

เทศน์โปรดคุณแพพวง วรธนะกุล ณ วัดป่าบ้านตาด  
เมื่อวันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๑๙

## กายวิเวก จิตวิเวก อุปธิวิเวก

ธรรมท่านกล่าวไว้ว่า “กายวิเวก จิตวิเวก อุปธิวิเวก” คือ ความสงบ ๓ อย่าง เป็น ๓ ชั้น การปฏิบัติเพื่อความสงบทั้งสามประการนี้ก็มี

กายวิเวก ถ้าเป็นนักบวชท่านก็สอนดังที่ปรากฏในอนุศาสน์ ซึ่งเป็นเทศน์มหัศจรรย์สำหรับพระผู้เป็นนักรบอย่างพร้อมแล้วเท่านั้น เรื่องกายวิเวกท่านหยิบยกเอา รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส ธรรมารมณ์ ซึ่งเกี่ยวกับประสาทที่ผ่านเข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย แล้วเข้าไปสัมผัสหรือฟุ้งใจ ใจเป็นผู้รับเรื่องของสิ่งเหล่านั้นขึ้นมาไม่หยุดหย่อน ต่อกันเป็นลูกโซ่ตามลำดับ เมื่อกายวิเวกได้ดำเนินไปด้วยความสะดวกสบายในสถานที่เหมาะสม ไม่มีสิ่งดังกล่าวยกวนประสาท ก็ย่อมเป็นบาทฐานของ “จิตวิเวก” การเข้าไปเพื่อกายวิเวก ก็เพื่อจิตวิเวก และเพื่ออุปธิวิเวก ในขณะที่เดียวกันกายได้รับความสะดวกในการบำเพ็ญ ไม่มีอะไรยกวนประสาทส่วนต่าง ๆ ย่อมตัดอารมณ์ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายเสียได้ ใจก็ไม่วุ่นวาย ตั้งหน้าตั้งตาบำเพ็ญจิตตภาวนาเพื่อความสงบทางใจ ใจไม่คิดไม่ปรุงก่อความวุ่นวายแก่ตนเอง เพราะไม่มีอารมณ์กับทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย เข้าไปฟุ้งที่ใจให้ยุ่งไปตาม

การบำเพ็ญอยู่อย่างนี้โดยสม่ำเสมอ และหาสถานที่เหมาะสมเพื่อกายวิเวกได้ โดยสม่ำเสมอ คือ สงัดจากสิ่งรบกวน นักปฏิบัติหรือนักบวชซึ่งมีหน้าที่อันเดียว บำเพ็ญไม่ขาดวรรคขาดตอน ย่อมเป็นเครื่องส่งเสริมงานของตนให้ก้าวหน้า ตลอดถึงผลที่พึงได้รับย่อมมีความก้าวหน้าขึ้นไปโดยลำดับ เมื่อกายวิเวกกับสถานที่เปลี่ยวเปลี่ยววิเวก ว่างแวงเป็นที่บำเพ็ญ ย่อมเป็นความเหมาะสมที่จะยังธรรมให้เกิดได้โดยสะดวก

จิตวิเวก คือ ความสงบจิตด้วยอำนาจแห่งจิตตภาวนา เพราะได้สถานที่เหมาะสมเป็นที่บำเพ็ญ ก็ย่อมมีความสงบภายในจิตใจ สงัดจากอารมณ์ก่อกวนตัวเอง ใจเป็นสมาธิ มีความละเอียดเข้าไปเป็นลำดับ ปกติจิตสร้างความวุ่นวายให้แก่ตนเองอยู่ตลอดเวลา ไม่ได้มีอริยาบถหรือมีสิ่งใดเป็นเครื่องกีดขวาง หรือห้ามปรามงานของจิตที่สั่งสมอารมณ์เพราะการคิดปรุงได้ นอกจากจิตตภาวนาเท่านั้นที่เป็นเครื่องห้ามปรามจิตให้ งานของจิตที่สร้างเรื่องวุ่นวาย หรือความวุ่นวายให้แก่ตนนั้นเบาบางลงได้ เพราะฉะนั้น จิตวิเวกจึงมีความจำด้วยจิตตภาวนาในขั้นที่ควรบังคับ เช่นเดียวกับเราจับสัตว์มาฝึกหัดใส่คราด ใส่ไถ ใส่เกวียนอะไรตามแต่เจ้าของต้องการ

ขณะที่ฝึกหัดเบื้องต้น สัตว์มันต้องผัดโผนโลดเต้น ดีไม่ดีชนจนกระทั่งเจ้าของ เพราะเข้าใจว่าเจ้าของจะทำลายมัน หรืออะไรทำนองนั้น แล้วเจ้าของต้องฝึกอย่างหนัก มีอุปสรรคไม่ได้ในขณะนั้น แม้แต่สัตว์เลี้ยงในบ้านมาดั้งเดิมก็เป็นข้าศึกต่อเจ้าของได้ เพราะเขาเข้าใจว่าเราเป็นข้าศึกต่อเขา จะทำร้ายเขา มันต้องมีความรุนแรงต่อกันไม่น้อยในเวลานั้น

สุดท้ายก็สู้คนไม่ได้ เพราะคนมีความฉลาดเหนือสัตว์ สัตว์ก็ค่อยรู้เรื่องราวไปเองว่า คนไม่ได้ทำไม ไม่ได้ทำอันตรายเขาแต่อย่างใด เป็นแต่เพียงฝึกหัดให้ทำงานที่ สัตว์นั้นจะพึงทำได้ตามวิสัยหรือความสามารถของตนเท่านั้น ต่อไปเขาก็ค่อยรู้เรื่องของ คนและงานของคนของตน แล้วก็ค่อยทำงานตามคนไปเรื่อย ๆ ไม่ตื่นตกใจและผัดโผน โลดเต้นดังแต่ก่อน เช่น ไล่ล่อไล่เกวียน ก็ดันไปตามเรื่อง พอชำนาญแล้วเจ้าของก็ ไม่ทำแบบฝึกหรือทรมาน เมื่อถึงคราวจะใช้การใช้งาน ก็จับมาไล่ล่อไล่เกวียนและไล่ไป ธรรมดา จะลากเข็นอะไรก็ได้ทั้งนั้น ไม่ฝ่าฝืนตื้อตึงเหมือนแต่ก่อนที่ยังไม่เคยได้ฝึกหัด ใ้รู้หน้าที่การงาน

