

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๐๗

อริยสังนอก อริยสังใน

สิ่งที่แก้ตัวไม่ได้ในปัจจุบันได้แก่การเกิด คือการเกิดมาแล้วจะเป็นสัตว์หรือเป็นมนุษย์ย่อมแก้ไขไม่ได้ในชาติหนึ่ง ๆ เหมือนสบอไล่ชั้นนั้น ๆ เมื่อสบอตกในขณะนั้นแล้วจะขอสบแก้ตัวใหม่ย่อมไม่ได้ ต้องเรียนต่อไปอีกจนมีภูมิความรู้ควรจะสบและโอกาสอำนวยแล้วจึงจะสบได้อีก ถ้าสบได้ก็เลื่อนชั้นขึ้นไป เราเกิดมาเป็นมนุษย์และสัตว์ จะถูกหรือผิดก็เกิดมาแล้ว เป็นสัตว์ประเภทใดก็เป็นเต็มที่ เป็นคนชั้นไหนก็เป็นคนเต็มที่ ถ้าขาดตกบกพร่องอวัยวะส่วนใดขาดเต็มที่ จะแก้ไขรูปร่างและส่วนบกพร่องของอวัยวะให้สมบูรณ์ก็แก้ไขไม่ได้ ถ้าเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยอวัยวะก็เป็นเต็มที่ สิ่งเหล่านี้ถ้าส่วนใดบกพร่องย่อมแก้ไขลำบาก

ไม่เหมือนเครื่องอะไหล่ของเครื่องจักรเครื่องยนต์ ซึ่งมีขนาดพอหาซื้อได้ในห้างร้านต่าง ๆ เพราะสิ่งเหล่านี้มีไว้เป็นสินค้าทั่ว ๆ ไป ไม่เหมือนอวัยวะของคนและสัตว์ ซึ่งเป็นอวัยวะที่จำเป็นและเป็นสิ่งจำเพาะ แม้จะมีสำรองอยู่บ้างก็เป็นสิ่งปลอมแปลง ไม่เหมือนธรรมชาติดั้งเดิมแท้ และใช้ก็ไม่ได้และมั่นคงเหมือนอวัยวะเดิม เพราะฉะนั้นท่านจึงไม่ให้ประมาทในคุณค่าแห่งการเกิดของตน กำเนิดที่ต่ำเช่นสัตว์มีมากเหลือประมาณ ไปที่ไหนเจอแต่สัตว์ ในน้ำก็มี บนบกก็มี บนต้นไม้ ชายเขา ใต้ดิน บนอากาศ มีเกลื่อนไปหมด เพราะกำเนิดต่ำ สัตว์เกิดได้ง่าย แต่มนุษย์เราเกิดยากกว่าสัตว์ ฉะนั้นความเป็นมนุษย์จึงเป็นลาภอันสูงสุดในชาตินี้

คำว่ามนุษย์สมบัติจึงหมายถึงเอา อวัยวะที่สมบูรณ์ประจำชาติของมนุษย์ ไม่บกพร่องส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและวิกัลจริต ส่วนสมบัติตามมาที่หลังนั้นเป็นส่วนหนึ่งต่างหากจากมนุษย์สมบัติอันแท้จริง ไม่เป็นของจำเป็นยิ่งกว่าความมีอวัยวะอันสมบูรณ์ สมบัติเงินทองเป็นต้น แม้แต่คนตาบอดหูหนวกเขายังพอมีได้ แต่อวัยวะสมบัตินี้เป็นสมบัติกันถูกันแท้ คือเป็นทุนที่จะให้บำเพ็ญประโยชน์ในทางโลกและทางธรรมได้ตามความปรารถนา ทั้งเป็นเครื่องมืออันดีเยี่ยมในการสร้างโลกและสร้างธรรม เพื่อสวรรค์สมบัติและนิพพานสมบัติ เพราะเป็นศูนย์กลางแห่งภพชาติทั้งมวล สามารถสร้างตัวให้ดีเด่นได้ทั้งทางโลกทางธรรม

ผู้ทำตัวให้ต่ำลงไป จนเป็นที่ดูถูกเหยียดหยามของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน เนื่องจากการดัดแปลงตัวเองไปในทางผิด โดยมีความคิดผิดเป็นเจ้าเรือน ผู้จะทำตัวให้ดีและเด่นขึ้นเป็นลำดับ จำต้องดัดแปลงตัวเองให้ถูกทาง ผลย่อมเป็นความสุขความเจริญคืบหน้าตามลำดับแห่งเหตุที่ทำไว้ดีแล้ว ไม่ว่าจะวันนี้ วันหน้า ชาตินี้ ชาติหน้า ความสุข ความเจริญต้องอาศัยผลที่เราทำจากคนคนเดียวนี้แล เป็นเครื่องตามสนองในภพนั้น ๆ ด้วยเหตุนี้ความเป็นมนุษย์จึงอยู่ในความนิยมของโลก ว่าเป็นภพชาติที่สูงและเป็นที่ยกย่องแห่งความดีทั้งปวงไว้ด้วย เช่น พระศาสนา เครื่องหล่อหลอมมนุษย์ให้เป็นคนดีก็รวมอยู่ที่นี้

แม้พระพุทธศาสนาซึ่งเป็นศาสนาที่เยี่ยมด้วยเหตุผลก็มีอยู่กับมนุษย์เรา พระพุทธเจ้าก็มาตรัสรู้ในแดนแห่งมนุษย์เรานี้ พระสาวกเกิดเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์แล้ว จึงสามารถปฏิบัติธรรมจนได้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า ฉะนั้นความเป็นมนุษย์จึงเป็นผู้มีภาระอันดีสำหรับรับรอง ทั้งกองสมบัติเงินทองของมีค่าในโลก ทั้งโลกุตระภูมิสมบัติ จึงควรภาคภูมิใจในบุญวาสนาของตนที่พบพระพุทธศาสนา อันเป็นศาสนาที่บริสุทธิ์ทั้งเหตุทั้งผล การกล่าวทั้งนี้มิได้ตำหนิศาสนาใด ๆ ว่าไม่ดี เพราะศาสนาใดก็ดีด้วยกัน เนื่องจากไม่ได้สอนคนให้ชั่ว แต่ความดีนั้นมีสูงต่ำต่างกัน คุณภาพของศาสนาจึงต่างกัน พระพุทธศาสนานี้สามารถสอนคนให้เป็นคนดีเยี่ยมได้ ทั้งความประพฤติและความรู้ความเห็นภายในใจ จนกลายเป็นใจวิเศษและอัศจรรย์เหนือใจสามัญธรรมดา เพราะการอบรมจากธรรมของจริงอย่างประเสริฐคือพระพุทธศาสนา

