

“การปฏิบัติธรรมไม่ยาก”

เทศน์ที่ สถานปฏิบัติธรรมป่าวิเวกสิกขาราม อ.พล จ.ขอนแก่น

พระอาจารย์วิชัย กัมมสุทโธ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๕๒

คือพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ธรรมนี้ได้โดยง่าย ธรรมนี้มีได้โดยยาก ธรรมที่ได้โดยยากมิใช่ธรรมของเราตถาคต” หลวงปู่มั่นท่านอธิบายความอีกว่า ธรรมที่ได้โดยยากนี้เพราะอะไร เพราะ ๑. ปฏิบัติผิดทาง ที่มันได้ยากนะ ข้อที่ ๒. เพราะเกียจคร้านไม่ปฏิบัติ มี ๒ อย่างแค่นั้น ทีนี้พระพุทธเจ้าสอนพระอนุรุทธะในมหาปริสวัตก ๘ ประการ พระอนุรุทธะนี่ยังเป็นพระเสขะอยู่ ยังไม่ได้สำเร็จตอนนั้น ท่านก็ปริวัตกถึง ๗ ข้อ ถึงธรรมนี้เพื่อสติ เพื่อสมาธิ เพื่อปัญญา พระพุทธเจ้าทรงรู้ก็มาสอน มาสอนอีกว่า “ให้พิจารณาอีกข้อหนึ่ง คือธรรมวินัยนี้มีใช้เพื่อธรรมที่เนิ่นช้า ธรรมวินัยนี้เป็นไปเพื่อธรรมที่ไม่เนิ่นช้า” นี่แค่นั้นนะ ธรรมที่เนิ่นช้าคืออะไร คือตัณหา ทิฏฐิ มานะนี่ เพราะฉะนั้นให้ละตัวตัณหาทิฏฐิมานะ เท่านั้นละท่านวิจัยถึงข้อนี้ท่านก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ทีนี้พระพุทธเจ้าตรัสอีกบทหนึ่ง “สัมมาทิฏฐิเป็นเบื้องต้นของกุศลธรรมทั้งหมด อวิชชาเป็นเบื้องต้นของอกุศลธรรมทั้งหมด” นี่พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้ เหตุฉะนั้นการประพฤติปฏิบัตินี้ เราต้องเจริญสัมมาทิฏฐิก่อน ให้ทำความเห็นให้ถูกต้อง ให้เห็นให้ตรง ตั้งตนไว้ชอบ ก็เป็นเหตุให้กุศลถึงพร้อม กุสะลัสสุปะสัมปะทา การทำกุศลให้ถึงพร้อมในโอวาทปาติโมกข์นะ ละชั่วนะ ทำดีคือทำกุศลให้ถึงพร้อม ทำจิตให้บริสุทธิ์ปราศจากโลภโกรธหลง นี่แหละ เพราะฉะนั้นการจะทำกุศลให้ถึงพร้อมได้ ๑. ก็ต้องมีสัมมาทิฏฐิทำความเห็นให้ตรง เมื่อความเห็นตรงแล้วก็ตั้งตนไว้ชอบที่จะเดินนะ เหมือนเราจะเดินทางนี้ ถ้าโยมอยู่กรุงเทพฯโยมจะมาขอนแก่นนี้ ถ้าโยมบ่ายหน้ารถไปทางระยอง โยมวิ่งเร็วเท่าไรโยมถึงขอนแก่นใหม่ (ลงทะเล) เอ้อ ลงทะเลไม่ถึง เหตุฉะนั้นการบ่ายหน้าที่ถูกต้องต่างหาก เมื่อรถนั้นอยู่ในทาง รถดี รถอยู่ในทาง ถูกทิศทางแล้ววิ่งเร็วเท่าไรหรือยังถึงเร็ว นี่ทักษะให้ฟัง จริงไหมละ นั่นละเพราะฉะนั้นการทำความเห็นให้ตรงก่อน คือสัมมาทิฏฐินั่นเอง การตั้งตนไว้ชอบมันจะตามมา แล้วเป็นเหตุให้กุศลถึงพร้อม เป็นเหตุให้เดินองคัมภรคั่นเอง เพราะนั่นมรรคทั้ง ๗ ข้อถ้าไม่มีสัมมาทิฏฐิประกอบ สติก็ยังไม่ใช่เป็นสัมมาสติ สมาธิก็ไม่เป็นสัมมาสมาธิ ถ้าไม่มีสัมมาทิฏฐิประกอบ เข้าใจยังตรงนี้ ทีนี้พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า ว่าไง (แล้วอย่างนี้จะทราบได้

