

“ธรรมดา”

เทศน์ที่เมืองเพชร ออสเตรเลีย ๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๒

พระอาจารย์วิชัย กัมมสุทโธ สถานปฏิบัติธรรมป่าวิเวกสิกขาราม อ.พล จ.ขอนแก่น

เมื่อเข้าโทรศัพท์ แม่ชีเขาฝันเห็นเรา ว่าไปแนะนำเขา เรื่องคำว่า “ธรรมดา” คำว่าธรรมดาเขาบอกว่า คำว่าธรรมดาขึ้นต้นด้วยคำว่า “ธรรมะ” ก่อน ก็เลยถามว่าหมายถึงอะไร ธรรมดาขึ้นต้นด้วยธรรมะก่อน นี่ธรรมะนั้นมันเป็นเรื่อง เป็นความจริง นี่เราพูดแบบอันนั้นก่อน ธรรมะนี่เป็นเรื่อง เป็นความจริง ความจริงของใจนี่เป็นอย่างไร ความจริงของใจก็คือความเป็นกลางนั่นเอง ใจมันเป็นกลาง ความจริงของทุกอย่างนี่คืออะไร ก็เป็น “ของกลาง” ไม่ใช่ของใคร เขาเรียก “อนัตตา” นี่เห็นทุกอย่างเป็นเรื่อง เห็นอย่างไร ก็เห็นความจริงของสิ่งนั้นเอง ว่ามันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป มันไม่เที่ยงมันเอง ก็จึงว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ อันนี้มันเกิดขึ้นแล้วก็ต้องดับไป อันที่สอง ความจริงมันเป็นอย่างไร ความจริงมันเกิดตามเหตุปัจจัย อันนี้พูดเรื่องสังขตธรรมนะ ธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่ง มันเกิดตามเหตุปัจจัย คือธรรมทั้งหลายที่เกิดแต่เหตุ เมื่อมีเหตุก็ต้องมีผลนะ เป็นธรรมดา แล้วจึงบอก มีความเกิดขึ้นมาก็ต้องมีความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดานะ นี่เกิดตามเหตุปัจจัย เราแก่แล้ว ก็ต้องเจ็บ ต้องตายไป ทีนี้ไม่ให้แก่ไม่ให้เจ็บไม่ให้ตายได้ไหม ก็ไม่ได้ มันเป็นความจริงของสังขารของร่างกายนะ อันนี้ละความจริงอีกอย่างหนึ่ง คือของทุกอย่าง ชั้นห้าหรือแม้แต่ข้างนอกนี่เป็นของกลาง ไม่ใช่ของใคร แต่สมมติบัญญัติ ตามสิทธิของโลก ที่กันไว้อย่างที่คิดอย่างนี้ เขาบอกว่าที่คิดนี่เป็นของเรา โดยโหนด โดยเอกสารสิทธิ์นั่นเอง แต่แท้ที่จริงที่คิดนั้นนะมันเป็นธาตุละ เป็นแผ่นดินนะ เป็นธาตุดิน ธาตุน้ำธาตุอะไรผสมอยู่ตรงนั้นละ ธาตุนั้นมันแปรปรวนไปตามมันนะ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันจะเป็นของใครได้อย่างไร ไม่มีแต่กรรมสิทธิ์มี เพื่อให้อยู่ในสังคมเฉยๆ นี่ก็ต้องให้เข้าใจ เพราะฉะนั้นของทุกอย่างในโลกนี้ มันเกิดขึ้นแล้วมันก็ต้องดับไป เขาเรียกว่า “อนิจจัง” อย่างมนุษย์เรานี้เกิดขึ้นมาแล้วนี่ จะไม่ให้แก่เจ็บตายได้ไหม ไม่ให้เสื่อมสลายไปได้ไหม ก็ไม่ได้ นั่นละมันไปตามเหตุปัจจัย บังคับมันไม่ได้ นั่นละมันเป็นของมันเช่นนั้น จึงเรียกว่ามันไม่ใช่ของใคร มันเป็นของกลางนั่นเอง ทีนี้หลวงปู่เทศน์ท่านกล่าวไว้ว่า “ผู้ใดทำใจให้ถึงซึ่งความเป็นกลาง ผู้นั้นจะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง” นี่ทำอย่างไรใจจึงจะเป็นกลาง นี่มันเป็นอย่างนั้น มัน

ไม่เป็นกลางเพราะอะไรล่ะ ก็เพราะมันมีความหลง มือวิชชานั้นเอง รู้ไม่จริงตามสัจธรรมของสิ่งนั้นๆ เมื่อมันไม่รู้ความจริง อย่างเช่นขั้นห้านี้ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณอยู่กับมันบ่อยๆเข้าก็เลยสำคัญผิคิดคิดว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นของเรา เป็นเรา เราเป็นสิ่งนั้น สิ่งนั้นเป็นเรา เพราะอยู่กับมัน คั่นเคยกับมัน ใ้มันบ่อยๆมันก็เลยสำคัญผิคิด ก็เลยหลงผิคิด อวิชชาเลยเกิดขึ้น ตัววิชชามันเลยปกปิดไม่ให้เห็นสัจธรรมนะ ความหลงละ มันไปยึดเอาไว้มันเลยปกปิด ไม่เห็นสัจธรรมความจริงของสิ่งนั้นว่ามันเป็นของกลาง เพราะเหตุนี้เอง เหตุนี้แหละเราจะทำอย่างไรให้มันถึงซึ่งความเป็นกลาง ก็ต้องเจริญสติปัญญา อาศัยสมาธิเป็นฐานเป็นบาท อาศัยความเพียรเป็นองค์ธรรม อาศัยศรัทธาเชื่อมั่นต่อสัจธรรมคือความจริงตรงนั้น เป็นรากฐาน เพราะฉะนั้นสตินี้ เมื่อเราฝึกสติให้อยู่ที่กาย เวทนา จิต ธรรม ก็คือฝึกสติให้รู้จักขั้นห้านี้เอง เมื่อสติระลึกถึงเหล่านั้น ก็เหมือนยกงานนั้นขึ้นมาศึกษานะ ปัญญาที่จะวิจัยว่า หาเหตุผลผลของสิ่งนั้นเป็นอย่างไร ปกติมันก็ยึดอยู่ว่ารูปนี้เป็นของเรา มันเคยเรียนรู้อะไร เคยอยู่กับมัน มันก็ยึดว่ารูปเป็นของเรา เป็นเรา เป็นตัวตนของเรา เวทนาสุขทุกข์ใดๆก็เป็นของเราเป็นเราเป็นตัวตนของเรา สัญญาความจำได้หมายรู้ก็เป็นของเราเป็นเราเป็นตัวตนของเรา มันยึดอยู่สังขารคิดนึกปรุงแต่งมันก็ว่าเราคิดละ วิญญาณความรู้เหมือนกัน มันก็คิด มันก็ว่าเรารู้ละ นี่มันหลงยึดเข้าไป มันเลยไม่เห็นซึ่งความเป็นกลางของขั้นห้า ถ้ารูปมันเป็นของเราจริงก็ต้องบอกว่ารูปนี้เกิดมาแล้วต้องอย่าแก่อย่าเจ็บอย่าตายได้ไหม ไม่ได้ ในเมื่อมันไม่ได้บังคับมันไม่ได้ แล้วมันจะเป็นของเราได้อย่างไร นี่เอาแค่รูปก่อนนะ เอาเวทนานี้ ปวดนั่นปวดนี้มันเกิดจากอะไร ก็เกิดจากรูปละ เมื่อรูปมันเปลี่ยนแปลง อย่างเช่นอากาศหนาว กล้ามเนื้อมันเกร็งมันก็ปวดกล้ามเนื้อ จะไม่ให้มันไม่ปวดได้ไหม มันก็ไม่ได้ เพราะมันมีรูป รูปนั้นมันเกิดจากอะไร อย่างกล้ามเนื้อเกิดจากอากาศเย็น มันเกร็งมันก็มีปวด มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยเรื่องของธาตุทั้งนั้น ในเมื่อบังคับไม่ให้มันไม่ปวดก็ไม่ได้ เมื่อมันมีเหตุก็จะสำคัญว่าเวทนานั้นเป็นของเราได้อย่างไร เมื่อสุขสบายไม่มีอะไรมันก็เป็นสุขเวทนาอยู่ เวลามันเจ็บป่วยก็เป็นทุกข์เวทนา มันเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนั้นในตัวเวทนา แล้วจะเป็นของเราได้อย่างไร หัดวิจัยดูมัน เมื่อไม่ใช่ของเรามันก็คือของกลางนั่นเอง สัญญาเหมือนกัน จำได้หมายรู้ เดี่ยวจำได้เดี่ยวจำไม่ได้ สัญญามาจากไหน ก็มาจากรูปกับเวทนานั่นเอง เมื่อมีผัสสะเกิดขึ้น มีเวทนาเกิด ก็สัญญาก็ต้องจำ ต้องหมายให้จิตรู้อีก นั่นละมันก็ไปตามเหตุปัจจัย แล้วจะเป็นของเราได้อย่างไร สังขารความคิดนึกปรุงแต่งก็เหมือนกัน

