



# พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส

บรรยายธรรมเรื่อง “ความจริงไม่มีใครทุกข์”

ณ ศูนย์ปฏิบัติ การบินไทย สุวรรณภูมิ เมื่อวันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๕๒

● ก่อนเริ่มการบรรยายธรรม พระอาจารย์อานาจ ได้ให้ผู้ร่วมฟังการบรรยายชม DVD เรื่อง “ความจริงไม่มีใครทุกข์” โดยใน DVD มีเนื้อหาดังนี้

---

## “ความจริงไม่มีใครทุกข์”

พระอาจารย์อานาจ โสภาโส

### “ความทุกข์มาจากไหน..?”

คนส่วนใหญ่ไม่รู้ที่มาของความทุกข์ จึงคิดว่าทุกข์มาจากผู้อื่นกระทำ บางคนก็คิดว่าทุกข์มาจากเราทำเอง

### “ทุกข์มาจากความไม่รู้ ตามความเป็นจริง”

### “ชีวิตคืออะไร..?”

หากเรารู้ว่าชีวิตคืออะไร..? เราจะปฏิบัติต่อชีวิตอย่างถูกวิธี ความจริงในธรรมชาติของจักรวาล มีแค่รูปและนาม เพราะรูปคือมวลสารต่างๆ ที่หมุนรอบตัวเองในที่ว่าง จึงเกิดสนามพลังของนามธรรม อยู่รอบรูปธรรมนั้น สมมุติเรียกว่า “จิต” คือธรรมชาติแห่งการรับรู้

เพราะธาตุต่างๆ ที่รวมตัวอยู่ด้วยกันไม่คงที่ ความรับรู้ที่เกิดขึ้นในช่องว่าง รู้สึกถึงการจะแตกสลาย จึงเกิดความต้องการที่จะเติมเต็ม (โลภะ) เกิดความรู้สึกขัดขวาง (โทสะ) เกิดความไม่รู้ที่แฝงตัวมา (โมหะ)

เมื่อมันมาก่อตัวกันเข้า เป็นโครงสร้างของรหัสดีเอ็นเอ ที่จะสมานตัวให้ทรงตัวอยู่ได้ จึงพยายามที่จะรักษาสถานภาพนั้น ด้วยการแสวงหาสิ่งที่จะมาเติมเต็ม แก้ปัญหาความพร่องของธาตุสี่ เกิดสภาวะการดิ้นรนของนามธรรม ซึ่งเป็นปัญหาพื้นฐานของสิ่งมีชีวิตทั้งหลายในโลกนี้

สิ่งทั้งหลายไม่มีอยู่ด้วยตัวของมันเอง ไม่มีความคงที่อยู่อย่างเดิม แม้แต่ขณะเดียว จึงเป็นสภาวะที่พร้อมจะก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้ไม่รู้เท่าทัน

(ปฏิจจสมุปบาท)

สิ่งต่างไม่มีตัวตนด้วยตนเอง อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น (อวิชชา)  
เพราะความไม่รู้ตามความเป็นจริง จึงเกิดความคิดปรุงแต่ง (สังขาร)  
เพราะเกิดความคิดปรุงแต่ง จึงรับรู้ถึงความรู้สึก (วิญญาณ)  
เพราะการรับรู้ถึงความคิดนั้น จึงส่งผลถึงอารมณ์และบุคลิกภาพ (นามรูป)  
บุคลิกภาพนั้น ส่งต่อให้เครื่องมือการรับรู้ทำงาน (สฬายตนะ)  
เพราะการรับรู้ทำงาน จึงเกิดการกระทบระหว่างภายในภายนอก (ผัสสะ)  
เพราะการกระทบ จึงทำให้เกิดอารมณ์สุข-ทุกข์ และเฉยๆ (เวทนา)  
อารมณ์ที่สุขก็อยากได้ อารมณ์ที่ทุกข์ก็อยากผลัดไใส (ตัณหา)  
เพราะความอยาก จึงเข้าไปยึดกับสิ่งที่ต้องการ (อุปาทาน)  
เพราะยึดกับสิ่งที่ต้องการ จึงลงมือก่อพฤติกรรม (ภพ)  
เมื่อก่อพฤติกรรมดีหรือเลว จึงเกิดคำว่า “เราดีหรือเลว” ขึ้นในใจ (ชาติ)  
แต่สิ่งเหล่านั้นก็เสื่อมสลายไปตามเหตุปัจจัย (ชรา มรณะ)

แต่เพราะความไม่รู้ก็หลงปรุงแต่ง แสวงหาสิ่งเหล่านั้น วนเวียนซ้ำแล้วซ้ำเล่า (อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพ ชาติ ชรา มรณะ)

**๑๒** อาการแห่งทุกข์ ที่คนส่วนใหญ่ยังยึดติด ยังหาทางออกไม่พบ และประสบกับปัญหาเพิ่มขึ้น ความไม่เข้าใจเหตุปัจจัย ที่เป็นองค์ประกอบในสายใยของธรรมชาติ

หากเข้าใจ ปฏิจจสมุปบาท จะไม่สงสัยต่ออดีต ปัจจุบัน อนาคต ว่าเรามีหรือไม่อย่างไร

เพราะสิ่งต่างๆ อาศัยสิ่งอื่นๆ เกิดขึ้น จึงคงที่อยู่ไม่ได้ เรียกว่า “ทุกข์ลักษณะ” แต่ไม่มีผู้ทุกข์ (ความสุขมีอยู่ก่อนแล้ว)



การเคลื่อนไหวในกระแสของธรรมชาตินั้น มีความสัมพันธ์ ส่งผลกระทบต่อกันอย่างละเอียดซับซ้อน ด้วยปัจจัยอันหลากหลาย กระทบกระทั่งเชื่อมต่อกันเป็นแพรวีมี สู่ผลอันหลากหลาย

**“ผลอันหลากหลาย เกิดจากเหตุปัจจัยอันหลากหลาย” พุทธพจน์**

เมื่อมีสติตามสังเกตการทำงานของกายและใจ จะสามารถใช้เหตุปัจจัยอย่างถูกวิธี

(วิสุทธิ ๗)

เพราะไม่มีใครหนีผัสสะทางอายตนะต่างๆ ได้ เมื่อเกิดการกระทบรู้เท่าทัน ใจก็ปกติ เรียกว่า **“สลวิสุทธิ”**

จิตจึงตั้งมั่นไม่ถูกรบกวนงำด้วยอกุศลเรียกว่า **“จิตตวิสุทธิ”**

จึงเกิดความเห็นถูกของรูปนามตามความเป็นจริง เรียกว่า **“ทัญญูวิสุทธิ”**

และเห็นปัจจัยของรูปและนาม จนหายสงสัย เรียกว่า **“กังขาวิตรณวิสุทธิ”**

สามารถเลือกมุมมองอย่างถูกวิธี ของสิ่งที่เกิดขึ้นกับรูปและนาม เรียกว่า

**“มัคคามัคคญาณทัตสนวิสุทธิ”**

เห็นลักษณะความเกิดดับในขั้นที่ ๕ ยอมรับความเป็นจริงด้วยใจเป็นกลาง เรียกว่า

**“ปฏิบัติญาณทัตสนวิสุทธิ”**

จิตจึงไม่ปนเปื้อนด้วยตัณหา และการหลงคิดปรุงแต่ง ทวนเข้าสู่กระแสธรรมชาติเดิมที่บริสุทธิ์ ซึ่งมีอยู่ก่อนแล้ว คือความสุขหรือพระนิพพาน เรียกว่า **“ญาณทัตสนวิสุทธิ”**

เพราะสิ่งต่างๆ อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น หากผู้ขาดปัญญาไม่รู้ ก็หลงผิดสร้างเหตุปัจจัยแห่งความทุกข์

(ได้ในสิ่งที่ไม่ควรได้ คือ ทุกข์ใจ - เสียในสิ่งที่ไม่ควรเสีย คือ สันติสุข)

หากผู้มีสติปัญญารู้ จึงเลือกสร้างเหตุปัจจัยแห่งความสุข

.....

**หลวงพ่ :** เอ้า...เป็นยังไง ดูกันหลับไหม พอเห็นร่องรอยอะไร เข้าใจบ้างไหม เมื่อกี้ที่เราดูดีวีดี (DVD) เรียกว่า หากเราเข้าใจว่าชีวิตคืออะไร เห็นไหม เราจะปฏิบัติต่อชีวิตอย่างถูกวิธี ที่นี้เราไม่เข้าใจ เราเกิดมาในยุครอยต่อของ Instant มันเกิดมาแบบคนสำเร็จรูป ชงละลายหมดทุกอย่าง คือเกิดมาก็พบสิ่งที่มีเครื่องมือมาพร้อมบริบูรณ์ รวมถึงมีโลกของสมมุติเต็มไปหมด ดาราตาอยู่ข้างหน้า ความจริงเนี่ยโยม สัจจะนะมีอยู่ ๒ อย่างนะ มี **“ปรมัตถสัจจะ”** คือความจริงที่เป็นความจริงแท้ กับ**ความจริงสมมุติ\*** แต่พวกเราพอเกิดมาปั๊บ เราเจอแต่ความจริงในโลกของสมมุติ เลยถูกบังอยู่ เปรียบเทียบว่าความจริงแท้ๆ อย่างเช่น เวลาคนคนหนึ่ง คิดไม่ดีอารมณ์จะต้องไม่ดี อันนี้เป็นกฎของความจริงแท้ ไม่ว่าจะ คนคนนั้นจะอยู่ในฐานะทางสังคม มีตำแหน่งที่สูงส่งสักปานใดก็แล้วแต่ในโลกของสมมุติ แต่ก็ไม่สามารถที่จะเปลี่ยนความจริงแท้ อันนี้ไปได้ คือถ้าสิ่งนี้มี สิ่งนี้จะต้องมี คือถ้าคิดไม่ดีแล้วจะต้องอารมณ์ไม่ดี หรือไปพูดไม่ดีกับพ่อแม่ จะต้องรู้สึกไม่ดีในภายหลัง รู้สึกว่าเราพูดไม่ดี หรือรู้สึกเสียใจในภายหลัง จะเป็นอย่างไรไปไม่ได้ นอกจากเป็นอย่างนี้เท่านั้น

กฎนี้ครอบคลุมทั้งจักรวาลนะ กฎที่ถ้าสิ่งนี้มี สิ่งนี้จะต้องมี จะเป็นอย่างไรไปไม่ได้ จะต้องเป็นอย่างนี้เท่านั้น เนี่ยเขาเรียกว่า ความจริงในโลกของ ปรมัตถสัจจะ ส่วนความจริงในโลกของสมมุติ ที่บอกว่า คนนี้แต่งตัวดี ฐานะดี น่าจะมีความสุขทั้งชาติ มันเป็นแค่คำสมมุติโยม มันเป็นไปได้หรือที่ จะมีความสุขทั้งชาติจากโลกของสมมุติ トラบใดที่ยังคิดไม่ดี อารมณ์ก็ไม่ดี ถึงจะมีคนยื่นรอให้ช่อดอกมะลิอยู่ข้างทาง มีคนกรี๊ดส่งช่อดอกไม้ให้เต็มไปหมด แต่ถ้าผลอกคิดไม่ดี อารมณ์ก็ต้องไม่ดี แต่ถ้าคิดดี อารมณ์ก็ต้องดี มีความสุขจะเป็นอย่างไรไปไม่ได้เหมือนกันนะ ไม่ว่าจะอยู่ในอารมณ์อะไรก็แล้วแต่ นี่ต้องเข้าใจความจริง ๒ ส่วนก่อน จะได้ไม่หลงทาง มาดู...ที่นี้เราเกิดมา เราก็คิดว่า ใจสิ่งที่รับรู้ รู้สึกเนี่ย มันเป็นเรา ไม่ใช่หรือกะ จิตไม่ใช่เรา จิตไม่ได้มีมาก่อน เมื่อกี้ขึ้นต้นแล้ว ในจักรวาลมันมีแค่ รูปและนาม นามเดิมของมันคือสเปซ (Space) คือที่ว่างในจักรวาลทั้งหมด รูปก็คือมวลสารต่างๆ ที่ มันไหลเวียนเปลี่ยนแปลง ผสานตัวจากสิ่งหนึ่ง ไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง เปลี่ยนสถานภาพไปเรื่อย ไม่มีความคงที่ เพราะธาตุตั้งแต่มวลอนุภาคเนี่ย มันไหลเวียนผสม มันก็ต้องก่อเกิดเป็นอีกปฏิกิริยาหนึ่ง เหมือนแสงตะวันเนี่ย ที่มันฉายกระทบธาตุต่างๆ เช่นฉายกระทบธาตุน้ำ มันก็ต้องระเหยเปลี่ยนแปลงเป็นไอ มันจะคงที่อยู่ไม่ได้หรือ

น้ำเมื่อถูกแสงอาทิตย์ เพราะแสงอาทิตย์มันก็ไม่คงที่ มวลธาตุก็เหมือนกัน ที่มันเกาะ

\* สมมุติสัจจะ : (ผู้เรียบเรียง)

กลุ่มรวมตัวกันอยู่ทั้งหมดในจักรวาล มันก็ต้องไหลเวียนเปลี่ยนแปลงไปอย่างนี้ ไม่มีความคงที่สักขณะเลย เมื่อสิ่งเหล่านี้มันมาถักทอต่อกัน ตอนที่ภูเขาไฟระเบิดดินเอาวมวลก๊าซต่างๆ ขึ้นมาจากใต้ไปผิวโลก ไปถูกมหาสมุทรที่กำลังมีเกลียวคลื่นปะทะไหวรุนแรง ถูกรังสีอัลตราไวโอเลตแสงอาทิตย์ สายลม ชาติทั้ง ๔ เนี่ยกำลังเคลื่อนไหว รุนแรงถักทอต่อกันเหมือนแดนสนธยานะ มวลอนุภาคต่างๆ ก็มาร้อยเรียงเป็นรหัสของดีเอ็นเอ (DNA) ไขช่องว่างเล็กๆ เนี่ยโยม มันเลยเกิดการกระทบ และเกิดการเข้าไปรับรู้ถึงความรู้สึกของมวลอนุภาคต่างๆ เช่น ความร้อน มันก็รับรู้ถึงความร้อน พวกที่เป็นกระแสพลังงานต่อเชื่อมกัน เหมือนกับกระแสพลังงานไฟฟ้าอย่างนี้ ถ้าเย็นมันก็รับรู้ถึงความเย็น ไขการรับรู้เนี่ยมันไม่ใช่เรารับรู้เนี่ย โพอเกิดการรับรู้เสร็จ เวลาที่ธาตุใดธาตุหนึ่ง มันจะบกพร่องแตกสลาย มันจะพยายามเขี่ยมันตัวไป ไปปรับสมดุล อย่างเช่น ถ้าขาดแสงแดด ขาดความอบอุ่น ธาตุนี้ ที่รวมตัวเป็นรหัสนี้ จะพยายามเคลื่อนตัวไปที่มีแสง เพื่อเติมแสงสว่างความอบอุ่นเข้ามา หรือไปเติมธาตุน้ำ หรือไปเติมมวลธาตุก๊าซต่างๆ ปฏิกริยาเคมีต่างๆ เข้ามา ที่เรา เห็นธาตุน้ำเนี่ย ธาตุน้ำเป็นแรงเหนี่ยวนำของตัวโมเลกุล ๒ ตัว คำว่าเหนี่ยวนำโมเลกุล มันก็แสดงสถานภาพให้เห็นแล้วว่า มันพยายามดึงดูดเอาสิ่งต่างๆ เข้ามาเพื่อจะมาปรับสมดุล นี่ก็คือลักษณะของธาตุน้ำ ฉะนั้นไอรหัสต่างๆ มันก็เริ่มก่อตัวมาเป็นเซลล์ เซลล์ต่างๆ ก็พยายาม copy ตัวออกมาจากสัตว์เซลล์เดียว เป็น ๒ เซลล์ ช่องว่างในระหว่างเซลล์เดียวที่มันรับรู้ขึ้น เลยพัฒนาจากเซลล์ที่ไวต่อแสง เนี่ยมันเกิดการรับแสง และสร้างเซลล์ประสาทตาขึ้น เกิดการรับภาพ เราสมมุติชื่อขึ้นเรียกว่า **“จักขุวิญญาณ”** วิญญาณไม่ได้มีมาก่อนเห็นไหม จักขุวิญญาณไม่ได้มีมาก่อนในโลกนี้ ไม่ใช่จักรวาลเกิดขึ้นก็มีดวงตาเลย เซลล์ที่ไหนมันจะไปสร้างดวงตาได้เลย โยม มันต้องมีการพัฒนาการ เห็นไหม จะเกิดจิตการรับรู้ต่างๆ เปลี่ยนชื่อไป เราเป็นชาวพุทธเนี่ย ไม่ใช่ได้ยินวิญญาณบีบ เป็นเรื่องภูตผี ปีศาจ ดูหนังผี จนฝังหัวนะ ไม่สามารถเข้าใจความเป็นจริงได้ หรือคิดเอาเองว่า ตายแล้ววิญญาณ ออกจากร่างไปเกิดเป็นนู่นเป็นนี่ นี่ก็คิดเอาเองนะ พระพุทธเจ้าท่านก็ไม่เคยสอนแบบนั้น เราสรุปเอาจากการดูหนังผีเป็นตัวอย่าง ไม่ได้ฟังคำสอนที่ถูกต้อง เอาหนังผีเป็นสรณะ เชื่อตามหนังผีทุกอย่าง พอตายแล้ววิญญาณออกจากร่างไปเกิดเป็นนู่นเป็นนี่ วิญญาณมาหลอกหลอนผู้คนต่างๆ เนี่ยเขาเรียกว่ายึดถือหนังผีเป็นสรณะ ไม่ได้ยึดถือธรรมะ หรือความจริงเป็นสรณะ เนี่ยคำว่า **“จิต”** เห็นไหมโยม เกิดขึ้นแบบนี้ละ

“จิต” แปลว่า ธรรมชาติของการรับรู้ ถ้าหากไม่มีมวลสารต่างๆ ไม่มีธาตุต่างๆ ไม่มีแสงต่างๆ ให้มันรับรู้ มันจะไปรับรู้อะไรได้อย่างไร หรือมันจะมีตัวตนขึ้นมาได้อย่างไร เห็นไหมโยม

มันอาศัยรูปธรรมเกิดขึ้น แล้วมันเข้าไปรับรู้ความรู้สึกในรูปธรรมเหล่านั้น เช่น รู้สึกถึงความร้อน ช่องว่างนั้นแหละโยม ช่องว่างตั้งแต่มวลดีเอ็นเอ (DNA) ช่องว่าง ๑ ใน ๑,๐๐๐,๐๐๐ มิล\* ที่มัน ถักทอต่อเนื่องกลายเป็นกระแสไฟฟ้า หรือกระแสพลังงาน หรือสนามพลังงานขึ้นมา แล้วรับรู้ ถึงความร้อน รับรู้แล้วก็ รู้สึก รู้สึกเรียกว่า “เวทนา” ถ้าร้อนมากๆ มันไม่สมดุลกับสิ่งที่มีสภาพ เดิมอยู่ ก็เกิดความทุกข์ เย็นมากๆ ไม่สมดุลกับสภาพเดิมที่มีอยู่ มันก็ เกิดความทุกข์ เรียกว่า “ทุกข์เวทนา” แต่ถ้าสมดุลพอดีก็เรียกว่า “สุขเวทนา” เวทนานี้ก็ไม่ได้มีมาก่อน ถ้าไม่มีผัสสะ เกิดขึ้นจะมีเวทนาไปได้อย่างไร พวกเราลองดูสติปัจจุบันเราก็มีข้อมูล เอาไว้ทำงานวิจัยอยู่แล้ว การปฏิบัติธรรมเป็นการสังเกตข้อมูลที่เกิดขึ้นตรงปัจจุบันขณะ ที่นั่งอยู่อากาศเย็นๆ อย่างนี้ใคร เย็น อากาศมันเย็นมากกระทบกับช่องว่าง เข้าไปในมวลโมเลกุลเนี่ย ไอความเย็นก็ระเหยมาผ่าน ช่องว่าง เลยรู้สึกเย็น รู้สึกเย็นก็เกิดความสุขที่มันพอดีๆ ถ้าเขาเปิดแอร์หนาวกว่านี้ละ เอาสัก ๑๙ องศาได้ไหม ก็บอกว่าไม่ค่อยสบายมันหนาวเกินไป เรียกว่าทุกข์เนี่ยเห็นไหม หรือถ้าเขา เปิด ๓๐ องศา เรียกว่าร้อน เกินไป เรียกว่าทุกข์ หรือพอดี พอดี เรียกว่าสุขเกิดจากผัสสะ แต่ ไม่มีใครระโยม มันเข้าไปพอดีกับธาตุ ที่มันสมดุลกันอย่างนี้เรียกว่า เวทนา เห็นไหมไม่มีมาก่อน สักตัวหนึ่ง นี่ก็เป็นอาการของจิตนะ

จิตที่รับรู้ จิตที่รู้สึก แต่ไม่ใช่เรานะ เขาหรือเรานะเรียกจนคุ้นเคยเรียกว่าจิต เป็นตัวเป็น ตน ถ้าเราแปลว่าธรรมชาติแห่งการรับรู้ น่าจะเข้าใจง่ายขึ้นหน่อย จะได้เปลี่ยนไอสัญญาวิปัสสา ที่คลาดเคลื่อนข้างใน จำเอาไว้ผิด ไปจำเรื่องจิตปีป วิญญาณ จิตของเรา เป็นภุชฌิปีศาจ ออกจาก ร่างไปเกิดใหม่อย่างนั้น อย่างนี้ เนี่ยมันจำไว้ฝังหัว ต้องลบ ลบข้อมูลเก่าๆ ออก “สัญญาวิปัสสา” ทำให้เกิดการคิดผิด เห็นผิด ตามมา เรียกว่า “จิตวิปัสสา” “ทัญญูวิปัสสา” “วิปัสสา” แปลว่า คลาดเคลื่อนระโยม ไม่ได้แปลว่าบ้า มันคลาดเคลื่อนจากความจริงไปหมดแล้ว รับรู้แล้ว รู้สึก เกิดอะไรตามมา

การบันทึกข้อมูลเอาไว้ เพื่อจะใช้ในการตัดสินใจในครั้งต่อไป การบันทึกข้อมูล เรียกว่า ความจำ มีชื่อเรียกว่า “สัญญาขันธ์” หรือกองแห่งความจำ เห็นไหม เราเลยมีความ จำเต็มไปหมด เรียกว่า เรามีความจำนะ จริงๆ ไม่ใช่เราหรอก จิตมันเลยบันทึกข้อมูลหลังจากที่ มันรับรู้ได้ รู้สึกได้ จำได้ เห็นไหมปฏิกิริยาทำการ ทำงานของมัน จำได้ จำอะไร จำว่าสิ่งนี้ ถ้า เข้าไปใกล้มีความสุข สิ่งนี้ถ้าเข้าไปใกล้มีความทุกข์ สิ่งนี้อันตราย สิ่งนี้มีประโยชน์ สิ่งนี้มีคุณ คือ

\* มิลลิเมตร Millimeter : (ผู้เรียบเรียง)

รูปต่างๆ ที่เข้าไปกระทบ รูปนี้อันตราย รูปนี้มีประโยชน์ รูปนี้มีคุณ รูปนี้สบาย สถานที่นี้สบาย สถานที่นี้มีวิเศษ นึกออกไหม สัตว์ทุกชนิดจะต้องบันทึกข้อมูลไว้ระยะโยม เพื่อจะรักษาสถานภาพ การทรงตัวไว้ ให้ปลอดภัย หรือให้อยู่ได้ในช่วงขณะหนึ่ง เนี่ยเกิดการบันทึกข้อมูล ที่นี้การบันทึกข้อมูล ในเมื่อมันมีเครื่องมือในการรับรู้เยอะ การบันทึกข้อมูลมันก็เลยเยอะตามไปใช่ไหม อย่างที่เราได้ลูกตามาเนี่ย เรียกว่ามนุษย์สมบัติ มีลูกตาแล้ว ทำให้สามารถเห็นสิ่งต่างๆ เต็มไปหมด เห็นดอกไม้หลากหลาย แล้วบันทึกข้อมูลจำไว้ตามที่เขาสมมุติขึ้นมาเนาะ ดอกนี้ชื่อดอกกุหลาบ ดอกนี้ชื่อดอกบัว ดอกนี้ชื่อดอกหญ้า ดอกบัวมีค่ากว่า ดอกหญ้าต่ำต้อย จริงหรือเปล่า? ไม่จริงเห็นไหม สัญญามันไปให้ค่า เสือผ้านี้สูงส่ง เสือผ้านี้ต่ำต้อย จริงหรือเปล่า? ไม่จริงโลกสมมุติ แต่บันทึกเอาไว้แบบคลาดเคลื่อนไปหมดแล้ว ไม่เห็นความเสมอภาคของมัน ไม่ว่าจะ เป็นดอกบัว หรือดอกหญ้านะโยม มันก็ นั่งอยู่ในห้องโถงจักรวาลเดียวกัน อาศัยธาตุ ๔ อาศัยแสงตะวันเดียวกัน อยู่ด้วยกันอย่างเสมอภาคนะ อย่างเสมอภาคในความเป็นธาตุ ๔ ซึ่งไม่มีใครเป็นเจ้าของ

ไม่มีสิ่งใดสูงส่ง-ต่ำต้อย สูงส่ง-ต่ำต้อย เกิดจากความคิดเนี่ยแหละ เป็นที่มาของสงคราม สงครามในทัศนคติที่ผิดพลาด มาบัดนี้ ศาสนาพุทธ หรือธรรมชาติเดิมของจิตเนี่ยมันคือสันติสุข ซึ่งมีความเป็นกลางอยู่ก่อน ความไม่เป็นกลางมันมาทีหลัง โลกของความปรุงแต่ง จึงทำให้เกิดความทุกข์ใจ ในสิ่งที่ไม่ควรทุกข์ ในสิ่งที่ไม่ควรได้รับความทุกข์เลย เพราะธรรมชาติของใจมันมีความสุขอยู่ก่อน เมื่อก๊อในท้ายเรื่อง ในส่วนท้ายบอกว่า ความสุขมีอยู่ก่อนแล้ว คือธรรมชาติเดิมของใจโยมลองคิดสิ ธรรมชาติเดิมของใจมันปกติอยู่ก่อนไหม หรือว่ามันโกรธมาก่อน มันปกติมาก่อนต่างหาก ความโกรธมาทีหลัง ความไม่สบายใจมาทีหลังเห็นไหม ความเกลียดมาทีหลัง ความชิงมาทีหลัง ความอิจฉามาทีหลัง มาทีหลังหมดเลย เกิดจากความปรุงแต่ง ความไม่รู้เห็นใหม่ ที่เข้าไปยึดหวงแน่นกับอ้อร่างกาย จิตใจคิดว่าเป็นของเรา เลยอยากให้มันมีความสุขเนี่ย เรียกว่า คิดผิดหลงผิด แล้วจำเอาไว้ผิด เห็นไหมโยม ความจำทั้งหลายแหล่งที่เก็บข้อมูลไว้จริงๆ แล้วเอาไว้เพื่อการตัดสินใจในการใช้ชีวิต จะได้แก้ปัญหา หรือไม่ไปสู่ที่อันตราย ความคิดนี้เลย ชื่อว่า สังขารชั้น ๓ รวมกันเป็นเท่าไร ๕ กอง เรียกว่า ชั้น ๕ โยมจำไว้เนาะ

“ชั้น ๓” แปลว่ากองนะ ไม่ได้แปลว่าอะไรที่มันลึกลับหรอก อย่างเราชอบมองว่า ศาสนาเป็นเรื่องของความศักดิ์สิทธิ์ หรือ เป็นเรื่องลึกลับ ที่ไกลเกินจากความเข้าใจ เป็นเรื่อง



