

แสดงธรรมโดย พระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด

เมื่อวันที่ ๒๕ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๐๕

ส่งมาให้โดยพี่น้อง

สติปัญญา ๔

การบำเพ็ญเพียรที่เป็นไปตามพระประสงค์ของพระพุทธเจ้าและพระสังฆกรรม คือ ความจงใจใคร่ต่อการประพฤติดีจริง ๆ ชูระหน้าที่ที่ตนจะพึงทำทุกอย่าง ควรทำด้วยความจงใจ การประกอบกิจการงานทุกประเภทถ้าขาดความจงใจแล้ว แม้จะเป็นงานเล็กน้อย ย่อมไม่สำเร็จลงได้ด้วยความเร็วร้อยและน่าดูเลย เพราะความจงใจเป็นเรื่องของสติและหลักใจ ที่จะยังงานนั้น ๆ ให้สำเร็จ ได้ขาดไปจากตัวและวงงาน ผู้มีสติและหลักใจประจำตัวและงานจึงชื่อว่าผู้มีความเพียรไปในตัว

ทั้งกิจการนอกการในถ้าขาดความจงใจเป็นเครื่องจืดจางต่องานแล้ว แม้ผู้เป็นนายช่างทำสิ่งต่าง ๆ ซึ่งมีความฉลาดอยู่บ้าง ทำอะไรมีความสวยงามและแน่นหนามั่นคง แต่ถ้าขาดความจงใจใคร่ต่องานแล้ว แม้งานนั้นจะสำเร็จก็ย่อมลดคุณภาพและความสวยงาม ฉะนั้นความตั้งใจจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยผู้มุ่งต่อผลของงานอันสมบูรณ์จึงไม่ควรมองข้ามไป

เราเป็นนักบวชและนักปฏิบัติ ควรเห็นความตั้งใจจืดจางต่อหน้าที่ที่ตนจะพึงทำทุกประเภท โดยมีความรู้สึกอยู่กับงานนั้น ๆ แม้ที่สุดปิดกวาดลานวัด เช็ดถูกุฏิและศาลาปูอาสนะ ตั้งน้ำใช้น้ำฉัน ตลอดจนการเคลื่อนไหวไปมา เหลือบซ้ายแลขวา ควรมึสติประจำอยู่ทุก ๆ ขณะ ชื่อว่าผู้มีความเพียรประจำตน

การฝึกหัดนิสัยเพื่อเป็นคนมีสติอันเคยชิน จำต้องอาศัยการงานเป็นเครื่องฝึกหัด การประกอบกิจการงานภายนอกแต่ละประเภทเป็นฐานะขึ้นหนึ่ง ๆ การเดินจงกรมและนั่งสมาธิภาวนาเป็นฐานะขึ้นหนึ่ง ๆ ทั้งนี้ถ้ามีสติจืดจางกับงานที่ทำ ชื่อว่ามีความเพียรไม่ขาด

วรรคขาดตอน การฝึกหัดนิสัยของผู้ใคร่ต่อธรรมชั้นสูง จึงควรเริ่มและรีบเร่งฝึกหัดสติ  
ไปกับงานทุกประเภทแต่ต้นมือ

เพื่อความแน่นอนและมั่นคงในอนาคตของเรา โปรคฝึกหัดนิสัยตั้งแต่บัดนี้เป็นต้น  
ไป จนกลายเป็นคนมีสติประจำตนทั้งขณะที่ทำและขณะอยู่เฉย ๆ ถึงเวลาจะทำความ  
สงบภายในใจ สติจะกลายเป็นธรรมชาติแนบอยู่กับใจ และตั้งขึ้นพร้อมกับความเพียรได้  
อย่างใจหมาย ทั้งมีกำลังพอจะบังคับจิตใจให้หยั่งลงสู่ความสงบได้ตามต้องการ

ส่วนมากที่พยายามให้จิตเข้าสู่ความสงบไม่ได้ตามใจหวังนั้น เนื่องจากสติที่เป็นแม่  
แรงไม่มีกำลังพอ จิตจึงมีโอกาสเล็ดลอดออกไปสู่อารมณ์ได้อย่างง่ายดาย เหมือนเด็กชน  
ซึ่งปราศจากพี่เลี้ยงผู้ตามดูแล เด็กอาจได้รับอันตรายในเวลาใดก็ได้

จิตที่มีความเพียรประจำตนโดยปราศจากสติตามรักษา จึงมีสิ่งรบกวนตลอดเวลา  
จนหาความสงบสุขไม่ได้ พี่เลี้ยงของจิตคือสติกับปัญญา คอยให้ความปลอดภัยแก่จิต  
ตลอดสาย ที่จิตคิดไปตามอารมณ์ต่าง ๆ คอยพยายามปลดเปลื้องอารมณ์ที่มาเกี่ยวข้องกับ  
กับใจ และพยายามแสดงเหตุผลให้จิตรับทราบเสมอ ใจที่ได้รับเหตุผลจากปัญญาพร้า  
สอนอยู่เป็นนิจ จะฝึกคิดและติดอารมณ์ที่เคยเป็นข้าศึกต่อไปอีกไม่ได้ การฝึกหัดสติและ  
ปัญญา เพื่อให้มีกำลังค้ำหน้าไม่ถ่างถอยเสื่อมโทรม โปรคฝึกหัดตามวิธีที่กล่าวมา

แต่อย่าปล่อยให้ตัวเองเป็นคนสะเพร้ามง่ายในกิจการทุกอย่าง ที่มุ่งประโยชน์แม้ขึ้นเล็ก  
ๆ นิสัยมักง่ายที่เคยเป็นเจ้าเรือนนี้ ยังจะกลายเป็นโรคเรื้อรังฝังลงในใจอย่างลึก และจะ  
ทำลายความเพียรทุกด้านให้เสียไป จงพยายามฝึกหัดนิสัยให้เป็นคนแน่นอนต่อกิจการที่  
ชอบทั้งภายนอกภายในเสมอ อย่ายอมปล่อยให้ความสะเพร้ามง่ายเข้าพังก้าวอยู่ในนิสัย  
ได้เลย

เพราะผู้เคยฝึกหัดนิสัยให้เป็นคนจริงต่อหน้าที่การงานทุกประเภท ต้องเป็นผู้  
สามารถจะยังกิจการทุกอย่างไม่ว่าภายนอกภายในให้สำเร็จได้ โดยไม่มีอุปสรรคใด ๆ มา  
กีดขวาง แม้จะอบรมจิตใจซึ่งเป็นงานสำคัญทางภายใน ก็จำต้องประสบความสำเร็จลง  
ด้วยความรอบคอบ หาทางตำหนิตนเองไม่ได้ เพราะกิจการภายนอกกับภายในสอดคล้องใจผู้

เป็นประธานดวงเดียวกัน ถ้าใจเป็นนิสัยมักจะง่าย เมื่อเข้าไปบ่งงานภายในต้องทำงานนั้น ให้เหลวไปหมด ไม่มีชิ้นดีเหลืออยู่พอเป็นที่อาศัยของใจได้เลย

เรื่องภายนอกกับเรื่องภายในส่อถึงกันอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นการกระทำงาน ภายนอกจึงส่อถึงเรื่องหัวใจของเราในทางภายใน ถ้าใครเป็นคนสะเพร่ามักจะง่ายในกิจธุระ หน้าที่ภายนอกแล้ว นิสัยซึ่งเคยนี้ก็หมายถึงเรื่องดวงใจนั่นเอง เป็นผู้บ่งงานในกิจการภายนอกนั้น เมื่อเข้าไปบ่งงานหรือว่าทำกิจการงานภายใน ใจที่เคยเป็นผู้สะเพร่ามักจะง่ายก็ จะต้องทำเช่นนั้น

