



กว่าจะเป็นสมณะ

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี



สงวนลิขสิทธิ์

ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านผู้ใดต้องการพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

โปรดติดต่อขออนุญาตได้ที่

เจ้าอาวาส วัดป่านานาชาติ

ต. บุ่งหวาย

อ. วารินชำราบ

จ. อุบลราชธานี

คำนำ

พระธรรมเทศนากัณฑ์นี้ หลวงพ่อเทศน์ไว้เมื่อหลายปีก่อน ด้วยภาษาอีสาน เทปที่อัดไว้เก่าและฟังไม่สู้ชัด แต่ด้วยวิริยะอุตสาหะ ของศิษย์ชาวอุบลฯท่านหนึ่ง ท่านสามารถถอดเทปสำเร็จ เราจึงได้ ตันฉบับหนังสือนี้มา

ครั้งนั้น หลวงพ่อเทศน์โปรดพระเณร ท่านสอนให้ประพฤติปฏิบัติ ให้ต่างจากฆราวาส ท่านสอนไว้อย่างละเอียดลึกซึ้งอุปมาให้เข้าใจได้ง่าย ท่านเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ จึงเห็นควรให้จัดพิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ ในวาระวันเข้าพรรษาปี 2534 นี้

หากฆราวาสอ่านแล้ว น้อมเข้ามาประพฤติปฏิบัติตามสติกำลัง ของตน ก็ย่อมจะได้รับประโยชน์มากด้วยเช่นกัน

ผู้จัดทำ

6 กรกฎาคม 2534

พิมพ์ครั้งแรก 10,000 เล่ม

กว่าจะเป็นสมณะ

โดย

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภัทโท)

วัดหนองป่าพง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี

.....) ให้โอวาทพิเศษเฉพาะพระภิกษุสามเณร ให้พากันตั้งอกตั้งใจฟัง เรื่องใดเรื่องอื่นที่เราจะมาศึกษาสนทนาให้ความเห็นกันนั้น นอกจากการประพฤติปฏิบัติพระธรรมวินัยแล้วไม่มี

ทุกท่านทุกองค์ให้พากันเข้าใจเสียว่า บัดนี้เรามีเพศเป็นบรรพชิต เป็นนักบวช ก็ควรประพฤติให้สมกับที่เป็นพระ เป็นเณร เพศฆราวาสเราเคยผ่านมา เคยเป็นมาแล้ว อยู่ในเพศที่มีลักษณะวุ่นวาย ไม่ได้มีข้อวัตรปฏิบัติ ฉะนั้นเมื่อเราเข้ามาอยู่ในเพศของสมณะในพระพุทธศาสนา ก็คงจะมีการเปลี่ยนแปลงจิตใจของเราให้ต่างจากฆราวาส การพูดการจา การไปการมา การขบการฉัน การก้าวไปลอยกลับ ทุกอย่างให้สมกับบรรพชิตที่ท่านเรียกว่า “สมณะ” ท่านหมายถึงผู้สงบระงับ แต่ก่อนเราเป็นฆราวาส ไม่รู้จักความหมายของสมณะ คือความสงบระงับ ล้วนแต่ปล่อยกายปล่อยใจให้วุ่นวายวิ่งเทิ่งไปตามกิเลสตัณหา อารมณ์ดีก็พากันดีใจ

อารมณ์ไม่ดีก็พากันเสียใจ นั่นเป็นไปตามอารมณ์ เมื่อจิตใจเป็นไปตาม
อารมณ์อันนั้นท่านว่าคนไม่ได้รักษาเจ้าของ คนยังไม่มีที่พึ่ง ไม่มีที่อาศัย
จึงปล่อยจิตปล่อยใจไปกับความร่าเริงบันเทิงใจ ไปกับความทุกข์ โศกเศร้า
ปริเทวะ ความร่าไร รำพัน ไม่มีการยับยั้ง ไม่ได้พิจารณา

ในพระพุทธศาสนาของเรา เมื่อบวชเข้ามาเป็นเพศของสมณะแล้ว
ก็ต้องมาทำกายของสมณะนั้นเป็นต้นว่า ศีระเราก็กิน เล็บเราก็กัด
ตัด เครื่องนุ่งห่มของเราก็ก็นุ่งเครื่องของผ้ากาสาวพัสตร์ เป็นธงชัยของ
พระอริยเจ้าทั้งหลาย เป็นธงชัยของพระพุทธเจ้า เป็นธงชัยของพระอรหันต์
ที่พวกเราเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนาได้มาอาศัยมูลหรือมรดกของ
พระบรมศาสดาของเรา จึงมีความเป็นอยู่ที่พอเป็นไปได้อย่างเช่น เสนาสนะ
ที่อยู่อาศัย ก็อาศัยบุญคือผู้มีศรัทธาสร้างขึ้นมา อาหารการขบฉันก็ไม่
ต้องทำ นี่ก็อาศัยมูลหรือมรดกที่พระบรมศาสดาของเราวางเอาไว้ ยา
บำบัดโรค ผ้าห่มผ้าห่มทั้งหลายเหล่านี้ ล้วนแต่เรา มาอาศัยมรดกของ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนาแล้ว สมมุติว่าเป็น
พระ เป็นพระโดยสมมุติยังไม่ได้เป็นพระแท้นะ เป็นพระโดยสมมุติคือเป็น
พระเฉพาะกาย โกงผมห่มเหลืองเท่านั้นแหละเลยเป็นพระโดยสมมุติ ยัง
ไม่มีพระจริง ๆ สมมุติว่าพระเจย ๆ เหมือนกันกับการที่เขาเอาไม้มาแกะ
สลัก สมมุติว่าเป็นพระพุทธเจ้าอย่างนั้น เอาปูนมาปั้นขึ้น เอาทองมา
หล่อมาหลอมขึ้น สมมุติว่าเป็นพระพุทธเจ้า แต่ที่จริงไม่ใช่ เป็นทอง เป็น
ตะกั่ว เป็นโลหะ เป็นไม้ เป็นครึ่ง เป็นหิน นั่นคือสมมุติ สมมุติเป็น
พระพุทธเจ้า แต่ไม่ใช่พระพุทธเจ้า เป็นพระพุทธเจ้าโดยฐานสมมุติ ไม่
ใช่พระพุทธเจ้าแท้

เรานี้ก็เหมือนกัน ถูกกำหนดว่าเป็นพระ มาบวชในพระพุทธศาสนาแล้ว

แต่ยังไม่เป็นพระอรหันต์ เป็นแต่เพียงสมมุติยังไม่เป็นจริง ๆ คือจิตใจของเรานั้น เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาจิตทั้งหลายยังไม่พร้อม ความบริสุทธิ์ยังไม่ทันถึงที่ มีความโลภ มีความโกรธ มีความหลงกันไว้ ไม่ให้พระเกิดขึ้นมา เพราะสิ่งเหล่านี้เราถือว่ามาตั้งแต่ก่อนโน้น ตั้งแต่วันเกิด ตั้งแต่ชาติก่อน ๆ มีโลภ มีโกรธ มีหลง หล่อเลี้ยงมาตลอดถึงทุกวันนี้ ฉะนั้นเมื่อเอาพวกนี้มาบวชจะให้ เป็นพระ มันก็ยังเป็นพระสมมุติ คือ *จิตยังอาศัยความโลภ อาศัยความโกรธ อาศัยความหลงนั้นแหละเป็นอยู่ในใจของเรา* ฉะนั้นถ้าเป็นพระท่านก็จะพวกนี้ออก ละความโลภออกจากใจ ละความโกรธ ละความหลงออกจากใจ หมัดพิชหมัดภัย ถ้ายังมีพิษอยู่มันก็ยังไม่เป็น จะต้องละสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ออกให้ถึงความบริสุทธิ์ ฉะนั้นเราจึงพากันมาริเริ่มที่จะทำลายความโลภ ทำลาย ความโกรธ ทำลายความหลง ซึ่งเป็นกิเลสส่วนใหญ่มีในตัวของเราทุก ๆ ท่าน ทุก ๆ องค์ *มันก็นั่งกลางเราไว้ในภพชาติทั้งหลาย ให้ถึงความสงบไม่ได้ก็เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ขวางกันสมณะคือความสงบให้เกิดขึ้นไม่ได้ เกิดขึ้นทางใจของเราไม่ได้ ถ้าเกิดขึ้นไม่ได้เราก็ก็นั่งไม่เป็นสมณะ ก็คือจิตของเรายังไม่สงบจากความโลภ ความโกรธ ความหลงนั่นเอง* ฉะนั้นเราจึงมาปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อทำลาย โลภ โกรธ หลง ออกจากใจของเรา ถ้าเอาโลภหรือโกรธหรือหลงกันนี้ ออกจากใจของเราแล้ว มันถึงจะเป็นความบริสุทธิ์ ถึงความเป็นพระแท้ ที่เราปฏิบัติอยู่นี้ก็เรียกว่า เราเป็นพระโดยสมมุติ สมมุติเฉย ๆ ยังไม่ได้เป็นพระ ฉะนั้นเรามาสรางพระขึ้นในใจของเรา สร้างพระขึ้นทางใจ ไม่ใช่ทางใดทางอื่น

