

ธรรมโอวาท

หลวงปู่พุทธ ฐานิโย



เรียนกรรมฐานเพื่ออะไร

ถ้าจะเทียบจิตของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ท่านกับจิตของพวกเรา จิตของพวกเรานั้นมันเหมือนยุ่งตีกันเหมือนยุ่งชกกัน ยุ่งกันอยู่อย่างนั้น ไม่มีเวลาสงบ ยุ่งอยู่ตลอดเวลา

จิตของท่านผู้บริสุทธิ์เหมือนน้ำนิ่งที่ใสสะอาดเต็มที่แล้วนิ่ง แต่จิตที่บริสุทธิ์ไม่ได้เหมือนน้ำ เพราะจิตไม่ใช่วัตถุ แต่ก่อนก็เป็นจิต “สกายุง” ตีกันชกกันเหมือนจิตเราทุกคน จิตที่เป็นสกายุงชกกันต่อยกัน อยู่ตลอดเวลาวันจะมีกรรมการที่โหดมาตัดสิน มาแยกออกพันกันกับอารมณ์ต่างๆ อยู่ตลอดเวลา นักมวยขึ้นชกกันบนเวทีเขายังมีกรรมการแยกกรรมการตัดสิน แต่สมาจิต สกายุงนี้ไม่มีใครแยกใคร ต้องต่างคนต่างสู้กันอยู่บนเวที

สกายุงหรือสกาย่งไม่หยุดบนหัวใจ ไม่มีเวลาให้น้ำพักแรงบ้างเลย แม้ล้มลุกคลุกคลานเพราะถูกต่อยก็ยอมทนทุกข้ออยู่บนเวทีนั้นแหละ ไม่ทราบใครจะแยกใครหากจะมีผู้ไปแยกพอให้ได้หายใจบ้าง ก็ไม่ยาก ให้แยกทำไมจึงไม่ยากให้แยก? ก็ธรรมชาติที่กำลังตกอยู่ในสภาพ “สภามวยยุง” นี้ มันซุลมุนวุ่นวายด้วยความโลภ ความโกรธ ความลุ่มหลงมาก ไม่เห็นอะไรดีกว่าสิ่งเหล่านี้ มีสิ่งเหล่านี้เต็มหัวใจแล้ว ราว



กับจะเหาะเหินเดินฟ้าได้ เพลินกับมันจนไม่รู้จักเป็นจักตาย เหมือนไม่มี
ปาชา้กับโลกเขาโน่นนะ มัวว่าแต่จะมั่งมีดีเด้นอยู่ตลอดเวลา ครูบา
อาจารย์สั่งสอนไม่อยากฟัง อรรถธรรมไม่อยากอ่าน อ่านแต่ความโลภ โกรธ
หลง วันยังค่ำเกิดเป็นวันเวลา เตรียมหาแต่ความรื่นเริงด้วยขำนั้นขำนี้
ด้วยบทเพลงต่างๆ หลับและตื่น ในใจหมกมุ่นอยู่กับสิ่งเหล่านี้ ความทุกข์
นั้นยอมรับว่าทุกข์ แต่ไม่ยอมหาทางออกด้วยอุบายที่ชอบใจจึงเหมือน
สภามวยไม่ยอมให้ใครแยกออกจากสิ่งเหล่านี้ ปล่อยให้ตะลุมบอนกันไป
แบบไม่มีจุดหมายปลายทาง เป็นอยู่อย่างนั้นทั้งวันทั้งคืน หลับตื่นลืมตา
เต็มไปด้วยความอยากความทิวโหย ด้วยอำนาจแห่งความโลภ ความ
โกรธ ความลุ่มหลงมกยา ราวกักับจะตายกับโลกเขาไม่เป็นด้วยอำนาจ
แห่งความโลภ

ความทุกข์ที่ได้รับเพราะสิ่งเหล่านี้ทำพิษจนหาที่เก็บไม่ได้ ทุกข์ถึง
ขนาดน้ำตาาร่วงไปด้วยในบางครั้งก็ยังพนักกันอยู่ไม่ยอมหยุด ไม่ยอมให้
ใครแยก คือ ไม่ยอมทวนระลึกเทียบบรรทัดเทียบธรรม เครื่องนำออกจาก
ทุกข์ไม่ยอมเทียบเหตุเทียบผล ความผิดถูก ดีชั่วสุขทุกข์อย่างไรบ้างเลย
ใจไม่ยอมคิดอ่านและเชื่อฟังสารคุณบุญบาปจากใครบ้างเลย นอกจาก
ซุ่มนุ่นวนายอยู่กับเรื่องของตัวเอง ไม่ชอบให้ใครไปยุ่ง ไม่ชอบให้ใคร
ไปช่วยแยกช่วยเหลือ

ผู้สามารถแยกความทุกข์ของสัตว์ออกได้ด้วยอุบายที่ฉลาดแหลม
ก็คือ พระพุทธเจ้า พระอรหันต์ รองลงมาก็ได้แก่ครูอาจารย์ที่ท่านเชี่ยวชาญ