เวลานี้เรากำลังอยู่ในมัชฌิมา คือศูนย์กลางของโลก สัตว์ดิรัจฉานก็ไม่ได้ไปเกิดนรกคือแดนหาความสุขกายสบายใจไม่ได้ก็ไม่เคยประสบ กำเนิดเปรตผีได้ยินแต่ชื่อแต่ไม่ได้เป็นสัตว์ประเภทนั้น คือเราเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ ฉะนั้นจึงควรเห็นคุณค่าในตัวเราและชีวิต จิตซึ่งครองตัวอยู่ขณะนี้ พยายามอบรมดัดแปลงวิถีทางเดินของชีวิต และจิตใจให้เป็นไปด้วยความสม่ำเสมอและราบรื่น ทั้งทางโลกและทางธรรม จะมีความสุขกายสุขใจ อยู่ในโลกนี้ก็เห็นประจักษ์ใจ ถ้ามีธรรมเครื่องดัดแปลงให้ถูกทาง จะไปโลกหน้าก็คือใจดวงกำลังดัดแปลงอยู่ ณ บัดนี้ จะเป็นผู้พาไป ไม่มีสิ่งใดจะไปโลกหน้าได้ นอกจากจิตดวงเดียวซึ่งเป็นของละเอียดยิ่งนี้เท่านั้น

เราทุกท่านต่างก็เป็นนายช่างผู้ฝึกฝนอบรมตน อย่างไรก็ตามจะเป็นที่มั่นใจ โปรดกระทำลงไปจนสุดความสามารถในขณะที่มีชีวิตอยู่ ถ้าชีวิตหาไม่แล้วจะสุดวิสัย เพราะร่างกายแตกสลาย ต้องหมดทางเดินทันทีที่ชีวิตสิ้นสุดลง การบำเพ็ญความดีทุก

ประเภทเป็นต้นว่า เคยบำเพ็ญทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาก็ทำต่อไปอีกไม่ได้ ทำให้ขาดไปเสียทุกอย่าง เราจึงไม่ควรเห็นสิ่งใดว่าเป็นของมีคุณค่ายิ่งกว่าใจซึ่งกำลังรับผิดชอบในสมบัติทุกสิ่งอยู่เวลานี้ แม้เราจะเสาะแสวงหาสิ่งใดมาเพื่อบำบัตร่างกายและจิตใจให้มีความสุขเท่าที่ควรจะเป็นได้ แต่เราอย่าลืมตัวถึงกับได้ผิดพลาดไปกับสิ่งนั้น ๆ จนถอนตัวไม่ขึ้น เพราะอำนาจความอยากเป็นเจ้าของเรื่อนใจ ถ้าได้รับการอบรมอยู่เสมอ อย่างไม่ตกต่ำและถอยหลังมาสู่ความทุกข์และความต่ำทรามต่าง ๆ ที่ไม่พึงปรารถนา จะก้าวไปที่ละเล็กละน้อย และก้าวไปเสมอจนถึงจุดประสงค์จนได้

ผู้มีความเจริญรุ่งเรืองทั้งทรัพย์สินภายนอกและทรัพย์สินภายใน คือคุณสมบัติของใจ ท่านเจริญรุ่งเรืองได้เพราะการฝึกฝนตัดแปลง อย่าเข้าใจว่าเป็นไปจากเหตุอื่นใดทั้งสิ้น เพราะกาย วาจา ใจ เป็นสิ่งอบรมตัดแปลงได้ด้วยกัน ไม่เช่นนั้นจะหาคนดีคนฉลาดไม่ได้ในโลกมนุษย์เรา และจะไม่ผิดอะไรกับสัตว์ที่มีได้ฝึกหัดตัดแปลงเลย สิ่งที่จะทำให้คนดีคนชั่วได้จึงขึ้นอยู่กับ การฝึกหัดตัดแปลงตัวเองตามใจชอบ ผลก็กลายเป็นคนดีคนชั่ว และสุข ทุกข์ขึ้นมาเป็นเงาตามตัว ฉะนั้นการไม่ปล่อยตัว คือให้อยู่ในกรอบของการสังเกตสอดรู้ของตัวเสมอ นั่นแล เป็นทางเจริญก้าวหน้า ผู้ชอบความเจริญก้าวหน้าจึงเป็นผู้สงวนตน

อนึ่ง ธรรมเครื่องขัดเกลามนุษย์และสัตว์ให้เป็นคนดีและสัตว์ดีตามฐานะของตนนั้น มีอยู่กับทุกคน ไม่ว่าจะเป็นนักบวชและฆราวาสหญิงชาย ขึ้นอยู่กับความขยันหมั่นเพียร ความอดทน ความดี ความชั่วขึ้นอยู่กับตัวผู้ชอบทำ ทำที่ไหนก็ได้ ไม่นิยมว่าในบ้าน นอกบ้าน ในวัด นอกวัด ในน้ำ บนบก เพราะต้นเหตุความดีและชั่ว มันอยู่กับตัวของผู้ทำ ไม่ได้อยู่ที่อื่นใดทั้งนั้น ดังนั้น คำว่า ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารี ธรรมย่อมรักษาผู้ปฏิบัติธรรมก็ดี น ทุคฺคตี คจฺฉติ ธมฺมจารี ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมไม่ตกไปในที่ชั่วก็ดี ธรรมทั้งสองบทนี้จึงไม่ต้องมีต้นมีปลาย คือยังคงเส้นคงวาอยู่ตลอดกาล

ท่านที่เป็นนักบวชทุกท่าน โปรดทำความสำคัญในเพศและหน้าที่ของตน เพราะคำว่า นักบวช เป็นผู้ปล่อยภาระความยุ่งเหยิงทางการเมืองการงานที่ฆราวาสจัดทำทุกประเภท เป็นผู้มีการะน้อย และปล่อยความกังวลในสิ่งทั้งปวง ทุกข์ก็ขอให้ทุกข์แบบลูกของพระพุทธเจ้า สุขก็ขอให้สุขตามแบบของพระพุทธเจ้า หน้าที่การงานที่ชอบตามเพศของพระโปรดเห็นเป็นสิ่งที่มีความค่าประจำตน อย่าเห็นสิ่งใดว่าเป็นของมีคุณค่ายิ่งไปกว่าเรื่องของพระ ถ้าเห็นสิ่งอื่นเป็นของมีค่ายิ่งกว่าเรื่องของพระแล้ว พระของเราก็เริ่มจะด้อยลงไป ข้อวัตรปฏิบัติของพระ การรักษาศีลของพระ การปฏิบัติธรรมของพระ ความ

พวกเพียรประจำหน้าที่และเพศของพระจะด้อยลงไปตาม ๆ กัน เพราะสิ่งอื่น ๆ มีคุณค่ามากกว่าคำว่าพระซึ่งมีประจำเพศของตน

ทุกข์จะแสนทุกข์แสนลำบากขนาดไหน ก็ขอให้ทุกข์ลำบากเยี่ยงลูกพระตถาคต โง่ก็ขอให้โง่อยู่ในกรอบของพระธรรมวินัย ฉลาดก็อย่าให้เลยเส้นทางของหลักพระธรรมวินัยที่ประทานไว้ จะได้นามว่าลูกของพระตถาคตแท้ แม้จะเกิดสุดท้ายภายหลังก็คือลูกพระตถาคตผู้สุดท้ายนั่นเอง ไม่ใช่เป็นลูกของผู้อื่นใด เช่นเดียวกับเรามีลูกหลายคน เป็นผู้หญิงก็คือลูกของเรา เป็นผู้ชายก็คือลูกของเรา คนหัวปักก็คือลูกของเรา คนกลางก็คือลูกของเรา คนสุดท้ายก็คือลูกของเรา ลูกของพระพุทธเจ้าก็เป็นคนเช่นนั้นเหมือนกัน

