

ธาตุรู้

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธร่องคัมภ์ค้นพบ



พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)
วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร จ.ชลบุรี

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ



คำนำ



องค์หลวงพ่อบุญรอดเทสไนไว้อย่างชัดเจนในหลายวาระ
ว่า

“ธาตุรู้คือใจ ไม่มีวันแตกดับหรือเสื่อมสลาย และ
ตัวเราที่แท้นี้คือธาตุรู้”

“ธาตุรู้ส่งกระแสไปเชื่อมกับธาตุ ๔ คือ ร่างกายของ
คนและสัตว์ เพื่อจะรับรู้กระแสโลกผ่านทางตาหูจมูกลิ้น
และกายสัมผัส”

“ธาตุรู้มีวิชา จึงกลับเข้าใจผิดว่าตนเองคือร่างกาย
จึงเกิดความทุกข์เมื่อร่างกายเกิดความแปรปรวน”

สังธรรมเกี่ยวกับ “ธาตุรู้” นี้เป็นสัมมาทิฐิ คือ
ความเข้าใจที่ถูกต้องอันสำคัญยิ่งสำหรับผู้ปฏิบัติ จึงนำมา
สู่การรวบรวมคำสอนอันเข้มข้นที่เกี่ยวข้องกับ “แก่นแท้”
อันสำคัญยิ่งนี้ ตลอดจนข้อถามตอบที่องค์ท่านเมตตา

ตอบทุกคำถามจนกระจ่างแก่ใจลูกศิษย์ผู้ยังใช้ตรรกะทาง
วิทยาศาสตร์ว่า

**“ธาตุรู้ ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรง
ค้นพบ”** นี้ เป็นวิทยาการขั้นสูงสุด ที่แม้แต่ความรู้ระดับ
ควอนตัมในปัจจุบันยังไม่มีทางตามทัน

ขอกราบนอนน้อมด้วยเศียรเกล้าแด่องค์พระอรหันต-
สัมมาสัมพุทธเจ้า องค์พระอรหันตสาวกทุกๆ พระองค์ และ
องค์หลวงพ่อสุชาติ อภิชาโต

ผู้รู้ แจ้งแห่งธรรมชาติทั้งปวง
ผู้ตื่น จากมายาแห่งคลื่นความคิด
ผู้เบิกบาน ด้วยธรรมชาติอันบริสุทธิ์แห่งธาตุรู้

ศิษยานุศิษย์

สารบัญ



บทที่ ๑ ธาตุ ๖	๑๓
บทที่ ๒ ธาตุรู้ และ ธาตุ ๔	๖๓
บทที่ ๓ นิพพานัง ปรมัง สุนฺญัง ผู้ปฏิบัติไม่สูญเสียไปกับการชำระใจของผู้ปฏิบัติ	๑๐๕
บทที่ ๔ ถ้าไม่เห็นความตายก็จะมีรับขนขวาย	๑๑๑
บทที่ ๕ คำถาม-คำตอบจากชุม	๑๑๗

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

มโนปุพฺพพหฺมา ธมฺมา
มโนเสฏฺฐา มโนมยา



ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า
มีใจเป็นใหญ่
สำเร็จแล้วด้วยใจ
(มโน หรือ ใจ คือธาตุรู้นี้เอง)

ใจไม่ดับ



❖ ร่างกายจะดับก็ดับไป แต่ใจยังเป็นอกาลิโกอยู่ เป็นอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น เป็นธาตุรู้ เป็นผู้รู้ แต่ขาดปัญญา ไม่สามารถแยกแยะตนเองออกจากสิ่งที่คลุกเคล้าอยู่ด้วย เมื่อไปคลุกเคล้าอยู่กับสิ่งที่มีการเกิดดับ ก็เลยคิดว่าตนเองเกิดดับไปด้วย

❖ ทุกข์เกิดขึ้นเพราะใจหลง ใจไม่ยอมรับความจริง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

“เรา” คือใคร?



คำถามของศิษย์มาจากคำสอนที่ว่า “เมื่อรูป เวทนา สัญญา
สังขาร วิญญาณ ไม่ใช่ตัวเรา” แล้ว “เรา” ที่แท้จริงคือ
ใครกันแน่

ถาม: จริงๆ “เรา” ที่แท้จริงนี่คือ “ธาตุรู้” นะครับหลวงพ่อ

พระอาจารย์: คือผู้รู้ เราก็อใช้ชื่อหลายอย่าง ใช้เรียกมันว่า
เป็นจิตใจบ้าง เป็นดวงวิญญาณบ้าง กายทิพย์บ้าง คือ
ธาตุรู้ทั้งนั้น

สัพเพ ธัมมา อนัตตา



❖ **ธรรม** = อสังขาร + สังขาร

❖ **อสังขาร** = ธาตุ ๔ (ดิน น้ำ ลม ไฟ) อากาศธาตุ
และธาตุรู้

❖ ธาตุ ๔ นี้รวมกันแยกกันตามเหตุปัจจัย แต่ไม่เสื่อม
จากความเป็นธาตุ จึงไม่เป็นอนิจจัง แต่เป็นอนัตตา

❖ **สังขาร** = สิ่งที่เกิดจากการรวมตัวของธาตุ ๔
และอากาศธาตุ

❖ สังขารถ้ามี “ธาตุรู้” ไปครอบครอง ก็คือคน
และสัตว์ สังขารนี้ไม่เที่ยง (อนิจจัง) ทำให้เกิดทุกข์ในธาตุรู้
(ทุกข์) และแตกสลายกลับกลายเป็นธาตุ ๔ (อนัตตา)

❖ เมื่อ **ธรรม** = อสังขาร + สังขาร ธรรมะทั้งปวง
จึงเป็นอนัตตา

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

ทุกข์ของ “ธาตุรู้”



❖ เมื่อมี “ธาตุรู้” ไปครอบครองสังขาร ก็คือคน
และสัตว์

❖ “ธาตุรู้” ที่มีวิชาครอบงำ ก็มี “ความอยาก”
ให้สังขารนี้เป็น นิจจัง สุขัง อัตตา

❖ “ธาตุรู้” ที่ไม่มีวิชา คือมีปัญญา ก็จะไม่อยาก
ให้เป็น นิจจัง สุขัง อัตตา เพราะรู้ว่าเป็นไปไม่ได้ อยากแล้ว
ก็จะทุกข์

ธาตุรู้คือนิพพานธาตุ



ธาตุรู้คือใจ ใจผู้รู้ผู้คิดนี้ก็แยกออกจากธาตุ ๔ เวลาที่ร่างกายตายไป ธาตุรู้นี้ก็ไปตามอำนาจของบุญของบาปที่ได้ทำไว้ ธาตุรู้ถ้าทำบุญก็จะไปสู่สุคติ ถ้าทำบาปก็จะไปสู่อบาย แล้วพอพ้นจากสุคติ พ้นจากอบาย ก็จะมาได้ร่างกายอันใหม่ ได้ธาตุ ๔ อันใหม่ เพื่อที่จะได้มาทำสิ่งที่อยากทำต่อไป แต่ถ้าได้มาพบกับพระพุทธศาสนา ได้มาปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าได้ดวงตาเห็นธรรม เห็นว่าการเวียนว่ายตายเกิดของธาตุรู้ที่เกิดจาก **ตัณหาความอยาก** ก็มาฝึกวิปัสสนา มาตัดความอยากต่างๆ ให้หมดไปจากใจ ด้วยการเห็นไตรลักษณ์ ด้วยการเห็นธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ด้วยการเห็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยการเห็นความทุกข์ที่เกิดจากความไม่เที่ยง มันก็จะทำให้หยุดความอยากต่างๆ ที่มีอยู่ในใจได้ **พอหยุดความอยากต่างๆ** ที่อยู่ในใจหมดไป ธาตุรู้นี้ก็จะ เป็นธาตุที่สะอาด บริสุทธิ์ขึ้นมา ธาตุรู้นี้เราก็มักจะเรียกว่านิพพาน นิพพานธาตุ

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ

ก็ได้ จะเรียกว่านิพพานธาตุก็ได้ เป็นธาตุที่จะไม่ไปมีร่างกายใหม่อีกต่อไป จะไม่ไปประกอบกับธาตุ ๔ คือร่างกายอันใหม่ เพราะการมีร่างกายที่ไร มันก็ต้องมีการแก่ การเจ็บ การตาย ของร่างกายทุกครั้งไป เวลาเมื่อมีแก่ เจ็บ ตาย ก็มีแต่ความทุกข์กัน มีการพลัดพรากจากกัน ก็เลยไม่มาเกิดดีกว่า ไม่มีธาตุ ๔ ดีกว่า อยู่ธาตุเดียวดีกว่า อยู่ธาตุรู้ตามลำพัง

นี่คือธาตุของพระพุทธเจ้า ธาตุรู้ของพระพุทธเจ้า ธาตุรู้ของพระอรหันตสาวก ท่านอยู่ตามลำพัง ท่านไม่ต้องมีร่างกาย ไม่ต้องมีรูป เสียง กลิ่น รส ไม่ต้องมีลาภ ยศ สรรเสริญ มาให้มีความสุขกับธาตุรู้ เพราะธาตุรู้ที่สะอาด บริสุทธิ์นี้เต็มเปี่ยมไปด้วยบรมสุขนั่นเอง ที่เราเรียกว่า นิพพานัง ปรมัง สุขัง ความสุขอันสูงสุดนี้คือความสุขของพระนิพพาน ไม่มีความสุขอันใดในโลกนี้ที่จะสามารถมาเปรียบเทียบกับความสุขของพระนิพพาน

ธาตุ ๖

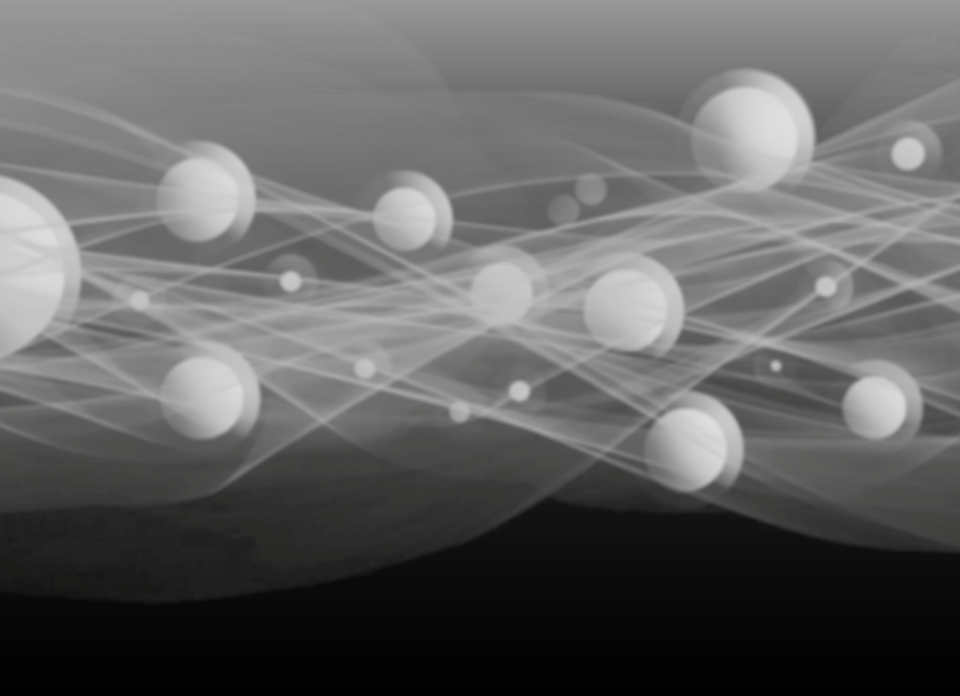


โดย พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี

วันที่ ๒๕ เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๓



“

เรื่องราวๆ ๖ นี้

ถ้าไม่เคยได้ยินไม่เคยศึกษามาก่อน

ฟังครั้งแรกก็ต้องงงทันทีเลย

ถ้าไม่ปฏิบัติจะไม่รู้

ถ้าปฏิบัติแล้วจะเข้าใจทันที

”

สอนอยู่เสมอว่า เกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา แต่ใจไม่ตาย ไปกลัวทำไม ใจไม่เคยตาย กลับไปกลัวตาย เสียเอง สิ่งที่ตายกลับไม่กลัวก็คือร่างกาย หนังเนื้อเอ็น กระดูกไม่กลัว ผู้ที่กลัวไม่ตาย ให้ค้นความจริงนี้ให้พบเถิด แล้วจะอยู่อย่างสบาย **ให้พบผู้ที่ไม่ตาย ก็คือเรานี่เอง** แต่ทำไมเรามองไม่เห็นตัวเรา เพราะไม่มีกระจกเงา ดูกระจกเงาที่จะดูใจได้ก็คือธรรมะ การภาวนาเป็นการสร้างกระจกเงาใจ ถ้าสร้างสำเร็จแล้ว ก็จะมีดวงตาเห็นธรรม เห็นความจริง เห็นว่าใจกับกายเป็นคนละส่วนกัน กายเป็น **ดินน้ำลมไฟ** ใจเป็น**ธาตุรู้** มาอยู่ร่วมกันตามอำนาจของ **ตัณหาความอยากของบุญและบาป** ถ้าเป็นอำนาจบุญ ก็ได้ร่างมนุษย์ ถ้าเป็นอำนาจบาปก็ได้ร่างเดรัจฉาน อยู่ไป ระยะเวลาหนึ่งแล้วก็แยกออกจากกัน แล้วก็กลับมารวมกันใหม่ กลับมาได้ร่างใหม่ กลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้มานับไม่ถ้วนแล้ว แต่ผู้ที่ได้ร่างนี้ไม่เคยศึกษาความจริงนี้ ทุกครั้งที่ได้ร่างกาย ก็คิดว่าร่างกายเป็นตัวเรา พอร่างกายเป็นอะไรไปก็เกิดความหวาดกลัวเกิดความทุกข์ขึ้นมา ถ้ามีกระจกเงาไว้ดูใจ เหมือนมีกระจกเงาดูหน้าตา ก็จะมีรู้ว่าเราไม่ใช่ร่างกาย ร่างกายไม่ใช่เรา ท่านถึงได้แสดงไว้ว่า ร่างกายเป็นอนัตตา

ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เกิดแก่ เจ็บตาย เป็นทุกข์ไม่ให้ไปยึดไปติดไปหลงคิดว่าเป็นตัวเราของเรา นี่คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ถ้าเห็นธรรมนี้ ก็จะมีกระจกเงาเห็นตนเอง จะไม่กลัวความตาย เช่นพระอัญญาโกณฑัญญะ ท่านก็เปล่งวาจาว่า สิ่งใดที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา **ท่านเห็นอย่างชัดเจนว่า ผู้เห็นกับสิ่งที่ถูกเห็นเป็นคนละส่วนกัน** สิ่งที่ถูกเห็นก็คือร่างกาย ที่ประกอบจากดินน้ำลมไฟ คือธาตุ ๔ ไม่ได้เป็นผู้เห็น ผู้เห็นเพียงมาครอบครองเป็นสมบัติชั่วคราว เมื่อถึงเวลาสมบัตินี้ก็ต้องเสื่อมหมดสภาพไป ก็จะแยกกลับคืนสู่สภาพเดิม กลับไปสู่ น้ำ กลับไปสู่ดิน กลับไปสู่ลม กลับไปสู่ไฟ เวลาคนตายไฟก็จะออกจากร่างไป ร่างกายก็จะเย็น น้ำก็จะไหลออกไป ลมก็จะระเหยออกไป ในที่สุดก็จะเหลือแต่ส่วนที่เป็นดิน เห็นกันชัดๆ ตัวเราอยู่ตรงไหน ตัวเขาอยู่ตรงไหน ไม่มีหอรก ผู้ที่เป็นเจ้าของร่างกายก็ไปแล้ว ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย เป็นเหมือนกันทุกคน **ใจของทุกคนเป็นธรรมชาติเดียวกัน เป็นธาตุรู้เหมือนกัน ต่างกันที่รู้ไม่จริงกับรู้จริงเท่านั้นเอง**

ถ้ารู้จริงก็ไม่ทุกข์ ปลอ่ยวางไม่ยึดไม่ติด ไม่อยากจะได้ร่างกายใหม่ เพราะได้มาที่ไรก็ต้องเป็นภาระ เป็นภรรยา หเวปัญจักขันธา **ขันธ ๕ เป็นภาระที่ต้องแบก** เช่นพระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก หลังจากที่ตรัสรู้บรรลุธรรมแล้วก็ยังต้องแบกภาระของร่างกายอยู่ ยังต้องดูแลรักษา ให้อาหารอาบน้ำอาบท่า เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องให้ยา เป็นภาระอย่างหนึ่ง ถ้าไม่มีร่างกายก็จะมีภาระ ถ้าไม่มีลูกก็จะมีภาระที่ต้องเลี้ยงดูลูก ถ้ามีลูกก็จะมีภาระต้องเลี้ยงดูลูกตั้งแต่ออกมาจากท้องจนกว่าจะเจริญเติบโตจนเลี้ยงตัวเองได้ถึงจะหมดภาระ นี่คือการจกส่องใจ แวนดวงใจ แวนส่องใจ คือปัญญา หรือแสงสว่างแห่งธรรม ที่จะทำให้เห็นความจริงนี้

มีพระพุทธเจ้าเพียงองค์เดียวที่ทรงเห็นใจได้ด้วยพระองค์เอง ที่ทรงตรัสรู้ก็ตรัสรู้เรื่องของใจนี้เอง ตรัสรู้ว่าใจทุกข์เพราะอะไร ใจสุขเพราะอะไร ใจทุกข์เพราะหลงไปยึดไปติดขันธ ๕ ว่าเป็นตัวเราของเรา ทรงแสดงไว้ในทุกขสัจ อุปาทานในขันธ ๕ เป็นทุกข์ ถ้าไม่มีอุปาทานก็ไม่มีความทุกข์ ถึงแม้จะมีขันธ ๕ แต่ถ้าไม่มีอุปาทานก็ไม่ทุกข์ เช่น พระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ไม่ทุกข์กับร่างกาย จะเป็น

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

จะตายอย่างไรไม่เดือดร้อน ตายในอิริยาบถใดที่ไหนเวลาใด ได้อย่างสบาย เพราะไม่มีอุปาทานในชั้น ๕ ในร่างกาย **ว่าเป็นตัวเราของเรา** เห็นชัดอยู่ตลอดเวลาว่าเป็นเพียง ดินน้ำลมไฟ พระอรียสัจ ๔ ก็คือทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทุกข์ ได้แก่การเกิดแก่เจ็บตาย การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ที่ชอบ การประสบกับสิ่งที่ไม่รักไม่ชอบ **โดยสรุปก็คือ อุปาทานในชั้น ๕ ทั้งของเราและของผู้อื่น** อุปาทาน ในชั้น ๕ ของเราก็คือร่างกายเรา ของผู้อื่นก็คือของสามี ของภรรยา ของบุตร ของธิดา ของพ่อของแม่ ของเพื่อน พอมิอุปาทานว่าเป็นเพื่อนเรา เป็นญาติเรา ก็เกิดความอยาก ให้เขาอยู่อย่างปลอดภัย อยู่ไปนานๆ พอมิเหตุการณ์มา กระแทกกับความปลอดภัย ก็สร้างความหวั่นไหว สร้างความ ทุกข์ความเดือดร้อนใจขึ้นมา **ทั้งหมดนี้ก็เกิดจากอวิชชา ปัจจยา สังขารา ความเห็นผิดเป็นชอบ ไม่เห็นว่ามีอะไร เป็นตัวเราของเรา สัพเพ ธัมมา อนัตตา** สรรพสิ่งทั้งหลาย ในโลกนี้เป็นเพียงธาตุ

ธาตุที่เห็นกันก็คือธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ธาตุที่ไม่เห็นมี อยู่ ๒ คือ อากาศธาตุ และธาตุรู้คือใจ สรรพสัตว์ทั้งหลายมี ธาตุ ๖ มาผสมกัน สิ่งอื่นๆ มีเพียง ๕ ธาตุ **มนุษย์กับเดรัจฉาน**

มี ๖ ธาตุ คือ ธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ธาตุรู้คือใจ แล้วก็มี
อากาศธาตุคือความว่าง ที่อยู่รอบร่างกาย และอยู่ข้างใน
ร่างกายด้วย ตรงไหนเป็นช่องว่าง ตรงนั้นก็ป็นอากาศธาตุ
เช่น ที่รูจมูก ส่วนที่ว่างในร่างกายก็จะเป็นอากาศธาตุ
ส่วนที่อยู่รอบร่างกายก็เป็นอากาศธาตุ ส่วนธาตุรู้ก็คือใจ
ที่เป็นเจ้านายของร่างกาย ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว ธาตุรู้
เป็นผู้สั่งให้ร่างกายทำงาน ให้ไปนั่นมานี่ ให้พูดอย่างนั้น
พูดอย่างนี้ ธาตุรู้เป็นทั้งผู้สั่งและผู้รับรู้ สิ่งต่างๆ ที่เข้ามา
ทางทวารทั้ง ๕ คือตาหูจมูกลิ้นกาย ส่วนอวิชชาปัจจัย
สังขาราก็คือไม่รู้ว่างร่างกายเป็นเพียงธาตุ กลับไปคิดว่า
เป็นตัวเราของเรา เวลาร่างกายสุขก็ดีใจ เวลาร่างกายเจ็บ
ก็ทุกข์ใจ จึงเกิดตัณหาขึ้นมา เกิดกามตัณหา ภวตัณหา
วิภวตัณหาขึ้นมา ตัณหาเป็นสมุทัยเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์
เพราะอวิชชา จึงเกิดอุปาทาน ตัณหา เกิดความทุกข์ตามมา
ที่พวกเราทุกข์กันอยู่ทุกวันนี้ก็ทุกข์ทางใจ เพราะตัณหา
ทั้ง ๓ นี้ อากาศร้อนก็ทุกข์ เพราะไม่ชอบเวทนาที่ร้อน
อยากจะให้เย็นก็ทุกข์ ถ้ายอมรับความร้อนได้ ร้อนก็ร้อนไป
ก็จะไม่ทุกข์ ไม่ต้องใช้เครื่องปรับอากาศไม่ต้องหาวิธีต่างๆ
มาดับความร้อน อยู่ได้ก็อยู่ไป อยู่ไม่ได้ก็ตาย ก็จะไม่ทุกข์

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

เพราะไม่มีอุปาทาน ไม่ได้คิดว่าตัวเราร้อน ไม่ได้คิดว่าร่างกายเป็นตัวเรา ตัวเราไม่ร้อน ตัวเราเพียงแต่รู้ว่าร่างกายร้อน **ตัวเราคือผู้รู้ไม่ได้ร้อนไปกับร่างกาย เราเย็นด้วยความสงบ ด้วยการปล่อยวาง เป็นอุเบกขา ไม่มีตัณหาทั้ง ๓ กามตัณหาก็กไม่มี ภวตัณหาก็กไม่มี วิภวตัณหาก็กไม่มี ยินดีตามมีตามเกิด**

นี่คือเป้าหมายของการปฏิบัติ เพื่อสอนใจให้ปล่อยวาง ไม่ให้ยึดไม่ให้ติดในสิ่งต่างๆ ที่เป็นเพียงธาตุ ๖ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุอากาศและธาตุรู้ ถ้าเห็นได้อย่างชัดเจนในทุกสิ่งทุกอย่างก็จะปล่อยวางได้ จะไม่ทุกข์กับอะไร เพราะทุกสิ่งทุกอย่างมาจากธาตุ ๖ นี้เอง ร่างกายและใจของเราก็มามาจากธาตุ ๖ ของคนอื่นก็ธาตุ ๖ บ้านก็เป็นธาตุ สมบัติต่างๆ ก็เป็นธาตุ เพชรก้อนโตเท่ากำมือก็เป็นธาตุ เป็นก้อนหินก้อนหนึ่งที่เราสมมุติว่ามีราคาแล้วก็หลงตามสมมุติ แต่ความจริงไม่มีราคาอะไร เป็นเพียงก้อนหินก้อนหนึ่ง กระดาษที่พิมพ์ตัวเลข ๑๐๐๐ เลข ๕๐๐ เลข ๑๐๐ ก็เป็นเพียงกระดาษ ถูกสมมุติให้มีราคาเท่านั้นเท่านั้น สมัยเป็นเด็กๆ เคยเล่นไฟใช้เงินปลอม

ไม่มีใครเชื่อกันว่าเป็นเงินจริง แต่เงินปลอมของผู้ใหญ่ กลับเชื่อกัน เงินปลอมของเด็กไม่เชื่อ เป็นเงินปลอมเหมือนกัน เป็นกระดาษเหมือนกัน พอมีคนเชื่อก็ก็นำมาขึ้นราคา เอากระดาษนี้ไปแลกข้าวปลาอาหารได้ เพราะเชื่อกัน เงินของฝรั่งพิมพ์คำว่าเราเชื่อในพระเจ้าไว้ จึงมีคุณค่า ความจริงเป็นเพียงกระดาษ แต่ทุกคนเชื่อกันหลงกันว่า มีราคา จึงเป็นของมีราคาขึ้นมา แต่ความจริงไม่มีราคาอะไร ถ้าหลงอยู่ในป่า ไปเจอเพชรทองเท่าภูเขา ก็จะไม่ได้อะไรไปเจอกล้วยสักหวีหนึ่งจะดีกว่า แต่เราไม่ใช้ปัญญาแยกแยะกัน เกิดมาถูกสอนให้เชื่อก็ก็นำมาสอนว่าร่างกายคนนี้เป็นพ่อ ร่างกายคนนี้เป็นแม่ ก็เชื่อกันมา คนนี้เป็นพี่ คนนี้เป็นน้อง คนนี้เป็นเจ้า คนนี้เป็นบ่าว ก็คนเหมือนกัน หน้าตาเจ้ากับหน้าตาบ่าวต่างกันตรงไหน ถ้าเจ้ามีเขาก็น่าจะวิเศษกว่าบ่าว เจ้าก็ไม่มีเขา บาวก็ไม่มีเขา มีแขนมีขาเหมือนกัน มีอาการ ๓๒ เหมือนกัน จะไปตีกันด้วยอะไร **เพราะไม่ใช้ปัญญา หลงตามสมมุติกัน** สมมุติว่าคนนั้น มีราคา คนนี้ไม่มีราคา แต่ความจริงก็เป็นร่างกายเหมือนกัน เป็นธาตุ ๔ เหมือนกัน เป็นดินน้ำลมไฟเหมือนกัน นี่เรียกว่าปัญญา

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

จะรู้ทันกิเลสก็ต้องรู้แบบนี้ ต้องพิจารณาแบบนี้ ต้องมองอย่างนี้ จะได้หลุดพ้นจากสมมุติ เราติดอยู่กับสมมุติ จึงต้องศึกษาอยู่เรื่อยๆ พิจารณาอยู่เรื่อยๆ เป็นการบ้าน สำหรับวันนี้ไปพิจารณา ดูเห็นอะไรก็พิจารณาว่าเป็นธาตุ แยกแยะดูว่าเป็นธาตุหรือไม่ มีอะไรบ้างที่ไม่เป็นธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุดินก็เป็นส่วนแข็ง ธาตุน้ำเป็นส่วนเหลว บางสิ่ง ก็มีทั้งธาตุดินธาตุน้ำผสมกัน ก็ซับซ้อน ถ้าใสก็จะไม่มี ธาตุดินเลย หรือมีน้อยมาก เช่นน้ำแร่ มีธาตุดินอยู่ด้วย แต่มีจำนวนน้อยมาก ไม่อย่างนั้นจะเรียกว่าน้ำแร่ได้อย่างไร ต้องเรียกว่าน้ำกลั่น เพราะน้ำกลั่นแท้จะไม่มีธาตุดิน ผสมอยู่เลย เพราะกลั่นเอาแต่น้ำออกมา ทุกสิ่งทุกอย่างมีส่วนผสมของธาตุ ๔ รวมกันทั้งนั้น ไม่เที่ยง รวมตัวแล้วก็แยก ออกจากกัน ธรรมชาติของธาตุจะกลับคืนสู่ธาตุเดิมเสมอ น้ำจะกลับไปรวมกับน้ำ ดินจะกลับไปรวมกับดิน แต่ถูก ปัจจัยอื่นบังคับให้มารวมกัน พอรวมกันแล้วก็จะแยกกัน เช่น ต้นไม้ที่โผล่ขึ้นมาจากดิน เพราะมีเมล็ดอยู่ในดิน พอมี น้ำมาผสม ต้นก็เลงงอกออกมา ถ้าไม่มีน้ำ ต้นไม้ก็ต้องแห้ง ตายไป ถ้าไม่มีอากาศ ต้นไม้ก็ต้องตาย ไม่มีความร้อน ต้นไม้

