

ไตรลักษณ์

หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี

ตั้งใจฟังธรรมเทศนาเพื่อให้สำเร็จประโยชน์แก่ตัวเอง เพื่อประโยชน์ส่วนตัวและส่วนมาก การฟังเทศน์ถึงแม้ประโยชน์คนอื่น ถ้าหากไม่ทำประโยชน์ส่วนตัว มันก็ไม่ได้ประโยชน์อะไรเลย ประโยชน์ส่วนตัวเป็นของสำคัญที่สุด คนอื่นมันเห็นหัดทำตามเรา ถ้าเราทำเป็นประโยชน์แก่ตนแล้ว ถ้าตนเองไม่ทำให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองแล้ว คนอื่นมันจะเอาตัวอย่างที่ไหน ตัวอย่างที่ดีนั้นก็เข้ามาดีที่ตัวของเรานั้นเอง

การฟังเทศน์คอยคิดอย่างนี้ ที่เขาว่าพุทธศาสนาสอนให้เอาประโยชน์ส่วนตัว ไม่คิดเผื่อแผ่คนอื่น อันนั้นไม่จริง มหายานไม่ต้องเอาประโยชน์ส่วนตัว คิดประสงค์ประโยชน์ของคนอื่น เหตุนั้นพระโพธิญาณจึงค่อยมาก กวนอิมกวนเอิมอะไรต่างๆ เป็นพระโพธิญาณทั้งนั้น ผู้หญิงก็เป็นโพธิญาณ ความเป็นจริงก็ประโยชน์ส่วนตัวนะแหละ เป็นพระโพธิสัตว์ก็ส่วนตัวนั้นแหละ แต่ว่ามุ่งไปเพื่อประโยชน์คนอื่น พระโพธิสัตว์ก็มุ่งความตรัสรู้

แหละ จึงเรียกเป็นพระโพธิสัตว์ เค้่าถือตื้นๆ ถือเปลือกๆ ถือพวก
โพธิสัตว์ เอาพระโพธิสัตว์นั้นเป็นตัวอย่าง พระพุทธเจ้ามีอยู่แต่
ไม่ถือ

สมัยเมื่อพระพุทธเจ้ายังมีพระชนม์อยู่ หรือพระธรรมคำสอน
ของพระพุทธเจ้ายังมีอยู่ก็เหมือนกับตัวพระองค์เจ้ายังอยู่ ทำให้
จึงต้องไปถือพระโพธิสัตว์ การทำประโยชน์ส่วนตัวคือการ
ภาวนาตั้งใจกำหนดที่จะภาวนาส่วนตัว อะไรเป็นตัว อะไรเป็น
ตน ให้เห็นตัวของตนเสียก่อน ร่างกายนี้หรือเป็นตัว ร่างกายนี้
หรือเป็นตัว ร่างกายนี้เป็นตนของตัวหรือใจ คนเพียงถือเพียง
ตื้นๆเขินๆ ก็เลยขึ้นมาพิจารณาเป็นตนเป็นตัว แต่ว่าไม่ได้ทำตัว
ให้เป็นประโยชน์แก่ตัวของตนเอง ถือร่างกายเป็นตัวก็เลยทะนุ
ถนอมบำรุงบำเรอ ปรมเปรอให้อิมหน้าสำราญให้อยู่เย็นเป็นสุข

คำว่าอยู่เย็นเป็นสุข คำว่าอิมหน้าสำราญ มันอยู่ที่ไหน มัน
สุขที่ไหน มันไม่มีความสุขหรอก จะทำยังไง ยังไงก็ไม่มีความสุข
ยิ่งกินก็ยิ่งแก่ ยิ่งกินก็ยิ่งเฒ่าทุกวัน โรคภัยไข้เจ็บก็มีแทบทุกวัน
เราเย็น เดิน นั่ง นอน อิริยาบถต่างๆ คือเปลี่ยนอิริยาบถนั่นเอง

