

คำว่า “มนุษย์ผู้มีใจสูง”  
“สูง” ในที่นี้หมายความถึง  
ความรู้ดี รู้ชั่ว  
แล้วละชั่วกลับเป็นดีได้  
แล้วไม่กลับตัวไปทำความชั่ว  
อันเป็นของต่ำช้าเลวทรามอีก

## ๑. วัด - วินัย

วันที่ ๑๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖ ตอนค่ำ

(อบรมพระภิกษุสามเณร)

ณ วัดเจริญสมณกิจ ภูเก็ต

วันนี้เริ่มต้นเทศน์กัณฑ์ใหม่กันที ทุก ๆ คนจงพากันทำจิตของตนให้เป็นของใหม่ จะได้ฟังเทศน์  
กัณฑ์ใหม่ ๆ กันต่อไป ของเก่ามักชักจะดันไป เก่าคน เก่าใจ ไม่เป็นของมีค่า หาแวววาวมิได้

การอบรมฝึกฝนตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น เบื้องต้นทุก ๆ คน มาวัดฟังเทศน์ ฟัง  
ธรรม จำศีล มาบวชในพระธรรมวินัยนี้ ก็เพื่อจะมาอบรมกาย วาจา ใจ ของตนให้ถูกต้องตาม  
ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะเข้าใจว่า คำสอนในพระพุทธศาสนานี้เป็นคำสอนที่ดีมี  
เหตุผลเชื่อถือได้

ก็บัดนี้กาลเวลาล่วงมานานแล้ว เหลืออยู่ไม่กี่วันก็จะออกพรรษาแล้ว การอบรมฝึกฝนของ  
พวกเราดังกล่าวมาแล้วนั้น บัดนี้ได้พากันตรวจดูผลลัพธ์แล้วหรือยังว่า ใครได้อะไรบ้างเป็น  
ผลตอบแทน ไม่ว่าจะแต่เฉพาะปีนี้ละ ผู้ที่ได้อบรมฝึกฝนมาแล้วนาน ๆ หลายปีก็ตาม จงตรวจดูว่าเรา  
ทำการอบรมฝึกฝนมาคุ้มค่าแล้วหรือยัง

ธรรมดาคนเราผู้ซึ่งจะเข้าไปศึกษาอบรมหาความรู้ความดี ในสถาบันใดก็ตามจะต้อง  
ตัดสินใจตนเองเสียก่อนว่า สถาบันที่เราจะเข้าไปอบรมฝึกฝนนั้น เป็นสถาบันที่ดีและสามารถจะ  
ประสิทธิ์ประสาท ให้ความรู้ความดีแก่เราได้สมเจตนาหรือไม่ โดยเฉพาะพระพุทธศาสนาเป็น  
สถาบันอันดีเลิศ ไม่สักแต่ว่าจะประสิทธิ์ประสาทให้เราได้รับความรู้ความฉลาด เพื่อการครองชีพ

เป็นสุขสมบูรณ์เท่านั้น แต่ยังสามารถทำให้เราผู้เข้าใจแล้วทำตาม จนรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารม  
เข้าถึงมรรคผลนิพพานได้ พระพุทธศาสนาจึงเป็นสถาบันอันสูงเยี่ยม เป็นที่รวมแห่งวัฒนธรรม  
และศีลธรรมดำรงไว้ซึ่งสัมมาชีพ มีความผลสุขเป็นผลตอบแทน เมื่อเข้าสู่ศตวรรษนี้แล้ว จึงเกิด  
ศรัทธาอุทิศตัวเข้าอบรมในพระพุทธศาสนา

แต่เมื่อเข้ามาแล้ว ถ้าทำไม่ดี ไม่เป็นไปตามเจตนารมณ์และปณิธานของตนแต่เบื้องต้น  
เช่น ไม่ตั้งใจอบรมศึกษาให้เข้าใจในหลักธรรม มาทำลายระเบียบขนบธรรมเนียม กฎกติกา  
ธรรมวินัยที่ท่านปฏิบัติไว้แล้ว คือด้านฝ่าฝืน น้อมเอาระเบียบเหล่านั้นมาปฏิบัติเข้ากับกิเลสความ  
ต้องการของตน ตรงกันข้ามนอกจากจะเป็นการทำลายสถาบันอันมีเกียรติ และศักดิ์สิทธิ์เคารพยิ่ง  
ของตนแล้ว ยังเป็นผลสะท้อนให้เกิดความเสื่อมเสียหาย เค็ดรื้อนให้แก่คนมากมาย คล้ายกับว่า  
เรากำลังหิวอาหาร เมื่อเห็นเขาเอาก้อนยาพิษมาขาย เราเข้าใจว่าได้รับประทานขนมที่อร่อยเพื่อแก้  
หิว เมื่อซื้อรับประทานเข้าไปแล้ว จึงจะรู้สีกว่ามิใช่ขนมเสียแล้ว แต่มันกลับเป็นยาพิษเพื่อสังหาร  
ชีวิต

พึงตั้งข้อสังเกตดูภายในจิตใจของตน ๆ ก็จะมีรู้ได้ว่าเราเข้าอบรมฝึกฝนธรรมคำสอนของ  
พระพุทธเจ้าด้วยความบริสุทธิ์จริงใจ หรือว่าเรามาบ่อนทำลายสถาบันอันมีเกียรติและศักดิ์สิทธิ์  
เคารพยิ่งของตน จะรู้ได้จากเหตุผลเหล่านี้ คือ

เมื่อครูอาจารย์เพื่อนพรหมจรรย์ หรือใคร ๆ ก็ตามผู้หวังดีต่อ ตักเตือนว่ากล่าวในสิ่งที่ชอบ  
ที่ควร เพื่อให้เข้าระเบียบธรรมวินัยก็ดี หรือได้เห็นได้ฟัง กฎ กติกา ระเบียบ ประเพณี ข้อวัตร  
และธรรมวินัยก็ดี แล้วทำให้เกิดความท้อใจ หนักใจ ขัดเคือง โกรธแค้น ไม่พอใจ จนเป็นเหตุให้  
ล่วงละเมิดและฝ่าฝืน พึงเข้าใจเถิดว่านั่นเป็นบ่อนทำลายมิใช่เพื่อเชิดชูบำรุงส่งเสริมเสียแล้ว

แต่ถ้าเมื่อครูอาจารย์และเพื่อนพรหมจรรย์ เป็นต้น ผู้หวังดีต่อเรา กล่าวตักเตือนในสิ่งที่ดีที่  
ควร เพื่อให้เราประพฤติถูกต้องตามธรรมวินัยก็ดี ได้เห็นได้ฟังกฎ กติกา ระเบียบ ประเพณี ข้อ  
วัตรที่ท่านตั้งไว้แล้วก็ดี ยิ่งเพิ่มความเลื่อมใสแสดงความพอใจ อยากประพฤติให้ถูกต้อง ถามท่าน  
ผู้รู้เพื่อแนะนำแนวทางในการปฏิบัติให้ ไม่มีทิฐิมานะ กระด้าง ถือตัว อาการเหล่านี้เป็นอาการของผู้  
บวชเข้ามาอบรมฝึกฝน เพื่อเพิ่มพูนส่งเสริมเชิดชูพระพุทธศาสนา ให้เจริญก้าวหน้าโดยส่วนเดียว  
เหมือนกับบุคคลผู้ปรารถนากำลังแสวงหาทรัพย์อันมีค่าอยู่ เมื่อใครก็ตามแม้แต่คนจู้เรื่อนหาที่  
อาศัยมิได้ก็ตาม มาชี้แหล่งที่มีทรัพย์ให้ว่า ณ บริเวณที่ตรงนั้นมีแร่ต่างๆ ที่มีค่าหลายชนิด อาทิ  
เช่นทองคำและเพชรพลอยก็มาก ดังนี้บุคคลนั้นเขาจะไม่แสดงความรังเกียจคนจู้เรื่อนคนนั้นเลย

ความกระหึ่ม และปลื้มใจในการที่ได้รับคำบอกเล่าทั้ง ๆ ที่ยังไม่เห็นทรัพย์ ก็ระนับจะประมาณมิได้เสียแล้ว

ให้คิดดูจงดีว่า ธรรมวินัย กฎ กติกา ระเบียบ ประเพณี ข้อวัตรทั้งหลายท่านตั้งไว้เพื่อเป็นเครื่องอบรมฝึกฝนกาย วาจา ใจของตน ให้ดีขึ้นโดยลำดับ และมีไว้ก่อนนานแล้ว ก่อนแต่เรายังไม่เข้ามาอบรมฝึกฝนเสียด้วยซ้ำ เราสมัครใจเลื่อมใสเห็นว่า เป็นหนทางที่ดีที่ถูกแล้ว จึงได้เข้ามาอบรมฝึกฝนโดยมิได้มีใครบังคับ แต่เมื่อเข้ามาอบรมฝึกฝนแล้วกลับตาลปัตร มองไปแง่ไหนเห็นอะไร ทำอะไร ดูเหมือนจะเป็นพิษเป็นภัย บีบบังคับแก่เราเสียคนเดียวทุก ๆ วิถีทาง ครูบาอาจารย์หมู่เพื่อนตักเตือน ก็เหมือนกับเอาดอกไม้ยอกหัวอก บวชเข้ามาอบรมฝึกฝน เพื่อผลความดีมีความสุขตอบแทน บวชแบบนี้เลยกลับตกรกทั้งเป็นอย่างน่าสงสาร และใครจะช่วยก็ไม่ได้ด้วย

ที่แสดงมานี้เพื่อให้พวกผู้อยู่ภายใน ที่เกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิด ช่วยกันตรวจดูว่า การที่พวกเราพากันมาอบรมฝึกฝนนี้ สิ่งใดยังบกพร่องอยู่ควรแก้ไข แล้วจึงช่วยกันปรับปรุงแก้ไขให้มันดีขึ้น ถ้าสิ่งใดมันถูกต้องแล้ว ก็จงพากันส่งเสริมให้เจริญก้าวหน้าถาวรต่อไป อย่าได้ทอดทิ้งให้แต่ครูบาอาจารย์ผู้เป็นหัวหน้าคนเดียว มั่นหนักท่าน ความหนักของผู้เป็นหัวหน้ามิใช่แต่เรื่องบริหารอย่างเดียว มั่นมากนัก

โดยเฉพาะเรื่องของพระแล้ว ภาระมากเหลือจะพูด พระเป็นศูนย์กลางของทุก ๆ อย่างทั้งดีและชั่ว บริหารวัดไม่ดี อบรมลูกศิษย์พุทธบริษัทไม่ดี ก่อสร้างรักษาวัดไม่ดีไม่ทำตามใจของลูกวัดและชาวบ้านผู้ต้องการ รับใช้เขาไม่ไหวเพราะสุขภาพไม่สมบูรณ์ และมีเหตุการณ์บางอย่างด้วยความจำเป็น เหล่านี้เป็นต้น เขาก็เกลียด ถ้าทำให้ลูกใจลูกวัดและชาวบ้าน แต่มันขัดต่อนโยบายและระเบียบธรรมวินัย เมื่อทำไปแล้วก็เสีย เสื่อมสูญเสียหามองตนและพุทธศาสนา โดยเฉพาะการอบรมฝึกฝนลูกวัดและพุทธบริษัทเพื่อหวังดี บางทีไม่สักแต่ไม่ยอมเชื่อฟังทำตามเท่านั้น บางคนถึงกับโกรธหาเรื่องยกโทษต่าง ๆ นานาไปก็มี เวิร์กรรมของพระผู้เป็นหัวหน้าแท้ ๆ

ฉะนั้น พระผู้ใหญ่บางท่านที่ชี้แจง ไม่ยอมรับเวิร์กรรมจึงปล่อยวางทอดธุระไม่เอาเรื่อง เพราะเห็นว่าทำไปแล้วไม่คุ้มค่า ผลที่สุดสถาบันสงฆ์อันสูงและมีเกียรติก็จะมีแต่สมาชิกที่เลวทรามมาอาศัย ทำให้ปัญญาชนเบื่อบระอาขาดความเคารพนับถือผู้ที่ประพฤติดนเลวทรามเช่นนั้น ได้ชื่อว่ามาสร้างบาปกรรมทำความฉิบหายให้เกิดแก่ตนและส่วนรวมแท้ ๆ พระผู้หนักแน่นในศีลธรรมและระเบียบอันดีงาม หวังความเจริญแก่ตนทนอยู่ไม่ไหว ก็หาอุบายเอาตนรอด ทอดทิ้งพรรคพวกที่เลอะเทอะเหลวไหล ไว้ให้ย่ำยีพระธรรมวินัยตามวิสัยของคนเลว นี่นับเป็นการบ่อนทำลายพระพุทธศาสนาโดยไม่รู้ตัวจริง ๆ

นี่ขอให้พวกกันตรวจดูความประพฤติและจิตใจของพวกเราว่า เท่าที่เราได้เข้ามาบวชมา  
อบรมฝึกฝนในพระพุทธศาสนาเนี่ย เราเข้ามาส่งเสริมเชิดชูให้เจริญรุ่งเรือง สม่กับความสำเร็จมั่นใน  
เบื้องต้น ก่อนที่เราจะเข้ามาอบรมแล้วหรือยัง? ถ้าหากเราเข้ามาเพื่อเป็นศรัทธาบ่อนทำลายพุทธ  
ศาสนาอันเป็นสถาบันที่มีเกียรติที่เคารพสูงสุดของเรา ก็นับได้ชื่อว่าเป็นผู้มาสร้างบาปกรรมอย่าง  
น่าใจหาย พุทธศาสนาเป็นของดีเด่น ปรากฏแก่ชาวโลกมานานกว่าสองพันปีแล้ว ถ้าหากเราน้อม  
กายน้อมใจเลื่อมใส ปฏิบัติตามโดยความสุจริตแล้ว จะได้รับความปลื้มใจในการที่เราคนหนึ่ง ได้มี  
ส่วนร่วมเชิดชู บำรุงพระพุทธศาสนา

การที่เราเข้าไปศึกษาอบรมในสถาบันใดก็ตาม ไม่ว่าจะแต่ในพระพุทธศาสนาจะเป็นคริสต์  
ศาสนา ศาสนาอิสลาม และสำนักศึกษาใดก็ตาม อย่าได้ตั้งข้อบัญญัติ กฎ กติกา และระเบียบ  
ประเพณีเป็นต้น ของสถาบันนั้น ๆ ให้มาเข้ากับกิเลสของตน หรือตัดแปลงแก้ไขข้อบัญญัติ  
เหล่านั้นตามชอบใจของตน ตั้งตนเป็นศาสดาแทนเอาเสียเลย บุคคลผู้ทำตนเช่นนั้น จะเป็นการ  
บั่นทอนความเจริญก้าวหน้าของตนเอง ผลที่สุดจะเป็นคนคับโลกไม่มีที่อยู่

ตัวอย่างจะเห็นได้จากผู้รักษาศีลบางคน ข้อ ๑. งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ แต่เมื่อเห็นสัตว์ร้าย  
เป็นพิษ ทั้ง ๆ ที่สัตว์ตัวนั้นก็ยังมีได้ทำอันตรายแก่ใครเลย ทำลายฆ่ามันเสียเพื่อป้องกันไม่ให้มันไป  
ทำอันตรายแก่คนอื่น สัตว์อื่น ดังนี้เป็นต้นจัดได้ชื่อว่า น้อมเอาศีลมาเข้ากับกิเลสของตน ไม่สม  
กับว่ารักษาศีลละกิเลสอย่างหยาบ ผู้มีกิเลสทั้งหลายทำอะไรลงไป มักไม่เหมือนเพื่อนอยู่เสมอ  
น้อ โกง ลักขโมย ข่มเหง เบียดเบียนคนอื่นได้โดยไม่มีมายอาย เข้าใจว่าเป็นความดีของตน

ข้อ ๒. งดเว้นจากการลักขโมยของคนอื่นที่เขาไม่ได้ให้ แต่บางกรณีเมื่อมีช่องทางพอจะ  
ได้มาก ๆ ก็ทนไม่ไหว ทำการฉ้อโกงขโมยเสียสักที รวยแล้วไม่ต้องเป็นทุกข์ จึงเริ่มรักษาศีลต่าง  
ใหม่ อย่างนี้คิดแต่ได้ไม่เห็นใจคนอื่น ทำบุญรักษาศีลต่างบาป ก็เหมือนเอาน้ำมันล้างขี้โคลน  
นั่นเอง

ข้อ ๓. งดเว้นจากกาเมศุมิฉาจาร แต่บางครั้งยังจิตไม่อยู่ เพราะอีกฝ่ายหนึ่งยั่วให้หลงไหล  
เมื่อผิดไปแล้ว ต่างก็โทษซึ่งกันและกัน ว่าจิตใจซึ่งข้าบริสุทธิ์คืออยู่แต่อีกฝ่ายหนึ่งมาพาให้ผิด  
ต่างหาก เมื่อร่วมกันผิดแล้วก็ต่างไม่ยอม กาเมศุมิฉาจารมนุษย์ธรรมดาเขามิใช่จะล่องละเมิดได้  
ง่าย ๆ ไม่เหมือนสัตว์ดิรัจฉาน อันเป็นประเพณีของเขา แต่ถึงกระนั้นมนุษย์เราก็ยังไม่สามารถจะ  
จับตามองเขาได้ ป่วยการกล่าวไปไปถึงการแก้งละเมิด

ข้อ ๔. งดเว้นจากการกล่าวเท็จ กล่าวคำไม่จริง แต่เล่ห์เหลี่ยมมารยาของคนเรามีมากนัก  
ไม่โกหกก็หลอกลวง ไม่หลอกลวงก็ยุแหย่ ไม่ยุแหย่ก็ยกโทษนิทาพุดกระแทกแดกดัน หาเรื่อง  
ให้คนอื่นเขาอยู่เป็นสุขไม่ได้ มนุษย์พรรคนี้อยู่ที่ไหนนรกทั้งนั้น เป็นบาปจริง ๆ

ข้อ ๕. งดเว้นจากการดื่มสุรายาเมา แต่เมื่อชอบเข้าแล้ว ก็หาเอาเลยว่่าเพื่อเพื่อน เพื่อสังคม เพื่อเป็นยาเจริญอาหาร และสุขภาพบางประการบ้าง ที่สุดดื่มแล้วบอกว่าไม่ได้ไปอาละวาดกับใคร คงไม่บาปเหล่านี้เป็นต้น ล้วนแล้วแต่เป็นการดึงเอาศีลมาเข้ากับกิเลสของตน ให้ศิโยมจ้านต่อ ความต้องการของตนแท้ ๆ

ฝ่ายผู้บวชในพระธรรมวินัยนี้ ก็ทำนองเดียวกัน ที่บวชเข้ามาทำให้ยุ่งในหมู่มนุษย์ในคณะชื่อว่า เป็นพระเณรที่รกวัด ก็ล้วนแล้วแต่บังคับให้พระธรรมวินัย ระเบียบแบบแผน กฎ กติกา เป็นต้น ยอมจ้านต่อความต้องการของตน บวชแบบนี้เป็นการบ่อนทำลาย ล้างผลาญพระพุทธศาสนาโดย ส่วนเดียว บาปมาก คนทำบาป ทำแต่ความชั่ว เมื่อเห็นคนอื่นทำดีทนอยู่ไม่ได้ หาวิธีกีดกันทุก วิถีทาง กลัวเขาจะเบียดเบียนความชั่วของตัวเอง แล้วความชั่วของตัวเองจะปรากฏขึ้น พอถูกพระหรือครู บาอาจารย์ผู้หวังดี หมั่นแนะนำตักเตือนบ่อยนักก็หาว่าจู้จี้รำคาญ อะไร ๆ ก็มีแต่ผิดหมดจะเอา อะไรกันอีก เรื่องของตัวเองยังไม่ได้สำรวจดูว่า เราเป็นอย่างไร ทั้งเราก็เข้ามาใหม่ธรรมวินัยก็ยังไม่รู้ และยอมมาศึกษาหาความรู้ปฏิบัติตามท่าน เมื่อท่านให้การศึกษาอบรมกลับไม่พอใจ นี่เพราะ เหตุใด? เพราะผู้จะเข้ามาบวชมาอบรมในวัดไม่ยอมปล่อยกิเลสไว้นอกวัดก่อน มีเท่าไร ๆ หอบเข้ามา ด้วยกันหมด

การศึกษาอบรมในพระพุทธศาสนา เป็นวิธีการบั่นทอนชำระล้างกิเลสของตน ๆ ให้เบาบาง ลงโดยลำดับ จนหมดสิ้นไปในที่สุด ฉะนั้น พอถูกการศึกษาให้รู้หน้าตาของกิเลส อบรมฝึกฝน ตามแผนการณบั่นทอนชำระกิเลส กิเลสจึงเดือดร้อนดิ้นรน สมุนคนใช้ของกิเลสก็ทนอยู่ไม่ไหว จึงแสดงปฏิกิริยาออกมาให้ปรากฏแก่คนภายนอก จนเป็นเหตุบ่อนทำลายในที่ทุกสถาน และใน สถาบันทุกแห่งในเมื่อผู้นั้นเข้าไปถึงเข้า

คราวนี้เมื่อผู้นั้นหนีไปจากสถานเช่นนั้น หรือสึกออกไปจากวัดนั้นแล้วโดยที่ตนมิได้นำ ความดีออกไปจากสถานที่เช่นนั้น มีแต่ความชั่วทั้งเวลาเข้ามาและออกไปแล้วก็เอาความชั่วนั้น แหละออกไปโฆษณาว่า สถาบันไม่ดี วัดไม่ดี ครูบาอาจารย์ไม่ดี ผู้ที่มีอุดมคติเช่นเดียวกัน ก็ พลอยหลงเชื่อการมไปด้วย ทั้งที่ตนเองก็ยังไม่เข้าไปในสถาบัน หรือบวชในวัดนั้น ๆ เลย มัน ไม่ผิดอะไรกันเลยกับตัดเรียวไม้ไผ่ทั้งหนามขนไปกองไว้ในวัด ใครจะเข้าไปแตะต้องทำอะไร ไม่ได้ หากจะเอาไฟใส่เผาทิ้งเสียหรือเจ้าของเขาก็ยังไม่มอบกรรมสิทธิ์ให้ ลากเข้าไปไว้ในบ้าน ก็ รกบ้านรกเรือนเท่าเก่าเมื่อจะให้เทศน์ตามความเป็นจริงแล้ว มันต้องว่ากันอย่างนี้ เป็นธรรมดาของ คนใจโมยยอมไม่ชอบจี้หน้าเจ้าหน้าที่ แต่จี้ใจโมยกลับตัวได้ก็เพราะเจ้าหน้าที่คอยควบคุมจี้ใจโมย

การมาบรรพชาอุปสมบทในพระพุทธศาสนา แม้ที่สุด อุบาสก อุบาสิกา เข้ามาวัดเพื่อ ฝึกหัดอบรมเป็นครั้งคราวก็เพื่อทรมานฝึกหัด กาย วาจาใจ ในสิ่งที่ไม่ดีไม่งามให้กระจายหายไป

มิใช่มาตั้งตัวเป็นอิสระ ถ้อยมานะทิวีใครจะว่ากล่าวตักเตือนไม่ได้ และไม่ยอมทำตามโอวาทของใคร เอาแต่ใจของตนอย่างเดียว คนเราถ้าไม่ยอมสละมานะทิวีทรมาณตนแล้ว อยู่ในสังคมเขาไม่ได้แน่ คำว่า มนุษย์ผู้มีใจสูงนั้นมีใช่สูงด้วยทิวีมานะอันแสดงถึงความกระด้าง ถ้าหมายถึงสูงแบบนั้น รินตัวเล็ก ๆ อาจมีใจสูงกว่าคนเราก็ได้ สูงในที่นี้ หมายถึงความรู้ดีชั่วแล้วละชั่วกลับเป็นที่ดีได้ แล้วไม่กลับตัวลงไปทำความชั่ว อันเป็นของต่ำช้าเลวทรามอีก

สัตว์ดิรัจฉานมีใจต่ำ น้อยตัวที่สามารถกลับตนให้ดีกว่าภูมิเดิมได้ ถึงแม้คนจะหัดศิลปวิชานานาชนิดให้ เป็นต้นว่าหัดเล่นละครได้อย่างดีสักเท่าไร ก็ได้เพียงแก่เจ้าของผู้หัดให้เท่านั้น นอกเหนือออกไปจากนั้นแล้ว มันไม่สามารถจะทำได้เลยและเรื่องที่ยมันทำได้อยู่นั้นก็ดี มันหาได้รู้เรื่องเค้าความเป็นมา และความประสงค์ในเรื่องนั้นไม่ อนึ่ง การหัดสัตว์นั้น เขามักหัดให้มันติดยาเสพติดเสียก่อน เมื่อมันติดยาแล้วจึงเอายาเสพติดมาจ้าง ให้มันทำตามบังคับของตน สำหรับพุทธศาสนาไม่ใช่ยาเสพติด สอนให้รู้จักสิ่งที่ผิดที่ถูก สิ่งที่ดีให้เกิดคุณประโยชน์ สิ่งชั่วให้เกิดโทษเป็นทุกข์ รู้คุณและโทษของตัวเอง แล้วละชั่วทำดี โดยไม่มีใครบังคับ จึงชื่อได้ว่าเป็นผู้มีใจสูง ถ้าละไม่ได้ก็ไม่สูง

แต่นี้ไปจะนำนิทานสัตว์ ๕ เหล่า ผู้มีวาสนา มาเล่าให้ฟังพอเป็นคติ เรื่องมีอยู่ว่า มีนกพิราบตัวหนึ่งเป็นทุกข์โศกถึงเมีย เพราะเหยี่ยวมาโฉบเอาเมียของมันไปกิน มันเห็นโทษของความรัก ต้องการจะบรรเทาความโศกด้วยการรักษาศีล จึงปลีกไปรักษาศีลอยู่ที่แห่งหนึ่ง

ต่อมามีงูหลามตัวหนึ่ง กัดเอาวัวอุสุภราชตัวหนึ่ง ที่เที่ยวหากินหญ้าอยู่ริมชายป่า ให้ถึงแก่ความตาย โดยที่วัวตัวนั้นไปเหยียบถูกงูเข้า งูจึงโกรธแล้วกัดเอา พวกเจ้าของวัวไปเห็นเข้า เป็นทุกข์เศร้าโศกอยู่ ณ ที่นั้น งูมาคิดได้ว่า เจ้าของวัวเป็นทุกข์เพราะเราโกรธแล้วกลัวเขาตาย งูจึงคิดจะรักษาศีลเพื่อระงับความโกรธ แล้วเข้าไปรักษาศีลอยู่ในที่แห่งหนึ่งซึ่งไม่ไกลกันนักกับนกพิราบ

ภายหลังมีหมีตัวหนึ่ง เที่ยวแสวงหาอาหารกินอยู่ในป่าทิบแห่งหนึ่ง เป็นอาหารอุดมสมบูรณ์ไปด้วยลูกก้อและน้ำผึ้ง เป็นต้น เลยเพลินหากินไปจนเลยขอบเขตที่ตนเคยแสวงหาหมานายพรานเห็นเข้าก็วิ่งไล่ เจ้าหมีวิ่งหนีแทบเอาตัวไม่รอด หมาเป็นสัตว์บ้าน มีเขาวัวหมีไม่ได้หลงร่องรอยหมีจึงตามไม่ทัน หมีพ้นจากอิทธิพลของหมาไปได้อย่างหวุดหวิด แล้วหนีไปนอนซบเขาอยู่ในสมุทุมพุ่มไม้แห่งหนึ่ง จึงมาจินตนาว่า ที่เราได้รับความทุกข์ครั้งนี้ ก็เพราะเราไม่รู้จัก

ประมาณในการแสวงหาอาหาร อย่าเลยเราจะไปรักษาศีลเพื่อบรรเทาความละโมภ คิดแล้วก็ไปรักษาศีลอยู่ไม่ไกลกันนักกับงูนั้น

ยังมีสุนัขจิ้งจอกตัวหนึ่ง เทียวหาอาหารไปเจอข้างถ้ำนอนตายอยู่ตัวหนึ่ง สุนัขจิ้งจอกคิดว่า โชคของเราหนักหนาวันนี้ อาหารกองใหญ่จะกินกี่วันๆ ก็ไม่หมด คิดแล้วก็เข้ากัดกินเป็นธรรมดา อาหารมากสุนัขจิ้งจอกก็เหมือนกับสัตว์อื่น ๆ จะต้องเลือกกินแต่ที่อร่อย ๆ ก่อน เมื่อสุนัขจิ้งจอกเดินรอบกองอาหารมึนเมา ก็ไปเห็นช่องทวารของข้าง โดยเข้าใจว่าตรงนี้แหละจะกัดทะลุ เข้าไปถึงเครื่องในเร็ว เครื่องในนี้เป็นอาหารอร่อยกว่าเนื้อทั้งหมด เจ้าสุนัขผู้เคราะห์ร้ายปราศจากปัญญา มุ่งแต่อาหารอย่างเดียว พอกัดทะลุเข้าไปถึงเครื่องในแล้วก็กินเพลินไปเลย พอรู้สึกอึดอัดตัวกลับออกมาไม่ได้เสียแล้ว ตกลงหมอบท่าเดียวอยู่ในกองอาหาร (ในท้องข้าง) เป็นเวลาหลายเดือน จนกว่าเนื้อหนังของข้างจะเปื่อยหลุดออกจากกัน สุนัขจึงจะออกมาได้ แต่ที่ไหนได้ขนหลุดหมด ยังเหลือแต่หนังแดงฉาดทั่วทั้งตัว เขาจึงมารำพึงว่า เออ! ที่เราได้รับทุกข์เวทนาแสนสาหัสครั้งนี้ ก็เพราะเราหลงในอาหาร อย่าเลยเราจะไปรักษาศีลเพื่อบรรเทาความหลง คิดแล้วเขาก็ไปรักษาศีลอยู่ ณ ที่ใกล้สัตว์ทั้ง ๓ นั้น

ณ ที่บริเวณสัตว์ทั้ง ๔ จำพวกไปรักษาศีลอยู่ เป็นที่อยู่ของฤๅษี มาเป็นเวลานาน ฤๅษีคนนั้น เข้าก็ออกก็เที่ยวแสวงหามูลผลาหารมาเลี้ยงชีพ เป็นประจำทุกวัน อยู่มาวันหนึ่งฤๅษีออกเที่ยวแสวงหามูลผลาหารแต่เช้า พอตกเย็นกลับมาถึงอาศรมที่อยู่ของตน ได้แลเห็นพระปัจเจกโพธิเจ้าประทับนั่งอยู่บนอาสนะที่นั่งของตน ก็โกรธคิดว่าสมณะรูปนี้คือวิเศษอย่างไร จึงบังอาจมานั่งอยู่บนที่นั่งของเรา แล้วก็ตะโกนไปด้วยมานะว่า เฮ้ย! สมณะท่านนี้คืออย่างไร จึงบังอาจมานั่งอยู่บนอาสนะของเรา ท่านได้ฟังคำนั้นแล้ว ท่านก็เหาะหนีไปโดยทางอากาศเสีย ฤๅษีได้เห็นดังนั้นก็มาจินตนาการว่า แหม! สมณะรูปนี้วิเศษนักหนา ถ้าหากเราไม่มีมานะ เข้าไปถามอรรถธรรมอันหนึ่งอันใดกับท่านแล้ว ก็จะได้ความรู้ความลาด บางทีอาจสำเร็จอย่างท่านก็ได้ นี่ก็เป็นเพราะมานะของเราท่านจึงเหาะหนีไป คิดแล้วจึงมาปรารภกับตนเอง อย่าเลยเราจะรักษาศีล เพื่อบรรเทา มานะของตน แล้วก็รักษาศีลอยู่ ณ ที่นั้น

เมื่อฤๅษีเห็นสัตว์ทั้งสี่ มาอยู่รักษาศีลด้วยอาการสงบเสงี่ยมรวมกันอยู่ ณ บริเวณแห่งเดียวกัน จึงถามสัตว์เหล่านั้นว่า พวกเธอต่างเผ่ากันมารวมอยู่ ณ ที่แห่งเดียวกันนี้ เพื่อประโยชน์สิ่งใด? สัตว์เหล่านั้น ต่างก็ตอบตามความตั้งใจของตน ๆ ดังแสดงมาแล้วแต่เบื้องต้น

สัตว์ดิรัจฉานถึงแม้จะเป็นอภิปสัตว์ไม่สามารถจะทำดีได้ถึงมรรคผลนิพพานได้ก็จริง แต่บางตัวเมื่อรู้สึกเห็นโทษถึงความชั่วของตนแล้ว ก็ยังพยายามรักษาศีลเพื่อแก้ตัวละความชั่วนั้นเสีย ส่วนพวกเรานี้ เป็นมนุษย์มีสมัญญาว่า เป็นผู้ที่มีใจสูงสามารถทำดีได้ทุก ๆ วิธีทางและทำให้ดีที่สุด

ของกองทัพก็ได้ เวลานี้เราเป็นพุทธมามากอยู่แล้ว พวกนักมาร์กษาศิลปวัฒนธรรมและมาบวชเป็นพระ เป็นเณร เป็นชี เมื่อยังละความรัก-ความโลภ-ความโกรธ-ความหลง และมานะทิฐิไม่ได้ หรือไม่พยายามจะละเสียเลย พวกเราจะไม่เลกว่าสัตว์ดิรัจฉานเหล่านั้นไปเสียอีกหรือ? น่าสนใจบ้างหรือไม่ ก็เลสเหล่านี้ได้ทำให้เป็นทุกข์เดือดร้อนมาแล้ว ในชาตินี้เองก็นับไม่ถ้วนไม่ต้องพูดถึงอดีต หรือ อนาคตชาติ

พวกเราพากันเข้ามาฝึกฝนอบรมในพุทธศาสนา ก็เพื่อจะละกิเลสทั้งหลายเหล่านั้นนั่นเอง แต่เมื่อเข้ามาอบรมฝึกฝนกันจริงจังแล้ว หากยังละไม่ได้มีแต่จะพอกพูนกิเลสให้หนาแน่นทวีขึ้นทุกทีแล้ว ก็จะเป็นคนสกปรกด้วยกิเลส ผู้ดีมีศีลธรรมจะเข้าใกล้ไม่ได้ เหมือนกับสุกรนอนเกลือกกลุ่ด เหม็นคุ้งทั้งตัว ราชสีห์เป็นสัตว์สะอาด เมื่อราชสีห์เข้าใกล้ไม่ได้เพราะเกลียดของโสโครก แต่สุกรกลับทะนงตัวหาว่าตนมีอำนาจเหนือราชสีห์ คนชนิดนั้นจะอยู่ ณ ที่ใด ไป ณ ที่ใดหาความสุขไม่ได้เลย เพราะไฟคือ กิเลส มีความรัก โลภ โกรธ หลง และมานะทิฐิตามเผาอยู่ตลอดเวลา จะเข้าในสังคมใดเขาก็รังเกียจ เนื่องจากกิเลสเหล่านั้นมันปิดบังไว้ ไม่สามารถปรับปรุงเข้ากับสังคมได้

พุทธศาสนาเป็นสถาบันฝึกฝนอบรมเพื่อสันติ แต่เมื่อนำเอากิเลสเหล่านั้นเข้ามา พาให้สร้างบาปกรรมแล้ว รู้สึกจะเป็นบาปมากกว่าสร้างในสถานที่อื่น เพราะกิเลสเหล่านั้นของแต่ละคน เมื่อสงบระงับไม่ได้ ทำให้รัวไหลออกมารดคนอื่นที่เขาสะอาด ๆ จะเป็นความสกปรกอย่างน่าเกลียดมาก เหมือนสุกรอยู่ในหลุมกลุ่ด ซึ่งเขาเหล่านั้นไม่มีความรู้สึกอะไรเลย นอกจากจะเป็นความเกษมสำราญของเขา

วัดเป็นที่อบรมศีลธรรม แต่เมื่อเข้ามาอยู่ในวัด ถูกกิเลสเหล่านั้นปกคลุมไว้เสียแล้ว ตนเองก็ไม่มีช่องทางจะมองเห็นศีลธรรมได้ แม้นคนอื่นก็จะไม่มีโอกาสชี้ช่องทางให้เขาเห็นได้เหมือนกัน ใครจะพูดดีสอนดี มีเมตตาปรารถนาดีต่ออย่างไร ๆ เขาจะมองไปในแง่ร้าย ทั้งหมดนี้มีใช่เป็นการปรักปรำ พูดตามความจริง ใครเป็นอย่างมาแล้ว ต้องรู้ได้ด้วยตนเอง หรือเราเข้าไปในสังคมใด ๆ ก็ตาม คงจะได้ประสบคนชนิดนี้มีอยู่ทั่วไป

เทศน์ให้ฟังนี้เพื่อให้ทุก ๆ คนตรวจดูในตนของตนเองไม่มีใครจะเอามาให้เมื่อเรายังละไม่ได้ ไม่เห็นโทษ หรือเห็นแล้วแต่ยังไม่ยอมละก็อย่าไปโทษคนอื่นหรือโทษพระพุทธศาสนาตลอดจนถึงขนบธรรมเนียม ข้อบังคับ กฎ กติกา เป็นต้นของเขา เพราะเขามีไว้เช่นนั้นแล้ว ตั้งแต่ก่อนเรายังไม่ได้เข้ามาอบรมฝึกฝน จงโทษตนเสียดีกว่า ว่าเราเข้ามานี้ผิดความประสงค์ของตนแล้ว ไม่ถูกต้องตามต้องการของตนเสียแล้ว แล้วก็ปลีกตัวเสียจากสถาบันหรือวัดนั้นออกไปเสีย



เพราะนอกจากจะไม่เป็นประโยชน์แก่ตนและคนอื่นแล้ว ยังเป็นอุปสรรคแก่การที่เขาจะดำเนินกิจการตามแนวโครงการในสถาบันและวัดของเขา ทั้งเป็นเครื่องขัดข้องเดือนร้อนใจตนอีกด้วย เป็นการมาสร้างบาปกรรมใส่สถาบันอันศักดิ์สิทธิ์และเคารพ ไม่สมควรอย่างยิ่ง เป็นความชั่วอันแสดงออกมาให้แก่ชาวโลกเห็นได้ชัด

สมัยพุทธกาลมีเรื่องเล่าไว้ ถึงเรื่องภิกษุทูลหลายรูปได้ฟังธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าแสดงถึงโทษของการทูลแล้วพากันเห็นโทษของการเป็นผู้ทูลของตนเกิดความเดือดร้อนถึงกับอาเจียนเป็นโลหิตออกมาฯ ตอนนั้นขอแทรกอีกนิด หากจะถามว่าที่ภิกษุเป็นเช่นนั้น มิใช่พระพุทธเจ้าทรงทำความเดือดร้อนให้แก่พระสาวกหรือ ขอเฉลยว่ามีใช่ แต่พระสาวกของพระองค์ทำความชั่วด้วยตนเอง แล้วก็เดือดร้อนตนเองต่างหาก เพราะได้ฟังธรรมเทศนาแล้วเห็นโทษแห่งความผิดที่ตนได้ทำไว้

ศาสดาทุก ๆ ท่านในโลกนี้ ย่อมสอนให้ศาสนิกชนเห็นโทษแห่งความชั่วแล้วละเสีย แสดงให้เห็นคุณประโยชน์แห่งความดีแล้วให้กระทำความดีนั้น

แต่บางศาสนายอมรับถ่ายเอาบาป (ความชั่ว) ที่ศาสนิกชนของตนทำลงไปแล้วด้วยวิธีการต่าง ๆ แต่พระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าไม่ยอมรับเอาความชั่ว ความดีของใครทั้งหมด ใครทำก็เป็นของ ๆ คนนั้น ไม่ว่าชั่วหรือดี เป็นแต่ทรงสอนให้รู้จักคุณและโทษของความดีและความชั่วนั้น ๆ แล้วก็ละหรือกระทำเอาเองอย่างเสรี ฉะนั้น ผู้ใดอยากชั่วแต่กลัวบาป และไม่อยากทำความดีเพราะมันง่ายก็เลย ไปเข้าลัทธิศาสนาที่มีพระเจ้าล้างบาปให้ก็ดีเหมือนกัน แสดงมาวันนี้เพื่อให้เป็นข้อคิดที่เราจะทำการอะไรลงไปในพื้นที่ดิน จำเป็นต้องปราบให้เรียบร้อยเสียก่อน เป็นต้นว่าจะปลูกบ้าน ทำนา ทำสวนก็ดี ถ้าพื้นที่ไม่เรียบร้อยแล้วทำลงไปย่อมไม่เป็นผลดีเลย

การเข้ามาอบรมฝึกฝน ในพระพุทธศาสนาก็เหมือนกัน หากไม่ยอมสละกิเลสทั้งหลายมี รัก โลภ โกรธ หลง มานะและทิฐิ เป็นต้น ไว้ก่อนแล้วเข้ามาอบรมฝึกฝน ก็จะไม่ไ้ผลตามประสงค์ นอกจากจะไม่ได้รับผลตามความประสงค์แล้ว ยังจะเป็นเครื่องเดือดร้อนแล้วก็กีดกันแนวนโยบายของตนและของสถาบันที่จะดำเนินต่อไปอีกด้วย

ฉะนั้น เมื่อพากันได้ฟังแล้ว ขอให้นำเอาหัวข้อธรรมะนี้ไปพิจารณาและแก้ไขตนให้ถูกต้องตามธรรมที่แสดงมา ก็จะเป็นประโยชน์และความสุขแก่ตนฯ หากไม่ยอมรับพิจารณา หรือไม่ยอมแก้ไขแล้วหมดหนทาง ไม่มีใครจะช่วยให้

ดังแสดงมาด้วยประการนี้ ฉะนั้น ฯ

การศึกษาอบรมในพระพุทธศาสนา

เป็นวิธีการบั่นทอน

ชำระล้างกิเลสของตน ๆ

ให้เบาบางลงโดยลำดับ

จนหมดสิ้นไปในที่สุด

เราเป็นผู้อยู่ในศาสนา

ขอให้ตั้งใจปฏิบัติ

ให้เต็มกำลังสักหน่อย

อย่าทอดทิ้งอย่าปล่อยวาง

ปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมะแท้ ๆ

เอาธรรมะเข้ามาในตัวของเราแท้ ๆ

## ๒. ปฏิบัติอย่างจริงจังจริงจัง

วันที่ ๒๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๕

จวนเข้าพรรษาแล้ว ทุกคนพากันเตรียมตัว พวกที่ศึกษาเล่าเรียนก็เตรียมตัวศึกษาท่องบ่นประจำ ตั้งใจเรียนจริง ๆ ให้เป็นผลประโยชน์ ในพรรษาหนึ่ง ๆ มันล่องเลยไปน่าเสียดาย เราเรียนหนังสือไม่หวังเพื่อประโยชน์อย่างใด เพื่อจะศึกษาธรรมวินัยให้เข้าใจ ถ้าไม่เข้าใจธรรมวินัยแล้ว ปฏิบัติไม่ถูก อย่างเรื่องอธิกรณ์หรือสังฆาทิเสสอยู่ปริวาสนี่เป็นต้น โดยส่วนมากไม่เข้าใจไม่ว่า สำนักใด ๆ ก็ไม่เข้าใจโดยส่วนมาก ไปถามว่าอยู่ปริวาสทำอะไร ตอบได้ไปตามตำรา การทำไม่เคยทำอย่างนี้เป็นต้น

ต้องเรียนให้เข้าใจจริง ๆ จัง ๆ การเรียนรู้ถ้าหากว่าไม่ได้ปฏิบัติ ก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน หรือรู้แต่ไม่ได้เป็นครูสอนก็ไม่แจ่มแจ้ง ต้องรู้ด้วยสอนด้วยจึงจะเข้าใจเมื่อพรรษาหนึ่ง ๆ มันล่องเลยไปไม่ได้อะไรอย่างน้อย ก็ให้ได้ ศึกษาธรรมะให้เข้าใจก็ยังดี ในที่นี้การศึกษาเล่าเรียนประกอบไปด้วย การทำความเพียรในตัว เรียนเพื่ออะไร? ก็เรียนเพื่อกระทำนั่นเอง เรียนธรรมะเพื่อทำ เรียน

**เท่าไรก็ปฏิบัติอันนี้** เราเรียนด้วยปฏิบัติไปด้วย จึงจะเป็นผลสำเร็จ มิใช่ว่าเรียนไว้แล้วนาน ๆ จึงจะมาปฏิบัติ เช่นนั้นก็หาไม่

เราคิดถึงว่า การปฏิบัติของเรา มันมีอะไรบ้างเดี๋ยวนี้ที่เราเรียนรู้อยู่ นั่น เราได้ปฏิบัติตามใหม่? ให้สังเกตตัวของเรา ไม่ต้องให้คนอื่นสังเกตเรา สังเกตเอาเองก็แล้วกัน ปฏิบัติได้ข้ออะไรบ้าง ที่เรียนมากมายไม่เอาหมดหรอก เอาแต่ข้อที่เราถนัดแล้วตั้งใจปฏิบัติเอาก่อน ให้ได้ประโยชน์ ให้ได้ผลสมความมุ่งหมายในธรรมะอันนั้น เอาข้อเดียวก็พอ ข้ออื่นมันหากเป็นไปเองหรอก การปฏิบัติเป็นไปพร้อมกับทางปริยัติเป็นการดีมาก ควรที่จะตั้งใจจนขวย เราปฏิบัติมากก็เอามาฝึกปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน ไม่เสียผลทั้งสองอย่าง จะเห็นได้ในสำนักของเรา ทุกปีมาผลสอบ บางที่ยกชั้นเลย บางทีก็ได้มาก อันนี้ก็เพราะปฏิบัติไปด้วยกัน แล้วเรียนเข้าใจด้วย

คราวนี้ผู้ปฏิบัติ เรียนมาแล้วก็ตั้งใจปฏิบัติเรียนมาเพื่อปฏิบัติไม่ใช่อื่นไกล อย่างทอดทิ้งอย่าปล่อยวางปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมะแท้ ๆ เอาธรรมะเข้ามาในตัวของเราแท้ ๆ พุทธศาสนาสอนให้เราปฏิบัติ ก็ไม่ยาก ชาวบ้านชาวเมืองเขาก็สนับสนุนเพราะปฏิบัติ เขาอุทิศทรัพย์พยายามหาให้อยู่หาให้กินเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง ทุกสิ่งทุกอย่าง ตลอดทั้งปัจจัยชาติ ทั้ง ๔ อาศัยเขาทั้งหมด เราเป็นผู้อยู่ในศาสนา ขอให้ตั้งใจปฏิบัติ ให้เต็มกำลังสักหน่อย ปฏิบัติอยู่ในสถานที่นี้ก็ตาม หรือจะออกไปอยู่ในสถานที่อื่นก็ช่าง เราฟังเทศน์ฟังธรรมได้ความแล้ว ก็ตั้งใจปฏิบัติด้วยตนเองไม่ต้องให้คนอื่นบังคับ

ทุกคนก็ว่า เรามาตั้งใจบวช บวชแล้วก็ตั้งใจปฏิบัติ คนอื่นบังคับมันไม่เป็นไปหรอก ปฏิบัติไม่เป็นไป เหมือนกับลูกจ้างนั่นแหละ ให้คนอื่นบังคับจึงค่อยทำ ครั้นตนเองไม่ปฏิบัติแล้ว ก็แค่นั้น ถึงปฏิบัติก็ทำอย่างเสียไม่ได้ หากปฏิบัติด้วยความเลื่อมใสศรัทธาของตนเอง หวังเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขในการปฏิบัติ จึงจะเป็นไปเพื่อความสงบความเจริญนั้น ๆ ไม่ต้องมุ่งเพื่อมรรคผลนิพพานหรอก ปฏิบัติขั้นต้นนี้แหละ ได้อะไรก็เอาอันนั้น แต่ขอให้จริงใจจริงจังลงไป เติดมรรคผลนิพพานไม่ต้องเกี้ยวข้อง แล้วมันค่อยเป็นไปเอง

การปฏิบัติไม่ใช่ของง่าย ๆ ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติมาตั้ง ๓๐ ปี ๔๐ - ๕๐ ปี ท่านก็ทำอยู่อย่างนั้น ทำอย่างเดิวนี่แหละ ปฏิบัติกาย วาจา และใจก็ในที่เดิวนี่ที่นี้เรามั่นคงลงไปนี่แหละดีแล้วถูกต้องแล้ว ใช้คำบริกรรมภาวนาลงไปเถิดมันต้องเป็นไปทีเดียว นิสสัยวาสนาบุญบารมีของเราจะค่อยส่งเสริม ให้ค่อยเป็นไปถึงบุญบารมีไม่ส่งเสริมมาแต่ชาติก่อนก็ตาม ในชาตินี้เราตั้งใจปฏิบัติจริงจังแล้ว มันก็ให้เป็นบุญบารมีของเราเอง ไม่ต้องให้บุญบารมีมาช่วย ช่วยตัวเองเสียก่อนบุญบารมีจึงจะช่วย นิสสัยวาสนามันจะเป็นไปเอง บุญบารมีวาสนาอันนั้นมันจะเป็นเองไม่ได้ ถึงบุญบารมีมีก็เกิด ถ้าตัวเราไม่ทำต่อก็แค่นั้นละ มันก็ไม่สามารถเป็นไปไม่ได้หรอก

จึงว่า เราทำเองเราสร้างเองเดี๋ยวนี้แหละ ในปัจจุบันนี้แหละให้เกิดผลขึ้นมา จะมากน้อย  
เท่าไรก็ได้ชื่อว่าเป็นประโยชน์แก่เรา ครั้นเป็นประโยชน์แก่เรา ก็เป็นประโยชน์แก่คนอื่น การที่  
ญาติโยมเขาทำบุญทำทาน ด้วยปัจจัยทั้ง ๔ ที่เขามารุงรักษา ก็เป็นผลประโยชน์อันยิ่งใหญ่แก่เขา  
ถ้าหากว่าเราไม่ตั้งใจปฏิบัติ กินแล้วก็นอนเสีว่าเรียงประมาท รับประทานอาหารปัจจัยชาติทั้ง ๔ ของเขา  
ท่านว่าเป็นหนี้เขาเขาไม่ได้ทวงหกรอก แต่ของอันนั้นมันเป็นของล้าลึก ที่เขาตั้งใจทำบุญในผู้  
ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ แต่เราเลอะเทอะเหลวไหลไม่ตั้งใจปฏิบัติ นั่นแหละเป็นหนี้ไปในตัว เขาไม่  
ตั้งใจทวงหนี้หกรอก แต่เราเป็นหนี้เฉย ๆ เป็นหนึ่งอย่างแก้ไม่ตกเหมือนกัน ดิดไปหลายภาพหลาย  
ชาติ กินแล้วนอน กินแล้วนอน จี้เกียจมั่งง่าย ไม่ปฏิบัติ

พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า พระที่ไม่ตั้งใจปฏิบัติไม่พิจารณา ตั้งขณิกปัจจเวกขณะ ก่อน  
ฉันนั้น ท่านทรงเปรียบว่า ฉันก้อนเหล็กที่เผาไฟจนร้อนแดง ๆ ยังดีกว่าฉันอาหารที่เขาทำบุญนั้น  
ฉันก้อนเหล็กร้อนแดง ๆ ยังคืออยู่กินแล้วตาย กินเข้าไปแล้วมันไหม้ไส้ทะลุลงไปข้างล่างโน้น มัน  
เลยตายยังคืออยู่ ตายแล้วไม่ได้เป็นหนี้เขากินอันพระที่ประมาทเกียจคร้านไม่ประกอบความเพียร  
ไม่พิจารณา ตั้งขณิกฯ หรือ ชาติปฏิบัติปัจจเวกขณะ ไม่พิจารณาปัจจัยชาติทั้ง ๔ มันหลายมื่อ  
หลายวัน หลายปี หลายเดือน อยู่กว่าจะตาย มันเป็นหนี้เขาเพิ่มเติมอยู่เสมอ ๆ สะสมหนี้มากเข้า  
ทุกที อันนี้มันร้ายกว่าก้อนเหล็กแดง ๆ นั่นอีก

เราจึงควรพิจารณา ควรระลึกถึงธรรมอยู่เสมอ ๆ รับประทานอาหารสิ่งใดก็ควรระลึกถึงอยู่เสมอ  
ของที่เราบริโภคใช้สอยมิใช่ของดี มันเป็นไฟ แต่ว่าไฟนั้นถ้าหากเราไม่อาศัย ชีวิตก็เป็นไปไม่ได้  
ต้องอาศัยปัจจัยชาติทั้ง ๔ มัน จึงค่อยเป็นไป เหตุนั้น เราจึงอาศัยปัจจัยชาติเพื่อเลี้ยงชีวิตเพื่อบำรุง  
พระศาสนา จะได้ปฏิบัติฝึกหัดต่อไปหรือบริโภคแต่มีไชของดีของดี แต่เป็นอนุสฎปฏิบัติเป็นชาติ  
๔ เป็นของสั๊กแต่ว่าชาติ นั่นแหละ จงจะพ้นจากการเป็นหนี้ของเขา นักปฏิบัติไม่ควรประมาทให้  
ระลึกถึงอยู่เสมอ ๆ เป็นผู้ไม่ประมาท ระลึกถึงอยู่อย่างนี้ ยืน เดิน นั่ง นอน คิดถึงอยู่อย่างนี้การ  
ปฏิบัตินั้นได้ชื่อว่า ฝึกหัดกัมมัญฐานไปในตัว นั่นแหละจึงจะเป็นประโยชน์แก่ตนและเป็น  
ประโยชน์แก่คนอื่น

ที่นี่ สำหรับพระใหม่ผู้มาจากสำนักอื่น ที่ไม่เคยอยู่ที่นี้จะมาอยู่ศึกษาปฏิบัติถ้าหากไม่มีครู  
บาอาจารย์ ไม่มีอุปชฌาย์พามา ก็ให้มีหนังสือของครูบาอาจารย์จากสำนักมาฝากฝัง ให้เป็น  
กิจลักษณะนั้นจึงจะสมควรรับอยู่ ไม่ใช่มาอยู่เลื่อนลอย ถ้าหากว่ามันเกิดอะไรขึ้น หากไม่มีคน  
รับรองนั้นมันยาก ครั้นอยู่ ๆ ไป ประเดี๋ยวก็จี้เกียจ จี้คร้านเบื่อหน่าย ทำความเดือดร้อนให้แก่หมู่

เพื่อน ไม่มีใครรับรองมันยาก ตอนนั้น เหตุนั้นหากว่าใครจะอยู่ต่อไป ให้อุปัชฌาย์อาจารย์มีจดหมายฝากมาหรือให้ทางสำนักเดิมมีหนังสือฝากมานั้นเป็นการสมควรแท้

**ที่เราเรียนรู้อยู่**

**เราได้ปฏิบัติตามไหม?**

**ให้สังเกตตัวของเรา**

**ไม่ต้องให้คนอื่นสังเกต**

### ๓. ปรีชติ - ปฏิบัติ - ปฏิเวธ

วันที่ ๒๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

เข้าพรรษากาลได้ ๑๕ วันแล้ว ให้พยายามตั้งอกตั้งใจ ซื่อใหญ่ใจความคือการปฏิบัติ ให้มันเคร่งตามกำลังสมควรของเรา การศึกษาเล่าเรียนก็เป็นไปตามเรื่องถ้าหากเคร่งในทางปฏิบัติ เข้าใจในทางปฏิบัติแล้ว การศึกษามันอนุวัติตามหรือจะเข้าใจเนื้อความนั้น ๆ ถ้าหากปฏิบัติไม่ดีแล้ว ปรีชติก็ไม่ดี

**ปรีชติ - ปฏิบัติ - ปฏิเวธ** ท่านว่าอย่างนั้น ทั้ง ๓ อย่างนี้บรรดานักเรียนทั้งหลายเข้าใจว่าเป็นคนละอันกัน เข้าใจว่าต้องเรียนปรีชติก่อน จึงค่อยปฏิบัติแล้วจึงค่อยเกิดปฏิเวธ ความซื่อซึ้งเข้าใจผิดมากทีเดียว หากเรียนปรีชติจนได้เสียก่อน การปฏิบัติเลยไม่มีซ้ำ เลยหมดเรื่อง เรียนมาก ๆ อันนั้นก็เลยลุด ๆ คำ ๆ ไป เลยไม่เอาจริงเอาจ้งสักอย่างเดียว ปฏิเวธมัน จะเกิดจากไหนละ

**ปรีชติ** เรียกว่าสมมติบัญญัติ ถ้าหากเรียนปรีชติสักข้อเดียวเท่านั้น แล้วปฏิบัติตาม เราปฏิบัติอยู่นี้เรียกว่าปรีชติแล้ว อย่างการปฏิบัติ *อานาปานสติกัมมัฏฐาน* หรือ *สติปัฏฐาน ๔* อันนี้เป็นปรีชติโดยตรง เราตั้งใจปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ มีอะไรบ้าง? คือพิจารณา *กาย เวทนา จิต ธรรม* ก็ตั้งใจพิจารณาไป เมื่อเรียนรู้แล้วตั้งใจปฏิบัติ ลองดูซิพิจารณา *กาย* ก็พิจารณาให้เป็น *ธาตุ ๔* *ดิน น้ำ ไฟ ลม* หรือพิจารณาให้เป็น *อสุภะ ปฏิกุล* หรือพิจารณาเป็น *อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา* ได้ทั้งหมด อันนี้เรียกว่า เรียนปรีชติแล้วปฏิบัติ

**เวทนา** ก็เหมือนกัน ถ้าหากพูดตามปรีชติ คือสมมติบัญญัตินั้น *กาย* และ *เวทนา* เป็นคนละอันกัน กรันถ้าหากปฏิบัติแล้ว มันจะเห็นเป็นอันเดียวกันเลย พิจารณา *กาย* ก็คือพิจารณาตรง *เวทนา* นั้นละ *เวทนา* มัน เกิดจาก *กาย* มันเกิดที่ *กาย* เป็นอันว่าพิจารณาเวทนาไปในตัว สุข

ทุกข์ อุเบกขา มันก็เกิดที่กายนี้ มันปรากฏที่กายนี้ก่อน ถึง เวทนา ทางภายใน ที่เรียกว่า เวทนา ที่เกิดจากใจ สุข, ทุกข์. อุเบกขา เกิดจากใจ มันก็ออกไปจาก กาย นี้เหมือนกัน ถ้า กาย นี้ยังมีอยู่ ปรากฏอยู่ ก็ต้องพิจารณา กาย นี้แหละ เวทนา ก็ต้องพิจารณากายนี้ กาย ไม่มีจึงค่อยไม่พิจารณา เดียวนี้กายมันมีอยู่จึงพิจารณากาย มันก็พิจารณา เวทนา ในตัวจึงว่าทางปฏิบัติมันจะเห็นเป็นอัน เดียวกัน

คราวนี้พิจารณา จิต เห็นจิตตนเองเป็นผู้พิจารณากาย ส่วนต่าง ๆ นั่นก็เป็นเรื่องพิจารณา จิต นั่นแหละ พิจารณากายก็พิจารณา จิต นั่นเอง

การพิจารณาทั้ง ๓ อย่างนี้ เรียกว่าพิจารณา ธรรม คือ รูปธรรม-นามธรรม แล้วมันจะไป ไหนล่ะ ก็เป็นอันเดียวกัน เรียนปริยัติมันก็ต้องปฏิบัติ การพิจารณาสติปัญฐาน ๔ โดยทางปฏิบัติ มันลงอันเดียว เป็นการปฏิบัติอันเดียว หากจะไปเรียนแล้วจึงค่อยปฏิบัติไม่ได้หรอก เหลวไหล หมด เรียนอันใดก็ปฏิบัติอันนั้น ท่านสอนให้ปฏิบัติกายนี้เท่านั้น ให้พิจารณาลงที่กายนี้เท่านั้น เมื่อพิจารณาลงที่นี้ที่ กาย หรือ เวทนา หรือ จิต มันเห็นชัดเห็นจริงขึ้นมา นั่นแหละ ปฏิเวธ เห็นเป็นธาตุ ๔ จริง ๆ จัง ๆ ตัวของเราไม่มีอะไรเหลือ ทุกชิ้นทุกส่วนในตัวของเราเป็นธาตุ ๔ ทั้งนั้น ที่เรียกว่า สติปัญฐาน ชัดเจนขึ้นมาในนั้นเลย นั่นคือที่ตั้งของสติไม่ได้ตั้งที่อื่นหรือที่ตั้งที่ กายนี้แหละ นั่นเรียกว่า ปฏิเวธ เกิดขึ้นมาในนั้น

พูดอย่างนี้มันต้องพูดสำหรับนักปฏิบัติ นักปริยัติแล้วไม่พูดอย่างนี้หรอก ต้องพูดโดยลำดับ อย่างที่อธิบายในเบื้องต้น กาย พิจารณาเป็นอันหนึ่ง จิต ก็พิจารณาอันหนึ่ง ธรรม ก็อันหนึ่งไป โนน มันจึงไม่ชัดเจน ไม่เข้าใจเรื่องธรรมะ เรียนแล้วก็เลยปล่อยทิ้งหมด กว่าที่จะปฏิบัติได้ ปริยัติก็หมดแล้ว ทิ้งหมดปฏิบัติไม่เห็นจริงเห็นแจ้งมันก็เบื่อหน่ายละซี ธรรมทั้งหลายมันไม่มีใน ตัว มันก็เบื่อหน่ายไปเสีย เหตุุนั้นจึงว่าการศึกษาเล่าเรียนนั้นเป็นการดี แต่ว่าเรียนให้มันถูกเรียน ให้มันเป็น เรียนแล้วอย่าเรียนเฉย ๆ เรียนเข้ามาค้นคิดพิจารณาในตัวของเรา เพราะธรรมะทุก หมวดที่ท่านแสดงในนวโกวาทนั้น ไม่นอกเหนือจากตัวของเราไปไหน อยู่ในตัวนี้ทั้งหมด ธรรม ทั้งหลายที่พระพุทธองค์ทรงเทศนา แปลหมิ่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ออกจาก กาย ออกจาก ใจ ทั้งนั้น ถ้าไม่มี กาย ไม่มี ใจ แล้วพระองค์ก็ไม่ทรงเทศน์ มนุษย์ของเรามี กาย มี ใจ พระองค์ จึงค่อยทรงเทศนาที่ กาย ที่ ใจ นั่น

ให้ตั้งใจอย่าทอดลอย เราพยายามไม่ถึงขีดขั้น อยากแต่จะได้รับความรู้อยากจะได้แต่ความ เข้าใจ มันไม่ถึงขีดขั้นของธรรมะ ปฏิบัตินิด ๆ หน่อย ๆ ก็เลยอ่อนเปลี้ยลงไปเสีย ถ้าหากตั้งใจ ปฏิบัติจริง ๆ ลงไป อย่างที่ว่านี้ พิจารณากายเท่านั้นแหละ ลงเฉพาะ กาย อันเดียว ย่อมชัดขึ้นมา ในใจ ความชัดในใจอิมเอบขึ้นมาในใจแล้ว ยิ่งปลื้มปิติ ยิ่งขยันหมั่นเพียรอีกซ้ำ นั่นแหละตัวดัน

ของการทำความเพียร หากทำไปเฉย ๆ ไม่ได้รับผลประโยชน์ คือพิจารณาเฉย ๆ ไม่รู้เรื่อง  
ข้อเท็จจริง ไม่รู้เรื่องธรรมชาติของจริง ไม่เห็นธรรมชาติ ก็เลยประมาทถูกเสีย ว่าเรื่องธรรมชาติต่าง ๆ  
ไม่มีในตัวของเราหรอก เลยหมดเรื่องไม่ได้อะไรเลย

มีสิ่งใดจงอย่าประมาทละเลย ตั้งใจทำจริงให้มันได้ เรามีกายก็พิจารณา เฉพาะกายของ  
เรานี่ เราได้กายแล้วก็ต้องพิจารณากายอันนี้จะไปพิจารณาลึกลง มันไม่ได้หรอก

เราเห็น กาย ของเราเพียงแค่นั้น ก็ให้รักษาอันนั้นแหละไว้ ให้เชื่อมั่นในธรรมชาติที่มีในตัว  
ของเรา คือมีความเชื่อมั่นเป็นเบื้องต้น ถ้าความเชื่อมั่นมีแล้ว อย่างไร ๆ ก็ต้องเป็นไป ศรัทธา เป็น  
บทเบื้องต้น จะทำอะไรต้องมี ศรัทธาทิ้งนั่นแหละ ถ้าไม่มีศรัทธา ทำแล้วก็ไม่แน่นอนหา ทำไปก็  
ไม่คิดใจ จึงว่าอะไรที่มีอยู่ในตัวของเราอย่างสมมติว่ามี กาย นั่นแหละมีตัวของเรา ให้เชื่อว่า  
ธรรมะอยู่ในนี้ แล้วเชื่อในความเพียรของเราละคราวนี้ ทำลงไป เราพิจารณา เวทนา จิต ธรรม  
อันนั้นแหละมีในตัวของเรา

เราเชื่อมั่นว่าสิ่งนี้เป็นของมีจริง แต่เราไม่จริง เราต้องทำให้มันจริง มันจึงจะเห็นของจริง  
จะพูดให้ฟังว่า มดแดงอยู่ในขี้มดม่วงโน่นนะ ไม่ได้กินรสชาติของมดม่วงหรอก คนมาสอยไป  
กินหมด อันนี้แหละเรียกว่ามดแดงตอมขี้มดม่วงที่พูดนั่นแหละ

ศรัทธา เป็นบทเบื้องต้น  
จะทำสิ่งใดต้องมีศรัทธาทิ้งนั่น  
ถ้าไม่มีศรัทธา  
ทำแล้วก็ไม่แน่นอนหา  
ทำไปก็ไม่คิดใจ

พระวินัยเป็นหลักฐานของพระพุทธศาสนา

ถ้าหากไม่มีพระวินัยเสียแล้ว  
เสื่อมหมดศาสนานี้

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๖๖

## เราปฏิบัติธรรม ให้รู้จักธรรม ให้รู้จักวินัย ธรรมอันหนึ่ง วินัยอันหนึ่ง

วินัย คือ ข้อกฎ กติกา ข้อบังคับ ระเบียบธรรมเนียมอยู่หมู่มาด้วยกันมันต้องมีกฏกติกา ข้อบังคับ อันนั้นเรียกว่าวินัย ธรรมะไม่มีขอบเขตจำกัด จะทำเอาก็ได้ไม่ทำก็ได้ ส่วนพระวินัยนั้น มีข้อบังคับจำกัด ถ้าไม่ทำตามก็ปรับอาบัติแต่แท้ที่จริงนั้นพระธรรมเกิดก่อนพระวินัย จะเห็นได้ เมื่อสมัยพุทธกาลไม่ได้บัญญัติสิกขาบทวินัย ท่านก็สำเร็จมรรคผลนิพพาน เมื่อพุทธศาสนาเจริญ ขึ้นมา มีภิกษุพุทธสาวกมากเข้า ก็มีผู้ปฏิบัติมีผู้มาบวชมากเข้า ต่างคนก็ต่างพ่อต่างแม่ต่างวงศ์ ตระกูลมาบวชในแห่งเดียวกัน พวกเหล่านั้นก็ปฏิบัติตามนิสัยใจคอของตน ปฏิบัติผิด ๆ พลาด ๆ เหตุนั้นพระพุทธองค์จึงค่อยทรงบัญญัติสิกขาบท เบื้องต้นไม่มีสิกขาบทวินัย แต่ก็ได้สำเร็จมรรค ผลนิพพานกันมากมาย

พระมหากัสสปทูลถามพระพุทธเจ้าว่า เมื่อศาสนาอุบัติขึ้นมาครั้งแรก พระบวชมาก็ได้ สำเร็จมรรคผลนิพพานมาก แต่เมื่อพระองค์ทรงบัญญัติสิกขาบทวินัยมากขึ้น ผู้ที่ได้สำเร็จมรรคผล นิพพานน้อยไป นี่เป็นเพราะเหตุใด? พระพุทธองค์ตรัสเทศนาว่า “สัตถุ ศาสนา พาทิศาสนา” คือแปลกปลอมกัน

**สัตถุ ศาสนา** คือ คำสอนของพระพุทธเจ้าที่จริง ที่เป็นหลักฐานอันนั้นเรียกว่า **สัตถุ ศาสนา**

**พาทิศาสนา** คือ ศาสนาแปลกปลอม เมื่อพาทิศาสนามากเข้า ผู้สำเร็จมรรคผลนิพพานก็ น้อยลง ในตอนท้ายท่านพูดว่า พระวินัยเป็นหลักฐานของพระพุทธศาสนา ถ้าหากพระวินัยไม่มี เสียแล้ว เสื่อมหมดศาสนา

ท่านยังกล่าวถึงเรื่องความเสื่อมของศาสนาไว้ว่า ศาสนาเสื่อมตั้งแต่เบื้องปลายมาคือ มรรค ผลนิพพาน เสื่อมลงไปตลอดถึง อนาคามี สกิทาคามี พระโสดาบันเสื่อมไปมีกัลยาณชน และใน ที่สุดก็มีแต่ปุถุชน สิกขาบทวินัยต่าง ๆ เสื่อม เสด็จวัตรปฏิบัติไม่ได้ ตลอดถึงปาจิตตีย์ นิสสัคคีย์ เสื่อมมาโดยลำดับ ยังเหลือแต่ปาราชิกสี่ ต่อมาปาราชิกสี่ก็เสื่อมลงไปเสียหมด ยังเหลือแต่ฝ้าน้อย ๆ ผู้ข้อมือไว้เป็นเครื่องหมายว่าเป็นภิกษุ เหตุนั้นจึงว่าศาสนานี้มีพระวินัยเป็นหลัก ท่านพูดอย่าง นั้น แต่ตอนต้นพูดแล้วว่า พระธรรมเกิดก่อน พระวินัยเกิดทีหลัง พระบัญญัติก็ทรงบัญญัติ ตามหลัง

**พระธรรมคืออะไร?** คือคำสอนถึงเรื่องกายและจิตใจเรียกว่ารูปธรรม นามธรรม คนผู้ใดมี หิริโอตตปะอยู่ในใจ ไม่สามารถที่จะทำความผิดได้ สิ่งใดผิดสิ่งใดถูกรู้ด้วยตนเอง นั่นเป็นพระ



วินัยโดยแท้ พระองค์จึงทรงเทศนาว่า พระวินัยนั้นอยู่ที่เจตนางดเว้นตัวเดียวนั้นแหละ ไม่ต้องมาก เจตนางดเว้นก็เป็นหมดเรื่องนี้แหละธรรม-วินัย สืบสนกันอยู่อย่างนี้ คนไม่เข้าใจจึงไม่รู้เรื่อง ธรรม-วินัย ท่านพูดตอนปลายว่า พระวินัยเป็นหลักของพระพุทธศาสนา ถ้าขาดพระวินัยไม่มีพระวินัยแล้ว ก็หมดศาสนา ที่ท่านพูดตอนต้นนั้นว่าพระธรรมเกิดก่อน คือสอนธรรมเข้าถึงจิตถึงใจแล้ว คนที่มี หิริโอตตัมปะ ไม่สามารถจะล่วงละเมิดในสิกขาบทนั้นได้ แล้วสอนย้ำเข้าไปอีกว่า พระวินัยเป็นความเจตนางดเว้น ข้อเดียวเท่านั้น เรื่องธรรมวินัยเป็นอย่างนี้ อันนี้พูดให้ฟังเฉย ๆ เดี่ยวจะเข้าใจสืบสนกัน

ธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงเทศนานั้นแสดงถึงเรื่อง ธรรมะ คือของจริง ของทรงอยู่ทรงไว้ ตามเดิม บาปและบุญ สิ่งที่ดีและชั่วทรงอยู่ตามเดิม ทรงตัวไว้ตามเดิม ทรงตัวของมันเอง ไม่ใช่พระไปทรงไว้ไม่ใช่ใครไปทรงพระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงไว้ธรรมะจริง ๆ เป็นของทรงอยู่ตามเรื่องของมัน มันเป็นอย่างใดก็เป็นอยู่อย่างนั้นไม่มีใครไปเปลี่ยนแปลงมันได้ ธรรมะที่เป็นบุญเรียก กุศล ธรรม ธรรมะที่เป็นบาปเรียก อกุศลธรรม ที่เป็นกลาง ๆ เรียก อัพยากกุศลธรรม

ธรรมะที่เป็นกุศลนั้นจะต้องฝึกฝนอบรม คนเราเกิดขึ้นมาไม่มีใครอบรมฝึกฝนมาก่อน ธรรมะไม่เกิดไม่มีในตัวของคน มันต้องเป็นไปตามโลก มันเป็นอกุศล เสีย สิ่งที่เป็น อกุศล ไม่ต้องบังคับไม่ต้องจำกัด ไม่ต้องมีขอบเขต เป็นไปตามยถากรรม บาปกรรมต่าง ๆ คนทั้งหลายทำตามเรื่องของตน บาปมันเป็นอยู่ของมันอย่างนั้น คนไปทำเอา บุญที่เป็นบุญก็เป็นอยู่อย่างนั้น แต่คนไปทำ เมื่อไปทำขึ้น ก็เลยกลับเป็นบาปเป็นบุญของคน ๆ นั้นขึ้นมา นั่นจึงเรียกว่า ธรรม เป็นของทรงอยู่ ทรงไว้ซึ่งสภาพของมันเอง

เราปฏิบัติธรรมะสะสมธรรมะ เรียกว่าเป็นการสะสมของดี ท่านเรียกว่าบำเพ็ญบารมี หรืออบรมนิสัยดีให้มันเจริญงอกงามขึ้นมา จึงจะเป็นคนดี ถ้าปล่อยตามเรื่อง มันก็ไปตามยถากรรมของมัน ก็ตกไปในที่ต่ำ อกุศลที่เป็นบาปกรรมมันเป็นอยู่แล้ว ในโลกนี้อันนี้ของเรามีอยู่แล้ว คนไปปฏิบัติก็เลวลงไปอีกส่วน อัพยากกุศล มันเป็นของกลาง ๆ ไม่ใช่บาปบุญคุณโทษ ประโยชน์อะไรต่าง ๆ ผู้ปฏิบัติจะเห็นได้ในเมื่อจิตเป็นกลาง ๆ ไม่คิดว่าบาปว่าบุญ ไม่คิดว่าดีว่าชั่ว คิดแต่เป็นกลาง ๆ นั่นเป็น อัพยากกุศล ธรรมะนั้นหลายอย่างหลายประการมีอยู่ในโลกกับโลกหมด ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้ ชักตัวอย่าง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมอันหนึ่ง เราไม่เกิดก็เป็นอยู่อย่างนั้น เราเกิดมาก็เป็นอยู่อย่างนั้น เกิดก็เกิดอยู่อย่างนั้น แก่ เจ็บ ตาย ก็เป็นอยู่อย่างนั้น ใครจะแก้ไขอย่างไรทำอะไรก็ได้ ที่สุดตั้งแต่หมอที่มาแก้ไขมัน หมอก็ต้องตายอยู่ดี อันนั้นเป็น ธรรม ธรรม นี้เป็นของเป็นอยู่สำหรับในรูป ผู้เห็น ธรรม นั้นชื่อว่า เห็นรูปตามความเป็นจริงคือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เรามาฝึกอบรม กาย วาจา ใจ ของตน ไม่ใช่ไปหัดความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

แต่เอาอันนั้นมาพิจารณา ให้เห็นโทษเห็นภัย แล้วตั้งต้นรักษาจิตใจของตนให้มาอยู่ในความไม่เกิด ไม่แก่ ไม่ตาย

ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกับน้ำ ไหลเอื่อยอยู่อย่างนั้นรำไปตลอดเวลา คนผู้เกิดมา จะทำดีทำศีก์ตามทำชั่วก็ตาม มันต้องไหลเอื่อยอยู่เรื่อยไปไม่มีไหลกลับคืนมาสักที อันที่มันไหลเอื่อยนั้น คือหมายความว่า ชีวิตร่างกายเป็นของดับสูญ หมดไปทุกวันทุกคืน อันนั้นละมันไหลเอื่อยไปเหมือนกับน้ำ มันไหลแต่ข้างบนลงไปสู่ที่ต่ำ มันไม่กลับคืนมาสักที ธรรมะจึงเป็นของน่าพิจารณา ธรรมะจึงเป็นของน่าคิดค้น น่าตรวจ ธรรมะจึงเป็นของที่บุคคล จะพึงปฏิบัติให้มันถูกต้อง ครั้นเมื่อมันไหลเอื่อยอย่างนั้นแล้ว ให้เราเอาน้ำอันนั้นมาอุปมาเปรียบ ทีนี้เราไปมุ่งทำให้น้ำมันไหลกลับคืน คือ จิตใจของเรา เราต้านทานไม่ให้หลงไหลไปตามอารมณ์ ไม่ไปตามกระแสน้ำ ให้ตั้งมั่นอยู่เฉพาะส่วนตัว อันนั้นแหละการปฏิบัติธรรม จึงว่าปฏิบัติธรรม ให้เข้าใจให้รู้เรื่องของธรรม ถ้าไม่รู้เรื่องไม่เข้าใจแล้ว ปฏิบัติไปไม่ทราบว่าจะถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง งม ๆ ชาว ๆ ไม่เห็นทางก้าวหน้า

ที่ท่านปฏิบัติถูก ท่านจึงได้เห็นความเจริญก้าวหน้าของการปฏิบัติของตนมันจึงจะได้ผล

ธรรมะ จึงเป็นของน่าพิจารณา

**ธรรมะ จึงเป็นของน่าคิดค้น น่าตรวจ**

**ธรรมะ จึงเป็นของที่บุคคลจะพึงปฏิบัติให้ถูกต้อง**

**ถ้าเมื่อไรใจรวมลงเป็นหนึ่งแล้ว**

**อะไร อะไรทั้งหมด**

**มารวมลงที่นั่น**

**ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค**

**มาลงอันเดียวหมด**

๕. หลักพุทธศาสนาอันเดียว

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๒๖

คำว่า “ปฏิบัติศาสนกิจ” นั้น ให้เข้าใจให้ถ่องแท้ เรื่องศาสนกิจพุทธศาสนานี้กว้างขวางยากที่จะจับหลักได้ ถ้าหากว่าจับหลักไม่ถูก ก็จับโน่นจับนี่อะไรต่าง ๆ นานาหลายเรื่อง ให้

ไขว่ไขว่ไปหมดทุกสิ่งทุกประการ ความจริงแท้ศาสนามีหลักอันเดียว อย่างท่านเทศน์ถึงเรื่อง “มัคคสมังคี” ก็รวมเป็นอันเดียว ไม่ใช่คนอื่นไกล มรรคที่จะถึงซึ่งมรรคจริง ๆ จัง ๆ นั้น ต้องเป็น “มัคคสมังคี”

**มัคคสมังคี** หมายความว่า **ทุกสิ่งทุกประการรวมเป็นอันเดียวหมด** คือใจมันรวมเสียก่อน ถ้าเมื่อไรใจรวมลงเป็นหนึ่งแล้ว อะไร ๆ ทั้งหมด มารวมลงที่นั่น ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ลงมาอันเดียวหมด ครั้นถ้าแยกกันอยู่ยังไม่เป็นมัคคสมังคี ที่แยกกันอยู่นั้นเป็นอุบาย สำหรับพิจารณา ให้เป็นสักเป็นส่วน เห็นเป็นทุกข์ เป็นสมุทัย นิโรธ มรรค อันนั้นเป็นมรรคแยก อันนั้นยังไม่ทัน ถูกถูกอยู่หรืออกแต่ยังไม่ถูกมัคคสมังคีแท้ มันเป็นเบื้องต้น ฝึกหัดเบื้องต้นต้องเป็นอย่างนั้น ถ้าหาก เป็นมัคคสมังคีแท้จริงแล้วอยู่อันเดียว พิจารณาอะไรก็ลงอันเดียวหมด ไม่มีสอง นี่แหละพุทธ ศาสนามันยาก จนให้เข้าใจยากตรงนี้แหละ ทำ ๆ ไปประเดี๋ยวมันเตลิดเปิดเปิงไป เลยส่งไปข้าง นอก จับหลักไม่ได้ เข้าใจว่าตนดี ตนฉลาดเนียนแหลมตนเข้าใจ แต่จับหลักไม่ได้ ผิดหมด มี มากมีหลายอย่างถึงเรื่องพุทธศาสนา

**ศรัทธา** คือความเชื่อ อันนี้เป็นเบื้องต้นจริงๆ เบื้องต้นของการฝึกปฏิบัติพุทธศาสนา ต้อง เกิดศรัทธาเสียก่อน เชื่อพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรมว่า ทำดี ได้ ทำชั่วได้ชั่ว เมื่อเชื่อว่าทำดีได้ดีแล้ว และทำชั่วได้ชั่วแล้ว คีล สมาธิ ปัญญา อยู่ในนั้นหมด แล้วแต่จะพิจารณา ไม่ได้พิจารณามันก็เป็นไปเอง มันรู้ขึ้นมาเอง มันเป็นขึ้นมาเอง มันชัดเจนแจ่มแจ้ง ขึ้นมาเอง

**ศีล** ที่ซัดอยู่ในนั้นเชื่อว่า ทำบาปเป็นบาป ทำบุญเป็นบุญจริง เมื่อเชื่ออย่างนี้แล้ว หิริโอตตปปะ เกิดขึ้นในตัว ไม่มีการกระทำความชั่ว เพราะละอายบาปกลัวบาป เมื่อละอายบาป มันก็หมดเรื่อง การทำความชั่วก็ไม่มี ศีล ทั้งปวงหมดก็รวมลงมาที่ หิริโอตตปปะ นี้พูดไว้เฉย ๆ นี้และ พูดไปเป็นส่วน ๆ แต่ว่าลงมาอันเดียวกัน

**ศรัทธา** ทำให้เชื่อมั่น ศรัทธาตัวนั้นถ้าไม่มีเสียแล้ว บวชก็ไม่ได้ มาบวชใน พุทธศาสนา ไม่เชื่อพุทธศาสนา แล้วจะมาบวชอะไร? บวชก็สักแต่บวชละซี ครั้นเชื่อว่า พุทธศาสนานี้เป็นของดี ศาสนาเป็นของจริง พระพุทธเจ้าตรัสรู้เองชอบแล้ว รวมลงมาในความ เชื่ออันนั้น เราเชื่อมั่นในพระพุทธศาสนา ทำอะไรแน่วแน่เต็มที่ อยู่ในความเชื่อกรรม เชื่อผลของ กรรม เราก็ไม่สามารถจะทำความชั่วได้ ที่พูดกันในสิกขาบทวินัยต่างๆ พูดเป็นเรื่องๆ ไปหรืออก เวลาจะทำหรือเวลาจะเอากันจริง เอากันตรงนี้แหละ เราเชื่อ กรรม กรรม คือการกระทำ เราทำ อะไรลงไปมันมีทั้งดีและชั่ว รู้ตัวของตนเอง ทำดีเป็นอย่างนี้ ทำชั่วเป็นอย่างนี้ ทำชั่วมันมีจิตใจ เป็นอย่างไร ทำดีมีจิตคิดเป็นอย่างไร เห็นในใจของตนเอง ทำชั่วมันเศร้าหมอง ไม่ผ่องใส ทำดี

จิตใจก็เบิกบาน อันนั้นมันถูกต้อง ใครจะไปทำชั่วละคราวนี้ มาบวชกันทุกคนก็ปรารถนาความดี ความชั่วอันนั้นก็ละทิ้งหมด มันก็เป็น สีล ละซี มันแนวแน่ลงไปเต็มที่แล้วก็เป็น สมาธิ

อันตัว ปัญญา ที่เกิดขึ้นคือ ตัวความรู้ ตัวปัญญา เป็นตัวเอา สีล สมาธิ ลงในที่นี้ อันนั้นแหละตัว ปัญญา จึงว่า หลักพุทธศาสนาจริง ๆ นะ ลงอันเดียว พูดยไปเท่าไรก็พูดยไปเถอะ กลับเข้ามาที่ทั้งนั้นแหละ ถ้าหากไม่ย้อนกลับคืนมาตัวเดิมแล้วไม่ถูก ตัวเดิม คือ ตัว จิต จิตมันเป็นอาการของใจ เมื่อมีใจก็ต้องมีอาการ อาการนั้นเรียกว่าการส่งออก คือการคิดการพิจารณา ถ้าวางถึงใจแล้วไม่มีส่งออกลงอันเดียวเลยหนึ่งเลย อันนี้เป็นหลักปฏิบัติ ไปทางไหนก็ไปเถิด ไม่หนีจากอันนี้ และก็ไม่ผิดอีกด้วย ถ้าปฏิบัติอย่างนี้ถูกต้อง จึงว่าถ้าหากปฏิบัติไม่ถูกหลัก ยึดหลักไม่ได้แล้ว งานนี้กว่าจะเป็นยากนัก ถ้ายึดหลักได้แล้วก็ไม่ยาวนาน มันลงอันเดียวแล้วไม่นาน

แต่ว่า อันที่จะทำต่อไปนั้นมันมีอีกอย่างหนึ่ง ทำอย่างนี้ให้ชำนาญชาญ ให้มันคล่องแคล่วก่อน พระพุทธองค์ทรงเทศนาว่า ภาวิโต พหุลิกโต ทำให้มาก เจริญให้ยิ่ง คือทำอย่างนี้ละ ให้เห็นหลักอย่างนี้ ให้เจริญอยู่บ่อย ๆ เพราะมี ใจ มันจึงค่อยมี จิต จิต คืออาการของใจ เมื่อมี ใจ อยู่ตราบใด มันก็ต้องมีอาการอยู่ตราบนั่น ก็ต้องฝึกหัดปฏิบัติอบรมเท่านั้น จึงว่าทำให้มาก เจริญให้ยิ่ง

## ๖. หัดรวมให้ได้

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๒๖

เข้าพรรษามาได้เดือนหนึ่งแล้ว แสดงว่าเราอยู่พรรษากันจริงๆ จังๆ พรรษา ๓ เดือนนั้น ล่วงไปแล้วเดือนหนึ่งยังอีกสองเดือน ในขณะที่เราอยู่พร้อมเพรียงกัน จึงเริ่มทำความเพียรให้เพียงพอ การศึกษาก็ศึกษาอยู่นั้นแหละ ไม่ขัดข้องอะไรหรอกไปเข้าใจว่าการศึกษเล่าเรียนกับการปฏิบัติเป็นคนละแนวกัน มันขัดข้องศึกษาเล่าเรียนแล้วปฏิบัติไม่ได้ เวลาทำจริง ๆ ไม่ใช่อย่างนั้น ศึกษาเล่าเรียนคือการปฏิบัติกันแหละ อย่างที่เราฟังเทศน์ก็เป็นการศึกษาเล่าเรียนไปในตัว เราจะเอาอะไรไปปฏิบัติ ถ้าไม่ได้ศึกษา เรื่องต่าง ๆ ที่มันแวดล้อมเวียนวนไปมาอยู่นั้น ก็คือว่าต้องการให้เราศึกษาให้รู้เรื่องเท่านั้นเอง เมื่อไม่รู้เรื่องก็ไม่ทราบจะแก้ตรงไหนกัน แต่การศึกษากับการปฏิบัติ นั้น ให้มันรวมลงให้ได้

เบื้องต้นปฏิบัติมันพุ่งชาน จิตส่งไปในที่ต่าง ๆ เราพยายามรวมให้มันได้ พิจารณาให้เป็นเหตุผลเป็นเรื่องราวของมัน จิตจะไปในแง่ใดมุมใดก็ตาม ตั้งสติควบคุมดูแลมันอยู่ตลอดเวลา นานหนักเข้า เอาไปเอามามันก็ส่งไปเรื่องของเก่าไม่มีอะไรเป็นของใหม่ เมื่อเห็นเป็นของเก่ามันก็

เมื่อ มันคลายออกไป ก็รวมลงเป็นอันหนึ่ง อันนั้นแหละเรียกว่า **รวมเบื้องต้น** การปฏิบัติที่รวมเบื้องต้น นั้นเรียกว่าปฏิบัติรวมได้ คราวนี้การปฏิบัติเรื่องเหล่านั้นหลายเรื่องหลายอย่าง ชำระ สะสาง ปล่อยาง เว้นมันได้ เอาแต่สิ่งที่เราประสงค์ เรารู้จักในสิ่งนั้น เราต้องการสิ่งใด เราประสงค์สิ่งใด สิ่งที่ไม่เป็นศีลไม่เป็นธรรมเรารู้เรื่อง พิจารณาไปพิจารณามาลง **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** หมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันก็รวมลงไปอีกทีหนึ่ง อันนั้นมันเป็น **รวมครั้งที่สอง**

รวมครั้งที่หนึ่งมันไม่ชัด รวมครั้งที่สองมันชัด คือมันเห็นเหตุเห็นผลเพียงพอรวมครั้งต้นนั้นเพียงแต่ละเพียงแต่ทิ้งปล่อยางเฉย ๆ รวมครั้งที่สองนั้น เห็นเหตุเห็นผลเรื่องราวของมัน ดี ชั่ว หยาบ ละเอียด สิ่งของมันเป็นประโยชน์คนประโยชน์คนอื่น รวมลงไปได้ อันนั้นเป็นรวมครั้งที่สอง **รวมครั้งที่สาม** คือ ปัญญามันเห็นแจ้งรู้จริง มันเบิกบาน ครั้นหากว่ามันรวมลงไปแล้วจิตใจแจ่มแจ้งชัดเจนทุกสิ่งทุกประการไม่ใช่เป็นอนุโลม มันชัดเจนจริงๆ แจ่มชัดจริง อันนี้เป็น **การ รวมครั้งที่สาม**

หัดให้รวมได้ อย่างนี้อยู่เสมอ ๆ ครั้งแรกก็หัดรวมให้มันได้ ถ้าไม่ได้ก็หัดอยู่อย่างนี้ละ หัดให้มันรวมได้บ่อย ๆ ส่วนมันออกไปนั้น มันออกไปเองหรือ เราต้องการให้มันรวมเราต้องหัด จิตออกไปมันวุ่นวาย เราไม่ต้องการ เราต้องการอย่างนี้ ที่มันออกไปนั้นมันเป็นไปเอง ครั้นปล่อยางมันเลยไปทุกแห่งทุกหนได้ทั้งนั้น อย่างนั้นเราไม่ต้องการ เรามาปฏิบัติก็เพื่อรวม ศาสนาพุทธอันนี้ปฏิบัติเพื่อรวมให้รวมเป็นจุด อย่างที่ว่ามานี้ มันรวมแล้วก็หัดอยู่เสมอ ๆ หัดพิจารณาให้มันเห็นชัดเจนเห็นแจ้งเข้าไปเรื่อย มันยังไม่รวมถึงจะอนุমানก็ดี เห็นของเหล่านั้นเป็นของไม่เที่ยง เห็นของอันนั้นไม่เป็นของจีรังถาวร ของอันนั้นมันเป็นอยู่อย่างนั้นปล่อยางได้มันก็รวมลงไปอีก นี้เป็น **รวมครั้งที่สอง**

**รวมครั้งที่สาม** มันเห็นแจ้งเลยอันนี้ ชัดทุกสิ่งทุกอย่าง พิจารณาอย่างเท่านั้นละ เคยพิจารณาอย่างไรก็พิจารณาอย่างเท่านั้น มันหากเห็นต่างกัน ไม่มีพิจารณาอันอื่นหรือพิจารณาอันเท่านั้นละ ถ้าหากว่ามันแจ้งขึ้นมาแล้ว ของเก่าก็กลายเป็นของใหม่ มันเห็นชัดเห็นจริงแล้วของเก่าก็กลายเป็นของใหม่ ที่มันจะเห็นชัดเห็นจริงนั้น เพราะเหตุที่มันเปลี่ยนแปลง เปลี่ยนสภาพคือ มันรวมได้เมื่อมันรวมได้บ่อย ๆ ทีนี้พิจารณามันค่อยลงถึงธรรมะ

อย่างพระสูตรท่านก็รวมได้เหมือนกัน พระไตรปิฎกคือ กระจาดทั้งสามธรรมทั้งหลาย แปร همینสี่พันพระธรรมชั้นมัธยมมารวมกันลงในไตรปิฎกทั้งสาม นั้นรวมได้เหมือนกัน พระไตรปิฎกทั้งสามนั้นรวมลงที่ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นก็รวมลงมาเหมือนกัน ศีล สมาธิ ปัญญา รวมลงมาเป็นมรรคอันหนึ่ง นั้นก็รวมเหมือนกัน นี้เป็นหลัก หลักการปฏิบัติต้องเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ปฏิบัติสุ่มสี่สุ่มห้า ไม่ใช่ปฏิบัติไม่มีหลักมีเกณฑ์ มันไม่เป็นไป ถึงเป็นไปก็ไม่จีรังถาวรหาก

หลักเกณฑ์ไม่ได้ เหตุนี้จึงว่าตั้งใจปฏิบัติเสีย มันจะเป็นไปสักเท่าใดก็ตาม ให้มันรู้เรื่องของตนเอง ให้เห็นด้วยใจของตน อันนี้เรียกว่าการปฏิบัติ การปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนา มันรวมได้ดังนี้

## ตั้งใจปฏิบัติเสีย

มันจะเป็นไปสักเท่าใดก็ตาม

ให้มันรู้เรื่องของตนเอง

เรียกว่าการปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนา

มันรวมได้ดังนี้

มันสงบเหลือแต่จิตอันเดียว

ไม่มีสิ่งเกี่ยวข้อง

มันก็สุขนะซี ตรงนั้น

คนที่ไม่เคยละสิ่งเกี่ยวข้อง

เลยไม่เห็นความสุข

เห็นว่างสิ่งที่เกี่ยวข้องนี้เป็นความสุขความสบาย

### ๗. ความสงบ

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๒๖

พากันตั้งใจฝึกหัดปฏิบัติตามความสามารถของตน ถ้าหากคนเราไม่ปฏิบัติธรรมะ ก็จะไม่รู้จักธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า ความสุขอันใดจะเสมอเหมือนความสงบไม่มี คำนั้นเป็นคำจริง ถ้าหากปฏิบัติไม่ถึง พอจะเดาๆ คิดนึกเอาเฉยๆ ก็เชื่อบ้างไม่เชื่อบ้าง อันความที่จะเชื่อคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ จัง นี่เป็นของยากมาก ถึงหากเราเชื่อบ้างไม่เชื่อบ้าง ถ้าหากปฏิบัติลงไปถึงตรงนั้นแล้วจะเชื่อขึ้นมา อ้อ! ตรงนี้หรือคำที่พระพุทธเจ้าทรงเทศนาไว้ว่ามีความสุข ความสงบ อย่างนี้เป็นต้น

ความสงบนั้นมันมีจากไหน คนเราโดยส่วนมากมันยุ่งมันวุ่นวายสารพัดทุกสิ่งทุกอย่าง แต่  
สายไปในที่ต่าง ๆ มันหาความสงบไม่ได้ เหตุนี้คนที่เชื่อว่า *ความสงบเป็นความสุข* จึงค่อยมี  
น้อยนัก เพียงแต่เดาๆ คิดๆ นึกๆ ไปเฉยๆ *ที่จะให้ถึงความสงบจริงๆ* จังๆ มันต้องละทุกสิ่งทุก  
ประการ *อารมณ์ทั้งปวงวุ่นวุ่นวายอยู่ในใจของตนหายหมด ไม่มีเกี่ยวข้อง ถึงซึ่งความสงบจริงๆ*  
จังๆ ถ้ายังไปเกี่ยวข้องกับเรื่องต่างๆ อยู่มันยังไม่ถึงความสงบขึ้นมาได้ *ความสงบนี้ละที่ไม่เชื่อ*  
*พระพุทธเจ้าไม่เชื่ออย่างจริงๆ* จึง *เราฝึกหัดนี้ฝึกหัดหาความสงบ* ทุกอย่างทุกประการที่อบรมมาก็  
*เข้าหาความสงบอย่างเดียว* ความไม่สงบมันมีมาก อย่างเราตั้งแต่เกิดขึ้นมาก็หาความสงบไม่ได้  
จนกระทั่งวันหนึ่งๆ ๒๔ ชั่วโมงจะเอาความสงบจริงๆ จังๆ สัก ๕ นาทีก็ยังมีดี ๑๐ นาทีก็ยังมีดี นั่น  
ละเห็นแจ้งความจริงของพระพุทธเจ้าที่ทรงเทศนาไว้จริงในใจของเราเลย

การฝึกหัดในทางพุทธศาสนา จะหัดวิธีใดก็ตาม ถึงกัมมัฏฐานจะหัดต่างครูต่างอาจารย์ก็  
ตาม ก็ลงสู่ความสงบอันเดียวกัน อย่างเขาหัดขุบหนอพองหนอกี้ดี สัมมาอรหังก็ดี อานาปานสติ  
มรณสติอะไรก็ดี คือให้เข้าถึงความสงบนั่นเอง แต่แท้ที่จริงเมื่อถึงความสงบแล้ว *ไม่รู้จักความ*  
*สงบซ้ำอีก* ยังหาว่าความสงบเป็นความโง่ไปโน่นซ้ำอีก ความโง่อย่างนี้เคยไหม? หัดให้ถึงความ  
โง่อันนี้ *ไม่ถึงความโง่ไม่ได้ความฉลาดหยอก* ทุกสิ่งทุกอย่างให้มันเสียก่อนนั่นแหละ มันไม่  
ฉลาดก่อนหยอก *ความสงบ* จึงว่า *เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติ* ที่เราปฏิบัตินั้นจะใช้อุบายแยกคาย  
ใดก็เอาเถอะ ที่ฟังเทศน์ฟังธรรมฟังอุบายจากครูบาอาจารย์ ทุกสิ่งทุกประการนั้นเรียกว่า *อุบาย*  
ครั้งเมื่อเข้าถึงความสงบแล้วนั้นเป็น *แยกคาย*

"*แยกคาย*" กับ "*อุบาย*" นั้นมันต่างกัน แยกคายนั้นใครสอนไม่ถูกรู้เฉพาะตนเองเป็นแยก  
คาย เข้าถึงความสงบแล้วนั่นแหละเป็นแยกคายของเรา แยกคายนั้นเมื่อถึงความสงบแล้ว เราจะ  
เอามาสอนคนอื่นว่า *ต้องทำอย่างนั้นๆ* มันจึงเข้าถึงความสงบ อันนั้นเป็นอุบายอีก แยกคายแล้วมา  
เกิดเป็นอุบายของคนนั้น สอนคนอื่นต่อไป คนอื่นได้ฟังอีกก็เป็นอุบาย ครั้งเมื่อฝึกฝนอบรม  
เข้าถึงความสงบจริงๆ จังๆ เป็นแยกคายของแต่ละคน *แยกคาย* ก็คือ *ตัวปัญญานั่นเอง* จึงว่า  
พระพุทธศาสนานี้สอนให้เข้าถึงความสงบเสียก่อน จึงเรียกว่า *สมณะ* ถ้าไม่เกิด*สมณะ* ก็ไม่มี  
*ปัญญา* *สมณะคือความสงบ* *ความสงบเกิดขึ้นมาในใจของตน* มองเห็นหมดทุกสิ่งที่ยังไม่สงบนั้น  
*โทษของความไม่สงบเห็นที่นี้* เห็นแจ้ง*ประจักษ์ในใจของตนเลย* ชัดขึ้นมา *นั่นละคือตัว ปัญญา*

ถ้าไม่เข้าถึงความสงบจิตใจยังฟุ้งเฟ้ออยู่ *จิตใจยังกระวนกระวายเกี่ยวข้องอยู่ถึงชัดถึงจริงก็*  
*ไม่เป็นของชัดด้วยตนเอง* มันยังปะปนด้วยอารมณ์ต่าง ๆ ด้วยกิเลสทั้งปวง จึงต้องกระสับกระส่าย  
อยู่ร่ำไป เมื่อเข้าถึงความสงบนั้นเป็นต้น *ชัดด้วยตนเองเลยที่เดียว* อ้อ!...อย่างนี้หยอกความความ  
สงบ ที่ท่านว่า "*ความสงบหาความสุขอันใดเสมอไม่ได้*" มันอย่างนี้เอง ถ้าพูดโดยอนุमान เมื่อไม่

มีสิ่งใดๆ ทั้งปวงหมดมาเกี่ยวข้องกับจิตแล้ว มันจะมีอะไรเหลือในที่นั้น? มันก็ไม่มีอะไรนะสิ อันที่มีสิ่งต่างๆ เกี่ยวข้องนั้น จิตมีสิ่งต่างๆ นั้นเรียกว่ามันไม่สงบ ไม่เห็นความสงบ สงบจริงๆ นั้นไม่มีอะไรเลย แต่รู้สึกตนว่าไม่มีสิ่งใดๆ เกี่ยวข้องในที่นั้น นั่นละความสงบแท้ แต่ว่าอันนี้พูดให้ฟังเพื่อเป็นอุบาย

ถ้าคนใดเข้าถึงความสงบแล้ว เห็นด้วยตนเองเลย คราวนี้ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนไม่ว่าจะพูดจะคุยอะไรต่าง ๆ มองเห็นความสงบอยู่ตลอดเวลา ถึงแม้ในขณะที่นั้นจะไม่ได้ความสงบอย่างเต็มที่ มันก็คิดถึงความสงบ ระลึกถึงความสงบ เห็นความสงบอยู่ตลอดเวลา หากได้โอกาสเวลาว่างๆ เราทำความเพียร เดินจงกรม นั่งภาวนาก็ดี มันสงบ ยิ่งเหลือแต่จิตอันเดียว ไม่มีสิ่งเกี่ยวข้อง มันก็สุขนะซีตรงนั้น มันไม่มีอะไรเกี่ยวข้อง มันก็สุขนะซี คนที่ไม่เคยละสิ่งที่เกี่ยวข้อง เลยไม่เห็นความสุขเห็นว่าสิ่งที่เกี่ยวข้องนั้นเป็นความสุขความสบาย โนนละไปโนนอีก มันยากที่รู้จักธรรม เห็นธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า

เหตุมันจึงว่าตั้งใจปฏิบัติไปเถิดไม่เป็นไรหรอก เราปฏิบัตินี้ถูกต้องแล้ว ปฏิบัติมุ่งหาความสงบนั้นถูกแล้ว ความไม่สงบมันมากมาย มันเป็นเองหรือ ความไม่สงบนะ มันเป็นตามเรื่องตามราวของมัน ของไม่สงบนั้นมันหากมีในนั้น ฉะนั้นสิ่งที่มันสงบนะมันหายาก สิ่งที่ไม่สงบนะมันหาง่าย ไปที่ไหนๆ ก็พบหรือความไม่สงบ

เหตุมัน ในชีวิตอันนี้ ขอให้ได้รับความสงบสักพักหนึ่งเถิดในวันหนึ่งๆ ขอให้ได้รับความสงบสักพักหนึ่ง ก็นับว่าดีอีกโง่แล้ว เอาละ

**ความสงบ จริงๆ นั้นไม่มีสิ่งอะไรเลย**

**แต่รู้สึกตนว่า**

**ไม่มีสิ่งใดๆ เกี่ยวข้องในที่นั้น**

**นั่นละ "ความสงบ" แท้**

**ตั้งจิตเราให้ตรง**

**ทำจิตเราให้แน่นแน่**

**ทำจิตให้เป็นกลาง**

**ทำจิตให้มันวางเฉย**

**อันนั้นเรียกว่า อารมณ์มันถูก**



## อันนั้นเรียกว่า อารมณ์ที่ดี

### ๘. ตั้งอารมณ์ให้ถูก

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๒๖

ให้เราตั้งสติอารมณ์ให้ดี อารมณ์ที่ตั้งให้คตินั้นหมายความถึงตั้งไว้ในที่ชอบ อารมณ์ที่เราจะพึงใช้ จะพึงตั้งสติกำหนดคตินั้นตั้งให้มันถูก อารมณ์อันใดที่มันแส่สาย อารมณ์ที่ไปหาความชั่ว อันนั้นละอารมณ์ไม่ดี อารมณ์อันใดที่มันตั้งมันอยู่เฉพาะกัมมัฏฐาน อันนั้นละอารมณ์อันถูกต้องของเรา กัมมัฏฐานถูกหมดทุกอย่าง เมื่อตั้งอารมณ์ตรงแล้ว ทำจิตเราให้ตรง ทำจิตให้แน่วแน่ ทำจิตให้เป็นกลาง ทำจิตให้มันวางเฉย อันนั้นเรียกว่าอารมณ์มันถูก อันนั้นเรียกว่า ตั้งอารมณ์ที่ดี เราต้องวางทุกวิถีทาง