คิดไปอย่างนั้นคิดไปอย่างนี้ คิดไปก็เกิดดับ คิดเพราะอะไร เพราะมันรู้ละ มันเรียนรู้มา มันมีสติปัญญาจามา มันก็คิดไปตามสิ่งที่มันรู้มันจำ ทีนี้มันจะคิดไปในแง่ไหนละ มันก็แล้วแต่จิตตอนนั้นมันไปอย่างไร มันมีเหตุ ถ้ามีเหตุอวิชชา มันเป็นของกูตัวกู มันก็คิดแบบของกูตัวกูเท่านั้นละ ถ้ามันไม่มีอวิชชา มันก็คิดด้วยสติปัญญาเท่านั้นละ ความคิดนั้นเลยเปลี่ยนเป็นตัวปัญญา มีเหตุมีผลนั่นเอง เพราะฉะนั้นความคิดก็ไม่ใช่ของเรา มันคิดไปก็ดับไป คิดไปดับไป คิดไปดับไป ทีนี้ความรู้เหมือนกัน เมื่อตากระทบรูป หูกระทบเสียง กลิ่นกระทบจุก รสกระทบลิ้น กายสัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็ง แม้แต่สัญญา เวทนา สังขาร กระทบใจ คือธรรมารมณ์นั่นเองกระทบใจ มันก็จะเกิดความรู้ทางตาหูจุกลิ้น กายใจ เขาเรียกวิญญาณ มันก็มีเหตุเป็นแดนเกิด สิ่งที่มีเหตุเป็นแดนเกิด เมื่อตากระทบรูป ตาก็ดี รูปก็ดีอยู่ เมื่อตาไม่พิกาก็ต้องรู้รูปทางตา จะไม่ให้มันไม่รู้ได้ไหม ก็ไม่ได้อีก นั่นแหละมันบังคับมันไม่ได้ แล้วมันก็ไปตามเหตุปัจจัยตรงนั้น แล้วจะว่ามันวิญญาณนี้เป็นของเราได้อย่างไร เป็นตัวเราได้อย่างไร เป็นตัวตนของเราได้อย่างไร ให้พิจารณามันให้ถ่องแท้ เมื่อมันไม่ใช่ของเรา มันเป็นของอะไร มันเป็นของกลาง แล้วมันดำเนินไปอย่างไรละ รูปมันก็ดำเนินไปตามเหตุปัจจัยของเขา เมื่อมันมีรูปเกิดขึ้นมันก็ต้องการอาหาร มันต้องมีการหลับนอน ต้องมีการหายใจ ต้องมีอะไร มันก็จะดำเนินไปตามเรื่องของรูปนั้น คือเรื่องของธาตุที่มันดำเนินไป มันที่มีชีวิตมันยังคงอยู่ มันก็ดำเนินไปไป จะไม่ให้มันไปอย่างนั้นได้ไหม ไม่ให้มันไม่หายใจได้ไหม ก็ไม่ได้ มันก็ต้องหายใจเมื่อชีวิตยังอยู่ มันไม่หายใจมันก็ต้องสลายคือตายนั่นเอง นี่ให้พิจารณามันให้ถ่องแท้ เท่านั้นละ แล้วจะว่ารูปนั้นเป็นของเราได้อย่างไร แล้วบังคับมันไม่ได้ จะให้มันไปตั้งใจเราไม่ได้ เมื่อมันเป็นตั้งใจเราไม่ได้ ก็ให้มันเป็นไปตามเรื่องของมันนะ ถ้าเราอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ละ มันทุกข์ขึ้นมันเจ็บป่วยขึ้นมาก็ไม่อยากให้มันเจ็บ มันก็เป็นทุกข์นะ ทุกข์กายยังไม่พอมันยังทุกข์ใจอีก เพราะความปรารถนาไม่อยากจะให้มันเป็นนะ มันก็เลยเรียกว่าไม่อยากจะให้มันเป็นก็เลยเป็นวิภวตัณหานั่นเอง ทำไมวิภวตัณหาตัวนี้มันเกิดได้อย่างไร เกิดได้ก็เพราะความหลงละไม่รู้จริงนะ ไม่เห็นสังขารของรูปว่ารูปนั้นมันเป็นธาตุ มันเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยของเขา แล้วมันก็ต้องสลายไป มันหนีไม่พ้นนะ มันต้องแก้ต้องเจ็บเป็นธรรมดา นี่คำว่าเป็นธรรมดา คำว่า “ธรรมดา” นั้นละคือเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน คือความจริงคือสังขารนั่นเอง เหตุนั้นละ ถ้าเราเห็นสังขารเห็นความจริงของรูป ของเวทนา ของสัญญา ของสังขาร ของวิญญาณ การเห็น

ความจริงของสิ่งเหล่านั้นนั่นแหละ แล้วก็ยอมรับความจริงของสิ่งเหล่านั้น นั่นละจิตจะเป็นกลาง ไม่มีความลำเอียง ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนี้ จิตมันก็เลยมุ่งอยู่ มุ่งที่อยากให้มีมันเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนี้ มันจะคอยมุ่งอยู่ เพราะตัวมุ่งอยู่นั่นละ อยากให้เป็นอย่างนั้นมันก็เลยเป็นการะ เป็นตัวทุกข์ละ เพราะมันตัวค้นหามันทำงานตลอด ถ้าวิจัยจริงๆแล้ว สิ่งเหล่านั้นมันก็ไม่ได้เป็นไปตามความอยากของเรา มันก็เป็นไปตามเรื่องของมันนะ อันนี้ภายใน ภายนอกก็เหมือนกัน บางคนก็ทุกข์อยู่ที่นี่ อย่างอยู่ออสเตรเลีย บางคนก็ทุกข์อยากได้พัวร์ (หมายเหตุ: พัวร์ คือ **PR = Permanent Resident** คือ ผู้ได้รับสิทธิ์ให้อยู่ในประเทศออสเตรเลียอย่างถาวร มีสิทธิได้รับสวัสดิการและการดูแลจากรัฐเสมอกันกับพลเมืองออสเตรเลีย) คิดไปๆ ฟุ้งซ่าน ปวดหัวก็มี เอ้า มันไม่ได้เป็นตามใจเรานะพัวร์ มันก็ไปตามกฎเกณฑ์กฎหมายของเขา คิดไปก็เป็นที่ทุกข์เฉยๆ เรามีหน้าที่อย่างเดียว ทำให้ถูกต้องตามกฎหมายเขาแค่นั้นนะ เท่านั้นละ เมื่อมันไม่ถูกกฎหมายเขาจะให้มันเป็นอย่างไรมันก็ไปอย่างไร เตื่อคร้อนไปอย่างไร กฎหมายเขาก็ไม่ได้แก้ ไม่ได้เปลี่ยนไปตามที่เราทุกข์ที่เราคิดละ เขาก็ต้องดำเนินไปตามของเขา ตามเหตุปัจจัยของเขานั้นเอง นั่นละในเมื่อเราบังคับข้างนอกมันไม่ได้ แล้วจะต้องไปทุกข์กับมันทำไม นี่มันต้องเป็นของมันอยู่อย่างนั้นอยู่แล้ว แล้วจึงไปตั้งความปรารถนาอยากให้มีมันเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนี้ไปทำไม ไปเพื่อให้ตัวเองทุกข์ทำไม นั่นละความไม่รู้เท่าทันความจริงว่า ข้างนอกมันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เหมือนร่างกายมันต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย เมื่อมันแก่มันเจ็บมันตายจะไปเตื่อคร้อนทำไม ไม่ใช่อยากให้มีมันแก่ไม่ใช่อยากให้มีมันเจ็บไม่ใช่อยากให้มีมันตายก็เลยเป็นวิภวัตถุนั่นเอง เวลามันแก่มันเจ็บตาย เพราะความยึดถืออุปาทานนั่นเอง ว่ามันเป็นของเรา ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนั้น อยากให้มีมันเป็นอย่างนี้ นั่นละเป็นความหลงนั่นเอง มันจึงปกปิด “ความจริง” เมื่อจิตมันหลงไปตามอย่างนั้น มุ่งไปอย่างนั้น จิตนั้นเลยไม่เป็นกลางนั่นเอง จิตจะเป็นกลางได้ก็คือมันต้องยอมรับความจริงตรงนั้น เห็นความจริงของสิ่งนั้น ว่าสิ่งนั้นนะมันไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรานั่นเอง มันไปตามเหตุปัจจัยของเขา เรายังบังคับมันไม่ได้ เราจะมุ่งอยากให้มีมันเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่อยากให้มีมันเป็นอย่างนี้ มันก็ไม่ได้เป็นไปตามความอยากของเรา เหมือนร่างกาย เราอยากไม่ให้มันเจ็บมันก็ต้องเจ็บ ถ้ามันมีเหตุมีปัจจัย เกิดเป็นโรคขึ้นมา คิดหัวมันก็ต้องเป็นนะ ถ้าคิดเชื่อหัวคามา มันก็เป็นหัวค จะไม่อยากให้มีมันเป็นหัวคละ มันก็

