

เทศน์โปรดคุณแพพวง วรรณะกุล ณ วัดป่าบ้านตาด

เมื่อวันที่ ๑๖ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๑๙

สู่สมรภูมิ

ขณะฟังกำหนดใจไว้ให้ดี เพราะธรรมอยู่กับใจ !

ที่แรกก่อนปฏิบัติเราไม่อยากจะเชื่อว่า "ธรรมอยู่กับใจ ที่ไหนกัน" อยู่กับความเพียรในใจนั้น น่าฟังกว่าที่ว่า "ธรรมอยู่กับใจ"

"ธรรมอยู่ที่ใจ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ที่ใจ ธรรมทั้งหลายอยู่ที่ใจ" เราไม่ยกเชื่อ พระธรรม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นตรี อยู่ในคัมภีร์ทั้งนั้น ทำไมว่าอยู่ที่ใจ นี่เป็นความรู้สึกของเจ้าของ คือความรู้สึกดั้งเดิมเป็นอย่างนั้น แต่พอฟังเทศน์ไปเรื่อย ๆ องค์กรไหนเทศน์ท่านก็บอกอย่างนั้น ไม่เคยเทศน์ผิดเพี้ยนกันไปแล้วว่า "ธรรมอยู่กับใจ ธรรมอยู่ที่ใจ" พอได้ฟังไปโดยลำดับ จิตมันปรากฏเป็นความสงบขึ้นมาในขณะที่ฟัง คือที่แรกเวลาฟังท่านเทศน์ จิตมันส่งไปหาท่านนี้ ไม่ได้อยู่กับตัว

ท่านบอกว่า "อย่าส่งจิตออกมาภายนอก ให้ทำความรู้ไว้ภายในตัวเอง ธรรมจะเข้าไปสัมผัสเอง จากกระแสธรรมที่ท่านแสดงออกไป เราก็กไม่ฟัง ยังส่งออกไปหาท่านเทศน์ ดีไม่ดีอยากจะมองดูหน้าท่านด้วยจนถึงขณะฟังเทศน์ ถ้าไม่มองดูหน้าท่านเทศน์ หรือดูปากท่านเทศน์รู้สึกมันไม่ถนัด นี่เป็นความรู้สึกดั้งเดิม

เวลาฟังนาน ๆ มันปรากฏผลเป็นความสงบขึ้นมาภายในใจ ในขณะที่ฟังท่านเทศน์เริ่มเกิดความเชื่อว่า "สมาธิธรรมนี้อยู่ที่ใจนั่นเอง" เริ่มมีสักขีพยานขึ้นมาคือเจ้าของเอง ทีนี้ขณะฟังเทศน์ท่าน จิตไม่ส่งไปที่อื่น ส่งไปหาท่านก็ไม่ส่ง มันเพลินกับความสงบ ใจเกิดความสงบ เกิดความเยือกเย็นขึ้นมาในขณะที่ฟัง และเพลินไปเรื่อย ๆ เลยทำให้เกิดความเชื่อว่า ธรรมอยู่ที่ใจนั้นถูกต้องแล้ว

นี่เริ่มเป็นความเชื่อขึ้นมา ในขณะที่ "สมาธิธรรม คือ ความสงบ เย็นใจ" ปรากฏขึ้นในจิตของเราขณะที่ฟังเทศน์จากท่าน ต่อจากนั้นก็เป็นที่เหตุให้อยากได้ยินได้ฟังเรื่อย ๆ เพื่อเป็นเครื่องกล่อมจิตใจเรา ลำดับแรกเป็นอย่างนี้ ลำดับต่อไปการปฏิบัติธรรม จะเดินจงกรมก็ดี นั่งสมาธิภาวนาก็ดี ผลปรากฏขึ้นมาน้อย ปรากฏขึ้นที่ใจทั้งนั้น ไม่ได้ปรากฏขึ้นที่อื่น ขณะที่จิตไม่มีความสงบ วุ่นวายตัวเอง ก็อยู่ที่ใจ นี่ทราบที่ "วันนี้ จิตไม่สบายเลย" มีความฟุ้งซ่านวุ่นวายตามอารมณ์ต่าง ๆ เอ๊ะ ทำไมวันนี้จิตไม่สบาย ก็ทำ

ให้เกิดความสนใจขึ้นอีกแห่งหนึ่ง พยายามหาทางสงบให้ได้ พอเข้าที่ภาวนา ใจก็เป็นความสงบขึ้นมา นี่ก็ยิ่งเป็นความชัดเจนขึ้นมากว่า "ธรรมอยู่ที่ใจ"

โลกมันอยู่ที่ใจ ธรรมก็อยู่ที่ใจ เพราะฉะนั้นผู้ฟังเทศน์จึงควรทำความรู้สึกไว้จำเพาะตัวเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องส่งจิตออกไปสู่ภายนอก เช่นไปเกี่ยวข้องกับท่านผู้เทศน์เป็นต้น เมื่อเราทำความรู้สึกไว้กับตัวเช่นนี้ ธรรมเทศนาที่ท่านแสดงออกไปมาน้อย จะเข้าไปสัมผัสสัมพันธ์กับความรู้ของเรา