เมื่อยังมีชีวิตอยู่ มันก็ต้องมีอารมณ์ที่ไม่ดีไม่งามพานแฉ่วไป มันเห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหู ได้ดมกลิ่นด้วยจมูก ฯลฯ อายุคนะทั้ง ๖ นี้มันรบกวณอยู่เสมอ อายุคนะทั้ง ๖ มันแส่สายไปในทางที่ไม่ดี มันเป็นวิสัยของโลก มันเป็นอย่างนั้น เราจะต้องตั้งอารมณ์ให้ดี ตั้งอารมณ์ให้ตรงว่าเวลานี้จะประกอบกิจทางพุทธศาสนา ตั้งให้มันตรงอย่าให้มันแส่สายไปในทางที่ผิด ในทางที่ไม่ชอบ เพราะเราทำความเพียร เราต้องพยายามทุกวิถีทาง จึงจะได้ชื่อว่ามาประกอบความเพียรบางที่ได้มาประกอบความเพียรสักแต่ว่าชื่อ ความเพียรคืออะไร? ก็ไม่รู้เรื่องความเพียร ที่เราเพียรพยายาม คือ เพียร ตั้งอารมณ์ให้มันตรงนั่นเอง จิตใจมันฝักใฝ่ไปในทางที่เลว จิตใจมันโน้มเหนียวไปในทางที่ไม่ดีไม่งาม เราจึงต้องหัดต้องอบรม ต้องหัดทำสมาธิคือ ความเพียรให้มันตรงไปตรงมา

มาคิดถึงสภาวะของพระ ที่เราเป็นพระเป็นเณร คือว่า สมณะ นั้นก็แปลว่า ผู้สงบ สงบ จากอารมณ์ทั้งปวง ไม่คนองด้วยกาย วาจา ใจ เราน้อมไปในทางที่ผิดน้อมไปในทางที่ไม่ดี น้อมไปในทางเลวทรามอันต่ำช้า อันนั้นไม่ถูกทางของเรา ให้คตินึกได้อยู่เสมอว่า ไม่ใช่สมณะ ไม่ใช่พระ ถ้าเป็นสมณะเป็นพระแล้ว จิตใจมันแน่วแน่มันตรงไปทางธรรม แน่วแน่สู่ธรรมะ เรามาเพียรภาวนาก็เพื่ออบรมตรงนี้ละไม่ต้องอบรมอื่นไกลหรอก เมื่อเราตั้งอารมณ์ให้ดีแล้ว มันเป็นไปเองหรือคราวนี้ เมื่อตั้งถูกแล้วมันเป็นเองสิ่งทั้งปวงหมดมันค่อยเกิดขึ้นมาโดยลำดับ

ครั้นตั้งอารมณ์ผิด สิ่งทั้งปวงมันก็เป็นเองเหมือนกัน ครั้นว่าผิดเบื้องต้นแล้วก็ผิดตลอดเวลา อารมณ์ชั่วสารพัดทุกสิ่งทุกอย่างมันมาปรากฏอยู่ในใจ ไม่ดีเลย สักอย่างเดียว ถ้าตั้งอารมณ์ดีแล้ว มันค่อยสงบเยือกเย็นลงไป สติควบคุมอยู่ รู้ตัวอยู่ทุกเมื่อ หัดสติตัวนี้ให้มันมั่นคงถาวร ในชั่วชีวิตของเรานั้นไม่นานหรอก มาถึงแค่นี้แล้ว เรียกว่าชีวิตอบรมฝึกฝนมา จนปานนี้

แล้ว ให้พยายามอบรมให้มันตลอดรอดฝั่ง เสียคายที่เราอบรมมา อย่าไปละทิ้งหรือปล่อยวางเสีย อย่างนั้นมันไม่ได้ ให้มันรู้จักที่ได้ ให้มันรู้จักที่เสีย รู้จักตรงนี้แหละ

ที่มันได้นั้นคือ อบรมตั้งสติให้มันตรงแนวแน่ อบรมจิตให้มันแน่วแน่สติควบคุมมันอยู่ คงที่ เราตั้งอารมณ์ตรงแล้วหรือยังเดี๋ยวนี้ ให้ระลึกถึงเสมอ สติของเราควบคุมให้ได้ตลอดเวลา หรือยังเดี๋ยวนี้ เราตั้งสติอารมณ์ให้มันแน่วแน่แล้วควบคุมจิต ฝึกหัดอบรมไป เท่านั้นละฝึกฝน อบรมเท่านั้น มันได้เวลาหรือยัง มันได้ความสงบ มันได้สมาธิ มันเป็นธรรมชาติ มีโอกาสได้เห็น ธรรมชาติหรือเร็ว เป็นไปโดยเรียบร้อยหรือไม่ อันนั้นเห็นความได้ ความเกิดควมมีของตนขึ้นมา

ถ้าหากว่าตั้งสติตั้งจิต อบรมจิตตั้งอารมณ์ไม่ดีอารมณ์ไม่ตรง มันก็แปรปรวนไปในสิ่งต่าง ๆ ตั้งสติควบคุมมันก็ไม่อยู่ อันนั้นมันเหลวไหล ไปทุกเมื่อทุกยาม ทุกเวลาอย่างนั้นไม่ได้ อันนั้นใช้ไม่ได้ เราจึงควรระวังตัวของตน ให้มันสงบฝึกฝนอบรมอยู่ตลอดเวลา หากว่ามัน เป็นไปในทางเจริญก้าวหน้า ก็จะเห็นธรรมเกิดขึ้นมาในที่นั้น ถ้ามันไม่มีธรรมะเกิดขึ้นในที่นั้น มี แต่เหลวไหล แปลว่าเหลวไหลแล้วนั้น มันเสื่อมแล้ว ต้องพยายามเอาใหม่ทำใหม่ หัดตรงนี้จะให้ มันเข้าใจ มันได้แค่ไหน มันเจริญคล่องแคล่วแล้วเพียงไหน ตรงไหน ให้รู้ตัวตรงนี้จนเห็นที่ได้ที่ ดี เห็นที่ได้ที่เสีย ถ้าหากมันได้ก็เจริญออกงามขึ้นมา ธรรมะก็ปรากฏ ถ้ามันเสียมันก็เหลวไหล อันนั้นแปลว่าขาดทุน ไม่ต้องพิจารณาอื่นไกล ไม่ต้องอบรมที่อื่นที่ไกล เอาเท่านั้นก็พอ

**ขอให้ตรวจดูตัวของเรา**

ตั้งแต่เข้ามาอยู่วัด หรือเข้ามาจำพรรษา

ตรวจดูมาตั้งแต่เบื้องต้น

ทั้ง กาย วาจา และใจของเรา

สิ่งใดที่บกพร่อง เราได้แก้ไขแล้ว

และยังไม่ได้แก้ไข

ก็ให้รู้เรื่อง รู้เรื่องตัวของเรา

๕. ตรวจดูตัวของเรา

วันที่ ๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๖

นี่ก็จนออกพรรษาแล้วละ ก็ไม่มีอะไรหรอก อยากจะเตือนหมู่ด้วยความหวังดีปรารถนาดีต่อหมู่ เพื่อนทุกองค์ ขอให้ตรวจดูตัวของเรามาตั้งแต่เข้ามาอยู่วัด หรือตั้งแต่เข้ามาจำพรรษา ตรวจดูมาตั้งแต่

เบื้องต้น ทั้งกาย วาจา และใจของเรา สิ่งใดที่เรบกพร่อง เราแก้ไขได้แล้ว และยังแก้ไขไม่ได้ก็ ให้รู้เรื่อง รู้เรื่องตัวของเราก่อนไม่รู้เรื่องหรือก ตัวของเราเท่านั้นรู้ตัวของเราเอง ในพุทธศาสนา นี้สอนให้รู้ตัวเองสอนให้แก้ไขตัวเอง สิ่งนี้สำคัญที่สุด

การรู้ตัวตนเองเห็นตนเองไม่มีการกระทบคนอื่น ถ้าเพิ่งออกภายนอกเป็นเรื่องเพิ่งออกไป ถึงคนอื่น โดยมากมักจะชกโทษคนอื่น แต่ก็ดีเหมือนกันเพิ่งออกภายนอกเพื่อให้เป็นคติแยก แยกต่างในการที่เห็นสิ่งเหล่านั้น เห็นเขาไม่ดีเราพิจารณาน้อมเข้ามาถึงตัวของเรา เราเป็นขนาด ไหน เราเป็นอย่างไรใหม่ เทียบเคียงลองดูครั้งถ้าหากว่าไม่เป็นก็พ้นไปได้ ถ้าหากว่าเราเป็น เช่นนั้นก็ควรที่จะแก้ไข นี่! ถ้าเห็นโทษคนอื่นให้เห็นอย่างนี้ เมื่อเห็นคนอื่นทำดี เรามาเพิ่งลองดู ตัวของเรา ดีไหมตัวของเรา อย่างเขาเป็นไหม เป็นอย่างเขาแล้วเราก็ดีไป ถ้าไม่เป็นอย่างเขาแล้ว เราก็ดีแก้ไขตัวของเรา อันนี้เพิ่งออกภายนอกมีประโยชน์อย่างนั้น

ถ้าเพิ่งดู ภายในเฉพาะตนเอง กาย วาจา และใจทุกอย่าง สิ่งที่ต้องแก้ไข ก็แก้ไข สิ่งที่ยัง แก้ไม่ได้ก็ให้จำไว้ เรามาวงษ์ในพระพุทธศาสนามีสิ่งเดียวคือ ที่จะแก้ไขตนเองเท่านั้นแหละ ไม่มีสิ่งอื่นหรือก ตั้งแต่เราเริ่มมาอยู่เริ่มมาจำพรรษานี้เวลาผ่านพ้นไป ๓ เดือนแล้ว ถ้าหากว่าเรา แก้ไขตนเองได้ ก็ได้ชื่อว่าเป็นกำไรของเราในส่วนนั้น ถ้าแก้ไขไม่ได้ นั่นก็เป็นกำไรเหมือนกัน มันเป็นกำไรที่เราได้รู้ในระยะ ๓ เดือน เราเพิ่งพิจารณา ดูให้รู้คุณรู้โทษของตนๆ อย่าให้มันเสีย ประโยชน์ในการที่ได้มาอยู่ เพราะชีวิต ของเรา ๓ เดือนนั้นเป็นของไม่ใช่ง่าย ยากนักยาก หนา ๓ เดือนนี้เสียค่าใช้จ่ายไปเท่าไรแล้ว ๓ เดือนล่วงไปแล้ว อาหารการบริโภคทุกสิ่งทุก ประการที่เราใช้ประโยชน์เพื่อมัน ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าอาหารการกิน หมากพลู บุหรี่สารพัด ที่นั่งที่ นอน ที่อยู่อาศัย เรามารูมิใช้มันให้มันได้ความสบาย แล้วตัวเราจะได้พิจารณาตัวเอง ทั้ง ๓ อย่าง ที่ว่านั่นแหละ

ถ้าหากเราไม่ได้พิจารณาตัวเอง เราเสียจากผลประโยชน์หมด ๓ เดือน ล่วงไปแล้วหมด เฉยๆ ไม่ใช่หมดเฉยๆ เท่านั้น ยังทำชีวิตให้เสื่อมสิ้นสูญไปเปล่าๆ ไม่ได้ประโยชน์อะไรเลย ได้ชื่อ ว่าเป็นหนี้ของเขา ในการที่เรามาอยู่กับเขาเรียกว่าเราต้องเป็นหนี้เขา พระต้องเป็นหนี้เขาเรื่อยไป ไม่มีกำไรสักทีหรือก ถ้าหากว่าไม่ทำดีไม่รักษาตนเอง อาหารการกินก็ได้ชื่อว่าเป็นหนี้เขา ผ่าผ่อน ก็ได้ชื่อว่าเป็นหนี้เขา ที่อยู่ที่นอนก็ได้ชื่อว่าเป็นหนี้เขา หยุกยาเภสัชต่างๆ นี่ก็เป็นหนี้เขาหมด ฉะนั้นตรวจตราดูตัวของเรายู้อย่างนี้ เห็นกาย วาจา ใจของเรบกพร่องตรงไหนเราแก้ไขตรงนั้น แหละ นั่นได้ชื่อว่าเปลื้องหนี้เขาในตัว ไม่ใช่เปลื้องนี้เฉยๆ ยังเป็นประโยชน์แก่ชาวบ้านชาวเมือง เป็นประโยชน์แก่ผู้ทำบุญทำทาน เขายกมือไหว้ก็ยังได้กุศลมากมาย มันเป็นของน่าเอาใจใส่จริงๆ ประโยชน์ตนก็ได้ ประโยชน์คนอื่นก็มี

ชีวิตของคนเราเป็นของเสื่อมสูญสิ้นไป หมดยุติไปสิ้น เราเกิดขึ้นมานั้นแต่ละชาติละชาติได้  
ชื่อว่ามาทำกรรม ได้ชื่อมาเสวยกรรม เกิดขึ้นมาทุกคนต้องมีกรรม กรรมดีก็มีกรรมชั่วก็มี ต้องทำ  
ทุกอย่าง ทำทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว ถ้าเราตรวจตราพิจารณาคุณตัวของตนอยู่เสมอๆ อันใดผิดอันใด  
ถูก อันใดดีอันใดชั่ว ละเว้นความชั่วเสีย ก็เป็นคนดี ได้ชื่อว่าละกรรมชั่ว เป็นการผ่อนผันกรรม  
ไป ถ้าหากว่าเราไม่รู้สึกรู้สียตัวเลย นั่นได้ชื่อว่ามานอนอยู่ในโลกมาทำกรรมชั่ว ความชั่วที่เราทำไว้  
นั้นยังจะเป็นปัจจัยให้เกิดชั่วต่อไปอีก กรรมดีที่เราทำนั้นนะ ได้ชื่อว่าแก้ไขกรรมชั่วหมดไปในตัว  
ชาตินี้หมดแค่นี้แหละ เราเห็นของตัวว่ามันหมดไปแค่นี้ ชาติหน้ามันค่อยเบาบางลง ถ้าหากว่าเรา  
ไม่ละกรรมชั่ว สะสมกรรมชั่วให้เกิดอีก อย่างเราเกิดมาทำชั่วเป็นหนี้ของโลกอย่างว่านั้น ในชาติ  
ต่อไปยังจะเกิดมาไม่ทราบว่าจะเกิดมาทำไม มันจะเกิดมาเป็นอะไรก็ไม่ทราบล่ะ ต่ำกว่านี้เลวทราม  
กว่านี้ หรือว่าเป็นอย่างไรก็ไม่ทราบ เพราะผู้มีกรรมจะต้องเป็นไปตามกรรม เราแต่งเอาไม่ได้

กรรมชั่วต้องซัดไปในทางชั่วไปตกอบายทุกติไม่มีหนทางที่จะพ้นโทษขึ้นมาได้ยิ่งหนักเข้า  
ไปทุกที แต่ชาติจึงว่าสะสมกรรม คนเราเกิดมาหลายภพหลายชาติไม่ใช่ ๒๐ ชาติ ๓๐ ชาติหรือ  
ร้อยชาติพันชาติเท่านั้น นักเป็นเอนกอนันต์เหลือที่จะพรรณา เหตุฉะนั้นจึงพากันทำความดีไว้  
เพื่อให้พ้นโทษมาโดยลำดับ ได้ชื่อว่าใช้หนี้กรรมโลก เรามาอยู่ในโลกได้ชื่อว่า เป็นหนี้ของโลก  
มาอยู่ในโลกอันนี้ได้ชื่อเป็นหนี้ของเขา กายของเราก็ได้ชื่อว่า ดิน น้ำ ไฟ ลม ได้ชื่อว่าเอาของเขา  
มาปั้นรูป ให้เป็นรูปของเราได้ชื่อว่าของโลก ดิน น้ำ ไฟ ลม เป็นของโลกทั้งปวงหมด ตาย  
ไปแล้วสละทิ้งถิ่นของเก่า คนอื่นมาเอาปั้นรูปต่ออีก มาเอา ดิน น้ำ ลม ไฟอีก ตายไปแล้วก็สละ  
ทิ้งของเก่า คนที่เกิดขึ้นมาได้ชื่อว่ามาเอาของโลกนี้ไปเป็นคนเป็นตัว ถ้าหากว่าไม่ใช่หนี้อย่างนี้  
อธิบายมานี้แล้ว ก็จะทับถมตัวของเราอยู่ในโลกนี้อีกต่อไป

เหตุฉะนั้น คนที่พิจารณาอย่างนี้อธิบายมานี้ได้ชื่อว่า เรามาบวชในศาสนาและอยู่ในศาสนา  
เรามาอยู่ในวัดในวาหรือปฏิบัติตลอดไตรมาส ๓ เดือน ควรที่จะภูมิใจในการที่ทำดี ถ้าหากว่าเรา  
ทำชั่ว เราก็จะได้ความเศร้าหมองในตัวของเรา ไม่มีใครรู้ด้วยหรือรู้ด้วยตนเอง

**ในพุทธศาสนา**

**สอนให้รู้ตัวเอง**

**สอนให้แก้ไขตัวเอง**

**สิ่งนี้สำคัญที่สุด**

**ปวารณากันให้ว่ากล่าวตักเตือนกันไว้**

## ด้วยความเมตตาปรารถนาหวังดีต่อกัน

ถ้ามี โทสะ มานะ เกิดขึ้นแต่ในใจตนแล้ว

การตัดเตือนถึงแม้เป็นของดี

ก็ไม่มีประโยชน์แก่ตน

๑๐. การปวารณามีประโยชน์มาก

วันที่ ๒๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๖

มันแปลกแต่ที่วันอุโบสถคือ วันปวารณา ปวารณาแทนวันอุโบสถ แท้ที่จริงวันปวารณามีประโยชน์มากกว่าวันอุโบสถ ท่านจึงบอกว่า ถ้าหากวันพระตกวัน ๑๕ ค่ำ วันปวารณาตกวัน ๑ ค่ำ ให้เอาวันปวารณาเป็นเกณฑ์ ท่านบอกอย่างนั้นคือ หมายความว่ามิมีประโยชน์มากนักเอง

ปวารณา คือการปวารณาซึ่งตนเองอย่างที่ท่านกล่าวว่า "ทิวฐณะ วา สุเตน วาปริสุงกาย วา วทนตุ มํ อายสมนุโต อนุกรมเป อูปาทาย" ด้วยการเห็นก็ดี ด้วยการได้ยินก็ดี ด้วยการรังเกียจก็ดี จะประการใดประการหนึ่ง ขอให้ตัดเตือนด้วยความเอ็นดูเมตตาปรารถนาหวังดีต่อข้าพเจ้า

คำปวารณามีอย่างนี้ ปวารณาซึ่งกันและกันทุกคนไม่ว่าใครทั้งนั้นผู้ใหญ่ผู้น้อย อายุพรรษามากน้อยเหมือนกัน ปวารณากันให้ว่ากล่าวตัดเตือนกันได้ด้วยความเมตตาปรารถนาหวังดีต่อกัน ถ้ามีโทสะมานะเกิดขึ้นแต่ในใจของตนแล้วการตัดเตือนถึงแม้เป็นของดี ก็ไม่มีประโยชน์แก่ตนอีก ถ้าหากคนฟัง คนที่ถูกตัดเตือนยอมรับยอมปฏิบัติตาม จะเป็นประโยชน์ต่อคนนั้นต่อไป แต่ผู้ปฏิบัติจะพูดขอร้องผู้สอนผู้ตัดเตือนแล้ว ไม่มีประโยชน์ ขาดเมตตาเอ็นดูกรุณาซึ่งกันและกัน การปวารณานี้มีประโยชน์มากไม่เฉพาะแต่เวลานี้หรืออยู่แต่ในวัดนี้ ถ้าไปในที่อื่นเห็นหน้าเห็นตากันเมื่อไรว่ากล่าวตัดเตือนกันได้ทุกเมื่อ จึงว่ามีประโยชน์มาก เรามาอยู่จำพรรษาด้วยกัน ด้วยความเห็นด้วยทิวฐิมานะอะไรต่าง ๆ ยอมสละทุกสิ่งทุกประการ อ่อนน้อมยอมเข้าหากัน ย่อมมีความสุขสบาย

วันนี้เป็นวันออกพรรษา เมื่อออกพรรษาแล้วต่างคนต่างมีกิจธุระการงานก็ต้องไปเลยคราวนี้ โดยที่ไม่ต้องการ สัตตาหะ คือ ๗ วันกลับคืนมา การอยู่จำพรรษาไม่ใช่การบังคับ ไม่ใช่การกดขี่ข่มเหง ไม่ใช่บังคับเหมือนกับอยู่เรือนจำ ถ้าเข้าพรรษาแล้วคอยแต่วันจะออกพรรษา วันไหนหนอจะออกพรรษา วันอะไรจะออกพรรษา ความคิดเป็นอย่างนั้นไม่ถูก เรียกว่า อยู่ในข้อบังคับจำกัด แท้จริงแล้วไม่ว่าจะอยู่ในพรรษาหรือออกพรรษา การประพฤติปฏิบัติมิได้ทุกเมื่อจะอยู่ในพรรษาก็ได้นอกพรรษาก็ได้ ไปที่ไหนๆ ก็ได้ แต่ว่าออกพรรษาแล้วไปไหนไม่ได้สัตตาหะภายใน

๗ วัน ให้กลับคืนมา ออกพรรษาแล้วนั้นไปในถิ่นใด สถานที่ก็ดี ไปได้สบายใจ แต่ว่าการปฏิบัติตั้งอยู่ในพรรษานอกพรรษามือเหมือนกันทั้งนั้น ไม่ใช่ออกพรรษาแล้วไม่ปฏิบัติ ออกพรรษาแล้วทั้งหมด การปฏิบัติอย่างนั้นไม่ถูก

ผู้จะสึกออกไปก็เหมือนกัน มาบวชอยู่ในขอบเขตของพระธรรมวินัยอยู่ในขนบธรรมเนียมระเบียบอันดีงาม นับว่าทำตนของตนให้ดีแล้ว เป็นที่เคารพนับถือยำเกรงของเพื่อนพรหมจรรย์ และญาติโยมอุบาสิกอุบาสิกาทั้งปวงหมด เพราะเรามีขอบเขตของธรรมวินัย เราปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นที่น่าเคารพเลื่อมใสและบูชาของคนทั่วไป จึงเป็นของน่าเสียดาย ควรที่จะเสียดาย ที่ออกไปแล้วละทิ้งการปฏิบัติทั้งปวง โดยการจำเป็นมีกิจธุระภาระมาก จะรักษาขอบเขตอยู่ในขอบเขตธรรมวินัยไม่ได้ ก็ต้องละทิ้ง

แต่ถึงอย่างไรก็ดี บางสิ่งบางประการเราควรจะนำมาปฏิบัติ ให้สมกับที่เราได้มาฝึกหัดปฏิบัติในพุทธศาสนาได้นิสัยติดไป คือมีนิสัยให้เราได้ปฏิบัติต่อไป เช่นว่า เรามี ศีลห้า ประจํา ไหว้พระสวดมนต์ประจํา หรือทำบุญประจํา คิดว่าที่เราไม่ได้บวช อย่างนี้เป็นต้น ไหว้พระก็ไม่ได้ยากลำบากอะไรเลย ไม่ได้เรียกร้องใครทั้งนั้น ไม่ได้ชักชวนใครทั้งนั้น ไหว้พระสวดมนต์เป็นกิจวัตรประจํา อยู่ที่ไหนๆ ก็ไหว้ได้ นั่นเรียกว่า "นิสัยพุทธศาสนาติด" การระลึกถึงคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ทุกคำเช้า หรือทุกวันคืน เรียกว่า "นิสัยติด" เรามี ศีลห้า ถ้าหากรักษาไม่ได้ทุกข้อ ได้เพียง ๓-๔ ข้อก็เอา ให้ได้ประจําเป็นนิจ อันนั้นเรียกว่านิสัยติดขึ้นมาบ้าง ค่อยกระเถิบขึ้นมาโดยลำดับ การทำบุญทำทานทำไม่ได้ทุกวัน ทำเป็นบางครั้งบางคราวก็นับว่าดีที่สุด คิดว่าเราจะไม่ทำ อันนี้เรียกว่า เราหัดอบรมนิสัย

หัดสมาธิภาวนา ก็เหมือนกัน เรามาทำความเพียร เรามาทำสมาธิภาวนาอยู่ในวัดในวา ได้มาบวชนี้สามาเดือนก็รู้สึกว่าจะจิตใจสงบ บางครั้งบางคราวถ้ามันสงบลงไปได้ หรือบางครั้งบางคราวสงบมาก ๆ ก็มี อันนั้นเรียกว่า "นิสัยพุทธศาสนาติด" เพราะเห็นคุณค่าประโยชน์อยู่แล้ว ใจนออกไปจึงไม่พากันกระทำ ควรที่จะทำละสิ มันเป็นคุณประโยชน์อย่างยิ่งอย่างนี้แหละ เมื่อออกไปแล้ว ฝึกหัดอบรมนิสัยของตนค่อยๆ ให้มันดีขึ้นโดยลำดับ ไม่ใช่ออกไปแล้วทิ้งปุปปิบหมดเลย ไม่เอาอะไรทั้งหมดติดตามตัวไป นิดเดียวก็ไม่มี อันนั้นหมดเรื่อง อันนั้นละเหมือนกับนักโทษนักโทษที่เขาควบคุมไว้ในเรือนจำ เขามีการสอนวิชาอาชีพต่างๆ ออกจากเรือนจำไปแล้ว อาชีพที่เขาสอนให้ก็ไม่เอา อะไรก็ทิ้งหมด ปล่อยตามเรื่องตามราว ไปตามเรื่องของตน อันนั้นก็หมดทำ ไม่มีดีเลย

**การปฏิบัติ** ถึงพระที่ยังอยู่ไม่ได้สึก ออกพรรษาแล้วไม่ได้อยู่ในขอบเขตจำกัดอย่างไร  
พรรษาในวัด ไปที่อื่นที่ไกลที่ใดก็ตามเถอะ เราต้องปฏิบัติอยู่ตลอดเวลาไม่ใช่ออกพรรษาแล้วจะ  
ทอดทิ้ง ไม่ใช่ออกพรรษาแล้วจะดีหรือวิเศษวิโส อยากจะออกถ่ายเดียว อยากจะไปถ่ายเดียว

ที่ไปนั้นไปอะไร? มันได้ดิบได้ดีตรงไหน? ให้รู้เรื่องการไปนั้นเราบวชเพื่อปฏิบัติไม่ใช่  
หรือ? ปฏิบัติอันใดนิตยมันคิด มันไปในทางธรรมวินัย อันนั้นจึงเป็นการดี ถึงอยู่หรือไปก็เป็น  
การดี ไม่ใช่ออกพรรษาแล้วจะไปอิหละเกะกะ ทุกสิ่งทุกอย่างทอดทิ้งไม่ทำ อย่างนั้นใช้ไม่ได้  
พรรษานั้นเพียงแต่ที่ท่านกำหนดกาลเท่านั้นหรือ กแท้ที่จริงแล้วไม่ได้จำกัดพรรษา ความดีไป  
ไหนก็เหมือนกันหมด ผู้ที่ทำดีทำดีทั้งปวงปฏิบัติในธรรมวินัย ไม่ได้นึกคิดว่าออกพรรษาหรือใน  
พรรษา ก็ทำเรื่อยไปยิ่งออกพรรษายังกล้าหาญเด็ดเดี่ยว เพราะมีการทำภาวนาวิเวกสงบยิ่งกว่าที่อยู่  
ในพรรษา ในพรรษามันเป็นภาระธุระบางอย่างบางประการ ออกพรรษาแล้วไม่มีภาระที่ต้องทำ  
อย่างเรียนนักธรรมหรือสอนนักธรรมอย่างนี้เป็นต้น ออกพรรษาแล้วยังปฏิบัติสกุศลราวนี้ ถึงว่า  
ออกพรรษาแล้วไม่ใช่จะทอดทิ้งสิ่งทั้งหลายที่เรากระทำ ทำอยู่เสมอ จึงได้ชื่อว่า "ปฏิบัติศาสนา"  
เช่นนั้นได้ชื่อว่า "ปฏิบัติศาสนาแท้" ไม่คอยเข้าพรรษาแล้วจึงค่อยปฏิบัติ นี่แหละการออกพรรษา  
จะต้องมีประโยชน์มีคุณค่าอย่างนี้

ผู้สึกออกไปก็ดี ผู้ไม่สึกก็ดี ให้รู้จักประโยชน์ให้รู้จักคุณค่าอย่างนี้ เราก็อยู่สบาย อย่าง  
ฆราวาสเขาทำไม่เห็นเขากำหนดออกพรรษาในพรรษา เพราะว่าทำมาหากินอยู่เรื่อยไป พระของ  
เราจะไปกำหนดอะไรแต่ในพรรษาค่อยทำ นอกพรรษาไม่ทำต้องทำเรื่อยไปละสิ ผู้สึกหาลาเพศไป  
ก็ดีให้มีธุระในพุทธศาสนาติดตามไปประจำตน จึงจะได้ชื่อว่าเป็นศิษย์ในพระพุทธศาสนา สมกับ  
คำว่า "บัณฑิต" คือว่า "ทิด" สึกออกมาเป็นทิด "ทิด" นั่นคือมาจากบัณฑิตนั่นเอง "บัณฑิต" คือ  
ผู้เฉลียวฉลาด คล่องแคล่วในพระธรรมวินัย สมควรแก่เรา ที่อยู่สามเดือน ให้รู้จักเข้าใจในพระ  
ธรรมวินัยพอสมควร ถึงขนาดนั้นเขาจึงเรียกว่า"ทิด" บางคนพอสึกออกไปแล้วไหว้พระก็ไม่ได้  
อาราธนาศีลก็ได้ อาราธนาเทศน์ก็ได้ อาราธนาพระปริตก็ได้ มันก็หมดทำสิ ถ้าอย่างนั้น  
ทั้งหมดทุกอย่าง ไม่ใช่คนบวชในศาสนธรรม

ศาสนานี้ไม่ใช่พระพุทธรูปองค์ทรงเทศน์ให้แต่พระเท่านั้นทำ อุบาสกอุบาสิกาก็ทำได้  
เหมือนกัน เอาละ

**แต่ว่าการปฏิบัติ**

**ถึงอยู่ในพรรษานอกพรรษา**

เหมือนกันทั้งนั้น

ไม่ใช่ออกพรรษาแล้วไม่ปฏิบัติ

ออกพรรษาแล้วทิ้ง

ปฏิบัติอย่างนั้นไม่ถูก

ทำอยู่เสมอ ได้ชื่อว่า

"ปฏิบัติศาสนาแท้"

### ๑๑. วินัยเป็นเครื่องคุ้มครอง

วันที่ ๒๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๗

วันนี้จะกล่าวถึงเรื่อง วินัย วินัยเป็นเครื่องบังคับ ผู้ที่อยู่เป็นหมู่เป็นคณะที่อยู่ร่วมกัน พระกัณฐะก็ดี ฆราวาสก็ดี ถ้าไม่มีวินัยบังคับแล้ว หมู่คณะนั้นย่อมไม่เป็นกลุ่มเป็นก้อนไม่เป็นสามัคคีกัน วินัยเป็นเครื่องบังคับให้เป็นกลุ่มเป็นก้อนกันดีที่สุด คุณดี ไม่ว่าจะกล่าวไปตลอดทั้งนั้น มันต้องเป็นกลุ่ม เป็นก้อนมีวินัย จึงค่อยอยู่ด้วยกันเรียบร้อย ไปมาที่ไหนก็คิดให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เราจะประพฤติปฏิบัติจะกระทำอะไรทั้งหมดจะต้องมีพระวินัยควบคุม วินัย เป็นของสำคัญที่สุด

วินัย ถ้าพูดถึงเรื่องกว้าง ๆ ทั่วไปแล้ว เป็นเครื่องควบคุมหมู่คณะทั่วไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ต้องอยู่ในขอบเขตของวินัยทั้งนั้น จะทำการงานอันใด ถ้ามีวินัยเป็นเครื่องบังคับแล้ว เรียบร้อย ทั้งนั้น แต่คนไม่ชอบพระวินัย มันจึงเกะกะระรานไม่เป็นระเบียบเรียบร้อยฝ่าฝืนพระวินัย พระวินัยตั้งกฎไว้สำหรับบังคับ ให้เป็นระเบียบ งดงาม

ในทางปฏิบัติ วินัยเป็นเครื่องคุ้มครอง พูดถึงเรื่องปฏิบัติแล้ว "สติ" เป็นพระวินัย "สติ" นั้นควบคุมระวังรักษาตัวทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน อากาโรทัยมีพระวินัยควบคุมอยู่ เดิน, นั่ง, นอน มีพระวินัยควบคุมอยู่ ควบคุมตนเอง ถ้าหากมีพระวินัยควบคุมแล้วมีมารยาทงดงาม ทำอะไรก็สุภาพเรียบร้อยไม่ต้องให้คนอื่นบังคับ เช่น ตอนคิดตื่นขึ้นมา ก็ต้องมีพระวินัยควบคุม เรา จะตื่นตี ๓ ตี ๔ อย่างนี้ ก็ต้องมีพระวินัยควบคุม นอนก็เหมือนกัน เราจะต้องนอน ๖ พุ่อย่างนี้ ถึงเวลาแล้วมันหากจำเป็นต้องนอนเอง ถึงเวลาตื่นก็จำเป็นต้องตื่นเอง มันควบคุมในตัว เรา ประพฤติปฏิบัติอะไรทั้งปวง กิริยาทุกอย่าง การอยู่การฉัน ต้องจำกัดมีขอบเขต จะฉันน้อยฉันมาก จะฉันพอดีพองามขนาดใดก็นั้นละพระวินัย ควบคุมการจะถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะถึงเวลาแล้วแล้วต้องไป มันมีขอบเขตจำกัด "พระวินัยจึงได้ชื่อว่าเป็นระเบียบอันหนึ่ง ตัว"สติ" เป็นพระวินัย



ศีลทั้งปวงหมดทุกข้อทุกสิกขาบทวินัย มีสติควบคุมดูแลรักษา เห็นอาการของจิตตน ตลอดเวลา ไม่พลั้งไม่เผลอ “สติ” เป็นพระวินัย ถ้าพูดถึงเรื่องพระวินัยแล้วลึกซึ้ง ตลอดจนสติรู้ทุกเมื่อทุกขณะ ควบคุมจิตตนได้ นั่นถ้าว่า ทางปฏิบัติต้องควบคุมเฉพาะสติตนเอง ถ้าว่าถึงเรื่องกว้าง ๆ ต่อไปแล้ว เป็นการควบคุมหมู่เพื่อน ตัวสติเป็นเรื่องควบคุมหมู่เพื่อน ให้อยู่ในขอบเขต บังคับ คนเราฝ่าฝืนพระวินัยจึงค่อยไม่เรียบร้อย ต้องบังคับกันอยู่ตลอดเวลา ผู้ที่ควบคุมหมู่เพื่อน เรียกว่า “หัวหน้า” ต้องควบคุมหมู่ให้อยู่ในขอบเขตอยู่ในวินัย ถ้าผู้ใดเป็นผู้ใหญ่ผู้ใดเป็นหัวหน้า หมู่เพื่อนรักษาพระวินัยดี หมู่นั้นก็เรียบร้อย ถ้าหากหัวหน้าหมู่เพื่อนเลอะเทอะ ไม่เอาไหน ไม่เอาถ่านเรื่องทั้งปวงหมด หมู่เพื่อนก็เลอะเทอะเหลวไหลไม่น่าดู ไม่น่าอยู่

จึงว่าพระวินัยเป็นของมีประโยชน์มาก ทำให้โลกอันนี้อยู่ได้สงบเยือกเย็นเป็นหมู่เป็นพวก เป็นกลุ่มเป็นก้อน มีความสามัคคีปรองดองกัน วินัยจึงเป็นของควรเอาใจใส่ วินัยจึงควรรักษาจนให้เป็นนิสัยรักษาตนเองได้ นั่นจึงได้ชื่อว่าอยู่ในขอบเขตของ “พระวินัย” นิสัยใจคอของคนเรานั้นมันชอบฝ่าฝืนจนคือด้าน ไม่มีพระวินัยคุ้มครอง เรื่องเหล่านั้นมันจึงค่อยเป็นเหตุให้เกิดร้อน วุ่นวาย

เฉพาะพระภิกษุ สามเณรของเรา เข้ามาบวชในศาสนาได้ชื่อว่าอยู่ในขอบเขตของพระวินัย เมื่อพระวินัยควบคุมไม่ทั่วถึงแล้ว ต้องตั้งกฎเข้าไปอีก บังคับเข้าไปอีกให้กระชั้นชิดเข้าไปให้รู้ตัว พระวินัยเป็นของหละหลวมไป กฎกติกาดังกระชั้นชิดเข้าไปอีกทีหนึ่ง ให้อยู่ในขอบเขตของกฎ กติกา เมื่อมีกฎกติกาแล้ว มันจึงค่อยรู้ตัวตื่นตัวง่าย ๆ ทำอะไรมันผิดกฎกติกา เรียกว่าผิดพระวินัย เหมือนกัน

เหตุนั้น จึงค่อยระมัดระวังตั้งใจรักษา เราผู้เป็นสมณะควรที่จะเข้าหาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ค่อยเข้าไปอย่างนี้แหละ เข้าไปหาพระวินัย เข้าไปหากฎกติกา เข้าไปหาพระวินัยทางข้างในโน้นอีก คือตัว “สติ” ควบคุมดูแลตนอยู่เสมอกระชั้นชิดเข้าไปถึงจิตถึงใจ เป็นพระวินัยอยู่ โดยเฉพาะ เอาละ

**ผู้เป็นสมณะควรที่จะเข้าหา**

**พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์**

**เข้าไปหาพระวินัย**

**เข้าไปหากฎกติกา**

**เข้าไปหาพระวินัยทางข้างในโน้นอีก**

**คือ ตัว “สติ” ควบคุมดูแลตนอยู่เสมอ**

พิจารณาแล้ว “บรรเทา” อย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้ว “เว้น” อย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้ว “อดกลั้น” อย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้ว “เสพ” อย่างหนึ่ง

๑๒. อย่าให้กิเลสอบรมเรา

วันที่ ๑๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๗

มาฝึกหัดอบรม อบรมในที่นี้ไม่กิเลสอบรมเรา เราต้องอบรมกิเลสสิ่งใดที่เป็นไปเพื่อกิเลส ใจตั้งใจฝ่าฝืนมันให้มันอยู่ในบังคับของเรา อย่าให้เราอยู่ในบังคับของมัน

สมมติว่าอาหารการกินนี้แหละ เรา รู้จักว่าจำเป็นที่สุดที่จะต้องอาศัย ถ้าไม่มีอาหารเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง ร่างกายก็เป็นไปไม่ได้ เราจะประพฤติปฏิบัติพรหมจรรย์ในศาสนาที่ปฏิบัติไม่ได้ เรียกว่าบับัดความทุกข์ความเสื่อม ความวุ่นวายกระสับกระส่ายด้วยอาหาร ชีวิตของเราเป็นไปกับด้วยอาหาร อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงถามสามเณรว่า เอก์ นาม ก็ อะไรละหนึ่งไม่มีสอง สามเณรทูลตอบว่า สพุเพ สตฺตา อาหารภูฏิติกา สัตว์ทั้งหลายอยู่ได้ด้วยอาหาร ถ้าอาหารไม่มีเสียแล้วอยู่ไม่ได้ คนเรานั้นเกิดขึ้นมาแล้วหาอาหารเป็นพื้น จะแสวงหาอะไรก็ตาม เพื่ออาหารทั้งนั้นแหละ การทำมาหากินทุกชิ้นทุกส่วน จะมากหรือน้อยก็เพื่อแสวงหาอาหารทั้งนั้น พุดง่าย ๆ ก็ว่าเพื่อปากเพื่อท้อง สะสมมากมายสักเท่าไรก็เพื่อปากเพื่อท้อง

เหตุฉะนั้น การบริโภคอาหารนั้นจึงต้องหัด ยากที่จะรู้ตัวเพราะมันติดมาพอแรงแล้ว ติดมาตั้งแต่เบื่องตั้งแต่ไหนแต่ไรมา จึงทำให้เข้าใจเรื่องทั้งหลายนี้ เช่นตัวอย่างอาหารนี้เป็นต้น เป็นของจำเป็นที่สุดที่จะต้องหล่อเลี้ยงร่างกาย แต่ว่าจำเป็นที่สุดที่ต้องรู้จัก คือ จำเป็นที่สุดที่จะต้องพิจารณาเป็นของจำเป็นมาก ถ้าไม่พิจารณาก็ไม่รู้เรื่อง พิจารณาแล้วค่อยเห็นโทษเห็นคุณของมัน คุณ คือเป็นไปเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกาย โทษ คือเป็นไปเพื่อกิเลส ฉะนั้นเป็นไปเพื่อกิเลส สะสมกิเลส คือไม่รู้เรื่องว่าเป็น “กิเลส” ถ้ารู้เรื่องก็เป็น “ธรรม” ฉะนั้น จึงกล่าวว่า พิจารณาแล้ว “บรรเทา” อย่างหนึ่ง พิจารณาแล้ว “เว้น” อย่างหนึ่ง พิจารณาแล้ว “อดกลั้น” อย่างหนึ่ง พิจารณาแล้ว “เสพ” อย่างหนึ่ง

พิจารณาแล้ว “เสพ” คือว่าการรับประทาน ถ้าไม่พิจารณามันก็ล่อหลอกลวงเรา เป็นเหตุให้ติด อย่างเช่นคนสูบบุหรี่นี้แหละ ถ้าเราไม่สูบ จึงพูดว่าไม่ติด ติดแล้วมันละมันจึงสูบ ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาเราเกิดมาไม่ได้สูบบุหรี่ แต่เบื่องต้นตั้งแต่เป็นเด็กไม่ได้สูบ เรามาหัดสูบบุหรี่ มันจึงค่อยติด พอติดแล้วครั้งไม่ได้สูบ เข้าใจว่ามันไม่ติด หากรู้สึกว่า “อด” เมื่อไรแล้ว มันละติด มันติดแล้วมันถึงค่อยชอบใจ ยินดีพอใจ นั่นเรียกว่าติด ติดบุหรี่มีโทษอะไรหรือ? มีโทษ ติดบุหรี่มันมีโทษนานัปการ โทษอันหนึ่งคือว่า ไม่ได้สูบบุหรี่มันก็คิดถึง กระวนกระวาย อย่างนี้เป็นต้น

สำหรับอาหารก็ดี สิ่งทั้งปวงหมดตลอดถึงเครื่องนุ่งของหม่มผ้าผ่อน เสนาสนะที่อยู่อาศัย ทยุกยาต่างๆ ที่เราไม่ติดนั้นนะ เราจะรู้จักว่า เรานั้นเพื่ออะไร? เห็นประโยชน์เห็นคุณค่าของมัน เราจึงค่อยฉันท ไม่ฉันทเพื่อติด อย่างเรานั้นยากวินินขมจัดที่สุด แต่ว่าเรานั้นเพื่อแก้ไข ครั้งถ้าไม่ฉันทไม่ได้ อันนั้นไม่ติดแท้ แต่ถึงขนาดนั้นก็ต้องเอาเครื่องล่อ เอาไปเคลือบน้ำตาล น้ำตาลเป็นของหวานใครก็ชอบทุกคน เราเคลือบเพื่อให้มันหายขม อันนั้นของติด

พระพุทธเจ้าทรงฉันอาหารเพื่อเป็นยาปนมัต เป็นยาปนมัตจริง ๆ ทรงฉันอย่างไม่ได้ติด ไม่ทรงเห่อเหิมมัวเมาพอประทังชีวิตให้เป็นไปวันหนึ่งๆ การทรงคิดถึงอาหารของพระองค์เป็นอย่างนี้ พระองค์ถึงค่อยทรงฉัน อันนั้นเรียกว่าทำอะไรไม่เป็นไปเพื่อกิเลส ถ้าทำอย่างนั้นได้เรียกว่าไม่อยู่ในบังคับของกิเลส ถ้าหากว่าเราพิจารณาแล้วจึงฉันอย่างอธิบายมานั้น รู้รอบรู้เรื่องแล้วจึงฉันเรียกว่าบังคับกิเลสได้ ไม่ฉันทก็ได้ ฉันทก็ได้ ฉันทก็เพื่อประโยชน์ ไม่ได้ฉันทมัวเมาประมาท นี่เรื่องการตัดกิเลส

แล้วมาปฏิบัตินั้น ปฏิบัติเพื่อเอากิเลส หรือว่าเพื่อบังคับกิเลส เพื่อสะสมกิเลสหรือว่าเพื่อระงับกิเลส อะไรระงับได้บ้าง? เครื่องนุ่งของหม่มอันหนึ่ง อาหารการกินอันหนึ่ง เสนาสนะที่อยู่ที่นอนอันหนึ่ง ทยุกยาต่างๆ อันหนึ่ง ล้วนแล้วแต่เป็นบ่อเกิดของกิเลสทั้งนั้นของพรรคนี้น ท่านจึงให้พิจารณาอยู่เสมอๆ จะฉันทก็ให้พิจารณา จะรับก็ให้พิจารณา เมื่อรับแล้วก็ให้พิจารณาอีก เมื่อจะฉันทนั้นให้เห็นเป็นแต่สักว่าธาตุ เมื่อฉันทอยู่ก็เห็นว่า เพื่อบำรุงชีวิตร่างกายให้เป็นไปเพื่อประโยชน์เท่านั้น คือมีประโยชน์แก่ตน มีประโยชน์แก่ร่างกาย ไม่ควรมัวเมา ท่านให้พิจารณาศึกษาซ้ำ ๆ ซาก ๆ อยู่ไม่แล้วสักที

ทำไมจึงพิจารณาซ้ำ ๆ ซาก ๆ ? ก็เรามีชีวิตอยู่ก็ต้องพิจารณานะซี ต้องใช้อยู่เสมอของหม่มนี้ มันอาจจะผลออกครั้งหนึ่งก็ได้ หรืออาจจะผลตลอดไปด้วยซ้ำ ถ้าไม่เคยพิจารณาก็เห็นว่า มันเป็นของสนุกสนานเพลิดเพลินเลยเพลิดเพลินไปใหญ่ ท่านถึงสอนให้พิจารณา โดยเฉพาะก็คือว่าอย่าให้กิเลสมันบังคับเราได้ กิเลสมันบังคับเราจนชินชาเสียแล้ว แต่ไหนแต่ไรมา เมื่อเรารู้เพียงสาครู้จักสะสม สะสมอยู่ในคนเรื่อยมา ที่เราจะแก้ไขมันยาก ครั้นหากว่าแก้ไขไม่ได้ มันก็ฝังอยู่ใน



เข้าใจว่าจะหาย  
กลับคืนมามันก็เท่าเก่า  
คนเราไม่ละสักที ไม่วาง ไม่ปล่อย  
มันก็ยังหนาแน่นเท่าเดิม  
มันจะเป็นประโยชน์อะไร

วัตร ก็คือ การกระทำเป็นกิจ

เป็นการบูชาพระพุทธเจ้า  
เราไม่รังเกียจ  
คิดว่าเราบูชาพระพุทธเจ้าแล้วสบาย  
เราบูชาพระพุทธเจ้าแล้วความสงบก็มี

๑๓. กิจวัตรของพระสงฆ์

วันที่ ๒๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๗

กิจในศาสนา มันมีหลายอย่างไม่ใช่น้อย ๆ ภิกษุบวชเข้ามาแล้ว คนโดยส่วนมากมีความเข้าใจผิด อย่างทางโลกเข้าประนามศาสนาว่าขี้เกียจ คนที่กินแล้วก็ไปนอนให้ไปบวชในศาสนาเสีย เขาว่าอย่างนั้น หมายความว่า เขาประณาม ผู้ไม่เห็นความจำเป็นของพระพุทธศาสนาบวชแล้วโดยส่วนมากเข้าใจว่าไม่ต้องทำอะไรทั้งหมด เพียงแต่นั่งๆ นอนๆ แล้วก็อยู่เฉยๆ เท่านั้น กิจภาวนาก็ทำภาวนอย่างเดียว กิจอื่นไม่ต้องเอา ครั้นหากกิจอื่นไม่เอา ก็ไม่เป็นไปในศาสนานี้ ก็เป็นมหายาน อย่างที่ประเทศนอกเข้าพูดกันมาก พวกฤาษีพวกลัทธิต่างๆ เข้าไม่มีกิจอย่างในพุทธศาสนานี้

กิจในพระพุทธศาสนามันมีตั้ง สิบสี่ อย่าง จะเล่าให้ฟังโดยเฉพาะบางอย่างอาจริยวัตร วัตรคือ การปฏิบัติในครุบาอาจารย์ โดยการตักน้ำใช้น้ำฉัน คือการที่รับภาระทุกอย่างของอาจารย์ ให้สมกับคำว่า อุษตคุเคทานิ เถโร มยุหิ ภาโร อหุมปิ เถรสฺส ภาโร ว่าตั้งแต่นี้ไป ข้าพเจ้าขอรับภาระของท่าน ให้ท่านเป็นภาระสั่งสอนอบรมข้าพเจ้า ในเบื้องต้นเราบวชใหม่ เป็นอย่างนั้นพูดอย่างนั้น นั่น อาจริยวัตร

อุปฌายวัตร กับ อาจริยวัตร ก็คล้ายๆ กัน อาจารย์จะต้องปฏิบัติลูกศิษย์ลูกหาตอบแทน มีอุปการะ คือ แนะนำตักเตือน สั่งสอนเหมือนลูกของตนจริงๆ ด้วยความเอ็นดู เมตตา ปรรอณา

หวังดี หมายความว่า อุปัชฌาย์กับลูกศิษย์นั้น หรืออาจารย์กับลูกศิษย์นั้นทำต่อกันเหมือนลูกปฏิบัติพ่อ พ่อปฏิบัติต่อลูกอย่างนั้นแหละ อันนี้อย่างหนึ่ง

**อวาสลิกวัตร** เมื่อแขกที่มา พระอาคันตุกะมาต้องต้อนรับ รับรองไม่ใช่หนึ่งเดียว ไม่ใช่หน้าที่ของตน เราไม่ใช่สมภารเจ้าอาวาสวัด หนึ่งเฉยเถอะ อะไรต่างๆ อันคำที่พระพุทธเจ้าทรงเทศนาไว้ ที่บวชเข้ามาแล้วนั้นท่านว่า โย ปน ภิกขุ ตั้งแต่ภิกษุทุกอย่างไป ไม่ใช่สามเณร ไม่ได้พูดถึงเรื่องสามเณร เป็นภิกษุแล้วก็ต้องปฏิบัติอย่างนั้น อวาสลิกวัตร ต้อนรับรับรองเมื่อใครมาเครื่องเสื่อสาธตอาสนะ น้ำใช้น้ำฉันที่อยู่อาศัย

**อาคันตุกวัตร** วัตรของผู้ไป คือผู้ไปหาวัด ไปอยู่วัดนั้นนั่นเอง เข้าไปสู่วัดนั้น อวาสลิกวัตร วัตรของเจ้าของวัดวัตรผู้เป็นเจ้าของ ต้อนรับรับรอง ดังว่ามาแล้ว

**ภักตคควัตร** วัตรในโรงฉัน คือว่าจะต้องปูเสื่อปูอาสนะสำหรับฉันหากเป็นหมู่เป็นคณะ ถ้าหากไม่รวมไม่พร้อมใจกันทำ จะเป็นอย่างไรกันคิดดูซิทำบางองค์ บางองค์ไม่ทำ เห็นว่าไม่ใช่หน้าที่ของเราละ เราไม่ทำละ องค์นั้นก็เป็นอย่างนั้น องค์นี้ก็เป็นอย่างนี้ คิดไปแตกต่างกันเลยไม่ทำเลย คือวัดไม่ใช่วัดของเรา ใครๆ ทุกคนก็ว่าไม่ใช่วัดของเรา มันจะเป็นอย่างไรกันล่ะ ถ้าเราทำอย่างนั้น ฉันแล้วก็ต่างคนต่างหนีไปเลย ไม่เก็บไม่รักษา กระโถน กาน้ำอะไรต่างๆ ไม่ปิดไม่กวาดมันจะเป็นอย่างไรล่ะคราวนี้? เราอยู่ใหม่ อย่างเข้ามาบวชใหม่ๆ นี่ยังไม่เข้าใจวิธีปฏิบัติอย่างนี้ เราปฏิบัติก็ได้ดี สะอาดเรียบร้อยน่าอยู่ คำว่า “น่าอยู่” นั้นเมื่อไม่ปฏิบัติจะน่าอยู่ได้อย่างไร? เราต้องปฏิบัติฝึกฝนไปสิ มันถึงค่อยสะอาด เมื่อคนมากทุกคนไม่ปฏิบัติมันจะได้หรือ? ทุกๆ องค์นั้นแหละ ทุกๆ องค์ต้องปฏิบัติกันทั้งนั้น โรงฉัน น้ำใช้ อันนี้มันตักหนามเมื่อปฏิบัติ ปฏิบัติเบื้องต้นเสียก่อน

วัดนี้ที่ผมมาอยู่ที่แรกลงไปตักน้ำโขงโน่น ที่สะดวกสบายทุกสิ่งทุกอย่างก็เพราะมาทำที่หลังหอรก เลยใช้น้ำก็อกน้ำฉันสบายที่สุด ผมมาที่แรกต้องลงไปตักน้ำโขงเอามาใช้ อุตส่าห์หามาให้เพื่อความสะดวกสบาย ทุกสิ่งทุกอย่างจนอิมตัวเลยลืมคิดถึงเรื่องเหล่านี้ ถ้ามีกิจวัตรมันต้องเป็นอย่างนั้น มันพร้อมเพรียงกันทำทุกสิ่งทุกอย่าง

**บิณฑบาตวัตร** บิณฑบาตก็เหมือนกัน ถ้าหากว่ากิจทั้งปวงหมดเหมือนบิณฑบาตแล้ว อาจจะพร้อมเพรียงกันคือว่า องค์ใดไม่ไปก็ไม่ได้ฉัน อาจจะดีเหมือนกันถ้าเป็นอย่างนั้น แต่กิจวัตรของเราทั้งหลายเหล่านั้นไม่เป็นเช่นนั้น เห็นองค์หนึ่งทำแล้วก็เลยปล่อยสบาย

**ขันตาทวัตร** วัตรในโรงไฟ อันนี้ก็อีกนั้นแหละ พระเณรทั้งหลายเห็นเขาเอาฟืนมาใส่ไว้ดีแล้ว จับยัดใส่ไฟสุ่มกันเลย ตัวเองไม่เคยหาฟืนเลยสักทีก็มี ลองคิดดูเถิด ถ้าเป็นอย่างเราคิดอย่างนี้ทุกคนแล้ว ใครจะหามาให้ใช้ล่ะคราวนี้ เราใช้ทุกคนก็ต้องหาด้วยกัน ไม่ใช่ก็ต้องหาด้วยกัน อัน

นี้เราไม่ย่อหา มีแต่คนอื่นหามาให้ มันก็สบายที่สุดแล้วนั่น ปิดกวาด ทำความสะอาด หาพื้น  
หาอะไรมาใส่ให้เรียบร้อยอันนี้ **ขันตทรวัตร**

**วัตร ลิขสิทธิ์** อธิบายไว้มากมายหลวงหลาย โดยเฉพาะภิกษุซึ่งนึกว่าตัวเก่งถ้าหากว่าเรามาคิด  
ว่าเป็นการยุ่งยาก มาอยู่วัดนี้ลำบากที่สุด วัดอื่นสบายกว่าวัดนี้แล้ว เราก็ไปเที่ยวดูกันอย่าอยู่แต่วัด  
นี้ วัดอื่นเขาไม่ทำก็มี นั่นมันจะเห็นแตกต่างกันไป แต่เราจะไม่ได้ศึกษาละคราวนี้ **ที่พาทำคือ**  
**ต้องการให้ทำตามหน้าที่** พระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนาสอนไว้ นี้อธิบายน้อยๆ ยังกว้างขวางไปกว่า  
นี้อีกทำกิจวัตรทั้งหลายเหล่านี้

**เสนาสนะวัตร** ที่อยู่อาศัยทั้งล่างทั้งบน ปิดกวาดทำความสะอาด แต่ก่อนผมเคยเที่ยวดูตาม  
กุฏิต่างๆ ไปเห็นกระโถนก็ไม่ล้าง ไม่เก็บ ไม่กวาด รกเหมือนรังหนูแต่เดี๋ยวนี้ผมไม่ไปเที่ยว เที่ยว  
ไม่ไหวไม่เหมือนแต่ก่อน เห็นว่าได้อยู่สบายแล้วก็เลยไม่เก็บไม่รักษา สิ่งของรกสกปรกหมด ที่  
พระพุทธเจ้าทรงเทศนาสอนไว้แต่คราวโน้นไม่ผิดเลยจากอนามัยของโลก เขาก็ทำตามพระพุทธเจ้า  
เหมือนกัน พระพุทธเจ้าทรงรู้ชัดเจนจริงทางโลกก่อนแล้ว ท่านจึงทรงสอน

ในภาคอีสานทั้งหมดเอาแบบอย่างพระกัมมัฏฐาน ทั้งวัดบ้านและตลอด ชาวบ้านแต่ไหน  
แต่ไรมา แต่ก่อนนั้นไม่ค่อยเป็นอย่างนี้หรอก เรื่องอย่างนี้พระกัมมัฏฐานทำก่อน ถ้าเป็น  
กัมมัฏฐานแล้วต้องเป็นอย่างนั้น ต้องปฏิบัติอย่างนั้นเราทำตามพระพุทธเจ้าทั้งหมด บวชในสำนัก  
บวชอุทิศต่อพระพุทธเจ้า เราต้องทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าหากบวชในศาสนาอื่น ไม่ทำ  
ก็ไม่เป็นไร ถ้าบวชในศาสนาพระพุทธเจ้า อุทิศต่อพระพุทธเจ้าแล้วต้องทำตามเหมือนกับพ่อแม่  
สอนลูก เกิดในตระกูลใดก็ต้องฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ จึงจะชื่อว่าเคารพพ่อ - แม่ นับถือ พ่อ -  
แม่และก็เป็นไปเพื่อความเรียบร้อย เมื่อไม่เคารพไม่นับถือ ต่างคนต่างทำอย่างว่าแล้วอยู่ด้วยกัน  
ไม่ได้ ถึงแตกสามัคคีกันแน่นอน อย่างน้ำอย่างไฟ ทุกวันนี้ใช้สะดวกสบาย ไม่ใช่เราทำ แต่หาก  
ตั้งเวรไว้สองสามเวรให้เป็นผู้ทำ ผู้ทำงานเป็นแล้วค่อยตั้งไว้ เราไม่เคยทำก็เลยสบายเลย อย่าลืมน  
บุญคุณของเขา ที่เขาทำนั้น

เรื่องทั้งหลายเหล่านี้ ถ้าหากเราทำแล้วมันมีประโยชน์สองอย่าง มีประโยชน์แก่ร่างกาย คือ  
สุขภาพดี ไม่นั่งๆ นอนๆ เฉยๆ มีแต่นั่งนอนกินแล้วก็ไป มันจะถูกตำราโบราณเขาว่าขี้เกียจจะตาย  
แล้วไปบวชในศาสนาเสีย ก็เพราะเห็นพระอย่างนั้นแหละ เขาจึงค่อยว่า ถ้าหากว่าเราปฏิบัติ  
กิจวัตรทั้งหลายเหล่านี้เป็นนิมิตมันจะเป็นเรื่องที่เปลี่ยนอิริยาบถ เวลานั้นทำอันนั้น เวลานั้นทำอันนี้  
**เปลี่ยนอิริยาบถรู้จักกาล รู้จักเวลา สุขภาพก็ดี มันเป็นการดีอย่างหนึ่ง**

อีกอย่างหนึ่งนั่น ถ้าเราทำด้วยความพอใจ ด้วยความเต็มใจ เราหวังบูชาคุณพระพุทธเจ้า  
สิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติบูชา ก็คือเรื่องเหล่านี้แหละ บิณฑบาตมาฉันเองก็จริงหรอก ต่างองค์ต่างๆ

บิณฑบาต หากแต่เราถือว่าปฏิบัติตามธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราบิณฑบาตตามโอวาท คำสอนของพระพุทธเจ้า เราทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าบูชาพระองค์ กิจวัตรทั้งหลายนี้ ถ้าหากว่าเราทำทั้งหมดและทำโดยสม่ำเสมอ ทำโดยเป็นกิจวัตร เรียกว่า "วัตร" ก็คือการกระทำเป็น นิजเป็นการบูชาพระพุทธเจ้า เราไม่รังเกียจ คิดว่าเราบูชาพระพุทธเจ้าแล้วสบาย เราบูชาพระพุทธเจ้าแล้วความสงบก็มี

ถ้าเห็นว่าเป็นทางบีบบังคับละก็หมดทำ บุญก็ไม่ได้ กิจวัตรก็ไม่มี มันเป็นการหมิ่น ประมาทเหยียดหยามบุญคุณพระพุทธเจ้า ให้เข้าใจอย่างนี้ การบวชในพระพุทธศาสนา หมดทุกอย่างอย่าไปเข้าใจว่าเป็นของอย่างนั้นอย่างนี้ อันให้เณรทำ เด็กทำนั้นไม่ถูกหรอก แต่ว่าบางกิจ บางอย่างที่ เณรทำ หรือเด็กทำนั้น เช่นคายหญ้าคายอะไรต่างๆ ปัดกวาดม้นยากม้นรก มันต้องให้ เณรทำ ให้เข้าใจว่า การทำในกิจทุกอย่างนั้นต้องเป็นหน้าที่ของเราทุกคน จึงจะเป็นบุญเป็นกุศล บุญเหล่านี้แหละช่วยสนับสนุนอุดหนุนให้เราปฏิบัติเป็นไป เพื่อประโยชน์ ความสุขสบาย ถ้าหากไม่ทำอันนี้ละหมดเรื่อง เมื่อเอาภาวนาอย่างเดียว ไม่คิดถึงเรื่องกิจวัตร ภาวนาจะได้ถึงไหน? หมดจากภาวนาแล้วก็ไม่มีการปฏิบัติ

ครั้งทำให้มีกิจวัตรเป็นประจำ ระยะเวลาสั้นทำนั้นเวลานั้นทำนั้น ศึกษาข้อวัตร อย่าเห็น กิจวัตรว่าเป็นของเหลว อันนี้เป็นของบุคคล ถ้าหากว่าในวัตนั้นไม่ทำเป็นอาบัติหมดเลย ครั้นถ้าหากว่าองค์ใดไม่กระทำ และไม่คิดถึงเรื่องเหล่านี้ ทำเป็นบางองค์ ก็เป็นอาบัติแก่องค์ที่ไม่ปฏิบัติ ถ้าหากว่าทำด้วยกันทั้งหมด ก็พ้นจากอาบัติด้วยกันทุกคน

กิจวัตร ต่างจาก ชุตงควัตร ชุตงควัตรสิบสามนั้นท่านไม่ปรับอาบัติ แต่คนชอบทำ ก็ว่าเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจของตน เพื่อให้เบาบางลงไป อันนั้นเป็น "ชุตงควัตร" แต่ "กิจวัตร" ทั้งหลายเหล่านี้ไม่ทำไม่ได้ เป็นอาบัติด้วยกัน นี่ให้เข้าใจอย่างนี้

**พุทธศาสนานี้**

**สอนเพื่อให้รู้เรื่องของจิตของใจ**

**การฝึกหัดภาวนาทำสมาธิ**

**คือฝึกหัดอบรมจิตของตัวเอง**

**ขนบธรรมเนียมประเพณีของพระ**



คือ "พระวินัย"

ถ้าขาดตกบกพร่องเรื่องพระวินัยแล้ว

เรียกว่า ไม่สมบูรณ์

#### ๑๔. พระวินัย

วันที่ ๑๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๗

พูดถึงเรื่อง "พระวินัย" เสียก่อน เราจะต้องถือพระวินัยเป็นใหญ่ ขนบธรรมเนียมประเพณีของพระคือ พระวินัย ถ้าขาดตกบกพร่องเรื่องพระวินัยแล้วก็เรียกว่า ไม่สมบูรณ์

ในเรื่อง "พระวินัย" นั้นจำเป็นที่สุดจะต้องปฏิบัติเป็นเบื้องต้น ถึงหากว่าจิตยังไม่ทันเป็นพระวินัย ก็ต้องระมัดระวังต้องตั้งใจอบรมสั่งสอนตนถึงเรื่องเหล่านี้แหละ

แต่เมื่อก่อนท่านสำเร็จมรรคผลนิพพานแล้ว พระวินัยก็ไม่มากมาย แต่ข้าวเย็นก็ยังฉันกันอยู่ สมัยนั้นบิณฑบาตกลางคืนเสียอีก แต่เหตุที่ไม่เหมาะไม่ควรพระพุทธเจ้าจึงทรงห้ามปราม บางองค์ก็ยังเสียดายกินข้าวเย็น บอกว่าตอนเย็นนั้นอาหารอร่อย เขาชอบทำกันตอนเย็น อย่างนี้เป็นต้น แต่มาสมัยเดี๋ยวนี้พระวินัยมีมากขึ้น ด้วยเหตุพระประพฤติปฏิบัติเหลวไหล แล้วก็ไม่เป็นไปเพื่อมรรคผลนิพพานด้วย ของทั้งหลายเหล่านั้นพระองค์จึงค่อยทรงห้าม

พระวินัย นี้เป็นของเบื้องต้น ถ้าพระวินัยเรียบร้อยแล้ว พวกเขาก็นิยมนับถือ พุทธศาสนาก็จะได้ถาวรต่อไป อย่างเราก็ได้ยืนกันอยู่ ใครก็พูดเป็นส่วนมาก พระไปเมืองนอกไปอเมริกา เหลวไหลหมด ใครไปก็เหลวไหลเกือบแทบทุกองค์ไปไม่ว่าธรรมยุต ไม่วามหานิกาย ไปห่างเหินไกลครูบาอาจารย์ไกลผู้หลักผู้ใหญ่ทำตามอัตโนมัตินิยมของตน นั้นแสดงว่าเอาศาสนาไปหากิน นุ่งเหลืองห่มเหลืองแล้วก็เขาเข้าใจว่าเป็นพระ ก็ทำบุญทำทานเรื่อยไป จึงว่าเอาศาสนาไปหากิน ในประเทศไทยก็เหมือนกัน บางองค์บางคณะ ก็เอาศาสนาหากินเหมือนกัน ในผลที่สุดพระวินัยไม่มีเลย อย่างท่านเทศนาไว้ ท่านว่าศาสนาเสื่อมตั้งแต่ พระปรมัตต์เสื่อมลงมาพระสูตร จนมาพระวินัย

พระปรมัตต์ เสื่อมก็คือว่า มรรคผลนิพพานเสื่อมลงโดยลำดับ พระอรหันต์ อนาคตนิมิต สกิทาคามี เสื่อมมาถึงพระโสดาบัน ยังเหลือแต่ปุถุชน นั้นเรียกว่าศาสนาเสื่อม พระปรมัตต์เสื่อม

พระสูตร ก็เสื่อมมาโดยลำดับ ที่พระสูตรเสื่อมนั้น เช่นจะให้เห็นถึงเรื่องพระเวสสันดรชาดก ต่างก็เอาไปแปรเป็นต่างๆ กัน เทศน์แหล่เทศน์ไหลไปต่างๆ ผิดแผกจากความเป็นจริง ผิดแผกจากธรรมวินัย อันเป็นเรื่องหากิน

พระวินัย เลื่อนนั้น ตั้งแต่ทุกกฎ ทุพภาสิต ปาจิตตีย์ นิสสัคคีย์ มาจนกระทั่งถึงสังฆาทิเสส ยังเหลือแต่ปาราชิก

**เพศเสื่อม** คือปาราชิก ๔ ก็เสื่อมหมดแล้ว ในผลที่สุดก็พระทำมาหากินด้วยตนเอง นั่นแสดงว่าญาติโยมเขาไม่นิยมนับถือ ไม่สงเคราะห์อาหารต่าง ๆ ทำมาหากินด้วยตนเอง ทำไร่นาทำกิน ปลุกมันกิน ในผลที่สุดไม่เหลือแล้วคราวนี้เรียกว่า **เพศเสื่อม** ตอนต้นธรรมวินัยเสื่อม มาตอนหลังเรียกว่า **เพศเสื่อม** ปาราชิกสังฆาทิเสสเสื่อมหมด ผ้าผ่อนจิวทั้งหลายเลยไม่ถือสา ยังเหลือแต่ผ้าผู้ซื้อมือผ้าเหลืองผูกข้อมือใช้เป็นเครื่องหมายว่าเป็นพระ มันเสื่อมไปอย่างนี้การเสื่อมเพราะไม่พากันรักษา

เหตุนี้จึงต้องพากันรักษาเรื่องพระวินัย เราบวชเข้ามาแล้วได้ชื่อว่าสละทุกสิ่งทุกประการ จึงค่อยมาบวช ตลอดถึงเงินทองก็ไม่ต้องจับไม่ต้องใช้ ถ้าใช้เราก็ใช้ไวยวจักรใช้แทน ต้องการของที่จำเป็นเครื่องปัจจัยชาติทั้ง ๔ จิว บาตร เสนาสนะ คิลานเกสซ์ เราไม่ต้องการเงิน ตอนนี้อยากอยู่หน่อย คำว่า “ต้องการของ” ที่ต้องการของนั้นเขาว่าต้องการของก็ต้องการเงินนะซี เขาว่าอย่างนั้น เงินกับของนั้นต่างกัน ผู้ที่ปฏิบัติแล้วจึงค่อยรู้เรื่องเข้าใจดี เราไม่ต้องการเงิน ให้เงินนั้นเป็นของละเอียดน่ากลัว แต่เราต้องการของต่างหาก เวลาต้องการของกระทั้งเราไปซื้อเองก็ไม่ได้อีก ให้เขาซื้อ ต่อราคาก็ไม่ได้อีก แล้วแต่เขาจะให้ราคาเท่าไรก็เอาเถอะ

เราเป็นพระควรรักษาเรื่องของพระไว้ ไม่ควรยกโทษคุณก ออาหารการกินทุกอย่างที่เขาให้มาอย่างไร ก็ฉันอย่างนั้นไม่ต้องเลือก เลือกอาหารการกินอย่างไร ? ก็เลือกอะไรที่ชอบ ที่ไม่ชอบใจไม่ถูกใจเลยไม่ฉันของเขาซ้ำ ผ้าผ่อนเข้าของที่เขาให้ไม่ดี เลยไปซื้อเองดีกว่า อะไรต่างๆ เรื่องเสนาสนะ เขาปลุกกุฏิขึ้นมาให้อยู่ ก็ไม่เอาไม่ชอบใจปลุกเองดีกว่า หุยกยาที่เขาให้ก็ไม่เอา ต้องหาซื้อด้วยตนเอง เป็นเหตุให้ฆราวาสเขาเห็นได้ง่าย เรื่องรังเกียจของเห็นได้ง่ายที่สุด ครั้นใจเรารังเกียจแล้ว ถึงไม่พูดเขาก็เห็นได้ง่าย เขาให้ไม่ฉัน หรือฉันก็ฉันน้อยอันนี้แสดงว่ารังเกียจแล้ว นั่นนะ ภิกษุเราไม่ควรทำ ท่านปรับอาบัติทุกกฎทำไทยทานของเขาให้เสื่อม เว้นเสียแต่ว่า อาหารบางอย่างบางชนิด กินเข้าไปแล้วมันเป็นโทษเป็นอันตรายแก่สุขภาพของเรา อันนั้นจะงดเว้นก็ได้ไม่เป็นอาบัติ

เราบวชมาแล้ว ต้องยอมสละทุกอย่าง จึงจะเป็นพระสมบุรณ์บริบูรณ์ ยิ่งมาปฏิบัติด้วยแล้ว เลือกที่รักมักที่ชัง รังเกียจที่ไม่ควรรังเกียจบางอย่างบางประการนั้นๆ อันนั้นเขายกโทษคุณ มักง่ายนัก เขายกโทษคุณง่ายที่สุดนั่น พระปฏิบัติให้อาหารแล้วไม่ฉัน ให้ผ้าผ่อนไม่เอา ไม่ดีไม่ชอบใจ หาเลือกเอาอย่างนั้น กิเลสยังมีอยู่พระองค์นั้น มันไปอย่างนั้นละซี พอพูดถึง “กิเลส” มันน่าฟังเหมือนกัน มันมีกิเลสจริง ๆ ถ้าเราเลือกเราคอยฉันแต่ของดีๆ คอยรับแต่ของดีๆ ทั้งนั้น

มันเป็นกิเลสอยู่ดีๆ นั่นเอง ทำหลังเขาก็เลยหาว่าพระคณะนี้ไม่สมควรที่จะทำบุญทำทานด้วย พระคณะนี้เป็นพระรุ่มพระรวย ไม่ฉันอาหารของเขา ไม่รับทานผ้าผ่อนเครื่องนุ่งห่มของเขา

ความเป็นจริงนั้น เขาเลือกเฟ้นดีที่สุดในที่ที่เขาให้มานั้นไม่ใช่ของเหลว ของดีของเขาแล้ว เขาจึงให้มา ถ้าของไม่ดีเขาก็ไม่ให้ การทำบุญทำทานนั้นเรียกว่าเขาเลือกของดีที่สุดเท่าที่เขาจะมี แต่ของเขานั้นมีเพียงแค่นั้น เขาหาได้เพียงแค่นั้น ควรที่จะสงเคราะห์เขา เพื่อให้เขาเกิดศรัทธาปสาทะเลื่อมใส เขาจะได้ยินมนับถือ พุทธศาสนานี้จึงเจริญรุ่งเรือง ครั้นเขายกโทษดูถูกแล้วศาสนาจะอับเฉาเศร้าหมองไปโดยลำดับ อย่างบิณฑบาตเหมือนกัน เมื่อเข้าดูๆ มันก็ไม่ค่อยเหมาะสมเหมือนกัน เขาอุตส่าห์ตั้งใจแล้ว มาแต่ไกล อุตส่าห์สละทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาหามาขึ้นนั้น เขาอุตส่าห์หามาเพื่อต้องการจะใส่บาตร มีแค่ไหนจนแคไหนเขาหามาให้ มาทำบุญทำทาน เราบิณฑบาตควรที่จะสงเคราะห์สงหาเขา แต่แทนที่จะสงเคราะห์สงหาให้เขาใส่ เราเต็มแล้วเลยพอมันไม่เหมาะตอนนี้ ไม่เหมาะถึงอย่างไรก็ต้องไปให้ตลอดรอดฝั่งจนหมดของมัน

ผมอุตส่าห์พยายาม แต่มันเหลือวิสัยที่จะไปให้ตลอดรอดฝั่ง เพราะสุขภาพมันไม่ให้ ทีหลังไม่ควรทำอย่างนั้น อย่าทำเลย ไม่เหมาะ มีงานการต้องเดินให้ตลอดรอดฝั่ง เราอยู่วัดนี้แหละ ไม่ใช่เดินไกลอะไร เดินเพียงแคंबิณฑบาตมาฉันเท่านั้นแหละ ไม่ยากเย็นอะไรหรอก เขานั้นโหย้! ลำบากลำบากหาเงินหาทองมา ซื้อของมากกว่าจะได้มาใส่บาตรนั้นยากแสนยาก ควรสงเคราะห์เขา มันเต็มบาตรเราก็บอกญาติโยม บอกได้ เขารู้จักว่าเต็มอยู่ แต่เขาอยากจะใส่ เขาอยากทำบุญกับเรา

เขาอยากทำบุญเขาจึงอุตส่าห์มา พอมมาแล้วไม่ได้ใส่บาตร เขาวิตก มันเป็นเหตุให้ศรัทธาของเขาเสื่อมไป จึงว่าไม่ควรกระทำ

พระวินัย นี้เป็นของเบื้องต้น

ถ้าพระวินัยเรียบร้อยดีแล้ว

พวกเขาก็ยินมนับถือ

พุทธศาสนาก็จะได้ถาวรต่อไป

เราเป็นพระเป็นสงฆ์

เราต้องเห็นกิเลสของตนให้ได้

ละกิเลสของตนให้ได้

ถอนกิเลสของตนให้มันออกหมด

จากร่างกายจากตัวของเรา

จึงจะเป็นพระบริสุทธิ์ เป็นพระสมบุรณ์

## ๑๕. ภิคุใหม่

วันที่ ๒๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๗

ภิคุบวชใหม่ ให้ตั้งอกตั้งใจศึกษาเล่าเรียน พร้อมทั้งการปฏิบัติ ภิคุในพุทธศาสนา นี้มี ๒ อย่าง คือ ศึกษาเล่าเรียนอันหนึ่ง แล้วก็ปฏิบัติอีกอันหนึ่ง แต่ท่านพูดไว้เป็น ๒ นัยแยกกันออก เรียกว่า **ปริยัติ** คือการศึกษาเล่าเรียน **ปฏิบัติ** เราก็ค่อยปฏิบัติตาม ความเป็นจริงนั้นมันไปกลกัน มันคนละอันกัน ภาคปริยัติการศึกษาเล่าเรียนจนจบแล้ว กว่าที่จะได้ปฏิบัติก็ล้มหมดแล้วทางปริยัติ เหตุนี้**ปริยัติปฏิบัติ ต้องไปคู่กัน** คือ มีการศึกษาเล่าเรียนและการปฏิบัติไปพร้อมๆ กัน

คำว่า “ภิคุใหม่” ในที่นี้นั้น ผู้บวชมาตั้ง ๕ พรรษา ๑๐ พรรษาก็ตามถ้าไม่มีปริยัติปฏิบัติแล้ว ก็ได้ชื่อว่ายังไม่รู้ การปฏิบัติมันต้องอาศัยปริยัติ คือสมมติบัญญัติจึงค่อยพูดถูก การ**ปริยัติ** ต้อง**ทำไว้มือหนึ่ง** การ**ปฏิบัติ**ต้อง**ทำไว้มืออีกหนึ่ง** **ทำทั้งสองทาง** ถ้าหากว่าปฏิบัติไปขัดข้องอะไรแล้ว เทียบปริยัติ เอาปริยัติมาเทียบเคียงดู ถ้าหากว่าปริยัติการศึกษาไป ขัดข้องอะไรแล้ว เอาปฏิบัติมันมาเทียบเคียง **ปริยัติปฏิบัติมันต้องตรงกัน** จึงค่อยเป็น**ธรรมวินัย** จึงค่อยถูกต้องตาม**พุทธศาสนา**

เราศึกษาเล่าเรียนเพียง ๓ เดือน ไม่ทันเข้าใจอะไรหรอก ถ้าหากไม่ปฏิบัติแบบนี้ เวลา ๓ เดือนนะน้อยเกินไป เราตั้งใจปฏิบัติ ปริยัติเราก็เรียนไปด้วยกัน ถ้าหากเราตั้งใจอย่างนั้นจริงๆ จังๆ มันอาจจะเข้าใจในธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ อย่างว่าแต่ ๓ เดือนเลย ๓ ปีก็ตามถึง ๒๐ ปีก็ตามเถิด ถ้าไม่ตั้งใจปฏิบัติมันไม่เป็นไปให้ มันก็ไม่ได้ความดีๆ นั้นแหละ พุทธศาสนานี้มันสลับซับซ้อนมาก เราเรียนนะเรียนตามหลักฐานเบื้องต้นของพุทธศาสนา

**ต้องรู้จักพุทธศาสนาสอนอะไร?** คือสอนถึงเรื่องของตัวของเรานั่นเอง สอนให้เข้าใจถึงเรื่องความเป็นอยู่ของเรา ความเป็นอยู่ของเราในวันหนึ่งๆ ให้รู้จักให้เข้าใจ เรียกว่า**ชีวิตประจำวัน**ของเรานั้น ให้รู้จักว่าวันหนึ่งๆ มีอะไรบ้าง เราทำไปไม่รู้เรื่อง มันก็ไม่เกิดความปลื้มปิติ ไม่เกิดความอิมใจ ไม่มีความพอใจในการที่เราทำเหตุนี้ เรามาศึกษาให้มาปฏิบัติ ให้รู้เรื่องตัวของเราอย่างตื้นๆ เราเห็นกันง่าย ๆ ตื้นขึ้นมาก็รู้จักว่าเราทำกิจ

กิจเบื้องต้นคืออะไร? ล้างหน้าล้างตาทำความสะอาด แล้วก็ออกบิณฑบาต บิณฑบาตให้เสร็จแล้วก็ไปอยู่กันเฉย ๆ เป็นอันว่าเสร็จ ไม่ใช่อย่างนั้น มันต้องรู้จัก “บิณฑบาต” นะ ภาษาบ้านเมืองเขาเรียกว่า “โปรดสัตว์” เราต้อง “โปรด” ตัวเราก่อนถึงไป “โปรด” คนอื่น เราต้องสำรวมกิริยามารยาท รักษา วาจา ใจของตน พิจารณาอาหารเรปฏิกูล ไม่พูดไม่คุยกันอย่างพวกชาวหาปลา คือ ไปเอ็ดตะโร ใช้ไม่ได้ ไม่ใช่สมณวิสัย เหตุนั้น เขาจึงว่าบิณฑบาตเพื่อ “โปรดสัตว์” คือ “โปรด” ตัวเราเองสงบเรียบร้อยสำรวมกาย วาจา ใจ พิจารณาอาหารเรปฏิกูลไปโดยลำดับ จนกระทั่งกลับคืนมาเช่นเดียวกัน นี่เป็นขั้นที่ ๑

กลับคืนมาก็ทำวัตร ไหว้พระสวดมนต์ พิจารณา ตั้งขณิกปัจจเวกขณะ ทำวัตร สวดมนต์ นั่นก็คือ ระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ระลึกถึงข้อทำวัตรปฏิบัติที่เราทำมาวันนั้น นี่ขั้นที่ ๒

ต่อไปก็ฉันอาหาร ไปศาลาโรงฉันแล้วก็ฉันอาหาร รู้จักประมาณพอสมควร ไม่ใช่เห็นแก่ปากแแต่ท้องแแต่รสาอาหาร เราฉันเพื่อยังชีวิตให้เป็นไป จะได้ปฏิบัติพุทธศาสนา นี่เป็นขั้นที่ ๓ แล้วก็ล้างบาตรเช็ดบาตรแล้ว เก็บบาตร เอาบาตรไปไว้ในกุฏิของตน ต่อนั้นก็เข้าอบรมศึกษาให้เข้าใจ ในพระวินัย พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า นี่คือการศึกษาล่าเรียน ขึ้นต่อไปก็มาทำความสงบในตัวของตน ท่องบ่นจดจำตำราศึกษาให้เข้าใจ อย่าไปส่งนอก ศึกษาให้ศึกษาภายใน

ตอนเย็นกิจวัตรของเราก็มีคือ ปิดกวาดทำความสะอาด แล้วก็ฉันน้ำร้อนน้ำชารักษากิจวัตรเรปฏิกบัติอย่างไรก็ต้องปฏิบัติอย่างนั้น ให้ฉันรวมกันพร้อมกันสามัคคีกัน ให้เป็นที่น่าดูของคนอื่น ไม่ใช่ฉันปะรำปะระฉันทั่วไปหมด ใครอยู่ที่ไหนก็ฉันที่นั่น ไม่ได้ มันเป็นการแตกสามัคคี แสดงว่าพระในคณะวัดของเราไม่พร้อมเพรียงกัน ทำพร้อมเพรียงกันอย่างฉันจึงหันนั้นเป็นต้น

ต่อจากนั้นก็ทำความเพียรภาวนาหรือ เคนจงกรมก็ได้ จะท่องบ่นสวดมนต์ก็ได้ จนกระทั่งจนจะทำวัตรเย็น ทำวัตรแล้วระลึกถึงคุณ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ของเก่านั้นแหละ ต่อนั้นก็มีการนั่งสมาธิภาวนากัน เขาพากันทำทุกวัน เรื่องชีวิตประจำวันของเราให้รู้จักอย่างนี้ ชีวิตประจำวันของฆราวาสมีหลายอย่าง จะต้องรู้จักเรื่องของพระของฆราวาส เรื่องของฆราวาสไม่ใช่เรื่องของพระ เราไม่ต้องเกี่ยวข้องถึงเรื่องของฆราวาส อันนี้เป็นชีวิตประจำวัน คราวนี้เรื่องชีวิตประจำวันของเราอีกอย่างหนึ่ง ที่เป็นของลึกลับซึ่งไปกว่านั้นอีก ในเมื่อเรามาอยู่ในขณะปฏิบัติเรามุ่งทางปฏิบัติมากกว่าปริยัติ ให้รู้จักการทำภาวนา

ทำภาวนาคืออย่างไร เบื้องต้น คือทำความสงบอบรมจิตให้เป็นสมาธิ ให้มันได้เสมอ ๆ ครั้นหากอบรมสมาธิไม่เป็น อบรมสมาธิไม่ได้ ถึงบวชพรรษามากเท่าไรก็ได้ชื่อว่าเป็น “พระ

ใหม่” อยู่ ถ้าอบรมสมาธิได้แล้ว พรหมหนึ่งก็ตาม เดือนหนึ่งก็ตามที่บวชเข้ามา ก็ได้ชื่อว่าเก่า พอสมควร

ทำสมาธิภาวนานั้น คือให้เห็นตัวตนเรา เห็นต้นตอของเราที่เกิดขึ้นมา กับกิเลสของเราที่เกิดขึ้นมา มันเกิดจากอะไร ต้นตอของเรานี้ เกิดขึ้นมาจากอะไรให้รู้จักตรงนี้แหละ ครั้นรู้จักกิเลสแล้วคราวนี้ เราละกิเลสเหล่านั้นแหละ เป็นสิ่งที่เราจะต้องละ การฝึกฝนอบรมมาทั้งหมด ตั้งแต่ศึกษาเล่าเรียนและฝึกหัดมา เพื่อให้เห็นตัวกิเลสเหล่านั้นแหละ เราหัดละ หัดถอน หัดทิ้ง อันนั้นเป็นขั้นที่ ๓ ของการทำภาวนา

สรุป ขั้นที่ ๑ คือหัดให้เห็นต้นตอของความเกิดของร่างกายและกิเลส  
ขั้นที่ ๒ เห็นตัวกิเลส ว่าอะไรเป็นตัวกิเลส มันอยู่ที่ไหนกัน  
ขั้นที่ ๓ หัดชำระ ถอนได้

ให้รู้จักอย่างนี้ รู้จักกิเลส แต่ไม่รู้จักการละและการถอน รู้จักการละการถอนแต่ว่าถอนไม่ได้ มันก็ไม่เกิดปัญญาอุบายอะไร หัดทุกวัน ไม่ใช่หัดอื่นไกลหัดตรงนี้เอง บวชเข้ามาในพุทธศาสนา ศึกษาธรรมวินัยคำสอนของพระพุทธเจ้าก็ศึกษาเพื่อให้เข้าใจอันนี้ หัดชำระหัดถอนอันนี้แหละ

เราเป็นพระเป็นสงฆ์ เราต้องเห็นตัวกิเลสของตน ละกิเลสของตนให้ได้ ถอนกิเลสของตนให้มันออกหมดจากร่างกายจากตัวของเรา จึงจะเป็นพระบริสุทธิ์เป็นพระสมบูรณ์ ไม่ใช่พระแต่นุ่งเหลืองเฉยๆ พระสมบูรณ์ต้องถอนกิเลสของตนออกจากใจ อันนั้นจึงจะเรียกว่า พระสมบูรณ์

ทุกๆ คนปฏิบัติก็เพื่ออันเดียวกันนี้ บวชได้หลายปีก็ตาม บวชได้เดือนสองเดือนก็ตาม บวชวันหนึ่งก็ช่าง ต้องการอันนี้ ครั้นถ้าไม่เห็นกิเลส ไม่มีการละการถอน ไม่มีการทิ้ง ก็ไม่เป็นประโยชน์อะไร ให้รู้จักอย่างนี้ จึงจะอยู่ได้ด้วยความสะดวกเย็น อยู่ได้ด้วยความเป็นพระสมบูรณ์บริบูรณ์ บวชมาอยู่ยาวก็ได้ อยู่หลายๆ ปีก็อยู่ได้ อยู่ได้นานเท่าไรก็อยู่ได้ ด้วยการชำระตนอย่างนั้นอยู่เสมอๆ

กิจของพระต้องมีการชำระตลอดเวลา อันนี้แหละถ้าจะอยู่ได้นานมันต้องอยู่ได้ด้วยอาการอันนี้ ครั้นถ้าไม่อย่างนั้นอึดอัดใจ ไม่เห็นกิเลสของตนทั้งหมด ไม่ชำระกิเลสของตนก็เดือดร้อนวุ่นวาย อยู่อย่างอดทนอยู่ไปเฉยๆ ไม่มีความสุขสบาย บวชก็ไม่ชื่อว่าเป็นพระสงฆ์สมบูรณ์

## ๑๖. วิธีชำระจิต

วันที่ ๒๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๗

ต้องรู้จักพุทธศาสตร์คืออะไร?

กิจเบื้องต้นคืออะไร?

ทำภาวนาได้อย่างไร?