เป็นไปได้ เหตุการณ์มันก็ไปตามเรื่องของมันนะ ของธาตุของเหตุปัจจัยของเขา ไม่ใช่
เรื่องของเรา เหตุการณ์ให้วางซะ วางตัวอยากให้เขาเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เขาเป็นอย่างนี้
ไปบังคับเขาตลอด มันก็เลยเป็นตัวทุกข์ ตัวเองเลยเป็นตัวทุกข์ เป็นอึดตายอย่างนั้นนะ
เพราะไม่เห็นความจริงของสิ่งเหล่านี้ นี่มันเป็นอย่างนั้นนะ นี่ถ้าละเอียดเข้าไป นี่จาก
ภายนอกเหมือนกัน ที่ทุกข์จากภายนอกทั้งหลายก็เพราะอะไร กลัวจะเป็นอย่างนั้น ไม่
อยากจะเป็นอย่างนี้ อยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เป็นอย่างนี้ อยากได้อย่างนั้น
ไม่อยากได้อย่างนี้ เราจะอยากอย่างไรก็ตามละ ถ้าเหตุปัจจัยภายนอกมันจะเป็นอย่างไร
อย่างฝนตก ยกตัวอย่าง ไม่อยากให้ฝนตกละ ฝนมันก็ต้องตกตามเหตุปัจจัยของมันนะ
มันมีพายุมีลมมีอะไรเข้ามามันก็มีเอาเมฆหมอกมา มันก็มาตก นี่เหตุปัจจัยของมัน จะ
อยากให้มันตกมันก็ไม่ได้อีก อยากไม่ให้มันตก มันก็ต้องตกตามเหตุปัจจัยนะ ที่นี้มัน
แล้งนะ อยากให้มีฝนตก มันก็ไม่มีเพราะมันเหตุปัจจัยของมันเป็นอย่างนั้นนะ นั่นเราให้
รู้เข้าใจความจริงของธรรมชาติ ไม่ว่าข้างนอกมันก็ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยของเขา ใน
เมื่อมันเป็นไปตามเหตุปัจจัยของเขาเราบังคับมันไม่ได้ แล้วเราจะไปตั้งความปรารถนา
อยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ไปทำไมเพื่อทุกข์ล่ะ ก็ปล่อยมันไป
ตามสภาพความจริงของเขาสิ ฝนจะตกก็ให้มันตกซะ ฝนมันจะไม่ตกก็ให้มันไม่ตกซะ
มันไปตามเหตุปัจจัยของเขา ปล่อยมันไปตามธรรมชาติของมันนั่นแหละ เท่านั้นละ เราก็
มีหน้าที่ปรับปรุงเท่านั้นนะ ตัวเอง และภายนอกถ้าต้องการน้ำฝน ฝนตกก็หาของรองไว้
ซะ ฝนไม่ตกก็... ไปอีกอย่างหนึ่ง ก็ปรับตัวไปตามธรรมชาติของเขา มันก็ไม่ทุกข์ เหตุ
นั้นส่วนใหญ่เราจะอยากให้ข้างนอกเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้ข้างนอกเป็นอย่างนี้ ไป
บังคับไปกฏเกณฑ์เขาไว้ตลอด โดยไม่ยอมรับว่า เขาไปตามเหตุปัจจัยของเขา ไม่ได้ไป
ตามความอยากไม่อยากของเรา แน่ๆ เพราะนั่นถ้าเราเข้าใจตรงนี้ก็วางซะ วางความอยาก
ไปบังคับให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ วางคือตัวตัณหานั่นเอง ตัว
ภวตัณหา อยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ คือตัววิภวตัณหานั่นเอง
เพราะอะไร เพราะเรารู้ความจริงว่าข้างนอกมันก็เกิดไปตามเหตุปัจจัยของเขา นั่นละคือ
อนัตตา ไม่ใช่ของใคร เป็นของกลางนั่นเอง เขาก็ทำหน้าที่ของเขาอย่างนั้น ใจเมื่อรู้ความ
จริงของสิ่งเหล่านี้ มันก็เลยปล่อยวาง มันก็เลยเป็นกลาง ไม่ไปยินดี ไม่ไปยินร้าย ที่นี้มา
ย้อนเข้ามาภายในเหมือนกัน รูปเหมือนกัน มันก็อยากให้เป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เป็นอย่าง
นี้ เวลาเจ็บป่วยก็ไม่อยากให้เจ็บป่วย อยากให้มันสบาย ก็เพราะอะไร มันไม่รู้ความ

จริงของสิ่งนั้น มันก็เลยเป็นวิภาตคณา เวทนาเหมือนกัน อยากสุขไม่อยากทุกข์ มันก็ต้อง
สุขทุกข์ตามเหตุปัจจัยของมันนะ ตามรูปนั่นเอง นี่ก็เป็นปัญหาเกิด ก็เลยเป็นตัวทุกข์อีก
ล่ะ หารู้ไม่ว่าเวทนาจึงเป็นชั้นชั้นหนึ่ง เขาก็ทำหน้าที่ของเขา สัญญาสังขารวิญญาณเขาก็
ทำหน้าที่ของเขา เราอยากให้มันไม่คิดอย่างนี้ เหมือนคนเป็นโรคประสาทล่ะ คิด...อยู่ ไม่
อยากคิดนะเพราะมันทุกข์ มันยังหยุดคิดไม่ได้ ก็เพราะอะไร เพราะมันไม่ได้เป็นไปตาม
อำนาจบังคับบัญชาของเรา นั่นนะให้เข้าใจ ว่าสังขารมันคิดแล้วก็ต้องดับ เรื่องบางอย่าง
มันติดข้องอยู่ มันมีเหตุมีปัจจัย ก็อุปาทานนั่นเอง มันก็คิดจนตัวเองทุกข์ มันก็ยังหยุด
ไม่ได้ เพราะอะไร เพราะมันไม่ใช่ของเรานั้นเอง เพราะฉะนั้น ถ้าเราเข้าใจตรงนี้ ก็อย่า
ไปตั้งความปรารถนา อยากให้มันเป็นนั้น ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ ทีนี้ลึกเข้าไปอีกล่ะ
ทำไมอยากให้มันได้อย่างนั้น ไม่อยากให้มันได้อย่างนี้ ตัณหาตัวนี้เนาะเพื่ออะไร ก็เพื่อ
จิตตัวรู้นั่นเอง มันคิดว่าอะไรดีก็อยากให้มันรู้ดีใจ อะไรไม่ดีก็ผลักไสไม่อยากให้มันรู้ใจ
ก็เพราะมันยึดจิตตัวรู้นั่นละเป็นของเรา เป็นเรา เป็นตัวตนของเรานั้นเอง คิดให้คิดนะ
พิจารณาให้ดี ก็เพราะอะไร มันจึงอยากให้เรื่องไม่ดีก็ไม่อยากให้มันรู้ เรื่องดีก็อยากให้
มันรู้ ก็เพราะอะไร ก็เพราะมันยึดตัวรู้นั่นละเป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตนของเรานั้นเอง
นั่นละคือมัน “ยึด” ตัวรู้นั่นเอง ถ้ามันไม่ยึดตัวรู้อะไร เรื่องดีก็ให้มันรู้ซะ เรื่องไม่ดีก็ให้มัน
รู้ซะ รู้อันนั้นก็ทำหน้าที่รู้ ดีไม่ดีมันก็รู้หมด นั่นละมันเป็นกลางล่ะ จิตมันเป็นกลางของมัน
อยู่แล้ว เพราะเรื่องที่เราไม่อยากให้รู้ เมื่อตากระทบรูปมันก็ต้องรู้ เสียงกระทบหูมันก็รู้
เหมือนเราไม่อยากให้ใครนินทาเรา เมื่อมีหูมีเสียงกระทบมันก็รู้ นั่นละ ไซ้ไหม มันเป็น
กลาง เมื่อใครมาสรรเสริญ มันอยากให้เราสรรเสริญ เสียงกระทบหู มันก็ต้องรู้ของมัน
อยู่อย่างนั้น นั่นละมันรู้มันไปตามเหตุปัจจัย แล้วมันก็รู้ตามหน้าที่ของมัน มันไม่ได้ยินดี
ยินร้ายเลยว่า เสียงนี้ไม่ชอบใจไม่อยากรู้ เสียงนี้ชอบใจอยากรู้ บังคับมันได้ไหม มันก็
บังคับมันไม่ได้ เมื่อมีหูมีเสียงมันก็รู้ทั้งคู่แหละ นั่นละตัวรู้อันไม่ลำเอียง มันเป็นกลางของ
มันอยู่ นี่เราไม่เห็นนี่ เพราะเราไปยึดมันนะ พอเป็นของเราปั๊บ เรื่องที่ดีก็อยากให้รู้ เรื่อง
ไม่ดีก็ไม่อยากให้รู้ เรื่องที่ชอบใจก็อยากให้รู้ เรื่องไม่ชอบใจก็อยากผลักไสไม่อยากให้รู้
เพราะมันยึดอะไร ก็เพราะมันยึดว่าตัวรู้ความรู้นั่นละเป็นของเรา เป็นเรา เป็นตัวตนของ
เรานั้นเอง มันหลงนะ (ผู้ฟังถาม: การที่เราไม่ยึดนี้ ไม่ใช่ไม่คิดไซ้ไหมครับ คิดแต่เราไม่
ยึดไซ้ไหมครับ) เออ คิดสิ แต่ไม่ลงไปเล่นในความคิด ก็คือไม่ยึดว่าความคิดเป็นของเรา
เป็นเรา เป็นตัวตนของเรา มันจึงไม่ลงไปเล่น มันเลยปล่อยความคิดไปตามธรรมชาติ

