

เทศน์โปรดคุณแพพวง วรณะกุล ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๕ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๑๙

การปฏิบัติของพระอาจารย์

ศาสนาที่อยู่ในที่ใด ที่นั่นก็ร่มเย็น ผู้ปฏิบัติศาสนาบกพร่อง ณ ที่ใด ที่นั่นก็ร้อน ถ้าศาสนาไม่มีเลย ใจก็ร้อนเป็นไฟ ระยะเวลาที่มีศาสนา คือมีสติปัญญาพิจารณารักษาใจ ใจก็เย็น การปราบปรามโจรผู้ร้ายภายในจิตใจ เมื่อเริ่มปราบปรามที่แรกก็เป็นทุกข์ เพราะส่วนมากมีแต่แพ้มัน ก็ยังดีที่เรายังมีกำลังพอต่อสู้มัน ถึงจะได้รับความแพ้อ่าง ก็ยังดีกว่าที่ยอมอย่างหมอบราบเลยทีเดียว โดยหมดทางสู้

การปฏิบัติทางด้านจิตใจนั้นเป็นขั้นๆ ย่อมมีความยุ่งยาก ความลำบากในการปฏิบัติเป็นธรรมดา เฉพาะอย่างยิ่งในเบื้องต้น คือ ยากชนิดไม่เห็นต้นเห็นปลาย ไม่เห็นเหตุเห็นผล ไม่รู้เรื่องราวอะไร ข้อรรถข้อธรรมที่ได้รับจากตำรับตำรา หรือครูบาอาจารย์ ท่านสอนให้พองๆ ปลาๆ ก็เอามาปฏิบัติ ถูกบ้างผิดบ้าง ตอนนี้อยากมาก ความที่อยากรู้อยากเห็นก็มีกำลังมาก แต่ใจไม่ยอมเป็นไปให้ นี่ก็เป็นความทุกข์เดือดร้อนอันหนึ่งที่เคยเป็นมาแล้ว มันเหลือแต่ใจ พุดง่าย ๆ ความอยากรู้อยากเห็นธรรมภายในจิตใจ เหมือนกับจะลั่นฝู่ เวลาปฏิบัติจิตใจไม่เป็นไปตามความที่อยากรู้อยากเห็นก็เดือดร้อนเสียใจ ลางที่นั่งน้ำตาร่วงอยู่ก็มี เพราะการตำหนิตัวเองนั่นแหละ ว่าอำนาจวานาน้อย มาบวชให้หนักศาสนาท่านเปล่าๆ มานั่งภาวนาก็หาทางออกทางเข้าไม่ได้ นั่งจมอยู่กับกองทุกข์ มันคิดไปต่าง ๆ ด้วยความน้อยเนื้อต่ำใจ ว่าตนเป็นคนอาภัพวานาน้อยบ้าง วาสนาไม่ถึงธรรมวิเศษนั้นบ้าง ไม่มีวาสนาบ้าง ยุ่งไปหมด

ความจริงการปฏิบัติของเราจะไม่ถูก คือ เรามุ่งแต่ผล คือรายได้ โดยไม่คำนึงถึงงานที่ทำว่าถูกหรือผิด ความอยากก็มีกำลัง เมื่อไม่สมหวังก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา ถ้าคำนึงถึงการปฏิบัติของตนว่า ถูกหรือผิด บ้าง มันก็พอจะได้สติปัญญามาทดสอบกันได้ หากความยึดมั่นถือมั่น หรือลดความอยากอันนั้นลงมาบ้าง ความทุกข์ก็จะเบาบางลง

นี้เวลาภาวนาไป กำหนดอะไร ก็มีแต่จะให้รู้ให้เห็นมรรค ผล นิพพาน ถ้ายึดเดียว ซึ่งคิดคาดเอาไว้แน่นอน สวรรค์จะเป็นอย่างนั้น พรหมโลกจะเป็นอย่างนี้ นิพพานจะเป็นอย่างนั้น คาดไปเดาไป ความอยากมันก็รุนแรง อยากรู้ อยากเห็น อยากพ้นทุกข์ แต่การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า มีแต่อยากอยู่เฉยๆ นั่งอยาก นอนอยาก เดินอยาก ยืนอยาก อยู่เฉย ๆ นั่งภาวนาอยาก แต่จิตไม่ทำงานกับภาวนา มีแต่ความอยาก เดินจงกรมอยู่ก็มีแต่ความอยาก

จนลืมนงานที่ทำ ก็ไม่เกิดผลอะไร เพราะเหตุให้เป็นไปตามสิ่งที่หมายไม่มีเท่าที่ควร แล้วจะไปถึงจุดที่หมายได้อย่างไร นี่เคยเป็นมาแล้ว รู้สึกงานภวานานี้ลำบากมากกว่างานอื่นใด

ภวานาพุทธโธ พุทธโธ พุทธโธ นะ แต่ความอยากคอยแทรกเข้ามา เพราะอยากรู้และอยากให้อจิตเป็นอนอย่างนั้นอย่างนี้ จิตก็เลยเพลินไปกับความอยากไปเสีย แล้วก็ลืมนงานภวานาจนไม่ทราบว่พุทธโธหายไปไหน สุดท้ายก็ไม่ได้อะไร จึงบังเกิดความเบื่อหน่าย ความเสียใจ เคยเป็นอยู่เสมอภายในจิตใจ

แต่จะเป็นที่ไรก็ไม่เหมือนจิตที่เสื่อม จิตเสื่อมร้อนมาก เพราะเคยเห็นเหตุเห็นผล เคยได้รับความสะดวกสบาย สงบ เยือกเย็นจิตใจมาแล้ว ปรากฏเป็นพื้นเป็นฐานอย่างชัดเจน แต่แล้วมาเสื่อมไปเสีย จิตนี้จึงร้อนมากจริงๆ ร้อนจนไม่มีที่ยับที่ยั้ง ดืออยู่อย่างหนึ่ง ที่ร้อนก็ไม่ถอย มีแต่จะเอาให้ได้ทำเดี๋ยว ถ้าหากจิตถอยหรืออ่อนกำลังลงเสีย หรือทอดอาลัยเสียอย่างนี้ ก็คงหมดทำ หมดหวังเลย แต่นี้ยังดีที่จิตไม่ถอย มีแต่จะเอาให้ได้ อย่างเดียว ไม่ยอมมท้อถอย ด้อยกำลัง ความเพียร

ที่เสื่อมไปแล้วกลับตัวไม่ได้ ก็เพราะความอยากนั้นแหละไม่ใช่เพราะอะไร จิตอยาก ร้อยอยากเห็นอย่างที่เคยเป็นมาแล้ว แต่ว่าหน้าที่การงานที่ทำไม่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน มีแต่ความอยาก อยากเท่าไรก็ได้ผล เพราะผิดกับหลักของเหตุ เหตุไม่ทำให้สมบุรณ์เท่าที่ควรจจะรู้ได้ตามใจอย่างไร มันก็รู้ไม่ได้ นั่งอยู่ก็ร้อน นอนอยู่ก็ร้อน เข้าในป่า ขึ้นบนภูเขาในขณะที่จิตเสื่อมก็หาขึ้นดีไม่ได้เลย ไม่ทราบเป็นอย่างไร

