

# “สัมมาทิฏฐิในการปฏิบัติธรรม”

เทศน์ที่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิศพิมุข กทม.

จัดโดยชมรมกัลยาณธรรม

พระอาจารย์วิชัย กัมมสุทโธ ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๕

เจริญพร ท่านอธิการบดีฯ ชมรมกัลยาณธรรม และพุทธบริษัททั้งหลาย วันนี้เป็นโอกาสวันหนึ่งที่อาตมาจะได้มาแสดงธรรม เพื่อเสริมสติปัญญาให้แก่พุทธบริษัทที่สนใจ การฟังธรรมนั้นให้ตั้งสติระลึกลงฟัง ให้สมาธิตั้งมั่นลงการฟัง ไม่ต้องไปบริกรรมหรือไปมุ่งต่อความสงบ ให้มีสติสมาธิอยู่ที่การฟัง เนื้ออรรถธรรมที่แสดงไปแต่ละขณะแต่ละประโยค พิจารณาอยู่ตรงนั้นจะเข้าใจในสิ่งที่ผู้แสดง ในมูลปริยายสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ มูลเหตุแห่งการไม่บรรลุธรรม เพราะไม่ได้คบสัตบุรุษหรือพระอริยะ ไม่ได้ฟังธรรมของสัตบุรุษหรือพระอริยะ ไม่ได้รับคำชี้แนะธรรมของสัตบุรุษหรือพระอริยะ จึงเป็นมูลเหตุหนึ่งที่จะไม่ได้บรรลุธรรม เหตุนั้นการฟังธรรมนั้น เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับผู้ที่ยังเริ่มประพฤติปฏิบัติใหม่ อุปมาเหมือนเด็ก เวลาเด็กเกิดมานั้น ไม่สามารถที่จะเลี้ยงตัวเองได้ แม้แต่จะกินนมก็ต้องอาศัยพ่อแม่หรือพี่เลี้ยงก็ต้องอาศัยผู้อื่นก่อน ผู้ปฏิบัติธรรมที่ยังไม่มีหลักฐานมั่นคงก็เหมือนเด็กอ่อน ก็ต้องอาศัยกัลยาณมิตร คือสัตบุรุษนั้นเป็นทางเดินไปก่อน พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ กัลยาณมิตรเป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์ ผู้ที่มีกัลยาณมิตรก็เท่ากับผู้นั้นได้เดินมรรค ๘ ทำไมถึงกล่าวเช่นนั้น เพราะการที่เราได้พบกัลยาณมิตร ได้พบสัตบุรุษ เราจะได้รับฟังความรู้ความเห็นที่ถูกต้อง ที่ท่านแสดงออกมา ความรู้ความเห็นที่ถูกต้องนั้น มันเป็นเหตุปัจจัย เมื่อเราตั้งสติลงฟัง ตั้งสมาธิลงฟัง พินิจพิจารณาเนื้ออรรถธรรมนั้น เห็นแจ้งความจริงในเนื้ออรรถธรรมนั้น มันจะเปลี่ยนความเห็นผิดไปสู่ความเห็นถูก เรียกว่าสัมมาทิฏฐิมันเกิด เมื่อสัมมาทิฏฐิมันเกิดในเบื้องต้น มันก็จะไปสู่คำว่าสัมมาสังกัปปะ คือความดำริชอบ ไปสู่สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือความเพียรชอบ ความระลึกรู้ชอบ ความตั้งใจมั่นชอบ บางพระสูตรกล่าวไว้แค่ ๕ ทำไมท่านกล่าวไว้ ๕ เพราะมโน ใจนั้นเป็นมหาเหตุ กายกรรมวจีกรรมมาจากมโนกรรม เมื่อมโนกรรมเป็นกุศล กายกรรมวจีกรรมก็เป็นกุศล เมื่อมโนกรรมเป็นอกุศล กายกรรมวจีกรรมก็เป็นอกุศล เพราะนั้นบางพระสูตรจึงพูดแค่ ๕ ละ ๓ ไว้ในฐานะที่เข้าใจ ทีนี้ถ้าจิตนั้น

ประกอบด้วยสัมมาทิฐิ เห็นชอบก็คำริชอบ คำริชอบคือคิดชอบนั่นเอง เมื่อคำริชอบแล้วก็ออกไปพูดชอบ เรียกว่าสัมมาวาจา ไปกระทำทางกายชอบเรียกว่าสัมมากัมมันตะ ไปเลี้ยงชีพชอบคือสัมมาอาชีวะ เหตุนี้มหาเหตุคือใจ เราต้องอบรมใจนั้นให้มีวิชา มีสัมมาทิฐิเกิด ถ้าสัมมาทิฐิเกิดแล้ว มันจะเป็นเหตุในการที่เราจะต่อเนื่องไปถึงซึ่งความพ้นทุกข์นั่นเอง ถ้ามีจลาทิฐิเกิด จิตนั้นก็จะเป็นอกุศล ก็ไม่สามารถที่จะสัมฤทธิ์ผลที่เราต้องการได้ ทีนี้ย้อนกลับมาทำไมเราต้องปฏิบัติธรรม เราไม่ปฏิบัติธรรมได้ไหม ปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของนักบวช เราเป็นฆราวาสเราไม่ต้องทำได้ไหม อันนี้อาตมาก็จะทักนะให้ฟัง เวลาเราต้องทำงาน เมื่อเราต้องทำงานนี้ ถ้าเราไม่รู้เรื่องงานนั้น การทำงานนั้นจะมีปัญหาอุปสรรคเกิดใหม่ โยมว่ามันเกิดใหม่ มันเกิด เกิดเพราะเราไม่รู้เรื่องงานนั้นเลย ทีนี้คนฉลาดต้องทำอะไรเมื่อต้องทำงาน คนฉลาดก็ต้องไปศึกษาหาความรู้ในกิจการงานที่ตัวเองต้องทำ ยิ่งรู้แจ้งเท่าไรประโยชน์ก็จะเกิดมากเท่านั้น อุปสรรคก็จะน้อยลง ปัญหา ก็จะน้อยลง ฉันทิฉันนั้น พวกเรานั้นอยู่กับกายใจนี้มา ตั้งแต่เกิดจนตาย หรือพูดง่าย ๆ สั้น ๆ หน่อย ตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงลงนอน แต่เราไม่รู้เรื่องของกายใจเราเลย เราไปรู้แต่เรื่องข้างนอก ไปรู้แต่วิชาการภายนอก ไม่รู้วิชาการภายในกายใจตัวเอง เมื่อเราไม่รู้ ปัญหาจะเกิดอะไร โยมว่ามันจะเกิดอะไรขึ้น มันก็เกิด ความทุกข์ใจเกิดขึ้นนั่นเอง ความทุกข์ใจนั้นเป็นผลจากความไม่รู้แจ้งในกายใจเรา เหตุนี้ผู้ที่ฉลาดก็ต้องแก้ปัญหาดังนี้ คือการศึกษาให้เห็นแจ้งในกายใจตนเอง ปัญหาจึงจะไม่เกิด เราเหมือนบุคคลที่ถูกบังคับให้ทำงานตั้งแต่ตื่นนอนถึงลงนอน โยมว่าจริงไหม เพราะโยมไม่สามารถจะหนีจากกายใจนี้ได้ ถ้ามีความรู้สึกตื่นขึ้นมาเมื่อไร โยมก็ต้องรู้กับมันอยู่ตลอด อยู่กับมันตลอด ถ้าเราไม่รู้แจ้งดังนี้ เราก็จะมีความทุกข์นั่นเองเป็นผล เหตุนี้ผู้ที่มีความฉลาดผู้ที่ศึกษาในตัวเอง เห็นเหตุอย่างนี้ ก็จึงจำเป็นต้องมาสมมติว่าปฏิบัติธรรมนั่นเอง มาศึกษาให้รู้เรื่องกายใจตนเองให้ถ่องแท้ เมื่อถ่องแท้แล้วผลคือความทุกข์ก็จะน้อยลง ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ การปฏิบัติธรรมจึงไม่ใช่เป็นเรื่องของนักบวช การปฏิบัติธรรมไม่ใช่เป็นเรื่องของผู้ใหญ่ผู้เกษียณอายุ การปฏิบัติธรรมไม่ใช่เป็นเรื่องของผู้ชายหรือผู้หญิง การปฏิบัติธรรมนั้นเป็นเรื่องของทุกคนที่มีกายใจนี้ ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะผู้หญิงหรือผู้ชาย ไม่ว่าจะนักบวชหรือฆราวาส เป็นเรื่องของทุกคนที่มีกายใจนี้ เหตุนี้ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ มันก็จะหมดปัญหา ซึ่งสมัยก่อนเราก็จะได้ยินคนรุ่นก่อนบอกเราว่า แก่ก่อนค่อยเข้าวัด แก่ก่อนค่อยปฏิบัติธรรม อันนี้ก็จะ เป็นมิจฉาทิฐิคือ

