

หลวงพ่อเทียน
จิตสุภา

หลวงพ่อเทียน จิตสุภา



คนจริงรู้ของจริง

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว)

รวบรวม : ลัจจพันธ์ อุตถาการ

พิมพ์ครั้งที่ ๓ : สิงหาคม ๒๕๕๖

จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

ได้รับอนุญาตจาก

มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) แล้ว

จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดยวัดสนามใน

๒๗/๑ ม.๔ ต.วัดชะลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี ๑๑๓๓๐

โทร. ๐-๒๘๘๘๓-๗๒๕๑ • <http://www.watsanamnai.org>

ออกแบบและเอื้อเพื่อการเผยแพร่ธรรมโดย สำนักพิมพ์ธรรมดา

ดำเนินการผลิตโดย บริษัท ผลึกไท จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๘-๗๐๒๖-๗, ๐๘-๐๕๗๘-๓๑๖๓

โทรสาร ๐-๒๘๘๘-๘๓๕๖

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์เม็ดทราย

๔๘/๙-๑๐ ถนนเจริญสุขนิทวงศ์ แขวงอรุณอมรินทร์

เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) เป็นเจ้าของลิขสิทธิ์

สงวนลิขสิทธิ์หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติ พ.ศ.๒๕๓๗ ห้ามคัดลอกเนื้อหา

ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นแถบบันทึกเสียง ตลับวีดีทัศน์ หรือเผยแพร่

ด้วยรูปแบบและวิธีการอื่นใดก่อนได้รับอนุญาตจากมูลนิธิฯ ผู้ใดประสงค์จะจัดพิมพ์

เพื่อเผยแพร่ผลงานของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก กรุณาติดต่อได้ที่มูลนิธิหลวงพ่

เทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทผิว) ๔๒ หมู่ ๔ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ

๑๐๑๗๐ โทร. ๐-๒๔๒๔-๒๑๑๔ โทรสาร ๐-๒๘๑๔-๐๐๒๓

แ จ ก เป็น ธรรม ทาน ห้า ม จำ น่วย

คำนำ

หนังสือ **คนจริงรู้ของจริง** นี้ เคยจัดพิมพ์ครั้งแรกเมื่อคราวที่หลวงพ่อเทียนได้ไปเปิดอบรมการปฏิบัติธรรมที่สำนักทับมิ่งขวัญจังหวัดเลย เมื่อ พ.ศ.๒๕๓๐ แล้วคณะญาติธรรมผู้สนใจในครั้งนั้นก็ได้อัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน แล้วหลังจากนั้นก็ยังไม่ได้อัดพิมพ์อีกเลย คณะมูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก จึงมีดำริจัดพิมพ์ขึ้นอีกครั้ง เพื่อรักษาต้นฉบับและเผยแพร่คำสอน “การปฏิบัติการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว” ตามที่หลวงพ่อเทียนได้วางแนวทางเอาไว้ เพื่อผู้ที่สนใจจะได้มีแนวทางการปฏิบัติเพื่อความสิ้นทุกข์ และเป็นการสนองเจตนารมณ์ของหลวงพ่ที่ต้องการให้ธรรมะที่ท่านค้นพบได้เป็นประโยชน์ต่อสาธารณชนทั่วไป

สุดท้าย คณะมูลนิธิหลวงพ่อเทียน ขออนุโมทนาญาติธรรมทุกท่านที่ได้ร่วมทำบุญในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้จนสำเร็จด้วยดี

มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก

สารบัญ

คำนำ	๓
ภาคต้น : ชีวิตใหม่	๗
สงบเพราะรู้	๙
รู้เพราะไม่หลง	๑๙
ชีวิตใหม่ของคนจริง	๓๙
ภาคปลาย : ของจริง	๗๑
ของจริงเหนือตำรานอกคัมภีร์	๗๓
คนจริงรู้ของจริง	๑๐๗

คนจริง
รู้ของจริง

ภาคต้น
ชีวิตใหม่



ความสงบนั้น
มันเป็นผลพลอยได้
เพราะเกิดปัญญา.
เมื่อเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง
ตามความเป็นจริง มันก็สงบ.
มันเป็นอย่างนั้น.

ส ง บ เ พ ร า ะ ร ู้

นิมนต์เพื่อนภิกษุสามเณรตั้งใจฟัง และเจริญพรญาติโยม
ทุกคนตั้งใจฟัง.

(อุดมการณ์หับมิ่งขวัญ)

วันนี้ เป็นวันเริ่มต้นที่มาทำกันที่หับมิ่งขวัญ หรือว่าเป็นวัน
ริเริ่มหับมิ่งขวัญ และก็ถือว่าเป็นวันเริ่มต้นชีวิตใหม่ของพวกเรา.
หับมิ่งขวัญนี้เริ่มจากได้มีผู้บริจาคที่ดินให้เราทำเป็นสถานที่ปฏิบัติ
ธรรมสำหรับพระสงฆ์และญาติโยมทุกท่าน ไม่ว่าจะมาจากที่ใดก็มา
ปฏิบัติธรรมที่หับมิ่งขวัญได้. เริ่มแรกก็มี แม่รัตน์ นายดาบตำรวจใบ
นายเพชร นางสาวสุธี นางทองมี ๕ คนนี้แหละ ยินดีถวายที่ดินให้ ซึ่ง
ได้ใช้เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมมาเป็นระยะ ๕ ปีแล้ว. ปีนี้เป็นปีที่ ๖
แต่เป็นปีแรกของเกาะ ซึ่งเราก็จะมาเริ่มต้นชีวิตกันที่ตรงนี้.

วันนี้เป็นวันศุกร์ ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ ปีเถาะ ตรงกับวันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๓๐. เมื่อย้อนไปถึงในสมัยพุทธกาล ก็เป็นวันที่พระพุทธเจ้าแสดงธรรมเทศนาครั้งแรกให้พวกเราฟังในประเทศอินเดีย. เราไม่ได้เป็นคนอินเดียไม่ได้อยู่ในประเทศอินเดีย แต่อยู่จังหวัดเลย เป็นคนไทย เราต้องพูดเป็นภาษาไทย หรือภาษาพื้นบ้าน, คนไทยฟังต้องรู้.

ปีนี้ ที่หับมิ่งขวัญมีพระสงฆ์สิบเจ็ดรูป เณรสอง รวมเป็น ๑๙ รูป ที่จำพรรษาที่นี่, แล้วก็มีแม่ขาวสามคน, โยมอีกหลายคน จำไม่ได้, พาکنมาเจริญสติ หรือว่าเจริญวิปัสสนา; แล้วแต่จะเรียก. หรือจะพูดว่า พวกเรามีอุดมการณ์ที่จะมาประพฤติปฏิบัติธรรม. **การปฏิบัติธรรม ปฏิบัติที่ไหนก็ได้.** แต่ว่าที่นี่ เราจะทำให้เป็นสถานที่ปฏิบัติเพื่อฟื้นฟูคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ.

(สำนักปฏิบัติ)

การฟื้นฟูหลักพระพุทธศาสนา หรือฟื้นฟูคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น มีหลายวิธี, มีหลายครูหลายอาจารย์. เรื่องการเผยแผ่ธรรมะก็เช่นเดียวกัน. แม้ในประเทศอินเดียในสมัยพุทธกาลก็มีหลายครูหลายอาจารย์ทำการเผยแผ่ธรรมะ. ครูบาอาจารย์เคยเล่าให้ฟังว่า ในประเทศอินเดียมีร้อยแปดศาสนา, หรือว่ามีร้อยแปดลัทธิร้อยแปดนิกาย มีร้อยแปดอาจารย์. ถ้าเป็นอย่างนี้ก็แสดงว่า จำนวนร้อยเจ็ด

ลัทธิร้อยเจ็ดนิกายร้อยเจ็ดอาจารย์นั้นก็ก็จะไม่เห็นด้วยกับพระพุทธเจ้า, และพระพุทธเจ้าเองก็จะไม่เห็นด้วยกับร้อยเจ็ดลัทธินั้น.

เมืองไทย, มีคนเผยแผ่ธรรมะประกาศธรรมะกันเป็นจำนวนมาก, สำนักกรรมฐานหรือสำนักวิปัสสนาก็มีมาก. ดังนั้น ใครชอบที่ไหนก็ไปศึกษาเล่าเรียนได้. การจะไปตามฟังที่คนอื่นเขาพูดว่าที่นั่นดี ที่นี่ดี ที่นั่นไม่ดีที่นี่ไม่ดีนั้น เราต้องพิจารณาเราต้องรู้จักว่ามันดีจริงไหมหรือมันไม่ดีจริง, เราต้องรู้จักเลือกคัดจัดหาสถานที่ไปปฏิบัติ เพราะการประกาศหรือการเผยแผ่นั้น ทุกคนจะกล่าวว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ตนประกาศตนเผยแผ่ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งนั้น. ใครพูดที่ไหนก็ว่า นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า : พระพุทธเจ้าต้องเผยแผ่อย่างนี้ๆ, วิธีทำ ต้องทำอย่างนี้ๆ ; ว่ากันอย่างนั้น.

(อานิสงส์การปฏิบัติ)

สำหรับพวกเราที่นี่ พຼ່ງนี้ก็เป็นวันเข้าพรรษา. การเข้าพรรษาก็ต้องมีอานิสงส์ ตามตำราท่านก็ว่ามีอานิสงส์ ๕ ประการ, แต่เราจะไม่พูดอย่างนั้น. เมื่อพระเณรมีอานิสงส์ญาติโยมก็ต้องมีอานิสงส์ด้วย, และคนฟังธรรมะก็ต้องมีอานิสงส์เช่นกัน. **อานิสงส์ของมันคือ การปฏิบัติธรรม จนรู้ธรรม-เห็นธรรม-เข้าใจธรรมตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า,** นี่แหละจึงจะเป็นอานิสงส์. ถ้าหากไม่เป็นอย่างนั้น ก็--

พระพุทธเจ้าแสดงธรรม, อย่างเช่นวันนี้แหละ ก็เป็นวันอาสาฬหบูชา อย่างที่ผมพูดนี้ละ ก็คล้ายๆ กับว่านำคำสอนของพระพุทธเจ้ามาพูดให้เราฟัง, พระองค์ก็สอนคนที่ยังไม่ฉลาดให้ฉลาดขึ้นมา และสอนคนที่กำลังทำผิดให้กลับคืนมาทำให้ถูกต้อง และสอนคนที่กำลังมีทุกข์อยู่นั้นแหละให้ทุกข์นั้นลดน้อยไป และสอนให้บุคคลผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นแหละหมดทุกข์ไป. เมื่อหมดทุกข์แล้ว ก็เรียกว่า “นิพพาน” ก็ได้, เรียก “โลกุตระธรรม” ก็ได้. ดังนั้น, เมื่อเราเป็นคน : ถึงจะเป็นพระสงฆ์ก็เป็นคน ญาติโยมก็เป็นคน คนไทยก็เป็นคน เป็นคนจีนก็เป็นคน เป็นคนฝรั่งก็เป็นคน ฯลฯ ให้อ่าน คนนี้แหละ - ทุกชาติทุกภาษาทุกเพศทุกวัยจะถือศาสนาไหนลัทธิใดก็ตาม, ที่หลวงพ่อกำลังจะนำมาเล่าสู่ฟังในวันนี้ ก็มีจุดมุ่งหมายว่าทุกคนต้องทำได้.

แต่เมื่อยังไม่รู้ ทุกคนก็ยังต้องทำไปตามอุดมการณ์ของตนเอง. อย่างเช่นคนไทยก็โกรธเป็น คนฝรั่งก็โกรธเป็น คนอังกฤษหรือว่าทุกชาติทุกภาษาก็มีการโกรธ, เรียกว่าโทสะ, เป็นเช่นเดียวกัน - เป็นอย่างนั้น. ไม่แต่เฉพาะฆราวาสญาติโยมนะ พระสงฆ์ก็โกรธเป็น. ที่เราโกรธขึ้นมานั้น ก็เพราะเราหลงตนลืมหอง - หลงกายลืมนั่นเอง. ภาษาธรรมะเรียกว่า โมหะ, ภาษาบ้านเราเรียกว่า หลง. บัดนี้, เมื่อหลง มันก็จำเป็นต้องเป็นไปตามอารมณ์.

(ปฏิบัติที่ได้)

ดังนั้น ที่จะนำมาเล่าสู่ฟังวันนี้ ก็เพื่อว่าเราจะได้มาปฏิบัติธรรมะกัน. **ปฏิบัติธรรมะ ก็คือ มาปฏิบัติที่ตัวเรา, เพื่อลดมานะลดทิฐิลดความเห็นแก่ตัว.** ลดอย่างไร? ก็คือว่า เมื่อคนอื่นจะว่าให้เรา เราก็ต้องมาดูใจเรา, อย่าไปห้ามคนอื่นว่าอย่าพูดอย่างนั้นอย่างนี้ มันห้ามไม่ได้, แต่เราห้ามตัวเราได้. ที่คนโบราณพูดว่าตายายท่านเคยสอนเอาไว้, หรือที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ในประเทศอินเดีย ก็คงคล้ายๆ กัน : **การเอาชนะคนอื่นร้อยครั้งพันหน ไม่มีประโยชน์อะไรเลย, หากเอาชนะตนได้เพียงครั้งเดียว อันนี้แหละมีประโยชน์มากที่สุด - ท่านว่าอย่างนั้น.**

ดังนั้น การจะเอาชนะตัวเองได้นี้ ก็คือต้องมองดูจิตใจเราเห็นว่า **มันเป็นอย่างไร** : มันเคยโกรธบ้างไหม หรือว่ามันไม่เคยโกรธ, เราจะได้รู้.

(ปฏิบัติอย่างไร)

การที่เราไปที่ทับมิ่งขวัญนี้ ก็อยากจะพูดในวันนี้ว่า ขอให้เราเพื่อศึกษาและปฏิบัติตัวจริงๆ. **ปฏิบัติตัวเรา ก็คือในการทำ-การพูด-การคิดให้เรารู้เท่าทันเหตุการณ์จริงๆ :** ตาเห็น - ตาโกรธไม่เป็น โทสะไม่ได้อยู่ที่ตา มันอยู่ที่ใจ, หูฟังเสียง - หูมันโกรธไม่เป็น โทสะไม่ได้เกิดขึ้นที่หู มันเกิดมาจากใจ, ฯลฯ ; เรื่องโลกะก็เช่นเดียวกัน. จึงว่า

- ทุกสิ่งทุกอย่างมันเกิดมาจากใจทั้งนั้น. คนไทยก็โกรธเป็น คนฝรั่งก็โกรธเป็น ญาติโยมก็โกรธเป็น พระสงฆ์องค์เจ้าก็โกรธเป็นเหมือนกัน. ที่ภาษาบ้านเราพูดว่า โกรธ - หลง - โลภ นี่ หรือภาษาธรรมะเรียกว่า โทสะ - โมหะ - โลภะ นั้น มันก็อันเดียวกัน. เมื่อรู้ธรรมะ - เห็นธรรมะ - เข้าใจธรรมะตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ แล้ว ความโกรธ - ความโลภ - ความหลง หรือ โทสะ - โมหะ - โลภะ นั้น ก็จะต้องลดน้อยไป. เมื่อลดไป คนก็เป็นพระได้. ดังนั้น. จึงว่า - **ความเป็นพระมีอยู่แล้วในคนทุกคน.** อันนี้พูดความจริง.

สิ่งที่พระพุทธเจ้าสอนหรือแสดงธรรมในวันอาสาฬหบูชา นั้น, ที่เรียกว่า แสดงธัมมจักกัปปวัตตนสูตรหรืออะไรนั้น หลวงพ่อก็ไม่ค่อยรู้ดอก, ท่านก็แสดงเรื่องโกรธ - โลภ - หลงนี่เอง ; เรื่องทุกข์นี่เอง. ดังนั้น การที่เรามาที่นี้ ก็มาพูดกันเรื่องทุกข์, **เรามาปฏิบัติธรรมนี้ก็เพื่อให้เข้าใจทุกข์จริงๆ.**

(ปฏิบัติวิธีใด)

ความทุกข์ทุกประเภทนี้แหละ เพราะความเคลื่อนไหวของร่างกาย เพราะความเคลื่อนไหวของจิตใจ. ดังนั้น, จึงว่า - **จะต้องพยายามไม่นิ่งนิ่งๆ.** เมื่อมาที่นี้ก็สอนกันแนะนำกันให้ทำวิธีที่มีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ, โดยทำเป็นจังหวะ. นี่! ทำอย่างนี้ - **พลิกมือขวาตะแคงขึ้น, ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว, เอามือขวามาที่สะดือ, แล้วก็ พลิกมือซ้ายขึ้น,**

ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัว, เอามือซ้ายเข้ามาทับมือขวาที่สะดือ, แล้วก็ เลื่อนมือขวาขึ้นหน้าอก, เอามือขวากออกตรงข้าง, ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้, คว่ำมือขวาลงที่ขาขวา ; ให้รู้สึกทุกขณะ. แล้วก็เลื่อนมือซ้ายขึ้นหน้าอก, เอามือซ้ายออกตรงข้าง, ลดมือซ้ายลงขาซ้าย ตะแคงไว้, คว่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้าย. มันเคลื่อนมันไหวก็ให้รู้ มันหยุดก็ให้รู้. ทำอย่างนี้แหละ, ทำต่อไปเรื่อยๆ. นี่แหละ! เรียกว่า การปฏิบัติตัวเราจริงๆ, แล้วผลของมันก็ต้องเกิดขึ้นจริงๆ เพราะ การทำอย่างนี้เป็นเหตุของมัน.

(ทำตามย่อมรู้ตาม)

พระพุทธเจ้าของเราท่านสอนเราว่า ให้มีสติกำหนดรู้ในอิริยาบถ ทั้งสี่ คือ ยืน - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ เดิน - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ นั่ง - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ นอน - ก็ให้มีสติรู้. แล้วท่านยังสอนย้ำเข้ามาอีกว่า ให้มีสติกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อย คู้ -เหยียด - เคลื่อน - ไหว โดยวิธีใดก็ตาม ให้รู้. ผล ก็เลยเกิดขึ้นมาให้พระองค์ได้รู้ได้เห็น, แล้วพระองค์จึงนำมาสอนเรา. เราก็คงเคยได้ยินได้ฟังมาแล้วทุกคนที่ท่านว่า : **สัตว์ทั้งหลายคล้ายเราตถาคต สัตว์ทั้งหลายเหมือนเราตถาคต สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคตๆ, คำว่าเป็นตถาคตก็คือเป็นพระพุทธเจ้า ไม่ใช่สัตว์เดรัจฉานเป็นแต่หมายถึงสัตว์มนุษย์นี่เอง เป็นพระพุทธเจ้าได้, จึงว่า - ให้เราเลือกคัดจัดเอาให้มันเป็น. พระองค์**

ยังตรัสต่อไปอีกว่า : ...เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วแห่งนั้น แล้วจึงนำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย ให้พวกเราทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะมีเห็นจะเป็นจะมีอย่างเราตถาคตนี้ - ท่านว่าอย่างนี้. แต่เดี๋ยวนี้พวกเราไม่ทำอย่างนี้, ถ้าพูดว่าทำสมาธิก็ต้องไปนั่งนิ่งๆ ให้มันสงบ. การทำอย่างนั้นให้มันสงบอย่างนั้น นั่นก็ดีแล้ว, แต่มันไม่เกิดปัญญา.

ผมก็เคยทำวิปัสสนา-ธัมมาบัง สัมมา-อรหังมาบัง นับ ๑-๒-๓ มาบัง หรืออานาปานสติก็เคยทำมาบัง, แต่ไม่เกิดปัญญา. **การกระทำทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกวิธี, แต่ยังไม่เกิดปัญญาก็แสดงว่ายังไม่ถูกต้อง. คนจะล่วงทุกข์ไปด้วยปัญญา** พระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนั้น, ไม่ใช่ว่าคนจะล่วงทุกข์ได้เพราะไปนั่งสงบ. ความสงบนั้นมันเป็นผลพลอยได้เพราะเกิดปัญญา. เมื่อเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงแล้ว มันก็สงบ, มันเป็นอย่างนั้น.

ดังนั้น ที่หลวงพ่อนำมาพูดวันนี้แบบนี้ ก็เพราะหลวงพ่อกำลังทำมาอย่างนี้. เมื่อทำอย่างนี้ หลวงพ่อก็เลยรู้ตัวเอง ; รู้จริงๆ, รู้แล้วก็เลย - ไม่พลาด. รู้แบบนี้ ไม่เหมือนอย่างที่เราได้จากเรียนตำรา. ตอนแรกสุดที่เคยรู้มากับตำรับตำรานั้น มันไวใจไม่ได้ ยังรับรองตัวเองไม่ได้. แต่อันนี้ รับรองได้ รับรองคำพูดได้ และรับรองว่าจะพูดอย่างนี้, ตอนเป็นโยมอยู่ก็เคยพูดอย่างนี้มาในระยะสองปีกว่า ก่อนที่มาบวชเป็นหลวงตานี้.

การที่รู้แบบนี้ เพราะการทำจ้งหะเป็นเหตุ ผลของมันคือเกิดปัญญาให้เรารู้, รู้จริงๆ.

ดังนั้น วันนี้ก็เป็นวันริเริ่มทบทวนซึ่งพวกเราได้จัดขึ้นให้เป็นรุ่นแรกที่สุด ในปี ๒๕๓๐ จึงได้นำธรรมะมาเล่าให้พวกเราได้ฟังว่า เราต้องศึกษาแบบนี้. ทุกคนจะพูดกัน ก็ต้องพูดจริง. นี้หลวงพ่อกำลังพูดด้วยความจริงใจ.



คนไม่หลงตนไม่ลืมตัว
เรียกว่า ทำลายโมหะได้.
เมื่อทำลายโมหะได้ ก็ได้ปัญญา.

รู้ เพราะ ไม่ หลง

วันนี้ เป็นวันเสาร์ที่ ๑๑ กรกฎาคม เ็นนี้ก็ต้องเข้าพรรษา, เป็นวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘. ทำวัตรเช้าก็เสร็จแล้ว ต่อไปก็จะได้มา ให้ข้อคิดแนะนำวิธีปฏิบัติกัน.

(ทางสายกลาง)

การปฏิบัติธรรมะตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น ทุกคน จะต้องเดินทางสายกลาง. คำว่าเดินทางสายกลางนั้นก็หมายความว่า จะต้องไม่เอียงไปข้างซ้ายและจะต้องไม่เอียงไปข้างขวา, อยู่ตรงกลาง. คำว่าอยู่ตรงกลางในที่นี้ ก็หมายความว่า การพูดธรรมะนั้นจะต้อง พูดอย่างตรงไปตรงมา ไม่ได้พูดเข้าข้างนั้นข้างนี้, ไม่ได้พูดเพื่อให้ คนใดพอใจ ไม่ได้พูดให้คนใดเสียใจ ; พูดตรงๆ ไป. ความดีใจและความเสียใจนั้นเป็นธรรมดา แล้วแต่ผู้ฟังเป็นหรือฟังไม่เป็น. พระ

พุทธเจ้าแสดงธรรมให้คนฟังนั้น ท่านก็คงไม่ได้คอยเอาอกเอาใจ คนนั้นคนนี้ ท่านก็คงแสดงไปอย่างที่เราเรียกว่า **มัชฌิมาปฏิปทา**, ใครจะพอใจก็ได้ ใครจะไม่พอใจก็ได้ คนพอใจก็ฟังไปคนไม่พอใจก็ฟังไป ถือเป็นธรรมดา ; พุทธกลางๆ ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นจึงเป็นกลางๆ, ใครปฏิบัติก็ได้, รับรองได้.

ในอีกความหมายหนึ่ง, **มัชฌิมาปฏิปทา** ก็คือ **ไม่เอียงไปทางโทสะและไม่เอียงไปทางโลภะ เพราะทำลายโมหะได้**. คนจะเอียงไปข้างซ้ายคือโทสะ หรือเอียงไปข้างขวาคือโลภะได้นี้ ก็เพราะโมหะนี้เอง. โมหะนี้อยู่ตรงกลาง, พุทธภาษิตบ้านเราก็อธิบายว่า คนหลงตนลืมหอง - หลงกายลืมนั่นเอง, ถ้าทำลายได้ก็แปลว่าเดินทางสายกลาง.

(จริงหรือยัง)

การปฏิบัติธรรมะนั้น มีหลายวิธี, บางคนก็ชอบ พุทโธ สัมมาอรหัง นับหนึ่ง - สอง - สาม หรือ พอง - ยุบ หรือ อานาปานสติ ฯลฯ, **แต่รวมความแล้วก็ไปจุดเดียวกัน** ; ว่าอย่างนั้น. แต่ความจริงนั้น เรา รู้จริงไหมหรือยังไม่รู้จริงว่ามันไปจุดเดียวกัน. ถ้าหากยังไม่รู้จริง ก็แสดงว่าเป็นการคาดคิดเอามาพูดเท่านั้นเอง. หากคนใดรู้ธรรมะจริงแล้วก็ต้อง--, อย่างที่เราเคยได้ยินได้ฟังกันมาแล้วว่า : **ยอมเสียสละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ ; ยอมเสียสละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต ; ยอมเสียสละชีวิตเพื่อรักษาความจริง**. แล้วพวกเราเป็นอย่าง

ที่ว่านี้แล้วหรือยัง. ถ้าเรารู้ธรรมะเข้าใจธรรมะเป็นของจริง ซาบซึ้งถึงจิตใจจริงๆ แล้ว ก็ต้องยอมเสียสละชีวิตเพื่อรักษาความจริงได้ - ยอมหมด. **แต่เราเป็นอย่างนั้นแล้วหรือยัง?**

ที่ผมหรืออาตมาจะพูดในคราวนี้ ก็ว่ายอมเสียสละชีวิตเพื่อตัวเราและเพื่อเพื่อนฝูงของเรา.

ดังนั้น การปฏิบัติธรรมจึงเป็นการปฏิบัติเพื่อตัวเรา, เมื่อปฏิบัติเพื่อตัวเราแล้วก็ไปเพื่อเพื่อนฝูงและมนุษย์ทุกคนด้วย. คำว่ามนุษย์นี้ ไม่ได้หมายถึงเฉพาะคนไทย หรือคนใดกลุ่มใดโดยเฉพาะ, แต่หมายถึงคนทุกคนทุกชาติทุกภาษา เพราะเป็นคนเหมือนกัน มีชีวิตเหมือนกัน และความต้องการไม่มีทุกข์ก็มีเหมือนกัน.

(ทั้งชาวทั้งดำก็ยังเป็นทุกข์)

แล้วความทุกข์มันเกิดขึ้นมาได้ยังไง? เกิดขึ้นมาได้เพราะเราไม่รู้ตัวเอง, มันเป็นอย่างนั้น. ความทุกข์ที่ผมจะพูดนี้, มิได้หมายถึงความทุกข์ไม่มีเงินไม่มีเพื่อน ฯลฯ ไม่ได้หมายถึงความทุกข์อย่างนั้น, หมายถึง โทสะ - โมหะ - โลภะ มารบกวนจิตใจของเรานั่นเอง. โทสะเมื่อเกิดขึ้น ก็เป็นทุกข์อย่างหนึ่ง ; ไม่พอใจ, และเมื่อโลภะเกิดขึ้น ก็เป็นทุกข์อีกอย่างหนึ่ง ; พอใจ, เป็นทุกข์เหมือนกัน เรียกว่า มีด

สีดำ กับ มีดสีขาว. **ที่เป็นดังนี้เพราะ “โมหะ - ไม่รู้จริง” นั่นเอง.** ความทุกข์ประเภทนี้ไม่ยกเว้นใครทั้งหมดเลย : คนไทยก็มีโทสะ - โมหะ - โลภะ, คนฝรั่งเศส คนอังกฤษ คนอเมริกา คนเขมร คนญวน คนลาว ก็มีโกรธ - โลภ - หลงเหมือนกัน. พระสงฆ์องค์เจ้าก็มีเหมือนกัน ; มีโทสะ - โมหะ - โลภะเหมือนกัน, คนหนุ่มคนสาว คนเฒ่าคนแก่ก็มีเหมือนกัน ; มีโทสะ - โมหะ - โลภะเหมือนกัน. สิ่งนี้แหละมารบกวนตัวเรา ให้เราไม่มั่นคงต่อคำพูดคำสอนของพระพุทธเจ้า.

คำพูดคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นมั่นคงถาวร, **การปฏิบัติธรรมะที่ดี การให้ทานที่ดี การรักษาศีลที่ดี มีจุดสำคัญอยู่ที่การจะมำทำลายโทสะ - ทำลายโมหะ - ทำลายโลภะนี้เอง.** ถ้าทำบุญ - ให้ทาน - รักษาศีลไม่มุ่งมาที่จุดนี้แล้ว ก็แสดงว่า คนๆ นั้นยังไม่รู้จริง, แต่ถ้าคนใดแม้จะไม่เคยให้ทานไม่เคยรักษาศีล แต่การอยู่การกินการนั่งการนอนการไปการมาของเขามีจุดมุ่งหวังที่จะมำทำลายโทสะ - ทำลายโมหะ - ทำลายโลภะ นี้แสดงว่า คนผู้นั้นแหละเข้าใจในหลักของพระพุทธศาสนา เข้าใจในคำสอนของพระพุทธเจ้า.

ดังนั้น การเข้าพรรษานี้ ก็จะขอแนะนำไว้ว่า เราจะต้องตั้งต้นชีวิตใหม่, เราจะต้องตั้งใจปฏิบัติตัวเราให้รู้จริง, เมื่อรู้จริงแล้ว ก็ต้องเอาสิ่งที่เรารู้นั้นไปเผยแผ่. การรู้วิธีนี้มีใช้ว่าเรียนแล้วจำไป แต่เป็นการรู้เพราะได้ทำให้เกิดปัญญา. การกระทำทุกสิ่งทุกอย่างทุกวิธี

ถ้าหากยังไม่เกิดปัญญายังไม่เกิดญาณปัญญารู้ ก็แสดงว่าอันนั้นเป็นความรู้ที่จำมาจากตำรับตำรา. ที่ว่า “รู้” นี้, การรู้แบบนี้ ต้องรู้มาจากปัญญาหรือญาณปัญญาจริงๆ.

(วิธีรู้ของจริง)

ที่เรามำทำที่นี่ : พลิกมือขึ้น คว่ำมือลง ยกมือไป เอามือมาเดินหน้า ถอยหลัง เอียงซ้าย เอียงขวา ก้ม เงย กะพริบตา หายใจเข้า หายใจออก กลืนน้ำลายลงไปในลำคอนี้, **ถ้าเรารู้สึกอยู่ทุกขณะๆ นั้นเรียกว่า ทำให้เกิดปัญญา.** ทำอย่างนี้มันไปตรงเอา กับคำพูดคำสอนของพระพุทธเจ้าที่พระองค์สอนอยู่ในประเทศอินเดียว่า : *ให้มีสติรู้ในอิริยาบถทั้งสี่ คือ ยืน - เดิน - นั่ง - นอน และในอิริยาบถย่อย คือ - เหยียด - เคลื่อน - ไหว โดยวิธีใดก็ได้ให้รู้.*

ให้รู้เพื่ออันใด? ก็ให้รู้เพื่อเป็นคนไม่หลงตนไม่ลืมหัด เรียกว่า เป็นคนที่ทำลายโมหะได้, เมื่อทำลายโมหะได้ ก็ได้ปัญญา, เมื่อได้ปัญญา ก็สามารถมองเห็นทุกสิ่งทุกอย่างที่กำลังมีกำลังเป็นอยู่ในปัจจุบัน. จึงว่า - **พระพุทธเจ้าสอนเรื่องปัจจุบัน แก้ปัญหาเรื่องปัจจุบัน.**

อย่างเช่น ญาติโยมหรือพระสงฆ์นั่งฟังผมพูดอยู่ในขณะนี้ อันนี้ก็ปัจจุบัน คือ นั่งดูความสงบและความไม่สงบว่ามันเกิดขึ้นที่ตรงนี้ มันมีความขัดแย้งกันก็ขัดแย้งกันอยู่ที่ตรงนี้, การปฏิบัติ

ธรรมะจึงต้องปฏิบัติลงไปที่ตรงนี้ ; ที่จิตที่ใจนี้, เพราะพระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้น ก็ตรัสรู้เพราะการทำทางใจนี้. ส่วนความสงบนั้นมันเป็นผลพลอยได้, เพราะเมื่อทำอย่างนี้ รู้อันนี้มันก็สงบ คือ สงบจากโทสะ - สงบจากโมหะ - สงบจากโลภะ - สงบจากความยึดมั่นถือมั่น ; มันมารบกวนเราไม่ได้ เรียกว่า สงบ.

(รู้ของจริงต้องรับรองได้)

เราสวดกันอยู่ว่า : ผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า มีศีลและทิวาจิเสมอกันกับพระพุทธเจ้า. ดังนั้น ถ้าหากเรา รู้จริง - เห็นจริง - เข้าใจจริง ก็ต้องรับรองคำสอนของพระพุทธเจ้าได้, และจะรับรองคำพูดคำสอนของตัวเองได้, และจะต้องรับรองวิธีการกระทำของตนเองได้ด้วย. ส่วนสิ่งอื่นๆ นั้น ดีก็แล้วไปไม่ดีก็แล้วไป ทำมาแล้วก็แล้วไปผ่านไป, แต่สิ่งที่ทำให้เราเห็นแจ้งรู้จริงเกิดปัญญามาจริงๆ แล้วนั้นต้องนำสิ่งนั้นแหละมาพูดมาแนะนำและรับรองจริงๆ.

อย่างที่พวกเรามาฝึกหัดทำความรู้สึกตัว หรือว่า “มีจังหวะ - ให้รู้สึกตัว”, อันนี้เรียกว่า “การทำความรู้สึกตัว”, เมื่อทำแล้วมันเกิดปัญญา. จิงว่า - ปัญญาเป็นผลพลอยได้เพราะการทำความรู้สึกตัวนี้เอง. แล้วความสงบก็เป็นผลพลอยได้เพราะเกิดปัญญานี้เอง.

ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนแต่ของจริงเท่านั้น.

(ทุกข์เป็นของจริง)

เมื่อพูดถึง “ของจริง” ก็จะต้องถึงเรื่อง “อริยสัจ”. อริยสัจสี่ ได้แก่ ทุกข์ - สมุทัย - นิโรธ - มรรค, อย่างนี้เราพูดได้. แต่ทุกข์หมายถึงอะไร, สมุทัย - ตัวทำให้ทุกข์เกิด หมายถึงอะไร, มรรค - เป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับทุกข์ หมายถึงอะไร ; ตัวของผมไม่เคยรู้, นิโรธ - ทำให้แจ้ง ทำอย่างไรจึงจะรู้แจ้ง ; ไม่รู้.

แต่เมื่อผมมาทำวิธีนี้แหละ ; ทำจังหวะ เคลื่อนไหวโดยวิธีใดให้รู้, เข้าใจว่ามัน “เป็น” จริงๆ, รู้ทุกข์.

รู้ทุกข์ คือ รู้ตัวเราเอง, รู้การเคลื่อนไหว : กะพริบตา หายใจ อ้าปาก กลืนน้ำลาย ฯลฯ, นี่ - มันเป็นทุกข์, เรียกว่า “ทุกขัง”, คือมันติดอยู่กับรูปนี้เอง จะทิ้งออกจากรูปนี้ไปไม่ได้ - มันเป็นอย่างนั้น. จิงว่า - ให้รู้จริงๆ. สมุทัย - ตัวทำให้ทุกข์เกิด, ท่านว่าอย่างนั้น. ตัว “สมุทัย” ก็คือ ตัว “คิด” นั่นเอง. มรรค - เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์, วาจัน. ข้อปฏิบัติ ก็คือ เราทำความเคลื่อนไหว, พอดีมันคิด - บุป - เราก็มาอยู่กับความเคลื่อนไหว, มันเคลื่อนไหวโดยวิธีใด - ก็รู้ มันก็วางเอง ; วางตัวสมุทัยนั่นเองของมัน. มรรคที่ว่า เป็นข้อปฏิบัติ ก็คือ ต้องปฏิบัติตัวนี้ ต้องทำตัวนี้ ; ตัว “รู้สึกตัว” นี่. นิโรธ - ทำให้แจ้ง, นั่นก็คือ เมื่อทำความรู้สึกตัวให้มันมากขึ้นๆ ปัญญาเกิด รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง. อันนี้ เรียกตามตำรับตำรา ครูบาอาจารย์ท่านสอน ก็เรียกว่า “อริยสัจสี่”.

บัดนี้, ตัวอริยสัจสี่ที่ผมเข้าใจนั้น คือ **ทุกข์มีจริง**, ตัวทุกข์นั้น แปลว่าทนไม่ไหว. ทุกข์ - อนิจจัง - อนัตตา เป็นคำเดียวกัน ; อันเดียวกัน, ทุกข์ - ทนไม่ไหว ; อนิจจัง - มันไม่เที่ยง ; อนัตตา - บังคับบัญชาไม่ได้, มันเป็นไปตามธรรมชาติของมัน ต้องเป็นอย่างนี้ - เข้าใจอย่างนี้. เมื่อเห็นอย่างนี้ ก็มั่นใจเลยว่าหลักพระพุทธศาสนา เป็นอย่างนี้.