การที่จะสร้างพระขึ้นทางใจได้นั้น มิใช่เอาแต่ใจอย่างเดียว กาย

หนึ่ง วาจาหนึ่ง มันคงเกี่ยวเนื่องกันและกัน ก่อนที่กายจะทำได้ วาจาจะทำได้ก็เพราะมันเป็นจากใจ แต่ถ้าเป็นแต่ใจอย่างเดียวกายไม่ไปทำ วาจาไม่พูด มันก็เป็นไปไม่ได้ ฉะนั้นมันเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน พูดถึงใจ พูดถึงความสวยงาม ความเกลี้ยงความเงาของมัน ก็เหมือนพูดถึงไม้หรือเสาที่มันเกลี้ยงแล้ว ไม้ที่เราเอาไปทำเสาทำกระดานต่าง ๆ ก่อนที่มันจะเกลี้ยงจะเงาเขาจะทาสะแล้ดเสร็จจุดเป็นของงาม เราต้องไปตัดต้นไม้มาก่อน ตัดต้นตัดปลายซึ่งเป็นของหยาบ ๆ แล้วก็ไปผ่าไปเลื่อย มันอะไรต่าง ๆ เหล่านี้ ใจก็เหมือนกับต้นไม้ที่นั่นแหละ มันต้องผ่านของหยาบ ๆ มา ทำลายของหยาบ ๆ ทำลายโคน ปลาย กิ่งก้าน และเปลือก ทำลายทุกสิ่งทุกอย่างที่มันไม่เกลี้ยงไม่เงานั้น ทำลายมา จนถึงความสวยงาม เป็นสัดเป็นส่วนได้ ก็เพราะมันผ่านเหตุการณ์หยาบมา เหมือนกับนักปฏิบัติเรานั้นเอง ที่เรามาทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ละเอียดมันก็ดี แต่มันเป็นของหยาบ มันจะต้องผ่านมาจากข้างนอก คือ กาย วาจา ให้เข้ามาใจก่อน จึงมาถึงความเกลี้ยงความเงา ความสวยงาม เหมือนกันกับเรามีโต๊ะมีเตียงอยู่แล้วอย่างนี้ สวยแล้ว งามแล้ว แต่ก่อนมันก็เป็นของหยาบ เป็นต้น เป็นลำ เราก็ตัดมา ตัดต้น ตัดใบ ผ่านของหยาบมา เพราะทางมันต้องเดินมาอย่างนั้น จึงมาเป็นโต๊ะ เป็นเตียง จึงมาเป็นของสวยงามได้ บริสุทธิ์ไปด้วยดี ฉะนั้นหนทางเดินเข้าหาความสงบ ระวังที่ถูกต้องตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงบัญญัติไว้นั้น ท่านบัญญัติศีลไว้ บัญญัติสมาธิไว้ บัญญัติปัญญาไว้ นี่คือนหนทาง เป็นหนทางที่นำไปสู่ความบริสุทธิ์ นำไปสู่ความเป็นสมณะ เป็นหนทางที่ชำระใจให้ โกรธ หลง คอกกิด จะต้องเดินจากศีล เดินจาก สมาธิ เดินจากปัญญา นี่ก็ไม่ได้ผิดแผกกันไปอย่างไร เทียบข้างนอกกับข้างในไม่ได้ผิดแผกกัน

ฉะนั้นที่เราพากันมาอบรมบ่มนิสัยอยู่นี้ พากันพึงธรรมบ้าง พากัน
สวดมนต์ทำวัตรบ้าง พากันนั่งสมาธิบ้าง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้แหละ มัน
ขัดใจของเรา ขัดเพราะใจของเรามันมักง่าย เกียจคร้าน ไม่อยากทำ
อะไรให้กระทบกระทั่ง ให้ยากลำบาก มันไม่อยากเอา มันไม่ทำ พวกเรา
ทั้งหลายจึงมาอดส่ำหืด ใช้ธรรมะคือความอดทน วิริยะคือความเพียร
ฝ่าฟันพยายามทำมา อย่างกายของเรามันเคยสนุกเคยนอน เคยทำไป
ต่าง ๆ นานา จะมารักษามันก็ยาก ลำบาก วาจาเรามันเคยพูดไม่ได้สั่งวร
สำรวม ที่เรามาสั่งวรสำรวม จึงเป็นของยาก ลำบาก แต่ว่าถึงมันจะ
ยากลำบากก็ช่างมัน เหมือนกับไม่ว่าจะเอาทำโต๊ะทำเตียงได้ มา
ยาก ลำบากก็ช่างมัน มันต้องผ่านตรงนั้น ถึงคราวเป็นโต๊ะเป็นเตียงได้
มันก็ต้องผ่านตรงนั้นมา

เรานี้ก็เหมือนกัน พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ ที่ท่านมีลูกศิษย์ลูกหา
เป็นพระสงฆ์สาวกที่สัมฤทธิ์จิตไปแล้ว ก็ล้วนแต่ปุณณมามบวชทั้งนั้น ปุณณ
เหมือนเรานี้แหละ มีอวัยวะแขนขา มีหู มีตา มีโลภ มีโกรธ เหมือนกัน
กับเรา ลักษณะอะไรไม่ได้แปลกไปจากเราหรอก พระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน
สาวกของท่านก็เหมือนกัน ทั้งหลายเหล่านี้แหละ เอาแต่อกขี้เกียจไม่เป็น
มาทำให้เป็น ขี้เกียจไม่งามมาทำให้งาม ขี้เกียจใจไม่โตมาทำให้โต
ตลอดกระทั่งถึงเราทุกวันนี้ ก็เอาลูกชาวบ้านมาบวช เป็นพ่อไร่พ่อนา
พ่อค้าพ่อขาย เคยยุ่งเหยิงมาในกามารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงทั้งนั้นแหละ
มาบวชในพระพุทธศาสนา มาฝึกมาหัด ท่านฝึกได้หัดได้ ฉะนั้นจึงทำ
ความเห็นเสียว่ามันเหมือนกับพวกเรา เป็นชั้นเหมือนกัน มีกายเหมือน
กัน มีเวทนาคือสุข มีเวทนาคือทุกข์เหมือนกัน สัญญาความจำได้หมายรู้
เหมือนกัน สังขาร วิญญาณ ความปรุง ความแต่งเหมือนกัน มีความรู้ดี

รู้ชั่ว ทุกอย่างเหมือนกันหมด ฉะนั้นเราก็อีกคนหนึ่ง ซึ่งมีสภาพอันเดียวกันกับรูปกับนามที่ท่านได้เป็นสาวกมาแล้ว ไม่ได้ผิดแผกอะไรกัน ท่านก็เป็นปุณฺณมาก่อนเหมือนกัน อันธพาลก็มี คนพาลก็มี ปุณฺณก็มี กัลยาชนก็มี เหมือนกันกับเราไม่ได้ผิดแผกกัน ฉะนั้นเมื่อท่านเอาบุคคลอย่างนี้มาประพฤติมาปฏิบัติเพื่อสำเร็จมรรคผล ทุกวันนี้ก็เอาคนอย่างนี้มาประพฤติปฏิบัติ มาบำเพ็ญเหมือนกัน มาบำเพ็ญศีล มาบำเพ็ญสมาธิ มาบำเพ็ญปัญญา

