



## โมทนาสาธุสาร

ฉบับเดือนธันวาคม ๒๕๕๒

พระธรรมเทศนาเนื่องในทอดกฐินสามัคคีประจำปี พ.ศ.๒๕๕๒

วันอาทิตย์ที่ ๒๕ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒

โมทนาสาธุ โมทนาสาธุ โมทนาสาธุแก่ทุกคนทุกท่าน ที่มีจิตศรัทธาเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย อันมีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธาน การที่ทุกคนได้มาร่วมกันทอดกฐินสามัคคี คำว่าสามัคคีนี้ พระพุทธเจ้ายกย่องที่พระองค์เรียกว่า สุขา สงฺขสฺส สามัคคี ความพร้อมเพรียงของหมู่ทำให้เกิดสุข พร้อมกันนั้นก็โทษแห่งความไม่สามัคคี เพราะฉะนั้นใครทำลายความสามัคคีผู้นั้นชื่อว่าทำลายมรรค พระพุทธเจ้ายกย่องมรรคสังคีย์เป็นหนึ่งในมรรคสามัคคีเป็นหนึ่งใน อย่างมรรคสามัคคีเป็นหนึ่งในเราจะทำอย่างไรจะให้รวมเป็นหนึ่งได้ มรรคมี๘ อย่าง สัมมาทิฏฐิความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปไปดำริชอบ สัมมาวาจา การพูดจาชอบ สัมมากัมมันโตการงานชอบ สัมมาอาชีโวอาชีพชอบ สัมมาวายาโมพยายามชอบ สัมมาสติ ระลึกชอบ สัมมาสมาธิตั้งใจมั่นชอบ แต่ทำอย่างไรเราจึงจะให้มรรคสังคีย์เป็นหนึ่งใน เพราะฉะนั้นถ้าเราจะไปนิพพานนี้ สัมมาทิฏฐิความเห็นชอบก็ต้องลงว่างหมดเลยไม่มีความเห็น สัมมาสังกัปปไปดำริชอบก็ไม่มี การดำริ ว่างหมด สัมมาวาจาการพูดจาชอบก็ว่างไม่มีการพูดเพราะจะไปนิพพานแล้ว สัมมากัมมันโตการงานชอบก็การงานต้องว่าง สัมมาอาชีโวอาชีพชอบก็ว่างจะไปนิพพานแล้ว ก็ไม่มีอาชีพอะไรที่จะต้องทำอีก สัมมาวายาโมพยายามชอบ เราก็ว่างพยายามว่างไม่มีการพยายามทำงานอย่างอื่นพยายามว่างอย่างเดียวหรือสัมมาสติระลึกชอบก็ไม่มีการระลึก การที่ระลึกถึงพ่อแม่พี่น้องลูกเมียมิตรสหายการทำงานว่างหมด ไม่มีการระลึก สัมมาสมาธิตั้งใจมั่นชอบก็ตั้งใจมั่นกับพระนิพพานตั้งใจมั่นกับความว่างอย่างเดียว ฉะนั้น ต้องลงว่างหมดเลยนี้ เขาจึงเรียกว่ามรรคสามัคคีหรือมรรคสังคีย์เป็นหนึ่งในต้องลงว่างหมด ถ้าเรายังมีความเห็นชอบเห็นอะไรก็ชอบๆไปนิพพานไม่ได้หรอก สัมมาสังกัปปไปดำริชอบก็ไปไม่ได้เห็นอะไรดำริอะไรก็ชอบพูดๆกันทั้งวันทั้งคืนก็ไปนิพพานไม่ได้ พูดเรื่องนั้นเรื่องนี้จิตไม่ว่างไปนิพพานไม่ได้ การงานชอบ การงานทำนั่นทำนี่อะไรก็ไปนิพพานไม่ได้ เพราะฉะนั้นต้องมรรคสังคีย์เป็นหนึ่งในต้องลงที่ความว่าง