ให้พยายามรักษาใจให้ได้

ตั้งมั่นอยู่ที่ใจเสียก่อน

แล้วค่อยพยายามดูเรื่องของจิต

ที่มันออกไปนิด ๆ หน่อย ๆ

ไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ เป็นเรื่องของจิต

จิต กับ ใจ เป็นคู่กันอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา

ฟังตั้งใจให้มั่น คำว่า “ตั้งใจมั่น” กับ “ตั้งจิตมั่น” มันต่างกัน จิตนะมันต้องหวั่นไหว เป็นธรรมดา ใจมันต้องมั่นคง จิตมันหวั่นไหวใจไม่หวั่นไหว ครั้นถ้าเข้าถึงใจไม่หวั่นไหว อารมณ์ทั้งปวงหมดมันกระทบเข้ามาทุกสิ่งทุกประการสิ่งแวคล้อมนะมันทำให้จิตหวั่นไหวอยู่ตลอดเวลา มันจึงกระเทือนไม่เห็นตัวใจ

ให้พยายามรักษาใจให้ได้เสียก่อน ตั้งมั่นอยู่ที่ใจเสียก่อน แล้วค่อยพยายามดูเรื่องของจิต ที่มันออกไปนิด ๆ หน่อย ๆ ไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ เป็นเรื่องของจิต จิตกับใจเป็นคู่กันอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา เมื่อเราจะระงับอารมณ์อะไรก็ตาม อารมณ์มันเกิดขึ้นนั้น มันมาจากของภายนอก มันเกิดมาจากภายนอกแล้วมากระทบจิต ให้จิตนั้นหวั่นไหว ถ้าหากเรากำหนดถึงใจแล้วไม่มีอะไรหอก รู้เท่ารู้เรื่องมันก็สงบอยู่ ความสงบนั้นให้รักษาให้มาก เราพยายามที่สุด

ถ้าคนที่ภาวนาเมื่อตนสงบดีแล้ว บางคนจะอาจหาญกล้าหาญเด็ดเดี่ยวว่าถึงมรรคผลนิพพาน จิตเห็นสิ่งทั้งปวงหมดลงสภาพตามเป็นจริง ไม่หวั่นไหวแล้วเวลานี้ เห็นสิ่งทั้งปวงหมดเป็นสภาพอยู่อย่างนั้น คือใจมันตั้งมั่นอยู่ต่างหาก เลยเข้าใจว่าตนนั้นดีแล้ว พอแล้วไม่มีหวั่นไหวแล้ว ยังอยู่ก่อน ผู้ใดว่าตนไม่หวั่นไหวแล้ว ผู้นั้นละจะต้องหวั่นไหว ผู้ใดว่าจิตตนดีแล้วนั้น ผู้นั้นจะต้องไม่ดี มันมีวันหนึ่งข้างหน้า อารมณ์มันไม่ได้บอกใคร มันมากระทบเข้าโดยที่ไม่รู้ตัว มันออกไปเป็นจิตแล้ว จึงค่อยรู้ตัว เมื่อเป็นจิตแล้ว คราวนี้หาที่ยึดไม่ได้ ไปแว้ง

กว้างหมด ด้วยใจไม่ตั้งมั่น ใจตั้งมั่นแล้วมันไม่ไป สิ่งที่มีมันไปนั้นมันเป็นเรื่องของจิต ถ้าใจตั้งมั่นแล้วมันไม่กังวลเกี่ยวข้องกับทั้งหมด

เหตุนั้นจงรักษาใจให้มากๆ จะทำอะไรคิดนึกอะไรต่างๆ ทุกอย่างทุกประการ มันต้องจิตให้รู้รอบรู้เรื่องของจิต บางทีเรารู้รอบรู้เรื่องแล้ว แต่เวลากระทบเข้ามามันไม่รู้ตัว เพราะไม่รู้มันถึงค่อยไปตามวิสัยของจิต ถ้าหากรู้เรื่องรู้รอบหมดทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว ใจมันก็ตั้งมั่นอยู่คงที่มันไม่หวั่นไหวไปตาม ฝึกหัดให้มันชำนาญชำนาญ ไม่ต้องพิจารณาอะไรอื่นไกลนอกจากนี้แล้วพิจารณาเรื่อง “จิต” กับ “ใจ” แล้ว ก็แล้วกัน

เรื่องต่างๆ ปลีกย่อย เล็กๆ น้อยๆ นั้นมันอีกอย่างหนึ่ง เป็นอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก มันเกิดขึ้นมานั้นของเล็กๆ น้อยๆ ก็ตาม ก็จะต้องพิจารณาอีก อันที่จะให้รู้เรื่องนั้นมันมีอีกอย่างหนึ่ง เช่น อารมณ์ต่างๆ เกิดขึ้นมา มันเกิดจากจิต มันเกิดที่จิต อารมณ์อะไรเกิด ก็เกิดที่จิต อารมณ์นั้นควร หรือไม่ควร ควรที่ชำระหรือควรปล่อยไว้ อันควรที่ชำระนั่นคือ กิเลส อันเป็นเหตุให้วุ่นวายเดือดร้อนมันถึงควรชำระ คือตั้งใจไว้ให้ตรงแล้วมันก็ชำระกิเลส จิตมันก็หายไป

ครั้งเมื่อชำระคราวนี้หายไปแล้ว อันนั้นยังไม่เพียงพอก่อน มันต้องไปชำระที่จิต เรื่องจิตมันคิดส่งสายในอารมณ์ต่างๆ เช่นว่าความโกรธเกิดขึ้น มานะทิฏฐิเกิดขึ้น มันเกิดที่จิตมันไม่เกิดที่ใจ ใจมันไม่มีอะไรหอก มันเฉย วางเฉยอยู่ปกติ มันเป็นใจ ทิฏฐินั้นเกิดขึ้นมาจากจิตนั้น มานะก็เกิดมาจากจิตนั้น ความโลภ ความโกรธ ความหลงก็เกิดขึ้นมาจากจิตนั้น ความน้อยอกน้อยใจ คืออกดีใจก็เกิดขึ้นมาจากจิตนั้น นั่นละอันที่จะต้องรู้เรื่องรู้เท่า มันเกิดจากเหตุใด มันจึงค่อยเกิดความโทสะ ตามรู้เรื่องรู้เท่าของมัน พิจารณาให้มันรู้เท่ารู้เรื่อง จนกระทั่งมันหมดขอบเขตหมดเรื่องราวของมันแล้ว มันจะสงบลงไป แล้วเข้ามาที่ใจ อันนั้นพักหนึ่ง ให้มันอยู่ขึ้นหนึ่งเสี้ยก่อน

มานะ คือความกระด้างถือตัว ทิฏฐิ คือความเห็น มันเกิดขึ้นมานั้น มันมีอะไรอยู่ มานะทิฏฐิเข้าตัวแล้วไม่เห็นทั่วไป ถ้าเห็นเข้าตัวแล้วมันแข็ง ถ้าเห็นทั่วไปแล้วมันไม่แข็ง คือเห็นสภาพของทุกคนว่า เป็นอยู่อย่างนั้นทั่วไปหมด เราเขาเหมือนกันทั้งนั้น การประพฤติปฏิบัติการเป็นอยู่ มันต้องเป็นไปด้วยกันทั้งหมด ทิฏฐิมานะ อันนั้นมีอยู่ทั่วไปหมด เพราะห้ามปรามไม่ได้ เราจะสงบจิต คือเข้าถึงใจ อันนั้นนะรู้เรื่อง รู้เรื่องคราวหนึ่งละ คราวหลัง



มันเกิดขึ้นมาอีกก็ของเก่านั้นละ มันต้องพิจารณาซ้ำๆ ซากๆ มันไม่รู้แล้วรู้รอดไปสักที ท่าน  
จึงว่า ภาวิโต พหุสิกโต ทำให้มาก เจริญให้ยิ่ง ซ้ำๆ ซากๆ อยู่ไม่แล้วสักที

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้มรรคผล นิพพาน ถึงสูงสุดแล้วเรียกว่าพิจารณารอบคอบ  
รอบรู้หมดทุกอย่าง เวลาไปอยู่สงบบิณฑาภา นางคันทา นางอรดี เข้ามายั่วยวน ลองดูกิเลส  
ท่านทรงรู้แล้วทำไมถึงมายั่วยวนได้อีก ท่านทรงมีพระปัญญาฉลาดเทียบแหลม ท่านจึงทรง  
พิจารณาชำระลงไปจน นางราภา นางคันทา นางอรดี เต่าแก่ชราชำรุดทรุดโทรมหายไปเลย  
พวกเรายังไม่ทันพอ จึงว่าครั้ง ผู้ใดเข้าใจว่าตนพอแล้ว นั้นยังไม่พอ ผู้ใดเข้าใจว่าตนดีแล้ว นั้น  
ยังไม่ทันดี ถ้าหากเข้าใจว่าดีแล้ว คนนั้นเรียกว่ามานะเกิดขึ้นแล้ว อย่างพระสารีบุตรเทศน์ให้  
พระโมคคัลลานะ ท่านบอกว่า ท่านถือว่าท่านมีฤทธิ์เดชมีปฏิหารีย์ อันนั้นเรียกว่า มานะ  
คือเกิดบรรลุมะวิโส ครั้นท่านถือว่ารู้รอบหมดทุกอย่างทุกอย่างอันนั้นคือ ทิฏฐิ ท่านจงละทิฏฐิ  
มานะนั้นเสีย แล้วจะอยู่เป็นสุข ลองดู

ท่านวิเศษวิโสถึงขนาดนั้น มีฤทธิ์ปาฏิหารีย์ มีอำนาจปาฏิหารีย์เหาะเหินเดินอากาศได้  
ดำดิ่งบินบนได้ ก็เป็นจริงอย่างนั้น ท่านเป็นจริงอย่างนั้นจริงๆ แต่หากว่าดีอันนั้นแล้ว มัน  
เป็น มานะ เป็น ทิฏฐิ ในตัว ละทิฏฐิมานะนั้นแล้วมันจะอยู่เย็นเป็นสุข

การที่ละทิฏฐิมานะ ไม่มีอะไรต่างๆ ใจมันเฉยไม่มีอะไรนั้น ให้เข้าถึงสภาพอันเป็นจริง  
ของเฉย ความเฉยนั้นมันเฉยได้จริงอยู่นานไหม? ใจนั้นแต่มันยังไม่ทันรอบคอบรอบรู้ จึงต้อง  
พิจารณาชำระที่จิตนี้แหละ ให้มันเข้าถึงใจอยู่เสมอๆ ให้ชำนาญชำนาญ มันจึงค่อยคล่องแคล่ว  
อันนั้นเป็นความสุขของเรา

### ๑๗. ให้พิจารณาเนื่อง ๆ

วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๗

เมื่อคิดเห็นคุณค่าของอาหารแล้ว

ควรตั้งอกตั้งใจกระทำข้อวัตร

ทำเพื่อบุญกุศล

กองบุญกองกุศลของเรามีอะไรบ้าง

ที่จะเฉลี่ยแจกจ่ายให้เขา

ไม่เพียงแต่ฉันอาหารของเขาเฉยๆ

คิดถึงแต่ของตนของตัวมันก็ใช้ไม่ได้

วันนี้จะสอนให้พิจารณาเนื่อง ๆ พิจารณาถึงความตายทุกวัน ชีวิตของเราเกิดมามีความตายเป็นที่สุด ท่านว่าให้พิจารณาอยู่ทุกวัน เดี่ยวมันจะประมาทต้องให้พิจารณาถึงความตายความเป็นอยู่เช่นนี้มันมีเรื่องหลายอย่างหลายประการ ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ก็ดี ที่เป็นอยู่มาแล้วก็ดี ที่จะเป็นต่อไปก็ดี มันมีเครื่องประกอบหลายอย่าง เรื่องเหล่านี้ต้องพิจารณาทั้งนั้น ท่านไม่ให้อยู่เฉยๆ ให้เห็นคุณเห็นโทษประโยชน์ในสิ่งที่เราใช้สอยเราอยู่เรากิน

ในชีวิตของเราที่หมดไปวันหนึ่งๆ ต้องมีเครื่องประกอบหลายอย่าง เช่น การนุ่งการห่ม เรียกว่าใช้สอยผ้าครอง ถ้าหากว่าไม่มีเครื่องนุ่งห่มอาศัย ก็เปลือยกายอยู่ไม่ได้ ก็เป็นที่อับอายขายขี้หน้า ความเป็นอยู่ของมนุษย์ของเรามันต้องเป็นอย่างนั้น ท่านให้พิจารณาทุกวัน เรียกว่าอาศัยมันเท่านั้น อย่าอาศัยเปล่าๆ ให้คิดถึงคุณค่าของมัน ให้คิดถึงประโยชน์ของมัน

ในทางพุทธศาสนาท่านสอนให้คิดให้เห็นประโยชน์ว่าเพื่อปกปิดร่างกาย บรรเทาร่างกายจากความเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ท่านให้คิดเมื่อเรานุ่งเราห่ม ท่านให้พิจารณาตลอดเวลา พิจารณาเห็นว่าเรานุ่งห่มเราห่มไปหน่อย มันก็เป็นอสุภะปฏิบัติไปตามสภาพของมัน เราพิจารณาอย่างนี้ตลอดเวลา ประมาทไม่ได้นะ ครั้นเราประมาท เราก็เลยลืมเสีย เราไม่เห็นคุณค่าประโยชน์ของมัน ก็ใช้ไปเรื่อยๆ อันนั้นผมก็เคยเทศน์แล้ว มันเป็นหนี้เป็นสินของเขา เป็นหนี้เพราะเหตุไม่ได้พิจารณา หากพิจารณาเห็นชัดเจนในใจของตนแล้ว เห็นประโยชน์คือคุณค่าของมันชัดเจนด้วยตนเอง นั่นละจึงจะเกิดสลตสังเวช คนเกิดขึ้นมาแล้วต้องอาศัยสิ่งต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ มันอยู่เฉยๆ ไม่ได้ สิ่งทั้งปวงนี้ต้องอาศัยพึ่งพาซึ่งกันและกัน มันมากมายหลายเรื่องยุ่งเหยิง

อีกอย่างหนึ่งโดยเฉพาะก็คือ อาหาร ที่รับประทานที่เราฉันลงไป สัพเพ สตฺตา อาหารภูฏิติกา สัตว์ทั้งหลายอยู่ด้วยอาหาร มนุษย์มีอาหารมากมายของหวานของขาว วัวควายก็อยู่ด้วยหญ้าเป็นเครื่องอยู่ ถ้าไม่มีอาหารก็อยู่ไม่ได้ แต่ว่า อาหารนั้นมันเป็นของเป็นโทษก็มี เป็นคุณก็มี การเป็นโทษของอาหารนั้น คือ ฉันแล้วมันอยากฉันอยู่ตลอดเวลา ได้ฉันของดิบของดีมันเกิดความอยาก เรียกว่า ตัณหา อันนั้นเรื่องความอยากอย่างเดียว ไม่คิดถึงคุณไม่

คิดถึงโทษ ฉันด้วยความอยาก พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนว่า ฉันพอเป็นยาปนมัด ปนมัด คือมันมัดไว้นั่นเอง ไม่ให้มันแตกสลาย ฉันเพื่อไปเยียวยารักษาร่างกายนี้ ที่ว่าฉันเพื่อเยียวยารักษา มันนั้น จะเห็นได้ในเมื่อเราเจ็บไข้ไม่สบาย อาหารไม่ใช่ยาแต่จำเป็นต้องฉัน เพื่อรักษาสุขภาพไว้ อันนี้แหละฉันเพื่อสุขภาพจริงๆ ให้มันเป็นอย่างนั้นแหละ การที่เราฉันอาหารมัน จึงจะไม่มีโทษ พอเป็นยาปนมัดเท่านั้น

อาหาร ที่เราฉันนั้นไม่ใช่ของง่าย ๆ ไม่เหมือนผ้าผ่อน ผ้าผ่อนเราทำครั้งเดียวแล้วก็เสร็จ อาหารนี้ฉันลงไปทุกวัน ใช้ทุกวันทำทุกวัน คนที่ทำอาหารถวายพระงานการของเขามากมาย ตั้งแต่ซื้อมา ตั้งแต่จัดแจงทำปรุงแต่งประกอบต่างๆ มากมายหลายเรื่อง เราที่ฉันอยู่เฉยๆ นะ ไม่รู้เรื่องหรือ คนทำครัวด้วยกันจึงจะรู้ ทำอาหารไม่ใช่ของง่าย ผมเคยทำแล้ว ทำตั้งแต่ยังเป็นเณรโน่น แท้จริงไม่ใช่ของเล่นๆ ต้องเอาใจใส่จริงๆ จังๆ พระเณรมากๆ อย่างนี้ยิ่งแล้วกันใหญ่ ต้องทำอาหารเสียจนเย็นจนมิด ตั้งสามทุ่มสี่ทุ่มจึงแล้วเสร็จ ตอนเช้าก็ต้องตื่นขึ้นมา ตั้งแต่ตีสามตีสี่ทำงานสว่างไม่ใช่ว่างๆ เลย วันแล้ววันเล่า พระฉันรับประทานแล้ว ยังต้องไปชำระสะสางล้างดูกันจนทั่วอีก ล้างกว่าจะเสร็จบางทีจนต้องเที่ยงวัน จึงได้กลับบ้าน อาหารมันยุ่งมากทีเดียวเป็นภาระใหญ่โต เมื่อเราคิดถึงคุณค่าของอันนี้แล้ว แหม! มันไม่น่าอยากจะฉันเลย เป็นภาระมากมายจริงๆ

เหตุนี้เมื่อเราฉันจงคิดถึงคุณค่าของอาหาร และคิดถึงโทษของมัน มันเป็นธาตุเพื่อยังชีวิตให้เป็นไป ชีวิตอันนี้เป็นของเลี้ยงยากจริงๆ ต้องอาศัยช่วยเหลือทุกด้านทุกทาง ต้องทะนุถนอมมันจึงค่อยเป็นไปได้ เมื่อทะนุถนอมให้เป็นอยู่แล้ว ไม่ใช่เป็นแต่วันนี้วันเดียว ตั้งหลายสิบปีก็เป็นอยู่อย่างนี้ จนกว่าจะตาย บางทีสี่-ห้าสิบปี, หกสิบปีเจ็ดสิบปี จึงค่อยตาย

เมื่อคิดเห็นค่าเห็นคุณของอาหารเหล่านี้แล้ว ควรตั้งอกตั้งใจกระทำข้อวัตรทำเพื่อบุญกุศล บุญอะไรเกิดขึ้นจากเขา? บุญอะไรเกิดขึ้นจากเรา? ความมุ่งหมายของบุญกุศลของเรามีบุญอะไรบ้าง ที่จะเฉลี่ยเจือจานให้เขา มีบุญอะไรบ้างที่จะแผ่แผ่ให้เขา ไม่เพียงแต่ฉันอาหารของเขาเฉยๆ คิดถึงแต่ของตนของตัวมันก็ใช้ไม่ได้ที่จะใช้ได้ก็ต้องพิจารณาเห็นคุณค่าของอาหารว่าฉันเพื่อประโยชน์ของร่างกายยังสุขภาพให้เป็นไป ไม่ใช่เพื่อมีนเมา ไม่นั่นเพื่อหลงไหล ไม่นั่นเพื่อประเทืองร่างกายให้สมบูรณ์บริบูรณ์ ฉันพอจะยังให้ชีวิตเป็นไปเท่านั้น อาหารที่เราฉันลงไปนั้นไม่ใช่ของดีของดี เป็นของปฏิกูลเปื้อยเน่า ปฏิกูลตั้งต้นตั้งแต่ที่ปากเคี้ยว แล้วก็กลืนลงไป

เป็นอสุภะตั้งแต่นี้ลงไป ถ้าหากว่าไม่เชื่อกายออกมาดูซิ ว่าเป็นของสกปรกโสภณไหม แต่ก็จำเป็นต้องกลักรื้อให้ไปเลี้ยงร่างกาย

เมื่อถ่ายออกมานั้นก็เห็นชัด เป็นมูตรเป็นอุจจาระออกมา แต่ความจำเป็นต้องการอยากจะให้ชีวิตเป็นไป อยากระยะไหนดี เพื่อจะได้ฝึกหัดปฏิบัติในทางพุทธศาสนา เพื่อจะได้รักษาพุทธศาสนาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์เท่านั้นแหละ ไม่ใช่เพื่ออื่นไกลอะไรหรอก อันนี้แหละเรื่องประกอบกายของเรา มีหลายเรื่องหลายอย่าง อย่างนี้

นอกจากนั้นอีกเรื่อง เสนาสนะ ค่อยยังชั่วหน่อยเสนาสนะก็ได้ทำทิ้งไว้ให้แล้วเครื่องนุ่งเครื่องห่ม เสนาสนะที่ต้องอาศัยมีพร้อมแล้ว เครื่องอาศัยเครื่องนุ่งห่มป้องกันอันตรายมีพร้อมป้องกันแมลงสัตว์ต่างๆ อันนั้นก็เช่นเดียวกันไม่ใช่ของดิบของดิหระก เราเห็นว่าเป็นของดีก็เลยลืมเสีย สนุกสนานไม่คิดถึงเหตุถึงผล ความจริงมันเพียงแต่ช่วยปกปิดร่างกายเพื่อไม่ให้เกิดความละอาย ไม่ให้มีเลือดกลิ่นเหม็นอบอวลมารบกวน เมื่อได้ความสุขสบายดีแล้วควรที่จะรีบเร่งทำความเพียรภาวนา ให้สมคุณค่าที่เขาทำให้เราแล้ว

หยุดยา ก็อีกนั่นแหละ ที่เรารับประทานเข้าไปทุกวันเวลาเจ็บป่วยไม่สบาย เราจะต้องอาศัยยามาบำบัดรักษาโรคให้ค่อยสงบไปหายไป ถ้าหากไม่มียารักษาแล้ว เราจะต้านทานอาหารบำบัดร่างกายของตน ด้วยธรรมโอสถอย่างไรได้ เรายังอ่อนแอยังไม่สามารถที่จะผจญได้ เหตุุนั้นยาจึงเป็นเครื่องได้อาศัยขึ้นหนึ่ง ซึ่งจะนำความสุขให้แก่ตน

ร่างกายของเรามี ๓-๔ อย่างนี้แหละ ที่ทะนุถนอมบำรุงอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นเมื่อเป็นตัวอยู่ได้วันหนึ่งๆ ให้คิดถึงความตายอยู่เสมอ เรายังรักษาความตายไม่ให้มันตายง่าย คนแก่คนเฒ่าก็ไม่ให้มันตายง่าย ทะนุถนอมบำรุงเอาไว้ด้วยประการทั้ง ๔ อย่างนี้ แต่ว่ายากที่สุดอันที่เรารักษามันให้อยู่กับเรา มันอยู่ได้ยากแสนยาก เราจึงค่อยทะนุถนอมเลี้ยงดูด้วยประการต่างๆ ธรรมชาติของมนุษย์เราเกิดขึ้นมามันเป็นอย่างนี้ ทุกข์อย่างนี้ มันเดือดร้อนอยู่อย่างนี้

แต่ละอย่างๆ ลืออย่างทีอธิบายมานั้น ให้พิจารณาเข้าถึงตัวเข้าถึงจิตใจมันก็รวมลงไปได้เหมือนกัน แต่ละอย่างถ้าเข้าถึงจิตถึงใจแล้ว จิตรวมลงไปได้ นั่นแหละ พ้นจากนี้ ถ้ารวมถึงจิตถึงใจได้พ้นจากเป็นหนีเป็นสิน ถ้ารวมจิตรวมใจไม่ลงถึงที่นั่นยังไม่เข้าถึงที่นั่น ยังเป็นหนีเป็นสินอยู่ ก็ต้องพยายามต่อไป

ถ้าหากว่าไม่พิจารณาถึงเรื่องเหล่านี้ วันหนึ่งๆ ข้ามไปเปล่าเสียตาย นอกจากข้ามไปเปล่าๆ ยังเสียตายหมดอายุไปแล้วด้วย ยังเป็นเครื่องรำคาญอีก ไม่ทราบทำอะไรอยู่วันหนึ่งๆ ตั้ง ๒๔ ชั่วโมง ไม่มีอะไรเป็นเครื่องอยู่ วันเลยหมดไปๆ นานหนักเข้าก็รำคาญอยู่ยาก ไม่ทราบจะไปอยู่ไหน อยู่เป็นพระเป็นเจ้าก็รำคาญ เป็นฆราวาสก็รำคาญ ไปอยู่ไหนก็รำคาญ แต่ฆราวาสยังคืออยู่ เขามีเครื่องหวังมีความหวังคือหวังสิ่งที่เขาต้องการ นั่นก็ค่อยยังชั่วอยู่ ค่อยอยู่ได้ แต่เป็นพระของเราหวังธรรมะธรรมโมก็ไม่เห็นปรากฏขึ้น ไม่ปรากฏด้วยใจ ไม่ปรากฏด้วยตา ด้วยสายตาของตน

เหตุนั้น ผู้ที่อยู่ในพุทธศาสนาแล้วนั้น ต้องรีบเร่งประกอบความเพียร ให้มีหลักฐานประจำใจ ให้มันเห็น ที่ได้ อยู่ตลอดเวลา ทำความเพียรภาวนาเมื่อใด ก็ให้มันเห็นที่เกิดที่ได้ อยู่เสมอ นั่นแหละจึงจะอยู่ได้ตลอด ครั้นเห็นที่ได้ที่เกิดนี้แล้ววันหนึ่งเดียวเดียวเท่านั้นหมดไป

ชีวิตของเราเกิดมา  
มีความตายเป็นที่สุด  
ท่านว่าให้พิจารณาอยู่ทุกวัน  
ประเดี๋ยวมันจะประมาท  
ต้องให้พิจารณาถึงความตาย

## ๑๘. การเที่ยววิเวก

วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๗

อย่าไปคิดว่าอดอยาก  
ลำบากอย่างนั้นอย่างนี้  
ต้องการฝึกหัดทดลองทรมานตนเอง  
การทดลองฝึกหัดตนเองนี้  
ไม่มีใครทำให้หรอก  
นอกจากเราทำเอง

## การทำความเพียรมันต้องบังคับตัวเอง

ออกพรรษาแล้ว ฝนแล้งก็มีการเที่ยววิเวกหาความสงบสังัด ไปหาวิเวกที่ดีเหมือนกัน อยู่  
ที่เก่าก็ลำบาก เราก็หาวิเวก หาความสงบ เพื่อทรมานตนแล้วก็สังเกตว่า มันสงบไหม? เห็น  
แก่การหาอยู่หากิน เห็นแก่ความสนุกสนานไม่ได้ วิเวกมันต้องหาความสงบทุกสิ่งทุกประการ  
หากว่าไม่มีใครอยู่ด้วยอยู่คนเดียวดีที่สุด เพื่อจะทดลองดู เรามาบวชก็โอกาสนี้แหละ ที่จะได้ทำ  
ความเพียรภาวนาหาวิเวก ไปด้วยกันหมู่มาต่างคนต่างอยู่หลายเรื่องกัน คนนั้นพูดอย่างนั้น คน  
นี้พูดอย่างนี้ คนนั้นก็เป็นอย่างนั้น คนนี้ก็เป็นอย่างนี้ สารพัดทุกอย่างที่จะฟังกัน ความ  
คิดเห็นมันแตกต่างกัน อยู่คนเดียวทำคนเดียวเอาเฉพาะตนเลย

การเที่ยววิเวกให้รู้จัก กิจวัตร ก่อนที่จะไปต้องตั้งใจ ตั้งอธิฐานในใจของตนว่า เราจะ  
ทำความเพียรภาวนา กิจวัตรเราอาจจะทำเป็นเหมือนอย่างอยู่ในวัดไม่ได้ทุกข้อ แต่ว่าเอาเท่าที่  
จำเป็น การทำความสะอาดปิดกวาดเอาเฉพาะที่เราทำได้ สำหรับที่ส้วมที่ถ่ายต้องทำ ถ้าหาก  
ว่าเราจะอยู่หลายวันก็ให้เขาทำส้วมให้ ทำความสะอาดเอง

การออกบิณฑบาต ต้องทำให้สม่ำเสมอ การฉัน ก็เหมือนกันให้มันสม่ำเสมอ  
ในขณะที่เราบิณฑบาตต้องระมัดระวังสังวรทุกอย่าง ต้องมีสติรอบคอบรอบรู้ตลอดเวลา การที่  
จะเดินจงกรมภาวนาเป็นการจำเป็นที่สุด บางคนนั้นบวชเข้ามาตั้ง ๒ พรรษา ไม่เคยเดิน  
จงกรมเลยก็มี การภาวนาไม่เดินจงกรม ไม่ทราบว่าจะอยู่ได้อย่างไร ไม่ใช่นิสัยของผม ผมก็ไม่รู้  
เรื่องพูดไม่ถูก

การทำความเพียรอย่างที่อธิบายมานี้ เป็นเครื่องอยู่ของพระกัมมัฏฐาน หรือของพระ  
ทั่วไป ถ้าหากไม่ทำอย่างที่ว่านี้แล้ว ไม่ทราบจะอยู่ทำไมกัน อยู่ไปสักหน่อยก็จะคิดไปทาง  
โลกคิดไปทางกามคุณ ยุ่งเหยิงใหญ่โต หากพิจารณาอย่างที่ว่านี้ มันเป็นวิเวกอยู่ในตัว มัน  
เป็นคุณธรรมอยู่ในตัว เราอยู่ในศาสนามีศีลเป็นเครื่องอยู่ มี ศีล เป็นพื้นฐาน กัมมัฏฐาน  
ทั้งหลายเหล่านั้นให้พิจารณาลงเป็นผลของพื้นฐานของศีล ครั้นมีศีลเป็นหลักฐานอยู่แล้ว  
พิจารณาลงเหล่านั้นก็เป็นไปตามเรื่อง แล้วคราวนี้ก็พิจารณาเห็นคุณ คุณของศีล คุณของ  
สมาธิ คุณของปัญญา

**คุณของศีล** นั่นคือ ศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ ศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ด เป็นฆราวาสมันยากนักที่จะรักษา ถึงอย่างนั้นพระก็เห็นอยากสึก ไม่เห็นคุณค่าของศีล ศีลเป็นของประเสริฐเลิศล้ำกว่าสิ่งทั้งปวงหมด เหตุนั้นชาวบ้านเขาจึงเคารพนับถือพระ เขาเคารพนับถือบูชาพระ เพราะพระเป็นผู้มีศีลมากกว่าเขา สมบูรณ์มากกว่า เป็นพื้นฐานของมรรคผลนิพพานก็ตัวศีลนี้แหละ คิดพิจารณาถึงศีลอย่างนี้แล้วอ้อมอกอ้อมใจจะหาที่ไหนได้สมบูรณ์บริบูรณ์อย่างพระ พระเท่านั้นแหละที่จะสมบูรณ์บริบูรณ์ด้วยศีล

นอกจากนั้นอีก เมื่อเรารักษาศีลนี้ อานิสงส์อันที่เห็นคุณค่าของศีล เป็นเหตุให้ศรัทธาญาติโยมเขาทำบุญทำทาน ไม่คิดเสียดายในการที่ทำบุญทำทาน มีเท่าไรก็ทำหมดตัว แต่ถ้าหากว่าผู้คิดพิจารณาถึง ศีล เห็นคุณค่าของ ศีล แล้วไม่คิดโลก ถ้าคิดโลกไม่ใช่คุณของ ศีล คิดโลกอยากจะให้เขาเลื่องลือชื่อเสียงให้เขาเคารพนับถืออันนั้นไม่ใช่คุณของศีล อันนั้นเป็นโทษเลย มีศีลก็จริงแต่เป็นโทษ คนที่ตั้งอกตั้งใจรักษาศีลสมบูรณ์บริบูรณ์ มี ศีล เป็นวัตรปราศจากความโลภ ไม่คิดถึงเรื่องลาภสักการะ อันนั้นแหละตัวอานิสงส์ของศีลแท้

**ศีลสมบูรณ์แล้วเป็นอย่างไร?** มีศีลเป็นพื้นฐานมีอานิสงส์คือ ทำสมาธิให้เกิดขึ้น

**สมาธิ** คือ จิตแน่วแน่เป็นอันเดียว ธรรมดาจิตมันฟุ้งซ่านส่งสายสารพัดทุกอย่าง มันไม่รวมอยู่กับที่ มันไม่รวมอยู่กับใจ การที่พิจารณาอย่างเดียวแน่วแนลงเรื่องศีล จิตเห็นชัดเรื่องคุณค่าของศีล มันเลยไม่ส่งสายไปในเรื่องทั้งหลาย ตั้งมันเฉพาะในเรื่องเดียว นั่นแหละเป็นสมาธิเกิดขึ้นจาก ศีล หากว่าเราพิจารณาสิ่งอื่นก็เหมือนกัน พิจารณาถึงเรื่องอะไรทั้งปวงหมด จิตมันแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียว ไม่ฟุ้งซ่านไปที่อื่น มีอารมณ์อันเดียวแล้วเป็นสมาธิ

**สมาธิ** นี้หากว่าเกิดขึ้นบางครั้งบางคราวมันก็อ่อนๆ เรียกว่า ขณิกะสมาธิ อุปจาระสมาธิ ไปตามเรื่อง มันได้เป็นครั้งเป็นคราว มันไม่แน่วแน่เต็มที่ ในเมื่อมันได้เป็นครั้งเป็นคราวก็ยังคืออยู่ จิตมารวมอยู่เป็นครั้งเป็นคราว ก็เรียกว่าเห็นตัวจิตนับว่าเป็นการดีที่สุด เห็นจิตของเราส่งสาย จิตของเราวุ่นวาย จิตของเราคิดอารมณ์ต่างๆ นับว่าดีที่สุดแล้วนั้น เราจะได้ปรารภความเพียร เราจะได้พยายามต่อสู้ เราจะได้พยายามแก้ไข ดีกว่าที่ไม่เห็นเลย ผู้ที่ไม่เห็นเลยนั้นไม่ทราบว่าจะแก้ไขตรงไหน ถ้าหากว่าเป็นเช่นนั้นแล้ว เมื่อจิตมันฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ใด ก็พิจารณาในอารมณ์นั้น แล้วจึงจะเห็นชัดว่ามันเป็นเพราะเหตุใด? มันเกิดจากอะไร? มันประสงค์อะไร? ครั้นเมื่อพิจารณาถึงจิตอย่างนี้แล้ว จิตมันจะวางเรื่องที่เกิดเลย

ให้ตามกำหนดรู้เรื่องของมัน แล้วมันหายเอง แล้วมันก็จะรวมเป็นเอกัคคตา สมาธิแน่นเต็มที ครั้นสมาธิแน่นเต็มทีให้มันอยู่อย่างนั้นพักหนึ่ง มันจะอยู่ได้นานมากน้อยเท่าไรก็ให้มันอยู่ไป

หากว่ามันออกจากนั้นแล้ว ถ้ามันพุ่งซ่านส่งไปยังอารมณ์ต่างๆ ก็ตามดูมันมันจะไปถึงไหน มันจะไปไหนมันก็อยู่กับเรานี้แหละ เราเป็นคนเห็นคนรู้อยู่เฉพาะเห็นมันไปอยู่นี้ รู้ตัวเฉพาะตนเอง ให้กำหนดอย่างเก่า ก็เป็นเหตุเป็นผล มันเป็นเพราะเหตุใด? มันพิจารณาของมันเอง เหตุใดมันยังส่งสาย? เหตุใดมันยังวุ่นวาย มันประสงค์อะไร? ต้องการอะไร? มันเกิดจากอะไร? เมื่อเข้าใจเรื่องแล้วมันก็หายเอง หายส่งสายวุ่นวาย ทีหลังจิตไปอีกก็ทำเหมือนกันนี้

การทำให้หายได้อย่างนี้ ทำได้ตลอดทุกเมื่อ มันค่อยซ่านิซ่านาญเข้า คราวนี้การที่มันส่งสายเลยเป็นของสบาย ส่งไปเถิด ไปไหนก็ไปเถิด ธรรมดาจิตมันต้องเป็นของไม่ใช่ของอันเดียว มันของวุ่นวาย แต่เราพิจารณารู้เรื่อง ตามรู้อย่างที่เรเคยพิจารณา มันก็สบาย นี้เรียกว่า ัมมมอหัตตา ธรรมะไม่ใช่ของใคร มันให้เกิดเป็นอยู่ของมัน จิตอันนั้นมันเกิดอยู่อย่างนั้น ธรรมอันนั้นมันเกิดอยู่อย่างนั้น เป็น ปัญญา เกิดขึ้นในตัว นั้นแหละปัญญา เกิดจาก สมาธิ เป็นอย่างนั้น

อย่าไปทอดย ใหนๆ เราก็ตั้งใจต่อสู สู้มันจนถึงที่สุด ทำอย่างง่ายๆ อย่างที่พูดให้ฟัง มันวุ่นอะไร? มันส่งสายอะไร? มันกังวลอะไร? เกี่ยวข้องกับเรื่องอะไร? มันจะไปไหนไป เราไม่ไป จะอยู่ที่นี้ มันจะไปไหนล่ะ ให้มันไปดู ลองให้มันไปจนถึงที่สุด มันถึงไหน มันเลวทรามต่ำช้าถึงอเวจีไหม? ถ้ามันถึงอเวจีให้มันถึงลองดูอย่างนั้นแล้วมันก็หายนะซี มันกลัวอเวจี มันเลยหยุด เอาอย่างง่ายๆ อย่างนั้นแหละ ผจญต่อสู้อาอย่างง่ายๆ เท่านั้นละ

ผู้เห็นคุณค่าของศีลแล้ว

ไม่คิดโลก

หากคิดโลกอยากให้เขาเลื่องลือชื่อเสียง

อันนั้นไม่ใช่คุณของศีล

เป็น โทษเลย

มีศีลจริงแต่เป็นโทษ



## ป่าของพระโยคาวจร

วันที่ ๒๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๗

ออกพรรษาแล้วใครก็อยากจะเที่ยว อยากไปพำนักในป่าหาวิเวกเพื่อทำความเพียรความสงบ ความเป็นจริงแล้วนั้น อยู่ที่ไหนก็เป็นป่าเหมือนกัน ถ้าหากไม่รู้ไม่จักป่าก็เป็นบ้านหมด ในป่าก็เป็นบ้าน ครั้นอยู่ป่ายังคิดฟุ้งซ่านใหญ่ มันแต่เข้าไปในบ้านเห็นผู้เห็นคนสาราลัง อันนั้นแหละเป็นบ้าน

ถ้าหากคิดเป็นป่า ก็ป่าทั้งนั้นในตัวของเรา นี้ ผมก็เป็นป่า ขนก็เป็นป่า เล็บ ฟัน หนังกี่เป็นป่า เป็นป่าของพระโยคาวจรท่านประกอบความเพียร ท่านประกอบในป่านี้อยู่ในป่านี้น่าเพียรเพียรในป่านี้นี้ ตั้งแต่ผม ขน เล็บ ฟัน หนังก เต็มไปหมดเป็นป่าทั้งนั้น เป็นที่ซุกซ่อนของสัตว์ทั้งหลาย เป็นที่หลีกเร้นของสัตว์ทั้งหลาย อาการ ๓๒ มีอยู่ในตัวของเรา

อะไรมันจะหลีกเร้นอยู่ในนั้น? ของสวของงาม ความสกปรก มันแอบแฝงอยู่ในนั้น เราไม่รู้เรื่อง เรื่องกิเลสทั้งปวงมันปลงอยู่ในที่นั่นหมด อันนั้นแหละสัตว์ร้าย เป็นของน่ากลัวมาก ควรที่จะน้อมเข้ามาหาตัวของเรา มาพิจารณาตัวของเราอย่างที่ว่านี้ เห็นเป็นสัตว์ร้ายประจำตัว จะไปไหนมันก็ตามไป หลีกเลี่ยงไม่พ้นสุดสําพายยามต่อสู้อย่างดี ถ้าไม่สู้ให้ชนะแล้วมันหลีกเร้นไปตลอดเวลา ไปหาความสุข ความสบาย ไม่ได้หนีออกไปในป่าในรกได้ ความสุขสบายยิ่งเพลินใหญ่ ต้องการวิเวกไปหาความสงบสงัด อันที่ปราศจากผู้คนมีแต่สัตว์ร้ายสัตว์ต่างๆ นั้นแหละไปวิเวก สัตว์ร้ายเป็น ๆ อยู่ในตัวของเรา ความชั่วทั้งหลายกิเลสทั้งหลายมี กามราคะเป็นต้น ติดสอยห้อยตามอยู่ตลอดเวลา เราเอาชนะมันตรงนี้แหละ ถ้าหากว่าเราเห็นแจ้งชัดในใจของตนแล้ว เห็นโทษเห็นคุณของสิ่งทั้งหลายเหล่านี้แล้ว สนุกใหญ่ อยู่ที่ไหนก็เป็นป่า อยู่ที่ไหนก็วิเวกไม่เลือกที่ สถานที่ทั้งปวงหมดมันมีอยู่พร้อมในที่นี้ ถ้าภูเขาก็มีอยู่ในที่นี้ พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า พุรุณภูมิ เอกจรั อสริรั กุหาสยั เย จิตตุ สณฺณ เมสุสนฺติ โมกฺขนฺติ มารพนฺธนา จิตเป็นของเที่ยวไปคนเดียว เที่ยวไปแล้วก็กลับมาอนในภูหาที่เก่า

จิตใจนั้นเที่ยวไกลไปคนเดียว แล้วกลับมาอนในภูหา คือตัวของเรา ท่านเปรียบไว้ชัดเจนเหลือเกิน อันนี้เป็นภัยอันตรายสำคัญที่สุด ถ้าหากว่าผู้ไม่เห็นโทษไม่มองเห็นภัย ก็จะมีแต่เพลินสนุกรำไป ครั้นมองเห็นโทษเห็นภัยแล้ว พิจารณาเห็นมันคุกคามอยู่ตลอดเวลา

เช่นว่าเราไม่ทำความเพียร เราก็ไม่มีความเพียร อันนั้นแหละมันลึกลับ เราไม่ตั้งสติมั่นคงลงไป นั่นมันประมาทแล้ว เราผลิตเพลินมัวเมาสนุกสนานไม่มีสติระมัดระวัง อันนั้นได้ชื่อว่ามันหลงตายแล้ว ภัยเหล่านี้มีอยู่ในโลกเป็นของๆ โลก ภัยทั้งหมดเป็นของมีในตน ไปไหนมันก็ตามไปอยู่ตลอดเวลา เวรภัยอันตรายต่างๆ ตามอยู่ทุกเมื่อ ถ้าเราไม่มีสติควบคุมจิตใจให้มันอยู่ในอำนาจของเราเมื่อไร ได้ชื่อว่าภัยอันตรายล้อมอยู่เมื่อนั้น

ถ้าหากเรามีสติควบคุมอยู่ระมัดระวังอยู่ จนถึงขนาดนั้นมันก็ยังตามมาคุกคามอยู่ แต่หากมีเวลาแก้ไขได้ ภัยอันตรายสำคัญที่สุดมันล้อมอยู่ เรื่องเหล่านี้จะไปหาที่ไหน? จะหลีกเลี่ยงที่ไหน? มันตามไปอยู่ตลอดทุกเมื่อ อยู่วัดก็เหมือนกัน อยู่บ้านก็เหมือนกัน อยู่ป่าก็เหมือนกัน อยู่ที่ไหนๆ มันตามอยู่ตลอดเวลา ถ้าเห็นภัยตลอดเวลาเห็นทุกขณะแล้ว เราเป็นผู้มีสติระมัดระวังสังวรไม่ให้คิดชั่ว ไม่ให้คิดผิด ไม่ให้ส่งสาย ตั้งใจระมัดระวังจิตใจของเราอยู่เป็นปกติ อันนั้นจึงค่อยพ้นภัยอันตราย

เวรภัยเป็นของมีอยู่ในโลก ใครแก้ไม่ได้หรือ แก้ได้แต่การมีสติระมัดระวังเท่านั้น เกิดขึ้นมาในโลกนี้มาสร้างกรรมสร้างเวรด้วยกันทั้งนั้น คือ ตัวเรามีอยู่ทุกอย่าง กายกรรม วาจากรรม มโนกรรม มีหมด ทำอะไรทุกสิ่งทุกอย่างเป็นบุญและเป็นบาปเป็นกรรมเป็นเวรได้ทั้งนั้น มันเป็นของมีอยู่ในโลก ทำไม่หมดสักที ที่จะหมดได้ก็เพราะเราทำดีทำดีแล้วมันจึงค่อยพ้นเสียจากกรรมอันนั้น พระพุทธเจ้าทรงเทศนา ให้ละบาปละบุญ แล้วจึงเข้าถึงพระนิพพาน เมื่อมันยังมีบาปมีบุญอยู่ ยังไม่ถึงพระนิพพาน จึงว่าเราเกิดขึ้นมาต้องทำกรรมทั้งชั่วและดี ทำดีเรียกว่า กรรมดี ทำชั่วเรียกว่า กรรมชั่ว กรรมดี นั้นเบาบางลงไปไม่หนักหนา กรรมชั่วนั้นเป็นอันหนักที่สุด เมื่อเรารู้จัก กรรมดี และกรรมชั่วแล้ว เราละกรรมดีกรรมชั่ว แล้วหมดเรื่องกัน

ถ้าหากความทุกข์ไม่ถึงที่สุด คนเราไม่พิจารณาเรื่องของตัวเองหรือ เพราะมันเป็นทุกข์ในตัวของเรา มีอยู่ตลอดเวลา เห็นได้บ้างทีละเล็กทีละน้อย ครั้นทุกข์ถึงที่สุดแล้ว ไม่มีที่พึ่งแล้วคราวนี้ สมมติว่าจวนจะตายเต็มทีแล้วจะพึ่งอะไร? พึ่งที่ไหนก็ไม่ได้ ต้องพึ่งสติควบคุมจิตอันเดียว ที่เราเคยควบคุมมาแล้ว

ครั้นสติควบคุมจิตไว้ไม่ให้หวั่นไหวไปตามอารมณ์ ไม่ให้หวั่นไหวไปตามทุกขเวทนา  
ไม่ส่งสายไปตามอารมณ์ ไม่ส่งสายไปตามเวทนา มันก็หมดเรื่อง นั่นแหละถึงที่สุด ความ  
ตายเป็นเครื่องพิจารณาถึงที่สุดแล้ว ให้พิจารณาความตายจึงจะพ้นจากทุกข์ได้

เราเป็นผู้มีสติระมัดระวังสังวร  
ไม่ให้คิดชั่ว ไม่ให้คิดผิด ไม่ให้ส่งสาย  
ตั้งใจระมัดระวังจิตใจของเรา  
อยู่เป็นปกติ  
อันนั้นจึงค่อยพ้นภัยอันตราย

ที่เราเป็นภิกษุ สามเณร  
ให้รักษากฎของเราให้เต็มที่บริบูรณ์  
คือ รักษา กิจวัตร ข้อวัตร สิกขาบท  
วินัยข้อน้อยใหญ่ทั้งปวงหมด  
ให้เต็มเปี่ยมบริบูรณ์เสียก่อน

เป็นของเล็กน้อยหรือ  
หากมันสมบูรณ์บริบูรณ์ทุกสิ่ง  
เต็มเปี่ยมทุกประการแล้ว  
มันเป็นผลให้เกิดประโยชน์  
ทำความบริบูรณ์ให้ดีขึ้นมา

รักษากฎของเราให้เต็มที่บริบูรณ์

วันที่ ๖ ม.ค. ๒๕๒๘

นักปฏิบัติอย่าเพิ่งมุ่งหมายให้มันสูงเกินไป เรามุ่งหมายแต่เพียงว่าในธรรมวินัยที่เรา  
จะต้องปฏิบัติ จะต้องประพฤติ จะต้องให้อยู่ในขอบเขตในธรรมวินัยนี้เท่านั้นก็เพียงพอก่อน  
คือว่า ที่เราเป็นภิกษุ สามเณร ให้รักษากฎของเราให้เต็มเปี่ยมบริบูรณ์เสียก่อน อย่าไปมุ่ง

เกินไป เมื่ออันนี้เต็มเปี่ยมแล้ว ให้เกิดศรัทธาพอใจเลื่อมใส ยินดียิ่งในข้อวัตรปฏิบัติ ใน  
ความประพฤติของตนนั้น อยู่ในขอบเขตของธรรมวินัยนั้น เอาเท่านั้นเสียก่อน

อุบาสกอุบาสิกาที่เหมือนกันนั้นแหละ ครั้นหากว่าเขาปฏิบัติอยู่ในขอบเขตของอุบาสก  
อุบาสิกา ไม่เกินขอบเขต ไม่ล่วงเลยขอบเขต และไม่ลดหย่อนต่ำกว่าอุบาสกอุบาสิกา  
สมบูรณ์ในข้อวัตรปฏิบัติของอุบาสกอุบาสิกา นั่นก็เรียกว่าสมบูรณ์แล้ว

ธรรมวินัยอันนี้ อุบาสกอุบาสิกา ภิกษุสามเณร ต่างคนก็พากันรักษาหน้าที่ของตนให้  
สมบูรณ์บริบูรณ์ทุกประการ นี่ก็เรียกว่าบำรุงพระพุทธศาสนา เชิดชูพระพุทธศาสนาให้เจริญ  
งอกงามเพียงพอแล้ว อย่าไปมุ่งหมายเกินไป โดยเฉพาะภิกษุสามเณรเห็นว่า เป็นผู้ปฏิบัติ  
เคร่งครัดหรือสูงกว่าอุบาสกอุบาสิกา จะให้ดียิ่งขึ้นไป อันนั้นเป็นความเข้าใจผิด บางทีอุบาสก  
อุบาสิกาปฏิบัติสมบูรณ์บริบูรณ์ในหน้าที่ของตน มีความเชื่อมั่น อาจจะถึงความบริสุทธิ์หรือถึง  
มรรคผลนิพพานก่อนพระก็ได้ ถ้าพระเรายังย่อหย่อนก็อาจจะไม่ถึงเขาก็ได้

เหตุนี้จึงว่า ถ้าหากว่ามุ่งหมายปรารถนาเกินขอบเขต แต่ว่าเราไม่รักษาความดีความ  
งาม ไม่รักษาศรัทธาความเชื่อมั่นของตนให้เต็มสมบูรณ์บริบูรณ์ เมื่อปรารถนาเช่นนั้น มัน  
เกินขอบเขตไป มันจึงได้ชื่อว่า รักษาฐานะของตนไว้ไม่ได้ เมื่อรักษาฐานะของตนไว้ไม่ได้  
แล้ว คราวนี้พิจารณาไป ทำไปก็เลยย่อหย่อนทอดลอย ไม่เห็นคุณงามความดีของตน ก็เลย  
ทอดลอยย่อหย่อน ก็เลยเสื่อมศรัทธา เลยไม่เป็นผลเป็นประโยชน์

ถ้าหากว่ารักษาศรัทธาของตนให้แน่นแฟ้นเต็มที่ เต็มเปี่ยมอยู่เมื่อใดแล้ว อันของเล็กๆ  
น้อยๆ ที่ว่าเราปฏิบัติกันนั้นแหละ เป็นของเล็กๆ น้อยๆ หรอก หากมันสมบูรณ์บริบูรณ์ทุกสิ่ง  
ทุกประการ เต็มเปี่ยมทุกประการแล้ว มันเป็นผลให้เกิดประโยชน์ ทำความบริบูรณ์ให้ดี  
ขึ้นมา

อย่างสมมติว่า เราทำกิจวัตรเล็กๆ น้อยๆ เราปฏิบัติเล็กๆ น้อยๆ นี้ ไม่เชื่อ ไม่เลื่อมใส  
ไม่พอใจ ไม่ยินดีมันก็เลยไร้ประโยชน์ ครั้นพอใจเลื่อมใสยินดีแล้ว เต็มเปี่ยมบริบูรณ์ในใจ  
ของตน กิจวัตรอันที่ตนทำเห็นว่าเป็นกิจของตนในพุทธศาสนา เห็นว่าเราบวชในพุทธศาสนา  
เป็นหน้าที่ของตนที่จะต้องทำ พอใจอímใจ เลื่อมใสเต็มใจอย่างยิ่ง อันนั้นกลายเป็น  
ผลประโยชน์ยิ่งใหญ่ สามารถที่จะทำใจของตนให้บริสุทธิ์เต็มเปี่ยมได้

พุทธศาสนาที่สอนกิจวัตรข้อวัตรเล็ก ๆ น้อย ๆ ล้วนแล้วแต่เป็นของมีประโยชน์ทั้งนั้น  
อย่างว่า ฉันทอาหารอย่างนี้ พระพุทธเจ้าสอนให้พิจารณาปฏิสังขยาโยๆ ก็ดี พิจารณาตาปัจจ  
ยงๆ ก็ดี ให้เห็นเป็นสักแต่ว่า ธาตุ เป็นต้น ที่คนเห็นว่าสักแต่ว่า ธาตุ อันนั้นไม่ใช่ของ  
ง่าย ๆ ของคตินี้แหละ แต่มันไม่เห็นเป็น ธาตุ เราบริโภคอาหารเป็นสักแต่ว่า ธาตุ เพื่อ  
บำรุงเลี้ยงร่างกาย ไม่ใช่รับประทานอาหารเพื่อให้ฟุ้งเพื่อ เพื่อบำรุงร่างกายให้สมบูรณ์บริบูรณ์  
เรารับประทานเพียงแต่ว่ารักษาธาตุให้มันคง เพื่อรักษาพุทธศาสนาไว้ ปฏิบัติศาสนาให้มันคง  
ก็เพียงพอแล้ว

มันจะดีวิเศษอะไรของธาตุ ๆ? เป็นสักแต่ว่าธาตุนั่น ไม่ใช่ของคนไม่ใช่ของตัว  
ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลอะไรหมด เป็นสักแต่ว่าธาตุ ที่มันเห็นสักแต่ว่าธาตุทั้งหมดนั้น มัน  
เป็นของดีวิเศษ มันสามารถที่จะหลุดพ้นจากความมัวเมาหลงไหลในอาหารนั้นได้ มันเป็นของ  
สูง เท่านั้นก็ดีแล้ว ไม่ต้องเอามรรคผลนิพพานอื่นไกลหรอก นี่แหละเป็นมรรคผลนิพพาน

อันนี้แหละให้ถึงมรรคผลนิพพาน ถึงเพราะเรื่องอันนี้แหละ พิจารณาให้มันถึงมันก็ถึงนะ  
ซี ถ้าพิจารณาไม่ถึงมันก็ไม่ถึงซักที เอาอันใดมาพิจารณามันก็ไม่ได้ ถ้ามันถึงแล้วอันใดมันก็  
ถึงหมด จึงว่าไม่ใช่ของหยาบ อันเดียวกันนั้นแหละของหยาบของละเอียด ถ้าปฏิบัติถูกแล้ว  
มันเป็นของละเอียดหมด ปฏิบัติไม่ถูกเลยกลายเป็นของหยาบ เลยเสื่อมสูญหมด ของดี ๆ ก็  
เลยเสื่อมสูญหมด ไม่เป็นผลประโยชน์แก่ตนเลย เราปฏิบัติพุทธศาสนามันต้องรู้จักการปฏิบัติ  
อย่างนี้ ให้รักษาไว้อย่างนี้มันจึงจะมันคง

ในธรรมวินัยอันนี้

ภิกษุ สามเณร อุบาสก

ต่างก็พากันรักษาหน้าที่ของตน

ให้สมบูรณ์ บริบูรณ์ทุกประการ

นี่ก็เรียกว่า บำรุงพุทธศาสนา

เชิดชูพระพุทธศาสนา ให้เจริญงอกงาม

เพียงพอแล้ว

อย่าเพิ่งมุ่งหมายเกินไป

## จับจุดในพุทธศาสนาให้ได้

วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๖๘

จงจับจุดให้ได้

จุดในพุทธศาสนานั้น

คือ ตัวจิต

คิดดี คิดชั่ว คิดหยาบ คิดละเอียด

ก็จิตตัวนี้

ครั้นหากไม่คิด มันก็หมดเรื่อง

ต่อไปนี้จงพากันตั้งใจฟังอุบาย การที่มาบวชร่วมในพุทธศาสนาด้วยกัน จงทำความเข้าใจ สำเนียงไว้ในใจ ด้วยประการอย่างนี้ คือว่า เราจะทำความรู้สึกในใจอยู่เสมอว่า พุทธศาสนาเป็นของที่เราจะต้องศึกษาอบรมให้เข้าใจ ศาสนาเป็นของกว้างขวาง ถ้าหากจับจุดไม่ได้ ก็จะเลอะเทอะเหลวไหลหมด เพราะศาสนามีหลายแง่หลายมุมที่จะต้องให้ถึงความจริง ถ้าหากว่าจับจุดได้แล้วนั้น ก็ไม่มีมากมายหลายอย่าง อย่างท่านสอนไว้ในโอวาทปาฏิโมกข์ว่า :

สพฺพปาปสฺส อภินิหารํ กุสลสฺสูปสมฺปทา

สจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธานสาสนํ

การชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้วเท่านั้นก็เป็นพอแล้ว เป็นศาสนาแล้ว

ถ้าหากว่าจับจุดไม่ได้ ไปมัวแต่มองอยู่ จับโน่นหยิบนี้ เลยไม่ถูกจุดสักที ก็เลยเป็นของกว้างขวาง เหตุนี้จึงจับจุดให้ได้ จุดในพุทธศาสนานั้นไม่มีอะไรหรอก คือ ตัวจิต ท่านว่า :

เอตํ พุทฺธานสาสนํ จิตฺตํเดียวเท่านั้นแหละเป็นศาสนา จิตเศร้าหมองจิตผ่องใส ก็จิตนี้ จิตมัวหมองหรือกิเลสก็จิตอันนี้ จิตผ่องใสหรือกิเลสก็ตัวเดียวตัวนี้ ไม่ต้องมีหลายอย่างที่หลายอย่างหลายประการนั้น คือ ต้องการอยากจะทำให้เห็นหลายแง่หลายมุมของจิต พุดมากไปก็หลายอย่างหลายเรื่อง ความเป็นจริงนั้น หากว่าจับจุดอันหนึ่งได้แล้วนั้น ไม่มีมากมาย

อะไร จิตตัวเดียวเท่านั้นแหละ คิดดี คิดชั่ว คิดหยาบ คิดละเอียด ก็จิตตัวนี้แหละ ครั้น  
หากไม่คิดมันก็หมดเรื่อง อันการที่จะไม่ให้คิดนั้น ก็จับจุดตรงนั้นนะ ที่จะไม่ให้คิดนั้น  
แหละมันจึงหมดเรื่อง ถ้าคิดมันก็หลายเรื่องหลายอย่าง ไม่มีที่สิ้นสุด

เพราะฉะนั้น การปฏิบัติศาสนาของเราทั้งหลาย อย่าไปค้นคว้ามากมายนัก ไม่มีที่  
สิ้นสุดหรอก ค้นไปเท่าไรก็ไม่มีการสิ้นสุด จับจุดไม่ถูกแล้ว ก็ไม่มีที่สิ้นสุดทั้งนั้น อย่าง  
พระพุทธเจ้าทรงสอนสาวกทั้งหลาย สอนมากมายก็จริง แต่ท่านก็ไม่ทรงทิ้ง หลัก คือ ตัวจิต  
ตัวเดียว ตัวจิตนั้นนะของสำคัญ ถ้าจิตไม่คิดไม่นึกก็หมดเรื่อง จิตคิดนึกมากมายหลายอย่าง  
นั้นเป็นอาการของจิต เมื่อจิตไม่คิดไม่นึก จิตอยู่แต่ที่เดียว เห็นตัวจิตของตนแล้ว ก็อยู่เท่านั้น  
ที่คิดนึกอันนั้นเป็นอาการของจิตต่างหาก ท่านพูดถึงอาการของจิตไม่มีที่สิ้นสุด

พระพุทธเจ้าทรงเทศนามากมายหลายอย่างกว้างขวาง เพื่อให้มองเห็น ตัวจิต ตัวเดียว  
ที่อธิบายมากมายถ้าหากผู้ไม่เข้าใจจับจิตไม่ถูก มันก็ไปมั่วแต่หลงตามโวหารคำพูด ถ้าหาก  
ว่า จับจิต ตัวเดียวได้แล้ว ถูกธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ถูกหมด ที่จิตมีหลายอย่างจิต  
เป็นหลายอย่างนั้นเป็นอาการของจิต ไม่ใช่ตัวใจ ตัวใจเท่านั้นอันเดียว ส่วนจิตนั้นมีหลาย  
อย่าง อธิบายกว้างขวางสักเท่าไรไม่มีที่สิ้นสุด ครั้นถ้าหากว่าท่านผู้ถึงที่สุดแล้วนั้นอธิบายถึง  
เรื่องจิตมากมาย ไล่ตามอาการของ จิต แล้วรวมเข้ามาเป็น ใจ เข้ามาถึง ใจ อันเดียว  
ใจ เป็นของมีอันเดียว จิตนั้นมีหลายอย่าง อาการต่างๆ ของใจ จึงเรียกว่าจิต

แต่ท่านก็พูดว่า จิต กับ ใจ ก็อันเดียวกันนั้นแหละ จิตอันใดใจอันนั้น ครั้นถ้า  
หากจับจิตไม่ได้จับใจไม่ถูกแล้ว ก็หลงโลกอยู่นั้นแหละ ไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าจับจิตได้แล้ว  
เห็นเลย โอ้!...อันนั้นมันอาการของจิต คิดนึกปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง ร้อยแปดพันประการ  
ที่อธิบายมากมายนั้น เป็นเรื่องอาการของจิตทั้งหมด ถ้าเข้าถึงใจแล้ว ไม่มีอะไร นิ่งเฉยเลย

การนิ่งเฉยมันจะได้รู้อะไร? รู้หรือไม่รู้ก็เอาไว้เสียก่อน อันความที่มันนิ่งเฉยนั้นนะ  
ให้มันรู้ความนิ่งเฉยเสียก่อน อาการของจิตมันมากมายหลายเรื่องหลายอย่าง แต่อาการของ  
ใจ มีอันเดียว อาการของ จิต ถ้ารวมเข้ามาแล้ว เป็นอาการของ ใจ ดังที่ท่านพูดถึงเรื่อง  
มัคคสมังคี ที่ผู้สำเร็จมรรคผลนิพพานแล้วรวมเป็นหนึ่งนั้นแหละเข้าถึง ใจ แล้วนั้น

ถ้าหากอยากรู้จักตัวใจมันเป็นอย่างไรกัน? ให้อนุমানเอาโดยพิจารณาอย่างนี้ก็แล้วกัน  
เราอยู่เฉย ๆ นี่แหละ ทดลองกำลังใจของเราลองดู กลั่นลมหายใจสักพักหนึ่ง เอาเดี๋ยวนี้ก็

ได้ ไม่ต้องเอาไกลหรอก เอาเดี๋ยวนี้แหละ สักพักหนึ่งลองดู ช่วงเวลาที่คลื่นลมหายใจนั้น มันมีอะไรอยู่ในที่นั้น บอกว่าไม่มีเลยแต่ว่า รู้ว่าไม่มี เพียงแต่รู้ไม่มีอะไรเลย ๆ นั่นแหละ **ตัวใจ** **ตัวใจแท้**ที่เดิวนั้นเห็นตัวเดิม**ตัวใจแท้**เสียก่อน แล้วจึงค่อยไปพิจารณาถึง**จิต** ที่มันคิดกว้างขวางมากมาย ให้เข้าถึงใจอยู่เสมอ ๆ มันจึงมีที่สิ้นสุด พุทธศาสนานะสอนมีที่สิ้นสุด ไม่เหมือนวิชาในทางโลก ทางโลกเขาสอนไปเถิด สอนไปเท่าไรก็ไม่มีที่สิ้นสุด

พุทธศาสนาสอนรวมลงมาถึง**ใจ** **มะโน** ท่านเรียกว่า**ใจ** **จิต**มันออกไปจาก**ใจ** ถ้าเป็นอาการเรียกว่า**จิต** ถ้าเข้ามาเป็นอาการหนึ่ง เรียกว่า**ใจ** มันเทียบกันได้กับว่า เข้ามารวมเป็น**สมังคี** แต่ว่าตอนเป็น**ใจ**นั้นไม่ถึง**สมังคี**แท้ แต่อาการของ **สมังคี** มันต้องเข้ามาตรงนั้น เข้ามาถึง**ใจ**ตรงนั้นแหละ ที่จะรู้จริงเห็นจริงทุกสิ่งทุกประการ มันก็รู้ไปจาก **ใจ** อันนี้แหละ มันลบล้างเสียก่อนทุกสิ่งทุกประการนั้น คืออาการของ**จิต**ลบหมด แล้วเข้าถึง **ใจ** จึงค่อยเห็นของจริง

เรื่องของโลกมันเป็นเรื่องของ**จิต** ไม่มีที่สิ้นสุด ไม่เห็น**ใจ**สักที มันก็ปล่อยหลงระเรีงไปทั่วทุกสิ่ง เพลิดเพลินไปทุกประการ เหตุนั้นมรรคก็ดี ผลก็ดี นิพพานก็ดี มันค่อยรวมลงมาเป็นหนึ่ง **มัคคสมังคี**คือ รวมมาเป็นหนึ่ง **เอกายโน** **อภัย มกุโธ** ท่านบอกว่า มรรคมีอันเดียว ไม่หลายอย่าง มันรวมเข้ามาเป็นอันเดียว ไม่คิดนึกส่งสายไปหาสิ่งภายนอก รวมลงเป็นอันเดียว จึงเรียกว่า **มัคคสมังคี** ที่จะสำเร็จมรรคผลนิพพาน ต้องลงถึง **มัคคสมังคี** **มัคคสมังคี** นี้แต่ละมรรคเป็นหนเดียวแล้วไม่ได้เป็นอีก นั่นแหละจึงถึงที่สุด

การเข้ามาปฏิบัติศาสนาให้เข้าถึงตรงนั้นแหละ ถ้าเข้าไม่ถึงก่อน โลมเอาเสียก่อน ทำให้มันถึง **ใจ** คือ ให้เห็น**ใจ** อาการของ**จิต**อย่าไปตามมัน ตามมันไปไม่มีประโยชน์อะไรหรอก อาการของ**จิต**คิดนึกส่งสายสารพัดทุกอย่างทุกประการ เมื่อรู้**ใจ**แล้วนั้น หากว่ามันคิดนึกส่งสายไป อาการของ**จิต**มันก็ไปตามเรื่องของ**จิต** แต่**ใจ**นั้นอยู่คงที่ **รวมจิต**เข้ามาถึง**ใจ**ได้ จึงมีที่สิ้นสุด

พุทธศาสนานั้นไม่เหมือนคำสอนของนักปราชญ์ทั้งหลาย พุทธศาสนาสอนถึงที่สุด คือเข้าถึง**ใจ** ศาสนาอื่นก็ดี หรือวิชาอื่นก็ดี สอนไปไม่มีที่สิ้นสุด หาหลักฐานไม่ได้ เอาละเท่านั้นละ

รวมจิตเข้ามาถึง**ใจ**ได้



จึงมีที่สิ้นสุด

## ปรารภตน

วันที่ ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๘

นักปฏิบัติต้องปรารภตนเป็นใหญ่

ให้พิจารณาเรื่องของตนเอง

จะเห็นสิ่งแวดล้อมทั้งหมด

ที่มันออกจากตน

ทุกสิ่งทุกอย่างมันออกจากตนทั้งนั้น

นักปฏิบัติต้องปรารภตนเป็นใหญ่ หากเราปรารภตนแล้ว จะเห็นสิ่งแวดล้อมทั้งหมดที่มันออกจากตน ทุกสิ่งทุกอย่างมันออกจากตนทั้งนั้น ทางกาย เรียกว่า ตน ทั้งภายนอก ภายใน ท่านจึงให้พิจารณา เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ เป็นอาทิ ปัญจกัมมัฏฐานเป็นที่ตั้งของกัมมัฏฐานทั้งปวงหมด เป็นมูลกัมมัฏฐาน

แต่เบื้องต้นบวชมาก็เอา กัมมัฏฐานห้า นี้แหละเป็นต้นเหตุเสียก่อน ให้พิจารณาหมู่นี้แหละ ไม่ต้องเอาอื่นไกล พิจารณาในตัวเรา สิ่งแวดล้อมที่ออกจากตัวของเรา ถ้าหากเราปักหลักตั้งมั่นอยู่ในที่นี้แล้วเห็นชัดเจน อย่างเราพิจารณา ขน ผม เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก อย่างนี้ ครั้นเห็นกายของเราชัดเจนแจ่มแจ้งลงแล้ว กายของคนอื่นก็มีเช่นเดียวกัน เห็นด้วย อสุภะ ปฏิกูลก็ดี เห็นด้วย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาก็ดี จะเห็นด้วยวิธีไหน ๆ ก็เอาเถอะ เห็นตัวของเราแล้วคนอื่นก็เห็นเหมือนกันหมด

เห็นในที่นี้ไม่ได้เห็นด้วยทัศนะ คือ ความเห็น เห็นด้วยใจจริง ๆ ทัศนะ คือ ความเห็นนั้นเห็นด้วยตา เห็นด้วยใจนั้นเห็นด้วยความรู้ความเข้าใจ เห็นด้วย ญาณ เห็นภายนอกแล้วก็เห็นภายในใจจึงว่า ญาณทัศนะ ทั้งรู้ทั้งเห็น เห็นเช่นไรรู้ก็เป็นเช่นนั้น ความรู้เช่นนั้นเป็นจริงทุกอย่าง อย่างที่ท่านให้พิจารณา อสุภะ กายคตาสติ อย่างนี้ ก็อสุภะนั้นแหละไม่ใช่อื่นไกล อย่างเห็น ผม เห็นเป็นอสุภะปฏิกูล จริง ๆ จัง ๆ เกิดจากของโสโครก บุพโพ โลหิต เป็นที่ตั้งของเส้นผมเส้นขน ให้พิจารณาเห็นอสุภะของไม่งาม หรือ

พิจารณาหนังอย่างนี้เป็นต้น เป็นของปฏิภูมิจริง ๆ จัง ๆ ประกอบด้วยความเปื่อยเน่า ไม่ใช่เห็นด้วยปฏิภาค

เห็นด้วย ปฏิภาค นั้นอีกอย่างหนึ่ง อย่างพิจารณากายเป็นของเปื่อยเน่า เกิดเห็นวูบวาบขึ้นมาเป็นของปฏิภูมิตัวโครกทั้งหมด นั้นเห็นเป็นชั่วครั้งชั่วคราว เห็นอสุภะอันนั้นเรียกว่า ปฏิภาค เกิดเป็นครั้งคราว

ส่วนเห็นจริง ๆ จัง ๆ นั้น เห็นด้วยใจของตนจริงๆ เป็นของเปื่อยเน่า ปฏิภูมิตัวโครกจริงๆ ต้องอาบน้ำชำระทุกวี่ทุกวัน เปื่อยเน่าปฏิภูมิตัวโครกเห็นชัดด้วยตนเอง อย่างนี้เป็นต้น สิ่งอื่นที่ปวงหมดก็เห็นเช่นเดียวกัน ตลอดถึง น้ำดี น้ำเสลด น้ำเลือด น้ำหนอง ไปอันเดียวกันหมด คนเราต้องการอยากให้เห็น แต่ให้มันเห็นเป็นอสุภะจึงจะชัดเจน เห็นเป็นอสุภะที่เป็น ปฏิภาค นั้นมันเกินไป ฟังให้เป็นอสุภะมันก็เป็นอสุภะนะสิ ฟังให้เปื่อยเน่ามันก็เปื่อยเน่านะสิ

ส่วนอันนี้ไม่ได้ฟังให้เปื่อยเน่าอย่างนั้น ให้เห็นชัดตามเป็นจริง เมื่อเห็นตามเป็นจริงอย่างนี้แล้ว เห็นทุกวี่ทุกวัน เห็นทุกเมื่อทุกยาม เห็นคนอื่นก็เหมือนกับเห็นเรา ปฏิภูมิตัวโครกเช่นเดียวกับเรา ชัดเจนแจ่มแจ้ง จึงเป็นเหตุให้เบื่อหน่ายสลดสังเวชทุกวี่ทุกวัน เห็นอย่างนี้เรียกว่าเห็นชัดตามเป็นจริง ไม่ใช่เห็นอสุภะอย่างที่เกิด ปฏิภาค ที่ว่านั้น

มันเข้ากับหลักที่ว่า ยถาภูตํ ญาณทสฺสนํ มันเป็นจริงอย่างไร เห็นตามเป็นจริงอย่างนั้น อันนี้เรียกว่าเห็นตามเป็นจริง

พระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนา ยถาภูตํ ญาณทสฺสนํ เห็นตามเป็นจริง จึงเรียกว่าเห็นแจ้ง เห็นจริง เห็น ปฏิภาค นั้น เห็นจริงหรือเห็นแจ้งเห็นจริง ๆ แต่มันเป็นเกินเลยไป มันเลยเถิดไป บางทีจนเป็นเหตุให้สลดสังเวชเบื่อหน่ายเกลียดชัง เกิดวิปริตเกิดวิปลาสไปก็ได้ อันเห็นอย่างที่ว่านี้ เห็นชัดตามเป็นจริงไม่เกิดเบื่อหน่ายจนเกินขอบเขต เพราะเหตุที่มันมีอยู่ในตัวของเรา จะไปไหนก็ไม่พ้น เราต้องชำระสะสางมันทุกวี่ทุกวัน อันนี้แหละ พิจารณาตัวของเราอย่างนี้แหละ ไม่มีที่สิ้นสุด พิจารณาอยู่ทุกเมื่อทุกยาม ยังมีชีวิตอยู่ตราบใจ ก็ต้องพิจารณาอยู่รำไป เบื่อหน่าย ก็เบื่อหน่าย สลดสังเวชก็สลดสังเวช แต่ไม่ทราบจะไปทิ้งให้ใคร เราพิจารณาอยู่อย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด ตลอดชีวิตก็ยังพิจารณาอยู่อย่างนั้นรำไป นี่พิจารณาถึงเรื่องกายของเราให้เห็นเป็นอย่างนี้แหละ

มาพิจารณาถึงเรื่องจิตคราวนี้ ก็พิจารณาภายในแหละ จึงค่อยเห็นจิต เราเห็นเช่นนั้นแล้ว จิตเราเป็นอย่างไรคราวนี้ เราจะเกลียดไหม? เราเบื่อหน่ายไหม? เราพอใจยินดีหรือไม่พอใจยินดีกับมันไหม? เห็นจิตของตนชัดแล้วคราวนี้ ถ้าพิจารณาภายในแล้วเห็นจิตเลย คือ ผู้พิจารณาภายใน ก็จิตนั้นแหละเป็นผู้พิจารณาไม่ได้เอาอันอื่นมาพิจารณา จิต เรายินดีหรือยินร้าย เราชอบใจหรือไม่ชอบใจ เห็นด้วยจิตจริงๆ เห็นด้วยใจ ของตนจริงๆ ครั้นเห็นจิตแล้ว คราวนี้ยินดีก็ดี ยินร้ายก็ดี พอใจไม่พอใจก็ดี ของคนอื่นก็เช่นเดียวกันกับเรา พอเห็นของเราแล้ว เห็นคนอื่นชัดทีเดียวคราวนี้

ครั้นหากว่ายินดีพอใจแล้ว มันแสดงอาการแล้วคราวนี้ ยินดีก็พอใจ แล้วก็เพลิดเพลินพอใจเพลิดเพลินยินดี มันเกิดความยินดี ยินร้ายก็ไม่พอใจ อาการที่ยินดียินร้ายพอใจไม่พอใจนี้แหละ มันแสดงออกมาภายนอก สอดแสดงถึงกิเลสกองใหญ่ทีเดียวนั้น อย่างที่เราเห็นรูปอย่างนี้ ครั้นถ้าหากว่าจิตมัน ฟุ้งเห็นรูปมันชัด มันไม่เกิดอสุภะปฏิบัติ มันพอใจจะคราวนี้ อยากเห็น อยากดู อยากชม จิตพอใจแล้ว มันแหละมันจะแสดงอาการกิริยาต่างๆ ภายนอกให้เห็นชัดเลย คนอื่นเห็นชัดทีเดียว ตัวของเราไม่เห็นตัวของเราหรอก

การแสดงให้คนอื่นเห็นชัด เป็นของน่าเกลียดทีเดียว แสดงความเพลิดเพลินยินดีพอใจ มันให้มีอาการกิริยา ปฏิบัติเกิดขึ้นมาเลย เป็นเหตุให้คนอื่นเขาได้เห็นชัด เจ้ามองเห็นเลย ถ้าไม่พอใจ เบื่อหน่ายหรือเกลียดชังอันนั้นก็แสดงชัดขึ้นมาภายนอกอีกนั่นแหละ จึงว่าให้ระวังตอนนี้ให้มาก อย่าให้คนอื่นมองเห็นได้

อันที่จะรักษาอาการที่พอใจไม่พอใจ รักษาอาการอันนี้ให้อยู่สภาพคงที่นั่นยากที่สุด ถ้ารักษาได้ตอนนี้ก็นับว่าวิเศษทีเดียวละ วิเศษของพระ วิเศษของคนทีเดียว รักษาการียมารยาทให้มันสม่ำเสมอ เป็นของวิเศษมาก อย่างทางภาคอีสานท่านพูดว่า “เหมือนกับขวานตากไม้” ธรรมดาขวานตากไม้นั้น ตากไม้ให้เกลี้ยง ให้เรียบร้อยไปได้สม่ำเสมอดีมาก แต่ว่าขวานไม่ได้ตากตัวขวานเองหรอกนะ มันตากแต่คนอื่นหรอก “สับไม้เหลียวหลาก ขวานตาก บ่มีหอน” ตากแต่คนอื่น ตัวเองไม่ตาก นั่นแหละมันแสดงกิริยาอาการอย่างนั้น ก็จะเห็นมิใช่หรือขวานตากไม้ มันตากไม้แต่ขวานไม่ตากตัวขวานเอง

เราแสดงอาการให้มันสม่ำเสมอ ดีมากตรงนี้ ถึงว่ามันมียินดียินร้ายพอใจไม่พอใจ ก็ช่างมันเสียก่อน มันยังไม่ทันหมดกิเลส ตรงนั้นเอาไว้เสียก่อน แต่ว่ารักษามารยาทอันนั้นให้

มันสม่ำเสมอ ป้องกันไว้เสียก่อน อย่าให้มันแสดงออกมาภายนอก ก็เลสนั้นดูไม่ยากหรอก  
ดูได้ง่ายๆ ครั้นเราพิจารณากายของเรา ดูได้ง่ายเห็นตัวของเราทีเดียว ครั้นถ้าไม่พิจารณาเห็น  
ตัวของเราแล้ว หลุดออกไปปรากฏให้คนอื่นเห็นได้ แต่ตัวของเราไม่เห็น โดยเฉพาะหมู่เพื่อน  
และคนใกล้ชิด อยู่กับพวกเป็นหมู่คณะกันแบบนี้ แสดงกิริยาอาการอะไรเห็นกันโตั้ง ๆ เลย

แต่ว่าคนที่เห็นนั้นนะ ก็ให้ระวังอีกทีหนึ่ง ครั้นเห็นแล้วก็ให้ระวังตัวของเรา อย่าได้  
แสดงอาการกิริยาให้ปรากฏขึ้นมา อันเรื่องของคนนั้นก็เป็นเรื่องของคนนั้น เรื่องของเราก็อีก  
เรื่องหนึ่งต่างหาก ให้พิจารณาเรื่องของตนเอง

ผู้พิจารณาตนเองอยู่มัธยัสถ์อย่างนี้ สงบเรียบร้อยดีมาก อยู่กับหมู่เพื่อนก็สบาย หมู่  
เพื่อนอยู่ด้วยก็สบาย สบายทั้งตนเองและคนอื่น เราหาความสบายในธรรมวินัย ต้อง  
พิจารณาตรงนี้จึงได้ความสบาย ครั้นพิจารณาตรงนี้ไม่เห็นแล้ว มันมีอยู่นั้นแหละ เรื่อง  
เสียนหนามมันปรากฏขึ้นมาในใจ ด้วยประการต่าง ๆ อย่างที่ว่ามานี้

อันที่จะรักษาภิรยาอาการ  
ที่พอใจ ไม่พอใจ  
ให้อยู่สภาพคงที่นั่น ยากที่สุด  
ถ้ารักษาได้ก็นับว่าวิเศษทีเดียว

### กายกับใจ

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๘

เราเกิดมาเป็นคน  
ก็พิจารณาถึงเรื่องคน  
“ชาตुरू” มันอยู่ในตัวคนนั้นแหละ  
ครั้นลงถึง “ชาตुरू” แล้ว  
มีที่สุดเพียงแค่นั้น

พุทธศาสนาคือ คำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าพูดถึงเรื่องใกล้ ๆ ก็เป็นของใกล้ ถ้าพูดถึงเรื่องไกลก็เป็นของไกล ว่าถึงเรื่องใกล้ ๆ ก็คือของที่มีในตัว พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติลงในที่นี้ มีคนมีมนุษย์จึงค่อยทรงตั้งพุทธศาสนาลง พวกไม่มีตัวไม่มีตน มีแต่จิต พระองค์ไม่ทรงตั้งศาสนา อย่างพวกเทพกายต่างๆ พวกอินทร์พวกพรหม ท่านก็ไม่ได้ทรงตั้งศาสนาไว้ หรือพวกอภิสมาณกาย อย่างพวกเปรตพวกผี ท่านก็ไม่ได้ทรงตั้งศาสนาไว้ พระองค์ทรงตั้งศาสนาบัญญัติลงเฉพาะบุคคลแต่ละคน ๆ นี้ เรียกว่าต้นตอของพระพุทธศาสนาอยู่ที่นี้ทีเดียว ไม่ได้มีที่อื่น

ถ้าหากคนใดปฏิบัติศาสนาในที่นี้ ศาสนาก็เจริญขึ้นในตัวของตน ถ้าไม่ปฏิบัติมันก็ไม่เจริญขึ้นในตัว พระพุทธเจ้าทรงเทศน์เฉพาะตัวของคน ไม่ได้เทศน์มาก ที่มากมายหลวงหลาย ทุกส่วนนั้นก็ล้วนแล้วแต่ปรุงแต่งไปจากนี้ทั้งนั้นแหละ มาปรุงแต่งกาย มาปรุงแต่ง**ขันธ**ห้า คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณในตัวของเราทั้งหลาย ให้กว้างขวางต่อไป ถ้ามีขันธห้าแล้วมันก็ต้องกว้างขวางเป็นธรรมดา กว้างหรือไม่กว้างก็ครอบคลุมทั้งโลกละ ขันธห้าไม่ใช่ของน้อย ๆ ที่ท่านบัญญัติลงในขันธห้านั้นก็กว้างไปอย่างนั้นแหละ ขันธห้ากว้างไปทั้งโลก ถ้าหากว่าโดยเฉพาะแล้ว เอาแต่ใจอันเดียวแล้ว ก็เลยไม่กว้าง

การพิจารณาถึงเรื่องขันธห้า อย่าไปพิจารณามากมาย พิจารณาธรรมทั้งหลาย ก็อย่าไปพิจารณากว้างขวาง พิจารณาเฉพาะอันเดียวนี้แหละ มันหากกว้างขวางเองหรือ เราพิจารณา กาย เวทนา จิต ลงในที่นี้ พิจารณา **จิต** อย่างเดียว แล้วก็แคบเข้ามา พิจารณา **กาย** ก็กว้างออกไป พิจารณาจิตนั้นแหละมันจะแคบลงมา คือ ละส่วนภายนอก ได้แก่ กาย พิจารณาเฉพาะจิตเข้าไปภายใน อยู่ภายในแล้ว มันรวมลงมาภายใน เข้าถึงธรรมเลย พิจารณา **จิตอันเดียว** เข้าถึง **ธรรม** เลย

แต่ว่าเมื่อเข้าถึง**ธรรม**แล้วนั้น เราจะเอาจิตมาผูกมันก็ยากอยู่ ยากที่คนจะเข้าใจ เหตุนั้นจึงต้องพิจารณาให้รู้ภายนอกภายใน เมื่อจะพูดให้คนฟัง เมื่อจะอธิบายให้คนเข้าใจ จึงต้องตั้ง **กายนี้**ลง แล้วพิจารณา **กาย** กับ **ใจ** นี้ ให้ไปพร้อมๆ กัน คนฟังจึงเข้าใจง่าย ครั้นพิจารณาแต่ **ใจ**อย่างเดียว ลงถึงใจอันเดียวแล้ว เมื่อมันเกี่ยวข้องกับภายนอกเลยไม่รู้เรื่อง เหตุนั้นจึงว่าเราจะพิจารณาแต่ใจอันเดียวไม่ได้ ต้องพิจารณากายกับใจให้ควบคู่กันไป เพราะเหตุที่ว่ากายกับใจมันอยู่ด้วยกัน คนพิจารณาถึงเรื่องใจ พูดถึงเรื่องใจแล้ว คนทั้งหลายที่ไม่ใช่นักปฏิบัติแล้วไม่เข้าใจ

เหตุในวันนี้จะอธิบายถึงเรื่อง **กาย กับ ใจ** คือ เราพิจารณากายกับใจที่ตัวของเรานี้แหละ พิจารณาให้เข้าไปถึงกายกับใจจริงๆ อย่าให้ออกมาภายนอก พิจารณาถึงเรื่อง เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อย่างนี้เป็นต้น เกสา คือ ผม เรารู้เฉพาะที่ใจของเรา พิจารณาผมจนเข้าใจเฉพาะในใจของเราจริงๆ โลมา คือ ขนก็พิจารณาให้เห็นเฉพาะในใจของตนจริงๆ เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น ก็พิจารณาเห็นเฉพาะที่ใจนั้นแห่งเดียว พิจารณาอย่างนี้ตลอดหมด พิจารณาอาการ ๓๒ ก็ดี ให้เห็นเฉพาะในใจ หรือจะพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งก็ได้ ถ้าหากว่ามันชัดในใจของตนแล้ว ไม่ต้องพิจารณามาก พิจารณาอันเดียว ก็ลงได้เหมือนกัน

เมื่อพิจารณาอันเดียว เอาแต่ใจอันเดียวคราวนี้ลงถึงใจแล้วก็ทิ้งกายหมด พิจารณาเฉพาะใจอันเดียว เมื่อใจมันอยู่แล้ว คราวนี้เห็น ใจ กับ จิต มันคนละอันกัน อาการที่พิจารณานั้นเป็นเรื่องของจิต ครั้นลงถึงใจแล้วไม่มีอาการ ลงเป็นอันเดียวหมด คือ **ความรู้** ความรู้หรือธาตุก็ว่าได้ **ธาตุรู้** นี้ กินความกว้างขวางถึงสิ่งทั้งปวงหมดในโลกอันนี้

**ธาตุรู้** ตัวเดียวไม่เกี่ยวข้องถึงเรื่องภายนอก ธาตุรู้ตัวนั้นเป็น ผู้รู้ เท่านั้นล่ะพอ ถึงพระนิพพานนั้นก็เรียกว่าธาตุรู้ ถึงพระนิพพานก็เรียกนิพพานธาตุ มรรคผลนิพพานทั้งปวงหมดลงในธาตุรู้อันเดียว นั่นถึงว่าศาสนามีที่สุด พิจารณาไปเกิดพิจารณาไปเท่าไรก็เอาเถอะ ครั้นมันลงไป มันลงถึงธาตุรู้แล้ว มีที่สุดสุดเพียงแค่นั้นแหละ จะปฏิบัติเพียงแคไหนก็ตามเถอะ

จะปฏิบัติอย่างไรก็เอา อย่างศีล สมาธิ ปัญญา หรือปฏิบัติอย่างไรก็ลง**ธาตุรู้**อันเดียว **สมาธิ** ที่เรียกว่าสมาธิ คือจิตเป็นหนึ่ง จิตเป็นหนึ่งไม่มีสอง นั่นแหละเข้าถึง **ธาตุรู้** แล้วคราวนี้ หรือจะเรียกว่า **เอกัคคตาจิต** ก็เอา เรียก **อัปนาจิต** ก็ตาม เรียกอย่างไรก็ได้ แต่ธาตุอันนั้นไม่ได้เรียกตาม เพียงแต่เราเรียกสมมติบัญญัติให้เข้าใจกัน ธาตุรู้ นั้นเป็นอยู่อย่างนั้น ครั้นเข้าถึง **ธาตุรู้** ก็เข้าถึงที่แล้วนั้น เข้าถึงที่สุดแล้ว พุทธศาสนานี้ลงที่สุดเพียงแค่นั้น ใครจะปฏิบัติอย่างไรก็ปฏิบัติเถอะ ที่สุดคือ **ธาตุรู้** เท่านั้นแหละเป็นเพียงพอ

คราวนี้อันที่พูดออกไปมากมายหลวงหลาย ก็ขยายกว้างขวางออกไป จาก**ธาตุรู้**ทั้งนั้น เรียกว่า **ขันธ**, **อายตนะ**, **ธาตุ**, **อินทรีย์** ทั้งปวงหมด แยกออกไปจาก**ธาตุรู้**ทั้งนั้น ครั้นถึง**ธาตุรู้**แล้วก็กลับเข้ามาของเก่า **ธรรม**ทั้งหลายแปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ พอถึง**ธาตุรู้**ก็รวมเข้ามาเป็นอันหนึ่งเหมือนกัน

ธาตุรู้ นี้แหละ ให้มันเข้าถึงธาตุรู้บ่อยๆ ให้มันถึงอยู่เสมอๆ ครั้นเมื่อเรามีชีวิตอยู่เราก็ต้องไปตามจิต คือ มันปรุงแต่ง ตามสังขารต่างๆ ตามรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันปรุงแต่งไปสารพัดทุกอย่าง ปรุงแต่งไปแล้ว คราวนี้มันรวมเข้ามาถึงธาตุรู้หยุดอยู่ที่พักหนึ่งเสียก่อน ทำงานทำการต่างๆ ถ้าหากไม่มีพักผ่อน ก็ตายเท่านั้นคนเรา จิตใจก็เหมือนกันนั่นแหละ ถ้าไม่มี ธาตุรู้ ก็ไม่มีการพักผ่อน ไม่ถึง ธาตุรู้ ก็เป็นบ้าคนเรา

ต้องลงถึงธาตุรู้จึงจะถึงที่สุดของธรรมะ แต่ว่าอันที่ถึงที่สุดจริงๆ จังๆ มันหากมีความรู้ที่สุดของธรรมะจริงๆ จังๆ นั้น เป็นของใครของมันต่างหาก ใครจะมารู้มารู้น้อยเท่าใด ก็เป็นของใครของมันเฉพาะตัว

พิจารณาอาการออกมาภายนอกกว้างๆ ออกไปก็พิจารณาถึงกาย เราเกิดมาเป็นคน ก็พิจารณาถึงเรื่องคน พิจารณาถึงเรื่องความเกิด พิจารณาเห็นคน ธาตุรู้ มันอยู่ในตัวของคนนั่นแหละ คนเรามันเกิดขึ้นมา มันเป็นคนเป็นตัว มันจำเป็นต้องพิจารณาตัว คือ คน ของเรา คุณประโยชน์ของตัวของเรา คั้นคว้าพิจารณาให้เห็นคุณค่าประโยชน์อย่างยิ่ง มันก็เกิดจาก ธาตุรู้ รู้ได้ทุกสิ่งทุกอย่าง ครั้นถ้าไม่พิจารณาให้ถึงธาตุรู้ มันก็ไม่เห็นตัวของคนว่ามีคุณประโยชน์ คนเราเกิดขึ้นมานั้นมีคุณประโยชน์มากมาย อย่างเราจะได้บวชอันนี้ก็เพราะตัวคน คนเกิดขึ้นมาได้ชื่อว่าเป็นบุญเป็นคุณอย่างยิ่ง มาบวชในพุทธศาสนานี้ ก็เพราะมีคนมีตัวมีตนจึงค่อยได้มาบวช คุณค่ามหาศาลในตัวของเรา ทำอะไรได้หมดทุกสิ่งทุกอย่างจึงคิดถึงคุณของคนให้มันมาก ให้เห็นคุณค่าของคน

เราบวชในศาสนานี้ จะทรงไว้ซึ่งผ้าเหลืองก็เพราะมีตัวมีตน จะรักษาศีล สมาธิ ภาวนา ได้ก็เพราะมีตัวมีตน จะถึงมรรคผลนิพพาน ก็เพราะเราพิจารณาถึงธาตุรู้กับตัวของเรา จึงจะถึงมรรคผลนิพพานได้

เราพิจารณาถึงคุณค่าของคนอยู่เสมอๆ เป็นเครื่องอยู่ของธรรมะ เป็นเครื่องอยู่อันหนึ่ง ถ้าหากว่าไม่พิจารณาอันนี้ก็ไม่มีเครื่องอยู่ คนเรามันก็เปล่าเสียจากประโยชน์ พิจารณาให้เป็นเครื่องอยู่อย่างนี้ จึงจะอยู่เป็นสุข ถ้าหากว่าไม่พิจารณาถึงคุณค่าของคนแล้ว อยู่ไปอย่างไร? คนเราอยู่เฉยๆ ไม่มีประโยชน์อะไร ก็เลยเกิดเบื่อหน่าย เป็นพระเป็นเจ้าก็เลยเบื่อหน่ายจากพระจากสงฆ์ ปฏิบัติข้อวัตรต่างๆ ก็เลยลืมหมด เลอะเลือนลืมหมด อันเราที่ปฏิบัติอยู่นั้น ปฏิบัติอะไรก็ไม่ทราบ สักแต่ว่าปฏิบัติ

ครั้นหากคิดถึงคุณแล้ว ที่เราทำอันหนึ่งๆ สิ่งหนึ่งๆ ต้องพิจารณาให้ถี่ถ้วนให้ละเอียดให้  
เรียบร้อยลงไป ให้เห็นคุณเห็นค่าประโยชน์ของมัน มันจึงมีอุตสาหะวิริยะพากเพียรปฏิบัติได้  
อันนั้นเป็นเครื่องอยู่ ครั้นปฏิบัติเป็นเครื่องอยู่อันนี้แล้วมันหากเข้าถึงใจแล้วคราวนี้ มันค่อยเห็น  
คุณค่าประโยชน์อันยิ่งใหญ่ภายในใจของเรา

จะถึงมรรค ผล นิพพาน  
ก็เพราะเราพิจารณาถึงธาตุรู้  
กับตัวของเรา  
จึงจะถึงมรรคผลนิพพานได้

### ธาตุรู้

วันที่ ๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

พิจารณา อสุภะ ธาตุ ชั้นๆ อายนะต่าง ๆ  
เห็นเป็นของไม่เที่ยง เห็นเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา  
อันนั้นแหละตัวปัญญา  
ปัญญาเกิดก่อนจึงค่อยมีสมณะ  
สมณะเต็มที่แล้วจึงค่อยเกิด  
ปัญญาวิปัสสนา

โฆหารท่านอาจารย์คุณุญท์ท่านบอกว่า จิต คือ พุทธะ ท่านพูดย่อๆ หมายความว่า จิต  
คือ พุทธะ ไม่ใช่พุทธะ คือ สัมมาสัมพุทธะ พุทธะในที่นี้หมายความว่าจิตคือพุทธะ พุทธะ  
แปลว่า ผู้รู้ แต่ไม่ใช่สัมมาสัมพุทธะ ไม่ใช่สัพพัญญู พุทธะหมายความว่าจิต เมื่อจิตเป็นผู้  
คิดผู้นึก ผู้ปรุงผู้แต่งสารพัดทุกอย่างนั้นนะ อันนั้นนะมันจะรู้ขึ้นได้ เพราะความคิดความนึก  
ความรู้สึกอะไรต่างๆ สารพัดทุกอย่าง อันนั้นแหละจิตเป็นพุทธะ ไม่ใช่สัมมาสัมพุทธะ  
สัมมาสัมพุทธะมีอีกอย่างหนึ่ง



ผมจึงตั้งสูตรใหม่ว่า จิต กับ ใจ มันคนละอย่างกัน ถ้าหากว่าเข้าถึงใจแล้ว ไม่มี ความรู้สึกอื่น มีแต่ความเฉยอยู่ แต่ว่ารู้สึกตัวเฉยอยู่ ไม่คิดไม่นึกไม่ปรุงไม่แต่ง อันนั้นแหละ พุทธะ พุทธะตัวนั้น คือ “ความรู้” นั่นเอง หรือเรียกว่าชาตฐู สิ่งทีรู้ความรู้ต่างๆ นั้น มันเป็นสมมติบัญญัติไป ถ้าหากชาตฐูแล้วถึงที่สุด ไม่มีอะไรพูดต่อไปอีก ถึงเรียกว่า ชาตฐู แต่ว่าชาตฐูมันก็ยังเรียกว่าสมมติอยู่นั่นเอง สมมติให้รู้เรื่องกัน พูดให้เข้าใจกัน สิ่งทั้งปวงหมด ไม่มีอะไร มีแต่ชาตฐูเท่านั้น ถึงพระพุทธเจ้าท่านเสด็จปรินิพพาน ก็เรียกว่า นิพพานชาตฐู ภาวามันหากเกิดอยู่เป็นอยู่อย่างนั้น เรียกว่า ภาวาม เรียกว่า ชาตฐู พระนิพพานก็เรียกว่า นิพพานชาต

ผมถึงเรียกสมมติอื่นว่า ชาตฐูนั่นอันหนึ่ง และสิ่งที่ไปรู้นั้นอีกอันหนึ่ง ถ้าออกจากชาตฐู นั้นแล้ว ไปรู้อันอื่นนอกจากนั้นอีกเรียกว่า ปัญญา ปัญญา นี้เกิดจากความปรุงความแต่ง ความคิดความนึกสารพัดทุกอย่าง ปัญญา เกิดจากเอา ชาตฐู นั้นไปเกิดปัญญา ไปเป็นจิตแล้ว ไปเกิดเป็น ปัญญา

ปัญญานั้นมี ๒ อย่าง ปัญญาโลกิยะอย่างหนึ่ง ปัญญาโลกุตรอย่างหนึ่ง

ปัญญาโลกิยะนั้นคือ ความคิดความนึกปรุงแต่งสารพัด สัญญาอารมณ์ทั้งปวง รู้สิ่งต่างๆ หมด แต่หาได้รู้ว่า ตัวพุทธะไปรู้ ไม่ ตามความคิดนึกปรุงแต่งไปไม่มีที่สิ้นสุดไม่หยุดไม่ยั้งสักที มนุษย์ชาวโลกจึงพากันปรุงแต่ง พากันคิดพากันนึกอยู่นี้ สารพัดทุกอย่างวุ่นวุ่นวายร้อยแปดพันประการ อันนั้นเป็นโลกิยะปัญญา

โลกุตรปัญญานั้น มีเฉพาะท่านผู้ฝึกหัดอบรมจิต ผู้รู้นั้นแหละ ผู้ไปรู้ไปคิดไปนึกนั้นแหละ เอาสติไปควบคุมจิตตรงนั้นแหละ ให้อยู่ในบังคับของสติรู้สิ่งทั้งปวงหมด ให้อยู่ในบังคับคือ บังคับให้รู้ก็ได้ บังคับไม่ให้รู้ก็ได้ ที่มันคิดมันนึกมันปรุงแต่งสารพัดทุกอย่างนั้น รู้เท่ารู้เรื่องของมัน ฝึกฝนอบรมให้มันอยู่ในขอบเขตในบังคับ การฝึกหัดปฏิบัติในธรรมวินัยนี้ มีฝึกหัดจิตอันเดียวเท่านั้น อันอื่นนอกนี้ไม่มีอะไรทั้งหมด จะเป็นอย่างไร อบรมอย่างไร ก็ต้องอบรมจิต ครั้นปรารถนาจิตอบรมจิต จึงจะอบรมจิตให้อยู่ในสติได้ เมื่ออบรมไปโดยมีข้อบังคับจำกัดด้วย ไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันรู้ว่าสิ่งต่าง ๆ ทั้งปวงมันมี อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาในตัว

ครั้งเมื่อมี อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว ไปไม่ถึงไหนต้องหมด ไม่ปรุงไม่แต่งลง  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้วก็กลับเข้ามาหา “ใจ” คราวนี้ มันกลับเข้ามาเอง พิจารณาไปหมด  
เรื่องหมดราวแล้ว กลับมาเองหรือ เข้ามาหา “ใจ” มาหยุดนิ่ง

เวลามันจะออก มันออกไปตามอายตนะต่างๆ มันออกไปอยู่ในขอบเขตของ อนิจจัง  
ทุกขัง อนัตตา พิจารณาไปมา มันก็รวมลงไปอีก ของเก่า เข้ามาถึงจุดเดิมคือ ผู้รู้ หรือ ชาติ  
รู้ กลับไปกลับมาอย่างนี้บ่อยๆ จนกระทั่ง ชำนิชำนาญคล่องแคล่วในการที่พิจารณา คราวนี้  
ไม่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยอนุমানและไม่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาโดยบังคับ หาก  
เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาโดยอัตโนมัติ ที่แรกพิจารณาเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาโดย  
อนุমান ทีหลังเมื่อพิจารณาชำนาญแล้ว มันเป็นอัตโนมัติในตัว จึงว่าศาสนาพุทธถึงที่สุด  
ของการคิดการนี้การปรุงการแต่งการรู้ต่างๆ สารพัดทุกอย่าง มันลงมาถึงของจริง มาถึงผู้รู้

หลวงปู่ดูลย์ท่านจึงบอกว่า จิต คือ ผู้รู้ ท่านพูดถึงเรื่องจิตอันเดียว แต่ที่จริงจิตกับใจก็  
อันเดียวกันนั่นแหละ จิตอันใดใจอันนั้น ท่านก็พูดเหมือนกัน ครั้นเข้าถึงใจแล้ว ก็หมดเท่านั้น  
พุทธศาสนานี้ไม่มีอื่นไกล นอกจากจิตกับใจแล้ว ก็หมดเท่านั้น ผู้รู้ รู้แล้วเข้าถึงใจแล้วละก็  
หมดเรื่องเท่านั้น

ลองพิจารณาให้ถี่ถ้วนดูว่า พุทธศาสนานี้ที่ได้หัดสมาธิ ก็เข้าถึงจิตเป็นหนึ่ง ฌานก็  
เข้าถึงจิตเป็นหนึ่ง มัคคสมังคี คือ มรรคผลนิพพานก็เป็นหนึ่งเหมือนกัน จิตเป็น เอกัคคตา  
รวมเป็นหนึ่งเหมือนกัน แต่สิ่งเหล่านี้มีเปลี่ยนแปลงกันตอนที่มีปัญญามากมีปัญญาน้อย รอบรู้  
มากรอบรู้่น้อย พระพุทธเจ้าของเราท่านทรงรอบรู้ทั่วหมดทุกสิ่งทุกประการ ทรงรู้สิ่งทั้งปวง  
หมด ทรงรู้เหตุรู้ผล รู้เรื่องราวต่างๆ รู้ความเกิด-ดับ ท่านจึงทรงอยู่เหนือความคิดความอ่าน  
อยู่เหนือความเป็นไปสารพัดทุกอย่าง จึงเรียกว่าเหนือโลก

อันเรื่องของโลกทั้งหลายนั้น มันอยู่ในจิตนี้แหละ คตินี้ก็ปรุงแต่ง แต่งไม่รู้แล้วรู้รอดกัน  
สักที พระพุทธเจ้าจึงทรงอยู่เหนือ คือ เหนือเรื่องเหล่านั้น คือ ทรงรู้เท่ารู้เรื่อง “รู้เท่า” นี้  
หมายความว่ารู้เท่ากับความคิดนั้นแหละ รู้เท่าความปรุงความแต่ง มันปรุงมันแต่งก็รู้ รู้พร้อมๆ  
กันเลย ไม่เกิน ไม่ขาด ไม่เหลือ จึงเรียกว่า “รู้เท่า” ไม่ใช่รู้ตาม รู้ตามนั้นมันตามไป รู้แล้ว  
ค่อยตาม รู้แล้วค่อยเห็น รู้แล้วค่อยรู้ตัว อันนั้นมันตาม เหมือนตามรอยวัวรอยควาย อันนั้น  
ไม่เห็นตัวมันหรือ ครั้น “รู้เท่า” นั้น รู้เท่าตัวมันเลย รู้ในทันทั่วที่มันเลย “รู้เท่า” มัน

เป็นอย่างนี้ มันต่างกับความรู้ตาม เหตุนั้นคำที่ว่า “รู้ตาม” นั้น ไม่มีทางที่จะทันตัวมันหรือ  
พอ “รู้เท่า” เท่านั้นเลยทันตัว

พระพุทธเจ้าท่านทรงรู้เท่าสิ่งสารพัดทั้งปวงหมด จึงเรียกว่าทรงรู้สภาวะความเป็นอยู่ของ  
มันทุกสิ่งทุกประการ จึงหมดเรื่องหมดราว แต่พวกเราฝึกหัดปฏิบัติฝึกรอบรณเดี๋ยวนี้ เรื่องตัว  
ของเรานี้แหละ ยังไม่รู้เท่ารู้เรื่องมันหมดทุกสิ่งทุกอย่าง จึงต้องฝึกหัดอบรมกันต่อไปอีก

สมาธิ ก็เข้าถึงจิตเป็นหนึ่ง  
ฌาน ก็เข้าถึงจิตเป็นหนึ่ง  
เอกัคคตา จิตก็รวมเป็นหนึ่ง  
มัคคสมังคี มรรคผล นิพพาน  
ก็เข้าถึงจิตเป็นหนึ่ง  
แต่สิ่งเหล่านี้มีผิดแปลกกันที่ว่า  
มีปัญญามาก มีปัญญาน้อย  
รอบรู้มาก รอบรู้น้อย

อะไรเป็นเครื่องอยู่,เครื่องยึด

วันที่ ๒๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

ธุดงค์วัตร ๑๓  
เป็นเครื่องอยู่ เครื่องขัดเกลาจิตใจ  
ทำให้บาปกรรมน้อยลง  
น้อยไป หมดไป  
หมด หรือเกือบหมดนั่นล่ะ  
อันนั้นแหละเป็นเครื่องอยู่

เราปฏิบัติกัมมัฏฐานมีอะไรเป็นเครื่องยืนยัน? มีอะไรเป็นเครื่องวัด? เรื่องกัมมัฏฐานของเราให้สังเกตดู ในข้อชุกฉัตต ๑๓ นั้น ควรเอาอะไรเป็นหลักยึด ตัวอย่างว่า ถือผ้า ๓ ผืนอย่างนี้ เราเวลานี้ก็ไม่มี ๓ ผืนเสียแล้ว มันมากกว่า ๓ ผืนเสียอีก การฉันทเดียว นั้นก็พอยังมี ค่อยยังชั่วหน่อย แต่ว่าถ้าถือเครื่องครัดจริงๆ จังๆ ฉันทเดียวจริงๆ ไม่ต้องฉันทสิ่งอื่นต่อไปอีก เป็นข้าวต้มข้าวหนมหมากไม้ผลไม้อะไรต่างๆ ฉันทเดียวจริงๆ จึงเรียกว่า ถือเครื่องครัด ฉันทในบาตร ถ้าหากว่ามานอกบาตรแล้วไม่รับ เหล่านี้เป็นกิจวัตรสำหรับเป็นเครื่องวัดของกัมมัฏฐาน ลองสังเกตดูว่าชุกฉัตต ๑๓ นั้น มีอะไรบ้างอันที่เหลืออยู่ในตัวของเรา?