ก็ต้องตาย ต้องมีธาตุทั้ง ๔ ถึงจะเจริญเติบโตและอยู่ได้ ถ้าธาตุส่วนใดส่วนหนึ่งหมดไปก็จะอยู่ไม่ได้ ถ้าพลังแยกที่จะทำให้แยกออกจากกันมีกำลังมากกว่า ก็จะต้องตายไป ร่างกายของเราตายเพราะธาตุ ๔ ไม่ยอมอยู่ร่วมกัน จะแยกทางกัน ตอนต้นพลังที่ดึงไว้ให้อยู่ร่วมกันมีกำลังมากกว่า ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต พออ่อนกำลังลง สู้ปัจจัยที่จะแยกให้ออกจากกันไม่ได้ ร่างกายก็จะค่อยๆ เสื่อมลงไป เริ่มแก่ลงไป แล้วในที่สุดก็แยกจากกันไปคนละทิศคนละทาง น้ำก็ไปทางหนึ่ง ไฟก็ไปทางหนึ่ง ลมก็ไปทางหนึ่ง ดินก็ไปทางหนึ่ง ไม่มีตัวตน ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา ให้พิจารณาอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จะปล่อยวางได้ พอพร้อมที่จะปล่อยก็เอาไปปล่อยดู ไปทดสอบดูว่าปล่อยได้จริงหรือไม่ ที่ไหนที่น่ากลัวๆ ที่น่าจะมีอันตรายต่อร่างกาย ก็ลองไปดู

นักปฏิบัติตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบันนี้ ต้องทดสอบกันทั้งนั้น ต้องอยู่ป่าอยู่เขากันทั้งนั้น ต้องอยู่ตามลำพังถึงจะเกิดความกลัวสุดขีด พอเกิดความกลัวสุดขีด ถ้ามีปัญญาก็จะดับความกลัวได้ ดับด้วยการเห็นว่าร่างกายไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นธาตุ ๔ เชื่ออย่างเต็มที่ว่าเป็น

อย่างนั้นจริงๆ ถึงเวลาก็กยอมให้ไปเลย เวลากลัวสุดขีด กียอมปล่อยให้ไป ตายเป็นตาย พอปล่อยได้ปั๊บ จิตจะหยุดกลัว จะแยกออกจากร่างกายให้เห็นเลย จะรวมเข้าสู่สมาธิ เป็นเอกัคคตารมณ์ ร่างกายอยู่ส่วนหนึ่ง จิตอยู่ส่วนหนึ่ง หลังจากนั้นจะไม่มีความกลัวอีกต่อไป เพราะรู้ว่าใจไม่เป็นอะไร ร่างกายเป็น แต่ใจกลับสบาย จะไปกลัวตายทำไม พอสลัดร่างกายทิ้งไปได้แล้วจะสบายใจมาก แลกกันระหว่างร่างกายกับจิตที่รวมลงเป็นหนึ่งเป็นเอกัคคตารมณ์ เราจะเอาอะไร ท่านถึงสอนว่า นิพพานอยู่ปากตาย ถ้าไม่ยอมตาย จิตจะไม่ถึงลงสู่พระนิพพาน ไม่ถึงลงสู่ความสงบ แต่ก่อนที่จะไปถึงขั้นนั้นได้ ต้องทำการบ้านก่อน ต้องเตรียมต้องซ้อมไว้ก่อน ถ้าไม่ทำจะไม่มีกำลัง พอไปแล้วจะทำได้ จะสติแตก แทนที่จะถึงลงสู่ความสงบ จะถึงสู่ความเป็นบ้า เพราะควบคุมกิเลสไม่ได้ กิเลสจะทำให้สติแตก จะทำให้เป็นบ้าไปเลย ผู้ที่ปฏิบัติแล้วเป็นบ้ากัน เพราะไม่รู้กำลังของตนเอง ท่านถึงบังคับให้ผู้ที่ยังใหม่อยู่กับพระอาจารย์อย่างน้อย ๕ พรรษา ก่อนให้ศึกษาวิททยายุทธ ให้มีอาวุธคุ้มครองจิตใจก่อน แล้วค่อยออกไปต่อสู้กับกิเลสในสนามรบ

ตอนต้นก็ซ้อมกับอาจารย์ไปก่อน ให้อาจารย์ยุแหย่ให้เกิดกิเลสขึ้นมา ทำให้เรากลัว แล้วดูซิว่าจะปลงได้หรือไม่ ถ้าปลงได้ไม่กลัวท่านก็ออกวิเวกได้ ถ้ายังกลัวท่านอยู่ ท่านก็จะไม่ให้ไป ถ้าบวชใหม่ไปอยู่วิเวกส่วนใหญ่มักจะเสียหาย ไม่ค่อยได้ประโยชน์ นอกจากเก่งจริงๆ เช่นพระพุทธเจ้า เป็นต้น จะว่าไม่มีอาจารย์ก็ไม่เชิง ท่านก็ทรงศึกษากับพระอาจารย์ไม่ได้ไปอยู่ตามลำพัง ทรงศึกษาตามสำนักต่างๆ การอยู่ศึกษากับอาจารย์จึงเป็นเรื่องสำคัญ ไม่เช่นนั้นพระพุทธเจ้าคงไม่ทรงบังคับให้อยู่กับอาจารย์ถึง ๕ พรรษา พระที่บวชใหม่จะต้องไม่อยู่ปราศจากอาจารย์ ต้องถือนิสัยในอาจารย์หรือพระอุปัชฌาย์ ถ้าพระอุปัชฌาย์ไม่สามารถที่จะสอนได้ ท่านก็จะฝากให้ไปศึกษากับพระอาจารย์รูปที่สอนได้ ก็ต้องไปถือนิสัยกับพระอาจารย์รูปนั้น จะไปไหนมาไหนต้องขออนุญาตท่านก่อน ถ้าท่านให้ไปถึงจะไปได้ ถ้าท่านไม่ให้ไปก็ไปไม่ได้ ถ้าคือ ท่านก็จะไม่รับกลับมา ไปแล้วก็ไปเลย ไม่ต้องกลับมา ถือว่าขาดจากการเป็นอาจารย์เป็นลูกศิษย์แล้ว ถ้าอาจารย์สอนแล้วลูกศิษย์ไม่เชื่อฟังก็จะไม่มีประโยชน์ สอนไปก็เสียเวลา การศึกษาเป็นเรื่องสำคัญอย่างมากสำหรับผู้บวชใหม่ ผู้เริ่มปฏิบัติ พระพุทธเจ้าทรง

กำหนดไว้เลยว่าต้องศึกษาก่อน ปรียัติคือการศึกษาคำสอนของผู้รู้ ถ้ายังไม่รู้ก็ต้องหาผู้รู้ให้สั่งสอน ท่านสอนให้ทำอะไร ก็ปฏิบัติตาม จนกว่าจะบรรลุผลขึ้นมาเป็นปฏิเวธ ปรียัตินำไปสู่การปฏิบัติ ปฏิบัตินำไปสู่ปฏิเวธ พอบรรลุธรรมแล้วค่อยเผยแผ่สั่งสอนผู้อื่นต่อไป จะสอนก็ได้ ไม่สอนก็ได้ ไม่มีกฎบังคับตายตัว ขึ้นอยู่กับปัจจัยของแต่ละท่าน บางท่านไม่มีความสามารถที่จะสั่งสอนได้อย่างกว้างขวาง ก็อาจจะไม่สอน หรืออาจจะไม่มีผู้ศรัทธามาศึกษากับท่าน บางท่านมีความสามารถและมีผู้สนใจศึกษากับท่านมาก ท่านก็สอนไป

สิ่งที่สำคัญที่สุดของผู้ปฏิบัติ ก็คือปฏิเวธ การบรรลุผลที่เกิดจากการปฏิบัติ จะเกิดได้ก็ต้องมีการปฏิบัติที่ถูกต้อง คือ สุปฏิปันโน อสุปฏิปันโน ญายปฏิปันโน สามิจิปฏิปันโน จะปฏิบัติดีปฏิบัติชอบได้ก็ต้องมีปรียัติที่ถูกต้อง มีคำสั่งสอนที่ถูกต้องคือ สวากขาโต ภคเวตา ธัมโม จะศึกษากับใครถึงจะได้ สวากขาโต ภคเวตา ธัมโม ก็ต้องศึกษาจากพระไตรปิฎก เชื่อกันว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ได้รับการถ่ายทอดมาทุกยุคทุกสมัยจนถึงปัจจุบัน หรือไม่เช่นนั้นก็ต้องศึกษาจากพระอริยสงฆ์ ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ครูบาอาจารย์ผู้บรรลุ

มรรคผลนิพพานแล้ว ถึงจะได้ สวากขาโต ภควตา ธัมโม
ธรรมที่ตถาคตตรัสไว้ชอบแล้ว นี่คือขั้นตอนของการบำเพ็ญ
ของพุทธศาสนิกชน ไม่ว่าจะเป็นคฤหัสถ์หรือบรรพชิต
เหมือนกัน ไม่ต่างกัน ต่างกันตรงที่เวลาที่จะมีให้ต่อการ
บำเพ็ญกิจของพระศาสนา ถ้าเป็นบรรพชิตก็จะมีเวลาเต็มที่
ตั้งแต่ตื่นจนหลับเลย ไม่มีภารกิจอย่างอื่นมาดึงไป แต่ถ้าเป็น
ฆราวาสผู้ครองเรือน จะมีเวลาน้อยมากต่อการปฏิบัติกิจ
ของพระศาสนา วันหนึ่งแทบจะไม่มีเวลาเลย ถ้าไม่ตั้งใจจริงๆ
ถ้าไม่กำหนดตารางไว้จริงๆ แทบจะไม่มีเวลาบำเพ็ญกันเลย
ตื่นเช้าขึ้นมาก็ตาลีตาลานรีบไปทำงาน ทำมาหากินกัน
พอเย็นก็รีบตาลีตาลานกลับบ้าน เพื่อจะได้กินข้าว พักผ่อน
หลับนอน หาความสุขเล็กๆ น้อยๆ จากการดูหนังฟังเพลง
พักผ่อนหย่อนใจ เพื่อจะได้มีกำลังออกไปทำงานในวันรุ่งขึ้น
ฆราวาสจึงไม่ค่อยมีเวลาที่จะปฏิบัติกิจของพระศาสนา

ถามว่าฆราวาสกับบรรพชิตนี้ต่างกันไหม ไม่ต่างกัน
มีขันธ ๕ เหมือนกัน มีกายมีใจเหมือนกัน ต่างกันตรงที่มี
ความไฝธรรมมาน้อยต่างกัน ถ้าไฝธรรมมากก็จะมีกำลัง
มากพอที่จะสละเพศของฆราวาสได้ ออกไปปฏิบัติได้

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ

ออกไปบวชเป็นบรรพชิต เป็นนักบวช เพื่อปฏิบัติอย่างเต็มที่ แต่ถ้าบวชแล้วไม่ได้ปฏิบัติ กลับมาทำกิจของฆราวาส ก็ไม่ต่างกัน เช่น บวชแล้วไม่เคยนั่งสมาธิ ไม่เคยเดินจงกรมเลย ทำแต่บุญบังสังสวด บุญก็คืองานบุญ เช่น ญาติโยมนิมนต์ไปทำบุญที่บ้าน ถือนตาลปัตรไปนั่งสวดให้ญาติโยมฟัง เสร็จแล้วก็ฉัน ฉันเสร็จแล้วก็รับจตุปัจจัยไทยทาน แล้วก็กลับวัดมาพักผ่อน บ่ายๆ ก็ดื่มน้ำชากาแฟ ตอนกลางคืนก็เข้านอน เช้าก็ไปรับกิจนิมนต์ใหม่ รับสังฆทานบ้าง งานบุญบ้าง บังสกุลงบ้าง เวลาคนตายก็ไปบังสกุลง ถ้ามีพิธีสวดก็สวดกัน ถ้าทำกิจอย่างนี้ก็ไม่ต่างกับฆราวาส เพราะนี่ไม่ใช่กิจของพระศาสนา ไม่ใช่กิจที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติ ในอดีตนั้นท่านไม่ได้ถือกิจเหล่านี้เป็นกิจสำคัญ การสวด การท่องนี่ทำเพื่อสืบทอดพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นอุบาย ๓ ประการด้วยกัน คือ ๑. เป็นการสอนผู้สวดเอง ให้รู้พระธรรมคำสั่งสอนให้เกิดปัญญา ๒. ให้มีสมาธิ เวลาสวดพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า หรือท่องไปในใจ เป็นการทำสมาธิภาวนา ๓. เป็นการอนุรักษคำสอนของพระพุทธเจ้าไว้

ธรรมที่ออกมาจากใจกับธรรมที่พระพุทธเจ้าทรง
สั่งสอนนี้จะตรงกัน จะไม่มีปัญหาไม่สงสัย ถ้าศึกษา
อย่างเดียว ไม่ได้ปฏิบัติ ไม่มีปฏิเวธ จะสงสัย ไม่แน่ใจว่า
ธรรมที่ได้ยินนี้ถูกต้องหรือไม่ เป็นอย่างนั้นจริงหรือไม่ ถ้าจะ
อนุรักษพระศาสนาด้วยการท่องสวดอย่างเดียวจะไม่พอ
พระศาสนาจะต้องหมดไปอย่างแน่นอน ถ้าไม่มีการปฏิบัติ
พระศาสนาก็จะหมดไป ต่อให้มีการจาริกพระไตรปิฎกไว้ใน
ระบบข้อมูลสื่อสารต่างๆ ก็จะเป็นเพียงตัวหนังสือเท่านั้นเอง
อ่านแล้วจะไม่เข้าใจ จะลึกลับสงสัย เช่นเรื่องธาตุ ๖ นี้
ถ้าไม่เคยได้ยินไม่เคยศึกษามาก่อน ฟังครั้งแรกก็ต้องงง
ทันทีเลย ถ้าไม่ปฏิบัติจะไม่รู้ ถ้าปฏิบัติแล้วจะเข้าใจทันที
พออ่านปั๊บจะรู้ทันทีเลยว่าพูดถึงเรื่องอะไร เพราะมีอยู่ใน
ตัวเรา ไม่ได้อยู่ที่ไหน ธาตุ ๖ นี้มีอยู่ในตัวเรา ทุกสิ่งทุกอย่างที่
พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนี้ มุ่งมาที่กายและใจของเราเท่านั้น
อริยสัจ ๔ ก็อยู่ที่ใจของเรา อยู่ที่ร่างกายของเรา ทุกขสัจ
คือการเกิดแก่เจ็บตาย อะไรล่ะที่เกิดแก่เจ็บตาย ก็ร่างกายนี้
อะไรที่ทุกข์ ก็ใจนี้ที่ทุกข์ เพราะไปยึดไปติดกับร่างกายว่า
เป็นตัวเราของเรา นี่คือการอนุรักษพระศาสนาให้มีอายุยืน

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ

ยาวนาน ต้องอนุรักษ์ด้วยปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธในสมัยโบราณ ท่านสวดกันเพื่อเหตุนี้ แต่ในสมัยปัจจุบันไม่ได้สวดเพื่อเหตุนี้ สวดเพื่อกระตาศที่พิมพ์ตัวเลข เป็นพิธีกรรมได้อย่างมาก ก็ทาน ถ้าเอาเงินที่ได้มาไปทำทาน แต่การทำทานไม่ใช่หน้าที่ของนักบวช ที่ได้สละหมดแล้ว ทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทอง ถ้าบวชเพื่อมาหาเงินก็แสดงว่าไม่ได้มาบวชจริง

ผู้ที่บวชจริงๆ ได้สละหมดแล้ว ไม่ได้มาบวชเพื่อสะสม ทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทอง บวชเพื่อปฏิบัติธรรม ไม่ยุ่งกับเรื่องเงินทอง นอกจากว่ามานมัยอยู่กับท่านเอง อย่างนี้ก็ช่วยไม่ได้ เช่นครูบาอาจารย์ที่มีศรัทธาถวายเงินทองให้กับท่าน แต่จิตใจท่านไม่ได้มุ่งหาเงินหาทอง มันมาเอง ท่านก็ใช้ให้เกิดประโยชน์แก่โลก ถ้าท่านยังไม่บรรลুক้จะเป็นปัญหาได้ เพราะจะมีกิเลสที่ทำให้เกิดความโลภ เกิดความอยาก เกิดความหวงขึ้นมาได้ ถ้าไปเกี่ยวข้องกับเงินทองก็จะเสียได้ แต่ถ้าบรรลุดุธรรมแล้ว เสร็จกิจของท่านแล้ว วุสิตัง พรหมจริยงกิจในพรหมจรรย์ได้สิ้นสุดลงแล้ว ต่อให้เกี่ยวข้องกับเงินทองกองเท่าภูเขา ก็จะไม่เป็นปัญหาอย่างไร เพราะท่านรู้ว่ามันเป็นเพียงธาตุ เป็นกระตาศเท่านั้นเอง แต่เป็น

ประโยชน์กับผู้เดือดร้อน ไม่มีข้าวกิน ไม่มีบ้านอยู่ ไม่มีเสื้อผ้าใส่ ก็จะเป็นประโยชน์ แต่กับตัวท่านมันไม่มีประโยชน์อะไร ทั้งกายและใจ กายท่านก็ปล่อย ใจท่านก็ไม่ทุกข์กับอะไร ไม่มีความอยาก ต่อให้ได้เงินทองกองเท่าภูเขา ก็จะไม่มีความประโยชน์อะไรกับท่าน กลับเป็นภาระที่จะต้องจัดการดูแลแจกจ่ายให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด ถ้าผู้บวชใหม่เห็นครูบาอาจารย์มีเงินมีทองมาก ก็อยากจะมีเหมือนกับท่าน ก็แสดงว่าหลงทางแล้ว เพราะไม่ได้บวชเพื่อมาหาเงินหาทอง บวชเพื่อหารธรรม หาการหลุดพ้นจากความทุกข์ เป็นงานของนักบวช งานของพุทธศาสนิกชน

เป้าหมายของพวกเราทุกคนอยู่ที่การดับทุกข์ภายในใจ ถ้าปฏิบัติมากละได้มากก็จะดับได้มาก เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่เราถืออยู่นี้เป็นเหมือนไฟ เงินทองนี้เป็นเหมือนไฟ จะคอยเผาใจเราอยู่เรื่อยๆ ความสุขที่มันให้กับเรานี้มีเพียงเล็กน้อย แต่ความทุกข์ที่เผาใจเรานี้มีมากกว่าหลายเท่า แต่เราไม่รู้กัน พอเห็นเงินเห็นทองก็ตาลุกวาว คิดว่าจะให้ความสุขกับเรา แต่หารู้ไม่ว่าถ้าไปยึดติดกับเงินไปพึ่งเงินแล้ว เวลาไม่มีเงินจะอย่างไร จะอยู่เฉยๆ ได้ไหม ถ้าไม่ยึดไม่ติดกับเงินทอง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

จะอยู่ตามมีตามเกิดได้ คนรวยถึงทุกข์มากกว่าคนจน
ทุกข์เพราะกลัวจะจน แต่คนจนไม่กลัวความจน เพราะ
อยู่กับความจนตลอดเวลา คนจนทุกข์ตรงที่อยากจะรวย
แต่คนรวยกลับทุกข์เพราะไม่อยากจะจน แล้วก็ทุกข์เพราะ
อยากจะรวยกว่าเก่าอีก ทุกข์ทั้ง ๒ ด้านเลย ทุกข์ทั้งขึ้น
ทุกข์ทั้งลง รวยแล้วยังอยากจะรวยกว่านี้อีก แล้วก็กลัวจะ
จนอีก จึงอย่าไปอยากรวย อย่าไปกลัวจน พอมีพอกินไป
วันๆ หนึ่งก็พอแล้ว อย่าไปเสียเวลากับการหาเงินหาทอง
หรือรักษาเงินทองมากจนเกินเหตุ ให้มารักษาใจจะดีกว่า
ด้วยการศึกษา ด้วยการปฏิบัติ ด้วยปฏิเวธ พอได้ปฏิเวธ
แล้วใจจะปลอดภัยจากทุกข์ทั้งปวง ทุกข์ภัยต่างๆ ที่เกิด
จากกิเลสตัณหาจะไม่มี เพราะไม่มีกิเลสตัณหาหลงเหลือ
อยู่ในใจ ความสำคัญอยู่ตรงนี้ อยู่ที่ใจที่สะอาดบริสุทธิ์
ที่ได้ชำระความโลภความโกรธความหลงจนหมดสิ้นไป
ภารกิจอื่นไม่สำคัญ เพราะไม่สามารถชำระจิตใจให้สะอาด
บริสุทธิ์ได้ ต้องปฏิบัติกิจของพระศาสนา คือปริยัติ ปฏิบัติ
ปฏิเวธ เท่านั้นที่จะทำได้

ถ้าพอมีพอกินแล้ว ก็ควรหันมาปฏิบัติกิจของ
พระศาสนาให้มากขึ้นจะดีกว่า จะได้ไม่เสียชาติเกิด เพราะ
**มนุษย์นี้เป็นชาติเดียวเท่านั้นที่จะปฏิบัติกิจของ
พระศาสนาได้** แล้วก็ต้องเป็นในขณะที่มีคำสอนของ
พระพุทธเจ้าอยู่ด้วย ต้องมีสวากขาโต ภคฺวตา ธัมโม เป็น
ปริยัติธรรมนำทาง ถ้าไม่มีก็จะปฏิบัติแบบผิดๆ ถูกๆ จะไม่
สามารถบรรลุผลที่ถูกต้องได้ พวกเราถือว่าโชคดีมีบุญ
วาสนาที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ในขณะที่ยังมีสวากขาโต ภคฺวตา
ธัมโมอยู่ถ้าไม่รีบตักตวงก็จะเสียโอกาสที่ดีนี้ไป ต้องพิจารณา
และตัดสินใจเอง โอกาสอย่างนี้มีไม่บ่อย การจะได้กลับมา
เกิดเป็นมนุษย์อีก แล้วมาเจอพระพุทธศาสนาพร้อมๆ กันนี้
เป็นสิ่งที่ยากมาก ดังที่ทรงแสดงไว้ว่า มีสิ่งที่ยากอยู่
**๔ ประการด้วยกัน คือ ๑. การปรากฏของพระพุทธเจ้า
๒. การได้เกิดเป็นมนุษย์ ๓. การได้ศึกษาปฏิบัติธรรม
๔. การดำรงชีวิต** ตอนนี้พวกเรามีครบทั้ง ๔ ส่วนแล้ว
เป็นมนุษย์ ได้พบพระธรรมคำสอน ได้ศึกษาได้ปฏิบัติ ยังมี
ชีวิตอยู่สิ่งที่ขาดตอนนี้ก็คือการปฏิบัติ ต้องปฏิบัติให้มากขึ้น
ศึกษาให้มากขึ้น ตอนนี้ศึกษาปฏิบัติเดือนละครึ่งรู้สึกว่

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

น้อยมาก ถ้ากินข้าวเดือนละครึ่งจะเป็นอย่างไร ทำไม
ไม่ศึกษาปฏิบัติเหมือนกับกินข้าว กินข้าววันละ ๓ มื้อ น่าจะ
ศึกษาปฏิบัติวันละ ๓ รอบ รอบเช้า รอบกลางวัน รอบเย็น
รอบละชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ร่างกายอยู่ได้เพราะเราเลี้ยงดู
อย่างดี แต่ใจเราไม่สะอาดเพราะเราไม่ชำระเหมือนกับ
เลี้ยงดูร่างกาย ถ้าชำระใจเหมือนเลี้ยงดูร่างกาย จะสะอาด
มากกว่านี้ จะมีความสุขมากกว่านี้ ขอให้เอาสิ่งที่ได้ยินได้
ฟังนี้ไปพิจารณาและปฏิบัติตามแต่จะเห็นสมควร

ถาม : เผลออยู่ในเหตุการณ์รถไฟฟ้ายี่ห้อเอสจอตที่สถานี
ศาลาแดงสีลม ถูกยิงด้วยลูกกระเบิด

ตอบ : ถือเป็นการสะเดาะเคราะห์ไปก็แล้วกัน หรือเป็นการ
ทดสอบจิตใจก็ได้ สติปัญญาตอนนั้นเป็นอย่างไร

ถาม : ตอนหมอบก็พุทโธ ก็คิดว่า เอ๊ะ จะตายแล้วหรือ

ตอบ : ไม่ปลงว่าตายเป็นตาย เพียงแต่พุทโธ ยังอยู่แค่ขั้น
สมาธิเท่านั้น

ถาม : พอพ้นออกมาได้ เสียงยังสั่นอยู่เลย

ตอบ : เจอของจริงก็จะเป็นอย่างนี้ ตอนที่เราฟังธรรม ตอนที่เราพิจารณาธรรม เป็นการทำการบ้าน เวลาไปเจอของจริงถึงจะรู้ว่าใจเป็นอย่างไร ผ่านหรือไม่ผ่าน ถ้าผ่านต้องเป็นเหมือนน้ำนิ่ง ไม่กระเพื่อมเลย

ถาม : พระอาจารย์บอกว่าได้แค่สมาธิ ควรจะปฏิบัติอย่างไรคะ

ตอบ : ถ้าพิจารณาอยู่เรื่อยๆ ว่า ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นเพียงธาตุ ๔ ก็จะปลงไปเลยว่า จะพังก็พังไป จะตายก็ตายไป

ถาม : โดยปกติถ้าเจอวิกฤติแบบนี้จะพุทโธตลอด

ตอบ : ถ้าพุทโธก็เป็นเพียงสมาธิ ข่มใจไม่ให้คิดกลัว ไม่ใช่ปัญญา ถ้าเป็นปัญญาจะคิดว่าร่างกายไม่ใช่เป็นตัวเราของเรา ตายเป็นตาย ต้องตายแน่ๆ ลักวันหนึ่ง ถึงเวลาแล้วหรือ จะไปก็ไป ถ้าไม่เตรียมไว้ก่อนจะไม่คิดอย่างนี้

ถาม : ถ้าคิดว่าตายเป็นตาย แต่วังหนี่สุดชีวิต

ตอบ : ความคิดกับความจริงมันค้านกัน

ถาม : ถ้าจะว่ารู้หลบเป็นปึกรู้หลีกเป็นหางละเจ้าคะ

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

ตอบ : อยู่ทีใจเป็นหลัก ถ้าใจไม่เดือดร้อน การหลบเพื่อเป็นการรักษาชีวิตไว้ แต่ไม่ได้รักษาเพราะกลัว หรืออยากจะอยู่ต่อไป ก็ใช้ได้ ถ้าหลบเพราะกลัวก็แสดงว่ายังใช้ไม่ได้

ถาม : ถ้าหลบเพื่อรักษาชีวิตไว้ภาวนา

ตอบ : แสดงว่ายังไม่ปลง การภาวนาก็เพื่อให้ก้าวมาถึงจุดนี้ เมื่อมาถึงจุดนี้แล้วจะหนีทำไม จะเข้าห้องสอบอยู่แล้ว ถ้าหนีก็แสดงว่ายังไม่พร้อมที่จะเข้าห้องสอบ จึงต้องอ้ำงู้หลบเป็นปีกรู้หลักเป็นหาง ขอผลัดไว้ก่อน ขอเลื่อนไปก่อน ขอเข้าห้องสอบวันหลัง ถ้าพร้อมจะเข้าห้องสอบก็ต้องไม่หนี

ถาม : ถ้าคิดว่ารอดก็รอด ไม่รอดก็ไม่เป็นไรละเจ้าคะ

ตอบ : ถ้าปล่อยได้แล้วจะทำอย่างไรรู้ก็ได้ จะรักษาก็ได้ ไม่รักษาก็ได้ ถ้ายังไม่ปล่อยก็จะรักษาอย่างเดียว ไม่มีทางเลือก ต้องหลบอย่างเดียว ถ้าปล่อยได้แล้วก็จะเลือกได้ จะรักษาก็ได้ ไม่รักษาก็ได้ แล้วแต่เหตุการณ์

อย่างครูบาอาจารย์ จะหาหมอกก็ได้ ไม่หาหมอกก็ได้ ท่านไม่มีอะไรกับร่างกายแล้ว แต่ถ้ายังมีอยู่ก็ต้องรักษา

อยู่ที่ว่าเราผ่านหรือยัง ถ้ายังไม่ผ่านก็จะมีข้อแม้ต้องดูแลรักษา ถ้าผ่านแล้วจะรักษาก็ได้ ไม่รักษาก็ได้ ไม่ต้องอธิบายให้คนอื่นฟัง คนอื่นจะว่าเราอย่างไรจะไม่สนใจ เรารู้ว่าเรา รักษาหรือไม่รักษาเพื่ออะไร คนอื่นจะว่ายังยึดยังติดอยู่ ก็ปล่อยให้เขาว่าไป แต่เรารู้้อยู่แก่ใจ ไม่ต้องอธิบายว่าทำ เพราะเหตุนั้นเพราะเหตุนี้ เราจะทำอะไรกับร่างกายเป็นเรื่องของเรา ข้อสำคัญขอให้ปล่อยให้ได้ก่อน พอปล่อยได้แล้วจะไม่เป็นปัญหา ถ้ายังปล่อยไม่ได้ เวลาเกิดเหตุการณ์ ปัญญาจะไม่ทัน เป็นเหมือนนักวิ่ง ๒ คนวิ่งแข่งกัน **กิเลส** กับ **ธรรม** วิ่งแข่งกัน **ใครจะเร็วกว่ากัน ถ้าธรรมเร็วกว่าใจจะนิ่ง ถ้ากิเลสเร็วกว่าใจจะสั่น** ต้องฝึกปัญญาให้เร็วขึ้น เวลาอยู่กับครูบาอาจารย์ ท่านคอยจี้คอยเร่งอยู่เรื่อยๆ ให้ปัญญาหมุนตัวเลย ให้เร็วขึ้น ปัญญาจะเฉื่อยชามาก ตอนเริ่มปฏิบัติ ต้องอาศัยการกระตุ้นของครูบาอาจารย์ ถ้าท่านเก่งทางปัญญา ท่านจะกระตุ้นลูกศิษย์ คอยข่มคอยชู่ คอยจี้ตลอดเวลา ใหม่ๆ อยู่กับท่านก็ใจสั่นไปหมดเลย พอปัญญาเริ่มเร็วขึ้นก็จะสั่นน้อยลงไป จนนิ่งเลยก็ได้ คนที่ประสาทอ่อนจะอยู่ไม่ได้ ทนไม่ไหว รับไม่ได้