ตามเหตุตามผลของมันไป ตามเหตุปัจจัยของมัน เหตุมันล่ะ เพราะฉะนั้นมันเพราะอะไร เพราะมันยึดตัวมันเอง พิจารณาดูให้ดีนะ มันรู้ต่างหาก พอมันรู้ปั๊บ มันก็อยากรู้ พอรู้ดี มันก็อยากเอา เป็นกวดขันหาอยากได้ พอมันรู้ไม่ดีมันก็ไม่อยากให้มันรู้ อยากผลักใส เป็นวิกวัตตหา เหมือนอย่างเดียวกันนะ เหมือนเสียงนะ พอเสียงสรรเสริญมันรู้เสียง ขึ้นมา สรรเสริญมันพอใจมันก็อยากได้ฟังเสียงสรรเสริญ พอเสียงนิทานมันไม่พอใจมัน ก็ไม่อยากได้ อยากผลักใส ไม่อยากได้ยิน ก็เป็นวิกวัตตหา เพราะอะไร เพราะมันหลง อะไรล่ะ ก็เพราะมันหลงตัวมันนั่นเอง ที่มันรู้เสียงดีเสียงไม่ดี มันยึดตัวมันดีไม่ดีนั่นเอง เป็นของเราเป็นเราเป็นตัวตนของเรา เมื่อเป็นของเรา สิ่งที่ดีก็อยากได้ สิ่งที่ไม่ดีก็อยาก ผลักใสนั่นเอง นั่นนะ เพราะมันหลงมันยึด จริงๆแล้ว ตัวมันนั้น ความรู้มันนั้นก็ไม่ใช่ของใคร อีก เขาทำหน้าที่ความเป็นกลางอยู่ เพราะเสียงที่รู้ดี ยินสรรเสริญ มันก็รู้ล่ะ มันไม่ได้ว่า เสียงดีฉันไม่รู้นะ พอเสียงไม่ดีมันกระทบ มันมีเหตุปัจจัย มันก็รู้อีกล่ะ มันจึง “รับ” ทั้ง ดีไม่ดีนั่นเอง มันจึงรู้ทั้งดีไม่ดี ความที่มันไม่มีความลำเอียงต่างหาก มันรู้มันไม่ได้เลือก รู้ มันรู้ทั้งดีไม่ดีนั่นเอง มันเป็นกลาง นี่ล่ะความเป็นกลางของมันนะ แต่ความหลงที่เคยอยู่กับ เขาหลายๆ ก็เลยสำคัญผิดคิดว่าเป็นของเรา เป็นเรา เป็นตัวตนของเรา มันก็เลยไม่เป็น กลาง ตัวนี้ล่ะคืออวิชชามันปกปิดไว้ ความหลงมันปกปิดเอาไว้ จึงไม่เห็นสังขารความจริงของวิญญูณังอนิจจัง วิญญูณังอนัตตา มันไม่เที่ยง มันไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ ตัวตนของเรานั้นเอง นี่มันอยู่ของมันอย่างนั้น เพราะฉะนั้นให้สังเกต อย่างนั้นอย่าไปตั้ง ความปรารถนาเลย อยากให้ข้างนอกเป็นอย่างนั้น อย่าอยากให้ข้างนอกไม่เป็นอย่างนั้น ให้ “วางชะ” ความปรารถนานะ แล้วก็ขันธห้าเหมือนกัน ก็ให้วางขันธห้าชะ อย่าอยาก ให้ขันธห้าเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้ขันธห้าเป็นอย่างนี้ ก็วางมันชะ มันจะเป็นอย่างไรก็ ให้มันเป็นไป ให้รู้ตามปัจจุบันนั้น ถ้ามันเจ็บป่วยก็ให้รู้ว่ามันเจ็บป่วย เจ็บป่วยเพราะ อะไร เพราะเป็นโรคอะไรก็ให้รู้ แล้วก็แก้ไขมัน อาศัยมันเฉยๆ แก้ไขไปตามความจริง ของมัน ตัวนั้นจึงจะไม่ทุกข์ล่ะ มันทุกข์เพราะมันหลง นี่ล่ะมันหลง มันหลงยึดว่าเป็น ของเรา เป็นเรา เป็นตัวตนของเรานั้นเอง ทำไมมันหลงล่ะ อนุสัยมันเกิดเพราะอะไร ก็ เพราะมันเคยอยู่กับมัน เคยชินเคยเรียนรู้กับมันมาอย่างนั้น มันเลยสำคัญผิด เคยอยู่กับมัน เหมือนคิดนี้ เราเคยคิดอยากคิดอะไรก็คิดๆ อยากคิด ดีไม่ดีก็อยากจะได้ ก็เลยคิดว่า ความคิดนะเป็นของเรา สั่งมันได้ ถ้ามุกกลับล่ะ คิดถ้าเราสั่งมันได้อยากคิดดีปั๊บ ก็ให้คิด ดีมันอยู่ติดตลอดดี มันทำไมคิดดีปั๊บมันดับล่ะ มันดับเป็นแต่ละความคิดล่ะ บังคับไม่ให้

มันไม่ได้ได้ใหม่ ก็ไม่ได้ แล้วนั่นล่ะความคิดนั้นจึงไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เราไม่ใช่ตัวตน
ของเรา นี่มันหลงแค่นั้นนะ คูสิมันหลงนะ เพราะอยู่กับมันใช้มัน เวลาเราจะคิดอะไรก็ได้
เองง่ายๆนี่เราจะคิดอะไรก็ได้ พอเห็นว่าจะคิดอะไรก็ได้ คิดทั้งเรื่องดีไม่ดีก็คิดได้ มันก็
เลยคิดว่าความคิดเป็นของเรา แต่จริงๆมันไม่ใช่ เป็นแค่ขั้นอันหนึ่งอาศัยใช้เฉยๆ
เหมือนเสื้อผ้าอาศัยนุ่งห่มเฉยๆ เพราะอะไรที่ว่าไม่ใช่ ถ้ามันใช่ความคิดเป็นของเรา เรา
อยากคิดดีก็ให้ความคิดดีมันติดอยู่ตลอด ทำไมคิดดีบีบมันก็ดับล่ะ พอคิดไม่ดีมันก็ดับ
มันเกิดดับ บังคับไม่ให้มันดับได้ใหม่ ก็ไม่ได้ นั่นล่ะความคิดไม่ใช่ของเรา แค่อาศัยมัน
อยู่เฉยๆ คิดไปตามเหตุตามผลเฉยๆ ให้มันเห็นเหตุเห็นผลเฉยๆ แล้วก็ใช้มันไปตาม
เหตุผลนั่นเอง ก็อาศัยมันอยู่เฉยๆ เรื่องของโลกเรื่องของอะไรต่างๆ แล้วก็ละมันไปวาง
มันไป ไม่ละวางมันก็วางอยู่แล้ว พอคิดไปมันก็ดับไปอยู่แล้ว นี่อุปาทานมันไม่ยอม มันก็
เลยเป็นตัวทุกข์ล่ะ นั่นหน้าที่เรามีแต่ต้องทำความจริงให้ปรากฏ ทำความจริงให้ปรากฏ
การจะทำความจริงให้ปรากฏก็ต้องมีสติ มีสมาธิเป็นบาท คือตั้งมั่นที่จะดูมัน ดูภายในนี้ มี
สติคือความระลึกรู้ ปัญญาก็ค่อยสอดส่อง ค่อยวินิจฉัยหาเหตุหาผลมันนะ อย่างที่ว่านี่ พอ
เห็นเหตุเห็นผลมันก็จะรู้ว่า อ้อ ความจริงมันเป็นอย่างนี้เอง ที่เราหลงคิดว่ามันเป็น
ของเรานี้มันไม่ใช่ความจริง มันเป็นความหลง ทำไมมันไม่ใช่ของเรา มันก็จะมีจุดที่จะ
บอกอยู่ สังกรรมตรงนั้นนะ ปัญญา มันก็คลี่คลายไป มันเห็นก็จะวาง มันเห็นตรงไหนมัน
ก็วางตรงนั้นนะ ความทุกข์ก็เลยเบาบางลง นี่ล่ะ นี่พูดเรื่องขั้นห้าให้ฟัง พูดเรื่องความ
เป็นกลาง ถ้าทำใจให้ถึงความเป็นกลางก็คืออะไร ก็วางใจไม่ใช่ของเราอีกล่ะ ทำไมมัน
ไม่ใช่ของเราล่ะ มันก็ต้องหัดดูหัดวิจัยมันดู เวลามันกระทบขึ้นมา มันเกิดอะไรขึ้นในกาย
ในใจ เพราะฉะนั้นการเดินมรรคจึงให้มีสติอยู่ที่กายใจ คนส่วนใหญ่จะไปบังคับข้างนอก
ให้เป็นตั้งใจตัวเอง อย่างความต้องการของตัวเอง พอไม่ได้ก็จะคิด หรือไม่คิดก็ไม่แน่ใจ
ว่ามันจะเป็นใหม่ มันก็เลยเกิดวิตกกังวลฟุ้งซ่านรำคาญขึ้น เป็นทุกข์ขึ้นมา เครียดขึ้นมา
มันเพราะอะไร นั่นล่ะคือผลนะ ความเครียดความทุกข์นั้นเป็นผล เหตุเพราะอะไร เพราะ
ไม่รู้ความจริง ข้างนอกมันก็เป็นไปตามเหตุปัจจัยของเขาละ ใช่ไหมล่ะ เราจะไปเปลี่ยน
อย่างนั้นมันไม่ได้ เหมือนฝนมันจะตก มันก็ตกตามเหตุปัจจัยของเขา แดดจะออกมันก็
ออกตามแดดเหตุปัจจัยของเขา มันมีเหตุมีปัจจัยเขาอยู่ ร่องความกดอากาศมัน
เปลี่ยนแปลง ลมมันพัดเอาความชื้นมา มันก็ต้องมีเมฆมีฝนขึ้นมา ก็ตามเหตุปัจจัยเขา เรา
ไปเปลี่ยนแปลงบังคับสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ เมื่อเราเปลี่ยนแปลงมันไม่ได้ นั่นเราจะไปทุกข์