การเปลี่ยนอิริยาบถก็หมายความว่า ไม่สบาย ไม่สบายจึง
เปลี่ยนอิริยาบถ อิริยาบถเป็นเครื่องระงับเสียดซึ่งความกระวน
กระวาย เรียกว่าระงับทุกข์ได้ชั่วคราว อิริยาบถนั่งไปหาอื่น
อิริยาบถยืนไปหานั่ง อะไรต่างๆ คือมันไม่สบายแล้ว มันจึงคอย
เปลี่ยนอิริยาบถ นั่นจึงว่ามันมีสุขที่ไหนอะของที่บำรุงบำเรอมัน
อยู่ หากความสุขไม่ได้หรือก ยิ่งมีโรคประจำตัวซะแล้ว ออดๆ
แอดๆตลอดเวลา นี่หรือตัวของเรา บอกได้ไว้ฟังก็ยังคงอย่งชั่ว
หน้อย บอกไม่ได้ ห้ามให้ไม่ฟัง ไม่ให้เจ็บ มันก็เจ็บ ไม่ให้แก่ มัน
ก็แก่ ไม่ให้ตาย มันก็ตาย ตายทุกวัน เรานั่งอยู่นี้ก็เรียกว่าตายซะ
แล้ว หลายนานที่เป็นชั่วโง่งแล้ว คือความแก่นั่นเอง

แต่ตัวของเราระลึกไม่ได้ เลยประมาทอยู่ ถ้าระลึกความแก่
ของตนอยู่เสมอแล้ว เห็นความแก่ของตนเป็นนิจ ไม่มีความ
ประมาทหรือก ต้องรีบเร่งประกอบความเพียรภาวนา หรือสร้าง
คุณงามความดีให้เกิดให้มีในตน มันแก่ก็ไปหาตายนะสิ อุปมา
เปรียบเหมือนกับคนเข้าป่าตอนค้ำ ไปหาพินหาไม้อะไรก็ตาม
เถอะ เข้าป่าไปตอนค้ำ ได้สิ่งเล็กน้อยก็รีบเก็บมา ได้แล้วได้พิน

อะไรก็รีบเก็บมาซะ เพราะได้ใช้ได้สอย มันกว่าจะมีดีกว่าจะคำ
อันนั้นท่านก็ยังเรียกว่าเป็นผู้ไม่ประมาท ไฟไหม้ผมคนเรานะ ไฟ
ไหม้ศีรษะนะ ต้องรีบดับ ไม่มีใครจะปล่อยให้มันไหม้ตลอดเวลา
หรือก รีบๆดับเลย ท่านเห็นชีวิตของคนเปรียบเหมือนกับไฟไหม้
ผม ขยันหมั่นเพียรประกอบความเพียร ให้รักษาศีลเป็นนิจ

อันนี้การที่ว่าตนนะมันไม่ใช่ตัวของเรา เค้ามาเกิดขึ้นมาแล้ว
ก็มาแก่ มาเจ็บ ชรา และผลที่สุดก็ดับสลายไป เป็นเรื่องของ
สังขาร ไม่ใช่ตัวของเรา เรามาถือเอาต่างหาก เรามายึดว่าของ
กูๆต่างหาก แต่แท้ที่จริงไม่ใช่ของกู ถ้าพูดว่าของกูๆนั้น ก็ไปยึด
เอาว่าตัวและตนนั้นของกู เวลาแตกดับก็ไม่เห็นว่าของกู เวลา
แตกดับก็เท่ากับหมดเรื่อง หมดผู้ว่าของกูก็หมด ไม่ทราบว่าจะ
หายไปไหน นี่จึงว่าไม่ใช่ของเรา การพิจารณาเห็นที่ว่าเป็นไม่ใช่ของ
เรานั้น มันเป็นประโยชน์แก่เราจริง คนอื่นเห็นตัวของเราเช่นนั้น
ย่อมกระทำตาม เป็นเหตุให้เป็นประโยชน์แก่ตน เป็นเหตุให้เป็น
ประโยชน์แก่คนอื่นต่อไป จึงควรพิจารณาอยู่เป็นนิจ คิดค้นอยู่
เป็นนิจถึงเรื่องตัวของเรา ไม่มีใครเห็นหรือก เราเห็นตัวของเรา