ศีล สมาธิ ปัญญา นี่เป็นชื่อของหกปฏิบัติ เรามาปฏิบัติศีล มาปฏิบัติสมาธิ มาปฏิบัติปัญญา ก็คือมาปฏิบัติที่เราชี้แหละ เรามาปฏิบัติที่เราชี้ ถูก! ถูกศีลอยู่นี่ ถูกสมาธิอยู่นี่ เพราะอะไร เพราะกายก็อยู่ที่เรานี้ ศีลนี้ก็แสดงถึงกายทุกชั้นทุกส่วน อวัยวะทุกชั้นทุกส่วนนี้ท่านให้รักษาคำว่าศีลนี้ท่านให้รักษากาย กายเราก็มีแล้วอย่างไรละ เท้าก็มี มือก็มี มีแล้วกาย นี่คือการรักษาศีล มันจะเป็นศีลเป็นธรรม คือมารักษาอยู่นี้ อันนี้มีแล้ว วาจา คือคำพูดของเรา พูดเท็จก็ดี พูดส่อเสียดก็ดี พูดคำหยาบก็ดี พูดเพ้อเจ้อก็ดี เหล่านี้แหละ กายก็ดี ฆ่าสัตว์ก็ดี ลักทรัพย์ก็ดี ประพฤติผิดในกามก็ดี นั่นพูดง่าย ๆ ตามบัญญัติ มันก็อยู่กับเรานี้ทั้งหมด มันมีอยู่แล้ว กายก็มี วาจาก็มีแล้ว มีอยู่กับเรานี่เอง ทีนี้เมื่อเรามาสำรวจ คือ เรามาดู การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติดีกาม อย่างนี้เป็นต้น อันนี้ท่านดูกายหยาบ ๆ นะ ฆ่าสัตว์ก็คือ เอาฆ้อนเอาก้อนนี้ไปฆ่านั้น สัตว์น้อยสัตว์ใหญ่นั้นนะ หยาบ ๆ เหมือนที่เราเคยทำมาแล้ว แต่ก่อนเราเคยทำมาไม่ได้รักษาศีล เราก็ทำมาละเมิดมา ไม่ได้สำรวจ วาจา พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ คำเพ้อเจ้ออย่างนี้แหละ พูดเท็จก็คือ พูดโกหก นั่นแหละ พูดคำหยาบก็คือพูดไปเรื่อย ไ้หฺมู ไ้หฺมา ๆ ฯลฯ

พูดเพื่อเจอ ก็คือ พูดเล่น สิ่งที่ไม่เป็นสาระประโยชน์ พูดไปว่าไป สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เราเคยเล่นเคยพูดมาแล้วทุกอย่าง ไม่ได้สำรวม การรักษาศีลก็คือ มาดู มาดูกายของเรานี้ มาดูวาจาของเรา

ใครจะเป็นคนดูแลที่นี่ จะเอาใครมาดู เวลาจะไปฆ่าสัตว์นั้น ใครเป็นคนรู้ มือนั้นหรือเป็นผู้รู้ หรือใครรู้ จะไปขโมยของเขายังไง ใครเป็นผู้รู้ หรือมือนั้นเป็นผู้รู้ อันนี้เรารู้จักละที่นี้ จะไปประพฤติดินกาม ใครเป็นผู้รู้ก่อน กายนี้หรือมันรู้ เราจะพูดเท็จอย่างนี้ใครเป็นผู้รู้ก่อน เราจะพูดคำหยาบ พูดเพื่อเจออย่างนี้ ใครรู้ก่อน ปากนั้นหรือมันรู้ หรือคำพูดมันรู้ก่อนนั้น *ให้พิจารณาดูซิ* ใครมันรู้ก็เอาผู้นั้นแหละรักษามัน ใครเป็นผู้รู้ก็เอาผู้นั้นนั่นแหละดู *ผู้ใดรู้จัก ผู้ใดรู้ เอาผู้นั้นรักษา* เอาผู้ที่มันพาผู้อื่นทำนั่นละ มันพาทำดี มันพาทำชั่ว เอาผู้ที่มันพาทำนั่นมารักษา จับใจรณันแหละมาเป็นผีใหญ่บ้าน มาเป็นกำนัน จับตัวนี้แหละมารักษาหมู่คณะ เอามันนั่นแหละมาดู มาพิจารณา ท่านว่าให้รักษากาย ใครเป็นผู้รักษา กายมันไม่รู้จักอะไรนะ กายนะเดินไป เหยียบไป ไปทั่ว มือนี่ก็เหมือนกัน มันไม่รู้จักอะไร มันจะจับนั่น แต่ะนี้ มีผู้บอกมันจึงทำจับอันนั้น จับแล้ววาง มันก็วางอันนั้น เอออันนั้นอีกมันก็ทิ้งอันนี้เอออันนั้น ต้องมีผู้บอกทั้งนั้น มันไม่รู้จักอะไรหรอก ต้องผู้อื่นบอกผู้อื่นสั่ง ปากของเราก็เหมือนกัน มันจะโกหก มันจะซื่อสัตย์สุจริต มันจะพูดเท็จพูดส่อเสียด พูดคำหยาบทั้งหลายเหล่านี้แหละ มันมีผู้บอกทั้งนั้น

ฉะนั้นการปฏิบัติจึงตั้ง “สติ” คือ ความระลึกได้ไว้ในผู้ ที่มันรู้จักนั้น ให้หลักของเขา ให้ฆ่าสัตว์ ให้ผิดในกาม ให้พูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดเพื่อเจอ พูดเล่นพูดหัว ทุกสิ่งทุกอย่างนั้น ผู้รู้พาให้พูด นี่มันมีที่อยู่ อยู่ที่นี่ เออความรู้หรือเอาสติ คือความระลึกได้เสมอ ไว้กับผู้รู้นั่นแหละ

ให้ผู้นั้นรักษา คือ “รู้” นั่นเอง ท่านจึงบัญญัติไว้หยาบ ๆ ฆ่าสัตว์เป็นบาป
ผิดศีล! ลักทรัพย์ก็ผิด! ประพฤติผิดในกามผิด! พุดเท็จผิด! พุดคำหยาบ
พุดเพ้อเจ้อผิด! เราจำไว้ อันนี้เป็นบัญญัติของท่าน อาญาของพระพุทธเจ้า
ที่นี้เราก็มาระวัง ผู้ที่เคยละเมิดมาแล้ว เคยสั่งเรา เมื่อก่อนมันเคยสั่งเรา
เคยสั่งให้ฆ่าสัตว์ ให้ลักทรัพย์ ให้ประพฤติผิดในกาม ให้พุดเท็จ พุดส่อ
เสียด พุดคำหยาบ พุดเพ้อเจ้อ พุดไม่ได้สังวรสำรวมต่าง ๆ ร้องรำทำ
เพลง ผีวปาก ดิดตีสื่อทั้งหลาย เหล่านี้แหละ *ผู้ใดเป็นผู้สั่ง กลับมาใหม่*
ผู้ใดเป็นผู้รักษาเลย เราสดีคือความรู้สึกในระลึกให้มันสำรวมอย่างนั้น
ให้มันรักษาเอง รักษาให้ดี ถ้ามันรักษาได้นะ *กายก็รักษาไม่ยากเพราะ*
กายไปปกครองของจิต วาจาก็รักษาไม่ยากเพราะกายไปปกครองของ
จิต นะ ไม่ยากการรักษา *ศีลคือการรักษากาย วาจาเป็นของไม่ยาก* เรา
มาทำความรู้สึกทุก ๆ อิริยาบถ ไม่ว่าจะเป็นการยืน เดิน นั่ง นอน ทุก ๆ วาระ
ของเรา ก่อนที่จะทำอะไรให้รู้ก่อนเลย ก่อนที่จะพุดจะจาอะไรก็ให้รู้ก่อน
อย่าให้ทำก่อน พุดก่อน *ใหญ่เสียก่อน จึงพุดจึงทำ* ให้มีสติคือ *ความระลึก*
ใจ ก่อนที่จะทำ จะพุดอะไรก็ช่าง ต้องให้ระลึกได้เสียก่อน มาหัดสิ่งนี้
ให้คล่องแคล่ว หัดให้เท่าทัน คล่องแคล่วระลึกได้ ระลึกได้แล้วจึงทำ
ระลึกได้แล้วจึงพุดจึงจา มาตั้งสติไว้ในใจอย่างนี้แหละ ให้ผู้รู้อันนี้เอง เอา
ผู้รักษาตัวเอง เพราะมันเป็นผู้ทำเอง มันเป็นผู้ทำจะให้ผู้อื่นมารักษา
ไม่ได้ ต้องให้มันรักษามันเอง ถ้ามันไม่รักษามันเองก็ไม่ได้ นี่ ท่านถึงว่า
การรักษาศีลนี้รักษาไม่ยาก คือมารักษาเจ้าของนี่แหละ รักษาเจ้าของ
ที่นี้ถ้าหากว่าโทษทั้งหลายทั้งปวงมันจะเกิดขึ้น ทางกาย ทางวาจาของ
เรา ถ้าหากว่ามีสติอยู่ มันจะเกิดขึ้นเมื่อไหร่เราก็รู้จัก รู้จักผิด รู้จักถูก
เพราะฉะนั้นนี่คือการรักษาศีล การรักษาศีลนี้ขึ้นอยู่กับเรา กาย วาจา