ความเห็นที่ผิดอันหนึ่ง เพราะอะไร เพราะแก่นะไม่ควรเข้าวัด เพราะเวลามันจะตายมันเหลือน้อยแล้ว เข้าวัดแล้วประโยชน์มันได้น้อย ยกตัวอย่าง อย่างอีกวันหนึ่งพรุ่งนี้จะตายนี้ เข้าวัดไปมันได้ประโยชน์น้อย มันได้ประโยชน์แค่วันเดียว แต่เด็กนี้ ถ้าเข้าตั้งแต่เด็กนี้ มันยังอยู่อีกหลายปี มันได้ประโยชน์มากกว่า อันนี้พูดจริงๆ แล้วทุกคนนั้นจะต้องเข้าวัด เข้าวัดคือวัดจิตวัดใจตนเอง เข้ามาศึกษาในจิตใจตนเองนั่นเอง นี่เพราะฉะนั้นไม่ว่านักบวชไม่ว่าฆราวาส ทุกคนก็ต้องสนใจในจุดนี้ ถ้าไม่ต้องการให้ปัญหามันเกิด เพราะนั่นปฏิบัติธรรมนั้น มันเป็นสิทธิเสรีภาพเสมอกันไม่ว่านักบวชหรือฆราวาส มันเป็นสิทธิเสรีภาพไม่ว่าหญิงหรือชาย มีความเท่าเทียมกันหมด ไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่เท่าเทียมกันหมด แต่ผู้ใดจะเห็นธรรมรู้ธรรมนั้น ก็ขึ้นกับผู้นั้นปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมหรือไม่ ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ผู้นั้นก็จะรู้เห็นเข้าใจในธรรมนั้น ความทุกข์มันก็จะลดลงนั่นเอง ไม่ได้ขึ้นกับผู้หญิงหรือผู้ชาย ไม่ได้ขึ้นกับเด็กหรือคนแก่ ไม่ได้ขึ้นกับนักบวช มีสิทธิเสมอกันหมด อันนี้เป็นเบื้องต้นว่าทำไมต้องปฏิบัติธรรม อาตมาสมัยเป็นนักศึกษาแพทย์ไม่รู้คำว่าปฏิบัติธรรม รู้แต่ว่าเขาติดบอร์ดไว้ว่าฝึกสมาธิ ก็อยากรู้ว่าสมาธิเป็นอย่างไร เวลาเขาพูดแล้วเราจะได้รับรู้ เขาโกหกเราไม่ได้ คิดแค่นั้น ก็เลยสมัครไปกับเขา สัปดาห์ก็ไม่ได้รู้จัก พอไปแล้ว ไปปฏิบัติแล้วมันแก้ทุกข์ใจเราได้ ที่ปฏิบัติมาทั้งหมดนี้ไม่ได้ต้องการอะไรเลยนะ แก้ทุกข์ใจตัวเองไปวัน ๆ เท่านั้นก็พอใจแล้ว นี่มันก็เลยต้องปฏิบัติมาตั้งแต่อายุ ๒๐ จนถึงอายุ ๕๐ กว่า เพราะมันต้องแก้ปัญหาในใจเราตลอด นี่ นี่เป็นมูลเหตุที่ปฏิบัติ ไม่ได้ปฏิบัติเพราะอยากได้อะไรเลย แล้วก็ไม่ได้ปฏิบัติเพราะเหตุนี้เหตุนี้ แต่ที่ปฏิบัติเพราะเห็นมันแก้ทุกข์ใจเราได้ เป็นลำดับไป ทีนี้สมัยก่อนนั้นเราไปปฏิบัติธรรม เราไม่มีความรู้อะไร สติยังไม่รู้จักเลยนะ จำคำเดียวกลับมาจากวัดได้คำว่าพุทโธ จำได้คำเดียว ไม่รู้จัก เมื่อไม่รู้จัก ทำไปแล้วปัญหามันเกิดก็ไม่รู้จะถามใคร ก็เลยพึ่งครูอาจารย์คือหนังสือ แต่ทีนี้หนังสือที่จะเอามาอ่าน เราก็ไม่มีความรู้ดีกว่าใครเขียนผิดเขียนถูก ก็อาศัยครูบาอาจารย์ที่เชื่อว่าท่านปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ สายปฏิบัติเอามาอ่าน ตรงไหนมันจะถูกต้องตรงกับที่เราสงสัยบ้าง นี่อาศัยอย่างนั้น มันก็เลยเป็นความลำบาก กว่าจะได้เข้าใจแต่ละเรื่องก็ต้องหาเอง ต้องลองผิดลองถูกเองหมด ทำอย่างไร มันก็ต้องลองไปเรื่อย ๆ จะทำสมาธิให้มันสงบ ทำอย่างไรก็ต้องลองผิดลองถูก จะนั่งอย่างไรขาขวาทับขาซ้าย นั่งท่าไหนมันจะทรงสมส่วนก็ต้องลอง ลองเป็นเดือน ลองผิดลองถูกมาตลอด การปฏิบัติศีลจะปฏิบัติอย่างไรก็

ลองอีก จำได้อย่างเดียวท่านสอนว่า ศิลคือศึลา ศิลคือปกติ ศิลรักษาที่เจตนา นี่หลวงปู่  
เทศก์ท่านเทศน์ ก็เลยเอามาลองอีก เอาสติสัมปชัญญะมารักษาเจตนา ตั้งเจตนาจะไม่  
ผิดโทษ ๕ อย่าง อันนี้ฝึก เวลาจะพูด ถ้าพูดผิดก็จะเตือนตนเอง ว่าครั้งต่อไปที่พูดผิด  
จะไม่ให้ผิด เตือนตนเอง เวลาลุกเดินก้าวเดิน ถ้าก้าวซ้ายหรือขวาออกก่อนไม่รู้ตัว ก็จะ  
เตือนตัวเองอีกว่า ครั้งต่อไปที่ก้าวเดินจะต้องรู้ว่าซ้ายหรือขวาออกก่อน นี่ อันนี้เตือน  
ตัวเองอยู่อย่างนี้ ฝึกอยู่อย่างนี้ ฝึกอยู่ในสมัยเป็นนักศึกษา ที่มหาวิทยาลัยไม่มีทาง  
จงกรม มีแต่หอพัก จงกรมก็คือเมื่อไรที่ก้าวเดินออกไปก็ให้รู้ตัวว่าซ้ายหรือขวาออก  
จงกรมคือฝึกแบบนี้ ไม่ได้กลับไปกลับมา เวลามันคิดมาก ก็ไม่รู้จะทำอะไร จะให้  
มันหยุดคิดอย่างไร ก็ไม่ห้ามมันคิด เวลามันคิดขึ้นมาก็ไม่ห้ามมันคิด เอาความสนใจเอา  
สติไปอยู่ในอิริยาบถ เวลาเดินก็ให้ไปสนใจที่เท้า การสนใจที่เท้าไม่ได้สนใจเพื่อห้าม  
ไม่ให้มันคิด แต่ให้สติไปอยู่ในการเคลื่อนไหว ระลึกการเคลื่อนไหว ฝึกอยู่อย่างนี้  
ผลแล้วแล้วไประลึกได้เอาใหม่ ผลแล้วแล้วไประลึกได้เอาใหม่ ไม่ยินดีไม่ยินร้าย  
กับความผลอ ถ้ารู้ตัวเมื่อไรก็ระลึก ผลอเมื่อไรก็รู้ เมื่อรู้ว่าผลอที่ตั้งใจระลึกใหม่ เวลา  
ว่างก็อาบน้ำอาบทำดี ๆ แล้ว ๕ โมงเย็นก็นั่ง นั่งก็ไม่นั่งมาก ๓๐ ถึง ๔๕ นาที ๕๐ นาที  
นั่งอย่างนี้ทุกวัน ถ้าตอนเช้าไม่ได้เรียนก็ ๘ โมงเช้าอีกรอบ ทำอย่างนี้ ทีนี้เวลาทำอย่างนี้  
นี่เวลาเราเดินไปนี่ เดินไปแล้วมันแปลก มันมีเหมือนอะไรนี่อย่างเราปวดหัวอยู่นี้ มัน  
หลุดออกไป กำลังก้าวเดินอยู่นั้นมันหลุดออกไป มันเห็นสภาวะที่ปวดหัวมันหลุด มัน  
หลุดออก ทีนี้ปวดหัวมันหลุดออก วันรุ่งขึ้นมันก็สอนอีก มันไปนึกถึงสิ่งที่เราเคยทำผิด  
มันก็คิดตำหนิตัวเอง พอคิดตำหนิตัวเองมันก็ปวดหัว เส้นเลือดอยู่ที่ขมับมันก็เต้น  
ตุ๊บๆๆๆๆๆ ความปวดหัวมันก็ไปตามที่เส้นเลือดมันเต้นไป แต่มันมีตัวหนึ่งนะที่มัน  
คูอยู่ตลอด ตัวนี้มันคูอยู่ตลอด แล้วมันก็มีตัวหนึ่งมันผุดขึ้นมาบอก จินคิดต่อไปเป็นบ้า  
ฮิมันบอกอย่างนี้ ไอ้ปวดหัวมันก็เลยดับไปหมด มันก็เลยไม่ปวดหัวอีกเลย ตั้งแต่นั้นมา  
จนถึงปัจจุบัน ยกเว้นเจ็บป่วยทางกาย อันนี้ฝึกที่แรกทำอย่างนี้ มันสอบอารมณ์มันบอก  
ด้วยว่ามันเกิดอะไร ตอนนั้นยังเรียน Pre-Clinic อยู่ พอไปเรียนแพทย์แล้วจึงรู้ว่าไอ้ปวด  
หัว พวก Neurosis ทั้งหลายพวกโรคประสาททั้งหลายมันเพราะคิดมาก แต่เมื่อเราฝึกไป  
แล้วมันสอนเรา เวลามันคิดขึ้นมาเลยปวดหัว เขาเรียกว่า Psychosomatic โรคทางจิต  
ออกทางกาย ทีนี้เรื่องศีล ๕ ก็เอาสติไม่ให้ผิดโทษ ๕ อย่าง สติจะตามอยู่เรื่อย ๆ รักษา  
เจตนาอยู่เรื่อย ๆ มันก็เรื่องแปลกอีกมันเกิดขึ้นมาอีก มันมีเจตนาตัวหนึ่งเกิดขึ้น ที่จะ

