

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
วันที่ ๑๐ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๑๙
“ศาสนทำให้คนต่างกับสัตว์”

วันนี้ท่านทั้งหลายได้มาเยี่ยมวัดป่าบ้านตาด เป็นโอกาสที่เหมาะสมที่ได้มาเยี่ยมผู้ป่วย คือคุณแพตด้วย คุณแพกัก็ได้รับการรักษาที่โรงพยาบาล และได้รับการมาเติมกำลังความสามารถ จากนั้นก็ได้มารักษาที่นี่ ฟังเสียงตอนนี้ก็เหมือนว่า วัดป่าบ้านตาดนี้เป็นเรือนพยาบาล แต่หมายถึงธรรมโอสธ คุณแพมาเพื่ออบรมจิตใจ ที่เรียกว่า “ภาวนา” ฟังคำอบรมของพระท่านแสดง เพื่อรักษาจิตใจอยู่เป็นประจำในอิริยาบถทั้งสี่ ส่วนยากี่รับประทานไป จิตก็ทานธรรมโอสธคือการฟังธรรมและการภาวนาไปอีกเหมือนกัน การได้ยินได้ฟังจากครูอาจารย์ท่านสอนอยู่เสมอ และการอบรมตนโดยทางจิตตภาวนานี้เรียกว่า “รักษาจิตด้วยธรรม”

โดยทั่วไป ภายนี้มีการรักษากัน แต่จิตใจไม่ค่อยมีการรักษา เพราะฉะนั้น แม้ส่วนร่างกายพอมีความสุขอยู่บ้าง แต่ความสุขทางด้านจิตใจมักไม่ค่อยมีกัน ส่วนใหญ่ คือ ใจไม่ค่อยมีความสุข แต่ส่วนย่อย คือ ภายมีความสุข ร่างกายจัดเป็นส่วนย่อยของใจ ใจเป็นส่วนใหญ่ในตัวบุคคลแต่ละคน แต่แทนที่จะบำบัดรักษาจิตใจ ซึ่งเป็นส่วนใหญ่อันเป็นรากฐานสำคัญของส่วนร่างกาย แต่ไม่ค่อยจะมีการเหลียวแลกัน หากจิตใจนี้เป็นสิ่งที่ไม่เหนียวแน่น มันคงกว่าร่างกายแล้ว ต้องพังทลายแหลกเหลวไปนานแล้ว ไม่สามารถที่จะครองร่างกายมาได้ถึงขนาดนี้เลย ทั้งนี้ก็เพราะจิตมีความแน่นหนามั่นคงและทนทานอยู่มาก ในการกระทบกระเทือนกับสิ่งต่างๆ ที่เข้าไปสัมผัสกับจิตอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ที่สืบเนื่องมาจาก รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ซึ่งต้องไหลลงรวมในจิตใจ เช่นเดียวกับน้ำสายต่างๆ ไหลลงรวมในมหาสมุทรทะเลนั้นแล

สภาพอารมณ์สกปรกไหลลงสู่จิตใจซึ่งเป็นของสำคัญอยู่ทุกเวลานาที จนกลายเป็นภาชนะสำหรับรับใส่ชยะไปเสีย จึงหาความแปลกประหลาด ความอัศจรรย์ และหาความสุขความสบายไม่ได้ ฉะนั้น การที่มาอบรมศีลธรรมทางด้านจิตใจ จึงเป็นความเหมาะสมอย่างยิ่งกับส่วนใหญ่ คือใจที่เป็นส่วนใหญ่ของร่างกาย หากว่าใจมีเหตุมีผล มีอรรถมีธรรมภายในตัวอยู่แล้ว เวลาระบายออกทางกายและวาจา ก็ถูกต้องดีงามไม่ค่อยผิดพลาด การกระทำอะไรไม่ค่อยผิดพลาด ใจก็มีความสุข ภายก็เป็นปกติสุข หากจะเกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้นบ้าง ก็ไม่เดือดร้อนวุ่นวายกระเทือนเข้าไปถึงใจ จนกลายเป็นโรคชนิดหนึ่งขึ้นมา

การอบรมธรรมเข้าสู่จิตใจจึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่ง ท่านสอนเรื่อง พระพุทธศาสนาว่า “พุทธะ” ก็แปลว่า “ผู้รู้” ไม่มีใครที่จะรู้อย่างเห็นจริง ประเสริฐยิ่งกว่า พระพุทธเจ้าที่เป็นเจ้าของศาสนา ตรัสออกมาแต่ละประโยคแต่ละคำ ล้วนเป็นสิ่งที่ชอบ โดยความจริงทั้งนั้น ไม่มีผิดพลาดคลาดเคลื่อนเหมือนอย่างสามัญชนทั้งหลายพูดกันเลย ธรรมดาสามัญชนอย่างเราทั้งหลายพูดกันนั้น พูดกันไม่ค่อยมีเหตุผล ไม่มีขอบเขตกว้าง แคบเล็กตื้น หยาบละเอียด ว่ากันไปแล้วแต่น้ำลายจะพาฟุ้งพาไป ฟุ้งไปได้หมด พูดวันยัง คำก็ได้ ความสนใจที่จะใคร่ครวญตามคำพูดคำจา ทั้งของเขา ของเรา เพื่อจะเห็นประโยชน์ นำมาประพฤติปฏิบัติให้เป็นความสุขสบาย ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตลอดหน้าที่การงาน นั้นไม่ค่อยมีกัน เพราะเหตุว่า คำพูดเหล่านั้นไม่ค่อยเป็นสาระเท่าที่ควรจะเป็น และควร นำมาพิจารณาถือเอาประโยชน์ได้

แต่คำพูดของพระพุทธเจ้านั้น ออกมาจากความสัตย์ความจริง คือ ออกมาจากใจที่ บริสุทธิ์ล้วนๆ ซึ่งเป็นธรรมทั้งแท่งภายในพระทัย เมื่อแสดงออกเพื่อสัตว์โลก ก็แสดง ออกมาด้วยพระเมตตาอย่างยิ่ง หรือเมตตาอย่างถึงใจทั้งสองฝ่าย การสั่งสอนสัตว์โลก ไม่ใช่เป็นเรื่องเล็กน้อย เป็นประโยคหรือเป็นภาระอันหนักมาก สำหรับศาสดาที่เป็น “ครู ของโลกทั้งสาม” ไม่เป็นเพียงครูของมนุษย์เท่านั้น ยังเป็นครูของเทวดา ดังที่มีใน หลักธรรมว่า สตถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควา นั้น! คือ เป็นทั้งครูของเทวดา และมนุษย์ ทั้งหลาย เทียบแจกเทียบแบ่งอรรถธรรม เพื่อให้เข้าถึงใจของประชาชน และสัตว์ทั่วไปให้ ได้รับความสุข ความเจริญทางใจ