คำว่า พระเมตตานันมีอยู่ทุกสัตว์ทุกบุคคล ร่องรอยพระเมตตา ได้แก่พระธรรม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นที่วางไว้เป็นแนวทางหรือเป็นบันได เพื่อให้พุทธบริษัทคือลูกของพระองค์ได้ก้าวเดินไปตามพระโอวาทนั้น ๆ จะไม่ผิดหวัง ทั้งชาตินี้ก็มีผลตอบแทน คือมีความสุขความเจริญภายในใจ ทั้งชาติหน้าซึ่งจะสืบต่อไปจากชาตินี้อยู่ทุก ๆ ขณะ คือ เมื่อจิตเคลื่อนย้ายจากร่างกายนี้ออกไปแล้ว ก็จะมีสุขความเจริญประจำคติภพของตน เมื่อยังไม่ถึงแดนสิ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง ทั้งนี้เช่นเดียวกับคนเดินทาง จะก้าวไปข้างหน้าก็จากเท้าอันนี้ จะก้าวไปทางไหนหรือก้าวไปถึงไหนก็จากเท้าอันนี้ ผู้มาจากภพไหน มาจากโลกใด จะไปสู่ภพไหน หรือจะไปอยู่โลกใด ก็คือใจดวงนี้จะเป็นผู้พามาและพาไป ไม่ใช่ใจดวงไหนคนผู้ใดทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น การประคองการก้าวไปของตน จึงเป็นหน้าที่และภาระของผู้เดินทาง จำต้องสังเกตด้วยดีว่า ทางไหนถูก ทางไหนผิด มิใช่ว่าทางและเท้าแล้วก็จะเดินไปทำเดียว โดยไม่คำนึงถึงทางผิดทางถูกและชวากหนาม เพราะคำว่า ทาง ย่อมมีทั้งทางผิด ทางถูกและชวากหนาม ผู้ก้าวเดินโดยไม่คำนึงดังกล่าวจะได้รับความเดือดร้อนเมื่อภายหลัง แต่ผู้สังเกตทั้งทางเดิน สังเกตทั้งการเหยียบย่าง จะถึงจุดหมายปลายทางโดยความสวัสดิและปลอดภัยในระยะทาง

พระโอวาทของพระพุทธเจ้าทุกบททุกบาท ล้วนเป็นทางแห่งสวากขาตธรรม เพราะโอวาทที่ออกจากพระโอษฐ์ของพระพุทธเจ้านั้น เต็มไปด้วยเหตุผลหาที่แย้งไม่ได้ ทั้งนี้เนื่องจากใจของพระองค์เป็นใจที่เต็มไปด้วยเหตุผล เมื่อเหตุผลเพียงพอแก่การปฏิบัติแล้ว ก็ปรากฏเป็นพระพุทธเจ้าขึ้นมา ดังนั้นความบริสุทธิ์ของพระองค์จึงเกิดจากหลักเหตุผลที่สมบูรณ์ เมื่อประทานธรรมข้อไหนไว้จึงเป็นธรรมที่ถูกต้อง และให้นามว่า

สวากขาตธรรม และ นียยานิกธรรม สามารถนำผู้ปฏิบัติตามให้ถึงจุดหมายปลายทางได้โดยสมบูรณ์ คือ นิพพาน ปรหม์ สุข โดยไม่เลือกกาล ตามบทธรรมที่ว่า อกาลโก ความดี ความชั่วมีอยู่ ผู้ทำดี ทำชั่วมีอยู่ ความสุข ความทุกข์อันเป็นตัวผลจะสูญหายไปไม่ได้

อกาลโกจึงเป็นธรรมศูนย์กลางอยู่ตลอดเวลา เมื่อธรรมคืออกาลโกเป็นธรรมยืนตายตัวอยู่เช่นนี้ ผู้ปฏิบัติตามจะได้รับความเดือดร้อนหรือถึงความอัปยศนั้นจะเป็นไปไม่ได้ คำว่า ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารี จะเป็นธรรมที่ทรงโลกทรงธรรมอยู่ไม่ได้ ทุก ๆ สิ่งจะอันตรธานหายสูญลงทันที แต่พระธรรมบทนี้เคยรับรองโลกและธรรมมาตลอดอนันตกาลแล้ว ไม่มีสิ่งใดอาจเอื้อมล่วงล้ำหลักธรรมนี้ไปได้ จึงเป็นที่แน่ใจและวางใจสำหรับผู้ดำเนินตามพระธรรม มีหวังผลเป็นเครื่องตอบแทนโดยแน่นอน เช่นเดียวกับผู้รับประทาน มีความอิ่ม สบายกาย หายหิวเป็นเครื่องตอบแทนฉะนั้น

ท่านผู้บำเพ็ญที่อยู่ในศีลและธรรมประเภทใด ก็โปรดได้สงวนรักษาศีลธรรมของตนเช่นเดียวกับเรารักษาชีวิตประจำวันด้วยเครื่องบำรุงต่าง ๆ ฉะนั้น อย่าเห็นแก่ความหลับนอน เห็นแก่ความเกียจคร้าน เห็นแก่ความมั่งง่ายอ่อนแอ เพราะสิ่งเหล่านี้เคยเป็นอุปสรรคต่อความเจริญมาประจำโลก ถ้าปล่อยช่องให้สิ่งเหล่านี้มีโอกาสแทรกได้ จะกลายมาเป็นศาสดาแทนพระพุทธเจ้า สมบัติภายนอกและภายในที่ควรจะได้จะถึงก็จะสูญหายไปหมด เมื่อขาดสมบัติทั้งสองเป็นเครื่องบำรุง กายกับใจก็เป็นทุกข์เดือดร้อน มีแต่สิ่งที่กล่าวมาเข้ารุ่มลุ่มถ่ายเดี่ยว ผู้นั้นจะหาความเจริญไม่ได้ จะเป็นพระเป็นฆราวาสก็เดือดร้อนหาความสุขไม่ได้เลย

จึงควรทราบว่า ผู้จะสร้างโลกก็ดี สร้างธรรมก็ดี ต้องมีธรรมเป็นเครื่องสนับสนุนอยู่ภายในใจและกิจการที่ทำ ไม่เช่นนั้นจะไม่เป็นไปเพื่อความเรียบร้อยและสวยงาม และไม่เป็นไปเพื่อความร่มเย็นแก่ตนเองและผู้อื่น แม้ผู้มีหน้าที่ปฏิบัติธรรมโดยตรง แต่ธรรมเป็นสมบัติกลาง ไม่เข้าใครออกใคร ผู้ปฏิบัติผิดทางโดยเข้าใจว่าตนปฏิบัติถูกแล้วฝืนทำไป แต่ใจกลายเป็นโลกไปเสีย ทั้ง ๆ ที่เข้าใจว่าตนดำเนินตามธรรม ผลจึงปรากฏเป็นความทุกข์เดือดร้อน แล้วก็มาตำหนิว่า เราปฏิบัติธรรมมาเป็นเวลาเท่านั้น ๆ แต่ไม่เห็นมีผลอันใดเป็นเครื่องตอบแทนขึ้นมาเลย แท้จริงการกระทำของตนผิดพลาดไปจากหลักธรรมโดยเจ้าตัวไม่รู้