ผิดโทษ ๕ อย่าง แต่มันมีอีกตัวหนึ่งที่มันรักษามันไม่ยอมผิด มันทนกันแบบนี้ มันมีตัวหนึ่งจะออกตัวหนึ่งมันรักษาแล้วมันทน พอมันทนกันแล้วมันก็หลุดออกไปอีก มันก็เลยคำว่าปกติ อ้อ ที่ท่านเรียกว่าปกติมันคงแบบนี้มั้ง ท่านเลยบอกว่าตอนแรกเราก็ต้องมีเจตนารักษาศีล ใช้สติสัมปชัญญะ พอปฏิบัติแล้วมันเป็นปกติก็ไม่ต้องรักษามัน เพราะเจตนา มันจะออกก็ไม่มี เจตนาจะรักษาไม่มี ก็เลยไม่รู้จะต้องทำอะไร มันก็ปกติของมัน เป็นอยู่แค่นั้น ฝึกที่แรกมันเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นจับหลักได้แค่ศีลคือปกติ ศีลคือศีลา ศีลรักษาที่เจตนา จึงเอาสติสัมปชัญญะไปรักษาเจตนาจะไม่ให้ผิดโทษ ๕ อย่าง เผลอแล้วแล้วไป ทำมันอยู่อย่างนั้น แล้วมันก็เกิดสภาวะอย่างนี้ ก็เลยนำมาเล่าให้ฟัง มันเกิดอย่างนี้ เพราะนั่นศีล ๕ คำว่าปกติ ปกติคือการที่มันไม่มีโทษออก มันไม่มีตัวรักษา เพราะฉะนั้นเหมือนกฎหมายบ้านเมือง เมื่อไม่มีโจรก็ไม่จำเป็นต้องมีตำรวจ มันก็ปกติของมัน ไม่มีเรื่องวุ่นวายจริงไหม แต่ถ้ามีโจรอยู่ก็ต้องมีตำรวจตามเผ่าโจรอยู่แล้วก็ต้องมีเรื่องวุ่นวาย มันก็เลยเรียกว่าไม่ปกติ นั่นศีลแปลว่าปกติ ก็ต้องใช้สติสัมปชัญญะรักษา ทีนี้การฝึกสมาธินั้น อาตมาก็ทำแค่นี้ไม่ทำอะไรมาก ฝึกสติประจำวันตั้งแต่ตื่นนอนลงนอน เวลาฟังก็ตั้งสติฟังเขาพูดอะไร เวลาดูก็ตั้งสติดู เวลาดมกลิ่นก็ตั้งสติดู เวลาลิ้มรสก็ตั้งสติดูมัน เวลาสัมผัสก็ตั้งสติดูมัน เวลาคิดนึกก็คิดถูกคิดผิดก็ตั้งสติดูมัน แต่มีอยู่อย่างหนึ่ง ตอนนั้นยังไม่รู้เรื่องอะไรก็ตั้งไว้ว่า จะไม่ยินดีไม่ยินร้าย เวลาเขาเปิดเพลงให้ฟัง เราไม่ได้อยากฟังเพลงนะ แต่เราห้ามเขาเปิดไม่ได้ หูมันต้องได้ยินใช่ไหม เราก็ไม่ยินดีที่เขาเปิด เราก็ไม่ยินร้ายที่เขาเปิด ตั้งจิตไว้อย่างนั้น รักษาอยู่อย่างนั้น ไม่ยินดีไม่ยินร้าย เวลาเห็นอะไรก็จะตั้งอย่างนี้ ฝึกอยู่อย่างนี้ แต่จะให้ไปเปิดเองก็ไม่เปิด อันนั้นฝึกเบื้องต้นทำแบบนี้ ทีนี้เวลาเราฝึกมาแล้วนี้ เราควรจะต้องมาพิจารณา อันนี้พูดถึงเรื่องการฝึกสติ สมาธิให้นั่งทุกวัน ทีนี้บางคนก็บอกว่าต้องเดินจงกรมนั่งสมาธิ ก่อสร้างไม่ได้ แต่ที่วัดนี้ต้องก่อสร้าง ไม่มีใครช่วยทำ ก็ต้องทำกับช่าง มันมีอยู่อย่างหนึ่งสตินี้ละ มันไม่ได้อยู่ที่ตอนจงกรมหรือนั่งสมาธิหรือยืนอย่างเดียวนะ สติสัมปชัญญะนี้มันมีทุกอิริยาบถ ถ้าเราฝึกเพื่อเดินอย่างเดียว เวลาขับรถไม่มีสติเขาก็เรียกว่าอะไร ขับรถโดยประมาท เกิดอุบัติเหตุเกิดขึ้น เพราะนั่นสติสัมปชัญญะนี้มันจะไปทุกอายตนะ มันจะไปตลอด นั่นเราต้องฝึกให้มาก ฝึกให้มากจนเป็นนิสัย จนชำนาญ จนเป็นอัตโนมัติของมันเอง แล้วเราจะได้เห็นผลของมัน มีอยู่ที่หนึ่งสมัยบวชพรรษาแรกไปทำเจดีย์ บันไดขึ้นไปที่บันไดขึ้น เวลาจะลงคันทันเอากันลง

ไม่ได้ดู แล้วก็เข้าใจผิดว่า มันถึงพื้นแล้ว ปล่อยเต็มที่เลย เออ พอปล่อยเต็มที่มันก็  
หงายหลังลงเลย แล้วพอดีตรงนั้นมันเป็นช่องพอดีที่ไว้ขาบันได มันก็ลงเลย หงายหัว  
ลงเลย แต่มันเกิดอะไรขึ้นมา มันนั่งอยู่นิดหนึ่ง พอมันหงายแล้วมันนั่งนิดหนึ่ง พอหนึ่ง  
นิดหนึ่งแล้วมันก็ออกมา แล้วมันก็มีตัวหนึ่งถามขึ้นมาว่า เกิดอะไรขึ้น แล้วมันก็มีอีก  
ตัวหนึ่งตอบขึ้นมาเอง เราไม่ได้ตอบนะเพราะมันเร็วมาก ถ้ามันมานั่งคิดตอบอย่างนี้คือ  
หักเรียบริ้อย มันก็บอกขึ้นมาว่าตกคอหักตาย มันมีตัวหนึ่งถามแล้วก็มีตัวหนึ่งตอบ  
ตอบเสร็จแล้วมันก็สั่งการโดยอัตโนมัติ ให้มือ ๒ ข้างนี้ โหนไอ้ตรงข้างพื้นนั่นนะ  
เหมือนเราเล่นบาร์คู โหนแล้วก็พุ่งตัวขึ้นมาเลยไม่ตาย เลยได้มานั่งตรงนี้ อันนี้มัน  
ทำงานของมันเองเลยนะ เราไม่ได้ทำเลย ทีนี้อีก ๕ พรรษา ก็ไปทำบ่อน้ำ พอทำบ่อน้ำก็  
มีมีอาคารที่มันอยู่บนบ่อ ทีนี้ก็คือไม้กระดานคู่กับพระอิกรูปหนึ่ง ถือกันเดินคนละกาน  
ทีนี้ท่านตัวใหญ่กว่า ท่านแข็งแรงกว่า ท่านก็เดินเร็วกระซากเรา พอกระซากก็ ๔ เมตร  
มันก็ตกลงเลย ๔ เมตร นี่มันตกลง พอมันตกลงตามันเห็นรูป ไม้ค้ำยันคานอยู่ นี่มัน  
เห็นนะ มันสั่งการอัตโนมัติเลยให้มือเกาะตรงนี้ ตรงนี้พุ่งตัวขึ้น พุ่งตัวขึ้นก็ขึ้นมาได้  
พอดี ถ้าตกลงไปก็ไม่ขาหัก แขนหัก ก็คอหัก มันทำงานโดยอัตโนมัติ โดยที่เราไม่ได้  
สั่งการเลยนะไม่ได้คิด อันนี้มาเล่าให้ฟัง คราวแรกพรรษาแรกมันลงไปสงบนิ่งก่อน  
แล้วมันออกมา แล้วมันก็ถาม แล้วมันก็ตอบเอง คราวนี้มันไม่เข้าสงบนิ่ง แต่มันทำงาน  
อัตโนมัติ มันเห็นรูปปั๊บมันสั่งการต้องทำอย่างนี้ๆ หมด ถ้ามันมาคิดไม่ทัน เพราะ  
มันชั่ววินาทีเดียว มันเป็นเสี้ยวของวินาที มันต้องตาย อันนี้มันสั่งการอัตโนมัติ ทำให้  
เองหมดเรียบริ้อย นี่ก็เลยมาเล่าให้ฟัง เพราะนั่นสติสัมปชัญญะฝึกไว้ให้มาก ทีนี้ใจมัน  
เป็นอย่างไร อันนี้เล่าเรื่องอดีตให้ฟัง ครั้งแรกที่มันตก ใจมันก็เฉยๆ เหมือนไม่ได้ตก  
เลย มันไม่มีหวั่นไหว ไม่มีอะไรนั่งเฉยๆ ตั้งแต่ตอนนั้นลงไปนั่งก่อนแล้วมันก็เฉย  
ตอนที่ ๒ มันไม่ลงนั่งแต่มันสั่งการ เพราะมันนั่งไม่ทันถ้านั่งแล้วตาย มันก็ไม่หวั่นไหว  
ก็เหมือนเราไม่ได้เกิดอะไรขึ้น จิตใจมันก็เฉยๆ ไม่ตกอกตกใจ ไม่มีอะไรไม่มีปฏิกิริยา  
อะไร เหมือนไม่ได้เกิดอะไรขึ้น อันนี้ก็เล่าให้ฟังว่า สติสัมปชัญญะนั้นต้องฝึกให้มาก  
เวลาบั้นขันธ์นี้ มันจะทำงานของมันเองโดยอัตโนมัติ ทำโดยอัตโนมัติถ้าเราฝึกไว้มาก  
การฝึกสติไม่ใช่ว่าจะต้องเห็นทุกก้าว เห็นทุกก้าวไม่เห็นทุกก้าวไม่สำคัญ สำคัญที่เรา  
ตั้งใจฝึก เผลอแล้วแล้วไประลึกได้เอาใหม่ ถ้าเราจะตั้งใจให้เห็นทุกก้าวเดี๋ยวมันจะเรียกด  
นะ เพราะมันเอาตัวเข้าไปทำ การฝึกสติไม่ใช่การฝึกเอาตัวเข้าไป ถ้าฝึกเอาตัวเข้าไป