(จริงโดยสมมติ)

เมื่อรู้อันนี้แล้วก็เลยรู้ “**สมมติ**” ขึ้นมา.

มันสมมติพูดเท่านั้นเอง : ทุกข์, สุข, สวย, งาม, ฯลฯ ; มัน เป็นสิ่งสมมติพูดขึ้นมา. นิพพาน, นรก, สวรรค์ ก็เป็นแต่เพียงสิ่ง ที่สมมติพูดขึ้นมาเพื่อให้รู้จักเท่านั้นเอง. ผี, เทวดา, ฯลฯ, ก็เป็น สิ่งที่สมมติพูดขึ้นมา. เมื่อเห็นจิตใจเราแล้วมันเป็นอย่างนี้. เมื่อรู้จัก “สมมติ” ขึ้นจริงๆ ทุกอย่างที่สมมติขึ้นในโลกก็เป็น “**สมมติบัญญัติ**” ส่วนที่เป็นปรมาตถบัญญัติ เป็นอรรถบัญญัติ เป็นอริยบัญญัตินั้น ก็จะต้องให้รู้จักจริงๆ ด้วย, แต่ตอนที่รู้สมมตินี้ยังไม่รู้อันนี้ คือ ยังไม่รู้ ว่าเป็น สมมติบัญญัติ - ปรมาตถบัญญัติ - อรรถบัญญัติ - อริยบัญญัติ.

เมื่อรู้อย่างนี้แล้วก็เลยรู้ “**ศาสนา**”.

ศาสนา แปลว่า คำสั่งสอนของท่านผู้รู้, สอนเพื่อให้ละความชั่ว มาทำความดีนั่นเอง ; อันนี้เป็นเพียง “ศาสนา”. “**พุทธศาสนา**” แปลว่า รู้จริง, พุทธะ จึงแปลว่า ผู้รู้ : รู้ธรรม - เห็นธรรม - เข้าใจธรรม. รู้ธรรม ก็คือ รู้ตัวเรากำลังทำ - กำลังพูด - กำลังคิด. นี่! ธรรมะจึง ไม่ใช่อื่นไกล, อันนี้ แปลว่า รู้ธรรม - เห็นธรรม - เข้าใจธรรม.

เมื่อรู้อันนี้แล้วก็เลยรู้ “**บาป**” รู้ “**บุญ**”.

“บาป” ก็คือ โง่งนอเอง, คือ ไม่รู้, คือ อยู่ในถ้ำ ; มีดอยู่นั้นแหละ. ถ้าเราออกจากถ้ำได้ เราก็สามารถมองเห็นอะไรได้ทุกอย่าง, นี่ละ “บุญ”. บุญ คือ รู้. ถ้าเรามีบุญจริงๆ แล้ว เราก็สามารถรู้บาปได้ว่า บาปมันเป็นอย่างนั้นบาปมันเป็นอย่างนี้. สมมติเอา : อย่างบ้านเรา เคยเลี้ยงสัตว์เปิดไก่อ้วควาย เราเดินไป บางทีเราไปเหยียบเอาไข่เปิด ไข่ไก่, มันเหม็นเราก็รู้ว่ามันเหม็น แต่ทำไมจึงไปเหยียบ ; นี่ก็ เพราะเราไม่รู้ ถ้ารู้ก็ไม่เหยียบ. อาจมีคนแย้งว่า ถ้าไม่รู้แล้วจะ เหยียบถูกหรือ - ว่างั้น, นี่แหละจึงได้กล่าวว่า คำพูดหรือวิธีพูดนี้ มันยืดยาว มันเดินได้ ยังถกยังเถียงยังแย้งได้. “คนไม่รู้” จึงทำบาป ทำผิดได้ - แต่ไม่รู้.

ดังนั้น พระพุทธเจ้าสอนคน จึงสอนคนที่ยังไม่รู้นั้นแหละ ให้ เขารู้, และสอนคนที่กำลังทำผิดอยู่นั้นแหละ ให้ทำถูกต้อง, และ สอนคนที่มีทุกข์อยู่นั้นแหละ ให้ทุกข์น้อยไป ; หรือหมดไป. มันเป็น

อย่างนั้น. ที่ผมพูดในวันนี้ ก็คล้ายๆ เป็นอย่างนั้น กล่าวคือ มาแนะนำว่า ถ้าทำอย่างนี้, ทำการเคลื่อนไหวเนี่ยะ, เรียกว่าทำ ถูกต้อง. จุดหมายปลายทางมันจะมาถึงตรงนี้, คือ **เมื่อทำถูกต้อง แล้ว ความฉลาดจะเกิดขึ้นมาเอง.** ความฉลาดแบบนี้ไม่ต้องไปจดจำ มาจากตำรับตำรา แต่รู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง.

(จริงโดยปรมาตม์)

เมื่อรู้อันนี้แล้ว “ญาณปัญญาของวิปัสสนา” ก็เกิดขึ้น.

วิปัสสนา แปลว่า รู้แจ้ง - รู้จริง รู้แล้วต่างเกาล่องภาวะเดิม. ก่อนที่จะต่างก็คือ เลิกละอบายมุข, แล้วก็ โทสะ - โมหะ - โลภะ ลดน้อยไป ต่างเกาจริงๆ, แล้วก็รู้ศีล, ฯลฯ, ฯลฯ, ฯลฯ.

ศีล แปลว่า ปกติ. ต่างเกาจริงๆ, เพราะแต่ก่อนเข้าใจว่า ศีล คือปานาฯ อทินนาฯ ศีลห้าศีลแปดศีลสิบศีลสองร้อยศีลสามร้อย - เข้าใจว่าอันนั้นเป็นศีล. ถูกแล้ว - อันนั้นเป็นศีล, แต่มันไม่ใช่ศีลในความหมายที่ว่า “ศีลเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบ”, มันเป็นเพียง ศีลสังคมหรือ “สังคมศีล” เท่านั้น. ส่วนศีลที่เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบนั้นคือ ทำลายโทสะได้ - ทำลายโมหะได้ - ทำลายโลภะได้ - ทำลายกิเลส - ทำลายตัณหา - ทำลายอุปาทาน - ทำลายกรรม



และวิบากเหล่านั้น ; หรือว่าทำลาย “ความชั่วเหล่านั้น” ได้.* นี่ละ - คือตามหลักพระพุทธศาสนา, **ศีลวิธีปฏิบัติ**. ศีลอันนี้มีอยู่แล้วในคนทุกคนไม่ยกเว้น, เด็กน้อยก็มี คนหนุ่มคนสาว คนเฒ่าคนแก่ คนไทย คนจีน คนฝรั่งเศส คนอังกฤษ คนอเมริกา หรือจะเป็นเชื้อชาติใดก็ตาม นุ่งผ้าสีกะไรก็ตาม - มีอยู่แล้ว ; ความเป็นปกติอันนี้.

อย่างที่พวกเรานั่งฟังผมพูดอยู่เดี๋ยวนี้, นี่ - ปกติ. เราดูลมหายใจของเรา ดูความคิดของเรา, พอมันคิดขึ้นมา เราเห็น - เรารู้ แปลว่าเรามีปกติ ; มีศีล. ถ้าเรายังไม่รู้ความคิดของเรา ก็แสดงว่าเรายังไม่ปกติ, ถ้าไม่เอียงไปโทสะ ก็เอียงไปโลภะ ; เพราะโมหะปิดบังไว้. ดังนั้น จึงทำให้เรามาทำความรู้สึกตัว, เรียกว่า “สัญญา” - ความหมายรู้จำได้. มันเคลื่อนไหวโดยวิธีใดก็ “รู้”, ให้ตัวสัญญาตัวนี้แหละทำหน้าที่ของมันจริงๆ. เมื่อ “สัญญา” ทำหน้าที่ของมันจริงๆ แล้ว, เมื่อมัน “รู้” อันใดแล้ว, จะไม่หลงไม่ลืมเลย ; นี่ - มันเป็นอย่างนั้น. รู้อันนี้แหละ รู้ได้ทุกคนไม่ยกเว้นเลย. คำสอนของพระพุทธเจ้าจึงเป็นกลางๆ. ที่ว่ากลางๆ นี้ก็คือ ไม่ต้องเอียงไปข้างซ้าย ไม่ต้องเอียงไปข้างขวา, ไม่ต้องเอียงไปทางโลภะ ไม่ต้อง

เอียงไปทางโทสะ เพราะทำลายโมหะได้ - อยู่ด้วยสติปัญญาหรือการเห็นแจ้ง.

อย่างที่เราั่งอยู่เดี๋ยวนี้ ใจของเราเป็นปกติอยู่. **ปกติอันนี้แปลว่า จิตใจสะอาด จิตใจสว่าง จิตใจสงบ จิตใจบริสุทธิ์, คือ ไม่อยู่กับโทสะ ไม่อยู่กับโมหะ ไม่อยู่กับโลภะ ไม่อยู่กับการยึดมั่น.** เมื่อจิตใจบริสุทธิ์ จิตใจก็ผ่องใสจิตใจก็ว่องไว, มีคนพูดอะไร สัญญาตัวนั้นรับรู้ได้ทันที. ดังนั้น การขัดแย้งต่อจิตใจของเรานั้นจึงไม่มารบกวน เพราะโทสะ - โมหะ - โลภะไม่ได้เข้ามารบกวน ทั้งนี้ก็เพราะทำลายโมหะได้ ; อันนี้ เรียกว่า “ความสงบแบบนี้” แต่ไม่ใช่สงบ (แบบนั้น).

(จริงได้เมื่อทำหน้าที่ถูกต้อง)

ความสงบแบบที่ผมพูดนี้ สามารถการทำงานอะไรได้ทุกสิ่งทุกอย่างตามหน้าที่ของเราจริงๆ ไม่ใช่ไปทำงานทำการตามหน้าที่ของคนอื่น. หน้าที่ของเราเป็นอย่างไร? เราเป็นคน เราก็ต้องทำงานทำการตามหน้าที่ของคน, เราเป็นมนุษย์ ก็ต้องทำงานทำการตามหน้าที่ของมนุษย์, เราเป็นเทวดา ก็ต้องทำงานทำการตามหน้าที่ของเทวดา, เราเป็นพระอินทร์พระพรหม ก็ต้องทำงานทำการตามหน้าที่ของพระอินทร์พระพรหม, เราเป็นพระอริยบุคคล เราก็ต้องทำงานทำการตามหน้าที่ของพระอริยบุคคล ; ทำนองอย่างนั้น. อันนี้ เรียกว่า อยู่อย่างต่ำกินอย่างต่ำนั่งนอนอย่างต่ำมุ่งหวังทำงานอย่างสูง คือทำงาน

* ความชั่วเหล่านั้น หลวงพ่อหมายถึง สิ่งที่เราเรียกว่า โทสะ - โมหะ - โลภะ และ กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม ซึ่งต่างก็เป็นอารมณ์ในขั้นปรมาตมที่ผู้ปฏิบัติได้เห็นจริงแล้ว สัมผัสแนบแน่นแล้วจึงละ, ละแล้วจึงรู้.

แทนพระพุทธเจ้า. ในทางตรงข้าม อยู่อย่างสูงกินอย่างสูงนั่งนอนอย่างสูงแต่ทำงานอย่างต่ำ อันนี้แปลว่า ทำลายคำสอนของพระพุทธเจ้า.

ญาติโยมมาที่นี่ การงานมี, เรียกว่า ทำนาทำสวนซื้อขายๆ เป็น การอยู่อย่างต่ำกินอย่างต่ำนั่งนอนอย่างต่ำต้องทำมาหากิน, แต่จิตใจ มุ่งหวังจะเปิดเผย และเผยแผ่คำสอนของพระพุทธเจ้า เรียกว่ามุ่งหวัง ทำงานอย่างสูง เพราะคำสอนของพระพุทธเจ้านั้นคว่าหน้าอยู่ ไม่มี คนหงายหน้าขึ้นมา หรือว่าถูกปิดไว้ไม่มีคนคลายเกลียวมันออกมันก็เลย ติดอยู่อย่างนั้น. พระสงฆ์เราก็เหมือนกัน, อยู่อย่างสูงกินอย่างสูง นั่งนอนอย่างสูง เพราะชาวบ้านเขาถวายให้, เมื่อมาที่นี่ก็ต้องมาเปิดเผย มาเผยแผ่ธรรมะ มาแก้ไขปัญหาตัวเอง แล้วก็จะได้นำคำสอนของ พระพุทธเจ้านั้นออกไปเผยแผ่ จึงจะเป็นการมุ่งหวังทำงานอย่างสูง.

การเผยแผ่ธรรมะในเมืองไทยเรามีมาก มีหลายสำนัก มีหลาย ครูหลายอาจารย์ เราเป็นคน เราต้องเลือกคัดจัดหาเอาได้, อันใดผิด เราต้องรู้ อันใดถูกเราต้องรู้. ถ้าหากยังไม่รู้ก็เป็นคนอยู่แต่จิตใจไม่ใช่ คน เพราะเลือกคัดจัดหาเอาไม่ได้. ถ้าหากเป็นคนเป็นพระจริงๆ ต้องรู้จักจริงๆ, เป็นอย่างนั้น. ตัวของผม, ไม่ใช่พูดเข้าข้างตัว อันนี้ พูดความจริง, ผมเป็นโยมผมไปปฏิบัติธรรมนั้นที่แรกผมเลือกไม่เป็น. เมื่อผมรู้อันนี้แหละ ผมเลือกเอาได้ สิ่งนี้จะทำ - ทำ, สิ่งนี้ไม่ทำ - ก็ ไม่ทำจริงๆ, สิ่งนี้จะพูด - ต้องพูด, สิ่งนี้ไม่พูด - ก็ไม่พูดจริงๆ ; นี้ - ยอมเลิกละชีวิตจริงๆ มันเป็นอย่างนั้น.

ไปให้ถึง

(ท่านสอนไว้แล้วเราทำหรือยัง)

ดังนั้น ทับมิ่งขวัญปีนี้เราต้องพูดกันจริงทำกันจริง เป็นเพื่อน ร่วมทุกข์ร่วมสุขกันจริงๆ. ถ้าปฏิบัติอย่างนี้ ผมรับรองว่ารู้ทุกคน ไม่มากก็น้อย เพราะพระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ดีแล้วว่า : สัตว์ทั้งหลายคล้ายเราตถาคต - คือคล้ายกับพระพุทธเจ้า, สัตว์ทั้งหลายเหมือนเราตถาคต - เหมือนกันกับพระพุทธเจ้า, สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต - เป็นเหมือนกันกับพระพุทธเจ้า. พระองค์ยังตรัสต่อไปอีกว่า : สัตว์ทั้งหลาย! เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วเท่านั้น แล้วจึง นำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย, ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติ ตามอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะมีเห็นจะเป็นจะมีอย่างเราตถาคตนี้.

อันนี้, เรารู้วิธีทำ และรู้วิธีพูด และรู้ผลของการที่จะปรากฏขึ้นมา. เรา - ทำแล้วหรือยัง? ถ้ายัง - ก็แสดงว่าเราเพียงพูดได้.

ที่ผมพูดนี้ : ถ้าทำจงหะให้ติดต่อกันเหมือนลูกโซ่ มีความรู้สึกอยู่ทุกขณะ, คือ ยืน - เดิน - นั่ง - นอน คู้ - เขยียด - เคลื่อน - ไหว อย่างที่พระพุทธเจ้าสอนนั้น, แต่วิธีโดยเราเอามาทำเป็นจังหะ : พลิกมือขึ้น - คว่ำมือลง ยกมือไป - เอามือมา ก้ม - เงย เอียงซ้าย - เอียงขวา กะพริบตา อ้าปาก หายใจเข้า - หายใจออก รู้สึกอยู่ทุกขณะ ; และจิตใจมันนิ่งมันคิด รู้สึกอยู่ทุกขณะ, อันนี้แหละ วิธีการปฏิบัติ คือ

ให้รู้ตัวไม่ให้หนึ่งนึ่งๆ ไม่ให้หนึ่งสงบแต่ให้มันรู้. เราทำหรือยัง. ถึงจะสงบ เราก็ต้องมองถึงความไม่สงบที่จะเกิดขึ้นภายในจิตใจ, ต้องมองเห็นไปอย่างนั้น. ความสงบอันนั้น จึงเป็นผลพลอยได้จากการทำความรู้สึกตัวนี้เอง, เป็นอย่างนั้นรับรองได้จริงๆ เรื่องนี้. พระพุทธเจ้าท่านก็สอนเอาไว้แล้วว่า “...ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้...” อันนี้ไม่ใช่ว่าผมเป็นพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ที่ว่าผมเป็นพระตถาคต, แต่ผมทำเรื่องนี้แหละ แล้วผมเข้าใจว่าความทุกข์มันลดน้อยไปหรือหมดไป ไม่มารบกวนเราเลย. ไม่ใช่หมดไป แต่เฉพาะความทุกข์นี้เท่านั้นนะ ทุกข์จากความสงสัยว่า ตายแล้วเกิดเกิดแล้วตาย เหล่านี้ก็จะหมดไปจริงๆ, และวิธีที่จะหมดลมหายใจก็จะรู้จริงๆ. นี่ - ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนที่เรียกว่าอริยสัจ, เกิดแล้วก็ต้องตาย, มีจริงๆ. นี่ - มันเป็นอย่างนั้น. ทุกข์ - สุข ก็ต้องมีจริงๆ. ความไม่ทุกข์ - ไม่สุข ก็ต้องมีจริงๆ. เราจะรู้โดยวิธีที่พระพุทธเจ้ารู้จริงๆ รับรองได้จริงๆ เพราะตำราท่านก็สอนก็แนะนำเอาไว้แล้วว่า : ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานสี่อย่างถูกต้อง อย่างนาน ๗ ปี อย่างกลาง ๗ เดือน อย่างเร็วที่สุดนับแต่ ๑-๗ วัน หรือ ๑๕ วัน มีอานิสงส์ ๒ ประการ ท่านว่าอย่างนั้น, คือ หนึ่ง - เป็นพระอรหันต์ สอง - ถ้าหากไม่ได้เป็นพระอรหันต์ต้องเป็นพระอนาคามี แน่แน่นอนที่สุด ; ตำราพูดอย่างนั้น.

ส่วนอันที่ผมพูดนี้, ไม่ต้องพูดถึงเรื่องพระอรหันต์ พระอนาคามี, รับรองจริงๆ ว่า ถ้าทำจริงๆ แล้ว ในระยะ ๓ ปี - อย่างนาน ;

ทำให้ติดต่อกันจริงๆ นะ, อย่างกลาง ๑ ปี, อย่างเร็วที่สุด นับแต่ ๑ - ๙๐ วัน. อานิสงส์อย่างนั้นไม่ต้องพูดเลย, ความทุกข์จะลดน้อยไปจริงๆ ทุกข์จะไม่มารบกวนเรา อย่างโศสะ - โมหะ - โลภะนี้ หรือ กิเลส - ตัณหา - อุปาทานนี้ จะไม่มารบกวนเลย หรือมารบกวนก็น้อยที่สุด - มันเป็นอย่างนั้น, รับรองจริงๆ ถ้าทำวิธีนี้ จึ่งว่า - ยอมเสียสละชีวิตเพื่อรักษาความจริงอันนี้เอาไว้.

(ธรรมทาน - ทานความคิด)

ถ้าหากว่ามีการให้ทานรักษาศีลจริงๆ แล้ว ต้องแน่นอน*

คำว่า “ทาน” ในที่นี้ก็ได้ไม่ได้หมายถึงทานวัตถุ. ทานอันนี้ คือ ทานความคิด, ทานความคิดที่มั่นคง - ปลูก - ขึ้นมา ทานได้ทันที. เราเห็นอันนี้, ตัวนี้ เรียกว่า ตัวสมุทัย, เราก็มาอยู่กับการเคลื่อนไหว (ภายนอก). พอดีมันคิดขึ้นมา ; อันนี้เพราะมันมีการขัดแย้งต่อตัวเรา ดีใจ เสียใจ พอใจ ไม่พอใจ, เราก็ทำความรู้สึกตัว ; ตัว “การเคลื่อนไหว” เช่น กะพริบตา กำมือ เขี่ยดมือ, มันก็วางตัว

* ศีลในที่นี้ หมายถึง ศีลที่แปลว่าปกติ หรือศีลที่เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบตามที หลวงพ่อได้กล่าวไว้ในตอนต้น.

ความคิดตัวนั้นเลย มันจะเข้ามาอยู่กับความรู้สึก. พอดีมาอยู่กับความรู้สึก, มันจะเปลวไป หรือมันอาจไม่เปลวก็ได้, มันจะคิด - บ๊ีบ - ขึ้นมา เราจะรู้ - จะเห็น - จะเข้าใจ, มันจะไม่มี “อารมณ์” เลย” เรียกว่า **“ธรรมารมณ์เกิดกับใจไม่มี”**. ถ้าเราไม่เห็น “ตัวนี้” มันจะเป็นอารมณ์ เป็นธรรมารมณ์ ; เรียกว่า “โลกียธรรม”.

โลกียธรรม โลกุตตรธรรม โลกวัชชะ ฯลฯ, นี่ - เราพูดได้, เป็นภาษาคำพูด.

“โลกียธรรม” นั้น หมายถึง อย่างที่พวกเราๆ เดียวนี้แหละ มุ่งหวังจะทำมรรคผลนิพพานให้แจ้ง แต่การกระทำของเรามันยังไม่แจ้ง เมื่อมันยังไม่แจ้งเราก็แสวงหาหรือปฏิบัติไปจนกว่ามันจะแจ้ง, พอแจ้ง ก็เรียกว่าถึง **“โลกุตตรธรรม”** เมื่อเรายังไม่แจ้งเป็นโลกียธรรม. จึงว่า - โลกียธรรมกับโลกุตตรธรรมอยู่ด้วยกัน. ถ้าหากว่าเรารู้โลกุตตรธรรมจริงๆ แล้ว ก็แยกกันได้หรือออกจากกันได้, ถ้าเรายังไม่รู้จริงๆ จะแยกกันไม่ได้, นี่ - มันเป็นอย่างนั้น.

(รู้เพราะไม่หลง)

ดังนั้น, สมมติเอานะ, น้ำชุนน้ำสกปรก ถ้าเรามีน้ำใสๆ น้ำสะอาดสักหยดเดียวหยดลงไปเทลงไป น้ำชุนนั้นก็จางทันทีเลย. ความคิดของเราก็เหมือนกัน. ความโกรธ ฯลฯ หรือเรียกว่า โทสะ - โมหะ - โลภะนี่ : เมื่อมันโกรธขึ้นมา เรามีความเห็นแจ้ง - บ๊ีบ - เดียว, ก็เหมือนเอาน้ำใสๆ หยดเข้าไปนั่น มันจะจางคลายออกไปทันทีเลย. ส่วนอันที่เราโกรธไปนั่น คือ เราไม่รู้, เราหลงใจนั่นเอง ; **หลงกาย - หลงใจเราเอง.**

ดังนั้น จึงว่า - พยายามพูดกันเรื่องนี้ให้มากในระยพระชานี้ พระเณรก็ต้องเข้าพรรษาแล้ววันนี้ ญาติโยมผู้ปฏิบัติธรรมก็ต้องปฏิบัติกันจริงๆ จังๆ. การงานอย่างอื่นนั้นไม่เป็นธุระของเรา เอาไว้ก่อน, **การงานของเราคือการปฏิบัติธรรมทางจิตทางใจ ก็ต้องปฏิบัติทุกขณะทุกลมหายใจ.** การรู้อย่างนี้ไม่มียกเว้นเลย จะเป็นผู้หญิงผู้ชาย เป็นผู้เฒ่าผู้แก่ เป็นคนหนุ่มคนสาว รู้ได้จริงๆ ถ้าทำจริงๆ, รับรองได้จริงๆ รับรองคำพูดของผมที่พูดนี้ รับรองว่าต้องเป็นจริงๆ ไม่มากก็น้อย ; เพราะมันเป็นอย่างนั้น.

* อารมณ์ หมายถึง สิ่งที่เกิดกำหนด เป็นความหมายในทางปฏิบัติ มิใช่ในความหมายที่เป็นลำนวนพูดทั่วไป.



การเริ่มต้นชีวิตใหม่
ต้องเป็นคนจริง
ทำจริง พูดจริง,
เมื่อทำจริงพูดจริง
ก็ต้องรู้ของจริง จริงๆ.

ชีวิตใหม่ของคนจริง

นิมนต์เพื่อนภิกษุสามเณรทุกองค์ครับ ตั้งใจฟัง, และเจริญพร
ญาติโยมทุกคนตั้งใจฟัง.

วันนี้ เป็นวันอาทิตย์ที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๓๐. ทำวัตรเย็น
สั้นๆ เพียงเป็นพิธีการก็จบแล้ว ต่อไปเราก็ต้องแนะนำวิธีปฏิบัติ
กันให้เข้าใจ เพราะเป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่. ปีนี้เป็นปีเริ่มแรกของ
หับมิ่งขวัญ เราจะพยายามปฏิบัติธรรมะตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า
ที่ทรงตรัสสอนเอาไว้. ความรู้ของพระองค์ท่านนั้นมีมาก เพราะเรียน
มาจากหลายครูหลายอาจารย์ เปรียบเท่ากับใบไม้หมดทั้งป่า แต่ก็
ทรงตรัสว่าที่เอามาสอนนั้นเท่ากับใบไม้กำมือเดียว คือ สอนแต่เรื่อง
ทุกข์เท่านั้น. เราก็จะปฏิบัติตามนั้น.

(คนเป็นอย่างไร)

การสอนเรื่องทุกข์นี้ก็มีความหลายหลายคนสอน ที่เป็นเช่นนี้ก็ไม่ใช่แต่เฉพาะในเมืองไทยหรือเมืองลาว ในประเทศอินเดียหรือแม้แต่ในสมัยพุทธกาลก็เป็นอย่างนี้เช่นเดียวกัน. เราต้องรู้จักเลือกคัดจัดหาที่มันเหมาะสมกับเรา ที่เราจะนำมาปฏิบัติ, เพราะเราเป็นคน.

คำว่า “คน” นี้ มันมีความหมายมาก กินความกว้างมาก. เกิดกับคนก็ต้องเป็นคน ; เป็นลูกคน. เกิดกับสัตว์ต้องเป็นลูกสัตว์ หน้าตาแข่งขาต้องเป็นสัตว์ประเภทนั้นๆ. เกิดกับคนก็ต้องเป็นคน หน้าตาแข่งขามือเท้าต้องเป็นคน, ถึงจะเป็นคนไทย เป็นคนจีน คนฝรั่ง คนอังกฤษ คนเขมร คนญวน คนลาว ก็เป็นคนเช่นเดียวกัน. คำว่าคนนี่ จะเป็นผู้ใดให้ชื่อเสียงเรียงนามไว้แต่ยุคใดสมัยใดก็ยังไม่มีการตอบได้ ผมเคยถามอาจารย์มาหลายอาจารย์แล้ว. ตัวเองเข้าใจว่า คงจะเป็นท่านผู้ฉลาดผู้รู้ผู้มีปัญญา จึงกำหนดเรียกคำนี้ขึ้นมาได้ว่า - คน. คำว่าคนนี่ หมายถึงมีทุกสิ่งทุกอย่างปนอยู่ในนี้ : ดีก็มีอยู่ในคน, ชั่วก็มีอยู่ในคน, ไม่ได้ไม่ชั่วก็มีอยู่ในคน.

ดังนั้น, จึงว่า - ให้เราไปเลือกเอาสิ่งที่ดีที่สุตนั้นแหละ, ในคนนั้นแหละ, ในเรานี้แหละ. ถ้าหากเราเลือกคัดจัดหาเอาอย่างไม่เป็น นั้นก็แสดงว่าเรายังไม่ใช่คน, เพราะแม้ว่าแข่งขาหน้าตา มือเท้าจะเป็นคนแต่จิตใจของเราไม่ใช่คน เพราะยังเลือกไม่ได้. เมื่อความเป็นคนไม่มี ความเป็นมนุษย์ก็ไม่มี, เมื่อความเป็นมนุษย์ไม่มี ความเป็น

เทวดาก็มีไม่ได้, เมื่อความเป็นเทวดามีไม่ได้ ความเป็นพระอินทร์ พระพรหมก็มีไม่ได้, เมื่อความเป็นพระอินทร์ พระพรหมมีไม่ได้ ความเป็นพระอริยบุคคลก็มีไม่ได้. หากว่าเราเลือกคัดจัดหาเอาแต่ที่เหมาะสมเป็นแล้ว จะนำไปปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงได้, อันนั้นแหละ เรียกว่า คน เพราะเลือกเป็นแล้ว.

ดังนั้น ความเป็นคนจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในประการแรกสุด และเราต้องปฏิบัติให้รู้จักความเป็นคนนี้ว่าหมายถึงอะไร - ให้รู้.

(ท่านสอนไว้อย่างไร)

ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ว่า ให้เราเจริญสติปัฏฐานสี่ เรียกว่า : กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ให้มีสติดูกายในกาย ; เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน - ให้มีสติดูเวทนาในเวทนา ; จิตตานุสสณาสติปัฏฐาน - ให้มีสติดูจิตในจิต ; ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน - ให้มีสติดูธรรมในธรรมฯ, หลายครูหลายอาจารย์พูดเรื่องนี้ อันนี้เป็นวิธีพูดเฉยๆ แต่เราก็ยังไม่เข้าใจ.

พระองค์ยังสอนเป็นการปลุกย่อยออกมาว่า ให้มีสติกำหนดรู้ในอริยาบถทั้งสี่ : เดิน - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ ; ยืน - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ ; นั่ง - ก็ให้มีสติกำหนดรู้ ; นอน - ก็ให้มีสติกำหนดรู้, นี่ - ท่านสอนไว้อย่างนั้น.

เท่านั้นยังไม่พอ ท่านยังสอนเข้าไปอีกย้ำเข้าไปอีกว่า **ให้มีสติ**
เข้าไปกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อย : คู้ - เขยียด - เคลื่อน - ไหว โดย
วิธีใดก็ได้ให้รู้, ท่านสอนอย่างนั้น.

แต่เราไม่ได้ทำกับพระองค์ จึงไม่รู้เหมือนกันกับพระองค์,
เราก็ไปให้ท่านบ้าง ไปรักษาศีลบ้าง ไปทำกรรมฐานบ้าง ทำวิปัสสนา
พูดเอาเองบ้าง. พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้แล้ว ดีแล้ว, ท่านตรัส
อย่างนี้ว่า :

“สัตว์ทั้งหลายคล้ายเรตถาคต, สัตว์ทั้งหลายเหมือนเรตถาคต,
สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต, ฯ”

นี่สามคำ, หมายถึงอะไรจะได้พูดพอให้เราเข้าใจ : คำว่า **สัตว์**
ทั้งหลายคล้ายเรตถาคต นั้น ก็คือ คล้ายคลึงกัน พระพุทธเจ้าเป็น
คนอินเดีย คนอินเดียคนไทยก็มีแข่งมีขามีมือมีเท้าคล้ายคลึงกัน
ความเป็นหญิงเป็นชายก็คล้ายกัน, **สัตว์ทั้งหลายเหมือนเรตถาคต** ก็คือ
เหมือนกัน ; จะเป็นคนจีน คนฝรั่งเศส คนอังกฤษ คนอเมริกา คน
เขมร คนญวน คนลาว ขึ้นชื่อว่าเป็นคนนี้ ทุกชาติทุกภาษาทุกลัทธิ
ทุกนิกายทุกเพศทุกวัยทั้งเด็กและผู้ใหญ่ แก่เฒ่าหรือหนุ่มสาวชาย
หญิงก็ตาม มีโกรธ - มีโลภ - มีหลงเหมือนกัน มีหัวเราะ - มีร้องไห้
พอใจ - ไม่พอใจเหมือนกัน พระพุทธองค์เมื่อสมัยยังไม่ได้ตรัสรู้
นั้นก็เหมือนกัน ไม่ต่างกันเลย. **สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต** อันนี้
ก็หมายถึงสัตว์มนุษย์นี้เองไม่ใช่สัตว์เดรัจฉานจึงจะเป็นพระตถาคต

เป็นพระพุทธเจ้าได้ คือ เป็นได้เหมือนกันกับที่พระองค์เป็น เพราะ
เมื่อพระองค์มองเห็นสภาพทุกข์ทุกอย่าง ; ไม่แต่เฉพาะโกรธ - โลภ -
หลงเท่านั้น, ว่ามันเป็นอย่างนั้นๆ มันเป็นทุกข์ เป็นของมันอย่างนั้น
ท่านก็เป็นตถาคตขึ้นมา. มามองดูตัวเราที่นี่, ความไม่โกรธนั้นก็
เหมือนกัน ไม่ใช่มันจะโกรธอยู่ตลอดเวลา อย่างที่เรานั่งอยู่ใน
ขณะนี้แหละ ; คนไทยก็ไม่โกรธเป็น คนจีน คนฝรั่งเศส ฯลฯ
ก็ไม่โกรธก็มีเป็นครั้งเป็นคราว - เป็นอย่างนั้น. พระองค์ยังได้ตรัส
ต่อไปอีกว่า :

“สัตว์ทั้งหลาย! เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วแห่งนั้น - ที่ไม่มีทุกข์,
แล้วจึงนำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย, ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติ
ปฏิบัติตามอย่างเรตถาคตนี้ ก็จะมี - จะเห็น - จะเป็น - จะมีอย่างเรา
ตถาคตนี้.”

ท่านสอนไว้แล้วอย่างนี้ แต่ที่นี้พวกเราไม่ทำ จึงไม่รู้ - ไม่เห็น -
ไม่เป็น - ไม่มี ไม่เหมือนกันกับพระองค์. เรามีแต่พูดเอาเท่านั้นเอง
การกระทำไม่มี มันก็ไม่ได้ผล. อย่างเช่น ในขณะที่โกรธขึ้นมานั้นนะ
บางคนก็ไม่ว่าตนโกรธทั้งที่โกรธขึ้นมาแล้วในขณะที่ตนกำลังพูด
กำลังจา กำลังอะไรอยู่อย่างไรก็ไม่รู้เลย โกรธจนแทบตายก็ไม่รู้.
เพราะหลงตนลืมหองตัวเอง ไม่รู้สึกตัวนั่นเอง, คือ ไม่ได้ปฏิบัติ
ไม่ได้ทำความรู้สึกตัวรู้สึกใจอย่างที่ท่านสอนเอาไว้.

(ชีวิตใหม่เป็นอย่างไร)

ดังนั้น ที่พวกเรามาสำนึกหับมิ่งขวัญนี้ เราเรียกว่า เริ่มต้นชีวิตใหม่. บางคนก็ยังไม่เข้าใจว่าเริ่มต้นชีวิตใหม่อย่างไร หมายถึงอะไร? **เริ่มต้นชีวิตใหม่ก็คือ เราจะกลับเนื้อกลับตัวมาปฏิบัติตามแบบของพระพุทธเจ้า เพื่อให้ได้รู้ - เห็น - เป็น - มีอย่างพระองค์** ซึ่งท่านได้ตรัสว่า เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วแห่งนั้น พระพุทธเจ้าไปถึงนิพพานแล้ว หรือไปถึงที่สุดของทุกข์แล้ว ว่าอย่างนั้นก็ได้, เราก็ต้องประพฤติปฏิบัติตาม.

พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้ว่า : “ภิกษุภิกษุณีอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย! พระธรรมวินัยนี้มีอยู่ หากมีผู้ประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมวินัยนี้ มรรคผลนิพพานก็จะไม่ว่างจากโลกนี้.” แต่ที่เราไม่ได้ประพฤติปฏิบัติตาม เราจึงไม่รู้เรื่องมรรคผลนิพพาน ซึ่งก็แสดงว่าเราช่วยกันไม่ปฏิบัติหรือจะว่าเราช่วยกันทำลาย - ว่าอย่างนี้ก็ได้.

พระองค์ยังตรัสไว้อีกว่า : “หากภิกษุภิกษุณีอุบาสกอุบาสิกาอยู่โดยชอบ” ; อยู่โดยชอบนี้คืออย่างไร เราก็ไม่รู้อีก อยู่โดยชอบนี้ก็คืออยู่ด้วยความมีสติ อยู่ด้วยความรู้สึกตัว, “พระอรหันต์ก็จะไม่ว่างจากโลกนี้”. นี่ - ท่านว่าอย่างนั้น. เราไม่เข้าใจอย่างนั้น, เดียวนี้เรานึกว่าหมดยุคหมดสมัยแล้ว เราเข้าใจไปอย่างนั้น. ถ้าหากหมดยุคหมดสมัยแล้ว พระองค์จะต้องไปตรัสทำไม่อย่างนั้น, เราต้องเข้าใจให้เข้าใจจริงๆ เรื่องนี้.