ทางด้านธรรมาปฏิบัติแต่ใจไม่มีใครชอบ ธรรมดาจิตใจสวามยิ่ยนี้ มันไม่ค่อยชอบด้วยเหตุด้วยผลที่เป็นอรรถเป็นธรรม จึงหาความสุขไม่เจอ เมื่อยังอยู่อยู่ตราบใจ ความสุขก็ไม่มีทางเกิดขึ้นได้ตรานั้น ก็ปี ก็เดือน ใจก็เป็นดังสภาพที่เคยเป็น ยุ่งกันอยู่ตลอดเวลา อารมณ์ใดเกิดขึ้นก็คล้อยตามมัน เชื้อมันเสียทุกอย่าง เพราะไม่มีเหตุผลเป็นเครื่องทดสอบกันพอจะแยกแยะให้รู้ผิด รู้ถูก พอมีทางฝันกันบ้าง

ถ้าพูดถึงใจที่รักใคร่ในอรรถในธรรมอยู่แล้ว ก็มีทางฝันได้ ดังเราทั้งหลายประพฤติปฏิบัติกันอยู่เวลานี้ตามธรรมดาการปฏิบัติ การฝึกหัดดัดแปลงตัวเองก็คือ การฝึก ทรมาณจิตใจ การกดขี่บังคับจิตเพื่อไม่ให้พลิกแปลงไปในสิ่งที่ผิด อารมณ์ที่ผิด ก็ต้องเป็นการฝันและเป็นความลำบาก ที่เรียกว่าทำงานด้วยความทุกข์ลำบาก แต่ก็ฝันทำได้ เพราะเล็งเห็นคุณค่าของงานผู้อบรมธรรมย่อมเป็นผู้หนักแน่นทางเหตุผล เหตุผลว่าอย่างไรก็พยายามทำตามนั้น แม้จะยากลำบากก็ทนเพราะเชื่อเหตุเชื่อผล ได้แก่เชื่อธรรม

ผู้ไม่เชื่อธรรม ก็คือ ผู้ไม่เชื่อเหตุเชื่อผล ทำตามความชอบใจของตน และก็ความชอบใจเหล่านั้นแหละมันพาลงเผลงบ่อ ให้จมดิ่งลงไปเรื่อยๆ จนหาทางพ้นตัวไม่ได้ แต่ก็ไม่ยอมเห็นโทษ จึงเป็นความลำบากที่จะเจอความสุขความสบาย มนุษย์ที่ไม่มีขอบเขต เหตุผลมีมากเพียงไรก็เท่ากับช่วยกันก่อให้เกิดความยุ่งเหยิงวุ่นวายมากเพียงนั้น

ถ้าตามกำเนิดและฐานะมนุษย์เราคืออยู่มาก เพราะมนุษย์เราฉลาด



ฉลาดหลายแง่ หลายมุมที่สัตว์ไม่เคยมีถ้าฉลาดตามมนุษยธรรม มนุษย์สามารถทำประโยชน์ให้แก่มนุษย์และสัตว์ได้มาก ไม่มีสัตว์จำพวกใดเป็นคู่แข่งได้ แต่นี่ไม่เป็นเช่นนั้นกลับตรงข้าม มนุษย์มีมากเท่าไรมันยกตนเป็นหนึ่งเสมอ เข้าข้างตัว เห็นแก่ตัวโดยอาศัยความฉลาดเข้าสนับสนุน รู้สึกไม่มีใครเกินมนุษย์ที่ไร้เหตุผลไปได้ เมื่อการเข้าข้างตัวมีมาก ก็เห็นคุณค่าของคนอื่นมีน้อย นอกจากจะเห็นคุณค่าของตัวเองเด่นๆ เท่านั้น ทั้งๆ ที่ต้องอาศัยเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน แต่คุณค่าทั้งหลายก็มาเข้าตัวเสียเองนั่นนะ มนุษย์อุบาทว์ ขาดคุณธรรมในใจ น่าคบ น่าตายใจด้วยไหม?

มนุษย์ที่เกิดความเดือดร้อนอยู่ทุกวันเวลา หรือแต่ไหนแต่ไรมาก็เพราะเหตุนี้เป็นส่วนใหญ่ที่ทำให้เป็นรวมแล้วก็เรื่องของกิเลส สิ่งสกปรกเป็นแนวหน้าพาให้ทำไม่ใช่เรื่องอื่นใด

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจำต้องแยกระหว่าง **ธรรม** กับ **กิเลส** ออกจากเทียบเคียงคุณค่าสารคุณ เพื่อถือเอาประโยชน์และชำระโทษตามความจริงจะเป็นอย่างไรก็ต้องแยกละ ถ้าอยากเป็นมนุษย์ผู้ดีมีความสุขความสมหวัง

สมมติว่า “จิต” เป็นสหายๆ เราก็พยายามแยกแยะจิตของเราเฉพาะอย่างยิ่งระหว่าง **ขันธ์** กับ **จิต** ที่เกิดความทุกข์ความลำบากในที่ใดจุดใด แต่ก่อนที่ไม่เคยพิจารณาขณะเป็นทุกข์ ไม่สบายกาย แต่ใจมักเกิดความเดือดร้อนขึ้นภายในเสมอ ทั้งที่ใจไม่ได้เป็นไข้เลย ที่ใจเป็นทุกข์ด้วยนั้น ก็เพราะปกติไม่ยอมให้เกิด ไม่ยอมให้มี ไม่ยอมให้เป็น แม้เป็นขึ้นก็อยากให้หาย ความอยากทั้งนี้ มันเป็นเรื่องของ “ตัณหา” คือ