จิตเป็นผู้รู้ กระแสเสียงที่เกี่ยวกับธรรมเข้ามาสัมผัสใจ และสัมผัสอยู่เรื่อย ๆ จิตไม่มีโอกาสส่งออกไปสู่ภายนอก เพราะธรรมเป็นเครื่องเย็น และก็ทำให้เพลินไป เพลินไปกับขณะนั้นขณะนั้น คือธรรมสัมผัสเป็นขณะ ๆ ตามกระแสเสียงของท่านผู้เทศน์ เป็นบทเป็นบาท สัมผัสต่อเนื่องกันไปเรื่อย ๆ จิตก็ค่อยสงบเย็นลงไป ๆ นี่เป็นผลขึ้นมาแล้วจากการฟังธรรม เพราะฉะนั้นการฟังธรรมที่ถูกต้องเพื่อให้ได้ผลประจักษ์ จึงต้องตั้งจิตไว้ภายในตัวเอง ไม่ต้องส่งออกไปภายนอก และไม่ต้องคิดต้องตรองอะไรมากมายในขณะที่ฟัง คอยฟังให้เป็นความรู้สึกตามกระแสแห่งธรรมที่ท่านแสดงไปเท่านั้น ธรรมจะซึมซาบเข้าไปสู่จิตใจเรา จิตใจเมื่อไม่กวนตัวเองด้วยความคิดในเรื่องต่าง ๆ ก็สงบเท่านั้น แต่ต้องสงบด้วยวิธีเดียวกัน คือจะให้จิตสงบไปเฉย ๆ อย่างนั้นไม่ได้ ต้องอาศัยบทธรรมบทใดบทหนึ่ง หรืออาศัยการฟังธรรมในขณะที่ท่านแสดง อย่างนี้จึงจะเกิดความสงบ

อะไรเล่าที่วุ่นมากในโลกนี้ ? ไม่มีอะไรที่จะวุ่นมากยิ่งกว่าใจ ถ้าพูดถึงเรื่องของความขุ่นมัว ก็ไม่มีอะไรที่จะขุ่นมัวยิ่งกว่าใจ ความทุกข์ความเดือดร้อนมากมายเพียงไร ไม่มีอะไรที่จะสู้ใจได้ ไฟที่ว้าวร้อนก็ไม่ร้อนเหมือนใจของเราที่ร้อนที่ทุกข์เพราะอำนาจกิเลส

เรื่องของกิเลส มีแต่แสดงให้เกิดความทุกข์ไปโดยลำดับ ๆ เท่านั้น ท่านจึงสอนให้เห็นโทษ พยายามตั้งสติพิจารณาในแง่ต่าง ๆ ด้วยความจงใจ เมื่อสติกับความรู้มีความเกี่ยวเนื่องกันไปโดยลำดับ ๆ การทำสมาธิหรือการพิจารณาในแง่ต่าง ๆ จะเป็นทางด้านปัญญาในแง่ใดก็ตาม ย่อมได้ความสงบและอุบายแยบคายขึ้นมาโดยลำดับ ดังท่านสอนว่า "ชาติปี ทุกขา มรณมุขี ทุกข์ อริยสัจ" ท่านบอก "อริยสัจ ชาติปี ทุกขา ชราปี ทุกขา" ชาติความเกิดเป็นทุกข์ แต่เรากลับมีความดีใจ เพลิดเพลินในการเกิด พอถูกเกิดขึ้นมาก็ดีใจ หลานเกิดขึ้นมาก็ดีใจ บุตรหลานของญาติมิตรสหายเกิดขึ้นมาก็ดีใจ ไม่ได้คำนึงถึงความทุกข์ของเด็กที่เกิดขึ้นมาแต่ละราย ๆ ที่รอดตายจากช่องแคบ ๆ แล้วเกิดมานั้นเลย

ถ้าเรามองดู "เงื่อนต้น" คือ ความเกิด กับ "เงื่อนปลาย" คือความตาย ยังไม่เห็นชัดเจนแล้ว ก็เข้าใจว่า ทั้งสองเงื่อนนี้จะทำให้เกิดความเพลิดเพลिन และความเศร้าโศกได้ไม่มีสิ้นสุดจุดจุดหมายปลายทางเลย ความจริง เด็กรอดตายแล้วถึงจะเป็นมนุษย์ขึ้นมา ถ้าไม่รอดก็ต้องตายไปในขณะนั้น เช่นตายในท้องก็มี ตายขณะที่ตกคลอดออกมาก็มี ก็เพราะความทุกข์ถึงขนาดตาย มันถึงตายได้คนเรา!