อันนี้ เป็นเบื้องต้น

ถ้าเรารักษากาย รักษาวาจาได้ งาม สวยงาม สบาย จรรยา มารยาทต่างๆ นานา การไปการมา การพูดการจา งามเลย งามอยู่ใน ลักษณะนั้นมันงาม คือมีผู้ดัดมีผู้แปลง มีผู้รักษา มีผู้พิจารณาอยู่อย่างนั้น เปรียบคล้ายกันกับบ้านหรือศาลาหรือกุฏิของเรา มีผู้กวาดมีผู้รักษาอยู่ เสมอ ตัวกุฏิก็งาม ลานกุฏิก็งาม ไม่เศร้าไม่หมอง ก็เพราะมีคนรักษาอยู่ มีคนรักษาอยู่มันจึงสวยได้งามได้ กายวาจาของเราก็เช่นกัน ถ้ามีคน รักษา มันก็งาม ความชั่วช้าลามกสกปรกเกิดขึ้นมาไม่ได้ มันงาม “อาทิ กลยาณัง มัชฌะกัลยาณัง ปริโยสานะกัลยาณัง” งามในเบื้องต้น งามใน ท่ามกลาง งามในเบื้องปลาย หรือไพเราะในเบื้องต้น ไพเราะในท่ามกลาง ไพเราะในเบื้องปลาย นี่คืออะไร คือศีลหนึ่ง คือสมาธิหนึ่ง คือปัญญา หนึ่ง มันงาม เบื้องต้นก็งาม ถ้างามเบื้องต้น เบื้อง กลางก็งาม นี่ถ้า หากว่าเราสังวรสำรวมได้ตามสบาย ระวังอยู่เสมอๆ จินใจของเรานั้นตั้ง มันอยู่ในการรักษา ในการสังวร ในการสำรวม มันใส่ใจอยู่เสมอ มัน อยู่อย่างนั้นแหละ อาการที่มันอยู่ในข้อวัตร มันอยู่ในการสังวร มันอยู่ ในการสำรวมทั้งหลายเหล่านี้ อาการอย่างนี้มีชื่อเรียกอีก อย่างหนึ่งว่า “สมาธิ”

อาการที่สำรวม รักษากายไว้ รักษาวาจาไว้ รักษาอะไรต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ที่จะเกิดขึ้น มันรักษาไว้ อาการที่รักษาอยู่เสมอๆ อาการ รักษาอย่างนี้สำรวมอยู่อย่างนี้ท่านเรียกว่า “ศีล” อาการที่มันในการ สังวรสำรวมทุกขณะในใจที่ติดกักที่กั้นหนึ่งว่า “สมาธิ” คือความตั้งใจมัน มันอยู่ในอารมณ์นั้น มันอยู่ในอารมณ์อันนี้ สังวรสำรวมอยู่เสมอเลย ที่เดียว อาการนี้เรียกว่าสมาธิ สมาธิอันนี้เป็นสมาธิขั้นนอกๆ แต่ว่า

มันก็จะมียู่ข้างในมัน อันนี้ก็ให้มีไว้ มันต้องมีย่างนี้เสียก่อน เมื่อมัน
มันในสิ่งเหล่านี้แล้ว มีศีลแล้ว มีสมาธิแล้ว *การปฏิบัติสมาธิ* สิ่ง
มันจะเกิดขึ้นมันจะถูก ถูกไหมหนอ ผิดไหมหนอ ใช่ไหมหนอ *การปฏิบัติสมาธิ*
เหล่านี้ ในความมั่นคงๆ ที่มันมา รูปมากระทบ เสียงมากระทบ กลิ่น
มากระทบ โผฏฐัพพะมากระทบ ธรรมารมณ์มากระทบทั้งหลายเหล่านี้
ผู้รู้จะเกิดขึ้นมา เป็นสุขบ้าง เป็นทุกข์บ้าง ชอบใจบ้าง รู้จักอารมณ์ดีบ้าง
อารมณ์ไม่ดีบ้าง ทั้งหลายเหล่านี้แหละ จะได้เห็นหลายๆ อย่าง ถ้าเรา
สำรวมแล้วนะ จะเห็นหลายสิ่งหลายอย่างที่ผ่านมา มันแสดงปฏิกิริยา
ขึ้นทางจิต ทางผู้รู้ มันจะได้รับพิจารณา อาการที่มันสำรวมอยู่แล้ว และ
ก็มันอยู่ในความสังวรสำรวม อะไรมาผ่านในที่นั้นมันจะแสดงปฏิกิริยา
ขึ้นทางกาย ทางวาจา ทางใจ อันใดมันผิดหรือมันถูก ดีชั่วประการใด
อาการเหล่านี้เกิดขึ้นมา *ความเลื่อมใสหรือเพียรความรู้อย่างหลายความมั่นคง*
ทั้งหลายเหล่านี้แหละที่ว่ามันเป็น “ปัญญาบางๆ” ปัญญาอันนี้ก็มี มียู่
ในใจของเราทั้งหลายหมด อาการนี้ท่านเรียกว่าศีล เรียกว่าสมาธิ เรียกว่า
ปัญญา อันนี้เป็นเบื้องต้นเกิดขึ้นมาก่อน

ต่อไปมันจะเกิดเป็นความยึดมั่นหมายมั่นขึ้นมา ยึดความดีละที่นี้
กลัวจิตจะตกบกพร่องต่าง ๆ กลัวสมาธิจะถูกทำลาย จะเกิดอาการอย่างนี้
ขึ้นมา รักมาก ถนอมมาก ขยันมาก หมั่นเพียรมาก ทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อ
ถูกอารมณ์มากระทบ กลัว หวาดกลัว สะดุ้ง เห็นคนนั้นทำผิดทำไม่ดีมา
รู้ไปหมดละ ทั้งหลายเหล่านี้ มันหวง นี่ศีลขั้นหนึ่งสมาธิขั้นหนึ่ง ปัญญา
ขั้นหนึ่ง ขึ้นนอก เพราะเห็นตามอาญาของพระพุทธเจ้าของเรา อันนี้เป็น
เบื้องต้น ต้องตั้งอยู่ในใจ ต้องมีอยู่ในใจ อาการเหล่านี้เกิดขึ้นในจิต เป็น
อยู่อย่างนั้น เป็นเอามาก จนกระทั่งไปทางไหน เห็นใครทำอะไรผิดหูผิด

ตาไปเสียหมด เกิดสุขเกิดทุกข์ขึ้นมาก็ได้ สงสัยสิ่งเลวต่าง ๆ นานา การจับผิดการจับถูก คือมันทำมากเกินไป แต่ก็ช่างมันเสียก่อน ให้เอาให้มากเสียก่อนพวกนี้ ให้มาก ๆ ให้รักษากาย รักษาวาจา รักษาจิตเสียก่อนให้มาก ๆ ไว้ไม่เป็นไรพวกนี้ นี่เรียกว่าศีลชั้นหนึ่ง ศีลกัถิ สมာธิกัถิ ปัญญา กัถิ มีหมด ศีลชั้นนี้ถ้าเรียกว่าบารมีก็เป็น “ทานบารมี” หรือ “ศีลบารมี” นี่เป็นชั้นหนึ่ง มันเป็นแล้วพวกนี้ ชั้นหนึ่ง “ทานอุปบารมี” หรือ “ศีลอุปบารมี” มีอยู่อีกต่างหาก ก็ออกจากอันเดียวนี้เอง คือมันละเอียดยิ่งขึ้นไปกว่านี้ กลั่นเอาความละเอียดออกจากของหยาบนี้แหละ ไม่ใช่อื่นไกลอะไร ที่นี้เมื่อได้หลักอย่างนี้ ปฏิบัติไว้ในใจของเราเป็นเบื้องต้น จะรู้สึกว่ายาก กลัว อยู่ทีลัทธิที่ดี ที่แจ้งที่ดี ใจมันกลัวจริง ๆ สยดสยองอยู่เสมอเลยทีเดียว จิตใจนั้นเอาเป็นอารมณ์อยู่เสมอในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เอาความผิดความถูก สังวรสำรวมกายวาจาเป็นอารมณ์ มันอยู่อย่างนี้แหละ ยึดมันถือมันจริง ๆ มันเลยเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา อันนี้ในข้อบัญญัตินะ

ที่นี้เมื่อเราทำไปรักษาไป ประพฤติไปหรือปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ๆ ไปอาการนั้นเต็มอยู่ในใจของเรา แต่ว่า*ศีลชั้นนี้ สมาธิชั้นนี้ ปัญญาชั้นนี้* ยังไม่เป็นองค์ของฌานหรืออก พวกนี้*คืออวิชชาหยาบ แต่ว่ามันเป็นของละเอียด ละเอียดของหยาบ ละเอียดของปัญญานี้เราจึงไม่เคยทำ ไม่เคยรักษา ไม่เคยภาวนา ไม่เคยปฏิบัติ แต่ เป็นก็เป็นของละเอียดแล้ว เหมือนกับเงินสิบบาทหรือห้าบาท ที่มีความหมายแก่คนจน ถ้าคนมีเงินล้านเงินแสนแล้ว เงินห้าบาทสิบบาทไม่มีความหมาย มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ถ้าเป็นคนจนอยากได้เงินบาทสองบาทก็มีความหมายแต่คนจนคนไม่มี ถึงโทษขนาดที่เราจะได้หยาบ ๆ เป็นต้น ก็มีความหมายแก่ปัญชนผู้ไม่เคยใจ*