เป็นของกุฎแก้วเมื่อไรมันเครียด ต้องมีอุบายฝึกมัน เอาเบา ๆ นี่ อันนี้จึงพูดให้ฟัง ฝึกสติ ฝึกตั้งแต่ตื่นนอนถึงลงนอน เผลอแล้วแล้วไประลึกได้เอาใหม่ การนั่งสมาธิ เวลาว่างก็ ให้นั่ง นั่งทุกวันละดี แต่ไม่จำเป็นต้องตลอดเวลา เอาช่วงว่าง เวลาทำงานในหน้าที่ต่าง ๆ อย่าไปนั่งสมาธินะ เอาสตียู่ตรงงานตรงนั้น ให้นั่งตั้งมั่นในงาน แล้วมันจะพิจารณาพิจารณาเหตุปัจจัยในงานนั้น มันก็ได้ประโยชน์ทั้งภายนอก ได้ประโยชน์ทั้งภายใน ถ้าเราฝึกไว้มาก ๆ เวลามันมีปัญหาอะไรเกิดขึ้น ก็ย้อนกลับมาดูกลางอกเรา ถ้ามันมีทุกข์มีอะไรเกิดขึ้น มันมีปัญหาอะไรก็ย้อนกลับมาดูกลางอกเรา เหตุมันคืออะไร อันนี้ที่แรก ฝึกแบบนี้ ก็เลยมาเล่าเรื่องของตัวเองทำให้ฟัง ย้อนมาดูมัน เวลาเวทนาเกิด ตอนนั้นก็ไม่ว่า จะทำอะไร ทำอย่างเดียวเอาดูอย่างเดียว ประคองจิตไม่ให้ยินดียินร้าย อย่างถอนพิน นั่งดูมันตั้งแต่ ๓ โมงเช้าถึงบ่าย ๓ โมงเย็น เห็นเวทนามันดับไปคาตาเลย นั่งดูมันเฉย ๆ ไม่ยินดีไม่ยินร้ายกับมัน นั่งดูมันนะ มันจะเกิดไปนานเท่าไร มันจะดับนานเท่าไร ประคองมันอยู่อย่างนั้น ฝึกอยู่อย่างนั้น อันนี้ฝึกเบื้องต้นแรกฝึกอย่างนี้ ที่นี้พอปฏิบัติไปเรื่อย ๆ เราก็ต้องยกกายขึ้นมาวิจัย หากความรู้จากกายแล้วนะ เหตุนั้นพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า อหារปฏิภูมิลัญญาธาตุกรรมฐาน อันนี้เป็นเบื้องต้นที่ควรฝึก สำหรับผู้ที่ สนใจปฏิบัติธรรม ทำไม่ถึงพูดเช่นนั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้ สัมมาทิฏฐิเป็นเบื้องต้น ของกุศลธรรมทั้งหมด อวิชาเป็นเบื้องต้นของอกุศลธรรมทั้งหมด ที่นี้สัมมาทิฏฐินั้น คือความเห็นชอบ เห็นชอบอย่างไร คือความเห็นตรงต่อสัจธรรมคือความจริง นั้น เรียกว่าสัมมาทิฏฐิ ถ้าเห็นไม่ตรงต่อความเป็นจริงนั้นไม่ใช่สัมมาทิฏฐิ เพราะฉะนั้น ความเห็นตรงนี้ ไม่ใช่เพราะครูอาจารย์บอกนั้นบอก เพราะคนที่มีชื่อเสียงบอก เพราะ ฉันทเคยเข้าใจอย่างนี้ ฉันทเชื่ออย่างนี้ อันนี้เป็นสัมมาทิฏฐิ ไม่ใช่ สัมมาทิฏฐิมิตัววัดคือตัว สัจธรรมคือความจริงในสิ่งนั้นเป็นตัววัด ไม่ได้ขึ้นกับเรา ไม่ได้ขึ้นกับเขา ขึ้นกับว่ามัน ตรงความจริงไหม ถ้าตรงความจริงก็เป็นสัมมาทิฏฐิ ถ้าไม่ตรงความจริงก็ไม่ใช่ สัมมาทิฏฐิ ก็แค่นั้น ที่นี้คำว่าเราจะเห็นชอบตรงตามความเป็นจริงเราก็ต้องหา หากความ จริงมันคืออะไร เพราะเราเกิดขึ้นมานี้ เชื่อว่าทุกคนเกิดขึ้นนี้ด้วยอวิชาหมด ถ้าใคร ไม่มีอวิชาคงไม่ได้เกิดคงเข้านิพพานหมดแล้ว ที่เกิดมาทั้งหมดที่มานั่งอยู่ในนี้ แม้แต่ อาตมาเหมือนกัน ก็เกิดด้วยอวิชาทั้งนั้นเป็นแดนเกิด เพราะฉะนั้นเวลาเกิดด้วยอวิชา พอเกิดขึ้นมาแล้วจะมีวิชาจรณสัมปันโนคงจะไม่ใช่ ใช่ไหม จริงไหม มันจะต้องมี อะไรที่ปกปิดอยู่ ที่ให้เราไม่เห็นแจ้งในเรื่องกายใจ ในความจริงในกายใจของเรา

เพราะฉะนั้นเวลามันมีอะไรปกปิด เหมือนภาชนะน้ำมันปกปิดอยู่เราก็ทำอย่างไร เราก็เปิดมันออกถูกไหม มันมีเชือกมัดเราก็แก้เชือกออก มันมีฝาปิดก็เปิดฝาออก มันมีกระดาษหุ้มก็ฉีกกระดาษมันออก มันก็จะไปเห็นเนื้อในว่ามันมีอะไรจริงไหม นี่ พอย้อนกลับมาในเรื่องกายใจเรา เราดูความจริงเห็นความจริงในกายใจเราไหม ถ้าเรายังไม่รู้แจ้งเห็นแจ้งความจริงในกายใจเรา ก็เรียกว่ามิจฉาทิฎฐิวิชขามันยังครอบงำเราอยู่นะ ทีนี้เราจะทำอย่างไร อาตมาก็จึงบอกว่า ทุกคนนี้มีพ่อแม่เป็นแดนเกิด มีเหตุเกิด จริงไหม พุดโดยสมมตินะ อวิชชาเนี่ยมันก็ต้องมีเหตุเกิด แต่ท่านบัญญัติอวิชชาเป็นต้นสายจริงไหม อวิชชาทำให้เกิดสังขาร สังขารทำให้เกิดวิญญาณ วิญญาณทำให้เกิดนามรูป ไล่ไปจนถึงทุกขะโสกะปริเทวะ จริงไหม ทีนี้ท่านบัญญัติอวิชชาเป็นต้นสาย ทีนี้พ่อแม่ อวิชขามันอยู่ตรงไหน อะไรมันเป็นเหตุของอวิชชา นี่ เราต้องมาจับหลักมันก่อน ถ้าเราจับหลักมันได้เราจะรู้แนวปฏิบัติ การที่เรารู้แนวปฏิบัติมันก็เป็นสัมมาทิฎฐิอันหนึ่ง อะไรเป็นเหตุให้มันเกิด ความไม่เห็นแจ้งความไม่รู้แจ้งตรงนั้นนะใช่ไหม เรียกว่าอวิชชา ไม่รู้จริงหรือไม่เห็นจริงก็แล้วแต่จะเรียกสำนวนแล้วแต่ แต่ความไม่เห็นแจ้งในตรงจุดนั้นนะ นั่นละอวิชขามันแอบแฝงได้ ทำอย่างไรก็ทำให้มันเปิดเผยขึ้น ให้มันเห็นแจ้งตรงนั้น เพราะฉะนั้นมูลเหตุแห่งอวิชชาก็คืออโยนิโสมนสิการนั่นเอง การทำในใจไม่แยบคาย การไม่พิจารณา ไม่ศึกษานั่นเองในกายใจเรา มันเป็นจุดที่อวิชขามันซ่อนได้ ถ้าเรากลึกลายมันออก วิเคราะห์วิจัยเห็นแจ้งสิ่งเหล่านี้หมด มันก็ซ่อนอยู่ไม่ได้ นี่ใช่ไหม ทีนี้การที่เราไม่เห็นแจ้งในกายใจตรงนี้ เราเกิดขึ้นมานี้ เราไม่ใช่พุทธะ เราไม่ได้ตรัสรู้เองโดยชอบ เพราะบารมีเราสร้างมาไม่ถึงตรงนั้น เราก็ต้องอาศัยอะไร ก็ต้องอาศัยกัลยาณมิตรนั่นเอง หรือสัตบุรุษ สัตบุรุษครูอาจารย์ทั้งหลายที่ท่านประพฤติปฏิบัติมาจนรู้แจ้งเห็นจริง ท่านอาศัยใคร ก็ย้อนขึ้นไปก็คือสุดท้ายคืออาศัยพระพุทธเจ้าถูกไหม เพราะนั่นพระพุทธเจ้านั่นละคือกัลยาณมิตรของเรา คือสัตบุรุษ แต่อาศัยปากของครูอาจารย์ถ่ายทอดลงมาจริงไหม เพราะฉะนั้นเราไม่มีเรื่องที่จะต้องไปเสียเวลา กับที่จะต้องไปทะเลาะเบาะแว้งกับความเห็นว่า คำสอนนี้เป็นของใคร เวลาเราพิจารณาอรรถธรรมนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้กับพระนางมหาปชาบดีโคตมี ธรรมใดเป็นไปเพื่อละโลกโอรุทหลงไม่สะสมกิเลส ธรรมนั้นนะเป็นธรรมของเราตถาคต เพราะนั่นถ้ามันเข้าสู่หลักธรรม ตรงสังขารม ตรงความจริง มันเป็นธรรมของพระพุทธเจ้าหมด จริง ๆ ธรรมของพระพุทธเจ้านั้นเราก็สมมติ เรียกว่าของพระพุทธเจ้า



เพราะท่านมาตรัสรู้ จริง ๆ สังขารมนั้นมันเป็นของกลาง พระนิพพานมันมีตั้งแต่  
พระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบันจะมาตรัสรู้ มันมีก่อนแล้ว ตั้งแต่สมเด็จพระปฐมองค์แรก  
เรื่อยลงมาจนถึง แล้วในอนาคตก็ยังมีอยู่ ท่านมาค้นพบ จึงบัญญัติออกมาเผยแผ่ให้เรา  
ได้ประพฤติปฏิบัติ ท่านไม่ได้สร้างนะ ธรรมะพระพุทธเจ้าเราไม่ได้สร้างขึ้นมา มันเป็น  
ของที่มีอยู่แล้ว มีอยู่แล้ว ท่านมาค้นพบจึงนำมาเผยแผ่นั้นเอง เพราะฉะนั้นธรรมะนั้น  
เป็นของกลาง คำว่าของกลางทุกคนจึงมีสิทธิ์ ที่จะประพฤติปฏิบัติเข้าถึงจุดเดียวกันได้  
หมดคือพระนิพพาน ถ้าเป็นของบุคคลนั้นบุคคลนี้ มันเป็นลิขสิทธิ์ส่วนตัว คนอื่นก็ไม่มี  
สิทธิ์ที่จะเข้าถึงได้จริงไหม ถูกไหม เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจหลักธรรมนะมันจะจบ  
ไม่ต้องมาเถียงกัน การทะเลาะเบาะแว้งเถียงกันว่านี่ธรรมของใคร มันก็เลยไปหลงอยู่  
ในสมมติศัพท์บุคคลอยู่ตลอด เข้าไม่ถึงแก่นธรรม แก่นธรรมสังขารมนั้นมันคงที่คงวา  
มันไม่ได้ขึ้นกับบุคคล มันมีตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าตรัสรู้ พระพุทธเจ้าตรัสรู้ก็มี หลัง  
พระพุทธเจ้าตรัสรู้ก็มี มีมาตลอด แล้วอนาคตกาลก็ยังมีอยู่ แต่ผู้ใดจะรู้ธรรมเห็นธรรม  
ขึ้นกับผู้นั้นปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไหม ปฏิบัติตรงไหม เป็นสัมมาทิฐิไหม ถ้า  
ไม่ได้แล้วจะไปกล่าวได้ว่า ธรรมท่านเป็นโมฆะก็ผิดอีก ไอ้เรามันโมฆะไม่ใช่ท่านโมฆะ  
จริงไหม นี่เราต้องศึกษาให้เข้าใจถึงหลักธรรมถึงแก่นธรรม ถ้าเราเข้าใจตรงนี้แล้ว  
ปัญหาทั้งหลายมันก็จบ เพราะมันเป็นสัมมาทิฐิแล้ว มันไม่เป็นมิจฉาทิฐิ ที่เถียงกัน  
อยู่นะมันเป็นมิจฉาทิฐิอยู่ ยังหลงอยู่ในสมมติหมด ไม่รู้แจ้งสมมติปรมาตม์ จริงไหม  
นี่ เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจตรงนี้จะหมดปัญหาเลย ตำราทั้งหลายเวลาเปิดขึ้นอ่านเราจะ  
เข้าใจเลย เขาเขียนผิดหรือเขียนถูก ที่เขียนผิดเขียนถูกเข้าใจ ไม่ใช่เพราะเราเป็นคน  
ตัดสินนะ เพราะสังขารคือความจริงมันเป็นเครื่องตัดสิน ถ้ามันเคยสังขารมันไม่ตรง  
สังขารเมื่อไร มันก็ไม่ใช่ใหม่ ยกตัวอย่างง่าย ๆ อย่างอาคารหลังนี้ มีคนมาบอกว่า  
ท่านอธิการ อาคารหลังนี้เสานะใช้เหล็ก ๒ หุนสร้างนะ มันอยู่ได้เป็นพันปี แล้วมันตรง  
ใหม่ ถ้าวางใช้เหล็ก ๒ หุนสร้าง ใส่ชะ ๔ เส้นใหม่ แล้วก็สร้างไปสัก ๑๐ ชั้น รื้อ  
ไม้แบบยังไม่หมดนะมันทับหัวเราก่อน จริงไหม มันพังเพราะอะไร เพราะมันไม่ตรง  
กับความจริงแนวแรงของมัน ถูกไหม ถ้าเรากำหนดตรงความจริงตรงแนวแรงของมัน  
มันก็มั่นคง มันไม่ได้อยู่ที่ใครบอก มันอยู่ที่ความจริงตรงนั้น เหตุปัจจัยตรงนั้นเป็นตัว  
บอก จริงไหม เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจตรงนี้ มันจะตัดไปหลายเรื่อง อย่างเช่นสมัย  
หลวงปู่มั่น คนก็เชื่อว่านิพพานไม่มีแล้ว พระอรหันต์ไม่มี มันไปตามยุคสมัยพุทธกาล