เหตุไรจึงต้องเทียบแจกเทียบแจง เทียบแนะนำสั่งสอน? ก็เพราะสัตว์โลกยังโง่ สิ่ง ที่ตาเห็นอยู่ก็ผิด สิ่งที่ทำได้ยินอยู่ก็ผิด อะไรๆ ที่มาสัมผัสสัมพันธ์ ก็คอยแต่จะคิดเป็นเรื่อง ผิดทั้งนั้น เนื่องจากความโง่เขลาอยู่ภายในใจพาให้ผิด สิ่งที่เห็นอยู่รู้้อยู่ก็ผิดไปได้ ปฏิบัติ ต่อสิ่งนั้นๆ ไม่ถูก

พระองค์ทรงเห็นเหตุเห็นผลของสัตว์โลกว่า เป็นผู้โง่เขลาอย่างนี้ จึงได้นำพระ โอวาทที่ถูกต้องดีงามมาสั่งสอน ที่เรียกว่า “ศาสนา” ก็ศาสนานั้นท่านสอนเพื่อใคร? นอกจากเพื่อมนุษย์เราเท่านั้น พระองค์เองก็เป็นผู้บริสุทธิ์ ถึงวิมุตตินิพพานแล้ว ตั้งแต่วัน ตรัสรู้ที่แรก ไม่มีความจำเป็นอะไร ที่จะมาเทียบแบ่งสันปันส่วนเอาจากบรรดาสัตว์โลก ทั้งหลายด้วยการอบรมสั่งสอน ไม่มี แม้กระนั้นภาระใครในโลกนี้จะสู้กับภาระของ พระพุทธเจ้าได้ เราทำงานแม้แต่เพียงเล็กน้อยก็บ่นกันอุบอิบๆ วันยังค่ำคืนยังรุ่ง อยู่ใน สถานที่ไม่ มีแต่คนบ่นยุ่งไปตาม ๆ กัน

พระพุทธเจ้าทรงทำประโยชน์ให้แก่โลกมากมาย ตั้ง ๓ โลกธาตุ ฟังซิ!แล้วทำไมพระองค์ไม่บ่นเหมือนพวกเราละ ภาระของพระองค์ ทั้งกว้าง ทั้งใหญ่ ขนาด ๓ โลกธาตุมีจำนวนมากเพียงไร ซึ่งเกี่ยวข้องกับพระองค์ที่จะทรงแนะนำสั่งสอน แม้ในที่สุดขณะที่กำลังจะปรินิพพาน ก็ยังต้องมีสัตว์โลกเข้าไปเกี่ยวข้อง คือ “สุภัททปริพาชก” เข้าไปทูลถามปัญหา ถูกพระอานนท์กีดกันเอาไว้ กลัวจะเป็นการรบกวนพระองค์ท่านให้เป็นการลำบากในพระกายขณะที่จะปรินิพพาน แม้เช่นนั้นก็ไม่ทรงปล่อยวางพระเมตตา รับสั่งให้ สุภัททปริพาชก เข้าเฝ้า ประทานพระโอวาทย่อๆ แล้วรับสั่งให้พระอานนท์บวชให้ในขณะนั้น เวลาได้รับพระโอวาทเป็นที่พอใจจากพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ออกมาบำเพ็ญเพียรได้บรรลุธรรมในคืนวันนั้น เป็นพระอรหันต์องค์สุดท้าย ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมาตั้งแต่เริ่มแรก ประกาศศาสนา จนถึงปรินิพพาน มีพระ “สุภัททปริพาชก” เป็นพระสาวกอรหันต์องค์สุดท้าย นั้น! ฟังซิ อัจฉริยะใหม่ละ พระเมตตาของพระพุทธเจ้าที่มีต่อสัตว์โลก!

ถ้าเป็นพวกเราๆ ท่านๆ แล้ว จะได้ยินแต่เสียงครวญครางราวกับเสือถูกปืนนั่นแล แทนเสียงอรรถเสียงธรรมในเวลานั้น

ถ้าพูดถึงความเมตตาก็ไม่มีลดละ แม้ขณะที่จะปรินิพพาน ก็ยังประทานพระโอวาทอันเป็นยอดคำสอนว่า “อามนุชยามิ โว ภิกขเว, ปฏิวะชามิ โว ภิกขเว, ขยวธมฺมา สงฺขารา, อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ” “ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย (ซึ่งตอนนี้น่าจะมีแต่ภิกษุทั้งนั้น ท่านจึงว่า ภิกขเว) บัดนี้เราเตือนเธอทั้งหลายให้พิจารณาสังขารธรรม ซึ่งมีความเกิดดับอยู่ตามหลักธรรมชาติของมันด้วยความไม่ประมาทเถิด” เพียงเท่านั้นแล้วก็ปิดพระโอษฐ์เป็นวาระสุดท้าย ไม่รับสั่งอะไรอีก

คำว่า “ปิดพระโอษฐ์” คือไม่รับสั่งอะไรต่อไปอีก ทำหน้าที่ปรินิพพานโดยลำดับๆ ตั้งแต่ ปฐมฌาน เข้าปฐมฌาน แล้วก็ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน เป็นลำดับ จนถึง “อากาศานัญจายตนะ” คือ ที่เรียกว่า “อรุปฌาน” อรุปฌาน ๔ แล้วก็ก้าวเข้าสู่ “นิโรธสมาบัติ” ที่เรียกว่า “สัณฺญาเวทิตฺติโรธ” ดับสัญญา เวทนา อยู่ที่นั่น แล้วถอยกลับออกมาเรื่อยๆ จนกระทั่งถึง “ปฐมฌาน” แล้วเข้าสู่ปฐมฌานอีก พอก้าวผ่านรูปฌานสี่ คือจตุตถฌานแล้ว ไม่เสด็จเข้าฌานไหนต่อไปอีก ปรินิพพานไปในขณะนั้น เป็นอันว่าหมดภาระในการสั่งสอนสัตว์โลก