ถาม : ถ้ากิเลสมันดี้อจะทำอย่างไรดี

ตอบ : ต้องสู้กับมัน ต้องทรมานมัน ต้องอดข้าว พระพุทธเจ้าทรงอดถึง ๔๙ วัน มันถึงไม่ดี้อ การอดข้าวทำให้กิเลสอ่อนแรงลงไปมาก กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา จะอ่อนลงไปมาก จะไม่แข็งกร้าวเหมือนกับเวลาที่กินข้าว เวลากินข้าวอิมๆ มันจะดี้อ ไม่ยอมเข้าทางจงกรรมนี้ ขอนอนก่อน

ถาม : ดื่มน้ำอย่างเดียวใช้ไหมคะ

ตอบ : อยู่ที่ระดับของการอด อยู่ที่สถานที่ด้วย ถ้ารู้ดังคในป่าคนเดียว ก็จะมีแต่น้ำดื่มอย่างเดียว ถ้าอยู่ในวัดก็อาจจะมียอดื่มน้ำบ้าง ตอนบ่ายก็จะมีน้ำชา กาแฟ น้ำตาล น้ำอ้อย ขึ้นอยู่กับผู้อดจะมีความเข้มงวดมากน้อยเพียงไร

การอดหมายถึงไม่ฉันอาหาร ไม่ออกบิณฑบาต ถ้าสธรรมมิกสงสารเอาของมาฝาก เช่น นมกล่อง จะฉันก็ได้ ตอนบ่ายถ้ามีน้ำผึ้งน้ำผลไม้ดื่ม จะดื่มก็ได้ ไม่ดื่มก็ได้ ขึ้นอยู่ว่าจะอดหนักขนาดไหน การอดอาหารช่วยทำให้การภาวนาง่ายขึ้น เติบจนกรรมง่ายขึ้น นั่งสมาธิไม่่วงเหงาหาวนอน

ความเพียรมีมากขึ้น ความเกียจคร้านมีน้อยลง ความเห็นภัยมีมากขึ้น สติดีขึ้น เพราะต้องคอยควบคุมใจ เวลาอดอาหารใจจะปรุงแต่งเรื่องอาหารอยู่เรื่อย ต้องคอยดึงให้อยู่กับพุทโธ ถ้ายังพิจารณาไม่เป็น ถ้าพิจารณาเป็น ก็จะพิจารณาอาหารแปฏิกุลสัญญา พิจารณาอาหารที่อยู่ในปากอยู่ในท้อง ก็จะหายอยาก ถ้าไม่มีปัญญาไม่มีสติไม่มีสมาธิก็จะอดไม่ได้ เพราะจะเห็นอาหารลอยอยู่ในใจตลอดเวลา ถ้ามีสติควบคุมใจได้ ก็จะบังคับให้ภาวนา ถ้าไม่พุทโธก็ต้องพิจารณาอาหารแปฏิกุลสัญญา ถ้าพิจารณาได้แล้วจะไม่มีปัญหาเรื่องอยากอาหารอีกต่อไป จะกินตามความจำเป็นของร่างกาย จะใช้การอดอาหารเป็นแนวทางของการปฏิบัติ จะไม่ฉันทามปกติ เพราะเวลานั้นจะขี้เกียจ จะเห็นความแตกต่างกัน ถ้าอยู่ในวัดการอดอาหารก็จะได้ปลีกวิเวก ไม่ต้องทำกิจร่วมกับหมู่คณะที่ต้องออกไปบิณฑบาต ทำกิจที่ศาลา กว่าจะเสร็จก็หมดไป ๓ - ๔ ชั่วโมง ตอนนั้นก็สามารถเดินจงกรม นั่งสมาธิ อยู่ตามลำพังในที่พัก

การอดอาหารนี้ถ้าถูกจริตก็จะเป็นเครื่องมือที่ดี เป็นอาวุธคู่ใจ ใช้ไปจนกว่าไม่มีความจำเป็นที่จะต้องใช้

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

อีกต่อไป ถ้าไม่ถูกจริตก็จะอดไม่ได้ อดแล้วเครียดฟุ้งซ่าน คิดปรุงแต่งแต่เรื่องอาหารตลอดเวลา ไม่ภาวนา เวลาอดอาหารแล้วไม่ภาวนา พอจิตเผลอก็จะคิดแต่เรื่องอาหาร ก็จะหิวจะทุกข์ ต้องขยันภาวนา พอออกจากสมาธิก็จะเดินจงกรมต่อ คอยควบคุมจิตไม่ให้คิดถึงเรื่องอาหาร จะใช้บริกรรมพุทโธก็ได้ จะใช้สติให้อยู่กับการเดินก็ได้ หรือจะพิจารณาธรรมก็ได้ พิจารณาธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ เกิดแก่เจ็บตายอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พิจารณาอาหารแปดกัณฐ์สัญญา เปลี่ยนไปตามอัธยาศัย ถ้าใจอยู่กับธรรมก็จะเจริญขึ้นไปเรื่อยๆ พอพิจารณาจนจิตเริ่มไม่สงบแล้วก็หยุด กลับไปนั่งสมาธิใหม่ พุทโธฯ ไป หรือดูลมหายใจไป พักจิต พอจิตสงบ ความหิวความเหนื่อยทางร่างกายก็หายไป พอจิตออกมาจากสมาธิก็จะกระปรี้กระเปร่า มีกำลังวังชา ออกเดินจงกรมต่อ ก็จะได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ไม่ต้องไปทำกิจอย่างอื่น แต่กิจที่ต้องทำคือปิดกวาด ปิดกวาดไปก็ภาวนาไป เหมือนเดินจงกรมไป พุทโธฯ ไป หรือพิจารณาธรรมไป ถ้าไปคลุกคลีกับหมู่คณะจะคุยกัน พูดเรื่องนั้นพูดเรื่องนี้ จิตจะฟุ้ง พอกลับมาอยู่คนเดียวจิตยังฟุ้งอยู่ ภาวนาไม่ลง

ถ้าเพลอสติทนไม่ไหว ก็จะไปหาของกินอีก ถ้ามีสติคุมจิตอยู่ตลอดเวลา ก็จะภาวนาตลอดเวลา จะลืมเรื่องกินไป

พอใจได้อาหารแล้วใจจะอึด ความหิวของร่างกายจะไม่กระทบกับความอึดของใจ ถ้าใจหิว ถึงแม้ร่างกายจะอึดก็ยังไม่อยากจะกินอีก ทั้งๆ ที่ร่างกายเพิ่งกินเสร็จไปใหม่ๆ ก็ยังอยากจะตื๋มนั้นตื๋มนี้อีก เพราะใจไม่อึด ไม่ได้รับอาหารคือธรรมะ จึงไม่เป็นเรื่องแปลกสำหรับผู้ปฏิบัติที่จะอดอาหารครั้งละหลายๆ วัน ถ้าไม่เคยอดจะคิดว่ายู่ได้อย่างไร ถ้าอดไปหลายวันก็อาจจะมิชอบบางอย่างตื๋มบ้าง เช่น น้ำปानะ น้ำตาล เพื่อให้มีกำลังบ้าง ครูบาอาจารย์ที่ไปอยู่ในป่า ไปธุดงค์ปลีกวิเวกไปอยู่องค์เดียว เวลาทำนอดอาหารหลายวัน ชาวบ้านคิดว่าท่านตาย ไม่ได้ไปนิมิตบาต ต้องมาที่פקดูว่าเป็นอย่างไร ท่านก็ไม่มีอะไรติดตัวไป ท่านก็ตื๋มแต่น้ำอย่างเดียว ตอนนั้นจิตของท่านไม่ได้สนใจกับเรื่องอาหารจิตของท่านอยู่กับธรรมตลอดเวลา เเดินจงกรม นั่งสมาธิ ถ้าไม่พิจารณาก็เข้าสู่ความสงบ จิตก็จะเจริญก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

การปลีกวิเวกจึงเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับผู้ปฏิบัติ เพื่อการหลุดพ้น ถ้าไปคลุกคลีจะเสียเวลา เพราะจิตจะคิด ทางด้านอื่น จะคุยเรื่องโลก เรื่องรูปเสียงกลิ่นรสกัน จิตก็จะฟุ้ง จะสงบยาก ถ้าอยู่คนเดียวจะไม่มีเรื่องอื่นมาดึงไป จะอยู่กับธรรมอย่างต่อเนื่อง จะเห็นธรรมชัดขึ้นไปเรื่อยๆ ดินน้ำลมไฟก็จะเห็นชัดขึ้น อสุภะก็จะเห็นชัดขึ้น คือเห็นอย่างต่อเนื่อง เห็นอยู่เรื่อยๆ เวลามองร่างกายก็จะเห็นอสุภะ จนติดตาติดใจ พอจิตจะเห็นว่าสวยว่างาม ก็จะถูกธรรมที่เห็นชัดอยู่นี้ลบลอกไปทันที กามราคะจึงอยู่ในใจไม่ได้ ที่อยู่ได้เพราะเราเลี้ยงมัน ชอบคิดแต่ความสวยความงาม ถ้าคิดว่าร่างกายเป็นตัวเราของเรา ก็เท่ากับเรากำลังเลี้ยงโมหะ อวิชชา เลี้ยงความมืดบอด เลี้ยงความหลง ถ้าคิดว่าเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ เป็นความจริงที่จะทำลายความหลง ความมืดบอดที่อยู่ในใจให้หมดไป ไม่มีทางอื่น มีทางนี้ทางเดียวเท่านั้น คือวิปัสสนา หรือปัญญา แต่ต้องมีสมาธิด้วยถึงจะสามารถทำได้อย่างต่อเนื่อง ต้องมีสติก่อน ถ้าไม่มีสติก็จะไม่สงบ ถ้าไม่สงบ กิเลสจะมีกำลังมากกว่า จะฉุดให้ไปคิดเรื่องโลก คิดถึงลูก คิดถึงสามี คิดถึงภรรยา คิดถึงสมบัติข้าวของเงินทอง ก็

ติดอยู่กับเรื่องเหล่านี้ เป็นการเลี้ยงกิเลสโมหะความหลง ให้มีอายุยืนยาวนานขึ้นเพื่อครอบครองจิตใจของเราต่อไป

ถ้าคิดในทางปัญญา ก็จะตัดอายุของกิเลสโมหะ ความหลงให้สั้นลงไปเรื่อยๆ จนหมดไปในที่สุด **สติ ปัญญา สมาธิ เป็นธรรมที่เกี่ยวเนื่องกัน มีศรัทธากับวิริยะสนับสนุน** ต้องมีศรัทธาในคำสอนของพระพุทธเจ้า ศึกษาแล้วก็ ปฏิบัติตามด้วยวิริยะอุตสาหะความพากเพียร ปฏิบัติอะไร ก็ปฏิบัติสติสมาธิและปัญญา **ถ้ามีธรรมทั้ง ๓ นี้ก็จะมีวิมุตติ** การหลุดพ้นตามมา เป็นสูตรตายตัวตั้งแต่สมัยพุทธกาล ใครปฏิบัติตามสูตรนี้ได้ก็จะได้ผลอย่างน้อยอย่างแน่นอน ไม่อย่างนั้นจะไม่ปรากฏมีพระอริยสงฆ์สาวกมาอย่างต่อเนื่อง ทุกยุคทุกสมัย จนถึงยุคปัจจุบันนี้ เพราะธรรมะเป็นอกาลิก ไม่เสื่อมไปตามกาลตามเวลา สมัยพุทธกาลปฏิบัติกันอย่างไร สมัยนี้ถ้าปฏิบัติอย่างนั้นก็จะได้ผลเหมือนกัน ไม่แตกต่างกัน อยู่ที่ไม่ปฏิบัติกัน หรือปฏิบัติเพียงเดือนละครึ่ง แล้วก็มา บ่นว่าปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย ปฏิบัติมาตั้งนานแล้ว ปฏิบัติ เดือนละครึ่งมาตั้ง ๕ ปีแล้ว ต่อให้ปฏิบัติอย่างนี้อีก ๑๐๐ ปี ก็จะไม่ก้าวหน้า

ถาม : อยากจะทำอย่างปฏิบัติตามที่ท่านอาจารย์สอน และก็อยากเป็นอย่างที่ท่านอาจารย์เป็น แต่ก็ทำไม่ได้สักที ไม่ทราบว่าท่านอาจารย์มีแรงบันดาลใจอะไร

ตอบ : ไม่มี มีแต่ความขยัน ต้องกำหนดตาราง บังคับตัวเราให้ทำตามตาราง กำหนดจากน้อยไปหามาก เข้าเย็นเอาวันละ ชั่วโมงก่อน ต่อมาก็เพิ่มเป็น ๒ ชั่วโมง เพิ่มจาก ๒ รอบเป็น ๓ รอบ ถ้าปล่อยวางได้มากก็จะเพิ่มได้มาก ต้องลดภารกิจอื่น อ่ยารักพี่เสียตายน้อง ต้องเอาธรรม อย่าเอาโลก

ถาม : ลูกหมายความว่าท่านอาจารย์มีแรงบันดาลใจอะไร

ตอบ : ความเชื่อและความขยัน ถ้าปฏิบัติมากก็ได้ผลมาก ถ้าปฏิบัติน้อยก็ได้ผลน้อย เชื่อว่าสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน มีจริง อยู่ในความสามารถของพวกเราของทุกคน ไม่เช่นนั้น พระพุทธเจ้าจะไม่ทรงเสียเวลามาสอนพวกเรา แต่พวกเรา ไม่มีความเชื่อมั่นในคำสอน ไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเรา เราประมาทตัวเรา เราประมาทคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงไม่อุตสาหะพากเพียรที่จะปฏิบัติตาม ยังถูกกิเลสหลอกว่า ไม่มีปัญญา ไม่มีบารมี หลอกเราไปเรื่อยๆ ถ้ายังคิดอย่างนี้อยู่

อีก ๑๐ ขาติก็จะเป็นอย่างนี้ ถ้าคิดว่าพระพุทธเจ้าทรงสอนความจริง เราสามารถปฏิบัติตามได้ ขอให้ทำจริงๆ เกิด

ถาม : เวลาทำสมาธิจนรู้สึกว่างิ่ง ก็พิจารณาอาการ ๓๒ ของร่างกาย หรือธาตุ ๔ พอพิจารณาแล้วจะรู้สึกสลดสังเวช แล้วก็ร้องไห้เกือบทุกครั้ง แบบนี้จิตเศร้าหมองหรือเปล่า

ตอบ : ไม่เศร้าหมอง เป็นธรรมสังเวช ผลที่ต้องการคือการปล่อยวางร่างกาย เวลาารู้สึกสลดสังเวชแล้ว ต้องปล่อยวางร่างกาย พิจารณาเพื่อให้จิตปล่อยวาง ไม่ให้ยึดติดกับร่างกาย

ถาม : ต้องทำอะไรต่อไป

ตอบ : พิจารณาไปเรื่อยๆ พอพร้อมแล้วก็ไปหาที่พิสูจน์ดูว่ายังยึดติดอยู่หรือเปล่า ปล่อยได้หรือเปล่า ตอนนี้เป็นเพียงทำการบ้าน เป็นการซ้อมอยู่ ยังไม่ได้ขึ้นเวทีจริง ถ้าคิดว่าพร้อมแล้ว เหมือนนักมวยที่ซ้อมมาอย่างเต็มที่แล้ว พร้อมทั้งจะขึ้นไปชิงเข็มขัดแล้ว ก็ขึ้นไปบนเวทีไปหาคู่ต่อสู้ คู่ต่อสู้ก็

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

คือความกลัวตาย ไปหาสถานที่ๆ จะทำให้เกิดความกลัวตาย
ขึ้นมาสู้กับมันดู ดูว่ามันจะดับหรือเราจะดับ

ถาม : ถ้าเราดับก็คือเราสติแตก

ตอบ : อาจจะไม่สติแตก แต่อาจจะใจสั้นขวัญหาย แสดงว่า
ยังดับเขาไม่ได้ ถ้าดับได้แล้วจะเฉยจะยิ้มจะมีความสุข

ถาม : เวลาจิตนิ่งจะมีแบบอารมณ์เศร้าหมองเข้ามา ก็เห็นว่า
อารมณ์กับจิตไม่ได้เป็นสิ่งเดียวกัน เห็นว่ามันเกิดดับ ถ้าสมมุติ
เราตายตอนที่เราดูความเศร้าหมองนี้ จิตจะไปไหนคะ

ตอบ : ตอนนั้นจิตยังไม่สงบ ยังไม่ได้เป็นสมาธิ ไม่สงบเต็มที่
ถ้ายังมีอารมณ์อยู่ยังไม่เป็นสมาธิ จิตยังไม่สงบ ถ้าเศร้าหมอง
ก็ไปแบบเศร้าหมอง ถ้าผ่อนคลายก็ไปแบบผ่อนคลาย อารมณ์จะ
เป็นตัวพาไป จะไปดีหรือไม่ดีก็อยู่ที่อารมณ์นี้

ถาม : ถ้าจะดูเกิดดับ เราต้องตามดูใช่ไหม

ตอบ : เวลาทำสมาธิไม่ต้องการตามดูอารมณ์ ควรบริกรรม
พุทโธหรือดูลมหายใจเข้าออก อย่าไปดูอะไร ถ้าดูจะไม่ได้

สมาธิ เวลาไม่ได้ทำสมาธิแล้วมีอารมณ์ไม่สบายใจขึ้นมา ถ้ามีสติปัญญาก็ควรพิจารณาเพื่อให้มันดับไป เช่น พิจารณาว่า ทำไมต้องมีอารมณ์กับสิ่งที่เราเห็น พิจารณาหาต้นเหตุคือการไม่เห็นไตรลักษณ์ จึงมีความรักความหวงความห่วง พอเห็นก็อดที่จะหวงไม่ได้ เกิดอารมณ์เศร้าหมองขึ้นมา ถ้ามีปัญญารู้ทันก็จะไม่หวงไม่ห่วง เพราะเดี๋ยวก็ต้องตายจากกัน ก็จะไม่หยาบเศร้าหมอง ต้องพิจารณาให้เห็นว่าเป็นไตรลักษณ์ ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นสภาวะธรรม เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป ถ้าไปยึดไปติดก็จะเกิดความเศร้าหมองเกิดความดีใจเสียใจ ต้องปล่อยวาง อารมณ์เป็นผล เราต้องพิจารณาเหตุ อะไรทำให้เกิดอารมณ์ ถ้าดับเหตุได้ อารมณ์จะไม่เกิด ความไม่สบายใจจะไม่เกิด เช่นเราไม่สบายใจเพราะไปคิดว่าเขาเป็นสามี เป็นภรรยา เป็นลูกเรา ถ้าพิจารณาด้วยปัญญาก็จะเห็นว่าเป็นเพียงดินน้ำลมไฟ ต้องแก่เจ็บตายเป็นธรรมดา ที่เป็นลูกเป็นสามีเป็นภรรยา นี่เป็นเพียงสมมุติ ไม่ได้เป็นความจริง ความจริงเป็นเพียงธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ ที่จะต้องแยกสลายดับไป

ต้องเห็นความจริงที่เหนือสมมุติ เราเห็นแต่ความจริงของสมมุติไม่เห็นความจริงของวิมุตติ ต้องเห็นความจริงของวิมุตติ จิตถึงจะวิมุตติหลุดพ้นได้ **ความจริงของวิมุตติ ก็คือเห็นว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ ดินน้ำลมไฟ** เป็นความจริงที่เหนือสมมุติ แต่เราเห็นความจริงของสมมุติ เห็นเป็นพี่เป็นน้อง เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นลูกศิษย์เป็นอาจารย์ เป็นลูก เป็นสามี เป็นภรรยา ไม่เห็นเป็นดินน้ำลมไฟ ไม่เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พอคิดถึงเขาหรือเห็นเขา ก็จะเกิดอารมณ์ขึ้นมาทันที ไม่รักก็ชัง ไม่ดีใจก็เสียใจ บางทีก็เฉยๆ แต่ไม่ได้เฉยๆ เพราะอุเบกขา เพราะไม่ได้รักไม่ได้ชังก็เลยรู้สึกเฉยๆ อย่างนี้ไม่ใช่อุเบกขา ไม่ได้ปล่อยวาง ถ้าอุเบกขาปล่อยวาง ต้องเห็นเป็นเพียงดินน้ำลมไฟ เกิดแก่เจ็บตาย อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ใจก็จะนิ่ง เห็นอะไรก็จะเฉยๆ

ถาม : ถ้าอย่างนั้นเราพิจารณาได้ตลอดเวลาในทุกเรื่องที่เข้ามา แต่ตอนที่เรานั่งสมาธิ เราพิจารณาเฉพาะเรื่องนั้น

ตอบ : เป็นการทำการบ้าน ซ้อมเอาไว้ก่อน ถ้าเข้าสนามสอบจริง เวลาใครดำเรายืมได้หรือไม่ พิจารณาได้หรือไม่

**ว่าเป็นสักแต่ว่าเสียง เป็นสภาวะธรรมที่เกิดแล้วดับ เป็น
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**

ปัญญามีอยู่ ๓ ขั้น คือ ๑. สุตตมยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการฟัง ตอนนี้เรากำลังฟังธรรมกัน ก็ได้ปัญญาระดับหนึ่ง ๒. จินตามยปัญญา เอาธรรมที่ได้ยินไปทำการบ้าน เอาไปพิจารณาใคร่ครวญอยู่เรื่อยๆ ซ้อมดำเรา ดำจนรู้สึกเฉยๆ ต่อไปเวลาใครดำจะไม่ทุกข์ ๓. ภาวนามยปัญญา ปัญญาที่ใช้ในเหตุการณ์จริง พอถูกด่าก็ยิ้มได้ ก็จะผ่านไปได้ ต้องทนกับเหตุการณ์ พอเกิดปั๊บก็รับได้ทันที ก็เลสล่อลม่าปั๊บ ดับได้ทันที อย่างนี้ถึงเป็นภาวนามยปัญญา ถ้าเป็น จินตามยปัญญา พอเจอของจริงก็สติแตก ใจก็กระเพื่อม ลืมหมดเลย อุตส่าห์ซ้อมมา เวลาโกรธก็โกรธอย่างเต็มที่เลย เป็นการทดสอบปัญญาว่าอยู่ขั้นไหน อยู่ขั้นจินตามยปัญญา หรืออยู่ขั้นภาวนามยปัญญา ถ้าอยู่ขั้นภาวนามยปัญญาก็จะรับได้ทุกรูปแบบ จะรู้ว่าเป็นไตรลักษณ์ทันที เป็นสิ่งที่ต้องปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติด อุบายที่จะทำให้เห็นอย่างนี้ต้องไป คิดค้นเอาเอง เช่นมองว่าเป็นเหมือนเด็ก ไปถือสาทำไม จะทำอะไรก็ปล่อยยให้ทำไป เวลาเด็กทำอะไรเราไม่เดือดร้อน

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

จะงอแงจะดื้อเราก็เฉย แต่กับแฟนเราสามีเราภรรยาเรา
ทำไมดูว่าเขาเป็นเด็กไม่ได้ ถ้าดูว่าเป็นเด็กก็จะปล่อยเขา
อยากจะทำอะไรก็ปล่อยให้ทำไป ต้อหาอุบายเอง ของแต่
ละคนไม่เหมือนกัน

อุบายของปัญญานี้มีหลากหลาย แต่สมาธิไม่ค่อย
หลากหลาย ให้มีสติอยู่กับอารมณ์กรรมฐานเพื่อดีงจิตให้รวม
ลงเป็นสมาธิ **ปัญญามีหลายชั้น** ชั้นหยาบ ชั้นกลาง ชั้นละเอียด
ชั้นหยาบก็เกี่ยวกับภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ
ชั้นกลางก็เกี่ยวกับชั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร
วิญญาณ ชั้นละเอียดก็เกี่ยวกับจิต ต้อตัดภายนอกก่อน
ถึงจะเข้าสู่ภายในได้ พวกนักบวชตัดภายนอกได้แล้ว ตัดรูป
เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สละข้าวของเงินทองแล้ว ก็ตรงมา
ที่ชั้น ๕ พิจารณารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จนปล่อย
ได้แล้วก็จะถึงตัวจิต จะพบกับกิเลสที่ละเอียดที่สุด ถ้าเพิ่งเริ่ม
ปฏิบัติแล้วจะดูจิตเลย จะชำระกิเลสในจิตไม่ได้ **ผู้ที่เริ่มปฏิบัติ**
ยังติดอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส ดูจิตจะไม่ได้ผลอะไร จะโดน
กิเลสหลอก หลอกให้ซื้อเป๊ปซี่มาดื่มก็ทำตาม หลอกให้ไปเที่ยว
ก็ไปเที่ยว ดูจิตอย่างนี้กิเลสชอบ กิเลสไม่ตาย จิตไม่สงบ

ถ้าจิตเพื่อพัฒนาสติ ก็ให้มีสติดูว่าจิตกำลังคิดอะไร คิดดีหรือคิดไม่ดี ถ้าคิดไม่ดีก็ต้องระงับ ถ้าไม่บรรลุมรรคผล แสดงว่าผลอสติแล้ว ถ้าใช้พุทโธเป็นกรรมฐาน ถ้ามีสติก็ต้อง บรรลุมรรคผลตั้งแต่ต้นจนหลับ ถ้าไม่บรรลุมรรคผล แสดงว่า ผลอสติแล้ว ถ้าใช้อาการ ๓๒ เป็นกรรมฐาน ก็ต้องพิจารณา อาการ ๓๒ ผมน ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ฯลฯ ตลอด เวลา **ตอนเริ่มต้นปฏิบัติควรตั้งสติที่กาย เพราะง่ายกว่า ตั้งที่จิต** เพราะกายหยابกว่าจิต เห็นได้ด้วยตาเปล่า เอาจิต ผูกไว้กับกาย กายอยู่ตรงไหนจิตก็อยู่ตรงนั้น ไม่ให้ไปที่อื่น ไม่ใช่กายอยู่ตรงนี้แต่จิตไปอยู่ที่กรุงเทพฯ ให้จิตอยู่ที่กาย ตลอดเวลา กายกำลังเดิน จิตก็เดินไปกับกาย กายกำลัง รับประทานอาหาร จิตก็รับประทานอาหารไปกับกาย กายกำลังอาบน้ำ จิตก็อาบน้ำไปกับกาย ให้จิตอยู่กับกาย ตลอดเวลา อย่างนี้ก็มีสติ เพราะจิตไม่ไปที่อื่น พอสั่งให้ จิตดูลม หรือบรรลุมรรคผล ก็จะอยู่กับพุทโธ อยู่กับลม ถ้าอยู่ ได้อย่างต่อเนื่อง ๕ นาที หรือ ๑๐ นาที จิตก็จะรวมลงสู่ ความสงบ เป็นสมาธิ ถ้าไม่ออกไปรับรู้อะไรก็จะดี ถ้าออกไป รับรู้ก็ควรดึงจิตกลับเข้ามา ตอนนี้ไม่ควรไปรับรู้เรื่องราว

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

ต่างๆ ควรทำสมาธิเพื่อสร้างฐานของความสงบให้แก่จิต ถ้าจิตออกไปรับรู้จะไม่สงบ พอออกจากสมาธิจะเหมือนไม่ได้นั่งสมาธิ จะไม่มีกำลังที่จะต้านกิเลส พอเห็นรูป เสียง กลิ่น รส กิเลสก็จะทำงานทันที ถ้าจิตสงบนิ่งไม่รับรู้อะไร เวลาออกมาจะมีกำลังต้านกิเลสได้ เวลาเห็นอะไรกิเลสจะไม่ขึ้นมาทันที จะมีเวลาเอาจิตที่สงบที่ไม่มีกิเลสรบกวน มาพิจารณาธรรมได้ มาเจริญวิปัสสนาได้ พอเจริญไปได้สักระยะหนึ่ง ความสงบก็จะอ่อนกำลังลง กิเลสก็จะออกมา รบกวน จะพิจารณาไม่ได้ผล ก็ต้องกลับเข้าไปในสมาธิใหม่

สมาธิกับปัญญาจะสลับกันทำงาน จะสนับสนุนกัน สมาธิเป็นที่พักผ่อนหลับนอนของจิต ปัญญาเป็นที่ทำงาน เช่น พวกเราเข้าก็ออกจากบ้านไปทำงาน เย็นก็กลับมาบ้าน มาพักผ่อนกินข้าวหลับนอน พอเช้าตื่นขึ้นมา ก็ออกไปทำงานใหม่ การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน เวลาออกจากสมาธิก็ไปทำงาน พิจารณาไตรลักษณ์ พิจารณาชั้น ๕ พอพิจารณาไม่ได้ผลแล้วก็กลับมาพักในสมาธิ พอจิตอิ่มตัวแล้วถอนออกมาเอง ก็ไปพิจารณาใหม่ ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ปัญญาจะไวขึ้นไปเรื่อยๆ จะทนกิเลสขึ้นไปเรื่อยๆ

