป็นหัวหน้าช่างและหาเครื่องอุปกรณ์ตลอดควบคุมการก่อสร้างโดยใกล้ชิด



(พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์\*)

วัดหินหมากเป้ง  
อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย  
๕ เมษายน ๒๕๑๖

---

\*ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นราชที่ พระราชนิโรธรังสี เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๓๓

# แนวปฏิบัติพระพุทธรศาสนา

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

W.F. ๒๕๑๓



วันนี้จะแสดงธรรมเทศนา พูดถึงเรื่องแนวปฏิบัติพระพุทธรศาสนาโดยเฉพาะ พุทธศาสนิกชนทั้งหลายจะต้องปฏิบัติพุทธรศาสนาให้ถูกต้อง ให้เป็นประโยชน์อันดีงามแก่ตน จะต้องให้รู้เรื่องและเข้าใจในการปฏิบัติ ศาสนาเป็นของมีมายืนยาวนานตั้ง ๒,๐๐๐ กว่าปี บางครั้งบางสมัยศาสนาก็เจริญ บางครั้งบางสมัยศาสนาก็เสื่อมโทรมลงไป นอกจากนั้นก็ยังมึธรรมะหรืออุบายต่างๆ ที่ท่านสอนไว้หลายอย่างหลายประการเป็นการสลับซับซ้อน ยากที่พุทธศาสนิกชนจะหยิบเอาหัวข้อใจความมาปฏิบัติให้ถูกต้องได้ ถึงแม้จะฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่ทุกวันก็ตาม โดยเฉพาะฆราวาสมักยุ่งมึภาระมาก จะฟังเฉพาะในเวลาทีเข้าวัดหรือฟังพระท่านเทศน์ทีได้ก็ตาม ใจจึมุ่งมึนในการฟังธรรมเทศนา จดจ้อเฉพาะเรื่องธรรมก็พอรู้พอเข้าใจกันบ้าง พอมองเห็นทาง แต่เมื่อกลับไปรับภาระการงานเข้าแล้ว เรื่องนั้นก็หายลึมเลือนไป เหตุนี้จึงเป็นการยาก

ฉะนั้น วันนี้จะเทศนาถึงเรื่องแนวปฏิบัติ เทศน์ทีทุกครั้งเป็นเทศน์แนวปฏิบัติ นั้นเอง แต่คราวนี้จึสรุปรวมหัวข้อเพื่อให้เข้าใจง่ายๆ ในพระพุทธรศาสนา นั้น ท่านสอนไว้หลายชั้นหลายเชิง ศาสนาเป็นบ่อเกิดของคุณงามความดี เป็นทรัพย์อันสารพัดนึกทีบุคคลต้องการและปรารถนาหาได้ ในพุทธรศาสนา หรือจะพูดอีกนัยหนึ่งว่า ศาสนามีทั้งสะเก็ด เปลือก กระพึ และแก่น เพราะเหตุนี้ศาสนาจึงมีอายุยืนนานไม่เสื่อมสลาย ถ้าหากมีแต่แก่นอย่างเดียวศาสนาจะอยู่ทนทานไม่ได้ นึอุปมาเปรียบเหมือนกับต้นไม้ ถ้ามีแต่แก่นอย่างเดียวแล้วอายุไม่ยืน เดียวก็ผุ ถ้าหากมีสะเก็ด หุ้มเปลือก เปลือกหุ้มกระพึ กระพึหุ้มแก่น ในผลทีสุดเปลือกหล่อเลี้ยงกระพึ กระพึหล่อเลี้ยงแก่น แก่นก็ค่อยเติบโตขึ้นโดยลำดับ นานนึเข้าไปกระพึก็ค่อยบางลงไป แก่นก็ค่อยโตขึ้นมา อุปมาถึงเรื่องพุทธรศาสนา คำสอนของพระพุทธรเจ้ามีครบครันบริบูรณ์หมด จึงได้มีอายุยืนนานมาจนปานนี้

คำว่าสะเก็ดคืออะไร เปลือก กระทบ และแก่นคืออะไร สะเก็ดนั่นคือเรื่องปลีกย่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราปฏิบัติในทางศาสนา พิธีรีตองต่าง ๆ หลากอย่างหลายเรื่องที่เราทำ เช่น การอาราธนาเทศน์ อาราธนาธรรม อาราธนาศีล อาราธนาปริตรมงคล อันนี้เป็นของปลีกย่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่ออะไร เหล่านี้แหละเป็นเหตุให้เราตั้งใจ เมื่อเราอาราธนา เราก็ตั้งใจว่าต่อไปนี้จะไปฟังเทศน์ หรือต่อไปนี้ไปจะรักษาศีล ต่อไปจะไปตั้งใจอุทิศกุศลผลบุญ คือ ทำบุญ ทำทาน นี่จึงเรียกว่าสะเก็ด

เปลือก ได้แก่ การทำบุญทำทานด้วยประการต่าง ๆ เขาทำบุญทำทานอย่างที่เขาพากันทำอยู่ทั่วบ้านทั่วเมือง นอกจากทำบุญตักบาตรเพื่อถวายอาหารแด่พระภิกษุสามเณร ท่านผู้ทรงศีลทรงธรรมที่ไม่มีการหาเลี้ยงชีพ กสิกรรมกสิกรอย่างจรรยาแล้ว ก็มีการทำบุญปลีกย่อยหลายอย่างหลายประการ เช่น เทศน์พระเวส เทศน์มหาชาติ หรือฉลองโน่นนี่สารพัดทุกอย่าง มีงานฉลองกัน นี่เรียกว่าเปลือก

กระทบ คือศีล ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ อันนี้เป็นกระทบ ศีลเป็นการที่จะเข้าถึงแก่น คนเราเพียงแต่ทำทานเฉย ๆ ยังไม่ทันมีศีลเลย เรียกว่า ยังไม่ทันหนักแน่น ทำทานนั้นบางที่อาจจะไปฆ่าสัตว์ ลักฉ้อโกงขโมย หรือโลภชิงของวิ่งราวมาทำบุญทำทานก็ได้ มีทั้งบาปทั้งบุญปะปนกันอยู่ นี่จึงเรียกว่าเปลือก มันยังไม่ทันถึงกระทบ ส่วนการรักษาศีล งดเว้นเสียจากความชั่วด้วยประการต่างๆ ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดมิถาจาร กล่าวโกหกมุสาวาท ดื่มสุราเมรัย ศีล ๕ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ มีแต่การงดเว้นทั้งหมด เข้ามาถึงกระทบ แข็งขึ้นมากทีเดียว ไม่ทันถึงแก่น แต่แข็งขึ้นมากทีเดียว คนมีศีลประจำอยู่ในใจของตน งดเว้นเสียจากความชั่ว มีแต่จิตใจผ่องใสสะอาด เชื่อมมั่นในคุณพระรัตนตรัย เชื่อมมั่นในธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า นี่โดยย่อสรุปรวมความ เรียกว่า กระทบ

แก่น คือ การอบรมภาวนา รักษาจิตใจของเราไม่ให้หวั่นไหววุ่นวาย จิตใจของเราไม่มีกิเลสบาปกรรม จิตใจตั้งมั่นเป็นสมาธิ แน่วแน่อยู่ในฌานสมาธิ เป็นจิตใจผ่องใสสะอาดบริสุทธิ์ เรียกว่าแก่น ศาสนานั้นมารวมอยู่ที่แก่น ส่วนของต้นไม้ที่มีคุณค่าวิเศษสูงสุดกว่าส่วนใดทั้งหมด คือแก่น ส่วนเปลือก กระทบ เวลาเขาต้องการ เขาก็ใช้บ้างเล็กน้อย น้อยๆ แต่ว่าสิ่งที่เขาต้องการมากที่สุดก็คือแก่น ทำบ้านทำเรือน ทำเสา เขาใช้แก่นไม่ใช่เปลือกกระทบ แต่เปลือกและกระทบห่อหุ้มแก่นไว้ ให้ได้เอามา

ใช้เป็นเสาบ้านเสาเรือนหรือปลูกบ้านปลูกเรือน ความต้องการต้นไม้ทุกคนต้องการกัน ต้นไม้ไม่มีกันเขาไม่ต้องการ นอกจากเขาไม่ต้องการแล้ว ต้นไม้ไม่มีกัน ยืนต้นไม้ไม่นาน อย่างต้นจิว นุ่น มะละกอ กล้วย เป็นต้นไม้ไม่มีกัน ไม้ล้มลุกไม่ถึง ขวบปี สองปี หัก หรือว่าลมพัดอะไรก็ทันทานไม้ได้ พวกต้นแดง ประดู่ ตะเคียน กัน มันแข็ง อยู่ได้เป็นร้อยๆ ปี ศาสนานั้นถ้าเข้าถึงกันแล้วคนนั้นจะเป็นผู้หนักแน่น และมั่นคง ไม้หวั่นไหวต่อทุกข์ทั้งหลาย

พระพุทธเจ้ามองเห็นแล้วว่า คนเราเกิดขึ้นมาประกอบไปด้วยกองทุกข์ คนที่จะเข้าใจกองทุกข์นี้มันยาก คนยากที่จะเห็นทุกข์ เพราะความมัวเมาของคน ไม่เคยคิดถึงเรื่องทุกข์ เอาแต่เรื่องสนุกอย่างเดียวมาคิด หรือบางคนเลยไม่อยากจะคิดเสียซ้ำว่าคิดถึงเรื่องกองทุกข์แล้วกลัวมี ชีวิตอยู่กับเขาก็ขอให้เพลินเสีย มีชีวิตอยู่ในชาติเดียวเท่านั้น ให้มันเพลินสนุกไปตามเรื่อง ให้มันลืมทุกข์ บางคนทุกข์มากๆ ไม่มีทางระงับก็ดื่มสุราให้มันเมาให้ลืมตนลืมตัวไปเสีย ทุกข์ของคนถ้าพูดกันจริงๆ จังๆ แล้วทุกข์ตั้งแต่เกิด ตั้งแต่ยังไม่ทันคลอดจนกระทั่งตาย ทุกข์หลายอย่างหลายประการ

ทุกข์ด้วยการแสวงหาอาชีพ เรียกว่า **ปริยาสิกทุกข์** หามาได้ใช้ไปกินไปหมดไป ไม่ใช้ก็ไม่มีประโยชน์ ใช้ก็หมด หมดแล้วก็ต้องหากันอยู่อย่างนี้ ตกกลางเลยวุ่นกันแต่เรื่องปากเรื่องท้อง คนหาได้มากๆ ก็เพียงใส่ปากใส่ท้อง เหลือจากใส่ปากใส่ท้อง แล้วก็เหลือทิ้งไว้เฉยๆ คนมีน้อยก็หาใส่ปากใส่ท้อง คนมีมากก็หาใส่ปากใส่ท้อง พุดง่าย ๆ ยุ่งเรื่องกิน คนไม่กินก็ไม่ต้องยุ่ง คงจะเคยเห็นหรือเคยได้ยินว่า แรดมันอยู่ในป่า พอออกพรรษา เขาเรียกแรดเข้ากับหรือแรดเข้าซุ่ม ในฤดูฝนมันไปนอนปลักนอนโคลนที่น้ำมีตมมีโคลน มันก็ลงไปกลิ้งมาจนกระทั่งจมลงมิดทั้งตัวเลย พอออกพรรษาน้ำแห้ง โคลนก็เลยปิดแรดไว้ มันเหลือแต่ช่องหายใจนิดเดียว เขาเรียกว่า แรดนอนซำหรือแรดเข้าซุ่ม ตอนนั้นไปมันไม่กิน สบายเลย อยู่ตั้ง ๒ หรือ ๓ เดือน มันก็ไม่กิน พวกกบก็เช่นเดียวกัน ฤดูฝนมันก็เข้าอยู่ในรู พอฤดูนี้มามันก็ปิดรูมันเสีย มันไม่ต้องออกหากินอีกต่อไป อย่างดีที่สุดก็มีปลาสาวะกินอยู่ในรูของมัน อาหารไม่ต้องกิน แต่มันก็อ้วน ทั้งอ้วนทั้งมันด้วยพวกสัตว์เหล่านี้ นั่นนะ เขาไม่กิน เขาสบาย แต่มันก็อยู่ไม่ได้ตลอดไป อยู่เพียง ๒-๓ เดือน มันก็ออกมาหากินอีก หากินมันก็ยุ่งเหมือนเก่า นี้เรียกว่าปริยาสิกทุกข์ ทุกข์เพราะการแสวงหากิน

ใครๆ เกิดมาก็ทุกข์เรื่องกินทั้งนั้น ภิกษุสามเณรในพุทธศาสนาไม่ทำมาค้าขายไม่ทำอะไรทำสวน ก็ยังขอทานกินแสวงหากินอยู่เหมือนกัน พระพุทธเจ้าสำเร็จมรรคผลนิพพานแล้ว ท่านก็ยังเสวยพระกระยาหาร เที้ยวบิณฑบาต อันนี้เรียกว่าอาการของกองทุกข์ แต่ว่าความทุกข์ภายในใจนั้นอาจจะผิดแผกกันไปบ้าง สำหรับพวกฆราวาสผู้ไม่ได้ศึกษาธรรมะหรือไม่ได้พิจารณาธรรมะ ทุกข์เพราะการแสวงหาได้น้อยก็ไม่พอใจ ได้มากก็ไม่พอใจ ได้เท่าไรก็ไม่เป็นที่สิ้นสุด ได้มาแล้วก็มัธยัสต์ตระหนี่เหนียวแน่น ไม่อยากใช้อยากสอย แม้ที่สุดแต่จะบริโภคใช้สอยตนเองก็ผิดเคืองเต็มที ทั้งๆ ที่หามาลำบากตรากตรำ แต่ใช้ก็ไม่ได้ มันอะไรกันเรื่องนี้

ผู้รู้เท่าเข้าใจเห็นว่าเป็นเรื่องอาศัย หามาได้ใช้ไป มีมากก็ใช้ตามสมควร มีน้อยก็ใช้พอสมควร คือเหลือไว้สำหรับที่จะได้ใช้ในเวลาที่เราหาไม่ได้ หรือไว้สำหรับเลี้ยงลูกเลี้ยงหลานที่เราหาไม่ได้ เห็นพอดีพองาม และเห็นว่าเราตายไปแล้วเอาไปไม่ได้ ทุกคนไม่มีใครเอาไปด้วยสักคนเดียว เป็นมุลมรดกตกทอดอยู่ในโลกนี้ทั้งหมด สิ่งที่จะเป็นประโยชน์แก่เราก็คือสละจาคะแก่คนทุกข์ คนจน คนยากไร้ อนาคตา หรือสงเคราะห์บิดามารดา ผู้มีอุปการคุณ หรือสงเคราะห์ญาติมิตรพวกพ้องพี่น้องผู้ที่ขาดตกบกพร่อง เจลี่ยเจือจานแบ่งปันความสุขให้แก่เขา ทรัพย์ที่เราสละจาคะให้ไปนั้น มันเป็นเรื่องสมานมิตรน้ำใจจิตน้ำใจ ทำให้คนที่ได้รับคิดถึงบุญคุณผู้ให้อุปการะ เราก็มั่นใจสบายใจ เพราะเราได้สงเคราะห์คนอื่น เมื่อเรามีเราได้สงเคราะห์คนอื่น ทรัพย์อันที่เราหามาได้นั้นชื่อว่าได้ทำประโยชน์

ถ้าหากว่าเรามีมัธยัสต์ตั้งอธิบายในเมืองต้น ไม่ต้องพูดถึงเรื่องสงเคราะห์คนอื่น แม้แต่ตนเองจะทานก็แสนผิดแสนเคือง ตนจะใช้ก็แสนผิดเคือง แบบนี้แล้วตนเองก็เป็นทุกข์ คนอื่นก็ไม่ได้รับประโยชน์ด้วย แล้วใครจะมองหน้า ใครจะสังคมด้วย ตกลงก็ไม่มีคนสังคมด้วย เมื่อไม่มีคนสังคมด้วยจะเอาประโยชน์อะไรจากทรัพย์ มันจะมีความสุขมาจากไหนกัน พระพุทธเจ้าท่านว่ากินคนเดียวไม่มีความสุข ลองดูซิ ใครได้มาแล้วกินคนเดียว ไม่แบ่งปันแก่ใครทั้งหมด แม้จะอยู่ในครอบครัวเดียวกัน สมมติว่าครอบครัวผัวเมียด้วยกัน มีสิ่งใดมากินคนเดียว อยู่ได้หรือ หรือหากว่าลูกเต้ามีขึ้นมาแล้ว สมาชิกในบ้านเรือนมีสัก ๓-๔ คนขึ้นไป กินคนเดียว หาได้ก็ชุกช่อนกินเสียคนเดียว ไม่เจลี่ยเจือจานแก่กันไป ลองดูซิ อยู่ด้วยกันได้ไหม คนอยู่

ด้วยก็กลัวใจ ตัวเราเองก็กลัวใจ กลัวคนอื่นจะเห็นเรากิน กลัวคนอื่นจะมาแย่งชิงเรา  
เลยเป็นทุกข์เดือดร้อน ได้มากก็ไม่มีความสุข นี่แหละเรื่องเปลือกมันเป็นอย่างนี้ ถ้า  
หากเราไม่รู้จักผลของการทำบุญทำทาน ไม่รู้เรื่องทั้งหลายเหล่านี้แล้วจะเป็นทุกข์  
เดือดร้อน

การทำทานไม่ใช่ว่าเรามีมากจึงจะทาน หรือเรามีของดี ๆ จึงจะทาน หรือ  
ว่าตายแล้วจึงให้เขาทานหา ไม่ใช่อย่างนั้น ก็ดังอธิบายมาแล้วว่า หามาได้ใช้ไปมัน  
หมดไป จะให้มันเหลือแล้วจึงจะทำบุญทำทาน มากๆ แล้วจึงจะทำบุญทำทาน หรือ  
ตายแล้วจึงจะทำบุญทำทาน อย่าไปหวังเลย การที่เรามีน้อยทำบุญด้วยความเลื่อมใส  
ศรัทธา อาจจะได้ผลานิสงส์มากกว่าคนที่ได้มากๆ แล้วจึงค่อยทำบุญ ทุกคนถ้าพา  
กันคิดว่าได้มากๆ แล้วจึงค่อยทำบุญ ในระยะที่ยังไม่ทันได้ ใครจะทำเล่า ถ้าทุกคน  
พากันทำอย่างนั้นหมด ศาสนาจะอยู่ได้หรือ พระบวชในพุทธศาสนาที่อยู่ไม่ได้ ไม่  
มีคนถวายจันทน์บิณฑบาต ของเล็กๆ น้อยๆ มีพริกมีผัก ทำบุญตักบาตรทุกวันๆ  
อันนี้ละมันเป็นประโยชน์ ได้น้อยทำบุญน้อยๆ ทุกวันๆ นี่เป็นประโยชน์มาก ถ้า  
ทุกคนไปคอยให้ได้มากๆ แล้ว ไม่ทราบว่่าก็ปีจึงจะได้มากๆ พระตายหมดก่อน สึก  
หมดแล้ว เลยไม่ได้ทำซ้ำ

การสละจาคะทำบุญ โดยเฉพาะเรื่องอาหารบิณฑบาตเป็นของเลี้ยงชีพของ  
คนเรา อาหารเป็นเครื่องยังชีวิตของสัตว์ให้อยู่ได้ การที่ถวายอาหารบิณฑบาตกับ  
ภิกษุสามเณร หรือแก่คนทุกข์จนอนาถา หรือใครก็ตาม การถวายอาหารนับเป็น  
เหมือนกับเราถวายทานชีวิต โบราณท่านเข้าใจว่า ทานชีวิต คือ เอาเนื้อเอาหนังไป  
ให้เสือกิน เสือกินหวดกน้ำบ่อแล้ว กลั้นใจกระโจนลงไปให้เสือกิน ให้มันอิ่ม เรียกว่า  
ทานชีวิต หรือบางคนเข้าใจว่า ทานชีวิต คือ ตัดหัวให้เป็นทาน ใครจะไปตัดหัวกิน  
หัวคนใครไปตัดกิน ไม่มีหรือก เข้าใจผิด คำว่า ทานชีวิต คือ ทานอาหารนั่นเอง ยัง  
ชีวิตให้ยืนยงไปวันหนึ่งๆ นี่จึงให้รู้จักการทำทาน เห็นคุณค่าของการทำทาน อย่า  
ไปคิดว่าได้มากๆ แล้วค่อยทำ ถึงแม้จะเป็นเปลือกก็ยังคุ้มห่อไว้ คำว่าคุ้มห่อในที่นี้  
อย่างผู้ที่จะเจริญกรรมฐานภาวนาหรือจะถึงมรรค ผล นิพพาน หรือเป็นพระพุทธรเจ้า  
พระอริยสงฆ์สาวกและพระอรหันต์แล้วก็ตาม ถ้าไม่มีเปลือกคืออาหารนี้หล่อเลี้ยง คือ  
การทำทานนี้หล่อเลี้ยง มันจะอยู่ได้อย่างไร มันก็ต้องตายกันทั้งหมด นี่จึงว่าเปลือก

ก็เป็นของมีประโยชน์ เป็นประโยชน์แก่แก่น

กระพี้้นคือศีล ละเว้นเสียจากความชั่วทุกประการ ศีลที่เรารักษา เว้นเสียจากการฆ่าสัตว์ คือไม่เบียดเบียนสัตว์ทั่วๆ ไป สัตว์ทั้งหลายที่มีชีวิตไม่ฆ่าเด็ดขาดเลย ไม่ว่าสัตว์ตัวน้อยตัวใหญ่หวงชีวิตด้วยกัน ประารถความมีชีวิตด้วยกันทั้งนั้น ไม่ต้องอื่นไกลหรอก แม้แต่ตัวเราก็ก๊แล้วกัน เจ็บไข้จวนจะตาย ก็ยังดิ้นรนวิงหาหมอกลัวจะตาย นี่ใครๆ ก็กลัวตาย แล้วเราไปฆ่าเขามา เด็ดชีวิตเขามา จะฆ่าโดยการสนุกสนานก็ตาม หรือฆ่ามาเพื่อเลี้ยงปากเลี้ยงท้องก็ช่างเถิด ลองคิดดู เขาจะหวงชีวิตของเขาสักเท่าใด เราน่ะเห็นแก่ปากแก่ท้อง ยิ่งเห็นเนื้อเห็นสัตว์แล้วคิดอ่อยไปเลย มันยิ่งกว่ายักษ์ เหมือนกันกับเสือเห็นวัว สุนัข หรือหมู พอเห็นก็ไม่ได้คิดถึงชีวิตของเขาละ คิดแต่ว่าอ้อมปากอ้อมท้องถ้ายเดียว

คนที่มิจิตอำมหิตคิดประทุษร้ายชีวิตจิตใจของคนอื่น อย่าไปเข้าใจว่าเป็นคนยังมีนิสัยสัตว์อยู่ รูปร่างเป็นคน แต่นิสัยยังเป็นสัตว์ เหตุนี้พระพุทธรเจ้าจึงสอนว่าให้พากันรักษาศีล พุทธตอนนี้ คนน้อยใจหมด ไม่ฆ่าสัตว์ก็เลยไม่มีอะไรกิน ก็เพราะเหตุที่ว่าฆ่าสัตว์นี้แหละ มึงฆ่ากู กูฆ่ามึง มันถึงเดือดร้อนเป็นทุกข์ ถ่างดเว้นเสียจากการฆ่าซึ่งกันและกันแล้ว ลองดูจะมีความสุขสักเท่าไรคนเรา แล้วการกินนั้น เราหัดเป็นยักษ์ตั้งแต่เกิดมา หากินแต่เลือดเนื้อเขาเพื่อชีวิตของเราอย่างเดียว เคยไปเห็นแล้ว พวกพม่า ไทยใหญ่ เขาไม่ฆ่าสัตว์ เขายังเป็นบ้านเป็นเมืองอยู่ได้ เขาหาผักกินน้ำมันงา น้ำมันถั่ว ผัก พริก เขาก็ยังมีกำลังเรี่ยวแรงแข็งแรง ความเป็นจริงเรื่องน้ำมันงามีวิตามินมาก ทำให้สุขภาพดีขึ้นด้วยซ้ำ ไม่ค่อยเกิดโรคภัยไข้เจ็บ ไม่ค่อยเป็นหิดเปื่อย กลาก เกลื้อน เขาก็ยังอยู่ได้ พวกเราเคยเป็นยักษ์มาแล้ว จะกลับมาเป็นคนเป็นไต่ยาก พอพระท่านสอนถึงเรื่องให้รักษาศีลแล้วน้อยอกน้อยใจทั้งนั้น

นี่จึงว่ากระพี้้นแข็งเข้าไป ถ้าหากว่าไม่ฆ่าสัตว์แล้ว ใจของเราจะเกิดเมตตาปราณี จะเห็นใจเขาใจเรา เห็นชีวิตเขาชีวิตเรา เห็นทุกข์เขาทุกข์เรา ถ้าหากว่าคนไม่เคยรักษาศีลเสียเลย เห็นเขามีแต่จะเอามาเป็นเนื้อเราอย่างเดียว เอาเลือดเอาเนื้อเขามาเป็นเลือดเนื้อเราอย่างเดียว ไม่มีหรรอกความเมตตาปราณี มีดมีดปิดหมดศีลธรรมไม่มีเลย จึงว่า การรักษาศีลเป็นการทำทานในตัว คือให้ภัยทาน สัตว์ที่เราควรจะฆ่าเราก็ก๊ไม่ฆ่า สิ่งของควรที่จะลักฉ้อโกงขโมยหรือควรที่จะโลภเอาด้วย

ประการต่าง ๆ เราก็ไม่เอา ก็เป็นอภัยทานในตัว มันรวมเข้ามาแล้วนี่ ทานมาอยู่กับ ศิล การรักษาศิลเป็นทานในตัว อันนี้เมื่อมาหัดภาวนาทำสมาธิแล้ว สำรวมจิต สำรวมใจให้อยู่ในอารมณ์อันเดียว ที่เรียกว่าทำสมาธิกรรมฐาน ยิ่งเป็นทานใหญ่ ยิ่ง เป็นศิลใหญ่ มารวมอยู่ที่เดียวหมด

คนเราก็อหากจิตสงบเสียอย่างเดียวแล้ว มันจะมีอะไร บาปกรรมก็ไม่ทำให้เกิด กิเลสทั้งหลายความยุ่งวุ่นวายทั้งปวงหมด เราสละไปได้ก็เรียกว่าเราทาน ศิลคือ ความปกติ เมื่อจิตใจมันอยู่ปกติตามสภาพเดิม มันไม่คิดส่งสายก็เรียกว่าศิล เมื่อหัด ทำสมาธิภาวนาเข้าถึงแก่น ก็เหมือนกับต้นไม้ที่นั่นแหละ สะเก็ด เปลือก กระพี้ มา หล่อเลี้ยงแก่น ให้แก่นแข็งแกร่งขึ้น ก็เหมือนๆ กัน มารวมเป็นแก่น พระพุทธเจ้า พระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ท่านรวมถึงแก่นแล้วนิพพาน เรียกว่าแก่นอันนั้นผู้ฟัง ไปแล้ว เสื่อมสลายไปแล้ว ไม่มาเกิดปรากฏขึ้นมาอีก

ที่อธิบายมานี้ เพื่อให้เข้าใจโดยสรุปรวมความย่อๆ ว่า การปฏิบัติพุทธศาสนา นั้น เราอย่าไปเอาถ่ายเดียว จะนั่งภาวนาให้มันตายละ เอาภาวนาอย่างเดียว ไม่ ต้องรักษาศิลก็ได้ รักษาศิลอย่างเดียวละ ไม่ต้องทำทานก็แล้วกัน ทำทานอย่าง เดียวแล้วไม่ต้องไหว้พระสวดมนต์ อะไรไม่ต้องทำทั้งหมด ไม่มีกิจวัตร ก็ไม่ได้ เหมือนกัน การปฏิบัติพุทธศาสนาปฏิบัติมาโดยลำดับ ตั้งแต่ไหว้พระสวดมนต์ ทำความเคารพการะบิдамารดาคนเฒ่าคนแก่ ได้ทั้งนั้นแหละ บุชาดอกไม้รูป เทียนได้ทั้งนั้น เป็นความดีทั้งนั้น มันทำให้เบิกบานให้สะอาด

เมื่อทำบุญทำทานจาคะสละ อิมอกอิมใจ ในการที่เราได้สละจาคะลงไป เมื่อ มารักษาศิลให้จิตใจเรากล้าแข็งขึ้น สละเสียซึ่งบาปกรรม นั่งทำความเพียรภาวนา สมาธิ เป็นแนวปฏิบัติพุทธศาสนาทั้งนั้น เราไม่ได้อันหนึ่งก็ให้ได้อันหนึ่ง ไม่ได้สมาธิ ก็ให้มาอยู่กับศิล เมื่อไม่มีศิลก็ให้มาอยู่กับทาน เมื่อทำทานไม่ได้ก็มีไหว้พระสวด มนต์ หรือปฏิบัติบิдамารดาอุปัชฌาย์อาจารย์ หรือมีความจงรักภักดี เมตตาปรานี โอบอ้อมอารีญาติพี่น้องพวกพ้องหมู่เพื่อนซึ่งกันและกัน ให้มันมีเครื่องอยู่ คนนั้นจึง ได้ชื่อว่ามีสรณะเครื่องอยู่

ถ้าหากไม่มีอันนี้เป็นเครื่องอยู่แล้ว มันก็สัตว์ดิๆ นั้นเองคนเรา คิดดูซิสัตว์มัน มีอะไร กินแล้วก็นอน ตื่นมากก็หากินใหม่ ดีกว่านั้นขึ้นไปเขาก็เอามาใช้การใช้งาน

เอาแรงมาให้เขาใช้ ตายแล้ว เขากินเนื้อกินหนังหมด ไม่ได้ประโยชน์อะไรแก่ตัวเลย  
เพียงกินแล้วนอน ตื่นขึ้นมากินใหม่ มันได้ประโยชน์อะไร กินเพื่อคอยวันตาย  
เขามาใช้แรงงาน เอาแรงงานเราไปใช้เปล่าๆ แล้วเขาไม่ได้ให้กินอะไรหรอก ไปทำ  
นาให้เขาทั้งหมด แล้วไปกัดข้าวเขาต้นเดียว เขาตีเอาแทบตาย ทิดคูชิ มันได้อะไร  
ตายแล้วเขายังสบายใจซ้ำ เอาเนื้อหนังไปปันกันกินสนุก เขาไม่ได้คิดเอ็นดูเมตตา  
อะไรเลยสักนิดเดียวกับเรา

คนที่ทำบาปกรรม คือไม่ได้ทำความดีไว้ ตายไปจึงว่าไปเป็นสัตว์ ถ้าเรามี  
สละที่พึงอย่างที่ว่ามานี้ รับรองว่าไม่ตายเป็นสัตว์ มีการทำทาน รักษาศีล และทำ  
สมาธิภาวนา ถ้าหากว่าจิตใจของเรากล้าแข็ง ทำสมาธิภาวนาให้แน่นแค้นเต็มที อาจ  
จะพ้นจากทุกข์ด้วยซ้ำ ตายแล้วไม่ได้มาเกิดอีก ไม่ได้มายุ่งวุ่นวายอย่างนี้ต่อไป

นี่อธิบายมาในวันนี้ว่าถึงเรื่องการปฏิบัติศาสนา พอเป็นแนวทางเล็กๆ น้อยๆ  
ถ้าจะพูดมันก็กว้างขวาง เพราะฉะนั้นให้พากันจดจำนำไปพิจารณา แล้วตั้งใจปฏิบัติ  
ไปตามความสามารถ จะถึงความบริสุทธิ์หมดจดหรือถึงจุดหมายปลายทางที่เรา  
ต้องการ สมดังปรารถนาทุกประการ อธิบายมาด้วยประการฉะนี้



# แบบกายภาวนา

พ.ศ. ๒๔๑๓



ทุกคนก็พากันตั้งใจภาวนาอยู่แล้ว จึงต้องการจะอบรมเรื่องภาวนาเป็นสำคัญ เรื่องอื่นๆ ที่เราเคยทำมาแล้วทุกสิ่งทุกอย่างก็ได้ผ่านพ้นมาแล้ว ทาน ศีล ไหว้พระ สวดมนต์ ภาวนาก็ได้ฝึกฝนอบรมมาแล้วเช่นกัน ส่วนมากได้ทำมาแล้ว แต่เรื่องภาวนานั้นเป็นของทำยาก เพราะเรื่องภาวนาเป็นงานด้านจิตใจ ต้องทำด้วยตนเอง คนอื่นช่วยเหลือไม่ได้ ทุกคนต้องทำด้วยตนเอง ทำด้วยความอาจหาญกล้าหาญ เด็ดเดี่ยว ทำด้วยอุบายแบบกายอันละเอียดลึกซึ้งถึงจะเป็น ไม่ใช่ว่าจะนั่งหลับตา แล้วนึกพุทโธๆ แล้วจะเป็นภาวนาอย่างนั้นก็หาไม่ นึกพุทโธนั้น ถ้าหากไม่มีแบบกายอุบายอันลึกละเอียด นานๆ เข้าก็เป็นเหตุให้ซีเกียจ เบื่อหน่าย รำคาญ นึกพุทโธแล้วไม่มีอะไรปรากฏ นึกไปกำหนดพิจารณาไปก็ไม่มีอะไรปรากฏ ในผลที่สุดก็ไม่ได้อะไร เลยเบื่อ เหตุนั้นจึงว่าต้องใช้อุบายแบบกายลึกละเอียด

คำว่าอุบายแบบกายในที่นี้นั้น นึกพุทโธแล้วสติมันต้องพร้อมไปกับคำนี้กันนั้น ทำความรู้เท่ารู้สึกรู้สีกไปพร้อมๆ กันเป็นอันเดียวกันไป รวมกันไปในที่เดียวกันนั้น ตามเข้าไปถึงจิต ไม่ใช่จะนึกคิดพุทโธๆ แล้วก็แล้วไป สติต้องตามเข้าไปรู้เท่ารู้ถึงพุทโธ นั้น ทันๆ กันไปพร้อมๆ กันไป ในขณะที่นั้นถ้าหากมันถึงเวลานั้นเข้าแล้ว ความพุ่ง ช่างส่งไปในทางที่อื่นมันก็หายหมด มันอยู่แต่ความสงบที่นึกพุทโธนั้น สงบอยู่กับพุทโธ มีอารมณ์อันเดียว ที่เรียกว่า เอกัคคตารมณ์ หรือเอกัคคตาคจิต จิตอันเดียวนี้แหละจะเกิดความสุขซึ่ง จิตจะสว่างไสวในความสงบสุขพร้อมกันไปในตัว ความสงบสุขอันหนึ่ง บางทีเราภาวนานึกพุทโธๆ นั้น จิตสงบเย็นไปเฉยๆ นั้นอย่างหนึ่ง ไม่มีความสว่างเกิดขึ้น แบบนี้ไม่ค่อยทน ไม่ค่อยดี พอสงบแล้วก็อยู่เฉย อยู่ นานๆ หนักเข้าก็เบื่อเหมือนกัน คือมันไม่มีอะไรที่จะรู้แปลกประหลาดขึ้นมา มันไม่มีแวววาวสว่างขึ้นมา มันก็เบื่อเหมือนกัน อันนั้นสงบเฉยๆ

สงบแล้วเกิดความสุขพร้อมกันนั้นจึงค่อยดี คำว่าสว่างในที่นี้ พอจิตสงบอยู่ในอารมณ์อันเดียวแล้วนึกพุทโธอันเดียวนั้น จิตมันสงบอยู่ตอนนั้นมันก็

เกิดความสว่าง คำว่า สว่าง ในที่นี้ คือมีความรู้สึกอันใดอันหนึ่งขึ้นมา เป็นเหตุให้เกิดความรู้สึกนึกคิดอะไรแปลกๆ ต่างๆ ขึ้นมา จิตใจจะปลอดโปร่ง สว่างไสว เช่น นึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้าว่า เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้รู้จริง เห็นจริง ชัดแจ้งแทงตลอดซึ่งญะยธรรม คือเมื่อจิตเราสงบแล้ว ปราศจากความกังวลเกี่ยวข้อง จึงค่อยมองเห็นความดีของพระองค์ จิตมันก็เลยสว่างเกิดขึ้นว่า พระพุทธเจ้าที่ท่านเป็นผู้ตรัสรู้เองเห็นเอง และเห็นโทษในวัฏสงสาร เห็นทุกข์ในกองทุกข์ทั้งหลาย มันเห็นอย่างนี้ดอก เราทำแค่นี้ก็เห็นเพียงแค่นี้ ยิ่งพระพุทธเจ้าท่านเป็นผู้พิเศษสูงสุด ยิ่งกว่ามนุษย์ทั้งหลาย จะเห็นความสว่างแจ่มแจ้งนั้นมากน้อยสักเท่าไร ขนาดเราปานนี้ก็ยังเห็นปานนี้ อันความที่ได้รู้นี้มันเกิดปลื้มปิติ เกิดความสว่างแจ่มจ้าขึ้นมา ความมัวงมเหงาหวนนอนหายไป ความขี้เกียจขี้คร้านหายไป มองดูแง่ใจ มองดูในความรู้ความฉลาดของพระพุทธเจ้าก็ปลอดโปร่งหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มองดูความบริสุทธิ์หมดจดที่มีอยู่ในสันดานของพระองค์ก็สว่างแจ่มจ้าไปหมด มองดูแง่ปัญญาความฉลาดเฉียบแหลมของพระองค์ มันก็สว่างไปหมด มองดูในความกรุณาคุณเมตตาคุณของพระองค์ก็สว่างหมด มองดูแง่ใจ ความวิริยะพากเพียร ความกล้าหาญ อาจหาญทุกสิ่งทุกประการ มันเลยสว่างพร้อมกันหมดที่ในขณะนั้น อย่างนั้นดอก ภาวณาไป มันจึงค่อยเป็นไปเพื่อความเบิกบาน กล้าหาญ ขยันหมั่นเพียร ไม่ทอดถอย

การที่ไปสงบสุขเฉยๆ อยู่那儿ได้ชั่วครู่ชั่วคราว ไปสักประเดี๋ยวประด๋าวหน่อย ก็เบื่อเสียแล้ว คำว่าเบื่อในที่นี้หมายความว่า จิตมันนอน ไม่มีเครื่องดึงดูดผลักดัน ให้เจริญก้าวหน้า เพื่อให้เกิดความสว่างแจ่มจ้า เหตุนี้ผู้ภาวณาทั้งหลายที่เสื่อมจากภาวณา เสื่อมด้วยเหตุนี้ คือ ไม่รู้จักทางเจริญ ทางเป็นไปเพื่อความเจริญ และ ไม่รู้จักหนทางที่จะเป็นไปเพื่อความเสื่อม ไม่รู้จักในการที่จิตตั้งอยู่คงที่ ไม่รู้จักทั้งนั้น ทำไปมันมีติดๆ แล้วแต่มันจะเกิดจะเป็น เป็นอะไรก็เลยยึดถือเอาเสียสำคัญมันหมายในสิ่งนั้นว่าเป็นของจริงของจัง จึงว่าต้องอาศัยแยบคาย ปัญญา ลึกซึ่งละเอียด จึงค่อยเป็นไปเพื่อความเจริญก้าวหน้าของการภาวณา ก็นับว่าดีอยู่ เบื้องต้นทำความสงบได้ ก็เป็นประโยชน์อีกไซ้ ไม่ใช่ของน้อย อันนี้ก็ประโยชน์มากมายเหมือนกัน ขอให้ทำความสงบได้ก็ยังนับว่าเป็นการดี คือนึกเอาเรื่องพุทธโชนี้แหละ ที่เราเคยหัดเอาพุทธโชนี้เป็นคำบริกรรม นึกพุทธโชนีลงที่หัวใจ ให้อยู่ที่หัวใจ

ความรู้ที่รู้ว่าเราสงบ รู้ว่าเราไม่ฟุ้งซ่าน รู้ว่าจิตใจของเราเยือกเย็น รู้ว่าจิตใจของเรา อยู่ในอารมณ์อันเดียว นี่ก็เป็นความรู้ขั้นหนึ่ง

เมื่อจิตมันอันเดียวแล้ว คราวนี้เรามองดูสิ่งเดียว จิตมันมีอารมณ์อันเดียว ถ้าหากว่ามันวอกแวกออกแฉกแฉวงไปทางใด เราก็จะเห็น อันเดียวมันดูง่ายนี่ ดูอันเดียวมันดูง่าย ถ้าจิตมันอยู่อันเดียวแล้วมันเห็นเรื่องจิตของเรา มันจะคิดดี คิดชั่ว คิดดี คิดร้าย คิดหยาบ คิดละเอียด คิดส่งนอกส่งใน เห็นได้ชัดด้วยตนเองเลยถ้าจิต อยู่ในอารมณ์อันเดียว เหตุนั้นจึงมีหนทางที่จะชำระสะสางจิตใจได้ ถ้ามันคิดหลายเรื่องหลายอย่างวุ่นวุ่นวาย จิตไม่สงบอยู่ในอารมณ์อันเดียว ก็เลยไม่ค่อยรู้เรื่องจิต มันผสมผสานกันอย่างไรไม่ทราบอะไรต่ออะไร ก็เลยไม่รู้เรื่อง และไม่ทราบว่า จะแก้ตรงไหน ปลดตรงไหน เลยยุ่งกันไปหมด เรื่องยุ่งเรื่องวุ่นกันไปหมดไม่มีหนทางแก้ ไม่มีความรู้เลย

เหมือนกับของหลายๆ อย่างที่อยู่ในกระจัด ในกระบุงตะกร้าของเรา ผสมผสาน อยู่ในนั้น เช่น สมมติว่ามีผักสด ผักแห้ง มีหอย มีหน่อไม้ ลูกไม้ ผลไม้ ผสมผสานกันอยู่ทั้งหมดในกระบุงนั้น ไม่ทราบว่า จะเอาอะไร หยิบอะไรถูก ไม่ทราบว่าอะไร เพราะมันผสมผสานกันหมด ไม่ทราบว่าอะไรดีอะไรชั่ว อะไรเป็นของหยาบของละเอียด ไม่ทราบว่า จะหยิบอะไร ถ้าหากเป็นของอันเดียวอยู่ในกระบุงอยู่ในตะกร้าของเรา สมมติว่ามีมะม่วงลูกหนึ่ง เราจับมะม่วงขึ้นมา จับมะม่วงลูกนั้นได้แล้ว นอกจากมะม่วงแล้ว มีอะไรอยู่ในกระบุงตะกร้านั้นเรารู้ ก็นอกจากมะม่วงลูกนั้นแล้ว นอกจากนั้นก็เรียกว่าของหลายอย่าง ที่แรกไม่รู้จักว่าอะไรต่ออะไร เพราะมันผสมผสานกัน ครั้นว่าจับลูกเดียวได้เท่านั้น นอกจากมะม่วงลูกนั้นแล้ว เรารู้จักว่าเป็นของสองอย่างสามอย่างไป จิตใจเราก็ออย่างนั้นเหมือนกัน

ถ้าเราจับจิตของเราคือมันอยู่ในอารมณ์อันเดียวได้แล้ว จิตไปจับอยู่ในอารมณ์อันเดียว คือนึกพุทโธ จิตมันยึดเอาพุทโธไว้มันแล้ว สงบนิ่งอยู่กับพุทโธ หากจะคิดออกไปนอกถึงการถึงงาน มันก็ออกจากพุทโธ เรารู้ อ้อ! อันนี้มันออก หากคิดไปถึงบ้านถึงช่อง คิดไปเข้าป่าเข้ารก คิดถึงหมู่ถึงเพื่อน คิดถึงการงาน คิดถึงสิ่งใดทั้งปวงหมด มันก็รู้ได้ อันนี้มันไม่ใช่อันเดียว มันออกจากอันเดียวแล้วนี่มันเป็นสองเป็นสามไปแล้ว เราก็ตั้งใจชำระอันนั้น อันนั้นไม่ใช่ ไม่ถูก ทางที่ดีที่ถูกคืออันนี้

คืออยู่ในอารมณ์อันเดียวนี้เราก็จำระได้ ไม่ใช่เราจะไปตามชำระโน้นที่มันออกไปแล้ว ไปตามชำระโน้น เช่น มันคิดไปถึงงานถึงการในบ้านในเรือน หรือคิดไปถึงหมู่ถึงเพื่อนอยู่ใกล้อยู่ไกลก็ตาม จะตามไปกำจัดและชำระมันไม่ทันหรือ ไปตามชำระเช่นนั้นไม่ทัน จึงว่าตัวนั้นมันเป็นตัวมารยา จิตวิญญาณนั้นเรียกว่ามารยา มันหลอกลวง จะไปตามรู้มันรู้ไม่ได้ คือไปตามรู้ที่มันไปแล้ว ไม่ใช่รู้เท่ารู้ทัน ไปตามรู้ที่หลัง

อุปมาเปรียบเหมือนกับควายหรือสัตว์ป่าที่มันวิ่งหนีไป ก็ตามเห็นอยู่ แต่ไม่ทันตัวมัน มันเห็นเรามันก็วิ่ง เราก็ตามเห็นอยู่แต่ไม่ทันตัวมัน จิตที่มันวิ่งไปโน้นไปนี่ก็เหมือนกัน ตามเห็นอยู่ แต่ก็ตามตัวไม่ทัน ครั้นถ้าหากมันออกไปแล้วเป็นอย่างนั้น ไปตามไล่อย่างนั้นไม่ได้ ไปตามจับมันไม่ทัน พอเราว่าจะไปตามแก้ตามปลด ตามละตามถอน มันไม่ได้อยู่ในเรื่องนั้นแล้ว เรื่องการงาน เช่น งานในบ้านของเรามีอยู่ เราจะต้องทำ มันวิ่งไปถึงโน้น ไปคิดถึงงานในบ้าน พอเราว่า เอ้อ! ไม่ใช่เรื่องนั้น เราภาวนาแล้วไม่เอาเรื่องงานนั้น มันวิ่งไปทางอื่นแล้วคราวนี้ มันไปหางานอื่นอีกแล้ว ไปหาคนอื่นอีกแล้ว ไปหาเรื่องอื่นอีกแล้ว เราวิ่งตามมัน มันวิ่งไปทางอื่นอีกแล้ว ไม่มีวันทัน เรียกว่า ตามรู้ตามเห็น แต่ไม่ใช่รู้เท่ารู้ทัน อันนั้นเรียกว่าตามรู้ตามเห็นเฉยๆ ไม่ใช่รู้เท่ารู้ทัน

ถ้ารู้เท่ารู้ทันนั้นคือจิตที่มาสงบอยู่ในอารมณ์อันเดียว มีสติประคองอยู่ คือระมัดระวังรักษาอยู่ ไม่ให้มันแวบออกไปจากนั้น ขณะที่มันแวบออกไปจากอารมณ์หนึ่งเมื่อใด เรารู้ว่ามันแวบ มันก็ไม่ทันไปถึงเรื่องอื่นเรื่องใด เพียงแต่ว่ามันดึงตัว มันไหวตัว เรารู้เท่าทัน อันนี้เรียกว่ารู้เท่ารู้ทัน วิธีที่จะรักษาจิต ต้องรักษาตรงนี้ รักษาได้ ทันจิตต้องทันตรงนี้ จะไปทันอย่างโน้นไม่ได้ สักแต่คำพูดว่าทัน แต่แท้ที่จริงมันไม่ทัน

ในด้านการปฏิบัติจริงๆ จังๆ มันทันตรงนี้ที่เดียว ตรงที่จิตเป็นหนึ่ง ก่อนที่จิตจะเป็นหนึ่งมันวิ่งมาพอแรงแล้ว จนเหน็ดจนเหนื่อยแล้ว เราตามหามัน ค้นคว้าหามันอย่างที่ว่านี้แหละ จนกระทั่งมันเหน็ดเหนื่อยมันหมดกำลังลง มันจึงค่อยมาอยู่ในอารมณ์อันหนึ่ง อันนี้แหละเรียกว่า รู้เท่ารู้ทัน จึงจะมีหนทางชำระสะสางจิตใจได้ แล้วชำระในตัว พอรู้เท่ารู้ทันก็เรียกว่าชำระในตัวเองแล้ว ถ้าไปตามรู้มันไม่มี

การชำระ เพียงแต่ว่ารู้เฉยๆ จะชำระได้อย่างไร สมมติว่ามันไปคิดไปปรุงไปแต่ง ไปประกอบกิจการงานใดทั้งปวงหมด มันก็ปรุงก็แต่งจนเหน็ดเหนื่อยแล้ว อ้อ...มันไม่ถูกหนทางนี้ ก็จะมี มันไม่มีการชำระหรอก มันไปปรุงไปแต่งพอแล้ว

ส่วนจิตที่เป็นหนึ่งนั้น ถ้ามันอยู่ในอารมณ์อันหนึ่ง พอไหวตัววูบเท่านั้น มันก็รู้เลย รู้ว่า อ้อ นี่มันไหวตัว มันจะออก รู้เท่ารู้ทันทันทีทันใด มันก็ไม่ถึงกับที่ไปปรุงไปแต่งไปยึดถืออะไรทั้งหมด นี่มันเป็นเรื่องชำระอยู่ในตัว นี่จึงว่าเรื่อง การหัดภาวนา ต้องใช้อุบายแยบคายลึกซึ้งอย่างนี้ ต้องใช้ความกล้าหาญยอมสละทุกด้านทุกทาง ว่าเวลานี้เราจะยอมสละหมดไม่เอาอะไรทั้งนั้น จึงจะเข้าถึงจิตที่เป็นอารมณ์อันหนึ่ง เรียกว่า เอกัคคตารมณ์ เอกัคคตาคิจิตได้ ถ้าทำถูกเป็นของง่าย ไม่ใช่ของยาก พอเราทอดธุระปุ๊บเท่านั้นแหละ จะตามรู้อันนี้มันอะไรกันจิต ทำไมมันจึงเป็นอย่างนี้ คือความสนใจอยากรู้อยากเห็นในเรื่องนั้น อยากเข้าใจในเรื่องจิตที่เป็นอยู่อย่างนั้น มันก็หมดภาระ เรื่องอื่นไม่เอาเรื่องเอากัน มันก็อยู่ในอารมณ์อันเดียว มันก็อยู่ได้

ถ้าทำสักแต่ว่าทำ ไม่รู้จักจุดหมายปลายทาง ไม่ตั้งปณิธานไว้ในจุดนั้นก็สักแต่ว่าทำ ก็ไม่มีวันที่จะสงบลงไปได้ ถึงสงบก็ไม่รู้จัก จิตที่อยู่ จิตที่เจริญ หรือจิตที่มันเสื่อม ไม่รู้จักเหมือนกัน เป็นไปแล้วก็เสื่อมไม่รู้ตัว เจริญไปก็ไม่รู้ตัว ครั้นเจริญไปแล้วก็รักษาไว้ไม่ได้ ถ้ารู้จักว่า อ้อ ทางนี้เป็นไปเพื่อความเสื่อม ทางนี้เป็นไปเพื่อความเจริญ ทางนี้เป็นไปเพื่อความตั้งอยู่ มันก็มีวิธีการรักษาจิตได้ เป็นไปเพื่อความเสื่อมคืออย่างไร คือว่าปล่อยตามยถากรรม เป็นไปเพื่อความเจริญคืออย่างไร คือรู้เรื่อง เมื่อเข้าถึงตรงนั้น เมื่อจิตเป็นอารมณ์อันหนึ่งแล้ว มีสติระวังรักษาอย่าให้มันแวงออกไปจากนั้น พอมันแวงออกไป นี่มันเป็นไปเพื่อความเสื่อม นี่เป็นไปเพื่อความเสื่อมแท้ทีเดียว ถ้าออกจากนี้ไปแล้ว มันออกจากอารมณ์อันหนึ่งแล้ว ชำระกันทันทีทันใด มันก็ไปไม่ได้ มันก็ไม่ออกจากวงนั้น ก็อยู่ในอารมณ์นั้น นี่เป็นไปเพื่อความเจริญ

หัดได้อย่างนี้ให้ชำนาญชำนาญและตลอดกาลเวลาแล้ว จิตบังคับได้ทุกเมื่อทุกขณะ ทุกอิริยาบถมันก็เป็นไปเพื่อความเจริญ ถ้าจิตใจเป็นไปเพื่อความเจริญแล้ว คราวนี้ก็จะให้ตั้งอยู่ด้วยประการใดเราก็รู้เท่า ถ้าอยู่อย่างนี้เรียกว่าตั้งอยู่ได้ ถ้าปล่อยมันก็เป็นไปเพื่อความเสื่อม ถ้าไม่ตามรู้ตามเข้าใจและตามเห็นเรื่องของมันก็เป็นไป

เพื่อความเสื่อม สักดมันไม่ได้ รักษามันไม่อยู่ มันก็เป็นไปเพื่อความเสื่อม ก็รู้จักทาง  
มันเสื่อม ครั้นเมื่อรู้จักทางเสื่อม มันก็ตั้งอยู่ได้ แล้วมันก็เป็นไปเพื่อความเจริญ

นี่จึงว่าทำภาวนายาไปสักแต่ว่าทำ ให้มีแบบคายอุบายภายใน จึงจะเป็นไป  
เพื่อความเจริญ วันนี้นำถึงเรื่องวิธีภาวนาโดยเฉพาะ เอาเนื้อความย่อๆ เพียงเท่านี้  
ละ ไม่ต้องเอามากหรอก เอาละ



# ธาตุสี่สรีรยนต์

แปลโดย วัชรบัณฑิต วัชรธรรมเทสนา อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๓



ต่อจากนี้ไปพากันตั้งใจฟังธรรมเทศนา ฟังเทศน์ถ้าหากฟังรู้เรื่องและเข้าใจ จะทำให้ใจของเราผ่อนคลาย เบิกบานบรรรหาร่าเริงอยู่ตลอดเวลา ถ้าหากฟังไม่เข้าใจก็จะเป็นเรื่องง่วงทำให้ซึมให้เมาให้ง่วง จะมีความเหน็ดเหนื่อย เลยกลายเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นเรื่องทำความสุขให้เกิดขึ้น เพราะฉะนั้นจงพากันฟังให้เป็น

คำว่าฟังนั้น ฟังเป็นด้วยกันทุกคนนั่นแหละ แต่ที่ว่าฟังเป็นในที่นี้นั้น ไม่ใช่ฟังตามธรรมดา พวกเราพวกปฏิบัติ ตั้งใจฝึกหัดเรื่องจิตใจโดยเฉพาะ ฟังเป็นนั่นให้ฟังให้ถูกหนทาง ทางที่ถูกที่จริงแล้ว การฟังธรรมเทศนาอย่าให้ฟังส่งออกไปนอก ถ้าส่งออกไปนอกแล้วจะไม่รู้เรื่องของจริง ไม่เห็นของจริง พระพุทธเจ้าท่านเทศนา ไม่ใช่เทศน์ให้ส่งออกไปนอก ทุกๆ คนพากันฟังธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าท่านตรัส คนนับเป็นหมื่นเป็นแสนก็ดี พระองค์ชี้เข้ามาในตัวของเราทุกคน ฉะนั้น คนที่ฟังธรรมเทศนานับเป็นร้อยๆ พันๆ หรือนับเป็นหมื่นๆ แสนๆ ก็จะไม่มีการแย่งชิงซึ่งกันและกัน ไม่เหมือนกับเราแจกของโปรยของ พอเห็นถึงให้ก็พากันชิงเอา บางคนก็ได้มาก บางคนก็ได้น้อย หรือบางคนได้ของดี บางคนไม่ได้ของดี จะเกิดอิจฉาริษยาซึ่งกันและกัน เป็นเรื่องทะเลาะกัน ส่วนการฟังธรรมเทศนานั้น ไม่ใช่เหมือนกับแจกสิ่งของ แทนที่จะเป็นการแจก กลับเป็นการชี้เข้ามาหาตัวของตนเอง ซึ่งมีอยู่แล้วทุกคน

พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาว่า อุกขาตาโร ตถาคตา ปฏิปันนา ปโมกฺขนฺติ พระพุทธเจ้าเป็นแต่เพียงผู้แนะนำ ชี้หนทางบอกให้ พวกท่านทั้งหลายพากันฟังแล้ว ได้ความเข้าใจออกเข้าใจ ปฏิบัติตาม ก็จะพ้นทุกข์ไปเอง ฟังดูคำข้อนี้ก็พอจะสันนิษฐานได้ว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้แบ่งปันแจกธรรมะให้ เป็นแต่ชี้เฉยๆ คำว่าชี้ในที่นี้คือ ต้องมีของอยู่ เช่น เราชี้อะไรก็ตามเถอะ ชี้ให้ใครดู ชี้ของมีอยู่ทั้งนั้น ของไม่มีไปชี้อย่างไร ไม่มีใครชี้ได้ดอก ของมีอยู่ มีอยู่ที่ไหน ก็ชี้เข้ามาในตัวของเรา ที่มีอยู่

แล้วในตัวของเราทุกๆ คน ถ้าหากเราเห็นแล้วเราปฏิบัติตาม เราก็พ้นจากทุกข์

เราฟังเฉินๆ ก็คล้ายๆ กับพระพุทธเจ้าเป็นคนแจกธรรมะ แบ่งปันธรรมะให้ จะเห็นได้ เช่น เราสมาทานศีล พระพุทธเจ้าไม่ได้ให้ศีล พระไม่ได้ให้ศีล ถ้าพระเอาศีลให้พวกญาติโยม พระก็หมดศีล ให้ทุกวันๆ ก็เลยหมดเสีย ความเป็นจริงท่านไม่ได้ให้ ท่านบอกให้เรงดเว้นเสียจากโทษนั้นๆ โทษ ๕ โทษ ๘ ประการนี้ จะว่าท่านให้ศีลไม่ได้ แต่ภาษาเราพูดกันว่า พระให้ศีล คำสมมติบัญญัติอันนี้มันไปทำให้เข้าใจผิดเสีย แต่ความจริงหาได้เป็นเช่นนั้นไม่ คือบอกให้เรงดเว้นเสียจากความชั่วคือโทษนั้นๆ

ฉันเดียวกันกับที่พระพุทธเจ้าท่านเทศนา การให้ศีลก็เรียกว่าเทศนาเหมือนกัน ธรรมะที่พระพุทธเจ้าท่านสอนพวกเรา ก็สอนชี้เข้ามาในตัวของเราทุกๆ คน ซึ่งมีอยู่แล้วตัวตนของเราทุกๆ คน นี้ว่าเฉพาะถึงเรื่องการปฏิบัติธรรมที่จะอธิบายในวันนี้ ปฏิบัติอย่างไร ปฏิบัติธรรม ดังกล่าวแล้วว่า ธรรมมีอยู่ในตัวของเราทุกๆ คน ธรรมที่มีในตัวของเรา นั้นบัญญัติให้มีชื่อ สมมติให้เข้าใจ เรียกว่า ธาตุ ขันธ์ อายตนะ ธาตุ ขันธ์ อายตนะนี่เป็นที่ตั้งและที่เกิดของปัญญา เราต้องมีที่ตั้งและที่จับจุดในการพิจารณา จึงจะเกิดปัญญาขึ้นมา

ปัญญาที่เราพิจารณานี้ เรียกว่า ปัญญาสะสม เป็นปัญญาเจริญ ปัญญาปกติ ธรรมดาถ้าหากเราไม่สะสม จะไม่เจริญ ไม่เกิด อยู่เฉยๆ ไม่เกิดปัญญา ดังภาษาโบราณท่านพูดว่า คนที่มีปัญญาคือคนช่างคิดช่างตรอง คนที่ตริกตรองช่างคิดช่างนึกนั้น เรียกว่า คนมีปัญญา ถ้าคนใดไม่คิดไม่นึกตริกตรอง เห็นก็ไม่รู้จักคิด ฟังก็ไม่รู้จักนึก ไม่รู้จักคิดไม่รู้จักนึกอะไรเลยก็ไม่มีความปัญญา เพราะฉะนั้น การที่รู้จักคิด รู้จักนึก ผึกฝนปัญญานี้แหละ เรียกว่าเจริญปัญญา ปัญญาเกิดได้เพราะการเจริญ เจริญตรงไหนล่ะ ไม่ใช่เจริญที่ภายนอก การเจริญภายนอก คตินึกในการที่จะประกอบกิจการงานอะไรต่างๆ ทุกสิ่งทุกประการที่เราทำลงไปนั้นก็เป็นการเจริญปัญญาเหมือนกัน แต่ในทางพุทธศาสนาท่านไม่ใช่ให้เจริญอย่างนั้น ให้เจริญเข้ามาในตัวของเรา ดังตั้งบทไว้เบื้องต้น ตั้งหลักที่จะให้เป็นป่อเกิดของปัญญาดังอธิบายมาเบื้องต้นว่า ธาตุ ขันธ์ อายตนะ

ตัวของเรทั้งหมดนี้ เรียกว่า ธาตุ ๔ เอาตั้งตรงนี้แหละ พิจารณาตรงนี้แหละ ถ้าหากเราไม่ได้ยินไม่ได้ฟังและไม่เคยคิดพิจารณา เราก็มองเห็นเป็นตัวตนคนเราคนหนึ่ง ถ้าหากว่าเรามาทั้งคำว่าคนหรือคำว่าตนว่าตัว ลองดูว่ามันจะเป็นอะไร มันจะเป็นก้อนอะไรก็ไม่ทราบละ คนก็อย่าไปพูดเสีย ตนก็อย่าไปพูดเสีย อันนี้จะเป็นตัวอะไรกันก็ไม่ทราบ ที่ไม่มีชื่อ ไม่มีสมมติ ที่มันปรากฏอยู่นี้แหละ ถ้าเราทิ้งชื่อสมมตินี้เสียแล้ว ตั้งใจมาคิดพิจารณาจึงจะเกิดปัญญา

เรามาดูตัวเรา ตัวก่อนตัวนี้ ว่าเป็นตัวอะไรกันแน่ เมื่อเราได้ยินได้ฟังธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว เราเอาไปคิดค้นพิจารณา ดังเราพากันสาธยายอยู่ว่า อิมัสมิง กายเ เกสว โลมา นะขา ทันตา ตะโจ ไล่ลงไป ดุขิ อันนั้นก็เปนมม อันนั้นก็เปมขน อันนั้นก็เปมเลืบ อันนั้นก็พิน อันนั้นก็หนิง พอแยกออกทั้งหมดเลยคนไม่มี ไม่ทราบไปไหนกันหมด ไม่มีคน ตกลงว่าเป็นอาการ ๓๒ ทั้ง ๓๒ ประการนี้แหละแยกออกเป็นธาตุ ๔ คือ สิ่งที่มีมันแข็งขันให้เป็นธาตุดิน ได้แก่ ผม ขน เลืบ พิน หนิง เนื้อ เอ็น กระดุก เยื่อในกระดุก ม้าม หัวใจ ดับ ฟังผิด ไต ปอด ไส้ใหญ่ ไส้ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า เยื่อในสมองศีรชะ ๒๐ อย่างนี้เป็นดิน ดินมีลักษณะผิดแผกแตกต่างกันไป ไม่ต้องดูอื่นไกล ดูเฉพาะผม ขน เลืบ พิน หนิง เนื้อ เอ็น มีลักษณะผิดแผกกัน แต่ให้สมมติว่าดิน บัญญัติว่าดิน เพราะเป็นสิ่งที่แข็ง ปรากฏแข็งขัน จึงเรียกว่า ธาตุดิน

สิ่งที่มีมันเหลว เรียกว่า ธาตุน้ำ คือ น้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง น้ำเลือด น้ำเหงื่อ น้ำมันขัน น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำมูตร มีในตัวของเรา

ธาตูลม คือ ลมชั้นข้างบนก็ดี ลมลงข้างล่างก็ดี คนเฒ่าคนแก่คงจะเห็นชัดอยู่หรือก เรื่องลมชั้นข้างบน มันทำให้มีตหน้ามีตตา มันเรอ มันอาเจียนออกมา ลมลงข้างล่าง คือ มันขับให้ปัสสาวะอุจจาระถ่ายเทออกไปได้ ระบายลม ลมพัดไปในตัว คือว่าลมมันชานอยู่ตามตัวของเรา คนเราที่มีลมซาบชานไปทั่วหมดสรรพางค์กาย ระบายออกตามขุมขน ลมในไส้ในพุงทำให้เจ็บ ให้คัด ให้อืด เพื่อ ท้องเพื่อท้องขึ้น ด้วยประการต่างๆ ลมหายใจออก หายใจเข้า เป็นช่องระบายช่องใหญ่ มีพัดผันไปมาทั่วสรรพางค์กาย นี้เรียกธาตูลม

ธาตุไฟ ทำให้เราอบอุ่น มีอยู่ในตัวของเรทั้งหมด ถ้าหากว่าที่ไหนธาตุไฟไปไม่ถึง ธาตูลมก็ไปไม่ถึง ลมกับไฟมันตามกันไป ดังเราจุดเทียน ถ้าลมไม่มีเทียนก็

ไม่ติดไม่ลุก ไฟมันต้องอาศัยลม พอไฟติดแล้วมันก็ช่วยให้ลมดึงดูดกันไป อันไฟกับลม มันติดกันไป มันอบอุ่นไปทั่วสรรพางค์กาย เพราะลมพัดผันไปมา ทำให้ธาตุไฟอบอุ่นทั่ว ถ้าไฟไปไม่ถึงก็คือลมไปไม่ถึงนั่นเอง มันทำให้เหน็บให้มันให้ตายเย็นกระด้าง ด้วยประการต่างๆ นี้เรียกว่าธาตุไฟไปไม่ถึง ไฟให้ความอบอุ่นทั่วร่างกายของเรา ไฟอย่างหนึ่งเป็นเหตุให้เผาอาหารให้ย่อยยับ ถ้าไม่มีไฟหรือไฟอ่อน อาหารไม่ย่อยบูดเน่า ก็อาศัยไฟกองนี้แหละเผาอาหารไม่ให้บูดเน่า เราทานอาหารลงไป บางทีจะเป็นของแข็ง เช่น กระจุกอ่อน เป็นต้น หรือเมล็ดมะขามหรือเมล็ดอะไรก็ตาม เกิดที่แข็งๆ ถ้าหากไม่มีไฟกองนี้เผาให้แล้ว มันก็จะไม่ละลาย มีไฟกองนี้แหละ สำหรับเผา ไฟอีกชนิดหนึ่งร้ายกาจที่สุดก็คือ ไฟในร่างกายของเราให้เหี่ยวแห้ง ชำรุดทรุดโทรม ทำให้เราแก่เฒ่าเหี่ยวแห้งไปโดยลำดับ ไฟทั้งหลายนี้มีอยู่ในตัวของเราทั้งหมดนี้

ถ้าหากเราพิจารณาอย่างนี้ ทั้งดิน น้ำ ลม ไฟ มาพิจารณาในตัวของเราแล้ว เราจะมองเห็นตัวของเราเป็นโลกอันหนึ่ง มีดิน น้ำ ลม ไฟ ผสมเป็นก้อนขึ้นมา ทำงานตามหน้าที่ของมัน เช่น เท้า มือ ของเราก็คือ ที่เราจะคู้เหยียดได้ จะขึงจะดึงออกไปได้ หรือประกอบการทำงานได้ ก็เพราะมือนี้แหละ มันช่วยให้คล่องแคล่ว ในที่สุดแม้แต่อาหารที่อยู่ในกระเพาะของเราที่เราทานลงไป ก็เพราะไฟ ลม ทั้งหลายนี้แหละทำหน้าที่ของมันให้ย่อยให้ซึมซาบไปตามเส้นโลหิต ทำสรรพางค์กายของเราให้ชุ่มชื้น สดใสไม่เหี่ยวแห้ง นำไปหล่อเลี้ยงโดยที่เราไม่ได้นึกคิดไม่ได้บังคับเลย แต่ก็ทำหน้าที่ตามเรื่องของเขา สิ่งใดที่ควรจะเป็นไปเพื่อการหล่อเลี้ยง มันก็หล่อเลี้ยงไปตามเรื่อง อันใดมันเป็นกากเป็นเศษมันก็ขับถ่ายออกไปตามเรื่องของมัน

หากเรามาพิจารณาอย่างนี้แล้ว มันจะเกิดความรู้สึกขึ้นมาชนิดหนึ่ง ถ้าจิตของเราวมหรือจิตของเราสงบไปพร้อมๆ กับพิจารณา จะมีความรู้สึกอันใดขึ้นมา ในขณะที่นั้น อย่างน้อยที่สุดจะมีความรู้สึกที่แปลกประหลาด ร่างกายนี้เป็นของแปลกประหลาดมาก หรือมิฉะนั้นเราจะเห็นร่างกายนี้เป็นเครื่องจักรยนต์กลไกอันหนึ่ง ซึ่งมันทำงานได้ตลอดวันคำคืนรุ่ง ๒๔ ชั่วโมงไม่มีหยุดเลย ตั้งแต่เกิดจนวันตาย หยุดเมื่อไรก็ตายเมื่อนั้น นี่จะเกิดความรู้แปลกประหลาดขึ้นมา เป็นของน่าคิด น่าพิจารณา เป็นของแปลกประหลาดจริงๆ คนเลยไม่มีละคราวนี้ เลยเป็นเครื่อง

จักรไปแล้ว คนหายไปแล้ว กลายเป็นโลกไปแล้ว

เหตุนั้น สมัยครั้งพุทธกาล โวหารของพระอริยเจ้าทั้งหลาย เมื่อท่านเห็นหน้าเห็นตากัน ท่านไม่ได้ทักกันว่า ท่านสบายดีอยู่หรือ หรือว่าท่านเป็นอย่างไร มาจากไหน ไปไหน ท่านไม่พูดอย่างนั้น ส่วนของพระอริยเจ้า ท่านไม่มีสมมติบัญญัติ ท่านเอาของจริงมาพูด ท่านบัญญัติขึ้นต่างหากของท่าน สมมติขึ้นตามเป็นจริง คำว่าคนก็เลยไม่มี คำว่ามนุษย์ก็ไม่มี ท่านเลยเปรียบเทียบ ดังนั้น พอเห็นหน้าเห็นตากันทักทายกันว่า สวรรีระยันตัง ยนต์คือสรีระของท่าน จะตุจกักัง มีจักร ๔ นะวะทวารัง มีทวาร ๘ ขะมะนียัง ยังพอดคลันอยู่หรือ ทำไมท่านจึงถามอย่างนี้ ท่านไปดูของจริง เกิดความจริงว่า สรีระนี้เป็นเครื่องยนต์ จะตุจกักังมีจักร ๔ ได้แก่ อิริยาบถ ๔ มีทวาร ๘ นับดูซิ ทวารของเรามี ๘ หหมดทั้งตัว

ไม่เหมือนกับพวกเราทุกวันนี้ พอเห็นหน้าเห็นตากัน ก็ทักกันว่า สบายดีหรือ ผู้ตอบก็ตอบว่า สบายดี มันโกหกกันทั้งเพ ถ้าความเป็นจริงแล้วโกหกกันทั้งเพ มันจะได้ความสบายมาจากไหน เพียงแต่ว่าพอดพอดไปได้ไปวันหนึ่งๆ เท่านั้น ไม่มี ความสบายหรือใครเรา ดังเคยอธิบายให้ฟังมาแล้วว่า ทุกข์อยู่ตลอด ๒๔ ชั่วโมง แม้ที่สุดจะนอนหลับก็มีทุกข์อยู่ ตื่นขึ้นมารู้สึกขึ้นมาก็มีทุกข์ ขนาดที่หลับๆ อยู่ก็ยังทุกข์ คือมันยังกลับกลิ้งไปมาโดยที่เราไม่ได้ตั้งใจจะกลิ้งกลับไปมา แต่ว่ามันทนไม่ไหว มันกลับตัวของมันเอง นี่แสดงว่าทุกข์เต็มที่แล้ว อดคลันไปวันหนึ่งๆ เท่านั้น ครั้นถ้าจะพูดถึงเรื่องล้อเรื่องเกวียนมันกลิ้งไปหมุนไป เราเดินไปเดินมาก็เหมือนกับกลิ้งหมุนไปนั่นแหละ

ปัญญาที่เรามาพิจารณาอย่างนี้ ทำให้เกิดความรู้สึกขึ้นมาผิดแปลกจากปกติ เดิม คือว่าความคิดนึกแต่ก่อนเก่าเราเข้าใจว่าเป็นคน ทีหลังถ้าหากเรามาศึกษา ดังอธิบายมานี้ เกิดความรู้สึกขึ้นมาไม่ใช่คนเสียแล้วคราวนี้ มันเป็นเรื่องจักรเสียแล้ว มันเป็นจักรกลไกหรือเป็นโลกอันหนึ่งเสียแล้ว นอกจากนั้น หากจะมีปัญญาเฉียบแหลมเข้าไปอีก มันจะเห็นตัวตนคนทั้งหมดประกอบไปด้วยอสุภะปฏิกุศล ดังที่อธิบายมานั้น ผมก็เป็นของปฏิกุศลโสโครก ขน เล็บ ฟัน หนัง ยิ่งแล้ว กระดูก เนื้อ เอ็น ยิ่งเป็นของนำปฏิกุศลมาก อาหารใหม่อาหารเก่าภายในยิ่งแยะใหญ่ ส่วนของโบราณ ท่านอธิบายไว้ว่า หลุมส้วม คนเราคือหลุมส้วมดี ๆ นี่แหละ อุคฆะรันตัง ปิตฆะรันตัง

ไหลออก ไหลเข้า ของเก่าไหลออกไป ของใหม่ไหลเข้ามา ไหลกันอยู่อย่างนั้น ไม่ใช่ มันขับถ่ายไหลไปทางทวารหนักอย่างเดียว ตามชุมชนต่างๆ มันก็ขับขับถ่ายออกไป ที่เรียกว่าเหงื่อไคล มันต้องเป็นของปฏิภูลโดยส่วนเดียว เราไม่คิด ถ้าพูดถึง เรื่องปฏิภูลละ เกลียด ไม่อยากฟัง ไม่อยากคิด และไม่อยากพูดด้วย คือไม่อยาก เห็นของจริงนั่นเอง ถือว่าเป็นของเหลวเสีย เลยไม่ได้ของจริงสักที หากว่าเราตั้งใจที่จะพิจารณาของจริงแล้ว จะเห็นชัดขึ้นมาว่าเป็นของปฏิภูลแท้ อันนี้เราเบือนหนีเสีย ไม่อยากเห็นของจริง พูดก็เลยไม่อยากพูด นึกคิดก็เลยไม่อยากนึกก็อยากคิด จึงเป็นเรื่องปกปิดปัญญาไม่ให้เกิดความรู้ขึ้นมา ไม่เห็นตามเป็นจริงขึ้นมา

ถ้าหากเราตั้งใจพิจารณา จิตมันอยู่กับที่ สงบเป็นสมาธิไปพร้อมๆ กัน อาจจะเกิดความรู้ขึ้นมาอีกหลายด้านหลายทาง เช่น เห็นเป็นของปฏิภูลและเป็นเหตุให้เบือนหนี เห็นเป็นก้อนทุกข์ ทนทรมานเอาจริง ๆ จัง ๆ ดังสำนวนพระอริยเจ้าท่านว่า ขะมะนียัง พอดกถันได้หรือ คำว่าอดกถันนี้ ก็หมายความว่า ทุกข์เต็มทีละจึงต้องอดต้องถัน ต้องทนสู้กับทุกข์ละจึงเรียกว่าอดกถัน เห็นเป็นก้อนทุกข์แล้วจะสังเวชสลัดใจในตัวของเราเอง บอกว่า แหม ตั้งแต่เกิดมาจนบัดนี้ทนทุกข์มาได้จริงๆ แล้วจะเห็นความโง่ของตนอีก เราเพลิดเพลีนมัวเมามาแต่ไหนแต่ไร ไม่ได้นึกคิดว่ามันทุกข์อย่างนี้เลย มาบัดนี้เห็นชัดขึ้นว่ามันก้อนทุกข์จริงๆ เราเพลิดเพลีนลุ่มหลงมัวเมานั้น เราไม่เห็น เราจึงค่อยหลงมัวเมามา อยู่ในกองทุกข์เพลิดเพลีนอยู่ในก้อนทุกข์จริงๆ จะเห็นความโง่ของตนเกิดขึ้นมา

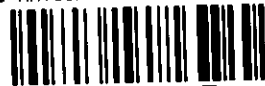
ความฉลาดเกิดขึ้นแล้วเมื่อเห็นความโง่ของตน ถ้าความโง่ยังปกปิดอยู่ตราบไตแล้วความฉลาดไม่เกิด เลยไม่เห็นความฉลาดสักที ฉลาดละ แต่ฉลาดแกมโง่ฉลาดอะไรก็ฉลาดไปเกิด เห็นเพียงเปลือกๆ ตื้นๆ ผิวนๆ ว่าตนเห็นแล้วฉลาดแล้วรู้แล้ว เพียงพอแล้ว นั่นละฉลาดแกมโง่ ถ้ามาเห็นอย่างว่านี่แล้ว มันช่างโง่แสนโง่ จะไม่โง่ได้อย่างไร นอนเฝ้ามามาแต่เกิดจนตาย ไม่เคยพิจารณาเลยสักที และไม่เคยเห็นอย่างนี้เลยสักที จะไม่โง่ได้อย่างไร

นี่แหละ ถ้าหากว่าเรามาตั้งหลัก จับจุดอันนี้ได้แล้ว มาตั้งใจพิจารณาธาตุขันธ์ อันนี้ว่าเฉพาะถึงเรื่องธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม แล้ว ก็ไม่หนีผิดจากขันธ์เหมือนกัน

คือชั้น ๕ หมายถึงรูปนี้แหละ และจะทำให้เกิดปัญญาอย่างอธิบายมานี้ มันต้องเข้ามาข้างใน อย่างนี้พิจารณาธรรมะ พระพุทธเจ้าเทศนาเพื่อให้ชำระตัวตนคนเราแต่ละคนๆ ถ้ามาเห็นอย่างนี้แล้วมันจะโลกโมโหสันไปทีไหนคนเรา มันจะหลงความสวยความงามมาจากไหน หลงหนุ่มหลงแก่มาจากไหน มันไม่มีหรอก มันมีแต่จะสลดสังเวชในใจของตน ทิฏฐิमानะกิเลสทั้งปวง ความโลภ ความโกรธ ความหลง จะต้องหายไปเลย หายเด็ดขาด ก็โลกอะไร ชาติ ๔ มันจะโลกไปทำไม อสุภะปฏิกุศล จะหลงว่าตนสวย ตนงาม ตนดี ตนวิเศษวิโสอะไร ว่าตนเป็นหนุ่มเป็นแก่อย่างไร ก็ก่อนดินแท้ๆ

ตำนานโวหารโบราณท่านแต่งเป็นคำกลอนว่า อวดตน อวดดิน อวดกิน อวดขี่ อวดดีแก่ตาย ลองคิดดูซิ อวดตนอวดดิน ก่อนดินทั้งก่อนแท้ๆ เอาก่อนดินไปอวดเขาทำไม เอาตัวไปอวดเขาก็เรียกว่าเอาก่อนดินไปอวดเขาณะซิ ก็อธิบายมาแล้ว ชาติ ๔ คือ ก่อนดิน เห็นชัดจริงๆ คือ ก่อนดินแท้ๆ เอาก่อนดินไปโชว์บ้านโชว์เมือง มันก็โง่แสนโง่คนเรา อายุตนเองไปอวดไม่ได้ดอก จึงว่า อวดตนอวดดิน อวดกิน อวดขี่ จะกินอะไรก็เอาเถิด ไม่เป็นอะไรหรอก มันเป็นอันเดียวกันนั่นแหละ กินดีไม่ดี ก็เป็นอันเดียวกันนั่นแหละ เหตุนั้น ถ้าเข้าใจชัดอย่างนี้แล้ว กินอะไรก็เอาเถิด ของดีของไม่ดี จะเป็นของดีมีค่ามีคุณหรือของไม่ดี กินก็เพื่อยังชีวิตให้เป็นไป ถ้าหากขาดอันนี้เสียแล้ว ตกลงว่าต้องตาย

ถ้าหากเรามาเข้าใจอย่างนี้แล้ว คนเราทั้งโลกแสวงหาตลอด ๒๔ ชั่วโมงหนักเอาเบาสูดตลอดกาลเวลา หามาแล้วหามาบำรุงอันเดียว คือ ก่อนเดียนี่แหละ ไม่ได้หนีจากนี้หรอก แล้วจะรู้สึกตน ละอายตนเอง มันช่างบำรุงของไม่ดีจริงๆ นี่มันเป็นอย่างนี้ ถ้าพิจารณาธรรมมันต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าพิจารณาถึงเรื่องโลกแล้ว หากินหาทานของเอร็ดอร่อย ของมีค่ามีคุณประโยชน์อย่างนั้นอย่างนี้ อะไรไปต่างๆ ไม่ใช่แต่เพียงจะหามาบำรุงให้มันยังมีชีวิตอยู่เท่านั้น ยังจะไปอวดโก้คนนั้นคนนี้อีกเสียซ้ำๆ ค่อยไม่ใหญ่โต นี่มันออกไปนอก ธรรมเลยไม่เป็นธรรม มันต้องไปอย่างนั้น คราวนี้มันก็เลยเป็นเรื่องหามาแล้ว เพราะหาน้อยไม่พอ โก้เท่าไรก็ไม่พอ อวดเท่าไรก็ไม่พอ อวดใหญ่ได้ใหญ่เลยกลายเป็นเรื่องลำบากยากยิ่งใหญ่โตมโหฬาร ในผลที่สุดก็เมาอยู่คนเดียว เมาอันไม่มีประโยชน์



ถ้าเราพิจารณาธรรมะดังอธิบายมานี้แล้ว จะมีความเพลินสนุกในเรื่องการคิดพิจารณา ปัญญาจะเกิดความผ่องใส ถ้าพิจารณาอย่างนี้ เรียกว่า สะสมอบรมเจริญปัญญา ปัญญานี้เป็นปัญญาเพื่อพ้นทุกข์ ปัญญาเพื่อจิตใจผ่องใส ไม่ได้ไอ้อวดผู้ใด ปัญญาเป็นปัญญาเพื่อความบริสุทธิ์ ไม่ได้มีกิเลสเข้าไปแฝงและก็อยู่เย็นเป็นสุขทั้งตนและคนอื่น อยู่ไปชั่ววัน ๆ ได้รับความสุข เมื่อเราละเสียซึ่งความถือตน อหังการมมังการ มันก็ไม่มีมีการกระทบคนโน้นคนนี้ มันก็ไม่เดือดร้อนแก่คนอื่น ตัวของเราก็ก็นิ่ง คนอื่นก็สบาย โลกทั้งหลายถ้าฝึกหัดได้ดังนี้ มันก็อยู่เย็นเป็นสุขหมดทั้งโลก

แต่ที่คนเราจะไปหาแก้เรื่องภายนอก มันแก้ไม่ไหว อย่างว่าแก้ให้อยู่ดีกินดี รัฐบาลที่พากันประกาศโฆษณาให้อยู่ดีกินดี ทำอย่างไร ลองคิดดูซิ อยู่ดีกินดี ตามธรรมดาหากก็ต้องมีกระทบกระเทือนซึ่งกันและกัน ต่างคนต่างก็แสวงหาด้วยกันทั้งนั้น ใครก็อยากได้ใครก็หา หาได้เท่าใดก็ไม่พอ ได้เท่านี้ว่าจะพอกก็ไม่พอ ได้เท่าใดก็ยังไม่พอสักที ก็เพราะเหตุที่ความถือตน ถือตัว อวดดี อวดเด่น มันจึงเป็นเหตุให้ทะเลาะทะเลาะกันเย่อหยิ่งขึ้นมา เมื่อเย่อหยิ่งทะนงขึ้นมากก็เป็นเรื่องกระทบกัน เบียดเบียนซึ่งกันและกัน และก็เหยียดหยามคนที่จน คนทุกข์ มันจะได้ความสุขมาจากไหนแบบนั้น มันเป็นเรื่องทับถมซึ่งกันและกัน

พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารี ผู้ใดมีธรรมเป็นเครื่องอยู่ คือรักษารธรรมะอย่างทีอธิบายมานี้ เรียกว่า ปฏิบัติธรรม ธรรมย่อมตามรักษาผู้นั้นให้ได้รับความสุข ทุกคนพากันมีธรรมเป็นเครื่องรักษาแล้ว ได้รับความสุขทุกๆ คนแล้ว มันก็สุขหมดเท่านั้นซิ อันนี้คนอื่นบางที่มีเพียงคนสองคนเท่านั้นที่รักษาความสุข มีธรรมเป็นเครื่องอยู่ คนนอกนั้นมันไม่มีธรรมเป็นเครื่องอยู่ มันก็กระทบกระเทือนและเบียดเบียนกันกับคนอื่น นานๆ หนักเข้า คนที่มีธรรมก็พลอยอยู่กันไม่ได้ เพราะอธรรมมากกว่าธรรมมันก็เลยวุ่นไปตามกัน ยากเหลือยากที่จะทนทานไหว มนุษย์ชาวโลกจึงมีเรื่องทุกข์มาก