ละได้อาณา ก็ยังมีความภูมิใจในตัวเอง เต็มขั้นนี้บริบูรณ์ขั้นนี้ ก็จึง
เป็นผล ผู้ที่ปฏิบัติจะต้องมีอยู่ในใจ ถ้าเป็นอย่างนี้ก็เรียกว่า เราเดินศีล
เดินสมาธิ เดินปัญญา ทั้งศีลด้วยทั้งสมาธิด้วยทั้งปัญญาด้วยขาดจากกัน
ไม่ได้ เมื่อศีลดีความมั่นก็มั่นขึ้นมา ความมั่นเกิดขึ้นมา ปัญญาก็ยิ่งกล้า
ขึ้นมา ทั้งหลายเหล่านี้แหละ กลับเป็นไฉพจน์ซึ่งกันและกันอยู่ เรียกว่า
การประพุดติหรือการปฏิบัติเสียๆ ทำไปเรื่อยๆ เรียกว่า เป็นสัมมา-
ปฏิบัติว่า ไม่ได้ขาด

ฉะนั้นถ้าหากว่า ทำ กันกลางใจก็เรียก ว่า เขาหนทาง เข้าหนทาง
ดำเนินเป็นเบื้องต้นแรกเลยทีเดียว อันนี้เป็นขั้นหยาบๆ เป็นของรักษาได้ยาก
สักหน่อย ก็ให้หาภาวนามั่นละเอียดๆ เป็น คือน้ำ สภาวดี ปัญญา
ก็เกิดจากสมาธิ เป็น ความมั่นมั่นคงออกจากขั้นต้นด้วย กัน ครั้นถึงกับ
ความพอเราเห็นแหละ พุดง่าย ๆ ต้นมรรพ ของเรานั้นะ มันดูยาก
น้ำธรรมชาตินี้ไป น้ำธรรมชาติขึ้นไปที่ น้ำคนขุ่นขุ่น แต่ไปให้สูง
มรรพเกิดหวาน เป็นน้ำสะอาด แต่ก็น้ำพวกนี้แหละ อาศัยน้ำพวกนี้
อาศัยลำต้นพวกนี้ อาศัยน้ำอาศัยดินหยาบๆ นี้แหละ ดูดขึ้นไป กลั่นขึ้น
ไป ก็น้ำพวกนี้เอง แต่พอไปถึงลูกมะพร้าว กลายเป็นรสหวานถึงกับ ก็เกิด
รสดี รสดี คือ สมาธิ ปัญญา คือมรรคทางสมาธิ ๗ อย่าง เหมือนว่า
แต่ถ้าหากว่าจิตของเรามัน พังวราลงข้างนอก เน้นเหล่านี้อย่างละเอียด
ทำไปๆ แล้ว สิ่งเหล่านี้ มันก็หายไปจากหยาบๆ ละเอียดไปๆ ที่นี้การ
รักษาก็แคบเข้ามา แคบเข้ามา ง่าย! ใจจะเข้ามาหาใจเอง ไม่ผิดไป
มากละทีนี้ ไม่ผิดไปมากไม่ผิดไปมาย เพียงแค่เรื่องใดมากระทบขึ้นใน
ใจเรา นี้ มีอาการสงสัยเกิดขึ้น เช่นว่า การทำอย่างนี้ผิดหรือถูกหรือพูด
อย่างนี้ถูกไหมหนอ พูดอย่างนี้ผิดไหมหนอ อย่างนี้เป็นต้น ก็เลิกมัน

ใกล้เข้า ใกล้เข้ามาเรื่อย ๆ เรื่อย ๆ เข้ามา *เรื่อกงลงมาจับมันก็ยิ่งแน่นเข้ามา*
เรื่อกงใหญ่กว่าก็ยิ่งมกงเห็นได้จับ ผลที่สุดแล้วก็เห็น “จิต กับ อารมณ”
ไม่ได้แยกไปถึงกายแยกถึงวาจา ไม่ได้แยกถึงอะไรทั้งนั้น พุดถึงกายกับจิต
ที่นี้พุดถึงกายกับจิต พุดถึงอารมณ์กับจิต เรื่องกายกับจิตมันอาศัยซึ่งกัน
และกัน เห็นผู้บังคับกายคือจิต กาย จะเป็นไปได้ก็เพราะจิต ที่นี้จิตนั้น
ก่อนที่จะบังคับกาย มันก็อาศัยอารมณ์มากระทบจิต แล้วอารมณ์ก็บังคับ
ที่นี้เมื่อเราพิจารณาเรื่อย ๆ เข้าไปนะ ความแยกคายมันจะค่อย ๆ เกิดขึ้น
ผลที่สุดแล้วมันจะมีจิตกับอารมณ์ คือกายนี้ก็เป็นรูปมันก็เป็นความรู้สึก
มันไม่มาลูบลำรูปอันนี้ มันเอาอาการของรูปนี้เข้าไปเป็นรูป เป็นอารมณ์
มากระทบกันเข้ากับจิตอารมณ์ ผลที่สุดแล้วก็ เป็นจิตกับอารมณ์ อารมณ์
ที่มันเกิดขึ้นมากับจิตของเรา นั่น! จิตของเรา

ที่นี้เราจะหยั่งถึงธรรมชาติของจิตของเรา จิตของเราไม่มีเรื่อกง
ราวอะไร เหมือนกับเศษผ้าหรือธงที่เขาเหน็บไว้ปลายไม้อย่างนั้นแหละ
ไม่มีอะไรเกิดขึ้น หรือเหมือนใบไม้ ตามธรรมชาติก็ยุบยุบ ไม่มีอะไร ที่
ใบไม้มันจะไหวกวัดแกว่งเพราะลมมาพัดต่างหาก ธรรมชาติของใบไม้
แล้วมันอยู่นิ่ง ๆ ไม่เป็นอะไร ไม่ได้ทำอะไรกับใคร *ที่มันไหวไปมาเพราะ*
มีอะไรมากระทบต่างหาก เช่น ลมมากระทบเป็นต้น มันก็กวัดแกว่งไป
มา ธรรมชาติของจิตของเรา ก็เหมือนกัน ไม่มีรัก ไม่มีชัง ไม่ให้โทษผู้ใด
เป็นของมันอยู่อย่างนั้น เป็นสภาวะอันบริสุทธิ์ สโลสะอาดจริง ๆ อยู่ด้วย
ความสงบ ไม่มีความสุข ไม่มีความทุกข์ ไม่มีเวทนาอันใด ๆ นี้ สภาพ
จิตจริง ๆ เป็นอย่างนั้น ที่นี้เรามาปฏิบัตินี้ก็เพื่อค้นเข้าไป ค้นเข้าไป ค้น
เข้าไป พิจารณา เข้าไป *ค้นเข้าไปจนถึงจิตอันเดิม จิตเดิมที่เรียกว่าจิต*
บริสุทธิ์ จิตบริสุทธิ์นั้นคือจิตที่ไม่มีอะไร ไม่มีอารมณ์อะไรที่จะมาผ่าน