อย่างไรว่า ความเห็นของเราตรงแล้วหรือไม่) ที่นี้เดี๋ยวจะบอกให้ ในกาลามสูตรนะ อันนี้จะเทียบแต่ละสูตรให้ฟัง ในกาลามสูตรพระพุทธเจ้าพูดไว้ ๑๐ ข้อ ไม่ให้เชื่อเพราะทำสืบต่อกันมา ไม่ให้เชื่อเพราะเล่าขานสืบต่อกันมา ไม่ให้เชื่อเพราะมงคลตื่นข่าว ไม่ให้เชื่อเพราะการคาดคะเน การตรึกตามอาการ การคาดเดา ไม่ให้เชื่อเพราะสังเกตอาการ ไม่ให้เชื่อเพราะผู้พูดน่าเชื่อถือ ไม่ให้เชื่อเพราะผู้พูดเป็นครูของเรา อันนี้เป็นเรื่องภายนอกหมด อันนี้เป็นเรื่องภายในอกนะ ที่นี้ท่านบอกอีก ไม่ให้เชื่อเพราะเข้าได้กับความเห็นของเรา อาตมาใช้ภาษานี้ ถ้าไปดูภาษาบาลีเขาเรียกมันเกี่ยวกับทักขณฺฐิ คือความเห็นนี้ตรง แต่ถ้าหนังสือเขาแปลบางทีเขาแปลบอกว่า เข้าได้กับลัทธิของเรา ถ้าลัทธินี้มันยังแบบ (แบบข้างนอก) อันนี้คือความเห็นของเรา ทักขณฺฐิ คำว่าความเห็นของเราเนี่ย ไม่ให้เชื่อตามความเห็นนี้ภายในแล้วนะ ไม่ให้เชื่อทั้งภายนอกไม่ให้เชื่อทั้งภายใน เห็นยังรู้จักความเป็นกลาง (ไม่รู้) ให้เชื่อเพราะพิจารณาเนื้อความธรรมดาตรงนั้นว่าเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล เป็นประโยชน์หรือเป็นโทษ พิจารณาแล้วเห็นแล้วอะไรควรทำอะไรควรละ ถ้าเป็นกุศลก็หัดไปเจริญกุ เป็นอกุศลก็หัดละ แล้วไปทำคุณถ้ำมันถูกต้องมันเบา เชื่อตรงนั้น เข้าใจยังที่นี้ ให้เชื่อธรรมดาเนื้อธรรมล้วนๆเลย ไม่ได้เชื่อเพราะคนพูด ข้างนอก ไม่ให้เชื่อเพราะความเห็นตัวเอง นียกตัวเองออก ยกอีกฝ่ายหนึ่งออกเหมือนศาลนะ นั้นละตั้งตาซึ่งอยู่ตรงกลาง นั้นละทำใจให้เป็นกลางนั้นคือมัชฌิมาปฏิปทา เข้าใจยัง ที่นี้ตรงนี้มันจะเป็นอย่างไรต้องหัดใจ หัด หัดวางอย่างนี้ หัดพิจารณาอย่างนี้ ทีแรกมันก็เหมือนดูยาก เพราะมันไม่คุ้นเคยมันเคยไปแบบเดิม แบบเหมือนวัวควาย สังเกตวัวควายใหม่ มันเคยไปกินตรงไหนมันก็จะไปกินตรงนั้น สังเกตใหม่ (ไม่เคยดู) ไม่เคยเลี้ยงวัวเลี้ยงควาย สัตว์เหมือนกัน มันเคยไปกินตรงไหนมันจะไปกินตรงนั้น เหมือนนกเหมือนกัน เราเคยมีข้าวให้มันกินตรงนี้ นกที่อื่นนะ มันก็มากินอยู่ตรงนี้ มันเคยมากินตรงไหนมันก็จะไปกินตรงนั้น ฉันทัดเหมือนกัน จิตเราเหมือนกันนี้ มันเคยไปกินตรงไหนก็ไปกินตรงนั้นละ สังเกตมันให้ดี มันเคยคิดแบบไหนมันก็คิดแบบนั้นละ เขาเลยว่าคุณค่าทำแบบเก่า ไม่คิดใหม่ทำใหม่ เข้าใจยังนี้มันเลยปกปิดไว้ นี้ตัวนี้ เพราะฉะนั้นนี้ให้สังเกตให้ดี นี้ละไม่ได้เชื่อความเห็นตัวเอง ไม่ได้เชื่อเพราะข้างนอก แต่ให้เชื่อโดยธรรมดาเนื้อความตรงนั้น ให้พิจารณาธรรมดาเนื้อความตรงนั้น เหตุผลตรงเนื้อความตรงนั้น นั่นคือตัวปัญญานั้นเอง ให้มีเหตุมีผลนั้นเอง การจะมีเหตุมีผลนั้นละต้องมีสติ ต้องระลึกขึ้นมา ปัญญาใคร่ครวญเหตุผลตรง

นั้นโดยถ่องแท้ ถ้ายังไม่รู้ว่าเหตุนั้นจะเกิดผลอย่างไรก็ดูผลมัน ผลมันบอกเหตุ เหมือน
ทุกข์มันบอกสมุทัย นิโรธมันบอกมรรค เข้าใจยังละ ถ้ามันหนักอึ้งนี่มันเป็นสมุทัยแน่ๆ
กลางอกเรานี้ เข้าใจยัง ละนั่นถ้าวิจยเหตุได้ก็วิจย ถ้ายังไม่เข้าใจเหตุก็ดูผลสวหาเหตุ
นั่นละถ้าเราหัดอย่างนี้เท่ากับเดินปัญญาแล้วนี้ เดินสัมมาทิฐิแล้วนะ นี่ละพระพุทธเจ้า
จึงบอก ส่วนสุด ๒ บรรพชิตไม่ควรเสพในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร คือทางรักกับทางชัง
เราพูดง่ายๆ ทางธรรม กามสุขัลลิกานุโยคไปทางกาม อตตกิลมถานุโยคทำตนเองให้