ของพระ ไม่ใช่หอรอกโยม เป็นเรื่องของ ธรรมชาติ กองแห่งรูปเห็นใหม่ ก็คือ เอามวลสารต่างๆ มากองรวมเข้า ๑ กอง เรียกว่ารูปขั้นนี้ เราได้ยินแต่ว่าอยู่ในหนังสือบาลี เห็นแต่พระท่าน เทศน์ เราคงคิดว่าไม่เกี่ยวกับเราหอรอก จริงๆ ไม่ใช่หอรอก ทุกคนนะมีขั้น ๕ หมด แต่ว่าไม่รู้จัก เลยใช้ผิดวิธี หรือไม่เข้าใจเลยเข้าไปยึดมัน ถือมัน อย่างผิดวิธี จึงก่อความทุกข์แบบไร้เดียงสา อย่างไม่ควรจะต้องทุกข์เลย มาสรุปเรื่องขั้น ๕ นิดนึ่งก่อนนะ

“รูปขั้น กองแห่งรูป” คือการเจริญสติ ตามดูกายในกาย ก็เพื่อจะเห็นการทำงานของ กายที่ประกอบกันเป็นกองแห่งรูปนั่นเองโยม ว่าข้างในมันมีอะไร ตามดูกายในกาย เห็นใหม่ มี คำว่าตามดูกายในกายนะ ไม่ใช่ตามดูกายนะ ตามดูกายในกาย คืออย่างนี้ ในกายมีอะไรบ้าง ก็มี ธาตุต่างๆ ที่มันไหลเวียนเปลี่ยนแปลงเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาไม่คงที่ ถ้าพวกเราเป็นคนรุ่นใหม่ หนอยก็น่าจะเข้าใจง่ายขึ้น กองแห่งรูปประกอบไปด้วยกลุ่มก๊าซต่างๆ เนี่ย คาร์บอนไดออกไซด์ ไฮโดรเจน แคลเซียม ธาตุเหล็กในกระดูก ธาตุเหล็กในเลือด คาร์บอนอะไรต่างๆ ตรงไหน เรียกว่าเราโยม เป็นธาตุเหล็กหอรอก เป็นธาตุสังกะสี ยูเรเนียม เรชานีเยมที่ไหน ที่อยู่เป็นหนึ่ง กองเข้ามาเนี่ยมหาศาล เป็นกองธาตุทั้งนั้นเห็นใหม่โยม เนี่ยเขาเรียกว่ากองแห่งรูป ถ้าดูแล้วจะ หาเราไม่เจอนะ เพราะว่าเราคงไม่ใช่ธาตุเหล็ก ไม่ใช่สังกะสี ไม่ใช่แคลเซียมแน่นอน แต่เพราะว่า มากองรวมกันแล้วก็หลงผิด มองเป็นกลุ่มเป็นก้อน มองเป็นอัตตา มองเป็นอัตตาตัวตน ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้ว คำว่า “อัตตา ไม่ใช่ตัวตน” เพราะว่า มันต้องอาศัยสิ่งอื่นเป็นปัจจัยประกอบกัน **เข้า ไม่ได้มีตัวตนด้วยตนเอง** ถ้าไม่มีสิ่งนี้ จะมีสิ่งนี้ได้อย่างไร ไซ้ใหม่ มันแค่ประกอบประชุมกัน ชั่วขณะ แล้วที่มันรวมตัวอยู่ด้วยกัน มันคงที่ไหม ไม่มีความคงที่ มีแต่ความแปรปรวน ทุกขณะ เพราะว่ามันอยู่ในกฎเดียวกับจักรวาล ถ้าอาศัยธาตุข้างนอก อาศัยแสงแดดข้างนอก ข้างนอก แปรปรวน ข้างในก็ต้องแปรปรวน

ถ้าอาศัยสายลมข้างนอก ข้างนอกแปรปรวน ข้างในก็ต้องแปรปรวน ถ้าข้างนอกไม่ คงที่ ข้างในก็ต้องไม่คงที่โยม แต่เพราะความไม่รู้ ที่ไร้เดียงसानี้แหละ มันไปอยากให้คงที่ อยาก ให้มันเหมือนเดิม เวลาได้สิ่งต่างๆ หรือผัสสะสิ่งต่างๆ ขึ้นมาแล้ว ความไร้เดียงसानี้อยากให้มัน เหมือนเดิม อยากให้มันถาวร อยากให้มันคงที่ เลยก่อทุกข์ใจแบบไร้เดียงสา ถึงบอกว่า ความจริงไม่มีใครทุกข์นะ เมื่อกี้เราดูดีวีดี (DVD) จั่วหัวว่า ความจริงไม่มีใครทุกข์ และคนส่วนใหญ่ก็ ไม่รู้ว่าทุกข์นี้มาจากไหน ก็คิดว่า ปรากฏการณ์แห่งความไม่คงที่นี้เขาเป็นผู้กระทำ เขาทำให้เรา

ทุกข์ ไม่ใช่หรือกโยม ความไม่คงที่มันมีของมันอยู่แล้ว ไม่มีใครอยู่ในนั้น นี่คือการไร้เดียงสา นะ แล้วก็ต้องไปจัดการคนอื่นว่า ถ้าเธอเปลี่ยนแปลง ตายแน่ ฉันจะต้องฆ่าเธอทิ้ง ทุกอย่าง ก็ต้องเปลี่ยนแปลงโยม หรือหาเรื่องเจ็บตัว หรือว่าเสียใจ เดียวนี้คนๆ นั้นไม่เหมือนเดิม เขา เปลี่ยนแปลงไปแล้ว รู้สึกเสียใจเข้าใจคำว่าเสียใจใหม่ หืม โอ...เข้าใจคำว่าเสียใจใหม่

**โยม :** เข้าใจครับ

**หลวงพ่ :** เข้าใจว่ายังไง

**โยม :** เสียใจคือความรู้สึก สภาวะของความรู้สึก ที่มันมีสภาวะ ซึ่งเข้าไปรู้ว่า สิ่งนี้อารมณ์ นี้ ผัสสะนี้ คือสิ่งที่ไปเรียกว่าความเสียใจ มันคือสิ่งที่เกิดขึ้น เป็นเพียงสภาวะการณที่เกิดขึ้นครับ หลวงพ่

**หลวงพ่ :** โยมดูให้ดี ๆ นะ เราไม่เข้าใจคำหลายๆ คำ ที่เราใช้กันเลย เราเคยได้ยิน บางที พวกนักปราชญ์หรือผู้ใหญ่ เขามักจะบอกว่า “เสียอะไรก็เสียนะ อย่าเสียใจ” เราก็นี้กันว่ามันคง เป็นแค่คำปลอบใจที่ไพเราะ แต่มันเป็นความจริงนะโยม ใจมันคือความเป็นกลาง เห็นไหมโยม ดูให้ดีนะ ใจมันคือความเป็นกลาง ซึ่งมีอยู่ก่อน จริงไหม ใจปกติ ใจเป็นกลางอยู่ก่อน ถึงเรียกว่า ใจ เวลาที่เขาทำอะไรอย่างนี้ เขาต้องเรียกว่าตรงนี้ เนี่ยคือใจ ถ้าเขาเอาด้ายไป เขาบอก ตรงนี้ เป็นใจด้าย ตรงนี้ใจคืออยู่ตรงกลาง คำว่า “ใจ” แปลว่าตรงกลาง เวลาคนอื่นเปลี่ยนแปลง เรา บอกว่าเนี่ย เดียวนี้คนนั้นไม่เหมือนเดิม ฉันเสียใจ เสียอะไร เสียความเป็นกลางโดยไปปรุงแต่ง ไม่ชอบ เห็นไหมโยม

เสียความเป็นกลางไปปรุงแต่งความไม่ชอบขึ้นมา เรียกว่าเสียใจ เห็นภาพไหม ถ้า โยมเข้าใจว่า ใจคือธรรมชาติของความเป็นกลาง ความปรุงแต่งไม่ชอบมาที่หลัง ไม่น่าจะต้อง ไปสูญเสียไ้ความเป็นกลางนี้ไปเลย ในเมื่อทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่คงที่ มันต้องเปลี่ยนแปลง แล้วทำไมจะต้องไปปรุงแต่งไม่ชอบ ว่าเขาไม่เหมือนเดิม

ในเมื่อกฎของความไม่เหมือนเดิม กฎของความไม่คงที่มันมีอยู่ตลอดเวลา ถ้าเข้าใจชีวิต

เราจะสามารถใช้กฎกติกาของชีวิต หรือธรรมชาติอย่างถูกวิธี ไม่หาเรื่องทุกข์ใจ ในสิ่งที่ไม่ควรจำเป็นต้องทุกข์เลย ไม่หาเรื่องเสียใจ ในสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องควรสูญเสียไปเลย คือความปกติ หรือ ความเป็นกลางหรือสันติสุขที่มีอยู่ก่อน หรือความสุขที่มีอยู่ก่อน โยมเห็นไหม ถ้า โยมแสวงหาความสุขจะไม่เจอนะ จะไม่เจอความสุข ถ้ารอคอยความสุขก็ไม่เจอนะ โยม สุขุขนี้ไม่ต้องรอคอย สุขุขนี้ไม่ต้องแสวงหา สุขุขนี้มีอยู่แล้ว แต่วามันถูกบัง มันถูกบดบัง ไป ด้วยความปรุงแต่ง ซึ่งนำเอาความทุกข์เข้ามา โยม ปรุงแต่งร้ายใจก็เศร้าหมอง ใจเศร้าหมองอยู่ก่อนหรือ เห็นไหม ใจไม่ได้เศร้าหมองอยู่ก่อน ใจเศร้าหมองเพราะว่าปรุงแต่งต่างหาก ถ้าหากว่า เราเจริญสติเข้าใจตรงนี้ โยม จะพบว่าความสุขนั้นไม่ต้องรอคอย ไม่ได้อยู่ไกลเกินเอื้อม และไม่ได้ อยู่ที่จุดหมายด้วย แต่อยู่ตรงปัจจุบันต่างหาก ปัจจุบันของใจที่ปกติอยู่ก่อน

เมื่อไหร่เพลินมีจิตใจเศร้าหมอง รู้เลยว่า อันนี้ขาดสติแล้ว ความทุกข์มันเล่นงานตอนขาดสติ เพลอไปปรุงแต่งแล้วเอาความปรุงแต่งมาบังใจ แล้วก็เข้าไปยึดกับเนื้อเรื่องที่ปรุงแต่ง โยมเห็นไหม ปรุงแต่งว่าเขาผิดเราไม่ชอบ ก็เกิดความเศร้าหมองใจสิ มีอยู่ที่ไหนละ เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย เสื่อมไปตามเหตุปัจจัยแต่ละขณะ ในการมีปัญหาที่เรียกว่า วิปัสสนา “วิ” แปลว่า “วิเศษ” “วิปัสสนา” คือ “การเห็น” การเห็นอันวิเศษ คือการเห็นความจริง มันสามารถช่วยชีวิต หรือว่าช่วยจิตใจ ให้มีความสุขหรือ ออกมาจากทุกข์ได้ คือการเห็นอันวิเศษนะ โยม ไม่ได้ไปเห็นอะไรที่ไหน สลับซับซ้อนเลย แต่ว่าทัศนคติที่วางไว้มันผิดพลาด จากสัญญาที่วิปัสสนา เห็นไหม จิตวิปัสสนา ญาณวิปัสสนา เห็นผิดคิดผิด มันคลาดเคลื่อนไปหมดเห็นไหม หลวงพ่อสุเมตตัวอย่างจากการตอบของโอ เราจะเห็นภาพเลยว่า ส่วนใหญ่เราเป็นชาวพุทธที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ในหลายๆ เรื่องเลย คำว่าจิตใจเราก็มั่ว รู้ว่าคืออะไร มาจากไหน แล้วคิดว่าของเราหรือคำว่าเสียใจ เห็นไหม เรายังไม่รู้ว่าจะเสียอะไรไปเลย คือเสียความเป็นกลางไปไง เสียความปกติ เสียสันติสุขแต่ดั้งเดิมไปเนี่ยคือใจ ธรรมชาติใจเดิม พุทธเจ้าท่าน ค้นพบสิ่งเหล่านั้นนะ ที่ท่านตรัสรู้ ท่านบอกว่าสิ่งนี้มีอยู่แล้ว (ท่านไม่ได้สร้างมันขึ้นมา) กฎกติกา มีอยู่แล้ว ท่านก็ร่างมันขึ้นมา มีอยู่แล้ว ท่านก็ไปเห็นแล้วชี้ว่า เธอจงดูสิ มันทำงานอย่างนี้ในธรรมชาติ ถ้า ดูแล้วใช้มันเข้าใจอย่างถูกวิธี เห็นไหม โยม เพราะว่าสิ่งที่บิว (Build) ขึ้นมาทั้งหลายแหละ มันต้องเสื่อมสลาย มันต้องพังแน่นอน เพราะว่ามันไม่ได้เป็นสิ่งที่ มีอยู่ก่อน อาศัยปัจจัยอื่นเกิดขึ้น มันจะคงที่ถาวรไปได้ยังไง โยม ธรรมชาติเดิมต่างหาก ที่ไม่ได้ถูกบิวขึ้นมาต่างหาก ซึ่งมันต้องเป็นอย่างนั้นเห็นไหม นิพพานถึงมีอมตะ ความเป็นอมตะ ความเป็นอมตะรส มีรสชาติที่เป็น

อมตะ หรือมีรสชาติที่เป็นสันตีสุขมีสันติลักษณะ เพราะมันเป็นกลางอยู่ก่อน ความไม่เป็นกลาง มาทีหลัง จะพบว่า

ความสุขมันไม่ได้ไกลเกินเอื้อมนะ มีอยู่ตลอดเวลาถ้าเข้าใจ เห็นไหม เพราะฉะนั้นการเก็บข้อมูลอย่างถูกวิธี คือการเจริญสติกับชีวิตประจำวันเนี่ยแหละโยม ตามดูภายในกายว่ามันทำงานอย่างไรเป็นการตามเก็บข้อมูล แล้วก็ทำงานวิจัย เลยมีชื่อว่า “สติสัมโพชฌงค์” “ธรรมวิจยะสัมโพชฌงค์” เป็นการงานวิจัย จะวิจัยไม่ได้เด็ดขาด ถ้ายังไม่มีข้อมูล แล้วข้อมูลนี้คนอื่นส่งมาให้ อย่าเชื่อนะ อย่าเชื่อเพราะเชื่อไม่ได้ จนกว่าจะเก็บข้อมูลด้วยตนเอง พุทธเจ้าจึงตรัสว่า เมื่อไหร่ที่เราสังเกตกระบวนการแบบนี้ ว่าเพราะสิ่งนี้มีสิ่งนี้ถึงมี เห็นในใจแบบนี้เนี่ย คิดแบบนี้ อารมณ์ถึงเป็นอย่างนี้นะ เช่นคิดไม่ดีอารมณ์ถึงไม่ดี คิดดีอารมณ์ถึงดีมีความสุข อย่างนี้ความคิดก็ไม่ได้มีตัวตน เพราะว่า มีความจำแบบนี้จึงมีความคิดแบบนี้ ความจำก็ไม่ได้มีตัวตน เพราะไปรับรู้สิ่งแวดล้อมแบบนี้มา หรือข้อมูลแบบนี้มา ถึงได้เกิดความจำ-การรับรู้ ก็ไม่ได้มีตัวตน ถ้าไม่มีหู ไม่มีเสียงจะเกิดการรับเสียงได้อย่างไร ถ้าไม่มีลิ้นพอคั่วทั้งหลาย ก็คงไม่มีงานเพราะไม่มีลิ้นในการรับรส โยมเห็นไหม มันทำงานคู่กันแบบนี้ ไม่มีอะไรสักอย่างที่มีตัวตนแบบนี้ จะเป็นการเข้าใจอย่างถูกวิธีก่อนนะ นี่เริ่มเก็บข้อมูลแล้วก็ทำงานวิจัย

พุทธเจ้าท่านจึงตรัสว่า ถ้าเก็บข้อมูลสังเกตแล้วทำงานวิจัย แบบนี้ไม่เกิน ๗ ปี จะต้องมีปัญหาประจักษ์หรือเข้าถึงสภาวะ หรือเข้าใจ ธรรมะระดับสูงขั้นใดขั้นหนึ่งแน่นอน โยมลองคิดสิ ว่าถ้าตามเก็บข้อมูล อย่างนี้ ๗ ปีจะได้อะไรขึ้นมา ข้อมูลคงเยอะนะ งานวิจัยคงจะแม่นยำ คงจะไม่ต้องเข้าไปถามใครอย่างที่ท่านบอกเหมือนกันว่า ถ้าเข้าใจอย่างนี้เหตุนี้มีผลนี้ถึงมี จะไม่ต้องไปเชื่อใครอีกต่อไป โยมก็มันประจักษ์ด้วยตัวเองไง นี่เรียกว่า ปฏิบัติธรรมนะ “ปฏิบัติ” แปลว่า “เข้าไปประจักษ์” “ปฏิบัติ” แปลว่า “สิ่งที่เกิดขึ้น” ข้างหน้าของกายและใจตรงปัจจุบัน ซึ่งมีหลักฐานรองรับ คือคำพูดคนอื่นโยม มันไม่มีหลักฐานรองรับนะ อย่างบอกว่าเนี่ย กรรมมันก็คือ เนี่ยเธอกำลังเสวยกรรมอยู่ตอนนี้ มีกรรมมากเลย อย่าเชื่อนะ ต้องดูด้วยตัวเอง

ถ้าหากว่าเรามีเจตนาดีเนี่ย เรียกว่ากรรมดีโยม ก็ต้องอารมณ์ดีมีความสุข ถ้าเรามีเจตนาไม่ดี อารมณ์ก็ต้องไม่ดี นี่คือกรรม กรรมคือเจตนา เป็นที่ตั้งของเวทนา ไม่ต้องไปเชื่อใครแล้วที่นี้ว่าเรามีกรรม หรือเสวยกรรมอะไรอยู่ ก็เห็นอยู่ต่อหน้า ใจใหม่ ถ้าคิดดีอารมณ์ก็ต้องดี เนี่ย เสวย

ผลของกรรม ด้วยการมีเจตนาฝ่ายดี กรรมถึงเรียกว่าเจตนา นี่ถ้าคนฉลาดทำยังไง หืม...จะไปหาเรื่องคิดไม่ดีทำอะไร หรือเอาความจำในอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว ตามวุฒิภาวะ ตามวัยที่ไร้เดียงสา ที่อาจจะผิดพลาดไปบ้าง จะเอากลับมาคิดทำอะไรโยม เนี่ย เรียกว่า ไม่สมควรต้องได้รับทุกข์แบบนั้นเลย หรือไม่สมควรไปตกนรกเลย ไม่มีเหตุต้องสมควรเลย แต่เพราะขาดปัญญาแท้ๆ เลยนะ กระจกลงไปในสิ่งที่ไม่ควรกระจกลงไปเลยโยม เอาเรื่องที่เศร้าหมอง ที่ผิดพลาดในอดีต จากความไม่รู้ ในวัยอันไร้เดียงสา ตามวุฒิภาวะ อย่างเช่น เด็กๆ อาจจะเล่นกันกระเช้าเข้าแห่แห่กัน แกล้งกัน หรือมีความรักหวานแหวว หรืออะไรก็แล้วแต่ มันก็ผ่านไปตามวัยเวลาของวุฒิภาวะ ในช่วงนั้นๆ แต่ไม่ใช่เรานะโยม มันคือเหตุปัจจัยที่เกิดดับไปตามเหตุปัจจัยในอดีตของเหตุปัจจัยเหล่านั้นๆ เอง

เพราะฉะนั้นความไม่รู้เนี่ย จึงมีความว่า ความไม่รู้ในอดีต ความไม่รู้ในอนาคต ไม่รู้ว่าอดีตเนี่ย เป็นแค่เหตุปัจจัยของขั้น ๕ ไม่ใช่เรานะโยม ขั้น ๕ ในอดีต คือความจำในอดีต ความรู้สึกในอดีต นึกออกไหม เวทนาในอดีต ไม่ใช่เรา เกิดดับไปตามผัสสะ ของอดีตนั้นๆ ไม่มีเราอยู่ในนั้น แต่ความไม่รู้ก็ไปคว้า เอาความจำนั้นเอากลับมาคิดใหม่ เป็นเรื่องไม่ดี แล้วก็ เสวยอารมณ์เศร้าหมองตัวใหม่ะโยม ไม่ใช่ทุกข์ตัวเก่านะ เอาความจำในอดีตมาสร้างทุกขเวทนาตัวใหม่อย่างไร้เดียงสาเห็นไหม ถ้าโยมเข้าใจ กรรมนะ ไม่ต้องไปให้ใครแก้กรรมให้หรอกโยม เราก็ฉลาดขึ้นมาสิ จะไปคิดถึงเรื่องที่เศร้าหมองทำอะไร ในเมื่อมันคนละเหตุปัจจัย คนละวาระกันแล้ว ตอนนั้นเรายังเด็ก แล้วสถานการณ์ ผัสสะมันเป็นอย่างนั้น ก็ปรุงแต่ง ตอบโต้สถานการณ์ หรือแอกชั่น (Action) ไปตามสถานการณ์ อย่างนั้น แต่ไม่ควรจะเอากลับนำมาคิดใหม่ ให้มันเศร้าหมอง ว่ามีเราในอดีต ไม่มีเราในอดีตนะ มีแต่เหตุปัจจัยที่เกิดดับ เช่นการรับรู้ทางเสียงก็เกิดดับไปแล้ว อย่างนี้ รับรู้แล้วเกิดความรู้สึก เรียกว่าเวทนา ก็ดับไปแล้วอย่างนี้ แต่ความไม่รู้นะ นี่ฉลาดขึ้นแล้วนะ มันจะสามารถ ที่จะต้องไม่ไปเสวยอารมณ์ของกรรมเก่า **พุทธเจ้าจึงสอนอย่างนี้**นะ วิธีละกรรมเก่า **อย่าไปคิดถึง อย่าพูดถึง** นึกออกไหม บางทีเราเอาเรื่องที่ถูกต้องทำร้ายในอดีต หรือเชื่อว่าเราในอดีตมาพูด รู้สึกใหม่โยม ความโกรธจะเกิดขึ้นใหม่ โดยที่เอาอาหารเก่า มากุ้ยเขี่ย เอามาต้มกิน นี่อันนี้ไร้เดียงสาเกินไปจริงไหม แล้วยิ่งพูดรู้สึกใหม่อะไรอิน (In) ยิ่งอิน อารมณ์ตัวใหม่ก็เกิดขึ้นเป็นความเศร้าหมอง ไม่ใช่อารมณ์เก่าะโยม อารมณ์นี้เกิดขึ้นสดๆ ร้อนๆ โดยการที่ไปเอาอารมณ์เก่าที่เศร้าหมอง มาขบเคี้ยวเป็นอาหารว่าง ไม่ใช่อาหารว่างที่เหมาะสมนะ อาหารว่างที่เหมาะสมก็คือการระลึกถึงสิ่งที่ดี เรียกว่าอนุสติ ๑๐ ใจ เอาสิ่ง

ดี ๆ มาระลึกถึงดีกว่า นี่ฉลาดอย่างนี้เห็นไหมโยม ว่า พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ศาสนาหรือคำสอนของท่านเนีย ถ้าไม่สามารถช่วยคนให้พ้นทุกข์ในปัจจุบันได้ คำสอนหรือศาสนานี้ จะไม่มีประโยชน์ต่อมนุษยชาติเลยโยม” แต่คำสอนนี้สามารถช่วยคนให้พ้นทุกข์ในปัจจุบัน หรือแก้ปัญหาในปัจจุบันได้จริง หรือมีของขวัญแห่งความสุขในปัจจุบันได้จริง จึงมีประโยชน์ ไม่ใช่ศาสนาที่มีคำสอน ลอยอยู่ในอากาศของชาติหน้านะ หรือเบื้องหลังความตายนะโยม มันเกิดขึ้นตรงปัจจุบันต่างหาก แล้วใช้มันอย่างถูกวิธี คือกฎกติกาของความจริงที่ต้องเข้าใจ การเข้าใจขั้น ๕ นี้ เป็นพื้นฐานของชีวิตนะ เพราะว่าอยู่กับเราตลอดเวลา เห็นการทำงานของกายและใจ แต่ใจ ก็ไม่ใช่เรานะ เข้าใจไหม โอ้ ที่ไม่ใช่เราเพราะว่า มันอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น จะเป็นเราไปได้อย่างไร

**โยม :** ครับ

**หลวงพ่ :** “เรา” เกิดจากความคิด เห็นไหมโยม จิตมันคิดว่าคำว่า “ใจเรา” ขึ้นมาเนีย พวกที่ดูจิตจะเฉลียวใจทัน จิตมันคิดคำว่า “เรา” อ้าว...ไม่ใช่เราสักหน่อย นี่มันอาการของจิตคิด พอเห็นมันก็ดับ เห็นไหมโยม จิตก็มีความเกิดดับ ไม่ได้เป็นดวงเดี่ยวด้วยนะ ไม่ใช่ดวงในอดีต นั่นเป็นเรานะโยม ดวงในอดีต ก็ดับไปตามเหตุปัจจัยของอดีต นี่ก็ออกไหม ถ้าโยมเข้าใจว่า จิตคือธรรมชาติแห่งการรู้ โยมจะเห็นว่ามันเกิดดับอยู่ตลอดเวลา ทุกๆ ขณะ ทุกๆ ขณะ แล้วบางทีก็ไม่สามารถ ทำงานซ้อนๆ กันได้ด้วยนะ อย่างเช่น ถ้าหากว่าโยมท่อง พุทโธๆ ๆ ๆ อย่างนี้ในใจ มันก็จะไม่สามารถ จะไปพูดคำอื่นได้ว่า เขาว่าเรา เขาอิจฉาเรา พูดไม่ได้หรือโยม เพราะว่าเรากำลังไปท่องพุทโธอยู่ นี่ก็เป็นอุบายนะ อุบายในการทำสมาธิเพื่อให้ใจสงบ เพื่อยุติบทบาทของตัวอื่นลงไปเห็นภาพใหม่ นี่เพราะฉะนั้น การทำสมาธิ หรือ ทำสมาธิ ทำไปเพื่ออะไรก็รู้ ทำอย่างไรก็รู้ ทำแล้วได้อะไรก็รู้ แต่ไม่ใช่เรานะโยม มันเป็นการเปลี่ยนเหตุปัจจัย

ถ้าเหตุนี้มีผลนี้ก็มี ถ้าเหตุนี้ดับ ผลนี้ก็ดับ นี่ภาพออกไหม ถ้าไปเผลอคิดเรื่องพยาบาท เรื่องไม่ดี ความเศร้าหมอง ความโกรธก็ตามมา ความเศร้าใจความทุกข์ก็ก็ตามมา ถ้าเราเปลี่ยนเหตุไปท่องพุทโธๆ เห็นไหม เหตุนี้ดับ เหตุเก่าดับคือเหตุของความหลงคิดเรื่องไม่ดีดับ อารมณ์ที่เศร้าหมองก็ดับไปด้วยสิโยม แต่ไม่มีใครท่องพุทโธได้ตลอดเวลาต่างหาก เราก็เลยต้องเอามาเรียนรู้ใหม่ คือปรับพื้นฐานเสร็จปั๊บ เป็นสมณะได้ความสงบแล้ว เอามาสังเกตกระบวนการการ

ทำงานของมันว่า พอหยุดท่องพุทโธเดี๋ยวมันก็คิดใหม่ ไซ้ใหม่โยม ไอ้ความคิดที่ดับไปเมื่อก็นี้อาจจะคิดเรื่องอื่นที่ไม่ได้ตั้งใจ มันก็จะลอยมาใหม่ ความคิดนี้บังคับไม่ได้เพราะอะไร เพราะถ้ามันมีหน่วยของความจำอยู่ เดี่ยวความคิดก็ต้องเอาความจำมาทำงาน เหมือนเราเปิดโน้ตบุ๊ก (Notebook) ว่างตลอดเวลา โดยดึงเอา เปิดเอาหน่วยโปรแกรมของความจำ ให้มันเคลื่อนไหวผ่านจอไปเรื่อยอย่างนี้เนี่ย ร่างกายเหมือนกันโยม มันจำเป็นจะต้องเปิดไว้ตลอดเวลา เพื่ออะไร ถ้าหากว่าไฟไหม้เนี่ย จะได้เห็นไหม ถ้าเสียงฟ้าถล่มทลาย จะได้ยินไหม โยมไม่เปิดไม่ได้จริงไหม ไม่สามารถจะปิดเครื่องรับรู้ ก็ต้องเปิดไว้ตลอดเวลา มันเลยต้องบันทึกข้อมูลตลอดเวลา แล้วก็รับรู้แล้ว แล้วก็ต้องคิดอยู่เรื่อยๆ แวบๆ แวบๆ ตามข้อมูลที่เข้ามา เกิดการตัดสินใจในแต่ละขณะ แต่ละขณะ เรียกว่า “ความคิด” เพื่อให้เกิดความปลอดภัย แก่ชีวิตร่างกาย