ความบกพร่องต้องการทำให้ใจหิวโหย ทำความอยาก ความปรารถนาอยู่ตลอดเวลา ถ้าอยากในทางผิดมากเพียงไร ก็ยิ่งเป็นการเพิ่มความทุกข์มากขึ้น และผลที่เกิดขึ้นจากความหิวโหย ก็คือ ความทุกข์นั่นเอง

ผู้ปฏิบัติธรรมจึงไม่ควรปรารถนาอย่างนั้นโดยปราศจากเหตุผล จะแก้ไขอย่างไร? ด้วยหยูกด้วยยาหรืออรรถด้วยธรรม? ก็พิจารณาไปตามเหตุตามผลนั้นควรจะคิดยากี่คิด ควรจะรับประทานยา ก็รับประทาน ควรอย่างไรก็ทำไปตามเหตุผลที่ควร ระวังทางภายในคือ ใจ อย่าให้ไปยุ่งให้เกินเหตุ จนเป็นโรคตัณหา สมุทัย ขึ้นมาภายในใจ ซึ่งเป็นเรื่องที่หนักมาก และทำให้เกิดความทุกข์มากยิ่งขึ้นกว่าโรคทางกายเสียอีก เพราะทุกข์ทางกายเป็นทุกข์ในชั้นธรรมา ไครๆ ก็เป็นได้

ส่วนทุกข์ทางใจนี้เกิดเพราะอำนาจของกิเลส ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ ผิดธรรมดา ทุกข์ทางร่างกายเป็นเพราะความแปรปรวน ความผิดปกติของธาตุ จึงเกิดขึ้นเป็นธรรมดา แต่ทุกข์ทางใจนี้ ร้อยทั้งร้อยเกิดขึ้นเพราะอำนาจของกิเลส ตัณหา ความหิวโหยทั้งนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องใช้เหตุผล ทุกขปริเวทนาเป็นขั้นที่ไหน ก็พิจารณาแก้ไขไปตามเรื่อง และให้ทราบเสมอนั่นเป็นอันหนึ่ง ซึ่งเป็นสมบัติกลางที่เราได้อาศัย แต่ไม่ถือว่ามันเป็นเรา เป็นของเรา เป็นต้น นี่คือ วิธีการแยกแยะระหว่างขั้นกับจิต จะเป็นขึ้นมากน้อย ก็ปฏิบัติไปตามเรื่อง แก้ไขกันไปตามความสามารถที่จะเป็นไปไม่ได้ และพยายามรักษาจิตใจ อย่าให้กำเริบไปยึดไปถือ ไปวุ่นวายกับเขา จะเป็นทุกข์สองชั้น คือ ทุกข์ทางกายเป็นเหตุเมื่อเพิ่ม



ทุกข์เป็น ๒ ทุกข์ ก็ยังเป็นทุกข์หนัก

ผู้ปฏิบัติธรรมจึงใคร่ควรดูด้วยสติปัญญา อย่าหลงหลวมสืมตัว ไม่เหมือนผู้ไม่ปฏิบัติธรรมท่วๆไปเลยเวลาเกิดทุกข์ก็ต่างกัน ผู้ปฏิบัติธรรมพอมีทางหลบหลีกมีทางแยกแยะ มีทางผ่อนคลายเป็นอุบาย ถึงจะเป็นมากก็พอแบ่งเบาตัวได้ ไม่ได้ ยก แบก หาม กันทั้งหมดไม่ได้แบกกันทั้งความทุกข์กายและความทุกข์ใจ

ระหว่างผู้ปฏิบัติธรรมกับผู้ไม่เคยปฏิบัติธรรมเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย จึงผิดกันอยู่มาก

การสอนธรรมนั้น คิดว่าสอนโดยถูกต้องตามที่เคยปฏิบัติมาและเข้าใจมาบ้างแล้ว ผู้ปฏิบัติธรรมพึงปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักธรรม การปฏิบัติก็ปฏิบัติเรื่องธาตุ เรื่องขันธ ที่มันสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกับใจเรา ตลอดเวลานี้แหละ จะปฏิบัติที่ไหน ปฏิบัติอย่างนี้ถูกเรื่องอื่นๆ ก็ถูก

เรื่องภายนอกเกี่ยวโยงกับใครๆ สิ่งแวดล้อมใดๆ นั้นมันห่างจากตัวเรายู่มาก ไม่เหมือนขันธกับจิตที่ติดแนบอยู่กับเรา เมื่อถือว่าสิ่งเหล่านี้เป็นเรา มันติดอย่างสนิทแยกกันไม่ออก ที่แยกไม่ออกก็เพราะไม่แยก และไม่พยายามจะแยก เพราะไม่เข้าใจแยก พยายามพิจารณาให้รู้ เมื่อพอเข้าใจบ้างแล้วก็พยายามแยก พยายามพิจารณาให้รู้ตามความจริงของมัน ตามสัดส่วนที่มันเป็นขึ้นมาน้อย

เวลาปกติ ไม่เจ็บป่วยก็ทราบว่ธาตุขันธเป็นปกติเวลาแสดงความแปรปรวนขึ้นมาในลักษณะต่างๆก็ทราบว่ธาตุขันธแปรปรวน แต่ใจอย่า

