

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๕ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๐

"กายคตาสติ"

อุบายวิธีสอนหมู่เพื่อนมาเป็นลำดับ ๆ ในความรู้สึกก็ว่าเป็นที่แน่ใจว่าได้สอนเต็มภูมิของตน ทั้งฝ่ายเหตุที่ได้เคยดำเนินมาอย่างไร และผลที่ปรากฏขึ้นมาบ้างเล็กน้อยที่นำมาสอนหมู่เพื่อน ไม่ปรากฏว่าธรรมะบทใดที่ได้ปรากฏแต่เหตุส่วนผลไม่มีแล้ว นำมาสอนหมู่เพื่อน สอนทั้งเหตุที่ได้ดำเนิน ผลที่ปรากฏ แต่ไม่ได้บอกว่าผลได้ปรากฏอย่างนั้น ๆ เท่านั้นเอง หลักธรรมะของพระพุทธเจ้าครบไว้แล้วโดยสวางกชาตธรรม คือเป็นธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้วเพราะรู้ชอบ ปฏิบัติชอบ

การปฏิบัติชอบก็เป็นเหตุให้รู้ชอบและแสดงธรรมโดยชอบธรรม จึงไม่มีอะไรจะเป็นที่ขัดข้องสำหรับผู้จะปฏิบัติตาม บรรดาท่านผู้ปฏิบัติที่ปรากฏเป็นผลขึ้นมาท่านก็แน่ใจของท่านทั้งฝ่ายเหตุและฝ่ายผล ซึ่งได้ดำเนินมาอย่างไรและผลปรากฏเป็นอย่างไรบ้าง ท่านนำมาประกาศสอนโลกแทนองค์ศาสดา มีพระอรหันต์เป็นต้น นอกจากนั้นก็ยังมีครูอาจารย์ซึ่งท่านตั้งใจประพฤติปฏิบัติ และรู้เห็นตามหลักความจริงตามพระองค์ท่าน นำมาสั่งสอน ท่านก็สอนเป็นที่แน่ใจของท่านเหมือนกัน ไม่ได้สอนแบบลูป ๆ คำ ๆ ทั้งฝ่ายเหตุว่าท่านได้ดำเนินมาอย่างไร และผลปรากฏขึ้นอย่างไร ตั้งแต่เหตุตามขั้นแห่งธรรมะและภูมิของผู้ปฏิบัติในเบื้องต้น จนถึงเหตุอันสูงสุดและภูมิอันสุดยอด แสดงว่าเป็นไปโดยพร้อมมูลทั้งเหตุและผล ทั้งเป็นที่แน่ใจในการสั่งสอนด้วย

เรื่องของครูบาอาจารย์ที่ความจริงท่านสอนอย่างนั้นเพราะท่านรู้จริง และผู้ศึกษาและปฏิบัติมีความสนใจและปฏิบัติจริงแค่ไหน นี่เป็นปัญหาสำคัญสำหรับพวกเรา ผู้เป็นนักศึกษาด้วยกันจะนำไปขบคิด และแก้ไขปัญหาข้อนี้ให้แจ่มชัดขึ้นภายในจิตใจของตน ท่านสอนข้อใดปรากฏว่าสอนออกจากความจริงใจไม่ว่าพระพุทธเจ้าและสาวกตลอดครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นธรรมมาอย่างเรียบร้อยแล้ว ไม่ว่าจะส่วนหยาบ ส่วนกลาง ส่วนละเอียด และไม่ว่าภายนอกภายใน ท่านสอนลงอย่างจริงใจ ถ้าผู้ฟังอย่างจริงใจและปฏิบัติอย่างจริงใจ ทำไมจะไม่เห็นผลเป็นที่จริงใจของตนเองเล่า เพราะสวางกชาตธรรม เป็นของจริงตลอดสายตั้งแต่ต้นจนอวสาน ไม่มีสิ่งใดที่จะแปลกลปอมพอให้เสียหวังสำหรับผู้ปฏิบัติตามหลักธรรมข้อนั้น ๆ

เช่นท่านสอนกายคตาสติ เป็นต้น เป็นอย่างไรถึงต้องสอนกายคตาสติ พวกเราหลงอยู่ทุกวันนี้หลงอะไร ถ้าไม่ใช่หลงกายคตาสติ นี้เข้าใจว่าไม่มีสิ่งใดที่จะเป็นอุปาทานใหญ่โตให้จิตใจละเมอเพ้อฝันอยู่ตลอดเวลา ยิ่งกว่าเรื่องของกาย คือหลงกายนี้เอง การ

ที่ท่านสอนกายคตาสติเพื่อแก้ความหลง ให้ถูกตามหลักธรรมชาติแห่งความเป็นของกาย เวลานี้เราเสกสรรปั้นยอขึ้นโดยไม่เป็นความจริง และหลอกกลางตนเอง เมื่อสิ่งใดไม่จริง ผลปรากฏขึ้นมาก็ต้องเป็นของปลอมเสมอและทำความเดือดร้อนแก่ตนเอง