เพราะฉะนั้นพอจิตมันผลอดคิดนะโยมอย่าไปตกใจนะว่าเราปฏิบัติจะต้องนั่งมันคงถาวรไม่ใช่ เห็นความคิดที่กำลังทำงาน เป็นสิ่งถูกรู้ที่นี้ ที่แรกเราปรับพื้นฐาน เป็นสมถะก่อน โยมแม่จะไปเข้าคอร์สแล้วตั้งหลักให้ดีนะ เราทำสมถะ ทำไปเพื่ออะไร ทำไปเพื่อเคลียร์พื้นที่ โตะเนี่ยเห็นไหม มีแจกันดอกไม้ มียามมีนาฬิกา มีแก้ว มีไม้ค้ำ มีเครื่องบันทึกเสียงอย่างนี้ ถ้าหากว่าขนตาหลวงพ่อลှ่นไปเส้นหนึ่งจะเห็นไหมเนี่ย เห็นไหมโยม ไม่เห็นหรือกนะอะ ก็โตะมันรกขนาดนี้เนอะ ถ้ารกมากกว่านี้จะเห็นไหม ยิ่งไม่เห็นเลย จิตใจพวกเราก็เหมือนกัน ถ้าหากว่าทั้งวันเนี่ยมันผลอดคิด วับๆ เต็มไปหมด เดี่ยวคนนั้นโทรศัพท์เข้ามา เดี่ยวคนนี้เดินเข้ามาถาม เดี่ยวคนนี้เดินมาสั่งงาน อะไรก็ไม่รู้มันปนไปหมด โยมจะไม่สามารถเห็นการทำงานมันได้อย่างละเอียด เพราะว่ามันเยอะเกินไป พอเรามาทำสมถะ นึกออกไหม พอเรามาท่องพุทโธ ของต่างๆ ในจิตใจเรามันถูกยุติบทบาทออกไป ความคิดถูกยุติบทบาทออกไป ความคิดที่ไม่ชอบหรือชอบก็แล้วแต่ความคิดที่ชอบ ก็ชื่อว่า “กามฉันทะนิเวรณ” ที่ไม่ชอบที่คิดไม่ดี ชื่อว่า “พยาบาทนิเวรณ” หรือความฟุ้งซ่านไปในอดีต หรือความฟุ้งซ่านไปในอนาคต มันจะยุติบทบาทชั่วคราว จิตใจก็จะสงบอยู่เดี่ยวนิ่งโยม เห็นมัย แล้วพอหยุดท่องพุทโธหรือหยุดคลุมหายใจ หยุดดูท้องฟองยุบ หยุดสนใจตัวอื่นเมื่อไหร่ ความสงบที่ได้มาแล้วนี้ มันอาจจะมีความคิดบางๆ ลอยผ่านมา ความคิดที่ไม่มี แล้วก็มีขึ้นมา โยมเห็นมัย มีแล้วคงอยู่กับที่มัย ไม่อยู่กับที่ มันสลายไปอย่างนี้ เนี่ยเรียกว่า วิปัสสนา ทำสมถะเพื่อจะเป็นบาทฐาน คือทำให้เกิดความสงบ สเปซ (space) ขึ้นมาชั่วคราว เพื่อจะเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่อย่างละเอียดทัน ขนตาลှ่นไปหนึ่งเส้น เห็นละ ลอยมาบางๆ เห็นเลย ถ้าอย่างนี้โยมไม่เห็นแน่นอน เพราะว่ามันรกไปหมด นึกออกมัย เราก็เลยทำไปเพื่ออะไร

ทำไปเพื่อยุติบทบาทของอกุศลไปซะ ที่มันรกรุงรังชั่วขณะออกไปก่อน จะได้เห็นปรากฏการณ์ของจิต จะได้เรียนรู้กับมันชัดง่ายขึ้นมาน้อยอย่างนี้

พอผลอกิดก็รู้แล้วนะทีนี้เนาะ เพราะว่าใจมันสงบนิ่งละ จะเห็นว่าความคิดที่ไม่มีแล้วก็มี มีแล้วไม่อยู่กับที่ มีแล้วก็หายไป แสดงว่าปัญญาจะเริ่มทำงานแล้วโยม เริ่มทำงานวิจัย แสดงว่า ธรรมชาติเดิมของมันไม่ได้มีอะไรมาก่อน เป็นความว่าง ความมีปรากฏขึ้นมาทีหลัง ความคิดมาทีหลัง ความคิดไม่ได้มีมาก่อน เห็นมัยโยม เกิดขึ้นบนความว่าง แล้วก็หายไปบนความว่าง ทีนี้ความว่างในศาสนาพุทธ ว่างจากตัวตน เพราะว่ามันเป็นเหตุปัจจัย ว่างด้วยปัญญานะ ไม่ใช่ว่ามันว่างไปทั้งหมดในจักรวาลนะโยม มันมีแต่มันไม่มี มันมีแสงแดด มันมีสายลม มันมีลมหายใจ มีทุกอย่าง แต่ไม่มีใครเป็นเจ้าของสิ่งเหล่านั้น เรียกว่ามีแต่ไม่มี ไม่ใช่ว่างจากแสงแดดนะโยม... แต่ไม่มีใครเป็นเจ้าของ มีความอบอุ่นข้างใน มีสายน้ำภายใน มีลมหายใจที่ไหลเข้าไหลออก แต่ลมนี้ไม่ใช่ของเรา มีแต่ไม่มี มีโดยกระบวนการเหตุปัจจัย แต่ไม่มีใครเป็นเจ้าของ หรือไม่ใช่ว่าตัวตนของใคร ไม่มีใครสามารถครอบครองสิ่งเหล่านี้ได้ ไม่มีใครครอบครองแสงแดดเอาไว้ได้ นึกออกมัย ลมหายใจเข้าไปแล้วจะครอบครองเก็บไว้ โดยจะไม่หายใจออกเป็นไปไม่ได้ ใช่มัยโยม

ดังนั้นการรับและการให้ การดูดซับและการแบ่งปัน เกิดขึ้นตลอดเวลาในชีวิต เราสามารถจะมีความสุขจากการรับและการให้ โดยเหตุเงื่อนไขตัวนี้ด้วยความเสมอภาค ด้วยความเสมอภาคกันในธาตุ ๔ ด้วยมีความเสมอภาคกันในจิตเดิมแท้ หลวงพ่อเคยบอกพูดถึงความเมตตา หรือความอ่อนน้อม หรือความสุขเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน จากการรับและการให้ เอื้อเพื่อซึ่งกันและกันในแต่ละวัน ในธาตุ ๔ ซึ่งไม่มีใครเป็นเจ้าของ ขณะเดียวกันก็ต้องเผชิญหน้ากับความเปลี่ยนแปลงอันไม่คงที่ ความไม่คงที่อันชื่อว่าทุกขลักษณะนะโยม ก็จะเกิดความรัก ความเคารพและความเมตตา...โยม ต่อความไม่คงที่ทุกชนิด เผชิญหน้าต่อความไม่คงที่อันนี้ ด้วยความเข้าใจเขาเนาะโยม ว่าเขาต้องเผชิญหน้ากับความไม่คงที่ และเขารับมือไม่ไหว และเขาอ่อนแอเกินไป บางทีเขาก็ต้องแสดงความก้าวร้าว แสดงความเห็นแก่ตัว แสดงความทुरนทुरายออกมา ถ้าเราเข้มแข็งกว่า ใช่มัยโยม เราก็เข้าใจสิว่า เขาอ่อนแอชั่วขณะ เพราะเขารับมือต่อทุกขลักษณะไม่ไหวที่มันกำลัง มีความไม่คงที่ เจอเสี่ยงกระทบหุที่รุนแรง เขารับมือไม่ไหว เขาก็ตื่นออกมา ใช่มัย แสดงอาการตื่นรนออกมา อยากรพันไปจากภาวะนี้ ชื่อว่า



“วิภาตัมหา” หรืออยากได้ภาวะที่ดีกว่านี้ ชื่อว่า “ภาตัมหา” เห็นมั๊ยโยม ไม่มีใครอยู่ในนั้นนะ มันคือการรับมือต่อทุกข้อต่อสมุทัย แต่ถ้าเข้าใจว่า ภาวะไม่คงที่นี้เกิดขึ้นอย่างเสมอภาคกับทุกชีวิต ไม่ว่าทุกสรรพสัตว์ก็แล้วแต่นะ มดมันก็ต้องพยายามเดินหาอาหาร แบกน้ำตาลที่ร่วงจากกาแพของเราที่ทำหล่นไปเม็ดสองเม็ด แบกกลับเข้าไปให้ครอบครัวมันกิน อย่างนี้ **เพราะว่ามันต้องเผชิญหน้ากับความไม่คงที่ในธรรมชาติ แล้วก็ต้องแสวงหาสิ่งเติมเต็มเรียกว่า “ตัมหา” เป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาตินะ** ถ้าเข้าใจแบบนี้ โยมจะเกิดความเมตตา จริงมั๊ย

เมตตาต่อทุกขลักษณะที่เขา กำลังเผชิญหน้าอยู่ แล้วก็เคารพต่อความเข้มแข็งต่อทุกขลักษณะของทุกชีวิต คนในครอบครัวเราก็เหมือนกันนะ ไซ้มั๊ย ไม่ว่าจะ เป็นพ่อแม่เรา พี่น้องเรา มีใครบ้างที่ไม่เจอสิ่งแบบนี้ เขาต้องเจอกับความไม่คงที่ ไซ้มั๊ย **ดังนั้นภาวะของความดิ้นรนที่จะพ้นจากความไม่คงที่ หรือแสวงหาภาวะที่ดีกว่านี้ สมบูรณ์กว่านี้ หรือ “ภาตัมหา” จึงเกิดขึ้นตลอดเวลา**นะ สำหรับชีวิตที่ยังไม่เข้าใจความจริงของทุกขที่ไม่มีใครทุกข์

เมื่อไปดูดีวีดี (DVD) นะ จั่วหัวว่า ความทุกข์มีแต่ไม่มีใครทุกข์ หรือไม่มีใครอยู่ในความไม่คงที่ของจักรวาลเหล่านั้น โยมนึกออกมั๊ย มันเป็นแค่มวลธาตุ แต่ความไม่รู้ไง มันเข้าไปยึดว่า ตรงนี้เป็นเรา เห็นมั๊ย เข้าไปยึดกระแสของความไม่คงที่นี้ว่าเรา จิตใจเรา ร่างกายเรา ไซ้ที่ไหน ถ้าเข้าใจแบบนี้ เห็นมั๊ย โยมจะอยู่อย่างมีความสุข หรืออยู่อย่างสร้างสรรค์ อยู่อย่างเอื้อเพื่อแบ่งปัน อยู่ด้วยความเคารพ อยู่อย่างมีความเมตตา อยู่อย่างใช้วินาทีแห่งชั้น ๕ เอื้อ เกื้อกูล ให้มันเกิดวิบากในฝ่ายกุศลแก่ชั้น ๕ เข้าใจคำว่ากุศลวิบากแก่ชั้นมั๊ย คือ โยมมีชั้น ๕ มาแล้ว เนี่ย ไม่มีใครห้ามความคิดได้นะ มันจะต้องคิดแน่นอน ไม่มีใครห้ามความจำได้ ทุกครั้งที่รับรู้ มันจะต้องจำ เพื่อเอาไว้ตัดสติใจในแต่ละขณะข้างหน้าต่อไป ตามข้อมูลที่ต้องรับเข้าไปอย่างนี้ การที่อำนาจกุศลวิบากแก่ชั้นก็คือ แทนที่จะมีความคิด แล้วไปคิดเรื่องไม่ดีให้มันเจ็บตัว คิดเรื่องดีๆ ไม่ดีกว่าหรือ จะได้รับรู้สิ่งที่ดี จำเรื่องดีๆ ไม่ดีกว่าหรือ จะได้รับรู้สิ่งที่ดี อันนี้เป็นสัมมาทิฐิเบื้องต้นนะโยม คือความเห็นถูกเบื้องต้น ที่จะใช้ชั้น ๕ อย่างถูกวิธี ไม่ทำตัวเองเหมือนเป็นศัตรูกับตัวเอง อยู่ๆ ก็หาเรื่องทุกข์ใจให้ตัวเอง ทำอย่างกับตัวเองเป็นศัตรูต่อตัวเอง เกลียดมันหรือไง ถึงต้องให้มันทุกข์ใจซ้ำแล้วซ้ำเล่า โดยการโยนความคิดที่ไม่ดีใส่ไป เอาความจำที่ไม่ดีมาคิด ทั้งที่รักตัวเองนะโยม แต่ทำกับตัวเองเหมือนเป็นศัตรู ถ้าเข้าใจแบบนี้ ในสัมมาทิฐิเบื้องต้นเนี่ย มันจะดูแลสิ่งที่มีอยู่อย่างเข้าใจ และใช้สิ่งนี้อย่างเอื้อเพื่อ

แบ่งปัน แทนที่จะรอเป็นผู้รับความสุข ลูกขึ้นมาเป็นผู้ให้ความสุขแทน แทนที่จะรอว่าเมื่อไหร่ใครจะยิ้มให้เรา เมื่อไหร่ใครจะพูดดีๆ กับเรา ทำไมเราไม่ลุกขึ้นมาเป็นผู้ยิ้มให้ก่อน ลุกขึ้นมาเป็นผู้พูดดีๆ ให้ก่อน โยม มันยากมัย ไม่ได้ยากเลยนะ เห็นมัยเนี่ย เป็นการใช้ชั้น ๕ อย่างอำนวยการกุศลวิบากแก่ชั้น ๓ ทั้งต่อตัวเราและต่อผู้อื่น แล้วก็จะปันของขวัญของกันและกัน ในช่วงของการเดินทางในสังสารวัฏที่ต้องเผชิญกับทุกขลักษณะร่วมกัน

เวลาเราแผ่เมตตา ถึงมีคำว่าเพื่อนร่วมทุกข์ ให้กับเพื่อนร่วมทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญ เอาตัวให้รอดๆ ไปเถอะนะ ภาวะของความไม่คงที่มีอยู่ตลอดเวลา ไม่รู้ว่าจะฝ่าฟันไปได้หรือเปล่า กับสิ่งที่ไม่คาดคิดในความไม่คงที่ เต็มวูห์ก็มากระทบเสี่ยง เต็มวาฬาก็มาปรากฏ เต็มวูปสรรคขัดขวางก็เกิดขึ้นข้างหน้า ทำไมจะเอาตัวรอดไปได้ในแต่ละชีวิต เห็นมัยโยม มันมีความเมตตาแบบนี้นะ แต่ถ้าเข้าใจและจิตใจแข็งกว่าอย่างนี้ ก็จะเกิดแสงสว่างแห่งความแบ่งปันในความเข้าใจ อยู่ด้วยกันด้วยเป็นของขวัญในแต่ละขณะ ยิ้มให้แกกันตั้งแต่คนในบ้าน ไปถึงคนในที่ทำงาน เพราะมันไม่ได้ยากอะไรในการที่จะให้ เพราะว่าความสุขมันมีอยู่ก่อนแล้ว ไม่ได้ลงทุนมันขึ้นมาหรอกนะ เพียงแต่เข้าใจและใช้มันอย่างคุ้มค่านะ รวมถึงปรากฏการณ์ของธรรมชาติรอบตัวนะ หลวงพ่อบางที่อยู่ที่วัดนะ มองไปที่เสียงหน้าประตู เห็นแสงแดดมันลอดผ่านกิ่งไม้ลงมาที่พื้น เป็นกระแจะๆ สว่าง มันอัศจรรย์นะ แดดแสงแดดนี้ก็อัศจรรย์แล้ว ชีวิตที่มีชั้น ๕ มาที่รับรู้ ที่เห็นแสงแดดผิวกายที่ถูกแสงแดด ทำไมจะต้องไปกลัวมัน มันเป็นของขวัญตรงปัจจุบันขณะ ที่แสนจะงดงามก็เดินออกไปหาแสงแดดก็ได้เนาะโยม หรือมองเห็นกิ่งไม้ที่มันเป็นกลาง มีธาตุ ๔ เหมือนกัน เห็นใบไม้ด้วยใจที่เป็นกลาง มีธาตุ ๔ เหมือนกัน ที่เขากำลังบรรณาการลมหายใจ ไหลเข้าไหลออก แบ่งปันซึ่งกันและกัน ในสวน เราก็คือเป็นส่วนหนึ่งของสวนนะ เราก็คือสวนเหมือนกัน เพราะเราก็คือหัวใจให้ใบไม้เหมือนกัน ใบไม้ก็หัวใจให้เรา เราเป็นหนึ่งเดียวกันในสวน ในอุทยานแห่งการแบ่งปัน ตั้งแต่ธาตุ ๔ ไปจนถึงหน่วยของความคิดความรู้สึกต่างๆ ที่แบ่งปัน แชร์ (Share) กันอยู่ตลอดเวลาอย่างนี้

หลวงพ่อกำลังพูดถึงคำว่าของขวัญของกันและกัน ซึ่งไม่ใช่จินตนาการ ไม่ใช่สิ่งที่มองโลกในแง่ดี หรือสร้างขึ้นมา แต่คือโลกแห่งความเป็นจริงต่างหาก แล้วจะอยู่อย่างมีความสุขนะ ความสุขที่ไม่ควรสูญเสีย คือความสุขที่มีสันติสุข มีความเป็นกลาง มีความเสมอภาค หรือมีความ

เป็นหนึ่งในเดียวกันอยู่แล้ว หนึ่งในเดียวกันตั้งแต่ตรงไหน โยมคูสิ ธาตุ ๔ เห็นมัย ไหลเวียนเป็นหนึ่งเดียวกัน จากสถานที่หนึ่ง จากภาวะหนึ่งไปสู่ภาวะหนึ่งตลอดเวลา ไม่มีใครอยู่นั้น มีแต่ความหนึ่งเดียวของความเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ของธาตุ ๔ ถ้าเอาร่างกายโยมที่เสียชีวิตแล้ว ไปโยนเมื่อวานหลวงพ่อกับไป รพ.พระมงกุฎฯ ไม่รู้มีใครเสียชีวิตนอนอยู่ข้างล่าง เขาเอาผ้าคลุมไว้ จริงๆ อยากจะไปดูหน้าเขาจะว่าเขาเป็นใคร หน้าตาอย่างไร เพราะจริงๆ ไม่มีใครโยม แต่คนอาจจะกลัวนะ แต่มองไปแล้วมันไม่มีใคร มันเป็นธาตุ ๔ ที่ถูกยืมใช้ชั่วคราว แล้วก็คืนไป ถ้าหากว่าเราเอาไปโยนใต้ต้นกุหลาบ มันก็คงจะออกเป็นดอกกุหลาบ ไปโยนใต้ต้นมะม่วงก็คงจะเปลี่ยนเป็นลูกมะม่วง แล้วถ้าเอาลูกมะม่วงนั้นมาให้แม่คนหนึ่งกิน มันก็คงจะเป็นน้ำนมของแม่ ถ้าลูกกินน้ำนมของแม่ มันก็คงจะเปลี่ยนเป็นพลังงานในตัวลูกคนใหม่อีก ไม่มีใครในความไหลเวียนสัมพันธ์ที่เป็นหนึ่งเดียวกัน ในกระบวนการธรรมชาติ ในทุกๆ มวลอนุภาค โยม อันนี้แค่พูดในส่วนย่อยๆ นะ เป็นการสรุปตัวอย่าง ในส่วนมหภาคใหญ่ ก็เป็นแบบเดียวกัน อยู่ในจังหวัดและทั่วทั้งทำนองเดียวกัน อันนี้เป็นปัญญาเห็นมัย ศาสนาพุทธเป็นศาสนาของปัญญาชน เป็นศาสนาของผู้รู้ ทำให้เกิดตัวผู้รู้ ผู้รู้คือผู้ที่เห็นความจริง หรือเข้าใจความจริงตามความเป็นจริง โยม ไม่ได้มีอะไรมากกว่านั้นนะ

เดียวเรามาเรียนเรื่องเครื่องมือหน่อยนะ ว่าทำไงจึงจะพัฒนาตัวนี้ขึ้นมา เพื่อใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเท่าทัน บางที่เราเข้าใจแล้ว แต่บางทีก็ไม่สามารถนำมาใช้ทันนะ เหมือนเข้าใจแต่ทำไม่ได้ ก็ต้องพัฒนาให้มันแข็งแรง การพัฒนาให้กล้ามเนื้อแข็งแรงก็ต้องมีการบริหาร เหมือนกับการที่เราต้องการให้...รู้สึกว่า ขาเราอ่อนแรง เราก็ไปเข้าห้องฟิตเนส ไปวิ่งบนลู่วิ่ง รู้สึกว่าแขนเราไม่ค่อยมีแรง เราก็ไปชั่งน้ำหนัก (Weight) เล็กๆ มายก พอเหมาะพอดีกับกำลังของเรา ส่วนไหนไม่แข็งแรง เราก็บริหารส่วนนั้นขึ้นมา กล้ามเนื้อแต่ละส่วนไม่ได้มีมาก่อน กล้ามเนื้อแห่งสติ กล้ามเนื้อแห่งปัญญาก็เช่นเดียวกัน ไม่มีมาก่อนนะโยม สติไม่ได้มีมาก่อน สติเป็นอนัตตาเช่นเดียวกัน ไม่ได้มีมาก่อน ถ้าเหตุมี ถึงจะมี เหมือนกับกล้ามเนื้อต่างๆ ไป ดังนั้นการบริหารกล้ามเนื้อสติ ต้องเริ่มต้นนะ เพื่อจะได้เรียกใช้อย่างทันทั่วทั้งที่ ผูกกับชีวิตประจำวันอย่างมีรูปแบบกับแบบฟริสไตล์ สองอย่าง เหมือนเราออกกำลังกายในห้องฟิตเนส กับเราออกกำลังกายกับรดน้ำต้นไม้ กับการเดินขึ้นบันไดบ้าน กับการล้างห้องน้ำ ให้มันสัมพันธ์กัน ไม่ใช่เราจะเอาเฉพาะเวลาออกกำลังกายในห้องฟิตเนส พอบอกว่าไปรดน้ำต้นไม้หน่อย บอกไม่เอา เมื่อย ชี้เกียดเดิน เดี่ยวรอไปเดินบนลู่วิ่งดีกว่า อันนี้รู้เพียงสาไปมัยโยม นึกออกมัยว่า พอ

จะให้ ออกกำลังกายแบบเดินรดน้ำต้นไม้ ไม่เอา ฉะนั้นจะต้องรอแบบออกกำลังกายเฉพาะในห้อง ฟิตเนส แล้วก็เดินบนลู่วิ่งนั้น เดินไปเดินมา อย่างนี้ไร้เดียงสา นะ หรือบอกให้ไปก้มๆ เงยๆ บอกไม่เอาเดี๋ยวจะไปก้มๆ เงยๆ ที่ห้องฟิตเนส ถ้าล้างห้องน้ำไม่เอา เดี่ยวปวดหลัง

หลวงพ่อบอกว่า การเจริญสติก็เหมือนกันนะ ต้องใช้ทั้งสองอย่าง ทั้งรูปแบบนิยม กับธรรมชาตินิยม กับชีวิตประจำวันให้มันสอดคล้องกัน มาดูแบบรูปแบบนิยมนิดหน่อย เพื่อเข้าใจ แล้วจะได้ใช้กับในฟริสไตร์หรือธรรมชาตินิยมได้ จะได้ใช้ดูแลจิตใจหรือเข้าใจความจริง แล้วใช้มันได้อย่างถูกวิธี เพราะว่าสติเนี่ยมีผลลัพธ์เป็นการอารักขาจิต..โยม หลวงพ่อบอกแล้วว่าความสุขมีอยู่ก่อนแล้ว คือความปกติที่เป็นกลาง จิตนี้แหละโยม ที่คอยทำหน้าที่ดูแลรักษา ความปกติที่เป็นกลาง นี่หน้าที่หรือผลลัพธ์ของสติเลยนะ เราจึงเห็นว่า อ้อ...ทำไมสติถึงเป็นทางสายเอกหรือเป็นทางสายเดียว ที่นำเข้าไปสู่ความดับทุกข์ หรือความบริสุทธิ์ของกาย และใจ ทำให้เข้าถึงอริยมรรค หรือทำให้เข้าถึงพระนิพพาน ก็เพราะว่าจิตนี้มีหน้าที่อารักขา จิตที่ปกติอยู่แล้วนี่เอง ความไม่ปกติมาทีหลัง

เอ้า...ดูเรื่องสตินิดหน่อยนะ องค์ประกอบที่ทำให้เกิดสติมีอยู่ ๔ อย่าง ผลลัพธ์มันคือการอารักขาจิตนะ ถ้าหากผลลัพธ์คือการอารักขาจิต หน้าที่ของมันก็ต้องคอยสอดส่อง คอยสอดส่องดูแลจิตใจไว้สิ ไม่งั้นมันจะอารักขาได้อย่างไร โยมเห็นมั๊ย หน้าที่มันคือการคอยสอดส่อง คอยดูแล คอยตามดูการทำงานของจิตใจ ถ้ามันคอยตามดูการทำงานของจิตใจ มันก็ไม่ควรจะต้องเหม่อลอยไปที่ไหน เพราะถ้ามันเหม่อลอย ก็แสดงว่ามันละทิ้งหน้าที่ **สติเลยมีความไม่เหม่อลอย ไม่ล่องลอยเป็นลักษณะ** เห็นมั๊ยโยม ง่ายจะตาย คนขาดสติดูง่ายมั๊ย ดูง่าย ก็ต้องนั่งเหม่อๆ ลอยๆ หน้าต้องเบลอลๆ คนมีความทุกข์ดูง่ายมั๊ย เพราะคนมีความทุกข์คือคนขาดสติ คนมีความทุกข์ก็ต้องหน้าเบลอลๆ โยมคิดว่าคนหน้าเบลอลๆ กำลังมีความสุขมั๊ย เบลอลๆ เหม่อๆ เศร้าหมอง หมองหม่น ล่องลอย ปล่อยให้ความปรุงแต่งฝ่ายไม่ดีมันเข้ามาครอบงำแล้วก็ทุกข์ใจ เนี่ยขาดสติ สติเลยมีความไม่ล่องลอยเป็นลักษณะ เพราะถ้าลอยไป มันก็จะไปเผลอคิดว่าเอา ความจำที่เศร้าในอดีต อารมณ์ในอดีต ความกังวลถึงตัวตนในอนาคตเข้ามาคิด มันก็เศร้าหมอง สิ้น หรือหลงคิดเรื่องที่ไม่ดี เขาว่าเราอะไรก็แล้วแต่นะ ข้อแรกของสติไม่ได้ยากอะไรนะ คือความไม่เหม่อ ไม่เผลอ ไม่ล่องลอย