ตั้งแต่วันตรัสรู้มาจนถึงวันทำหน้าที่ปรินิพพานในวาระสุดท้ายนั้น พระองค์ไม่ทรงว่างเลย เรียกว่า “ทรงมีพุทฺธิกิริยา” คือ ประจำพระองค์ แม้จะทรงงดเว้นบ้างก็เป็นเพียงบางสมัยเท่านั้น

- (๑) ตอนบ่าย ๓ โมง ๔ โมง ทรงแสดงธรรมแก่ประชาชน มีพระราชามหากษัตริย์ เป็นต้น
- (๒) ตอนค่ำ ๒ ทุ่ม ๓ ทุ่ม ประทานโอวาทแก่พระสงฆ์
- (๓) ตอน ๖ ทุ่มไปแล้ว ทรงแก้ปัญหาเทวดา และประทานโอวาทแก่เทวดาชั้นต่าง ๆ
- (๔) ตอนปัจฉิมยาม ทรงเล็งญาณดูสัตว์โลกว่า ใครที่จะมีอุปนิสัยสามารถบรรลุธรรมอย่างรวดเร็ว แต่ชีวิตจะเป็นอุปสรรคต่อมรรคผลนิพพานเสียก่อน พูดอย่างภาษาเราๆ ก็ว่า “จะตายไปง่ายๆ” ก็ต้องเสด็จไปโปรดคนนั้นก่อน เหล่านี้เป็นภาระทั้งนั้น การพิจารณาเล็งญาณดูสัตว์โลก ก็คือ “พุทธกิจๆ” ก็คือ งานของพระพุทธเจ้า เป็นประจำอยู่ในโลก
- (๕) ตอนเช้าเสด็จออกบิณฑบาตเป็นประจำอยู่อย่างนี้ ไม่ทรงละเลยและลืมพระองค์ต่อหน้าที่

ในโลกนี้ใครที่จะมีภาระมากเหมือนพระพุทธเจ้า ที่ทรงรับภาระทั้ง“๓ โลกธาตุ” เล่า! สามัญชนดั่ง เราๆ ท่านๆ เพียงทำอะไรรีดๆ หน้อยๆ ก็บ่นว่า งานมาก งานหนัก รู้อะไรนิดๆ หน้อยๆ ก็สำคัญตนว่ารู้มาก แทบจะหารถไฟมาขนความรู้ออกจ่ายตลาด ให้โลกได้รำลือ ซึ่งความจริงเท่าซึ้งเท่านั้น เราประกอบความพากเพียรหรือทำหน้าที่การงานเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น ถือว่าเป็นความลำบากลำบาก ยิ่งจะทำภาวนาเพื่ออรรถเพื่อธรรมเพื่อจะนำความสุขเข้าสู่ใจให้มีความสงบเย็นใจบ้าง ก็ถือว่าเป็นของยากของลำบากไปเสีย อำนาจวาสนาน้อยไม่ควรจะทำมากมาย ให้กิเลสมันหลอกไปทั้งวันทั้งคืน ในเวลาที่จะสั่งสมกิเลส ไม่เห็นคิดถึงอำนาจวาสนาและความหนักเบาใดๆ บ้างเลย จึงเสียเปรียบให้กิเลสอยู่ตลอดเวลา

เมื่อกิเลสเต็มหัวใจแล้ว เกิดความเดือดร้อนวุ่นวาย แล้วบ่นให้กิเลส บ่นแต่ฝ่ายผล แต่ฝ่ายเหตุไม่บ่นไม่แก้มันก็ไม่สำเร็จประโยชน์อะไรขึ้นมา ฉะนั้น เพื่อความเหมาะสมไม่ให้เสียกาลเสียเวลาที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์นี้ ก็ผ่านมานาน ก็ปีแล้วตั้งแต่วันตกคลอดจากท้องแม่จนกระทั่งปานนี้ เราได้กี่ปีกี่เดือน เราได้ผ่านกาลผ่านสมัย ผ่านหน้าที่การงาน ผ่านความทุกข์ความลำบากมานานเพียงไร เคยประสบพบเห็นสิ่งต่างๆ ได้ผลมากน้อยเพียงไร ได้นำมาบวกและลบบ้างหรือยัง ผลที่ปรากฏนั้นมีอะไรบ้าง สูญหายไปหรือได้กำไรมากน้อยเพียงใดบ้าง เวลาที่จะก้าวไปข้างหน้า จะมีสิ่งใดเป็นชีวิตจิตใจ เพื่อยึดถือเกาะเกี่ยวเพื่อประดังความเป็นอยู่ในภพนั้น?

งานทางโลกนั้นทำจนถึงวันตายก็ไม่มีสิ้นสุด ต้องปล่อยวางและตายไปจนได้ วันตายนั้นแหละถึงจะว่างสำหรับงานของโลกเรา เป็นอย่างนี้ไม่ว่าใครๆ เหมือนกันหมด ใครอยู่ที่ไหนไม่มีว่าง มันว่างได้แต่ขณะที่ตาย เพราะเหตุไร? เพราะความตายมันเหนืองานการทั้งหลายที่จะต้องปล่อยขณะนั้น

ถ้าเราคอยเวลาว่างจะไม่มีเวลาว่างเลย จนกระทั่งวันสิ้นลมหายใจนั้นแหละถึงจะว่างว่างเพื่อสิ้นลม ในขณะที่ยังเป็นๆ อยู่นี้ พอคิดอ่านอะไรๆ ได้ทั้งภายนอกภายใน กิจการที่จะเกิดผลเกิดประโยชน์แก่ตน ก็ควรจะเร่งรีบชวนชวายเป็นแต่บัดนี้ นี่ยังเป็นกาลอันควรเฉพะอย่างยิ่งคือจิตตภาวนา ซึ่งเป็นอาหารสำคัญอย่างยิ่งของใจ ท่านเรียกว่า “ธรรม” “ธรรมโอสถ” นี้แหละเป็นเครื่องเยียวยาจิตใจให้ปราศจากความฟุ้งซ่านวุ่นวาย ทำให้เกิดความสงบสุขได้เป็นอย่างดี เพราะมีอาหารคือ “ธรรม” เป็นเครื่องเสวย