เพราะเหตุนี้การฝึกหัดให้เป็นคนแน่นอน ให้เป็นคนจริงต่อธุระหน้าที่ด้วยความ **จงใจ** ทำจนสุดวิสัยในกิจการงานนั้น ๆ ให้สำเร็จลงด้วยหมดความสามารถของตนด้วยความ **ตั้งใจ** ผู้นี้แลเมื่อเข้าไปดำเนินภายใน**จิตใจ** ก็จะอบรม**จิตใจ**ให้เข้าไปในทางสงบก็ดี ให้เข้าไปในทาง**ปัญญา**ที่ดี จะเข้าไปโดยรอบคอบทั้งสองทาง คือความสงบในเมื่อ ปรากฏขึ้นภายในใจ ก็จะมีมารอบคอบในความสงบของตน เมื่อออกพิจารณาในทาง **ปัญญา**ก็จะรอบคอบในทาง**ปัญญา**ของตน **ปัญญารอบคอบปัญญา**

เหมือนกันกับว่าเหล็กแข็งกับเหล็กอ่อนสามารถจะบังคับกันได้ เรียกว่าเหล็กกล้า สามารถบังคับเหล็กอ่อนหรือตัดเหล็กอ่อนก็ได้ อย่างที่เราเคยเห็นกันอยู่ **ปัญญา**ที่มีความฉลาดสามารถที่จะพิจารณา**ปัญญา**ส่วนละเอียดได้เช่นเดียวกัน นี้ขึ้นอยู่กับฝึกหัด นิสัย

ให้พยายามฝึกนิสัยของตนเสมอตั้งแต่ต้นทาง ต้นทางก็หมายถึง**ใจดวงนี้** ปลายทาง ก็หมายถึง**ใจดวงนี้** หยาบก็หยาบอยู่ที่ตัวของเราเอง เข้าสู่ความละเอียดก็เข้าสู่ความละเอียดอยู่ที่ตัวของเราเอง นี่เป็นการเทียบเฉย ๆ ว่าต้นทางหรือปลายทาง

คำว่า **ต้นทาง** หมายถึงว่าเริ่มทำงานที่แรก หรือเริ่มอบรม**จิตใจ**ที่แรก เรียกว่า**ต้นทาง** การเริ่มทำงานในทางด้าน**จิตใจ**ของเราไปถึงขั้นมีความสงบมีความเยือกเย็น **จิต**เป็น **สมาธิ**และมีความเยือกเย็นทางด้าน**ปัญญา**บ้าง นี้เรียกว่า**กลางทาง** **จิต**มีความเฉลียวฉลาด ทั้งด้าน**สมาธิ**ก็ละเอียด ทั้งด้าน**ปัญญา**ก็มีความสามารถจนถอดถอนตนของตน ให้พ้น จากสิ่งแวดล้อมทั้งหลายได้ นั้นเรียกว่า**ปลายทาง**

แต่เมื่อสรุปความลงแล้วต้นกับปลายก็เหมือนกันกับผลไม้ ผลไม้เราจะเรียกได้ไหม ว่าต้นของผลไม้ ปลายของผลไม้ มองดูที่ไหนก็เป็นผลไม้ลูกเดียวนั่นเอง เหมือนอย่าง มะพร้าวเราจะชี้ถูกไหมว่า ปลายของมะพร้าวลูกหนึ่ง ๆ นั้นอยู่ที่ไหน ต้นของเขายู่ที่ ไหนในมะพร้าวลูกนั้น ก็เรียกว่ามะพร้าวลูกหนึ่งเท่านั้น ไม่มีต้น ไม่มีปลาย

เรื่องของใจก็ทำนองเดียวกันนั้น แต่เราพูดถึงเรื่องการปฏิบัติคือกิริยาของใจที่จะ พินิจพิจารณาในความหยาบ ปานกลาง หรือความละเอียดแห่งความเป็นอยู่ อารมณ์ที่ เป็นอยู่ อุบายที่จะพิจารณาในอารมณ์เหล่านั้นมีความหยาบ มีความปานกลาง หรือมี ความละเอียด ซึ่งเกิดขึ้นมาจากใจดวงเดียว ต่างกันเพียงเท่านั้นเอง จึงเรียกว่าตอนต้น ตอนกลาง หรือตอนปลาย เรียกว่าต้นทางหรือปลายทาง มีความหมายได้เพราะอาการ ของจิต หรือสิ่งแวดล้อมของจิตมีความหยาบความละเอียดเท่านั้น

ขอให้พากันฝึกหัดนิสัยของตนให้เป็นคนจริงเสมอ อย่าเป็นคนวอกแวกคลอน แคลน อย่าเป็นคนจับจด ฝึกหัดนิสัยให้จริงว่าจะไปต้องไปว่าจะอยู่ต้องอยู่ว่าจะทำอะไร ทำ กำหนดเวลาเวลาอย่างใดไว้แล้วอย่าให้เคลื่อนคลาดในเวลา ซึ่งตนของตนได้ กำหนดเอาไว้ ตนของตนได้เอามือลงเขียนไปแล้วให้เอามือลบ อย่าทำทำนองที่ว่ามือ เขียนแล้วลบด้วยเท้า เราตั้งความสัตย์ใส่ตัวของเราเอง แต่ก็ไม่มีใครที่จะมาสามารถ ทำลายความสัตย์ของเรา เราเสียเองเป็นผู้ทำลายความสัตย์ของเราอย่างนี้ เรียกว่าเราเขียน ด้วยมือลบด้วยฝ่าเท้า เป็นการไม่ถูกตามหลักธรรมของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า

เพราะฉะนั้นเราต้องเป็นผู้มีความแน่วแน่ต่อความดำริ ต่อความคิดหรือต่อความ ตัดสินใจของตนเสมอ ถ้าเราได้ตัดสินใจลงในกิจการงานอันใดที่เห็นว่าเป็นการถูกต้อง แล้ว จงเป็นผู้พิถีพิถันเพื่อความสัตย์หรือเพื่อกิจการนั้น ๆ เสมอ จะเป็นนิสัยที่แน่นอน เป็นนิสัยคนจริง ไม่เป็นนิสัยที่ว่าวอกแวกคลอนแคลนไว้ใจไม่ได้

เมื่อเราทำตัวของเราให้ไว้ใจของเราไม่ได้แล้วเราจะหวังพึ่งใคร ศีลก็เป็นเรื่องของ เราจะพยายามรักษาให้สมบูรณ์ แต่เราก็ไม่ไว้ใจในการรักษาศีลของเรา เพราะเราเป็นคน วอกแวกคลอนแคลน ไม่แน่นอนในใจของตนที่จะรักษาศีลด้วยกายวาจาใจ ให้เป็นไป เพื่อความบริสุทธิ์ แล้วเราจะอาศัยใครเป็นที่ไว้ใจ เมื่อเราเองเป็นผู้ตั้งใจจะรักษาศีลให้ เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ แต่เราก็ไม่ไว้ใจเราเพราะเราเป็นคนไม่แน่นอน และคุณสมบัติ

ซึ่งจะเกิดขึ้นจากศีลนั้นก็เป็นคุณสมบัติที่ไม่แน่นอนเช่นเดียวกัน เพราะเหตุที่ไม่แน่นอน ผลก็ต้องตามรอยกันไปนั่นเอง

ถึงจะพยายามทำสมาธิให้เกิด เราก็ไม่แน่นอนในกิจในธุระหรือในการกระทำของเรา ที่จะสามารถยังจิตของเราให้เป็นไปเพื่อสมาธิ ตั้งแต่สมาธิขั้นหยาบจนกระทั่งถึงสมาธิขั้นละเอียด เมื่อเราเป็นผู้ไม่แน่นอนในกิจการของเรา ในหน้าที่ของเรา ตัดสินใจลงไม่ได้แล้ว เราก็เป็นคนหลักลอย สมาธิก็ไม่มี ศีลก็เป็นศีลลอยลม สมาธิก็ลอยลม ปัญญา ก็ลอยลม หาอะไรเป็นสาระแก่นสารในตัวของเราไม่ได้ นิโทษแห่งความไม่แน่นอน โทษแห่งความเป็นคนไม่จริง ตัดสินใจของตนลงสู่หลักแห่งธรรมที่พระองค์เจ้าทรงตรัสไว้ชอบแล้วยังไม่ได้ เราจะหวังผลมาจากที่ไหนเล่า