ก็เข้าใจอย่างนั้น อันนี้มันก็ไม่ตรงอีกเพราะอะไร เพราะธรรมชาติมันมี สัญธรรมมันมี มันไม่ได้เลือกกาลเวลา ถ้าเลือกกาลเวลามันก็ไม่ใช่สัญธรรม ไม่ใช่ความจริงถูกไหม เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจตรงนี้ มันก็หมดความลังเลสงสัย ที่เชื่อว่ามันหมดยุคหมดสมัยแล้ว ถ้ามันยังเชื่อว่าหมดยุคหมดสมัย เวลาปฏิบัติมันก็ห่อเหี่ยวแล้วไม่รู้จะทำไปทำไมมันไม่ได้ผลนะ ings ไปทำทำไม ฉันทก็ไม่ ings ถูกไหม จริงไหม ทีนี้ถ้าเราเข้าใจสัญธรรมความจริงตรงนี้ มันมีของมันอยู่ เพียงแต่เราปฏิบัติตรงไหม สมควรแก่ธรรมไหม พอเรารู้อย่างนี้ก็มีกำลังใจปฏิบัติไหม ปลุกตื่นมะม่วงรู้อยู่ว่ามะม่วงต้นนี้ไม่เป็นหมันอย่างไรก็ต้องได้กินผล มันก็มีกำลังใจไหม ถ้าปลุกตื่นมะม่วงแล้วรู้ว่ามันเป็นหมันน่าจะปลูกไปทำไมมันก็ห่อเหี่ยวใช่ไหม จริงไหม ตัวสัญธรรมคือความจริงนั่นเองมันเป็นตัวตัดสินใจ ตัดสินทุกเรื่อง ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่ครูอาจารย์องค์นั้น ไม่ใช่หนังสือเล่มนี้ ตัวธรรมชาติสัญธรรมคือความจริง มันทรงความจริงของเขามันเป็นตัวตัดสินใจ ใครพูดตรงสัญธรรมเราก็ยอมเชื่อ ใครพูดไม่ตรงสัญธรรมเราก็ไม่เชื่อ เราคิดไม่ตรงสัญธรรมเราก็ไม่เชื่อ เราคิดตรงสัญธรรมเราก็เชื่อ เราเชื่อไม่ใช่เพราะเชื่อความเห็นเรา เชื่อความเห็นเขา เราเชื่อเพราะมันตรงสัญธรรม ถ้าสิ่งใดตรงสัญธรรมเราก็เชื่อตรงนั้น เพราะฉะนั้นความเห็นเราความเห็นเขาก็เลยหมดปัญหาใช่ไหม ไม่มี ความเห็นเราก็เปลี่ยนได้ถ้ามันไม่ตรงสัญธรรม ถูกไหม ความเห็นเขาเราก็เชื่อได้ไม่เชื่อได้ถ้ามันไม่ตรงสัญธรรม จริงไหม ถ้ามันไม่ตรงสัญธรรมเราก็ไม่เชื่อ ตรงเราก็เชื่อ ก็เท่านั้น แล้วเราก็เอาไปประพฤติปฏิบัติดู ถ้าเป็นจริงก็เชื่อชะก็จบ เพราะฉะนั้นความรู้ความเห็นทั้งภายนอก ความรู้ความเห็นทั้งภายใน จะถูกตัวสติปัญญานั้นจะกลั่นกรองวิจัยตลอด มันจึงไม่มีคำว่าลำเอียงอคติใจ จริงไหม แต่ในโลกนี้จะเอาความเห็นตัวเองเป็นใหญ่ ถือความเห็นตัวเองเป็นใหญ่ ความเห็นใดที่มันไม่ตรงสัญธรรมมันเป็นความเห็นกู กูก็ไม่ยอม ถูเข้าไปใช่ไหม อันนี้ก็เลยเรียกว่า ไม่เคารพธรรม คือความจริงนั่นเอง เข้าใจยัง อันนี้เป็นหลักตัดสิน เพราะนั้นโยมเข้าใจหลักตรงนี้มันก็หมดปัญหา ไม่ต้องไปทะเลาะกัน ใน Facebook ในอะไรต่าง ๆ วุ่นวายไปหมด เพราะเสียเวลา เพราะการทะเลาะกันก็คือการหลงสมมติ หลงทั้งคู่ เสียเวลา เสียเวลา เราไม่ควรจะไปทำเหตุแห่งความทุกข์ ถ้าเราคิดจะปฏิบัติเราต้องสร้างเหตุแห่งความพ้นทุกข์ต่างหาก จริงไหม เหตุนั้นพระจันทะไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้า จะละทิฏฐิคือความเห็น ทิฏฐิคือความเห็นนะ ภาษาบาลีเรียกว่าทิฏฐิ ภาษาไทยเรียกว่าความเห็น จะละความเห็นได้อย่างไรพระเจ้าข้า พระ

ผู้มีพระภาคเจ้าก็ตรัสไว้ว่า ให้เธอพิจารณาว่า นั่นไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เข้าใจยัง มันไม่ใช่ของเรา เราก็ไม่จำเป็นต้องเชื่อมั่น ถูกไหม ถ้ามันเห็นถูกก็เชื่อมั่น มันเห็นไม่ถูกก็ไม่เชื่อมั่น เพราะมันไม่ใช่ของเรา เราอาศัยความเห็นนั้นทำประโยชน์ ถ้าเห็นถูกก็อาศัยมันทำประโยชน์ เห็นผิดก็ละมันทิ้งไม่อาศัยมันทำโทษจริงไหม นี่คนมีปัญหาต้องอย่างนั้น ลองไปคิดว่าจริงไหม เพราะฉะนั้นกัลยาณธรรม กัลยาณมิตร นี่เป็นจุดเริ่มต้น เพราะเราเกิดด้วยอวิชชา เพราะเราเกิดด้วยอวิชชาเราไม่สามารถรู้เองได้ ก็เหมือนพูดเมื่อต้นชั่วโมง ว่าเหมือนเด็กเล็กก็ต้องอาศัยพ่อแม่หรือพี่เลี้ยงเลี้ยงไข้ไหม เด็กแบเบาะมันจะร้องแล้วจะคลานมากินนมได้ไหม ก็ต้องอุ้มมันมาเอานมใส่ให้กินไข้ไหม จริงไหม ฉะนั้นคนนั้นผู้ปฏิบัติธรรมเบื้องต้นก็เหมือนเด็กอ่อนเราต้องรู้เมื่อเด็กอ่อนเราต้องแสวงหากัลยาณมิตร แสวงหาสัตบุรุษนั่นเอง ถูกไหม เป็นต้นก่อน กัลยาณมิตรหรือสัตบุรุษก็สรุปก็คือพระพุทธเจ้านั่นเอง เพราะธรรมที่เรามาแสดงทั้งหมดก็เกิดจากท่าน เพราะเราไม่ได้ตรัสรู้ได้เอง จริงไหม ถ้ายทอดมาจากท่านนั่นเอง ก็ไล่ไปต้นสายก็คือพระพุทธเจ้านั่นเอง เอามาขบคิดพิจารณาจับหลักให้ถูก เมื่อจับหลักถูกแล้วก็ไปนำประพฤติปฏิบัติ จนเรามีสติตั้งมั่น มีสมาธิตั้งมั่น มีปัญญาตั้งมั่น รู้หลักสังขารรู้หลักความจริงแล้ว เห็นหลักสังขารเห็นความจริงแล้ว ก็อาศัยหลักที่ท่านให้ มาวิเคราะห์วิจัยในกายใจเรา หาความจริงในกายใจเราต่อไปอีก ทีนี้เราก็จะฟังตนเองได้ ท่านจึงบอก อตตะนา โจทะยัตตานัง ตนเตือนตน ไข้ไหม อตตะนา โจทะยัตตานัง ตนเตือนตน แล้วก็อัตตาหิ อัตตะโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน จะเป็นที่พึ่งแห่งตนพึ่งอะไร ไม่ใช่พึ่งตัวตนนะ ฟังสติธรรม สมาธิธรรม ปัญญาธรรม วิเคราะห์วิจัยอยู่อย่างนี้ องค์ธรรมมันก็เลยเรียกว่า ความเพียรนั่นเอง ศรัทธาความเพียรก็อยู่ในนี้หมด นี่ ถ้าเราเข้าใจตรงนี้ก็วิเคราะห์วิจัยหาเหตุผล เบื้องต้นก็ต้องอาศัยกัลยาณมิตร กัลยาณธรรมนั่นเอง ประพฤติปฏิบัติ แล้วเมื่อเราได้หลักฐานมั่นคง ก็อาศัยตัวเองนั้นละประพฤติปฏิบัติวิเคราะห์วิจัย สิ่งใดที่มันตรงสังขารก็ยอมรับ สิ่งใดที่มันไม่ตรงสังขารก็ไม่เอากับมัน ไม่ว่าความเห็นนั้นจะเป็นความเห็นเราหรือความเห็นเขา เพราะฉะนั้นมันก็เลยตั้งจิตไว้ด้วยความเป็นกลาง จริงไหม ไม่ขึ้นกับความเห็นเราหรือความเห็นเขา ขึ้นสังขารคือความจริง ถ้าสิ่งใดเขาพูดมาตรงสังขารแต่ไม่ตรงความเห็นเราเราก็เชื่อ สิ่งใดเราคิดขึ้นมา มันไม่ตรงสังขารเราก็ไม่เชื่อความคิดเรา ถูกไหม เพราะความคิดมันก็ไม่ใช่ของเราอีกนะ จริงไหม มันเป็นขั้นขั้นอันหนึ่งเรียกว่า