ในเบื้องต้นของการอบรมจิตใจนี้ ท่านสอนให้มี “ธรรม” บทใดบทหนึ่งเป็นเครื่องกำกับรักษาใจ ไม่เช่นนั้นจะสายเสียไปสู่อารมณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นของที่เคยชิน แล้วก่อความทุกข์ให้จนเป็นที่เดือดร้อนอยู่เสมอ ท่านจึงสอนให้ภาวนา เช่น “ภาวนา พุทโธ หรือ ธัมโม หรือ สังโฆ หรือ กำหนด “อานาปานสติ” หรือ ตามลมด้วย “พุทโธ” เช่น “พุท” เข้า “โธ” ออก ดังนี้ ก็ได้ทั้งนั้นตามจริตนิสัยที่ชอบในธรรมบทใด

แต่การกำหนดนั้น ให้ความรู้สึกอยู่ในจิตใจของตนโดยเฉพาะ เช่นกำหนดลมหายใจเข้าออกก็ให้รู้ขณะที่ลมเข้า ขณะที่ลมออกไป จนกระทั่งหยุดภาวนา จะตั้งลมที่จุดไหน ที่ไหนเป็นที่เด่นสำหรับความรู้สึก ลมที่มาสัมผัสนั้นเด่นที่ตรงไหน เช่น ตั้งจุมุกเป็นต้น ถ้าเด่นที่ตรงไหนก็ตั้งลมที่ตรงนั้น คือ ตั้งสติลงที่จุดนั้น ลมเข้า ลมออก กำหนดให้รู้ เช่นเราจะตามด้วย “พุทโธ” เวลาลมเข้าก็ “พุท” ลมออกก็ “โธ” ก็ได้ ให้มีความรู้สึกอยู่ โดยเฉพาะกับลมหายใจเท่านั้น ไม่ต้องไปหมายถึงเหตุถึงผลอันใด ที่นอกไปจากการทำงานคือ กำหนดลมหายใจในขณะนั้น

ฉะนั้นเมื่อเวลาสติของเรามีติดต่อกันไปเป็นลำดับ จิตก็ไม่มีโอกาสที่จะแลบไปสู่อารมณ์ต่างๆ ที่เป็นพิษเป็นภัย จิตจะหยั่งเข้าสู่ความสงบโดยลำดับๆ แม้แต่ลมหายใจ ซึ่งเคยหายใจว่า “หายาบ” ในขณะที่เรากำหนดเบื้องต้น ก็จะค่อยๆ กลายเข้าสู่ความละเอียดไปโดยลำดับๆ บางครั้งจนถึงกับลมหายไปหมดในความรู้สึก นี่เพราะความละเอียดมากของลม ละเอียดจนถึงขนาดลมหายไปแล้วในขณะนี้ ไม่มีลมเลย เหลือแต่ความรู้สึกล้วนๆ อย่างนั้นก็มิใช่แหละเรื่องของการภาวนา

ใจขณะนั้นจะมีความสงบมากและเป็นที่อัศจรรย์ เมื่อลมดับไปไม่มีอะไรเหลือเลย กายก็ดับไปพร้อมกัน คือดับในความรู้สึก ไม่ใช่ว่ากายนี้ดับหายไปไหน กายก็นั่งอยู่เช่นนี้แหละ แต่ความรู้สึกนั้นไม่มาเกี่ยวข้องกับกาย คือเป็นความรู้สึกล้วนๆ เป็นเอกเทศอยู่โดยลำพังตนเอง นี่ท่านเรียกว่า “จิตสงบ” จิตเป็นตัวของตัวเองในขั้นนี้ เป็นความสุขขึ้นมาอย่างแปลก แปลกประหลาด และอัศจรรย์!

ในขณะที่จิตสงบ ไม่ยุ่งเหยิงวุ่นวาย กาลเวลาสถานที่ไม่มีเลยในขณะที่จิตเป็นความสงบ เพราะจิตไม่สำคัญมันหมายถึงกาล สถานที่ เวลา เวลา ที่ไหนเลย มีแต่ “ความรู้” ที่ทรงตัวอยู่เท่านั้น นี่เป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากการภาวนา เรียกว่า “เป็นผลของการภาวนา” ก็ได้

ผู้กำหนด “พุทโธ” ก็มีลักษณะอาการอย่างเดียวกัน ถ้ากำหนด “พุทโธ” โดยไม่เกี่ยวข้องกับลม ก็ให้ความรู้สึกอยู่กับคำว่า “พุทโธ ๆ ๆ ๆ” โดยลำดับ ไม่ต้องไปคาดไปหมายถึงผลว่าจะเกิดขึ้นอย่างไรบ้าง บางทีอาจมีคนมาหลอกว่า “เวลาภาวนาประเดี๋ยวเกิดนิมิตอย่างนั้นขึ้นมา อย่างนั้นขึ้นมา จะเป็นบ้านะ” คนที่เขาพูดอย่างนี้ก็มิ แต่ส่วนมากคนที่พูดอย่างนั้นไม่เคยภาวนา มาพูดปาวๆ อย่างนั้นแหละ หลอกคน คนที่คอยจะเชื่ออยู่แล้ว เพราะเป็นคนลักษณะเดียวกันแล้วก็เชื่อกันง่าย ๆ กลัวกันง่าย ๆ เสริมความซี้เกียจกันง่าย ๆ จนถึงขั้นไม่ทำภาวนาเลยก็มี ตรงนี้ระวังให้ดี เพราะมารในสังคมพุทธศาสนามีอยู่มาก จะว่าไม่บอก