ถ้าการกระทำของผู้นั้นได้ดำเนินไปด้วยดี คำว่า มรรค ผล นิพพาน ในครั้งนั้นกับครั้งนี้จะไม่มีอะไรมาเป็นอุปสรรคได้เลย นอกจากตัวเป็นอุปสรรคต่อตัวเสียเองด้วย

การปฏิบัติผิดเท่านั้น เพราะกิเลสและบาปธรรมในสมัยโน้นกับสมัยนี้เป็นประเภทเดียวกัน ความสุขความทุกข์ก็เป็นประเภทเดียวกันทั้งนั้น และมีอยู่ในภายในใจเช่นเดียวกัน แม้ธรรมอันจะนำมาแก้กิเลสและบาปธรรม ก็เป็นธรรมประเภทมัชฌิมาอันเดียวกัน ดังนั้น คำว่ามัชฌิมาจึงเป็นศูนย์กลางอยู่เสมอมา ไม่ได้นิพพานไปตามพระพุทธรเจ้า และไม่ได้ชั่วและเรียวแหลมไปตามคำตำหนิตามของผู้ใดทั้งนั้น

ถ้าธรรมของพระพุทธรเจ้า กลายเป็นของเอนเอียงไปตามคำติชมของบุคคลแล้ว จะเป็นธรรมของจริงและทรงตัวอยู่ไม่ได้ ธรรมนี้จะกลายเป็นบ่อย คือ คนใช้ของคนทั่วโลกไปเสีย ใครจะใช้หรือบังคับขู่เข็ญให้ไปไหนหรือให้ทำอะไร ก็จำเป็นต้องเป็นไปตาม เพราะธรรมเป็นของเอนเอียง แต่มีได้เป็นเช่นนั้น ธรรมจึงตั้งอยู่ในความเป็นมัชฌิมาเสมอต้นเสมอปลาย ผู้ปฏิบัติให้ถูกทางมัชฌิมาแล้ว ย่อมมีสิทธิจะรู้เหตุผลผิดถูกดีชั่ว ซึ่งมีอยู่ทั้งภายนอกภายในได้โดยลำดับ เหมือนพระพุทธรเจ้ามาซึ่งบอกอยู่ภายในใจ

สิ่งที่ผู้นับถือและปฏิบัติพระพุทธรศาสนาไม่ควรมองข้ามไป ทั้งเป็นสิ่งสำคัญยิ่งที่จะเป็นเครื่องรับรองความประจักษ์ศักดิ์สิทธิ์ของพระศาสนานั้นคือ ข้อปฏิบัติให้ตรงตามร่องรอยแห่งธรรมของพระพุทธรเจ้า จะไม่มีสิ่งใดมีอำนาจมาแยกหลักเหตุกับผลที่ผู้บำเพ็ญโดยถูกต้องให้เดินไปคนละทางได้เลย เหตุเป็นเช่นใด ผลจำต้องเป็นเช่นนั้นขึ้นมา คือเหตุดี ได้แก่เราทำถูกต้องดี ผลดีจะปรากฏขึ้นมาภายในใจเห็นประจักษ์ สันติภูมิ โภ คนอื่นจะไม่เห็นด้วยก็ตาม ถ้าตนทำถูก ความเย็นอกเย็นใจจะแสดงขึ้นให้รู้เห็นเองไม่เช่นนั้นบรรดาสาวกของพระพุทธรเจ้าซึ่งบำเพ็ญสมณธรรมอยู่ในสถานที่ต่าง ๆ จะต้องทูลอาราธนาพระองค์ให้เสด็จตามไปทุกกระยะที่สาวกประกอบความเพียร เพื่อจะทรงชี้แจงว่า นั้นผิด นี้ถูก ท่านเองเป็นผู้รู้ถูก ท่านมีสมาธิ มีปัญญา ท่านบรรลุถึงธรรมขั้นนั้น ๆ และท่านรู้แจ้งภายในใจจนถึงขั้นวิมุตติแล้ว แต่ท่านไม่สามารถรู้ด้วยตนเองได้ เพราะท่านไม่มีสันติภูมิ โภ เนื่องจาก สันติภูมิ โภ มีอยู่กับเราตถาคตองค์เดียวเท่านั้น คนอื่นไม่มีสิทธิรู้เห็นได้ จะเป็นท่านเองนี้

ตามหลักธรรมอันตายตัวแล้ว สันติภูมิ โภ พร้อมอยู่เสมอที่จะแสดงให้ผู้บำเพ็ญรู้เห็นเป็นลำดับ นับแต่ขั้นหยาบจนถึงขั้นละเอียดสุด ขอยกตัวอย่างธรรมขั้นต้น เช่น ผู้ยังไม่เคยศึกษาอบรมจากธรรม ย่อมเป็นผู้ไร้ศรัทธาความเชื่อต่อหลักธรรมแม้จะเป็นความจริง หมดความสนใจในบุญและบาป แต่พอได้รับการศึกษาอบรมตามหลักธรรม ความรู้สึกย่อมเปลี่ยนแปลงไปโดยลำดับ เกิดเป็นผู้มีศรัทธาขึ้นมา อยากทำบุญให้ทาน รักษาศีลภาวนาจนกลายเป็นผู้มีธรรมประจำใจ และกลายเป็นนิสัยติดตัว วันหนึ่ง ๆ

ต้องมีการบำเพ็ญความดีโดยมีทานเป็นประจำ ถ้าไม่ได้ทำความรู้สึกไม่สบายใจ เพียงเท่านั้นนั้นก็ควรจะรู้สึกในตัวเองว่าความรู้สึกของเขาได้เปลี่ยนแปลงไปเท่าไร

ผู้เริ่มฝึกหัดภาวนาเบื้องต้นใจมีความยุ่งเหยิงด้วยเรื่องต่าง ๆ ไม่มีความสงบสบายลงได้ แต่อาศัยการฝึกหัดมาครั้งแล้วครั้งเล่า ใจที่เคยวุ่นวายก็ค่อยเปลี่ยนสภาพไปวันละเล็กละน้อยจนลงสู่ความสงบได้ และจิตลงสู่ความสงบได้เป็นลำดับ จนสงบลงถึงฐานของสมาธิได้อย่างแท้จริง นี่สันทิฎฐิโก ยิ่งปรากฏชัดแก่ผู้บำเพ็ญขึ้นเป็นลำดับ โดยที่ผู้หนึ่งผู้ใดที่ไม่รู้ด้วยจะมากอดหอกไม่ได้เป็นอันตราย เพียงความสงบในขั้นสมาธิมีเครื่องยืนยันภายในใจของผู้ปฏิบัติอยู่แล้ว ที่นี้กล่าวถึงขั้นปัญญาความแหลมหลักของนักค้นคว้าย่อมจะรู้เห็นสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยปรากฏในใจมาเลย ทั้งใกล้ ทั้งไกล ทั้งภายในและภายนอก เพราะหลักความจริงของไตรลักษณ์ในหลักธรรมชาติที่แสดงตัวอยู่ทุกหนทุกแห่งทั่วทั้งไตรโลกธาตุ ประหนึ่งมาตั้งที่ทำงานอยู่บนหัวใจของนักค้นคว้าคนนั้นตลอดเวลา