สังขารขันธ ถ้าเราเห็นอย่างนี้ ตั้งหลักไว้อย่างนี้ เราจะวิเคราะห์วิจัย กลั่นน้ำใสออกจาก น้ำขุ่นนะ เข้าใจยัง แล้วเราจะมีหลักที่จะพิจารณาตัวเอง แล้วก็จะมีหลักที่จะฟัง ข้างนอกด้วย ถ้าไม่ถูกเราก็ไม่ไป เราก็จะเลือกได้ว่าใครเป็นบัณฑิต ใครเป็นคนพาล ถ้าเป็นบัณฑิตเราก็เข้าหาเข้าคบ ถ้าเป็นคนพาลเราก็หลีกเลี่ยง จึงตรงกับพระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ในมงคลสูตร อะเสวะนา จะ พาลานัง ปัณฑิตานัญจะ เสวะนา เอตัมมังคะละ มุตตะมัง จริง ๆ มงคลสูตร ๓๘ ประการก็คือมรรค ๘ นั่นเอง แต่พูดในเรื่องของมงคล เพราะฉะนั้นมรรค ๘ จะเริ่มต้นตัวไหน ก็เริ่มต้นด้วย อะเสวะนา จะ พาลานัง ปัณฑิตานัญจะ เสวะนา ไม่ให้คบคนพาล ให้คบบัณฑิตนั่นเอง เป็นเบื้องต้นนี้ เมื่อคบ สัตบุรุษหรือบัณฑิตแล้ว มันจะเป็นเหตุให้ได้ฟังธรรม เมื่อได้ฟังแล้ว คำว่าบัณฑิตท่าน จะแสดงสิ่งที่เป็นสังฆธรรมตลอด สิ่งใดไม่ใช่สังฆธรรมท่านจะไม่พูดไม่แสดง แต่คนพาล ไม่ใช่ แล้วท่านจะตรง ไม่ลำเอียงนั่นเอง ไปตามเนื้อผ้า นี้เมื่อเราได้คบบัณฑิต เราจะได้สิ่งที่มันตรง ได้สังฆธรรมที่ไปขบคิดพิจารณาได้ไปวิจัยตัวเอง นี้ มันจึงเป็น เอตัมมังคะละมุตตะมัง เมื่อเราได้ใช้อย่างนี้ สิ่งใดที่มันเป็นมิจฉาทิฎฐิ เมื่อท่านแสดงสัมมาทิฎฐิให้ เราได้เอาไปขบคิดแล้วเป็นจริง มันก็จะเปลี่ยนความเห็นผิดในใจเรา ไปสู่ความเห็นถูก จริงใหม่ เมื่อเราเห็นถูกในใจเราแล้ว เราก็จะมีอะไรต่อ เวลามันคิดมันก็คิดถูกใช้ใหม่ เวลาคิดถูกมันก็พูดถูกทำถูก ถูกใหม่ มันถูกมันก็ย้อนกลับมาให้มันเห็นถูกอีก หมุนไป อยู่ก็รอบ เขาจึงทำธรรมจักร ๓ มรรค ๘ ก็เลยเป็นรูปธรรมจักร ๓ เพราะมันหมุนเป็น กงล้อหมุนอย่างนี้ มันจะหมุนไปก็รอบ มันอาศัยสัมมาทิฎฐิ อาศัยกัลยาณมิตรก่อน แล้วก็เข้าไปสู่สัมมาทิฎฐิ แล้วมันก็จะหมุนออกไป แล้วก็กลับมาสัมมาทิฎฐิอีก หลาย รอบเข้า หลายรอบเข้า นี้ เพราะฉะนั้นถ้าเราเข้าใจตรงนี้ มันก็จะค่อยๆ ละเอียดขึ้น คำว่าละเอียดหมายความว่า จิตนั้นสติก็จะมากขึ้นตั้งมั่นขึ้น สมาธิก็จะตั้งมั่นขึ้น ปัญญา ก็จะสว่างเห็นแจ้งในเรื่องกายใจตัวเองนะ ไม่ใช่ไปเห็นคนอื่นนะ นี้มันจะตั้งมั่นขึ้นสว่าง ขึ้นไปเรื่อย ๆ แล้วมันจะเข้ามาวิจัย ที่นี้จะย้อนกลับมาเรื่องของกาย กายนี้มันเกิดมาจากอะไร โยมเคยพิจารณาไหม โยมเคยพิจารณาไหมกายนี้มันเกิดมาจากอะไร ก็ดูง่าย ๆ มีพ่อกับมีแม่ มีไข่กับบอสุจิ ถ้าคนบอกว่าฉันไม่มีสามี แต่ฉันทำเด็กหลอดแก้ว ก็ต้องมีไข่กับบอสุจิจริงไหม ผสมกันจาก ๒ เซลล์เป็น ๑ เซลล์ จาก ๑ เซลล์แตกขึ้นเป็น ๒ เป็น ๔ เป็น ๘ ไปเรื่อย จนเป็นรูปเด็ก จริงไหม ที่นี้ถามว่าเซลล์ ๑ เซลล์นี้ อสุจิกับไข่นี้ มันประกอบด้วยอะไร ถ้าหลักวิทยาศาสตร์เขาก็บอก มีผนังเซลล์มี Mitochondria มี DNA

มีอะไร พุดง่าย ๆ ก็สรุปง่าย ๆ พวกโปรตีนไขมัน ถูกไหม เกลือแร่คาร์โบไฮเดรต พวกนี้มันเป็นองค์ประกอบถูกไหม ก็คืออาหาร ๕ หมู่ที่เรากินอยู่จริงไหม ถูกไหม พออยู่ในท้องก็อาศัยอาหารผ่านทางเลือดแม่ไปสู่รก ไข่ใหม่ ไปเลี้ยงเด็กอ่อน พอคลอดออกมาก็อาศัยนมแม่ นมวัวหรือนมแพะแล้วแต่จะเลี้ยงไข่ใหม่ พอโตขึ้นมาก็อาศัยอาหารคาวหวาน ที่ย้อนกลับมาอาหารคาวหวานที่เรากินทั้งหมด มันมาจากไหน มัน是谁ของใคร นี่ที่เราเรียนอยู่เดี๋ยวนี้ เราจะมีว่าเราปลูกผักนี้ผักของถูกไข่ใหม่ อันนั้นมันถูกโดยสมมติกรรมสิทธิ์ เพื่อไม่แย่งชิงกัน แต่ถ้าพูดตามหลักอย่างต้นไม้ต้นหนึ่ง มันมีการสังเคราะห์แสง แสงแดดมันของใคร คาร์บอนไดออกไซด์มันของใคร น้ำมันของใคร เกลือแร่ในดินมันของใคร มันของประจำโลกหมดจริงไหม มาเป็นผัก สัตว์ไปกินผักเป็นเนื้อสัตว์ คนไปกินผักกินสัตว์เป็นเนื้อคน แล้วเนื้อคนนี่จะเป็นเนื้อเราได้อย่างไร มันก็เป็นเนื้อของโลกซัด ๆ เลยไข่ใหม่ เป็นของ ๆ โลก นี่เรียกว่าธาตุกรรมฐาน จริงไหม หือ โยมลองพิจารณาถูกจริงไหม อ้า เมื่อมันเป็นของโลก กายนี้มันจะเป็นของเราไหม ไม่ แต่สมมติกรรมสิทธิ์เฉย ๆ นะว่าเป็นของเรา แต่โดยสังขารโดยคือความจริงแล้วกายนี้เป็นของโลก ถ้าเรียกให้ซัด ๆ หน่อยบางคนก็เรียกว่าเป็นธรรมชาติ ของธรรมชาติ แต่จริง ๆ คือของ ๆ โลก เป็นธาตุนั่นเอง จริงไหม คำว่าธาตุมันก็เลยสูญจากคำว่า สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา มันไม่ใช่ของใคร อาศัยกายนี้อยู่ทำประโยชน์ ถ้าโยมพิจารณาอย่างนี้บ่อย ๆ โยมจะเข้าใจ พอโยมเข้าใจจนมันเข้าไปถอนสมมติบัญญัติในใจเรา ที่มันสำคัญว่ากายนี้เป็นของเรา ถ้ามันถอนออกได้นะโยมสบายแล้วนะ แต่ต้องอาศัยบ่อย ๆ เนิ่ง ๆ โยนิโสมนสิการทำในใจให้แยกกาย ถ้าโยมเข้าใจตรงนี้ชัดแจ้ง อวิชชาจะแอบแฝงในกายนี้ไม่ได้ ก็เรียกว่าวิชชาดับ เข้าใจยัง ดับในกายนะ ทีนี้ก็เข้าไปสู่นามธรรมอีก เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เวทนาเกิดจากอะไร เกิดจากการกระทบ รูปกระทบตา เสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสกระทบลิ้น เย็นร้อนอ่อนแข็งกระทบกาย แม้แต่ธรรมารมณ์คิดนึกกระทบใจ พอกระทบมันจะเกิดอะไร เกิดความรู้ วิญญาณ เกิดเวทนาตรงนั้นไข่ใหม่ เพราะนั่นกายนี้ รูปรสกลิ่นเสียงสัมผัสนี้มัน是谁ของใคร นี้อย่างอาคารนี้ของใคร ก็สมมติว่าของมหาวิทยาลัย ถูกไหม แต่ถ้าพูดโดยธรรมมันก็ของโลกอีก จริงไหม เพราะนั่นถ้าเราเข้าใจตรงนี้ ข้างนอกมันก็ของ ๆ โลก ข้างในตาหูจมูกลิ้นกายมันก็ของ ๆ โลก มันกระทบแล้วมันรู้ขึ้นมา ใจความรู้นั้นจะเป็นของเราได้อย่างไร เขาก็เลยเรียกว่าธาตุรู้ใจ ไข่ใหม่ ที่ท่านสอนเรื่องธาตุ