ถ้ามีหลักมีเกณฑ์ มีเหตุมีผลภายในตนเอง ซึ่งเคยกระทำในการภาวนามาแล้วจะไม่เชื่อคำพูดเช่นนั้น เพราะเหตุไร เพราะพระพุทธรเจ้าตรัสสอนสัตว์โลก ไม่ได้สอนสัตว์โลกให้เป็นบ้า พระพุทธรเจ้าท่านเป็นศาสดา ก็ไม่ใช่ศาสดาบ้า จะมาสอนสัตว์โลกให้เป็นบ้าได้อย่างไร ผู้ปฏิบัติธรรม เมื่อปฏิบัติตามหลักธรรมที่ท่านทรงสอนไว้โดยถูกต้องแล้ว จะเป็นบ้าไปได้อย่างไร เป็นไปไม่ได้ จึงไม่ควรเชื่ออย่างงมงาย จะเสียการ

เหตุที่จะเป็นบ้านั้น ก็มีทางเป็นได้ เพราะแยกจากธรรม คิดผิดจากหลักธรรมที่ท่านสอนไว้ เช่น กำหนดภาวนา “พุทโธ ๆ ๆ ๆ” แต่ปล่อยจิตส่งไปรู้เห็นอะไร ก็เพลินไปตามนั้นเสีย จนกระทั่งลืมคำบริกรรม และหลงไปตามนิมิตนั้นๆ เช่นนี้มีทางผิดได้ คนก็ว่าเป็นบ้าเป็นบอ เพราะผิดจากหลักของการภาวนา ผิดจากหลักของศาสนา และเอาศาสนาไปทำหิดิตเตียนว่า “ภาวนาแล้วจะเป็นบ้า”

เมื่อเรากำหนดอยู่เช่นนี้ไม่มีอะไร กำหนดคำว่า “พุทโธ ๆ ๆ ๆ” ก็ให้รู้อยู่กับใจของเรา ไม่ต้องไปคิดวาดภาพว่า สวรรค์เป็นอย่างนี้ นิพพานเป็นอย่างนั้น เทวบุตรเทวดา

เป็นอย่างนั้น เหมือนที่เราเรียนมานั้น ท่านเห็นด้วยความจริง ด้วยญาณของท่าน ในหลักธรรมชาติของท่านที่รู้ แต่เราไปเห็นด้วยการวาดภาพ ด้วยการคาดคะเนเดาเอา การวาดภาพลอกตัวเองเช่นนั้น ก็เลยลอกตัวเองจริง ๆ เพราะตัวเองชอบอย่างนั้น เมื่อถูกลอกขึ้นมาแล้ว ผลของมันก็คือความเป็นบ้า ใจฟุ้งซ่านไม่มีหลักธรรมยึด บางรายก็เสียดสีและเป็นบ้าไปเลยก็มี นี่เป็นความผิด ควรระวัง

เพราะฉะนั้น จึงไม่ควรไปคาดหมายผลอะไรทั้งหมด นอกจากทำความเพียรอยู่กับคำบริกรรมภาวนาเท่านั้น นี่แหละเป็นงานที่จะสืบต่อเนื่อง ยังผลให้เกิดขึ้นเป็นลำดับๆ ไม่มีกาล ไม่มีสถานที่ใด ไม่มีวันใด ที่จะทำผลให้ปรากฏขึ้นในขณะภาวนา นอกจากงานคือ คำบริกรรมภาวนา ที่เรากำลังภาวนาอยู่ด้วยความนึ่กอย่างนี้เท่านั้น

นี่เป็นหลักใหญ่เป็นหลักรับรองแห่งการภาวนา ถ้าจิตกับคำบริกรรมได้สัมพันธ์อยู่กับลมแล้ว จะไม่มีอะไรที่น่ากลัวเกิดขึ้นแน่นอน เรื่องที่เขาพูดโกหกกันตามที่ไม่เคยภาวนานั้น เป็นเรื่องลมๆ แล้งๆ อย่างนั้นแหละไม่ใช่ความจริง ความจริงเป็นดังที่ได้อธิบายมานี้ ตามหลักธรรมท่านสอนไว้อย่างนี้ จงเริ่มภาวนาอย่างที่ว่านี้ จะไม่เป็นบ้า นอกจากเป็นคนดี คนฉลาด ทั้งกิจนอกการใน และความสง่างามทางจิตใจโดยถ่ายเดียว

ผู้ที่ภาวนา “อานาปานสติ” นั้น มีความสำคัญอยู่ตอนหนึ่ง แต่ตะกั๊นนี้ไม่ได้อธิบายให้ถึงเหตุถึงผลของลมนั้น คือขณะที่ภาวนาไปถึงขั้นที่ลมละเอียด ละเอียดลงไป ละเอียดลงไป จิตรู้้อยู่เป็นลำดับๆ แล้วปรากฏว่า ลมนี้หายไปเลย เหลือแต่ความรู้สึกล้วนๆ นี้จะเกิดความวิตกขึ้นมาภายในใจ ซึ่งเป็นเครื่องหลอกคนอีกเหมือนกัน จึงได้แทรกตรงนี้ไว้เพื่อให้เข้าใจ

เมื่อปรากฏว่าลมได้หายไปในการรู้สึก แล้วมันจะเกิดความวิตกขึ้นมาว่า “เมื่อลมหายไปแล้วจะไม่ตายหรือ?” นี่แหละหลอกตนเอง ถ้าเป็นอย่างนั้นก็ต้องกลัวตาย เมื่อวิตกขึ้นมาอย่างนี้ ลมก็ปรากฏขึ้นมาทีเดียว และได้เพียงแค่นี้ ไม่ละเอียดลงไปกว่านั้น เพราะฉะนั้นเพื่อตัดปัญญาข้อนี้ เมื่อลมหายไปในขณะที่เราภาวนา ก็ให้ทำความรู้จักกับตนเอง “ลมจะหายไปก็ตาม เมื่อจิตยังครองร่างกายอยู่แล้ว จะไม่ตาย” เพียงเท่านั้นก็ตัดปัญหาความกลัวตายซึ่งเป็นอารมณ์รบกวนเสียได้

เวลาเรานอนหลับ ซึ่งราวกับคนตาย ลมจะหายหรือไม่หาย เราไม่เห็นมีกำหนดกฎเกณฑ์มัน และเราก็ยังไม่ตาย เวลาเราภาวนา เรายังรู้ละเอียดยิ่งกว่านั้น ว่าลมหายไปด้วยความรู้สึกในการภาวนาของเรา น่าจะมีสติยิ่งกว่าการนอนหลับ แต่ไปกลัว นั้นแสดงว่าไม่ทันกลมายาของกิเลส เพื่อให้รู้ทันกลมายาของกิเลส จึงต้องทำความรู้ตัวตามหลักความ