ให้แปรปรวนไปตาม เพราะใจไม่มีโรคชนิดนั้น อย่าหาเรื่องโรค คือ อารมณ์ที่เกี่ยวกับร่างกายแปรปรวนนั้น เข้ามาแทรกสิงใจหรือเสียดแทงใจให้เกิดเป็นทุกข์ขึ้นมา เป็นโรคภายในใจอีกต่อหนึ่ง ซึ่งสำคัญและหนักมากกว่าโรคทางกาย

นี่คือวิธีการเรียนเรื่องของตัวเอง ปฏิบัติต่อตัวเอง ปฏิบัติอย่างนี้ ถูกต้องตามหลักธรรมจะไม่เดือดร้อนวุ่นวายมีความสุขอยู่ภายใน แม้โรคจะเกิดขึ้นในกายมากน้อยใจก็ไม่เป็นทุกข์ไปด้วย เพราะเรื่องความตายนั้นมอบให้ธาตุขันธ์ไปเสีย เรื่องความเป็นอยู่ของขันธ์ ก็มอบให้เป็นอยู่ธรรมชาติของเขา ไม่ขัดขึ้นป็นเกลียวคดธรรมชาติจะผันธรรมชาติ แม้ขันธ์เป็นอยู่ ก็เป็นอยู่เพื่อจะไป เพราะมีความแปรสภาพตามหลักธรรมชาติของเขาอยู่ตลอดเวลาที่ ไม่มีพักกลางวัน กลางคืน ยืน เดิน นั่ง นอนแปรอยู่อย่างนั้น เมื่อแปรไปมากก็แสดงอาการวิกลขึ้นมาให้เราทราบทุกระยะ เช่น เจ็บท้อง ปวดศีรษะ จับไข้ได้พยาธิต่างๆ การกำหนดรู้ ขันธ์และอาการของขันธ์ ที่แสดงออกหรือไม่แสดงออก เรียกว่า “เรียนกรรมฐาน”

“กรรม” แปลว่าการกระทำ “ฐาน” คือที่ตั้งแห่งงาน คือ ทำงานภายในภายในใจนี้ งานนี้เป็นงานใหญ่โตมาก การรื้อภาพ รื้อชาติ รื้อกิเลสตัณหาอาสวะ ที่เป็นข้าศึกแห่งใจ และเป็นเครื่องส่งเสริม “วิภูฏะ” ให้ยืดยาวจะต้องรื้อที่กายและจิตนี้ จะต้องรื้อด้วยงานนี้ คือ การทำกรรมฐาน ดังท่านว่า “เกสา โลมา นขา ทันตา ตะโจ” เป็นต้น จิตมันยึดถือสิ่ง



เหล่านี้เป็นเนื้อเป็นหนัง เป็นชีวิตจิตใจจริงๆ แต่เริ่มเกิดเป็นภาพเป็นชาติมา เส้นดำๆ ยาวๆ มันก็ว่า “ตน” เสีย อะไรอยู่ในนี้ถือว่าเป็นตนเสียสิ้น ผมก็ว่าเป็นตน ขน เล็บ ฟัน ก็ว่าเป็นตน ทุกสิ่งทุกอย่างที่สกปรกโสภณขนาดไหน ซึ่งมีอยู่ในกายนี้ ก็ว่าเป็นตน เป็นต้นไปเสียหมด เพราะฉะนั้นตัวคนๆ หนึ่งจึงเต็มไปด้วยสิ่งสกปรกโสภณ เมื่อสิ่งเหล่านี้มาเป็นตัวของเราอย่างแน่นหนาแล้ว เราจะหาความสะอาดในจิตใจได้อย่างไร เพราะเต็มไปด้วยความสกปรกแห่งการยึดการถือ?

เพื่อความสะอาดภายในใจ จำต้องอาศัยสิ่งสกปรกโสภณเหล่านี้เป็น “ปุ๋ย” เป็นอาหารหล่อเลี้ยงธรรม คือ พิจารณาสິงเหล่านี้ด้วยปัญญา ให้เห็นแจ่มแจ้งชัดเจนไปโดยลำดับว่า “นี่กองทุกข์ นี่กองอนิจจัง นี่กองอนัตตา” ต่างหาก มิใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ของใครทั้งสิ้นเป็นแต่เพียงอาศัยกันชั่วคราวระยะกาลเท่านั้น พอถึงกาลผ่านไปของเขา นี่เรียกว่า เรียนเพื่อรู้ เพื่อละ เพื่อเอาชนะกิเลสหรือเอาชนะตัวเอง เนื่องจากใจเคยถือกิเลสเป็นตัวเป็นเรา เป็นของเรามากัน

การพิจารณาร่างกายส่วนต่างๆ โดยสม่าเสมอจิตใจก็มีหลักยึดและเป็นวิธานธรรมแก่ตัวเอง คือมีความรุ่มเย็น มีความสงบสบาย ไม่ฟุ้งซ่านรำคาญ ไม่เห่อเหิมไม่เดือดร้อนวุ่นวายไปตามกระแสโลก ที่พัดผ่นอยู่ตลอดเวลา

เวลาถูบลูบถูบจะบวชพระ ทำไมอุปัชฌาย์ทั้งหลายจึงสอน “กรรมฐานห้า” ให้ทุกรายไป? แม้พระอุปัชฌาย์นั้นๆ จะไม่สนใจกับกรรมฐาน