ท่านประกาศสอนเรื่องกายคตาสติมานี้มานานเท่าไรแล้ว พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ไม่เคยละเว้น แม้แต่องค์พระพุทธเจ้าของเราก็ได้ประกาศสอนมาเป็นเวลาสองพันห้าร้อยกว่าพรรษาแล้ว ไม่ได้สอนแยกออกไปเป็นอย่างอื่น เพราะกายนี้เป็นธรรมชาติความจริงอันหนึ่งอยู่แล้ว จะสอนให้ผิดจากหลักความจริงไปไม่ได้ ทำไมท่านถึงสอนกายคตาสติ เพราะพวกเราหลงในกายนี้ว่าเป็นของสวยของงาม นี่เป็นหลักสำคัญ เป็นสิ่งที่น่ารัก น่ากำหนดยินดี โดยที่ในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายนี้ไม่มีชิ้นไหนจะเป็นของดีของสวยของงามตามความพอใจของผู้คิดเช่นนั้น

เราลองแยกออกดูตั้งแต่ผมซึ่งอยู่นอก ๆ มีสวย มีงาม มีสะอาดที่ไหน เส้นดำ ๆ เปลี่ยนจากดำก็เป็นขาว ถ้าเส้นผมดำนี้เป็นของสวยงามแล้วก็หม้อที่ถูกไฟมันก็ดำเหมือนกัน เราคิดดู ถ้าเป็นของสะอาดแล้วตกลงในภาชนะซึ่งเป็นที่รับประทาน มีความขยะแขยงไหม มูลของเส้นผมนี้มีอยู่ทุกเส้น ไม่เคยปราศจากมูล ใครทราบไหมว่ามูลคืออะไร นี่ภาษาที่โลกนิยมและถือกันพูดว่ามูล ความจริงก็คือของสกปรกที่ไม่พึงปรารถนานั่นเอง มูลเล็บ มูลฟัน มูลผม ว่าไปอย่างนั้น มีก็เส้นผมบนศีรษะของเราและเส้นไหนบ้างที่ปราศจากมูลคือสิ่งสกปรกโสโครกไม่ได้เกี่ยวข้องเลย ไม่เคลือบแฝงเลย เป็นเส้นผมที่สะอาดมีเส้นไหนบ้าง หหมดทั้งศีรษะนี้แม้แต่เส้นเดียวไม่มีเลย แล้วเราจะหาของสะอาดมาจากไหนในเส้นผมแต่ละเส้น ๆ นี้ พอที่จะเป็นเหตุให้เกิดความรัก ความกำหนดยินดีว่าสวย ว่างาม ว่าสะอาด

ขนก็เช่นเดียวกันอีก มีลักษณะเช่นเดียวกันไม่มีอะไรผิดแปลก ซึ่งอยู่ตามผิวหนังเช่นเดียวกันและเป็นเส้น ๆ เหมือนกัน มีมูลของมันประจำอยู่ ทั้งตัวเส้นผมเส้นขนและทั้งขุมที่เกิดของมัน ที่เรียกว่าขุมขน เพราะเหตุไรสิ่งเหล่านี้ทุกเส้นจึงไม่มีข้อยกเว้นว่าเป็นของสะอาด ก็เพราะฐานเดิมที่มันเกิดนั้น หหมดทั้งฐานเป็นสิ่งที่สกปรกทั้งนั้น หนึ่งตรงไหนที่ไม่มีมูลติดอยู่นั้นมีไหม เราลองคิดดู นี่กายคตาสติพิจารณาอย่างนี้ นี้แหละตามหลักความจริงของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้ และตามหลักความจริงของร่างกายนี้ก็เป็นอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าตรัสตามเรื่องความจริงนี้เอง ไม่ได้ฝืนความจริงไปเหมือนอย่างใจของพวกเราที่ฝืนอยู่ทุก ๆ ขณะเวลานี้และฝืนตลอดมา จึงก่อความยุ่งเหยิงวุ่นวายให้แก่ตัวเองทั้งกลางวันกลางคืน ยืน เดิน นั่ง นอน หาความสุขไม่ได้เพราะความฝืนคิดธรรมดา และฝืนหลักธรรมชาติที่เป็นอยู่ยังงี้ ให้กลายเป็นอย่างอื่นขึ้นมาโดยที่เป็นไป

ไม่ได้ ตรวจสอบให้ดี หน้าที่หุ้มห่ออยู่ในส่วนร่างกายของเรา มีส่วนไหนที่มีข้อยกเว้นว่าไม่มีของสกปรกเคลือบแฝงอยู่เลย ที่เรียกว่ามูล

คำว่าขี้โคลจะหมายถึงอะไรถ้าไม่หมายถึงมูล ไม่ว่าข้างบน ข้างล่างรอบตัวนี้เต็มไปด้วยมูลนี้ทั้งนั้น แล้วที่ไหนว่าเป็นที่สะอาด ที่ไหนเป็นที่สวยงาม เวลาหุ้มห่อกันอยู่เรียกว่าเป็นกลุ่ม เป็นก้อน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล ลองแผ่อกซิ หนึ่งนี้เป็นแผ่นเหมือนเสื้อ เช่นอย่างหนังวัวหนังควายนั่น เขาแผ่อกแล้วเป็นยังงี้ แล้วหนังคนจะผิตแปลกกันไปที่ไหน ข้างนอกก็เต็มไปด้วยมูล ข้างในก็เต็มไปด้วยสิ่งสกปรกโสโครก มีเลือดและน้ำเหลืองเต็มไปหมด ตรงไหนในหนังที่มีอยู่รอบตัวของเรานี้ซึ่งมีข้อยกเว้นว่าเป็นสิ่งที่สะอาดและสวยงามซึ่งเป็นที่น่ารักน่ากำหนด ตามใจที่ละเมอเพื่อฝันอยู่เวลานี้