ความร้อนของเพศนักบวชในศาสนานี้มีครั้งนั้นร้อนมากที่สุด ร้อนเพราะความอยากได้ เสียใจที่จิตเสื่อมลงไป ทำอย่างไรก็ได้กลับคืนมา เสื่อมไปเพียงเล็กน้อย แล้วก็เสื่อมไป เสื่อมไปจนหมด ไม่มีอะไรเหลือสักสตางค์เดียว ปรากฏว่าเหมือนไม่เคยภวานามาเลย

เวลานั่งอย่างนี้ร้อนเป็นไฟเป็นไฟ เพราะความอยากนั้น ความเสียใจที่สมบัติของตนหลุดลอยไป หายไปจากตัว กับความอยากได้กลับมาอีก สองอย่างนี้ประดังกันเข้ามา ก็เลยมีกำลังรุนแรง อยู่ที่ไหนก็ไม่สบาย ไม่เกิดประโยชน์ ถึงทุกข์ก็ทุกข์อยู่อย่างนั้น ไม่รู้ทางออก อยากก็อยากอย่างนั้นแหละ ไม่รู้วิธีการที่จะทำให้สมานนั้นกลับมาได้ มีแต่ความอยาก ความอาลัยอาวรณ์สิ่งที่เคยเกิดขึ้นแล้ว เป็นความแปลกประหลาดอัศจรรย์ แต่ได้หายไปเสีย มีแต่ความเสียใจ เต็มหัวใจ มีแต่ความอยากเฉยๆ ก็ไม่สามารถจะยังธรรมที่หายไปนั้นคืนมาได้ จนกระทั่งหมดอาลัยตายอยากทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว คราวนี้จิตก็เลยทอดธุระในความอยากนั้น

เรื่องผลอะไรที่เคยอยากได้ ก็อยากมานานแล้ว ทุกข์ก็ทุกข์แสนทุกข์เพราะความอยาก ไม่เห็นได้อะไร กลับมาที่นี้ไม่เอามันแล้ว ปล่อยมันทิ้งให้หมด จะรู้ก็รู้ ไม่รู้ก็ไม่รู้ จะเอาแต่พุทโธเท่านั้นละ จิตมันจะคิดอะไรก็ไม่ยอมให้เปลว เอามันละ จะไม่รู้จริง ๆ เทรอ เป็นยังไงก็เป็นกัน พอทอดธุระแล้วความอยากก็ไม่รุนแรง ที่นี้ความทุกข์นั้นค่อยเบาลงไป ตั้งหน้าทำงานอยู่ไหนก็บริการกรมพุทโธ ๆ อย่างนั้นแล นี่เคยเป็นนิสัยเอาจริงเอาจังมาแต่ดั้งเดิม ทำอะไรก็ทำจริง ไม่เหลวไหล นิสัยนี้ได้ชม การบริการกรมพุทโธนั้นไม่ลดละปล่อยวาง เดิน ปัดกวาดก็ไม่ยอมให้เปลว พยายามอยู่อย่างนั้น ปัดกวาดลานวัดก็พยายามระมัดระวังจนจิตเปลวไปชั่วขณะเดียว สติก็ทันกัน ใจรีบกลับมา นี้ถูกต้องดีแล้วที่นี้

พอทอดธุระแล้ว จิตก็ไม่ไปเกี่ยวข้องกับอดีตที่ผ่านมาแล้วนั้นเลย มันอยู่ในวงปัจจุบัน มีแต่สิ่งสมหรือภาวนา พุทโธ ๆ นี้อย่างเดียวเท่านั้น ได้หรือไม่ได้ทำอะไรก็แล้วแต่ พุทโธจะดลบันดาลให้ จนกระทั่งจิตสงบแล้ว พุทโธก็ไม่จำเป็น ปล่อยคำบริการได้ในขณะนั้น ที่นี้จิตยอมลงแล้ว แต่ก่อนไม่ยอมลง

พอจิตสงบตัวลงแล้ว คำว่า พุทโธ ก็ไม่จำเป็นต้องบริการ เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ เต็มอยู่อย่างชัดเจน แล้วจิตก็อยู่กับความรู้ล้วน ๆ นั้นแหละ พอถอยออกมาก็เอาพุทโธอัดเข้าไป ไม่หวัง เพราะเคยหวังมาแล้ว จะเกิดอะไรก็ไม่หวัง จะมีผลอะไรก็ไม่หวัง เคยหวังมาแล้วไม่เกิดผลดีอะไรเลย เห็นโทษแห่งความหวังแล้ว ที่นี้ความหวังแบบปาว ๆ แบบไม่มีเหตุมีผล แบบไม่ทำงาน หวังแต่ผลถ่ายเดียว

อ้าว ที่นี้จะทำแต่งงาน ๆ คือบริการกรมพุทโธ ไม่ลดละปล่อยวางแม้ขณะหนึ่ง ใจเมื่อได้รับการบำรุงรักษาโดยถูกต้องแล้วใจก็สงบ ค่อยสงบขึ้นมา สงบขึ้นมา แนบแน่นเข้าไป แนบแน่นเข้าไป จนถึงระดับเก่าที่เคยเป็นมาแล้ว คราวที่จิตยังไม่เสื่อมให้เห็นเลย

ที่นี้แปลกนะ พอถึงระดับเก่าก็ทอดอาลัยไว้อย่างนั้นว่า เอ้า มันจะเสื่อมไปไหนก็เสื่อมไปเถอะ เราเคยต้านทานไว้พอแล้วด้วยความอยาก ไม่เห็นเกิดประโยชน์อะไรแม้ชนิดเดียว ฉะนั้นจิตจะเสื่อมอย่างไรก็เสื่อมไปเถิด แต่จะละพุทโธ ฉันทไม่ยอมละ จะอยู่อย่างนั้นเป็นประจำ

พอถึงวันที่เคยเสื่อมแล้ว ไม่เสื่อม นั้น แน่ใจต่อเหตุเข้าไปอีกเป็นกอง ยิ่งเร่งเหตุคือบริการกรมพุทโธเข้าไม่หยุด จะหยุดเฉพาะเวลาจิตรวมสงบเท่านั้น ที่นี้จิตแนบแน่นเข้าไป เป็นลำดับ ๆ นิ่งที่ไหนก็สว่างไสว เบาจิตเบาใจ โลงไปหมด คิดแนใจตัวเองว่า ที่นี้ไม่เสื่อม นับเป็นวันสองวันก็แล้ว นับเป็นเดือนก็แล้ว สองเดือนก็แล้ว ไม่เสื่อม แต่ก่อนเพียงสองสามวันก็เสื่อม สองสามวันแล้วลดลงฮวบ เลยหมดตัว พยายามบำรุงอยู่ตั้ง ๑๔-๑๕ วัน