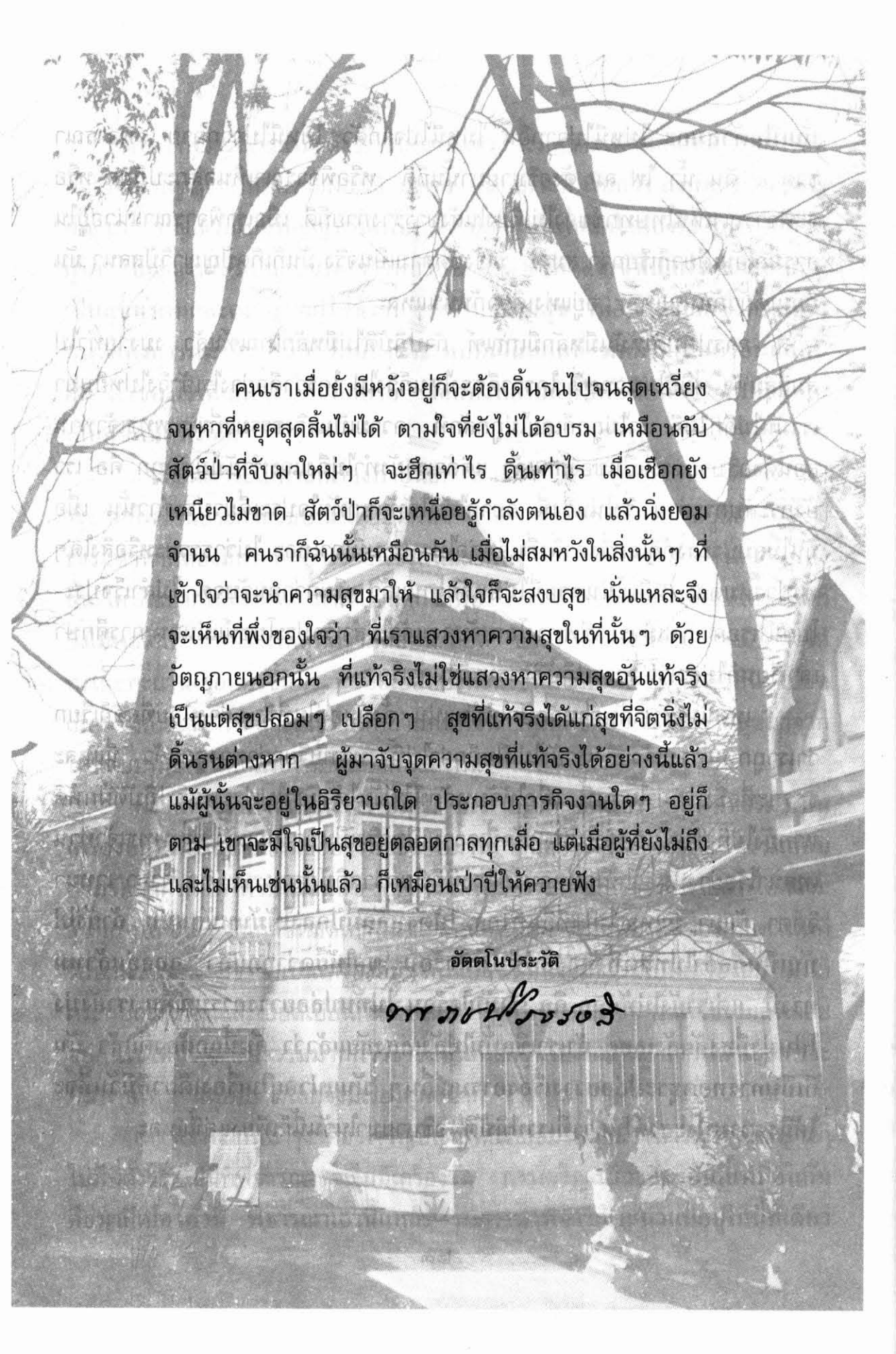
เหตุนี้จึงพากันบำรุง คือ เจริญปัญญาดังที่อธิบายมานี้ การเจริญปัญญาถ้าไม่มีที่ตั้งและไม่มีที่พิจารณา จะไม่มีเครื่องวัด การเจริญสมณะก็ลงอันนี้เหมือนกัน คือมายึดเอาตัวนี้ พิจารณาเอาอันนี้แหละ พอเรามาพิจารณาแนวแน่อยู่ในนี้ที่เดียว

นั่นเป็นตัวสมณะ ไม่หนีไปจากอื่น ไม่หนีไปจากตัว ไม่หนีไปจากกาย พิจารณาธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม ดังอธิบายมานั้นก็ดี หรือพิจารณาเห็นอสุภะปฏิกุศล หรือจะพิจารณาเห็นโทษทุกข์ของไม่เที่ยงในสังขารร่างกายก็ดี เมื่อเราพิจารณาแน่วอยู่ในอารมณ์อันเดียวก็เรียกว่า สมณะ รู้แจ้งชัดตามเป็นจริง มันก็เกิดปัญญาวิปัสสนา มันก็อันเดียวกันนั้นแหละ อยู่แห่งเดียวกันนั้นแหละ

การปฏิบัติให้มันมีหลักมีเกณฑ์ ถ้าปฏิบัติไม่มีหลักมีเกณฑ์แล้ว งามายทำไป สุ่มสี่สุ่มห้า หยิบโน่นฉวยนี่ ใครว่าดีตรงไหนก็วิ่งไป ใครว่าดีอย่างไรเข้าวิ่งไปหยิบมา เรามันไม่ดีก็ไม่ดี เราไม่ถูกก็เลยไม่ถูกสักที ความเป็นจริงธรรมะที่พระพุทธเจ้าท่านสอนดังอธิบายมานี้เป็นของถูกแล้ว แต่ตัวเรายังทำไม่ถึงและทำยังไม่ทันถูก คือ เรายังกระสับกระส่าย วิ่งโน่นวิ่งนี่ อยากได้ดีให้ทันอกทันใจประเดี๋ยวประด๋าวนั้น เมื่อมันไม่สมประสงค์ก็เลยวิ่งหาสิ่งอื่นอีกต่อไป แบบนี้เอาเถอะ ไม่ว่าจะธรรมะหรือสิ่งใดๆ ทั้งปวงหมดละ หยิบโน่นฉวยนี่ไม่มีหลักฐานแล้ว เรียกว่าคนจับจวด ไม่สำเร็จประโยชน์หรอก ถึงแม้จะอาชีพทางโลก จับจวดแล้วไม่สำเร็จประโยชน์แน่นอน การศึกษาเล่าเรียนก็ไม่สำเร็จ การปฏิบัติธรรมะก็ไม่สำเร็จ

เหตุนี้จึงพากันตั้งหลักปักให้มันแน่น ตั้งมันอยู่ที่นี้ อย่างน้อยที่สุดก็เรียกว่าเราถูกหนทางแล้ว ถึงเรายังไม่เป็นก็อย่าไปทิ้ง ทางนี้เรียกว่าทางถูกแล้ว นี่แหละธรรมะที่อธิบายมาในวันนี้ เพื่อให้จับหลักนี้ให้มันได้ เอาไปประพฤติปฏิบัติฝึกหัด หากยังไม่ถึงขั้นนั้นก็อย่าไปทิ้งหลักนี้ ความเป็นจริงเป็นของถูกแล้ว พระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้อย่างนั้น ให้ฝึกฝนอบรมตรงนี้ที่เรียกว่าสติปัฏฐาน ๔ คือ กายา เวทนา จิตตา ธรรมา นี่แหละไม่ใช่ที่อื่นที่ไกล ให้ตั้งหลักนี้ปักลงให้มันหนักแน่น ถ้ายังไม่ทันเป็นก็อย่าไปทอดทิ้งและอย่าไปทำใจร้อน ขอให้ยึดว่าถูกแล้ว ถูกอยู่แล้วหนทางนี้ แต่เรายังไม่ทันถูก คือ เรามันใจร้อน ไม่ทันปล่อยวางอารมณ์อื่น เรายังมุ่นมุ่นนี่สงสัยลังเลอยู่ ถ้าเราเชื่อมั่นไม่ลังเลสงสัยแล้วว่า อันนี้ถูกต้องดีแล้ว มันก็เป็นการทอดธุระปล่อยวางเรื่องอารมณ์อื่นๆ มันแน่วอยู่ในเรื่องเดียวก็มีวันที่จะให้ถึงความประสพความสำเร็จในการที่เราปฏิบัติ อธิบายมาในวันนี้ก็เพียงแค่นี้แหละ





คนเราเมื่อยังมีหวังอยู่ก็ต้องดิ้นรนไปจนสุดเหวี่ยง  
จนหาที่หยุดสุดสิ้นไม่ได้ ตามใจที่ยังไม่ได้อบรม เหมือนกับ  
สัตว์ป่าที่จับมาใหม่ๆ จะฮึกเท่าไร ดิ้นเท่าไร เมื่อเชือกยัง  
เหนียวไม่ขาด สัตว์ป่าก็จะเหนื่อยรู้กำลังตนเอง แล้วนั่งยอม  
จำนน คนเราก็ฉนั้นนั่นเหมือนกัน เมื่อไม่สมหวังในสิ่งนั้นๆ ที่  
เข้าใจว่าจะนำความสุขมาให้ แล้วใจก็จะสงบสุข นั้นแหละจึง  
จะเห็นที่พึ่งของใจว่า ที่เราแสวงหาความสุขในที่นั้นๆ ด้วย  
วัตถุภายนอกนั้น ที่แท้จริงไม่ใช่แสวงหาความสุขอันแท้จริง  
เป็นแต่สุขปลอมๆ เปลือกๆ สุขที่แท้จริงได้แก่สุขที่จิตนิ่งไม่  
ดิ้นรนต่างหาก ผู้มาจับจุดความสุขที่แท้จริงได้อย่างนี้แล้ว  
แม้ผู้นั้นจะอยู่ในอิริยาบถใด ประกอบภารกิจงานใดๆ อยู่ก็  
ตาม เขาจะมีใจเป็นสุขอยู่ตลอดเวลาทุกเมื่อ แต่เมื่อผู้ที่ยังไม่ถึง  
และไม่เห็นเช่นนั้นแล้ว ก็เหมือนเป่าปี่ให้ควายฟัง

อัตตโนประวัติ

พุทธทศวรรษ ๒๕๖๓

# ความประมาท

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๑๔



จะเทศน์เรื่องความประมาท คำว่าประมาทคำนี้ไม่ใช่ภาษาบ้านเรา เป็นภาษามคธ เราไม่สามารถที่จะเอาคำนี้มาพูดตามภาษาบ้านเราให้ได้ความชัด จึงไปยืมภาษาแขกมาพูดกัน คำว่าประมาทก็เลยเข้าใจกันเพียงแต่ว่า ทำอะไรทั้งปวงหมดทุกสิ่งทุกอย่างโดยการเผอเรอ หลงๆ ลืมๆ หรือเข้าใจว่า ความประมาทนั้นคือไม่มีสติ เข้าใจกันเพียงเท่านั้น

คำว่าประมาทในที่นี้มันกินความกว้าง เราดูตัวของเรานี้แหละ ไม่ต้องดูที่อื่นหรอก คนประมาทนั้นมีลักษณะอย่างไร คนที่ประมาทแล้ว พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า ปมาโท มจฺจุโน ปทํ ความประมาทเป็นหนทางแห่งความตาย คำนี้เป็นภาษาบาลี คำพระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้ ไม่ใช่ภาษาบ้านเราเมืองเราเช่นกัน คำบ้านเราพูดกันง่าย ๆ พูดกันอย่างนี้ว่า คนทำอะไรลงไปไม่ได้ใส่ใจ ตั้งใจ จดจ่อหรือติดตามในเรื่องนั้น ทำอะไรก็ตาม คิดอะไรก็ช่าง พูดอะไรก็ตาม ไม่ได้จดจ่อเฉพาะในเรื่องที่เราทำเราคิดนึกและพูด และไม่ได้ติดตามในเรื่องนั้น ๆ ไม่ได้สนใจใส่ใจในเรื่องนั้น และไม่ได้พอใจในเรื่องนั้น ๆ มันมีความหมายกว้างคำว่าประมาท ลองดูตัวของเราก็กว้างกัน

คนเราถ้าหากว่ามีสิ่งใดไม่สนใจในเรื่องนั้น เรียกว่าประมาท เช่นตัวของเราได้ตัวตนคนมาเป็นมนุษย์ เราไม่รู้จักคุณค่าของมนุษย์ นี้เรียกว่าประมาทแล้ว เรามีอวัยวะครบครันบริบูรณ์ในอวัยวะตัวของเรา สามารถที่จะใช้ประโยชน์ได้ทุกอย่าง แต่เราไม่เอามาใช้ ก็เรียกว่าประมาทแล้ว เราไม่เห็นคุณค่าของมันก็เรียกว่าประมาทแล้ว ตัวของเรามีทาน ศีล มีคุณงามความดีเป็นเครื่องอยู่ เช่น เรามีศีล ๕ ศีล ๕ ไม่ใช่ของหาได้ง่าย ๆ ศีล ๕ เป็นเครื่องหมาย เป็นเครื่องวัดของความดี แต่เราไม่เห็นคุณค่าของศีล ๕ ที่มีอยู่ในตัวของเรา ศีล ๘ ศีล ๑๐ ของสามเณร ศีล ๒๒๗ ของภิกษุผู้บวชในพุทธศาสนาไม่ใช่ของหาได้ง่าย ๆ ของเหล่านี้ไม่มีตลาด

ซื้อขายกันในโลก และขายก็ไม่ได้ซื้อก็ไม่ได้ ใครจะตีราคาศีล ๕ ศีล ๘ ไม่มีสักคน เดียว จึงว่าซื้อขายกันไม่ได้ ได้เปล่าก็ไม่ได้ ภาษาสำนวนท่านเรียกว่า ของหาค่ามิได้ คือของไม่มีค่า หมายความว่าต่อไม่ได้ ซื้อไม่ได้ เรียกว่าของไม่มีค่า ไม่ใช่ของไม่มีค่าอย่างของทอดทิ้ง เช่น ขยะมูลฝอย หรือมูตรครูดซึ่งเป็นของเลวที่สุด ซึ่งสมัยหนึ่งเห็นว่าเป็นของเลว ถ้าพูดถึงเรื่องของเลวที่สุดก็คือเรื่องมูตรเรื่องครูด แต่มาสมัยนี้กลับเป็นของมีค่า เขาเอาไปทำปุ๋ยดีที่สุดในราคาดีซ้ำ นั่นละ ของไม่มีค่าแท้ที่จริงเป็นของมีค่า

แต่ว่าสำหรับศีล ๕ ศีล ๘ ที่ว่าไม่มีค่านั้น แปลว่าซื้อไม่ได้ จะไปขายก็ไม่ได้ ไม่เหมือนกับของพวกนั้น ของเหล่านั้นของซื้อขายกันได้ ของนี้ซื้อขายกันไม่ได้ และของอันนั้นเอาไปใส่ปุ๋ยคนไหนได้หมด เอาไปใส่เด็กน้อยให้เป็นคนดี ใส่เด็กเล็ก ๆ ให้เป็นคนดี ใส่คนหนุ่มคนสาวให้เป็นคนดีขึ้นได้ เอาไปใส่คนเฒ่าคนแก่ให้เป็นคนดีขึ้นได้ เอาศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ไปใส่ เอาเถอะ เอาไปใส่คนไหนดีขึ้นหมด จึงว่าเป็นเครื่องวัดความดี

ศีลเป็นเครื่องวัดความดี เมื่อเรามีความดีอยู่เช่นนี้แต่หากเราไม่สนใจความดีของตน คือ ไม่พอใจ ไม่อ้อมใจและไม่ดีใจกับความดีของตน ไม่สนใจไม่ฝึกฝน เรียกว่าเป็นคนประมาท สรุปรวมความว่า ของดีมีอยู่แล้วแต่เราไม่รู้จักของดี เรียกว่าประมาท หรือของดีมีอยู่แล้วเราไม่รู้จักคุณค่าของของดีเลย ไม่รู้จักใช้ของดีนั้น เรียกว่า เป็นผู้ประมาท นี่แหละความประมาทมีมากมาย ให้พิจารณาเอาเถอะต่อนั้นไป

คำว่าประมาทในที่นี้ มีแล้วไม่รู้จักใช้ เรียกว่าประมาททั้งหมด ของดีมีแล้ว ไม่รู้จักคุณค่าเรียกว่าประมาททั้งหมด ลมหายใจเข้าหายใจออกมีคุณค่าเท่ากับชีวิตของเรา คือ ชีวิตอยู่ได้ก็เพราะลมหายใจเข้าออกนี้ แต่เราไม่รู้จักคุณค่าของลมหายใจ เรียกว่าเป็นผู้ประมาท

คนใดถ้าหากรู้จักคุณค่าของชีวิต ตั้งจิตกำหนดลมหายใจเข้าออก อ้อ ชีวิตของเราอยู่เพียงแค่นี้หนอ คือลมหายใจเข้าลมหายใจออกเท่านั้นหนอ ให้พิจารณาอยู่อย่างนั้น ให้เห็นคุณค่าของลมหายใจเข้าออกแต่ละระยะๆ ที่สุดลมเข้าสุดลมออกนี้ว่ามีคุณค่าเท่ากับชีวิตของเรา เรามาตั้งจิตพิจารณาถึงเรื่องคุณค่าของลมหายใจเข้า

ออก จิตเราจะสงบอยู่ในที่นั้น จิตเราจะเป็นสมาธิภาวนาเกิดขึ้นในที่นั้น จิตจะเข้าถึง เอกัคคตาจิต เอกัคคตารมณฺี จะรู้แจ้งเห็นจริงในเรื่องธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ขึ้นในที่นั้น นี่จึงเรียกว่าเป็นผู้ไม่ประมาท

อันนี้ลมหายใจเข้าออกผ่านไปผ่านมาตั้งแต่เกิดจนกระทั่งวันตาย ไม่เคยคิดถึงลมหายใจเข้าออกสักที และไม่รู้จักคุณค่าของลมหายใจเข้าออกเลย จะค่อยรู้จักบ้างนิดๆ หน่อยๆ ก็คือว่าในเวลาที่เป็นหวัดเป็นไอ คัดจมูก หายใจไม่ออกโน่นละ จึงรู้จักว่าเป็นทุกข์จริงๆ จังๆ แต่ก็ไม่รู้จักคุณค่าของลมเหมือนกัน เห็นแต่ว่าหายใจไม่คล่องมันเป็นทุกข์เพียงเท่านั้น ที่หายใจคล่องอยู่นี้เดี๋ยวนี้มันเป็นของดีมีค่าอยู่สักเท่าใด เป็นของมีประโยชน์สักเท่าใด เราเกิดขึ้นมามีชีวิตอยู่ได้วันหนึ่งๆ นั้นเป็นของมีค่าอยู่สักเท่าใด หากว่าเราเจ็บไข้ วันนี้อยู่ดีพรุ่งนี้เจ็บ นอนแหงอยู่ ลองดู ทำอะไรก็ไม่ได้ ในเวลาของมันเป็นของมีค่า เอาของดีมีค่ามาใช้ให้เป็นประโยชน์เสียซี จะทำบุญทำทานก็ทำเสีย จะรักษาศีลก็รักษาเสีย ศีล ๕ ศีล ๘ เป็นภิกษุสามเณรบวชในพระพุทธศาสนาก็บวชเสีย ทำเสีย หากว่ามันวิกลวิการ คือว่ามันไม่คล่อง เจ็บไข้ได้ป่วยก็ดี หรือว่าตายเสียแล้ว ที่ไหนจะทำความดีได้

เหตุนี้ เมื่อมีของดีมีค่า เอาของดีมาใช้ คือ ทำความดีเสีย ชีวิตยังมีอยู่มันก็เป็นประโยชน์ นั่นแหละเป็นผู้ไม่ประมาท อันนี้วันล่วงไป คืนล่วงไป ปีเดือนล่วงไปหมดไปๆ จนกระทั่งไปไหนไม่รอดแล้ว เป็นทุกข์เดือดร้อนแล้ว คิดถึงความสนุกสนาน ว่าบวชทำอะไรสบายจึงคิดอยากจะบวช มันหมดหนทางแล้วนั้น ประมาทมาแยะแล้ว ตอนหลังพอรู้สึกก็หมดหนทางแล้ว ของมีค่าแล้วไม่ใช้ในเวลาที่มีมันมีค่า อันนี้มันเสื่อมค่าหมดค่าแล้ว แก่จนจะตายจะไปไหนไม่รอดแล้ว จึงคิดอยากจะบวช มันหมดค่าแล้ว มาบวชมันจะได้อะไรกันอีก ของไม่มีค่าเอาไปใช้มันก็ไม่มีความประโยชน์ ของไม่มีค่าใช้ไม่ได้ประโยชน์ ไม่เหมือนกับของไม่มีค่าดังที่กล่าวในเบื้องต้น อุจจาระปัสสาวะเป็นของไม่มีค่ามาสมัยนี้ก็กลับกลายเป็นของดีมีค่า ชายกันส่งข้ามบ้านข้ามประเทศชาติ เขาขายให้พวกเราใส่ผักใส่อะไรกันอยู่ทุกวันนี้ มันก็ของพวกนั้นแล้ว อันส่วนคนแก่คนเฒ่าคนชราทำการทำงานอะไรไม่ได้เสียแล้ว เอาไปขายที่ไหน ใครจะเอา ไม่มีใครเอาหรือ แต่กระดูกเขาก็ไม่ทำปุ๋ย กระดูกคนไม่เหมือน

กระดุกวักควาย ไม่มีใครจะเอาไปทำปุ๋ยหรือก เนื้อหนึ่งคนเรา ขายไม่ได้จริงๆ นี่ ความประมาทมันเกิดขึ้นมาอย่างนี้

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ปมาโท มจฺจุโน ปทํ ความประมาทเป็นทางแห่ง ความตาย อันนี้เป็นคำลึก ประมาทเป็นทางแห่งความตาย เราพูดกันได้ เช่นอย่าง เราขึ้นต้นไม้ บันได ถ้าประมาทเผลอตกตาย อันนั้นก็ถูกเหมือนกัน ขับรถขับราไป ตามถนนหนทาง หรือข้ามเรือข้ามแพ เกิดความประมาทล่มจมหาย รถตกถนนตาย หรือทับคนตาย หรือรถทับตาย อันนั้นก็ถูกเหมือนกัน เป็นทางแห่งความตายเหมือน กัน ประมาทอย่างนั้น

แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้หมายอย่างนั้น ยังหมายลึกเข้าไปกว่านั้นอีก ลึกซึ่งกว่า นั้นอีก คนใดถ้าประมาทดังที่ว่ามานั้น คือว่าไม่สร้างคุณงามความดี ไม่ทำตนให้ เป็นผู้บริสุทธิ์หมดจด ไม่มีศีลธรรมประจำตัวของตน เป็นผู้ประมาทอยู่ตลอด เวลาดังที่อธิบายมาแล้วนั้น คนนั้นแหละจะตายแล้วเกิดตายแล้วเกิด นับภพนับชาติไม่ถ้วน นั่นจึงว่าเป็นทางแห่งความตาย ท่านหมายถึงตรงนี้ต่างหาก หมาย คนละแ่ง แต่อันนั้นก็ถูก คือ สำหรับคนชั้นต้นชั้นต่ำ คนที่ไม่ได้มีธรรมะเป็นเครื่อง อยู่ ถ้าหากเป็นผู้ประมาทดังที่ว่ามานั้น เดินถนนหนทางเกะๆ กะๆ ไม่ได้มองหน้า มองหลัง เตี้ยวรถก็มาชนตาย เป็นทางแห่งความตายเหมือนกัน ขับรถขับราเกิด ความประมาท กินสุรายาเมาพลั้งเผลอ รถคว่ำตายได้เหมือนกัน ถูกเหมือนกัน ขึ้น บันไดขึ้นบ้านขึ้นเรือนขึ้นต้นไม้ เผลอตก พลัดตกลงตาย เป็นหนทางแห่งความ ตายคือความประมาทเหมือนกัน แต่อันนี้เป็นของเล็กน้อยประมาทอย่างนี้ ที่มัน จะเป็นอย่างนี้ ก็เพราะประมาทตั้งแต่ตอนต้นนั้นแหละ ที่ว่ามาแล้ว ประมาทที่ไม่ ได้สร้างคุณงามความดีนั้นละ ไม่ได้สร้างคุณงามความดีมันจึงเป็นเหตุให้มาเกิด พอมาเกิดเป็นคนแล้ว มันจึงค่อยจะมาขับรถประมาทรถคว่ำตาย มันจึงค่อยจะมา ขึ้นต้นไม้ พลัดต้นไม้ พลัดบันได ตกต้นไม้ ตกบันไดตาย มันจึงค่อยมาเกิดค่อยมา เป็นอย่างนี้ต่างหาก อันนี้มันตอนปลาย ตอนต้นตอนนั้น ตอนที่มันเป็นเหตุให้ เกิดมานั้นแหละเพราะความประมาท ท่านจึงว่าเป็นทางแห่งความตาย มันเป็นทาง นำมาหาตายตอนนี้ ตายก็เพราะความประมาท ตายเพราะขาดลมหายใจเข้าออก ความประมาทตรงโน้น

ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย ตรงกันข้าม ถ้าหากเป็นผู้ไม่ประมาท พิจารณาถึงลมหายใจดังอธิบายมานั้น เห็นว่าเป็นของมีค่ามีประโยชน์ เราไม่ตายก็เพราะลมหายใจนี้ ตั้งสติกำหนดลมหายใจ จนกระทั่งจิตสงบเป็นสมาธิภาวณา จนจิตเข้าถึงอัปนาสมาธิ เกิดปัญญาวิปัสสนา เกิดความรู้แจ้งแทงตลอดในธรรม สละปล่อยวางในเรื่องความยึดความถือ ความอุปาทานทั้งปวง หายจากความยึดมั่นสำคัญในที่ต่างๆ ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย ตรงนั้นหากว่าจิตดับ คือร่างกายนั้นแตกดับสลายไปแล้ว จิตตรงนั้นจะไม่ไปเกาะเกี่ยวในภพใดชาติใด จะไม่ได้มาเกิด แก่ เจ็บ ตาย และจะไม่ได้มาชัรบรถตายบนถนน และไม่ได้เดินกะกะบนถนนให้รถทับตาย ขึ้นต้นไม้ขึ้นบันไดให้พลัดตกตาย ตรงนั้นทางแห่งความไม่ตาย คือความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย ตรงนั้นต่างหากเล่า แต่ที่นี่เรามาพูดสั้นๆ มาเข้าใจเพียงสั้นๆ ถ้าไม่เข้าใจตรงนั้นแล้ว ไม่เห็นหลักธรรม ไม่เข้าถึงหลักธรรมของจริง

การฟังธรรมจึงได้เตือนในเบื้องต้นว่าทำจิตให้สงบ ให้ตั้งมั่นอยู่ที่เดียว ขณะจิตที่ตั้งอยู่ที่เดียวเป็นเอกัคคตาจิต เอกัคคตารมณฺ์ จิตแน่วแน่อยู่ในเอกัคคตารมณฺ์ อารมณฺ์อันเดียว คือเห็นความสุขสงบอยู่นั้น จิตที่มั่นประมาท คือมันเผลอแผล็บเดียว ส่องออกจากความสงบนั้น อันนั้นก็ประมาทอันหนึ่งอย่างละเอียด เราอย่าให้ประมาทได้ จนกระทั่งให้อยู่ในที่เดียว แน่วอยู่ที่เดียว หากว่ามันออกไป ก็รู้ตัวว่ามันออกไป ออกไปจากที่นั้น มันจะส่งไปสู่อารมณ์ใด มันจะเข้าไปยึดในสิ่งใด ก็ทำความรู้อยู่ในขณะนั้น คำว่ารู้ในที่นี้ พูดกันง่ายๆ เพื่อให้รู้เรื่องของจิต ถ้าหากจิตเข้าถึงอารมณ์อันเดียวแล้ว จิตจะเป็นของช้า คือตามทันตามรู้ ถ้าจิตไม่มีอารมณ์เดียวแล้ว จิตจะเป็นของเร็ว ไม่สามารถที่จะจับจิตได้ จิตคิดนึกส่งไปโน่นนี่อะไรต่างๆ สารพัดร้อยแปดพันประการรอบด้านรอบโลก เราจะวิ่งตามไปยึดมาอย่าไปหวังเลย คนที่ไปตามจิตแบบนั้น ไม่มีหวังที่จะคุมจิตได้ ถ้าหากว่าเรามายึดเอาอันเดียว มาตั้งมั่นอยู่ที่ลมหายใจดังที่อธิบายมานี้ จิตมันแน่วอยู่ในอารมณ์อันเดียว เราไม่ต้องไปตาม มันมาอยู่แล้วนี่ มันมาอยู่ที่เดียวแล้ว มันก็รู้จักจิตที่มันแวบออกไปจากในที่นั้น จะไปยึดไปถือ จะไปลุ่มหลงมัวเมาในเรื่องใดเสีย จะไปติดพันในเรื่องใด เห็นชัดเลย

จิตที่ส่งออกไปสู่อารมณ์ต่างๆ เช่น ไปเกิดความรักลูกรักหลาน รักการงาน หรือชอบโน้นชอบนี้ มันออกไปจากอันเดียวเท่านั้น เราก็เห็นว่า อ้อ มันออกจากนี้เอง ตัวนี้เองมันออกไปจากนี้เอง ไปรักลูกรักหลานก็ดี รักพี่รักน้อง รักพ่อแม่ก็ดี ยึดถือ โน้นนี่ ชอบใจโน้นนี่อะไรต่างๆ ก็ดี มันออกไปจากนี้เอง ก็ไปเห็นตัวเดิม ตัวที่มันออกไปจากนั้น มันก็ไปรู้เรื่องของมัน อันนั้นเรียกว่า ไปรู้เท่ารู้ตัวของจิตที่ไปเกาะเกี่ยว เรียกว่า จิตที่ไปเป็นกิเลส กิเลสมันออกไปจากอันนี้ ถ้ามันอยู่นี้ไม่มีกิเลส คราวนี้ก็สนุกดูกิเลส สนุกดูจิตที่เป็นกิเลส มันจะเป็นกิเลสหยาบหรือละเอียด ขนาดใดขนาดไหน มันรู้หมด ทันทุกขณะทุกเวลาเลย พุดอีกสำนวนหนึ่ง เรียกว่า สติตาม เห็นจิต หรือจิตตามเห็นจิต เรียกว่า จิตมันช้า ตามทัน ถ้าไม่เข้าถึงนั้นแล้ว เราจะวิ่งตามจะพบให้มันมาอยู่ให้มันทันจิต เหลวทั้งนั้น

เหมือนกับเราวิ่งตามเงา วิ่งไปเกิดวิ่งไปจนเห็นดินจนเหนื่อย จนขาอ่อน มันก็ไม่ทันสักทีอันที่จะวิ่งไปตามเงา ถ้าหากเราหยุดเสีย เงามก็อยู่กับตัวของเรา ต่อจากปลายเท้าของเรานั้นแหละเงา ไม่ได้ไปอื่นไกล เราอยู่ตรงไหนมันก็อยู่ตรงนั้นแหละ จิตถ้าหากไม่วิ่งมันก็อยู่ตรงนั้นแหละ อันนี้เราไปวิ่งตะครุบจิต อยากจะได้จิต เห็นว่า จิตมันวิ่งก็วิ่งตามจิต มันก็เหมือนตะครุบเงา ไม่มีทางที่จะตามจิตได้ ถ้าเมื่อเราหยุด จิตมันอยู่ที่เดิม มันก็รู้เท่า นิ่งอยู่เฉยๆ เงามจะไม่ปรากฏซ้ำ ไม่มีดินมีตัวเลยเงา สักแต่ว่าเป็นเงา ถ้าเราออกแวกหรือเราดึงด้วยประการต่างๆ เงามจะปรากฏออกแวกขึ้นมาได้ เงามจะปรากฏมีกิริยาอาการต่างๆ เพราะตัวของเรา

จิตถ้าหากว่านิ่งแล้วก็ไม่มีอะไร อาการที่จิตคิดนี่ก็ออกไปจากอาการอันหนึ่ง นั้น อันนั้นเป็นอาการของจิต อาการของจิตนั้นเรียกว่ากิเลส ถ้าหากไปยึดเป็นอาการ กิเลส ถ้าหากไปหลงไปเมาตามอาการที่มันไป เรียกกิเลส ถ้าหากว่าเราหัดให้มัน ชำนาญ คือเห็นโทษของการที่มันวิ่งมันยึดมันถือมันมัวเมามันหลงด้วยประการต่างๆ แล้ว เข้าใจชัดเจนตามเป็นจริงในสิ่งทั้งหลายนั้น ถึงมันจะมีอาการ มันก็ไม่ถึงกับ ไปยึดไปถือไปหลงมัวเมา ก็เป็นสักแต่ว่าอาการ เรามาหัดให้มันชำนาญเสียก่อนแล้ว จึงค่อยฝึกอย่างนั้น ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตายด้วยประการอย่างนี้

ผู้ซึ่งต้องการอยากจะหัดจิต คือหัดทำจิตของตนให้เป็นผู้ไม่ประมาทอัน เป็นทางแห่งความไม่ตาย จงอย่าไปทอดธุระปล่อยวางจิต คือว่ายึดจิตตรงนี้ คำ

ว่าไม่ปล่อยวางในที่นี้ คือไม่ให้มันเผอเรอ หลงไปที่อื่นไกล คำว่าไม่ปล่อยวาง หมายความว่า ไม่ให้ทอดธุระ เอาเฉพาะในเรื่องจิตนี้อย่าไปเอาที่อื่น คราวนี้เมื่อเอาเฉพาะในที่นี้แล้ว มันเป็นการปล่อยวางสิ่งอื่นอีก สิ่งอื่นนอกจากจิตมันก็ปล่อยวางไปหมด มันไม่ไปยึด มันจึงเข้าถึงความสงบ เข้าถึงความสงบแล้วจึงจะเห็นตัวจิตชัดเจน อันนั้นจึงจะเข้าถึงความไม่ประมาท หนทางที่เป็นไปเพื่อความไม่แตกไม่ดับ มันอยู่ตรงนี้ อันนี้ว่าถึงความไม่ประมาทเป็นทางแห่งความไม่ตาย

ตัวของเราเกิดขึ้นมา เวลาที่เราประมาทหรือไม่ประมาท ประมาทมากหรือน้อยเห็นได้ชัดทีเดียว เบื้องต้นตั้งแต่วันหนึ่งๆ เราทำคุณงามความดีอะไร หรือชีวิตของเราที่ยังเป็นของมีค่าอยู่นี้ ของที่มีค่าแล้วเราทำอะไรให้มันเกิดขึ้นจากของมีค่า เพชรนิลจินดาของราคาสูงๆ เราเอาไปแลกอะไร เงินทองเป็นของมีค่า เราไปซื้ออะไรกิน อย่างเงินเป็นของมีค่าตั้งร้อยตั้งพันเราจะไปซื้ออะไร เอาไปซื้อแดงลูกกะบาท เสียอย่างนั้นหรือ หรือเพชรของดีมีค่าเขาซื้อกันเป็นหมื่นๆ เราจะไปแลกลูกแดงหรือมะเขือเทศนั้นหรือ อันนั้นเรียกว่าไม่รู้จกค่าของเพชร คนเราเป็นของมีค่าแล้วจะไปทอดทิ้งเฉยๆ วันหนึ่งเราไม่นึกคิดถึงชีวิตของตน และไม่ได้สร้างคุณงามความดีเลยสักนิดในวันนั้น เรียกว่าเราประมาท นี่ประมาทอย่างนั้น ถ้ามีความรู้สึกที่เราจะต้องแตกดับ เพราะชีวิตของเรายังเหลืออยู่เพียงแค่มหายใจเข้าออก รีบทำเสีย ขวนขวายทำเสียในขณะที่ยังไม่ทันแตกดับ หรือขณะที่เรายังมีกำลังเรียวแรง ยังไม่ทันเจ็บไข้ได้ป่วย เรายังไม่ทันมีอุปสรรค เรารีบทำเสีย อันนี้เรียกว่า เป็นผู้ไม่ประมาท ไม่ประมาทดีขึ้นมามากทีเดียว ความประมาทน้อยลงไป ความไม่ประมาทมากขึ้นมาอีก หากว่าเราได้สร้างคุณงามความดีอยู่ตลอด วันหนึ่งเรานึกถึงความตาย พิจารณาถึงความตาย ไม่สามารถที่จะทำชั่วได้ เพราะกลัวความชั่ว เห็นว่าเราก็จะต้องแตกดับ รีบขวนขวายแสวงหา

พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาว่า จเรยฺยาทิตฺตสึโสว อุปฺมาเปรี๊ยะเหมอนกับไฟไหม้หัว ไฟไหม้ผมของคนเรา ใครจะไปนั่งนอนใจอยู่ได้ จะรีบดับให้มันหมด ให้มันดับก็รีบซิ คนเราที่เกิดขึ้นมา มามองชีวิตของตนเหมือนกับไฟไหม้ศีรษะ ตั้งใจรีบดับเสีย ถือว่าความชั่วอย่าให้มีเกิดขึ้นมาในตัวของตน ความชั่วเป็นของเดือดร้อน ทำลงไปแล้วเดือดร้อน รีบดับเสียความชั่วอันนั้น มีแต่ความเยือกเย็นอยู่ตลอดเวลา

ไฟก็เรียกว่ามันดับหมด ที่ไหม้ผมบนศีรษะก็ดับไป อันนี้เรียกว่า เราเป็นผู้ไม่ประมาทมากขึ้น ความประมาทก็น้อยถอยลงไป จนกระทั่งเรามีสติตั้งมั่น พิจารณาถึงกรรมฐานของตน คือพิจารณาถึงลมหายใจเข้าออก จนกระทั่งมันปล่อยวางลมแล้ว ลมหายใจเข้าออกไม่พิจารณาเสีย จิตมันสงบไปเป็นเอกัคคตาจิต เอกัคคตารมณฺ์ สงบอยู่ในที่เดียว มองดูความสงบ มันจะแวบออกไปด้วยประการต่างๆ นอก ใน ไปในที่ใดๆ เห็นชัดอยู่ทุกเมื่อทุกขณะ อันนั้นเรียกว่า เป็นผู้ไม่ประมาทโดยสมบูรณ์ นั่นแหละจึงได้ชื่อว่าหนทางแห่งความไม่ตาย หากผู้ใดยังประคองจิตอันนั้นไว้ได้ รักษาคุณงามความดีอันนั้นไว้ได้ตลอดกาลเวลา ร่างกายสังขารแตกดับสลายไป จิตตรงนั้นจะไม่ได้ไปเกิดดับในที่ใดๆ จิตอันนั้นจะไม่มีภพมีชาติ. อันนั้นจึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ตาย นั่นเรียกว่า อมต ปทั เป็นทางแห่งความไม่ตาย

นี่บรรยายถึงเรื่องธรรมะ คือ ความไม่ตาย เป็นบทหัวข้อโดยย่อๆ นอกนั้นให้ไปคิดพิจารณาเอาอีกส่วนหนึ่งต่างหาก เป็นเรื่องของตัวที่จะต้องพิจารณา พิจารณาก็ไม่มีอะไรดอก คือว่าเรามองดูความไม่ประมาทของเรา เวลาที่เราประมาทมากหรือน้อย ตามแนวที่ได้อธิบายมานี้ ความประมาทของเรามันน้อยลงไปแล้วหรือยังมากอยู่ ถ้าความประมาทมาก เราก็พยายามชำระสะสางบรรเทาความประมาทอันนั้นให้มันน้อยลงไป จนกระทั่งให้ความไม่ประมาทมากขึ้นจนยังเหลือความไม่ประมาทโดยบริสุทธิ์หมดจดอยู่ในที่เดียว ตั้งมั่นแน่นอยู่ในที่เดียว ความรู้รอบคอบรู้ขณะจิตของเราอยู่ทุกขณะ มีความผ่องใสและเบิกบานตลอดกาลเวลา อันนั้นจึงจะได้ชื่อว่าเป็น อมต ปทั เป็นหนทางแห่งความไม่ตาย อธิบายมาในวันนี้ เอาเพียงแค่นี้



# ทุกข์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๔



วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่องทุกข์ อธิบายถึงเรื่องทุกข์ คนเราส่วนมากชอบสุข กลัวทุกข์ นี่เป็นส่วนมากไม่ว่าใครทั้งหมด สุขนั้นเป็นที่ปรารถนา ทุกข์นั้นเป็นที่รังเกียจ ไม่ชอบเลย ถ้าหากพิจารณาความจริงถี่ถ้วนแล้ว แท้ที่จริงเพราะทุกข์แท้ๆ เลย ทำให้มาค้าขายหาอยู่หากินด้วยประการต่างๆ ทำสวน ทำนา ค้าขาย ข้าราชการ เป็นเจ้านาย หาเงินเดือนกิน ก็เพราะกลัวทุกข์ แม้ที่สุดแต่โจรขโมย หาบปล้นก็เพราะมันกลัวทุกข์ อยากได้ความสุขอย่างเขาที่เขา ร่ำรวย นี่จึงว่าทุกข์เป็นเหตุให้ขยันหมั่นเพียร ทุกข์เป็นเหตุให้แสวงหาประโยชน์ ถ้าไม่มีทุกข์บีบบังคับบีบคั้นเสียแล้ว คนเราจะพากันนั่งนอนใจ ไม่แสวงหาสิ่งใดเลย

มันมีปัญหายุ่งยากที่ว่า การทำงานก็เพื่อหาความสุข แต่เหตุใดจึงต้องไปทนทุกข์ เช่น ลำบากตรากตรำ ตากแดดตากฝน มันทุกข์แท้ๆ พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาเอาไว้ว่า วิริเยน ทุกขมจฺเจติ คนจะพ้นทุกข์ได้เพราะความเพียร ก็การเพียรมันไม่ใช่เรื่องทุกข์หรือ ทำไมจึงว่าพ้นทุกข์ได้เพราะความเพียร มันเป็นปัญหา น่าคิด แต่หากว่าเราจะอุปมาอุปไมย หรือหากเราจะฟังอีกแง่หนึ่งในธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า โลกนี้นอกจากทุกข์เกิดขึ้นแล้วดับไปก็ไม่เห็นมีอะไร พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาไว้แบบนี้ ตกลงคนเราเกิดมาแล้วเป็นทุกข์ทั้งนั้น ถ้าหากเราพูดถึงธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าในข้อนี้แล้วนั้น ก็จะไขความในข้อต้นขึ้นมาได้บ้าง หรือหากเราจะอุปมาเปรียบให้เนื้อความกระจ่างขึ้นไปอีก ดังเช่นคนตกน้ำ ถ้าไม่พยายามว่ายน้ำก็มีหวังจมน้ำตาย คนที่ว่ายน้ำและพยายามว่ายน้ำเท่านั้นจึงจะรอดมาได้ อุปมาอุปไมยเปรียบเทียบดังนี้แล้ว ก็ชัดเจนในความข้อนั้น

ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาเป็นปฐมเทศนา ทุกข์เป็นของควรกำหนด ไม่ใช่ของควรละ ความทะเยอทะยานดิ้นรนและความอยากคือตัณหา นั่นเป็นสิ่งที่ควรละ อันนี้ก็เหตุส่งให้เราคิดค้นเหมือนกัน คิดค้นหา

หลักความจริง ทุกข์นั้นมันเป็นของมีอยู่ จะทิ้งก็ไม่ได้ ถ้าพูดถึงเรื่องทางด้านปฏิบัติ วิปัสสนาไม่ใช่ทิ้งทุกข์ แต่ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณา ไม่ใช่เป็นของว่างหรือของไม่มี ถ้าเป็นของว่างและของไม่มี ไม่เป็นวิปัสสนา ใครจะเอาของว่างและของไม่มีมาพิจารณาไม่เป็นวิปัสสนาเลย ต้องเอาของมีอยู่คือทุกข์ ประารภทุกข์ ถันคว่ำถึงเรื่องทุกข์ ให้เห็นต้นตอของทุกข์ เหตุของการเกิดทุกข์ และเหตุที่จะดับทุกข์

ผู้ปฏิบัติถ้าหากพิจารณาต้นตอของทุกข์แล้ว เห็นชัดตามเป็นจริง คือว่าทุกข์อยู่ในขันธุ์ ถ้าหากมีขันธุ์อยู่ตรงไหนทุกข์มันก็ติดอยู่ในขันธุ์นั้น เมื่อเราเห็นชัดว่าขันธุ์เป็นก้อนทุกข์ ทำอย่างไรมันจึงทิ้งทุกข์นี้ได้ เราแยกขันธุ์ออกมาเป็นธาตุ ายตนะ อินทรีย์ แยกออกเป็นส่วนๆ ขันธุ์เลยไม่มี เห็นแต่สภาวะธรรมอันหนึ่ง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป อุปาทานความถือขันธุ์มันก็เลยหายไป ใจที่ถือว่าขันธุ์เป็นตนเป็นตัวมันก็หายไป พร้อมกันนั้นความสงบก็เกิดขึ้น ใจก็ไปอีกส่วนหนึ่งต่างหากนอกจากขันธุ์ คือว่ามันไปมองเห็นขันธุ์ มันไม่ได้ไปอยู่ในขันธุ์ แต่หากขันธุ์เจอกันอยู่กับจิต จิตไปเห็นขันธุ์ แต่ว่าจิตนั้นไม่ได้เข้าไปอยู่ในขันธุ์ เห็นเป็นสภาวะธรรมเกิดขึ้นดับไป ในขณะที่จิตมันสงบลงไป ความทุกข์ที่เราถือว่าเป็นทุกข์มาแต่เบื้องต้นมันก็หายไป

เราพิจารณาทางวิปัสสนา มันต้องเป็นอย่างนั้น ต้องยกขันธุ์ขึ้น คือยกกองทุกข์ขึ้น อันของไม่มีนั้นไม่ใช่วิปัสสนา เงียบสงบไปหมดเลย ว่างเปล่าสูญหมด เอาอะไรมาพิจารณา ไม่มีเรื่องพิจารณา พิจารณาสูญก็เลยสูญไปหมด สูญไม่ทราบอะไรต่ออะไร ว่างก็เลยว่างหมด ไม่ทราบอะไรต่ออะไร เงียบไปหมดไม่มีอะไร แล้วจะเอาอะไรมาพิจารณา เมื่อไม่มีเรื่องพิจารณา ปัญญามันก็ไม่เกิด มันก็ไปสงบอยู่เฉยๆ ความสงบนี้ไม่ใช่มันอยู่ไปตลอดชีวิต ไปสักครู่สักพัก สักชั่วโมงสองชั่วโมงอย่างดีที่สุด กลับออกมาก็ของเก่า ทุกข์ทั้งหลายมีอยู่อย่างไรก็มีอยู่เท่าเก่า ถ้าหากไม่ใช่ปัญญาพิจารณาอย่างว่านี่แล้ว ไม่เข้าถึงสัจจะของจริง ไม่เห็นของจริง อย่างดีที่สุดเมื่อทุกข์มากๆ ก็เข้าไปสงบหลบหลีกทุกข์เสีย ท่านพูดไว้อีกนัยหนึ่ง ผู้ชอบความสงบคือหลบทุกข์ ไม่ใช่หนีทุกข์ ผู้ที่ต่อสู้คือวิปัสสนาค้นคว้าอย่างอธิบายมาแล้ว นั้นเป็นนักสู้ทุกข์ สู้รบมันต้องประจัญหน้ากันกับข้าศึก แพ้ชนะมันจึงค่อยเห็น

ทุกข์เป็นข้าศึกอันหนึ่งของจิตใจ คือเราไม่ชอบดังที่ว่ามาแล้ว มันคอยเป็นปรปักษ์และเป็นข้าศึกรบกวมนไม่ให้เราสบายอยู่ตลอดเวลา อันนี้ถ้าหากเราเห็น

มันเป็นข้อเสีย เราต้องต่อสู้ ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณา พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนให้ควรพิจารณาไม่ใช่ควรละดังกล่าวมาแล้วในเมืองต้น ที่ว่าทุกข์เป็นของควรกำหนด ถ้าหากว่าเข้าใจชัดเจนดังอธิบายมาแล้วนั้น จนมันวางทุกข์ได้ มันเห็นเป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งเกิดขึ้นแล้วดับไป ก็เรียกว่าเราได้กำหนดแล้ว เราได้เห็นแล้ว เราได้รับความจริงแล้ว เราได้ชัดเจนแล้ว หากมันจะเป็นทุกข์ขึ้นมาอีก เราก็พิจารณาอย่างเก่าแนวเก่า หรืออาจจะมีแว่ววาวหรือคมขำขึ้นไปกว่าเก่าอีก ก็อาจเป็นไปได้ เหตุนั้นทุกข์จึงเป็นของควรต่อสู้ ที่เราควรจะต้องสู้อย่างยิ่ง

ทุกข์มันมีอยู่ตลอดเวลา ทุกข์เพราะหิวกระหาย ทุกข์เพราะเจ็บป่วย ทุกข์เพราะความทะเยอทะยานดิ้นรน อยากได้นั้นอยากได้นี้ ทุกข์เพราะความกังวล เกี่ยวข้องพัวพัน กลุ้มอกกลุ้มใจ ทุกข์ที่เป็นนามธรรม ทุกข์ที่เป็นรูป ก็ทุกข์เพราะหิวกระหาย กระทบเย็นร้อนอ่อนแอ แข็ง ทุกอย่างที่มากระทบ เพราะสัมผัสมันมีอยู่ประสาทยังไม่ทันดับยังไม่ทันตาย สิ่งทั้งหลายจะต้องมากระทบอยู่ตลอดเวลา จะหนีทุกข์พ้นที่ไหนได้ ไปไม่พ้นหรอก จึงว่าใครจะทิ้งทุกข์ก็ทิ้งไม่ได้ มีชีวิตอยู่ตราบใดก็ยังมีทุกข์อยู่ตราบนั้น พระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน พระอริยสงฆ์สาวกก็เหมือนกัน ถึงแม้ท่านจะพิจารณาเห็นทุกข์แล้ว ทุกข์ก็ยังอยู่ตามเดิม ท่านก็ไม่ได้ทิ้งไปไหน แต่ว่าทุกข์มาแล้วไม่สามารถมารบกวนท่านได้ ด้วยเหตุที่ท่านเห็นชัดตามเป็นจริงดังอธิบายมานั้น

ทุกข์จึงเป็นเครื่องอยู่ เป็นอารมณ์ให้ยกขึ้นมาคิดค้นพิจารณาอยู่ตลอดเวลา ทุกข์เลยไม่ทุกข์ เลยกลายเป็นเครื่องอยู่เสีย เหมือนๆ กับคนที่เขาชอบการทำงาน การขุดดินฟันไม้ก็ดี หรือการจักการสานอะไรก็ตามที่ออกกำลัง เราเห็นเข้าใจว่าเขาจะเหน็ดเหนื่อย แต่พวกที่ชอบการงานนั้นไม่เหน็ดเหนื่อย เมื่อได้ทำงานแล้วรู้สึกแข็งแรงขึ้น ร่างกายกระฉับกระเฉง สุขภาพดีขึ้น การงานที่เขาทำลงไปนั้น มันเป็นเรื่องเพลิน ยิ่งทำก็ยิ่งเพลิน เป็นเรื่องสนุกไม่มีความทุกข์

ผู้ที่พิจารณาถึงธรรมะเห็นทุกข์ จะไม่มีความทุกข์เลย พิจารณาทุกข์ยังเป็นเครื่องอยู่ เป็นเครื่องพิจารณา เป็นเครื่องดำเนินชีวิต เลยกลายเป็นวิหาธรรมเหมือนๆ กับคนชอบการทำงาน ในการที่เขาทำนั้น ผลพลอยได้ตามมา การงานเขาขยันขันแข็งไม่เกียจคร้าน ผลประโยชน์อันพึงได้ก็พึงได้ตามมา อันผู้พิจารณาทุกข์

เมื่อเห็นสภาพตามเป็นจริงแล้ว ทุกข์นั้นไม่ใช่มันจะมาครอบงำผู้ที่เห็นทุกข์ แต่ การพิจารณาทุกข์นั้นกลายเป็นวิหารธรรมเครื่องอยู่ มันเป็นการฟอกฝนจิตใจให้ ไสสะอาด อันเป็นบ่อเกิดของปัญญาให้ฉลาดเฉียบแหลมขึ้นทุกที นี่ว่าถึงเรื่อง ทุกข์เป็นของควรกำหนด

คนที่กลัวทุกข์ก็หมายความว่าคนขี้ขลาด คือไม่มีความสามารถในการที่จะ ต่อสู้ มุ่งอย่างเดียวแต่ความสุข ถ้ามีความฉลาดสามารถแล้ว สิ่งใดที่มันทุกข์มากที่สุด สิ่งนั้นต้องเอามาเป็นอารมณ์มาคิดนึกพิจารณา ผู้นำเพ็ญภาวนากรรมฐานต้อง เป็นผู้อาจหาญต่อสู้อย่างนี้ นักปฏิบัติมาแต่ก่อนเก่าอยู่กับหมู่กับเพื่อนอยู่ในที่สบาย ไม่ชอบ เพราะจิตใจไม่กล้า เพราะไม่ได้ต่อสู้ ต้องไปหาวิเวกที่สงบ ไปป่าเปลี่ยวในที่ หวาดเสียวน่ากลัว จึงจะได้ผจญภัย คือเอาความกลัวมาเป็นเหตุ เมื่อเอาความกลัว มาเป็นเหตุก็ฟังพิจารณาถึงเรื่องความกลัว กลัวไปก็พิจารณาไปมาจนถึงความตาย กลัวก็คือกลัวตาย ก็ไปลงเห็นความจริงว่าคือกลัวตาย ก็คืออัตตา กลัวตนตาย ไปถือ อัตตา เมื่อถืออัตตาก็กลัวตาย มันเข้าไปถึงของจริง ก็เพราะมันมีเหตุคือความกลัว

เพราะฉะนั้น ทุกข์จึงเป็นของดีมีประโยชน์มาก ถ้าหากจะพูดอีกนัยหนึ่ง ความสุขกับความทุกข์นั้นน้ำหนึ่งเนื้อเดียวกัน เหมือนความเกิดกับความตายน้ำหนึ่งเนื้อ หนึ่งเดียวกัน เกิดเท่าไรก็ตายเท่านั้น ทุกข์เท่าไรก็สุขเท่านั้น สุขเท่าไรก็ทุกข์เท่านั้น เรียกว่ามีน้ำหนึ่งเนื้อเดียวกัน แต่มีค่าผิดกัน ความสุขหรือความเกิดมีราคาน้อย ความทุกข์ หรือความตายมีราคาแพง ถ้าหากทุกคนไม่แสวงหาสิ่งที่มาบำบัดทุกข์ นั้นแหละเป็น เหตุอย่างนี้ คนจะมีจะรวยก็ดี ทำมาหากินด้วยประการต่างๆ ที่จะมีจะรวยเกิดขึ้น เพราะความทุกข์ทั้งนั้นจึงค่อยแสวงหา จึงค่อยขยันหมั่นเพียร ผู้ที่จะถึงมรรคผล นิพพานเพราะกลัวทุกข์ในวัฏสงสาร ผู้ที่ทำบุญสุนทานต่างๆ ก็เพราะกลัวทุกข์ใน โลกนี้ เมื่อได้ทราบว่าการเทพทั้งหลายมีความสุขกว่ามนุษย์ก็จะทำบุญรักษาศีล เจริญเมตตาภาวนาเพื่อจะให้พ้นจากทุกข์ในโลกนี้ ผู้เห็นโทษทุกข์ในชั้นฟ้าสวรรค์ ในสุดคิดว่ายังไม่สิ้นทุกข์สิ้นร้อน ยังมีอารมณ์คือความวุ่นวาย จึงพยายามที่จะทำ ให้ถึงซึ่งพรหมโลก คือมีเอกัคคตาจิต เอกัคคตารมณ์ คือ อารมณ์อันเดียว ผู้เห็นโทษ นั้นว่ายังไม่ถึงที่สิ้นสุด จึงพยายามเดินตามมรรค ๘ นี้ด้วยปรารถนาทุกข์ทั้งนั้น

นี่จึงว่าตั้งแต่ต้นจนถึงที่สุด เอาทุกข์เป็นต้นเหตุ ทุกข์จึงเป็นของมีค่ามากจนถึงพระนิพพาน ความตายก็เหมือนกัน ความเกิดใครๆ ก็ชอบ ทุกคนเกิดขึ้นมาแล้วก็ไม่อยากตาย การอยากตายไม่มี มีแต่อยากเกิดอยากอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา อันความที่ไม่อยากตายหรือว่าเกิดขึ้นมาแล้วไม่อยากเจ็บอยากไข้อยากตายเป็นความประมาท คนที่พิจารณาถึงความตายเป็นคนไม่ประมาท ไม่ใช่อยากตาย แต่พิจารณาถึงความตายจึงจะเป็นผู้ไม่ประมาท เพราะเหตุมันมีความตายอยู่ข้างหน้า จึงพยายามที่สุดที่จะหาที่พึ่ง อย่างน้อยที่สุดก็หาหลักฐานไว้ให้ลูกหลานเมื่อเวลาเราตายไปแล้ว หาสมบัติพัสถานไว้ให้ลูกให้หลาน ถ้าไม่คิดถึงความตาย ไม่มองเห็นความตาย ก็จะไม่ทำอย่างนี้ นี่จึงว่าความตายมีค่ามากกว่าความเกิด ก็เข้าแนวเดิมอีก ตายไปแล้วไม่รู้จะไปสุคติหรือทุคติ ไม่แน่ใจ จึงพยายามทำคุณงามความดี มีทาน ศีล เป็นต้น ก็เพราะปรารถนาความตาย เวลาเห็นตายแล้วเกิดๆ เป็นทุกข์ ก็พยายามที่จะพ้นจากทุกข์ นี่จึงว่าความตายมีค่ามาก แต่คนเราก็เกลียดความตาย เกลียดความทุกข์

ถ้าว่าถึงเรื่องความจริงแล้ว ตามธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นของดี มีค่ามากกว่าความเกิด มีค่ามากกว่าสุข มีค่ามากจนถึงที่สุด ความคิดความเห็นของนักปฏิบัติมันตรงกันข้ามกับความเห็นเดิม มันตรงกันข้ามนี้ไม่ใช่มันผิดแพกแหวกแนวไปทางอื่นทางไกล แต่แท้ที่จริง คือ มันเข้าถึงหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง คนที่ฟังไม่ถูกก็หาว่าแหวกแนว เพราะไม่มีธรรมเป็นเครื่องอยู่ เพราะมันไม่เข้าถึงธรรม ถ้าเข้าถึงธรรมแล้วทางตรง ไม่ใช่แหวกแนว ความเห็นที่ว่าเกิดเป็นสุข เกิดนั้นชอบ สุขนั้นชอบ อยากได้แต่สุขและอยากได้แต่เกิด เกลียดตายและเกลียดทุกข์ อันนั้นเป็นการแหวกแนว เพราะฉะนั้นจึงว่า นักปฏิบัติไม่น่ากลัวเลย เรื่องทุกข์ทั้งหลาย จงยกเอาทุกข์นั้นมาพิจารณาจนเห็นเป็นสภาวะตามเป็นจริงทุกสิ่งทุกประการ เห็นเป็นธรรมหมดเสียเมื่อไรสบายเมื่อนั้น ความเป็นจริงเป็นธรรมจริงๆ แต่จิตเรายังไม่ทันถึงธรรม ก็เลยยังไม่เป็นธรรม นี่ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณาโดยอุบายที่อธิบายมานี้ มีเนื้อความโดยย่อๆ เท่านั้น ให้นำไปคิดพิจารณาเอาเอง

ยกทุกข์ขึ้นมาเป็นอารมณ์ เอาทุกข์ขึ้นมาพิจารณา อย่าไปกลัวทุกข์ ถ้ากลัวทุกข์แล้วมาทำความดีจึงจะถูก แต่เราอย่าไปกลัวทุกข์ ให้เอาทุกข์มาเป็น

อารมณ์ ได้ทุกข์มาแล้ว ได้ความตายมาแล้ว เอามาเป็นอารมณ์ อันนั้นได้ชื่อว่า เป็นบทบาทเบื้องต้นที่จะพ้นจากความทุกข์และได้รับความสุข หรือเป็นบทบาทที่จะไม่ให้ตาย ถ้าเราไม่ยึดและไม่จับอันนี้เป็นหลักแล้วจะไม่มีเครื่องพิจารณา ถ้าเราจับอันนี้เป็นหลักและพิจารณาอยู่ตลอดเวลา จะเป็นภาวนาทำสมาธิให้เกิด ปัญญาญาณอยู่ตลอดเวลา ทางเดินวิปัสสนาต้องเป็นอย่างนั้น เอละ



# สมุทัย

แปลโดย วัชรกิตติเมธาภรณ์ อ.ศรีเสวีย์ใหม่ จ.หนองคาย  
วันที่ ๒๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๔



วันนี้จะอธิบายถึงเรื่องสิ่งที่ควรละ แต่ไม่ใช่สิ่งที่ควรละซึ่งมีอยู่ในตัวของเรา อันนั้นเป็นวัตถุ ของที่ควรละที่จะพูดถึงนี้เป็นนามธรรม พระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า สมุทัย ถ้าว่าตามเนื้อความแล้ว แปลว่า เป็นเหตุให้เกิดขึ้นมา ภาษาบ้านเราก็คงจะเข้าใจกันได้ คำว่าสมุทัย คือสมมติ อันใดที่เป็นสิ่งสมมติ เรียกว่าสมุทัย สิ่งใดที่สมมติขึ้นมาสิ่งนั้นไม่ใช่ของจริง ไม่ใช่ของควรเอา แต่ในทางธรรมะพระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาในเรื่องธัมมจักกัปปวัตตนสูตรนั้น ท่านก็เรียกว่าของจริงเหมือนกัน เรียกว่า สมุทัยสังค เป็นของจริงของพระอริยเจ้าเหมือนกัน

สมุทัยท่านหมายเอาสิ่งที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ความทะเยอทะยาน พุตตามบาลี ท่านเรียกว่า ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา คนเราเกิดมาในกามภพ ผู้เกิดในกามภพ ได้แก่ มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน เปเรต อสุรกาย เทพดา ภพนี้มีความรัก ความใคร่ ความกำหนัดพอใจ ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ภพนี้ประกอบไปด้วยกาม คนมาเกิดในภพนี้นั้นล้วนแล้วแต่ผู้ตกอยู่ในสภาพของกามทั้งนั้น เหตุอันภพนี้จึงเป็นทุกข์มากเพราะตัณหาคือกาม มันอยู่ในภพของกาม มีทุกข์เป็นเครื่องสนับสนุน ผู้ที่หลงมัวเมา เข้าใจทุกข์เป็นสุข ก็เลยเพลินอยู่กับทุกข์ ผู้ที่เข้าใจตามเป็นจริง เห็นทุกข์ตามเป็นจริง แล้วก็เกิดความเบื่อหน่าย ยอมสละคลายความกำหนัดยินดี ก็เลยได้ดีขึ้นมา ตกกลงเป็นอันว่ายกเอาตัวทุกข์มาเป็นเหตุให้พิจารณา เห็นโทษทุกข์ของกามทั้งหลายคือตัวทุกข์นั้น แล้วตั้งใจมาเพ่งพิจารณา ให้เห็นที่ปลดที่เปลื้องที่แก้ที่หลุด ก็หลุดพ้นไปได้เพราะทุกข์เป็นเหตุ

เมื่อเราเกิดอยู่ในกามภพ ก็ทะเยอทะยานในกามภุมิ คือ กามตัณหาและกามกิเลส อยากได้รูป อยากฟังเสียง อยากได้รูปที่สวยงาม อยากฟังเสียงที่เพราะที่ชอบอกชอบใจ อยากสูดกลิ่นที่หอมหวานเป็นเหตุให้ชื่นอกชื่นใจ อยากได้รสที่เอร็ดอร่อยที่ถูกกับปากกับลิ้นของเรา อยากสัมผัสสิ่งที่นุ่มนวลอบอุ่นแล้วมันชอบ

อกชอบใจ การอยากนี้แหละเป็นเหตุให้ทะเยอทะยาน

เมื่อเราอยากได้ รูป จะเป็นรูปอะไรก็ตาม พุดกันหยาบๆ คายๆ อย่างง่าย ๆ คนหนุ่มคนสาวที่รักชอบกัน แสงหารูปที่ตนชอบอกชอบใจ สมัยนี้เขาเรียกว่า แฟนของเขา ไปไหนๆ ก็ติดอกติดใจ มองจ้องดูทุกวิถีทาง ทำอย่างไรจึงจะได้ จึงจะเป็นของเรา จิตใจฝักใฝ่อาลัยอาวรณ์ อันนี้เห็นได้ชัดๆ พุดเข้าใจได้ง่ายๆ คือรูปที่เราต้องการ หนุ่มสาวเขาต้องการรูปสวยๆ รูปไม่สวยเขาก็ไม่อยากจะ ไม่อยากได้ ใครๆ ก็เคยเป็นมาแล้ว หนุ่มสาวทุกคนเคยเป็นมาแล้ว คงจะได้ผ่านพ้นมาแล้ว พบมาแล้ว เห็นมาแล้ว รู้เรื่องทั้งหลายหมด รสชาติมันมีความทุกข์สักขนาดไหนเล่า บางคนจนลืมเนื้อลืมตัว พ่อแม่แนะนำดักเตือนให้สติก็ไม่ยอมเลย เสียผู้เสียคนในทุกวันนี้ เพราะอะไร มากยิ่งกว่ามากเสียคน ก็เพราะรูปอันเดียว คือค้นหาความทะเยอทะยานมันอยากได้จึงทำให้เสียผู้เสียคน เสียศีลเสียธรรมไปหมด นั่นแหละที่ว่ามันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ มันทุกข์อย่างนั้นแหละ ที่ว่าค้นหาคือความทะเยอทะยานอยาก

เสียง ก็เช่นเดียวกัน เสียงขับเสียงเพลง เสียงหวานเสียงจ้อย อ่อนช้อย ระลึกคิดถึงคำพูดวาจา ภาษาเขาพุดกันทั่วๆ ไปในบ้าน คนเรามันตายเพราะเสียง ใครมาพุดดี ประจบประแจง พุดอ่อนน้อมเสียงหวาน หลงลมตายไปหมด อันนี้ก็อีกจะถ้าจะพุดกันตรงไปตรงมาแล้ว หนุ่มสาวที่หลงตายมันตายเพราะเสียงมากกว่าอย่างอื่น ไม่ดีเขาก็สมมติว่าเป็นของดี เขาก็แต่งให้มันดีขึ้นมา รูปไม่ดีไม่สดสวยงดงาม ไม่มี ไม่รวย ไม่มีศีลธรรม ไม่มีมารยาท เขาก็แต่งของเขาว่าเป็นของดีบของดีด้วยคำพุดวาจา ยกด้วยอวดขึ้นว่าเป็นของดีของดีมีคุณประโยชน์อย่างนั้นๆ มีวิเศษวิโสอย่างนั้นๆ หลงเสียงเลยตายเพราะเสียง ก็คงได้ผ่านพ้นมาเหมือนกันของพรรคนี้ พุดแต่ของหยาบๆ ให้เห็นให้รู้เสียก่อน เสียงอื่นๆ ก็เหมือนกัน เสียงอะไรก็เหมือนกัน ค้นหาคือความอยากได้ในเสียง ติดในเสียง เมาในเสียง หลงในเสียง

หลงใน กลิ่น กลิ่นที่เราหอมหวน กลิ่นของหอมอะไรทั้งหมดก็ตาม ดอกไม้ น้ำอบ น้ำหอม อันนี้ก็เอาละ พุดกันใกล้ๆ อย่างว่าละ คนเราสกปรกจะตาย เหม็นสาบจะตาย ไม่อาบน้ำสักรวัน เหม็นเหม็นโคลเหม็นสาบ แต่ก็ต้องอาศัยสิ่งอื่นฉาบไว้เพื่อหลอกหลวงคนอื่นให้หลงตาม มีน้ำอบน้ำหอมอะไรอบไว้ให้หอม คำว่าอบนั้นก็ถูกคือฉาบไว้นั่นเอง ทาของเหม็น ฉาบของเหม็นไว้ ไม่ให้คนอื่นรังเกียจ ผู้ที่หลงก็เลย

ไปหลงกลืนนั้นว่าคนเป็นของหอมเสียจริงๆ จังๆ ก็เลยหลงกับกลืน

หลงกับรส โอชะคือว่าสิ่งที่ซาบซึ้ง ซาบซึ้งในใจ เมื่อหลงในรูป เห็นรูปเป็นของสดสวยงดงามชอบใจอยากได้แล้วนั้น โอชะมันซาบซึ้งเข้าไปภายในใจ ซึมซาบเข้าไปภายในใจ จนชุ่มในใจเลย นั่นเรียกว่าโอชะ คือรส นี้ว่าถึงรสอันนั้นเสียก่อน ได้ยินเสียงเหมือนกัน เสียงพูดถ้าหากเราชอบอกชอบใจในรูปใดแล้ว บุรุษสตรีชอบใจในรูปของกันและกัน พอได้ยินเสียงเท่านั้นแหละ มันเข้าไปซาบซึ้งถึงใจ มันโอชะเข้าไปถึงกายถึงใจจนซ่านหมดถึงภายใน นั่นเรียกว่าโอชะ หลงกับรส ชอบใจกับรส ยินดีอยากได้ อยากเห็น อยากได้ยินได้ฟังอย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา นี้เรียกว่า ความทะเยอทะยานอยากได้ในรส ชอบใจในรส ยินดีกับรส

คราวนี้ว่าถึงรสอาหารที่สัมผัสกับลิ้น ได้สัมผัสรสชาติอันใดเอร็ดอร่อยแล้วไม่ลืม คิดถึงรสอันนั้นอยู่ตลอดเวลา พยายามหามาให้ถูกลิ้นของตนอย่างนั้นตลอดเวลา มาคิดถึงเรื่องขนมเบี้องที่คุณตุ้ทำถวาย เคยได้ยินแต่ชื่อมาแต่เมื่อก่อน ฉันเข้าไปแล้ว มาระลึกถึงเรื่องมัจฉริยะเศรษฐี คือว่าในครั้งพุทธกาลของเราเนี่ยแหละ เศรษฐีคนนั้นขี้เหนียว จะไปซื้อขนมกินก็กลัวจะหมดเงินหมดทอง ไปเห็นเขาทอดขนมเบี้องหอมหวานขึ้นอกขึ้นใจอยากจะทาน แต่ว่าไม่กล้าจะซื้อ กลับมานอนเป็นไข้เลย ขดอยู่ในเตียงแต่ผู้เดียว ภรรยาไปเห็นเข้าก็เข้าใจว่าเป็นไข้ไปจริงๆ จังๆ ไปลูบไปคลำดูตรงไหนก็ยังอบอุ่นดี ๆ อยู่ จึงถามว่าคุณเป็นอะไร ไม่เป็นอะไรหรอก ทำไม่ไม่เป็นอะไรถึงมานอนขดอยู่ตรงนี้ ค่อยกระซิบภรรยา ฉันอยากกินขนมเบี้อง เอ้า ยากอะไร อยากกินฉันจะทำให้กิน เดียวไปหาแบ่งขนม ไม่ได้ๆ ทำตรงนี้ไม่ได้ดอก ลูกหลานเขาจะเห็น คนใช้เขาจะเห็น ไม่เอาๆ ไปโน่นขึ้นไปชั้นบนโน่น ปราสาทชั้นที่ ๗ โนน ไปทอดขนมเบี้องอยู่ข้างบนสองคนผัวเมีย ไม่ให้ใครไปด้วย กลัวเขาไปเห็นเขาจะแย่งกิน

พระพุทธเจ้าพิจารณาเห็นอุปนิสัยและวาสนาของเศรษฐีนี้ว่าจะได้เป็นพระอริยบุคคลผู้หนึ่งในพุทธศาสนา เรียกพระโมคคัลลาน์ผู้มีฤทธิ์มา เศรษฐีกำลังทอดขนมเบี้องใส่ถาดไว้ยังไม่ทันด้วยซ้ำ พระโมคคัลลาน์ไปบิณฑบาต เหาะไปบิณฑบาต ไปยืนอยู่หน้าต่งนั้น มองไปมองมา เอ้า นึกว่ามาอยู่ในที่ลับมิดชิดแล้ว ทำไม่จึงมีพระรูปนี้มาคอยบิณฑบาตอีกเล่า ทำอย่างไรกันหนอ บอกให้ท่านหนีท่านก็

ไม่ไป ท่านก็เฉย รำคาญก็เลยยกถาดขนมเบี้องไป จะไปใส่บาตรแผ่นเดียวดอก พอหยิบออกแผ่นเดียวติดกันหมดทั้งถาดเลย สองผัวเมียตั้งเท่าไรมันก็ตั้งไม่ขาด จนหื้อแตกหื้อไหล ตกลงพระโมคคัลลาน์ท่านเลยเทศนาทรมาณว่า กินคนเดียว มันไม่เป็นสุขหอรอกคนเรานะ ควรจะเฉลี่ยความสุขนี้ปันแก่คนอื่นกินบ้าง เทศน์ให้ ฟังหลายอย่างหลายเรื่อง จนใจอ่อน ในผลที่สุดเลยยอมไปวัดเซตวัน ท่านพาไปหา พระพุทเจ้า พระพุทเจ้าเลยเทศนาให้ฟัง เศรษฐีนั้นไปถวายขนมเบี้องให้พระสงฆ์ ตั้ง ๔๐๐-๕๐๐ รูป ขนมถาดเดียวทั่วถึงกันหมด ก็เลยเกิดศรัทธาเลื่อมใส

เรื่องนี้ขอแวะพูดสักหน่อยว่า ทำไมขนมจึงทั่วถึงกันอย่างนั้น คือท่านฉันในที่ เดียวกัน มีมากท่านก็แบ่งมาก มีน้อยท่านก็แบ่งน้อย มันก็ทั่วกันเท่านั้นเอง คราว หนึ่งท่านอาจารย์มันเที่ยวรุกขมูลไปถึงสกลนคร ไปพักอยู่ที่ท่าระเบียง มีบ้านหลัง เดียวตรงนั้น ไปบิณฑบาตท่าระเบียง เขาใส่แต่ข้าวเปล่า กลับออกมามีตาแก่คน หนึ่งเป็นคนโคราชไปทำสวนอยู่นั้นที่ท่าระเบียง ต้นมะม่วงเดี๋ยวนี้อยู่ยังมีอยู่ แกอยู่คน เดียว แกไม่มีอะไร แกก็ต้มน้ำปลาร้าใส่หม้อน้อยๆ ไป พระเณร ๗-๘ องค์ ทั้งผ้า ขาวด้วย จะทำอย่างไรกัน ตกลงท่านอาจารย์มันให้เอาใบตองมาเย็บเป็นกระทง องค์ละกระทงๆ แล้วก็ต้มน้ำปลาร้าต้มนั้นใส่องค์ละช้อนๆ ทุกองค์ แล้วก็ฉันกับข้าว นี้แหละตัวอย่าง ของน้อยก็ทั่วถึงกัน ของมากก็ทั่วถึงกันถ้าแจก ถ้าพูดตามความ จริง ไม่ใช่พระพุทเจ้าท่านจะแสดงฤทธิ์ปาฏิหาริย์อะไรมากมายนัก ของอย่างนั้น ท่านไม่แสดงหอรอก เศรษฐีเห็นทั่วถึงหมดก็เลยเกิดศรัทธาเลื่อมใสใหญ่โต พระองค์ ก็โปรดเอาจนเกิดศรัทธาเลื่อมใส ปฏิญาณตนถึงพระรัตนตรัยในพุทธศาสนา นี้เรื่อง คนชี้เหนียว

นี่แหละเรื่องสั้น ถ้าหากเป็นไปในทางดีก็ถูกหนทางจนได้เป็นพุทสาวก พุทธอุบาสิกอุบาสิกาในพุทธศาสนาเหมือนกับมัจฉริยเศรษฐีก็ยังดีอยู่ แต่บางคน หาได้เป็นเช่นนั้นไม่ ชอบอะไรติดใจอะไรก็หาทานแต่สิ่งนั้น จนเตลิดเปิดเปิงไป ลืม บุญลิมกุศล สมัยนี้ไม่มีผู้มฤที่ที่จะทรมาณอย่างนั้นแล้ว ไม่เหมือนสมัยพุทกาล นี้ เรื่องรส ดิตรสอาหาร ความอยากในการดิตรสเป็นความทุกข์ มัจฉริยเศรษฐีทุกข์ จนกระทั่งนอนขดอยู่บนเตียง ภาษาบ้านเราเรียกว่าเป็นไข้หน่อย เพียงแต่อยากกิน ขนมเบี้องจนเป็นไข้หน่อยไป

สัมผัส ละคราวนี้ การถูกต้องนี้มันวลอ่อนแอ แข็ง นอนในบ้านในเรือน นอนฟูก นอนเบาะ นิ่มนวลอบอุ่น ไปวัดไปวานอนรักษาศีลอุโบสถกลัวจะหนาว แข็งกระด้าง ไม่ยอมไป ดิตเบาะ ดิตฟูก ดิตบ้านดิตเรือน ไม่สามารถที่จะหนีไปจากนั้นได้ นี้เรียกว่าตัดทอนความทะเยอทะยานในรูป เสียง กลิ่น รส โสภณรูปพะ เรื่องนี้พระพุทธเจ้า ท่านสอนให้ละ

ละอย่างไร ไม่ให้ดูรูปอย่างนั้นหรือ ไม่ให้ฟังเสียงอย่างนั้นหรือ ไม่ให้สูดกลิ่น ลิ้มรส ไม่ต้องให้สัมผัส ไม่ให้ทานอาหารอย่างนั้นหรือ หรือทานแต่ของเหลว อย่างนั้น หรือ เปลา ไม่ใช่ออย่างนั้นดอก คำว่าให้ละในที่นี้มัน ไม่ใช่ละอย่างที่ไม่เหลือวแล ละ อย่างเดียวกับเห็นทุกข์ เอาทุกข์ขึ้นมาพิจารณา คือยกรูปขึ้นมาพิจารณา มันชอบรูป อะไร รูปมนุษย์บุรุษสตรี หรือชอบรูปวัตถุสิ่งของเครื่องใช้ไม้สอย หรือรูปสัตว์สิ่งใด ก็ตาม ยกเอารูปนั้นขึ้นมาพิจารณา ที่มันชอบมันรัก อย่างรูปมนุษย์เรา เอามาเพ่ง พิจารณาให้เห็นปฏิภูลโสโครก ให้เห็นของไม่เที่ยง เห็นเป็นก้อนทุกข์ หรือเห็นเป็น ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม พอเพ่งพิจารณาลงไปอย่างนั้น อันความทะเยอทะยาน อยากจะเห็นรูป ชอบรูป ยินดีกับรูป รักใคร่อยู่ในรูป มันก็หาย มันก็จางไป ละ โดยวิธีนี้ ไม่ใช่จะหนีแล้วหลับหูหลับตาไม่ดูอะไรเลย ไม่ใช่อย่างนั้น หนีไม่ให้เห็น รูปเลย หนีไปไหนก็ไปเถิด ถ้าหากไม่ยกขึ้นมาพิจารณาแล้วละไม่ได้

ทุกข์อย่างที่ว่ามาเบื้องต้นนั้นก็เหมือนกัน ทุกข์นั้นถ้าพิจารณาถูก มันจะไปไม่รู้ตัว ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณา มันละโดยไม่รู้ตัว แต่พระองค์ไม่ได้สอนให้ละ เอาเถอะ ถึงมันละไปก็เอาเถอะ แต่ยกเอาทุกข์มาพิจารณาอีกต่อไป อันเรื่องรูปนี้ก็เหมือนกัน ตามีอยู่มันต้องเห็นอยู่รำไป หลับไปแล้วถ้าหากมันยังติดอยู่ มันเป็นทุกข์มาก ครั้น ถ้ามันอยากเห็นอยากดูอยู่ตลอดเวลาแล้วยังเป็นทุกข์มาก หลับไปแล้วมันยังเห็นภาพ ภายในปรากฏอยู่ในใจตลอดเวลา กลุ้มอกกลุ้มใจอยู่คนเดียว เหตุนั้นจึงมายกรูปขึ้นมาพิจารณา ให้เห็นสภาพตามเป็นจริงเสีย มันก็วางได้เอง จึงว่ารูปเป็นของควรพิจารณา คืออย่าให้มีตัดทอนทะเยอทะยานในการที่จะเห็นรูป

อยากเห็นรูป อยากฟังเสียง อยากดมกลิ่นสูดกลิ่น อยากลิ้มรส อยากสัมผัส ทางกาย ทั้ง ๕ อย่างนี้ เรียกว่า กามคุณ ๕ ที่ชอบรัก ยินดีพอใจทะเยอทะยานนั้น

มันเห็นเป็นคุณ มันจึงค่อยชอบ คราวนี้อย่าให้เห็นเป็นคุณ ปฏิวัติจิตใจของตนเอง และความคิดความเห็นของตนเองให้เห็นเป็นโทษ ถ้าเห็นตามเป็นจริงมันไม่ใช่เห็นเป็นคุณกันแล้ว มันเห็นเป็นโทษทั้งหมด โทษแล้วจะทำอย่างไร โทษไม่ใช่ว่าจะเอาไปทุบทิ้ง หรือเอาไปเผาไฟทิ้งอย่างว่ามาเบื้องต้น เห็นโทษแล้วมันคลายความทะเยอทะยานอยาก เรียกว่าเป็นการละการทิ้งการถอน พระพุทธเจ้าท่านให้ละให้ถอนโดยอาการอย่างนี้ เรียกว่า สมุทัยเป็นของควรละ จึงจะไม่ใช่ทุกข

ลองคิดดูว่า ถ้าหากเราเห็นเช่นอธิบายมานี้ จิตใจมันก็ไม่ทะเยอทะยาน ดิ้นรน ไม่อยากได้ในรูป หรือไม่พอใจยินดีรักใคร่ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหมด มันจะอยู่สบายไหมละ ก็รับรองว่าทุกคนต้องว่าสบายแน่ ไม่ดิ้นรนกระเสือกกระสนหารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะแล้วมันก็สบายใจ

ท่านอุปมาเปรียบเหมือนกับ นตฺถิ ตณฺหาสมา นที แม่น้ำเสมอด้วยความใคร่ความพอใจนั้นไม่มี แม่น้ำนั้นมันไหลไม่มีที่สุดจันใด อย่างแม่น้ำโขงก็แล้วกัน ไหลอยู่ตลอดเวลา ความใคร่ ความพอใจ ความรักในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไหลอยู่หมดปีหมดชาติ ไหลอยู่หมดวันหมดคืน ถ้าจะเปรียบเหมือนกับน้ำ

หรืออีกนัยหนึ่งท่านเปรียบเหมือนกับไฟ ดังในอาทิตตปริยายสูตร ท่านว่า ความรักใคร่พอใจทะเยอทะยานดิ้นรนอยากได้รูป อยากฟังเสียง อยากสูดกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทั้งหมด ทั้ง ๕ ประการนี้เป็นไฟ ไฟคือความใคร่ ความรัก ได้แก่ ราคะคิดพอเห็นรูปละมันร้อนวูบวาบขึ้นมาถ้ามีราคะตัณหาอยู่ในใจ ถ้ามีตัวสมุทัยอยู่แล้วนั้น ร้อนวูบวาบขึ้นมาในใจเลย ได้ฟังเสียงก็เหมือนกัน สูดกลิ่นลิ้มรสก็เหมือนกัน มันร้อนมาเผาใจคนเรา นั่นจึงว่าเหมือนกันกับไฟ เหตุนี้ถ้าหากผู้มาเห็นโทษว่าไม่ใช่คุณเสียแล้วนั้น ผู้นั้นจึงจะพยายามหนีจากทุกข์ ไฟไหม้บ้านกลัวจะมาไหม้ตนเอง วิ่งหนีโดยไม่รู้ตัว สิ่งของมีเท่าไรล้มหมด ถ้าหากยังไม่ทันเห็นโทษตราบใดแล้ว จะนอนจมจนไฟไหม้ค่อยรู้ตัว ดายก่อน พระพุทธเจ้าท่านจึงเทศนาหลายเรื่องหลายอย่าง โดยเฉพาะว่าถึงเรื่องตัวสมุทัย คือตัวตัณหาเรียกว่ากามตัณหา ดังอธิบายมานี้

ที่นี้ภวตัณหา ความอยากมีอยากเป็น อยากเห็นอยากรู้อยากได้อะไรต่าง ๆ นานา คือมันไม่มีก็อยากให้มี อยากเกิดอยากมี สิ่งที่มีมันมีอยู่แล้วก็อยากให้มี

มียิ่งๆ ขึ้นไป นี่เรียกว่าภวัตถหา ได้เท่านี้ก็ไมพอยังอยากให้ได้ยิ่งกว่านี้ขึ้นไปอีก มีเท่าใดก็ไม่พอยังให้มียิ่งๆ ขึ้นไปอีก พุดกันง่าย ๆ เรียกว่า ความพอยไม่มี พุดกันให้ ชัดลงไปแล้ว คนไม่พอยคือคนไม่อ้อม คนไม่อ้อมก็คือคนทุกข์ คนเราถ้าไม่อ้อมตกลงต้อง เป็นทุกข์แน่ มีมากก็ไม่อ้อมก็เป็นทุกข์เท่านั้นเอง ใครที่เคยหิวอาหารทุกคนไม่ใช่หรือ ถ้าหิวมาแล้วต้องเหนื่อยต้องเปลี่ยหน้ามีจดหมด นี่ทุกข์เพราะหิว ถ้าคนเราไม่อ้อมก็ เรียกว่าคนหิว คนหิวก็ยังไม่พ้นจากทุกข์ จะมีเงินกองท่วมฟ้าท่วมแผ่นดิน ถ้าหาก ยังไม่พอยเป็นทุกข์อยู่ทั้งนั้น พระองค์สอนพระให้รู้จักพอ ไม่มีอะไรหรอก ผ้าไตรจีวร บาตร ผ้า ๓ ผืนเท่านั้น บาตรลูกหนึ่งก็เอาละ ไม่สะสมอะไรมากมาย รู้จักพอแล้วก็ สบาย ดุษี พระเณรแม่ขาวแม่ชี ถ้ารู้จักพอ ไม่ต้องสะสมอะไรมากมาย สบายเลย แต่ก็ไม่รู้จักอด ถ้าสะสมเท่าไรไม่พอยก็ยิ่งอดใหญ่ มีมันก็อดอยู่ดี ๆ ดังอธิบายมาแล้ว นี่เรียก ภวัตถหา

วิภวัตถหา คือ ไม่อยากมีไม่อยากเป็น ไม่อยากเห็นไม่อยากจะรู้ คืออยากไม่ อยากรู้เอง อยากรู้ไม่พอย พุดยากฟังยาก เช่น เราเป็นคนอยู่อย่างนี้ไม่พอยเป็นคน มันเป็นคนอยู่แล้วแต่ไม่พอยเป็นคน อยากรู้ไม่พอยนี่เป็นการลำบาก มันมีอยู่ แล้วก็พอใจในการที่มันมีอยู่ เรียกว่า สันตุฎฐิ ยินดีตามมีตามได้ดีกว่า มันมีแล้วไม่ อยากรู้ อยากรู้ไม่มี อันนั้นมันเป็นทุกข์ เห็นมันมีมากก็อยากไม่มี อยากรู้ไม่มีก็เลย เดือดร้อนเป็นทุกข์รำคาญ นี่เรียกว่า วิภวัตถหา

ตถหา ๓ ประการนี้ท่านเรียกว่า สมุทัย เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ทั้งนั้น กาม- ตถหา ภวัตถหา วิภวัตถหา นี่อธิบายมาถึงเรื่องสิ่งที่ควรละ ไม่มีตนมีตัวหอรอก แต่หากเราเห็นโทษ เราละและปล่อยวางทอดทิ้ง แล้วจิตนิ่งอยู่สบายเป็นสุข การ ที่จะพ้นทุกข์ได้เพราะละของทั้งหลายเหล่านี้ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เราพ้นทุกข์ ด้วยประการอย่างนี้