(สงฆ์เป็นอย่างไร)

ที่เราสวดกัน, **สังฆคุณ** นี่, เป็นประเด็นสำคัญที่ทุกคนควรรู้.

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ; สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมั่นปฏิบัติดีแล้ว, คำว่าปฏิบัติดีนี้ปฏิบัติอย่างไร? ไม่ใช่ปฏิบัติอย่างอื่น, ปฏิบัติตัวเรา - นี่เรียกว่าปฏิบัติดีแล้ว.

อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ; สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมั่นปฏิบัติตรงแล้ว, คำว่าตรงนี้หมายถึงอะไร? ก็ตรงต่อคำสอนของพระพุทธเจ้า ตรงต่อหน้าที่ ตรงต่อการทำงาน ตรงต่อตัวเอง, นี่ - ปฏิบัติตรง. ท่านสอนให้ปฏิบัติ เรามิแต่เพียงพูดเอาเอง จึงยังไม่ตรง.

ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ; สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมั่นปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว, คำว่าออกจากทุกข์นี้หมายถึงอะไร เราก็ไม่รู้. ออกจากทุกข์นี้ ก็ออกจากโทสะ - ออกจากโมหะ - ออกจากโลภะ ออกจากกิเลส - ออกจากตัณหา - ออกจากอุปาทาน, หรือออกจากสิ่งเสพติด มึนเมาทุกประเภท ท่านเรียกว่า อบายมุข. คนใด หากว่ายเลิกละจากอบายมุขไม่ได้ ก็แสดงว่ายังไม่ใช้เป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ; เราก็ต้องฟังดูให้เป็น.

สามิจิปะกัณโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ ; สงฆ์สาวกของ
พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมูไค ปฏิบัติสมควรแล้ว, คำว่าปฏิบัติ
สมควรนี้เราจะว่าอย่างไร เพียงแต่ให้ท่านรักษาศีล ทำกรรมฐานทำ
วิปัสสนาก่อนอย่างนั้นหรือ? คำว่าสมควรนี้หมายถึง คนผู้ที่รู้ทิศทาง
รู้แนวทางและรู้ทางของพระพุทธเจ้า ไม่หลงไม่ลืม ไปที่ไหนก็ไม่หลง
ไม่ลืม, ท่านว่าอย่างนั้น. แต่เราไม่เข้าใจคำที่ท่านว่าปฏิบัติสมควร,
ถ้าหากพูดตรงๆ ก็ว่า **พระโสดาปัตติมรรค พระโสดาปัตติผล พระ
สกิทาคามีมรรค พระสกิทาคามีผล พระอนาคามีมรรค พระอนาคามีผล
พระอรหัตตมรรค พระอรหัตตผล** - คือจะเป็นอย่างนั้น. ถ้าหากว่า
เรายังไม่เข้าใจคำพูดนี้ ก็แสดงว่าเรายังไม่สมควร.

ยะทิทัง, จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัมมูละ ปุริสะปุคคะลา ; คู่แห่ง
บุรุษสี่คู่ - นี้. นับเรียงตัวบุรุษได้แปดบุรุษ - อันนี้แหละ.

เอสะ ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ ; นั้นแหละ สงฆ์สาวกของ
พระผู้มีพระภาคเจ้า, ไม่ได้หมายถึงนั่งเลื่องหม่เลื่องอย่างเดียว
ญาติโยมก็เป็นสงฆ์ได้.

ชีวิตใหม่

เมื่อพูดถึงตอนนี้ จะมาพูดเรื่องตัวเองให้ฟัง เพราะว่าตัวเอง
เป็นคนพูด ตัวเองก็ต้องกล้ารับรองคำพูดของตัวเองได้.

ในสมัยนั้น หลวงพ่อเป็นโยมไปปฏิบัติธรรมะ, ตอนเย็น, เดินไป
เดินมาก็เห็นความคิดตัวเอง. เมื่อเห็นความคิดตัวเองนี้, สมมติเทียบ
เอาอย่างนี้ว่า ตัวเองหนักอยู่ ๑๐๐ กิโล ชาติไปหลุดไปทันทีเลย
อย่างน้อย ๖๐ กิโล ; แต่ในช่วงที่ตัวเองเป็นจริงๆ นั้น ตัวเองว่า
เฮ้อ! ไปแล้ว ๘๐ กิโล ยังเหลืออยู่สัก ๒๐ กิโล, เบาขึ้นมา, และรู้สึก
ในใจตัวเองว่า **โอ! ตัวเราเป็นพระได้แล้ว** บัดนี้. ยังนั่งกางเกงขายาว
ขาสั้นแล้วผมก็ยังยาวอยู่นะตอนนั้นนะ เฮ้อ! เป็นพระได้แล้วนี้. รู้ว่า
- ความเป็นพระประเภทนี้ ไม่จำกัดเชื้อชาติศาสนาแลทธิ ไม่จำกัด
เพศวัย ไม่จำกัดความหนุ่มสาวหรือแก่เฒ่า, อันนี้จึงกล้าพูดกล้าสอน
กล้ายืนยันรับรองว่าเป็นจริง.

“ความเป็นจริง” มีอยู่แล้วในคนทุกคน.

ดังนั้น ธรรมะที่ทำให้พระพุทธเจ้าเป็นพระพุทธเจ้านั้น จึงว่า -
มีอยู่ก่อนพระพุทธเจ้า, แต่เราก็ไม่เข้าใจ. พระพุทธเจ้าค้นพบเป็น
คนแรกในประเทศอินเดีย เราเป็นคนไทยก็ไปเอาวิธีปฏิบัติต่างๆ นี้
มาจากประเทศอินเดีย, รวมทั้งการให้ทานการรักษาศีลเหล่านี้ด้วย.
ถ้าหากเราเข้าใจจริง เราก็ประพฤติปฏิบัติตามพระพุทธเจ้าได้, เป็น
อย่างนั้น.

• วิธีทำ

ดังนั้น วิธีที่เอามาเล่าให้ฟังนี่ก็เป็นวิธีง่ายๆ อย่างที่เราเรียนกันทุกวันนี่ ; วิธีการคือ : **พลิกมือขึ้น - คว่ำมือลง, ยกมือไป - เอามือมา, เดินหน้า - ถอยหลัง ; ให้รู้สึก. ก้ม - เงย, เอียงซ้าย - เอียงขวา, อ้าปาก, กะพริบตา, หายใจเข้า - หายใจออก, กลืนน้ำลายลงไปในลำคอ ; ให้รู้สึก.** อันนี้ คนอื่นมองเห็น, ส่วนจิตใจนึกคิดนั้น คนอื่นมองไม่เห็นเลย. อันที่คนอื่นมองเห็นนี้ เรียกว่า “**หยาบ**”^{*}, มันเป็นอย่างนั้น. แต่ก่อนที่จะทำอันนี้ เราก็อาจถามว่าทำเพื่ออะไร? ก็ตอบว่า ทำให้ตรงกับที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ว่า **ให้มีสติกำหนดรู้ในอริยาบถทั้งสี่และอริยาบถย่อย คือ ยืน - เดิน - นั่ง - นอน คู่ - เหยียด - เคลื่อน - ไหว โดยวิธีใดก็ได้ให้รู้, เราก็ทำให้รู้เหมือนกันกับที่พระพุทธเจ้าสอนนั้น.**

เมื่อทำอันนี้แล้ว จะเป็นอย่างไร? เราไม่ต้องรู้อันนี้, เมื่อเหตุมันมีปัจจัยมันมีแล้ว มันก็มีผลขึ้นมาเอง. เหตุของมัน คือ เราทำความรู้สึกตัว, ผล คือ เรารู้ตัวเรา ; เหตุ - ผล. **เหตุอันนี้ คือ “เราทำให้รู้”, พอดีผลเกิดขึ้น ก็เรียกว่า “ปัญญาญาณ” เกิดขึ้นให้รู้ตัวเอง. รู้ที่ไหน? ก็รู้ตัวเอง, รู้เรื่องรูปเรื่องนามนี้เอง.**

^{*} พลิกมือ - รู้, กะพริบตา - รู้, หายใจ - รู้ ละเอียดเป็นลำดับเข้าไปก็จริง แต่คนอื่นยังมองเห็นได้, จัดเป็นส่วนกาย, จึงยังจัดว่าเป็นการรู้ส่วนหยาบ. ส่วนละเอียด คือ จิตใจนึกคิดขึ้นมา - เห็น, รู้, การจะรู้ส่วนละเอียดได้ จำต้องเริ่มวิธีที่จะรู้ไปจากส่วนหยาบนี้ก่อน สัมผัสแนบแน่นกับสิ่งนั้นๆ จริงๆ.

• วิธีรู้ วิธีเป็น

๑. อารมณ์ขึ้นรูป - นาม

ตอนเช้า ผม**รู้เรื่องรูป - นาม** ; รู้จริงๆ, รู้แล้วไม่หลงไม่ลืมไม่พลาดเลย. ส่วนที่เคยเรียนมาแต่เมื่อสมัยเป็นเณร : เรียนว่า **รูปังอนิจจัง, เวทนانونิจา, สัญญาอนิจา, - รูปไม่เที่ยง, เวทนาไม่เที่ยง ฯลฯ** พูดไปอย่างนั้นแหละ - แต่ไม่รู้. แต่เมื่อมาปฏิบัติอันนี้ - รู้, รู้จริงๆ เรื่องเหล่านั้น. เมื่อ**รู้รูป - นาม**ดีแล้ว ก็รู้ ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา.

รู้รูป - นามในที่นี้ ก็มีใช้เฉพาะรูป - นามเท่านั้นนะ : **รู้รูป, รู้นาม, รู้รูปทำ, รู้นามทำ, รู้รูปโรค, รู้นามโรค.**

รูป - นาม นี้ : มันเป็นเพียงรูป มันเป็นเพียงนาม, แต่พอยกมือขึ้นนี้ หรือทำอะไรนี้ มันเป็น **รูปทำ - นามทำ** ; เป็นอย่างนั้นที่รู้มา. พอเจ็บหัวปวดท้อง - รูปเป็นโรค, ใจก็ไม่สบาย ; นี่! **รูปโรค - นามโรค**, เข้าใจอย่างนั้น. ที่นี้มันสบายอยู่นี้แหละไม่เจ็บหัวไม่ปวดท้อง, แต่จิตใจมันคิดชอบ - เกลียด ฯลฯ ; นี่ - **จิตวิญญาณเป็นโรค**. จิงว่า, รูปโรค - นามโรค มี ๒ อย่าง. จิตวิญญาณเป็นโรค กับ รูปเป็นโรค มันไม่เหมือนกัน. ถ้ารูปเป็นโรค เราก็ไปหาหมอที่โรงพยาบาล ให้หมอผู้เชี่ยวชาญตรวจเช็คร่างกายแล้วให้ยากิน, กินยาแล้วบางทีก็หายบางทีก็ไม่หาย เป็นอย่างนั้น. **ส่วนเรื่องจิตวิญญาณเป็นโรค เราต้องเจริญสติแบบที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้วันนั้น, เราจึงจะเข้าใจเรื่องนี้ได้.**

เรื่องโรคทางเนื้อหนังนี้ ถ้าหมอเก่งนะ เขาวินิจฉัยออกมาว่าโรคอย่างนี้กินยาไม่หายถ้าไม่ตัดเนื้อร้ายออก เราก็ต้องยอมเสียสละอวัยวะตามที่หมอวินิจฉัย เพราะหมอชำนาญไว้วางใจได้มีความรู้, แต่หมอบางคนพอคนไข้ไปโรงพยาบาล หมอก็เอายาแก้ปวดให้กิน มันก็พอทุเลาได้แต่ไม่หาย, ส่วนหมอดีเขาไม่ต้องให้กินยาแก้ปวด เห็นโรคอย่างนี้วินิจฉัยออกมา เขาต้องตัดเนื้อร้ายนั้นออกทันทีเลย ; มันเป็นอย่างนั้น. ส่วนโรคจิตวิญญาณ พระพุทธเจ้าท่านมีเทคนิคกลไก หรือเปรียบว่าเป็นหมอผู้ที่สำคัญที่สุดรู้วิธีตัดเนื้อร้ายจิตวิญญาณเป็นโรคนี้ออกได้, เป็นอย่างนั้น.

เมื่อรู้จัก รูปโรค - นามโรคแล้ว, ก็รู้จัก **ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา**. คนอื่นจะรู้ไปอย่างไร หลวงพ่อกุศลไม่ทราบ, แต่หลวงพ่อกุศลเองรู้มาอย่างนี้.

เมื่อรู้ ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตาแล้ว ก็รู้ **สมมติ**.

สมมติอะไรนี้ ให้รู้ให้ครบให้จบให้ถ้วนจริงๆ : แม้บวชแล้วสักสึกแล้วบวชอีก, พระพุทธรูปนี้ ไม่นานเขาก็เอามาทำเป็นพระพุทธรูปได้ อัฐิหินดินปูนก็เอามาทำเป็นพระพุทธรูป โลหะก็เอามาหลอมเป็นพระพุทธรูปได้, ฯลฯ ; แต่เป็นเรื่องสมมติ เข้าใจอย่างนั้น. สมมติก็จริงอยู่ เรียกว่า **จริงโดยสมมติ** ; **สมมติบัญญัติ**. รู้แบบนี้, รู้จริงๆ. ตอนนี้รู้สมมติ, ยังไม่รู้ว่ สมมติบัญญัติ - ปรมัตถบัญญัติ - อรรถบัญญัติ - อริยบัญญัติ ; เป็นอย่างนั้นที่หลวงพ่อกุศล.

เมื่อรู้สมมติแล้ว ก็รู้ศาสนา - รู้พุทธศาสนา.

รู้ว่า - **ศาสนา** แปลว่าคำสั่งสอนของท่านผู้รู้ ใครรู้เรื่องอันใดก็นำเรื่องนั้นมาสอน ; แต่สอนเพียงให้ละชั่วทำดีเท่านั้น. ส่วน **พุทธศาสนา** อันนี้ไม่มีใครสอน ; รู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง เรียกว่า **สันติภูมิโก, อกาลโก** ; ไม่เลือกกาล ไม่เลือกเวลา, เรื่องเหล่านี้เป็นอย่างนั้น.

เมื่อรู้พุทธศาสนาดีแล้ว ก็รู้บาป - รู้บุญ.

คนอื่นจะรู้อย่างไรหลวงพ่อกุศลไม่รู้. **บาป** ก็คือ โง่ั่นเอง, คืออยู่ในถ้ำมืด หรืออยู่ในบ้านในห้องเรานี้แหละแล้วปิดประตูไว้ จึงไม่สามารถจะมองเห็นคนเดินไปเดินมาตามถนนหนทางได้ หรืออยู่ในถ้ำก็มืดมืดไม่มีแสงสว่างที่จะมองเห็นข้างนอกได้ ; มันเป็นอย่างนั้นเรียกว่า **บาป**. **บุญ** คือ ฉลาด, บุญคือรู้, บุญคือเข้าใจ ; รู้แล้วไม่ทุกข์. **บุญ** คือ ความไม่ทุกข์นั่นเอง, นี่ - รู้อันนี้แหละ.

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว มันก็มี **ปัญญาชนิดหนึ่ง** เกิดขึ้นมา, รู้ ออกนอกตัวไป รู้แล้วลืม, รู้แล้วลืมจริงๆ อันนั้นนะ.^๑ ส่วนอันนี้^๒ รู้แล้ว

^๑ อันนั้น หรือ ปัญญาอันนั้น ได้แก่ **วิปัสสนูปกิเลส**.

^๒ อันนี้ คือ ความรู้ที่อาศัยสัญญา^๓ เป็นอารมณ์ขั้นรูป - นามที่เป็นมาโดยลำดับ ได้แก่ รู้รูป - นาม, รูปทำ - นามทำ, รูปโรค - นามโรค, ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา, สมมติ, ศาสนา - พุทธศาสนา, บาป - บุญ.

ไม่ลืมจริงๆ จะพูดร้อยครั้งพันครั้งหมื่นครั้งแสนครั้งก็ตาม พูดอย่างนั้น ; อันนี้ - เป็นของจริง เรียกว่า **สัจจะ**, คือ ของจริง อาศัย **“สัญญา”** รู้. **“สัญญา”** มันทำหน้าที่ของมัน : คือว่า เราพลิกมือขึ้นก็รู้สึก คว่ำมือลงก็รู้สึก, ความไม่รู้สึกก็หายไป. บัดนี้, เรากะพริบตาที่รู้สึก ความไม่รู้สึกก็หายไป, เราหายใจก็รู้สึก ความไม่รู้สึกก็หายไป ; มันไล่กันไปอย่างนั้น. จึงว่า - การทำความรู้สึกนี้มีอันสงสัยมาก จะเอาเงินทองไปซื้อไม่ได้, ลูกจะทำแทนพ่อแทนแม่ก็ไม่ได้, สามเณรียาอยู่ด้วยกัน ทำแทนกันก็ไม่ได้ ; ต้องทำเอาเอง เรื่องนี้ - มันเป็นอย่างนั้น.

๒. อารมณ์ขันปรมาตม

พอดิรู้อันนี้ครบจบถ้วนแล้ว ก็สบาย, แต่ว่ามันคิดมาก, ตกเย็นก็ไปอาบน้ำ. อาบน้ำเสร็จแล้วก็มาเดิน กลับไป - กลับมา, ข้างหนึ่งเป็นต้นข่อย ข้างหนึ่งเป็นต้นพุทรา. เดินกลับไปกลับมา เลยคิดวูบขึ้นมาครั้งหนึ่ง, นึกว่า *เอ๊ะ! ใครมาผลักสี่ข้างเรา* มองหาไม่เห็นคนเลย เราเดินกลับไปกลับมาไม่มีคน, คิดวูบแรก เราไม่เห็นไม่รู้ หลวงพ่อเป็นอย่างนั้น. คิดครั้งที่สอง - วูบ - ขึ้นมานี้, *โอ! มันคิด*, เลยรู้ความคิดเลย ; แต่ยังไม่เห็นความคิด. มันคิดขึ้นมาครั้งที่สาม, นี่ - หลวงพ่อ **เห็น - รู้ - เข้าใจ** ; เห็นอย่างชัดเจน.

เมื่อเห็น - เมื่อรู้ - เมื่อเข้าใจแล้ว หลวงพ่อก็มาทำเอววิธีเหมือน **“แมวกับหนู”** นี่เอง, เป็นอย่างนั้น. ถึงหนูตัวโตแมวตัวเล็ก พอหนูมันออกมาแมวจะจับ - บีบ - ทันทึเพราะแมวไม่เคยกลัวหนู หนูตกใจมันก็วิ่งไป แมวตัวมันเล็กก็เกาะติดหนูไป, นี่คือการ**รู้คิด** กล่าว

คือ พอมันคิด - เราก็รู้ไปตามความคิดอันนั้น วางความคิดไม่ได้หนีจากความคิดไม่ได้ ; มันเป็นอย่างนั้น. เมื่อหนีจากความคิดไม่ได้ก็ คิดไป - คิดไป - คิดไป - คิดไป, คิดไปไม่มีหยุดเลย เป็นอย่างนั้น. เมื่อเป็นอย่างนั้น ก็ให้เราทำความรู้สึกตัว.

ครั้งที่สี่นี้, มันคิด - เราก็มาทำความรู้สึก. **เมื่อมันคิด - เราทำความรู้สึก มันก็เลยไม่ไปกับความคิด, เมื่อไม่ไปกับความคิด ก็เลยเกิด “ญาณปัญญา” รู้ขึ้นมาจริงๆ.** รู้ตอนนี้ จิตใจเรารู้, พูดตามความจริงนะอันนี้ เรียกว่า **ได้กระแสพระนิพพาน** ; นี่ละ เรียกว่า ได้ต้นทาง. พอตัดตัดความคิดได้, มีญาณปัญญารู้จักต้นทาง ก็เรียกว่า - *สามจี ปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะลังโฆ ; สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า* นั้น *หมู่ใด ปฏิบัติสมควรแล้ว*, รับรองว่า ปฏิบัติสมควรจริงๆ เรื่องนี้, จึงว่า - ไม่วิตกกังวลกับใครเลย ใครจะพูดอย่างไร ก็รู้สึกว่ามันเป็นเรื่องสมมติ, รู้สึกว่าตัวเองเป็นพระได้จริงๆ เย็นนั่นเอง - หลวงพ่อเป็นอย่างนั้น.

ตั้งใจฟังนะ, ถ้าไม่ตั้งใจฟังแล้วจะไม่เข้าใจเลย.

ในช่วงนั้น หลวงพ่อว่าไม่ไกลกัน จิตใจหลวงพ่เปลี่ยน ๒ ครั้ง, พูดจริงๆ นะ อันนี้ กล้าได้เลย.

เมื่อเห็นความคิดแล้ว ก็เห็นวัตถุ - เห็นปรมาตม - เห็นอาการ.

วัตถุ หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่าง เช่น ต้นไม้ภูเขาห้วยหนอง คลองบึง เรือนชานบ้านช่อง ไร่นา เป็นวัตถุทั้งนั้น, เนื้อหนังก็เป็น วัตถุ, จิตใจมันนึกมันคิดก็เป็นวัตถุ ; หลวงพ่อเข้าใจอย่างนั้น, ก็เลย รู้จักวัตถุ, โทสะ - โมหะ - โลภะ ต่างก็เป็นวัตถุ, วัตถุ จึงหมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลก.^๑ คนไทยก็โกรธเป็น, คนฝรั่งก็โกรธ เป็น พระสงฆ์องค์เจ้าก็โกรธเป็น ; อ้อ เหมือนกัน, เออ เข้าใจ, ทุกคน มีเหมือนกัน, จึงว่า - สัตว์ทั้งหลายคล้ายเราตถาคต สัตว์ทั้งหลาย เหมือนเราตถาคต สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต - เป็นได้เหมือนกัน ; นี่ - เข้าใจอย่างนี้. **ปรมัตถ์** ก็คือ กำลังเป็นอยู่มีอยู่เข้าใจอยู่สัมผัส ได้อยู่ในขณะนั้น. **อาการ** ก็ความเปลี่ยนแปลงของมัน เป็นอย่างนั้น.

เมื่อเห็นวัตถุ - เห็นปรมัตถ์ - เห็นอาการแล้ว จึงเห็นอันนี้ - เข้าใจอันนี้ ; คือ **โทสะ - โมหะ - โลภะ**, รู้จักจริงๆ เห็นจริงๆ.

เมื่อเห็น - รู้ - เข้าใจ โทสะ - โมหะ - โลภะแล้ว, ก็ **เวทนา** ไม่ทุกข์ - **สัญญา** ไม่ทุกข์ - **สังขาร** ไม่ทุกข์ - **วิญญาณ** ไม่ทุกข์, ก็เป็น เมืองสวรรค์ เป็นเทวดาแล้วบัดนี้. รู้จักว่าเป็นเทวดานั้น เป็นที่ ตรงนี้,^๒ เป็นพระอริยบุคคลก็เป็นที่นี่. เมื่อเป็นพระอริยบุคคลแล้ว,

^๑ โลก ก็หมายถึง ทุกโลก คือทั้ง กามโลก, รูปโลก และ อรูปโลกด้วย.

^๒ ตรงนี้ ก็คือ เวทนา - สัญญา - สังขาร - วิญญาณ, หรือ ชันธ์สี่, หรือ รูปสี่, หรือ นามรูป. ซึ่งจะรู้ สมมติบัญญัติ - ปรมัตถบัญญัติ - อรรถบัญญัติ - อริยบัญญัติด้วย, เมื่อรู้ อย่างนี้ ก็รู้ความเป็นพระอริยบุคคลตามที่หลวงพ่อบอกได้กล่าวถึงนั้นว่า “เป็นที่ตรงนี้”.



ก็อย่างที่เราสวดกันอยู่ว่า พระพุทธเจ้าเป็นครูสอนเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย, ท่านสอนทุกสิ่งทุกอย่าง. จึงว่า - ความเป็นพระอริยบุคคลนี้ สอนเทวดาได้ เพราะรู้จักแล้วว่าเทวดาเป็นอย่างไร.

เมื่อรู้อันนี้ครบจบถ้วนแล้ว, ในช่วงนั้นนะ ไม่ไกลกัน เรียกว่า พริบตาเดียวก็ว่าได้, จิตใจเปลี่ยนอีกครั้งที่สอง : นี่ - เห็น **กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม** นี่เลย.

เป็นดังนี้ก็เลยรู้จักคือว่า โอ! **ศีลเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหายาบ.**

กิเลสอย่างหายาบก็ได้แก่ โทสะ - โมหะ - โลภะ กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรมนี้เอง, กิเลสเหล่านี้ลดน้อยลงไปแล้ว ศีลจึงปรากฏ. ปรากฏว่าปกติ. ความจริง ศีลก็มีอยู่แล้ว, เหมือนกับเกลียวแหวนกับนอต ชันเข้าแน่นๆ ไม่มีคนคลายมันออกก็เลยแน่นอยู่อย่างนั้น ; พอเราหมุนออกมาที่ เกลียวมันก็คลายออกมาที่ ; พอเกลียวมันคลายออกมาหมดแล้ว มันก็หล่นปั๊บเลย. อันนี้ก็เหมือนกัน, พอดี โทสะ - โมหะ - โลภะ มันจางคลายไป เลยรู้จักศีลขึ้นมาทันที, รู้ช่วงนั้นจริงๆ. อาตมาจึงกล้ายืนยันรับรองคำพูดคำสอนของพระพุทธเจ้า และก็กล้ายืนยันรับรองวิธีการที่ว่า พริกมือขึ้น คว่ำมือลง ยกมือไป เอามือมา เดินหน้า ถอยหลัง ฯลฯ, วิธีการอันนี้ กล้ายืนยัน รับรองจริงๆ ว่า ผลของมันเกิดขึ้นให้เราได้รับจริงๆ. แต่ว่า ทำน้อยก็ต้องเป็นน้อย, ทำมากก็ต้องเป็นมาก, ทำน้อยก็รู้่น้อย, ทำมากก็ต้องรู้่มาก, ทำจริงทำจัง ก็ต้องเป็นจริงเป็นจัง ; เป็นอย่างนั้น.

ตอนที่ว่ารู้จักศีลนั้น เป็นตอนเช้าวันรุ่งขึ้น. ตอนเย็นนั้น เดินกลับไป - กลับมาก็รู้สึกตัวเอง โอ! นี่ - **ต้นทางเดินไปหาพระพุทธเจ้า,** เรียกว่า ไม่พลาดเลย, คล้ายๆ ว่าเราเดินทางข้ามสะพานมาอย่างนี้ - ไม่ใช่เป็นทางลูกรัง ไม่ใช่เป็นทางลาดยาง แต่เป็นทางเดินพอไปได้ เฉพาะตัวนี้แหละ - , นี่ละต้นทาง จะเข้าใจได้ไม่หลงเลย. เป็นทางไปอย่างนั้น มันเป็นในใจตัวเอง. พอเดินกลับไป - กลับมาต่อไปอีกพอสมควร ก็กลับมาที่พัก มาทำจังหะ เมื่อนอนก็ทำจังหะ, พริกมือขึ้น คว่ำมือลงนี่แหละ, หลับไปแล้วก็แล้วไป. ตื่นขึ้นมา ตอนเช้าก็มาล้างหน้าแปรงฟันตามปกตินี้ละ เสร็จแล้วก็มาเดินกลับไป - กลับมา. สมัยนั้นไม่มีไฟฟ้ามีเทียนไขจุดไว้ตรงนั้นตรงนี้. มีตะขบตัวหนึ่งวิ่งมา ; หลวงพ่อกเคยถูกตะขบกัดนานมาแล้วเจ็บ จำได้, ก็เลยไปเอาเทียนมาส่องหากี่ไม่เห็น เลยเอาเทียนกลับไปตั้งไว้ที่เดิม, แล้วก็เดินกลับไปกลับมา. รู้จักขึ้นมาอีกแล้ว, บัดนี้. โอ! ศีล.

ศีลอันนี้ ไม่ใช่ศีลห้าศีลแปดศีลสิบศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ดอันนั้น. จึงว่า - ศีลเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหายาบ ; รู้จักจริงๆ. อันนี้ เรียกว่า **ศีลขั้น, มันมาในรูป : ศีลขั้น - สมาธิขั้น - ปัญญาขั้น.**

ขั้น แปลว่า ถี่, **ขั้น** แปลว่า รองรับ ; เข้าใจอย่างนั้น. ศีลขั้น คือ ขั้นมีศีล : รูปขั้นมีศีล, เวทนาขั้นมีศีล, สัญญาขั้นมีศีล, สังขารขั้นมีศีล, วิญญาณขั้นก็มีศีล. เมื่อรูปขั้นมีศีล ; อะโรมากระทบรูป ก็รู้จัก, เมื่อเวทนาขั้นมีศีล ; เมื่อใดอันใดเกิดขึ้นเวทนาเสวยอารมณ์ใด ก็ต้องรู้จัก, สัญญาขั้นมีศีล ; ก็เป็นหน้าที่ของ

สัญญาอย่างนั้น, สังขารชั้นนี้ ; สังขารชั้นนี้ก็ศีลฯ, วิญญูชนชั้นก็มีศีลฯ. โอ! มันเป็นอย่างนี้เอง. ก็เลยเข้าใจ.

เมื่อเข้าใจอย่างนั้น ก็เลยรู้จัก “สมาธิ” – เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างกลาง, เข้าใจอย่างนั้น. สมาธิ จึงแปลว่า ความสงบ. ความสงบอย่างที่หลวงพ่อบอกนี้ คือ สงบเพราะรู้, สงบเพราะการเห็นแจ้ง ; ความสงบนี้จึงเป็นผลพลอยได้เพราะเกิดปัญญา, สงบจาก โทสะ - โมหะ - โลภะ สงบจากความยึดมั่นถือมั่น เพราะเกิดปัญญาเข้าไปรู้, รู้แล้วก็สงบ. จึงว่า - **คนจะล่วงทุกข์ไปได้ด้วยปัญญา, ไม่ใช่ด้วยการไปนั่งสงบแบบนั้น.** ทำวิธีนี้มันทำให้เกิดปัญญาจริงๆ. จึงรู้ว่าความสงบมี ๒ อย่าง : สงบแบบไม่รู้ กับ สงบแบบรู้, สงบแบบในถ้ำ กับ สงบแบบนอกถ้ำ, ฯลฯ ; นี่เปรียบเทียบให้ฟัง.

วิธีนี้, จึงว่า : **มันคิด - ต้องรู้, อย่าไปห้ามความคิด แต่ให้รู้. เมื่อ “รู้สึก” นี้, “ความคิด” มันหยุดมันเอง ; เข้าใจอย่างนั้น.**^๑

พระพุทธเจ้าท่านก็สอนเอาไว้แล้วว่า ทุกข์ต้องกำหนดรู้ๆ, เราพูดได้ แต่เราก็ไม่รู้วิธีทำ. แต่เมื่อมาทำอย่างนี้แหละ - **มันรู้.** เรื่อง

^๑ “รู้สึก” นี้ ก็คือ วิธีปฏิบัติหรือดำเนินการตามวิธี - การสร้างจังหวะ ส่วนของรูปกาย เคลื่อนไหว เช่น พลิกมือ - ให้รู้สึก, เมื่อ “ความคิด” เกิด ก็ให้มาอยู่กับ “ความรู้สึก” ที่รูปกายเคลื่อนไหวนี้ ความคิดนั้นก็หยุดเอง โดยไม่ต้องไปห้ามตัวความคิดโดยตรง, คือ ปิดไฟที่สวิตช์ ไม่ใช่ที่หลอด.

อริยสัจสี่นั้น พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า : ทุกข์ - ต้องกำหนดรู้ ; สมุทัย - ต้องละ ; มรรค - ต้องเจริญ ; นิโรธ - ต้องทำให้แจ้ง, ท่านสอนอย่างนั้น. ทุกข์ต้องกำหนดรู้ ก็คือ รูปหรือรูปชั้นนี้ มันเป็นทุกข์, มันเคลื่อนมันไหวไปมาอยู่, เราก็มากำหนดรู้ชั้นนี้ เรียกว่า กำหนดรู้ทุกข์. สมุทัย ต้องละ ; ก็ “ตัวคิด” นั้นละ เป็นตัวสมุทัย, พอ - คิด - เท่านั้น มันก็ปรุงเป็นเรื่องเป็นราวไปเลย คิด-คิด-คิด-คิด ฯ, บางคนคิดไปจนนอนไม่หลับ เป็นบ้าไปก็มีนะบางคน นี่ก็เพราะเราไม่รู้จักวิธีหยุดมันนั่นเอง.

วิธีการ - บัดนี้ ; **เมื่อมันคิด เราก็พลิกมือขึ้น - รู้สึก, มันก็วางความคิดอันนั้นเอง ; มันวางตัวสมุทัย มันก็เลยมาอยู่กับตัวความรู้สึกอันนี้.**^๒

มันคิดมาก เราก็ทำมาก, ถ้ามันคิดแรงๆ มันคิดไปไม่หยุด เรา ก็เอามือมาชกกับหน้าผากนี้เลย ; พอหลับ - โป๊ก - ทางนี้ มันก็วางทางนั้น - บ๊ีบ - มารู้สึกอยู่กับตัวนี้^๒ เลย. มันเป็นเรื่องง่ายๆ, ง่ายที่สุด

^๑ “ทุกข์” คือ ตัวอริยาบถ ตัวความเคลื่อนไหวทั้งส่วนรูปและส่วนนาม หรือส่วนร่างกาย และส่วนจิตใจ, ในวิธีปฏิบัตินี้ เอาส่วนรูปเป็นหลัก เช่น พลิกมือ (ที่ละเอียดเข้าไปในส่วนรูปก็รวมถึง กะพริบตา หายใจ ฯลฯ ด้วย). “สมุทัย” คือ ตัวความคิด. ในเมื่อ “หลักการ” ท่านว่า : ละ - สมุทัย กำหนดรู้ - ทุกข์, ดังนั้น “วิธีการ” ก็คือ : ละตัวคิด - มารู้สึกอยู่ที่ พลิกมือ. “วิธี” ก็ไปตรงกับ “หลัก” การปฏิบัติจึงจึงเรียกว่า “ปฏิบัติตรง”. ส่วน “นิโรธ” และ “มรรค” ที่หลวงพ่อบอกท่านแสดงไว้ตามข้างบนนั้น ชัดเจนพออยู่แล้ว.

^๒ “ตัวนี้” ในที่นี้ก็คือ ตัว - โป๊ก - ที่หน้าผากนี้.

แหละ, แต่คนนั้นแหละไม่ทำ เพราะมันดูไม่สวยงาม ; มันเป็นอย่างนั้น. แต่พวกเราไม่คำนึงเรื่องเอาสวยงาม, เราเอา “**ความจริง**”. ที่หลวงพ่อนำมาเล่าให้ฟังนี้ ก็เพื่อให้เราเอาความจริง. **เมื่อเรามาจับ - บีบ - ทางนี้, รับรองร้อยเปอร์เซ็นต์ว่ามันจะคิดอย่างไรก็ตามเถอะ มันก็ - หาย - เลย มารู้อยู่กับความรู้สึกตัวนี้เลย. นี่ละ - สมุทัยต้องละ, คือ ละตัวคิดนั้น.**

มรรคต้องเจริญ : การเจริญ ก็คือ การทำบ่อยๆ, เมื่อทำบ่อยๆ มันก็มากขึ้น - มากขึ้น - มากขึ้น - มากขึ้นสิ. นิโรธต้องทำให้แจ้ง : ตอนนี่^๑ ก็เลยรู้จักว่า - อันนั้น เป็น **สมถกรรมฐาน** ; อันนั้น เป็น **วิปัสสนา**, รู้ อันนี้. ความรู้จัก มี “**อารมณ์**” จริงๆ นะ ; อารมณ์เป็นพัก - เป็นพัก, อย่างที่ตัวผมว่ามานี้ รู้ อันนั้นเป็นอันนั้น - รู้ อันนั้นเป็นอันนั้น - รู้ อันนี้เป็นอันนี้ ซึ่งไปเข้ากันกับตำรับตำราครูบาอาจารย์สอนไว้ว่า อันนั้นอย่างนั้น - ปฐมฌาน ; ทุติยฌาน ; ตติยฌาน ; จตุตถฌาน ; ปัญจฌาน, เป็นอย่างนั้นจริงๆ. ทุกคนต้องเป็นเหมือนกันกับพระพุทธเจ้าเป็น, พระองค์ก็ตรัสไว้แล้วว่า “...ให้พวกเธอทั้งหลาย จงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้” ก็จะมีรู้จะเห็นจะเป็นจะมีอย่างเราตถาคตนี้”, นี่ท่านสอน แต่เราไม่ทำ มีแต่บวงสรวงอ้อนวอนหรือตั้งความปรารถนาเอา.

^๑ “ตอนนี่” หมายถึง ขั้นตอนการดำเนินวิปัสสนา (วิธีทำ) มาโดยลำดับนั้น จนกระทั่งรู้ - เห็น - เป็น - มี (วิธีรู้วิธีเป็น) ศีลขั้น - สมาธิขั้น - ปัญญาขั้นแล้ว.