การเกิดขึ้นมาเป็นคน อายุมากน้อยเพียงใด มันก็ทุกข์ถึงตายมันจึงตายได้ ความทุกข์นี้มีมาตั้งแต่ขณะแรกเกิด แต่เราไม่ได้พิจารณาว่าเป็นทุกข์ คือสังขธรรม ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าเห็นโทษเห็นภัย เป็นความขยะแขยง เพื่อจะกำจัดปิดเป่าให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยความพากเพียรของเรา มีสติปัญญาเป็นสำคัญ เมื่อเรามีความเพลิดเพลिनพอใจในตอนต้น แต่ไม่พอใจในตอนปลาย เช่น ความเกิดเราพอใจ แต่ความตายเราไม่พอใจ มันก็ขัดแย้งกันอยู่วันยังค่ำ ความขัดแย้งกันมันเป็นความสุขที่โหนในหัวใจคนเรา ต้องเป็นความทุกข์อยู่โดยดี

เพราะฉะนั้นเพื่อให้ต้นกับปลายตรงกัน จึงต้องพิจารณาไปตั้งแต่ "ชาติปี ทุกขารายปี ทุกขามรณมุขี ทุกข์" ตลอดสายไปเลย เพราะเป็นเรื่องของกองทุกข์ และเป็นทางแห่งความทุกข์เดินทั้งนั้น ไม่ใช่ทางมรรคผลนิพพานอะไรจะเดินได้ ถ้าไม่พิจารณาให้เป็น พิจารณาครอบรู้ในสิ่งทั้งหลายนี้แล้วก็ว่า "ทุกข์ นตฺถิ อชาตสฺส" ทุกข์ย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่เกิด นั่น! เมื่อไม่เกิดแล้วมันจะมีทุกข์ที่โหนกัน เพราะเชื่อให้เกิดไม่มี คือเชื่อแห่งความทุกข์ไม่มีนั่นเอง ทุกข์ก็ไม่มีในหัวใจ เพราะฉะนั้นพระอรหันต์ท่านจึงไม่มีทุกข์เวทนาภายในใจ เวทนาทางใจนี้ท่านไม่มี คือสุขเวทนามากดี ทุกขเวทนามากดี อุเบกขาเวทนามากดี ภายในใจของพระอรหันต์ท่านไม่มี

มีเวทนาเฉพาะแต่จิตของพวกเรา กายของพวกเรา ส่วนกายของท่านมีเวทนาทั้งสาม ท่านทุกข์เหมือนกันกับพวกเรานี้แหละ แต่จิตของท่านไม่มีเวทนา เวทนาทั้งสามไม่สามารถกระทบกระเทือนจิตใจของท่านได้ ท่านไม่หวั่นไหว เหมือนจิตของปุถุชน สุขท่านก็รู้ ทุกข์ท่านก็รู้ ในส่วนร่างกายเฉย ๆ ท่านก็รู้ แต่ทางด้านจิตใจของท่านไม่มีเวทนา เพราะจิตนั้นพ้นไปจากเวทนาซึ่งเป็นสมมุติแล้ว ไม่มีอะไรจะเข้าไปแทรกสิ่งได้เลย ใจเป็นธรรมล้วน ๆ เช่นที่ว่า "ทุกขเวทนา เป็น อนิจฺจํ ทุกข์ อนตฺตา สุขเวทนามี เป็น อนิจฺจํ ทุกข์ อนตฺตา อุเบกขาเวทนามี เป็น อนิจฺจํ ทุกข์ อนตฺตา จึงไปเกี่ยวข้องกับธรรมชาตินั้นไม่ได้

ถ้าใครอยากมีความเจริญภายในใจ ก็ให้พยายามสร้างคุณงามความดี คีล ทาน อย่ได้ขาด เป็นความดีสำหรับหล่อเลี้ยงจิตใจ สืบภพสืบชาติที่ดีต่อไป คนเราที่มีพื้น

ฐานอันดีด้วยคุณงามความดีเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงแล้ว ไม่ว่าจะเกิดในภพใดชาติใด ก็ต้องมีความดีติดตามเสมอ สுகติเป็นที่หวังได้

ในเมื่อยังไม่พ้นจากความทุกข์ ท่านสอนไม่ให้เกียจคร้าน ให้พยายาม ถ้ามีความสามารถเจริญเมตตาภาวนา เพื่อส่องดูจิตใจของตนที่เต็มไปด้วยความทุกข์ร้อนต่าง ๆ นี้ ก็จงทำไปอย่าได้ลดละ ชัดไปทุกวัน ๆ จิตใจเมื่อได้รับการขัดเกลาอยู่เสมอย่อมมีความผ่องใส เมื่อจิตมีความผ่องใสย่อมเห็นเงาตัวเองได้ เหมือนกับน้ำใส มองเห็นอะไรได้ชัดเจน จะเป็นขวากเป็นหนามหรือเป็นสัตว์ชนิดใดที่อยู่ในน้ำนั้น ก็สามารถมองเห็นได้ชัดเจน อะไรที่เป็นพิษเป็นภัยอยู่ในจิตใจ เมื่อใจมีความสงบแล้วสามารถมองเห็นได้ รู้ได้ง่ายยิ่งกว่าจิตที่ขุ่นมัวไปด้วยกิเลสอาสวะและความวุ่นวายหลายอยู่มาก