ดังนั้น ทุกคนของจงพากันจำเนื้อความอันนี้ไปคิดพิจารณาให้มันถึงสัจธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า เห็นจริงแล้วจึงจะเป็นอริยธรรม ธรรมอันนี้จะเป็นอริยธรรม ถ้าหากว่าเราเห็นชัดขึ้นมาแล้ว เราได้ชื่อว่าเห็นสัจธรรมของพระอริยเจ้า ตัวของเรา ก็จะกลายเป็นพระอริยะขึ้นมา ธรรมนั้นก็เป็นธรรมของพระอริยะ ถ้ายังไม่ได้เห็นจริง ธรรมนั้นก็ของพระอริยะจริง แต่ตัวของเรายังเป็นปุถุชน ไม่เป็นอริยะไปตามธรรม

อันนั้นได้ชื่อว่ายังไม่ชัดเจน ไม่เห็นแจ้งประจักษ์ด้วยตนเอง ที่อธิบายมากก็มีเนื้อ  
ความเฉพาะเท่านั้น เอาละ



# นิโรธ

แสดง ณ วัดถิ่นหมากแข้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๓๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



ที่อธิบายให้ฟังเมื่อก่อน อธิบายถึงเรื่องทุกข์ ทุกข์เป็นของดีมีค่า เป็นของควรกำหนดไม่ใช่ของควรละ และอธิบายต่อมาถึงเรื่องสิ่งที่ควรละคือสมุทัย ได้แก่ ตัณหา ๓ ในเรื่องอริยสัจ ๔ ถ้าพูด ๒ เรื่องเท่านั้น คือ ทุกข์และสมุทัย ก็เป็นอันว่าตลอดเรื่องหมด คือ ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณาให้เห็นทุกข์ และก็ละทุกข์เสีย สมกับว่า ทุกข์เป็นของควรกำหนด เราได้กำหนดแล้ว คำว่าเราได้กำหนดแล้วก็หมายความว่า มันชัดเจนแล้วมันละเอง กำหนดแล้วก็หมายความว่ารู้เท่าแล้ว เข้าใจแล้ว มันก็เข้ากับสมุทัยที่ว่า เป็นของควรละเราได้ละแล้ว พูดทุกข์กับสมุทัย ๒ เรื่องนี้แล้ว ก็ไม่น่าพูดถึงเรื่องนิโรธและมรรคเลย

นิโรธแปลว่าความดับทุกข์ คำว่าดับทุกข์นั้น ก็คือดับตัณหานั่นเอง ตัณหาก็คือพูดในตอนสมุทัยแล้ว แต่ถ้าไม่พูดอีกมันก็ไม่ครบถึงสังขาร ๔ ที่ท่านเรียกว่า ปริวัฏ ๓ อาการ ๑๒ สังขาร ๔ นั่นคือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค แต่ละสัจจะๆ มี ปริวัฏ ๓ ปริวัฏ ๓ คือ ๑ ทุกข์, ๒ ควรกำหนด, ๓ เราได้กำหนดแล้ว เป็น ๓ เรียกว่า ปริวัฏ ๓ สมุทัย ๑ เป็นของควรละ ๒ เราได้ละแล้ว ๓ เป็น ๓ นิโรธ ๑ เป็นของควรทำให้แจ้ง ๒, เราทำให้แจ้งแล้วเป็น ๓, มรรค ๑, เป็นของควรดำเนิน ๒, เราได้ดำเนินแล้ว ๓ มรรคมีปริวัฏ ๓ เหมือนกัน ท่านจึงว่า ปริวัฏ ๓ คือมัน ๓ รอบรวมกันจึงเป็นอาการ ๑๒ ในสัจจะ ๔

ถ้าหากพูดสรุปรวมใจความแล้ว ผู้ที่เห็นทุกข์ยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณา มันก็เป็นสัมมาทิฎฐิ มันเป็นมรรคแล้วนั้น พอเห็นชัดในสัมมาทิฎฐิ เกิดความชัดว่าทุกข์จริง ซาติ ขรา มรณะ เป็นต้น หรือทุกข์สิ่งอื่นเป็นปกิณกทุกข์ เห็นชัดตามเป็นจริงในสิ่งนั้นๆ แล้ว ความเห็นจริงมันก็เป็นการละในสิ่งนั้นๆ เบื่อหน่าย คลาย แล้วก็ถอน ถ้าเห็นจริงมันต้องไปในแนวนั้นอยู่แล้ว ความเห็นจริงเป็นตัวมรรค พอพูดถึงเรื่องยกทุกข์ขึ้นมาพิจารณาก็เห็นชัด เลยเป็นสัมมาทิฎฐิ จึงเป็นอันว่าละตัณหา

ละตัณหาได้ก็เรียกว่านิโรธ วนกันอยู่นั้นแหละ คราวนี้ท่านมาแยกออกเป็นตอนๆ เพื่อให้กระจ่าง เพื่อให้จำได้แม่น หรือให้มันครบทั้ง ๔ ท่านจึงมาพูดเรื่องนิโรธ คือ ความดับทุกข์ ดังจะอธิบายต่อไปนี้

นิโรธ คือ ความดับทุกข์ทั้งหลาย ท่านพูดย่อๆ ว่า ไม่มีความเพิลิตเพลิน ยินดีในกามตัณหา ภาวตัณหา และวิภวตัณหา เป็นการดับทุกข์ ก็เข้ามาหาตัวสมุทัย ของเก่า ละตัวสมุทัยนั่นเอง นิโรธจึงค่อยดับ จึงเป็นผู้ดับ จึงว่ามันวนเวียนกันอยู่ในนั้น ตัณหาคือความทะเยอทะยานเป็นตัวสมุทัย เมื่อสัมมาทิฎฐิคือตัวมรรคมันเห็น ตัวสมุทัยชัดเจนก็ละกัน เลยเป็นนิโรธ ท่านก็เลยมาแยกออกมาเป็นนิโรธเสีย ความดับทุกข์อันนั้นเป็นเรื่องท่านพูดไว้ตามตำรา

คราวนี้พูดในแนวปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย สิ่งใดที่มารบกวนใจของเราให้เดือดร้อนเป็นกังวล สิ่งนั้นเราเข้าใจกันดีแล้วว่า อันนั้นเป็นอารมณ์ของจิต อารมณ์ของจิตมันก็ไม่หนีจากกามตัณหา ภาวตัณหา วิภวตัณหา ไม่หนีจากตัณหา ๓ นี้ ถ้าหากเราสงเคราะห์เข้า นั่นก็เรียกว่าอยู่ในสมุทัย ถ้าหากผู้ใดมาพิจารณาเห็นตัวสมุทัย นั้นชัดเจน ว่ามันเกิดจากความทะเยอทะยาน ดิ้นรน ส่งสาย ไปยึดมันถือมันเอา อารมณ์ทั้งหลายนั้นมาเป็นตนเป็นตัว มาเป็นของเรา มาเป็นเขา มาเป็นเรา มันจึงเกิดความเดือดร้อนในทุกข์ ผู้มาเห็นชัดอย่างนี้แล้ว จิตมันสงบวางเรื่องอุปาทานนั้น เสีย มันก็เป็นนิโรธ นี่แนวปฏิบัติของผู้ปฏิบัติ

ที่เราตั้งใจทำความสงบ และที่ตั้งใจปรารถนาความเพียร ก็เพราะเราเห็นโทษ เบื่อหน่ายในเรื่องความยึดความถือ ในเรื่องจิตทั้งหลายที่ส่งสายไปตามอารมณ์ต่างๆ ส่งสายไปในอดีตอนาคต ปรุงแต่งไปในสิ่งใดก็ยึดในสิ่งนั้น ล้วนแล้วแต่เป็นตัวตัณหา ไม่ได้หนีนอกขอบเขตของตัณหา

เหตุฉะนั้น ผู้ปฏิบัติจึงค่อยประมวลให้เข้าถึงหลักของท่าน ที่ท่านว่า ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภาวตัณหา วิภวตัณหา สิ่งใดที่ใจไปชอบอกชอบใจยินดี เพิลิตเพลิน มัวเมา เห็นสิ่งนั้นเป็นความสุขความสบาย เรียกว่า กามตัณหา คือ ความใคร่ ความพอใจ กามราคะ กามตัณหา กามภพ กามภูมิ กามกิเลส ท่านสรุปรวมใจความว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นที่ตั้งของกาม พูดถึงเรื่องกามแล้วเป็นของกว้าง ท่านจึงให้พิจารณาเห็นทั้งคุณ เห็นทั้งโทษ เห็นทั้ง

เกิดของกาม เห็นที่ตั้งของกาม เห็นวิธีที่จะดับกาม นี่หมดเรื่อง เห็นแต่ที่เกิด ไม่เห็นที่ดับหรือทำให้ดับไม่ได้ มันก็ไม่หมดเรื่อง เห็นทั้งที่เกิดมันจึงค่อยดับที่ เกิดได้ และเห็นที่มันตั้งอยู่ จึงจะไปดับตรงที่มันตั้งอยู่นั้นได้

โลกอันนี้เรียกว่า กามโลก ถ้าคนยังมีกามกิเลสอยู่ตราบไต มันก็มาเกิด สัตว์ใดที่มีกามกิเลสมันก็มาเกิดในกามโลกอันนี้ ภูมินี้เรียกว่า กามภูมิ เราเกิดขึ้นมา อยู่ในกามโลก กามภูมิ ภพอันนี้เรียกว่า กามภพ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นเครื่องอยู่ เพลิดเพลินยินดีกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนี้ทั้งนั้น สัตว์ตัว ไตมนุษย์คนใดเกิดขึ้นมาอยู่กับอันนี้ ถ้าไม่มีอันนี้เป็นเครื่องอยู่แล้ว ไม่มีที่เกิดและ ไม่มีที่อยู่ อยู่ไม่ได้

แม้ที่สุดแต่เราเป็นอยู่ทุกวันนี้ ที่เราอาศัยอยู่ทุกวันนี้ที่เรียกว่าปัจจัย ๔ ผ่า ผ่อน เครื่องนุ่งห่ม อาหารการกิน เป็นเศษส่วนหนึ่งของกาม ที่อยู่ที่นอนที่อาศัยตลอด ทั้งยารักษาไข้ป่วยต่างๆ เป็นส่วนหนึ่งของกามทั้งนั้น ทำไมจึงว่าอย่างนั้น ผ่าผ่อน เครื่องนุ่งห่มที่ประดิษฐ์ขึ้นมา ถ้าไม่มีตัวกามเป็นสมุฏฐาน คิดไม่ได้ไม่เกิดขึ้นมาเลย จะทำเป็นผ้าผ่อนเครื่องนุ่งของห่มขึ้นมาได้ หรือจะทำให้เป็นของสี่สวดงดงาม สวยสด งดงามด้วยประการต่างๆ ล้วนแล้วแต่ประดิษฐ์คิดออกมาจากกามทั้งนั้น มีกามเป็น สมุฏฐานทั้งนั้น อาหารการกินทุกสิ่งทุกอย่างที่เราทานอยู่ทุกวัน ปลา เนื้อสัตว์ ตลอดทุกสิ่งทุกประการ ก็เป็นเชื้อของกาม คือเกิดมาจากกาม ที่อยู่ที่อาศัยเป็นบ้าน เป็นเรือน สถานที่ต่างๆ ก็อาศัยกามตัวนี้แหละเป็นมูลฐาน และก็ประดิษฐ์คิดแต่ง ขึ้นเพื่อให้ได้ความสุขความสบายถูกต้องตามความต้องการและสมปรารถนาของ ตนที่ต้องการ หยูกยาเภสัชต่างๆ ที่จะมาบำบัดความเจ็บไข้ได้ป่วยก็ประดิษฐ์ขึ้นมา จากวัตถุกาม หรือประดิษฐ์ขึ้นมาจากมูลเดิมคือความคิดความเห็นที่มันเป็นเชื้อ กามอยู่แล้ว จึงว่ามันกว้างเหลือเกิน

เพราะเหตุที่มันกว้างนี้เอง สัตว์ทั้งหลายเกิดขึ้นมาอยู่ในขอบเขตและวงล้อม ของวัตถุกามและกิเลสกาม จึงค่อยเดือดร้อนและเป็นทุกข์ ผู้ไม่มีปัญญาสามารถที่ จะเห็นเหตุและเห็นโทษถึงเรื่องนี้ ก็จมกันโดยไม่รู้ตัว จมมิดเลย นอนอยู่กับกาม เกิดอยู่กับกาม กินอยู่กับกาม อาศัยกามอยู่ตลอดเวลา เห็นว่าสุขเพียงพอแล้ว ไม่มี การที่จะคิดนึกเปลื้องออก คนเราถ้าไม่เห็นโทษแล้วออกไม่ได้ดอก ผู้จะเห็นโทษใน

สิ่งนั้น จึงค่อยหนีจากสิ่งนั้นได้ ผู้ไม่เห็นโทษในกามโลก กามภพ กามภูมิ กามกิเลส ที่ไหนจะพยายามหนี ไม่มีใครพยายามหนีหรอก มีแต่มุ่นเข้าทั้งนั้นแหละ จมลงทุก วัน ลึกลงทุกที นี่จึงว่าเป็นของหนัก

เรื่องนี้แหละเป็นภัยใหญ่โต ที่เรียกว่า สมุทัย พุดกันง่าย ๆ คำว่า สมุทธ หมายความว่ามั่นดึ่มด่ำลงไปลึกทีเดียว ไม่มีการที่จะไผ่ลขึ้นมา นี่เรียกว่าตัวสมุทัย เป็นเหตุให้เกิดไม่รู้แล้วรู้รอดกันสักที ยาย ตณฺหา โปโนพุกวิกา นนฺทิราตสทคตา ตตฺรตตฺราภินนฺทินิ ตณฺหาอันใดที่มาทำให้เกิดไม่รู้แล้วรู้รอดไปสักที คือ ประกอบ ด้วยความยินดีและผลิตผลิต และอันนั้นคืออะไร คือกามตัณหา ภวตัณหา วิภว- ตัณหา ลงมาตัวสมุทัยของเก่า ละก็ไม่ละอื่น ละตัวสมุทัยนี้เองจึงจะถึงนิโรธ ถึงแม้ หากว่าเราไม่ได้ศึกษาจดจำตามตำรับตำรา แต่เราเห็นเพียงสักแต่ว่ามันเป็นโทษและ เห็นเฉพาะในใจของเราที่แหละ อารมณ์ที่มันวุ่นวายส่งสาย อารมณ์ที่มันเดือดร้อน ยึดถืออยู่ไม่รู้จักจบจักสิ้นและมันปล่อยวางไม่ได้ มันเป็นโทษ ทำให้เราเดือดร้อน วุ่นวาย เห็นเป็นภัย ก็เรียกว่าเราเห็นตัวสมุทัย เป็นเหตุให้นำมาทุกข์ เพราะอันนี้ คือตัวตัณหา นำให้เกิดทุกข์

สิ่งที่เรียกว่าตัณหาหรือไม่ใช่ก็ตามเถิด สมุทัยหรือไม่ใช่ก็ตามเถิด แต่เราเห็น ในใจของตนว่า อันนี้มันเป็นเหตุให้เราเกิดทุกข์ในทุกวันนี้ เราพยายามละด้วยอุบาย ปัญญาของตนเอง พยายามปล่อยวาง พยายามทิ้งถอน พยายามไม่ให้เห็นเป็นคุณ ให้เห็นเป็นโทษ หรือจะพิจารณาด้วยอุบายใดก็ตามเถิด ด้วยปัญญาใดก็ตามเถิด ให้ เห็นว่าไม่ดี เพียงเห็นว่าไม่ดีเท่านั้นแหละ ถ้าหากถูกหนทางก็ชัดเจนด้วยตนเอง แล้ว ปล่อยวางทิ้งได้ มันก็เป็นมรรค คือสัมมาทิฏฐิ

สัมมาทิฏฐิในที่นี้ เห็นสิ่งใดทิ้งได้จึงเรียกสัมมาทิฏฐิ เห็นแล้วยังทิ้งไม่ได้ยังไม่เรียกสัมมาทิฏฐิ ยังไม่เข้าถึงมรรค จึงว่านิโรธนั้นถึงไม่พุดก็ไม่เป็นไร พอพุดถึง เรื่องสมุทัยเป็นของควรละ เราได้ละแล้ว คำว่าเราได้ละแล้ว มันก็เป็นตัวนิโรธอยู่แล้ว ไม่ต้องพุดก็เป็นอันว่าถึงตัวนิโรธอยู่แล้ว นี่ว่าตามตำรา กับว่าในแนวปฏิบัติ

ตำราต้องจดจำคำพุด แนวปฏิบัติมันเห็นด้วยใจของตนเอง ไม่ต้องจดจำตำรา คำที่ท่านพุดบัญญัติไว้ เห็นชัดด้วยตนเองแล้วพยายาม เหมือนกันกับหนามปัก จะ ปักมือปักเท้าเท่าไรก็ตามเถิด วิธีที่จะเอาหนามออกจากมือจากเท้ามันต้องหาเหล็ก

แหลมมาบังตรงที่มันเจ็บ ตรงที่หนามมันปักเข้าไปจนถึงหนาม มันจึงจะค่อยถอน หนามออกมา จึงจะหายปวดหายเจ็บ นั่นเรียกว่าตำรา ตำราส่วนมากมันมีอย่างนั้น

คราวนี้ถ้าหากคนไม่ได้เรียนตำรานั้น ถ้าหนามหรือของคมของแข็งมาปักเข้า ทำหรือมือก็ตาม รู้สึกเจ็บด้วยตนเอง ที่ว่าความเจ็บคือทุกข์ ที่บัญญัติว่าทุกข์ สมมติ กันว่าทุกข์ เราไม่รู้จักว่าทุกข์หรือไม่ทุกข์ก็ไม่ทราบละ แต่เรารู้จักว่ามันเจ็บมันไม่สบาย มันก็ถูกทุกข์ของเขา และอุปายที่จะขุดหรือจะบ่งหนามนั้นออกจากเท้าหรือมือของเรา เราไม่รู้จักหรือกว่าขุดหรือว่าบ่ง หรืออะไรไม่ทราบละ แต่เราเห็นว่ามันเจ็บตรงนั้น พยายามที่จะเอาออกด้วยวิธีใดก็ตาม มันออกได้ด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง มันออกได้พ้นจากความทุกข์เหมือนกัน เหมือนกันกับตำราที่เขาเรียน ที่เขาบัญญัติไว้ เราไม่มีตำราที่จะทำให้เราพ้นจากทุกข์ได้ มันก็อันเดียวกัน

เหตุนี้ตำรานั้นก็ให้ตั้งเป็นตำราเสีย เราไม่มีตำรา ก็พยายาม ในการที่จะให้ พ้นเสียจากทุกข์ เห็นว่าเป็นทุกข์และเป็นของไม่สบายที่มีอยู่ในตัวของตน ที่มีอยู่กับ จิตกับใจของตน ใครๆ ก็เห็นทุกคน คนที่ได้รับความทุกข์เดือดร้อน เป็นทุกข์เป็น โศกร้องไห้ร้องห่ม คนที่เห็นทุกข์เช่นนั้นรู้จักอยู่ว่าทุกข์ แต่ไม่รู้จะแก้โดยวิธีใด ตำรา ท่านก็บอกให้แก้ให้ถอนให้ละให้ทิ้ง เข้าไปยึดไปถึงมันก็เลยเป็นทุกข์ เรื่องทุกข์ทั้งหลายนั้นตำราท่านบอกไว้ คราวนี้เราจะแก้ด้วยวิธีไหนก็ตาม ถ้าถอนความทุกข์นั้น ออกไปได้ มันก็ถูกที่หมายอันเดียวกัน สุดแท้แต่เราจะใช้วิธีไหน

เราจะพิจารณาโดยว่า คนเราเกิดขึ้นมาต้องมีทุกข์มีโศก มีการพลัดพราก จากกันเป็นธรรมดา คือเราเห็นประจักษ์มาแล้วด้วยตาด้วยใจของตน แล้วเอาอันนั้น มาพิจารณา มันก็ถูกหนทางอันเดียวกัน

เขาเล่านิทานไว้เรื่องหนึ่ง เรื่องผู้หญิงฝรั่ง ลูกตาย เป็นทุกข์กลุ้มใจ ก็ อ้อนวอนให้พระเจ้าช่วยให้พ้นทุกข์ อ้อนวอนสักเท่าใดๆ ทุกข์ก็ไม่หายจากใจสักที ในขณะที่นั้นก็คิดได้ขึ้นมาภายในของเขาคนเดียว เอ! พระเจ้านี้เอาเปรียบมนุษย์เหลือ เกิน เราร้อนกร้อนใจ กลุ้มอกกลุ้มใจ เป็นทุกข์เป็นโศก ระลึกถึงพระเจ้าสักเท่าไรๆ พระเจ้าก็ไม่มาโปรดปรานให้เราพ้นจากทุกข์เสียเลย น่าจะเห็นอกเห็นใจเราบ้าง นี่ อะไร พระเจ้าไม่เห็นใจเราเสียเลย เสียแรงที่เราอ้อนวอนและร้องขอ เราไหว้วอนไม่ มาช่วย พระเจ้าแบบนี้พระเจ้าเอาเปรียบมนุษย์ ไม่ดีละ เลยไปเห็นอย่างนั้น ไม่ดี พระเจ้าเอาเปรียบมนุษย์

แล้วผู้หญิงฝรั่งคนนั้นก็ย้อนเข้ามาพิจารณาในตัวของเขาเอง ว่า เออ! คนเรา  
เกิดขึ้นมาในโลกนี้ ต้องมีการพลัดพรากจากกัน มีการเกิดมีการตาย ของทั้งหลาย  
มันมีอยู่อย่างนั้น ไม่ว่าสิ่งใดทั้งปวงหมดเกิดขึ้นมามันต้องเป็นอย่างนั้น เลยมาเห็น  
ชัดด้วยใจของตัวเอง เราจะไปร้องไห้เป็นทุกข์กับลูกของเรา มันก็ไม่ได้กลับคืนมาให้  
เราเห็นหน้าอีก อย่าร้องไปเลย ร้องไห้เป็นทุกข์ ก็ทุกข์เสียเปล่า ไม่ได้อะไรกลับคืน  
มา อย่าเลย มันก็เลยวางทิ้งได้ มันก็เลยไปถูกคำสอนของพระพุทธเจ้า นี่ปัญญา  
เกิดขึ้นด้วยตนเอง มันเป็นอย่างนี้

อันของที่เกิดขึ้นเองรู้ขึ้นเอง ที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาว่า ปจฺจตฺตํ ชัด  
ด้วยตนเอง เรียกว่า ธรรมแท้ และท่านยังชมอีกว่า เวทิตพฺโพ วิญญูทิ วิญญู  
ชนเท่านั้น คือผู้มีปัญญาเท่านั้น จึงจะเห็นแจ้งด้วยตนเอง อย่างผู้หญิงฝรั่งคนนี้  
เลยกลายเป็นวิญญูชนขึ้นมาทันทีทันใด ทั้งๆ ที่เขาก็ไม่รู้จักรว่า วิญญูชนคืออะไร  
ธรรมะคืออะไร พอพิจารณาถูกหนทางเข้า ก็เลยเป็นวิญญูชนเกิดขึ้นมาในนั้น นี่ของ  
รู้เองเห็นเอง ของเป็นจริงมันเป็นอย่างนี้ ไม่มีครูไม่มีตำราไม่มีอาจารย์

ถึงแม้ครูอาจารย์จะมีก็เถอะ อย่างอาตมาสอนอยู่เตี่ยวนี้อธิบายให้ฟังอยู่เตี่ยว  
นี้ หากใครก็ตามไปพิจารณาเรื่องนี้ เวลาจะเกิดความรู้ขึ้นมาจริงๆ ทั้งหมดของพรรค  
นี้ ไม่ได้นึกว่าเป็นคำพูดของอาตมาและอาตมาสั่งสอนหรอก แต่มันชัดเจนในใจของ  
ตนเอง เมื่อชัดเจนในใจของตนเองแล้ว ก็จะไม่ อ้อ ที่ท่านว่ามันเป็นอย่างนี้เอง นั่นแหละ  
จึงค่อยเกิดขึ้นมา จึงค่อยมาชัดทีหลัง ชัดขึ้นด้วยตนเอง อันนี้เรียกปัจจุตตัง ถึงหาก  
จะฟังอยู่อย่างนี้ก็ตามว่าจริงอย่างที่ท่านว่า แต่มันไม่ถึงหนองอ้อสักที ครั้นถ้ามันชัด  
ขึ้นมาถึงหนองอ้อ มันก็หมดทาง มันก็ไม่มีทางไป นี่ธรรมะที่เป็นปัจจุตตัง ท่านจึง  
สอนว่าเป็นของวิญญูชน

ธรรมะเป็นของจริงอยู่ แต่ว่ามันไม่ถึงปัจจุตตัง วิญญูชนไม่เกิดขึ้นก็เลยไม่ถึง  
ปัจจุตตัง ผู้ไม่เป็นวิญญูชนธรรมะนั้นก็เลยไม่เป็นปัจจุตตัง ความเป็นจริงธรรมะเป็น  
ของจริง แต่ตนไม่เห็นด้วยตนเอง ไม่รู้ด้วยตนเอง จึงไม่ละ จึงไม่ถอน จึงไม่ทิ้ง  
ธรรมแท้คือธรรมที่ถูกมรรคตามอริยมรรค คือสัมมาทิฏฐิ รู้ขึ้นมาแล้วต้องเป็น  
ของละได้ ปล่อยวางได้ จึงจะเรียกว่าถึงธรรมแท้ เอาละ อธิบายถึงเรื่องนิโรธ คือ  
ความดับทุกข์ วันนี้ก็เอาเพียงแค่นี้ ๕

# USSF

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



มรรคที่จะอธิบายต่อไปนี้ พุทธถึงเรื่องอริยมรรค มรรคที่ท่านอธิบายว่าหนทาง มรรค หนทางนี้ เป็นทางของพระอริยเจ้า หรือพระพุทธเจ้าทั้งหลายท่านดำเนินมาแล้วถึงจุดหมายปลายทาง คือที่ประสงค์ของท่านแล้ว ท่านจึงเทศน์สั่งสอนพุทธศาสนิกชนผู้ต้องการอยากจะพ้นจากทุกข์อย่างท่าน มรรคว่าตามอาการมี ๘ อย่างคือ

สัมมาทิฏฐิ	ความเห็นชอบ	สัมมาสังกัปป	ความดำริชอบ
สัมมาวาจา	วาจาชอบ	สัมมากัมมันโต	การงานชอบ
สัมมาอาชีโว	อาชีพชอบ	สัมมาวายาโม	เพียรชอบ
สัมมาสติ	ระลึกชอบ	สัมมาสมาธิ	ตั้งใจมั่นชอบ

ถ้าพุทธถึงเรื่องมรรค ก็คล้ายๆ กับว่าเป็นการเดินทาง แต่การเดินทางด้วยมรรคไม่ใช่เดินทางด้วยเท้าหรือยวดยานพาหนะต่างๆ ท่านแสดงมรรควิธีก็คือดำเนินด้วยจิต คำว่าดำเนินในที่นี้คนเราส่งใจไป คล้ายๆ ว่าจะดำเนินโดยลำดับจนถึงมรรคผลนิพพาน เป็นขั้นเป็นภูมิไป และมีอาการก้าวเดินไป ความเป็นจริงไม่ใช่อย่างนั้น ไม่ใช่เดินไปหน้า ไม่ใช่ถอยหลัง ถ้าเป็นอริยมรรคแล้วอยู่คงที่ ไม่ได้เดินไปหน้าไปหลัง มรรคอันนี้เป็นมรรคภายใน เดินด้วยใจ ถือว่าเข้าไปถึงใจแล้ว ใจสงบเสียก่อนจึงจะเกิดสัมมาทิฏฐิ

ท่านยกสัมมาทิฏฐิเป็นเบื้องต้น ถ้าจะพูดตามหลักความจริงแล้ว ถ้าหากไม่มีสัมมาสมาธิ ตั้งใจชอบ หรือสัมมาสติ สติชอบแล้ว สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ จะไม่เกิด จิตคนเราถ้าหวั่นไหวแล้วไม่เห็นชอบสักที จิตของเราถ้าไม่ตรงแนวแน่เป็นสมาธิหรือสัมมาสติระลึกทางที่ชอบแล้ว ไม่มีวันจะเห็นของจริง ไม่เป็นสัมมาทิฏฐิเลย เช่น คนเราเกิดขึ้นมานั้น เกิด แก่ เจ็บ ตาย เห็นด้วยกันทั้งนั้น ทั้งตนเองก็มีอยู่ ความแก่ เจ็บ ตาย ทั้งคนอื่นก็เห็นอยู่ ทุกข์ทั้งหลายมีอยู่ในร่างกายของตนและ

คนอื่น แต่ทำไมไม่เบื่อหน่าย ทำไมจึงไม่สลัดออก ทำไมจึงทิ้งไม่ได้ อันนั้นก็เนื่องจาก สัมมาทิฏฐิไม่มี ทำไมสัมมาทิฏฐิไม่มี ก็เพราะสัมมาสติ สัมมาสมาธิไม่มี

ถ้าหากผู้ใดมาตั้งใจอบรมสัมมาสมาธิ คือปล้อยวางอารมณ์ ไม่ให้จิตหวั่นไหวส่งไปตามอารมณ์ต่างๆ จิตแน่วแน่ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์ต่างๆ แล้ว สัมมาทิฏฐิจึงจะเกิด ความที่จิตตั้งมั่นเท่านั้น ทำให้ปัญญาสว่างแจ่มจ้าขึ้นมาเลย ถ้าเราจะอุปมาเปรียบเหมือนกับแสงไฟหรือแสงเทียน ถ้ายังมีลมพัดหวั่นไหวอยู่แล้ว แสงจะหรือลงไป บางที่อาจจะดับเลยก็ได้ ถ้าหากลมไม่พัด แสงไฟแสงเทียนจะตั้งตรง แสงสว่างจะจ้าออกเต็มที่ สัมมาทิฏฐิก็เช่นนั้นเหมือนกัน จิตคนเราถ้าหากหวั่นไหวต่ออารมณ์แล้ว ความเห็นชอบจะไม่เกิดเด็ดขาด

เหตุนั้น เบื้องต้นนั้นจึงให้อบรมสัมมาสมาธิ คือให้จิตตั้งมั่นเสียก่อน จึงว่า สัมมาสมาธินั้นเป็นหลักใหญ่ในการที่จะให้เกิดความเห็นชอบ ถ้าหากว่าได้สัมมาสมาธิ คือความตั้งใจมั่นแล้ว มาเพ่งพิจารณาดูในอัตภาพร่างกายของตนและคนอื่นว่าเกิดขึ้นมาเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ เจ็บเป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์ หรือความวุ่นวายทั้งหลายเป็นทุกข์ จะเห็นชัดขึ้นมาทีเดียวว่าเป็นของน่าเบื่อหน่ายจริงๆ นอกจากนั้นอีก จะเห็นชัดลงไปแล้วเป็นเหตุให้สังเวชสลัดใจในตนเอง ว่าตนหลงและมัวเมาในกองทุกข์มานาน โดยที่ไม่รู้จักว่าเป็นทุกข์ เหลลนมัวเมาอยู่กับทุกข์โดยแท้ เข้าใจผิดว่าทุกข์เป็นสุข นี่เรียกว่าสัมมาทิฏฐิ ไม่ได้เดินไปอื่นไกลหรอก เข้าถึงจิตตรงนั้นแหละ ตรงจิตเป็นสัมมาสมาธินั้นแหละ ไม่ได้เดินไปไหน คำว่ามรรค ๘ นั้น เดินเข้าถึงจิตตรงสัมมาสมาธิ คือจิตตั้งมั่นนี้แหละ

เมื่อจิตตั้งมั่นแล้ว ความเห็นชอบคือสัมมาทิฏฐิก็เกิดขึ้น เมื่อได้หลักอย่างนี้แล้วง่าย ความเห็นชอบเกิดขึ้นแล้วสบาย สัมมาสังกัปปไป ดำริชอบ สัมมาวาจา วาจาชอบ สัมมากัมมันโต การงานชอบ สัมมาอาชีโว ความเป็นอยู่ชอบ สัมมาวายาโม เพียรชอบ สัมมาสติ ระลึกรชอบ สัมมาสมาธิ ก็วนมาของเก่าอีก ชอบหมด พอสัมมาทิฏฐิเกิดขึ้น นอกนั้นเป็นบริวารวิ่งตามกันหมด อันเดียวด้วยกันหมด ชอบด้วยกันหมด นี่จะอธิบายให้ฟังโดยลำดับ

เมื่อ สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบ เกิดขึ้นแล้ว ตกลงว่าได้เห็นชอบตามเป็นจริงอย่างนั้นแล้วว่าเป็นทุกข์อย่างนั้นแล้ว ใครจะสามารถหมกมุ่น ใครจะไปหลง

มัวเมาในเรื่องทุกข์ ต่างคนก็จะมาดำริคิดตรองที่จะออกจากทุกข์ด้วยวิธีต่าง ๆ ถ้าจะพูดอย่างหยาบ ๆ เห็นทุกข์จากอันอยู่อันกินแล้วก็พยายามที่จะปรารถนาที่จะทำมาหากิน เรียกว่า ดำริชอบ สัมมาสังกัปปิโย คือมันชอบในการที่จะทำตนของตนให้พ้นจากทุกข์นั่นเอง

ในทางธรรมที่ท่านลำดับไว้ ดำริในการที่จะออกจากกามคุณ ๕ ดำริในการที่จะไม่พยายาทจองเวร หลายเรื่อง เรื่องชอบทั้งนั้น ไม่ได้ดำริที่จะไปอาฆาตพยายาทคนอื่น ไม่ดำริในการที่จะไปฆ่าฟันคนนั้นคนนี้เพราะเห็นชอบ ปัญญาทางชอบมันมีอยู่แล้ว มีแต่จะพยายามทำคุณงามความดีเพื่อให้พ้นจากความชั่ว สัมมาสังกัปปะ ไม่ได้เดินไปทางไหน ความเห็นชอบเกิดขึ้นแล้วก็ดำริที่จะหนีจากความชั่ว บาปกรรมหรือทุกข์โทษทั้งหลายเหล่านั้น ก็เลยเป็นดำริชอบขึ้นมา ตรงนั้นแหละตั้งหลักตรงนั้นขึ้นมา ปรากฏตรงนั้น ดำริชอบก็ปรากฏขึ้นตรงนั้น มีขึ้นมาในที่นั้น ท่านเรียกว่าปัญญา เห็นชอบแล้ว ดำริชอบก็เกิดขึ้นมา แล้วก็มีสัมมาวาจา แล้วคราวนี้

วาจาชอบ ไม่ใช่จะไม่พูดกับใคร พูดในทางไม่โกหก ไม่เท็จอย่างนั้นอย่างนี้ ก็เปล่า ไม่ไปพูดที่ไหนหรอก มรรค ๘ ท่านพูดถึงเวลานั่งสมาธิภาวนา จิตที่มันเข้าไปถึงสมาธิภาวนา เกิดปัญญาในขณะนั้น ท่านไม่ได้พูดออกไปข้างนอก ไม่ได้หาพูดจากับใคร ความวิตก ความวิจารณ์เหตุให้เกิดวาจา เหตุนี้ความวิตกและความวิจารณ์ ท่านเรียกว่าวาจา อันความวิตกและความวิจารณ์แสหาหนทางที่จะออกนั้นเป็นวาจา แล้วแสส่ายหาในทางที่จะเข้าไปยึดอันนี้เป็นมิจฉาวาจา ส่วนสัมมาวาจานั้นแสส่ายหาหนทางที่จะหนีจากนั้น คตินึกตรอง วิตกวิจารณ์แสหาหนทางอยู่ตลอดเวลา อันนั้นเป็นวาจาชอบ

การงานชอบ การงานก็ไม่ได้ทำอะไร นั่งหลับตาภาวนาไปทำงานอะไร มรรค ๘ เป็นกิจของสมาธิ เป็นกิจของใจ เป็นการทำงานของใจ ไม่ใช่การงานทางกาย วาจา เมื่อวาจาก็ไม่พูด ทางกายก็ไม่ทำงานอะไร กายนั้นจะไปทำอะไรอีก ดาก็หลับ ขาก็นั่งขัดสมาธิ มือก็ประสานกัน แล้วจะมีงานอะไรอีก สัมมากัมมันโต คือการงานที่ชอบ กิจทั้งหลายที่ทำมา ความพยายาม ความตรึกตรองในทางที่จะหาช่องทางหนีจากทุกข์ นั้นเรียกว่าการงาน เป็นการทำงานของจิต ความรู้ ความเข้าใจ ความฉลาดเฉียบแหลม รู้ตามเป็นจริง อันนั้นก็เป็นการงานของจิต คือสัมมาทิฐิ หรือ

ต่อไปข้างหน้า มีสติชอบก็ดี ตั้งจิตชอบก็ดี อันนั้นก็เป็นการงานของจิตเหมือนกัน พอเมื่อเราไม่มีงานภายนอก มีแต่งานภายใน เป็นไปเพื่อพ้นจากทุกข์ เป็นไปเพื่อสละ ความชั่วและกิเลส บาปกรรมทั้งปวงหมด นั้นเรียกว่าการงานชอบ

การงานก็ชอบ ดำริก็ชอบ วาจา ก็ชอบ เรียกว่าเป็นผู้ไม่ประมาท ความเป็นอยู่ของผู้นั้น แม้จะครู่หนึ่งขณะเดียวก็ตาม เรียกว่า ความเป็นอยู่ชอบ เป็น สัมมาอาชีโว เลี้ยงชีวิตชอบ ที่อธิบายว่า ทำมาค้าขายโดยสุจริต ไม่คิดคดทรยศอะไรต่างๆ อันนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง อันนั้นไม่ใช่สัมมาอาชีโวของมรรค ๘ สัมมาอาชีวะในตอนนั้นเป็นสัมมาอาชีวะทั่วๆ ไป ส่วนสัมมาอาชีวะในมรรค ๘ เป็นอย่างนี้ มีความเป็นอยู่ชอบอย่างอธิบายมานี้

สัมมาวาจาโม ความเพียรชอบ ก็เพียรมาตั้งแต่ต้น พยายามมาตั้งแต่ต้น ทุกสิ่งทุกประการที่ต้องการอยากจะสละความชั่ว ประกอบคุณงามความดีเพื่อให้พ้นจากทุกข์ มันเป็นความเพียรอันถูกต้องตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นความเพียรชอบแล้ว

สัมมาสติ ระลึกชอบ ไม่ได้ระลึกออกนอกกลุ่มนอกรทาง ระลึกตามแนวที่ปฏิบัติมานั้น ที่ดำเนินมาตั้งแต่ต้นมานั้น สติตัวนั้นตามระลึกได้อยู่เสมอ รู้ตัวอยู่เสมอว่า เราผิดเราถูก จิตของเราตั้งอยู่ด้วยอาการอย่างไร พิจารณาอะไรอยู่ มันก็เป็นเรื่องสัมมาสติ สติตั้งมั่นไว้ในที่ชอบ ที่ท่านว่าตั้งอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ มันก็ถูกอยู่แล้ว กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน กาย เวทนา จิต ธรรม มันก็ถูกแล้ว พิจารณากายก็พิจารณาทุกข์ พิจารณาเวทนามก็พิจารณาถึงเรื่องอารมณ์ทั้งหลายที่เสวยสุขทุกข์ พิจารณาจิตก็เห็นจิตอยู่ทุกขณะ อย่างความเพียรที่เราพิจารณาอยู่นั้น จิตของเราเป็นอะไร ติดข้องผูกพันอยู่กับอะไร ละอะไรถอนอะไร อันนั้นเรียกว่าสติปัฏฐานแล้วนั้น ธรรมที่เราพิจารณามาทั้งหมด ที่เราดำเนินมาทั้งหมด นั้นเป็นธรรมทั้งนั้น ไม่ใช่ของใคร ใครจะไปยึดไปถือว่าเป็นของตนของตัวไม่ได้

ธรรมทั้งหลายเหล่านี้หากเป็นอยู่อย่างนั้น ผู้ใดเข้าไปปฏิบัติถึงตรงนั้น รู้เห็นอย่างนั้น ใครจะเอาไปเป็นเจ้าของไม่ได้ จะทิ้งก็ไม่ได้ ทิ้งก็ไม่หนี จะเอาเป็นของ

ตนก็ไม่ได้ มันเป็นกรรมอันหนึ่ง ถ้าใครเข้าถึงตรงนั้น ไปเห็นธรรม รู้ธรรม เข้าใจธรรม เราสมมติเรียกว่า ถึงธรรม เห็นธรรม ได้ธรรม แต่ที่จริงเปล่า ไม่ได้อะไรดอก เพียงแต่ไปรู้ เพียงแต่ไปเห็นว่ากรรมอันนั้นเป็นอย่างนั้นๆ แล้วจะเอามาเป็นของตนไม่ได้ ถ้าจะเอากรรมมาเป็นของตนมันไม่เป็นกรรมเสียแล้ว มันกลายเป็นโลกเสียแล้ว สิ่งใดทั้งปวงหมดถ้าเอามาเป็นของตนเสียแล้ว ว่ากูเป็นเราเป็นเขาเสียแล้ว ไม่ใช่กรรมเลย ธรรมก็เป็นอธรรม ธรรมที่ไม่ดี ธรรมแท้ ธรรมจริง ธรรมบริสุทธิ์ ไม่มีกูไม่มีเรา ไม่มีเขา เราไม่เข้าไปยึดเอามาเป็นของกู ของเรา ของเขา ถือเป็นสภาพอยู่อย่างนั้น นั่นก็เรียกว่ากรรมแล้ว มีสติอย่างนี้ เรียกว่า สติชอบ

สัมมาสมาธิ ก็อธิบายมาตั้งเบื้องต้น ถ้าไม่เป็นสัมมาสมาธิเสียแล้ว สัมมา-  
ทิวฏฐิก็ไม่เกิด ดังอธิบายมาในเบื้องต้น เบื้องต้นกับเมืองปลายประมวลเข้ามาหากัน ทั้งเบื้องต้นและเมืองปลายและท่ามกลาง รวมเข้ามาอยู่ที่จิตอันเดียว จิตเป็นผู้ ดำเนินคนเดียว ท่านแสดงว่ามรรคมีอันเดียว ก็คือมันอันเดียวอย่างนี้เอง มรรคไม่มีถึง ๒ ถึง ๓ อันเดียวเท่านั้น นีว่าถึงเรื่องอาการ คนเรานั้นไล่ไปเกิด ตา หู จมูก ลิ้น กาย จะไล่ถึง ๘ ถึง ๙ ก็เอา ไล่อยู่คนเดียว ในผู้เดียวนี้แหละ มรรค ๘ ก็ฉนั้นเหมือนกัน จะไล่อาการของมรรคก็มีถึง ๘ แต่ว่ารวมอยู่อันเดียว จึงเรียกว่า มรรคมีอันเดียว มรรค ๘ มีอันเดียว ถ้าหากใครไปไล่มรรค ๘ เป็น ๑ เป็น ๒ เป็น ๓ แล้ว ก็แล้วเท่านั้นไม่ถึงมรรคสักที

ถ้ามาเห็นมรรคเป็นอันเดียวเมื่อไรแล้วนั้นแหละจึงจะถึงมรรค ๘ มรรคสมังคีก็มรรคอันเดียวกันแต่หากคนละเรื่องกัน ถ้าหากเป็นมรรคสมังคีแล้ว พิจารณามรรคทั้ง ๘ นี้ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา พุถึงศีลก็เป็นสมาธิ พุถึงเรื่องสมาธิก็เป็นศีล พุถึงเรื่องศีลสมาธิก็เป็นปัญญา พุถึงปัญญาก็เป็นศีลสมาธิ อันนี้ก็อีกมีคุณค่าเท่ากันแต่น้ำหนักต่างกัน ทั้ง ๘ นั้นมีน้ำหนักต่างกันแต่คุณค่าเท่ากัน ขายได้ราคาเดียวกัน เพราะฉะนั้น มรรค ๘ ถ้าหากรวมเป็นอันหนึ่ง คือว่าอะไรก็ถูกหมดอยู่ในที่เดียว เห็นชัดในที่เดียว แล้วก็เลหายสงสัยในเรื่องธรรมทั้งหลาย ไม่มีกังขา คือวิจิกิจฉา อะไรต่อไปอีก พุคไหนดว่าถูกนั้นหมด ธรรมทั้งหลาย ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้น หรือ โพรธิปักขิยธรรม ๓๗ จะพุคตรงไหนมาลงตรงนั้นหมด มีอันเดียวหมด อยู่ตรงนั้นทั้งนั้น

แต่มีใช้ว่าอยู่โดยการมิได้พิจารณา มีอีกอย่างหนึ่ง อยู่ด้วยการไม่พิจารณา คือจิตที่มันสงบเป็นอารมณ์ เป็นเอกัคคตา แล้วคิดอะไรไม่ออก โดยอนุมานว่า อยู่นี้หมด อันนั้นก็ยังไม่ถูก จิตที่มีอารมณ์อันเดียวที่เรียกว่า เอกัคคตา คือไม่คิดหน้าคิดหลัง คิดไม่ออก วางอยู่อันเดียว อันนั้นก็ยังไม่ถูก ถ้ามรรคสมังคีจริง ๆ จิตใจปลอดโปร่ง คือตัวปัญญาสว่างแจ่มจ้าเกิดขึ้นในที่นั้น ชัดเจนในที่นั้น พิจารณาอะไรมันชัดเจนที่เดียวแห่งเดียวหมด จึงจะเป็นมรรคสมังคี มรรคสมังคี เป็นองค์อริยมรรค ตัดกิเลส ปหานกิเลสตามภูมิขั้นนั้น ๆ เช่น โสดาบัน สกิทาคา อนาคามี ก็ต้องใช้มรรคสมังคี

เนื้ออธิบายเรื่องมรรค ๘ ให้ครบบริบูรณ์ในอริยสัจธรรมทั้ง ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค อันนี้เป็นกัณฑ์สุดท้าย เป็นกัณฑ์มรรค ๘ ให้พากันเข้าใจและพิจารณา โดยนัยนี้ ถ้าหากว่ายังทำไม่ได้หรือพิจารณาไม่ถึงก็อย่าพากันทอดทิ้ง ทำสัมมาสมาธิให้มันลงเสียก่อน อันนั้นเป็นพื้นฐาน พื้นฐานยังไม่ทันมี ไม่สามารถที่จะรับธรรมคือมรรค ๘ นี้ได้ ถึงมรรค ๘ มีก็ไม่สามารถจะรับรองไว้ได้ เมื่อไม่มีที่รับรอง มันก็ไม่ปรากฏเห็นขึ้นมาในที่นั้น เพราะฉะนั้นถึงยังไม่เห็นก็อย่าไปทอดทิ้ง หัดอบรมสมาธิให้มันหนักแน่นเสียก่อน อย่าไปทะเยอทะยานดิ้นรนอยากเห็นโน่นเห็นนี่ เลยยิ่งไปกันใหญ่

ความอยากเป็นเหตุ ธรรมะให้ละความอยาก ธรรมะไม่ใช่ของเขา ธรรมะเป็นของสละ ถ้าสะสมแล้วมันไม่ใช่ธรรมทั้งนั้น เป็นอกุศลธรรม เป็นอธรรม ที่เรียกว่า ธรรมนั้นจะเป็นอธรรม ไม่ใช่ธรรมดี เพราะฉะนั้น ทุกๆ คนจงพากันสนใจและตั้งใจ ปฏิบัติต่อไป ก็จะได้รับผลประโยชน์เกิดจากการพิจารณา โดยนัยที่ได้อธิบายมา ด้วยประการฉะนี้



# ของไม่ดีเกิดจากของดี

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



จะพูดถึงเรื่องของที่ไม่ดีเกิดจากของดี จะอธิบายถึงเรื่องของดีเสียก่อน อะไรที่เป็นของดี ของดีก็ไม่มีที่อื่นที่ไกล ก็คือตัวคนเราที่เกิดมานี้แหละ เป็นของดีพร้อมมูลบริบูรณ์หมดทุกอย่าง แต่ละคนเกิดมามีอวัยวะครบครันบริบูรณ์หมด ชั้นที่ ๕ อายุตนะสมบุรณ์บริบูรณ์ทุกสิ่งทุกประการ หากว่าคนจะไปปั่นไปแต่งก็จะไม่สวยสดงดงามอย่างนี้ ได้สัดส่วนพร้อมมูลบริบูรณ์หมดทุกอย่างทีเดียว นี่จึงเรียกว่าของดีของอันนี้เป็นของมีค่าหาค่ามิได้ ไม่ใช่ของซื้อขายในตลาด มีสิทธิเสรีโดยเฉพาะ แต่ละคนที่จะต้องปกป้องรักษาตนเองเอาไว้ใช้เฉพาะตนเอง ของประกอบชิ้นส่วนแต่ละอย่างในตัวคนคนเราก็ไม่มีการซื้อขายและไม่มีใครที่จะเอามาให้ นี่เรียกว่าของดีมันเป็นอย่างนี้

ที่ว่าของดีเพราะเหตุดี ได้แก่ความดีที่เรากระทำมาแล้ว ในทางพุทธศาสนาเรียกว่า ปุพเพ กะตะปุญญาตา อาศัยกุศลหนุนหลังที่ได้สร้างสมมาแล้วแต่ก่อนเก่า จึงได้ครบครันบริบูรณ์อย่างนี้ ได้ของดีอย่างนี้ ถ้าหากว่าความดีแต่ก่อนเก่าทำไว้ไม่สมบูรณ์ อาจจะวิปริตวิกล เช่น เป็นคนหูหนวกตาบอด ไข้บ้า เสียจริตผิดมนุษย์ เรียกว่าเราสร้างควมดีไว้แต่ก่อนไม่พอ ไม่สมบูรณ์ ที่เราได้นี้เรียกว่าเราสร้างควมดีไว้สมบูรณ์ ที่เรียกของดีในที่นี้ มันสมกับที่พระพุทธองค์ตรัสเทศนาว่า กิจฺโจมนุสฺสปฏิลาโภ การได้อัตภาพมาเป็นคนหรือมนุษย์เป็นของได้โดยยาก ของที่ได้โดยยากจึงเป็นของหาค่ามิได้ ของหาได้ยากนับว่าเป็นของมีราคา ทุกสิ่งทุกอย่างถ้าเป็นของหาได้ยากจะเป็นของมีราคา ยิ่งถ้าคนต้องการแล้วเป็นของราคาสูงลิ่วทีเดียว

คราวนี้จะพูดแยกออกเป็นส่วนๆ ดีเฉพาะกายตั้งที่อธิบายมาแล้ว เป็นของดีครบครันบริบูรณ์หมด ดีทางวาจา คือคำพูด ยากที่จะได้เสียงเป็นเสียงมนุษย์ ชัดเจนแจ่มแจ้ง รู้จักภาษากัน พูดออกมา รู้จักถ้อยคำชัดเจน ไม่ต้องใช้ถ่าน เครื่องแบตเตอรี่

ไม่เหมือนกับเครื่องจักร เครื่องจักรต้องใช้แบตเตอรี่ แบตเตอรี่นั้นหมดเป็น นี่เราใช้มาตั้ง ๔๐-๕๐ ปี หรือถึง ๖๐ ปี ๗๐ ปีก็ยังไม่หมดแบตเตอรี่ของเรา ไม่ต้องซื้อซ้ำ ถ่านของเราไม่ต้องซื้อ นี่จึงว่าเป็นของดีทางวาจา

ของดีทางใจ ใจก็ไม่ใช่บ้าใบ้ เสียจริต วิกัลวิการ มีความรู้สึกนึกคิดได้ทุกอย่าง ยืน เดิน นั่ง นอน ใช้ภายในคือความนึกคิด ต้องการอยากจะคิดนึกเอาอะไรได้หมด คำว่านึกๆ ที่ภาษาว่าแก้วสารพัดนึกก็คือใจเรานี้แหละ นึกอะไรได้หมด นึกเอาชั้นฟ้าสวรรค์ก็ได้ นึกเอาสมบัติมนุษย์ก็ได้ นึกเป็นใหญ่เป็นโตก็ได้ นึกเอาบ้านเอาเรือนก็ได้ นึกจะเป็นเศรษฐีมหาเศรษฐีก็ได้ นึกคนเดียว นอนนึกคิดไปคนเดียว นึกได้หมด นี่จึงว่าแก้วสารพัดนึก แต่บางที่ก็มี บางที่ก็ไม่มีนะ จึงเรียกว่านึก ถ้ามีไม่ใช่นึก ถ้ามีบ้างไม่มีบ้างเรียกแก้วสารพัดนึก นี่มันคืออย่างนี้ นี่เรียกว่าใจเป็นของดี

ที่ว่าของไม่ดีเกิดจากของดีนั้น กาย เป็นของดี แต่ว่าเอาของดีไปใช้เสียในทางที่ไม่ดี เอากายของดีๆ นี่แหละไปทำสิ่งที่ไม่ดี ไปฆ่าสัตว์ ตีหัวเขา ชกต่อยเขา ขโมยของเขา ประพฤติผิดมิชฌาจาร ดื่มสุราเมรัย ทำให้ตัวตนคนเรานี้แหละไม่ดี อยู่ดีๆ ก็ทำความผิดทำของไม่ดีอย่างนี้ ไปลักฉ้อขโมยโกงของเขา บางที่ถูกเขาฆ่าตาย บางที่ก็ถูกเจ้าหน้าที่จับกุม พิพากษาคดีคุกติดตะราง นี่ของไม่ดีมันเกิดจากของดีอย่างนี้ จึงน่าเสียดาย ของดีๆ เอาไปใช้ในทางไม่ถูก ทางที่ถูกที่ดีนั้นไม่เอาไปใช้เสีย เอาไปใช้ในทางที่ผิด ทางทุจริตต่างๆ นานาสารพัดร้อยแปดเหลือที่จะพรรณนา โลกนี้วุ่นวายก็เพราะเอาของดีไปใช้ในทางที่ไม่ดีนั่นเอง

ที่ว่าเป็นบทเบื้องต้นไว้ว่า ของไม่ดีเกิดจากของดี มันเป็นการฟังยาก มันพูดเป็นศัพท์เป็นแสง ถ้าพูดกันง่ายๆ ก็คือ เอาของดีๆ ไปใช้ในทางที่ไม่ดี สมมติว่าเครื่องใช้ไม้สอยของเรา เช่น ผ้าผ่อน เครื่องนุ่งห่ม หรือเสื้อผ้าที่ใหม่ๆ อยู่ เอาไปถูเรือนหรือเช็ดเท้าเสีย มันคนอะไรแบบนั้น ถ้าเป็นอย่างนั้นเป็นคนอะไรกัน อันนี้ก็ฉันเดียวกัน ของดีของดีเอาไปทำความชั่ว มันคนอะไรกัน จึงว่าน่าเสียดายนัก

เมื่อเอาของดีไปใช้ในทางที่ไม่ดีดังอธิบายมานี้ ตัวตนคนเรานี้หากแตกดับไปแล้ว กายไม่รับรู้ ใจต่างหากเป็นผู้รับรู้ เป็นผู้รับผิดชอบผู้เดียว เพราะกายนี้แตกดับเป็น ส่วนใจยังมีกิเลสบาปกรรม ยังเวียนว่ายตายเกิด มาคอยรับเอาผลของกรรม รับผิดชอบผลของกรรมที่กายทำ ไปเกิดที่หลังไม่ได้กายของเก่าซ้ำ ถ้า

ทำชั่วยิ่งเร็วกว่าเก่าอีกกาย ถ้าทำดีใจก็จะได้รับผลดี กายก็ดีขึ้นไป จึงว่าพากัน  
มัวเมาเอาของดีไปสร้างของที่ไม่ดี โดยความมัวเมาประมาท สร้างแล้วกลายเป็นของ  
แตกดับไปเป็น แต่ใจเป็นผู้รับผิดชอบผู้เดียว กายทอดทิ้งไปแล้ว ใจก็เป็นผู้รับผิดชอบ  
ผู้เดียว นี่พูดเฉพาะเรื่องกาย ส่วนปริยายนอกนั้น ถ้าหากเรารู้เรื่องอย่างนี้แล้ว  
คิดพิจารณาไปเถิด กว้างขวางทีเดียวในโลกนี้ ตลอดหมดทั้งโลก

คนที่เอาของดีไปใช้ไม่ดีมีหมดทั้งโลกเลย ใครๆ ก็ทำกันแบบนี้ทั้งนั้น เหตุนี้  
โลกจึงต้องยุ่ง โลกจึงต้องวุ่นวายเดือดร้อน เมื่อวุ่นวายเดือดร้อนแล้วคราวนี้ไปโทษ  
คนอื่น ไม่โทษตนเอง แต่ละคนๆ นั้นเอาของดีไปใช้ในทางไม่ดี มันก็เลอะเหลวหมด  
นะซี ถ้าแต่ละคนรู้คุณค่าของกายว่าเป็นของดีแล้ว มัธยัสถ์เอาไว้ใช้ในทางที่ดีที่ชอบ  
มันก็ดีหมด สงบเรียบร้อยหมดทุกอย่าง ไม่ต้องโทษกัน แต่ที่ต่างคนต่างโทษซึ่งกัน  
และกันยุ่งกันไปหมด ตนเองก็ไม่ทำตนเองให้ดี คล้ายกับนิทานเรื่องแม่ปูสอนลูกปู  
แม่ปูเห็นลูกปูเดินไม่ตรง เอ๊ะ ทำไมจึงเดินให้ตรงไม่ได้หรือ แม่เดินให้ฉันดูซิแม่ มัน  
บอกให้แม่เดินให้ดู แม่เดินมันก็เหมือนกันกับลูก นะะ แม่ก็ยังเดินไม่ตรง อันนี้ก็  
เหมือนกัน เห็นคนอื่นไม่ดี เพราะเอาของดีไปใช้ในทางที่ไม่ดีตั้งอธิบายมาแล้ว ก็  
ไปโทษเขาเสีย โทษคนอื่น แต่ตัวเองทั้งที่ตัวเองก็เอาของดีไปใช้ในทางที่ชั่วเหมือน  
กันโดยที่ไม่รู้สึกตัว ไม่โทษตนเอง จึงไม่มีหนทางแก้ไข แก่คนอื่นแต่ไม่แก้ตนเอง มัน  
จะได้ประโยชน์มาจากไหน

พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ก็ตาม สอนให้ลูกเต้าหรือสอนผู้ใต้บังคับบัญชาให้ทำดี  
แต่ตนเองเป็นพ่อเป็นแม่ทำชั่ว ทำเหลวไหล แล้วจะให้เขาทำดีได้อย่างไร วิธีสอน  
คนเรา อบรมคนเรา เราทำดีแล้วไม่ต้องสอนคนอื่นหรอก มันหากมีอำนาจปาฏิหาริย์  
ในตัวเอง หากเราสอนคนอื่นเขาไม่ทำตาม แต่เราดีก็พอแล้ว ประโยชน์ของเราพอ  
แล้ว เขาทำตามไม่ได้ก็สุดแล้วแต่นิสัยของเขา เราไม่ต้องยุ่งกับเขา แต่ที่ทั้งตัวของ  
ตนก็ไม่ดี จะไปสอนให้คนอื่นดี ถ้าหากคนอื่นดีเรายิ่งไม่ดีซ้ำอีก เราก็ไม่ดีจะไปดี  
ได้อย่างไร เอาของไม่ดีไปใช้มันเป็นอย่างนี้ มันกว้างขวางพิสดารมาก

เฉพาะเรื่อง วาจา คราวนี้ วาจาฉันเสียงเพราะ เสียงหวาน วาจาฉันพูดจารู้จัก  
ภาษาถิ่น รู้จักถ้อยคำกัน มีความหมาย ดีที่สุดไม่ต้องเปลืองถ่านแบตเตอรี่ตั้งอธิบาย  
มาแล้ว แต่ไปใช้ในทางที่ไม่ดี เอาไปใช้ในทางที่โกหก ส่อเสียด เหยียดหยามให้

แตกข้าวสามัคคีซึ่งกันและกัน ปากนี้เป็นของสำคัญ อาวุธของปากร้ายกว่าอาวุธถูกระเบิดปรมาณู ลูกกระเบิดปรมาณูแตกที่เตี้ยวมันก็หมดไป อยู่ในรัศมีของมันจึงจะถูกอันตรายเกิดก็เกิดในรัศมีของมัน อาวุธที่เกิดจากปากของคนมันกว้างขวางนัก ยิ่งทุกวันนี้มีเครื่องสื่อสารได้ยืกันทั่วโลก พูดอยู่อย่างนี้ก็ไต่ยืกันทั่วโลก มันกว้างถึงขนาดนั้น พิชร้ายของปาก ถ้าหากไปใช้ในทางที่ไม่ดี ไปยุแหย่ ยกโทษนินทาให้คนนั้นเกลียดคนนี้ ให้คนนี้โกรธคนนั้น ให้ประเทศนี้โกรธประเทศนั้น ประเทศนั้นโกรธประเทศนี้ ความโกรธจุดชนวนขึ้นเป็นไฟลุกฮือขึ้นทั้งโลก ทุกวันนี้มันก็เรื่องนี้แล้ว

ที่โลกเดือดร้อนทุกวันนี้ ก็เกิดจากระเบิด คือลมนี้แหละ คือปาก คือวาจาที่แหละไปใช้ในทางที่ไม่ดี ถ้าหากเราใช้ในทางที่ดี ลองดูซิ พูดจาปราศรัยนุ่มนวลอ่อนหวาน สิ่งที่ผิดก็ทิ้งไปเสียอย่าไปเอามาพูด พูดในสิ่งที่ดีที่ชอบ ประกอบด้วยคุณประโยชน์ให้เกิดความสบาย มันก็ทนความดีไม่ได้เหมือนกัน คนเราอยู่ด้วยกัน ถ้าใช้วาจาสุภาพเรียบร้อยนุ่มนวลอ่อนหวาน สมานมิตรไมตรีซึ่งกันและกัน อยู่ร่วมกันเป็นสุขสบาย

ชมราวาสอยู่ด้วยกัน นับตั้งแต่ครอบครัวผัวเมียด้วยกันขึ้นไป ถ้าหากพูดคำหยาบคาย มันมันวอนที่ไหนล่ะ มันไม่มีความสนุกสนานที่ในใจ มันเป็นเรื่องกระทบกระเทือนเดือดร้อน กลุ้มอกกลุ้มใจ แต่มันหมดหนทาง ไม่ทราบจะไปทางไหน เพราะมันติดอยู่แล้ว อุดสำหรับกล้ำกลืนกินอยู่นั้นแหละ ถ้าหากพูดคำอ่อนหวานนุ่มนวลชวนให้ระลึกคิดถึงกัน จะห่างกันไกลแสนไกลตั้งร้อยโยชน์พันโยชน์ก็ยังนึกถึงคำพูดนั้นเหมือนอยู่ใกล้เคียงกัน เหมือนกับอยู่ติดกัน เหมือนเห็นหน้าเห็นตากันเสมอ คำพูดนั้นไม่ลืม พอระลึกถึงคำพูดก็เห็นหน้ากันเลย คิดถึงกันเลย มันก็สบาย มันก็สนุกและก็เป็นสุข นี่เอาวาจาที่เป็นของไม่ดีไปใช้ มันให้ไรค่าไรประโยชน์ ให้เกิดโทษมากมาย นี่พูดถึงเรื่องวาจา ถ้าหากเข้าใจอย่างนี้แล้ว พิจารณาไปเถิด วาจาที่ชั่วมีมากมายเหลือที่จะพรรณนา

คราวนี้พูดถึงเรื่อง ใจ ใจนั้นเป็นของดี อย่างอธิบายให้ฟังมาแล้วในเบื้องต้น ถ้านำไปใช้ในทางไม่ดี คิดอิจฉาริษยา เรียกว่า อกุศล อกุศลมูลที่เกิดจากภายในใจ เรียกว่ามโนกรรม ใจทำกรรมได้เหมือนกัน ไม่ใช่แต่กาย วาจา ใจไม่มีตนมีตัวแต่ทำกรรมได้ คิดโกรธ คิดเกลียด คิดอิจฉาริษยา ผูกอาฆาตพยาบาท จองล้างจอง

ผลาญ หรือคิดเพลิดเพลินมัวเมาลุ่มหลงในรูปเสียง กลิ่น รส ในผลที่สุดใจไม่อยู่กับตัว มัวเมาเพลิดเพลินอยู่ภายนอก ไม่ทราบอยู่ที่ไหน วันหนึ่งๆ รอบโลก ไม่เป็นตัวของตน คราวนี้เมื่อคิดไปใจมันคิด มันปรุง มันแต่งไปแล้ว มันติด มันพัวพันมัวเมาไปแล้ว ภายจะต้องตามใจ แต่ตามไม่ทันไปทุกระยะ เป็นบางระยะ เป็นบางตอน ใจเป็นของเร็วกว่ากาย มันก็จะต้องทำชั่ว

ใจเป็นของดีไปทำความชั่ว ทำโดยที่ไม่มีใครรู้ใครเห็น รู้เห็นด้วยตนเอง เฉพาะตนเอง ภายที่จะทำชั่วยกเกิดจากใจ วาจาที่จะทำชั่วยกเกิดจากใจ ถ้าหากใจมีแต่คิดเกลียด โลก โกงหรือขโมยฉ้อโกงของเขา แต่ไม่พูดให้เขาเข้าใจผิดหรือหลอกลวงเขา บากก็ไม่ค่อยหนักเท่าไร หรือไม่ถึงกับไปลักโกงขโมยของเขา ถือเอาสิ่งของเขา มา หรือว่าไปฆ่าไปตีเขา เกลียดโกรธแต่ภายในเฉยๆ ก็ไม่หนักเท่าไร ถ้าพร้อมทั้ง ๓ ประการ คือ ใจคิดโกรธ วาจาหาหลอกลวงล่อลวงเขาให้เขาเข้าใจผิด เพื่อจะได้ช่องได้โอกาส เมื่อได้ช่องได้โอกาสแล้วคราวนี้ ภายก็จะต้องทำคือประหาร ประหาร ฆ่าฟันเขาด้วยประการต่างๆ เพื่อให้เขาฉิบหาย เมื่อพร้อมทั้ง ๓ ประการแล้ว อาการหนักที่สุด ถ้ามีแต่ใจเฉยๆ ค่อยยังชั่ว ถ้ามีวาจาเฉยๆ ก็ยังค่อยยังชั่ว ไม่สมบูรณ์บริบูรณ์ ความชั่วนั้นไม่เท่าไรนัก ถ้าพร้อมทั้ง ๓ ประการเต็มทีเดียว นี้พูดถึงเรื่องใจ เอาใจไปทำในทางที่ชั่ว ประกอบกิจที่ชั่ว

กาย วาจา ใจ เป็นของดี แต่เรานำไปใช้ในทางที่ชั่ว เลยเป็นของชั่วทั้งหมด ในผลที่สุด ภายของดี วาจาของดี ใจเป็นของดี เอาไปใช้ในทางที่ชั่วเลยหมดคุณค่า ตัวคนเรายังเหลือแต่กาก ไม่มีแก่นมีเนื้ออะไร ยังเหลือแต่กากเอาไปใช้อะไรก็ไม่ได้ เนื้ออธิบายถึงเรื่องความชั่วเกิดจากของดี แต่อันนั้นพูดเป็นศัพท์เป็นแสง ถ้าหากพูดตรงไปตรงมา พูดให้เข้าใจชัดๆ เป็นภาษาบ้านเราเมืองเราแล้ว เรียกว่า เอาของดี คือ ภาย วาจา ใจ ไปใช้ในทางที่ผิด เลยไร้ค่าคือหาค่าไม่ได้ ไม่มีคุณประโยชน์ นอกจากไม่มีคุณประโยชน์แล้ว ยังเป็นโทษแก่โลกพร้อมทั้งตัวของเรากับตัว เมื่อเราทำความชั่วอย่างนี้คนอื่นเดือดร้อนเป็นทุกข์ โลกทั้งหลายเดือดร้อนเป็นทุกข์ ตัวของเราก็ต้องเป็นทุกข์ตามเขา เพราะเราอยู่ในวงของเขา อยู่ในโลกอันเดียวกัน

เราสุ่มไฟเพื่อที่จะให้มันไหม้เผาคนอื่น แต่ว่าเราอยู่บ้านเดียวกันกับเขา เมื่อมันไหม้บ้านของเขาไม่ใช่บ้านเราหรอก ไฟเผาเสีย ให้มันหมดเสีย พอไฟลุกขึ้นมา

ตนเองก็อยู่ไม่ได้เหมือนกัน ถ้าไม่หนีก็ต้องเผาตนตายเหมือนกัน ความชั่วที่เกิดจากของดีก็ฉันเดียวกันนั้น อยู่ดีไม่ดีเกิดมาไม่ใช่เกิดมาทำความชั่ว เกิดมาสร้างคุณงามความดี ความชั่วเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ความดีนำมาซึ่งความสุข แต่เมื่อมาทำความชั่วแล้ว ทุกข์มันก็ต้องไหลมาหา เทมาหา และพากันบ่นว่าเดือดร้อนเป็นทุกข์ กลุ้มอกกลุ้มใจ ใครๆ ก็บ่นทั้งโลก แต่ไม่มีใครแก้ไขสักคนเดียว เหตุนั้น พระพุทธเจ้าจึงสงสารเมตตามนุษย์สัตว์ทั้งหลาย ปรรณนาเกิดมาเป็นพระพุทธเจ้า จะได้มาชี้แจงสั่งสอนให้เข้าใจเรื่องทั้งหลายเหล่านี้แหละ และจะได้พากันแก้ไขความชั่ว เหลวไหลและความทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อผู้ใดเชื่อฟังธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าและปฏิบัติตามท่านก็จะพ้นจากทุกข์ไปแล้ว ยังเหลือแต่พวกเราที่สิ พากันยุ่งกัน วุ่นอยู่นี้ คือพวกเรายังไม่เข้าใจธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าและปฏิบัติไม่ถูก

เมื่อพิจารณาเข้าใจธรรมะตามนัยที่อธิบายมานี้แล้ว ไม่ใช่ให้เข้าใจเฉยๆ เข้าใจแล้วนำไปปฏิบัติ คือ อย่าเอากายของดีไปใช้ในทางที่ชั่ว วาจา ใจ เป็นของดี อย่าเอาไปใช้ในทางที่ชั่ว เรากลัวโทษทุกข์ เราพยายามพ้นจากโทษทุกข์ด้วยการเอาของดีไปใช้ในทางที่ดี ก็เป็นอันว่าสมตามความประสงค์ ความมุ่งมาด ปรรณนาขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เท่าที่อธิบายมาก็พอจะเข้าใจแล้วนะ เพราะฉะนั้น ทุกๆ คนก็จงพากันจดจำนำไปปฏิบัติฝึกหัดโดยสมควรแก่ธรรมานุธรรมะ ก็จะเป็นประโยชน์ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ดังอธิบายมาด้วยประการฉะนี้



# มรณสติ

แสดง ณ วัดกัมภีรคณปิฏ อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



วันนี้จะเทศนาเรื่องมรณสติให้ฟัง มรณสติคือให้พิจารณาถึงความตาย ระลึกถึงความตาย เป็นปริกรรมภาวนาอย่างหนึ่ง ถ้าหากเราไม่ระลึกถึงความตาย เป็นอารมณ์ จิตจะเพลิดเพลिनลุ่มหลงมัวเมาประมาท เพราะคนเรารักชีวิต คือความเป็นอยู่ไม่อยากตาย โดยมากเป็นอย่างนั้น ถ้าหากเรามาพิจารณาถึงเรื่องความตาย เห็นอายุมันสั้นไปไม่ยืดยาวแล้ว คราวนี้จะได้รับเตรียมเนื้อเตรียมตัว จะได้รับ ขวนขวายหาสิ่งที่เป็นสาระ สร้างคุณงามความดีให้เกิดมีขึ้นในตนทันกับกาลเวลาซึ่งเรายังมีชีวิตอยู่ที่นี่ เพราะฉะนั้น มรณสติระลึกถึงความตายจึงเป็นของมีคุณค่ามาก

แต่คนทั้งหลาย ถ้าพูดถึงเรื่องความตายแล้วไม่ชอบ กลับกลัว แต่ความดีอยู่ที่ความตาย ถ้าคนเรามาพิจารณาถึงความตายแล้วทำดีได้ง่าย ลองคิดดู บางคนเจ็บไข้ได้ป่วยกลัวจะตาย รีบไปทำบุญทำทานเสีย หรือเจ็บไข้ได้ป่วยไม่มีสโรณะที่พึ่ง หากระลึกถึงความตายว่าจะตายวันไหนก็ไม่ทราบ ก็จะได้รับภาวนาพิจารณาถึงสังขาร ร่างกาย เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มีสักขีพยานประจักษ์ชัดแจ้งด้วยตนเอง คือว่ามันเจ็บมันป่วย มันเป็นพระไตรลักษณ์ มันต้องแตกดับในวันหนึ่ง จึงได้ชื่อว่าทำประโยชน์ให้เกิดขึ้นแก่เรามากทีเดียวการพิจารณาถึงความตาย

ตายมี ๒ ชนิด ชนิดหนึ่งเรียกว่า ปฏิจันณะ คือตายปกปิด เหมือนกับความแก่ชรา ชราโดยการปกปิด อีกอย่างหนึ่งเป็นชราโดยการเปิดเผย ก็ตายเหมือนกัน ตายโดยการปกปิด กับตายโดยการเปิดเผย มี ๒ อย่าง ชราปกปิด คือ มันแก่มาตั้งแต่ปฏิสนธิ คนเราถ้าไม่แก่มันก็ไม่ตลอด ครั้นแก่จึงค่อยตลอด เรียกว่าแก่มาตั้งแต่ในครรภ์ เป็นเด็กก็แก่ขึ้นมาทุกวัน วันคืนล่วงไป ๆ วันหนึ่งก็แก่ไป ๆ แก่วัน แก่เดือน แก่ปี แก่ไปโดยลำดับ แต่คนเราไม่ค่อยจะเห็นความแก่เหล่านั้น ถือว่ากำลังหนุ่มแน่น กำลังเจริญงอกงาม แท้ที่จริงคือความแก่นั่นเอง มันแก่เรื่อยไป แก่

แบบนี้เรียกว่า แก่ปกปิด คนทั้งหลายไม่สนใจถึงเรื่องความแก่ ส่วนแก่เปิดเผย นั้น อายุล่วงเลย ๕๐-๖๐ ปีไปแล้ว ผิวพรรณวรรณณะหตุ เศร้าหมอง เนื้อหนังก็ทรุดโทรมเหี่ยวแห้ง กำลังวังชาก็หมดลดถอยไป ผิดจากปกติ ผมที่เคยดำก็กลับขาวหงอก เดินก็ไม่ตรงทาง แต่ก่อนเคยเดินคล่องแคล่วว่องไว ตรงไปตรงมา ตอนอายุ ๕๐-๖๐ ปีไปแล้วมักจะคอนหน้าคอนหลัง ลูกนึ่งก็เจ็บปวด เดินก็ไม่คล่องแคล่ว ชุกๆ ชุนๆ เรื่องเหล่านี้แสดงให้เห็นความแก่อย่างเปิดเผย นอกจากนั้นก็แก่หอม จนกระทั่งไปไหนไม่ได้ ชักเท้า ๓ ขา หูตาฝ้าฟางไปหมด ฟังอะไรก็ไม่ชัดเจน อันนี้เห็นความแก่ได้ชัดเจน ใครๆ ก็รู้ได้ทั่วกันทั้งนั้น นี้เรียกว่าแก่เปิดเผย

ตายก็เช่นเดียวกัน ตายหมายถึงเปลี่ยนสภาพ เปลี่ยนแปลงไป เรียกว่าตาย เหมือนกับสีทาบ้าน ธรรมดาสีทาที่แรกใสสดดงาม มีแวววาว พอมันตายก็สีเศร้า สีหมอง สีจางไป เรียกว่า สีตาย คนเราตายก็คือ มันเปลี่ยนสภาพเช่นเดียวกับสี มันก็ทำนองเดียวกันนั่นแหละ

ความตายปกปิด คือตายตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดา เบื้องต้นเป็นกลละ จากกลละมาเป็นน้ำล้างเนื้อ ตายจากน้ำล้างเนื้อมาเป็นก้อนเลือด ตายจากก้อนเลือดมาเป็นปัญจสาขา ๕ แห่ง ครั้นพอเติบโตออกจากนั้น พอแก่พอครบครันบริบูรณ์แล้วถ้วน ๑๐ เดือนก็คลอดออกมา แล้วก็ตายจากเด็กที่นอนอยู่ในผ้าอ้อมที่ในกระดังงั้นแหละ เติบโตขึ้นมาโดยลำดับ จนกลานได้ เดินได้ วิ่งได้ พูดจาพาทีได้ ทุกสิ่งทุกอย่าง เรียกว่ามันเปลี่ยนสภาพไป มันตายไปจากของเดิม เมื่อเป็นเด็กไม่หุงผ้า ครั้นพอเติบโตขึ้นมาก็นุ่งห่มปกปิดอวัยวะๆ ทุกส่วน มันตายจากสภาพที่เป็นเด็กมาเป็นหนุ่มเป็นสาว ตายจากหนุ่มสาวก็มาเป็นคนเฒ่าคนแก่ จนกระทั่งนั่งหุดหู้ย่นด้วยประการต่างๆ อย่างอธิบายมาแล้วในเรื่องการแก่แบบไม่ปกปิด อันนี้ตายโดยลำดับมา ตายเรื่อยๆ มา เป็นตายปกปิด คนทั้งหลายไม่ค่อยเข้าใจและไม่ค่อยพิจารณา ไม่ถือว่าเป็นการตาย ความเป็นจริงก็คือตายนั่นเอง เหตุที่ไม่ถือว่าเป็นของตาย จึงเรียกปกปิด แท้ที่จริงคือมันตายมาแล้ว

ต่อเมื่อขาดลมหายใจเข้าออก ไม่มีลมหายใจ เย็นหมด หมดทั้งตัว เย็นเฉียบ หมดทั้งตัวนั่นแหละ เข้าใจว่าตายแน่นอน คราวนี้ไม่มีใครคัดค้าน เรียกว่าตาย ถ้าเอาไว้หลายวันนานๆ หน้าเขาก็อืดขึ้น พอง เหม็นกลิ่น เตี้ยวกก็เปื่อยเน่า น้ำเหลือง

ไหลเฟอะออกมา อันนี้เรียกว่าตายกันจริงๆ ตอนนี นีตายไม่ปกปิด

นี่ความตายของคนมีอย่างนี้ จึงว่าอยากจะอธิบายให้เข้าใจถึงเรื่องความตาย ถ้าหากเราเข้าใจความตายดังอธิบายมานี้แล้ว คนเราจะเป็นผู้ไม่ประมาท เราเกิดขึ้นมาเป็นเด็ก เหตุที่เพลิดเพลินมัวเมาว่ายังเป็นหนุ่มเป็นสาวอยู่ ก็หลงลืมตัวความเป็นจริง ความหนุ่มก็คือความตายนั่นเอง เพลิดกับความตาย หลงกับความตาย ตนของตนตายอยู่ก็ลืมตัว ไม่รู้สึกตัว เหตุนั้นจึงมัวเมาประมาทประกอบในทุจริตทำผิดด้วยประการต่างๆ อย่างขาดศีลธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม เพราะเหตุที่ว่าลืมความตาย เมากับความตาย เห็นความตายเป็นของสดสวยงดงาม เห็นเป็นหนุ่มเป็นสาวก็เลยมัวเมา นี่คนไม่เข้าใจถึงความตาย ถ้าหากว่าเราเข้าใจว่าเราตายไปทุกวันๆ เราจะได้เป็นผู้ไม่ประมาท

ความตายก็คล้ายๆ กับดวงอาทิตย์ ดวงตะวัน มันขึ้นมาตั้งต้นตั้งแต่มันโผล่มาเบื้องต้นตอนเช้าทางตะวันออก เราเข้าใจว่าตะวันขึ้นเพราะมันโผล่ขึ้นมา ความเป็นจริงมันเคลื่อนจะไปหาตะวันบายนั่นเอง มันจะลงดับไปนั่นเอง มันจะมีตมิตไปพอมันโผล่ขึ้นมา ก็คืออกติใจว่าตะวันขึ้น แต่ที่จริงไม่น่าจะติใจ ควรที่จะคิดว่า ตะวันมันขึ้นมาส่องแสง เตียวมันก็จะดับลับไปเวลาไหนก็ไม่ทราบ รีบประกอบกิจการงานที่ตนจะพึงทำเสียให้ทันกับกาลเวลา ดังเช่นบุคคลที่เขารับจ้างทำงาน วันหนึ่งทำ ๘ ชั่วโมง เขาจะรีบเร่งทำงานให้ทันกับเวลา ๘ ชั่วโมง ถ้าหากว่าไม่ทัน มันก็หมดเวลาไปเฉยๆ ก็เลยจะไม่ได้ค่าจ้างรางวัล อย่างนี้เป็นต้น อุปมาเปรียบอย่างนั้น

คนเราเกิดขึ้นมานั้น อายุมันมีเครื่องหมายไม่เหมือนกับรับจ้าง เขาจ้าง ๘ ชั่วโมง เขายังมีกำหนดเวลา คนเราไม่มีกำหนดหรือ ก็ปีจะตายไม่มีกำหนดหรือ บางทีพอคลอดออกมาตายก็มี บางที่เป็นเด็กเป็นหนุ่มตายก็มี บางทีเฒ่าแก่ ขนาดกลางตายก็มี มันไม่มีกำหนดเวลา เมื่อเราเข้าใจอย่างนี้แล้ว สิ่งที่เราจะต้องทำให้เป็นประโยชน์ คือ ค่าจ้างรางวัลที่เราจะพึงได้จากสรีระร่างกายที่ยังไม่ทันดับทันแตกตายนี มันยังพอใช้ได้ ก็รีบพยายามทำเสีย

อุปมาเปรียบเหมือนกับคนที่ใช้เรือข้ามน้ำในเวลาที่ยังไม่ทันแตกไม่ทันรั้วรับจ้างคนข้ามน้ำ รีบส่งรีบข้ามเสีย หากว่ามันแตกมันรั้วแล้วจะใช้ไม่ได้ หากว่ามันรั้วพอใช้ได้ ก็รีบทำการงานให้มันได้เงินได้ทองให้มันมากพอคุ้มค่าเสีย ฉะนั้น

นั้นเหมือนกัน คนเราเกิดมาก็เหมือนเรามีเรือลำหนึ่งเหมือนกัน พายล่องไป ๆ ขึ้น ล่องอยู่นี่ ขึ้นเหนือล่องใต้ ไป ๆ มา ๆ อยู่ที่นี่ ในการที่เราได้เรือลำนี้พายล่องขึ้นล่องลง นี้ รับผิดชอบต่อเอาเงินเอาทองเสีย สิ่งที่เราจะฟังได้ให้มันได้เสียแต่บัดนี้ อย่าให้ชักช้า เสียเวลาที่เราจะต้องทำ ด้วยการฟังเทศน์ให้ได้ความรู้ความเข้าใจ ให้ฉลาดเกิดความรู้ในทางธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จดจำให้มันได้ นี่ก็รีบทำเสีย ถ้าหากว่า ไม่ทำเวลานี้ ต่อไปอาจจะไม่มีคนเทศน์ให้ฟัง หรือบางทีเราอาจจะไม่มีโอกาสได้ฟัง เพราะมีอุปสรรคด้วยประการต่าง ๆ หรือมีฉะนั้นเราอาจจะหูหนวกหูตึง หรือเราอาจเจ็บไข้ได้ป่วยด้วยประการต่าง ๆ ไม่สามารถที่จะได้รับได้ฟังก็ได้ มันมีหลายเรื่อง อุปสรรคข้างหน้า ในเมื่อเรายังมีหูตาสว่างแจ่มใสและมีจิตใจคิดนึกตรึกตรองได้ และมีคนเทศน์คนอบรมสั่งสอน รีบปฏิบัติฝึกหัด หรือฟังเทศน์ฟังธรรม จดจำคำสอนของพระพุทธเจ้าให้ได้ อันนี้เรียกว่า รีบแจวรีบพาย รับจ้างหาเงินทองสมบัติข้าวของที่ตนจะฟังได้

นอกจากนั้น ศีล ๕ ศีล ๘ สิ่งที่เป็นเครื่องชำระกายใจ รีบชำระมันเสีย ถ้าหากว่าเราไม่ชำระสะสางเสียแต่เวลานี้ เมื่อเราตายไปแล้ว สิ่งที่เราทำไว้นั้นจะไม่มีโอกาสได้ชำระ ชำระเสียแต่มีโอกาสอยู่ก็คือยังไม่ทันตาย ถ้าหากว่าตายไปแล้วไม่มีโอกาสหรือที่ชำระสะสางจิตใจหรือสร้างบุญสร้างกุศล อย่าไปหวังเลยนอกจากโลกมนุษย์เราแล้ว พวกเทพทั้งหลายที่ท่านกล่าวถึงเรื่องอยู่ในสวรรค์ชั้นฟ้าต่าง ๆ ไม่มีเวลาจะได้ทำบุญตักบาตรหรือพวกนี้ คืออยู่ด้วยความสุขความสบาย ถ้าจะอุปมาเปรียบเหมือนกับ คนมีความสุขอยู่ในโลกนี้ เกิดความประมาทรำเริงในความสุขสมบัติของตน มีความรำรวยแล้วก็ลืมเสีย ว่าเพียงพอแล้วไม่ต้องเดือดร้อน รุ่ยวายอะไร แล้วก็ละเลยลืมคุณงามความดี สร้างแต่สมบัติ ยินดีกับสมบัติของตนตามที่มีอยู่นั้น

นางวิสาขาเทศน์ให้พ่อสามีฟัง เมื่อพ่อสามีได้เป็นเศรษฐีแล้วไม่ทำบุญสุนทาน นางวิสาขาบอกว่า กินของเก่า พ่อสามีโกรธ หว่านางวิสาขาเหยียดหยามดูถูกตน ธรรมดาของเก่า ความหมายของคนโดยส่วนมากหมายถึงอุจจาระ ปัสสาวะ ว่าเป็นของเก่า พ่อสามีจะเอาโทษนางวิสาขา จึงเรียกรกรรมกรขึ้นมารับรักษาหรือ สอบถามความจริงกัน นางวิสาขาว่าไม่ได้หมายความว่าอย่างนั้น หมายถึงพ่อสามีทำบุญ