ข้อที่ ๒ ของสติ มีที่ตั้งจะได้ไม่ลอย เวลาเรามาสมัครงานที่การบินไทยใหม่ๆ มาสอบ

สัมภาษณ์นะ เราเตรียมตั้งสติ ภายอยู่ไหน อยู่ท่าไหน ทรงผมเป็นยังไง ลูกตาเป็นยังไง ใจเปลือ คืดอะไร หูกระทบเสียง เขาถามมาว่าอะไร เราเตรียมพร้อมทุกขณะอย่างตื่นตัว อยู่ไปสักพักเรา เริ่มไม่ตื่นตัวแล้ว เราเริ่มไม่เตรียมพร้อมแล้ว เราไม่ต้องตั้งสติก็ได้ เพราะว่ามันผ่านนาทีกฤต ไปแล้วจริงๆ นะโยม ยังมีนาทีกฤตรออยู่ข้างหน้าอีกเยอะ อีกมากมาย ไม่รู้ว่าเสียงแบบไหน จะมากระทบหู ไม่รู้ว่าคำนิทาน คำสรรเสริญ ความขัดแย้ง หรือคำสั่งที่ไร้อะไรต่างๆ จะเข้ามา เมื่อไหร่ก็ไม่มีใครรู้ได้ ดังนั้น การตั้งสติเห็นไหมโยม ข้อที่สอง มีที่ตั้ง เราจำไว้นะ ตอนที่เรามาสอบสัมภาษณ์ เราก็ตั่งสติ นี่เราก็ตั่งสติ ดูที่กาย เราก็อธิษฐานว่าเวลาจะมาสอบสัมภาษณ์หรือมาสมัครงานที่ไหน เราก็อธิษฐาน ขาอยู่ไหน หัวเข่าอยู่ไหน ปลายเท้าอยู่ไหน เดี่ยวนี้เราไม่รู้แล้ว หัวเข่าอยู่ไหน ปลายขาไปอยู่ไหน นี่เห็นมัยเราก็อธิษฐาน ตรงปัจจุบันเนี่ย ตอนเนี่ย หัวเข่าอยู่ไหน ปลายเท้าอยู่ไหน มืออยู่ตรงไหน คอตั้งตรงไหน ตรงหรือเอียง นี่กว่ากำลังมีสายตาของ...ไม่ใช่สายตาของผู้จัดการที่สอบสัมภาษณ์นะ.. มีสายตาของพญายมหรือมัจจุราชมองอยู่ว่า เดี่ยวจะรอเก็บ ใ้อริยานี้ลงนรกดีกว่า เพราะว่าขาดสติได้ที่แล้ว เดี่ยวส่งปัญหาไปนิดนึงมันต้องหลุดแน่นอน พอมันหลุดทำชั่วปีเสร็จเรา กำลังคิดว่าถูกสายตาบางอย่างจ้องอยู่เนโยม จ้องมองการผิดพลาดของเรา หรือถ้าหากว่ามีศัตรูเจ้ากรรมนายเวรจริง มันจะเล่นงานเราตอนไหน ตอนเรามีสติมัน เล่นงานเราไม่ได้แน่นอนโยม มันต้องรอเล่นงานตอนเราขาดสติเท่านั้น

ภาษาไทยเราถึงมีคำว่า “ผีซ้ำด้าพลอย” คือตอนที่ขาดสติแล้ว หลวงพ่อเคยเจอนะ ขับรถออกมาจากมหาวิทยาลัยมหิดล หลวงพ่ออยู่ที่มหิดล สมัยก่อนบวช ขับรถออกมา กำลังจะ ขึ้นสะพานบรมราชชนนี มีรถคันนึงถูกตำรวจเรียก อยู่ตีนสะพาน แก่โกรธมากเลย แก่หัวผิดหัว เหวียงเถียงกับตำรวจ ขาดสติ พอตำรวจปล่อยไป แก่ก็เข้ารถปิดประตูตูม แก่ไม่มองอะไรทั้งสิ้น เลย แก่เหยียบคันเร่งออกพรวดไปทันทีเลยนะโยม มาชนรถหลวงพ่อดูม แกลงมาแก่ก็ว่า ทำไมช่วยอย่างนี้ ช่วยซ้ำซ้อน ช่วยซ้ำสอง เพราะอะไร หือ ก็เพราะขาดสติไม่ใช่หรอโยม ปัญหา เล็กมันก็เป็นปัญหาใหญ่ต่อไปเรื่อยๆ เห็นมัยคำว่าผีซ้ำด้าพลอยของชาวบ้าน แปลว่ามันถูก ซ้ำเติมไป ความที่ขาดสติและถ้าหากว่ามันมีสิ่งหนึ่ง ที่มันไม่ชอบเราอยู่ มันก็ต้องรอจังหวะนี้เน โยม อันนี้ขาดสติถ้าส่งนี้ไปมันมองไม่เห็นแน่ มันต้องตมแน่นอน ตั้งสติให้เป็นนะ อย่าประมาท นะ อย่าประมาทนะ มาลองตั้งกันดู แท้กระทบพื้นอยู่รู้สึก กระทบขาอยู่ก็รู้สึก เนี่ยรู้ไป เพื่ออะไรโยม ให้ตัวรู้มันมีที่อยู่ เวลาตัวไม่รู้ทำงานจะให้เห็น ไม่ได้มีอะไรมากกว่านี้นะ ให้ตัว รู้มีที่อาศัยซะ ถ้าตัวไม่รู้เข้ามาจะให้เห็น คนส่วนใหญ่โยม ไม่มีตัวรู้ ที่อาศัยอยู่ตรงนี้เลย มีแต่

ตัวไม่รู้ที่ทำงานตลอด เช่นไม่รู้ก็แล้วเปลอคิดไปเรื่อยๆ และก็รู้อำลางเปลอคิดอยู่ เปลอคิดไม่ดี ก็ไม่รู้ที่เปลอคิดไม่ดี เปลอคิดว่าเขาว่าเราแล้วก็ทุกข์ใจ และก็คิดว่าเขาในเนื้อหาของความคิดนี้ เป็นคนทำให้เราทุกข์..โยม นี่ไม่ให้ความเป็นธรรมนะ จริงๆ แล้วไอ้ความไม่รู้ณะที่เปลอคิดเข้ามา เนี่ย มันทำให้ทุกข์ต่างหาก ไม่ใช่เขานะโยม ไม่ใช่ตัวละครในความคิดทำให้ทุกข์ เนื้อเรื่องที่เปลอคิดอย่างขาดสติต่างหากทำให้ทุกข์..โยม อันนั้นไม่ต้องไปแก้ปัญหามาจากคนอื่นเห็นมัย ถ้าโยมไป แก้ปัญหาแบบ อย่าว่าชั้นนะ ห้ามเด็ดขาดไม่มีทางหอรอก ลับหลังก็ห้ามว่านะ ไม่มีทางหอรอกโยม แต่มันเปลอคิดว่าเขาว่าเราแล้วไม่คิดต่อ ไม่คิดไม่เอามาเป็นเรื่องคิดมันจะทุกข์ใจได้อย่างไร

บังคับข้างนอกไม่ได้ โยมดูแลจิตใจดีกว่า เนี่ยสติมันทำหน้าที่แบบนี้ละ ฉะนั้นการที่มี ที่ตั้ง แล้วคอยเห็นไว้ เปลอคิดปั๊บรู้ เปลอคิดปั๊บรู้ ถ้ารู้ว่าคิดแล้วจะเป็นทุกข์ แล้วจะไปคิดต่อ ทำอะไร คำสอนของพระพุทธเจ้าสามารถช่วยให้พ้นทุกข์ ในปัจจุบันขณะตรงนี้นะโยม ช่วยให้ พ้นทุกข์ในปัจจุบันตอนนี้ ไม่มีใครทำให้เราทุกข์ใจได้นะ ถ้าเราไม่คิด ไม่มีใครผลักเราให้ตกนรก ได้นะ ถ้าเราไม่ผลักตัวเราเอง ส่วนใหญ่พวกเราชอบผลักตัวเองมากกว่านะ อย่างเช่น คิดเรื่อง ไม่ดี คิดว่าเขาว่าเรา คิดว่าเขาทำเรา คิดคำว่า เขาขึ้นมา ไม่มีเขาอยู่ในนี้นะโยม มีมัย มีเขาอยู่ใน เรามัย ทางโน้น ไม่มีนะ มีแต่ความคิด ว่าเขาอย่างนั้น เขาอย่างนี้ในใจ

ถ้าโยมเห็นว่า นี่คือความคิดไม่ใช่ของจริง นี่มีสติเห็น เห็นจิตแค่หยุดคิด ไอ้ตัวนี้ก็หาย แล้ว ไอ้ความทุกข์ใจก็หาย นี่เรียกว่าอำนวยการกุศลวิบากแก่ขันธ ให้ขันธ ๕ มันมีความสุขดีกว่า ไปหาเรื่องเศร้าหมองทำอะไร ในเมื่อโลกนี้มันบังคับไม่ได้ และความไม่รู้ ก็มากมายมหาศาล ที่ ถักทอเนื้อหาของความปรุงแต่งที่ไร้เดียงสาที่เต็มไปหมด โยมว่าจริงมัย...ทางโน้น ถ้าหากว่าโยม เกลียดคนที่สับสนและหลงผิดนี้ หลวงพ่อว่าโยมคงสับสนมากกว่าใครๆ นะ (หัวเราะ) เพราะว่าความสับสนหลงผิดมันมีอยู่ทั่วไป แต่ถ้าเราบอก เราเกลียดพวกนี้มากเลย เห็นแก่ตัว เกลียด คนเห็นแก่ตัว เกลียดคนสับสน เกลียดคนหลงผิด แสดงว่า คงจะสับสนมากกว่าคนอื่นเขาเยอะ เลย เพราะโลกนี้มีแต่ความไม่รู้ที่ถักทอเป็นกระแส ถ้ารู้แล้ว แล้วเข้าใจขบวนการแบบนี้ หรือ เวลาคิดว่าเขาว่าเราเนี่ย ไม่มีเราอยู่ในเขานะโยม มีเราอยู่ในเขามัย ไม่มี ไม่มีเราอยู่ในเขา ไม่มี เขาอยู่ในเรา เห็นความจริงแบบนี้ต่างหาก ถึงจะเอาตัวรอด นี่ตั้งสติเป็นแล้ว เห็นการทำงานของ ใจ รู้จักว่านี่มันแค่ตัวความคิด เห็นจิตคิดไม่ใช่เราคิด ไม่ใช่เรานะ มันคิดคำว่าเราขึ้นมา ดูตรงนี้ ให้เป็นนะโยม ถ้าดูตรงนี้เป็นจะพบความสุขมหาศาลแล้วจะเกิดพัฒนาการ

มีคนถามเมื่อคืนนี้ว่า จะรู้ได้อย่างไรว่า การปฏิบัติของเราก้าวหน้า รู้ได้ง่ายๆ จากการที่ ความทุกข์มันน้อยลง ความฉลาดในการเข้าใจโลกของความสุขมากขึ้น และความสุขนี้ไม่สามารถจะก่อตัวได้ รู้แล้วว่าหนทางนี้เป็นหนทางอันประเสริฐ เป็นหนทางที่พาไปให้พ้นทุกข์ ได้จริง เวลากราบพระกราบได้อย่างสนิทใจ กราบขอบพระคุณในความซาบซึ้งต่อพระธรรมคำสั่งสอน ถ้าไม่ได้เจอคำสั่งสอนอย่างนี้ ชีวิตคงจะหลงดิ่งเหว ผิดพลาดไปอีกเรื่อยๆ และก็ก่อทุกข์ใส่ตัวแบบไร้เดียงสา นี่พบแล้วว่าความออกจากทุกข์ ทางออกจากทุกข์อยู่ตรงนี้นี่เอง นีโยมจะซาบซึ้งว่าถ้าไม่มีคำสั่งสอนแบบนี้เกิดขึ้นในโลก ชีวิตเราหรือชีวิตผู้อื่นที่อยู่ร่วมๆ กัน คงจะว่าเหวขนาดไหน นี่จะเกิดความซาบซึ้งและเกิดความเมตตาต่อกันและกันนะ ด้วยความเคารพ ไม่ได้กราบไปตามประเพณีแล้วนะโยม มันกราบอย่างความซาบซึ้ง ความซาบซึ้งแบบนี้

นี่เพราะการมีสติเห็นมัย พอผลอดคิดไม่ดีไม่เอา ผลลัพธ์เป็นยังไงละ ก็อารักขาจิตที่ปกติ อยู่แล้วนี่โยม เห็นมัย **ข้อที่ ๓ ของสติมีผลลัพธ์เป็นการอารักขาจิตที่ปกติอยู่ก่อน** โดยการมีตัวที่สองมีหน้าที่เห็น เห็นการทำงานของกายและใจ ถ้าผลอดคิดอย่างนี้ ผลเป็นอย่างนี้ เริ่มจำได้แล้ว จำได้ จำได้อย่างถูกต้องแม่นยำไม่ใช่เป็นสัญญาวิปลาส จำได้ว่ามันไม่ใช่ตัวตนเป็นอนัตตสัญญา เห็นว่าไม่ใช่ตัวตน หรือจำว่าสิ่งนี้ไม่คงที่ จะห้ามให้คงที่เป็นไปไม่ได้ เป็นการจำที่ถูกต้อง ทำให้ สติเกิด ชื่อว่า “ธรรมาสัญญา” จำสภาวะได้ อย่างนี้เป็น “สัญญาขั้นธ” สัญญาขั้นธไม่มีมาก่อนไม่ใช่ตัวตน อย่างนี้เป็น “สังขารขั้นธ” เป็นความคิด คือความคิดเกิดก็รู้เป็นความคิด จำได้ นะโยม จำได้ว่ามันเป็นความคิดไม่ใช่เรา แต่เพราะว่าเคยเห็นถูกมาก่อนไง นี่ก็ออกมัย นี่สติจะเกิดขึ้นเรื่อยๆ แล้ว ตัวตื่น ตัวรู้จะทำงานแบบกระปรี้กระเปร่า กระฉับกระเฉง แบบอัตโนมัติทั้งวัน ผลอดคิดที่ไม่ดีปู้รู้ อุกุศลจะครอบงำใจไม่ได้ ก็เลยเกิดความรู้สึกตัวตามมา ถ้ามีสติแล้ว เกิดสัมปชัญญะ และก็เกิดความเพียรอย่างถูกวิธีตามมา ทำงานร่วมงาน ๓ ตัว ในสติปฏิฐาน ๔ ถ้าโยมได้สามตัวนี้ไปกับชีวิตประจำวัน รับประกันว่าจะต้องมีความสุขและความทุกข์จะครอบงำใจไม่ค่อยได้ อาจจะไม่ค่อยได้ไปก่อนนะ จนถึงไม่ได้เลย

อ้าวมาดูเรื่องสัมปชัญญะนิดหน่อย ความรู้สึกตัวมันตามหลังตัวสติมา คือถ้าสติเห็นการทำงานของใจ ถ้าหลงคิดรู้ว่าหลงคิดนะโยมชื่อว่า “อสมโหมะสัมปชัญญะ” รู้สึกตัวว่ากำลังหลง แต่คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยรู้สึกตัวนะ กำลังหลงอยู่ แต่เมื่อไหร่โยมรู้สึกตัวว่าหลง มันจะหายปู้ไปทันที เรียกว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น มันตื่นตรงนี้นะ มีใครเคยนอนหลับฝันกลางคืนมัย (เคย) เคยฝันร้าย

มัย ตื่นเข้ามามันหายไปมัย (หาย) เพราะมันไม่ใช่ของจริง เคยคิดร้ายมัย (เคย) เพราะรู้สึกว่าเป็นกำลังผลอคิดร้าย ตื่น ก็หายเหมือนกันไม่ใช่ของจริง เห็นมัยโยม เรียกว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน นี่เพราะเห็นจิตคิดร้ายมันเหมือนกับความฝันร้ายที่สร้างมันขึ้นมา จากภาพมายาไม่ใช่ของจริง ตื่นปั๊บไม่เอา เห็นมัยโยม มันก็ตื่นเบิกบานสิ นี่เป็นผู้ตื่น ตื่น จิตก็ตื่น บางคนตื่นอย่างต่อเนื่อง เพราะว่าความเปลอพอจะไหวตัวปั๊บทำงานไม่ได้ จิตมันไวขนาดนี้ แวบ แวบ เห็นมัยโยม นี่ความรู้สึกตัวเลยตามมาจากการที่มีสตินะ เพราะสติมันระลึกอยู่ที่กายและใจนะ ถ้าใจหลงเมื่อไหร่ความรู้สึกตัวจะเข้าไปทำหน้าที่เป็นปัญญา เห็นว่าไม่มีประโยชน์ คิดไม่ดีมีประโยชน์ มัย มีมัยโยมทางโน้น คิดไม่ดี มีประโยชน์มัย ไม่มีประโยชน์ และจะคิดต่อมัย เหมือนมีประโยชน์มัย? มีประโยชน์มัย..เหม่อ ไม่มีประโยชน์แล้วควรจะทำมัย? ไม่ควรแล้วถ้าทำมัย? งงมากเลยนะ ไม่ควรแต่ก็ยังทำอยู่ โกรธมีประโยชน์มัย? แล้วทำมัย? ทำอีกแล้วด้วย (หัวเราะ) หลวงพ่อบอกแล้วมัยโยมว่า ที่เราเข้าใจแต่ทำไม่ได้ เพราะอะไร ตัวกำลังมันยังไม่พอ รู้ว่าไม่ดีแต่เอาไม่อยู่ เพราะความคุ้นเคย นี่เราถึงต้องมาพัฒนาบริหารกล้ำเนื้อ เข้าห้องพิตเนสนะ บริหารกล้ำเนื้อสติในรูปแบบบ้าง ในแบบฟรีสไตล์ธรรมชาตินิยมบ้าง

อ้าวมาดูนะ สัมปชัญญะเลยทำหน้าที่ ๔ ตัวเหมือนกัน อย่างที่หลวงพ่อบอกเช็ดจากโยมเนี่ย คิดไม่ดีไม่มีประโยชน์ เห็นมัย ถ้าสติมันเข้าไปประลึกที่ใจแล้ว สัมปชัญญะมันทำหน้าที่เห็นว่า คิดไม่ดีปั๊บ สัมปชัญญะจะทำหน้าที่ตัดสินใจว่าไม่มีประโยชน์ นั่นคือปัญญาโยม ไม่มีประโยชน์ ดังนั้นมันต้องมีอะไรตัวหนึ่ง การฝึก บางทีเราก็กต้องฝึกความอดทนบ้างนะ คิดไม่ดีไม่เอาดีกว่า มันไม่มีประโยชน์ จะคิดต่อ มันจะหยุดทันทีอย่างนี้โยม แต่ถ้าเราไม่เคยฝึก เราเคยฝึกแต่จะตามใจคิด คิดไม่ดีจะต้องพูดไม่ดีทุกครั้ง แล้วผลกลับมารู้สึกยังไง รู้สึกยังไง? รู้สึกว่าไม่ดี..โยม เห็นมัย ถ้าทำอย่างนี้แล้ว เหตุนี้มีผลนี้จะต้องมี ไม่มีใครในโลกนี้ที่พูดไม่ดีแล้วสบายใจ ไม่มีหรอกนะ ไม่ว่าจะพูดไม่ดีกับใครก็แล้วแต่ ถึงเราจะเป็นฝ่ายถูก แต่พูดไม่ดีออกไปจะต้องไม่สบายใจอยู่ดี

นี่การที่มีสัมปชัญญะ มีการรู้สึกตัวเนี่ย และกับการมีสติที่จำได้ว่า ถ้าพูดไม่ดีต้องรู้สึกไม่ดีในภายหลัง จะไม่ประมาทด้วย เห็นมัยสติเลยทำหน้าที่ หรืออินทรีย์มีขนาดใหญ่ กำจัดพวกความประมาท สัมปชัญญะรู้สึกตัวขึ้นมาเนี่ย ไม่มีประโยชน์ ไม่เอานะ จะมีกำลังแบบนั้นนะ ต้องฝึก ถ้าไม่เคยฝึก จะไม่ได้นะ คือถ้าฝึกตามใจตัวเอง มันเหมือนเลี้ยงลูกสิงโตเล็กๆ ในหัวใจ หลวงพ่อบอกว่าเลี้ยงลูกอสุรกายก็ไม่กล้าพูด เพราะว่ามันจะเหมือนจริงมากไป



หน้อย (หัวเราะ) มันจะค่อยๆ โตขึ้นนะโยม นึกออกมั๊ย ถ้าหากว่าเราเคยตามใจ อยากพูดไม่ดี ก็ต้องพูดทุกครั้งอย่างนี้นะ ต่อไปพอคิดปั๊บจะพุ่งพรวดออกไปอย่างนั้นเลย ใช่มั๊ยโยม แต่ถ้าโยม บอกไม่เอา ไม่มีประโยชน์มันจะหายไป ต่อไปพอผลอปั๊บไม่เอา มันจะอ่อนกำลัง มันจะทำงาน ไม่ได้ นี่มันทำอะไรให้เกิดความเพียร ความเพียรตัวนี้ไม่ได้เดินนาน ยืนนาน นั่งนาน หรือ เพียรไปอยู่ป่า อยู่ถ้ำนะ ความเพียรปิดกั้นอกุศลตัวใหม่ เพราะถ้าอกุศลจะเข้ามา ไม่เอามันก็ ทำงานไม่ได้สิโยม ไม่ต้องมาเสียใจภายหลัง พูดไม่ดีไปได้อย่างไร เห็นมั๊ยชีวิตจะเริ่มมีความสุข กลับไปบ้านตอนเย็นก็มีความสุข ฟรุ้งนี้เข้าก็มีความสุข เพราะไม่มีไอ้ตัวที่ตามมาว่า วันนี้พูด ไม่ดีมาอีกแล้ว ไปทะเลาะกับเขามาอีกแล้ว ไปเถียงเขามาอีกแล้ว ไม่มีตัวนี้เห็นมั๊ยโยม ก็มีความสุขสิ เพราะงั้นคนปฏิบัติเจริญสติมันเลยสวยวัน สวยคืนนะ สวยผุดผ่อง ขึ้นมาเรื่อยๆ เพราะว่า ไอ้ความเศร้าหมองนี้ เมฆหมอกแห่งอกุศลนี้ไม่มาปกปิดใจ และมันก็ไม่ฉายผ่านสีหน้าแววตา ออกมา ถามว่าเวลาหน้าบึ้งนี้ มันหน้าบึ้งก่อนแล้วค่อยโกรธ หรือว่าโกรธแล้วถึงหน้าบึ้ง อันไหน มาก่อน...หา โกรธแล้วก็หน้าบึ้ง คิดไม่ดีแล้วถึงหน้าบึ้ง ใช่มั๊ยโยม เห็นมั๊ยถ้าโยมมีสติ เห็นคิดไม่ดี ปั๊บ ไม่เอา หน้าจะบึ้งไปได้อย่างไร

หลวงพ่อก็ไม่ได้มาแก้สงสัยหอดคำหวานนะ ว่าปฏิบัติแล้วจะสวยวันสวยคืน เพราะถ้า เห็นอย่างนี้ แล้วไม่ทำ หน้ามันจะบึ้งไปได้ไงละ และถ้าหากว่าวันนี้หน้าไม่บึ้ง ฟรุ้งนี้หน้าไม่ บึ้ง มันน่าจะสวยขึ้นมั๊ย สวยขึ้นเห็นมั๊ย อกุศล กุศลธรรม ที่มันเข้ามาให้เกิดความสุขความ อิ่มเอิบ สายตาก็จะเริ่มมีประกาย มีประกายสดใส มองอะไรก็เริ่มมีความสุขมากขึ้น คั่นเคย กับการที่มีจิตปกติและมีความสุขเบิกบาน เวลาที่มีความไม่เบิกบาน ความขุ่นมัวเศร้าหมองมา มันจะเหมือนกับกำลังป่วย เหมือนกับกำลังไม่สบาย กำลังเป็นโรค เป็นโรคจิต (หัวเราะ) เป็น โรคทางจิตใจนะ เห็นมั๊ยโยม...มันจะไม่เอา เฮ้ย..อยู่ๆ ไปป่วยทำอะไร อยู่ๆ จะเป็นโรคจิตทำ อะไร ในเมื่อจิตมันปกติอยู่ก่อน เห็นมั๊ย ไอ้ความคั่นเคยต่อฝ่ายกุศลมันก็จะทำงานต่อเนื่อง และไปพบกับความสุขที่สูงขึ้น พัฒนาไปสู่ความสุขที่ประณีตเรีงรองเพิ่มขึ้นอย่างนี้ นี่หน้าที่ ของสติและสัมปชัญญะ กับความเพียร เพียรปิดกั้นอกุศลตัวใหม่ เพียรแบบนี้โยม ไม่ต้อง ไปอยู่ถ้ำ อยู่ป่า อยู่เขา อดอาหาร อยู่ป่าช้าอะไรหรอก อยู่กับชีวิตประจำวันนี่แหละ ผลอคิด ไม่ดีปั๊บไม่เอา หรือจะไปผลอคิดเรื่องอดีต ควรคิดมั๊ย เรื่องอดีตที่เศร้าหมอง ไม่ควร ตัวสติกับ สัมมาวายามะทำหน้าที่ทำลายอกุศลเก่าด้วย อย่างเราเคยคิดไม่ดีจะต้องพูดเรื่องไม่ดี ไม่เอา นี่ นิสสัยที่ไม่ดีเก่าๆ จะหายไปด้วยนะ จะกลายเป็นคนน่ารัก เพราะว่าไม่มีเรื่องที่ไม่ดีจะพูดมาแล้ว

เพราะว่าพอจะพูดปั๊บไม่เอาโยมเห็นมัย มันสามารถทำลายอกุศลเก่า ทำลายนิสัยเก่า เพราะว่ามีสติ แต่ถ้าคนขาดสติละ รู้สึกมัยว่า ตั้งแต่เกิดมาตั้งแต่เล็กๆ เป็นคนขี้บ่น ขี้หงุดหงิด ขี้โมโห อายุมากขึ้นก็ยังไม่เปลี่ยน จนถึงอายุวัยชรา ก็ไม่เปลี่ยนนะบางคนใช้ไหม เป็นที่รักใคร่ของลูกหลานมัยอย่างนั้น เราอยากเป็นคนแก่แบบนั้นไหม

ตอนนี้เริ่มแก่หรือยัง หา? โอ้..รักษาศีลสมบูรณ์ข้อแล้วไม่โกหกพระ เป็นคนดีนะ อย่างน้อยก็มีความดีข้อหนึ่ง ที่รักษาศีล

นี่โยมเห็นมัย การปฏิบัติเนี่ยมันสนุกนะ แล้วมันก็เรียบง่าย แล้วก็มีความสุขเห็นได้จริง ไม่ใช่ภาพมายา ว่ามันจะเป็นของขวัญในบั้นปลายตอนตายแล้วจะได้ขึ้นสวรรค์ ไม่ใช่หรอก มันมีความสุขในปัจจุบันนี่ละโยม...ต่างหาก แล้วความสุขแบบนี้ ก็ไม่ใช่ความสุขที่หายากอะไร แต่ไอ้ความทุกข์ต่างหากที่ไม่ควรจะต้องได้มา และความสุขแบบนี้ต่างหาก ที่ไม่ควรจะต้องสูญเสียไปเลย เพราะมันมีอยู่แล้ว ไม่ต้องสร้างขึ้นด้วยเนอะ อันนี้เป็นของขวัญที่พวกเราสมควรจะได้รับ เรียกว่าได้รับในสิ่งที่สมควรจะได้รับ หรือความสุขที่ไม่ควรจะต้องสูญเสียไป

มีใครจะคุยอะไรเบาๆ สลับบ้างไหม หลวงพ่อพูดถึงเรื่องสติ ที่ทำหน้าที่ร่วมกัน ๓ ตัว สติสัมปชัญญะและความเพียร เป็นการทำงานของสติปัญญา ๔ สติปัญญา ๔ จะมีหัวข้อเหมือนกันทุกอัน คือ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ ตามดูภายในกาย ตามดูภายในกายแล้วเห็นอะไร หรือตามดูใจในใจแล้วเห็นอะไรก็แล้วแต่ ที่มันเผลอปรุงไม่ตีไม่เอา มีความเพียรตามดูภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม กำจัดอวิชชาและโทมนัส คือไอ้ความปรุงแต่งดีร้ายออกไปซะ เพราะมันไม่ได้มีอยู่ก่อน เห็นมัย! เลยใช้กายตามการดูกาย หรือดูเวทนา หรือจิต หรือธรรมเนีย เป็นที่อาศัยให้ตัวรู้ได้รู้ เพื่อว่าเวลาตัวไม่รู้มันปรุงแต่งความไม่ดีขึ้นมาจะได้ไม่เอา เห็นมัยโยม จะได้ไม่เป็นที่อาศัยของตัณหา คือความอยากที่ไร้สาระ บางทีร่างกายหรือจิตใจมันไม่คงที่ เมื่อไรเราอยากให้มันคงที่ มันจะเกิดความอยากที่ไร้เดียงสา แล้วทำให้จิตใจร้อนรุ่ม ทุกข์กระวนกระวาย กระสับกระส่ายจากความอยาก มันเป็นการสร้างทุกข์ซ้อนทุกข์อีกตัวขึ้นมาอย่างไร้เดียงสา เพราะว่าร่างกายเราไม่คงที่อยู่แล้ว