จิตใจในเบื้องต้นซึ่งยังไม่เคยรับการฝึกหัด ฝึกฝนทรมาน หรือห้ามปรามด้วยวิธี ที่ถูกที่ใด ๆ ทั้งสิ้น ตั้งแต่วันเกิดมาจนถึงขณะที่เราเริ่มฝึกหัดทรมานา จึงเป็นจิตที่ตื้อตึง ฝ่าฝืนและผัดโผนอยู่ไม่น้อย เพราะความเคยชินของจิตกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เคยคิดเคย สัมผัสมานาน เราจะแยกแยะหรือบังคับบัญชาไม่ให้เกิดความคิดเขาปรุแงนั้น จึงเป็นการยาก และต้องฝึกทรมานหรือสู้กันอย่างหนัก ระหว่างความคิดปรุแงกับควรระวังด้วยธรรม บทใด หรือด้วยวิธีการใดก็ตาม จึงเป็นความรุนแรงต่อกันไม่น้อย

นี่แหละการทรมานเกิดความทุกข์ก็เพราะเหตุนี้ แต่จะทุกข์อย่างไรก็ตาม พึง เทียบกันกับระหว่างสัตว์พาหนะกับเจ้าของที่เขาฝึกเพื่องานต่าง ๆ ของเขา สุดท้ายก็เป็น การเป็นงานขึ้นมาได้

จิตใจในเวลาที่ถูกฝึกฝนทรมาน ถึงจะลำบากลำบากแค่ไหนก็ตาม สุดท้ายก็เป็น การเป็นงานขึ้นมาภายในจิต จิตได้เห็นผลประโยชน์จากการฝึกทรมานตน จึงมีความ สงบขึ้นมา จิตวิเวก คือจิตมีความสงบสงัดจากอารมณ์เครื่องก่อกวน ไม่ฟุ้งซ่าน รำคาญไปตามอารมณ์ของตนโดยถ่ายเดียว เวลาคิดก็มีความยับยั้ง มีความใคร่ครวญว่า ควรหรือไม่ควร การคิดนั้นจะคิดเรื่องใดประเภทใดบ้าง ที่จะก่อให้เกิดกิเลสอาสวะ หรือจะให้เป็นที่ลึกลับเป็นธรรมซึ่งเป็นเครื่องแก้กิเลสขึ้นมา จิตก็เป็นผู้ใคร่ครวญพิจารณา เอง คือสติปัญญาเป็นเครื่องใคร่ครวญ จิตเมื่อได้รับการอารักขาพยายามป้องกันสิ่งที่ เป็นภัยไม่ให้เกิดขึ้นจากจิต และพยายามส่งเสริมสิ่งที่ เป็นคุณแก่จิตใจให้เกิดให้มีขึ้น เรื่อย ๆ จิตก็ได้รับความสงบเย็นใจขึ้นมาเป็นจิตวิเวก นั่นคือจิตที่สงบ และมีความ

สงบเป็นพื้นฐานมั่นคงไปโดยลำดับ ไม่วอกแวกคลอนแคลนเหมือนก่อนที่ไม่เคยได้รับการฝึกฝนอบรม

คำว่า “จิตวิเวก” ก็มีความละเอียดขึ้นไปโดยลำดับ จนเป็นความละเอียดสุขุมของจิตในอิริยาบถต่างๆ เนื่องมาจาก “กายวิเวก” ที่ควรแก่การงานเป็นเครื่องอุดหนุน แม้จิตวิเวกก็จำต้องใช้ปัญญาค้ำค้ำคิด ตามกาลเวลาที่เห็นว่าเหมาะสมหรือโอกาสอันควร

เมื่อจิตมีความสงบเย็นใจพอสมควร พอจะทำหน้าที่ทางปัญญาได้แล้ว ก็ต้องฝึกหัดคิดต่างๆ ด้วยปัญญา โดยถือธาตุขันธ์ซึ่งเคยเป็นข้าศึกกันนั้น ให้กลับมาเป็นธรรมเป็นเครื่องแก้ ให้เข้าใจความเป็นจริงของเขา นั้นเรียกว่า “ปัญญาขุดคุ้ยสิ่งที่ยังนอนจมอยู่ในจิตใจซึ่งมีมากมายเต็มหัวใจ” พุดง่าย ๆ ที่ใจมีความสงบก็เพราะสิ่งเหล่านี้อ่อนกำลัง ไม่สามารถแสดงตัวอย่างผาดโผนดังที่เคยเป็นมาเท่านั้น นอกจากนั้น “สังขาร” คือสติปัญญาขังค้ำขังค้ำเอาไว้ เราจึงพอมีทางได้รับความสุขความสบาย และมีโอกาสที่จะพิจารณาทางด้านปัญญาต่อไปได้ด้วยความสะดวก

ต่อไปพอจิตได้รับความวิเวกสงบ จิตควรมีสติปัญญาประกอบด้วยการฝึกหัดคิดค้นเพื่อความแยกคายต่างๆ คือทราบความผิดถูกดีชั่วของตน และทราบความติดข้องภายในใจว่าใจติดข้องเพราะเหตุใด จะต้องพิจารณาอย่างไรจิตจึงจะผ่านพ้นไป และปล่อยวางสิ่งนั้นได้ นำปัญญาเข้ามาพิจารณาทบทวนไปมา เหมือนเขาคราดนา คราดกลับไปกลับมาจนกระทั่งมูลคราดมูลไถแหลกละเอียดพอแก่ความต้องการแล้ว เขาก็หยุด