เอง ไม่มีใครคิดค้นหรอก มีตัวของเราคิดค้นเอง ตัวของเราเป็น
คนยึดคนถือ ตัวของเราก็ต้องเป็นคนละซี

อันนี้มีแต่ยึดแต่ถือ ไม่มีการละซึกที่ มันก็แย่งละสิแบบนั้น
ถือมันก็ไม่ใช่ของเรา ไปยึดไปถือมันก็ไม่ใช่ของเรา ไปยึดเก่าๆ
ยึดลมๆแล้งๆไปงั้นนะ ไม่เห็นได้อะไรขึ้นมา เพียงแต่เราอยู่
ชั่วคราว อาศัยชั่วคราว ถ้าหากเราไม่หล่อเลี้ยงร่างกายนี้มันก็อยู่
ไม่ได้ การที่จะเสื่อมสูญจิบหายไปคือตาย เหตุนั้นหล่อเลี้ยงไว้
แต่อย่าไปหล่อเลี้ยงอย่างเดียวนะ หล่อเลี้ยงเหมือนอย่างเดียว
นั้นไม่ได้ มันเพลิดเพลิดนมัวเมา ทำให้เราลืมตัว หล่อเลี้ยงแล้ว
เห็นคุณค่าของการที่มันอยู่นั้น ที่มันอยู่ มันอยู่ได้ชั่วคราวหนึ่งๆนะ
เห็นคุณค่าของมัน เห็นประโยชน์ของมัน ว่ามันทำประโยชน์
ให้แก่เรา รีบเร่งค้นหาความดีซะ

อาตมาจึงเคยพูดอยู่เสมอว่า เลี้ยงมันนะ คือว่า เลี้ยงมันให้
อยู่ชั่วคราว หล่อเลี้ยงเอาไว้อยู่ชั่วคราว เปรียบเหมือนกับคนเช่า
บ้านเช่าเรือน ถ้าไม่ให้ค่าเช่าเค้าก็ไล่หนี คือตาย ให้ค่าเช่าก็พอ
อยู่ได้ เเช่าแล้วไม่ใช่อยู่เปล่า ต้องทำประโยชน์ เเช่าบ้านเช่าเรือน

ก็ไม่ใช่อยู่เปล่าเมื่อไหร่ ต้องทำมาหากินจึงค่อยมีเงินสำหรับที่จะให้ค่าจ้างเขา ให้ค่าเช่าเขา อย่างนั้นก็ประโยชน์แก่ตัวของเรา วันหนึ่งๆนะคิดดู ว่าเราคิดถึงความตายมั๊ย อย่าให้ลวงเลย เสียเปล่า ให้คิดถึงความตายที่อย่างที่ว่านี้แหละ จะเป็นผู้ไม่ประมาท ได้ชื่อว่าเป็นคนไม่ประมาท ทำคุณงามความดีอันนั้น ให้สืบเนื่องไปโดยลำดับ เทศนาอะไรก็เทศน์เถอะ ลงมาสู่ความตายเกลี้ยง ใครจะทำอะไรก็ทำไปเถอะ ลงมาสู่ความตาย ตายแล้วก็หมดเรื่องกันไป

ถ้ายังไม่เห็นความตายตราบไต่แล้ว ภาวนาก็ไม่เป็น ถ้าลงสู่ความตายแล้ว ภาวนาลงเลย ตายแล้วมันได้อะไรไป คุณงามความดีที่เราทำนั้นนะ เป็นของติดตัวของเราไป สมบัติข้าวของทั้งหมด กองทิ้งอยู่ในโลกอันนี้ ทิ้งไว้ในโลกอันนี้ก็ฉิบหายเป็นเอง เหมือนกัน อย่างเขาทำที่ดินไร่่น่าสาโทกว้างขวางมากมาย สมบัติพัสดานที่เค้าหามาได้มากมาย เราตายแล้วทิ้งไว้นี้แหละ มันจะไปไหน คนที่รับมรดกต่อไป คนที่รับทอดต่อเราไปนั้นมันก็ทิ้งเอาเหมือนกัน ในผลที่สุดก็ต้องทิ้งหมด ไม่เห็นหรือไร่่น่าสาโท