แยกให้เห็นเป็นชั้น ๆ ให้เห็นตามหลักความจริงของกายคตา ถ้าว่าพระพุทธเจ้าตรัสไม่ถูก ตรงไหนบ้างจะขัดแย้งในความรู้สึกของเราว่า ไม่เป็นดังที่ท่านตรัสไว้ เริ่มแต่หนังลงมาซึ่งอธิบายผ่านมาแล้ว มีตรงไหนบ้างที่จะขัดแย้ง เช่นผมบนศีรษะเราทุกเส้น มีเส้นหนึ่งซึ่งเป็นข้อยกเว้นว่าไม่มีมูลติดอยู่เลย และสถานที่ที่เกิดของมันก็เป็นสถานที่สะอาด ปราศจากสิ่งที่ไม่สมม มีเส้นไหนบ้าง เมื่อพิจารณาตามหลักความจริงแล้ว ไม่มีข้อยกเว้นแม้แต่เส้นเดียว ผมก็ไม่มีแล้ว ขนเล่า รอบตัวของเรานี้มีเส้นไหนบ้างที่เป็นข้อยกเว้น ไม่มี เป็นแบบเดียวกัน เพราะฐานที่เกิดของมันเต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สมมดังที่กล่าวมานี้ ได้แก่หน้าที่หุ้มห่ออยู่นี้ ในรอบตัวของเรานี้ เต็มไปด้วยมูล

เพราะฉะนั้นไม่ว่าสิ่งใดที่เกิดขึ้นจากที่นี่จึงไม่มีข้อยกเว้นว่า เป็นสิ่งที่สะอาดและสวยงาม น่ากำหนดยินดี นำเพลิดนำเพลิน เป็นอาการที่สองที่สามเข้ามา ผม ขน หนัง เล็บก็เหมือนกัน เล็บเกิดขึ้นจากที่ไหน ถ้าไม่เกิดขึ้นจากที่หนัง และมีความสะอาดประจำตัวของมันอยู่ที่ไหนบ้างในเล็บนี้ ไม่ว่าเล็บเท้าไม่ว่าเล็บมือ มันเกิดขึ้นจากที่ไหนเท้าเป็นของที่สะอาดหรือเป็นของสกปรก ฐานที่เกิดของเล็บเกิดขึ้นจากไหน ถ้าไม่เกิดขึ้นจากหนัง แล้วจะมีข้อยกเว้นในเล็บไหนบ้างว่าเป็นสิ่งที่สะอาดสวยงามผิตแปลกจากเล็บทั้งหลาย ในบรรดาเล็บที่มีอยู่ในตัวของเรานี้ทุก ๆ เล็บ พิจารณาดู

นี่แหละกายคตาสติตามหลักธรรมชาติที่พระพุทธเจ้าสอนไว้อย่างตรงแนว ไม่มีอะไรจะมาเพิ่มเติมอีก และจะหยิบออกเห็นว่ามากไปหรือเหลือเฟือก็ไม่มี มีความพอดี นี่แหละเรียกว่าหลักมัชฌิมา ในการสอนโลกสอนอย่างนี้ ฟันเกิดขึ้นที่ไหน สถานที่เกิดของฟันนั้นเป็นสิ่งที่สะอาดหรือโสम्म ฟันจะได้ความสะอาดมาจากไหน ทำความสะอาดทั้งวันทั้งคืน บ้วนปากแล้วบ้วนปากเล่า แม้จะทำความสะอาดจากตอนเช้าเวลาตื่นนอนขึ้นมาแล้ว เพราะเหตุไร ไม่อย่างนั้นตัวเองก็ได้กลิ่น คนอื่นแล้วยิ่งผ่านไม่ได้เลย พอพูด

ออกไป มันเป็นไอพ่น สลบลไสลไป ทำไมถึงเป็นอย่างนั้น ให้คิดดู ถ้าสะอาดมันทำไมเป็นอย่างนั้น ชะแชนง ตัวเองก็ยงได้กลืนเป็นบางครั้ง

ในพินแต่ละซี่ ๆ มีมูลโหม ถามตัวเองให้รู้ เพราะต่างคนต่างมี มูลนี้มีช้อยกเว้น โหมว่าเป็นมูลที่สะอาด พินนี้เป็นซี่ที่ยกเว้นโหมว่าเป็นซี่ที่สะอาด ไม่มี ไม่ว่าพินของใครทั้งนั้น มันเหมือนกันหมด เราพิจารณาดูซิ ทำไมจะไม่เห็นเรื่องกรรมฐาน คือกายคตา ถ้าพิจารณาตามหลักนี้จริง ๆ แล้ว มันเกิดขึ้นมาจากอะไรพิน เกิดขึ้นมาจากของสกปรก หนึ่งละเอียดซึ่งอยู่ภายในปากนี้เป็นหนึ่งอันหนึ่งเหมือนกันแต่เป็นส่วนละเอียด เลยไม่เรียกกันว่าหนึ่ง มันเป็นส่วนละเอียดอันหนึ่งเหมือนกัน เข้าไปข้างในก็เป็นเนื้อ เป็นกระดูก พินก็คือกระดูกนั้นแลแต่เรียกว่าพิน มันเป็นกระดูกดี ๆ นี้แหละ แต่แยกตามอาการไว้ตามสมมุติของโลกที่เคยใช้มาอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าก็สอนย้าลงที่สมมุติของโลก เขาว่าหนึ่งก็ว่าตาม ว่าผม ว่าชน ว่าเล็บ ว่าพินก็ว่าตาม ไม่ได้วาดภาพ นอกจากจะประมวลมาเรียกเป็นส่วนหนึ่งต่างหากเท่านั้น เวลาสอนต้องสอนแบบเดียวกันกับโลกที่สมมุติไว้แล้วอย่างไร เป็นแต่สอนตามหลักธรรมชาติที่มีอยู่เท่านั้น มันสกปรกก็บอกว่าสกปรก มันเป็นยังงี้ก็บอกตามเรื่อง มันไม่สะอาดก็บอกตามเรื่อง มันจริงถาวรหรือไม่ก็สอนไว้ตามเรื่อง อันนี้เข้าไปถึงพิน