กว่าจะถึงที่นั่น พอเข้าไปถึงที่นั่นมันอยู่ได้เพียงวันสองวันแล้วลดลงอย่างปุบปับ หมดตัว ไม่มีอะไรเหลือเลย เหลือแต่ความเสียใจ และความแห้งแล้งเท่านั้น

คราวนี้จะเสื่อมก็เสื่อมไปเถอะ เคยหวังแล้วไม่เกิดประโยชน์ จะเอาเท่านี้แหละ เอาอันเดียวเท่านี้ คือพุทโธ

พูดถึงเรื่องความทุกข์ในเวลาจิตเสื่อมนั้น ทุกข์มากจริงๆ ทุกข์จนเข็ดหลาบคาบ หล้า แต่เดชะอย่างหนึ่งที่จิตไม่ถอย มีแต่จะเอาทำเดียว นี่แหละที่พอทน พออยู่กันได้นะ ถ้าหากจิตถ่อยเสีย หยุดเสียดีกว่าอย่างนี้แล้ว ก็เป็นอันหมดเนื้อหมดตัว หมดเรื่องสืบท่อไปเลย

แต่นั้นมาใจเจริญขึ้นเรื่อยมา ก็เดือนก็แฉ่วแฉ่ว ยิ่งมั่นคงเข้าไป มั่นคงเข้าไป ส่วนคำบริการภavanaไม่ยอมลดละ จะกระทั่งจิตเด่นอยู่ตลอดมา แล้วถึงปล่อย คือความรู้ของจิตนั้นแหละเด่นดวง ความรู้นั้นแหละเป็นที่พึ่งพิงได้แล้ว จนไม่ต้องอาศัยคำบริการภามาช่วยสนับสนุน จิตรู้จิตและทรงตัวได้อย่างเต็มที่ ที่นี้ไม่บริการภาก็ได้ เพราะจิตเด่นอยู่ตลอดเวลา กำหนดตรงนั้นเลย ไปไหนกำหนดอยู่ตรงนั้น รู้อยู่ตรงนั้น เหมือนเรากำหนดพุทโธ อันเป็นฐานของจิตได้เป็นอย่างดี แน่ใจเจ้าของว่า

๑. ฐานมั่นคงขึ้นโดยลำดับ จนกระทั่งมั่นคงกว่าที่เคยเจริญขึ้นแล้วเสื่อมลงเมื่อคราวก่อนนั้น

๒. การกำหนดความรู้นั้น เมื่อความรู้เด่นดวงแล้ว กำหนดอันนั้นไม่ลดละ กำหนดเช่นเดียวกับกำหนดภavanaพุทโธ จนละเอียดลงไป ละเอียดลงไป นี่เป็นฐานของจิตอันเป็นที่แน่ใจ

จากนั้นก็แรงใหญ่ ตอนจะนั่งภavanaได้ตลอดรุ่งนั้น ก็จากนี้แหละ ที่นี้เริ่มนั่งกำหนด กำหนดลงไปๆ ทีแรกใจก็ลง เพราะมันเคยลง มันลงได้ง่าย เรียกว่ามีหลักมีฐานอันดี กำหนดภavanaลงไป เมื่อเวทนาอันใหญ่หลวงยังไม่เกิด ภavanaมันก็สงบดี พอถอยขึ้นมาก็เป็นเวลาหลายชั่วโมง เวทนาใหญ่ก็เกิดขึ้น และเกิดขึ้นจนจะทนไม่ไหว ใจที่เคยสงบนั้นก็ล้มไปหมด ฐานดี ๆ นั้นล้มไปหมด เหลือแต่ความทุกข์เต็มในส่วนร่างกาย แต่จิตใจไม่ร้อน ชอบกล

ร่างกายทุกข์มากสั่นไปหมดทั้งตัว นี่แหละตอนที่ได้เข้าตะลุมบอนกันในเบื้องต้นแห่งเหตุที่จะได้อุบายสำคัญขึ้นมา ตอนทุกข์เวทนามล้าสาหัสเกิดขึ้นโดยไม่คาดไม่ฝัน คืนวันนั้นก็ยังไม่ตั้งใจว่าจะนั่งจนตลอดรุ่งนะ เราไม่ได้ตั้งสัจอธิษฐานอะไรเลย นั่งภavanaธรรมดาๆ แต่เวลาทุกข์เวทนาเกิดขึ้นมามาก “เอ๊ะ นี่ยังงั้นนะ เราจะต้องสู้ให้เห็นเหตุ

เห็นผลกับเวทนานี้เสียวันนี้” เลยตั้งสัจอธิษฐานในขณะนั้นเลย “เอ้า ถ้าไม่ถึงเวลาลูกจะไม่ ลูกจริง ๆ เอ้า สู้กันจนถึงสว่างเป็นวันใหม่ วันนี้จะพิจารณาทุกขเวทนาให้เห็นแจ่มเห็นชัดกัน สักที ถ้าไม่เห็น แม้จะตายก็ให้มันตายไป ให้อู้อัน ขูดกันลงไป คั่นกันลงไป” นี่แหละตอน ปัญญาเริ่มทำงานอย่างเอาจริงเอาจัง

เราไม่ทราบ ไม่คาดไม่ฝันว่าปัญญาจะมีความแหลมคม เวลามันจนตรอกจนมุม ไม่มีทางออกจริง ๆ ปัญญาก็หมุนตัวเลย ปัญญาออกขุดค้น สู้กันแบบไม่ยอมถอยทัพกลับแพ้ เลย เวลาจนตรอกปัญญาเกิด จึงทำให้เข้าใจว่า คนเราไม่ใช่จะโง่งอยู่เรื่อยไป เวลาจนตรอก ย่อมหาวิธีช่วยตัวเองจนได้ นี่ก็เหมือนกัน พอจนตรอกเพราะทุกขเวทนามล้าครอบงำ สติปัญญาค้นเข้าไปถึงทุกขเวทนา เมื่อเวทนาเกิดขึ้นมากๆ เช่นนี้ มันเป็นไปหมดทั้ง ร่างกาย ที่แรกมันก็ออกร้อนตามหลังมือหลังเท้า ซึ่งไม่ใช่เวทนาใหญ่โตอะไรเลย