ถ้าหากพวกไม่ได้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน แต่ว่ากัมมัฏฐานก็มีอยู่ทั่วไปนั่นแหละ มีอยู่ในตัวของคนทุกๆ คนนั่นละ มีหมด เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อาการ ๓๒ มีครบบริบูรณ์ทุกประการ อันนั้นเป็นกัมมัฏฐานแล้วนั้น เว้นไว้แต่ตัวคนเราไม่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน เมื่อปฏิบัติตามนั้น พิจารณาตามกัมมัฏฐานทั้ง ๓๒ นั้น ก็ได้ชื่อว่าปฏิบัติกัมมัฏฐาน

แต่เราเป็นพระนี่ละซี เราเป็นพระเป็นฌเณรนี่ เราปฏิบัติให้มีข้อวัตรเป็นเครื่องอยู่ พวกเราอีกหน่อยก็จะไม่มีแล้วเรื่องข้อวัตร ชุกฉัตต ๑๓ หมดหายไปหมดเลย สักแต่ว่าชื่อกัมมัฏฐานเฉยๆ ตัวกัมมัฏฐานจริงๆ ไม่ทราบว่าย้ายไปไหนหมด

พระพุทธเจ้าท่านทรงเห็นประโยชน์ ชุกฉัตต แปลว่า วัตรอันเป็นเหตุนำไปซึ่งความให้พ้นจากทุกข์ เพื่อขจัดกิเลสให้พ้นจากทุกข์ ครั้นเมื่อว่าไม่มี ชุกฉัตต เสียแล้วตรงไหนมันจะเป็นเครื่องนำไปเป็นไปเพื่อพ้นจากทุกข์ สังเกตดูตัวของตนทุกคนจะเข้าใจได้ ชุกฉัตต ๑๓ นั้นข้ออะไรก็เอาเถอะสักอย่างหนึ่งก็แล้วกัน สังเกตถ้าหากไม่ปฏิบัติจริงๆ จังๆ สักแต่ว่าทำเฉยๆ นั้น ก็ไม่ให้ประโยชน์คุ้มค่า

อย่างพวกเรานี้ทุกวันนี้ พิจารณาปฏิภูลก็ดี พิจารณาอาหารปฏิภูลก็ดี พิจารณาธาตุกัมมัฏฐานก็ดี อย่างที่ว่า ธาตุมตฺตโก นิสฺสฺสฺสโต นิชฺชิวํ สุญฺญํ อันนั้นนะ เราพิจารณาให้เป็นธาตุ นี่พิจารณาสักแต่พิจารณา เห็นเขาพิจารณาก็พิจารณาตามเพื่อน อันความเห็นของเราไม่ทราบว่าเป็นอย่างไร? ให้มันเห็นจริงๆ สิ ให้มันเห็นเป็นธาตุจริงๆ สิ ให้เห็นอสุภะจริงๆ จังๆ สิ ครั้นเห็นเป็น อสุภะ ก็กลัวจะฉันทไม่ได้ ครั้นเห็นเป็นธาตุก็กลัวจะฉันทไม่ลงกลัวก่อนเสียแล้ว อันนั้นเลยไม่เป็นกัมมัฏฐาน ของเหล่านี้ทั้งหมดพระพุทธเจ้าท่านทรงเห็นผลประโยชน์ทั้งนั้น ท่านจึงทรงสอนให้พวกเราปฏิบัติ การเห็นเป็นธาตุ เห็นเป็นอสุภะ

พิจารณาโดยอนุโลม หากว่าไม่เห็นเป็นธาตุ เห็นเป็นอสุภะ ก็ดี แต่เห็นชัดในใจด้วยสัญญา ก็ยังเป็นการดีอยู่ ถ้าเกิด ปฏิภาณ เห็นจริงๆ จังๆ เกิดเห็นเป็นนอนเป็นอะไรของเนาเปื่อยขึ้นมา ในอาหารนั้น ด้วยเห็นเป็นก้อนธาตุจริง ๆ จัง ๆ อันนั้นเป็นปฏิภาณเกิดขึ้นมา อันนั้นละ อย่างดีที่สุด แต่ว่าหากมันไม่เป็นอย่างนั้นก็ให้เห็นอนุโลม แต่ให้มันชัดแจ่มแจ้งแน่นแน่วในใจ

การเห็นชัดแจ่มแจ้งแน่นแน่วในใจนั้นดีกว่ามาก ดีกว่าเห็น ปฏิภาณ อีก มันเห็นทุกเมื่อ ครั้นพิจารณาเห็นชัดแจ่มแจ้งนี้เห็นทุกเมื่อเลย พิจารณาเวลาใดก็เห็นทุกเมื่อ การเห็นปฏิภาณนั้น เห็นเป็นครั้งเป็นคราว เห็นไว้เพื่อมันเห็นชัดตามตรงนั้นแหละคือ เป็นเครื่องวัดความจริง ต้อง เป็นจริงอย่างนั้น ต้องแน่นอย่างนั้น อาการเห็นปฏิภาณ

ครั้นเห็นอนุโลมนั้น การเห็นชัดแจ่มแจ้งนั้น มันเห็นทั้งด้านเป็นจริงและไม่เป็นจริง คือ เห็นด้านไม่เป็นจริงนั้น อสุภะ ปฏิภาณต้องเป็นอย่างนั้นจริงๆ แน่วแน่ แต่อีกนัยหนึ่ง อาหารก็เป็นอาหาร ธาตุก็สักแต่ธาตุ อสุภะก็เพียงอสุภะเท่านั้น สำหรับฉันก็เพียงแต่ผู้ฉัน มันสักแต่ว่าเฉยๆ ฉันมันก็ไม่เป็นอะไร ไม่ฉันก็ไม่เป็นอะไร มันเห็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้า ท่านทรงเห็นโทษ ท่านทรงสอนอย่างนี้ ให้เข้าใจอย่างนี้ เมื่อเห็นเป็นจริงอย่างนั้นแล้ว เรียกว่าสมมติบัญญัติ เกิดขึ้นมาอีก

**สมมติบัญญัติ** คือว่า สมมติบัญญัติตามเรื่อง สมมติอย่างใด เขาบัญญัติอย่างใด ก็ ต้องบัญญัติตามเรื่อง สมมติตามเรื่อง ตัวของเราเหมือนกันนั่นนะ สังขารร่างกายนี้เกิดจาก สมมติบัญญัติทั้งนั้น ถ้าไม่มีสมมติบัญญัติ ก็เรียกไม่ถูก ไม่ทราบว่าจะเรียกอะไรกัน เห็น สมมติบัญญัติสักแต่ว่าสมมติบัญญัติ แล้วเราก็อีกอย่างหนึ่ง ของเราเป็นอีกอย่างหนึ่ง เรา รู้ทำเรื่องสมมติบัญญัติแล้ว เราไม่หลง เราไม่ยึดไม่ถือในสมมติบัญญัติอันนั้น ก็พ้นจากตัวเรา ไป นี่แหละเรื่องพระพุทธเจ้าท่านทรงสอนให้เราเข้าใจอย่างนี้ละ

แต่ว่าเมื่อจะเห็นอย่างนั้น ต้องมี สมถะ เป็นเครื่องอยู่เสียก่อน หัดสมถะเป็นเครื่องอยู่ เบื้องต้นเสียก่อน ถ้า สมถะ หนักหน่วงหนักแน่นแน่วแน่นเต็มทีจึงจะเห็น สมถะไม่แน่วแน่น เต็มทีก็ไม่เห็นได้ เห็นแต่สักแต่ว่าสัญญา ไม่เป็นไปเพื่อเบื้อหน่าย การพิจารณาอะไรทั้งหมด นั้นนะ ถ้าไม่มี สมถะ เป็นเครื่องอยู่แล้ว ย่อมเตลิดเปิดเปิงไปใหญ่โต ไม่มีหลักแน่นแน่ว ไม่มีหลักมั่นคงถาวร เหตุนั้นพวกปฏิบัติทั้งหลายนั้นปฏิบัติเป็นไปแล้วว่าตนเก่งว่าตนวิเศษแล้ว นานหนักเข้าก็เลยเตลิดเปิดเปิงไป เลยเข้าหาหลักไม่ได้

ต้องปฏิบัติให้สมณะแนวแน่เต็มทีเสียก่อน จึงค่อยออกมาพิจารณา มันพิจารณาเองหรือ  
ครั้งสมณะเต็มทีแล้ว จะพิจารณาปีศาจหรือพิจารณา ปัญญาอะไรก็ตามเถอะ คนอยากได้  
แต่ปัญญาวิปัสสนา ว่าเป็นของวิเศษสูงสุดทำให้หลุดพ้นได้ ปัญญาวิปัสสนาไม่ใช่เป็นทุกเมื่อ  
ไม่ใช่เป็นตลอดเวลา ปัญญาวิปัสสนาจริงๆ จังๆ ที่สำเร็จมรรคผลนิพพานจริงๆ มันเกิดขณะ  
เดียวแล้วไม่เกิดอีกหรือ การพิจารณาอนุมานตามนั้นต่างหาก อย่างที่พิจารณา อนิจจัง ทุก  
ขัง อนัตตา เห็นชัดนั้น เห็นชัดตามอนุมานต่างหาก ความชัดเจนแจ่มแจ้งจริงๆ จังๆ ไม่  
เป็นอีกหรือ ไม่เป็นพอสองสามหนหรือ อันนั้นจึงว่าเอาไว้ต่างหาก เอาไว้มันเป็นเอง มัน  
ต้องวางทอดธุระถอนหมด ไม่คิดนึกถึงเรื่องสิ่งต่างๆ ไม่เอามาเป็นอารมณ์ทั้งปวงหมดทุกสิ่งทุก  
อย่าง มันจึงค่อยเกิดปัญญาขึ้นมาได้ มันค่อยเกิดปัญญาวิปัสสนาขึ้นมาได้ เกิดปัญญาวิปัสสนา  
ก็โดยไม่ได้ตั้งใจซ้ำอีก มันหากเกิดเองเป็นเองของมัน

เหตุนี้จึงว่าหัดสมณะนี่ละ เบื้องต้นนี้ ครั้นถ้าหากพูดถึงเรื่องปัญญาแล้ว หัดสมณะก็ต้อง  
เกิดปัญญาเสียก่อนจึงค่อยเกิดสมณะ อย่างพิจารณาอสุภะ พิจารณาธาตุ พิจารณาชั้นอายตนะ  
ต่างๆ เห็นเป็นของไม่เที่ยง เห็นเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อันนั้นละตัวปัญญา ปัญญาเกิดก่อน  
จึงค่อยมีสมณะ ครั้นเห็นชัดอย่างนั้นแล้วจิตก็รวมลงไปได้ ถ้าไม่เห็นชัดอย่างนั้นจิตไม่รวม  
อันเห็นชัดนั้นเรียกว่า **ปัญญา** อันนี้เรียกว่า ปัญญาเกิดก่อนสมณะ สมณะเต็มทีแล้วจึงค่อยเกิด  
ปัญญาวิปัสสนา ปัญญาวิปัสสนาอันหนึ่งต่างหาก ปัญญาธรรมคาสามัญ นี่อีกอันหนึ่งต่างหาก

อย่าว่าตั้งแต่สมณะเลย ทาน ศีล ภาวนา เบื้องต้นแหละ ทาน นี้ต้องมีปัญญาจึง  
สามารถทำทานได้ เห็นว่าทานเป็นของดีวิเศษ เป็นของช่วยมนุษย์คนทั้งปวงหมดให้อยู่ได้ด้วย  
การทำทาน เกลี้ยความสุขให้คนอื่น เห็นประโยชน์ของการเกลี้ยความสุขให้คนอื่น นั้นจึงค่อย  
ทำทาน การเห็นประโยชน์อันนั้นนะ นั่นแหละเรียกว่า ปัญญา เห็นคุณค่าของการทำทานนั้น  
เรียกว่ามีปัญญาจึงค่อยทำทานได้ นั่นละเกิดปัญญาก่อน

**รักษาศีล** ก็เหมือนกัน ศีลห้า ศีลแปด เห็นโทษของการทำชั่วบาปต่างๆ จริงจังด้วยใจ  
จริงๆ ชัดเจนจริงๆ อันนั้นละเรียกว่า**ปัญญา** จึงค่อยสามารถรักษาศีลให้มั่นคงถาวรต่อไปได้

**ศีล** มั่นคงต่อไปแล้ว มันจึงค่อยเป็น**สมาธิ** ศีลไม่มั่นคงอย่าไปหวังเลยสมาธิ ถึงเป็น  
สมาธิเดียวเดียวแล้วก็กลับไปอีก ไม่สามารถจะรักษาไว้ได้ ต้องอาศัยปัญญา ก็รักษาศีล  
เสียก่อนให้บริบูรณ์สมบูรณ์แล้ว คราวนี้เป็นสมาธิแนวแน่ ไม่ถอนแล้ว สมาธิถึงจะเป็นสมาธิ

ก็อย่างที่พูดมาแล้ว มันต้องมีปัญญา เห็นโทษภัยต่างๆ จึงค่อยละทิ้ง ถอน จึงค่อยเป็นสมาธิ  
สิ่งทั้งหลายทั้งปวงหมด เกิดจากปัญญาทั้งนั้น ต่างแต่ว่าหยาบละเอียดต่างกัน

พระพุทธเจ้าท่านทรงสรรเสริญชมเชยว่า **ปัญญาเป็นของสูงสุดในมนุษย์** เราผู้ปฏิบัติ  
อย่ามุ่งหวังแต่ปัญญาอันสูงสุดทีเดียว มีอะไรให้ปฏิบัติอันนั้นละอยู่อย่างเราเป็นผู้ศรัทธาตั้งมั่นใน  
พระพุทธศาสนาแล้ว อย่าเข้าใจว่าบวชมาไม่มีประโยชน์ บวชเป็นพระเป็นสงฆ์นั้นดีพิเศษกว่า  
มนุษย์ธรรมดาสามัญตั้งอีกโข คิดห้าเราก็มี คิดแปดเราก็มี คิดสองร้อยยี่สิบเจ็ดก็มี เราจะเอา  
อย่างไรกันอีก? บวชมา ๒๐-๓๐ พรรษา ลีกลอกไปไม่เห็นมีศีลสักตัวเดียว สัมชอดศีล ไม่  
คิดถึงศีลซ้ำอีก มันจะคิดอะไรกันอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนาว่า คนลีกลอกไปคือ  
คนตาย คือ ตายจากความดีนั่นเอง

มันต้องมีศีล เป็นพระเป็นสงฆ์ให้เชื่อมั่นในคุณงามความดีของตน มีศีลเป็นเครื่องอยู่  
สมาธิบ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ มีข้อวัตรปฏิบัติเป็นเครื่องอยู่ ถ้าหากว่าอยู่กับหมู่เพื่อน หรืออยู่คน  
เดียวก็ตามเถอะให้มีข้อวัตรกิจวัตร อย่างที่ว่าให้ฟังไว้ นั้น รุคังควัตร ๑๓ เป็นเครื่องอยู่เครื่อง  
ขัดเกลากิเลส ทำให้บาปกรรมน้อยลง หมดหรือเกือบจะหมดนั้นละ น้อยไปหมดไป อันนั้น  
ละเป็นเครื่องอยู่ ถ้าไม่มีเครื่องอยู่แล้วอยู่ไม่ได้ เป็นพระนะ ค้างเลยไม่รู้จะเอาอะไรเป็น  
เครื่องอยู่เครื่องยึด ต้องมีเครื่องยึด อย่างน้อยที่สุด เชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์  
เชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม แล้วปฏิบัติตนอยู่ในขอบเขตของพระวินัย มีศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ดนี้  
เป็นเครื่องอยู่

ต้องมีเครื่องยึด อย่างน้อยที่สุด  
เชื่อมั่นใน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์  
เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม  
ปฏิบัติตนอยู่ในขอบเขตของพระวินัย  
มีศีล ๒๒๗ เป็นเครื่องอยู่

๒๖. หาวีเวกในความไม่วิเวก

วันที่ ๑๕ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๘

บวชเข้ามาเพื่อต้องการหาความสงบ  
ต้องการละทิ้ง ถอน สิ่งทั้งปวงหมด  
จึงค่อยเข้ามาบวช

พอมาบวชแล้วก็ยังไม่สงบอยู่  
หากันอย่างนั้นตลอดเวลา  
มันก็ไม่ถึงความสงบสักที  
หาไม่เจอ  
ของชนิดเดียวเท่านั้น หาไม่เจอสักที

เราพากันมาหาความวิเวกในความไม่วิเวกลองดู ใครก็ไปแสวงหาแต่ที่ในป่าในดง เทียวไป  
ในที่ต่างๆ ต้องการหาความสงบสงบ สงัด ต่างก็ต้องการความวิเวก ในที่นี้เรียกว่าที่ไม่วิเวก ในที่นี้  
เรียกว่าที่ไม่สงบ จึงค่อยออกไปหาที่อื่น คราวนี้เราต้องมาหาวิเวกภายในลองดูในความไม่สงบ หา  
วิเวกในที่ที่ไม่สงบ ไปที่ใดก็ตามเถอะตามสถานที่ต่างๆ ความไม่สงบต้องเกิดจากภายในของเรา  
ทั้งนั้น ที่ไปในที่ต่างๆ ไปเพลิดไปเพลินสนุกสนาน ออกจากตัวของเราทั้งหมด ถ้าตัวของเรา  
เพลิดเพลินตัวของเราไม่สงบแล้ว มันก็ไม่สงบอย่างเก่า

อะไรที่มันไม่สงบ? อาตายนะทั้ง ๖ นี่แหละมันไม่สงบ ตาก็ไม่สงบ หูก็ไม่สงบ จมูก ก็ไม่  
สงบ ลิ้น ใจ ก็ไม่สงบ ไปในที่ต่างๆ ยิ่งเห็นสิ่งสารพัดแปลกประหลาดไป ยิ่งตื่นเต้น เลยไม่สงบ  
สักที ไปถูกอากาศที่ไม่ดีมันกระทบกระเทือนเข้า หรือไปถูกอากาศที่ดีมันกระทบกระเทือนเข้า มัน  
สงบเยือกเย็นลงไป มันก็อยู่ที่ตัวของเรานี้ทั้งนั้น เพราะตัวของเราไปถูก ตัวของเราไปดึง เรา  
พิจารณาไม่ถูกเรื่องกันนะ ก็เลยไปกันใหญ่

เสียง ก็เช่นเดียวกัน เสียงดี เสียงชั่ว เสียงหยาบเสียงละเอียดก็มี อภิภูตรมณณ์ อนิภูตรมณณ์ มัน  
เกิดจากตัวของเรานี้ทั้งนั้น แม้อยู่ในป่าที่ไม่มีเสียงเลย เสียงมันยังปรากฏขึ้นมาให้ได้ ภาษาใหม่เขา  
เรียกว่า “ใต้สำนึก” อันนั้นมันเกิดขึ้นมาไม่รู้ตัว เสียงใต้สำนึกมันเกิดขึ้นมาไม่รู้ตัว เราไม่สงบไม่  
อบรมให้มันอยู่คงที่แต่เบื้องต้นแล้วมันก็เกิดอยู่นั้นแหละ

กลิ่น ก็เหมือนกัน กลิ่นเหม็นกลิ่นหอม กลิ่นอะไรต่างๆมันเกิดจากจมูกของเรา ถ้าหากจมูก  
ของเรามันสำรวมดีแล้ว กลิ่นอันนั้นมันมากระทบ มันไม่หลงไม่เพลิน



รสชาติ ก็อันเดียวกัน มันเกิดจากกลิ่นไปถูกอาหารที่เอร็ดอร่อย ไปถูกอาหารที่ไม่เอร็ดอร่อย ก็เอาตัวนี้ละเอาตัวอันนี้ละไปผสมผสาน ว่ามันอร่อยก็เพลินสนุกสนาน มันไม่อร่อยก็หลงว่ามันไม่อร่อย น้อยใจหรือเลยไม่สบายใจ

**ธรรมารมณ์** สิ่งทั้งปวงเกิดจากในใจเราทั้งนั้น จึงว่ามันไม่สงบที่ตัวของเรา

เราต้องมาค้นคว้าหาสิ่งไม่สงบนั้นนะ ในตัวของเราลองดู ถ้าหากว่าไปเห็นความไม่สงบในตัวของเราแล้ว คราวนี้จะสงบ ค้นคว้าในของไม่สงบกลับเกิดความสะดวกขึ้นมา เห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเกิด-ดับ เกิด-ดับ สิ่งทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยงจะอยู่นี่ก็ตาม ไปอยู่โน้นก็ช่าง อยู่ที่ไหนอยู่กับหมู่เพื่อนก็ตาม จะอยู่คนเดียวก็ช่าง มันเกิดขึ้นประเดี๋ยวประด๋าวก็สงบ เกิดขึ้นเดียวๆ ก็หายไป อันสิ่งเกิดแล้วหายไปนั่นนะ มันเป็นของไม่เที่ยง

ครั้นเห็นเป็นของไม่เที่ยงแล้ว ใจของเราไม่ไปยึด ไม่ไปยึดหลงถือ ของเหล่านั้นมันเป็นอยู่อย่างนั้นแต่ไหนแต่ไรมา จิตของเราก็จะสงบในที่นั้น สิ่งทั้งปวงที่เป็นอารมณ์ในอาตายนะทั้ง ๖ นั้นนะหายหมด ไม่มีในตัวของเรา นั่นแหละ ความสะดวกมันเกิดขึ้นในที่ไม่สงบ ในที่นั้น

ครั้นพิจารณาไม่ถึงที่เมื่อไรแล้ว ไปเถอะจะไปไหนก็ไปเถอะเท่าเท่า นอกจากนั้นอีก จะไปในที่ต่างๆ ในที่ไม่สงบ ความสะดวกมีอยู่แล้วนั่น ไปไหนมันก็ไม่สงบเหมือนเก่า ยิ่งเพิ่มความไม่สงบเข้าไปอีก สมกับที่ไปเห็นสิ่งต่างๆ ได้ยินสิ่งต่างๆ ไปสัมผัสสรรพสิ่งต่างๆ ขึ้นมาสารพัดทุกอย่าง เอมาจดจำมาบันทึกไว้ในใจเลยไม่หายสักที เพิ่มพูนมากไปกว่าเก่า แทนที่มันจะลดน้อยถอยลงไปเลยกลับเพิ่มพูนขึ้นมาในตัว

เรากวนาทำความเพียรก็เพื่อให้มันลดลงไปถอยลงไป จนไม่มีอะไรเสียเลยนั่น มันจึงจะถึงความสงบ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์อะไรต่างๆ เห็นเป็นเครื่องยุ่ง เห็นเป็นภัยเห็นเป็นโทษของการทำสมาธิภาวนา เราละสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นแล้ว แล้วจะมีอะไรอีกละคราวนี้ เมื่อละสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นแล้ว ก็หมดเรื่อง เราก็อยู่เป็นสุขคนเดียว หาไปหามาแล้ว ความสุขอยู่ตรงนี้ ความสะดวกอยู่ตรงนี้ ไม่ได้อยู่ที่อื่น เหตุนี้จึงว่าไปเที่ยวในที่ต่างๆ ไปลองดูเถอะ ไปไหนก็ไปลองดูเถอะ ถ้าจับตรงนี้ได้แล้ว สงบอยู่ตลอดเวลา ไปเที่ยวยังสงบใหญ่ หาที่วิเวกยังสงบ ถ้าเข้าถึงสงบตัวนี้แล้ว

ครั้นถ้าตัวนี้ไม่สงบเท่าเก่า ไม่มีประโยชน์อะไรเลย เราจะไปหาแต่ที่วิเวกมันไม่ได้หรอก หากตลอดวันยังค้ำคั้นยังรุ่ง หากจนตลอดวันตายก็ไม่พบสักที เพราะเราหาไม่ถูก **ไม่รู้เรื่องของความสงบ** ครั้นเห็นโทษของความไม่สงบ เบื่อหน่ายเห็นโทษเห็นทุกข์ของมันในความไม่สงบ ละทิ้งอยู่ที่นั่น มันก็เป็นความสะดวกเท่านั้นเอง จะไปหาที่ไหนอีก

บวชเข้ามาเพื่อต้องการหาความสงบถึงค่อยมาบวช ต้องการละทิ้งถอนสิ่งทั้งปวงหมดจึงค่อยมาบวช พอมาบวชแล้วก็ยังไม่สงบอยู่ หากกันอย่างนั้นตลอดเวลา มันก็ไม่ถึงความสงบสักทีหาไม่เจอ ของนิคเดียวเท่านั้นหาไม่เจอสักทีเห็นเป็นเรื่องใหญ่โตมโหฬารไป นี่! มันจะกว้างขวางออกไป คนเรามันจะต้องกว้างขวางออกไปเกิดจากตรงนี้แหละ บานปลายไปโดยเหตุที่ **ความไม่สงบ** นี้แหละ ถ้าอยู่ที่ไหนมันค่อยสงบลงไปค่อยเบาบางลงไป นั่นเรียกว่า.....

จะไปที่ได้ก็ตามเถิด  
ความไม่สงบต้องเกิดจาก  
ภายในของเราทั้งนั้น

#### ๒๗. อธิธิบาท ๔

วันที่ ๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

ทุกคนจำกันได้แล้วอธิธิบาท ๔

มี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

จำกันได้คล่องแคล่วทุกคน

แต่ยังไม่ทันสำเร็จอธิธิบาท

ที่จริงแล้วควรจะให้สำเร็จประโยชน์

ตามความเป็นจริง

อธิธิบาท ๔ ใครๆก็ทราบ เพราะอยากสำเร็จอธิธิบาท ก็ต้องการจะให้สำเร็จตามความมุ่งมาดปรารถนาที่ท่านว่าไว้ ทุกคนพากันได้แล้วในอธิธิบาท มีฉันทะ, วิริยะ, จิตตะ, และวิมังสา พากันได้คล่องแคล่วหมดทุกคน จำได้ดีที่สุดแต่ยังไม่ทันสำเร็จอธิธิบาท ที่จริงได้แล้วก็ควรจะให้สำเร็จตามความเป็นจริง ต้องเป็นอย่างนั้น แต่นี้ยังไม่ทันสำเร็จ

ท่านกล่าวไว้ว่าผู้มี ฉันทะ ความพอใจในสิ่งนั้นๆ ในกิจการนั้นๆ ในธรรมนั้นๆ ในคำบริกรรม ในธรรมะนั้นๆ ความสำเร็จย่อมเกิดขึ้นมา ความสำเร็จในที่นั้นเกิดขึ้นจากฉันทะนั้นเอง

ที่นี้ฉันทะเป็นของมีอยู่ คนเอามาใช้ไม่ถึง ไม่ถึงฉันทะ เอามาใช้ไม่ถึงทั้งนั้น ถ้าถึงก็ต้องสำเร็จตาม ความปรารถนาของคุณ จะมากหรือน้อยก็ต้องเป็นผลทีเดียว

**ฉันทะ** เป็นของแน่นอนที่พระพุทธเจ้าทรงเทศนาไว้ ความเป็นจริงก็เป็นอย่างนั้น เราพยายามลองดู ความเชื่อมั่นในตัวของเรานั่นแหละ เรียกว่าฉันทะ มีในตัวของเรา เราทำสิ่งนี้แหละ จะเป็นผลประโยชน์ ชรรมะอันนี้แหละจะให้ผลประโยชน์แก่เราอย่างเช่นเราเชื่อมั่นในสัจธรรมคำ สอนของพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงเทศนาเป็นจริงทุกประการ ที่ว่าขันธ ๕ เป็นทุกข์ก็ดี ถ้าหาก พิจารณาแน่นอนจริงใจลงไปแล้ว เป็นทุกข์จริงๆ ไม่คิดเพี้ยนไปไหน

**ขันธ ๕** เป็นทุกข์ ท่านบรรยายออกไปโดยเฉพาะ ปัญญาพานขันธ ขันธ ๕ เป็นของมีอยู่ เกิดอยู่ ถ้าหากว่าเราไปถือ ถึงถือมันก็ไม่เป็นตัวของเรา ครั้นถ้าเราไม่ถือก็หมดเรื่อง สิ่งสภาพมัน เป็นอยู่อย่างไร ก็เป็นอยู่อย่างนั้น นี้เรียกว่า เชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธเจ้า เราพิจารณาเป็นจริง เห็นจริงอย่างที่พระพุทธองค์ทรงเทศนาไว้ มันก็สำเร็จประโยชน์ทั่วถึงตามเป็นจริงเท่านั้นแหละ เห็นตามเป็นจริงนั้นเรียกว่าสำเร็จประโยชน์ เชื่อมั่นแล้วก็พิจารณาเห็นตามเป็นจริงนั้น **เชื่อมั่น เท่านั้นแหละเห็นตามเป็นจริงทุกสิ่งทุกประการ เป็นจริงอย่างนั้นเลยทีเดียว** ฉันทะมันเป็นอย่างนี้

**วิริยะ** ความพากเพียร ฉันทะมีแล้วความเพียรต้องมี ของมันกำกับกันมันเป็นคู่กันไป เรา ขยันหมั่นเพียร เราเชื่อมั่นในสิ่งใด ต้องทำในสิ่งนั้น ต้องทำให้ถึงที่สุด อันนั้นเรียกว่าความเพียร ความพอใจในสิ่งที่เราต้องการและปรารถนา ไม่คิดถึงความทุกข์ความลำบากตรากตรำ ไม่คิดถึง ความยากเหน็ดเหนื่อย มีความมุ่งมาดปรารถนาที่จะทำให้ลุล่วง ทำให้สำเร็จตามมุ่งมาดปรารถนา วิริยะมันตามมา ฉันทะมีแล้วมีหมด วิริยะเลยเกิดขึ้นมาในที่นั้น

เหมือนกับบุคคลขุดบ่อน้ำ น้ำมันอยู่ใต้ดิน ชรรมาบาดาลต้องอยู่ใต้ดิน ขุดลงไป ขุดลงไป เพราะเห็นชุ่มๆ พอดินชุ่มๆ ก็เชื่อมั่นในการขุด มันต้องมีน้ำ ขุดลงไปจนกระทั่งเห็นดินเหนียว ขุด ลงไปจนกระทั่งถึงน้ำ คนที่ขุดไม่ถึงน้ำนั้นเพราะไม่เชื่อว่ามีน้ำ ขุดลงไปได้นิดๆ หน่อยๆ โอ๊ย! ไม่ ไหวแล้วลำบากตรากตรำขุดลงไปก็ไม่มีน้ำหรอก ก็เลิกเสีย ไปขุดบ่อใหม่ ขุดลงไปถึงดินที่ชุ่ม ก็ บอกว่าไม่ไหวหรอก น้ำมันไม่ลึกถึงขนาดนี้หรอก ก็เลิกทิ้งเสีย เลยไม่เห็นน้ำ ไม่เห็นผล อย่างน้อย ที่สุดขุดลงไปจนลึกที่สุด ไม่ถึงน้ำ ก็ได้ชื่อว่าเรากระทำอิทธิบาทแล้ว

ตอนนั้นอิทธิบาทของเราเต็มที่แล้ว ถึงไม่สำเร็จก็ได้ชื่อว่ามิอิทธิบาทเพียงพอแล้วตอนนั้น คนทั้งหลายจะยกยอสรรเสริญว่าโอ๊ย! คนนี้มันเพียรพยายามจริงๆจังๆ ขุดลึกถึงขนาดนั้นมันก็ยัง ขุดได้ ถึงไม่มีน้ำก็ยังอุตสาหขุดลึก ก็ยังพอจะได้ความชมเชยหน่อย อันนี้ลั้งเลงสงสัยไม่แล้วสักที ขุด ไปนิดๆหน่อยๆ ก็เลยปล่อยวาง ไม่เอาธุระภาระ ขาดวิริยะความเพียร ขาดความเพียรแล้วไม่สำเร็จ ประโยชน์สักอย่างเดียว พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าผู้มีความเพียรเลวทรามย่อมไม่สำเร็จประโยชน์

จิตตะ ละคราวันี้ เมื่อวิริยะมีแล้ว ต้องพิจารณาตรีกองตาม อย่างขุดบ่อนี้แหละ ขุดลงไป ต้องเชื่อว่ามีน้ำ ขุดลงไปมันก็ลึกลงไปตามลำดับ เห็นดินมันชุ่มเห็นดินเหนียว เห็นดินเหนียวก็ต้อง มีน้ำชุ่มชื้นมากเข้าไปทุกที ความพินิจพิจารณา อ้อ..ต้องมีน้ำแน่ จิตใจของเราแน่วแน่เต็มที่มีน้ำก็ไม่ ท้อถอย จิตตะความตรีกองพิจารณาตามเหตุตามผลเรื่องราว น้ำต้องมีแน่เพราะมันชุ่ม ขุดลงไป เท่าใดยิ่งลึกลงไปยิ่งชุ่มมาก ยิ่งชุ่มมากยิ่งเห็นน้ำชัดเจนขึ้นมา

ความตรีกองพิจารณาอย่างนี้ทางธรรมก็เหมือนกัน เราพิจารณาธรรมอันใดลงไปเห็น ชัดเจนขึ้นมาโดยลำดับ เราตั้งจิตอันเดียวแน่วแน่แล้ว ไม่ท้อถอยแล้วย่อมเห็นชัดขึ้นมา อารมณ์ ทั้งหลายย่อมผ่านไป อารมณ์ทั้งหลายย่อมระงับดับสูญไป ย่อมมองเห็นชัดขึ้นมาในทางธรรม ทั้งหลายเหล่านั้น จิตตะความพิจารณาไตร่ตรองยิ่งแน่วแน่

จิตตะกับวิมังสา มันเทียบๆกันอยู่นั้นแหละ ครั้นคิดตรีกองพิจารณาแล้วก็เรียกว่าวิมังสา ตรีกๆตรองๆ พิจารณาถ่องแท้ เห็นแนวชัดลงในใจ ก็ต้องปรากฏขึ้นมา

อิทธิบาททั้ง ๔ มีอยู่แล้วในโลก พระพุทธเจ้าทรงชี้สอนแล้วว่าเครื่องมือทำให้เกิด ความสำเร็จมี ๔ อย่างนี้เท่านั้น ถ้าหากว่าคนใดนำมาใช้ ความเป็นจริงแล้วไม่ต้องพูดถึงเรื่องอิทธิ บาท ๔ ความเชื่อมั่นนั้นไม่ต้องพูดละ อันคนที่ไม่ศึกษาเล่าเรียน ไม่เรียนอะไรเลย ครั้นเชื่อมั่นว่าสิ่ง นี้จะต้องเป็นผลประโยชน์ เลยทำสิ่งนั้นแน่วแน่เต็มที่ เลยเป็นฉันทะ วิริยะไปในตัว ก็ไม่ต้องพูด ถึงเรื่องอิทธิบาท ๔ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ไม่ต้องพูด มันเป็นจริงแล้ว ผู้ที่เรียนผู้ที่ศึกษากำเอา แต่อิทธิบาททั้ง ๔ ไว้ แล้วไม่นำมาใช้ ผู้ที่ปฏิบัติจริงๆจังๆ เอาอิทธิบาท ๔ มาใช้ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ใช้หมดเต็มที่ ไม่ต้องพูดถึงเรื่องจิตตะ มีหรือไม่มีไม่ทราบ จะสมมติบัญญัติอะไรก็ตาม จะ ไม่สมมติบัญญัติก็ช่าง เห็นผลประโยชน์ชัดเจนขึ้นมาในใจ ย่อมสำเร็จประโยชน์ในสิ่งอันที่ ปรารถนา

เหมือนกันกับคนที่เขามีอาวุธอยู่ในมือ บางคนนั้นเห็นว่ามีอาวุธสำหรับประหารอาหาร สัตว์ร้ายอะไรต่างๆ มีปืนอยู่ในมือกำป้อมอยู่ เสือมันเดินมาตรงนี้แหละจะฆ่ามัน จะฆ่ามันให้ได้ แล้วไปแอบลืออยู่ในนั้นแหละ แอบลืออยู่ข้างๆทางในเมื่อเสือมาจริงๆจังๆ บอกว่าจะยิงด้วยปืนนี้ แหละ พอยิงไปมันต้องตายทีเดียว พอเสือมายังโป่ง แต่โป่งแต่ปาก ปืนเลยไม่คิดตกไกขึ้นมา มัน จะสำเร็จประโยชน์อะไร อันได้แต่พูด ได้แต่คำพูด สิ่งที่มีมันเป็นคุณเป็นประโยชน์เพราะการทำ ต่างหาก เวลาเขาจะฆ่าเสือยิงเสือ เขาไม่ต้องทำเสียงปืนออกปากหรือ เสียงปืนมันโป่งไปเอง ถูก เสือต้องตาย

ฉันใดผู้ปฏิบัติ ถ้าหากว่าเคร่งครัดในธรรมะทั้งสี่ประการนี้แน่วแน่อยู่ตลอดเวลา อิทธิบาท ทั้ง ๔ ก็มีอยู่ทุกเมื่อ พระองค์จะทรงสอนอะไร ก็มันมีตามเป็นจริง มันมีอยู่แล้วพระองค์ค่อยทรง

สอน มันมีลักษณะ ๔ อย่างนี้ อยู่ในตัวของคนทุกคน พระองค์ต้องทรงเทศน์ตามนั้น ไม่เหมือนกับ  
ผู้เรียน เรียนแล้วไปเรียนเอาคำพูดของผู้พูดเสียก่อน แต่ว่าตัวเองไม่ทำ มันไม่สำเร็จประโยชน์ การ  
ปฏิบัติหรือการเรียนการศึกษา มันผิดแปลกกันตรงนี้ ทำจริง กับ เรียนเฉยๆ มันผิดกันอย่างนี้

เพราะฉะนั้นจึงว่า ธรรมะอะไรทั้งหมดทุกสิ่งทุกส่วน เป็นจริงทุกส่วน ครั้นถ้าหากทำจริง  
แล้ว อิทธิบาท ๔ มารวมกันหมดแห่งเดียว มีมันทะตัวนั้นเป็นพอ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ไม่ต้องพูด  
มันทะก็ไม่ต้องพูด อันความเป็นจริงแล้ว ความตั้งใจจริงๆจังๆ ย่อมสำเร็จประโยชน์ของตน ตาม  
สมควรแก่ฐานะของตน เอาละ

ความตั้งใจจริงๆ จัง ๆ

เอากันจริง ๆ จัง ๆ

ย่อมสำเร็จประโยชน์ของตน

ตามสมควรแก่ฐานะของตน

## ๒๘. การทำทานโดยลำดับ

วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

นักปราชญ์ทั้งหลาย

ย่อมสรรเสริญเรื่อง ทาน

มีคนอันธพาลเท่านั้น

ที่ไม่สรรเสริญ

ทั้งๆที่ตนเองก็รับ ทาน อยู่

แต่ไม่รู้จักคุณค่าของการ ทำทาน

จะอธิบายธรรมะใกล้ๆ นี้ให้ฟัง ว่าถึงเรื่องทาน ถึงเรื่องศีล ถึงเรื่องสมาธินี้ละ ที่เรา  
ทุกคนพากันอาศัยอยู่ หากว่าไม่มีทานเสียแล้ว มนุษย์คนเรานั้นเกิดมาไม่ได้ เกิดมาทุกคนต้องมี  
ทานต้องรับทานกันทุกคน ตั้งแต่เกิดมาเบื้องต้นจนกระทั่งวันตาย ต้องมีทาน ถ้าไม่มีทานอยู่  
ไม่ได้ นักปราชญ์ทั้งหลายท่านย่อมสรรเสริญถึงเรื่องทาน มีคนอันธพาลเท่านั้นที่ไม่สรรเสริญ  
ทั้งๆที่ตนเองก็รับทานอยู่ แต่ไม่รู้จักคุณค่าของการทำทาน

ทาน คือการให้ เกิดมาบิดามารดาให้อุปการะทุกประการ ให้ข้าวก่อนน้ำนมก็ได้ชื่อว่าทานมาแล้ว การให้นั้นเรียกว่าทานทั้งนั้น แม้ตั้งแต่ประเทศชาติเขาก็ยังให้ทานแต่เขาไม่เรียกว่าการให้ทาน เขาให้การสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน คือแจกเฉลี่ยความสุขให้กัน หรือเขาให้ความช่วยเหลือกัน เขาจะไม่เรียกว่าทาน บ้านใดเมืองใดเกิดอุบัตเหตุ น้ำท่วม แผ่นดินไหว หรือไฟไหม้อะไรต่างๆ เกิดอุทกภัยด้วยประการต่างๆ เขาก็ช่วยเหลือสงเคราะห์กัน นับเป็นล้านๆบาท อันนั้นก็เรียกว่าทานเหมือนกัน

แต่ภิกษุของเราไม่มีอะไรจะให้ อันคนไม่มีการหาอยู่หากินอาศัยชาวบ้านเขา เขาเป็นผู้หาอยู่หากินให้ เขาทำทาน สิ่งทั้งหลายเขาให้มาหมดในตัวของเรา เป็นผ้าผ่อนเครื่องนุ่งของห่มอาหารการกิน ที่อยู่ที่นอนหยุดยอะไรต่างๆนั้น เรียกว่าอาศัยชาวบ้านทั้งหมด ที่จะป็นอยู่ได้ก็เพราะชาวบ้านนี้แหละ เขาให้ทานควรที่จะระลึกคิดถึงทานของเขา เราเป็นผู้รับ เป็นผู้รับถ่ายเดียว ก็ควรที่จะระลึกถึงอุปการะของเขา ถ้าหากเขาไม่ให้เราก็ออยู่ไม่ได้ เราก็อปฏิบัติศาสนาไม่ได้ ทำความเพียรภาวนาได้สมาธิ ได้ปัญญา ได้มรรคผล ได้ฌานสมาธิ ก็เพราะของเขาทั้งนั้นแหละ สิ่งที่เราได้มานั้นมันเป็นประโยชน์แก่ตนยิ่ง

ครั้งถ้าหากเราระลึกคิดถึงบุญคุณของเขาด้วยประการอย่างนี้ เราแผ่เมตตาถึงเขา ให้เขาได้ความสุขความสบาย ให้เขาปราศจากโรครภัยไข้เจ็บ คุณประโยชน์อันนั้นก็เกิดความปลอดภัยของเขา ถึงหากเราไม่แสดงอาการภายนอกแต่ภายในมันรู้กันเอง ความเมตตาปรารถนาหวังดี อันนั้นแหละได้ชื่อว่าให้ทานโดยแท้ เขาทำทานเขาปรารถนาหวังดีแก่เรา เราแผ่เมตตาถึงเขา ก็เรียกว่าให้ทาน ได้ให้น้ำใจเป็นทาน ให้อภัยทาน นั้นเป็นเครื่องสนองตอบแทนซึ่งกันและกัน

ทาน นั้นมันมีหลายอย่าง เหลือที่จะคณานับ แต่ความเป็นจริงแล้ว ถ้าหากมีเจตนาหวังดี ปรารถนาความสุขให้กับคนอื่น อันนั้นให้ชื่อว่าให้ ทาน โดยแท้ จะให้ของน้อยก็ดี จะให้ของมากก็ดี ให้ของหยาบของละเอียดไม่เป็นปัญหา ด้วยเจตนาอันเป็นของใหญ่เป็นของมากเองทานจึงค่อยมีประโยชน์อย่างนี้ ทานนั้นเป็นเครื่องบำรุงน้ำใจให้คนใกล้ชิดสนิท

ในพุทธศาสนาตนทำทานย่อมพอใจเลื่อมใสอย่างยิ่งในการทำทาน ทานที่ไหนดนอกจากทานในพุทธศาสนาก็ไม่มี ใกล้ชิดสนิทเข้าเป็นเหตุให้คุ้นเคยกับพระเจ้าพระสงฆ์ สนิทสนมกับพระเจ้าพระสงฆ์ เราเป็นผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เขาทำทานก็เป็นบุญเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่ เขาก็เข้าใกล้ชิดสนิทสนมศึกษารธรรมะซึมโม เราก็มีโอกาที่จะแนะนำตักเตือน สั่งสอนเขา อันนี้มีประโยชน์อันยิ่งใหญ่ แล้วค่อยก้าวถึง ศิล ละคราวนี้ ผู้ที่ทำทานอยู่เสมอๆ หัดนิสัยให้ใจของเราเยือกเย็น อบรมนิสัยจิตใจของเราให้ดีขึ้นโดยลำดับ ทานนั้นได้ชื่อว่าเป็นบารมีอันหนึ่ง ซึ่งเป็นเครื่องข้ามพ้นโอฆะสงสาร

ไม่เหมือนทำความชั่ว ทำความชั่วนั้นไม่มีดีขึ้นเลย มีแต่จะเลวลงทั้งนั้น ทานการกุศลนั้น เรียกว่าบารมี พระพุทธองค์ทรงบำเพ็ญมาแล้ว คนทุกวันนี้ก็บำเพ็ญเพื่อให้ถึงที่สุดเรียกว่าบารมี เมื่อทานหนักๆ เข้า ก็คิดถึงเรื่องการทำทานอยู่เสมอ ทำบุญทำทานตลอดเวลา นั่นแหละเป็น เหตุใกล้ชีวิตพุทธศาสนา

**การรักษาศีล** ละคราวันึงดเว้นจากบาปกรรมนั้นๆ โทษ๕ โทษ๘ ประการ กิ่งดเว้นได้ เราทำทานคือ การสละสิ่งของ **เรารักษาศีล คนรักษาศีลก็สละโทษบาปกรรมต่างๆได้** อย่างเรา ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ประพฤติดิฉินมิฉาจาร ถลาโกหกมุสาวาท ดิมสุรามรัย เมื่อทำทาน ละความ ชั่วได้ บำเพ็ญความดี เห็นแต่ความดี เห็นความดีตลอดเรื่อยไปในการละเว้นความชั่ว เช่น เห็น การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ฯ เป็นของไม่ดี จิตใจก็ผ่องใสสะอาดละได้ง่าย ทำทานนำไปซึ่งการรักษา ศีล

**การรักษาศีล** คือ เจตนางดเว้นจากความชั่ว อันเดียวเป็นพอ ไม่ต้องพุดมาก สิ่งใดชั่วร้าย แล้วละเสีย งดเว้นเสีย เรียกว่าการรักษาศีล ทั้งกายและวาจาหรือใจด้วย ท่านพุดถึงเรื่องกายและ วาจาเป็นการรักษาศีล ผมก็ว่า ถ้าหากไม่มีใจก็รักษาไม่ได้ ท่านบอกว่า เจตนาเป็นของงดเว้นเป็น การรักษาศีลท่านว่าอย่างนั้น ท่านหมายถึงพุดถึงเรื่องของใจ พุดถึงเรื่องกายและวาจา ถ้าไม่มีใจ ให้งดเว้นจะรักษาศีลได้อย่างไร มันต้องมีใจด้วยสิ จึงจะรักษาศีลได้ อันนี้ละเว้นเข้ามาภายใน ส่วนการทำทานนั้นเป็นของภายนอก จิตใจจดจ่อต่อเฉพาะทำทานเรื่องสละอย่างเดียว เรื่องใ้ ทานอย่างเดียว แต่ศีลนี้เป็นของละภายใน เราไม่ต้องชวนชวนหาในที่อื่น อยู่ในที่เดียวทำทาน ได้ ไม่มีอะไรก็ทำทานได้ คือ เจตนาตัวเดียวเป็นของรักษาศีล

เจตนางดเว้นนั้นเป็นการสละการทำทาน การสละทำทานนี้แหละมันเข้ากับ **สมาธิ** เข้ากับ ภาวนา ภาวนาคือการงดเว้นจากสิ่งทั้งปวงหมด สละทุกสิ่งทุกประการไม่มีเหลือหลอ **อารมณ์ ทั้งปวงหมด** จะเป็นอารมณ์มาทางอายตนะทั้งหกกระทบเรา เราก็ปล่อยไป ละไป ทิ้งไป ทาน ไป นิเวรณทั้งห้า เราก็สละไปทานไปเรื่องฌานสมาธิ วิตถ วิจารณ ปิติ สุข เราก็สละทิ้งไป ถอนไป อันนี้เป็นการทำทานเรื่องสมาธิ

ทานเบื้องต้น เรียกว่า **ทานบารมี** ให้ภัยทานคือ**การรักษาศีล** เรียกว่า **อุปัชฌายะ** ทาน จำพวกการหัดภาวนา ทำสมาธิ เรียกว่า **ปรมัตถบารมี** เป็นบารมีอย่างยิ่ง ทำทานอย่างนี้เป็นของ ทำง่าย มันอยู่เฉพาะในตัวของเราทั้งนั้น เราเป็นพระภิกษุไม่มีการชวนชวน แสวงหาวัตถุ ภายนอก เราทำทานด้วยการรักษาศีล คืออภัยทาน ด้วยการหัดทำสมาธิภาวนา ละความชั่ว ทั้งปวงหมดเป็นการทำทาน เป็นปรมัตถบารมีอย่างยิ่ง เป็นเหตุใ้ข้ามพ้นจากวัฏฏสงสาร

จาคะ กับ ทำทาน มันต่างกัน ทานนั้นทานทั่วไปหมดทุกสิ่งทุกประการอย่างที่อธิบายมาแล้ว จาคะ เป็นการสละภายใน เป็นทานอันพระอริยะเจ้าท่านทานไม่ใช่ปลุชคนคนหน่าอย่างเราทาน เป็นทาน ปรมัตถบารมีอย่างยิ่ง อย่างท่านพูดว่า จาโค ปฏินิสฺสฺสฺโค มุตฺติ อนาลโย เป็นคนสละไม่อ้ายเกี่ยวข้อง ฟ้นจากวิภูฏสงสารได้แท้จริง ทำไมถึงไม่ว่า ทาน เทติ ทาน ท่านไม่พูด ท่านว่า จาโคปฏินิสฺสฺสฺโค เลย เป็นผู้สละหมดทุกสิ่งทุกประการ ไม่เกี่ยวข้องพัวพัน ในสิ่งทั้งปวงหมด อันนั้นแหละท่านว่า ปฏินิสฺสฺสฺโค มุตฺติ อนาลโย ฟ้นเสียดจาก วิภูฏสงสาร

การทำทาน ที่ทานมาโดยลำดับด้วยประการอย่างนี้ ฟึงเข้าใจเถิดว่า จาคะ กับ ทำทาน มันต่างกัน เอาละ

ความเมตตาปรารถนาหวังดี

อันนั้นได้ชื่อว่าให้ ทาน โดยแท้

เขาทำ ทาน ปรารถนาหวังดีแก่เรา

เราแผ่เมตตาถึงเขา

ก็เรียกว่าให้ ทาน

ได้ให้น้ำใจเป็น ทาน ให้ อภัยทาน

นั่นเป็นเครื่องสนองตอบแทนซึ่งกันและกัน

## ๒๕. การชำระกิเลส

วันที่ ๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๘

ให้รู้เรื่องของตน

เราทำอะไรเวลานี้?

เราต้องการอะไร จึงค่อยทำภาวนา

ตรงไหน เราจะต้องชำระ

ตรงไหนเรา จะต้องละ ต้องทิ้ง

ต้องปล่อย ทั้งนอกและใน



จะพูดถึงเรื่องภาวณา ผู้ที่ทำความเพียรภาวณาทุกคน ปรารถนาเพื่อจะให้จิตของเราหมดจด บริสุทธิ์ สะอาดทุกคนนั้นแหละ ทำทั้งกลางวันกลางคืนทำตลอดเวล่ำเวลา ผู้ทำไม่ถูกก็เลยม गयाไปในเรื่อง สะสมกิเลสเข้าไปอีก บางคนนั้นคิดไปคิดมาปรารถนาความเพียร มันเลยเอาอันนั้นมาเป็นอารมณ์ เลย สะสมแต่กิเลสกองมูลกองพูนอยู่ในนั้น ไม่ใช่ชำระกิเลส การชำระกิเลสมันต้องถอนต้องเพิก ออกไปมันจึงเรียกว่าภาวณา

พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า การภาวณา คือว่า การละ การทิ้ง การถอน จึงเรียกว่าภาวณา ครั้น ไม่ทิ้ง ไม่ถอน ไม่เลิก ไม่ละ มันเป็นการสะสม ก็อยู่อย่างนั้นแหละ ทำไปสัก เท่าใด ก็เป็นอยู่อย่าง นั้นแหละ ไม่มีละไม่มีถอนเป็นให้รู้เรื่องของตน เรามาทำความเพียรภาวณานี้ เรามาทำอะไรเวลานี้ เรามาต้องการอะไรเราจึงค่อยทำภาวณา ตรงไหนเราจะต้องชำระ ตรงไหนจะต้องละ ต้องทิ้ง ต้อง ปล่อยทั้งนอกและทั้งใน

ทางนอก คือ สิ่งที่แวดล้อมตัวของเรา การนุ่งการห่ม อาหารการกิน ที่อยู่ที่นอน ยาแก้ไข้ทุก สิ่งทุกประการ อันนี้มันเป็นเครื่องแวดล้อมในตัวของเรา เราจะต้องชำระให้เห็นอยู่ตลอดเวลา ในขณะที่จิตของเรานั้นไปมัวเมาในของเหล่านั้น เป็นผ้าเป็นผอน ถ้าหากว่าเป็นการจำเป็นเราไม่ ต้องสะสม จำเป็นต้องนุ่งต้องห่ม จำเป็นต้องปกปิดร่างกาย อันนั้นเป็นเพียงแต่สักว่าปกปิดร่างกาย ไม่หลงไม่มัวเมาประมาทที่เราได้ของคิบบของดี หรือไม่ได้ของดีก็ไม่พอใจ อันนี้มันเป็นเหตุให้เรา เศร้าหมอง กิเลสมันรอบอยู่ในตัวของเรานี่ละ ทุกสิ่งทุกประการ

อาหารการกิน ที่เรารับประทานเข้าไป มันเลือกไหม? เลือกว่าอาหารดีไม่ดี มันเลือกไหม? สังเกตดูใจของเรา ถ้าหากว่ายังเลือกมองนั้นมองนี้ อันนั้นดีอันนี้ไม่ดี นั้นถูกปากนี้ไม่ถูกปาก อัน นั้นอร่อยอันนี้ไม่อร่อย มันยังส่ายหาอยู่ มันจะเป็นเหตุให้ใจเราเศร้าหมอง เป็นเหตุให้ใจไม่ผ่องใส อันนี้ก็เรื่องจำเป็นที่สุด เราจะต้องรับประทานอาหารอยู่ทุกวัน ต้องดูแลรักษาให้มันรอบคอบ

เสนาสนะ ที่อยู่ที่นอน เสื้อหมอน เราใช้เราสอยเรารู้จักรักษา รู้จักเก็บไม่ใช่ว่าใช้แล้วก็เลยทิ้ง ให้หมกคิและเกนัง ไม่รู้จักระมัดระวังรักษาของ อันนี้เป็นเครื่องแสดงออกมาแต่ภายใน จิตใจเรา หมกมุ่น จิตใจเรารกมันก็รกรตาม จิตใจเราผ่องใสมันก็ผ่องใสตามกัน ของภายนอกมันแสดงถึงของ ภายใน เราใช้สอยแล้วได้อุบัติเราพอใจหรือไม่พอใจ ยินดีหรือไม่ยินดีในการที่เราอยู่ การอยู่ป่า รุกขมูลอันนั้นคืนัก มองที่ไหน ก็ไม่ใช่ของเราสักอย่างเดียว มีแต่กลดมีแต่มุ้ง แล้วก็เก็บเล็กไปเลย ที่ปุณอนก็เป็นแต่เพียงว่าเป็นหญ้า เป็นใบตองเฉยๆ ไม่ได้ว่าเป็นของเรา ได้อย่างนั้นแหละดีมาก

อยู่กุฎก็เช่นเดียวกัน แต่ว่ากุฎและเสนาสนะอันนั้นไม่ใช่ป่ารุกขมูล ไม่ใช่ทำอย่างนั้น อัน นั้นเป็นของไม่มีใครหวงแหน อันนี้เราหนีแล้วยังมีคนรักษาผู้มีคนอื่นรักษาหวงแหนอยู่ หวง

แหงก็ไม่ใช่ว่าแหงแหงอะไรหรอก สำหรับให้เรามาอาศัยนั่นละ แต่คนอื่นมาอาศัยก็ได้ เราต้องเก็บ ต้องรักษา ต้องรู้จักใช้สอยมันให้เป็น

เรื่องไฟก็ดูให้มันพอ ให้ใช้พอประมาณสมควร บางทีดูหนังสือเพลินไปเลยหลับไป จวนจะรุ่งขึ้นไปจึงจะรู้สึก แต่ก่อนผมเดินอยู่ตามลานวัด พระณรมไม่ค่อยมีสติระวังรักษาสักหน่อย แต่เดี๋ยวนีผมไม่ได้เที่ยวแล้ว ไม่ได้ออกจากกุฏิ ไม่ทราบว่ากุฏิไหนนอนเปิดไฟทิ้งไว้ กุฏิไหนเปิดกุฏิไหนไม่เปิด มันก็ไม่รู้เรื่อง สนุกใหญ่เลย ไม่มีการระวังไม่มีการรักษา ไม่มีการตักเตือนซึ่งกันและกัน เลยเปิดไว้ตลอดเวลา สนุกเลย

หยุดยา ที่เรานั้นเพื่อบำบัดโรคภัยไข้เจ็บ ไม่ใช่ที่เราั้นเพื่ออิมเพื่อสนุกสนาน เราั้นก็สักแต่ว่าแก้โรคภัยไข้เจ็บ ไม่ใช่ว่าอิมยาให้เป็นนิจ จนคิดยานั้น อย่างอิมหมากเขาวราชอย่างนี้เป็นต้น หรือยาอินตัน ยาโบตัน อย่างนี้เป็นต้น

เหตุนั้น เรื่องกิเลสทั้งหลายมันล้อมอยู่ในตัวของเรา ถ้าจะชำระกิเลสของตนต้องชำระของหมูนี เห็นของหมูนีเสียก่อน แล้วจึงชำระตรงนั้น ครั้นเมื่อชำระลงไปแล้ว ไม่มีอะไรเป็นเครื่องติดเครื่องข้อง จิตมันก็ผ่องใสสะอาด นั้นแหละเรียกว่า ชำระจิตสะอาดแท้ จิตสะอาดไม่มีกิเลสพัวพันจิตใจผ่องใสอยู่ตลอดเวลา อันนั้นแหละเรียกว่า ชำระกิเลสแท้ จิตใจผ่องใสสะอาดไม่มีเครื่องกังวลเกี่ยวข้อง นั้นเป็นจิตอันบริสุทธิ์ อันนั้นเรียกว่าเป็น สมาธิ แล้วนั้นนะ สมาธิตรงนี้ไม่ใช่อยู่ไกลคือชำระทั้งหมด จิตใจเราชำระทั้งหมดแล้วมันก็ผ่องใส สะอาดอันนี้ว่าถึงการชำระแต่ปัจจุชาติทั้ง ๔ เฉพาะกิเลสปัจจุชาติทั้ง ๔ ผ่องใสสะอาด

การชำระกิเลสอื่นๆ ก็เหมือนกัน ที่มันข้องอยู่กับจิตใจของตน ไม่พัวพันเกี่ยวข้อง จิตมันก็ผ่องใสสะอาด จิตมันก็เป็นสมาธิ จิตเป็นสมาธิอันนี้นั้น เกิดจากเราชำระอย่างที่ว่ามานี้ ใจสะอาดบริสุทธิ์แล้ว ก็ปราศจากกังวลพัวพันทั้งหมด จิตใสสะอาด อันนั้นเรียกว่าชำระโดยลำดับ การชำระจิตบางทีนั้นเราชำระอะไรหรืออารมณ์อะไรก็ตามเถอะ เมื่อชำระเด็ดเดี่ยวกล้าหาญเฉพาะสิ่งนั้นๆ อารมณ์นั้นๆ จิตมันรวมลงไป มันขาดเสียจากสิ่งที่กังวลเกี่ยวข้องทั้งหลายเหล่านั้นแล้วขาดหมดมันรวมไปไม่รู้ตัว อันนั้น”จิต”อย่างหนึ่ง

“จิต” ที่ไม่มีกังวลเกี่ยวข้องผมอธิบายว่าเป็น “ใจ” คือตัวกลาง ตัวไม่คิดไม่นึก คือไม่มีอารมณ์มันเป็นกลางๆ อยู่เฉยๆ นั้นเข้าถึงใจแท้ อันนั้นท่านเรียก “จิตเดิม” หรือเรียกว่า “จรมกจิต” ก็เรียกจิตนั้นเป็นของเดิม จิตเดิมมันผ่องใสเป็นปกติธรรมดา มีบางคนนั้นสงสัยว่า จิตมันผ่องใสแล้วทำไมจึงต้องมาชำระกิเลสอีก เราชำระอันตัวเศร้าหมองนั้นต่างหาก ตัวจิตจะไปชำระอะไรมัน ตัวใจแท้ไม่ต้องชำระ ชำระตัวจิตต่างหาก เหมือนกับเมฆ เหมือนกับฟ้า อันที่มาปกปิดพระอาทิตย์และพระจันทร์ให้มัวหมองไป เราชำระตัวนั้นต่างหาก ไปชำระมันทำไมพระอาทิตย์พระจันทร์ไม่ได้

เศร้าหมอง ชำระตัวนั้นอันที่ปกปิด มันก็ถึงพระอาทิตย์พระจันทร์นะซี คือถึงใจนั้นซี ให้ส่องใส สะอาดอยู่ตลอดเวลา

ถ้าหากว่าจิตอันนั้นเศร้าหมองแล้ว ไม่มีใครสามารถชำระจิตได้ ไม่มีใครสามารถทำให้จิตส่องใสได้ เหมือนกับเหล็ก เหมือนกับแร่ตะกั่วอะไรต่างๆ เราจะไล่จี้มันสักเท่าไรก็ไม่ใสสะอาด เหมือนเก่า ถ้าหากเป็นแก่นนั้นใสของสกปรกแล้วใสสะอาดอยู่ตลอดเวลา จิตก็มันเดียวกัน เหตุนี้จึงว่าจิตที่เป็นของส่องใสสะอาดนั้นเป็นจิตของเดิม อันนั้นจึงว่าไม่มีการเศร้าหมอง

แต่อีกอย่างหนึ่งที่มันจะทำให้เกิดอุปายปัญญา มันยังอีกตอนหนึ่ง มันเกิดอุปายของตนอีกตอนหนึ่งต่างหาก ให้มันถึงตรงนั้นเสียก่อน มันจะเกิดอุปายอะไรต่างๆ ความแยกกาย มีความชำนาญชำนาญเกิดขึ้นมา มันจึงค่อยเกิดอุปายแยกกายต่อไปอีก อันนั้นแล้วแต่ของใครของมัน แล้วแต่ของตนเอง ไม่มีคำพูด พูดกันไม่ได้ พูดกันได้แต่การชำระจิต เรื่องชำระจิตอย่างอธิบายมานี้ ส่วน “ใจ” นั้นนะเป็นของเดิม อธิบายไม่ได้ แต่ว่ามีผู้อุปายปัญญาต้องชำระด้วยตนเอง

**การภาวนาคือ**

**การละ การทิ้ง การถอน**

**การอยู่ป่ารุกขมูลอันนั้นดี**

**มองที่ไหนก็ไม่ใช่ของเรา**

**สักอย่างเดียว**

๓๐. กรรม - เวร

วันที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๘

**ถึงอย่างไร เราทำบุญนั้น**

**เพื่อบำรุงจิตใจของเราให้ดีขึ้น**

**อันนั้นแหละ มันจะพ้นจากกรรมได้**

**มันค่อยเบาบางลงไป**

โดยมากเขาเข้าใจว่าเจ้ากรรมนายเวรเป็นของมีอยู่ เราจะได้ยินทั่วไปว่าทำบุญอุทิศให้เจ้ากรรมนายเวร เพื่อให้รอดโทษนั้นให้ ไม่ใช่เป็นเวรเป็นกรรมกันต่อไป ความซื่อซื่อไม่ทราบว่าเป็น

จริงอย่างไร ผมเองก็สงสัยมานานแสนนาน ตั้งแต่บวชมาที่แรกโน่นล่ะ จนปานนี้แหละ นาน หรือไม่นานก็จนปานนี้แหละ และไม่ทราบว่าจะแก้ไขเขาอย่างไร แก้ไขก็เป็นเรื่องยืดเยื้อ เขาคงไม่เชื่อ เพราะเขาถือมานมนานแล้ว ถ้าหากว่าพวกเราไม่แก้ไข เรื่องเหล่านี้ก็ยังคงจะนานไปอีกแสนนาน ที่เข้าใจว่าเจ้ากรรมนายเวรมี

คำว่า “เจ้ากรรมนายเวร” นั้น หมายถึงผู้ปกครองกรรมเวร ก็อย่างพวกข้าราชการ เจ้านาย ปกครองประชาชน เมื่อว่าเจ้ากรรมนายเวรบอกให้ทำอะไรก็ต้องทำ บอกให้เลิกอะไรก็ต้องเลิกอะไร อย่างนี้จึงเรียกว่าเจ้ากรรมนายเวร

คราวนี้มาพิจารณาถึงเรื่องกรรมเวร กรรมมันเกิดจากอะไร? ให้คิดถึงตอนนี้อีก อย่าง พระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนาว่า กัมมสุตฺตา กัมมทายาทา ผู้ใดทำกรรมอันใดไว้ ย่อมได้รับกรรมอันนั้น มาพิจารณาตอนนี้แล้ว ไม่ทราบเจ้ากรรมนายเวรอยู่ตรงไหน เจ้ากรรมนายเวรก็คงอยู่ที่ตัวของเรานั่นเอง ที่ว่า เราทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว มิใช่ว่าตายไปแล้วจะให้เจ้ากรรมนายเวรนั้นบังคับ ตายไปก็คนเดียวเรานี้แหละ ไปเกิดที่ไหนก็คนเดียวนั่นแหละ เป็นกรรมเป็นเวร

เหตุนี้คำว่า “เจ้ากรรมนายเวร” นี้ ในพุทธศาสนาไม่มี แต่ความนิยมนับถือของเขว่าเป็นของมีอยู่ นี้แหละเข้าใจผิดตรงนี้แหละ และเมื่อเจ้ากรรมนายเวรมีอย่างนั้นแล้ว เขาทำบุญทำทานสิ่งเหล่านั้นไป ก็ให้ถึงเจ้ากรรมนายเวรให้รับ และให้เจ้ากรรมนายเวรอโหสิกรรมให้ คนทำกรรมทำเวรนั้นจิตมุ่งมาตรปรารถนาอาฆาตจองเวรจองกรรมซึ่งกันและกัน แล้วมันจะขาดไปได้อย่างไร

เวร อันหนึ่ง กรรม อีกอันหนึ่ง พุดไว้ ๒ อย่าง

เวร นั้นทำแล้วต้องผูกอาฆาตพยาบาท ของล้างของผลาญซึ่งกันและกัน เราทำให้คนนี้แหละ เช่นว่า นาย ก. ทำนาย ข. นาย ก. นั้นผูกพยาบาทอาฆาตไว้ว่า เจ็บใจแสนที่สุดให้นาย ข. จึงฆ่านาย ข. หรือตีนาย ข. หรือทำให้เจ็บช้ำน้ำใจด้วยประการต่างๆ สมปรารถนาของตน แม้จะฆ่าให้ตายแล้วยังอยากจะฆ่าอีกให้ตายไม่รู้แล้วรู้รอดกันสักที อันนั้นแหละเวร คราวนี้นาย ข. เป็นคนผูกอาฆาตอีกเหมือนกัน มึงทำกู กูก็จะต้องทำอย่างนั้นเหมือนกัน ครั้นถ้าหากว่าไปพบหน้าชาติหน้าหรืออะไรก็ตามเถอะ นาย ข. นี้ต้องผูกเวรนั้นอยู่ตลอดเวลา กลับมาทำให้นาย ก. เช่นเดียวกับที่นาย ก. ทำให้นาย ข. เมื่อนาย ข. ทำให้นาย ก. นาย ก. ก็จะต้องผูกเวรนาย ข. อีกต่อไป อย่างนี้ไม่รู้แล้วไม่รู้รอดกันสักที ดังเรื่องนางกุลธิดากับนางยักษิณีในกาชาดธรรมบท นั้นแหละเป็นเรื่องเวร

คราวนี้ เวรนี้จะหมดเวรด้วยประการใด? เวรย่อมไม่ระงับเพราะมีเวร เวรระงับเพราะไม่มีเวร ความข้อนั้น เวรระงับเพราะไม่มีเวร คือ หมายความว่า คนนี้ก็เลิกร้ายกัน เห็นโทษของตนแล้ว เลิกร้ายไม่ทำเวรต่อไป คือนาย ก. ไม่ทำเวรกับนาย ข. ต่อไป แต่นาย ข. ละคราวนี้ยังไม่เลิกร้าย มันก็ต้องจำเป็นต้องผูกเวรกับนาย ก. อีกต่อไป อันนั้นยังไม่ทันหมดเวร ยังไม่ได้ระงับเวรเพราะมีเวร

หากว่าทั้ง ๒ เลิกร้างต่อกัน นาย ก. และนาย ข. ลบร้างกันแล้วก็หมดเวรหมดกรรม อันนั้น ระวัง เพราะไม่มีเวร

แต่ว่าอันคนตายไปแล้ว มันจะพูดกันรู้เรื่องอย่างไรได้ ตายไปไม่ทราบว่าจะเกิดโลกไหน อย่างว่าเป็นสัตว์เป็นสาเป็นอะไรต่างๆ อย่างนี้ เป็นวัว เป็นควาย หรือเป็นเปรตตอสุรกาย กับมนุษย์มันจะพูดรู้เรื่องกันหรือ หากว่าคนนี้ตายไปแล้วก็ มันก็พูดกันไม่รู้เรื่องอีกเหมือนกัน เราก็ไม่อยากจะเวรละ แต่เวรมันเกี่ยวเนื่องกันอยู่ เพราะเหตุที่จิตอาฆาตพยาบาท มันยากอยู่ตรงนี้ ยากที่จะระวังเวรได้เพราะตรงนี้

ที่ท่านว่า เวรย่อมระงับได้เพราะไม่มีเวร นั้นจริง แต่ว่ามันระงับไม่ได้เพราะเหตุที่ไม่รู้เรื่อง ของกันและกัน มีทางเดียวซึ่งอยู่ในชีวิตมนุษย์เป็นมนุษย์มีชีวิตอันนี้อยู่ ต่างคนต่างเห็นโทษของกันและกัน แล้วก็พูดกันต่อหน้าเสียบอกว่า ฉันทำผิดอย่างนั้น ทำผิดอย่างนี้ ถึงว่าทำผิดโดยเจตนาหรือไม่เจตนา แต่โดยเหตุที่อีกผู้หนึ่งเข้าใจผิด แล้วก็อาฆาตพยาบาทจองเวรซึ่งกันและกันครั้งหากว่าต่างคนต่างเห็นโทษของเวรอย่างนั้นแล้ว เข้าไปหากันแล้ว ระวังเวรด้วยการขอขมาโทษกัน ให้อโหสิกรรมกัน นั่นเป็นหมดเรื่องในชาตินี้เท่านั้น ไม่ต้องไปนมนานถึงหลายภพหลายชาติต่อไป อันนี้ระงับได้เพราะไม่มีเวรอย่างนี้

คราวนี้กรรม กรรมไม่ใช่อย่างนั้น คนที่ทำกรรมจะรู้จักหน้ารู้จักตา รู้จักชื่อเสียงวงศ์ตระกูลอะไรกันต่างๆก็ตามเถอะ หรือไม่รู้จักก็ช่าง อย่างว่าคนเราทำกรรมเช่น ไปฆ่าสัตว์หรือฆ่ามนุษย์ โดยเหตุที่ไม่รู้จักหน้ารู้จักตา ไม่รู้จักวงศ์ตระกูลของกันและกัน อย่างสงครามโลกนี้เป็นต้นไม่รู้จักว่าคนชาติไหน ประเทศใด อยู่ต่างน้ำต่างแดนโน่นละแล้ว ก็ยิงก็ฆ่ากันตายไป แล้วไม่รู้จักอาฆาตพยาบาทกัน มุ่งที่จะฆ่าทำลายกันและกัน ย่อมเป็นกรรมทั้ง ๒ ฝ่าย

ผลกรรมที่จะให้ละคราวนี้ ไม่ใช่คนที่เราทำนั้นมาให้ คนอื่นทำให้ก็ได้ หรือสิ่งอื่นทำให้ก็ได้เช่น เราตกน้ำตาย ไฟเผาตาย รถคว่ำตาย เครื่องบินตกตาย น้ำท่วมพายุพัดตาย อย่างนี้เป็นต้นอันนั้นเรียกว่ากรรม กรรมที่เราทำไว้นั้นแหละย่อมสนองให้เราเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่คนที่เราทำให้นั้นมาทำให้เรา อันนั้นเรียกว่ากรรม

อัน “เจ้ากรรม-นายเวร” นั้นพูดทั้ง ๒ อย่าง เจ้ากรรมก็ดี นายเวรก็ดี ที่อย่างพูดมาเบื้องต้นว่า คนนั้นเป็นคนบังคับให้ทำ แต่แท้ที่จริงคนนั้นไม่ใช่คนบังคับ หากต่างคนต่างทำด้วยตนเองแล้วกรรมนั้นบันดาลให้เกิดขึ้น อันคำที่ว่า นรกนายนิรยบาลหรือนายอะไรต่างๆที่บังคับให้ทำนั้น ผมเข้าใจว่ากรรมบันดาลต่างหาก ที่ให้เกิดคนนั้นคนนั้นมาทำทัณฑ์กรรมอย่างนั้นอย่างนี้เพราะเหตุที่กรรมบันดาลให้ปรากฏเฉยๆ ไม่ใช่คนนั้นจะมาทำให้ตาย ครั้นถ้าอย่างนั้น คนนั้นก็ต้องทำกรรม

ต่อไปอีก นายนิรยบาลหรือนายอะไรนั่น มันต้องทำกรรมต่อไปอีก ไม่มีที่สิ้นที่สุด ผมจึงบอกว่า  
เข้าใจว่ากรรมอันนั้นบันดาลให้เกิด ดังที่ท่านพูดถึงเรื่องกรรมนิमित คตินิमित เป็นต้น

**กรรมนิमित** นั้นเราทำกรรมอันใดไว้แล้ว ย่อมบันดาลให้เกิดนิमितในเมื่อจะตายเช่นว่าเห็น  
นรก เห็นเปลวไฟนรก เห็นขุมนรก อะไรต่างๆอย่างนี้เป็นต้น มีคนนำไปควบคุมไป อันนั้นเป็น  
**กรรมนิमितในทางที่ชั่ว** ในทางที่ดีก็มีคนพาไปให้ขึ้นสุดศิขรสวรรค์ชั้นฟ้าอะไรต่างๆ วิมานเงินวิมาน  
ทอง อันนั้นเป็น**กรรมนิमितในทางที่ดี** ผมเข้าใจว่าเป็นอย่างนั้น นายนิรยบาลที่ไหนจะมาอยู่  
นานนานแสนนานก็นายนิรยบาลคนเท่านั้น ก็ภพที่ชาตินั้นก็นายนิรยบาลคนเท่านั้น ว่าทำงาน  
มาสวยอยู่อย่างนั้น นายนิรยบาลก็เลยไม่ได้เกิด กรรมที่คนทำนั้นมันต้องได้รับด้วยตนเอง นาย  
นิรยบาลก็ต้องได้รับกรรมนะซิ เพราะทรมานสัตว์นรก มันก็ต้องไปเสวยกรรมอีกเหมือนกันนาย  
นิรยบาลที่ดี

**คราวนี้กรรมนิमित** เขาบอกว่าแก้ได้ด้วยการทำบุญ จริง การทำบุญช่วย อย่างพระเทวหัตถ์  
ทำลายสังข์ตกอเวจี พระพุทธองค์ทรงเทศนาตกอเวจี แต่เมื่อว่าแผ่นดินสูบเอาถึงค่อนั้น ก็ระลึก  
ถึงคุณของพระพุทธเจ้า จึงไม่ตกถึงอเวจี เพียงแต่ลงมหาโรจวนรก อเวจินั้นมันไม่มีที่สิ้นสุด  
มหาโรจวนรคนั้นมันค่อยอ่อนขึ้นมาหน่อยนั้นแหละ **ทำบุญ แก้บาปทำบุญจริงๆ** นะแก้บาป

พระเจ้าอชาตศัตรูก็เหมือนกัน เห็นโทษแล้วก็มาอุดหนุนพระพุทธศาสนา ทำสังคายนา  
แทนที่จะตกอเวจีเพียงแต่ตกที่มหาโรจวนรก นี้เรียกว่า **ทำบุญล้างบาป** ไม่เป็นเวรคือว่าไม่  
สามารถที่ทำเวร มันเกินเวรไปเสียแล้วทั้ง ๒ คน นี้เป็นต้น **อนันตริยกรรมทั้ง ๕** ทำไปโดย  
ใครไม่มีเวรจองเวรซึ่งกันและกัน มันเหนือเวรไปเสียแล้ว อย่างทำกับพระพุทธเจ้ากับพระอริย  
สงฆ์สาวกทั้งหลาย หรือกับบิดามารดาซึ่งมีแต่ความเมตตาเอ็นดูสงสาร ไม่สามารถที่จะทำเวรกับ  
ผู้นั้นต่อไปได้

ที่นี้ล้างกรรมก็เหมือนกัน กรรมที่เราทำนั้นทำบุญล้างได้ **ครั้งเจตนาจริงจ้งว่า เพื่อบุญกุศล**  
**อันนั้นจริงๆ จ้งๆ** ไม่ใช่คนนั้นมารับแล้วเราจะหาย แต่**บุญที่เราทำกุศลที่เราทำนั้น** จิตค่อยดีขึ้น  
ค่อยพ้นจากนรก **พ้นจากกรรม** อันนี้เรียกว่า **ทำบุญแก้กรรมเหตุ**นั้นเราทำบุญทุกสิ่งทุกประการ  
อุทิศไปให้คนนั้นคนนี้เขาจะได้รับหรือไม่ได้รับก็ช่างเถอะ เขาจะรับเรียกว่ามันไม่พยายามท้ออาฆาต  
แล้ว เขาได้รับของเรา คนที่ตายไปนั้นนะไม่ใช่มันจะได้รับไปหมดทุกคน อันที่เป็นเปรต  
อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน หรือว่าเป็นอะไรต่างๆ เป็นเทวบุตรเทวดา ไม่สามารถยินดีรับบุญของเรา  
ได้ แม้แต่มาเป็นมนุษย์ด้วยกันแท้ๆ มันยังไม่เลื่อมใสศรัทธาด้วยกันขอให้อนุโมทนาบุญกับเรา  
มันก็ยังไม่ยอมรับ อย่าไปพูดถึงเรื่องสัตว์อันที่ตายไปอีกโลกหนึ่งเลย มันยากนักยากหนา

ถึงอย่างไร เราทำบุญนั้นเพื่อบำรุงจิตใจของเราให้ดีขึ้น อันนั้นแหละมันจะพ้นจากกรรมได้  
มันค่อยเบาบางลงไป

เรื่อง “นายกรรมนายเวร”นี้ ขอให้เข้าใจอย่างนี้ แล้วจะอธิบายให้ญาติโยมทั้งหลายฟังให้  
เข้าใจ เพื่อสงสารเอ็นดูเมตตาเขาหน่อย มันเหลือเกินที่มันฝังมานานแสนนานโดยไม่เข้าใจ  
พุทธศาสนานี้มี เชื่อเรื่องกรรม เชื่อผลของกรรมเท่านั้น เป็นหลักฐาน

“เวรระงับด้วยการไม่มีเวร”

เมื่อต่างคนต่างเห็นโทษของเวร

แล้วขอขมาโทษกัน

ให้อโหสิกรรมกัน

เป็นหมดเรื่องในชาตินี้เท่านั้น

ตั้งหลัก-แหล่งในการภาวนา

วันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๒๘

ถ้าหากว่าไม่มี หลัก ไม่มี แหล่ง แล้ว

ทำภาวนาไม่ถูกเลย

ถึงทำมันก็ทำไม่ได้

ขาดจากหลัก จากแหล่งแล้ว

ทำไม่ได้เด็ดขาด

หลัก คือ กาย กับ ใจ

แหล่ง คือ สติควบคุมจิต

ให้มันหมุนเวียนอยู่ในกาย

## ไม่ให้มัน ไปไหน

จงตั้งหลักให้ดี ตั้งหลักให้มั่น จับหลักมันให้ถูก การภาวนามันถึงจะเป็นไป ให้คิดดูสิ่งทั้งหลาย ที่เขาทำการรวนกันอยู่ภายนอก ก็ต้องตั้งหลักตั้งแหล่งเสียก่อน การค้าขายก็ตั้ง โรงงาน การทำราชการ ก็ต้องมีสำนักงานทุกสิ่งทุกอย่างทำอะไรต้องมีสำนักงานทั้งนั้น ต้องมีที่ตั้งมันจึงทำถูก คำโบราณท่านว่าหลัก ว่าแหล่ง หลักนั่นคือ ปักหลักไว้ แหล่งนั่นคือว่าเปรียบถึงเรื่องว้าวเรื่องควายต้องมีหลัก แหล่ง วัวควายมันต้องผูกเชือกใส่หลัก แล้วก็ต้องผูกเชือกใส่คอกมัน จึงเรียกว่าแหล่ง ครั้นมีหลักมีแหล่งแล้วมันก็ไม่ไปไหนละคราวนี้ อยู่คงที่แล้ว คำว่าหลักแหล่งมันจึงค่อยถูกความหมาย ทีนี้คำพูดว่าหลักว่าแหล่งนั่นว่าเฉยๆ แต่ไม่รู้เรื่องความหมาย

ในทางพุทธศาสนาก็เหมือนกัน ตั้งหลักลงแล้วก็ตั้งแหล่งให้มันถูก หลักคือ ตัวกายกับใจ ไปเถอะใครจะปฏิบัติอะไรที่ไหนก็ทำเถอะ คือ สิต สมภาสิ ปัญญา ร้อยแปดพันประการ ออกจาก กาย ออกจาก วาจา ออกจาก ใจ ทั้งนั้นกายกับใจนี้เป็นหลัก

แหล่ง นั่นคือ เอา สติ คุมไว้ไม่ให้มันหนีจากกาย สติควบคุมจิตผู้มันส่งสาย ให้มันวนเวียนอยู่ในนั้นแหละ ไม่ให้ไปไหน นั่นเรียกว่า แหล่ง ถ้าหากว่าไม่มีหลักไม่มีแหล่งทำไม่ถูกเลย ครั้นทำมันก็ทำไม่ได้ ขาดจากหลักจากแหล่งแล้วทำไม่ได้เด็ดขาด เราตั้งหลักลงแล้วก็เอาแหล่งควบคุมได้ ผูกไว้กับหลักนั้นแหละ

การพิจารณาก็เหมือนกัน ถ้าพิจารณาอื่นนอกจากนี้ไม่ได้ ต้องพิจารณากาย พิจารณาโดยเห็น อสุภะหรือเห็นเป็นธาตุ เห็นเป็นสักแต่ว่า คือสิ่งหนึ่งซึ่งเรียกว่าธาตุ พิจารณาองคฺชฺ นอจากนั้นไม่มีหอรก พิจารณาหมดทั้งโลกก็ไม่หนีไปจาก ธาตุสี่ มี ดิน น้ำ ไฟ ลม อันนี้ละเป็นธรรม ไปนอกขอบฟ้าขอบจักรวาลที่ไหนก็ต้องอยู่ในขอบเขตนี้ทั้งนั้น ที่เป็นรูปธรรม มันต้องมี มี ดิน น้ำ ไฟ ลม ผสมกันทั้งนั้น ไปภายนอกเลยเตลิดเปิดเปิง ไม่ใช่ ไม่ใช่หนักปฏิบัติไม่ใช่ภาวนา

พิจารณาในตัวของเรานี้มีธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ผสมกันเป็นก้อนแยกก้อนนี้ออกไปเป็นสักเป็นส่วน ส่วนใดเป็นดิน ก็เอาจิตนั้นแหละควบคุมไว้ สตินั้นควบคุมจิต จิตผู้คิดว่าดิน สิ่งแข็งๆ เรียกว่าดิน เอาตั้งแต่ตัวของเรานี้ออกไป สิ่งภายนอกที่แวดล้อมตัวของเราอยู่ มีเครื่องนุ่ง เครื่องห่ม ผ้าผ่อน เสนาสนะ หยูกยาก็ล้วนแต่ดินทั้งนั้น ดินนั้นผสมกับดิน เพื่อมาบำรุงก้อนดินก้อนนี้จิตนั้นเป็นผู้พิจารณา เอาสตินั้นเป็นแหล่งไว้ควบคุมไม่ให้มันหนีจากนั้น นอกจากดินแล้วไม่มี อะไรเป็นรูปธรรม

ดินมันต้องมีน้ำ ถ้ามีแต่ดินล้วนๆนั้น ไม่มี อย่างของภายนอกนี้เป็นต้น ที่เราเห็นนั้นไม่มีน้ำ ไม้ที่แข็งแรง แข็งๆ มันก็ต้องมีน้ำ ไม่มีน้ำลองดู มันอยู่ไม่ได้หรอก เอาไฟเผาก็ต้องเป็นน้ำฟูออกมา



ที่เดียว อย่างกระดุกของเราอย่างนี้ เป็นของแข็งแห่งที่สุด ถ้าไม่มีน้ำในนั้นแล้วสลายหมด เป็น  
อากาศไปเลย อันนี้แต่มันมีดินแล้วมีน้ำอยู่ในนั้น มันค่อยทนทานอยู่ได้

ครั้นมีน้ำแล้วก็มีลมมีไฟอยู่ในนั้น ไม่ใช่ลมพัดวูๆ เหมือนของภายนอกนี้เรียกว่าอากาศธาตุ  
มันมีอยู่ในนั้น เช่นธาตุลม อากาศธาตุอันหนึ่งซึ่งมันผสมอยู่ในของแข็งๆ อันนั้น เรียกว่าลม ไฟคือ  
ความอบอุ่นมีอยู่ในนั้น น้ำ ไฟ ลม มันต้องมาจากดิน ดินมันก็ต้องมีน้ำ ถ้ามีน้ำก็ต้องมีลมมีไฟอยู่ใน  
นั้น

พิจารณาอะไรก็พิจารณาไปเถอะ ในกายของเราไปด้วยธาตุทั้งสี่นั่นแหละ พิจารณาไป  
ของภายนอกออกไป ต้นไม้ ภูเขาเหล่ากา หรือผู้คนสัตว์สาละสลึงภายนอกทั้งหมด เหมือนกับตัวของ  
เรานี้ทั้งนั้น ครั้นมีอยู่ในตัวของเราเท่าใด ของภายนอกก็มีอยู่เท่านั้น มีอยู่เหมือนกัน ของในโลกอัน  
นี้มันก็ต้องมีเหมือนกัน

ถ้าไม่พิจารณาเอาแหล่งตรงนี้ คือว่า ไม่มีสติควบคุมจิต เรียกว่าไม่มีแหล่ง แหล่ง คือ สติผูกไว้  
ไม่เห็นชัดหรือพิจารณาเรื่อยๆ ไปไม่รู้เรื่องรู้อะไร

คราวนี้ประมวลลงมาลองดูละคราวนี้ ธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม สิ่งทั้งปวงหมดอยู่ในตัวของเรา  
ไม่มีจิตของหมู่นั้น รวมลงไปไม่มีจิตไม่มีใจเลย สักแต่ว่าธาตุ อย่างที่ว่า นิสฺสํ วิ นิสฺสํ วิ สุนฺณํ  
ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาอะไร เป็นสักแต่ว่า ธาตุมตฺตโก เป็นสักแต่ว่าธาตุของอันนั้น มีของ  
เป็นอันหนึ่งออกไปละคราวนี้ ไม่ใช่ใจของเราละคราวนี้

ใจของเราไปอยู่ที่ไหนละ ใจของเราเป็นผู้รู้ ความรู้สึกเกิดขึ้นมาจากของเหล่านั้นละ จาก  
อายตนะ ผัสสะ มันเกิดจากธาตุทั้งสี่นั่นแหละ ธาตุภายนอกธาตุภายใน ภายในคือตัวของเรา ธาตุ  
ภายนอกคือของภายนอก มากระทบธาตุภายในแล้วก็รู้สึก ผู้รู้ไม่มีตัวมีตน ครั้นพิจารณาเห็นเป็น  
ธาตุแล้วหมดเรื่องไม่มีตัวละคราวนี้ อันผู้รู้นั้นมีต่างหากเข้าหาผู้รู้อีกทีหนึ่ง คือตัวใจกลาง อันนี้  
เรียกว่าพิจารณาให้เห็นเป็นธาตุ เรียกว่าเห็นเป็นธรรม สิ่งทั้งปวงหมดครั้นพิจารณาอย่างนี้ ลงเป็น  
ธรรมหมด มันจะไปอยู่ที่ไหนละคราวนี้มันก็อยู่นะซี

การเพลิดเพลิมัวเมาในสิ่งสารพัดวัตถุทั้งปวงหมด มันออกไปจากนี้ทั้งนั้น ตัวธาตุสี่นั่น  
แหละ พิจารณาไปปรุงไปแต่ง มันไม่เป็นธาตุสี่ มันเลยเป็นตัวตนบุคคลเราเขาเป็นสมมติบัญญัติไป  
เสีย ครั้นลงเป็นธาตุแล้วไม่มีอะไรหรือ มนุษย์บุคคลสัตว์ทั้งหลายนั้น มีสักแต่ว่าธาตุ จิตมันรวม  
มันก็ลงเลย ครั้นมันปรุงแต่งไปมีสัญญาอารมณ์ปรุงแต่งไป ว่านั่นว่านี่ว่าบุคคลตัวตนเราเขาอะไร  
ต่างๆ ว่าหญิงว่าชายว่าสัตว์สาละสลึง มันก็เลยติดสมมติบัญญัติ เลยออกไปไกลนัก มันก็ไม่ใช่ธรรม  
อันที่เป็นธรรมนั้นต้องเป็นธาตุ มันต้องรวมเข้ามา พิจารณาอย่างที่อธิบายมานี้มันจึงหมดเรื่อง

พุทธศาสนาสอนถึงที่สุด คือมันถึงที่สุดเท่านั้นแหละ ลงที่ธาตุแล้วก็หมดถึงที่สุด พิจารณา

ไปอะไรก็เอาเถอะ พิจารณาไปไหนๆ ก็ถึงธาตุ แล้วก็เลยเป็นธรรม ครั้นเห็นเป็นธาตุก็เลยเป็น  
ธรรม จึงว่าท่านเทศนาว่า สัพพะธัมมา สิ่งทั้งปวงเลยเป็นธรรม ธรรมะทั้งนั้นแหละ กุสลาภิธรรม อกุ  
สลาภิธรรม อภัยกตภาภิธรรม อะไรเป็นธรรมไปหมด ครั้นมันถึงตรงนั้นแล้วเป็นธรรมหมด ไม่ใช่  
ตัวตนบุคคลเราเขา ครั้นไปสมมติบัญญัติ มันออกจากธรรมไปแล้วนั้น

อันนั้นเราจะเห็นว่าตัวของเราพิจารณามีธรรมะเป็นเครื่องอยู่หรือไม่ ตรงนั้นแหละ เห็นได้ชัด  
เลยทีเดียว ถ้าไม่มีการพิจารณาธรรมะเป็นเครื่องอยู่อย่างทีอธิบายมานี้ มันเป็นเรื่องโลก สมมติ  
บัญญัติไปสารพัดต่างๆ หลายอย่างหลายเรื่องไม่มีที่จับสั่น ถ้าพิจารณาเป็นธรรมแล้วลงถึงธาตุแล้ว  
ก็ถึงธรรม มันหมดเพียงแค่นั้น ไม่มีอะไรมากมาย ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า รวมลงเป็น  
ธรรมหมดแล้วก็แล้วกัน

### ที่สุดของศีล สมาธิ ปัญญา

วันที่ ๑๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

พิจารณาในตัวของเรา  
มีธาตุสี่ คิน น้ำ ไฟ ลม  
ผสมกันเป็นก้อน

จิต นั้นเป็นผู้พิจารณา  
เอาสติเป็นแหล่งไว้  
ควบคุม จิต  
ไม่ให้หนีจากหลัก คือ กาย

ศีล เกิดจากความประพฤติกของพระสงฆ์  
ทรงบัญญัติความผิดของพระนั้นแหละ  
ประพฤติกผิดมาก  
ศีล ก็มีมากเท่านั้น

วันนี้จะอธิบายเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา นี้แหละ ไม่ต้องอธิบายอื่นไกลหรอก แต่จะอธิบายถึงที่สุด  
ของศีล ของสมาธิ ของปัญญา เพราะศาสนานั้นพระพุทธเจ้าทรงสอนให้มีที่สุดเป็น ถ้าไม่มีสิ้นสุด

เป็นแล้ว จะไปจบตรงไหนศาสนาพระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนาว่า จบศาสนา มันจบตรงไหนกันก็ไม่ทราบ ไม่เห็นที่จบสักที *ศีล* ก็รักษากันมาแต่ไหนแต่ไร สองร้อยยี่สิบเจ็ดยิ่งมากเข้าไปกว่านั้นอีก เหลือหลาย ปกติกะที่มานอกนั้นก็มากมาย *สมาธิ* ก็หลายเรื่องหลายอย่าง ยิ่งสมัยนี้ยิ่งแปรปรวนไป มีคนประดิษฐ์คิดต่างๆ ขึ้นมาหลายอย่างหลายเรื่อง เอาตามความคิดความเห็นชอบใจของตน *ปัญญา* ก็ยุ่งมากยิ่งกว่าอะไรอีก ไม่มีที่สิ้นสุด

ในทางพุทธศาสนาพระองค์ทรงสอนว่า *มีที่สุดของศาสนา อยู่จบพรหมจรรย์ อยู่จบศาสนา* ทรงว่าอย่างนั้น มันจบตรงไหนกัน ? เราลองคิดดูซิ *ศีลห้า* *ศีลสิบ* *ศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ด* ก็เอาเถอะมากมายหลวงหลาย *ศีล* นะไม่ใช่พระองค์ทรงเอามาด้วย และพระองค์ทรงดับขันธไปแล้วก็ไม่ได้เอาไปด้วย *ศีล* หากเกิดจากความประพฤติของพระของเจ้า *ประพฤติผิดมาก ศีล ก็มีมากเท่านี้แหละ* ถ้าพระองค์ทรงมีชีวิตอยู่จนปานนี้ ไม่ทราบว่าจะมี*ศีล* ก็หมิ่นก็แสน เมื่อประพฤติล่วงเกิน พระพุทธองค์ก็ทรงบัญญัติตามความผิดของพระนั้นแหละ

พระองค์ทรงสอนว่า *ศีล มีข้อเดียว มันอันเดียวคือ เจตนางดเว้น* นั่นเป็นข้อสำคัญที่สุด

เราสมาทาน*ศีล*จะเป็น*ศีลห้า* *ศีลแปด* *ศีลสิบ*อะไรก็ตามเถอะ ครั้นถ้าไม่มีเจตนาสักแต่ว่าพูดไปเฉยๆ ว่า *สมาธิ* *สมาธิ* ไปทุกข้อ แต่เจตนาที่จะงดเว้นในข้อนั้นๆ ไม่มีมันก็สักแต่ว่าพูดไปเฉยๆ ไม่รู้จัก*ศีล* ว่าที่จบที่สุดอยู่ตรงไหนกัน ส่วน*ศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ด* ก็เหมือนกัน ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติข้อๆ นั้น ก็เพราะเหตุที่พระภิกษุของคัมภีร์ทำผิด เหตุนั้นจึงว่าตัว *เจตนา* นั่นเป็นข้อสำคัญ ถ้าหากว่าเรามีเจตนาแล้ว มันก็หยุดเพียงแค่นั้น ไม่ต้องทำผิดต่อไปอีก องค์กรนั้นๆ ที่ทำผิดก็หมดเพียงแค่นั้น *เจตนา* ตัวเดียว ข้องดเว้นมีเจตนาตัวเดียวเท่านั้น

อย่างพระคณาจารย์หรือนักเทศน์ทั้งหลายท่านสอน *ศีล* เป็นเครื่องระงับดับกิเลสเบื้องต้น คือ รักษากาย รักษาวาจา ระงับกิเลสบรรเทากิเลสเบื้องต้น มีแต่กาย วาจาไม่พูดถึงใจ มันก็ผิดนะสิ ผิดจากคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า *เจตนาเป็นตัวศีล* ลองคิดดูว่า คนตายรักษาศีลได้ไหม ? ครั้นไม่มีใจแล้วจะรักษาศีลได้ไหม? ถ้าไม่มีใจจะงดเว้นอะไร คนตายไม่เคยรักษาศีล ไม่เคยสมาทาน*ศีล* ถึงเมื่อพระให้*ศีล* ในเวลาปลงศพปลงอะไรต่างๆ ไม่ใช่คนตายรักษาศีล คนเป็นต่างหาก คนเป็น อารานาศีล เป็นคนสมาทาน*ศีล* จึงค่อยเป็น*ศีล* ถ้าหากไม่มีเจตนาแล้ว เป็น*ศีล* ไม่ได้

ครั้งพุทธกาลไม่เคยสมาทาน*ศีล* ก่อนจึงค่อยฟังเทศน์ พระองค์จะไม่ทรงเทศน์ถึงเรื่อง*ศีล* ทรงเทศน์ให้พระเจ้าพระสงฆ์ฟัง ไม่เทศน์ถึงเรื่อง*ศีล* ทรงเทศน์ถึงเรื่อง*สมาธิ* อันเดียว เมื่อจิตเข้าถึงที่แล้ว *จิตบริสุทธิ์แล้ว ศีล* เลยเกิดขึ้นมาเอง *ศีล* พร้อมขึ้นมาเอง ไม่ต้องสมาทาน*ศีล* ไม่ต้องรักษาศีล อย่างพระองค์คู่มือมาล พระองค์ทรงเทศน์ให้ละที่จิตอันเดียวเท่านั้นแหละ เลยสำเร็จมรรคผลนิพพาน

อันพวกเรานี้มันมงงายแต่รักษาศีล มันมงงายแต่ศีลเบื้องต้น เบื้องปลายที่สุดอะไรต่างๆหลายเรื่องหลายอย่าง ก็เลยยุ่งไปกันใหญ่

ถ้าฟังธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามุ่งหมายจะทำความบริสุทธิ์อันเดียวแล้ว จิตที่บริสุทธิ์นั้นแหละ เป็น ศีล เป็น สมภาณี เป็น ปัญญาไปในตัว ศีลจึงค่อยมีที่สุดคือ เจตนา เป็นที่สุดของศีล

ที่สุดของสมภาณี คือ ภวังค์ หรือ อัปปนาสมภาณี เรียกอัปปนาณาก็เรียก วิตก วิจารณ ปิติ สุข เอกัคคตา หรือเอกัคตาอุเบกขา อุเบกขาแล้วก็หมดเรื่อง ถึงหากว่ารูปฌาน อรูปฌานต่อไป ก็ถึงตัวจิต อัปปนา นั้นแหละ จิตที่เป็น อัปปนา นั้นะถึงที่สุดของสมภาณี ฌานที่อันนั้นแหละ อัปปนาณาน อัปปนาสมภาณี นั้นแหละ ผู้ที่เข้านิโรธสมาบัติ ดับสัญญา เวทนา หมด ปัญญา ก็เลยไม่ใช่ ไม่ต้องใช้กันหรือดับหมดเลย ก็เพียงแค่อันเดียวกันนั้น ตัวจิตอันเดียวนั้นแหละ ดับจิตตัวเดียวเท่านั้น เรียกว่าที่สุดของสมภาณี

ใครจะทำอะไรก็ทำไปเถิด ผีกหัดอะไรก็ทำไปเถิด อย่างสมัยเดี๋ยวนี้แหละ มีคณาจารย์หลายท่านหลายองค์ อย่างเขาทำกันยุบหนอพองหนอกี่ดี หรือสัมมาอะระหังก็ดี พุทโธก็ดี อานาปานสติก็ดี มรณสตติก็ดี สารพัดทุกอย่างนั้นแหละ ทำเพื่อให้จิตถึงที่สุดถึงสมภาณี คือ อัปปนาอันเดียว อัปปนານี้ไม่ใช่เกิดอุปายปัญญาอะไรหรือ พักจิตเฉยๆ นี่แหละ วิธีหัดจิตอบรมจิตตั้งแต่เบื้องต้นไปอย่างที่เราเรียกว่าวิตก วิจารณ หมู่นี้เป็นเรื่องหัดจิตทั้งนั้น ภวังค์ หรือ สมภาณีอะไรต่างๆ เป็นวิธีหัดทั้งนั้นแหละ ครั้นถึงที่สุดแล้วไม่มีอะไรหรือ ถึงที่สุดของสมภาณีก็คืออัปปนา เมื่อถึงที่สุดแล้วมันหยุดแล้วคราวนี้ ไม่มีอะไรหมดทุกสิ่งทุกอย่าง หยุดเพียงแค่นั้น

ปัญญามันเกิดตรงไหน มันเกิดตรงมาจากอัปปนา แล้วมาถึงอุปจาระนั้นต่างหาก มันจึงค่อยเกิดขึ้น อุปจาระที่ออกมาจากอัปปนา มันไม่ใช่อุปจาระเข้า “อุปจาระเข้า” นี่มันต้องระงับดับส่วนเบื้องต้นความวุ่นวายต่างๆ มันเข้าไปถึงอุปจาระตอนนั้น มันส่งสายอยู่ภายใน แต่ว่ามันไม่ส่งสายภายนอก มันส่งสายภายใน คั่นคว่าอยู่ภายใน เรียกว่า อุปจาระเข้า

"อุปจาระออก" นั้นมันออกมาจากอัปปนาแล้ว มันแน่วแน่ในอารมณ์อันเดียว พิจารณาในอารมณ์อันเดียว พิจารณาอะไรก็พิจารณาแต่อันนั้น อันนั้นเรียกว่า อุปจาระออก อุปจาระออก จากอัปปนา ก็ได้ประโยชน์เหมือนกัน อุปจาระเข้าก็ได้ประโยชน์ อุปจาระออก ก็ได้ประโยชน์ ก็แต่ว่าอุปจาระออก นั้นมันละเอียดกว่าคือ มันได้ อัปปนา เบื้องต้น ได้อัปปนา เป็นพื้นฐาน แล้วจึงค่อยมาอยู่ในอุปจาระ ตัวนี้ต่างหากเกิด ปัญญา

บางคนนั้นว่านั่งหลับตาทำสมาธิมันจะได้อะไร ? โอ๊ย...มันไม่เคย พวกไม่เคยได้ทั้งนั้น

แหละ มันมีประโยชน์มาก นั่งหลับตาทำสมาธิได้ประโยชน์มากทีเดียวละ จนกระทั่งไม่รู้ตัวโน้นแหละ มีประโยชน์มากทีเดียวใครทำได้นับว่าได้กำลังใจอย่างยิ่ง เรียกว่าปักจิต ในขณะที่นั้นพักนานเท่าใดยังมีกำลังมาก เวลาออกมาพิจารณาตอนออกจากอัปนาโน้น มีสติรอบคอบรอบรู้รู้ทั้งนั้น อดีต อนาคต ปัจจุบัน พิจารณาชัดเจนแจ่มแจ้ง ถ้าไม่มีสมาธิเป็นหลักฐาน จะพิจารณาอะไรก็พิจารณาไปเถิด หยุดยั้งไม่ได้ เติลิดเปิบึงจนกระทั่งไม่มีขอบเขต

ครั้นมีหลักฐาน มีอัปนาเป็นพื้นฐานอยู่นั้น มีสมาธิเป็นพื้นฐานอยู่นั้น พิจารณาไปเถิด พิจารณาอะไรก็พิจารณาไปเถิด มันจะต้องหมด ลงสิ้นสุด ลงถึง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วกลับมาหาที่เก่าคือ สงบลงที่ใจ นั่งแน่วอยู่เฉยๆ ให้พิจารณาก็ได้ ไม่พิจารณาก็ได้ อันนี้เรียกว่า จิตอยู่ในบังคับ คือ เนื่องจากมีสมาธิเป็นหลักฐาน ชำนิชำนาญเรื่องสมาธิ อันนี้เรียกสมาธิมีที่สุด คือ อัปนาสมาธิมีที่สุดตรงนั้นละ ทำไปเถอะใครจะทำอะไรก็ทำไปเถอะ ไม่นอกเหนือไปจากนั้นหรอก

คราวนี้ ปัญญา มีหลักฐานอย่างไร ? มีที่สุดอย่างไร ? ก็ด้วยอำนาจที่ฝึกหัดสมาธิมาแต่เบื้องต้น เรื่องศีล เรื่องสมาธิมาแต่เบื้องต้น พิจารณาทุกสิ่งทุกประการ มันจะต้องหมดที่สุดคือ ไตรลักษณ์ เรียกว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วมันจะไปที่ไหนละ ลงถึงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วจะไปที่ไหนกัน ไม่มีหรอก นอกจากนี้ ไม่มีหรอกในโลกอันนี้ มันลงอันนั้นแหละเข้ามารวมลงอันเดียวกันหมดลง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็วาง ลงสภาวะ เป็นสภาวะ ลงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วเป็นสภาวะ อันนั้นแหละที่สุดของ ปัญญา

ให้เข้าใจถึงที่สุดอย่างนี้ ธรรมะทั้งหลายนั้น ถ้าไม่มีที่สุดไม่ใช่ธรรมะเป็นโลก พิจารณาเรื่องโลกเพลิดเพลินไม่อึดไม่พอสักที ถ้าเป็นธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า ถูกตามคำสอนของพระองค์แล้ว มันต้องรวมลงมา พิจารณาออกไปแล้ว หมดเรื่องแล้วต้องรวมลงมาของเก่า มาหาใจที่พุดง่ายๆ เรียกว่าใจ มันไม่คิดไม่นึก ไม่ส่งสายอะไรทั้งหมด จะให้พิจารณาก็ได้ ไม่ให้พิจารณาก็ได้ ใจมันได้เลย ใจใจได้ใจอยู่ในบังคับของตน มันก็หมดเรื่องนะซี จะไปทำอะไรกันอีก จิตมันบังคับตน ให้ตนคิดค้นพิจารณาไปไม่มีขอบเขต ไม่รู้จักสิ้นสุด มันจะสิ้นสุดได้อย่างไรตรงนั้น จึงว่าศาสนาที่มีที่สุดอย่างนี้ ทางโลกไม่มีที่สิ้นสุด เอาละ

## ความสามัคคีแท้ที่อยู่จิต

วันที่ ๓๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

นั่งหลับตาทำสมาธิมันได้อะไร ?