พอคิดอะไรไม่ตรงกับความจริงจะเห็นทันที ถ้าว่าสว
ว่างามก็จะเห็นทันที คิดอยากจะอยู่ไปนานๆ ก็จะได้
ทันที อยากจะไม่เจ็บไข้ได้ป่วยก็จะเห็นทันที จะตัดได้ทันที
จิตจะปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง

ถาม : ไปปฏิบัติธรรมคราวหน้า กลางคืนจะไปนั่งข้างนอก
จะได้ไหม

ตอบ : ต้องดูใจตัวเองว่ามีกำลังพอหรือไม่ ไม่ต้องรีบร้อน
ใจเย็นๆ ก้าวไปด้วยความมั่นใจ อย่ารีบร้อน อาจจะ
ผิดพลาดได้ ถ้ายังไม่มั่นใจก็อย่าเพิ่งออกมา นั่งข้างนอก

ถาม : ตอนที่ท่านอาจารย์ไปอยู่ที่วัดป่าบ้านตาด ไม่ได้
พูดคุยกับใครโดยไม่จำเป็น และไม่ได้ออกไปไหนเลย ท่านมี
วิหารธรรมข้อไหนเป็นเครื่องอยู่

ตอบ : มีความสงบเป็นเครื่องอยู่

ถาม : ถ้ายังไม่มีแล้วมันดีขึ้น

ตอบ : ต้องสู้กับมัน

ถาม : รู้สึกเหนื่อยมาก

ตอบ : เป็นเหมือนปีนเขา พอถึงยอดเขาแล้วจะสบาย
ต้องพยายาม

ถาม : บางครั้งมีกิเลสเกิดขึ้นในขณะที่เดินจงกรม แต่ไม่สามารถเอาชนะมันได้ ไปเล่าให้อาจารย์ฟัง ท่านพูดคนเดียว
ก็วางได้ ถ้าไม่มีอาจารย์จะอย่างไร

ตอบ : หาอาจารย์

ถาม : ถ้าไปอยู่กลางป่ากลางเขาคนเดียวจะสู้ได้อย่างไร

ตอบ : ต้องพร้อมก่อน ถ้ายังไม่พร้อมต้องอยู่กับอาจารย์ไปก่อน

ตอนต้นต้องมีอาจารย์คอยสอนคอยให้กำลังใจ ต้องมีความสงบเป็นฐานก่อน ถึงจะออกไปอยู่คนเดียวได้ เป็นการเข้าสนามสอบแล้ว ถ้ามีสุตตมยปัญญา มีจินตามยปัญญาแล้ว
อยากจะไปทดสอบกำลังของภาวนามยปัญญาก็ต้องไปอยู่คนเดียวไปเข้าสนามสอบ เป็นการปฏิบัติขั้นสูง ต้องมีสติ มีสมาธิมีปัญญาพอที่จะรักษาตนได้แล้ว ท่านถึงจะให้ไป

ถ้ายังไม่มียาไปอยู่คนเดียว ยังเป็นเหมือนเด็กทารก ต้องมีพ่อแม่คอยเลี้ยงดูอบรมสั่งสอน พอโตเป็นที่พึ่งของตนได้แล้วค่อยไป ประโยชน์ของครูอาจารย์เป็นอย่างนี้ พอมีปัญหาไปเล่าให้ท่านฟังบ้าง ท่านจะแก้ให้เราทันที ใจของเรายังไม่ดีพอ ไม่มีปัญญา มีแต่กิเลสคอยเหยียบย่ำทำลาย ทำให้ห่อเหี่ยวเบื่อหน่าย หมดศรัทธา ไม่อยากปฏิบัติ ถ้าอยู่กับครูบาอาจารย์ ท่านจะสอนอยู่เรื่อยๆ

สมัยที่ไปอยู่กับหลวงตา ไม่ค่อยมีคนไป ท่านจะเรียกประชุมสงฆ์ทุก ๔/๕ วัน อบรมธรรมะ พอฟังแล้วได้กำลังใจ พอออกจากที่ประชุมไปเดินจงกรมได้หลายชั่วโมง วันไหนไม่ได้ฟังธรรม เดินชั่วโมงเดียวก็เหนื่อยแล้ว ไม่อยากจะเดินมันต่างกัน เวลาได้ฟังธรรมจะได้กำลังใจ แต่จะจางหายไปหลังจาก ๓/๔ วันผ่านไปแล้ว ท่านถึงต้องเรียกประชุมอยู่เรื่อยๆ พระพุทธเจ้าจึงทรงกำหนดวันพระให้ญาติโยมเข้าวัดกัน เพื่อจะได้เติมธรรมะเติมปัญญาเพื่อหล่อเลี้ยงจิตใจ ให้มีกำลังใจต่อสู้กับปัญหาต่างๆ วันพระเป็นวันธรรมสวนะ วันฟังธรรม กาเลณะ ธัมมัสสวนัง เอตัมมังคลมุตตมัง การฟังธรรมตามกาลตามเวลาเป็นมงคลอย่างยิ่ง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

คราวที่แล้วบอกให้ฟังธรรมทุกวัน ตอนเช้าตื่นขึ้นมา ก่อนจะออกไปทำงาน เคยตื่นตอนก็โง่งก็ตื่นขึ้นมาก่อนสัก ชั่วโมงหนึ่ง นอนหัวค่ำกว่าปกติสักชั่วโมงหนึ่ง จะได้มีเวลานั่งสมาธิ ฟังเทศน์ฟังธรรมสักชั่วโมงหนึ่ง ก่อนจะไปทำงาน จะได้มีธรรมเตือนใจ จะต่างกันมากเลยถ้าได้ยินได้ฟังธรรมทุกวัน เวลาไปทำงานจะมีธรรมคอยเตือนใจเสมอ ถ้าไม่ฟังธรรมก็จะฟังแต่กิเลส เพราะในใจมีแต่กิเลสจะยั่วยุต่างๆ นานา ทำให้ใจร้อนกระวนกระวาย กระสับกระส่าย กินไม่ได้นอนไม่หลับ ถ้ามีธรรมก็จะปลงได้ เป็นธรรมดาของโลก มีเกิดมีดับเป็นธรรมดา มีความสงบมีความวุ่นวาย เป็นธรรมดา สลับกันไป แต่ไม่ต้องวุ่นวายไปกับเขา แยกใจออกจากสิ่งต่างๆ ด้วยธรรมะ ด้วยสติ สมาธิ ปัญญา

ควรทำทุกวัน คือรักษาใจให้เป็นปกติ ทำอะไรได้ก็ทำไป ทำบุญได้ก็ทำไป ให้ทานได้ก็ให้ไป ช่วยเหลือใครได้ก็ช่วยไป จะไม่ไปทูปตีไม่ด่าไม่ว่าใคร ใครจะร้ายใครจะชั่วมก็ปล่อยเขาไป ไม่ต้องไปว่าเขา ไม่เกิดประโยชน์อะไร จะทำให้เราชั่วและร้ายเท่ากับเขา ต้องวางเฉยเป็นอุเบกขา ต้องมีเมตตาเสมอ สัพเพ สัตตา คำว่า สัพเพ หมายถึงสัตว์

ทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นพวกเราและไม่ใช่ว่าพวกเราไม่อย่างนั้น
จะเป็นสัพเพ สัตตา ได้อย่างไร เสือแดงก็สัพเพ สัตตา
เสือเหลืองก็สัพเพ สัตตา เสือหลากสีก็สัพเพ สัตตา เป็นพี่เป็น
น้องกัน เป็นเพื่อนเกิดแก่เจ็บตาย ถ้ามีเมตตา ปัญหาต่างๆ
จะเบาลง ตบมือข้างเดียวไม่ดังหรอก เอาหลักธรรมไปใช้เถิด
จะลดปัญหาลดอุณหภูมิความรุนแรงได้อย่างแน่นอน แต่ถ้า
ต่างฝ่ายต่างพุงความเกลียดชังเข้าหากัน จะเพิ่มอุณหภูมิ
ของความรุนแรง

ถาม : ขณะพิจารณาอุสุภที่อยู่นิโลง ก็กำหนดให้ตัวเองนอน
ทับศพนั่นไปเลย ซึ่งปกติไม่ค่อยกลัวเท่าไร แต่วันนี้นึก
กลัวขึ้นมาทันที ก็เลยถอนออกมา ควรจะกลับไปพิจารณา
อีกไหม

ตอบ : ควรพิจารณาจนไม่กลัว ร่างกายของเราก็คือเป็นเหมือน
ร่างกายของเขา ดูจนรับความตายได้ ขึ้นต่อไปก็ไปพิสูจน์ดู

ถาม : ไปพิสูจน์ดูอย่างไรคะ

ตอบ : ต้องไปหาสถานที่หรือเหตุการณ์ที่ท้าทายต่อ
ความเป็นความตายดู เพราะยังอาจจะหลอกตัวเองอยู่

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธร่องค์ทรงคันพบ

ความคิดอาจจะหลอกว่าไม่กลัวแล้ว แต่ยังไม่ได้เจอ
เหตุการณ์จริง เหมือนที่ไปเจอถูกระเบิด

ถาม : ในฐานะที่เราทั้งหลายเป็นลูกศิษย์หลวงตา ถ้าต่างคน
ต่างร่วมใจฝึกอบรมตนให้มีสมาธิมากขึ้นๆ ทุกวัน มีสติปัญญา
ที่ดีขึ้นเรื่อยๆ เราสามารถน้อมถวายให้ธาตุชั้นของท่านอยู่ไป
นานๆ ได้ไหมคะ

ตอบ : ไม่ได้หรอก ธาตุชั้นของท่านต้องเป็นไปตามเหตุ
ปัจจัย

ถาม : แต่มีคำสอนที่ว่า ไม่มีอำนาจใดจะยิ่งใหญ่ไปกว่า
อำนาจของใจที่ฝึกไว้ดีแล้ว

ตอบ : ดีสำหรับผู้ฝึก

ถาม : เพื่อน้อมถวายบูชาท่าน

ตอบ : บูชาได้ แต่ไม่มีผลตามความต้องการของเรา การบูชา
เป็นการแสดงความเคารพ

ถาม : แต่ไม่มีผลต่อองค์ท่านเลยหรือคะ

ตอบ : ท่านไม่ต้องการอะไรจากพวกเรา ท่านไม่ต้องการอะไร
ทั้งนั้น ท่านพอของท่านอยู่แล้ว ธาตุขันธ์ไม่ใช่ตัวของท่าน
ธาตุขันธ์เป็นเพียงรถยนต์คันหนึ่ง ถ้ามันไม่วิ่งมันก็ไม่วิ่ง
เมื่อมันหมดสภาพมันก็ไปไม่ได้ ร่างกายก็เหมือนกับรถยนต์
เมื่อมันจะหมดสภาพจะแตกสลายก็แยกทางกัน ไม่มี
ใครจะหยุดมันได้ ไม่อย่างนั้นพระพุทธเจ้าก็ต้องอยู่ถึง
วันนี้ ถ้าทำบุญยึดชีวิตให้พระพุทธเจ้าได้

ถาม : แต่มีก้าวไว้ว่า ถ้าพระอานนท์อาราธนาจะอยู่ต่อได้

ตอบ : คนละเรื่องกัน ท่านหมายถึงว่า ในกรณีที่ธาตุขันธ์ของ
ท่านยังอยู่ได้ แต่ต้องมีการบำรุงเป็นพิเศษ ดูแลเป็นพิเศษ
ก็จะอยู่ได้นานขึ้น ถ้าไม่ดูแลพิเศษก็จะไปเร็วขึ้น ผู้ที่จะ
คอยดูแลก็คือพระอานนท์ พระพุทธเจ้าจึงทรงตรัสให้
พระอานนท์ทราบ แต่พระอานนท์ไม่เข้าใจ ก็เลยไม่ได้
อาราธนา ไม่ได้อาสาเป็นผู้อุปถัมภ์อุปฐากพระพุทธเจ้า
ถ้าไม่อาสาก็ไม่ทรงรับสั่ง? พระอานนท์ถึงถูกปรับอาบัติ
หลังจากที่พระพุทธเจ้านิพพานไปแล้ว ๓ เดือน มีการ
สังคายนาพระธรรมคำสอน ท่ามกลางพระสงฆ์ ๕๐๐ รูป

ซึ่งเป็นพระอรหันต์ทั้งหมด มีการถามพระอานนท์ว่า ทำไม
ไม่อาราธนาให้พระพุทธรูปเจ้าอยู่ต่อ พระอานนท์บอกว่า
ไม่เข้าใจความหมาย พระสงฆ์ท่านก็เลยปรับอาบัติ คือ
ตำหนิที่ไม่อาราธนาให้อยู่ต่อ

ถาม : ที่ทรงอยู่ต่อได้ เพราะทรงมีอิทธิบาท ๔ นี้ละเจ้าคะ

ตอบ : อิทธิบาท ๔ ก็คือพลังจิตพลังธรรม จะสามารถ
ประคับประคองร่างกายให้อยู่ได้นานกว่าจิตที่ไม่มีพลัง
จิตที่ไม่มีพลังไม่มีกำลังจิตกำลังใจจะอยู่ต่อ ถึงแม้ร่างกาย
ยังติดอยู่ก็อยู่ไม่ได้ เพราะจะไม่ดูแล ไม่กินข้าว ไม่หลับนอน
ไม่ออกกำลังกาย ไม่กินยา ร่างกายเมื่อไม่ได้รับการดูแล
ก็ต้องเสื่อมไปอย่างรวดเร็ว ต่างกับร่างกายที่ได้รับการดูแล
ร่างกายที่ได้รับการดูแลเพราะมีกำลังใจ เพราะใจเป็น
ผู้ดูแลร่างกาย พระพุทธรูปเจ้าทรงมีกำลังใจที่จะดูแลรักษา
ร่างกาย แต่ต้องมีคนอื่นช่วยดูแล ต้องมีหมอ มีคนคอยจัดยา
ถวายท่าน คอยจัดอาหารถวายท่าน อะไรต่างๆ เหล่านี้
ถ้าไม่มีใครช่วย ร่างกายก็จะอยู่ต่อไปไม่ได้ ผู้ดูแลก็ต้อง
สละเวลาของตน พระอานนท์ตอนนั้นก็ยังไม่ได้รับบรรลุ

เป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าไม่อยากดึงพระอานนท์ไว้ ถ้าพระอานนท์จะลาไปปฏิบัติ ก็จงปล่อยให้ไป ถ้าพระอานนท์จะอุปฐากต่อ ก็ต้องเป็นไปตามความสมัครใจ พอพระอานนท์ไม่ได้อาราธนา ก็แสดงว่าไม่อาสา เพราะพระอานนท์ไม่ฉลาดไม่เข้าใจความหมายที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ พออาราธนาทีหลัง พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าสายเสียแล้ว พอพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า จะไปแล้วนะ อานนท์ ภายใน ๓ เดือนนี้ ก็ขออาราธนาให้อยู่ต่อ พระพุทธเจ้าทรงตอบว่าสายไปเสียแล้ว เพราะเคยตรัสมาหลายครั้งแล้ว แต่ไม่เคยอาราธนาเลย เวลาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตัดสินใจพระทัยลงไปแล้ว จะไม่ทรงกลับพระทัย

ถาม : ที่ว่าพระพุทธเจ้าทรงมีอิทธิบาท ๔ ในการรักษาธาตุขันธ์ คือฉันทะความพอใจที่จะดำรงชีวิต

ตอบ : จะอยู่ต่อไปเพื่อทำประโยชน์ให้กับโลก เพราะความสงสารความเมตตาต่อผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ แม้แต่ขณะที่จะเสด็จดับขันธในคตินั้น ก็ยังอุตสาหะโปรดคนที่มาถามปัญหาคนสุดท้าย ตอนนั้นพระอานนท์ไม่ยอมให้เข้าเฝ้า

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรูปทรงคันพบ

เพราะเห็นว่าอาการหนักเต็มที่แล้ว พอพระพุทธรูปเจ้าทรงทราบ ก็ทรงอนุญาตให้เข้าเฝ้า เพราะความเมตตาที่ทรงมีต่อสัตว์โลกเสมอ

พอถึงเวลาที่ทรงตัดสินพระทัย พอตัดสินแล้วก็จะไม่เปลี่ยนพระทัย ทรงเห็นว่ามีพระอรหันตสาวกไม่น้อยกว่า ๕๐๐ รูป ที่จะทำหน้าที่แทนพระองค์ได้ ทรงมีความมั่นใจพระทัยว่าสัตว์โลกจะไม่ขาดที่พึ่ง ทรงตรัสว่า พวกเธอจะไม่ปราศจากศาสนา เพราะธรรมวินัยที่ตถาคตได้ตรัสไว้ชอบแล้วนี้แล จะเป็นศาสนาของพวกเธอต่อไป ผู้ที่จะสอนธรรมวินัยก็คือพระอรหันตสาวก ซึ่งมีจำนวนไม่น้อยกว่า ๕๐๐ รูป จึงอย่าถือการจากไปของครูบาอาจารย์เป็นเรื่องใหญ่โต เพราะเป็นเรื่องของเวลา เป็นคตินิยามของโลกที่จะต้องเกิดขึ้น คำสอนของท่านก็มีการบันทึกไว้แล้ว มีประโยชน์เหมือนกับท่านมีชีวิตอยู่ ถ้าศึกษาปฏิบัติตามคำสอนก็จะได้รับประโยชน์เหมือนกับตอนที่ท่านมีชีวิตอยู่ เวลาไปหาท่านก็ไม่ได้ไปหาร่างกายของท่าน แต่ไปหาธรรมะจากท่าน ไปฟังธรรมของท่านที่ยังอยู่ ทำไม่ไม่ฟังกัน

ธาตุรู้ และ ธาตุ ๔



โดย พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี

วันที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๓



“
ทุกสิ่งทุกอย่าง
ที่มีอยู่ในโลกนี้
ล้วนทำมาจาก
ธาตุทั้ง ๔ ทั้งนั้น
”

วันนี้เป็นวันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๖๓ เป็นวันที่ท่านทั้งหลายชาวพุทธบริษัทผู้มีจิตศรัทธา มีความเชื่อ มีปสาทะความเลื่อมใสในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ได้ตั้งใจมาวัดเพื่อมาศึกษาพระธรรมคำสั่งคำสอน อันประเสริฐของพระบรมศาสดา พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ คือพระปัญญาคุณ พระบริสุทธิคุณ และพระกรุณาคุณ ที่มีต่อสัตว์โลกทั้งปวง ได้ทรงประทาน พระธรรมคำสั่งคำสอนอันประเสริฐที่จะนำให้ผู้ที่ได้ศึกษา ได้ปฏิบัติ ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ไม่ต้องมาเกิดมาแก่มาเจ็บ มาตายอยู่เรื่อยๆ อย่างที่เป็นกันอยู่ในขณะนี้ ถ้าไม่มี พระพุทธเจ้าเป็นผู้มาตรัสรู้ มาพบทางสู่การออกจากกองทุกข์แห่งการเวียนว่ายตายเกิด สัตว์โลกทั้งหลายจะไม่มี ความสามารถในตนเองที่จะพาตนเองให้ได้หลุดออกจาก กองทุกข์แห่งการเกิดแก่เจ็บตายได้เลย จำเป็นที่จะต้อง อาศัยพระพุทธเจ้าเป็นผู้สั่งผู้สอน เป็นผู้นำทางไปสู่การ สิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ

การได้มาเกิดในภพนี้ในยุคที่มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในโลกลนี้ จึงถือว่าเป็นบุญเป็นกุศลเป็นโชค लाभ อย่างมหาศาล เพราะพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นรัตนะ เป็นอัญมณีอันล้ำค่า ล้ำค่ายิ่งกว่าเพชรที่มีอยู่ในโลกนี้ ทั้งหลาย ต่อให้เอาเพชรมารวมกันกองเท่าภูเขา คุณค่าของ เพชรนี้จะสู้คุณค่าของพระรัตนตรัยไม่ได้ พระพุทธรัตนะ พระธัมมรัตนะ พระสังฆรัตนะ เป็นอัญมณีที่มีคุณค่ายิ่งใหญ่ มหาศาลกว่าเพชรนิลจินดาต่างๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้ เพราะ เพชรนิลจินดาต่างๆ ไม่สามารถที่จะกำจัดความทุกข์ต่างๆ ที่มีอยู่ในใจให้หมดสิ้นไปได้ นอกจากไม่กำจัดแล้ว ยังกลับ จะมาเพิ่มความทุกข์ภายในใจให้มีมากขึ้น เพราะเมื่อมีอะไร แล้วก็ย่อมมีความรักมีความผูกพัน มีความอยากให้สิ่งที่ตน รักที่ตนผูกพันนั้นไม่จากไปนั่นเอง แต่ไม่ช้าก็เร็วไม่ว่าจะเป็นใครก็ตาม จะต้องมีการพลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวงด้วยกันทั้งนั้น เมื่อถึงเวลาที่เกิดการ พลัดพรากจากกัน ความทุกข์ก็จะปรากฏขึ้นมาภายในใจ สร้างความทุกข์ทรมานใจให้แก่ผู้ที่ต้องพลัดพรากจาก สิ่งที่รักที่ชอบไป แต่การมีพระรัตนตรัยอยู่ในใจนี้จะไม่

วันพลัดพรากจากกัน พระรัตนตรัยนี้เป็นทรัพย์ภายใน เป็นทรัพย์ที่จะอยู่คู่ไปกับใจไปตลอด ไม่เหมือนกับทรัพย์ภายนอก คือเพชรนิลจินดาต่างๆ หรือทรัพย์สมบัติชั่วคราวของเงินทองต่างๆ ล้วนเป็นทรัพย์ภายนอกที่ใจไม่สามารถที่จะเอาติดไปได้เวลาที่ต้องจากโลกนี้ไป เวลาที่ต้องจากโลกนี้ไป ถ้าไม่มีทรัพย์ภายใน ก็จะไปแบบขอทานไปแบบยากลำบาก แต่ถ้ามีทรัพย์ภายใน มีพระรัตนะทั้ง ๓ ติดไปกับใจ ก็จะไปสู่ที่สุคติ ไปสู่สุคติ ไปสู่พระนิพพาน ที่เป็นจุดหมายปลายทางอันสูงสุดของผู้ที่มีทรัพย์ภายในติดตัวไป นี่แหละคือพระรัตนตรัยที่พวกเรามีโอกาสได้มาสัมผัส ได้มารู้ ได้มารู้จัก หน้าที่ของพวกเรา ก็คือต้องชวนชวนชักชวน พระรัตนตรัยที่ตอนนี้ยังอยู่ภายนอกของใจของพวกเรา ให้เข้ามาสู่ภายในใจ ให้เป็นสมบัติอยู่คู่กับใจไปตลอด

พระรัตนตรัยนี้ในเบื้องต้นเป็นทรัพย์ภายนอกคือยังไม่ได้เข้ามาในใจของพวกเรา เรารู้เราได้สัมผัสกับพระรัตนตรัย ได้เรียนรู้เรื่องของพระพุทธเจ้า วิถีชีวิตของพระพุทธเจ้าที่พระองค์ได้ทรงดำเนิน ได้ทรงปฏิบัติ ได้ทรงหลุดพ้นจากกองทุกข์แห่งการเวียนว่ายตายเกิด เราได้สัมผัสกับพระ-

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

ธัมมรัตนะ ได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสั่งคำสอนอันประเสริฐ
ที่จะทำให้ทรัพย์ภายนอกเข้ามาอยู่ในใจ คือที่จะนำเอา
พระรัตนตรัยที่ยังอยู่ภายนอกนี้ให้เข้ามาสู่ภายในใจ
ด้วยการศึกษา ด้วยการปฏิบัติวิธีการที่จะทำให้มีพระรัตนตรัย
ปรากฏขึ้นมาภายในใจ เราได้สัมผัสกับพระอริยสงฆ์สาวก
พระสังฆรัตนะ ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ผู้ที่ได้น้อมนำเอา
พระธรรมคำสั่งสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าไปปฏิบัติ
จนสามารถนำเอาพระรัตนตรัยทั้ง ๓ พระพุทธ พระธรรม
พระสงฆ์เข้าไปสู่ในใจของตนได้ทำให้กลายเป็นพระสังฆรัตนะ
ขึ้นมา เป็นใจที่มีอณูมณีนั่นแลค่าที่จะปกป้องรักษาจิตใจ
ไม่ให้เกิดความทุกข์ใจต่างๆ ขึ้นมา

ตอนนี้เรารู้จักพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์กัน แต่สิ่ง
ที่เราจะต้องทำต่อไปก็คือ เราต้องน้อมนำเอาพระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์ นี้เข้ามาสู่ภายในใจของพวกเรา
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นี้เปรียบก็เหมือนกับยารักษา
โรคทางใจ ยาที่รักษาโรคภัยไข้เจ็บนี้ถึงแม้ว่าจะจะเป็นยาที่มี
ความวิเศษมีประสิทธิภาพ แต่ถ้าคนไข้ไม่ได้รับประทานยา
ยานั้นก็จะไม่สามารถทำหน้าที่ในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บใน

ร่างกายให้หายไปได้ ถ้าต้องการให้ยานั้นทำหน้าที่รักษาโรคภัยไข้เจ็บให้หายไ้ คนไข้ก็จำเป็นที่จะต้องรับประทานยานั้น เมื่อได้รับประทานยาแล้ว ยาก็จะเข้าไปในร่างกายแล้วก็จะไปทำหน้าที่รักษาโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ให้หายไปได้ พระรัตนตรัยอันนี้ก็เหมือนกัน เป็นเหมือนยาอันวิเศษที่เราเรียกว่าธรรมโอสธ ที่จะมารักษาโรคของใจ คือความทุกข์ต่างๆ ที่มีอยู่ในใจให้หมดสิ้นไป แต่ถ้ายังไม่ได้น้อมเอาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เข้ามาสู่ภายในใจ พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็ยังไม่สามารถที่จะทำหน้าที่ดับความทุกข์ใจต่างๆ ที่มีอยู่ในใจให้หายไปได้ให้หมดไปได้

ถ้าต้องการให้ความทุกข์ใจต่างๆ นี้หมดสิ้นไปจากใจ จำเป็นที่จะต้องน้อมเอาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เข้ามาสู่ใจ เรียกว่าโอปนยโก พระธรรมคำสอนของพระพุทฺธเจ้าเป็นโอปนยโก เป็นธรรมที่ผู้ศึกษาผู้ปฏิบัติจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องน้อมเอาเข้ามาสู่ใจให้ได้ เพราะถ้ายังอยู่ภายนอกอยู่ ยังไม่สามารถที่จะมาดับความทุกข์ใจต่างๆ ได้ ต้องน้อมธรรมอันประเสริฐนี้เข้ามาสู่ภายในใจให้ได้ เมื่อน้อมเข้ามาในใจแล้วก็จะสามารถทำหน้าที่ดับความทุกข์ใจต่างๆ ให้หมดสิ้นไป

จากใจได้ ดังนั้นผู้ที่ได้มาพบกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และมีความปรารถนาที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ทางใจ จำเป็นที่จะต้องน้อมเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เข้ามาสู่ใจ

วิธีน้อมเอาพระพุทธพระสงฆ์เข้ามาสู่ใจ ก็คือดูวิธีการปฏิบัติของพระพุทธเจ้า ดูวิธีการปฏิบัติของพระอริยสงฆ์-สาวก ว่าท่านปฏิบัติกันอย่างไร ถ้าเราสวดบทสังฆคุณ เราก็จะเห็นว่าท่านปฏิบัติดี สุปฏิปันโน ปฏิบัติตรง อสุปฏิปันโน ปฏิบัติเพื่อกำจัดความทุกข์ต่างๆ ญายปฏิปันโน ปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เรียกว่าสามิจิปฏิปันโน ปฏิบัติดีคือปฏิบัติเต็มที่นั่นเอง ปฏิบัติเต็มร้อยเรียกว่าปฏิบัติดี ถ้าปฏิบัติไม่เต็มร้อย ก็ยังถือว่ายังปฏิบัติไม่ดีพอ ปฏิบัติเต็มร้อยก็ต้องปฏิบัติทุกเวลานานาที่ตั้งแต่ลืมตาขึ้นมาจนถึงเวลาหลับ ถึงจะเรียกว่าเป็นสุปฏิปันโน ผู้ปฏิบัติดี เพราะการปฏิบัติดีจะทำให้ได้ผลดี ให้ได้ผลเต็มร้อยนั่นเอง ถ้าปฏิบัติไม่เต็มร้อย ผลก็จะไม่เต็มร้อย ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปฏิบัติดี ปฏิบัติให้เต็มร้อย คือไม่มีเวลาใดที่ไม่ปฏิบัติพูดง่าย ๆ ตั้งแต่ลืมตาขึ้นมาจนถึงเวลาหลับนี้จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการปฏิบัติตลอดเวลา

ธรรมที่ต้องปฏิบัติตลอดเวลาในเบื้องต้นก็คือสติ การเจริญสติ การระลึกถึงอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งของ ธรรมฐาน ๔๐ อารมณ์ ให้เลือกอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เป็นเครื่องเจริญสติ ถ้าจิตคอยกำหนดให้อยู่กับอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งของ ๔๐ อารมณ์นี้ก็จะมีสติ มีกำลังที่จะคอย ควบคุมความคิดและควบคุมกิเลสตัณหาโมหะอวิชชาไม่ให้ ทำการสร้างความทุกข์ต่างๆ ให้แก่จิตใจ จำเป็นที่จะต้อง มีสติเป็นผู้นำทางในการปฏิบัติ สนับสนุนด้วยวิริยะคือ ความพากเพียร ความขี้เกียจนี้จะไม่สามารถสนับสนุนการ เจริญสติได้ ต้องเป็นความขยันหมั่นเพียรถึงจะสามารถที่ จะสนับสนุนการเจริญสติให้มีกำลังขึ้นมา เพื่อที่จะได้หยุด ความโลภ ความโกรธ ความหลง หยุดความอยากต่างๆ ไว้ เป็นพักๆ ไป แต่ยังไม่เป็นการหยุดได้อย่างถาวร แต่เป็นการ เตรียมทางไว้ให้แก่ปัญญาที่จะเป็นผู้ที่จะมากำจัดกิเลส ตัณหาโมหะอวิชชาให้หมดสิ้นไปจากใจ ต้องมีสติก่อน เพื่อมีกำลังที่จะควบคุมกิเลสตัณหาโมหะอวิชชา แล้วถึงจะ มีความสามารถที่จะนำเอาปัญญามาสอนใจให้หยุดกระทำ ตามความต้องการของกิเลสตัณหาโมหะอวิชชาได้

ถ้าไม่มีสติ ถึงแม้จะรู้ว่ากิเลสตัณหาโมหะอวิชชาเป็นต้นเหตุของความทุกข์ใจ แต่ใจที่ไม่มีสติที่จะหยุดกิเลสตัณหาโมหะอวิชชา ก็จะฝืนความต้องการของกิเลสตัณหาของโมหะอวิชชาไม่ได้ ก็จะทำให้ไม่สามารถที่จะดับความทุกข์ต่างๆ ได้ ถ้ามีสติเพียงอย่างเดียว ก็จะสามารถดับได้ เป็นพักๆ ไป ช่วงไหนที่มีการเจริญสติ ช่วงนั้นก็จะสามารถควบคุมความทุกข์ไว้ได้ แต่ช่วงไหนที่ไม่มีการเจริญสติ ช่วงนั้นก็จะในช่วงที่กิเลสตัณหาโมหะอวิชชายังสามารถออกมาสร้างความทุกข์ต่างๆ ให้แก่จิตใจได้ แต่ถ้ามีทั้งสติและมีทั้งปัญญา ปัญหานี้จะคอยสอนใจให้รู้ว่าผู้ที่สร้างความทุกข์ให้แกใจก็คือกิเลสตัณหาโมหะอวิชชาตัวเอง ปัญหาก็คือคอยสอนใจไม่ให้หลงไปกับความคิดความเห็นของโมหะอวิชชา ที่ไปเห็นว่าสิ่งต่างๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้เป็นนิจจัง สุขัง อัตตา เห็นลาภ ยศ สรรเสริญ เห็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็จะเกิดความเห็นว่าเป็นนิจจัง สุขัง อัตตา คือจะคิดว่าสิ่งนั้นจะเป็นสิ่งที่จะอยู่กับเราไปนานๆ จะให้ความสุขกับเราเพียงอย่างเดียว จะเป็นของเราไปตลอด แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ไม่ได้เป็น

นิจจัง สุขัง อตฺตา แต่เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทุกสิ่ง
ทุกอย่างมีการเกิดแล้ว ก็ต้องมีการดับไปเป็นธรรมดา
เวลาสิ่งที่เรารักเราชอบเกิดการดับไป เกิดการพลัดพรากไป
เวลานั้นความทุกข์ใจก็จะปรากฏขึ้นมาทันที เพราะว่า
ไม่สามารถที่จะไปสั่งให้สิ่งที่เรารักเราชอบนั้นอยู่กับเราเป็น
ของเราไปตลอดได้ ต้องมีวันใดวันหนึ่งต้องมีการพลัดพราก
จากกันอย่างแน่นอน ไม่ช้าก็เร็ว ถ้าไม่จากกันตอนเป็น ก็ต้อง
จากกันตอนตาย อันนี้คือ**สัจธรรมความจริง**ของสิ่งต่างๆ
ที่มีอยู่ในโลกนี้ที่**ผู้ที่ไม่มีความปัญญาจะมองไม่เห็น** ผู้ที่ไม่มีความ
ปัญญานี้จะถูกโหมเหวความหลง อวิชชาความไม่รู้ความจริงนี้
มาหลอกลวงให้ไปคิดว่าเป็นสุข ให้ไปคิดว่าเป็นของถาวร
ให้ไปคิดว่าจะ**เป็นสมบัติของเราไปตลอด** ผู้ที่คิดแบบนี้จึง
มักจะต้องพบกับความทุกข์อยู่เรื่อยๆ เพราะเวลาเห็นอะไร
ก็คิดว่าถ้าได้มาแล้วจะมีความสุข และได้เก็บสิ่งที่ให้
ความสุขนี้อยู่กับเราไปตลอด แต่ไม่มีอะไรที่จะอยู่กับเรา
ไปตลอด เดี่ยวไม่ช้าก็เร็วก็ต้องมีการจากกันไป พอเกิดการ
จากกันก็เกิดความทุกข์ เกิดความเศร้าโศกเสียใจ

นี่คือความจริงที่เราจะต้องสนใจ ความจริงของ
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่เอง ของทั้งหลายที่มีอยู่ในโลกนี้
ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่ถาวร มีเกิดแล้วก็ต้องมีดับไป มีเจริญ
แล้วก็ต้องมีเสื่อม มีการสูญเสีย มีการเปลี่ยนแปลงไป เวลาเกิด
การเปลี่ยนแปลง เวลาเกิดการสูญเสีย ความทุกข์ก็จะ
ปรากฏขึ้นมาในใจ เพราะใจจะยึดกับสิ่งที่ได้มา จะอยาก
ให้สิ่งที่ได้มานั้นไม่เปลี่ยนแปลงไป ไม่เสื่อมไป
ไม่หมดไปนั่นเอง พอเวลาเกิดการเปลี่ยนแปลง เกิดการเสื่อม
เกิดการหมดไป ความทุกข์ก็ปรากฏขึ้นมา เพราะใจมอง
ไม่เห็นอนิจจังและอนัตตา อนัตตาก็คือเป็นสิ่งที่ไม่ได้
อยู่ภายใต้อำนาจของเรา ที่จะคอยสั่งคอยบอกให้เขา
ไม่เปลี่ยนแปลงไม่เสื่อมไม่หมดได้ เขาจะต้องเป็นไปตาม
ธรรมชาติของเขา จึงทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราคิดว่าเป็น
ของเรานี้มันไม่ได้เป็นของเราอย่างแท้จริง ท่านถึงเรียกว่า
เป็นอนัตตา ไม่ใช่ของเรา ถ้าเป็นร่างกายก็ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่
ของเรา เป็นของดิน น้ำ ลม ไฟ

ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้ล้วนทำมาจากธาตุ
ทั้ง ๔ ทั้งนั้น ทำมาจากดิน น้ำ ลม ไฟ ผสมกันแล้วก็ทำให้

เป็นสิ่งต่างๆ ขึ้นมา บางอย่างก็เป็นธาตุดินล้วนๆ บางอย่างก็
เป็นธาตุน้ำล้วนๆ บางอย่างก็เป็นธาตุลมล้วนๆ บางอย่าง
ก็เป็นธาตุไฟล้วนๆ บางอย่างก็เป็นการรวมผสมกันเข้ามา
ทำให้มีสิ่งต่างๆ หลากหลายให้เราได้รู้ได้เห็นกัน ซึ่งถ้า
พิจารณาเข้าไปลึกๆ แล้ว จะเห็นว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้
ล้วนประกอบขึ้นมาจากการรวมผสมปรุงแต่งของธาตุ ๔ ของ
ธาตุดิน ของธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟนี้เอง ธาตุนี้ความหมาย
ก็คือว่า ของที่เป็นของแข็งนี้ท่านก็เรียกว่าเป็นธาตุดิน เช่น
ดินที่เรา นั่งอยู่นี้ บนพื้นเราเรียกพื้นดิน อันนี้ก็เป็นของแข็ง
เป็นธาตุดิน ธาตุน้ำก็เป็นของเหลว ของเหลวต่างๆ นี้เราก็
เรียกว่าเป็นธาตุน้ำ น้ำในแม่น้ำลำคลอง น้ำในทะเล น้ำใน
ร่างกายของเรา เช่น น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำเหงื่อ น้ำต่างๆ
ในร่างกายก็เป็นธาตุน้ำ ธาตุไฟก็คือความร้อนที่เกิดจากไฟ
ที่ไหม้ลุกไหม้ก็เป็นธาตุไฟขึ้นมา หรือเกิดจากความร้อน
ของแสงสว่างของดวงอาทิตย์ อันนี้ถ้าเป็นความร้อนนี้
เราก็เรียกว่าธาตุไฟ แล้วถ้าเป็นสิ่งที่พัดไปพัดมา สิ่งที่เรา
หายใจเข้าออกนี้ เราก็เรียกว่าธาตุลมนี้เอง ทุกสิ่งทุกอย่าง
นี้เป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือเป็นการผสมรวมตัวของธาตุ

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

ทั้ง ๔ หรือของธาตุทั้ง ๒ หรือ ๓ แล้วแต่มีหลากหลายด้วยกัน แต่สิ่งต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ล้วนเป็นธาตุทั้งนั้น **ไม่มีอัตตาตัวตนในธาตุดิน ธาตุลม ธาตุน้ำ ธาตุไฟ** แล้วเมื่อมารวมตัวกัน มาเป็นต้นไม้ ต้นไม้นี้ก็ไม่มีตัวตน มาเป็นต้นหญ้า มาเป็นผัก เป็นต้นผลไม้ ต้นอะไรต่างๆ นี้ก็ไม่มีตัวตน เป็นการรวมตัวของธาตุทั้ง ๔ คือธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ การที่เราจะปลูกต้นไม้ได้นี้ เราต้องมีธาตุดิน ต้องมีธาตุน้ำ ต้องมีดินไว้ปลูกต้นไม้ เมื่อปลูกแล้วก็ต้องมีน้ำรด แล้วก็必须有ธาตุไฟ คืออุณหภูมิ ความร้อนที่เหมาะสม ถ้าร้อนมากเกินไปก็ตายได้ ถ้าขาดความร้อนทำให้เกิดความหนาวเย็น ต้นไม้ก็ตายได้ ต้นไม้นี้ก็ต่อหายใจ ต้องมีลมหายใจเหมือนร่างกายถึงจะอยู่ได้

ดังนั้นสรุปลงไปก็คือ สิ่งต่างๆ ที่มีชีวิต เช่น ต้นไม้นี้ เราเรียกว่ามีชีวิต มีการเกิด มีการแก่ มีการเจ็บ มีการตาย ทำมาจากธาตุทั้ง ๔ ทั้งนี้ คือทำมาจากธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ เมื่อมารวมตัวกันแล้วก็ เป็นต้นไม้ชนิดต่างๆ เป็นต้นมะม่วง ต้นส้ม ต้นทุเรียน ต้นมังคุด ต้นอะไรต่างๆ เหล่านี้ ล้วนเป็นการรวมตัวของธาตุทั้ง ๔ ทั้งนี้ เช่นเดียวกับ

ร่างกายของมนุษย์และสัตว์เดรัจฉาน ก็เป็นการรวมตัวของธาตุทั้ง ๔ เหมือนกัน ต่างกันตรงที่ว่านอกจากธาตุทั้ง ๔ แล้ว ร่างกายของมนุษย์และร่างกายของสัตว์เดรัจฉานนี้มีธาตุอีกธาตุหนึ่ง เรียกว่าธาตุรู้ มาเกาะติดอยู่ด้วย ไม่ได้มารวมกันในร่างกาย เพียงแต่มาเกาะติดกัน เป็นเหมือนม้ามักับคนขี่ม้า คนขี่ม้าไม่ได้อยู่ในร่างกายของม้า ไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของม้า แต่เป็นส่วนที่มาควบคุมม้าอีกทีหนึ่ง คนขี่ม้านี้เป็นผู้สั่งให้ม้าวิ่งไปทางนั้น วิ่งมาทางนี้ให้เดิน ให้ยืน ให้นั่ง ให้นอน ให้ทำอะไรต่างๆ

ร่างกายของมนุษย์และของสัตว์เดรัจฉานก็เหมือนกัน เป็นร่างกายที่มีธาตุรู้มาคอยควบคุมบังคับ จึงทำให้มีความรู้สึกรับรู้อะไรต่างๆ ได้ ต่างจากพวกต้นไม้ที่ไม่มีธาตุรู้มาคอยรับรู้ เช่นต้นไม้ถ้าเราไปตัดกิ่งตัดก้าน ต้นไม้จะไม่รู้สึกว่ามันมีอาการเจ็บ มีเวทนา แต่ถ้าร่างกายนี้เวลาถูกละอะไร มาสัมผัสสมาระทบ เช่น ของแข็งมาสัมผัสกับร่างกาย ก็จะทำให้เกิดทุกขเวทนาขึ้นมา ความเจ็บขึ้นมาทางร่างกาย แล้วก็มีผู้รู้เป็นผู้รับรู้อีกทีหนึ่ง ร่างกายนี้ไม่ได้เป็นผู้รับรู้ความเจ็บของร่างกาย ผู้ที่รับรู้ก็คือธาตุรู้นี้หรือที่เราเรียกว่าใจนี้เอง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

นี่คือความแตกต่างระหว่างพวกต้นไม้ใบหญ้าต่างๆ กับมนุษย์และสัตว์เดรัจฉาน ต่างกันตรงที่มนุษย์และสัตว์เดรัจฉานนี้มีธาตุที่ ๕ คือธาตุรู้ มาร่วมกิจกรรมร่วมกันเป็นเหมือนกับม้าที่มีคนขี่มาเป็นผู้ที่มาเป็นเจ้านายของร่างกายอีกทีหนึ่ง ธาตุรู้นี้แหละเป็นผู้ที่สั่งให้ร่างกายไปทำอะไรต่างๆ ที่มาที่นี้ได้ในวันนี้ก็เพราะธาตุรู้เป็นผู้สั่งให้ร่างกายนี้มาที่นี้กัน

อันนี้แหละคือเรื่องของธาตุทั้งหลายที่ไม่มีตัวตนไม่เป็นตัวตน ธาตุรู้นี้ก็ไม่ได้เป็นตัวตน เป็นเพียงธาตุรู้ซึ่งเราเรียกว่าผู้รู้ ผู้รู้ผู้คิด เพราะนอกจากธาตุรู้นี้จะรู้แล้วยังมีความรู้สึกนึกคิดด้วย จึงทำให้ร่างกาย ทำให้มนุษย์และสัตว์เดรัจฉานนี้ สามารถสัมผัสกับความรู้สึกต่างๆ ที่มากระทบกับร่างกายได้ สัมผัสกับความสุขความทุกข์ของทางร่างกายได้ เพราะมีผู้รับรู้อยู่ ส่วนต้นไม้นี้ ถึงแม้เขาจะมีความสุขความทุกข์ แต่ก็ไม่มีการรับรู้ เขาก็เป็นต้นไม้ของเขาไป เขาก็จะมีผลตอบสนองจากความทุกข์หรือความสุข ถ้าสุขก็คือต้นไม้ก็จะเจริญ เช่น ต้นไม้ได้อาหารได้น้ำ ได้ลม ได้อากาศ ไม่ขาดแคลนอะไร ต้นไม้ก็จะแสดง

อาการเจริญรุ่งเรือง เจริญเติบโตขึ้นมา ออกดอกออกผล
ถ้าช่วงไหนที่ต้นไม้ไปเจอกับทุกขเวทนา เช่น เจออากาศแล้ง
ขึ้นมาอย่างนี้ ต้นไม้ก็เหี่ยวเฉา ใบก็ร่วง และถ้าขาดไปนานๆ
ต้นไม้ก็ล้มตายได้เหมือนกัน เพียงแต่ว่าไม่มีใครไปรับรู้
ความสุขความเจริญ หรือความทุกข์หรือความเสื่อมของ
ต้นไม้ เพราะต้นไม้ไม่มีธาตุรู้ที่ต้องการจะไปเกี่ยวข้องด้วย
แต่ทำไมธาตุรู้จึงมาเกี่ยวข้องกับร่างกายของมนุษย์และ
ร่างกายของสัตว์เดรัจฉาน ก็เพราะว่าร่างกายของสัตว์
เดรัจฉานและร่างกายของมนุษย์นี้มีสิ่งที่ธาตุรู้ต้องการ สิ่ง
ที่**ธาตุรู้ต้องการคืออะไร ก็คือต้องการตา หู จมูก ลิ้น กาย** ที่จะ
ใช้เป็นเครื่องมือในการที่จะได้ไปเสพไปสัมผัสกับรูป เสียง
กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่างๆ นี่เอง ธาตุรู้จึงไม่ไปเกาะติดกับที่
ต้นไม้ต้นหญ้า เพราะต้นไม้ต้นหญ้าไม่มีตา หู จมูก ลิ้น กาย
แต่จะไปเกาะติดกับร่างกายของมนุษย์และของสัตว์
เดรัจฉาน ที่มีตา หู จมูก ลิ้น กาย เพราะสิ่งที่ทำให้ธาตุรู้นี้ต้อง
มาเกาะติดกับร่างกายของมนุษย์หรือของสัตว์เดรัจฉานนี้
ก็เพราะในธาตุรู้นี้มี**ตัณหาความอยาก ความอยากเสพรูป**
เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ความอยากดูรูป อยากฟังเสียง

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

อยากลิ้มรส อยากดมกลิ่น **เลยทำให้ธาตุรู้นี้ต้องมาเกาะติดกับร่างกายของมนุษย์หรือของสัตว์เดรัจฉาน** การจะได้ร่างกายต่างจากการที่จะได้ร่างกายของสัตว์เดรัจฉาน การได้ร่างกายของมนุษย์นี้ต้องพ้นจากบาป จะต้องไม่มีบาปมาดึงใจให้ไปติดกับร่างกายของสัตว์เดรัจฉานนั่นเอง

ถ้าตราบจิตใจยังมีบาปที่ได้ทำเอาไว้อยู่มากกว่าบุญที่ได้ทำเอาไว้ **บาปนี้จะเป็นผู้ดึงใจให้ไปเกาะติดกับร่างกายของสัตว์เดรัจฉาน** แล้วก็ใช้บาปไปจนกว่าบาปนั้นจะหมดกำลังลงที่จะดึงใจให้ไปเกาะติดกับร่างกายของสัตว์เดรัจฉาน แล้วถึงจะได้มาเกาะติดกับร่างกายของมนุษย์ แต่ไม่ว่าจะเป็นร่างกายของสัตว์เดรัจฉานหรือร่างกายของมนุษย์ ก็จะต้องมีปัญหาเหมือนกัน **ปัญหาของการมาเกาะติดกับร่างกายก็คือความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของร่างกายนี้เอง** อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ร่างกายนี้ก็อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ร่างกายเกิดแล้วเดี๋ยวก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายไป แล้วเวลาที่ร่างกายแก่ ร่างกายเจ็บ ร่างกายตาย ร่างกายก็จะไม่สามารถตอบสนองความต้องการของธาตุรู้ได้ ธาตุรู้ต้องการดู ต้องการฟัง ต้องการลิ้มรสดมกลิ่น

แต่พอร่างกายไม่สบายก็จะมีกำลังวังชาที่จะไปหารูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ มาให้ธาตุรู้ได้เสพได้สัมผัส ให้เกิดความสุขความสำราญใจขึ้นมาได้ เวลานั้นธาตุรู้ก็จะเต็มไปด้วยความทุกข์ใจ

อันนี้แหละที่มาของความทุกข์ใจของพวกเราทุกคน คำว่าพวกเรานี้ก็คือธาตุรู้นี่เอง เรามาจากธาตุรู้ ธาตุรู้ สมมุติตัวเองว่าเป็นเรา เพราะมีความคิด ความคิดนี้แหละ เป็นผู้สร้างความสมมุติขึ้นมา สมมุติว่าธาตุรู้นี้เป็นเรา แล้วธาตุรู้ต้องการอะไร ธาตุรู้ต้องการความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธาตุรู้ก็จะไปหาร่างกายมาเป็นเครื่องมือ ในการที่จะไปเสพรูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ แต่ก็จะได้ทั้ง๒อย่าง เวลาที่ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง สามารถตอบสนองความอยาก ความต้องการของธาตุรู้ได้ของใจได้ เวลานั้นความสุขก็จะเกิดขึ้นมาภายในใจภายในธาตุรู้ นั่น แต่เวลาที่ร่างกาย ไม่สมบูรณ์ ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของธาตุรู้ ของใจได้ เวลานั้นธาตุรู้ก็จะมีแต่ความทุกข์ทรมานใจ พวกเรานี้แหละคือธาตุรู้ แต่เราไม่รู้ตัวว่าเราเป็นธาตุรู้

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรูปทรงคันพบ

เนื่องจากเราไม่มีปัญญาที่จะวิเคราะห์ได้เหมือนกับ
พระพุทธเจ้า เราก็เลยไปคิดว่าเราเป็นร่างกายกัน เพราะว่า
**ธาตุรู้ไม่มีรูปร่างหน้าตา ไม่มีตัวตน ไม่สามารถมองเห็น
ได้ด้วยตาเปล่า** เห็นแต่ร่างกาย และเนื่องจากธาตุรู้^{นี้}มาเกาะ
ติดกับร่างกาย แล้วก็ใช้ร่างกายสั่งให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ
ตั้งแต่คลอดออกมาจากท้องแม่ ธาตุรู้ก็เลยไปเหมาไปคิด
ว่าร่างกายนี้เป็นธาตุรู้เป็นตัวเราของเราขึ้นมา แล้วพออะไร
เป็นตัวเราของเรา เราก็อยากจะให้มันดี อยากจะให้มัน
สมบูรณ์ อยากจะให้มันทำหน้าที่ตอบสนองความอยาก
ความต้องการของเราได้ พอร่างกายไม่สามารถตอบสนอง
ความอยากความต้องการของเราได้ เวลานั้นความทุกข์
ก็ปรากฏขึ้นมาในใจทันที

**นี่แหละคือที่มาของความทุกข์ใจของพวกเรา
มาจากความอยากความต้องการของพวกเราที่ไม่ได้รับ
การตอบสนองนั่นเอง** เวลาที่เราอยากได้อะไรแล้วได้รับ
การตอบสนองนี้ จะเกิดความสุขใจขึ้นมา อยากดู อยากฟัง
อยากลิ้มรส อยากดมกลิ่น อยากสัมผัสกับอะไรต่างๆ พอได้
สัมผัสแล้วก็จะเกิดความสุขขึ้นมา แต่เวลาใดที่ไม่สามารถ

ได้เสพสัมผัสตามความอยากตามความต้องการ เวลานั้นก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา นี่แหละคือปัญหาของธาตุรู้ที่ไม่ต้องการความทุกข์ แต่ก็ต้องมาเจอความทุกข์ ธาตุรู้คือใจของพวกเราทุกคนนี้ไม่มีใครต้องการความทุกข์กัน พวกเราต้องการความสุขกัน แล้วเราก็เลยคิดว่าการมีร่างกาย การได้เสพได้สัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ นี้จะทำให้เรามีความสุขกัน อันนี้เป็นการมองภาพไม่ครบสมบูรณ์ มองเห็นเพียงครึ่งเดียว เห็นโลกธรรมทางด้านที่เจริญ คือเวลาเจริญลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นี้ ก็จะทำให้มีความสุขใจขึ้นมา แต่ไม่มองเห็นอีกด้านหนึ่งของลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ว่ามันก็เป็นของที่ไม่เที่ยงนั่นเอง มีเจริญก็ต้องมีการเสื่อม เวลาเจริญลาภก็มีความสุข แต่ไม่ช้าก็เร็วจะต้องมีการเสื่อมลาภขึ้นมา จะต้องมีการสูญเสียเงินทองทรัพย์สินสมบัติต่างๆ เวลาเกิดการสูญเสีย เวลานั้นก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา

นี่คือปัญหาของธาตุรู้ทั้งหลายที่มาก่อเกิดเป็นมนุษย์กัน มาหาความสุขกัน แล้วก็ต้องมาเจอความทุกข์กันทุกรายไป ไม่มีใครยกเว้น ยกเว้นคนฉลาดอย่างพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกเท่านั้น คือธาตุรู้ที่เป็นพระพุทธเจ้า

ธาตุรู้ที่เป็นพระอริยสงฆ์สาวกนี้ ได้มีความรู้ความฉลาด ที่ได้เห็นว่ ความทุกข์นี้เกิดจากการไปเสพสิ่งที่ไม่เที่ยง นั้นเอง ไปเสพสิ่งที่เป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่ไม่เที่ยง ที่มีการเกิดแล้วมีการดับไป ก็เลยหาวิธีใหม่ หาวิธีที่จะทำให้ใจไม่ต้องทุกข์ ก็คือต้องระงับการเสพรูป เสียง กลิ่น รส ต่างๆ นั้นเอง ระงับความอยากที่จะเสพรูป เสียง กลิ่น รส ด้วยการเปลี่ยนวิธีเสพความสุขแบบใหม่อีกแบบหนึ่ง คือ **ความสุขที่เกิดจากการหยุดความอยากนั้นเอง** ถ้าหยุดความอยากได้ จะปรากฏมีความสุขขึ้นมาภายในใจ และเป็นความสุขที่ดีกว่าความสุขที่ได้จากการไปเสพรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะชนิดต่างๆ ความสุขแบบนี้มีผู้ที่ได้ค้นพบกัน มาก่อนที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ แต่เป็นความสุขแบบชั่วคราว คือการทำให้สงบด้วยวิธีการเข้าสมาธิ เข้าฌาน ด้วยการเจริญสติ

อันนี้มีการปฏิบัติมาก่อนที่พระพุทธเจ้าจะมาตรัสรู้ แต่ยังไม่ได้เป็นวิธีที่สมบูรณ์ที่ถาวร คือเป็นการได้ความสุขแบบชั่วคราว เหมือนกับการได้ความสุขจากลาภ ยศ สรรเสริญ จากรูป เสียง กลิ่น รสนั้นเหมือนกัน แต่เป็นความ

สุขที่ละเอียดกว่าที่ดีกว่า ที่มีความทุกข์น้อยกว่า ที่มีความ
ยุ่งยากน้อยกว่า เพราะเป็นการควบคุมความคิดเท่านั้นเอง
ด้วยการเจริญสติ ถ้ารู้จักวิธีเจริญสติ รู้จักควบคุมความคิด
หยุดความคิดได้ ใจก็จะสามารถเข้าสู่ความสงบได้ และหยุด
ความอยากต่างๆ ไว้ได้ชั่วคราว พอความอยากต่างๆ ที่เคย
ทำงานอยู่ตลอดเวลา ที่คอยกระตุ้นให้ใจนี้ต้องดิ้นไปหาสิ่ง
ต่างๆ อยู่ตลอดเวลา พอสามารถหยุดความอยากเหล่านี้ได้
ด้วยการเจริญสติ ก็จะเกิดความสงบขึ้นมาภายในใจ ที่เป็น
ความสุขที่เหนือกว่าความสุขที่ได้จากการไปเสพรูป เสียง
กลิ่น รสต่างๆ การเสพรูป เสียง กลิ่น รส นี่ก็เป็นการหยุด
ความอยากชั่วคราวเหมือนกัน เช่น เวลาอยากไปเที่ยว
พอได้ไปเที่ยวนี้ ความอยากไปเที่ยวมันก็หยุดแล้ว พอความ
อยากเที่ยวหยุด ความทุกข์ที่เกิดจากการอยากไปเที่ยว
ก็หายไป ความสุขที่ได้ไปเที่ยวก็ปรากฏขึ้นมา แต่มันก็เป็น
การหยุดความอยากไปเที่ยวได้แบบชั่วคราว พอกลับมาบ้าน
อยู่บ้านไปสักพักหนึ่ง เดี่ยวความอยากไปเที่ยวก็โผล่ขึ้น
มาอีก พอเกิดความอยากไปเที่ยวขึ้นมา ใจก็เริ่มมีความรู้สึก
หงุดหงิดรำคาญใจ รู้สึกเศร้าสร้อยหงอยเหงาว่าเหวขึ้นมา