ทำไมจึงต้องลงที่ความว่าง พระพุทธเจ้าสรุปของพระองค์เองไว้ว่า สัพเพ ธัมมา อนัตตา สัพเพ ธัมมา อนัตตาทั้งธรรมและอธรรมก็ต้องว่างเปล่าหรือสูญเปล่านี้ต้องว่างหมดจึงจะไปนิพพานได้ ที่ครูบาอาจารย์ทั่วโลกสอนมรรค มรรคมีองค์๘ ก็หมายถึงว่าสัมมาทิฏฐิเห็นชอบเห็นอริยสัจจ์ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคนี้แล้วพวกโยมจะมีเวลาพิจารณากันยาวไกลเลย ดำริชอบ ดำริไม่พยายาบทเบียดเบียนอะไรเนี่ยยิ่งโธ้ย! ยิ่งยาวออกไปอีก เพราะฉะนั้นถ้าเราจะไปนิพพานง่ายสุดสั้นสุดก็ต้องว่างอย่างเดียว เราจึงจะไปนิพพานได้ พวกไม่ว่างทั้งหลายไปไม่ได้ค้ำพระพุทธรูปแล้วก็กล่าวต่อพระพุทธรูปแล้วนึกว่าตัวเองเก่งตัวเองแน่ แต่ถ้าทำจิตไม่ว่างได้ไปไม่ได้จำเอาไว้ มรรคสังคีย์เป็นหนึ่งในลงความว่างหมด คำว่าสัพเพ ธัมมา อนัตตา ธรรมทั้งหมดคณะธรรมที่เป็นกุศล ธรรมที่เป็นอกุศล ธรรมที่เป็นอัพยาตกุศลก็ต้องว่างหมด อธรรมขึ้นชื่อว่าอธรรมจะเป็นกายทุจริต วิชทุจริต มโนทุจริตก็ต้องว่างหมด ไม่มีการกระทำชั่วทางกาย ทางวาจาทางจิตต้องว่าง เพราะฉะนั้นต้องละบาปด้วยละทั้งบุญด้วยต้องว่าอย่างนี้ บุญคืออะไร? เนี่ยโยม



มาทำบุญทำทานกันเยอะแยะเลย ทุกปีก็ทำกันมากมายแต่โยมก็อาจจะไม่รู้ว่าบุญคืออะไร

บุญคือความยุติธรรมที่ประกอบด้วยเมตตาบ้าง กรุณาบ้าง มุทิตาบ้าง อุเบกขาบ้างผู้ให้ก็ต้องให้ด้วยความยุติธรรมเต็มอกเต็มใจให้ ให้ด้วยจิตเมตตาเหมือนพ่อแม่รักลูกมีเมตตารักลูกให้ลูกแล้วไม่เสียตายใจก็เป็นสุข ให้ด้วยกรุณาสงสารลูกให้แล้วก็ไม่เสียตายใจก็เป็นสุข ให้ด้วยมุทิตาพลอยยินดีกับลูกให้แล้วไม่เสียตายใจก็เป็นสุข ให้โอหสิให้ภัยแก่ลูกได้ใจก็ไม่ทุกข์เหนียว แล้วเมื่อเรารู้จักบุญแล้วเราก็รู้จักบาป บาปคืออะไร บาปคือไม่มีความยุติธรรมแก่ตัวเองไม่มีความยุติธรรมแก่คนอื่น ไม่มีกรุณาสงสารตัวเอง ไม่มีกรุณาสงสารคนอื่น ไม่มีมุทิตาพลอยยินดีตัวเองไม่มีมุทิตาพลอยยินดีคนอื่น อุเบกขาตัวเองไม่ได้ อุเบกขาคนอื่นไม่ได้เหนียวบาปแล้วยังไม่ทันฆ่าสัตว์ลักทรัพย์ไม่ทันประทุพติผิดในกามไม่ทันมูสาวาทไม่ทันกินเหล้าเมายาก็บาปแล้ว เพราะอะไรจึงบาป เพราะทำให้จิตของตัวเองเศร้าหมองแล้วเป็นทุกข์ ตัวเองรู้ตัวเองไม่ต้องให้ใครรู้ ไม่ต้องให้ใครบอก เพราะฉะนั้นเรารู้แล้วเนี่ยบุญคือความยุติธรรมเนี่ยให้จำไว้ พ่อแม่เลี้ยงเรามาเลี้ยงท่านต่อบทก็เป็นบุญเนี่ยเห็นมัย ท่านเคยให้ข้าวปลาอาหารถึงเวลาก็เอาข้าวปลาอาหารให้ท่าน เนี่ยก็เป็นบุญเป็นความยุติธรรม ท่านให้เสื้อผ้าอาภรณ์ เสื้อผ้าถุงผ้าห่มอะไรเนี่ย ถึงเวลาเขาก็หาผ้าถุงผ้าห่มให้ท่านก็เป็นบุญ เวลาเราเจ็บไข้ได้ป่วยท่านหาหมอหายมารักษาเราถึงคราวท่านเจ็บไข้ได้ป่วยเราก็กินหาหมอหายมารักษาให้ท่านก็เป็นบุญ ท่านให้หาที่อยู่อาศัยหาที่อยู่เป็นสุขสบายไม่ร้อนเกินไปไม่หนาวเกินไปไม่เย็นเกินไปถึงเวลาเราก็หาที่อยู่ที่เป็นสัพพายะที่ท่านชอบ ให้ท่านอยู่ท่านอาศัยก็เป็นบุญเนี่ยไม่จำเป็นเลยเห็นมัยเนี่ย