เส้นเอ็นแต่ละเส้น ๆ เป็นยังงี้ มีอะไรสะอาดโหม กระดูกทุกท่อนซึ่งมีอยู่ในส่วนร่างกายของเรา มันเป็นที่นำกำหนดยินดีโหม นำสวยงามโหม มันเต็มไปด้วยอะไร กระดูกมันก็เป็นของปฏิภูกลอยู่แล้ว เนื้อเอ็นที่เกี่ยวข้องติดกัน ตลอดถึงเลือดหรือบุโพโลหิต ก็เรียก ผสมกันอยู่ภายในร่างกายนี้ มีส่วนไหนที่สะอาด บรรดาส่วนที่มีอยู่เกี่ยวข้องกันอยู่กับกระดูก ไม่มีส่วนไหนเลย เยี่ยมไปด้วยของไม่สะอาดทั้งนั้น เริ่มแต่หนังเนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารโหม อาหารเก่า รวมหมดในส่วนร่างกายนี้ มีอาการไหนบ้างที่เป็นอาการได้รับช้อยกเว้นว่า เป็นของสะอาด นำรักใคร่ นำกำหนดนำยินดี นำเปลิดนำเพลิน มีอาการไหนบ้างที่กล่าวมาทั้งหมด รวมแล้วเรียกว่าอาการ ๓๒

น้ำอยู่ในลำคลองยังดีกว่าน้ำอยู่ในส่วนร่างกายของเรา เราต้องคิดดูให้ดี หนึ่ง รongเท้ายังสะอาดยิ่งกว่าหนึ่งในร่างกายของเรา ไม่น่าชะแชนงเหมือนหนังของเรา ถ้าเราจะแก้ตัวเองต้องคิดเทียบเคียงอย่างนี้ แล้วทุกส่วนในร่างกายนี้มีอวัยวะส่วนไหนซึ่งได้รับยกเว้น ว่าเป็นสิ่งที่แปลกจากอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย คือเป็นของสะอาด เป็นของนำรัก มีที่ไหน กระดูกก็ดูให้ดี แยกออกทุกชั้น ๆ ชั้นไหนจะเป็นชั้นที่น่ากำหนดยินดี ที่นำรักนำชอบใจ ดูตั้งแต่ข้างล่างขึ้นมาก็ได้ จะดูตั้งแต่ข้างบนกะโหลกศีรษะลงไปก็ได้ ถ้ายังเห็นไม่ชัด ดูให้ดี

คนตายกับคนยังเป็นอยู่เช่นเรานี่ กระตุมืออะไรผิดแปลกกันไหม เราไปเห็นกะโหลกศีรษะคนตายทำไมขยะแขยง มาเห็นกะโหลกศีรษะคนเป็นทำไมตื่นเต้น หนึ่งคนตายเป็นยังงี้บ้าง หนึ่งคนเป็นเป็นยังงี้บ้าง มันหนังอันเดียวกัน ทำไมเห็นหนึ่งคนเป็นแล้วตื่นเต้น เห็นหนึ่งคนตายแล้วกลัวผี หนังอันเดียวกันกลัวมันอะไร เป็นเรื่องที่จะตื่นเต้นก็คือเรื่องหลอกตัวเองมาเสียก่อน ไม่หลอกไม่ตื่นคนเรา ถ้าพิจารณาตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้าแล้วไม่ตื่นเต้นในโลกนี้ สบายไปหมด นี่เรื่องกายคตาสติ นี่พูดถึงเรื่องความสกปรกโสภณของส่วนร่างกายหรือพูดถึงเรื่องความปฏิกูล

นับตั้งแต่ข้างนอกเข้าไปจนถึงข้างในที่สุดและทุกชั้น ไม่มีส่วนไหนที่จะนำพึงปรารถนาในร่างกายของเราและของใครก็ตาม หากได้พิจารณาตามนี้แล้วจะไม่หลงและจะเป็นความสบายไม่กังวล ปลดภาระในสิ่งเหล่านี้ได้ อุปาทานจะมีมาจากไหน เมื่อไม่มีอุปาทานซึ่งถือภาระอันหนักยิ่งกว่าภูเขาทั้งลูกนี้แล้ว ทำไมจะไม่แสนสบายเล่า การพิจารณาเรื่องกายคตาสตินี้ เราได้แบกภูเขาทั้งลูกไว้บนบ่าเรอเราถึงหนักนัก ไม่อยากจะพิจารณากัน แต่การแบกอารมณ์จนกระทั่งถึงความเดือดร้อนวุ่นวายถึงใจ รับประทานไม่ได้นอนไม่หลับนั้นไม่เป็นทุกข์หรือเธอ ต้องพิจารณาให้ดี ถ้าเป็นนักปฏิบัติแล้วต้องพิจารณาอย่างนั้นซิ