ส่วนสัตว์พาหนะที่รับภาระในการคราดการไถ จะช้าหรือเร็วไม่สำคัญ สำคัญที่มูลคราดมูลไถต้องแหลกละเอียดเป็นที่พอใจ เหมาะแก่การเพาะปลูกนั้นแหละ เขาจึงหยุด

เรื่องปัญญาของเรา จะช้าหรือเร็วไม่สำคัญ จะพิจารณาก็ครั้งก็หน โดยถือธาตุขันธ์ของเรานี้เป็นเหมือนกับพื้นที่ทำงานคราดไถของชาวนา สติปัญญาเป็นเหมือนกับเรคราดเราไถ ค้นคว้าทบทวนไปมาอยู่นั้นแหละ ครั้งแล้วครั้งเล่าจนเป็นที่เข้าใจอย่างแน่ชัดแล้วก็หยุด จะขึ้นพิจารณาไปได้อย่างไรเมื่อทราบที่เข้าใจด้วยปัญญาจนพอแล้ว เช่นเดียวกับการรับประทาน หิวเราก็อร่าบว่าหิว หิวมากหิวน้อยเราก็อร่าบเวลารับประทานพอแก่ความต้องการแล้ว จะฝืนให้รับประทานได้อีกอย่างไร การพิจารณาจนเป็นที่เข้าใจในสิ่งนั้นอย่างชัดเจนด้วยปัญญาก็เช่นเดียวกัน

คำว่า “ฝืน” เจ้าของก็ทราบ เพราะคำว่า “พอแก่ธาตุขันธ์แล้ว” เจ้าของก็ทราบอยู่แล้ว ยังจะฝืนไปได้อย่างไรอีก การพิจารณาเมื่อถึงขั้นที่ควรปล่อยวาง หรือหยุดกันได้ในขั้นใดใด มีรูปขันธ์เป็นต้น มันก็รู้และหยุดอย่างนั้นเช่นกัน เราไม่ได้คาดฝืนหรือหมาย

ไว้ก่อนก็ตาม การพิจารณานี้เป็น “ปัจจุตต” คือการเข้าใจด้วยตนเอง เรื่องธาตุเรื่องขันธ เป็นสำคัญก็เข้าใจด้วย ปัจจุตต เมื่อถึงขั้นพอตัวในธรรมชั้นใดในขันธใดจิตย่อมปล่อยวางได้ ปล่อยวางด้วยการพิจารณานั้นได้ เช่นเดียวกับเขาหยุดคราดนา

การชำระเร็วของสติปัญญา เราอย่าไปตำหนิติเตียน หน้าที่ของสติปัญญาจะเป็นผู้ทำหน้าที่เอง หน้าที่ใดเป็นการแก้กิเลสอาสวะที่ควรเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ ของกิเลส เป็นหน้าที่ของสติปัญญาจะกลั่นกรองไปตามสติกำลังความสามารถของเราเป็นผู้บังคับบัญชาหรือเป็นนางงาน หัวหน้างาน คอยสอดส่องดูแล

สติเป็นสำคัญให้ความรู้ที่แน่นอนจดจ่ออยู่กับงาน แล้วปัญญาเป็นผู้คลี่คลายดูสิ่งนั้น ๆ ที่ความรู้กำลังจับกำลังจ้องดูสิ่งที่กำลังสัมผัสสัมพันธ์กันอยู่นั้นจนเป็นที่เข้าใจ โดยไม่ต้องบอกจะปล่อยเอง ไม่มีใครบรรดาผู้บำเพ็ญธรรมจะกลายเป็นบ้าเป็นบอไปถึงกับกอดธรรมนั้นอยู่ทั้ง ๆ ที่พิจารณาจบแล้วพอตัวแล้ว

คิดดูซิที่โลกเขาขึ้นบันได พอถึงที่แล้วเขายังปล่อยวางบันไดเอง โดยไม่ต้องมีเจตนาอะไรว่าจะปล่อยวาง มาถึงที่แล้ว แม้สายทางที่เราเดินมามันก็ปล่อยวาง หมดปัญหากันไปเอง การพิจารณานี้ก็เช่นเดียวกัน เมื่อพอแก่ความต้องการแล้วมันก็หมดปัญหากันไปเอง โดยไม่ต้องมีเจตนาอะไรจะให้หมดปัญหาและให้ปล่อยวางใด ๆ ทั้งสิ้น

นี่เรียกว่าจิตนี้เป็น “จิตวิเวก” แล้ว กำลังก้าวเดินเพื่อบรรลุถึง “อุปวิเวก” คือความสงบจากกิเลสไปโดยลำดับ กิเลสจะเป็นประเภทใดก็ตาม ต้องเป็นข้าศึกต่อใจอยู่โดยดี ไม่ว่าจะเป็นส่วนหยาบ ส่วนกลาง หรือส่วนละเอียด เป็นข้าศึกทั้งนั้น

พระพุทธเจ้าจึงไม่ทรงชมเชยว่ากิเลสอันใดเป็นของดี มีค่าควรแก่การส่งเสริมเทิดทูน ท่านสอนให้ละโดยสิ้นเชิงไม่ให้เหลืออยู่เลย สมกับว่าสิ่งนั้นเป็นข้าศึกจริง เหมือนกับเสือ พ่อมันก็เป็นเสือ แม่มันก็เป็นเสือ ลูกเกิดมามันก็ต้องเป็นเสือ เสือมันกินอะไรมันกัดอะไร มันเป็นอันตรายต่อสิ่งใดบ้างทราบไหม? เรื่องของกิเลสก็เป็นทำนองเดียวกัน มันเป็นอันตรายต่อจิตใจและขยายไปถึงทั้งแก่ผู้เกี่ยวข้องและหน้าที่การงาน เป็นพิษเป็นภัยระบอบออกไปไม่มีที่สิ้นสุด เรื่องของกิเลสไม่ใช่เป็นของดี จึงต้องชำระจึงต้องกำจัดโดยลำดับด้วยสติปัญญาศรัทธาความเพียรไม่ลดละ