กับมันทำไม ทำไมไม่ยอมรับมันซะ เออ มันเป็นของมันอย่างนั้นละ มันเป็นมันเช่นนั้น
ละ ความทุกข์จึงจะเบาบาง คนส่วนใหญ่จะไปเปลี่ยนแปลงให้มันได้อย่างนั้น ไม่ให้มัน
ได้อย่างนี้ (ผู้ฟังถาม: แต่สมมติว่าเราในหน้าที่การงานเรา แล้วสังคมที่มันเร่งรัดนี้ เรา
ต้องเล่นไปตามกระแสใช่ไหมครับ เพียงแต่เราไม่ยึด) เออ ทำไปตามเหตุปัจจัยของข้าง
นอกมัน ตามงานตามหน้าที่ ทำให้ทันเหตุปัจจัยตรงนั้น แต่ไม่ได้ทำด้วยศรัทธาด้วยความ
ยึด ว่าเป็นของเรา ว่าเป็นเรา เป็นตัวตนของเรา (ผู้ฟังถาม: อย่างเวลาอย่างงานก่อสร้างนี้
เวลางานเร่ง เราก็ต้องเร่งใช่ไหมครับ) เร่งหน่อย นี่มันเหตุปัจจัยมันนะ เหตุปัจจัยมันบอก
ว่าให้เร่งก็เร่งไปตามมัน เหมือนท้องนี้ เวลากินเข้าไปบีบ มันเต็มแล้วมันบอกว่าอ้มก็ต้อง
หยุดละ มันจะบอกของมัน นั่นละเหตุปัจจัย เรื่องของธาตุ งานก่อสร้างงานอะไร
เหมือนกัน บางครั้งลมฝนมันจะมากก็ต้องรีบ ไม่รีบมันก็เสียหาย นั่นละเหตุปัจจัยบอก
(ผู้ฟังถาม: แต่ถ้ามันไม่ได้ ล้มเหลวเราก็ต้องยอมรับว่ามันล้มเหลว) อ้อ มันก็ยอมรับ
เพราะเหตุปัจจัยอีกละ เพราะว่าเหตุปัจจัยองค์ประกอบ อย่างมีคนอยู่ห้าคนนะ งานมัน
ต้องใช้คนสิบคน เมื่อมันมีห้าคนมันก็ได้งานแค่นี้ จะให้มันได้สิบคนก็ไม่ได้ ก็ยอมรับ
ตามเหตุปัจจัยนั่นเอง นั่นถ้าเรายอมรับตามเหตุปัจจัย มันก็วางทันที นี่เรายอมรับความ
จริงไหม ทีนี้มันอยาก “ให้มันดี” สิ (ผู้ฟังถาม: อยากให้มันดีใช่ไหมครับ) อ้าว พออยากให้
มันดี ก็คือ “อยากได้” แล้วนั่นเป็นภวศรัทธาแล้ว ฐานะเหตุปัจจัยมันไม่ให้ นั่นคือความ
จริง เหตุปัจจัยนั่นก็คือความจริง คือปัจจุบันนั่นเอง เหมือนคนเปลอล่ะ พอเปลอขึ้นมาบีบ
จะเจริญสติ พอเปลอขึ้นมาบีบก็ไม่พอใจตนเองขึ้นมา เอ้า ก็เหตุปัจจัยมันยังเปลอ อวิชา
มันเยอะสติมันน้อยนะ มันก็ต้องเปลอ จะไม่ให้มันไม่เปลอไม่ได้หรอก นั่นละคือความ
จริง เราจึงยอมให้มันเปลอซะ เปลอแล้วก็แล้วไป ไปทำใหม่ นั่นละยอมรับสังขธรรมความ
จริงตัวนั้น นั่นละเขานึกว่าเขาไม่ได้ จริงๆตัวนั้นละมันแฝงทั้งสติปัญญาอยู่ในนั้นหมด
มันจึงค่อยๆเต็มขึ้น คนพอตัวเองเปลอบีบ หรือว่าตัวเองทำอะไรผิดพลาดไม่ดีบีบจะไม่
ยอมเลย จะพยายามไปแก้ไข จะแก้อย่างไรมันดับไปหมดแล้วละ ใจตัวเองพยายามไปแก้ไข
ไปอะไร นั่นละมันไปยึดแล้วนะนั่น มันเปลออีกรอบแล้วนั่นนะ มันหลงเป็นของกูตัว
กูอีกแล้ว (ผู้ฟัง: หงุดหงิดกับตัวเองหรือครับ) อ้าว ก็นั่นละมันหลงแล้วนั่นนะ ถ้ามัน
ยอมรับความจริง สติปัญญามันอยู่ที่ปัจจุบัน มันยอมรับความจริง ใจนั้นมันดับหมดแล้ว
ข้อที่หนึ่ง ข้อที่สอง ตัวสติมันน้อยละ ตัวโมหะมันมากกว่า มันก็ต้องเปลอละ นี่คือเหตุ
ปัจจัย เหตุคือสติน้อยโมหะมันมาก ผลก็คือเปลอ เรายอมรับความจริงข้อนี้ไหม ถ้า

ยอมรับความจริงตัวนี้ เผลอแล้วก็แล้วไปก็ตั้งใหม่ นั่นละคนนั้นละเท่ากับยอมรับสัง
กรรม นั่นละใจมันจึงเป็นกลางในขณะนั้นนะ นี่มันหลอกจนถึงขนาดนี้ เผลอมันไม่
ยอมให้เผลอ มันหลอกถึงขั้นนั้น เห็นยังมันหลอกละ เผลอรอบแรกแล้วมันยังเผลอรอบ
สองนะ มันก็เลยไม่รู้จะออกจากมันอย่างไร มันซ่อนเหลี่ยมกันอยู่เห็นยังละ นั่นละให้
ยอมรับความจริง ให้ยอมรับกรรมเหล่าใดเกิดแต่เหตุ กรรมทั้งหลายในสังขตธรรม
ทั้งหมดเกิดแต่เหตุ ยกเว้นพระนิพพาน เมื่อเหตุดับผลก็ดับ แค่นั้นนะ นั่นมันมีเหตุมีผล
ของมันอยู่ เรื่องที่เป็นไปตามเหตุผลนั่นละเป็นอนัตตา ไม่ใช่ของเรา มันมีเหตุมันก็ต้อง
เกิด จะไม่ยอมให้มันเกิดก็ไม่ได้ เมื่อสติมันน้อยโหมะมันมากก็ต้องเผลอ จะไม่ให้มัน
เกิดเผลอก็ไม่ได้อีกละ เพราะมันมีเหตุเป็นแดนเกิด ทำให้มันต้องเผลอ นั่นละให้เรา
เข้าใจ เมื่อเราเข้าใจแล้ว ยอมรับความจริงของมันว่า เออ มันเผลอเพราะมันมีเหตุ เมื่อ
ยอมรับความจริงแล้ว ถ้าจะไม่ให้เผลอทำอะไรที่นี้ ก็ฝึกเหตุใหม่สิ คือฝึกสติให้มัน
ต่อเนื่องสิ เข้าใจยังละ ฝึกเหตุใหม่เท่านั้นก็จบ ก็ฝึกไปเรื่อยๆ จิงว่าถึงก็ช่างไม่ถึงก็ช่าง
ฝึกไปเรื่อย เผลอแล้วก็แล้วไป นึกได้ก็เอาใหม่ (ผู้ฟังถาม: มันไม่มีทางเร่งรัดใช่ไหม
ครับ) เอ้า มันไปตามเหตุปัจจัย คำว่าเร่งรัดก็คือเรายอมละโลกโกรธหลงสิ ยิ่งเราละโลก
โกรธหลงเท่าไร นั่นละคือทางลัดละ การที่เราเห็นเหตุปัจจัยยอมรับเหตุปัจจัย นั่นละคือ
เราละตัวหลงแล้วนะ นั่นละตัวลัดละเข้าใจยัง แต่มันไม่ยอม มันเอาตัวเข้าไป กูหลงแล้ว
กูเผลอแล้วกูไม่ยอมละ กูอยากดีละ นั่นละมันเป็นตัวเข้าไป นั่นละตัวหลงอีกรอบ มันก็
เลยนึกว่าตัวเองลัดหรือ มันเลยกลับซ้ำใจ เพราะไปทำเหตุให้มันซ้ำใจ คือตัวหลง นั่นถ้า
เราเท่าทันมันตลอด เข้าใจเหตุปัจจัยมัน ละความหลง ก็ตัดอวิชชามันไม่ได้อาหารใจ เมื่อ
อวิชชาไม่ได้อาหาร วันหนึ่งมันก็ต้องพอมตาย เข้าใจยังละ นั่นยังมีพระอรหันต์ในสมัย
พุทธกาล พระพุทธเจ้าแสดงเรื่องอาหารสี่ กวฬิงการอาหาร อาหารคือคำข้าว มโน
สัญเจตนาอาหาร อาหารคือมโนสัญเจตนา ทำให้เกิดกรรม คำข้าวนั้นทำให้ร่างกายอยู่ ใช
ใหม่ละ ผัสสาหาร อาหารคือผัสสะ ทำให้เกิดอะไร ก็เวทนา วิญญาณาหารอาหารคือ
วิญญาณ ทำให้เกิดอะไร นามรูปใจ เมื่อเราเห็นถูกแล้ว เข้าใจถูกแล้ว วิญญาณที่มันเห็น
ผิดที่มันรู้ผิดมันก็ดับละ เมื่อมันดับไปเรื่อยๆมันไม่มีอาหารกิน อวิชชาสุดท้ายทั้งหมดนะ
นั่นละเราทำความจริงคือใช้เหตุหัดยอมรับสังขตธรรม ทำใจให้เป็นกลาง เหมือนผ้าหยาบ ก็
ว่าไปตามหยาบ ผ้าละเอียดก็ว่าไปตามละเอียด ถ้าผ้าหยาบบอกว่าผ้านี้เป็นละเอียด ถ้าผ้า
ละเอียดบอกผ้านี้หยาบ นั่นคืออคติมิใช่หรือ คำว่าอคตินั้นละไม่เป็นกลาง เหตุนี้เราพูด