มันมีปัญหาอยู่บทหนึ่งที่ทำให้เราไม่ทำเรื่องนี้กัน เพราะเราไปสวดกันว่า “...สัตว์ทั้งหลาย! จงมีส่วนแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้กระทำไปแล้วในบัดนี้”, เรา就去คิดว่าให้พระพุทธเจ้าทำ แล้วเราก็ไปขอเอาขอมีส่วนแห่งบุญอันนั้น. นี่ก็เพราะเราไม่ได้เอาบทนี้ไปพิจารณาที่พระองค์ว่า “...ให้พวกเธอทั้งหลาย จงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้...” หรือเวลาไปทำบุญให้ทานรักษาศีล เรา就去อ้อนวอนเอาว่า “...ข้าพเจ้ายินดีในการถวายทานนี้ และขอให้ข้าพเจ้าจงถึงซึ่งการสิ้นไปแห่งอาสวะกองกิเลสเครื่องดองสันดาน กล่าวคือพระนิพพานในอนาคตกาลเบื้องหน้าโน้นเทอญ” คือเราไปนึกเอาว่า เราให้ทานรักษาศีลอันนั้น ถวายอย่างนั้นอันนั้น แล้วจะมีส่วนให้รู้ อันนี้ และตายแล้วถึงจะเอา. มันไม่ใช่อย่างนั้น, อันนั้นมันส่วนหนึ่ง อันนี้มันเป็นอีกส่วนหนึ่ง, มันไม่ใช่อันเดียวกัน พูดแล้วมันแยกทางกันได้. ถ้าเรามา “**ประพฤติปฏิบัติตามอย่างพระตถาคต**”, **อันนี้แหละจะมีส่วนแห่งบุญจริงๆ**, ถ้าหากทำอันนี้จริงๆ แล้ว - รับรองเลย รับรองได้จริงๆ เหมือนกับหมอที่ดีที่สุตรรับรองการรักษาโดยดัดเนื้อร้ายนั้นเลย. อันนี้ก็สามารที่จะกล่าวพูดตรงๆ ที่เดียวในวันนี้ เพราะเป็นการเริ่มต้นเป็นวันเริ่มแรกที่เรามาทำกันจริงๆ. จึงว่า - ปฏิบัติอย่างนี้ มันเป็นอย่างที่ว่ามันจริงๆ. เป็นเหมือนกันกับพระพุทธเจ้า, ดังที่เราสวดกันแล้วว่า “**ผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า มีศีลและทิวาฐิสมอกันเหมือนกัน**”, ก็คือ เหมือนกันกับพระพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ก็ตรัสไว้ว่า “...สัตว์ทั้งหลายเหมือนเราตถาคต...” นี่แหละท่านว่า. แต่เมื่อเรายังไม่รู้

ยังไม่เห็นยังไม่เป็นยังไม่มี ก็เกิดความสงสัยกังวลใจ ; มันเป็นอย่างนั้น, แต่เมื่อเราดูเราเห็นเราเป็นเรามีแล้วก็ไม่สงสัยไม่กังวลใจ เพราะมันมีเหมือนกันกับพระพุทธเจ้า. ดังนั้น, จึงว่า - ยอมเสียสละทรัพย์ เพื่อรักษาอวัยวะ ; ยอมเสียสละอวัยวะ เพื่อรักษาชีวิต - ถ้าหมอดีนะ ต้องบอกว่าเนื้อร้ายอันนี้ถ้าไม่ตัดออกตายนะ เราก็ต้องยอมเสียสละเนื้อร้ายเพื่อจะยังไม่ตาย ; บัดนี้ - ยอมเสียสละชีวิต เพื่อรักษาความจริง, หรือจะว่ารักษาสัจธรรมก็ได้. ผมจึงว่า ยอมตายยอมเสียสละชีวิตจริงๆ เพื่อรักษาวิธีปฏิบัติอันนี้และก็รักษาวิธีพูดอันนี้, เพราะว่ามันเป็นจริง จึงว่ายอมตายจริงได้ ; จะว่ามาอย่างไรก็ได้. นี่ - มันต้องกล้าพูดกล้าสอนอย่างนั้น ถ้าหากไม่กล้าพูดกล้าสอนอย่างนั้น นั่นก็แสดงว่าเรายังไม่มีความจริง.

ดังนั้น ที่พวกเราปฏิบัติธรรมะในพรรษานี้ ที่หับมิ่งขวัญนี้, ต้องเอาจริงเอาจัง. เมื่อเพื่อนเอาจริงเอาจัง คนที่สอนก็ต้องเอาจริงด้วยนะ, ถ้าคนที่ปฏิบัติจริง คนที่สอนไม่จริง มันก็ไม่สมดุล, ถ้าคนที่สอนจริง คนที่ปฏิบัติตามไม่เอาจริง มันก็ไม่สมดุล ; มันเป็นอย่างนั้น จึงว่า - ต้องทั้งสองทาง.

ผมภูมิใจกับเพื่อนๆ ของเรา คนที่กำลังทั้งนั้น, แม้ทำการงานที่ผ่านมาแล้วนั้นก็ไม่มีการบ่นเหน็ดเหนื่อย หิว ฯ - ไม่มีเลย, เอาจริงจนเสร็จสำเร็จงานในทุกสิ่งทุกอย่าง พอใจในการกระทำของเรา. นี่จึงว่า **รักการรักงาน**. งานการโยธาเราก็รัก, บัดนี้งานการ

ปฏิบัติธรรมะเราก็ต้องรักด้วย. **เมื่อเรารักการรักงานของเราแล้ว เราก็ต้องมาปฏิบัติ.**

บัดนี้, จะขอมาพูดต่อไปถึงเรื่องที่ว่า **“ปัญญา - เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างละเอียด”**, รู้จริงๆ.

การรู้ทางแบบสมถกรรมฐานนั้น มันเป็นความสงบแบบนั้น แต่มันไม่ใช่ความสงบแบบนี้, อันนั้นมันสงบแบบอยู่ในถ้า ; สงบได้โมหะ ; สงบสมถกรรมฐาน ; สงบแบบไม่มีอารมณ์^๑ ; สงบแบบไปนึกเอากับตำรา. **สงบแบบนี้ - มันมีอารมณ์ขึ้นมา, เป็นปฐมฌาน - รู้ อันนั้น ; เป็นทุติยฌาน - รู้ อันนั้น, เป็นตติยฌาน - รู้ อันนั้น ; เป็นจตุตถฌาน - รู้ อันนั้น ; ฌานมารวมกัน เป็นปัญจฌาน - จึงเป็นญาณกำจัดกิเลสอย่างละเอียดได้.**

กิเลสอย่างละเอียดนี้ก็จะพูดให้ฟัง :

^๑ “สงบแบบไม่มีอารมณ์” ในที่นี้ ท่านหมายถึง ไม่มีอารมณ์ของวิปัสสนา ซึ่งต้องรู้มาตามลำดับตั้งที่กล่าวมาแล้วนั้น และรู้ลำดับของมันว่า อันนั้นเป็นอันนั้น - อันนั้นเป็นอันนั้น, ไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น. อาจกล่าวอีกอย่างว่า สงบแบบไม่มีอารมณ์ คือ จิตสงบ เพราะไปกำหนดสิ่งหนึ่งที่ถูกสร้างขึ้นมาให้เป็นอารมณ์สมถะ, แต่ไม่ใช่ของจริง, จึงไม่ใช่อารมณ์อย่างวิปัสสนาซึ่งรู้ของจริง หรือมีของจริงเป็นอารมณ์. สงบอย่างนั้น จึงเรียกว่า สงบแบบไม่มีอารมณ์ (ของวิปัสสนา).

รู้จักจริงๆ ซึ่งวิธีการทำบุญการให้ทานการรักษาศีล ฯลฯ ทำบุญ ทำบาป เหนือบุญ - เหนือบาป. เรียกว่า **การทำไม่ดีด้วยกาย** - คือ เอามือเอากายไปทำเท่านั้นเอง ทำไม่ดี แต่คำพูดยังไม่ได้พูดไม่ดี ใจก็ยังไม่ได้คิด ; เพียงว่า - โป๊ะ - ก็ดีไปเลย อย่างนี้, ถ้าหากนรกมี จะไปตกนรกขุมไหน นานกี่วันกี่เดือนกี่ปี ; จะรู้จริงๆ เรื่องนี้ - ไม่พลาดเลย. นี่เป็นอารมณ์ที่ตัวของผมหรือตัวอาตมารู้มาอย่างนี้ จึงว่า - กล่าวพูดอย่างนี้. **การพูดชั่วทางวาจา** คือพูดชั่ว พูดคำหยาบคาย พูดไม่มีเหตุผล พูดไม่ตรงกับคำพูดคำสอนของพระพุทธเจ้า ; คือ การทำไม่ดีทางวาจาเพียงทางเดียว แต่กายไม่ได้ทำ ใจไม่ได้คิด, ถ้าหากนรกมี จะไปตกนรกขุมไหน, นี่ - เข้าใจอย่างนั้น. บัดนี้, รูปนี้ก็ไม่ได้ทำ วาจาก็ไม่ได้พูด เอาแต่ใจคิดเฉยๆ อย่างเดียว คือ **การคิดชั่วทางใจ** ใจคิดอิจฉาริษยา ใจไม่ดี ใจโกรธ ฯลฯ ; คือ การทำไม่ดีทางใจอย่างเดียว, ถ้าหากนรกมี จะไปตกนรกขุมไหน ฯ แล้วที่นี้ - ทำก็ชั่ว พูดก็ชั่ว คิดก็ชั่ว เรียกว่า **การทำไม่ดีด้วยกาย - วาจา - ใจ** รวมทั้งสามทางเลย, ถ้าหากนรกมี จะต้องไปตกขุมไหน นานกี่วันกี่เดือนกี่ปี : รู้เอง - เห็นเอง ไม่ต้องถามใครเลย, อันนี้จึงว่าเหมือนกันกับพระพุทธเจ้าฯ พระพุทธเจ้ารู้อย่างนั้นเราก็ต้องรู้ตาม. จึงว่า - ผู้รู้ตาม หรือว่าตรัสรู้ตาม ย่อมมีศีลและกิริยาหรือความเห็นเสมอกันกับพระพุทธเจ้า ; เรียกว่า **“สาวกพุทธะ”** - เราจะรู้จริงๆ. ในทางตรงข้าม : **การทำดีด้วยกาย** คือเอาแต่กายทำ เช่น มีแต่มือยกขึ้นไหว วาจายังไม่พูดใจก็ไม่คิด, ยกไปอย่างนั้น. ถ้าสวรรค์นิพพานมี จะไป

เกิดสวรรค์นิพพานชั้นไหน ; จะรู้จริงๆ ไม่ต้องถามใครเลย, นี่! กิเลสตัวนี้.^๑ บัดนี้. มือไม่ยกไหว แต่เห็นคนมาก็พูดดีด้วย ใจไม่ได้คิด เรียกว่า **การทำดีด้วยวาจา**, ถ้าหากสวรรค์นิพพานมี จะไปอยู่ชั้นไหน นานกี่วันกี่เดือนกี่ปี ; จะรู้. บัดนี้, รูปกายและวาจาไม่ทำ เพียงแต่คิดอย่างเดียวเฉยๆ เรียกว่า **การทำดีด้วยใจ**, ถ้าหากสวรรค์นิพพานมีแล้ว จะไปเกิดชั้นไหนนานกี่ปีกี่เดือนกี่วัน ; จะรู้เรื่องนี้จริงๆ. บัดนี้ - ถ้าทำบุญด้วยกายด้วยวาจาด้วยใจพร้อมกันหมด หรือว่า **การทำดีด้วยกาย - วาจา - ใจ**, มารวมกันเข้าเป็นอันเดียวกัน ถ้าหากสวรรค์มี ถ้านิพพานมี จะไปเกิดสวรรค์ชั้นไหนนิพพานชั้นไหน ; จะไปรู้อันนี้.

๓. อาการเกิด - ดับ

พอดีไปรู้อันนี้^๒ - ป๊อบ - จะขาดช่วงระยะกันทันทีเลย. นี่อาการเกิด - ดับ, คนเกิดมาร้อยวันพันปี ถ้าหากไม่รู้จักสภาพสภาวะอันนี้ ชีวิตของบุคคลนั้นไม่มีค่าไม่มีราคาเลย ; รู้อย่างนี้จริงๆ อาตมา. เมื่อรู้อย่างนี้ จึงกล่าวพูดกล่าวสอนวิธีนี้.

^๑ “กิเลสตัวนี้” หมายถึง “กิเลสอย่างละเอียด”.

^๒ “รู้อันนี้” ก็คือ รู้กิเลสอย่างละเอียด, รู้ญาณหรือปัญญาที่เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างละเอียด, และรู้ว่า ญาณปัญญานั้นกำจัดกิเลสอย่างละเอียดนั้น รู้ - เห็น - เข้าใจ - สัมผัส แนบแน่นอยู่กับสภาวะอันนั้น.

วิธีอันนี้ ก็ไม่ใช่จะทำให้เรามาทำแต่เพียงอย่างนี้, เราเพียงมุ่งหวังว่า : เมื่อทำ “อันนี้”^๑ - มันต้องไปเป็น “อันนั้น”^๒, เหมือนกับว่าเรามีลูกกระสุนเพียงนัดเดียวนี้ - โป่ง - อย่างนี้ จะเอาได้หลายตัวเนี่ยะ - เป็นอย่างนั้น. วิธีการนี้ไม่ใช่จะทำให้ต้องไปให้ทาน - ไปรักษาศีล - ไปอย่างนั้นๆ, คือ ความมุ่งหวังนั้นเพียงว่า : ให้ทำ “อันนี้” - ผลจะไปเป็น “อันนั้น”. นี่! เป็นอย่างนั้น.

ท่านว่า : คนเกิดมาร้อยวันพันปี ถ้าหากไม่รู้สภาพภาวะที่พูดนี้ ชีวิตของคนนั้นเป็นหมันเป็นโมฆะ, ผู้บุคคลที่เกิดมาเพียงวันเดียว แล้วรู้สภาพภาวะอาการเกิด - ดับอันนี้ไม่ได้. เราอาจแย้งว่าเกิดมาวันเดียวพลิกกายขยับตัวเองก็ยังไม่ได้อีก ซึ่งก็ไม่ได้จริงๆ ต้องนอนแบบเขาอยู่อย่างนั้น, แต่ที่ท่านพูดโดยเปรียบเทียบหมายถึงว่า อย่างที่พวกเราทำที่นั่นแหละ มาฟังหลวงพ่อกุศลพูดหรือว่าฟังท่านผู้รู้พูด แล้วเกิดความเข้าใจอันนี้ขึ้นมา ; นั่นแหละที่ท่านหมายถึงว่า เกิดมาเพียงวันเดียว ซึ่งมีประโยชน์มากที่สุด, ท่านว่าอย่างนั้น. ที่นำมาเล่าให้ฟังนี้ ก็เป็นความจริงอย่างนั้น. ท่านเปรียบเอาไว้ดีกว่า : คนบวชมาร้อยปีร้อยพรรษา ถ้าหากไม่รู้ไม่เข้าใจสภาพอันนี้ อาณิสส

การบวชของบุคคลนั้นก็เป็หมันเป็นโมฆะ, หากบุคคลใดบวชมาเพียงวันเดียว รู้สภาพภาวะอาการเกิด - ดับอันนี้แหละ ดีกว่ามีประโยชน์กว่าบุคคลที่บวชมาร้อยพรรษานั้นๆ ; ท่านว่าอย่างนั้น และมันก็เป็นอย่างนั้น.

ดังนั้น การที่พวกเราทำนี้ ก็ต้องตั้งใจกันจริงๆ เอาจริงๆ, ให้มันรู้ ; ไม่มากก็น้อย.

พอดีรู้อันนี้แล้ว มันขาดช่วงออกจากกันเลย, เหมือนกับ : บ้านหลวงพ่อกุศลเรียกว่า นกหรืออะไรก็ตามนี้ มันถูกน่อง^๑ ; ยิ่งถูกแล้วมันตายทันทีคาที่เลย, หรือว่า - ปลิงเกาะ เราก็เอาน้ำปูนผสมใบยาเส้นบีบใส่ตรงปากปลิง ; มันหล่นทันทีเลย เอาน้ำยานั้นบีบใส่ตัวปลิงอีกมันแข็งตัวตายเลย. สภาพอันนี้ ก็เช่นเดียวกัน. และเราจะรู้ว่า - ที่ว่าพระพุทธเจ้าตัดผมครั้งเดียวนั้น ก็จะปรากฏแก่เราเหมือนกันกับพระพุทธเจ้านั้นจริงๆ, มันจะเข้าสู่สภาพของมันจริงๆ ; **ทุกแห่งทุกมุมจริงๆ.** ที่พูดนี้ - รับรองว่าต้องเป็นอย่างนี้ทุกคน, ถ้าหากว่า เรายังไม่เป็นในขณะนี้ จวนจะหมดลมหายใจนี้ ต้องแน่นอน, ทุกคนต้องไปที่นี่. **นี่ เรียกว่า สัจจะ, คือ ความจริง ไม่เปลี่ยนแปลง**

^๑ ทำ “อันนี้” - คือ ทำความรู้สึกตัว - ตื่นตัว รู้สึกละ - ตื่นใจ, หรือว่า เจริญสติแบบนี้, วิธีนี้.

^๒ เป็น “อันนั้น” คือ รู้ - เห็น - เข้าใจ สภาพภาวะอาการเกิด - ดับ.

^๑ “น่อง” คือ ยาพิษ, หรือ ยางพิษที่ได้จากต้นน่อง, ความหมายรวมๆ ที่ใช้กันอยู่ก็หมายถึง ยาพิษทุกประเภท สำหรับทาหรืออาบอาวูร เช่นว่า ลูกดอกอาบยาพิษ เป็นต้น.

ไม่แปรผัน, แม้จะไม่มีผู้รู้ก็ต้องเป็นอย่างนั้น หรือแม้จะมีผู้รู้ก็ต้องเป็นอย่างนั้น.

ดังนั้น ธรรมอันนี้แหละ มีอยู่แล้วในคนทุกคน ทุกชาติทุกภาษา ทุกเพศทุกวัย จะนับถือลัทธิศาสนาใดก็ตาม มีอย่างนี้ทั้งนั้น, จวนจะหมดลมหายใจต้องประสบเรื่องนี้จริงๆ. จึงว่า - ถ้ารับรองกล้าพูดอย่างนี้, ตัวเองคนหนึ่งจะรับรองโดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน, เคยพูดอย่างนี้มาหลายครั้งหลายหนแล้ว จึงว่า - เรากล้าทำ.

ปีนละ เป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่, หรือว่า การมาที่ทับมิ่งขวัญนี้ เป็นการมาเริ่มต้นชีวิตใหม่, จึงต้องทำจริงพูดจริง. หากทำจริงพูดจริง ก็ต้องรู้ของจริง - จริงๆ. ของจริงมีอยู่แล้ว จึงจะสมกับที่พระพุทธเจ้าสอนว่า “แห่งนั้น”, ท่านตรัสว่า : “สัตว์ทั้งหลาย เราผู้เป็นตถาคต ไปถึงแล้วแห่งนั้น แล้วจึงนำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะมีจะเห็นจะเป็นจะมีอย่างเราตถาคตนี้”. วิธีนี้แหละ! จะรู้ - จะเห็น - จะเป็น อย่างนี้ : เป็นอย่างนี้จริงๆ, อย่างอื่นนั้นไม่รับรอง แต่เรื่องนี้รับรองจริงๆ.

ที่นำมาเล่าสู่ฟังในวันนี้ จะยังไม่เตือนเกี่ยวกับเรื่องอุปสรรค เพราะเห็นว่า สมควรแก่เวลาแล้ว.

ท้ายที่สุดนี้ ผมหรืออาตมา พร้อมด้วยพระสงฆ์และญาติโยม ที่มานั่งฟังธรรมะอยู่ในสถานที่นี้ อาตมาขออวยพรให้คุณของพระพุทธเจ้า และพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และ

คุณของพระอรหันตสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า, มาเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจของพวกเรา, ให้พวกเราได้รับรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเอาไว้ว่า : สัตว์ทั้งหลายคล้ายเรา ตถาคต ; สัตว์ทั้งหลายเหมือนเราตถาคต ; สัตว์ทั้งหลายเป็นตถาคต, สัตว์ทั้งหลาย เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วที่แห่งนั้น : แล้วจึงนำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย ; ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะมี - จะเห็น - จะเป็น - จะมี อย่างเราตถาคตนี้. รู้ - เห็น อะไร, ก็ รู้ - เห็นจิตใจสะอาด - จิตใจสว่าง - จิตใจสงบ - จิตใจบริสุทธิ์ - จิตใจผ่องใส - จิตใจว่องไว สามารถมองเห็นอะไรๆ ได้ทุกอย่างทุกแห่งทุกมุม อันนั้นแหละคือจิตใจของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีอยู่แล้วในคนทุกคน. แต่มันยังไม่พร้อม (ตัวขึ้นมา) เท่านั้นเอง.

ขอให้พวกเราได้ประสบพบเห็นเอาในระยะเวลาอันใกล้นี้ จงทุกๆ คนเทอญ.

ภาคปลาย
ของจริง



มันเป็นสิ่งที่น่าอัศจรรย์
ไม่สามารถสรรหาคำมาพูดได้
แต่เมื่อทุกคนได้ประสบแล้ว
จะพูดเอาเองว่า โอ! นี่-จริง.

ของจริง เหนือตำรานอกคัมภีร์

ตั้งใจฟัง.

วันนี้เป็นวันพฤหัสบดีที่ ๑๖ ตุลาคม ๒๕๒๙. เราเข้าพรรษามาเป็นเวลา ๓ เดือน วันนี้ก็เป็นวันสุดท้ายของพรรษา. ทำวัตรเย็นเราก็ทำสั้นๆ เพื่อจะได้มีเวลาอบรมกันเป็นครั้งสุดท้ายสำหรับพรรษานี้ครับ. เมื่อทำวัตรเย็นเสร็จแล้ว คราวนี้ก็จะแนะนำปฏิบัติให้เพื่อที่จะได้นำเอาไปใช้ เพราะว่าหลังออกพรรษาแล้วเราก็จะได้แยกย้ายกันไป ใครจะไปที่ไหนก็ไปตามหน้าที่ แต่ก็ต้องให้รู้จักรักรณะ เพื่อเอารักรณะไปใช้กับชีวิตประจำวันของเราเท่านั้นเอง.

ธรรมะนี้ ที่เราเข้าใจกันอยู่โดยมากอาจจะไม่ตรงกัน.

ตำราหรือ...

ที่ผมจะพูดวันนี้ก็ไม่เกี่ยวข้องกับพิธีรีตอง ไม่ได้เกี่ยวข้องกับตำรา. ตำรานั้นจะถูกก็ได้ผิดก็ได้, และที่ผมจะพูดนี้ก็เช่นเดียวกันอย่าเพิ่งเข้าใจว่าผิดหรือถูก. ถ้าหากว่าศึกษาเล่าเรียนแล้วทำให้รู้ เราไปศึกษาเล่าเรียนเอาเลย เรียนเอาจากตำราแล้วก็ต้องรู้, ไม่ต้องปฏิบัติ. แต่มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น, เราจึงต้องลงมือทำ. ลงมือปฏิบัติให้เป็นเหตุ, ผลมันจึงจะออกมา.

คำว่า มรรคผล : **มรรค** ก็คือการกระทำนั่นเอง, **ผล** ก็คือมันปรากฏออกมาให้เราได้รับนั่นเอง. เหตุของมัน คือเราทำ ทำแล้วมีผลออกมา, มันไม่ขึ้นอยู่กับตำรา แต่ขึ้นอยู่กับการกระทำ.

ตำรานั้นดีแล้ว ผมไม่ได้พูดว่าตำราไม่ดี แต่ตำราเป็นเพียงหลักทฤษฎีเป็นเพียงคำที่พูดเอาไว้เขียนเอาไว้ บางทีอาจผิดก็ได้หรือบางทีอาจถูกก็ได้. ส่วนธรรมะที่ผมพูดนี้หรือคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น เป็นสิ่งที่จะคาดคิดเอาไม่ได้, ให้มันเป็นเองจึงจะรู้ได้. หากไปคาดคิดดันเดาเอาแล้วก็จะผิดความหมายไปเลยทีเดียว.

เรื่องของภาษาเรื่องของการพูดหรือคำที่พูดออกมานั้นอาจต่างกันไม่เหมือนกัน แต่**ความจริงต้องเป็นอันเดียวกัน**. คนไทยพูดภาษาไทยก็ต้องรู้เรื่องนี้, คนจีนพูดภาษาจีนก็ต้องรู้เรื่องนี้, แต่ว่าภาษาการพูดนั้นต่างกันไม่เหมือนกัน ส่วนความรู้ที่รู้นั้นต้องเหมือนกัน.

คนอื่นเดียวในสมัยที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้นก็ต้องรู้เรื่องนี้ ต้องเห็นเรื่องนี้ ต้องเข้าใจเรื่องนี้, แม้คนในสมัยนี้ อย่างเช่น พวกอเมริกาหรือพวกอังกฤษ แม้จะเรียนมาก, เมื่อรู้ก็ต้องรู้เรื่องนี้ คำที่พูดนั้นไม่เหมือนกัน แต่ความจริงของความรู้ที่รู้นั้นเหมือนกัน. จึงว่า - **ธรรมะแท้คือสิ่งเดียวกันเท่านั้น** : ผู้หญิงก็ต้องรู้เรื่องนี้ ผู้ชายก็ต้องรู้เรื่องนี้ พระสงฆ์องค์เจ้าก็ต้องรู้เรื่องนี้ ฯลฯ. รู้แล้วเป็นอย่างไร? รู้แล้วความทุกข์ก็ลดน้อยไป.

ความที่จะรู้นั้นมันต้องมีวิธีการ ไม่ใช่ว่าพูดให้ฟังอย่างนี้แล้วมันจะรู้ขึ้นมา, มันไม่ใช่อย่างนั้น. ถ้าหากพูดแล้วรู้ ก็ไม่ต้องลงมือปฏิบัติ. เรื่องนี้เปรียบเทียบกับเหมือนกับนักมวยที่เก่งจนได้เป็นแชมป์เปี้ยน แม้เขาจะเรียนมาจากครู แต่เวลาสู้เขาไม่จำเป็นต้องไหวครูก่อน และจะมัวเอาวิธีของครูไปเป็นแชมป์นั้นมันไม่ได้ มันต้องขึ้นอยู่กับเทคนิคของตัวเอง, ต้องรู้ว่าตัวเองเคยสู้ในวงสังคมอย่างนี้ต้องปฏิบัติอย่างนี้ มันต้องรู้ออกมาอย่างนี้ จึงจะเป็นแชมป์เปี้ยนได้. จึงว่า **ต้องมีวิธี มีเทคนิคมีกลไกที่จะต้องทำให้ถูกต้องเรื่องนั้นๆ** เพราะถ้าทำไม่ถูกต้องแล้ว**ผลก็จะเกิดขึ้นไม่ได้**, จึงว่าต้องมีวิธี : มีวิธีนั่ง มีวิธีนอน มีวิธีลุก มีวิธียืน มีวิธีเดิน ฯลฯ, ที่ผมทำมา.

ที่ว่าต้องมีวิธีทำนี้ มันเป็นอย่างไร? มันก็ไม่มีเรื่องอะไร, ก็เพียงแต่ว่า**ความรู้สึกรู้ตัวเท่านั้นเอง**, เมื่อ**ทำความรู้สึกรู้ตัวมากๆ ความไม่รู้ก็จะลดไปหายไปจางไปทุกขณะ** ความรู้ก็จะมากขึ้นๆ. ดังนั้น การ

กระทำนี้จึงไม่ขึ้นอยู่กับใครทั้งหมด, ขึ้นอยู่กับบุคคลที่ทำ, ไม่ขึ้นอยู่กับคำพูด. การพูดร้อยคำพันคำหมิ่นคำเสียดคำก็ตาม มันยังไม่มีค่าเท่ากับการกระทำความรู้สึกอันนี้.

อย่างที่ยกมาให้ฟังเรื่องนักมวย. ทุกคนที่เป็นนักมวยก็หวังจะเป็นแชมป์โลก แต่ทำไมจึงเป็นไม่ได้ ก็เพราะว่ามัวแต่ไหว้ครูทำตามครู. หรือจะเปรียบกับนักบริหารตำรวจก็เช่นเดียวกัน เขาต้องเรียนในโรงเรียน เสร็จแล้วจะเอาความรู้จากห้องเรียนนั้นไปใช้โดยตรงในการทำการรบมันก็ได้ มันต้องขึ้นอยู่กับเทคนิคกลไกเฉพาะตัวของคนนั้นในการต่อสู้แต่ละการรบนั้นหรือว่าในวงสังคมนั้นเท่านั้น ตำรวจจะไปจับโจรผู้ร้ายก็อย่างเดียวกัน ตอนเรียนมานั้นว่าต้องจับอย่างนั้นต้องจับอย่างนี้ แต่เมื่อลงมือจับจริงๆ ความรู้จากตำรับตำราที่ร่ำเรียนมาอาจจะใช้ได้หรืออาจจะใช้ไม่ได้เลยก็เป็นได้ มันต้องเข้าเผชิญหน้ากับเรื่องเฉพาะหน้าจริงๆ กับของจริง. การปฏิบัติธรรมเพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงนี้ก็เหมือนกันและไม่หมดยุคไม่หมดสมัย เพราะของจริงมันมีอยู่แล้วในคนทุกคนไม่ว่าจะเป็นสมัยใดก็มีอยู่อย่างนี้. สมัยพระพุทธเจ้าในประเทศอินเดียก็ต้องเป็นอย่างนี้, ปัจจุบันนี้ก็เป็นอย่างนี้, และต่อไปข้างหน้าก็จะเป็นอยู่อย่างนี้. ที่ว่าเป็นอย่างนี้ ก็คือ คนไม่ว่าจะในยุคใดคนมันก็ต้องมีการคิด มีการไปมีการมา การนั่งการนอน การกิน การเข้าห้องน้ำห้องส้วม ฯลฯ เรียกว่า มีการทำการงานไปตามหน้าที่, เราเพียงต้องทำให้ถูกหน้าที่ของมัน เมื่อทำให้ถูกหน้าที่ของมันจริงๆ

แล้ว มันจะเผยหน้าของมันเองออกมา. เหมือนกับผลไม้ทุกประเภท, ยกตัวอย่างเมล็ดข้าวก็ได้. เมล็ดข้าวเปลือกที่มีเนื้อในทุกเมล็ด ถ้าเราไม่เอาเพาะลงดินเปลือกของมันก็จะฆ่าพันธุ์ข้าวข้างใน ไม่สามารถจะแตกดอกออกรวงออกผลมาได้ แต่เมื่อเอาไปเพาะลงดิน ความชุ่มชื้นอบอุ่นและดินและพันธุ์ของข้าวเอง ก็จะทำหน้าที่ของมันทำให้มันแตกตัวออกมาทำลายเปลือกของมันได้.

จึงว่า - หากเราไม่ทำความรู้สึก ความรู้สึกก็จะแตกตัวออกมาเกิดขึ้นไม่ได้, จะมีแต่ความไม่รู้เท่านั้นที่พอกพูนหนาแน่นยิ่งขึ้นทุกวันๆ. หรือเปรียบเทียบเหมือนกับนอต เราประสงค์จะคลายเกลียวมันออกแต่การกระทำกลับไขมันเข้าทุกวัน เมื่อเป็นดังนี้ย่อมไม่มีโอกาส ไม่มีเวลาที่นอตจะคลายเกลียวออกมาได้เลย. หากเรารู้วิธีแล้ว ไม่ยาก, จับหมุนออกมา ตัวเกลียวมันก็จะคลายออกมาเอง. การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน, ดีทุกอย่าง ผมไม่ได้ว่า ไม่ดี.

...การกระทำ

● ทำเรื่องนั้น

ขอพูดเป็นประวัติให้ฟังสั้นๆ ว่า ผมบวชเป็นเณรอายุสิบกว่าปี แต่ไม่เคยเข้าโรงเรียน เคยทำกรรมฐานกับครูอาจารย์ ท่านสอนให้ทำ ก็ทำ นั่งขัดสมาธิเพชรหลับตาภาวนา หายใจเข้า - พุท หายใจออก - โธ

นึกเอาพระพุทธรูปเจ้ามาไว้ในใจ, ท่านสอนอย่างนั้น, เราก็ทำ เพราะไม่รู้ก็ต้องทำ. ทำแล้วก็ดี, อันนั้นมันดีเรื่องนั้น แต่ไม่ใช่เรื่องนี้. จากนั้นผมก็มาทำวิธีหนึ่ง - สอง - สาม, สัมมา - อรหัง, พอง - ยุบ, อานาปานสติ ; แต่ก็ไม่ได้ทำให้ผมรู้อย่างนี้. สิ่งเหล่านั้นมันดีแล้ว ไม่ใช่ไม่ดี. วิชาศีลผมก็รักษามาตั้งแต่ยังเป็นหนุ่ม แต่มันก็ไม่ใช่เรื่องนี้. เรื่องนี้มันก็ไม่ใช่เรื่องนั้น, มันเป็นคนละเรื่องกัน.

ดังนั้น การกระทำ หากไม่ถูกจุดแล้ว สิ่งนั้น^{*} จะไม่ปรากฏเลย.

● ทำเรื่องนี้

๑. ปฐมฤกษ์

(รูป - นาม, รูปทำ - นามทำ, รูปโรค - นามโรค)

เมื่อผมไปทำเรื่องนี้ คือ ทำความรู้สึกตัว, โดยทำเป็นจังหวะ ให้มีจังหวะ : พลิกมือขึ้น - รู้สึก, คว่ำมือลง - รู้สึก ; เอาเพียง “ความรู้สึก” ไม่ใช่รู้ว่าคว่ำมือ หายมือ ไม่ใช่รู้อย่างนี้ละ. ทำเอาตัวความรู้สึกที่มาจากจิตสำนึก, ให้มันสัมผัสอยู่กับตัวที่ออกมาจากจิตสำนึกโน้น ; เรียกว่า “ธรรมารมณเกิดกับใจ” โน้น, ให้มีความสัมผัส - รู้จริงๆ ให้รู้ ออกจากธรรมชาติของมันจริงๆ.

^{*} สิ่งนั้น คือ อาการเกิด - ดับ.

เมื่อรู้เรื่องนี้มากเข้าๆ มันจะรู้เรื่องรูปเรื่องนาม : **รู้รูป - รู้นาม, รู้รูปทำ - รู้นามทำ, รู้รูปโรค - รู้นามโรค** ; รูปโรค, นามโรคมีสองอย่าง คือ โรคทางเนื้อหนังกับโรคทางจิตใจ. โรคทางจิตใจก็หมายถึง ดีใจ เสียใจ ชัดใจ ไม่พอใจ, เรียกว่า จิตวิญญาณเป็นโรค. ต้องรู้อย่างนี้ วิธีที่ผมรู้มา, ส่วนวิธีที่ผมเคยทำมาแต่ก่อนนั้น ไม่รู้อย่างนี้.

(ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา)

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ผมก็รู้ **ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตา**. ความรู้เรื่องทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตาที่ผมเคยรู้มาแต่ก่อนนั้น ก็รู้ว่าผมหงอกฟันหักหรือว่าเนื้อหนังมันแห้งมันเหี่ยวไป ซึ่งครูบาอาจารย์ท่านเคยสอนมาอย่างนั้น. แต่เมื่อมารู้โดยวิธีทำอย่างนี้ มันเกิดรู้แจ้งขึ้นมาว่ามันไม่ใช่อย่างนั้น, มันรู้ว่า - **ตัวการเคลื่อนไหวตัวอิริยาบถนั้นเอง เป็นตัวทุกข์**. จิงว่า - กะปริบตา ก็รู้, หายใจ ก็รู้, เอียงซ้าย - เอียงขวา ก็รู้, ก้ม - เงย ก็รู้, กลืนน้ำลายเข้าไปในลำคอ ก็รู้, ฯลฯ. ความรู้อันนี้จะมากขึ้นๆ รู้ทุกสิ่งทุกอย่าง, แต่ตอนนี้เรื่องจิตใจยังไม่พูดถึง.

(สมมติ)

เมื่อรู้ถึงขั้นนี้ คือ รู้ทุกขัง - อนิจจัง - อนัตตาดีแล้ว, ก็เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงขึ้นมาตามความเป็นจริง คือ **รู้สมมติ**. การรู้สิ่งที่สมมติขึ้นในโลกนี้ รู้ให้ครบให้จบให้ถ้วน. คน ก็สมมติ, พระสงฆ์

องค์เจ้า ก็สมมติ, พระพุทธรูป ก็สมมติ, การจุดธูปเทียนเอาดอกไม้บูชาพระ นี่ก็สมมติ, ฯลฯ.