ปัญญาจะหุงต้มแกงกินเหมือนอย่างอาหารหวานคาวไม่ได้ ขอให้บรรดาท่านทั้งหลายจงทราบเสมอ และทราบทุกขณะว่า ปัญญานั้นจะเกิดขึ้นจากผู้ที่ชอบคิดชอบค้น ชอบพิจารณา คนไม่มีปัญญาไม่สามารถจะรักษาสมบัติ จะประกอบกิจการให้สำเร็จ ลุล่วงไปได้ด้วยความเรียบร้อย ไม่สามารถจะรักษาสมบัติให้ปลอดภัยจากโจรจากมารได้ ไม่ว่าทางโลกและทางธรรม คนมีความฉลาดคือคนมีปัญญา สามารถที่จะประกอบกิจการตั้งแต่ขึ้นเล็ก ๆ จนสามารถประกอบได้ถึงงานที่เป็นชิ้นใหญ่ที่สุด ขึ้นอยู่กับปัญญา

เรื่องการปฏิบัติพระศาสนาสำคัญอยู่ที่ปัญญา สถิติเมื่อมีความกระเทือนขึ้นภายในใจ ปัญญาต้องรับช่วงเสมอ สิ่งที่มาสัมผัสให้จิตได้รับความกระเพื่อม แสดงให้เห็นแล้วว่ามีความรู้สึกในสิ่งที่มาสัมผัสได้เริ่มขึ้นแล้ว สถิติเป็นผู้รับรู้ในวาระที่สอง ปัญญาเป็นผู้รับช่วงไปจากสถิติเป็นวาระที่สาม ให้ฝึกหัดตนเองจนเป็นทำนองนี้ จิตจะได้อยู่ในกรอบของสถิติ จะได้อยู่ในกรอบของปัญญา

เมื่อปัญญาเป็นผู้ที่ได้ฝึกฝนอบรมมาจนเคยชิน จนกลายเป็นนิสัยของคนที่ชอบคิด อ่านไตรตรองดูเหตุผล ตัดสินตนของตนได้ด้วยความถูกต้องเพราะอำนาจแห่งปัญญา แล้ว แม้จะเข้าไปข้างในคือหมายถึงใจโดยเฉพาะ ก็ต้องเป็นผู้สามารถที่จะตัดสินใจลงได้ด้วยหลักเหตุผล เพราะอำนาจของปัญญาอีกเช่นเดียวกัน

เพราะเหตุนี้จึงพากันพยายาม สติกับปัญญาให้แนบกับตัวไปตลอดเวลา ตาถึงไหน ให้สติกับปัญญาไปถึงนั้น หูได้ยินถึงไหนสติกับปัญญาให้ถึงที่นั่น จมูก ลิ้น กาย มีอะไร มาสัมผัสชั่วคราวระยะไกลใกล้แค่ไหน หยาบละเอียดแค่ไหน สติกับปัญญาให้ตามรู้ ให้ได้รับความรู้สึกกันอยู่เสมอ อารมณ์ซึ่งเกิดขึ้นภายในใจสติกับปัญญาตามรอบรู้ ตามพิจารณา กันอยู่เสมอ

ท่านผู้ที่จะพ้นไปจากโลกท่านทำอย่างนี้ ท่านไม่ได้ทำอะไรอย่างไม่ว่างทั้งตอนที่ทิ้งอยู่ ให้เด็กเขาขึ้นบนไม้ซุงทั้งท่อนนั้นแล้วจืดลงไป เมื่อเราทำตัวของเราให้เป็นเช่นเดียวกับ ไม้ซุงทั้งท่อนแล้วกิเลสตัณหาอาสวะจะมาทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่น ทางรส เครื่อง สัมผัส ล่วงไหลเข้ามาสู่อายตนะภายใน คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ก็ จะจืดลงไปถูกหัวใจดวงนั้น

เพราะหัวใจดวงนั้นเป็นไม้ซุงทั้งท่อน ไม่มีความแยกคาย ไม่มีความเฉลียวฉลาด ไม่มีความรอบคอบต่อตนเอง ต่ออารมณ์ทั้งหลายทั้งภายนอกภายใน จนกลายเป็นขอน ซุงทั้งท่อนให้กิเลสตัณหาอาสวะจืดทั้งวันทั้งคืน นี้ไม่สมควรสำหรับผู้ที่จะดำเนินเพื่อวิ ญญะ คือความพลัดโลกสงสารให้ออกจากจิตใจของตน จึงไม่ควรทำใจของตนให้เป็น ซุงทั้งท่อน ขอให้ท่านทั้งหลายได้ทราบไว้อย่างนี้

เรื่องของสติ เรื่องของปัญญา เรานั่งอยู่ที่ไหนก็ตามถ้าพยายามระวัง พยายามคิดค้น สติกับปัญญาจะมีอยู่ตลอดเวลา เพราะไม่ขึ้นอยู่กับใครทั้งนั้น ขึ้นอยู่กับบุคคลผู้ใครต่อ การระมัดระวัง ผู้ใครต่อการพิจารณาสอดส่องหรือไตร่ตรองในเหตุทั้งหลายที่มาสัมผัส ซึ่งเป็นไปอยู่ทั้งกลางวันกลางคืนยืนเดินนั่งนอน มีแต่ธรรมชาติที่จะมากระตุ้นเตือน หัวใจของเรา ให้สติได้รับรู้ให้ปัญญาได้ไตร่ตรองทั้งนั้น เดินไปไหนตาถึงไหนให้มี สติปัญญาไปถึงที่นั่น นี้แลนักปฏิบัติเพื่อความรอบคอบทั้งภายนอกเข้าสู่ภายใน ต้อง เป็นไปกับสติหรือปัญญาอย่างนี้

ถ้าเราทำเหมือนอย่างขอนซุงทั้งท่อน เดินไปก็สักแต่ว่าเดิน นั่งก็สักแต่ว่านั่ง ภาวนา ก็สักแต่ว่าความตั้งไว้เบื้องต้นในใจเท่านั้น แล้วนั่งอยู่เหมือนกับหัวตอ ความรู้สึกความ รอบคอบในการทำงานคือการภาวนาของตนไม่มี ก็เหมือนกันกับหัวตอไม่เห็นผิดแปลกกัน

อันใด นี่ขอให้เราทั้งหลายได้พิจารณา รื้อฟื้นสติซึ่งมีอยู่กับหัวใจของเราขึ้นมา รื้อฟื้นปัญญาที่มีอยู่กับหัวใจของเราขึ้นมา ให้เป็นประโยชน์สำหรับหัวใจของเราเอง

กิเลสไม่ได้เกิดขึ้นจากที่อื่น เกิดขึ้นจากหัวใจของเรานี่เอง แต่ก็เหยียบย่ำหัวใจเพราะหัวใจเป็นขออนซุงทั้งท่อน ไม่สามารถที่จะปลดเปลื้องสิ่งมัวหมองซึ่งเกิดขึ้นจากตน กิเลสจึงกลายเป็นจืดจางดวงนั้นลงไปทุกวัน ๆ ท่านจึงเรียกว่าจีโลก จีโกธ จีหลง จีลืม อย่างนี้เป็นต้น ข้ออย่างนี้เกิดขึ้นจากหัวใจทั้งนั้น ที่ท่านว่าจีหมายถึงว่าเป็นของที่หายาบ ก็เลยให้ชื่ออย่างนั้นเสีย