นี่เราหมายถึงการพิจารณาโดยธรรมดาของการภาวนาเพื่อ “อุปวิเวก” หากถึงคราวจำเป็นขึ้นมาที่จะต้องนำมาใช้แบบผาดโผน แบบเอาเป็นเอาตาย ต้องสู้กันจริงๆ เวลาจนตรอกจนมุม เช่นในเวลาเจ็บป่วยขึ้นมาอย่างเต็มที่อย่างนี้ หรือทุกขเวทนาเกิดขึ้น จะเกิดขึ้นด้วยการนั่งสมาธิภาวนานาน หรือสาเหตุใดก็ตาม มันเป็น “สังขธรรม” ด้วยกัน ถ้าเราไม่แก้ไขพิจารณาในตอนนี้อย่างเป็นเหตุเป็นผลอย่างเต็มเม็ดเต็มหน่วย เต็มภูมิ

ของสติปัญญาแล้ว จะไม่มีทางได้ผลและจะเป็นความเสียหายแก่เราไม่น้อย นี่คือเหตุผลที่บอกขึ้นมาภายในตัวเอง

เพราะฉะนั้นมีอะไรเราต้องทุ่มลงให้หมด เมื่อจิตได้ปลงใจลงอย่างนั้นแล้ว อะไรก็เถอะจะไม่มีถอยเลย ทุกขเวทนาจะยกเมฆกันมาก็ตาม เมฆก็เท่ากับชิ้นส่วนในร่างกาย ในชั้นห้าเท่านั้น เทศนาภักดิ์ใหญ่ก็คือ “เมฆธาตุ เมฆชั้น” นี้เอง ปัญญาเท่านั้นจะเป็น “สัจธรรม” หรือทำนบปิดกั้นได้ พิจารณาให้เห็นตามความจริงของทุกขเวทนาทุกข์กว่านี้ ทุกแห่งทุกมุมที่ทุกขเวทนาปรากฏขึ้นมา เฉพาะอย่างยิ่งเราคือเรา เอาตรงความจริงนี้แหละ

กองธาตุนี้แลคือกองทุกข์ เอาตรงนี้! ความหลงนี้แหละที่พาเราให้ตกอยู่ในกองทุกข์ ความหลงนี้เท่านั้นเป็นผู้ส่งเสริมทุกข์ด้วย สัมผัสทุกข์ด้วย ทั้งส่งเสริมทุกข์ให้มากขึ้นด้วย และมีสติปัญญานี้เท่านั้นที่จะแก้ความหลงทั้งหลาย เกี่ยวกับทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นในธาตุในชั้นในร่างกายของเราให้เสื่อมไปสิ้นไป เราต้องพิจารณาให้เห็นชัดเจนดังที่ได้เคยอธิบายให้ฟังแล้ว

ในขณะที่ทุกข์เกิดขึ้นมาน้อย เราถือเอาจุดสำคัญของทุกข์ที่มีมากกว่าเพื่อนนั้น แลเป็นจุดพิจารณาเป็นสนามรบ จดจ่อสติ หรือตั้งสติปัญญาลงที่จุดนั้น เราไม่ต้องมุ่งหมายว่าจะให้ทุกขเวทนานี้ดับไป เพราะไม่ได้พิจารณาเพื่อให้ทุกขเวทนานี้ดับไป เราพิจารณาเพื่อจะเห็นจริงตามสัจธรรมที่เป็นของจริงเท่านั้น อย่างนี้เราจะสะดวกมากในการพิจารณา เป็นก็เป็น ตายก็ตาย อันนี้มันอยู่ในกรอบแห่ง “อนิจจัง ทุกขัง อนตตา” ซึ่งมีอยู่ประจำธาตุประจำชั้น เราต้องการแต่ความจริงในชั้นอันนี้ด้วยสติปัญญาเท่านั้น ส่วนทุกขเวทนาจะดับหรือไม่นั้น เป็นความจริงของเขาแต่ละอย่าง ๆ จะเป็นไปตามเหตุการณ์โดยไม่ต้องบังคับ

ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นโดยอาศัยรูปชั้นอันเป็นสถานที่อยู่ ที่อาศัย ที่เกิดขึ้น และรูปชั้นอันได้แก่ร่างกายของเรา นี้คืออันใดเป็นภพขณะในเวลานั้นที่เด่นมากที่สุด คือเป็นทุกข์อยู่ในอวัยวะส่วนใดซึ่งมากที่สุด เรากำหนดแยกแยะดูให้ละเอียด สมมุติว่าเจ็บอยู่ในกระดูก คั่นลงไปกระดูกให้เห็นชัดเจน กระดูกท่อนอื่น ๆ ทำไมไม่เป็นทุกข์? ทำไมจึงมาเป็นเฉพาะท่อนนี้? ถ้ากระดูกนี้เป็นตัวทุกข์จริง ทุกท่อนทุกชิ้นของกระดูกที่มีอยู่ในร่างกายของเรา ต้องเป็นตัวทุกข์ทั้งหมดในขณะเดียวกัน แต่แล้วทำไมจึงมาเป็นเฉพาะจุดซึ่งไม่ใช่ความเสมอภาคเลย นี่แสดงว่าความสำคัญความเข้าใจของเราไม่ถูก ไปหาว่ากระดูกท่อนนี้ขึ้นนี้เป็นทุกข์ ความจริงไม่ได้เป็นทุกข์

กระดูกต้องเป็นกระดูกอยู่ร้อยเปอร์เซ็นต์ ตั้งแต่วันที่เรารู้เกิดขึ้นมาจนถึงวันสลายกลายเป็นดินไป เป็นอยู่อย่างนี้ ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นในจุดใดก็ตามก็คือ

“ทุกขเวทนา” เรียกว่า “เวทนาชั้นธ” กองทัพแห่งทุกขเวทนา เอ้า พุดอย่างนี้ให้ถึงใจทั้งผู้เทศน์ผู้ฟัง!