คือไม่ได้วิ่งไปตามอารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้น ไม่ได้ดิ้นนั้นไม่ได้ดิ้นนี้
ไม่ได้สุขทางนั้น ไม่ได้สุขทางนี้ ไม่ได้ดีใจกับสิ่งนั้นไม่ได้เสียใจกับสิ่งนี้
และจิตเป็นปฏิปักษ์ เป็นผู้รู้เรื่องราวทั้งหลาย เมื่อจิตเป็นอย่างนี้แล้ว
อารมณ์ทั้งหลายที่มาพัด อารมณ์ดีก็ดี อารมณ์ชั่วก็ชั่ว อารมณ์ทั้งหลาย
มาพัดมาไตร่ตรองเข้าไปก็ดี จิตมีความรู้สึกอย่างนั้น จิตอันนี้ไม่เป็น
อะไร *คือไม่ได้วิ่งไม่ได้ดิ้นไม่ได้ไหว* เพราะอะไร *เพราะจิตเป็นปฏิปักษ์* จิตอันนั้น
รู้ตัว *แล้ว* *ถึงความเกิดขึ้นในกายของมัน* มันถึงสภาพของมัน ถึงสภาพอัน
เดิมของมัน ทำไมมันถึงสร้างสภาพอันเดิมไว้ได้ คือผู้รู้พิจารณาอย่าง
แยบคายแล้วว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันเป็นอาการทางธาตุอันหนึ่ง
ไม่ได้มีใครทำอะไรใคร เหมือนกันกับสุขทุกข์ที่มันเกิดขึ้นมาอย่างนี้แหละ
เกิดขึ้นมามันก็รู้สึกแต่ว่าสุข มันก็รู้สึกแต่ว่าทุกข์ ไม่มีใครเป็นเจ้าของ “สุข”
จิตก็ไม่ได้เป็นเจ้าของ “ทุกข์” จิตก็ไม่ได้เป็นเจ้าของ ดูเอานั่น มันไม่ใช่
เรื่องของจิตจะเอา มันคนละเรื่อง คนละอย่าง สุขก็รู้สึกแต่ว่าสุขเฉยๆ
ทุกข์ก็รู้สึกแต่ว่าทุกข์เฉยๆ ท่านเป็นผู้รู้เท่านั้น แต่ก่อนนี้เมื่อโลภะ โทสะ
โมหะ มีมูลแล้วนะ พอเห็นก็รับเลย สุขก็เอาทุกข์ก็เอา เข้าไปสวดย เรา
ไปสุขเราไปทุกข์ไม่หยุดไม่หย่อน นั่นจิตยังไม่ทันรู้ตัว ยังไม่สว่างไสว ไม่
ได้มีอิสระ จิตไปตามอารมณ์ จิตไปตาม อารมณ์คือจิตเป็นอนาถา ได้
อารมณ์ดีก็ดีไปด้วย มันลืมเจ้าของ อันเจ้าของเดิมนั้นเป็นของที่ไม่ดีไม่ชั่ว
นี่อันเดิมของมัน ถ้าจิตดีก็ดีไปด้วย นั่นคือ มันหลง ถ้าจิตไม่ดีก็ไม่ดีไปด้วย
จิตทุกข์ก็ทุกข์ไปด้วย จิตสุขก็สุขไปด้วย ที่นี้เลยเป็นโลก อารมณ์มันเป็น
โลก ติดไปกับโลก ให้เกิดสุขให้เกิดทุกข์ ให้เกิดดีให้เกิดชั่ว ให้เกิดทุกอย่าง
ทุกสิ่งทั้งมันเป็นไปในของไม่แน่นอน *ออกจากจิตอันเดิมนั้นแล้วก็ไปเน้นคน*
เลย มีแต่เกิดมีแต่ตาย มีแต่หัวมีแต่ไหว มีแต่ทุกข์มีแต่ยาก มีแต่ลำบาก

ตลอดสิ้นกาลนาน ไม่มีทางสิ้นสุดจบลงสักที *มันเป็นตัววิญญูะว่องเป็น*

เมื่อเราพิจารณาแบบกาย มันก็ต้องเป็นไปตามที่มันเคยเป็น จิตนั้นไม่มีอะไร มันเป็นเพราะเราคิด อย่างเช่นคำนิทาน หรือสรรเสริญของมนุษย์ทั้งหลาย อย่างเขาว่าคุณชั่วอย่างนี้แหละ ทำไมเราจึงเป็นทุกข์ มันเป็นทุกข์เพราะมันเข้าใจว่าเขาว่า มันเลยไปหยิบเอามาใส่ใจ การที่ไปหยิบไปรู้ไปรับมาอย่างนั้น รู้ไม่เท่าแล้วไปจับมา ความรู้สึกอันนั้นแหละ เรียกว่า เอามาแทงเจ้าของ “อุปาทาน” เมื่อมาแทงแล้ว ที่นี้มันก็เป็น “ภพ” เป็นภพที่จะให้เกิดชาติ คำพูดบางสิ่งบางอย่างถ้าเราไม่รับรู้มันเสียสักแต่ว่ามีเสียง อย่างนั้นมันก็ไม่มีอะไร อย่างเขมรเขามาตำเราอย่างนี้ เราก็ได้ยินอยู่ สักแต่ว่ามีเสียง เสียงเขมรเฉยๆ สักแต่ว่าเป็นเสียง ไม่รู้จักความหมายว่าเขาตำเรา จิตมันไม่รับ อย่างนี้ก็สบาย หรือพวกญวนพวกภาษาต่างๆ เขามาตำเราอย่างนี้ เราก็ได้ยินแต่เสียงเฉยๆ ก็สบาย มันไม่รับเอาเข้ามาแทงจิต จิตอันนี้ พุดถึงการเกิดและดับของจิตนี้ รู้เรื่องกันง่าย เมื่อเรามาศึกษาอย่างนี้เรื่อยๆ เข้าไป จิตก็ค่อยๆ ละเอียดขึ้น เพราะมันผ่านความหยาบมาแล้ว

เรื่องสมาธิคือความตั้งใจมั่น จิตก็ยิ่งมันเข้ามา ยิ่งมันเข้ามายิ่งหมายเข้ามา ยิ่งพิจารณาเข้ามายิ่งแน่นเข้ามา มันจริงๆ ว่าจิตนี้ไม่เป็นไปกับใคร จิตอย่างนี้เชื่อแน่จริงๆ ว่าไม่เป็นไปกับใคร ไม่เป็นไปกับอารมณ์ อารมณ์เป็นอารมณ์ จิตเป็นจิต ที่จิตเป็นสุขเป็นทุกข์ เป็นดีเป็นชั่ว เพราะจิตหลงอารมณ์ ถ้าไม่หลงอารมณ์ แล้วไม่มีอะไร จิตนี้ไม่ได้หวั่นไหว สภาวะคืนนี้เรียกว่าเป็นสภาพรู้หนึ่ง สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านั้นเป็นอาการของธาตุทั้งหมด เกิดแล้วก็ดับไปเฉยๆ เกิดแล้วก็ดับไปเฉยๆ อย่างนี้ ถึงแม้เรามีความรู้สึกอย่างนี้ แต่ยังไม่ละไม่ได้ ก็มีนะ การละได้

หรือละไม่ได้ก็ข้างมันเถิด ให้มีความรู้หรือมีความหมายไว้อย่างนี้เสียก่อน
ในเบื้องต้นของจิต เราค่อยพยายามเช่นฆ่า เข้าไปเรื่อย ๆ เมื่อไปเห็นอย่าง
นี้แล้วจิตถอยออกมา พระบรมศาสดาหรือคัมภีร์ท่านกล่าวว่า เป็น “โคตร-
ภูจิต” โคตรภูจิตนี้คือจิตมันจะข้ามโคตรมนุษย์ จิตของปุถุชนอย่าง
เราไปเสียหมด ซึ่งเป็นมนุษย์ปุถุชนเรานี่เอง มี “โคตรบุคคล” พุทธ
เจ้าไปทิ้งจิตของปุถุชน แต่ไปไม่ได้ ถอยออกมาปฏิบัติขั้นหนึ่ง ถ้าเป็น
คนก็ละโคตรคนละคนละคน ข้างหนึ่งอยู่ฝ่ายหนทางนี้ อีกข้างหนึ่ง
อยู่ฝ่ายหนทางโน้น เข้าใจแล้วละว่า ห้วยฝั่งทางโน้นก็มี ฝั่งทางนี้ก็มี
แต่ไปไม่ได้ ถอนมา ที่บุรุษผู้นั้นเข้าใจว่า ฝั่งทางนี้ก็มีทางนั้นก็มี นี่คือ
โคตรภูตบุคคล หรือโคตรภูจิต แปลว่ารู้เข้าไป ไปไม่ได้ ถอนกลับมา
เมื่อรู้แล้วว่าสิ่งเหล่านี้มีอยู่ มาดำเนินไปสร้างบารมีไป มาบำเพ็ญเข้าไป
เห็นว่ามันแน่นอน มันเป็นอย่างนั้น จะต้องตรงไปตรงนั้น พุดง่าย ๆ สภาพ
ที่เราพากันมาประพฤติดูปฏิบัติอยู่เดี๋ยวนี้ สภาพอันนั้นจะจิตของเราถ้าพิจารณา
ตามเรื่องราวจริง ๆ แล้วมันมีหนทางที่จะต้องไป คือเรารู้หนทางในเบื้องต้น
แรกว่า ความดีใจหรือความเสียใจไม่ใช่หนทางที่เราจะเดิน เราต้องรู้จัก
อย่างนี้ ซึ่งก็เป็นอย่างนั้นจริง ๆ เพราะถ้าไปดีใจมันก็ไม่ใช่ทาง เกิด
ทุกข์ใจ ถ้าไปเสียใจก็เกิดทุกข์ได้ นั่นคือเราคิดโดยปราณีแต่ตัวเอง
ไม่ได้