สุนทานไว้แต่ชาติก่อนแล้วจึงค่อยได้มามีสมบัติมากมายร่ำรวยจนได้เป็นเศรษฐีในชาติ  
นี้ แล้วก็เลยมัวเมาไปกับสมบัติของตนที่ตนได้ทำไว้แต่ก่อน เรียกว่า กินของเก่า หมายถึง  
เอาตรงนั้นต่างหาก กินของเก่าไม่ทำบุญต่อ พอนางวิสาขาเทศน์ให้ฟังเท่านั้น พ่อ  
สามีเลยสะดุ้งตื่นตกใจเห็นดีเห็นชอบกับลูกสะใภ้ จึงได้ยกนางวิสาขาให้เป็นมารดา  
นางวิสาขาจึงมีฉายาว่า วิสาขามิคารมาตา พ่อสามีชื่อว่า มิคารเศรษฐี ลูกสะใภ้ชื่อ  
ว่า วิสาขา เหตุนั้นจึงได้ฉายาว่า วิสาขามิคารมาตา คือเป็นมารดาของมิคารเศรษฐี  
นั่นเอง นี่เป็นตัวอย่าง คนเราถ้าหากไม่สร้างคุณงามความดีเสีย เพลิดเพลิน  
มัวเมาแต่ความสุขของตน เรียกว่า กินของเก่า นี่แหละคนที่ลุ่มหลงมัวเมา ลืมตน  
ลืมตัวเป็นอย่างนี้

เมื่อเรามาพิจารณาถึงความตาย จะหาอุบายวิธีสร้างคุณงามความดีของตน  
ด้วยวิธีใดดีที่สุดแล้วแต่เกิด จะเป็นการไหว้พระสวดมนต์ไม่ให้ขาดประจำวัน หรือว่ามี  
ศีล ๕ ประจำเป็นนิจ หากไม่ได้ก็อย่าให้มันผิดแผกไปจากธรรมดา วันศีลวันพระก็  
ให้มันได้ประจำ รีบทำเสียในเมื่อเรายังมีหูตาอวัยวะครบครันบริบูรณ์ เรียกว่า  
สมบัติของเรามีครบมูลบริบูรณ์รีบทำเสีย หรือมิฉะนั้น ถ้าหากจะทำอย่างง่าย ๆ  
อย่างสบายที่สุดคือ เรามาหัดภาวนากรรมฐาน โดยการที่เราไม่ได้ลงทุนอะไรเลย  
นั่งทำกรรมฐานภาวนา ทำสมาธิพิจารณาอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นตามเป็นจริง  
เป็นของไม่เที่ยง ยิ่งจะเป็นเหตุให้เรารีบร้อนทำคุณงามความดี ให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไปโดย  
อย่างรวดเร็วที่สุด นี่การพิจารณาถึงความตายมีประโยชน์หลายอย่างหลายประการ  
เรียกว่า พิจารณาถึงความตายให้คุณค่ามหาศาล ความตายที่เราพิจารณาถึงอยู่  
ตลอดทุกวันเวลานั้น พระพุทธเจ้าท่านชมนักชมนานา แต่ท่านก็ไม่ได้อธิบายอะไร  
กว้างขวางมากมาย ท่านบอกว่าเป็นของดีมีประโยชน์มาก ความเป็นจริงมันเป็น  
จริงอยู่แล้ว แต่เราไม่อยากจะพิจารณาเห็นตามเป็นจริง จึงไม่ได้รู้ความจริงของธรรมชาติ  
ความตายเป็นจริงดังอธิบายมาแล้ว ใคร ๆ ไม่เว้นเลยสักคนเดียว ทุกคนจะต้องตาย  
ด้วยกันทั้งนั้น ถึงจะเพลิดเพลินมัวเมาลุ่มหลง หรือว่าปลงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา  
เห็นสภาพตามเป็นจริงก็ตาม แต่ผลที่สุดจะต้องแตกดับเหมือนกัน

พระพุทธเจ้าของเราท่านทรงเห็นชัดตามความเป็นจริงแล้วในทุกสิ่งทุกอย่าง  
ว่า สังขารร่างกายเกิดมาแล้วก็ต้องดับ แต่ถึงขนาดนั้น พระองค์ท่านก็ยังดับขันธปรินิ-

นิพพาน พระสาวกทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน คนประมาทมัวเมาทั้งหลายทั้งปวงหมด ถึงจะไม่เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามสภาวะธรรมก็ตาม แต่ก็จะต้องตาย เหมือนกัน แต่ว่าความตายมันผิดแผกกัน คนมัวเมาประมาทในเวลาตาย ไม่มีที่พึ่ง ไม่มีที่เกาะเกี่ยว ก็มีแต่ความทุกข์เดือดร้อนกลัวใจ โดยเฉพาะคนมีคนรวยก็เลยไม่อยากตายจากสมบัติความสุขของตน หรือมีครอบครัวก็ไม่อยากพลัดพรากจากครอบครัวของตน อาลัยอาวรณ์เสียตาย

ถ้าหากว่าผู้ที่ท่านมีสติปัญญา พิจารณาเห็นตามเป็นจริงดังอธิบายมาแล้วนั้น ท่านไม่ได้กังวลเกี่ยวข้องกับเรื่องทั้งหลายเหล่านั้น ถึงมันแตกดับก็มองเห็นชัดเจนตามเป็นจริงว่ามันเป็นอย่างนั้นแน่นอน เมื่อมันแตกดับก็เห็นตามเป็นจริง แสดงความจริงให้ปรากฏชัดขึ้นมา ยิ่งเป็นสักขีพยานชัดเจนกว่า แล้วจะมีความทุกข์โศกมาจากไหน ถ้าเห็นตามเป็นจริงแล้ว ไปทุกข์มันก็ไม่ได้อะไร ไปโศกก็ไม่ได้อะไร จะไปเสียใจมันก็ไม่เห็นได้อะไร มีแต่ทุกข์เราเท่านั้น เราเป็นคนทุกข์ต่างหาก เรื่องทั้งหลายมันหาได้กลับคืนมาเป็นเราอีกไม่ มันจะต้องแตกซำรุดทรุดโทรมลงไป

คนที่ห่วงกังวลเกี่ยวข้องกับคนตาย เป็นทุกข์อาลัยอาวรณ์ร้องไห้ร้องห่มนั้น มันไม่มีประโยชน์อะไรหรอก ถ้าจะร้องไห้ร้องห่มให้มันมีประโยชน์นั้น เสียตายที่เราตายทุกวันยังได้ประโยชน์กว่า หมดลมหายใจเข้าออกแล้วไปร้องไห้ร้องห่มเสียตาย มันจะกลับคืนมาหรือ ไม่มีหรอก เราร้องไห้เราเสียตายในการที่เราตายทุกวันๆ นี้ เป็นทุกข์เดือดร้อนเพราะเหตุที่เราจะต้องตาย ถ้าคิดได้อย่างนี้แล้วคนจะสงบเยือกเย็น คือเห็นความตายแล้วคนจะไม่เห่อเหิมกำเริบ จะไม่ประมาทเหยียดหยามดูถูกคนอื่น และจะไม่มีการลักฉ้อโกงขโมย จะมีแต่นิ่งสงบเยือกเย็น นอกจากนั้นอีก ก็ให้เห็นช่องทางที่จะทำคุณงามความดีต่อไป

คนเจ็บไข้ได้ป่วยกลัวจะตายรีบวิ่งเข้าวัดเข้าวา สร้างบุญสร้างกุศลทำบุญ ตักบาตร อย่างน้อยคนคิดถึงความตาย คือ คิดถึงอายุของตน ว่าอายุ ๓๐ ปี ๔๐ ปี หรือถึงวันเกิด เดือนเกิด ปีเกิด จะต้องทำบุญอายุ อันนี้เนื่องจากพิจารณาถึงความตายทั้งนั้น จึงว่าความตายมีคุณค่ามหาศาล

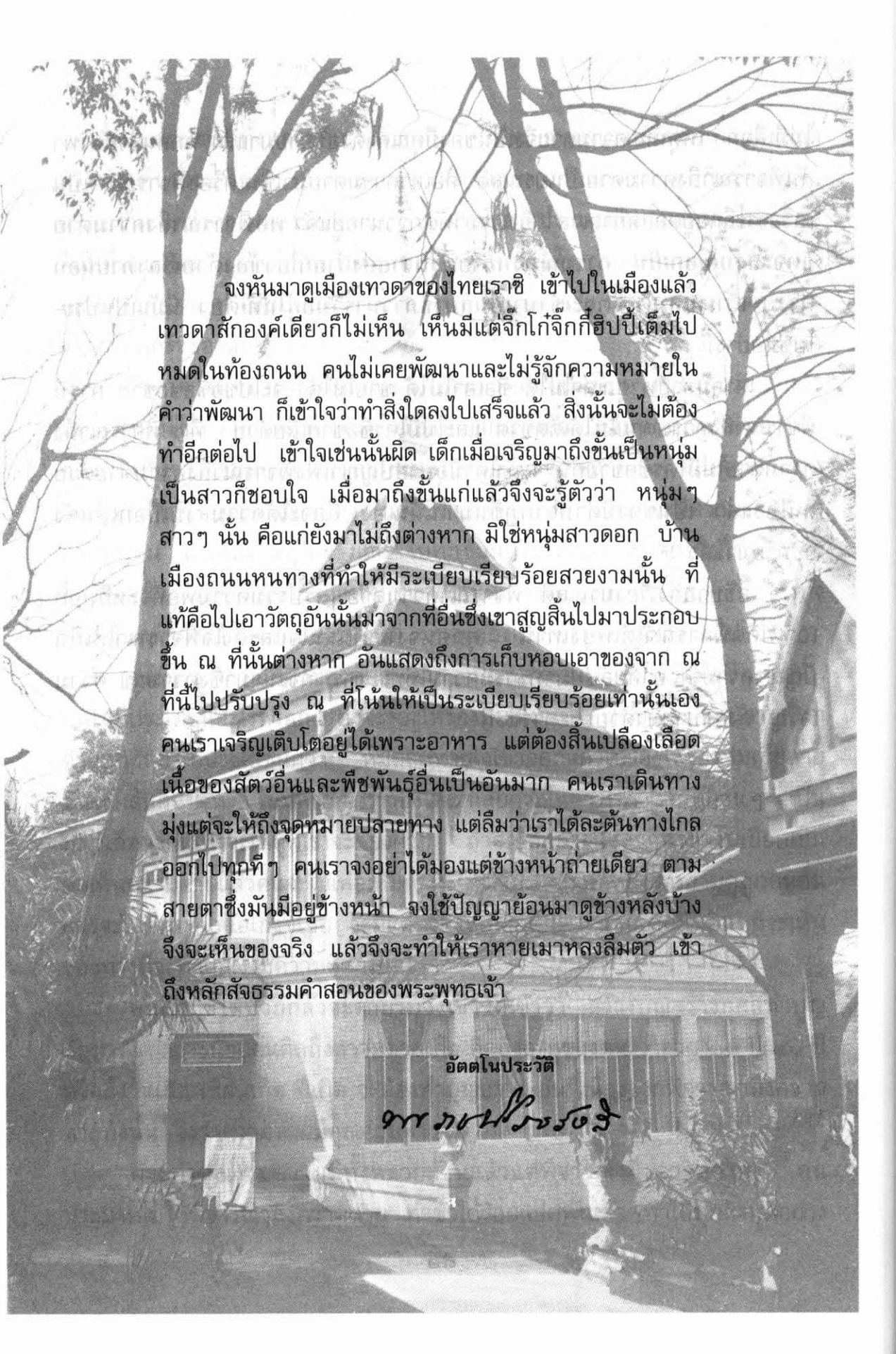
ผู้จะทำคุณงามความดีทั้งหลายล้วนแล้วแต่พิจารณาถึงความตาย คนประมาทไม่ได้พิจารณาถึงความตาย ทำชั่วได้ร้อยแปดพันเก้า ทำได้ทุกอย่าง

ไม่มีเลือก เหตุฉะนั้น ความตายจึงเป็นของมีคุณค่าตั้งอธิบายมาแล้ว ทุกคนจึงต้องพากันพิจารณาถึงความตายเป็นมรณสติ คือเอาความตายมาเป็นเครื่องพิจารณา เป็นเครื่องระลึกอยู่ตลอดเวลา ยิ่งเรามาหัดภาวนาอยู่แล้ว พอพิจารณาถึงความตาย จิตจะสงบเยือกเย็น อารมณ์ทั้งหลายที่วุ่นวายส่งสัยเกี่ยวข้องกับเรื่องภายนอกต่าง ๆ จะหายหมด จิตจะเข้ามาเป็นสมาธิภาวนารวมอยู่ในที่เดียว นี่มันเป็นประโยชน์อย่างนี้

ความตายหากคุณค่าไม่ได้ ชื่อเอาไม่ได้ ขายไม่ได้ จะไปขอซื้อขอขาย การที่พิจารณาถึงความตายไม่ได้เด็ดขาด และไม่มีใครซื้อขายเสียด้วย ที่เราพิจารณาถึงความตายไม่มีใครซื้อขายกัน ถ้าใครมีอุบายปัญญาเพ่งพิจารณาถึงความตายด้วยตนเองแล้ว เป็นของมีค่าปรากฏขึ้นมาในนั่นเอง คือจะได้ความสงบเยือกเย็นตั้งอธิบายมาแล้ว

อธิบายถึงเรื่องมรณสติ พิจารณาความตาย สรุปรวมความพอที่จะหยิบยกเอาไปคิดพิจารณาได้เพียงเท่านั้น ทุกคนจงพากันสนใจและตั้งใจพิจารณาให้เกิดปัญญาความรู้ อาศัยอัปมาทธรรมความไม่ประมาท ก็จะนำมาซึ่งความสุข ความเจริญ ตั้งอธิบายมาด้วยประการฉะนี้





จ้งหันมาดูเมืองเวทดาของไทยเราซิ เข้าไปในเมืองแล้ว  
เวทดาสักองค์เดียวก็ไม่เห็น เห็นมีแต่จ๊กโก่จ๊กก็ฮิปบี้เต็มไป  
หมดในท้องถนน คนไม่เคยพัฒนาและไม่รู้จักความหมายใน  
คำว่าพัฒนา ก็เข้าใจว่าทำสิ่งใดลงไปเสร็จแล้ว สิ่งนั้นจะไม่ต้อง  
ทำอีกต่อไป เข้าใจเช่นนั้นผิด เด็กเมื่อเจริญมาถึงขั้นเป็นหนุ่ม  
เป็นสาวก็ชอบใจ เมื่อมาถึงขั้นแก่แล้วจึงจะรู้ว่า หนุ่มๆ  
สาวๆ นั้น คือแก่ยังมาไม่ถึงต่างหาก มีไซ่หนุ่มสาวดอก บ้าน  
เมืองถนนหนทางที่ทำให้มีระเบียบเรียบร้อยสวยงามนั้น ที่  
แท้คือไปเอาวัตถุอันนั้นมาจากที่อื่นซึ่งเขาสูญเสียไปมาประกอบ  
ขึ้น ณ ที่นั้นต่างหาก อันแสดงถึงการเก็บหอบเอาของจาก ณ  
ที่นี้ไปปรับปรุง ณ ที่โน้นให้เป็นระเบียบเรียบร้อยเท่านั้นเอง  
คนเราเจริญเติบโตอยู่ได้เพราะอาหาร แต่ต้องสิ้นเปลืองเลือด  
เนื้อของสัตว์อื่นและพืชพันธุ์อื่นเป็นอันมาก คนเราเดินทาง  
มุ่งแต่จะให้ถึงจุดหมายปลายทาง แต่ลืมว่าเราได้ละต้นทางไกล  
ออกไปทุกทีๆ คนเราจงอย่าได้มองแต่ข้างหน้าอย่างเดียว ตาม  
สายตาซึ่งมันมีอยู่ข้างหน้า จงใช้ปัญญาย้อนมาดูข้างหลังบ้าง  
จึงจะเห็นของจริง แล้วจึงจะทำให้เราหายเมาหลงลืมตัว เข้า  
ถึงหลักศีลธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

อัตตโนประวัติ

๑๓๖๖

# ธรรมเกิดจากความสงบ

แสดง ณ วัดสันตฆาตเมือง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย  
วันที่ ๒๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๓



พากันตั้งใจฟังธรรมเทศนา เทศน์มาให้ฟังตลอดพรรษา ไม่ใช่ตลอดพรรษาตลอดแล้งตลอดฝนทีเดียวละ ตั้งแต่มาอยู่ที่นี้ตั้ง ๑๐ ปีมาแล้ว เทศน์เสียจนทุกวันพระวันศีล ไม่ทราบพากันได้อะไรบ้าง

ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าหากว่าเราพากันฟังเฉยๆ ไม่ได้ฝึกฝนอบรมจิตของตนให้เป็นเครื่องรับรองธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า ธรรมคำสอนของพระองค์ก็ไม่ทราบว่าจะไปตั้งอยู่ตรงไหน พระธรรมคำสอนที่พระพุทธเจ้านำออกมาเทศนาเผยแผร์ที่เรียกว่าศาสนา ให้พวกเราได้ปฏิบัติประพฤตินั้น เบื้องต้นก่อนที่พระพุทธเจ้าจะได้นั้น ท่านต้องฝึกฝนอบรมตัวของพระองค์อยู่ตั้งนานถึง ๖ ปี ที่เรียกว่าทำทุกรกิริยา พยายามฝึกฝนใจอย่างเดียว อบรมใจอย่างเดียว คือให้ใจถอนออกเสียจากโลก คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ใจถอนออกจากกองกิเลส

ธรรมะกับกิเลสมันเป็นปรปักษ์กัน ธรรมะคือคำสอนของพระพุทธเจ้าที่บริสุทธิ์นั้นเป็นปรปักษ์กันกับตัวกิเลส เช่น ท่านสอนให้พากันสละจาคะ กิเลสนั้นมีแต่สละสมอยากจะได้ สอนให้สละจาคะเจเลี่ยความสุขให้แก่คนอื่น แต่ว่ากิเลสมีแต่สละสมอยากจะกอบโกยมาเข้าตัว มันจึงเป็นปรปักษ์กันอย่างนี้ ถ้าคนเรายังมีมัจฉริยะตระหนี่อยู่ในใจ คำสอนให้สละจาคะแบ่งความสุขให้คนอื่นไม่อยากจะฟัง เป็นพิษเป็นสงเกิดขึ้นมาในใจ

ถ้าคนใดที่มีการสละจาคะ เรียกว่ามีพื้นฐานอยู่แล้ว พอท่านสอนให้สละจาคะเพื่อเจเลี่ยความสุขของตนที่มีอยู่เพื่อคนอื่น มันซาบซึ่งเข้าถึงหัวใจ คืออกดีใจ อิ่มอก อิ่มใจ ว่าตนปฏิบัติถูกต้องตามทำนองคลองธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เห็นตามด้วย สุขทั้งตนที่ได้ให้คนอื่น สุขทั้งคนอื่นที่ได้รับของจากเรา ที่ว่าพื้นฐานของธรรมะ ถ้าหากมันมีที่ตั้ง คือชำระพื้นฐานของตนให้มันสะอาดบริสุทธิ์แล้ว ธรรมะจึงค่อยไปตั้งลงไปได้ นี่ชักอุปมาเปรียบเทียบให้ฟังพอเป็นอุทาหรณ์ เช่นการทำทานตั้งว่ามานี้

ส่วนเรื่องอื่นนอกไปกว่านั้นอีก ที่ท่านสอนให้พากันทำความสงบอบรมใจอย่าให้ฟุ้งซ่านส่งไปหน้าหลัง ถ้าหากว่าเรายังไม่ทันทำความสงบ อบรมสมาธิยังไม่ทันได้ ครั้นสอนให้พากันทำความสงบอบรมสมาธิไม่ให้ฟุ้งซ่าน ก็เป็นปรปักษ์กันอีก ไม่ค่อยชอบไม่ค่อยอยากฟัง คิดว่ามันจะสุขที่ไหน แต่เพลิดเพลิดส่งสายอยู่ขนาดนี้ มันก็ยังไม่มีความสุขเพียงพอแก่ความต้องการ สงบแล้วมันจะได้อะไร นั่งเฉยสงบอยู่คนเดียวมันจะได้อะไร มันก็เป็นคนโง่เท่านั้นละซี มันเลยไม่เข้ากัน จึงว่าเป็นปรปักษ์ของธรรมะที่ท่านสอนให้สงบ

ถ้าคนใดมาตั้งใจฝึกฝนจิตใจของตนให้สงบ คือบางทีเห็นด้วยตนเองด้วยซ้ำ ความยุ่งเหยิงและวุ่นวายเห็นเป็นอันตรายของความสุข ถ้าหากเราสงบอยู่หนึ่ง หรือมีความเบิกบานเยือกเย็นอยู่คนเดียว พอตีท่านอธิบายถึงเรื่องความสงบว่าเป็นความสุข สมกับบาลีที่ว่า นตฺถิ สนฺตฺติปริ สฺขํ ความสุขเสมอด้วยความสงบไม่มี มันซาบซึ่งเข้าไปถึงใจเลย มันสมจริงทุกสิ่งทุกประการ ความสงบเป็นความสุขแท้จริงทีเดียว ใครจะให้เงินหมื่นเงินแสน ใครจะให้วัตถุสิ่งของใดๆ ก็ตาม ไม่ได้มีความสุขเหมือนกันกับเราได้รับความสงบ

พอท่านสอนให้สละ มันสละอยู่แล้ว จิตมีฐานที่สละอยู่แล้ว รู้สึกเห็นโทษในการวุ่นวายอยู่แล้ว เราพยายามอยากจะถอนอยากจะละอยู่แล้ว พอท่านสอนว่าการละความวุ่นวายส่งสาย จิตสงบลงไปได้นั้นแหละเป็นความสุขยิ่ง ก็เลยไปถูกรอกถูกใจเลยชอบใจ ใจของเราหนักแน่นแน่นเข้าอีก ก็มีแต่พยายามที่จะรักษาความสงบนั้นไว้ให้ได้ และก็หาอุบายที่จะทำความสงบนั้นให้แน่นแฟ้นไปกว่าเก่า นี่คำว่าฐานของธรรมะมันมีอยู่

ธรรมทั้งหลายที่อธิบายมามากมายก็เหมือนกัน ถ้าไม่มีฐานเป็นที่ตั้งแล้วก็ยากที่จะจับได้ เพราะธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่พระองค์ออกมาประกาศนี้ นั่น ล้วนแล้วแต่เกิดจากความสงบ คือจิตของพระองค์เป็นสมาธิแล้ว ชำระจิตใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ผุดผ่องดีแล้ว สิ่งใดที่เข้ามาปรากฏในนั้นก็เห็นชัดขึ้นมาเลย เหมือนกับกระจกที่ใสสะอาด ละอองนิดเดียวมาติดอยู่ก็รู้ก็เห็นว่ามีละออง จิตของพระองค์ใสสะอาดแล้ว ก็เลสทั้งหลายจะมาผ่านตรงนั้นก็รู้ได้ เห็นได้ชัด เห็นหน้าเห็นตาเห็นลักษณะท่าทีที่ரியามันชัดเจนเลยทุกสิ่งทุกอย่าง

เหตุที่พระองค์จึงได้นำมาประกาศหรือนำมาสอน คือมาตั้งศาสนาให้เรา เราได้ปฏิบัติ เช่นที่พระองค์ท่านสอนว่า ความโลภเป็นอันตรายของธรรมอย่างยิ่ง คำว่าโลภในที่นี้คือมันอยากได้มาก ไม่ใช่อยากได้พอดีพองาม อย่างบางคนที่ยังถูก ขยายแพง แลกเปลี่ยนเอาผลกำไรก็เป็นตามธรรมดา แต่ที่มันอยากได้มากๆ ขึ้นไป ก็เลยเกิดเป็นการฉ้อโกงขึ้นมา นี่มันโลภเกินประมาณ มันกลายเป็นอันตรายของธรรม เมื่อมันเกิดความโลภขึ้นมาแล้ว กรรมอื่นๆ ที่เราจะไม่ทำก็ไม่มี คือ ฉ้อก็เกิดขึ้นมาได้ โกงก็เกิดขึ้นมาได้ ลักขโมยก็เกิดขึ้นมาได้ อิจฉาริษาทุกอย่างก็แล้วเขาจะดีกว่าก็เกิดขึ้นมาได้ นั่นจึงว่าเป็นอันตรายของธรรมทั้งหลายคือความสงบนั่นเอง มัน เป็นอันตรายของความสงบของความสุข เมื่อเกิดความโลภขึ้นมาแล้วก็ร้อนรนวุ่นวาย

ความโกรธก็เป็นอันตรายของธรรมอันหนึ่งเหมือนกัน ถ้าโกรธขึ้นแล้วปิดมิด หมด ความสุขสงบไม่มี ไม่เห็นจิตเห็นใจตนเอง พระธรรมเกิดจากความสงบ จิตที่ สงบแล้วใสสะอาดตั้งอธิบายมาแล้ว คราวนี้ถ้าโลภ โกรธ หลงขึ้นมาแล้ว ปิดหมด ความสงบไม่มี แสงสว่างก็ไม่ปรากฏไม่เกิด ก็ไม่ทราบเอาอะไรมาพูด ธรรมะคือ อะไรกันก็ไม่ทราบ

ถ้าหากแสงสว่างของจิตคือความสะอาดของจิตมันมีแล้ว มันใสสะอาดแล้ว ธรรมทั้งหลายจะปรากฏขึ้นมาในที่นั้น พูดได้ อธิบายได้ว่าอะไรเป็นอะไร เห็นอยู่ใน ความสว่างนั้นเลย จึงว่าธรรมเกิดจากความสงบ คำสอนของพระพุทธเจ้าเกิดจาก ความสงบ เหตุที่ผู้ซึ่งจะฟังธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจะต้องพากันทำความ สงบ อย่าให้จิตส่งไปมาหน้าหลัง ให้ตั้งอยู่เฉพาะรักษาสติ กำหนดจิตให้อยู่เฉพาะ ในที่เดียว เมื่อตั้งสติรักษาอารมณ์ไม่ให้จิตฟุ้งซ่านส่งไป และไม่ให้อารมณ์ภายนอกเข้ามาแทรกซึม ในที่นั้นจะมีความสงบสว่างอยู่ คำว่าสว่างคือมันเห็นใจอยู่ นั่นเอง

กิเลสทั้งหลายมันเกิดจากใจ ไม่ใช่เกิดจากที่อื่น โกรธมันก็เกิดจากใจ ความ โลภ ความรัก ความชัง ก็เกิดจากใจ ไม่ใช่เกิดจากที่อื่น เมื่อใจมันสงบแล้ว สติตั้ง มันอยู่ มองเห็นใจใสสว่างอยู่ตลอดเวลา ถ้าความโลภมันมาปรากฏ ก็ผลึกออกไป และกำจัดออกไป ความโกรธเกิดขึ้นมา ความหลงเกิดขึ้น ก็เห็นว่าเป็นโทษ เห็นว่า เป็นของมัวหมอง เป็นเครื่องไม่พองใส มาปิดบังความพองใส เราก็ขจัดออกไป

ทำลายออกไป ผลักมันออกให้มันหนีไป ก็ยังเหลือแต่ใจใสสะอาด ถึงแม้ว่าเราจะไม่  
บัญญัติว่าอันนั้นเป็นโลก โกรธ หลง ก็ไม่มีปัญหาอะไร คือขอให้เราชำระใจของเรา  
ให้สะอาดแล้วก็ป็นใช้ได้

การปฏิบัติ คือต้องการชำระใจอย่างเดียว ให้ใจสะอาดอย่างเดียว เมื่อเรา  
เข้าใจรักษาใจได้อย่างนี้ ฟังธรรมอยู่ตลอดเวลา ถึงคนอื่นจะไม่เทศน์ พระเจ้าพระสงฆ์  
ครูบาอาจารย์ไม่เทศน์ก็เป็นอันว่าเทศน์อยู่ในนั้น ถือว่ามันเห็นอยู่ในที่นั้น ท่าน  
เทศน์ก็เทศน์ให้รู้จักอันนั้น สอนให้รู้จักอันนั้น คือกิเลสมันมาเป็นผ้าปกปิดความ  
สว่างอันนั้น เมื่อเราเข้าใจเห็นชัดอันนั้น เราชำระอันนั้น เป็นอันว่าเราฟังเทศน์ถูก  
ต้องแล้ว เราปฏิบัติศาสนาถูกต้องแล้ว

ที่ท่านแสดงถึงเรื่องพระพุทธเจ้ารู้ซึ่งธรรมทั้งหลาย เรียกว่า สัพพัญญู รู้ซึ่ง  
สรรพธรรมคือธรรมทั้งหลายนั้น ไม่ใช่ที่ท่านไปตามรู้ทั่วบ้านทั่วเมืองทั่วโลกทั่วแผ่น  
ดิน ท่านไปรู้ตรงนั้นแหละ ของมากมาย ที่กระจัดกระจายอยู่ใครจะไปตามรู้ได้ ต้องมา  
รวมอยู่ในที่นั้นจึงจะตามรู้ได้ พระพุทธเจ้าก็เช่นเดียวกัน ต้องมาเห็นในที่นั้น ปรากฏ  
ในที่นั้น อะไรๆ เกิดมาในที่นั้นจึงเรียกว่ารู้ได้ รู้ซึ่งสิ่งสารพัดทั้งปวงหมดที่เกิดในที่นั้น  
ไปรู้เรื่องวิชาภายนอกไม่ต้องการหрок พระพุทธเจ้าท่านไม่ต้องการ พระสาวกทั้ง  
หลายก็ไม่ต้องการ

วิชาของโลกไม่มีที่สิ้นสุด กสิกรรม หัตถกรรม พาณิชยกรรม สารพัดวิชา  
ทุกอย่าง อย่างการทำไร่ทำนาเรือกสวนต่างๆ กิติ คำขายกิติ ไม่มีที่สิ้นสุด ทำไป  
เกิด ทำไปเท่าไรก็ทำไปเกิด คนที่ทำไปอายุ ๑๐๐ ปี ตายไปแล้วคนอื่นก็ยังมาทำต่อ  
ไปอีก ไม่จบไม่มีที่สิ้นสุด เรื่องของโลกมันต้องเป็นอย่างนั้น วิชาของโลกมันเป็น  
อย่างนั้น เหตุฉะนั้นจึงว่าโลกทั้งหลายตามไม่รู้จักจบจักสิ้น ในผลที่สุดก็หมุนเวียน  
กลับมาของแก่นั้นแหละ คือมาใส่ปากใส่ท้องมาเลี้ยงชีพอันนี้ พอมีชีพคือยังมีชีวิต  
อยู่ก็ทำต่อไปอีก ทำไปแล้วก็กลับย้อนมาเลี้ยงตัวนี้แหละ วนเวียนมาอยู่แค่นี้ เมื่อชีพ  
นี้ยังไม่แตกไม่ดับ ก็ต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน แตกดับไปแล้วงานก็ยังค้างเต็งอยู่  
นั้นแหละ ยังไม่สิ้นไม่สุด นี่เรื่องโลกเป็นอย่างนี้

เรื่องธรรมหาได้เป็นเช่นนั้นไม่ ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เบื้องต้น  
อย่างพวกฝึกหัดภาวนาอย่างทีอธิบายให้ฟังนี้ ยอมสละ ยอมปล่อยวาง ถึงงานอัน

นั่นจะมีหนาแน่นสักเท่าใดยืดยาวสักเท่าไรก็ตาม ทอดทิ้ง ปล่อยวาง จิตสงบ หมด  
หนทาง ไม่มีทางไป สงบเยือกเย็นแล้วไม่มีทางไป ได้รับความสุขขึ้นในนั้น ถึงแม้จะ  
ไม่มีวัตถุอะไรปรากฏขึ้นก็ตาม พอสงบมันก็สุข พอปล่อยวางมันก็เย็น เหตุนั้นธรรม  
จึงว่าเป็นของเย็น ธรรมจึงว่ามีที่สิ้นที่สุด อันนี้ความสุขเพียงแค่นี้เราก็พอจะรู้ได้

ถ้าปัญญาฉลาดเฉียบแหลมขึ้นไปกว่านั้นอีก อย่างพระสาวกพระพุทธเจ้าทั้ง  
หลาย ท่านตามค้นคว้าหาต้นตอของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงหมดในโลก เช่น จิตมันส่ง  
สาย ประงแต่่ง วุ่นวาย สารพัดทุกอย่าง อันนั้นก็ทำ อันนี้ก็ทำ อันนั้นก็คิด อัน  
นี้ก็นึก ส่งไปๆ ตามไปรู้เหตุผลของมัน มันทำไปทำไม ทำไปเพื่ออะไร มันเกิดจาก  
อะไร สิ่งทั้งปวงหมดซึ่งถือว่าเป็นเราเป็นของเรานั้น เป็นของเราจริงหรือไม่ อะไรเป็น  
ของเราแน่นอน ตามค้นตามคว้า เห็นเหตุผลหมดทุกสิ่งทุกอย่าง

อย่างว่าเราทำสวนหรือทำนาซึ่งถือว่าเป็นของเรา นาก็เป็นของเรา สวนก็  
เป็นของเรา ท่านตามไปค้นคว้าเห็นหมด แต่ก่อนเป็นของใคร ก่อนที่เราจะไปเอา  
เป็นของใคร สวนก็ดี ที่ดินก็ดี เป็นของใคร เป็นของปุ๋ยาตาทวด ก่อนปุ๋ยาตาทวด  
เป็นของใคร ตามไปๆ จนไม่มีที่สิ้นที่สุด ในผลที่สุดไม่ใช่ของใครทั้งหมด เลยจบกัน  
ลงเพียงเท่านั้น จบ คือว่าไม่มีของใคร คราวนี้ถึงเรามายึด มันก็ไม่ใช่ของเราอีก เรา  
ตายไปแล้วก็เป็นของคนอื่นอีก ตกลงก็เลยสุดกันเพียงเท่านี้ ไม่ใช่ของใครทั้งหมด  
เป็นอนัตตา ท่านเลยพิจารณาเห็นต้นตอเป็นอย่างนั้น ท่านจึงจบลงไปได้

คนที่ไม่มีปัญญาพิจารณาไม่เห็นของจริง มีแต่ว่าของกูๆ ว่าเป็นอะไรก็ยึดถือ  
ว่าเป็นของกูๆ ของอันนี้มีอยู่ที่ยึด ของอันนั้นหายไปก็ยึด เป็นทุกข์เป็นโศกเพราะของอันนั้น  
นี้เป็นส่วนภายนอก ส่วนตัวของเราก็เหมือนกัน ได้แก่ สังขารร่างกายที่เรียกว่า  
ขันธ์ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่อยู่ในตัวของเรานี้

รูป คือตัวของเรานี้เป็นของเราจริงหรือไม่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ  
เป็นของเราจริงหรือไม่ ท่านตามไปค้นคว้าจริงๆ รูปเป็นของใคร ที่เราอาศัยมันอยู่นี้  
เป็นของเราจริงหรือไม่ ถ้าเป็นของเราจริง มันก็คงจะไม่แก่ ใครไม่ยอมแก่สักคน  
มันก็คงจะไม่เจ็บ ใครก็ไม่ยอมเจ็บสักคน คงจะไม่เฒ่าไม่ตาย เพราะใครก็ไม่ยอม  
ตาย แม้ไม่ยอมตาย มันก็ยังตายอยู่ มันเป็นของใคร เมื่อมันเป็นไปตามเรื่องของ  
มัน เราจะถือว่าเป็นของเราได้อย่างไร ก็ตกลงว่าไม่ใช่ของเรา มันเกิดขึ้นมาแล้วมัน

ก็แปรปรวนไปตามสภาพของมัน มันเป็นเรื่องของธรรมชาติธรรมดา มันเป็นอย่าง  
นั้น

จิตเราเข้ามาครองเท่านั้น ก็ถือว่าเป็นของเรา เหมือนกับเราเข้าไปครองที่ดิน  
นั้นแหละ ที่เราไปยึดเอาที่ดิน ที่นา อันนี้ก็เหมือนๆ กัน ถ้าพิจารณาเห็นอย่างนี้  
ท่านสละปล่อยวางลงไปได้ ท่านทิ้งอันนี้ปล่อยวางอันนี้เสียแล้วยังเหลือแต่ใจ คราว  
นี้ใจก็ปรากฏขึ้นมา

เวทนา คือ สุข ทุกข์ ทุกข์ก็ดีสุขก็ดีเป็นของใคร มีตนมีตัวมาจากไหน ใคร  
เป็นบิดามารดาของทุกข์ สุขอันนั้น เวทนาอันนั้น ใครเป็นญาติเป็นวงศ์ของทุกข์สุข  
นั้น ก็เปล่าทั้งนั้น มีแต่เรื่องกระทบกันเท่านั้น สิ่งภายนอกภายในกระทบกัน เช่น  
เย็นร้อนอ่อนแข็งหนาวมันมากกระทบกับกายก็ปรากฏว่าหนาวสั่นสะท้าน ไม่สบาย  
หรือร้อนกระสับกระส่าย ก็เพราะภายนอกกระทบกับภายใน หรือของแข็งมากกระทบ  
กับตัวของเรา หรือของนุ่มนวลมากกระทบกับตัวของเรา ก็ปรากฏรู้สึกขึ้นมา ชอบใจ  
ไม่ชอบใจ มันก็เพียงได้แค่นั้นแล้วก็หายไป ไม่เห็นอยู่ถาวรแน่นอนสักเท่าไร ไม่ใช่  
ของใคร มันเกิดขึ้นมาแล้วก็หายไป ท่านอุปมาเปรียบเหมือนกับน้ำที่มันเป็น  
ต่อมแล้วดับไป เป็นฟองแล้วดับไป เป็นฟองขึ้นมาหน่อยหนึ่งแล้วก็ดับไปๆ มันเป็น  
อยู่อย่างนั้น

แต่ว่าอาการที่มันดับไปนั้น อย่างเวทนาที่เจ็บหัวปวดท้องมากๆ นี้ มันเจ็บ  
แล้วก็หายไปเป็นขณะๆ ที่มันเจ็บแล้วหายไป ถ้ามันตื้อบเข้าก็กลายเป็นทุกข์มากขึ้น  
ถ้าหากมันห่างๆ ก็ทุกข์น้อยลงไป ขณะจิตนี้หายไป ขณะอื่นเข้ามา ขณะนี้หายไป  
ขณะอื่นเข้ามาอีก ยากที่เราจะจดจำและยากที่เราจะตามรู้ เพราะปัญญาของเราไม่  
ทัน สติของเรามันน้อย นี่เวทนาเป็นของเกิดขึ้นดับไปๆ ไม่ใช่ของใคร แล้วใครจะมา  
หล่อเลี้ยงเอาเวทนาให้มันอยู่ในโลกนี้ก็ไม่มี หรือใครจะผลักให้มันหนีก็ไม่ได้ เมื่อ  
มาอยู่ในโลกนี้แล้ว มันก็ปรากฏอย่างนี้แหละ คือเหมือนนัยร่างกายนี้ปรากฏเพราะมี  
อวัยวะภายนอกภายในประสมกัน

สัญญา คือความจำก็ยิ่งแล้ว จำโน่นจำนี่อะไรต่างๆ สิ่งสารพัดวัตถุที่เราจำไป  
นั้น จำแล้วก็หายไป จำได้หน่อยแล้วก็หายไป ระลึกได้นานแสนนานแล้วก็หายไป ก็  
ลองคิดดูซิตั้งแต่เกิดมาจนถึงปานนี้ บางสิ่งบางอย่างที่เราจำได้แม่นที่สุด ที่เรา

เกลียดหรือเราโกรธหรือเรารักเราชอบมากที่สุด เคยประสบมาแล้ว เตี้ยนี้มันหายไปไหนหมด มันก็หายไปอย่างนั้น ไม่มีตนมืดตัวเหมือนกัน อันนี้เรียกว่าสัญญาเป็นอันตตาเหมือนกัน

**สังขาร** คือ ความปรุงความแต่ง มันแต่งขึ้นมา เรียกว่าปั้นน้ำเป็นตัวขึ้นมาได้ อย่างที่เขาเรียกว่าสร้างวิมานบนอากาศ ต้องการรวยแล้วก็คิดปรุงแต่ง อันนั้นก็จะได้ อันนี้ก็จะได้ อันนั้นก็จะมี อันนั้นก็วิเศษวิโส อันนั้นก็ของกู อะไรต่างๆ สารพัดทุกอย่าง การทำมาค้าขายมันก็จะร่ำรวยวันสองวัน การทำนาทำสวนก็ดูเหมือนจะร่ำจะรวยวันสองวัน เล่นไฟเล่นโป้ซื้อล็อตเตอรี่ก็นึกว่าจะรวยได้เงินหมื่นเงินแสนเงินล้าน นี่เป็นอย่างนี้เรื่องสังขาร มันก็ไม่เห็นมีอะไร บางทีก็ได้บางทีก็ไม่ได้ บางทีก็เกิดปรากฏบางทีก็ไม่ปรากฏ ที่แน่ที่สุดก็คือปรากฏเพราะความที่เราปรุง พอเราวางก็หายไป สิ่งนั้นจะมีหรือไม่มีก็ช่าง มันมีเพราะเราปรุงขึ้นมา บางทีก็มีขึ้นมาจริงๆ จังๆ แต่ถึงขนาดนั้นมันก็วางมันก็หายไปเหมือนกัน บางอย่างมันไม่มีแต่เราปรุงขึ้นมา ปรากฏเป็นของมีขึ้นมา พอหายไปก็หายไปเหมือนกัน อันนี้เรียกว่าสังขารก็เป็นอันตตาเหมือนกัน

**วิญญาณ** คือ ความรู้สึก วิญญาณในชั้น ๕ นี้ หมายถึงวิญญาณที่รู้สึกในทางอายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า วิญญาณ เช่นตาเห็นเกิดความรู้สึกขึ้นมาครั้งแรกเรียกว่า วิญญาณ หูได้ยินเสียง จมูกสูดกลิ่น ลิ้นถูรส กายถูกสัมผัส ความรู้สึกปรากฏครั้งแรกเรียกว่าวิญญาณ ต่อไปวิญญาณนั้นหายไป สัญญาก็เข้ามาจำแทน อย่างว่า เรารู้สึกว่าหนาว พอรู้สึกครั้งแรกเป็นวิญญาณ พอหนาวเป็นสัญญา อยากจะได้ผ้ามาห่มอยากจะได้ไฟเป็นสังขาร อันนี้ตัววิญญาณหายวับๆ ประเดี๋ยวประด๋าวแท้ๆ ทีเดียว ไม่ใช่ตนไม่ใช่ตัว ไม่มีตนมืดตัว

ในผลที่สุดสรุปรวมใจความแล้วว่า คือความมืดอันเดียว ถ้าถือนานก็อยู่ยาวนาน ถ้าถือไม่นานก็หายวับไปประเดี๋ยวประด๋าว ไม่ว่าเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูปก็เช่นนี้เหมือนกัน รูปถ้าหากเราไม่ยึดไม่ถือ อย่างเราทำภาวนาสมาธิ ปล่อยาววางหายไปไหนไม่ทราบรูปไม่มี หายวับไปหมด ยังเหลือแต่ความสงบสุข ยังเหลือแต่จิต รูปหายไปเหมือนกัน ทั้งๆ ที่มีอยู่ก็หาย

เหตุนี้บางคนเข้าใจผิดไปว่า ถ้าอะไรก็วาง อะไรก็ปล่อย มันจะอยู่ได้อย่างไรคนเรา มีแต่วางหมด ไม่ใช่วางอย่างที่คิดนึกอันนั้น ภาวนาไม่ใช่อย่างนั้น วางในปัจจุบัน วางโดยอุบายภาวนา อย่างสังขารร่างกาย คือตัวของเรานี้แหละ ปล่อยวางแล้วก็ไม่หายไปไหน มันก็ตั้งอยู่นี้แหละ เรานั่งตั้งมุงอยู่นี้แหละตั้งแต่เราวางในขณะนั้นวางเพื่อให้จิตสงบ วางเพื่ออบรมใจให้เป็นสมาธิด้วยอุบายภาวนา วิธีทำกรรมฐานมันต้องมีอุบายอย่างนี้

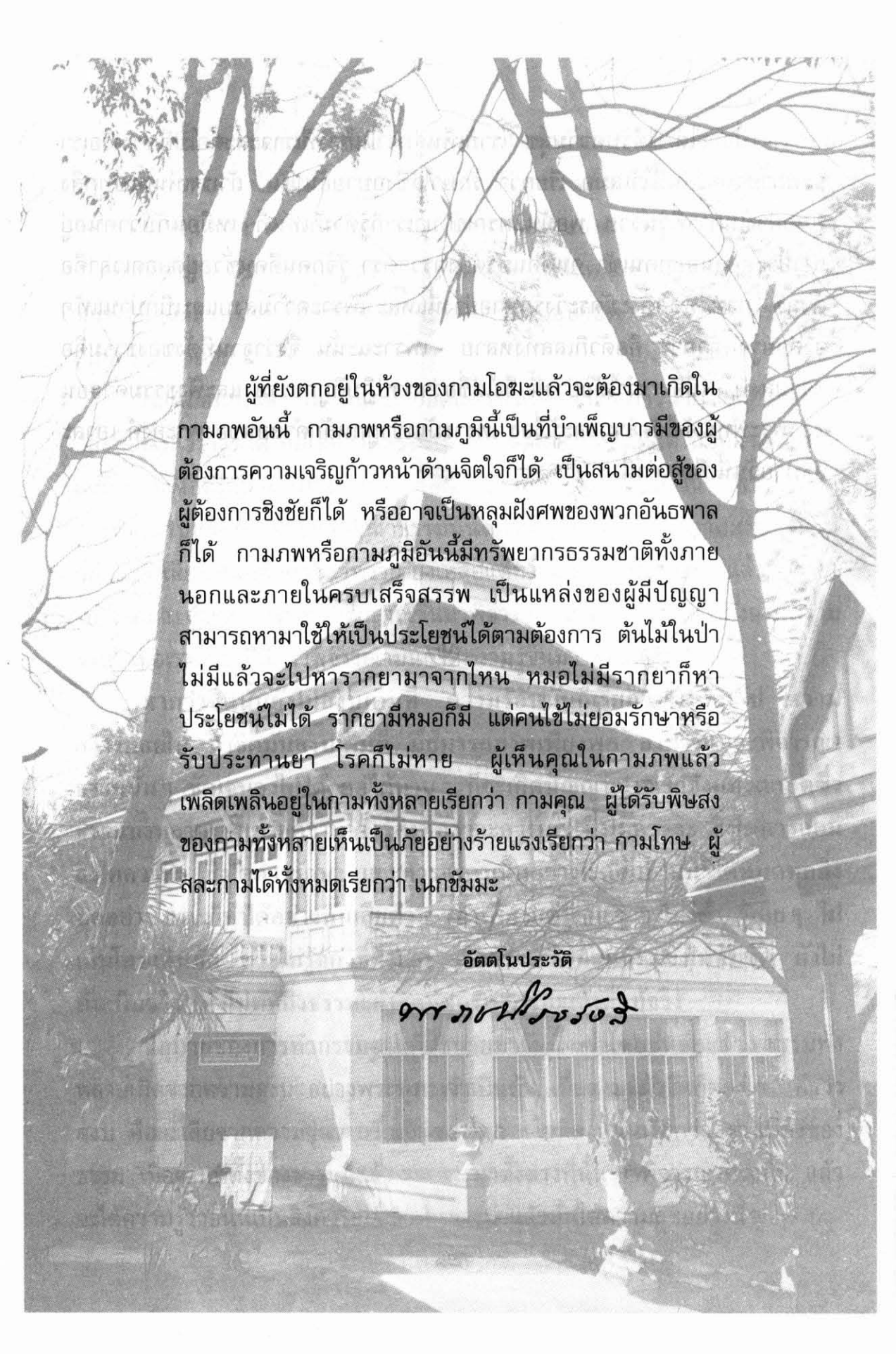
ไม่เหมือนกับโลก โลกนั้นอะไรก็ยึดแต่ว่าไม่ได้ อุบายภวานากรรมฐานอะไรก็ปล่อยอะไรก็วางแต่ได้ คือได้ความสุขสงบ โลกมีแต่เอาทั้งหมดแต่ไม่มีความสุขสงบ มีแต่ความเดือดร้อนวุ่นวายตลอดไป โลกกับธรรมตรงกันข้ามอย่างนี้ เพราะฉะนั้นการฟังธรรมหรือการที่จะพิจารณาธรรมนั้นต้องชำระใจให้เข้าถึงความสงบ คือให้ปล่อยวางเสียซึ่งโลกคือความวุ่นวาย ยังเหลือแต่ความสงบ เมื่อมันสงบแล้วก็ยกเอา รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณขึ้นมาพิจารณา เรียกว่า ธรรมมาตั้งลงที่ความสงบ เมื่อเราตั้งลงที่นี้ เราพิจารณามันก็ได้ความรู้ขึ้นมา ชัดขึ้นมา

หากว่าจิตนั้นยังไม่สงบเต็มที่ ความรู้อันนั้นก็เรียกว่าชัดน้อยไป ความสว่างน้อยไป ถ้าจิตมันสงบเต็มที่ มีสมรรถภาพเพียงพอ สามารถที่จะพิจารณาธรรมนั้นๆ ชัดเจนลงไปได้ อยู่ได้นานๆ ก็จะเกิดปัญญาญาณรู้แจ้งแทงตลอดซึ่งธรรมทั้งหลาย หมายความว่า รู้สิ่งที่ควรละควรเอา สิ่งใดควรละ สิ่งใดควรถอน สิ่งใดควรทิ้ง สิ่งใดควรรักษา และควรจะทำเป็นอย่างไรต่อไป มันรู้ได้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง และก็ทำได้อย่างนั้นเสียด้วย ถ้าเพียงแต่รู้เฉยๆ จะไม่ได้ รู้เฉยๆ ไม่เห็นโทษเห็นภัย หรือไม่รู้จักวิธีที่จะละ เรียกว่ายังไม่ทันแจ้ง ยังไม่ทันชัด ยังไม่ทันเห็นจริง ยังไม่ทันถึงธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าที่แท้จริง

นี่อุบายของการทำกรรมฐานที่อธิบายมาวันนี้ ว่าโดยย่อแล้ว ธรรมทั้งหลายเกิดจากความสงบ อย่างพระพุทธเจ้าเป็นต้น เมื่อสงบแล้วจิตก็ผ่องใส คำว่าสงบ คือละเสียจากความวุ่นวายซึ่งเป็นของโลก ใจที่สงบนั้นเรียกว่า ฐานที่ตั้งของธรรม เมื่อฐานที่ตั้งของธรรมมีแล้ว ธรรมจะมาตั้งตรงที่นั้น มาพิจารณาตรงนั้น แล้วจะได้ความรู้ว่าอันนี้เป็นสิ่งควรละ สิ่งที่เราละมาแล้วมันได้ความสุขอย่างนี้ๆ

เมื่อละได้ ได้รับความสุข เราก็เห็นช่องทางในการที่เราจะละต่อไปอีก หรือเราจะพยายามละอันนี้ไว้เสมอ เรียกว่า รักษาไว้ซึ่งอุบายอันนั้น ถ้าเราเห็นโทษทุกสิ่งทุกอย่างในการที่วุ่นวาย พอมันแทรกเข้ามาเราก็รู้ตัวมันทันที เหมือนกับว่าคนอยู่ใฝ่ประตู คนออกคนเข้า คนดีคนชั่วต้องตรวจตรา รู้จักคนดีคนชั่วอยู่ตลอดเวลาคือตัวสติ การที่หัดสติระมัดระวังรักษาอย่างนี้แหละ เพราะความสงบและเบิกบานแท้ๆ จึงค่อยรู้จักตัวการ คือตัวกิเลสทั้งหลาย เพราะฉะนั้น จึงว่าฐานที่ตั้งของธรรมคือความสงบ เมื่อเราทำได้อย่างนี้ จึงได้ชื่อว่าเราปฏิบัติถูกธรรม และฟังธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ความและรู้เรื่อง เพราะมันเข้าถูกหลักคำสอนของพระองค์ เอาละอธิบายวันนี้เพียงเท่านี้





ผู้ที่ยังตกอยู่ในห้วงของกามโอะมะแล้วจะต้องมาเกิดใน  
กามภพอันนี้ กามภพหรือกามภูมินี้เป็นที่บำเพ็ญบารมีของผู้  
ต้องการความเจริญก้าวหน้าด้านจิตใจก็ได้ เป็นสนามต่อสู้ของ  
ผู้ต้องการชิงชัยก็ได้ หรืออาจเป็นหลุมฝังศพของพวกอันธพาล  
ก็ได้ กามภพหรือกามภูมิอันนี้มีทรัพยากรธรรมชาติทั้งภายใน  
นอกและภายในครบเสร็จสรรพ เป็นแหล่งของผู้มีปัญหา  
สามารถหามาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ตามต้องการ ต้นไม้ในป่า  
ไม่มีแล้วจะไปหารากยามาจากไหน หมอไม่มีรากยาก็หา  
ประโยชน์ไม่ได้ รากยามีหมอก็กมี แต่คนไข้ไม่ยอมรักษาหรือ  
รับประทานยา โรคก็ไม่หาย ผู้เห็นคุณในกามภพแล้ว  
เพลิดเพลีนอยู่ในกามทั้งหลายเรียกว่า กามคุณ ผู้ได้รับพิษสง  
ของกามทั้งหลายเห็นเป็นภัยอย่างร้ายแรงเรียกว่า กามโทษ ผู้  
สละกามได้ทั้งหมดเรียกว่า เนกขัมมะ

อรรถโนประวัติ

๑๓๖๖

# ระลึกความตายเป็นอารมณ์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๘



จงพากันตั้งใจฟังธรรมเทศนา วันนี้จะแสดงถึงเรื่องความตาย ไม่ใช่เรื่อง  
มรณสติการระลึกความตายเป็นอารมณ์ แต่จะแสดงถึงเรื่องความตายโดยเฉพาะ

พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาธรรมของจริงของมีอยู่ ถ้าไม่มีในตัวตนของบุคคล  
ทุกคนแล้วพระองค์ก็ไม่เทศน์ เทศน์ก็ไม่เห็น จึงว่าเทศน์ของจริงของมีอยู่ ขนาด  
ของจริงของมีอยู่ในตัวของเราแท้ๆ พระองค์ตรัสเทศนาบอกคล้ายๆ กับส่องแสงของ  
ธรรมะให้เข้าไปในตัวของคนเราแต่ละคนให้สว่าง แต่ขนาดนั้นตาของเรากียังไม่ดี ไม่  
พอที่จะรู้เห็นธรรมที่มีอยู่ในตัวของเรา

ความตายเป็นธรรมอันหนึ่งซึ่งพระองค์ตรัสเทศนาว่า มะระณัมปิ ทุกขัง  
ความตายเป็นความทุกข์ แต่ทุกคนก็จะต้องมีความตาย เมื่อเกิดมาแล้วก็เอาความ  
ตายมาพร้อม ความตายพร้อมมากับความเกิด แฝงอยู่ด้วยกันนั้นแหละ แต่มันยัง  
ไม่ได้โอกาส ยังไม่ถึงเวลา ความเกิดได้เวลามาก่อน ความเจ็บก็ต่อมา ความแก่ต่อ  
มา ตายยังไม่ทันได้โอกาส แต่ทุกคนมีแล้ว เหตุนั้นพระธรรมที่พระองค์ทรงสอนจึง  
สอนของมีอยู่

เราไม่ต้องระลึกถึงความตาย เราพิจารณาความตายเลย ถ้ามีเกิดก็ต้องมีตาย  
ใครเป็นคนตาย ให้พิจารณาดูใครเป็นผู้ตาย สิ่งที่มีมันตายมันเป็นอะไรกันแน่ เป็นตัว  
เป็นตนเป็นเราหรือว่าเป็นใคร ลักษณะของความตายเป็นอย่างไร

ลักษณะของความตาย คือ อากาศที่เสื่อมสูญหายไป หดไปสิ้นไป อย่าง  
ตายจากเด็กมาเป็นหนุ่ม เปลี่ยนสภาพไปเรียกว่าตาย หนุ่มมหาแก่ หนุ่มหายไป  
ยังเหลือแก่ อันนั้นก็ตาย แก่จนเฒ่า แก่ขนาดกลางแล้วก็หายไป จนเฒ่าห่อ  
นั้นก็เรียกว่าตาย ตายแบบนี้เป็น ปฏิจันนมรณะ คือความตายปกปิด หากลม  
หายใจเข้าออกไม่มีปรากฏ นอนนิ่งแน่วอยู่ไม่ปรากฏลมหายใจ อันนั้นเรียกว่าตาย  
เปิดเผย

คราวนี้มาพิจารณาถึงตัวตนที่เราถือว่าเป็นตัวเป็นตน มีอวัยวะแขนขา มือเท้า ตัวที่เราถือว่าเป็นตัวเป็นตนมันเป็นจริงไหม มันเป็นของเราจริงไหม หากว่าใจของเราไม่มีตัวตนนี้ก็ได้ประโยชน์อะไรเลย ใช้การไม่ได้เลยสักนิดเดียว ทั้งเนาพะเลย เหตุนี้ตัวตนนี้ก็ไม่ใช่ของเรา เราจะถือว่าเป็นตัวเป็นตนไม่ได้ เรียกว่าเป็นเปลือก หรือเป็นกล่องสำหรับใส่ใจ ใจเป็นตัวตั้งตัวตี ตัวตนนี้เป็นกล่องสำหรับใส่ใจไว้ เหมือนกับกล่องกระดาษกล่องไม้สำหรับบรรจุของ ถ้าหากว่าเราเอาของออกแล้ว กล่องกระดาษกล่องไม้นั้นก็ทิ้ง ตัวตนนี้เป็นเครื่องอาศัย เป็นเครื่องใส่เฉยๆ ยังไม่ใช่ตัวใจแท้ ไม่ใช่ตัวจริงจิงอะไร

คราวนี้มาพิจารณาถึงเรื่องที่เราถือว่าเป็นเรา ทั้งๆ ที่ไม่ใช่ของเราอย่างที่วานี้ ทำไมจึงต้องถือว่าเป็นเรา ถือเราถือเขา ถือว่าตนว่าตัว เมื่อเกิดขึ้นมาเป็นรูปเป็นกาย ก็ว่าเราเป็นตนเป็นตัวมาตลอดเวลา พอเจ็บก็ว่าเราเจ็บ พอแก่ก็ว่าเราแก่ เราเฒ่าเราตายก็ว่าเราเฒ่าเราตาย เพราะถือว่าอันนี้เป็นของตัวของตน แต่พูดถึงความจริงแล้ว เปล่า ไม่มีอะไรหรอก ไม่ใช่ของเราเลย เครื่องอาศัยแท้ๆ อาศัยอยู่ชั่วคราวเท่านั้น ตัวตนที่เราได้อาศัยอยู่ชั่วคราวชั่วคราวขณะนี้ เมื่อได้อาศัยแล้วจึงทำประโยชน์ของตนเสีย คือว่าเมื่อแยกใจกับกายคือกล่องนี้ออกจากกันแล้ว เราจะเห็นเป็นคนละอันกัน ไม่ใช่เป็นอันเดียวกัน เพราะฉะนั้นในเมื่อกล่องยังมีอยู่ เราพึงทำประโยชน์ของตนเสีย

เมื่อเราเจ็บไข้ เมื่อเราป่วยเราตาย โดยเฉพาะ ดา หู จมูก ที่เราใช้อยู่นี้ มันอาศัยสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน ถ้าหากว่าเราไม่เข้าใจ เราก็ถือว่าเป็นเรา ดาเห็นรูป หู ฟังเสียง จมูกสูดกลิ่น ลิ้นถูกรสอะไรต่างๆ เราเข้าใจว่าเป็นของเราทั้งหมด ดาเห็นก็ว่าเราเห็น หูได้ยินก็ว่าเราได้ยิน จมูกสูดกลิ่น ลิ้นถูกรส ก็ว่าเราสูดกลิ่น เราได้รับรส ดาไม่รู้สึกรสหากถ้าไม่มีใจ เหมือนกับแว่นของเราใส่ขยายให้มัน แว่นที่ขยายรูปให้มันใหญ่ขึ้นก็ดีหรือเล็กลงก็ดี ถ้าเราไม่ใส่แว่น ลองดูซิ มันจะเห็นอะไร เราไปสวมเข้าเท่านั้นแหละ เลยมองเห็นรูป ที่เล็กก็กลายเป็นใหญ่ หรือที่ใหญ่ก็กลายเป็นเล็กอะไรต่างๆ ไป ตัวใจยังมีอยู่ภายใน เราใช้ตาส่องเห็นรูป แล้วเราก็ไปเชื่อตา คือไปเชื่อแว่น ไม่เชื่อตนเอง ไปเชื่อแว่นเสียแล้ว แว่นขยายแล้วไปเชื่อแว่นว่าเป็นตน ว่าตนเห็นตนรู้ นั่นล่ะเรื่องมัน มันหลงอันนี้ละ หลงเครื่องสวมเครื่องใส่ หูได้ยินก็ทำนองเดียว

กัน ทุ่มมันจะได้ยินอะไร หูก็เหมือนกับหู ธรรมดาหูอย่างเขาเล่นหนังตะลุง ถ้าคนไม่ซัดมันก็อยู่เฉยๆ คนซัดมันก็มีท่ามีที ยกไม้ยกมือแขนขาอะไรต่างๆ ตามลีลาของมัน

พูดถึงเรื่องราวตาย ตายจริงๆ ตายอย่างไม่มีลมหายใจ อะไรเป็นคนตาย ไม่ใช่อะไรตายหรือ ความเป็นจริงแล้วสิ่งอันหนึ่งซึ่งเหมือนกับกล่องกระดาษที่ว่านี้ เขามาตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสมีฝาปิดเปิด เมื่อเขาใช้แล้วก็เอาไปทิ้ง มันก็สลายไปตามเรื่องของมัน ร่างกายที่เราอาศัยอยู่นี้ก็คือกล่อง เมื่อมันเกิดขึ้นมาได้ มันก็สลายไปได้ มันเป็นรูปเป็นกายขึ้นมา มันก็สลายไปตามสภาพของมัน ไม่ใช่คน ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ตัว

หรือจะพิจารณาอย่างง่ายๆ เรานั่งอยู่คนเดียว มองดูตัวของเรา ยกแขนขึ้นดูหรือยกขาขึ้นดูก็ได้ จะมองดูส่วนไหนก็ตาม หรือจะเอากระจกมาส่องดูตัวของเราก็ได้ เรายกแขนขึ้น อย่าไปถือว่ามีแขนเลย มันเป็นอย่างไรกัน เราไม่ต้องพูดถึงเรื่องแขนหรือขา ไม่ต้องนึกหรือคิดว่าแขนว่ามีมือว่ามีเท้า ก็ไม่ต้องนึกละ มันเป็นอย่างไรกันก็ไม่ทราบคนที่มาว่าแขนว่ามีเท้าก็ดี ใครเป็นคนมาสมมติบัญญัติ สมมติหรือไม่สมมติมันก็เท่าเท่า แต่ว่าสมมติแล้วก็มาเล่นเงาตัวเองเป็นจริงเป็นจัง มันก็เลยกลายเป็นกิเลสขึ้นมา เพราะเราเล่นเงาตัวเราเอง ถ้าเราเห็นตามเป็นจริง สภาพอันหนึ่งเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็อยู่ตามเรื่องตามสภาพของมัน มันหมดยุคหมดสมัยหมดเวลาของมันแล้ว มันก็ไปตามสภาพของมัน เลยไม่ต้องเรียกว่าตายกัน พูดกันง่ายๆ ว่าเกิดดับ

เมื่อเรามาพิจารณาให้เห็นชัดในใจของตนอย่างนี้แล้ว เราไม่หลงใหล หรือไม่สมมติแล้วไปหลงเงาของตนที่ตนสมมติ เห็นสภาพตามเป็นจริง จิตของเราก็นิ่ง จิตของเราก็ตบ จิตเราก็ก่อนไม่หลงวุ่นวายไปตามเรื่องทั้งหลายเหล่านั้น เมื่อจิตนิ่งจิตสงบ เราก็นุกดูคราวนี้ เราก็ก่อนไม่ปรุงไม่แต่งก็ดูได้สบาย อย่างอธิบายให้ฟัง เรายกมือขึ้นมาดู เราไม่ต้องพูดถึงเรื่องมือ เราไม่ต้องสมมติเอามือหรือเท้า และไม่สมมติว่าแขนขาอะไรต่างๆ ไม่ต้องสมมติ ยกขึ้นมาแล้วก็ดูเฉยๆ มันอย่างไรกันก็ไม่ทราบ เลยไม่มีอะไรเลย

เมื่อจิตของเรานิ่ง เราสงบแล้ว ยิ่งดูชัดเห็นชัดเลย อันที่มันไม่ชัดเพราะใจไปยึดไปถือ เพราะใจไปสมมติบัญญัติ เพราะใจไปห่วงไหว มันไม่เป็นใจเดิม มันไม่ใช่

ใจคือของกลาง มันปรุงมันแต่งเรียกว่าสังขาร มันไปยึดเรียกว่าอุปาทาน มันไปสำคัญหมายมันเรียกว่าสัญญา ที่มันชอบใจไม่ชอบใจเรียกว่าความยินดียินร้าย ทะเยอทะยานดิ้นรนอยากได้ไม่อยากได้เรียกว่าตัณหา เลยมีอาการเป็นชื่อมากมาย ถ้ามันเปลี่ยนสภาพจากของเดิม ออกจากของเดิมคือของกลางแล้ว มีชื่อนับไม่ถ้วน เราจึงไปหลงตามเรื่องทั้งหลายนี้แหละ ไม่เข้าใจตามความเป็นจริง

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เข้าใจตามความเป็นจริง สิ่งที่มีมันเป็นจริงอยู่อย่างนี้ เข้าใจตามความเป็นจริงอย่างนี้ อย่าไปหลงไหลตามเรื่องเหล่านั้น ในผลที่สุด ไม่มีใครหลง เรานี้แหละเป็นคนหลง เป็นคนสมมติบัญญัติ แล้วเราก็ตัดสมมติบัญญัติ เราเป็นคนเล่นเงา แสดงท่าทีออกมาแล้วก็ไปหลงท่าทีของตนเอง ตกหลงเราหลอกเราเอง เราลวงตัวเราเอง ลวงตนเองแล้วก็ไปลวงโลกอีกด้วย ให้โลกสมมติ ให้ชื่อ ให้เสียง ให้นาม ชื่อนั้นชื่อนี้อะไรต่างๆ ถ้าเขาไม่พูดอย่างนั้นก็เอาจะไม่พอใจ โกรธแค้นเขาอีก เราเองไปสมมติแล้วยังให้โลกช่วยสมมติอีกด้วย

ถ้าต่างคนต่างทอดทิ้งสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เสีย ให้ใจเป็นกลาง ต่างคนต่างนั่งอยู่สบาย คนเราก็อยู่ด้วยความสันติสุข ชาวโลกก็อยู่ด้วยความสันติสุข พระพุทธเจ้าทรงสอนสังคมิวิทยา สอนธรรมชาติแท้ๆ คือธรรมชาติมันเป็นอยู่อย่างนั้น ให้คนเห็นอย่างนั้น ให้คนเป็นอย่างนั้น คนมีอยู่อย่างนั้น สภาพมันเป็นอยู่อย่างนั้น ทรงสอนให้เห็นสภาพของเป็นจริง

คนเราถ้ามีสังคมอย่างที่ว่านี้ เห็นสภาพของใครของมัน มีเป็นจริงอยู่อย่างนั้นตามเรื่องตามราว มันก็ไม่ต้องไปยุ่งกัน ก็มีความสุขสบายเสมอภาคกันหมด ไม่ต้องกระทบกระทั่งกันเดือดร้อน ไม่ต้องกดขี่ข่มเหงเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่ต้องแย่งต้องชิงอะไรกัน ใครมีอาชีพอะไรก็หากินไปตามเรื่อง ใครมีสิทธิเสรีที่จะทำก็ทำไปตามเรื่อง รักษาศีล ๕ ศีล ๘ ภาวนาทำความเพียรหรืออาชีพอะไรก็ทำไปตามเรื่อง อย่ากระทบกระทั่งกัน อย่าเบียดเบียนซึ่งกันและกัน มันก็เป็นสุขทั่วหน้าทั่วตากัน เรามีสติปัญญา เรามีอุบายภาวนาอะไร ก็ภาวนาไปตามเรื่อง ใครเห็นทุกข์เห็นโทษอะไร เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็เห็นไปตามสิทธิเสรีของตน ไม่ต้องเกี่ยวเนื่องกัน ใครไม่เห็นก็อยู่นั้นแหละ ไม่ต้องเหยียดหยามดูถูกกัน ถ้าเห็นก็ไม่ต้องชมเชยสรรเสริญยกยอซึ่งกันและกันหรือยก มันก็มีความสุขสบาย อยู่เป็นสุขทั่วหน้ากัน นั้น

จึงเป็นสังคัมแท้ สังคัมของมนุษย์ชาวโลกแท้ที่เดียว

พระพุทธเจ้าทรงสอนสังคัมวิทยาเบื้องต้น มนุษย์ชาวโลกเกิดมาให้มีความสุขเสมอภาคกันหมด ไม่เบียดเบียนกัน คือให้มีศีล ๕ หมายความว่า ไม่ให้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่กดขี่ซึ่งกันและกัน อย่าว่าแต่มนุษย์ชาวโลกเลย สัตว์ทั้งหลายก็ได้รับความเยือกเย็นเป็นสุขด้วยกันทั้งนั้น ครั้นเมื่อคนมีศีล ๕ ก็มีความสุขสบายทั่วกันหมด ใครจะทำมาหาเลี้ยงชีพอะไรก็ตามก็ทำไปตามเรื่องของใครของมัน ใครได้มากได้น้อยก็ทำไป ได้มาแล้วก็รู้จักเมตตาปราณี รู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกันด้วยน้ำใสใจบริสุทธิ์ ด้วยความเอ็นดูสงสาร แก่คนที่ยากจนหรือแก่คนที่ไม่มีความสามารถ ไม่มีปัญญาฉลาดเฉียบแหลม ผู้หาก็พอใจ หามาได้แล้วก็จ่ายเต็มที่ได้เต็มความสามารถของตน แบ่งปันปันส่วนด้วยความสมัครพอใจของตน มันก็สนุกหามันก็สนุกแจกสนุกจ่าย มันก็สบายใจ ผู้ที่ไม่มีความสามารถ ได้รับผลประโยชน์ทำตามความสามารถของตน เมื่อคนอื่นเฉลี่ยความสุขมาให้ แบ่งปันปันส่วนมาให้ ก็เต็มอกเต็มใจรับ มันก็สบาย คนจนก็สบาย คนมีก็สบาย พระพุทธเจ้าทรงสอนเข้าถึงใจ ให้เกิดมาจากน้ำใจ

มนุษย์ชาวโลกเกิดขึ้นมาด้วยกันนั้น มันเป็นโชคดีที่สุด ทั้งๆ ที่ไม่เคยนัดหมายกันมาเลย แต่เกิดมาประสบพบกันเข้า รู้ภาษา พูดจาสนทนาซึ่งกันและกันได้ดีที่สุด คนจะเป็นชั้นใดภูมิใดก็ตามที เป็นเด็ก หนุ่ม แก่ หญิง ชาย เป็นพระเป็นเณร เครื่องประดับโลกทั้งนั้นแหละ ของทั้งหลายนี้แหละมาเข้าหู่เข้าพวกแล้วก็พอดีต่างคนต่างก็ทำหน้าที่ของตนให้บริสุทธิ์หมดจดตามกำลังความสามารถของตน มันก็เป็นของงามไปเอง มันก็เป็นของสบาย หากมีอย่างเดียว เช่น มีแต่ผู้ชายอย่างเดียว ไม่มีผู้หญิง มันจะสวยงามไปอย่างไร มันจะนำคู่ไปอย่างไร หรือมีแต่ผู้หญิงไม่มีผู้ชาย หรือมีแต่พระไม่มีฆราวาส มันจะมีความงามมาจากไหน มันก็ต้องหลายสิ่งหลายอย่างมารวมกันเข้า เก็บมาเข้าระเบียบเข้าแถวเข้าแนว มันก็เลยเป็นของนำคู่

พระพุทธองค์ทรงสอนว่าให้ต่างคนต่างมีหน้าที่ธุระการงานอาชีพของตนตามหน้าที่ของตน ให้ทำตามหน้าที่ของตนๆ ทุกคน มันก็หมดเรื่องกันไป นี่จึงว่าทรงสอนสังคัมธรรมชาติ แต่คนสมัยนี้มันไม่อย่างนั้น มันไม่ได้ใจอย่างนั้น มันจะบีบบังคับให้ได้เสมอกันหมดเรียบเลย คนมีคนรวยก็ตาม คนมีปัญญาฉลาดเฉียบ

แหลมก็ตาม จะให้ลดลงมาเพียงคนชั้นกลาง คนจนหรือคนโง่เง่าจะดึงขึ้นมาให้เสมอชั้นกลาง ให้เสมอเรียบหมด เหมือนกับนิ้วมือ มันเกิดมามันจะเสมอกันเมื่อไรทั้ง ๕ นิ้ว แต่นิ้วไม่เห็นได้เที่ยงกัน นิ้วก้อย นิ้วกลาง นิ้วนาง นิ้วโป้ง ก็ไม่เคยเห็นได้เที่ยงกัน มันต่างทำหน้าที่ นิ้วก้อย นิ้วนางมีเครื่องประดับ โดยมากเขามีแหวนประดับ นิ้วโป้งมันก็ไม่ทะเลาะ มันก็ไม่เกียง ไม่กลัวเสียรัตเสียเปรียบ มันก็สบายของมันอยู่ นิ้วโป้งแท้ที่จริงมันทำงานหนักกว่าเพื่อน แต่มันก็ไม่ได้เกียงงอนใคร

ถ้าต่างคนต่างอยู่อย่างนิ้วมือทั้ง ๕ นิ้ว ๑๐ นิ้วนี้ มันก็สบาย ไม่กดขี่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน แต่นี่จะตัดให้มันเสมอกันหมด ตัดให้เสมอกัน ๔ นิ้วค้อยยังชั่วหน่อย แต่ว่าใช้งานไม่ได้เต็มที่นะ มันทำไว้ให้ใช้งานเป็นอย่างๆ ไป ถ้าไปตัดให้เสมอนิ้วโป้ง ไม่ใช่หมดแต่นิ้ว มันหมดทั้งฝ่ามือซ้ำ เหตุนั้นจึงว่าการบีบบังคับมันไม่ใช่สังคม เพราะสมัยนี้คนเราใจร้อน อายุสั้น ตายเร็ว ต้องการจะให้ได้ดังใจตนเอง จึงรีบเร่งรีบร้อนบีบบังคับให้ได้สมประสงค์ของตนเอง มันก็เลยไม่ถูกหนทาง

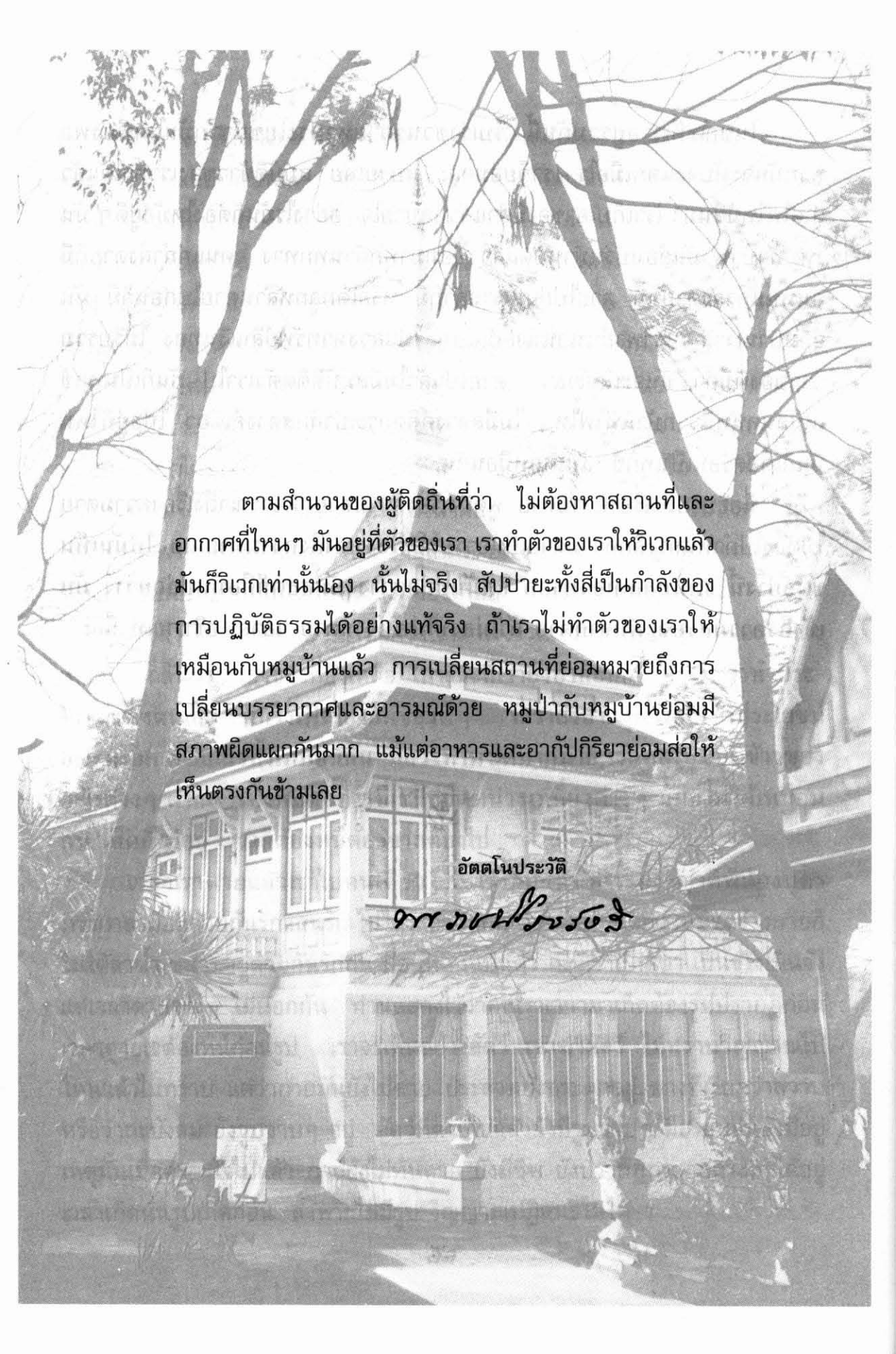
พูดถึงเรื่องความตาย ถ้าหากว่าเรามาพิจารณาว่าเราต้องตายแล้วอะไรที่ยังเหลือ เรากลั่นกรองเอาของที่ยังเหลือ ในขณะที่เรายังอาศัยกล่ออยู่ที่นี่ เราทำประโยชน์ของคนเสีย รีบเร่งเฟ้นเอาแต่ของดีๆ ที่เราส่งสายบุญวายไม่ได้ประโยชน์อะไรหรอก ตายแล้วทิ้งเหมือนกัน แสงหามาได้มากมาย เงินทองสมบัติข้าวของอะไรต่างๆ ตายแล้วทิ้งหมด การที่เราไปยึดหน่วงเหนี่ยวต่างๆ มันก็ไม่ได้เหมือนกัน ยึดก็ไม่อยู่ เราก็ตองหนีต้องจากต้องไป

เวลาเราตายแล้วเราไปคนเดียว ไม่ได้บอกเล่าใครเลย ญาติพี่น้องบุตรภรรยาสามีอยู่ด้วยกันรักแสนรัก ไม่ได้รำล้าสักคนเดียว ไปคนเดียว แม้แต่ร่างกายก็ไม่ได้ลาช้า ขนาดอยู่ด้วยกันรักกัน ถือเป็นตนเป็นตัว เป็นเราเป็นเขา เป็นจริงเป็นจัง แต่เวลาตายจริงๆ ไม่บอกกัน ท่านแสดงไว้ว่าคนเราเวลาเกิดต้องรูปปรากฏก่อน เวลาตายใจต้องหนีก่อนรูป เราจะเห็นอย่างสัตว์ เขามาสัตว์ ไม่ทราบวิญญาณไปไหนแล้วไม่ทราบ แต่ว่ากายมันยังไม่ตาย ประสาทยังกระตุกอยู่ บางทีเรียกว่าสวามหรือว่ากะบังลม ยังวูบวาบๆ อยู่ สัตว์ที่ตายไปแล้วยังมีวูบวาบๆ คือ อบอุ่นยังมีอยู่ เหตุนั้นเมื่อตาย ใจไปแล้ว กายยังไม่ทันตาย ยังมีชีพ ยังปรากฏกระตุกกระตักได้อยู่ เวลาเกิดนั้นรูปเกิดก่อน ถ้าหากไม่มีรูป วิญญาณปฏิสนธิไม่ได้

ในขณะที่เราอยู่ร่วมกันนี้ รีบเร่งชวนชวหายหาประโยชน์จากมันให้เพียงพอ หากมันจะดับจะแตกเมื่อไร เราก็ยอมสละ สบายเลย สมบัติข้าวของเราหาได้แล้ว เกิดไฟไหม้ขึ้นมา เราเก็บเอาของมีค่าแล้วก็สบายใจ อย่างไรก็ตามก็ต้องไหม้อยู่ดี ๆ มันไหม้ทั้งบ้าน มันอ้อมบ้านมาหมดแล้ว อ้อมมาทุกด้านทุกทาง คนแก่กำลังตายก็มี คนหนุ่มกำลังตายก็มี ตายไปก่อนเราแล้วก็มี หรือเด็กลูกหลานตายไปก่อนก็มี มันอ้อมบ้านเราสิ เราพากันนอนนิ่งอยู่เฉยๆ ไม่แสวงหาทรัพย์สินเงินทอง ไม่รวบรวมข้าวของที่มีค่า มันจะเสียเวลา ตายไปแล้วไม่มีสมบัติติดตัวเราไป มันก็เป็นทุกข์ เหมือนคนหนีจากบ้านที่ไฟไหม้ ไม่มีสตางค์ติดกระเป๋าสักสตางค์เดียว ไปอยู่ที่ไหน มันก็เดือดร้อนเป็นทุกข์ ฉะนั้นเหมือนกัน

นี่อธิบายถึงเรื่องความตาย พุดถึงเรื่องความตาย พิจารณาถึงเรื่องความตาย ไม่ต้องไปกำหนดระลึกความตายเป็นอารมณ์ พิจารณาถึงความตายเลย ให้มันเห็นชัดอย่างนี้ จิตมันสลัดเองหรือ จิตมันปล่อยวาง มันสลัดก็คือมันปล่อยวาง มันเข้าถึงความสงบจะพ้นจากตาย ถ้าไม่สงบไม่พ้นจากตาย เอาละ อธิบายเท่านี้ละ





ตามสำนวนของผู้ติดถิ่นที่ว่า ไม่ต้องหาสถานที่และ  
อากาศที่ไหนๆ มันอยู่ที่ตัวของเรา เราทำตัวของเราให้ไวแล้ว  
มันก็ไวเท่านั้นเอง นั่นไม่จริง สบายะทั้งสี่เป็นกำลังของ  
การปฏิบัติธรรมได้อย่างแท้จริง ถ้าเราไม่ทำตัวของเราให้  
เหมือนกับหมูบ้านแล้ว การเปลี่ยนสถานที่ย่อมหมายถึงการ  
เปลี่ยนบรรยากาศและอารมณ์ด้วย หมูป่ากับหมูบ้านย่อมมี  
สภาพผิดแผกกันมาก แม้แต่อาหารและอากาศก็กริยาย่อมส่อให้  
เห็นตรงกันข้ามเลย

อรรถโนประวัติน

๑๓๓๓

# ธรรม

แปลโดย วัดสันติธรรมภาณีย์ อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๘



วันนี้จะอธิบายถึงเรื่องธรรมะ ธรรมะเป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องพากันสนใจและพากันอบรม คำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเรียกว่า สัจธรรม มีอยู่พร้อมแล้วทุกคน แต่ความเข้าใจของคนว่าธรรมไม่ได้มีอยู่ในตัวของเรา และถือว่าธรรมนั้นเป็นของสูงสุด ที่มนุษย์คนธรรมดาไม่สามารถจะปฏิบัติได้ เข้าใจกันอย่างนี้เสียมากเพราะเหตุที่ไม่เข้าใจถึงเรื่องธรรมที่ว่าเป็นจริง

ธรรมะคือธาตุ ธาตุคือธรรมะ แปลว่า ทรงไว้ซึ่งสภาพเดิมของมัน สภาพเดิมมันเป็นอยู่อย่างไรมันก็ทรงไว้อย่างนั้น จึงเรียกว่า ธรรมะ ดิน น้ำ ไฟ ลม รวมเรียกว่า ธาตุ มโนคือใจก็เรียกว่า ธาตุ ตลอดจันตา หู จมูก ลิ้น กาย ท่านเรียกจักขุธาตุ โสตรธาตุ ฆานะธาตุ ชิวหาธาตุ กายะธาตุ เป็นธาตุทั้งหมด วิญญาณก็เรียกว่า ธาตุ ธาตุคือสภาพที่มันทรงตัวมันไว้ มันไม่ปะปนซึ่งกันและกัน ต่างมีสภาพตามเดิมของใครของมันอยู่ตามเรื่องของมัน ก็เลยเรียกว่า ธรรม คือธาตุ อันเดียวกันนั้นแหละ

ธรรมมีอยู่ทั่วทุกคน ชราธรรม พยาธิธรรม มรณธรรม มีหมด ถ้าพูดถึงเรื่องอริยสัจ คือ ทุกข์ ได้แก่ชาติ ชรา พยาธิ มรณะ ของแก่นี้แหละ เป็นธรรมะที่เรียกว่า สัจธรรม อันนี้เรียกว่า กองทุกข์ คือขันธ ๕ ได้แก่ตัวของเรา รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รวมเรียกว่า รูปธรรม นามธรรม ก็มีอยู่แล้วของเราทุกคนมีหมดทุกคนแล้ว เหตุให้เกิดทุกข์ คือความดิ้นรน กระเสือกกระสน ทะเยอทะยาน ออยากโน้น ออยากนี้ เหตุให้เกิดทุกข์ คือสมุทัย นี่เป็นสัจธรรม สัจธรรมหมายถึงสภาพมันเป็นจริงอยู่อย่างใด มันก็เป็นจริงอยู่อย่างนั้น ไม่ได้เปลี่ยนแปลงไปที่อื่นเลย อย่างเช่น เกิดแก่ เจ็บ ตาย นี่ สภาพมันเป็นอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา ตลอดกาล มันไม่เปลี่ยนแปลงไปไหน

พระอริยเจ้าผู้ที่ท่านจิตสูง คือ ท่านอบรมจิตใจของท่านได้แล้ว ท่านไม่ได้เข้าไปยึดในทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค คือ ท่านไปเห็นทุกข์แล้ว ท่านไม่ได้เข้าไปยึดทุกข์