นี่แหละ “ชั้นธ” แปลว่ากอง แปลว่ากลุ่มว่าก้อน แปลว่าหมวดอะไรก็แล้วแต่ นี่ก็ กองทุกข์ ที่มันเกิดขึ้นมาก็เป็นเรื่องความทุกข์อันหนึ่ง ที่มันเกิดขึ้นมาในจุดนั้น แต่มันไม่ใช่จุดนั้นเป็นตัวทุกข์ “เวทนา” คือ “ทุกขเวทนา” ต่างหากเป็นเรื่องทุกข์ เพราะเป็น หลักธรรมชาติของมัน มันไม่ได้มีความมุ่งหมาย ไม่ได้มีเจตนา ไม่ได้มีความสำคัญอันใดที่จะให้ผู้หนึ่งผู้ใดได้รับความทุกข์ความลำบาก เพราะมันเกิดขึ้นมามากน้อย

จิตถ้าไม่มีเจ้าของ ไม่มีเครื่องป้องกัน ไม่มีผู้รักษา คือสติปัญญา ก็หลวมตัวเข้าไปสู่จุดนั้นว่าทุกข์นี้เป็นตน ว่าตนเป็นทุกข์ ว่ากายของตนเป็นทุกข์ เพราะตนถือว่ากายนี้เป็นตนเป็นของตน มันจึงคละเคล้ากันไป ด้วยเหตุนี้เองเพียงความรู้เท่านั้นไม่รักษาตนได้ ดังที่ได้เคยอธิบายให้ฟังแล้ว เช่น คนเป็นบ้า เขามีความรู้รู้เหมือนกันกับมนุษย์ทั่วๆ ไป เป็นแต่สติ ปัญญา ความรับผิดชอบในผิดถูกดีชั่วใด ๆ ของเขาไม่มีเท่านั้น ส่วนความรู้นั้นมีอยู่ เดินไปตามประสาประสาของคนไม่มีสติอยู่กับตัว แม้ที่สุดกลางถนนเขาก็ นั่งก็นอนได้อย่างสบาย ไม่ได้คำนึงว่าบ้านใครเรือนใคร หน้าบ้านหลังเรือนใคร เขาไม่ได้สำคัญว่านั่นเป็นของใคร มีแต่รู้ๆ อยู่เท่านั้น

นี่แหละจิตที่มีแต่เพียง “รู้ๆ ๆ” นี่แหละ เราดูแต่คนที่ เป็นบ้าเพียงเท่านี้ก็รู้ ที่นี้จิตของเราขณะที่เจอกับทุกขเวทนา เจอกับสภาพเช่นนั้น ถ้ามีแต่ความรู้ล้วนๆ เพียงเท่านั้น ไม่มีสติปัญญาเป็นเจ้าของคอยป้องกันคอยรักษาแล้ว มันจะต้องยึดตุมยึดใจจนสิ่งนั้นๆ ทับมันจนได้ กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา

ถ้ามีสติปัญญาเราพอทราบได้ว่าอันนั้นเป็นทุกข์ อันนี้เป็นทุกข์ เวลานี้เราทุกข์มากทุกข์น้อย แต่เรายังไม่มีความสามารถทราบด้วยอุบายต่างๆ ในการพิจารณาเรื่องของทุกข์ให้เห็นตามความจริงของทุกข์ เห็นตามความจริงของกาย เห็นตามความจริงของจิต ปัญญาชั้นนี้ยังไม่มี จิตจึงต้องได้รับทุกข์ เพราะทุกขเวทนาทั้งหลายเหล่านั้นครอบจิต

เพื่อการปลดเปลื้องทุกข์ ให้เป็นความทุกข์ตามความจริงของตน อวัยวะส่วนต่างๆ จะเป็นเนื้อเป็นหนังเป็นกระดูกก็ตาม ให้เป็นความจริงอยู่ตามสภาพของตน ด้วยอาศัยปัญญาซึ่งเป็นความแหลมคม เข้าแยกแยะออกสู่ความจริงของแต่ละขั้นแต่ละอันไม่ให้คละเคล้ากัน จนถึงจิตให้ทราบความจริงตามส่วนแห่งความจริงทั้งหลาย ทั้งเวทนา ทั้งกาย ทั้งจิต ด้วยปัญญาอันเห็นแจ้งชัดเจนแล้ว ไม่สักแต่ว่าเดาเอาด้วยความสำคัญเปล่าๆ

ความเห็นแจ้งชัดนี้ไม่ต้องบอก แยกเองทีเดียว ขอให้เห็นแจ้งชัดเถอะ ถ้าชัดด้วยปัญญาไม่มีอะไรติดค้าง ปัญญาสามารถแทงทะลุพันขาดกระจายไปได้ ตามกำลังของสติปัญญาที่เราฝึกขึ้นมาให้มีกำลังมากขึ้น

เมื่อถึงวาระสำคัญเช่นนี้ เราจะต้องทุ่มเทกำลังสติปัญญาลงให้ถึงเหตุถึงผลถึงอรรถถึงธรรม ถึงความจริงเต็มเม็ดเต็มหน่วย โดยไม่คำนึงถึงเรื่องการเป็นการตาย เพราะอันนั้นเป็นเรื่องสมมุติอันหนึ่ง อยู่ที่ไหนก็ไม่ทราบ เป็นโน้น ตายนี้ หลอกกันอยู่ภายนอกเท่านั้น ส่วนความจริงไม่มองกันนะซิ โลกถึงได้มีทุกข์ ถึงมีความลำบากมากมายจนหาที่ปลงวางไม่ได้ ต่างคนต่างมีเต็มกายเต็มใจด้วยกัน

ถ้าพิจารณาความจริงตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนแล้ว ใครจะไปกลัวตาย ใครจะกลัวทุกข์ทำไม มันเป็นความจริงด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครกลัว ถ้าตามหลักธรรมแล้วเป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้าเมื่อทรงทราบความจริงนี้แล้ว ไม่ทรงกลัวเรื่องความตายเลย สาวกอรหัตตอรหันต์ทั้งหลาย ซึ่งเคยกลัวมาด้วยกันทั้งนั้นในเรื่องความตาย แม้แต่สัตว์มันยังกลัว พอท่านเรียนเข้าถึงความจริงเต็มส่วนแล้ว ท่านไม่ได้กลัวกันเลย ท่านถือเป็นคติธรรมตาไปหมด เพราะเป็นเรื่องธรรมดาแท้ ๆ โดยหลักธรรมชาติของมันเป็นอย่างนั้น