จริงว่า “เมื่อลมหายใจไปแล้ว จิตยังครองกายอยู่ ไม่ตาย” เพียงเท่านั้นจิตจะทะลุถึงธรรมชั้นละเอียด จนหายไปหมดทั้งร่างกายและลม ไม่ปรากฏในความรู้สึกนั้นเลย นี่ชื่อว่า “ภาวนาเข้าสู่จุดละเอียดของอานาปานสติ” บางรายก็ทรงตัวอยู่เป็นชั่วโมงๆ ก็มี บางรายก็ไม่นานแล้วแต่กำลังของผู้ปฏิบัติ

สิ่งที่ได้รับอันเป็นส่วนผลในขณะนั้น ได้แก่จิตมีความละเอียด รู้โดยลำพังตนเองเท่านั้น รู้โดยเฉพาะในขณะนั้น ไม่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ใดทั้งสิ้น นี่ท่านเรียกว่า “เอกัคคตาจิต” ถ้าจิตไม่คิดเกี่ยวข้องกับอารมณ์ใดๆ เลย เหลือแต่ความรู้อันเดียวเรียกว่า “เอกัคคตา” แปลว่า ถึงความเป็นหนึ่ง หนึ่งก็เป็นหนึ่งกับความรู้เท่านั้น ไม่เป็นสองกับอารมณ์ ไม่มีสองกับคำบริกรรมภาวนาใดๆ ทั้งหมด เพราะในขณะนั้นได้ปล่อยวางโดยสิ้นเชิง เหลือแต่ความรู้ที่ทรงตัวอยู่โดยลำพังเท่านั้น ท่านเรียกว่า “เอกัคคตาจิต”

ในการภาวนาเป็นแบบนี้ ยังผู้ปฏิบัติให้ประจักษ์ในจิตใจโดยลำดับ ถ้าวางได้ทำตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้าแล้วไม่ไปไหน ต้องเข้าสู่ความจริง คือผลที่พึงได้รับต้องได้รับตามเหตุที่เราดำเนินถูกต้อง แต่ถ้าจิตมีความสุขมากน้อยเพียงไร พอจิตปรากฏเป็นความสงบขึ้นมา เราจะเกิดความสะดุดใจทันทีว่า “อ้อ! ความสุขเป็นอย่างนี้” เพราะความสุขภายในจิต ไม่เหมือนความสุขอันใดที่เคยผ่านมาแล้ว เป็นความสุขที่แปลกประหลาดอัศจรรย์ยิ่งกว่าความสุขใดๆ ทั้งหมดในโลกนี้!

เพราะฉะนั้น ศาสนาจึงมีมาประจำตลอดทุกวันนี้ ไม่เช่นนั้นศาสนาสูญหายไปนานแล้ว เพราะรสชาติของศาสนาสุรชาติของโลกไม่ได้ นี้เรียกว่า “รสนิยม” ก็สุขของโลกไม่ได้ ความแปลกประหลาดอัศจรรย์ใดๆ และสาระสำคัญก็สูญโลกไม่ได้ ศาสนาล้มไปนานแล้ว ไม่มีใครสนใจพอศาสนธรรมจะจีรังมาถึงปัจจุบันนี้

แต่นี้เพราะศาสนาเป็นสิ่งสำคัญ ยิ่งกว่าโลกใดๆ ทั้งหมดในบรรดาโลกทั้งสามนี้ เพียงแต่จิตสงบเท่านั้น เราก็เห็นความแปลกของเราแล้ว ภายในร่างกาย จิตใจ ซึ่งไม่เคยแปลก ไม่เคยเห็นความอัศจรรย์ ที่ปรากฏขึ้นมาเพราะความสงบนั้นเลย แต่ขณะที่ภาวนาจิตก็มีความสุขขึ้นมา นั่น! เป็นผลขึ้นมาแล้ว เรื่องความเพียร ความอดทนสำหรับพยายาม หรือความขยัน ความมีเวลาเวลานั้นมาเอง มากับความพอใจ มากับความเชื่อที่เราได้เห็นผลนั้นเป็นประจักษ์พยานแล้ว เรื่องเวลาก็ดี สถานที่อะไรที่ตนจะทำภาวนา หรือทำความสงบใจ หรือทำความเพียรในด้านจิตใจ ไม่ต้องถาม เมื่อจิตมีความพอใจแล้ว มันแสวงหาได้เองทีเดียว นี่เป็น “ขั้นหนึ่งของการภาวนา”

วิธีการภาวนาเป็นแบบนี้ ให้เราฝึกถึงขั้นภาวนาเพื่อความสงบ
 ที่ขั้นของปัญญาที่เรียกว่า “วิปัสสนาแท้” ดังที่เราพูดกันนั้น พูดติดปากว่า “ไปทำ
 วิปัสสนา” คำว่า “วิปัสสนา” แปลว่า ความเห็นแจ้งด้วยการพิจารณาทางปัญญา ถ้าพูด
 รวมๆ แล้วเรียกว่า “ภาวนา” นี้ครอบคลุมทั้ง “สมถวิปัสสนา” เพียงพูดกันว่า “ทำวิปัสสนา” ก็
 เข้าใจกันว่า “ทำภาวนา” นั่นแล

ขั้น “วิปัสสนา” จริงๆ นั้น ก็คือการพินิจพิจารณา เมื่อจิตมีความสงบเย็นแล้วจิต
 ย่อมมีอุบายต่างๆ ในเมื่อเราพาจิตพาพิจารณาแยกแยะธาตุชั้นธัมม เรื่อง “อนิจจัง ทุกขัง
 อนัตตา” เราเคยได้อ่านจากตำรับตำราว่า “อนิจจังอยู่ที่ไหน ทุกขังอยู่ที่ไหน ทุกขังอยู่ที่ไหน
 อนัตตาก็อยู่ที่นั่น” เห็นแต่คนนั้นแก่ คนนี้ตาย เห็นแต่คนนั้นพลัดพราก ล้มหายตายจาก
 กัน ตัวของเราก็คือตัวพลัดพราก ตัว อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เหมือนกัน “โอปนนิโก” น้อม
 เข้ามาสู่ตัวเรา ซึ่งแก่ขึ้นมาทุกวันๆ นับแต่วันตกคลอดออกมา แก่ขึ้นเรื่อยๆ แก่ขึ้นมาโดย
 ลำดับ แปรสภาพขึ้นมาเรื่อยๆ นี้เรียกว่า “อนิจจัง”