ทีนี้ตรงไหนล่ะที่มันถูก ให้นำเอาความดีใจและเสียใจไว้สองข้าง
พยายามเดินตรงกลาง เอาติดไว้เท่านั้น อันนี้ถูกหนทาง เรากำหนดรู้อยู่
แต่ยังทำไม่ได้ เมื่อเรายังทำไม่ได้ ถ้าดีสุดหรือทุกข์เรารู้จักอยู่
เสมอว่ามันคิด เมื่อนั้นแหละเราจะถูกใจ เมื่อจิตติดสุขอยู่อย่างนี้ก็ได้
สรรเสริญมัน เมื่อจิตติดทุกข์ไม่ได้ดูถูกมัน เราจะได้ดูมันละทีนี้ สุขก็ผิด

ทุกข์ก็ผิด เข้าใจอยู่ว่ามันไม่ใช่หนทาง รู้จะรู้อยู่แต่ยังละไม่ได้ ยังละไม่ได้ แต่รู้อยู่ รู้แล้วไม่ได้สรรเสริญสุข ไม่ได้สรรเสริญทุกข์ ไม่ได้สรรเสริญทาง ทั้งสองนั้น ไม่ได้สงสัย รู้ว่าไม่ใช่หนทางเหมือนกัน ทางนี้ก็ไม่ใช่ ทางนั้นก็ไม่ใช่ *เอากางเกงเป็นความฉกฉวยละละก็ได้* ถ้าหาก จิตพ้นจากทุกข์สุขเมื่อใดแล้ว จะเกิดอันนี้ขึ้นเป็นหนทาง ใจเราอย่าเข้าไป รู้เสียแล้ว แต่ว่าไปเลยไม่ได้ ถอนออกมาปฏิบัติ เมื่อสุขเกิดขึ้นมามันติด เอาสุขนั้นขึ้นมาพิจารณา เมื่อทุกข์เกิดขึ้นมามันติด เอาทุกข์ขึ้นมาพิจารณา จนมันรู้เท่าความสุขเมื่อใด จนมันรู้เท่าความทุกข์เมื่อใด นั่นเอง มันจึง จะวางสุข มันจึงจะวางทุกข์ *วางใจไปวางเสียใจไป วางโลกทั้งหลายนะ วางไปวางไปวางได้* เมื่อมันวาง เมื่อตัวผู้รู้มันวางได้เมื่อใด มันก็ลง ที่นั่นเลย ทำไมมันถึงลงที่นั่น เพราะมันเดินเข้าไปแล้ว ที่นั่นมันรู้แล้วแต่ มันไปไม่ได้ เมื่อจิตติดสุขติดทุกข์ก็ไม่หลงมัน พยายามค่อยออกพยายาม เชื้อออกเสมอ อันนี้อยู่ตรงระดับเป็น “พระโยคาวจร” ผู้เดินหนทาง ยัง ไม่ทันถึงที่ อาการเหล่านี้เพ่งดูในขณะจิตของเจ้าของ ไม่ต้องสอบสวน อารมณ์อะไรเลยทีเดียว เมื่อมันติดอยู่ในทั้งสองอย่างนี้ ให้รู้เสียว่าอันนี้ มันติดอยู่แน่ ๆ ทั้งสองอย่าง มันติดอยู่ในโลกนั่นเอง มันติดอยู่ในโลก สุข ก็ติดอยู่ในโลก ทุกข์ก็ติดอยู่ในโลก นั่นมันติดอยู่ในโลก โลกมันตั้งขึ้นได้ เกิดขึ้นได้เพราะอะไร โลกอันนี้มันเกิดขึ้นได้มันตั้งขึ้นได้ก็เพราะไม่รู้เท่า นั้นแหละ ไม่ใช่เกิดจากอะไรอื่น เพราะไม่รู้เท่ามันก็เข้าไปหมายไปปรุงไป แต่งเป็นสังขารเลย นั่นมันสนุกอยู่ตรงนี้แหละ การปฏิบัติ ติดตัวไหนมัน ก็กระหน่ำอยู่ไม่วาง ติดสุขมันก็กระหน่ำสุขเลย จิตของเรามันไม่ได้ปล่อย ตัว ติดทุกข์อย่างนี้มันจับบึ้งเลย พิจารณาเลย มันจะเข้าด้ายเข้าเข็ม มัน ไม่วางหรือการอารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้ มันไม่มาต้านทานได้หรอก ถึงแม้

มันผิด รู้จักว่าผิด จิตไม่ได้ประมาณ จิตใหญ่ๆ นั้นไม่ได้ประมาณ คล้ายกับที่เราเดินเข้าไปเหยียบหนาม เราไม่อยากจะเหยียบหรือหนาม ระวังเต็มที่แต่มันเหยียบไป เหยียบแล้วพอใจไหม เหยียบหนามแล้วไม่พอใจ เมื่อเรารู้จักหนทางแล้ว ว่าอันนี้มันเป็นโลก อันนี้มันเป็นทุกข์ อันนี้มันเป็นตัววิภวัญญะ เรารู้จัก แต่ว่ามันเหยียบเข้าไปเสีย มันก็ไปกับความสุข คือความดีใจเสียใจอย่างนี้เป็นต้น แต่มันก็ยังไม่พอใจนะ มันพยายามทำลายสิ่งเหล่านี้ ออก ทำลายโลกออกจากใจอยู่เสมอเลยทีเดียว จิตขณะนี้แหละ สร้างอยู่นั้นะ ปฏิบัติตรงนี้ สร้างอยู่นี้ บำเพ็ญอยู่นี้ นี่เรื่องทำความเพียรเรื่องปฏิบัติ มันสนทนากันอยู่อย่างนี้ พิจารณาอยู่อย่างนี้ เรื่องข้างในของมัน สิ่งเหล่านี้เมื่อมันถอนโลกแล้ว มันก็ค่อยขยับตัวเข้าไปเรื่อย ๆ เข้าไปเรื่อย ๆ ทีนี้ผู้รู้ทั้งหลายเหล่านี้แหละ เมื่อรู้แล้วรู้อยู่เฉย ๆ รู้เท่ารู้แจ้ง รู้ไม่รับส่วนกับผู้ใด ไม่รับเป็นทาสใคร ไม่รับส่วนกับใคร *รู้แล้วไม่เอา รู้แล้ววาง รู้แล้วละ* มีสุขก็มีอยู่เหมือนกัน มีทุกข์ก็มีอยู่เหมือนกัน *มีอะไรก็มีอยู่เสมอตลอด แต่ไม่เอา*

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้วก็รู้จักว่า เออ! จิตเป็นอย่างนี้ อารมณ์เป็นอย่างนี้ จิตพราวจากอารมณ์ อารมณ์พราวจากจิต จิตเป็นจิต อารมณ์เป็นอารมณ์ ถ้ารู้จักสิ่งทั้งสองเหล่านี้แล้ว เข้ากันเมื่อใดเราก็รู้มันเมื่อนั้น เมื่อจิตประสบกับอารมณ์เมื่อใดก็รู้เมื่อนั้น เมื่อการปฏิบัติของพระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย ขณะยืน หรือเดิน หรือนั่ง หรือนอนนั้น มีความรู้สึกอยู่อย่างนี้เสมอแล้ว อันนี้ท่านเรียกว่า “ผู้ปฏิบัติปฏิบัติเป็นวงกลม” เป็น “สัมมาปฏิบัติ” สัมผัสตัวไม่ได้ สัมผัสไม่ได้ *ไม่ใช่คุณแต่ของหยาบ คุณของวงเวียนของใน ข้างนอกมันวางเอาไว้* *ทีนี้ก็ดูแต่กายกับจิต ดูแต่การกระทบกับจิตนี้ ดูมันเกิดดูมันดับ ดูเกิดแล้วก็ดับไป ดับแล้วก็เกิดขึ้นมา*

ดับเกิด เกิดดับ ดับแล้วเกิด เกิดแล้วดับ ผลที่สุดก็ดูแต่ความดับเท่านั้น
ละทีนี้ “ขัณฺเฑวียัง” ความสิ้นไปเสื่อมไป ความสิ้นไปเสื่อมไปเป็น
ธรรมดาของมัน เป็นขัณฺเฑวียัง จิตใจเมื่อเป็นอยู่อย่างนี้ จิตไม่ไปสืบสาว
เอาอะไรหรอก มันจะทันของมันละทีนี้ เห็นก็ลักแต่ว่าเห็น รู้ก็ลักแต่ว่ารู้
มันเป็นของมัน เรื่องของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้ปรุงไม่ได้อันนี้แต่งไม่ได้