กรรมฐาน ธาตุทั้ง ๔ ไซ้ใหม่ดินน้ำไฟลม อากาศธาตุคือช่องว่าง วิญญาณธาตุคือธาตุรู้ ไซ้ใหม่ มันก็เป็นธาตุเห็นยัง เป็นของที่มันเกิดจากรูปกระทบตา เสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสกระทบลิ้น เย็นร้อนอ่อนแข็งกระทบกาย แม้แต่คิดนึกธรรมารมณ์กระทบใจ มันเลยเป็นธาตุรู้ขึ้นนั่นเอง เพราะนั่นตรงนี้มันจะเป็นของเราได้อย่างไร ก็กายมันไม่ใช่ ดันทางมันไม่ใช่ आयตนะภายนอกคือรูปรสกลิ่นเสียงสัมผัสเป็นของโลก ตาหูจมูกลิ้นกายใจมันเป็นธาตุเป็นของโลก รู้ขึ้นมาจะเป็นของเราได้ใหม่ ก็ของโลกอีกเห็นยัง นี่นะจึงตรงว่าวิญญาณงันต์ตาเห็นใหม่ เข้าใจยังวิญญาณงันต์ตา พอมันรู้มันก็มีเวทนาสุขทุกข์เฉย ๆ เกิดขึ้นที่กาย สุขทุกข์เฉย ๆ นั่นมันก็เกิดจากรูป เพราะนั่นเวลา มันปวดนั่นปวดนี้ หมอวางยาชายาสลบ มันไม่รู้จกปวดเลยเห็นยัง ถูกใหม่ มันก็เกี่ยวเนื่องกับรูป แล้วจะเป็นของเราได้อย่างไร เวทนาจี้ไม่ใช่ วิญญาณก็ไม่ใช่ สัญญา คือความจำ จำก็ต่อเนื่องจากความรู้ เมื่อรู้ไม่ใช่ ความจำก็เป็นขบวนการ เป็น process ที่ต่อเนื่องกันเฉย ๆ จริงใหม่ เพราะนั่น process นี้ก็ต้องไม่ใช่ของเราอีก สัญญาไม่ใช่ สัญญาไม่ใช่แล้วสังขารมาคิด คิดตามอะไร คิดตามกฎเกณฑ์นะ โยมเรียนวิสวะโยมก็คิดแบบวิสวะ อย่างคนหนึ่งเป็นวิสวะมาคิดเรื่องอาคารนี้ ยกตัวอย่าง อาตมาเรียนแพทย์ อาตมาไม่รู้เรื่องหรือกไม่คิดแบบนี้หรือก มีแต่ฟังเขาอย่างเดียวจริงใหม่ เพราะเราไม่ได้เรียนรู้อมา แต่พอเรื่องโรคมาราก็คิดแบบแพทย์ แต่วิสวะไม่รู้แบบเรา เพราะเขาไม่ได้เรียน จริงใหม่ เพราะนั่นความคิดเหล่านี้มันเกิดจากอะไร เกิดจากการเรียนรู้ เกิดจากวิญญาณ พอมันรู้มันก็จำ ถูกใหม่ พอมันจำมันก็จำทั้งกฎเกณฑ์การคิดไซ้ใหม่ สรุปลง่าย ๆ จำทั้ง structure(โครงสร้าง) กับ process(กฎเกณฑ์ปฏิบัติการ) แล้วมันก็เอามาประมวลมาเป็นขบวนการคิดใจ เพราะนั่นความคิดจะเป็นของเราได้อย่างไร ก็ไม่ใช่อีก เขาเรียกสังขารขันธ์ สัญญาขันธ์ เวทนาขันธ์ วิญญาณขันธ์ รูปขันธ์ ไซ้ใหม่ เพราะนั่นถ้าเราพิจารณาอย่างนี้บ่อย ๆ ว่าง ๆ หยิบมันขึ้นวิจัยเรื่อย ๆ ฝึกสติสมาธิไป ฝึกวิจัยมันเรื่อย ๆ มันก็จะเกิดสัมมาทิฐิ เห็นชอบในเรื่องรูปนามตามความเป็นจริง ที่เราเห็นว่า เป็นของเรานี้มันไม่เห็นจริงนะ มันเรียกว่ามิจฉาทิฐิมันเกิด แต่ถ้าเราเห็นอย่างนี้ สัมมาทิฐิมันเกิดแล้วเห็นใหม่ พอสัมมาทิฐิเกิดโยมไม่ต้องละกิเลส เพราะอะไรถึงว่าไม่ละกิเลสจะทศนะให้ฟัง แล้วก็ไม่ต้องละอุปาทาน เพราะอุปาทานเป็นผลจากอวิชชา เป็นตัวหนึ่งอยู่ในสายปฏิบัติจสมุปปบาท ไซ้ใหม่ เวลาห้องมันมีนี้โยมจะทำอย่างไรให้มันหายมิด โยมเอาสวิงเอาตะกร้าเอากระสอบมาบรรจุความมิดใหม่ แล้วมันทำได้จริง

ไหม โยมก็ต้องทำไง อย่างห้องนี้เห็นไหมเปิดไฟ พอแสงสว่างเกิดความมืดหายไป  
ไหม หายไหม เหตุนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ ปัญญา โลกัสมิ ปัชโชโต ปัญญาเป็น  
แสงสว่างในโลก อวิชชาเป็นความมืด เพราะฉะนั้นเขาเทียบให้ฟัง ถ้าเราจะทำแสง  
สว่างเกิดในดวงจิตคือวิชชาเกิด ต้องอะไร เจริญตัวปัญญา ปัญญาเกิดเมื่อไร ความมืด  
ในใจคืออวิชชามันก็หายไปเอง ไม่ได้ฆ่าไม่ได้ละ เมื่อไม่มีอวิชชามันก็ไม่มีโลกโกรธ  
หลง ไม่มีโลกโกรธหลงมันไม่มีอุปาทาน เพราะอุปาทาน สำคัญเป็นของเรานี้มันเพราะ  
เราไม่เห็นแจ้งว่า รูปทั้งหลายมันเป็นธาตุทั้ง ๔ เป็นของประจำโลกจริงไหม ถ้าเห็นแจ้ง  
แล้วใครจะโง่ไปเอามันมาเป็นของกู จริงไหม เพราะความรู้แจ้งเห็นจริงคือวิชชาในจิต  
ขณะนั้น ในใจขณะนั้นมันเหนือ มันเหนือความหลงที่จะไปสำคัญว่ามันเป็นของเราได้  
เมื่อมันไม่สำคัญ มันก็เลยได้เห็นสักแต่ว่าเห็น รู้สักแต่ว่ารู้ สัมผัสสักแต่ว่าสัมผัส เข้าใจ  
ไหม มันไม่สำคัญหมายสักอย่าง เพราะมันเห็นแจ้งในใจตัวเองแล้ว ว่าสิ่งทั้งหมดมัน  
ไม่ใช่ นี่ถ้าสัมมาทิฏฐิมันเกิดขึ้นมา เพราะฉะนั้นปัญญาคืออะไร คือสัมมาทิฏฐิ คือ  
ความเห็นชอบตรงตามความเป็นจริง ถ้าเราเห็นหัวจดเท้าเป็นธาตุไม่ใช่ของเราเมื่อไร  
มันก็จะไปยึดว่าเป็นของเราได้ไหม มันก็ไม่ได้ เพราะมันเกิดคำว่าหิริกับโอตตปปะ มัน  
ละอายแก่ใจที่จะไปกล่าวคู่ของโลกเป็นของกู จริงไหม นี่ต้องพิจารณารูปนามตรงนี้ให้  
ชัดแจ้ง ถ้าพิจารณาชัดแจ้งนี้เรียกว่าโยนิโสมนสิการ ทำในใจให้แยกกาย เป็นอาหาร  
ของวิชา อโยนิโสมนสิการ ทำในใจไม่แยกกาย เป็นอาหารเป็นเหตุของอวิชชา  
เพราะฉะนั้นการปฏิบัติธรรม มีหน้าที่อย่างเดียวหาสัจธรรมให้เจอ ฝึกสติฝึกสมาธิให้ตั้ง  
มั่นที่กายที่ใจ ทำไมให้ตั้งมั่นที่กายที่ใจ เพราะมันจะได้สัมผัสเห็นตัวสัมผัส มันเกิด  
อะไรขึ้นมันจะเห็น มันเพื่อให้ปัญญาเกิด ปัญญาเมื่อมันมากก็คล้ายขบวนการเหล่านี้ให้  
เห็นแจ้งแล้ว มันจะให้คำว่าวิมุตติหลุดพ้นเกิดนั่นเอง มันไม่ได้ไปฆ่าอะไรไม่ทำลาย  
อะไร ไม่ได้ไปละอะไรหรอก ทำความจริงให้ปรากฏในกายใจเรา คือสัมมาทิฏฐิ เหตุ  
นั้นท่านจึงบอกมรรค ๘ เริ่มต้นด้วยสัมมาทิฏฐิจริงไหม ใช่ไหม ในอริยสัจ ๔ ทุกข์  
สมุทัย นิโรธ มรรค มรรคท่านบัญญัติเป็นมรรค ๘ ใช่ไหม ถูกไหม เพราะฉะนั้นมรรค  
๘ คืออะไร ก็รวมลงคือตัวสัมมาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิ ๘ ข้อย่นลงข้อเดียว คือเห็นแจ้งตาม  
ความเป็นจริงในสภาวะธรรม ณ ขณะนั้น ถ้าเราเห็นแจ้งเหตุปัจจัยตรงนั้นเมื่อไร ไม่ต้อง  
พูด ๘ ข้อย่นรวมเป็นหนึ่ง คืออยู่ตรงนี้ แล้วเราจะปฏิบัติได้ถูกต้อง แล้วมันจะเป็น  
อัตโนมัตติของมัน ถ้าฝึกจนมันชัดแจ้งเข้าใจยัง เพราะฉะนั้นเราต้องประพฤติปฏิบัติอย่างนี้