และเห็นเหตุให้เกิดทุกข์คือ สมุทัย ได้แก่ตัณหาต่าง ๆ กามตัณหา ภวตัณหา วิภว-  
ตัณหา อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ คือ ความดิ้นรนกระเสือกกระสน อยากโน้นอยาก  
นี้ รู้เหตุให้เกิดทุกข์แล้ว ท่านสามารถกำจัดเหตุให้เกิดทุกข์นั้นได้ คือรู้จักหนทาง  
ที่จะกำจัดทุกข์นั้นได้ จนกระทั่งกำจัดเหตุให้เกิดทุกข์นั้นได้ จึงพ้นเสียจากกอง  
ทุกข์ หรือเหตุให้เกิดทุกข์ไม่มี ก็เลยเรียกว่า นิโรธ ความรู้ ความเข้าใจ ความ  
ฉลาดในอุปายที่จะทำให้ละสมุทัยนั้นได้ คือ มรรคได้แก่ความเห็นชอบ นี่จึงเรียก  
ว่า อริยสัจ สัจธรรมของแก่นั้นแหละ แต่ผู้รู้ผู้เห็นเป็นพระอริยเจ้า เลยเรียกว่า อริย-  
สัจของจริงของพระอริยเจ้า

นี่ธรรมะมีอยู่อย่างนี้ มีอยู่ทั่วไปหมดทุกคน ไม่ใช่ของสูง ไม่ใช่ของต่ำ ไม่ใช่  
ของหยาบ ของละเอียด ธรรมะเป็นของกลาง ที่หยาบเพราะเหตุที่ปัญญาของเราไม่  
สามารถที่จะรู้ละเอียดลึกซึ้งจนกระทั่งถอนทิ้งได้ ถ้ารู้ลึกซึ้งจนถอนทิ้งเสียได้ เรื่อง  
ทุกข์ไม่มี สมุทัยชำระถอนทิ้งจนหมด จนเข้าถึงนิโรธ อันนั้นท่านมีความรู้สามารถ  
ส่วนเราไม่สามารถ เราก็รู้เหมือนกัน แต่ไม่ทราบจะไปแก้โดยวิธีไหน ก็เลยทุกข์ กลุ้ม  
กับทุกข์ พะวักพะวนห่วงใยกับทุกข์อันนั้น พัวพันจมอยู่กับทุกข์นั้นแหละ นี่พวกเรา  
ไม่รู้จึงเรียกว่า สัจจะของปุถุชน

ธรรมนั้นก็เป็นธรรมเหมือนกัน ความเป็นจริงอันเดียวกันนั้นแหละ สัจจะอัน  
เดียวกันนั้นแหละ ต่างแต่ผู้ไปรู้นั้นมีความละเอียดลึกซึ้งและสูงกว่ากันโดยความ  
ฉลาดเฉียบแหลม ถ้าจะมาเปรียบเทียบภาษาที่เราพูดกัน ที่เรียกว่าภาษาของพระกิติ  
หรือราชาศัพท์กิติ พระบิณฑบาตก็คือวิธีขอทานของคนธรรมดา แต่ผิดแผกที่ไม่  
ออกปากขอทาน เรียกว่าบิณฑบาตเสีย พระนอน เรียกว่าจำวัด ก็อันเดียวกันแหละ  
นอนเหมือนกันแหละ นอนทอดตัวลงในเสื่อในหมอนเหมือนกัน นอนพลิกข้างซ้าย  
ข้างขวา นอนคว่ำนอนหงายเหมือนกันกับคนธรรมดา แต่เรียกว่าจำวัด อย่างพระ  
เจ้าแผ่นดินบรรทม ก็นอนอันเดียวกันนั้นแหละ เสวยก็อันเดียวกันนั้นแหละ กิน บริ-  
โภค อันเดียวกัน พระกัณฐก คนธรรมดาๆ เขาสมมติเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ก็เลยยกยอ  
ให้เป็นชื่ออย่างหนึ่ง สำหรับพระท่านเป็นผู้ทรงศีลทรงธรรม สูงกว่าคนธรรมดา  
สามัญก็เลยสมมติไปอีกอย่างหนึ่ง ที่จริงอันเดียวกัน คำว่าอริยสัจกับสัจธรรมของ  
ปุถุชนทั่วๆ ไปก็คล้ายๆ กัน

เมื่อเราเข้าใจอย่างนี้แล้ว การปฏิบัติธรรมอย่าไปเข้าใจว่าเป็นของสูง เรา  
ปุถุชนก็ปฏิบัติธรรมอันเดียวกันนี้ พระอริยเจ้าก็ปฏิบัติธรรมอันเดียวกันนี้ ที่เดียวอัน  
เดียวกันนี้ทั้งนั้น ไม่ใช่ของสูง แต่ความเข้าใจของคนนั้น ถ้าปฏิบัติธรรมแล้วต้องเป็น  
พระอริยเจ้าทั้งหมด หรือเป็นผู้สูงสุดดีเด่นทั้งนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น ธรรมะมีหลายอย่าง  
หลายเรื่อง หลายชั้น หลายชั้น หลายภูมิ สำหรับที่เราจะนำมาปฏิบัติให้พอเหมาะพอ  
ควรแก่ฐานะของตนๆ

ในเรื่องคิหิปฏิบัติ จุดเบื้องต้น ตั้งแต่คู่ครองภรรยาสามีจะต้องปฏิบัติต่อกัน  
ให้สิทธิเสรีซึ่งกันและกัน ยกยอชมเชยและประกอบกิจหน้าที่ของตนๆ ให้เหมาะสม  
กับภูมิฐานะของตนๆ ก็จะอยู่เป็นสุข สุขนี้ก็เรียกเกิดจากธรรมแล้ว ความหมายเท่า  
นี้ละ พระพุทธเจ้าสอนให้ปฏิบัติธรรมเพื่อความสุข เท่านั้นก็เป็นสุขแล้ว ถ้าหากเรามี  
ธรรมนอกเหนือจากนั้นอีก เช่นว่าเราขี้โกรธ เราจะพยายามอดทนไม่ให้มันโกรธ  
เพียงแต่อดเฉยๆ เรายังไม่ทันมีอุปายปัญญาแยกคายอะไรกว้างขวาง พอถูกกระทบ  
มาแล้วอดเลย อดกลั้น ถึงจะโกรธเราก็ไม่แสดงอาการและไม่พูดจาแสดงกิริยาออก  
มาภายนอก เท่านั้นเรียกว่าเราปฏิบัติตามธรรมแล้ว ถูกตามคำสอนของพระพุทธเจ้า  
แล้ว

ถ้าหากเรายังเห็นว่า ตัวของเรายังไม่สบายพอ ปฏิบัติธรรมขั้นนี้ยังไม่เพียงพอ  
ความสุขสบายยังไม่พอ เราพยายามที่จะหาเหตุหาผลในเรื่องการอดกลั้น ให้มันได้  
ความสุขสบายเยือกเย็นขึ้นไปกว่านั้นอีก เช่น เราเกิดความโกรธขึ้นมาในบุคคลผู้ใด  
โดยที่เขาแสดงอาการกิริยาหรือเขาพูดจาไม่ถูกหูเรา เราไม่พอใจ เราจะต้องใช้  
ปัญญาพิจารณา ไม่ใช่อดเฉยๆ เราต้องใช้ปัญญาว่า คนที่เขาโกรธเราเรามีเจตนา  
กลั่นแกล้ง หรือว่าเขาพูดเขากระทำกิริยานั้นตามกิริยามารยาทและนิสัยของเขา  
จริตของเขาเป็นอย่างนั้นเอง หรือเขาทำด้วยความไม่รู้สึกรู้ตัว อะไรทำนองนี้ จะต้อง  
คิดพิจารณา ถ้ายังไม่ทันเข้าถึงจุดของจริง เราจะต้องพิจารณาอีกว่า โอ! ความที่  
เขาไม่เข้าใจก็เหมือนกับเรานี่แหละ เขาไม่รู้จักเขาจึงได้ทำอย่างนั้น เพราะความโง่  
เขลาของเขา ความไม่ฉลาดของเขา เขาจึงทำเช่นนั้น เราต้องพิจารณาดู คนเรามัน  
ไม่เหมือนกัน อย่างเราแต่ก่อนมาไม่เข้าใจก็เป็นอย่างเขาเหมือนกัน เราเข้าใจแล้ว  
เราพยายามอดกลั้น เขาไม่ได้พยายามอดกลั้นอย่างเรา มันจึงต้องเป็นไปตามกิเลส

บังคับ กิเลสของเขามีเช่นนั้นก็บังคับให้เขาเป็นไปอย่างนั้น เหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็น เรื่องที่เราต้องใช้ปัญญาพิจารณา

ถ้าหากเราเห็นตามเป็นจริงแล้วว่า โอ! มันเรื่องของเวรกรรมของสัตว์ มันได้ ตบแต่งมาได้ขั้นนั้นขนาดนั้น ไม่ทราบจะทำอย่างไรได้ ดีกว่านั้นมันก็ไม่ได้ ความ โกรธมันก็ค่อยเบาบางลงไป บางที่อาจจะเกิดสงสารและเอ็นดูขึ้นมาได้ ที่ท่านแสดง ว่าระงับความโกรธด้วยความเอ็นดูสงสาร จะไปสงสารเฉยๆ ไม่ได้ดอก จะให้ไป สงสารเอ็นดูไม่ได้ดอก มันต้องคิดค้นหาต้นตอเหตุผล เหมือนอย่างที่ว่านี้เสียก่อน มันจึงจะเกิดสงสาร จึงจะเกิดเอ็นดูขึ้น แล้วก็เลยหายโกรธในบุคคลนั้นได้ นี่ก็เรียก ว่าเราปฏิบัติธรรมแล้ว ปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เราก็ได้ความสบาย ขึ้นมา เห็นคุณค่าประโยชน์ของการประพฤติธรรม ผีกัดธรรม

หากจะปฏิบัติธรรมขั้นสูงขึ้นไปอีก เมื่อเราอยู่เฉยๆ ไม่ได้มีอะไรเป็นเครื่อง ระลึกถึงคุณงามความดี มีแต่ประกอบอาชีพการงานของตนอยู่ตลอดวันคำคินรุ่ง ถ้า หากว่าเรามาระลึกได้ว่า ชีวิตของเราเปล่าเสียจากประโยชน์ หหมดวันหมดคืนไปวัน หนึ่งๆ ไม่มีอะไรเป็นเครื่องระลึกและไม่มีอะไรทดแทนที่มันเสียไป มาตั้งใจรักษาศีล ๕ ศีล ๘ ให้มันคงอยู่ตลอดเวลา เอาศีลเป็นเครื่องระลึกเป็นเครื่องพิจารณา ศีลของเรา มีประจำ ชีวิตนี้ล่วงไปวันหนึ่งๆ ก็ยังมีคุณงามความดีเป็นเครื่องระลึก เป็นเครื่อง วัด ในวันหนึ่งๆ ศีลของเราไม่ต่างพร้อย ศีลของเราไม่ขาด หรือหากว่ามันขาดก็ดีกว่าที่ไม่มีเสียเลย พิจารณาลงอย่างนี้ มันก็จะเห็นคุณความดีปรากฏขึ้นในตัวของเรา และใจของเราก็จะเบิกบาน ยิ้มแย้มแจ่มใสในคุณงามความดีของตน นี่ก็เรียกว่าปฏิบัติธรรมแล้ว ไม่ใช่ว่าปฏิบัติแล้วจะถึงมรรคผลปุบปับประเดี๋ยวนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น

ถ้าต้องการฝึกหัดปฏิบัติธรรมให้ดีไปกว่านั้นอีก ให้ยิ่งไปกว่านั้นอีก เราก็มา ปฏิบัติฝึกหัดจิตใจตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ว่าความสงบเป็นสุขอย่างยิ่ง เราไม่เคยสงบ ลองดู ถ้าสงบมันจะสุขแค่ไหน พระพุทธองค์ตรัสเทศนาว่า นตฺถิ สนฺติ- ปรี สุขํ ความสุขยิ่งกว่าความสงบไม่มี มันจะสุขขนาดไหน สุขโดยการที่เราไม่ได้ ประกอบการงานในทางที่ผิดหรือทุจริตผิดจากศีลธรรม ก็เรียกว่าสงบสุขอย่างหนึ่ง เหมือนกัน แต่สงบในที่นี้มีคำว่าสงบโดยที่ไม่ทำอะไรเสียเลย สงบคือเว้นเสียจาก โทษ หมายถึงสังวร สำรวมไม่ให้มีโทษ สังวรกับสงบมันอยู่ใกล้กัน เมื่อเราสังวรแล้ว

ใจมันก็ค่อยสงบลง คือไม่มีความเดือดร้อน

เรามาทดระลึกถึงความดีของตน จิตก็เยือกเย็นไม่ส่งสาย อิมใจพอใจอยู่กับความดีของตน เอาความดีเป็นอารมณ์ ที่ท่านเรียกว่าสีลานุสติ คือระลึกเอาศีลมาเป็นอารมณ์ เฟ่งพิจารณาถึงศีลข้อต่างๆ เราไม่มีโทษ ข้อนั้นถึงดเว้นได้ ข้อนี้ถึงดเว้นได้ ข้อ ๑, ๒, ๓, ๔, ๕ เรงดเว้นได้หมด หรือข้อ ๖, ๗, ๘ เรากถึงดเว้นได้ พิจารณาถึงเรื่องกรรมอื่นเราก็ไม่มีโทษอะไร หากว่ามีผิดพลาดอยู่บ้างก็เป็นธรรมดาของมนุษย์ปุถุชน เราก็มีอุบายเอาปัจจุบันว่า เวลาที่เราไม่มีผิดอะไร ก็จะได้เห็นความผ่องใสของตน ก็จะดีใจและอิมใจอยู่กับความดีในปัจจุบัน มันก็เป็นอนุสติขึ้นมา จิตก็จะอยู่ในอารมณ์อันเดียว

เมื่อจิตอยู่ในอารมณ์อันเดียว เป็นสมาธิเช่นนั้นแล้ว เราจะเห็นคุณค่าของความสงบแล้วคราวนี้ โอ้โฮ! ความสงบมันเย็นมันสุขอย่างนี้หนอ จะชอบใจ และพยายามตั้งใจที่จะทำความสงบนี้เรื่อยไป จนกระทั่งจิตเข้าถึงอัปนาสมาธิได้จริงๆ จังๆ แน่วแน่ลงไป จนไม่มีอารมณ์อะไรเลยที่จะส่งสายออกไปภายนอก แม้ที่สุดแต่จะนั่งอยู่ก็ไม่รู้สึกว่ามัน ยืน เดิน ก็ไม่รู้สึกว่าเป็นอะไรต่ออะไรหมด ว่างหมด ยังเหลือแต่จิตอันเดียว เมื่อเข้าถึงตรงนั้นแล้ว เราจะเห็นว่าความสงบเป็นสุขอย่างยิ่ง สมจริงตามที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนามาไม่มีผิดเลย

ที่ว่าบรรลุมรรค ผล นิพพาน นั้นยกไว้ก่อน เราไม่ถึงขั้นนั้นหรอก เราบรรลุธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เห็นธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ถึงธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็พอแล้ว เพราะฉะนั้น ธรรมเท่านั้นที่จะอบรมและฝึกฝนฝึกหัดตัดจริตนิสัยของเราให้เข้าอยู่ในขอบเขต และเข้าถึงความสงบสุขได้ นอกจากธรรมแล้วไม่มีอื่นใดเลย บางครั้งบางครั้งเราอาจจะคิดนึกได้ด้วยตนเองว่าทำอย่างนั้นมันไม่ถูก ทำอย่างนี้มันไม่ดี เพราะเหตุที่เราเคยได้รับการอบรมสั่งสอนจากผู้ใหญ่ครูอาจารย์ เราเลยระลึกได้ อันนี้เรียกว่า ธรรมเป็นเครื่องตักเตือน ธรรมช่วยให้เราทำดีขึ้นมาได้ ก็เรียกว่าธรรมเป็นครูเป็นอาจารย์เป็นศาสดาสอนได้เหมือนกัน

หากว่าเรากำหนดจิตจนกระทั่งเป็นสมาธิภาวนา ไม่มีอะไรเลย บางอย่างบางประการหรือบางสิ่งที่เราไม่เคยคิดเคยนึกอาจจะเกิดเป็นความรู้ขึ้นมาปุบปับในขณะนั้น รู้อย่างไม่ตั้งใจจะให้รู้และตั้งใจจะคิดเลย มันเกิดความคิดขึ้นมาเอง แต่ที่

จริงไม่ใช่ความคิด ในทางปฏิบัติท่านว่า ธรรมะเกิดจากความสงบ เมื่อสงบแล้วเกิดความรู้ขึ้นมา แวบขึ้นมา เป็นของอัศจรรย์และแปลกประหลาดโดยที่เราไม่ตั้งใจจะคิด เรื่องความรู้อันนี้ไม่ใช่เรื่องคิด คิดคือมันส่งไปตามอาการ จับเรื่องราวอะไรขึ้นมา แล้วก็ไตร่ตรองไป อย่างคิดเลข คิดคำนวณอะไรต่าง ๆ อันนี้มันเกิดขึ้นมาเอง เกิดมาจากความสงบ เกิดความรู้อะไรปุบปับขึ้นมา เรียกว่ารู้จากธรรมะ รู้จากความสงบ ความรู้อันนั้นเป็นของจำได้ไม่ลืม และสิ่งต่าง ๆ ที่เราเคยสงสัยและขัดข้อง มาแต่ก่อนหายหมด

บางอย่างบางประการซึ่งเราพยายามที่จะละจะถอนทิ้ง เช่น เราชี้โกรธ ถ้าเมื่อความรู้อันนั้นมันเกิดขึ้นมา เราเอามาพิจารณา เอ! มันโกรธเพื่ออะไร มันโกรธทำไมกัน และไปโกรธใคร บางครั้งไปโกรธเขาเขาไม่รู้รู้สึกตัวก็มี แล้วมันได้ประโยชน์อะไร โกรธแล้วก็แค่นั้น มันเผาเราต่างหาก มันไม่มีสาระประโยชน์อันใดจริงๆ มีแต่ให้เกิดโทษภัยเดียว โดยที่ว่าคุณโกรธนั้นก็ไม่ได้เรียกร้องเราให้ไปโกรธ และคนที่เราโกรธเขาไม่ได้มาเรียกร้องให้เราโกรธ แม้สิ่งของวัตถุต่างๆ ไม่มีวิญญาณ เราไม่พอใจก็โกรธขึ้นมา สิ่งนั้นมันหาได้รู้สึกตัวไม่ เราต่างหากเป็นคนโกรธ เห็นโทษทันทีทันใด จำไม่ลืมเลย มันไม่มีสาระอะไร มันคล้ายๆ กับเรานี้โง่ไปคนเดียว เราเป็นบ้าไปคนเดียว เห็นความชั่วเลวทรามของตนเลยเกิดเป็นคนฉลาดขึ้นมา สมกับที่พระองค์ตรัสเทศนาว่า คนใดเห็นตนเป็นคนโง่ คนนั้นค่อยฉลาดขึ้นมาบ้าง ถ้าหากว่าคนใดเข้าใจว่าตนฉลาดแล้วโง่ทั้งนั้น เรียกว่า โง่ทั้งแท้เลย โง่ทั้งหมดเลย

คนที่โกรธคนอื่น เกลียดคนอื่น เหยียดหยามดูถูกคนอื่น โดยที่เข้าใจว่าคนอื่นสู้ตนไม่ได้ ว่าตนสูงกว่าเหนือกว่าหรือฉลาดเฉียบแหลมกว่าคนอื่น อะไรต่างๆ มีอำนาจเหนือกว่าเขาทั้งหมด วิเศษกว่าเขาทั้งหมด นั่นแหละเรียกว่า ไม่รู้จักความโง่ของตน อันนั้นได้ชื่อว่าโง่โดยแท้ ไม่ใช่คนฉลาด ถ้าฉลาดรู้สึกตัวขึ้นมาแล้วหายโง่ ความโง่ค่อยเบาบางลงไป คือไปรู้ความไม่ดีของตน ถ้าไม่รู้จักความไม่ดี เรียกว่า โง่ทั้งหมด ความรู้ที่เกิดจากความสงบจึงเป็นของวิเศษศักดิ์สิทธิ์ สามารถที่จะปิดเป้าความชั่วของตนที่มีอยู่ให้หายไป ได้ ถึงไม่หมดก็เบาบางลงไป พอเราเข้าใจตอนนี้แล้ว เราจะระลึกถึงคุณของธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าว่าเป็นของมีคุณค่าหาประมาณมิได้

คนเรานั้นถ้าหากว่าชั่วแล้ว และไม่มีธรรมะเป็นเครื่องกำจัดปิดเป่าความชั่ว ระวังดับความชั่วนั้นได้เสียแล้ว จะไปจ้างให้ความชั่วมันหายไป ให้มันทอดทิ้งความชั่ว เสีย เป็นไปไม่ได้ทั้งนั้น ถึงแม้จะใช้อำนาจดขี่ข่มเหงหรือใช้อำนาจบังคับ ถ้าหากไม่ ละชั่วจะฆ่าทิ้งเสีย ลองดูนักโทษต่างๆ มันเคยทิ้งได้ไหมความชั่ว มันก็แค่นั้นละ อย่างเขาทำโทษเอาไปกักขังอบรม มันก็จำเป็นจำใจ ไม่มีทางหลีกเลี่ยงก็ทำไป แต่ ใจมันยังอยากทำอยู่ตามเดิม นักโทษประหารชีวิต ไม่ใช่มันจะไปยอมรับว่าทำผิด มัน ยังโกรธคนประหารเสียด้วยซ้ำ มันโกรธผู้ไปฟ้องร้องเป็นสักขีพยานให้เสียด้วย ไม่ใช่มันจะลดละได้ง่ายๆ นี่จึงว่าเอาอะไรมาจ้างให้มันหายไปไม่ได้หรอก เงินเป็นร้อยล้าน มาจ้างมันก็ไม่หายทำความชั่ว ถ้าเรารู้ตัวเสียแล้ว มันถอนปุบปับประเดี๋ยวจึง นี่ จึงว่าเป็นของมีคุณค่ามหาศาล ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า มันมีประโยชน์อย่างนี้

เพราะฉะนั้นจึงว่าการฝึกฝนอบรมธรรมะนั้น อย่าเข้าใจว่าเป็นของสูง ไม่ใช่สูง เรารู้ว่าธรรมะที่เราทำอยู่นี้ขั้นไหน ภูมิไหน ให้ฟังเข้าใจและฟังพอใจในธรรมะที่ตน ปฏิบัติอยู่นั้น ถ้าเราอยากได้ดีขึ้นไปอีกก็ปฏิบัติให้ยิ่งขึ้นไป สูงขึ้นไปโดยลำดับ ถ้ามันไม่ได้สูง เราก็อย่าไปเดือดร้อนวุ่นวาย ได้เท่าที่ตนมีอยู่ รักษาไว้อย่าให้เสื่อม สูญไปก็แล้วกัน มีน้อยนิดเดียว มีหยิบหนึ่งก็เอาไว้เสียก่อน มีกอบหนึ่งก็เอาไว้เสีย ก่อน มีกระบุงหนึ่งก็เอาไว้เสียก่อน มีเท่าไรก็เก็บๆ ไว้เสียก่อน จะไปเอาหลายๆ ที่ เดียว เล็กๆ น้อยๆ ไม่เอา ใช้ไม่ได้ดอกอย่างนั้น ของนิดหน่อยไม่เอา เลยไม่ได้สัก ที่ พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า ยินดีเท่าที่ตนได้ตนมีอยู่นั้นเป็นทรัพย์อันประเสริฐ

นี่เรื่องปฏิบัติธรรมให้เข้าใจให้ชัดอย่างนี้เสีย ต่อไปมันจะได้หายกังวลในเรื่อง ทะเยอทะยานเกินขอบเขต ถ้าหากเราเคยปฏิบัติธรรมะเข้าถึงความสงบสุข เห็น ของจริงแล้วเราก็พยายามรักษาเอาไว้ ถ้าไม่ได้ขนาดนั้นลดหย่อนลงมา มีศีล ๕ ศีล ๘ ถ้าเรามีสติหรือเรามีอุบายอะไรที่จะระวังดับความชั่วของตนความเลวทราม ของตนได้ ก็ระวังอันนั้นไว้ให้อยู่ขั้นนั้นเสีย มันก็มีประโยชน์ ในชีวิตหนึ่งที่เกิดมา เราได้พยายามทำอย่างนี้ อุตส่าห์ฝึกฝนอบรมอย่างนี้ไม่เสียชาติเกิดมาพบพระ พุทธศาสนาแล้วได้อบรมตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เรียกว่า ได้เห็นธรรมคำ สอนของพระองค์ ดีกว่าบางคนที่ไม่ได้ฝึกฝนและไม่เห็นธรรมเสียเลย ไม่รู้ธรรมเสีย เลย ทั้งๆ ที่ธรรมนั้นตนมีอยู่ แต่ก็ไม่รู้ เลยเข้าใจว่าตนไม่มีธรรม

เพราะคนไม่รู้ธรรม จึงทำชั่วแล้วก็ทำชั่วต่อไป คิดไปว่าเกิดชาติเดียวตายชาติเดียวเท่านั้นทำให้เต็มทีเถอะ เลยไปใหญ่โตมโหฬารเพราะไม่รู้จักรักรรรม ถ้ารู้จักรักรรรมแล้วจะกลับตัวได้ รู้จักรักรรรมคุณธรรมของตนเท่าที่ตนมีอยู่ มันก็เป็นประโยชน์ต่อไปเอาละ อธิบายถึงเรื่องธรรมวันนี้เท่านี้



# กระจกส่อง

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๘



พากันตั้งใจฟังธรรมเทศนา วันนี้จะอธิบายถึงเรื่องเครื่องส่องคือกระจกเงา กระจกมีไว้สำหรับส่องดูตัวเราเองก็ได้ ส่องดูสิ่งอื่นก็ได้ โดยมากคนเราไม่ค่อยจะเห็น ตัวเราเอง คิดดู ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งวันตาย ถ้าหากไม่ไปมองดูกระจกก็จะไม่เห็น หน้าเราสักที หน้าของเราไม่ทราบว่าเป็นอย่างไร ตา หู จมูก อวัยวะต่างๆ ทั้งหน้า ไม่ทราบว่ามีรูปร่างลักษณะอย่างไร นี่พูดถึงเรื่องความไม่ดีของคนเรา คือความโง่ ของคนเรา ได้ของมาพร้อมกันแล้ว แต่ว่าไม่รู้จักหน้ารู้จักตา ไม่รู้จักรูปพรรณสัณฐานของมันเสียเลย ต้องอาศัยกระจกส่องดู นี่ถึงขนาดนี้คนเรา ว่าถึงเรื่องของไม่ดี มันเป็นอย่างนี้ หรือเรียกว่าเราโง่ ต้องอาศัยคนอื่นส่องจึงค่อยเห็นความโง่ของเรา

คนเราแต่ละคนก็ทำนองนั้น เกิดขึ้นมายากที่จะรู้เรื่องของตนเอง อ่านตนเองไม่ค่อยออก การกระทำทุกสิ่งทุกอย่างที่เรากระทำนั้น อ่านไม่ค่อยออกกว่าทำผิด หรือถูก ดีหรือชั่ว หยาบหรือละเอียด ควรหรือไม่ควร ทำลงไปด้วยความโง่ๆ เง่ๆ ทำด้วยความลุ่มหลงมัวเมา เราชอบใจจะทำอย่างไรก็ทำลงไปอย่างนั้น ชอบใจจะพูดอย่างไรก็พูดออกไป ชอบใจคิดนึกอย่างไรก็คิดนึกไป แต่มันจะเป็นผลดีผลเสียอย่างไรไม่รู้ ต้องอาศัยพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าคือการศึกษาลำดับรับฟัง ถึงแม้จะฟังก็ตาม ศึกษาเรียนมาเท่าไรก็ช่าง ก็เหมือนกับกระจก ที่เราศึกษาเหมือนกับกระจกเหมือนกัน กระจกไปตั้งไว้ ถ้าเราไม่เข้าไปส่องก็ไม่เห็นเหมือนกัน จะเรียนรู้มากสักเท่าไรก็ตามเถอะ ถ้าหากเราไม่ส่องดูตัวของเราแล้ว ก็จะไม่รู้เรื่องตัวของเราเหมือนกัน

สิ่งที่เราจะพึงรู้พึงเห็นในตัวของเรา นั้น เพียงรูปร่างหน้าตาไม่เป็นของสำคัญอะไรนัก หน้าตา รูปร่าง สัณฐานของเรานั้น มันจะเป็นอย่างไรๆ บุญกรรมวาสนา

บารมีส่งมาให้แล้ว มันก็แค่นั้นแหละ จะไปตัดแปลงแก้ไขมันก็แก้ไขไม่ได้ อย่างโบหูกี้ดี จมูกกี้ดี ตาก็ดี เราจะแต่งใหม่ก็ไม่ได้เหมือนกัน อย่างปาก อย่างคิ้ว แต่งใหม่ไม่ได้หรอก อย่างดีที่สุดก็ไปเสริมนิดๆ หน่อยๆ เอารู้อะไรไปทานิดๆ หน่อยๆ ให้มันแปลกๆ คือไปทำให้แปลกกว่าเก่า ให้คนมองดู ถ้าเป็นเหมือนเก่าคนเบื่อ เขาดูนานๆ แล้วเมื่อ ให้มันแปลกแตกต่างเก่าหน่อยคนจะได้สนใจ ขนาดนั้นคนเรา แล้วก็ไม่ได้เห็นดีพิเศษวิโสอะไรตัวของเรา ดีไม่ดีซ้ำๆ จะทำความเสื่อมเสียให้แก่เราอีกซ้ำ ถ้าเขาชมเรา เราก็จะลืมตัว หว่าเราสวยสดงดงามอะไรต่างๆ ถือตนถือตัว ลืมตนลืมตัว ถ้าเขาติเรา เราก็จะโกรธเสียใจน้อยใจ ไม่ใช่เป็นของดี ถ้าหากปกติแล้ว อยู่ตามเรื่องตามราว มันก็สบายไป นี่จึงว่าไม่เป็นปัญหา ถ้าเราไปตบแต่งเข้า นอกจากจะเป็นภัยอันตรายแก่ตนแล้ว ก็ไม่เห็นดีพิเศษวิโสอะไรขึ้นมา ของอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านไม่ทรงให้แต่ง แต่งมันเป็นภาระ สิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายมากขึ้นไปอีก นอกจากเป็นบ่อเกิดของกิเลสตัณหาตัณหาตัณหาแล้ว ยังเป็นของสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายมากขึ้นอีก

ที่พระพุทธองค์ทรงให้แต่งให้ดูนั้น ไม่ใช่ดูตรงนั้น ดูความประพฤติต่างหาก ดูการกระทำต่างหาก คนเราจะเป็นคนดีหรือคนเลว ไม่ใช่เพราะโคตร วงศ์ตระกูล รูปร่างสัณฐาน วิชาความรู้ ดีตรงที่ประพฤติต่างหาก ดูครั้งพุทธกาล ผู้ที่บวชในพุทธศาสนา สูงสุดเป็นถึงกษัตริย์ ต่ำลงมาก็พวกพราหมณ์ ต่ำลงมาก็พวกคนธรรมดาสามัญ ต่ำที่สุดคนขอทาน คนขอทานพระองค์ก็เทศนาอบรมสั่งสอนให้ประพฤติปฏิบัติตนจนได้สำเร็จมรรคผลนิพพาน มีสักขีพยานชัดเจน พระองค์จึงตรัสอย่างนั้นว่า คนดีจะดีได้ไม่ใช่เพราะโคตร เพราะวงศ์ตระกูลหรือรูปร่างสัณฐานผิวพรรณต่างๆ ดีเพราะการฝึก ตรงนี้จุดสำคัญที่เราต้องสนใจกัน

ความประพฤติก็ไม่มีอะไร มีในตัวของเราทั้งหมด มีกาย วาจา ใจ ๓ อย่างนี้แหละ ดีชั่วอยู่ตรงนี้ จะดีก็เพราะกาย วาจา ใจนี้ จะชั่วจะเลวก็เพราะกาย วาจา ใจนี้ กาย ไม่ได้หมายถึงเรื่องกายที่อธิบายมาแล้ว อันนั้นเป็นของมีอยู่ ไม่ใช่จะไปแต่งตรงนั้น คือแต่งกายความประพฤติต่างหาก ไม่ใช่แต่งหน้า แต่งรูปโฉมอย่างที่ว่า แต่งความประพฤตินี้ต่างหาก ดังอธิบายมาแล้วในขั้นต้น คนเราไม่ค่อยจะรู้สึกตัว คือไม่รู้เรื่องของตนที่ตนเป็นมา ตนทำอยู่เป็นอยู่ไม่รู้เรื่อง บางทีทำด้วยกาย การ

งานอะไรภาวะใดๆ หมด ทำลงไปนั้นเข้าใจว่าเป็นของถูกของดี ถูกต้องดีแล้ว แต่ทำไปบางที่มันอาจเป็นเครื่องกระทบกระเทือน หรืออาจเป็นเครื่องเบียดเบียนคนอื่น ทำให้คนอื่นเสื่อมเสียไปก็ได้

หลักมีอย่างนี้ ทำสิ่งใด ถ้าหากว่าทำดีถูกต้องนั้น ไม่เป็นเครื่องกระทบกระเทือนทั้งตนและคนอื่น คือไม่ทำความเสียหายแก่ตนและคนอื่น ไม่ทำความเดือดร้อนให้แก่ตนและทั้งคนอื่นด้วย นั้นแหละหลักความดี อย่าไปเอาดีแต่ตนฝ่ายเดียว ถ้าตนเห็นว่าดีแล้ว คนอื่นอาจกระทบกระเทือนก็ได้ อันนั้นไม่ใช่ของดีนี่ตรงนี้ ตรงที่จะส่งดูตัวของเรา คนเรามักไม่ส่งตน ไม่ค่อยจะส่งตัวของเรา ทำไปหน้าเดียวเลย เข้าใจว่าดีแล้วก็ทำไปหน้าเดียว นี่ไม่ส่งตน ถ้ามีหลักอย่างว่านี้ ส่งดูว่าทำสิ่งใดลงไป มันเป็นเครื่องเบียดเบียนตนและคนอื่นหรือไม่ ถ้าไม่เบียดเบียนตนและคนอื่น อันนั้นใช้ได้ ให้ส่งแบบนี้ นี่เป็นเรื่องการกระทำ

กาลเวลาที่เรากำลังทำนั้น มันรู้จักกาลไหม ถูกแล้วก็ต้องรู้จักกาลรู้จักเวลา อย่างบางคนขยันหมั่นเพียรทำกิจการธุระ ขยันจริงๆ แต่ไม่รู้จักกาลรู้จักประมาณตนเอง อย่างทำเรือกสวนไร่นา ทำตะพืดตะพื่อไป ครั้งพุทธกาลก็เคยมี พระองค์หนึ่งถือว่าบัตกवादนี้เป็นการบุญการกุศลเสียจริงๆ กवादตะพืดตะพื่อไปเลย ถือว่าเป็นของดีวิเศษศักดิ์สิทธิ์ กवादไม่มีหยุดมีหย่อน ไม่รู้จักเวลา ไม่มีเวลาที่จะทำความเพียรภาวนา มีแต่หาจะกวาดลานวัดตลอดเวลา พระองค์ตรัสว่าให้รู้จักกาล มันไม่ใช่จะได้อยู่ตรงนั้นอย่างเดียว อันนั้นเป็นกิจวัตรที่ควรประกอบ นี่ไม่รู้จักกาล ไม่รู้จักประมาณ เมื่อไม่รู้จักกาลก็ไม่รู้จักประมาณอีกเหมือนกัน คือ ทำไม่รู้จักกาลรู้จักประมาณ คือไม่รู้พอดีพองามว่าจะเหมาะสมด้วยประการใดๆ อันนี้ไม่เบียดเบียนคนอื่นจริงอยู่หรอก แต่เบียดเบียนตนเอง กवादวัดกวาดวากवादตะพืดตะพื่อไป ไม่เบียดเบียนใครหรอก คนอื่นเห็นเขาก็ชมว่าเป็นของดีเหมือนกัน เราไม่ต้องกวาดยาก คนอื่นกวาดให้แล้วก็แล้วไป สบาย ไม่เบียดเบียนใครหรอก แต่ไปเบียดเบียนตนซิ คือขาดการกระทำคุณงามความดีอย่างอื่น แทนที่จะเอาเวลาไปกวาดวัดสักพักหนึ่ง แล้วมาทำกิจวัตรเดินจงกรมภาวนาสักพักหนึ่ง แทนที่จะทำอย่างนั้นไม่เอา เอาแต่กวาดอย่างเดียว นี่ส่งไม่ถึง คือไม่มีกระจกส่องตนเอง นี่

ตัวอย่าง

ที่นี้คนทำงาน เช่น คนทำสวน ทำนา ปลูกก็ปลูกเรื่อยไป ทำก็ทำเรื่อยไป ปลูกตะพืดตะพื่อ พอได้ปลูกแล้วก็ว่าจะร่ำรวย ปลูกมะเขือเทศ ผักกาด กะหล่ำปลี ปลูกอะไรต่างๆ ปลูกจนไม่มีจิ้งหหวะจะโคน ปลูกมากๆ จนขีดกระทั่งมันขึ้นมาไม่ได้ มันขีดมันแย่งอาหารกันกิน เลยไม่มีลูกไม่มีผล ได้แต่ต้น ต้นก็ไม่งามเสียซ้ำ นี้เรียกว่าไม่รู้จักพอดีพองาม เห็นเขาทำก็ทำไป เมื่อคิดไปก็น่าสงสารคล้ายๆ กับเครื่องจักร พอติดเครื่องแล้วก็ทำตะพืดตะพื่อเลย เครื่องไม่พัง น้ำมันไม่หมด ก็เลยเดินเครื่อง อยู่อย่างนั้นตลอดเวลา อันนี้ว่าถึงเรื่องการกระทำด้วยกาย เมื่อไม่มีอุปบายปัญญา เมื่อไม่ฉลาด ทำด้วยความโง่เง่า พระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงชมเชยสรรเสริญ ไม่มีเครื่อง ส่งตนเอง หากคนอื่นจะส่งให้ ก็ไม่เหมือนตนเองส่ง หากคนอื่นไปติเข้า ลองดูซิ ไม่พอใจ หากคนอื่นไปชม ก็ลืมหิว ก็เลยไม่เป็นประโยชน์ทั้ง ๒ ฝ่าย ถ้าตนเองส่ง ตนเอง รู้เท่าเข้าใจตนเอง ว่าควรไม่ควรด้วยตนเอง นั้นแหละจึงเรียกว่าส่งตนเอง รู้จักตนเอง เปรียบเหมือนกับเราไปส่งกระจก ดูหน้า ตรงไหนมีจุดมีไฟ ตรงไหนมันดำ ตรงไหนมันไม่ดีไม่งามจนต้องขีดต้องชำระ ควรที่จะแแต่้มจะแต่งด้วยประการใด ให้มันเหมาะสมแก่ใบหน้าของตน และก็ค่อยสวยขึ้นมาเพิ่มเติมขึ้นสักชนิดหนึ่ง ดีกว่า ไม่แต่ง เรียกว่าความรู้ เพราะรู้สิ่งที่ผิดที่ถูกคือความรู้อันนั่นเอง สิ่งที่ไม่ควรไม่ควรคือ รู้อันนั่นเอง อันนั้นจึงจะเรียกว่าส่งกระจกตนเอง นี้พูดถึงเรื่องกายอย่างเดียว

คราวนี้พูดถึงเรื่องวาจา ยิ่งกว้างกว่านั้น กว้างกว่ากายนั้นอีกมาก คนเราตั้งใจ ว่าเราพูดถูกพูดดีแล้ว ว่าถูกต้องไม่เท็จโกหกใครทั้งนั้น สิ่งที่เราจะต้องพูดออกไปเพื่อความเมตตาปรารถนาดีหวังดีต่อคนอื่น อันนี้ว่าถึงส่วนดี ถ้าว่าส่วนไม่ดีแล้ว พูดสิ่งใดเป็นเรื่องกระทบกระเทวแตกต้น หรือต้องการให้เจ็บช้ำน้ำใจ ให้คนอื่นเดือดร้อน นั้นบาปโดยแท้ นั้นเรียกว่าไม่ได้ส่งกระจก หรือส่งแต่ยังไม่ทันเห็น พูดสิ่งใดออกไปที่หวังประโยชน์ความดีแก่คนอื่น สิ่งที่เราพูด วาจาหรือสำนวนนั้น มันเป็น สำนวนวาจาหยาบคาย คนอื่นฟังแล้วมันไม่เพราะหู ไม่มีความอุตสาหกรรมวิริยะที่จะ ต้องทำตาม มันก็ไม่ได้ประโยชน์เหมือนกัน นอกจากไม่ได้ประโยชน์แล้วยังเป็น โทษแก่ตัวเราอีกด้วยซ้ำ คือ เขาเกลียดและเบียด เมื่อเขาเกลียดเขาเบียด เขาไม่ยอม ฟัง ไม่ยอมทำตาม ตัวเราเองไม่รู้ตัว เรายิ่งโกรธเพิ่มขึ้นอีก แสดงความน้อยใจ ไม่

พอใจมากเพิ่มขึ้นอีก อันนั้นมีกระจกส่องแต่ไม่เห็น ไม่เห็นหน้าตนเอง

นี่มันยาก คือไปมองแต่คนอื่นไม่มองตนเอง จึงว่ามีกระจกส่องแต่ไม่เห็น ถ้าหากว่าเรามารู้สึกตนได้ว่า ที่เราหวังดีปรารถนาดี แต่ทำไมเราพูดเราสอนคนอื่นทำไมเขาไม่พอใจ มันเป็นเพราะอะไร มาตรวจดูตัวของเราให้ถี่ถ้วนจะเห็นหรือ บางทีเกิดเพราะนิสัยเคยชินติดมาแต่เนิ่นนาน เราเคยฝึกฝนอบรมอย่างนั้นมา และก็ไม่มีใครจะตักเตือนบอกกล่าวว่าสอน ว่าสิ่งนั้นมันไม่ดีไม่งาม ถึงคนอื่นตักเตือนสั่งสอนก็อย่างที่ว่าแล้ว จะไม่พอใจ เกิดความไม่พอใจขึ้นมา อันนั้นเรียกว่า ส่องกระจกไม่เป็น คือ ไม่เห็นเงาตนเอง หรือเห็นแล้วก็แต่งไม่ได้ เลยไม่แต่ง ไม่ยอมแต่ง มันจุดดำจุดแห้วตรงไหนก็ตามมันเถอะ ก็เลยจะไม่แต่ง ไว้ตามเดิมนั้นแหละ มันเป็นอย่างนี้แล้วก็ปล่อยไว้อย่างนี้แหละ ก็ดีเหมือนกันถ้าปล่อยไว้อย่างนั้น แต่ว่าเราอย่าไปทำความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและคนอื่น ถ้าปล่อยแล้วไม่เดือดร้อนตนเองและคนอื่นเหมือนกัน ว่าเราเคยพูดอย่างนี้ละ เราเคยพูดสำนวนวาจาอย่างนี้ละ เราปล่อยตามเรื่องมัน นิสัยสันดานเราเป็นอย่างนี้ ก็ปล่อยตามเรื่อง ก็อย่าไปพูดให้คนอื่นได้ยิน ถ้าไปพูดให้คนอื่นได้ยิน มันเดือดร้อนคนอื่น เมื่อเขาไม่พอใจ เขาแสดงความไม่พอใจและโต้ตอบ เดี่ยวเราก็เดือดร้อนขึ้นมาอีก ร้อนทั้งตนและคนอื่น กระทบทั้งตนและคนอื่นก็ใช้ไม่ได้อีก ถ้าปล่อยตามเรื่องแล้ว เอาอย่างนี้ละ เราปล่อยเลย ไม่ต้องไปพูดกับใคร มันก็ดีไปส่วนหนึ่งเหมือนกัน ถือว่ากรรมเวรเราสร้างมาอย่างนี้ ความชั่วเราอบรมมาอย่างนี้

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงเรื่องการส่อเสียด โทษของการส่อเสียดหาเรื่องหาโทษให้คนโน้นคนนี้ ตายไปตกนรก พ้นจากนรกมา มาเป็นคน พูดปากไม่ดี ปากมีกลิ่นเหม็น อยู่ใกล้ใครพูดกับใคร ใครก็ไม่ชอบ พูดคำใดวาจาใดออกไป มีแต่คนเกลียดเหยียดหยามดูถูก ไม่เป็นเหตุให้คนอื่นเชื่อฟัง พูดดี ๆ เขาก็ไม่เชื่อฟังพูดเพราะ ๆ เขาก็แสดงความรังเกียจ บาบกรรมอันนั้นยังเหลือเศษอยู่ ถ้าระลึกได้อย่างนี้ รู้สึกตัวว่ากรรมของเรา ค่อยยังชั่วหน่อย จะได้มีการระมัดระวัง เรียกว่าส่องกระจกดูตัวเราเห็น และมีหนทางแก้ ถึงแก้ไม่ได้ ก็ยังเรียกว่าเราระงับตนไว้เสียอย่าให้เป็นเรื่องกระทบคนอื่นต่อไป อย่าไปสร้างกรรมต่อไปอีก ถ้าเขาไม่พอใจและเขาแสดงความโต้ตอบรังเกียจเหยียดหยาม เราไปโกรธอีกยิ่งไปใหญ่อีกละ สร้าง

กรรมเพิ่มอีก กรรมมีแล้วยังไม่แล้ว ยังเพิ่มกรรมอีก ทวีคูณขึ้นอีก เลยไม่หมดสิ้นสักที ถ้าหากเรารู้อย่างที่ว่ามาแล้ว ปล่อยเอาเถอะ หมดกรรมหมดเวรเสีย เอาแค่นี้เราเข็ดแล้ว เรายอมแล้ว ทีนี้ต่อไปเราจะไม่สร้างกรรมต่อไปอีก ก็ดี ถ้าอย่างนั้นก็ตีนี้พูดถึงเรื่องวาจา สองดูวาจา

คราวนี้สองดูใจ ใครเป็นคนสอง ใจสองใจ ใจนั้นแหละไปสองดูกาย สองดูวาจา สองดูใจ คราวนี้ใจสองดูใจ ใจปกติธรรมดาตั้งเคยอธิบายมาแล้ว คือ กลางๆ ไม่ดีไม่ชั่ว ไม่คิดหยาบละเหยียด อะไรทั้งหมด เจยๆ ผู้ที่ฝึกฝนทำภาวนาสมาธิจนกระทั่งจิตรวมเข้าไปแน่นแล้ว ไม่มีอะไรเหลือเลย ยังเหลือแต่ความสงบนิ่งใสแจ๋วอยู่คนเดียว นั่นคือใจแท้ ใจแท้ใจเดิม อาการที่มันแสดงออกมาทั้งปวงหมด คิดนึกส่งสาย วิตกวิจารณ์ วุ่นวายนั่นนี่อะไรต่างๆ เป็นอาการของใจ

ตรงนั้นแหละ เราจะสองดูตรงนั้นแหละ มันคิดอะไร มันคิดไม่พอใจคนนั้น หาวาคคนนั้นเกลียดเหยียดหยามดูถูกเรา คนนี้รักเรา คนนั้นไม่ชอบ ไม่พอใจ ไม่รักเรา เกลียดโกรธเรา ดูถูกเหยียดหยามเรา ใจที่ไปวิตกวิจารณ์นั้น ให้เห็นให้รู้ตัวว่าอันนั้นมันไม่ใช่ของดี เอาละ ถึงแม้เขาจะเกลียดจะโกรธหรือจะเหยียดหยามดูถูก เขารักหรือชังก็ตามเถอะ ถ้าหากว่าเขาเกลียดเขาโกรธเขาไม่พอใจ เราไปแสดงความโกรธหรือเกลียด น้อยใจหรือเสียใจ ตัวของเราก็พลอยสร้างกรรมไปอีกแล้ว กรรมตัวนั้นก็เลยเพิ่มทวีขึ้นมามาก ดังอธิบายให้ฟังในเรื่องวาจา

เพราะกรรมเก่าของเรา มันจึงเป็นอย่างนั้น จึงมีคนไม่ชอบ ไม่พอใจหรือเกลียดโกรธ เพราะกรรมที่เราทำชั่วไว้แต่ก่อนเก่า เมื่อเราเข้าใจว่าเรามีกรรมเช่นนั้นแล้ว เรามาเสวยกรรม เราอย่าให้กรรมนั้นเพิ่มทวีขึ้นอีก เสวยเท่าที่มีอยู่ เหมือนกับว่าเรามีสตางค์ มีสักร้อยสักพันหนึ่ง เราใช้ให้หมด หมดเรื่อง อย่าไปหาเพิ่มมาอีก หรือมิฉะนั้นก็เหมือนเราเป็นผลที่แข็งหรือที่ขา มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม เราพอใจไหม ผลชาขวามีแล้ว อยากจะได้ผลชาซ่ายอีกไหม หรือว่าผลขนขวามีแล้ว ขนซ่ายอยากได้อีกไหม ถ้าหากเราไม่พอใจ ก็พยายามรักษาผลนั้นให้หาย แล้วเราก็จะได้สบาย จะไม่มีคนรังเกียจต่อไป ถ้าเรารู้ตัวอย่างนี้ เราสองดูตัวของเรา เห็นใจของเราอย่างนี้ เราก็พยายามอย่าให้ผลนั้นมากขึ้นอีกหรือเหวอะหวะกว้างลึกใหญ่

กว่าเก่าอีก พยายามรักษาแผลนั้นให้มันหายเสีย อย่าไปเพิ่มแผลอื่นอีกต่อไป

หากว่าความคิดนึกของเราไปชอบใจในคนนั้นคนนี้ เราติดอกติดใจในคนนั้น คนนี้จะไรต่าง ๆ เกิดความรักความพอใจในคนนั้นคนนี่ขึ้นมา ความรักความชอบอันนี้ ก็เป็นเหตุหนึ่งเหมือนกัน พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า

ปิยโต ชายเต โสโก      รักสิ่งใด โสโกในเพราะสิ่งนั้น

ปิยโต ชายเต ภย      รักสิ่งใด ภยเกิดจากสิ่งนั้น

นี่พระองค์ทรงเทศนาอย่างนี้ ที่ใจเราไปรักไปชอบใจ อย่าไปเข้าใจว่าเป็นของดี ความโศกมันจะเกิดจากตรงนั้น ภยจะเกิดจากนั้น ถ้าหากว่าไปรักหมู่เพื่อน ชอบใจหมู่เพื่อน สนิทสนมเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน จะต้องระบายความรักความชั่วที่ตนทำ มาแล้วให้หมู่เพื่อนฟังจนหมดเปลือกเลย ทีหลังเวลาไม่พอใจ โกรธขึ้นมาแล้ว ความลับที่เราระบายนั้นจะเสียใจภายหลัง หรือบางทีเขาจะไปโฆษณาความชั่วของเรา เลยเสียเราใหญ่โตมโหฬาร

ความโศกมันเกิดขึ้นมาด้วยอาการอย่างนี้ จึงว่ามันเป็นโศกเป็นภย ความรักอย่าเข้าใจว่าเป็นของดี หากว่าสิ่งนั้นพลัดพรากจากไป เกิดอันตรายขึ้นมาแล้ว เรา จะกลุ้มใจเป็นทุกข์เป็นโศกเพราะสิ่งนั้น นี่ท่านจึงสอนให้รู้จักรักษาตน คือส่งของตนอย่าให้หลงมัวเมาเรื่องความชอบความดี

ถ้าหากเป็นนักภวานากันจริงๆ จังๆ มีสติคุ้มครองรักษาจิต จะติดดีติดชั่ว คิดหยาบละเอียด ส่งสายไปตามอายตนะผัสสะต่างๆ จะต้องส่งดูว่า อันที่มันคิดดี คิดชั่วเรารู้จัก หยาบละเอียดเรารู้จัก ส่งสายไปตามอายตนะทั้งหลายเรารู้จัก ว่า เป็นไปเพื่อสะสมกิเลส หรือเป็นไปเพื่อได้ความรู้ความฉลาดเกิดอุบายปัญญา ตามรู้ ตามเห็นอยู่ตลอดเวลา และก็ตามชำระอยู่ทุกขณะ นี่เรียกว่าเราส่ง เรามองดูใจของเรา เรียกว่าใจเห็นใจ เมื่อใจเห็นใจแล้ว ก็ตั้งใจพิจารณาอยู่เฉพาะใจอันเดียว นี่นักภวานาต้องเป็นอย่างนี้ เมื่อเราไปจับจุดตรงนั้นได้แล้ว ส่วนกาย วาจา ไม่มีปัญหา ถ้าจับตรงนั้นแล้วไม่มีปัญหา เพราะกายและวาจาอยู่ใต้บังคับของใจ ใจเป็นผู้บัญชาการ ถ้าเราจับใจได้แล้ว เรื่องทั้งหลายนั้นก็หมดเรื่องไป ทำแบบนี้พระพุทธเจ้าท่านว่า มีธรรมเป็นกระจกเครื่องส่องตนเอง พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้อย่างนี้

เพราะฉะนั้น เรามาปฏิบัติธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จงเอากระจก คือ พระธรรมมาไว้เป็นเครื่องส่อง เราได้กระจกมาแล้ว แต่ถ้าเราไม่ส่อง มันก็ไม่เห็นตัวของเรา เพราะฉะนั้น จงพากันส่องตัวของเราทุกคน จึงจะสมที่เราเป็นนักปฏิบัติ เนื้อหาถึงเรื่องกระจกส่องเงาตนเอง มีเนื้อความพอที่จะจดจำนำไปปฏิบัติเพียงเท่านี้



# การศึกษาหาคำสอนพุทธศาสนา

แสดง ณ วัดสันติภาพเป็ญ อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๙



พากันมา มีโอกาสน้อยเวลาน้อย ขอให้พากันตั้งใจฟังอุบายธรรมเทศนา เราเป็นพุทธศาสนิกชน ตั้งใจจะศึกษาพุทธศานาคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อจับหลักให้มั่น แต่ก็เป็นที่น่าเห็นใจ พุทธศานาท่านแสดงไว้กว้างขวางเหลือเกิน เรามีการศึกษาน้อยคั่นคว้าน้อยจึงจับหลักไม่ค่อยจะได้มั่นคง โดยเฉพาะสำหรับท่านผู้สอน ครูบาอาจารย์ นักธรรมกถึก นักปาฐกถา ท่านจับเอาจุดใดจุดหนึ่งที่ท่านชำนาญและเห็นว่าเป็นของสำคัญ ยกขึ้นมาอธิบายและมาอบรมสั่งสอนเฉพาะแต่ละจุดแต่ละอย่าง แต่ก็ถูกเหมือนกัน เมื่อเราฟังมากๆ เข้า ศึกษามากๆ เข้า ก็เลยลังเล ไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นต้นอะไรเป็นปลายหรืออะไรเป็นท่ามกลาง จะจับจุดไหนก่อน ตั้งต้นจากไหนก่อน ในการที่จะศึกษาธรรมะศึกษาพุทธศานา

คำสอนของพระพุทธเจ้าไม่เหมือนวิชาทางฝ่ายโลก วิชาที่เขาเรียนกันอยู่ทางโลกนั้น มันก็มีละม้ายคล้ายคลึงกันตรงที่ว่า ตำราแต่ละเล่มล้วนแล้วแต่เขาคั่นคว้าและทดสอบทดลองจนได้รับผลเป็นที่ประจักษ์ ถือว่าคั่นคว้าเห็นตามสภาพของความเป็นจริงทุกสิ่งทุกอย่าง แล้วเขาจะต้องนำมาเขียนเป็นตำราขึ้นไว้ สำหรับให้อุณูชนรุ่นหลังได้ศึกษากัน

ในทางพุทธศานา ผู้คั่นคว้าคนแรกก็คือพระพุทธเจ้า คั่นคว้าธรรมะ คือหลักสัจจะของจริง เห็นตามเป็นจริงแล้ว จึงได้มาเทศนาสั่งสอน เทศนาสั่งสอนมากมาย เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว สาวกทั้งหลายจึงมาสังคายนา คือมาร้อยกรองให้เป็นหมวดเป็นหมู่ เป็นสูตรต่างๆ คล้ายๆ กับตำรา แต่ยังไม่ทันจะได้เขียนจนกระทั่งมาตอนท้ายจึงค่อยเขียนเป็นตัวอักษร

ตำราที่ทางโลกเขานิยมนับถือและเรียนกัน เรียนตั้งแต่หยาบไปหาละเอียดสูงขึ้นไปโดยลำดับชั้น แล้วก็มีการที่จับที่สิ้นด้วยตำรา ได้สำเร็จวิทยาลัยมหาวิทยาลัยต่างๆ ส่วนทางพุทธศานานั้น ถึงแม้ว่าท่านจะตั้งหลักสูตรไว้ คือเรียนตั้งแต่ต้นนักธรรม

ตรี โท เอก หรือมหาเปรียญ ได้เปรียญตรี เปรียญโท เปรียญเอกก็ตาม แต่เนื้อ  
ความของธรรมะแท้ๆ นั้นจะเป็นหลักสูตรนักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอก ตาม  
ลำดับชั้นก็ตาม ถ้อยความของธรรมะหรือรสชาติของธรรมะนั้นเสมอภาคกันหมด  
ไม่มีสูงต่ำ ไม่มีหยาบละเอียด มันผิดกันตรงนี้ ในหลักพุทธศาสนา จะตั้งหลักตั้ง  
แต่ขั้นต้นจากหยาบไปหาละเอียดก็ตาม แต่แท้ที่จริง เนื้อความของธรรมะอัน  
เดียวกันเสมอภาคกัน ไม่มีหยาบละเอียด

การเรียนทางพุทธศาสนาไม่ใช่จบเพราะตำรา แต่จบเพราะความรู้ ความเข้าใจ  
เชื่อมั่นในใจตนเอง ที่เรียกว่า ปัจจัยตั้ง เห็นเฉพาะตนเอง เรียนพระพุทธศาสนา  
ถึงแม้จะเรียนมากมายสักเท่าใดก็ตาม หากว่าไม่ประจักษ์แจ้งชัดเจนด้วยตนเองแล้ว  
ก็เรียกว่ายังไม่ทันสำเร็จ การสำเร็จคือว่าเรียนรู้ชัดประจักษ์แจ้งด้วยตนเอง เรียกว่า  
หายสงสัย ในตำราท่านว่า มีดวงตาเห็นธรรม หายสงสัยในคุณพระรัตนตรัย หรือที่  
ท่านเรียกว่าอริยบุคคลเบื้องต้นคือพระโสดาบัน นั้นจบขั้นต้นด้วยการชัดในใจของ  
ตนเองในเรื่องธรรมนั้นๆ

นี่แหละเป็นอย่างไรเรื่องพระพุทธศาสนา มากมายกว้างขวาง จึงยากที่จะจับ  
จุดเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุดได้ เพราะไม่ได้ปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติแล้วเห็นชัดด้วยตน  
เอง จับจุดได้ จะต้องเริ่มตรงนี้เสียก่อน แล้วจึงค่อยพิจารณาต่อไปโดยลำดับ และ  
เห็นแจ้งชัดไปโดยลำดับ เพราะฉะนั้น ในที่นี้จะอธิบายถึงเรื่องหลักที่เราจะต้องจับ  
จุดแรกศึกษาในเรื่องธรรม ถ้าเราจับจุดที่ว่านี้ได้แล้ว เราจะรู้สึกตนเองว่าเราจบขั้นไหน  
ขั้นไหน ภูมิไหน จะรู้ได้ด้วยตนเอง

จุดแรกที่ว่านี้ พุถึงเรื่องพื้นฐานของพุทธศาสนา กับธรรม ให้แยกกัน พุทธ  
ศาสนากับธรรม อย่าให้เป็นอันเดียวกัน ถ้าเราตั้งธรรมะไว้เป็นพื้นฐานแล้ว ศาสนา  
ในโลกนี้ทั้งหมดออกมาจากธรรมด้วยกันทั้งนั้น ออกมาจากธรรมอันเดียว ซึ่งธรรม  
อันเดียว แต่ชี้ไปคนละจุดและหยาบละเอียดต่างกัน ตามภูมิชั้นของคณาจารย์นั้นๆ  
ที่จะบัญญัติขึ้นมาสอน ธรรมคือโลก โลกคือธรรม โลกกับธรรมอันเดียวกัน ที่เป็น  
โลก เพราะใจเราเป็นโลก ที่เป็นธรรมเพราะใจเราเป็นธรรม ถ้าใจเราเป็นธรรมแล้ว ทุก  
สิ่งทุกอย่างในโลกนี้เป็นธรรมทั้งหมด ถ้าเราเป็นโลกแล้ว แม้แต่ธรรมคำสอนของ  
พระพุทธเจ้าก็กลายเป็นโลกหมด อยู่ตรงจุดนี้

พูดถึงเรื่องธรรมกัน จับหลักอันนี้ให้มันได้ จุดแรกคือธรรม คือรูปธรรม นามธรรม ลองคิดดูซิ รูปธรรม นามธรรม มันเป็นพื้นฐานของโลกแท้ๆ เป็นพื้นฐานของธรรมะแท้ๆ รูปธรรม ได้แก่ อัตภาพ พูดใกล้ๆ เฉพาะเรื่องอัตภาพร่างกายของเรา โดยเฉพาะคือธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม เมื่อเราจับตรงนี้แล้ว สิ่งที่เป็นก่อนปรากฏแก่สายตาเรียกว่า รูป เมื่อเราเห็นรูปคือตัวของเราแล้ว พิจารณารูป พูดนี้ให้พิจารณาตามไปด้วย ให้พิจารณาไปพร้อมๆ เลย เมื่อเราเห็นรูปของเรา คือ รูปธรรมก่อขึ้นมาเกิดขึ้นมาแล้ว เรียกว่า ชาติธรรม เมื่อมันแปรไปโดยสภาพตามลำดับ เรียกว่า ชราธรรม เมื่อเกิดวิกลวิการ เรียกว่า พยาธิธรรม เมื่อมันแตกสลาย เรียกว่า มรณธรรม เกิดเป็นธรรม แก่เป็นธรรม เจ็บ ตาย เป็นธรรม

คำว่า ธรรม นี้ คือสภาพมันต้องเป็นอยู่อย่างนั้น ใครจะเปลี่ยนแปลงไม่ได้ จะให้เป็นอื่นเป็นไปไม่ได้ สภาพที่มันเป็นไปตามสภาพของมัน มันเกิดขึ้นมาแล้วไม่ได้บังคับให้มันเกิด เบื้องต้นที่มันจะเกิดขึ้นมา ท่านแสดงไว้ในพระอภิธรรม มนุษย์เกิดขึ้นมา ตั้งรูปเสียก่อน แล้วนามจึงค่อยมาเกาะ รูปในที่นี้เป็นของละเอียดมาก ท่านอุปมาเปรียบเหมือนกับขนทรายจามรีซึ่งเป็นของละเอียดอ่อนนุ่มที่สุด เอาไปจุ่มน้ำมันงาแล้วเอามาสลัดเสีย ๗ หน ๑๐ หน น้ำมันที่ติดอยู่ในขนทรายนั้นมีเหลือเท่าไร รูปที่ตั้งครั้งแรกยังน้อยกว่า ละเอียดกว่านั้นอีก นี่รูปตั้งครั้งแรก พูดตามหลักวิชาสมัยนี้ เรียกว่าเซลล์ สัมภวธาตุ คือ เชื้อทั้ง ๒ ฝ่าย ทั้งบิดามารดาผสมกัน เข้าตั้งขึ้นครั้งแรก อันนั้นเกิดก่อน แล้วปฏิสนธิวิญญาณคือตัววิญญาณจิตวิญญาณจึงค่อยมาเกาะ ถ้าหากว่าไม่มีจิตวิญญาณมาเกาะ รูปนั้นก็สลายไป นี่ในทางพระอภิธรรมท่านแสดงถึงเรื่องรูปเกิดขึ้นเป็นครั้งแรก ต่อมาก็เป็นน้ำใสๆ แล้วก็ป็นน้ำเหลวๆ และเป็นก้อนเลือด ก้อนเนื้อ เป็นปัญจสาขา ๕ แห่ง โดยลำดับ จนกระทั่งคลอດเป็นตนเป็นตัวมา

รูปเป็นมาโดยลำดับไม่มีใครบังคับ สภาพมันเป็นอย่างนั้น จึงว่าธรรม คือ รูป-ธรรมมันเป็นมาตามลำดับ โดยสภาพมันเปลี่ยนแปลงมาโดยลำดับ จนกระทั่งเป็นตนเป็นตัว คนเราอยู่ทุกวันนี้เหมือนกัน มีใครบังคับให้เลือดเนื้อเจริญงอกงามขึ้นมาด้วยประการต่างๆ หรือว่าเซลล์ต่างๆ ที่มันงอกงามแล้วมันกระจายออกไปในร่างกายของเรา หรือมันขับถ่ายสิ่งสกปรกโสโครก หรือสิ่งที่ไม่ดีไม่งามออกไป สิ่งที่มีเหลือ

มาบำรุงอยู่ในกายของเรานั้นมีใครบังคับได้ สภาพมันเป็นอยู่อย่างนั้นจึงเรียกว่า ธรรม  
อุปมาเปรียบเหมือนกับเครื่องจักร เครื่องยนต์ ถ้าหากว่ามีน้ำมัน ติดเครื่อง  
ยนต์แล้วน้ำมันหล่อเลี้ยงอยู่ เครื่องยนต์ก็ไม่ดับ เครื่องยนต์ก็ติดตามไป หรือเหมือน  
นาฬิกา ถ้าลานไม่หยุด จักรอื่นๆ มันก็เดินไปตามกัน ในทางพุทธศาสนา ท่านพูด  
ถึงเรื่องลม ลมที่จะสูบออกสูบเข้านี้ เกิดจากกะบังลม ดึงอยู่ ถ้าดึงเคลื่อนไหวแล้ว  
ลมจึงสูบออกสูบเข้า ถ้าหยุดแล้วก็หมดเรื่อง เพราะฉะนั้นในเวลาที่ท่านตายท่านจึงบอก  
ว่า จิตหนึ่งก่อน กายยังไม่ทันดับ คือ กะบังลมอันนั้นมันยังวูบวาบๆ อยู่ ภาษาเก่าๆ  
เรียกสวาท ที่อยู่ในตัวของคน มันยังวูบวาบๆ อยู่ อันนั้นเรียกว่ากายตายทีหลัง แดก  
ดับทีหลัง หรือมีฉะนั้นเรียกว่าจิตดับ คือไม่มีความรู้สึกแล้ว แต่ยังอบอู่อยู่ นั้นเรียก  
ว่ากายยังไม่ตาย กายตายทีหลัง

ธรรมที่อธิบายมานี้ ให้เข้าใจว่า เราไม่ได้บังคับให้มันแก่ เจ็บ มันถึงคราวมัน  
ก็เจ็บ วิกลวิการ มันบกพร่องส่วนใดส่วนหนึ่งก็วิกลวิการเจ็บป่วย เกิดโรคเกิดภัย  
หรือว่าใช้การไม่ได้ เครื่องจักรเครื่องยนต์ใช้การไม่ได้ มันก็สลายคือแตกดับ เรื่อง  
เหล่านี้เรียกว่าธรรม เหตุนั้น ท่านที่รู้จักจริงเห็นจริงตามสภาพความเป็นจริงแล้ว  
สำนวนโวหารของท่านผู้ฉลาด ผู้ที่ท่านไม่ยึดถือขั้นนี้ आयตนะทั้งหลายเป็นตนเป็น  
ตัว เมื่อท่านพบกันจะทักทายปราศรัยกันด้วยโวหารว่า สะรีระยันตัง จะตุจกักัง นะวะ  
ทวารัง ชะมะนียัง คือในความหมายที่ว่า ยนต์คือสรีระ มีจักร ๔ มีทวาร ๔ ยังพอ  
อดกลั้นอยู่หรือ จักร ๔ หมายถึง อริยาบถ ๔ ชะมะนียัง ยังพออดกลั้น คือยังพอ  
เดินอยู่หรือ ยังพอดล่องตัวอยู่หรือ ท่านไม่ว่าสบายคือไม่ใช่สบาย เราอยู่ด้วยความ  
อด ด้วยความทน นี่ข้อเท็จจริงเป็นอย่างนี้ธรรมะ

ที่เราว่าสบายๆ นั้น คือ ความสุขมันมากขึ้น ความทุกข์มันน้อยลงไป เราก็  
เลยเหมาเอาว่าสบาย แท้ที่จริงไม่มีความสุข คนเกิดขึ้นมาหาความสบายไม่ได้ ไม่  
มีสุขหรอก พระองค์ตรัสลงไปคำเดียวว่า ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้นแล้วดับไป ทุกข์อัน  
นี้เกิดขึ้นมาดับแล้ว ทุกข์อื่นเกิดมาแทน ในระยะที่ทุกข์นี้ดับไป ทุกข์อื่นยังไม่ทันเกิด  
นั้นแหละ คือ มันสุขขึ้นมามากกว่าทุกข์ เราก็เข้าใจว่าเป็นสุข แท้จริงไม่มีความสุข นี่พระ  
องค์ตรัสเทศนาอย่างนี้ นี่พูดถึงเรื่องรูปธรรม

ธรรม คือสภาพเป็นอยู่ตามสภาพของมัน ถึงแม้มันแตกสลายไปแล้ว ก็ปรากฏก่อตัวขึ้นมาใหม่ และแตกสลายออกไปตามเดิม อุปมาเหมือนกับฟองน้ำที่กระทบฝั่ง เป็นคลื่นเป็นฟองมากระทบฝั่ง เป็นต้นเป็นตัวเป็นคลื่นมากระทบแล้วก็สลายไปเป็นน้ำของเก่า ไม่ได้หายไปไหน อันนี้ก่อตั้งตนเป็นรูปเป็นกายขึ้นมา จะเป็นรูปอะไรก็ตามเกิด รูปเล็ก รูปใหญ่ รูปน้อย ชนิดใดก็ตาม เมื่อก่อตัวขึ้นมาแล้วก็แตกสลายไป

ท่านอุปมาเปรียบเหมือนกับหม้อ ธรรมดาม้อนี้นะเข้าบ้านจากดินเหนียว เมื่อใช้ไปก็มีอันจะต้องแตกไปวันหนึ่ง คนเราก็เปรียบเหมือนกับหม้อ ถ้าพูดให้พิสดาร หม้อคนเราใช้หุงต้มได้สารพัดทุกอย่าง ต้มกันอย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา หุงกันอย่างนั้นตลอดเวลา แต่ท่านไม่ได้หมายความนั้น หมายความว่าสิ่งที่แตกสลาย เป็นรูปเป็นตัวขึ้นมาแล้วมีอันต้องแตกสลาย ท่านหมายเอาตรงนั้น แต่ถ้าเราพิจารณาแล้วพิสดาร

เรื่องรูป ถ้าเราเข้าใจแล้ว พิจารณาเองตรงนี้แหละ สัตว์อื่น คนอื่นก็เช่นเดียวกัน แม้แต่วัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ไม้สอย ต้นไม้ภูเขา ก้อนอิฐก้อนหิน ดึกรามบ้านช่อง สารพัดทุกอย่างอยู่ในสภาพของรูปธรรมทั้งนั้น ก่อเกิดขึ้นมาแล้วก็มีอันจะต้องชำรุดทรุดโทรมสลายดับไป เรียกว่า รูปธรรม พิจารณาเองรู้หรือ

พิจารณาเรื่องนามธรรม นามธรรมคือตัวจิตใจที่คิดนึก เมื่อมาอาศัยในรูปธรรมนี้แล้ว ก็จะต้องมาคิดนึกปรุงแต่งจดจำ นั่นนี้สารพัดทุกอย่าง รู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย มีความคิดนึกปรุงแต่งตามตา หู จมูก ลิ้น กาย มีความเสวย คือชอบใจ ไม่ชอบใจ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย อยู่ในนี้หมดเลยนามธรรม สภาพมันเป็นอยู่อย่างนั้นแล้วมันห้ามได้แสนยาก จะไม่ให้มันคิดมันก็คิด ไม่ให้ส่งมันก็ส่ง ไม่ให้เจ็บมันก็เจ็บ ไม่ให้ป่วยมันก็ป่วย อย่างตากระทบรูป หูกระทบเสียง จะไม่ให้ไม่ได้ยินไม่ได้ มันต้องได้ยิน มันต้องกระเทือน คือเมื่อกระทบกันแล้วมันต้องมีเสียงเหมือนของที่เรากะทบภายนอก เมื่อของแข็งกระทบกันมันต้องมีเสียงขึ้น เสียงนั้นเรียกว่านาม มันเกิดขึ้นแล้วดับไป เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป จะไม่ให้มันเกิดไม่ได้ นี่นามธรรม เมื่อหลับตานั่งภาวนาจะเห็นรูปธรรมกันมากที่สุด ทั้งรูปธรรม นามธรรม นี้แหละ ให้พิจารณาเห็นเป็นธรรมหมดทั่วโลก ตัวของเรานั้นเป็นธรรม

ถ้าเข้าใจอย่างนี้แล้ว มาพูดเรื่องพุทธศาสนากัน พระพุทธเจ้าท่านค้นคว้าถึงเรื่องรูปธรรมนามธรรมนี้แหละ ที่มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ก่อเกิดเป็นรูปเป็นนาม หรือว่ามันตั้งอยู่แล้วสลายดับไปก็ดี มันมีปฏิภิกิริยาคือการกระทำ รูปกับนามนี้แหละ กระทำดีกระทำชั่วหรือไม่ดีไม่ชั่ว แล้วผลที่เกิดจากการเป็นอยู่ของรูปธรรมนามธรรมมีทั้งดีทั้งชั่ว ให้อรับผลคือทั้งความสุขและความทุกข์ เห็นชัดแจ้งประจักษ์ในพระทัยของพระองค์เอง เมื่อเห็นเช่นนั้นแล้ว มาชี้สอนบอกพวกมนุษย์ชาวโลก บอกว่าทำอย่างนั้นเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดผลอย่างนั้นๆ ให้ความทุกข์ความสุขอย่างนั้นๆ เรียกว่าพุทธศาสนา คือ ความรู้ของท่านผู้รู้ คำสอนของผู้รู้

นี่ให้แยกกันตรงนี้ แยกธรรมออกไปเป็นส่วนหนึ่ง พิจารณาให้เห็นธรรม แล้วแยกพุทธศาสนา คือ คำสอนของผู้รู้ ที่ท่านจะเป็นพระพุทธเจ้า ที่ท่านจะรู้ คือมารู้ธรรมนี้แหละ ไม่ใช่รู้ที่อื่น อันนี้เราจึงมาเรียกว่า พระธรรมคำสอนของท่านผู้รู้ ธรรมเลยกลายเป็นพระธรรมไป ท่านมาสอนพวกเราจึงสอนมากเหลือที่จะคณนา พระองค์มาพิจารณาถึงเรื่องธรรมทั้งหลาย เห็นชัดประจักษ์แจ้งบางอย่างบางประการจนกระทั่งเหลือวิสัยที่จะเอามาพิสูจน์ตามหลักวิชาหรือสมัยใหม่เรียกว่าวิทยาศาสตร์ได้ แต่ว่าสิ่งใดถ้าหากไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์เป็นไปเพื่อพ้นจากทุกข์ พระองค์ก็ไม่เอามาสอน สอนแต่สิ่งที่จะนำมาปฏิบัติให้พ้นจากทุกข์ ถ้าสอนทั้งหมดแล้วไม่ทราบว่าจะเอาอะไรมากำหนดจดจำ เหลือที่จะคณานับ

พระพุทธเจ้าท่านสอนพวกเราจึงสอนย่อเข้ามาโดยเฉพาะ คือ สอนให้รู้จักทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์คือสมุทัย ความดับทุกข์ และหนทางให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ มรรค มีองค์ ๘ เรียกว่า อริยสัจ ๔ นั้นเอง ถ้าเราพิจารณาที่ตัวของเรา พิจารณารูปธรรม นามธรรม เราเห็นตรงรูปของเราที่แหละว่าเป็นความทุกข์ เกิดขึ้นมาแล้วดับไป ไม่ใช่ตัวตนคนเรา เป็นสักแต่ธาตุ เห็นความเกิดดับอยู่เช่นนั้นตลอดกาลเวลา ใจเราก็ไม่เข้าไปยึด ใจเราก็ปล่อยวาง ถอนจากความยึดอุปาทานนั้นได้ ก็ไม่เกิดทุกข์ มันก็เป็นตามสภาพของรูปธรรมนามธรรม เป็นอยู่เช่นนั้น ทางพ้นทุกข์คือทางถอนความยึดถือ เลยจบกัน เรียบจบกัน เรียกว่า จบขั้นหนึ่ง เห็นจริง ๆ เห็นชัดตามเป็นจริง ถอนได้เลยจบกัน นี่หลักพุทธศาสนา อริยสัจ ๔ สอนกันทุกแห่งทุกหน นักธรรมตรี โท เอก สอนกันทั้งนั้น จึงว่าไม่ใช่ของหยาบละเอียด

ถ้าเข้าถึงหลักของจริงคือเข้าถึงธรรมแล้ว ถึงรูปธรรมนามธรรม เห็นตามเป็นจริงแล้ว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ตัว มันเข้าถึงไตรลักษณ์ เลยปล่อยวางลงไปได้ ปล่อยวางได้ก็เรียกว่าจบ จบในการศึกษาพุทธศาสนา

เมื่อจบการศึกษาในพุทธศาสนาแล้ว จะให้ใครตรวจให้ละวิชานี้ เราเป็นคนตรวจเราเอง เราจบชั้นไหน ภูมิไหน ได้ขนาดไหน ถ้าหากว่าเห็นกายยังเป็นตนเป็นตัว ก็เรียกว่าเรียนยังไม่จบ ถ้าเห็นเป็นเพียงธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม เห็นแต่รูปธรรมนามธรรม แต่ยังไม่ปล่อยวางไม่ได้ ก็เรียกว่าเรียนแล้วแต่ยังไม่ปล่อยวางได้เป็นบางครั้งบางคราว ก็เรียกว่าเราสอบได้ขั้นหนึ่งแล้ว ถ้าวางได้จริงๆ จังๆ และได้นานๆ หรือปล่อยวางทอดธุระจริงๆ จังๆ ก็เรียกว่า เราจบชั้นไม่ต้องไปให้คนอื่นตรวจวิชา ตรวจด้วยตนเอง นี่การศึกษาพุทธศาสนาต้องศึกษาตรงนี้จะจับจุดเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุดของการศึกษาได้

เรื่องศาสนาอื่นๆ ทั้งหมดออกมาจากนี้ทั้งนั้น คือ พยายามที่จะจับจุดนี้ แต่จับถูกบ้างไม่ถูกบ้าง ที่เขามีหลักคำสอนกันไปต่างๆ นานา คือต้องการอยากจะให้เข้าถึงตรงนี้เหมือนกัน แต่มันเข้าไม่ถึง แม้แต่พระพุทธศาสนาสอนให้จนถึงขนาดนี้แล้วแต่คนเรายังปฏิบัติเข้าไม่ถึงก็ยังมีมาก

นี่หลักในการศึกษาอธิบายในวันนี้ เพื่อให้จับหลักได้ อย่าไปลืมนย่อรวมความแล้วว่า ก่อนจะศึกษาพุทธศาสนา ให้ศึกษาธรรมเสียก่อน คือ รูปธรรม นามธรรม ให้เข้าใจตามเป็นจริงแล้ว จึงค่อยไปศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้า คือพุทธศาสนา ผู้ที่จะได้เป็นพระพุทธเจ้า ที่จะได้มาสอนพวกเรา คือได้มาเห็นอันนี้แหละ อันเดียวนี้แหละ มาเห็นนี้แล้ว จนกระทั่งชัดเจนตามความเป็นจริง ปล่อยวางได้ พระองค์ก็คล้ายๆ ตะโกนบอกพวกเรามาทางนี้ ทางพันทกข์ คือการปล่อยวางนี้ต่างหาก เราก็พากันมาก้มหน้าก้มตาศึกษาตามพระพุทธศาสนา คือคำสอนของท่าน

ถ้าหากว่าเราศึกษาเข้าถึงจุดนั้นชัดเจนตามความเป็นจริงด้วยตนเองแล้ว ก็เรียกว่าเราเรียนจบ สอบตนเอง ตรวจวิชาที่ตนเรียนมา สอบด้วยตนเอง ตรวจด้วยตนเอง ไม่ต้องให้คนอื่นตรวจ ถ้ายังให้คนอื่นตรวจอยู่ก็เรียกว่าวิชานั้นยังไม่วิชาของเรา ไม่ใช่ความรู้ของเรา จบได้ด้วยความรู้ของตน เรียกว่า ปัจฉัตตัง พระองค์เทศนามาแล้ว ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าบอกอยู่ตรงๆ แล้ว ปัจฉัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

- วิญญาณคือผู้ฉลาดแท้ๆ จึงจะเห็นได้ด้วยตนเองเรื่องทั้งหลายนี้ ถ้าไม่ฉลาดก็อย่างว่านี่แหละ เรียนไปเท่าไรก็ไม่เห็นด้วยตนเอง เห็นแต่ตามตำรา เลยไม่หมดสงสัย เลยไม่มั่นในธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เออละ เทคนั้เท่านี้ละ



# โลก โทธ หลา มานะกัฏฐิ

แสดง ณ วัดกัลยาณมิตร อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



การฟังเทศน์ การอบรมธรรมะ คือการศึกษาตนเอง การศึกษาแบบนี้เป็นการศึกษาแบบปฏิบัติไปพร้อมกัน ไม่ใช่ว่าศึกษาแล้วเอาไปจดจำไว้เฉยๆ ลงมือทำเลยจะได้เห็นผลประโยชน์และไม่เสียเวลา ศึกษาแบบผู้ใหญ่เช่นนี้เข้าใจหลักแล้วนำไปปฏิบัติได้ง่าย เพราะฉะนั้นในการที่เราได้ยินได้ฟังและเข้าใจแล้วอย่าไปทอดทิ้ง นำเอาไปปฏิบัติจริงๆ พระพุทธเจ้าทรงสอนธรรมะ ก็เป็นการสอนแนวทาง เพราะพระองค์ทรงทราบแล้วว่า ชีวิตของมนุษย์ในโลกนี้เกิดขึ้นมาแล้วมันลำบากยุ่งยาก เมื่อไม่มีการศึกษาธรรมะ คือไม่มีธรรมเป็นเครื่องดำเนินชีวิตแล้ว ชีวิตมันวกไปวกมา มันยุ่งเหยิง ไม่รู้แล้วรู้รอดสักที เหตุนี้พระองค์จึงทรงสอนแนวทางปฏิบัติ เพื่อให้ล่องเลยความวุ่นวายทั้งหลายเหล่านั้น นี่คือการศึกษาระบบคำสอนของพระพุทธเจ้า และที่ท่านดรัสเทศนาโปรดเวไนยสัตว์ก็ทรงมีความมุ่งหมายอย่างนี้

วันนี้ จะได้แสดงธรรมะมีอุปมาอุปไมยหลายข้อที่เป็นเครื่องเตือนร้อนและวุ่นวายของคนเรา มีอยู่ ๔ อย่าง ได้แก่ ความโลภอันหนึ่ง ความโกรธอันหนึ่ง ความหลงอันหนึ่ง และมานะทิฎฐิอีกอันหนึ่ง ทิฎฐิคือความเห็นผิด และความกระด้างแข็งเรื่องเหล่านี้ที่มันทำให้เดือดร้อน โลกก็เดือดร้อน โกรธก็เดือดร้อน ความหลงก็เดือดร้อน ทิฎฐิมานะก็เดือดร้อน ๔ อย่างนี้เป็นภัยและเป็นไฟ ถ้าหากเกิดขึ้นในหัวใจคนใดแล้ว คนนั้นจะต้องได้รับความเดือดร้อน นอกจากจะเดือดร้อนตนแล้วก็ยังจะทำให้คนอื่นเดือดร้อนอีกด้วย หากจะเปรียบไฟ ๔ อย่างนี้เป็นโรค ก็เป็นโรคร้อนภายใน ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นยาระงับดับความร้อนภายในใจ

พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า อารีคฺยุปฺรมา ลากา ความไม่มีโรคเป็นลาภอย่างยิ่ง แต่คนเราโดยส่วนมากจะเป็นนักกรรมกตีกตีกดี นักเปรียญทั้งหลายก็ดี อธิบายกันถึงเรื่องโรคภายนอก คือการเจ็บไข้ไม่สบายทางกาย ก็ถูกเหมือนกัน คนไม่มีโรค

ทางกายจะอยู่เย็นเป็นสุข ก็เรียกว่าได้ลาภอย่างยิ่ง บางคนเกิดมาไม่รู้จักใช้เลยสักที จนกระทั่งวันตายก็มี หรือไม่เคยปวดท้องเลยก็มี เรียกว่าโชคลาภของเขาเหมือนกัน แต่ความหมายในธรรมบทนี้ไม่ได้หมายเอาโรคอย่างนั้น คำว่า โรค ในที่นี้พระพุทธรเจ้าทรงหมายเอาโรคที่ใจ คือ โรคความโลภ โรคความโกรธ โรคความหลง โรคมานะทิฎฐิ

ความโลภ มันฝังอยู่กับใจของตนจึงเป็นโรคประจำใจ มีความทะเยอทะยาน ดันรน กระเสือกกระสนอยากจะได้ มีอยู่แล้วแต่ก็ยังไม่พอกับความต้องการที่ตนมีอยู่ พยายามอยากจะทำให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการและปรารถนาไม่รู้จักอึดจักพอ มันเป็นโรคเรื้อรัง นอกจากนั้นอีก เห็นคนอื่นเขามีเขารวย เกิดอิจฉาริษยาไม่พอใจ ความโลภอย่างนี้มันเลยเผาผลาญหัวใจตนเองให้กระสับกระส่าย วุ่นวาย เดือดร้อน น้อยอกน้อยใจ เพราะเราไม่มีเท่าเขา เรามีไม่เหมือนเขา ไม่ต้องอื่นไกล เฉพาะตัวของคนเรานี้ละ คงจะเคยได้ยินหรือคงจะเคยนึกคิดบ้างว่าเกิดมาเป็นคนเหมือนกัน บางทีรูปร่างไม่สมสัดส่วน หรือเกิดมาสมสัดส่วนแต่ก็ไม่ชอบใจรูปร่างของตนนี้ เห็นคนอื่นดีกว่าตัวของเรา ชักไม่พอใจ เดือดร้อน ไปไหนก็ไม่สบาย ทำอะไรก็ไม่สบายใจ อยากได้อย่างคนอื่น สมัยนี้เขาเรียกว่ามีปมด้อยอยู่ในตัว เรื่องเหล่านี้แหละเรียกว่าความโลภ มันเป็นโรค ทำให้ไม่สบายใจ โรคตัวนี้หายากยาก นอกจากกรรมโอสถ คือ คำสอนของพระพุทธเจ้า