มันมีประโยชน์มากทีเดียว

ใครทำได้นับว่าได้กำลังใจอย่างยิ่ง

เรียกว่า “พักจิต” ยิ่งพักนานยิ่งมีกำลังมาก

เวลาออกมาพิจารณา

มีสติรอบคอบ รอบรู้

รู้ทั้งอดีต,อนาคต,ปัจจุบัน

ความสามัคคีแท้ที่อยู่จิต

ไม่ใช่อยู่ที่กาย

จิตคิดมุ่งมาดปรารถนา

ที่จะให้หมู่เพื่อนเป็นสุขสบาย

ให้หมู่เพื่อน ได้ความรู้ความเข้าใจ

เพื่อจะปรองดองทำความคิด

ทำความเห็นให้ลงรอยกัน

เอาธรรมวินัยเป็นเครื่องอ้าง

อย่าเอาความคิดเห็นของตน

เป็นเครื่องอ้าง

วันพรุ่งนี้เข้าพรรษา การพรรษาอยู่จำพรรษา มันเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีของพระ เวลาฟ้าฝนตกมาต้องอยู่เป็นที่ เป็นฐาน เราจะต้องศึกษาเล่าเรียนประพฤติกฎปฏิบัติข้อวัตรต่างๆ คือ เมื่ออยู่คงที่อยู่กับที่แล้ว ต้องมีการศึกษาเล่าเรียน แล้วก็ต้องประพฤติกฎปฏิบัติไปด้วย ที่เขาพูดว่าเรียนปริยัติไม่ต้องปฏิบัติ ไม่มีปริยัติต่างหากจึงค่อยปฏิบัติ อันนั้นไม่จริง พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงสอนอย่างนั้น ทรงสอนทั้งปริยัติด้วยทั้งปฏิบัติด้วย ศึกษาเล่าเรียน เรียก *ปริยัติ* เรียนไปด้วย*ปฏิบัติ*ไปด้วย มันจึงค่อยถูกตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

พวกเราทำมาหลายฟ้าหลายปีแล้ว ทำแต่ไหนแต่ไรมา ก็ไม่เห็นขัดข้องอะไร ผู้ภาวนาก็ยังดี

อยู่เหมือนเก่า ผู้จะทำดี ผู้ภาวนาดีก็ยังมีเหมือนเก่า อันการศึกษาเล่าเรียนก็ศึกษาเล่าเรียนไป ก็ยัง  
ดีกว่าพวกที่ตั้งใจปฏิบัติฝ่ายเดียวนั้นอีก มันเป็นเรื่องที่เกี่ยวใจที่ร้านของเขาเองต่างหากหรือ ผู้อัง  
นั้นนะ ว่าเรียนเสียก่อนเถิด ให้มันได้เสียก่อน แล้วจึงค่อยไปปฏิบัติ เรียนไปก็เท่านั้นแหละ ไม่ได้ตั้ง  
อกตั้งใจ ปฏิบัติก็ไม่ได้ปฏิบัติ มันเป็นแต่ความอ้างเฉยๆ นี่แหละ

การอยู่จำพรรษามันต้องปรองดองสามัคคี เรามาบวชเพราะความสามัคคีแท้ๆ ไม่ใช่บวชคน  
เดียว บวชตั้งแต่สงฆ์สี่ห้ารูปขึ้นไปปรองดองสามัคคีกัน ไม่เหมือนชาวบ้านเขาตลอดลูก มีแต่สอง  
หัวเมียเขาก็ตลอดได้ อันนี้ตลอดพระออกมาเป็นพระเป็นสงฆ์ ต้องพร้อมด้วยสงฆ์ห้าองค์ขึ้นไป จึง  
ค่อยบวชได้ อันนี้เรียกว่าบวชด้วยโอษฐ์ บวชด้วยปาก บวชด้วยบัญญัติตุณกรรม บวชบัญญัติตุณกรรม  
แล้วจึงค่อยเป็นพระ อันนี้ละเบื้องต้นที่จะเป็นพระขึ้นมา

คราวนี้เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว ไปด้วยกันอยู่ด้วยกันในที่ใดที่ใดก็ดี ก็ต้องพร้อมเพรียงสามัคคี  
ปรองดองซึ่งกันและกัน เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีความเมตตาปราณี สงสารเอ็นดูซึ่งกันและ  
กัน ความคิดความอ่านให้ไปทำนองเดียวกันมันยากอยู่ ต่างคนต่างถิ่นต่างพ่อแม่มารวมกัน มันยากที่  
จะทำได้ แต่ถึงอย่างไร มันยากเท่าไร ก็อุตสาหะทำให้มันถึงกันได้ มันจึงได้ความสุข

ครั้นถ้าหากว่าทะเลาะวิวาททุ่มเถียงกันไม่รู้แล้วรู้รอด มีความคิดเห็นแตกต่างไปกันคนละ  
ทาง อันการประพฤติปฏิบัติก็ไปคนละทาง มันเป็นทุกข์เดือดร้อนเฟื่องโทษซึ่งกันและกัน อันนั้น  
แหละไม่เป็นความสามัคคี อันนั้นแหละไม่เป็นความสามัคคี ความสามัคคีแท้ต้องมุ่งปฏิบัติ ใน  
ทำนองเดียวกัน มีความคิดความเห็นอย่างเดียวกัน ไปในทำนองเดียวกัน ถึงจะผิดแปลกไปบ้าง แต่  
ว่ามุ่งประสงค์ธรรมวินัยอันเดียวกัน มันจึงค่อยเป็นสามัคคี

ความสามัคคีแท้อยู่ที่จิต ไม่ใช่อยู่ที่กาย จิตคิดมุ่งมาดปรารถนาที่จะให้หมู่เพื่อนเป็นสุขสบาย  
ให้หมู่เพื่อนได้ความรู้ความเข้าใจเพื่อจะปรองดอง ทำความคิดความเห็นให้ลงรอยกัน

หากว่าเบื้องต้นมันยังไม่เห็นด้วยก็ช่างเถอะ เอาไว้นั้นเสียก่อน แต่ว่าความมุ่งมาดปรารถนา  
ที่จะให้ความเห็นเป็นอันหนึ่งอันเดียวลงรอยกันนั้น ลงรอยในธรรมวินัยอันเดียวกันนั้นนะ มันต้อง  
คิดพยายาม ทั้งตัวของเราก็คือ ที่คิดว่าอันของเราถูกเถอะ แต่คนอื่นไม่เห็นว่าเป็นถูกด้วย คนอื่นก็เข้าใจว่า  
ของเราถูกเถอะ แต่ว่าเราไม่เห็นด้วย มันก็จำเป็นที่จะต้องไม่ปรองดองกันเป็นธรรมดา แต่ว่าความคิด  
ความเห็นอันนั้นนะ อะไรมันถูกอะไรมันผิด อะไรมันเข้าถูกธรรมถูกวินัย ก็เอาธรรมวินัยเป็น  
เครื่องอ้าง อย่าไปเอาความคิดความเห็นของตนเป็นเครื่องอ้าง

แล้วการที่จะคิดให้มันถูกต้องทำนองคลองธรรม มันต้องจิตสงบเสียก่อน จิตให้มันสงบ  
เยือกเย็นเสียก่อน จึงค่อยลงรอยกันได้ จึงค่อยเข้าหากันได้ ถ้าจิตไม่สงบ การลงรอยกัน ไม่มีวันจะ  
ทำอย่างไรก็ไม่วันที่จะปรองดองกันได้ เหตุนี้ให้ระวังตรงนี้ ให้ระวังให้ดีที่สุด ทำจิตให้สม่ำเสมอ

ให้เรียบร้อยเสียก่อน อย่าไปเพ่งโทษซึ่งกันและกัน แล้วจึงค่อยพยายาม ตั้งจิตเมตตาปรารถนาหวังดีต่อกันแล้วค่อยพูดกัน นั่นล่ะ ลงรอยกันแล้วคราวนี้

อันความคิดความเห็นต่างๆ นั้น ละทิ้งหมด ถึงความคิดความเห็นจะแตกต่างกันมากมายสักเท่าไรก็ดี ครั้นเมื่อตั้งจิตอย่างนั้นแล้ว มันอ่อนมาหากันเองหรือก อันนั้นลบล้างไปหมด ถ้าไม่เช่นนั้นแล้ว ไม่ลบล้างเลย ความเห็นก็ค้างอยู่เท่าเดิยวนั่นล่ะ พูดอย่างไรก็ไม่ลง นี่ความที่จะเป็นมงคล ที่จะให้เกิดความสามัคคี เป็นมงคลได้ต้องทำอย่างนี้

อยู่น้อยของคักดี อยู่มากของคักดี ต้องเป็นอย่างนั้น อย่าเพ่งโทษซึ่งกันและกัน ไม่ดีหรืออก เพ่งถึงธรรมเป็นประมาณ เราปฏิบัติธรรม เพ่งถึงธรรมเป็นของสำคัญที่สุด การปฏิบัติธรรมของเราเป็นอย่างไร? เราเอาบริกรรม พุทโธหรือเอาสัมมาอะระหังฯ อะไรต่างๆ หรือว่าอานาปานสติ มรณัสสติ เอาอันนั้นเป็นหลักแนวแน่ หรือพิจารณากายคตาสติ เอาอันนั้นเป็นหลักแนวแน่ ให้พิจารณาถึงความเกิดความดับ ให้พิจารณาถึง อสุภะ ปฏิกูล อันนั้นเป็นสำคัญเป็นธรรมะแท้

อันสิ่งต่างๆ นั้นของภายนอกนั้น ทิ้งเสียก่อน มาพิจารณาที่เป็นธรรมเสียก่อน แล้วจึงค่อยไปพิจารณาภายนอก มันจึงลงไปได้ มันจึงค่อยลงกันได้ ถ้าไม่อย่างนั้นก็ลงกันไม่ได้ เอาละ

#### กรรม-เวร

วันที่ ๑๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

อย่าโทษซึ่งกันและกัน

ไม่ดีหรืออก

เพ่งธรรมเป็นประมาณ

เราปฏิบัติธรรม

เพ่งธรรมเป็นของสำคัญที่สุด

การทำกรรมทำเวรนี้

เฉพาะใครเฉพาะมัน

ทุกคนเห็นในใจของตนเอง

ใครก็ไม่รู้สักด้วย

เฉพาะตนเองแท้ๆ



จะอธิบายถึงเรื่อง กรรม ให้ฟัง เพื่อจะจดจำเอาไปพูดให้หมู่ฟัง และให้ญาติโยมฟังกว้างขวางต่อไป  
คือเรื่อง กรรม นี้ละคนไม่ค่อยเข้าใจ คนยังเข้าใจผิดมากทีเดียวละ คือผมตั้งแต่บวชมาก็ได้ยินเรื่อง  
กรรมนี้อยู่เสมอ เขาเรียกทีเดียวว่า "เจ้ากรรมนายเวร" แต่ก็ไม่กล้าที่จะเทศน์ให้คนฟัง เพราะเห็นว่า  
คนทั้งหลายถือเป็นอย่างนั้นเข้าใจกันเสียอย่างนั้น โดยมาก คือพูดไปแล้วก็คงจะไม่มีใครฟัง มา  
ตอนนี้ผมอดไม่ได้แล้วจะต้องพูดแล้ว

กรรม คือเกิดจากการกระทำ ทุกคนต้องมีการกระทำ ไม่ว่าจะดีไม่ว่าชั่วทำกันทั้งนั้น พุทธ  
ศาสนาสอนความเป็นจริงตามเป็นจริง คนเราเกิดมาก็ต้องสอนเรื่องกรรมคนจะหนีกรรมไม่พ้น  
ใครๆทุกคนเกิดขึ้นมาแล้วต้องอยู่ในกรรม กรรมดีเรียกว่า กุศลกรรม กรรมชั่ว เรียกว่า อกุศลกรรม  
กรรมดีและกรรมชั่วนี้แหละมันไม่ใช่ของเกิดเองเป็นเอง ที่คนเข้าใจว่ามันเกิดเองเป็นเอง ไม่ใช่  
อย่างนั้น แต่ว่าจิตใจของเราทั้งหลาย มันไปเกาะเกี่ยวเนื่องเอาเรื่องกรรมนั้นมาใส่ใจของตนเองจึง  
ค่อยติดอยู่ในใจของตนเองค่อยเกี่ยวข้องพันพัวอยู่ในใจของตนเอง ทำอย่างไรก็เกาะมันไม่พ้น ทำ  
อย่างไรก็เกาะไม่หลุด

กรรม คือ วิบากขันธ์ มีรูปกับนามนี้แหละเป็นพื้น เกิดขึ้นมาแล้วต้องมีรูปกับนาม ผู้ทำกรรม  
ก็คือรูปกับนามนี้ละ แต่ไม่ใช่ตัวกรรม รูปอันนี้ไม่ใช่ตัวกรรม นามเป็นตัวกรรมต่างหาก ตัวจิตนี้ละ  
มันคอยคิดอยากจะทำร้าย คิดอยากจะเบียดเบียน คิดอยากจะริษยาพยาบาทคนอื่น มันปรุงแต่งขึ้นมา  
แต่แท้ที่จริงแล้วมันก็ไม่มีการอะไรหรอกในที่นั้น มันปรุงมันแต่งขึ้น มันเกิดขึ้นในที่นั้น มันจึง  
ค่อยเป็นเวรเป็นกรรมต่อไป แล้วก็คิดทำขึ้นมาที่นั่นมันก็ทำไม่ได้เหมือนกัน คิดเฉยๆทำไม่ได้ มัน  
ต้องแสดงออกไปทาง กาย วาจา ทางใจ พร้อมกันทั้ง ๓ อย่างจึงค่อยทำกรรมนั้นได้ กรรมดี กรรม  
ชั่วเหมือนกัน แสดงออกทางอาการทั้ง ๓ อย่างนี้ทั้งนั้น

ตัวกรรมแท้ไม่ใช่ตัวนั้น เป็นตัวแสดงแท้ๆไม่ใช่ตัวกรรม แสดงออกมาให้ปรากฏเฉยๆทาง  
กาย วาจา ใจครั้งเมื่อแสดงออกมาด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจแล้วก็ประกอบกรรม นั้นแหละจึงค่อยมี  
กรรมเกิดขึ้นมา ที่แรกไม่มีเป็นของว่างๆเฉยๆอยู่นี้แหละ แต่ประกอบขึ้นมาเลยก็มี เลยเกิดขึ้นมา มีใน  
ตัวของตนคราวนี้ เมื่อกรรมมันเกิดขึ้นมาอย่างนั้นแล้ว ในขณะที่จิตคิดประทุษร้าย ร้ายกาจ กรรม  
มันต้องประทุษร้าย ร้ายกาจ จิตใจมันต้องอำมหิต เขี้ยว โหดที่สุด มันจึงค่อยเป็นกรรม จึงค่อย  
เรียกว่า กรรมดี กรรมชั่ว

กรรม ในที่นี้คนทั้งหลายโดยมากเข้าใจว่ากรรมคือ ทำชั่วทั้งนั้น แต่ในทางพระพุทธศาสนา  
สอนมี กรรมดี กรรมชั่ว กรรมชั่วนั้นมีทั้ง เวร ทั้ง กรรม กรรมดีนั้นไม่มีเวร ท่านเรียกว่า "บารมี"  
เสีย บารมีคือก่อสร้างคุณความดี ท่านเรียกว่าบารมี ไม่เรียกว่าเวร ไม่เรียกว่ากรรม คือการบุญ  
การกุศลนั้นก็เรียกว่ากรรม แต่ไม่มีเวร การทำกรรม เวรนี้เฉพาะใครเฉพาะมัน ทุกคนเห็นในใจของ

ตนเอง เมื่อทำลงไปแล้วรู้สึกด้วยตนเอง ใครก็ไม่รู้สึกด้วย เฉพาะตนเองแท้ๆ

แล้วคำที่ว่า ทำบุญอุทิศให้ "เจ้ากรรมนายเวร" นั้นนะ ตรงนี้แหละผมสงสัยมาก เจ้ากรรมอยู่ไหน นายเวรอยู่ไหนก็ไม่ทราบ เจ้ากรรมนายเวรคือผู้รับกรรมนั้นไป เราทำแล้วผู้รับกรรมไป ให้เป็นเวรเป็นกรรมต่อกัน หรือให้ขาดเวรขาดกรรมต่อกัน อันนั้นเป็นผู้บัญชาการ เรียกว่านายเป็นผู้บัญชาการนั้น เขาคงหมายเอาตรงนั้นแหละ ตรงผู้บัญชาการนั้นแหละ แล้วคราวนี้ก็ทำบุญทำกุศลอุทิศไปให้เจ้ากรรมนายเวร ไม่ใช่ให้ตัวกรรมตัวเวรนั้นนะ ให้ตัวนายโน้นนะ นายตัวเจ้ากรรมนายเวรโน้นละ มันเป็นอีกต่อหนึ่ง เขาประสงค์อย่างนั้น คำว่า "เจ้ากรรมนายเวร" ในที่นี้เขาประสงค์อย่างนั้น

แล้วผมได้ยิน ได้ฟังมาก็ดี ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก็ดี ในที่ใดๆแต่ไหนแต่ไรมา ไม่เคยเห็นเลย เจ้ากรรมนายเวร หรือว่าดูไม่ทั่วถึงก็ไม่ทราบในธรรมะทั้งหลาย หรือฟังไม่ทั่วถึงก็ไม่ทราบ แต่เท่าที่ได้ฟัง ได้ยิน ได้ศึกษามาไม่มีหรอก เจ้ากรรมนายเวร พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า ผู้ใดทำกรรม ผู้นั้นย่อมได้รับผลของกรรม ทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว ท่านไม่ได้ตรัสถึงเรื่องเจ้ากรรมนายเวร ตรงนี้แหละผมสงสัยมาก จะไปให้อย่างไรให้เจ้ากรรมนายเวร เราก็ไม่ใช่ญาติพี่น้องกับเจ้ากรรมนายเวร เจ้ากรรมนายเวรก็ไม่ทราบอยู่ที่ไหน ตัวเป็นอย่างไรก็ไม่ทราบ แต่ชื่อเสียงก็ไม่รู้จักเจ้ากรรมนายเวร นั้นว่าไปเฉยๆ เรียกไปเฉยๆ อย่างนั้นแหละ ความเป็นจริงนั้นไม่มีตัวมีตน กรรมเวรก็ไม่มีตัวมีตน จะไปให้กันอย่างไร จะไปให้กันรักษาคุ้มครอง รักษาอย่างไร ? ไม่มีตนไม่มีตัวทั้งสองอย่าง

เหตุนี้จึงว่าเจ้ากรรมนายเวรไม่มี ผมเข้าใจว่าไม่มี ตรงนี้แหละอยากจะสอนให้เข้าใจ ถึงเรื่องคนทั้งหลายทั่วไปหมด ที่ถือศาสนาพุทธแต่ไม่เข้าใจถึงเรื่องเหล่านี้ เมื่อกระทำด้วยใจ ประทุษร้ายเหี้ยมโหดจองกรรมจองเวร ครั้นเมื่อใจดีขึ้นมาแล้วก็เห็นโทษ อยากให้กรรมให้เวรนั้นหายไป ไม่อยากให้มีมันติดพันอีกต่อไป จึงทำบุญแล้วอุทิศให้เจ้ากรรมนายเวร เรื่องเจ้ากรรมนายเวรไม่มีหรอก ความเป็นจริงไม่มีอย่างที่คุณนิยามนั้นแหละ เหตุผลอย่างที่คุณนิยามนี้

กรรมอย่างหนึ่ง เวรอีกอย่างหนึ่ง กรรมคือการกระทำทุกสิ่งทุกประการ ที่เป็นบุญเป็นบาปอะไรต่างๆ คราวนี้พูดถึงแต่เรื่องบาป ไม่ต้องพูดอธิบายถึงเรื่องบุญ บุญนั้นพิจารณาเอาตามอัตโนมัตติของตน เข้าใจโดยตรงกันข้ามกับบาป บาปที่กระทำผิดเล็กๆน้อยๆ เจตนาที่ดีไม่เจตนาที่ดีฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ประพฤติผิดอะไรต่างๆ ไม่เฉพาะเจาะจงคนนั้นคนนี้ ทำมากมายหลวงหลายนั่นนะ อันนั้นเป็นกรรม

ส่วนเวรนั้น เฉพาะเจาะจงบุคคล เราทำเวรกับผู้ใด เราผูกพยาบาทอาฆาตกับผู้นั้น ให้เป็นเวรต่อกันไป ถ้าหากผู้นั้นไม่ตอบแทน หรือผู้นั้นไม่เอาเรื่องเอาราว หรือเอาเรื่องเอาราวตอบแทนที่ดี มันเป็นเวรต่อกันและกัน อย่างเรื่องนางยักษ์ณี และนางกุลธิดา ในเรื่องธรรมบทนั้น เป็นเวรต่อกัน

ไม่รู้แล้วรู้รอดกันสักที

เรื่องเดิมว่ามีชายคนหนึ่ง มีลูกชายคนหนึ่งปฏิบัติแม่ดีดี ครั้นต่อมาแม่คิดสงสารเอ็นดู  
อยากจะหาเมียให้มาปฏิบัติช่วยกัน ไปพูดกับลูกชาย ลูกชายพูดว่าอย่าเถอะทำคนเดียวได้ ครั้นมีเมีย  
แล้วมันชอบใจ มันก็ปฏิบัติ ไม่ชอบใจมันก็ไม่ปฏิบัติ เป็นเรื่องยุ่งต่างหาก ไม่ต้องเอามาก็ได้หรอก  
แม่ก็เลิกแล้วกันไป นานหนักเข้าก็พูดอีก ในผลที่สุดก็เลยไปเอามาจนได้ เอามาครองไว้เป็นเมียแล้ว  
คราวนี้หญิงคนนั้นก็ปฏิบัติดีหรือที่แรกเบื้องต้น ต่อมาก็เลยขี้เกียจ อยากทำก็ทำ ไม่อยากทำก็ไม่ทำ  
แต่พออึ้งไม่มีลูก ขยายแก่คนนั้นก็เลยไปหาผู้หญิงมาให้อีกคนหนึ่ง เอามาเป็นเมียลูกเพราะตระกูลไม่  
มีลูก นั่นเรียกว่าตระกูลฉิบหาย ไม่มีคนสืบพันธุ์

ครั้นหามาคราวนี้มันเลยมีลูกมาคนหนึ่ง เมียหลวงก็เลยคิด เอ! คนเขามีลูกเขาก็เป็นใหญ่กว่า  
เรานะซี ทำอย่างไรล่ะ ? คิดพยายามทำอะไรไว้ใจ ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยประการต่างๆ แต่เวลา  
ผลที่สุดเอาข่าลูกให้กิน ลูกก็เลยตกไป หนที่ ๒ ก็อีกนั่นแหละ หนที่ ๓ นี้ แม่ตายลงอีกด้วย คนที่  
เป็นเมียน้อยมันก็คิดว่า คงจะเป็นผู้หญิงคนนี้แน่ทีเดียวฆ่ากู ไม่ใช่คนอื่น มันก็ผูกอาฆาตพยายาม  
เกิดชาติไหนก็ขอให้กูเป็นอย่างนี้เถอะ ขอให้กูได้ทำมึงอย่างนี้เถอะ มันก็เลยตายไป

เมียน้อยตายไปเกิดเป็นแมว เมียหลวงตายไปเกิดเป็นไก่ ไก่ออกไปฆ่าที่ไร แมวก็เอาไปกิน  
เสีย ๒ หน หนที่ ๓ นี้เอาแม่ไก่ไปกินซ้ำอีก มันก็เลยอาฆาตกันอีกแหละ เกิดชาติหน้าขอให้กูได้เป็น  
อย่างนี้เถอะ ทำมึงอย่างนี้เถอะ ไก่ตายไปเกิดเป็นเสือ แมวตายไปเกิดเป็นกวาง กวางออกลูกมา ๒  
หน-๓ หน เสือก็เอาไปกินเสียทั้ง ๒ หน มาหนที่ ๓ นี้เลยเอาแม่ไปกินด้วยอีก คราวนี้กวางมันก็  
พยายามอาฆาตกันต่อไปอีก

ในผลที่สุด กวางตายไปเกิดเป็นนางยักษ์ณี เสือตายไปแล้วเกิดเป็นนางกุลธิดา พอลูกเกิดมา  
ที่ ๑ และที่ ๒ ก็ทำอย่างนั้นอีก นางยักษ์ณีทำตัวเหมือนเป็นสหายของผู้หญิงคนนั้นแหละ เขาก็รู้จัก  
กันว่าเป็นสหายกันเพราะมันเหมือนกัน รูปร่างหน้าตาอะไรต่างๆพอมานถามหาเขาก็บอกว่าอยู่บ้าน  
นั้นๆ มันก็ไปหา อุ้มลูกเขาจูบชมจนกระทั่งพอแก่ใจแล้ว ก็เที่ยวกินเดียนั้นเลย ทำถึง ๒ หน หนที่  
๓ นี้ไม่ได้เรื่องแล้ว ผู้หญิงคนนั้นคิด โอ๊ย! ไม่ไหวหรืออยู่บ้านนี้ นางยักษ์ณีก็จะมาเอาลูกของเรา  
ไปกินอีกละเลยไปหาตระกูลตัว

พอเดินทางไปพอดีนางยักษ์ณีก็มีธุระมาไม่ทัน คนนั้นเดินไป ไปอาบน้ำตามทางอยู่ เวลานั้น  
มันร้อน ไปอาบน้ำกลางทาง ให้สามีอุ้มลูกไว้ให้ ตัวลงไปอาบน้ำ พอขึ้นมาอุ้มลูกให้ ให้สามีไป  
อาบน้ำ พอเห็นนางยักษ์ณีเท่านั้นแหละวิ่งเลย มาแล้วมาแล้ว นางยักษ์ณีวิ่งตามไป ผู้หญิงคนนั้นก็วิ่ง  
ใหญ่วิ่งน้อย จนกระทั่งเข้าไปในวัดเขตุนของพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงเทศนาอยู่ เมื่อเขาไปหา  
พระองค์ทรงเทศน์ให้ฟังตรัสถึงเรื่องกรรมเรื่องเวรที่พัวพันกัน ผู้กกันไม่รู้แล้วรู้รอดกันสักที อันนี้

บุญเหลือหลายมาพบตถาคต พระองค์เลยทรงเทศน์ให้พากันประนีประนอมอ่อนน้อม ยินยอมเป็นมิตรเป็นสหายกัน ตอนนั้นจึงได้ขาดกรรมขาดเวร

เวลานั้น ไม่มีที่สิ้นสุด กรรมนั้นก็ไม่มีที่สิ้นที่สุด อย่างพระพุทธเจ้าเกิดมาก็ต้องหลายกัปป์หลายกัลป์ กับพระเทวทัตนั้นเป็นเวรต่อกันไม่รู้แล้วรู้รอดสักที พระองค์ก็พยายามทำดีทุกอย่าง แต่ว่าพระเทวทัตไม่ละไม่ถอน คอยที่จะทำเวรอยู่ตลอดเวลาจนกระทั่งมาเกิดที่ทศชาติ ก็ยังพยายามทำกรรมทำเวรมาเกิดเป็นจันทกุมาร นี่แหละเรื่องกรรมเรื่องเวรมันเป็นอย่างนี้แหละ ยากที่สุดที่จะพ้นจากกรรมจากเวรได้นะ เราไม่พ้นจากกรรมจากเวร เราเกิดมาเพราะกรรม เพราะเวร จึงว่า

กมุทโยนิ กรรมเป็นกำเนิดให้เกิดมา

กมุทพหูรุ มั่นคิดพันเราตลอดเวลา

กมุทปฏิสนธา เราอาศัยกรรมอยู่เดี๋ยวนี้

ทุกสิ่งทุกอย่างมันจะหมดสิ้นอย่างไรได้ ? มันจะหมดสิ้นก็ต่อเมื่อสิ้นสังขารร่างกายนี้ พระพุทธเจ้าก็ดี สาวกทั้งหลายก็ดี ท่านบำเพ็ญเพียรถึงที่สุดแล้ว สังขารร่างกายนี้แตกดับ กรรมตามไม่ทันแล้วคราวนี้ กรรมอันนี้เรียกวิบากขันธ์ วิบากนี้ต้องตามทันอยู่ตลอดเวลา ส่วนจิตนั้นตามไม่ทัน จิตใจของพระองค์หมดจดบริสุทธิ์ จิตใจของสาวกหมดจดบริสุทธิ์แล้ว คราวนี้แหละกรรมตามไม่ทัน กรรมที่ตามไม่ทันเพราะจิตใจหลุดพ้น เพราะจิตปราศจากความกังวลเกี่ยวข้อง จิตที่เป็นหนึ่งอย่างที่เคยพูดให้ฟังว่า จิตที่เป็นหนึ่ง ที่รู้เท่ารู้ตัวอยู่ตลอดเวลาเป็นนิจ ไม่คิดถึงเรื่องอดีตอนาคต ไม่คิดถึงเรื่องวุ่นวายสิ่งทั้งปวงหมด บริสุทธิ์อยู่คนเดียว จิตอันอยู่คนเดียวนั้นไม่มีอะไรถูกต้อง อะไรถูกต้องก็รู้เท่ารู้เรื่อง อันนั้นแหละเรียกจิตบริสุทธิ์ อันนั้นแหละจึงจะหลุดพ้นจากกรรมจากเวรได้

ทุกๆคนพากันจำไว้ อธิบายอย่างนี้แหละให้เขาฟัง เพื่อประโยชน์แก่โลก เพื่อประโยชน์แก่คนอื่น แล้วก็เพื่อประโยชน์พระพุทธศาสนา ถ้าหากเขาเข้าใจก็เป็นประโยชน์แก่เขาด้วย แล้วก็ประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาด้วย อย่างที่อธิบายมานี้แหละ

ถึงหลอกลวง

วันที่ ๓๐ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๒๘

จิตเป็นหนึ่งที่รู้เท่ารู้ตัวอยู่ตลอดเวลาเป็นนิจ

ไม่คิดถึงเรื่องอดีตอนาคต

ไม่คิดถึงเรื่องวุ่นวายสิ่งทั้งปวงหมด

เรียกจิตบริสุทธิ์

อันนั้นแหละจึงจะหลุดพ้นจากกรรมเวรได้

สิ่งที่ไม่จริงของเขาเรียกว่าของสิ่งหลอกลวง วันนี้จะเทศน์ สิ่งหลอกลวง ให้ฟัง ของโลกนี้ทั้งหมด ไม่ใช่ของจริงสักอย่างเดียว ไม่มีของจริงสักอย่างเดียว

ท่านจึงเรียก สัพเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตาทั้งหมด คือหมายถึงเรื่องโลก ทั้งหมดเป็นอนัตตานั่นเอง สิ่งใดที่เราเข้าใจว่าเป็นของตนของตัวสิ่งใดที่เข้าใจว่าอันนั้นอันนี้อะไรต่าง ๆ เป็นของเราของเขานั้น อันนั้นคือความยึดถือต่างหาก ความเป็นจริงแล้วไม่มีสักอย่างเดียว ดูเข้าซิ ตัวของเราใครๆก็นับถือ ทุกคนนับถือว่ารว่าเขา แต่แท้ที่จริงแล้วให้พิจารณาแยกแยะ ออกเป็นสักเป็นส่วน ตกสภาพเป็นธาตุน้ำ ธาตุดิน ธาตุลม ธาตุไฟ เป็นสภาพของธาตุทั้งหมดไม่มีอะไรเหลือหรือ

ธาตุนั้นๆ ใครเป็นเจ้าของ ? ไม่มี ธาตุอันนั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เป็นธรรมดาอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา จึงว่าไม่ใช่ของตน ไม่ใช่ของตัว แต่เรายังลุ่มหลงมัวเมาว่าเป็นของตัวเองอยู่เรื่อยไป

ครั้นเมื่อหลงของเราแล้ว คราวนี้มันก็หลงของคนอื่น ตา เห็นรูปก็ไปหลงกับรูป หู ได้ยินเสียงก็ไปหลงตามเสียง จมูก ถูกกลิ่น ลิ้น ถูกรส กาย ถูกสัมผัส ก็เข้าใจว่าเป็นของตนของตัว แท้ที่จริงสิ่งทั้งหลายนั้นเป็นแต่เพียงสัมผัสกันเฉยๆ สัมผัสกันทีหนึ่งรู้แล้วก็หายไป สัมผัสกันรู้แล้วก็หายไป เช่น ตาเห็นรูป เป็นต้น เห็นนั้นแหละก็สักแต่ได้เห็น มันกระทบขึ้นมารู้สึกว่าเป็นเท่านั้นแหละ แล้วอันผู้รู้สึกว่าเป็นนั้นหายไป

แล้วที่นี้เหลือแต่สัญญาความจำ ความจำว่ารูปเป็นอย่างนั้น เสียงเป็นอย่างนั้น มันก็เลยจำไว้ สังขารก็ปรุงแต่งต่อไป ไปตลอดถึงกิเลสทั้งหลาย ที่เกิดขึ้นมาจากความปรุงแต่งนั้นแหละ เพราะเหตุที่เห็นว่าเราเห็น คิดว่าของเรา มันไม่ใช่ของเรา ผู้เห็นนั้นต่างหาก ผู้เห็นนั้นนะ ไปเห็นเข้าแล้วก็เพียงแต่มายึดเฉยๆ ครั้นถ้าไม่ยึดเห็นแล้วมันก็หายไป

อันความยึดมั่นแหละ หมายมั่นตั้งใจอยู่ หมายมั่นปั้นมืออยู่ ความหมายมั่นปั้นมือนั้นแหละ ปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง อันรูปสวयरูปงาม รูปไม่สวยไม่งาม รูปจีวรจีวรสวย รูปอย่างนั้นอย่างนี้ พลิกแพลงเปลี่ยนแปลงไปด้วยประการต่างๆ แต่ว่ารูปอันนั้นมันก็ไม่เป็นไปตามมติของตน คิดนึกเปลี่ยนแปลงไปสักเท่าไร สภาพมันก็เท่าเก่าของมันอยู่จะเปลี่ยนแปลงไป ยักย้ายไปอย่างไรก็ตามเถอะ ความคิดคำนึงของเรายักย้ายเปลี่ยนแปลงไปต่างหาก แต่รูปของมันก็อยู่คงที่ ก็เป็นไปตามเรื่องของมัน อันนี้เรียกว่ารูปมันเป็นเหตุ ตาเห็นรูปแล้วมันหลอกลวงเรา มันหลอกลวงให้เราลุ่ม

หลงมัวเมา

คนในโลกมันหลงอยู่ด้วยประการอย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด ทุกคนเลยให้หลงอยู่อย่างนั้น ตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดมา โนนละ เมื่อตายไปก็ถือว่าเป็นของตนของตัวอยู่เรื่อยไป แม้จะชำรุดทรุดโทรม มันเปลี่ยนแปลงไปด้วยประการต่าง ๆ ก็ถือว่าเป็นของตนของตัวอยู่เรื่อยไป ความถืออันนั้น มันคงอยู่ตลอดเวลา โลกอันนี้จึงค่อยมีอยู่

ความถืออันนั้นแหละเป็นต้นเหตุให้มีโลก โลกอันนี้มันเกิดขึ้นมาจากความถือ ครั้นไม่ถือเสียแล้ว มันก็ลบล้างไปหมดทุกสิ่งทุกประการ ไม่เหลือหรือในจิตในใจของตน อันนี้เราเรียกว่าลบล้างไปไม่มียึด ไม่มีถือ ของอันนั้นไม่เป็นตนไม่เป็นตัว จึงว่าเห็นก็สักแต่ว่าเห็น รู้ก็สักแต่ว่ารู้ ได้ยินก็สักแต่ว่าได้ยินได้ฟัง ไม่เป็นเรื่องเป็นราวต่อไป

วิสุตเย มารุตส เยรตุตฺ ท่านบอกว่า มันเป็นความหลง เป็นวิสัยของมาร ท่านว่าอย่างนั้น อันเรื่องเหล่านี้เป็นวิสัยของมารทั้งนั้น กิเลสเหล่านี้เป็นวิสัยของมาร เราคิดสอยห้อยตามไปกับเรื่องเหล่านี้แหละ ติดต่อกันไม่รู้แล้วสักที เกิดในชาติใดภพใดก็ติดต่อกันอยู่อย่างนั้นแหละ มันหลอกลวงอยู่อย่างนั้นแหละเรื่อยไป ไม่มีที่สิ้นสุด

ถ้าหากผู้มารู้เท่าเข้าใจอย่างทีอธิบายมานั้นแหละ เรียกว่า รู้เรื่อง รู้ถึงของมันเข้าใจตามเรื่อง ตามสภาพของมัน เราก็อยู่เย็นเป็นสุข หากว่าเราไม่รู้เรื่อง หลงตามอยู่อย่างนี้ มันก็เป็นทุกข์เรื่อยไป แล้วเมื่อไรมันจะหายจากความทุกข์ได้สักที? เมื่อไรจะเจ็ดหลาบสักที? ครั้นหากว่าหลงอันนี้ ก็อยู่อย่างนี้แหละตลอดเวลา ตลอดภพตลอดชาติ หลงอยู่ตลอดทุกเมื่อทุกยาม

ครั้นหากรู้เท่ารู้เรื่องแล้ว มันก็ปล่อยวางตามสภาพของมัน โลกก็เป็นอยู่ตามโลก ธรรมก็เป็นอีกอย่างหนึ่งต่างหาก เราอยู่ในธรรมเราไม่เป็นไปตามโลก มันก็สุขสบาย

ธาตุนั้นๆ ใครเป็นเจ้าของ

ไม่มี

เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป

เป็นธรรมดาอยู่อย่างนั้น

จึงว่าไม่ใช่ของตน ไม่ใช่ของใคร

แต่เรายังลุ่มหลง มัวเมา

ว่าเป็นของตัวอยู่เรื่อยไป

## พิจารณาความตาย

วันที่ ๒๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๘

ตาก็เสื่อม หูก็เสื่อม

จมูก ลิ่น กาย ใจก็เสื่อม

เรี่ยวแรงแข็งขัน เสื่อมหมด

เสื่อมไปโดยลำดับ

มันเสื่อมเรียกว่า ตาย

มันค่อยตายไปที่ละอย่างสองอย่าง

ในผลที่สุดก็ตาย จริงๆ จังๆ

เราเกิดมาได้ธาตุสี่ คิน น้ำ ไฟ ลม ผสมกันเป็นก้อน เขาสมมติว่าเป็นคนแล้วก็ใช้งานได้ ก้อนอันนี้ใช้งานได้ทุกอย่างทุกประการ ใช้ได้ในน้ำ ใช้ได้ทั้งบนบก ใช้ได้ในอากาศ ใช้ได้สารพัดทุกอย่าง ทำดีก็ได้ทำชั่วก็ได้ทุกประการ เป็นของกายสิทธิ์เป็นคล้ายๆกันกับว่าเครื่องหุ่นอันหนึ่ง ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสเทศนาว่า สรีรยนต์ คือ กาย จตุจกต์ มีจักร ๔ คือ อิริยาบถ ๔ นวทวาร มีทวาร ๘ พระพุทธเจ้าทั้งหลายและพระสงฆ์ทั้งปวงท่านไม่ได้เรียกว่าบุคคล ไม่ได้เรียกว่าสัตว์ว่าบุคคล เป็นสรีรยนต์อันหนึ่งเท่านั้นแหละ ท่านถามความสุขทุกข์ซึ่งกันและกัน ท่านไม่ได้บอกว่าสบายดีหรือไม่ ? ท่านบอกว่า “จักร ๔ มีทวาร ๘ ยังพออดกลั้นได้หรือไม่?” ท่านว่าอย่างนั้น ท่านไม่ว่าสบายดีหรือไม่

อดกลั้นเพราะเหตุใด? คนเรานั้นนะทุกคนเกิดขึ้นมาอยู่ได้ด้วยอิริยาบถทั้ง ๔ เป็นเครื่องอยู่อดทน คือว่า อิริยาบถอ่อนไปส่วนใดส่วนหนึ่ง ร่างกายวิปริตไปมันก็ทรุดโทรมไปโดยลำดับ ส่วนหนึ่งทรุดโทรมแล้วก็ส่วนที่ยังเหลือก็ใช้ไปอย่างว่า หูทรุดโทรมไปคือว่าหูหนวก ยังใช้ตา จมูก ลิ่น กาย ครั้นตาทรุดโทรมไป ก็ใช้ตาอีกตาหนึ่ง ถ้าตาทั้งสองข้างทรุดโทรมไปก็ไม่มีอันใช้ อย่างนี้เป็นต้น ดังนั้นท่านจึงบอกว่า “พออดทนอยู่หรือไม่?” ท่านไม่ว่าสุขสบาย

ที่จริงมันไม่มีสุขสบายที่ไหนหรอก คนเราเกิดขึ้นมา อิริยาบถ ๔ แสดงถึงเรื่องความทุกข์ ยืน เดิน นั่ง นอน เปลี่ยนอิริยาบถ ๔ การเปลี่ยนอิริยาบถแต่ละอิริยาบถนั้น มันเป็นเรื่องเปลี่ยนความ

ทุกข์ นิ่งมากมันก็เหนื่อย ก็เปลี่ยนอิริยาบถเดิน เดินมากมันก็เหนื่อยเปลี่ยนอิริยาบถนอน นอนนาน แล้วก็เปลี่ยนเป็นอิริยาบถยืนนี่เป็นต้น อันการเคลื่อนไหวสารพัดทุกอย่างนั้น มันเปลี่ยนอิริยาบถ แสดงถึงเรื่องความเคลื่อนไหว แสดงถึงเรื่องอาการไม่สบาย มันจึงค่อยเปลี่ยนอิริยาบถ คนเราทนทุกข์เวทนาอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา

ผู้ท่านมาพิจารณาเห็นโทษทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้แล้วว่า คนเราไม่มีความสุขเลยเป็นแต่เพราะทนอดกลั้นพออยู่ เดินก็อดทนเดินไป ที่จริงนั้นไม่อยากจะเดินหรือกมันเหนื่อย นอนมันก็อดทนนอนไปตามเรื่อง ตลอดถึงการกินอยู่ แสดงกิริยาอาการทั้งปวงหมดมันเป็นเรื่องทุกข์ มันเป็นเรื่องเสวยทุกข์เท่านั้น หากความสุขไม่ได้

คราวนี้มัน เสื่อม ไปโดยลำดับ อย่างว่าเรียวแรงแข็งขันทุกสิ่งทุกประการเดินเหิรปึงปึงแข็งขัน อันนั้นน่าจะกำลังแข็งแรง แต่แท้ที่จริงมันก็มีอยู่นั้นแหละ ทำไปมากๆ มันก็เหนื่อย แต่ทำทางแข็งแรงนั้นกำลังมันพอสู้ได้ ก็ทำไปตามเรื่องมันพอสู้ ถ้าหากว่ามันอ่อนเปลี้ยลงไป มันก็ไม่ไหวเหมือนกัน อันนั้นเรียกว่า ความเสื่อม มันเกิดขึ้นมา ตาก็เสื่อม หูก็เสื่อม จมูก ลิ้น กาย ใจก็เสื่อม เสื่อมไปโดยลำดับเรียวแรงแข็งขันเสื่อมหมด อันนั้นเรียกว่าตาย มันเสื่อมเรียกว่าตาย มันค่อยตายไปที่ละอย่างสองอย่าง ในผลที่สุดนอนอยู่มันก็เสื่อมคือ มันค่อยตายไป ในผลที่สุดก็ตายจริงๆ จังๆ ไม่มีลมหายใจเข้า-ออก แท้ที่จริงคนเราอยู่ได้ด้วยลมหายใจ

สิ่งทั้งปวงหมดสังเกตุดูเถอะ หมดถูระลงไปหมดทุกสิ่งทุกประการ ค่อยเสื่อมไปๆ ยังเหลือแต่ลมหายใจระรวยอยู่ มันก็เสื่อมไปเหมือนกัน อีกหน่อยลมหายใจนั้นก็หมดไปอีก อันนั้นละหมดเรื่อง อะไรล่ะคราวนี้ ตาย

ครั้นพูดกันจริงๆ จังๆแล้วไม่ใช่ตัวกายนี้แตกดับ มันเป็นสภาพของมันต่างหากมันเกิดขึ้นมาเรียกธาตุ ๔ ดังอธิบายมาแล้ว แต่ความจริงไม่ใช่ธาตุ ๔ มันเป็นรูปอะไรก็ไม่ทราบเกิดขึ้นมาเป็นคนเราเรียกสมมติว่าเป็น “คน” อันแท้ที่จริงนั้นไม่ใช่คนมันเป็น สภาพ เกิดขึ้นมาเหมือนกันกับหุ่น เขาปั้นเป็นรูปเป็นร่างขึ้นมา

หุ่นนั้นก็เสื่อมไป เสื่อมไปแล้วก็สลายไป เป็นของตามเป็นจริงของมัน คือธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟของมัน ก็หมดเรื่อง ไม่ใช่ใครตาย ถือว่ากูตายมึงตายอะไรกันก็ไม่ทราบ ร่างกายตายก็ไม่ใช่ แต่มันให้เกิด-ดับ เกิด-ดับกันอยู่อย่างนั้น มันเกิด-ดับไปแล้ว มันก็ไปตามเรื่องตามราวของมัน

ส่วนจิตเป็นผู้ที่ไปครอง เหมือนกันกับว่าหอยเสฉวน มันไปเข้าเปลือกของเขานะมันเข้าไป แล้วก็ไปถือเอาเปลือกของเขานั้นไป มันก็ไปตามเรื่องตามราวของมันเป็นคนเป็นตัวไป ถ้ามันเบื่อหน่ายออกไปจากตัวนี้ มันก็เป็นตัวของเปล่าๆ มันออกจากเปลือกของเขาแล้ว มันก็อยู่ของมันต่างหาก อันร่างกายนี้ก็เหมือนกัน จิตใจของเราเข้าไปครองอันนั้นแหละ แต่ครองแล้วก็เบื่อหน่าย



แล้วก็หมดไป คือว่ามันหมดเสื่อมสิ้นไปนั่นเอง แล้วก็ไปอีก จากไปอีก จากภพนี้แล้วก็ไปอีก ไปภพ  
อื่นต่อไป

เหตุนี้ คนเราเกิดมานะไม่ใช่อะไรทั้งหมด เกิดขึ้นมาเพียงแต่เสวยกรรมคือการกระทำ  
เปลี่ยนอิริยาบถต่างๆ เรียกว่ากรรม คือจิต นั้นเองมาเกิดมาทำกรรมใช้ให้ทำนั่นทำนี่ ทำดีทำชั่ว ทำ  
หยาบละเอียด อิริยาบถต่างๆ นั้นเรียกว่า มาก่อกรรม ครั้นเมื่อมันเสื่อม มันตายไปสลายไป ตัวจิต  
นั้นใช้มันไม่ได้แล้ว คราวนี้ใช้กายจะไปใช้ที่ไหน มีแต่จิตอยู่อันเดียว ไม่มีอิริยาบถมันก็ใช้ไม่ได้ละ  
ซี จิตตัวนั้นเป็นของสำคัญมาก ถ้าหากว่ายังมีอิริยาบถเคลื่อนไหวอยู่ตราบใดแล้ว คือร่างกายมีอยู่  
ตราบใดก็ต้องใช้ไปตราบนั้น ถ้าร่างกายดับไปหมดเสื่อมสูญสิ้นไป จิตมันก็ไม่ได้ใช้คราวนี้ใช้แต่  
ส่วนจิตตัวเดียวแล้ว คิดส่งสายปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง เป็นอาการของจิตอันเดียว ไม่ปรากฏ  
ร่างกาย จิตมันคืนรรนกระเสือกกระสนไม่มีขอบเขต

เหตุนี้ พระพุทธเจ้าทรงสอน ให้สอนจิต อบรมจิต ไม่ได้อบรมที่อื่น อบรมที่จิตแห่งเดียว  
เท่านั้น ให้มันสงบ ให้มันอยู่นิ่ง ให้มันไม่ปรุงไม่แต่งไม่คิดไม่นึก เมื่อไม่คิดไม่นึกไม่ปรุงไม่แต่ง มัน  
ก็หมดอาการของจิต มันนิ่งเฉยยังเหลือแต่ใจ จิตเลยเข้าไปเป็นใจนิ่งเฉย

มันจะมีอะไรละคราวนี้? กิเลสก็ไม่มี เมื่อจิตมันเฉยแล้วก็ไม่มีกิเลส ไม่ปรุงไม่แต่งก็หมด  
การปรุงการแต่งนั้นนะเป็นกิเลส เป็นเหตุให้เศร้าให้หมองไม่มองใส ก็จิตนั้นแหละ ครั้นหมดอาการ  
แล้วมันก็ไม่มีอะไรหรอก ได้แค่นั้นก็เอาเสียก่อน ถึงว่าไม่ได้วิเศษวิโสก็เอา หยุดปรุงหยุดแต่งไม่คิด  
ไม่นึกหมดแล้ว ก็เหลือแต่ใจนิ่งเฉยอยู่เท่านั้น ให้กิเลสหมดเท่านั้นเสียก่อน ไม่ต้องเอามากมายอะไร  
หรอก เอาละ

จิตมันคืนรรนกระเสือกกระสน

ไม่มีขอบเขต

พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้

สอนจิต อบรมจิตของตน

ให้มันสงบ ให้มันอยู่นิ่ง

## อาหารมีทั้งคุณและโทษ

วันที่ ๑๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

อาหารการกินเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งซึ่งนับในจำพวกปัจจัย ๔ เป็นของสำคัญอย่างยิ่ง ยิ่งกว่าปัจจัยทั้งปวงหมด ถ้าไม่ได้ฉันอาหาร ไม่มีอาหารเป็นเครื่องอยู่ในท้อง เราก็ต้องตาย ไม่ว่าใคร ๆ ทั้งหมด สัพเพ สตฺตา อาหารภูฏิติกา สัตว์ทั้งหลายอยู่ด้วยอาหาร อาหารนี้แหละเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้มนุษย์ ทรงตัวอยู่ได้ ให้มีชีวิตยืนนาน

แต่อาหารนั้นก็เป็โทษสำหรับผู้ปฏิบัติ ถ้าหากว่าฉันอาหารโดยไม่พิจารณาไม่มีแยกคาย อูบาย ก็เป็เหตุให้เกิดโรคะ ให้เกิดความกำหนัด ให้เกิดความฟุ้งเฟ้อเป็เหตุให้จิตใจวุ่นวายแส่ส่าย ไปในที่ต่าง ๆ เหตุนี้จึงว่าฉันอาหารควรที่จะมีระวังสังวร ความระวังสังวรนี้เป็นของสำคัญมาก เรา หัดระวังสังวรในอาหารแล้วในการที่นุ่งห่มผ้าผ่อน เครื่องนุ่งห่มก็ดี ปัจจัยชาติที่ว่ามี เสนาสนะ ที่อยู่ อาศัย หนูกยาสำหรับแก้ไข้ต่าง ๆ หลายอย่างหลายประการ เมื่อหัดพิจารณาอาหารให้เป็นให้ชำนาญแล้ว ของเหล่านั้นต้องเป็นไปตามกัน

อาหารเป็นของสำคัญมีอยู่ทุกวัน วันหนึ่งเราฉันมันต้องมักหลงมักลืมนในรสชาติ พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า ฉันอาหารพอเป็ยาปนมัด คือว่า เป็ยาสำหรับหล่อเลี้ยงร่างกายให้ อัดภาพชีวิตพอเป็น ไปเท่านั้น ไม่ได้ฉันเพื่อให้อ้วนดีพิราม ไม่ได้ฉันเพื่อสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ บริบูรณ์ ก่อนฉันบิณฑบาต ก็ให้พิจารณาเป็ธาตุ คือว่า สักแต่ว่า ธาตุมตฺตโก แปลว่าธาตุ นิสุตฺตโต นิหฺขีโว ไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคล สุธฺโณ เป็ของว่างเปล่า

ของเหล่านี้เป็ของมีอยู่อย่างนั้น เราฉันลงไปก็เป็ธาตุแท้ๆ ฉันอาหารอะไรก็เอาเถอะ ที่ มันมีอยู่ ที่เราฉันลงไปนั้น เป็ข้าว น้ำ อาหารการกินทุกสิ่งทุกประการล้วนแล้วแต่ประกอบไปด้วย ธาตุทั้งสี่ มีธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม เป็ต้น มันหากเกิดขึ้นมา ปรงขึ้นมาผสมขึ้นมา เราฉันมันก็ผสม ธาตุ อันนั้นแหละ มาปรงแต่งธาตุนี้ให้มันทรงอยู่ได้ หมายความว่า ธาตุบำรุงธาตุ ส่วนปัจจัยธาตุทั้งสี่ ก็ บำรุง ธาตุสี่อันนี้ ธาตุสี่อันนี้จึงทรงอยู่ได้ เหมือนกับเราก่ออิฐ เราเอาปูนมาโปะ เอาดินมาโปะเข้า ก็ พอปูนขึ้นมาเป็ธาตุเป็เจดีย์อยู่ได้

แล้วความเป็นจริงนั้น ของอันนั้นมันไม่ใช่ของใครทั้งหมด ธาตุก็ไม่ใช่ของตัวของเรา สักแต่ ว่าธาตุ ท่านจึงว่าอย่างนั้น ไม่ใช่ตัวตนของเรา สักแต่ว่าธาตุไม่ใช่ของมีชีวิตชีวาอะไร ธาตุ สุตฺตโต นิหฺขีโว เป็ของไม่มีชีวิต สุธฺโณ เป็ของว่างเปล่า สุธฺโณเปล่าลองดูคนที่พิจารณาให้มันเป็ของ ว่างเปล่า สุธฺโณเปล่านั้น ไม่ใช่ของง่าย ๆ เป็ของละเอียดลึกซึ้งทีเดียว ที่เราเห็นเป็ธาตุ

ครั้งเราไม่พิจารณาอย่างนั้น ก็เห็นเป็ของมีรสมีชาติ ของเอร็ดอร่อย แล้วก็คิดในอาหาร พอ

ฉันลงไปแล้วก็คิดอยากอยู่เรื่อย อาหารอะไรเป็นกิเลสเป็นของเอรีคอร์อย ก็ติดมันในอาหารนั้น  
อยากจะฉันอาหารนั้นพอกพูนเข้ามาในใจ นี่แหละถ้าไม่พิจารณา มันเป็นเหตุอย่างนี้เลยขาดการ  
ระมัดระวังสังวร ที่จะระมัดระวังสังวรในอาหารไม่มี เห็นแก่ได้แก่กิน ท่านว่าอย่างนั้น คือว่ามัน  
ชอบอกชอบใจ เห็นอันใดก็คิดแต่อยากอันนั้นก็อยาก อันนี้ก็อยากทุกสิ่งทุกประการ กินแล้วก็ไม่อิ่ม  
ไม่พอสักที เรากินในวันนี้นั้นวันหลังยังชอบใจอีกอยากอีก ชอบใจอีกอยากอีก กินวันนี้แหละอิ่มแล้ว  
พอแล้วปากท้องมันพอ แต่ใจมันยังอยากอยู่ นั่นแหละกิเลสมันยังมีอยู่ กิเลสตัวอยากตัวนั้นแหละ  
มันจึงเป็นเหตุให้เราสังวรให้ระวังต่อไป

อาหารนั้นเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงยังชีวิตให้เป็นอยู่ก็จริง แต่อาหารถ้าไม่ระวัง ถ้าไม่มีการสังวร  
มันก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลส เราบวชมาในพุทธศาสนา หวังว่าจะชำระกิเลส ไม่ใช่ต้องการสะสมกิเลส  
กิเลสมันเกิดตามหมู่นี้แหละ คอยสะสมขึ้นมาโดยลำดับ สะสมอยู่เรื่อยไปมากขึ้นไป โดยที่เราไม่คิด  
ไม่นึกสะสม เลยเป็นอารมณ์ เลยเป็นอาลัยอาวรณ์ นิสัยอันนี้แหละติด อยากแต่กินอยากแต่  
รับประทาน อยากแต่ฉันอยู่เรื่อยไปฉันอันใดก็ไม่เห็นเป็นธาตุ เห็นเป็นของดีของดี เห็นเป็นของ  
เด่นเลยเป็นของไปสะสมกิเลส

พระพุทธเจ้าทรงสอน ฉันมือเดียว ฉันหนเดียว ท่านทรงอธิบายถึงเรื่องการฉันเบื้องต้นให้  
หนึ่งในสาม หนึ่งในอะไร? หนึ่งในสามส่วน ข้าวสามส่วน อาหารส่วนหนึ่ง อันนั้นแหละเบื้องต้น  
สำรวมเบื้องต้น สังวรเบื้องต้น ให้อาหารส่วนหนึ่งข้าวสามส่วนนั้นแหละเป็นของพอดี อันนี้เราเอา  
อาหารมากกว่าข้าวด้วยซ้ำ มันเลยมากกว่า บางทีไม่ได้รับประทานข้าวซ้ำอีก มีแต่รับประทาน  
อาหาร มันเกินพระพุทธเจ้าไป มันเกินขอบเขต ถ้าหากว่าไม่ได้สังวร ไม่คิดถึงเรื่องพวกนี้แล้ว ทำ  
ตามใจชอบ เลยเกินขอบเขตไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันไม่พอดีพองาม ขาดการระมัดระวังสังวรใน  
ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

เราบวชมาในศาสนาพระพุทธเจ้า ต้องรักษาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าปฏิบัติตามคำสั่ง  
สอนของพระพุทธเจ้า ระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เสมอ ทำอะไรต้องคิดถึงพระพุทธเจ้า  
คิดถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นประมาณ พระองค์ทรงเป็นศาสดา จึงทรงเป็นผู้สั่งสอนพวกเรา  
โดยตรง ที่จริงแท้นั้นเรามาบวชในศาสนานั้น อาหารทุกสิ่งทุกประการ ผ่าผ่อน เครื่องนุ่งเครื่องห่ม  
เสนาสนะ เครื่องใช้ไม้สอย วิทยุศาสตร์พัดต่าง ๆ เกิดจากคำสอนของพระพุทธเจ้าโดยแท้ ถ้าหากว่า  
ไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เรื่องเหล่านี้ไม่มีใครมาทำบุญทำทานหรือ เราทำตามคำ  
สอนของพระพุทธเจ้าจึงค่อยมีคนเลื่อมใสศรัทธาทำบุญทำทาน แต่เราลืมตัวเราเลยลืมตัวไม่ระลึก  
ถึงพระพุทธศาสนา ไม่ระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงเป็นเหตุให้เกิดกิเลสทับถมตัวเรามากขึ้น  
ไปอีก ครั้นถ้าไม่เชื่อพระพุทธเจ้ามันก็ตายไปนะสิศาสนามันเลยไม่เป็นของจริงในพระพุทธศาสนา

พุทธศาสนา-พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้แล้ว ไม่เอามาเป็นพื้นฐาน ไม่เอามาปฏิบัติมันเลยกลายเป็นไปทุกสิ่งทุกอย่างการ นั่นแหละปฏิบัติภาวนาจึงค่อยไม่เป็นไป ถ้าหากจะระลึกถึงพระพุทธศาสนา ระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ ต้องระมัดระวังสังวรตัวของตน ก็นึกก็รู้จักว่า อ้อ! อันนี้เกิดจาก คำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าสอนไว้ เพราะเป็นอย่างนี้ แล้วเราปฏิบัติตามคำสอน ของพระพุทธเจ้า คนจึงมีความศรัทธาเลื่อมใสพอใจ แล้วก็รู้จักปรับปรุง การกินประมาณเท่านี้ ฉัน ประมาณเท่านี้ มันพอดีไหม? ฉันมากมันเป็นอย่างไร? ฉันน้อยเป็นอย่างไร รู้ตัวเอง ฉันมากมันอึดอัดหรือ? ฉันน้อยมันอึดอัดหรือ? อะไรต่างๆ รู้จักปรับปรุงอาหารเข้ากับธาตุของตนให้พอดีพองาม ถ้าหากฉันมากมันภาวนาไม่ดี และฉันน้อยมันภาวนาดี ก็ฉันน้อยลงไป

อย่าไปคิดถึงชีวิตร่างกาย คิดถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า เอาคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็น หลักฐาน เราตั้งใจปฏิบัติตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราเห็นธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็นั่นแหละได้ชื่อว่าเป็นของถูกต้องแล้วได้อบรมในศาสนา ชีวิตร่างกายนี้พอเป็นไปดোক ให้ปฏิบัติ ให้มัน อย่าให้รุ่มรวยมากมายนัก ขอให้เป็นไปวันหนึ่งๆ ก็แล้วกัน อันนั้นแหละจึงจะถูกตามคำสอน ของพระพุทธเจ้า

เราทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

จึงค่อยมีคนเลื่อมใสศรัทธาทำบุญ

แต่เราลืมตัว

ไม่ระลึกถึงพระพุทธศาสนา

ไม่ระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า

จึงเป็นเหตุให้เกิดกิเลส

ทับถมตัวเรามากขึ้นไปอีก

## อธิบายเรื่องวันปวารณา

วันที่ ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๔

หมายเหตุ : วันปวารณาปีนี้ตามปฏิทินสากล ตกวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ ส่วนวันอุโบสถตามปฏิทินปักข คณนา ซึ่งคณะกรรมมุติใช้ตกวันแรม ๑ ค่ำ เหตุดังกล่าวนี้ไม่เกิดขึ้นบ่อยเป็นประจำ โดยมากจะตรง วันเดียวกัน

วันนี้เป็น วันปวารณา ตกวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ วันอุโบสถ ตกวันแรม ๑ ค่ำ แท้ที่จริงท่านนับ ถัดวันดีแล้ว ปีกขคณนาของท่านแน่นอนที่สุด ปีกขคณนาก็ไม่เป็นแบบสากลโดยส่วนมากพวกจีน เขาถือกันแบบสากล เหตุอันวันปวารณาของจีนและของไทยมันไม่ใคร่ตรงกัน

วันปวารณาถือเป็นวัน ๑๕ ค่ำ วันอุโบสถ นั้นเป็นค้ำ ๑ ค่ำวันนี้แหละ เป็นต้น ถ้าหากเป็น ดั่งนี้แล้วถ้าพระสงฆ์ในวันปวารณามีมากกว่าวันอุโบสถ ต้องอนุโลมตามวันที่มีพระมาก นี่วันมัน แยกกันอย่างนี้

คราวนี้เกี่ยวกับ วันปวารณา พระสงฆ์มี ๔ องค์ไม่ครบวันปวารณา ถือว่าการปวารณาต้อง ปวารณาต่อสงฆ์ โดยสงฆ์องค์หนึ่งว่า **สงฺฆะปวารณมิฯ** ที่กล่าวไว้ว่า **สังฆ** หมายความว่าพระองค์หนึ่ง นั้นเป็นผู้ปวารณา สงฆ์นั้นมี ๔ องค์ จึงเรียกว่าสงฆ์มี ๔ คณะ **๕ ปวารณา** เป็นคณะมีสงฆ์ ๕ องค์ ถ้าหากว่าสงฆ์ ๔ องค์ มันก็ไม่ครบสงฆ์ พระสงฆ์ ๕ องค์นั้นจะปวารณาในที่สงฆ์ก็ได้ จะไป ปวารณาในที่อื่นก็ได้ แต่ในความเป็นจริงนั้นสงฆ์ในวัดเดียวกัน ก็ควรที่จะปวารณาในสงฆ์ ถือว่า มาปวารณาต่อหน้าพระสงฆ์ จึงว่า **สงฺฆะปวารณมิฯ** อย่างวันนี้แหละที่มาปวารณาต่อสงฆ์ในที่นี้

**ปวารณา** ก็หมายความว่า ปวารณาต่อสงฆ์แทนอุโบสถ ถ้าหากว่าปวารณาครั้งหนึ่ง **อุโบสถ** อีกครั้งหนึ่ง มันจะเป็นอุโบสถ ๒ ครั้งไป พระสงฆ์วัดเดียวกันมานั่งทำอุโบสถกับหมู่เพื่อน เสียก่อนปวารณา คือพระปวารณามานั่งทำอุโบสถกับหมู่เพื่อนปวารณาก็ครั้งหนึ่ง อุโบสถก็เป็น ครั้งหนึ่ง เป็นอุโบสถ ๒ ครั้ง แต่โดยส่วนมากเขาทำกัน ก็นั่งในอุโบสถนั้นแหละ นั่งในหมู่เพื่อน นั้นแหละ แล้วจึงค่อยปวารณาทีหลังอย่างวันนี้ นั่งในหมู่เพื่อนได้ แล้วจึงค่อยปวารณาทีหลัง มันจะ ขัดแย้งกันสักหน่อย มันจะเป็นอุโบสถ ๒ ครั้ง เหตุอันนั้น เพื่อความเรียบร้อยดีจึงไม่ต้องเข้าร่วม อุโบสถ มาปวารณาเอาเลยก็ได้ ปวารณาเอาเลยทีเดียวย่างวันนี้แหละ

มันยากที่ **อุโบสถ** กับ **ปวารณา** มันขัดแย้งกัน มีแย้งกันนิดเดียวให้เข้าใจตามเรื่องนี้แหละ ทุกๆ องค์ให้เข้าใจอย่างนี้ เข้าใจใหม่ที่อธิบายมานี้ ครั้นถ้าไม่เข้าใจให้ถาม วันนี้เป็นครั้งแรกในวัดนี้ ที่ **ปวารณา** กับ **อุโบสถ** ไม่ตรงกัน ตั้งแต่ตั้งวัดมาก็ครั้งนี้แหละ ฉะนั้นควรศึกษา ควรเข้าใจกันไว้จะ ไม่สับสนต่อไป(แล้วท่านอบรมพระต่อไป)

ถึง "ใจ" หรือไม่วันหนึ่ง ๆ

วันที่ ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๘

ในพุทธศาสนาท่านมีวันปวารณาปีหนึ่งมีหนเดียว ความเป็นจริงการปวารณานั้นในทางพุทธศาสนา ท่านสอนให้ปวารณาซึ่งกันและกัน ถือว่า **ได้ทำผิดพลาด ประมาทในพระสงฆ์ด้วยกันก็ดี ทั้งต่อหน้า**

และดับหลัง ด้วยกาย วาจา และใจ จงเมตตาเอ็นดูกันตักเตือนซึ่งกันและกันเป็นการปวารณา แทน อุโบสถสังฆกรรมเป็นการใหญ่ในการที่ปวารณาซึ่งกันและกัน การที่ฟังปาฏิโมกข์การที่วาทสิกขาบทต่าง ๆ ที่ท่านสวดไปนั้น เป็นภาษาบาลีไม่รู้จักภาษาไทยอะไร การปวารณานี้รู้สึกว่าย่อตึกว่า เป็นประโยชน์มากทีเดียว

การปวารณา ปีหนึ่งมีหนหนึ่ง แต่ว่าพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ที่นับถือพุทธศาสนาอนุโลมตามพระ ถึงวันนั้นเขาก็พร้อมเพรียงมาทำบุญสุนทานเข้าวัดเข้าวาระรักษาศีลอุโบสถ ฟังเทศน์ฟังธรรม ที่จริงก็เป็นเพียงแต่เรื่องของพระหอรอก แต่ญาติโยมอนุโลมตาม มันก็ดีเหมือนกัน มีประเพณีหลายอย่าง วันออกพรรษา วันเข้าพรรษา วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา เหล่านี้แหละ เป็นระยะ ๆ ปีหนึ่งมี ๔-๕ หน

การที่พุทธบริษัททั้งหลายตั้งใจพากันมาทำบุญทำทาน แล้วก็ฟังเทศน์ฟังธรรมนั้นก็เป็นการดี ความเป็นจริงนั้นการที่บัญญัติไว้หลายอย่างหลายเรื่องมี วันเข้าพรรษา ออกพรรษา วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา เป็นต้น ไปเป็นเหตุให้เราพิจารณาถึงเรื่องอายุของตน มันคิดตรงนี้ อายุของตนนั้นมันเปลี่ยนแปลงไป ยักย้ายหมดไปทุกวันทุกวัน เข้าพรรษาถึงออกพรรษา นั่นก็เป็น ๓ เดือนแล้วหมดอายุชีวิตของเราไป เราก็มาพิจารณาถึงเรื่องความเป็นอยู่ของเรา มันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ แล้วก็ต่อไปนี้ไปอีกไปถึงเดือน ๓ วันมาฆบูชาที่ ๓ เดือนอีกแหละ ไปถึงเดือน ๖ ถึงวันอาสาฬหบูชา เปลี่ยนไปเปลี่ยน ไปปีหนึ่งได้รู้จักว่า เราได้กำหนดพิจารณาถึงกายของตน ครบปีหนึ่ง เราได้พิจารณามรณานุสติถึง ๔-๕ ครั้ง

แล้วมาพิจารณาดูตัวของเรา มันเปลี่ยนไปอย่างไรตัวของเรา? มันแก่เฒ่าลงทุกวันหรือว่าหนุ่มลง การหนุ่มไม่มีหรือก็มีแต่เปลี่ยนแปลงแก่ไปทุกวันทุกวัน การเปลี่ยนแปลงมันไม่ใช่แต่การเปลี่ยนแปลงไปเท่านั้นนะ มันเสื่อมสุขภาพไปทุกอย่าง คนหนุ่มยังไม่ทันรู้เรื่องความเปลี่ยนแปลงของตน มีแต่เพลินสนุกสนาน แต่คนแก่มันรู้สึกตัวตลอดเวลา คนอายุ ๖๐ ไปแล้วรู้สึกตัว มันเปลี่ยนแปลงสภาพไปอย่างไร รู้สึกตัวทีเดียว เรื่องเหล่านี้แหละเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เรานึกถึงความตาย กาลเวลาที่ว่าเปลี่ยนแปลงนั้นแหละ ๔-๕ หนในปีหนึ่ง มันเปลี่ยนแปลงทุกวันอย่างนี้ เราจะได้รีบเร่งทำคุณงามความดี

คนที่ประมาทอยู่ แม้มีการตักเตือนอยู่ปีหนึ่ง ๔-๕ หนนั้น ก็ไม่พิจารณาอะไรหรือ คนที่มีสติรู้ตัวอยู่ ย่อมคำนึงคิดถึงตัวของตน ก็ย่อมจะเร่งรีบทำคุณงามความดี แล้วคราวนี้คนที่ไม่ประมาทเลยไม่เอาเป็นปัญหา เรื่องกำหนดเวลานั้นเลยไม่เป็นปัญหาเลย มีแต่รีบเร่งทำคุณงามความดีอยู่เรื่อยไป เหมือนกับบุคคลผู้ที่ทำงานคนขยันหมั่นเพียรแล้วมันตั้งหน้าตั้งตาทำ ไม่คำนึงคิดถึงปีเดือนอะไรหรือ มีแต่ตั้งตาทำ ผู้ที่ขี้เกียจต่างหากผู้ที่ขี้คร้านต่างหาก อยากให้ค่าเร็ว อยากให้หมดเดือน

หมดปีง่าย ๆ โดยที่ไม่ได้ทำอะไร ความประมาทเป็นอยู่อย่างนี้

คนที่ไม่ประมาทแล้ว ไม่คำนึงคิดถึงเลยเรื่องเหล่านี้ คิดถึงคุณงามความดีวันหนึ่ง เราทำอะไร ความดีมีอยู่ในตัวของตนเท่าไร เพิ่มขึ้นหรือทรงอยู่หรือหย่อนลงกว่าเก่าพิจารณาอยู่อย่างนี้เรื่อยไป เป็นประโยชน์แก่ตน ไม่เป็นประโยชน์แก่กาลเวลาเป็นประโยชน์แก่ตัวโดยเฉพาะ

เหตุนี้จึงว่าผู้ที่มีอุบายปัญญา ผู้ที่ไม่มีความประมาทแล้ว อย่าไปคิดนึกถึงเลยออกพรรษา ก็ช่างเถอะ เข้าพรรษาก็ตามเถอะ ไม่เป็นปัญหา ทำคุณงามความดีอยู่เรื่อยไปตลอดเวลา วันคืนก็ไม่ต้องคำนึงถึงมัน ปีเดือนก็ไม่คำนึงถึงเลย เอาแต่คุณงามความดี นั้นเป็นผลประโยชน์ของตน ถ้ายาวเรื่อย ย่อมเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง อันนี้แหละเรียกว่า รีบทำรีบประกอบคุณงามความดีเสีย ให้มีขึ้นในตนของตน ยังไม่พอเรายังทำคุณงามความดียังไม่พอ ยังอีกมากมายอันที่เราจะต้องทำ

พิจารณาดูแต่เรื่องจิตของเราเถอะ พอเรานั่งสมาธิภาวนา ไม่ทราบอะไรวุ่นวุ่นวายหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ของไม่เคยคิดเคยพิจารณา ไม่เคยรู้ไม่เคยเห็น ก็มารู้อ้อม มาอยู่ในจิตนั้นหมดเลย บางคนนั่งไม่ไหวเลยรีบออกเสีย มันก็เลสมากนั่งภาวนาเลยก็เลสมาก ความเป็นจริงไม่มากหรอก ของน้อยนิดเดียว แต่เวลาเรานั่งทำความสงบเท่านั้นแหละ มันเห็นชัดขึ้นมาเลย ของเล็กๆน้อยๆ ก็ปรากฏขึ้นมา ชัดขึ้นมาเลยดูมันมาก

แท้ที่จริงมันมากกว่านั้นอีกของเรา ที่เราไม่เห็นนั้นมันมากกว่านั้นอีก พอ นั่งแล้วเห็นมันปรากฏรู้อ้อมเข้ามา ดูเหมือนกับว่ามาก นั่นแหละมันใกล้แล้วนั้น มันใกล้จะเห็นของจริงแล้ว มันมีเท่าไรมันก็ปรากฏขึ้นมา เรา รู้ชัดเห็นจริงว่ากิเลสมันมีเท่านี้มันไม่มากเท่าไรหรอกมันมีเท่านี้แหละว่าอย่างนั้น ปรากฏกิเลสขึ้นมาในตัวของคุณให้มันเห็นชัดขึ้นมา เราจะได้ชำระสะสาง

ครั้งเราตั้งจิตคิดพิจารณาเฉพาะเรื่องนั้นจริงๆ ไม่ต้องส่งออกไปภายนอก เราจะเห็นชัดขึ้นมาเลย ขณะกันทันที จะว่า มีเท่านี้หรือ? ขอให้มาอีก ขอให้เกิดอีกเถอะมีเท่าไรขอให้เกิดอีก เลยหยุดเลย กิเลสไม่เกิดอีก นี่มันมากอย่างนี้แหละกิเลสมันมาก คนที่ไม่คิด คนที่ประมาทเรียกว่ามันมาก คนไม่ประมาทแล้วมันน้อยลงไป

เหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ภาวนา มีการละกิเลสด้วยภาวนาอย่างเดียว การทำบุญ ทำทานนั้นเป็นส่วนนอก ภายนอกอีกส่วนหนึ่ง ที่ว่ามัจฉริยะ ความตระหนี่เหนียวแน่นอยู่ในจิตใจของคุณ มันจะได้ปรากฏขึ้นมาให้สละถอนลงไป เพราะความตระหนี่เหนียวแน่นทำใจให้เศร้าหมอง การสละทำบุญทำทานจิตใจผ่องใส นั่นหมดกิเลสตรงนั้นแหละ มันไม่ใช่อื่น ไกลหรอก มันหมดกิเลสตรงที่ว่า จิตใจผ่องใสเบิกบานนั้นแหละ

อย่างการรักษาศีลก็เหมือนกัน เราไม่ได้รักษาศีล มีแต่การมัวเมาทำมาหากิน มัวเมาคลุกคลีด้วยสิ่งทั้งปวง จิตเศร้าหมองไม่ผ่องใส เลยไม่รู้จักว่าใจของเราอยู่ตรงไหน ครั้นหากว่าเรารักษาศีล

เข้าไป จิตใจเบิกบานส่องไสขึ้นมา ไม่ใช่ส่องไสแต่จิต ภายก็ส่องไสออกมาเสียด้วย คนที่รักษาศีลมี  
ใจส่องไส ส่องไสหมดทั้งกายและใจ เห็นชัดในใจ คนไหนถ้ารักษาศีลแล้ว ยิ้มยิ้มแจ่มใส ส่องไส  
หมดทั้งกายและใจ มันเห็นชัดขึ้นมา กิเลสเหล่านั้นมันหายไป

คราวนี้มาทำ ภาวนา อย่างที่อธิบายมาแล้ว ถ้าหากว่า ภาวนา แล้วสิ่งต่างๆ มันรุ่มลือมมา  
เราเห็นชัดเลยอันนั้น อ้อ! อันนี้กิเลส มันมีแค่นี้หรือ ขอให้เกิดขึ้นมาอีกเถอะ มันมีอยู่เท่าไรขอให้  
มันเกิดขึ้นมาอีกเถอะ มันเลยหยุดเสีย มันเลยหยุดเพียงแค่นั้น กิเลสไม่เกิดอีก

ความกล้าหาญ อาจหาญ ตั้งใจปฏิบัติ ตั้งใจพิจารณา ตั้งใจอบรมจิตของตน ย่อมเป็น  
ผลประ โยชน์ให้จิตใจส่องไสสะอาดบริสุทธิ์โดยลำดับ เพราะฉะนั้น การภาวนาเป็นการดีที่สุด ที่จะ  
ละกิเลสได้อยู่ที่ใจแห่งเดียว

อธิบายถึง "ใจ" จะอธิบายให้ฟังอีกทีหนึ่ง "จิต" มันเป็นเครื่องเศร้าหมองไม่ส่องไส "ใจ"  
เป็นเครื่องส่องไส ท่านบอกว่าจิตเป็นของส่องไสสะอาดอยู่ตลอดเวลา จิตต์ ปภุสฺสร์ จิตเป็นของส่อง  
ไสทุกเมื่อ อากนฺตฺตฺเทหิ กิเลสฺเทหิ กิเลสเป็นของจรมาท่านว่าอย่างนั้น

คราวนี้พูดถึงเรื่องจิตเรื่อง "ใจ" "จิต" เป็นของสะสมกิเลส วุ่นวุ่นวายหมดคือผู้คิด ผู้นึก ผู้  
ปรุงผู้แต่ง สาระพัดทุกอย่าง อันนั้นเรียกว่า "จิต" ถ้าหากว่าเพิกถอนอันนั้นออกเสีย เอาละไม่คิดละ  
คราวนี้ไม่คิดไม่ส่งสายไม่ปรุงไม่แต่งละ มันก็ยังเหลือแต่ "ใจ" "ใจ" มันก็ส่องไสสะอาด เราต้องการ  
หัดตรงนั้น "ใจ" เป็นของเฉยๆ วางเป็นของกลางๆ อยู่ในท่ามกลางสิ่งทั้งปวงหมด นั่นแหละตัว  
"ใจ"

สิ่งที่เป็นของกลางๆ นั้นเขาเรียกใจ ใจคนที่ชี้เข้ามาที่ท่ามกลางหน้าอกนี้แหละ ใจมือก็ตรง  
กลางใจมือ นั่นแหละเรียกว่าใจ ใจเท้า ใจอะไรต่างๆ ใจไม่ใจไร้อะไรตรงกลางเรียกว่า "ใจ" ทั้งนั้น  
ไม่มีบาปไม่มีบุญ ไม่มีส่งนอกส่งใน ไม่รู้สึกว่าจะอะไรเลย แต่ว่ารู้สึกตัวมันเอง แต่ไม่นึกไม่คิด ตัวผู้  
นั้นเรียกว่าตัว "ใจ" ถ้าเข้าถึงตัว "ใจ" แล้ว ให้เข้าถึงบ่อยๆ มันจึงจะรู้ "ใจ" ครั้นถ้าหากไม่เข้าถึง  
"ใจ" แล้ว มีแต่ "จิต" คิดวุ่นวายเพียงแต่จิตนั้นไม่มีความสงบไม่เป็นสมาธิสักที ให้เข้าถึง "ใจ" บ่อย  
มันจึงจะเป็นสมาธิ

เหมือนกันกับน้ำที่มีสีต่างๆ ขึ้น ที่เขาเอาสีผสม เอาสีแดงผสมมันก็เป็นสีแดงไปเขาเรียกว่า  
น้ำแดง สีดำเขาเรียกว่าน้ำดำ สีเขียวสีอะไรๆเขาก็เรียกตามนั้น เรียกตามสีนั้นแหละ เขาเรียกน้ำแดง  
น้ำดำ บางคนไม่เรียกน้ำขำ เรียกสีแดง สีดำไปตามเรื่องแต่ความเป็นจริงแล้ว น้ำนั้นอยู่คงที่ หากว่า  
คนไปก่ล้นกรองเอาน้ำนั้นออกมาจากสีแล้วจะใสตามเดิม สีเป็นอย่างหนึ่ง น้ำเป็นอีกอย่างหนึ่ง

จิตใจของเราก็เหมือนกัน ที่กิเลสมันสะสมมันตัว "จิต" ทั้งนั้นมันสะสมเรียกว่า อากนฺตฺตฺกะ  
กิเลสมันเกิดขึ้น มันมาสะสม "ใจ" เราเลยไม่รู้จัก "ใจ" คราวนี้ รู้จักแต่สีเท่านั้น รู้จักแต่ "จิต"



เท่านั้น ครั้นหากว่ากลิ่นกรองออกไปแล้ว จะใสสะอาดอยู่ตามเดิม ธรรมชาติของน้ำแท้ต้องเป็น  
อย่างนั้น ธรรมชาติของ “จิต” “ใจ” ก็เป็นอย่างนั้นเหมือนกัน

เพราะฉะนั้น การทำภาวนาจึงมีทางเดียวเท่านั้น ที่ทำใจให้่องใสสะอาดบริสุทธิ์แต่ว่า  
ครั้น่องใสบริสุทธิ์แล้วคราวนี้ ต้องให้รู้จักรักษาอีก ถ้าไม่ทำบ่อยๆ รักษาไม่ได้ไม่ชำนาญชาญเดียว  
ก็เสื่อมหมด เสื่อมแล้วก็คว่ำหาไม่เห็นอะไร ตัว “ใจแท้” เลยหลงลืมไปหมด เลยได้แต่ “จิต” เหตุนั้น  
เลยจึงค่อยทำบ่อยๆ

วันหนึ่งๆเราต้องทำให้มันรู้จักว่า มันหมดไปเท่าไรแล้ว มันสงบสักเท่าไรแล้ว มันถึง “ใจ”  
หรือไม่วันหนึ่งๆ ให้พิจารณาตนเองอย่างนี้ตลอดเวลา อันนั้นแหละจึงค่อยเป็นคนดีขึ้นมาได้ เอาละ  
เท่านั้นละ

### ขนบธรรมเนียม ระเบียบของพระธุดงค์

วันที่ ๑๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๘

ธุดงค์วัตร คือธรรมอันเป็นเหตุให้

ไปหาความสงบ

ไปหาความดี

ไปหาความบริสุทธิ์

ผู้หวังความบริสุทธิ์จริงๆ

ต้องตั้งใจทำเพื่อตนจริงๆ

ไม่ได้ทำเพื่อผู้อื่น

นั่นเรียกว่า “ธุดงค์แท้”

วันนี้ต้องพูดถึงเรื่อง ขนบธรรมเนียม ระเบียบ ไม่ใช่พูดถึงเรื่องภาวนา ขนบธรรมเนียมระเบียบของ  
พระธุดงค์ ที่เรียกว่า ถือ ธุดงค์วัตร นั้นแปลว่า ธรรมอันเป็นเหตุให้ไปหาความสงบ ไปหาความดี  
ไปหาความบริสุทธิ์ จึงเรียกว่า ธุดงค์ ทูตะ แปลว่า ทูต ทูตนำไปนั่นเอง

ท่านพูดไว้มีหลายข้อ มี ๑๓ ข้อ การถือนธุดงค์ที่เป็นผู้ถือนธุดงค์จริงๆ จังๆนั้นจะต้องมีความ  
มั่นใจว่า การรักษานธุดงค์อันนี้ จิตใจ่องใสสะอาดบริสุทธิ์ เป็นไปเพื่อความหมดจดจริงๆ จังๆ ไม่  
เป็นไปเพื่อความมักมาก และไม่ เป็นไปเพื่อความมักใหญ่และไม่ เป็นไปเพื่อความอิจฉาพยาบาท  
และอวดดีแก่คนอื่นฯ หากทำเพื่อคนอื่นนิยมชมชอบอย่างนั้นไม่ใช่ อันนั้นเป็นกิเลส ผู้หวังความ  
บริสุทธิ์จริงๆ ต้องตั้งใจทำเพื่อตนจริงๆ ไม่ได้ทำเพื่อผู้อื่น นั่นเรียกว่า “ธุดงค์แท้”

การเที่ยวบิณฑบาต เป็นวัตรนี้ เป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลสของตนไม่ให้มีมากไม่ให้โลภ มักโลกก็ไม่ให้โลภ มักมากก็ไม่ให้มันมักมาก ที่เอาเฉพาะในบาตรเท่านั้นแหละ เราบิณฑบาตโดยลำดับได้เท่าใดก็เอาเท่านั้น และไม่เสียดายถึงของภายนอกไม่ปรารถนาที่จะให้เขานิมนต์บิณฑบาตแล้วเขาจะนิมนต์บิณฑบาตอย่างนั้นอย่างนี้ ของดีบาตรต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อันนั้นไม่ใช่บิณฑบาตที่มักน้อยเสียแล้วละ อันนั้นมันมักมากอยู่

ถ้าหากเรามักน้อย เอาจริงเอาจังตามมีตามเกิด เขาจะทำก็ช่างไม่ทำก็ตามนั้นทำเฉพาะจริงๆจังๆ อันนั้นเที่ยวบิณฑบาตจริงๆ ของที่เที่ยวบิณฑบาตนั้นท่านจำกัดไว้หลายความหลายจำพวก ผู้ถือเครื่องครัดเอาจริงๆนั้นเอาในบาตรล้วนๆ ของมานอกบาตรไม่เอา และบิณฑบาตถ้าหากกลับมาแล้วไม่เอา ถ้าหากไม่ได้รับเฉพาะเที่ยวแรกก็ไม่เอาอีกนั่นแหละ นั่นเครื่องครัดจริงๆจังๆ อันนั้นเป็นความหมายท่านอธิบายตอนหลัง เรียกว่า**บิณฑบาตเป็นวัตร** หมดภาระธุระเราไม่ต้องกังวลเกี่ยวข้องกับใครๆไม่เอาละเอาเท่านั้นละ ไม่ต้องเสียดาย ได้หรือไม่ได้ก็ไม่ต้องเสียดายทั้งหมด นั่นเป็นจุดควัดในการบิณฑบาต

**การฉันในบาตร** นอกจากบาตรแล้วไม่เอาเด็ดขาด การได้มาในบาตรจะเอาอย่างเดียว ของที่เอามาให้ทีหลังไม่เอา เอาของที่มีเฉพาะในบาตร **ได้ในบาตรเท่าใด ก็ฉันเท่านั้น** ฉันในบาตรฉันสำรวม **น้อยหนึ่งก็ไม่เอา** จนกระทั่งสมัยหนึ่งโต้เถียงกันว่า เช่นลูกมะตูมเป็นต้น เขาเอาลงในบาตรยังถือว่าเป็นภาชนะที่สองด้วยซ้ำเพราะเปลือกของมัน เปลือกมันหุ้มหน่วยเยื่อมะตูมอยู่ นี่แหละเรียกว่าภาชนะที่สองอันนั้นเป็นเรื่องโต้กันต่างหาก **ฉันภาชนะเดียว** เอาเฉพาะในบาตรทั้งหมด คนอื่นเอามาให้ก็ไม่เอา

**ฉันในที่เดียวอีก** ถ้าลูกจากที่แล้วไม่ต้องเอาไม่ต้องฉัน นั่นมันฉันในที่นั่งอันเดียวตกลงได้นั่งแล้วนอกนั้นไม่เอา ครั้นยืนยังเอาได้อยู่ ครั้นตกลงได้นั่งแล้วหมดเท่านั้นแหละ หมดภาระเพียงเท่านั้นแหละ เหตุนี้พวกเราถ้าหากว่าการศึกษาโยมเขามาทำบุญทำทาน อาจจะต้องลุกออกไปแจกอาหารอย่างนั้นอย่างนี้ มันไม่ค่อยเหมาะเท่าไรหรอก นอกจากไม่เหมาะแล้วมันกะกะ ให้คนอื่นให้โยมทำดีกว่าในขณะที่เราฉันแล้วไม่ต้องลุกไป ถ้าหากว่าเราฉันคนเดียว ฉันเสร็จแล้วนั้นไม่เอาอีกลุกออกไปแล้วก็ไม่เอาอีก นั่นฉันคนเดียว

ในตอนนี้อันที่ลำบากสักหน่อยคือว่า เวลานี้มีภาชนะหลายอย่าง แล้วก็ยังมีถ้วยชามมีอะไรหลายอย่าง มันรุ่งรังไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันก็เลยไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นอะไร ภาชนะเดียวก็ไม่ใช้ ภาชนะเดียวเสียแล้ว หนึ่งเดียวก็ไม่ใช้หนึ่งเดียวเสียแล้ว มันก็เลยยุ่งกันไปหมด

โดยเฉพาะสำหรับผม มันก็ไม่ทราบว่าฉันอะไรต่ออะไรหรอก สองหนสามหนก็ไม่ทราบ

แล้ว แล้วก็ภาชนะเดียวหรือสองภาชนะก็ไม่ใช้ มันเลยกลายเป็นเสียแล้วเดี๋ยวนี้ ผมก็เลยไม่อยากพูด  
สำหรับผมเองเฉพาะผมเอง ขออย่าให้ถือว่าเป็นตัวอย่าง ที่ผมทำอยู่ทุกวันนี้ อย่าถือเอาของผมเป็น  
ตัวอย่างก็แล้วกัน ถ้าหากว่าผมฉันคนเดียว ฉันในภาชนะเดียวมาเบื่องต้น ถ้าหากว่าญาติโยมเขามา  
เขาทำอาหารหลายเรื่องหลายอย่างมา ผมไม่ได้ฉันในบาตร ถ้าหากผมไม่ได้เอาของเขา มันก็เป็น  
การไม่เหมาะสมไม่ควรก็ถ้าหากว่าทำจริงๆ จังๆ ไม่เอาเลย มันก็หมดเรื่องไป แต่ไม่ได้ทำมาแล้ว ไม่  
ทราบจะทำอย่างไร

สำหรับผมที่ฉันอย่างนั้น เป็นความคิดของผมเองต่างหาก โดยเฉพาะการฉันอาหารแล้ว  
ผมละเบื่อที่สุด ไม่อยากไปยุ่งเลย อยากอยู่คนเดียว ไม่อยากฉันเลยแต่ที่นี้เห็นหมู่เพื่อนมีมาก จึง  
ค่อยลงไปฉันกับหมู่เพื่อน เพื่อให้หมู่เพื่อนได้อุ่นอกอุ่นใจ เพื่อให้ญาติโยมได้อุ่นอกอุ่นใจ อันที่ผม  
ไปนั้นนะ สำหรับในใจของผมจริงๆแล้ว ไม่อยากฉันเลย เดี่ยวนี้แก่มันไม่เหมือนคนหนุ่ม แต่  
คนหนุ่มนั้นไม่ทราบคิดอย่างไร? ไม่ทราบคิดอย่างไรผมหรือไม่ว่า ก็ไม่ทราบหรอก อันนี้การฉันใน  
บาตรฉันคนเดียว ฉันภาชนะเดียว

แต่ภาชนะเดียวคนเดียวนี้มันยากสำหรับผู้ไม่เคย อันผู้ที่ไม่เคยนั้นของในบาตรเลยไม่  
อยากฉัน เห็นว่าของนอกบาตรเล็กๆน้อยๆ อะไรต่างๆหลายเรื่องหลายอย่างกระจุกกระจิกนะ เห็นว่า  
เป็นการดี ฉันในบาตรก็เลยฉันไม่ลง ต้องคิมน้ำจึงค่อยลง นั่นแหละมันลำบากอยู่ตอนนั้นแหละ แต่  
ผมได้ทำมาแล้วเรื่องทั้งหลายเหล่านั้นผมได้ทำมาแต่เบื่องต้น ฉันในบาตรนั้น ฉันจริงๆจังๆ ฉัน  
อาสนะเดียวจริงๆจังๆ ฉันคนเดียวจริงๆจังๆ มัชยัตถ์หมด ไม่อาลัยอวรณ์เรื่องอื่น หมดภาระธุระ  
แต่สำหรับวัดเรานั้นไม่ได้ มันหลายพรรคหลายพวก หลายหมู่หลายคณะ

แต่หากจะฝึกหัดลองดูก็ได้ ใครๆต้องการจะฝึกหัด ก็ลองดู มันเป็นไปเพื่อความมักน้อย  
ใหม่? มันเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ใหม่? จิตใจของเราฟ่องใส สะอาดหรือมันยังคิดเสียดายอาลัย  
อวรณ์ หรือมันยังเกลียดอาหารที่ผสมกัน หรือฉันไม่ได้กลิ่นไม่ลง มันยังมีอยู่ไหม? ลองดู มันจะ  
เป็นอย่างไรตอนนั้น นี่เรื่องการขบการฉัน

ที่นี้ การนุ่งการห่ม ถือผ้า ๓ ผืน ถือจริงๆจังๆ ผู้ถือเคร่ง ผ้าอาบน้ำก็ไม่ต้องมี มีผ้า ๓ ผืน  
จริงๆ ผ้านอกนั้นไม่เอาหมด อันนั้นมันอาจจะเคร่งเกินไปก็ได้ คือว่าเรามีบาตรมีอะไรจะต้องล้าง  
ล้างบาตรก็ต้องมีผ้าต้องเช็ด อันนี้หากว่าถือผ้า ๓ ผืน จริงๆจังๆ เวลาสร่งน้ำสร่งท่า ไม่มีผ้าพ่อนก็  
ลำบากอยู่ หากว่าเราไปในที่แจ้ง ในที่สาธารณะ เช่นที่ทำน้ำ จะไปอาบน้ำอย่างไรพระไม่นุ่งผ้า มัน  
อาจจะเคร่งเกินไป อย่างนี้มันอาจจะเป็น อุตตกิลมถานุโยค ก็ได้ ถ้าหากถือเอาผ้าพอประมาณ  
สมควร ผ้า ๓ ผืนแล้วผ้าอาบน้ำก็ให้มี ก็เพียงนุ่งห่มพอกปกปิดร่างกาย ไม่ปฏิบัติเพื่อความมักมากลิม  
ตัวหรือเพื่อ โอ้อวด ประเทืองกายอะไรนี้ เข้าใจอย่างนั้นละก็อาจจะดีกว่า

แล้วอยู่เสนาสนะป่า อันนี้ยังพอได้พวกเรายู่ป่ากันมาแล้วก็พอได้ ที่อยู่ป่าก็เพื่อไม่ให้ลูก  
คลีตีโมงกัน ไม่ให้วุ่นวายซึ่งกันและกัน ไม่อึกทึก ไม่ให้คุยกัน ถ้าหากคุยเรื่องซัมมะซัมโมก็ค่อยยัง  
ชั่วหน่อย อันนี้อยู่องค์เดียวในเสนาสนะป่าก็จริงพอลางวันก็ดี กลางคืนก็ดี หัวจุ่มกันคุยกันถึงเรื่อง  
อะไรๆ มันไม่ใช่เรื่องความมักน้อย ไม่ใช่เรื่องขัดเกลากิเลส มันเป็นเรื่องการสะสมกิเลสเข้าไปอีก  
อันนั้น ควรที่จะระวังการทำอะไรลงไปนะ รู้สึกตัวอยู่เสมอว่า เราทำอะไร ทำเพื่อประโยชน์อะไร  
ในเวลานี้ให้คิดได้เสมอๆ อย่างนี้ก็จะเป็นการดี

หยุดยาเภสัชต่างๆ ที่เราฉิน เราฉินเพื่อระงับโรคภัยไข้เจ็บ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บอย่างเราฉินน้ำ  
ร้อนตามธรรมดา ในเวลาบ่ายที่หอนั้น อันนี้ไม่ใช่ฉินระงับโรคภัยไข้เจ็บอะไร ฉินเพื่อระงับบรรเทา  
ความหิวโหย หรือกำจัดความหิวโหย ฉินน้ำร้อนธรรมดา น้ำชาธรรมดา ไม่ใช่ฉินระงับโรคภัย ครั้น  
ถ้าหากว่าฉินเพื่อความมักมาก ความมักใหญ่ใฝ่สูงหรือเพื่อความอิม เพื่อความสำราญใจ อันนั้นนะ  
เป็นไปเพื่อกิเลส อย่างเราฉินเสมออย่างนี้นะ ว่าฉินได้ก็เลยฉินหมด ตั้งเป็นถ้วยเป็นชาม โน่น ฉินผัก  
ส้มลมหรือใบไม้อะไรต่างๆ เห็นว่าอนุญาตให้ฉินได้ก็ฉินจนอิม นั้นมันเกินควรเกินประมาณ หาก  
ว่าเป็นหวัดเป็นไอ หรือฉินเพื่อระงับเล็กๆน้อยๆ อันนั้นค่อยยังชั่วหน่อย

เรื่อง ชุคคัตถ ในปัจฉิมชาติทั้ง ๔ ควรมิตติควบคุมจิตใจของตนไว้ อย่าให้พลัดเพลิน  
และลุ่มหลงเกินไป มันจะกลายเป็นกองกิเลส มันจะกลายเป็นเรื่องว่าเมื่อถึงเวลาเข้าก็คิดถึงเรื่อง  
อย่างนั้น คิดอยากฉินอย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา หรือออกจากวัดจากวาไปแล้วไปอยู่ที่อื่น ไปอยู่ในที่ใดๆก็  
ดี ออกจากหมู่เพื่อนไปแล้ว ก็ไปหาพวกอื่นไปหาคณะอื่น เลยเอาตามชอบใจหมดวันหมดคืน  
ตลอดเวลา อันนั้นมันเกินไปมันไม่ใช่มักน้อย อันนั้นมันมักโลก มันมากเกินไปเสียแล้ว เหตุุนั้น  
แหละ-การกระทำอะไรทั้งหมดขอให้มิตติระวังสังวรอยู่ตรงนั้นแหละ จะเป็นการดีมากที่สุด

ควรที่จะระวัง การทำอะไรลงไป

รู้สึกตัวอยู่เสมอๆว่า

เราทำอะไร?

ทำเพื่อประโยชน์อะไรในเวลานี้?