การพิจารณาให้ถึงความจริงเช่นนี้ จึงเข้าใจได้อย่างอาจหาญ เมื่อไม่นำความตายซึ่งเป็นสมมุติหลอกลวงนั้นเข้ามาปิดกั้นตัวเองให้เกิดความขยะแขยง ให้เกิดความท้อแท้ และความกลัวก็ส่งเสริมกิเลส ให้เกิดความทุกข์ความลำบากขึ้นอีกมากมาย เราก็ไม่เห็นโทษแห่งความกลัวนั้นว่า เป็นตัวส่งเสริมกิเลสขึ้นมาให้เกิดความทุกข์ เราจึงได้ทุกข์ ๆ เรื่อยไป กลัวเรื่อยไป ไม่เห็นใครจะพ้นได้สักคนเดียว ความตายกลัวก็ตายไม่กลัวก็ตายมันไปไม่พ้น เพราะเป็นความจริง

แต่ถ้ามีปัญหาพิจารณาตั้งที่ว่ามานี้แล้ว ถึงจะไม่พ้นในชาตินี้ก็ตาม ก็พ้นอยู่ภายในจิตให้เห็นอย่างชัดเจน ไม่มีอะไรเข้าไปเกี่ยวข้องพัวพันอยู่ภายในจิต ให้ได้รับความทุกข์ความลำบากเลย เพราะปัญญามีความเฉลียวฉลาดเฉียบขาดแหลมคม ฟาดฟันสิ่งเหล่านั้นให้แตกกระจายออกไปหมด คือเจ้าจอมปลอม ความยึดความถือด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ก็ขาดสะบั้นออกจากกัน เหลือแต่ความจริงล้วน ๆ แล้วกลัวตายไปหาอะไร นั่น! คำว่า “ตาย” นี้ก็โกหกกัน เราจะพูดอย่างนี้ได้ ถ้าเราไม่ได้พูดเพื่อทำร้ายป้ายสีผู้หนึ่งผู้ใด เพราะต่างคนมักพูดว่า “กลัวตาย” กันทั้งนั้น จึงเหมือนโกหกกันโดยไม่มีเจตนา

ที่นี้เราอยากเรียนความจริงให้ถึงเหตุถึงผลด้วยกัน จงทุ่มสติปัญญาลงไปโดยไม่ต้องกลัวตายเลย กลัวหาอะไร กลัวแบบผิด ๆ กลัวลมกลัวแล้งไปทำไม ความจริงมีอย่างไรให้รู้ให้เห็นให้ถึงที่สุดของความจริง เอ้า อะไรจะตายก่อนตายหลัง ถ้าเราคือใจจะ

ตายจริง ๆ ก็ให้มันรู้ไปในขณะที่เข้าถึงธรรมของจริงเต็มส่วน ด้วยใจที่บริสุทธิ์ล้วน ๆ แล้ว !

ขั้นคืออกองธาตุ รูปขั้นของเรามันก็เป็นรูปอยู่อย่างนี้ตั้งแต่วันเกิดมา จะให้มันเป็นอะไรอีก มันไม่ได้แปรสภาพจากนี้ไปเป็นอื่นเป็นไหนเลย ก็เป็นสภาพอยู่อย่างนี้ จนกว่าจะถึงกาลอวสาน จึงสลายลงไปเป็นดินธรรมดา ส่วนน้ำก็เป็นน้ำธรรมดา ลมก็เป็นลม ไฟก็เป็นไฟธรรมดา

เวทนาจึงเกิดดับ ไปตามธรรมดาของเขาเท่านั้น อะไร ๆ ก็ดับไปตามธรรมชาติของมันที่เกิดขึ้นแล้วดับไป ซึ่งเป็นของคู่กันมาแต่ดั้งเดิม เราจะไปยึดเอาเงา ๆ มาเป็นตัวเป็นตนแล้วกลัวเงาไปทำไม มีแต่เรื่องเงา ๆ กันทั้งนั้น เรากลัวเงา! ตัวมันจริง ๆ ทำไมไม่กลัวกัน? ตัวจริง ๆ ก็คือ “ความหลง” นั่นแหละ เราไม่กลัวตัวนี้เราก็ต้องได้แบกหามทุกข้ออยู่เรื่อยไป หลงธาตุหลงขั้นอยู่เรื่อยไป เวลาจะเป็นจะตายก็ไม่ได้อะไรจะได้แต่ความทุกข์ความร้อน ความลำบากลำบาก ความกลัวเป็นกลัวตาย ผลสุดท้ายก็ตายไปทั้ง ๆ ที่กลัว ๆ แล้วหอบทุกข้อไปด้วยมืออย่างเธอ! นั่น! ดูเอาโทษแห่งความหลงของจิตเป็นอย่างนี้แล

เพื่อให้เข้าใจสิ่งนี้อย่างชัดเจน จึงต้องตั้งหลัก คือนามรูปลงในระหว่างขั้นกับจิต ขั้นเป็นขั้น จิตเป็นจิต เอาตั้งกันลงที่ตรงนี้ ป่าช้าไม่มี เมื่อถึงที่สุดกันแล้วป่าช้าของขั้นก็ไม่มี ป่าช้าของจิตก็ไม่มี ขั้นสลายตัวลงไปตามธรรมชาติของมัน มีป่าช้าที่ตรงไหน? ดินเป็นดิน น้ำเป็นน้ำ ลมเป็นลม ไฟเป็นไฟ มีป่าช้าที่ไหน ถ้าเราเป็นป่าช้า ป่าช้าก็เต็มไปหมดทั้งแผ่นดิน ที่เรานั่งอยู่นี้ก็เป็นป่าช้า เพาะมันเป็นธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมธาตุไฟที่ควรสมมุติเป็นป่าช้าได้ด้วยกัน