แต่กฎข้อบังคับ ซึ่งเป็นหลักตายตัวของพระพุทธเจ้าที่สอนไว้ ในขณะที่
 กุลบุตรทั้งหลายบวชพระบวชเณร ต้องสอนกรรมฐาน ๕ ให้ละเว้น
 กรรมฐานเสียมิได้ ถึงระยะที่จะต้องสอนกรรมฐานก็ต้องสอน “เกสา
 โลมา นขา ทันตา ตะโจ ตะโจ ทันตา นขาโลมา เกสา” สอนอนุโลม
 ให้พิจารณาแบบอนุโลมและพิจารณาแบบปฏิโลม ถอยไปถอยมา เพื่อ
 เกิดความชำนาญให้เกิดความเข้าใจอันถูกต้อง ละเอียดลออกไปโดย
 ลำดับๆ

อุปมาซึ่งหลาย เวลาบวชกุลบุตรต้องสอนกรรมฐานนี้ให้
 เพราะ **นี่เป็นเครื่องมือ** ที่ถือเป็นหลักปฏิบัติอันสำคัญในการถอดถอน
 กิเลส ตัณหา อาสวะ อุปาทานทั้งหลายออกได้ ท่านว่า “ตจ ปญจกรรม-
 ฐาน” กรรมฐานมีหนึ่งเป็นที่ทำ ท่านจึงครอบว่าเป็นที่ห้า เกสา โลมา นขา
 ทันตา ตะโจ ตลอดอาการ ๓๒ มีหนึ่งหุ้มห่อไว้ ตะโจคือ หนึ่ง จึงเป็น
 ที่รวมกรรมฐานทั้งหลาย

เมื่อบอกกรรมฐานทั้ง ๕ แล้ว ท่านก็อธิบายที่เกิดที่อยู่ ตลอด
 ความแปรสภาพของกรรมฐานนั้นโดยละเอียด เพื่อผู้เริ่มบวชใหม่จะ
 ได้เข้าใจในกรรมฐานบทนั้น แล้วไปปฏิบัติตามจนรู้แจ้งเห็นจริงตามนั้น
 โดยลำดับแห่งการพิจารณาโดยสม่ำเสมอ ใจย่อมไม่ตื่นเต้น ไม่เห่อเหิม
 เพราะรู้ตามความจริงทั้งข้างนอก ข้างใน เนื่องจากเป็นสภาพเหมือนกัน

การพิจารณากรรมฐานดังกล่าว ย่อมกำจัดสิ่งเป็นภัยได้หลายอย่าง



อย่างน้อยก็ระงับภัยให้เบาลง เช่น เคยกลัวผี กลัวเปรต กลัวเสือ กลัวช้าง กลัวงู ไม่มีขอบเขตเหตุผลก็พยายามบังคับจิตใจ ให้ตะล่อมเข้าวังเหตุผล ได้ ดังคนเคยกลัวผีเป็นต้น ก็ซักถามผู้กำลังกลัวผีว่า “ผีที่ไหนมี นอก จากความคิดความปรุงแต่งของจิตคิดหลอกตัวเองต่างหาก ผีก็ผีชี่ นี่คือนอก ปาฐาอยู่แล้วในตัวเรานี้ร่างกายของเราก็ถูกบรรจุอะไรเข้าไว้ ไม่รู้ก็ซากก็ ศพสัตว์ที่ประเภทที่บรรจุเข้าไว้ในป่าช้าผิติดอันนี้รู้อย่างนี้แล้ว จะไปตื่น เต็นหลงไหลกับป่าช้าที่ไหนอีก? ออกจากนั้นก็เดินเข้าไปเตาไฟ เตาไฟใน ครัว มันเป็นที่เผาอะไรบ้าง? ดูเอาในครัว ซึ่งเป็นที่ปรุงอาหารชนิดต่างๆ เราไม่เห็นกลัว แต่ซากผิภายนอกแล้ว ส่วนซากเปิด ซากไก่ซากหมู ซากปลา และซากสัตว์ชนิดต่างๆ คณหาไม่จบที่นำเข้าไปเผา ไปต้มแกง อยู่ใน ครัวไฟ ไม่เห็นกลัวกัน ทั้งนี้เพราะความเข้าใจมันไขว่ไขวไปต่างๆ ที่ให้ เกิดเป็นภัยแก่ตัวเอง เช่น ความกลัวผีเป็นต้น

ความกลัวนั้นแลเป็นภัย เพราะความกลัวเป็นสาเหตุที่ผลักดัน ออกมาจากกิเลสโดยตรง จึงบีบคั้นจิตใจให้ได้รับความทุกข์ลำบาก เมื่อ พิจารณาว่าความกลัวเป็นตัวยุ ซึ่งเกิดจากจิตใจ ไม่ใช่ผีเป็นภัย ใจก็ ไม่กลัว ความรู้ชัดว่า จิต ผู้กลัวเสียเอง เป็นภัยแก่ตัวเองเมื่อรู้ภัย คือตัวเสียเองแล้ว ก็จะไม่เที่ยวกลัวลมหกลัวแล้งที่ไหน ให้เป็นบ้าเพิ่ม ขึ้นอีก การเยี่ยมป่าช้านอกก็หมดปัญหาไปเองเพราะรู้ป่าช้าที่อยู่กับ ตัวแล้ว