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

แล้วการที่จะทำให้ความรู้สึกเหล่านี้หายไป ก็ต้องไปทำตามความอยาก อยากไปเที่ยวก็ต้องไป พอไปเที่ยวแล้วความอยากที่มาสสร้างความหงุดหงิดสร้างความรำคาญใจ มันก็จะหยุดชั่วคราว เพราะมันได้สิ่งที่มันต้องการแล้ว ได้ทำตามความอยากแล้ว แล้วความสุขก็จะปรากฏขึ้นมา แต่มันก็เป็นความสุขเดียวเดียว พอหลังจากที่ไม่ได้เสพสิ่งได้ไปเสพ ไม่ได้ไปเที่ยวสักพักหนึ่ง ความสุขที่ได้จากการไปเที่ยวก็จะจางหายไปหมด พอมันจางหายไป ความอยากไปเที่ยวก็โผล่ขึ้นมาใหม่อันนี้เป็นการเสพของผู้ครองเรือน ของผู้ที่เป็นฆราวาส ญาติโยม ต้องเสพรูป เสียง กลิ่น รสกันอยู่เรื่อยๆ เพื่อจะได้หยุดความรู้สึกหงุดหงิดรำคาญใจ

ท่านคงเห็นในช่วงที่ออกไปนอกบ้านไม่ได้ ช่วงที่มีโรคระบาดนี้ จะรู้สึกหงุดหงิดกัน ไม่มีความสุขกัน เพราะไม่สามารถหยุดความอยากที่จะออกไปเที่ยวได้ อยากออกไปเที่ยวได้ แต่พอทางการเปิดอนุญาตให้ออกไปเที่ยวกัน ความรู้สึกหงุดหงิดรำคาญใจที่มีอยู่ในขณะที่อยู่บ้านก็หายไป เพราะได้ออกไประบาย ได้ไปทำตามความอยาก พอได้ทำตามความอยาก ความอยากนั้นก็จะหยุดชั่วคราว

ทำให้ใจรู้สึกสุขสบายขึ้นมาทันทีไม่ใช่รูป เสียง กลิ่น รส ที่ทำให้ใจสุขใจสบายหรอก สิ่งที่ทำให้ใจสบายก็คือการหยุดทำงานของความอยากชั่วคราวเท่านั้นเอง พอเราอยากได้อะไร พอเราได้แล้ว ความอยากนั้นมันก็จะหยุดไปชั่วคราว แต่เดี๋ยวสักพักหนึ่งมันก็จะกลับมาใหม่ เพราะสิ่งที่เราได้มันเหมือนกับมันจางหายไปแล้ว ความสุขที่เราได้จากสิ่งที่เราอยากได้มันจะจางหายไป แล้วมันก็จะทำให้เกิดความอยากที่จะได้ใหม่ เราเลยต้องมีความอยากอยู่เรื่อยๆ แล้วเราต้องคอยหยุดความอยากอยู่เรื่อยๆ ด้วยการกระทำตามความอยากต่างๆ เราถึงจะมีความรู้สึกสบายใจกัน แต่พอเราไม่สามารถทำได้ เวลานั้นก็จะเกิดความทุกข์ทรมานใจ เวลาที่เรามีอุปสรรคในการที่จะทำตามความอยาก เช่น เครื่องสนับสนุนไม่พร้อม เช่น เงินทองไม่พร้อม หรือสิ่งที่เราต้องการนี้เราไม่สามารถที่จะเอามาได้ตามความอยาก เพราะของบางอย่างนี้มันไม่ได้ขึ้นอยู่กับเงินทอง ของบางอย่างนี้มันเป็นสิ่งที่เราบางทีต้องขอหรือต้องทำให้มันมาหาเราให้ได้ เช่นคนนี้ เราซื้อเขาไม่ได้หรืออาจจะซื้อได้ในทางอ้อม เอาใจเขา เอาอกเอาใจเขาให้เขาชอบเรา พอเขาชอบเรา เขาก็อาจจะมาอยู่กับเรา

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

แต่ถ้าวันดีคืนดีเราเกิดไปพูดไปทำอะไรที่ทำให้เขาไม่พอใจ เขาก็อาจจะไม่อยู่กับเราต่อไปก็ได้

นี่คือการหาความสุขของผู้ครองเรือนที่จะต้องเจอกับ ความสุขความทุกข์สลับกันไปอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนวันตาย แล้วก็ไม่มีวันหมด ความอยากจะหาความสุขอย่างนี้ มันจะไม่มีวันหมด มันก็จะมีมาอยู่เรื่อยๆ พอร่างกายนี้ ตายไปใจผู้ยังมีความอยากหาความสุขแบบนี้ก็จะไปหา ร่างกายอันใหม่ต่อไป ไปเกิดใหม่ แล้วก็ไปหาความสุขกับ ร่างกายอันใหม่ แล้วก็ไปทุกข์กับการผิตหวัง ทุกข์กับการ สูญเสีย ทุกข์กับความแก่ ทุกข์กับความเจ็บ ทุกข์กับความตาย ของร่างกาย **นี่คือปัญหาของธาตุรู้ที่ขาดปัญญา ที่ถูกโมหะ อวิชชา เสื่อมสอนหรือหลอกลวงให้ไปหาความสุข ที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอนนั่นเอง**

มีอีกพวกหนึ่งคือพวกนักบวชนี่ เขาเห็นโทษของการ เสพกาม เขาเห็นภัยของการเสพรูป เสียง กลิ่น รส เสพลาภยศ สรรเสริญ เขาก็เลยไปหาความสุขอีกแบบหนึ่ง คือความสุขจากการเข้าสมาธิ เข้าฌาน ด้วยการเจริญสติ เขาก็

สามารถทำใจของเขาให้มีความสุขได้เหมือนกัน เขาก็หยุดความอยากเหมือนกัน แต่การจะหยุดความอยากของเขานี้ต่างจากการเป็นผู้ครองเรือนฆราวาส ผู้ครองเรือนหยุดความอยากด้วยการทำตามความอยาก แต่ผู้ที่เป็นนักบวชนี้ เขาหยุดความอยากด้วยการหยุดความคิด หยุดสังขารความคิดปรุงแต่งด้วยการเจริญสติ อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เช่น พุทโธ หรืออานาปานสติ ดูลมหายใจเข้าออก ในขณะที่เขานั่งสมาธิ ถ้าเขานั่งสมาธิแล้วเขามีสติ ควบคุมความคิดได้ หยุดความคิดได้ ก็จะสามารถหยุดความอยากได้ พอหยุดความอยากได้ ใจก็จะนิ่งสงบขึ้นมา แล้วก็จะเกิดความสุขขึ้นมาที่เป็นความสุขที่วิเศษกว่า เหนือกว่าความสุขที่ได้รับจากการเสพรูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ แต่ก็ยังเป็นความสุขแบบชั่วคราว เหมือนกับความสุขที่ได้จากการเสพรูป เสียง กลิ่น รสอยู่ เพราะว่าพอหลังจากที่ออกจากสมาธิมาแล้ว ความอยากที่ถูกสติคอยกดเอาไว้ คอยหยุดเอาไว้ ก็จะออกมาทำงานต่อไปได้ เพราะเมื่อออกจากสมาธิแล้วต้องมีการคิด คิดเรื่องนั้นคิดเรื่องนี้ไป จะไม่สามารถที่จะหยุดความคิดได้ตลอดเวลา เพราะมีเรื่องที่จะต้องทำให้คิด

เพราะว่ายังมีร่างกายที่ยังต้องมาเลี้ยงดอยู่ ต้องมีงานการที่จะต้องทำอยู่ ต้องหาปัจจัย ๔ มาเลี้ยงดูร่างกาย ก็ต้องใช้ความคิด แล้วถ้าไปสัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ ที่เคยชอบที่เคยรักมาในอดีต ก็จะทำให้เกิดความอยากขึ้นมาได้อีก

ผู้ที่มีสติผู้ที่ฝึกสมาธินี้ ถึงต้องระมัดระวังเวลาที่จะออกจากสมาธิมา จะคอยควบคุมใจไม่ให้คิดไปในทางความอยากต่างๆ ถ้าคิดก็ต้องใช้สติยับยั้งเอาไว้ หยุดเอาไว้ กลับเข้าไปในสมาธิใหม่ แต่ทำอย่างนี้ไปเท่าไรก็ไม่มีวันจบ ก็ต้องใช้สติคอยกวดความอยากเอาไว้ แต่ไม่สามารถทำให้ความอยากนี้หายไปได้ พระพุทธเจ้าก็ได้ปฏิบัติได้ศึกษามาถึงขั้นนี้ได้ไปศึกษากับครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ท่านก็สอนวิธีหยุดความคิด ดับความทุกข์ ด้วยการเข้าไปในสมาธิ เข้าไปในนิมิต แต่ไม่สามารถหยุดความคิด หยุดความอยาก ในขณะที่ออกจากสมาธิออกมาออกจากนิมิตได้ พระพุทธเจ้าก็เลยอยากจะให้ใจนี้ไม่ต้องมีความทุกข์กับสิ่งต่างๆ หลังจากที่จะออกจากสมาธิมาแล้ว พระองค์ก็เลยต้องคิดค้นคว้าด้วยพระองค์เอง หาสาเหตุว่าอะไรที่ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมา ในขณะที่ออกจากสมาธิ พระองค์ก็ทรงเห็นว่าก็คือความอยาก

นี่เอง เวลาที่อยู่ในสมาธิ ความอยากก็ไม่มี แต่พอออกจากสมาธิมา พอเห็นรูป เสียง กลิ่น รส ก็อยากได้ อยากเสพขึ้นมาทันที พอเกิดความอยากขึ้นมา ก็เกิดความหงุดหงิดรำคาญใจ เกิดความไม่สบายใจขึ้นมาทันที พระองค์ก็เลยทรงค้นพบว่า ความทุกข์ใจนี้เกิดจากความอยาก อยากเสพรูป เสียง กลิ่น รส หรืออยากมีอยากเป็น หรืออยากไม่มีอยากไม่เป็น หรือในทางการปฏิบัติที่ขั้นสูง ความอยากมีก็คือความอยากมีความสุขจากรูปฌาน ความอยากไม่มีก็คือความอยากไม่เสียความสุขจากสิ่งทั้งหลายทั้งปวง อยากมีความสุขจากรูปฌาน

หลังจากได้ทรงพิจารณาแล้วก็หาวิธีทำอย่างไรถึงจะหยุดความอยากเหล่านี้ได้ ก็ทรงเห็นว่า ต้องเห็นว่ามันเป็นไตรลักษณ์นั่นเอง เห็นว่ารูป เสียง กลิ่น รส นี่เป็นไตรลักษณ์ เห็นว่ารูปฌาน อรูปฌาน นี่เป็นไตรลักษณ์ เป็นความสุขชั่วคราว เป็นความสุขที่มีวันสิ้นสุด มีเกิดแล้วมีดับ ถ้าตราบได้ ยังไม่เห็นความจริงอันนี้อยู่ ก็ยังมีความอยากที่จะเสพกามอยู่ ยังอยากจะเสพรูป เสียง กลิ่น รส ยังอยากจะเสพรูปฌาน อรูปฌานอยู่ แต่ถ้ามีปัญญาสนใจให้เห็นว่า กามคุณ

ทั้ง ๕ คือรูป เสียง กลิ่น รส นี่เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง บางทีก็
 เสพได้ บางทีก็ไม่ได้เสพ เวลาไม่ได้เสพก็จะทุกข์ขึ้นมา
 รูปานกับอรูปานก็เหมือนกัน บางทีมีเวลาก็เข้ารูปาน
 เข้าอรูปานได้ บางเวลาก็ไม่เข้า ไม่มีเวลา เพราะยังต้อง
 ออกมาดูแลร่างกายอยู่ ยังต้องเลี้ยงร่างกาย ต้องทำอะไร
 เกี่ยวกับร่างกายอยู่ เวลานั้นก็เข้าไปในรูปาน อรูปาน
 ไม่ได้ เวลานั้นก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา เพราะความอยาก
 เข้าไปในรูปานไม่สามารถเข้าไปได้ ความอยากเข้าไปใน
 อรูปานก็เข้าไปไม่ได้ ดังนั้นถ้าไม่อยากจะทุกข์ ก็ต้องตัด
 ความอยาก หยุดความอยากด้วยการเห็นว่า **สิ่งต่างๆทั้งหลาย**
ในโลกนี้เป็นอนิจจัง เป็นอนัตตา คือเป็นสิ่งที่เรา
ไม่สามารถสั่งให้มันให้มีความสุขกับเราได้ตลอดเวลา
 ไม่สามารถสั่งให้รูป เสียง กลิ่น รสต่างๆ ให้มีความสุขกับเรา
 ได้ตลอดเวลา เพราะมันเปลี่ยนไปเปลี่ยนมา ไม่สามารถสั่ง
 ให้รูปานและอรูปานให้มีความสุขกับเราได้ตลอดเวลา
 เพราะมันก็เปลี่ยนไปเปลี่ยนมาตามเหตุการณ์ต่างๆ แต่ถ้า
 เราไม่มีความอยากในทั้ง ๓ สิ่งนี้แล้ว ความทุกข์ก็จะหายไป
 แล้วพอความทุกข์หายไป ความสงบก็จะเกิดขึ้นมาในใจ

แล้วก็จะเกิดความสุขขึ้นมาอีกแบบหนึ่ง **ความสุขที่เกิดจากการระงับความอยากต่างๆ อันนี้แหละเป็นความสุขที่พระพุทธเจ้า เรียกว่าเป็น “นิพพาน”** ไม่ใช่เป็นความสุขของรูปฌาน ไม่ใช่เป็นความสุขของอรูปฌาน ไม่ใช่เป็นความสุขของกามคุณทั้ง ๕ เพราะกามคุณทั้ง ๕ รูปฌาน อรูปฌานนี้ ล้วนเป็นไตรลักษณ์ทั้งนั้น ล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่การได้ความสุขจากการไม่ทำตามความอยาก ด้วยการฝืน ด้วยการหยุดความอยากนี้ พอฝืนความอยากได้ ชนะความอยากได้ ความอยากมันจะหยุดไป ถ้าเราสู้กับมันไป ตอนต้นมันก็จะพยายามดันเราอยู่เรื่อยๆ ดันให้เราไปทำสิ่งต่างๆ แต่ถ้าเรามีกำลังมากกว่า **มีปัญญา คอยเตือนใจว่า อย่าไปทำนะ ทำแล้วเดี๋ยวก็จะต้องทำอยู่เรื่อยๆ ถ้าไม่ทำเดี๋ยวมันก็จะหายไปเอง** พอเราไม่ไปทำตามมัน ในที่สุดพอมันรู้ว่าเราไม่ทำจริงๆ มันก็จะหยุด แล้วมันก็จะไม่มารบกวนใจเราอีกต่อไป ใจที่ไม่มีความอยาก ก็จะเป็นใจที่นิ่งที่สงบตลอดเวลา ที่มีความสุขตลอดเวลา

อันนี้แหละเป็นวิธีแก้ปัญหาของพระพุทธเจ้าที่ถูกทาง เพราะเป็นวิธีที่กำจัดความทุกข์ต่างๆ ได้อย่างถาวร

ถ้าไม่มีความอยากทั้ง ๓ นี้แล้ว กามตัณหา ภวตัณหา
 วิภวตัณหาแล้ว ในใจนี้จะไม่มียะไรมาสร้างความทุกข์
 ให้อีกต่อไป แล้วก็ไม่มีอะไรที่จะดึงใจให้ไปเกาะติด
 กับร่างกายอีกต่อไป เพราะใจไม่ต้องใช้ร่างกาย เพราะใจ
 เห็นโทษของความอยากที่จะเสพรูป เสียง กลิ่น รส ก็จะไม่
 เสพรูป เสียง กลิ่น รส พอไม่เสพก็ไม่จำเป็นที่จะต้องมียะ
 ร่างกาย เหมือนคนที่เห็นโทษของการมีโทรศัพท์มือถือถือน่า
 มั่นยุ่งยากวุ่นวาย ก็เลิกใช้มันเสีย พอเลิกใช้แล้วก็สบาย
 ไม่ต้องมากังวลกับเรื่องโทรศัพท์ ไม่ต้องคอยมาคอย
 ชาร์จแบตเตอรี่ ต้องคอยรักษามัน ต้องคอยเปลี่ยนรุ่นอยู่เรื่อยๆ
 เดี่ยวก็มีรุ่นใหม่ออกมา เดี่ยวก็มีการพัฒนาระบบ ต้องคอย
 ติดตามอยู่เรื่อยๆ เห็นว่ามันเป็นเรื่องรำคาญใจ ก็ไม่ไปยุ่งกับ
 มันดีกว่า เลิกใช้โทรศัพท์ พอเลิกใช้แล้วก็สบาย ไม่ต้องไป
 ทุกข์กับโทรศัพท์มือถืออีกต่อไป

นี่แหละคือเรื่องของธรรมะที่พระพุทธเจ้า คือ
 พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่เป็นสรณะ ที่เป็น
 พระรัตนตรัย เป็นผู้ได้ศึกษาได้ปฏิบัติกันมา จนทำให้
 พระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกนี้ได้เข้าถึงความสุข

ที่แท้จริง ความสุขที่ถาวร คือความสุขของพระนิพพาน ซึ่งมีคุณค่าราคายิ่งกว่ามากกว่าราคาของเพชรนิลจินดาต่างๆ ความสุขที่ได้จากการมีเพชรนิลจินดานี้เป็นความสุขที่ยังคลุกเคล้าไปด้วยความทุกข์ แต่ความสุขที่ได้จากพระนิพพานนี้เป็นความสุขที่ปราศจากความทุกข์ จึงถือว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่ายิ่งกว่าสิ่งต่างๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้ เราถึงเรียกพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นพระรัตนะ เป็นอัญมณีอันล้ำค่า เพราะท่านเป็นผู้ที่จะพาให้เราไปได้พบกับความสุขอันล้ำค่านี้เอง ก็คือความสุขของพระนิพพาน ถ้าพวกเราต้องการความสุขของพระนิพพาน พวกเราก็ต้องน้อมเอาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เข้ามาสู่ใจ น้อมเอาวิธีของพระพุทฺธเจ้าและพระสงฆ์สาวกปฏิบัติธรรมเข้ามาสู่ใจของเรา ปฏิบัติตามพระพุทฺธเจ้า พระสงฆ์ท่านปฏิบัติอย่างไร เราก็ปฏิบัติอย่างนั้น พระธรรมคำสอน สอนให้เราปฏิบัติอย่างไร เราก็ปฏิบัติอย่างนั้นกัน แล้วเราทำได้แล้ว เตียวเราก็จะได้ อัญมณีอันล้ำค่าเข้ามาสู่ใจของพวกเราต่อไป

นี่คือเรื่องราวที่เอามาฝากท่านในวันนี้ ก็คิดว่าพอสมควร
แก่เวลา จะขออนุโมทนาให้พร

คำถาม-คำตอบ จากธรรมะหน้ากุฏิ เมื่อวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๓

ถาม : หลวงพ่อเจ้าคะ ตอนนี้ก็สับสนเนื่องมาจากอาทิത്യที่แล้ว
คือว่าบางทีก็เพ่งผมตอนที่ฝันเป็นผมเจ้าคะ อุคคหนิมิต
แต่ว่าพอเพ่งผมไปแล้วอยู่ได้ไม่นานเจ้าคะ ก็เลยเพ่งผมกับ
ลมไปพร้อมกัน มันจะตีกันไหมเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ก็ถ้าเราทำให้ใจเรานิ่งได้มันก็ไม่ตีกัน

ถาม : เพราะถ้าเพ่งอย่างเดียวบ๊อบ มันเหมือนกับมันไม่แน่น
เจ้าคะ ก็เลยดูลมหายใจเข้าออกไปพร้อมกับเพ่งด้วยเลย
เจ้าคะ

พระอาจารย์ : ได้ ได้ ถ้ามันไม่ขัดกันก็ได้

ถาม : และถ้าบางครั้งในวันถัดไป เราโล่งจรมผมแล้วก็ให้เห็น
เป็นสิ่งปฏิภูล แล้วบางทีก็ลงเป็นธาตุ ๔ แต่ว่าก็ยังไม่ชัดเจน
เจ้าคะ

พระอาจารย์ : ก็ต้องทำไปเรื่อยๆ พิจารณาไปเรื่อยๆ

ถาม : คือทำไปเรื่อยๆ ทำซ้ำๆ หลายๆ ร้อยรอบพันรอบใช้ไหม
เจ้าคะ

พระอาจารย์ : มันก็เป็นธาตุดินนี่เองผม เดี่ยวตกทั้งไปในดิน
เดี๋ยวมันก็ย่อยสลายกลายเป็นดินไป ผมนี่ไม่มีตัวตน ขน
ไม่มีตัวตน เล็บไม่มีตัวตน ฟันไม่มีตัวตน ทั้งร่างกาย ๓๒ นี้
ไม่มีตัวตนเลย เป็นธาตุ ๔ อย่างที่เคยได้เทศน์เมื่อก่อน ดิน น้ำ
ลม ไฟ ส่วนที่เป็นของแข็งก็เป็นธาตุดิน ส่วนที่เป็นของเหลว
ก็เป็นธาตุน้ำ ส่วนที่เป็นความร้อนก็เป็นธาตุไฟ ส่วนที่เป็นลม
ก็เป็นธาตุลม เนื้อที่เข้ามาอยู่ในร่างกายนี้ ไม่มีตัวตน ค้นไปดู
ในร่างกายในอาการ ๓๒ นี้ ไม่มีส่วนไหนที่ว่าเป็นเราเป็นของ
เราเลย เราไปตุ้มมันเอง เหมือนคนโบราณที่ไปตุ้มว่าโลกนี้แบน
แต่มันไม่แบนหรอก มันกลม เพียงแต่ว่าเรามองไม่เห็น
มันใหญ่มากก็เลยคิดว่ามันแบน ร่างกายนี้เราอยู่กับมันมา
ตั้งแต่เกิด ก็เลยไปตุ้มว่ามันเป็นเราเท่านั้นเอง แต่ความจริง
เรามาเกาะร่างกายนี้ มีพ่อแม่เป็นคนสร้างขึ้นมา แล้วเราคือ
ธาตุรู้ก็มาเกาะมัน แล้วก็มาครอบครองมัน มาใช้มันพาเรา
ไปไหนมาไหนอีกที พออยู่กับมันก็เลยเป็นเหมือนแฝดสยาม
มันก็เลยคิดว่าเป็นตัวเดียวกัน เราต้องใช้ปัญญามากคอยเตือน

มาคอยแยกแยะว่า เราเป็นผู้พิจารณาร่างกายนี้ ไม่ใช่ร่างกาย ร่างกายนี้เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นอาการ ๓๒ โดยที่วันหนึ่งก็ต้องแยกจากกัน เรากับร่างกายนี้จะต้องแยกจากกัน เราเป็นธาตุรู้ เราก็ต้องอยู่เป็นธาตุรู้ไป เพียงแต่ตอนนี้เรามีโอกาสได้มาเกาะติดกับร่างกาย ก็ควรจะเอามาใช้ในทางที่จะทำให้เราไม่ต้องกลับมาเกาะติดกับร่างกายอีกต่อไป ก็คือมาตัดความอยากต่างๆ

ถาม : ก็คือให้เราพิจารณาซ้ำๆ ไปให้มากที่สุด แล้วถึงรอบของมัน

พระอาจารย์ : พอถึงรอบของมันแล้วมันจะได้ปล่อยวางได้ มันจะได้ไม่กลัวตาย

ถาม : อ้อ วันหนึ่งมันก็จะปล่อยวางได้

พระอาจารย์ : เอ๊ย กายมันไม่ใช่เรานี่หว่า ไปกลัวมันทำไม มันเหมือนกับร่างกายของคนอื่น ร่างกายของคนอื่นเราไม่ถือว่าเป็นเราใช่ไหม เวลาเขาเป็นอะไรเราไม่เดือดร้อนใช่ไหม แต่พอร่างกายของเรา เราไปถือว่าเป็นของเราขึ้นมา พอมันเป็นอะไรก็เดือดร้อน แต่จริงๆ ร่างกายของคนอื่นกับ

ร่างกายของเรามันก็เหมือนกัน เป็นดิน น้ำ ลม ไฟ เหมือนกัน เหมือนกับรถยนต์นะ คนเรามีร่างกายก็คือมีรถยนต์คนละคันกัน แล้วก็ไปหลงคิดว่าเป็นของเรา เป็นตัวเราขึ้นมา

ถาม : แล้วพิจารณาความทุกข์ที่เกิดจากผมก็คือให้จินตนาการไปก่อนใช่ไหมคะว่า ผมร่วง ผมอะไร

พระอาจารย์ : ให้ยินยอมรับตามสภาพของมันไป อย่าไปฝืนความจริง มันจะร่วงก็ปล่อยให้มันร่วงไป มันจะหงอกก็ปล่อยให้มันหงอกไป ถ้าทำอะไรได้ก็ทำไปถ้าอยากจะทำ อยากจะยอมผมก็ยอมไป ไม่ว่ากัน แต่ยอมบ่อยๆ มันอาจจะเปื่อยก็ได้ ย่อมแล้วเดี๋ยวมันก็โผล่ขึ้นมาใหม่ แต่วันหนึ่งมันก็อาจจะยอมแพ้ว่า ชี้เกียจ ปล่อยให้มันไป มันจะขาวไปหงอกไปก็ได้ ดีชะอื่น เขาจะรู้ว่าเราเป็นผู้สูงอายุ เป็นผู้อาวุโส บางทีเขามองเห็นเราหน้ายังเป็นเด็ก ไม่ให้ความเคารพ พอเห็นหัวหงอก เขาให้ความเคารพเลย

ถาม : แล้วพระโสดาบันนี้ท่านยอมผมไหมเจ้าคะ

พระอาจารย์ : อ้อ ท่านไม่ยึดติดกับร่างกายไง แต่ถ้าท่านยังอยู่ในสังคมที่อาจจะต้องยอม ท่านอาจจะต้องยอมก็ได้

ถาม : คือไม่ผิดในทางธรรมนะเจ้าคะ

พระอาจารย์ : คือท่านไม่ทุกข์กับมันก็แล้วกันพูดง่าย ๆ ย่อมก็ได้ ไม่ย่อมก็ได้ แต่คิดว่าคงไม่ยอมมากกว่า เพราะท่าน คงไม่อยากจะไปรุ่มรวยกับมัน

ถาม : อีกสัปดาห์หนึ่งที่ยอยากจะถามล่วงหน้าเจ้าคะ พอพิจารณา ผมแล้วเข้าสู่ความสงบแล้ว อสุภะที่จะทำต่อไปคืออสุภะ ของผมหรืออสุภะของร่างกายเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ทั้งร่างกายแหละ เวลาเรามองร่างกายเราจะ มองทั้งร่างใช่ไหม เห็นว่าสวยงามใช่ไหม เราก็ต้องว่ามัน ไม่สวยงาม มองตอนที่มันเป็นซากศพ หรือถ้ามองเข้าไป ได้ผิวหนังได้ ดูอาการอวัยวะต่างๆ ที่มีซ่อนอยู่ภายใต้ผิวหนัง ถ้าเห็นอะไรต่างๆ ภายใต้ผิวหนังแล้ว ก็จะไม่เห็นอะไรว่าสวย ว่างาม หรือมองในส่วนที่น่าเกลียดก็ได้ ของที่เราจับถ่าย ออกมาก็ออกมาจากทางร่างกาย

ถาม : แล้วต้องเอาอาการ ๓๒ มาไล่เหมือนเดิมไหมเจ้าคะ

พระอาจารย์ : อันนี้ไม่ต้องก็ได้ ตอนต้นเราไล่ไปก่อนเพื่อทำความรู้จัก พอเรารู้จักแล้วต่อไปเราก็นึกภาพ ถ้าไม่เห็นก็ไปเปิดหนังสือดูเพื่อมานึกภาพ ปอดเป็นยังไง ตับเป็นยังไง ไตเป็นยังไง ลำไส้เป็นยังไง โครงกระดูกเป็นยังไง แล้วก็พยายามหัดนึกอยู่เรื่อยๆ เวลามองเห็นร่างกายไม่ว่าของเราหรือของคนอื่นก็มองเข้าไปข้างในเห็นโครงกระดูก เห็นตับไต ไส้ พุง อะไรต่างๆ ถ้าเห็นอย่างนี้แล้วกามารมณ์มันจะไม่เกิด แต่ถ้ามันเห็นเพียงแต่ภายนอก เห็นแต่รูปร่างหน้าตา มันก็จะเกิดกามารมณ์ขึ้นมาได้

ถาม : แล้วหนูต้องรอทำอันนี้เสร็จก่อนแล้วค่อยดูอสุภะหรือว่าหนูควบ หรือแล้วแต่จังหวะไปเลยเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ก็ได้ทั้งนั้น บางทีมันทำเตรียมไว้ก่อน แล้วพอถึงเวลามันก็ทำข้อสอบได้ทีเดียวพร้อมๆ กันเลย บางทีมันบรรลุลุแบบ ๑ ๒ ๓ ๔ ไปเลยทีเดียว ถ้ามันเตรียมการไว้ก่อนพิจารณาไว้ก่อนล่วงหน้า แล้วพอถึงเวลาจริงๆ มันก็สามารถที่จะทำการได้เลยตัดได้ทันที มันต้องมีกำลังตัดเท่านั้น ที่ขาดอยู่ก็คือสมาธิหรืออุเบกขา ส่วนนี้ถ้าไม่มีก็ไม่มีการกำลังที่จะหยุดความอยากได้ พออยากเสพกามก็หยุดไม่ได้

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

พออยากจะเสพรูปโฉมก็หยุดไม่ได้ อยากจะเสพรูปโฉมก็หยุดไม่ได้ แต่ถ้ามีอุเบกขาแล้วก็จะหยุดได้