เวลามันใหญ่โตจริงๆ เกิดขึ้นมา ร่างกายเป็นไฟไปหมด กระดูกทุกท่อนทุกชิ้นที่ ติดต่อกัน เป็นฟืนเสริมไฟในร่างกายทุกส่วน เหมือนมันจะแตกไปเดี๋ยวนี้ กระดูกต้นคอ มันก็จะขาด กระดูกทุกท่อนทุกชิ้นที่ติดต่อกันมันก็จะขาด หัวจะขาดตกลงพื้นในขณะนั้น เวลาเป็นทุกข์ อะไรๆ ก็พอๆ กัน และทั่วไปหมดทั้งร่างกายนี้ไม่ทราบจะไปยับยั้งพอ หายใจได้ที่ตรงไหน ที่ไหนก็มีแต่กองไฟ คือความทุกข์มากๆ ทั้งสิ้น เมื่อก่อนที่ปลงใจไม่ได้ สติปัญญาก็ขูดค้นลงไปทุกขเวทนานั้น โดยหมายเอาจุดที่มันทุกข์มากกว่าเพื่อน อันไหนที่ มันเป็นทุกข์มากกว่าเพื่อน สติปัญญาพิจารณาขูดค้นลงที่ตรงนั้น โดยแยกทุกขเวทนาออก ให้เห็นชัดเจนว่า เวทนานี้เกิดมาจากไหน ใครเป็นทุกข์ ถ้ามสกลกายส่วนต่างๆ อาการ ต่างๆ ต่างอันต่างเป็นอยู่ตามธรรมชาติ หนักก็เป็นหนัก เบาก็เป็นเบ้อ เ็นก็เป็นเอ็น ฯลฯ มีมาแต่วันเกิด ไม่ปรากฏว่ามันเป็นทุกข์มาตั้งแต่วันเกิดติดต่อกันมา เหมือนเนื้อหนังที่มี อยู่ตั้งแต่วันเกิดนี้ ส่วนทุกข์เกิดขึ้นและดับไปเป็นระยะๆ ไม่คงอยู่เหมือนอวัยวะเหล่านั้นนี้

กำหนดลงไป อวัยวะส่วนไหนซึ่งเป็นรูป อันนั้นก็จริงของมันอยู่อย่างนั้น ทุกขเวทนา ขณะนี้มันเกิดอยู่ตรงไหน ถ้าว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นเวทนาทั้งหมด ทำไมมันจึงมีจุดเดียวที่มัน หนักมาก แน่ๆ แยกมันออกไป สติปัญญาตอนนั้นหนีไปไหนไม่ได้แล้ว ต้องวิ่งอยู่ตาม บริเวณที่เจ็บปวด และหมุนตัวรอบตัว แยกเวทนามกับกาย ดูกายแล้วดูเวทนา ดูจิต มีสาม อย่างนี้เป็นหลักใหญ่

จิตก็เห็นสบายดีนี่ ถึงทุกขเวทนาจะเกิดขึ้นมากน้อยเพียงไร จิตก็ไม่เห็นทรมานทรมาย เกิดความเดือดร้อนระส่ำระสายอะไรนี้ แต่ความทุกข์ในร่างกายนั้นชัดว่าทุกข์มาก มันก็เป็น ธรรมดาของทุกข์ และกิเลสที่มีอยู่ มันต้องเข้าประสานกัน ไม่เช่นนั้นจิตจะไม่เกิดความ

เดือดร้อน หรือกระทบกระเทือนไปตามทุกขเวทนาทางกายที่สาหัสในขณะนั้น ปัญญาชุด
 คั่นลงไป จนกระทั่งกายก็ซัด เวณาก็ซัด จิตก็ซัด ตามความจริงของแต่ละอย่างละอย่าง

จิตเป็นผู้ไปหมาย ไปสำคัญเวทนาว่าเป็นนั้นเป็นนี่ก็รู้ซัด พอมันซัดเข้าจริง ๆ
 เช่นนั้นแล้ว เวณาก็หายวูบไปเลย ในขณะนั้น กายก็สั๊กแต่ว่ากาย จริงของมันอยู่อย่างนั้น
 เวณาก็สั๊กแต่เวทนา และหายวูบเข้าไปในจิต ไม่ได้ไปที่อื่นนะ พอเวทนาหายวูบเข้าไปใน
 จิต จิตก็รู้ว่าทุกขเวณาดับหมด ทุกขเวณาดับหมดราวกับปลิดทิ้ง นอกจากนั้นกายก็หาย
 หมดในความรู้สึก ขณะนั้นกายไม่มีในความรู้สึกเลย เหลือแต่ความรู้สึกล้วน ๆ เพราะยัง
 เหลืออยู่คนเดียว คือความรู้และเพียงสักแต่ว่ารู้เท่านั้น จิตละเอียดมาก แทบจะพูดอะไร
 ไม่ได้เลย สั๊กแต่ว่ารู้ เพราะละเอียดอ่อนที่สุดอยู่ภายใน ร่างกายหายหมด เวทนาหายหมด
 เวทนาทางกายไม่มีเหลือเลย ร่างกายที่กำลังนั่งภาวนาอยู่นั้นก็หายไปหมดในความรู้สึก
 เหลือแต่ความสักแต่ว่ารู้ จะคิดจะปรุงเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ไม่มี ขณะนั้นจิตไม่คิดปรุงเลย
 ถ้าไม่ปรุงก็เรียกว่า ไม่ขยับเขยื้อนอะไรทั้งนั้น จิตมันแน่น คือแน่วอยู่โดยลำพังตนเอง เป็น
 จิตล้วน ๆ ตามขั้นของจิตที่รวมสงบ นี่ไม่ได้หมายถึงอวิชาไม่มีนะ

อวิชชามันแทรกอยู่ในนั้นแหละ เพราะจิตยังไม่ถอนออกจากอวิชา มันก็มีจิตกับ
 อวิชาที่สงบตัวอยู่ด้วยกัน เพราะอวิชาไม่ออกทำงาน ขณะที่ถูกตีต้อนด้วยปัญญา อวิชา
 ก็หดตัว สงบลงไปแทรกอยู่กับใจเหมือนตะกอนนอนก้นโอ่งจะนั้น ขณะนั้นเกิดความ
 อัศจรรย์ขึ้นมา ทุกขเวทนาไม่เหลือ กายหายหมด สิ่งที่ไม่หายมีอันเดียว คือความรู้อัน
 ละเอียดที่พูดไม่ถูก คือสักแต่ว่าปรากฏเท่านั้น พูดนอกออกไปจากนั้นไม่ได้ สิ่งที่สักแต่ว่า
 ปรากฏนั้นแล คือความอัศจรรย์ยิ่งในขณะนั้น ไม่ขยับเขยื้อนภายในจิตใจ ไม่กระเพื่อมไม่
 อะไรทั้งหมด สงบแน่วอยู่อย่างนั้น จนกระทั่งพอแก่กาลแล้วก็ขยับ คือใจเริ่มถอยออกมา
 และกระเพื่อมเย็บแล้วหายเจ็บไป การกระเพื่อมมันเป็นเองของมันนะ เราไปหมายไม่ได้
 ถ้าไปหมายก็จะถอน คือจิตพอดิบพอดิของมันเอง กระเพื่อมเย็บอย่างนั้นมันก็รู้ พอ
 กระเพื่อมเย็บมันก็ดับไปพร้อม สักประเดี๋ยวกระเพื่อมเย็บอีก หายไปพร้อม แล้วค่อยดี
 เข้า ดีเข้า