ท่านจึงสอนให้ชำระจิตใจ ในโอวาทที่รวมไว้ใน "โอวาทปาฏิโมกข์" ว่า "สพฺพปาปสฺส อภรณํ" การไม่ทำความชั่วทั้งหลายนั้นประการหนึ่ง "กุสลสุปฺสมุทฺทา" การยังกุศลให้ถึงพร้อมประการหนึ่ง "สจิตฺตปริโยทปนํ" การทำจิตใจให้ผ่องแผ้วถึงความบริสุทธิ์นี้ประการหนึ่ง "เอตํ พุทฺธาน สาสนํ" นี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

พระพุทธเจ้าองค์ใดก็ตามท่านสอนอย่างนี้ทั้งนั้น เรื่องที่เป็นบาปเศร้าหมองท่านไม่ให้ทำ ให้พยายามทำแต่กุศลคือคุณงามความดี เพราะความฉลาดของตน "กุสลสุปฺสมุทฺทา" คือยังความฉลาดให้ถึงพร้อมนั่นเอง

การทำจิตให้มีความผ่องใสจนถึงขั้นบริสุทธิ์นี้เป็นสิ่งทำได้ยาก แต่อยู่ในความสามารถของมนุษย์เราที่จะทำได้ พระพุทธเจ้าท่านก็ลำบาก พระสาวกทั้งหลายท่านก็ลำบาก บรรดาท่านผู้ถึงความบริสุทธิ์ต้องลำบากด้วยกันทั้งนั้น ลำบากเพื่อความบริสุทธิ์เพื่อความหลุดพ้น ไม่ใช่ลำบากเพื่อความลุ่มจม จึงเป็นสิ่งที่น่าทำ

จิตเวลามีสิ่งสกปรกโสภณครอบงำอยู่ก็ไม่ปรากฏว่ามีคุณค่าอะไร แม้ตัวเองก็ดำเนินดีเตียนตัวได้ บางที่อยู่ก็ไม่อยากอยู่ อยากจะตายเสียดีกว่าอย่างนี้ เพราะความอดทนระอาใจความเป็นอยู่ของตน ไม่อยากอยู่ในโลกให้โลกเขาเห็นหน้า ทั้งนี้เพราะจิตมันอับเฉา จิตมันขุ่นมัวมากจนกลายเป็นไฟทั้งกอง ไม่น่าอยู่ เวลามันอับเฉาขนาดนั้น เพราะสิ่งที่อับเฉา สิ่งไม่มีคุณค่าครอบจิต จนมองหาสาระสำคัญของจิตไม่มีเลย จนคิดอยากจะตายไปเสียได้แหละดี แม้ตายไปแล้วจะไปเอาดีมาจากไหน? ปัจจุบันมันก็ยังไม่มีอยู่แล้ว ถ้าดีด้วยความตาย โลกนี้ก็มีคนตายกันมานาน ทำไมไม่เห็นดี มันไม่ดีนั่นเองจึงไม่อยากตาย ถ้ามันดีอยู่แล้วตายหรือไม่ตายก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะดีอยู่แล้ว ขณะที่ไม่มีสิ่งไม่มีคุณค่าอะไรมาครอบงำจิตนั้น ทำไมจิตไร้สาระไปหมด ?

เมื่อชำระสะสางออกได้โดยลำดับ ๆ ก็ค่อยส่องแสงสว่างออกมาให้เห็นประจักษ์ภายในใจ คือความสงบเย็นใจ ทั้งจิตใจก็ผ่องใส สบาย ยิ้มแย้มแจ่มใส นั่งอยู่ ยืนอยู่ เดินอยู่ นอนอยู่ หรือทำหน้าที่การงานอะไรอยู่ ก็มีความรื่นเริงบันเทิงด้วยความสุขที่ปรากฏอยู่กับใจ

คนเราเมื่อจิตใจมีความสงบเย็นแล้ว อยู่ที่ไหนก็พออยู่ทั้งนั้นแหละ **มันสำคัญอยู่ที่ใจ** ถ้าใจไม่ดี อยู่ที่ไหนก็ไม่ดี ที่นี้ว่าจะดี ที่นั่นว่าจะดี หลอกเจ้าของไปเรื่อย ๆ ที่โน่นละจะดี ชาตินี้ไม่ดี ชาตินี้หน้าจะดี เป็นอยู่ไม่ดี ตายแล้วจะดี นั้นมันหลอกไปเรื่อย ๆ ผู้ที่ร้อน ร้อนอยู่ที่นี้แหละ มันหลอก ผู้ที่ถูกกลุ้มร้อนอยู่ด้วยความร้อนทั้งหลายนะมันหลอกเรา อันนั้นจะดี อันนี้จะดี แต่มันไม่ได้ดี ไปอยู่ที่ไหน ๆ ก็เท่าเดิมนี่แหละ เพราะตัวนี้ไม่ดี ต้องแก้เพื่อให้ดี **แก้ด้วยความเพียร**