ถาม : อีกคำถามสุดท้ายคะ หลวงพ่อเจ้าคะ ความทุกข์ที่เกิดจากการพลัดพรากเนี่ย เราต้องปฏิบัติถึงขั้นพระอรหันต์บุคคลขั้นไหนเจ้าคะถึงจะตัดความทุกข์ได้

พระอาจารย์ : ตั้งแต่พระโสดาบันท่านก็ไม่ทุกข์กับความพลัดพรากจากกันแล้ว ท่านเห็นเป็นอนิจจัง เห็นธาตุเป็นธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ

ถาม : แต่เรายังร้องไห้เสียใจ

พระอาจารย์ : เพราะเรายังไม่เห็นเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ เรายังเห็นเป็นนาย ก นาย ข เป็นพี่เป็นพ่อเป็นน้อง จริงๆ เป็นเพียงร่างกาย ตัวที่เป็นพี่เป็นพ่อก็คือตัวใจหรือธาตุรู้ที่มาครอบครองร่างกาย เขาก็ไปตามวาระของเขาไป เขาก็ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย ฉะนั้นจึงไม่มีอะไรที่ต้องมาเศร้าโศกเสียใจ เพียงแต่จะต้องคิดว่าเขาต้องเดินทางไปต่างประเทศเนี่ย เขาไปโลกทิพย์แล้ว เรายังอยู่โลกธาตุ ก็มีเพื่อนั้นแหละจะได้ไม่มีความเศร้าโศกเสียใจกับการพลัดพรากจากกัน

ถาม : และพระอรหันต์ที่ท่านทั้งชั้น ๕ ไปแล้ว นิพพานไปแล้ว เรายังปฏิบัติเป็นปุถุชนอยู่ เราจะติดต่อกันได้ไหม เจ้าคะอันนี้

พระอาจารย์ : หมายถึงร่างกายท่านตายไปแล้ว

ถาม : หมายถึงว่าสมมุติว่าพระอรหันต์ที่เป็นอาจารย์เราแล้วสิ้นไป แล้วจะติดต่อกันได้ไหมคะ

พระอาจารย์ : ก็อยู่ที่ว่าท่านอยากจะติดต่อกับเราหรือเปล่า แล้วเรามีพลังจิตที่จะไปติดต่อกับท่านได้หรือเปล่า

ถาม : พลังจิตเราน้อย แต่ท่านพลังจิตเยอะ ท่านก็ต้องสื่อสารกับเราช่วยเราหน่อย

พระอาจารย์ : ก็ไม่แน่ว่าท่านอาจจะห่วงเรา ท่านก็อาจจะส่งพลังจิตมาหาเรา แต่ถ้าเราไม่มีเครื่องรับ เราก็รับไม่ได้ ถ้าเราไม่มีอุปกรณ์สมาธิเราก็รับไม่ได้ ต้องมีอุปกรณ์ อย่างพระพุทธรูปเจ้ามีอุปกรณ์สมาธิก็รับเทวดาได้ เทวดาก็มาฟังธรรมกับพระพุทธรูปเจ้าได้

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

ถาม : ถ้าอย่างนั้นเราก็ไม่ต้องกลัวว่า ถ้าพ่อแม่ครูบาอาจารย์เราสิ้นไปแล้ว เราก็ไม่ต้องกลัว เพราะเดี๋ยวท่านก็มาช่วยเราเองเจ้าคะ หรือว่าเราจะสิ้นก่อน

พระอาจารย์ : อันนี้ก็ไม่ทราบ ขนาดท่านอยู่ยังช่วยเราไม่ได้แล้วท่านตายไปแล้วท่านจะช่วยเราได้ยังไง ท่านสอนให้เราช่วยตัวเอง อัตตา หิ อัตตโน นาโถ เรื่องของการปฏิบัตินี้ปฏิบัติให้กันไม่ได้ สอนก็สอนแล้วบอกแล้วทุกอย่างครบถ้วนแล้ว ก็ถือว่าท่านทำหน้าที่ของท่านสมบูรณ์แล้ว ท่านคงจะไม่กลับมาหาเราอีกแล้ว

ถาม : คือหนูลงถามเพื่อว่าต่อไปเราได้ธรรมขั้นสูงขึ้นไปอีกเจ้าคะ พอไม่มีครูบาอาจารย์แล้วก็จะไม่มีใครมาสอนแล้วเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ก็ต้องมี อย่างคุณแม่ชีแก้วท่านก็มีอุปจารสมาธิแล้วคืนที่หลวงปู่มันจากไป ท่านก็มาเข้าในสมาธิบอกว่าเราไปแล้วนะ พอตีคุณแม่แก้วจะไปเยี่ยมท่านไง หลวงปู่ว่าถ้าไปก็ไปเจอแต่ร่างกาย แต่ตัวเราไม่อยู่แล้ว ท่านมาเข้าในสมาธิของคุณแม่ชีแก้ว อันนี้ท่านก็ยังติดต่อกันได้อยู่

ถาม : กราบขอบพระคุณหลวงพ่ोज้าคะ

“นิพพานัง ปรมัง สุขญัง”
ผู้ปฏิบัติไม่สูญเสียไปกับการชำระใจของผู้ปฏิบัติ



โดย พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี

วันที่ ๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๓



“
ผู้ปฏิบัติไม่สูญเสียไป
กับการชำระใจของผู้ปฏิบัติ
สิ่งที่สูญเสียคือคราบสกปรก
ที่ติดอยู่ในใจของผู้ปฏิบัตินั่นเอง
”

คนที่ไม่ปฏิบัติ พออ่านว่า “นิพพานัง ปรมัง สุขญญัง” ก็ไปแปลว่าพอถึงนิพพานแล้วสุขหมด ทั้งๆ ไม่รู้ว่าคำว่า สุขหมดนี่คืออะไร หมายถึงคนที่ปฏิบัติก็สุขด้วย บางคน คิดว่าพอไปถึงนิพพานแล้วสุขหมด ผู้ที่ปฏิบัติผู้ที่ชำระจิตใจ ของตนเองก็สุขไปหมดเพราะ “นิพพานัง ปรมัง สุขญญัง” ไปแปลว่าอย่างนั้น แต่ไม่สุข ผู้ปฏิบัติไม่สูญเสียไปกับการ ชำระใจของผู้ปฏิบัติ สิ่งที่สุขคือคราบสกปรกที่ติดอยู่ในใจ ของผู้ปฏิบัตินั่นเอง พอใจไม่มีคราบสกปรก เราก็เรียกว่า “นิพพาน” นี่เอง นิพพานเพราะไม่มีคราบสกปรกถึงเป็น สุขญญัง สุขจากคราบสกปรกต่างๆ ไม่ได้หายสาบสูญไป แปลความหมายไม่เป็น คนที่ไม่ปฏิบัติมันก็จะแปลไปแบบนี้ จึงไม่กล้าไปนิพพานกัน กลัวนิพพานกัน ไข่มุข กลัวไป นิพพานแล้วสุขไม่มาเกิดอีกต่อไป ไม่ได้มาเป็นนาย ก นาง ข ไม่ได้มาเป็นอะไรเหมือนอย่างที่เป็นกัน แทนที่จะยินดีกับ พระนิพพาน ก็เลยกลัวกัน **กลัวว่าไปถึงพระนิพพานแล้ว ตนเองจะหายสาบสูญไปตลอดอนันตกาล** แต่ไม่กลัวการ มาเกิดและมาตายกันอยู่เรื่อยๆ ตายแบบนี้ไม่กลัวเพราะ รู้ว่าตายแล้วเดี๋ยวกลับมาเกิดใหม่ได้อีก เลยไม่อยากจะไป นิพพานกัน อยากจะกลับมาเกิดกัน

นี่เพราะว่าความเข้าใจผิด ไม่รู้ว่าการมาเกิดแต่ละครั้งนี่มันจะต้องมาเจอกับความทุกข์กันมากมายขนาดไหน ตั้งแต่เราเกิดมานี้เราทุกข์กันมามากน้อยขนาดไหนแล้ว แล้วเดี๋ยวเจอความแก่ เจอความเจ็บ เจอความตาย ก็ยังต้องทุกข์กันต่อไปไม่เบื่อหน่ายไม่เซ็ดหลาบสักที ยังอยากจะกลับมาเกิดกันอีก กลับมาเกิดทีไรก็จะต้องมาเจอความแก่ ความเจ็บ ความตาย ทุกครั้งไป แต่ดีกว่าไปนิพพาน ไปนิพพานนี่ตายแบบถาวรเลย ตายแบบหายไปเลย หายสาบสูญไปเลย เลยไม่อยากจะไปนิพพานกัน ขอไปแค่สวรรค์ก็พอ พอไปสวรรค์แล้วเดี๋ยวก็จะได้กลับมาเกิดใหม่ ทำบุญทำทานกันรักษาศีลกันพอแล้ว อย่าไปวิปัสสนา อย่าไปภาวนากัน เดี่ยวภาวนาแล้วเดี๋ยวใจเป็นนิพพานขึ้นมาแล้วจะหายสาบสูญไป จะไม่ได้กลับมาเจอกันอีก

นี่ยังอยากจะกลับมาเจอกันอีกใช่ไหม รักคนไหน ชอบคนไหนยังอยากจะกลับมาพบกันอีก

มีคนชอบถามคำถามเรื่อยๆ ว่า เดี่ยวชาติหน้าจะได้กลับมาพบกับพ่อแม่คนเก่าหรือเปล่า ยังอยากจะเจอ

ความทุกข์กันต่อไป แต่ความสุขที่ไม่มีความสุขนี้กลับไม่
 อยากจะเจอกัน เพราะเป็นความสุขแบบหายสาบสูญไปเลย
ไม่อยากจะหายสาบสูญ **ความจริงไม่หาย**หรือ **พระพุทธเจ้า**
ยังอยู่ เพียงแต่เราติดต่อกับท่านไม่ได้เท่านั้นเอง ท่านก็
 เหมือนกับคนที่มือโทรศัพท์มือถือ แต่ท่านเลิกใช้มือถือแล้ว
 ท่านไม่เปิดเครื่องแล้ว ท่านโยนมือถือทิ้งไปแล้ว เราก็เลย
 ติดต่อกับท่านไม่ได้เท่านั้นเอง เพราะท่านเบื่อกับการที่ต้อง
 คอยมารักษามือถือ ต้องคอยมาชาร์จแบตเตอรี่ ต้องคอยมา
 เปลี่ยนรุ่นอยู่เรื่อยๆ เดี่ยวรุ่นนี้เก่าแล้วก็ต้องเปลี่ยนรุ่นใหม่
 ท่านเลยไม่อยากจะใช้มัน ไม่อยากจะใช้มือถือ แต่ท่านไม่ได้
 หายไปไหน ท่านอยู่ เพียงแต่ว่าเราติดต่อกับท่านไม่ได้
 เท่านั้นเอง

“

ถ้ามีสติ มีสมาธิ มีปัญญา
ก็เหมือนมีอาวุธไว้ต่อสู้กับศัตรู
ที่จะสร้างความทุกข์ต่างๆ
ให้เกิดขึ้นตอนใกล้ตาย
จะไม่หวั่นไหวเดือดร้อน
จะปล่อยวางร่างกาย ใจก็จะสงบ

”

ถ้าไม่เห็นความตายก็จะไม่รีบชวนขวายเป็น



โดย พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี

วันที่ ๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔



{ ตายแล้วสูญ }

❖ คนที่ฉลาดทางวิทยาศาสตร์ เขาจะมีความเห็นแบบนี้ เห็นว่าตายแล้วสูญ เพราะว่าเขาไม่สามารถพิสูจน์จิตใจหรือดวงวิญญาณได้ ก็เลยถือว่าเป็นเรื่องเพ้อเจ้อไป

❖ แต่ความจริงมันพิสูจน์ได้ วิธีพิสูจน์นี้เขาไม่รู้จักทางพระพุทธศาสนารู้วิธีพิสูจน์ก็คือการนั่งกรรมฐาน

เรื่องของจิตจึงเป็นเรื่องที่ลึกลับ ถ้าไม่ศึกษาไม่ปฏิบัติ ก็จะไม่รู้ เพราะหลงยึดติดกับร่างกาย ที่ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ว่าเป็นตัวเราของเรา ก็เลยวจิตเป็นสิ่งที่วิเศษ ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย แต่ถูกความหลงหลอกให้ไปยึดติดกับร่างกาย พอร่างกายเป็นอะไร จิตก็เป็นไปด้วย

มีนิทานในสมัยพุทธกาล มีคนเลี้ยงม้าคนหนึ่งหาไม่ดี หาเป้ เดินกะเผลกๆ ม้าที่เลี้ยงก็เดินกะเผลกตามคนเลี้ยง ทั้งๆ ที่ขาม้าไม่ได้เป็นอะไร จิตเราก็เหมือนกัน พอได้ร่างกาย มาครอบครอง ก็หลงคิดว่าร่างกายเป็นจิต พอร่างกาย เป็นอะไรก็เป็นตามร่างกายไป ร่างกายแก่ก็แก่ตาม ร่างกาย เจ็บก็เจ็บตาม เพราะไม่มีปัญญาแยกแยะจิตออกจาก ร่างกาย ไม่รู้ว่าร่างกายเป็นเพียงธาตุ ๔ เป็นตุ๊กตาตัวหนึ่ง ที่เกิด แก่ เจ็บ ตาย ส่วนจิตเป็นผู้รู้ เป็นผู้ที่มีความรู้สึกนึกคิด ผู้สั่งให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ จะลุกขึ้นได้ จิตต้องสั่งก่อน ว่าจะลุกถึงจะลุกได้ จะเดินจิตก็ต้องสั่ง จะมาที่นี้ได้จิตก็ต้อง สั่งไว้ก่อน ว่าวันนี้จะมาที่นี้ พอถึงเวลาก็ออกเดินทางมาที่นี้ ร่างกายไม่รู้เรื่อง ร่างกายเป็นผู้ทำตามคำสั่งของจิต

พวกเราต้องศึกษาร่างกายกับจิตแยกให้ออกจากกัน
อย่าให้เป็นคนเดียวกัน เพราะเป็นคนละคนกัน ใจเป็น
เจ้าของร่างกาย ที่เป็นสมบัติชั่วคราว ที่จะต้องหมดสภาพไป
ถ้าใจต้องอาศัยร่างกายทำประโยชน์ ก็ต้องรีบทำอย่างเต็มที่
คือปฏิบัติธรรมให้เต็มที่ เจริญสติให้เต็มที่ พอทำงานนี้
เสร็จแล้ว ร่างกายจะเป็นอะไรก็จะเป็นปัญหา ถ้าปฏิบัติ
ไม่เสร็จแล้วร่างกายตายไป ก็ต้องรอให้ได้ร่างกายอันใหม่
ถึงจะปฏิบัติต่อไป ก็จะเสียเวลาไป

จึงควรเจริญมรณานุสติอยู่เรื่อยๆ ว่า เกิดมาแล้วต้อง
ตายเป็นธรรมดา จะตายเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ จะตายวันนี้ก็ได้
ตายพรุ่งนี้ก็ได้อีกสิบปีหรือยี่สิบปีข้างหน้าก็ได้ ไม่มีใครรู้
ถ้าจะไม่ประมาท ก็ต้องคิดว่าอาจจะต้องตายในวันนี้ ถ้าคิด
อย่างนี้ เวลาไม่สบายไปหาหมอ พอหมอบอกว่าเหลืออีก
๓ เดือน ก็จะดีใจ เพราะคิดว่าจะตายวันนี้ แต่หมอให้ตั้ง
๓ เดือน ถ้าไม่คิดอย่างนี้ พอหมอบอกว่าเหลือ ๓ เดือน ก็จะ
หมดกำลังใจ

วันก่อนก็มีผู้หญิงคนหนึ่งมาบอกว่า หมอบอกว่าเป็นมะเร็งขั้นสุดท้าย เหลืออีกไม่กี่เดือน จะให้ทำอะไร เราก็บอกให้รับปฏิบัติธรรมให้มากที่สุด ตอนนี่ไม่ต้องไปคิดถึงความตายแล้ว เพราะรู้อยู่ตลอดเวลา ถ้าไปคิดก็จะมีกำลังใจปฏิบัติ ต้องลืมเรื่องความตายให้พุ่งไปที่การปฏิบัติธรรมให้มากที่สุด เจริญสตินั่งสมาธิเจริญปัญญาให้มากที่สุด ถ้าไม่เห็นความตายก็จะไม่รับชวนชวาย จึงต้องอยู่ใกล้เหตุการณ์จริง จะได้กระตือรือร้นปฏิบัติและบรรลุธรรมได้

อย่างพระราชบิดาก็ทรงบรรลุ ๗ วันก่อนเสด็จสวรรคต
 เพราะเห็นความจริง เห็นความตาย ก็เลสที่อยากจะอยู่ก็จะหายไป เพราะรู้ว่าอยากอย่างไรก็อยู่ไม่ได้ ก็เลยไม่มีกิเลสมากอยขัดขวางไม่ให้ตั้งใจปฏิบัติ ความห่วงใย ความกังวลกับเรื่องสมบัติข้าวของเงินทอง กับบุคคลต่างๆ ตอนนั้นไม่สนใจแล้ว สนใจอยู่ที่ว่าจะทำอะไรไม่ให้ทุกข์กับความตายที่จะตามมาในระยะอันใกล้นี้ ถ้ามีคนสอนวิธีให้ทำจิตให้สงบ ก็จะทำให้ได้อย่างรวดเร็ว พอจิตสงบแล้วร่างกายจะเป็นอะไรก็จะไม่เดือดร้อน

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

ต้องไปดูศพ ไปงานศพอยู่เรื่อยๆ ไปอยู่ในสถานที่ที่
ท้าทายกับความเป็นความตาย ก็จะทำให้ไม่ประมาท จะรีบ
ชวนชวน จะเห็นว่าสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ไม่มีความหมายเลย
ช่วยไม่ได้เลยเวลาใกล้เป็นใกล้ตาย สมบัติเงินทองต่างๆ
ช่วยไม่ได้เลย มีแต่การปฏิบัติธรรมเท่านั้นที่จะช่วยได้
ถ้ามีสติ มีสมาธิ มีปัญญา ก็เหมือนมีอาวุธไว้ต่อสู้กับศัตรู
ที่จะสร้างความทุกข์ต่างๆ ให้เกิดขึ้น ตอนใกล้ตายจะ
ไม่หวั่นไหวเดือดร้อน จะปล่อยวางร่างกาย ใจก็จะสงบ



คำถาม-คำตอบจากชุม



โดย พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี

วันที่ ๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

“

{ ผู้รู้ เราก็ใช้ชื่อหลายอย่าง
ใช้เรียกมันว่าเป็นจิตใจบ้าง
เป็นดวงวิญญาณบ้าง
กายกัมภีร์บ้าง คือธาตุรู้ทั้งนั้น }

”

{ ธาตุรู้มันเป็นอมตะ ใช้ไหมครับ }

ถาม : หลวงพ่อครับ ธาตุรู้มันเป็นอมตะใช้ไหมครับ ไม่มีวันตาย

พระอาจารย์ : ก็มันเป็น ๑ ในธาตุทั้ง ๖ ที่เป็นของอมตะ เขาเรียก “มหาธาตุ” สิ่งที่เขาเรียกว่าเป็นสิ่งที่ไม่มีวันสูญ สิ่งที่ไม่มีความดับ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ แล้วก็ ธาตุรู้ แล้วก็อวกาศธาตุ อวกาศก็คือพื้นที่ สเปซ (space) เพราะธาตุทั้ง ๕ นี่มันต้องมีพื้นที่อยู่ ตั้งอยู่ ธาตุที่ ๖ นี่บางทีเราไม่ต้องพูดถึงก็ได้ แต่ธาตุ ๕ นี่ที่มันเป็นตัวเล่นเรื่องราวต่างๆ ทั้งหมดนี้อยู่ที่ธาตุ ๕ โดยเฉพาะธาตุรู้มันเล่นได้ ทั้งขณะที่เป็นมนุษย์ เป็นเดรัจฉาน และขณะที่ไม่มีร่างกาย ก็ยังมีบทบาทอยู่

ถาม : คือเป็นวิสังขารที่หลวงพ่อกเคยเทศน์ใช้ไหมครับ ทั้ง ๖ ธาตุ

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

พระอาจารย์ : ใช่ มันไม่ได้เป็นสังขาร มันไม่ได้เป็นเครื่องปรุงแต่ง

ถาม : ที่หลวงพ่อกเคยเทศน์ว่า “สัพเพ สังขารา อนิจจา”

พระอาจารย์ : เออ “สัพเพ ธัมมา อนัตตา”

ถาม : ธาตุทั้ง ๕ นี่ไม่เป็นอนิจจัง ไม่เป็นทุกขัง แต่เป็นอนัตตา

พระอาจารย์ : ก็เป็นธรรมที่ไม่ได้เป็นสังขาร

ถาม : ที่ไม่เป็นสังขาร

พระอาจารย์ : มันไม่ได้เป็นอนิจจัง มันไม่ได้เป็น จะไปว่ามันเป็นอนิจจังไม่ได้เพราะมันไม่มีวันเสื่อม ไม่มีวันดับ แต่ร่างกายนี้มันเป็นสังขาร มันเป็นการรวมตัวของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ แล้วมันก็มีวันเสื่อมวันดับ มีวันแยกสลายกลับคืนสู่ธาตุเดิม

ถาม : จริงๆ “เรา” ที่แท้จริงนี่คือ “ธาตุรู้” นะครับหลวงพ่อก

พระอาจารย์ : คือผู้รู้ เราก็อ้างอิงหลายอย่าง ใช้เรียกมันว่าเป็นจิตใจบ้าง เป็นดวงวิญญาณบ้าง กายทิพย์บ้าง คือธาตุรู้ทั้งนั้น

ถาม : เพราะฉะนั้นที่หลวงพ่อบอกว่าไม่ต้องกลัวตาย คือจริงๆ เราก็อไม่ตาย เพราะธาตุรู้มันก็อไม่ตายครับหลวงพ่อ

พระอาจารย์ : ใช่อไม่ตาย ตายแต่ร่างกาย ความจริงร่างกายมันก็อรู้ว่ามันตาย ร่างกายมันก็เป็นเหมือนต้นไม้ มันไม่มี การรับรู้

ถาม : แต่ธาตุรู้ไปยึดว่าตัวเองเป็นร่างกาย

พระอาจารย์ : ใช่อ ไปหลงคิดว่าเป็นร่างกาย ก็เลยทุกข์กับร่างกายเวลาร่างกายเป็นอะไร ก็เลยต้องคอยมาสอนบอกว่าเราไม่ใช่อเป็นร่างกาย เราเป็นผู้รู้ผู้คิด ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย

ถาม : ธาตุรู้ที่เป็นผู้รู้ผู้คิดก็เป็นธาตุรู้

พระอาจารย์ : นั่นแหละก็คือตัวธาตุรู้ในธาตุรู้นี้มีนามขันธอยู่ ๔ มีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นามขันธนี้ก็ไม่มี

วันเสื่อม แต่มันมีการเปลี่ยนแปลง เวทนาก็เปลี่ยนไป เปลี่ยนมา สุขบ้างทุกข์บ้าง ไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง สังขารก็คิด เรื่องนี้แล้วก็หยุดไปคิดเรื่องนั้นต่อ เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา สัญญาความจำก็เหมือนกัน จำเรื่องนี้แล้วก็ไปจำเรื่องนั้น วิญญาณนี้ก็รับรูป เสียง กลิ่น รส ชนิดต่างๆ ที่เข้ามาแล้ว ก็เกิดดับ เกิดดับ เข้ามาแล้วก็หายไป แล้วก็เข้ามาใหม่ เข้ามา อยู่เรื่อยๆ นี่คือการไม่เที่ยงของนามขันธ์ แต่ไม่เที่ยงแบบ ลักษณะที่เปลี่ยน แปลว่าเปลี่ยนแปลง ไม่ได้ไม่เที่ยงแบบว่า มันจะล่มสลายหายไป

ถาม : ก็คือว่ามันก็ยังมียอยู่ แต่ว่ามันแปรปรวนเปลี่ยนแปลง

พระอาจารย์ : มันเปลี่ยนไป เราไปควบคุมบังคับมันไม่ได้ เวทนาเราไปสั่งให้มันสุขเวทนาอย่างเดียวไม่ได้ มันเปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัย เหตุปัจจัยทำให้มันทุกข์มันก็ทุกข์ ทำให้มันสุขมันก็สุข

ถาม : มันก็เป็นเครื่องมือที่ธาตุรู้ใช้เชื่อมกับรูป กาย นะครับ หลวงพ่อ

พระอาจารย์ : ไข่เราใช้วิญญาณนี้ไปเชื่อมติดกับที่ร่างกาย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เพื่อเราจะได้เสพรูป เสียง กลิ่น รส ที่เราติดกัน เราติดรูป เสียง กลิ่น รส เราก็เลยต้องมีร่างกาย เป็นเครื่องมือ ใจก็ส่งวิญญาณมาเกาะที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย มี ๕ วิญญาณ จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ ชิวหาวิญญาณนี้ก็ไปจากเนื้อมา หู จมูก ลิ้น กาย พอตาสัมผัส กับรูปปั๊บ ใจก็รับรู้ทันทีว่าตอนนี้เห็นรูปแล้ว พอเห็นรูปแล้ว สัญญาก็เข้ามาทำหน้าที่ว่าเป็นรูปอะไร มีอยู่ในความจำเรา หรือเปล่า รูปนี้เราเคยเห็นหรือเปล่า อาจจะจำได้ว่าเป็น คนนั้นคนนี้ เป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ ดีหรือไม่ดีมันก็จะจำได้ พอมันดี ไม่ดีมันก็เกิดเวทนาขึ้นมา ดีก็สุข ไม่ดีก็ทุกข์ขึ้นมา พอเกิด เวทนาขึ้นมา สังขารก็เข้ามา ถ้าดีก็เข้าหา ถ้าไม่ดีก็ถอยหนี สังขารก็สั่งให้ถอย นี่คือการทำงานของนามขันธ์ ทำหน้าที่ ให้กับใจผู้รู้อีกหนึ่ง

ถาม : เป็นเครื่องมือของผู้รู้

พระอาจารย์ : เป็นเครื่องมือของผู้รู้ ผู้รู้ที่มีความโลภ โกรธ หลง มีวิชา ทำให้ไปเกิดมีความโลภ โกรธ หลง ถ้าเรา

ปฏิบัติก็คือเรามาแก้ที่ตัวธาตุรู้ ไม่ต้องไปแก้ที่ตัวสังขารนามขันธ์ เราแก้ที่ตัวธาตุรู้ไม่ให้หลง ไม่ให้หลงกับสิ่งต่างๆ ให้เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างในที่สุดก็คือ ดิน น้ำ ลม ไฟนี่เอง แล้วความสุขที่ได้จากดิน น้ำ ลม ไฟ ก็คือเป็นความสุขชั่วคราว พอมันเสื่อมมันหมดไปก็ทำให้ทุกข์ขึ้นมา ให้เห็นทุกข์ในการหาความสุขผ่านทางร่างกาย จะได้หยุด หยุดหา แล้วไปหาความสุขจากการหยุดความอยากดีกว่า พอเวลาใจไม่มีความอยากแล้วความสุขมันจะไหลขึ้นมาเอง

ถาม : ใจตัวความอยากนี้มันก็ผลิตออกมาจากธาตุรู้ใช่ไหมครับหลวงพ่อ

พระอาจารย์ : มันก็อยู่ในธาตุรู้นั่นแหละ เกิดจากอวิชชาความหลง หลงไปคิดว่า เอ้อ มีเงินแล้วจะมีความสุข มีแฟนแล้วจะมีความสุข ได้ไปเที่ยวแล้วจะมีความสุข แต่มันมองเห็นด้านเดียว มันไม่เห็นอีกด้านหนึ่งว่ามันมีเจริญมีเสื่อมนะ มีสุขมีทุกข์นะ พอทุกข์ก็เลยทรมานใจ แต่ก็ยังติดอยู่เหมือนคนติดยาเสพติด ดังนั้นต้องใช้การปฏิบัติสมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา ถึงจะสามารถถอนความอยากได้

ถาม : แสดงว่าตัวที่เป็นอริยสัจ สมุทัย ที่พระพุทธเจ้าท่านเทศน์ ก็คือท่านเทศน์เกี่ยวกับธาตุรู้ ใช้ไหมครับหลวงพ่

พระอาจารย์ : ใช้ ธาตุรู้นี้ ธาตุรู้เป็นตัวอยาก ใจ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา นี้อยู่ในธาตุรู้ แต่ใช้สังขารเป็นตัวตอบสนองความอยาก สังขารต้องปรุงแต่ง อยากได้นู่น อยากมีนี่ แล้วก็ส่งวิญญาณไปหาตา หู จมูก ลิ้น กาย เพื่อจะไปได้หาสิ่งที่ใจอยากได้ ธาตุรู้อยากได้

ถาม : เหมือนบังคับหุ่นยนต์

พระอาจารย์ : เออ ใช่ แล้วได้มาเท่าไรก็ไม่อึดไม่พอใช้ไหม ความสุขในโลกนี้มันเป็นแบบชั่วคราว แบบควันทไฟ ได้มาเดี๋ยวก็จางหายไป เวลาได้อะไรมาใหม่ๆ โอ๊ย ดีอกดีใจ เลยอยู่ไปกับมันสักพัก พอมันชินหูชินตาแล้วมันก็เบื่อแล้ว