นอกจากถึงเวลาจะพักผ่อนจิตและพักผ่อนกาย แล้วปิดสวิตซ์ความรู้เพื่อพิจารณาเสียเท่านั้น เรื่องต่าง ๆ จึงจะยุติลง พอเริ่มเปิดสวิตซ์แห่งความรู้เพื่อทำงานงานที่จะพิจารณาก็หลั่งไหลเข้ามาทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กายและทางใจ ทั้งภายนอกภายใน สวนกันไปผ่านกันมา แต่รวมความแล้วมันเป็นเรื่องเตือนใจไม่ให้ประมาทตนทั้งนั้น ผู้มีความสนใจต่อการพิจารณาเพื่อหาทางออกจากทุกข์ก็ยังถือเป็นโอกาสอันเหมาะสม ที่จะพยายามตัดดวงเอาให้พอกับความต้องการของสติปัญญา ศรัทธา ความเพียร ในเวลาเช่นนั้น

คำว่า ทุกข์ ก็รู้เห็นทุกข์อย่างถึงใจ ทั้งทุกข์ทางกาย ทั้งทุกข์ทางใจ ทั้งทุกข์ของท่าน ทั้งทุกข์ของเรา ไม่เพียงรู้และจำได้ตามที่ได้ยินได้ฟังมา คำว่า อนิจจัง ก็รู้เห็นอย่างถึงใจ ทั้งความแปรปรวนทางกาย ทั้งความแปรปรวนทางใจ ทั้งความแปรปรวนของท่าน ทั้งความแปรปรวนของเรา ทั้งความแปรปรวนของสภาวะธรรมที่เกี่ยวกับเราและทั่ว ๆ ไป ทั้งการก้าวหน้า ทั้งการถอยกลับในอิริยาบถทั้งสี่ ตลอดอาการของใจเป็นไปกับความแปรปรวนทั้งมวลตลอดกาล หาความคงที่ไม่ได้แม้แต่ขึ้นเดียว คำว่า อนตตา ก็รู้เห็นอย่างถึงใจว่าเป็นสภาพที่เปล่าจากสัตว์จากบุคคล เปล่าจากความเสกสรรปั้นยของใคร ๆ ทั้งสิ้น ไม่ได้เป็นไปตามที่สัตว์ปรารถนาและขอร้องใด ๆ ทั้งสิ้น แต่เป็นไปตามลักษณะแห่งความจริงของตนเท่านั้น

พอพูดถึงเรื่อง ทุกข์ ก็ดี อนิจจัง ก็ดี อนตตา ก็ดี เป็นเรื่องถึงใจทุก ๆ อย่างและทุก ๆ ขณะจิต เพราะอำนาจของปัญญาได้ซึมซาบเข้าถึงหลักความจริงจริง ๆ ไม่ได้เป็นไตรลักษณ์เพียงคำพูด แต่จิตเห็นเป็นไปตามธรรมชาตินั้นแท้ ๆ ธรรมคือไตรลักษณ์นี้ เมื่อพิจารณาถึงฐานความจริงแล้วก็กลายเป็นไตรลักษณ์ญาณขึ้นมาภายในใจ สามารถพิจารณาสดรู้ทั้งไตรลักษณ์ภายนอก คือ สภาวธรรมทั่ว ๆ ไป ทั้งไตรลักษณ์ที่มีอยู่กับตัว คือ กาย เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้งไตรลักษณ์ที่มีอยู่กับจิตโดยเฉพาะ และสามารถแปรความรู้จากไตรลักษณ์ทั้งหมดให้ทวนกระแสของวิภูจิต กลายเป็นวิภูจิตขึ้นมา เพราะอำนาจของไตรลักษณ์ญาณที่พิจารณารอบคอบในไตรลักษณ์ทั้งหมดแล้ว ฉะนั้นไตรลักษณ์ทั้งหยาบ กลาง และละเอียดจึงเป็นทางเดินตามขั้นของปัญญา ผู้พิจารณาไตรลักษณ์จนสมบูรณ์ทุกขั้นของไตรลักษณ์ และทุกขั้นของปัญญาแล้ว ก็เลสแม้จะแสนละเอียด และจะชุ่มช่อนอยู่ในที่ลึกลับแคไหน จำต้องหลุดลอยออกมาอย่างไม่มีปัญหา จิตย่อมถึงความบริสุทธิ์ได้โดยสมบูรณ์

ท่านนักปฏิบัติเพื่อดับเชื้อของทุกข์ภายในจิตโดยสิ้นเชิง โปรตระวัง ไตรลักษณ์ปลอม คือ อนิจจัง ทุกข์ อนตตา ติดปากติดใจที่เคยฟังจนชินหู รู้จากตำราจนชินใจ แต่บทฟังท่านเทศน์เรื่องไตรลักษณ์ เกิดความเบื่อ และอยากลุกจากที่นั่งฟังเทศน์ทันทีหนึ่ง จิตไม่สนใจต่อการพิจารณาไตรลักษณ์ เพราะเข้าใจว่าตนรู้เห็นหมดแล้ว เพียงความจำชื่อของไตรลักษณ์ได้ แต่ความจริงของไตรลักษณ์แท้ไม่เคยผ่านจิตเลยหนึ่ง และอย่าให้เป็นทำนองว่า ยอดเงินในบัญชีมีสมบูรณ์ แต่ตัวเงินจริง ๆ ไม่มีตามบัญชี

ต่อไปนี้จะอธิบายอริยสัจ ทั้งอริยสัจนอก และ อริยสัจใน เพื่อท่านผู้ฟังซึ่งมีความเป็นอยู่และเพศ ตลอดจนนิสัยและแง่แห่งความรู้สึกไม่เหมือนกันได้ฟัง จะได้นำไปปฏิบัติให้เหมาะสมกับหน้าที่ของตน