ที่กว้างขวาง มันเป็นของใคร มันก็คนมาแล้ว ไร่น้ำตามป่าตาม
ดงเป็นไร่เป็นสวนอยู่นั่นนะ เจ้าของไปไหนหมด มันก็เหมือนกับ
ที่ว่านี่เอง ทั้งหมด คนก็ไม่มีตัวตน ผู้ทำก็ไม่มีตัวตน วัตถุโบราณ
สิ่งที่เป็นสิ่งก่อสร้าง ที่เป็นถาวรวัตถุ พระธาตุพนมนั่นนะ คนโบ
รชโบราณสร้างไว้แล้วก็ต้องไปตายกันหมดพวกสร้างนี้ นครปฐม
นครศรีธรรมราช สร้างไว้ใหญ่โตแล้วไปไหนหมดนะพวกนั้น ไร่
พวกที่สร้างเดี๋ยวนี้เหมือนกัน มันก็ยังเหมือนกับพวกนั้น จึงว่า
เป็นของไม่เที่ยง เป็นของไม่ใช่ของเรา เป็นของอนัตตาทอดทิ้ง
อยู่ในโลกนี้ทั้งหมด พอสุดของพวกนี้ในโลกก็ทิ้งเหมือนกัน อย่าง
ธาตุพนม ธาตุนครปฐม หมดคนทั้งปวง ในโลกนี้หมด มีวันหนึ่ง
ที่จะต้องฉิบหาย ของเหล่านั้นจะต้องสลายเสื่อมสูญไปหมด ที่
เรียกว่าบรรลัยกัปปี้ บรรลัยกัลป์ ไม่มีคนเหลือเหลือสักคนในโลก
นี้

พิจารณาเห็นอย่างนี้ จิตใจมันจะค่อยลง ทำภาวนาทำ
สมาธิต้องลงถึงความตาย เห็นความตายจึงค่อยลงเป็นสมาธิได้
พิจารณา**อานาปา**ก็คือความตายนั่นเอง ลมหายใจเข้าหายใจ

ออก ให้มันเห็นความตายนั่นแหละ หายใจเข้าไม่หายใจออกก็
ตาย หายใจออกไม่หายใจเข้าก็ตาย ตายหมด เรื่องไม่มีอะไร ให้
มันเห็นสั้นๆตรงนั้น ทำสมาธิภาวนามันต้องสั้น ไม่ต้องยืดยาว
กว้างขวางยืดยาวไม่เป็นสมาธิ ต้องทำเฉพาะสั้นๆ เห็นเฉพาะ
ลมหายใจเข้าออกไปดูความตาย จึงเฉพาะลมหายใจเข้าออก
แล้วมันจึงค่อยรวมลงมาเป็นสมาธิได้ ลงเป็นสมาธิเป็น
เอกัคคตารมณ์ มีอารมณ์อันเดียวแน่วแน่ จนถึง**เอกัคคตาจิต**
ไม่มีอะไรพะยะเลย หมดเรื่องไป

ทำสมาธิมันต้องรวมลงมาอย่างนั้น อันกว้างขวางมันกว้าง
ไปเองหรือ มันกว้างอยู่แล้ว แต่ไหนแต่ไรเกิดขึ้นมามันกว้างอยู่
แล้ว แต่ไหนแต่ไรเกิดขึ้นมาก็กว้างแล้ว มันกว้างออกไปเอง ไม่
ต้องกว้างขวาง ทำยังไงมันจะรวมเป็นสมาธิได้ ขอให้ทำไปเถอะ
แค่นี้ก็พอ ไม่ต้องทำมากมาย เอาหละเท่านั้น

ที่มา: <https://youtu.be/EIWflrACs8o>