สมมตินั้นเป็นอย่างไร? สมมตินั้นดีแล้ว แต่ต้องรู้ความหมาย, ให้รู้จริงๆ.

ตัวอย่างเทียนสองเล่มหมายถึงอะไร? รูปสามดอกหมายถึงอะไร? เมื่อก่อนไม่เคยรู้. แต่เมื่อมารู้อย่างนี้ มันรู้ว่า โอ! มันเป็นเรื่องสมมติ, จุดก็ได้ ไม่จุดก็ได้. **เทียนสองเล่ม** ก็หมายถึงตาสองตาไป - มาหรือนั่งก็ไม่ต้องหลับ ให้มันทำหน้าที่ของมัน ลืมตาก็สว่างอยู่อย่างนั้น ใครไปใครมาก็เห็น, จิตใจรู้ธรรมะมีตาปัญญา ก็เหมือนกับจุดเทียนนั่นเอง, เทียนอันนั้น เอามาจุดกลางวันมันจะมีคุณค่าอะไร. **รูปหอมสามดอก** ก็หมายถึงกาย - วาจา - ใจที่ดีนั่นเอง, ทำดีก็หอม พุทธก็หอม คิดดีก็หอม ; มันเป็นอย่างนั้น, หากจุดธูปแล้วไม่ประพัตติมันก็เหม็นอยู่ตามเดิม. รูปตามธรรมนั้นมันจะหอมไปได้ ไกลสักที่มากน้อย ส่วนการประพัตตินี้หอมไปไกล อย่างพระพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมในประเทศอินเดียเมื่อสามพันปีโน้น ก็หอมมาถึงประเทศไทยประเทศลาวและไปทั่วโลกตราบนานทุกวันนี้. **ดอกไม้** ก็หมายถึง “รู้” เอามาเป็นเครื่องประดับตัวเราเอง ถ้ารู้แต่เราไม่ทำมันก็ไม่มีประโยชน์อะไร, เราก็เอาดอกไม้เอารูปเทียนไปจุดไปบูชาพระ อย่างนั้นก็ดี ไม่ใช่ว่าไม่ดี แต่มันไม่ใช่ปัญญา. คนโบราณท่านสอนลูกสอน

หลานนั้นท่านสอนให้เกิดปัญญา, จึงว่า - รู้ให้รู้จริงๆ ถ้าไม่รู้จริงเราจะไม่มีความสงสัยขึ้นมา. เรื่องสมมติมีมาก ให้รู้ให้ครบจบถ้วน.

พระพุทธรูป ก็สมมติ. ถ้าอย่างนั้นจะทำลายท่านได้ไหม? ไปทำลายท่านทำไม ท่านทำอะไรให้เรา, ไม่ต้องทำลาย ต้องมีไว้อย่างนั้นเพื่อให้บุคคลที่ยังไม่รู้ได้กราบได้ไหว้. พระเจ้าพระสงฆ์เป็นสมมติก็เช่นเดียวกัน, “เห็นเหลืองๆ เดินผ่านมา ยกมือไหว้ก็สบายใจๆ” - เนอะ! เพียงแค่นั้นก็ดีแล้ว. แต่ความจริง คนที่รู้จริงๆ แล้วไม่ควรจะไปยึดไปติดอย่างนั้น, ถ้าเรารู้จริงแล้ว เราต้องแก้ไขตัวเรา. จึงว่า - รู้อย่างนี้แล้ว แก้ไขได้. เมื่อรู้สมมติ, ผี เทวดา นรก สวรรค์ นี่ก็รู้, รู้จริงๆ.

คนรู้แบบนี้เป็นอย่างไร? ก็หมายความว่า เป็นคนมีญาณปัญญาเกิดขึ้น, มีตาทิพย์น้อยๆ มีหูทิพย์น้อยๆ มีกายทิพย์น้อยๆ. คำว่า **ตาทิพย์ - หูทิพย์ - กายทิพย์** นี้ ก็ไม่เหมือนกับตาทิพย์หูทิพย์กายทิพย์อย่างที่เราเคยคิดมาก่อนนั้น. อันนี้มันเป็นของจริง และมีเฉพาะตัวในคนทุกคน ; ต้องรู้อย่างนี้. ถ้ารู้ผิดไปจากนี้ ก็แสดงว่ารู้ไปคนละเรื่องกัน, ไม่ใช่รู้ธรรมะอย่างที่ผมพูดนี้.

ธรรมะที่ผมพูดนี้ไว้ใจได้ ถ้ารู้แล้วความทุกข์จะลดไปจริงๆ, รู้ได้ทุกคน ถ้าทำ, แต่ถ้าไม่ทำก็ไม่รู้. ถ้าไปอ่านหนังสือเอา มันก็รู้แต่มันไม่เป็น ใจมันไม่ได้สัมผัส. จึงว่า - **การกระทำนั้น ให้มันรู้เอง - เห็นเอง.**



(ศาสนา - พุทธศาสนา)

เมื่อรู้สมมติดีแล้ว ก็รู้ศาสนา รู้พุทธศาสนา. ศาสนา แปลว่า คำสั่งสอนของท่านผู้รู้. ใครรู้เรื่องอันใดก็นำเรื่องนั้นมาสอน เป็นเพียงศาสนายังเป็นพุทธศาสนาไม่ได้. ในอีกความหมายหนึ่ง, ศาสนา แปลว่า ที่พึ่ง, ใครพึ่งอันใดเขาก็นำเรื่องนั้นมาสอนให้เราพึ่งเหมือนเขา. **พุทธศาสนา**, พุทธะ แปลว่า ผู้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง, พุทธศาสนาก็แปลว่า ผู้รู้ธรรม - เห็นธรรม - เข้าใจธรรม เบิกบาน ด้วยธรรม ร่าเริงกับธรรม. ศาสนา ก็หมายถึง ตัวคน, พุทธศาสนาก็หมายถึง สติ - สมาธิ - ปัญญา.

(บาป - บุญ)

เมื่อรู้เรื่องนี้แล้ว ก็รู้เรื่อง**บาป - บุญ**. บาปกับทุกข์เป็นอันเดียวกัน, บาปกับโง่, บาปกับมีดใจเป็นอันเดียวกัน. บุญกับไม่ทุกข์, บุญกับสว่างใจ, บุญกับการเห็นแจ้ง เราสบายใจ เป็นอันเดียวกัน. **บุญ - บาปนี้มันอยู่ใกล้กันที่สุด** รู้อันนี้. รู้อันนี้ได้เพราะอะไรเป็นเหตุ ก็เพราะ “ความรู้สึกตัว” นั่นเอง, มันก็เกิดเป็น “**ญาณปัญญา**” ขึ้นรู้.

อันนี้, ที่พูดมาทั้งหมดนี้, เป็นขั้นต้นที่สุด.

ถ้าไม่รู้อย่างนี้แล้ว, หรือว่าทำอย่างอื่นวิธีอื่นก็รู้นั้น, แต่รู้อันนั้น มันไม่แน่นอน. อันนี้, อันที่ผมพูดนี้, เป็นของจริง ; ทุกคนรู้ได้ ; ใช้สติปัญญาฟังพิจารณาตามก็รู้ได้ แต่อย่างไม่ได้สัมผัสทางญาณ

ปัญญาตัวจริง. จิงว่า - จำเป็นต้องทำ เพื่อให้ญาณปัญญาเกิดขึ้นจริงๆ จะรู้จริง. อันนี้, ที่ผมรู้, ตอนผมไปปฏิบัติเมื่อยังเป็นโยม : ผมยังนั่งกางเกงขาสั้นยาว ผมก็ยาว, พลิกมือขึ้น - คว่ำมือลง ยกมือไป - เอามือมา ลูกขึ้น - ยืน - นั่งลง มีจิงหะ ; กราบ - ไหว้ มีจิงหะ ; ผมทำอยู่, พอดีมีเมฆป้องแม่ลูกอ่อนตกใส่ขาผม - ผมเลยรู้. สภาพสภาวะสัตว์ทุกประเภทเกิดมาแล้วต้องตาย, คน เกิดมาแล้วต้องตาย, สัตว์ เกิดมาแล้วต้องตาย, ต้นไม้ เกิดมาแล้วต้องตาย ; แต่คนกลัวตายไม่กลัวเกิด. ผมเอง, ทำบุญก็ปรารถนาเอาอยากไปเมืองสวรรค์อยากไปเกิดเป็นเทวดา แต่เราไม่เคยรู้ว่าเทวดาคืออะไร เมืองสวรรค์อยู่ที่ไหน, ไม่เคยรู้เลย มีแต่อยากไปเท่านั้นเอง. ความอยากของคนจึงไม่เหมือนกัน, อยากทำดีเพราะอยากเป็นคนดี ; อยากดีว่าจิงเถอะ, แต่ไม่รู้ว่ที่ดีคืออะไร. เมื่อมารู้แบบนี้ ก็เลย อ้อ! ความตายนี้มันไม่เป็นปัญหา. จิงว่า - ไม่กลัวตาย กลัวแต่จะมาเกิดอย่างเดียวเท่านั้นเอง. เกิดทุกข์เกิดสุขนั้นเป็นเรื่องหนึ่งนะ เกิดทางเนื้อหนังก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง, ที่พูดนี้มันมีสองศัพท์สองความหมาย. เกิดทางเนื้อหนังนั้นเกิดจากปิตามารดา ส่วนเกิดดีใจเกิดเสียใจเกิดจากธรรมะที่สัมผัส หรือว่า เกิดจากธรรมารมณ์กระทบจิตใจ. เราต้องเห็น - ต้องรู้ - ต้องเข้าใจ.

อันนี้, ที่แรกผมนึกว่าผมได้ปฐมญาณ แต่ความจริงเป็นปฐมฤกษ์. พอรู้เรื่องสมมติ : ผี เทวดา นรก สวรรค์ บาป บุญ นี่แล้ว, ผมไม่กลัวเลย เพราะตนเป็นที่พึ่งของตนได้จริงๆ. พึ่งผี

ก็ยังไม่ได้เท่ากับพึ่งตัวเราพึ่งธรรมะของเรา, พึ่งเทวดา ก็ยังไม่ได้เท่ากับเราพึ่งธรรมะ ที่เรารู้มานี้ : คือ รู้กายรู้ใจ รูรูปร่าง รูเนื้อรูตัว นี่, มันรู้จิงๆ. “ความรู้สึก” นี่แหละ มันทำให้เป็นประโยชน์มากมีค่ามาก. รู้อันนี้ ทุกข์ก็เลยจางไปทันทีเลย. รู้แบบนี้เป็นการรู้เบื้องต้น.

(วิปัสสนูปกิเลส)

เมื่อรู้แบบนี้แล้วก็เลยเกิดความรู้สึกชนิดหนึ่งขึ้นมา เรียกว่า เกิดปีติ. ปีติจึงเป็นอุปสรรคต่อการรู้ธรรมะ แต่ครูบาอาจารย์บอกว่าปีติเป็นของดี, ปีติคือความอิมใจพอใจรักใคร่ในการงาน ; ท่านว่าอย่างนั้น. แต่ที่ผมพูดนี้ ปีติเป็นตัวอุปสรรคไม่ให้เราก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม คือ มันไปภูมิใจในความรู้ของตัวเองว่าตัวเองได้รู้ - ได้เห็น - ได้เข้าใจ.

ตั้งแต่เข้าจรดเย็นที่ผมเป็นวิปัสสนุ แต่ผมก็ไม่ว่าว่าเป็นวิปัสสนุ. เหมือนกับคนกำลังเป็นบ้าจะรู้ว่าตัวเองกำลังเป็นบ้าได้อย่างไร ; คนเป็นวิปัสสนุก็เช่นเดียวกัน. ติดอารมณ์ตัวเอง* พอใจในอารมณ์ของตัวเอง ว่าตัวเองรู้แบบนี้. อันนี้ผมไม่ได้กล่าวหาว่าคนอื่นนะ ผมพูดเรื่องตัวของผมเอง, ผมไปแสดงธรรมให้ผีฟัง แน่ะ! ที่แรกก็รู้ ผีอยู่แล้ว, ไปแสดงธรรมให้เทวดาฟัง แสดงธรรมให้คนฟัง ซึ่งจะ

* ติดอยู่กับความรู้ที่ตนรู้มาแล้วนั้น

ต้องนั่งอย่างนั้น ทำอย่างนี้ ฯลฯ อย่างนั้นมันหลงตัวไปเลย, **หลงตน ลืมตัว**. คนที่หลงตนลืมตัวนั้นจะมีปัญญาไหม? ไม่มี, จะมีก็แต่ปัญญาหลงตนลืมตัว เท่านั้นเอง.

๒. พระแท้

เมื่อผมกลับเข้ามารู้สึกตัวได้ ก็ตกเย็น, รู้เรื่องราวรูปเรื่องนามนั้น รู้ตอนเช้ามีด, ผม**รู้ความคิด**ของผมเอง. ที่แรกผมไม่เคยรู้ความคิดเลย มันคิดไปเรื่อยๆ ไปเลย. พอตีผมเดินกลับไปกลับมา หรือเรียกว่า เดินจงกรมก็ได้, รู้สึกตัว มากเข้า - มากเข้า : ความคิดมันคิด - วูป - ขึ้นมา, ผม - *เอ๊ะ! มันเป็นอย่างไร?* เพราะมันเหมือนคนมาผลักที่สี่ข้างของผม มองหาคนก็ไม่เห็น เดินคนเดียวในทุ่ง. ผมเดินกลับไป - กลับมาต่อไปอีก, มันคิดขึ้นมาครั้งที่สอง ผมก็เลย**รู้ความคิด**ขึ้นมาทันที. เมื่อรู้ความคิดนี้ ผมเลยพยายามทำวิธีเหมือน**แมวกับหนู** คือ แมวคอยดูหนูอยู่ที่ปากู พอตีหนูออกมาแมวมันจะจับอย่างแรงเร็วทันที, ทำอย่างนั้น. คิดครั้งที่สามนี้ ผม**เห็น**ทันทีเลย^๑, เห็น - รู้ - เข้าใจ - สัมผัสได้. ที่มันเป็นอย่างนี้ได้ ; คือเห็น - รู้ - เข้าใจ - สัมผัสได้นี้, ก็เพราะว่ามันมีอยู่แล้ว. จึงว่า - **ให้มันมี ให้มันเป็น ให้มันเปิดเผยออกมาตามหน้าที่ของมัน**, เปรียบเหมือนกับผลไม้

^๑ เริ่มต้นของความเป็นพระแท้

ที่ได้พูดแล้วนั้น เมื่อเราเอาไปลงดินมันจะทำลายเปลือกของมันออกมาเป็นต้นเป็นดอกเป็นผลเองตามหน้าที่ของมัน แต่ถ้าเราไม่เพาะไม่ปลูกเปลือกนอกมันก็จะทำลายพันธุ์ที่เป็นเนื้อในของมัน มันจะไม่งอกหรือเน่าไปเลยก็มี. จึงว่า - **ความรู้สึกเป็นเนื้อใน ความไม่รู้เป็นเปลือกนอก**. เมื่อรู้ - เห็น - เข้าใจ อย่างนี้ มันเกิด “ความรู้ - ความเห็น - ความเข้าใจ” สัมผัสแนบแน่นอยู่กับสิ่งเหล่านั้น, เทียบกับว่า ถ้าน้ำหนักมีอยู่ร้อยกิโล ผมว่าผมเบาไปได้หกสิบกิโล แต่ในช่วงที่เป็นขึ้นมานั้น ผมว่าผมเบาไปแปดสิบกิโล.

ผมเลยเข้าใจว่า - โอ! **วัตถุ** : หมายถึงทุกสิ่งทุกอย่าง, กว้างขวางมาก, ต้นไม้ก็เป็นวัตถุ ดินฟ้าอากาศก็เป็นวัตถุ เสื้อผ้าเงินทองก็เป็นวัตถุ เนื้อหนังเราก็คือวัตถุ, จิตใจนึกคิดก็เป็นวัตถุ. คำว่า “วัตถุ” นี้จึงกินความกว้าง แล้วแต่ใครจะรู้เรื่องอันใดก็เอามาใช้ได้. แต่ถ้ารู้เฉยๆ “**สิ่งนั้น**”^๑ ยังไม่ปรากฏ มันอาจจะรู้วัตถุเป็นอย่างอื่นก็ได้. ประมัตถ์ ก็หมายถึง ของจริง. จริงไหม? จริง. เห็นไหม? เห็น. จึงว่า - เป็นประมัตถ์. **ประมัตถ์** : จึงว่า - กำลังสัมผัสมีอยู่ - เป็นอยู่ - แนบแน่นอยู่กับสิ่งเหล่านั้น เรียกว่า ประมัตถ์. **อาการ** : สภาพความเปลี่ยนแปลง

^๑ สภาวะที่เข้าไปรู้ความที่มันเป็นอย่างนั้นของธรรมชาติ ในลักษณะที่เรียกว่าเกิด “ความเห็น - ความรู้ - ความเข้าใจ” สัมผัสแนบแน่นอยู่ หรือเรียกว่า “**ญาณปัญญาของวิปัสสนา**” ถ้าสิ่งนี้ปรากฏ มันจะเห็นความคิด, แล้วเห็นต่อไปว่า วัตถุ - ประมัตถ์ - อาการ, ฯลฯ, ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาแบบนี้.

และการเคลื่อนไหว, ของรูปกาย, และดินฟ้าอากาศก็มีการเปลี่ยนแปลง
ต้นไม้เขาก็มีการเปลี่ยนแปลง เงินทองเสื้อผ้าก็มีการเปลี่ยนแปลง,
จิตใจนึกคิดขึ้นก็เช่นเดียวกัน, การปฏิบัติธรรมก็อย่างเดียวกัน
เรียนมาแล้วก็ต้องมีวิธีการมีเทคนิคมีกลไก รู้ว่าทำอย่างนั้นมันจะเกิด
อย่างนั้น ทำอย่างนั้นมันจะเกิดอย่างนี้, ให้รู้จริงๆ ; กล่าวคือ รู้แล้ว -
ทำแล้ว ผลมันจึงเป็นอย่างนั้น ; มันต้องรู้จักอย่างนั้นจริงๆ. จึงว่า -
รู้แล้วจึงทำ ไม่ใช่ทำไปผิดแล้วจึงมาแก้ไข. ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่าน
จึงสอนให้เรา**มีสติ** ; ว่าอย่างนั้น ; นี่เป็นภาษาของพระพุทธเจ้าใน
ประเทศอินเดีย, ส่วนภาษาบ้านผมก็ว่า ให้เรามี**ความรู้สึกตัว**, ให้**รู้ตน**
รู้ตัว รู้เนื้อรู้ตัว รู้กายรู้ใจ. ภาษาธรรมะท่านว่า - ให้**มีสติกำหนดรู้ทุก**
อิริยาบถ, ส่วนภาษาบ้านผมว่า - การเคลื่อนไหวโดยวิธีใดให้**รู้สึก**.
นี่แหละจึงว่าคำพูดมันดีกันได้ แต่การกระทำมันดีไม่ได้. แม้แต่คำพูด
ที่ผมพูดนี้ก็ตาม บางคนอาจตีความหมายไปอย่างนั้นอย่างนี้ ; มัน
ยังดีได้, ส่วน **“ความเป็น”** นั้น มันจะดีไม่ได้เลย.

เมื่อผมรู้อย่างนี้ จิตใจผมเบาขึ้นสองครั้งก็ว่าได้, ปลื้ม - แปลับ,
นี่ - มัน **“เป็น”**^๑ ขึ้นทันทีเลย. ผมก็เลยรู้มรรค - ผล เหตุ - ผล ;
หรือว่ารู้ **ปฐมฌาน - ทุตติฌาน**, ผมเข้าใจอย่างนั้น.

^๑ ความเป็นพระแท้ครั้งที่สอง

ตอนที่ผมรู้เรื่องรูป - นามนั้น ผมนี้กว่าผมเป็นปฐมฌาน,
แต่ความจริงมันไม่ใช่, มันเป็น**ปฐมกฤกษ์**. เปรียบก็เหมือนร่างนี้ครับ.
ร่างรอบแรกเขาไม่เก็บสตางค์ เขาให้รำฟรี, พอรอบที่สองเขาจะ
เก็บสตางค์เขาจะทำตัวทำบัตร เราต้องเสียเงินผ่านประตูให้เขา จึง
จะได้ตัวเข้าไปรำ. อันนี้ก็เหมือนกัน, คือขั้นแรกที่รู้รูป - นามนั้น
เรายังไม่ได้ **“ผ่านประตู”** จริง เพียงเขาอนุญาตให้รำเล่นเท่านั้น เมื่อ
จะผ่านประตูจริงนี้ เขาจะกำหนดเข้ามาเลยว่า จะให้เข้าได้แต่เฉพาะ
บุคคลๆ อย่างนั้นๆ เท่านั้น ไม่เป็นการทั่วไป จะต้องเสียเงินซื้อตัว
ซื้อบัตรเป็นกติกากำหนดสิทธิ์, จึงว่า - เป็น **สมมติบัญญัติ - ประมัตถ**
บัญญัติ - อรรถบัญญัติ - อริยบัญญัติ ; ต้องถูกสมมติ ถูกบัญญัติ
ขึ้นทั้งนั้น. การปฏิบัติธรรมแบบนี้ จึงเป็นของจริงเป็นของแท้. ตั้งแต่
ปี ๒๕๐๐ เป็นต้นมา ผมก็แนะนำเรื่องนี้วิธีนี้แก่ผู้คน, ปีนั้นผมไป
ปฏิบัติธรรมะที่ตำบลพันพร้าว เดียวนี้เป็นอำเภอศรีเชียงใหม่ มีไป
ด้วยกันคราวนั้น ก็พระ ๒๓ รูป โยม ๕ คน เป็นหญิงสามชาย
สองรวมทั้งผม ความรู้ไม่เหมือนกัน เพราะการกระทำไม่เหมือนกัน
จิตใจก็คิดไม่เหมือนกัน สมัยนั้น ผมอยากรู้อยากเป็นอยากมี,
อยากดีว่าฉันเถอะไป, แต่ไม่รู้จักว่าความดีมีอยู่ที่ตัวเรา เราไม่รู้ ทำ
ก็ทำไปอย่างนั้นแหละ, พอดี จิตใจผมเปลี่ยนนี้ ผมรู้เลยว่า อันนั้น
เป็นปฐมฌาน อันนั้นเป็นทุตติฌาน หรือจะว่า อันนั้นเป็น**พระ**
โสดาปัตติมรรค อันนั้นเป็น**พระโสดาปัตติผล** อันนั้นเป็น**พระ**
สกทาคามิมรรค อันนั้นเป็น**พระสกทาคามีผล** อย่างนั้นก็ได้, เพราะ

มันเป็นเพียงคำพูดดีกันไปเท่านั้นเอง. แต่ตัวจริงนั้น จิตใจมันเป็นแล้วมันจึงจะรู้แน่นอน. ตอนที่ผมไปปฏิบัติเป็นเดือน ๘ ขึ้น ๘ ค่ำวันที่ไปถึง ให้คนจัดสถานที่ให้แล้วก็ลงมือปฏิบัติ ไม่นานก็เลยเข้าใจธรรมะ, เป็นเดือน ๘ ขึ้น ๑๐ ค่ำนั่นเอง ตอนเช้ารู้เรื่องราวรูปเรื่องนาม ตอนเย็นก็จิตใจเปลี่ยน ๒ ครั้ง อายุยังไม่ครบ ๔๖ ปี ยังขาดอยู่ ๒ เดือน. รุ่งขึ้นอีกวัน จิตใจก็เปลี่ยนอีก ๒ ครั้ง, คนที่ไปพร้อมกันคราวนั้นรู้ไม่เหมือนกัน เพราะปฏิบัติไม่เหมือนกัน ผมรู้ไม่เหมือนใคร รู้แล้วผมก็ปฏิบัติต่อไปจนครบ ๓ เดือน หาวิธีแนะนำคน ; มันเป็นอย่างนั้น. จึงว่า - รับรองวิธีนี้ ได้สอนมาแล้ว เป็นโยมสอนอยู่ ๒ ปีกว่าจึงมาบวชเป็นหลวงตามี, ผู้เฒ่าผู้แก่ก็เป็นผู้ยาผู้หญิงก็เป็น พระสงฆ์องค์เจ้าก็เป็น เด็กน้อยระหว่าง ๙-๑๓ ปีก็เคยสอนมาแล้ว ก็เป็นได้รู้ได้เหมือนกัน. รู้แล้วเป็นอย่างไร? รู้แล้วเขาก็ไม่ทุกข์, เด็กๆ เขาก็ว่า เขาเป็นพระได้เช่นเดียวกัน.

จึงว่า - “พระ” ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงอันนี้ (หลวงพ่อบอกเมื่อมาหาบที่หน้าอกตัวเอง), อันนี้ - จริงโดยสมมติ แต่ไม่ต้องทำลาย. อย่างที่พูดแล้วนั้นแหละ เห็นเหลือๆ เดินมายกมือไหว้ก็สบายใจฯ ถ้าไม่เห็นเหลือๆ อันนี้ ไม่มีที่พึ่งเลย. อันนี้ - จึงว่า “สมมติ”, ให้เรารู้สมมติจริงๆ. ถ้าหากเป็นพระจริงๆ แล้ว เราจะรู้ว่า **พระแปลว่า ผู้สอนคน**, ถึงเป็นโยมสอนคนก็ได้ ; ผมเป็นโยมสอนคนอยู่ ๒ ปีเศษ. พระแปลว่าผู้สอนคน, สอนให้คนรู้ให้คนแก้ปัญหาของตัวเองให้พ้นไปจากความทุกข์ สอนให้คนรู้จักความผิดของตัวเอง. ตั้งแต่เข้า

มานี้เรามีความผิดอะไรบ้าง เราต้องรู้, จะให้คนอื่นรู้แทนเราไม่ได้, เราต้องรู้เอง รู้แล้วก็ต้องแก้, ถ้ารู้แล้วไม่แก้มันก็ไม่มีความหมายไม่มีค่าไม่มีคุณค่าต่อความรู้นั้น. การปฏิบัติธรรมะนี้จึงว่า **ความผิดเป็นครู แต่อย่าทำผิด**, ท่านว่าอย่างนั้น, **ผิดแล้วต้องแก้ทันที ไม่ใช่ปล่อยเอาไว้ที่ตรงนั้น.**

เมื่อเป็นอย่างนี้, ตอนจิตใจผมเปลี่ยนครั้งที่สองนี้, ก็เลยเห็น **กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม** ; รู้อันนี้แหละ, กล่าวคือ มันเป็นช่วง เป็นขั้นเป็นตอนของมัน : เรียกว่า **อารมณ์ของวิปัสสนา**. ส่วนในตำรานั้นเขาว่า อารมณ์ของวิปัสสนามี ๖ : ชนฺธหํ ; อายตนะสิบสอง ; ชาติสิบแปด ; อินทริยียสิบสอง ; อริยสัจสี่ ; ปฏิจจสมุปบาทสิบสอง, แต่โดยความเป็นจริงแล้ว **อารมณ์ของวิปัสสนาคือรู้ตัวเราเอง** รู้การเคลื่อนไหวของตัวเอง ; เมื่อรู้แล้วมันจะไม่พลาดผิดเลย.

(อย่าฆ่าสัตว์)

พูดถึงความตาย, คนทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย เกิดคนเดียวตายคนเดียว เกิดสิบคนตายสิบคน เกิดร้อยคนพันคนตายร้อยคนพันคนฯ. เมื่อเห็นสภาพเช่นนี้แล้ว เราก็ไม่ต้องการเกิดเพราะเกิดเป็นทุกข์ : เกิดทางเนื้อหนังก็เป็นทุกข์, เกิดจิตใจเสียใจก็เป็นทุกข์ ; มันเป็นอย่างนี้. มีหลายคนมาถามว่า อยากทำบุญไปถึงบิดามารดาที่ตายแล้วจะต้องทำอย่างไรจึงจะเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุด? คำตอบก็คือ **ทำดี**

กับตัวเราเอง, ทำดี - พุทดี - คิดดี, ก็พ่อแม่ของเราบิดามารดาของเรา ก็คือตัวเราเอง. ยกให้เห็นง่ายๆ ถ้าลูกดีพ่อแม่ก็สบายใจ ถ้าลูกไม่ดีพ่อแม่ก็เป็นทุกข์ไม่สบายใจในขณะนั้นเลย, ดังนั้น พ่อแม่เราสบายใจก็เพราะเราดีเราสบายใจ ทำอย่างนี้แหละคือการทำบุญ ให้พ่อแม่อย่างประเสริฐที่สุด คือ ให้ทำดีกับตัวเราเอง. พ่อเราคือตัวเรา แม่เราคือตัวเรา พี่เราคือตัวเรา น้องเราคือตัวเรา ฯลฯ, แล้วเราจะทำอะไร? ก็ต้องทำดี - พุทดี - คิดดี อย่าให้ทุกข์เกิดขึ้น. ถ้าหากทุกข์เกิดขึ้นแล้วเป็นอย่างไร? ก็เป็นลัทธิ, หน้าตาแข่งขามือเท้าเป็นคนอยู่นั้นแหละแต่ใจเป็นลัทธิแล้ว. ก็ได้รับความเดือดร้อน พ่อแม่พี่น้องก็เดือดร้อน ครอบครัวเพื่อนฝูงประเทศชาติฯ ก็เดือดร้อนด้วย. ที่นี้, หน้าตาแข่งขามือเท้าเป็นคนนี้แหละ แต่จิตใจอาจเป็นเทวดาก็ได้. **จึงว่า - ทำตัวของเราให้เป็นคน อย่าให้หมดความเป็นคน.**

คนทุกวันนี้ โดยมากนั้นเป็นคนหมดไปแล้ว, เมื่อเป็นดังนี้ความเป็นมนุษย์จะมีขึ้นมาได้อย่างไร เพราะหมดความเป็นคนแล้วนี่. เมื่อเป็นคนหมดไปแล้ว ความเป็นมนุษย์ก็หมดไป, เมื่อความเป็นมนุษย์หมดไปแล้ว ความเป็นเทวดาก็หมดไป, เมื่อความเป็นเทวดาหมดไปแล้ว ความเป็นพระอินทร์พระพรหมก็หมดไป, เมื่อความเป็นพระอินทร์พระพรหมหมดไปแล้ว ความเป็นพระอริยบุคคลก็หมดไป, เมื่อความเป็นพระอริยบุคคลหมดไปแล้ว จะเป็นอย่างไร? ก็ : ลัทธิจะแปลว่าของจริง ก็หมดสิ้น, เรียกว่า **“ฆ่าลัทธิ”**. คิดที่ว่า

ปานาฯ ไม่ให้ฆ่าลัทธิ อทินนาฯ ไม่ให้ลักทรัพย์ ฯลฯ, อย่างนั้นก็จริง แต่ว่าจริงโดยสมมติ. **“อย่าฆ่าลัทธิ”** ที่พูดอยู่นี้หมายความว่า **อย่าให้ความเป็นคนหมดไป** : ให้ความเป็นคนสมบูรณ์ขึ้นมา ความเป็นมนุษย์ก็มีขึ้นมาได้, ให้ความเป็นคนสมบูรณ์ขึ้นมา ความเป็นเทวดาก็มีขึ้นมาได้, ให้ความเป็นมนุษย์สมบูรณ์ขึ้นมา ความเป็นพระอินทร์พระพรหมก็มีขึ้นมาได้, ให้ความเป็นพระอินทร์พระพรหมสมบูรณ์ขึ้นมา ความเป็นพระอริยบุคคลก็มีขึ้นมาได้, **ให้ความเป็นพระอริยบุคคลสมบูรณ์ขึ้น ก็ : จึงว่า - เป็นลัทธิจะ** แปลว่า ของจริง, ซึ่งมีอยู่ทุกยุคทุกสมัย และมีอยู่แล้วในคนทุกคนไม่ยกเว้น ; เพียงแต่เราจะทำให้สิ่งนั้นปรากฏขึ้นมาหรือไม่เท่านั้นเอง.

เมื่อจิตใจเปลี่ยนแล้วสองครั้งนี้ ผมก็ไปนั่งสร้างจังหวดต่อพอได้เวลาก็เข้านอนประมาณลัทธิสามทุ่มนี่ละ ประมาณตีสองก็ลุกมาล้างหน้าแปรงฟันตามธรรมดาแล้วมาเดินจงกรม เห็นตะขาบตัวหนึ่งวิ่งออกมา, ผมเคยถูกตะขาบกัดนานแล้ว เจ็บ - จำได้, เลยไปเอาเทียนไขมาตามดูแต่ไม่เจอ จึงเอาเทียนไขไปไว้ที่เดิมแล้วเดินกลับไปกลับมาต่อ, เลยมีความปรากฏขึ้นมาว่า **มีศีล**.^๑

^๑ ครั้งที่สามของความเป็นพระแท้.



ศีล, ตามที่ท่านว่า, เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบ ; สมาธิ เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างกลาง ; ปัญญาเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างละเอียด. ส่วนตามความที่มันปรากฏนั้น, โทสะ - โมหะ - โลภะ และ กิเลส - ตัณหา - อุปาทาน - กรรม นี่เองเป็นกิเลสหยาบที่สุด. เมื่อสิ่งเหล่านี้ถูกทำลายลงไปแล้ว ศีลจึงปรากฏ ; ปรากฏว่าปกติ. ศีลจึงแปลว่า ปกติ, ซึ่งมีอยู่แล้วในคนทุกคน เพียงแต่เขายังไม่ได้ทำให้ “ปกติ” ปรากฏขึ้นมาเท่านั้นเอง. ที่เป็นดังนี้เพราะ คนๆ นั้น ไม่ได้ทำให้ความเป็นมนุษย์ปรากฏขึ้นมา ; คนๆ นั้น ไม่ได้ทำให้ความเป็นเทวดาปรากฏขึ้นมา ; คนๆ นั้น ไม่ได้ทำให้ความเป็นอินทร์พรหมปรากฏขึ้นมา, คนๆ นั้นไม่ได้ทำให้ความเป็นอริยบุคคลปรากฏขึ้น, คนๆ นั้นก็เลยไม่เห็นศีลตัวนี้, จึงไปเห็นแต่เพียงที่ว่า ศีลทำศีลแปด ศีลสิบศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ด. ศีลอย่างนั้นก็ดีแล้ว ไม่ใช่ไม่ดี, แต่ว่าศีลอย่างนั้นถึงจะรักษาเครื่องครัดขนาดไหน ก็จะทำให้ปรากฏอย่างนี้ไม่ได้. หรือแม้ว่าจะเรียนตำราท่องจำพระไตรปิฎกจนจบหมดมาเป็นอย่างดีแล้วก็ตาม ก็ยังไม่สามารถทำให้เป็นอย่างนี้ได้. เรื่อง “ความปรากฏ” นี้ จึงขึ้นอยู่กับกระทำเท่านั้น ; กล่าวคือ ทำความรู้สึกตัวนี้เอง. การพูดร้อยคำพันคำหั้นคำหรือแสนคำก็ตาม ไม่ใช่ความรู้สึกอันนี้. “ความรู้สึก” - อันนี้, มันซาบซึ่งเข้าไปจริงๆ ยกตัวอย่าง : ผมกำมืออย่างนี้ที ทุกคนเห็นไหม - เห็น, รู้ไหม - รู้, แต่ความรู้สึกสัมผัสไม่มีเลย, เราต้องทำเองจึงจะสัมผัสเองได้ - เอ้า ลองดู ; ลองทำดู.

เมื่อผมรู้ศีล, **ศีลก็คือปกติกาย - ปกติวาจา - ปกติใจ**, เมื่อกาย วาจาใจปกติมีอะไรมาแต่จะต้องจะรู้ทันที คิดดีคิดชั่วเราก็คือรู้ทันที หรือดีใจเสียใจชั่วใจไม่ชั่วใจเราจะรู้ทันที ; เพราะเราเป็นปกติแล้ว. ถ้าเรายังไม่รู้ยังไม่เห็น ก็แสดงว่าเรายังไม่รู้เท่ายังไม่รู้ทัน ศีลยังไม่ปรากฏ, ศีลนั้นก็แค่เป็นแต่เพียงคำพูดที่เราพูดได้เท่านั้นเอง. คำพูด บางทีอาจเป็นพิษภัยกับเราก็ได้ บางทีอาจเป็นประโยชน์กับเราก็ได้, จึงว่า - การกระทำเป็นสิ่งสำคัญ. **คำพูดที่ผมพูดนี้, จะคาดคิดเอาไม่ได้, จะรู้ล่วงหน้าไม่ได้, จะแปลภาษาว่ามันเป็นอย่างนั้นอย่างนั้นไม่ได้, มันต้องเป็นเอง. ความเป็นเอง มันจึงจะรู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง.**

เมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว, ผมก็รู้ **ศีลขันธ์ - สมาริขันธ์ - ปัญญาขันธ์.**

ขันธ์ หมายถึง ขันธ์ห้า ; หรือจะว่าห้าหมวดหมู่กลุ่มกองเป็น ขันธ์ก็ได้, หรือจะว่า ตา - หู - จมูก - ลิ้น - กาย - ใจ เป็นขันธ์ ; ตา - ขันธ์หนึ่ง หู - ขันธ์หนึ่ง ฯลฯ อย่างนี้ก็ได้. แต่ **“ขันธ์” ที่ผมรู้นั้น, รู้ว่า ศีลขันธ์ - สมาริขันธ์ - ปัญญาขันธ์. ขันธ์ แปลว่า ถี, แปลว่า รับรอง หรือว่ารับรองได้, แปลว่า ต่อสู้ ;** ผมรู้อย่างนี้. รับรองอย่างไร? ก็รับรองดี - ชั่ว มันมาทางใดเราต้องรู้. เปรียบเหมือนกับนักมวย คู่ต่อสู้โผล่มาเราก็คงเข้าเป้าตาเลย, ชกเข้าที่ตาอย่างนี้คู่ต่อสู้ก็จะสู้เราไม่ได้ เมื่อชกบ่อยๆ เราก็คงเป็นแชมป์ขึ้นมาเลย. การเรียนจาก ตำรานั้นดีแล้วแต่จะเอาความรู้ขึ้นมาเป็นแชมป์มันไม่ได้ ต้องชกจริงๆ คู่ต่อสู้เข้ามาเราก็คงไม่ต้องเสียเวลาไหว้ครู เข้ามา - ปู้บ - ก็ชกที่เป้าตาเลย มันก็จะสู้เราไม่ได้เลย. นี่แหละศีลขันธ์ แปลว่าต่อสู้อย่างดี.