ให้คิดได้เสมอๆอย่างนี้

ก็จะเป็นการดี

วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๘

ที่สุดของ	ทาน	คือ	ศรัทธา	
ที่สุด	ที่สุด	ศีล	คือ	เจตนา
ของ				
ที่สุด	ของ	ฌาน	คือ	อัปนา
ของ				
ที่สุด	ของ	สมาธิ	คือ	อัปนา
ของ				
ที่สุด	ของ	ปัญญา	คือ	พระไตร ลักษณ์

จะเทศน์ให้ฟังสักหน่อยเรื่อง ที่ที่สุดของพระพุทธศาสนา โดยส่วนมากพระทั้งหมดที่เทศนาจะเป็นนักเทศน์ที่ดี เทศน์อะไรไม่มีที่สิ้นสุด เทศน์แต่ไหนแต่ไรมา เทศน์ตั้ง ๑๐ ปี ๒๐ ปี ๓๐ ปี ก็ไม่มีที่สุดที่จบกันสักที ไม่สรุปรวมความสักที วันนี้จะสรุปรวมให้

การ ทำทาน ก็ดี หรือการรักษา ศีล ทำ สมาธิภาวนา หรือ ปัญญา ก็ดีมีที่สิ้นสุด ถ้าไม่มีที่สิ้นสุด พระพุทธศาสนาอันนี้ไม่พ้นจากโลกได้ ที่จะพ้นจากโลกได้เพราะมีที่สิ้นสุด มีลักษณะอย่างนี้

การทำทาน ด้วย ศรัทธา ความเชื่อมั่นเป็นที่สุด ถ้าไม่มีความเชื่อมั่นแล้ว ทำบุญทำทาน ทำไรก็ทำไปเถอะ ไม่มีประโยชน์ ครั้นเชื่อมั่นความบริสุทธิ์ในใจจริง มีความเชื่อมั่นว่าผลบุญมีผล บาบมี ทำบาปได้บาปทำบุญได้บุญหมดเท่านั้น ลงอันนั้นแล้วก็ลงที่สุดอันนั้นละ ค้นหาไปเถิด ค้นหาไปอย่างไรก็ตามเรื่องให้ทานเรื่องให้ข้าวปลาอาหาร ให้ทานเป็นของสารพัดวัตถุทั้งปวงหมด มาสรุปลงความว่ามี ศรัทธา ความเชื่อมั่น เป็นที่สุดของการทำทาน

ผมพิจารณาดูแล้วไม่มีอะไรหอรอกนอกจากนี้แล้ว ลองดูใครจะพิจารณาอย่างไรก็พิจารณาไปเถิด เรื่องทำทานลง ศรัทธา แห่งเดียว

การรักษาศีล ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ อะไรทั้งหมด มากเหลือไปกว่านั้นอีก มีตั้งหมื่นตั้งแสนที่ท่านว่าไว้ในมหาขันธมากมายที่สุดเรื่องศีล รวมใจความแล้วก็รวมลงที่เจตนา ความงัดเว้นแห่งเดียว พระพุทธเจ้าทรงเทศนาเหมือนกัน พระภิกษุองค์อยากสึก เพราะเหตุที่ว่า พระวินัยมากมายเหลือเกิน “ บวชมาแล้ว โอ๊ย! มากมายเหลือเกิน ข้าพระองค์อยู่ไม่ได้ มากเหลือหลายพระวินัย ข้าพระองค์จะสึก ” “ มานี้ อย่าฟังสึก มานี้เสียก่อน ” พระพุทธองค์ตรัสกับพระภิกษุ รูปนั้น “

ครั้งถ้ามากอย่างนั้นเอาอันเดียวข้อเดียวดีกว่า อย่าไปรักษามากเลย รักษาเจตนาจนเว้น นั้นละ ”  
อย่างวิริติจนเว้น เวมณี แปลว่าจนเว้น

**สิกขาบท** สมามิยามิ ข้าสมาทาน, เวมณี จนเว้น จนเว้นฆ่าสัตว์, ลักทรัพย์, ประพฤติผิด  
มิถาจาร, กล่าวมุสาวาท, ตีมสุราเมรัย, บริโภคอาหารตอนเย็น, ไม่คูฟ้อนรำ ขับร้อง คนตรี คีตคีติ  
เป่า, ไม่นั่งนอนเหนืออาสนะสูงเครื่องปลาดๆ ทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกประการมันมีเจตนาจนเว้น ถ้าเป็น  
ศีลมีเจตนาจนเว้นอันเดียว

หากเราปลั่งเปลอหลงลืมไป ที่ว่าไปฆ่าสัตว์ลักทรัพย์อะไรต่างๆไม่มีเจตนาที่จะลัก แต่เปลอ  
ไปจับเอาของเขาไป เขาถือโทษใส่โทษไว้ก่อน เขาโทษว่า เขาจะฆ่าเขาจะตีอะไรต่างๆก็ตามเรื่อง  
ของเขาเถอะ เราไม่มีเจตนาไม่เป็นอาบัติ โทษนั้นเป็นโทษของเขาโทษของบ้านของเมือง เมื่อไม่มี  
เจตนา ครั้นถ้าเขาพิจารณาดีแล้ว เขาไม่เอาโทษแต่ที่ไม่เอาโทษนั้น ถ้าหากเขาวินิจฉัยพิพากษาด้วย  
เหตุแสดงความคิดอย่างด้วยความข่มขู่ หรือด้วยคิดอิจฉาและเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ก็เป็นโทษผิด  
เป็นโทษให้เขาได้แต่เรามีศีลบริสุทธิ์ อย่างนี้แหละจึงว่า **เจตนาจนเว้น** เป็นที่สุดของศีล

**ส่วนสมาธิ** ที่สุดของ สมาธิคือ **จิตเป็น เอกัคตา** พิจารณาอะไรก็พิจารณาเถิด พิจารณากับคำ  
บริกรรมอะไรก็พิจารณาไป พิจารณาขุบนพองหนอ หรือว่าสัมมารัง หรือพุทโธ อานาปาน  
สติ ถ้าจิตไม่ถึงหนึ่งไม่เป็นที่สุดของสมาธิ จิตมีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคตา ลงเอกัคตาของเก่า  
ฉานทั้งแปดลงเอกัคตาของเก่า สมาธิก็ลงเอกัคตาของเก่า ท่านพูดไว้เรื่องฉาน **อัปปนาฉาน**ถึงที่สุด  
ของฉาน สมาธิก็ถึง**อัปปนาสมาธิ**เป็นที่สุด ทำไมจึงพูดไว้อย่างนั้นว่า **อัปปนาฉาน, อัปปนาสมาธิ** มี  
๒ อย่าง แต่ลง อัปปนาอันเดียว สมาธิก็ดี ฉานก็ดี ลงอัปปนาอันเดียว อันนั้นเป็นที่สุดของสมาธิ

แล้วคราวนี้ท่านพูดถึงเรื่อง **วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคตา** ว่าถึงเรื่องเอกัคตา วิตกวิจารณ์ ปิติ  
สุข ลงเอกัคตาหมดทุกสิ่ง สำหรับ **เอกัคตาและอุเบกขา ฉาน ๔** ลงเอกัคตาอุเบกขา เอกัคตา  
กับอุเบกขาก็คล้ายกัน ที่สุดอรุพฉาน ๔ ก็เหมือนกันลง เอกัคตาแหละ แต่ว่าผิดแปลกไปที่อารมณ์ของ  
ตน ที่พิจารณาไป อากาสนัญญาตนะ, วิญญาณัญญาตนะ, อากัญญาญญาตนะ, เนวสัญญานา  
สัญญญาตนะ อันเดียวกันนั้นแหละแต่มันผิดแผกกันเล็กน้อย

**สมาธิ** ท่านพูดถึงเรื่องสมาธิมี ขนิกสมาธิ อุปะจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ อันนี้ว่าถึงเรื่องแนว  
**สมาธิ** ถ้าว่าถึงเรื่องแนวฉานก็เรียก วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคตา อย่างที่พูดมาแล้ว

ถ้าว่าถึงเรื่อง **การสะกิลส** ก็พูดถึงเรื่อง สักกายทิฏฐิ วิจิกิจา สิลัพพตปราชาส เป็นแนวสะ  
กิลส

**สักกายทิฏฐิ** ก็คือความถื่อมั่น ถื่อตนถื่อตัวว่าเราว่าเขามันไม่วาง มันไม่เหมือนอุปาทาน

**วิจิกิจา** ก็สงสัย สงสัยในสิ่งสารพัดทั้งปวงหมดทุกสิ่งทุกอย่าง

สิทธิ์พรพราสาท ครั้นเมื่อสงสัยก็ดูๆค้ำๆอยู่หน้าแหละ

นี่การละด้วยสักกายทิฏฐิ วิจิกิจญา สิทธิ์พรพราสาท ว่าถึงเรื่องการละ ครั้นถ้าหากว่าไม่เห็นเรื่องจิตของตน แม้เข้าถึงอัปปนาแล้ว ก็ละของพวกนี้ไม่ได้ ถึงอัปปนาแรก ๆ ก็ละไม่ได้เช่นกัน ครั้นเมื่อว่า ถึงอัปปนาเสมอๆ เห็นจิตของตนชำนาญชำนาญแล้วจึงค่อยละค่อยถอนไป เห็นคราวเดียวมันละไม่ได้ ผมยังพูดเรื่อง ฌาน กับ สมาธิ มันแปลกอย่างนี้

ฌาน มันเข้าถึงเอกัคคตารมณ์เอกัคคตาคจิต แล้ว ไม่มีการพิจารณาเรื่องราวต่างๆตลอดเวลา มีความยินดีความสงบสุขเป็นที่ตั้ง ไม่อยากคิด ไม่อยากพิจารณา

สมาธิ มีความรู้ตัวอยู่ เข้าถึงสมาธิแล้วก็รู้ตัวอยู่ ถึงเข้าถึงอัปปนาก็ตามก็รู้ตัวอยู่นั้นแหละ ไม่หมด นั่นเป็นสมาธิ

สมาธิและฌานในตอนอัปปนານี้ ไม่มีการพิจารณาอะไรเลย เฝียสงบหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ตอนนั้นท่านจึงว่าเป็นที่สุดของพรหม ที่สุดของพรหมโลก ไม่มี กิเลสต่างๆปรากฏในที่นั้น เป็นพรหมในที่นั้น คือว่าไม่รู้ตัว แล้วกิเลสต่างๆไม่เกิดขึ้น ไม่มี วิตก วิจารณ์ ปีติ สุขอะไรทั้งหมด ไม่มีส่งสายวุ่นวายภายนอกหมด อยู่แต่ภายในอันเดียว ตอนนั้นครั้นถ้าหากว่าผู้ใดเคยเข้าแล้ว จะรู้เรื่องพูดถึงแล้วจะรู้เรื่อง

พอเข้าไปถึงนั้นแล้ว มันมีสิ่งหนึ่งซึ่งมันวุ่นอยู่ภายใน โดยที่ไม่คิดถึงอารมณ์ภายนอก มันยุ่งอยู่ภายในของมันต่างหาก เราไม่ได้ยุ่งหรอก แต่จิตมันไปยุ่งอยู่คนเดียวของมันเห็นชัดทีเดียวว่ามันไม่หมดกิเลส เห็นตรงนั้น ครั้นเมื่อออกมาแล้วก็ยุ่งตามเดิมหน้าแหละ มันเดินภายนอกออกมาแล้ว อันนั้นมันอยู่ภายใน ออกมาแล้วก็ยุ่งของเก่า เหมือนของภายในนั้นแหละ ภายนอกกับภายในเหมือนกัน แปลกแต่ว่าภายนอกมันส่งไปยังสิ่งต่างๆ ของภายในมันไม่ส่ง อยู่เฉพาะภายในอันนั้นแหละฌาน จึงรู้ได้ดีทีเดียว ไม่หมดกิเลส

ส่วน สมาธิ เข้าไปแล้วไม่ยุ่งอย่างนั้น ไม่วุ่นอย่างนั้น มันอยู่เฉยๆรู้ตัวอยู่นอกจาก ผู้รู้ตัวแล้ว มาเห็นตัวของตน มีความสงบสุข เมื่อออกมาแล้วจิตอันนั้นจะต้องควบคุมอยู่ สติควบคุมอยู่ตลอดเวลา ไม่พลั้งเผลอหลงลืมไปในที่ต่างๆ จิตเข้าสมาธิ เป็นอย่างนี้ แล้วจะต้องถอนออกจากสมาธินั้น คือมาพิจารณาภายนอก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะอะไรต่างๆ เห็นชัดตามเป็นจริงทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว มันเกิดความสลดสังเวช เบื่อหน่าย จะต้องกลับเข้าไปเป็นสมาธิอีก บางทีกลับเข้าไปเป็นฌานเป็นฌานก็ไปแวนิ่งอยู่คนเดียว ไม่รู้ของภายนอก ไปปรุงไปแต่งอยู่คนเดียวนั้นก็ เป็น ฌาน สมาธิกลับเป็นฌาน

คราวนี้ ฌาน นั้นนะครั้นออกมาแล้วพิจารณาเห็นโทษเห็นภัยเบื้องต้นในสิ่งสารพัดทั้งปวง  
หมด เห็นโทษทุกสิ่งทุกประการ แล้วจะกลับมาเป็นสมาธิ เข้าไปเป็นสมาธินิ่งแน่วถึงอัปนา แต่  
รู้ตัวอยู่ สมาธิและฌานกลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้ สมาธิและฌานนี้เว้นไม่ได้ต้องเป็นทุกคน ต้องเป็น  
อย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา หัดอยู่อย่างนั้น ทำให้ได้ทั้งสองอย่าง ครั้นหัดอยู่อย่างเดียว มันเป็นฌานก็ไม่  
รู้ตัว เป็นสมาธิก็ไม่รู้ตัว ครั้นรู้เรื่องทั้งสองอย่างแล้ว มันเป็นอย่างใรก็ตามมันเถอะ แต่ให้รู้ตัวรู้เท่าอยู่ที่  
แล้วกัน อันนั้นแหละวิธีหัดสมาธิ

**ปัญญา** แล้วคราวนี้ มันที่สุดอย่างไร ? พิจารณาอะไรไปทั้งหมดทั้งโลกนี้ก็ตามออกจาก **อัป  
นาสมาธิ** มาอยู่ **อุปปาระสมาธิ** พิจารณาเปิดเผยหมดทุกสิ่งทุกอย่างเห็นแจ้งชัดทุกสิ่งทุกประการ มัน  
จะไปไหนละก็ลงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไตรลักษณ์นั้น

ลง**ไตรลักษณ์**แล้วจะไปไหน ? มันก็อยู่คงที่ มันไม่เข้าสมาธิไม่เป็นฌานก็ตาม แต่มันอยู่คงที่  
มันไม่ไปไม่มา ไปไหนๆมันก็เป็น **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** สิ่งทั้งปวงหมดในโลกเป็นอย่างนั้น แล้ว  
มันจะไปไหน ? ก็หมดเท่านั้นแหละ อันนั้นแหละปัญญา ตรงนั้นที่สุดของ**ปัญญา**คือ **พระไตร  
ลักษณ์**

สรุปรวมว่า ที่สุดของ **ปัญญา** คือ **พระไตรลักษณ์**

ที่สุดของ **สมาธิ** คือ **อัปนา**

ที่สุดของ **ฌาน** คือ **อัปนา**

ที่สุดของ **ศีล** คือ **เจตนา**

ที่สุดของ **ทาน** คือ **ศรัทธา**

เพียงเท่านั้นแหละ ในพุทธศาสนาทั้งปวงหมด หมดเท่านั้น

ผมจึงมาพิจารณาซ้ำอีก จิตที่มันส่งสายวุ่นวายทุกสิ่งทุกประการ จะอยู่ในปัญญาก็ตาม อะไร  
ก็ช่างเถอะมันเป็นเรื่องวุ่น ครั้นละความวุ่นนั้นเสีย ละจิตตอนั้นเสีย วางหมดทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว  
จะเข้าเป็นใจอยู่นิ่งเฉย รู้จักว่านิ่งเฉย

มันจะมีอะไรต่อไปนั้น ? ไม่มีอะไรแล้ว หมดเท่านั้นแหละการปฏิบัติของเรา

จึงว่าให้พิจารณาให้มันได้อยู่ตลอดเวลา ทั้งจิต ทั้งใจ พิจารณาจิตให้เข้ามาเป็นใจ วางแล้วก็  
เป็นใจ ออกไปเป็นจิต รวมเข้าเป็นใจ ได้อย่างนี้อยู่เสมอๆ มันจึงไม่หลง ถ้าหากว่าเป็นจิตอย่างเดียว  
หลงโลก ไม่มีที่สิ้นสุด ครั้นหากว่าเห็นจิตแล้วพิจารณา มันรวมลงเป็น **ไตรลักษณ์** เข้ามาถึงใจ อัน  
นั้นจึงมี **หลัก**



หลักของการพิจารณา “ ให้เป็น ” มีแค่นี้ จิตใจแน่วแน่ พิจารณาให้เข้าถึง ใจอยู่ตลอดเวลา ส่วน จิต นั้นเป็นผลออกไปจาก ใจ พิจารณาส่งทั้งปวงหมดลง ไตรลักษณ์ มันก็หมดเพียงแค่นั้น ครั้นถ้าไม่มีใจ ไม่เข้าถึงใจ พิจารณาเป็นไตรลักษณ์มันก็พิจารณาไม่ได้ เป็นโลกไปหมด เติลิดเปิดเปิงไปทุกอย่าง เอาละ

ถ้าหากว่ารวมเป็น จิตอย่างเดียว

หลงโลก ไม่มีที่สิ้นสุดหลงโลก

เมื่อเห็น จิตแล้วพิจารณา

มันรวมลงเป็น ไตรลักษณ์

เข้ามาถึงใจ

อันนั้นจึงมี หลัก

๔๒. สรรวมเข้าภายใน

วันที่ ๒๔ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

มาอยู่หมู่มาด้วยกันให้พากันสำรวจระวังทุกคนก็จะสงบ ไปอยู่ที่ไหนก็ตามครั้งถ้าหากว่าเราส่งออกไปข้างนอกแล้ว อยู่คนเดียวก็เป็นบ้าไม่สงบ เหตุนั้นเรามาอยู่ที่นี่ ต้องการทำความสงบทุกอย่างก็ ต้องพากันทำความสงบภายในใจด้วย การที่ส่งออกไปนอกไม่รู้ตัว เห็นว่าเป็นของสนุกสนาน เห็นว่าเป็นปัญญา ก็เลยส่งออกไปตามเรื่องราว

ถ้าหากไม่ส่งออกไปนอก มันมีเขตแดนอยู่หรือ เราสำรวจเข้ามาภายในใจแล้วของภายนอกไม่ต้องรู้เรื่อง มันมีเขตแดนอยู่ในนั้นแหละ อย่างที่เราคิดเรานึก เราไม่คิดไม่นึกส่งไปภายนอก แต่เราคิดนึกอยู่ภายใน เราพิจารณาอยู่ภายใน ส่งภายในด้วยการพิจารณา เห็นเป็นโทษทุกข์ เห็นเป็นของไม่เที่ยง เห็นเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในสิ่งสารพัดทั้งปวงหมด มันอยู่ภายใน มันไม่ได้ส่งออกไปนอก แต่ถึงกระนั้นก็ดี จะเรียกว่าส่งภายในแท้ยังไม่ได้ ต้องจิตใจให้มันเป็นจริงๆ มันจึงเรียกว่าไม่ส่งภายนอก หากเห็นคิดนึกส่งสายพิจารณาเป็นอาการ เป็นทุกข์ เป็นอนิจจัง อนัตตา แต่ว่ามันเป็นเรื่องแอบอ้างว่า ภายในมันก็ยังเป็นการส่งภายนอกอยู่ มันส่งภายนอกจริงๆ

ถ้าไม่ส่งภายนอกจริงๆแล้ว จิตมันจะตั้งมั่นในสิ่งเดียว เราพิจารณาอะไร อย่างพิจารณาทุกข์ ก็ดี พิจารณา อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พิจารณาสภาวะธรรมเป็นของไม่เที่ยงก็ดี ตั้งมั่นเฉพาะอันเดียว อันนั้นเป็นของภายในแท้ที่เดียว ถ้ามันส่งออกไปภายนอก เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่ว่ามันไปเทียบไปเคียงของภายนอกโน้น มันส่งออกไปหาคนอื่น ส่งไปหาสิ่งอื่นโน้น อันนั้นมันยังเป็นของ ภายนอกอยู่

เหตุนี้ ถ้าหากว่าเราเข้ามาอยู่ในหมู่ในคณะแล้ว จงให้พากันตั้งใจพิจารณาอย่าให้ส่งออกไป ภายนอก จึงจะวิเวกจึงจะสงบ ถ้าส่งภายนอกแล้วไม่สงบเลย ไปอยู่ที่ไหนก็ตาม ถ้าหากว่าส่งออกไป ภายนอก ไม่สงบทั้งนั้นแหละ ไปเที่ยวว่อนไปทั่วบ้านทั่วเมือง เทียวไปเถิด หาที่ไหนมันก็ไม่สงบ ไม่สุขสักที เพราะจิตไม่สงบ เพราะจิตไม่พิจารณาเฉพาะภายในจึงไม่ได้ความสงบ มันวิเวกอยู่ที่ใจของเรา ครั้นถ้าหากว่าใจมันไม่ส่งออกไปภายนอก มันอยู่คนเดียว ถึงอยู่กับหมู่ก็เหมือนอยู่คนเดียว ไปอยู่ป่าก็อยู่คนเดียว มันยังวิเวกใหญ่

เพราะฉะนั้นทุกคน พากันปรารถนาความเพียร จงพากันอย่าส่งภายนอกให้เสียเวล่ำเวลา เรา มาปฏิบัติวันหนึ่งคืนหนึ่งหมดไป หมดไป อย่าให้มันเสียเวลา อายุพรรษามากเข้าทุกทีๆ นานหนัก เข้าก็เลยส่งไปแต่ภายนอกนั้นรำไป เลยไม่สงบสักที มันเลยเป็นนิสัยของคน เหตุนี้ผู้ปฏิบัติไป นานๆหาความสงบไม่ได้ ก็เลยส่งไปภายนอกเลยเป็นนักพูดนักคุย เลยเป็นนักฟังใหญ่โต มันไม่สมกับเป็นพระเป็นสมณะ ไม่สมกับเป็นพระกัมมัฏฐาน จงทำตนให้เป็นกัมมัฏฐาน จงทำตนให้เป็น พระสงบ

เราเข้ามาอยู่ในหมู่ในคณะแล้ว	
จงให้พากันตั้งใจพิจารณา	
อย่าให้ส่งออกไปภายนอก	
จึงจะวิเวก จึงจะสงบ	

เข้าพรรษาแล้ว หมายความว่า

พระไม่ให้ออกไปเที่ยวอื่นไกล	
นอกขอบเขตที่อยู่จำพรรษา	
ท่านมีกฎกติกาตั้งไว้	
ให้มีการศึกษาเล่าเรียน	
ปฏิบัติข้อวัตรต่างๆ	
ก็หมายความว่าศึกษาเล่าเรียน	
ปรีดีและปฏิบัติทั้งสองอย่าง	
เป็นคู่กันไป	

### ๔๓. โอวาทวันเข้าพรรษา

วันที่ ๒๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๕

การการวะ ผู้มาการวะซึ่งกันและกัน มันเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม อภิวัตน์ลีลิสฺส นิจฺจํ วุฑฺฒาปจายีโน คืออ่อนน้อมเคารพนับถือซึ่งกันและกัน กราบไหว้ซึ่งกันและกัน พระผู้หลักผู้ใหญ่ ผู้เป็นหัวหน้าเป็นที่เคารพนับถือของพระผู้น้อย ผู้หลักผู้ใหญ่ผู้เป็นหัวหน้าครอบครัว เป็นที่เคารพของลูกของหลาน เป็นการศึกษาที่รักษาประเพณีอันนี้ไว้ อย่าให้เสื่อมสูญไป แต่ทำให้ทำจริงๆ ไม่ทำเล่น เคารพจริงๆ นับถือจริงๆ มันจึงเป็นอภิวัตน์ลีลิสฺส นิจฺจํ วุฑฺฒาปจายีโน มีอายุ วรรณะ สุขะ พละ ยืนนานได้ เพราะเหตุที่มีความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน ไม่ใช่ว่าหน้าไหว้หลังหลอก

อภิวัตน์ลี คือเคารพกราบไหว้บูชาซึ่งกันและกัน ประเดี้ยวเถอะทะเถาะวิวาทกันแล้ว ไม่เคารพนับถือซึ่งกันและกัน คุณูกเหยียดหยามซึ่งกันและกัน มันไม่เป็นมงคล การเป็นมงคล คืออยู่

เป็นสุข จึงเรียกว่ามงคล การทะเลาะวิวาทกันไม่ใช่สิ่งที่เป็นมงคล มีความอดทนอดกลั้นในระยะ  
เข้าพรรษา ถึงเราไม่ได้มากก็ยั้งดี ๓ เดือนนั้นอดกลั้นอดทนได้เป็นดีที่สุด ไม่ใช่เพื่อประโยชน์คน  
อื่น เพื่อประโยชน์ตนเองนั่นเอง คนใดเป็นคนมีความอดทน พยายามอดกลั้นไว้ไม่ให้ความโลภ  
ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้น ไม่ถูกเหยียดหยามซึ่งกันและกันเป็นการดี

คราวนี้เป็นเรื่องของพระสงฆ์ที่จะจำพรรษา เมื่อเข้าพรรษาท่านต้องให้มีขอบเขตจำกัดมีกุฏิ  
วิหารเป็นเครื่องอยู่ มีเสนาสนะเป็นเครื่องอาศัย แล้วก็กำหนดขอบเขตจำกัด คือวัดเรานั้นก็มี  
ขอบเขตอยู่แล้ว อย่างที่มีรั้วมีกำแพงรอบคอบแล้วนั้นนะเป็นเขตแดนของเรา เมื่อมีเขตแดนจำ  
พรรษาแล้วไม่ให้ออกนอกเขตนั้น คำว่า “ไม่ให้ออกนอก ” นั้นนะ หมายความว่าไม่ให้ไปจนสว่าง  
นอกเขตแดน จำพรรษาที่ใดแล้วให้อยู่ภายในถึงจะไปนอกกำแพง ไปนอกวัดก็ช่าง ให้เข้ามาใน  
ขอบเขตวัด ให้ถืออรุณ อรุณหมายความว่าถึงเรื่องแสงสว่าง ตอนเช้าๆเรามองแสงสว่างเห็นฟ้า อากาศ  
ปลอดโปร่งดี แสงอรุณนั้นหมายความว่าถึงแสงสว่างขึ้นมา พอเป็นแสงเงินแสงทองนั้นแหละจัดเป็น  
วันใหม่ ถ้าหากว่าอากาศมันมืด สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือตึกลง มันร้องทิวาขึ้นมาแล้วละก็นั่นละเป็นวัน  
ใหม่หรือจึงจกมันร้อง อันนั้นเป็นวันใหม่แล้วเป็นที่สังเกตเห็นได้ ถ้าตะวันไม่ปรากฏแสงอรุณไม่  
ปรากฏ ก็สังเกตอันนั้นละ เอานกเอาจึงจกนั้นแหละเป็นเครื่องวัด

อรุณคือวันใหม่ เป็นวิธีกำหนดหลายอย่าง ก็ว่าอรุณขึ้นมาเป็นวันใหม่แล้วนั้น ฉันทอาหารก็ได้  
ได้ไม่เป็นวิกาล รักษาผ้าครองก็ได้ ผ้าไตรจีวรรักษาอย่าให้ห่างไกลจากตัวเรา ครั้นอยู่ปราศจากจีวร  
นั้นท่านปรับเป็นอาบัติ ถ้าเราเอาออกไปด้วยคิดว่าไปด้วยมันไม่เป็นไร จนอรุณขึ้นมาแล้วจึงค่อยอยู่  
ปราศจากจีวร

ฉันทอาหารก็กำหนดเอาอรุณ อยู่พรรษาก็กำหนดเอาอรุณ รักษาผ้าไตรจีวรก็กำหนดเอาอรุณ  
อรุณนั้นเป็นของสำคัญ ตลอดถึงอยู่ปริวาสก็ตามก็หมายเอาอรุณเหมือนกันอันนี้เรียกว่าอยู่จำพรรษา  
อยู่ในเขตจำพรรษาไม่ให้หนีจากเขตนั้น ไม่ให้อรุณสว่างล่วงแล้ว คือเราอยู่เขตจำพรรษาไม่ให้ไป  
สว่างข้างนอกวัด เอาอรุณเป็นเกณฑ์เป็นเขต ถ้าหากเราไปข้างนอกโน้นก็ดี อย่าให้มันอรุณสว่างอยู่  
ข้างนอกโน้น ให้กลับเข้ามาอยู่ภายในมันก็ไม่เป็นอาบัติ นอกจากเรื่องอรุณแล้วก็ไม่มีเรื่องอะไรแล้ว  
เท่านั้นละ เรียกว่าวิธีอยู่จำพรรษา

นอกจากนั้นอีกเมื่อเข้าพรรษาแล้ว หมายความว่าถึงว่า พระไม่ให้ออกไปเที่ยวที่อื่น ไกลนอก  
ขอบเขตที่อยู่จำพรรษาแล้ว ท่านมักถูกติกาตั้งไว้ให้มีการศึกษาเล่าเรียนปฏิบัติข้อวัตรต่างๆ กิจวัตร  
ทั้งปวงทั้งหมดให้รีบเร่งทำในกลางพรรษา เราอยู่จำพรรษาไม่ได้ออกไปเที่ยวไหน ก็หมายความว่า  
ให้ศึกษาเล่าเรียน ปริยัติ และ ปฏิบัติ ทั้งสองอย่างนั้นแหละเป็นคู่กันไป

**ปรียติ** คือ การศึกษาตามตำรับตำรา **ปฏิบัติ** คือการปฏิบัติฝึกหัดกัมมัฏฐานมันต้องเป็นคู่กัน ไปอย่างนั้น ถ้าหากเรียนแล้วไม่ปฏิบัติ มันก็ไม่เข้าใจ ปฏิบัติอย่างเดียว ไม่มีการเรียนเลย มันไม่รู้ เรื่องของปรียติ อาบัติ, โทษต่างๆก็ไม่รู้เรื่องว่าผิดหรือถูกมกๆ เหตุนี้การศึกษาเล่าเรียนแล้ว ปฏิบัติไปพร้อมนั้นนะ มันจึงชัดเจนชำนาญคล่องแคล่วเข้าอีก อย่างวัดเราได้มีการปฏิบัติทุกปี ตั้งแต่เป็นมาตั้งแต่มาอยู่วัดนี้ มีการศึกษาเล่าเรียนแล้วการปฏิบัติไปตาม รู้สึกว่าการสอนนักธรรมอะไรต่างๆได้ดีกว่าทุกแห่ง เพราะเหตุการณ์**ปฏิบัติ**และมีการ**ปรียติ**ไปด้วยมันค่อยชำนาญ การที่ได้เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา ให้ศึกษาให้เข้าใจแล้วปฏิบัติไปพร้อมๆกัน จึงจะไม่เสียเวล่าเวลา ไม่ให้เสียในการที่ได้มาบวช

ตั้งใจบวชจริงๆอย่างโบราณท่านว่า “ บวชเรียนเขียนอ่าน ” แต่ก่อนมันไม่มีโรงเรียน ครั้น บวชมาก็มาศึกษาเล่าเรียนจนอ่านออกเขียนได้ ฝึกใช้การไ้ใช้งานไ้ได้นั้นแหละ “ บวชเรียนเขียนอ่าน ” โบราณท่านว่าไว้ เดียวนี้เราเรียนมาแล้วแต่ยังไม่เข้าใจใน**ธรรมวินัย**ให้ตั้งใจเรียน**ธรรมวินัย**อีก ละเลยมานาน**ธรรมวินัย**ไม่ค่อยเอาใจใส่ จึงพากันเลอะเทอะหมด มาเดี๋ยวนี้รัฐบาลท่านจึงค่อย เข้มแข็งขึ้น ให้ศึกษาเล่าเรียนใน**ธรรมวินัย**ให้ยิ่งขึ้น จึงค่อยลืมหูลืมตาขึ้นมาหน่อย เรามาบวชเราก้ ตั้งใจเรียนในเวลาที่มาบวชอยู่

ให้เข้าใจถึงเรื่องศาสนา เรียนไปปฏิบัติไปจึงค่อยเข้าใจ คนนอกๆได้แต่เรียนไม่ได้ปฏิบัติจึง เข้าใจเฟิ่นๆ ไม่เข้าใจลึกซึ้งในศาสนา ศาสนาเป็นของลึกซึ้งมาก ละเอียดละอออกมา ยิ่งเรียนยิ่ง **ปฏิบัติ**ยิ่งลึกซึ้งเข้าไป การเรียนในศาสนา มันไม่มีที่สิ้นสุดมันลึกซึ้งลงไปเป็นลำดับ ในการที่มาบวช จึงสอนให้ศึกษาเบื้องต้น ให้ทำวัตรสวดมนต์ให้มันได้เสียก่อน แล้วก็ให้รู้จักศึกษาบทเล็กๆน้อยๆ สวดมนต์สวดพรกราบมาสมควรแล้วค่อยบวช อันนี้มันมีประโยชน์มาก

เดี๋ยวนี้มาบวชเพราะไม่ได้เรียนอะไรก็เลยมาบวช แม้แต่คำขานนาคก็ยังไม่ไ้ด้วยซ้ำบาง องค์ พอบวชแล้วมันมีการศึกษาต่อ มีเรียนนักธรรมต่อไป ก็ไม่มีโอกาสจะได้เรียนเสียแล้ว พอจบ พ้อออกพรรษา ยังไม่ได้สอบนักธรรมด้วยซ้ำบางที พอดีสิกละมันไม่มีประโยชน์อะไรหรอก การ บวชมาเรียนนั้นรู้ซึ่งสุขุมมาก แต่เวลาสึกไปแล้วทั้งหมด การบวชมีประโยชน์ ถึงได้แล้วพ้อออกไป มันก็ลืมหืมของพรรคนี้ มันมัวแต่ไปลุ่มหลงมัวเมาในธุระกิจการงานต่างๆ มันไม่มีการเล่าเรียน ไม่มีการศึกษาต่อของเก่าก็เลยเสื่อมสูญไปหมด

จึงว่าน่าเสียดายผู้บวชมา แต่ถึงกระนั้นก็ยังคืออยู่ ยังพอเป็นแนวคิดแนวอ่านพ้อฝืนๆได้ พ้อ เป็นความฝืนได้ มาเล่าความฝืนได้ก็ยังคืออยู่

ให้เข้าใจถึงเรื่องศาสนา

ศาสนาเป็นของลึกลับซึ่งมาก	
ละเอียดล่อออกมา	
ยิ่งเรียน ยิ่งปฏิบัติ ยิ่งลึกลับยิ่ง	
เข้าไปเป็นลำดับ	

#### ๔๔. วันปวารณา

วันที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

คำปวารณาแทนอุโบสถสังฆกรรม ปวารณานั้นเป็นเนื้อความย่อๆแต่หากที่จริงกินความลึกลับ หมายความว่าปรารณาซึ่งกันและกัน ในเมื่ออยู่ตลอดไตรมาส ๓ เดือน แล้วทุกๆคนที่อยู่ด้วยกันปวารณาซึ่งกันและกัน ผู้น้อยตลอดถึงผู้ใหญ่ทั่วถึงกันหมด มีเสมอภาคกัน ให้โอกาสที่จะต้องกล่าวตักเตือนซึ่งกันและกัน โดยความเอ็นดูด้วยความเมตตาปรารณาหวังดี คนที่ถูกตักเตือนว่ากล่าวก็ต้องยอมรับสารภาพว่า เราจะต้องทำตาม จึงว่ามีความกว้างขวางยิ่งกว่าปาฏิโมกข์ที่สวดปาฏิโมกข์ไม่ได้ถ้อยได้ความพึงพอใจเป็นประเพณีธรรมเนียม แต่การปวารณานี้กินความหมดตลอดทุกเรื่อง

ความเป็นจริงคนเราอยู่ด้วยกัน มันต้องมีเรื่องกระทบกระทั่งกันโดยคำพูด, วาจาที่เราเปล่งออกไปด้วยเจตนาดีมี ด้วยความไม่เจตนาดีมี จึงว่าให้โอโหสิกรรมซึ่งกันและกัน จะได้อยู่เย็นเป็นสุข คนที่ไม่ได้ให้โอโหสิกรรมกันนี้ ผูกพยาบาทอาฆาตซึ่งกันและกัน อยู่ไม่เป็นสุขเดือดร้อนทั้งตนและคนอื่น จึงว่าอยู่ด้วยกันตลอดไตรมาส ๓ เดือน ต่างคนต่างมาจากจตุรทิศทั้ง ๔ และมีอาชีพต่างกันมีนิสัยต่างกัน มีความเห็นต่างกัน ซึ่งจะลงรอยกันไม่มีหอรก ความเห็นความคิดความอ่านมันจะเป็นอย่างเดียวกันหมดไม่ได้ ความอดความทน อดทนต่อคำพูดวาจาที่กระทบกระทั่ง บางทีมีเจตนาดีมีบางทีไม่มีเจตนาดีมีด้วยความพลาดพลั้ง ความประสงค์อันเดียวกันแต่คำพูดมันต่างกัน

เช่นว่าประสงค์จะแจกอาหารให้พระทุกองค์นั้นแหละ ให้มันเสมอภาคกันหมดแต่บางองค์นั้นมันไม่ถูกใจ อาหารนั้นมันไม่ถูกโรคของเรา ก็เลยเห็นอาหารที่เขาเอาให้เรา ก็หาว่าเขาแกล้งไป

เสียอีก อย่างนี้แหละเรื่องมันไม่ถูกกัน ที่มันจะเกิดเรื่องทะเลาะกันก็เพราะเหตุนี้แหละ อันนั้น มิใช่มีเจตนาหรือความพลั้งเผลอ โดยการที่พลั้งเผลอพูดเล่นพูดล้อกันไป อาจจะเป็นเครื่อง กระทบกระเทือนกันก็มี การที่มีเจตนา ตั้งเจตนาที่จะพูดเหยียดหยามดูถูกเสียดสีซึ่งกันและกันก็มี นั่นมีอีกอย่างหนึ่งแต่ว่าในเรื่องเหล่านั้นให้รู้จักด้วยตนเอง

ทุกคนมาบวชในศาสนา ตั้งใจที่จะเห็นจิตเห็นใจของตนเอง พยายามที่จะให้เห็นจิตเห็นใจ ของตนเอง ใจของเราให้มันตั้งมั่นแน่วแน่อยู่คงที่วางเฉยเสียก่อน คำพูดของคนอื่นพูดมา เราจะรู้จัก ว่าคนนั้นพูดถูก พูดผิด พูดดี พูดชั่ว พูดหยาบละเอียด รู้จักเลย จิตเราจะไม่กระเทือน ถ้าจิตไม่ตั้งเป็น หนึ่งเป็นเอกก็ตาเสียแล้ว คือใจไม่เป็นอย่างที่ผมเล่าให้ฟัง จิตจะมองในแง่ผิด ใครพูดอะไรก็คอยแต่ จะว่าเขาว่าผิดหมด พูดอย่างไรก็เห็นแต่แง่ผิดทั้งนั้น ตรงกันข้ามกับคนที่มึนสียไม่อิจฉาพยายาม ใจไม่มีใจอิจฉาเบียดเบียนใคร มีเมตตาไปหมดเสมอภาคทุกคน พูดดีพูดชั่วอะไรก็เฉยเลย เห็นเป็นการ ดีทั้งหมด มันตรงกันข้ามกับภาษาของเขาที่เขาพูดตามตลาดที่เขาพูดตามบ้านตามเมืองว่า “ รักกัน แล้วถึงจะว่าชั่วก็เป็นดี ถ้าเกลียดโกรธกันแล้วถึงจะว่าดีก็เป็นชั่ว ” คำนั้นไม่มีผิดตรงหมดทุกสิ่งทุก อย่าง

เราบวชเข้ามาเป็นสมณะ พระเถระ ได้ชื่อว่าเป็นศากยวงศ์ เป็นวงศ์ของพระพุทธเจ้า เป็นผู้ อดทน การถือเกลียดถือโกรธกันเล็กๆน้อยๆ ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ตนเองก็ไม่ได้ประโยชน์ คน อื่นก็ไม่ได้ประโยชน์ มันจะทำอะไรได้ ความโกรธกัน ความอิจฉากัน ความริษยากัน มีแต่ระแวงซึ่ง กันและกัน ก็เลยไม่มีดีสักอย่างเดียว ไม่เห็นประโยชน์เลย ถ้าหากว่าความหวังดี มีความปรารถนาดี เมตตาแก่กันและกัน พูดดีก็ดี พูดชั่วก็ดี ถือเป็นการดีทั้งหมด แล้วยอมเป็นประโยชน์ คนที่โกรธให้ เราก็สามารถที่จะทำตัวดีได้ คนที่โกรธถ้าเราอดทนอดกลั้นคำพูดอย่าไปพูดเสีย เรื่องอันเป็นเหตุ จะ ให้โกรธกัน อดกลั้นยับยั้งไว้หน่อยมันก็หาย ครั้นถ้าหาถือโกรธเขาอยู่ตลอดเวลา ทุกหมู่ ทุกพวก ทุกเหล่า ทุกผู้ทุกคน ความโกรธความแค้นอะไรต่างๆก็ดีมันไม่ใช่จะอยู่จริงถาวรอะไร เรามาบวช เป็นพระยิ่งร้ายกว่าชาวบ้านเสียอีก ชาวบ้านเขาอยู่เขาโกรธกันแต่เขาก็อยู่ด้วยกันได้ อย่างสามิ ภรรยาทะเลาะกันวันยังค่ำ แต่เขาก็อยู่ด้วยกันได้

เรามาบวชในวินัยคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็มาคิดถึงตัวของเรตั้งแต่ตื่นมา ตั้งแต่เรามาบวช ในศาสนา ฝ่าก็ผิดจากฆราวาส เพศก็ผิดจากฆราวาส อะไรๆการอยู่ การฉัน ผิดจากฆราวาสหมด แล้วเขานิยมนับถือว่าเป็นผู้ดี เป็นผู้สงบเรียบร้อย ถ้าภายในเรามาโกรธมาเกลียดมาพยาบาทกัน มัน น่าอายเหลือเกิน มันไม่สมกับเป็นสมณะสักนิดเดียว ควรระวังอย่างยิ่ง

จึงว่าการปวารณาเป็นเหตุตักเตือนซึ่งกันและกัน เป็นเหตุให้สงบเรียบร้อยถ้าหากว่าถือตามคำปวารณานั้น จะอยู่ใกล้อยู่ไกลอยู่ในสถานที่ใดทั้งหมด ทำปวารณาในที่นี้แล้ว ไปที่อื่นอยู่ที่อื่น เห็นกันที่อื่น ก็ว่ากล่าวตักเตือนกันได้

การว่ากล่าวตักเตือนกันมันต้องรู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักเวลาพอประมาณ สมควรหาโอกาสหาเวลา อย่าพูดหักโหมกันมันไม่เป็นประโยชน์ ข้อใหญ่ใจความนั้นหมายความว่า สิ่งใดที่จะเป็นไปเพื่อความสามัคคีให้รักษาสິงนั้นไว้ได้เป็นการดีมาก สิ่งใดที่จะเป็นการทะเลาะวิวาทกัน อย่าพูดอย่าทำ เรื่องนั้นจึงจะสมควรแก่การเป็นสมณसारูป

คราวนี้ เรื่องต่างๆมีเรื่องอะไรนิดๆหน่อยๆโผล่ออกมา ไปออกมาหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันกระเทือน และไม่ใช้กระเทือนด้วยตน คนอื่นก็กระเทือน เดือนคนนั้นไม่ใช่ว่ามันจะดีเรื่อยไป ตนเองไม่ตรวจไม่พิจารณาไม่ตรึกตรองเสียก่อนพูดออกไป มันเป็นความเสียหายในการพูดออกไป มันเสียมากสักเท่าไรละนั้นนะ จึงควรให้ระวังสังวรทุกอย่าง

ปวารณานั้นเป็นเนื้อความย่อๆ	
แต่หากที่จริงกินความลึกซึ้ง	
ให้โอกาสที่จะว่ากล่าว	
ตักเตือนซึ่งกันและกัน	
โดยความเอ็นดู	
ด้วยความเมตตาปรารถนาหวังดี	

ออกพรรษาแล้วก็มีเวลาหลายเดือนอยู่	



ให้พากันตั้งใจท่องสวดมนต์สวดพร	
เรายังท่องไม่ได้	
ให้เห็นความบกพร่องของตน	
ไม่ว่าบวชเก่าบวชใหม่	

### ๔๕. เมื่อออกพรรษาแล้วเที่ยวไป

วันที่.....พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้เป็นวันสิ้นฤดูฝน ที่อธิฐานฟ้าอาบน้าฝนสิ้นสุดวันนี้แหละ ต้องวิกัปปี้ ฟ้าอาบน้าฝนต้องวิกัปปี้ มันขาดจากฟ้าอาบน้าฝนแล้ว มันต้องวิกัปปี้วันนี้แหละ อย่าลืมทุกๆคนต้องวิกัปปี้ฟ้าอาบน้าฝน วิกัปปี้แล้วก็ถอนวิกัปปี้ได้เลย ใช้เลยคราวนี้

ออกพรรษาแล้วใกล้สอบนักธรรม เตรียมสอบนักธรรม ยังอีกกี่วันแล้วนี่ตั้งอกตั้งใจสอบ เรียนมาตั้งปีแล้วพยายามสอบเท่าที่จะสามารถทำได้ เป็นประโยชน์มากในการเรียนนักธรรม คือได้ค้นคว้าประกอบการพิจารณา ธรรมะที่เราเรียนมาแล้ว เป็นเครื่องอยู่เป็นเครื่องพิจารณา เป็นเครื่องอยู่ของเรา ถ้าไม่ได้เรียนไม่มีการศึกษาไม่มีการพิจารณา มันก็ว่างเปล่าจากการพิจารณาธรรมะต่อไปนั้นเมื่อเรียนจบสอบเป็นนักธรรมแล้ว ก็ตั้งใจภาวนาทำความเพียรทุกคน

จะออกวิเวกเที่ยวป่าเที่ยวดงก็ตามใจ จะไปที่ไหนก็ต้องให้มีหมู่มีเพื่อน อย่าไปคนเดียว, ทิศเดียว อย่าไปประพุดิเหลวไหลมันไม่ดี อยู่กับหมู่กับเพื่อนก็สังเกตดูว่าเราทำดีหรือยัง ที่เราไม่อยู่กับเพื่อนเราทำดีอย่างไรไหม หรือว่าเราทำเพื่อกลัวหมู่กลัวขี้เกียจแต่กลัวหมู่กลัว ครั้นออกไปแล้วยังขี้เกียจใหญ่ ซ้ำอยู่ในวัดกับหมู่คณะก็มีข้อวัตรข้อปฏิบัติประพุดิเรียบร้อยทุกอย่าง ครั้นออกไปแล้วหมู่ก็ไว้เนื้อเชื่อใจ ไปอยู่ในที่วิเวกก็ทำความเพียรภาวนาอย่างถึง กิจวัตร ข้อวัตรทุกสิ่งทุกประการ ที่เราทำอยู่ในวัดนี้ฉันใด เราออกไปก็ฉันนั้น แท้ที่จริงอยู่ในหมู่ในเพื่อนปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบก็ได้ความเจริญอกงาม บางทีออกไปแล้วอาจจะสู้อยู่ในหมู่ในเพื่อนไม่ได้ ถ้าอยู่ในหมู่ในเพื่อนเรียบร้อยดีแล้ว ออกไปวิเวกก็ให้เรียบร้อยเหมือนกัน ข้อวัตรปฏิบัติเป็นของสำคัญ เครื่องบริหาร

รักษาภายนอกเราเห็นชัดแต่ภายนอกที่เดียว ถ้าของภายนอกเรียบร้อย ก็เพราะของภายในมัน  
เรียบร้อย มันจึงค่อยเป็นไปได้

ไปอยู่ในที่วิเวกก็ทำความเพียร
อย่าทิ้งกิจวัตร ข้อวัตรทุกสิ่งทุกประการ
เราทำอยู่ในวัดนี้ฉันใด
ออกไปที่ฉันนั้น

#### ๔๖. การท่องบทสวดมนต์

วันที่ ๒๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

ออกพรรษาสอบนักธรรมแล้ว มีเวลาที่จะต้องท่องสวดมนต์สวดพร ก็รีบท่องเสีย ตกเดือนธันวาคม  
ณเฑาะว์มาอยู่ด้วยต้องอบรมตกเดือนกันด้วย ในกลางพรรษาต้องเรียนนักธรรม สอบนักธรรม จึงไม่มี  
การท่องบ่นสวดมนต์ เวลาออกพรรษาแล้วก็มีเวลาหลายเดือนอยู่ ให้พากันตั้งใจสวดมนต์สวดพร  
เรายังท่องไม่ได้ ให้เห็นความบกพร่องของตน ไม่ว่าจะบวชเก่าบวชใหม่ การที่สวดมนต์ไม่ได้ก็อับอาย  
ขายขี้หน้าหมู่เพื่อนอายุตนเองด้วย เราบวชเข้ามาศึกษาเล่าเรียน ถ้าหากว่าไม่มีการท่องบ่นสวดมนต์  
มาอยู่เปล่าๆเฉยๆ ก็ขาดกิจวัตรข้อวัตรเหมือนกัน

ท่องสวดมนต์แล้วยังจะต้องหัดอีก หัดทั้งมคธ หัดทั้งร้อยแก้ว หัดทั้งสังโยค ให้มันได้ทั้ง ๓  
อย่าง เพราะเราบวชมาแล้วมันจะต้องสังคัมในทุกลมุ่ทุกขณะ เมื่อเราอยู่ป่าไม่มีการสังคัมก็ดูว่าดี แต่  
เวลาเข้าสังคัมแล้วจะเห็นความบกพร่องของตนเองนั่นแหละเห็นความขาด ความบกพร่องของตน  
ตอนนั้นแหละ เวลานั้นมันแก้ไขอะไรไม่ได้แล้ว

ผมเคยพูดเสมอ แต่ก่อนผมหัดสวดมนต์สวดพรได้ สวดมคธก็ให้มันได้ สวดร้อยแก้วก็ให้  
มันได้ สวดสังโยคก็ให้มันได้ สวดสังโยคก็ต้องรู้จักวรรครู้จักตอน รู้จักตัวอักษร ท่องบ่นจดจำให้  
มันได้แน่นอนในใจ แล้วเราว่าสวดมนต์มันจึงค่อยถูกเป็นวรรคเป็นตอนของการสวดมคธ ของการ  
สวดสังโยค อันนี้การสวดมคธก็เป็นร้อยแก้วไปเสีย บทสวดสังโยคเป็นร้อยแก้วไปเสีย ไม่ทราบว่  
อะไรเป็นอะไร สุ่มสี่สุ่มห้าไปหมด มคธก็ให้มันเป็นมคธชี สังโยคก็ให้มันเป็นสังโยค ร้อยแก้วก็ให้  
มันเป็นร้อยแก้ว

ศาสนาสมัยเดิมนั้นไม่เหมือนสมัยพวกผมแต่ก่อน อยู่ในป่าในเถื่อนไม่มีการสวดมนต์สวดพร แต่ถึงขนาดนั้นก็ยังพยายามท่องบ่นจดจำ สวดมนต์เรียกว่าได้พอสมควร มาสมัยเดิมนั้นมีการสังคัมกว้างขวาง มันเข้าถึงในบ้านใหญ่เมืองใหญ่ เข้าถึงในพระราชวังนั่นซ้ำอีก นักปกครองนักบริหารหมู่เพื่อน มันต้องดูแลเรียบร้อยทุกอย่าง เห็นว่าตนคืออยู่เรื่อยไป นั่นไม่ใช่ มันไม่ถูก เห็นความบกพร่องของตน มันจึงจะขยันหมั่นเพียร มันจึงจะพยายามทำคุณงามความดี พยายามที่จะศึกษาในสิ่งที่ตนเองบกพร่อง

การทำวัตรมันต้องมีการสวดมนต์ ทุกๆปีเราสวดปาฏิโมกข์ลงท้ายด้วยสวดมนต์ เดิมนั้นเราสวดปาฏิโมกข์ได้หลายท่านหลายองค์ องค์ใดที่สวดปาฏิโมกข์ยังไม่ได้ ก็พยายามที่จะได้ มันก็ได้อย่างที่ขึ้นมา ถ้าไม่พยายามสวดปาฏิโมกข์สวดท้ายสวดมนต์แล้ว มันก็แล้วเท่านั้นละ ปาฏิโมกข์มันเป็นของจำเป็นส่วนตัว ครั้นถ้าหากสวดมนต์ได้คล่องทุกบท ทุกหมวดที่ท่านใช้ในการสวดมนต์ในตำราแบบหลวงก็ดี แบบราชการก็ดี ก็ให้ใ้คล่องแคล่วทั้งมจรและร้อยแก้ว มันกล้าหาญอาจหาญอยู่เสมอ

เหมือนกับเราที่ได้ปาฏิโมกข์ คนอื่นสวดมันก็สนใจอยู่เสมอ อยากขึ้นสวดเห็นว่าตนได้เหมือนกันสวดมนต์ก็ดี ครั้นสวดได้มันก็ขยันหมั่นเพียร มันใช้สวดอยู่เสมอ อันนี้ไม่เป็นเช่นนั้น เห็นเขาสวด เราก็นึกว่ามันจะได้หรือไม่ได้หนอ มันจะคาหรือจะติดหนอ มันสงสัยลังเลอยู่อย่างนั้นใจมันไม่ได้กล้าหาญเด็ดเดี่ยว การทำความเพียรภาวนาก็เป็นไปในนั้นละ เราท่องสวดมนต์สวดพรเป็นคำบริกรรมไปในตัว บางคนอ้างว่าเราสวดมนต์ท่องมนต์แล้วภาวนาไม่ได้ อันนั้นคนภาวนาไม่ เป็นหรือจึงอ้างอย่างนั้นถ้าภาวนาเป็นต้องเป็นหมด เราตั้งใจต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แน่วแน่ในศีลในธรรม ในคำสอนของพระพุทธเจ้า เราท่องสวดมนต์สวดพร ก็ได้ชื่อว่าเราทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่ในใจของตน เอาคำสวดมนต์นั่นแหละเป็นคำบริกรรม มันก็เป็นไปนะซี อันที่ผู้อ้างนั้นนะมันไม่ได้สักที ภาวนาก็ไม่เป็น สวดมนต์ก็ไม่ได้ ไม่ได้สักอย่าง

แต่ผู้ภาวนาได้มันไม่ใช่อย่างนั้น สวดมนต์เขาก็ได้อยู่ เรียนนักธรรมเขาก็เรียนอยู่ ภาวนาก็เป็นไปเอง ครั้นภาวนาเป็นแล้วมันเป็นหมดนั่นแหละ มีการริเริ่มอยู่เสมอ ในทางราชการก็เหมือนกัน ในทางฆราวาสที่เขาหาอยู่หากินก็เหมือนกัน มีการริเริ่ม อันนั้นก็ยังจะต้องทำ อันนี้ยังจะต้องทำ กิจอันนั้นก็จะต้องทำ ชุระอันนั้นก็จะต้องทำ มันริเริ่มอยู่อย่างนั้น มันก็เลยลี้มวันลี้มคืนไป ในการอาชีพของเขาเลี้ยงชีวิตวันหนึ่งล่วงๆไป มันก็เลยลี้มไป

ในส่วนภาวนาก็เหมือนกัน มีการริเริ่มอยู่เสมอในการที่เราปฏิบัติฝึกหัด ตอนนี่เราปฏิบัติได้แค่ไหน ? ยังมีส่วนที่จะต้องฝึกหัดอีก มีอะไรบ้าง? เราฝึกหัดมาแล้วมันรวบรวมได้หรือยัง? แล้วจะต้องฝึกอีกต่อไปนั้น จะเอาอะไรอีกต่อไป? คิดต่อแบบเนื่องกันไป มันต้องคิดอย่างนี้เสมอ อย่าง

ฝึกหัดคำบริกรรมได้แล้ว เราได้ชำนาญไหม? เราฝึกหัดเชื่อว่าเราภาวนา เราภาวนาชำนาญแล้วหรือยัง ถ้าไม่ชำนาญเราก็ขยันหมั่นเพียร อธิบายอันใดที่เราพิจารณาอยู่นั้น เราชำนาญชำนาญแล้วหรือยัง? คล่องแคล่วแล้วหรือยัง? ถ้ายังไม่คล่องแคล่ว มันยังขาดตกบกพร่อง มันยังต้องทำอีกอยู่ อันนั้นจะต้องรีบเร่งกระทำให้ชำนาญเสีย

ครั้งที่จะทำต่อไป เรายังไม่ได้ทำอะไร? อะไรที่เรายังไม่พิจารณา อะไรที่เรายังไม่คล่องแคล่ว อันใดที่เรายังไม่ชำนาญ มันต้องพยายามทำอันนั้นให้มันชำนาญ วิเริ่มปรากฏอยู่ในใจ มันก็ขยันพยายามนะซี ไม่ใช่มาอยู่เฉยๆ ให้มันนิ่งนอนใจอยู่เฉยๆ ไม่ปรากฏอะไรเลย มันก็ตั้งอยู่อย่างนั้นแหละ มันไม่ไปไหนหรอก มันต้องมีการวิเริ่ม มันจึงจะขยันหมั่นเพียร เอาละ

มีการวิเริ่มอยู่เสมอ
ในการที่เราปฏิบัติฝึกหัด
เวลานี้เราปฏิบัติได้แค่ไหน
ที่เราฝึกหัดมาแล้ว
มันรวบรวมได้หรือยัง
ส่วนที่จะต้องฝึกหัดอีก มีอะไรบ้าง

คตินึกปรุงแต่งแล้วมันได้อะไร?
มันได้ที่ตัว "ใจ" นี้ต่างหาก
มันไปติดไปฝังอยู่ในใจนั้น

เมื่อมันคิดนึกขึ้นมาเมื่อไร
มันก็เกิดที่ “ใจ” นั้น
จึงว่า “ใจ” เป็นคนเก็บไว้

### ๔๗. การปฏิบัติต้องมีหลัก

วันที่ ๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๑

การปฏิบัติให้รู้จักหลักจับหลักให้ได้ การปฏิบัติก็มีหลัก การฟังก็ให้มีหลัก การศึกษาเล่าเรียนก็ให้มีหลัก ถ้าไม่มีหลักสิ่งเหล่านี้มันหาจับหลักไม่ได้ ไม่ทราบจะไปทำอย่างไร ? ไปจับเอาปลายมันก็ไม่ถึงหลักนะซี เบื้องต้นควรที่จะหาหลักฐานต้องหาตัวจริงมันเสียก่อน

ตัวเดิมมันเกิดขึ้นจากไหน ? คนเรามันเกิดมาจากไหน ? มันเกิดมาจาก “ใจ” ถ้า “ใจ” ไม่มีแล้วมันก็ไม่มีความ ให้คิดถึงอย่างนั้น

ธรรมทั้งหลายที่ท่านเทศนาไว้มากมาย มันก็ออกมาจากสิ่งอันหนึ่งเหมือนกันแล้วมันจึงค่อยแตกสาขาออกไป ธรรมที่ท่านเทศนาทุกสิ่งทุกประการเปรียบเสมือนกับเถาวัลย์ หรือเหมือนกับต้นฝักเขียว มันเกิดจากต้นเดียวเสียก่อน แล้วจึงค่อยแตกสาขาออกไป บ้านเรือนของเราก็ดี ถ้าจะปลูกให้มันมั่นคงถาวรต่อไป ก็ต้องลงเสาเอกเสียก่อน ให้มันคงแล้วจึงค่อยต่อเติมออกไป ใจของคนเราเราต้องอาศัย “ใจ” เป็นตัวตั้งตัวตี เราฝึกหัด “ใจ” ไม่ได้ฝึกหัดอย่างอื่น

ใจมันอยู่ที่ไหน? ก่อนที่จะเห็นใจ มันต้องพิจารณาจากผลภายนอกอย่างหนึ่ง หาผลมันได้แล้วจึงค่อยสาวหาเหตุคือตัว “ใจ” อีกอย่างหนึ่งก็หาใจเสียก่อนแล้วจึงค่อยไปหา ผล มี ๒ อย่าง หาใจคือหาตัวต้นของมัน หาอะไรที่มันเป็นเหตุเสียก่อนแล้วจึงค่อยมาหาผล ที่ว่ามันเกิดที่ใจอันเดียวไม่ได้เกิดที่อื่นไกล เพราะใจนั้นที่ออกไปเป็นตัวจิตที่มันวุ่นวาย อันนั้นเป็นเรื่องอาการของจิต การแสดงอาการของจิตมันแสดงตามอาการ ๖ ประการ มันต้องแตกสาขาออกไปตาม ตา หู จมูก ลิ้น กาย มันออกไปจากใจ ธรรมชาติแต่งให้ดีแล้วทุกอย่าง เป็นเรื่องของจิตที่มันใช้ทุกสิ่ง ใช้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า *อายตนะภายใน*

*อายตนะภายนอก* ทั้ง ๖ ประการ มี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ นั้นแหละมันแตกสาขาแยกออกไป ธรรมชาติแต่งมาให้เราใช้ทุกอย่าง ตาใช้เห็นรูป หูใช้ฟังเสียง จมูกใช้ดมกลิ่น

ลึนใช้รับรส กายรับสัมผัส ใจนั้นใช้ให้คิดนึก ให้ปรุงให้แต่ง ธรรมชาติใช้ให้เพียงพอมดทุกอย่าง แล้วคราวนี้เรื่องเหล่านั้นครั้งถ้าหากว่า มันเป็นธรรมชาติ มันเป็นอย่างนั้นเสียแล้ว หน้าที่มันอยู่ อย่างนั้น เอาใจไว้อย่างหนึ่งต่างหาก ไม่ต้องเอาใจไปคิดเรื่องเหล่านั้น ถ้าคิดพิจารณาปรุงแต่งไปคิด ว่าเป็นเรื่องของมัน มันจะมีโทษมีภัยมาจากไหน ถ้าเรารู้จักใจ อันนั้นเรียกว่า หาเหตุ หาผล หาผลที่ มันเกิดขึ้น เหตุนั้นคือตัว “ใจ” นี่จึงว่าหาเหตุเสียก่อนแล้วจึงค่อยหาผล

เราละหมดทุกสิ่งทุกประการวางหมด จะให้เข้าถึงใจมันก็เห็นใจนะซี พอเราวางได้แล้วมันก็ไม่มียะไร มันก็เข้าถึงตัวเดิมนั้น หาผลหาเหตุคือว่า ใจเป็นเบื้องต้น จับใจให้ได้เสียก่อนก็หมดเรื่อง สิ่งเหล่านั้นไม่ต้องไปกังวลกับมัน ครั้นใจไม่คิดไม่นึก มันก็ “อยู่” ครั้นใจไม่คิดไม่นึกแล้วทำให้ก็สบาย แต่ที่นี้สาวหาผลมันเสียก่อน ที่มันเกิดจากใจ ผลของมันคือสิ่งที่มันเกิดจาก ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หมดทุกสิ่งทุกอย่างมันเกิดจากใจ มันเข้าถึงใจนั้น อันนั้นเรียกว่าสาวจากผลหาเหตุ

ครั้นสาวเหตุไปหาผลนั้นคือว่า เองง่ายๆ จับใจให้ได้แล้วก็นิ่งเฉย ไม่ต้องไปเกี่ยวเนื่องถึง เรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย หาเหตุก่อนผลของมัน มันก็หมดเรื่อง ที่มันมากมายหลายอย่างนั้นมันเกิด จากอายตนะทั้งหกนี้ทั้งนั้น เราไม่เกี่ยวข้องกับอายตนะทั้งหกนี้ มันก็หมดเรื่องหยุดเพียงแค่นั้น ถึงแม้มันจะคิด จะนึก จะปรุง จะแต่งอะไรทุกอย่าง มันสักแต่ว่า อันที่จะไม่ให้มันเกิดมันมีไม่ได้ ธรรมชาติมันดับแต่งมาให้อย่างนั้นแล้ว ตาเห็นรูปก็สักแต่ว่าเห็น ไม่เกิดความกำหนดปฏิบัติพิทักษ์ ใครไม่เกิดความพอใจ ยินดีหรือเสียใจ เรื่องของสภาพของมันเป็นอย่างนั้น อันเรื่องความโกรธ ความรัก ความชัง ความชอบ ความยินดียินร้ายต่าง ๆ นั้นมันเกิดจากใจ จิตไปปรุงไปแต่งต่างหาก

ไปปรุงไปแต่งแล้วมันได้อะไร? มันก็แค่นั้น มันได้ที่ตัว “ใจ” นี้ต่างหาก มันไปติดไปฝังอยู่ที่ใจนั้น เมื่อมันคิดนึกขึ้นมาเมื่อไรมันก็เกิดที่ใจนั้น เหตุนั้นจึงว่าใจเป็นคนเก็บไว้ ส่วนจิตเป็นผู้คิด นึก แต่แล้วมันก็ไม่มียะไร ปล่อยวางแล้วก็ทิ้งไป ไปคิดไปนึกมันก็เป็นขึ้นมาอีกมีขึ้นมาอีก มันไม่มี ประโยชน์อะไรหรอก มันคิดปรุงแต่งแล้วก็หายไป คิดปรุงแต่งแล้วก็หมดไป

ตัวใจต่างหากเป็นผู้เอาไปฝังไว้ในใจนั้น มันไปติดแน่นในใจ เวลาจะคิดจะนึกมันเป็นเรื่องของจิต คิดเอาไปใช้หลายอย่างหลายเรื่อง ความรัก ความชอบ ความโกรธ ความเกลียด พอใจไม่พอใจ ตัวจิตเป็นคนคิดปรุงแต่งขึ้นมา ปรุงแต่งแล้วหมดเรื่องไปหายไป ของนั้นอยู่ที่ใจนั้น แล้วก็เอามาปรุงแต่งอีก ใจนั้นเป็นคนปรุงแต่ง ใจกับจิตอันเดียวกัน แต่ทำการทำหน้าที่คนละอย่าง ถ้าไม่มีใจ ก็ไม่มีจิต อันที่ทำหน้าที่คิดนึกปรุงแต่งเรียกว่าจิต ใจมันอยู่เฉยๆ ไม่มีความรู้สึกอะไรเลย เฉยๆ อยู่ของทุกสิ่งทุกอย่างปล่อยวางหมด แต่ว่า “ผู้รู้สึก” ว่าปล่อยวางมีอยู่ อันนั้นมันเป็นใจ

ถ้าไม่รู้สึกรู้ว่ามีผู้ปล่อยวาง ผู้เฉยๆนั้น อันนั้นเป็นโมหะ เป็นลักษณะของฉานต้องเพ่ง เพ่งเอา สิ่งใด เพ่งเอาอารมณ์อันใด เช่นอารมณ์จาก รูป เสียง กลิ่น รส ก็ตามเพ่งทั้งภายนอกภายใน เพ่ง

ภายนอกก็ได้แก่ เฟงคิน น้ำ ไฟ ลม เฟงอันนั้นอันเดียวจิตคิดส่งสายไปที่อื่น นั่นแหละเป็นตัวฉานแล้ว ครั้นเฟงคิน น้ำ ไฟ ลม ภายในนี้ก็เฟงอยู่อย่างเดียวไม่ต้องคิดนึก อันนั้นเป็นฉานเป็นลักษณะของฉานแต่มันไม่รู้สึกรู้ว่าใครเป็นคนเฟง ใครเฟงก็ไม่ทราบ

ผู้ที่รู้สึกรู้ว่า ตัวเป็นผู้รู้ ตัวเป็นผู้เฉย เป็นผู้วางเฉย ไม่เกี่ยวข้องกับพัวพันปล่อยวางได้ ครั้นปล่อยวางแล้ว ได้ความรู้สึกรู้ว่าสหายนั้นพอแล้ว ท่านจะว่าอย่างไรก็ช่างเถิดจะว่ามรรค ว่าผล ว่านิพพานว่าฉานสมาบัติก็ตาม ใครจะว่าอะไรก็ตามเถิด อันนั้นธรรมชาติมันเป็นอย่างนั้น เข้าหาอันนั้นได้แล้ว เรียกว่าเข้าถูกหลักแล้ว เข้าถึงใจเรียกว่าเข้าถูกหลัก

เหตุนี้จึงทำให้พยายามพิจารณาให้มันรู้เรื่อง เห็นเรื่องของใจแล้วก็เห็นเรื่องของจิต แยกใจกับจิตออกจากกันให้มันได้ เมื่อมันอยู่ด้วยกันก็แยกให้มันเห็นคนละสัดส่วนละส่วนกัน ใครก็อยากได้ความสุขความสบายทุกคน

	เราต้องประกอบกิจภายในใจของเรา	
	ด้วยการมีสติอยู่ทุกเมื่อ	
	การที่มีสติอยู่ทุกเมื่อ ทุกวัน	
	ทุกอิริยาบถนั้น	
	มันเป็นของหนักแน่น ไม่ใช่บ่อย	

## ๔๘. การเตรียมพร้อม

วันที่ ๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๓๑

การบวชมาคล้ายกับว่าเป็นคนขี้เกียจไม่มีงานทำ ดูจากเรื่องราวที่เป็นอยู่ทุกวันถ้าหากไม่คิดให้ลึกซึ้งที่เขาพูดว่า ” ขี้เกียจนักก็ไปบวชเสีย” นั้น เขาพูดก็ถูกเหมือนกันเพราะสิ่งที่เราทำเป็นของเบาไม่ใช่ของหนัก เป็นของเบา ๆ แต่เป็นของลึกซึ้ง วันหนึ่ง ๆ เราไม่ได้ประกอบธุระหนักแน่นอย่างพวกชาวบ้าน ถ้าหากไม่คิดก็จะเป็นอย่างที่เขาว่าถ้าคิดลึกซึ้งเข้าไปแล้ว เราต้องประกอบกิจภายในใจของเรา ด้วยการมีสติอยู่ทุกเมื่อการมีสติอยู่ทุกเมื่อ ทุกวัน ทุกอิริยาบถนั้น มันเป็นของหนักแน่นไม่ใช่บ่อย

การปล่อยสติให้เลอะเลิงไปตามอารมณ์ คิดนึกส่งสายไปนอกกริณนอกรอยนอกขอบเขต ไม่ได้ประโยชน์ เสียประโยชน์ไปเปล่า ๆ สมกับที่เขาว่าจริง มาบวชแล้วไม่มีประโยชน์อะไร ถ้าเราไม่รู้จักกิจของเรา ไม่รู้จักความคิดนึกของเรา ที่คิดคิดชั่วคิดหยาบละเอียด ให้รู้จักหน้าที่ของพระ

ของสมณะ ไม่ควรคิดเหลวไหล ควรคิดในสิ่งที่ชอบ เช่นการฉันอาหารอย่างนี้เป็นต้น ท่านให้พิจารณา ท่านไม่ให้ฉันเฉย ๆ ให้พิจารณาเป็นธาตุ เป็นของอสุภะ ปฏิกูล สิ่งที่เราฉันเข้าไปเป็นสักแต่ว่า ธาตุเป็นสักแต่ว่า ธาตุสี่ คิน น้ำ ลม ไฟ ประสมกันเข้ากับธาตุสี่เก่า ที่เรามีอยู่แล้วคือ คิน น้ำ ลม ไฟ คือกายอันนี้ ให้มันทรงอยู่ได้ ดำรงอยู่ได้ เพื่อยังชีวิตให้เป็นไป การพิจารณาอย่างนี้พวกชาวบ้านเขาไม่เคยพิจารณา เขาพิจารณาแต่ว่า อย่างไรมันจะเอรีดอรัย อย่างไรมันจึงจะดีจะงาม หาเรื่องปรุงเรื่องแต่งเพื่อให้เอรีดอรัย เพื่อกินให้ได้มากๆ เพื่อยังชีวิตให้เป็นไปอย่างสมบูรณ์บริบูรณ์

แต่พุทธศาสนาของเราไม่ใช่สอนอย่างนั้น ฉันเข้าไปแล้วเพื่อให้มีชีวิตอยู่วันหนึ่ง ๆ จะได้ประกอบกิจการในทางพุทธศาสนา นั่นจึงว่ามันเป็นประโยชน์ซึ่ง ลึกมากกว่าฆราวาสเขาอีก เขากินเพื่อเอรีดอรัย เพื่อให้สุขภาพสมบูรณ์ เมื่อตายแล้วไม่ได้ประโยชน์อะไร ตายทิ้งเปล่าๆ ในทางพุทธศาสนาสอนไม่ให้มัวเมา เห็นสิ่งเหล่านั้นเป็นแต่เพียงว่า เป็นเครื่องบำรุงชีวิตให้เป็นไปในวันหนึ่งๆ ให้มีชีวิตอยู่เพื่อประกอบกิจการในทางพุทธศาสนา มันผิดแปลกกันกับชาวบ้าน

เหตุนั้น เราต้องคิดให้มันถูก พิจารณาให้มันถูก เราบวชมา กิจหน้าที่ของเราที่จะต้องทำมีอะไรบ้าง? นอกจากการทำความเพียรแล้ว มันมีแต่สายไปหลายเรื่องหลายอย่าง มันไม่ได้อยู่ในขอบเขตอันเดียว จิตใจของคนมันฟุ้งซ่าน เมื่อมันฟุ้งซ่านก็อย่าให้มันส่งไปที่อื่น ให้คอยละวาง อย่าให้มันไปคิดในสิ่งต่าง ๆ ให้มันรู้เรื่องว่าจิตของเรามันส่งออก จิตของเราไม่อยู่ในขอบเขต ก็รีบทำรีบกำหนดเข้ามาภายใน นี่เป็นหน้าที่ของเราในพุทธศาสนา บวชมาแล้วต้องมีสติควบคุม ที่มันคิดส่งสายออกไปภายนอก อย่าให้มันส่งสายออกไปได้ไกล

เราบวชมาธรรมวินัยเราต้องศึกษา เราศึกษาในธรรมวินัยสมบูรณ์แล้วหรือยัง? พระวินัยของเราเรียบร้อยแล้วหรือ? กิริยามารยาทของเราเรียบร้อยแล้วหรือยัง? ธรรมะที่เราจะต้องปฏิบัติของเราเรียบร้อยแล้วหรือ? ปฏิบัติไป ๆ เมื่อเพื่อนพรหมจรรย์มาถามเราจะได้ออบให้มันถูก ให้มันสมกับที่เราเป็นพระผู้ใหญ่ เราบวชมาไม่ใช่เราจะสึกวันนี้พรุ่งนี้ บางทีอาจจะอยู่ไปนมนาน การอยู่ไปนมนานมันต้องมีภาระธุระ ให้รอบคอบรอบรู้ในธรรมวินัย การท่องปาฏิโมกข์ของเราก็ให้มันได้ ปาฏิโมกข์เป็นของสำคัญ ครั้นนาน ๆ ไปแล้วมันก็เกียจเสีย อยู่ไปเรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ เลยเห็นว่าคนอื่นสวดแล้วก็พอแล้ว เราไม่ต้องรับภาระ อันนั้นเป็นความประมาท ผิดจากพระโดยแท้

เรื่องทั้งหมดมันต้องเตรียมพร้อมให้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้า เราเตรียมพร้อมเรื่องของเราได้แล้ว ได้สมบูรณ์แล้ว เราก็อิมใจ พอใจ อย่างสวดปาฏิโมกข์นี้ถ้าเราสวดได้แล้วเราก็อิมใจพอใจ ถ้าเราไม่ได้มันก็ระแวงแคลงใจอยู่อย่างนั้นแหละ ทำไมหนอห่มเพื่อนทำได้ ทำไมเราทำไม่ได้หนอ มันก็แคลงใจอยู่เรื่อยไป มันของควรที่จะได้ ควรที่จะศึกษา แต่วันหนึ่งๆเราปล่อยเวลาไปเสียเปล่าๆ เวลาที่มันฟุ้งซ่านออกไป นอกจากธรรมวินัยนั้นมันมาก ที่เราตั้งสติตั้งใจรักษาจิตควบคุมจิต นี่มัน



น้อยนิดเดียว จึงให้พิจารณาถึงกิจธุระภาระหน้าที่ของตน เราทำประโยชน์อะไรเพื่อพุทธศาสนา? มีกิจวัตรข้อวัตรเพื่อธรรมวินัย, กิจวัตรข้อวัตรเพื่อหมู่คณะ, กิจวัตรภาระธุระเพื่อหมู่สงฆ์ มันหลายเรื่องหลายอย่าง หน้าที่ของเราไม่ใช่อยู่เฉยๆ หากไม่ได้คิดอันนั้นแล้วมันก็เป็นเต่า เป็นเต่าในหมู่คณะ เพราะเราไม่ได้คิดพิจารณา ไม่รู้สึกรู้ว่าเรามีอะไรอยู่ในตัวของเราบ้าง

จึงว่าควรพิจารณาให้มันรอบคอบรอบรู้ในตัวของตน กิจหน้าที่เรา เราทำได้แล้วหรือยัง? เช่นวันพระวันศีลนี้แหละ เรารับภาระธุระหมู่เพื่อนได้ไหม? ให้รับแขกรับคนได้ไหม? อันส่วนที่เราทำได้เรียกว่าเป็นประโยชน์แก่หมู่แก่ตน คนที่นิยมนับถือเขาก็นิยมขึ้นมาก นับถือมาก เพราะเหตุที่เราสามารถทำหน้าที่ได้ กล่าวหาญทำหน้าที่ได้ เป็นประโยชน์แก่ตนและคนอื่นอีกด้วย พิจารณาให้รอบคอบรอบรู้ อย่าไปอยู่นิ่งเฉยๆ นอนเฉยๆ ไม่ได้ เอาละ

มันต้องเตรียมพร้อมทุกสิ่งทุกอย่าง	
ในกิจการหน้าที่ทั้งปวงหมด	
ถ้าเราเตรียมพร้อมของเราได้สมบูรณ์แล้ว	
เราก็อิมใจ พอใจ	
ถ้าเราไม่ได้มันก็แคลงใจอยู่นั้น	

มาปฏิบัติธรรม	
ให้มันเป็นธรรม	
ให้มันเห็นธรรม	

## ๔๘. การปฏิบัติธรรมมีที่สิ้นสุด

วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๑

พวกเรานักปฏิบัติ ควรปฏิบัติเข้ารูปเข้ารอย การปฏิบัติมันมีที่สิ้นสุด ปฏิบัติเลื่อนลอยไม่มีขอบเขตไม่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ทำไปไม่มีที่สิ้นสุด นั่นเป็นเรื่องของโลก ครั้นมีที่สิ้นสุดเป็นเรื่องของธรรม

สังเกตดูที่จิตใจของเรามันเป็นธรรมหรือมันเป็นโลก จิตใจของเรามันคอยรวมเข้ามาไหม? มันแคบเข้ามาไหม? หรือมันกว้างออกไป สังเกตดูให้รู้ ให้รู้สึกตัว ไม่ต้องพูดถึงเรื่องมรรคผลนิพพาน ชั้นนั้นชั้นนี้หรือ เออแต่เฉพาะตรงนี้แหละว่า เห็นจิตของเราวันหนึ่งๆมันกว้างออกไปหรือมันแคบเข้ามา ที่กว้างออกไปนั่นมันไม่มีขอบเขตไม่มีสติ ปล่อยระเริงตามใจชอบ คิดแล้วคิดเล่าเรื่องเก่าไม่รู้แล้วสักที ลองคิดดูซิว่าตั้งแต่เราเกิดมาจนปานนี้ แล้ววนเวียนอยู่ในเรื่องเก่า ไม่รู้จักจบจักสิ้นสักที

เราพิจารณาธรรมะก็พิจารณาแล้ว ในกัมมัฏฐานของเราเคยพิจารณาแล้วให้มันรวมเข้ามา ให้มันย่นเข้ามาอยู่ที่ กาย วาจา ใจ ย่นเข้ามาอีกให้มันลง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันไม่ออกนอกเขตนอกแดน นั่นเรียกว่าใจมีขอบเขต จิตใจของเราถ้าอยู่ในขอบเขต พิจารณาไปพิจารณาไปมันลง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันไม่พ้นจาก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไปไหน นั่นเรียกว่า มันรวมเข้ามา มันใกล้เข้ามา

พิจารณา อนิจจา ทุกขัง อนัตตา มันก็พิจารณา ชั้นๆ อายตนะ ธาตุสี่นั้นแหละ มันไม่ไปไหน อยู่ในวงนี้ทั้งนั้น ครั้นพิจารณาเป็นธรรมะ พิจารณาไปไหนๆมันก็ลงธาตุสี่ พิจารณาไปไหนมันก็อยู่ในชั้นห้า เรียกว่าอยู่ในขอบเขตธรรมะแล้วนั้น อย่าปล่อยให้มันเลอะเลือน ที่มันออกไปก็คือมันออกไปในอายตนะทั้งหกส่งไปตามตา ส่งไปตามหู ส่งไปตามจมูก, ลิ้น กาย ใจ มันส่งออกไปแล้วไม่กลับเข้ามา ไม่ทราบว่าจะไปถึงไหน อยู่ที่ไหนก็ไม่ทราบ มันต้องรวมเข้ามานี่ซึ่งถึงจะเห็นที่สิ้นสุด พุทธศาสนาสอนให้มีที่สิ้นสุด

พิจารณาอายตนะทั้งหก พิจารณาไปเกิดพิจารณาไปเท่าไรก็ได้ เห็นก็ตาเป็นผู้เห็นตั้งแต่เกิดมา ได้ยินก็หูนั้นแหละได้ยิน สูดกลิ่น ลิ้นรส โภจัญญะสัมผัสกายอายตนะเหล่านี้ทั้งนั้น จิตออกไปจากเรื่องเหล่านี้ไม่ได้ออกไปจากอื่น ครั้นออกไปจากนี้แล้วรวมลงให้มันได้ รวมให้เข้ามา

อยู่จุดนี้ ให้เข้ามาอยู่ในจุดนี้ อย่าให้มันออกนอกไปได้จากจุดนี้ ให้มันรวมเข้าไปลง อนิจจา ทุกข์  
อนัตตา แล้วหมดเรื่อง การปรุง การแต่งสารพัดทุกอย่างแต่งไปจากอายตนะทั้งหกนี้ทั้งนั้น ไม่มี  
ขอบเขต ไม่มีที่สิ้นสุด

ดูตัวอย่างทางโลกของเรา เรื่องวิทยาศาสตร์เรื่องอะไรต่างๆทั้งหมด เขาออกไปจากนี้ทั้งนั้น  
แหละ ออกไปจากอายตนะทั้งหกทั้งนั้นแหละ แต่มันไม่มีขอบเขตไม่มีที่สิ้นสุด อีกร้อยปีพันปีก็ไม่  
สิ้นสุด เพราะมันออกไปนอกตัว วิทยาศาสตร์ก็เรียนถึงของจริง แต่มันไม่จริงในใจ ถ้ามันจริงในใจ  
แล้วมันไม่ไปหรอก มันลง อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา ก็รวมกันหมด มันไม่ไปไหนอยู่ในนี้ทั้งนั้น  
เพราะมันรวมไม่ได้ มันจึงค่อยพุ่งชน จิตใจไม่อยู่ จิตใจกำเริบเฟิบฝ้าย มันออกไปจากอายตนะทั้ง  
หกนี้

ให้เห็นที่จุดอันที่มันคิดมันนึก มันต้องมีจุดหนึ่งให้มองเข้าไปในๆนั้นอีก มันคิดมันนึกมัน  
ปรุงมันแต่งไป ให้รู้จักว่าที่มันคิดมันนึกนั้นใครเป็นคนคิดคนนึก ใครเป็นคนปรุงคนแต่ง มันมีคน  
หนึ่งที่มันปรุงแต่งขึ้นมา นั่นจะจับเอาตัวนั้น ถ้าไปจับเอาแต่งความปรุงความแต่ง มันก็ไม่มีที่สิ้นสุด  
ครั้งจับเอาคนปรุงคนแต่งแล้วละก็มันวางหมดความปรุงความแต่ง ให้จับเอาตัวที่มันคิดมันปรุงมัน  
แต่ง อย่าไปจับเอาอาการที่มันปรุงมันแต่ง มันก็อยู่เท่านั้นซิ อันนั้นแหละวิธีที่พระพุทธเจ้าทรงสอน  
ให้มีสิ้นสุด สอนตรงนั้นแหละ ครั้งจับเอาตัวปรุงตัวแต่ง มันมีที่สิ้นสุดลงไปได้ มันมีแบบภายในตัว  
มันมีอยู่ในนั้น รู้ตัวอยู่ในนั้น

มีกิเลสตัณหาที่จิตมานะเกิดขึ้น ปฏิบัติเอาอย่างไกลี้ๆนี่ละ ให้มีขอบเขตอย่างนี้มันจึงค่อยมีที่  
สิ้นสุดไม่อย่างนั้นละปฏิบัติร้อยปีพันปีก็ไม่มีการสิ้นสุดสักที ปฏิบัติธรรมะเลยไม่เป็นอะไรให้ ครั้ง  
จับที่จุดมันได้แล้ว มันพิจารณาไปไหนๆมันถึงที่ อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา เป็นธรรมะที่สิ้นสุด

เรื่องทั้งปวงในโลกเขามีที่สิ้นสุดเหมือนกัน แต่มันไม่สุดสำหรับผู้ปฏิบัติอย่างเขาทำนาก็มี  
ที่สุด คือว่าเขาเก็บเกี่ยวแล้วขึ้นยุ้งฉางแล้ว ก็ถึงที่สิ้นสุด ผักผลไม้ทำสวนทำอะไรก็ดี ผลสุดท้ายเขา  
เก็บเกี่ยวแล้วก็หมดถึงที่สุดอันนั้น แต่ผู้ทำไม่มีที่สิ้นสุดมันก็คิดก็ปรุงก็แต่งไปนะซิ มันเลยไม่เป็น  
ธรรม มันเลยเป็นโลกไป มาปฏิบัติธรรมให้มันเป็นธรรม ให้มันเห็นธรรม ให้มันรู้เรื่องของธรรม

ธรรมะ เป็นของมีที่สิ้นสุด
โลก อันนี้ไม่มีสุด
พุทธศาสนา สอนให้ถึงที่สุด

สอนลงที่ “ใจ” แห่งเดียว

“ใจ” คือความเป็นกลางในสิ่งทั้งปวงหมด

โลกกว้างขวางก็เพราะ “อายตนะทั้ง ๖”

ครั้นย่อเข้ามาก็อยู่ใน “ธาตุ ๖”

แล้วผลที่สุดรวมลงมา

อยู่ที่ “รู้” อันเดียว

#### ๕๐. อายตนะทั้งหก

วันที่ ๑๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

วันนี้จะเทศน์เรื่อง “อายตนะ” อายตนะก็เป็นของเก่าเหมือนกัน มี ๖ อย่าง ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์มีมาแต่ไหนแต่ไร ตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดก็มีอยู่อย่างนั้น พระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้วก็อยู่อย่างนั้น พระองค์เสด็จปรินิพพานไปแล้ว จนทุกวันนี้พวกเราก็ต้องทำอยู่อย่างนั้น ต้องมีรูป มีนาม มีอายตนะทั้ง ๖ จึงว่าเป็นของเก่าทำไม่รู้จักจบจักสิ้น คือ พิจารณาของเก่าอันนี้ ครั้นถ้าหากว่า รู้เท่ารู้เรื่องของสิ่งทั้งหลายเหล่านี้แล้ว มีการจบสิ้นเป็น

มีคนกราบทูลถามพระพุทธเจ้าว่า โลกอันนี้เป็นของกว้างขวาง หาที่สุดไม่ได้ไม่มี? พระพุทธเจ้าตรัสว่ามี ที่สุดมีคือ กว้างซอก ขาววา หนาคีบ อันนี้ที่สุดอยู่ตรงนี้พระองค์รู้เท่ารู้เรื่องแล้วจึงมีที่สุด ที่พระองค์ตรัสว่าที่สุคนั้นคือ สุดของความคิด ความนึกสุดของการที่ตามไป โลกทั้งหลายกว้างขวางก็เพราะอายตนะทั้ง ๖ ครั้นย่อเข้ามาก็อยู่ในธาตุทั้ง ๖ แล้วผลที่สุดรวมลงมาอยู่ที่ “รู้” อันเดียว

ตา ก็ดูไปเกิด ดูเท่าไรก็ดูไปเกิด ไม่มีจบไม่มีสิ้น มีความยินดีพอใจกับความไม่ยินดีไม่พอใจ เป็นอยู่ทั้ง ๒ อย่างนั้นแหละ ไม่หนีจากทั้ง ๒ อย่างนั้น ที่ว่าไม่มีที่จบสิ้นคือ มันส่งไปตามรูป มัน ส่งออกไปข้างนอก ส่งไปเท่าไรมันก็ไม่มีการสิ้นสุด จิตมันส่งไปตามอาการอายตนะภายนอก มันจึง หาที่จบสิ้นไม่ได้ จึงว่าโลกกว้าง เสียงก็เหมือนกัน ไม่มีต้นไม่มีตัว ฟังเท่าไรก็ไม่จบไม่มีสิ้น เสียงไม่มี ที่เก็บด้วย ฟังแล้วก็หายไป ไม่ทราบเอาไปเก็บไว้ที่ไหน อันนี้ก็ไม่มีจบสิ้นสักที

ครั้นมารู้เรื่องของเหล่านั้นว่า อ้อ! เสียงนี้ไม่มีที่จบที่สิ้นอย่างนี้ คราวนี้ผู้ใดเป็นคนฟัง เมื่อ รู้จักผู้ฟังแล้ว ก็กำหนดรู้เท่ารู้เรื่องว่า ผู้ฟังนั้นเป็นคนส่งออกไปตามอายตนะ ผู้ฟังนั้นก็มิแต่ใจตัว เดียวเท่านั้น มันไปยึดสมมุติบัญญัติว่า เสียงเพราะ เสียงดี เสียงพอใจไม่พอใจ เกิดไปจากใจตัวเดียว ครั้นรู้แล้วมันก็รวมลง รู้จักจบรู้จักสิ้นเป็น กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ก็เหมือนกัน มันส่งไป ตามสิ่งเหล่านี้ ความคิดความนึกทั้งหลายนั้นเรียกว่าอารมณ์ของใจ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ สรุปลงแล้ว รวมลงมาเป็น อารมณ์ของใจ เกิดจากใจ ถ้ารู้เรื่องของมันแล้วจับตัวผู้ ออกไปคือใจ ที่ส่งไปตามอายตนะผัสสะต่างๆ มันก็หมดเรื่อง พระพุทธเจ้าตรัสว่า ที่สุดของโลก คือ ที่ตัวใจอย่างเดียว เมื่อส่งไปตามอายตนะไม่มีที่สิ้นสุดทั้งนั้น ถ้ารวมเข้ามาจับตัวใจได้แล้ว มันมีที่ สิ้นสุดนั้น

ที่พระองค์ตรัสว่า ที่สุดคือ กว้างซอก ยาวา หนาเล็บ อันนี้ พระองค์ทรงหมายเอาตัวกาย คือ มันอยู่ในกายนี้ ที่จริงนั้นคือที่ใจนั่นเอง กว้างขวางออกไปเพราะจิต รวมลงมาเพราะใจ ที่สุดก็คือใจ ที่ไม่สุดนั้นคือจิต เคยอธิบายให้ฟังแล้วว่าปฏิบัติอะไรก็ปฏิบัติเพื่อให้รวม ถ้ารวมเข้ามาแล้ว เป็นอันว่าถูกตามพุทธศาสนา ถ้ากว้างออกไปแล้วไม่ถูก คนเราเกิดมาพบอายตนะทั้งหลายเหล่านี้ ส่งสายไปตามอายตนะทั้งหลาย กว้างขวางหาที่สุดไม่ได้ พระพุทธเจ้าทรงค้นคว้าหาที่สุด ทรง พบว่าสิ้นสุดลงที่ใจตัวเดียว

ท่านจึงว่า ธรรมะ เห็นของมีที่สุด โลกอันนี้ไม่มีที่สุด พุทธศาสนาสอนให้ถึงที่สุด สอนลงที่ ใจแห่งเดียว เราปฏิบัติก็เพื่อให้เห็นใจ อะไรทั้งหมดเกิดที่ใจทั้งนั้น นิมิตภาพต่างๆ รูป เสียง กลิ่น รูป โผฏฐัพพะ ทั้งหมดมันอยู่ที่ใจ ใจคือความเป็นกลาง เป็นกลางในสิ่งทั้งปวงหมด บุญไม่มีบาปไม่มี ดี-ชั่วไม่มี อดีตอนาคตไม่มี ลงปัจจุบันเรียกว่าใจ สิ่งเป็นกลาง ทำให้เป็นกลางๆ ได้อยู่เสมอๆ ศาสนา จะเจริญได้เพราะเข้าถึงความเป็นกลางนั่นเอง

จับตัวกลางให้ได้ ให้มันรู้เรื่องของตัวกลาง ถ้าหากมันเกิดโกรธเกลียดขึ้นมาหรือมีความรัก ความชังเกิดขึ้นในบุคคลใด ให้เอาความรักไว้อย่างหนึ่ง ความชังไว้อย่างหนึ่งเอาความโกรธเกลียด ไว้อย่างหนึ่ง ความไม่โกรธไม่เกลียดไว้อย่างหนึ่งให้เห็นตัวกลางวางไว้กลางๆนั้นแล้วหมดเรื่อง

ทดลองดูก็ได้ ความเจ็บป่วย ความอยู่ไม่สบายก็ดี ความอยู่สบายก็ดี เอาทั้งสองอย่างมาตั้งไว้ แล้วทำจิตให้มันอยู่ตรงกลางลองดู สงบลงไปได้เลย แต่มันสงบไม่ได้เรียบร้อย สงบไม่ได้ทนทาน เพราะว่าเราไม่ได้ค้นคว้าหาเหตุผลจริงๆ ถ้าค้นคว้าหาเหตุ-ผล หาอดีต-อนาคตเสียก่อน มันเข้าใจความเป็นจริงแล้ว อันนั้นแหละมันถึงจะอยู่เป็นกลางได้ มันอาจจะอยู่ได้นาน เอาละ

ธรรมะ เป็นของมีที่ที่สุด
โลก อันนี้ไม่มีที่ที่สุด
พุทธศาสนา สอนให้ถึงที่สุด
สอนลงที่ “ใจ” แห่งเดียว
“ใจ” คือความเป็นกลางในสิ่งทั้งปวงหมด

### ๕๑. ของอัศจรรย์

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๑

การพิจารณากัมมัฏฐานให้มีที่ตั้ง คำว่า “กรรม” คือการกระทำ คำว่า “ฐานะ” คือเป็นที่ตั้ง กระทำให้เป็นที่ตั้ง เรียกว่ากัมมัฏฐาน ที่ตั้งกัมมัฏฐานมีที่ไหน? ก็ไม่ใช่อื่นไกลนอกจากกายอันนี้ ทำให้เป็นหลักเป็นฐาน ทำให้เป็นที่ตั้งเป็นที่เกิดประโยชน์ เราเป็นกัมมัฏฐานไม่หาหลักฐานเป็นที่ตั้ง จึงวุ่นวายว่อนอยู่ ไม่เป็นประโยชน์ ทำไปก็ปีๆก็อยู่อย่างนั้น ไม่เป็นประโยชน์อะไรเลย

กาย เป็นที่ตั้งของกัมมัฏฐาน เป็นที่ตั้งของสิ่งทั้งปวงหมด เป็นที่ตั้งของทรากอสุภเป็นที่ยึดของป่าช้าฝิบ เป็นที่ตั้งของอสุภะปฏิภูม เป็นที่ตั้งของกัมมัฏฐานทั้งปวง มันออกไปจากกายนี้ทั้งนั้น ที่ว่าเป็นที่ตั้งของทรากอสุภได้แก่ บรรดาสัตว์น้อยใหญ่ทั้งหลาย มีเปิด ไก่ กุ้ง หอย เป็นต้น มารวมอยู่ในที่นี้ มาฝังอยู่ในที่นี้เรียกว่าป่าช้าฝิบก็ได้ วันหนึ่งๆเราฝังลงไปมากมายหลายตัวทีเดียว เราจึงควรที่จะพิจารณาเห็นโทษ ว่ากายอันนี้เป็นที่ประชุมของทรากอสุภของสัตว์ทั้งปวง เราไปกลัวแต่ของภายนอก ไปกลัวแต่ฝิบภายนอก ฝิบในภายในไม่กลัว เรานอนกอดทรากอสุภอยู่ทุกวัน เรา

เกิดมาเป็นป่าช้าผีดิบ มาพิจารณาเห็นอย่างนั้น มันน่าจะสลดสังเวชในใจครั้นถ้าเห็นชัดเจนลงไป แล้ว เกิดความสลดสังเวชจิตรวมลงไปได้ ครั้นเห็นสักแต่ว่าเห็น มันก็ไม่รวมเหมือนกัน เราพิจารณาเรื่อยๆไป จิตก็ไม่สลดสังเวชมันก็ไม่รวม

กัมมัฏฐาน มีมากมายหลายอย่างที่ท่านแสดงไว้ เรื่องนั้นบ้าง เรื่องนี้บ้าง ราคะจิต โทสะจิต โมหะจิต พุทธจริตฯ อะไรต่างๆไปหลายเรื่อง เราพิจารณาอันนั้นก็ไม่ได้ อันนี้ก็ไม่ได้ อันนั้นก็ไม่ได้ถูกนิสัยของเรา อันนี้ก็ไม่ได้ถูก ก็เลยเลอะเทอะไปหมด ที่จริงมันถูกทุกอย่าง อย่างว่ากายของเราเป็นที่ประชุมของทรากอสุกทั้งปวงหมดรวมมาที่นี้ ถ้าพิจารณารวมลงไปได้จริงๆจังๆ มันก็เห็นทรากอสุกในกายของเราแล้วมันจะยึดถืออะไร? มันมีแต่ของน่าสลดสังเวชทั้งนั้น

เราจะพิจารณาธรรมอะไรนอกจากกายนี้ไม่มีหรือ กิเลสจิต พิจารณาอสุกก็พิจารณากายนี้ พิจารณากรรมสติก็พิจารณาอันนี้ เห็นชัดลงไปในกายนี้ พิจารณาสติปัญญาสี่ ขั้นห้า อายุตนะ ๖ อานาปานสติฯ มันลงมาถึงกายนี้ทั้งหมด แล้วเราจะไปหาที่ไหนอีกนอกจากกายนี้ ไม่มีหรือ มัวแต่ไปหาข้างนอก มันก็ไม่เห็นสักที่นะซีครั้นพิจารณาอันเดียวจริงๆจังๆ มันก็รวมลงหมดเลย ธรรมทั้งหลายมารวมอยู่ในที่นี้ทั้งหมด ที่ท่านเทศนากว้างขวางพิสดารออกไป เช่นขั้นมี ๕ อย่าง แต่รวมความแล้วก็มี ๒ คือ รูปกับนาม ที่เราเรียกว่า ขั้นห้า ที่เราแยกกระจายออกไปก็คืออายตนะ ๖ อายตนะ ๑๒ สัมผัสกันเข้าก็เป็นผัสสะ เป็นผัสสะ ๖ มีเวทนาต่อไปเรื่อยๆไป กว้างขวางออกไป มันเลยลืมหลักเก่าเสีย ลืมหลักที่ว่ามันออกจากกาย

พิจารณาอะไรก็ให้มันอยู่ในหลักคือ กายกับใจ ไม่ออกไปจากนั้น พิจารณาที่ไหนก็พิจารณาไป แต่อย่าลืมหลักคือ กายกับใจ ให้มันอยู่กับหลัก อย่าลืมหลักอันนั้นก็แล้วกัน ครั้นลืมหลักอันนั้นแล้ว พิจารณาไปพิจารณาไปก็เคล็ดเปิดเปิงไปเรื่อยไม่ที่สิ้นสุด พระพุทธเจ้าทรงสอนให้รวมไม่ได้ สอนให้กระจาย พิจารณาไปมากมายหลากหลายแล้วก็รวมลงมาถึงกายกับใจ กิเลสทั้งปวงเกิดจากกายกับใจถ้ามีแต่กายมันก็ไม่มิกิเลส ถ้ามีแต่ใจมันก็ไม่ปรากฏว่าจะทำกิเลสอย่างไร? ต้องมีกายกับใจประกอบกัน จึงทำให้กิเลสปรากฏ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็ปรากฏขึ้น ราคะ โทสะ โมหะ ก็ปรากฏขึ้น ท่านจึงว่ามันไม่หนีจากกายและใจ

ใจเป็นอย่างไร? กายเป็นอย่างไร? ให้รู้เรื่องทุกอริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน เราต้องการหาในกายในใจ หาที่สุดที่หยุดที่ยิ่งของพุทธศาสนา จึงว่าศาสนาของพระพุทธเจ้าทรงสอนให้มีที่สุด จึงสำเร็จมรรคผลนิพพานได้ ศาสนาอื่นหรือวิทยาศาสตร์อย่างอื่นสอนไม่มีที่สุด ไม่มีที่หยุดยั้ง มันจึงไม่สำเร็จมรรคผลนิพพาน พระพุทธเจ้าทรงเทศนากว้างขวางแต่ไม่ให้ลืมหลัก ให้รวมลงที่กายกับใจธรรมะจะเกิดก็เกิดขึ้นในที่นี้ ที่กว้างขวางออกไปมากมายเป็นเรื่องตามสายกิเลส ไม่มีสิ้นสุด จึงให้รวมมาที่กายกับใจ กายกับใจก็รวมมาที่ใจแห่งเดียว ใจเป็นหนึ่ง ใจเป็นของกลาง กลางในสิ่งทั้ง

ปวงหมด กิเลสก็ไม่มี อันไม่ใช่กิเลสก็ไม่มี บุญบาปก็ไม่มี วิบากก็ไม่มี ดีและชั่วละทิ้งหมด มันอยู่ตรงกลางนั้น อันนั้นพูดไม่ถูก ของมีอยู่แต่มันพูดไม่ถูก ให้เห็นตรงนั้นแหละ ไม่ทราบว่ามันเป็นอะไร ใครๆก็พูดไม่ถูก แต่มันเป็นของมีอยู่ เห็นได้อยู่ด้วยใจของตนเอง

พระพุทธเจ้าทั้งหลาย สาวกทั้งปวงหมดท่านพิจารณาเห็นชัดตรงนั้น พระพุทธเจ้าทรงเชื่อมั่นในพระทัยของพระองค์ พระสาวกทั้งหลายเชื่อมั่นในธรรมของพระองค์ว่าอันนี้เป็นของอัศจรรย์ เป็นอภิญญาพุทธธรรม ธรรมไม่เคยเกิดมี ก็เกิดมีมาในโลก เกิดขึ้นมาในพระองค์ เกิดขึ้นมาในตัวของท่าน สาวกท่านผู้ที่เป็นท่านก็รู้อะไรในใจของท่าน จึงยืนยันได้ว่า เราเป็นผู้สำเร็จมรรคผลนิพพานแล้ว ถ้าไม่เกิดอัศจรรย์อย่างนั้นแล้ว มันจะมีอะไรในโลกอันนี้ เหมือนๆกันกับความรู้ที่เขาวิจัยมันเกิดความรู้มันจึงเกิดเป็นของอัศจรรย์ เกิดความเข้าใจขึ้นมาว่า แน่แล้วอย่างนี้ถูกต้องแล้ว ซึ่งไม่เคยมีใครในโลกจะสงสัย ไม่มีใครจะรู้อย่างนี้ จึงว่าพระพุทธเจ้าทรงเป็นสัมมาสัมพุทธเจ้า ขึ้นมาในโลก

พวกเรามัวแต่ไปมัวเมาในเรื่องอื่น เลยมัวหมดไม่เห็นของจริง ให้หาตัวจริงคือใจ นั้นแหละหาตัวเป็นกลาง กลางในสิ่งทั้งปวงหมด ผู้ปฏิบัติต้องเป็นไปตามนิสัยของบุคคล รู้นั่นรู้นี้หลายเรื่องหลายอย่างแปลกๆ ก็ล้วนแล้วแต่ใจเป็นคนแต่ง อันนั้นไม่ใช่ของจริง ของจริงแท้มันอยู่คงที่ มันไม่ไปรู้อย่างอื่น รู้อยู่คงที่ ชัดเจนแจ่มแจ้ง อัศจรรย์ขึ้นในใจ อันนั้นจึงเรียกว่า ของจริง แต่ใครๆก็พูดไม่ถูก เอาละ

พวกเรามัวแต่ไปมัวเมาในเรื่องอื่น
มันเลยมัว ไม่เห็นของจริง
หาตัวจริง “ใจ”
“ใจ” ที่เป็นกลางในสิ่งทั้งปวงหมด

## ๕๒. จันท์ห้า

วันที่ ๑๖ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๑



การพิจารณาขั้นห้าเป็นกัมมัฏฐาน **ขั้นห้า** คือตัวของเราได้แก่รูปกับนามขยายออกไปก็เป็นธาตุ ๔, เป็นอายตนะ ๖, เป็นอาการ ๓๒ ๆ แจกออกไปกว้างขวางแจกออกไปจาก**ขั้น ๕** นี้ทั้งนั้น **ขั้นห้า** ได้ชื่อว่าเป็นที่รวมของธรรมทั้งหลาย การพิจารณาขั้นห้า จะเป็นสมาธิก็ได้ เป็นสมถะก็ได้ เป็นวิปัสสนาก็ได้ ได้ทุกอย่าง สติ สมาธิปัญญา รวมกันอยู่ในนั้นหมด ที่ท่านพิจารณาเรื่องทุกข์เป็นอริยสัจธรรมทั้ง ๔ ก็ออกไปจาก**ขั้น ๕** นี้ทั้งนั้น

คนเขายังพูดกันทั้งบ้านทั้งเมือง ได้ยินเขาเรื่องราวกันกลางบ้านกลางเมือง เขาพูดเป็นเล่น แต่มันเป็นของจริง เช่นเขาว่า “ทุกข์ใน**ขั้นห้า**มารวมใน**ขั้น ๔** ทุกข์ในโลกนี้มารวมที่ข้อย (ที่ขา) ผู้เดียว ” ทุกข์ใน**ขั้น ๕** มารวมเป็น**ขั้น ๔** ก็คือธาตุ ๔ นั่นเอง ในโลกนี้ใครๆทั้งหมดก็มีแต่**ขั้น ๕** ธาตุ ๔ ทั้งนั้นแหละ ที่เกิดมาในโลกนี้มันมีทุกข์อยู่ที่ตัวแล้ว **ขั้น ๕** นี้มารวมกันเข้าเป็นรูปกับนามแล้วก็มีแต่เสวยทุกข์อยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่ปฏิสนธิอยู่ในครรภ์มารดา เป็นภาวะทุกข์ยากแก่มารดากระทั่งคลอดออกมาก็เป็นทุกข์ เติบโตขึ้นมาแล้วก็**เป็นทุกข์**โดยลำดับจนกระทั่งแก่เฒ่าชรายิ่งทุกข์มากขึ้นไปอีก ตายแล้วก็**เป็นทุกข์**แก่คนอื่นอีก ภาวะมาก**ขั้นห้า**นี้เป็นภาวะมากทีเดียว เป็นภาวะแก่ตนด้วย แก่คนอื่นด้วย

คำว่า “ทุกข์” นั่นคือ มันทนอยู่ไม่ได้ **ขั้น ๕** **ขั้น ๔** **ขั้น ๑** ก็รวมมาอยู่ใน**ขั้น ๕** **ขั้น ๔** **ขั้น ๑** มันก็ออกไปจาก**ขั้น ๕** นี้เอง **ขั้น ๔** ผู้เจริญสมาธิได้เข้าถึง ฌาน รูปฌาน อรูปฌานก็รวมลงใน**ขั้น ๔** คือตายไปแล้ว ไปเกิดยังเหลือแต่นามคือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เรียกว่า**ขั้น ๔** ที่ไปเกิดในพรหมโลกเรียกว่า**ขั้น ๑** มีแต่รูปไม่มีนาม ก็แปลกเหมือนกันมีแต่รูปไม่มีนาม เข้าใจว่ามีนามแต่ไม่ปรากฏ มีแต่**ขั้นเดียว**เรียกว่ารูป ที่ไม่ปรากฏนามคือว่าไม่มีความรู้สึกลั่นแหละเรียกว่ามีแต่**ขั้น ๑** ทั้ง**ขั้น ๔** และ**ขั้น ๑** ก็กลับมาเกิดใน**ขั้น ๕** อีกเหมือนกัน มาเสวยทุกข์อีกเหมือนกัน คือมันทนอยู่ไม่ได้ มันจึงกลับมาเกิดเป็น**ขั้น ๕** การทนอยู่ไม่ได้นั่นเรียกว่า “ทุกข์” คือมันไม่อยู่จริงถาวร

กายของเราตั้งแต่ปฏิสนธิมาแล้ว ค่อยเติบโตขึ้นเป็นลำดับก็เสวยทุกข์มาเป็นลำดับ จนคลอดออกมาก็เสวยทุกข์ เติบโตขึ้นมาเรื่อยๆก็เสวยทุกข์เรื่อยมา ถึงแม้ว่าตัวจะไม่รู้จักว่าทุกข์ มันก็ทุกข์อยู่ดีๆนั่นเอง คนเราเกิดขึ้นมาแล้วไม่พ้นจากทุกข์สักทีเดียว พระพุทธเจ้าจึงทรงเทศนาว่าโลกอันนี้มีแต่ทุกข์เท่านั้น เกิดขึ้นแล้วดับไป นอกจากทุกข์แล้วไม่มีอะไรทั้งหมด จริงอย่างที่พระองค์ตรัส ทุกข์อันนี้เกิดขึ้นมาแล้วดับไป ดูตัวอย่าง ทุกขเวทนาเกิดขึ้นที่ตัวของเราเนี่ยแหละ เห็นได้ง่ายๆนั่งนานเข้าเหน็ดเหนื่อยเรียกว่าทุกข์ จึงได้เปลี่ยนอริยาบถเป็นยืน เป็นเดิน ยืนนานหนักเข้าก็เสวยทุกข์ในการยืน นานทนไม่ไหวก็นั่ง เสวยทุกข์ในการนั่งนานๆเข้าเลยเปลี่ยนเป็นนอน ได้นอนหลับอย่างเข้าใจว่าสุขเลย แท้ที่จริงมันทุกข์ แม้ในอริยาบถนอนก็เป็นทุกข์เหมือนกัน แม้ไม่

รู้สึกตัวมันก็ทุกข์อยู่นั้น คือในเมื่อหลับสนิทแล้วมันยังมีอาการพลิกตัว นั่นแสดงว่าเป็นทุกข์ มันจึงแสดงอาการพลิกตัวไปมาพลิกนอนหงาย มันเมื่อยแล้วก็นอนตะแคงข้างซ้ายข้างขวา เรียกว่าทุกข์เหมือนกัน

ลองคิดดูตัวคนเรามีอะไร เกิดขึ้นมาต้องทุกข์เพราะทำมาหากิน ทุกข์เพราะทำงานการอาชีพต่างๆ ทุกข์เพราะการไม่อยู่ดีสบาย เจ็บไข้ได้ป่วยต่างๆปวดหัว ปวดท้องๆไม่มีสิ่งใดที่ไม่เป็นทุกข์ ไม่มีสักอย่างเดียว เกิดขึ้นมาเป็นทุกข์ทั้งนั้น พระพุทธองค์ทรงพิจารณาทุกด้านทุกทาง ไม่มีอันไหนไม่ทุกข์ จึงตรัสว่า **นตฺถิ สนฺติ ปรี สุข** ท่านว่า ความสงบเป็นความสุขอย่างยิ่ง ที่เป็นความสุขอย่างยิ่งคือ มันสงบจากความยึดถือ สงบจากการไปยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตน ผมจึงพูดว่า อัน “ของว่าง” คืออันเป็นของกลาง ในสังสารพัคทั้งปวงหมด เป็นกลาง ในสังสารพัคทั้งปวงหมด เป็นกลางแล้วไม่มียึดของกลางนั้นแหละเป็นความสุข สุขจากของกลางนั้น แต่พระพุทธเจ้าตรัสเฉพาะขณะที่จิตเป็นกลาง ครั้นเมื่อกลับไปยึดมันก็เป็นทุกข์อีกเหมือนกัน หากว่ากลับไปยึดอีกมันก็ไม่ทุกข์ แต่มันก็ยังมิทุกข์ในกายอยู่นั้นและ ส่วนในใจไม่เป็นทุกข์ ท่านจึงสอนถึงเรื่องปฏิบัติ เพราะมันมีสุขอยู่ทางเดียวคือ ปฏิบัติฝึกหัดไม่ยึดไม่ถือ กายมันทุกข์อยู่เป็นธรรมดา อย่างที่ได้อธิบายแล้ว แม้นอนหลับอยู่ไม่มีสติ ก็ยังเป็นทุกข์ธรรมชาติของ **ขันธห้า** เกิดขึ้นมาต้องเป็นทุกข์อยู่อย่างนั้น ไม่มีสิ่งใดที่จะไม่ทุกข์ ทุกข์อันนี้เกิดขึ้นมาแล้วก็เปลี่ยนแปลงไป ทุกข์อันใหม่เกิดขึ้นมาอีก แล้วก็เปลี่ยนแปลงไป ทุกข์อื่นเกิดขึ้นมาอีกแล้วก็เปลี่ยนแปลงไปอีกเรื่อยๆ มันคงทนอยู่ไม่ได้ต้องเปลี่ยนอยู่เสมอ

เหตุนี้ผู้ที่ปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์แล้ว ไม่มีสิ่งใดนอกจากปฏิบัติทางจิตทางใจให้ปล่อยวางละสิ่งทั้งปวงหมด แล้วมาอยู่เป็นกลาง พระพุทธเจ้าทรงสอนละเอียดลออ ไม่มีใครค้นพบเห็นธรรมทั้งหลายเหล่านี้ พระองค์ทรงค้นหา ทรงพบว่า **ความสุขมันก็อยู่ในทุกข์อันนั้น** ถ้าไม่มีทุกข์มันก็ไม่มีความสุข ของเป็นคู่กัน ทุกข์เหล่านั้นเป็นคู่แสดงของสุข มันมีสุขก็ต้องมีทุกข์ มันมีดีก็ต้องมีชั่ว มันมีหยาบก็ต้องมีละเอียดธรรมเป็นคู่กันอยู่อย่างนี้ ในโลกนี้ต้องเป็นอย่างนั้น

ครั้นเมื่อเห็นสุขเห็นทุกข์อย่างนั้นแล้ว ปล่อยวางเสีย เลือกลงมาเป็นกลางๆอันนั้นมันจึงค่อยพ้นจากทุกข์ เมื่อเมื่อไม่มีสุขไม่มีทุกข์ ไม่มีหยาบไม่มีละเอียดตลอดจนไม่มีสมมติบัญญัติ มันจึงพ้นจากโลกได้

“ขันธห้า” เป็นที่รวมของธรรมทั้งหลาย
การพิจารณาขันธห้า

เป็นสมาธิก็ได้, เป็นสมณะก็ได้
เป็นวิปัสสนาก็ได้
ศีล สมาธิ ปัญญา รวมอยู่ในนั้นหมด
อริยสังขารสี่ ก็ออกไปจากขั้นห้านี้

ผู้ที่ปฏิบัติให้พ้นจากทุกข์แล้ว
ไม่มีสิ่งใด
นอกจากปฏิบัติทางจิตทางใจ
ให้ปล่อยวางละสิ่งทั้งปวงหมด
แล้วมาอยู่เป็น “ กลาง ”

### ๕๓. กามคุณห้า

วันที่ ๓๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๑

ถึงวันพระวันศีล ๑๕ คำ พวกเราพากันสวดปาฏิโมกข์ ฟังสิกขาบทนั้นๆได้ ทบทวนความจำ สิกขาบทต่างๆ ที่เรารู้จักปฏิบัติอยู่ เพื่อได้พิจารณาตรวจตราตัวของตนที่จริงแล้วเราตรวจกายอยู่ ทุกเมื่อ ไม่ว่าเวลาใดขณะใด ตรวจที่กายที่วาจาที่ใจของเราไม่จำเป็นต้องไปตรวจที่อื่นหรือ ไม่ต้องรอ

ถึง ๑๕ วันจึงตรวจครั้งหนึ่งอย่างที่เราฟังปาฏิโมกข์ ของเป็นจริงแท้มันอยู่กับตัวของเรา กาย วาจา ใจ ของเรา เรารู้ตัวของเราดี

กายมันดีไหม? วาจามันดีไหม? ใจมันดีไหม? มันถูกต้องไหม? เรารู้ตัวของเราทุกเมื่อ ไม่ต้องให้คนอื่นบอก ไม่ต้องให้คนอื่นจำ เราทำอยู่ตลอดเวลาเรียกว่า มีสติควบคุมจิตของตน เรามาปฏิบัติ การปฏิบัติเราจะไปทำอะไรนอกจากอบรม กาย วาจา ใจของตน ก็ทำที่กาย วาจา ใจของตนนะซี ให้มันสงบเรียบร้อย อย่าให้กาย วาจา ใจ คะนองด้วยประการต่างๆ ที่มันไม่สงบก็ให้รู้เรื่อง มันคิดดีคิดชั่ว คิดหยาบละเอียดรู้เรื่องอยู่ทุกขณะ จึงจะได้ชื่อว่าพวกปฏิบัติ กำจัดกิเลสทั้งหลายที่มันพุ่งเฟ้อไปในที่ต่างๆ ให้มันสงบรวมอยู่ในที่นี้

กิเลส มันแทรกซึมอยู่ในตัวของเรา ไม่ว่าใครๆทั้งหมด มันให้อยู่ในตัวของเรานั้นแหละ เป็นพระก็ตาม เป็นเณรก็ตาม มันให้แทรกซึมอยู่ในนั้น กิเลสของเราที่เคยสั่งสมมานานแล้วเป็นอนกชาติ มันค่อยสะสม ค่อยออกมาปรากฏที่ตัวของตนมาบวชเป็นพระก็ไม่ใช่ จะเป็นพระทีเดียวนะ เมื่อไร มันยังเป็นฆราวาสอยู่ กิเลสทั้งหลายมันอยู่ในนั้นแหละ ไม่มีใครจะชำระให้หมดสิ้นได้ ตราบใดที่ยังปฏิบัติฝึกหัดอยู่ ถึงแม้ท่านผู้วิเศษวิโสสิ้นกิเลสแล้ว ก็ยังมีอาการที่เรียกว่ากิรียา แต่ท่านรู้เท่าของอาการกิรียา แต่เรานั้นไม่รู้เท่ายึดเอาตัวเลขจริงๆ เอาเป็นตัวการจริงๆ เหตุนี้จึงต้องระวังระวังทุกขณะ ทุกเวลา เรามาบวชเป็นพระได้ชื่อว่าเป็นนักปฏิบัติ ปฏิบัติก็มีใช่อื่นไกลที่ไหนดรอกปฏิบัติที่อายตนะ ๖ นี้แหละ

ตา เห็น รูป มันมีความรักใคร่ มีความยินดีพอใจอยู่ อันนั้นยังไม่เป็นพระ เป็นฆราวาสธรรมดา เป็นพระแต่ตัวส่วนใจยังเป็นฆราวาสอยู่ ถ้าหากมันมีความรักใคร่พอใจเบาบางลงไป อันนั้นค่อยยังชั่วหน่อย มันไม่มีที่อื่นดรอกมีในที่นี้แหละ ที่ตาของเราเห็นรูป รูปอะไรก็ไปดูเกิด จะเป็นเพศตรงกันข้ามก็ตาม ที่เป็นรูปภายนอกสารพัดทุกอย่าง ต้นไม้ภูเขาเลากา มันไปเห็นของภายนอก มันเกิดความยินดีพอใจ อยากได้ อยากมี อยากเป็นในรูปเหล่านั้น มันก็ออกจากกามคุณนี้ ออกไปจากกามโลกนี้แหละ อันนั้นยังไม่ทันเป็นพระ ยังเป็นฆราวาสธรรมดานี้เอง เราควรที่จะรู้สีกตัว ตื่นตัว เขาเคารพนับถือพระเอาไปบูชา เราควรเป็นผู้ที่เขาบูชาแล้วหรือยัง? หรือยังทำท่าเก๋ อยู่ ควร ละลายตนเอง ควรรู้สีกตัวอยู่เสมอ

เสียง ที่เราฟังอยู่เหมือนกัน เสียงดี เสียงชั่ว เสียงหยาบละเอียด เสียงอ่อนหวาน ถ้ายังพอใจยินดี มันก็ออกไปจากกามคุณ ความรักใคร่พอใจยินดี มันออกไปจากกามคุณทั้งห้า อันนี้เป็นต้นเหตุทั้งนั้น ให้เข้าใจว่ายังไม่เป็นพระ ถ้าเราพิจารณาให้เห็นโทษของมัน ควรเบื่อหน่าย เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ยังนับว่าดีกว่าฆราวาสขึ้นมาสักหน่อย อันที่เราเห็นโทษจริงๆจังๆนั้น ก็ได้ชื่อว่าดีกว่าฆราวาสธรรมดา

กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ก็เหมือนกัน เป็นกามคุณห้าทั้งนั้น เป็นเหตุให้วุ่นวาย เป็นเหตุให้ส่งสัย เป็นเหตุให้จิตไม่สงบ ถึงแม้เราไม่สงบลงไปได้แต่ให้ระวังรักษาให้ดี ถึงจิตไม่สงบ ก็รักษาเอาไว้ให้มันสงบ นั่นค่อยยังชั่วหน่อย ดีกว่าจะปล่อยเพลินไปตามเรื่อง ไม่มีขอบเขต อันนั้นเป็นฉราวาสแท้ ความเป็นพระเลยไม่มีสักนิดเดียวอยู่ในตัว จึงควรระวัง ควรละอายตนเอง คนอื่นเขาไม่รู้เรื่องหรอก แต่ก็ควรละอายตัวเอง เราเป็นพระเป็นนักปฏิบัติ เขาเคารพนับถือบูชาแต่จิตของเราแท้ๆมันยังเลวทรามกว่าพวกเขา ผู้ที่ปฏิบัติเขาเห็นโทษเห็นภัย เขาจึงค่อยมาปฏิบัติรักษาตัวตนให้สงบจากอารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้นได้ ก็นับว่าเขาดีกว่าเรา เราเป็นพระไม่เกิดอุปายปัญญาอะไร ก็ควรจะหาความรู้ความฉลาดจากหนังสือ หนังสือก็หาไว้ให้ดูแล้ว บางองค์ก็ศึกษาหนังสือ ไม่อยากพิจารณา ไม่เอาปัญญาจากหนังสือ สมัยนี้การศึกษาเล่าเรียนมันมาก ไม่ต้องอาศัยครูบาอาจารย์เท่าไรนัก มีตำรับตำราแล้วก็พออยู่ได้ ถ้าจำเป็นที่ขัดข้องต้องศึกษากับครูบาอาจารย์ ก็เข้าพบเข้าหาครูบาอาจารย์ มันจึงสมควรที่เป็นผู้มีการศึกษาสูง

“ กามคุณห้า ” เป็นเหตุให้วุ่นวาย
เป็นเหตุให้ส่งสัย
เป็นเหตุให้จิตไม่สงบ
ถึงจิตไม่สงบ
ก็รักษาเอาไว้ให้มันสงบ

กาย มันดีไหม?
วาจา มันดีไหม?