การไปเยี่ยมป่าช้าทุกวัน มีอะไรนะที่ป่าช้านั้น? ก็มีคนตายเก่า

ตายใหม่ เคลื่อนอยู่ที่นั่น ทั้งหญิง ทั้งชายทั้งเด็ก ทั้งหนุ่มสาว เฒ่าแก่ มีมาก เพศและวัยด้วย ซึ่งเป็นจำพวกที่หมดความหมายในร่างกายแล้ว ทั้งสิ้น

เวลาไปเยี่ยมป่าช้า ใจมีความหมายอย่างไรบ้าง? ในการเยี่ยม ถ้าใจเป็นไปด้วยความเกลียด ความรังเกียจ ความเบื่อหน่ายเกลียดชัง แบบโลกๆ ก็ย่อมผิดทางของการเยี่ยมป่าช้า ที่ถูกต้องพิจารณาปลง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งคนตายที่อยู่ในป่าช้า ทั้งพิจารณาให้เห็นเป็นอย่างนี้ไปทั่วโลกแดนดิน ว่าไม่มีรายใดจะผืนความเป็นอย่างนี้ไปได้ ทั้งเขาทั้งเรามีสภาพเป็นอย่างนี้ด้วยกันเมื่อถึงคราวแล้ว พิจารณาแล้ว พิจารณาเล่าซ้ำๆ ซากๆ กลับไปกลับมาหลายตลบทบทวน เพื่อจิตได้ เกิดความสลัดสังเวชในความจริงนั้น เกิดความซำนิชานาญ และ คล่องแคล่วแก่กล้าขึ้นมาโดยลำดับๆ อุปาทาน แม้จะเคยฝังลึกถึงชั่วหัวใจ ก็ต้องหมดไป หมดไป

คำว่า “อุปาทาน” คือ ความยึดมั่น ถือมั่น ในขั้นธว่าเป็นตน เทียบยึดนั้น ยึดนี้ไม่เป็นตัวของตัวโดยอิสระเสรี จิตไปเที่ยวอาศัย อยู่ในสิ่งนั้นสิ่งนี้ ราวกับคนบ้านแตกสาแหรกขาด ไม่มีบ้านเรือนเป็นของตน ไปเที่ยวขออาศัยเขาอยู่เป็นวันๆ ลำพังตัวเองไม่มีอำนาจไม่มีวาสนา ไม่มีหลักมีเกณฑ์ ต้องอาศัยสิ่งเหล่านั้นมาเป็นอำนาจ วาสนา มาเป็นตัวของตัว จึงเกิดความเดือดร้อนอยู่มิวาย เพราะความคิดผิด ยึดผิด



เมื่อพิจารณาแยกแยะหลายครั้งหลายหน จนเห็นตามความจริง โดยลำดับ ใจก็พอทรงตัวไว้ได้ แม้ยังรู้และปล่อยวางไม่ได้โดยสิ้นเชิง เมื่อสติปัญญามีกำลังพอตัวย่อมรู้ตลอดทั่วถึง ไม่ต้องอาศัยฟังพึ่งเขาด้วยอำนาจของอุपाทานอีก เราก็เป็นตัวของเราขึ้นมา ใจก็อยู่ด้วยความสงบเย็นในขั้นเริ่มแรก และขั้นกลาง และมีความเกษมสำราญ ในขั้นปล่อยวางอุपाทานได้โดยสิ้นเชิง

ท่านสอนกรรมฐาน ท่านสอนอย่างนี้ให้พิจารณาอย่างนี้ พิจารณา มาก ยิ่งพิจารณามาก จิตยิ่งมีความกระจำงแจ้งไปโดยลำดับ ทะลุ ปรุปรองไปทั้งภายนอกภายใน เป็นความสง่าผ่าเผย ่องอาจกล้าหาญ ไม่ สะทกสะท้านกับอารมณ์ต่างๆ ที่เคยเป็นภัยต่อใจ เวลาใจชำนาญจริงๆ ในด้านความจริงเกี่ยวกับการพิจารณาร่างกาย เพียงกำหนดปั๊บ ปัญญา จะทะลุไปทันทีทันใดไม่ว่าร่างกายของสัตว์ ของบุคคลภายนอก เมื่อสติ ปัญญามีความชำนาญชำนาญแล้ว กำหนดสิ่งใด ร่างใด จะพุ่งทะลุไปอย่างรวดเร็ว พอตามองเห็นสัตว์เห็นบุคคล แต่สติปัญญาจะไม่มองเห็น ธรรมดาของสัตว์ของบุคคลตามที่เป็นอยู่นั้นเลย แต่จะมองเห็นแบบ กรรมฐาน แบบที่ท่านเคยพิจารณามาแล้วอย่างไหนนั่นแล ไม่มองแบบ ธรรมดาที่เคยมองเคยรู้ แต่จะมองเป็นปัญญาภาครกรรมฐานไปทีเดียว พอกำหนดปั๊บ ปัญญาจะพุ่งเข้าถึงจุดที่ท่านเคยพิจารณาแล้วอย่างไร นี่ คือความชำนาญในการปฏิบัติธรรมจากกรรมฐานทำ