ปัญญาเอามาใช้อะไรถ้าไม่ใช้กับสิ่งเหล่านี้ นอนอยู่ก็โง่ นั่งอยู่ก็โง่ ยืนก็โง่ ฉันทก็โง่ อิริยาบถทั้งสี่เต็มไปด้วยความโง่ แบกตั้งแต่ความโง่อยู่ทั้งวัน ตายวันยังคำก็ตามเถอะ ไม่มีอะไรที่จะเป็นคนดีสำหรับโมฆบุรุษคนนั้น ขอให้พวกท่านพิจารณาให้ดี อุบายวิธีที่ผมสอนทุกแห่งทุกมุมนั้น บางรายอาจจะรำคาญก็ได้ แต่ผมไม่ได้สอนเพื่อให้ท่านรำคาญสอนเพื่อให้แก้ความโง่ของตน เราจะทราบไหมว่าเราโง่หรือเราฉลาดเวลานี้ ของมีอยู่เห็นอยู่ด้วยตา รู้ด้วยจิตใจของเรา เพียงในกายของเราเท่านั้นอยู่กับตัวของเรา ทำไมจึงไม่สามารถจะมองเห็นตามหลักความจริง ทั้ง ๆ ที่มีอยู่เป็นหลักความจริงร้อยเปอร์เซ็นต์ ฝันไปไหน หนีจากหลักธรรมะของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นทางเดินอันถูกต้องไปไหน เข้าชวากเข้าหนามให้เกิดความเดือดร้อนวุ่นวาย นี่ล้วนตั้งแต่เข้าชวากเข้าหนามเท่านั้นแหละ เหยียบชวากเหยียบหนามไปทั้งวันทั้งคืน เพราะผิดจากหลักธรรม

ถ้าหากว่าเราจะดำเนินตามหลักธรรมแล้ว เพียงกายคตาสติเท่านั้นเราก็พอแล้วที่จะได้รับความสุข เป็นที่เย็นใจ สบายจิต นี่แยกออกเป็นอาการ ๆ เรื่องกายคตาสติให้ทุกท่านได้พิจารณา เมื่อแยกเป็นอาการออกไปแล้ว เอ้า รวมตัวเข้ามาก็เป็นก้อนของกาย นี่ก็คือก้อนอสุภะ ก้อนปฏิกูล ก้อนซากผิบบนนั้นเอง ซึ่งยังมีชีวิตครองตัวอยู่เท่านั้น แต่นอกนั้นไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง ไม่ต่างจากคนตาย มันเหม็นเหม็นเหมือนกัน ทั้งข้างนอก

ข้างใน ไม่มีส่วนใดที่จะหอมหวานชวนให้ดม ชวนให้ชิม ชวนให้รักชวนให้กำหนดยินดี ถ้าพิจารณาตามหลักความจริงดังที่พระพุทธเจ้าสอนมาแล้วนี้

เมื่อเป็นเช่นนั้น เราจะเห็นว่าพระพุทธเจ้าโง่หรือฉลาด เราต้องพิจารณาดูซิ พระองค์ท่านสอนตามหลักความจริง เราฝันหลักความจริงไป เข้าป่าเข้ารกเหยียบขวากเหยียบหนาม ร้อนทั้งกลางวันกลางคืน เพราะมองข้ามความจริงนี้เอง นี่พูดถึงเรื่องความสกปรกโสมนมก็เต็มอยู่ที่นี่แล้ว พูดถึงเรื่องความแปรผันก็แปรอยู่ตลอดเวลา ขึ้นไหนดจะเป็นขึ้นที่ไว้วางใจว่าไม่แปร หมดทั้งร่างของเรานี้ เป็นทุกข์ก็เหมือนกัน มันทุกอย่าง อากาศ ไม่มีอาการใดที่ยกเว้นว่าไม่เป็นทุกข์ แล้วควรหรือว่าจะเป็นอิตตา มันอยู่ในฉากเดียวกัน ถ้าเห็นชัดตามหลักความจริงแล้ว จะถือว่าเป็นตนที่ไหนได้ มันตั้งแต่กองทุกข์ เหมือนกับบอยูกกลางกองเพลิงเสียแล้วเวลานี้ ถ้าปัญญาไม่ฉลาดก็ตายกองกันอยู่ในกองเพลิงนี้แล