ฉะนั้นการปฏิบัติของเราอย่าไปมัวงมมัน อย่าไปสงสัย การรักษา
ศีลของเราเหมือนกัน เหมือนกับที่ว่ามานี้ละ พิจารณาดูซิว่ามันผิดหรือ
ไม่ผิด ดูแล้วเลิก อย่าไปสงสัย การทำสมาธิก็เหมือนกัน ทำสงบไป...สงบ
ไป ทำไปๆ สงบไป มันจะคิดก็ข้างมัน มันจะไม่คิดก็ข้างมัน ให้เรารู้จัก
เรื่องของมัน บางคนจะอยากให้สงบแต่ไม่รู้จักความสงบ ไม่รู้จักความ
สงบจิต ความสงบนั้นมีสองอย่าง สงบเรื่องสมาธิอันหนึ่ง สงบเรื่อง
ปัญญาอันหนึ่ง

สงบเรื่องสมาธินี้หลง หลงมาก ๆ เลย สงบเรื่องสมาธินี้คือ
ปราศจากอารมณ์มันจึงสงบ ไม่มีอารมณ์มันก็สงบ ก็ติดสุขละทีนี้ แต่
เมื่อถูกอารมณ์ละก็งอเลย กลัว กลัวอารมณ์ กลัวสุข กลัวทุกข์ กลัว
นินทา กลัวสรรเสริญ กลัวรูป กลัวเสียง กลัวกลิ่น กลัวรส สมาธินี้
กลัวหมด ถึงได้ไม่ยากออกมากับเขา ถ้าคนที่มีสมาธิแบบนี้ อยู่แต่ใน
ถ้ำนั้น เสวยสุขอยู่ไม่ยากออกมา ที่ไหนมันสงบก็ไปซุกไปซ่อนอยู่อย่าง
นั้น ทุกข์มากนะสมาธิแบบนี้ ออกมาอยู่กับผู้คนเขาไม่ได้ มาดูรูปไม่ได้
ได้ยินเสียงไม่ได้ มารับอะไรไม่ได้ ต้องไปอยู่เงียบๆ อย่างนั้น ไม่ต้องให้
ใครเขาไปพูดไปจา สถานที่ต้องสงบ

สงบอย่างนี้ใช้ไม่ได้ สงบขึ้นนั่นแหละให้เลิกถอนออกมา พระพุทธเจ้า
ท่านไม่ได้บอกให้ทำอย่างนั้น ถ้าทำอย่างนั้นแล้วให้เลิก ถ้ามันสงบแล้ว

เอามาพิจารณา เอาตัวสงบมาพิจารณา เอามาต่อกับอารมณ์ เอามา
พิจารณารูปกิตติ เสียงกิตติ กลิ่นกิตติ รสกิตติ โผฏฐัพพะพวกนี้ ธรรมารมณ์
พวกนี้ ออกมาเสียก่อน เอาตัวความสงบนี่มาพิจารณา เป็นต้นว่ามา
พิจารณา เกสา โลมา นขา ทันตา ตะโจ อะไรต่าง ๆ เหล่านี้ พิจารณา
จนใจจึง ทุกขัง อนัตตา พิจารณาโลกทั้งสิ้นทั้งปวงนี้เอง เอามาพิจารณา
แล้ว ถึงคราวให้สงบก็นั่งสมาธิให้สงบเข้าไป แล้วก็มาพิจารณา ให้มาหัด
ให้มาพอก เอามาต่อสู้ มีความรู้แล้วเอามาต่อสู้ เอามาฝึกเอามาหัดเอา
มาทำ เพราะไปอยู่ในนั้นไม่รู้จักอะไรหรือนั่น มันไปสงบจิตเฉย ๆ เอา
มาพิจารณาข้างนอกก็สงบเข้าไปเรื่อย ๆ ถึงข้างใน จนมันเกิดความสงบ
อย่างยกใหญ่ของมัน

ความสงบของปัญญา นั้น เมื่อจิตสงบออกมาแล้ว เรื่องปัญญานั้น
ไม่กลัวรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และไม่กลัวธรรมารมณ์ ไม่กลัว
กระทบมันแต่เดียวนี้รู้มันแต่เดียวนี้ กระทบมันแต่เดียวนี้ถึงมันแต่เดียวนี้ กระทบ
มันแต่เดียวนี้วางมันแต่เดียวนี้ละทีนี้ เรื่องสงบของ ปัญญาเป็นอย่างนี้

ทีนี้เมื่อจิตเป็นอย่างนี้ มันละเอียดยิ่งกว่านั้นนะ จิตจะมีกำลังมาก
เมื่อมีกำลังมากไหม ทีนี้ไม่หนึ มีกำลังแล้วไม่กลัวนะ เมื่อก่อนเรากลัวเขา
แต่เดี๋ยวนี้เรารู้แล้ว เราไม่กลัว รู้กำลังของเราแล้ว เราไม่กลัว เห็นรูป
เราก็พิจารณารูป ได้ยินเสียงก็พิจารณาเสียง เราพิจารณาได้ ตั้งตัวได้
แล้ว ไม่กลัว กลัว แม้กระทั่งอาการ รูปกิตติ เสียงกิตติ กลิ่นกิตติ เป็นต้น
เห็นมันว่างมันนี่ อะไรๆ ก็ว่างโคหมด เห็นสุขว่างสุข เห็นทุกข์ว่างทุกข์
เห็นมันที่ไหนว่างมันที่นั่น เออ ว่างที่นั่นทั้งที่นั่นเรื่อย ๆ ไป มันไม่เป็น
อารมณ์อะไรละทีนี้ เอาไว้ที่นั่น เราก็มาอยู่บ้านของเรา ไปเห็น เราก็ทิ้ง
เห็นเราก็รู้ ดูแล้วเราก็ว่าง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้หมดราคา ไม่สำคัญ

มารรถทำอะไรเราได้ อันนี้เป็นกำลังวิปัสสนา เมื่ออาการเกิดขึ้นมาอย่าง
นี้ เปลี่ยนชื่อว่าเป็น “วิปัสสนา” รู้แจ้งตามเป็นจริง นั่น! รู้แจ้งตามเป็น
จริง อันนี้ความสงบขั้นหนึ่ง สงบของวิปัสสนา สงบด้วยสมาธินี้ยาก
ยากจริง ๆ นะ กลัวมาก

ฉะนั้นเมื่อสงบเต็มที่แล้ว ทำอย่างไร เอามาหัด เอามาฝึก เอามา
พิจารณา อย่าไปกลัว อย่าไปติด ทำสมาธินี้ไปติดแต่สุข นั่งเฉย ๆ ก็ไม่
ใช้นะ ถอนออกมา สงครามนั้นท่านว่าไปรบ ไม่ใช่เราไปอยู่ในหลุมเพลาะ
หลบแต่ลูกกระสุนเขาเท่านั้นหรอก ถึงคราวรบกันจริง ๆ เอาปืนยิงกันตุม ๆ
อยู่ในหลุมเพลาะก็ต้องออกมานะ ถึงเวลาจริง ๆ แล้ว ไม่ให้เข้าไปนอน
ในหลุมเพลาะรบกันนะ นี่ก็เหมือนกัน ไม่ใช่ให้เอาจิตไปหมอบอยู่อย่างนั้น
นะ อันนี้เบื้องต้นแรกมันจะต้องผ่าน มีศีล มีสมาธิ จะต้องหัดค้นตามแบบ
ตามวิธีมันก็ต้องไปอย่างนั้น

อย่างไรก็ตาม อันนี้กล่าวไว้เป็นเลา ๆ เมื่อเราผู้ประพฤติหรือ
ปฏิบัติแล้วนั้นละ อย่าสงสัยมันเลย เรื่องการนี้อย่าไปสงสัยมัน มันมีสุขก็
ดูสุข มันมีทุกข์ก็ดูทุกข์ ดูแล้วก็พยายามเช่นมัน ม่ามัน ปล่อยมัน วางมัน
รู้ธรรมะแล้วมันไม่สงสัยอะไรเลย มันสบายทั้งสบายก็หิริก็เตุใจจางไป
ทั้งใจมัน จิตใจมันก็ว่าง ไม่รู้ความมันโดยคงมา ถ้าคิดไปมาก ๆ แล้ว
เอามารวมกันเสีย ตัดบทมันอย่างนี้ “สิ่งที่ใจนึกมานี้ใจคิดมานี้ใจ
พรรณนาคือ มันเป็นสักแต่ความรู้สึกคิดเฉย ๆ หลุดไป สิ่งทั้งหลาย
เหล่านี้มันก็เป็นใจจึง บุกซัง คนิตตา มันคงจะไม่แนบคนหมดทุกอย่าง”
ทั้งมันไว้นั้น