เมื่อเราเป็นผู้มีความมุ่งประสงค์ที่จะทำตัวของเราให้เป็นไปเพื่อความสะดวกภายในจิตใจ จงเป็นผู้ฝึกหัดสติเสมอ พยายามตั้งสติให้ดี ตรวจตรองดูอวัยวะทุกส่วน มีสติเป็นรั้วกันจิตอย่าให้เลยขอบเขตของสติไปได้ ปัญญาเป็นผู้ชำระในอยู่ทางภายในพิจารณาให้ชัด นี่พูดถึงเรื่องการฝึกหัดนิสัยในเบื้องต้น ต้องเป็นผู้มีความตั้งอกตั้งใจฝึกหัดจริง ๆ เมื่อเรามีการตั้งอยู่เสมอนั้นจนชินต่อนิสัยเราแล้ว เราเดินไปที่ไหนสติจะต้องเป็นไปอยู่ ปัญญาก็ต้องเป็นไปอยู่เช่นนั้น ภัยจะมาจากที่ไหน

เหตุที่ภัยจะเกิดขึ้นให้ใจของเราได้รับความเดือดร้อน เนื่องจากว่าจิตไม่มีสติไม่มีปัญญาเป็นเครื่องรักษาตน อะไรซึ่งเกิดขึ้นจากใจเองจึงเกิดขึ้นได้ทุก ๆ ประเภทและไม่เลือกกาลเวลาด้วย ไม่เลือกอิริยาบถได้ด้วย ทีนี้เราก็มาดำหนิติโทษเราว่า จิตใจไม่สงบ จิตใจได้รับความเดือดร้อน แต่เราแสวงหาความเดือดร้อนเสียเองนั้นเราไม่คำนึงอาการที่แสวงหาความเดือดร้อน โดยไม่รู้สึกรู้ว่าท่านเรียกว่าสมุทัย เหตุเป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ เมื่อก่อไฟขึ้นมาแล้วจะบังกับไม้ให้ร้อนก็เป็นไปไม่ได้เหมือนกัน เมื่อก่อเหตุให้เป็นเรื่องของสมุทัยขึ้นมาแล้ว ผลที่จะพึงได้รับก็ต้องเป็นทุกข์ จะกลายเป็นสุขไปไม่ได้

พระองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าและสาวกทั้งหลาย ท่านเดินจงกรมปรากฏในประวัติของสาวกว่า บางองค์ถึงฝ่าเท้าแตกก็มี อย่างนี้เป็นต้น นี่ก็สอนให้เห็นแล้วว่าท่านพยายามเอาจริงเอาจังแก่ไหน เพราะความที่จะแหวกว่ายจากวัฏจักรอันนี้ไป ให้พ้นไปเสียได้ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิด ได้รับความทุกข์ความยากความลำบาก เช่นสัตว์ทั้งหลายที่เป็นอยู่ ณ บัดนี้มีตัวของเราเป็นต้น ซึ่งได้เคยผ่านความทุกข์ความทรมานมาเช่นเดียวกัน จึงไม่ควรที่จะทำความกล้าหาญหรือร่าเริงต่อความทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้

ใจทำไมจึงเป็นไปเพื่อความสงบไม่ได้ ลองสังเกตดูซิวันหนึ่ง ๆ ถ้าเราตั้งข้อสังเกต โดยเฉพาะในหัวใจของเราแล้ว เราจะได้เห็นข้อบกพร่องของเราทั้งวัน และในขณะที่เรา ได้เห็นข้อบกพร่องของเราทั้งวันนั้น แสดงว่าเราก็มีข้อสมบรูณ์ขึ้นด้วยกัน เพราะเรามีสติ เราจึงเห็นข้อบกพร่องของเรา ความที่เรามีสตินั้นเองเรียกว่าเราได้ความสมบรูณ์ขึ้นมา เป็นลำดับ ๆ หรือว่าสมบรูณ์ตามขั้น เริ่มจะเป็นความสมบรูณ์เป็นขั้น ๆ ขึ้นไป ต้อง พยายามพิจารณาอย่างนี้

เราไม่ต้องสนใจกับเรื่องอะไรทั้งนั้น ให้สังเกตดูตั้งแต่เรื่องหัวใจที่จะปรุงเรื่องอะไร ขึ้นมา แล้วบังคับไว้ภายในกายกับจิตนี้ ท่านว่าสติปัฏฐาน ๔ ก็ฐานที่ตั้งแห่งสติ พุดง่าย ๆ ถ้าจิตเราได้ตั้งอยู่กับกายนี้แล้ว สติบังคับสติไว้กับกายนี้แล้ว ปัญญาท่องเที่ยวอยู่ใน สกทกายนี้แล้ว เรียกว่าได้เดินทางในองค์แห่งอริยสัจอย่างสมบรูณ์

ทุกข์ก็เป็นอันที่จะรู้เท่ากัน ในองค์แห่งอริยสัจนี้ สมุทัยก็เป็นอันว่าจะได้ละได้ถอน กันอยู่ในองค์แห่งอริยสัจนี้ มรรคก็เป็นอันว่าเราได้บำเพ็ญอยู่ในตัวของเรา พร้อมกับเวลา ที่เราบังคับจิตใจหรือไตร่ตรองในธาตุขันธ์ของเรานี้ นิโรธะ ความดับไปแห่งความทุกข์ จะแสดงให้เราเห็นเป็นขั้น ๆ ตั้งแต่ขั้นหยาบที่สุด ชั้นกลาง จนกระทั่งถึงขั้นสูงสุด ไม่ได้ นอกเหนือไปจากสติปัฏฐานทั้งสี่

เพราะเหตุนี้สติปัฏฐานทั้งสี่จึงเป็นทางเดินของพระอริยเจ้าทุก ๆ ประเภท

**กาย** หมายถึง อวัยวะของเราทุกส่วนที่เรียกว่ากองรูป

**เวทนา** คือ ความสุข ความทุกข์และเฉย ๆ

**จิต** หมายถึง เจตสิกธรรมที่ปรุงขึ้นไม่ขาดวรรคขาดตอน

**ธรรม** หมายถึง อารมณ์ที่เป็นเป้าหมายของใจ

นี่เรียกว่าสติปัฏฐาน ๔ บรรดาพระอริยเจ้าทุก ๆ ประเภทได้ถึงสติปัฏฐาน ๔ เป็น อารมณ์ของใจ

การพิจารณากายจะเป็นภายนอกก็ตามภายในก็ตาม โดยความเป็นของไม่เที่ยงบ้าง โดยความเป็นทุกข์บ้าง โดยความเป็นอนัตตาบ้าง โดยความเป็นของปฏิภูลโสโครกบ้าง เหล่านี้เรียกว่าพิจารณากายานุปัตสนาสติปัฏฐาน กายนี้มีทั้งภายนอกภายใน ภายใน



หมายถึงกายของเราเอง กายนอกหมายถึงกายของสัตว์อื่นบุคคลอื่น หรือสภาพที่จะเป็น  
อุปาทานแห่งปัญญาที่เกี่ยวกับด้านวัตถุ เราจะเรียกว่ากาย โดยอนุโลมก็ได้ นี่เรียกว่ากายนอก  
พิจารณากายนอกก็ตามภายในก็ตาม ให้เป็นไปเพื่อความเห็นโทษ ให้เป็นไปเพื่อความ  
แก้ไข ให้เป็นไปเพื่อความฉลาด ปล่อยวางในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น เรียกว่าพิจารณาในสติ  
**ปัญญา**