ไปตามเนื้อผ้า เผลอก็ยอมรับว่ามันเผลอ เพราะมันมีเหตุให้เผลอ ก็ตามเนื้อผ้า เข้าใจยังล่ะ
นั่นล่ะผู้ใดเข้าใจถึงความเป็นกลาง พ้นจากทุกข์ทั้งปวง คือคนที่ละโลกโกรธหลง ละของ
กูตัวกูหมคนั่นเอง ละอวิชชาหมคนั่นเอง มันก็เลยเป็นกลาง มันไม่สำคัญอะไรเป็นของ
เรา มันก็เป็นของกลางหมด ใจก็เป็นของกลาง เข้าใจไหมล่ะ นี่โยมเข้าใจไหมที่พูดวันนี้
เห็นทางไปยังที่นี่

ที่อยู่กับมันทุกวันนี้แต่ไม่เห็น เพราะอะไร พอเวลาจะคิดอะไรมันก็ จะคิดเรื่อง
รณมันก็คิดได้ จะคิดเรื่องเงินมันก็คิดได้ เมื่อกี้คิดเรื่องตลอดเตอริมันก็คิดได้พูดได้ มันก็เลย
สำคัญว่า ความคิดนั้นเป็นของเราเป็นเรา แต่มันไม่เห็นอีกมุมหนึ่ง พอคิดเรื่องตลอดเตอริ
คิดปั๊บมันก็ดับปั๊บ บังคับไม่ให้มันไม่ดับได้ไหม ไม่ได้ แล้วความคิดจะเป็นของเราได้
อย่างไร ถ้าของเราที่ต้องบังคับมันได้ นี่มันมีจุดให้เราสังเกตอยู่ ถ้าสติมันแหลมคมปัญญา
มันแหลมคม เมื่อไม่ใช่ของเราแล้วเราจะไปสำคัญอยากให้มันเป็นอย่างนั้น อยากคิดดี
อยากคิดไม่ดีทำไม มันจะเป็นอย่างไรก็รู้มันแล้วก็ละมันซะเท่านั้นล่ะ เห็นความจริงของ
มันแล้วก็ละซะ (ผู้ฟังถาม: แล้วเราจะระลึกสติเวลาที่จะยกขึ้นมาคิดนี้ เราจะคิดตอนไหน
ครับ เพราะว่าเรานั่งทำงานอยู่เป็นชั่วโมง) เอ้า ถ้าทำงานมันมีงานทำก็คิดไปตามงานนั่น
ล่ะ มันก็คิดไปตามเหตุปัจจัย เหตุปัจจัยคืองาน มันก็เลยคิดไปตามงาน สติก็ระลึกไปตาม
เหตุผลของเรื่องงานนั้น (ผู้ฟังถาม: จนกว่าจะมีอารมณ์มากกระทบใจไหมครับ ถึงจะเริ่ม
สติถึงจะมาทำงานว่า...) ไม่ ก็ตอนคิดงานนั้นแหละสติมันอยู่ในความคิดในงานนั้นล่ะ
(ผู้ฟัง: อ้อ มันมีอยู่แล้วใช่ไหมครับ) เออ มีเหตุมีผลไหมล่ะ สติก็กำกับความคิดนั้นล่ะ
มันรู้ว่ามันคิดเรื่องอะไรไปอะไรเหตุผลอะไรเท่านั้นล่ะ ถ้าคิดมันไม่ถูกต้องก็ไม่เอากับ
มันนะ มันคิดขึ้นมาว่าจะไปฆ่าคนนะ อย่างนี้ยกตัวอย่าง สติมันระลึกอยู่มันก็รู้ทันทีว่า
พอมันระลึกมันก็รู้ทันทีว่ามันจะไปฆ่าคน ปัญญาที่วิจยมันถูกต้องไม่ถูกต้องนะ ไม่
ถูกต้องจะไปทำไมล่ะ ไปแล้วก็ติดคุกได้ทุกข์อีก นั่นปัญญามันวิจยทั้งหมดภายนอก
วิจยทั้งตัวคิดด้วยทั้งตัวมันด้วย (ผู้ฟังพูด: ใ้อวิจยตัวคิดนี้แหละซับซ้อนเพราะว่า...) เอ้า ก็
อย่างว่านี่ ที่อยู่กับมันนะจะคิดเรื่องไหนมันก็คิดได้ มันก็เลยคิดว่าความคิดเป็นของเรา
เราคิดล่ะ แต่ถ้าเป็นเราคิดจริงๆแล้วทำไมคิดไปปั๊บ เรื่องดีๆเราอยากคิดดีๆ พอคิดไปดีๆ
แล้วทำไมมันดับไปทุกความคิดล่ะ บังคับมันไม่ได้แล้วจะเป็นเราเป็นของเราได้อย่างไร
มันมีตัวให้สังเกตอยู่ จริงไหมล่ะ เหมือนร่างกายล่ะ มันก็ต้องแก่เจ็บตาย ไปบังคับมัน
ไม่ให้มันแก่เจ็บตายได้ไหม ไม่ได้ มันก็เรื่องของร่างกายนั่นเอง ไม่ใช่เรื่องของเรานะ

เรื่องของร่างกาย เพียงแต่มันเกิดอะไรขึ้นมาก็แก้ไขมันตามเหตุมันนะ มันป่วยก็แก้ไขให้
ยาตามโรคมันเท่านั้นนะ มันเย็นอากาศเย็นก็หาเสื้อผ้าให้มันเฉยๆละ เหมือนบ้าน
เหมือนกัน กรรมสิทธิ์สมบัติว่าเป็นของเรานั้นมันบังนะ ใจใหม่ แต่บ้านนั้นนะมันก็ไปตาม
สภาพมัน พอปลูกขึ้นมาจะไม่ให้มันเก่าได้ไหมละ เพราะต้นไม้มันหล่นมามันโคนลงมา
ทับบ้านพัง จะไม่ให้มันไม่พังได้ไหม ก็ไม่ได้ เพราะมันมีเหตุ แล้วจะว่าบ้านเป็นของเรา
ได้อย่างไร นี่ก็โดยสัญกรรมมันไม่ใช่ของใคร มันของกลาง แต่โดยสมมติกรรมสิทธิ์
ต่างหาก และความที่ไปอยู่กับมันโดยสมมติตรงกรรมสิทธิ์ตรงนี้ก็เลยหลงละ สำคัญผิด
เป็นอุปาทานขึ้นเห็นใหม่ ว่าเป็นของเรา ถ้ามันของเราจริงมันต้องไปตาม เหมือนเหตุผล
นะเหมือนทางโรค เหมือนโรคละรักษาโรค ว่าเป็นโรคนี้อาการและอาการแสดงจะต้อง
ไปแนวเดียวกันนะ อาการของโรค ทำไมมันมีข้อแย้งนั้นแย้งนี้ ก็แสดงว่ามันต้องมีอะไร
อยู่ มันก็ไม่ใช่เป็นโรคนี้อันนี้เหมือนกัน มันยังมีข้อแย้งละ ถ้าเป็นของ
เรา แม้แต่ความคิด ง่ายๆนะจริงใหม่ ใครก็อยากคิดอย่างนั้นเรื่องนั้นเรื่องนี้ พอเราคิด
เรื่องนั้นได้ อย่างเมื่อก็คุยเรื่องตลอดได้คิดเรื่องตลอดได้ได้ พอมันคิดได้ทุกอย่างมันอยู่
กับมันอย่างนี้ มันก็เลยสำคัญผิดว่าความคิดเป็นเรา ถูกไหม แต่ เมื่อเราชอบใจเรื่องนี้คิด
เรื่องนี้ได้ ทำไมความคิดที่เราชอบใจเรื่องนี้จะให้มันอยู่ตลอดเวลาได้ไหม ไม่ได้ เพราะ
คิดไปดับไป นั่นละความคิดไม่ใช่ของเรา เหมือนบ้านนะไม่ใช่ของเรา “อาศัย”เขาอยู่
เฉยๆ อันนี้ก็เหมือนกัน “อาศัย”ความคิดคิดงานเฉยๆ จึงไม่ใช่ของเรา เมื่อเห็นตรงนี้มัน
ก็ไม่ทุกข์แล้ว เพราะฉะนั้นพอรู้ตรงนี้ว่าไม่ใช่ของเรา จะไปตั้งความปรารถนาให้มันเป็น
อย่างนั้นให้มันเป็นอย่างนี้ทำไม มันจะเป็นอย่างไรก็เรื่องของมันนะ ไม่ใช่เรื่องของเรา
เหมือนร่างกายมันจะแก้ก็ให้มันแก้ซะ มันจะเจ็บให้มันเจ็บซะ มันจะตายก็ให้มันตายซะ
ก็แก้ไขไปตามเหตุปัจจัย มันไม่ใช่เรื่องของเรา มันก็เบาแล้วนั้น อาศัยมันอยู่เฉยๆ ทำไม
ต้องรักษาต้องแก้ไขมัน เพราะยังอาศัยกายนี้ทำประโยชน์อยู่ละ ลมยังอยู่ละ ถ้าลมดับก็
ทิ้งมันเลย ก็เท่านั้นนะ เหตุนี้คนไปทำเรื่องไร้สาระเยอะนะ เพราะโดนมันหลอก โดน
อวิชามันหลอก (ผู้ฟังถาม: อย่างนี้ถ้าเวลาเราเข้าไปหลงหรือเพลิน มันอยู่ที่สติตัวเดียว)
ใช่ สติระลึกถึงความจริงมันใหม่ ระลึกทันมันใหม่ เห็นแล้วว่านี่ปัญญาที่วิชัยมัน มันจะเห็น
แง่มุมตรงนี้ แยกกายเกิดขึ้น นั่นจึงฝึกสติให้มาก นี่เหมือนกันพอฝึกสมาธิ แม้แต่สมาธิ
มันยังเอาไปใช้ ก็เลสยังเอาไปใช้ พอมันสงบมันก็จะมุ่งแต่จะทำความสงบใจใหม่ พอมัน
ไม่สงบมันก็ไม่พอใจอีกละ นั่นนะเห็นใหม่ มันเอาไปใช้เห็นยังละ (ผู้ฟังถาม: ความจริง