ความทุกข์ก็ติดแน่นมาตั้งแต่วันเกิด ขณะที่ตกคลอดออกมานั้นสลบไสล ตัวของ
 เด็กนั้นไม่รู้ตัวเลย ความทุกข์เหลือประมาณ บางรายก็ตายไปเสียตั้งแต่อยู่ในท้อง ขณะตก
 คลอดออกมาตายก็มี เพราะทนทุกข์ที่สาหัสไม่ไหว เรื่องความทุกข์มันติดแน่นมาตั้งแต่เล็ก
 จนกระทั่งบัดนี้ เรายังจะสงสัยเรื่อง “อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา” ที่ไหนไปอีก กองอนิจจัง ทุกขัง
 อนัตตา อยู่กับเราอย่างสมบูรณ์อยู่แล้วตลอดเวลา

อนิจจัง คือ ความแปรสภาพไปทุกขณะ แม้แต่เวลานี้ นั่งอยู่สักครู่เดียวมันก็เหนื่อย
 แล้วละ มันแปรแล้ว ธาตุชั้นธัมม มันแปรเป็นอย่างอื่น เกิดความทุกข์ขึ้นมาแล้ว

อนัตตา เราจะถือเป็นสาระแก่นสารอะไรในธาตุในชั้นธัมมนี้ มันก็เป็นแต่กองดิน
 น้ำ ลม ไฟ ที่ประชุมกันอยู่อย่างธาตุเท่านั้น เรียกว่า “ธาตุสี่” ชั้นนี้ก็เรียกว่า “ชั้นห้า” คือ
 รูป ได้แก่ร่างกายของเรา เป็นชั้น หมายถึงกอง หรือหมวด เป็นหมวดๆ เวทนา คือ
 ความสุข ความทุกข์เฉยๆ หรือความเป็นหมวด เป็นกองอันหนึ่ง สัญญา คือ ความจำได้
 หมายถึง สัจจะ คือ ความคิดความปรุง วิญญาณ คือ ความรับทราบ เมื่อตาสัมผัสรูป ฯลฯ
 ทั้งหมดนี้ ท่านเรียกว่า “ชั้นห้า”

เพราะฉะนั้น ชั้นห้านี้ มันมีสาระอะไรอยู่ภายในตัวของมัน พอจะไปยึดไปถือว่า
 “สิ่งนี้เป็นเรา” นี้หมายถึงเรื่อง “วิปัสสนา” นี้คือการแยกหาความจริง แยกให้เห็นความ
 จริงที่มีอยู่ในตัวเราเอง แต่เราโง่ ไม่สามารถที่จะมองเห็นความจริงนี้ได้ จึงเรียกว่า “อันวิน

เป็นเรา อันนี้เป็นของเรา” พออะไรมีความเปลี่ยนแปลงไปบ้าง เกิดความสลดหดหู่ เสียอกเสียใจ กลายเป็นโรคจิตขึ้นมาภายในตนก็มีแยะ เพราะความคิดปรุงเลยเถิด

โรคจิต ก็คือ โรคคว่นวาย โรคความทุกข์ เตือดร้อน นั้นเอง ยังไม่ถึงกับว่า “โรคจิต” จนกระทั่งถึงกับเป็นบ้า นั้นมันหนักมากไป ถึงกับไม่มีสติ มันก็เป็นบ้า

เมื่อพิจารณาแยกแยะดูด้วยปัญญาอย่างนี้ เราจะเห็นอุบายของปัญญา มีความสามารถที่จะตัดกิเลสออกได้เป็นตอน ๆ เป็นระยะ ๆ จนกระทั่งสามารถตัดขาดออกได้หมดภายในชั้นห้า

ที่ว่า อันนั้นเป็นเรา อันนี้เป็นเรา จิตกับชั้นห้า เป็นอันเดียวกัน แยกกันไม่ออก เวลาปัญญาได้แยกแยะพิจารณาด้วยอำนาจของความฉลาด ที่ฝึกหัดมาจนชำนาญ สามารถแยกออกได้ นี่ทราบว่าเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูปก็รูป สิ่งนั้น ๆ ก็เป็น สิ่งนั้น ๆ แต่เราไม่ใช่สิ่งนั้น ๆ มันแยกกันได้โดยลำดับ ๆ จนกระทั่งสามารถแยกจิตออกจากอสังขารกิเลส ที่ฝังจมอยู่ในจิตนั้นออกได้ เลยไม่มีอะไรเหลือภายในจิต นั่นแลท่านเรียกว่า “พุทโธ” แท้

ผลของการปฏิบัติจิตตภาวนา เมื่อถึงขั้นสุดท้ายแล้ว ได้เป็น “พุทโธ” แท้ เช่นเดียวกับ “พุทโธ” ของพระพุทธเจ้า แต่ไม่ได้หมายถึง “พุทโธ” ของพระพุทธเจ้าองค์นั้นแท้ แต่หมายถึง “พุทโธ” ของเรา เทียบเคียงกัน ความบริสุทธิ์นี้เสมอกันกับของพระพุทธเจ้า แต่ “พุทโธวิสัย” และ “สาวกวิสัย” นี้ผิดกันไปตามอำนาจวิชา ซึ่งออกไปจากความบริสุทธิ์

ความสามารถอาจรู้ด้วยการแนะนำสั่งสอน ความเฉลียวฉลาดของพระพุทธเจ้าต้องสมมุติพระองค์ท่าน แต่พวกสาวกก็เต็มตามภูมิของตน สำหรับความบริสุทธิ์นั้นเสมอกัน ท่านว่า “นตฺถิ เสยฺยโย ปาปิโย” นับตั้งแต่พระพุทธเจ้าลงมา จนถึงพระสาวกองค์สุดท้าย บรรดาที่เป็นพระอรหันต์แล้ว ความบริสุทธิ์เสมอกัน ไม่มียิ่งหย่อนต่างกันเลย นี้เหมือนกันตรงนี้