ถาม : เบื่อ ครับ เป็นเช่นนี้เรื่อยไป

พระอาจารย์ : เรื่อยไป ก็เปลี่ยนใหม่เรื่อย พอเบื่ออันนี้ก็เปลี่ยนไปหาอันนั้นใหม่

ถาม : แก่เบื่อไปเรื่อยๆ

พระอาจารย์ : ใช่ แก่เบื่อไปเรื่อยๆ แก่ยังงี้ก็ไม่มีวันจบ ต้องมา
แก้แบบพระพุทธรเจ้า มาหยุดความอยาก มาสอนให้เห็นว่า
สิ่งที่เราไปอยากมันน่าเบื่อ เดียวมันก็ทำให้เราเบื่อ พอหยุด
ความอยากได้แล้วจิตก็จะสงบ แล้วจิตก็จะมีสุขขึ้นมา
โดยที่ไม่ต้องไปหาความสุขจากภายนอก

ถาม : แก่ที่ธาตุรู้

พระอาจารย์ : แก่ที่ธาตุรู้ด้วยการภาวนา สมถภาวนา
วิปัสสนาภาวนา

ถาม : ครับ สาธุครับหลวงพ่อ

{ จุดอุเบกขาของธาตุรู้ }

❖ การปฏิบัติเพื่อให้ใจตั้งอยู่บนจุดของความสงบของใจ ตั้งอยู่บนอุเบกขานี้ ก็ถือว่าสำเร็จ ไม่ต้องทำอะไรอีกแล้ว เพราะใจจะไม่มีความเคลื่อนไหวออกจากจุดนี้อีกต่อไป **ชั่วฟ้าดินสลาย** ตราบใดที่มีใจอยู่ ใจก็จะตั้งอยู่บนจุดนี้ไป และใจนี้เป็น ๑ ใน ๖ สิ่ง ในสากลโลกนี้ สิ่งที่เป็นสิ่งที่ถาวรคือธาตุทั้ง ๖

❖ ธาตุทั้ง ๖ นี้ มีอยู่มาตลอดและจะมีต่อไป ธาตุทั้ง ๖ คือธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ธาตุอากาศ และธาตุรู้ ธาตุรู้ก็คือใจของพวกเราเอง เพียงแต่ว่า**ธาตุรู้**ของพวกเรามันมีปัญหา มันไม่ตั้งอยู่บนจุดของอุเบกขา มันถูกความหลงหลอกให้ออกไปตั้งอยู่บนจุดของดิน น้ำ ลม ไฟ ที่มารวมตัวกันแล้วก็แยกกันออกไป พอเวลาเขารวมตัวกันก็ตืออกดีใจ เวลาเขาแยกทางกันก็เสียอกเสียใจ แต่ถ้าเราได้พบกับพระพุทธศาสนา ได้พบกับคำสอนของพระพุทธเจ้า เราก็จะได้รู้จักวิธีที่จะดึงใจของเราให้ออกจากธาตุทั้ง ๕ ออกจากอากาศธาตุด้วย แล้วก็เข้าไปอยู่**จุดอุเบกขาของธาตุรู้** มีพระพุทธเจ้าเพียงพระองค์เดียวเท่านั้นที่ชาญฉลาดที่สามารถเข้าถึงความจริงอันนี้ได้

“

ร่างกายมันมีหลายมิติที่เราต้องเข้าใจ
มิติของอสุภะนี่หมายถึงร่างกายของคนอื่น
ที่เราไปหลงรักด้วย มิติของอนิจจัง
อันนี้เป็นมิติที่ร่างกายเราต้องเห็นว่า
มันจะต้องแก่ เจ็บ ตาย พอตายแล้ว
มันก็เป็นซากศพไป เราต้องยอมรับ
สภาพของมันเวลามันเป็น
เพราะเราห้ามมันไม่ได้ มันเป็นอนัตตา

”

{ ถ้าเราใช้ปัญญาพิจารณาเข้าสู่อัปปนา อันนี้หนูทำไม่เป็นเจ้าคะ }

ถาม : กราบหลวงพ่ोज้าคะ หนูขอเมตตาหลวงพ่อ หนูไม่เข้าใจ คือหนูเข้าใจว่านั่งสมาธิเพื่อเข้าสู่อัปปนาโดยการเพ่งหรือการบริกรรมพุทโธอยู่ที่สิ่งเดียว หนูเข้าใจว่ามันเข้าได้ แต่ถ้าเราใช้ปัญญาพิจารณาเข้าสู่อัปปนา อันนี้หนูทำไม่เป็นเจ้าคะหลวงพ่อ

พระอาจารย์ : อ้อ อันนี้มันต้องแบบว่าต้องไปเจอกับเหตุการณ์ที่รุนแรงต่อจิตใจ เช่นเจอความเจ็บปวดทรมานหรือเจอความตาย เราก็ใช้ปัญญาพิจารณาปล่อยวางร่างกาย พิจารณาร่างกายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง อนัตตา เราไปสั่งมันไม่ได้ ห้ามมันไม่ได้ แล้วถ้าเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในร่างกาย ก็ปล่อยวางความยึดติด เช่น ความกลัวตาย กลัวเจ็บ พอปล่อยได้ จิตก็เข้าสู่ความสงบได้ อันนี้เราใช้ในกรณีพิเศษ โดยปกติเราไม่ใช้กัน เราจะใช้การเจริญสติการเพ่งเป็นหลัก

ถาม : แสดงว่าถ้าหนูทำที่บ้านแล้วฝึกซ้อม สงสัยจะเข้ายากคะ เพราะใช้ปัญญา เพราะว่ามันไม่มีเหตุการณ์

พระอาจารย์ : ใช่ มันไม่มีเหตุการณ์ มันก็เลยไม่มีอะไรมากระตุ้นให้จิตจะต้องพิจารณาเพื่อตัดกิเลส ตัดความอยากที่ทำให้จิตใจวุ่นวายทรมานใจอยู่ในขณะนั้น ก็ต้องใช้คุณมหายogiไปหรือพุทโธๆ ไป หรือพิจารณาอาการ ๓๒ ไปก็ได้ ท่องอาการ ๓๒ ไป หรือเพ่งดูอาการใดอาการหนึ่งของร่างกาย เช่น โคร่งกระดูก

ถาม : แต่ว่าทำยที่สุดแล้ว เราก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาเพื่อเข้าอีกรอบหนึ่งใช่ไหมเจ้าคะ

พระอาจารย์ : อันนั้นถ้าเรามีสติ มีอัปปนาสมาธิแล้ว เราก็ใช้ปัญญาเพื่อเจริญวิปัสสนาเพื่อปล่อยวางร่างกายได้เพื่อบรรลุเป็นพระโสดาบันได้

ถาม : อ้อ แต่ไม่ถึงขนาดว่าต้องใช้ปัญญาพิจารณาเพื่อเข้าสู่อัปปนาใช่ไหมคะ หรือว่ายังไงก็ต้องเข้าคะ

พระอาจารย์ : มันจะเข้าโดยอัตโนมัติถ้าเราปล่อยวางร่างกายได้ หยุดความอยากได้ หยุดความอยากที่ไปยึดไปติดร่างกายได้ พอปล่อยร่างกายได้ จิตมันก็จะเข้าไปในอัปนาโดยอัตโนมัติ

ถาม : ตอนนี่ก็คือเอาแบบสมณะเข้า คือเพ่งหรือดูจุดเดียวไปก่อนใช่ไหมคะ

พระอาจารย์ : ก็แล้วแต่ ถ้าเกิดไปเจอเหตุการณ์ถูกใจเข้ามาปล้นมาจี๊ เขาจะฆ่าเรานี่ เราก็อาจจะใช้ปัญญาปลงในตอนนั้นก็ได้ พอปลงได้ มันก็ยอมตายปุ๊บ จิตมันก็นิ่งเป็นอุเบกขา เหมือนกับได้เข้าอัปนาไปก็ได้ ไม่ได้เดือดร้อน มันจะฆ่าก็ฆ่า มันจะทำอะไรกับร่างกายเรา ก็ปล่อยมันทำไป เห็นด้วยปัญญาว่ามันไม่ได้เป็นตัวเรา เห็นว่าร่างกายไม่ได้เป็นตัวเรา ก็ละสักร่างกายทัญญูได้ อันนี้คือถูกเหตุการณ์บังคับให้พิจารณา

เหมือนพ่อของพระพุทธเจ้าเนี่ย พ่อพระพุทธเจ้าต้องเจ็บไข้ได้ป่วยนอนอยู่บนเตียงถึงจะพิจารณาทางปัญญาได้ แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้

ถาม : ถ้าเราอยู่เฉยๆ ไม่มีเหตุการณ์ มันก็เป็นไปได้ยาก

พระอาจารย์ : มันไม่มีอะไรมากระตุ้น ทุกข์ไม่มี ปัญญาบ่เกิด ทุกข์บ่มี ปัญญาบ่เกิด ถ้าอยากให้เกิดปัญญาก็ต้องไปลุยในป่าซิ เดินไปในป่าคนเดียว แล้วคิดว่าเราจะไปเจอเสือ เจองูเข้า ใจก็ทุกข์ ทีนี้ก็ใช้ปัญญาพิจารณาปลงปล่อยวาง ร่างกายได้ ถ้าเจ็บก็นั่งให้มันเจ็บแล้วอย่าลุก หรือไม่ก็ให้เจอโควิด-๑๙ ก่อน แล้วเกิดเหตุการณ์เจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมา

ดังนั้นมันต้องมีเหตุการณ์กระตุ้นถึงจะใช้ปัญญาได้ ถ้าปกติมันไม่มีทุกข์ ปัญญามันไม่เกิด ปัญญามันเหมือนยาใจ ถ้าไม่มีอาการเจ็บไข้ได้ป่วย ร่างกายก็ไม่ว่าจะกินยาไปทำไม ไข้ไหม กินไปก็ไม่มีผลแตกต่างเลย

ถาม : หลวงพ่อเจ้าคะ แล้วหนูชอบนั่งสมาธิแล้วก็สงบไป พอนั่งไปเรื่อยๆ พอเราอยากพักสงบแล้วจะให้มาคิด แล้วมันไม่อยากคิดเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ก็ใช่นะสิ พอมันนั่งแล้วมันสงบแล้วมันก็ไม่คิด ให้มันออกมาจากความสงบก่อน ถ้ามันไม่คิด เราก็ต้อง

บทที่ ๕
“คำถาม-คำตอบจากชุมชน”

สั่งมันให้คิดให้คิดเรื่องร่างกาย พิจารณาอาการ ๓๒ พิจารณาเกิด แก่ เจ็บ ตายไป ต้องบังคับมันให้คิด อย่างหลงตาท่าน ติตสมาธิก็อย่างนี้ ท่านไม่คิด ท่านจะเอาแต่สมาธิอย่างเดียว จนหลวงปู่มันเห็นว่าติตสมาธิก็เลยเตือนว่า สมาธินี้เป็นเหมือนเศษเนื้อนะ เศษเนื้อติตพิน ให้ไปทางปัญญาจะได้เนื้อชิ้นใหญ่ๆ พอออกไปทางปัญญาก็เป็นปัญญาฟุ้งซ่านเรื่อยเถิดอีก พิจารณาไม่ยอมหยุด ท่านบอกว่าบางทีถึงกับนอนไม่หลับ เพราะความอยากรู้เรื่องปัญญามาก มันก็เลยคิดพิจารณาไปแบบหามรุ่งหามค่ำ ก็ได้สติว่าต้องให้มันหยุด และให้กลับเข้ามาพักผ่อนในสมาธิ ก็เลยต้องบังคับให้มันพุทโธๆ ไม่ให้มันคิด หยุดพิจารณา การปฏิบัติบางทีมันจะสุดโต่งแบบนี้ พอมันสงบมันก็ติดสงบ ไม่อยากจะออกไป พอให้มันออกไปทางปัญญา พอมันพิจารณาปัญญาแล้วเกิดความเข้าใจ เข้าใจ เบาอกเบาใจ ก็อยากจะพิจารณาให้มากขึ้นไป จนกระทั่งมันฟุ้งซ่าน

ถาม : มีวันหนึ่งหนูนั่งสมาธิได้นานหน่อยเพราะว่ามันนอนพอ ทีนี้เราก็ไม่ต้องมาพุทโธแล้ว เพราะว่าจิตมันเพ่งตึนนอนแล้วมันก็สงบแล้ว แล้วก็ลองพิจารณาไปเรื่อยๆ เรื่อง

อาการ ๓๒ พอพิจารณาไปเรื่อยๆ ปึบ ใจมันบอกว่า โอ้ย เตี้ยวร่างกายเราก็จีบป่วย แก่ เป็นโรคมะเร็งนั่นนี่นั่น มันก็คิดแต่ก็ไม่ได้ฟังชานนะคะ มันก็คือคิดในกายเรานี่แหละว่า เออ ถ้าตับเป็นนี่ เป็นมะเร็งเต้านม หรือเป็นนั่นเป็นนี่ โอ้ย ทำไมมันทุกข์จังเลย แต่ถ้าเราเอาอวัยวะต่างๆ ออกจากร่างกายเรา ความทุกข์มันก็น้อยลงนะเจ้าคะ เหมือนกับว่าเราไม่มีอวัยวะที่ทำให้เราต้องมานั่งดูแลหรือเจ็บป่วยแล้ว

แล้วคราวนี้จิตก็บอกว่ามีโครงกระดูกอย่างเดียวก็ดี เพราะว่าไม่มีอวัยวะภายในมันก็ดี สักพักหนึ่งก็พิจารณาต่อไปว่า เออ ทำไมเราไม่ทำลายโครงกระดูกไปซะ เหลือแต่จิตใจอย่างเดียว มันก็จะเป็นอิสระไปจากรูปร่างของเราเนี่ย มันจะมีความสุขมากกว่าไหม จิตมันก็ follow ของมันไปเอง เจ้าคะ มีอยู่ครั้งหนึ่งที่หนูมีความสุข พอพิจารณาไปมันก็มีความสุขดีเนอะ การที่เราไม่มี มันไม่ได้คิดนะคะ มันเห็นว่าการที่เราไม่มีอวัยวะต่างๆ หรือว่าไม่มีโครงกระดูกเนี่ย มีแค่ว่าจิตอย่างเดียวมันสุขกว่าเยอะเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ใช่ การที่ไม่มีรูปร่างกายก็คือการที่ไม่ต้องมาเกิด พอมีแล้วจะไปทำให้มันไม่มีไม่ได้ ก็ต้องอยู่แบบไม่มี คือ ไม่ต้องไปยึดไปติดว่าเป็นของเราไป

ถาม : แล้วมันก็เห็นว่าการที่เราไม่มีกาย มันสุขกว่าเยอะเลย

พระอาจารย์ : ใช่ ถ้ามันมีก็ต้องพิจารณาว่ามันไม่ใช่เป็นเรา ไม่เป็นของเรา มันก็จะได้สุขเหมือนกัน เพราะส่วนใหญ่ที่เราทุกข์ก็เพราะเราไปยึดไปถือว่าเป็นเราเป็นของเรา

ถาม : ก็มีอันหนึ่งที่หนูสงสัยในการปฏิบัติว่า ถ้าหนูนั่งสมาธิไปเรื่อยๆ จนหนูปฏิบัติให้จิตเป็นอัปปนา แล้วหนูค่อยมาพิจารณา เกรงว่าถ้ามันไม่มีทางเลือกมันก็ต้องไปทางนี้

พระอาจารย์ : ถ้าหนูพิจารณาปัญญาได้ หนูก็พิจารณาไปไม่ห้าม เพียงแต่ว่าพิจารณาแล้วปลงได้หรือเปล่า ตัดได้ หรือเปล่า ตัดกิเลสได้หรือเปล่า เป้าหมายของการพิจารณา เพื่อสอนจิตให้หายหลง พิจารณาว่าร่างกายไม่ใช่ตัวเราของเรา แล้วเราปล่อยมันได้หรือเปล่า ปล่อยให้มันแก่

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระองค์ทรงค้นพบ

ปล่อยให้มันเจ็บ ปล่อยให้มันตายได้หรือเปล่า เราต้องปล่อย
ได้เหมือนกับเรามองเห็นร่างกายของคนอื่น ร่างกายคนอื่น
เขาจะแก่ จะเจ็บ จะตาย เราไม่เดือดร้อนใช่ไหม ร่างกายที่
เรามีอยู่ก็ต้องดูไปเป็นแบบนี้ ดูว่าเป็นเหมือนร่างกาย
ของคนอื่น ไม่ต้องเดือดร้อนไปกับมัน อันนั้นพิจารณาเพื่อ
ให้มันเข้าใจแบบนี้ ถ้ายังเดือดร้อนอยู่ก็แสดงว่าพิจารณาไป
ก็ไม่ฟังไม่เชื่อเราอีก ต้องพิจารณาตามแนวทางไตรลักษณ์
ต้องพิจารณาว่าไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวเราของเรา ถ้าจะปล่อย
วางร่างกาย ส่วนอาการ ๓๒ นี้ พิจารณาเพื่อละการระ
มากกว่า ให้ดูว่ามันไม่สวยงาม มันสกปรก มันก็จะได้ละ
การระได้

ถาม : เมื่อเข้าเดินจงกรมแล้วมาลองพิจารณาเรื่องของ
ศพดู มันดู sad ดูตัวเราเป็นศพ ดูแล้วมัน sad

พระอาจารย์ : ก็ดูไปว่าต่อไปมันก็ต้องเป็นศพ เวลามันไม่
หายใจมันก็ต้องเป็นศพ แต่ดูศพให้ดูคนที่เรารักดีกว่า จะได้
ไม่ไปรักเขา จะได้ไม่ไปหึงไปหวงเขา

ถาม : ดูเราเลยเจ้าคะ ไม่ดูเขาเลย

พระอาจารย์ : มันผิด พิจารณาอสุภะก็เพื่อพิจารณาคุณที่เราไปรักไปหลงต่างหาก เพื่อเราจะได้คลายความรัก ความหลง ความหึงหวงอะไรต่างๆ พอรู้ว่าเป็นซากศพ ก็ไม่เอาแล้วใช่ไหม ถ้าเกิดแฟนเราไม่มีลมหายใจ เรายังหวงอยู่หรือเปล่า ยังเก็บไว้อยู่ที่บ้านหรือเปล่า ยกให้สัปเหร่อไปเลยใช่ไหม

ถาม : ต้องพิจารณาเราหรือเจ้าคะ หรือพิจารณาคนอื่น

พระอาจารย์ : พิจารณาคนที่เรารักเราหึงเราหวงนี่แหละ คนที่เรามีกามอารมณ์ด้วย คนที่ร่วมหลับนอน ที่เราเห็นว่าสวยงามน่ารักน่าอะไรอย่างนี้ พอเห็นว่าเป็นซากศพมันก็ไม่น่ารัก จะได้อยู่คนเดียวได้ เป้าหมายคือตัดกามอารมณ์ พอไม่มีกามอารมณ์แล้ว อยู่คนเดียวมันไม่เหงา แต่ถ้ามีกามอารมณ์ อยู่คนเดียวมันจะรู้สึกเหงา ว่าเหว

ถาม : นี่หนูเข้าใจผิด หนูคิดว่าพิจารณาตัวเองเป็นศพแล้ว ให้มีความสลดสังเวชว่า เออ กายมันก็ไม่จำเป็นต้องมีมันเจ้าคะ

พระอาจารย์ : ใ้ฉันก็อีกแบบหนึ่ง คือพิจารณาความจริงว่าร่างกายมันก็ต้องตาย พิจารณาว่ามันก็จะเป็นซากศพในวันหนึ่ง เราจะไปหวังให้มันอยู่ไปยาวนานไม่ได้ อย่างที่พวกเราชอบไปขอพรพระ ขอให้อายุมันขวัญยืนยั้งยืน อันนี้มันเป็นความเพ้อเจ้อทั้งนั้นแหละ ความจริงร่างกายมันไม่มีความถาวรพุดง่าย ๆ เดียวมันก็ต้องตายไป นี่คือแนวทางการปฏิบัติ

ร่างกายมันมีหลายมิติที่เราต้องเข้าใจ มิติของอสุภะนี้หมายถึงร่างกายของคนอื่นที่เราไปหลงรักด้วย มิติของอนิจจัง อันนี้เป็นมิติที่ร่างกายเราต้องเห็นว่ามันจะต้องแก่เจ็บ ตาย พอตายแล้วมันก็เป็นซากศพไป เราต้องยอมรับสภาพของมันเวลามันเป็น เพราะเราห้ามมันไม่ได้ มันเป็นอนัตตา

กิเลสตัณหาเป็นตัวเลวร้าย



❖ การไปเจริญปัญญาโดยไม่มีศีลไม่มีสมาธิสนับสนุน
จะไม่เป็นปัญญา จะเป็นเพียงความคิด

❖ อย่างพวกเราตอนนี้ก็มีความคิดรู้ว่ากิเลสตัณหา
เป็นตัวเลวร้าย แต่พอมันโผล่ขึ้นมา ขำมันได้หรือเปล่า มีแต่
จะรับใช้มันมากกว่า

The problem is not the body



❖ The suffering is not caused by death; instead, it stems from the dependence on your attachment or detachment to the body. If you are not attached to your body, no matter whether you are alive or going to die, you will not undergo any suffering. However, if you cling to your body, you will always suffer no matter what. This is because the desire of your mind to possess the body cannot be achieved.

❖ The Buddha found the right way. The problem is not in the body. It is in the mind that is deluded.

❖ The mind takes something that doesn't belong to itself and thinks it is itself. So whatever happens to that thing the mind suffered.

❖ Buddhist practice is to cure the mind that is sick through delusion.

❖ The truth is the mind is one thing and the body is another thing.

❖ If the mind clings to anything, it becomes agitated, depressed and stressful because nothing in the world is permanent.

❖ If you want something to last forever, you will always be stressed because nothing lasts.

❖ You must learn to detach. Don't cling to anything. Always remind yourself that everything is temporary.

❖ Every experience that you are experiencing is temporary.

❖ If you are attached to it, when it disappears you will be depressed.

“ธาตุรู้”

ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธรองค์ทรงค้นพบ

มานะ



ถาม : ในขั้นโสดาปัตติผล ที่ละความยึดถือในร่างกายได้แล้ว
ทำไมในขั้นอรหัตตมรรค ยังมีสังโยชน์ตัวที่ชื่อว่า “มานะ” อยู่

พระอาจารย์สุชาติ : เป็นคนละตัวกัน มีการยึด ๒ ที่
การยึดที่ร่างกายหรือเวทนามก็เป็น “สักกายทิฏฐิ” ถ้าไป
ยึดในจิตก็เรียกว่า “มานะ” พระอนาคามียังถือตัวอยู่
ใครมาหยามก็ยังโกรธเขาอยู่ ต้องทำลายตัวนี้ เอาตัวรู้
มาแทนตัวตน ต้องสอนใจว่าอย่าเอาตัวตนออกไปรับ
เหตุการณ์ต่างๆ เอาตัวรู้ออกไปรับแทน รู้เฉยๆ ว่าเขาชม
ว่าเขาด่า อย่างนี้จึงจะละตัวตนได้

(ถาม-ตอบ วันที่ ๒๓ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๙)

มรรคก็คือการเจริญปัญญา



❖ มรรคกับผลเป็นอย่างนี้ มรรคก็คือการเจริญปัญญา เพื่อที่จะให้เห็นความจริงของธรรมขั้นนั้น เห็นแล้วก็จะดับกิเลสตัณหา หรือความหลงในธรรมขั้นนั้นได้

❖ มรรคก็คือการเจริญปัญญานี้เอง เจริญอนิจจัง ทุกขัง ในขั้นต่างๆ ขั้นโสดาบันก็เจริญร่างกาย เจริญเวทนาว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ขั้นสกิทาคามี ขั้นอนาคามี ก็เจริญอสุภะ ความไม่สวยงามของร่างกาย

❖ การเจริญอสุภะนี้ก็เรียกว่าเป็นสกิทาคามีมรรค และอนาคามีมรรค ถ้าสามารถเห็นอสุภะ ดับกามารมณ์ได้บางส่วน ทำให้เบาบางลงไป ก็เป็นสกิทาคามีผล ถ้าเห็นตลอดเวลาไม่ว่าลืมตาหรือหลับตา ต่อให้เป็นนางงาม-จักรวาลหรือเป็นดาราภาพยนตร์ มีรูปร่างหน้าตาสวยงามขนาดไหน ก็มองทะลุเข้าไปข้างในได้อย่างชัดเจน มองเห็นอวัยวะต่างๆ ได้อย่างชัดเจน ก็จะบรรลุเป็นพระอนาคามีได้ออนาคามีผล

❖ ขั้นอรหัตมรรค ก็พิจารณาอนัตตา พิจารณา
อวิชชาที่มีอยู่ภายในใจ ถ้าพิจารณาเห็นอนัตตา เห็นอวิชชา
แล้วก็ปล่อยวางได้ หยุดได้ ก็จะบรรลุเป็นอรหัตผลขึ้นมา
นี้มรรค ๔ ผล ๔

❖ พอได้อรหัตผลแล้ว ก็จะเป็นนิพพานตามมาทันที
นิพพานนี้เป็นความสงบ เป็นปรमัง สุขัง เป็นความสุขที่ถาวร
ที่ไม่มีวันเสื่อม

❖ ใจของพระอรหันต์ ใจของพระพุทธเจ้ายังสว่างไสว
ด้วยแสงแห่งธรรม ถึงแม้จะไม่มีร่างกายก็ไม่เป็นปัญหาอะไร
เพราะร่างกายกับใจนี้เป็นคนละส่วนกัน ร่างกายตายไป
ใจไม่ได้ตายไปกับร่างกาย ใจที่สว่างด้วยธรรม ใจที่เป็น
ธรรมทั้งแท่งทั้งดวงก็ยังเป็นธรรมอยู่จนบัดนี้ และจะเป็น
ต่อไปไม่มีวันสิ้นสุด

ธรรมะจากใจองค์พ่อแม่ครูบาอาจารย์



องค์หลวงตามหาบัว ญาณสัมปันโน

“ให้เอาอริยสัจฆ่าอริยสัจ”

องค์หลวงพ่อสุชาติ อภิชาโต

อริยสัจ ๔ มี ๒ ส่วน คือ

อริยสัจที่สร้างความทุกข์ = ตัณหา (ความอยาก)

อริยสัจที่ดับความทุกข์ = มรรค ๘

ท่านให้เอามรรค ๘ นี้มาฆ่าตัณหาความอยากนั่นเอง

กิจและเวลาประจำวันที่สามารถเข้าพบ พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต



เวลา ๐๕.๕๐ - ๐๖.๔๕ น. (โดยประมาณ)

- เดินบิณฑบาตบริเวณบ้านอำเภอยี่สิบเอ็ดนางสาว
เริ่มที่ซอยนาจอมเทียน ๓๐ สิ้นสุดที่ซอยนาจอมเทียน ๒๘
(เวลาสามารถเปลี่ยนแปลงตามสภาพอากาศ)

เวลา ๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น. (โดยประมาณ)

- ฉันทะเช้าที่ศาลาฉัน วัดญาณสังวราราม เฉพาะวันธรรมดา
- งดลงศาลาทุกวันเสาร์ วันอาทิตย์ วันพระ และ
วันหยุดนักขัตฤกษ์

หมายเหตุ : ขอความกรุณางดเข้าพบพระอาจารย์นอกเหนือ
จากเวลาดังกล่าว และขอความร่วมมือสุภาพสตรึงดสวม
กางเกงขายาว และกระโปรงสั้น

****งดรับกิจนิมนต์ในทุกกรณี****

รับชมการแสดงธรรมโดย พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต ได้ทุกวัน

เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น. รับชมได้ทาง



Youtube: Phrasuchart Live



Facebook: พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต

สามารถรับฟังผ่านวิทยุธรรมะออนไลน์ที่

Phrasuchart.com

และสามารถถามปัญหาธรรมะได้ทาง

Facebook และ Youtube

“ธาตุรู้” ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ

พระธรรมเทศนาโดย **พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต**

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร จังหวัดชลบุรี

ISBN : ๙๗๘-๖๑๖-๕๗๗-๔๗๗-๒

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

จำนวน : ๑,๑๕๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย : คณะศิษยานุศิษย์

พิมพ์ที่ : บริษัท ศิลป์สยามบรรจุกิจน์และการพิมพ์ จำกัด

Tel. ๐-๒๔๔๔-๓๓๕๑-๒ Fax. ๐-๒๔๔๔-๐๐๗๘

E-mail: silpasiamprinting@hotmail.com

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน
ห้ามจำหน่าย

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

พระจุลนายก (พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต)

“ธาตุรู้” ความจริงแห่งธรรมชาติที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ.-- ชลบุรี :

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร, 2564.

148 หน้า.

1. ธรรมเทศนา. I. ชื่อเรื่อง.

294.308

ISBN 978-616-577-477-2

“
พวกเรานี้แหละคือราตุร
แต่เราไม่รู้ว่าเป็นราตุร
”