เพราะฉะนั้นบุญคือความยุติธรรมที่ไหนที่มีความยุติธรรมที่ไหนมีความเป็นธรรมที่นั่นเป็นที่ที่มีบุญ ต้องว่าอย่างนี้ คนไหนปฏิบัติอยู่ในศีลในธรรมมีความเป็นธรรมมีความยุติธรรมก็ผู้นั้นเป็นผู้มีบุญ เดี่ยวจะนึกว่าเอ๊ะ! บุญนี้ต้องมาทำกับพระอย่างเดียวจึงจะมีบุญ ทำกับพ่อแม่ก็ได้ ทำกับญาติสนิทมิตรสหายก็ได้ที่เขาเคยอุปการะมาที่เขาเคยมีบุญคุณแก่เราแล้วเราทำปฏิการะตอบแทนก็เป็นบุญพระองค์ก็ยกยกยกอีกว่าบุคคลผู้หาได้ยากสองอย่าง บุพการีผู้ทำคุณก่อนแล้ว กตัญญูรู้คุณท่านแล้วทำตอบแทน เนี่ยก็เป็นบุคคลหาได้ยาก สิ่งใดที่ชนทั่วไปหาได้ยากๆนั้นนะ แต่สำหรับคนมีความกตัญญูเนี่ยหาได้ง่าย ถ้ามนุษย์มีนาที่ไหนไม่ช่วยพรมเทพเทวดาก็มาช่วยให้โยมรู้ไว้ ถึงอยู่ดอยยากยากแค้นแสนสาหัสอย่างอัตโนมัติ เจอของจริงต้องว่าอย่างนี้ไปอยู่ในที่ที่ไม่มีคนอยู่ต้องว่าอย่างนี้อยู่ป่าอยู่เขาเทวดายังต้องมาใส่บาตรให้ฉันเลยต้องว่าอย่างนี้ไม่ใช่ครั้งเดียวด้วยหลายครั้งด้วย เพราะฉะนั้นเนี่ยอาตมาจึงมีความเชื่อมั่นตัวเองสูงมาก เพราะอาตมาประพฤติปฏิบัติชอบตามธรรมตามพุทธโอวาทต้องว่าอย่างนี้จึงได้เห็นผลเป็นปัจจุบันเลย ต้องว่าอย่างนี้แต่ได้รู้เรื่องได้เห็นกับตาพวกพรมเทพเทวดามาใส่บาตรให้กินจริงๆเป็นอาหารจริงๆไม่ใช่ว่าวาดภาพเอาน้ำไปยื่นโคนต้นไม้แล้วก็นึกว่าเทวดามาใส่บาตรแล้วก็นำน้ำมาใส่บาตรล้างบาตรแล้วก็ดื่มแล้วก็นึกว่าดื่มกินอาหารทิพย์ไอนั้นโกหกไม่ใช่ของจริงหรือคิดขึ้นเองต้องว่าอย่างนั้นเขาเอามาให้ก็ต้องให้จริงๆเขามาปรากฏเหมือนคนเราเนี่ยแต่รูปร่างลักษณะแปลกแตกต่างกันไป