กิระดังได้ทราบมาว่า พระพุทธเจ้าแสดงแต่เรื่องความทุกข์ของสัตว์ ทำให้ผู้ฟังเกิดความอดทนระอาใจ และเกิดความเหี่ยวแห้งใจ ไม่ร่าเริงต่อการฟังธรรม คล้ายกับจะทำให้จิตของผู้ฟังมีความเศร้าโศก เพราะเรื่องของทุกข์จากการฟังธรรม และเรื่องของทุกข์ที่มีอยู่ในตัวของผู้ฟังมาประดังกัน มีหน้าหลักธรรมของพระศาสนา คือ อริยสัจ ก็ยิ่งยกกองทุกข์ขึ้นแสดงเป็นอันดับแรก คล้ายกับจะขับไล่ผู้กำลังกลัวทุกข์วิ่งเข้ามาฟังธรรมซึ่งเป็นของเย็น ให้แผ่นหนีไปเสีย โดยไม่ยอมนั่งฟังผู้เทศน์พรรณนาเรื่องทุกข์ให้ฟังต่อไป เพราะพระศาสนาสอนแต่เรื่องทุกข์อย่างออกหน้าออกตา

นี่ถ้าจะคิดและพูดกันไปในทำนองนั้น ก็แสดงให้เห็นว่า ผู้นั้นยังไม่ได้รับการ ศึกษาอบรมให้รู้ความหมายของศาสนาที่แท้จริงให้ดีพอ เพราะที่พระศาสนาสอนเช่นนั้นเป็นการสอนถูกต้องตามหลักความจริง สมนามว่าอริยสัจ ซึ่งเป็นหลักธรรมของพระ ศาสนา เป็นของจริง และพระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้จริง จึงสามารถสอนและชี้ถูกจุดบกพร่อง ของสัตว์ เพราะทุกข์ที่เกิดขึ้นแก่คนและสัตว์ ย่อมมีสาเหตุมาจากจุดบกพร่อง เช่นร่างกาย เป็นโรคอันเป็นทางมาของทุกข์ ก็แสดงว่าร่างกายมีส่วนบกพร่องภายในตัว

หากว่าร่างกายยังสมบูรณ์อยู่ทุก ๆ ส่วนแล้ว จะไม่มีช่องทางให้ทุกข์เกิดได้เลย จะเห็นได้จากคนไข้ด้วยโรคชนิดต่าง ๆ พวกกันหลังไหลเข้าไปให้หมอตรวจ และรักษาที่ โรงพยาบาล ทั้งนี้ล้วนเป็นผู้มีส่วนบกพร่องในร่างกายทั้งนั้น ไม่ใช่ผู้มีร่างกายอัน สมบูรณ์เลย แม้การตรวจโรคและการให้ยาของหมอ ก็คือตรวจดูสิ่งบกพร่องและการ แก้ไขซ่อมแซมสิ่งบกพร่องของคนไข้ให้สมบูรณ์ขึ้นนั่นเอง ถ้าร่างกายเริ่มดีขึ้นคนไข้ก็ เริ่มมีความสุข เพราะโรคถูกกับยา ถ้าร่างกายได้รับการรักษาโดยถูกต้อง โรคก็หาย ทุกข์ก็ดับไปนั่นเอง

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ฉลาดจึงไม่ทรงสอนให้แก่ทุกข์ซึ่งเป็นตัวผล แต่ทรงสอนให้ แก่ต้นเหตุ คือความบกพร่องหรือสิ่งบกพร่อง อันเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นแห่งทุกข์ที่เรียก ว่า “สมุทัย” แปลว่าแดนเกิดขึ้นแห่งทุกข์ เมื่อเหตุดับผลก็ดับไปเอง การที่พระพุทธ เจ้าทรงยกเอาทุกข์ขึ้นประกาศก่อนอื่น ก็คือการชี้บอกหลักฐานความจริงให้ทราบ เพื่อ จะได้ค้นหาสาเหตุที่เป็นมาแล้วทำการแก้ไขให้ถูกทาง เช่นเดียวกับของกลางที่โจรลักไป เจ้าหน้าที่จะต้องถือเป็นหลักฐานชิ้นสำคัญเพื่อจะผูกมัดโจรให้อยู่ในเงื้อมมือฉะนั้น

การแสวงหาอาชีพไม่เพียงพอกับความจำเป็นในครอบครัว ย่อมเกิดความทุกข์ เดือดร้อนขึ้นมาในครอบครัว เพราะไม่ว่าคนและสัตว์ถ้ามีเครื่องบำรุงด้วยความ สมบูรณ์แล้ว ความทุกข์เดือดร้อนไม่ค่อยมีในหมู่นคนและครอบครัวนั้น ๆ ถ้าหาไม่แล้ว แม้แต่คู่สามีภรรยาซึ่งเป็นที่รักยิ่งของกันและกัน ก็ยังกลายเป็นคูเวรและแยกทางเดิน กันได้ ทั้งนี้เนื่องจากความบกพร่องในการแสวงหาอาชีพและทางอื่น ๆ อีกเข้าผสมกัน ทุกข์ในครอบครัวจึงเกิดขึ้น เพราะความอดอยากขาดแคลนมีไม่เพียงพอกับความจำเป็นที่จะพึงใช้ พึงรับประทานบ้าง เพราะระคะตึกหาไม่มีเพียงพอในอารมณ์บ้าง

ความบกพร่องเกิดได้หลายทางคือ เพราะความไม่ฉลาดในการทำมาหาเลี้ยงชีพ หารายได้ไม่ทันเขาบ้าง เพราะสุขภาพไม่สมประกอบบ้าง เพราะความโง่และเกียจคร้าน เป็นเจ้าเรือนบ้าง ชี้เกียจทำงานหารายได้ แต่การจ่ายกับการกินนั้นลือนามบ้าง เพราะ

ราคาตัณหาเข้าครอบงำจิตจนลืมสำนึกตัวและครอบครัวย่าง นี้กล่าวไว้พอประมาณ ถ้าความบกพร่องดังกล่าวนี้มีในทีใดมาก ทุกข์ย่อมมีในที่นั้นมาก ท่านให้นามจุดบกพร่องนี้ว่า สมุทัย แปลว่าแดนเกิดทุกข์ ถ้าใครบกพร่องจุดไหน ทุกข์ก็เกิดตามจุดนั้น ที่พระพุทธเจ้าสอนให้มีความขยันหมั่นเพียร อย่าเป็นคนเกียจคร้าน ให้เก็บรักษาทรัพย์ที่หามาได้ อย่าใช้อย่างสุรุ่ยสุร่าย ให้จ่ายพอประมาณเท่าที่เห็นว่าจำเป็น ทั้งนี้เพื่อคนให้รู้วิธีหลบหลีกทุกข์ และสอนวิธีปราบปรามสมุทัย คือตัวที่เกียจด้วยมรรค คือความเข้มแข็งต่อการแสวงหาอาชีพเพื่อนิโรธ ความดับทุกข์ในครอบครัวยุติกัน จะมีทางเกิดขึ้นเป็นความสุขในครอบครัวและหมู่ชนนั้น ๆ