พระองค์ทรงสอนว่า กมฺมสฺสกา กมฺมทายาทา คนเรามีกรรมเป็นของของตน คนใดทำกรรมเช่นใดไว้จะต้องได้รับผลของกรรมนั้นๆ ถ้าหากเราปล่อยวางลงไป เราดีใจพอใจในสภาพที่เป็นอยู่ สมบูรณ์บริบูรณ์ดีแล้วก็เลยสบายใจ โรคอันนั้นก็หายไป เพราะความโลภมันหมดไป นี่พูดถึงเรื่องอัตภาพคือตัวตนแต่ละคนๆ ส่วนวัตถุสิ่งของภายนอกก็ในทำนองเดียวกัน มีอะไรเกิดขึ้นมา ได้อะไรมาแล้ว ไม่ยินดีพอใจกับของที่ตนมีอยู่ เกิดโทมนัสน้อยใจ ว่าของเราไม่เหมือนเขาหรือไม่ได้ของเขา เคยมีคนเล่าให้ฟังว่า คนในปัจจุบันนี้แหละ น้อยอกน้อยใจว่ามีเงินไม่เท่าเขา มีสมบัติไม่เท่าเขา เพื่อนฝูงเขามีกว่าตน เดือดร้อนจนฆ่าตัวตาย มันได้อะไรมาสักชนิดหนึ่งใหม่ การฆ่าตัวตายมันได้อะไรมา สมบัติก็ไม่ได้ ตนก็ตาย นี่แหละความโลภมันร้ายกาจถึงขนาดนี้ นี่พูดถึงเฉพาะความโลภอันเดียว

ความโกรธ นั้นยิ่งร้ายกาจกว่านั้นอีก ความโกรธมันเป็นไฟ ลูกวูบวาบ หากว่าเปรียบกับเชื้อเพลิงก็เหมือนกับน้ำมันเบนซินนั้นละ พอโกรธวูบขึ้นมายังสติไม่ทัน ลูกพื้บเดียวเผาไหม้ตนเอง แล้วบางทีไหม้ลูกลามไปยังคนอื่นด้วย ไหม้จนเป็นถ้ำถ่านแล้วจึงค่อยรู้สึกตัว ความโกรธเป็นโรคร้ายกาจมาก ฆ่าก็ฆ่า ตีก็ตี ถ้าฆ่าตีไม่ทันก็ปากออกไปก่อน คิดจงล้างจงผลาญไม่รู้แล้วรู้รอดสักที กลุ้มอกกลุ้มใจ โทมัส ชัดแค้น เพราะโกรธหรือไม่พอใจ การไม่พอใจในคนอื่น ในสิ่งอื่น ก็อยู่ในจำพวกโกรธเหมือนกัน วิเริ่มคิดจะโกรธคือความไม่พอใจ ถ้าเราจับตรงนั้นได้แล้ว จะรู้สึกว่า อ้อ! โกรธมันเกิดขึ้นอย่างนี้

พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาไว้ ให้มีयरักษาความโกรธ อย่าให้มันเกิดขึ้น เบื้องต้นก็เอาสตินั้นแหละควบคุมไว้ก่อน หากมันไม่ทัน ก็จงพิจารณาถึงเรื่องความที่ไม่พอใจในบุคคลหรือในสิ่งนั้นๆ เช่นว่าเราไม่พอใจในบุคคลใด เราจะต้องพิจารณาถึงนิสสัยวาสนา ถึงอุปนิสัยปัจจัย สิ่งที่เป็นบุญกรรมตกแต่งเขามา มันเป็นอย่างนั้นแก้ไขไม่ได้ ที่เขาเป็นอย่างนั้นบางทีเขาก็ไม่รู้รู้สึกตัวเหมือนกัน เมื่อพิจารณาอย่างนี้จะเกิดสงสาร ให้เกิดเอ็นดู เมตตาขึ้นมา ความไม่พอใจความโกรธ ก็จะบรรเทาลงหรือหายไป

ถ้าหากเราเกิดเอ็นดูเมตตาเขาด้วยประการอย่างนี้แล้ว ก็จะย้อนมาเมตตาตนเองและสงสารตนเองอีกด้วย ว่าตนเองนั้นเห็นเขาไม่ตีแล้วกลับไปแย่งเอาของไม่ดีนั้นมาใส่ตัวเอง น่าสงสารตนเองด้วยซ้ำ เขาสกปรกแล้วเรายังไปโสมมกับเขาอีก ไปขอแย่งเอาของสกปรกของเขามาให้ประอะเปื้อนสกปรกไปตามเขา อะไรกันนี้ เราทำไมจะต้องเป็นอย่างนี้ พิจารณาแล้วก็จะเกิดสงสารตนเองขึ้นมาอีกเหมือนกัน พระพุทธเจ้าสอนให้มีเมตตา ธรรมบทนี้ต้องอาศัยการปฏิบัติ เราจะเมตตาเฉยๆ ทำไม่ได้หรอก ถ้าหากไม่พิจารณาถึงเหตุถึงผลให้เห็นข้อเท็จจริงแล้วจะเกิดสงสารเขาไม่ได้ จะไปบังคับให้มีเมตตาละความโกรธเสียไม่ได้เด็ดขาด มันต้องพิจารณาหาเหตุหาผล จนกระทั่งเห็นความเป็นไปและเป็นอยู่ของบุคคลนั้นๆ เพราะเหตุที่เขามีความลุ่มหลง มีความไม่เข้าใจ แล้วเราจึงจะเกิดความเมตตาขึ้นมา

เรื่องความโกรธนี้ร้ายกาจ มันเป็นพินเป็นไฟไหม้ใจตนเอง จนกลุ้มมิดมิดไม่เห็นผิดเห็นถูก แล้วก็จะระเบิดออกมาไหม้ของภายนอก เช่น เราโกรธคนอื่น โกรธ

เด็กโกรธเล็ก อย่างโกรธลูกโกรธหลานอย่างนี้ เมื่อว่าเขาไม่ฟัง สอนเขาไม่ฟัง หรือเขียนตึกก็ไม่ทัน ได้แก้วได้ถ้วยหรือสิ่งของอะไรต่างๆ ก็ปาปึงปึง แตกกระจัดกระจาย ถ้าหากเรามาพิจารณาเรื่องความโกรธอันนั้น ถ้วยชามก็ดี แก้วก็ดี หรือสิ่งของอะไรก็ตามที่เราปาทิ้งแตกกระจาย มันมีจิตมีใจหรือเปล่าล่ะ มันทำอะไรกับเรา มันไม่มีจิตมีใจจะทำอะไรกับเราเลย ไปหามาก็เราเป็นคนหา เราใช้มันก็ได้มันก็ไม่ว่าอะไร เราไม่ใช้มันก็ทิ้งมันไว้มันก็ไม่ว่าอะไร เอาไว้ในหีบ ในหิ้ง ในตู้มันก็อยู่ในนั้น มันก็ไม่เห็นว่าอะไร แล้วทำไมจะไปโกรธมัน ถึงโกรธมันก็ไม่เห็นมันเคืองอะไรกับเรา มันแตกเสียไปแล้วไม่มีใช้เราก็ต้องไปหามาใหม่อีก แล้วมันตัวอะไรหนอเรา มันตัวบอๆ บินๆ นี้ เราเลยกลายเป็นตัวบอขึ้นมา ทั้งบ้าทั้งบินทั้งบอดทั้งหนวกหมดเลย เลยกกลายเป็นบาปขึ้นมา ตัว บ. ตัวเดียว เป็นบ้าด้วยเป็นบอดด้วยเป็นบอดด้วยเป็นบาปด้วย ถ้าเราพิจารณาอย่างนี้เห็นตนเองรู้จักตนเองแล้วจะนำสลดสังเวช นี่เป็นยาแก้ชานานหนึ่งในหลายๆ ชานานที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ แล้วแต่ใครจะแก้ความโกรธด้วยวิธีใด

คราวนี้พูดถึง ความหลง อวิชชา แปลว่าไม่รู้เท่า ไม่รู้ของจริง ไม่รู้เอาเสียจริงๆ จังๆ ก็หมดเรื่องไป เช่น ไม่รู้ภาษาของประเทศอื่นก็เรียกว่าไม่รู้เพราะไม่ได้เรียน ส่วนคำว่า “หลง” นี้ไม่ใช่อย่างนั้น รู้อยู่แต่พูดไม่รู้เรื่องกัน ไม่รู้ความหมายซึ่งกันและกันเรียกว่าหลง คนหนึ่งพูดออกมาอย่างหนึ่ง ความประสงค์อันเดียวกัน ต้องการอันเดียวกัน แต่ภาษาสมมติหรือความหมายความเข้าใจผิดไปคนละเรื่องกัน จึงเรียกว่าหลง หลงนั้นไม่ดี เป็นเหตุให้เดือดร้อนทั้งตนและคนอื่น

ที่นี้หลงอย่างละเอียดเข้าไป หรือหลงในทางละเอียดเข้าไปอีก คือ หลงตัว หลงตน หลงคน หลงตัวคือหลงตัวเรา ตั้งแต่เกิดขึ้นมาเข้าใจว่าอัตตาคือตัวของตน อยู่ตลอดเวลา แท้ที่จริงในตัวของเราทั้งหมดไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน เป็นวัตถุธาตุอันหนึ่ง ผสมเป็นก้อนเป็นรูปร่างลักษณะแปลกต่างๆ กัน เหมือนกันกับวัตถุภายนอก เช่น หม้อ ไห ถ้วย ชาม เขapingขึ้นจากดิน ดินกับน้ำผสมกันแล้วปั้นเป็นรูปต่างๆ กันไป มนุษย์คนเราก็เช่นเดียวกัน แท้จริงประกอบด้วยธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม แต่เราไปหลงรูปอันนั้น ไปหลงดินน้ำอันนั้นแหละ ไปหลงธาตุ วัตถุธาตุว่าเป็นคนนี่เรียกว่า หลง เมื่อกายมันแก่ มันเจ็บ มันแตกสลายก็เป็นสภาพที่มันต้องเป็นอย่าง

นั่น แต่เราไม่ยากให้มันเป็นเช่นนั้น อันนี้ก็เรียกว่า หลง หลงจากข้อเท็จจริงตามธรรมชาติของมัน

พระพุทธเจ้าจึงทรงสอน ให้เราพิจารณาแยกแยะออกเป็นศักดิ์เป็นส่วน อย่าให้เป็นคน อย่าให้มีตน อย่าให้มีอัตตา ให้เห็นเป็นสภาวะอันหนึ่งที่เกิด-ดับ นี้เป็นยาที่ท่านสอนแก้ความหลง

พระพุทธเจ้าสอนให้ แก่ทฤษฎีแก้มานะ คือความเห็นผิด ใจกระด้าง ไม่ยอมฟังเหตุฟังผล คนเรามีมานะ แม้ความเห็นและความเป็นอยู่ของตนนั้นจะผิดจะเลวอย่างไรๆ ใครพูดก็จะไม่ยอม ขอให้ฉันได้ทำตามใจฉันก็แล้วกัน นั่นเรียกว่ามานะ คือความกระด้างนั่นเอง ความกระด้างนี้แหละ เข้าไปที่ไหน สมาคมกับใครในสถานที่ใดยาก เป็นภัยของสังคม เมื่อไม่มีใครคบค้าสมาคมแล้ว ผลที่สุดก็เดือดร้อนตนเอง นี่คือโทษของมานะ

ทางแก้มานะก็คือ ใช้ปัญญาคอยระงับยับยั้งจิตใจ พิจารณาหาเหตุหาผล ควรผ่อนปรน หวังที่จะทำดี คืออย่าไปถือมานะเอาแต่ใจของตนฝ่ายเดียว ถ้าเห็นว่าคบค้าสมาคมหรือสังคมหมู่คณะได้ยาก แต่ถ้าเห็นโทษแล้วก็ค่อยผ่อนปรน คือค่อยตั้งสติ ช่มจิตใจของตนให้คอยฟังเหตุฟังผล ยอมตนเสียก่อนแล้วจึงค่อยฟังความเห็นของคนอื่น นี่เป็นยาแก้มานะคือความกระด้าง

โลก โกรธ หลง และมานะ ทั้ง ๔ ข้อเป็นโทษเป็นภัยทั้งแก่ตนและคนอื่น ดังที่อธิบายมาแล้ว พระพุทธเจ้าทรงเห็นโทษอย่างนี้จึงทรงสอนพวกเราด้วยธรรมคำสอนที่มาสอนนั้นแหละ คือมาแก้ไขถึงเรื่องโรคที่มีอยู่ประจำในใจของเราทุกๆ คนให้หายไป เราจะได้รับความสุขสบายดังอธิบายเหตุผลมาโดยย่อๆ มนุษย์เรายังดี ยังเคยได้ยินได้ฟังครูบาอาจารย์ นับถือพระพุทธศาสนา ยังมีผู้แนะนำ มีผู้ชักเตือน มีศาสนาเป็นเครื่องพร่ำสอน ดีมาก แต่หากว่าบางคนไม่ยอมฟังและไม่ยอมปฏิบัติเหมือนกันกับคนที่มิโรคประจำตัว หมอตรวจพบสมุฏฐานวางยาไม่ยอมรับประทาน ก็หมดหนทาง

สมัยก่อนเคยมีนิทานเล่าไว้ สัตว์ไม่มีใครสอน แต่เขาไปได้รับยาคือคำสอนของพระพุทธเจ้า ทั้งๆ ที่พระพุทธเจ้าไม่ได้สอน เขามีวิธีระงับ มีเรื่องเล่าไว้ว่า นกพิราบตัวหนึ่งตัวเมี่ยมันถูกเหยี่ยวโฉบเอาไปกิน ตัวผู้เป็นทุกข์ขลุ้มใจ อาลัยคิดถึง

เมียของมัน นี่เป็นเรื่องของความรัก ไม่ทราบจะทำอย่างไร หมดหนทางคิดทางไป เราจะแก้ไขด้วยวิธีไหนหนอ ไปจำศีลเถอะ เลยไปจำศีลในสถานที่หนึ่ง ไกลๆ กับ อาศรมของพระฤาษี จะอยู่ที่นั่นละ ความรัก ความโศกของฉันยังไม่หาย ฉันจะไม่หนีไปจากนี้ ฉันจะรักษาศีล จำศีลอยู่ในที่นี้ละ

ต่อมาที่ชายป่าเขาปล่อยวัวไปเลี้ยงแถวนั้น นายฝูงของวัวฝูงนั้นไปเหยียบ สันหลังของงูใหญ่ตัวหนึ่งเข้าโดยไม่มีเจตนา งูใหญ่ตัวนั้นก็โกรธเลยกัดวัวตัวนั้นตาย พวกเจ้าของมาเห็นวัวตายก็พากันเสียตาย ร้องไห้ร้องห่ม งูเห็นแล้วสลดสังเวชใจ นี่ เพราะเราแท้ๆ เราไปกัดวัวของเขาเข้าเพราะความโกรธแท้ๆ เขาจึงเสียใจ เตือด ร้อนเป็นทุกข์ อย่าเลยเราจะรักษาศีล ถ้าความโกรธยังไม่ระงับจะไม่ยอมหากินต่อไป จึงเลื้อยไปรักษาศีลใกล้ๆ กับนกพิราบตัวนั้น นั่นเป็นตัวที่สอง

ที่นี้มีหมีตัวหนึ่งอีก ไปหากิน ธรรมดาสัตว์การหากินเขาก็มีขอบเขตเหมือน กัน หมีหากินเพลินไป ไปเลยขอบเขตของตน ไปถูกหมาพรานมันไล่เอา เกือบจะ ตายไป แต่ก็รอดตัวมาได้ หมาเห่าโห้งๆ มาคิดดู เราได้ความทุกข์เดือดร้อนครั้งนี้ก็ เพราะความโลภในอาหารแท้ๆ ความไม่รู้จักประมาณ ความหลงในอาหาร เมาใน อาหาร ไม่รู้จักขอบเขตจึงเป็นอย่างนี้ เช็ดแล้ว คิดได้ดังนั้นจึงตั้งใจว่า เอาละ ถ้าความ มัวเมา ความหลงในอาหารนี้ยังไม่หมดสิ้นไป เราจะหนีละ ไปรักษาศีลอยู่เช่นนี้ ก็ ไปรักษาศีลรวมกันที่ใกล้ๆ นั้นแหละ

พระฤาษีเห็นจึงมาถามพวกสัตว์ทั้งหลายว่า พวกเจ้ามารักษาศีลเพื่อ ประโยชน์อะไร สัตว์เหล่านั้นต่างก็เล่าพฤติกรรมของตนที่เป็นมาให้พระฤาษีฟัง และผลที่สุดพวกสัตว์ ๓ ชนิดนั้นก็เลยย้อนถามพระฤาษีว่า พระฤาษีมาบำเพ็ญพรต พรหมจรรย์นี้เพื่อประโยชน์อะไร พระฤาษีจึงเล่าให้ฟังบ้าง ฉันนะไปหาลูกไม้ผลไม้ พอกลับคืนมาได้เห็นนักบวชมานั่งอาสนะของฉัน ฉันก็เลยโกรธใหญ่ เกิดมานะแข็ง กระด้างขึ้นว่า แหม นักบวชนี้กล้าหาญมานั่งอาสนะของเราทั้งๆ ที่ไม่ได้เชื่อเชิญ เกิดมานะกระด้างแข็งขึ้นมา ต่ำตวาดออกไปเลย นักบวชนั้นก็เหาะหนี พอเห็นท่าน เหาะไปแล้วจึงได้คิดว่าท่านเป็นปัจเจกพุทธเจ้า โอ้โฮ! ตาย หากเราเข้าไปหาท่านก็ จะได้ฟังพระธรรมเทศนาคำสอนอันดีงาม เพราะมานะของเราแท้ๆ ไม่ดูหน้าดูหลัง

ตวาดคำหยาบกับท่าน ท่านก็เลยหนีไปเลย

นี่เล่าให้ฟังเป็นตัวอย่าง การระงับดับกิเลสของสัตว์ทั้งสี่ชนิดนั้น เขามีอุปาย  
ระงับดับกิเลสของตน คือ โรคความโลภ ความโกรธ ความหลง และมานะทิฏฐิ ส่วน  
เรามียาวิเศษคือธรรมโอสธที่จะเอามาใช้แก้โรคของเรา แต่ทำไมยอมแก้ เลย  
กลายเป็นเลี้ยงโรคนั้นไว้เพื่อให้มันแพร่ขยายกว้างขวางออกไป เชื้อโรคมันเลย  
กระจายออกไปติดต่อกัน

ความโลภ พอเกิดขึ้นแล้วเท่าไรๆ ก็ไม่พอ มีมาแล้วก็ไม่พอใจ อยากได้มาก  
กว่าเก่า ความโกรธก็เหมือนไฟไหม้ป่า ลองสังเกตดูซิเวลาที่มีความโกรธนั้น ทำ  
อะไรรู้สึกทำไมทันกับไม้กับมือ ไม่ทันกับใจ เสียงพูดก็ระรัวไปหมด ไม่ว่าคำอะไรต่อ  
อะไร คำหยาบคำคายไหลหลั่งมาจนนับไม่ถ้วน ฟังไม่ทัน เหมือนกับไฟไหม้ป่ารกๆ  
นี่แหละความโกรธ ไม่มีใครได้ดีจากมันเลย ต่อสู้กันฟังกันทั้งสองฝ่าย มันเป็นโรค  
ระบาด โรคไม่ยอมระงับ ไม่ยอมรับประทานยา กลับเห็นว่าโรคอันนั้นเป็นของดี  
ของโก้ มีไว้สำหรับที่จะได้เผยแพร่ขยายไปให้คนอื่น เรื่องของความหลงและเรื่อง  
มานะก็ในทำนองเดียวกัน หนีไปจากนี้เลย

ความโลภ ความโกรธ ความหลง มานะ มันเป็นโรคระบาดของใจ เมื่อโรค  
มันติดต่อกัน ไม่มีใครที่จะเยียวยารักษา ไม่มีใครจะระงับสักคนเดียว ตกลงมันก็วน  
เวียนถ้ายึดติดอยู่ในที่นี้ แล้วคราวนี้จะไปโทษใคร น่าอับอายขายหน้าสัตว์ ๓ จำพวก  
ที่วานั้น เพราะเขาไม่ได้ยินได้ฟังคำสั่งสอน แต่เขาก็ยังรู้สึกตัวและพยายามแก้ไข  
ตนเอง ยิ่งเราเป็นชาวพุทธด้วยแล้วยิ่งอับอายขายหน้าเขามากที่สุด เพราะพระ  
พุทธเจ้าสอนดี ธรรมะก็เป็นของดี พระพุทธเจ้าเป็นหมอยาที่วิเศษ พระองค์ทรง  
ค้นคว้าหาสมุฏฐานของโรคอยู่ตั้ง ๖ ปีกว่าจะรู้สมุฏฐานของโรคทั้งหลายเหล่านี้ แล้ว  
ก็ทรงทราบวิธีระงับโรคด้วยยาธรรมโอสธ จนกระทั่งได้สำเร็จเป็นพระสัมมาสัมพุทธ-  
เจ้า และเผยแพร่ออกไปให้พวกพุทธสาวกทั้งหลายได้น้อมนำไปปฏิบัติด้วยตนเอง  
แล้วก็ได้ผลสำเร็จตามความปรารถนา พระสาวกทั้งหลายเหล่านั้นจึงได้เผยแพร่  
พระธรรมสืบทอดกันมาจนกระทั่งถึงพวกเราทั้งหลายในปัจจุบันนี้

แต่พวกเราทั้งหลายนี้ซิไม่ยอมรักษา มันเสียตรงนี้ ไม่เห็นโทษของโรคที่มัน  
เกิดอยู่ที่ใจนี้ โรคจึงเรื้อรัง ทำให้เราเดือดร้อน ทำให้เราหมดเรี่ยวแรง หมดกำลัง

ชูบซีด ผอมแห้ง เมื่อไม่มีกำลังมันก็ทุกข์ ทำอะไรจะเหี่ยวแห้งไปหมด คิดอะไรก็มีแต่เหี่ยวแห้งไปหมด สังกกับใคร สมาคมใด ที่สถานใดๆ อะไรต่างๆ ก็มีแต่เหี่ยวแห้ง จิตเหี่ยวแห้ง ใจเหี่ยวแห้ง ร่างกายก็ไม่สมบูรณ์ สุขภาพก็ไม่สมบูรณ์ ก็เป็นโรคผอมแห้งแรงน้อย เหตุนั้นจึงค่อยได้รับทุกข์ ไม่ใช่ทุกข์คนอื่น แต่ที่จริงก็คือทุกข์ของเรา เราไม่รับประทานยาโรคก็ไม่หาย จะให้สมน้ำหน้าหมอหรือ ไม่สมน้ำหน้าหрок มันสมน้ำหน้าเราเอง เราไม่สบาย เราสุขภาพไม่ดี เราได้รับทุกข์คนเดียว พระพุทธเจ้าท่านนิพพานไปแล้ว หมดเรื่องหมดราวหมดหน้าที่ของท่านแล้ว หมอใหญ่หมดหน้าที่แล้ว ทิ้งแล้ว เอาละ อธิบายวันนี้เพียงเท่านี้



# กำไรหรือขาดทุน

แปลโดย น. วัชรินทรานันท์ อ.ศรีเสียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๓ เมษายน พ.ศ. ๒๔๖๐



ท่านอธิบายไว้ถึงเรื่องทุกคนเกิดขึ้นมาแล้วจำเป็นจะต้องมาค้าขายหากำไรใส่ตัวก่อนที่จะได้กลับบ้านเก่าคือตาย ถ้าใครเกิดขึ้นมาแสวงหาคุณงามความดีไว้เป็นทุนของตนกลับไปบ้านก็เรียกว่าไม่ขาดทุน คือตายไปไม่ขาดทุน ถ้าหากใครมาทำความชั่วเหลวไหลกลับไปบ้านไม่ถูก คนขาดทุนแล้วกลับบ้านไม่ถูก

อาตมาจะอธิบายอีกนัยหนึ่ง คนเราเกิดขึ้นมาต้องลงทุนเบื้องต้น ใครๆ เกิดขึ้นมาไม่มีสมบัติสักคนเดียว ต้องอาศัยสมบัติคือทุนของคนอื่นเสียก่อน เราเกิดขึ้นมาต้องอาศัยทุน คือ บิดามารดาให้กำเนิดเกิดมาเป็นคน นี้แหละทุนเบื้องต้น พระพุทธเจ้าท่านตรัสเทศนาว่า ลูกเต้าคือเป็นหนี้ใหม่ พ่อแม่เป็นหนี้เก่า คนเราเกิดขึ้นมาเป็นหนี้ติดต่อกันไม่รู้แล้วรู้รอดสักที พ่อเราเกิดขึ้นมาก็เรียกว่าเป็นหนี้บุญคุณของพ่อของแม่ ลูกเต้าเกิดขึ้นมาก็ได้ชื่อว่าเป็นหนี้ใหม่ พ่อแม่ต้องใช้หนี้อยู่ตลอดเวลาตั้งแต่เกิดมา ตลอดถึงการศึกษาเล่าเรียน ทุกอย่างต้องอาศัยทุนของพ่อแม่ แม้แต่จะแต่งงานก็ต้องไปอาศัยเงินทุนของพ่อแม่ ทำมาหาเลี้ยงชีพก็แล้ว จนถึงตั้งตนเป็นฝั่งเป็นฝาแล้วก็ตาม บางคนก็ยังไม่พ้นพ่อแม่อยู่ดีนั่นเอง นี้เรียกว่าหนี้ใหม่ มาทวงอยู่ตลอดเวลา

ทุนเบื้องต้นที่พ่อแม่ให้มาแล้ว ถ้าหากว่าเรารักษาทุนอันนี้ไว้ทำมาค้าขายคือ ทำดีสร้างคุณงามความดี ปฏิบัติตนให้อยู่ในขอบเขตของหลักศีลธรรม ภายใจของเราก็จะเจริญงอกงาม ตัวของเราจะเป็นที่น่าไว้วางใจของพ่อแม่ เป็นที่เคารพนับถือของหมู่ชนทั่วไป พ่อแม่ก็เบาอกเบาใจ สบายใจ สนับสนุนทุกๆ วิธีทาง กำไรงอกงามก็เกิดขึ้นแก่ตน จิตใจของเราก็เบิกบาน

ถ้าหากใครไปทำความชั่วเหลวไหล อย่างที่เห็นๆ เป็นๆ กันอยู่ทั่วกันไปทั้งบ้านทั้งเมือง ลูกเต้าไม่ฟังคำพ่อแม่ ดื้อด้าน ตลอดถึงเที่ยวเล่นเฮฮา ติดกัญชา สูบ

เฮโรอีน อะโรสารพัดทุกอย่างที่เป็นๆ กันอยู่ ทั้งโลกเดือดร้อนกันอยู่ทุกวันนี้ ล้วนแล้วแต่พวกขาดทุนทั้งนั้น ตนเองก็ขาดทุนล่มจม พ่อแม่ก็ขาดทุน ประเทศชาติก็ขาดทุนไปตามๆ กัน บ้านเมืองประเทศชาติเลยไม่เจริญเพราะคนพวกนี้ทำให้ขาดทุน

คนเกิดขึ้นมาถ้าหากไม่รู้จักคุณค่าของทุนที่พ่อแม่ให้ไว้แล้วนั้น ไม่มีวันที่จะทำดีต่อไป ทุนที่คนอื่นให้เข้าใจว่าได้ง่ายและสบายไม่ต้องหาด้วยตนเอง คนอื่นให้แล้วก็สนุกใช้ ไม่รู้จักระมัดระวัง ไม่รู้จักหาผลประโยชน์หากำไรจากทุนเดิม อันนี้เรียกว่าขาดทุน การศึกษาเล่าเรียนกว่าจะสำเร็จกว่าจะทำมาหากิน กว่าจะได้เลี้ยงชีพเป็นฝั่งเป็นฝา พ่อแม่ลงทุนไปสักเท่าไรแล้ว นอกจากพ่อแม่จะลงทุนแล้ว เปลืองอาหารของโลกอีกซ้ำ คนเราตั้งแต่เกิดจนกระทั่ง ๒๐-๓๐ ปี เนื้อ ปลา เบ็ด หอย ปู กุ้ง ไข่ กุ้ง กุ้ง หอมดไปเท่าไรแล้ว เปลืองของที่มีอยู่ในโลก ถ้าหากเราไม่คิดถึงคุณค่าที่สิ้นเสื่อมสูญไปและไม่คุ้มค่าในการที่เสื่อมสูญสิ้นไปของพวกนี้แล้วไม่มีหวังดีได้คนเรา ของดีมีไม่รู้จักคุณค่าเป็นอย่างนี้ ทุนของคนอื่นลงให้แล้วเราไม่รู้จักคุณค่ามันเป็นอย่างนี้ อันนั้นแหละทุนเบื่องตัน

ขั้นที่ ๒ ทุนต่อไป ถ้าหากว่าเราแต่งงานมีครอบครัวขึ้น มีหุ้นส่วน ๒ ๓ คน ขึ้นมาแล้ว ค่าใช้จ่ายต้องมากขึ้นเป็นทวีคูณ ถ้าหากค่าใช้จ่ายไม่เพียงพอก็จำเป็นจะต้องเดือดร้อนใหญ่ คนที่การใช้จ่ายไม่เพียงพอนั้นแหละ เพราะทำทุนเดิมให้ขาดทุนไปตั้งอธิบายมาแล้ว ก็จะต้องแสวงหาสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งทั้งผิดและถูก ในทางถูกไม่ได้ ก็ต้องหาทางผิด มันผิดก็แสดงถึงความเดือดร้อนของตนและคนอื่น หมายถึงความล่มจมอย่างใหญ่โตมโหฬาร สมาชิกมากขึ้นเท่าใด ใช้จ่ายมากขึ้นเท่านั้น ก็จำเป็นจะต้องเดือดร้อนไปเท่านั้น

พระพุทธเจ้าทุกองค์สอนมนุษยชาวลोकให้รู้จักดำเนินชีวิตของตนให้ราบรื่น ให้คิดถึงบุญคุณของทุนเดิม การทำมาค้าขายก็ต้องหากำไร บิдамารดาลงทุนให้แล้ว เราไม่หากำไร เรียกว่าผิดจากประเพณี และผิดจากวิสัยของโลก เพราะเหตุนี้เองพระพุทธเจ้าจึงปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าเพื่อจะสอนมนุษยชาวลोकให้ดำรงชีวิตให้เป็นไปในทางธรรม อาตมาไปไหนเคยเทศน์สอน คำสอนที่สอนนั้นไม่ใช่สอนอื่นไกลอะไร ยิ่งอาตมาไปทางสิงคโปร์ อาตมายิ่งเทศน์มากเรื่องอย่างนี้ ไม่ใช่ไปเทศน์ให้เขาหนีจากบ้านจากเมือง ให้เขาหนีจากลูกจากเมีย หรือหนีจากลูกจากผัว

ไปบวช ไม่ใช่เทศน์อย่างนั้น เทศน์ให้รู้จักดำรงชีวิตของตนให้ราบรื่น ให้มีศีลมีธรรมเพื่อจะได้อยู่เย็นเป็นสุข คือให้รู้จักค้าขายตั้งอธิบายมานี้

คำพูดแยกแยะอธิบายเป็นแง่ไปเฉยๆ อย่างนั้นดอก ที่ว่าค้าขายก็ตีลงทุนก็ตีความเป็นจริงที่ว่าดำรงชีวิตของตนอยู่ในขอบเขตของศีลธรรมก็ดี มันเป็นส่วนวนคำพูดต่างหากเล่า ข้อเท็จจริงสิ่งที่ต้องการและปรารถนามากที่สุด คือ เราเกิดขึ้นมาสร้างความดี ไม่ใช่เกิดขึ้นมาสร้างความชั่ว ใครก็ต้องการทุกคนแหละ ทำความดีละความชั่ว แต่ทนมไม่ไหวเพราะไม่รู้จักความประสงค์ของตน เกิดขึ้นมาแล้วไม่รู้จักความหมายของตนที่เกิดขึ้นมา

เหตุนี้ศาสนาพระพุทธเจ้าจึงสอนรวบรัดลงว่า ละชั่วทำดี แต่ใครเป็นคนละชั่ว ใครเป็นคนทำดี ดีคืออะไร ชั่วคืออะไร นี่จึงทำให้รู้เรื่องนี้อีกด้วย เมื่อไม่รู้เรื่องนี้ก็เลยทำไม่ถูกอีกเหมือนกัน อาตมาจึงสอนนักสอนหนา เมื่อเราจะศึกษาพุทธศาสนาให้ศึกษาเข้าหาตัว อย่าศึกษาออกไปนอกจากตัว ให้ศึกษารวบรัดเข้ามาหาตัวต่อ คือตัวของเรา ได้แก่ให้รู้จักคุณค่าของตน คำว่าตัวนั้นไม่ได้หมายเอาเฉพาะร่างกายที่เราเห็น เดิน นั่ง นอน อย่างนี้ หมายถึงใจ ถ้าเราไม่รู้จักใจ คุมใจไม่อยู่ รักษาใจไม่ได้ มันก็ใช้กายให้ทำชั่ว ทำผิดทุจริตด้วยประการต่างๆ มีแต่ขาดทุนอยู่รำไป

ใจคือของกลาง ใจคือความเป็นกลาง ไม่คิดดีคิดชั่ว คิดหยาบละเอียด ไม่ส่งหน้าส่งหลัง อารมณ์ หมายความว่าใจมันส่งไปสู่จุดใดจุดหนึ่ง มันออกไปจากใจ ถ้าหากว่ามันลดละเอียดจากจุดที่มันมุ่งไปนั้น ที่มันส่งไปนั้น มันวางแล้วเข้ามาอยู่อันเดียว ที่สำนวนอาตมาพูดว่า เอกัคคตารมณฺ์ เอกัคคตาคจิต เอกัคคตารมณฺ์คือว่า ใจไปนิ่งแน่วไปจดจ้องเฉพาะอยู่ในอารมณ์อันเดียว เช่น เรามองดูสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนกระทั่งไม่กระพริบตา อันนั้นเรียกว่า เอกัคคตารมณฺ์ เมื่อมันเพ่งอยู่เช่นนั้นนานๆ หนักเข้ามันมีพลังเพียงพอ มันวางอารมณ์อันนั้นแล้วหมดอารมณ์ ยิ่งเหลือความสว่างแจ่มจ้าหรือความสงบสุข ว่างไม่มีอะไร แต่รู้ว่าไม่มีอะไร อันนั้นเรียกว่าใจหรือเอกัคคตาคจิต

นั่นอาตมาอธิบายถึงเรื่องใจ คือของเดิม ให้มันเข้ากับหลักที่ท่านแสดงว่า ภาวังคจิต คือภพของจิต จิตแท้เป็นลักษณะอย่างนั้น ตัวจิตเดิมคือภพแท้ของจิตเป็น

อย่างนั้น ไม่มีอาการ นี่ถ้าจะศึกษาพุทธศาสนาศึกษาเข้าไปถึงตรงนั้น ถ้าเข้าไปถึงตรงใจนั้นแล้ว ที่เราต้องการประสงค์ในการอบรมฝึกฝนภาวนาทำสมาธิ หรือว่าจะต้องการชำระจิตใจก็ดี หรือจะละชั่วทำดีทุกประการ มันเกิดจากใจคือเอกัคคตาจิต นั้นแหละ มันออกจากหนึ่งนั้นละ อาการที่ออกจากหนึ่ง เรียกว่า อารมณ์ของใจ อารมณ์ของใจนั้นแหละแยกออกเป็นหลายชั้นหลายส่วน หลายสมมติบัญญัติ ที่เรียกว่ากิเลส ความทะเยอทะยาน ดิ้นรนกระเสือกกระสนโน่นนี่สารพัดทุกอย่าง ออกมาจากใจทั้งนั้น อาการของใจทั้งนั้น ถ้าหากเราไม่รู้ตรงนั้นเสียแล้ว ศึกษาธรรมะ เรียนธรรมะ ฟังธรรมะไม่รู้เรื่อง แล้วเราจะชำระอะไร เรียนไปทำไมกัน ฟังไปทำไมกัน ก็ฟังเพื่อชำระใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ให้เห็นใจตรงนั้น

ใจมันไม่สะอาด เศร้าหมอง เพราะอาการของใจ เมื่อเราเห็นอาการของใจ แล้วชำระ ก็หมดเรื่อง ไม่ต้องเรียนก็หมดเรื่องกัน ถ้าหากว่าเราเข้าใจตรงนั้นแล้ว ไปดูหนังสือตำรับตำรา หรือครูบาอาจารย์ใครเทศน์ที่ไหน อธิบายอะไร มันมาลงตรงนั้นหมดเลย นี่ศึกษาธรรมะต้องศึกษาแบบนี้ พิจารณาธรรมะต้องพิจารณาเข้าถึงของเดิมคือใจ สมมติบัญญัติมากมาย เราจะไปจำไม่ไหวหรอก จำก็เพื่อประโยชน์อันเดียวนี้แหละ คือเพื่อชำระใจอันเดียวนี้ ศึกษาเล่าเรียนปฏิบัติก็เพื่ออันเดียวกันนี้ทั้งนั้น

พระพุทธเจ้าจะเป็นพระพุทธเจ้าก็เกิดตรงนั้น ถ้าไม่เข้าถึงเอกัคคตารมณ์ เอกัคคตาจิต พระพุทธเจ้าไม่มี ไม่เกิด พระสิทธัตถะกุมารไม่ใช่เป็นพระพุทธเจ้า อันนั้นเป็นเปลือกของพระพุทธเจ้า เหมือนกับตัวเรานี้แหละ ตัวเราเป็นคนทั้งคน เป็นเปลือกของความดีความชั่ว ความดีมีอีกส่วนหนึ่งต่างหากที่อยู่ภายใน ที่เราทำไว้ในใจของเรา ความชั่วมีอีกต่างหาก อย่างเป็นพระ ถ้าทำชั่วแล้ว พระอยู่ตรงไหน ไม่มีหรอก ไม่มีพระ เหลือแต่ความชั่วอยู่ภายใน อันนี้เป็นเปลือกของความชั่ว อย่างพวกญาติโยมพากันทำดี ทำให้เข้าถึงความดีอย่างที่ว่านั้น ญาติโยมก็เป็นเปลือกของความดี ดีมีอยู่ภายใน นี่เป็นเปลือกต่างหาก

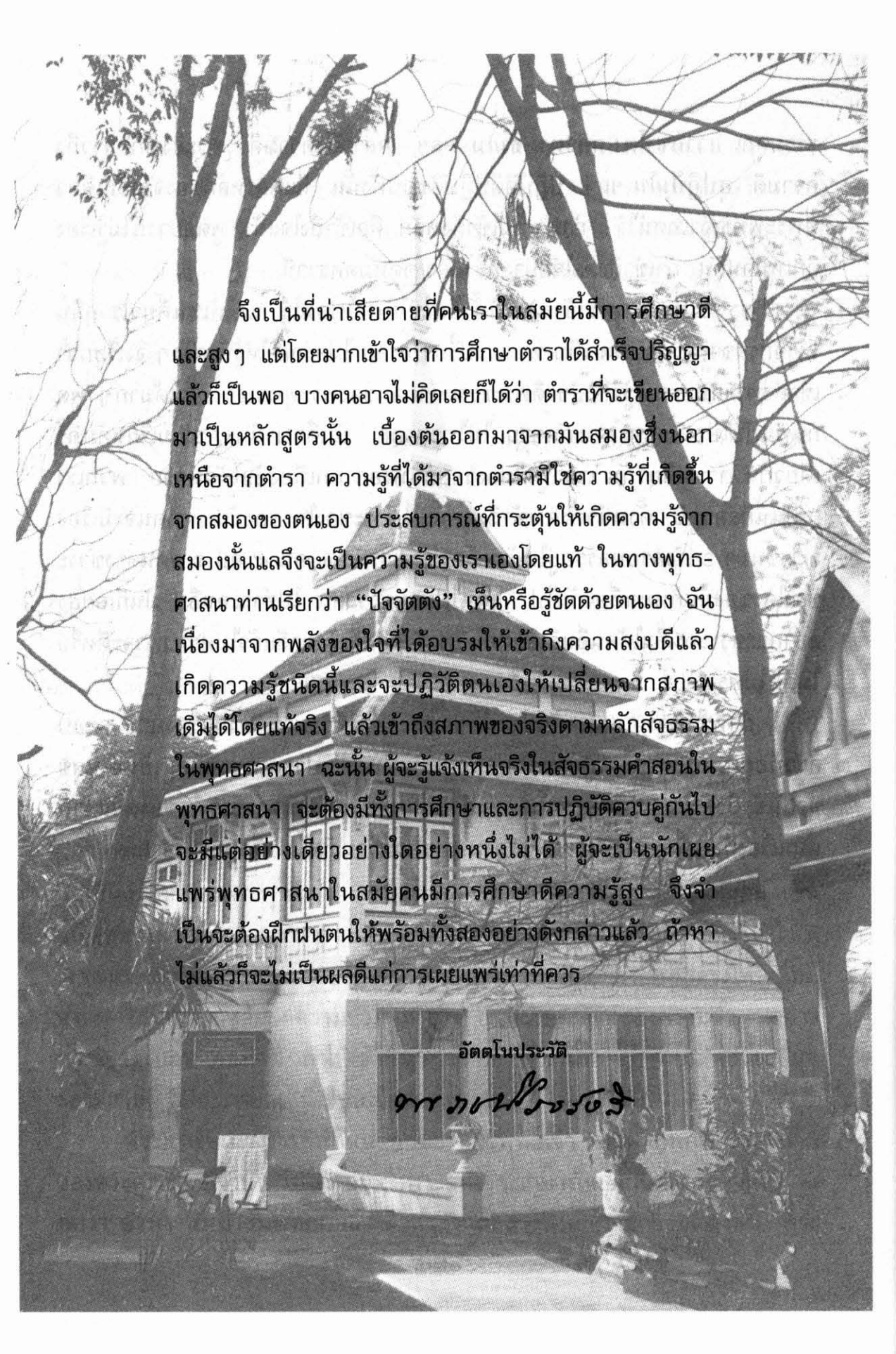
พระสิทธัตถะกุมารก็เป็นเปลือกของพระพุทธเจ้า เราพากันกล่าวพระนามของพระคุณพูนพูนนั้น ไม่ได้กล่าวถึงพระสิทธัตถะกุมารเลยสักนิดเดียว อิติปิ โส ภควา อรหัง สัมมาสัมพุทธโธ ฯลฯ ล้วนแล้วแต่กล่าวถึงคุณงามความดีทั้งนั้น พระ

ธรรมคุณ สวากขาโต ภควตา ธัมโม ฯลฯ กล่าวถึงความดี พระสงฆ์ก็กล่าวถึงความดี สุปฏิปันโน ฯลฯ ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบทั้งนั้น นี่แหละหลักของจริงอันเดียวที่พระพุทธเจ้าเทศน์ไว้ ถ้าหากไม่เข้าถึงหลัก คือเข้าถึงใจแล้ว พูดอย่างนี้ไม่รู้เรื่องอีกเหมือนกัน ถ้าเข้าถึงตัวใจอย่างที่ว่าแล้ว ชัดหมดคราวนี้

ธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนไว้นั้นไม่ใช่ให้เราไปอมไว้ แต่ให้เราเคี้ยวเรากลิ่น ให้รู้จักรสชาติจริงๆ เผ็ด เค็ม หวาน เปรี้ยว อร่อย ไม่อร่อย ให้รู้จักจริงๆ จึงเรียกว่าเข้าถึงพระสัทธรรม รู้จักรสชาติพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จำได้มากๆ พูดกันพ่นกันไป เดี่ยวทะเลาะกันตาย ไม่ไหวหรอก นักศึกษานักอภิธรรมเรียนคัมภีร์เดียวกัน ตำราเดียวกัน เวลาพูดไม่ลงรอยกันหรอก ถกเถียงกันโต้กันตาย พวกเราอยู่ในนี้ก็ลองดูซิ ตั้งหน้าตั้งตาเข้าถึงจุดนั้น ชำระของใครของมัน ทุกคนจะมีเรื่องอะไรขึ้นมา อย่างครอบครัวอยู่ในบ้านเรือนของเราสัก ๓ คน ๔ คน ต่างคนต่างชำระของใครของมันก็หมดเรื่องกันไป แต่ไม่ยอมชำระตน ไปชำระคนอื่น มันก็เลยยุ่งอยากจะชำระคนอื่นให้คนอื่นดีเสียก่อน เราจึงค่อยดี เขาดีแล้วไม่ทราบเราจะดีหรือไม่ดีก็ไม่ทราบ

ถ้าหากเราทุกคนพากันชำระใจของตนอย่างที่ว่ามานี้ ไม่มีเรื่องเลย ครอบครัวก็อยู่เย็นเป็นสุข หมู่บ้านตำบลก็อยู่เย็นเป็นสุข ประเทศชาติก็อยู่เย็นเป็นสุข ขอให้เข้าถึงตัวใจเถิด มุ่งตรงนั้นแหละที่จะชำระใจ ต่างคนต่างชำระใจของตนแล้วก็หมดเรื่องกัน นี่ธรรมะที่อาดมาแสดงมาสรุปรวบรวมวันนี้เท่านี้แหละ เอาละ





จึงเป็นที่น่าเสียดายที่คนเราในสมัยนี้มีการศึกษาดี  
และสูงๆ แต่โดยมากเข้าใจว่าการศึกษาดำรงได้สำเร็จปริญญา  
แล้วก็เพียงพอ บางคนอาจไม่คิดเลยก็ได้ว่า ตำราที่จะเขียนออก  
มาเป็นหลักสูตรนั้น เบื้องต้นออกมาจากมันสมองซึ่งนอก  
เหนือจากตำรา ความรู้ที่ได้มาจากตำรามิใช่ความรู้ที่เกิดขึ้น  
จากสมองของตนเอง ประสบการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความรู้จาก  
สมองนั้นแลจึงจะเป็นความรู้ของเราเองโดยแท้ ในทางพุทธ  
ศาสนาท่านเรียกว่า “ปัจเจกัตถ์” เห็นหรือรู้ชัดด้วยตนเอง อัน  
เนื่องมาจากพลังของใจที่ได้อบรมให้เข้าถึงความสงบดีแล้ว  
เกิดความรู้ชนิดนี้และจะปฏิบัติตนเองให้เปลี่ยนจากสภาพ  
เดิมได้โดยแท้จริง แล้วเข้าถึงสภาพของจริงตามหลักสัจธรรม  
ในพุทธศาสนา ฉะนั้น ผู้จะรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรมคำสอนใน  
พุทธศาสนา จะต้องมีการศึกษาและการปฏิบัติควบคู่กันไป  
จะมีแต่อย่างเดียวอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ผู้จะเป็นนักเผย  
แพร่พุทธศาสนาในสมัยคนมีการศึกษาดีความรู้สูง จึงจำ  
เป็นจะต้องฝึกฝนตนให้พร้อมทั้งสองอย่างดังกล่าวแล้ว ถ้าหา  
ไม่แล้วก็จะไม่เป็นผลดีแก่การเผยแพร่ว่าที่ควร

อัตตโนประวัติ

อทวณวิภวณ

# กิเลส ใช้กิเลส

แสดง ณ วัดกัลยาณมิตร อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๐



วันนี้จะชี้ตัวกิเลสให้เห็นชัด แล้วใช้กิเลสให้เป็นประโยชน์ กิเลสนั้นมีหลายชั้น คนเราพากันกลัวนักกลัวหนา กลัวตัวกิเลส แต่เราก็เอากิเลสมาใช้ ตกหลงกิเลสเลย เป็นนายเรา กิเลสใช้เรา ไม่ใช่เราใช้กิเลส คนเราไม่รู้จักกิเลส จึงต้องยอมเป็นทาสของ กิเลสให้กิเลสใช้เรา กิเลสไม่ใช่อยู่ที่อื่นที่ไกล คนเกิดขึ้นตรงไหน กิเลสก็เกิดขึ้นตรง นั้น ขอให้มันตัวขึ้นมาเถิด ตัวคนเราเป็นตนเป็นตัวขึ้นมาก็คือเป็นตัวกิเลสไปในตัวเลย กิเลสนี้ถ้าหากว่าเป็นกิเลสอย่างหยาบ มันบังคับเราหรือใช้เราให้ได้รับความทุกข์ ทรมานมาก หากกิเลสละเอียดมันก็ใช้เราให้ได้รับความทุกข์ทรมานน้อยหน่อย ตกหลงว่า ถ้าหากกิเลสเป็นนายแล้วไม่มีความสุข กิเลสดีสุขมากหน่อย กิเลสร้ายทุกข์มาก トラบใดที่เรายังไม่พ้นจากกิเลส เราก็ยังไม่พ้นจากความทุกข์ตรานนั้น

จับหลักเบื้องต้นให้ได้ ตัวของเราคือตัวกิเลส เราจะพากันหนีจากกิเลสโดยวิธี ต่างๆ อย่างการเข้าวัดก็กลัวกิเลส จึงได้หนีเข้าวัดมาบวชเป็นชี เณร เป็นผ้าขาวก็ตี เป็นพระสงฆ์ก็ตี แม้แต่พระเทียวรูปองค์เข้าไปอยู่ในป่า กิเลสมันยังตามไป คนกลัว เสือกกลัวหนีแต่ไม่กลัวกิเลส มันยังบังคับคนอื่นอีกซ้ำ นี่เรื่องกิเลสมีอย่างนี้ เรารู้จักแต่ อาการของมันที่แสดงออกมาภายนอก หรือบางคนยังไม่สามารถรู้จักอาการของ กิเลสด้วยซ้ำ

กิเลสที่มันแสดงอาการออกมา เข้าใจว่ามันเป็นของมีหน้ามีเกียรติ เป็นของดี เเด่น อย่างเร็วจะเห็นได้ การแสดงออกมามีความรวย ความสวยสดงดงาม ความเป็น หนุ่มเป็นสาว แสดงวิชาความรู้ว่าตนฉลาดเฉียบแหลมอะไรต่างๆ ความไม่มีโรคภัย ไข้เจ็บ แม้ที่สุดแสดงอาการของโกรธกริ้ว หน้าเป็นยักษ์เป็นมาร ก็ยังสำคัญว่า เป็นของมีหน้ามีเกียรติเหนือคนอื่นอีกด้วย นี่กิเลสมันแสดงออกมา เพราะคนเราไม่ รู้จักตัวกิเลส เมื่อไม่รู้จักตัวกิเลสก็ไม่ทราบจะไปชำระกิเลสได้อย่างไร

กิเลสมีที่เกิด คือ เกิดที่ใจ ใจนั้นเอาภพสมมุติ คือมันมีความยึดความถือ เรียกว่า อุปาทาน มีอุปาทานยึดมันสำคัญในสิ่งใด ภพใด ชาติใด ภูมิใด มันก็ไปเกิด ในภพนั้นภูมินั้นชาตินั้นกำเนิดนั้น นั่นเรียกว่า กิเลสนำมาเกิด เมื่อกิเลสนำมาเกิด เช่นนั้นแล้ว คราวนี้มันสร้างบ่อเกิดให้เกิดกิเลส คือ สร้างตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ ให้เป็นที่เกิดของกิเลส ที่เกิดมากขึ้นเท่าไร กิเลสก็เกิดมากขึ้นเท่านั้น ถ้าหาก บ่อเกิดมันน้อยลง เช่น ถ้าตาไม่มี ตาไม่เห็นเสียอย่างเดียว มันก็หมดเรื่องไป มันจะ ไปรักไปชอบหรือไปโกรธเกลียดใครในเมื่อเห็นนั้นไม่มี หรือหูหมดไปไม่มีเสีย มีแต่ ตา กิเลสมันก็ค่อยน้อยลงไปถ้าทางหูไม่ได้ยิน นี่แหละมันสร้างบ่อเกิดขึ้นมากมาย สร้างมามากๆ ทับถมตัวของเรา จนมีตมิดปิดปัญญา ไม่เห็นช่องทางที่จะออกจาก คุมขังหรือออกจากวงล้อมของกิเลส ที่แรกก็ว่าน้อยนิดเดียว อย่างความยึด ความถือคือตัวอุปาทานพาให้เราเกิด ตาก็ไม่มี หู จมูก ลิ้น กายก็ยังไม่ มีอะไรหรอก ทีนี้พอตีมาสร้างตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจขึ้นมา ก็เลยห่อหุ้มปกปิดหมด ไม่ทราบว่าจะไรต่ออะไร นั่นแหละให้รู้จักบ่อเกิดของกิเลส ยิ่งพูดถึงตัวกิเลสยังไม่ ทันทูกตัว ที่พูดนี้พูดแต่บ่อเกิด

ตัวกิเลสเท่านั้นเกิดจากใจ เบื้องต้นมีที่ใจแห่งเดียว ครั้นต่อมามีอายตนะทั้ง ๖ เลยมากขึ้น ความโลภ ความโกรธ ความหลง เรียกว่า มูลฐานของกิเลส ถ้าเกิด ความโลภแล้วบานปล้ำย มันเอาตานี้แหละไปใช้ พอเราได้เห็นสิ่งใดที่ต้องการและ ปรารถนา จิตใจจดจ้องมองในสิ่งนั้น ให้ยึดมันในสิ่งที่ชอบบอกชอบใจ ถึงแม้จะปิดตา แล้ว ก็ยังปรากฏอยู่ภายในใจ เพราะมันสร้างขึ้นที่ตา แล้วไปฝังไว้ที่ใจภายในใจ ถ้า สิ่งนั้นไม่ชอบก็ตรงกันข้าม มันก็ไปฝังไว้ที่ใจเหมือนกัน ถึงจะปิดตาแล้วมันก็ไม่พอ ใจ เรียกว่าความโกรธ

ความโลภ คือมันอยากได้ ไม่มีแล้วมันอยากได้สิ่งที่มันเห็นนั้นเอามาไว้เป็น ของตัว พูดเฉพาะในทางปฏิบัติ โลกอยากได้ของที่ไม่มีอยู่ในตัว อยากได้ของนอก จากใจเอามาไว้ที่ใจ มันไม่พอแล้วคราวนี้ ได้เท่าไรก็ไม่พอ ได้มากเท่าไรก็ไม่พอ อย่างตาเห็นสิ่งที่เราต้องการและปรารถนาชอบใจรักใคร่ยินดี คิดหูคิดตา ของอัน เดียวเลยมากเพิ่มพูนขึ้น ที่จริงของอันเดียวแต่เพิ่มพูนทับถมหัวใจ ติดมันอยู่กับใจ แนวทางปฏิบัติต้องเป็นอย่างนี้ ถึงทางบริวัตก็ทำนองเดียวกัน โลกอยากได้ของคน

อื่น คือ ไม่ใช่อยู่ที่ตัวของเรา เราอยากได้รูปของคนอื่นที่สวยงาม หรือสิ่งอื่น  
วัตถุอันใดก็ตามที่มันไม่มีในใจของเรา โลกอยากได้อันนั้นเอาไว้ในใจของเรา นั่น  
แหละเรียกว่าโลก ไม่พอแล้วคราวนี้ มันจะพอได้อย่างไร เอาไปเก็บไว้ที่ไหนกันนัก  
ก็ไม่ทราบ เอาตัวอย่างเฉพาะในเรื่องคุณภาพยนตร์ก็แล้วกัน การที่โลกมากๆ ทั้บถม  
หัวใจจนไม่รู้ตัว นั่งดูจนไม่รู้สึกเหนื่อย เหนื่อยก็ลืมไปไม่รู้สึก ขนาดนั่งพลิกกลับไป  
กลับมาไม่รู้สึก ไปโลกเอารูปโน่น

นี่จึงว่า จนทั้บถมทุกข์ ลืมทุกข์ไป คือไม่คิดถึงเรื่องทุกข์ทั้งๆ ที่ทุกข์ จึงเรียก  
ว่าหลงทุกข์ให้มาเป็นสุข ทั้งๆ ที่มันทุกข์นั้นแหละ แต่เข้าใจว่าเป็นสุข ถ้าอย่างนั้น  
โลกจะไปถึงนิพพานกระมัง มันก็เปล่าเหมือนกัน คือมันไม่ใช่ของจริง เอาทุกข์มา  
เป็นสุข ถ้าเอาสุขมาเป็นสุขจริงๆ มันก็จะถึงนิพพาน แต่ที่เอาทุกข์มาเป็นสุข มันไม่  
ถึงนิพพานหรอก มันหลงขนาดนี้แล้วจะถึงนิพพานได้อย่างไร นี่ว่าถึงเรื่องความ  
ชอบใจคือความโลภ

ความโกรธ ก็เกิดขึ้นในที่นั้นแหละ เอาเรื่องคุณภาพยนตร์เป็นตัวอย่าง ฉากใด  
ที่มันไม่ชอบใจไม่พอใจ ไม่อยากดู ทั้งๆ ที่เขาฉายยังไม่ทันหมดม้วนเลย ไม่พอใจ  
ไม่อยากดูเลย อยากดูม้วนอื่น นั่นคือความไม่พอใจ ได้แก่ความโกรธ นานๆ เข้า  
ทำให้เกิดความหงุดหงิดขึ้นมาภายในใจ แสดงความโกรธออกมา ทั้งโลกและโกรธ  
นี่แหละตกอยู่ในห้วงของความหลง คือไม่เห็นตามเป็นจริง

เหตุให้เกิดบาปต่างๆ เป็นเรื่องอกุศล เช่น ความโลภ ถ้าความโลภยังมีอยู่  
ภายในแล้ว อื่นๆ อีกไม่มีที่สิ้นที่สุด อย่างเราคุณภาพยนตร์ที่ว่านี้ ดูทุกคืนก็ได้ ทุกนัด  
ก็ได้ ไม่ได้ดูไม่สบายใจ ให้ได้ดูเสียจึงค่อยสบายใจ นี่แหละความโลภมันเกิดขึ้นอย่าง  
นี้ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ท่านแสดงไว้เป็นตอนๆ แต่ความเป็นจริงนั้น  
เป็นหมู่เดียวกัน ไปด้วยกัน อยู่ด้วยกัน อยู่ที่ใจของคนๆ เดียว แล้วก็เกิดในลำดับต่อๆ  
กันไป ถ้าเรามาปฏิบัติเข้าใจอย่างนี้ จึงจะเข้าใจถึงเรื่องหลักธรรม ถ้าเราไปแยกเป็น  
ส่วนโลกอยู่ที่นั่น โกรธอยู่ที่นี้ หลงอยู่ที่โน่น เลยเข้าหากันไม่ถึงกัน หากันไม่เจอสัก  
ที เพราะไม่เห็นที่เกิดของกิเลส ถ้าเห็นที่เกิดของกิเลสคือใจ เห็นที่ใจแล้ว ความโลภ  
ความโกรธ ความหลง เลมมาอยู่ด้วยกัน เกิดขึ้นในลำดับ ด้รบดำราหรือคัมภีร์  
ใดก็ตาม โลก โกรธ หลง ไม่มีแยกกัน ถ้าโลกแล้วต้องมีโกรธ มีหลง ทุกแห่ง

ทุกหน ท่านจึงเรียกว่ากุศลมูล มูลให้เกิดบาปคือความชั่ว

ถ้ากุศลละคราวนี้ ทั้ง ๓ อย่างนี้หายไปเสียจากใจ โลกก็ไม่เกิด โกรธก็ไม่เกิด หลงก็เลยหมดไป กุศลมูลเกิดขึ้นได้อย่างไร อย่างเราเห็นสิ่งที่เป็นมงคล เช่น เข้าวัด เข้าวา เห็นโบสถ์ วิหาร เจดีย์ พระพุทธรูป หรือเห็นพระเจ้าพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ จิตใจของเราก็เบิกบาน หายเสียจากความเศร้าหมอง จิตใจผ่องใสเบิกบาน ความเศร้าหมองของใจไม่มี เราพยายามที่จะสนใจและศึกษาแต่ในหลักคุณงาม ความดี ใต้ตามคุณงามความดี ในวัดในวา ในหมู่ในคณะผู้ปฏิบัติดี หรือในพระ สงฆ์ผู้ปฏิบัติดี ความดีนั้นเข้ามาสิงอยู่ในจิตใจของเรา ก็เลยเบิกบานผ่องใส คือเพิ่มพูน ความดีขึ้นเรื่อยๆ เมื่อได้ทำดีแล้วก็อยากจะให้มันดีขึ้นเรื่อยๆ โลกเหมือนกันแต่ โลกในทางดี โกรธเหมือนกันโกรธในสิ่งที่ไม่ดี ถ้าความไม่ดีเข้ามาแทรกก็ไม่พอใจ ก็โกรธเหมือนกัน แต่ว่าให้กำจัดความหลง ความหลงที่ว่าเห็นผิดเป็นถูก เห็นชั่วเป็น ดี เห็นดีเป็นชั่ว มันหมดไปๆ นั่นกำจัดไปอยู่ในตัว

อันนี้ก็เลสฝ่ายดีนำมาซึ่งความสุข ทำใจให้ผ่องใสและเบิกบาน เพราะกิเลสใน ทางที่ดีนี้แหละ เป็นเหตุเป็นปัจจัยที่จะชำระกิเลสของเราให้ค่อยหมดสิ้นไปโดยลำดับ คือ พยายามที่จะทำดีขึ้น ความโลภอยากให้ดีขึ้นไปโดยลำดับ เรียกว่า รักษาความ ดีที่ยังไม่ทันดีให้ดีขึ้นมา มันดีแล้วก็รักษาความดีนั้นไม่ให้เสื่อมสูญไป ความไม่ดีละ กิ่งไว้ก็ตัดกันไว้ คือ โกรธไม่ให้ความชั่วนั้นไหลเข้ามา ไม่ให้ความไม่ดีแทรกซึมเข้ามา หากยังมีความหลงอยู่ ก็พยายามที่จะชำระความหลงให้มันหมดสิ้น เหตุนั้นจิตใจจึง ค่อยใสสะอาดโดยลำดับ

อาการที่เราจะคิดค้นหาตัวกิเลส คือ ความโลภ โกรธ หลง ต้องคิดค้นด้วย ประการอย่างนี้ ด้วยวิธีนี้ เมื่อเราคิดค้นอย่างนี้แล้ว เราจะเห็นตัวมันละ เรามาชำระ ความโลภ ความโกรธ ความหลงในทางที่เลวทรามออกไปแล้ว จิตใจก็ผ่องใสเบิกบาน ยังไม่ทันบริสุทธิ์เต็มที่ เราก็เห็นเบิกบานผ่องใสขึ้นมา นั่นเห็นตัวความโลภ โกรธ หลง ที่มันหมดไป

คราวนี้เห็นตัวกิเลสแล้ว เราก็จับตัวกิเลสไว้ พยายามที่จะชำระตัวกิเลส ฝึก ฝนอบรมกิเลสที่มันคือด้านให้มันค่อยเชื่อง หรืออบรมกิเลสฝึกฝนกิเลสที่มันยัง หยวบคายให้มันค่อยอ่อนนุ่มนวลขึ้นมา ให้มันละเอียดขึ้นมา อบรมกิเลสจนกระทั่ง

ใช้กิเลสได้ คือ พยายามที่จะสร้างกิเลสไปในทางที่ดี

การที่จะสร้างความโลภไปในทางที่ดี คือ พยายามสร้างความคิดดี ไม่ให้ขี้เกียจ ขี้คร้าน ไม่เห็นแก่ความเหน็ดความเหนื่อย ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ความสุข พยายามจะสร้างกิเลสให้มันดี ให้มันชินให้มันชำนาญในการสร้างคุณงามความดีจนเป็นนิสัย ความโลภอันนั้นให้โลกไปในทางที่ดี โลกไปในทางที่เป็นประโยชน์ตนและคนอื่น โกรธก็อดกันไม่ให้ความชั่วร้ายไหลเข้ามา เช่น ความขี้เกียจขี้คร้าน หรือความเห็นแก่ตัว ก็อดกันไม่ให้มันเข้ามา จนกระทั่งเราอบรมฝึกฝนได้จนเป็นนิสัย มันก็ดีขึ้นมาสักราวนี้ ความเป็นอยู่ความประพฤติปฏิบัติต่างๆ มันก็สุภาพเรียบร้อย มันก็เป็นไปเพื่อประโยชน์ตนประโยชน์คนอื่น เป็นประโยชน์แก่หมู่คณะ เป็นประโยชน์แก่พุทธศาสนา

นี่เราใช้กิเลส ฝึกหัดใช้มันจนได้ อย่าไปทิ้งกิเลส ถ้าทิ้งกิเลสแล้วไม่ทราบจะทำอะไรกัน กิเลสคือความอยากไม่เอาละ มันไม่อยากจะทำอย่างไรละ มันไม่อยากจะหมดละขี้เส่า มาหัดความอยากให้มันดี คือ ความโกรธไม่พอใจนั้นมาหัดให้มันโกรธในทางที่ละชั่ว ไม่พอใจในความชั่ว ให้พอใจยินดีในคุณงามความดี นี่เอามาใช้ อย่างนี้ เราก็เลยไม่หลงละคราวนี้ เอาความไม่หลงมาใช้ คือรู้เท่า รู้ตัวกิเลส เห็นตัวกิเลส เห็นความดีด้านของกิเลส เห็นความเลวทรามของกิเลส

เราหัดฝึกฝนอบรมความเลวทรามของกิเลสนั้นให้กลับเป็นความคิดดี ให้เป็นของดีขึ้นมา เอาไปใช้ในทางที่ดี เช่น กิเลสในการที่ประพฤติเลวทราม พาสัตว์ตัดชีวิต ประพฤติผิดมิจฉาจรจร ตีฆ่าสุราเมรัย หรือกิเลสที่มันพูดหยาบคาย พูดกระแทก แดกดัน หรือพูดเพื่อเจ้าเหลือไหล กิเลสนั้นมันบังคับให้เราทำ คราวนี้เราเอากิเลสที่มันพูดไม่ดีนั้น หัดให้มันพูดดี หัดให้มันพูดสุภาพเรียบร้อย ให้มันนิมนวล หัดพูดให้น่าฟังให้เป็นที่น่าเคารพและนับถือ หัดพูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ให้มีหลักมีเกณฑ์ เป็นสุภาพซื่อ ผู้ใดฟังแล้วก็ให้จับไปคิดไปนึกไปพิจารณาให้มันเกิดปัญญา นั่นเอากิเลสความไม่ดีมาหัดให้มันดีขึ้นมา และมาใช้กิเลส มันก็เป็นประโยชน์

ถ้าไม่มีกิเลสแล้วจะเอาอะไรมาใช้ อย่างเขาเอาจิวควายมาฝึกหัดให้ใช้การ ให้รับภาระธุระได้ เขาเอาของไม่ดีคือมันยังไม่ทันดีใช้การไม่ได้ เอามาหัดจนกระทั่งใช้การใช้งานได้ นี่เรียกว่า เอาของไม่ดีมาหัดให้เป็นของดี หรืออย่างทัพพสัมภาระ

เช่น ไม้ที่ยืนต้นอยู่ในป่า เขาไปตัดมาแล้วก็มาเลื่อยเป็นแผ่น เป็นกระดาน เป็นไม้สำเร็จรูป ก็ยังใช้ไม่ได้ ต้องมาถูกบมาตัดมาปรุง ทำเป็นโต๊ะ เก้าอี้ เป็นบ้านเรือน ถ้าไม่มีแล้วจะเอาอะไรมาทำเลย เอาของไม่ดีมาทำให้มันดีขึ้น จึงว่าเอากิเลสมาหัดอบรมให้เป็นของดีขึ้น ทีนี้เราไปเห็นของไม่ดีแล้วไปทิ้งเสียนี้ กิเลสไม่ดีไปทิ้งหมดเลยไม่เอาอะไร ใช้ไม่ได้ดอกแบบนั้น ให้พิจารณาให้ดี คำนี้อาจจะไม่เคยได้ยิน ถ้าไม่คิดอาจจะไม่เข้าใจ เอากิเลสของไม่ดีนั้นมาใช้ให้เป็นของดี จำไว้เท่านั้นแหละ เอากิเลสมาใช้ให้เป็นประโยชน์

ของเป็นพิษอะไรก็ตามเกิดขึ้นเอาามาปรับปรุงแทรกยา สามารถที่จะระงับโรคภัย กำจัดโรคภัยได้ ของเป็นพิษมาปรับปรุงให้มันพอดีพองาม ให้มันถูก ได้สัดส่วน กลับกลายเป็นยาได้เหมือนกัน พริกชี้หนูเผ็ดๆ มาตะลั่นน้ำตาออก เอามาทำน้ำพริก เอามกลือใส่บ้าง เอาน้ำปลาใส่บ้าง ใส่อะไรต่างๆ เผ็ดหนักเข้า เอาน้ำตาลใส่บ้าง เอาผักไปจิ้มก็ยังทานได้ หรือมิฉะนั้นเอาไปโขลกใส่แกงพอดีพองามก็อร่อย ถ้าไม่มีพริกแล้ว ทานไม่ได้หรอก นี่ปรุงคือปัญญา ใช้ของไม่ดีให้เป็นของดี กิเลสเป็นของไม่ดี ถ้าหากเราไม่มีปัญญา ทิ้งกิเลสก็เลยไม่ทราบจะเอาอะไรมาใช้หมดเลย ถ้าเราใช้กิเลสของไม่ดีนั้นมาปรุงให้เป็นของดีขึ้นมา กิเลสเลยใช้การงานได้

ตัวของเรทั้งหมดเกิดมาเพราะกิเลสนำมาเกิดแล้วกิเลสฝังที่ใจของเรา ทุกคนมีกิเลส คือ โสภ โภธ หลง เราจะหนีจากกิเลสไม่พ้น และหนีไปก็ไม่ได้ประโยชน์ ถ้าเราปรับปรุงกิเลสให้ใช้ได้ กิเลสเลยเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนและคนอื่น ตัวของเราก็กกลายเป็นของมีค่ามีคุณขึ้นมา เราหนีจากกิเลส ไม่ทราบจะหนีไปไหน อันนี้เรียกว่าคนไม่มีปัญญา เลยทำตัวของตนที่มันมีอยู่แล้ว ของที่มีอยู่แล้วให้เป็นคุณค่าประโยชน์ขึ้นไม่ได้ อะโมฆันตัสสะ ชีวิตัง ชีวิตเป็นของเปล่าเสียจากประโยชน์ ถ้าใช้ไม่เป็น ถ้าใช้เป็นแม้แต่เราเกิดขึ้นมาสักวันหนึ่งแล้วตายไป ก็ยังได้ประโยชน์ ดีกว่าคนที่ใช้กิเลสไม่เป็น ให้กิเลสบังคับ มีอายุอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปีแต่ก็ไม่มีประโยชน์อะไรเลย สู้คนเกิดมาในวันเดียวใช้กิเลสให้เป็นประโยชน์แล้วตายไม่ได้

นี่อธิบายถึงเรื่องตัวกิเลส บ่อเกิดให้เกิดกิเลส แล้วยังเพิ่มเติมอีกให้ใช้กิเลสปรับปรุงกิเลสให้ใช้ประโยชน์ได้ อย่าไปทิ้งกิเลสและหนีจากกิเลส กิเลสไม่ใช่ของหนี ไม่ใช่ของทิ้ง เอาของไม่ดีมาใช้ให้เป็นประโยชน์ เอาละ เทศน์เพียงนี้ละ ๕

# สติ

แปลโดย อ.ศรีธรรมมาณี อ.ศรีธรรมมาณี อ.ศรีธรรมมาณี

วันที่ ๑๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๐



เราจะต้องตั้งสติให้มั่นคง สตินั้นเป็นพื้นฐานของการภาวนา ถ้าสติไม่ดีไม่ตั้งมั่นเสียแล้วก็ไม่มีพื้นฐาน สติคือความระลึกได้ในที่ทุกสถาน จิตคิดนึกอย่างไรก็รู้ได้ รู้ตัวอยู่ ระลึกได้อยู่ สติคุมใจให้อยู่คงที่ ถ้าคุมใจไม่ได้เรียกว่าสติเลือนลอย จริงอยู่มันต้องหวั่นไหว จะต้องส่งสายเป็นธรรมดา แต่การที่ส่งสายไปนั้นสติรู้อยู่ทุกขณะ คิดนึกสิ่งใดก็รู้อยู่ เมื่อสติรู้อยู่อย่างนี้และมีโอกาสเวลาหนึ่งมันจะรวมลงไปได้

จะปริกรรมอะไรก็ตามเถอะ อานาปานสติหรือพุทโธก็ตาม ลมหายใจเข้าออก พุทโธๆ ก็ตาม อันนั้นเป็นเพียงเครื่องล่อให้จิตจดจ้องในสิ่งนั้นเท่านั้น การที่จิตจดจ้องในสิ่งนั้น คือว่าเราจะต้องระลึกถึงจิตที่มันไปจดจ้อง สติระลึกถึงอยู่เสมอ ใครเป็นคนไปจดจ้อง ใครเป็นคนว่าพุทโธหรืออานาปานสติ ก็จะเห็นว่าใจนั้นเป็นมันไปว่า สตินั้นรู้อยู่ รู้ว่าใจนั้นไปว่า แล้วใจมันวางเองหรืออานาปานสติหรือพุทโธมันวางเอง จับตัวนี้แล้ววางเอง อย่าไปเข้าใจว่าจิตถอน นั่นแหละคือจิตรวม พุทโธหรืออานาปานสติรวมเข้ามาอยู่คู่กับสติอีก คราวนี้สติกับใจเข้าเป็นอันเดียวกัน ไม่ไปนึกถึงอานาปานสติหรือพุทโธอีก เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว อย่าไปลังเลหรือสงสัยว่าจิตถอน เต็มใจออกไปเอาอานาปานสติหรือพุทโธอีก นั่นจิตมันถอนแล้ว

ให้ตั้งสติควบคุมใจอันนั้นให้อยู่แน่วแน่เต็มทีอีก มันจะมารวมอยู่กับใจเป็นอันเดียวกันอีก แล้วจะยืน จะเดิน จะไป จะมาที่ไหนๆ มันรวมเป็นอันเดียวกันอยู่เสมอๆ ดูกายภายนอก เช่น กายยืน เดิน นั่ง นอน ไปมา มันจะเห็นชัด เป็นอาการคล้ายๆ กับตัวหุ่น มันไม่ใช่ตัวของเราเสียแล้ว คล้ายกันกับว่ากายกับใจมันแยกออกจากกันแล้ว ใจมองเห็นกายอยู่เสมอ นั่นแหละ ตั้งสติให้แน่วแน่อย่างนั้น จะเกิดปัญญาอุปายได้ ถึงไม่เกิดก็ขอให้อยู่อย่างนั้นไปก่อน อุปายมันจะเกิดเองเป็นเองในที่นั้นแหละ รู้เห็นสิ่งใดเป็นเหตุให้ชวนคิด ก็คิดไม่นอกเหนือไปจากหลักธรรม คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถ้าไม่คิดไม่นึกก็อย่าไปส่งสายหา

สติเป็นของจำเป็นที่จะต้องรักษา เราเกิดมีแต่การส่งสายในอารมณ์ต่างๆ นับไม่ถ้วน ตั้งแต่เกิดมาจนปานนี้ก็ยังไม่ทันหยุดสักที เรามาทำประเดี๋ยวประด๋าวจะให้มันอยู่สักครู่หนึ่งขณะเดียวเท่านั้นมันก็แสนยาก เมื่อมันทำได้ยากอย่างนั้นจึงได้ชื่อว่าเป็นของดี ของยาก ทำได้อย่างนั้นก็ชื่อว่าเราทำได้ดีแล้ว ควรยินดีพอใจเท่านั้น ก็ดีแล้วไม่ต้องมากมาย สมมติว่าวันหนึ่งๆ มี ๒๔ ชั่วโมง เราควบคุมจิตให้อยู่ได้อย่างน้อยสัก ๕ นาที หรือ ๑๐ นาที นั่นเป็นจิตของเราแล้ว นอกนั้นไม่ใช่ของเรา ฉะนั้นถ้าตั้งสติคุมจิตได้ชั่วขณะหนึ่ง ก็พึงยินดีเถอะว่าดีนักดีหนา ให้คุมสติอย่างนี้ รักษาจิตอย่างนี้ เอาสติผูกไว้กับหลัก คุมอยู่กับหลักคือตัวใจนั้น วันหนึ่งๆ ได้สัก ๑๐ นาที ๒๐ นาที มีหวังได้ดีขึ้นโดยลำดับ

สติคุมจิตไม่อยู่ ไม่มีหวังเจริญทางดีทางชอบเลย ทำไปตลอดปีตลอดภพตลอดชาติ สติคุมจิตไม่อยู่ก็แค่นั้น มันไม่เจริญก้าวหน้าไปได้ ผิดหัดอบรมภาวนา มานานแสนนานไม่ได้ประโยชน์อะไร อันนี้เรียกว่าหลักของการภาวนาเบื้องต้น เบื้องต้นก็มาหัดสตินี้ ท่ามกลางก็มาหัดสตินี้ ที่สุดก็มาหัดสตินี้ จบวิชาพุทธศาสนา ศาสนามีการศึกษาจบเป็น ไม่เหมือนวิชาอื่นๆ

สติเป็นตัวสำคัญ ถ้าหากเราตั้งใจมัน พิจารณาอยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้า ท่านเทศนาว่า อย่างช้า ๗ ปี อย่างกลาง ๗ เดือน อย่างเร็ว ๗ วัน ต้องได้สำเร็จ สติเป็นตัวสำคัญ เราปฏิบัติเพื่อความสำเร็จ จะสำเร็จขั้นใด ภูมิใดก็แล้วแต่

สติตั้งไว้ที่ใจ กำหนดรู้เท่าที่ใจอยู่ตลอดเวลา ใจจะคิดจะนึก ทั้งดีทั้งชั่ว หยาบ ละเอียด ระลึกได้อยู่เสมอ เมื่อระลึกได้อย่างนี้ มันก็ไม่มีหนทางที่จะทำชั่วได้ กิดชั่วได้ ไม่มีหนทางที่จะเที่ยวได้ มันก็อยู่ในขอบเขตของสติตลอดเวลา เหมือนกับสัตว์ที่มันคือด่าน ถ้าเอาเชือกผูกไว้แล้วมันก็อยู่ที่หลักนั้นแหละ จะเวียนไปเวียนมาที่ไหน มันก็อยู่ที่หลักนั้น สติมัดไว้ให้อยู่ มัดจิตให้อยู่ในหลัก สติอุปมาเปรียบเหมือนกับเชือก ผูกมัดล้ามจิตไว้ให้อยู่กับหลักคือตัวใจ จิตนั้นเหมือนกับสัตว์ มันออกไปจากใจคือหลัก เมื่อล้ามไว้อย่างนี้มันจะวนเวียนอยู่รอบๆ มันเหนื่อยแล้ว มันจะเข้ามาอยู่คงที่ คือรวมลงเป็นหนึ่ง มารวมอยู่ที่ใจ

สติทำอนุปมาเปรียบเหมือนกับว่าคนรักษาโจรรักษากระบือ ที่ทุ่งหญ้ากว้างๆ ขึ้นต้นไม้แล้วมองดูตัวไหนอยู่ ตัวไหนไป จะเห็นหมด อันนั้นยังห่างไกลอยู่ ควบคุม

จิตไว้ได้แล้วเปรียบเหมือนกับเชือกผูกจิต อย่างที่อธิบายให้ฟังมาแล้ว ผูกจิตโดยใช้สติไว้กับหลักคือใจ แล้วรวมเข้ามาเป็นอันหนึ่ง คือเป็นใจอันเดียว สติควบคุมจิตดีแล้ว ย่อมระงับเสียซึ่งอภิขมาและโทมนัส

อภิขมาในที่นี้คือความเพ่งเล็ง ความอยากได้ของๆ คนอื่นมาเป็นของเรา เมื่อไม่ได้ก็เกิดโทมนัส จึงระงับได้ถ้าหากมีสติ ไม่ใช่แต่การที่อยากได้ของๆ คนอื่น วัตถุสิ่งอื่นๆ ทั้งหมด เขามีแล้วเขาได้แล้ว เราเพ่งเล็งคืออยากได้ ใครจะดีจะวิเศษ วิโสสกเท่าไร เมื่อตัวของเราไม่มีแล้วก็เพ่งเล็งถึงเรื่องความดีของคนอื่น ก็เรียกว่า อภิขมาเหมือนกัน เพ่งเล็งออกนอกจากตัวของเรา เพ่งเล็งถึงคนอื่นเรื่องอื่น เป็น อภิขมาทั้งหมด สิ่งที่เราเพ่งเล็งนั้นไม่เป็นไปตามประสงค์ของเราก็โทมนัส

ท่านจึงให้ตั้งสติอันนี้ควบคุมจิต อยู่กับจิต เพ่งพิจารณาเฉพาะจิต ไม่ได้เพ่งไปที่ของภายนอก ส่งออกไปภายนอก คุมจิตให้อยู่ในที่เดียว อะไรๆ ทั้งหมด เมื่อจิตตั้งมั่นแล้วสิ่งอื่นๆ ก็หายไป

เราเกิดมาตั้งแต่วันเกิดจนกระทั่งบัดนี้ ยังไม่ได้คุมสติให้อยู่คงที่ ไม่ได้ตั้งสติให้คุมจิตอยู่คงที่ มีการส่งออกไปภายนอกรอบด้านรอบข้าง เมื่อเป็นเช่นนั้นก็ยากที่จะทำสติให้คุมจิตอยู่ได้ ความบริสุทธิ์อยู่ตรงสตินั้น ถ้าสติไม่ตั้งมั่นแล้ว มันไหวหวั่น กวัดแกว่งไปทั่วทุกทิศทุกแห่งหน จนกระทั่งตัวเราไม่รู้สึกละเลย ไม่ทราบว่าจะสติอยู่ตรงไหน

ถ้าเราตั้งสติไว้กำหนดเฉพาะจิต จิตจะคิดนึกอย่างไรก็รู้เท่ารู้ตัวอยู่เสมอ เหาละ เบื้องต้นถึงยังไม่ทันรวม ก็เรียกว่ารู้เท่ารู้ตัวก็ยังดีอยู่ รู้เท่ารู้ตัวอยู่อย่างนี้แหละ คิดออกไปจากนี้รู้จัก นึกออกไปจากนี้ก็รู้จัก มันจะส่งไปไหนๆ ก็ออกไปจากผู้นี้ผู้เดียว ของทั้งโลกมากมาย ถ้าผู้นี้ไม่ปรุงไม่แต่ง ผู้นี้ไม่คิดไม่นึก ของมันก็อยู่คงที่ ก็เลสทั้งปวงหมด จิตคนนี้แหละเป็นคนสร้างขึ้น โลกโมโหสัน สรรพกิเลสทั้งปวง มาณะทิฏฐิ ผู้นี้แหละเป็นคนสร้าง ถ้าไม่สร้างมันก็อยู่คงที่ ไม่ไปยึดไปถือ ไม่ไปเกาะเกี่ยว สติคุมไว้แล้วมันจะไปเกาะเกี่ยวอย่างไร ความยึดความถือปล่อยวางหมด ความสงบเยือกเย็นอยู่ตรงนี้

ทุกคนพากันสงบอย่างนี้ ทุกคนพากันรักษารักษาอย่างนี้ อะไรมันจะเกิดขึ้นในหมู่มนุษย์ ทุกคนพากันอยู่ด้วยความสงบเรียบร้อย ไม่มีอะไรเกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับของ

ภายนอก พวกกันรักษาตัวของตน ชำระตัวของตนก็หมดเรื่องกันไป ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับเรื่องของภายนอก เราต้องการอะไรเดี๋ยวนี้ เราต้องการชำระตน พิจารณาตน ของตน

การรักษาสติให้มั่นคงอยู่คงที่ มีคุณสมบัติอย่างนี้ จึงควรที่จะรักษาจิต ของตน ถึงไม่สำเร็จมรรคผลตามที่พระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้ ก็ได้รับความสุขสบาย เรื่องทั้งหลายก็จะหมดไป เอาละ เทศน์เท่านั้นแหละ ภาวนากันเลย พูดถึงสติแล้ว ก็หมดที่สุดของภาวนา รักษาสติตัวเดียวเท่านั้นเป็นอันว่าหมดเรื่องกัน จะ เป็นหรือไม่ก็อยู่ที่สติ จะเป็นก็เพราะสติแข็งกล้า ไม่เป็นก็เพราะเมลอสติ เทศน์ ถึงที่สุดของพุทธศาสนา การปฏิบัติพุทธศาสนาอยู่ที่สติตัวเดียวเท่านั้น ฉะนั้นหมด เรื่อง ทำภาวนาเลย



# ธรรมะ

แสดง ณ วัดสันเขมมาภิเษย อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๑



วันนี้จะเทศนาเรื่องธรรมะให้ฟัง ธรรมะคือพื้นฐานของสิ่งทั้งปวง พื้นฐานของทุกอย่างเป็นธรรมะที่เรียกว่ากรรมดา ธรรมชาติ เราพิจารณาธรรมะให้เห็นธรรมะคือให้เห็นธรรมดานั่นเอง อย่างเช่น เกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็เป็นกรรมดาอยู่แล้ว ความเกิดขึ้นเป็นธรรม ความแก่ก็เป็นธรรม ความเจ็บก็เป็นธรรม ความตายก็เป็นธรรม เรามองธรรมะกรายไป คือพ้นไปเสีย จึงไม่เห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นธรรมะ

พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า ชาติ ชรา พยาธิ มรณะเป็นธรรม แต่ว่าคนเรามองธรรมะไม่เป็นธรรม มองข้ามกรายไปเสีย ถ้ามองเป็นธรรมแล้ว มันต้องทวนกลับ ที่เรียกว่ากรรมดาเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว แต่ว่าคนเรามาสมมติบัญญัติหรือนิยมนับถือกันเป็นของแปลกจากกรรมดาไปเสีย สมมติว่าเกิดมาก็ไม่มองเห็นความเกิด ทำไมจึงว่าไม่มองเห็นความเกิด เกิดมาเบื้องต้น ตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์ และก็ค่อยแก่ขึ้นมา ธรรมตามันเป็นอย่างนั้น แก่มาโดยลำดับๆ ครั้นแก่จึงค่อยคลอด อันนั้นก็เรียกว่า ความแก่ การเจ็บปวด เช่น ถูกเครื่องร้อนของแข็งด้วยประการต่างๆ แม้กระทั่งนั่งอยู่ นอนอยู่ หรือยืน เดิน ก็มีอาการเจ็บปวด ร้าวด้วยประการต่างๆ นั่นก็เป็นการเจ็บอยู่แล้ว แต่คนเรามองไม่เห็นความเจ็บอันนั้น ต่อเมื่อถูกศาสตราวุธประหัตประหาร ถูกคมแข็ง ถึงจะเรียกว่าเจ็บ ความตาย ถ้าหากว่ายังมีชีวิตอยู่ ก็เรียกว่ายังไม่ตาย นี่เป็นความนิยมของคน แท้ที่จริงคือมันตายวันตายคืน มันเปลี่ยนแปลงไป เรียกว่าตาย แต่ความนิยมของคน เห็นไปอีกอย่างหนึ่ง ถ้าหากเห็นเป็นธรรมแล้ว เห็นกรรมดาๆ นี้แหละ ขอให้เห็นเป็นกรรมดาก็แล้วกัน เรียกว่าธรรมะ ธรรมดา