ลำบาก เราก็พูดง่ายๆเหมือนทางรักทางชัง ไม่ให้แฉะเวียนไปซ้ายหรือขวา ให้
มัชฌิมาปฏิปทา คือทางสายกลาง คือมรรคองค์ ๘ มรรคองค์ ๘ ขึ้นต้นด้วยสัมมาทิฐิ
สัมมาสังกัปปะ คำริชอบมาจากสัมมาทิฐิ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ
สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี่ ๘ ข้อ ทีนี้นี่อาตมายนลงนะ มัชฌิมาปฏิปทา ๘
ข้อนี่ย่อลงเป็น ๔ คือไม่มีอคติ ๔ ไม่ลำเอียงเพราะรัก เพราะชัง เพราะหลง เพราะกลัว
ย่อ ๔ ลงเหลือ ๑ นะคือทำให้มันเป็นกลาง เข้าใจยังทำใจเป็นกลางเหมือนหลวงปู่เท
สก์บอก “ผู้ใดทำใจให้ถึงซึ่งความเป็นกลาง ผู้นั้นจะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง” ทีนี้เป็นกลาง
ทำอย่างไร ทีนี้ความเป็นกลางตรงนี้ มัชฌิมาตัวนี้เป็นบุพภาคแห่งการตรัสรู้ ธัมมจัก
กัปปวัตตนสูตรเป็นสูตรที่คู่กับอนัตตลักขณสูตร เคยได้เรียนพุทธประวัติใหม่ เมื่อปัญญา
วัคคีย์ทั้ง ๕ นี่ฟังธัมมจักกัปปวัตตนสูตรแล้ว พระอัญญาโกณฑัญญะสำเร็จพระโสดาฯ
เมื่อสำเร็จพระโสดาฯแล้ว ต่อมาท่านก็สอนพระอีก ๔ รูปจนสำเร็จโสดาฯแล้ว ท่านก็
แสดงอนัตตลักขณสูตร พูดถึงเรื่องขันธ ๕ เป็นอนัตตา นี่ถ้าเราไปสังเกตสูตรนี้จริงๆ
ไปศึกษาจริงๆจะรู้ พระองค์บอกว่าขันธ ๕ นี้ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา
๓ ประโยคนี้คืออนัตตา จำให้ตึนะท่านพุทธทาสจึงมาใช้ว่าไม่ใช่ตัวกูของเรา ขันธ ๕ นี้
ไม่ใช่ของเราไม่ใช่เรา พระพุทธเจ้าขึ้นของเราก่อนนะ ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่
ตัวตนของเรา แล้วท่านก็ให้เหตุผลว่าขันธ ๕ นี้ทำไมไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตน
ของเรา เหมือนรูปร่างกายนี้ บังคับไม่ให้แก่เจ็บตายได้ไหม เมื่อบังคับไม่ได้จะเป็นของ
เราได้อย่างไร ถ้าของเราก็ต้องอยู่ในบังคับบัญชาเราได้ เวทนาก็เหมือนกัน สุขทุกข์
เฉยๆ จะให้มันคงที่อยู่ได้ไหม สัญญาความจำนี่คงที่ได้ไหม สังขารความคิด วิญญาณ
ความรู้ จะให้คงที่ได้ไหม เมื่อให้คงที่ไม่ได้ ก็ไม่ใช่ของเราไม่ใช่เราไม่ใช่ตัวตนของเรา
นี่พระพุทธเจ้าตรัสนะ นี่ให้เหตุผลต่อปัญญาวัคคีย์ทั้ง ๕ เสร็จแล้วท่านถามคืน รูป
เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อาตมาพูดรวมเลยนะ ท่านถามทีละคำ อันนี้พูดให้มัน

ย่นเวลา “รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเที่ยงใหม่” “ไม่เที่ยง” “ทุกข์ใหม่ทนอยู่ได้ใหม่” “เป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้” “เหตุนั้นเมื่อเป็นทุกข์แปรปรวนทนอยู่ไม่ได้ ใจของเราใหม่” ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ตอบว่าไม่ใช่ การที่ปัญจวัคคีย์ตอบตรงนี้ว่าไม่ใช่ของเรา นี่นั่นคืออะไรรู้ใหม่ นั่นละคือจิตมันเป็นกลาง ใจยัง เหมือนคนนั้นไม่มีอคติ คนถ้าไม่มีอคติเวลาเราไปซื้อผ้านี้ ผ้าเนื้อหยาบก็จะบอกว่าผ้าเนื้อหยาบ ผ้าเนื้อละเอียดก็บอกว่าเนื้อละเอียด นี่นี่คือไม่มีอคติ เหมือนเทพทัตรู้เรื่องเทพทัตใหม่ ที่ผิดก่อเวรกับพระพุทธเจ้าครั้งแรกสุดเพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะว่าสมัยพระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ พระเทพทัตเป็นเพื่อนกันกับพระพุทธเจ้า เป็นพ่อค้าด้วยกัน ขายลูกบิดขายเครื่องประดับสตรี ที่นี้เทพทัตไปในเมืองหนึ่ง เศรษฐินี้ตกยาก ยากจน เหลือขายนี้ภรรยาเศรษฐีกับหลาน ตระกูลนี้ตระกูลเศรษฐี พอเทพทัตมา หลานสาวนี่ก็อยากได้เครื่องประดับลูกบิด ก็รับร่ำขายให้ซื้อ ขายก็ไม่มีเงินนะเพราะตกยาก ก็เลยเอาถาดทองคำให้ แต่มันถาดเก่า พอเทพทัตจับปั๊บ แปลกใจมาซูดู ทองคำ ราคาทองคำนี้เป็นแสนหาปณะ ราคาสูงมากถาดนั้นนะ นี่บอกอย่างไร โอ๊ย ถาดนี้ไม่มีราคาหรอก สู้ราคาเครื่องประดับลูกบิดของเราก็ไม่ได้ เราไม่เอาหรอก ไป กดรราคาไว้ แต่จะย้อนมาเอาละ นี่ละคืออะไร นี่คืออคติ ลำเอียงเพราะอะไร เพราะโลกเพราะล้นทาทฯ ใจใหม่ ลำเอียงเพราะรักแล้วนี่ เพราะอยากได้โลกนะ พระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์มาทีหลัง มาเห็นปั๊บ ก็ขายของเดียวกันนี้จะเอาอะไร เขาบอกว่า นี่เขาไม่มีเงิน จะเอาถาดนี้แลกเปลี่ยนได้ไหม ท่านจับปั๊บน้ำหนักมันผิดปกติ ท่านก็ซูดูเหมือนกัน เป็นทองคำ ท่านบอกว่าราคาถาดนี้นะ มากกว่าสินค้าทั้งหมดที่เราขนมา ถามว่าขายจะแลกอยู่หรือ แลก บอกว่าแลกนะ แลกเพราะว่าหลานสาวอยากได้ เอ้า ตกลงถ้าจะแลก สินค้าให้หมดแถมเงินให้ด้วย แล้วก็เอาถาดทองคำนั้นไป เพราะท่านซื้อโดยราคายุติธรรม พอไปปั๊บเทพทัตย้อนกลับมาจะมาเอาถาด บอกว่าถาดนั้นขายไปแล้ว เป็นลมเลย พอฟื้นขึ้นมาปั๊บรีบตามไปเลย ตามที่นี้พระพุทธเจ้าขึ้นเรือแล้ว ข้ามฝั่งก่อน ข้ามแล้ว พอมาไม่ทันเรือออกจากท่าแล้ว มาแล้วก็เลยผูกพยายามจะจ้องเวรทุกภพทุกชาติ เพราะอะไร เพราะอคติไม่ใช่หรือ ความโลภก็ฉันทาคติใจ ลำเอียงเพราะรัก เพราะอยากได้ ตัวโลกนั้นนะลำเอียงเพราะรัก นี่ละคือไม่เป็นกลาง นี่พระพุทธเจ้าท่านเป็นกลาง ราคาสูงก็ว่าตามราคาสูงแถมเงินให้เขาอีก ฐานะแลกสินค้าทั้งหมดเขาก็โอเค (OK) แล้ว แต่ท่านก็ไม่เอาเปรียบเขา แถมเงินให้เขาอีก นี่ผลของอคตินี้ไปนรก แต่เนื่องจากระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้าระลึกถึงโทษได้

จึงเอาศีรษะเป็นพุทธรูชา ตัวนี้จึงต่อบุญ เมื่อพ้นจากนรกกว้างเว้นจากศาสนาของ
พระพุทธรเจ้า ก็จะได้เป็นพระปัจเจกฯ เพราะกุศลที่ทำไว้กับกุศลตัวนี้มันต่อกัน นี้
ลักษณะเป็นกลางเข้าใจยัง นั่นผ้าเนื้อหยาบก็ว่าไปตามหยาบ ผ้าเนื้อละเอียดก็ว่าไปตาม
ละเอียด ว่าไปตามความจริงของสิ่งนั้นๆโดยสมมตินั้นละ ไม่ไปบิดเบือนความจริงเขา
พูดไปตามสภาวะความเป็นจริงของสิ่งนั้นนะ นั่นละคือความเป็นกลางเข้าใจยัง ให้
สังเกตถ้ามันบิดเบือนอย่างนี้ อย่างเรื่องเทวดาไม่ใช่แล้ว นั่นละเมื่อใจเป็นกลาง เมื่อ
ถามว่ามันไม่เที่ยงจริงไหม มันไม่เป็นของเราจริง จะว่าเป็นของเราไหม ท่านก็ตอบ
ไม่ใช่ ท่านตอบตรงหมด นั่นคืออะไร ท่านตอบตรงตามความเป็นจริงของขั้น ๕ นั้น
ละคือจิตเป็นกลาง นั่นละตรง ตรงนั้นนะ ตรงซั่มมจักฯนั้นละมาประสานกันตรงนี้
เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว พระพุทธรเจ้าจึงตรัสต่อมาที่นี้ เมื่อตอบตรงนี้หมดแล้ว เมื่อท่าน
ทวนความเห็นของปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ นี้ ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ตอบตามความเป็นจริงแล้วนี้ จึง
บอกว่า รูปก็สักแต่ว่ารูป เวทนาสักแต่ว่าเวทนา สัญญาสักแต่ว่าสัญญา สังขารสักแต่ว่า
สังขาร วิญญาณสักแต่ว่า เธอเห็นสักแต่ว่า เมื่อเธอเห็นสักแต่ว่า นั่นก็ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่
เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เมื่อเห็นว่ามันไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา จิตก็
หลุดพ้น แค่นั้นนะ นี้ความเป็นกลาง เพราะฉะนั้นการประพฤติปฏิบัติหลักมันอยู่ตรงนี้
นะ ทำใจให้มันเป็นกลาง อาจารย์ปราโมชจะสอนก็ตาม ไม่ให้กด ไม่ให้เพ่ง ก็คือไม่
เอาเราเข้าไป ให้มันเป็นกลางนั่นเอง หลักมันอยู่แค่นั้นนะ ใครจะพูดอะไรมันก็อยู่หลัก
ตรงนี้ คือมัชฌิมาตรงนั้นนะ พระพุทธรเจ้าตรัสไว้หมดแล้ว จะพูดแบบไหนมันอัน
เดียวกันนั้นละ เข้าใจไหมละ เพราะฉะนั้นทีนี้จะมีปัญหา บางคนนั่งสมาธิ บางวันก็
สงบ บางวันก็ไม่สงบ อันนี้ไม่สงบไม่คิดเลยหลงพอ ทำอย่างไรให้มันสงบ เวลานั่ง
สมาธินี้ เวลามันสงบ เรานั่งสมาธินี้ไม่ใช่ปรารถนาความสงบนะ เรานั่งสมาธินี้
ปรารถนาอะไร เพื่อฝึกสติความระลึกในองค์กรรมฐานนั้นข้อที่ ๑ นะ ฝึกการระลึก ๒.
ฝึกให้ใจมันตั้งมั่นต่อองค์ภาวนาตรงนั้น ๓. ฝึกถ้ามันรวมลงไปฝึกหาตัวใจนั้นมันอยู่
ตรงไหน ตัวจิตตัวใจมันอยู่ตรงไหนให้รู้จักมโนทวารมันนะ ตาหูจมูกลิ้นกายนี้เรารู้แล้ว
นะ โยมารู้จักไหม มันเป็นของหยาบเห็นได้ แต่มโนตัวนี้มันอยู่ตรงไหน เมื่อสิ่งไหน
เป็นสิ่งที่ถูกรู้ มันมีตัวรู้อยู่ตรงนั้นใจก็อยู่ตรงนั้น หัดหาตัวมันนะ เมื่อเรารู้ว่าอันนี้คือ
อะไรนี่คืออะไร เราก็จะเข้าใจต่อไปอีก ท่านบอกว่าทุกข์เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ เป็นสิ่ง
ที่ควรรู้ คือให้สติดูมันนะ ให้สติระลึกรู้มัน สมุทัยคือสิ่งที่ควรละ คือละตัณหา ละ

อวิชชาตัวเอง อวิชาตัมหาเป็นสมุทัย การละอวิชาตัมหาก็คืออะไร ไม่เอาเราเข้าไป
ในนั้นนะเป็นกลางนั่นเอง ถ้าเอาเราเข้าไปในขันธ ๕ ไปยึดขันธ ๕ เมื่อไรนั้นละเป็น
อวิชา เข้าใจยังละ ที่นี้มีมรรคเป็นของที่ควรทำให้มาก นิโรธเป็นของทำให้แจ้ง ทำให้
มากคือเจริญสติสมาธิปัญญาตัวนี้ เหตุนั้นเวลานั่งมันสงบ ก็ให้รู้ว่ามันสงบ เวลานั่งมัน
ไม่สงบก็ให้รู้มันไม่สงบ ไม่เอาสงบไม่สงบเอาแต่รู้ก็พอ เข้าใจยังละ เวลามันสติมัน
ต่อเนื่องมันระลึกรู้ต่อเนื่อง ก็ให้รู้ว่ามันระลึกรู้ต่อเนื่อง มันระลึกรู้ไม่ต่อเนื่องให้รู้มัน
ระลึกรู้ไม่ต่อเนื่อง เอาแค่รู้ก็พอ ไม่ต้องเอาอะไร เวลาเดินก็ให้รู้ว่ามันเดิน เวลานั่งให้รู้
มันนั่ง ไม่นั้นพระพุทธเจ้าจะบอกหรือ เวลาหายใจเข้าสั้นก็ให้รู้ว่าหายใจเข้าสั้น หายใจ
เข้ายาวก็รู้หายใจเข้ายาว หายใจออกสั้นก็ให้รู้ออกสั้น หายใจออกยาว ท่านไม่ให้ไป