เวทนา เกิดขึ้นดับไป ๆ เวทนามีป่าช้าที่ไหน มันเกิดขึ้นจากจิตดับไปที่จิต แน่ะ! เป็นอาการของจิตเท่านั้นเอง ไม่ใช่ตัวจริงของจิต เป็นอาการของจิตต่างหาก เพราะฉะนั้นจิตจึงรู้เท่าได้ ถ้างงเป็นตัวจิตจริง ๆ แล้ว มันแก้กันไม่ออก มันแยกกันไม่ได้ระหว่างเวทนาจับจิต แต่นี้เป็นของที่แยกกันได้โดยไม่ต้องสงสัย เพราะเป็นอาการอันหนึ่ง ๆ แสดงขึ้นทางกาย ทุกขเวทนาแสดงขึ้นทางกายก็รู้ แสดงขึ้นทางใจก็รู้ ที่นี้เวลาแยกกันได้อย่างเด็ดขาดแล้ว แสดงขึ้นทางกายนั้นมีและรู้เท่าด้วย แต่ที่แสดงขึ้นทางใจนั้นไม่มี เพราะหมดเชื้อแห่งสมมุติทั้งปวง ซึ่งจะให้มันเป็นทุกขเวทนา สุขเวทนา หรืออุเบกขาเวทนา เพราะไม่มีเชื้อให้สมมุติเหล่านี้เกิดขึ้นมาได้ นี่แหละจงพากันเข้าใจตามนี้

สัญญา สังขาร วิญญาณ เหล่านี้มีป่าช้าที่ไหน มันแสดงอาการเกิดดับของมันโดยอาศัยจิตเป็นต้นเหตุหรือรากฐาน แล้วแสดงอาการขึ้นมา มาทางตาก็ตาเป็นเครื่อง



มือ แล้วเป็นสื่อเข้ามาทางใจ ใจถ้าเป็นผู้ฉลาดก็เพียงรับทราบ ๆ วินิจฉัยตามหลักธรรมชาติที่เกี่ยวข้องกับตน รู้เรื่องตามความเป็นจริงโดยลำดับแล้วปล่อยวางไป โดยไม่ต้องไปบังคับให้ปล่อยวาง รู้เท่า ๆ รู้เท่าทัน รู้ตามเป็นจริง ๆ อันนั้นก็เพียง “สักแต่ว่าผ่านไปผ่านมารธรรมดาเท่านั้น”

เราก็ไม่มีอะไร ค้นเข้าไปชิมันอยู่ที่ไหน? มันไม่มีอะไรหลอกให้กลัวให้กลัว ก็เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ แล้วกลัวที่ไหน กลัวตายกลัวอะไร กลัวลมกลัวแล้งไปทำไมกัน! ให้กลัวตัวจริงของมัน คือความหลงเป็นตัวของสำคัญ ความหลงทำให้สำคัญ คือสำคัญว่านี่เป็นเรา นั่นเป็นของเรา อะไรปรากฏขึ้นมาก็ว่าเรา อะไรผิดปกตินิดหนึ่งก็เกิดความเดือดร้อนวุ่นวายขึ้นมา เพราะความสำคัญนั้นแหละเป็นเหตุอันสำคัญ ซึ่งออกมาจาก “โมหะอวิชชา” ที่เป็นเค้ามูลหรือเป็นรากเหง้าสำคัญฝังอยู่ภายในจิต แสดงออกมาในท่าต่าง ๆ เช่น ความสำคัญมันหมาย สิ่งนั้นเป็นเราเป็นของเรา นี่แหละมีเยอะ ตามแต่ผู้ปฏิบัติจะพิจารณาให้รอบคอบด้วยปัญญา เพื่อความปล่อยวางไปโดยลำดับ ๆ เกิด

ถ้าเราหาความจริงด้วยสติปัญญาอย่างจริงจังแล้ว เราจะไปหลงความจอมปลอมที่ไหนกัน ต้องรู้ความปลอมนี้เรื่อยไป ปัญญามีไว้เพื่ออะไร ถ้าไม่มีไว้เพื่อแก้ของปลอม ซึ่งมีเต็มหัวใจด้วยกันทุกคน นี่เวลาจำเป็นควรจะได้ทุ้มเทศปัญญาลงตรงนี้ ต้องเอาให้เต็มเม็ดเต็มหน่วย เต็มเหตุเต็มผล ถึงขั้นไหน ก็ให้มันทราบกันกับจิตของเรานี้ ตายจริง ๆ ก็ให้ทราบกัน ไม่ตายก็ให้ทราบกัน จึงสมนามว่าเราหาของจริง ต้องทำให้รู้ความจริงในตัวของเราเอง

เราอย่าไปเชื่อคนอื่นยิ่งกว่าเชื่อธรรม พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า “อย่าเชื่อตามตำรับตำราจนขาดสติปัญญาไตร่ตรอง” ในกาลามสูตรท่านแสดงไว้ ให้เชื่อตามที่เราเห็นว่าควรคิด ควรเชื่อได้ นั่นท่านหมายถึงธรรมชั้นที่ควรเชื่อตัวเองได้แล้ว ไม่ควรจะไปเชื่อแบบแผนซึ่งเป็นการเหยียบย่ำ แต่ท่านก็ไม่ได้ปฏิเสธด้วยประการทั้งปวงว่า ไม่ให้เชื่อครูเชื่ออาจารย์! เชื่อตำรับตำรา แต่ก็ต้องเชื่อตามขั้น จะไม่เชื่อเลยไม่ได้ เมื่อถึงขั้นซึ่งควรเชื่อตัวเองได้อย่างเต็มเม็ดเต็มหน่วย เต็มอรรถเต็มธรรม เต็มภูมิของใจที่รู้อย่างเต็มตัวจริง ๆ แล้ว แต่ยังไม่หาลูกคล้ำ เชื่ออันนั้นสิ่งนั้นอยู่ ต้องแสดงว่าเรายังบกพร่องอยู่มาก ยังช่วยตัวเองไม่ได้ ทั้งไม่เป็น “สนทสิฏฐิโก” ดังท่านตรัสไว้ ธรรมข้อนั้นจึงสรุปลงในจุดนี้เหมาะสมอย่างยิ่งว่าไม่เชื่อใคร เชื่อปัญญาที่พิจารณาเห็นตามความจริงที่มีอยู่ภายในใจ ในธาตุในชั้นของเราเท่านั้น เมื่อรู้ชัดเจนแล้วยอมหายสงสัยไปหมดอะไรจริงอะไรปลอมรู้หมดทั้งสิ้น (ในกาลามสูตร มุ่งรู้ธรรมชาติปฏิบัติด้วย “สนทสิฏฐิโก” จึงปฏิเสธการเชื่อภายนอก มีเชื่อครูอาจารย์เป็นต้น)