มิใช่พระพุทธเจ้าสอนคนให้นั่งอมมืออเท้า ไม่คิดอ่านงานทำ แล้วนั่งกอดทุกข์นอนกอดทุกข์ เพราะไม่มีอะไรจะใช้และรับประทาน ไม่ได้สอนให้กอดทุกข์อยู่โดยหาทางออกไม่ได้ อริยสัจทั้งหมดพระองค์นำมาสอนเพื่อเปลื้องทุกข์จากบรรดาสัตว์ทั้งนั้น ไม่มีอริยสัจบทใดจะสอนคนให้จมอยู่ในทุกข์ ทั้งสอนพระ ทั้งสอนฆราวาส ผู้ครองเรือน แต่ทรงแยกวิธีสอนต่างกันไปบ้างตามเพศและฐานะ รวมแล้วเป็นเรื่องสอนคนให้มีความฉลาด ปลดเปลื้องตนออกจากทุกข์ทั้งนั้น แต่เราพากันมองข้ามอริยสัจกันเสียมาก จึงไม่สามารถจะแก้ไขปลดเปลื้องทุกข์ ทั้งเกี่ยวกับเรื่องภายนอก เช่น ครอบครัวย้ายเรือน สังคม และวงงานต่าง ๆ ทั้งทุกข์ที่เกิดขึ้นภายในใจโดยเฉพาะได้ นอกจากความคิดเห็นที่เข้าใจว่าทันสมัยนี้เท่านั้น จะพาให้เป็นอุปสรรคต่อตนเองในการครองชีพ ไม่เป็นไปเพื่อความสะอาดทันโลกเขา

เพราะคำว่าทันสมัยนี้อาจจะเป็นสมัยของสมุทัย คือหาได้น้อยแต่จ่ายมาก ก็ไม่มีใครทราบได้ หากพยายามดำเนินตามทางอริยสัจซึ่งบอกแล้ว การแสวงหารายได้คงนับวันสมบูรณ์ การประพฤติดีก็จะมีขอบเขต การจับจ่ายใช้ทรัพย์ก็คงรู้จักฐานะของทรัพย์และของตัว การสุรุ่ยสุร่ายจ่ายโดยเห็นว่าจำเป็นไปเสียทุกกรณี ก็คงมีความรู้จักประมาณเป็นเครื่องค้ำประกันไว้บ้าง ทรัพย์ที่หามาได้มากน้อยก็คงจะมีสถานที่จอดแวะบ้าง ความฟุ้งเฟ้อตามเพื่อนก็จะรู้สึกตัวบ้างว่า นั่นคือทางฉิบหาย เพราะเสียทั้งทรัพย์ เสียทั้งหลักนิสสัย คือนิสสัยเป็นสมบัติสำคัญกว่าสมบัติใดในโลก ถ้าหลักนิสสัยได้เสียไป เพราะความไม่คำนึงตัวเองในปัจจุบันและอนาคตแล้ว จะหาโอกาสตั้งตัวไม่ได้ตลอดไป

ผู้ไม่มองข้ามหลักนิสสัย พยายามดัดแปลงจิตใจให้เป็นไปในกรอบของศีลธรรม คือความดีงาม จะเป็นผู้มีความสง่าราศีในปัจจุบันและอนาคต เพราะหลักนิสสัยคือหลัก

ทรัพย์ ทรัพย์ทุกประเภทจะตั้งอยู่ได้เพราะหลักใจดี มีนิสัยมั่นคง ไม่เอนเอียงต่อสิ่ง
แวดล้อมโดยง่ายตาย มีเหตุผลเป็นเครื่องปกครองตนเองและทรัพย์สิน จะไม่เสื่อมเสีย
ไปเพราะถูกหลอกลวงจากคนอื่น หรือถูกหลอกลวงจากตัวเอง แต่การหลอกลวงตนเอง
เป็นสิ่งที่เราจะมองเห็นได้โดยยาก ทั้ง ๆ ที่ถูกหลอกจากตัวเองอยู่ตลอดเวลา ทรัพย์
สมบัติเก็บไว้ด้วยมือของตัวเอง แต่แล้วก็ตัวเป็นผู้สังหารทรัพย์ โดยไม่คำนึงว่าควรหรือ
ไม่ควร จับจ่ายตามความอยากเป็นเจ้าของใจ เพียงเท่านั้นก็พอทราบได้ว่าตนถูกหลอก
จากตนเองด้วยความสนิทใจ

เพราะฉะนั้น การที่พระศาสดาสอนคนให้รู้จักวิธีปฏิบัติต่อตัวเองโดยถูกต้อง
เพื่อปิดกั้นทางมาของทุกข์ จึงเป็นทำนองเดียวกันกับหมออธิบายเรื่องโรคและวิธีรักษา
ตัวให้แก่คนไข้นำไปปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยแก่ตัวเอง ซึ่งตรงกับอริยสัจที่สอนคนให้
ฉลาดปกครองตัวเองด้วย การรู้สาเหตุทางมาของความสุขความทุกข์ และรู้วิธีแก้ไขและ
ส่งเสริมตามเหตุการณ์ที่ควร มิได้เป็นไปตามที่คิดว่าพระศาสดาสอนคนในแง่ร้าย จึง
ควรทราบความหมายอันแท้จริงของอริยสัจ ซึ่งเป็นหัวใจของโลกทุกภูมิและของธรรม
ทุกชั้น ผู้หวังความเจริญจึงควรแยกแยะอริยสัจไปปฏิบัติตามเพศและชั้นภูมิของตน จะ
เป็นผู้เจริญรุ่งเรืองทั้งปัจจุบันและอนาคต เพราะไม่เคยปรากฏพุทธบริษัทรายใด ที่นำ
อริยสัจของพระพุทธเจ้าไปปฏิบัติแล้ว ได้รับความเสียหายและล่มจมไป นอกจากจะทำ
ผู้นั้นให้เป็นคนดีและประเสริฐ จนกลายมาเป็นบุคคลตัวอย่างของโลกเท่านั้น ที่กล่าวนี้
โดยมากเป็นอริยสัจทั่วไป จะเรียกว่า อริยสัจนอก หรืออริยสัจครอบครัวยังก็ได้ ตามแต่
จะเรียกด้วยความถนัดใจ

ต่อไปนี้จะอธิบายอริยสัจใน อริยสัจนี้โดยมากเกี่ยวกับใจโดยเฉพาะ แต่จะ
อธิบายเพียงสังเขปให้พอติดกับเวลา เพราะได้อธิบายผ่านมามากแล้ว ผู้ปฏิบัติตาม
อริยสัจภายนอกได้ตามสมควรและสมบูรณ์ จนมีความสุขทางฆราวาสปกครอง แต่อาจ
มีความบกพร่องทางภายในโดยเฉพาะคือใจ เพราะทุกข์ประเภทนี้อาจเกิดได้กับคนทุก
ชั้น ไม่ว่าจะคนมี คนจน นักบวช และฆราวาสหญิง ชายไม่เลือกหน้า ถ้ามีจุดบกพร่องทุกข์
ย่อมมีทางเกิดขึ้นได้เช่นเดียวกับส่วนร่างกาย จุดบกพร่องของใจเรียกว่า สมุทัย แดน
เกิดทุกข์ทางใจ ท่านกล่าวไว้ย่อ ๆ มีสาม คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา
แปลว่าความอยาก ความอยากทั้งสามนี้แต่ละอย่างเป็นทางที่มาของทุกข์ทั้งนั้น เพราะ
เป็นเครื่องก่อดังจิตใจ