อย่างคนป่วยเนี่ย ร่างกายมันไม่คงที่ แต่ถ้าหากว่าอยากหายป่วย ไม่ชอบความป่วย

อยากพ้นจากความป่วย จะเกิดความทุกข์ใจอีกตัวหนึ่งขึ้นมา ซึ่งไม่สมควรได้รับความทุกข์ใจแบบนี้เลย เห็นไหมโยม แต่เพราะร่างกายมันไม่คงที่ ก็รักษาความไม่คงที่ของมันไป ตามเหตุปัจจัยอย่างเช่น มันขาดธาตุร้อน ขาดธาตุเย็น ก็ทิ้งมันไปซะตามเหตุปัจจัย แต่ไม่จำเป็นต้องไปอยากให้มันคงที่นะโยม มันเป็นไปไม่ได้ หรือสิ่งรอบข้าง แก้วกาแฟแตกอย่างนี้ ของมันแตกได้ บอกมันไม่น่าแตก ไม่อยากให้มันแตก จะทุกข์ใจเห็นไหม เรียกว่าทุกข์ใจอย่างไรดียงสา ไปสร้างต้นหากับภาวะของความไม่คงที่ขึ้นมา อยากให้มันคงที่ อยากให้มันสมบูรณ์แบบ อยากให้ทุกอย่างเหมือนเดิม “ทำไม? คนคนนี้เขาไม่เหมือนเดิมเลย” แล้วก็หาเรื่องทุกข์ใจ ไรดียงสามัย ในเมื่อทุกอย่างต้องไม่คงที่ ถ้าโยมเข้าใจแบบนี้ละ จะมีความสุขมากเลยนะ

ถึงแม้ว่าจะมีคนที่เปลี่ยนใจนะ ก็ยังมีความสุขอยู่ เพราะอะไรรู้มั๊ย โยมดู ถ้าโยมเข้าใจกฎของธรรมชาติอย่างจริงๆ เลยนะ ว่าทุกชีวิตเนี่ย มีธาตุ ๔ ซึ่งไม่คงที่ แล้วทุกชีวิตก็ปรารถนาสถานะที่มันสมบูรณ์ขึ้นมาในร่างกาย อยากให้มันดี เรียกว่า ตัณหา เห็นมั๊ย ตัณหานี้ก็ทำให้เกิดภาวะตัณหา ว่าอยากได้ภาวะที่มันดีกว่านี้ ที่มันสมบูรณ์กว่านี้ ที่มีความสุขมากกว่านี้

นะ! อะไรก็แล้วแต่โยม ที่มันเอื้อ ที่จะให้ช่องทางให้ร่างกายหรือจิตใจเนี่ยมีความสุข ทุกคนพร้อมจะเปลี่ยนใจ ไม่ว่าจะเป็นบิรवारลูกน้อง คนใกล้ชิด เพื่อนฝูงก็แล้วแต่ เห็นไหมโยม ถ้าโยมเข้าใจแบบนี้ ถ้าหากมีอะไรเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น โยมยอมรับไปเลยว่า เขาอ่อนแอต่อทุกข์ แล้วเขาก็ต้องการภาวะที่ดีกว่านี้ มันเป็นเรื่องธรรมดา ที่เขาจะต้องเปลี่ยนใจ เพียงแต่ว่าถ้าตรงนี้ มีความสุขให้มากกว่า เขาคงไม่เปลี่ยนไปไหนหรอก บางทีเราก็กะลอปวดน้ำต้นไม้ด้วยน้ำร้อนไปบ้างเป็นครั้งคราว มันเลยตาย ไม่ใช่เขาทำหอรอกนะ เพราะความไม่เข้าใจ ถ้าเข้าใจนะโยม จะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เป็นของขวัญของกันและกัน เป็นแสงสว่างของกันและกัน

ที่หลวงพ่อดูเนี่ย เป็นเพียงแค่คำหวานภาพลวงตา หรือสามารถทำได้จริง “หนูน้อยทำได้จริงไหม?” ทำได้จริงนะ ที่ว่าเป็นของขวัญของกันและกัน เป็นแสงสว่างของกันและกัน ทำได้จริงไม่ใช่แค่ภาษาที่ไพเราะหรือภาพลวงตา จิตใจนี้มันรักอะไร “หนูน้อย” จิตใจรักอะไร

**โยม :** รักสิ่งที่ตั้งงามที่จะเข้ามาค่ะ

**หลวงพ่ :** รักสิ่งที่ดีงาม เห็นมัยโยม มีจิตดวงไหนบ้างที่ไม่รักสิ่งดีงาม จิตที่อยู่ในสุนัข มันรักสิ่งดีงามไหม มันรักคนดีไหม มันรักเจ้าของที่ดีไหม แน่นอน เห็นมัยโยม ไม่มีจิตดวงไหนที่ไม่รักสิ่งที่ดีงาม ถ้าเราอยากให้คนที่อยู่กับเราเขามีความสุข เราทำสิ่งแบบนั้นหรือเปล่า

ที่เมื่อกี้หลวงพ่อบอก เอน้ำรดต้นไม้ หรือเราเอน้ำเย็นเอน้ำที่มันศักดิ์สิทธิ์ที่ชุ่มชื้น ฉ่ำเย็น อะไรกันแน่ จิตทุกดวงมันรักความดีงาม เรารดน้ำต้นไม้ต้นนั้นด้วยความดีงามหรือเปล่า ละ บอกว่า “ต้นไม้ทำไมมันเขียว” เราดูซิว่าเราเอน้ำอะไรไปรด ทุกวันนี้ ไซ้มัย เรารักอะไรอีก ‘จิต’ นอกจากรักความดีงาม ที่อยู่ทุกวันนี้ ในโลกนี้ ต้องการอะไร หรืออยากจะทำอยู่ต่อไปไหน ก็แล้วแต่ ต้องการอะไร

**โยม :** ต้องการความสุขค่ะ

**หลวงพ่ :** ต้องการความสุข เห็นมัยโยม มีจิตดวงไหนบ้างที่ไม่ต้องการความสุข ในสัตว์ ในหมา ในแมว ในนก ในผีเสื้อ เห็นมัยโยม ต้องการความสุข ดูซิ ที่นี้เราอยู่ด้วยกันโดยให้สิ่งแบบนี้หรือเปล่า ธรรมชาติของจิตที่อยู่ในตัวอีกฝ่ายหนึ่ง ไม่ใช่เขาจะโยม มันเป็นธรรมชาติของการรับรู้ ซึ่งมันต้องการความสุข แล้วมันก็ต้องการความดี แล้วการอยู่ด้วยกันเราให้สิ่งแบบนี้ลงไปหรือเปล่า เราให้ความสุขลงไปหรือเปล่า เราให้ความดีลงไปหรือเปล่า แต่เรากลับมาร้องขอว่า ทำไมไม่ให้สิ่งแบบนี้กับเรา หรือว่าทำไมเขาไม่เหมือนเดิม ถ้าเราให้สิ่งเหล่านั้น รับประกันโยม จิตทุกดวงมันรักความสุข และรักความดี ไซ้มัย เพียงแต่ว่าความไม่เข้าใจ บางทีเรากลับมาอยู่ฝ่ายอื่นรอคอยความสุข มานั่งรอคอยความดี หลวงพ่ถึงบอกว่า ทำไมเราไม่ลุกขึ้นเป็นฝ่ายให้เสียเอง แล้วเราก็มีความสุขตรงนั้น เราไม่เห็นหรือว่า ถ้าสิ่งนี้มีสิ่งนี้ก็ต้องมี ในเมื่อสิ่งนั้นๆ ได้รับความสุขแล้ว สิ่งนั้นจะดิ้นรนไปหาความทุกข์ได้อย่างไร โยม! นี่ก็อกไหม และถ้าเราเข้าใจกว่า ฉลาดกว่า จะต้องไปกลัวอะไร กับอะไรอะ กับความเปลี่ยนแปลงหรือความไม่แน่นอน เพราะว่าถ้าหากว่าให้สิ่งที่เป็นความสุข ให้สิ่งที่เป็นความดี แต่ถามว่า ให้สิ่งที่เป็นความดีมันดีจริงหรือเปล่า หรือเป็นเพียงแค่การลงทุน ดูให้ดีนะ เราลงทุนอยู่หรือเปล่า แล้วเรากำลังรอผลลัพธ์ตอบแทนอยู่หรือเปล่า เรารอกำไรด้วยหรือเปล่า ถึงได้มาน้อยออกน้อยใจว่าทำดีไม่ได้ดี

เพราะว่ามันเป็นการลงทุนที่รอคอยผลกำไรหรือเปล่า มันไม่ใช่ความสุขของการให้ความ

ดีจริงๆ ถ้าดีจริงๆ โยมมันก็ต้องไม่รอคอยนะ ไม่ต้องรอคอยผลกำไร ไม่ต้องรอคอยผลตอบแทน หลวงพ่อยังไม่เคยเห็นดอกไม้ที่ไหน วิ่งไปหานกเลย มีแต่นกกับผีเสื้อมันหาดอกไม้เจอเสมอ เพราะว่ามันมีละอองเกสรที่หอมหวาน โบยบินไป แล้วมันประกาศศักยภาพของตัวเองของมันเอง ของคุณค่าในตัวมันเองออกมาโดยไม่ต้องออกไปวิ่งหาใคร แล้วก็ไม่ต้องไปอ้อนวอนว่า ขอให้ใครกลับมาหาด้วยนะ ถ้าหากว่าเรามีคุณค่าอยู่ในตัวนะโยม

การใช้ชีวิตมันเป็นศิลปะมากนะ การที่ใช้ธรรมะ หรือ กฎของความจริงมาใช้กับชีวิต มันมีความละเอียดอ่อนทุกแง่มุม ความเข้าใจธรรมะ ทำให้ชีวิตไม่ได้อยู่อย่างแห้งแล้ง แต่กลับอยู่อย่างมีสุนทรีย์ ทั้งในการเป็นของขวัญของกันและกัน ในการที่จะมีความสุขมีความเบิกบานมีปัญญา ไม่ได้สร้างภาพลวงตาของการเป็นคนดีมีเมตตา แต่มันเข้าใจแล้วเลยมีเมตตาจริงๆ ขึ้นมา แล้วก็เลยมีความสุขจริงๆ ขึ้นมาด้วย ไม่ได้สร้างภาพมายาว่า ฉันจะเป็นคนมีความสุขนะโยม เพราะความสุขนี้ไม่ต้องรอคอย ความสุขมีอยู่แล้ว เนอะ เป็นของขวัญเนอะ

แล้วการอยู่ร่วมกันหลวงพ่อกว่า มันควรทะนุถนอมความสุขแบบนี้ด้วยนะ ความสุขที่เข้มแข็ง หรือมิตรภาพที่เข้มแข็ง มันเกิดจากความระมัดระวังด้วยความดูแลเอาใจใส่ซึ่งกัน และทะนุถนอมสิ่งเหล่านั้น แต่ส่วนใหญ่พวกเราจะคบกันสักพักหนึ่ง รู้จักกันสักพักหนึ่ง เรามักจะข้ามเส้นเสมอ เข้าไปก้าวก้าว ชีวิตของแต่ละคนเนี่ย มีอิสรภาพในตัวเขา มีศักยภาพ มีศักดิ์ศรี ไม่มีใครบังคับใครได้หรอกโยม บางทีเขาอาจจะเสแสร้งไปยอมๆ นะ แต่ไม่มีใครเขายอมใครจริงหรอก เพราะทุกชีวิตมีอิสรภาพในตัวเองอยู่แล้ว มีศักดิ์ศรีในตัวเองอยู่แล้ว

ฉะนั้นการที่จะไม่ข้ามเส้นเข้าไปก้าวก้าว มีความระมัดระวังในมิตรภาพ จะทำให้มิตรภาพนั้นเข้มแข็งและยั่งยืน ถ้าเราไม่เปลี่ยนน้ำทิพย์อันศักดิ์สิทธิ์ที่คอยรดอยู่เสมอๆ นะ ด้วยความรู้สึกที่ดี ความเอาใจใส่ หรือความดี หรือความสุขอย่างจริงๆ พร้อมทั้งจะเป็นผู้ให้ มันจะเป็นของขวัญของกันและกัน และก็แบ่งปันความเข้าใจ ถ้าเราเข้มแข็งกว่า คือเข้าใจชีวิตมากกว่า และเข้าใจทุกลักษณะชีวิตที่กำลังประสบอยู่ และเราสามารถจัดการกับทุกข์ตัวนี้เป็น เราจะไม่โอดครวญกับตัวนี้โยม ไม่โอดครวญกับความไม่คงที่ปรากฏนะ ยอมรับด้วยใจที่ตั้งมั่นเป็นกลาง แต่เวลาที่ใครเขารับมือไม่ไหว เราพร้อมที่จะยื่นมือเข้าไปแบ่งเบาภาระ หรือแบ่งปันของขวัญแห่งแสงสว่างแห่งความเข้าใจ

ถ้ามีคนๆ หนึ่งแบบนี้เกิดขึ้นในบ้าน มันจะเป็นของขวัญแห่งบ้าน ถ้าคนคนนี้เกิดขึ้นในสังคมก็จะเป็นของขวัญแห่งสังคมนั้น ชุมชนนั้น โยมว่าจริงมั๊ย แล้วในบ้านเราตอนนี้ละ ไม่มี? มีมั๊ย? “มี” ใครละ? เราเองนะ อืม..สุดยอด

หลวงพ่อกเคยเห็นปลากทรายๆ อยู่เหมือนกัน ทีแรกนึกว่าทอดมัน ทีแท้ปลากทรายด้วย ฮีๆ (เสียงหัวเราะ) คุษขำๆ นิดหน่อยนะ คิดอย่างนี้ถูกแล้วนะ อย่าไปรอให้คนอื่นเป็นผู้ให้ แล้วก็รอคอยความสุขจากผู้อื่น ลูกขึ้นมาเป็นแสงสว่าง ลูกขึ้นมาเป็นแรงบันดาลใจ ลูกขึ้นมาทำความเข้าใจกับชีวิต อยากให้ลูกเป็นคนดีต้องทำตัวอย่างให้เขาเห็นว่า ความดีมันเกิดขึ้นได้อย่างไร ความเข้าใจเกิดจากอะไร ไม่ใช่อยากให้เขาเป็นคนดี แล้วมาทุกข์ใจอยู่นะ ควรจะเริ่มต้นจากตัวเองนะ เป็นแสงสว่างเป็นแรงบันดาลใจ หรือเป็นกำลังใจ เป็นความเข้าใจที่ฉายฉานออกมาจากความเข้าใจจริงๆ ซึ่งก็ไม่ได้ยากอะไร ไม่ได้ยากอะไรเพราะว่าอะไร ทิม! เพราะสามารถสังเกตได้ตลอดเวลาในปัจจุบันของการทำงานของเรา ที่มีหลักฐานรองรับ เผลอคิดไม่ดีบ๊อบ ไม่เอา นะโยม

โยมจำคีย์เวิร์ด (Keyword) หัวข้อหัวใจไว้เลยนะว่า ความทุกข์หรือความเศร้าหมองใจ ไม่ได้มีอยู่ก่อน เป็นการได้ในสิ่งที่ไม่ควรได้ ถ้าเกิดความเศร้าหมองเกิดขึ้น และให้จำไว้ว่า เมื่อไรที่เราเสียใจ เป็นการเสียในสิ่งที่ไม่ควรเสีย ใจที่มีปกติมีความสุขมีอยู่ก่อน ไม่ควรจะต้องสูญเสียไปเลย เวลาไปคิดเปรียบเทียบจำไว้นะ จริงๆ แล้วความสุขเนี่ย เป็นความสุขที่ไม่มีอะไรเปรียบ เข้าใจไหมโยม เป็นผู้ใหญ่เข้าใจเนอะ ความสุขที่ไม่มีอะไรเปรียบเลย พวกเราเนี่ยมีความสุขที่ไม่มีอะไรเปรียบเลย แต่เมื่อไรไปเปรียบเทียบจะมีความสุขทุกข์ ถ้าไม่เปรียบจะมีความสุขทุกข์ หรือโยม จริงมั๊ย โยมลองคิดดูให้ดีๆ

บางทีเราผลอไปเปรียบเทียบ มันเลยมีความสุข มันน่าจะมีความสุขมากกว่านี้ไม่ไปเปรียบกับสิ่งอื่น ไปเปรียบกับอะไรสักอย่างหนึ่งนะ ไปเปรียบว่า “ถ้าทำอย่างนี้มันน่าจะมีความสุขกว่านี้มั๊ย?” เนี่ย..ไปเปรียบเอา มันก็เลยสูญเสียความสุขที่ไม่มีอะไรเปรียบไปซะ นึกออกมั๊ย! ถ้าไม่ไปเปรียบกับอะไรมีความสุขกว่า ไหมโยม? ไม่เชื่อโยมไปดูกระจกสิ สวยไม่มีอะไรเปรียบเลย เอาบานเล็กๆ น้อยๆ อย่าให้คนอื่นเข้ามาอยู่ในกระจกเรานะ ไปเปรียบกับเขานะ เห็นมั๊ย? อาจจะไม่สบายใจ แต่ถ้าเราดูแล้วก็ยอมรับนะ

คำว่า ‘ยอมรับ’ เนี่ย ไม่มีใครมาแทนที่โยมได้ หรือโยมไปแทนที่ใครไม่ได้ โยมว่าจริงมั๊ย จะไปขอแลกความสุขกับใคร ความทุกข์กับใคร หรือถ้าเราคิดว่าเรามีความสุข แล้วคิดว่าคนอื่นมีความสุขกว่า โยมลองไปขอแลกกับเขาดูซิ หลวงพ่อว่าโยมก็ไม่อยากแลกหรอก โยมก็พอใจกับอัฐภาพที่โยมได้รับจากสิ่งแวดล้อม จากคนรอบข้าง จากแม่แบบนี้ จากพี่น้องแบบนี้ จากเพื่อนแบบนี้ จากการมีลูกแบบนี้ จะไปขอแลกกับคนอื่นว่า ฉันขอจะไปอยู่กับครอบครัวนี้ ไปขอเป็นแม่ของคนๆ นั้นได้มั๊ย หรือไปขอเป็นภรรยาของคนๆ นั้น โดยที่เราไม่รู้สึกละโยม มันเป็นไปได้หรือก ็เนี่ยความสุขที่ไม่มีอะไรเปรียบ ถ้าเรายอมรับแล้ว เราเคารพในบทบาทสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นทำให้ได้หล่อหลอมการเรียนรู้แบบนี้ขึ้นมา ซึ่งพอเหมาะพอควรแก่เหตุปัจจัยอันนี้ ไม่มีเหตุปัจจัยอื่นจะมาแทนที่เหตุปัจจัยตรงนี้ได้ ในแต่ละขณะ ในแต่ละวินาทีของปรากฏการณ์ โยมว่าจริงไหม? จะเอาโยมไปแทนที่ๆ ขั้วโลกเหนือ เอาคนขั้วโลกเหนือมาอยู่ในกรุงเทพฯ ได้มั๊ย? ไม่ได้หรอกโยม มันพอเหมาะพอควรแก่เหตุปัจจัยในแต่ละขณะ จะเอาไปแทนที่ปลาโลมา ได้มั๊ย ปลาพะยูน “ไม่ได้” ถ้ามองแบบนี้ละ มันจะเกิดความพอ ความพึงพอ ความรู้สึกพอ และความเคารพอย่างซาบซึ่งต่อปรากฏการณ์ ที่กำลังถักทอโอบล้อม โอบกอดอยู่รอบๆ ตัวเรา ใช้แต่ละขณะอย่างการเป็นของขั้วโลกด้วยรอยยิ้มด้วยความเข้าใจ อย่างต้อนรับ เพราะมันพอเหมาะพอดีกับบทเรียนของเหตุปัจจัยในแต่ละขณะ

หลวงพ่อบุญทนต์ทั้งหมดนี้ เป็นธรรมะกับชีวิตประจำวันนะ เพื่อให้เราต้อนรับของขั้วโลกต่างๆ ตัวให้เป็น และทำตัวเป็นของขั้วโลก ถ้าหากว่าเราเข้าใจแล้วว่า จิตทุกๆ ดวงมีธรรมชาติต้องการความสุข ต้องการความดี เราลุกขึ้นมาตบสิ่งเหล่านั้น และเราจะได้สิ่งเหล่านั้นตอบแทน มาโดยไม่ต้องร้องขอหรือรอคอย เพราะว่าขณะที่ทำไปก็มีความสุขอยู่แล้ว เพราะว่าอะไร กรรมมีจริงมั๊ย เพราะว่าเจตนาดีก็มีความสุขแล้วโยม ไม่ต้องไปรอนะ หลวงพ่อว่า บางทีนะมันสูญเสียตรงนี้ไปนะ จริงๆ เราได้รับโชค หรือได้รับสิทธิแห่งความสุขโดยสมบูรณ์แบบอยู่แล้วโยม เราเนี่ย! ทิ้งสิทธิของเราไป ดูให้ดีนะ

อย่างเช่น เมื่อเรามีเจตนาดี ทำดีแล้วเราก็มีความสุข แต่เราทิ้งสิทธินี้ไปทำอะไร ไปรอคอยเขาว่า เมื่อไหร่เขาจะชมเรา? เมื่อไหร่เขาจะตอบแทนเรา? เมื่อไหร่เขาจะมีสำนึกในบุญคุณอย่างนี้? เห็นมั๊ยโยม? มันทิ้งสิทธิที่ได้รับไป ไปหาสิทธิที่ไร้สาระอะไรก็ไม่รู้? น่าเสียดาย พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า เวลาใดที่ทำดี ชื่อว่าฤกษ์ดี ชื่อว่ามงคลดี ชื่อว่าเข้าดี อรุณดี ชื่อว่ามี

**สิทธิโชค เห็นมั๊ยโยม?** หลวงพ่อเน้นคำว่าสิทธิโชค สิทธิโชคทั้งหลายแหละหลังไหลตามกันมา คือมีสิทธิในโชคนั้นโดยสมบูรณ์ โดยไม่มีใครมาแย่งไปได้นั่นเองโยม? ก็คือทำดีแล้ว ก็ต้องรู้สึกดีสิ แต่เราทิ้งสิทธิตัวนี้ด้วยการอะไร? (ไปร้องขอสิทธิที่เราไม่ควรจะไปร้องขอเลย) เมื่อไหร่จะชมฉันสักทีนึง? เมื่อไหร่จะมีคนเียนยอสรรเสริญ? เมื่อไหร่จะมีคนรู้ว่าฉันเป็นคนดี? ทำไมต้องรอด้วย? ในเมื่อสิทธินี้มันสมบูรณ์อยู่ในตัวมันเองแล้วใช่มั๊ยโยม? สิทธิที่จะได้รับความสุขจากการทำดี มันก็สมบูรณ์อยู่ในตัวมันเองแล้ว ทีนี้เราก็กิ่งในสิทธิอันนี้ เสียในสิ่งที่ไม่ควรเสีย คือความสุขอันนี้ ไปแสวงหาสิทธิที่ไม่มีอยู่จริง นึกออกมั๊ย? ไม่จำเป็นต้องมีคนรู้ ก็มีความสุขใช่มั๊ย หนูน้อย? อ้าว...ใครมีปัญหาในการปฏิบัติ? ใครไม่เข้าใจมุมไหน?

**โยม :** มีมั๊ยครับ? งั้นเดี๋ยวผมขอคุยกับหลวงพ่อนิดนึงนะครับ หลวงพ่อครับพอดีที่หลวงพ่อเทศน์ตอนต้น เข้าใจแล้วว่าหลวงพ่อกถามตอนต้นชั่วโมงว่า ความเสียใจคือเข้าใจว่า มันคือเสียจากความเป็นปกติของใจใช่มั๊ยครับ?

**หลวงพ่อ :** โยมก็คิดสิว่า ใจแปลว่าความเป็นกลาง ต้องเข้าใจก่อน ใจคือความเป็นกลาง เราเสียความเป็นกลาง เพราะเราไปปรุงแต่งความร้ายขึ้นมา ปรุงแต่งความไม่พอใจ เราก็เลยสูญเสียความปกติที่เป็นกลางไป เรียกว่าเสียใจ ก็คือใจไปเศร้าหมอง เสียความปกติ ไปเอาความโกรธ ไปเอาความไม่พอใจใช่มั๊ยขึ้นมาอย่างนี้? ซึ่งไม่มีอยู่ก่อน ถ้าเข้าใจนะว่า ความไม่พอใจ ความโกรธ เกลียดที่ภาษาชาวบ้านชาวพุทธเรียกว่า “กิเลส” เนี่ย ไม่มีอยู่ก่อนโยม ไม่มีอยู่ก่อนมาทีหลังจากความไม่รู้ จากความไม่รู้นะ ไม่ใช่คนไม่รู้นะ ไม่ใช่คนโง่ ความไม่รู้ก็คือสภาวะหนึ่งเหมือนกัน ไม่ใช่มีใครอยู่ในนั้นเหมือนกัน? ชื่อว่าอวิชชาคือความไม่รู้

**โยม :** คือต้นเหตุที่ในดีวีดี (DVD) ตัวแรกเลยที่เป็นอวิชชา ตัวนั้นคือสิ่งที่ทำให้มันมีวงจรทั้งหลายเกิดขึ้นมา อันนั้นใช่มั๊ยครับคืออวิชชา?

**หลวงพ่อ :** ความไม่รู้เนี่ย อวิชชามีอยู่ ๘ ตัวนะโยม ถ้าโยมจะมีตัวรู้ โยมก็ต้องรู้จักว่า ตัวไม่รู้มันมีหน้าตาอย่างไรบ้าง? (ตัวไม่รู้มีอยู่ ๘ หน้าตา ต้องรู้จัก) เรียกว่ามันโผล่มา จะได้รู้จักว่า อ้อ...ไอนี้หน้าตาตัวนี้เรียกว่าตัวไม่รู้ เราไม่รู้จัก เรานึกว่า เราไม่รู้จักอวิชชาก็แล้วกัน พอตัวไม่รู้โผล่ขึ้นมา ก็นึกว่าไอ้ตัวนี้เป็นตัวดี เป็นตัววิเศษ อย่าว่าแต่ตอนรับขับสู้ พามันเข้ามาสู่ห้องหับ



หัวใจ ดูแลมันอย่างดี ที่ไหนได้? กำลังต้อนรับวิชา ให้อวิชาเข้ามาครอบครองพื้นที่จิตใจ เลย ต้องรู้จักมันบ้างก็ดีเหมือนกันนะ อวิชา ๘ ตัว

ตัวที่ ๑. เรียนกันไหวมั๊ย? พร้อมจะฟังหรือเปล่า? กลัวว่าเหนื่อยเกินไป? (ไม่เหนื่อยนะ) คอแห้ง หรือยัง? เดี่ยวหลวงพ่อดื่มน้ำแทนให้ เพื่อเป็นกำลังใจให้พวกเรา

**โยม :** พร้อมจะฟังต่อแล้วครับ พร้อมแล้วครับ

**หลวงพ่ :** คนส่วนใหญ่จะ Concentrate (ตั้งอกตั้งใจ) ได้ไม่เกิน ๔๕ นาที หอก สักพัก ก็จะเริ่มล้าแล้ว เวลาล้าหลวงพ่ก็ต้องเปลี่ยนเอาเรื่องซำๆ สบายๆ ใจ มาเล่าแบ่งปันบ้างนะ เปลี่ยนบรรยากาศก่อนจะไปคุยอวิชา ๘ ตัว เปลี่ยนบรรยากาศที่เราสนใจก่อน เอาเรื่อง ตกหลุมรักมั๊ย? เอา Fall in love นะ เดี่ยวดูหน้าก่อน อ้าว...หนูคนนี้ออกมาร้องเพลง I'll always love you ของ วิทนี ฮุสตัน ด้วย ประกอบฉากหน่อย เพลง The Bodyguard เดี่ยว ให้หาคนร้อง ร้องเพลงนี้ได้มั๊ย? ร้องเพลงอะไรได้ล่ะ...? อ้าว..มาฟังเรื่องตกหลุมรัก เราจะได้ใช้ ความรักอย่างถูกวิธี

ไอ้การตกหลุมรักนี้ มันมีองค์ประกอบประหลาดนะ มีอยู่ ๕ องค์ประกอบ ที่ทำงาน ร่วมกันอย่างขัดแย้ง อ้าว...น่าจะกลมกลืน กลับขัดแย้ง เนี่ยเวลาคนๆ หนึ่งตกหลุมรักเนี่ย มัน เหมือนยาเสพติดชนิดหนึ่ง มันยิ่งกว่าการอัพ(up)หรือการไฮ(high)ด้วยยาเสพติดจากภายนอก คนบางคนเวลาสูญเสียสิ่งนี้ไป จึงยอมฆ่าตัวตายก็ยอม เหมือนคนติดยา คือถ้าไม่ได้เสพยา นี้แล้ว อยู่ไม่ได้แล้วในโลก ไปฆ่าตัวตาย หรือต้องไปอ่อนวอนให้อีกฝ่ายนึงกลับมา เพราะว่าถ้า ไม่ได้เสพยา นี้ฉันตายแน่ หรือต้องไปฆ่าอีกฝ่ายหนึ่งทิ้งในนามของความรักก็มีนะ เพราะว่าถ้า ไม่ให้ความสุขฉัน เธอสมควรตาย อย่าไปให้ความสุขคนอื่นนะ ต้องให้ฉันคนเดียวเท่านั้น คุณนะ ว่าไอ้พิษของ Fall in love หรือตกหลุมรัก มันประหลาดพิสดาร พวกสรรพสัตว์ไม่มีนะโยม มี มั๊ย? ผีเสื้อที่มันฆ่าตัวตาย มีมั๊ย? เนี่ย..มนุษย์เนี่ยมันไปสร้างโลกใหม่ขึ้นมาหลากหลาย ที่สัตว์ ไม่สามารถจะสร้างได้ โลกของสวรรค์ก็ดี โลกของนรกก็ดี โลกของภูตผีปีศาจก็ดี มีผีโยม? ผี ของสัตว์มีมั๊ย? ผียุ่งมีมั๊ย? (ไม่มีนะ) ไม่มีผียุ่งมาหลอกเราใช่มั๊ย? หรือว่าเวลางูไปกินเขียด ถูกผี เขียดมาหลอก แล้วงูวิ่งเข้าป่ามีมั๊ย? หรือว่าสิงโตกินควาย แล้วถูกผีควายมาหลอก สิงโตก็

ขวัญหนีดีฝ่อ กลัวผีควาย ไม่กล้ากินควายอีกต่อไป (ไม่มีใช้มัยโยม?)