สู้กับสิ่งที่สกปรกได้ สู้กับสิ่งที่ทำให้เดือดร้อนได้ สู้กับคำพูดที่มาทำให้เราเดือดร้อนได้ ; คำนี้ไม่ดีมา เราสู้ได้, คิดอย่างนี้ไม่ดี เราสู้ได้, ทำอย่างนี้ไม่ดี เราสู้ได้. การทำอย่างนี้ไม่มีใครมาทำให้เราได้เลย เราต้องทำเองให้รู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง. **เมื่อรู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเองแล้ว, และในเมื่อทุกคนก็ต้องการความดีอยู่แล้ว, เราก็คงเพียงแต่ “เลิก” ความชั่วทั้งหมดไปเลย.** เปรียบ : เรากำมือแล้ว - อย่างนี้แบมือก็ไม่มี ; เราแบมือออกไปแล้ว กำมือก็ไม่มี, เลิกความชั่วเสียแล้ว ความชั่วทั้งหมดไปเลยทันทีนั่นแหละ มันไม่ใช่กรรมเก่ากรรมใหม่อะไรหรอก. เราทำเดี๋ยวนี้ มันก็หมดเดี๋ยวนี้, ถ้าเราไม่ทำเดี๋ยวนี้รอไว้ปีหน้า มันก็ต้องปีหน้า. การปฏิบัติจึงว่า มันขึ้นอยู่กับ การกระทำจริงๆ.

เมื่อรู้ ศีลขันธ์ - สมาริขันธ์ - ปัญญาขันธ์นั้น, ตามตำราท่านเรียกว่า **อริศีลสิกขา - อริจิตตสิกขา - อริปัญญาสิกขา ; สิกขา แปลว่า ถลุง.** แต่อันนั้นเป็นคำพูดเป็นตำรา, ส่วนความจริงที่ปรากฏขึ้นมา นั้น รู้ว่า ศีลขันธ์ - สมาริขันธ์ - ปัญญาขันธ์. “ขันธ์” อันนี้ คือว่า - ตาขันธ์หนึ่ง หูขันธ์หนึ่ง จมูกขันธ์หนึ่ง ปากขันธ์หนึ่ง ฯลฯ, ขันธ์อันนี้รับรองต่อสู้กับสิ่งนั้นได้ ; ขันธ์จึงแปลว่าต่อสู้อย่างดี. อย่างขันธ์นี้ ถ้าดีนะ ไปตักน้ำก็ไม่รื้อตักอาหารก็ได้กิน, แต่ถ้าขันธ์แตกขันธ์พัง เอาไปตักน้ำตักอาหารก็ไม่ได้กิน. ความที่ว่า “ชั่ว” นั้น ตัวเราทำ “ดี” แล้วหรือยัง, ถ้าเราทำดีเสียแล้ว ความชั่วก็หายไปเอง, แต่ถ้าเรายังฝืนทำชั่วอยู่ ก็เป็นขันธ์แตกเท่านั้นเอง ; คือ ขันธ์มันยังดีไม่ได้. ก็เมื่อ

“ดี” ไม่ได้เสียแล้ว ใครเขาจะต้องการเอาไปใช้, ไม่มีใครเขาต้องการเลย ชันซ์ชั่ว - ชันซ์สกปรก. อันนี้ เป็นภาษาปฏิบัติที่รู้มาจริงๆ.

เมื่อเห็นอันนี้ - รู้อันนี้ - เข้าใจอันนี้แล้ว ก็เลยรู้**สมถกรรมฐาน**
- **วิปัสสนากรรมฐาน**.

ท่านว่า - สมถกรรมฐานเป็นอุบายให้สงบจิตสงบใจ วิปัสสนากรรมฐานเป็นอุบายให้เกิดปัญญา. ดังนั้น, **เรื่องของความสงบจึงมีอยู่ ๒ อย่าง ได้แก่ ความสงบแบบไม่รู้กับความสงบแบบรู้**. สงบแบบไม่รู้ นั้นเป็นความสงบของสมถกรรมฐาน เปรียบเหมือนเอาหินทับหญ้า เอาไว้ หญ้าเกิดไม่ได้ก็จริงแต่ดินมันชุ่ม เมื่อเอาหินออกเสียแล้ว หญ้าอาจงอกงามกว่าเดิมก็ได้ ; คนทำกรรมฐานจึงอาจขี้โกรธยิ่งกว่าเดิม, ถึงจะว่ามันเป็นการพอกพูนความรู้ตัวเอง แต่ความรู้ที่มันยังใช้ไม่ได้. ส่วนวิปัสสนานั้น มันเป็นการถอนรากถอนโคนมันจริงๆ, วิปัสสนาจึงแปลว่า รู้แจ้ง - รู้จริง - ต่างเก๋าล่องภาวะเดิม ; ภาวะเดิมที่ชั่วๆ นั้น มันไม่เอาแล้ว.

ดังนั้น, จึงว่า - สมถกรรมฐานตกอยู่ในอำนาจของ**กามาสวะ - ภวาสวะ - อวิชชาสวะ** ซึ่งเปรียบเหมือนภูเขากันทำให้ไปไม่ได้, อย่างปกหนังสือ *มาทางนี้* เป็นรูปที่เราเขียนนั้น มันเป็นอย่างนั้น, ลูกที่หนึ่งคือกามาสวะ ลูกที่สองคือภวาสวะ ลูกที่สามคืออวิชชาสวะ. อวิชชาก็แปลว่า ไม่รู้, คือ ไม่รู้ทางออกไปนั่นเอง ; ดังปก *มาทางนี้* ที่เราเขียนเป็นรูปไว้นั้นแหละ. กามาสวะ คือ ตกอยู่ในอำนาจของ

ความยินดี ; ยินดีในอารมณ์ของตัวเอง, ยินดีในความสงบ, ฯลฯ. ภวาสวะ คือ ตกอยู่ในภพชาติอันนั้น จึงยังเป็นทุกข์อยู่. จึงว่า - **สมถกรรมฐานนั้นตกอยู่ในอำนาจของความทุกข์ ส่วนวิปัสสนากรรมฐานจะพ้นไปจากความทุกข์**.

อารมณ์ของวิปัสสนาจึงไม่ขึ้นอยู่กับตำรา แต่ต้องเห็นแจ้ง - รู้จริง - เข้าใจจริง. การปฏิบัติอย่างนี้จึงต้องมีเทคนิคและกลไก คือ ต้องทำจังหวะ. ถ้าไม่ทำจังหวะจะรู้ไหม? รู้ - คนอื่น, แต่ผมไม่รู้ ผมทำจังหวะผมจึงรู้. เคลื่อนไหวไปมาโดยวิธีใดก็ได้ให้รู้ : อย่างเช่น ก้มลงอย่างนี้ ก็รู้, เงยขึ้นอย่างนี้ ก็รู้, เหลียวไปอย่างนี้ หลวงพ่อก็รู้, เหลียวมาอย่างนี้ หลวงพ่อก็รู้, ตามันเคลื่อนไป - เคลื่อนมาอย่างนี้ หลวงพ่อก็รู้, ฯลฯ, ความรู้อย่างนี้แหละมันจะมากขึ้นๆ แล้วความไม่รู้มันไปอยู่ที่ไหนล่ะ? มันไม่มี ; เจ้า “ความไม่รู้” นั้นมันหายไปเลย.

แต่ที่พวกเราไม่เคยสร้างจังหวะอย่างนี้ ไม่เคยทำอย่างนี้กันเลย, มีแต่ไปสร้างโบสถ์ไปทำบุญอย่างนั้นทำบุญอย่างนี้ ตายแล้วจะได้ไปเกิดในสวรรค์ ตายแล้วจะได้ไปเป็นเทวดา, สอนกันอยู่แต่อย่างนั้น. นี่ก็เพราะเราไม่มีตาทิพย์. หากเรามีตาทิพย์ - มีหูทิพย์ - มีกายทิพย์แล้ว ก็จะสามารถมองเห็นคำพูดของคนได้ทุกวิธี, คนนั้นพูดอย่างนั้นไม่ดี - ดี ก็ภาษาของเขา เขาพูดอย่างนั้นเพราะเขารู้ อย่างนั้น. ส่วนตัวเราเองเมื่อรู้แล้ว เราก็ไม่สงสัยไม่เก้อเขิน ใครจะพูดอย่างไรก็เป็นเรื่องของเขาไม่ใช่เรื่องของเรา. **เรื่องของเรานั้น เป็นเรื่องของการกระทำเพื่อให้รู้แจ้ง เพื่อให้รู้ตาม - เห็นตาม - เข้าใจตาม**.

เราก็เคยสวดกันแล้วว่า ผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้ามีศีลและทิวาฐิเสมอกันกับพระพุทธเจ้า, ถ้าไม่มีศีลเสมอกันไม่มีทิวาฐิเสมอกันรู้ไม่เหมือนกัน ก็แสดงว่าอันนั้นไม่เป็นธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า. จึงว่า - **ธรรมะแท้คืออันเดียวกัน**, คำพูดนั้นมันเดินได้, ภาษาอินเดียจะพูดอย่างไรไม่ทราบ แต่เป็นคนไทยต้องพูดอย่างนี้.

เมื่อรู้มาขนาดนี้แล้ว เรียกว่าเป็น **จตุตถฌาน**^๑ ; คือเมื่อเราทำลายกามาสวะ - ภวาสวะ - อวิชชาสวะได้แล้วนี้ มันจะเข้ามารวมกันทั้งหมดเลย, “มัน” จะเรียกว่าขั้นห้าก็ได้ อายุตนะก็ได้ ธาตุก็ได้ จะมารวมตัวกันเข้า, เปรียบเหมือนกับไม้สามขาเอามารวมกันตั้งไว้เราล้มมันจะไม่ล้ม แต่เมื่อเราทำลายขาเดียว ผลัก - ปู้ - มันล้มลงทันทีเลย. อันนี้หลวงพ่อก็คิดอย่างนั้นว่า **อ้อ! นี่ - เราต้องทำลายกามาสวะ - ภวาสวะ - อวิชชาสวะ** เมื่อเราทำลายอันนี้ได้แล้ว **ไม่ยากเลย**, เราจะเห็น - จะรู้ - จะเข้าใจ, มันเป็นเอง. **“ความเป็นเอง”** นั้นมันมีอยู่แล้วในคนทุกคน แม้ว่าเราจะยังไม่พบยังไม่เห็นยังไม่เป็นยังไม่มีในขณะนี้ก็ตาม แต่จวนจะหมดลมหายใจนี้ต้องแน่นอน. จึงว่า - **ควรศึกษาและควรปฏิบัติเอาไว้** ให้มันมีกับเนื้อกับตัวเราไว้. ถ้าเรามีไว้แล้ว จะเอาไปใช้เมื่อใด เวลาใด มันก็ได้, หากเราไม่มี เราไปคิดค้นเอาเองอย่างนั้น มันไม่ได้. เปรียบก็ว่า เหมือนของที่มี

อยู่ในตัวเรา เราต้องเอามาใช้ได้อย่างสบาย, ส่วนของที่ไม่มีในตัวเรา เราจะไปหาเอาไปใช้มันก็ลำบากเดือดร้อน. ดังนั้น จึงได้ย้ำว่า การประพฤติปฏิบัติธรรมนั้นต้องทำเอง.

๓. ของจริงแท้

เมื่อทำลายสิ่งเหล่านี้แล้ว มันก็มารวมกันเลย. เมื่อมารวมกันแล้ว : **อุปมาที่เหมือนกับว่า มีข้าราชการอยู่ ๓-๔ คน พอดีระฆังเลิกงาน - แก๊ง - ก็วางดินสอพร้อมกัน เมื่อทุกคนวางหมดแล้วงานก็หมดเลย**, ถ้าหากมีคนหนึ่งบอกว่างานผมยังไม่เสร็จ แล้วก็เขียนอยู่นั้น ก็แสดงว่างานยังไม่เสร็จ ; นั้นแสดงว่า คนๆ นั้นยังทำงานไม่ถูกต้อง. ถ้าเอาเรื่องนี้มาเทียบกับอารมณ์ปฏิบัติจริงๆ แล้ว ก็เหมือนอย่างนี้ว่า : คน ; ถึงจะมีสามสี่คนนี้ก็ตาม, พอดีระฆัง - แก๊ง - ดินสอปากกา นี่ มันจะหลุดจากมือพร้อมกันทันทีเลย มันจะวางพร้อมกันทันทีเลย ; เมื่อดินสอปากกาหลุดมือไปแล้ว น้ำหมึกก็ไม่มี - กระดาษก็ไม่มี - ตัวหนังสือก็ไม่มี ; เมื่อตัวหนังสือไม่มี ก็อ่านไม่ได้เลย. ที่พูดนี้เป็นเรื่องเปรียบเทียบคร่าวๆ, ส่วนความจริงนั้นมันเป็นอารมณ์ไป เรียกว่า **อาการเกิด - ดับ**.^๑

คำว่า “อาการเกิด - ดับ” นี้ ที่แรกเราอาจเข้าใจว่า พลิกมือขึ้น - คว่ำมือลงเป็นเกิด - เป็นดับ ; อันนี้เป็นอาการเกิด - ดับของสมมติ

^๑ ความเป็นพระแท้ครั้งที่สี่

^๑ เรียกตามอารมณ์ของวิปัสสนา แบบนี้ ก็ว่า ปัญจฌาน.

ไม่ใช่เป็นอาการเกิด - ดับในปรมาตม์ชั้นสูง. จึงว่า - มันมีเปลือก มี กระพี้ มีแก่นมีแกน, มันต้องไปตามลำดับของมัน. ต่อจากนั้นเราก็ไป เข้าใจว่า กะพริบตา เป็นเกิด - เป็นดับ, เหลียวซ้าย - แลขวา เป็นเกิด - เป็นดับ, จิตใจมันนึกมันคิด เป็นเกิด - เป็นดับ ; มันจะเข้าใจเป็น ลำดับมาอย่างนี้. แต่เหล่านี้ก็ยังไม่ใช่เป็นการเข้าใจอาการเกิด - ดับ อันนั้น, ซึ่งเป็นอาการเกิด - ดับอันที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเอาไว้ว่า คนเกิดมาร้อยวันพันปีก็ตาม ถ้าหากยังไม่รู้ไม่เห็นอาการเกิด - ดับ อันนั้น การเกิดของผู้นั้นหรือชีวิตของผู้นั้นเป็นหมัน หรือบวชเป็น พระสงฆ์องค์เจ้าก็เช่นกัน ถึงจะบวชมาร้อยพรรษาแต่ไม่รู้ว่าการเกิด - ดับอันนั้น การบวชของบุคคลผู้นั้นก็เป็นโมฆะ.

ดังนั้น พวกเราที่มาปฏิบัติธรรมนี้ ต้องตั้งใจ, เวลาหมดไปๆ. วันนี้เป็นครั้งสุดท้ายของพรรษาแล้ว ก็จะแนะแนววิธีปฏิบัติให้ พวกเราเอาไปใช้ได้ เพราะหลังออกพรรษาแล้วก็จะได้แยกย้ายกันไปทำงานการตามหน้าที่ของเรา. หากเราไม่รู้จริงแล้ว เมื่อมีคนนั้น คนนี้พูดขึ้นมาให้เราฟังเราก็จะงง ไปเชื่อคนนั้นคนนี้เพราะฟังตัวเอง ไม่ได้ เดียวก็จะไปวิ่งหาตำรา เปรียบเทียบว่าคนนั้นพูดอย่างนั้นดี คนนี้พูดอย่างนั้นดี, ดิอยู่แต่คนอื่น ส่วนตัวเราไม่มีดี. คนอื่นดีกับ เราดี อันไหนจะดี? คนอื่นดี ก็คนอื่นดี, เราดี มันก็ต้องดีกับเรา ซึ่งต้องดีกว่าคนอื่นดีสิ. สมมติเรามีเงินกับคนอื่นมีเงิน อันไหนจะดี? ถ้าคนอื่นมีเงินแต่เราไม่มีเงิน เราต้องการเงินเราก็ต้องไปยืมเขา, เนอะ! ถ้าเรามีเงินก็ไม่ต้องไปยืมใครเลย และจะให้คนอื่นเราก็ให้ได้ทันที

เลย. ความรู้อันนี้ก็เช่นเดียวกัน มันไม่ได้ขึ้นอยู่กับตำรับตำรา มัน ไม่ได้ขึ้นอยู่กับทฤษฎีการนึกคิด แต่ขึ้นอยู่กับกรกระทำ, ให้มันเป็นเอง ให้ ตัวมันเองปรากฏขึ้นมาเอง.

อาการเกิด - ดับอันนี้ ไม่เหมือนกับอาการเกิด - ดับอย่างที่ หลายคนเคยได้ยินมาว่า ตาเห็นเป็นเกิดเป็นดับ ใจนึกคิดเป็นอาการ เกิด - ดับ, อันนั้นก็จริง แต่มันไม่ใช่อาการเกิด - ดับ อย่างหลวงพ่อบุญถึงนี้. **อาการเกิด - ดับตัวนี้ มันเป็นครั้งสุดท้าย.**

เมื่อคนได้รู้สภาพภาวะอาการเกิด - ดับอันนี้ มันเหมือนกับที่ ผมเคยพูดเปรียบเทียบกับให้ฟังว่า - เชือกในล่อน : เราผูกกับเสา สองต้นไว้ให้ตึง ตัดตรงกลาง มันจะกระดอนกลับไปสู่เสาทั้งสอง ทันทีเลย. เมื่อดึงมาหากันอีกมันไม่ถึง ; เรียกว่า มันเกิด - แล้วดับไป ดับสูญไป. **“ดับสูญ”** ไม่ใช่ว่าไม่มีอะไรเลย, แต่หมายความว่า สิ่งนั้น จะไม่มี - นี่แหละ คือ อาการเกิด - ดับ.

เขาก็เลยยกเอามาไว้ในเรื่องของอายตนะว่า : ตาเห็นรูป ก็ อย่าให้เห็นเป็นรูปสวยไม่สวยงามไม่งาม ; หูฟังเสียง ก็อย่าให้ได้ยิน เป็นเสียงเพราะ ; ฯลฯ, อย่างนี้มันยังเป็นคำพูด แต่ยังมีเชื้ออยู่. ถ้า ยังมีเชื้ออยู่อย่างนี้ ถึงพูดไปได้แต่ตัวคนที่พูดนั้นยังไม่รู้จริง เพราะ มันเป็นยางเหนียวอยู่. **ถ้าเราตัดขาดสิ่งนั้นแล้ว - มันเป็นเอง, ความ เป็นเองนั้นมันมาขาดเอาเองของมัน.** ถึงเราจะยังไม่เป็นเดี๋ยวนี้ แต่ จวนจะหมดลมหายใจนี้ ต้องประสบเรื่องนี้แน่นอน, ทุกคน, ยกเว้น ไม่ได้.

จึงว่า - รีบทำ. ให้รีบทำให้อยู่ในกำมือของเรา, ถ้าเราไม่ทำเองแล้ว ให้คนอื่นเขาทำแทน - มันก็ไม่ได้, คนอื่นทำ คนอื่นก็รู้. ที่หลวงพ่อบุติให้ฟังนี้ ก็ไม่ใช่ว่าหลวงพ่อกจะไปทำแทน มีแต่เพียงแนะนำว่า **ให้มีความรู้สึกตัว, ถ้ามีความรู้สึกตัวมากเข้าๆ ความไม่รู้มันจะจางไปๆ เมื่อหมดแล้วก็เรียกว่ามัน - ดับไม่เหลือ.**

ที่เราสวดมนต์ทำวัตรเช้าวัตรเย็นว่า จิตเราหลุดพ้นแล้วจากสิ่งทั้งปวง ไม่มีอะไรจะมาปรุงแต่งได้อีกต่อไป, อันนั้นเป็นเพียงคำพูด เราเอามาสวดกันก็สวดได้ แต่เราเห็นไหม? เห็นจิตใจเราหลุดพ้นไปจริงไหม? ไม่มีอะไรปรุงแต่งได้จริงไหม? เป็นจิตลักษณะไหน? - เราจะไม่รู้. อันที่ไม่รู้ก็คือยังเป็นเพียงคำพูด, จึงว่า - คำพูดนั้นดีแล้ว แต่ว่าคำพูดถึงจะร้อยคำพันคำหมื่นคำหรือแสนคำ ก็สู้การกระทำให้เราเป็นครั้งเดียวไม่ได้. ถ้าเราเป็น - เราเห็น - เรามีแล้ว เราพูดก็ได้, เราไม่พูดก็ได้; มันจำเป็นต้องเป็นอย่างนั้น. จึงว่า - ธรรมะเท่านั้นเหมือนกันกับพระพุทธเจ้า, สาวกทุกคนต้องรู้เหมือนกัน มีความไม่ทุกข์เท่ากัน ; ถ้าหากรู้จริงนะ. แต่ถ้าไม่รู้จริง ก็จะไปคาดคิดเอาว่าพระพุทธเจ้าต้องมีความสุขมาก พระสาวกต้องมีความสุขน้อย, พระพุทธเจ้าต้องมีความรู้มาก พระสาวกรู้น้อย - อันนั้นก็จริงทางทฤษฎีวิชาการ เพราะพระองค์เรียนมาจากการพูดการสอนของพระองค์จึงมาก ท่านพูดอะไรจึงมีมาก ; แต่ **“ความจริง”** แล้วมีเป้าหมายจุดเดียว กล่าวคือ **“จุด”** ที่ทำให้มันหมดนี้เอง ให้มันขาดออกจากกันนี้เอง.

ทำอย่างนี้ ทำไมจึงไปเป็นอย่างนั้น? จึงว่า - **เป็นสิ่งที่น่าอัศจรรย์ที่สุด.** คำว่าอัศจรรย์นี้ ก็คือว่า ไม่เคยรู้ - ไม่เคยเห็น - ไม่เคยเป็น - ไม่เคยมี, นึกว่า ทำอย่างนี้มันจะไม่เป็นไปอย่างนั้น, แต่เมื่อทำไปอย่างนี้ ทำไมมันไปเป็นอย่างนั้นได้ มันเกี่ยวโยงกันอย่างไร? จึงว่า - **นี่, อ้อ! - สำคัญ, น่าอัศจรรย์ :** ทำความรู้สึกตัว - ตื่นตัว ทำความรู้สึกใจ - ตื่นใจ เนี่ยะ! มันเป็นสิ่งที่ “จิต”^๑, หรือว่า อัศจรรย์, หรือจะว่าอย่างไหน ซึ่งไม่สามารถที่จะพูดได้ หมดคำพูด. **แต่เมื่อทุกคนได้ประสบแล้ว จะพูดเอาเองว่า โอ! นี่ - จริง.**

อย่างที่พระพุทธเจ้าตัดผมครั้งเดียวก็อันนี้แหละ, ตัดเชือกไถล่อนครั้งเดียว ขาดเลย, นั้นพระพุทธเจ้า ซึ่งเราก็ต้องทำได้เช่นเดียวกัน. **ตัดผม** ก็ไม่ได้หมายถึงผมบนศีรษะนะ, มันจะเข้าสู่สภาพของมัน : รูปนี้ - จะเข้าสู่สภาพของมัน ; ใจ - ก็จะเข้าสู่สภาพของมัน, เมื่อมันเข้าสู่สภาพของมันแล้วก็แสดงว่า มันไม่ต้องออกมารับมาสู่อะไร. มันต้องเตรียมตัวมาอยู่อย่างนั้น, นี่ - อันนี้ ; ที่หลวงพ่อบุติให้ฟังว่า **“อาการเกิด - ดับ”** ซึ่งไม่เปลี่ยนแปลงไม่แปรผัน.

^๑“จิต” เป็นภาษาถิ่นภาคอีสาน มีความหมายเป็นการแสดงความรู้สึกที่สวดจะออกมาเป็นคำพูดได้ ถ้าสิ่งที่เกิดขึ้นปรากฏขึ้นอย่างคาดไม่ถึงว่าจะมีจะเป็น, หรือจะกล่าวว่าแปลกประหลาดน่าพิศวงมากก็ได้ แต่ความหมายจริงลึกซึ้งกว่า, อาจเทียบโดยอนุโลมไปก่อนว่า “มหัศจรรย์”. ถ้ามองในเงื่อนไขเวลาประกอบ ก็เรียกว่า **ปรากฏฉับพลันทันใด** ไฉยกว่าอะไรที่ชั่ววูบที่สุดในโลก.



...ความเป็นจริงอันนี้เปลี่ยนแปลงไม่ได้
ไม่ว่าจะเป็นยุคใดสมัยใดก็ตาม ;
ถ้าเป็นคนจริงเสียอย่างเดียวกันเท่านั้น
ปฏิบัติต้องรู้...

คนจริง รู้ ข อง จ ริ ง

นิมนต์ตั้งใจฟังครับ. วันนี้เป็นวันปวารณา ก็เรียกว่าเป็นครั้งสุดท้ายแล้ว.

วันนี้ เป็นวันศุกร์ที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๒๙. ที่เราจำพรรษา (ที่วัดสนามใน) มาเป็นระยะเวลา ๙๐ วัน หรือว่า ๓ เดือน เราก็อยู่กันมาด้วยธรรมะด้วยวินัย พุศฺกับธรรมะพุศฺกับวินัยเป็นประจำ ทั้งเช้ากลางวันเย็น.

ตอนที่พระพุทธเจ้าจะดับขันธปรินิพพานนั้น พระองค์ก็ฝากธรรมะไว้กับพระสงฆ์ทุกรูป ไม่ให้ผู้ใดมีกรรมสิทธิ์เป็นการเฉพาะ. พระองค์ตรัสคำว่า ศาสนาจะเจริญหรือเสื่อมไปก็เพราะพุทธบริษัท ทั้งสี่ กล่าวคือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ; หากเรามองลึกๆ ภิกษุณี ที่ว่าไม่มีนั้นก็ยังมียู่ คือ เพศหญิงนี้เอง จะเป็นแม่ขาว แม่ดำก็ได้ ภิกษุก็หมายถึงเพศชาย จะเป็นพระเป็นเณรเป็นโยมก็ได้

- จึงอาจกล่าวได้ว่าพุทธบริษัทสองก็ได้, ที่พระพุทธศาสนาจะเจริญก็เพราะภิกษุภิกษุณีประพฤติปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าอยู่ มรรคผลนิพพานก็จะไม่ว่างจากโลกนี้. คำที่ว่าประพฤติดี ปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้านั้น ก็คือรักการรักงานรักหน้าที่ ให้เป็นอยู่โดยชอบ. การเป็นอยู่โดยชอบก็หมายถึง การเป็นอยู่ด้วยความรู้สึกตัว - ตื่นตัว รู้สึกใจ - ตื่นใจ, อยู่ด้วยสติ - ปัญญา, อยู่ด้วยการเห็นแจ้ง, อยู่ด้วยความระมัดระวัง ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ทำให้ตนเองและผู้อื่นมีความสุข ; นั้นเรียกว่า พระอรหันต์ก็จะไม่ว่างจากโลกนี้ - พระพุทธเจ้าท่านตรัสเอาไว้.

ดังนั้น การประพฤติปฏิบัติธรรมนั้นคือทุกคนปฏิบัติตามหน้าที่.

(รักอะไรอย่างไร)

หน้าที่ของเรา เราต้องรัก. ถ้าไม่รัก การงานก็ไม่สำเร็จ ; ถ้าการงานไม่สำเร็จนั้นก็แสดงว่าเพราะเกลียดวินัย, เมื่อการงานไม่สำเร็จ ผลก็ไม่ปรากฏ ; เมื่อผลไม่ปรากฏก็เสียเวลาเสียการงานเสียความประพฤติปฏิบัติ ; พูดยให้แคบเข้ามา ก็คือ เสียความเป็นคน, พุดไม่จริง ทำไม่จริง, เมื่อเสียความเป็นคนแล้ว ก็เสียความเป็นมนุษย์ ; มนุษย์หมายถึงผู้หัดห้ามจิตใจได้ เมื่อจิตใจเหลวไหลเลอะเลือนไม่จริงจึงก็เป็นมนุษย์ไม่ได้, เมื่อเป็นมนุษย์ไม่ได้ก็เป็นเทวดาไม่ได้ ;

คือ ยังไม่มีความละเอียดต่อการทำ - การพูด - การคิด, เมื่อหมดความเป็นเทวดา ความเป็นอินทร์เป็นพรหมก็เกิดขึ้นไม่ได้ ; เพราะไม่มีเมตตาสงสาร ไม่มีการเอื้อเฟื้อดูแลตัวเองและเพื่อนของเรา, เมื่อความเป็นพระอินทร์พระพรหมหมดไปแล้ว ความเป็นพระอริยบุคคลก็เกิดขึ้นไม่ได้, เมื่อหมดความเป็นพระอริยบุคคลแล้ว ; จึงว่า - “**สัจจะ**” ของจริงของแท้ไม่เปลี่ยนแปลงไม่แปรผัน คงที่ถาวร เราก็มิมีโอกาสไม่มีเวลาที่จะพบเห็น ไม่มีโอกาสที่จะพบแสงสว่างหรืออมตธรรม ซึ่งเป็นธรรมอันยิ่ง เป็นธรรมอันลึกซึ้งที่เหนือไปยิ่งกว่าความเป็นมนุษย์ ความเป็นเทวดา และความเป็นอินทร์เป็นพรหม. นั่นแหละ จึงว่า - พระพุทธเจ้าเป็นครูสอนเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย, ที่เราสวดกัน. จึงว่า - ธรรมะของพระพุทธเจ้าเป็นสิ่งลึกลับ จะคาดคิดเอาไม่ได้ จะแปลให้ถูกศัพท์ถูกแสงไม่ได้, ต้องทำเอง รู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง ; เป็นเอง.

ความเป็นเองได้นั้น คือต้องทำให้ถูกจังหวะ, ไม่ใช่พูดได้ แสดงว่าตนรู้ธรรมะ ; มันไม่ใช่อย่างนั้น. ธรรมะยังไม่ปรากฏนั้นแสดงว่าเรายังไม่รู้ธรรมะ, ความจริงธรรมะก็มีอยู่แล้ว เพียงแต่ว่ายังไม่ปรากฏ หรือจะกล่าวว่าสิ่งที่สำคัญหรือสิ่งที่อัศจรรย์นั้นยังไม่แสดงออกมา. อย่างที่เคยพูดเอาไว้ว่า เมล็ดข้าวทุกเมล็ดถ้าเป็นข้าวอ้วนข้าวเต็ม เมื่อเอาไปเพาะแล้ว มันต้องงอกทุกเมล็ด, ถ้าเป็นข้าวผอมก็นานหน่อย, ถ้าเป็นข้าวลีบข้าวไม่มีเนื้อใน ก็จะไม่มีโอกาสไม่มีเวลาที่จะงอกออกมาเลย. การปฏิบัติธรรมะก็เช่นเดียวกัน, ถ้าเราไม่รัก

ไม่คิดถึง ไม่เอาใจใส่ ไม่เอื้อเฟื้อ ก็แสดงว่าเราละเลยต่อหน้าที่, ธรรมะ จึงไม่ปรากฏสำหรับบุคคลผู้เช่นนั้น ; นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า.

ลูกศิษย์แต่ละคนของพระพุทธเจ้ามีความชำนาญไม่เหมือนกัน เราคงเคยได้ยินว่าพระองค์สรรเสริญยกย่องลูกศิษย์ของท่านว่า องค์นั้นเลิศอย่างนั้นส่วนองค์นั้นเลิศอย่างนั้น, เราก็ไปเข้าใจอยู่เพียง ที่ได้ยินมา, **ตัวเราเองเลิศแล้วหรือยัง?** เหมือนมีคนหนึ่งเป็นเศรษฐี พวกเราก็อยากเป็นเศรษฐี แต่เราเอาแต่ไปยกย่องว่าเศรษฐีคนนั้นดี มีเงินมาก เพื่อนฝูงมาก ใจเอื้อเฟื้อ, แล้วตัวเรามีเงินเหมือนเขาแล้ว หรือยัง มีความเอื้อเฟื้อเพื่อนฝูงแล้วหรือยัง? หากเรายังเป็นอย่างนี้ อยู่ ก็แสดงว่า เรา-minded ไปยกย่องแต่คนอื่น ส่วนตัวเองยังหลงตน ลืมตัว ยังไม่สำนึกตัวเอง. **ถ้าเราสำนึกตัวเองอยู่เสมอก็แสดงว่า เรา รักพระพุทธเจ้า เรารักพระธรรม เรารักพระสงฆ์.** รักพระพุทธเจ้าในประเทศอินเดียนั้น ท่านกนิพพานไปแล้ว, รักพระธรรมคำสั่งสอนของท่านนั้น ก็อยู่ในประเทศอินเดียหรือว่าอยู่ในประเทศไทย, รักพระสงฆ์ที่เป็นลูกชาวบ้านนั้น บวชแล้วก็สึกไป - สึกแล้วก็บวชมา.

การรักพระพุทธเจ้า ก็คือ รักการกระทำของพระพุทธเจ้า, การรักพระธรรม คือ รักการกระทำของตัวเรา, การรักพระสงฆ์ คือ เรา ต้องประพฤติปฏิบัติตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ท่านได้สั่งสอน เอาไว้แล้วนั้น, ที่ว่า : **ธรรมะคำสั่งสอนของเราตถาคตนั้น มอบไว้ ให้แก่พุทธบริษัท,** ซึ่งก็คือพวกเราเอง, **ให้ประพฤติปฏิบัติชอบ**

แล้วมรรคผลนิพพานก็จะไม่ว่างจากโลกนี้. มรรคผลนิพพานนั้น ก็ ไม่ได้หมายถึงการตายแล้ว, คือ ความไม่ทุกข์ ความไม่เดือดร้อน อยู่ที่ไหนก็ระมัดระวังตัวได้ ไม่สับสน ไม่วุ่นวาย ไม่คลุกคลี แม้ อยู่ในหมู่คณะจำนวนมากก็สบาย, แต่ว่าเมื่อเห็น - รู้ - ฟัง คนใด ทำผิดพูดผิดต้องว่ากล่าวตักเตือน เรียกว่า **“หน้าที่ของคน”.**

คนต้องทำหน้าที่ของคน. เมื่อเขาทำผิด เราเห็นแล้วเฉย อันนั้น ไม่ถูกต้อง, ถือว่าไม่รักตัวไม่รักคณะ ไม่รักพรรคพวก. ถ้าเราเห็น คนทำผิดต้องรีบตักเตือนแนะนำให้แก้ไข, อย่างที่เราปวารณาแก่กัน เมื่อกี้ที่ว่า สังฆัมภันเต ปวเรมิ ฯ คือมีการปวารณาแก่กันและกัน ไว้ว่า **เมื่อมีใครทำผิดก็ช่วยบอกกล่าวแก้ไข ใครทำถูกต้องก็ยกย่อง.** คนใดทำผิดแล้วแก้ไขทันทีที่พระพุทธเจ้าท่านก็สรรเสริญ, ถ้าทำผิดแล้ว **ไม่ยอมแก้ไข พระพุทธเจ้าท่านตำหนิ** ท่านว่าเป็นคนอกตัญญู - ไม่ เข้าใจ - ไม่เอื้อเฟื้อต่อคำสอนของพระพุทธเจ้า. เมื่อทุกคนทำการ ทำงานตามหน้าที่, เมื่อเราทำผิด พรรคพวกตักเตือนเรา, เราก็สงบได้ เราก็อยู่โดยชอบได้.