ทำความเข้าใจให้มันตรง ทำความเข้าใจมันถูกต้อง ถูกต้องตามใคร ไม่ใช่ตามใคร ตาม  
สังขรณ์คือความจริง สังขรณ์ของรูปเป็นอย่างไร สังขรณ์ของนามเป็นอย่างไร ก็ไล่  
ให้ฟังหมดแล้ว ถ้าโยมเห็นแจ้งอย่างนี้ ความทุกข์ใจมันเกิดไม่ได้ เพราะโยมไม่หลงมัน  
ไม่สำคัญเป็นของเราเมื่อไร ไม่เอามันเมื่อไร มันก็มีเหมือนไม่มี มันมีอยู่ทุกข์กายมันมี  
แต่ใจมันไม่ทุกข์มันเฉย ๆ แล้วก็ไม่ใช่ตั้งไปเฉย ๆ นะ ทำสมาธิให้มันเฉย ๆ ไม่ใช่ มัน  
สัมผัสรู้ที่อยู่ แต่ว่ามันไม่ มันเฉยของมันเอง เพราะว่ามันเห็นแล้วมันไม่ใช่ของเรา มัน  
ไม่สำคัญหมายเป็นของเรา เพราะฉะนั้นการประพฤติปฏิบัติธรรมนั้นต้องเจริญ  
สัมมาทิฐิให้เกิด ถ้าผู้ใดเจริญสัมมาทิฐิเกิดก็เท่ากับเราได้เดินองก์มรรคแล้ว ความพ้น  
ทุกข์ก็จะรออยู่ข้างหน้า สัมมาทิฐิเกิดคืออะไร ก็คือมาวิจัยกายใจเรา ที่นี้จะพูดอีกนิด  
หนึ่งนะ จะพูดเรื่องสมมติปรมาณูให้ฟังอีกนิดหนึ่ง เวลาเราเห็นรูปนี้พระพุทธรเจ้าตรัส  
ไว้ รูปที่เธอเห็นเธอก็ไม่ได้เห็น เธอก็ไม่เคยเห็น แม้แต่รูปที่สัมผัสตาของเธอขณะนี้เธอก็  
ไม่ได้เห็น อันนี้พระพุทธรเจ้าพูดแบบละเอียดมาก เข้าใจไหม อย่างโยมนี่โยมไม่เคยเห็น  
อาตมา อาตมาก็ไม่เคยเห็นโยม ที่อาตมาเห็นโยมอยู่ที่นี่มันคือภาพเสมือน ก็เหมือน  
กล้องวงจรปิดอยู่เดี๋ยวนี้ที่เห็นรูปนี้ มันไม่ใช่รูปอาตมานั่นนะ มันเป็นแสงเข้าตาโยม  
เข้าใจตรงนี้ไหม แสงที่สะท้อนจากตัวโยมเข้าตาอาตมา เมื่อตกสู่จอประสาทตา มันจะ  
เกิดปฏิกิริยาเคมีใน Rod and Cone(เซลล์ประสาทตา) พูดแบบภาษาวินิจฉัยศาสตร์หน่อย  
นะ แล้วมันก็จะเกิดกระแสพลังงานขึ้น กระแสประสาทตามเส้นประสาทไปสู่สมอง  
แล้วมันก็จะฟอร์มภาพขึ้นมา ภาพขึ้นมาเป็นภาพเสมือนให้เราเห็นว่า นี่คือตัวโยมอย่าง  
นี้ละ ก็เหมือนเอกซเรย์คอมพิวเตอร์นะ เข้าใจยัง เพราะนั่นสิ่งที่เราเห็นนี้ เราไม่ได้เห็น  
โยมเลย มันเป็นภาพเสมือนที่มันเห็นในใจเฉย ๆ เพราะนั่นพระพุทธรเจ้าตรัสไว้ รูปที่  
เธอเห็นนะ เธอก็ไม่ได้เห็นไม่เคยเห็นด้วย ที่นี้ที่เราไปเค็ดรื้อนไปยินดียินร้ายกับรูป  
ข้างนอกทั้งหมด เพราะเราไม่เห็นแจ้งตรงนี้ใช่ไหม เรายังสำคัญว่า มันมีรูปนี้สวยรูปนี้  
ไม่สวย นี่เป็นอย่างนั้นนี่เป็นอย่างนี้ถูกไหม แต่เราไม่เห็นถึงขบวนการภายในว่ามันไม่มี  
รูปพวกนี้เลย จริงไหม มันเป็นภาพเสมือน มันเป็นรูปสัญญาในใจ เพราะนั่นเราไม่เห็น  
รูปข้างนอก เพราะนั่นในรูปฉาน เมื่อจะขึ้นรูปฉานต้องเพ็กรูปไป เพ็กรูปคือเพ็กรูป  
สัญญา รูปสัญญาเป็นนามธรรมไม่ใช่รูปนะ นี้ เพราะฉะนั้นมันก็ไม่ได้เห็น ที่เห็นมัน  
เป็นกระแสประสาท ทุกอย่างมันเป็นภาพเสมือนหมด เพราะฉะนั้นความรู้ในใจ ถ้าเรา  
เห็นแจ้ง อย่างเราคิดถึงคนนี้ เราก็เป็นทุกข์ใจ เขาทิ้งเราเราก็เสียใจ เพราะเราหลงอะไร



หลงว่าคนนี้มีอยู่ในใจเราใช่ไหม จริงไหม ถูกไหม แต่ถ้าเราใช้สติแยกกายเข้าไปจริง ๆ  
ถามว่าตัวคนนี้มีอยู่ในใจเราจริงไหม สมมติว่าผู้หญิงคนหนึ่งรักผู้ชายมาก ทุกข์ใจ แต่  
ตัวผู้หญิงนั้นเล็กกว่าตัวผู้ชาย ถ้าตัวผู้ชายนั้นมีอยู่ในใจผู้หญิง หน้าที่หุ้มตัวผู้หญิงไว้จะ  
หุ้มตัวผู้ชายได้หมดไหม เพราะตัวผู้ชายมันใหญ่กว่า อันนี้อาตมาให้ข้อคิด จริงไหม  
เพราะฉะนั้นที่เราารู้คือ ๑.เป็นภาพเสมือนในใจเราหมดนะ นี่เขาเรียกว่าอะไร เขาเรียกว่า  
สมมติมันเกิดในใจ ปรมาตม์มันเป็นแก่นามธรรมความรู้อันหนึ่งเฉย ๆ มันไม่มีอยู่จริง  
เมื่อไม่มีอยู่จริงมันจะมีความไปรักไปยินดีไปยินดีร้ายอะไรไหม ถ้าเราเห็นแจ่มอย่างนี้ชัด  
แจ่มจนประจักษ์แก่ใจเรา มันจะมีโรคะโทษอะไร เพราะอะไร เพราะมันไม่มีโมหะ  
เพราะเราไม่หลงรูปเสมือนภาพในใจ เราไม่หลงภาพในใจเราเราก็ไม่หลงข้างนอก  
เพราะเรารู้แล้วว่าในใจเรามันไม่มีภาพข้างนอก มันไม่มีข้างนอก มันเป็นภาพเสมือน  
เหตุนี้ก็จะทศนะให้ฟังอีกนิดหนึ่ง เวลาโยมไปดูหนัง โยมเห็นไหมเวลาแสงมันกระทบ  
จอหนัง โยมเคยเห็นไหม แสงกระทบจอหนังแล้วมันมีลำแสงถ่ายออกมา มันมีหนัง  
สงครามอย่างนี้ เวลามันรบกัน ไฟมันไหม้จอหนังมันไหม้ไหมม รถถังมันยิงตู่ ๆ  
ระเบิดมันมาลงหัวเราไหม ไม่ อันนั้นคืออะไร คือแสงกับจอหนังใช่ไหม แต่ภาพที่เกิด  
ทั้งหมดนั้นคืออะไร นั่นละตัวสมมติ ในใจเราเหมือนกันอย่างนั้นละ ตัวจริงมันคือแค่  
จอหนังกับแสง เพราะถ้าเราเห็น ๒ ส่วนนี้ ว่าภาพที่ปรากฏเป็นแค่ภาพเสมือนภายนอก  
เพื่อสื่อภายนอก แต่ตัวจริงมันแค่อะไร ความรู้อันหนึ่งกับใจที่มันรู้อยู่แค่นั้น ถ้าเราเห็น  
ตรงนี้มันก็แยกสมมติปรมาตม์ เมื่อมันไม่มี เราก็ไม่จำเป็นต้องไปหลง ไปยินดียินดีร้ายกับ  
สมมติตรงนั้น เมื่อไม่ยินดียินดีร้ายสมมติตรงนั้น เมื่อไม่หลงก็เลยไม่ยินดียินดีร้าย ไม่ยินดี  
ยินดีร้ายก็ไม่มีอุปาทาน ถูกไหม มันไม่หลงมันก็ไม่อุปาทาน มันก็ละอุปาทานตั้งแต่ต้น  
ไม่ได้ไปตั้งใจละนะ เหตุนี้ในพระอภิธรรมท่านจึงบอกมรรคมันพ้นเจตนา พ้นอย่างนี้  
ต่างหาก เราไม่ได้ไปละอะไรสักอย่าง เราทำความเข้าใจให้มันตรง ให้มันชอบต่อสัจ  
ธรรม เห็นสัจธรรมตรงนั้น เมื่อเห็นตรงนั้น ความมืด เมื่อแสงสว่างเกิดความมืดมันก็  
ไม่มี เราไม่ได้ไปลบความมืด แต่แสงสว่างมันไปแทนถูกไหม นั่นเมื่อสัมมาทิฐิ  
ปัญญามันเห็นแจ่มในใจเห็นสมมติปรมาตม์ตรงนี้ เมื่อมันเห็นแล้วมันไม่มีเป็นแค่สมมติ  
แล้วยินดียินดีร้ายมันจะมีไหม เพราะมันไม่มีความหลงใจ เมื่อไม่มีความหลงโทษะ  
ก็ไม่มี ความเป็นตัวตนในนั้นก็ไม่มี ความพันทุกข์ก็อยู่ตรงนั้นนะ วันนี้ก็แนะนำคร่าว ๆ  
ให้ไปขบคิดพิจารณาดูว่าจริงไหม ถ้าจริงก็เอาไปประพฤติปฏิบัติ ทำสติสมาธิ ทำ

ตั้งแต่ตื่นนอนถึงลงนอน เผลอแล้วแล้วไประลึกได้เอาใหม่ ว่างๆ ก็รู้จักหัดยกขึ้นมาวิจัย ถ้ามีความทุกข์เกิด ก็ย่อนเข้าไปดูในใจเรา มันทุกข์เพราะอะไร เหตุมันคืออะไร เราหลงตรงไหน ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ อริยสัจ ๔ ก็เดินในจิตเราตลอด วันข้างหน้าเราจะเห็นคุณของพระศาสนา เมื่อความพ้นทุกข์มันมาเยือน ก็ขอยุติแต่เพียงเท่านี้.