แต่มนุษย์ประหลาดมัยโยม? มันมาสร้างผีได้ด้วย อี! ผีทะเลยังมีเลยใช้มัย? รู้จักผีทะเลมัยตรงนี้ รู้จักมัย? ไม่เคยเจอผีทะเลหรือ? เคยดูมัย? ได้ดูไททานิคมัย? ไททานิคได้ดูมัยตรงนี้? ไททานิคนี้โยม มันเป็นเรื่องของผีทะเลนะ ส่วนแม่นาคพระโขนงเนี่ยเป็นผีนา ถ้าโยมเข้าใจเรื่องชั้น ๕ นะ โยมจะหายสงสัยเรื่องผี ผีไม่ได้มีมาก่อนในจักรวาลนี้นะ หลวงพ่อบอกว่า พวกผีแมลง ผีควาย ผีอะไรต่างๆ ถึงไม่มี มีแต่พวกมนุษย์ที่มาสสร้างผีขึ้นมาได้ เพราะว่าความเข้าไปยึดในชั้น ๕ เนี่ย มันเข้มข้นรุนแรงกว่า อย่างเช่น พวกควายเวลาที่มันข้ามลำธารน้ำเพื่อที่จะไปหาหญ้ากิน มีฝูง มีลูก มีเมียไป ถ้าจะเข้าไปกินลูกเมียมัน มันก็เดินขึ้นฝั่ง เดินไปหาหญ้ากินต่อ มันไม่เคยเอามานั่งเกยเข้าห้อย แล้วก็นั่งร้องไห้รำพันรำพันถึงจระเข้ ไม่เคย หลวงพ่อไม่เคยเห็นไอ้ความยึดมั่นกับความปรองดองเนี่ย มันไม่ค่อยมีความรุนแรง มนุษย์ใช้ชั้น ๕ แล้วเข้าไปผูกพันกับชั้น ๕ ชื่ออุปาทานชั้น ๕ ดูผี ให้ตึนะ เอาผีแม่นาคก่อน ผีท้องถิ่นเดี๋ยวจะไปสู่ผีทะเล

ผีแม่นาคเห็นมัย? เพราะมีตาไปรับรู้เรื่องพี่มาก ไปรับรู้ว่ามีพี่มากใส่ร่องเท้าซ้ายเพราะว่าอะไร? เพราะว่าจะอะไรถึงใส่ร่องเท้าซ้าย ใช้ไปซื้อถ้วยเดียว? พี่มากขา กว่าจะใส่ร่องเท้าเสร็จหลายคู่ แม่นาคก็เลยเสียใจ น้อยใจ ที่ร้องไห้เพราะเหตุนี้แหละ (หัวเราะ) ไปซื้อถ้วยเดียวยังไม่กลับมาอีก ใส่ร่องเท้าก็ยังไม่เสร็จซักกะทีนึง (ตึนะ..หนูนุ่นี่ช่วยเป็นลูกคู่แก้ง่วง) โยมดูให้ตึนะ มีลูกตาไปรับรู้เรียกว่า “วิญญาณ” เกิดความรู้สึกเรียกว่า “เวทนา” เกิดความจำเรียกว่า “สัญญา” เกิดความคิดเรียกว่า “สังขาร” มีร่างกาย ๕ ตัว พอร่างกายดับไป แตกสลายไปตามเหตุปัจจัยของกาลเวลา แต่ตอนนั้นมีความรู้สึก มีความรู้สึกเจ็บปวด ตอนที่จระเข้ออกลูก มีความคิดคิดถึงพี่มาก ห่วงใย มีเวทนา มีความรู้สึก มีการรับรู้ แล้วก็เอาเรื่องพี่มากมาจำ มีสัญญา พอตายไป ไอ้กระบวนการพวกนี้ยังไม่หยุดทำงาน ที่หลวงพ่อบอกว่าจิตมันทำงานด้วยตัวเอง หลังจากทีรูปร่างแตกสลาย เพราะว่ามันสามารถดึงเอาหน่วยความจำมาคิดใหม่ แล้วรู้สึกใหม่ได้เห็นมัยโยม? แล้วก็เอาความจำเรื่องพี่มากมาคิด ก็เกิดอารมณ์ที่เศร้าหมอง “เวทนา” ความจำเรียกว่า “สัญญา” ความคิดเรียกว่า “สังขาร” และเกิด “วิญญาณ” แปลว่ารับรู้ เข้าไปรับรู้อารมณ์นั้น เกิด ๔ ตัวนี้ขึ้นมา..โยม ที่ทำงานด้วยตัวเองได้ เห็นมัย? แต่เราไม่เข้าใจเราก็เรียกสิ่งนั้นว่าผีจริงๆ คือกระบวนการธรรมชาติซึ่งไม่ Permanent ไม่ถาวร ผีแม่นาคถาวรมัย? ยังมีอยู่มัย? หมอผีปลุกได้มัย? (ไม่ได้) ใครปลุกได้? (ผู้กำกับภาพยนตร์เท่านั้น) โยม

เห็นภาพมัย ? เนี่ยคือผีนะ

อ้าว...มาดูผีทะเลต่อ กรณีของคุณโรสกับคุณแจ๊คในเรื่องไททานิค เห็นมัย? ดูสิคุณโรส ตอนที่เขาเล่าเรื่องไททานิคใช้สัญญาชั้นมัยความจำ? ใ้เวหนามัยมีความสุขตอนที่เดินรำ? ใ้ มัยนึกถึงเวทนา? แล้วเอามาคิดเรียกว่าสังขาร คิดถึงไหน? (คิดถึงเรือไททานิคที่ล่มไป) เห็น มัย วิญญาณการรับรู้ ๔ ตัวนะโยม? แล้วเขาก็ตัดภาพเข้าไป เห็นมัย? ตัดภาพตอนที่คุณโรส ตาย แล้วก็เข้าไปแพลนภาพไปที่เรือไททานิค เห็นฟลอร์เดินรำในเรือใ้มัย? เนี่ยคือสัญญาชั้น เวทนาชั้น สังขารชั้นคือความคิด และวิญญาณเรียกว่าผีทะเล แล้วพวกเราจะเป็นผีอะไร? (ผี อากาศ) หายสงสัยมัย? ถ้าพวกเราดูตัวเองทุกวันเราจะหายสงสัย หายสงสัยว่าตายแล้วจะไป เป็นอะไร? เพราะเหตุอะไร? ถ้าเหตุนี้มี ผลนั้นมี เราจำเรื่องอะไรไว้ละ? ถ้าอะไรที่เศร้ามอง? ลบล้างออกไปนะโยม อย่าไปสนใจ อย่าไปคิดถึงมัน อย่าไปเอามาพูด ไม่งั้นเดี๋ยวจะกลายเป็น ผีสับสนนะ แต่ถ้าฉลาดโยมเห็นมัย? ถ้ายังต้องเดินทางในสังสารวัฏ แต่ถ้าฉลาดกว่านั้นก็คือ เห็นว่านี่เป็นแค่กระบวนการชั้น ๕ “วาง” ไม่ยึดถือชั้น ๕ กระบวนการไม่ยึดถือชั้น ๕ เรียกว่าไป “นิพพาน”

นิพพานคือการวางความคิดปรุงแต่งเหล่านี้ บุคคลที่ปรุงแต่งฝ่ายดีชื่อว่า “ปุญญาภิสังขาร” จำเรื่องที่ตีเอามาคิด รู้สึกดีมัย? (ดีโยม) ยิ่งถ้าไม่มีร่างกายด้วยนะ ร่างกายมันต้อง มาเมื่อ มาปวด มามัน มาขา เมื่อร่างกายนี้ไม่มีด้วย เอาความจำที่ดี เอาความคิดที่ดีมา ใ้ ความสุขเวทนาจะเรื่องรองกว่าหลายเท่า เพราะมันไม่ถูกบดบังด้วยทุกเวทนาจากร่างกาย ก็ เลยเกิดสิ่งมีชีวิตแบบหนึ่งขึ้นในจักรวาลเรียกว่า “เทวดา” ซึ่งเอาความจำที่ดีมาคิดเนี่ย โยม คิดสิว่า คนที่ทำความดีในโลกนี้มีปริมาณความดีที่กระทำลงไปเท่ากันมัย? (ไม่เท่า) บางคน เสียสละมาก บางคนเสียสละน้อย บางคนเสียสละเยอะ แล้วก็มีความสุขมากกว่า กับอีก แบบหนึ่งบางคนทุ่มเทอย่างนี้มีความสุขมากกว่า โยมเห็นมัย? มันก็เลยมีสวรรค์หลายแบบ หลายชั้นขึ้นมา ตามอุณหภูมิกำลังเห็นมัย? แต่ไม่ได้มีตัวตนนะ เทวดาไม่ได้มีตัวตน เหตุนี้มี ผลนี้จึงมี แต่ถ้าไม่เอา ก็คือวาง ก็คือไปพระนิพพาน

ส่วนนรกละ? ก็คือเอาความจำเรื่องที่ไม่ดีมาคิดชื่อว่า “อปุญญาภิสังขาร” ที่สร้างขึ้นมา ในฝ่ายไม่ดี ที่เศร้ามองขึ้นมา เห็นภาพหรือยัง? ที่นี้ก็ดูพวกเราสิ เราจะไปเป็นผีแบบไหน? จะ

ไปเป็นผีเสื้อบน หรือจะไปเป็นนางฟ้า เทวดา หรือจะไปพระนิพพาน จะไปเป็นพรหม ถ้าหากว่าเราสนใจแบบนี้ได้แต่ขมๆ ใจไว้ ให้มันสงบนิ่งอย่างนี้ พอตายไปภาวะแบบนี้ก็ตกค้างอยู่ดีแหละ โยม มันเป็นการปรุงแต่งของการกดข่มเอาไว้ ก็เลยเกิดพรหมขึ้นในจักรวาลนี้ ไม่มีมาก่อน สิ่งเหล่านี้ไม่ได้มีมาก่อนทั้งสิ้น รวมถึงเทวดาในแต่ละชั้น หรือว่าแต่ละภูมิภาค แต่ละประเทศ แต่ละศาสนาเลยไม่เหมือนกันเห็นมั๊ย? นางฟ้าเทวดาของไทยเหมือนกับของฝรั่งมั๊ย? เหมือนกันมั๊ยสวรรค์โยม? (ไม่เหมือน) เห็นมั๊ย? เพราะอะไร? ถ้าโยมเข้าใจเรื่องของชั้นที่ ๕ ก็คือการหอบหิ้วเอาสัญญาชั้นที่ไปไปโยม เขาหอบหิ้วเอาความจำแบบหนึ่งไปจริงมั๊ย? มีใครไปจำแทนเขาได้มั๊ย? เราจะจำแทนเขาได้มั๊ย? รู้สึกแทนได้มั๊ย? (ไม่ได้เด็ดขาดโยม) ถ้าโยมไม่มีสิ่งนั้น ไม่ได้ทำสิ่งนั้น ไม่สามารถจะเอามาจำได้

อย่างเช่น ถ้าเราไม่เคยฆ่าคนเนี่ย เราจะเอาความจำเรื่องฆ่าคน แล้วก็มีความเจ็บปวดจากการฆ่าคนมาคิดได้มั๊ย? (เป็นไปไม่ได้โยม..มันจะมีไปได้ยังไง?) แต่ถ้าอีกคนนึงเคยทำอย่างนี้เป็นต้นนะ อาจจะไม่เอาความจำนั้นมา แต่ถ้าเขาฉลาดกว่านั้น เขาก็อาจจะต้องมีกำลังมากกว่า ที่จะไม่ถลำเข้าไปในความคิดในอดีตที่ผิดพลาดไป หรืออาศัยความคิดตัวใหม่ หรือความรู้สึกตัวใหม่ ที่เป็นปัจจุบันเสวยอารมณ์แทนโดยไม่เปลว ไม่เปลวถลำไปคว้าอดีต เรื่องที่เศร้าหมอง เปรียบเทียบเหมือนนองคูสิมัล ที่ฆ่าคนมาเป็นพันๆ คน นึกออกมั๊ย ทำไมเขาไม่ตกรน? (ก็เพราะเขาฉลาด เขาเข้าใจ เขาก็ไม่ถลำไปคิดเรื่องอดีตสิ) ให้มันเศร้าหมองไปทำอะไร? ตอนนั้นไม่รู้ ถูกอาจารย์อีกคนหนึ่งสอนมาว่า ให้ไปฆ่าคน จะได้ช่วยเหลือคนให้พ้นทุกข์ เป็นไปได้มั๊ย? เนี่ยเห็นพวกเนี่ยตาดำๆ ทุกข์ทรมานทำงานกันลำบาก อยากรู้ให้เขาพ้นทุกข์ เลยฆ่าสักพันคน เราจะได้ๆ บุญเยอะๆ ดีมั๊ย? ไม่ดีหรือ? ไม่เมตตาสงสารพวกนี้บ้างเลยหรือ? ทุกข์จะตายเนี่ย (หัวเราะ)

เนี่ยเขาถูกสอนมาผิด เขาก็ทำผิด พอเขาเข้าใจ เขาก็ไม่ทำอย่างนั้นแล้ว เขาก็ไม่กลับไปคิดเรื่องแบบนั้นอีกแล้วเห็นมั๊ย เขามีจิตใจที่เข้มแข็งอยู่กับปัจจุบัน ก็เสวยอารมณ์ของความสุขนี่ ได้เป็นพระอรหันต์ด้วย ถึงฆ่าคนมาตั้งเป็นพันคน

พระพุทธเจ้าถึงตรัสว่าคำสอนของท่านถ้าไม่สามารถช่วยคนให้พ้นทุกข์ในปัจจุบันได้ คำสอนนั้นจะไม่มีประโยชน์ นี่กรณีศึกษาเนาะ จะเห็นแล้วจะเข้าใจ จักรการที่เป็นเทวดาของฝรั่ง

ของไทย ของจีน ของแขก ของเกาหลี ไม่เหมือนกันเพราะเหตุว่าชอบหิวเอาสัญญาขั้นที่ไม่เหมือนกันไปต่างหาก เขาเห็นภาพของอาคารแบบเรอเนซองส์ (Renaissance) อาคารแบบโกธิค (Gothic) อาคารแบบบาร็อก (Baroque) อะไรของเขา ไซ้ใหม่โยม เขาก็เลยชอบหิวเอาสัญญาแบบนั้นไปว่ามันสวย หรือพอใจกับชุดแบบเจ้าสาว ชุดขาวบานสะพรั่งอะไรอย่างนี้ ของเราก็ชอบชุดไทยชอบอะไรแหลมๆ ทองๆ วั็บๆ แว็บๆ อย่างนี้ ชอบสายสะพาย

เคยเห็นเขาประกวดนางสาวไทยกัน เห็นภาพมัย **งั้นสวรรค์ของไทย ของจีน ของฝรั่ง ของแขก เลยไม่เหมือนกันด้วยเหตุนี้ ไม่ได้มีตัวตนนะ มันแค่กระบวนการของขั้น ๕ ที่ยังทำงานสืบทอดต่อโดยการไม่ต้องใช้รูปแล้ว** เหมือนความฝันนะ เวลาโยมฝัน โยมก็ไม่ต้องใช้ตาเห็นรูปแล้ว เอาความจำนี่แหละมาปะติดปะต่อมาสะเปะสะปะด้วยพลังงานกระแสไฟฟ้า แล้วก็เห็นภาพนั้น ได้ยินเสียงนั้นขึ้นมา เหมือนกัน อย่างนี้จะหายสงสัยรวมถึงการปฏิบัติด้วยการปฏิบัติในปลายทาง ก็จะไปวางใจความฝันเนี่ย คือ “สังขารนิมิต” คือจิตไปคิดขึ้นมาเป็นเนื้อเรื่องไม่ใช่ของจริง ถ้าวางสังขารนิมิต ก็จะไปเห็นพระนิพพาน ซึ่งไม่มีนิมิตชื่อว่า “อนิมิตตวิโมกข์” หรือไม่มีการปรุงแต่งชื่อว่า “วิสังขาร” แล้วโยม **ทั้งหมดเป็นสูตรของธรรมชาติ ไม่ได้มีอะไรนอกเหนือจากธรรมชาติ** แล้วก็ไม่ได้มีอะไรที่ถูกโมเมชั่นขึ้นมาว่า **มีผู้สร้างมีผู้ดลบันดาล ไม่มี โยม ไม่มีใครอยู่ในนั้นต่างหาก นี่คือความเป็นจริง** อ้าว..ผ่านไปแล้ว ไปฝันไปฝันทะเล ที่ว่าจะเทศน์เรื่องความรัก พอเห็นภาพใหม่ ระหว่างความรักของแม่นาคกับคุณแจ๊ค คุณโรส หรือพวกเราที่ตกหลุมรัก ถ้าไซ้ไม่เป็นนะ เดียวก็ต้องไปวนเวียนอยู่อย่างนั้นเป็นผีผูกพัน ผีสับสน แต่จริงๆ ไซ้ให้ถูกวิธีนะก็ไซ้ได้ แถมเรื่องความรักหน้อยแล้วกันไหนๆ พุดเกริ่นไปแล้ว มีองค์ประกอบอยู่ ๕ อย่าง เคยตกหลุมรักไหมหนูน้อยข้างหน้า...เคย ตกมาก็รอบ เดียวก่อน.. ปีนขึ้นมารียังตอนนี้ ปีนขึ้นมาแล้วนะ ไม่ใช่อยู่กับหลุมนะ ตกมาก็รอบ.. ๓ รอบ โอ้โฮ หนูคนนี้อาจจะหลาครอบกว่า

**โยม :** ตอนนี้ตกหลุมรักตัวเองค่ะ

**หลวงพ่ :** อ้อ...รักตัวเองอยู่ คนเนี่ย...พวกเราต้องระวังนะ การเดินทางในสังสารวัฏมาถึงช่วงอายุประมาณนี้ การเดินทางในสังสารวัฏบางคนก็ต้องการแรงบันดาลใจ ต้องการแสงสว่างนำทาง ต้องการเพื่อนร่วมเดินทาง บางทีคว่ำไม่เป็น มันกลับไปสร้างหลุมดำหรือหลุม

อันขึ้นมาแทน พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้นะ วิธีเลือกเพื่อนร่วมเดินทางอย่างถูกวิธี เลือกคนที่มีเหตุมีผลเสมอกัน ถ้าเขามีเหตุผล ถ้าเขาเชื่อในผลของกรรม เขาจะไม่กล้าทำชั่ว ไม่ว่าจะอยู่ลับหลังเราเขาก็ไม่กล้าทำ เราไม่ต้องไปห่วงหอรกว่าเขาหายไป ๗ วัน เขาจะไปทำชั่วเพราะเขากลับ เขากลับผลของความชั่วที่ทำลงไป เพราะเขาจะต้องมาจำเรื่องที่ไม่ดี แล้วต้องมารู้สึกที่ไม่ดี น่าสงสาร ไม่ใช่ว่าเขาชั่ว เขาอ่อนแอ แล้วเขาทนต่ออำนาจฝ่ายต่ำไม่ไหว แต่ถ้าเราเลือกคนถูกตั้งแต่ที่แรก ว่าถ้าเขามีความเชื่ออย่างมีเหตุผลแบบนี้ว่ามีศรัทธาเสมอกัน

“ศรัทธา” แปลว่า ความเชื่ออย่างมีเหตุผลกำจัดความงมงาย ถ้าเขาไม่เป็นคนงมงาย เขาเป็นคนมีเหตุผล เขาจะไม่กล้าทำชั่วเพราะเขาจะต้องมีหิริโอตตปปะ กลัว..กลัวผลของความชั่ว ละอาย ถ้าทำไปแล้วจะต้องรับผลเอง ถึงไม่มีใครเห็น จริงไหมโยม ถึงไม่มีใครเห็นทำไม่ดีก็ต้องรู้สึกไม่ดี เมื่อทำความจำไม่ดีเอาไว้ไม่คุ้มค่ากัน ทำไม่ดีไปแค่ ๕ นาที ต้องจำไปทั้งชาติ ใครอยากลงทุนแบบนี้บ้าง ไม่คุ้มกันใช่ไหมโยม หรือถ้าเกิดพลาดไปตอนตายตันไปคิดว่าเอาความจำไม่ดีที่ทำไป ๕ นาทีมาคิด ไปตกรนกรกเป็นหมื่นปีคุ้มค่าไหม การลงทุน ไม่คุ้มเห็นไหม ดังนั้นการลงทุนมีความเสี่ยงควรพิจารณาทุกครั้งก่อนการลงทุนนะ เนี่ยถ้าเราเลือกคนที่ถูกโยมเห็นไหม เนี่ยมันจะเป็นแสงสว่างเป็นเพื่อนร่วมเดินทางอย่างถูกวิธี

**ข้อที่ ๑ เลือกคนที่มีเหตุมีผลมีศรัทธาเสมอกัน** แล้วถามตัวเราก่อนปัจจุบันเราเป็นคนมีเหตุมีผลอย่างถูกวิธีด้วยไหม เรามีความละอายใจด้วยรีเปลาโยม ก่อนอยากจะได้สิ่งแบบนั้น เราละมีคุณสมบัติเพียงพอไหม เราอยากได้ดอกไม้ทองคำมาวางบนชีวิตเรา แต่ตัวเราเป็นภาชนะพานทองคำ หรือเราเป็นแค่จานสังกะสีสำหรับใส่อาหารสุนัข นึกออกไหม เราต้องประมาณตัวเราก่อน ใช่ไหม ถ้าตัวเราทำตัวเรามีคุณค่าเป็นภาชนะที่งดงาม หลวงพ่อกล้ารับประกันนะ ไม่มีใครกล้าเอาอาหารสุนัขมาใส่ในพานทองคำแน่นอน ใช่ไหมโยม บางทีเราฝันใฝ่อยากได้แต่สิ่งที่ดี แต่ตัวเราไม่เตรียมพร้อมที่จะเป็นภาชนะที่จะรองรับสิ่งที่ดี จันการมีศรัทธาเสมอกันเริ่มต้นจากตัวเองมีเหตุมีผลขึ้นมาก่อน แต่ถ้าเราเป็นคนงมงายไขว่คว้าแต่เรื่องที่ไร้สาระ อย่าหวังว่าจะไปเจอสิ่งที่ดีงามไปได้อย่างไรนะ เริ่มต้นให้ถูกวิธีจากตัวตน จากความประพฤติของตัวเอง

**ข้อที่ ๒ เลือกคนที่มีความประพฤติเสมอกัน** เราไม่โกหกเขาก็ไม่โกหก แต่ถ้าเรา

โกหกแล้วเราอยากได้คนไม่โกหกมันก็ไม่ค่อยจะยุติธรรมนะ ถึงเริ่มต้นจากตัวเองนะ การมีศีลเสมอกัน เราไม่เบียดเบียนสัตว์ เราจะเจอคนประเภทเดียวกัน ถ้าเราสามารถคบเข้าต่อสุนัขข้างทาง คนที่หิวโหยได้ เราก็คงได้คนที่เขาดูแลเราอย่างดีเหมือนกัน ถ้าเราเห็นผู้ชายคนหนึ่งที่สามารถคบเข้าให้กับลูกหมาจรจัดให้อาหารกินได้โดยที่เขาไม่รังแกมัน เขามีเมตตาต่อมัน เขาก็คงจะเมตตาต่อเรา เพราะเราก็สวยกว่าลูกสุนัขตั้งเยอะจริงไหม ไซรีเปลาโยม ยังสวยกว่าลูกสุนัขมัย? น่ารักกว่ามัย? ไม่ค่อยมั่นใจหรือ? (เสียงหลงพ้อหัวเราะ) หลวงพ่อกำลังเปรียบเทียบอย่างนี้จริงๆ นะ แล้วโยมมองคน โยมก็มองออกอยู่แล้วถ้าเขามีความเมตตาอย่างนี้ เขาก็ต้องเมตตาต่อตัวเราไซ้ใหม่ มีความประพฤติแบบนี้ เขาก็ต้องมีความประพฤติต่อตัวเรา แต่ถ้ากับพ่อแม่เขา เขายังไม่มีความกตัญญูแล้วกับเราเป็นใครรี หรือกับสรรพสัตว์ตัวเล็กตัวน้อย เขายังรังแกมันได้อย่างสนุกสนาน แล้วเราละ เขาจะมีความสุขจากการที่เห็นเราทุกข์ทรมานรี ถ้าเขาพึงพอใจกับการเห็นความทุกข์ของคนอื่นเป็นเรื่องสนุกนะ ก็เลือกให้ถูกสินะ อย่างเวลาเขามาเล่าว่าเขาไปเบียดเบียนใครมาแล้วเขาสะใจ อย่านไปคบเลยนะ มันก็ต้องมีความสุขที่ได้เบียดเบียนเราเหมือนกันแหละน่า เลือกให้เป็นแล้วกับตัวเอง ก็เหมือนกันให้มันมีคุณค่าสมส่วนกัน ข้อที่ ๒

**ข้อที่ ๓ การเสียสละ เรียกว่ามีจาคะเสมอกัน ไซ้ใหม่?** ถ้าเขาเสียสละวัตถุสิ่งของภายนอกเพื่อประโยชน์ของส่วนรวมได้ เขาก็คงสละอารมณ์เล็กๆ น้อยๆ จากความหงุดหงิดรำคาญหรือจากการที่เรากระเจ้ากระงอด เขาก็คงให้อภัยเสียสละได้เหมือนกัน ถ้าข้างนอกเขายังไม่เคยเสียสละให้ใคร อย่าหวังเลยอารมณ์นามธรรมที่เขาคิดว่าเป็นเขา เขาจะสละได้ คงเป็นไปได้หรือ? ก็คงจะต้องมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งระหองระแหงกันทุกวัน มันสละอารมณ์ออกไม่เป็น เอาเรื่องไปชะทุกอย่าง อะไรอย่างนี้ อะไรกระทบปั๊บต้องเอาเรื่อง อะไรกระทบปั๊บต้องเอาเรื่อง เพราะไม่เคยสละเห็นไหม เลือกให้เป็น เลือกคนที่มีจาคะสละเสมอกัน ตัวเราก็ต้องฝึกนะ ฝึกการเสียสละ มาสละอารมณ์ฝ่ายต่ำให้ได้ แต่ถ้าวัตถุภายนอกแบบนี้สละไม่ได้ โยมอย่าหวังนะว่าจะมาสละอารมณ์ภายในได้ไซ้มัย แม้แต่ความอาฆาตพยาบาทก็คงสละไม่ได้เช่นเดียวกัน