นี่แล คือ ผลที่เกิดจากการที่ทำความจิตด้วยการภาวนา ทำไปโดยลำดับ แก้กิเลสไปโดยลำดับ จนกระทั่งหมดโดยสิ้นเชิงแล้ว เหลือแต่ความบริสุทธิ์ล้วน ๆ นั่นแลผู้ทรงความสุขอย่างยอดเยี่ยม ไม่มีอันใดเหนือกว่าความสุขประเภทนี้ ท่านเรียกว่า “โลกุตระธรรมอันสูงสุด” คือ ธรรมเหนือโลก

เหนือโลก คือ เหนือธาตุ เหนือชั้น เหนือสิ่งใดทั้งหมด ไม่มีอะไรจะยิ่งกว่าสิ่งที่บริสุทธิ์นี้ นี่คือผลที่เกิดขึ้นจากการภาวนา ซึ่งมีพระพุทธเจ้าเป็นผู้ทรงทำก่อนใครในโลก

สมัยนั้น และพาดำเนินมาก่อน จนถึงสมัยปัจจุบันถึงพวกเราชาวพุทธ ที่บำเพ็ญตาม พระองค์อยู่เวลานี้

ศาสนธรรมท่านสอนอย่างมีเหตุมีผล พวกเราควรดำเนินไปตามหลักท่านสอนไว้ และผลจะต้องปรากฏขึ้นตามนั้น อย่างนั้นๆ นี้! เหตุมีอยู่ ผลต้องมี ผู้ปฏิบัติถูกต้องดีงาม ตามหลักธรรมที่ท่านสอน ผลจะไม่ได้รับอย่างไร!

คำว่า “ธรรม” ก็คือ “สวากขาตธรรม” ที่ตรัสไว้ชอบแล้ว ไม่ใช่ “โมฆธรรม” ผู้ปฏิบัติทำไม่จะไม่ได้รับผล มรรค ผล นิพพาน ที่ว่าสูญๆ นั้น สูญไปไหน ? นอกจากจะสูญจากบุคคลที่ไม่สนใจต่อการปฏิบัติเท่านั้น แม้แต่ครั้งพุทธกาล มรรค ผล นิพพาน ก็ไม่มีสำหรับบุคคลที่ไม่สนใจ แต่มีสำหรับผู้สนใจปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า

สมัยนี้ก็เหมือนกัน “มัชฌิมา” คือ ศูนย์กลางต่อความจริงอยู่เสมอ ศูนย์กลางเพื่อการแก้กิเลส เหมาะสมเพื่อการแก้กิเลสอยู่ตลอดไป ไม่ว่ากิเลสตัวใด ประเภทใด ไม่สามารถที่จะผ่านพ้นอำนาจของ “มัชฌิมาปฏิบัติ” นี้ไปได้เลย จึงเป็นธรรมที่เหมาะสมอย่างยิ่งในการแก้กิเลสของสัตว์โลก ท่านเรียกว่า “มัชฌิมา” จะเป็น “มัชฌิมา” สมัยทุกวันนี้ หรือ “มัชฌิมา” สมัยพุทธกาลก็ตาม จะต่างกันอย่างไร ไม่มีอะไรต่างกัน เพราะเป็น “สวากขาตธรรม” อย่างเดียวกัน กิเลสก็ประเภทเดียวกัน มัชฌิมาเครื่องแก้กิเลสก็ประเภทเดียวกัน ที่เรานำมาปฏิบัติกำจัดกิเลส ทำไมกิเลสจะไม่หลุดลอยไปได้ ด้วยอำนาจแห่งการปฏิบัติธรรม ที่ถูกต้องดีงามตามหลัก “มัชฌิมา” นั้นแล้ว จะต้องได้ผลเหมือนกัน

แต่ มรรค ผล นิพพาน ไม่มีสำหรับผู้ไม่ปฏิบัติเท่านั้น ไม่ว่าสมัยใดๆ จะมีเฉพาะผู้ปฏิบัติ มีมากมีน้อยตามกำลังแห่งการปฏิบัติของตนๆ มีอยู่เพียงนี้

เรียกว่า “สวากขาตธรรม” ตรัสไว้ชอบแล้ว “นियานิกธรรม” นำผู้ปฏิบัติให้พ้นจากทุกข์ไปได้โดยลำดับ จนกระทั่งพ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง ไม่มีอันใดที่จะเหนื่อจากธรรมของพระพุทธเจ้าไปได้ ที่จะเป็นเครื่องแก้กิเลสให้หมดสิ้นไปจากจิตใจ จึงเป็นที่ “ลงใจ” ในการประพฤติปฏิบัติธรรม โลกทั้งหลายยังไม่มีใครพูดได้ถูกต้องแม่นยำ ยิ่งกว่าศาสดาที่เป็นผู้สิ้นกิเลสแล้ว และพูดออกมาจากความจริงทั้งนั้น

ความคดโกง ความหลอกลวง ต้มตุ๋น อย่างโลกนี้ พระพุทธเจ้าไม่นำมาพูด เพราะนี่มันเป็นเรื่องของกิเลส เรื่อง “ธรรม” ต้องพูดตรงไปตรงมา พูดตามเหตุตามผล พูดตามความสัตย์ความจริง ผู้ปฏิบัติตามความสัตย์ความจริง ทำไม่จะไม่รู้ความจริง ต้องรู้! ความยิ่งใหญ่อยู่ที่ตรงนี้ไม่อยู่ที่อื่น อย่าพากันสงสัย ลูบคลำเหมือนคนตาบอด ทั้งที่มีธรรมซึ่งเป็นองค์แทนศาสดาอยู่เต็มเมืองไทยชาวพุทธ!

ในอวสานแห่งการแสดงธรรมนี้ ขอให้ท่านทั้งหลายได้นำไปพิจารณา หากว่า
ธรรมที่แสดงมานี้ หนักเบาเล็กน้อยเพียงใด จะเป็นที่แสงहुแสงใจ ก็ขอภัยไว้ด้วย
เพราะธรรมนี้ เป็น “ธรรมป่า” หวังว่าจะเป็นประโยชน์แก่ท่านผู้ฟังทั้งหลาย ไม่มากก็น้อย
เอาละ จบ