ใจ มันดีไหม?	
มันถูกต้องไหม?	
เรารู้ตัวของเราทุกเมื่อ	
มีสติควบคุมจิตของตน	
เราทำอยู่ตลอดเวลา	
ไม่ต้องให้คนอื่นบอก, คนอื่นจำ	

#### ๕๔. พิจารณาให้ถูกทาง

วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

เราเกิดมาได้ชื่อว่าได้กัมมัญฐานมาทุกคนแล้ว แต่ไม่รู้จัก เติบโตขึ้นมาจนกระทั่งบวชพระบวชเณร อุปัชฌาย์อาจารย์ท่านก็สอนมูลกัมมัญฐานเบื้องต้นให้คือ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจฯ แล้วก็ยังไม่เข้าใจ ก็ไม่ทราบจะไปสอนอย่างไรกันอีก เรามีมาตั้งแต่ต้นก็ไม่รู้เรื่อง อุปัชฌาย์อาจารย์สอนให้ก็ไม่รู้เรื่อง เทียวแสวงหากัมมัญฐานไปทุกหนทุกแห่งทุกสำนัก เข้าใจว่ากัมมัญฐานอยู่สำนักนั้น สำนักนี้ อยู่ที่โน่นที่นี้ เข้าไปหาก็ไม่เห็นกัมมัญฐานอีกนั่นแหละ

ขอให้พิจารณากัมมัญฐานในตัวของเรานี้ พิจารณาให้เห็นชัดจริง ให้เห็นเป็นอุสภะก็ดี ให้เป็นของปฏิกุศลเปื่อยเน่าก็ดี เห็นเป็นของไม่ใช่ตนไม่ใช่ตัว ตัวของเราที่เกิดขึ้นมา ได้ชื่อว่ามาอาศัย เขาอยู่เฉย แท้ที่จริงมันเป็นธาตุ ๔ เป็น ดิน น้ำ ลม ไฟ ต่างหาก ตัวของเราพอได้เป็นเครื่องอาศัยเฉยๆ ถ้าไม่เชื่อก็ลองดูซิ ภายที่เรามาอยู่นั้น เราพึ่งพาอาศัยมันอยู่กับกายอันนี้ เวลามันจะเจ็บจะป่วย เวลามันจะล้มจะตายเราห้ามมันไม่ได้ มันก็ไม่ใช่ของเราละซี เราควรที่จะเห็นชัดเห็นจริงอย่างนั้น ครั้นเห็นชัดเห็นจริงก็เป็นกัมมัญฐานในตัว เป็นวิปัสสนาในตัว แล้วจะไปหาที่ไหนอีก

ปฏิบัติกัมมัญฐาน คือปฏิบัติที่ตัวของเรา ที่กาย ที่ใจของเรานี้ เอาใจที่อยู่ในตัวของเรา มา ฝึกหัดปฏิบัติอบรมสั่งสอนกายของเรา ให้เห็นชัดเห็นจริงขึ้นมา แล้วจะไปเอาอันอื่นที่ไหน

กัมมัญฐานเรามีครบมูลบริบูรณ์อยู่ แต่เราไม่รู้เรื่องกัมมัญฐานกรายกัมมัญฐานไปเสีย มันสมจริงที่ภาษาเขาว่า กาย มันกรายไปจากตัวของเราไป มันไม่พิจารณาตัวของเรา มันพ้นจากตัวของเราไป

จะพิจารณาแยก ก็แยกธาตุ แยกขันธ แยกรูปแยกนาม พิจารณาอันใดมันก็แยกอยู่ในตัวนั่นเอง ธาตุ ๔ ก็แยกออกไปเป็น ดิน น้ำ ลม ไฟ แยกออกไปจนกระทั่งเปื่อยเน่าปฏิภูม จนกระทั่งกลายเป็นธาตุลงตามเดิม พิจารณาแยกออกไปถึงขนาดลงสภาพตามเดิมแล้ว หมดเรื่อง อันผู้แยกก็ 'ไม่รู้ซ้ำอีก' ที่อาจารย์สอนให้แยกนั้นก็ 'ไม่รู้' ว่าแยกคืออย่างไร? เมื่อพิจารณากายแล้ว จิตมันก็แยกออกจากกายนะ 'ชิมัน' ถึงจะพิจารณากายถูก ถ้ามันไม่แยกออกจากกายแล้วมันจะพิจารณาได้อย่างไร? ครั้นมันอยู่ในกายแล้วมันไม่เห็นกาย 'ไม่รู้' กายหรือ? กัมมัญฐานมันอยู่ในตัวของเราหมดทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ไม่เห็นเลยนี่แหละ จะหาอย่างไรมันถึงจะเห็นสอนก็ไม่เห็น พิจารณาที่ 'ไม่รู้' เรื่อง สมณะก็ไม่ทราบทำอย่างไร วิปัสสนาก็ไม่ทราบทำอย่างไร

สมณะ ก็คือความสงบ จิตยังไม่สงบจะเรียกสมณะได้อย่างไร? มันพุ่งชานภายใน มันส่งสายไปมา ไม่เป็นสมณะสักที นานๆหนักเข้า สมณะก็ไม่ต้องเอาละ เอาแต่วิปัสสนาอย่างเดียว วิปัสสนา ก็พิจารณาไปโน่น ไปภายนอกโน่น ทางวิทยาศาสตร์โน่นไปเห็นสิ่งต่างๆภายนอก ไม่เอาภายในตัวของเรา พิจารณาส่งสายไปตามเรื่อง เข้าใจว่าเป็นวิปัสสนา อันที่จริงไม่ใช่วิปัสสนาหรือ? มันเป็นวิปัสสนิก นึกเอาว่าเป็นวิปัสสนาๆ แต่มันไม่เห็นแจ้งเห็นจริงนะซี จะเป็นวิปัสสนาได้อย่างไร? มันเห็นแจ้งเห็นจริงจิตมันก็ "อยู่" นะซี มันจะไปไหน เห็นแจ้งเห็นจริงเข้ามาในตัวนี้เลย อันนี้ไม่มีเข้าในตัวเลย มีแต่ส่งออกไปข้างนอกโน่น พิจารณาไปๆสิ่งทั้งปวงหมด คั่นคว้าส่งสายไปตามปรียติ แต่ตัวเองไม่เห็นตัวของเรา ครั้นเห็นเป็นจริงแล้วมันไม่ไปไหนมันหมดทางแล้ว มันเข้าไปอยู่ในสมณะ มันเข้ามาอยู่ในใจนี้ ทีนี้มันไม่เห็นจริงนะซีมันจึงไม่สิ้นสุด มันกว้างขวางออกไป วิปัสสนาที่ไม่มีที่สิ้นสุดมันจะเป็นวิปัสสนาได้อย่างไร?

พระพุทธศาสนาสอนมีที่สิ้นสุดที่สิ้น มันถึงค่อยถูก สอนพิจารณาถึงเรื่องธาตุพิจารณาไปถึงเรื่องธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ พิจารณา ดิน น้ำ ลม ไฟ กระจัดกระจายไปสารพัดทุกสิ่งทุกอย่าง ล้วนแต่เป็น ดิน น้ำ ลม ไฟ สิ่งทั่วประเทศมันอยู่ในขอบเขตดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อมันไม่มีที่ไปแล้วมันก็วางจิตมันก็รวมอันนั้นมันจึงค่อยถูก พระพุทธศาสนาสอนมีที่สิ้นสุดที่สุด จึงเรียกว่าถึง มรรคผล นิพพาน ครั้นไม่มีที่สิ้นสุดจะถึง มรรค ผล นิพพาน ได้อย่างไร? ขอให้เข้าใจตรงนี้

จะไปสำนักไหนก็ไปเถิด ไปหาอาจารย์ไหนก็ไปเถิด ถ้าไม่มีที่สิ้นสุดแล้วไม่ถูกทั้งนั้นแหละ ของที่สิ้นสุดแล้วมันหมดที่ไป มันมีที่สิ้นสุดแล้วรวมลงมา จิตรวมลงมาแล้วบางคนเข้าใจว่าจิตไม่มีปัญญา ไม่มีปัญญาอย่างไร? มันพิจารณาไปหมดที่สิ้นสุดแล้ว มันจึงค่อยรวมลงมา ถ้าพิจารณาไปแล้วจิตไม่รวม ก็พิจารณาเรื่อยไปไม่มีขอบเขต

พิจารณาเรื่อง จิต พิจารณาเรื่อง ใจ นั้นแหละ ให้มันสงบอยู่ เมื่อมันไม่สงบพิจารณาไปมันก็  
 เติลิดเปิดเปิงไป มันไม่หยุดไม่สิ้นสุด ถ้าพิจารณารวมลงไปได้นั้นมันจึงค่อยถูกหนทาง  
 พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนแต่ก็ไม่เข้าใจ พวกมันหลงไหลไปตามอาการ ไม่เข้าใจความเป็นจริงที่  
 พระพุทธเจ้าทรงสอน ทรงสอนให้รวม ให้รวมลงไปได้ สมณะวิปัสณาท่านก็สอนอยู่ สมณะ คือ จิต  
 รวม วิปัสณา คือ เห็นแจ้งรู้จริง เมื่อรู้แจ้งเห็นจริงมันก็รวมลงมาอยู่สงบ มันหมดหนทางไปมันก็รวม  
 อันนั้นมันจึงค่อยถูกหนทาง

พุทธศาสนาสอนมีที่สิ้นสุด
จึงเรียกว่าถึงมรรคผลนิพพาน
ครั้งนี้ไม่มีที่สิ้นสุด
จะถึงมรรคผลนิพพานได้อย่างไร
ขอให้เข้าใจตรงนี้

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้รวม
ให้รวมลงไปได้
สมณะ คือ จิตรวม
วิปัสณา คือ เห็นแจ้งรู้จริง
เมื่อเห็นแจ้งรู้จริง



มันก็รวมลงมาอยู่สงบ

## ๕๕. อริยสัจ ๔

วันที่ ๓๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๑

เกิดมาทุกคนก็เป็นกัมมัญฐานในตัวแล้ว มีกัมมัญฐานอยู่แล้วทุกคน ทั้งภายนอกและภายใน ภายนอกได้แก่พิจารณา “ กาย ” ภายในได้แก่ “ จิต ” ทุกคนถ้าหากไม่มีกัมมัญฐานก็ไม่สามารที่จะทำดีทำชั่ว ไม่สามารที่จะบรรลุมรรคผลได้ ทุกคนมีความเสมอภาคกันทั้งหมดในกัมมัญฐานเหล่านี้

ที่ท่านว่าศาสนาเสื่อมๆนะ คือคนไม่ปฏิบัติตามต่างหาก ศาสนาไม่ได้เสื่อมไปไหนอยู่คงที่ มรรค ผล นิพพาน ก็มีอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา อริยสัจ ๔ ยังมีอยู่ตราบดี มรรค ผล นิพพาน ก็ยังมีอยู่ตราบดี เป็นเพียงแต่ว่ามรรค ผล นิพพานไม่ปรากฏ ท่านผู้รู้ทั้งหลายท่านฉลาดเฉลียว มีพระพุทธเจ้าเป็นต้น สัจธรรมทั้ง ๔ ไม่ได้มาจากไหน หากมีอยู่ในตัวของเราทุกคน ถ้าหากค้นคว้า เห็นสัจธรรมอันนี้ด้วยใจของตนเอง ก็สำเร็จ มรรค ผล นิพพาน ถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ธรรมเป็นของมีอยู่ เมื่อพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมา ศาสนาก็มีขึ้นมา เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพาน ก็ยังปรากฏอริยสัจทั้ง ๔ อยู่ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค พระองค์ทรงพระชนม์อยู่ที่ทรงเผยแผ่ พระศาสนา ทรงชี้เข้ามาในบุคคลที่เป็นตนเป็นตนนี้ สัจธรรมทั้ง ๔ อยู่ตรงนั้นๆ พิจารณาอย่างนั้นๆ มันจึงเห็น ผู้ปฏิบัติตามยอมเห็นแจ้งชัดขึ้นมา พระองค์ปรินิพพานไปแล้ว ก็ดับไปแต่พระองค์ ศาสนา ยังคงที่อยู่ ศาสนาเสื่อมก็เสื่อมที่นี้ หมายถึงคนไม่ปฏิบัติต่างหาก พระพุทธเจ้ามาอุบัติอีกในโลก ก็มาปฏิบัติอันนี้ ไม่ปฏิบัติอันไหนไกลหรอก พิจารณาอริยสัจ ๔ นี้แหละรู้แจ้งเห็นจริงขึ้นในโลกอันนี้แหละ

ทุกข์ทั้งหลายมีอยู่ทั่วไป ทุกข์มีอยู่ตลอดเวลา ทุกข์เป็นของควรกำหนด คือ ไม่ใช่ของควรละ ละไปไหนละทุกข์ เอาไปทิ้งให้ใครก็ได้ เพราะมีสมบรูณ์บริบูรณ์ทุกผู้ทุกคน แต่คนไม่ต้องการ พิจารณาทุกข์หาแต่สุขอย่างเดียว มันก็เลยไม่เห็น ครั้นพิจารณาเรื่องทุกข์แล้ว ทุกข์มันเลยระงับไป จึงเห็นสุข ทุกข์เป็นเครื่องวัดสุข ธรรมทั้งหลายต้องมีเป็นคู่กัน ถ้าไม่มีทุกข์เป็นเครื่องวัด จะเอาสุขที่ ไหนมาเป็นเครื่องวัด ไม่มีหรือมีแต่ทุกข์อย่างเดียวก็ไม่มีสุข มีสุขอย่างเดียวมันก็ไม่มีทุกข์มันต้องเป็นเครื่องเทียบกัน มันจึงจะรู้จักว่าอะไรมากอะไรน้อย สุขมากกว่าทุกข์หรือทุกข์มากกว่าสุข

**สังขรณ์ทั้ง ๔** มีอยู่ มนุษย์ชาวโลกมาพิจารณาว่ามันเป็นอย่างนั้น เกิดมาก็ทุกข์ทั้งนั้น **ขันธทุกข์** มีอยู่ในตัวของเราทั้งหมด เกิดขึ้นมาก็มีแล้วไม่มีใครเอามาให้ไม่มีใครเอาไปทิ้งได้ ทุกวันนี้มีอยู่ประจำตัว คนผจญทุกข์จึงจะเห็นทุกข์ คนไม่พิจารณามันก็เพลินหลงมัวเมาไป เอาทุกข์มาเป็นสุขเสีย มันก็แล้วไปเท่านั้น มันไม่เห็นต้นตอ ไม่เห็นบ่อเกิดของทุกข์ ทุกข์มีอยู่ตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าอุบัติ ที่ไหนๆก็มีอยู่หมด ทุกคนทุกแห่งทุกหน เช่น เย็น ร้อน อ่อน แข็ง มีอยู่ในโลกอันนี้ ไม่มีหรรอกในโลกอื่น เย็นก็ดี ร้อนก็ดี อ่อนแข็งต่างๆมีอยู่ในโลกนี้ทั้งนั้น มันกระทบคนเราอยู่อย่างนั้น พอมันมากระทบเข้าแล้วก็เห็นเป็นทุกข์

คนไม่พิจารณาทุกข์ อยากหนีจากทุกข์ ไม่มีการต่อสู้ก็เลยไม่เข้าใจทุกข์สักที พระอรหันต์ทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว ท่านพิจารณาทุกข์ เห็นเหตุแห่งทุกข์ เหตุของทุกข์คือตัณหา ๓ คือ ความทะเยอทะยาน คิรินนกระเสือกกระสน *อยากได้ออยากดี อยากเป็นโน้นอยากเป็นนี้ ทั้งภายนอกและภายใน* ภายนอกก็อยากได้ทรัพย์สินเงินทอง ภายในก็มีตัณหาเกิดขึ้นมาในใจ มีแต่ความทะเยอทะยานคิรินน กระเสือกกระสนรักใคร่พอใจ อันความรักใคร่พอใจความเอมอึมนั้นมันเป็นตัวทุกข์

นั่นเรียกว่าเป็นเหตุแห่งทุกข์ คือตัณหาความทะเยอทะยาน ได้สิ่งใดมาไม่พออยากได้มากๆ ขึ้นไปอีก ไม่มีที่สิ้นสุด ครั้นได้มากแล้วมันต้องสะสม ของมากมายมันต้องเก็บมันต้องรักษา ก็ต้องดูแลคนที่มิของมากมาย อะไรก็มีหมดอะไรก็มีหมด มันต้องเต็มบ้านเต็มเมืองหาที่เก็บไม่ได้ มันจึงเกิดความเดือดร้อน ที่นี้เลยไม่ยอมมีไม่ยอมเก็บ ไม่ต้องอื่นไกลละ คนที่มีลูกหลายคน คนที่มีเมียมากมายต้องการจะใช้ลูก ครั้นมีมาแล้วมันเดือดร้อนวุ่นวาย ไม่อยากมีแล้วคราวนี้ แต่มันจำเป็น ครั้นไม่อยากมีจะเอาไปทิ้งที่ไหน มันก็เดือดร้อนนะซี เราไม่อยากมี ไม่อยากเป็น อันของที่ได้มามากๆ นะมันเหลือแหล่มันเหลือเพื่อ เกินต้องการแล้ว มันจึงเป็นทุกข์ มันจึงไม่ยอมมี

ทุกข์ทั้งหลายเกิดจากตัณหา ๓ ด้วยกันทั้งนั้น ตัณหา ๓ ไม่มีที่โลกอื่น มีที่ *กามโลก* นี้เท่านั้นแหละ คนเกิดมาจะไม่ไปไม่ได้ อันนี้จึงเรียกว่าทุกข์ *ทุกข์ เป็นของมีอยู่ สมุทัยก็เป็นของมีอยู่ นิโรธ ความดับทุกข์ เมื่อมีทุกข์แล้วก็ต้องมีความดับทุกข์* ธรรมเป็นคู่กันอย่างที่ว่ามานั้นแหละ ที่จะดับทุกข์ได้ก็ต้องมี**มรรคปฏิบัติ**ที่มีความเห็นชอบ เป็นต้น ครั้นมีความเห็นชอบแล้วมันชอบทั้งหมดทุกมรรคนั้นแหละ

**สัมมาทิฐิ** *ความเห็นชอบ* มันเห็นอะไรความเห็นชอบ บอกก็ไม่เข้าใจ มันต้องรู้ด้วยตนเองว่า อย่างไรมันเห็นถูกเห็นชอบ ปฏิบัติฝึกหัดมาเบื้องต้นตั้งแต่บริกรรมทำกัมมัญฐาน มันมีทั้งผิดทั้งถูก มันมีทั้งดีทั้งชั่ว กว่าที่จะลงตัวได้ โอ โห้! มากมายเหลือเกิน ปฏิบัติมากมา

มรรค ท่านจึงบอกว่า มีในขณะเดียวที่เป็นสัมมาทิฐิ คือ มัคคสมังคิ นอกจากนั้นเป็นอันอนุโลมทั้งหมด ปฏิบัติดวงๆไม่ใช่ของจริง คำว่า “ เห็นชอบ ” ต้องเห็นด้วยตนเอง ความ “ คำริชอบ ” ก็เหมือนกัน คำริอะไรคำริชอบ? มันต้องเห็นด้วยตนเอง วาจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบ มันชอบทั้งหมด มันต้องเห็นด้วยตนเองทั้งนั้น คนอื่นพูดไม่ถูก พูดอะไรก็เพียงแต่ว่าอนุโลมเข้ามา ครั้นเห็นชอบแล้วจึงค่อยเป็นสัมมาทิฐิจึงค่อยลงเป็น อริยมรรค เป็นเครื่องสนับสนุนให้ถึงนิโรธความดับทุกข์

ทำอย่างไรจึงจะเป็นมรรคปฏิบัติ? การปฏิบัติมันมีภูมิพิศ ผู้ปฏิบัติพิศก็ปฏิบัติถึงฉานสมาธิได้เหมือนกัน พวกนี้พิศเสียก่อน เช่น โกรธบ้าน โกรธเมืองขึ้นมา ก็ฟุ้งกสิณจนไฟไหม้หมดทั้งบ้านทั้งเมือง โกรธคู่แข่งก็สาปแข่งซึ่งกันและกัน ฤาษีสาปแข่งขึ้นมาหัวแตกเป็น ๗ เลียง ก็เป็นจริงๆ ฤาษีก็มีสาปแข่งเหมือนกัน เพราะมีการปฏิบัติพิศ ไม่ถูกสัมมาทิฐิ

จึงว่าทุกข์ก็เป็นของมีอยู่ สมุทัย ก็เป็นของมีอยู่ นิโรธ ก็เป็นของมีอยู่ มรรค ก็เป็นของมีอยู่ มีแต่ไหนแต่ไรมา ใครจะปฏิบัติถูกทางก็ตาม ปฏิบัติไม่ถูกทางก็ตามมันก็มีอยู่อย่างนั้น ธรรมเป็นของเกิดมีอยู่อย่างนั้น พระพุทธเจ้าทรงรู้ขึ้นมาว่า โอ อย่างนี้หรรอกมันจึงค่อยถูก อย่างนี้หรรอกมันจึงค่อยเรียกว่ามรรคคือ มัคคสมังคิ ก็เป็น ทุกขสังข์ สมุทัยสังข์ นิโรธสังข์ มรรคสังข์

พระพุทธเจ้าและพระสงฆ์สาวกทั้งหลาย ท่านทรงพิจารณาและพิจารณาเห็นชัดเห็นจริงแล้ว พระองค์ทรงละ ทรงทิ้ง ท่านเห็นจริงแล้ว ท่านถอนสละทิ้งได้นั้นเรียกว่า ทุกขอริยสังข์ ทุกขสมุทัย อริยสังข์ ทุกขนิโรธสมุทัยอริยสจ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสังข์ เพราะท่านรู้ท่านเห็นตามเป็นจริง สละทิ้งได้ ท่านไม่ยึดไม่ถือ ขณะที่ท่านพิจารณาเห็นนั้นท่านทิ้งถอนเลย แต่เมื่อไม่พิจารณามันกลับมาอีก แต่คราวนี้ท่านไม่เป็นทุกข์ ทั้งที่ทุกข์ก็มีอยู่

สังขธรรมทั้ง ๔ ไม่ได้มาจากไหน
หากมีอยู่ในตัวเราทุกคน
ครั้นค้นคว้าเห็นสังขธรรมอันนี้
ด้วยใจของตนเอง

ก็สำเร็จมรรคผล นิพพาน	
พระพุทธรเจ้าและพระอริยสาวก ทั้งหลาย	
เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมาแล้ว	
ท่านพิจารณาทุกข์	
เห็นเหตุแห่งทุกข์ คือ ตัณหา ๓	
ท่านสละ ถอน ทิ้งได้	
ท่านไม่ยึด ไม่ถือ	

### ๕๖. พิจารณากิเลสของตน

วันที่ ๒๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๑

วันนี้จะสอนให้พิจารณาถึงเรื่อง “กิเลส” ก็ไม่มีอะไรหรอก พิจารณาค้นคว้าหาตัว “กิเลส” นั้นแหละ กิเลสมันไม่ใช่อยู่ไกล อยู่ตื้นๆนี่แหละแต่เราไม่มองดู ความขี้เกียจก็เป็นกิเลสตัวหนึ่ง ขี้เกียจไม่อยากศึกษาเล่าเรียน ขี้เกียจไม่อยากท่องบ่นจดจำขี้เกียจไม่อยากทำความเพียร ขี้เกียจทุกสิ่งทุกอย่างนั้นแหละเรียกว่า ขี้เกียจทั้งหมด

คูจิตของเรา มันขี้เกียจจะทำอะไร? มันขี้เกียจทั้งหมด มันแหละมันเป็นตัว “กิเลส” อันนั้นแหละเป็นสิ่งที่ต้องละ เราไม่ต้องการอยากจะละนะซี ถ้ามันขี้เกียจก็ปล่อยตามมัน เล่นนอนหลับซึ่มด้วยซ้ำ มันมันตัว “กิเลส” ใหญ่โตมโหฬาร ตกลงว่าเราบวชไม่ใช่มาชำระกิเลส อยู่บ้านก็ไม่ชำระ มาอยู่วัดก็ไม่ชำระ อยู่ป่าก็ไม่ชำระ ไปวิเวกที่ไหนก็ไม่ชำระ ไปบ้านใดเมืองใดก็ไม่ชำระ กิเลสมันก็ตามไปอยู่ด้วย มันขี้เกียจเจ้าของอยู่นั้นแหละ เลยไม่เห็นตัวกิเลส มันข่มเราสนุกนะซี เราจะทำอย่างไรคราวนี้? เรามาบวชเพื่ออะไร มันไม่ใช่มาบวชเพื่อละกิเลส มาบวชเพื่อมานอนกินข้าวเฉยๆนี่อ้ออายุขี้น้ำชาชาวบ้านชาวเมืองเขาบ้างซี เขาเห็นพระเห็นผู้ดีผู้วิเศษ เขายกมือกราบไหว้บูชาแต่ตัวของเรากิเลสท่วมหัวอยู่ มันไม่ละกิเลสสักที มันละอายุขายขี้น้ำชาตนเอง อย่าว่าไปอายุขายขี้น้ำชาชาวบ้านชาวเมืองเลย ให้อ้ออายุขายขี้น้ำชาตัวเองนั่น เราประสงค์ว่าจะมาบวชมาละกิเลส แต่มาเอากิเลสข่มหัวข่มคออยู่ไม่มีการละ ไม่มีการถอนสักที

มันอยู่ในกายของเรานี้ มันไม่ได้อยู่ที่อื่นหรอก ไปวัดไหน บ้านไหน ไปอยู่ตำบลไหนก็ตาม กิเลสมันกอดคออยู่ที่นี่ มันตามไปทุกบ้านทุกเมือง ทุกทิศทุกทางทุกหมู่ทุกเหล่านนั้นแหละ ไปอยู่ในหมู่ไหนพวกไหนก็เหมือนกันนั้นแหละ ครั้นไม่เห็นกิเลสตัวนี้แล้วก็ไปเถิด ไปไหนก็ไปเถิด ไป

บวชที่ไหนก็บวชเถิด เป็นอะไรก็เป็นเถิด เป็นพระก็เป็นเถิด เป็นเณรก็เป็นเถิด การศึกษาเล่าเรียนการท่อง บ่นจดจำ มันควรที่จะจดจำท่องสวดมนต์ เราไม่รู้จักกิเลส เราก็มาจดจำท่องบ่นสวดมนต์ คุณ ตำรับตำรา มันก็เห็นกิเลส แต่มันไม่เข้าใจไม่เห็นกิเลส คุณก็ดูไปเฉยๆทั้งก็ฟังไปเฉยๆ ครั้นเทศนาให้ ฟังนี่ก็เทศน์ให้ฟังไม่รู้จักจบจักสิ้นกันสักที เทศนาแต่เรื่อง “กิเลส” ของแก่นั่นแหละ ไม่มีเวลาที่จะ ได้พบได้เห็นตัวมันหรอก

ให้ท่องบ่นมนต์ก็ไม่เอาจดจำก็ไม่เอา การฟังภายนอกก็เพื่อฟังกิเลสนั่นแหละ ขอให้มาคิดดู ว่าเราถูกหรือผิด ก็จดจำเอาไว้ซิ ไม่เข้าใจคำบาลีแล้วก็จดจำคำที่ทำนองอธิบายไว้ในนวโกวาท เรียน มาแล้วก็จดจำไว้ ฟังพระท่านสวดปาฏิโมกข์ เลยอยากจะให้แต่แล้วเสร็จ อยากจะให้แต่จบจี๋ก็เลยฟัง มันเบื่อธรรมะซ้มนมหมด ตาเหมินมองโน้น มองเพดานโน้นดูโน้นเพลิน แล้วมันจะเป็นสมาธิได้ อย่างไร? มันจะเป็นธรรมะได้อย่างไร? ตาสำหรับรับรองกิเลส หูก็สำหรับรับรองกิเลส จมูก ลิ้น ภาย ก็สำหรับรับรองกิเลส ตกลงเอาไว้สำหรับรับรองกิเลสทั้งหมดอวัยวะของเรา เราไม่รู้เท่ารู้เรื่องของ มัน มันข่มคอบอยู่นั่นแหละ ตาเห็นก็เพลินไปตามรูป เพลินไปตามเสียง กลิ่น รส โนนไม่เข้ามา พิจารณาตัวของเรา

ตามองเห็นรูปต่างๆสำหรับให้พิจารณาว่า มันดี มันชั่ว มันหยาบ มันละเอียดอย่างไร เลยไม่ เอากลับเพลินตามอารมณ์ตามมันไปเลย มันก็นับวันแต่จะเพิ่มพูนขึ้นนะซี มาบวชมาเพิ่มพูนกิเลส มาบวชมันไม่มีการงานไม่มีธุระอะไร มีแต่นอนเฉยๆอยู่ ฉันทอาหารก็เพลินตามเรื่องของมัน มัน สนุก อยู่ในวัดในวาสนุกใหญ่โตเลย มันไม่ได้ประกอบกิจการงานอะไร มันมีแต่ฉันทแล้วก็เพลินตาม รส เห็นรูปก็เพลินตามรูป ตามเสียง ตามโณภูฏัพพะ ตามธรรมารมณ์ มันไม่มีการงานภาระอะไร

ฆราวาสเขามีการงานทำเพลิน ต้องหาอยู่หากินก็ไม่มีเวลา อันนี้เราไม่มีภาระการงานที่ จะต้องประกอบอาชีพอย่างนั้นแล้ว ก็หลงเพลินตามอารมณ์ นั่นแหละ “กิเลส” มันเพิ่มพูนทวีคูณ ขึ้นทุกวัน มันไม่หมดเป็นหรอก ถึงมาบวช ๕ พรรษา ๑๐ พรรษา-๒๐ พรรษา-๓๐ พรรษา ลี้ก ออกไปกิเลสยิ่งเพิ่มพูนมากกว่าเก่าอีกซ้ำ ไม่เห็นกิเลสของตนมันก็ยังสนุกเพิ่มพูน ถ้าเห็นกิเลสของ ตนมันก็รู้จักละอาย รู้สึกว่าตนเป็นพระมาบวชชำระกิเลส มาประกอบธุระกิจทางศาสนาเพื่อชำระ จิตใจ เห็นคังนั้นแล้วก็ละอายตัว เกรงกลัวจะบาปมันก็ไม่เพลินละซี แต่นี่หูได้ยินเสียงจากภายนอก วัด ยิ่งส่งออกไปนอกวัดซ้ำอีก ตา หู จมูก ลิ้น ภาย มันก็เหมือนกันหมดนั่นแหละ เมื่อไรกิเลสมันจะ หมดจะสิ้นไปเสียที ไม่ทราบว่าจะพิไคชาติใดมันจะหมด จะมาบวชเป็นพระนานๆไปมันก็ยังเพิ่มพูน ขึ้นอีก เมื่อไรมันจะหมดไปสักที

ไม่คิดถึงชีวิตของตน เราเกิดมาเป็นคนในชาตินี้ มีชีวิตอยู่ถึงปานนี้ก็ดีแล้ว ก็คอยแคะ คอย แคะ คอยกะเทาะกิเลสออกไป มันก็จะค่อยเป็นคนดีขึ้นมา อันนี้ไม่มีกะเทาะออกสักที มีแต่หุ้มห่อ

เข้าทุกวัน เพิ่มพูนขึ้นทุกวัน มาเป็นพระยิ่งเพิ่มพูนมากมายขึ้นไปกว่าเก่า แล้วมันจะเป็นประโยชน์อย่างไร การบวช? บวชไม่มีประโยชน์จึงว่ายิ่งเพิ่มพูนโทษกรรมที่เราอยู่ในวัดในวา ในพระพุทธศาสนา แล้วยังไม่เห็นบุญคุณของพระพุทธศาสนาซ้ำอีก ยิ่งขึ้นหนักเข้าอีก เพิ่มพูนบาปขึ้นไปทุกวันๆอาหารที่เราฉันไปทุกวันๆหมดไปเท่าไรแล้ว ล้วนแต่ของเขาทั้งนั้น ล้วนแต่ของเขาให้ทำบุญทำทานมา คิดเป็นค่าราคาตั้งมากมายในวันหนึ่งๆ คนไม่สำรวจระวังไม่มีการระวังทวารทั้ง ๖ มีแต่เพิ่มพูนบาปกรรม

ฟ้าอ่อนจีวร อาหารการฉัน บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานะเกดัลช ปัจจัย ๔ อาศัยของชาวบ้าน อันนั้นท่านเปรียบเหมือนกับไฟ เหมือนกองไฟอันหนึ่งติดของร้อนก่อนแดงๆ กินก่อนแดงๆนั้น ดีกว่ากินอาหารของชาวบ้าน จริงกินก่อนถ่านแดงๆดีกว่า เพราะเรากินก่อนแดงๆเข้าไปในปาก กลืนลงไปไหม้ดำไส้ทะลุลงดำไส้ ตายแล้วหมดเรื่องไม่เป็นบาปเป็นกรรม ครั้นคนบริโภคอาหารของชาวบ้านนั้นชิตทุกวันๆ วันหนึ่งมันก็เพิ่มพูนกิเลสขึ้นทุกวันๆ มันจะดีมีประโยชน์อะไร? มันก็ยิ่งกว่ากินก่อนถ่านแดงๆนั้นอีก ครั้นแสดงว่าไม่ได้ทำโทษให้แก่ใครตายแล้วก็แล้วไป อย่างนี้มันเพิ่มพูนบุญขึ้นทุกวันเวลา

ควรระลึกถึงตัวของตนบ้าง บวชเข้ามาแล้วควรที่จะระลึก ไม่คิดถึงความเสี่ยงภัยความสิ้น ก็คิดถึงชีวิตร่างกายที่เป็นอยู่ โดยเฉพาะชีวิตที่เป็นเรื่องของพระ โดยเฉพาะวัดนี้เป็นวัดกัมมัฏฐาน ใครๆก็รำลือชื่อเสียงว่าวัดนี้เป็นวัดกัมมัฏฐาน เข้ามาอยู่ในวัดแล้วมาเป็นกัมมัฏฐานอะไร? มีกัมมัฏฐานอะไร? คิดถึงตรงนั้นซิ! เรามีกัมมัฏฐานอะไรประจำตัวอยู่บ้าง ทุกวันเราพิจารณา กัมมัฏฐานอะไร? มันน่าอับอายขายหน้าตนเอง เอาละ

เราเกิดมาเป็นคนในชาตินี้
มีชีวิตอยู่ถึงปานนี้ก็ดีแล้ว
ก็คอยแคะ คอยแกะ คอยกะเทาะ
กิเลสออกไป
มันก็จะค่อยเป็นคนดีขึ้นมา

## ๕๗. สอนตนเองเสียก่อน

วันที่ ๑๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

ใกล้เข้าพรรษาแล้ว องค์กรไหนซึ่งพวกหมู่เพื่อนองค์กรใดชอบนิสัยใจคอ ชักชวนไปจำพรรษาในที่ต่างๆก็แล้วแต่ ผมไม่ได้จัดแจงในพรรษานี้ หมู่เพื่อนองค์กรไหนเห็นดีเห็นชอบเข้ากันได้ก็ไป ไปอยู่ด้วยกัน คือว่าถ้าหากนิสัยใจคอไม่ถูกต้องกัน ไปอยู่ด้วยกันแล้วมันไม่ดีไม่สงบ

ออกพรรษาก็ได้ไปเที่ยวในที่ต่างๆ ได้ไปเที่ยวมากมายแล้วตามอำเภอใจ ชอบใจอย่างใดก็ไป ชอบเที่ยว ชอบสนุก ชอบภavana อะไรก็ไปหมดแล้ว คราวนี้เข้าพรรษาต้องไปอยู่จำกัศ อยู่เพื่ออบรมตน ฝึกฝนตน ส่วนคนอื่นนะแล้วแต่เราจะสอน *ความเป็นจริงต้องสอนตนเองเสียก่อน แล้วจึงค่อยสอนคนอื่น เราปฏิบัติอย่างไร? เรารู้อย่างไร? เราเข้าใจอย่างไร? การสอนคนอื่นก็ไม่ใช่ไปตั้งหน้าตั้งตาสอนแต่คนอื่น เราปฏิบัติเห็นดีเห็นชอบ เห็นว่าเป็นธรรมเป็นวินัย เห็นคุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นธรรมเป็นวินัย* เราก็เอาอันนั้นแหละมาสอน

ไม่ยากหรอกสอนคน ถ้าเราสอนตนเองได้แล้วมันไม่ยาก เว้นแต่เราไม่สอนตนเอง ที่เราไม่สอนตนเองนั้นอยู่เฉยๆไม่รู้เรื่องรู้ราว อยู่เฉยๆเรื่อยไป ตนเองก็ไม่รู้ คนอื่นก็ไม่รู้ ก็เลยไปทราบว่าจะเอาอะไรไปสอน

เราเห็นตัวของเราเข้าใจตัวของเราดีแล้ว สอนตัวของเราให้รู้สึกเห็นดีเห็นชอบเราจึงเอาอันนั้นแหละไปสอนคนอื่น มันก็ได้ความเข้าใจนะซี ที่สอนเขาไม่เข้าใจก็เพราะเหตุที่เราไม่เข้าใจตัวเราเอง เราบวชในพระพุทธศาสนาชีวิตเราเนื่องด้วยชาวบ้าน เมื่อเขาเดือดร้อนวุ่นวายเราควรสงเคราะห์เขา เขานับถือพระพุทธศาสนาเขาเห็นคุณเห็นประโยชน์ เขาจะได้เลื่อมใสศรัทธายิ่งขึ้น พระพุทธศาสนานี้เป็นของยากลำบากอยู่เหมือนกันที่จะเข้าใจ ไม่ต้องพูดถึงเรื่องชาวบ้านละ พระเรานี้ก็เอาเถอะ ที่จะเห็นพระพุทธศาสนามีคุณค่าจริงๆจิงๆ เป็นของมีประโยชน์จริงๆจิงๆสามารถบำบัดทุกข์ความเดือดร้อนได้มันยากนัก ผู้ยังไม่เข้าถึงศาสนามีมากมาย ถึงพระเราก็ดีเพราะเหตุเราไม่ได้ฝึกหัดปฏิบัติ ได้สั่งสอนอบรมเรื่องเหล่านั้นกันมากมายแล้ว ก็ยังไม่เข้าถึงยังไม่ซาบซึ้งถึงศาสนา

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นของคืออย่างไร เป็นของเลิศประเสริฐที่สุดในโลกอันนี้ไม่มีอะไรที่จะเหมือน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่พวกเรายังไม่เห็นเป็นของเลิศประเสริฐ เห็นเป็นของเล่นๆเลยศึกษาไม่เข้าใจ

มูลของศาสนาเบื้องต้นเกิดจากจิตจากใจ จิตใจเป็นบ่อเกิดของพุทธศาสนาโลกอันนี้เป็นของวุ่นวุ่นวายแต่ไหนแต่ไรมา พระพุทธเจ้าเกิดขึ้นมาที่ใจ พุทธะเกิดที่ใจ ใจมันเข้าถึงผู้รู้แล้วก็เข้าถึง

พุทธะ พุทธะ คือผู้รู้คือผู้เห็น เห็นเหตุเห็นผลเห็นเรื่องราวต่างๆ เห็นสิ่งแวดล้อมเรื่องใจนั้น เช่น เห็นความโลภ ความโกรธ ความหลง มันเกิดจากใจนั้น เมื่อความโลภ ความโกรธ ความหลง มันเกิดขึ้นมาแล้ว พระพุทธเจ้าก็เกิดขึ้นมาจากความโลภ ความโกรธ ความหลง อันนั้นละ เห็นความโลภ ความโกรธ ความหลง จึงค่อยเป็นพุทธะกิเลสมันเกิดจากนั้น ไม่ใช่เกิดที่อื่น

เราปฏิบัติฝึกหัดตามพระองค์ ครั้นไปเห็นเรื่องใจ คือบ่อเกิดแห่งพุทธศาสนา คือคำสอนของพระพุทธเจ้า เราก็ละความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ไม่มีอะไร กิเลสทั้งหลาย อายตนะ ชันช์ห้า ทั้งปวงหมด มันออกไปจากนั้นทั้งนั้น ไม่มีใจแล้วไม่มีชันช์ห้าที่จะต้องชำระหอก กิเลสทั้งหลาย ร้อยแปดพันประการมันเกิดจากใจอันเดียว กิเลสมันเกิดที่ใจ พระพุทธเจ้าก็ชี้ลงที่ใจนะซี ที่พระองค์ ทรงรู้ก็รู้ที่ใจ ครั้นรู้ใจแล้วก็รู้กิเลสทั้งปวงหมด ของพรรคนั้นจะไปถืออะไรของภายนอกถืออภิวรรณ ปิศาจ เชื่อมนต์คาถาอาคมทั้งปวง ครั้นถ้าเกิดจากใจแล้วมันจะไปถืออะไรนอกจากใจนั้น จับเอาที่ใจนั้นให้มันแน่นแฟ้น มันก็รู้ขึ้นมาะซี

อันนี้ใจก็ยังไม่รู้จัก ไม่ทราบว่าจะไร ไปค้นคว้าหาที่ไหนก็ไม่ทราบ ไม่เห็นตัวใจสักที ไม่เห็นตัวใจก็ไม่เห็นพุทธศาสนา เหตุนั้นศาสนาอย่าเข้าใจว่าอยู่ในที่อื่น ตัวพระสงฆ์ ภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกา ครั้นถ้าไม่มีใจแล้วมันก็ไม่มีความหมายเลย มีใจมันจึงค่อยแต่งให้เป็นรูป กรรม ตกแต่งขึ้นมาให้เป็นรูปหญิง รูปชาย รูปพระรูปเจ้าตกแต่งให้เป็นภิกษุสามเณร กรรมมันตกแต่งให้เป็นต่างๆ นานา ก็เพราะใจมันเข้าไปครอบครองในรูปอันนั้น เมื่อกิเลสมันครอบงำแล้วก็ไม่เห็นใจนะซี จึงต้องบุกเบิกเข้าไปหาใจ เห็นใจแล้วก็เห็นของพวกนั้น

แต่ว่าศาสนาตั้งอยู่ที่ใด? ตั้งอยู่ที่ใจ ถ้าหากไม่มีกิเลสก็ไม่มีพระพุทธเจ้าหรือ เมื่อมีกิเลสจึงค่อยมีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมา จึงควรเพิกถอนกิเลสนั้นออกจากใจพระพุทธเจ้าเกิดที่นั่น พุทธะ ความเป็นจริง ไม่ใช่พุทธะ เจ้าชายสิทธัตถะระชากรมาร เมื่อเกิดความรู้ขึ้นมาที่แรกเขาถึงเรียกว่า พุทธะ ชาวโลกเขาเรียกว่าพุทธะมันมีหลายเรื่องหลายชื่อพระชินสีห์ พระศากยมุณี พระโคตมบรมครูฯ อะไรต่างๆ หลายเรื่อง เรื่องพระเจ้าสิทธัตถะเดิมนั้นก็เลยหายไป เพราะความตรัสรู้อันนั้นนั่นเอง เบิกบานขึ้นมาจากใจแล้วก็ให้นำมสมัญญาไปต่างๆ นานา แต่พระพุทธเจ้าท่านทรงเรียกว่าเราฉลาดไม่ได้เรียกอื่น ไกลตามสมมติบัญญัติที่โลกเขาเรียกพระองค์

แต่ที่จริงพุทธะก็เกิดที่ใจเกิดจากใจ เพราะการปฏิบัติบำบัดเรื่องต่างๆ ออกจากใจ ทำให้ผ่องใสสะอาด ชำระให้หมดจดจากใจ เหตุนั้น ใจจึงเป็นของสำคัญที่สุด ถ้าปฏิบัติเข้าถึงใจเมื่อไรจึงจะเห็นใจเมื่อนั้น เป็นพุทธะเมื่อนั้น ถ้าไม่ถึงใจแล้วยังไม่ถึงพุทธะหรือ เอะละ



วันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

เข้าพรรษาภิกษุทั้งหลายท่านก็อนุญาตให้อยู่จำพรรษาในที่ต่างๆ เพื่อประกอบความ  
พากเพียรเพื่อศึกษาเล่าเรียน ให้ได้ความรู้ความเข้าใจ ที่จริงมันไม่ใช่แต่เข้าพรรษา ฤดูอื่นมันก็ใช้ได้  
เหมือนกัน ถ้าหากว่าตั้งอกตั้งใจพยายามเรียนจริงๆ เห็นคุณประโยชน์ในการศึกษาเล่าเรียน เรา  
เลื่อมใสศรัทธาในศาสนาแล้วเราจึงค่อยบวช บวชแล้วเรายังไม่เข้าใจการปฏิบัติก็ไม่เข้าถึงศาสนา  
จึงว่าเป็นการลึกลับอยู่ในตอนนี้แหละ ถ้าคิดถึงเจตนาที่เราบวชในเบื้องต้นหรือหากไม่เจตนา  
เลื่อมใสก็ตาม โดยส่วนมากบวชสักแต่บวช อาศัยข้าวสุกกินเป็นประมาท ที่จะตั้งใจฝึกหัดปฏิบัติ  
ตนให้พ้นจากทุกข์นั้นมีน้อยคนที่สุด ตูถึงอย่างไรเรามาบวชเข้ามาแล้วให้ตั้งใจอบรมศึกษา ตั้งใจเล่า  
เรียนก็ยังค่อยเป็นไป แล้วค่อยเห็นประโยชน์ในการบวชในพระพุทธศาสนา

ประโยชน์ในพุทธศาสนามากเหลือที่จะคณานับ ตั้งแต่วันหนึ่งๆ ไปจนตลอดชีวิตบวชอยู่ใน  
ศาสนาเรียกว่าอาศัยศานาเป็นเครื่องอยู่ ถ้าหากทำดีก็ได้ดีเป็นประโยชน์หมดบวชในศาสนาท่าน  
ให้พิจารณาปฏิสังขยาโยทุกๆ วัน การที่พิจารณาปฏิสังขยาโยฯ เห็นสักแต่ว่าจิ๋ว บิณฑบาต เสนาสนะ  
กิลานเภสัช ปัจจัยที่เราอาศัยนี้เป็นเครื่องอาศัยบำรุงเฉยๆ ก็เป็นประโยชน์ ครั้นหากอาศัยแล้วเกิด  
ความคิรินรอนอยากได้ทะเยอทะยานคิรินรณะเสือกกระสนอันนั้นเป็นโทษ เป็นโทษมาก เป็นโทษ  
เหลือที่จะพรรณานับ เป็นคุณก็คุณมากเหลือที่จะคณานับ ทำสิ่งใดที่เราอาศัยหวังประโยชน์เพื่อยัง  
ความสุขเพื่อพ้นจากทุกข์แล้วเป็นประโยชน์ทั้งนั้น ทำสิ่งใดไม่คิดถึงคุณค่ามีแต่มีมาประมาท ได้  
ชื่อว่าเป็นโทษเป็นทุกข์ โทษและคุณมีอยู่พร้อมกันไปหมด

เหมือนกับตัวเรานี้แหละ เกิดมามีพร้อมหมดทุกสิ่งทุกอย่างที่ในตัวของเรา คือว่าอายตนะทั้ง  
๖ มี ตา หู จมูกฯ เป็นต้น คอยรับสัมผัส เกิดความมีมาประมาทเกิดโทษไม่เป็นคุณประโยชน์แก่  
ตนเลย แต่ตนนั้นเข้าใจว่าเป็นคุณ จึงมีมาประมาทในอารมณ์ต่างๆ แต่ถ้าหากว่าพิจารณาเรื่อง  
เหล่านั้นเห็นว่า อายตนะเป็นบ่อเกิดของอารมณ์ทั้งปวง เมื่อพิจารณาอารมณ์ทั้งปวงหมดแล้ว เห็น  
โทษในอารมณ์นั้นๆ ก็เกิดกลายเป็นคุณ มันอยู่ในที่เดียวกันแหละ ไม่อยู่ในที่อื่นหรือ คุณและโทษ  
อยู่ในที่เดียวกันแหละ

เพราะมีโทษพระพุทธเจ้าจึงสอนธรรมะ มีปัญญาเป็นเครื่องปราบกิเลส ไม่ให้เกิดโทษ เห็น  
โทษของมันแล้วจึงเป็นคุณ ถ้าไม่เห็นโทษแล้วมีแต่มีมาประมาทเพลิดเพลินเฉยๆ เป็นโทษ  
ตลอดเวลา ไม่ใช้อยู่ที่อื่นที่ไกล กิเลสทั้งหมดอยู่ในนี้หมด พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เข้ามาหาตัว  
ของเรา เราไปเพ่งแต่โทษคนอื่น เช่นรูป มันไปเห็นแต่รูปภายนอก มันไม่ใช่เกิดจากภายนอก เรา  
เห็นภายในออกไปภายนอกเห็นรูปสวรูปงาม รูปน่าเพลิดเพลินเจริญใจ มันก็ออกไปจากใจของเรา  
นี้ มันไม่ได้ออกจากภายนอก รูปก็เป็นรูปธรรมดานั้นแหละ

ของที่เป็นรูปสวย รูปงาม รูปน่าเพลิดเพลินเจริญใจ มันก็เป็นของธรรมดาอีก หากรูปนั้นเรา  
ไม่ไปยึดถือเป็นรูปภายใน มันก็เป็นประโยชน์ มันจะเป็นประโยชน์อะไรแก่ตน? รูปอันนั้นก็สักแต่  
ว่ารูป เกิดจากธาตุทั้งสี่ คิน น้ำ ลม ไฟ เกิดเติบโตขึ้นมาโดยลำดับเสียงก็เหมือนกัน กลิ่นก็เหมือนกัน  
รสโณรสก็เหมือนกัน ของภายนอกเข้ามาผสมภายใน จิตใจของเราเข้าไปปรุงไปแต่ง เกิด  
เพลิดเพลินมัวเมาประมาท จึงได้ชื่อว่าเป็นกิเลสขึ้นในใจ

ถ้าหากว่าเราชำระใจของเรา พิจารณาผู้มัวเมาประมาท เห็นโทษของความมัวเมา ประมาท  
แล้วก็สละปล่อยวางเสียได้ จิตมันอยู่กับใจ เรื่องอารมณ์เป็นของอยู่ภายนอกเป็นอารมณ์ของใจ  
ไม่ใช่ใจเป็นเป็นอารมณ์เป็นของภายนอก จิตใจเข้าไปยึดต่างหาก จิตใจเข้าไปยึดจึงค่อยเกิดอารมณ์  
ครันใจไม่ยึดมันก็ต่างคนต่างอยู่มันก็หมดเรื่องกันไป

ที่ผมพูดถึงเรื่อง “ ใจเป็นกลาง ” เมื่อใจเป็นกลางแล้วมันเห็นความจริง ที่อารมณ์ภายนอก  
เกิดขึ้นมา เพราะว่าจิตเข้าไปยึดไปถือ เรียกหลายเรื่อง เรียกว่าจิต, เจตสิก เรียกสังขาร, วิญญาณ  
นามธรรมทั้งหลายล้วนแต่ออกไปจากใจทั้งนั้นเมื่อใจมันอยู่เป็นกลางๆ มันไม่มีอะไรทั้งหมด ถ้า  
หากใจไม่เป็นกลางมันเอนไปทางซ้ายทางขวา เป็นอดีต อนาคต นั่นแหละมันจึงเกิดเรื่องใหญ่โต  
มโหฬาร เลยลิมตัวของเรา เมื่ออารมณ์ทั้งหลายเข้ามาครอบงำ ก็ไปตามอารมณ์นั้น ลิมของเก่าหมด

**ลิมอย่างไร?** มันยังตัวไม่อยู่ ใจที่เป็นกลางมันก็ยึดไม่อยู่ มันก็มัวเมาขึ้นมาถ้าหากจิตเป็น  
กลางอยู่ได้เมื่อไรแล้ว สิ่งทั้งหลายนั้นเกิดขึ้นที่ใจออกจากใจ ก็จะเห็นว่าอันนั้นมันเป็นจิต เวทนา  
สัญญา สังขาร เกิดจากจิตต่างหาก จิตมันไปมุดมุดกับของพวกนั้น ถ้าเราละวางลงไปได้ มันก็เป็น  
กลางอย่างของเก่า จิตเป็นกลางเป็นของสำคัญมาก ทำความเพียรภาวนาจนจิตเป็นกลางได้ทุกครั้ง  
ทุกคราวเป็นดีที่สุด เพื่อจะให้รู้จักรู้ว่าอะไรมันเป็นอย่างไร กิเลสของที่จรมามันเป็นอย่างไร และตัว  
เป็นกลางมันเป็นอย่างไรรู้เท่ารู้เรื่องอยู่ตลอดเวลา ถ้าหากว่าอะไรมันกระทบเข้า เข้าหาตัวกลางเลย

อยากเห็นตัวกลาง เราทดลองดูจิตที่เป็นกลางๆนั้น โดยกลั่นลมหายใจสักพักหนึ่งลองดู มัน  
จะมีอะไร? มันไม่มีอะไรหรอก กลั่นลองดูก็ได้ มันไม่มีคิดมีนึกอะไร มีแต่ความรู้สึกตัวอยู่เฉยๆ อัน  
นั้นแหละ “ ตัวกลาง ” แต่ว่าอันนั้นมันไม่ใช่ได้จากการพิจารณาถ้อยรอบคอบ มันได้ชั่วคราวคราว  
ครันเมื่อพิจารณาครอบงำเข้าไปแล้ว พิจารณาเป็นธาตุ ๔ คิน น้ำ ลม ไฟ ถึงเรื่องทั้งหลายจนลงเป็น  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้ว มันจะเข้าเป็นกลางเอง พอมันเข้ากลางเองแล้วนั้นแหละ การพิจารณา  
ธรรมะของพระพุทธเจ้าเข้าถึงตัวกลางมันถึงหมดเรื่อง พุทธศาสนานั้นเข้าถึงตัวกลางแล้วหมดเรื่อง  
ไม่มีอาการอะไรจะพูด หมดเท่านั้น นั่นจึงว่าเป็นของสิ้นสุดในพุทธศาสนา

จิตเป็นกลางเป็นของสำคัญมาก
ทำความเพียรภาวนาจนจิตเป็นกลาง

ได้ทุกครั้งทุกคราวเป็นดีที่สุด	
เพื่อจะให้รู้จักว่า อะไรมันเป็น อย่างไร?	
กิเลสของที่จรมันเป็นอย่างไร?	
ตัวเป็นกลางมันเป็นอย่างไร?	
รู้เท่ารู้เรื่องตลอดเวลา	

ใจเป็นกลางๆเฉยๆ	
มันก็ส่องใสสะอาดอยู่ทุกเมื่อ	
พระพุทธเจ้าทรงมีจิตอยู่อย่าง นั้น	
จึงทรงพ้นจากมาร	

### ๕๕. มารห้า

วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

ร่างกายของคนเราเป็นปฏิปักษ์แก่ภายในใจ ทุกผู้ทุกคนมีหมดเป็นเครื่องปฏิปักษ์ พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า “ มาร ” มันเป็นอุปสรรคขัดข้องในการทำคุณงามความดี คำว่า “ มาร ” ในที่นี้ พระองค์เทศน์ไว้มี ๕ อย่าง คือ **ขันธ์มาร ๑ กิเลสมาร ๑ อภิสังขารมาร ๑ เทวบุตรมาร ๑ มัจจุ มาร ๑** มี ๕ อย่าง ทุกคนมีอยู่ในตัวของตนแล้ว

**ขันธ์มาร** ได้แก่ตัวของเรา มันมีอุปสรรคขัดข้องทุกอย่างในการจะทำดีทำดีนับเป็นเครื่องขัดข้อง เช่น เจ็บๆป่วยๆไม่อยู่ดีสบาย โดยเฉพาะภายในใจก็เกียจคร้านเมื่อจะทำคุณงามความดี มักง่ายเห็นแต่ประโยชน์ส่วนตัว เข้าใจว่าเราทำประโยชน์เพื่อตัวอันเป็นความงามความดี แต่ที่แท้จริงมันเป็นกิเลส เป็นตัวมารอย่างสมมติว่าเราจะทำความเพียรภาวนา ก็เหน็ดเหนื่อยพักผ่อนนอนเสียก่อนรอตื่นเสียก่อน เข้าใจว่าดี แท้ที่จริงมารห้าเราเลย ครั้นเมื่อเราทำตามใจมารนั้น มารห้าเราเลยทีเดียว จึงว่า “ มาร ” การทำกิจวัตรข้อวัตรต่างๆก็เกียจคร้านเห็นเป็นของนิดหน่อยหรือเลยไม่ทำ ปล่อยละเลยเสีย มันเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการที่จะทำคุณงามความดี

การเจ็บป่วยไม่อยู่ดีสบายก็เหมือนกัน ถ้าหากผู้มีความเพียรประกอบความเพียรเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ เจ็บป่วยเท่าใดยิ่งกล้าหาญ หลีกไปอยู่คนเดียวยิ่งสบายกล้าหาญต่อสู้เอาชนะจนชนะมันได้ อันนั้นเรียกว่า **ชนะมาร**

**กิเลสมาร** จันทรมารนั้นเป็นกิเลสส่วนหนึ่ง ซึ่งมันเกิดจากภายในใจ ทำอะไรทุกสิ่งทุกอย่างให้เกิดความขี้เกียจขี้คร้านไปหมดนั้นเรียกว่า “ กิเลสมาร ” เราทำดีทำดีประพฤติพรหมจรรย์ในพุทธศาสนา เป็นไปเพื่อมรรค ผล นิพพาน เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์หมดจด แต่กิเลสเข้ามาเกี่ยวมาขัดขวางเสีย ให้เกิดความรัก ให้เกิดความโกรธ ให้เกิดความเกลียด เกิดความขง เป็นเหตุให้มีอุปสรรคขัดข้องไม่สามารถจะทำให้หลุดไปได้ กิเลสมันเกิดขึ้นมาจากภายใน ทำสิ่งใดก็มีแต่กิเลสมาติดกัน ท่านจึงเรียกว่า “ มาร ”

**อภิสังขารมาร** คือความอยากใหญ่ ความอยากเป็นใหญ่เป็นโต มีแต่ความอยากได้ดิบได้ดี ทำอันนี้แล้วก็ยังไม่พอใจ อยากให้มันได้ยิ่งๆขึ้นไป ที่ตนทำได้ที่ตนมีอยู่ไม่พอใจ ทำให้ยิ่งๆขึ้นไปกว่านั้นอีก ทำไมท่านถึงเรียกอภิสังขารมาร? เพราะ มันไม่พอใจในสิ่งที่เป็นอย่างอยู่ การพอใจในความมีอยู่เป็นอยู่ตามมีตามได้ ในฐานะมีปานใดก็อยู่เพียงนั้น เรียกว่ามันพอแล้ว

**มัจจุมาร** คือความตาย ความตายมาผลาญเสีย เราทำดีทำดีความตายมาผลาญเสีย ไม่ถึงกาลเวลามันตัดรอนความดีของเรา อะไรที่เราทำเพื่อประโยชน์ความสุขสบายของตน ความตายมาตัดรอนเสีย เรียกว่า **มัจจุมาร**

**เทวบุตรมาร** นั้นท่านกล่าวถึงเรื่องขอบเขตของพระเจ้าอยู่ในชั้นสวรรค์ เป็นตัวมารมาผจญพระพุทธเจ้า เป็นต้น นั้นเรียกว่าเทวบุตรมาร อันนั้นส่วนหนึ่ง

คราวนี้พูดถึง **จันทรมาร** รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณแต่ละอย่างๆนี้เป็นขั้นๆ แต่ละอย่างๆนี้เป็นมาร ฉะนั้นตัวของเราก็ได้ชื่อว่าเป็นเรื่องของมารทั้งหมด ถ้าหากว่าเป็นมารทั้งหมดแล้ว ตัวของเราก็เป็นลูกศิษย์ของมาร เป็นหลานของมาร

ทำอย่างไรมันจึงจะพ้น “ มาร ” ได้? พระพุทธเจ้าท่านทรงพ้นจาก “ มาร ” จึงได้สำเร็จมรรค ผล นิพพาน พระพุทธเจ้าทรงชนะ “ มารทั้งห้า ” จึงได้พระสัมมาสัมโพธิญาณสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า

มารเรามีแล้ว ทำอย่างไรจึงจะพ้นจากมารนี้ได้? ทำอย่างไรจะพ้นจากรูปทำอย่างไรจากพ้นจากนามได้? ที่จะพ้นได้นั้น ไม่ใช่พ้นด้วยการไป ไม่ใช่พ้นด้วยการรบราฆ่าฟัน **พ้นด้วยการเห็นโทษของมัน รู้เท่ารู้เรื่องเข้าใจเรื่องของมาร ว่าจันทรมันเป็นอยู่อย่างนั้น** ถึงมันเจ็บป่วยก็รู้สึกว่ามันเจ็บป่วย รู้สึกว่ามันไม่สบาย จิตใจไม่ท้อแท้อ่อนแอ ผจญต่อสู้ด้วยความรู้เท่าเข้าใจ ไปเห็นความ

จริงของมัน *ขั้นนี้ก็*เป็นเรื่องของขั้น *ขั้นห้าก็*เป็นเรื่องของขั้นห้า เรื่องภาวนาของเราก็คือเรื่องภาวนาของเรา *เรื่องจิตใจก็*เป็นเรื่องจิตใจของเรา

ขั้นห้าเป็นเรื่องนามก็จริงอยู่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันเป็นเรื่องนามเป็นขั้น แต่ถ้าหากว่าพูดถึงเรื่องความจริงแล้ว ขั้นเป็นอีกอันหนึ่ง ใจเป็นอีกอันหนึ่ง อย่างที่ผมพูดว่า “ ใจ ” มันไม่ใช่ขั้น “ จิต ” มันเป็นขั้นต่างหาก เมื่อใจเป็นหนึ่งอยู่แล้ว เป็นกลางๆอยู่แล้วไม่มีอะไรกระทบกระเทือน เวทนา สัญญา สังขาร มันไม่กระทบหรือที่กระทบมันเป็นเรื่องจิต ที่เป็นกลางๆนั้นเรียกว่าใจ อะไรจะมากกระทบของกลางๆนั้นมันไม่มีหรือ พระพุทธเจ้าทรงพันด้วยอาการอย่างนี้ไม่ได้ทรงพันด้วยบรรพชาพาฟันอะไรต่างๆ นั้นแหละพระองค์ทรงชนะมารได้

แต่ว่ายังอยู่ในแควดวงของมารนั้น พระองค์ยังไม่เสด็จปรินิพพาน ยังทรงอยู่ในแควดวงของมาร จึงทรงมีสติครอบงำอยู่ตลอดเวลาคุ้มครองทุกเมื่อ ทรงทำใจของพระองค์ให้เป็นกลางอยู่ตลอดเวลา อันนั้นพระองค์ทรงชนะไปอย่างหนึ่งแล้วนั้น

กิเลสมาร ก็เหมือนกัน กิเลสเป็นเครื่องทำใจให้เศร้าหมองไม่ส่องใส ที่ทำอะไรทั้งปวงหมดความรัก ความโกรธ ความเกลียด ความชอบ ความชัง อาสวะทั้งปวงหมด มันเป็นเรื่องจิต ที่มันรักก็เป็นพิษ ที่มันเกลียดก็เป็นพิษ ที่มันโกรธก็เป็นพิษ ที่ชอบนั้นไม่ชอบนี่ก็เป็นพิษ “ ใจ ” มันไม่รู้จักชอบ ไม่รู้จักโกรธ ไม่รู้จักเกลียดไม่รู้จักมีทิฐิมานะอะไร อันนั้นมันเป็นเรื่องของ “ จิต ” มันมัวหมองเพราะเหตุที่ไปรัก ไปชอบ ไปโกรธ ไปเกลียด มีทิฐิมานะ นั้นมันจึงค่อยมัวหมอง ครั้นจิตมันพ้นจากนั้นแล้ว คือมันรู้เท่ารู้เรื่องของมันแล้วว่า แต่ไหนแต่ไรมาสิ่งเหล่านั้นมันเป็นอย่างนั้น เราจะพ้นจากมันคือ ทำใจให้เป็นกลาง ทำใจให้เป็นกลางๆอยู่เฉยๆมันก็ส่องใสสะอาดอยู่ทุกเมื่อ นั้นพระองค์ทรงอยู่อย่างนั้น พระองค์ทรงมีจิตอย่างนั้น จึงทรงพ้นจากมาร ทรงพ้นไปได้จากกิเลส

อภิสังขารมาร ก็เหมือนกัน เราทำสมาธิภาวนา อยากได้ดิบได้ดี อยากให้เป็นอย่างนั้น อย่างนี้ อยากให้รู้อย่างนั้นรู้อย่างนี้ อยากให้มันรวม อยากให้มันสงบสว่างแจ่มใส เลยเป็นอุปสรรคขัดข้องต่อการภาวนา เรียกว่า อภิสังขารมาร อยากทำให้ยิ่งๆกว่านั้น แท้ที่จริงการทำสมาธิ ทำใจให้เป็นกลางวางเฉยๆลงไป ไม่ต้องอยาก ไม่ต้องเดือดร้อน ไม่ต้องวุ่นวาย ครั้นทำใจเป็นกลางๆเฉยๆลงไปแล้ว มันก็วางมันก็เป็นสมาธิภาวนา มันก็พ้นจากอภิสังขารมารได้

มัจจุมาร คือความตาย ตายไปซีดำมันจะตาย พิจารณามันให้ชัดเจนแจ้ง ตายเป็นอะไร? ตายไปก็เป็นดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ประกอบด้วยรูปไม่ประกอบด้วยนาม รูปมันเกิดมาจาก ดิน น้ำ ลม ไฟ มันก็แตกดับสลาย เป็นดิน น้ำ ลม ไฟ เราไปยึดเอามาเป็นตนเป็นตัว เป็นของเราของเขา ปล่อยวางเฉยๆลงไป เป็นกลางๆจิตมันก็สงบอยู่ได้ ถึงมันจะเดือดร้อนกระทบกระทั่งด้วยประการต่างๆ ก็รู้เท่า

รู้เรื่องของมันอีกซึ่งจะให้มันไม่กระทบกระเทือน ไม่มีหрок ความอดความกลั่นของพระพุทธรองค์ เป็นความอดความกลั่น ความเห็นตามเป็นจริง แล้วก็ปล่อยวางอยู่ตลอดเวลา

เทวบุตรมาร นั้นเป็นของพุดยาก แต่พระพุทธรเจ้าทรงชนะมารทั้ง ๕ ด้วย ประการอย่างนี้แหละ

พระพุทธรองค์จึงทรงสอนให้ทำดิบทำดี มีปัญญาเฉลียวฉลาด เฉียบแหลม รู้เท่ารู้รอบถึงเรื่องมารทั้งห้า ถึงมารมันจะโกรธจะเกลียดก็เอาเถอะ มันไม่ทำอะไรให้เราหрок นรกของมารไม่มีหрок มีแต่่นรกที่พระพุทธรเจ้าทรงเทศนาไว้เท่านั้นแหละ ชนะมารตรงนั้นแหละ เมื่อเราพิจารณาเห็น รู้แจ้ง เข้าใจ เห็นจริงอย่างนี้แล้วมารน้อยใจ ไม่สามารถที่จะทำอะไรเราได้ เรียกว่าปราชัยแล้วในที่ทุกสถาน เอาละ

	“ มาร ” เรามีอยู่แล้วทุกคน	
	ทำอย่างไรจึงจะพ้นจากมารได้	
	พ้นด้วยการเห็นโทษจากมันได้	
	รู้เท่า รู้เรื่อง เข้าใจเรื่องของ “ มาร ”	

## ๖๐. เห็นของเลวเป็นของดี

วันที่ ๒๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

เพราะเหตุที่ไม่เห็นความร้อนนั่นเอง มันยังอยู่ในความร้อนทั้งนั้น เข้าใจว่าเป็นของเย็น เข้าใจกิเลสเป็นของตรงข้ามว่าเป็นของสบาย เป็นของดี “ ความร้อน ” ในที่นี้นั้นร้อนด้วยราคะ ด้วยโทสะ ด้วยโมหะ ร้อนตั้งแต่เบื้องต้นจนอวสานที่สุดเรียกว่า ความร้อน

ตาเห็นรูปสดสวยงดงาม เกิดความรักใคร่ยินดี มันร้อนอย่างไร? เกิดความรักใคร่ยินดีเกิด ความพอใจ มันร้อนอย่างไร? ให้พิจารณาดูทำไมจึงว่ามันร้อน?

เพราะเหตุที่ว่าความรัก ความใคร่ ความกำหนัด ความยินดี ความพอใจ ความเพติดเพติน เหล่านั้นมันไม่อยู่ปกติธรรมดา จิตใจของคนเราถ้าอยู่ปกติธรรมดาแล้ว มันก็เฉยไม่มีร้อนไม่มีเย็น อันนั้นมันอยู่ปกติ อันนี้มันวุ่นวายด้วยความรักด้วยความโกรธ ด้วยความหลง ด้วยความยินดี รักใคร่ อันนั้นนะ นั่นจึงว่าเป็นของร้อน แต่คนเราไม่เห็นความร้อนอันนั้น เห็นว่าเป็นของดีซ้ำอีก อยากจะ ได้รูปสวยๆ อยากได้เสียงเพราะๆ กลิ่นรสชาติดีๆชอบใจ โภภุฏัพพะสิ่งทีนี้มันนวล ธรรมารมณ

อารมณ์ที่มันเพลิดเพลิน นั่นแหละเข้าใจว่าเป็นของดี รูปสวยๆเข้าใจว่าเป็นดีเข้าใจว่าเป็นของเย็น เข้าใจว่าเป็นของชอบใจ มันชอบใจจึงว่าเป็นของเย็น

เพราะเหตุคนไม่เห็นกิเลสของตน อันว่าความยินดียินดีร้าย พอใจไม่พอใจนั้นปั่นตัวกิเลส ทั้งหมด พระองค์จึงทรงค้นคว้าพิจารณาเห็นว่า อ้อ! อันนี้เองมันทำให้มนุษย์สัตว์โลกพากันหลงมกมายไปในที่ต่างๆ เห็นของเหลวเป็นของดี เห็นกิเลสเป็นของชอบใจมันก็ยากนักที่จะพ้นจากโลกนี้ได้ เห็นว่ามนุษย์ทั้งหลายวิ่งเลาะอยู่ในขอบเขตอันนั้นแหละ ไม่มีการไปพ้นได้ เพราะวนเวียนอยู่ไม่กล้าข้ามพ้นได้

เรื่องกิเลสทั้งหลายเหล่านี้ คนเราทั้งหลายอยู่ด้วยความร้อนเหล่านี้เรียกว่านรก นรก *ทำไมสัตว์นรกจึงยังอยู่ได้?* มันก็อย่างนี้แหละ มันอยู่ได้เพราะเหตุมันชอบใจนั่นเอง ก็เมื่อใดมันร้อนเต็มที่แล้ว ถึงจะอยู่ไม่ได้มัน เรียกว่าร้อนเต็มที่ เช่น การเห็นรูปอย่างนี้เป็นต้น ชอบอกชอบใจ อยู่ที่ไหนก็อยากไป ได้ยินข่าวก็อยากไปชมอยากไปดู เสียงก็เหมือนกัน ได้ยินข่าวว่าเสียงเพราะอยู่ที่ไหนก็อยากฟัง อยู่ใกล้อยู่ไกลสักเท่าไรก็อุตสาหะพยายามไป เพื่อให้จิตใจมันจมลงในนั้น ไม่ให้มันฟื้นขึ้นมาจากนั้นได้นั้นแหละจึงว่า สัตว์นรกมันอยู่ได้ด้วยอาการอย่างนี้

เอาใครไปสอนสัตว์นรกมันก็ไม่รู้เรื่อง สอนว่าเป็นของร้อน มันก็ไม่รู้เรื่อง ถ้าหากว่ามนุษย์ของเรา ท่านสอนว่าเป็นโทษก็ไม่รู้เรื่อง มันก็เหมือนกันกับสัตว์นรกนั่นซิ สอนเท่าไรก็ไม่รู้เรื่อง สอนเท่าไรก็ไม่เข้าใจว่ามันเป็นของร้อนนะ มันเป็นของไม่ดีนะแต่ก็เข้าใจว่าเป็นของดีนะเรื่อยเข้าไป ถล่ำเข้าลึกเข้าไปทุกที จึงเรียกว่า มนุษย์นรก มนุษย์นี้แหละเป็นสัตว์นรก “ นรก ” มาจาก นะ-ระ-กะ แปลว่าคน เราเลยอ่านสะกดเป็นนรกเลย อันแท้ที่จริงคนเรานี้แหละ เราลืมเสีย

สิ่งใดๆทั้งปวงหมดพูดไม่เข้าใจ พูดไม่รู้เรื่อง สิ่งที่คิดแสดงให้รู้จักว่าคิด เห็นว่าไม่ถูกต้องไม่ต้องก็ไม่เข้าใจ กลับเห็นเป็นของดีของชอบ เลยกลับฟังไม่เข้าใจซ้ำอีก นั่นแหละเป็นนรกอยู่ในตัว ในตัวของเราเนี่ยทั้งหมดสิ่งแวดล้อมเหล่านี้ อย่าเพิ่งเข้าใจว่าพ้นจากนรกแล้วเลย ต่อเมื่อใดทำให้หลุดพ้นจากนรก ทำให้เป็นกลางๆอยู่เสมอ มันไม่เอียงไปข้างหน้า ข้างหลัง ข้างซ้าย ข้างขวา ในอดีต ในอนาคต มาเป็นกลางแล้วมันจะมีอะไรที่นั่น? มันก็พ้นจากนรกได้ ถึงแม้ว่าพ้นไม่ได้นาน ชั่วครู่หนึ่งขณะหนึ่งก็ดีแล้วที่พ้นจากนรก จะได้จำอันนั้นไว้

แต่บางคนนั้นพ้นจากนรกแล้วก็ไม่รู้อีกว่าพ้นจากนรก เพราะเหตุที่ไม่เข้าใจไม่มีปัญญาฉลาด อยากจะวิ่งเข้าไปหานรกนั่นอีกจึงค่อยสบายใจ อย่างบางคนภาวนาแล้วอยู่หนึ่งเฉยๆแล้วว่าคุณไม่มีปัญญาโง่ คின்றนกระเสือกกระสนไปหาคิดหาพูดวุ่นวายนั่นจึงสบายใจ นิสัยคนมันเป็นอย่างนั้นแต่ไหนแต่ไรมา อันความสงบความเฉยๆเป็นกลางๆมีความรู้เท่ารู้ตัวอยู่นั้น มันไม่เคยมี ไม่เคย

เป็น ไม่เคยได้ ครั้นเมื่อถึงตอนนั้นแล้วไม่ทราบจะไปไหน? ก็เลยหาเรื่องยุ่งอีก มันก็เลยไปใหญ่ไปโต

อันทางไม่เคยไป สถานที่ไม่เคยพบ คนที่ไปพบเข้าแล้วมันก็เป็นอย่างนั้นแหละต้องสังเกตดูว่ามันเป็นความสุขสบายเท่าไร อันที่ไม่วุ่นวายกังวล เราฝึกหัดปฏิบัติมาในเบื้องต้นแต่ไหนแต่ไรมาชำระสะสางมา ละชั่วทำดีมาโดยลำดับเพื่อให้เข้าถึงความเป็นกลาง เมื่อเข้าไปถึงความเป็นกลางแล้วก็เข้าใจว่าไม่ใช่ของจริง ไม่ใช่ของดี วิ่งไปหาอาการวุ่นวุ่นวายอีก มันก็เลยไม่จบไม่สิ้นสักทีนะซี

ทำทุกสิ่งทุกอย่างลองดูไม่ว่าจะภายนอกภายใน ทางธรรมก็ดีทางโลกก็ดี มันมีการหยุด มันมีที่หยุด มันมีที่จบ เขาทำสวนทำไร่ ทำมาค้าขายก็ต้องมีที่หยุด อย่างเขาทำนาก็ต้องมีการเก็บเกี่ยวแล้วก็เสร็จ ทำสวนก็มีการเก็บเกี่ยวเข้ายุ้งเข้าฉางแล้วก็เสร็จค้าขายก็เหมือนกันไปค้าขายมาหมดแล้วก็หยุดงานอันนั้นเรียกว่าพอ หยุดมันก็อยู่ ถ้าใครไม่หยุดมันก็ไม่พอสักที การเดินทางก็เหมือนกันเราเดินไปไหนก็ดีแสนไกลอย่างไรก็ต้องมีที่หยุด ดูแต่เครื่องบินนั่นแหละไปบนอากาศโน่น มันก็ยังมีที่หยุด ครั้นไม่หยุดมันก็ไม่ถึงที่สุดสักทีนะซี

ธรรมะทั้งหลายก็เหมือนกัน เราพิจารณาไปทุกสิ่งทุกประการ มันหมดที่ไปแล้วมันก็ถึงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็หยุด มันหยุดเป็นสมาธิ หรือหยุดเป็นภวังค์ หรือหยุดเป็นฌาน หรือลงเป็นอัปปนา มันต้องหยุดมันจึงถึงที่สุด ที่สุดของสมาธิก็คือ อัปปนาสมาธิ ที่สุดของฌานก็คืออัปปนาฌาน ที่สุดของปัญญาวิปัสสนาก็คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันไม่มีที่ไปมันก็หมดแล้วหมดเท่านั้นแล้ว หมดที่สุดเท่านั้นแหละ ครั้นถ้ามันลงนะ

ที่สุดมันต้องมีทุกสิ่งทุกอย่าง ของภายนอกภายในเหมือนกัน ถ้าไม่มีที่สุดมันก็ไม่ถูกทางสังเกตได้ว่าทางที่ถูกมันต้องมีที่หยุดมีที่สุด นั่งอยู่เฉยๆผมจึงเคยพูดว่า อันของกลางๆนั้น มันไม่เอนเอียงไปข้างหน้าหรือข้างหลัง ไม่มีเอนเอียงไปข้างซ้ายข้างขวา มันไม่ถูกกระทบอะไรทั้งหมด มันเป็นกลางๆแล้วมันก็หมดเรื่องกระทบ พอรู้เป็นกลางๆอยู่ นั่นแหละเป็นอันหมดที่สิ้นสุดของการภาวนา

เพราะเหตุคนไม่เห็นกิเลสของตน
อันนี้เองทำให้มนุษย์สัตว์โลก
พากันหลงมกมายไปในที่ต่างๆ



เห็นของเลว เป็นของดี
เห็นกิเลส เป็นของชอบ
มันก็ยากนักที่จะพ้นจากโลกนี้ได้

## ๖๑. วิธีเทศนา

วันที่ ๑๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๑

พระพุทธเจ้าทรงเทศนาโปรด  
ให้เกิดเลื่อมใสศรัทธาจริงๆจังๆ  
แล้วจึงค่อยสอนธรรมะโดยลำดับต่อไป

จะเทศน์ "วิธีเทศน์" ให้โยมฟัง, จะเทศน์ให้พระฟังด้วย ญาติโยมฆราวาสที่เป็นอุบาสกอุบาสิกา หรือไม่เป็นอุบาสกอุบาสิกาแล้วแต่เถอะ โดยส่วนมากเขาเข้าใจว่าเป็นพุทธศาสนิกชน แต่ แท้ที่จริงยังไม่ถึงมากมาย เทศน์ให้เขาฟังสูงๆ เขาเข้าใจเบื้องต้นยังไม่ทันดี เบื้องต้นไม่ดี เบื้องปลายมันก็ไม่ดีเหมือนกัน เขาอยากฟังเทศน์สูงๆแต่เบื้องต้นเขายังไม่เข้าใจ แต่ไม่ยอมฟัง

ผมเคยเทศน์ที่ที่ว่าการที่ถูกระเบิด ผมเคยเทศน์ให้ฟังหนหนึ่ง เขาเลยไม่ยอมฟังว่าเทศน์ของ ตื่นๆ เราอยากจะให้เข้าใจหลักฐานเบื้องต้นให้มันคงเสียก่อน แล้วจึงฟังเทศน์ต่อไป แต่เขาเข้าใจ ไม่เหมือนกับเรา เหตุนี้คนถือศาสนาจึงไม่ถึงแก่นพุทธศาสนาแท้ที่เขาพูดกันว่าชาวพุทธๆ ก็ถูก อยู่ ชาวพุทธเหมือนกับชาวบ้านชาวเมืองนี้ถูกอยู่เขาถือพุทธศาสนาเขาถือไปตามกัน ลูกเล็กเด็ก แแดงก็ถือไปตามกัน เป็นชาวพุทธแต่พุทธศาสนาแท้ไม่เข้าใจลึกซึ้งถึงแก่นพุทธศาสนา แก่นแท้ ของพุทธศาสนานั้นต้องสมัยเมื่อครั้งพุทธกาล คนเลื่อมใสศรัทธาจริงๆจังๆ จึงค่อยเข้าไปหาพุทธ ศาสนา พระองค์ทรงเทศนาให้เลื่อมใสศรัทธาจริงๆ แล้วจึงค่อยสอนธรรมะโดยลำดับต่อไป

คนพวกเราทุกวันนี้เขาเป็นชาวพุทธ เขาถือกันโดยลำดับไม่ว่าพระเจ้าพระสงฆ์ถือไม่ถึง พุทธเหมือนกัน เราจะเห็นได้ในการกราบ ในการไหว้อย่างว่ การกราบเขาถือพระพุทธ พระ ธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง สิ่งอื่นนอกจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์แล้วไม่มี เรากล่าวอยู่ เสมอ ความซื่อมั่นเป็นของจริงแต่เราไม่ทำจริงอย่างนั้น ไม่เคารพนับถือจริงๆจังๆ กราบก็กราบ

ไปอย่างนั้น เห็นพระพุทธรูปอยู่ก็กราบ บางทีกราบพระพุทธรูปก็ไม่เห็นพระพุทธรูปซ้ำอีก ไม่เป็นที่พึ่งที่ระลึกอีก เมินตาเมินหน้าไปที่อื่นโน้น ไม่ทราบว่าจะกราบอะไร ไม่ถึงพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ สักที กราบจนหัวเข่าด้านก็ไม่ถึง พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ มันทำเป็นเล่นๆ ไม่ทำจริงๆจั่งๆ กล่าวพุทโธ ธัมโม สังโฆ ก็ไม่ถึงพระพุทธร ไม่ระลึกถึงพระพุทธร ไม่ทราบระลึกถึงอะไร กราบเฉยๆนี่แหละทั้งไม่รู้เรื่องรู้ราว บางทีกราบก็พูดพึมพำๆอยู่ บางทีกราบก็พูดเรื่องอื่นต่อไป ไม่เข้าใจถึงพุทธศาสนาทำเพียงสักว่าทำ เหตุนั้นจะเอาพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งจริงๆอย่างไรได้ ถ้าหากถึงคราวจำเป็นที่จะต้องพึ่งพาอาศัยก็พึ่งไม่ได้ พึ่งพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ ไม่ได้ เจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบาย ระลึกถึงแต่พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ ไม่ระลึกถึงคุณของท่าน ระลึกถึงเฉยๆว่าคอยให้พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ มาช่วย คอยให้พระมาช่วย อันนั้นแหละที่ว่ามันไม่ถึงนั้น

แต่ที่จริงไม่ใช่อย่างนั้น พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในใจของตน แล้วระลึกถึงพิจารณาคุณของพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ มันจึงค่อยซาบซึ่งเข้าถึงในใจ โลกภัยทั้งหลายอาจสามารถหายไปได้ คนทั้งบ้านทั้งเมืองถือกันแต่เพียงแค่นั้นเอาพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ ช่วยเจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบาย หรืออ่อนวอนขอให้มิโชคมีลาภก็ขอพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ ท่านจะไปช่วยให้โชคให้ลาภอย่างไรได้ ครั้นเราไม่ถึงท่านแล้วมันก็ไม่เป็นประโยชน์นะซี หากเราตั้งใจระลึกถึงท่านจริงๆจั่งๆเหมือนกับเราระลึกถึงคนที่มีชีวิตอยู่หรือตายไปแล้วก็ตาม ญาติๆวงศ์ๆ พี่น้องของเราเป็นพ่อแม่ เราระลึกถึงอยู่เสมอถึงอุปการะคุณของท่าน ทำให้เราได้เกิดมา ทำให้เราได้มีอาชีพ สอนให้เรามีอาชีพไปที่ไหนๆก็ระลึกถึงอยู่ตลอดเวลา ไกลแสนไกลก็ยังระลึกถึงอยู่ อันนั้นแหละจึงจะเรียกว่า "ถึงแท้"

พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ ก็เหมือนกัน ที่จะให้ถึงแท้มันต้องเป็นอย่างนั้นมี **ศรัทธา** ให้มันเชื่อมั่นอย่างนั้นเสียก่อน ครั้นศรัทธาเชื่อมั่นปักแน่นลงไปแล้ว มันหากเป็นไปเองหรืออก สีดสมาธิ ปัญญามันเป็นไปหรืออก **ศรัทธา** ไม่ดี คือเบื้องต้นไม่ดีแล้ว ตอนปลายตอนที่สุดมันก็เหลวไหลหมด พระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ หากเราเชื่อมั่นแล้วมีหลักประกันในตัว

**เชื่อมั่นที่มีหลักประกันนั้นจะเป็นอย่างไร?** เชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม เราทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ตนเองทำตนเองได้รับ อันนั้นแหละจึงว่าเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม ไม่ใช่คนอื่นหรือสิ่งอื่นมารับแทน หรือคนอื่นให้ เรานั้นแหละเป็นคนให้เอง เป็นคนได้รับเอง เรามั่นคงในใจอย่างทีอธิบายมาเบื้องต้น เชื่อมั่นในกายในใจของเรา เชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมว่าทำดี ได้ดีทำชั่วได้ชั่ว สีดเข้ามาในตัวเลย ความชั่วเป็นการผิติด ความดีเป็นการมีสิด นั้นแหละเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม มันเนื่องมาถึงสิด ข้อใดๆของสิดทั้งปวงหมด ไม่สามารถล่วงเกินได้เลย มันมั่นคงลงไป

แล้ว จะประพฤติกาย วาจา ใจ ด้วยประการต่างๆ มันเชื่อมั่นอย่างนั้นแล้ว ไม่สามารถจะล่วงละเมิดในศีลข้อนั้นๆได้ ศีล ๕ ศีล ๘ ไม่ต้องสมาทาน สมาทานทุกวันๆศีลก็ไม่เข้าถึงใจ ครั้นถ้าหากเข้าถึงใจแล้วไม่ต้องสมาทาน ศีลก็เข้าถึง การสมาทานนั้นเป็นการดี เป็นการพร้อมเพรียงสามัคคีกัน ถ้าหากเราไม่สมาทานเข้าหมู่เข้าพวกมันก็เก้อเงินมันไม่สมบูรณ์ แต่ว่าในใจของเราให้มันถึงด้วย อย่างที่ว่ามานี้

ศีล ๑๐ ก็เหมือนกัน สามเณรเป็นผู้สมาทาน ถ้าหากมีหิริโอตตปปะ เป็นเครื่องสนับสนุนอยู่แล้ว นั่นละ หิริโอตตปปะสนับสนุนศีลข้อนั้นไม่ล่วงละเมิดไปได้ ศีลของพระภิกษุไม่มีการสมาทานถ้าหากเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมมี หิริโอตตปปะ อยู่แล้ว ศีล ๒๒๗ หรือเข้าไปกว่านั้นก็ตาม มันงดเว้นได้ ศีลของพระไม่เพียงแต่ ๒๒๗ เท่านั้น มันเป็นหมื่นๆแสนๆที่ไม่ได้มีมาในปาฏิโมกข์ จะไปปฏิบัติได้อย่างไรครั้นถ้าหากไม่เข้าถึงใจ ไม่เข้าถึงอย่างที่ว่านี้ มีการเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมอย่างนี้แล้วมันถึงงดเว้นความชั่วต่างๆได้ พระไม่สมาทานศีลมันเกิดมาเอง พอสวดญัตติแล้วก็ สมมติเป็นพระเลย แล้วก็สำเร็จ มรรค ผล นิพพานเลย

แต่ก่อนพระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสว่า "เอหิภิกขุ" เมื่อศรัทธาเพียงพอ ท่านก็บอกเพียงว่า ท่านเข้ามาเถิดเป็นภิกษุในศาสนา ปฏิบัติตามธรรมที่เรากล่าวดีแล้ว มันเชื่อจริงๆจริงๆในใจของท่าน ท่านเป็นภิกษุจนกระทั่งสำเร็จ มรรค ผล นิพพานได้ นี่ศีลมันเล่นเข้ามาเองเต็มในหัวใจของพระภิกษุนั้น ไม่บกพร่อง ศีลไม่ใช่เป็นคนเป็นตัว ความงดเว้นนั้นต่างหากตัวศีล ครั้นศีลเป็นตัวเป็นคนมันก็เต็มไปหมดทั้งในอกในทรวงนะซี มันจะอยู่ไหนหรือคนเราเป็นพระภิกษุมิศีลเต็มไปหมดทั้งตัว เพราะเหตุไม่เป็นคนเป็นตัว ศีลมันจึงค่อยเบา ผู้ใดมีบริบูรณ์สมบูรณ์แล้วเบาตนเบาตัว เบาหมดทุกอย่าง กาย วาจา ใจ

ผู้ที่ตั้งมั่นอยู่ในศีล แน่วแน่ออยู่ในศีล พิจารณาเรื่องศีลของตนอยู่เสมอเป็นนิจ จิตใจแน่วแน่น เป็นสมาธิภาวนา เรียกว่า ศีลานุสสติ มันเป็นการระลึกถึงศีลอยู่ตลอดเวลา เป็นคำบริกรรม สัญญาทั้งหลายย่อมเกิดจากการระลึก การพิจารณาอยู่นั้น พิจารณาทั้งภายนอกภายใน ทั้งที่ตนทำแล้ว และที่ตนทำอยู่ พิจารณาเรื่องกรรมเรื่องผลของกรรมเริ่มจากกรรมชั่วนั้น มันเลยเป็นปัญญา ไม่ใช่ปัญญาที่อื่น ปัญญา เกิดจาก สมาธิ มันเกิดจากนี้แหละ เรื่องใดๆทั้งปวงหมด เราพิจารณากันคว้าเห็นโทษเห็นคุณ เห็นคุณเราเกิดความปลื้มปิติ เห็นโทษเราเกิดความเสียใจ ขอมสละไปได้ มันเป็นปัญญาเกิดจากสมาธิ

ปัญญาวิปัสสนามันเกิดอีกตอนหนึ่ง ปัญญาวิปัสนาเป็นอีกอย่างหนึ่งที่พิจารณากันคว้าเห็นเหตุเห็นผล เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นทุกสิ่งหมดยังเป็นอยู่อย่างนั้น เกิดอยู่อย่างนั้น เราไปยึดมั่นถือมั่นสำคัญว่าตนว่าตัว มันจึงเป็นคนเป็นตัวขึ้นมา ความไปยึดไปถือมั่นแหละมันเป็น

ตนเป็นตัวขึ้นมา เราปล่อยสละวางลงไปมันก็อยู่ตามเดิม ไปยึดมันก็เท่านั้นไม่ยึดมันก็เท่านั้น มันจึงเกิดปัญหาวิปัสณา อันนั้นเป็นปัญญาเห็นตามสภาพตามความเป็นจริงของมัน

มันเป็นไปตลอดหมด ตั้งแต่พระไตรสรณาคมน์ไป ตั้งแต่ศรัทธาไปตลอดถึง มรรค ผล นิพพาน ด้วยซ้ำ บางท่านบางองค์ท่านแสดงว่าผู้ใดที่ยึดมั่นในพระไตรสรณาคมน์ ให้เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม ไม่ทำบุญนอกพุทธศาสนา ไม่ถือผีถือสาวไม่ถือตะกวดเครื่องรางของขลัง ถือ พุทธศาสนาแล้วพระยังถือเครื่องรางของขลังไม่มีหрок ไม่มีพุทธศาสนาอยู่ในตัวเอง ครั้นผู้ใดยัง ฝักใฝ่ในเครื่องรางของขลังอยู่ ผู้นั้นยังไม่ถึงศาสนา ท่านบอกว่าครั้น เมื่อถึงพุทธศาสนาแล้วจึงจะ เป็นพระโสดาบันได้ เป็นได้จริงอย่างที่อธิบายมานี้แหละ เมื่อศีลมันคงแน่นอนไม่หวั่นไหวเลย ยอมสละชีวิตทุกอย่างเห็นศีลเป็นของมีคุณค่ายิ่งกว่าสิ่งอื่นทั้งหมด มันเป็นรัตนศรัทธาเอาละ

ศีลทั้งปวงหมด

ถ้ามี "หิริโอตตัมปะ"

เป็นเครื่องสนับสนุนอยู่แล้ว

ศีลข้อนั้นไม่ล่วงละเมิดไปได้

มันถึงควั่นความชั่วต่างๆได้

## ๖๒. สติปฏิฐานสี่

วันที่ ๒๕ กันยายน พ.ศ.๒๕๓๑

ธรรมะ คือของจริงของแท้

ทำจนเห็นเป็นของจริงของแท้

จึงจะเรียกว่าปฏิบัติจนถึงธรรมะ

ของจริงของแท้

สติปฏิฐานสี่ ที่ท่านแสดงไว้ เรื่องกาย เวทนา จิต ธรรม มี ๔ อย่างพิจารณากายระยะหนึ่ง พิจารณาเวทนายระยะหนึ่ง พิจารณาจิตระยะหนึ่ง ธรรมะระยะหนึ่ง แต่ว่าท่านไม่ให้ พิจารณาหมด ทุกอัน ตามคำรับตำราท่านก็บอกใช้ทั้ง ๔ อย่าง แต่เมื่อปฏิบัติพิจารณาอันใดอันหนึ่งให้มันได้ เสียก่อน

เช่นพิจารณากาย ภายนอกภายใน พิจารณาภายนอกคือกายของคนอื่น ภายในคือกายของ เรา ตั้งสติกำหนดพิจารณาภายในสักแต่ร่างกาย จนกระทั่งเห็นมันเป็นของธรรมดา ธรรมชาติ

พิจารณาไป พิจารณาไปมันจะค่อยรู้เรื่องหรือท ที่แรกก็อวัยวะแขน ขา มือ เท้าของมันเป็นชิ้นเป็นส่วน แล้วพิจารณาเข้าไปภายในจริงๆ ที่นี้ไม่ทราบว่าเป็นเรื่องกายของเราหรือของคนอื่นก็ไม่ทราบ มันเป็นเรื่องเป็นหนังหรือเป็นอะไรก็ไม่ทราบ เป็นเพียงสิ่งอันหนึ่งปรากฏขึ้น เป็นปรากฏการณ์ของโลกมันเป็นอยู่อย่างนั้น อันนั้นจึงว่า "กาย" สักแต่ว่า "กาย" พิจารณากันไปจริงๆจังๆ ตั้งใจลงไปจริงๆจังๆ ไม่สักแต่พิจารณาแล้วก็แล้วไป ความประมาทของคนเรา พิจารณาไม่จริงไม่จัง พิจารณาเพียงแต่ลุ่มๆคลุ่มๆ พิจารณาแล้วก็หายไปเฉยๆ นั้นเรียกว่า "ประมาท"

ประมาท นี่มันลึกซึ้งที่สุด ประมาทของผู้ทำความเพียรภาวนา ถ้าหากว่าตั้งจิตพิจารณาเฉพาะแน่วแน่นในสิ่งเดียวคือกายสิ่งเดียว จนกระทั่งเห็นอย่างอธิบายมานั้น เรียกว่าเป็น "ผู้ไม่ประมาท" ถ้าพิจารณาพลัดโผล่ไปโน่นมานี่อยู่ มีอารมณ์อะไรมาแทรกซึมยังใช้ไม่ได้ เรียกว่า "ประมาท" เราตั้งใจแน่วแน่นในสิ่งเดียว พิจารณาในเรื่องสิ่งเดียว จนเห็น กาย สักแต่ว่า กาย สิ่งที่เราพิจารณาไม่ใช่ของเราของเขา อันนั้นจึงค่อยถูก

ครั้งยังเห็นกายเป็นของเรา ถือกายว่าตนว่าตัว ว่าเรา ว่าเขา มันถือมานานแล้ว มันยากที่จะละได้ ที่จะลงเป็นหนึ่งในสภาพเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย สิ่งของมันเป็นอยู่สักแต่ว่า ไม่ใช่คนมนุษย์คนเราก็ไม่ใช่ หรือสิ่งทั้งปวงก็ไม่ใช่ ท่านจึงว่าไม่ใช่ตัวตนบุคคลเราเขา มันเป็นอันหนึ่งของมันต่างหาก อย่างเราเห็นเราดูของภายนอกอย่างนี้แหละ เราดูกันจริงๆจางๆอย่าไปนึกอย่างอื่นดูสิ่งที่เราเห็นนั้นพิจารณาแน่วแน่นลงไปจริงๆจังๆ เมื่อไม่มีอารมณ์อื่นมาแทรกซึม อันที่เราพิจารณาแน่วแน่นอยู่นั้น ไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นอะไร จะว่าไม่มีปัญญาที่ใช้ คนที่เห็นว่าเป็นของไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่บุคคลเราเขานั้นมันเป็น "ปัญญาสูง" ที่เห็นว่าเป็นตัวเป็นตนนั้น เขาเรียกว่าปัญญาแต่ว่าปัญญาตอนนี้ใครใช้ก็ได้ทั่วไปหมด คนใช้ก็ได้ทั่วไปหมด ปัญญาละเอียดขั้นสูงนั้นมันปลงลง จนกระทั่งว่าไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา เป็นของหายาก ปัญญานั้นคนไม่ค่อยเห็น ท่านสอนให้พิจารณาตรงนั้นเขาเรียกว่าคนโง่ มันโง่ของเราเป็นตามมนุษย์ของเรา การเห็นสิ่งทั้งปวงหมดเป็นของไม่ใช่ตัวตน บุคคล เรา เขา ของพระพุทธเจ้าท่านไม่เรียกว่าโง่ แต่มนุษย์ทั้งหลายเรียกว่าโง่ เขาทำให้เป็นชิ้นเป็นอันเป็นส่วนสัก เขาใช้วิทยาศาสตร์ เอามาใช้กันในเรื่องเหล่านี้แหละ จิตจึงไม่เป็นสมาธิ มันไม่ลงอันเดียว มันก็เห็นเป็นชิ้นเป็นส่วน เห็นเป็นหลายอัน เขาจัดแจงเป็นเรื่องเป็นราวเป็นสิ่งที่ต่างๆออกไป อันนั้นแหละเรียกว่าปัญญาของเขา