**ข้อที่ ๔ มีปัญญาเสมอกัน คุยกันรู้เรื่อง** ในเรื่องของความเป็นจริงเหมือนกับหลวงพ่อกุญๆ อย่างนี้ เออฟังแล้วเข้าใจแล้ว ก็คุยกันกับคนในบ้านอย่างนี้จะมีสุขนะ คุยกันเรื่องความไม่คงที่ในกฎของธรรมชาติ ความเป็นทุกข์ จะมองกันด้วยความเห็นอกเห็นใจ และ

ความเคารพในความเข้มแข็ง ความเมตตาต่อทุกข์ที่ทุกคนกำลังประสบอยู่ในบ้าน..โยม มันจะหันหน้าเข้าหากันอย่างมีความสุขนะ จะเห็นอกเห็นใจดูแลเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกันปัญญามันเสมอกัน มันไม่ใช่ว่าฉันจะต้องเอาชนะเธอให้ได้ มันเบียดเบียนกันอย่างไร้เดียงสา ไม่มีความเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ในความเห็นอกเห็นใจ แล้วไปเอาชนะระรานกันในเรื่องที่ไม่มีประโยชน์อะไรขึ้นมาเลยเห็นไหม ๔ ข้อ ในการเลือก ส่วนกรณีของคนที่จะไปตกหลุมเนี่ย อันที่ ๑ มันมีความเสียสละด้วยนะโยม มันเป็นแรงบันดาลใจที่ใหญ่หลวง ซึ่งชีวิตคนเราแต่ละคนบางที่ไม่เคย เกิดมาไม่เคยเจอใครมาเสียสละอะไรให้แก่เราอย่างมากมาย เวลาที่ใครสักคนหนึ่งมาเสียสละให้แก่เรา ยอมลำบากตรากตรำในหน้าที่การงานทั้งหลายแหล่ ลุยน้ำข้ามทะเลขับเครื่องบินมาหาตามหน้าที่บังเอิญมาเจอกันพอดีที่สนามบิน ถ้าคนใดคนหนึ่งนะโยมมาเสียสละให้มากๆ เนี่ย จิตใจดวงนั้นนะ ที่มันรักความดีเนี่ย มันจะเริ่มรักความดีของการเสียสละอันนั้น และการเสียสละอันนั้นนำความสุขมาให้ จิตใจก็เริ่มรักความสุขจากการที่เขาเสียสละนำความสุขมาให้ เห็นเขาหาของอย่างยากลำบากมาให้ ทุ่มเทอย่างยากลำบากเพื่อทำให้เรามีความสุข มันรักความสุข แล้วก็รักความดี

อันที่ ๑ มีการเสียสละ มันทำให้เกิดความศรัทธา ความเชื่ออย่างมีเหตุผลว่าคนๆ นี้ดูแลเรา ไม่ทำให้เราเจ็บปวดเดือดร้อน นำความสุขมาให้ ให้ความหวังโยให้ความปลอดภัย ฉะนั้นเราคล้อยแขนเราคล้อยแขนเอาความปลอดภัยไป เราไม่ได้คล้อยแขนเอาอันตรายไป ไม่ว่าคนๆ นั้นจะหน้าตาอย่างไรเราก็มีความภูมิใจ เพราะอะไรเหมือนอย่างที่บอก เราชักตัวเอง เขาก็รักตัวเรา ไปด้วยกันดีไหมอย่างนี้ มันรักสิ่งเดียวกัน เราชักตัวเรา เขาก็รักตัวเรา เราหวังโยตัวเรา เขาก็หวังโยตัวเรา โอ้..มันน่าจะแสนวิเศษนะ เห็นไหมโยม..เนี่ยมันเลยตามมาด้วยศรัทธา คือความเชื่ออย่างมีเหตุผลว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งที่ปลอดภัยเรียกว่าศรัทธา

ศรัทธามันเลยเป็นหิ้งขึ้นมาในหัวใจ หิ้งแห่งศรัทธาเวลามองเข้าไปในการกระทำที่ดีของเขาเกิดความสุขอันเรื่อรอง เกิดความเชื่อมั่นและความปลอดภัย ไม่ใช่เขาหายไป ๗ วัน เนี่ย ไปทำชั่วที่ไหน ถ้ามันมีศรัทธานะโยม มันไม่หวาดระแวงหรอก มันเชื่อมั่นอยู่เสมอในความดีและมองไปมองมาก็เจอแต่ความสุขจากความดี เห็นไหมมีศรัทธา มีปิติ แล้วเวลาที่ใครทำความดีให้เรามากๆ รู้ว่าเขาต้องอดนอนดี ๑ ดี ๒ เพื่อจะทำบางสิ่งบางอย่างช่วยเหลือหน้าที่การงานของเรา ภาระเล็กๆ น้อยๆ เพื่อให้ลุล่วงไป แล้วดี ๕ เขาก็ต้องรีบไปทำงานที่อื่นต่อ ถ้าเรารู้เข้าเรา



จะรู้สึกโอ้โฮ เขาเสียสละเพื่อเราตั้งเยอะ เราจะรู้สึก ว่า เรานี้มีความสำนึกผิดว่าทำให้เขาต้องลำบากตรากตรำเพราะเรา

เป็นอีกตัวนะโยมที่ประหลาดเข้ามา คือความสำนึกผิด รู้สึกว่าเรายังไม่ได้ทำดีๆ ให้เขามากเพียงพอเลย แล้วการที่เขารักเราเขาต้องลำบากตรากตรำมากมาย รู้สึกสำนึกผิดเนี่ยแต่เราก็กังโหยหาสิ่งที่เขาจะทำให้ใหม่ะโยม มันเลยขัดแย้งแบบนี้ะ รู้สึกสำนึกผิดแต่ก็ก็ยังอยากได้อีก มีอีกไหมอย่างนี้ อย่างเธออย่างนี้มีอีกไหม รู้สึกไม่ค่อยดีเลยแต่ว่าชอบ ชอบที่จะให้ใครทำดีๆ ให้ เห็นไหม มีเสียสละ มีปิติ มีศรัทธา มีความสำนึกผิด แล้วก็มีความโหยหา เมื่อได้รับความดูแลเอาใจใส่จิตก็จะหวนคิดถึงแบบนั้นบ่อยๆ อยู่ในที่ทำงานมีคนอื่นเบียดเบียนเชือดเฉือนคิดถึงคนรักมีแต่ความห่วงใย มีแต่คำปลอบโยน มีแต่สิ่งที่ดีมาให้ คิดสิโยม มันก็เริ่มหวนคิดถึงสิ่งเหล่านี้สิ จิตมันก็เริ่มไปไหนไม่รอด มันก็เรียกว่าตกหลุมแล้วที่นี้เห็นไหม อยู่ที่ทำงานก็คิดถึงอย่างนี้แล้วเคยทำงานหนักตรากตรำเหงื่อไหลไคลย้อยลำบาก เขาส่งทิชชูให้แผ่นหนึ่งเป็นยังงี้ มันจะเป็นทิชชูศักดิ์สิทธิ์ใช้ใหม่โยม เพราะมันนำเอาความห่วงใยใจนี้มา ถ้าเขาไม่ส่งทิชชูนั้นให้ ไปซื้อที่ศูนย์การค้ามาหนึ่งกुरुสมันจะศักดิ์สิทธิ์ไหม ไม่ เพราะมันไม่มีความห่วงใยอยู่ในนั้นโยมไม่เห็นหรือ ถ้าเขาส่งดอกไม้มาให้ดอกหนึ่ง มันจะเป็นดอกไม้ที่งดงามใช้ใหม่ ซึ่งในตลาดไปซื้อมาก็กुरुสมันก็ไม่งามเท่าไอ้ดอกนั้น เพราะมันเต็มไปด้วยความปรารถนาดีใช้ใหม่โยม

ความห่วงใยหรือมิตรไมตรีหรือความคิดถึงมันก็จะกลายเป็นดอกไม้ศักดิ์สิทธิ์ ผลไม้ละ หือ..ใช้ใหม่โยม แอปเปิ้ลสักลูกหนึ่งหรือส้มที่ถูกดูแลอย่างดี หรือองุ่นสักเม็ดหนึ่งเห็นไหม มันจะกลายเป็นผลไม้ที่หวานหอมพิเศษขึ้นมา เนี่ยการอัป (up) การไฮ (high) มันถูกยกระดับขึ้นจากอารมณ์แบบนี้โยม ซึ่งมันใส่เอาความห่วงใยความรักและความปรารถนาดีได้ ซึ่งไม่สามารถซื้อได้ตามซูเปอร์มาร์เก็ต (super market) ทิชชูที่กुरुสมันมีตั้งค์ซื้อ ดอกไม้ซักรูปปากคลองตลาดเท่าไรก็มีตั้งค์ซื้อ ผลไม้มากมายก็มีตั้งค์ซื้อ แต่ถ้าไม่มีสิ่งนั้นโยม มันจะแห้งเป็นเศษกระดาษเลยนี่ก็ออกใหม่ กุหลาบมหาศาลก็เหมือนกับเศษกระดาษที่แห้งตายซาก ทิชชูเป็นกुरुส มันก็คงไม่ได้ให้ความห่วงใยอะไรขึ้นมาในชีวิตเรา ถึงจะมีทิชชูไว้มากมายจริงใหม่โยม เนี่ยมันคือการตกหลุมรักแล้วก็ถูกเทิดค่าสิ่งนั้นอัป ขึ้นมาไฮ ขึ้นมา ไม่ว่าโยมจะไปนั่งที่ไหน ใต้ต้นไม้ก็จะเป็นใต้ต้นไม้ที่เป็นวิมาน ดอกหญ้าก็จะงดงามดาราตาช ดวงดาวก็จะกลายเป็นอะไรละ เพดานที่ประดับด้วยอัญมณีหลากหลาย ถ้าสูญเสียสิ่งนี้ไปเมื่อไหร่เห็นไหม จิตใจมันจะแห้งซีดเซียว

เพราะมันเคยเสวยอารมณ์ที่ถูกอัฟ ถูกไฮ ขึ้นมาจากการให้คุณค่า หรือจากความดูแลเอาใจใส่ จากความเมตตาหรือความดี มันไม่มีสิ่งนั้นอีกแล้วมันก็แห้งสีโยม บางคนเลยอยู่ไม่ได้ อยู่ไม่ได้ก็หนีหาวิธีอื่นที่จะอัฟ (up) ขึ้นมา ก็ไปอะไร ยาเสพติด ไปกินเหล้าบ้าง หรือไปตอบสนองตัณหา แต่ยังไงมันก็ไม่มีอารมณ์ที่มันเปี่ยมท่วมท้น เท่ากับอารมณ์ของความรักจากความจริงใจจากความห่วงใยอย่างแท้จริง

เนี่ยการตกหลุมรัก พวกนี้จะต้องไปค้างเติ่งอยู่บนสวรรค์ชั้นนึ่งเนอะ เป็นเทวดาชั้นนึ่ง ชั้นปรนิมมิตวสวัตตี เป็นที่อยู่ของพวกที่พอใจกับความสุขที่ได้รับ จากเคยอยู่เคยทำความดีในโลก อยู่กับคนที่ดี ๆ ในโลก จะไม่ออกไปนิพพาน พวกนี้มีชื่อชั้นนี้ว่า “เทวบุตรมาร” เป็นมารอีกชนิดหนึ่ง เหมือนบางทีเราพอใจกับความสุข รู้สึกไหมเรายังไม่ออกไปนิพพาน เรายังห่วงใยความสุขกับคนรัก อยากจะอยู่ใกล้ชิดยังไม่อยากจะวางสิ่งเหล่านี้มันเสียดาย เสียดายสวนดอกไม้ที่อุตสาหะปลูกไว้ดาราตาชบานสะพรั่ง แล้วเดินหันหลังให้สวนดอกไม้นี้โดยไม่เหลียวกลับมามองเลยมันทำใจไม่ได้หรือโยม เขาจึงมีชื่อว่าเทวบุตรมาร ตอนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ เทวบุตรมารนี้จะมาปรากฏตัวว่า ไม่เสียดายหรือจะไปนิพพานเนี่ย ไม่เสียดายความสุขที่สร้างสมมามากมายเหล่านี้หรือ บริวาร คนรัก คนเอาใจใส่คนดูแล กามคุณ ทรัพย์สมบัติ หรือความสุขทางกามคุณ ๕ อันท่วมท้น Fall in love เป็นแบบนี้จะต้องระวังนะ ใช้ให้เป็นนะ อย่าใช้ให้เป็นแบบยาเสพติด ใช้เป็นแรงบันดาลใจในฝ่ายดี

เดี๋ยวรออ่านหนังสือนะ เรื่อง “อยู่กับมาร” มารคือ “เทวบุตรมาร” มารคือ “อภิสังขารมาร” ที่หลงคิดปรุงแต่ง มาบังความเป็นจริง ความเป็นจริงคือความปกติ เป็นกลาง ออกไปนอกเรื่องแต่ก็ไม่นอกเห็นไหม ออกไปนอกแล้วก็เข้ามาข้างใน เรื่องไม่พ้นเรื่องชั้น ๕ เห็นไหมโยม ไม่พ้นเรื่องชั้น ๕ หรือ ถ้าเข้าใจเรื่องชั้น ๕ จะใช้มันอย่างถูกวิธี ถึงเรื่องความรักนี้ก็อยู่วนเวียนเรื่องชั้น ๕ ไม่ได้หนีไปจากไหน แล้วความรักเนี่ยมันประหลาดที่ว่า มันไม่เหมือนกับหลุมดำนะ หลุมรักเนี่ยไม่เหมือนหลุมดำ หลุมดำมันดูดเอาได้แค่มวลสารในจักรวาลไป แต่หลุมรักมันดูดเอาชั้น ๕ ทั้งหมด โยมว่าจริงไหม หนูน้อย ๓ ครั้ง ตกหลุมรักมา ๓ ครั้ง มันดูดเอาชั้น ๕ ไปหมดไหมตอนนั้น ดูให้ดีนะ

อันที่ ๑ มันดูดเอาสังขารชั้น “ความคิดถึง” ใช้ไหมโยม อันที่ ๒ มันดูดเอาสัญญาชั้น

“ความทรงจำ” จำแต่เรื่องเขาอะ ใช้ไหม จำเสียง จำหน้า จำกิริยาท่าทาง จำช่อดอกไม้ในวันวาเลนไทน์ (Valentine’s day) ซึ่งตอนนี้ไม่มีแล้วเนอะ ดูอะไรอีก “เวทนาความรู้สึกต่างๆ” วิญญาณ “การรับรู้คอยสอดส่อง” คอยสายตามองเห็นไหม ที่เหลือรูปขันธ์ดูเอาไปไหม..หืม มีใครเคยสูญเสียรูปขันธ์ให้ความรักบ้างไหม รู้สึกไหมว่ามันเป็นช่อดอกไม้ชิ้นสุดท้าย ที่วางอยู่หน้าเทวาลัยแห่งศรัทธา เอาไว้วางไว้หน้าวิหารแห่งศรัทธาก็คือ เราศรัทธาในความดีอันนั้น ร่างกายมันเป็นแค่ของขวัญเหมือนดอกไม้ชิ้นหนึ่ง ที่เอาไปวางไว้หน้าวิหารแห่งศรัทธา โดยไม่เคยตายใช้ไหมโยม มีใครเสียตายไหมเวลามีความรัก ไม่เคยเสียตายร่างกาย ไม่เคยเสียตายสิ่งต่างๆ ที่เป็นรูปขันธ์ที่หามาทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็ขนมหวาน ดอกไม้ พวงมาลัย หรือเสื้อผ้า หรืออะไรทั้งหลายแหล่ ที่เอ้ออาหารเป็นของขวัญซึ่งกันและกัน ดีไหม

รู้สึกว่เทศน์เรื่องสติไม่ค่อยมีคนฟังนะ มีแต่ขาดสติเวลาฟัง เทศน์เรื่องความรักนี่มีสติกันมากเลย สาวๆ กลุ่มเนี่ย หลวงพ่อเทศน์เรื่องสตินะนี่... พอเทศน์เรื่องความรักตื่นตัวมีสติในการฟัง ใช้ให้เป็นนะ ใช้ให้เป็นจะมีประโยชน์ ใช้อย่างเข้าใจด้วย แต่จะเข้าใจที่หลวงพ่อเล่าเนี่ยเพราะอะไรรู้ไหม มันเป็นการเข้าไปสังเกต โยม เวลาคนที่ตกหลุมรักใหม่ๆ จะสับสน มันสังเกตสภาวะธรรมไม่ออกว่ามีตัวอะไรบ้าง ทำไมช่วงนี้เราสับสนจัง เราหวนคิดแต่เรื่องแบบนี้ เราหวนคิดแต่เรื่องแบบนี้ ถ้าโยมมองออกจะเห็นว่ามันเกิดอะไรขึ้น ถึงไปคิดถึงเรื่องแบบนี้ ก็เวลาอารมณ์มันถูกอัพ (Up) ถูกไฮ (High) ขึ้นมานี้มันเกิดอะไรขึ้น ทำไมอารมณ์มันรู้สึกอารมณ์มันเรื่องรองมันวูบๆ วาบๆ หรืออะไรมันควิจิตรตระการตาสวยงามไปหมดใช้ไหม? หรือทำไมจิตมันหวนไปคิดถึงนะ อ้อมันไปคิดถึงการเสียสละ คิดถึงความดี คิดถึงความสุขที่ได้รับจากผัสสะเท่านั้นเอง โยมทำงานวิจัยแบบนี้เนอะแล้วจะใช้มันเป็นประโยชน์ ใช้แบบไม่ตกหลุม จนไปพบกับหลุมลึก ไปถึงหลุมนรก พุดง่าย ๆ แบบไปผูกพันหวังใยว่าถ้าไม่มีสิ่งนี้ตายแน่ เนี่ยมันเลยมีความทุกข์อีกตัวหนึ่งที่เกิดขึ้นอย่างประหลาด ความทุกข์อันนี้ชื่อว่า “ความทุกข์ที่เกิดจากความสุข” นี้ก็ออกไหม

ซึ่งจริงๆ สมัยก่อนก่อนที่เราจะตกหลุมรักเนี่ย เราอยู่คนเดียวได้ เราก็เดินช้อปปิ้ง (shopping) คนเดียว กินข้าวคนเดียว อยู่คนเดียวก็มีความสุขดี พอเราไปมีความรักเมื่อไหร่ แล้วสิ่งนั้นหายไป จะกลับกลายเป็นความทุกข์ที่อยู่คนเดียว...อ้าว เนี่ยเขาเรียกว่าความทุกข์ที่เกิดจากการสูญเสียสิ่งที่เป็นความสุขไป เราไปให้ค่าแล้วจิตใจก็ไปแปะไว้ข้างนอก เขาถึง

เรียกว่าใจลอยใจแตกใจโยม มันไปแปะอยู่ข้างนอกแล้วมันพร้อมตกแตกกระจายอยู่เสมอ มันไม่มารวมอยู่ข้างใน เมื่อก่อนเราอยู่คนเดียว เรารักตัวเองอย่างนี้ ดูแลตัวเองมันอยู่กับตัวเองเห็นไหมโยม จะหาอาหาร จะเดินดูสวนดอกไม้ จะทำอะไรมันดูแลตัวเองอยู่ พอเราไปฝากความสุขไว้กับข้างนอก พอสิ่งข้างนอกมันพลัดพรากเมื่อไหร่ มันก็เกิดการล้มพังครืนลงไปสิ จันความรักไม่ได้ทำอย่างนั้นนะ ไม่ได้ไปยื่นพิงกับอีกฝ่ายหนึ่งพิง อีกฝ่ายก็ต้องล้มพังทลายไปด้วย อันนั้นเป็นความล้มละลายทางความรักไม่ใช่ความรักจริง

**พิธีกร :** มีคำถามฝากมาตรงนี้สองสามคำถามจะมีคล้ายๆ กันนะครับ ถ้ามาร่วมของจิตและวิญญาณนะครับหลวงพ่อกว่ามีความเหมือนหรือต่างกันยังไงครับ

**หลวงพ่อก :** อะไรนะ?

**พิธีกร :** จิตกับวิญญาณครับ

**หลวงพ่อก :** จริงๆ วิญญาณมันถูกเปลี่ยนชื่อไปจริงๆ จิตมันเป็นธรรมชาติรับรู้ พอมาเป็นวิญญาณมันถูกเปลี่ยนชื่อไปตามเซลล์ประสาทต่างๆ อย่างเช่นเปลี่ยนชื่อเป็นการรับเสียงเรียกว่าโสตวิญญาณ แต่ไอ้ธรรมชาติ Original ของจิตเนี่ย ที่เป็นธรรมชาติกลางๆ เหมือนกระแสไฟฟ้าที่เป็นกลางๆ ที่มาจากเขื่อนมาจากอะไรก็แล้วแต่ แล้วก็มาเดินสายอยู่ อย่างนี้มันเป็นธรรมชาติเป็นกลางๆ ไปเสียบปลั๊กเป็นเครื่องเสียงเนี่ยนะ แล้วก็กลายเป็นการรับเสียงอย่างนี้ เอาไปเสียบปลั๊กทีวี ก็กลายเป็นภาพอย่างนี้จริงๆ พลังงานของจิตเป็นพลังงานกลางๆ ที่เป็นแค่ธรรมชาติของการรับรู้ เมื่อไปเปลี่ยนช่องของเครื่องมือ ก็จะเปลี่ยนชื่อไปตามนั้น ก็จะมีชื่อว่า จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ ฆานวิญญาณ อะไรต่างๆ เป็นไปตามเครื่องมือหรือสถานการณ์อันนั้น มันต่างกันแค่ตรงนี้เอง แต่มันเป็นตัวเดียวกัน เปลี่ยนชื่อไปตามการรับรู้เท่านั้นเอง ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้จะไม่สงสัย จันไอ้การที่เราปฏิบัติดูจิตเนี่ย มันถึงคอยสังเกตที่ตัวจิต เพราะว่าไม่ได้ไปสนใจที่หู มันรับเสียงเสร็จปั๊บมันต้องส่งอารมณ์มาที่จิตในการรับรู้อีกทีหนึ่ง มันเห็นภาพมันก็ต้องส่งอารมณ์มาที่จิตในการรับรู้อยู่ดี นึกออกไหม แต่ถ้าเราขาดสติ ถ้าไปตามภาพถ้าไปตามเสียงเมื่อไหร่ ก็จะหลงผิดคิดว่ามันเป็นตัวตน นึกออกไหม แต่พอมันส่งมาที่นี้ปั๊บ พอมันปรุงแบบใดแบบหนึ่ง ก็รู้ว่าอันนี้จิตเริ่มคิดปรุงแต่ง แล้วเริ่มเปลี่ยนไปอีก

ตัวแล้ว เปลี่ยนไปทำงานอีกหน้าที่หนึ่ง พวกนี้เขาเรียกอาการของจิต มีภาษา หรือภาษาเรียกว่า “เจตสิก” คือสิ่งที่ทำงานร่วมกับจิต พัฒนาจากไอ้จิตมาเป็นเจตสิกอย่างนี้ เป็นการทำงานหรือเป็นอาการ เราเลยไม่ค่อยเห็นตัวจิตเดิมแท้ นึกออกไหม ที่ไม่มีสภาวะปนเปื้อนเราเห็นแต่ตอนที่มันทำงานเป็นการรับรู้แล้วหรือเป็นความคิดอย่างนี้

พอคิดเรียกว่า “สังขาร” อย่างนี้ พอสังขารมันคิดก็มี “เวทนา” เข้าไปรับรู้รองรับอารมณ์ แต่ทั้งหมดเนี่ยเราจะเห็นจิตสังขารที่คิดเนี่ย แสดงความเกิดดับให้ดูก่อนอย่างเช่น คิดไม่ดีอารมณ์ไม่ดีก็ดับไป คิดดีอารมณ์ดีก็ดับไป หรือคิดในแง่พอใจเกิดระคะก็ดับไป คิดในแง่ไม่พอใจเกิดโทสะก็ดับไป มันเอาตัวนี้มาเป็นงานวิจัยก่อนว่าจิตเนี่ยมันทำงานเกิดดับ เกิดดับ เกิดดับ จนปัญญามันสรุปว่าไอ้นี้ไม่มีตัวตนนี่ เป็นของเกิดดับ พอมันไม่สนใจไอ้จิตสังขารหรือสังขารนิมิตตัวนี้ มันก็จะเข้าไปเห็นจิตเดิมแท้ ที่เป็นตัวหน้าที่รับรู้เนี่ย ซึ่งไม่ได้มีชื่อ นึกออกไหม ไม่มีเปลือกแต่่ามีการเกิดดับเหมือนกัน แต่ว่าไม่มีชื่อ อย่างนี้เค้าเรียกจิตเดิมแท้ที่เกิดดับว่าไม่ได้มีตัวตน หรือไม่มีเราอยู่ในนั้น มันเป็นกระบวนการเหมือนกันนะ ซึ่งจะต้องมีกำลังของปัญญาที่เรียกว่า “วิปัสสนา” เนี่ยละ

**พิธีกร :** ครับ ขอบพระคุณครับหลวงพ่อ มีคำถามหนึ่งเรื่องของสติปัญญา ๔ ถามว่าถ้าเลือกปฏิบัติเพียงข้อใดข้อหนึ่ง จะสามารถที่จะหลุดพ้นได้ไหมครับ หรือว่าจะต้องปฏิบัติทั้ง ๔ ข้อ

**หลวงพ่อ :** คือมันเหมือนกับว่า ชีวิตเนี่ยมันมีขั้น ๕ อยู่เนี่ยโยม คือมันมีการรับรู้ทางตา มีความรู้สึก เรียกว่าเวทนา มีการจำมีการคิดเนี่ย เราจะเลือกสนใจแต่ตัวใดตัวหนึ่งเนี่ย มันเหมือนเราปฏิบัติต่อเครื่องมือที่มีอยู่เนี่ย ยากจนขั้นแค่นไปหน่อย จริงๆ แล้วมันทำงานตลอดเวลาทุกๆ ตัว ทำไมเราจะไม่สนใจอย่างเช่นเราจะดูเวทนามากี่แล้วแต่ อย่างเช่นจะดูเฉพาะตอนเมื่อยตอนปวดอย่างนี้ ทำไมเราไม่ยอมดูตัวอื่นไปด้วย เหมือนกับว่าเราขี้เกียจเรียนนะ เราจะทำเฉพาะคนที่ปรากฏเท่านั้นถึงจะสนใจเท่านั้น แล้วก็ทอดทิ้งตัวอื่นทั้งที่ทุกตัวเนี่ย มันแสดงลักษณะเหมือนกันหมด คือลักษณะของความเกิดดับและไม่ใช่ตัวตน นึกออกไหม งั้นคนที่เปิดทัศนะกว้างหน่อยหลวงพ่อเปรียบเทียบเหมือนจอมยุทธ์ที่มีกระบี่ในใจอะ คือมันไม่ต้องรอกว่าเดี๋ยวมีปัญหาปั๊บ เดี่ยวเราก็อยกกลับไปเอาหอกที่บ้านมาสู้ นึกออกไหมโยม เดี่ยวไปตั้งตัวที่บ้าน

ไปสวดมนต์หน้าห้องพระก่อนเพื่อจะสู้กิเลส มันยึดเยื่อชักเข้าไป ทำไมเราไม่สามารถใช้อุปกรณ์ทุกอย่างเนี่ยในการเจริญสติ แล้วก็สามารถใช้กับทุกขณะกับชีวิตประจำวัน โดยจะต้องไปรอแค่ตัวเดียวเท่านั้นเองหรือ อย่างนี้เป็นต้นนะ จังการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เนี่ย ถ้าฉลาดทุกตัวมันทำงานอยู่แล้ว และทุกตัวมันก็เอื้อซึ่งกันและกันอยู่แล้ว คือมันอาศัยกันและกันเกิดขึ้น อย่างเวทนาเนี่ย โยมถ้ามันไม่มีผัสสะทางกายมันจะมีเวทนาไปได้อย่างไร นึกออกไหม จังการดูกาย มันก็จะเห็นเวทนาไปด้วยอยู่ดีเนอะ