จะให้อธิบายอย่างไรให้ฟังอีก จิตทำไม่จึงรุ่มร้อน แล้วพิจารณาอะไรทุกวันนี้จึงรุ่มร้อน ส่งไปหากระแสนโลก ไปหาอะไรกระแสโลก โลกมันคืออะไร ถ้าไม่ใช่โลกธาตุ โลกชั้นธ โลกดิน น้ำ ลม ไฟ โลกปฏิกุศลโสโครกนี่จะเป็นโลกอะไร ได้ความวิเศษวิโสมาจากไหน ทำไม่ไม่ยับยั้งจิตใจ ทำไม่ไม่พิจารณาจิตใจของตนเอง ให้เห็นตามหลักความจริงนี้จะได้มีความสะดวกสบาย ยืน เดิน นั่ง นอน จะเป็นสุข ๆ แล้วการพิจารณาธรรมะเพื่อการถอดถอนตนเอง ทำไม่เห็นว่าลำบาก ประหนึ่งภูเขาทั้งลูกมาทับอยู่บนศีรษะ แต่การจะปล่อยจิตใจให้ละเมอเพื่อฝันไปตามสิ่งต่าง ๆ จนเกิดความเดือดร้อน ไม่มีวันถอนตนได้ทั้งวันทั้งคืนนั้น ทำไม่เห็นว่าเป็นของสะดวกสบาย จะให้ทุกข์จนตายนั้นหรือถึงจะว่าทุกข์ ตายแล้วจะรู้สึกทุกข์เมื่อไร

ถ้าไม่รู้สึกลงในเวลานี้และเวลาปฏิบัติตามหลักธรรมะพระพุทธเจ้าอยู่ที่นี่ จะหาโอกาสรู้ที่ไหน ผมว่าไม่มีวันรู้ ตายทิ้งเปล่า ๆ นั้นแหละ แล้วจะให้ผมเอาอะไรมาสอนหมู่เพื่อน หมดกำลังความสามารถ นี่ก็ได้ปฏิบัติมาอย่างนี้ สอนอย่างนี้ ไม่ใช่เอามาหลอกหมู่เพื่อน ปฏิบัติมาอย่างนี้ สอนอย่างนี้ พิจารณาอย่างนี้เหมือนกัน ถ้าเห็นตามหลักความจริงที่พระพุทธเจ้าสอนแล้ว จะต้องเกิดความสลดสังเวชในความโง่ของตนอย่างเต็มที่ โง่ต่อกาย โง่ต่อเวทนา โง่ต่อสัญญา โง่ต่อสังขาร โง่ต่อวิญญาณ มันล้วนแล้วตั้งแต่เป็นของปลอมสำหรับจะหลอกบุรุษตาฟาง แต่ถ้ารู้ตามหลักความจริงแล้ว มันจริงทั้งนั้น รูปก็จริง เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันจริงตามส่วนของมัน

มันไม่ได้มาชักชวนให้เราหลง แต่เราเป็นบ้าหลงมันต่างหาก เพราะบ้าภายในใจของเรามันมีอยู่แล้ว บ้าไม่รู้หน้ารู้หลัง ไม่รู้วันรู้คืน นี่ซีมันแกล้ง พูดตามธรรมะส่วนละเอียดก็คือบ้านั่นเอง และขออภัยอย่าว่าผมพูดหยาบ พูดตามหลักความจริง เมาเหล้า

เมาสุราเป็นบ้าไปอย่างนั้น มันก็ยังไม่รู้เวลาที่สร้าง เมาในรูปในโฉม ในธาตุสี่ ชั้นห้า ดิน น้ำ ลม ไฟ เมาเรื่องเขา เมาเรื่องเรา นี่ไม่มีเวลา จะจอดแวะก็ไม่มีเวลาจะจอดแวะได้ หาทที่ปลงที่วางก็ไม่ได้ หนักถ่วงอยู่ทั้งวันทั้งคืน แล้วเราจะหาความสุขความเจริญ มรรค ผลนิพพานมาแต่ที่ไหน เมื่อปล่อยให้ภูเขาทับอยู่ตลอดเวลาอย่างนี้ ภูเขา คืออารมณ์ นั่นเอง

นี่อธิบายเรื่องกายคตาสติ พวกท่านเข้าใจหรือยัง ถ้าไม่เข้าใจ พิจารณาให้เข้าใจ มีอยู่อย่างสมบูรณ์ในทุกรูปทุกนาม ไม่ว่าใครจะเชื่อว่ายังไง ใครจะมีรูปร่างลักษณะอย่างไร ธรรมชาติที่กล่าวนี้ทั้งหมดมีอยู่อย่างสมบูรณ์ ถ้ายังสติหยังปัญญาลงไปที่นี่จะเห็นความจริง แล้วไม่ต้องสงสัย ไม่ต้องต้องละเมอเพื่อฝันไปไหนอีกแล้ว จะได้มีเวลาพักผ่อนจิตใจให้สบายเสียทีหนึ่ง หลักความจริงนี้แลจะเป็นสถานที่จอดพักได้อย่างเย็นใจ สบายใจ เพียงชั้นกายคตาสตินี้พอสมควรที่จะมีความสุขความสบาย ในการประพฤติ ตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า เฉพาะอย่างยิ่ง คือนักบวชซึ่งมีหน้าที่พร้อมอยู่แล้ว