มีเรื่องเล่าไว้ว่า จำมบาลจับคนไปตกนรก เอาไปซักไซ้ไล่เลียงถามว่า เทวทูตทั้งสี่เคยเห็นไหม สัตว์นรกบอกว่าเคยเห็น เห็นนะ เห็นอย่างไร ลองเล่าไปซิ ความเกิดเห็นไหม เด็กมันเกิดขึ้นมานะ เห็น เห็นแล้วพิจารณาอย่างไร ก็น่าขบขัน

นำหัวเราะ ดินกระดูกกระดูกร้องแฉ่ๆ เห็นอย่างนั้นใช้ไม่ได้ ความเจ็บเคยเห็นใหม่ เคยเห็นความเจ็บ เห็นแล้วคิดอย่างไร คิดว่าจะได้คำรักษา ถ้าคนมั่งมีหน่อยก็จะ รวยได้คำรักษามากๆ โอ๊ย ใช้ไม่ได้ อย่างนั้นใช้ไม่ได้ คนแก่เคยเห็นใหม่ เห็น คนแก่สักไม้เท้าขยับๆ เดินสามขา นำขบขันนำหัวเราะ อย่างนั้นก็ใช้ไม่ได้ ความ ตาย คนตายเคยเห็นใหม่ คนตายก็เคยเห็น นำเกลียด ไม่อยากดู พิจารณาอย่าง นั้นใช้ไม่ได้ นี่ท่านเล่าไว้อย่างนี้ ท่านเล่าเป็นเรื่องเป็นนิยาย เป็นอุทาหรณ์ไป เมื่อ เห็นความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นเช่นนั้นแล้วเรียกว่าไม่เห็น ยมบาลเลยผลักลงนรกไปหมดเลย การเห็นเช่นนั้นใช้ไม่ได้ เห็นอย่างไรจึงจะเห็นถูก ท่านอธิบายว่า

ความเกิด เด็กที่เกิดขึ้นมารวมทั้งตัวเรา คิดย้อนคืนไปที่ตัวเราเมื่อเกิดมาที่ แรก หรือเด็กมันเกิดอยู่ ได้ยินอูแว้ง อยู่ในอ้อมผ้า คิดสลดสังเวช เกิดขึ้นมาทุกข์ อย่างนี้หนอ ร้องแฉ่ๆ อยู่ ไม่ทราบว่าจะอนาคตของมันจะเป็นอย่างไร เกิดความสลด สังเวช ว่าเกิดขึ้นมาจากอะไร มันเป็นไปอย่างไร จะตั้งอยู่ได้อย่างไร สลดสังเวชในใจ ไม่รู้จักเตียงสา เหมือนกับตัวบุงตัวนอน เกิดขึ้นมาพูดก็ไม่ได้ ท่านบอกว่าเห็น อย่างนี้จึงจะเห็นถูก

ความแก่ เห็นคนแก่คนหง่อม เดินสักไม้เท้า ๓ ขา พิจารณาเราก็จะแก่อย่าง นั้น แก่ไปแล้วก็เดินอย่างนั้น แต่ก่อนแต่เก่าไม่เคยสักไม้เท้าและไม่เดิน ๓ ขา ต่อมา ก็ลง ๓ ขา แก่หง่อมจะลุกจะนั่งจะเดินเห็น แต่ละครึ่งแต่ละทีก็แสนยาก ทนทุกข์ ทรมานด้วยประการต่างๆ เห็นอย่างนี้จึงเรียกว่าเห็นความแก่

ความเจ็บ เห็นคนเจ็บร้องครวญครางได้รับทุกขเวทนาแสนสาหัสด้วยประการ ต่างๆ เกิดมาทุกข์อย่างนี้ ต้องลำบากอย่างนี้ ต้องทนทุกข์ทรมานด้วยประการ อย่างนี้ เห็นอย่างนั้นจึงเรียกว่าเห็นคนเจ็บ

ความตาย เห็นคนตาย เราก็จะต้องตายอย่างเดียวกับเขา เว้นแต่ตายช้า ตายเร็ว ตายไปแล้วไม่ได้อะไร ทั้งหมดทุกอย่างทอดทิ้งไว้ในโลก สิ่งทั้งปวงที่หวง แหนว่าเป็นของกูๆ ในผลที่สุดเวลาตายก็ไม่เอาไปสักอย่างเดียว เห็นอย่างนี้จึง เรียกว่าเห็นความตาย

นี่ท่านอธิบายถึงเรื่องจ่ายยมบาลซักถามสัตว์นรก เมื่อสัตว์นรกไปตกนรกเลย ถ้ามชกใช้ ถ้าหากว่าตอบถูกก็พ้นไป ถ้าตอบไม่ถูกก็ผลักลงนรก จ่ายยมบาลในที่นี้

ไม่ได้พูดถึงเรื่องอื่น คือพูดถึงเรื่องจิตของเรานั้นแหละ เห็นความเกิดก็มัวเมา หัวเราะขบขันเสีย จิตไม่ได้สำนึกคิดถึงตัว ความเมาความหลงอันนั้น เรียกว่าตอบ ไม่ถูก ถ้าหากมีปัญญา พิจารณาสองเข้าไปลึกเข้าไป ความเกิดขึ้นมามันสลดสังเวช เป็นเหตุให้ระลึกคิดถึงตนถึงตัวและคิดถึงคนอื่น ความแก่ ถ้าหากมีปัญญา สามารถ รู้ได้ทั้งตัวของเราและทั้งคนอื่น หรือหมดทั้งโลกนี้ มีสภาพเช่นนั้นเหมือนกัน เราควรที่จะทำตัวของเรานี้ให้เป็นที่พึ่งของคน นั้นเรียกว่าตอบถูก จ่ายมบาลก็คือ ตัวของเรานี้แหละ ความเจ็บ ความตาย ก็เช่นนั้นเหมือนกัน ปัญญามันเกิดขึ้นใน ขณะนั้น ไม่เห็นแต่ว่าน่าเกลียด น่าเบื่อ ตัวเขาตัวเราก็เช่นเดียวกัน นั้นเรียกว่า จ่ายมบาลชัฏกาท

เหตุนี้จึงว่า อะไรทั้งหมดพื้นฐานแท้คือธรรมะ ในโลกนี้เป็นธรรมะทั้งหมด ที่เป็นโลกเรียกว่าออกไปจากธรรมะนี้แหละ สำคัญว่าธรรมะนี้เป็นโลกไปเสีย โดยที่ไม่ คิดเห็นธรรมะเป็นธรรมะ ด้วยความหลง ความเมา ความประมาท ความเห็นนั้น เลยคลาดเคลื่อนจากความจริง เราทุกคนเกิดมาแล้ว ที่ไหนจะคลาดแคล้วจากความ แก่ ความเจ็บ ความตาย แต่หาได้คิดไม่ว่า ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ครอบงำ สัตว์ทั้งหลาย ตลอดถึงตัวของเราไปไม่พ้น เห็นเช่นนั้นแล้วจะได้รีบเร่งประกอบคุณ งามความดี เพราะสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เรามัวเมา หลงเพลิดเพลินอยู่ ของเหล่านั้น ไม่ใช่ของเรา จำเป็นต้องทอดทิ้งทั้งหมด เราคนเดียวมาคนเดียวไปคนเดียว อย่าง นั้นจึงเป็นธรรมะแท้

การพิจารณาธรรมะไม่ใช่ของไกล ไม่ใช่ของละเอียด ไม่ใช่ของลึกซึ่งอะไรนัก ของตื้นๆ นี้แหละ แต่ทำไมจึงไม่รู้ ทำไมจึงไม่ เป็นธรรมะ จึงเป็นโลกไปหมด ก็เพราะ ใจของเราไม่มีสมาธิ ใจของเราไม่แน่วแน่ ไม่ตั้งมั่น เต็มใจคิดโน้นคิดนี้ หวันไหว ไปมา เลยไม่ชัดไม่แจ้ง ทำจิตของเราให้ตั้งมั่นแน่วแน่เป็นสมาธิเสียก่อน แล้วจึงค่อย พิจารณาของเหล่านี้ ถ้าหากจิตไม่แน่วแน่ พิจารณามันก็ไม่ชัดอยู่ดีนั่นเอง มันก็ เลยกลายเป็นโลกไป ถ้าจิตแน่วแน่ ละเอียดมากทำไร พิจารณาความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ยิ่งชัดเจนลงไป เห็นเฉพาะตัวของเรา แล้วก็พิจารณาคนอื่นเหมือนๆ กัน ทั้ง หมด ทัวโลกหมดด้วยกันทั้งนั้น บรรดาของทั้งหลายที่เกิดขึ้นมาในโลกนี้มีสภาพอัน เดียวกันหมด

ฐานที่ตั้งของธรรมะได้แก่สมาธิ ถ้าสมาธิแน่นแน้มคง อันนั้นก็เป็นที่ตั้งของปัญญา คำว่าปัญญาในที่นี้คือเห็นจริงนั่นเอง ไม่ใช่เห็นอื่นไกลอะไรหรอก เห็นเทวบุตรเทวดาอินทร์พรหม เห็นไปทำไม เห็นแล้วไม่ใช่แก้ไขตนเองได้ เห็นความเกิดแก่ เจ็บ ตาย นี้แหละพอจะแก้ไขตนเองได้ มันของมันผูกมันติดในสิ่งใด เอาอันนี้แหละไปพิจารณา เอาความตายนี้ไปเพ่งพิจารณา ตายแล้วมันได้อะไรไป มีแต่ตัวคนเดียวเท่านั้น ดีหรือชั่วเท่านั้นที่ติดตัวของเราไป เหตุนั้น ความชั่วจึงต้องละเสีย จึงจะหลุดแต่ความดี ถ้าตายแล้วทำอีกไม่ได้ ในเมื่อยังมีชีวิตอยู่ทำเสีย เราพอที่จะทำได้ พิจารณาอยู่ที่ตรงนี้ เห็นอยู่ตรงนี้ เข้าใจอยู่ตรงนี้ เห็นชัดอยู่ตรงนี้ ก็เป็นอันว่าเราเห็นธรรมะ จะไปเอาอะไรมาพิจารณาอีก ที่ไม่เห็นเพราะจิตไม่แน่วแน่นไม่ตั้งมั่น จิตไม่เป็นสมาธิ

ต้องพิจารณาตัวของเรา หัดพิจารณาให้พอใจให้ยินดีในการพิจารณานั้น จิตใจก็จะตั้งมั่น จะเพลิดเพลินอึดเอิบในการพิจารณา ความไม่พอใจ ไม่ตั้งมั่น ไม่อึดเอิบในอุบายนั้น ถึงจะได้ความรู้สักเท่าใดมันก็ไม่ตั้งมั่น ไม่อึดเอิบ ไม่พอใจ เมื่อไม่พอใจมันจะมีประโยชน์อะไร สิ่งทั้งปวงหมด ถ้าไม่พอใจแล้วไม่มีประโยชน์หรอก ถ้าพอใจแล้วน้อยนิดเดียวก็มีประโยชน์มาก เนื้อบายธรรมะที่เรียกว่าธรรมะ มีเพียงเท่านี้



# ธรรมะเป็นของเก่า

แสดง ณ วัดกีนหมากเปิง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๑



วันนี้จะอธิบายธรรมะของเก่าของเดิม พระพุทธเจ้าท่านเทศน์ว่า ธรรมเป็นของเก่า ด้วยเหตุที่ธรรมเป็นของเก่านี้แหละ คนจึงไม่สนใจ เห็นว่าเก่า ไม่เป็นของใหม่สักอย่างเลยไม่สนใจ แท้ที่จริงสิ่งทั้งหลายทั้งหมด มันมีมาแล้วแต่ก่อนเก่าทั้งนั้น อย่างการคิดค้นทางวิทยาศาสตร์ ก็ล้วนแล้วแต่ของมันมีมาแล้ว จึงค่อยคิดค้นของมันมีนั้นแหละให้เป็นของแปลกประหลาดขึ้นมาใหม่ คือจากของเก่าของเดิมนั่นเอง จึงคิดค้นขึ้นมาได้ ก็เลยเห็นเป็นของใหม่เสีย

คนเราก็เช่นเดียวกัน แต่ไหนแต่ไรมา ตั้งแต่เกิดมา ไข้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเก่านี้ทั้งนั้น ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกสูดกลิ่น ลิ้นถูกรส เอาของเก่านี้มาใช้ทั้งนั้น และก็สิ่งที่มากระทบ สัมผัสกับตาก็ดี กับหู จมูก ลิ้น กายก็ดี ก็ล้วนแต่ของมีอยู่แล้วแต่ก่อน แต่มันเปลี่ยนแปลง คนละกาลเวลา จึงเห็นว่าเป็นของใหม่ คนที่ไม่เข้าใจนั้นแหละ จึงพากันตื่นเต้น เห็นว่าเป็นของใหม่ ถ้าหากคิดไปถึงถั่วแล้ว อย่างตัวของเรา เกิดมาก็เรียกว่าเอาธาตุ ๔ มาเกิด ธาตุ ๔ มาจากไหน มันก็มีอยู่ในโลกนี้ มันเปลี่ยนแปลงมาเกิดเป็นคน เรียกว่า ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม เกิดมาแล้วก็ดับไป แล้วสิ่งทั้งหลายนั้นสลายไปตามเรื่อง มาเกิดใหม่ก็เอาธาตุ ๔ นี้แหละ มาเกิดอีก เกิดมาแล้วก็สลายดับไปอีก

ถ้าเห็นของเป็นจริงอย่างนี้ตามความเป็นจริงแล้ว อะไรทั้งปวงหมดคงที่ จะไม่ตื่นเต้น เห็นรูปก็จะไม่ตื่นเต้น ฟังเสียงก็ไม่ตื่นเต้น ดมกลิ่น ลิ้นถูกรส ก็จะไม่ตื่นเต้น ตาถูกสัมผัส ใจคิดนึกก็อยู่คงที่ นี่พระพุทธเจ้าท่านจึงเทศน์ว่าของเก่า ของมีมาแต่ไหนแต่ไรมา ตั้งแต่พระพุทธเจ้ายังไม่ตรัสรู้ก็มีอยู่ พระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้วก็เห็นอยู่อย่างนั้น พระพุทธองค์ไม่ได้เอามาจากไหน ไม่ได้เอามาจากนอกโลกนอกแผ่นดิน ไม่ต้องออกมาจากอื่นไกล พระพุทธองค์รู้ตามเป็นจริง ของจริงอยู่ในโลกนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างพระองค์วางลงไป วางตามเป็นจริง ปล่อยตามเรื่อง

ที่เราไปยึดไปถือมัน พวกนั้นมันชี้ขโมย รูปก็ไปยึดเอามา ทั้งรูปก็ไม่ใช่มืออยู่ในตัวของเรา เป็นรูปของสิ่งอื่นคนอื่น ไปยึดเอารูปมาโดยที่สิ่งนั้นไม่รู้เรื่องกับเรา นั่นแหละเรียกว่าชี้ขโมย ชี้ขโมยของคนอื่นสิ่งอื่น เสียงก็เช่นเดียวกัน กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็เช่นนั้นเหมือนกัน อายุตนะภายนอก ๖ ที่ไปยึดแล้วแต่ชี้ขโมยทั้งนั้น คนถือศีลไม่บริสุทธิ์ถ้าพูดถึงเรื่องนี้แล้วเป็นชี้ขโมยทั้งหมด จงพิจารณาเห็นตามเป็นจริงแล้วจะถึงได้ ยึดมันไว้ก็ไม่ได้อะไรเลย ถือมันก็ไม่ได้อะไร ปล่อยไปตามเรื่อง เรายึดรูปเอาไว้ในใจของเรา รูปนั้นมันก็ต้องเสื่อมสูญสิ้นไปเป็นธรรมดา มันหาได้เป็นสาระอะไรไม่ รูปนั้นไม่ใช่ของเรา เสียง กลิ่น รส ก็เช่นนั้นเหมือนกัน ทุกสิ่งทุกอย่างเห็นตามเป็นจริงอย่างนี้แล้ว จิตของเราก็อยู่นิ่ง อันที่จิตไม่นิ่งก็เพราะเหตุที่ชี้ขโมยของเขาเอามาเป็นของเรา ถ้าหากว่าเป็นผู้บริสุทธิ์หมดจด เห็นตามเป็นจริงแล้ว ใจของเราก็บริสุทธิ์ สิ่งทั้งหลายนั้นก็บริสุทธิ์ บริสุทธิ์คือว่ามันเป็นจริงอยู่อย่างนั้น ธรรมะอันนี้พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า เป็นสภาพอันหนึ่งเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งเกิดขึ้นแล้วดับไป เราเป็นนักปฏิบัติควรที่จะรู้เห็นอย่างนั้น ถ้าไม่รู้ไม่เห็นอย่างนั้นแล้วก็ต้องชี้ขโมยอยู่รำไป แส่สายหาเรื่องต่างๆ คือเรื่องหาชี้ขโมยนั่นเอง ถ้าหากเห็นตามเป็นจริงแล้ว จิตจะนิ่งอยู่เฉย นั่นเป็นผู้บริสุทธิ์หมดจด

ทำอย่างไรจึงจะเป็นผู้บริสุทธิ์หมดจด เบื้องต้นต้องฝึกหัดใจของเราให้อยู่เสียก่อน ใจไม่นิ่ง ไม่สงบ จะไม่เห็นสิ่งทั้งหลายว่านิ่งสงบ รูป เสียง กลิ่น รส ไม่นิ่งสงบก็ต้องฝึกหัดใจของเราให้สงบ ให้สงบนั้น ต้องอบรมตามแนวปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้ เรียกว่า สติกำหนดจิต สติปัญญาอันนั้นแหละ กำหนดกาย เวทนา จิต ธรรม ให้อยู่ในปัจจุบัน ให้เห็นปัจจุบัน สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นก็จะอยู่ตามเรื่อง ครั้นเห็นปัจจุบัน อยู่ในปัจจุบันแล้วไม่มีอะไรหอก ที่ไม่อยู่ปัจจุบันนั้น มันยังส่งสายหาเรื่องราวต่างๆ มันจึงไม่เห็นตามเป็นจริง ฝึกหัดจิตตรงนี้แหละให้

พระพุทธองค์เทศนาสติปัญญา ๔ ว่า พิจารณากาย สักแต่ว่ากาย เวทนา จิต ธรรม สักแต่ว่า เวทนา จิต ธรรม ไม่ใช่ตัวตนบุคคลเราเขา นั่นเรียกว่า กาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ใช่ของใครทั้งหมด เป็นสภาพอันหนึ่ง ตัวของเราที่เรียกว่า นายนั้นนางนี้ เป็นเพียงสมมติบัญญัติ แต่มันก็ไม่ได้เป็นไปตามสมมตินั้นๆ ถ้าหากว่าได้สมมติแล้วมันเป็นไปตามนั้นมันก็สบายนะซิ แต่มันไม่เป็นตาม สมมติอย่างไรๆ มัน

ก็อยู่ตามเดิม มันไม่เป็นไปตามสมมติของคนเราสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น อย่างว่านาย  
แดงมันไม่แดงเสียแล้ว มันเป็นขาวไปเสียแล้ว ขาวอย่างนั้นจะไปเรียกแดงมันก็ไม่  
แดง เรียกนายดำมันก็ไม่ดำ มันเกิดขึ้นมาแดงหรือดำก็อยู่ตามเรื่อง เราสมมติ  
บัญญัติขึ้นก็เลยถือกันจริง ๆ จัง ๆ เขาเรียกผิดก็เลยโกรธใหญ่ เขาเรียกไม่ถูกต้องตาม  
สมมติบัญญัติก็เลยโกรธใหญ่ หาวว่าเขาเหยียดหยามดูถูก

ความโกรธก็ของเก่า ความโกรธ ความโลภ ความหลงก็ของเก่า ไม่ใช่เอา  
มาจากอื่นไปกลที่ไหน มันมีอยู่ในโลกนี้แหละ พระพุทธเจ้า พระอรียสงฆ์สาวกทั้ง  
หลายทิ้งเสียแล้วเหลือไว้ในโลกนี้ เรามาทีหลังมาเอาความโลภ ความโกรธ ความ  
หลง นี้แหละมาใช้กัน อย่างเขาเรียกไม่ถูก เช่นเรียกนายดำ นายแดง เขาเรียกไม่  
ถูกก็ไปโกรธเขา เมื่อเราโกรธแล้วเราหายโกรธ เราก็ทิ้งไว้ในโลก คนอื่นมาโกรธก็มา  
เอาไปอีก มาเอาความโลภ ความโกรธ ความหลง เอาไปโกรธอีก อันนี้ก็ของเก่าไม่มี  
ที่สิ้นที่สุด ของทิ้งแล้ว เศษของท่านแล้วพระอรียสงฆ์สาวกทั้งหลาย เราเป็นปุถุชน  
คนหนา เกิดขึ้นมา พวกกันมาแย่งมาชิงกัน ความโลภ ความโกรธ ความหลง มา  
เป็นตนเป็นตัวขึ้นมาหมด แล้วของนั้นมันหาได้อะไรบ้าง เพียงแต่ทำให้ใจเศร้าหมอง  
เท่านั้นแหละ มันไม่ได้ตามประสงค์ ความโกรธทำให้ใจเศร้าหมอง ไม่ผ่องใส ไม่  
สะอาด สู้ทิ้งเสีย อย่าไปโกรธ โลก หลง เลย ให้มันสะอาดเสียดีกว่า ดีกว่าที่จะมา  
ทำให้เศร้าหมองเปล่า ๆ จึงให้หัดทำสติ พิจารณาจิต ให้มันเห็นความโลภ ความ  
โกรธ ความหลง เป็นของที่ไม่มีสาระ จึงจะละปล่อยวางได้

นี่ต้องหัด ถ้าไม่หัดก็ไม่เป็น เกิดขึ้นมาแล้วไม่ได้หัดสักที หรือหัดแล้วก็ไม่ทัน  
พอ จึงไม่สามารถที่จะชำระสะสางใจตรงนั้นได้ เราต้องการและปรารถนาที่ตรงนั้น  
จึงต้องมาฝึกหัด บวชเป็นพระภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกาเข้ามารักษาศูโอบสถ ก็  
ล้วนแล้วแต่เอาของเก่าทั้งนั้น คีล ๕ คีล ๘ ล้วนเป็นของเก่าทั้งนั้น แล้วก็เอาของ  
เก่าอันนี้มาชำระสะสางของเก่านี้แหละ เพื่อให้สิ้นลงไป ก็เลสอนยาให้เศร้าหมองในใจ  
เพื่อให้ใจผ่องใสสะอาด จึงจะเป็นธรรม เรียกว่าธรรมของเก่า เอาละ เทศน์เท่านี้



มนุษย์เราทุกเพศทุกวัยและทุกชาติภาษา แม้ตลอดถึง สัตว์ทุกจำพวก คงไม่มีใครสักคนเดียวที่จะปฏิเสธว่า เขาเหล่านั้นไม่ต้องการความสุขเพื่อตนเอง แล้วต่างก็เกลียดความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ฉะนั้น ด้วยเหตุผลทั้งสองประการนี้แล มนุษย์ชาวโลก ตลอดถึงสัตว์ดิรัจฉานทั้งหลาย จึงได้พากันดิ้นรน กระเสือกกระสนเพื่อหาหนทางให้พ้นจากทุกข์ที่ตนเกลียดแล้ว ให้ได้มาซึ่งความสุขที่ตนต้องการนั้น

การดิ้นรนที่ว่านี้แหละ บางทีมันก็ออกมาในรูปการ พัฒนาด้านต่างๆ พร้อมกันไปในตัว แต่การพัฒนาที่ว่านี้ ถึงแม้จะเป็นการพัฒนาด้วยเหตุผลก็จริงแล ถ้าพิจารณาให้ดี จะเห็นว่ามันเจริญไปด้านหนึ่งของมัน แต่อีกด้านหนึ่งมันกลับให้เสื่อมลงๆ ความทุกข์เป็นคุณมหาศาลแก่การพัฒนา (คือ ทำให้เกิดความฉลาดเพื่อเอาตนรอด) แต่พร้อมกันนั้นมันก็นำเอาความทุกข์เดือดร้อนมาปล่อยไว้ให้แก่โลกนี้เป็นอเนกประการ เราเมื่อก่อนไม่เคยไปเมืองนอกเมืองนากับเขา นอก จากเข้ามาแจวเรือข้ามแม่น้ำโขงไปฉันทน์นครเวียงจันทน์ของ ลาว แล้วก็กลับมาจำวัดที่วัดเท่านั้น ครั้นนี้แก่จวนจะเข้าโลง อยู่แล้ว บังเอิญได้ไปเที่ยวเมืองนอกกับเขา เมื่อไปแล้วก็ไม่ เห็นความสนุกตื่นเต้นอะไร นอกจากจะได้ไปเห็นข้อเท็จจริง ความเป็นอยู่เป็นไปของมนุษย์เราตลอดถึงสัตว์ต่างๆ ไปใน แต่ละประเทศ ก็มีสภาพเช่นเดียวกันกับประเทศของเราและ ประเทศลาวที่ได้ไปเห็นมาแล้ว จะผิดแผกกันบ้างเล็กน้อยก็ ที่ รสนิยมของแต่ละท้องถิ่นนั้นๆ ข้อใหญ่ก็ลงจุดเดียวกัน คือ เกลียดทุกข์ ดิ้นรนเพื่อให้ตนได้พ้นไปจากทุกข์

อรรถโนประวัติ

๑๓๖๕

# ชีวิตเป็นของน้อยนิด

แสดง ณ วัดสันเขมาภิเษก อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๓



วันนี้จะเทศนาเรื่อง ชีวิตเป็นของน้อย เพื่อตักเตือนให้มีสติระมัดระวังตั้งจิตให้มั่นคงต่อไป ในบาลีท่านเทศนาว่า

อจฺยณฺติ อโหฺรตฺตา ชีวิตํ อปฺรชฺชณฺติ กุณฺนทีนํ โอทกํ  
แปลความว่า

อจฺยณฺติ อโหฺรตฺตา	วันคืนล่วงไป ๆ
ชีวิตํ อปฺรชฺชณฺติ	ชีวิตหมดไปสิ้นไป
กุณฺนทีนํ โอทกํ	เปรียบเหมือนกับน้ำที่มีน้อยอยู่ในรอยโค พลัน ที่จะเหือดแห้งด้วยแสงแดด

ชีวิตของคนเราเป็นของน่าเสียดาย ในวันหนึ่งๆ มันหมดไปเปลืองไปโดยวัน เวลานาทีวินาที หมดไปๆ วันเวลานาทีวินาทีเป็นเครื่องวัดชีวิตของคนเรา หมดวินาทีหนึ่งล่วงไปก็เรียกว่าหมดไปแล้ว ตลอดถึงนาทีชั่วโมงหมดไปๆ เสื่อมสูญสิ้นไป แต่ว่าคนผู้ที่เป็นเจ้าของชีวิตลืมนึกถึงเรื่องมันหมดไปเสื่อมไป จึงว่าน่าเสียดายคุณค่าของชีวิตยังตัวของเราให้เป็นอยู่ แต่มันค่อยเสื่อมไปๆ ทีละนิดทีละน้อย เสื่อมไปโดยไม่รู้ตัว โดยไม่เห็นการเสื่อมสูญสิ้นไป เปรียบเหมือนกับน้ำน้อยในรอยโค ถูกแสงแดดย่อมพลันเสื่อมสูญไปฉะนั้น อันนั้นมันยังไกลไป เปรียบเหมือนกับน้ำมันเบนซินอยู่ในถัง เปิดไว้แล้วย่อมหายไปๆ เราไม่รู้จักว่าชีวิตของเราหายไปหมดไปเมื่อชีวิตหายไปหมดไปก็ยังเหลือแต่ดังคือตัวของเรา ยังเหลือแต่โครงกระดูก ซากศพ นั่นแหละเรียกว่าเหลือแต่เครื่องภาชนะที่ใส่น้ำมัน ชีวิตหายไปแล้ว คือมันตายไปๆ นั่นเอง

ผู้ประมาทย่อมลืมนึกถึงตัวของตนว่ามันหมดไปๆ มันได้อะไรบ้าง ที่มันหมดไป หมดไปนั้น เราได้ทำคุณงามความดีอะไรไว้แก่ตัวของเรบ้าง ถ้าหากเป็นผู้ไม่ประมาท คิดถึงชีวิตที่หมดไป เราตั้งสติมั่นคงแน่วแน่ลงไป ถึงชีวิตมันหมดไป ตัว

สติของเรายังคงอยู่ คือ คุณงามความดีอันนั้นไม่หมดสิ้นไป เรามีชีวิตอยู่ชั่วครู่ขณะ  
หนึ่งก็ตาม หากว่าเรามีสติตั้งมั่นรักษาควบคุมจิตของเราอยู่ได้ ไม่ให้กวัดแกว่งดิ้นรน  
กระเสือกกระสนไปในที่ต่างๆ เรียกว่า เราคุมสติอยู่ มีสติมั่นคง ชีวิตเป็นอยู่ธรรมดา  
มันต้องเป็นอย่างนั้น มันต้องเสื่อมสูญสิ้นไปเป็นธรรมดา คนเกิดมาตั้งร้อยปีพันปีก็  
ช่างเถอะ ก็ได้ชื่อว่าตายทุกวันๆ นั้นแหละ จะไม่ตายไม่มี คนที่มีสติตั้งมั่นอยู่ อัน  
นั้นแหละได้คุณค่าของชีวิต ตายแล้วไม่ได้ทำอย่างนี้หรือ หหมดเรื่อง ยังมีหน้าสติ  
ที่เรารักษาไว้ เวลาจะตายยังกระสับกระส่ายเดือดร้อนวุ่นวายด้วยความไม่ยอม  
ตาย อาลัยอาวรณ์สิ่งต่างๆ

สติที่เรารักษาอยู่ดีๆ นี้ เวลาจะตายจริงๆ จังๆ มันไม่ได้เป็นอย่างนี้หรือ อย่าง  
เรากล้าหาญอาจหาญ ว่าตายอย่างนั้นอย่างนี้ เราจะรักษาสติไว้อย่างนั้นอย่างนี้  
ให้มั่นคงถาวร นั้นเป็นความคาดคะเน ก็คืออยู่ เพื่อความกล้าหาญผจญต่อสู้กับ  
อันตรายคือความตาย แต่เวลาตายจริงๆ นั้น มันไม่เป็นอย่างนั้น มันต้องเสื่อมไป  
ทีละนิดทีละน้อยด้วยการเจ็บการปวด ด้วยการทรมานทรมาน การที่เราไม่ได้ทำความ  
เพียรภาวนาฝึกฝนอบรมอะไร มัวแต่เจ็บแต่ไข้ มัวแต่ป่วย สติก็ต้องอ่อนลงไปตาม  
ธรรมดา คนที่จะมีสติกล้าหาญต่อสู้กับความตายน้อยนัก โดยมากมีแต่เสื่อมลง  
ไป เวลาตายจริงๆ จังๆ มันเป็นอย่างนั้น ใครมีความกล้าหาญอาจหาญสักเท่าไรก็  
เอาเถอะ มีวิชาความรู้สักเท่าไรก็เอาเถอะ เหตุนั้นจึงว่า ในเมื่อจะตายนั้นมันเสื่อมสูญ  
ไปหมด มันจะยังเหลือแต่ความกระสับกระส่ายกระวนกระวาย ยังเหลือแต่กิเลสที่  
เราละเราถอนอยู่ทุกวันๆ นั้นแหละ อันนั้นมันจะกลับฟื้นคืนมาเป็นผลให้เรายึดถือ

ผู้มีสติมั่นคงดำรงไว้ซึ่งจิตของตนมั่นคงนั้นเป็นของน้อยนักน้อยหนา ท่านจึง  
ว่า ผู้มีสติตั้งมั่นได้ชื่อว่ามียายุยืน คนที่มีอายุตั้งร้อยปีแต่หากว่าประมาท เกิดความ  
ประมาทเสีย ลุ่มหลงมัวเมาด้วยวัตถุข้าวของ บ้านช่องเรือนชาน สิ่งต่างๆ ทั้งหมด  
เมาไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ติดข้องไปหมดทุกอย่าง นั้นเรียกว่าผู้ประมาท มียายุตั้ง  
ร้อยปีไม่มีดีอะไรเลย สู้เด็กเกิดขึ้นมาในวันนั้นแต่มีสติมั่นคงยังดีกว่า

การมีสตินี้ ทุกแห่งทุกหน ทุกศาสนา ทุกสถาบัน สติตั้งมั่นท่านชมเชยทั้งนั้น  
สอนสติอันเดียว ไม่มีอะไรหอรอกนอกจากสติ แล้วจะมีความรู้สามารถอาจหาญสัก  
เท่าไรก็ตามเถอะ ถ้าขาดสติแล้ว ได้ชื่อว่าหลงไปตามดำรับดำรา หลงไปตามความ

รู้วิชา แต่ขาดการรักษาตัว คือสติที่รักษาตัว สติเป็นผู้รักษาตนเอง ท่านเทศนาว่า สติมา วิเนยฺย โลก อภิขุณาโทมนสฺส สติเป็นเครื่องระลึกได้ ระวังเสียซึ่งอวิชา และโทมนัสทั้งหมดในโลก

เราจึงควรที่จะรีบเร่ง อายุชีวิตของเราปานนี้แล้วทุกคน อย่างน้อยก็ตั้ง ๒๐-๓๐ ปีขึ้นไป เรียกว่าตายไปแล้ว ๒๐-๓๐ ปี ที่ ๒๐-๓๐ ปีนั้นไม่ใช่อะไรหรอก คือ มันตาย นับแต่ที่ตายไป ที่ยังเหลือยังไม่มีใครนับเลยสักคนเดียว อันที่มันเหลืออยู่นี้ไม่มีใครนับได้ จึงงมกันอยู่แต่เรื่องที่มันเหลือนี้

เรามาดั่งสติกำหนดจิต รักษาจิตของตนอยู่ทุกเมื่อเชื่อยาม เป็นผู้ไม่ประมาท เป็นผู้ขยันหมั่นเพียร พยายามประกอบด้วยสติอยู่ตลอดเวลา อันนี้เป็นหนทางพ้นจากทุกข์ พ้นจากบ่วงแห่งมาร พ้นจากเครื่องผูกมัดของมาร พ้นอย่างไร ถ้ามีสติมันก็มีอะไรมาผูกมัดไม่ได้ ถ้ามีสติทุกเมื่อจะไม่หลงไหล นั่นแหละเรียกว่ามารไม่สามารถมองเห็นได้

ตัวมารคือไม่มีสติ คือความลุ่มหลง ความประมาท ความเพลิดเพลนในกาม-คุณทั้งห้า เรียกว่า ดอกไม้ของมาร รูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุ เป็นดอกไม้ของมาร เราไปชมดอกไม้ของมาร นั่นแหละเครื่องล่อของมาร เครื่องอ่อยของมาร เมื่อไปชมดอกไม้ มันก็ดักเอาตรงนั้นซิเล่า ตาเห็นรูปก็ไปดักเอาที่ตรงนั้น เพลิดเพลน ยินดีพอใจ ลุ่มหลงมัวเมาประมาท ตัวนั้นแหละไปถูกบ่วงมารแล้ว หูได้ยินเสียง มันก็ดักเอาตรงนั้นแหละ ที่ชอบใจอะไรไม่ชอบใจอะไรต่างๆ ถูกบ่วงทั้งหมด กลิ่น รส โสภณวัตถุ ธรรมารมณทั้งหมดทั้งดีและชั่ว เรียกว่าถูกบ่วงของมารทั้งนั้น เราทุกคนไม่มีสติได้ชื่อว่าถูกบ่วงของมารแล้วเวลานี้

พระพุทธเจ้าท่านเทศนาให้พวกที่อยากพ้นจากทุกข์ต้องการพ้นจากทุกข์พึงด้วยประการอย่างนี้แหละ ถ้าหากว่าผู้ต้องการพ้นจากทุกข์ปรารถนาอยากพ้นจากทุกข์ไม่ดำเนินตามนี้ ก็ไม่มีทางที่จะดำเนินไปได้ ไม่ทราบว่าจะดำเนินทางไหน อย่างชราवास ไม่ใช่พระ ไม่ใช่เณร ไม่ได้บรรพชาในพระพุทธศาสนา เมื่อต้องการพ้นก็ต้องดำเนินตามนี้เหมือนกัน จะไปไหนพ้นจากนี้ นอกจากนี้แล้วไม่มีทางไหน จะเป็นพระเป็นเณรอยู่ ถ้าไม่ดำเนินตามรอยนี้ ก็ได้ชื่อว่าไม่ผิดแปลกอะไรกับชราवास เครื่องวัดของพระหรือเครื่องวัดของชราवासอยู่ตรงนี้แหละ ชราवासจะเป็นพระก็มา



สุขความสบายเกิดขึ้นมาจากจิตที่ไม่ไปยึดในสิ่งใด เป็นของโล่ง ของว่าง เป็นสิ่งที่  
ปรารถนาอย่างยิ่ง คำว่าปรารถนานั้นเป็นคำพูด ในตอนนั้นไม่มีปรารถนาอะไร มัน  
หมดเรื่องแล้วไม่มีปรารถนา จึงให้พิจารณาที่ตรงนั้นแหละ เอ้า จงพิจารณากัน



ฉะนั้นเมื่อคนเราไม่ต้องการทุกข์ สัตว์จำพวกอื่นก็เช่นเดียวกัน แต่เมื่อเกิดมาอยู่ในวงล้อมของสิ่งสองประการนี้แล้ว จึงควรคำนึงถึงวิถีชีวิตของตนๆ สามประการดังจะกล่าวต่อไปนี้ ซึ่งทุกๆ คนจะต้องดำเนินให้ถูกต้องเป็นธรรมแล้ว ถ้าหากเราไม่เข้าใจในวิถีชีวิตและดำเนินไม่ถูกต้องเป็นธรรมแล้ว ผลที่ได้รับ นอกจากจะไม่นำความสุขมาให้แก่ตนเองและคนอื่นแล้ว ยังจะต้องเพิ่มทวีความทุกข์เดือดร้อนให้แก่ตนเองและคนอื่นอีกด้วย

ทุกคนทั้งผู้มีอำนาจมีความฉลาดรู้ดีและคนมีคณพากันพูดเสียงเดียวกันหมด ในเมื่อพูดถึงความดีของศีลธรรมอันดีงามว่า “สังคมนั้นพาไป” เมื่อรู้ว่าสังคมนั้นเลวแล้วและเราคนหนึ่งมิใช่หรือที่มีส่วนในสังคมนั้น แล้วทำไมแต่ละคนจึงไม่ช่วยกันคิดแก้ไขหรือต้านทานสังคมนั้นไว้บ้าง แล้วพากันเอาสังคมที่ดีๆ มีประโยชน์มาใช้เสีย สังคมนั้นจะได้ดีขึ้น

ครอบครัวที่ดี สังคมที่ดี และอาชีพที่ดี ทั้งสามอย่างนี้จะดำเนินไปได้ด้วยความราบรื่นและเรียบง่ายเป็นสุขแล้ว ต้องดำเนินให้ถูกต้องตามหลักฆราวาสธรรม (คิหิปฏิบัติ) ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ ถ้าหากไม่แล้ว จะไร้ค่า นำมาแต่ความเดือดร้อนเป็นทุกข์โดยส่วนเดียว ศีลธรรมเครื่องนำโลกให้เกิดความสุข ประเทศชาติบ้านเมืองใดก็ตาม จะเจริญก้าวหน้าในด้านวัตถุที่ดี หรือในด้านบริหาร จะเป็นระบอบและลัทธิใดก็ตาม หากขาดหลักศีลธรรมตั้งว่านี้แล้ว จะหาความสุขทางใจให้สมบูรณ์ได้ยาก ธรรมคือการไม่ประพฤติชั่วของแต่ละคนก็ดี และแต่ละคนต่างก็กลัวต่อความไม่ดีด้วยกันแล้ว นั่นแลคือความเจริญที่แท้จริงของครอบครัวและของสังคม ตลอดถึงอาชีพและประเทศชาติเป็นที่สุด

อรรถโนประวัตติ

๑๓๓๖

# รวมใจ

แสดง ณ วันจันทร์ที่ ๒๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๖๓

วันที่ ๓๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๖๓



พากันตั้งใจฟังธรรมเทศนา วันนี้อากาศร้อนอบอ้าว เรื่องของโลกมันปั่นป่วน เปลี่ยนแปรกันอยู่อย่างนั้น เมื่อโลกปั่นป่วน ร่างกายของเราก็อ้วนไหวไปตาม จิตใจ ก็ไม่ค่อยจะสงบ หาหลักยึดไม่ได้ จำเป็นจะต้องหมุนไปตามมัน เราทุกคนจึงควรที่จะหาหลักในทางธรรมะเป็นเครื่องยึดไว้ ถ้าหากว่าเรามีหลักธรรมเป็นเครื่องยึดแล้ว โลกมันจะหมุนเวียนไปสักเท่าไร ๆ มันจะหมุนเปลี่ยนไปได้แต่เพียงกาย ส่วนใจหมุนไปไม่ได้หรอก ดังนั้นควรที่จะฝึกหัดอบรมใจของเรา ไม่ให้หมุนไปตามกาย

วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่อง รวมใจ ที่จริงก็เทศน์เรื่องใจมามากหลายครั้งหลายหนแล้ว เทศน์ที่ไรก็ไม่หนีจากใจ จึงว่าธรรมเทศนาที่เทศน์ไปก็ไปลงของแก่นั่นแหละ ไม่ใช่ของใหม่อื่นไกลอะไรเลย คนไม่เห็นของเก่าจึงเข้าใจว่าเป็นของใหม่ สิ่งทั้งปวงในโลกนี้ทั้งหมดล้วนแต่เป็นของเก่าทั้งนั้น เราเกิดมาในกามภพ อยู่ในกามภูมิ ติดอยู่ในกามกิเลส ตายแล้วเกิดวนเวียนอยู่ในนี้แหละไม่ได้ไปไหน กามภูมินี้ก็ภูมิอันเก่า มาเกิดก็เอาธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม ของแก่นั่นแหละ จะเป็นรูปสวยรูปงาม รูปดี รูปชั่ว ดำขาว ผู้หญิงผู้ชายก็ตาม ก็เป็นธาตุ ๔ ด้วยกันทั้งนั้น เอาธาตุ ๔ มาเกิด ตายไปก็สลายไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลมของเก่า มันไม่นอกเหนือจากนี้หรอก ต้นไม้ ภูเขา ต้นหญ้า ต้นผัก ที่เกิดอยู่บนพื้นแผ่นดินนี้ ก็ล้วนแต่ของเก่าเกิดวนเวียนอยู่นั่นแหละ เกิดขึ้นมาแล้วมนุษย์เราไปเก็บมากินก็กินของเก่า กินแล้วก็ไปเป็นมูลรูกูด คือสลายเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม แล้วก็เกิดเป็นผัก เป็นหญ้า เป็นลูกไม้ขึ้นมา คนก็เก็บมารับประทานอีก มันก็ของแก่นั่นแหละ หลีกไม่พ้น เวียนว้ายอยู่อย่างนี้ไม่รู้แล้วรู้รอดสักที

พากันพิจารณาให้เห็นของเก่า ไม่ว่าจะเป็นธาตุ ๔ ชั้น ๕ อายุตนะ ๖ หรืออายุตนะ ๑๒ ล้วนแล้วแต่เป็นของเก่าทั้งนั้น เราใช้กันอยู่อย่างนี้แหละไม่มีหมด

สิ้นสักที แต่ไหนแต่ไรมา พอมาเกิดก็ใช้เลย ใช้ไปจนตลอดชีวิต พอดับก็กลายเป็นของเดิม คือ ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม

พระพุทธเจ้าทรงเทศนาไว้ว่า เอส ธมฺโม สนนฺโต ธรรมเป็นของเก่า ทุกข์ก็เป็นของเก่า ทุกข์ก็ไม่ใช่อื่นไกลอะไร ทุกข์อันนี้แหละชาติ ชรา พยาธิ มรณะ ไล่กันอยู่ไม่รู้จักจบจักสิ้น ชาติก็คือตัวของเรานี้แหละ ชราก็คือตัวของเรา มรณะก็คือตัวของเรา โสกะปริเทวะทุกขะโทมนัสอุปายาส ทั้งหมดรวมอยู่ในตัวของเรานี้ทั้งนั้น พุดไปมันเท่ากับพุดของเก่า เรื่องจิต เรื่องเจตสิก มันก็จิตอันแก่นั้นแหละ มันขยายกว้างขวางออกไป เราเลยไปยึดไปถือเอาของกว้างๆ นั้น

พระพุทธองค์ทรงสอนให้รวมเข้ามาในใจ มารวมอยู่ที่ใจ คือ ให้เห็นว่าสรรพกิเลสทั้งปวงนั้นมันเกิดจากใจ ใจเป็นผู้คิดผู้นึกปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง แท้ที่จริงมันออกไปจากใจตัวเดียว เปรียบเหมือนกับพืชผลต่างๆ ที่หว่านลงไปในดิน เมื่อเป็นลูกเป็นผลขึ้นมาก็ไม่รู้จักเก็บรวบรวมสักที หว่านลงไปอีกมันก็โตเป็นพืชเป็นผลขึ้นมาอีก กระจัดกระจายทั่วไปหมด เราไม่เก็บเข้ามารวมไว้สักที มันจึงได้กระจายออกไปเรื่อย ใจของคนเราตั้งแต่เกิดจนวันตาย เราไม่เคยเก็บไม่เคยรวม ใครบ้างที่รวมใจได้ ที่รวมใจเป็นหนึ่งได้มีใครบ้าง นอกจากพระพุทธเจ้าสอนแล้วไม่มีใครสอนหรือ พระพุทธศาสนานี้เท่านั้นที่สอนให้รวมใจ

วิชาภายนอกที่เรียนมากหลายๆ แขนง ไม่มีวิชาใดเลยจะให้รวมใจได้ ยิ่งเรียนก็ยิ่งแพร่กว้างขวางออกไป แม้แต่การเรียนพระพุทธศาสนาทางปริยัติก็เรียนกว้างขวางออกไป แบ่งเป็นนักธรรมตรี โท เอก อะไรต่างๆ แท้ที่จริงหลักสูตรไม่ใช้กว้าง ให้รวมเข้ามาทั้งนั้น พุทธศาสนาสอนให้เรารวมใจ ที่สุดของพุทธศาสนาก็คือรวมใจได้ แต่คนเราไม่ยอมรวมตามคำสอนของพระองค์ ว่ากันอย่างๆ เช่นเรื่องกราบพระนี่แหละ บรรพบุรุษสอนเรามาแต่ไหนแต่ไรว่ากราบ ๓ ครั้ง หมายถึง กราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กราบถึงพระคุณของท่าน แล้วมีใครบ้างเวลากราบแล้วระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กราบแล้วกราบเล่าก็แค่นั้นแหละ

ท่านสอนให้ไหว้พระสวดมนต์ อิติปิ โส ภควา ระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า ๘ บท ก็ว่าคล่องปากไปจนจบ ๘ บท แต่การที่จะนึกถึงพระพุทธเจ้าไม่มีว่าแล้วก็แล้วไป สวากขาโต ระลึกถึงพระธรรมก็เหมือนกัน สุปปฏิปันโน ระลึกถึง

คุณพระสงฆ์ก็เหมือนกันแหละ ว่าแล้วก็แล้วไป ทีนี้เอาโดยย่อว่า พระไตรสรณ-  
คมน์ พุทธัง ธัมมัง สังฆัง ก็แล้วอีก จบที่หนึ่งแล้ว ไม่มีระลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม  
พระสงฆ์เลย ทุดิตยะ...ดุดิตยะ... ทั้ง ๓ จบรวมเป็น ๙ ครั้ง ก็ไม่ถึงพระพุทฺธ พระ  
ธรรม พระสงฆ์สักที แล้วจะเอากันอย่างไรคราวนี้ กราบพระไหว้พระของง่าย ๆ ก็  
ยังทำไม่ถึงไตรสรณคมน์สักที

ทีนี้สอนให้ทำสมาธิภาวนา ให้กำหนดอานาปานสติระลึกถึงลมหายใจเข้าออก  
คือระลึกถึงความตาย หายใจเข้าแล้วไม่หายใจออกก็ตาย หายใจออกแล้วไม่หายใจ  
เข้าก็ตาย ซี่เข้าไปใกล้ ๆ นี้แหละ ให้มันเห็นความตาย มันจะได้กลัวความตาย ก็ไม่  
อยู่อีกแหละ จิตวิ่งว่อนไปไหนก็ไม่ทราบ

นี่แหละ พุทธศาสนาสอนให้เรารวมจิต รวมลงเป็นหนึ่งทีเดียว แต่มันไม่รวม  
บางคนจิตยังไม่รวมเลยสักครั้งเดียว อยากจะให้เกิดปัญญา กลัวจะไม่ได้อุปายปัญญา  
กลัวจะไม่ฉลาด ปัญญามันเกิดจากสมาธิ สมาธิก็ยังไม่ถึง กลัวไว้ก่อนแล้ว แล้วมัน  
จะเป็นสมาธิได้อย่างไร

สมาธิ หมายถึง จิตมีอารมณ์อันเดียว ก็คือเข้าถึงใจนั่นเอง บางทีปฏิบัติ  
เข้าถึงใจแล้วก็ไม่ทราบอีกด้วย เป็นอารมณ์อันเดียวแล้วก็ไม่ทราบ ใจเป็นอย่างไร  
จับไม่ถูก การที่จะมีอุปายแยบคายจับใจตนเองได้นั้นยากนักยากหนา ทั้งที่ทุก  
คนก็พูดถึงใจทั้งนั้น เป็นทุกข์ก็ว่าทุกข์ใจกลุ่มใจ เศร้าโศกก็ว่าเศร้าใจเสียใจ เดือด  
ร้อนก็ว่าร้อนใจ อะไรต่างๆ มาอยู่ที่ใจอย่างเดียว ไม่ได้ว่าอย่างอื่นเลย แต่ตัวใจแท้  
ไม่ทราบว่าจะอยู่ที่ไหน คนไม่รู้จักใจจึงได้หาใจไม่แล้วไม่รอดสักที

ถ้าจะให้รู้จักใจแล้ว ง่าย ๆ ทีเดียว ใจคือความเป็นกลาง กลางอยู่ตรง  
ไหนตรงนั้นแหละเป็นใจ คำบริกรรมก็ดี ที่เรียนรู้มามากมายก็ตาม มันเป็นสัญญา  
ความจำ เป็นสังขารความปรุงแต่ง ถ้าไปยึดไว้ถือไว้ซึ่งสิ่งเหล่านั้น มันจะไม่เข้าถึงใจ  
เลย เวลาจะถึงใจจริงๆ แล้วต้องวางทั้งหมด มีอารมณ์อันเดียว เมื่อปล่อยาว  
แล้วมันมีตัวอยู่เฉยๆ ตรงกลาง ตัวตรงกลางอันนั้นแหละคือตัวใจ ให้จับอันนั้น  
แหละให้ได้ ใจไม่มีตัวตนหรืออก มันอยู่ทั่วในสรีระร่างกายทั้งหมด อยู่ในกายนี้ก็ได้  
หรืออยู่ในสิ่งอื่นนอกจากกายนี้ก็ได้ อยู่ในสิ่งของอะไรก็ได้ทั้งนั้น แต่ไม่อยู่นิ่งเสมอไป  
มันไปๆ มาๆ เรียกว่า ใจส่ง หรือจิตนั่นเอง มันส่งไปอยู่กับคนอื่นก็ได้ มาอยู่กับตัว

ของเรานี้ก็ได้ ไปอยู่กับวัตถุสิ่งของที่ไกลใกล้ได้ทั้งหมด ดังนั้นเมื่อไม่ส่งไปยึดกับสิ่งใด วางหมด มันก็เฉย คือ ความเป็นกลาง

หากจะมีปัญหาถามว่า ตัวกลาง ๆ ตัวเฉย ๆ นั้นมันจะมีประโยชน์อะไร ตัวกลาง ๆ ตัวเฉย ๆ นั้นแหละมีประโยชน์มหาศาล เปรียบกับน้ำ มันมีทางออกหลายทาง เมื่อเราเปิดรูให้มันออกทางเดียว มันก็ไหลเต็มที ใจก็เช่นนั้นเหมือนกัน เมื่อให้มารวมอยู่เป็นอันเดียวก็มีพลังเต็มที่ แต่อย่าเพิ่งเปิดนะ ใจนี้เปิดง่ายไม่ได้หรอก ให้มันอยู่เต็มทีเสียก่อน เวลามันจะเปิดมันเปิดเอง มันคล่องแคล่วเหลือเกิน เวลาที่มันเปิด มีสัญญาอารมณ์นิดหน่อยมันก็ออกไปเลย ถ้าไม่เชื่อทำเดี๋ยวนี้ก็ได้ ทำตัวกลาง ๆ ให้มันอยู่เสียก่อน มันอยู่ได้นานสักเท่าไร ๕ นาที ๑๐ นาที ได้ไหม ลองทำดู มันเปิดเองแหละ ที่มันไม่อยู่คือมันเปิด

จิตของเราถ้าหากมีความสงบอยู่แล้ว มันสามารถออกไปทำกิจธุระภาระได้ อย่างดีที่สุด เหตุนั้นจึงอย่าสงสัยเลยว่าจิตอยู่เฉย ๆ จะไม่เกิดความรู้ความฉลาด การที่เห็นจิตตั้งอยู่เป็นหนึ่ง จิตเป็นอารมณ์อันเดียว ได้ชื่อว่าปัญญาแล้ว การเห็นจิตของตนสงบนิ่งแน่วไม่มีความคิดมีแต่ผู้รู้ นั้นแหละเป็นของสูงสุด ใครจะไปรู้ได้ อย่างนั้น ใครจะไปสามารถทำได้อย่างนั้น มันเป็นของเหลือที่จะทำได้ทีเดียว ขอแต่ให้ทำให้ได้เสียก่อน อย่าเพิ่งสงสัยเลยว่าจะไม่เกิดอุปายปัญญา ความไม่พอใจในของเราที่มีอยู่ต่างหาก อยากได้ความรู้กว้างขวางให้ปัญญาฉลาดเฉียบแหลม เลยไม่เกิดสมาธิ

รู้อะไรไม่เท่ารู้ตัวเอง ฉลาดอะไรไม่เท่าฉลาดรักษาใจของตน รู้สิ่งอื่นมันจะทำให้เราบริสุทธิ์ได้อย่างไร เรารู้ใจของเราเองละซึ่งจะทำความบริสุทธิ์ให้เกิดขึ้นแก่ตัวเราเองได้ นั้นแหละความประสงค์ของพระพุทธศาสนา

เหตุนี้วันนี้จึงเทศน์เรื่อง รวมใจ เอาแต่ใจอย่างเดียว ญาติโยมทั้งหลายก็ได้ดูในตำรับตำรามาแล้วมากมาย วันนี้ขอให้รวมเอาใจอันเดียวนี้ไว้ก่อน ดังอธิบายให้ฟังมานี้ ไม่ต้องเอาอะไรมาก เอากลับไปบ้านไปช่องก็เอาใจอันหนึ่งนี่ละ เอา มาก ๆ เอาไม่ไหวหรอก เอาละ วันนี้เทศน์เพียงเท่านี้

## นั่งภาวนา

### ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน

ฟังเทศน์แล้วก็ต้องทำตามจึงจะเรียกว่า ฟังธรรม ถ้าฟังเฉยๆ ไม่ทำตามไม่ได้ชื่อว่า ฟังธรรม คือ ทำให้เห็นจริงตามกำลังของเราที่จะเห็นได้ ไม่ว่าจะมากหรือน้อยเท่าใดก็ทำตาม

ให้พากันหาใจตัวนี้ ให้มันเห็นในใจของตน อย่าเป็นเพียงแต่นั่งเฝ้านอนเฝ้าใจอยู่ แต่ไม่เคยเห็นตัวใจเลยสักที ไม่เห็นใจของตน ใจมันก็พาเราวิ่งว่อนบังคับให้เราอยู่ในอำนาจของกิเลส ถ้าเห็นใจแล้ว เราจะได้บังคับให้มันอยู่ในอำนาจของเรา

ธรรมคำสอนในพุทธศาสนาทั้งหมด รวมความว่า อุปมาเทศน์ ท่านจงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด รวมยอดลงในความไม่ประมาทแห่งเดียว คำว่า ไม่ประมาท คือ มีสติอยู่ทุกเมื่อ

สติอยู่ตรงไหน? ใจอยู่ตรงไหน สติก็อยู่ตรงนั้น ถ้าระลึกอยู่เสมอๆ รู้ตัวอยู่เสมอ เวลามันคิดนึกส่งสายปรุงแต่งมันวุ่นวายอะไรต่างๆ ก็รู้สึกอยู่เสมออันนั้นแหละอันนั้นแหละตัวสติ

สติรู้เท่ารู้ทันจิต รู้เท่า หมายความว่า สติรู้เท่าทันจิตไม่ก่อนไม่หลัง ไม่ใช่ตามรู้จิต ถ้าตามรู้จิตแล้ว ตามไปไม่มีที่สิ้นสุดหรือจะไปตามรอยมันจะไปทันได้อย่างไร จิตคล่องแคล่วกลับกลอกรวดเร็วที่สุด เมื่อสติรู้เท่ารู้ทันจิต จิตมันจะไปไหนได้ มันคิดอะไรก็รู้จักว่ามันคิด มันส่งสายกระวนกระวายเกี่ยวข้องเรื่องต่างๆ สติตามทันมันอยู่ มันก็หมดเรื่องเท่านั้น มันก็รวมลงได้

ไม่ต้องเอาอื่นไกล เอาเวลานี้ที่เดียว ขณะที่เรานั่งภาวนานอนอยู่นี้แหละ ตั้งสติคุมจิต รู้เท่ารู้ทันจิตลงปัจจุบันให้ได้ มันจึงจะอยู่ ลองกลั่นลมหายใจดูสักพักหนึ่ง มันไม่มีความคิดนึกอะไร มันเฉยอยู่ แต่ก็รู้ว่ามันเฉย นั่นแหละตัวใจ พยายามรักษาตัวใจนี้ให้มันอยู่นาน ๆ

ใจนี้ใช้ได้ประโยชน์มาก การเจ็บไข้ การอดทน การทำงานอะไรต่างๆ ต้องอาศัยใจทั้งนั้น เช่น เวลาเจ็บปวดมากๆ กลั่นลมหายใจ มันก็จะหายไปพักหนึ่ง บางทีเราโกรธเราเกลียดขึ้นมา ลองกลั่นลมหายใจลงดู จะหายทันที แต่มันหายไป

เพียงขณะหนึ่ง ต่อเมื่อตั้งสติเรากำหนดจิต รู้เท่ารู้ทันมันอยู่ตลอดเวลา มันก็จะค่อย  
อ่อนลงๆ คิดส่งออกนอกกลุ่มนอกทางน้อยเข้าๆ ในที่สุดก็คลายจากความคิดนึกปรุง  
แต่งเข้ามาเป็นใจ การเข้าเป็นใจต้องวางหมดไม่มีอะไร ดังอธิบายมานี้



# สติรักษาจิต

แปลโดย วัดสันเขมมาภิเษย อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๖



ตั้งใจกำหนดจิตให้ดี เราปฏิบัติภาวนาต้องอาศัยสติเป็นของสำคัญ ระลึกถึงจิตอยู่เสมอๆ กำหนดไว้ที่จิต ครั้นเห็นจิตของตนแล้ว กำหนดจิตของตนไว้จึงจะรู้เรื่องในการเทศน์ จิตเท่านั้นแหละที่เราจะต้องรักษา นอกจากจิตแล้วไม่มีอะไรหอกอวัยวะทั้งหมดทุกชิ้นส่วนของร่างกายนี้ มีจิตเป็นใหญ่ จิตนี้แหละพาวิ่งพาอ่อนพาท่องเที่ยวไปมา พาให้เดือดร้อนเป็นทุกข์ ก็เพราะจิตนั้นแหละ ถ้าเรารักษาสำรวมจิต เห็นว่าเป็นทุกข์เดือดร้อนวุ่นวายแล้วก็หยุดเสีย มันก็ได้ความสุขเท่านั้นเอง

ที่เราไม่รู้จักเรื่องจิต เราไม่มีสติรักษา มันจึงส่งสายหาเรื่องทุกข์ต่างๆ จนกระทั่งมันทุกข์แล้วจึงค่อยรู้เรื่อง มันสุขแล้วจึงค่อยรู้เรื่องของจิต ในเวลาของมันส่งสายอยู่นั้นไม่รู้เรื่องของมันเลย จึงว่าจิตอันเดียวเท่านั้นที่จะต้องรักษา การภาวนาทั้งหมดก็มารวมที่จิตนี้แห่งเดียว รักษาอันเดียวเท่านั้นแหละ ให้รักษาจริงๆ จังๆ ในเวลานี้เราจะนั่งสมาธิหรือจะฟังเทศน์ เราจะสำรวมจิตให้อยู่ในขอบข่ายของสติ สติเป็นคนคุม เมื่ออยู่ในขอบข่ายของสติแล้วก็หมดเรื่องกัน

สติ คือ ผู้ระลึกถึงจิตอยู่เสมอๆ นั้นเรียกว่าสติความระลึกได้ จิตคือผู้คิด ผู้นึก ผู้ส่งสาย อาการเป็นอย่างนั้นเรียกว่าสติ ถ้าไม่มีจิตมันก็ไม่มีสติ ถ้าไม่มีสติมันก็ไม่มีจิต แต่ที่จริงก็อันเดียวกันนั่นแหละ แต่มันเป็นอาการคนละอย่างกัน หน้าที่คนละอันกัน

สติเหมือนกับพี่เลี้ยง จิตเหมือนกับลูกอ่อน ควบคุมรักษากันอยู่ตลอดเวลา ลูกอ่อนที่มันซุกซน พี่เลี้ยงต้องระวังอย่างเข้มแข็ง ถ้าไม่อย่างนั้นก็จะหลุดพลัดไต่ไปตกถูกของแข็ง หรือไปตกในที่ลุ่มทำให้เจ็บได้ ถึงอย่างไรก็ต้องรักษาสติตัวเดียวเท่านั้นแหละ พี่เลี้ยงต้องรักษาอยู่ตลอดเวลา กว่าจะพ้นอันตรายได้ มันใช้เวลานานหน่อย เลี้ยงเด็กมันก็หลายปีกว่าจะเติบโตขึ้นมาได้ ถึงเติบโตขึ้นมาแล้วก็ต้องระมัดระวังสิ่งอื่น เช่นมันซุกซน วิ่งเล่นอะไรต่างๆ ต้องระมัดระวัง แต่จำเป็นเพราะมันยัง

เป็นเด็กอยู่ ระวังจนใหญ่โตเป็นหนุ่มเป็นสาวขึ้นมา ก็ยังต้องระวังอยู่ตลอดเวลา เมื่อทำชั่วประพฤติดิต สติตัวนี้ใช้อยู่ตลอดเวลา ใช้ตั้งแต่เด็กจนกระทั่งเติบโต ใช้ตั้งแต่สติผู้คิดผู้นึกที่แรกโน่น ตลอดถึงมันส่งสายไปสารพัดทุกเรื่องทุกอย่าง สติต้องรักษาอยู่ตลอดเวลา ส่วนเด็กนั้นเรียกว่าเป็นของมีตนมีตัวมันของยากหน่อย แต่เมื่อเรากุมอยู่แล้ว จิตกลายเป็นของมีตัว ปรากฏเห็นชัดเลย จิตอยู่หรือจิตไม่อยู่ จิตวิ่งว่อนเที่ยวไปในที่ต่างๆ เห็นชัดเลยทีเดียว เป็นตัวตนแท้ทีเดียว

ครั้นเรารักษาจิตได้แล้ว ควบคุมจิตได้แล้ว สติตัวนั้นตั้งมั่นแล้วมันจะรวมเข้ามาเป็นใจ คือตรงกลางๆ นั้นแหละ ไม่มีสถานที่หรอก กลางตรงไหน ก็อันนั้นเป็นใจ ตรงนั้นแหละ ไม่ใช่อยู่นอกอยู่ใน ข้างล่างข้างบน ใจเป็นกลางๆ อยู่ตรงไหนก็นั้นแหละ ตัวใจตรงนั้นแหละ หัดสติควบคุมจิตให้เข้าถึงกลางอยู่เสมอๆ มันค่อยมีพลังสามารถที่จะคิดค้นในสิ่งต่างๆ สามารถที่จะระงับดับทุกข์ทั้งปวง มันเดือดร้อนจะได้ทั้งได้ เดียวนี้เราไม่เข้าถึงตรงกลางจึงละทุกข์ไม่ได้ สิ่งทีทุกข์ ก็เดือดร้อน วุ่นวาย สิ่งที่เป็นสุข ก็เพลิดเพลินลุ่มหลงไม่เป็นกลางลงไปได้สักที

ถ้าถึงตรงกลางแล้วนั้น มันเป็นทุกข์ก็รู้จักทุกข์ ก็ปล่อยวางทุกข์ได้ มันสุขสบายก็ไม่หลงเพลิดเพลินมัวเมา มันก็เป็นกลางๆ อยู่อย่างนั้น มันไม่สุขไม่เดือดร้อนวุ่นวาย ไม่เป็นทุกข์ สติตัวหนึ่ง จิตตัวหนึ่ง สติควบคุมจิต เมื่อควบคุมได้แล้ว มันเข้ามาเป็นใจตัวเดียว ตัวใจเป็นของสำคัญที่สุด จิตมันออกมาจากใจ ถ้าไม่มีใจ มันก็ไม่มีจิต จิตอันใดใจอันนั้น ใจอันใดจิตอันนั้น ท่านก็เทศนาอยู่ แต่จิตก็หมายความว่าความถึงอันเดียวกันนั้นแหละ

แต่ทำไมท่านจึงเรียกว่าใจ ทำไมจึงเรียกว่าจิต อธิบายให้ฟังว่าใจคือตรงกลาง ไม่มีส่งสาย ไม่มีคิดไปหาบาปอกุศล ไม่คิดถึงบุญ หรืออะไรทั้งหมด ใจที่ตรงกลางๆ นั้นแหละ ไม่มีอะไรหรอก ไม่คิด ไม่นึก ไม่ปรุง ไม่แต่ง แล้วก็ไม่มีเกิดปัญญา ตรงนั้นไว้เสียก่อน ให้มันอยู่ตรงกลางเสียก่อน ปัญญาเกิดหรือไม่เกิดก็ช่างมัน ที่จะถึงตรงกลางได้มันใช้ปัญญาไม่ใช่น้อย คิดค้นต่างๆ ทุกอย่างทุกเรื่อง คิดค้นมาพอแรงแล้ว ตัวปัญญาใช้มามากมายแล้ว คราวนี้เมื่อใช้มันหมดทางไม่มีที่ไปแล้ว มันจึงเข้ามาเป็นกลาง ตัวกลางๆ นั้น แต่คนเข้าใจว่าไม่มีปัญญา แท้ที่จริงปัญญาใช้มามากแล้ว เข้าถึงตรงกลางแล้วก็เฉยอยู่นั้น

เราอยากจะรู้จักตรงกลางคืออะไร หัดอย่างนี้ก็ได้ ทดสอบทดลองดู กลั่นลมหายใจสักพักหนึ่ง ไม่มีอะไรหรอก มีเฉยๆ รู้เฉยๆ ไม่คิดไม่นึก แต่รู้สึกว่ามันไม่คิดไม่นึก ไม่ส่งสายไปมาหน้าหลัง ไม่คิดถึงเป็นบาปเป็นบุญอะไรทั้งหมด ผู้รู้สึกว่าจะเฉยๆ นั้นแหละ ตัวนั้นแหละตัวกลางตัวใจ แต่มันได้ชั่วคราวแค่เดียวในเมื่อเรากลั่นลมหายใจ พอจับตัวมันได้ ว่าตัวใจคือตัวนี้ คราวนี้มันออกไป ถ้ามันส่งสายเป็นจิต คิดนึก สติ ควบคุมดูแลรักษา ต้องชำระสะสางสิ่งที่เป็นบาป ละอกุศล ปล่อยวางลงไป สิ่งที่เป็นบุญเป็นกุศล อันนั้นก็ทิ้งวาง ปล่อยวางลงไป ไม่เอา บุญก็ไม่เอา บาปก็ไม่เอา มันถึงเข้าถึงกลางได้ เอาบุญก็ไม่เข้าถึงกลาง เอาบาปก็ไม่เข้าถึงกลาง เมื่อละทิ้ง ๒ อย่างแล้วจึงเป็นกลางได้ นั่นแหละใช้ปัญญาอุบายมากมาย จนกระทั่งมาเป็นใจ

ธรรมดาจิตกับใจนี้มันเกี่ยวเนื่องกันอยู่ เข้ามาเป็นใจพักหนึ่งแล้วมันก็อยู่ไม่นาน มันก็ออกไปอีก วิ่งว่อนตามเรื่องของมัน แต่เราตั้งสติกำหนดรู้ใจรู้จิตของมัน เรื่องมันวิ่งว่อนไปด้วยประการต่างๆ มันซุกซน รู้เรื่องของมัน คำว่ารู้มัน หมายความว่า ละทิ้งในสิ่งที่มันไม่ดี เมื่อละไปหมดแล้ว มันก็กลับมาชองกลางนั้นอีก การหัดสมาธิภาวนา ถ้าหัดอย่างนี้ได้บ่อยๆ เสมอๆ ไม่เตลิดเปิดเปิงหลงไปตามจิต ไม่มีสถานี ไม่หยุดไม่หย่อน อันนั้นใช้ไม่ได้ พิจารณาจนหมดเรื่องแล้ว ถ้ามันถูกมันกลับมาอีกหรือ มาเป็นใจ ถ้าไม่ถูกก็เลยเตลิดเปิดเปิงไปใหญ่โตมโหฬาร

ถึงอย่างไรก็ขอให้ทำให้เข้าถึงใจอยู่เสมอๆ ความสงบที่เข้าถึงใจที่เป็นหนึ่งนั้นเป็นการดีมาก ถึงไม่ได้ปัญญาที่เขาละเอาเพียงแค่นี้ก็เอาเสียก่อน เอาที่ความสงบนั้นแหละ ให้มันคงถาวรแล้วมันถึงเกิดเองหรือ อดยากแล้วเลย กลัวว่าจิตจะไม่คิดไม่นึก ไม่ปรุงไม่แต่ง มันคิดมันนึกมันปรุงมันแต่ง ก็รู้เท่ารู้เรื่องมันอยู่ถ้าหากมันเข้าถึงใจแล้ว นี่การภาวนาต้องหัดอย่างนี้ หัดพิจารณาอานาปานสติก็ดี มรณสติก็ดี พุทโธ อะไรต่างๆ หมด ก็เพื่อให้เข้าถึงใจ เพื่อให้คุมสติได้ ถ้าหากว่าคุมใจไม่ได้ คุมใจไม่อยู่ อะไรก็เอาเถิด ไม่เป็นผลประโยชน์อะไรเลย

ตัวของเราทั้งหมดมีจิตอันเดียวเป็นของสำคัญอยู่ในตัวของเรา คนมากมายหมดทั้งโลกนี้ก็จิตตัวเดียว จิตคนละดวงๆ เท่านั้นแหละ มันวุ่นวายอยู่นี้แหละ แต่ละคนๆ รักษาจิตของเราได้แล้ว มันจะวุ่นอะไร มันก็สงบหมดเท่านั้น ต่างคนต่างรักษา

ใจของตน ต่างคนต่างมีสติรักษาใจเท่านั้นก็เป็นพอแล้ว ที่มันยุ่งมันวุ่นก็เพราะ  
เหตุที่ไม่รู้ใจของตน รักษาใจของตนไม่ได้ มีโลกโมโหสังสารพัดทุกอย่าง วุ่น  
วุ่นวายเกิดจากใจนี้ทั้งนั้น แล้วใจมันได้อะไรล่ะ โลกมันได้อะไรไปใส่ใจ โลกมันไป  
กองอยู่ที่ใจมันได้อะไร โทสะเอาไปไว้ที่ไหนล่ะ ไปไว้ที่ใจมีไหมล่ะ โมหะ ความหลง  
ไปไว้ที่ใจมีไหม ใจไม่เห็นมีอยู่มีดวงใส ใจไม่เห็นมีตนมีตัว มันได้อะไร มีแต่ว่างเปล่า  
ไม่มีอะไรเลย ผู้ที่ทำได้ว่าดีนั้น มันดีตรงไหน โลกโมโหสังสารได้มาแล้วว่าดีนั้น โกรธ  
โลภ หลง คนนั้นคนนี้ เห็นว่าตนวิเศษวิโส ว่าตนดี มันดีอะไร วิเศษอะไร มีแต่  
ความเดือดร้อนวุ่นวาย

อย่างที่เราได้ของเขามาอย่างนี้ เราโลกอยากได้ของเขา ได้มา มันมีอะไรใน  
ที่นั่น ได้มาอยู่มากิน ได้มาบริโภคใช้สอย ใช้อะไรก็ตัวนี้ละใช้ มันใหญ่มันโตมันอ้วน  
มันพีขึ้นใหม่ล่ะตัวนี้ มันก็ไม่เห็นมีอะไร มีแต่แก่เฒ่าซำรุดทรุดโทรมไปทุกวัน อย่าง  
ถั่วโทสะมานะกิฏฐิเกิดขึ้นมา ถือตนถือตัว ถือเราถือเขา มานะกิฏฐิเกิดขึ้นมาไม่  
ยอม กระต้างถือตัว มันได้อะไรกัน ไม่เห็นมีอะไร ตัวมันพองขึ้นโตขึ้นใหม่ ตัวนั้น  
มันดีวิเศษขึ้นกว่าเก่าหรือ มันเป็นคนสดคนสวยขึ้นกว่าเก่าหรือ หรือว่าเป็นอะไร  
ไม่เห็นสดสวยอะไร มีแต่หน้าบึ้งหน้าเบี้ยวหน้ายักษ์หน้ามาร อยู่ดี ๆ จะไม่ดีกว่าหรือ  
โมหะความลุ่มหลงก็เช่นเดียวกัน มันจะเกิดความโลภ ความหลง ก็โมหะมาก่อน มี  
โมหะแล้วเกิด โลก โกรธ หลงขึ้นมว ให้พิจารณาเห็นอย่างนี้แล้ว มันหมดเรื่องกัน  
จะไปเกิดโมหะ โทสะ มานะกิฏฐิไม่มีเลย เป็นของว่างเปล่าหมดทุกสิ่งทุกอย่าง  
เราอยู่เฉย ๆ จะไม่ดีกว่าหรือ ทำให้เข้าถึงใจตัวกลางตัวนั้น จะเบิกบาน สุขภาพก็ดี  
แล้วก็ไม่มีเวรมีภัย ไปไหนก็ไม่คับแคบ ไม่รกลอกของเขา คนโทสะ มานะกิฏฐิ  
จะไปไหนมันรกลอกหมด ไม่ยอมมตนยอมตัวไปอยู่ที่ไหนมันคับบ้านคับเมืองหมด ให้  
พิจารณาอย่างนี้แหละ ครั้นถ้าพิจารณาอย่างนี้ถูกทางแล้ว มันจะรวมเข้าเป็นใจ เอา



# เครื่องเปรียบเทียบในการปฏิบัติ

แสดง ณ วัดกัมมทานุเบียง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๔



วันนี้จะเทศน์ธรรมะ จะอุปมาเปรียบเทียบคนเราเหมือนกับต้นไม้ ต้องมีเครื่องเปรียบเทียบเครื่องเทียบ สำหรับเทียบการปฏิบัติของเรา ถ้าไม่อย่างนั้นจับไม่ถูก ก็เลสของคนแต่ละคนๆ ที่จะต้องชำระสะสางกันมีหลายอย่างหลายเรื่อง คนเราเหมือนกับต้นไม้ เอาต้นข้าวเถาะ ต้นข้าวเมล็ดเดียวปลูกลงไปในโคลนในดินแล้ว ถ้าหากดินนั้นงาม มันก็แพร่หลายออกไป มีหลายรวง เมล็ดข้าวเมล็ดเดียวแต่แพร่ออกไปได้หลายรวง ในรวงมีเมล็ดข้าว เมล็ดมาจากไหนก็ไม่ทราบ แต่ก่อนมันไม่มี ใบก็ไม่มี พอมันถูกน้ำถูกโคลนเข้าแตกออกมาเป็นต้นเป็นลำกันไป ยังมีหน้าซำเมื่อดินดียังแตกแขนงออกไปหลายต้น แล้วก็ป็นต้นเป็นรวงขึ้นมา รวงไม่ทราบออกมาจากไหน บรรดาต้น ราก ใบทั้งหลาย ไปรวมกันในเมล็ดเดียวนั้นแหละ มันเก็บไว้ เมื่อเขาจะไปปลูก เขาต้องเอาเมล็ดข้าวแต่ละเมล็ดไปหว่านลงน้ำลงโคลน แล้วก็ป็นรากเป็นต้นออกมาอีก แพร่ขยายออกไปจะเป็นรวง จนกระทั่งเมล็ดแก่แล้วก็เก็บไว้หมด

แต่กิเลสของเราไม่เหมือนข้าว คนเราเมื่อยังเป็นเด็กยังเล็กอยู่ ไม่มีอารมณ์อะไรมากมายหรอก ครั้นเติบโตขึ้นมารู้เดียงสา เมื่อมีครอบครัว เรื่องกิเลสค่อยขยายออกๆ แต่ก่อนไม่ยอกได้ ครั้นเติบโตขึ้นมาก็ยอกได้ยอกดียอกเด่น นานหนักเข้ายอกได้มากขึ้นอีก ไม่ใช่ได้เพื่อตนเพื่อปากเพื่อท้องของเราอย่างเดียว เพื่อครอบครัวก็อีก กว้างขวางออกไป เพื่อลูกเพื่อหลาน นอกจากนั้นอีก ความยอกได้ไม่ใช่เพื่อลูกเพื่อหลานเท่านั้น แต่ยอกได้มากมายไม่ทราบว่าเป็นอะไร เรียกว่าไม่อ้อมไม่พอ ขยายไปกว้างขวาง ผลที่สุดจนแก่จนเฒ่าจนตาย แต่ความอ้อมความพอยังไม่พอ ท่านเทศนาว่า ความอ้อมความไม่อ้อมไม่พอของคนนั้นมันเหลือล้นโลก ไม่ใช่เพียงโลกนี้เท่านั้น มันเหลือล้นไปอีก มันมากกว่ามาก ไม่เหมือนต้นข้าว ต้นข้าวนั้นแก่มาแล้วรวมไปเก็บไว้ในเมล็ดข้าวเมล็ดเดียวนั้น ต้น ราก รวง เอาไปรวมไว้หมดในเมล็ดเดียวนั้นแหละ ขาวนาเอาไปไว้ในยุ้งในฉางก็สบายใจไป

คนเรากิเลสมันรวมไม่ได้ ไม่เหมือนต้นข้าว ต้นข้าวเป็นตัวอย่างที่ดีที่สุด เราปฏิบัติธรรมให้เป็นอย่างต้นข้าว นั่นแหละ เรากำหนดพิจารณาที่มันขยายกว้าง ขวางออกไปด้วยกิเลสอารมณ์ทั้งปวง มันส่งไปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่ละอย่างๆ มากมายเหลือที่จะคณานับ กิเลสมันมากเหลือเกิน ตาเห็นอยากได้ ชอบใจยินดีพอใจ เอาไปปรุงไปแต่งยืดยาวไปอีก ตาเห็นเท่านั้นแหละ ถ้าหากว่าจะขยายเป็นต้นข้าว ไปปลูกตั้ง ๙ ปี ๑๐ ปี หรือตั้ง ๑๐๐ ปี ก็ปลูกอยู่อย่างนั้นแหละ ปลูกมันก็ขยาย กว้างออกไป เมล็ดข้าวเมล็ดเดียวเท่านั้นแหละ ขยายออกกว้างขวาง ถ้ากิเลสเรา เปรียบอย่างนั้น คำที่ว่าเมล็ดเดียวมันขยายออกไปนั้นไม่ใช่ของอันเดียว ความรัก ความชอบ ความยินดี ความหลง มีครบหมดแต่ละอย่าง รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ ครบหมดครบบริบูรณ์มีในนั้นหมด ความโกรธเกิดจากรัก ความเสียหายเกิดจากรัก ความรัก ความเศร้าโศกเสียใจเกิดจากรักมากมาย ความหวงแหนความยึด ความถือ ปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง เกิดจากความยึดความถือมากมาย นีรูปร่าง เดียว เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ ทั้ง ๖ อย่าง ยิ่งมากมายเหลือเกิน

ของทั้งหลายที่มันกว้างขวาง ถ้าพิจารณาเป็นธรรม มันสรุปรวมความลงไป ได้ มันออกไปจากไหน มันออกจากใจ ใจตัวเดียวเป็นเหตุ จับใจตัวนั้นได้ มันรวม เข้ามาเหมือนเมล็ดข้าว รวมเข้ามาอยู่ในนั้นหมด ราก ต้น ใบ และรวง อยู่ในเมล็ด เดียวนั้นหมด เวลามันออกไปมันออกไปจากใจนะแหละ ผู้ที่ชำระถ้ามีอุบายปัญญา ในขณะที่มันรวมเข้ามา ไม่เห็นราก ต้น รวง นั้นหรอก มันรวมกันอยู่ในที่นั้น มัน ต้องขยายออกไปก่อนจึงค่อยเห็น แดกกิ่งก้านสาขาออกไปจึงค่อยเห็นมัน มันเป็น อะไรต่ออะไรต่างๆ ขณะมันรวมไม่เห็น

เมื่อจะชำระก็ต้องชำระในขณะที่มันขยายออกไปนั้น ไม่ใช่ชำระในเมื่อมันรวม คือเราไม่มีปัญญา ไม่สามารถที่จะหยั่งรู้ทั่วถึงได้ เมื่อรวมเข้ามาแล้วนั้นพิจารณา ของละเอียดไม่ได้ ท่านผู้วิเศษ ท่านผู้เชี่ยวชาญฉลาด ในเมื่อมันรวมเข้ามาแล้ว มันอยู่ในที่เดียวแล้ว ก็สนุกชำระสะสางไม่ต้องไปชำระที่อื่น อยู่ในที่เดียวนั้นหมด โลกก็อยู่ในนั้น โกรธ หลง ชัง ก็อยู่ในนั้น ที่จะชำระก็ชำระในที่นั้น ให้หมดจด บริสุทธิ์ก็ในที่นั้น แต่เราไม่มีปัญญาฉลาดเพียงพอ จึงต้องชำระในเวลาที่ยังเป็น ต้นเป็นลำ ตัดมันเสีย ถอนมันเสีย มันก็ดับได้เหมือนกัน ถอนรากทิ้งมันก็ดับได้

เหมือนกัน ครั้นถ้าหากว่าถอนไม่ได้ มันจะไปก่ออีก จะไปเหมือนกับต้นข้าว ว่ามัน  
หมดแล้วๆ ไม่มีอะไรหรอก แต่พอไปตกถูกดินถูกน้ำข้างออกออกมา ขยายเป็นต้น  
เป็นลำขึ้นมาอีก เวลาเป็นต้นเป็นลำเป็นรวงขึ้นมายิ่งมากกว่าเก่า เมล็ดเดี่ยวกลายเป็น  
เป็นร้อยเป็นพันเมล็ด

เหตุนั้น จึงให้มีสติควบคุมตัวใจไว้ให้แน่นหนา เมื่อมันออกไปเรียกว่ามันแตก  
มันส่งสายไปมา เราพิจารณาชำระสะสาง เหตุที่ว่าไม่มีที่สิ้นสุด มันเป็นโทษทุกข์  
ทำให้เวียนว่ายตายเกิดก็เพราะเหตุนี้แหละ มันไม่สิ้นสุดสักที จนกระทั่งเห็นโทษ  
ทุกข์ของมัน จนเมื่อหน่ายคลายจากความยินดีพอใจนั้น นั่นเรียกว่าชำระ เมื่อมัน  
คลายจากความรักความใคร่ความยินดีนั้นหมดแล้ว มันก็ตั้งเป็นกลางอยู่ รักษา  
ความเป็นกลางนั้นไว้ ถ้าหากมันไม่หมดมันก็ต้องออกไปอีก ออกไปก็ชำระให้เห็น  
อย่างนั้นอีกอยู่เสมอๆ เพราะกิเลสมันหลายชั้น จำเป็นต้องชำระมันอยู่เสมอ จะ  
ต้องควบคุมอยู่ทุกเมื่อ คราวนี้ละเอียดแล้ว เราเข้าใจว่าเรารู้แล้ว แต่อีกทีหลัง  
มันยังรู้ไปกว่านั้นอีก ละเอียดยิ่งกว่านั้นอีก มันไม่สิ้นสุดเพียงแค่นั้น ชำระได้อย่าง  
นี้เสมอๆ ก็จะเป็นคุณประโยชน์ยิ่ง

ถ้าหากว่าได้ครั้งหนึ่งแล้ว เราพอแล้ว พอใจยินดีเพียงแค่นั้น เข้าใจว่า  
บริสุทธิ์หมดจด ที่หลังไปถูกดินถูกน้ำเข้าคือประสบอารมณ์ อารมณ์ที่ทำให้โกรธ รัก  
ยินดียินร้าย มันจะฟุ้งขึ้นมาอีก ผู้ที่ทำความเพียรภาวนาต้องพยายามอยู่อย่างนี้  
ตลอดเวลา เราเกิดมาไม่ใช่เกิดมาชาติเดียว นับภพนับชาติไม่ถ้วนเกิดมา มันสะสม  
กิเลสมากมาย กิเลสคือกรรม กรรมคือกรรมชั่วเราทำมามากมาย แต่ความดีมัน  
น้อย ความชั่วมันมาก เราสังเกตดูในวันหนึ่งๆ มันคิดอะไรบ้าง มันคิดจะรวม  
อย่างทีอธิบายมานี้มีไหม โดยส่วนมากไม่มี นั่งทำความเพียรภาวนาตั้งหลายปี  
มันไม่รวมให้ ได้แต่ฟุ้งเรื่อยไป แสดงว่ากิเลสของเรามากกว่าสมาธิ เหตุนั้นจึง  
ต้องพยายาม วันหนึ่ง ปีหนึ่ง หรือ ๒ ปี ได้สักครั้งหนึ่งก็เรียกว่าชำระไปได้สักครั้ง  
หนึ่ง เข้าถึงจุดรวมได้ก็ชำระได้แล้ว ก็จะค่อยเบาบางไป เราชำระไม่ได้ก็มีแต่ฟุ้งซ่าน  
อยู่ตลอดเวลา หาแต่กิเลสใส่ตัวอยู่ทุกเมื่อ