เพราะฉะนั้นอย่าไปมงายอย่าไปเชื่ออะไรต่อมิอะไรเนี่ยถ้าเราเห็นได้ด้วยตัวเราเองรู้ได้ด้วยตัวเราเองเนี่ยเราจึงเชื่อถ้าไม่ได้เห็นด้วยตาไม่ได้ยินด้วยหูเรา อย่าไปเชื่อ เชื่อยากพระองค์เองก็สอนไม่ให้เชื่ออะไรง่ายๆ เหมือนกับถามพระสารีบุตรว่าสิ่งที่พระองค์สอนเนี่ยสารีบุตรจะเชื่อไหม สารีบุตรก็ว่าสิ่งใดที่ข้าพุทธเจ้ายังไม่ได้ปฏิบัติมาก่อนข้าพุทธเจ้ายังไม่เชื่อก่อน ต่อเมื่อข้าพุทธเจ้าได้ปฏิบัติแล้วทำตามแล้วข้าพุทธเจ้าจึงเชื่อพระพุทธเจ้าท่านก็ยังสาธุเพราะฉะนั้นอันเนี่ยให้พวกเราจำไว้อย่าไปเชื่ออะไรง่ายๆ ต้องได้เห็นกับตาได้ยินกับหูรู้ด้วยใจตัวเองถึงจะพอเชื่อได้แล้วเราก็ต้องรู้ว่าสิ่งที่เราเห็นต้องเป็นประโยชน์ได้ยินได้ทราบได้รู้สึกต้องเป็นประโยชน์ ถ้าไม่เป็นประโยชน์ก็วางเฉยซะถือว่าเป็นประสบการณ์แต่ละอย่างแต่ละชนิดที่แต่ละคนรู้ได้ไม่เหมือนกันทราบได้ไม่เท่ากันต้องว่าอย่างนี้ ที่พระองค์ว่านานาจิตตัง จิตไม่เสมอกัน ด้วยทานบ้าง ด้วยศีลบ้าง ด้วยเนกขัมมะบ้าง ด้วยปัญญาบ้าง ด้วยวิริยะความเพียรบ้าง ด้วยขันติความอดกลั้นอดทนบ้าง ด้วยสังจะความจริงใจบ้าง ด้วยอธิษฐานความปรารถนาบ้าง ด้วยจิตเมตตาบ้าง ด้วยจิตอุเบกขาบ้างเนี่ยจิตไม่เท่ากัน ความรักของคนหรือทานของแต่ละคนก็มีความเชื่อมั่นหรือมีที่บริสุทธิ์แตกต่างกันเพราะฉะนั้นไม่มีประมาณ เพราะฉะนั้นจึงมีคนรวยคนจนมีคนทุกข์คนยากคนพิกลพิการอะไรเนี่ย จึงผิดแผกแตกต่างกันเพราะกรรมนี่คือการกระทำ ทุกคนเกิดมาเนี่ยเกิดมาเพื่อทำหน้าที่เดี๋ยวนี้อะไรเกิดมาทำอะไรทุกคนก็อยากรู้ว่าเฮ้! เราเกิดมาทำอะไร ตัวเองก็ยังไม่รู้ว่าเกิดมาทำอะไร ทุกคนเกิดมาเพื่อทำหน้าที่ของความดีเป็นพ่อเป็นแม่เป็นบุตร ภรรยา สามี เป็นลูกเด้าเล่าหลาน เป็นหมอ เป็นคนไข้ เป็นทหาร ตำรวจ เป็นเจ้าฟ้าเจ้าแผ่นดิน เนี่ยทุกคนท่านทำตามหน้าที่แล้วทุกคนเกิดมาใช้กรรมกายกรรมเมื่อตื่นต้องทำงานวชิกรรมปากต้องพูดมโนกรรมต้องคิดนึก แต่กายกรรมต้องไม่ฆ่าสัตว์ลักทรัพย์ไม่ประพฤติผิดในกาม วชิกรรมต้องไม่พูดมุสาวาท ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบคายไม่พูดเพื่อเจ้อเหลวไหล มโนกรรมต้องไม่โลภอยากได้ของใคร ไม่พยาบาทใครไม่เห็นผิดจากคลองธรรมที่ชอบเนี่ยจึงจะไม่มีเวรไม่กรรมกับใคร

ถ้าเราไปล่วงด้วยกายกรรมวชิกรรมมโนกรรม ทำให้เขาเป็นทุกข์ถือว่าไปก่อกรรมทำผิดไว้แล้วไปทำเวรไปแล้วเพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงสอนไว้สอนไว้ให้รู้ว่าสิ่งเหล่านี้ที่จะเกิดมาแล้วควรทำอะไรทำสุจริตหรือจะทำทุจริต เราต้องถามจิตของเราเองว่าเรารักดีหรือไม่รักดีเรารักดีต้องมีความสุขจิตกายสุจิต วชิสุจริต มโนสุจริต เราจะเห็นได้ว่าคนทำชั่วก็คิดชั่วทำชั่วพูดชั่ว ทำให้บ้านเมืองวิบัติฉิบหายอะไรอย่างนี้เป็นต้น เนี่ยเราจะได้ว่าคนไหนดีคนไหนไม่ดี เรารู้ได้ด้วยตนเองไม่ใช่คนปัญญาอ่อนรู้ไม่ได้ไม่ต้องโดนเขาหลอก เขาจะเอาเงินเอาทองมาล่อก็ไม่อยากได้ของเขาเป็นปลาติดรังแหหรือเรียกว่ามูทิตาโมทนาบาป เพราะฉะนั้นสิ่งใดที่ได้มาด้วยความไม่ชอบธรรมอย่าปรารถนาอย่าต้องการ ที่พระพุทธเจ้าว่าอย่าไปโลภเนี่ยเพราะได้มาผิดศีลผิดธรรมไม่ถูกต้องเพราะฉะนั้นอย่าไปอยากได้เพราะสิ่งเหล่านั้นได้มาแล้วก็เป็นทุกข์ไม่ดี ยืน เดิน นั่ง นอนเป็นทุกข์เพราะฉะนั้นเรารู้แล้วเราก็ละเว้นให้ว่างไปให้หมด ทำไม่จึงต้องบอกว่าให้ว่างให้ละเว้น เพราะเราไม่ปรารถนาที่จะมีกรรมมีเวรไม่ปรารถนาที่จะเวียนว่ายตายเกิดมาใช้เวรใช้กรรมหรือต้องมาเป็นทุกข์เพราะการกระทำของเราต้องว่าอย่างนี้