จงพยายามพิจารณากำจัดมันด้วยความเพียร ทำสมาธิก็ให้มีความสงบได้ บังคับบัญชาจิตใจขณะนั้น ขณะที่ทำสมาธิภาวนา ขณะที่บังคับจิตฝึกกรรมานจิตด้วยการภาวนานั้น ไม่ใช่เป็นขณะที่จะปล่อยไปตามอำเภอใจ เรียกว่า **"ความเพียร"** เพียรเพื่อแก้ เพื่อถอดถอนสิ่งที่เป็นข้าศึกต่อใจ จนใจได้รับความสงบขึ้นมา ใจได้รับความสงบนั้นเพราะ **"ความเพียรบังคับใจ"** ต่างหาก ไม่ใช่เพราะความปล่อยตามใจ เราคงจะเห็นผลหรือคุณค่าของความเพียรนี้บ้างแล้ว เพราะเรามีความสงบใจลงได้ด้วย ความเพียร และสงบไปได้เรื่อย ๆ เพราะความเพียรเป็นลำดับ ๆ คุณค่าของความเพียรก็จะเด่นขึ้น ๆ ตามคุณค่าของจิตที่เป็นผลมาจากความเพียร

เอ้า ! เมื่อพิจารณาทางด้านปัญญา ก็กำหนดพิจารณาให้เห็นชัดเจน ไตร่ตรองสิ่งทั้งหลายให้เห็นตามความสัตย์ความจริงของมันที่มีอยู่ในโลกทั้งหลายนี้ โลกนี้กว้าง แสนกว้าง แต่สิ่งที่คับแคบที่สุดก็คือจิตใจที่ถูกปิดบังด้วยกิเลส มันแคบที่นี้ นั่งอยู่นอนอยู่ก็ไม่สบาย อยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย เพราะมันคับแคบใจ มันทับตัวเอง แก้ตรงที่มันแคบ ๆ นี้ออกให้ใจได้รับความกว้างขวางเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสขึ้นมา จิตใจก็โล่ง เย็นสบาย

เอ้า ! ที่นี้จะพิจารณาเรื่องทุกข์ มันก็มีกำลังที่จะพิจารณา พอใจที่จะพิจารณา เพราะทุกข์เป็นหินลับปัญญาให้คมกล้าขึ้นเป็นลำดับได้ ฟาดฟันกิเลสอาสวะออกด้วยสมาธิปัญญา การถอดถอนกิเลสต้องถอดถอนด้วยปัญญา จับกิเลสมามัดได้ด้วยสมาธิ คือจิตสงบลง สมาธิก็รวมตัวเข้ามาในจิตดวงเดียว ไม่ชานออกไปในที่ต่าง ๆ จนจับตัวไม่ได้ ปัญญาคลี่คลายออกให้เห็นชัดเจนว่า จิตนี้มีความติดข้องอยู่กับสิ่งใด รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส หรือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แยกแยะดูให้เห็นละเอียดถี่ถ้วนตามหลักความจริงของมันที่มีอยู่

ใคร่ครวญแล้วใคร่ครวญเล่า พิจารณาแล้วพิจารณาเล่า เป็นจุดที่ท่องเที่ยวของปัญญา เป็นหินลับปัญญา พิจารณาเท่าใดก็ยิ่งแตกฉานออกไปโดยลำดับ เข้าใจไปตามเป็นจริงแล้วปล่อยวางไปเรื่อย ๆ การปล่อยวางลงก็คือปล่อยวางภาระ ซึ่งกอดังอยู่ภายในใจเราด้วยอำนาจแห่งอุปาทานนั้นแล

จิตคิดเรื่องอะไรบ้าง เกิดผลเกิดประโยชน์อะไร คิดขึ้นในขณะก็ดับไปในขณะ คิดดีก็ดับ คิดชั่วก็ดับ คิดอะไรขึ้นมาก็ดับทั้งนั้น ท่านเรียกว่า "สังขาร ความปรุง" ความปรุงขึ้น ความเกิดขึ้น ความปรุงกับความดับไปนั้นเป็นของคู่กัน เกิดดับพร้อมอยู่ในเวลานั้น แล้วเราจะถือเอามาเป็นตัวเป็นตนอย่างไรได้กับความเกิด ๆ ดับ ๆ อย่างนั้น