การพิจารณากายทั้งหลายที่กล่าวมานี้เพื่อให้เห็นโทษในส่วนแห่งกาย ซึ่งเป็นที่  
ยึดถือของอุปาทาน เมื่อได้พิจารณาเห็นชัดในส่วนแห่งกายนั้นแล้ว ทั้งกายนอกทั้งภายใน  
โดยทางปัญญา ความสำคัญในกายนั้นว่าเป็นอย่างไรซึ่งเคยเป็นมา ก็จะค่อยบรรเทาหรือ  
เบาลงไป หมดความสำคัญว่ากายนั้นเป็นอะไรอีก เช่นอย่างเป็นของสวยของงาม เป็น  
สัตว์เป็นบุคคล เป็นของน่ารักน่าชบใจ หรือนำกำหนดยินดี เหล่านี้เป็นต้น ก็จะขาดลง  
เพราะอำนาจของปัญญา เป็นผู้วินิจฉัยหรือตัดสิน ความสำคัญของใจซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่ง  
อุปาทานที่ไปเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ ก็จะค่อยหมดไปเป็นลำดับ

เช่นอย่างองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าท่านสอนพระสาวกให้ไปอยู่ในป่าช้า ให้  
พิจารณาซากอสุภในป่าช้า ก็หมายถึงเรื่องกายนอกนั่นเอง การพิจารณาสภาพของตัว  
ทั้งหมดนี้เรียกว่าภายใน การพิจารณาไม่เพียงว่าครั้งหนึ่งครั้งเดียว ต้องถือเป็นกิจจำเป็น  
เช่นเดียวกันกับเรารับประทานอาหารเป็นประจำวัน แต่การรับประทานอาหารนั้นเป็นเว  
ล่ำเวลา เช่นอย่างวันหนึ่ง ๓ มื้อบ้าง ๒ มื้อบ้าง หรือมื้อเดียวบ้าง แต่การพิจารณาในส่วน  
แห่งกาย จะเป็นกายนอกก็ตาม ภายในก็ตาม เป็นอาจณ ยังได้ตลอดเวลายิ่งดี สำหรับผู้  
ปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์และเพื่อความถอดถอนอุปาทานออกจากกาย ที่เป็นบ่อเกิดแห่ง  
ความลุ่มหลง นี้เรียกว่าการพิจารณากายานุปัตสนาสติปัญญา

เมื่อสรุปความลงในผลแห่งการพิจารณาแล้วก็สักแต่ว่ากาย ไม่ใช่สัตว์ด้วย ไม่ใช่  
บุคคลด้วย ไม่ใช่เราด้วย ไม่ใช่เขาด้วย สักแต่ว่ากายเท่านั้นโดยทางปัญญาจริง ๆ เมื่อจิต  
ได้เห็นชัดด้วยปัญญาจริง ๆ อย่างนี้แล้ว ความกังวลเกี่ยวข้องในเรื่องกาย ความเสาะ  
แสวงหาทางอารมณ์ที่เกี่ยวกับกาย ความที่เรายึดมั่นถือมั่นในส่วนกายทั้งหลายเหล่านี้  
เป็นผลอันหนึ่ง เมื่อตัวเหตุคืออุปาทานได้หมดไปแล้วเพราะอำนาจของปัญญา สิ่งเหล่านี้  
ก็ต้องหมดไปหรือดับไปพร้อม ๆ กัน ไม่มีอันใดเหลือ

ทีนี้เราพึงทราบว่า การพิจารณาในสติปัฏฐาน ๔ นี้ เราจะต้องพิจารณากายเสียก่อน แล้วก็ต่อไปเวทนา ต่อไปจิตและต่อไปธรรมนั้น เป็นการคาดคิดไป อันนี้เป็นชื่อของ ส่วนแห่งสภาพซึ่งมีอยู่ด้วยกันแล้วท่านแยกออกเป็น ๔ ประเภทเท่านั้น ในประเภท ทั้งหมดนี้มีอยู่กายอันเดียวนี้ เวทนาจึงอยู่กาย จิตก็อยู่ในกายอันนี้ ธรรมก็อยู่ในกายอันนี้ แต่ท่านแยกประเภทออกไป ฉะนั้นความเข้าใจของเราอาจมีความเห็นผิดไปว่า เมื่อ ท่านแยกออกเป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรมแล้ว ถ้าหากเราจะพิจารณาในเวทนา หรือในจิต ในธรรม ส่วนใดส่วนหนึ่งก่อนแล้วจะเป็นการผิดอย่างนี้ นี่อาจเกิดขึ้นใน ความหลงผิด

แต่แท้ที่จริงเวลาเราพิจารณากาย เวทนาจึงแฝงอยู่ในกายนั้น ความทุกข์ไม่เลือกกาล ใด จะเป็นกาลที่เรากำลังพิจารณากายอยู่ก็ตาม หรือนอกจากกายนั้นแล้วก็ตาม เกิดขึ้นได้ ทั้งสุขทั้งทุกข์ ทั้งความเฉย ๆ เช่นเป็นโอกาสหรือเป็นช่องที่เราจะควรพิจารณาในเวลา เวทนาเกิดขึ้นนั้น ให้ได้ทราบชัดว่าเวทนานี้เป็นอะไร นอกจากว่ากายนี้ไม่ใช่เราไม่ใช่ ของเราแล้ว เราจะเห็นว่าเวทนาที่เกิดขึ้นนี้เป็นอะไรอีกในบรรดาเวทนาทั้งสามนี้

เราก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาในเวทนาทั้งสามนี้อีก มีลักษณะเช่นเดียวกันว่า อนิจจัง เวทนาจะเป็นสุขก็ตาม ทุกข์ก็ตาม เฉย ๆ ก็ตามเกิดขึ้น ทุกกาลทุกสมัยต้องเป็น ไปกับด้วย ไตรลักษณ์ทั้งนั้น ไม่มีระยะเดียวที่จะห่างจากไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกข์ อนตตา ไป แล้วจะปฏิเสธความเป็นสัตว์เป็นบุคคลตายตัวอยู่เช่นนั้นตามสภาพของเขา นี้เรียกว่า พิจารณาเวทนา

เราจะพิจารณากาลใดสมัยใดไม่ขัดข้องทั้งนั้น เพราะเป็นเรื่องของสติปัฏฐาน ๔ แล้วความคิดในอาการทั้งสี่ หรือในสภาวะธรรมทั้งสี่นี้ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม นี้ เรา ไม่ได้เลือกติดตามกาลตามเวลาของเขา คิดได้ทุกขณะ คิดได้ทุกเวลา ในสภาวะธรรมทั้งสี่ นี้ เพราะเหตุนี้การที่เราจะพิจารณาแก้ไขในสภาวะธรรมทั้งสี่นี้ จึงไม่จำเป็นจะต้อง กำหนดเวล่ำเวลา

คำว่าพิจารณาจิต จะพิจารณาอย่างไร.. จิต ก็พิจารณาเจตสิกซึ่งเกิดขึ้นจากใจนั่นเอง ว่าไปสำคัญมั่นหมายในกายในเวทนาเหล่านี้ เป็นอะไรบ้าง ปรุงแต่งจะเป็นกายนอกก็

ตามกายในก็ตาม ปรุ้งว่าอย่างไร หมายถึงอย่างไร กำหนดพิจารณาตามกระแสของใจ สิ่ง  
ที่ไปหมายหรืออารมณ์เหล่านั้นเป็นธรรมขึ้นมาแล้วที่นี้ เรียกว่าเป้าหมายนั่นเอง อารมณ์  
ที่จิตพิจารณาที่จิตจดจ่อที่นี้ เรียกว่าเป็นเป้าหมายของใจ เป้าหมายนั่นเองท่านเรียกว่า  
**ธรรม**