มันคือความจริงอยู่แล้ว แต่ที่นี้เราไม่ทันมัน) ไซ้ เราไม่ยอมรับความจริง แล้วสติไม่อยู่ที่ปัจจุบันนะ ไม่เอาปัจจุบันเป็นอารมณ์ ปัจจุบันมันไม่สงบก็คือไม่สงบ มันสงบก็คือมันสงบ และมันก็ไม่ไซ้ของเราด้วย มันบอกอยู่ในตัวอยู่แล้ว ถ้าของเราเราก็บังคับมันได้สิ บอกมันวันนี้ให้สงบนะ มันทำไมบอกมันไม่ได้ มันไม่สงบก็ให้รู้ สงบก็เพราะมีเหตุปัจจัย เราทำสมาธิมีอารมณ์เป็นหนึ่งอยู่ในจุดใดจุดหนึ่งมันก็เลยสงบ มันมีเหตุทำให้สงบ ไม่สงบมันก็มีเหตุอีก มันกังวลนั่นเรื่องนั่นเรื่องนี่เป็นเหตุละ ก็คิดมากมันก็เลยไม่สงบ เพราะฉะนั้นเมื่อมันของทุกอย่างมันไปตามเหตุปัจจัย เมื่อมันมีเหตุมันก็ต้องมีผลอย่างนี้ละ เมื่อมีเหตุก็ต้องมีผล เมื่อมีเหตุมีผลบังคับมันไม่ได้ นั่นเราจะว่ามันเป็นของเราได้อย่างไร ความสงบจะเป็นของเราได้อย่างไร มันเกิดเพราะเหตุปัจจัยละ ถูกไหมมันมีเหตุ เหตุนั้นความไม่สงบจะเป็นของเราได้อย่างไร มันก็เกิดจากมีเหตุเหมือนกันอีก เมื่อมันมีเหตุ เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจทั้งความสงบความไม่สงบเลยเสมอกันนะ เสมอตรงเกิดตามเหตุตามปัจจัยของมัน เสมอกันตอนที่มันมีเหตุ มันเกิดจากเหตุเหมือนกัน ใจมันเลยเป็นกลางไม่ยินดียินร้าย เพราะเห็นความจริงมันนะ ว่ามันไม่ไซ้ของเรามันไปตามเหตุปัจจัย เรื่องของมัน ตัวบังคับสิ มันอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นแบบนี้ เหมือนพระพุทธเจ้าตรัสไว้ “มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้ดังปรารถนาก็เป็นทุกข์” ไซ้ไหม “พลัดพรากจากสิ่งรักสิ่งชอบใจก็เป็นทุกข์” ไซ้ไหม ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ดังปรารถนาก็เป็นทุกข์ ประสพกับสิ่งที่ไม่รักไม่ชอบใจก็เป็นทุกข์ เพราะอะไร ก็เพราะเราไปตั้งมันไว้ว่า เราอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้มันเป็นแบบนี้ เราไปตั้งมันไว้ แต่มันก็ไปตามเรื่องของมันนะ ไซ้ไหม เราตั้งอยากให้มันเป็นอย่างนั้น อย่างเช่นไม่อยากให้มันแก่อย่างนี้ มันก็ไปตามเรื่องของมัน ชาติเมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้วก็ต้องแก่ เราไปตั้งไม่ให้มันแก่ เมื่อมันไม่ประสพตามที่หวังไว้ก็เป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นก็อย่าไปตั้งมันสิ ยอมรับความจริงมัน ว่ามันต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย ยอมรับความจริงของสิ่งนั้น มันก็ไม่ทุกข์ละ เหมือนง่าย ๆ ลิเวอร์พูลกับแมนเชสเตอร์มันแข่งกันอยู่ ฝ่ายหนึ่งเชียร์ลิเวอร์พูลนะ พอลิเวอร์พูลชนะมันดีใจ พอลิเวอร์พูลแพ้มันเสียใจ ไซ้ไหมละ ทำไมมันถึงดีใจเสียใจ ลิเวอร์พูลมันก็แข่งกันมันไม่เห็นเกี่ยวกับเราเลยละ ก็เพราะเราไปตั้งไว้ว่า ทีมนี้ฉันเชียร์ทีมนี้ฉันชอบละ พอทีมนี้ชนะได้อย่างที่มันตั้งไว้ มันก็เป็นสุข พอทีมนี้แพ้ไม่ได้อย่างที่มันตั้งไว้ มันก็เป็นทุกข์ ฐานะมันที่อยู่ของมันอย่างนั้น มันแพ้ชนะก็ตามเรื่องของมันนะ มันเตะดี มันก็ชนะ มันเตะไม่ดีมันก็แพ้แค่นั้นนะ ตามเหตุตามปัจจัยของมันนะ แต่เราไปตั้งไว้

เพื่อความทุกข์ละ (ผู้ฟัง: บางคนทะเลาะกันด้วยดีกันด้วย) เออ ก็นั่นแหละใครงใครฉลาด นี่ละอวิชา ไปตั้งเอาไว้ให้ตัวเองทุกข์ละ ทำเรื่องไร้สาระ คนตะมันได้เงินนะ สโมสมันได้เงิน แต่เราเป็นทุกข์ บ้าไปตามมันนะ เพราะอะไร เพราะไปตั้งเอาไว้ นั่นละอุปาทานเกิด ว่าทีมนี้ของกู ไปตั้งเอาไว้ทั้งนั้น จริงๆมันก็ไม่ใช่ของเรา ถ้าเป็นของเราได้ เราก็ต้องบอกมันได้สิว่า ทีมนี้ต้องชนะนะอย่าแพ้เด็ดขาด บอกได้ไหมละ ก็บอกไม่ได้ มันก็แพ้ชนะตามฝีมือ ตามโอกาสตามเหตุปัจจัย บางทีนักฟุตบอลไม่พร้อม เก่งจริงแต่ไม่พร้อม มาลงสนามตอนนั้น ความไม่พร้อมเจ็บป่วยบ้างอะไรกันบ้างก็เตะไม่ได้เต็มที่ ก็แพ้เขาก็มี ก็ตามเหตุปัจจัยเขาละ มันไม่ได้เป็นตามที่เรารู้ได้เลยละ นั่นจะเป็นของเราได้อย่างไร แค่นี้มันก็บอกอยู่แล้ว มันมีอะไรที่ให้เราสังเกตอยู่ เหตุนี้เราให้วิชัยหาสังฆกรรมให้เจอแล้วยอมรับสังฆกรรมตรงนั้น ว่ามันเป็นอนิจจังอย่างไร มันเป็นอนัตตาไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เราไม่ใช่ตัวตนของเรา เห็นมันแล้วมันก็ค่อยๆจางคลายหมด เมื่อมันจางคลายอุปาทานมันจางคลายไปเรื่อย อวิชามันไม่ได้กำลังแล้ว ไม่ได้อาหารเด็ยมันก็ตายละ นั่นละเขาเรียกขังเสียเอาไว้ อย่าให้อาหารมัน แล้วมันจะอาละวาดนะ พอมันจะตาย แต่มันอาละวาดก็ไม่ให้อาหารมัน มันก็หมดกำลัง พอมันหมดกำลังแล้วมันจะเพียบแล้วที่นี้ หมดฤทธิ์ที่จะอาละวาด แล้วเด็ยมันก็ตาย ฉันทโคฉันทนั้นปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน อย่าให้อาหารมันเท่านั้นนะ แล้วที่นี้พอไม่ให้อาหารมันจะดิ้นรนนะ มันจะอาละวาดให้ทันเกมมัน ให้รู้สถานะของมันนั่นเอง รู้ความจริงของมัน นั่นละพิจารณาสังฆกรรมเรื่อยๆ เข้าใจยังละ? หือ (ผู้ฟังถาม: เอ๊ะ อย่างผม ผมก็อาจจะไม่ได้กล่าวโทษครูบาอาจารย์นะครับ แต่ว่าอย่างกรณีหลวงตาบัว ผมเห็นเวลาท่านโกรธบ่อยๆอย่างนี้ หรือว่าท่านไม่ได้วางใจใหม่ครับหลวงพี่? ผมเคยเห็นกับตา ผมก็รู้สึกไม่ค่อย... ใจผมอาจจะไปผูกกับท่านด้วยว่า ทำไมท่านเป็นอย่างนั้น คือคาดหวังมากไป) คือกิริยาอาการภายนอก บางครั้งนี่ เราต้องดูให้ดี บางทีมันก็เรียกว่ากิริยาอย่างเดียว บางทีภายในท่านไม่มี มันเป็นกิริยา พระอรหันต์มีแค่กิริยา (ผู้ฟัง: แต่ท่านค่าเลยนะ) เออ ก็พูดเป็นกิริยา แต่ใจมันไม่มี นั่นต้องระวังให้ดี เหมือนพระสารีบุตรนะ กระโดดข้ามคลอง ครั้งแรก ครั้งสองก็กระโดดข้ามคลอง พระก็ไปทูลพระพุทธเจ้า อัครสาวกทำไมกระโดดข้ามคลอง ก็เป็นกิริยาของท่านเฉยๆท่านเคยคิดมา แต่จิตท่านไม่มีอะไร เหมือนบางองค์เจอพระด้วยกัน พระด้วยกัน “ไอ้อ่อยๆ” ไอ้อ่อยเลยนะ อย่างเจอเราอย่างนี้เบิร์ดนี่ เขาไม่เรียกชื่อเบิร์ดนะ เขาบอกไอ้อ่อย ไอ้อ่อยๆ เขาไปฟ้องพระพุทธเจ้า ว่าพระองค์นี้ว่าคนอื่นเขาไอ้อ่อยๆ