การทำความเพียรภาวนาไม่ใช่ของง่ายๆ แต่ไม่ใช่ของยากเหลือวิสัย ผู้  
พยายามทำต้องสำเร็จวันหนึ่ง ถ้าไม่เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์หมดจดแล้วพระพุทธ-  
องค์ก็ไม่สอน แต่ว่าอาศัยกาลนานช้าหน่อย ถ้าหากว่ามีแต่กรรมชั่วมีแต่กิเลสอยู่รำไป

ไม่มีวันพ้นได้สักที แต่ว่าเราต้องการอยากจะได้ความสุข อยากจะพ้นจากทุกข์  
อยากจะพ้นจากกิเลส แต่เราสะสมกิเลส ไม่ใช่ชำระกิเลส ทางชำระกิเลสต่างหาก  
เป็นความสุข

อะไรคือการชำระกิเลส การทำทานก็เรียกว่าชำระกิเลสให้เบาบางไป ส่วนนี้  
ก็เบาบางไป เปลือกๆ ดิ้นๆ ก็เบาบางไป คนที่ทำบุญทำทานเกิดความปลื้มปิติอิม  
อกอิมใจ ความโลภ ความโกรธ มันก็หายไป ความโลภอยากได้มาทำบุญมากๆ  
แต่ความโกรธมันก็หายไป ความยินดีพอใจเลื่อมใสในการทำบุญเรียกว่า กิเลสมัน  
เบาบางมันจะไปบ้างแล้ว ตอนนี้อย่างอยากอยู่ เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม รักษาศีล  
ละความชั่วเสีย ละความชั่ว ๕ ข้อ ความชั่ว ๘ ข้อ เรียกว่า ศีล ๕ ศีล ๘ เราชำระได้  
พิจารณาถึงเรื่องเราชำระได้ ศีลข้อนั้นเราก็ละได้ ศีลข้อนี้เราก็ละได้ ละได้ ๔-๕ ข้อ  
จนกระทั่ง ๘ ข้อ ๘ ข้อ ๑๐ ข้อ ถึง ๒๒๗ ข้อ อันนั้นเราชำระใจของเรา ที่จะให้  
มาตั้งมั่นอยู่ในศีลไม่ใช่ของง่ายๆ ของยากที่เราทำได้ เรียกว่าชำระความชั่วของเรา  
ไป ก็ได้ชื่อว่าเบาบางลงไป ทำสมาธิภาวนาสงบเยือกเย็น เห็นความสุข ละความชั่ว  
ความเลวทราม ความวุ่นวายได้ มีความสุขอยู่ นั่นก็เรียกว่าชำระกิเลสไปแล้ว ค่อย  
หมดไปๆ ส่วนปัญญาที่จะชำระกิเลส ชำระมาแต่เบื้องต้นแล้ว คือรู้จักทำบุญทำทาน  
สละจาคะ มีความโอบอ้อมอารี เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม รักษาศีล ๕ ศีล ๘ ทำ  
สมาธิภาวนาให้สงบนิ่งแน่วได้ พิจารณาชำระกิเลสทั้งปวงหมด ละถอนไปโดยลำดับ  
จนกระทั่งยังเหลือแต่จิต อันนั้นก็เป็นการชำระกิเลสในตัวปัญญาตรงนั้น ที่เรียกว่า  
ปัญญาธรรมดาสามัญทั่วๆ ไปที่ว่ามานั้น

ส่วนปัญญาวิปัสสนาแก่กล้าจริงๆ จังๆ พิจารณาถึงจิตคิดนึกถึงสิ่งใดๆ ทั้ง  
ปวงหมด มันลงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เลยไม่มีทางไป หมดทาง ไปไหนมันก็ลง  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ลงเอกัคคตาธรรม เอกัคคตาจิต จิตอันเดียวแท้ๆ นั่นก็  
เรียกว่าชำระใจ แต่ว่ายังนะ มันยังไม่ทันสิ้นสุด เพียงชำระยังไม่สิ้นสุด แต่เป็นหน  
ทางแล้ว ถูกทางแล้ว ทางที่จะสำเร็จมรรค ผล นิพพานก็ทางนี้แหละ คือ อนิจจัง  
ทุกขัง อนัตตานี้แหละ ส่วนปัญญาของวิเศษนั้นของเป็นเองดอก ไม่มีใครแต่งหรือ  
มันเกิดเองเป็นเอง ธรรมะของพระพุทธเจ้าจึงว่าเป็นของอัศจรรย์ด้วยเหตุที่เป็น  
เองนั่นแหละ เอาละ เทศน์เท่านี้ ๕

# ศีล สมาธิ ปัญญา

แปล ณ วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๖

วันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๖



ตั้งใจจดจ่อฟังเฉพาะธรรมเทศนา อย่าให้จิตส่งสายไปมาหน้าหลัง จึงจะได้  
ความชัด คนเราเกิดขึ้นมามีกาย วาจา ใจ ครบบริบูรณ์ทั้ง ๓ อย่างแล้ว เราปฏิบัติ  
กรรมฐานหรือไม่ปฏิบัติกรรมฐานก็ตาม พระพุทธเจ้าสอนให้คนเราปฏิบัติ ๓ อย่างนี้  
ไม่นอกเหนือจาก ๓ อย่างนี้ ประพฤติผิดก็ใน ๓ อย่างนี้ ประพฤติถูกก็ใน ๓ อย่างนี้  
คือ กาย วาจา ใจ

กายท่านตั้งเรื่องศีลเป็นเครื่องวัด เรงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ก็กายนี้เป็น  
คนฆ่า ลักทรัพย์ก็กายเป็นคนลัก ประพฤติผิดมีจณาจารก็กายนี้ไปประพฤติ กล่าว  
โกหกทางวาจา พูดเท็จพูดโกหกก็วาจาคนนี้แหละ ดื่มสุรามรัยก็กายนี้อีกแหละดื่ม  
ท่านตั้งไว้อย่างนี้ กายตั้งไว้ที่ศีล ๕ เป็นเครื่องวัด ศีล ๕ นี้ขาดตกบกพร่องก็เห็น  
ชัดในใจของตนเอง ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็กายนี้เป็นเครื่องวัด เอาตั้งอันนี้  
ไว้เสียก่อน ตั้งอันนี้ให้มั่นคงแล้วจึงค่อยดูมัน

จะหาว่าพวกฆราวาสรักษาศีล ๕ มันน้อยนิดเดียว รักษาศีล ๘ ก็น้อยนิด  
เดียว ศีล ๒๒๗ ตั้งมากมายอีกไซ้ จะถือว่าศีล ๒๒๗ ขาดตกบกพร่องเล็กๆ น้อยๆ  
ก็ไม่ใช่ไรหรอก มันมากเกินไป ไม่ได้ อย่างนั้น ถ้าอย่างนั้นพระกิลตฐานะลงมา  
เป็นฆราวาสเท่านั้นสิ เณรก็ลดฐานะลงมาเป็นฆราวาสเท่านั้น จะเคารพนับถือตรง  
ไหนกัน เป็นพระเป็นเณรงดเว้นเสียจากการทำมาหาเลี้ยงชีพ ประพฤติสุจริตด้วย  
กาย ระมัดระวังสังวรด้วยกาย จึงรักษาให้มากขึ้นไปจึงเป็นที่เคารพนับถือของ  
ฆราวาส จะไปถือว่าฆราวาสศีลน้อยแล้วรักษาให้ดี พระไม่ใช่ไรหรอก ศีล ๒๒๗  
ขาด ๑๐ หรือ ๒๐ ข้อก็ยังมากกว่าฆราวาส อย่างนั้นไม่ได้

คนที่รักษาศีล เห็นศีลของตนบกพร่องตรงไหนก็ต้องงกัใจตรงนั้น แยกกายนี้  
เป็นเครื่องวัด เห็นชัดด้วยตนเองทีเดียว ไม่ต้องให้คนอื่นมาบังคับ ไม่ต้องให้คน  
อื่นมาดูให้ เมื่อรักษาศีลครบบริบูรณ์สมบูรณ์ในใจของตนแล้ว มันก็ไม่มีปฏิสาร

เดือดร้อน ใจมันก็สงบ ถ้าสติไม่บริสุทธิ์ ที่กายไม่บริสุทธิ์ มันก็เดือดร้อนวุ่นวายอยู่ตลอดเวลา สติข้อนั้นก็บกพร่อง ข้อนี้ก็บกพร่อง มันก็ไม่บริสุทธิ์ จิตจะรวมได้อย่างไร สติท่านให้รักษาที่กาย ให้เป็นเครื่องวัดของสติ สติ ๕ สติ ๘ สติ ๑๐ สติ ๒๒๗ ตามฐานะของตนในสติที่ตนรักษาในฐานะนั้นๆ ไม่ให้ขาดตกบกพร่อง ขวาวาสเพียงรักษาสติ ๕ เท่านั้นก็สมบูรณ์แล้ว ไม่สามารถที่จะรักษาให้สูงยิ่งขึ้นไปถึงสติ ๑๐ สติ ๒๒๗ ภูมิของขวาวาส ภูมิของฌเรณีย์เหมือนกัน รักษาสติ ๑๐ ให้สมบูรณ์บริบูรณ์แล้วก็ไม่มีวิปัสสนาเดือดร้อนในใจของตน ใจก็สงบเยือกเย็น สติ ๒๒๗ ถ้าภิกษุผู้รักษาสัจจวินสติสมบูรณ์บริบูรณ์ในทุกข้อแล้ว มองดูสิ่งใด ก็ไม่มีความเดือดร้อนวุ่นวาย เห็นศีลของคนสมบูรณ์ ข้อนั้นก็สมบูรณ์ ข้อนี้ก็สมบูรณ์บริบูรณ์ ก็เต็มตื้นขึ้นมาทันที อิมอกอิมใจขึ้นมา สมาธิก็แน่นแน่ ท่านตั้งเป็นเครื่องวัดอย่างนี้

สมาธิเป็นเครื่องวัดของใจ สติเป็นเหตุให้เกิดสมาธิ แต่สมาธิจริงๆ จังๆ แล้ว ไม่ได้กล่าวถึงเรื่องสติ รักษาจิตโดยเฉพาะ ไม่ให้จิตส่งสายไปหน้าไปหลัง ไม่ให้คิดอดีตอนาคต จิตตั้งมันอยู่ในใจอันเดียว ถ้าหากว่าจิตกังวลเกี่ยวข้องกับพัวพันโน่นนี่ต่างๆ อันนั้นไม่ใช่สมาธิเสียแล้ว เอาเป็นเครื่องวัดว่า สมาธิคือจิตแน่นแน่ จิตเป็นเอกัคคตา คิดปรุงคิดแต่งอะไรต่างๆ ส่งสายไปต่างๆ นานา อันนั้นไม่ใช่สมาธิ เรามีจิต มีใจ มีกาย มีวาจา ให้อยู่ในขอบเขตของสติ มีใจให้อยู่ในขอบเขตของสมาธิ ไม่ให้ส่งหน้าส่งหลัง

เรามีจิตมีใจ มีกาย รักษาไม่ได้ ก็เหมือนกันกับรถ รถนั้นถ้าหากว่าเราขับไปในที่ต่างๆ ถ้าไม่มีเบรค มันก็ห้ามไม่อยู่ ชี้ไปมันก็ชนผู้คนสิ่งของต่างๆ หัดสมาธิภาวนา เบรคไม่อยู่ มันก็ไม่มีภาวนาสมาธิ กายเราอยู่ที่นี้ ใจมันวิ่งว่อนไปทั่วทุกแห่งทุกหน ไม่ใช่สมาธิ ถ้าไม่มีสมาธิมันจะเกิดปัญญาได้อย่างไร สมาธิมันต้องแน่นแน่ในสิ่งเดียว จะภาวนาพุทโธ หรือสัมมาอรหัง หรือยุบหนอพองหนอ หรืออานาปานสติอะไรก็ตาม อันนั้นเป็นเครื่องวัดของสมาธิ ให้มันอยู่ในเรื่องนั้น ถ้าไม่อยู่กับแปลว่าเครื่องวัดไม่ติดแล้ว มันเบรคไม่อยู่แล้ว เบรคอยู่กับก็คืออยู่ในอารมณ์นั้นแหละ ภาวนาพุทโธก็ดี สัมมาอรหังก็ดี ยุบหนอพองหนออะไรก็ตาม มันอยู่ในนั้นจึงเรียกว่าเบรคอยู่ ครั้นเบรคอยู่แล้วเรียกว่าอยู่ในบังคับของเราได้ จะเลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวา

ได้ทั้งหมด อย่าให้มันพาเราไปตกหลุมตักบ่อชนผู้ชนคน เป็นอันตราয়มากถ้าเบรค  
ไม่อยู่

เกิดมาเป็นคนมีใจแต่ขี้ขี้ใจไม่ได้ ไม่มีอิสระในตัว ให้ใจชักจูงไปต่างๆ นานา  
ให้ใจส่งพาวิ่งว่อนไป ก็คิดดูซิ เป็นทุกข์ร้องไห้ร้องห่ม ไครอยกกร้องไห้ร้องห่ม ไม่  
มีไครอยากทุกข์ แต่จิตเป็นทุกข์ มันพอกให้เป็นทุกข์ ให้เศร้าโศกเสียใจอาลัยอาวรณ์  
ก็จิตนั้นแหละพาไป อยู่ดี ๆ ไม่เห็นมี เรื่องทุกข์เรื่องโศกอาลัยอาวรณ์ไม่มี ทุกข์จิต  
มันก็พาเราไป สุขมันก็พาเราไป ถึงอยู่เฉย ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ แต่มันก็ยุ่งอยู่ภายใน มัน  
ไม่หยุดสักที ถ้าหากมันหยุด ความคุมมันอยู่ในอำนาจของตนได้แล้ว จะขี้ขี้ไปทาง  
ไหนก็ได้ จิตนั้นเป็นของมีอำนาจปาฏิหาริย์ ถ้าคุมได้สามารที่จะรู้เหตุรู้ผล รู้เรื่อง  
รู้ราว มีปัญญาฉลาดเฉียบแหลม

ตอนที่เจริญวิปัสสนา ไคร ๆ ก็อยากได้นัก อภินิหาร ฌานสมาธิ ทิพยจักขุ  
ทิพยโสต ทูทิพย์ตาทิพย์ สารพัดทุกอย่าง ปรีติวิชาทุกประการก็อยากจะได้เหลือ  
เกิน แต่ว่าใจยังไม่ทันอยู่ ไม่อยู่ในอำนาจของเรา ให้มันพาไป มันจะได้อย่างไร มัน  
พาเราวุ่นวอนจะได้อย่างไร ไปมันก็เหลวไหลหมดนะซิ อย่างพูดมาแล้วว่ามันพา  
ให้ทุกข์ วุ่นวุ่นวาย เตือดรอน เราก็ยังตามมันไป มันเศร้าโศกเสียใจร้องไห้ร้องห่ม  
ก็ยังพาเราไป ไม่อยู่ในอำนาจของเรา ถ้าอยู่ในอำนาจของเราได้ จะไม่เป็นอย่างนั้น  
จะให้อยู่ในอำนาจของเราอย่างไรก็ได้ จะไปอย่างไรก็ได้ จะอยู่อย่างไรก็ได้ ให้รู้  
เรื่องรู้ราวต่างๆ แต่ก็ต้องอาศัยบุญบารมีของคนไม่เหมือนกัน

ปฏิบัติเพ่งนึกเพ่งหนาใครก็ดี อยากจะได้ฌานสมาธิ ฤทธิ์เดช อภิญญา ถ้า  
ไม่ได้ก็เลยท้อถอยเสีย เสียขี้เกียจ ความอยากเลยเป็นเหตุให้ขี้เกียจ ไม่ได้สม  
ประสงค์เลยขี้เกียจ ของอันนี้ไม่ใช่เกิดจากความอยาก ความอยากเป็นของโลกๆ  
ถอนความอยากนั้นจึงจะได้ แต่มันยังมีความอยากมันจะได้อย่างไร มันก็ได้แต่  
โลก ได้แต่ความวุ่นวายเตือดรอนเท่านั้น ปัญญามันเกิดจากความสงบต่างหาก  
จึงว่าขอให้ทำเถิด ขอให้ทำความสงบให้เต็มที่เสียก่อน ขี้ขี้จิตให้มันแน่วแน่อยู่ใน  
สมาธิเสียก่อน บังคับให้มันได้ จึงจะสำเร็จผลประโยชน์ บางที่ได้นิดๆ หน่อยๆ ก็  
ว่าตนได้แล้ว ก็เลยระเริงประมาทเสีย พอมีสมาธินิดๆ หน่อยๆ พอเป็นบทเป็น  
บาทเท่านั้นว่าตนได้สมาธิใหญ่โตมโหฬาร อยากได้ฌานสมาธิอภินิหาร ไปโน่น

ความอยาก จะทำให้เกิดสมาธิได้อย่างไร นี่เรียกว่าจิตอยู่ในขอบเขต สมาธิอยู่ในอำนาจของความสงบ อยู่ในอำนาจของจิต ควบคุมได้ ถ้าควบคุมได้นั้นเรียกว่ามีสมาธิ มีขอบเขต

ศีลมีกายเป็นเครื่องวัดเครื่องอยู่ ให้อยู่กับกาย สมาธินั้นมีบริกรรมเป็นเครื่องอยู่ ส่วนปัญญานั้นสมาธิอยู่แน่นอนแล้ว จึงค่อยเกิดความรู้ความฉลาด ส่วนปัญญาวิปัสสนานั้นมีพระไตรลักษณ์เป็นเครื่องวัด ถ้าอยู่ในขอบเขตของพระไตรลักษณ์แล้วนั้นแหละวิปัสสนา ถ้าหากว่านอกจากพระไตรลักษณ์แล้วไม่ใช่วิปัสสนา เป็นปัญญาเฉยๆ ปัญญาวิปัสสนากับปัญญาเฉยๆ นั้นต่างกัน ถ้าหากปัญญาเฉยๆ พิจารณารู้เท่ารู้เรื่องขึ้นมา ทุกสิ่งทุกอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ถ้าปัญญาวิปัสสนานั้นมันของเป็นเอง เกิดความรู้ความฉลาดขึ้นมาเฉพาะในใจ อะไรทั้งหมดมารวมแห่งเดียว ความรู้กว้างขวางพิสดาร แต่ก็มารวมแห่งเดียวในที่เดียวหมดสงสัย หมดกังวลเกี่ยววข้อง หมดห่วงใย มีความชัดเจนแจ่มแจ้งขึ้นในที่นั้น อันนั้นมันไม่ใช่ของง่าย ๆ ปฏิบัตินานๆ ถึงจะเกิด มันของเป็นเองหรือของอันนั้น ก็อธิบายให้ฟังเพียงเท่านี้



# การฝึกหัดจิตให้มีสติทุกเมื่อ

แสดง ณ วัดสันตปาณี อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๒ เมษายน พ.ศ. ๒๔๖๔



วันนี้จะเทศนาเรื่อง การฝึกหัดจิต จิตของคนเราต้องฝึกหัด เช่นเดียวกับ สัตว์ที่อยู่ในป่าที่เขาจับมาใช้ จะใช้งานได้ต้องฝึกต้องหัดเสียก่อน จิตของเรายังไม่ได้ฝึกหัดก็เหมือนกับสัตว์ที่อยู่ในป่านั้นแหละ เราจับจิตมาฝึกหัด คือ เราตั้งใจฝึกหัด จริงๆ จึงจะเรียกว่าเราฝึกหัดจิต

การฝึกหัดสัตว์ป่า เช่น ช้าง เป็นต้น พอจับได้มาเขาก็ผูกมันไว้กับต้นเสา ตอนแรกมันก็แข็งแรงอยู่จะต่อสู้ดิ้นรนมาก เขาจึงไม่ให้กินหญ้ากินน้ำ หรือให้แต่เพียงเล็กน้อยพอไม่ให้ตาย จนซุบซิดผอมลงไป ทีนี้ก็เริ่มหัดมัน หัดจนกระทั่งมัน ยอมคนขึ้นขี่คอได้ หัดให้อยู่ในอำนาจของเราทุกอย่างได้ เมื่อมันอยู่ในอำนาจของเราเรียบร้อยดีแล้ว เราจึงให้มันกินอาหารอย่างอุดมสมบูรณ์

การฝึกหัดจิตก็คล้ายๆ กันนั้นแหละ แต่ไม่ต้องถึงอย่างนั้น เพราะสัตว์เป็น ของภายนอกมีตัวตน ต้องฝึกหัดด้วยการทรมาน การฝึกหัดจิตต้องหัดด้วยอุบายวิธี จิตเป็นของไม่มีตัว จะขบขี่ก็ไม่ได้ จะตีมันก็ไม่ได้ แต่ทำให้มันอยู่ในอำนาจของตน นั้นได้ แต่ก็ยากแสนยากที่มันจะอยู่ในบังคับของเรา ต้องฝึกหัดอบรม

ที่ว่าคล้ายกัน คือ ให้อุดอาหารหรือฉันทอาหารเพียงเล็กน้อย เพื่อให้มันมีก น้อยที่สุด เป็นการฝึกหัดอบรมกาย แต่มันเนื่องถึงจิต เหมือนอย่างพระพุทธเจ้า พระองค์ไม่เสวยพระกระยาหาร แต่ไม่สำเร็จมรรคผลนิพพาน พระองค์จึงค่อยผ่อน เสวยพระกระยาหารทีละน้อยๆ จนกระทั่งพอดีพองาม ฉันทพอสมควรไม่ฉันทฟุ่มเฟือย พอให้กายอยู่ได้วันหนึ่งๆ อาหารนั้นถ้าฉันทมากจิตใจมันก็อึด มันกำเริบเฟิบฟาย มัน ไม่อยู่ในอำนาจของตน ผู้ที่ไม่ได้ฝึกฝนอบรม รับประทานอย่างอึดหน้ำสำราญก็ให้ มันรับประทานเรื่อยไป แต่สำหรับคนที่ฝึกหัดอบรมใจนั้นจะฉันทน้อยพอประมาณ พอบำรุงร่างกาย เพื่อยังชีวิตให้เป็นไปในวันหนึ่งๆ เท่านั้น แล้วก็ไม่ต้องสะสม การ สะสมเป็นเรื่องกิเลส ลองคิดดู ถ้าสะสมแล้วมันเป็นการพะวักพะวน ท่านจึงไม่ให้

สะสม นี้พูดเฉพาะเรื่องของพระภิกษุ คือ ฉันทแล้วก็ทิ้งไป ให้มันหมดเรื่องหมดราว วันหลังหาใหม่ ได้เท่าไรก็ฉันทเท่านั้น ฉันทเท่าที่มีอยู่ ไม่ให้ทะเยอทะยาน อาศัยว่าเป็นพระมันจึงค่อยอยู่ได้ เพราะชีวิตเนื่องด้วยผู้อื่น ถึงฆราวาสก็ดี ผู้ฝึกหัดจิตต้องฝึกฝนอบรมอย่างนั้น คือรับประทานมือเดียว ไม่ให้เกี่ยวข้องกับพัวพันในเรื่องต่างๆ เอาปัจจุบัน แม้ว่าจะต้องเกี่ยวข้องกับพัวพันบ้างก็ตาม หากลงปัจจุบัน ในขณะที่นั้นก็ไม่มีอะไร เอาปัจจุบันเท่านั้น ไม่คิดอดีต อนาคต มันถึงจะเป็นไปได้ การฝึกฝนอบรมใจมันต้องไปจากกายนี้เหมือนกัน

นอกจากการอบรมทางกายแล้ว ยังต้องอบรมวาจาด้วย พูดให้น้อย พูดด้วยความสำรวมระวัง การที่ว่าสำรวมในที่นี้ไม่ได้หมายถึงไม่ให้พูด พูดได้แต่หากว่าให้มีสติควบคุมอยู่ พูดก็รู้เรื่องว่าพูดอยู่ พูดดีชั่ว หยาบละเอียด จะพูดสักเท่าไรก็ตาม แต่รู้เท่ารู้เรื่องอยู่ทุกขณะ เรียกว่าสำรวมวาจา จะพูดอะไรก็พูดเถอะ การทำอะไรก็ทำเถอะ แต่รู้เรื่องอยู่ทุกขณะ สติควบคุมอยู่อย่างนี้ เรียกว่า มีสติระวังกายวาจา

ส่วนการสำรวมระวังใจ ถ้าอยู่เฉยๆ ใจไม่มีเครื่องอยู่ ให้เอาคำบริกรรมอันใดอันหนึ่งมาเป็นเครื่องอยู่เป็นหลักผูกใจไว้ เช่น พุทโธ อานาปานสติ ตามลมหายใจ เข้าออก ยุบหนอพองหนอ หรือสัมมาอรหังก็ได้ เอาอันนั้นมาให้มันเป็นเครื่องอยู่เสียก่อน นึกคิดอยู่เสมอๆ จนเป็นอารมณ์ มีสติควบคุมจิตอยู่ตรงนั้นแหละ จิตอยู่ในที่ใดให้เอาสติไปตั้งตรงไว้ในที่นั้น จึงจะเรียกว่า ควบคุมจิต รักษาจิต ที่จะห้ามไม่ให้คิดนึกนั้นห้ามไม่ได้เด็ดขาด ธรรมดาจิตมันต้องมีคิดมีนึก แต่หากมีสติควบคุมจิตอยู่เสมอ คิดนึกอะไรก็รู้ตัวอยู่ทุกขณะ เรียกว่า บริกรรมภาวนา

การบริกรรมภาวนานี้มีไซ้ของเลว คนบางคนเข้าใจว่าเป็นของเลว เป็นเบื้องต้น ที่จริงไม่ใช่ของเบื้องต้น ธรรมไม่มีเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุดหรือก ธรรมะอันเดียวกันนั้นแหละ ถ้าหากสติอ่อนเมื่อไรก็เป็นเบื้องต้นเมื่อนั้น สติแก่กล้าเมื่อไรก็เป็นท่ามกลางและที่ สุดเมื่อนั้น คือหมายความว่าสติคุมจิตอยู่ทุกขณะ จนกระทั่งเป็นมหาสติปัญญา จะยืน เดิน นั่ง นอน ในอิริยาบถใดๆ ทั้งหมด มีสติรอบตัวอยู่เสมอโดยที่ไม่ได้ตั้งใจให้มีสติ แต่มันเป็นของมันเอง สติควบคุมจิตไปในตัว เมื่อมีสติเช่นนั้นมันก็ไม่เกี่ยวข้องกับพัวพันกับสิ่งต่างๆ เมื่อคาเห็นรูป หูได้ยินเสียง ลิ้นลิ้มรสต่างๆ ภายได้สัมผัส มันก็เป็นสักแต่ว่า สัมผัสแล้วก็หายไป ไม่ได้เอามาเป็น

อารมณ์ ไม่เอามาคำนึงถึงใจ อันนั้นเป็น มหาสติ แท้ที่เดียว

ถ้าสติอ่อนเมื่อไร จิตจะส่งไปตามอายตนะทั้ง ๖ เมื่อนั้น เช่น ดาได้เห็นรูปอะไร หูได้ยินเสียงอะไร มันก็จะพุ่งไปตามรูปที่เห็น เสียงที่ได้อินั้นแหละ เมื่อเป็นเช่นนั้นก็ต้องเอาบริกรรมมาใช้อีก ให้จิตมันอยู่กับบริกรรมนั้นอีก บริกรรม คือ สัมมา-อรหัง พุทโธ อาณาปานสติ อะไรต่างๆ ก็ตาม ที่ท่านสอนแต่ละสำนักนั้น มันเป็นไปตามความชำนาญชำนาญของแต่ละท่าน มันเป็นนโยบายของท่านต่างหาก แท้ที่จริงก็อันเดียวกันนั้นแหละ ใครจะเลือกภาวนาบริกรรมอันใดก็ได้ ความต้องการ คือ มุ่งหมายเอาสติอันเดียว เพื่อตั้งสติให้มันคง จึงว่าคำบริกรรมเป็นคู่กับการฝึกหัดจิต คำบริกรรมเปรียบเหมือนกับเครื่องล่อจิต เหมือนกับเด็กเล็กๆ ที่มันร้องไห้ เราเอานมมาล่อให้มันกิน มันก็หยุดร้อง จิตของเราก็ตายเป็นเด็กอยู่เหมือนกัน คือว่ายังไม่เป็นผู้ใหญ่ ยังรักษาตัวเองไม่ได้ ยังต้องอาศัยคำบริกรรมอยู่ จึงเรียกว่าเป็นเด็ก คนแต่ก่อนแก่กระทั่งผมหงอกผมขาวก็ตาม ถ้ายังควบคุมจิตของตนไม่ได้ก็ยังคงเป็นเด็กอยู่นั้นแหละ ถ้าหากควบคุมจิตได้แล้ว แม้จะเป็นเด็กก็ตามนับว่าเป็นผู้ใหญ่ได้ ในพุทธศาสนา ผู้บวชตั้งร้อยพรรษา โดยธรรมแล้ว ถ้าควบคุมจิตไม่ได้ก็เรียกว่ายังเป็นเด็กอยู่ องค์โคตบวชในพรรษานั้นแต่ว่าควบคุมจิตได้ ก็เรียกว่าเป็นเถระ การรักษาจิตควบคุมจิตจึงต้องมีเครื่องอยู่ ได้แก่ การบริกรรม

จิตเป็นของสูงๆ ต่ำๆ คือ ฝึกหัดไม่สม่ำเสมอ สูงหมายถึงว่าเจริญขึ้นไป คือ มีสติควบคุมอยู่ ขณะที่สติควบคุมอยู่ก็กล้าหาญเด็ดเดี่ยว ต่อสู้กับอารมณ์ได้ อะไรมากก็ไม่กลัว พอสัมผัสมากระทบเข้าจริงๆ จังๆ อ่อนปวกลงไปเลย นั้นมันต่ำลงไป แล้ว มันไม่เป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นจึงต้องหัดสติตัวนี้แหละให้แก่กล้า ให้แข็งแรงที่สุด

ในพุทธศาสนานี้มีการฝึกหัดสติอันเดียว การฝึกหัดเรื่องอะไรก็ตาม ฝึกหัดสติอันเดียวเท่านั้น พระพุทธองค์ทรงสอนสาวกทั้งหลายแต่ก่อนนี้ก็ทรงสอนให้ฝึกสติอันเดียวเท่านั้น ทรงสอนพรവാสาภิเหมือนกัน ทรงสอนเรื่องสติ ให้มนุษย์คนเราพากันมีสติ พวกเราก็พากันถือเอาคำสอนของพระองค์นั้นแหละมาพูด เช่น พอพลั้งๆ เผลอๆ ก็ว่า ไม่มีสตินี้ เผลอสตินี้ ก็พูดกันไปอย่างนั้นแหละ ตัวผู้พูดเองก็ไม่ว่ารู้ว่าตัวสติมันเป็นอย่างไร พูดไปเฉยๆ อย่างนั้นแหละ มีหน้าซ้ำบางคนไม่มีสติอยู่แล้ว ยิ่งไปตีมสรุยาเมาเข้ายิ่งไปใหญ่จนเสียดสติเป็นบ้าก็มี เหตุนั้นจึงว่า คำ

สอนของพุทธศาสนาทั้งหมดมาลงอยู่ที่สติอันเดียว ตั้งแต่เบื้องต้นก็สอนสติ ท่ามกลาง ที่สุดก็สอนสติ เป็นศาสนาที่สอนถึงที่สุด แต่คนทำนั้นทำสติไม่ถึงที่สุดสักที ทำมาก็ปีปีชาติก็ไม่สมบูรณ์สักที พระพุทธเจ้าพระองค์ใดก็ทรงสอนสติตัวเดียวนี้

เราเกิดขึ้นมาก็สภาพี่ชาติก็มาหัดสติตัวเดียวนี้ แต่ก็หัดสติไม่สมบูรณ์สักที เหตุนั้นจึงควรที่พวกเราจะพากันรีบเร่งหัดสติทุกคนแต่บัดนี้ อายุอาณามมาถึง ป่านนี้แล้ว เรียกว่าจวนเต็มที จวนจะหมดสิ้น จวนจะตายอยู่แล้ว ไม่ทราบว่าจะตายวันไหน ควรที่จะหัดสติให้อยู่ในเงื้อมมือของตนให้ได้ อย่าให้จิตไปอยู่ในเงื้อมมือของความหลงมัวเมา ผู้ใดจิตไม่อยู่ในอำนาจของตนก็ได้ชื่อว่าเราเกิดมาเสียเปล่า ได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าเสียเปล่า เปล่าจากประโยชน์

อย่าให้จิตอยู่แต่ในอำนาจของกิเลส ให้จิตอยู่แต่ในอำนาจของสติ สติเป็นตัวระมัดระวัง อันนั้นแหละเป็นประโยชน์ส่วนตัวโดยแท้ ถ้าจิตอยู่แต่ในอำนาจของกิเลส แล้วหมดทำ ตัวของเราเลยเป็นทาสของกิเลส เหตุนั้นจึงควรที่จะพากันรู้สึกตัว ตื่นตัวเสียตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป แล้วฝึกหัดอบรมกัมมัฏฐาน

การอบรมกัมมัฏฐานนั้น ทุกคนต้องอบรมเหมือนกันหมด มิใช่อบรมเฉพาะพระภิกษุ สามเณร แม้ชี อุบาสกอุบาสิกาเท่านั้น การฝึกหัดธรรมะก็ต้องหัดสติตัวนี้แหละ ถือพุทธศาสนาก็ต้องหัดสติตัวนี้แหละ มีสติสมบูรณ์บริบูรณ์ก็เรียกว่าถึงศาสนา ถ้ายังไม่มีสติเสียเลยก็เรียกว่ายังไม่ถึงศาสนา เอาละ วันนี้เทศน์ให้ฟังเพียงเท่านี้ เอิ๊วฯ

## นั่งภาวนา

### ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน

ฟังเทศน์แล้วเพียงแต่เอาไปคิดไปตรองยังไม่ปฏิบัติมันใช้ไม่ได้ เมื่อฟังรู้เรื่องแล้วปฏิบัติตาม นั่นจึงจะค่อยเห็นของจริง หรือฟังเข้าใจแล้วไม่ทำ ลืมเสีย อย่างนั้นไม่ใช่ฟังธรรม เป็นแต่ฟังเทศน์เฉยๆ ในสมัยโน้นพระพุทธเจ้าทรงสอนสาวกทั้งหลาย ขณะนั่งฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่ บางองค์ได้สำเร็จมรรคผลนิพพานในปัจจุบัน นั่น เหตุเพราะท่านทำคมนั่นเอง คือฟังแล้วก็คิดตรึกตรองไปตามพระธรรมเทศนา นั้นๆ เห็นจริงในธรรมนั้น นั่นเรียกว่าฟังธรรม คือทำตามนั่นเอง

การที่จะรู้แจ้งเห็นจริงในธรรมนั้น ไม่ใช่จะคิดส่งไปตามปรัยัติที่ได้ยินได้ฟัง มาแต่ก่อนเก่า เอาไปเทียบเคียงอย่างนั้นไม่ได้ ต้องฟังในปัจจุบัน เข้าใจในปัจจุบัน เห็นแจ้งในปัจจุบันนั้น ไม่คิดถึงอดีต อนาคต พระพุทธเจ้าทรงสอนอย่างนั้น

เราฟังเทศน์ฟังธรรมทั้งอุบายวิธี แล้วก็ตั้งใจทำกันจริงๆ จังๆ อย่างที่อธิบาย มาแล้ว ใช้พุทโธก็ดี สัมมาอรหังก็ดี อาณาปานสติก็ดี จะเลือกอะไรก็ตาม ลองทำ ในปัจจุบันนี้แหละ ลองดูว่ามันจะหมดกังวลไหม มันจะหมดการเกี่ยวข้อพัวพันใน เรื่องต่างๆ ไหม พุทโธก็ตั้งใจจริงๆ สัมมาอรหังก็ตั้งใจจริงๆ ตั้งใจให้เห็นตัวจิตจริงๆ อย่าไปคำนึงถึงเครื่องแวดล้อมต่างๆ ให้ตั้งสติคุมอยู่กับจิต เรื่องราวต่างๆ ก็จะถอน หมด หมดเรื่อง ไม่มีอะไร

ธรรมดาคนเราคิดนึกปรุงแต่งกว้างขวางมากที่เดียวสารพัดทุกอย่าง แต่งไป เกิด แต่งไปไม่หมดสักที ท่านจึงสอนให้ตั้งสติคุมจิตให้อยู่อันเดียว เมื่อสติควบคุม จิตอยู่ เรื่องอารมณ์ต่างๆ มันน้อยลงไปๆ มันก็ลงถึงสมาธิละซี มันจะไปไหน นั่นแหละคือการฝึกจิต ถ้ามันลงถึงสมาธิ จิตแน่วแน่อันเดียวแล้ว บางคนกลัวจะ ไม่มีความรู้ แท้ที่จริงนั่นแหละมันเป็นความรู้ใหญ่โตมโหฬาร รู้จิตนั่นแหละดีกว่ารู้ อย่างอื่น รู้อะไรก็ออกไปจากจิตทั้งนั้น ถ้าหาการู้จิตรู้เรื่องของจิตแล้ว เรื่องอื่นๆ ก็จะ รู้หมด

การไปรู้เรื่องของภายนอกนั้นไม่เข้าถึงจิตสักที อย่างเช่นคนที่พูดมากๆ คุย มากๆ ถึงเรื่องราวต่างๆ กว้างขวางพิสดาร พวกนั้นเข้าใจว่าคนนั้นรู้มากฉลาดเฉียบ แหลม ไม่ใช่หรอก แท้ที่จริงคือรู้ตามอาการของจิต แต่หาได้รู้ตัวจิตที่แท้จริงไม่ ถ้า รู้ตัวจิตที่แท้จริงแล้ว จิตจะรวมลงเป็นเอกัคคตาจิต

เมื่อรวมลงแล้วอย่าไปกลัวมันจะไม่ออกเที่ยวอีก มันออกเอง ไม่ใช่มันจะรวม อยู่วันคำคืนรุ่ง แต่ว่าพอมันออกมาแล้วจะแปลกจากเบื้องต้น คือ มันรู้ตัว รู้เท่า รู้เรื่องทุกอย่างว่าจิตไปติดข้องหลงอยู่ตรงไหน นั่นแหละจึงว่า รู้ดีรู้ชอบ

สิ่งทั้งปวงทั้งหมดมันออกไปจากจิตทั้งนั้น จิตเป็นผู้ปรุงผู้แต่งหลอกลวง ให้หลงชอบ ให้รัก ให้เกลียด ความจริงไม่มีอะไรหรอก ความรัก ความโกรธ ความเกลียด มันเกิดจากจิตอันเดียว จิตนี้แหละไปพัวพันเกี่ยวข้อ แท้จริงสิ่ง เหล่านั้นไม่ได้เกี่ยวข้อพัวพันกับจิต เป็นของภายนอกต่างหาก แต่จิตไป



# ความประมาทและความไม่ประมาท

แสดง ณ วัดสัททมนานเนียง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๔



วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่องความประมาทกับความไม่ประมาท ท่านเทศน์ว่าผู้ใดประมาทแล้วเปรียบเหมือนกับคนตาย ผู้ไม่ประมาทเปรียบเหมือนกับคนไม่ตาย ท่านว่าอย่างนั้น ปมาโท มัจจุโร ปตี ความประมาทเป็นหนทางแห่งความตาย อปฺปมาโท อมตํ ปตี ความไม่ประมาทเป็นหนทางแห่งความไม่ตาย ความประมาทนี้ทุกคนก็พากันพูดกันอยู่

ความประมาทคือความเลินเล่อ ความไม่เอาใจใส่ ความไม่มีสติ ความมัวเมา เป็นหนทางแห่งความตาย ตายแน่นอน ตายตั้งแต่เบื้องต้น ตายจากคุณงามความดี ถ้าเลินเล่อ ประมาท มัวเมา ลุ่มหลง เพลิดเพลิน สนุกสนานอะไรต่างๆ เหล่านี้ ความดีเสื่อมสูญหมด นั้นแหละเรียกว่าตายจากความดี หากตายจริงๆ จังๆ อย่าง ขับรถขับเรือหรือไปในที่ต่างๆ แม้แต่อยู่เฉยๆ ก็ตาม ถ้าเพลิดเพลินมัวเมาประมาท ลุ่มหลงแล้ว มีอันจะต้องเป็นไปต่างๆ นั้นประมาทแท้ทีเดียว

ความประมาทนี้ใครๆ ก็รู้จักหมดทุกคน พูดกันอยู่ทั่วบ้านทั่วเมือง ทำอะไรพลั้งๆ เผลอๆ พลาดลงไปแล้ว ก็ว่า แนะ มันประมาทนี้ ไม่มีสติ คำว่าประมาทกับไม่มีสติอันเดียวกันนั้นแหละ มีสติตั้งมั่นความประมาทก็หายไป ถ้าไม่มีสติตั้งมั่นเพราะเผอเรอ ความประมาทลุ่มหลงมัวเมาต่างๆ ก็เกิดขึ้นมา เหตุฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านแสดงถึงเรื่องความประมาทเป็นหนทางแห่งความตาย คนเราเกิดขึ้นมาทุกคนก็ไม่อยากตายอยู่แล้ว จึงสอนเข้าไปอีกว่า ถ้าไม่อยากตายก็อย่าประมาท เลินเล่อ ลุ่มหลง ความไม่ประมาทนั้นเป็นหนทางแห่งความไม่ตาย ตายในที่นี้นั้นพูดถึงเรื่องความประมาท มันตายจากคุณงามความดีทุกสิ่งทุกประการ ไม่ตั้งสติให้มันคง ถ้าตั้งสติให้มันคงลงไปแล้ว ความประมาทมันจะหายสูญลงไปหมด

วันหนึ่งๆ เรามีความประมาทมากน้อยสักเท่าไร มีความไม่ประมาทสักเท่าใด ให้สังเกตดู ถ้าหากว่าประมาทมากก็เรียกว่าตายมาก ประมาทน้อยก็เรียกว่าตาย

น้อย ทำกิจการงานทุกสิ่งทุกอย่าง มีสติควบคุมจิตอยู่ ไม่ให้พลังไหลลงลิ้มไปได้  
นั่นเรียกว่าไม่ประมาท สติควบคุมอยู่ทุกลมหายใจ เรียกว่ามีอายุยืนนาน ถ้าหากว่า  
พลังไหลไป ประมาทมัวเมาลุ่มหลง นั้นตายไปแล้วจากสติ เราเกิดขึ้นมาไม่  
อยากตาย ก็ให้แสวงหาความดี คือไม่ประมาทนี้แหละ ยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถ  
ใดๆ หมด เราเป็นผู้ปฏิบัติ มาปฏิบัติในศาสนาพระพุทธเจ้า มีหน้าที่อะไรบางอย่างที่เรา  
ทำ นอกจากสติแล้วไม่มีอะไรเลย ตั้งสติอันเดียวเท่านั้น เราตั้งสติอยู่ทุกเมื่อทุกขณะ  
เห็นจิตอยู่ทุกขณะ อันนั้นเรียกว่าไม่ประมาท คิดดี คิดชั่ว คิดหยาม คิดละเอียด ส่ง  
ออกภายนอก มันก็ปรุงก็แต่งอะไรก็รู้ตัว เมื่อรู้ตัวมันถอนออกมาจากสิ่งนั้นๆ เข้ามา  
สงบอยู่ที่เดียว

สติมีอำนาจมาก สามารถควบคุมจิต จิตที่ไม่มีตนมีตัว แต่มันคุมได้ นอก  
จากสติแล้วไม่มีอะไร สติก็ไม่มีตัว จิตก็ไม่มีตัว ของไม่มีตัวกับของไม่มีตัวมันคุมกัน  
ได้ เมื่อสติคุมจิตอยู่แล้ว ส่วนกายภายนอกมันก็อยู่ในอำนาจของจิต อาการกิริยา  
ภายนอกทุกสิ่งทุกอย่าง การพูด การทำ ทุกสิ่งส่วนล้วนแล้วแต่สติควบคุมจิต คือ  
อยู่ในอำนาจของจิตเท่านั้นเอง เราทำสิ่งใดสมควรหรือไม่สมควร ผิดหรือถูก รู้จักดี  
รู้จักชั่ว สติคุมจิตย่อมรู้ตัวได้ สิ่งใดที่เราควรทำ เราบวชมาในพุทธศาสนา เป็นพระ  
ภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกา เมื่อมีสติคุมแล้ว รู้ในสิ่งนั้นว่าเราทำสิ่งใดสมควรแก่  
ฐานะของเราหรือไม่

ถ้าหากว่าคุณสติอยู่อย่างนี้แล้วรู้ได้ทีเดียว ไม่ใช่หลับตาภาวนาเฉยๆ ให้จิต  
อยู่เท่านั้น มันต้องรู้ของภายนอกด้วย สิ่งใดเราทำแล้ว สิ่งใดยังไม่ทันทำ ตรวจตรา  
พิจารณาอยู่ตลอดเวลา นั่นมีสติมีปัญญา มีปัญญาตรงนั้นแหละ ปัญญาคือรู้รอบรู้  
ตัว ไม่ใช่เข้าไปสงบนิ่งเฉย ไม่มีอะไรเลย อันนั้นไม่เกิดปัญญา ปัญญาเกิดจากสติ  
ควบคุมจิตอยู่ต่างหาก ควบคุมจิตอยู่แล้ว ต้องตรวจตราพิจารณาดูตัวเอง ดังอธิบาย  
มานั้น ปัญญาที่สูงที่เรียกว่าปัญญาวิปัสสนาเอาไว้ต่างหากอันนั้น ต้องพิจารณาของ  
พวกนี้เสียก่อน คนจะฉลาดเฉียบแหลมต้องพิจารณาเรื่องเหล่านี้แหละ วันหนึ่งๆ  
ซึ่งเราผ่านไปแล้วตรวจตราอยู่ตลอดเวลาว่าควรทำอะไร อันนั้นเราทำแล้วหรือยัง  
หรือยังไม่ทำ สิ่งใดที่ควรทำรีบทำเสีย สิ่งใดที่ทำแล้วก็พิจารณาดูอีกที่ว่าสมควร  
หรือไม่สมควร ยังไม่ทำก็ต้องพิจารณา ทำแล้วก็ต้องพิจารณา ตลอดเวลาพิจารณา

อยู่อย่างนั้น

เราเกิดมามีกิริยากระทำทุกสิ่งทุกอย่าง กิริยานี้แหละเป็นเหตุให้เราพิจารณา ครั้นถ้าไม่มีการกระทำแล้วก็ไม่มีการพิจารณา การกระทำทุกอย่างทุกประการไม่ว่า จะกระทำทั้งภายในและภายนอก ภายนอกคือกิจการงาน ภายในคือทำสมาธิภาวนา ภายในใจ กิจอันใดเป็นของส่วนตัว หรือกิจอันใดเป็นของส่วนรวม กิจอันใดเป็นกิจ ที่จะต้องทำเพื่อประโยชน์คนอื่นและเพื่อประโยชน์ตนเอง ทำแต่ประโยชน์คนอื่น ฝ่ายเดียวไม่ได้ ขาดทุน ทำแต่ประโยชน์ตนเองไม่ทำประโยชน์คนอื่นก็ไม่ได้ ประโยชน์ ไม่กว้างขวาง ประโยชน์คนอื่นก็ทำ ประโยชน์ตนเองก็ต้องทำ เมื่อทำ ประโยชน์คนอื่นให้ได้ประโยชน์ในตนเอง จึงจะเป็นธรรม ถ้าทำแต่ประโยชน์คนอื่น อย่างเดียวแล้วประโยชน์ตนเองขาดไปก็ไม่เป็นธรรม เราทำประโยชน์ของตนแล้ว ค่อยทำประโยชน์คนอื่น ใครๆ ก็ทำประโยชน์คนอื่นทั้งหมด แต่แท้ที่จริงเพื่อตัวของ เรานี้เองไม่ใช่คนอื่น

อย่างว่าเมตตาสงสารหรือสงเคราะห์คนอื่นด้วยน้ำพักน้ำแรง หรือด้วยทุน ทรัพย์อะไรต่างๆ สงเคราะห์คนอื่นแต่แท้ที่จริงสงเคราะห์ตนเอง แต่หากลืมนเสีย เมื่อ ลืมมันก็ขาดประโยชน์ส่วนตัว ตัวของเราทำดีคือเอ็นดูเมตตาปรารถนาดีต่อคนอื่น ตัวของเรามีกายกับใจนี้แหละมันจึงค่อยทำ เราตั้งมันลงไปใจของเรา อยู่ที่ใจ กายของเราก็อยู่ปกติ ใจก็นิ่งแน่ว เมื่อทำแล้วให้ปล่อยวาง อย่านไปถึงตัวของตน ทำ ประโยชน์คนอื่นอย่าไปถึง ใจวางเสีย ของนะ ให้มาถึงตนอยู่เสมอๆ อันนั้นเรียก ว่าทำประโยชน์ตนเอง รู้จักตนเอง ทำประโยชน์คนอื่นได้ประโยชน์ของตน ถ้าทำ ประโยชน์ของคนอื่นอย่างเดียว เราไม่เหลียวแลกลับคืนมาหาตัวของเราเอง ความ ดีก็เลยไม่มี

นี่แหละความไม่ประมาทกับความประมาท ความประมาทคือไม่ได้ประโยชน์ ของตน ความไม่ประมาทคือทำแล้วหมั่นนึกให้มาอยู่ที่เดียว ให้เข้ามาหาตัวเองได้ นี่เรียกว่าความไม่ประมาท นั้นได้ชื่อว่าไม่ตาย การส่งออกภายนอก คิดภายนอก ถึงมีสติอยู่ก็ได้ชื่อว่าตาย คือไม่ได้ประโยชน์ส่วนตัว นั่นแหละตายมีหลายชั้นหลาย ตอน ที่ตายเพราะเหตุเพลิงเผาไหม้มาสารพัดทุกสิ่งทุกอย่าง ลุ่มหลงประมาทนั้น เรียกว่าประมาทแท้ แต่คราวนี้เช่นเกิดเมตตาสงสารผู้คนและสัตว์ต่างๆ อันนั้นก็

เรียกว่าประมาทเหมือนกัน คือไม่ยอมมาหาตัวเอง ครั้นยอมสละทำสิ่งที่ เป็น  
ประโยชน์แก่คนอื่นแล้ว ตัวของเราถ้ามันนิ่งแน่วอยู่กับที่ ปล่อยวางได้ ได้ชื่อว่าเป็น  
ผู้ไม่ประมาทโดยแท้

นี่มีนัยหลายอย่างหลายประการดังนี้แหละความประมาทกับความไม่ประมาท  
เหตุ นั้นทำอะไรทุกสิ่งทุกประการ คือตัวของเราที่ทั้งนั้นไม่ใช่ที่อื่น ให้เห็นตัวของตน  
อยู่เสมอ รู้ตัวของตนอยู่เสมอ ทำแล้วให้ปล่อยวาง ให้เข้าหาตัวเองนี่นิ่งแน่วเสมอ  
กิจอันนั้นเรียกว่ากิจของคนอื่น เราทำเสีย แล้วน้อมเข้ามาหาตัวเอง ให้ตัวเองนิ่งแน่ว  
อยู่เสมอ อันนี้เรียกว่า เป็นผู้ไม่ประมาทโดยแท้ เอาละ เทศน์เท่านี้แหละ



# วิถีแก้อารมณ์ของจิต

แสดง ณ วัดสันตปาณีเป็ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๔



คนเรามีอารมณ์อยู่ในใจทุกคน ตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งวันตาย มีอารมณ์ด้วยกันทั้งนั้น อาจจะหนักหรือเบา รุนแรงหรือไม่รุนแรงต่างกัน มนุษย์เราเกิดขึ้นมาแล้ว ชั่งอยู่ในอารมณ์ต่างๆ เช่น ความรัก ความชัง ความโกรธ ความเกลียด ติดอยู่ในสันดานทุกคน เหตุนั้นจึงฟังเรื่องอารมณ์ต่อไป เพื่อให้เข้าใจถึงอารมณ์นั้นๆ

อารมณ์ แปลว่า สิ่งที่พอใจยินดี ถึงแม้สิ่งอันที่ไม่พอใจ มีความโกรธความเกลียดเป็นต้น มันก็พอใจผูกพันอยู่กับความโกรธ ความเกลียดนั้น คือ มันไม่ทิ้งไม่วางนั่นเอง จึงเรียกว่าอารมณ์

ที่เกิดของอารมณ์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่เรียกว่าอายตนะทั้งหก เป็นบ่อเกิดของอารมณ์ ท่านว่าเป็นบ่อเกิด มิใช่เกิดจากอายตนะ ความเป็นจริงอารมณ์มิใช่เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย มันเกิดจากใจต่างหาก ตา หู จมูก ลิ้น กายเป็นแต่เพียงประตู เปรียบเหมือนประตูหรือหน้าต่างของบ้านเรือนนั้นแหละ พอได้ยินเสียงอันใดก็ไปเปิดประตูดู ไปส่องดูตามหน้าต่าง อยากเห็นอะไรก็ไปส่องดูตามนั้นนั่นแหละ แต่ผู้ส่องไม่ใช่หน้าต่าง หน้าต่างเป็นเพียงช่องสำหรับส่องดู ผู้ส่องดูคือคนดูต่างหาก ถึงแม้จะไม่มีประตูหน้าต่าง คือ ไม่มีตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่จิตมันยังมีอยู่ มันก็ยังเห็นอยู่ ดังนั้นจึงว่าอารมณ์ไม่ได้เกิดที่ตา หู จมูก ลิ้น กายนั้นหรอก มันเกิดที่ใจ ถ้าหากเรามาพิจารณาแยกออกไป แยกกายแยกใจกับอารมณ์นั้น ก็จะเห็นชัดด้วยใจของตนเองว่า อารมณ์เป็นอันหนึ่ง ใจเป็นอันหนึ่ง อายตนะเป็นอันหนึ่ง แต่อารมณ์ก็เกิดจากใจนั่นเอง

ในการที่แยกพิจารณานั้นเอง อารมณ์กับใจมันเลยออกจากกันไม่รู้ตัว มันหายไปเลยทีเดียว ทีนี้เราไม่ได้พิจารณาแยกเช่นนั้น เราไปหากันแต่อารมณ์ ไม่หาใจเลยไม่รู้จักรู้ว่ามันแยกกันออก เช่น เวลารักสิ่งใดก็เลยไปชอบใจไปพอใจด้วยสิ่งนั้น สิ่งที่เรารักนั้นแหละไปยินดีพอใจ พัวพันอยู่แต่ในสิ่งที่รักนั้น หรือพอไปโกรธไป

เกลียดสิ่งไม่ถูกใจเข้าก็ชอบคิดวนเวียนอยู่แต่ในสิ่งนั้นแหละ มันก็เลยติดอยู่เพียงแค่นั้น ไม่เข้าถึงใจสักที

ครั้นมาพิจารณาแยกอย่างนี้ คือ พิจารณาถึงใจ ใจ คือตัวเป็นกลาง ดังที่เคยอธิบายให้ฟังมาแล้ว ใจไม่มีอะไรเลย ความคิดนึกปรุงแต่งไม่มี อดีตไม่มี อนาคตไม่มี มีความรู้สึกแต่ปัจจุบันเท่านั้น ส่วนอารมณ์ เช่น ความรักลูกรักหลาน รักภรรยาสามี รักสิ่งต่างๆ ทั้งหมด มันพาให้ไปคิดถึงเรื่องของคนที่เรารักนั้น ปรุงแต่งอดีตอนาคต มันจะเป็นอย่างนั้นมันจะเป็นอย่างนี้ โดยที่มันยังไม่ทันเป็นก็อยากให้มันเป็น หรือมันเป็นไปแล้วก็คิดนึกปรุงแต่งเพลิดเพลนไปต่างๆ นั่นจึงเรียกว่าอารมณ์ มันไม่อยู่คงที่ไม่อยู่ในที่เดียว ไม่ลงปัจจุบัน ถ้าหากลงปัจจุบันก็หมดเรื่อง มันวางเรื่องต่างๆ ที่คิดนึกปรุงแต่งทั้งหมด อารมณ์ก็ไม่มี อยู่เฉยๆ เป็นกลางๆ ไม่คิดนึก เข้าถึงใจเลย ตัวกลางๆ นั่นแหละคือตัวใจ

ขอให้เห็นให้รู้จักตัวกลางนั้นเสียก่อน ถึงมันจะไม่เป็นอุปปนาสมาธิก็ช่างให้เห็นตัวกลางเพื่อให้รู้จักตัวเดิมของมัน ความรักความชังเกิดมาจากตัวกลางๆ นั่นแหละ มันเป็นเหตุให้เกิดอดีตอนาคต ถ้าไม่มีของกลางก็หมดเรื่อง เพราะตัวที่จะออกไปปรุงไปแต่งเป็นอดีตอนาคตไม่มี ตัวกลางนี้จึงเรียกว่า ใจ ตัวที่คิดนึกปรุงแต่งเรื่องต่างๆ ทั้งปวงเรียกว่า จิต หรือเรียกว่า เจตสิก ก็ตามแต่จะเรียกกันไป ในที่นี้จะเรียกว่าจิต

จิตไม่มีหยุดนิ่งอยู่ได้ ถ้าจะวิ่งตามความปรุงความแต่งของจิตไม่มีที่สิ้นสุดวันหนึ่งๆ มันไปรอบด้าน มันปรุงมันแต่ง มันคิดโน่นคิดนี่ทุกอย่าง มันไม่หยุดไม่อยู่ จะวิ่งตามมัน โอ้ย ไม่ไหวหรือเหมือนกับคนวิ่งตามเงา จะวิ่งเท่าไรๆ ก็ไม่ทันเงา หากหยุดวิ่งเงาก็หยุดก็เลย จิตก็เหมือนกัน มันไม่หยุดสักที ถ้าเราหยุดก็ลงไปเท่านั้น มันอยู่คงที่เลยไม่ต้องวิ่งตาม เหตุนี้จึงว่าให้เห็นตัวเดิมของมันเสียก่อน เมื่อเห็นตัวเดิมแล้วคราวนี้จึงรู้ว่าอารมณ์ก็คือจิตนั้นแหละ คิดนึกส่งหน้าส่งหลังอดีตอนาคต ยืนติดอยู่กับความคิดปรุงคิดแต่ง ไม่ว่าจะคิดกุศลหรืออกุศล เช่น ความโกรธ ความจริงที่แท้ไม่ยอมโกรธหรืออก แต่หากวางไม่ได้ คือ มันยินดี มันติดใจในเรื่องนั้น คิดนึกปรุงแต่งแต่เรื่องความโกรธนั้นแหละ วางไม่ได้ทอดทิ้งไม่ได้ มันเป็นอารมณ์ในเรื่องนั้น

จะละทิ้งจะถอนอารมณ์อย่างไร เรามาลองคิดดูว่า ถ้าหากเราไม่คิดจะเป็น  
อย่างไร เมื่อไม่คิดไม่ปรุงไม่แต่ง มันก็เฉยๆ เท่านั้นเอง นี่แหละคือตัวกลาง เมื่อเข้า  
ถึงตัวกลางได้แล้ว ความโกรธ ความไม่พอใจ ความรัก อารมณ์ต่างๆ ก็หลุดออก  
ไปหมด อันนี้คือวิธีแก้อารมณ์ คือ แยกใจออกจากอารมณ์เสีย แล้วเอาแต่ใจ  
อย่างเดียว อย่าไปเอาอารมณ์ เท่านั้นก็เป็นว่าแยกได้ทุกอย่างทุกอย่างหมด ไม่ว่าจะ  
เป็นความรัก ความชัง ความโกรธเกลียด อิจฉาพยาบาท ความวิตก ความกลัว  
ความเศร้าโศกคับแค้นใจ ความเฟลิดเฟลินมัวเมา สรรพกิเลสทั้งปวงหมด ต้อง  
แยกอย่างนี้ ต้องพิจารณาอย่างนี้ จึงจะเข้าถึงตัวใจ เมื่อเข้าถึงใจแล้ว สิ่งทั้งปวงมัน  
ก็ถอนรากไปพร้อมกัน ก็หมดเรื่อง

วันนี้ได้อธิบายถึงเรื่องอารมณ์และวิธีแก้อารมณ์โดยเฉพาะเพียงแค่นี้ ง่ายๆ

### นั่งภาวนา

#### ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน

ตั้งใจทำสติให้มั่นคง อบรมสมาธิภาวนาให้คงที่ เบื้องต้นเราต้องตั้งใจให้ดี  
อธิษฐานในใจของเราให้แน่วแน่เต็มที่เสียก่อนว่า เราจะทำจิตอยู่ที่นี้ ไม่ให้จิตส่งสาย  
ไปไหนมาไหนละ เมื่อจิตตั้งมั่นลงในที่เดียวแล้ว เราจึงค่อยกำหนดปริกรรม จะเอา  
อะไรก็เอา แต่ในที่นี้ให้เอาอันที่ตนเคยทำมาจนชำนาญแล้ว กำหนดไว้ที่เดียว  
ในใจที่มันอยู่นิ่งนั้น

เมื่อมันวางความคิดความนึกทั้งปวงหมด มันนิ่งเฉยแต่มีสติคุมอยู่ มันก็เป็น  
สมาธิแล้ว และการที่เป็นสมาธิแล้ว อย่าอยากไปรู้ไปเห็นอันนั้นอันนี้จะไรต่างๆ  
อยากก็ไม่ได้อีก เมื่อคิดอยาก มันเป็น ๒ เป็น ๓ เป็น ๔ เป็น ๕ ไปแล้ว เลยเตลิด  
เปิดเบิงไปใหญ่ ก็ต้องกลับมาปริกรรมกันใหม่ ทำให้จิตอยู่กับคำปริกรรมนั้นอีก

หากจิตแน่วแน่ลงเต็มที่แล้ว มันอาจมีความรู้อันหนึ่งผุดขึ้นมาจากนั้น มัน  
แวบขึ้นมาจากนั้น หรือมันสว่างขึ้นมาจากนั้น หรือมันสะอึกใจของเราในที่นั้น อัน  
นั้นจึงเป็นความรู้ เป็นวิชา อันนั้นจะเป็นของตนแท้ นั้นเรียกว่า ปัญญาเกิดจาก  
สมาธิแท้

คนเรานั้นเกิดขึ้นมามีอารมณ์หลายอย่างไม่หยุดนิ่ง ก็เพราะเหตุที่เราไม่ได้ตั้งสติให้แน่วแน่ ถ้าตั้งสติคุมใจให้อยู่ที่เดียวแน่วแน่เท่านั้น มันก็นิ่งได้ แต่เราไปเอาหลายอย่าง พลังไปทุกอย่าง อันนั้นก็จะเอา อันนี้ก็เอา มันเลยไม่จริงสักอย่างเดียว

ความรู้ของคนในโลกนี้มันมากมาย เรียนไปเกิด เรียนรู้ไปทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ก็ไม่สามารถละกิเลสได้ พุทธศาสนาสอนอันเดียว เพราะของมันเกิดจากสิ่งเดียว รู้ในที่เดียว ดังนั้นศาสนาพระพุทธเจ้าสอนให้มีการจบ วิชาต่างๆ ในโลกนี้สอนไม่จบกันสักที ยิ่งสอนก็ยิ่งบานปลาย เพราะมันไม่เข้าถึงใจมันก็ไม่จบ พุทธศาสนาสอนให้ถึงใจมันก็จบนะซี

เหตุนี้ เมื่อเราตั้งใจปฏิบัติพระพุทธศาสนา เราต้องเข้าถึงใจให้มันได้ ความรู้ต่างๆ มันเกิดจากนั้น ทำให้เข้าถึงใจอันเดียวก็แล้วกัน จงทำความเพียรภาวนารักษาใจให้มันได้ ให้มันสงบ จึงจะเห็นความจริงขึ้นมาภายใน



# ความสามัคคี

๒๒๗ ณ วัดกีนหมากเปิง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๔๒๖



จะเทศน์เรื่องความสามัคคีให้ฟัง ความพร้อมเพรียงของหมู่คณะเป็นเหตุนำมาซึ่งความสุข อย่าวว่าแต่คนอื่นไกลเลย เฉพาะตัวของเรานี้แหละ สามัคคีพร้อมเพรียงกันเมื่อไรก็อยู่เย็นเป็นสุข คนอื่นนอกจากตัวของเราแล้ว ไม่ต้องกล่าวถึงหรือต้องการความสุขแน่นอน

ความสามัคคีของตัวเรานั้น มันพร้อมเพรียงกันแต่ไหนแต่ไรมา อวัยวะทุกชิ้นส่วนที่เราใช้ประกอบกรงานอยู่ คำว่า เราใช้ คือมันยังมีใจอยู่ เราใช้ ตา เห็นรูป รู้ว่ารูปดี รูปชั่ว รูปหยาบละเอียด ทุกสิ่งทุกอย่างที่ตาเห็น ตานั้นไม่ได้ก้าวกายถึงหู ตาไม่ได้ฟังเสียง ไม่ได้ดมกลิ่น ทำหน้าที่เดียวคือเห็นรูป อันนี้ก็เรียกว่าสามัคคีอันหนึ่งของตา

ธรรมดามันมี ๖ อย่าง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ว่าตานั้นมองสิ่งใดกระทบรูปขึ้นมาแล้ว มันจะต้องเพ่งดูแต่รูป ให้เข้าใจถึงเรื่องรูป รูปดี รูปชั่ว รูปหยาบละเอียด มันทำหน้าที่ของตา ไม่แก่งแย่งซึ่งกันและกัน อันนี้เรียกว่าสามัคคีทำหน้าที่แต่เฉพาะของตน

หู มีหน้าที่ฟังเสียง เสียงดี เสียงชั่ว เสียงหยาบละเอียด สารพัดทุกอย่างที่เป็นบรรดาเสียงนั้น หูทำหน้าที่เฉพาะฟังเสียง ไม่ได้ไปดูรูป นั่นก็ได้ชื่อว่าสามัคคีของหู

จมูก ก็เหมือนกัน ทำหน้าที่ของตนทุกอย่าง บรรดากลิ่นทั้งหลาย กลิ่นเหม็น กลิ่นหอม สารพัดทุกอย่าง จมูกต้องดมหมดทั้งนั้น จมูกนี้อาจจะลำบากกว่าเพื่อน กลิ่นเหม็นก็ต้องดม กลิ่นหอมก็ต้องดม ตานั้นยังค่อยยังชั่วหน่อย รูปไม่ดีก็หลับตาเสียก็แล้วไป หูนั้นอุดเขาก็ได้ถ้าเสียงไม่ดี แต่จมูกนี้อุดไม่ได้เด็ดขาด ต้องดมตลอดเวลา กลิ่นจะเหม็นจะหอมเท่าใดก็ต้องอดเอา ต้องดมอยู่เรื่อยไป ถ้าหากว่าไม่

ดม คือไม่มีลมหายใจ ได้แก่ตอนตาย จมูกลำบากกว่าเพื่อนสักหน่อย

ลิ้น ก็เหมือนกัน อย่างรสหวาน รสเปรี้ยว เผ็ด เค็ม อะไรต่างๆ ทุกอย่างต้องอาศัยลิ้น สิ่งอื่นจะมาทำหน้าที่ไม่ได้ เผ็ด เค็ม หวาน เปรี้ยวหรืออะไรต่างๆ อร่อยหรือไม่อร่อย ต้องใช้ลิ้น เอาอื่นมาแทนไม่ได้ ลิ้นทำหน้าที่สมบูรณ์ทุกสิ่งทุกประการ เกี่ยวกับรสชาติต่างๆ

กาย สรรพางค์ทุกส่วนของร่างกายต้องสัมผัสโผฏฐัพพะ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ต้องอาศัยกายทำหน้าที่สัมผัสทุกอย่าง

ใจ มโนคือความคิด ความนึกน้อม อันที่ใจนึกน้อมไปนั้นแหละ อะไรจะปิดไม่ได้เด็ดขาด ต้องทำตามหน้าที่ของใจ น้อมไปในสิ่งดีสิ่งชั่ว สิ่งหยาบละเอียดอะไรต่างๆ อย่าง อาศัยใจคือความนึกน้อม

สิ่งทั้งหลายทั้ง ๖ อย่างนี้แหละ พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่าประคู้ทั้ง ๖ เปิดประคู้แต่ละประคู้ ประคู้รับเอาสิ่งต่างๆ ตามหน้าที่ของตนแต่ละอย่างแต่ละประคู้ จะไม่รับสลับซับซ้อนกัน ต่างคนต่างทำหน้าที่ของตน ความพร้อมเพรียงของร่างกายต้องพร้อมเพรียงกันอย่างนี้ ทำหน้าที่ไม่ก้าวก่ายซึ่งกันและกัน และก็ไม่เคยทะเลาะกันด้วย ตาก็ไม่ทะเลาะกับหู หูก็ไม่ทะเลาะกับตา จมูก ลิ้น กาย ใจ อะไรต่างๆ ไม่ทะเลาะกันทั้งนั้น ต่างคนต่างชื่อสัตย์สุจริตทำหน้าที่ของตน กายยังอุดมสมบูรณ์ กายยังปกติ กายซึ่งไม่มีการทะเลาะวิวาทซึ่งกันและกัน และกายก็ไม่เจ็บไม่ป่วย ต่างทำหน้าที่ของตนได้ทุกชิ้นทุกส่วนเรียบร้อยหมดทุกอย่าง

คราวนี้ถ้าหากตาเกิดไม่ทำหน้าที่ เช่น เจ็บตา เป็นตาต้อ ตาแดง หรือว่าตาบอด หูหนวก หรือว่าลิ้นเป็นแผลหรือเป็นโรคอะไรต่างๆ มันไม่รับรสชาติต่างๆ มันบกพร่อง ไม่ทำหน้าที่ของมัน ความสามัคคีมันก็ไม่มี เมื่อความสามัคคีไม่มี มันก็ต้องทนทุกข์ทรมานลำบากเหมือนกัน

ก็แปลกเหมือนกัน ตา หู จมูก ลิ้น ทำไมจึงไปไว้ที่เดียวกัน ไม่อยู่ห่างไกลกันเลย อยู่เฉพาะศีรษะนี้เท่านั้น ศีรษะเดียวกันเท่านั้นแหละ มันแปลกนะคนเรา กายนะทั่วไปหมด ใจคือประสาทสำหรับให้คิดให้นึก ก็เฉพาะอยู่ที่ศีรษะนี้เหมือนกัน ไปรวมอยู่แห่งเดียวกันหมด เห็นจะเป็นเพราะว่ามันจะใช้ง่ายกระมัง จึงมารวมไว้ใกล้ๆ กัน ถ้าอยู่ไกลมันลำบาก มันใช้ยาก เอามาใกล้ๆ กันนี้รวมเป็นแห่งเดียวกันก็ใช้ง่าย

สบาย ธรรมชาติแต่ง เห็นจะเป็นอย่างนั้นกระมัง ความพร้อมเพรียงสามัคคีของร่างกายต้องเป็นอยู่อย่างนี้

แล้วสิ่งอื่นละคราวนี้ บุคคลอื่น ถ้าหากว่าทำหน้าที่ของตน แต่ละคนๆ ไม่ก้าวก้าวซึ่งกันและกัน มันก็เรียบร้อยเป็นไปด้วยความสงบ ความพร้อมเพรียงมีในที่ใดที่นั่นย่อมได้ความสุข มีในคนใดคนนั้นก็มีความสุข ในหมู่ใด คณะใด หมู่ไหน คณะนั้นย่อมได้รับความสุข แม้แต่ธรรมชาติที่เป็นของละเอียดลึกลับซึ่งเข้าไป หากว่าสามัคคีรวมกันได้ก็สำเร็จมรรคผลนิพพาน อย่างท่านพูดถึงเรื่องมรรคทั้ง ๘ สัมมาทิฎฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมากัมมันตะ สัมมาวาจา สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ทั้ง ๘ นี้รวมลงเป็นหนึ่งเมื่อไรแล้วเรียกว่า มรรคสมังคี เป็นมรรคที่จะให้สำเร็จมรรคผลนิพพาน มันต้องรวมกันเสียก่อน ถ้าหากว่าไม่รวม กระจายกันอยู่ มันก็ไม่เป็นมรรค มันก็ไม่ได้สำเร็จมรรคผลนิพพาน

พุทธศาสนาทั้งปวงหมดรวมความว่า ต้องมีการรวม จะเป็นโพธิปักขิยธรรม ๓๗ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทริย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรค ๘ ครั้นกระจายกันอยู่เลยไม่สำเร็จมรรคผลนิพพาน โพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ นั้นมันรวมลงแห่งเดียว มันรวมลงเป็นอันเดียว เปรียบเหมือนกับผู้พิพากษาไปสืบถ้อยสืบความทุกแห่งทุกหน ไกลไกลสารพัดทุกอย่าง ไปสืบมาได้ แล้ว สักขีพยานเพียงพอแล้ว ก็นั่งบัลลังก์อ่านประกาศตัดสินเลย คดีความนั้นจึงสำเร็จ ฉะนั้นเดียวกันกับมรรครวมสามัคคีเหมือนกัน

คำที่ว่ารวมนั้น ปฏิบัติได้ทุกสิ่งทุกอย่าง เดินป่า เดินรุกขมูลไปเหนือล่องใต้ ไปหาความวิเวก ไปหาความสงบ ไปหาความสุข ไปหาไหนก็ตาม แล้วมารวมเข้าที่ใจ รวมเข้าที่ใจลงถึงอัปนาสมาธิ นั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อย่างที่เคยพูดเสมอว่า จิตเป็นผู้คิดผู้นึกก็อันเดียวกัน ส่งสายปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง สัญญาอารมณ์ทั้งปวง อันนั้นยังกระจายไม่รวมกัน ให้พิจารณาเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันเป็นอุปสรรคของการภาวนา มันเป็นเรื่องยุ่งเหยิง โดยสละสิ่งทั้งปวงที่คิดนึกปรุงแต่งทั้งหมด รวมเข้ามาเป็นอันหนึ่งอันเดียวคือใจ ลงอันเดียวเป็นใจ คือตัวอัปนาอันนั้นเอง รวมเป็นใจ เข้าถึงอัปนาอันนี้เป็นอันว่าถึงที่สุดของพุทธศาสนา ไม่ว่าขั้นใดก็ตาม จะว่าขั้นมรรค ผล นิพพาน ชั้นไหนก็ตาม แล้วแต่อุบายปัญญาของตน แล้วแต่

ปัญญาของคนๆ นั้น แต่ว่ามันรวมลงแห่งเดียว ตัดสินลงแห่งเดียว อันนั้นเรียกว่า ศาสนารวม ถ้าหากศาสนาไม่รวมแล้ว ยังไม่ทันถึงพุทธศาสนาที่แน่นอนก่อน ยังกระจัดกระจายอยู่ ยังตัดสินไม่ได้ รวมสิ่งทั้งปวงหมด คือ ความคิด ความอ่านใกล้ๆ นั้น ไม่ต้องเอาไกลหรอก สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเห็นเป็นอุปสรรคแก่การภาวนา สละปล่อยวางหมดแล้ว มันหากรวมลงเองหรือคราวนี้

คำว่ารวมในที่นี้นั้น พุทฺเจยฺย อากาโรวํรวมในที่นี้ กับอาการที่มันรวมจริงจังๆ แปรแตกต่างกัน เวลามันรวมจริงๆ จังๆ มันไม่คิดนึก ไม่ปรุงไม่แต่ง ไม่มีอดีตอนาคตลงปัจจุบันเลย แล้วไม่ได้นึกคิดว่าเราจะรวมหรือเราจะหยุดนิ่ง แล้วจะเป็นเอกัคคตาไม่ต้องคิด มันหากเป็นของมันเองโดยอัตโนมัติ นั่นจึงค่อยเป็นจริง ผู้ที่ภาวนาเป็นแล้ว เห็นแล้วรู้แล้วเรื่องอันนั้นจึงค่อยพูดถูกจึงเข้าใจได้ ถ้าหากไม่เป็นไม่ถึงก็ไม่สามารถที่จะพูดให้ถูก ถึงพูดอยู่นี้ก็พูดไปอย่างนั้นแหละ แต่ฟังยากที่จะเข้าใจถึงเรื่องนี้เพราะตนไม่เป็น

อันนี้พูดเป็นเรื่องไปเฉยๆ นั้นแหละ จิตรรวม จิตหยุด จิตนิ่ง จิตเป็นอัปปนาสมาธิอย่างนั้นอย่างนี้ ว่าตามแนวไปเฉยๆ นั้น แต่ความเป็นจริงของตนแล้ว ไม่มีใครพูดได้ เห็นได้เฉพาะตนเอง เอาละ เทศนาเพียงแค่นี้ละ เออว

## นั่งภาวนา

### ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน

การปฏิบัติกรรมฐาน มันต้องหัดพิจารณาเรื่องอารมณ์ต่างๆ ที่เราข้องเราผูกพันในสิ่งใดๆ พิจารณาให้รู้เรื่องหมดทุกสิ่งทุกอย่างจนถอน ถอนจากสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น รวมเข้ามา นั้นวิธีที่รวม ก่อนที่จะรวมมันต้องเห็นโทษสิ่งทั้งปวงหมด ที่มันติดมันนี่ถ่วงสายไปในกิจกรรมงานสารพัดทุกอย่าง ภาวะทุกประการ คิดถึงโน้นคิดถึงนี่อะไรต่างๆ นั้น เห็นเป็นโทษเห็นเป็นภัย มันเป็นอย่างนั้น อันนั้นเป็นภัยใหญ่โต จิตไม่รวม ครั้นเห็นโทษมันก็วางละถอนหมดละชิ แล้วก็เข้ามาอยู่ที่จิตอันเดียว ใครเป็นคนคิดใครเป็นคนนึก ส่งสายติดพันผูกพันอะไรต่างๆ เหล่านั้น ค้นหาตัวจิต คือเห็นจิตผู้มันไปคิดไปส่งสาย อาการส่งสายก็วางหมด ยังเหลือแต่จิต อันนั้น

ละวิธีรวม วิธีที่รวมเข้ามาก็อย่างที่อธิบายให้ฟังเรื่องเหมือนผู้พิพากษาไปสืบสวนคดีต่าง ๆ ทั้งใกล้ไกล รวมคดีมาหมดแล้วจึงค่อยมาตัดสินในที่เดียว คือนั่งบัลลังก์อ่านประกาศ นั้นวิธีรวม

คราวนี้มันไม่ได้รวมอย่างนั้นอยู่เสมอ มันต้องออกไปอีก ครั้นเมื่อมันรวมอย่างมาก็ได้ชั่วโมงหนึ่งหรือสองชั่วโมงแล้วก็ออกไปอีก คราวนี้ออกก็ไม่ได้แกลงให้ออกไป แต่มันออกไปเอง คือมันเคยชินเสียแล้วกับการที่คิดนึกส่งสายสารพัดทุกอย่าง มันเคยชินมาจนเป็นภพเป็นชาติ อันที่จะเกิดภพเกิดชาติก็เพราะอันนี้แหละ เพราะมันคิดมันส่งสาย มันก็เลยออกไปตามเรื่อง ไปตามภพตามชาติของเก่า แล้วก็รวมเข้ามาอีกคราวนี้มันยาก ถ้ารวมไม่ได้ก็เตลิดเปิดเปิงไปใหญ่โต ถ้ารวมได้ก็ชื่อว่าเรารักษาจิตได้

การภาวนาก็เท่านี้ ไม่มีอะไรหรอก ให้รู้จักรวมเท่านั้น แต่มันไม่รวมสักที เกิดมาชาติหนึ่ง ๆ มันจะรวมได้เป็นครั้งเป็นคราวก็แสนยากที่สุด เรียกว่า ภพชาติยังยึดยาวเหลือเกิน อยากจะสิ้นภพสิ้นชาติ เห็นโทษทุกข์ อยากจะถึงพระนิพพาน โอโฮ มันไกลแสนไกลหากเรารวมไม่ได้ รวมไม่ได้มันยังหลายชาติหลายภพ เราเห็นได้ตรงนั้นแหละ ครั้นถ้ารวมได้บ่อย ๆ ก็เข้าจนกระทั่งได้ตลอดเวลา รวมเวลาใดก็ได้ทุกเมื่อทุกยาม อันนั้นเราก็ค่อยเห็นช่องเห็นทางบ้างว่าจะสิ้นภพสิ้นชาติ

ที่ว่าการปฏิบัติมันยากแสนยาก ต้องอาศัยสำรวม สำรวมกายก็เพื่อให้รวมเข้าตรงนั้น คำว่าสำรวม ๆ ก็คือรวมเข้าตรงนั้น หมายความว่าถึง จิตรวมนั้นแหละ ให้มันรวมเข้าถึงจิตนั้นแหละ สำรวมวาจา ไม่ต้องพูดมาก พูดแต่สิ่งจำเป็น พูดน้อย ๆ อย่าให้มันฟังชาน สำรวมใจ คิดเฉพาะกรรมฐาน ฟังพิจารณาเฉพาะกรรมฐาน เอามารวมในใจ ท่านสอนกรรมฐาน ท่านจึงให้สำรวม สำรวม กาย วาจา ใจ อันคนที่จิตไม่รวมนั้นไม่เห็นภพเห็นชาติ จึงหลงเพลิดเพลिनลุ่มหลงจนไม่มีขอบเขต เราเป็นผู้ปฏิบัติกรรมฐาน ให้รู้จักสำรวม อย่าไปยุ่งกันมากนัก วุ่นวุ่นวายสารพัดทุกอย่าง ส่งสายไม่มีขอบเขต มันไกลแสนไกล

เหตุนี้จึงว่าการสำรวมเป็นของสำคัญที่สุด ผู้ปฏิบัติกรรมฐานต้องรักษาพวกนี้แหละ เอาแต่จะหาฟัง ส่งสาย ยิ่งไปใหญ่ไปโต แม้แต่คำพูดเล็กๆ น้อยๆ เห็น

# ธรรมดาเล็กๆ น้อยๆ ก็พุ่งส่งไปเลย ว่าตลก เก่ง ดนตรี เสขวิโส ก็เลยไม่มีขอบเขต นั้น ไกลนัก... เข้า ทำกรรมฐาน ส้ารวมหน้อย

นี่คือ... (text continues in a smaller font, partially obscured by the watermark)



นี่คือ... (text continues in a smaller font, partially obscured by the watermark)

นี่คือ... (text continues in a smaller font, partially obscured by the watermark)

นี่คือ... (text continues in a smaller font, partially obscured by the watermark)

คนเกิดมาได้ชื่อว่าเป็นบุญคุณของกันและกัน บุตรีดา เป็นหนี้บุญคุณของบิดามารดา บิดามารดาเป็นหนี้ใหม่ของ บุตรีดา ต่างก็คิดถึงหนี้ของกันและกันโดยที่ใครๆ มิได้ทวง หนี้ แต่หากคิดถึงหนี้เอาจอง แล้วก็ใช้หนี้ด้วยตนเองตาม ความสำนึกของตนๆ บางคนก็น้อยบ้างมากบ้าง เพราะหนี้ ชนิดนี้เป็นหนี้ที่ตนหลงมาทำให้เกิดขึ้นเอง ไม่มีใครบังคับและ ค้ำประกัน บางคนคิดถึงหนี้สินที่ตนมีแก่บิดามารดา มากมายเหลือที่จะคณานับ แต่เกิดจนตาย บิดามารดาถนอมเลี้ยง ลูกด้วยความเอ็นดูทุกอย่าง เป็นต้นว่า นั้ง นอน ยืน เดิน พูดจา ต้องอาศัยบิดามารดาสั่งสอนทุกอย่าง เวลาเกิดโทษะ ฟาดตี ด้วยไม้หรือฝ่ามือก็ยังมีความรักตัวอยู่ว่านี่ลูกนะๆ บางทีตี ไม่ลงก็ยังมี มันเป็นสัญชาตญาณของสัตว์ผู้เกิดมา บิดามารดา ย่อมมีความรักบุตร แม้แต่สัตว์ดิรัจฉานก็ยังมีความรักลูกโดย ไม่ทราบความรักนั้นว่า รักเพื่ออะไร และหวังประโยชน์อะไร จะช่วยเหลืออะไรแก่ตนบ้าง ลูกๆ ก็ทำนองเดียวกันนี้ แต่สัตว์ มันยังรู้หายเป็น รักกันชั่วประเดี๋ยวประด๋าว รักกันแต่ยังเล็กๆ เมื่อเติบโตแล้วก็ลืมกันหมด มนุษย์นี้รักกันไม่รู้จักหาย ถึง ตายแล้วก็ยังรักกันอยู่อีก ตายแล้วมันคืนมาได้อย่างไร มนุษย์ คนใดไม่รู้จักบุญคุณบิดามารดา และไม่สนองตอบแทนบุญคุณ ของท่าน มนุษย์ผู้นั้นได้ชื่อว่าเลวร้ายกว่าสัตว์ดิรัจฉานไปเสีย อีก

อัตตโนประวัติ

ดร. ภ. น. ๒๕๐๓

เมื่อมีโลกก็ต้องมีปัญหาโลกแตกเป็นธรรมดา เมื่อเรา  
ผูกเองก็ต้องแก้เป็นละซี คนอื่นใครจะแก้ให้ได้ นอกจากจะ  
บอกวิธีแก้ให้เท่านั้นเอง ปลาติดเบ็ดนายพรานเพราะเหยื่อ  
ของนายพรานหุ้มพรางไว้ ปลาเห็นเข้าโฉบเอาด้วยความหิว  
เมื่อเบ็ดเกี่ยวปาก เหยื่อก็ไม่ได้กิน ยังเหลือแต่ความเจ็บปวด  
รวดร้าวอย่างเดียว ความหิวทำให้เกิดทุกข์อย่างนี้ เราให้  
ความเห็นว่างอดเอาเถิด เมื่อเราหลงเหยื่อจนเบ็ดเกี่ยวปาก  
แล้ว ยิ่งดิ้นก็จะมีแต่ความเจ็บปวดทรมาน ปลงอนิจจังสังเวช  
ตนเองว่าเป็นทุกข์เช่นนี้ ก็เพราะความหลงผิดแท้ๆ นิ่งๆ เอา  
ไว้ให้นายพรานมาปลดเอาไปต้มยำเป็นอาหารเย็น ก็  
เป็นโชคดีของแก

อัลดโนประวัติ

๑๓๓๕