บังคับอะไร ท่านให้รู้ตามความเป็นจริงของมัน เอาแค่รู้ เข้าใจใหม่ละ รู้ตามความเป็น
จริงของตรงนั้นนะ รู้มัน แล้วจะเห็นความจริงของมัน ขันธ ๕ มันเป็นอนิจจัง มันเป็น
อนัตตาอยู่แล้ว เราไม่ได้ไปสร้างมันเกิดดับนะ มันมีเกิดแล้วมันก็ต้องดับของมันเอง เรา
มีแต่เฝ้าของมันอย่างเดียว สังเกตมันหัดของมันอย่างเดียว หัดเป็นผู้ของมัน หัดดูโดยไม่ลงไป
เล่นอะไรกับมันเลย เข้าใจยัง ไม่ยาก ผลอกก็ให้มันผลออกอีก เวลามันผลอมันลึ้มหรือ
มันหลงเข้าไป ก็เมื่อรู้ว่ามันผลอมันหลง ก็ให้มันรู้ว่ามันผลอมันหลงเอาอีก (เข้าใจแล้ว
เจ้าคะ เพราะว่าที่เห็นว่ายาก โยมยังมี) เอ้อ นั่นละไปเอามันอย่างเดียว (เพราะว่ายัง
อยากจะยินดี) เอ้อ นั่นละรู้ตามความเป็นจริงมัน มันไม่ดีก็ให้มันไม่ดี (เจ้าคะ) มันดีก็ให้
มันดี นี่เป็นกลางเข้าใจยัง (เข้าใจแล้วคะ) นี่จะไปอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้
มันเป็นอย่างนี้ อยากให้มันเป็นอย่างนั้นไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ มันเลยไปปิดเปลือก
มันตลอด ตัวตัมหานะไปปิดเปลือก พอดีก็อยากได้เป็นภาตัมหาเป็นกามตัมหา พอไม่ดี
เป็นทุกข์ขึ้นมาก็อยากผลัดไสลเป็นวิภาตัมหา วิภาตัมหา กามตัมหา ภาตัมหาเกิดจาก
อะไร เกิดจากอวิชาคือความหลงไม่รู้จริงของสภาวะธรรมตรงนั้นว่า มันไม่ใช่ของเรา
ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา จึงไม่ยอมวางมัน ยึดมันเป็นของกูตัวกูโดยไม่รู้ตัว ถ้าพูด
โดยลึกเข้าไปก็ยึดตัวจิตนั้นละเป็นของกูตัวกูนั่นเอง เพราะมันสงวนความรู้ทั้งหมด ก็
มันสงวนตัวรู้นั่นเอง เหตุนั้นนะเดินตรงนี้ไปเรื่อยๆ ฝึก จะเดินอย่างไรก็รู้มันเดิน จะ
นั่งให้รู้นั่ง เพราะนั้นปฏิบัติธรรมเอาตามใจบอก นี่ให้เขียนรูปไว้หน้าศาลา ต้องเดิน
ไปไกลๆหน่อยคุณขึ้นไป (กับภาพไหน) ภาพพระโพธิสัตว์อริชฐานลอยถาดทวน
กระแสน้ำ กระแสธรรมทวนกระแสโลก ให้เขาเขียนไว้ กระแสธรรม ทำคือกรรมนะ

ไม่เอา ละของถูกละตัวกู สะอาด สว่าง สงบ วิชชา กระแสโลก ทำคือกรรม เอา ของกู
ตัวกู ยึดมั่นถือมั่น มีคบอด เหนื่อยเปล่า อวิชชา นี่มันทวนกันกระแสธรรมกระแสโลก
ที่นี้ไม่ใช่คำว่าทางโลกทางธรรมนะ ไม่ใช่ว่าทางโลกทางธรรม เพราะอะไร เพราะเดี่ยว
จะเข้าใจผิด อย่างโยมมุ่งฝ้ออย่างนี้เรียกว่าทางโลก อย่างนี้(อาตมา)เรียกว่าทางธรรม
กระแสธรรมกระแสโลกเกิดที่ไหนล่ะ นี่หัวใจสัตว์นะ ไม่ได้เกิดที่วิหารลานเจดีย์นะ
เพราะฉะนั้นกระแสธรรมกระแสโลกเกิดที่ใจนะ ดันน้ำดันตำซำรก็มี ดันกระแสโลก
กระแสธรรมคืออะไร ก็คืออวิชชาหรือวิชชานั้นเอง เหตุนี้ถ้าเข้าใจตรงนี้ กระแส
ธรรมไม่ได้เลือกหญิงเลือกชาย เลือกผู้ใหญ่เลือกคนแก่เลือกเด็ก ไม่ได้เลือกฆราวาส
นักบวช ทุกคนมีสิทธิ์เสมอกันหมด ถ้าผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม นี่มันละสมมติ
หมด เข้าใจยัง ไม่ใช่ทางโลกทางธรรมนะ กระแสธรรม ถ้าตราบใดเมื่อไรโยมมี
สติสัมปชัญญะ ละวางขันธ ๕ ไม่ใช่ของเราไม่ใช่เรา ระลึกได้เมื่อไรวางมันเมื่อนั้น นั่น