จงพิจารณา ทุกขเวทนา อันเป็นสิ่งที่น่ากลัวอยู่แล้ว ใคร ๆ ก็กลัวคำว่า "ทุกข์" เราจะมาถือว่าเป็นเราเป็นของเราได้อย่างไร ทุกข์ทั้งกองยังจะถือว่าเป็นเราอยู่อีกหรือ? ถือเป็นเราก็ถือเอาไฟมาเผาใจเรานั้นแล ทุกข์ให้ทราบว่าเป็น "ทุกข์" ผู้ที่ทราบว่าเป็นทุกข์ไม่ใช่ทุกข์นั้นคือใจ ใจเป็นผู้รู้เรื่องทุกข์ทั้งหลาย ทุกข์เกิดขึ้นใจก็รู้ ทุกข์ตั้งอยู่ใจก็รู้ ทุกข์ดับไปใจก็รู้ รู้ด้วยปัญญา

ปัญญาเห็นแจ่มแจ้งชัดเจนแล้วว่า ทุกข์เป็นทุกข์ เราเป็นเรา ผู้รู้เป็นผู้รู้ นี้ประการหนึ่ง สัญญา จำได้เท่าไรมันก็ลืมไปหมด ถ้าต้องการจะจำก็มาตั้งใจจำกันใหม่ จำไปพร้อมดับลงไปพร้อม ๆ ขณะเดียวเช่นกัน เหล่านี้หรือเป็นตน ? ความจำได้หมายรู้แล้วดับไป ๆ เกิดดับ ๆ เช่นเดียวกับสิ่งอื่น ๆ นั้นหรือเป็นเราเป็นของเรา ? ถ้าวานั้นเป็นเราเป็นของเรา เราก็ตื่นอยู่ตลอดเวลาซิ เพราะทุกข์ เพราะสัญญาจำได้แล้วดับไป ความทุกข์เกิด ๆ ดับ ๆ ให้ได้รับความเดือดร้อนวุ่นวายอยู่ไม่หยุดไม่ถอย เพราะฉะนั้นจึงต้องพิจารณาให้เห็นสภาพที่เกิดขึ้นที่ดับ มีอยู่รอบใจเรา อยู่รอบตัวคือขันธวิญญาน เราเคยได้ยินมาตั้งแต่เมื่อไร เห็นมาตั้งแต่เมื่อไร ตั้งแต่เกิดนี้ แล้วเราได้สาระอะไรจากมัน พอรับทราบ พบในทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย มันก็ดับไปพร้อม ๆ แน่ะ เอาอะไรมาเป็นสาระ ? ไม่เห็นมีอะไรเป็นสาระเลย

รูปนั้นหรือเป็นตน เสียงนั้นหรือเป็นตน กลิ่น รส เครื่องสัมผัสนั้นหรือเป็นตน วิญญาน ความรับทราบสิ่งที่มาสัมผัสหรือเป็นตน มันรับทราบพบ ๆ แล้วดับไปพร้อม ๆ อันนั้นหรือเป็นตน เป็นตนเมื่อไร ความเกิดความดับพร้อมมาถือว่าเป็นตนได้หรือ เราจะนอนใจกับมันได้อย่างไร มันเกิดแล้วมันดับ ๆ เรายังจะถือความเกิดความดับนั้นว่าเป็นตน เราก็ยุ่งไปวันยังค่ำซิ เพราะสิ่งทั้งหลายมันมีเกิดมีดับตลอดเวลา ไม่ว่ารูป เวทนา สุข ทุกข์ เฉย ๆ ไม่ว่าสัญญา สังขาร วิญญาน มันมีเกิดมีดับของมันเป็นประจำ

อยู่ทุกอย่างทุกอาการ แล้วเราจะไปคว้าเอาว่านั่นเป็นเรานี่เป็นของเราได้อย่างไร ทั้ง ๆ ที่มันเกิดดับก็ทราบอย่างประจักษ์ จึงต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นชัดเจนตามเป็นจริง แล้วปล่อยวางไว้ตามความจริงของมัน

ผู้รู้ไม่ดับ ใจแท้ ๆ คือผู้รู้ ผู้ที่ไม่ดับ อะไรเกิดก็รู้อะไรดับก็รู้ ผู้ที่รู้นี้ไม่ดับ ดับแต่สิ่งที่ปรากฏขึ้นดับไปตามเรื่องของเขา เช่น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี่เป็นสภาวะธรรม ท่านว่า "เป็นไตรลักษณ์"

ไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนตตา จะมาถือเป็นที่เราเป็นของเราได้อย่างไร ถ้าพิจารณาให้ถึงเหตุถึงผลด้วยสติปัญญาแล้วก็ไม่อาจไปยึดถือได้ เวลากิเลสหนา ๆ ใจไม่ได้พิจารณา ทั้งไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นอะไรจึงหลงยึดถือ เมื่อพิจารณาเห็นตามเป็นจริงแล้วมันปล่อยวางของมันเอง