ที่นี้ท่านว่าพิจารณาเวทนาใน เวทนานอก อันนี้เป็นปัญหาอันหนึ่ง ส่วนภายในกาย  
นอกเราพอทราบกันได้ชัด เช่นอย่างกายของคนอื่น หรือเราไปเยี่ยมป่าช้า ก็แสดงว่าเรา  
ไปพิจารณาภายนอก แต่เวทนาในนี้จะหมายถึงเวทนาอะไร เวทนานอกหมายถึงเวทนา  
อะไร เวทนานอกถ้าเราจะไปหมายคนอื่นเป็นทุกข์ทนลำบาก หากเขาไม่แสดง  
กิริยามารยาทอาการให้เราเห็นว่าเขาเป็นสุขหรือเป็นทุกข์แล้ว เราจะมีช่องทางหรือ  
โอกาสพิจารณาเวทนาของเขาได้อย่างไร นี่เป็นปัญหาอยู่

แต่นี้เพื่อจะให้เป็นสิ่งสำเร็จรูปในทางด้านปฏิบัติของเรา จะถูกก็ตามผิดก็ตาม ข้อ  
สำคัญให้ถือเอาผลประโยชน์ซึ่งเกิดขึ้นในการกระทำของตน เป็นความสุข เป็นไปเพื่อ  
ความสงบ เป็นไปเพื่อความแยกกาย เป็นไปเพื่อความเฉลียวฉลาดแล้ว ให้ถือว่านั่นเป็น  
ของใช้ได้ เป็นการถูกกับหลักธรรมของพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นในสถานที่นี้หรือเวลา  
นี้จะขออธิบายตามอัตโนมติ หรือความรู้โดยตนได้พิจารณาอย่างไรให้บรรดาท่าน  
ทั้งหลายฟัง

เวทนานอกนั้นหมายถึงกายเวทนา เวทนาในหมายถึงจิตเวทนา คือเวทนาซึ่งเกิดขึ้น  
ในส่วนแห่งกาย จะเป็นการเจ็บท้อง ปวดหัวก็ตาม เจ็บส่วนแห่งอวัยวะ หรือปวดที่  
ตรงไหนทุกข์ที่ตรงไหนก็ตามในส่วนแห่งอวัยวะนี้ทั้งหมด เรียกว่าเป็นเวทนานอก จะ  
เป็นสุขทางกายก็ตาม เฉย ๆ ขึ้นทางกายก็ตาม จัดว่าเป็นเวทนานอกทั้งนั้น ส่วนเวทนาใน  
นั้น หมายถึงใจได้รับอารมณ์อันใดขึ้นมา เพราะอำนาจของสมุทัยเป็นเครื่องผลักดัน เกิด  
ความทุกข์ขึ้นมาบ้าง เกิดความสุขความรื่นเริงขึ้นมาบ้าง เฉย ๆ บ้าง เรียกว่าเวทนาใน

การพิจารณาเวทนานอก การพิจารณาเวทนาใน มีไตรลักษณ์เป็นเครื่องยืนยันหรือ  
เป็นเครื่องตัดสิน เป็นเครื่องดำเนินด้วยกันทั้งนั้น แต่เมื่อเราได้พิจารณาในส่วนของกายให้  
เห็นชัด ส่วนเวทนานอกขึ้นอยู่กับกายนี้ชัดแล้ว แม้จะพิจารณาเวทนาส่วนภายในนี้ก็

ย่อมจะชัดไปได้ เพราะอำนาจของปัญญาที่มีความละเอียดเข้าไปเป็นลำดับ นี่การพิจารณาสติปัญญานพิจารณาอย่างนี้

พิจารณาจิตตามปริยัติท่านกล่าวไว้นั้น บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลายก็พอเข้าใจแล้ว กระแสของใจเรามีความเกี่ยวข้องกระดิกพลิกแพลงไปในอารมณ์อันใด คอยสังเกตุความเคลื่อนไหวของใจอยู่เสมอ นี่เรียกว่าพิจารณาจิต คือพิจารณาในขณะที่เดียวกันนั่นเอง เวลานั่งหรือเวลายืนเวลาทำความเพียรอยู่นั้นเอง ในกาลในสมัยเดียวกันนั่นเองสามารถที่จะพิจารณาสติปัญญานทั้งสี่นี้ไปพร้อม ๆ กันได้

เพราะอาการทั้งสี่นี้เป็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นสลับส่นปนเปกันอยู่ตลอดเวลา ไม่ได้มีการกำหนดว่ากายจะต้องปรากฏขึ้นก่อน แล้วเวทนาเป็นที่สอง จิตเป็นที่สาม ธรรมเป็นที่สี่ ไม่ใช่อย่างนั้น เป็นสิ่งที่สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันอยู่ทั่วสรรพางค์ร่างกายและจิตใจของเรา ล้วนแล้วตั้งแต่เป็นเรื่องของสติปัญญาน ๔ ทั้งนี้ การที่เราจะพิจารณาในส่วนสภาวะทั้งหลายที่ปรากฏขึ้นมาสัมผัสกับใจของเราส่วนใดนั้น เป็นเรื่องถูกต้อง

เมื่อท่านผู้ใดเป็นผู้หักห้ามร่างกายจิตใจของตน บังคับจิตใจของตนให้ท่องเที่ยวอยู่ในสติปัญญานทั้งสี่นี้แล้ว เรื่องของสติก็ดี เรื่องของปัญญาก็ดี จะเป็นขึ้นในสถานที่นี้ คำว่าอริยะที่ท่านกล่าวตั้งแต่เบื้องต้นว่า โสดา สกิทา อนาคา อรหันต์ ก็ต้องได้อุบายไปจากธรรมทั้งสี่ประเภทนี้เอง ด้วยอำนาจของปัญญา เมื่อพิจารณาให้เห็นชัดแจ่มแจ้งตามเป็นจริงในสภาวะนี้แล้ว ควรจะได้รับผลในธรรมขั้นใดก็ต้องปรากฏขึ้นเป็นขั้น ๆ ตามแต่กำลังความสามารถของตนจะพิจารณาได้ในธรรมขั้นไหน เพราะเหตุนี้ผลจึงปรากฏขึ้นว่าเป็นพระโสดาบ้าง เป็นพระสกิทาคาบ้าง เป็นพระอนาคาบ้าง เป็นพระอรหันต์บ้าง อย่างนี้

การพิจารณาสติปัญญานทั้งสี่ก็ดี การพิจารณาในอริยสังขารทั้งสี่ก็ดี อย่าพึงทราบว่าเป็นคนละทาง และอย่าพึงทราบว่าเป็นคนละประเภท เป็นคนละหน้าที่ ต่างกันตั้งแต่ชื่อเท่านั้น ในหลักธรรมชาติแล้วเป็นอันเดียวกัน กายก็ ทุกข์ อริยสัจจ์ ชาติปิ ทุกขา ชาติปิ ทุกขา มรณมปิ ทุกข์ นี้เรียกว่ากาย

การพิจารณาในความทุกข์ความลำบากความทรมานของกายนี้ ก็จัดเป็นกายนุปัสสนาด้วย เป็นทุกข์สัจด้วย การพิจารณาถึงเรื่องเวทนาที่เกิดขึ้นทั้งส่วนแห่งกาย ทั้งส่วนแห่งใจ ก็จัดว่าเป็นการพิจารณาเพื่อจะรู้ถอนถึงเรื่องของสมุทัย และทุกข์ทั้งหลายที่ปรากฏขึ้นเป็นตัวผลในส่วนแห่งกายก็ดี ในส่วนแห่งจิตก็ดี นี้เป็นเรื่องของทุกข์ การพิจารณาเพื่อจะรู้สาเหตุแห่งความทุกข์ที่เกิดขึ้นนี้เกิดขึ้นมาจากอะไร นี้เป็นอุบายที่จะถอนสมุทัยซึ่งเป็นรากสำคัญอยู่ภายในใจพร้อม ๆ กันไปแล้ว