คำว่า **“อยู่โดยชอบ”** ก็คือ **ไม่เดือดร้อนทั้งตัวเองและผู้อื่น,** รับผิดชอบ ; คำพูดมันเป็นเพียงลมปากเท่านั้นเอง, ส่วนเนื้อในใจความจริง นั้น **อยู่ด้วยการเห็นแจ้ง,** เมื่อเป็นดังนี้ พระอรหันต์ก็จะไม่ว่างจาก โลกนี้ เพราะยับยั้งสั่งใจได้. ถ้ายับยั้งสั่งใจไม่ได้ก็แสดงว่า **เรายังเป็น ปุถุชน.** ปุถุชน คือ ผู้หนาแน่นอยู่ด้วยความไม่รู้ ; ผู้หนาแน่นอยู่ด้วย

อวิชา ; ผู้หนาแน่นอยู่ด้วยความมืด ; ผู้หนาแน่นอยู่ด้วยความหลง, เมื่อเต็มไปด้วยความมืดความไม่รู้ ความหลงเช่นนี้แล้ว เราจะเดินไปที่ไหนจึงจะถูกต้อง - หากไม่ได้ผู้ที่มีหุติตาดีมีแข่งขาดีพาเดิน.

(กุญแจใจ - กุญแจธรรม)

หลักกาลามสูตร ๑๐ ข้อ ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ นั้น เราควรสำเหนียกเอาไว้เสมอแล้วก็ต้องเอาไปปฏิบัติ, ถ้าเราเรียนพระไตรปิฎกจบแล้วรู้ธรรมะได้ เราไม่ต้องลงมือปฏิบัติก็ได้.

การปฏิบัติเป็นหัวใจ หรือเป็นลูกกุญแจดอกเอก. ที่พูดอย่างนี้ เพราะเปรียบเหมือนมันถูกปิดใส่กุญแจไว้ ถ้าไม่ใช่ลูกกุญแจของมันเอง แม้สอดเข้าไปแล้วมันก็ไขไม่ได้. อาจแย้งว่า สมัยนี้เขาเอาเหล็กงอๆ ไปงัดไปไขมันก็ออกได้, นั่นมันเป็นเรื่องของ “สมมติ” มันไม่ใช่เรื่อง “ของจริง” ที่พูดนี้. เรื่องนี้, ถ้าเป็นลูกของมันจริงเมื่อสอดเข้าไป, แล้วบิด, มันไขทันที. ดังนั้น คำสอนของพระพุทธเจ้าจึงเอาไปใช้ได้ทุกกาลเวลา. ทำไมจึงว่าเอาไปใช้ได้ทุกขณะกาลเวลา? ก็ไม่เดือดร้อน, ทุกขณะจิตนึกคิด - เห็นตัวเรา, เป็นคนไม่หลงตนไม่ลืมตัว ; เรียกว่า คนเห็นธรรม - รู้ธรรม - เข้าใจธรรม - อยู่ด้วยธรรม - เบิกบานด้วยธรรม.

เห็นธรรม : ไม่ใช่เข้าไปเห็นสีแสงผิวดา ; อันนั้นท่านเรียกว่า “นิมิต”, แต่ก็ไม่ใช่ นิมิตเรื่องที่ผมพูดนี้. นิมิตอันนั้นมันเป็นมายาของจิตใจ ; จิตใจมันหลอกลวงเฉพาะคนผู้ที่ไม่รู้, ส่วนคนผู้รู้แล้ว จิตใจชนิดนั้นจะหลอกลวงไม่ได้. **เห็นธรรม ก็คือ เห็นตัวเราเอง : ตัวเรา คือธรรมะชั้นเปลือก, ตัวคำพูดของเรา เป็นวินัย, ตัวจิตใจนึกคิด คือตัวอภิธรรม.** จึงว่า - สามปิฎกนี้ ศึกษาไปแล้วก็เห็นแจ้ง รู้จริงได้ไม่พลาดผิด. พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสรับรองอยู่แล้ว ธรรมะนั้นมีอยู่ก่อนแล้ว เพียงแต่ยังไม่มีคนค้นพบเท่านั้นเอง : **เราผู้เป็นตถาคตไปถึงแล้วแห่งนั้น แล้วจึงนำมาสอนพวกเธอทั้งหลาย ให้พวกเธอทั้งหลายจงประพฤติปฏิบัติตามอย่างเราตถาคตนี้ ก็จะรู้จะเห็นจะเป็นจะมีอย่างเราตถาคตนี้, นี้ - ท่านสอน.** จึงว่า - ไม่ใช่พูดต้องประพฤติปฏิบัติ. ต้องประพฤติปฏิบัติเหมือนกันกับพระพุทธเจ้า จึงจะเรียกว่ารักการรักงานรักพระพุทธเจ้า, จึงว่า - รักพระพุทธเจ้า ก็คือ รักการกระทำของพระพุทธเจ้า. ถ้าเราไม่รักการไม่รักงานไม่รักหน้าที่ของเราแล้ว เราละเลยไปแล้ว พระพุทธเจ้าก็จะยังไม่ปรากฏ - มันเป็นอย่างนั้น, เราจึงไม่เห็นพระองค์. อย่างพระองค์ตรัสว่า แม้จะจับชายฉกรรจ์อยู่ก็ไม่เห็นเรา. **พระพุทธเจ้า ก็คือ ความเห็นแจ้ง, หรือว่า สะอาด - สว่าง - สงบ, ฯลฯ ;** เรื่องของคำพูดมันดันได้อย่างนี้. คำว่าเห็นแจ้งนั้นเห็นอะไร? คำว่าสะอาดหมายถึงอะไร? คำว่าสว่าง หมายถึงอะไร? คำว่าสงบหมายถึงอะไร? - เรื่องของคำพูดนี้เราเดินได้, สะอาดก็หมายถึงไม่สกปรก, สว่างก็หมายถึงการเห็นแจ้ง, สงบก็

หมายถึงการไม่เดือดร้อน ; เราพูดได้. แต่บางทีที่เราพูดได้นี้ เราอาจไม่เป็นอย่างนั้นก็ได้. จึงว่า - ต้องปฏิบัติ, ต้องมีการกระทำเหมือนกันกับพระพุทธเจ้านั้น. เราก็คเคยได้ยินกันมาว่า ในสมัยที่พระพุทธเจ้ายังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ยังไม่ตรัสรู้ธรรม พระองค์ก็ไปจำเรียนหลายครูหลายอาจารย์ รวมทั้งไปอดข้าวอดน้ำก็ยังไม่รู้ธรรม, อันนั้นไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้า มันเป็นคำสอนของลัทธิอื่น เป็นเรื่องของพวกฤๅษี เป็นเรื่องตีกด้าบรพ. ต่อเมื่อพระองค์ได้มาบำเพ็ญทางจิต ได้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงแล้วนี้ พระองค์จึงประกาศว่า เราได้รู้แล้ว - เห็นแล้ว - เข้าใจแล้ว จึงเอามาสอนพวกเราหรือว่าสอนคนในอินเดีย. การสอนนั้นท่านก็สอนของจริงเท่านั้น. ของจริงคือตัวธรรมะนั้น มันเดินไม่ได้, จะรู้ล่วงหน้าไม่ได้, คาดคิดเอาไม่ได้, ดันเดาเอาไม่ได้ ; ให้ตัวมันเป็นเองแล้วก็จะร้อง อ้อ! หมายถึง สิ่งนี้ - สิ่งนี้ - สิ่งนี้ ที่ท่านพูดอย่างนั้น - อย่างนั้น - อย่างนั้น. จึงว่า - การปฏิบัติเป็นหัวใจ หรือเป็นลูกกุญแจดอกเอก.

(ไตรปิฎก)

ที่นำมาเล่าสู่ฟังนี้ เพราะเป็นวาระครั้งสุดท้ายที่เราจำพรรษาอยู่ด้วยกัน. พระมี ๒๖ รูป ญาติโยมก็หลายคนที่มาปฏิบัติธรรมะ. ถ้าว่ามาปฏิบัตินี้ได้อันใด? นี่พูดอย่างบ้านผม, ถ้าคนกรุงเทพฯ ก็ว่า - ได้อะไร? จึงว่าภาษาเป็นสมมติ มันเดินได้. ส่วนเรื่อง กำมือ -

แบ่มือนี้ : เอ้า! ลองดู ลองทำดูทุกคนนะ. ทุกคนทำได้ : นี่ - กำมือ, นี่ - แบ่มือ, กำมือเป็นอย่างนี้ แบ่มือเป็นอย่างนี้, ทุกคนรู้อยู่แล้วเรื่องกำมือแบ่มือ. แต่ว่าความสัมผัสอันนี้ ที่ “ทำ - รู้” นี่, อันนี้มันเดินไม่ได้. โอ! อย่างนี้เรียกว่ากำมือ แล้วก็มีสัมผัสเกิดขึ้นอย่างนี้, นิ้วมือเหยียดไปอย่างนี้เขาเรียกว่าแบ่มือ ความสัมผัสมันเป็นอย่างนี้ ; เราทำเองเราจะรู้ได้เอง มันไม่ใช่พูดเอวว่า - รู้. การรู้ธรรมะก็เช่นเดียวกันนี้, **รู้ที่แรกก็รู้เรื่องตัวเองกำลังทำ - กำลังพูด - กำลังคิด ; อันนี้แหละ พระไตรปิฎก** - นี่พูดกันอย่างสั้นๆ.

ผมพูดอย่างนี้มันขัดกับภาษาของท่านที่เรียนมา หรือขัดกับภาษาที่มีอยู่ในตัวหนังสือ, แต่ถ้าคนใดเข้าใจแล้ว คงไม่ขัด ; จึงว่า - ระดับสติปัญญาของคนไม่เหมือนกัน.

พระไตรปิฎกนั้น พระสูตรต้นตปิฎก สองหมื่นหนึ่งพันพระธรรมชั้น ; พระวินัยปิฎกสองหมื่นหนึ่งพันพระธรรมชั้น ; พระอภิธรรมปิฎก สี่หมื่นสองพันพระธรรมชั้น, รวมเป็นแปดหมื่นสี่พันพระธรรมชั้น. บางคนที่รวมลงมาเป็นมรรคแปด บางคนที่ว่าเป็นอย่างอื่น, แล้วแต่ใครจะตีความตีปัญหาไปอย่างไร. การตีปัญหาขบคิดนั้นดีแล้ว ถ้าใช้สติปัญญาพิจารณาแล้วเห็นแจ้งและมีการรับรองคำพูดของตัวเองได้.

แต่เมื่อผมมาพิจารณาด้วยตัวเอง, เห็นว่า : **พระสูตรคือร่างกายเราเอง ; คือรูป ; มันเป็นตัวเป็นตน, พระวินัยคือคำพูดของเราเอง**

; ถ้าพูดผิด มันผิด, **พระอภิธรรมคือใจนั่นเอง** ; สั่งให้ปากพูดอย่างนั้น สั่งให้กายทำอย่างนั้น, ทั้งสามปิฎกรวมได้ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้น. ถ้าใจไม่สั่งแล้วกายทำไม่ได้ ถ้าใจไม่สั่งแล้วมีคำพูดไม่ได้, จึงว่า - **ใจเป็นสิ่งสำคัญ, จึงว่า - รักษาที่ใจ.**

(อริยสัจสี่)

ความจริงแล้ว ใจ - ไม่ต้องรักษา, เพียงแต่ให้เราออกหน้า “ใจ - คิด” ได้. ออกหน้า “ใจ - คิด” ได้ หมายถึงอะไร? คือ เราต้องรู้ว่า “ใจ” - “คิด”, เราต้องรู้ - ต้องเห็น - ต้องเป็น - ต้องมี. ถ้าเราเพียงแต่ “รู้” ว่าใจคิด มันก็เลย - เลยเข้าไปในความคิด, เมื่อมันเข้าไปในความคิดสภาวะนั้นท่านเรียกว่า “ทุกข์”

ท่านสอนว่า : ทุกข์ - ต้องกำหนดรู้ ; สมุทัย - ต้องละ ; มรรค - ต้องเจริญ ; นิโรธ - ต้องทำให้แจ้ง.

วิธีการก็คือ :

ทุกข์ - ต้องกำหนดรู้, คือ พอดีมันคิด - ปึบ เราก็มาทำความรู้สึกตัว ; คือพระสูตร ; ได้แก่มากำมือหรือเหยียดมือ หรือยกมือไปยกมือมา หรือแม้แต่ยกมือไหว้อะไรก็ตาม - นี่คือพระสูตร ; นี่คือทุกข์ที่ต้องกำหนดรู้.

สมุทัย - ต้องละ, แต่ตัวคิดนั้นเป็นตัวสมุทัย ตัวคิดละตรงๆ ไม่ได้. วิธีการก็คือ ต้องถอนออกจากตัวนั้น มาอยู่กับความรู้สึก อันนี้, มันก็ละตัวนั้นได้.*

มรรค - ต้องเจริญ, มัก^๒ ก็ต้องทำบ่อยๆ ดูบ่อยๆ ทำบ่อยๆ มันก็เจริญขึ้นๆ - สิ่งที่มีมันเป็นอย่างนี้ มันจะเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างอื่นไม่ได้.

นิโรธ - ทำให้แจ้ง, เมื่อสิ่งนี้ ได้ทำจนถึงที่สุดของมันแล้ว มันจะแสดงตัวมันเอง, ไม่ต้องไปถามใครที่ไหน, จะมีในตำราก็ได้ ไม่มีในตำราก็ได้ เพราะมันมีอยู่แล้วในคนทุกคน มีพร้อมอยู่แล้วที่จะให้เราพบได้เห็นได้.

* สมุทัย คือ ความคิด. วิธีการละความคิด ก็คือ ถอนตัว “รู้” ออกมาจากตัว “ความคิด” ให้มา “รู้” อยู่กับ “ความรู้สึกตัว” (ที่ท่านเรียกตอนต้นว่าพระสูตรนั้น) ที่เราทำขึ้น, ซึ่งผลมันก็คือ มันเลยไม่ไป “รู้” อยู่ที่ตัว “ความคิด” ซึ่งก็คือ ละความคิดมา, หรือว่า ละสมุทัยนั่นเอง.

^๒ มัก เป็นภาษาถิ่นอีสาน, แปลว่า ชอบ พอใจรักใคร่, ในที่นี้ก็หมายถึงรักการรักงานของเรา กล่าวคือ การปฏิบัติธรรม เพื่อให้พ้นไปจากความทุกข์. อาจแปลว่า เมื่อเราปรารถนาที่จะพ้นจากความทุกข์ เราก็ต้องทำความรู้สึกตัว - ตื่นตัว รู้สึกใจ - ตื่นใจบ่อยๆ จนติดต่อกันเป็นลูกโซ่ หรือทุกอิริยาบถการเคลื่อนไหวนั่นเอง.

(สันติวิถีโก - อากิลโก - ปัจจัยตั้ง)

จึงว่า - คำสอนของพระพุทธเจ้าไม่จำกัดเรื่องเชื้อชาติ เรื่องตระกูล เรื่องวรรณะ ฯลฯ ใครปฏิบัติรู้ทั้งนั้น ไม่จำกัดกาล. คำสอนของพระพุทธเจ้าจึงเป็นสากล ไม่เป็นของผู้ใดโดยเฉพาะ จะสงวนสิทธิ์ก็ไม่ได้. คนไทยถือศาสนาพุทธปฏิบัติ - ก็รู้, คนไทยถือศาสนาคริสต์ปฏิบัติ - ก็รู้, หรือคนฝรั่งเศสถือศาสนาคริสต์ปฏิบัติ - ก็รู้ ; เพียงแต่ให้รู้เรื่องการทำจังหวั ให้รู้วิธีการ ให้รู้แนวการกระทำ และพูดกันให้รู้เรื่องรู้ภาษากัน. ถ้าพูดภาษากันไม่รู้เรื่องก็ต้องสอนกันในระดับใจ, เพราะไม่รู้ภาษากันก็ต้องทำให้ดู อยู่ให้เห็น. **ทำให้ดู** คือทำอย่างนี้ : (หลวงพ่อสถิตวิธีปฏิบัติ)-- นั่งให้เขาดู ลูกอย่างนั้น นั่งอย่างนี้ นอนอย่างนั้น นั่งพับเพียบนั่งอย่างนั้น นั่งขัดสมาธิ นั่งอย่างนั้น. **อยู่ให้เห็น** - ก็อยู่ด้วยทำด้วย ไปไหน - มาไหนเขาก็เห็น ได้ด้วยตา ถึงจะไม่รู้ภาษาพูดกันก็ทำตามกันได้. ถ้าพูดภาษารู้กันได้ ก็ต้องให้เข้าใจในคำพูดนั้น.

ถ้าเราไม่เข้าใจในคำพูดนั้น เราจะปฏิบัติผิด, ผลออกมาก็คือเราได้รับทุกข์, เมื่อทุกข์ปรากฏออกมา เราก็เดือดร้อนล้นสนุ่นวาย, เมื่อเราเดือดร้อน สิ่งคนนั้นแม้จะเป็นในครอบครัวเล็กๆ ของเราก็ได้รับทุกข์ตามทันที ; พ่อแม่เป็นทุกข์ ลูกซึ่งอยู่ในครอบครัวก็ต้องทุกข์ไปด้วย ; ถ้าพ่อแม่ไม่มีทุกข์ ลูกก็ไม่ทุกข์ ; ถ้าลูกไม่ทุกข์ พ่อแม่ก็ไม่มีทุกข์.

ความไม่ทุกข์นั้น ท่านเรียกว่า สงบ. ความสงบนั้นคือไม่ทุกข์ ไม่เดือดร้อน, พูดแล้วรู้กัน. เป็นหน้าที่ของพวกเราทุกคน คนทุกคนต้องกระทำอย่างนั้น - ท่านว่าอย่างนั้น.

ที่ผมพูดให้ฟังนี้ก็เป็นภาษาพื้นบ้าน ภาษาถิ่น ถึงผมจะเป็นคนไทยแต่ก็เกิดจังหวัดเลยติดกับลาว ผมไม่เคยเข้าโรงเรียนไม่เคยเรียนหนังสือ จึงพูดภาษาภาคกลางไม่เป็น ที่เป็นอยู่ข้างนี้ก็มาฝึกเอาตอนหลัง พูดไม่ค่อยถูก พูดไม่ไพเราะ, ส่วนการให้ทานรักษาศีลการทำความดีนั้น ผมได้ทำมาพอสมควรรู้มาพอสมควร, แต่เมื่อมาปฏิบัติอย่างนี้ รู้อย่างนี้ ; **ความจริงอันนี้เปลี่ยนแปลงไม่ได้ไม่ว่าจะเป็นยุคใดสมัยใดก็ตาม ; ถ้าเป็นคนจริงเสียอย่างเดียวเท่านั้นปฏิบัติต้องรู้.** ผมได้ประสบเรื่องนี้มา จึงกล่าวยืนยันรับรองคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ว่า เราคนหนึ่ง จะยอมเสียสละทรัพย์สมบัติ จะยอมเสียสละอวัยวะ จะยอมเสียสละชีวิต เพื่อแลกเอาคำสอนของพระพุทธเจ้าให้มั่นคงถาวรต่อไปเพื่ออนุชนรุ่นหลัง.

ธรรมะนี้ไม่เลือกกาลเวลา และจะปฏิบัติอยู่ที่ไหนก็ได้ ถ้าหากเรารู้วิธีการกระทำจริงๆ. วิธีการของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่วิธีการบวงสรวง อ้อนวอน ซึ่งเป็นเรื่องที่มีมาก่อนพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องของลัทธิอื่น. แม้ว่าการกระทำอย่างนั้นเขาก็มีเจตนาเพื่อรู้ธรรมะ แต่เมื่อทำไปอย่างนั้นมันก็เลยไม่รู้ เพราะมันไม่ใช่วิธีที่จะรู้ได้. ไม่เพียงแต่การบวงสรวงอ้อนวอนเท่านั้นนะที่มีวิธีของพระพุทธเจ้า แม้การอดข้าว

อดน้ำการย่างไฟฟูซาไฟ นอนเลี่ยนนอนหนาม ทรมานตนต่างๆ ฯลฯ ก็มีใช้คำสอนของพระพุทธเจ้าด้วยเช่นกัน.

ธรรมะแท้ๆ นั้น คือตัวเรานี่เอง, ให้เรารู้จัก. ธรรมะคือตัวเรากำลังทำ - กำลังพูด - กำลังคิด. ให้เราเห็นอันนี้ เรียกว่า เห็นธรรม. ทำอะไรให้เราเห็น ; ทำอะไรให้เรารู้ ; พูดอะไรให้เรารู้ ; คิดอะไรให้เรารู้. เมื่อเรารู้จุดนี้ มันจะค่อยเดินไปเองจนถึงที่สุดของทุกขได้, ทุกคนต้องเป็นอย่างนั้น ผู้หญิงก็ต้องเป็นอย่างนั้น ผู้ชายก็ต้องเป็นอย่างนั้น.

(ทิพย์อะไร - อย่างไร)

ที่แรกมันจะรู้เรื่องตัวเอง. เมื่อรู้ตัวเอง ก็เลิกโหว่ผี โหว่เทวดา สิ่งที่ผิดเลิกได้, เมื่อเลิกได้ก็มีกายทิพย์ เพราะตาทิพย์เห็น, เมื่อตาทิพย์เห็น กายทิพย์ก็ต้องปรากฏ, เมื่อกายทิพย์ปรากฏ หูทิพย์ก็ฟังได้ ; ตาทิพย์ - หูทิพย์ - กายทิพย์ อันนี้ ก็ไม่ใช่เป็นอย่างที่เราคาดคิดเอาไว้. ผมอยากดื้ออยากเก่งอยากมีคาถาบังหุบงตาหายตัวได้ เคยเป็นอย่างนั้นเพราะนึกว่าดี, นึกว่าพระพุทธเจ้าคงหายตัวได้ - เข้าใจอย่างนั้น, นึกว่าพระพุทธเจ้าเหาะได้ - เข้าใจอย่างนั้น. นั่นมันเป็นเรื่องของความคิดของคนที่ยังไม่รู้. หากเรามาพิจารณาดูจะเข้าใจ เช่น คราวที่พระพุทธเจ้าป่วยหนักก่อนจะปรินิพพาน เดินมากับพระอานนท์ หิวน้ำนอนรออยู่ก็ให้พระอานนท์ไปเอาน้ำที่แม่น้ำมาให้, ถ้าเหาะได้ก็ต้องเหาะไปเองไม่ต้องบอกพระอานนท์ไป. หรืออย่างคราว

ที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ใหม่ๆ ไปพบกับอุपाสิวกะระหว่างทางที่จะไปหาปัญจวัคคีย์ อุปาสิกเองก็กำลังแสวงหาพระพุทธเจ้า ต้องการธรรมะจากพระพุทธเจ้า เมื่อพบกันอุปาสิวกก็ถามพระพุทธเจ้าว่า เธออยู่สำนักไหน เป็นลูกศิษย์ของใคร ครูบาอาจารย์ของเธอสอนธรรมะเรื่องอะไร ดูเธอน่าเลื่อมใส่น่าเคารพฯ พระพุทธเจ้าก็บอกไปตามตรงว่า เราไม่ได้อยู่สำนักไหนไม่ได้เป็นลูกศิษย์ของใคร เราตรัสรู้เองโดยชอบ เรารู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง. พราหมณ์คนนั้นก็ไม่ใช่ใจ แม้พบกับพระพุทธเจ้าและตัวพระองค์จริงๆ พูดให้ฟังและก็เพิ่งเข้ามาออกมาใหม่ๆ ทำไมพระพุทธเจ้าจึงไม่แสดงอิทธิปาฏิหาริย์ให้พราหมณ์คนนั้นได้รู้. เรื่องเช่นนี้ ถ้าคนมีปัญญาฟังแล้วเข้าใจ ถ้าคนไม่มีปัญญาก็นึกเอาเองว่าอย่างนั้นอย่างนี้ ซึ่งเป็นเรื่องความคิดของคนผู้ยังเป็นปุถุชน.

(สาวกพุทธะ)

ดังนั้น พวกเราที่มาบวชที่นี่ เป็นนักศึกษาก็มี เป็นตำรวจก็มี เป็นทหารก็มี เป็นครูเป็นอาจารย์ก็มี เป็นนักเรียนอยู่ก็มีอยู่หลายคน และญาติโยมเองก็เช่นเดียวกัน หลายคนเคยเป็นหนุ่ม เป็นพ่อบ้าน แม่เรือนก็มี เคยเป็นอะไรต่ออะไรมาแล้วก็มาก ประสบมาาก, สิ่งที่เราต้องรู้เอง คนอื่นจะรู้แทนเราไม่ได้. เรื่องของการกระทำนั้น สิ่งที่เป็นขึ้นมาเราก็จะรู้เอง คนอื่นจะรู้กับเราไม่ได้. พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า เรารู้เอง - เห็นเอง - เข้าใจเอง. ส่วนเรา, ก็อย่างที่เคยพูดเอาไว้ว่า

เราต้องรู้ตาม - เห็นตาม - ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า, เราเป็นสาวกของพระพุทธเจ้า เรียกว่า **สาวกพุทธะ** หรือ **พุทธสาวก**, คือ **ผู้รู้ตาม - เห็นตาม - เข้าใจตาม, ซึ่งต้องมีศีลและทวิญญูเสมอกันกับพระพุทธเจ้า**. พระสาวกทุกคนต้องเห็นว่า สิ่งนี้เป็นของจริง. สมมติเอานะ, แต่ว่าก็จริงโดยสมมติ, คน - เกิดมาแล้วต้องตาย ; ผู้หญิงก็ต้องตาย ผู้ชายก็ต้องตาย พระสงฆ์องค์เจ้าก็ต้องตาย, จึงว่า - ความจริงเปลี่ยนแปลงไม่ได้. แต่คนเรากลับตายไม่กลับเกิด พระพุทธเจ้าจึงสอนให้เราทุกคนกลับเกิดไม่ต้องกลัวตาย, ดับเหตุทางต้น ไม่ใช่ดับทางปลาย : หรือพูดว่าดับต้นเหตุไม่ใช่ดับปลายเหตุ. นี่ - มันเป็นอย่างนั้น.

ดังนั้น การทำทุกสิ่งทุกอย่างต้องทำจริงและต้องพูดจริงด้วย. ทำไม่จริงพูดไม่จริงจะได้ของจริงไหม? ไม่ได้. ก็ทำไม่จริงเสียแล้วนี่ของจริงจะมีได้อย่างไร.

เราทุกคนสามารถที่จะทำให้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงได้ เมื่อเรารู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงแล้ว ถ้าเรารักพระพุทธเจ้าจริงๆ ก็ต้องยอมเสียสละชีวิตได้เพื่อรักษาความจริงเอาไว้. จึงว่า - ไม่เปลี่ยนแปลงไม่แปรผัน, เปลี่ยนแปลงไม่ได้เพราะเรารักพระพุทธเจ้า เรารักพระธรรมเรารักพระสงฆ์, ก็เราเอาพระพุทธเจ้าเอาพระธรรมเอาพระสงฆ์มาไว้ที่ตัวเรา ; แต่ไม่ได้เอามาดอก, คือ **พระพุทธเจ้าก็อยู่ที่ตัวเรา พระธรรมก็อยู่ที่ตัวเรา พระสงฆ์ก็อยู่ที่ตัวเรา**, จึงว่า - ความเป็นพระอรหันต์คุณนั้น สามารถที่จะทำให้ทุกคนเป็นได้. ไม่ใช่

จะไปเรียนเอาจากพระไตรปิฎก รู้แล้วพูดได้, อย่างนั้นไม่ใช่รู้เช่นนั้น - ยังไม่ได้ทำ.

(พูดหรือทำดี)

เราก็เคยได้ยินเรื่องพระโปติละไปไหว้พระพุทธเจ้า พอไปกราบพระองค์ก็ทักว่ามาแล้วหรือคัมภีร์เปล่า พอจะกลับพระองค์ก็ทักว่าจะกลับแล้วหรือใบลานเปล่า เปล่าทั้งไปทั้งมา ทั้งๆ ที่ท่านก็มีลูกศิษย์ลูกหามากมาย ที่เป็นพระอรหันต์ก็มีมาก แต่ตัวท่านยังเป็นเพียงปุถุชน แม้ว่าจะรู้มากมายกว้างขวางแต่ก็ยังถูกพระพุทธเจ้าเรียกว่าคัมภีร์เปล่าใบลานเปล่า ในที่สุดท่านต้องลดละทวิญญูมานะไปศึกษาวิธีปฏิบัติจากเถรซึ่งก็เป็นลูกศิษย์ของท่านนั่นเอง ลงมือทำจริงๆ จึงได้รู้ขึ้นมา. นั่นก็แสดงว่า การเรียนเอามาพูดได้นั้นไม่ใช่เรื่องไม่ใช่วิธีจะทำให้รู้. **เราทุกคนจึงควรสำเหนียกเอาไว้ว่า การกระทำมันดี.** การพูดร้อยคำพันคำหมิ่นคำหรือแสนคำ ผู้การกระทำความรู้สึกเพียงครึ่งเดียวไม่ได้. ความรู้สึกนี้แหละ มันสามารถที่จะไปไล่ความไม่รู้ออกไปได้. ความไม่รู้มันท่านเรียกว่า อวิชชา, หรือไม่รู้แจ้ง ; อันนี้ก็ยังคงเป็นคำพูด และที่ผมพูดมานี้ก็เป็นเพียงคำพูดเท่านั้น.

ตัวจริงนั้น เพียงแต่เรากำมือ - รู้สึก ; เหยียดมือ - รู้สึก ; เอียงซ้าย - รู้สึก ; เอียงขวา - รู้สึก ; ก้ม - รู้สึก ; เงย - รู้สึก ; ตาเหลียวซ้าย - รู้สึก ; ตาเหลียวขวา - รู้สึก ; จิตใจนึกคิด - รู้สึก, ให้มันรู้สึก, **เอาเพียง**

“รู้สึก” เท่านั้นเอง. “รู้สึก” ไปเท่าใดๆ ความ “ไม่รู้” นั้นก็จะหมดไปๆ. เปรียบเหมือนกับเราซักเสื้อผ้าที่สกปรก เราใส่ผงซักฟอกลงไป แล้วผงซักฟอกนั้นมันจะค่อยๆกัดค่อยๆทำลายเอาสิ่งสกปรกนั้นออกไปจากเนื้อผ้า เมื่อเราแช่และขยี้ผ้า นั้น ความสกปรกนั้นมันก็จะค่อยๆไหลออกไปเองของมัน, ความไม่รู้ก็จะค่อยๆจางไป - จางไป - จางไป เหมือนกันนั้น.

(ของจริง)

พระพุทธเจ้าท่านสั่งสอน ก็เอาความจริงมาเล่าสู่ฟัง. เรื่องของจริงนั้น, ที่ผมเคยได้ยินครูบาอาจารย์สอนเอาไว้ว่า พระองค์ตรัสว่า : คนเกิดมาร้อยปี ถ้าหากไม่รู้สภาพหรือภาวะอาการเกิด - ดับ ชีวิตของบุคคลนั้นไม่มีค่าเลย ; บุคคลเกิดมาเพียงวันเดียว รู้สภาพหรือภาวะอาการเกิดดับนั้น ชีวิตคนนั้นดีกว่ามีประโยชน์กว่ามีค่ากว่า บุคคลที่เกิดมาร้อยปี, หรือบวชมาตั้งแต่ตัวเล็กจนได้ถึงร้อยพรรษา ถ้าหากยังไม่รู้สภาพหรือภาวะอาการเกิด - ดับนั้น การบวชหรืออาณิสต์การบวชของบุคคลผู้นั้นก็ไม่มีประโยชน์เลย ; มันเป็นโมฆะ - ท่านว่า, ส่วนบุคคลที่บวชเพียงวันเดียว เข้าใจ - รู้ - เห็นแจ้ง สภาพหรือภาวะอาการเกิด - ดับนั้น ดีกว่ามีประโยชน์กว่าบุคคลที่บวชมาร้อยพรรษาฯ ท่านว่าอย่างนั้น.

อาการเกิด - ดับนี้สำคัญ, เราอย่าไปจับให้มันผิด ถ้าจับไปผิดแล้ว เอาไปปฏิบัติก็ผิดทันทีเลย.

ผมเอง, ที่แรกก็รู้ว่า พลิกมือขึ้น - คว่ำมือลง เป็นเกิดเป็นดับ ; เหลียวซ้าย - แลขวา เป็นเกิดเป็นดับ ; หายใจเข้า - หายใจออก เป็นเกิดเป็นดับ, จิตใจนึกคิด เป็นเกิดเป็นดับ, ที่แรกผมเข้าใจมาตามลำดับอย่างนั้น ; โอ! นี่ - สภาพหรือภาวะอาการเกิด - ดับ เป็นอย่างนี้, เคยเข้าใจไปอย่างนั้น. พุทความจริงแล้ว อาการเกิด - ดับไม่ใช่อย่างนั้น, ฟังให้ดี - จำให้ได้ - แล้วไปปฏิบัติให้เป็นอย่างนั้น, ทุกคนต้องเป็นอย่างนั้น - หลีกไม่ได้ - หนีไม่ได้ อาการเกิด - ดับนี้ครับ. ผมเคยพูดเอาไว้ว่า คนทุกคนต้องตาย, จวนจะหมดลมหายใจนี้แหละ ทุกคนต้องประสบเรื่องนี้แน่นอนที่สุด, จึงว่า **สัจจะ**, แปลว่า **ของจริง**.

หากว่าเราไม่รู้, เราก็เลยไม่รู้. เหมือนกับคนตกต้นไม้หรือกระโดดจากบ้าน, ถ้าหากคนไม่เคยกระโดดแล้วมันจะเอาหัวลงคอหักตายเลย, ถ้าหากเป็นคนเคยกระโดด เขากะโดดลงไปแล้วเดินได้สบาย ; เป็นอย่างนั้น. จึงว่า - การกระทำเรื่องอาการเกิด - ดับนี้สำคัญ.

ผมเคยเปรียบเอาไว้, เพราะความจริงมันมีอย่างนี้, เอาเชือกไถล่อนผูกไว้กับเสาสองต้นให้ตึง พอตัดตรงกลางเชือกมันจะติดตัวกลับมาที่เสาเลย. อันนั้นเรียกว่า สภาพภาวะของกายสภาพภาวะของรูป มันจะเข้าสู่สภาพของมันเลย, สภาพภาวะของจิตมันก็จะเข้าสู่สภาพภาวะของจิต ; “เกิด”, แล้วก็ “ดับ” ไป - เท่านั้นเอง. อันนี้, ทุกคนต้องประสบ, หนีไม่ได้. อันนี้, เป็นของจริง.

จึงว่า - อย่าให้เสียความเป็นคน ; อย่าให้เสียความเป็นมนุษย์ ; อย่าให้เสียความเป็นเทวดา ; อย่าให้เสียความเป็นอินทร์เป็นพรหม ; อย่าให้เสียความเป็นพระอริยบุคคล, เราต้องทำความเป็นคน ให้มันเป็นคนขึ้นมาได้อย่างสมบูรณ์ ; เราต้องทำหน้าที่ของมนุษย์ ให้มันเป็นมนุษย์ขึ้นมาได้อย่างสมบูรณ์ ; ให้เราทำความเป็นเทวดา ให้มันเป็นเทวดาขึ้นมาได้อย่างสมบูรณ์ ; ให้เราทำความเป็นอินทร์เป็นพรหม ให้มันเป็นอินทร์เป็นพรหมขึ้นมาได้อย่างสมบูรณ์ ; และให้เราทำความเป็นพระอริยเจ้าขึ้นมาให้ได้อย่างสมบูรณ์.

อย่างที่พูดนี้ว่า : ตาลำหรับดู หูลำหรับฟัง ปากลำหรับพูด ฯลฯ, เราต้องพิจารณา. หรืออย่างเช่น ดอกไม้สองดอกก็หมายถึง การทำดีพูดดี, รูปสามดอกก็หมายถึงการทำดี - พูดดี - คิดดี, เทียนสองเล่มก็หมายถึงตาหูของเราต้องดูให้เป็นฟังให้เป็น ถ้าดูไม่เป็น ฟังไม่เป็นมันก็ได้เพียงวัตถุอันนั้น ; แต่มันไม่ได้ปัญญา. ถ้าเราฟังเป็นแล้ว เราจะได้ปัญญา. ท่านจึงบอกเราว่า **คนจะล่วงทุกข์ได้ก็ด้วยปัญญา**, ไม่ใช่ล่วงทุกข์ได้ด้วยการคิดเอา. การคิดเอานั้นดีแล้ว, หาเงิน - เรียนหนังสือ - เขียนหนังสือเป็น นั่นคิดเอา. แต่ว่า **“ความเป็น”** นั้น มันไม่เป็นอย่างนั้น, รับรองได้เลยว่ามันไม่เป็นอย่างนั้นจริงๆ.