เป็นกระแสธรรม ถ้าเอาเมื่อไรเป็นกระแสโลก เหตุนี้ถ้าโยมเข้าใจตรงนี้ จะไม่น้อย
เนื้อต่ำใจว่าเกิดเป็นหญิง เพราะมันมีสิทธิ์เสมอกันหมด แล้วจะไม่แยกด้วยว่าวัดหรือ
บ้าน เพราะปฏิบัติธรรมได้ทุกขณะทุกเวลา เข้าใจตัวนี้ใหม่ ทุกขณะทุกเวลา ตราบใดที่
โยมยังตื่นขึ้นมารู้สึกตัวขึ้นมา นั่นเป็นเวลาปฏิบัติธรรมได้ เมื่อโยมมีสติระลึกอยู่ใน
ชีวิตประจำวัน จะเดิน จะนั่ง จะยืน จะเหิน จะคู่ จะเหยียด โยมมีสติระลึกไปตาม
อิริยาบถเหล่านั้น จะคิดก็ระลึกไปเรื่องคิด มันคิดไปอะไรแล้วมันดับอย่างไร ให้รู้ตาม
มันตามความเป็นจริงของขณะนั้นปัจจุบันตรงนั้นๆ นั่นละโยมปฏิบัติธรรมอยู่ตลอด
เข้าใจยัง (ผมนั่งฟังพระอาจารย์อยู่ ผมก็สังเกตตัวเองแล้วก็ดูมันคิดอะไร) เอ้อ ก็สังเกต
ตัวเองนั่นละเรื่อยๆนะ คิดมันก็คิดก็ตามดูตามรู้มันไปเรื่อยๆ แล้วโยมจะเข้าใจมัน จะ
เข้าใจความจริงของมันมันคืออะไร มันแสดงมันอยู่แล้วเราไม่ต้องไปทำอนิจจัง ไม่ต้อง
ไปทำอนัตตา เพราะตัวมันเป็นอนิจจังอนัตตาอยู่แล้ว เพียงแต่อวิชามันปกปิด มันมา
หลงว่าเป็นของเรา ถ้าโยมเข้าใจตรงนี้แล้วไม่ใช่ของเรา ที่นี้เฝ้าสังเกต บางทีก็พลอยยึด
เป็นของเราอยู่ โยมก็จะได้เห็นว่ามันยึดอย่างไร เรียนรู้กับมันไปตลอด เมื่อเห็นมัน
เมื่อไรก็เท่ากับละมันนะ นี่มันไม่เห็นมันจึงไม่ละ ที่นี้สติจึงต้องเจริญให้มาก เปรียบ
เหมือนบุรุษเฝ้าบ้าน ถ้าบุรุษนั้นไม่อยู่บ้านหรือนอนหลับ โจรเข้าบ้านรู้ไหม (ไม่รู้) จะรู้
อีกที่ตอนไหน (กลับมาบ้าน) ของมันหาย ที่นี้ถ้าบุรุษนั้นนั่งตื่นอยู่เฝ้าบ้านอยู่ โจรเข้า
บ้านรู้ไหม (รู้) รู้ว่ามันเข้าทางไหนด้วย นั่นคือปัญหาที่เราจะจัดการโจรอย่างไร เข้าใจยัง

ที่นี้ นั่นจึงต้องฝึกสติสัมปชัญญะให้มาก เมื่อมันมาปัญญา สัมปชัญญะคือตัวปัญญา เมื่อโจรเข้าบ้านมันรู้แล้วมันจะจัดการโจรอย่างไร นั่นละปัญญาจะเกิดตามเรื่อง เหตุนั้น ถ้าไม่ฝึกสติ ปัญญาไม่เกิด ถ้ามุ่งแต่ความสงบสมาธิอย่างเดียวไม่เกิด สติต้องฝึกให้มาก เหตุนั้นจะเดินจะคู่จะเหยียดจะทำอะไรทุกอิริยาบถนั้นนะให้มีสติอยู่ ตามรู้ เผลอแล้ว แล้วไปนะ ระลึกได้เอาใหม่ เผลอแล้วแล้วไป ไม่ต้องไปใส่ใจ ถ้าไปใส่ใจในผลอ ไปตำหนิตัวเองอีกก็ผลออีกรอบ เพราะว่ามันดับไปหมดแล้ว ดับไปแล้วยังไปเอาสัญญา ขึ้นมากก็ผลออีกรอบ แล้วอีกอย่างหนึ่งให้รู้จักว่าขั้น ๕ นี้พระพุทธเจ้าว่าไม่ใช่ของเรา คำว่าไม่ใช่ของเราคือของอะไร (ของกลาง) ของกลางนั่นเอง คำว่าของกลางนี่กิเลสใช้ได้ ไหม (ใช้ได้) ได้ไหม (ได้ครับ) สติปัญญาใช้ได้ไหม ได้ เหตุนี้เมื่อกิเลสใช้หรือ สติปัญญาใช้ ความเป็นกลางของขั้น ๕ หายไปไหนไหม เอ้อ ยังเดิมคือเป็นเหมือนเดิม เหมือนเงินนะ เงินเป็นของกลาง โยมเอาไปซื้อของเขาก็รับ ขายไหม (ขาย) อาตมาไปซื้อเขาขายไหม (ขาย) เงินก็ยังทำหน้าที่ความเป็นกลางแลกเปลี่ยนได้ เข้าใจยัง ขั้น ๕ เหมือนกันมันก็เป็นกลาง แม้แต่เราหลงอยู่ขณะนั้นนะ ความเป็นกลางของขั้น ๕ ก็ยังเป็นกลางอยู่ แต่ความหลงตรงนั้นนะเราไปเชื่อมันต่างหาก