พอออกแนวรบ ถึงเวลาจะเป็นจะตาย ให้เอาอันนี้แหละเป็นสนามรบ เฉพาะอย่างยิ่ง "ทุกขเวทนา" นั่นแหละจะออกหน้าออกตาที่สุดในขณะจะแตกดับ เอาทุกขเวทนามกับจิตนี้แหละเป็นสนามรบ พิจารณากันให้เห็นตามความจริงของมัน จะทุกข์มากมายขนาดไหนมันไม่เลยตาย ทุกข์นี้ถึงแค่ตาย ธาตุชั้นนี้ถึงแค่ตาย ใจไม่ถึงแค่ตาย แต่เลยความตาย เพราะจิตไม่เคยตาย มันเหนือสิ่งเหล่านี้ ความทุกข์ก็ทุกข์ถึงแค่ตายเท่านั้น ไม่เลยจากนั้นไป เวทนาพวกไหนจะปรากฏขึ้นมาก็ถึงแค่ดับของมันเท่านั้น จะทุกข์มากทุกข์น้อยจิตรับทราบ รับทราบอยู่ตลอดเวลา

เมื่อมีสติแล้วจะรับทราบทุกระยะของทุกขเวทนาที่เกิดขึ้น ผู้รู้ไม่ได้ดับ เราจะไปวิตกวิจารณ์อะไรกับเวทนาซึ่งไม่ใช่เราไม่ใช่ของเรา มันเป็นสภาพที่เกิดขึ้น อาศัยจิตเกิดขึ้นแต่ไม่ใช่จิต อาศัยธาตุเกิดขึ้น อาศัยกายนี้เกิดขึ้นแต่ไม่ใช่กาย มันเป็นเวทนาของมัน เช่นทุกขเวทนา เป็นต้น มันเป็นคนละชั้นละอันคนละอย่าง ความจริงล้วน ๆ เป็นอย่างนี้ !

ถ้าเราไม่ป็นเกี่ยวข้องกับความจริง ใจเราก็สงบเพราะการพิจารณาทุกขเวทนาทั้งหลาย เฉพาะอย่างยิ่งในวาระสุดท้ายจะแตกดับ เอาให้เต็มเหนี่ยวทีเดียว อะไรจะดับก่อนดับหลังให้มันรู้ เพราะผู้รู้จะรู้ตลอด จนกระทั่งทุกสิ่งทุกอย่างดับไปหมด ผู้รู้ก็ยังไม่ดับ

นี่แหละการพิจารณา ถ้าได้เห็นเหตุเห็นผลกันเสียครั้งหนึ่งเท่านั้น ความอาจหาญในเรื่องเหล่านี้จะเกิดขึ้นทันที ถึงคราวจำเป็นขึ้นมามันจะเตรียมทำสู้กันเลย เตรียมทำเป็นนักรบเข้าสู่สงครามระหว่างชั้นกับจิต พิจารณาด้วยปัญญา เอาสติปัญญาเป็น

เครื่องมือฟาดฟันหั่นแหลกลงให้ถึงความจริง เมื่อแหลกลงไปแล้วไปถึงไหน ? ก็ไปถึงความจริงนั้นแล

จงใช้สติปัญญาฟาดฟันลงไปให้ถึงความจริงทุกสิ่งทุกอย่าง เมื่อถึงความจริงแล้วราบไปหมด สงบไปหมด ไม่มีอะไรอันใดที่จะมาก่อกวนจิตใจ อันใดที่ยังก่อกวนจิตใจได้อยู่ อันนั้นเรียกว่า "จิตยังพิจารณาไม่ถึงความจริงเต็มที่" ถ้าถึงความจริงเต็มที่ทุกสัดทุกส่วนแล้ว ไม่มีอะไรที่จะมาแหย่มายุมาแทงมากวนใจได้ เป็นสภาพที่จริงทั่วถึงกันหมด นั่นท่านเรียกว่า "ราบคาบลงแล้วด้วยความจริง" เพราะอำนาจแห่งสติปัญญาพิจารณาเห็นชัด

นี่แหละพระพุทธเจ้า พระสาวกทั้งหลาย หรือท่านผู้สิ้นทุกข์แล้วทั้งหลาย ท่านสิ้นตรงนี้ ตรงที่ทุกข์มันอยู่ ทุกข์มันอยู่ที่ไหน ? ทุกข์มีอยู่ที่กาย ที่ชั้นธอันนี้ ที่จิตดวงนี้

การแยกแยะก็แยกกันที่นี้ รู้ก็รู้กันตรงที่เราเคยหลงนี้แหละไม่รู้ที่ไหน ผู้ที่จะทำให้อันนี้คือปัญหาเครื่องมือบุกเบิกหาความจริง ไม่มีอะไรที่จะเทียบเท่าสติปัญญาได้ที่เป็นเครื่องมือ ที่บุกเบิกให้ถึงที่สุดแห่งธรรมทั้งหลาย และเป็นเครื่องสำรองออกกิเลสออกจากจิตใจได้โดยสิ้นเชิง ก็ไม่มีอะไรเสมอเหมือนปัญญา จึงเป็นเครื่องมือที่ทันสมัยในการแก้กิเลสอาสวะทั้งหมด