นี่ละจิตเวลามันลงถึงฐานเต็มที่แล้ว ขณะที่ถอนก็ไม่ถอนทีเดียว เราจะได้ซัด
 ขณะนั้น มันค่อยกระเพื่อม คือ สังขารมันปรุงเย็บขึ้นมา หายเจ็บไป ยังไม่ได้ความอะไร
 กระเพื่อมเย็บแล้วดับไปพร้อม แล้วประเดี๋ยวเย็บขึ้นมาอีก ค่อย ๆ ดีเข้า พอดีเข้าถึงวาระ
 สุดท้ายก็รู้สึกตัว ถอนขึ้นมาเป็นจิตธรรมดา แล้วก็รู้เรื่องร่างกาย เวณาก็หายเจ็บ เวลาจิต

ถอนขึ้นมาแล้ว เวทนายังไม่มี ยังหายใจอยู่ก่อน จนกว่าจะถึงเวลาที่เวทนาจะเกิดขึ้นมาใหม่

นี้ได้หลักเกณฑ์ที่นี้และแนใจ เกิดความเข้าใจว่า ได้หลักในการต่อสู้กับเวทนาว่า อ้อ เป็นอย่างนี้เอง ทุกข์มันเป็นอันหนึ่งต่างหากแท้ๆ กายเป็นอันหนึ่ง จิตเป็นอันหนึ่งต่างหาก แต่เพราะความลุ่มหลงอย่างเดียว จึงได้รวมทั้งสามอย่างมาเป็นอันเดียวกัน จิตเลยกลายเป็นความหลงทั้งดวง จิตก็เป็นผู้หลงทั้งดวง แม้ทุกขเวทนาจะเกิดตามธรรมชาติของ มันก็ตาม แต่เมื่อยึดเอามาเผาเรามันก็ร้อน เพราะความสำคัญนี้เองพาให้ร้อน

เมื่อนานพอสมควรแล้ว ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้นอีก เกิดขึ้นอีก เอาอีก ต่อสู้กันอีก ไม่ถอย ขุดค้นลงไปอีก อย่างที่เคยขุดค้นมาแล้วแต่หนก่อน แต่เราจะเอาอุบายที่เคยพิจารณาแก้ไขในระยะก่อนมาใช้ในปัจจุบันนี้ไม่ได้ มันต้องเป็นอุบายสติปัญญาคิดขึ้นมาใหม่ ผลิตขึ้นมาใหม่ ให้ทันกับเหตุการณ์ซึ่งเป็นเวทนาเหมือนกัน แต่อุบายวิธีก็ต้องให้เหมาะสมกัน ในขณะนั้นเท่านั้น เราจะไปยึดเอาอุบายวิธีที่เราเคยพิจารณารู้อันนั้นๆ มาแก้ไม่ได้ มันต้องเป็นอุบายสติ ร้อนๆ เกิดขึ้นในปัจจุบัน แก้กันในปัจจุบัน ใจก็สงบลงได้อีกอย่างแนบสนิทเช่นเคย

ในคืนแรกนั้น ลงได้ถึงสามหน แต่สู้กันแบบตะลุมบอนถึงสามหน พอดีสว่าง โห้ย เวลาต่อสู้กันแบบใครดีใครอยู่ ใครไม่ดีใครไป ด้วยเหตุผลโดยทางสติปัญญาจริงๆ ใจเกิดความอาจหาญรื่นเริงไม่กลัวตาย ทุกข์จะมีมากมีน้อยเพียงไร ก็เป็นเรื่องของมันธรรมดา เราไม่เข้าไปแบกหามมันเสียอย่างเดียว ทุกข์มันก็ไม่เห็นมีความหมายอะไรในจิตเรา จิตมันรู้ชัด กายก็ไม่มีมีความหมายอะไรในตัวของมัน และมันก็ไม่มีความหมายในตัวเวทนา และมันก็ไม่มีความหมายในตัวของเราอีก นอกจากจิตไปให้ความหมายมัน แล้วก็กอบโกยทุกข์เข้ามาเผาตนเองเท่านั้น ไม่มีอย่างอื่นใดเข้ามาทำให้ใจเป็นทุกข์

ตื่นเช้าขึ้นมาให้รู้สึกห้าวหาญมากผิดธรรมดา อยากจะกราบเรียนความรู้ความสามารถถวายท่านอาจารย์มัน ทั้งนี้เนื่องจากมันเกิดความห้าวหาญอย่างพูดไม่ถูก ทำให้ถึงอัศจรรย์ชนิดนี้ ที่ไม่เคยพบเคยเห็นมาก่อน ตั้งแต่เริ่มปฏิบัติมาก็ไม่เคยเป็น ใจมันขาดวรรคขาดตอนกับอารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น และรวมลงด้วยความมองอาจกล้าหาญจริง ๆ รวมด้วยการพิจารณารอบหมดแล้ว มันถึงได้สงบตัวเข้าไปแบบอาชาไนย เมื่อถอยออกมาแล้วก็ยังมีความอาจหาญเต็มตัว ไม่คิดกลัวเป็นกลัวตายอะไรทั้งสิ้น ด้วยความมั่นใจว่า เราเคยพิจารณาอย่างนั้นๆ มาแล้ว เมื่อทุกขเวทนาเป็นขึ้นคราวหน้าคราวหลัง เราก็ไม่กลัวเพราะเป็นทุกขเวทนาอันเก่า คือทุกข์ก็ทุกข์หน้าเก่า กายก็กายอันเก่า ปัญญาอันเก่าที่เคยใช้อยู่

แน่ะ มันเข้าใจอย่างนี้ เราเองเป็นผู้สำคัญผิด เป็นผู้ทุกข์ เพราะสำคัญผิดเป็นเหตุ ให้เป็นผู้ทุกข์เกิดขึ้นมาเผาผลาญจิตใจให้เดือดร้อน เห็นได้ชัดว่า ไม่มีอะไรตาย

จิตก็ไม่ตาย มันยิ่งเด่น พิจารณาธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ลงถึงธาตุเดิมของเขาเต็มที่แล้วจิตยิ่งเด่นชัด คำว่าตายที่ไหนตาย อะไรตาย อากาศเหล่านี้มันก็ไม่ตาย ธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ก็ไม่ตาย จิตละมันตายอย่างไร จิตยิ่งรู้ ยิ่งเด่น ยิ่งเห็นได้ชัด อันนี้มันก็ไม่ตาย แล้วมันกลัวตายอะไร อ้อ นี่หลอกกัน นั่นแน่ หลอกกันมาตั้งกับตั้งกลับ ความจริงแล้วไม่มีอะไรตาย

คำว่า หลอก นี้ ไม่ได้หมายความว่าด้วยเจตนา หลอกเพราะความหลงพาเป็นต่างหาก กลัวตาย อ้อ โลกกลัวตาย กลัวอย่างนี้ เมื่อเรียนไม่ถึงความจริงของมันเพราะไม่ทราบอะไรตาย ก็มันไม่มีอะไรตายนี้ ต่างอันต่างจริงอยู่เพียงเท่านั้น รู้ชัดเจน จิตมันประกาศตนโดยธรรมชาติ เห็นความอัศจรรย์ทุกครั้งอย่างเด่นชัด