ผลสุดท้ายสิ่งที่เรากลัวเรื่องความเป็นความตาย มันก็หมดปัญหาไปตามกัน เพราะความกลัวมันเป็นกิเลสนี้ เมื่อกิเลสประเภทนี้หมดไปแล้ว จะเอาอะไรมากลัว! ถึงคราวจะพิจารณาเอาให้เต็มที่เต็มฐาน ต้องพิจารณาอย่างนั้น ไม่เสียดายอะไรทั้งหมด ไม่ต้องกลัวเรื่องเป็นเรื่องตาย เป็นคติธรรมตาของโลกที่สมมุติกันมา เราพิจารณาให้เห็นความจริงของสมมุติซึ่งมีอยู่ภายในตัวเราเอง เมื่อประจักษ์แล้วก็หายสงสัย

นี่แลการสงครามระหว่างเรากับขันธ์และจิต ระหว่างจิตกับกิเลสที่มีอยู่ในจิต ซึ่งเป็นชั้นละเอียด เป็นขั้นสุดยอดของกิเลสที่ได้อธิบายไปแล้ว ยอดของปัญญาก็เน้นหนักกันลงที่ตรงนั้น ฟาดฟันกันลงที่ตรงนั้น จนกิเลสกระจายไปหมดไม่มีอะไรเหลืออยู่เลย

คำว่า “สมมุติ” หรือจุดที่ว่า “สมมุติ” ไม่มีเหลือ คำว่า “อนิจจัง” ก็ดี ทุกข์ ก็ดี อนตฺตา ก็ดี” ข้างนอก คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ดี ที่มีอยู่ภายในใจก็ดี ย่อมหมดปัญหาไปโดยประการทั้งปวง ไม่ได้ไปตำหนิและไม่ได้ไปชมว่า “อนิจจัง ทุกข์ อนตฺตา” เป็นอะไร หมดการตำหนิตชม เพราะเชื้อแห่งความตำหนิตชมได้หมดไปแล้ว จะหาความตำหนิตชมมาจากไหน นอกจากมีแต่หลักความจริงล้วน ๆ ตามหลักธรรมชาติเท่านั้น

การเอาชัยชนะ เอากันที่ตรงนี้ ชนะตัวเอง ชนะอย่างนี้ มันแสนสุข และชนะอย่างประเสริฐสุด ไม่ต้องกลัวตาย จงพิจารณาอย่างนี้

ที่กล่าวมาทั้งหมด รวมลงยอดของกิเลสต้นหาอาสวะซึ่งมีอยู่ภายในใจ และได้พิจารณากันด้วยยอดแห่งสติปัญญาจนสิ้นสุดลงไป นั่นแหละที่ว่า “ลบล้างสมมุติ” “ลบล้างป่าช้า” ลบล้างกันที่ตรงนั้น ตรงที่ทำให้เกิดตายภายในใจนี้

ความเกิดจะเกิดที่จุดนั้น เกิดเป็นอะไรก็ตาม จะเกิดที่จุดนั้น ความดับก็ดับที่ตรงนั้น ที่อื่นไม่มี ตามที่ท่านว่า “ทุกข์ นตฺถิ อชาติสฺส ทุกข์ย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่เกิด” ก็อยู่ที่จุดนั้นแหละ

เมื่อลบล้างป่าช้าได้หมดด้วยปัญญาอันแหลมคมแล้ว ทุกข์ย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่เกิด ก็อยู่ตรงนั้น จิตจะเกิดเรื่องอะไรขึ้นมาอีกเล่า เมื่อไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้เกิด

พูดถึงเรื่องจิตที่บริสุทธิ์แล้ว แม้จะมีความคิดความปรุงแต่งต่าง ๆ ตามหน้าที่ของขันธ์ ก็เป็นขันธ์ล้วน ๆ ไม่มีกิเลสเป็นผู้ผลักดันให้คิดให้ปรุงอะไรทั้งสิ้น ท่านจึงไม่เรียกว่า “เกิด” เมื่อธาตุขันธ์สลายไปแล้ว ล้างธาตุล้างขันธ์ไปด้วยความตายโดยทางสมมุติแล้ว ก็เป็นอันว่าล้างป่าช้าโดยสิ้นเชิง ป่าช้าที่จะเอาธาตุขันธ์มาตั้งเป็นป่าช้าขึ้นภายในตัวเองอย่างที่เคยเป็นมา เป็นอันว่าหมดปัญหากันไป ป่าช้าในจิตมีที่ไหนกัน นอกจาก “นิพพานํ ปรมํ สุขํ” เท่านั้น ไม่มีความเป็นอื่นเลย

ฉะนั้นขอให้เราทั้งหลายพิจารณาคั่นคว้าและปล่อยวางที่จุดนี้ เรื่องชัยชนะ  
เรื่องความจริง จะรู้เห็นกันที่จุดนี้เอง ไม่มีที่อื่นใดเป็นที่รับรองความบริสุทธิ์หลุดพ้น มี  
นี่เท่านั้น

จึงขอยุติ เพียงเท่านี้