เราเขียนหนังสือ ที่แรกเขียนแล้วลบ ลบแล้วเขียนใหม่ ไม่เป็น

ตนเป็นตัว พออ่านออกบ้าง อ่านแล้วลืมบ้างลืมแล้วอ่าน เขียนแล้วลืม ลืมแล้วเขียนใหม่อยู่อย่างนั้นเขียนไปเขียนมาหลายครั้งหลายหนซ้ำๆ ซากๆ ก็เริ่มเป็นตนเป็นตัว อ่านออกเขียนได้เป็นลำดับๆ ต่อไปหลับตาเขียนก็ได้ เพราะความชำนาญ แต่เวลาจะอ่านจะต้องลืมตาแม้จะชำนาญเพียงไร มันผิดกันตรงนี้แหละ ชำนาญขนาดไหนก็ตาม การอ่านหนังสือต้องลืมตาไม่ลืมตา ไม่เห็น ผิดกับเสียง

การพิจารณากรรมฐานส่วนต่างๆ ทางด้านปัญญาเมื่อชำนาญแล้ว หลับตาก็เห็น ลืมตาก็เห็น เพราะใจและปัญญาเป็นผู้รู้ เป็นผู้เห็นต่างหาก นี่ท่านเรียกว่า “งานกรรมฐาน คืองานรื้อโลก รื้อสงสาร รื้อภพ รื้อชาติ รื้อกิเลส ตัณหา รื้อด้วยการพิจารณาทางสติปัญญาเพราะฉะนั้น กรรมฐาน มีกรรมฐาน ๕ เป็นต้น จึงจำเป็นมากเวลาพระท่านบวช ต้องได้มอภกรรมฐานห้านี้เป็นอาวุธสำคัญ ฟาดฟันกิเลสตัณหาอวิชชา ความยึดมั่นถือมั่นสำคัญผิดต่างๆ ก่อนว่าสวय ว่างาม ว่าเป็นนิจจคือ ความเที่ยงแท้ถาวร เป็นสุข เป็นอัตตา สติปัญญาทำลายกองสมมติที่หนาแน่น เหล่านี้ให้แตกกระจายไปจากจิตใจ จิตใจจะได้เป็นตัวของตัวเอง เพราะเห็น ถูกต้องตามหลักธรรม จะไม่ยึดสิ่งนั้น ฟังสิ่งนี้ ซึ่งเป็นของปลอมว่าเป็น ตัวขึ้นมา แล้วตัวก็กลายเป็นพวกจอมปลอมไปด้วยสิ่งเหล่านั้น หาหลัก หาเกณฑ์ไม่ได้

ท่านสอนนี้ สอนเพื่อให้ใจได้หลักได้เกณฑ์ คือ รู้เห็นตามความเป็นจริง



ผู้ปฏิบัติธรรมแบบนี้ย่อมเย็น อยู่ที่ไหนก็เย็น อุบายต่างๆ ผุดขึ้นทุกวันและรู้เท่าทัน อะไรมาสัมผัสสัมผัสพันธุทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย แม้อารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในใจก็รู้ทัน เมื่อสติปัญญาอยู่กับตัวอยู่แล้ว อะไรๆ ผ่านก็รู้ทันทั้งนั้น แต่ก่อนนั้นไม่ทันคิดเสียจนร้อนเป็นไฟเป็นไฟ ก็ยังไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นอะไร ก็เลสมาเอาเครื่องโนไปกินหมด ยังเหลือแต่หนังห่อกระดูก ก็ยังไม่ทราบว่าอะไรหายไป เพราะสติไม่ทัน ปัญหาก็ไม่มี ถ้าปลุกอยู่เรื่อยๆ ด้วยความเพียร สติก็มี สติก็แก่กล้า ปัญญาก็สามารถ อะไรมาสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือปรุงขึ้นภายในจิตใจ จึงเหมือนปลุกสติปัญญาขึ้นพร้อมในขณะเดียวกัน ทั้งพิจารณาอย่างรวดเร็ว และปล่อยวางได้อย่างทันอกทันใจ นี่คือการแคล่วคล่องว่องไวของสติปัญญาที่ท่านนักปฏิบัติเคยดำเนินมา เป็นสติปัญญาที่เกรียงไกรทันสมัยกับกิเลสประเภทดาวเทียม

สติปัญญานั้นแลเป็นเครื่องมือสังหารกิเลส ที่ก่อตั้งขึ้นมาเป็นภาพเป็นชาติ ออกแม่แพร่ลูก แพร่หลานขึ้นมาตั้งบ้านเรือนอยู่ภายในใจสัตว์โลก

เราต้องเรียนและปฏิบัติธรรม เพื่อตั้งเป็นกองทัพขึ้นต้านทานต่อสู้รบกันอย่างสะบัดหันแหลกกัน จนกองทัพกิเลส ตลอดจนลูกหลาน ปุยาตายายของมันถูกทำลายลงไปหมด ไม่ให้มีอะไรมีอะไรเหลืออยู่ภายในจิตใจนั้นแลภาพชาติก็หมดไปเอง ความสุขชนิดอัศจรรย์เหนือโลกไม่ต้องไปเรียกร้องหาที่ไหน เมื่อกิเลสตัวก่อเหตุให้เกิดความทุกข์ความทรมาน