เวลามันดับหมดจริงๆ ด้วยการพิจารณา ทั้ง ๆ ที่ทุกขเวทนามันเหมือนจะส่งตัวไปถึงเมฆนั่นแน่ะ ความทุกข์ความร้อนเป็นพื้นเป็นไฟภายในร่างกาย แต่แล้วมันก็ดับลงด้วยอำนาจของสติปัญญาอย่างราบ ไม่มีอะไรเหลือเลย ร่างกายก็ดับไปด้วยกันในความรู้สึก ไม่ปรากฏเลย เลยเป็นความรู้อันเดียว เหมือนอยู่ในกลางอากาศ แต่ก็ไม่ได้เทียบกันเวลานั้น มันว่างไปหมด แต่ความรู้มัน รู้ชัดเจนนั่น มีอันเดียวเท่านั้น สิ่งที่แปลกในโลกนี้มีอันเดียวคือใจ

ดิน น้ำ ลม ไฟ กับใจ ไม่สัมผัสสัมพันธ์ จึงหมดความรู้สึกจากดิน จากน้ำ จากลม จากไฟ จากร่างกายทุกส่วน เหลือแต่ความรู้ยู่ลำพังตนเองล้วนๆ เป็นความรู้ที่ไม่เกี่ยวข้องกับอะไรเลย เป็นความรู้ที่อัศจรรย์จากการพิจารณารอบคอบแล้วถอนตัวออกมาจากสิ่งเหล่านั้น เด่น ชัดเจน อัศจรรย์

ถ้าลงจิตได้เป็นเช่นนั้นแล้ว แม้จะเป็นอยู่สักกี่วันกี่คืนก็ตาม ก็ไม่มีความหมายถึงทุกขเวทนามาว่า ร่างกายจะแตกจะดับ หรือจะเจ็บจะปวดที่ไหน มันไม่มี จะเอาอะไรมาบีบ กาลสถานที่ไม่มีในขณะจิตนั้น นี่ก็ทำให้ยังถึงเรื่องพระสาวกหรือพระพุทธเจ้า หรือพระปัจเจกพระพุทธเจ้า ท่านเข้านิโรธสมบัติ ๗ วัน ท่านถึงออก เข้าเท่าไรก็เข้าได้ ถ้าลงจิตไม่ได้เกี่ยวข้องกับอะไรเลยเช่นนั้น เหลือแต่ความรู้ล้วนๆ ซึ่งสักแต่ปรากฏขึ้นนี้เท่านั้น ไม่มีกาล สถานที่เข้าไปเกี่ยวข้อง จะนั่งอยู่ตั้งกับตั้งกลับก็นั่งเถอะ แม้ร่างกายทนไม่ไหว มันจะแตกก็สลายไปเฉยๆ นั่นแน่ะ โดยไม่กระทบกระเทือนถึงธรรมชาตินั้นเลย

ที่นี้จิตยอมรับแล้ว เชื่อจริง ๆ ในการเข้านิโรธสมาบัติ ได้เท่านี้วันเท่านี้วัน ของท่านผู้วิเศษทั้งหลาย ลงถึงจิตชั้นนี้แล้ว ไม่ถอนตัวออกมาสู่อะไร ๆ เข้าไปก็วัน ก็เดือนก็ไม่รู้ความหมายอะไร ร่างกายมันมีสุข มีทุกข์ที่ไหน ไม่มีเลย ร่างกายมันไม่มีความรู้สึก เวทนา มันก็ไม่มีความรู้สึก เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ นั่งอยู่ตั้งกับตั้งก็หลับก็นั่งได้ ถ้าเป็นอย่างนี้ทำให้เชื่อถึงเรื่องพระปัจเจกพุทธเจ้า ท่านเข้านิโรธสมาบัติ เลยถืออันนี้เป็นหลักฐานยืนยันภายในจิต ใครจะว่าบ้าก็ว่าไป ปากเขามี หูเรามี อยากรู้อะไรก็ฟังไป ไม่อยากรู้อะไรก็เฉยเสีย เรื่องนี้เรื่องนั้นก็รู้ไปเห็นไป ไม่มีใครผูกขาดนี้

แม้เราจะไม่นั่งไปนานก็ตาม แต่ขณะจิตที่มันสงบตัวขนาดนั้นชั่วระยะเดียว ก็พอเป็นหลักฐานพยานได้กับท่านที่เข้าสู่นิโรธสมาบัติได้เป็นเวลานาน ๆ เพราะเป็นลักษณะนี้ ลักษณะที่ไม่เกี่ยวข้องกับอะไรเลย ร่างกายก็มีแต่ร่างกาย เปื่อยพังไปหมด มันทนไม่ไหว เพราะร่างกายมันเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เปื่อยไปเฉย ๆ โดยที่จิตนั้นไม่รับทราบเลย มันเป็นชั้นที่เกิดขึ้นด้วยสติปัญญา นี่เป็นชั้นของปัญญาอบรมสมาธิ คือจิตดวงนี้มันเต็มภูมิเต็มฐานของความสงบเช่นนั้น เพราะปัญญาค้นคว้าอย่างเต็มเหตุเต็มผลแล้ว รวมลงไปนี่รวมอย่างองอาจกล้าหาญ รวมอย่างละเอียดมากทีเดียว ลำพังจิตที่เต็มไปด้วยกำลังของสมาธิ กำหนดแล้วลงไปเลยนั้น มันแน่วอยู่อย่างเดียวเท่านั้น ไม่ได้ลึกลับ ละเอียดเหมือนอย่างนี้ แต่จิตที่สงบลงด้วยอำนาจของปัญญานั้นละเอียดทุกครั้งไป ถ้าลงได้ตะลุมบอนขนาดนี้แล้วเป็นผลขึ้นมา จะต้องสงบเต็มที่ ดังที่เป็นอยู่

นี่เป็นรากฐานหรือเป็นต้นทุนแห่งความอาจหาญ หรือเป็นเชื้ออันสำคัญที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในเรื่องของจิต อะไรจะสูญสิ้นไปเพียงไรก็ตาม แต่ธรรมชาติที่รู้นี้ไม่สูญ เห็นได้ชัดเจน เห็นก็เห็นกันอย่างชัดเจน ในขณะที่ไม่มีอะไรเข้าเกี่ยวข้องเลยในความรู้สึกนั้น มีสักแต่ว่ารู้อันเดียวเท่านั้น จึงเด่นมาก นี่จะว่าขั้นสมาธิหรือขั้นปัญญา มันพูดไม่ถูกนะ เวลาจิตเป็นจริง ๆ เป็นอย่างนั้น