ส่วนปัญญาของพระพุทธเจ้า เอาจนเห็นไม่ใช่ตัวตนบุคคลเราเขา แน่วแน่นลงไป ปัญญาของพระพุทธเจ้ากับปัญญาของคนเรา คนละอันคนละเรื่อง แต่จะพิจารณาถึงปัญญาของพระพุทธเจ้ายากนักยากหนา คนทั้งหลายไม่ค่อยเห็น จึงถือว่าอันนั้นเป็นของไม่ดี ถ้าเราเชื่อคำ

สอนของพระพุทธเจ้า ดีหรือไม่ดีก็ช่างเถิด เป็นอย่างนั้นก็นับว่าอุกกรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ อย่างที่ท่านเทศนา ยถา ปัจจัยฯ จีวรที่เราุ่งห่มนี้ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวเราตัวเขา เป็นแต่สักว่าธาตุอันหนึ่ง ลงเป็นธาตุ มนุษย์ชาวโลกเห็นเป็นสี่สังวรณะ เห็นเป็นของสวยสดงดงาม เห็นเป็นของน่าชมน่าสนุกสนานอันนั้นจึงค่อยเป็นปัญญาของเขา

ส่วนปัญญาของพระพุทธเจ้าที่ท่านทรงเห็นสักแต่ว่าเป็นธาตุ ถ้าไม่เรียกว่าธาตุก็ไม่ทราบจะเรียกอะไร สักแต่ว่าธาตุ ธาตุนั้นเป็นของเป็นจริงอยู่อย่างนั้น ธาตุคือสิ่งที่เป็นอยู่ มันเป็นอย่างไรรู้ก็เป็นอยู่อย่างนั้น เรียกว่าธาตุ พิจารณาจนถึงเห็นเป็นธาตุ มันปัญญาของพระพุทธเจ้า มนุษย์ชาวโลกของเรานั้น มันยากที่จะละสมมติบัญญัติได้ ละสมมติบัญญัติก็ได้คืนมหาสมมติบัญญัติอีก ถ้ามันละสมมติบัญญัติไปละก้อไม่เข้าใจอะไรหนอ? เลยงหมด ไม่รู้เรื่องอะไรเป็นอะไรของไม่เคยเห็นเคยรู้ ก็กลับมาคืนมหาสมมติบัญญัติอีก จิตมันถอนก็เลยไม่ถึงสมาธิ มันก็ไม่ถึงความแน่วแน่

เราภาวนา อย่าไปฝึกหัดภาวนาอย่างเฝินๆ อย่าทำเล่นอย่างที่ว่าตะกั๊นนี้แหละ ทำอะไรสักแต่ว่าทำ มันไม่ถึงธรรมะ ธรรมะคือของจริง ธรรมะคือของแท้ ทำจนเห็นเป็นของจริงของแท้ ถึงเรียกว่าปฏิบัติจนถึงธรรมะของจริงของแท้ ทำเป็นของเล่นหมดมันไม่มีประโยชน์ ศาสนาพุทธของเรามันจึงค่อยเลื่อนเลอะไปหมด ทำอะไรก็สักแต่ว่าเป็นเรื่องเล่นๆ ทีแรกท่านทำดีทำดี อย่างไหว้พระสวดมนต์อย่างนี้ ท่านตั้งใจไหว้พระ ระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตั้งใจเคารพนับถือจริงๆ ฟังเทศน์ก็ตั้งใจฟังถึงข้ออรรถข้อธรรม ถึงข้อละเอียดของธรรมะจริงๆ นั้นเบื้องต้น

ครั้งต่อมาสักแต่ว่าฟัง เขาฟังก็ฟังตามเขาไปอย่างนั้นแหละ ไม่ทราบว่าฟังรู้เรื่องอะไรครั้งสิ่งสนุกเพลิดเพลินแล้ว นั่นแหละชอบใจ อย่างเทศน์พระเวสสันดร อย่างนี้ละเทศน์สนุกสนานเฮฮา เทศน์แหละเทศน์เล่นเสียง สนุกแล้วมันก็ชอบใจ มันไม่ถูกธรรมมันไม่ถึงธรรม เอาแต่ตื่นๆ เฝินๆนี้แหละ อันของละเอียดละออไม่เอา ทำอะไรอย่าไปทำเล่น เป็นของเล่นไปหมดอย่างนั้นไม่ได้ บวชพระบวชเจ้านี้ก็เหมือนกันเขาบวชกันในศาสนาแต่ก่อนนี้ท่านทำดีดี ท่านบอกว่าข้าพเจ้าจะบวชจะบรรพชาเพื่ออิสระพ้นจากทุกข์ขอให้ท่านจงเอาผ้าให้แก่ข้าพเจ้า เอาผ้าส่งให้ ๓ หนักกลับไปกลับมาให้ผ้าไปครอง ปฏิญาณตนจนถึงขนาดนั้นคนสมัยก่อนๆ แต่สมเด็จมหาสมณเจ้านั้นท่านบอกว่า เดียวนี้บวชไม่ถึงขนาดนั้นหรอก บวชไม่สำเร็จมรรค ผล นิพพานหรอก สักแต่ว่าบวช เลยเอาออกเสีย ไม่เอามาใช้ แล้วคนก็เลยไม่รู้เรื่อง ก็เลยบวชพันๆกันไปก็เป็นสักแต่ว่าทำเป็นประเพณี ถึงฤดูแล้วถึงฤดูหยุดเทอมก็บวชเฮฮาทั้งหมด บวชเณรอีกทีก็กรีกโครม โอ๊ย! วัด

ไหนบวชมากก็มีชื่อเสียง บวชไปแล้วตั้งเป็นหมู่บังคับกัน องค์หนึ่งบังคับ ๔-๕ องค์ องค์หนึ่งบังคับ ๕-๑๐ องค์ บังคับเป็นหมู่เหมือนกับทหารนี่ ปานนั้นก็ยังคงไม่อยู่

บวชสัก ๑๕ วันก็สึก พอสึกแต่ว่าเล่นๆนะซี มันไม่เป็นของจริงของจริง คำว่าบวชเพื่อเอาบุญเอากุศล มันก็ไม่ได้บุญอะไร ยิ่งเป็นบาปเข้าไปอีก เอาผ้ากาสาหวัดไปครอง ของดิบดีๆเอาไปหุ้มหัวตอ มันไม่ใช่ปฏิบัติดีอะไร สึก ๕ สึก ๘ ก็ไม่รู้จักซำมันบวชเล่นๆ นี่แหละมันกลายเป็นของเล่นอย่างนี้มันไม่จริงไม่จริง ครั้นเรามาบวชในศาสนาปฏิบัติอย่างนี้ นักปฏิบัติมันต้องเอากันจริงๆจังๆจึงค่อยเห็น แต่ขนาดนั้นมันก็ยังไม่ถึงของจริงซ้ำอีก เอาละ

สติปัญญาอันดี ท่านแสดงไว้ว่า

พิจารณา กาย ระยะเวลาหนึ่ง

พิจารณา เวทนา ระยะเวลาหนึ่ง

พิจารณา จิต ระยะเวลาหนึ่ง

พิจารณา ธรรม ระยะเวลาหนึ่ง

แต่เมื่อปฏิบัติให้พิจารณา

อันใดอันหนึ่ง ให้มันได้เสียก่อน

### ๖๓. การเตรียมพร้อม

วันที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

\*\*\*\*\*

อันที่คิดนี้มากมาย

พูดมากมาย ทำมากมายนั้น

หมดที่ความตาย

สิ้นสุดที่ความตาย

ครั้นพิจารณาเห็นอย่างนี้แล้ว

มันก็วาง จิตรวมลงไปได้

วันนี้จะเทศน์ "สิ่งที่รวม" สิ่งทั้งปวงหมดมันต้องมีการรวม ธรรมะก็เหมือนกัน ทางโลกก็เหมือนกัน ทางโลกครั้นรวมได้ก็กลายเป็นธรรม ครั้นรวมไม่ได้ก็ไม่กลายเป็นธรรมอย่างคนเราเกิดขึ้นมาต้องมีการกระทำ ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ทางใจก็ดี ต้องมีการกระทำ ทางกายนั้น

มากมายหลวงหลาย เรียกว่ากายกรรม ประกอบการงานอาชีพทุกสิ่งทุกส่วน นั้นกระทำทางกาย ทางวาจา นั่นก็พูดไปไม่หยุดไม่หย่อนวันหนึ่งๆไม่ทราบที่ร้อยก็พันคำ เราไม่ได้จดจำสักที ว่ามัน มากน้อยสักเท่าไร เรียกว่าจิตรกรรม ส่วนใจคิดนึกยิ่งไปใหญ่ มันไม่มีที่สิ้นสุด แม้แต่นอนอยู่ก็ฝัน ฝันไปตามความคิด ความนึก ความส่งสาย นั่งอยู่ก็ส่งสาย ยืนเดินส่งสายทั้งนั้น นอนส่งสาย มากกว่าเพื่อน เรียกว่ามโนกรรม ไม่มีหยุดรวมลงไปได้ นั่นเป็นเรื่องโลกทั้งหมด ที่มันรวมลง ไม่ได้

ครั้นหากรวมลงไปได้ ที่เราเคยทำทางกายด้วยการกระทำประการต่างๆ ทำดี ทำชั่ว ทำ หนาย ทำละเอียด รู้จักเลือกถ่มกรองสิ่งที่เราทำลงไป มันเป็นไปเพื่อประโยชน์ตนเพื่อประโยชน์ คนอื่น มันเป็นไปเพื่อความ สุขความสบาย หรือมันเป็นไปเพื่อโทษทุกข์ สิ่งต่างๆทั้งปวงหมดมา รวมลงไปได้ว่า อ้อ! อันนั้นเป็นทุกข์ อันนั้นเป็นไปเพื่อประโยชน์ตนเพื่อประโยชน์คนอื่น อันนี้ เป็นประโยชน์ทั้งชาตินี้และชาติหน้ารวมลงไปได้ก็หมดเรื่อง ก็หยุดเท่านั้นแหละ ไม่ต้องคิดนึก มาก พิจารณาแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ตนและประโยชน์คนอื่น

เพราะเราเกิดขึ้นมาก็หวังความสุขทุกคน ที่เราทำด้วยกายก็หวังความสุขประโยชน์ตน ทั้งนั้น ที่หวังประโยชน์คนอื่นไม่จริง พิจารณาให้ถี่ถ้วนเถิดประโยชน์ตนทั้งนั้นแหละ อย่างเขารัก ลูกรักหลานก็รักเพื่อตนนั้นแหละ เพื่อให้ความสุขแก่ตนถูกต้องตามความประสงค์ของตน อันนั้น แหละเรียกว่าประโยชน์ตน การทำมาหาเลี้ยงชีพเพื่อคนอื่นก็ประโยชน์ตนอีก คนอื่นมีความสุข สบาย เจ้าของก็สบายใจนั้นแหละเพื่อประโยชน์ตนนั้นรวบรวมลงไปได้ว่าเพื่อความสุขของตนฝ่าย เดียวอันนั้นจึงว่ารวมลงไปได้ ครั้นรวบรวมลงไปได้แล้วมันกันหมดเรื่อง

ครั้นถ้าประกอบด้วยวาจา เราพูดอยู่ตลอดวันยังคำคั้นยังรุ่ง ไม่ซ้ำคำเก่าบางทีก็ซ้ำคำเก่าแต่ ว่าลืมเสีย ไม่ทราบว่าคุณอะไรต่ออะไร วกไปกลับมา พูดเพื่ออะไร? เพื่อเข้าหาประโยชน์ส่วนตัว เหมือนกัน พูดไปร้อยแปดพันประการ เพื่อประโยชน์ความสุข เพื่อประโยชน์ความต้องการของ เรา พูดเป็นประโยชน์แก่ตน พูดให้มีความสุขความสบายแก่ตนพูดกระทบกระแทก พูดเหยียด หยาม พูดดูถูกคนอื่นเพื่อให้เขาไม่สบายใจ ก็เพื่อความสบายใจของตน เพื่อถูกใจของตน อันนั้น แหละพูดอยู่วันยังคำคั้นยังรุ่ง ถ้ารวบรวมลงไปแล้ว ก็ เพื่อประโยชน์ตนทั้งนั้น

ความคิดภายในใจก็เหมือนกัน ร้อยแปดพันประการ คิดไป คิดไปเมื่อไม่รู้จักตนคิดเพลน ไปหลงลืมไป ไม่เข้าตนสักที อันนั้นก็เพื่อประโยชน์ตนเหมือนกัน เพื่อถูกต้องตามประสงค์ของ ตน

กาย วาจา ใจ ถ้าหากไม่มีการรวม มันเพลนเพลนลุ่มหลงมัวเมาไปด้วยประการต่างๆร้อย แปดพันประการ อันนั้นเรื่องโลก ครั้นย้อนกลับคืนมาพิจารณาอย่างที่ว่านี้ รวมลงไปแล้วก็เป็น



ธรรม พิจารณาโลกก็เป็นธรรม ไม่ใช่อื่นไกลคือว่ารวมได้นั่นเอง รวมได้ก็เป็นธรรม แล้วมันหยุด  
ไม่คิดนึกสิ่งอื่นต่อไป นิ่งแน่วอยู่กับที่

คนเราเกิดมาต้องมีที่สิ้นสุด คือต้องมีความตาย ทุกคนนั้นเกิดมาไม่ตายไม่มี พิจารณาไป  
พิจารณาไป ความแก่ ความชรา ความทรุดโทรม เปลี่ยนสภาพไปโดยลำดับ บางที แก่เฒ่าจึงค่อย  
ตาย บางที่ยังไม่แก่ไม่เฒ่า ก็เจ็บป่วยไม่สบายตายระหว่างครึ่งกลางก็มี ตายแล้วของพรรคนั้นทั้ง  
หมด อันที่คิดนึกมากมาย พุดมากมายแล้วก็ทำมากมายหลายอย่างหลายเรื่อง หมดที่ความตาย  
สิ้นสุดที่ความตาย ครั้นพิจารณาเห็นอย่างนี้แล้ว มันก็วาง จิตมันก็รวมลงไปได้ เราพยายามที่จะ  
รวมลงให้มันถึงธรรมะ สิ่งที่เราพูด สิ่งที่เราทำ สิ่งที่เราคิด มันรวมลงมาถึงความตายทั้งหมด

เรารักษาจิตที่เป็นกลาง จิตที่เป็นหนึ่ง รักษาตัวของตนไม่ให้วุ่นวายส่งสาย เมื่อเราสงบใน  
ชาตินี้ในเมื่อมีชีวิตอยู่ เมื่อตายไปแล้วก็ต้องสงบ ให้รู้จักรักษาตน รักษาความสุขของตน แสวงหา  
ความสุข ให้รู้จักความสุขของตน อยู่โดยอย่างนี้ จึงจะได้ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติเอาตนรอด เป็นผู้  
ปฏิบัติหาความสุขสงบ ไม่วุ่นวายส่งสาย เห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเป็นของ อนิจจัง ทุกขัง  
อนัตตา จิตรวมเป็นหนึ่งลงไปได้ เอาละเท่านั้นละ

การกระทำทางกาย วาจา ใจ

ถ้าหากไม่มีการรวม

มันเพติดเพติดลุ่มหลงมัวเมาไปไม่จบ

อันนั้นเป็น "โลก"

ครั้นพิจารณาย้อนกลับคืนมา

รวมลงไปแล้วก็เป็น "ธรรม"

พิจารณา "โลก" ก็เป็น "ธรรม"

## ๖๔. โลกธรรม ๘

วันที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๑

\*\*\*\*\*

มีลาภ เสื่อมลาภ มียศเสื่อมยศ

สรรเสริญ แล้วก็ินินทา

มีสุข ก็มีทุกข์ เป็นคู่กันไป

แต่ละคู่นี้ปฏิบัติเข้าถึงใจ

ให้เห็นชัดเจนด้วยตนเอง

ได้ชื่อว่าปฏิบัติได้ ปฏิบัติถูก

ทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

โลกธรรมทั้ง ๘ เป็นของมีอยู่ประจำโลก โลกคู่ไปกับกรรม ท่านสอนไม่ให้ถือโลกธรรม ให้ปฏิบัติโลกธรรม ให้ละโลกธรรม ไม่ได้สอนให้เอา มีลาภ เสื่อมลาภ ท่านสอนว่ามีลาภนั้นเป็นโลก เสื่อมลาภนั้นเป็นธรรม มันแยกกันเป็น ๒ อย่าง ทางโลก ทางธรรม

คราวนี้ถ้าหากว่าทางโลกเกิดขึ้น ก็เอาธรรมมาแยกระงับคือเสื่อมลาภ ธรรมะเป็นของละของทิ้ง ของเสื่อมหมด ไม่มียึดถือไว้ในตัวของเรา เราปฏิบัติเข้ามาในตัวของเราชัดเจนในตัวของเรา เราละได้ นั่นได้ชื่อว่าเราปฏิบัติโลกธรรมถูก ถ้าเรียนแล้วจดจำไปปฏิบัติ ให้รู้แจ้งเห็นจริงในตัวเอง อย่างที่ว่านี่ก็เป็นอันว่าถูก โลกธรรมทั้ง ๘ นี้ ปฏิบัติข้อนี้เท่านั้นแหละ ครั้นได้แล้วมันได้หมดเลยทั้ง ๘ ข้อ เป็นอันว่าเราปฏิบัติถูก มีลาภ เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ สรรเสริญแล้วก็นินทา มีสุขก็มีทุกข์ เป็นคู่ๆกันไป แต่ละคู่ๆนี้ปฏิบัติเข้าถึงใจ ให้มันเห็นชัดเจนด้วยตนเอง ได้ชื่อว่าเราปฏิบัติได้ปฏิบัติถูก ทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าลองดูพวกเราที่มาอยู่ที่นี่ทุกๆคนนั้น เอาธรรมะทั้งแปดข้อนี้ไปปฏิบัติทุกคน ให้มันชัดเจนแจ่มแจ้งภายใน เห็นชัดด้วยตนเองมันจะได้ความสุขแก่ตนเองและคนอื่นสักเท่าไร เรียนไปมากมายแล้วไม่เอาไปปฏิบัตินะซิมันจะเหลวไหล เลอะเทอะ พุทธศาสนา จึงไม่เจริญอกงาม

ท่านสอนให้รู้จักแยกแยะ ที่จริงโลกกับธรรมมันอยู่อันเดียวกัน โลกมันเป็นเครื่องวัดของธรรม ถ้าไม่มีโลกแล้วจะเอาอะไรเป็นเครื่องวัด มีลาภเกิดขึ้นนั่นแหละเป็นโลกเป็นเครื่องวัด มีลาภเสื่อมลาภ เสื่อมนะมันเสื่อมไปด้วยอาการอย่างไร? มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สภาพะเหล่านี้ เกิด-ดับ เกิด-ดับ มันเป็นอย่างนี้ นั่นแหละเป็นธรรมเครื่องวัด ความจริงนั้นโลกก็ดี ธรรมก็ดี หากเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่เสื่อมไม่คลายไปไหน แต่ไหนแต่ไรมาเป็นของมีอยู่ ลาก็มีอยู่อย่างนั้น เสื่อมลาภก็มีอยู่อย่างนั้น พระพุทธเจ้ามาเกิดขึ้นก็ไม่ได้เอามาด้วย พระพุทธเจ้าท่านปรินิพพานก็ไม่ได้เอาไปด้วย แต่พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมาแล้วมาเห็น มารู้มาเข้าใจของทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อพระองค์ปรินิพพานก็ไม่ได้ทรงเอาไปด้วย ทิ้งไว้อย่างนั้นแหละ

ตั้งสองพันกว่าปีแล้ว พวกเราทั้งหลายเกิดมาทีหลัง มาปฏิบัติให้เห็นจริงเห็นแจ้งในธรรมที่ว่า มีลาภเกิดขึ้นแล้ว ลาก็เสื่อมสูญไป ให้รู้จักรู้แจ้งให้เห็นของจริงเมื่อเราเห็นแล้วธรรมก็ไม่ได้สิ้นสูญไปไหน หากมีอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา แต่ว่าเราเห็นแล้วชัดเจนด้วยใจของเรา ถึงแม้มาปฏิบัติทีหลัง พระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้วหลายพันปีก็ช่าง หลายหมื่นปีก็ตาม มันหากมีอยู่

อย่างนั้นตั้งแต่ไหนแต่ไรมา พระพุทธเจ้าเกิดขึ้นมาก็ร้อยกัพันองค์ก็ไม่ได้เอามาด้วย แต่พระองค์มาพิจารณาเห็นอันนี้ จึงว่า ธรรมะเป็นของกว้างขวางหาที่สุดไม่ได้ เป็นของลึกซึ่งสุขุมเห็นได้ด้วยใจของตนเอง คนอื่นจะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยก็ตาม เราปฏิบัติก็เห็นได้ด้วยตัวของตนในตัวของตนนี้แหละ อย่างความโลภ มันไม่ได้เป็นตนเป็นตัวอะไร ความอยากได้มันคิดนึกปรุงแต่ง พยายามอยากให้ได้สมมาตรปรารถนาของตน ไม่มีใครเห็น มันเห็นด้วยตัวตนเองครั้นเราละวางได้ก็เหมือนกัน เราไม่ได้บอกใครให้ทราบ ถึงบอกก็ไม่รู้ด้วย อันความอยากนั้นมันเป็นเครื่องข้องอยู่ในใจ เป็นเครื่องปกปิดไม่ให้นึกคิดรู้สึกถึงสิ่งอื่นได้ มีแต่ความมุ่งมาดปรารถนาอันเดียว ใจจดจ่ออยู่เฉพาะสิ่งนั้น มีคิดติดตันอยู่เท่านั้น

ครั้นหากว่าละความโลภแล้วจึงว่าเป็นธรรม แล้วย่อมเห็นความที่ตนโลภ เห็นชัดว่าเป็นเครื่องปกปิด เมื่อละแล้ว เห็นจิตใจใสสะอาดปราศจากความมัวหมอง เห็นชัดด้วยตนเอง อันนั้นจึงว่าเป็นธรรม อันนั้นก็ไม่ได้แปลลงไปไม่ได้ฟูขึ้น เราเห็นแล้วก็อยู่อย่างนั้น แต่เราเป็นคนเห็นแล้วก็พอ ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้ แต่ไหนแต่ไรมาเป็นอมตะ ธรรมของพระพุทธเจ้าไม่ตาย ไม่เกิด ไม่ดับ ที่ว่าธรรมะเกิดเพราะพระองค์ไปรู้เห็นธรรมะไม่ได้เกิด มันหากให้มีอยู่ในที่นั้น ไม่ได้เกิดขึ้นเหมือนต้นไม้ ไม่ได้เกิดขึ้นเหมือนภูเขาเลากา แต่ว่าพระองค์รู้ก็เรียกว่าเกิด ครั้นพระองค์ดับไปไม่มีใครรู้ธรรมะนั้น ก็เรียกว่าดับ แต่ที่จริงพระองค์ดับต่างหาก ใครเกิดขึ้นมารู้ก็รู้เฉพาะคนนั้น ถ้าคนนั้นดับไปก็คนนั้นดับต่างหาก ธรรมะไม่ได้ดับ

ธรรมะเป็นของกว้างขวาง  
หาที่สุดมิได้  
เป็นของลึกซึ่ง  
เห็นได้ด้วยใจของตนเอง  
เราปฏิบัติก็เห็นในตัวของตน

๖๕. มีหวัง - หמדหวัง

วันที่ ๘ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๓๑

\*\*\*\*\*

การทำความเพียรมันต้องมีหวัง  
เราจะต้องทำให้ดียิ่งๆขึ้นไป  
ไม่ใช่บวชมาแล้วหุดหวังเท่านั้น

ถ้าบวชมาแล้วหมดหวัง

ก็ไม่มีประโยชน์อะไร

จะให้ให้มีหมดทุกอย่าง มันก็หมดหวัง หมดหวังมันก็หมดเรื่อง คนเรามันต้องมีหวังทุกคน คนหมดหวังนั้นมี ๒ ประเภทคือ เป็นพระราชกุมารได้ราชาภิเษกแล้วเรียกว่าหมดหวัง ผู้สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว สิ้นกิเลสแล้ว เป็นผู้หมดหวัง เรายังไม่หมดหวัง หมดหวัง คือมันหยุดทำการแล้ว มันหมดเรื่องแล้ว ก็หมดที่ไป คนเรามันต้องมีหวังทุกคน การสวดมนต์สวดพระมันก็ต้องมีหวัง อันใดยังไม่ได้ การทำความพากเพียรมันก็ต้องมีหวัง การปฏิบัติภาวนามีเรื่องยึดขามากมายหลวงหลายเราต้องทำให้มันยิ่งๆขึ้นไป ไม่ใช่บวชมาแล้วหมดหวังเท่านั้น บวชมาแล้วหมดหวัง มันก็ไม่มีประโยชน์อะไร

เรารู้ตัวอยู่เสมอว่าเราต้องการอะไรอีกเวลานี้ มันต้องดูแลตนเองอยู่เสมอ เราไม่ใช่เป็นผู้หมดหวัง เรายังมีหวังอยู่ เช่น ก่อนจะออกไปเที่ยวไปวิเวก เราหาที่ตามความประสงค์ที่นั่นมันต้องสำคัญอย่างนั้น สำคัญอย่างนี้ ใครที่ว่าดีวิเศษวิโส ครั้นเราไปแล้วก็หมดหวังเหมือนกัน เราไปทดลองทดสอบทุกสิ่งทุกอย่าง เกี่ยวกับสถานที่ดินฟ้าอากาศ ทุกสิ่งทุกประการ ทำความเพียรภาวนา หากว่าเราไม่ดีที่ต่าง ๆ นั่นมันก็ไม่ดีหรอก ที่อันที่ดีก็ไม่ดี เราจะต้องรู้เรื่องไม่ใช่ไปเที่ยว นั่นไม่ใช่วิเวกครั้นไปเที่ยววิเวกแล้วก็หมดหวังเหมือนกัน ไปหาที่นั่นก็เป็นอย่างนั้น ไปหาที่นี่ก็เป็นอย่างนี้ แต่ในตนเองนั้นไม่มีดีอะไร มันก็หมดหวังเหมือนกัน

มันต้องมีหวังภายในใจของเรา ท่านผู้มีหวังแล้วอยู่ที่ไหน ๆ ก็เป็นผู้มีหวังอยู่ตลอดเวลา สถานที่ไม่สำคัญ สำคัญที่ตัวของเรา ผู้ที่ท่านภาวนาเป็นไปถึงอยู่มันก็กันไป ไปเที่ยวมันก็ไป ครั้นถ้ามันจะเป็นแล้ว ถ้ามันไม่เป็นที่ไหนก็ไปเถิด มีแต่ไปเรื่อยไป ไม่มีที่หยุดที่ยัง ในผลที่สุดเครื่องบริวารที่เตรียมไว้นั้น ไม่เอาออกจากบาตรข้ามมันแล้วจะไม่ได้เดินทางต่อไปอีก ไปนอนคืนเดียว รุ่งขึ้นเช้าแล้วจี๊เกียจ ของในบาตรเลยไม่เอาออก แบบนั้นมันไม่มีหวัง

ถ้าเราอยู่ในสถานที่ดี เรามีจุดประสงค์ที่จะต้องทำ ทำที่ตัวของเรานี้ให้มันจริงใจลงไป ขอมสละชีวิตในศาสนา นี้ เพื่อทำความเพียร ให้ตั้งใจอย่างนั้น ตั้งใจที่จะทำความเพียรเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ มันหมดเท่านั้นหรือการปฏิบัติ เราทำไม่เพียงพอ เรายังทำไม่ถึงขีด มันจึงไม่เห็นความจริง ทุกสิ่งทุกอย่างนั้น ถ้าไม่ยอมสละ มันไม่เป็นที่ไหน ไม่เห็นความจริงหรอก ครั้นเรายอมสละแล้วหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มันจึงเห็นความจริง จึงว่าพุทธศาสนาสอนที่สละ วางหมดทั้งภายนอกภายใน ที่อยู่ใกล้ อยู่ไกลวางหมด เอาปัจจุบันถ้าไม่เอาหมดเท่านั้น ตัวใจของเรามัน"อยู่" มันหมดที่ไปจะว่าหมดหวังก็ใช่ ไม่หมดหวังก็ตามใจเถิด แล้วแต่ใครจะพูด เอาละเท่านั้นละพอ

ยอมสละชีวิตในศาสนา  
เพื่อทำความเพียร  
ให้ตั้งใจอย่างนั้น  
ตั้งใจทำความเพียรเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ  
ยอมสละหมดทุกอย่าง  
มันจึงเห็นความจริง

### ๖๖. กัลยาณมิตร

วันที่ ๒๓ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๓๑

\*\*\*\*\*

พวกนักปฏิบัติด้วยกันมันต้องเปิดเผย  
ความรู้ ความคิด ความเห็นแก่กันและกัน  
แล้วต่างคนต่างได้อุบายปัญญาด้วยกัน  
จากการแลกเปลี่ยน  
ความรู้ ความเห็น ความเข้าใจนั้นๆ

ต้องเปลี่ยนวิธีใหม่ลองดู หักภาวนาโดยเปลี่ยนอุบายหลายอย่างลองดู คำว่า "เปลี่ยน" ในที่นี้  
ก็ไม่ได้ เปลี่ยนอุบายอะไรหรอก เปลี่ยนวิธีฝึกหัด อยู่กับหมู่กับคณะให้รู้จักคบค้าสมาคมกับหมู่  
เพื่อน คุณงามความดีสิ่งไหนที่จะต้องเปิดเผยให้หมู่เพื่อนฟัง สนทนาปราศรัยกันให้มันถึงอกถึงใจ  
ต่างคนต่างอยู่ต่างมีความรู้ความเห็น ต่างคนต่างปฏิบัติ ไม่ฝึกฝนอบรมถึงจิตถึงใจ ไม่พูดถึงเรื่อง  
ความจริง เราปฏิบัติเป็นอย่างไร มันต้องเผยแพร่ ความรู้อันนั้นเป็นเล่ห์เหลี่ยมเป็นมารยาไม่เป็น  
ผลดี ไม่เป็นผลประโยชน์แก่ตนเลย ไม่เป็นผลประโยชน์แก่คนอื่นอีกด้วย

การที่จะปกปิดความที่เป็นจริงของตนนั้น อันสิ่งใดมันผิดหรือถูกมันก็อยู่แค่นั้น เราไม่  
สามารถที่จะแก้ไขตัวเองได้ แล้วคนอื่นก็ไม่สามารถที่จะช่วยแก้ไขได้ บางคนเข้าใจว่าตนดีกว่าคน  
อื่นแล้ว อันนั้นมันปิดหมด ความดีของเรามีอยู่เท่าไร ก็มีอยู่แค่นั้นแหละ ไม่สามารถที่จะเจริญ  
งอกงามได้ บางคนตำซ้ำเลวทรมาน ปัญญาไม่มี อุบายไม่มี ไม่เคยมาเปิดเผยให้หมู่เพื่อนฟัง ก็เลย  
ไม่ได้ความรู้ยิ่งๆไปกว่านั้นอีก พวกนักปฏิบัติด้วยกันมันต้องเปิดเผยความรู้ ความคิด  
ความเห็นแก่กันและกัน แล้วก็ต่างคนต่างได้อุบายได้ปัญญาซึ่งกันและกัน จากการแลกเปลี่ยน

ความรู้ความเห็นความเข้าใจนั้นๆ จะได้เปิดเผยแก่หมู่แก่คณะ ธรรมดาความรู้มันไม่เหมือนกัน หรือรู้อะไรละเอียดหยาบมันก็ไม่เหมือนกัน ทุกๆทุกคนมันมีผิดแปลกกัน

กัลยาณมิตร พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า กัลยาณมิตรเป็นศาสนาพรหมจรรย์ทั้งหมด พระอานนท์ทูลว่า ข้าพระองค์พิจารณาแล้ว กัลยาณมิตรเป็นกึ่งหนึ่งของพรหมจรรย์ โอ๊ย! ทำไมเราพูดอย่างนั้นหนอ กัลยาณมิตรนะ มันเป็นศาสนาพรหมจรรย์ทั้งหมด ท่านว่าอย่างนั้น ลองคิดดูถ้าไม่พูด ไม่คุย ไม่สนทนาปราศรัยซึ่งกันและกันอย่างที่ว่านั้น อ้ออึ้งอยู่เลยไม่รู้เรื่องรู้ราว ปกปิดมิดชิดเลย ความเลวความชั่วของตนก็ปกปิดมิดชิดไว้ มันก็กระเถิบต่อไป ครั้นหากเปิดความคิด ความรู้ความเห็นอันนั้นเผยแพร่งแก่คนอื่นก็ได้ชื่อว่าเผยแพร่งพุทธศาสนา ความรู้ของตนรู้เท่าใดก็ได้ชื่อว่าเผยแพร่งศาสนา ความรู้ของตนน้อยก็ได้ชื่อว่าเผยแพร่งน้อย ความรู้มากก็ได้ชื่อว่าเผยแพร่งมาก อันนั้นเป็นศาสนาพรหมจรรย์โดยแท้

บวชเข้ามาได้ชื่อว่า บวชเข้ามาเป็นเพื่อนพรหมจรรย์ด้วยกัน อย่างหลวงพ่อก...ไม่อายุใครหรือกร เรียกว่าเปิดเผยหมด มีเท่าไรรู้อะไรเท่าไรแก่เปิดเผยหมด นั้นละถ้านักปฏิบัติแท้มันต้องเป็นอย่างนั้น มันเข้าถึงจิตใจซึ่งกันและกัน ต่างคนต่างคนละแบบไปต่างๆกัน ไม่ว่าจะทางธรรมะหรือว่าทางโลก ครั้นเปิดเผยซึ่งกันและกันแล้ว ความคิดความเห็นอันนั้นได้ชื่อว่า ไม่ระแวงแคลงใจซึ่งกันและกัน อันนี้ต่างคนต่างอ้ออึ้ง ต่างคนตึงๆอยู่นั้น มันเลยบวชไม่สนุก บวชแล้วไม่มีการสนุก ถ้าหากว่าเป็นการสนุกก็สนุกเฉพาะบุคคลเราแต่ละคน อันที่สนุกเพลิดเพลินอันนั้น มันไม่มีธรรมะคบค้าสมาคมกันก็พูดคุยกันสนุกสนานถึงเรื่องในบ้านในเมือง เรื่องผู้หญิงยิงเรือต่างๆมันหลายเรื่อง มันเพลิดเพลินไปนั้น มันไม่เป็นเรื่องเป็นไปเพื่อความสงบมันเป็นไปเพื่อความหายนะ

เราปฏิบัติฝึกหัดมันต้องคิดถึง**ความบริสุทธิ์**ของเรานั้นสิ มันต้องมีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ อยู่ในท่ามกลางหมู่เพื่อนก็ต้องมีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ ในที่วิเวกก็เด็ดเดี่ยวกล้าหาญ เรียกว่า**ผจญต่อสู** เราอดทนต่อสูทุกด้านทุกทาง บวชเข้ามาแล้วไม่ว่าอะไรทั้งหมด เย็นร้อน อ่อนแข็ง อดทนต่อสูทั้งนั้น อาหารการกินทุกสิ่งทุกอย่าง อารมณ์ต่างๆต้องต่อสู กัมมัฏฐานมีวิหารอันหนึ่งว่า "เหนือตาย" ปฏิบัติจนกระทั่ง "เหนือตาย" เอาตายไว้ข้างหลัง ขอมสละชีวิตกันอย่างเด็ดเดี่ยวจนเหนือตายมันอดมันหิวมันไม่ถึงความตายหรือกร มันตายแล้วก็ได้กินอะไรอีก มันต้องอดทนถึงปานนั้น ต่อสูความกลัว ความขลาดต่างๆมันไม่ถึงตายหรือกร บอกตนเองอย่างนั้นมันจึงหาย ความกลัวทุกสิ่งทุกอย่างมันต้องเหนือความตาย เอาความตายไว้ข้างหลังมันจึงค่อยเป็นไปได้ อย่าไปหวงอย่าไปรักมันเลยชีวิตอย่างนี้ เอาไว้ข้างหลังความตายอะไรนิดๆหน่อยๆก็กลัวจะตาย กลัวจะไม่ได้ตายหลายหน กลัวจะไม่ได้ตายหลายครั้งมันไม่เด็ดเดี่ยวกล้าหาญ มันไม่ชำระ มันไม่ถึงที่สุดของธรรมะ มันต้องเกิดๆตายๆนับครั้งนับหนไม่ถ้วน นับภพนับชาติไม่ถ้วน

นั่นจึงว่าตายหลายครั้ง ครั้นหวงความตายรักความตายเอาไว้ตายหลายคราว สละความตายแล้วเอา  
ตายวันนี้ ถ้ามันเห็นตายวันนี้มันไม่ตายแล้ว ครั้นเอาจริงๆจังๆมันได้ความรู้ขึ้นมา ท่านว่า มันเลย  
ไม่ตายแล้วก็เห็นความจริง แล้วก็ไม่มีชาติอีก มันหมดภพหมดชาติ มันหายจากความตาย

ที่พากันไปเที่ยววิเวกก็เพื่อความต้องการความเด็ดเดี่ยว ต้องการทดลองใจของเรานั้นซี ไป  
แล้วก็ไปหาสนุกสนานเพลิดเพลินเสีย หาที่วิเวกสงบมันต้องหาที่ไปต่อสู้อันตรายต่างๆ ไม่เคยเห็น  
นักกัมมัฏฐานภาวนาตาย เกิดมาไม่เคยรู้ไม่เคยเห็นไม่เคยได้ยินว่าตายเพราะภาวนา ยอมสละเด็ด  
เดี่ยวแล้วไม่ตาย แล้วได้ความรู้ซ้ำอีก ทีนี้มันไม่ถึงนะซี พวกเราพากันทำไม่ถึง ทำย่อๆหย่อนๆ  
ความรู้ย่อหย่อนมันเป็นเหตุให้ทับถมขึ้นทุกที อ่อนแอหมดทุกอย่าง กิเลสเข้าครอบงำไม่สามารถ  
จะต่อสู้อันตรายได้ ท่านว่าความเพียรย่อหย่อน

เรามาปฏิบัติฝึกหัด

มันต้องคิดถึงความบริสุทธิ์ของเรา

มันต้องมีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ

ผจญต่อสู้อันตราย

เราอดทนต่อสู้อันตรายทุกด้านทุกทาง

### ๖๗. ปฏิบัติให้เข้าถึงภายใน

วันที่ ๗ มกราคม พ.ศ.๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

จิตใจของคนเรา

มันยังมี "ในเมล็ด" เป็นเครื่องอยู่

หากเข้าไปทำลาย "ในเมล็ด" เมื่อไร

มันก็ไม่สลายไม่แตกออกอีก

ปฏิบัติกัมมัฏฐานให้เข้าใจ ให้มันถูกต้อง ถ้าปฏิบัติไม่ถูกต้องไม่เข้าถึงใจสักที ปฏิบัติไป ๆ ก็ เลยเตลิด  
เปิดเปิงไป ปฏิบัติกัมมัฏฐาน คือ การพิจารณาภายในกาย มันอยู่ภายในกายของเรา ถ้าหากจิตใจ  
เข้าสมาธิแล้ว ก็เข้าถึงธรรมะ คำว่า "ใน" มีหลายใน ในลูกก็มี ในเมล็ดก็มี เช่น อย่างขนุนที่ว่าใน  
ลูกมันนั่นมันอยู่ที่ไหน? ในเมล็ดนั่นมันยังมีอีกในหนึ่งอีก ที่เราพิจารณากาย พิจารณาภายในกาย  
แต่ไม่เข้าถึงในจริง ๆ จัง ๆ พิจารณากาย พิจารณาลมหายใจเข้า-ออก มันเป็นของภายใน แต่ไม่ใช่

ของ "ใน" จริง ๆ ครั้น "ใน" จริง ๆ แล้วมันจะวางของภายนอกหมด มันอยู่เฉพาะ "ภายใน" ของมัน มันพิจารณาเฉพาะ "ภายใน" ของมัน อารมณ์ทั้งปวงหมดความคิดความนึกส่งสายมันหายไปหมด มันไปคิดอยู่ "ภายใน" มันไปส่งสายอยู่ "ภายใน" อันนี้เรียกว่าในเมล็ด

ในเมล็ดนั้นแหละ มันจะเป็นเหตุให้เกิดก่ออีก ไม่ใช่อันอื่นอันใด อันในเมล็ดนั้นนะมันจะไปเกิดงอกอีก จิตใจของคนเรานั้นยังมี "ในเมล็ด" เป็นเครื่องอยู่ หากเข้าไปทำลาย "ในเมล็ด" มันเมื่อไร มันก็สลายไปไม่แตกงอกอีก

การพิจารณาเฉพาะภายใน ครั้นยังไม่เข้าถึง "ภายใน" เมื่อไร ยังไม่เป็นสมาธิเมื่อนั้น ทำไปเกิด ทำไปสักเท่าไรก็ทำไปเกิด มันไม่เข้าถึงสมาธิ ไม่เป็นสมาธิ เลยหัดสมาธิไม่เป็น ที่จริงภายในของเราทุกผู้ทุกคนมันมีอยู่แล้ว ธรรมะมีอยู่หมดทุกคนแล้ว แต่เราไม่เข้าถึงธรรมะ ก็เลยเป็นเหตุให้เบื่อหน่าย เป็นเหตุให้ขี้เกียจขี้คร้าน ครั้นเข้าถึงสมาธิแล้วมันสนุกสนาน มันเพลิดเพลินอิมอกอิมใจ พิจารณาอะไรมันละเอียดถี่ถ้วนชัดเจนทุกสิ่งทุกประการ เราอยู่ที่ไหนมันก็เป็นสมาธิอยู่ภายใน ถ้าถึง "ภายใน" มันถึงใจแล้ว ถึงในเมล็ดนั้นแหละมันอยู่ภายใน จะยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถใดๆ มันสงบอยู่ตลอดเวลา อยู่ในหมู่คณะก็ดี ปลีกจากหมู่คณะก็ดี มันก็สงบเยือกเย็นพิจารณาของตนอยู่ตลอดเวลา ไม่ต้องไปเที่ยวในป่าในรก ครั้นเราเข้าถึงภายในใจของมัน มันไม่วุ่นวายภายนอก มันก็สงบอยู่ตลอดเวลา ครั้นมันไม่สงบภายนอกแล้ว มันไม่เข้าถึงใจไม่เข้าถึง "ของใน" ของมัน เราไปวิเวกอยู่คนเดียวยังไปใหญ่ไปโต มันไม่มีใครเกรงกลัว ไม่มีใครระมัดระวังช่วยเหลือ ยากที่จะแก้ไขได้ในขนาดนั้น

**กัมมัฏฐาน** คือพิจารณาภายในกาย มันอยู่ภายในกายของเรา นี่ สงบอยู่นี้แล้วเป็นกัมมัฏฐานไปในตัว คำว่า "พระกัมมัฏฐาน" มันต้องมีอะไรในตัวชิ ไม่มีมันจะใช้ได้หรือ? เราตั้งใจฝึกหัดปฏิบัติละทุกสิ่งทุกอย่างมาแล้ว ยังมากังวลเกี่ยวข้อง อยู่ในสิ่งทั้งปวงหมด มันก็ใช้ไม่ได้ นะซี เอาละ

## ๖๘. ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า

### ไม่ได้อยู่ที่อื่น

วันที่ ๒๒ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

ธรรมะ มีอยู่หมดทุกคนแล้ว

แต่เราไม่เข้าถึงธรรมะ

ก็เลยเป็นเหตุให้เบื่อหน่าย



ถ้าถึงภายใน ถึงใจแล้ว

จะยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถใดๆ

มันสงบอยู่ตลอดเวลา

ต่อไปนี้พากันตั้งใจฟังธรรมเทศนาเรื่อง "ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าไม่ได้อยู่ที่อื่น" ไม่ได้มีที่อื่น ไม่ได้เกิดที่อื่น เกิดในอายตนะทั้งหกทั้งภายนอกและภายใน กระทบกันนี้แหละ เกิดที่ตัวของเรานี้ ก็เลสก็เกิดที่ตัวของเรา มันจะตัดกิเลสได้ ก็เพราะปัญญาพิจารณารู้แจ้งเห็นจริง แล้วมันละถอนได้ นั่นแหละมันหมดกิเลส อันถ้ายังมีกระทบกระเทือน ยังเกิดกิเลสในที่นี้แล้ว อย่าไปหวังเลยว่าเป็นผู้ไม่ยึดได้ ยังเท่าแก่นั่นแหละ การเที่ยวเร่ร่อนไปในที่ต่างๆ เข้าใจว่ากิเลสมันจะหมด อันนั้นกิเลสมันยิ่งมากขึ้นกว่าเก่า ได้ยินข่าวว่าที่นั่นดี ที่นั่นดีก็อยากไป แต่ตัวของเราไม่เห็นตัวของเรา อันนั้นมันยิ่งสะสมกิเลสขึ้นมาอีก ไม่ได้ไปเพื่อละเพื่อถอน ไม่ได้ไปเพื่ออบรม

การปฏิบัติมันต้องอบรมเต็มที มันจึงจะได้เห็นความดีของเรา ต้องอดทน อดทนถึงที่สุด โนน ต้องอด อดคลื่น เห็นโทษของความที่เราเป็นอยู่ เราเป็นผู้เห็นโทษในตัวของเรา อย่าไปเห็นโทษคนอื่น เข้าใจว่าเขาไม่มีศรัทธา ไม่พิจารณาในตัวของเรา เราอยากแต่จะได้ อยากแต่จะกิน อยากแต่จะรุ่มจะรวย ไม่คิดถึงโทษของตน ไม่คิดถึงสภาพของตน การทำความเพียรภาวนาของเรา มันพอเพียงหรือไม่? ที่จะรับไทยทานของเขา สมควรแล้วหรือยัง? ผมได้ยินเขาพูดนั่น โอ๊ย! นำสงสาร ทุกวันเดี๋ยวนี้มังคุดกิโลกกรัมละ ๓๐ บาท มะม่วงลูกละ ๖๐ บาท โห้! โห้! มันกินเงินกินทองแท้ๆ

เราพอเพียงแล้วหรือยังที่จะรับไทยทานของเขา ที่จะรับของเขาได้แล้วหรือ? เราฉันเข้าไปเพียงชั่วครู่ชั่วคราววันหนึ่งนิดเดียว เพียงแต่รสชาติเอร็ดอร่อยรสหวานๆ เปรี๊ยะๆ ติดลื่นนิดเดียวเท่านั้นแหละ อันที่เขาศรัทธานั้น โห้! โห้! เขาทำบุญทำทานเขาจะหาเงินได้มาซื้อมะม่วงแต่ละลูกนั้น ไม่ใช่ของน้อยๆ แต่เรานั้นเพียงแต่ฉันเฉยๆ สักแต่ว่ากินเฉยๆ แม้แต่ปอกเขายังปอกให้เรากินเสียอีก ไม่ใช่เราปอกเอง นั่นแหละควรคิดถึงของพวกนี้

การทำความเพียรภาวนา เพื่อทดแทนเพื่อบุญกุศลของเขา เขาหวังบุญกุศลเท่านั้นแหละ เราจึงควรทำความเพียรภาวนา ทำให้มันคุ้มค่าของเงินของเขา ที่เราทำทุกวันนี้เราทำอันนี้เพื่อประโยชน์อะไร? ทานทุกวันนี้เราได้อะไร? มันพอคุ้มค่าของเขาแล้วหรือยัง? ในวันหนึ่งๆมันคุ้มค่าของเขาแล้วหรือยัง? ตอนนี่ควรคิดมากๆ ที่เดียว เราบวชมาแล้ว มันดีแสนดี สนุกสุขสบายแล้วเลยลืมตัว ไม่ตั้งใจภาวนา

จิตมันสงบได้ไหม? จิตมันเป็นสมาธิได้ไหม? ที่ทำความเพียรภาวนาแต่ละครั้งแต่ละทีนั้น  
ครั้งมันไม่ได้ มันก็ไม่คุ้มค่านั่นแหละ ให้เห็นโทษของตนอย่างนี้ อย่าไปเห็นโทษของคนอื่น ว่า  
เขาไม่มีศรัทธา เขาไม่เลื่อมใส ไม่จริงหรือของอันนั้น เขามีศรัทธาเพียงพออยู่ แต่ตัวเรานี่ไม่มี  
คุณค่า ไม่มีคุณวิเศษที่จะตอบแทนของเขา

ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า  
ไม่ได้มีที่อื่น ไม่ได้เกิดที่อื่น  
เกิดที่ตัวของเรานี้  
กิเลส ก็เกิดขึ้นที่ตัวของเรา  
มันจะตัดกิเลสได้  
ก็เพราะปัญญาพิจารณารู้แจ้งเห็นจริง  
แล้วมันละถอนได้

#### ๖๕. จิต-ใจ-ปัญญา

วันที่ ๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

"จิต" คือผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุงแต่ง  
กิเลสทั้งหมดเกิดจากจิต

"ใจ" อยู่หนึ่ง รู้ได้เห็นอยู่ว่าหนึ่ง  
อยู่ตรงกลางสิ่งทั้งปวงหมด  
ไม่ใช่ว่าดี ไม่ใช่ว่าชั่ว

ถ้ามี "สติ" ควบคุมจิต  
มี "สัมปชัญญะ" รู้ตัวอยู่  
มันหยุดคิด  
นั่นแหละ "ปัญญา" ในทางพุทธศาสนา

ว่าถึงเรื่อง "จิต" กับ "ใจ" "จิต" คิดวุ่นวาย คิดเดือดร้อน จิตกระสับกระส่าย ไม่อยู่คงที่ นั้นเรื่องจิต "ใจ" นั้นให้เข้าใจว่า ความรู้สึกครั้งแรกที่อายตนะภายนอกและภายในกระทบกัน ความรู้สึกครั้งแรกนั้นเรียกว่า "ใจ" ไม่มีตนมีตัวอะไรเป็นแต่ความรู้สึกเฉยๆ เป็นสภาวะอันหนึ่ง เป็นความรู้ ความเห็น ความเข้าใจตามเป็นจริงอันนั้นเป็นสภาวะธรรม เรียกว่า ธรรมชาติ

"ใจ" ก็ดี "จิต" ก็ดี แท้ที่จริงมันเป็นสภาวะธรรม เป็นสักแต่ความรู้ความเข้าใจ ให้แยกอย่างนี้ ความรู้สึกที่แรกเมื่อเกิดการกระทบ เมื่อตากระทบกับรูป หูกระทบกับเสียง เกิดความรู้สึกขั้นที่แรกนั้นเรียกว่า "ใจ" ยังไม่ทันขยายออกไป เพียงแต่รู้สึกครั้งแรก ที่ขยายออกไปนั้นคือ ความคิดความอ่าน ความปรุงความแต่ง ปัญญาทางโลกล้วนแต่เป็น "จิต" พุทกัณง่ายกว่า "ใจ" นั้น เป็นของกลาง อยู่ตรงกลางสิ่งทั้งปวงหมด ไม่ใช่ว่าดี ไม่ใช่ว่าชั่วอะไรทั้งนั้น

"จิต" นั้นคือ ผู้คิดผู้นึก ผู้ปรุงผู้แต่ง อากาโรของคิดของนึก ของปรุงของแต่ง เรียกว่าจิต ทั้งหมด กิเลสทั้งหมดเกิดจากจิต ไม่ใช่เกิดจากใจ ปัญญาวิชาความรู้ต่างๆ เกิดจากจิต ทั้งดีทั้งชั่วทั้งหยาบละเอียด ทั้งบาปทั้งบุญเกิดจากจิต เข้าถึง "ใจ" แล้วไม่มีอะไร ไม่คิด ไม่ปรุงแต่ง ขอให้เข้าใจกันอย่างนี้ คำว่า "จิต" ว่า "ใจ"

ครั้นถ้าเข้าถึงใจแล้ว ไม่คิดไม่นึกมันก็ "อยู่" แล้ว เห็นอยู่รู้้อยู่ว่ามัน "อยู่" แต่ไม่คิดไม่นึก "จิต" นั้นมันไม่อยู่ มันไปร้อยแปดพันประการ รอบด้าน คิดนึกตลอดวันยังคำกั้นยังรุ่ง ไม่มีหยุดหย่อน แม้แต่นอนหลับก็ยังฝัน นั้นเรื่องของจิตไม่มีความสุข มีแต่ความเดือดร้อนวุ่นวายตลอดเวลา ถ้าหากไม่มี "สติ" ก็คิดตลอดวัน ตลอดวันตายไม่สงบได้ ครั้นถ้ามี "สติ" ระมัดระวัง สังเกตพิจารณาว่ามันคิดอย่างไร? คิดชั่วคิดดี คิดหยาบคิดละเอียด คิดบาปคิดบุญให้รู้ตัวอยู่เสมอ รู้ว่ามันคิดอยู่เสมอ อันนั้นตามไปรู้ไปเห็นมันคิดให้ตามไปเสียก่อน ครั้นถ้าหากมันเข้ามาถึงที่แล้วคราวนี้ ตามไปเห็นไปรู้เท่า โอ! มันคิดอย่างนี้หนอ มันคิดอยากฆ่าคน มันคิดอยากตีหัวคน ตัวคิดอยากตีคิดอยากฆ่ามันอยู่ตรงนี้ ไปรู้เท่าๆกับความคิดนั้น มันก็เลยหยุด ครั้นรู้เท่าแล้วมันหยุด ถ้ารู้ตามไม่หยุด รู้เท่าแล้วมันหยุด มาเป็นใจ คราวนี้จิตมันกลับมาเป็นใจ ก็อยู่สงบสบาย

เรื่อง "จิต" เรื่อง "ใจ" พิจารณาให้มาก สนใจให้มาก ครั้นเมื่อเห็นใจแล้วคราวนี้ ต้องการอยากจะทำให้มันสงบอยู่ ก็เข้าไปหา "ใจ" เลย อากาโรของใจที่นี้เรา เห็นแล้วว่ามันไม่คิดไม่นึก เป็นแต่ความรู้สึกครั้งแรก เอา "สติ" เข้าไปควบคุมให้อยู่นิ่ง อยู่ได้นานๆเป็นชั่วโมง ๒ ชั่วโมงก็อยู่ได้

จิตนั้นมันคิดนึกปรุงแต่ง สัญญาอารมณ์ทั้งปวงหมด ตามเข้าไปให้รู้เรื่องของมันไปร้อยแปดพันประการรอบด้านรอบทิศ ก็ให้รู้เรื่องของ "จิต" ครั้นรู้เรื่องของจิตแล้วมันถอน กลับเข้ามาเป็น "ใจ" อยู่ได้สบาย การหัดแบบนี้พิจารณาตั้งหลายชั่วโมง มันจึงค่อยมาเป็น "ใจ" ที่จิตมันคิดนึกไม่ใช่

มันไม่มีปัญญา ปัญญามันเกิดจากนั้นแหละ ต้องการจะให้เกิดปัญญาก็เกิดจากนั้น แต่ว่าการเกิดปัญญามันต้องมี "สติ" ควบคุม จนกระทั่งรู้เท่ามันคิด ไม่ให้มันมาก ไม่ให้มันน้อยกว่า ให้รู้เท่าๆกัน มันก็หยุดเท่านั้น นั่นเราได้ ปัญญา

**ปัญญา** ในทางพุทธศาสนาท่านบอกว่า เมื่อคิดนึกปรุงแต่งสารพัดทุกอย่างมีความรู้รอบเข้าใจทุกสิ่งทุกประการตามความเป็นจริงหมดแล้ว มันหยุด อันนั้นเรียกว่าปัญญา อันที่จะให้มันหยุดนั้นมีปัญญามากทีเดียว จะทางธรรมหรือทางโลกก็ตาม ที่มันนึกคิดมันปรุงแต่งไปนั้น ไปรอบคอบรอบทาง ถ้ามี "สติ" ควบคุม มี "สัมปชัญญะ" รู้ตัวอยู่ มันหยุดคิด นั่นแหละ "ปัญญา" ในทางพุทธศาสนา ปัญญาทางโลกนั้นก็คิดไปเถิดไม่มีที่สิ้นสุด ตั้งแต่วันเกิดจนวันตายก็ไม่สงบสักที คิดแล้วๆเล่าๆกลับไปกลับมาอยู่นั้นแหละ วนเวียนอยู่นั้น จึงเรียกว่า วัฏฏะ

ให้ลองคิดดูทุกๆคนพิจารณาว่า วันหนึ่งเรามีอะไรบ้าง? เราคิดอะไรบ้าง? รู้เรื่องความคิดของเราไหม? เปล่า ไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็ไม่ใช่ปัญญา ถ้าคิดนึกปรุงแต่งสารพัดทุกอย่าง ครั้นถ้ารู้ตัวไม่ก็มากน้อยหรือก มัน "รวม" ลงมาเลย นั่นแหละจึงค่อยเกิด "ปัญญา" "ปัญญา" ชนิดนี้ไม่ต้องกว้างขวาง เป็น"ปัญญา"รู้ตัวแล้วก็แล้วกันรู้แล้วก็หยุด ที่มันกว้างขวางหมดในโลกนี้ มันมีการหยุดเป็นธรรมดา ถ้าไม่หยุดอยู่ไม่ได้หรือก ที่ใช้รถยนต์ไฟ เครื่องบิน เรือ เรือดำน้ำก็ตาม เขาใช้ก็ต้องมีเวลาหยุดพักผ่อน มันจึงอยู่ได้ มันจึงทนทาน ครั้นไม่มีเวลาพักผ่อนอยู่ไม่ได้หรือก พังเลย

จิตใจคนเราก็เหมือนกัน ภาวนาไป ภาวนาไป ฝึกหัดปฏิบัติไป อบรมไป สังเกตพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่าง รู้เท่ารู้รอบรู้ทั่วแล้วหยุด นั่นแหละ "หยุด" เรื่องของใจไม่เหมือนเรื่องของรถของรา มันปรากฏอยู่ในใจของใครของมัน สงบนิ่งแน่วลงไป เรื่องการภาวนาในพุทธศาสนาต้องเป็นอย่างนั้น

ลองพิจารณาว่า

วันหนึ่งเราคิดอะไรบ้าง

รู้เรื่องความคิดของเราไหม

ถ้ารู้ตัว แล้วมันหยุด มัน "รวมลง" ไหม ?

๓๐. พันจากทุกข์ได้

วันที่ ๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

ผู้ปฏิบัติถ้าไม่เห็นจิตเห็นใจแล้ว  
ไม่มีทางที่จะเป็นสมาธิภาวนาได้  
พ้นจากทุกข์ไม่ได้  
จิต ใจ กิเลส ทั้ง 3 อย่างนี้  
ถ้าเห็นอยู่ตลอดเวลาแล้ว  
นั่นแหละจะพ้นทุกข์ได้

นักปฏิบัติ นักฝึกหัด นักอบรม ที่ว่า "นัก" คือ ถือเป็นผู้เก่งในการฝึกหัดปฏิบัติในการอบรมใจจึง  
ค่อยเรียกว่า "นัก" การฝึกหัดอบรมจิตนั้น มันมีหลายเรื่องหลายอย่างที่เรียกว่ากัมมัฏฐาน แต่ว่าจะ  
อบรมไปประการใดก็ตาม จะอบรมมากอบรมน้อยก็ตาม ถ้าหากไม่มีแบบภายในตัวจะอบรมสัก  
เท่าใด ก็ไม่เป็นไปไม่สงบอยู่ดี ๆ นั้นแหละ การฝึกหัดให้ชำนาญชำนาญมีแต่อุบาย อุบายนั้นเทศน์ให้  
กันฟังได้สอนกันได้ แต่แบบภายในเป็นของตัวเอง มันเป็นเองของใครของมัน ที่แบบภายในเกิด  
ขึ้นมาเกิดจากอุบายที่เราฟังมา แต่แบบภายในเกิดขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง ใครสอนไม่ได้ทั้งหมด มัน  
เกิดเฉพาะตนเอง การปฏิบัติจะชำนาญฉลาดเฉียบแหลมประการใดก็ต้องมีแบบภายในที่นั่น  
อย่างที่ว่าโลกเขาเรียกว่า "เทคนิค" หรืออะไรนั่นมันทำให้เกิดมีขึ้นเฉพาะส่วนตัว มีแววต่าง

เราฝึกหัดอบรมปฏิบัติ สักแต่ว่าอบรมฝึกฝน แต่ไม่มีแบบภายในถึงนานเป็นมันยากอยู่  
ตรงที่ว่าไม่มีแบบภายใน สอนกันก็ไม่ได้ แต่ถึงอย่างไรก็ใช้อุบายนั้นเสียก่อน ถ้าหากมันจะเป็นมัน  
เกิดขึ้นมาเองหรือแบบภายใน อย่างเราพิจารณากายคตาสติ พิจารณากายนี้แหละ นี่เป็นอุบาย  
เบื้องต้น กายนี้เห็นไม่ได้ทั้งไม่ได้ เพราะติดตัวของเรามาตั้งแต่เกิดจนวันตาย มาถือนักถือหนากาย  
นี้มันว่าของเรา ของกู ของกู อยู่ตลอดเวลา ถ้ายังถือว่าของกูตลอดเวลา มันก็ทั้งของกูไม่ได้ มันก็  
ไม่สงบสักที แต่เวลาแบบภายในเกิดขึ้น มันก็ว่า "ทำไมจึงว่าของกู?" นั่นมันแวบขึ้นมา อันนั้น  
เป็นเหตุให้เราพิจารณแบบภายในเข้าไปอีก อุบายนั้นมันไม่เอาเสียแล้ว มันเอาแต่แบบภายใน  
เกิดขึ้นแต่อย่างเดียว นั่นแหละแบบภายใน มันจะเกิดขึ้นมาวิธีใดก็ตาม แต่มันก็เกิดขึ้นมาเอง

ในการพิจารณาธรรมะ ทุกชั้น ทุกส่วน ทุกอย่าง ทุกประการมันกว้างขวางเราพิจารณาไป  
หมดทุกแห่งทุกมุม เราใช้จิต เราไม่ใช้ใจ ในการพิจารณาแบบภายในต่าง ๆ พิจารณาอุบายต่าง ๆ เราใช้  
จิต ทั้งดีและชั่ว ทั้งหยาบและละเอียด อย่างที่พิจารณากายด้วยวิธีต่างๆ โดยพิจารณาเป็นอนุ  
ปฏิภาณ พิจารณามรณสติเห็นความตาย พิจารณาลมหายใจเข้า-ออก ล้วนแต่พิจารณาเพื่อให้มันเกิด  
แบบภายใน เพื่อให้มันเกิดรวมตัวเข้าไปนั่นเอง เพื่อให้มันรวมจิต เป็นใจเข้าไป จิตนั้นถ้าหาก  
พิจารณาเท่าใด ๆ มันก็ฟังไปตลอดเวลา ถ้าไม่รวมเป็นใจเมื่อไรแล้ว ไม่สงบ ผมยังบอกว่า จิตนั้น

ล้วนแต่พิจารณาเรื่องโลก ไม่ใช่เรื่องธรรม เป็นโลกทั้งหมดไม่มีที่สิ้นสุด พิจารณาตลอดเวลา ตลอดชีวิตก็พิจารณาไปเถิด จิตมันไม่หยุดยั้ง มันพุ่งชนราคาอนุสารพัดทุกสิ่ง ไม่มีที่สิ้นสุด อันที่ สุดของโลก ที่สุดของกิเลส ที่สุดของบาปกรรม ทั้งหมดนั้นมันอยู่ที่จิตรวม จิตไม่รวมสักที ตั้งแต่วันเกิดจนถึงวันตาย เพราะจิตพุ่งชนเพราะจิตคิดนึก เพราะจิตส่งสาย

ครั้งจิตรวมลงแล้วมันเป็นหนึ่งลงไป มันสงบลงไป นั่นแหละที่สุดของโลก ที่สุดของวิญญู สงสาร รวมลงมาเป็นหนึ่ง เป็นกลาง รวมลงเป็นกลางๆแล้วเป็นที่สุด ธรรมะจึงว่ามีที่สุด เป็น เรื่องโลกไม่มีที่สุด พิจารณาไปเถิดพิจารณาเท่าใดก็พิจารณาไป หาที่สุดไม่ได้ พอมันรวมลงมา เป็นหนึ่ง มันรวมลงมาถึงความสงบก็หมดเรื่องไม่มีที่ไป นั่นจึงเรียกว่าที่สุดของโลก

อะไรเป็นเครื่องตัดสินใจ? อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือไตรลักษณ์ ทั้ง ๓ อย่างนี้เป็น เครื่องวัด ถ้าวางไตรลักษณ์แล้วไม่มีที่ไป แต่ก่อนหน้านั้นพระพุทธเจ้าก็ดี สาวกของพระพุทธเจ้าก็ดี ท่านพิจารณาเดินตามแบบนี้แวนนี้ทั้งนั้น แต่ถึงอย่างนั้นก็ดี ท่านถึงที่สุดแล้ว เวลาสงบอยู่ตาม ธรรมคา มันก็ต้องไปตามเรื่องอีก มันไปตามโลก ตามวิญญูสงสาร จิตมันเคยชินมานานตั้งแต่ หลายภพหลายชาติ มันคิดมานานนักหนา มันจึงค่อยไปตามเรื่องของมัน แต่คราวนี้จิตของท่าน ไป ท่านไม่ได้ผลเรือ จิตมีสติระมัดระวัง ตั้งมันอยู่ในสมาธิ พิจารณาเห็นโทษทุกข์ของมัน แล้ว จิตมันก็รวมเข้ามาอีก รวมเข้ามาได้พักหนึ่งแล้วมันก็ออกไปอีก ก็พิจารณาตามเรื่องของแก่นั่น แลละ มันก็ไปตามของแก่นั่นแหละ ครั้นไปๆมาๆหมดเรื่อง มันก็ลง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เข้า มาเป็นใจก็หมดเท่านี้

การที่จิตเข้าๆออกๆ พิจารณาแล้วรวมเข้ามา เป็นเหตุให้เกิด "ปัญญา" มีสติรู้เรื่องราวของ พวกนี้อยู่ตลอดเวลา นั่นแหละเรียกว่า ประมวลเรื่องโลกทั้งหมดเข้ามาเป็นอันเดียว ธรรมะที่ พระพุทธเจ้าทรงสอนมีที่สิ้นสุดอย่างนี้ ทางโลกไม่มีใครสอนได้สิ้นสุด ไปดูเกิดตำราแบบอย่าง ที่ไหนก็ไปดู ไม่มีที่สิ้นสุดเรื่องโลก วิทยาศาสตร์สารพัดทุกอย่าง เกิดใหม่ๆขึ้นมาเรื่อย มันก็ของ แก่นั่นแหละ แต่เกิดใหม่เป็นความรู้ขึ้นมาปลีกย่อยออกไปสารพัดสาขา หาที่สิ้นสุดไม่ได้ ธรรมะ ของพระพุทธเจ้าสาขาเดียวเท่านั้นที่มีที่สิ้นสุด

สมณะ คือ ความสงบเข้าถึงสมาธิ เข้าถึง "ใจ" เมื่อเข้าถึง "ใจ" แล้วก็สงบเยือกเย็น ไม่มี เครื่องเคียดร้อน แต่ว่า "ปัญญา วิปัสสนา" ที่มันจะเกิดนั้น มันอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก มากมาย เหมือนกัน แต่มันไม่พ้นจากไตรลักษณ์ ต้องเข้ามารวมเป็นหนึ่งเสียก่อน

"จิต" กับ "ใจ" มันอันเดียวกันนั่นแหละ วิญญูณก็เรียก จิตก็เรียก เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ สารพัดทุกอย่างก็เรียกไป ล้วนแล้วแต่ออกจากใจ "ใจ" คือ ผู้นิ่งผู้สงบ ไม่คิดไม่นึก แต่รู้สึกตนอยู่ นั่นแหละเรียกว่าใจ ผู้คิดผู้นึก ผู้รู้สึกอารมณ์ต่างๆทั้งดีและชั่ว อันนั้นเรียกว่า "จิต"

ผู้ปฏิบัติฝึกหัดถ้าไม่เห็นจิตเห็นใจเสียแล้ว ไม่มีทางที่จะเป็นสมาธิภาวนาได้ พ้นจากทุกข์ไม่ได้ ที่จะพ้นจากทุกข์ได้ก็เพราะเห็น "จิต" กับ "ใจ" แล้วเห็น "กิเลส" จิตคือผู้คิดผู้นึกนั่นละ ผู้สะสมกิเลสถ้าเข้ามารวมเป็นใจแล้วละกิเลส พ้นจากกิเลสแล้วมาเป็นใจ

จิต ใจ กิเลส ทั้ง ๓ อย่างนี้ถ้าเห็นอยู่ตลอดเวลาแล้ว นั่นแหละจะพ้นทุกข์ได้ การปฏิบัติศาสนาสิ้นสุดลงแค่นี้ ไม่ต้องมากมาย เอาละ

### ๗๑. สติ - สมาธิ - ปัญญาตั้งมั่น

#### จึงเห็นของจริง

วันที่ ๒๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

สติ สมาธิ ปัญญา

ทั้ง 3 อย่างนี้แยกกันไม่ได้

ครั้งไม่มีสติ ก็ไม่มีสมาธิ

ไม่มีสมาธิ ก็ไม่มีปัญญา

พวกเรานักปฏิบัติให้ตั้งสติพิจารณาให้แน่นอน สติ อันหนึ่ง สัมปชัญญะอันหนึ่ง สมาธิ อันหนึ่ง ปัญญาอันหนึ่ง ๓ อย่างนี้พิจารณาให้ดี

**สติ** คือความระลึกได้ ความแน่วแน่ระมัดระวัง เราจะพิจารณาอันนี้ ก็พิจารณาจดจ้องเฉพาะอันเดียว เรียกว่าสติ **สัมปชัญญะ** อยู่ในนั้นแล้ว มีสติสัมปชัญญะพร้อม ถ้าไม่มีสติมันก็ไม่ มีสัมปชัญญะ สติกับสัมปชัญญะมันอยู่ด้วยกัน

**สมาธิ** คือแน่วแน่ในสิ่งเดียว อารมณ์อันเดียว เมื่อมีสมาธิ ปัญญามันก็เกิด การพิจารณานั้นเรียกว่าปัญญา สมาธิมันแน่วแน่ พิจารณาอะไรก็แน่วแน่อยู่ในสิ่งเดียวนั้นแหละปัญญา มันอันเดียวกันนั่นแหละ

**สติ - สมาธิ - ปัญญา** ทั้ง ๓ อย่างนี้มันแยกกันไม่ได้ ครั้งไม่มีสติก็ไม่มีสมาธิ ไม่มีสมาธิก็ไม่มีปัญญา มันต้องอยู่ในนั้นแหละ พิจารณาให้ถี่ถ้วน พิจารณาแน่วแน่ลงในเฉพาะสิ่งเดียวแล้ว อารมณ์อื่นไม่มาแทรกซึม มันก็เกิดปัญญาความรู้ความฉลาดขึ้นมา ไม่ใช่ปัญญาจะเป็นกลุ่มเป็นก้อน เป็นหมู่เป็นพวกอย่างนั้น มันให้รู้ในนั่นเอง มันให้แน่วแน่ในนั่นเอง ความรู้จริงเห็นจริงอันนั้นเรียกว่าปัญญา

อย่างเช่นพิจารณาทุกข์สังข์ คือให้เห็นทุกข์นั้น เราพิจารณาทุกข์สิ่งเดียว มันพิจารณาเห็น กองทุกข์ ครั้นเห็นทุกข์อันนั้นก็เห็นตัวสมุทัย คือพิจารณาทุกข์อันนั้นอะไรมาเกิดทุกข์ มันเกิด ความรู้ ความรู้อันนั้นแหละมันเกิดสมุทัยในตัว ท่านจึงเทศนาว่า ทุกข์อันใด สมุทัยอันนั้น นิโรธ อันใด มรรคอันนั้น พิจารณาทุกข์เท่านั้น สมุทัยเกิดขึ้นมาในตัว พิจารณาอารมณ์อันเดียวอย่าง ที่ว่า มีสติ มีสัมปชัญญะ มีสมาธิ มีปัญญา มันเกิดขึ้นมาพร้อมกัน เวลาพูดจะเป็นระยะห่างกันไว้ แต่ความจริงเวลาพิจารณา มันลงอันเดียวกัน เห็นชัดขึ้นมาในอันนั้นเลย เราไปมัวเมาแต่ปริยัติ มัว เมาแต่สมมุติ ที่ท่านเทศนาไว้ที่ท่านอธิบายไว้ สติเป็นอันหนึ่ง สัมปชัญญะเป็นอันหนึ่ง สมาธิ เป็นอันหนึ่ง ปัญญาเป็นอันหนึ่ง อธิบายไว้แล้วไปหลงสมมุติบัญญัติ ความเป็นจริงมันเกิดขึ้นมา เป็นอันเดียวกัน ในขณะที่เดียวกันนั่นเอง อย่าไปเอาสมมุติบัญญัติอันนั้นมาพาปะปนกัน เวลา พิจารณาธรรมะ ครั้นพิจารณาลงมันชัดลงไปอย่างนั้นเลย

สติ มีแล้วรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา ตั้งมันอยู่ตลอดเวลา รู้ตัวว่าเราตั้งมัน รู้ตัวว่าเรามีสติ รู้ตัว รอบคอบในสิ่งทั้งปวง ว่าเป็นปัญญา ว่าเป็นสมาธิ แล้วสิ่งอื่นมันจะมาจากไหน? อารมณ์ อื่นมันจะมาจากไหน? ครั้นมีสติมีสมาธิอยู่แล้ว ไม่มีสิ่งอื่นมารบกวนมันก็แน่วแน่อยู่ในอันเดียว นะซี ครั้นมันเป็นอารมณ์อันเดียวแล้ว มีสติมีสมาธิแล้ว มันแน่วแน่ลงอันเดียวเกิดปัญญา ไม่ต้อง ชำระกิเลส ไม่ต้องชำระอารมณ์มันไม่ต้องไปรบที่อื่นหรือ กิเลสมันรอบๆอยู่นั้นละ ไม่ต้องไป รบกวน มันอยู่ในที่เดียว ชัดเจนในที่เดียว มันแน่วแน่ในที่เดียวแล้ว นั่นละเป็นสมาธิมีปัญญา

ปริยัติอธิบายกว้างขวางออกไปเรื่องกิเลสทั้งหลาย มีกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา กว้างขวางออกไป มันไม่เอาเรื่องเหมือนเราพิจารณาหรือ ครั้นลงเฉพาะปัจจุบันเฉพาะจิตอัน เดียว เป็นหนึ่งลงไปแล้ว มันให้อยู่ในนั้นหมด พิจารณาเห็นอยู่ในนั้นหมด พิจารณาทำไฉนเห็น จิตเห็นใจชัด พิจารณาอะไรก็ลึกซึ้งลงไป เห็นอยู่ตรงทีเดียว จึงว่าปัญญาเกิดจากสมาธิ มัน ไม่ใช่จิตมยปัญญา ความคิดความอ่านอันนั้นไม่ใช่สุตมยปัญญา ฟังตามเขาเล่ามา อาจารย์ ท่านบอกเล่า มันไปโน่นออกไปนอกโน่น ครั้นมันลง ภวนามยปัญญาแล้ว มันเห็นเกิดขึ้นมาที่ นั้นเลย ไม่ต้องไปหาในที่อื่นจึงว่าจิตอันเดียวแน่วแน่ลงไปเท่านั้นแหละ ในอารมณ์อันเดียวแล้ว นั้นแหละ เป็นสมาธิเป็นปัญญาไปในตัว

เรื่องทั้งปวงหมดมันเกิดจากใจ ผมเคยเล่าให้ฟังแล้ว ใจตั้งมันแล้ว มันเห็นใจตั้งมันเป็น อันหนึ่งเสียก่อน แล้วมันไม่มีอะไรหมด มันว่างหมดไม่มีอะไร มันไม่คิดไม่นึก มันก็ไม่มี อารมณ์ เลยว่าไม่มีปัญญา ไม่คิดไม่นึกก็ไม่มีปัญญา นั่นเอาไว้เสียก่อน ขอให้มันเห็น "ตัวหนึ่ง" เสียก่อน ขอให้มันเป็นกลางๆนั้นเสียก่อน จิตเป็นกลาง จิตไม่เอนเอียง ไม่มีอดีตไม่มีอนาคต นั่น แหละมันแน่นอน ธรรมะเป็นของกลาง มันกลางในสิ่งทั้งปวงหมด ไม่มีบาปไม่มีบุญ แล้วที่นี้



เมื่อมันไม่มีอดีตไม่มีอนาคต ไม่มีบาปไม่มีบุญ ไม่มีดีไม่มีชั่ว นั่นจึงเห็นของจริง เห็นตัวบาปตัวบุญขึ้นมาละคราวนี้ ถ้าหากว่ามีกิเลส มีบุญมีบาปมีคุณมีโทษมีความดีความชั่วอยู่ มันปกปิดหมดไม่รู้ตัว ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร? มันปกปิดหมด

เปรียบเหมือนกับของภายนอก น้ำที่มันใสแจ๋วอยู่ มันนิ่งมองดูแล้วเห็นเงาตัวไม่ได้แต่ แต่มันเกิดขึ้นมาเห็นเงาอยู่ในตัว ถ้าหากมันกระเพื่อมแล้วใสเท่าไรก็ตามเกิดไม่เห็นเงาหรือ น้ำที่ใสๆนั้นกระเพื่อมอยู่ไม่เห็นเงา ครั้นที่จิตมันแน่วเป็นหนึ่ง มีอารมณ์เป็นอันเดียว เป็นกลางๆอยู่ เห็นกิเลสมันปรากฏขึ้นมาในที่นั้น เรื่องเหล่านี้ถ้าคนพิจารณาไม่เป็นสมาธิ ไม่เป็นกลางเมื่อไรไม่เห็นหรือ พุคเท่าไรก็ไม่เข้าใจไม่รู้เรื่องอะไร ต่อเมื่อจิตมันเป็นกลางวางเฉยๆลงไปแล้ว จึงค่อยเห็นว่า อ้อ! มันเป็นอย่างนี้เองหนอ

คำที่ว่า "มันเป็นอย่างนี้เองหนอ" มันเห็นชัดด้วยใจของตนเองว่ามันเป็นอย่างนี้เองจึงจะรู้ตัว คราวนี้ชอบใจแล้วการปฏิบัติธรรม ครั้นไม่ถึง "ตรงกลาง" เมื่อไรยังไม่ชอบยังไม่ยินดีพอใจยังมัวเมาหาโน่นหานี้อยู่ ไม่เห็นสักที หาเท่าไรยิ่งวุ่นใหญ่ยิ่งกระเพื่อมใหญ่เพราะจิตไม่ตั้งมั่นไม่เป็นกลาง ครั้นจิตเป็นกลางวางเฉยแล้ว เห็นเงามันในตัว คือปัญญาเกิดขึ้นแล้ว

อย่าไปค้นหาในที่อื่น กิเลสก็อย่าไปหาค้นในที่อื่น ค้นในตัวของเราอันที่ปรากฏเป็นตัวกลางๆนั้นละ ที่มันออกไปนั้นมันไม่ใช่กลาง ไม่ใช่ใจมันเป็นจิต มันคิดมันนึกต่างหาก ถ้าหากมันปรากฏขึ้นในความเป็นกลางๆนั้น อันนั้นแหละจึงเป็นปัญญา อันนั้นแหละจึงเรียกว่าเป็นแสงสว่างเกิดขึ้นมา คือความรู้เกิดขึ้นมา เป็นของจริง เราควรจับอันนั้นไว้เป็นที่ตั้งมั่น ในการปฏิบัติต่อไป เอาละ

## ๓๒. ความเคารพตน

วันที่ ๕ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

การกระทำด้วยความเคารพความคารวะ

ไม่ใช่เคารพคนอื่น เคารพเราเอง

กิริยาที่เราทำนั้นเป็นการเคารพตนเอง

คนอื่นเขาจะว่าอย่างไรก็ตาม

แต่ความเคารพมันมีอยู่ในตัวของตน

บวชเข้ามาอยู่ด้วยกัน มีโอกาสจะต้องตักเตือนซึ่งกันและกัน ให้มันถูกต้อง ประองคองซึ่งกันและกัน ความประพฤติปฏิบัติของเราที่ต่างคนต่างอยู่ต่างปฏิบัติ ต่างคนประพฤติด้อยแตกต่างกันไป ห่างกันยิ่งไกลกันออกไป เมื่อได้สมาคมกันแล้วเป็นการดีมาก พระพุทธเจ้าทรงเทศนาสอนว่า สมาคมกันนั้นเป็นการดีที่สุด ต้องให้มองเห็นในกันและกัน คนเราเป็นพระมาแล้วที่จะให้ ประองคองสามัคคีต่อกัน ต้องมี หิริ ความละอายแก่ใจ โอตตปปะ ความกลัวบาป ความเกรงบาป ในใจ ๒ ข้อนี้เป็นการสำคัญที่สุดอยู่ในหมู่คณะอย่าเข้าใจว่าไม่มีใครดูเรา แต่ที่จริงนั้นมันให้อยู่ ในสายตาของคนทั้งหมด

พระเราต้องมี หิริ ความละอายแก่ใจ โอตตปปะ ความเกรงกลัวบาปในใจ ให้คิดว่าเราทุกคนที่มาอยู่ร่วมกัน มันต้องมีคนมอง โดยส่วนมากคนเรามองแต่ความชั่วความดีไม่ค่อยจะมอง ความชั่วมันเห็นง่าย ความดีมันเห็นได้ยาก อาการกิริยาใดๆที่มันผิดแปลกจาก "ธรรมวินัย" ผิดแปลกจากหมู่จากคณะ ผิด "ขนบธรรมเนียม" ของหมู่เพื่อน ควรระวังอันนั้น ควรจะคิดนึกว่า คนอื่นจะมองเห็นเราอยู่เสมอ อย่าไปเข้าใจว่า คนอื่นไม่มองเห็น แต่ตรงกันข้ามบางคนถ้าหากว่า ได้ทำอาการกิริยาใดๆลงไปผิดแปลกจากธรรมวินัย หรือผิดแปลกจากหมู่จากคณะ อากัปกิริยานั้นๆเข้าใจว่าเป็นของโก้ อยากอวดเพื่อน อยากทำตัวให้เด่น เป็นของปรากฏแก่หมู่คณะ นั้นเรียกว่าไม่สมควรกระทำโดยแท้ เป็นการอวดความชั่วของตน มันไม่งามน่าละอาย

ถ้าหากคิดว่าเขามองตัวอยู่เสมอ ก็ต้องมีการระมัดระวังการกระทำตัว กิริยามารยาททุกประการ ทำดีทุกเมื่อ ทำดีแล้วอยากจะทำดีให้ยิ่งขึ้นไป ไม่ใช่ทำดีเพื่ออวดเพื่อน ทำดีเพื่อตัวเอง รักษาความดีเพื่อตัวเอง อันนั้นเรียกว่าคนปฏิบัติ เรียกว่าคนระมัดระวังตนโดยเฉพาะ เหตุนี้ขึ้นอยู่กับหมู่กับเพื่อนเป็นการดีที่สุดถ้าหากว่า มีสติระวังตัวทุกเมื่อ กิริยามารยาทอาการใดๆ เรารู้จักด้วยใจของตนเอง รู้จักภายในของตนเอง เราพิจารณาเฉพาะตนเอง ครั้นหากว่ามันผิดแปลก มันต้องรู้ตัว ควรระมัดระวัง ควรละอายหมู่เพื่อน อันนั้นเป็นการดีมาก การเข้าหมู่เข้าคณะตรงนี้แหละ เป็นการสำคัญที่สุด ที่เราจะดีได้ก็เพราะตรงเหตุนี้แหละ ครั้นหากว่ามีสติทุกเมื่อ มีจิตใจเป็นสมาธิ กวานาตั้งมั่น เห็นกิริยามารยาทของตนตลอดเวลา นั้นได้ชื่อว่า เรายรักษาตนดี

จะพูดให้ฟังสักหน่อยเรื่องแจกอาหาร การแจกอาหารนั้นเป็นมารยาทอันหนึ่งซึ่งเราแสดงต่อหมู่ต่อคณะ แต่แท้ที่จริงแล้วมันแสดงต่อตนเอง ไม่ใช่แสดงต่อคนอื่น กระทำด้วยความเคารพ คารวะ อย่าไปแจกอาหารอย่างธรรมดา ที่เห็นว่าการแจกอาหารเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ใช่ มันเป็นกิจวัตรอันหนึ่งเหมือนกัน เป็นข้อวัตรอันหนึ่ง แจกด้วยความเคารพ แจกด้วยความคารวะ ทานด้วยความเคารพ ทานด้วยความคารวะ ไม่ใช่เคารพคนอื่นเคารพเราเอง กิริยาที่เราทำนั้นเป็นการ

เคารพตนเอง คนอื่นเขาจะว่าอย่างไรก็ตาม แต่ความเคารพมันมีอยู่ในตัวของตน ไม่ใช่แจกอย่าง  
ประมาทเดินเล่น เราแสดงความอ่อนน้อมเคารพ

ธรรมวินัยอยู่ใกล้ๆนี้ อยู่ไม่ไกลเราหรอก เราอยู่ใกล้ๆเห็นใกล้ๆนี้ ความประมาทจะเกิดขึ้นก็  
ตรงนี้แหละ จะเกิดความเคารพการระงับตรงนี้แหละ แต่ละคนให้มีความเคารพเฉพาะตน อย่างนี้  
แหละเป็นต้น คอยระมัดระวัง

ทำดีเพื่อตัวเอง

รักษาความดีเพื่อตัวเอง

อันนั้นเรียกว่า คนปฏิบัติ

เรียกว่าคนระมัดระวังตน โดยเฉพาะ

### ๗๓. การพิจารณากัมมัฏฐาน

วันที่ ๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

เกิดความสลดสังเวชในตัวของตน

ที่ได้ของไม่ดี

ที่ได้ของไม่เที่ยง

ที่ได้ก่อนทุกข์

พวกเราได้ชื่อว่ากัมมัฏฐาน ให้มาปฏิบัติในแนวนี่ ปฏิบัติในทำนองเดียวกันเรียกว่าพวกกัมมัฏฐาน  
มันมีอะไรเป็นเครื่องวัดกัมมัฏฐาน? ถิ่นมือเดียว ถิ่นในบาตร อยู่ป่าเป็นวัตรๆ นั้นเป็นเครื่องวัด  
เครื่องแสดงของภายนอก

กัมมัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งมั่นคง ถ้าไม่มั่นคงไม่มีที่ตั้ง การงานอะไรต่างๆสิ่งภายนอกที่เขา  
ทำ ที่เขาตั้งใจจริงๆนั้นแหละมาจากอันนั้น แต่เราไม่ได้ทำการภายนอกเหมือนอย่างของฆราวาส  
เราทำกิจทางศาสนา ทางศีลก็ดี ทางสมาธิก็ดี ทางปัญญาที่ดี ทำให้หนักแน่นให้มั่นคง จึงเรียกว่า  
กัมมัฏฐาน เราสังเกตดูว่า ที่เราทำเวลานี้มีอะไรเป็นเครื่องวัด? เป็นกัมมัฏฐานแล้วหรือยัง? มี  
อะไรเป็นเครื่องบอกพร้อม? ให้รู้สึกตื่นตัวอยู่เสมอ ถ้าไม่คิดไม่พิจารณาไม่ค้นคว้าก็ไม่รู้เรื่อง

การพิจารณา "กัมมัฏฐาน" นี้ใช้อะไรก็ได้ ขอให้ตั้งมั่นคงที่แล้วกัน จะเอาพุทโธหรืออานาปานสติ กายคตาสติ อันเดียวกันหมดนั่นแหละ หรืออย่างเขาว่ายุบหนอพองหนอ หรือสัมมาอรหัง ก็เพื่อตั้งให้มั่นทำให้มั่นคงให้หนักแน่น เมื่อจิตมั่นคงหนักแน่นได้แล้ว ก็เป็นกัมมัฏฐานทั้งหมด เมื่อจิตไม่หนักแน่นก็คลอนแคลน เห็นใครว่าอันไหนดีก็ตามไปเรื่อย คว่านั่นคว่านี่ก็เลยไม่ได้รับประทานสักอย่าง ผลที่สุดก็เหลวแหลกหมด กัมมัฏฐานแตก กัมมัฏฐานอยู่คนเดียว เมื่อเราพิจารณาสิ่งใด ให้ตั้งมั่นพิจารณาลงในสิ่งเดียวก่อน

**สมถะ** คือความสงบ ให้ทำความสงบจริงๆเสียก่อน มันจะรู้เรื่องหรือกว่าสมถะเป็นอย่างไร? วิปัสณาเป็นอย่างไร? แต่ความสงบเราก็ยังไม่ได้ จะไปโทษว่าความสงบไม่เกิดปัญญาไม่ได้ จึงว่าความสงบนั้นทำให้มันมาก อบรมให้มันมาก เป็นแล้วก็ให้มันเป็นอยู่ตลอดเวลา ทั้งกลางคืนกลางวัน ถึงไม่ได้กลางวันก็ให้ได้กลางคืน ถึงไม่ได้วันหนึ่ง อย่างน้อยในวันหนึ่งให้ได้สักทีหนึ่งก็ยังดีอยู่ อันนี้ไม่เคยได้เลยตั้งแต่บวชมา บางองค์ก็ไม่เคยเป็นสมาธิสักที แล้วมันจะเป็นกัมมัฏฐานได้อย่างไร? กัมมัฏฐานทำความไม่มั่นคงก็ไม่ใช่ของตน ตั้งใจพิจารณาของของตน อย่าไปหาดูที่อื่น ครั้นพิจารณาลงในนี้แล้ว มันเห็นตัวของตนแล้วมันต้องมีความรู้ พิจารณาส่งเดียว มันต้องเกิดความรู้ขึ้นในที่นั้น

**พิจารณาส่งเดียวพิจารณาอะไร?** จะพิจารณากาย หรือพิจารณาความเกิด ความดับ เราพิจารณาในสิ่งเดียวมันต้องเกิดความรู้ สิ่งทั้งปวงหมดถ้าเอามากมันก็พร่าไปหมดเลย จับอะไรไม่ได้ ถ้าของอันเดียวแล้วมันต้องรู้ พิจารณาของอันเดียวมันต้องรู้ พิจารณาตัวธาตุนั่นเอง ตัวอสุภะ ตัวของปฏิภูมิตัวของอันเดียวกันไม่ถูกที่ใดก็ต้องถูกที่หนึ่งแน่นอนทีเดียว เห็นชัดขึ้นมาเลย เนื่องจากสมาธิไม่มีมันจึงไม่เห็น การพิจารณาเลยเปื้อๆไป มันไม่มีหลักไม่มีฐานอยู่แล้ว จึงว่าพวกกัมมัฏฐานนี้ต้องเป็นกัมมัฏฐานจริงๆจังๆ มันต้องพิจารณาให้ลงอันเดียว มันจะสงบมันจะเป็นสมถะหรือเป็นสมาธิก็ตามเกิด พิจารณาค้นคว้า พิจารณาเหตุ - ผลเรื่องราวที่อันเดียวนี้แหละ ความเกิด - ความดับ ความสิ้นความเสื่อมของสังขารร่างกาย มันก็ปรากฏขึ้นมา เกิดความสดสังเวชในตัวของตน ที่ได้ของไม่ดี ที่ได้ของไม่เที่ยง ที่ได้ก่อนทุกข์

บางคนบอกว่าไม่เห็นทุกข์ อยู่กับทุกข์ทุกวันทุกคืนไม่เห็นอย่างไร? ทำไมจึงไม่พิจารณายืน เดิน นั่ง นอน เปลี่ยนอิริยาบถ ก็ล้วนแต่เปลี่ยนเพื่อระงับทุกข์ การอยู่ การกิน การนอน ก็ล้วนแล้วแต่เปลี่ยนอิริยาบถเพื่อระงับทุกข์เท่านั้น การเจ็บการป่วยเล็กๆน้อยๆ เรียกว่า เวทนา มันมีอยู่ประจำ ปวดหัว ตัวร้อน เป็นไข้ เป็นหนาว ด้วยอาการต่างๆ ก็ล้วนแต่เรื่องทุกข์ทั้งนั้น ครั้นพิจารณาลงอันเดียวมันเห็น เห็นในตัวของเรานี้แหละ ไม่ต้องไปพิจารณาที่อื่น อย่างนั้นจึงเป็น

กัมมัญฐานแท้ นี่สักแต่ว่ากัมมัญฐานเฉยๆ ตรงไหนเป็นกัมมัญฐานก็ไม่ทราบ เมื่ออยากเป็น  
กัมมัญฐานก็ให้พิจารณาลงอันเดียว อย่างที่พูดมานี้

อยู่กับทุกข์ ทุกวันทุกคืน

แล้วไม่เห็นทุกข์

ทำไมจึงไม่พิจารณา

ยืน เดิน นั่ง นอน เปลี่ยนอิริยาบถ

ก็ล้วนแต่เปลี่ยนเพื่อระงับทุกข์

การอยู่ การกิน การนอน ก็ล้วนแต่

เปลี่ยนเพื่อระงับทุกข์

#### ๗๔. การละทิฏฐิมานะ

วันที่ ๑๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

ศาสนานี้สอน

เพื่อความปรองดอง สามัคคีเป็นพื้น

คนต้องมีทิฏฐิด้วยกันทั้งหมด

เรามาปฏิบัติ มาละทิฏฐิ

ใกล้เข้าพรรษาแล้ว ทุกคนพากันเตรียมตัว จะต้องย้ายไปอยู่ตามสถานที่ต่างๆ พระที่บวชใหม่  
จะต้องอยู่ในที่นี้ มีคนควบคุม พระที่มีอายุพรรษาให้แยกกันไปอยู่ในสถานที่ต่างๆ ให้แยกย้าย  
กันลงไปดูว่าจะพึงตนเองได้หรือยัง สมควรจะแยกย้ายกันออกไปลงดู อย่าหาผู้ที่ถูกนิสสัยกัน  
ถูกต้องปรองดองกัน จึงจะไปอยู่ได้ อันนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ นิสัยของคนมันต้องคนละอย่าง  
ละทางกัน เมื่อมีนิสัยคนละอย่างคนละทางกัน การที่อยู่ด้วยกัน มันต้องมีการกระทบกระทั่งกัน  
บ้าง ต้องมีความอดทนจึงจะอยู่กันได้

ในศาสนานี้แสดงอานิสงฆ์ของความอดทนเป็นอย่างยิ่ง ความอดทนเป็นตะปะอันยิ่งใหญ่  
เพราะเหตุที่นิสัยจิตใจของคนมันมีต่างกัน ท่านจึงสอนให้มีความอดทน แต่อยู่ด้วยกันแล้วจงหา  
ความคิดต่อกัน ไม่อิจฉาพยาบาทไม่จองล้างจองผลาญ ไม่โกรธเกลียดกัน ไม่มีทิฏฐิมานะ มีอะไรก็  
ควรที่จะปรึกษาหารือเข้าหากันได้ การมุ่งหน้าเข้าหากันได้เป็นการดีมาก คนในโลกอันนี้มันมีร้อย

แปดพันประการดูแลแต่คอมมิวนิสต์กับรัฐบาล ก็เคยฆ่าฟันกันตาย ฆ่าพระเจ้าพระสงฆ์ ถึงขนาดนั้น เขาก็ยังหันหน้าเข้าหากันได้ สิ่งใดที่ควรจะปรึกษาหรือกันก็ทำ มันเป็นประโยชน์ คอมมิวนิสต์ก็เหมือนกันนั่นแหละ สิ่งที่ดีเป็นคุณเป็นประโยชน์ คอมมิวนิสต์เขาก็เห็นดีด้วย เขาก็ยังอ่อนน้อมยอมเข้าเป็นพลเมืองดี อันนี้เราเป็นพระเป็นสงฆ์แต่ๆก็ควรจะปรึกษาหรือกัน หวังดีด้วยเจตนาอันดี

แต่ว่าการปรึกษาหรือกันอย่าเอาทิฐิมานะไปพูดกัน หวังความสงบเยือกเย็น หวังความดีความงาม ตั้งจิตเมตตาปรารภหวังดีแล้วจึงเข้าหากัน จึงค่อยพูดกันได้ ผู้ใหญ่ผู้ใหญ่อะไรก็พูดกันได้ อย่าเป็นการเอาฐานะข่มขี้และเหยียดหยามกัน ผู้ใหญ่พูดกับผู้น้อยก็อย่าเป็นการเหยียดหยามดูถูกคนต้องมีทิฐิด้วยกันทั้งหมดนั่นแหละ เรามาปฏิบัติมาละทิฐิ แต่ว่ามันไม่ละหรอก ทิฐิมันก็มีอยู่ทุกคนนั่นแหละ ล้วนแต่มากมาย การเอาทิฐิใส่กันแล้วมันไม่มีที่สิ้นสุด มันต้องละด้วยกัน ครั้นหากเรามีทิฐิแข็งกระด้าง คนอื่นเขาก็แข็งกระด้างเท่ากัน แข็งต่อแข็งใส่กันก็แตกหักนะซี ครั้นยอมลดยอมละทิฐิมานะคนหนึ่งเสีย ยอมด้านหนึ่งเสีย อีกด้านหนึ่งมันก็จะอาจจะลดละลงไป

จึงว่าศาสนานี้สอนเพื่อความปรองดองสามัคคีเป็นพื้น เรามาอยู่ในศาสนาของพระพุทธเจ้าแล้วไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้ามันก็ใช้ไม่ได้

ท่านสอนให้มีความอดความทน  
อยู่ด้วยกันแล้ว จงหาความดีต่อกัน  
ไม่โกรธเกลียดกัน ไม่มีทิฐิมานะ  
การมุ่งหน้าเข้าหากันได้ เป็นการดีมาก

### ๓๕. ตักเตือนการอยู่ร่วมกัน

วันที่ ๑๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

วันพรุ่งนี้เป็นวันเข้าพรรษา พระที่วัดไปจำพรรษาในที่ต่าง ๆ นั้น บางทีอาจจะไม่ถูกนิสัยไม่พอใจก็มี บางทีอาจถูกนิสัยพอใจก็มี มันเป็นเรื่องของโลกอันนี้ จะให้มันถูกนิสัยทั้งหมด มันไม่ถูกหรอก มันต่างคนต่างมีทิฐิมานะ ต่างคนต่างมีกิเลส เพราะฉะนั้นอยู่ทางโลกก็เหมือนกัน มาในทางธรรมนี้ก็เหมือนกัน มันต้องอดต้องทน พระพุทธเจ้าท่านถึงทรงสอนให้อดให้ทน การอดทนนั้นเป็นตะปะอย่างยิ่ง เป็นการบูชาพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ถ้าอดทนเป็นนะ ถ้า

อคไม่เป็นมันเดือดร้อน ถ้าอคเป็นมันเป็นเรื่องบูชา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ไปในตัว นั่นแหละการทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้านะมันถูกแล้ว สิ่งทั้งปวงหมดจะให้มันถูกใจ มันไม่ถูกหรือต่างคนต่างมีทิฐิ ต่างคนต่างมีมานะ ต่างคนต่างมีกิเลส ทุกคนไม่เหมือนกัน เราทำอย่างนี้คนอื่นไม่ชอบ คนอื่นทำอย่างนั้นเราไม่ชอบ คนอื่นชอบทำอย่างนั้นคนอื่นก็ไม่ชอบ เขาไม่ชอบเรา เราก็ไม่ชอบเขา เอากองกิเลสมากองกันพะเนินเทินทึก มากมายเหลือเกิน จะทำอะไรจึงจะหมดกิเลสอันนี้ ให้ออคให้กลิ่นมันถูกธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า

การที่ตักเตือนสั่งสอนซึ่งกันและกันเป็นการดี ทางธรรมมันถูกต้องรู้จักกลุ่มด้วย รู้จักสามัคคีปรองดองเมตตากัน มีการเมตตาปราณีสงสารซึ่งกันและกันนั้นมันถูก เขาทำผิด เราทำผิดคนอื่นทำผิด ก็คิดว่าบางทีมันปลั่งเปลว บางทีมันหลงลืม อาจะหลงลืมก็ได้ ฉะนั้นการจะเตือนคนอื่นให้ระมัดระวัง อย่าไปเอาแต่ใจตนเอง พุดโปเพไปแม้เราพุดด้วยเจตนาดี พุดออกไปมันไม่เป็นกิเลส แต่บางทีมันเป็นกิเลสได้ ถ้าหากว่าพุดโปเพออกไปทีเดียว จึงให้พิจารณาให้มันรอบคอบด้านเสียก่อน มันสมควรกาลเวลาอย่างไร จึงควรพุดจึงควรสอน อย่างที่เราพุดกับผู้หลักผู้ใหญ่ว่าสิ่งนั้นควรไหม? สิ่งนี้ควรไหม? คำว่า “ควร” นั้นเป็นคำอ่อนน้อมยอม ยอมสารภาพไปในตัว คำพุดมันมีหลายอย่าง บังคับก็มี บังคับโดยอนุमानก็มี โดยขอร้องก็มี โดยรำพึงก็มี มันมีหลายอย่าง บังคับนั้นมันบังคับโดยตรง จงทำอย่างนั้น จงทำอย่างนี้...นั่นเรียกว่าบังคับโดยตรงรำพึงนั้น...ควรทำอย่างนั้นดีไหม? นั่นเป็นการรำพึง มันหลายเรื่องหลายอย่างเราต้องพิจารณาให้ดี ถ้วน เอาเท่านี้ละ

## ๗๖. การอบรมในโบสถ์ครั้งสุดท้าย

วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๒

\*\*\*\*\*

ภิกษุพุดคำแทนชื่อบางทีก็ยังไม่ทันถูก ตามภาษาบ้านเมืองแคว้นนี้เขานิยมเรียกว่า “ครูบา” คำว่า “ครู บา” นี้เป็นคำแทนชื่อ เป็นคำแสดงความเคารพ ชาวบ้านชาวเมืองเขาเรียกพระว่า “ครูบา” สำหรับพระเจ้าพระสงฆ์เรียกกันใช้เรียกผู้มีอายุพรรษากว่าจึงเรียก “ครูบา” ท่านที่มีพรรษาอ่อนกว่าแล้วไปเรียก “ครูบา” เป็นอาบัติ เหตุนี้ไม่ควรเรียก “ครูบา” ครั้นมีความเคารพแท้เรียก “ครูบาอาจารย์” เป็นการเคารพแท้เป็นคำแทนชื่อผู้ที่เป็นอาจารย์ คำเรียกผู้มีพรรษามากกว่าว่า “ครูบา” ก็ดีเหมือนกัน ดีกว่าเรียกว่า “คุณ” ถ้าหากเรียกผู้มี พรรษาน้อยกว่าว่า “คุณ” ก็สมควร ให้อุจจกเรียกกันตามความนิยมนับถือกันอย่างนั้น

ต่อไปนี่การศึกษาเล่าเรียนฝ่ายวิปัสสนาธุระก็ดี ฝ่ายคันถธุระก็ดี ให้ศึกษาเล่าเรียนกับพระผู้มีอายุพรรษามาก ที่พอจะปรึษาหาหรือได้ ที่พอจะพูดคุยกันได้ก็คุยกันไป ถ้าหากว่ามันขัดข้องกันจริงๆจ้ะจึงค่อยมาหาผม ผมพูดได้แต่เล็กๆน้อยๆ มันหมดเรื่องหมดทางแล้ว ตั้งแต่นี้ต่อไปผมพูดไม่ได้ พูดได้เท่าที่พูดแล้วนั้นแหละ เอาละ