พระพุทธเจ้าบอก จิตท่านไม่มีอะไร ใ้อ่ถ้อยของท่านคือคุณนะ เพราะอะไร เพราะเป็นคนบริหาร เป็นหัวหน้ามาหลายภพหลายชาติ เขาควบคุมบริษัทบริหารมันดีมา ท่านจึงบอกนิสัย-วาสนาตัวนี้ละไม่ได้พระอรหันต์ ละได้แต่พระพุทธเจ้า แต่กิเลสละได้ นั้นจะไปดูพระบางทีดูเรียบร้อยมันจึงไม่ใช่ใจ แล้วแต่นิสัยที่ท่านอบรมมาในอดีตเป็นอย่างไร ไปดูท่านเรียบร้อยไม่ได้ ถ้าเอาตรงนี้ไปวัดพระปัปเสร์จเลย ถ้าไปเจอของจริงนี้เสร์จเลย (ผู้ฟัง: เพราะบางทีที่ไปก็คือ ยังไม่ทันฟังท่านเทศน์ ท่านก็สะบัด จะโกรธอะไรก็ไม่รู้ แล้วก็พึดเพียดว่าคนเยอะวุ่นวาย ร้อนอะไรแล้วท่านก็เดินไปเลย ผมก็โ้ออะไรของท่าน สมัยฟ้าป่าช่วยชาติ) คนแก่ จะเห็นเวทนาขึ้นมา แล้วท่านอาจจะไปของท่านอย่างนั้น ไปพัก

เหตุนี้ให้พิจารณาสังเกตมันเรื่อยๆขั้นห้า เหมือนความคิดนี้ จริงใหม่ละ เราอยู่กับมันเราคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ได้ตลอด มันก็เลยสำคัญความคิดเป็นเราคิดใช่ไหม ที่นี้ถ้าหมุนกลับ ทำไมคิดแล้วมันถึงดับไปเลย ใ้อ่เรื่องชอบทำไมมันอยู่ไม่ได้ บางครั้งบางเรื่องไม่อยากจะคิดทำไมมันคิดละ บังคับมันไม่ได้เพราะอะไรละ เพราะความคิดมันไม่ใช่ของเราละ มันไม่ใช่ของเราที่ “วาง” มันซะ มันจะคิดคิดไม่คิดก็เรื่องของมันซะ อย่าตามมันอย่างเดียว ไม่เอาเราเข้าไปในมันเท่านั้นละ เดียวมันก็ค่อยๆไป เขาจึงบอก จะคิดก็ให้รู้มันคิด ไม่ต้องห้ามมัน แล้วก็ไม่ต้องไปเล่นกับมันนั่นเอง ไม่ไปยึดว่าเป็นของเรานั้นเอง ก็เลยเรื่องของความคิด เขาเรียกว่าสังขารสักแต่ว่าสังขาร วิญญาณสักว่าวิญญาณ เวทนาสักว่าเวทนา สัญญาสักสัญญา รูปสักแต่ว่ารูป เห็นสักแต่ว่าหมด ไม่ใช่ของใคร เข้าใจยังละวันนี้ วันนี้พอได้อะไรไหมวันนี้

ลองไปฟังดูไปพิจารณาเรื่อยๆ (ผู้ฟัง: เวลานี้ถึงคำพูดของท่านอาจารย์ มันก็ขึ้นมาเรื่อยๆ ธรรมชาติมันก็อยู่อย่างนี้ แต่ว่าเราก็ไปสุดโต่งทางโน้นไปสุดโต่งทางนี้ มันก็เลยไม่เป็นกลาง พอเสร์จพอเข้าใจจุดนี้ ก็เริ่มจะแก้จุดต่อไปต่อไป ก็เลยบอกคุณวันอยากฟังต่อจ้เลย วันนี้ก็สนใจเจ้าคะ นึกอยากฟังจุดนี้ก็ได้ฟัง บอกคุณวันว่า เราทำไมนั่งอยู่ตั้งนานทำไมไม่มองเห็นจุดนี้เลย ที่จริงมันก็ไปๆมาๆก็เห็นธรรมชาติอยู่ แต่ว่าไม่อยู่ตรงกลาง เพราะจับจุดไม่ได้ พอท่านอาจารย์พูดก็ อ้อ พอรู้จุดหนึ่งแล้วมันก็คลาย ก็เลยอ้อ พอเห็นจุดหนึ่งมันก็ค่อยๆไป วันนี้โยมนี้ เอ๊ อยากจะฟังท่านอาจารย์พูดเรื่องรูปนาม แยกรูปนามกับวิญญาณ อันนี้ก็สนใจ อยากฟัง เพราะโยมคิดว่า เอ๊ ถ้าไม่ยากเกิดนี้มันจะต้องไม่มีวิญญาณไปนั้นเพื่อจะให้มันมีเชื่อมีภพขึ้นมาได้ เมื่อกี้ไถ่ๆจะจบนะที่กล่าว

จุดตอบให้โยมเข้าใจ ที่บอกว่าไม่ให้อาหารมัน มันก็จะไม่มีกำลังสืบต่อ ก็เลย โธ่ ตรงจุดพอดี) นั่นละเหมือนยอมรับสังขารม พอยอมรับสังขารมมันก็ทำงานไม่ได้ โมหะมันทำงานไม่ได้ โมหะทำงานไม่ได้ก็เท่ากับไม่ให้อาหารมัน (ผู้ฟัง: อย่างนี้ก็ได้ฟังแต่ว่ามองข้ามจุดที่ว่าเป็นกลางไป เข้าใจแต่ว่าท่านอาจารย์ยิ่งพูดเลยเข้าใจ เลยถูกจุดพอดีละเออ ตั้งใจมาจุดนั้นก็ฟัง ตอนแรกไม่ทราบว่ เอ๊ จะปล่อยวางจิตจะดับวิญญาณไม่ให้มันเกิดภพ ไม่รู้จะไปทำจุดไหนเพื่อไม่ให้มันไปนั้นต่อใช่ไหม มันไปไปสร้างภพได้ตรงมันก็ได้สัมผัส ทีนี้ที่ท่านอาจารย์พูดไม่ให้อาหารมัน แล้วมันก็จะไม่เกิดวิญญาณ แต่นั่นก็ต้องอ่านคฤสติ อยู่เราเข้าไปหลงเข้าไปเพลินในสมาธิ ทั้งตาทั้งหูใช่ไหม) ให้มีสติเข้าไปนั้นละ ให้รู้เห็นความจริงของมัน ความจริงของขันธห้ามันเป็นอย่างไร ไม่ใช่ของเราเห็นมันบ่อยๆเข้า ไม่ใช่ของเรามันจะวางของมันไปเรื่อยๆ (ผู้ฟัง: จุดนี้ใช่ไหมเจ้าคะที่จะเป็นอาหารให้กับวิญญาณ) มันยึดร่างกายเป็นของเรา ความรู้มันก็รู้ว่าร่างกายเป็นของเรา ก็คือวิญญาณนั่นเองรู้ นั่นละก็เท่ากับโมหะทันที นั่นละวิญญาณมันเกิด มันก็เลยเป็นอาหารของรูปนามที่จะไปเกิดต่อ เมื่อความรู้ว่าร่างกายไม่ใช่ของเรา วิญญาณที่จะเกิดเป็นโมหะที่รู้ว่าร่างกายเป็นของเราก็ไม่มี เมื่อรู้ว่าเวทนาไม่ใช่ของเรา วิญญาณที่จะรู้ว่าเวทนาเป็นของเราก็ไม่มี เพราะเห็นความจริงว่าเวทนาไม่ใช่ สัจญาสังขารวิญญาณก็เหมือนกัน แม้แต่ตัววิญญาณความรู้ที่ว่าเป็นของเราก็ไม่ใช่อีก ทำไม่ถึงไม่ใช่ก็พูดให้ฟังเมื่อก็ เมื่อเห็นรู้มันหมด มันก็เลยไม่มี มันก็เกิดไม่ได้ เมื่อมันเกิดไม่ได้บ่อยเข้าถ้าเข้าต่อเนื่องไปเรื่อยๆ สุดท้ายอวิชชามันก็ดับ ดับหมด รูปนามก็ไม่มีแล้วที่จะเกิด (ผู้ฟัง: จุดนี้โยมพยายาม เอ๊ หากจุดนี้ แล้วเราจะทำอย่างไรเพื่อจะไม่ให้วิญญาณมันไปต่อ ตัวไหนที่เราจะต้องรู้จะต้องเข้าใจ หาด้วยตัวเองไม่เจอ พอท่านอาจารย์มาพูดที่บ้านและที่วันนี้ตรงนี้เอง เมื่อก่อนนี้โยมไม่เคยได้ถามตัวเอง ถามตัวเองว่าทุกข์ เราจะวางวิญญาณจะทำอย่างไร โธ่ ต่างกัน ก็มันไม่เจอ ปัญญา มันน้อยเจ้าคะ ปัญญา มันน้อยและสติมันน้อยเจ้าคะ)



“เวลาทำสมาธิ ให้ระลึกลมหายใจเข้าออก ให้รู้ลมหายใจเข้าออก หายใจเข้า สิ้นก็รู้ หายใจออกสิ้นก็รู้ หายใจเข้ายาวก็รู้ หายใจออกยาวก็รู้ ไม่ต้องบังคับลมหายใจ ตามรู้ลมหายใจเข้าออก สงบก็รู้ ไม่สงบก็รู้ สงบก็ไม่ยินดี ไม่สงบก็ไม่ยินร้าย ไม่เอาทั้งสงบและไม่สงบ เอาแค่รู้ตามความเป็นจริงของสภาวะธรรมปัจจุบันนั้น.”