เราจงนำเอาสติปัญญานี้ไปใช้ในเวลาจำเป็น เฉพาะอย่างยิ่งเวลาจนตัวเข้าแล้ว ไม่มีใครจะช่วยเราได้ ญาติมิตรสายโลหิตใกล้ไกล พ่อแม่ พี่น้อง สามภริยา ลูกเล็กเด็กแดง แม้มีห้อมล้อมเต็มไปหมดก็ไม่สามารถช่วยเราได้ทั้งนั้น เป็นหน้าที่ของเราโดยเฉพาะ ท่านเรียกว่า "อดตา ทิ อดตโน นาโถ" เอาให้เต็มภูมิ! ตนนั้นแลเป็นที่พึ่งของตน เราจะทำอย่างไรจึงจะเป็นที่พึ่งของเราได้ และจะไม่กลายเป็นข้าศึกต่อเราเอง ถ้าเป็นเรื่องความลุ่มหลง ความอ่อนแอ ความขาดสติปัญญาที่จะนำมาใช้ ก็เป็นข้าศึกต่อตนเอง ถ้ามีสติปัญญา ศรัทธา ความเพียร มีความแก้แค้นแล้วสามารถตามหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ พิจารณาลงไปให้ถึงเหตุถึงผล ถึงความสัตย์ความจริงแห่งสภาวธรรมทั้งหลายแล้ว นั้นแลถือว่าตนเป็นที่พึ่งของตนได้โดยแท้

เอาให้ได้ที่พึ่ง มีอยู่ที่ไหนล่ะ ? "พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ" กระเทือนอยู่ในจิตใจ ไม่มีที่ไหน "ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ" กระเทือนอยู่ที่จิตใจ "สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ" ก็กระเทือนอยู่ที่ใจดวงเดียวกันเท่านั้นเป็นภาชนะ ทั้งพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ รวมอยู่ที่จิตดวงเดียวกันนี้ เพราะจิตเป็นภาชนะที่เหมาะสมกับธรรมทั้งหลาย เอาให้เห็น เฉพาะอย่างยิ่ง "จิตทั้งดวงนี้แลคือธรรมทั้งดวง"

ขอให้ชำระจิตนี้ ยิ่งให้หลุดพ้นในขณะนี้ด้วยแล้วยังดี "พุทโธ ธัมโม สังโฆ" ไม่ทราบจะไปถามท่านที่ไหน ไม่ถามเพราะไม่สงสัย มองดูความรู้ของตัวที่แสดงความสำเร็จอยู่เต็มที่แล้วฉันใดก็ฉันนั้น

พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ นี้เป็น "เอกธรรม" ธรรมอันเดียว เป็นธรรมแห่งเดียวกัน

นี่คือผลแห่งการปฏิบัติกำจัดกิเลสอาสวะของตัว ตั้งแต่เริ่มแรกที่ไม่มีคุณค่า ราคา มีแต่ "ขี้" เต็มหัวใจ คือขี้โลก ขี้โกรธ ขี้หลง ชำระ "ขี้" นี้ออกโดยหลักธรรม เมื่อหมดของสกปรกนี้แล้วก็ เป็นธรรมขึ้นมา เป็นธรรมขึ้นมาแล้วแสนสบาย! อยู่ไหนก็สบาย "นิพพานํ ปรมํ สุขญ" อะไรสุขก็รู้นี้ อะไรยังอยู่ก็รู้ ใครจะไปรู้อย่างผู้สิ้นกิเลสแล้วเล่า เพราะคำว่า "นิพพานํ ปรมํ สุขญ" นี้ ท่านพูดออกมาจากความที่สิ้นกิเลสแล้ว

ผู้เห็นนิพพานแล้วพูดออกมา คือพระพุทธเจ้า พวกเราไม่เห็น ว่าเท่าไรมันก็ยังอยู่อย่างนั้น จงพิจารณาให้เห็นจริงกับสิ่งเหล่านี้ คำว่า "นิพพานํ ปรมํ สุขญ" จะไม่มีปัญหาอะไรเลย เพราะประจักษ์กับใจแล้วอันใดสุขอันใดยัง!

"นิพพานํ ปรมํ สุข" ฟังซิ คำว่า "ปรมํ สุข" อันเป็นความสุขอย่างยิ่งนั้น ไม่ใช่ "สุขเวทนา" เป็นสุขที่เกิดขึ้นจากความบริสุทธิ์ของใจล้วน ๆ โดยไม่มีคำว่า "เกิดดับ" เหมือนเวทนาของพวกเรา มีทุกขเวทนา เป็นต้น อันนี้ไม่ใช่ไตรลักษณ์ "ปรมํ สุข" ที่มีประจำจิตที่บริสุทธิ์นี้ไม่ใช่ไตรลักษณ์ ไม่ใช่สิ่งที่เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงไม่มีความแปรสภาพ คงเส้นคงวา ท่านว่า "นิพพานเที่ยง" อะไรเที่ยง? จิตที่บริสุทธิ์นี้เท่านั้น "เที่ยง" จงเอาให้เห็น เอาให้รู้!

การแสดงธรรม ก็ขอยุติ