เพราะเหตุนี้ในอริยสังขารมทั้งสี่ก็ดี เรื่องสติปัญญาธรรมทั้งสี่ก็ดี พึงทราบว่ ธรรมชาตินี้เป็นอันเดียวกัน ต่างกันแต่ชื่อเท่านั้น ถ้าจะเทียบอุปมาแล้วก็เหมือนดังกับว่า กายของเราทั้งหมดนี้ เราให้ชื่อว่าข้างหน้าข้างหนึ่ง ข้างหลังอย่างหนึ่ง ข้างซ้ายอย่างหนึ่ง ข้างขวาอย่างหนึ่ง ข้างบนอย่างหนึ่ง ข้างล่างอย่างหนึ่ง แต่ไม่ใช่ว่าข้างบนที่ไหนนอกไปจากกาย ข้างล่างที่ไหนนอกไปจากกาย ข้างหน้าข้างหลัง ข้างซ้ายข้างขวาที่ไหนนอกไปจากกายอันนี้ ออกจากกายอันเดียวกันทั้งนั้น เพราะเหตุนี้ลักษณะอาการที่ท่านว่า ในอริยสังขารมทั้งสี่ก็ดี สติปัญญาธรรมทั้งสี่ก็ดี พึงทราบว่าออกจากธรรมชาติอันเดียวกันนี้

เมื่อปัญญาของเราได้พิจารณาให้เห็นชัดในส่วนรูป เรียกว่า กายนุปัสสนา ให้เห็นชัดตามเป็นจริง เพราะอำนาจของปัญญาเราพิจารณาไม่หยุดยั้งแล้ว ความปล่อยวางในกายนี้ก็จะปรากฏขึ้นชัดภายในจิตใจของเรา เรียกว่าถอนอุปาทานของกายเสียได้ เมื่อพิจารณาถึงเรื่องเวทนาทั้งสามให้เห็นชัดตามเป็นจริงเช่นเดียวกับส่วนแห่งกายนี้แล้ว สติความจำได้หมายรู้ สังขาร ความปรุง ความคิด วิญญาณ ความรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ ที่ปรากฏขึ้นมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย เห็นชัดเช่นเดียวกันแล้ว ความปล่อยวางในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้จากความเป็นคน จากความเป็นเรา เป็นของเรา ก็ต้องปล่อยวางเช่นเดียวกันกับเราปล่อยวางกายเช่นนั้น

การกล่าวมาทั้งหมดนี้ หรือการพิจารณาในสภาวะธรรมทั้งหลายเหล่านี้ พิจารณาตามขั้นของจิตที่มีความเกี่ยวข้อง ดิคนั้นพัวพันอยู่ในส่วนใด ก็ต้องคลี่คลายเปิดเผยให้จิตดูว่ามีอะไรบังอยู่ภายในนี้

เช่นอย่างพิจารณากาย เหตุที่จะพิจารณากายก็เนื่องจากว่าใจไปสำคัญกายนี้ว่าเป็นอะไรบ้าง ไม่รู้ก็ช่องก็ทาง ไม่รู้ก็สมมุตินิยมที่ใจไปทำความเข้าใจขึ้นจากกายที่คนเดียวหรือก่อนเดี๋ยวนี้ ว่าเป็นสัตว์บ้าง ว่าเป็นบุคคลบ้าง ว่าเป็นหญิง ว่าเป็นชายบ้าง ว่าเป็นของสวยของงามบ้าง ว่าเป็นที่น่ารักใคร่ชอบใจบ้างเหล่านี้ ล้วนแล้วตั้งแต่เกิดขึ้นเป็นความสำคัญที่เกี่ยวกับกายทั้งนั้น

เมื่อปัญญาได้คลี่คลายดูให้เห็นชัดว่า มีเราอยู่ที่ไหน มีเขาอยู่ที่ไหน ในกายอันนี้มีของสะอาดของสวยงามอยู่ที่ไหน มีของเที่ยงแท้ถาวรที่ไหน มีความเป็นของเที่ยงที่ไหน มีความไม่แปรอยู่ที่ไหน มี อดุตา หิ อยู่ที่ไหนในส่วนแห่งกายนี้ ชี้แจงแสดงโดยทางปัญญาให้ใจได้เห็นชัด ก็เทียบกับว่าคลี่คลายดูสิ่งปกปิดให้ใจได้เห็นชัด ให้ใจได้หายสงสัยในสิ่งเหล่านี้ ว่าไม่ใช่เป็นสิ่งที่เป็นไปตามจิตของตนมุ่งหวัง ว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นต้น แล้วจิตก็จะปล่อยวางจากสภาพทั้งหลายเหล่านี้โดยอัตโนมัติของตนเอง ไม่ต้องบังคับให้ถอดให้ถอนให้ปล่อยให้วางแต่อย่างใด เพราะจิตได้เห็นชอบตามปัญญาแล้ว นี้ปล่อยวางมาอย่างนี้

การพิจารณาเวทณาก็คลี่คลายเช่นเดียวกันกับที่ส่วนกายนี้ให้จิตได้เห็นชัด คลี่คลายดูเวทนาทั้งสาม สุข ทุกข์ เจษ ๑ คลี่คลายดู สัญญา ให้ชัดคลี่คลายดู สังขาร ให้ชัด คลี่คลายดู วิญญาณ ให้ชัด โดยลักษณะเช่นเดียวกันกับคลี่คลายในส่วนกายด้วยปัญญาให้จิตได้ตรงตามปัญญา รู้ตามปัญญาที่ชี้ช่องบอกทาง ได้เห็นอย่างแจ่มแจ้งชัดเจนแล้ว ก็ไม่ต้องบังคับให้ถอดถอนจากสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ โดยความถือว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นต้นเสีย นี้เราก็ไม่ต้องบังคับอีกเช่นเดียวกัน

เพราะอำนาจของปัญญาได้ยังทราบทั่วถึงหมดแล้ว เปิดดูให้เห็นชัดไม่มีอันใดลึกลับเพราะอำนาจของปัญญา จิตก็ถอนเข้ามา ๑ กระแสของใจที่วิ่งอยู่ริก ๑ ๑ ต่อสภาวะทั้งหลายเหล่านี้ พร้อมทั้ง สัญญา ที่มีความสำคัญมันหมายในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ก็เป็นอันถอดถอนมาพร้อม ๆ กัน

การเห็นโทษในสภาวะธรรมทั้งหลาย เบื้องต้นก็ต้องเห็นโทษในสภาวะธรรม เพราะเราไปเห็นคุณในสภาวะธรรม แต่เมื่อได้พิจารณาในสภาวะธรรมส่วนหยาบมี รูป เป็นต้น

แล้ว ให้ชัดด้วย**ปัญญา** สภาวะทั้งหลายเหล่านั้นก็หมดความลึกลับ เป็นธรรมที่เปิดเผย เป็น สภาวธรรมที่เปิดเผย โดยทาง**ปัญญา เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** เมื่อได้พิจารณาโดย ทาง**ปัญญา**แล้ว ก็กลายเป็นธรรมที่เปิดเผยอีกเช่นเดียวกัน ยังจะเห็นกระแสของใจที่ เพ่นพ่านอยู่ทั้งวันทั้งคืน เป็นเรื่องที่ว่าตื่นเงาของตัวอยู่ตลอดเวลาให้ชัดขึ้นแล้วในขณะนี้

แต่ก่อนถูก รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส และความสำคัญมั่นหมายในสิ่งเหล่านี้ เป็นเครื่องปกปิดกำบังกระแสของใจ จึงไปเห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นกลายเป็นคุณเป็น โทษไปเสียหมด โดยเราเป็นผู้บริสุทธิพุทธโศแต่ผู้เดียว ทั้ง ๆ ที่เราเป็นผู้หลงต่อผู้หลง นั้นเอง ต่อเมื่อได้คลี่คลายสภาวะทั้งเป็นฝ่ายรูป ทั้งเป็นฝ่ายนาม ให้ชัดเจนด้วย**ปัญญา** อย่างไม่มีข้อสงสัยแล้ว ก็ยังจะเห็นกระแสของใจ เห็นกระแสของใจชัดเจนกระทั่งถึงเห็น รากฐานของอวิชชาซึ่งเกิดขึ้นจากธรรมชาติที่รู้ ๆ เป็นบ่อเกิดแห่งกระแสของใจนี้ ชัดเจน เข้าไปเช่นเดียวกับสภาวธรรมทั้งหลายแล้ว เรียกว่าเปิดเผยขึ้นอีก