เรื่องเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนั้น แม้จะเป็นส่วนละเอียดจะหนีจากปัญญา ดวงนี้ไปไม่ได้ จะต้องรู้ตามไปหมดตลอดสาย กิเลสจะไปแฝงอยู่ทางรูป ทางกาย ทาง เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แฝงอยู่ที่ไหนก็ต้องตามรู้ ปัญญาไม่มีอะไรที่จะเสมอได้ สองทะเลไปหมด แม้ที่สุดจิตซึ่งเป็นสถานที่เกิดแห่งกิเลสอาสวะทั้งหลายก็สามารถรู้ได้ นั่นละฐานเดิมจริง ๆ ก็คือเกิดขึ้นจากจิต เพราะจิตยังไม่สามารถภายในตัวเอง จึงไม่อาจจะกลั่นกรองตัวเองให้เป็นจิตที่บริสุทธิ์ล้วน ๆ ได้ ถ้าหากว่าเป็นวัตถุที่ควรรับ ประทาน วัตถุที่เป็นอาหารก็ยังเจือด้วยพิษ เช่น หัวเผือก หัวมัน แม้จะเป็นอาหารก็ตาม แต่ถ้าทำไม่ถูกต้องหลักซึ่งควรจะเป็นอาหารได้ มันก็เป็นภัยต่อร่างกายเหมือนกัน

ฉะนั้นผู้ชำนาญในสิ่งเหล่านี้จึงต้องรู้วิธีปฏิบัติต่ออาหารประเภทนี้ แล้วนำมาทำ อย่างไรจนสำเร็จเป็นอาหารขึ้นมาอย่างดี และสมบูรณ์ตามภูมิของอาหารประเภทนั้น ๆ จิตใจก็เหมือนกัน เมื่อมีสติปัญญาแล้วจะต้องเป็นลักษณะเดียวกันกับแม่ครัวปรุงอาหาร จนให้มีรสชาติอย่างเต็มที่ได้นั้น แต่ที่เต็มไปด้วยความขมขื่น เต็มไปด้วยความ เตื่อตร้อน เต็มไปด้วยความลุ่มหลง อยู่ในจิตนั้นหมด เพราะจิตนั้นเป็นบ่อแห่งความ เตื่อตร้อน แห่งความลุ่มหลง จึงกระจายออกมาภายนอก ออกทางตากก็หลง ทางหู ทาง จมูก ทางลิ้น ทางกาย หลงไปหมด ออกทางใจของตัวเองก็หลง เพราะหลงใจ

เมื่อประมวลเข้าไป ๆ ด้วยการพิจารณาโดยทางปัญญา มีสติเป็นคู่เคียงอยู่เสมอ แล้ว จะต้องรู้เข้าไปเป็นลำดับ ๆ จนกระทั่งถึงที่สุดแห่งสมมุติที่มีอยู่ภายในจิตใจเท่านั้น แล้วถอนออกได้ ไม่มีสิ่งใดจะเป็นสมมุติแม้แต่ฝังอยู่ภายในจิตนั้นเลย นั่นแล คือจิต ล้วน ๆ คือจิตที่บริสุทธิ์แท้ หาทุกข์ที่ไหนไม่มี เพราะคำว่าทุกข์ก็คือสมมุติ คำว่าสุขก็คือ

สมมุติเช่นเดียวกัน นอกจากจะเป็นสุขในหลักธรรมชาติของมันที่เป็นเองกับความบริสุทธิ์นี้เท่านั้น ไม่มีความสุขอื่นใดจะเป็นความสุขที่แน่นอน ขอให้ทุก ๆ ท่านนำไปพิจารณา

ผู้ปฏิบัติเพื่อรู้ความจริงต้องเป็นคนจริง ฟังจริง ปฏิบัติจริง จะทุกข์ขนาดไหนก็ให้ทราบว่ามันทำงานต้องเป็นทุกข์ ไม่ว่าจะงานชิ้นไหน ขึ้นชื่อว่าทำงานแล้วต้องมีทุกข์เจืออยู่ด้วยกัน การประกอบกิจการงานอันนี้ก็เป็นการทำงานชิ้นเอกที่จะรื้อถอนตนให้พ้นจากทุกข์ โดยไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอันเป็นบ่วงกมลนี้อีก ต้องเป็นงานที่ทุกข์เช่นเดียวกัน ทุกข์เพื่อผลอันล้ำเลิศประเสริฐนี้ จะทุกข์แค่ไหนก็ทุกข์ไป พระพุทธเจ้าเคยผ่านมาแล้ว และทำมาก่อนพวกเราแล้ว เห็นไหมในตำรับตำรา สลบลสไปก็ครั้ง ไม่ทุกข์จะถึงสลบสลหรือคนเรา

การสลบสลก็เป็นผลของทุกข์ ที่เหลือกำลังก็ต้องเป็นไปอย่างนั้น ความอดอยากขาดแคลนไม่มีใครจะยิ่งกว่าพระพุทธเจ้าไป ลงถึงเป็นกษัตริย์แล้ว ออกไปทรมานฝึกพระองค์อยู่เช่นนั้น ประหนึ่งว่าคนอนาถา ทำไมจะไม่ได้รับความทุกข์แสนสาหัส พวกเราเข้าไปที่ไหนก็มีผู้ดูแลรักษาเลื่อมใสศรัทธา บิณฑบาตก็เต็มบาตรมาทุกวัน สบงจีวร ที่อยู่ ที่อาศัย ไม่มีสิ่งใดบกพร่อง มีแต่สมบุรณ์บริบูรณ์จนพอใจ ลืมตัว สกฺกาโร ปุริสฺ หนฺติ บุรุษผู้โง่มันตายด้วยความนอนใจเพราะไม่รู้ลี้กตน ไม่สำนึกว่าสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นมาจากอะไร จึงได้นอนใจเป็นสิ่งสำคัญ ไม่ได้คิดอ่านไตร่ตรอง นอนอยู่ในขวากในหนามก็ว่าของดี