ไปเชื่อมันเลยหลงว่าเป็นตัวตนของกูตัวกูอยู่ตรงนั้น เลยทำตามมันนะ เข้าใจยังที่นี้ เหตุนี้เมื่อมันผลอแล้วแล้วไป ระลึกได้เอาใหม่มันไม่ใช่ของเราสักอย่าง อาศัยมันเฉยๆ อาศัยมันทำงานทำหน้าที่เหมือนอาศัยร่างกายเฉยๆ มันเปลี่ยนมุกกลับแล้ว ไม่ใช่ของกูแล้วนะแต่อาศัยมันทำ เพราะมันยังมีเหตุอยู่ ลมมันยังอยู่ เพราะฉะนั้นหลวงปู่ดุลย์จึงบอก แม้แต่หลงอยู่ ล้างจรรมนั้นก็ไม่ได้หายไปไหน มันยังอยู่ของมันอย่างนั้น ความเป็นกลางของขั้น ๕ ยังเป็น แต่เราไปหลงตามที่มันอุปาทานขึ้นมา ใจไหม เวลามันหลงเป็นกูขึ้นมามันก็ซัดเคือง มันก็จะออกตามมันเลยใจไหม เพราะอะไร เพราะเราไม่รู้ความจริงว่า ความโกรธความอะไรไม่ใช่ของเราเป็นของกลางนะ เราอย่าไปหลงตามมัน มันผลอไปโกรธแล้วนี่จิงหว่าหนึ่ง แต่จิงหว่าที่ ๒ เรามีสิทธิ์ไม่เอาตามมัน จนกว่ามันจะไม่ผลอมันทันมัน เมื่อทันมัน เห็นแล้วว่าความโกรธไม่มีประโยชน์ ไร้สาระไร้แก่นสาร มันก็ไม่โกรธแล้ว ไม่รู้จะโกรธไปทำไม แล้วมันเป็นเรื่องของกลางไม่ใช่ของเราจะโกรธเพื่ออะไร เพื่อเราหรือ เรามันไม่มีนะ เหตุนี้ที่วางใจอย่างนี้แล้วโยมจะรู้ว่าวางทิฏฐิได้ยังหือ นี้ละแม้แต่ความเห็น อย่าเชื่อเพราะเข้าได้กับความเห็นตัวเอง ถ้าโยมวางอยู่อย่างนี้ มันจะวางทิฏฐิความเห็นตัวนี้ไหม เข้าใจยัง กลางให้มันเป็นกลางนี้ พูตามเนื้อผ้า หัด

ดูความจริงของมัน สัจธรรมของมัน พูดยไปตามความจริงของมัน ทำไปตามความจริงของมัน มันเลววางความเห็น แม้แต่ความเห็นก็ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ของเราก็ไม่จำเป็นต้องตามมัน ถ้ามันเป็นประโยชน์ก็ทำมันไป มันเป็นโทษก็ละมันไป เพราะมันไม่ใช่ของเรา แค่อาศัยเหตุปัจจัยอาศัยกรรมอยู่เฉยๆ เข้าใจยังที่นี้ หือ ที่นี้แต่อย่าว่ายาก ถ้ายากเพราะยังเห็นว่ามันยาก ความเห็นนั้นมันบังอยู่เห็นยัง ตราบใดที่เราฝึกสติ เราระลึกรู้มัน ใ้ห้มันไปเรื่อยๆ คุมมันไปเรื่อย แม้แต่ความเห็นว่ายากเกิดแล้วก็ดับ แล้วมันจะอยู่ตรงไหน จะว่ายากอยู่ตรงไหน ตัวมันยังเกิดดับ นั้นละถ้าโยมเห็นมันอย่างนั้นมันเลยไม่ยาก โยมก็เลยเดินอยู่ในสายธรรมตลอด อยู่ในสายไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วก็สูญญตา แล้วโยมจะยากไหม เหมือนโยมรณะะ เข้าที่แล้วนี่มาขอนแก่น หน่น้ำรถถูกต้องอยู่ในถนนแล้ว ขับเร็วเท่าไร ที่นี้ปัญหาอยู่ว่า ใครจะเร็วหรือช้า ก็จึงว่ามีปัญหาว่า ต้นมะม่วงกับต้นมะเขืออะไรให้ผลเร็วกว่ากัน (มะเขืออะ) นั่นคืออะไร นั่นคือพันธุ์มิใช่หรือ นั่นคือกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ ก็คือกรรมในอดีตกรรมปัจจุบันของเราที่สั่งสมมา อันกรรมอดีตเราแก้ไขไม่ได้ กรรมปัจจุบันเราทำได้ แต่กรรมปัจจุบันทำได้เต็มที่อย่างไร ก็ได้บวกกับกรรมอดีตเท่านั้น เหมือนต้นทุเรียนคนไม่เท่ากัน ก็ได้ผลไม่เท่ากันเร็วช้าต่างกัน อันนั้นเรื่องของกรรม ก็ยกให้เป็นเรื่องของกรรมชะ ไม่ต้องไปเดือดร้อน เราก็มึหน้าที่ทำไปเรื่อยๆ เข้าใจยังที่นี้ หือ ดิ้นขึ้นยัง หือ (ดิ้นขึ้นแล้วอะ).