คลี่คลายความรู้ที่เป็นเจ้าวัฏจักร เป็นความรู้ที่โกหกนี้ให้เห็นชัดด้วย**ปัญญา** ธรรมชาติอันนี้ก็เลยกลายเป็นความเปิดเผยขึ้นมาอีก ไม่มีอันใดที่เหลือหลออยู่ เมื่อ ธรรมชาติอวิชชาที่เป็นความรู้ลึกลับ เป็นความรู้ที่เต็มไปด้วยโกหกมายาสาโดย ให้เห็นชัด ด้วย**ปัญญา**นี้แล้ว ธรรมชาติที่ลึกลับ ธรรมชาติที่ละเอียดที่สุดได้แก่อวิชชา คือความรู้ที่เป็นเจ้าวัฏจักรอันนี้ ได้แตกกระจายหรือเป็นธรรมที่เปิดเผยขึ้นมาแล้วนั้นแล เราจึงจะ หมดปัญหาใด ๆ ในเรื่องความปกปิดแห่งสภาวธรรมทั้งหลายที่ดี ในเรื่องความลุ่มหลง แห่งสภาวธรรมทั้งหลายที่ดี ไม่มีอันใดที่จะเหลือหลออยู่แล้ว

จากนั้น ไปแล้วธรรมชาติที่บริสุทธิ์พุทธโศโดยไม่ต้องเสกสรรแต่อย่างใด ได้ปรากฏ เเด่นชัดขึ้นมาตามหลักธรรมชาติของตนอย่างแจ่มแจ้งแล้วนั้น เรื่องทั้งหลายจึงจะ เป็นอันว่าเปิดเผยอยู่ตลอดเวลา รูป ไม่เพียงแต่ว่ารูปหญิงรูปชายรูปสัตว์รูปบุคคล รูป สภาวะทั่ว ๆ ไปทั่วทั้งจักรวาลนี้ กลายเป็นสิ่งที่เปิดเผยขึ้นมาพร้อม ๆ กัน นาม ก็ เหมือนกัน เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทุก ๆ อย่างซึ่งไม่มองเห็นด้วยตา ก็กลายเป็น ธรรมที่เปิดเผยขึ้นมาพร้อม ๆ กัน

เพราะเหตุใด เพราะบ่อเกิดแห่งความลึกลับได้แก่อวิชชานั้น ได้ถูกเปิดเผยขึ้นมาแล้ว อย่างชัดเจนด้วยอำนาจของ**ปัญญา** สภาวะทั้งหลายทั่วไปทั่วโลกราคุนี่จึงเป็นอันว่ายุติ

ไม่ได้เกิดเรื่องเกิดราวกับจิตใจของเราต่อไปแล้ว วัฏจักรเป็นอันว่ายุติกันลงได้ในจุดนี้เอง ต่อจากนั้นไปก็ไม่มีอะไรที่จะเป็นสิ่งที่ลึกลับต่อใจดวงนี้ไปได้อีกแล้ว

ตามภาษาบาลีท่านกล่าวไว้ว่า **วุธิตํ พุรุมฺหจฺริยํ, กตํ กรณียํ** หมดกิจในพระศาสนา หมดทั้งความบำเพ็ญเพื่อใจดวงนี้ให้เจริญยิ่งขึ้นไปอย่างไรอีก หมดทั้งการละการถอน ความลึกลับหรือปิดบังอันใดต่อไปอีก ไม่มี เป็นอันว่าสภาวะทั้งหลายได้เปิดเผยเสียทุกอย่าง พร้อมทั้งความบริสุทธิ์พุทฺธ โชนันก็ได้เปิดขึ้นมาพร้อม ๆ กันกับสภาวะธรรมทั้งหลาย ได้เปิดขึ้นมา นี้เรียกว่าธรรมเปิดเผย วัฏจักรก็ได้เปิดเผย วิวัฏจักรก็ได้เปิดเผยขึ้นใน ขณะเดียวกัน

นี่ผลแห่งการปฏิบัติ ผลแห่งการตั้งจิตตั้งใจ เริ่มตั้งสติ ปัญญา เริ่มจำเพาะเจาะจง เริ่มอุทิศสําคัญพยายามบำเพ็ญตนของตนด้วยความจำเพาะเจาะจง ด้วยความตั้งอกตั้งใจ ตั้งแต่เบื้องต้นจนกระทั่งถึงธรรมที่เปิดเผยไปเสียทั้งสิ้น ไม่มีอันใดลึกลับใน โลกธาตุนี้ แม้แต่ว่า วิวัฏฏะ ที่เรียกว่า พระนิพพาน นั้นก็เป็นการเปิดเผยขึ้นมาพร้อม ๆ กัน เรียกว่า **วุธิตํ พุรุมฺหจฺริยํ**

เพราะเหตุนี้บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลายให้ฟัง โอปนยิโก น้อมเข้ามาสู่ตัวของตัว ทั้งหมด ในบรรดาธรรมทั้งหลายที่ได้อธิบายมานี้ เวลานี้เรากำลังอยู่ในความลึกลับ อันใด ก็ลึกลับเสียทั้งนั้นสำหรับเราซึ่งกำลังลุ่มหลงอยู่ รูปจะเป็นรูปชั้วก็ตามรูปดีก็ตาม มันให้เกิดได้ทั้งความดีใจและเสียใจ สิ่งเหล่านั้นจึงกลายเป็นของลึกลับ

เพราะธรรมชาติอันหนึ่งซึ่งเป็นของใหญ่โตที่สุด แต่เราไม่มองเห็นด้วยตา และไม่สามารถที่จะรู้ได้ด้วยใจด้วย นั่นคืออวิชา แต่มันก็อยู่กับใจนั่นเองแต่เราไม่สามารถที่จะรู้ ธรรมชาตินั้นเป็นธรรมที่ลึกลับที่สุด สิ่งทั้งหลายซึ่งเป็นบริษัทบริวารที่เกี่ยวข้องกับ ธรรมชาตินั้น เลยกกลายเป็นของลึกลับไปตาม ๆ กัน พอธรรมชาตินี้ได้ถูกเปิดเผยขึ้นแล้ว ด้วยปัญญาเท่านั้น สภาวะธรรมทั้งหลายก็ได้เปิดเผยหมด จนกระทั่งถึงวิวัฏฏะคือพระ นิพพานเสียเอง ก็ถูกเปิดเผยไปพร้อม ๆ กัน นี้ท่านแนะนำการปฏิบัติเพื่อความเปิดเผยอย่าง นี้



เราทำข้อวัตรปฏิบัติทุกชิ้นทุกอันก็ตาม เพื่อความเปิดเผยทั้งสิ่งที่เป็นวิภูฏะ ทั้งสิ่งที่เป็นวิวิภูฏะ ขอให้บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลาย ได้กำหนดพิจารณาเข้ามาสู่ตนของตน เสมอ ให้เป็นผู้มีความเป็นอยู่ด้วยสติด้วยปัญญาทุกอิริยาบถ พวกท่านทั้งหลายจะได้เห็นความเปิดเผยทั้งวิภูจักรด้วย ทั้งวิวิภูจักรด้วย ใน สนฺทิภูจฺจโก ความเห็นเองของบรรดาท่านทั้งหลายเอง

ในอวสานแห่งพระธรรมเทศนานี้ขอบุญญาภาพแห่งองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ จงดลบันดาลให้บรรดาท่านทั้งหลายให้มีความเจริญออกมา