แต่นั้นมาก็เรื่อย ๆ พิจารณาเรื่อย ออกทางปัญญานี้ ขยับขยายออกอย่างกว้างขวาง แล้วก็ย้อนเข้ามา พอเข้าใจเป็นลำดับลำดับแล้ว จิตก็ปล่อยเข้ามา ปล่อยเข้ามา ย่นเข้ามา เข้าวงแคบ ๆ มาเรื่อย ๆ ๆ พิจารณาถึงธาตุ ถึงขั้นธัมมิกธาตุแยกขั้นธัมมิก

ที่นี้จะเริ่มเป็นสมุจเฉตพหวน คือ จะละกันได้โดยเด็ดขาด จากการพิจารณาในวาระต่อมานั้น มันชนะกันได้ชั่วคราว พอให้เป็นหลักฐานพยานยืนยันได้เท่านั้น ในเวลาที่เรายังพิจารณามันไม่เด็ดขาด ยังไม่เป็นสมุจเฉตพหวน เวลาพิจารณาทางด้านปัญญานี้มันเข้าใจ

ได้ชัด ขาดออกจากกัน ถอนออกจากกัน ขาดออกเป็นลำดับ ๆ ขาดไม่มีชั้นต่อ ขาดไปโดยลำดับ ๆ เหลือแต่ความรู้ล้วน ๆ

รูปก็ขาดจากความยึดมั่น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ขาดจากความยึดมั่นถือนั้น จะว่าใจขาดจากเขาก็ถูก ขาดไปเรื่อย ๆ เหลือแต่ความรู้ คือจิตกับอวิชชาที่ฝังจมอยู่ภายในนั้น คั้นเข้าไป ตีให้แหลก ฟันให้แหลกละเอียดด้วยสติปัญญาอันทันสมัย จิตอวิชชา ก็แตก พอจิตอวิชชาแตกไปแล้วก็หมด

ความอัศจรรย์ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นเรื่องของอวิชชาทั้งเพ นั้นรู้แล้วที่นี้

นั่นเพียงเป็นฐานที่อยู่ที่อาศัย เป็นเชื่อที่จะให้เกิดความเชื่อมั่นไปโดยลำดับ ๆ แต่ต่อมาเลยเป็น ถ้าจะพูดว่าดีก็ดี ถ้าจะมุ่งถึงธรรมอันละเอียดแล้ว ดีอันนั้นก็เป็นที่อยู่กับอวิชชา ไม่ใช่ดีแท้ ไม่ใช่ดีที่บริสุทธิ์ ดีแต่ปนอยู่กับชั่วมักกับทุกข์ ทุกข์ยังมีทางเกิดได้อยู่ มันให้เจียรไนเข้าไปอีกที เข้าไปอีกที จนแหลกละเอียดภายในจิต อะไรเป็นเชื่อมีความแปลกปลอมปนอยู่ในจิต ชำระให้หมด ฟอกให้หมด จนไม่มีเหลือแล้ว หมด จิตหมดดวงที่สมมุตินิยามว่า อันนั้น อันนี้ หมด

ในตอนนี้อัจฉถึงความบริสุทธิ์ล้วน ๆ ถึงไม่มีสมมุติโดยประการทั้งปวง นั้นหมดแท้เป็นอัศจรรย์ ไม่อัศจรรย์ก็ไม่พ้นทุกข์ นี่เป็นธรรมอีกอย่างหนึ่งเป็นธรรมพ้นสมมุติ

การกล่าวมาทั้งนี้มันยากหรือไม่ยากก็ขอให้พิจารณากัน จนถึงขั้นจะสลบไสลบางครั้งเป็นไฟไปหมดทั้งตัวเลย ขณะที่เวทนา苦辣สาหัสจริง ๆ เหมือนกับจะเป็นไฟทั้งร่างกายนี้เลย เสร็จแล้วก็ผ่านของมันไปได้ ก็แก้ของมันไปได้ด้วยสติปัญญา เพราะฉะนั้นเรื่องของสติปัญญาแล้วจึงไม่จนตรอก ถ้าเรานำมาใช้ คนเราไม่ใช่จะโง่งอยู่เสมอไป เมื่อถึงคราวจนตรอกต้องช่วยตนเองไปจนได้ ใครจะยอมให้จมอยู่เฉย ๆ ทั้ง ๆ ที่สติปัญญาก็มีพอจะแก้ หรือมีช่องทางพอจะเล็ดลอดออกมาได้ พอที่จะบิบบินออกมาได้ ใครจะยอมตายจมอยู่เฉย ๆ เล่า ต่อกหาทางออกด้วยกันจนได้นั้นแล

เมื่อทุกข์เวทนามันพอกพูนเข้ามาแล้ว ยังไม่มองเห็นทางใดที่จะแก้ทุกข์เวทนาได้นอกจากสติปัญญาค้นคว้าจนมีช่องออกจนได้ ฉะนั้นปัญญาจึงไม่ขึ้นอยู่กับผู้ใด เมื่อถึงวาระที่จิตจะพิจารณาในคราวจนตรอก หากรวมตัวมาเอง ช่วยกันจนได้

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ไปอยู่ในที่สำคัญ ๆ ซึ่งเป็นสถานที่จนตรอกนั่นเอง อยู่ง่าย ๆ เพื่อสติปัญญาจะได้ทำงานให้เต็มเม็ดเต็มหน่วยและเห็นความสามารถของตน ดีกว่าคอยให้ผู้อื่นช่วยโดยถ่ายเดียว เมื่อพูดถึงกาล สถานที่ นั้นก็ช่วยให้สติปัญญาเกิดได้ ไปอยู่ในที่กลัว ๆ สติมันดี ปัญญาก็แหลมคม พิจารณาอะไรก็คล่องแคล่วแกลวกกล้า ถ้าได้รับความ

สะดวกสบายละก็มันขี้เกียจ กินมาก นอนมาก แน่ เรื่องของจิตเป็นยังไง อยู่ตามธรรมดา ขี้เกียจมาก อืดอาดมาก เหนื่อยนายมาก ถ้าอยู่ในสถานที่ไม่น่ากลัว ความนอนใจก็มีขึ้น ก็ประมาณอีกแล้ว นอนเหมือนหมูอีกแล้ว

ถ้าอยู่ในสถานที่กลัว มันตื่นตัวอยู่ตลอดเวลาจิตนี้ เมื่อความตื่นตัวมีอยู่ ความรู้สึกตัวมันก็มีอยู่ตลอด เพราะความตื่นตัวนั้นคือความมีสติ สติปรากฏอยู่ในตัว มีความรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา เป็นความเพียรอยู่เสมอ อะไรมาสัมผัสสัมพันธก็เข้าใจ เพราะความไม่นอนใจ เพราะความมีสติประจำตัว สถานที่เหมาะสมต่างๆ ท่านจึงสอนให้ไปอยู่ เพราะเป็นเครื่องส่งเสริม หรือเครื่องสนับสนุนความพากเพียรได้ดี