(เปิดเผยแล้วเผยแผ่)

จึงว่า - วันนี้เราก็ได้ปวารณาพรหมกันแล้ว ก็เป็นการได้พูดให้ฟังเป็นครั้งสุดท้าย จึงอยากฝากเพื่อนพระภิกษุสงฆ์และญาติโยมผู้ที่มาอยู่ร่วมกัน ณ ที่นี้ ถึงเรื่องแนววิถีปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ว่า **“ทุกคนทำได้”**. **เมื่อเราทำได้ - รู้แล้ว ก็ต้องเอาไปเผยแผ่ให้กว้างขวาง**, ให้คนที่ยังไม่เคยได้ฟัง - ได้ฟัง, คนที่ยังไม่เคยได้ยิน - ได้ยิน ; คนที่ยังไม่เคยได้รู้ - ได้รู้.

เราก็เคยได้ยินว่า เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้เป็นพระอรหันต์แล้ว พระองค์ก็ไปสอนปัญจวัคคีย์ทั้งห้า, เมื่อปัญจวัคคีย์ทั้งห้าองค์นั้นได้เห็น - รู้ - เข้าใจเหมือนกันกับพระพุทธเจ้าแล้ว แก้ปัญหาตัวเองแก้ทุกข์ตัวเองได้ พระองค์ก็แนะนำให้แยกย้ายกันไปเผยแผ่คนละทาง เพราะมีน้อยคน. ดังนั้น พวกเราในจำนวน ๒๖ คนนี้ : ถ้าหากเราทุกคนมั่นใจว่า เรามี - เราเป็น - เราเห็น - เรารู้ - เราเข้าใจแนบแน่นกับสิ่งเหล่านั้น ; เราก็เอาไปเผยแผ่ไปพูดให้คนฟัง, รับประกันได้ว่าคำสอนของพระพุทธเจ้าจะมั่นคง ไม่หวั่นไหว ไม่เปลี่ยนแปลง เพราะเรารู้จริงแล้ว. ท่านฝากเอาไว้แก่พวกเรา.

แต่ว่าพวกเรานั้น : บางคนก็เข้าใจมาก, บางคนก็เข้าใจน้อย ; มันเป็นเรื่องธรรมดา. แต่สอนตามอุดมการณ์ของเราที่เรารู้, อย่าไปสอนนอกเหนือไปจากอุดมการณ์ของเราที่เรายังไม่รู้. ถ้าเราไปสอนสิ่งที่เรายังไม่รู้ แล้วเขาถามมาเราก็ไปแก้ปัญหามาเขาไม่ได้, เพราะเราไม่รู้แน่. สิ่งที่เรารู้ เขาถามมาเราแก้ได้, จะถูกใจของคนนั้นหรือไม่ถูกใจของคนนั้น มันเป็นเรื่องของ “คน” ซึ่งเป็นธรรมดา.

(ระวัง! มีดสองคม)

ดังนั้น ที่ได้ให้ข้อคิดเป็นเครื่องเตือนจิตสกิดใจเป็นครั้งสุดท้ายนี้ ก็คิดว่าอยากให้พวกเราได้อ่านไปใช้ให้ถูกต้องตามหน้าที่. ผู้เป็นครูก็ต้องนำไปสอนหนังสือ ก็ต้องพูดธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าให้นักเรียนฟัง ; ผู้เป็นตำรวจปราบปรามผู้ร้าย ก็ต้องเอาธรรมะไปพูดให้ฟัง ; คนที่เป็นทหารปราบปรามข้าศึก ก็ต้องเอาธรรมะไปพูดให้เขาฟัง ; ฯลฯ, เขาจะได้ชมธรรมะ, คำสอนของพระพุทธเจ้าก็จะเจริญก้าวหน้า. ถ้าหากทุกคนเข้าใจธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ผมว่าความทุกข์ความสับสนวุ่นวายจะเกิดขึ้นน้อย, อย่างที่เรามีความทุกข์มีความเห็นไม่ตรงกัน ก็เพราะเราไม่รู้ไม่ตรงกันนั่นเอง. เราก็เคยสวดกันแล้วว่า ผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า มีศีลและทิวาหรือความเห็นเสมอกัน, นี่ถ้าหากทิวา ความเห็นยังไม่เสมอกัน ก็แสดงว่าเห็นคนละมุมกัน ไม่ตรงกัน.

จึงว่า - ขอให้เข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงๆ, ถ้าไม่เข้าใจจริงๆ แล้ว มันจะเป็นมีดสองคม, ถอดออกมามันจะบาดมือเราด้วยบาดมือคนอื่นด้วย ; ถ้าเรารู้จักวิธีแล้ว มีดสองคมใช้ได้ดี, คมนี้ก็คม คมนั้นก็คม - นี่! ท่านสอนอย่างนั้น.

(เหม็น - หอม)

จึงว่า - เรื่องทุกอย่างนั้น คือ ให้รู้จักตัวเรา, จะไปอะไรกับคนอื่นนั้นมันยุ่ง, หากตัวเราดีแล้วมันจะหอมเข้ามา มันจะตามมาเอง เหมือนกับแมลงผึ้งตอมเกสรดอกไม้มันนั่นแหละ มีดอกไม้ไม่อยู่ที่ไหนแมลงผึ้งมันจะรู้เองเพราะเป็นถิ่นที่มันจะไปเอง. แต่แมลงวัน มีของเหม็นที่ไหนมันจะรู้เองเพราะมันเป็นภาษาของมัน แมลงวันมันชอบของเหม็น - เป็นอย่างนั้น. จึงว่า - คนทำชั่วไม่ยอมเปลี่ยนแปลงก็เปรียบเหมือนกับแมลงวัน, ส่วนแมลงผึ้งมันชอบเกสรดอกไม้ เปรียบก็เหมือนคนดีมันต้องแสวงหาคนดี หาของดี เพราะมันหอมมันมีรสชาติอันดี. ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงสอนว่า ปุถุชนคนธรรมดาตนเองเป็นพระพุทธเจ้าได้เพราะเขาเปลี่ยนแปลงแก้ไขตัวของเขาได้. แต่ถ้าคนใดยังไม่เปลี่ยนแปลงยังไม่แก้ไข ก็เป็นเหมือนไส้เดือน มันก็กินดินไปเพราะมันกลัวดินหมด แล้วก็ชื้อออกมาเป็นดินตามเดิม. ดังนั้น ที่พวกเราได้ตั้งอกตั้งใจปฏิบัติมาเป็นเวลา ๓ เดือนนี้ คงจะมีประโยชน์ไปบ้างไม่มากนักน้อย.

(ผี - เทวดา)

เรื่องสุดท้ายจะฝากฝังเรื่องผี - เทวดาให้ฟัง เพื่อว่าจะได้อ่านนี้ไปใช้กับชีวิตของเราจริงๆ. ให้เรารู้จักผีรู้จักเทวดาจริงๆ อย่าให้ผีเข้ามาในจิตใจของเรา, ให้เอาเทวดาเข้ามาในจิตใจของเรา ให้เอาพระอริยเจ้าเข้ามาไว้ในจิตใจของเรา อยู่ที่ไหนไม่มีความทุกข์ไม่มีความเดือดร้อน ; เราจึงพูดกับพระพุทธเจ้าได้ พูดกับธรรมะได้ พูดกับ

พระสงฆ์ได้. ต้องเห็นจิตเห็นใจเห็นวาระของจิตใจตัวเอง, การทำ - การพูด - การคิด ให้เรามองลงไปทุกสิ่งทุกอย่างทุกแง่มุม แม้แต่ การกินข้าว กินข้าวไปมันก็อึด. อันนี้, จึงว่า - การปฏิบัติธรรมะก็ เหมือนกันกับการกินข้าวนั้น, ให้ตัวมันเองปรากฏตัวมันเองขึ้นมา แสดงตัวมันเอง จะไม่ต้องไปถามใครที่ไหนเลย. จึงว่า - การกระทำ ของเรานั้น หากทำไปแล้วมันยังแก้ไขตัวเองไม่ได้ ก็แสดงว่าเรายัง ไม่รู้ธรรมะ.

(ไม่เกินสามปี)

ผมได้เคยอ่านหนังสือธรรมวิจารณ์ ซึ่งเป็นความรู้ขั้นธรรมชั้น เอก, ท่านว่า : ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานสี่ให้ถูกต้องและติดต่อกันเหมือน ลูกโซ่ อย่างนาน ๗ ปี อย่างกลาง ๗ เดือน อย่างเร็วที่สุด นับตั้งแต่ ๑-๗ วันหรือ ๑๕ วัน มีอานิสงส์ ๒ ประการ คือ หนึ่ง - เป็น พระอรหันต์ในปัจจุบันภพนี้ชาตินี้ หรือ สอง - ถ้าหากยังไม่ได้เป็น พระอรหันต์ ก็จะได้เป็นพระอนาคามีแน่นอนที่สุด.

แต่อันนี้ไม่ต้องพูดอย่างนั้น. เพียงขอให้ทุกคนทำความรู้สึกตัว - ตื่นตัว รู้สึกใจ - ตื่นใจ, การเคลื่อนไหวของรูปกายโดยวิธีใดก็ต้อง รู้ ; จึงว่า - ให้มีวิธีการมีจังหวะทำเพราะบุคคลไม่มีปัญญา. เอา! อันนี้, รับรองบอกว่า ไม่เกิน ๓ ปี ท่านจะรู้จะเข้าใจในความหมายนั้นๆ ได้ ; อย่างกลางให้เวลา ๑ ปี ; อย่างเร็วที่สุดให้เวลา ๑-๓๐ วัน, อานิสงส์

เรื่องพระอรหันต์นั้นไม่ต้องพูด ; เราจะไม่มีความทุกข์ อยู่โดยไม่มีทุกข์ อยู่กับโลกโดยไม่มีทุกข์ ; อยู่เหนือโลก. **อยู่เหนือโลก ก็คือ อยู่เหนือ ทุกข์นั่นเอง, ความทุกข์จึงติดตามไม่ได้.** ท่านกล่าวว่า : มีแต่ทุกข์เท่านั้น เกิดขึ้น - มีแต่ทุกข์เท่านั้นตั้งอยู่ - มีแต่ทุกข์เท่านั้นดับไป.

กาล ก็มีเพียงสามกาล คือ อดีต - อนาคต - ปัจจุบัน เท่านั้น. ถ้าเราไม่รู้อดีตแล้ว อนาคตเราจะรู้ได้อย่างไร, ถ้าเราไม่รู้ปัจจุบันเสีย แล้ว อดีตอนาคตเราก็ต้องไม่รู้ด้วยเช่นกัน. **เมื่อเรารู้เพียงปัจจุบัน เท่านั้นแหละ เราจะรู้อดีตได้ - รู้อนาคตได้,** พระพุทธเจ้าท่านจึงสอน แต่เรื่องปัจจุบัน. การสอนของพระพุทธเจ้าท่านสอนของจริง, แต่ เราไม่เข้าใจความหมาย เราก็เลยไปตีความหมาย คิดเอาเองว่ามัน ต้องเป็นอย่างนั้นต้องเป็นอย่างนี้, แต่อันนั้นมันเป็นการคาดคิดเอา ; มันยังไม่จริง.

ที่ผมได้ให้ข้อคิดเตือนจิตสะกิดใจในครั้งสุดท้ายนี้ ก็ได้ฝากฝัง ไว้หลายอย่าง. ขอให้ทุกคนจงเอาไปใช้กับชีวิตของเรา.

ท้ายที่สุดนี้, ผมและเพื่อนภิกษุและญาติโยมมานั่งฟังธรรมะ อยู่ ณ สถานที่นี้, ผมขออวยพรให้คุณของพระพุทธเจ้า และพระธรรม คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และคุณของพระ อรหันตสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มาเตือนจิตสะกิดใจของพวก เรา ให้พวกเราได้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงซึ่งชีวิตของเราที่ไม่เคย ว่าทุกข์ไม่เคยว่าสุขนั้น, ให้เราได้ประสบพบเห็นเอาในชีวิตนี้ หรือ ในกาลอันใกล้นี้ จงทุกๆ คนเทอญ.



ประวัติโดยสังเขป

หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก

หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก เดิมชื่อ พันธุ์ อินทนิล เกิดเมื่อวันที่ ๕ กันยายน พ.ศ.๒๔๕๔ ที่บ้านบุษม ต.บุษม อ.เชียงคาน จ.เลย บิดาชื่อ จิน มารดาชื่อ โสม บิดาของท่านเสียชีวิตตั้งแต่ท่านยังเด็ก ในสมัยนั้นหมู่บ้านบุษมยังไม่มีโรงเรียน ท่านจึงไม่ได้เรียนหนังสือ ในวัยเด็กท่านได้ช่วยมารดาทำไร่ทำนา เช่นเดียวกับเด็กอื่นๆ ในหมู่บ้าน

เมื่ออายุได้ ๑๐ กว่าปี ท่านได้บรรพชาเป็นสามเณรอยู่กับหลวงปู่ที่วัดในหมู่บ้าน ได้เรียนตัวหนังสือลาวและตัวหนังสือธรรม พออ่านออกและเขียนได้บ้าง และได้เริ่มฝึกกรรมฐานตั้งแต่นั้น ท่านได้ปฏิบัติหลายวิธี เช่น วิธีพุทโธ วิธีนั่งหนึ่ง สอง สาม... หลังจากบรรพชาเป็นสามเณรได้ ๑ ปี ๖ เดือน ก็ลาสิกขาบวชออกมาช่วยทางบ้านทำมาหากิน

เมื่ออายุได้ ๒๐ ปี ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุตามประเพณี ได้ศึกษาและทำสมาธิกับหลวงปู่อีกครั้งหนึ่ง หลังจากบวชได้ ๖ เดือน

ท่านได้ลาสิกขาบวชออกมา และแต่งงานมีครอบครัวเมื่ออายุ ๒๒ ปี มีบุตรชาย ๓ คน ท่านมักจะเป็นผู้นำของคนในหมู่บ้านในการทำบุญ จนเป็นที่นับถือและได้รับเลือกเป็นผู้ใหญ่บ้านถึง ๓ ครั้ง แม้จะมีภาระมาก ท่านก็ยังสนใจการทำสมาธิและได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอตลอดมา

ต่อมาท่านได้ย้ายไปอยู่ในตัวอำเภอเชียงคานเพื่อให้ลูกได้เรียนหนังสือ ท่านได้ประกอบอาชีพเป็นพ่อค้าเดินเรือค้าขายขึ้นล่องตามลำน้ำโขงระหว่างเชียงคาน-หนองคาย-เวียงจันทน์ บางครั้งไปถึงหลวงพระบาง ทำให้ท่านได้มีโอกาสพบปะกับพระอาจารย์กรรมฐานหลายรูป จึงเกิดความสนใจธรรมะมากขึ้น นอกจากนี้ ท่านยังเห็นว่าแม้จะทำความดี ทำบุญ และปฏิบัติกรรมฐานมาหลายวิธีตั้งแต่อายุน้อย แต่ท่านก็ยังไม่สามารถเอาชนะความโกรธได้ ท่านจึงอยากค้นคว้าหาทางออกจากสิ่งเหล่านี้

ปี พ.ศ.๒๕๐๐ เมื่ออายุได้ ๔๕ ปีเศษ ท่านได้ออกจากบ้านโดยตั้งใจแน่วแน่จะไม่กลับจนกว่าจะพบธรรมะที่แท้จริง ท่านได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดวังสิมุกดาราม ต.พันพร้าว อ.ท่าบ่อ จ.หนองคาย (ปัจจุบันคือ อ.ศรีเชียงใหม่) โดยทำกรรมฐานวิธีง่ายๆ คือ ทำการเคลื่อนไหว แต่ท่านไม่ได้ภาวนาคำว่า “ติง-นิง” (ติง แปลว่า ไหว) อย่างที่คนอื่นทำกัน ท่านเพียงทำความรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของร่างกายและจิตใจเท่านั้น ในช่วงเวลาเพียง ๒-๓ วัน ท่านก็สามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างเด็ดขาด โดยปราศจากพิธีรีตองหรือครูบาอาจารย์ ในเวลาเช้ามืดของวันขึ้น ๑๑ ค่ำ เดือน ๘ ซึ่งตรงกับวันจันทร์ที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๐๐

หลังจากนั้น ท่านได้กลับมาเผยแพร่ชี้แนะสิ่งที่ท่านได้ประสบมา แก่ภรรยาและญาติพี่น้องเป็นเวลา ๒ ปี ๘ เดือน โดยในขณะนั้น ท่านยังเป็นฆราวาสอยู่

วันที่ ๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๐๓ ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ อีกครั้งหนึ่ง เนื่องจากเห็นว่าถ้าหากบวชเป็นพระภิกษุแล้ว จะทำให้ การเผยแพร่ธรรมะสะดวกขึ้น

คำสอนของหลวงพ่อดีแพร่หลายออกไปทั้งในประเทศและ ต่างประเทศ ได้มีผู้ปฏิบัติตามเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ หลวงพ่อดี อุทิศชีวิตให้กับการสอนธรรมะอย่างไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อยหรือ สุขภาพของร่างกาย จนกระทั่งอาพาธเป็นมะเร็งที่กระเพาะอาหารเมื่อปี พ.ศ.๒๕๒๕ ถึงแม้ว่าสุขภาพของท่านจะทรุดโทรมลงมาก แต่ท่านก็ ยังคงทำงานของท่านต่อไปจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

หลวงพ่อดีละสังขารอย่างสงบ ณ ศาลามุงแฝกบนเกาะพุทธธรรม สำนักปฏิบัติธรรมทับมิ่งขวัญ ต.กุดป่อง อ.เมือง จ.เลย เมื่อวันที่ ๑๓ กันยายน พ.ศ.๒๕๓๑ เวลา ๑๘.๑๕ น. รวมอายุได้ ๗๗ ปี และได้ใช้เวลาอบรมสั่งสอนธรรมะแก่คนทั้งหลายเป็นเวลา ๓๑ ปี.

วิธีการเจริญสติในชีวิตประจำวัน

เมื่อเราขึ้นรถหรือลงเรือ และนั่งลงเรียบร้อยแล้ว เราพลิกมือขึ้น พลิกมือลง เราเคลื่อนไหวมือ เหยียดมือ หรือคลึงนิ้วมือ กะพริบตา หายใจ กลืนน้ำลาย และอื่นๆ ให้รู้สึกตัวถึงการเคลื่อนไหวเหล่านี้ มันเป็นวิธีที่เรียกความรู้สึกตัวให้กลับมาที่ตัวของเราเอง เมื่อความคิด เกิดขึ้นให้รู้ถึงความคิดนั้นและปล่อยวาง

วิธีการเจริญสติเมื่อเราอยู่ที่บ้าน

เราอาจจะนั่งพับเพียบ นั่งขัดสมาธิ นั่งบนเก้าอี้ หรือนั่ง เหยียดขา เราอาจจะยืนหรือนอนสร้างจังหวะได้เช่นเดียวกัน เมื่อเรา เดินจงกรม (เดินกลับไปกลับมาระยะประมาณ ๘-๑๒ ก้าว) เรา ต้องไม่แกว่งแขน เราอาจกอดอกหรือเอามือประสานไว้ข้างหน้า หรือประสานไว้ข้างหลังก็ได้ **วิธีปฏิบัติในที่นี้** มีดังนี้



๑. วางฝ่ามือทั้งสองไว้บนเข่าสองข้าง



๔. ลดมือขวามาไว้ที่สะดือ
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๕. พลิกมือซ้ายตะแคงขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๒. พลิกมือขวาตะแคงขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๓. ยกมือขวาขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๖. ยกมือซ้ายขึ้น
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๗. ลดมือซ้ายมาทับมือขวา
รู้สึกตัว แล้วหยุด



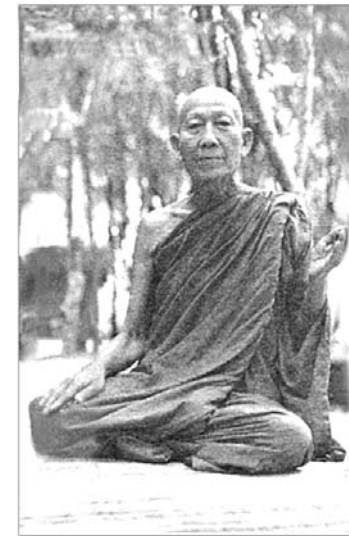
๘. เคลื่อนมือขวาขึ้นมาที่หน้าอก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๙. เคลื่อนมือขวาออก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๒. เคลื่อนมือซ้ายขึ้นมาที่หน้าอก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๓. เคลื่อนมือซ้ายออก
รู้สึกตัว แล้วหยุด



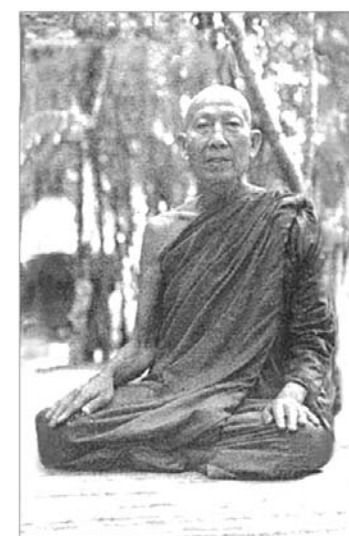
๑๐. ลดมือขวาลงไว้ที่หัวเข่า
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๑. คว่ำมือขวาลง
รู้สึกตัว แล้วหยุด

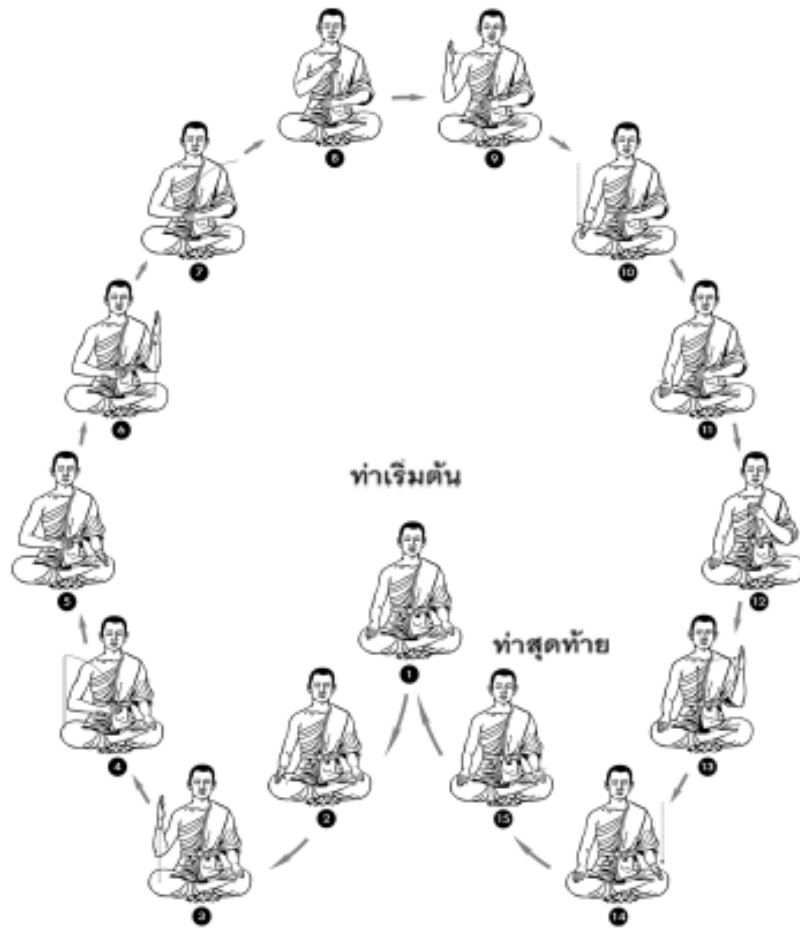


๑๔. ลดมือซ้ายลงที่หัวเข่า
รู้สึกตัว แล้วหยุด



๑๕. คว่ำมือซ้ายลง รู้สึกตัว แล้วหยุด
และทำการเคลื่อนไหวตั้งแต่เริ่มต้นมาอีก
ให้ต่อเนื่องกันไป

ลายมือของหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข
เรื่อง ลำดับแห่งการรู้แจ้ง



วิธีเจริญสติ
โดยการสร้างจังหวะในอริยาบถนั่ง

บทนำจากสังเขปธรรมะของหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข
เรื่อง ลำดับแห่งการรู้แจ้ง

- ๐ กุศลทางอกุศลทางอกุศลทางอกุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล

- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล

- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล

- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล
- ๐ กุศลทางอกุศล

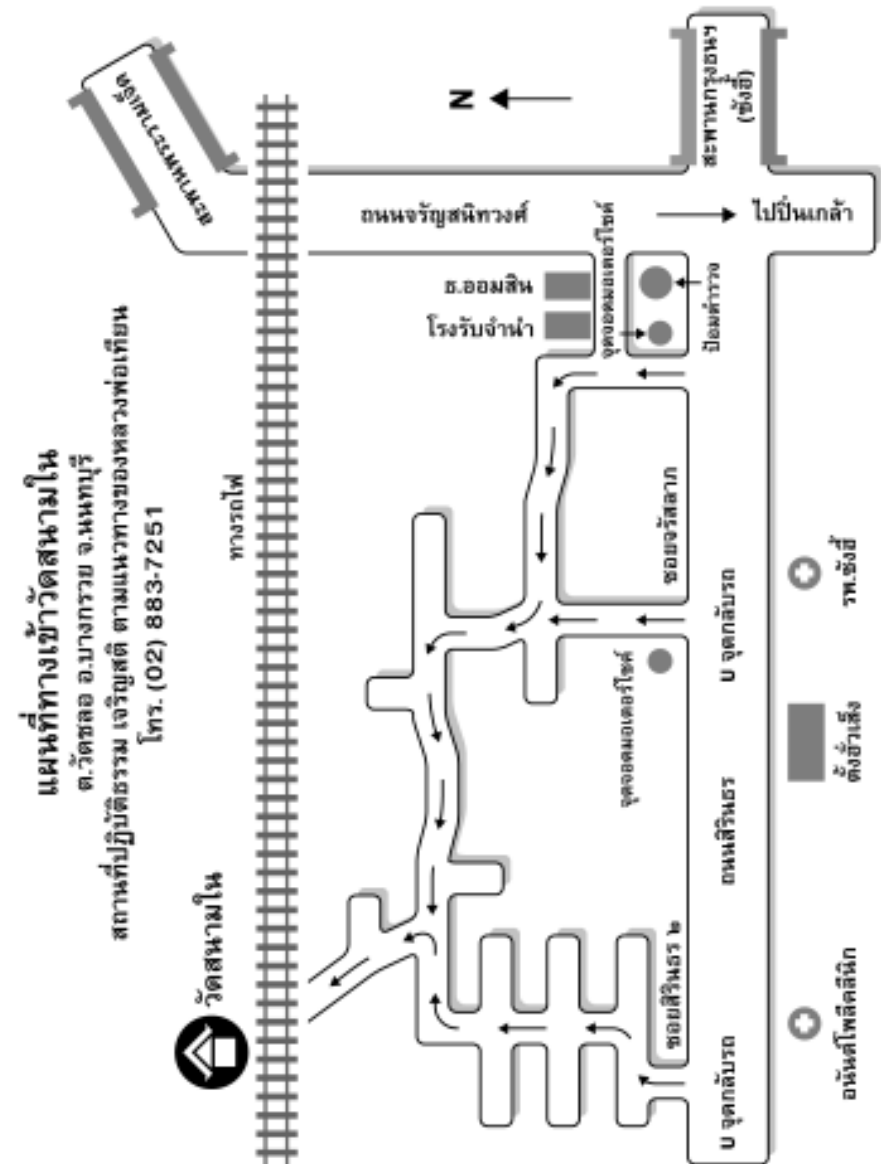
อรหันตผล รุณ ๒๕๐๖



วัดในสายงานของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ

หากท่านสนใจการเจริญสติโดยอาศัยเทคนิคของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ ท่านสามารถติดต่อขอทราบรายละเอียดจากวัดตามรายชื่อดังต่อไปนี้ (ส่วนหนึ่ง)

๑. หลวงพ่อทอง อากาศโร
วัดสนามใน ต.วัดชลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี ๑๑๑๓๐ โทร. (๐๒) ๘๘๓-๗๒๕๑
๒. พระอาจารย์มหาดิเรก พุทธยานุโห
อาคารแพร่แสงเทียน ม.๑ ต.แม่ยางฮ่อ อ.ร้องกวาง จ.แพร่ ๕๕๑๔๐
๓. หลวงพ่อณรงค์ ปิยะสีโล
วัดป่าสมศรี ต.นาโพธิ์ อ.นาโพธิ์ จ.บุรีรัมย์ ๓๑๒๓๐
๔. พระอาจารย์วิมล จตฺตมโล
วัดป่าเขาคงคา บ้านโนนระเวียง ต.โคกกระชาย อ.ครบุรี
จ.นครราชสีมา ๓๐๒๕๐
๕. พระอาจารย์เอนก เตชวโร
วัดโมกขวนาราม ต.บ้านเป็ด อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐
๖. หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ
วัดภูเขาทอง ต.ท่ามะไฟหวาน อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๕๐ โทร. (๐๗) ๕๕๗-๘๖๘๔
๗. หลวงพ่อจรัส จรณสัมปันโน
สวนป่าอากิลโก บ้านห้วย หมู่ ๓ ต.หนองโดน อ.จตุรัส จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๓๐
๘. หลวงพ่อมหาไธโล โฆสโก
วัดป่าหนองคู บ้านหนองคู อ.นาเชือก จ.มหาสารคาม ๔๔๑๗๐
๙. พระอาจารย์สุริยา มหাপัณญโญ
วัดโสมพนัส ต.ภูเพ็ก อ.พรรณานิคม จ.สกลนคร ๔๗๑๓๐
๑๐. พระอาจารย์คำไม ลือสีโล
เกาะพุทธธรรม สำนักทัฬหีขันธ์ ต.กุดป่อง อ.เมือง จ.เลย ๔๒๐๐๐
โทร. (๐๔๒) ๘๓๓-๑๐๐
๑๑. ส่วนธรรมสภา
ช.๔๑ ถ.เพชรเกษม อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา ๙๐๑๑๐ โทร. (๐๗๕) ๔๒๒-๒๔๗
๑๒. มูลนิธิหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข (พันธ์ อินททวี)
๕๒ ม.๕ ต.ทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐ โทร. (๐๒) ๔๒๕-๒๑๑๙



ก ำ ล ำ ม ฐ ู ต ร

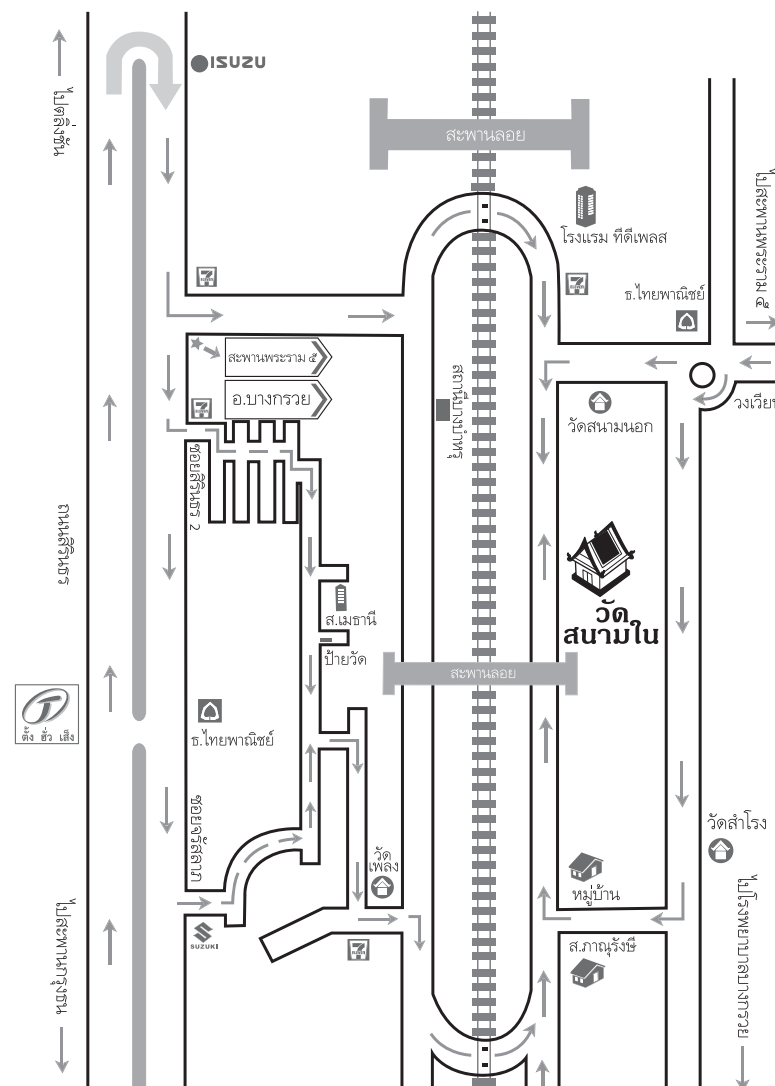
- | | |
|--|--------------------------|
| ๑. อย่าด่วนเชื่อถือโดยการฟังตามกันมา | มา อนุสุสเวน |
| ๒. อย่าด่วนเชื่อถือโดยเห็นทำตามกันมา | มา ปรมุปราย |
| ๓. อย่าด่วนเชื่อถือโดยมีการเล้าลือกันมา | มา อิติกิริยา |
| ๔. อย่าด่วนเชื่อถือโดยการอ้างตำรา | มา ปิฎกสมุปทานน |
| ๕. อย่าด่วนเชื่อถือโดยนัยหรือความคาดหมาย | มา นย เหตุ |
| ๖. อย่าด่วนเชื่อถือโดยตรรกคือตรรกคิดเอาเอง | มา ตกุกเหตุ |
| ๗. อย่าด่วนเชื่อถือโดยคิดตามอาการเป็นไป | มา อาการปริวิตกุกน |
| ๘. อย่าด่วนเชื่อถือโดยชอบใจว่าตรงตามหลักของตน | มา ทิฎฐินิฐมานกุกนุตติยา |
| ๙. อย่าด่วนเชื่อถือโดยเห็นว่าเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ | มา ภาพพรูปตาย |
| ๑๐. อย่าด่วนเชื่อถือโดยเห็นว่าเป็นครูบาอาจารย์ของเรา | มา สมโณ โน คุรุติ |

วัดในสายงานของหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข

หากท่านสนใจการเจริญสติโดยอาศัยเทคนิคของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ ท่านสามารถติดต่อขอทราบรายละเอียดจากวัดตามรายชื่อดังต่อไปนี้ (ส่วนหนึ่ง)

๑. หลวงพ่อทอง อาภากรโธ
วัดสนามใน ต.วัดชลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี ๑๑๑๓๐ โทร. (๐๒) ๘๘๓-๗๒๕๑
๒. พระอาจารย์มหาดิเรก พุทธยานนุโ
อาศรมแพร่แสงเทียน ม.๑ ต.แม่ยางฮ่อ อ.ร้องกวาง จ.แพร่ ๕๕๑๔๐
๓. หลวงพ่อผดุงรักษ์ ปิยะสีโล
วัดป่าสมศรี ต.นาโพธิ์ อ.นาโพธิ์ จ.บุรีรัมย์ ๓๑๒๓๐
๔. พระอาจารย์วิมล จตฺตมโล
วัดป่าเขาคงคา บ้านโนนระเวียง ต.โคกกระชาย อ.ครบุรี
จ.นครราชสีมา ๓๐๒๕๐
๕. พระอาจารย์เอนก เตชวโร
วัดโมกขวนาราม ต.บ้านเบ็ต อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐
๖. หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ
วัดภูเขทอง ต.ท่ามะไฟหวาน อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๕๐ โทร. (๐๗) ๙๕๗-๘๖๘๔
๗. หลวงพ่อจรัส จรณสัมปันโน
สวนป่าอภิลิโก บ้านห้วย หมู่ ๓ ต.หนองโดน อ.จตุรัส จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๓๐
๘. หลวงพ่อมหาไธโล โสโธ
วัดป่าหนองคู บ้านหนองคู อ.นาเชือก จ.มหาสารคาม ๔๔๑๗๐
๙. พระอาจารย์สุริยา มหาปัญโญ
วัดโสมพนัส ต.ภูเพ็ก อ.พรรณานิคม จ.สกลนคร ๔๗๑๓๐
๑๐. พระอาจารย์คำไม ลือสีโล
เกาะพุทธธรรม สำนักทัฬหะขันธ์ ต.กุดป่อง อ.เมือง จ.เลย ๔๒๐๐๐
โทร. (๐๔๒) ๘๓๓-๑๐๐
๑๑. ส่วนธรรมสภา
ช.๔๑ ถ.เพชรเกษม อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา ๙๐๑๑๐ โทร. (๐๗๕) ๔๒๒-๒๔๗
๑๒. มูลนิธิหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข (พันธ์ อินทวิ)

แผนที่
วัฒนธรรมใน



วัดสนามใน ต.วัดชลอ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี
สถานที่ปฏิบัติธรรมเจริญสติตามแนวทางของหลวงปู่เทียน
โทร. ๐๒-๘๘๓๓-๗๒๕๑