อย่างเช่นเท้ากระทบพื้นก็ตี ผิวกายถูกอากาศก็ตี เราจะรู้สึกอยู่ดีถึงเวทนาว่าสุขหรือทุกข์ หรือว่าเฉยๆ นึกออกไหม เมื่อมีเวทนาปรากฏขึ้นทางใดทางหนึ่ง หรือผัสสะเกิดขึ้นทางใดทางหนึ่ง มันก็ต้องความเกิดปรุงแต่งอยู่ดี โยม ความคิดนะคือคิดชอบหรือคิดไม่ชอบ หรือคิดถึงรูปที่เคยผัสสะมาอย่างนี้ มันจะทำงานกันเป็นกระบวนการอยู่ดี แต่เราจะไปรอตัวหนึ่งแบบไร้เดียงสา หลวงพ่อว่ามันแห้งแล้งไปนิดนึง อย่างเช่น จิตคิดอย่างนี้ จิตคิดปั๊บก็ต้องมีอารมณ์เกิดขึ้นผสมอยู่แล้ว อย่างเช่นคิดไม่ดีอารมณ์ก็ต้องไม่ดีเห็นไหม ก็เห็นเวทนาไปด้วยอยู่ดี จังไอ้สิ่งที่คิดนั้นก็เข้าไปเนื่องอยู่กับ อย่างเช่น คิดถึงรูปอยากได้รูปอย่างนี้เห็นไหม มันก็เหมือนกับมีรูปเข้าไปผสมอยู่ดี แล้วมันก็อาศัยรูปเกิดขึ้นถึงได้มีจิตตัวนี้ จิตตัวนี้ก็ไม่มีความเหมือนกันอย่างนี้ มันก็อิงอาศัยกันอยู่ดีละ โยม เพราะว่าไม่มีตัวใดตัวหนึ่งทำงานแบบโดดๆ คือเวทนามันก็ไม่ได้มีตัวตน

ตามดูกายในกาย ตามดูเวทนาในเวทนา แปลว่าในเวทนามัน ก็อาศัยสิ่งอื่นเกิดขึ้นคือผัสสะ ตามดูจิตในจิตเห็นไหม อาการของจิตที่คิดเป็นโทสะเป็นราคะหรือเป็นโมหะ ก็ต้องอาศัยสิ่งอื่นเกิดขึ้นคือความจำใจใหม่ ความจำในรูป ในรส ในกลิ่น ในเสียง หรือความจำเรื่องที่ผ่านมาถึงจะนำมาคิดได้ เมื่อคิดแล้วก็ต้องเกิดเป็นเวทนาอีกตัวหนึ่งขึ้นมา เช่นคิดไม่ดีก็เกิดทุกข์เวทนา อารมณ์ไม่ดี คิดดีก็จะเกิดสุขเวทนาฟูๆ ฟ่องๆ ขึ้นมาอย่างนี้เป็นต้นเนอะ หรือในธรรมมานุสสนนาสติปัฏฐาน อย่างนี้มันจะเป็นศูนย์รวมของสติปัฏฐาน ๔ ทุกตัว คืออันที่ ๑ เป็นการเห็นการทำงานของขันธ ๕ เห็นไหมนี่ครอบคลุมหมดแล้ว หลวงพ่อถึงบรรยายรวมๆ เรื่องขันธ ๕ เพราะขันธ ๕ เนี่ย โยมสามารถนำไปแจจแจงเป็นกาย เวทนา จิต ธรรม ได้ แต่ขันธ ๕ เนี่ยเป็นศูนย์รวมเป็นศูนย์รวมที่พระพุทธเจ้าบอกว่ากิจต่อทุกขีให้รู้ และว่าโดยย่ออุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกขี กิจต่อทุกขีให้รู้คือรู้จักสภาวะของขันธ ๕ นั่นแหละคือสติปัฏฐาน ๔ โยม รู้จักสภาวะของขันธ ๕

นั่นแหละคือวิปัสสนา

หลวงพ่อก็เลยว่าเป็นเรื่องของขั้นที่ ๕ เพราะมันครอบคลุมถึงเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐานอย่างนี้ รูปขั้นปรากฏก็รู้อย่างนี้ รูปขั้นปรากฏก็รู้อย่างนี้ เวทนาปรากฏก็รู้อย่างนี้ เวทนา สัญญาปรากฏก็รู้อย่างนี้ สัญญา แต่คนส่วนใหญ่ความจำเกิดขึ้นก็ ไม่รู้อย่างนี้ ความจำ อย่างเช่นจำผิดว่าเราว่าเรา ก็ไม่รู้อย่างนี้เป็นเพียงแค่ความจำ ไม่ได้มีเขาจริงอยู่ในความจำอันนี้ หรือมีเราอยู่จริงในความคิดอันนี้ เป็นแค่สังขารขั้นนี้ อันนี้เขาเรียกว่ารู้จักสภาวะ รู้จักลักษณะก็คือว่ามันไม่ได้มีตัวตนมาก่อน มันอาศัยสิ่งอื่นเกิดขึ้นเป็นการเห็นลักษณะ แล้วมันก็ไม่คงที่มันเกิดดับเห็นใหม่ อันนี้เขาเรียกว่าเป็นการตามรู้ในสติปัฏฐาน ๔ นะ

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ดูภายในกาย เกิดขึ้นเพราะอะไรก็รู้หรือ เวทนาในเวทนาเกิดขึ้น เพราะอะไรก็รู้ ดับไปเพราะเหตุอะไรก็รู้ จิตในจิตเกิดจากอะไรก็รู้ ดับเพราะเหตุอะไรก็รู้ แล้วสิ่งเหล่านี้มีอยู่เพื่อรู้ไว้เท่านั้น คือเพื่อเอาไว้เป็นเครื่องเจริญปัญญา ตัวรู้ให้สักแต่ว่ารู้ด้วยใจเป็นกลาง ถ้าเห็นแบบนี้มันก็จะละไอ้ความปรุงแต่งโทมนัส เรียกว่าละอภิขมาและโทมนัสในโลกออกเสียได้ คือในรูปนาม หรือไม่เป็นที่อาศัยของตัณหาก็คือละตัวสมุทัย ไม่เป็นที่อาศัยของทิวฏฐิ ก็ละสักกายทิวฏฐิไปด้วยโยม ทั้งไม่ยึดถืออะไรในโลกก็ละอุปาทานขั้นที่ ๕ อีกเห็นไหม สติปัฏฐาน ๔ นี้เลยเป็นทางที่จะไปสู่พระนิพพาน เพราะเป็นการละวางอุปาทานขั้นที่ ๕ หรือตัณหา คือสมุทัย หรือละทิวฏฐิ ก็คือละสักกายทิวฏฐิในสังโยชน์ ๑๐ ตั้งแต่ตัวแรกไปเลย เนอะ แต่มันต้องเห็นความจริงใจ ว่าอันนี้เป็นกระบวนการเหตุปัจจัยทั้งสิ้น

**พิธีกร :** ครับ ก็ชัดเจนนะครับว่าดูตัวไหนก็ได้ เพราะทุกสิ่งทั้ง ๔ เนี่ยเกิดขึ้นอยู่แล้วมีอยู่แล้ว มีคำถามอีก ๒ คำถามครับ เรื่องคนที่ไม่มีเป้าหมายจะปฏิบัติธรรมจนพ้นทุกข์ทางใจ ควรแต่งงานหรือไม่คะ ฝากถามมานะครับ

**หลวงพ่อบ :** แค่นี้ก็ทุกข์แล้วมั้ง ยังไม่ได้แต่งงานเลย แค่นี้ก็เริ่มทุกข์ (หลวงพ่อบหัวเราะ) มันอยู่ที่คู่ที่เลือกอะโยม ที่หลวงพ่อบอกอะ คือถ้าเป็นเครื่องสนับสนุน เป็นกำลัง เป็นแสงสว่าง ไม่ได้เป็นภาระ ต้องตกลงกันให้ดีก่อนนะ ก่อนจะแต่งงานว่าเรามีเป้าหมายที่จะพ้นทุกข์ไปพระนิพพาน ถ้าเรามีเป้าหมายเหมือนกันและใช้ช่วงเวลาที่อยู่ด้วยกันในโลก ใช้ชีวิตร่วมกันเป็นการแบ่งปันการเรียนรู้ บางเรื่องที่เราอย่าอาลัยอารมณ์ หรือว่ายังไม่ชัดเจน หรือยัง

รู้สึกว่ายังต้องการเรียนรู้เพิ่มขึ้นอย่างเช่น ในความรู้สึกของความรักอะไรอย่างนี้ เรายังรู้สึกยังอยากรู้สึกเข้าใจมันอีกนิดหนึ่ง ไม่ได้ว่าค้างเติ่งแบบไม่เข้าใจ แล้วก็ยังโหยหาอยู่ ถ้าเข้าใจมันแล้วมันทำงานอย่างนี้เอง ไม่มีอะไรไปมากกว่านี้แล้ว มันเรียกว่า ใจหายสงสัย เรียกว่าอาศัยกันและกันเรียนรู้ไปอย่างนี้ได้ แต่ไม่ใช่จะไปยึดซึ่งกันและกัน แล้วไปกันไม่รอดทั้งคู่ อย่างนี้ก็ไม่ต้องตกลงกันซะก่อน ตกลงกันได้จริงๆ นะ ว่าเราจะอยู่เรามีเป้าหมายที่จะไปนิพพานนะ เธอมีเป้าหมายอย่างนั้นเหมือนกัน มาแบ่งปันการเรียนรู้ร่วมกันเป็นเพื่อน เป็นเพื่อนกันในระหว่างเดินทาง มีปัญหาอะไรเราปรึกษากัน มีความไม่เข้าใจเราปรึกษากัน หรือแบ่งปันความสุข ความทุกข์ หรือการเรียนรู้บางเรื่อง ก็แล้วกันเนอะ

**หลวงพ่อ :** หรือการแบ่งปันความสุขความทุกข์ หรือการเรียนรู้บางเรื่องแล้วกันนะ อย่างเช่นความรัก ความหอมหวาน ของความรักอันอบอุ่น มุมใดมุมหนึ่ง เข้าใจแล้วแค่นั้นก็... แต่ถ้ายังไม่เรียน บางทีมันก็...ก็ไม่ได้แล้วใจ ก็แล้วแต่กำลังของแต่ละคนนะ หลวงพ่อไม่สามารถจะไปช่วยยืนยันได้ว่า มันควรหรือไม่ควร มันต้อง...มันต้องใช้ดุลพินิจพิจารณาญาณ ของการลงทุน เพราะการลงทุนมีความเสี่ยง (หัวเราะ)

**โยม :** ครับ ก็เหมือนที่หลวงพ่อบรรยายไปในเรื่องของความรัก ก็คงใช้หลักการนั้น แล้วอีกคำถามหนึ่งครับ หลวงพ่อ ในเรื่องของ... เห็นถามว่า กลัวอนาคตและกลัวตายจะแก้ไขอย่างไรคะ

**หลวงพ่อ :** คนกลัวตายเนี่ย เพราะกลัวการสูญเสียผัสสะในกามคุณ ๕ กลัวว่าจะไม่ได้เห็นคนที่รักอีก กลัวจะไม่ได้กินอาหารที่อร่อย ที่เคยกินมา กลัวจะไม่ได้เห็นสวนดอกไม้ที่ปลูกไว้หน้าบ้าน มันกลัวการสูญเสียผัสสะ ในกามคุณ ๕ ทั้งหลายแหละ มันคิดว่าถ้าไม่มีร่างกายนี้แล้ว ก็คงจะไม่ได้สิ่งเหล่านี้อีกแล้วหรือไม่ได้สวมกอด โอบกอดผัสสะ ไม่ได้ผัสสะ ไม่ได้เห็นทางลูกตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย สิ่งเหล่านี้เป็นต้น กลัวสิ่งเหล่านี้ กลัวการสูญเสีย ก็ไปคว้า คว้าสิ่งที่เรากลัวการสูญเสียเนี่ย มันมีคุณค่าอยู่จริงหรือเปล่า หรือมีใครบ้างในโลกนี้ ที่เก็บสิ่งเหล่านี้ไว้ได้ตลอดเวลา ไม่มีหรอก มันมีแต่ความไม่คงที่ เป็นการยึดกับความไม่คงที่ ที่เจ็บปวด และกลัวการไม่คงที่ ซึ่งมันเป็นความผิดปกตินะ (หัวเราะ) เพราะกฎของธรรมชาติมันคือความไม่คงที่ คือความเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะต้องต้อนรับมันนะ และก็ต้องยอมรับความจริงว่า มีใครอยู่ในนั้น การ



ไปสร้างทัศนะแบบนี้ มันเป็นทุกข์ซ้อนทุกข์ คือความไม่คงที่ มันก็มีอยู่แล้ว แล้วไปอยากให้มีมันคงที่ อยากให้มีมันไม่เปลี่ยนแปลงเนี่ย โอ้โฮ มันหาเรื่องทุกข์ใจ แบบ..แบบไร้เดียงสา ต้อง..ต้องเผชิญหน้ากับความจริงนะ ยอมรับความจริง และในสิ่งที่เข้าไปผูกพันทั้งหลายเหล่านี้ ไม่ว่าจะกลับมา อีกก็ภพก็ชาติ อีกก็ครั้ง มันก็ไม่คงที่เหมือนเดิม ไม่มีวันจบสิ้น

ถ้ายังพึงพอใจสิ่งนี้อยู่ คือไม่รู้จักโทษของมัน เพราะมันคือความเสื่อม คือความเปลี่ยนแปลง คือความไม่คงที่ ซึ่งไปฝากความหวังไว้ไม่ได้เลย กับความไม่คงที่ อย่างสิ้นกระทั่งสิ้นอย่างเนี่ย มันก็สลายทันทีทันใด จะไปฝากความหวังไว้ ชอบแบบนี้อีก มันต้องไปเจอความไม่คงที่อีก ความไม่คงที่ แม้แต่ร่างกายธาตุ ๔ เนี่ย เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาอยู่แล้ว กลับมาอีกก็ต้องเจ็บป่วย เจ็บไข้ได้ป่วย ต่อคิวโรงพยาบาล ตอกบัตร รถติด เจอเสียงที่ไม่คาดคิด ซ้ำแล้วซ้ำเล่า แล้วก็ไม่ได้จากสิ่งเหล่านี้ละ ใจความได้นะ มันเป็นการหลงเทิดค่า ชื่ออุปาทาน คิดว่ามันมีค่า มันไม่ได้มีค่าอยู่จริงหรอก มันเป็นความวิปลาส วิปลาสมีอยู่ ๔ ตัว

อย่างเช่นวิปลาสว่า มันงาม ที่จริงมันไม่ได้งามหรอกนะ ไม่เชื่อโยมลองเปลี่ยนไปอยู่กับพวกลิงชิมแปนซีดู แย่งตัวผู้กัน ใจตัวเมียมันแย่งตัวผู้กัน ให้เราไปแย่งด้วยเอาไหม หรือ กอริลล่าตัวผู้ ตัวเมียมันชอบ เห็นไหมมันไม่ได้งามจริงหรอกโยม หรือข้างน้ำ ปลาพะยูน สิงโตทะเล สุนัขจิ้งจอก หอยทาก ตัวอะไรก็แล้วแต่ที่มันหลงเทิดค่าซึ่งกันและกัน งาม แล้วก็เข้าไปคลอเคลียเปลอเพลิน เปลอเพลินอยู่ชั่วขณะ มนุษย์ใช้คำว่าเปลิดเพลิน ที่จริงมันเปลอเพลินโยม เปลอเพลินจริงๆ ถ้าโยมเห็นสัตว์ เราจะรู้ว่ามันเปลอเพลิน ไปชั่วขณะ หลวงพ่อเคยอยู่ที่มหิตลเนี่ย ตัวตะกวดแถวนั้นนะเยอะมาก มันเดินออกมาจากพุทธรณณฑล บางทีมันก็เดินออกมาบ้วนเปียนจิบกัน อะไรอย่างนี้ เสพกาม คลอเคลีย พัวพันกันไป เห็นแล้วมันก็แค่ความเปลอเพลินโยม ของความไม่รู้เนี่ย แล้วมันก็ไปเทิดค่าเนี่ย ว่าโอ้ร่างกายของตัวตะกวดตัวผู้ ตัวเมียเนี่ยสวย สำหรับเรานี้ สวยไหม ไม่สวยหรือ ของเราต้องจระเข้เนอะ ใหญ่ๆ หน่อย (หัวเราะ) ตะกวดมันตัวเล็กไป เห็นไหมโยมว่า มันไปเทิดค่าว่าสิ่งนั้นสวย ข้างโน้นนะ มันเป็นธาตุ ๔ เหมือนกัน ข้างนอกมันแค่ปกปิดไว้ชั่วขณะ ข้างในมันเป็นธาตุ ๔ อย่างเสมอภาคกัน แต่เห็นอย่างนี้นะโยม มันไม่เห็นอะไรจะมีอะไรงามจริงเลย มันเป็นแค่ธาตุ ๔ บางทีเราไปไปเทิดค่า จุดนั้นจุดนี้ขึ้นมา เล็กๆ น้อยๆ เรียกว่าไปสนใจแต่ละส่วนเล็กๆ ขึ้นมา ผู้หญิงก็จะเอากระจกมาดูลูกกะตาดานะ (หัวเราะ) ไปเทิดค่าแต่ละส่วนมันขึ้นมา..อืม ส่วนอื่นๆ ก็เช่นเดียวกันเนอะ ในตัวที่กลัวตายเนี่ย เพราะว่ามัน

## ไปวิปลาส

**อันที่ ๑** ก็คือ **นึกว่ามันงาม** นึกว่าสิ่งที่ได้มามันงาม จริงมันคือธาตุ ๔ ที่แปลงร่าง ก็เลยชื่อวามหาภูตรูป เป็นภูต เป็นธาตุ ๔ ที่แปลงร่าง เป็นสิ่งต่างๆ ซึ่งข้างในแล้ว เป็นธาตุ ๔ เหมือนกัน เป็นแค่เปลือกที่ขึ้นมาบังอยู่ชั่วขณะ แล้วสลายคืนสู่ธาตุ ๔

**อันที่ ๒** ที่วิปลาสนะ วิปลาสว่าเป็นสิ่งที่งาม นึกว่าเป็นสุขะ จริง ๆ มันเป็นอสุภะ คือสิ่งที่ไม่ได้งามอยู่จริง อันที่ ๒ คือ คิดว่าสิ่งที่ได้มานั้น มันจะมั่นคง แต่จริงๆ แล้วมันมีแต่ความเปลี่ยนแปลง มันไม่มีความอยู่กับที่ มันเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา จะบอกว่าจะให้คนนี่เหมือนเดิม หลวงพ่อเห็นหลายคนนะ ไม่ว่าจะเป็นคนสวย คนหล่อในทีวีที่ผ่านไปมา ไปนะ โอ้โห พอถึงเวลา “โห...เดี๋ยวนี้เปลี่ยนไปถึงขนาดนี้เลยเชียวนะหรือเนี่ย” ชั่วขณะหนึ่ง มันแค่เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นชั่วขณะ แล้วมันก็สลายไปๆ มันมีความเปลี่ยนแปลง อย่าไปคิดว่ามันจะไม่เปลี่ยนแปลง เปลี่ยนแปลงแน่นอน

**อันที่ ๓** คิดว่ามันจะได้ความสุข ไม่มีความสุขหรอก มีแต่ความไม่คงที่ เรียกว่าทุกข์ ลักษณะ ทุกข์ลักษณะคือความไม่คงที่ของทุกสรรพสิ่ง มันจะคงที่ถาวร เป็นไปไม่ได้ ความไม่คงที่ ชื่อว่าทุกข์ลักษณะนะ ไม่ใช่ทุกข์เวทนานะ ไม่ใช่ว่าเมื่อยว่าปวดนะโยม **คำว่าทุกข์ ทุกข์ในอริยสัจเจนี หรือทุกข์ในไตรลักษณ์เนี่ย ทุกข์ขังเนี่ย แปลว่า “ทุกข์ลักษณะ”** ที่มันไม่สามารถคงจะที่อยู่ได้ หรือทรงตัวด้วยตัวเองไม่ได้ เพราะว่าอาศัยสิ่งอื่นประกอบขึ้น มันเลยทรงตัวด้วยตัวเองอยู่ไม่ได้ นึกออกไหม ไม่ว่าจะอะไรก็แล้วแต่ รสที่สัมผัสลิ้นอย่างนี้ มันไม่สามารถทรงตัวอยู่ได้ เพราะว่ามันอาศัยเหตุปัจจัยประกอบกันเข้า แล้วมันก็เลยไม่มีตัวตนด้วย คือเป็นอนัตตา แต่ที่วิปลาสคิดว่ามันเป็นอัตตา คิดว่ามันเป็นของตัวตน จริงมันไม่ใช่ของตัวตน เพราะมันอาศัยปัจจัยอื่นประกอบกันเข้า เห็นมั๊ย มันเลยไม่มีตัวตนด้วยตนเอง มองภาพแบบนี้เนี่ย มันก็จะละไอ้ความรู้สึกของการที่เข้าไปยึด การเข้าไปอยาก การเข้าไปเสียดาย หรือว่าการกลัวตาย กลัวอะไรต่างๆ ขึ้นมานะเนี่ย กลัวสูญเสียสิ่งนี้จริงๆ มันสูญเสียอยู่ทุกขณะอยู่แล้วนะโยม จากความสลายไปทุกขณะๆ ของมัน

**โยม :** ครับ ก็ต่อไปก็คงจะเป็นคำถามสุดท้ายนะครับ เพราะวาก็จวนเวลาแล้ว ก็พอดีเป็นคำถามเรื่องของสภาวะ ถามมาว่าในขณะที่เรานอนหลับ และมีความรู้สึกว่ามี ความคิด

เกิดขึ้นแล้ว ก็มีสติเข้ามารู้ว่ากำลังคิดอยู่ หลังจากนั้นสิ่งต่างๆ ก็จางดับไป ขอความเมตตาพระอาจารย์ช่วยแนะนำ การปฏิบัติด้วยค้ำว่าถูกต้องไหม อย่างไร

**หลวงพ่อบ :** ก็เป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว ธรรมชาติมันก็ต้อง.. มันก็เผลอคิดแล้วก็ดับไป เผลอคิดแล้วก็ดับไป คือในระหว่างความฝัน กับความคิดเนี่ย หรือความตาย หรือการไปเกิดใหม่ เนี่ยโยม มันทำงานจากจิตประเภทเดียวกันนะ ชื่อว่า “จิตสังขาร” ตอนฝันเนี่ย จิตสังขารทำงาน ตอนคิดเนี่ย จิตสังขารทำงาน ตอนตายแล้ว จิตสังขารก็ทำงาน หรือว่าร่างกายสลายไปแล้ว เพราะว่าคำว่าจิตสังขาร สังขารแปลว่า “การผสม” เวลาฝันมันผสมมาจากความจำ เอาหน่วยความจำผสม ผสมกับความจำและเวทนา เห็นไหม เนี่ยผสม เอาความจำกับเวทนา ผสมกัน ประมวล มีการประมวลด้วยนะ ประมวลด้วยทิวหรือทัศนคติ เห็นไหม และก็กลายเป็นเนื้อเรื่องของความฝัน และก็มีอีกสิ่งหนึ่ง ที่เข้าไปรับรู้ความฝัน เรียกว่าวิญญูณ คือธรรมชาติของการรับรู้เนี่ย อย่างเนี่ย และที่ ๔ ตัวนี้ ทำงานอยู่ เห็นภาพนะ ในฝันมันก็เลย สามารถที่จะแบบถึงหลับตาอยู่ ก็ สามารถเห็นภูเขา เห็นผู้คนมากมาย ได้ยินเสียง ได้กลิ่นยังมีเลยนะ ได้กลิ่นในสิ่งที่ฝัน ได้กลิ่นดอกไม้ ได้กลิ่นหอมๆ ได้กลิ่นเหม็นน่ากลัวก็แล้วแต่ เนี่ย กระบวนการที่ทำงาน

เวลาที่เผลอคิด หรือนั่งตั้งใจคิดก็เหมือนกัน เวลาคิด ถ้าตั้งใจคิด โยมก็ต้องไปดึงเอาความจำมาคิดอยู่ดี นึกออกไหม เพียงแต่มันตั้งใจไปดึงเอาความจำนี้มาคิด อย่างนี้ แล้วมาผสมกับเวทนา แล้วกลายเป็นความคิด แล้วก็วิญญูณเข้าไปรองรับ ไร้ตอนเผลอคิดก็เหมือนกัน มันไม่ได้ตั้งใจ แต่ว่าไอ้ความจำเก่าๆ มันโผล่ขึ้นมา แล้วมันก็เอามาคิดสะเปะสะปะไปเรื่อยๆ แล้วกลายเป็นเวทนา แล้วก็วิญญูณเข้าไปรองรับ ตอนตายก็เหมือนกัน คือร่างกายธาตุ ๔ มันสลายแล้ว ไร้มันทำงานด้วยตัวเองได้ไงโยม ใช่ไหม แต่ถ้าขาดสติ นึกออกไหม ไปเผลอคิดเรื่องไม่ดี ก็จะไปอบายภูมิ หรือถ้าคิดเรื่องดี ก็จะไปสู่สุคติ แต่ถ้าเห็นว่าจิตคิดแล้วไม่เอาวาง ก็จะไปพระนิพพาน แต่ถ้ามันฝึกตั้งแต่ยังไม่ตาย แล้วเข้าใจขบวนการนี้อยู่แล้วนะ ก็จะเห็นทั้งหมด เป็นแค่ขบวนการธรรมชาติ ไม่มีอะไรไปมากกว่านี้แล้วนะโยม (หัวเราะ) มันจะมีอะไรไปมากกว่าขั้น ๕ ไปได้อย่างไร ลองถามดูซิ ใช่ไหมโยม มันก็ทำงานร่วมกันเป็นแก๊งอยู่แค่นี้ ถ้าเข้าใจแล้วทั้งหมดนี้ อยู่ในกฎของไตรลักษณ์ เพราะว่า ไร้จิตสังขารที่เอามาฝัน เอามาคิด มันก็ไม่มีตัวตน มันก็ต้องผสมด้วยความจำไง ต้องเข้าใจคำว่าไม่มีตัวตนนะ หรือว่าไม่ใช่ตัวตน

เพราะว่ามันต้องอาศัยปัจจัยอื่นเกิดขึ้น ไม่มีตัวตนด้วยตนเองอย่างนี้ เข้ามูมมออย่างนี้ จะเห็น  
ความเป็นอนัตตา เข้าใจอนัตตาง่ายขึ้น ☺

.....

☺ ขออนุโมทนาแต่! ผู้ร่วมถอดไฟล์เสียงทุกท่าน

๑. คุณปอ (ธรรรณ เจียรกุล)
๒. คุณหญิง (วารารณณ์ เณรยอด)
๓. คุณน้ำ (สิริอาภา ทองสูง)
๔. คุณเหมียว (สุชาดา ลี้มพรภักดี)
๕. คุณยุ้ย (อัมพร ประเสริฐศรีชนะ)
๖. คุณเอื้อย (จิตรลดา คมคาย)
๗. คุณโอ้ (ศิวาพร ขวัญรักษ์)
๘. คุณฉิน (ณัฐทยา ขวัญรักษ์)
๙. คุณเต้ (ธันย ธนกิจอุตมชัย)

คุณจัน (จันทนา ตั้งทรงวุฒิ) คุณแอน (พิมพ์ใจ ปุญญาปัญญา) : รวบรวม ตรวจสอบ

คุณพ่อไก๋ (ธานี ชินชูศักดิ์) : พิสูจน์อักษร, จัดรูปเล่ม PDF สำหรับเผยแพร่บนเว็บ

\* เนื่องจากไฟล์เสียงมีขนาดยาว จึงแบ่งให้อาสาสมัครได้ร่วมบุญถอดเสียงคนละ ๑๕ นาทีครับ : (พ่อไก๋)