สลายตัวลงไปมากน้อย ความสุขก็เกิดขึ้นมา ก็เลสสลายตัวไปหมด ความสุขก็ปรากฏเต็มภูมิภายในจิต เท่าที่จิตไม่มีความสุขก็เพราะกิเลสมาแย่งเอาไปกินหมด จนทุกข์มาให้เรารับสวຍ พอม่ากิเลสตายหมดแล้ว ความสุขก็แสดงขึ้นมาอย่างเต็มภูมิต่านเรียกว่า “ปรมมสุข” อะไรเป็น “ปรมมสุข?” ก็คือ จิตดวงสิ้นกิเลสอย่างหมดจดงดงามนี้แหละเป็นสุขอย่างยิ่ง ไม่มีอะไรจะสุขยิ่งกว่าจิตที่บริสุทธิ์ เพราะไม่มีอะไรมาแบ่งสันปันส่วนเอาไปกินไปครองใจเป็นกรรมล้วนๆ

“ธัมโม ปทีโป” ก็หมายถึงความสว่างไสวแห่งธรรมในจิต จิตในธรรมนั่นเอง จิตนี้รู้อยู่กับตัว จิตประเภทนี้แล เป็นจิตที่กล่าวไว้ในเบื้องต้น ถ้าเป็นน้ำนิ่งก็ใสสะอาด รสชาติก็กลมกล่อมจิตสนิท ไม่มีที่ติดติ ไม่ได้เป็น “สหาย” ให้ยุ่งอีกต่อไป ที่เคยพูดว่า ถ้าเป็นด้านวัตถุ ก็ยกออกไปแข่งกับสามโลกธาตุนี้ได้ อย่างกระหึ่มยืดย่องคล่องใจ ไม่มีโลกใดจะมาแย่งชัยชนะไปได้ ไม่มีคำว่า “แพ้” นอกจากทั้งสามโลกจะยอมกราบไหว้อย่างสนิทใจ เพราะเห็นได้ชัดด้วยตาเนื้อว่า “อ้อ! ธรรมแท้เป็นอย่างนี้” และหูก็ฟังชัดว่า “ธรรมท่านได้ประกาศคุณภาพแห่งความจริงออกมาอย่างนี้!” พร้อมกับตาก็ก็นามธรรมอันอัศจรรย์นั้นด้วย หูก็ได้ยินธรรมแสดงกังวานออกมาด้วย

“เฮ้อ! จะว่าอย่างไรละ? แล้วใครซึ่งต้องการความสุข ความเจริญ ต้องการความดี ต้องการของวิเศษจะปฏิเสธได้?” ไม่มีในโลกนี้ไม่มีแน่!

แต่ธรรมแท้ไม่เป็นอย่างนั้น ประกาศอย่างนั้น แสดงตัวอย่างนั้น



โลกจึงไม่อาจมองเห็นได้ ฉะนั้นจึงต้องทำ “กรรมดำ กรรมขาว” ไปด้วย ความไม่รู้ เช่นเดียวกับเราๆ ท่านๆ ทั้งโลกทั้งสงสาร จะดำเนินก็ดำเนิน ไม่ลง

ใครแม้ต้องการความสุข ความวิเศษวิโสด้วยกันแต่เมื่อนิสัยไม่สามารถอาจรู้เห็นได้ก็จำเป็นต้องมไปเป็นธรรมดา เมื่อผู้ปฏิบัติไป รู้ไป เห็นไป ก็ทราบเฉพาะตัว ใครไม่รู้ แต่ตัวเองก็รู้อยู่กับตัวโดยเฉพาะ ประกาศให้คนอื่นเห็น แสดงให้คนอื่นเห็นไม่ได้ แต่ธรรมอัศจรรย์นั้นก็แสดงอยู่กับตัวตลอดเวลา “อกาลิโก” นี่แหละ ท่านว่าธรรมแท้รู้อยู่กับหัวใจนี้แหละ! อยู่กับผู้รู้นี้ ไม่อยู่ในที่ไหนๆ จงกำหนดลงไปในจิตนี้ อันใดที่มาเกี่ยวข้องพัวพันกับธรรมชาตินี้ ที่ทำให้มัวหมองไป ให้พยายามแก้ไข ให้พยายามปิดเป่า แยกแยะกันด้วยสติปัญญาอย่าท้อถอย นี่แหละ “ธรรมสาระ คือ ใจ” ยอดแห่งธรรมคือ ใจ ยอดแห่งความไว้วางใจ ก็คือ ใจที่บริสุทธิ์จากสิ่งที่จอมปลอมทั้งหลายแล้ว

ศาสนาท่านสอนลงที่กายวาจาใจนี้ และใจนี้แหละคือ ภาชนะอย่างเอก เหมาะสมอย่างยิ่งกับธรรม ไม่มีภาชนะใดที่จะเหมาะสมกับธรรมยิ่งกว่าใจ “มโน ปุพพังคมา ธัมมา มโน เสฏฐา มโน มายา” ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน สำเร็จแล้วด้วยใจ ลงที่นี้ ธรรมก็ไหลลงที่ใจที่อื่นไม่มีปล่อยวางที่ใจแล้วบริสุทธิ์ที่ใจแล้ว หมดปัญหาทั้งมวลในสมมติทั้งสามโลกธาตุ

วันนี้แสดงเพียงเท่านั้น