วิธีแก้ไขคือธรรมเครื่องอบรม เพื่อบำรุงใจให้มีความสุข ถ้าธรรมเครื่องบำรุงไม่พอกับความต้องการของใจ ใจย่อมมีทางเล็ดลอดออกไปสู่อารมณ์ประเภทต่าง ๆ เพื่อแสวงหาอาหารเครื่องบำรุง แต่อาหารประเภทที่ใจต้องการนั้นโดยมากเป็นอาหารประเภทน้ำเกลือ ต้มเข้าไปแล้วทำให้ร้อนท้องต้องการตม้น้ำบ่อย จึงหาความอึดพอในการตม้น้ำไม่ได้ ลักษณะของใจที่มีความอยากในอารมณ์ประเภททำให้เกิดตัณหา จึงหาเมืองพอไม่เจอ ใครจะตม้น้ำไปสักเท่าไร และเคยตม้น้ำมากและนานเท่าไรก็ไม่เคยไปเจอเอาเมืองพอดี แต่ไปเจอเอาเมืองหิวทั้งนั้น ท่านจึงกล่าวประมาณความอยากในอาหารประเภทเหล่านี้ว่า นตฺถิ ตณฺหสฺมา นทึ แม่น้ำจะเสมอตัณหาย่อมไม่มี ดังนี้

นี่คืออาหารประเภทที่ตม้น้ำเข้าไปแล้วทำให้เกิดโทษแก่ผู้ตม้น้ำ คือออกร้อนท้องทำให้ชวนตม้น้ำเสมอ เครื่องตม้น้ำประเภทนี้ ถ้าช้ช่นตม้น้ำมาก ๆ และตม้น้ำไปนาน ๆ คิดว่าลำไส้คงทะลุแน่นอน ถ้าไม่มียาแก้ให้หายต้องเสียคนและตายกันด้วยโรคชนิดนี้ทุกราย ท่านผู้รู้โทษของมันมาแล้ว จึงสอนให้ระวังและหาหนทางตัดตัณหาความอยากทั้งสามนี้ด้วยอุบายต่าง ๆ ให้น้อยลง โดยมีการอบรมใจด้วยธรรม อันมีรสเยี่ยมยอดเป็นที่ตม้น้ำของใจ เพื่อให้จิตปล่อยวางอาหารประเภทน้ำเกลือนั้นเสีย เหลือแต่ธรรมรสไว้เป็นเครื่องบำรุงใจ

การอบรมใจด้วยธรรมจนปรากฏเป็นความสุขขึ้นมา นั่นคือ ธรรมรสที่ทำให้คุณแก่ผู้ตม้น้ำ ตม้น้ำได้มากเท่าไรก็ยิ่งเห็นความสุขมากเท่านั้น ทั้งจะทำให้ผู้ตม้น้ำมีโลกอันกว้างขวางและเบิกบานภายในใจ เห็นสัตว์เป็นสัตว์ เห็นคนเป็นคน เห็นสิ่งชั่วเป็นของชั่ว เห็นสิ่งที่ดีเป็นของดี เห็นบุญเป็นบุญ เห็นบาปเป็นบาปจริง ๆ กลายเป็นคนจริงต่อหลักการ ไม่เอนเอียง ทำนองคนขณะที่กำลังหิวจัด มองเห็นใบไม้แห้งกลายเป็นผักต้มไป ได้คว่ำมาเป็นอาหารและจ้มน้ำพริก พอหายหิวแล้วจึงกลับเห็นโทษว่าความหิวจัดทำให้ตาฝ้าฟางไปได้จะนั้น ความอยากในอฐานะที่ไม่ควรอยาก ท่านเรียกว่า สมุทัย ทุกข์คือโทษที่เกิดจากอฐานะ เป็นความแผดเผาตัวเองจนจิตทรงตัวนิ่ง ๆ ไม่ได้ เพราะถูกสิ่งผลักดันให้กระสับกระส่ายอยู่ตลอดเวลา หากความสุขไม่ได้ตลอดกาล มรรค คืออุบายวิธีตัดรอนตัณหาทั้งสามนั้นให้หมดไปเป็นลำดับ นิโรธ คือความดับทุกข์ทางใจด้วยอำนาจของมรรค คือการบำเพ็ญ

การทำคุณงามความดีทุกประเภท มีการให้ทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนา แต่ละประเภทจัดว่าเป็นมรรค คือทางสังหารทุกข์ สมุทัย ภายในใจทั้งนั้น ผู้ต้องการดับทุกข์ทางใจจึงควรเห็นกิจทั้งนี้เป็นกิจจำเป็นประจำนิสัย จนมีความสุขสมบูรณ์

ภายในใจ ทางพ้นทุกข์ไม่มีใครตัดหนามกั้นไว้เลย จะเป็นเส้นทางของผู้หนีทุกข์ก้าวไป ด้วยความบริสุทธิ์ใจ แม้ที่อยู่ของผู้ลี้หนีทุกข์ก็ไม่มีใครนำขวากหนามไปปักเสียบไว้ เป็น ธรรมชาติที่ไร้กรรมเช่นเดียวกับใจที่หมดจากทุกข์แล้วนั่นเอง

อนึ่ง คำว่า ทุกข์ในชาตินี้ ชาติหน้า โปรตอย่ามองข้ามใจซึ่งเป็นเจ้าทุกข์อยู่ขณะนี้ แม้สุขทุกชั้นก็มีใจดวงเดียวกันเท่านั้น จะเป็นเจ้าของผู้ครองสุขในคติของตน

การแสดงธรรมทั้งอริยสัจนอกและอริยสัจในก็เห็นสมควรแก่เวลา อริยสัจใดที่ เห็นสมควรแก่ภาวะของตน โปรตนำไปปฏิบัติเพื่อกำจัดทุกข์ที่เกี่ยวกับสิ่งภายนอก และทุกข์ที่มีอยู่ภายในใจโดยเฉพาะ ให้ได้รับประโยชน์เท่าที่ควร สมกับอริยสัจอัน ประเสริฐเป็นของทุกคน เพราะความบกพร่องอาจมีกับทุกคน ถ้าได้นำอริยสัจไปแก้ไข ส่วนที่ยังเห็นว่าบกพร่องให้สมบูรณ์เต็มที่ ผลคือความสุขอันสมบูรณ์จะเป็นที่ยอมรับ โดยไม่ลำเอียงต่อผู้ใด

ในโอกาสแห่งการแสดงธรรม ขออำนาจคุณพระรัตนตรัยจงคุ้มครองรักษาให้ ทุกท่านมีความร่มเย็นเป็นสุขและมีโอกาสบำเพ็ญคุณงามความดีเต็มสติกำลัง โดย ปราศจากอุปสรรคใด ๆ มากีดขวาง และขอให้มีความรื่นเริงสดชื่นทั้งหลับและตื่น ตลอดอริยابถ นึกสิ่งใดจงมีมาสนองความต้องการตั้งใจหวังทุกประการเทอญ

www.Luangta.or.th