มีกุฏิอยู่สะดวกสบายดังที่อยู่นี้ อะไรมันก็ปรนปรือไปหมด อาหารการขบฉันก็ล้นบาตร ท่วมทั้งวันทั้งคืนด้วยน้ำส้ม น้ำหวาน โกโก้ กาแฟ อาหารหวานคาว ไหลมาจากทิศต่างๆ ถ้าผู้ไม่มีสติปัญญาก็นอนกอดอาหารอยู่ราวกับหมูนอนเฝ้ารำ แล้วก็ขึ้นนอนบนเตียง

ส่วนธรรมนั้นไม่มีหวังจะได้ครองละ ขึ้นชื่อว่าพระกรรมฐานที่เก่งแบบนี้มันต้องจบแบบนี้แน่ไม่สงสัย ความมีสติปัญญามันต้องคิด ปัจจัยสี่มีมากมีน้อย จะต้องหาอุปายพิตตัวเสมอ ระวังตัวเสมอ ไม่นอนใจ เหมือนแม่เนื้อตั้งท่าระวังภัย ในที่ไม่ต้องระวังเรื่องอาหารอย่างนี้ ใจก็คิดของมันไปอีกแบบหนึ่ง ที่ดัดสันดานเช่นนั้นจะเอาอะไรมาเหลือเพื่อ อะไรๆ ก็มีแต่ขาดๆ เช่นๆ บกๆ พร่องๆ ข้าวบิณฑบาตมา บางวันก็พอ บางวันก็ไม่พอ อย่างนี้ก็ไม่วิตกกังวล เพราะเคยอดเคยอิมมาแล้ว อดเพียงวันสองวันมันไม่ได้ตาย มันคิดแก้ตัวเองอย่างนั้นเสีย ใจก็ไม่เป็นกังวล

อาหารหรืออะไรก็เหมือนกัน มีแต่ข้าวเปล่าๆ มาฉัน ก็ไม่เห็นเป็นกังวล ก็เรามาสถานที่อย่างนี้ มีอะไรก็กินไปซี จะเป็นอะไร จะหากับที่ไหน ข้าวเคยเลี้ยงกันมาตั้งแต่วันเกิดอยู่แล้วนี่ กินแต่ข้าวจะเป็นไรไป ถ้ากินแต่กับไม่ต้องกินข้าวจะได้ไหม ถ้าเก่งจริง การกินกับก็กินมามากแล้ว ทำไมไม่อิมเสียบ้าง นี่เรามาแสวงธรรมนะ ไม่ใช่มาหากิน จะมาอยู่กับห้องอะไรกันนักนี้ เราเคยกินมามากแล้วไม่เห็นวิเศษวิโสอะไร มาหาธรรมอันวิเศษจะมาอยู่กับการอยู่การกินมีอย่างเธอ นักธรรมไม่ใช่หนักินนี่นะ แก้มันไปได้ปึบ ๆ ผลสุดท้ายก็ไม่มีความกังวล นั่นวิธีของพระกรรมฐานท่านปราบตัวเอง ซึ่งก็คือปราบความโลภโลเลในปัจจุบันนั่นเอง

ผลจากการแก้ไขตนเอง เรื่องฉันไม่ฉัน ใจก็หมუნตัวอยู่อย่างนั้น นั่งภาวนาก็ไม่เมื่อยอาหารไม่มีในห้อง จะไปงวงอะไร ยิ่งไม่กินแล้ว ยิ่งไม่งวงเลย ภาวนาสบาย

นี่คืออุบายการเสียมสอนพระให้ไปเจริญธรรม รุกขมูลเสนาสน์ บ้าง ให้อยู่ในป่าในเขาลำเนาไพร ที่เปลี่ยวๆ ที่น่ากลัวบ้าง อาหารสัปปายะ อาหารเป็นที่สบายบ้าง คำว่าสบาย หมายถึงไม่ทำให้ธาตุชั้นธาตุดำเริบ ไม่เป็นโทษเป็นภัย แล้วยังจิตไม่ให้กำเริบ เกี่ยวกับอาหารสัปปายะ อาหารที่สบายนี้ มีข้าวเปล่าๆ บ้าง อาหารมีเพียงเล็กน้อยภาวนาดี เป็นที่สบาย สำหรับผู้มุ่งธรรม

แต่ผู้มุ่งบารุงท้องให้กายจะไปทำอย่างนั้นไม่ได้ เดี่ยวตายจะว่าไม่บอก ธรรมดาแล้วกินมาก ๆ อาหารมีแต่กับดี ๆ กินแล้วนอนเหมือนหมู มันจะเป็นที่สบายอย่างไร มันก็สบายของกิเลสนะซี มันไม่สบายในคลองอรรถคลองธรรม สบายเรื่องของกิเลส ของหมูต่างหากแน่ะ

คำว่า อาหารสัปปายะ ต้องหมายถึงเกิดประโยชน์จากการฉัน ฉันน้อย ๆ มันให้เกิดประโยชน์ นั่งภาวนาที่โหนจิตแนวไปเลย ถ้าเกี่ยวกับสมาธิ จิตแนวไปเลย ถ้าเกี่ยวกับปัญญาแล้วหมุนตัวไปเลย มันคล่องแคล่วผิตกันอยู่มาก

ธรรมมักจะเกิดในที่ขาดแคลน ในที่กัณดาร ในที่จันตรอกจันมูม ไม่เกิดในที่เหลือเฟือ ไม่เกิดในที่ปรนปรือ ไม่เกิดในสถานที่สะดวกสบาย มันนอนใจอย่างนั้นแหละนิสัยคนเราชอบเป็นอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าเคยประทับอยู่หอปราสาทราชมณเฑียรมานานเท่าไร แล้วเสด็จออกทรงผนวช ใครจะไปทุกข์ยิ่งกว่าพระพุทธเจ้า พุทธะก็เกิดในที่เช่นนั้น สาวกมาจากสกุลต่าง ๆ สกุลพระราชามหากษัตริย์ เศรษฐี กุฎุมพี ฟังดูซิ

คนมั่งมี เวลาออกมาเป็นศากยบุตรพุทธชินโรสของพระพุทธเจ้าแล้ว อ้าว เป็นอย่างไร เป็นตายก็ตาย ไม่ยุ่งเหยิงวุ่นวายกับอะไรทั้งสิ้น นอกจากธรรมอย่างเดียว นั้น ท่านได้รับอรรถรับธรรมในที่กัณดาร เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า แน่ะ

เราจะเอาอันไหนที่นี่ พระพุทธเจ้าท่านก็เป็นมาแล้ว ธรรมเกิดในที่เช่นนั้น ในทางคับขัน ลำบากลำบากเช่นนั้น ธรรมมักเกิดกับกองทุกข์ หากกองทุกข์ไม่มี สติปัญญาก็ไม่เกิดไม่ได้คิด ก็ไม่เกิดสติปัญญา ธรรมก็ไม่เกิด ทุกข์มีมากก็เป็นหินลับปัญญา คั่นคว่ำให้เห็นชัดเจนในเรื่องของทุกข์ อย่างนี้ก็เอาตัวรอดไปได้ เลยเป็นยอดคน เอาละ เอา