เหมือนอย่างหมูนอนอยู่ในโคลนในตมก็ว่าของดี หรือจุดลากออกมาจากนั้นก็ขึ้นเขียงเขาเท่านั้นแหละ ไม่มีอะไร หน้าที่ของหมูมีเท่านั้น หน้าที่ของคนใจ คนเขลาของคนซี้เกียจก็ต้องเป็นอย่างนั้น จะต้องขึ้นเขียงของภพของชาติสับยำ ให้เกิดให้ตายอยู่ตลอดก็ปดตลอดกลับ มีเท่านั้นละเรื่อง แล้วเราจะเลือกเอาอะไร ถ้าเราเป็นนักปฏิบัติจริง ๆ แล้ว จะเลือกอะไรเป็นสาระแก่นสาร จะให้เป็นหมูอย่างที่ว่า หรือจะให้เป็นพระ พระแปลว่าผู้ประเสริฐ การประพฤติปฏิบัติต้องให้เป็นเรื่องของพระจริง ๆ อย่าเอาสิ่งใดมาปลอมแปลงแฝงอยู่ในเรื่องของพระ ภายในองค์ของพระ ภายในใจของพระ หน้าที่การงานทุกอย่างให้เป็นไปด้วยหลักธรรมหลักวินัย มีเหตุมีผลทุกด้านพร้อมมูล นี้ชื่อว่าเป็นเรื่องของพระ

พระอย่างนี้พระหาได้ยาก หาเอาในตัวนั้นแหละแต่หายาก เพราะซี้เกียจอ่อนแอ จะทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ว่าเป็นของลำบากของยากไปเสีย พระก็เลยหายากที่นี้ ไม่เจอ เจอแต่การหลับการนอนการซี้เกียจซี้คร้าน การต่าง ๆ นานา เจอแต่ความเดือดร้อน หาอะไรก็เจออันนั้นซิ หาของดีทำไมจะไม่เจอ

ผมก็หมดปัญญา สอนหมู่เพื่อนมาไม่ว่าส่วนหยาบ ส่วนกลาง ส่วนละเอียด ไม่ว่าจะภายนอกภายใน สอนย่ำแล้วย่ำเล่า มองเห็นหมู่เพื่อนแต่ละองค์ ๆ ที่ผ่านสายตานี้จะต้องจ้องมองดูด้วยความเป็นห่วง ด้วยความสงสาร ไม่ใช่ด้วยความจับผิดจับโทษเพื่อจะเอามาย่ำยี้ แต่เพื่อจะเสริม เพื่อจะแก้ไขให้ทั้งนั้น บางทีก็ชี้นิ้วก็มี แล้วผู้ที่มาศึกษาเห็นอาการปฏิกิริยาเช่นนั้นได้คิดอย่างไรบ้าง ก่อนที่พวกท่านจะเข้ามาสู่ที่นี่พวกท่านได้มีความรู้สึกอย่างไรต่อสำนักนี้ วัดนี้ หรือผม เวลาเข้ามาแล้วความรู้สึกนั้นเปลี่ยนแปลงหรือเป็นอย่างไรในเวลาที่ได้รับการแนะนำสั่งสอน ทั้งตั้งใจสอน ทั้งที่ผ่านสายตา เคลื่อนคลาดอย่างไรแล้วสอน หรือเข้าใจว่าพูดเล่น หรือเข้าใจว่าเป็นนักบ่น หรือเข้าใจว่าเป็นนักตำหนิ จึงไม่รู้สึกตัว หากความแสบคายไม่มี ผู้สอนจะตายแล้วนะ

อุบายวิธีที่จะนำมาสอนนี้ไม่ใช่เอามาอย่างง่าย ๆ แทบตายมาเหมือนกัน ใครจะตั้งใจก็ตั้งใจ นี่ถ้าหากว่าได้ปฏิบัติดังที่อธิบายมานี้ จะไม่เห็นอำนาจของความเพียรของความฝึกรอดทนไปได้ จะต้องอยู่แน่นอนไม่มีทางออก ถ้าหากสติปัญญาได้ตามรู้ตามเห็นกันอยู่ประจำหน้าที่การงานของตนที่กำลังบำเพ็ญอยู่นั้นจะฝืนไปไหน ก็คนหนึ่งเตรียมจะรู้เรื่องของตัวเองอยู่แล้ว แล้วมันจะไปที่ไหนเมื่อเราเตรียมรู้ นอกจากว่าเราจะไม่สนใจเท่านั้น มันก็ออกไปตามกระแสของมันที่เคยเป็นมาตั้งกัปตั้งกัลป์ เป็นมาอย่างนั้น เหมือนกับน้ำที่ไหลลงทางต่ำ พอปราศจากสิ่งที่ปิดกั้นมันก็ไหลลงไป ถ้าหากว่ามีสิ่งปิดกั้นมันก็อยู่ ถ้าสิ่งปิดกั้นแน่นหนา มันคงก็ได้รับประโยชน์จากน้ำ นี่เหมือนกันเช่นนั้น

การแสดงธรรมก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ยุติเพียงเท่านี้