ฉะนั้นภาวนาแปลว่าทำให้มีให้เพิ่มขึ้นมาทำอะไรให้มีให้เพิ่มขึ้นมาก็มีแต่ทุกข์ทั้งนั้นต้องภาวนาว่างๆเนี่ย ถ้าเราสามารถทำความว่างให้เกิดขึ้นเราก็ไม่มีทุกข์ ทำไมจึงไม่มีทุกข์เพราะจิตของเราว่างแล้ว พระยามัจจุราชก็มองไม่เห็นจิตเราด้วย เจ้ากรรมนายเวรก็มองไม่เห็นจิตเราด้วยเนี่ยจึงว่าไม่มีทุกข์ เพราะเจ้ากรรมนายเวรไม่เจอเราแน่นอนไม่เห็นเราแน่นอนจึงไม่สามารถมาก่อทรมานเราได้เพราะฉะนั้นถ้าเราทำใจว่างเราก็ไม่มีวิตกวิจารณ์สังขารก็ไม่ปรุงแต่งเมื่อเราไม่มีวิตกวิจารณ์สังขารไม่ปรุงแต่งพระพุทธเจ้าว่านิรามิสสุขหรือเรียกว่า นิพพานัง ปรมัง สุขัง ถ้าตายเมื่อไหร่ก็นิพพานัง ปรมัง สุขญฺญังเมื่อนั้น เพราะฉะนั้นไม่ใช่ของยาก ของยากพระองค์ไม่สอน แต่ไม่มีผู้รู้มาแนะนำเรา ถึงเราปรารถนาที่จะว่าง ปรารถนาที่จะไปนิพพาน แต่เราไม่มีปัญญาญาณความรู้ ต้องหาผู้รู้มาแนะนำสั่งสอน เดียวนี้ก็หายากเพราะอะไรจึงหายากเพราะที่รู้จริงเห็นแจ้งมีน้อยต้องว่าอย่างนี้ ส่วนมากรู้ไม่จริงโดนหลอกกันทั้งนั้นแหละมากมายกายกองแล้วก็มีแต่โทษมีแต่ทุกข์ทั้งนั้น

เพราะฉะนั้นให้รู้เอาไว้ว่าความว่างคืออย่างไรความว่างนี้เหนือวิปัสสนาญาณด้วย วิปัสสนาญาณต้องมากำหนดรู้ทุกข์ กำหนดรู้ทุกข์ที่ไหนกำหนดรู้ทุกข์ที่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณีนี่แหละ สมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์คือต้นเหตุเป็นของควรละ ละที่ไหนก็ต้องละที่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณีนี่แหละ นิโรธความดับทุกข์ดับที่ไหนก็ต้องดับที่รูป ที่เสียง ที่กลิ่น ที่รส ที่โผฏฐัพพะ ที่ ธรรมารมณีนี่แหละ มรรคเป็นของควรเจริญให้มาก มรรคหนทางเข้าถึงความพ้นทุกข์ดับทุกข์ควรเจริญให้มากเจริญที่ไหน ตาเห็นรูปก็ดับรูปเรื่อยไป หูได้ยินเสียงก็ดับเสียงเรื่อยไป จมูกได้กลิ่นก็ดับกลิ่นเรื่อยไป ลิ้นได้รสก็ดับรสเรื่อยไป กายได้สัมผัสก็ดับสัมผัสเรื่อยไป ใจได้ธรรมารมณีก็นับธรรมารมณเรื่อยไปเนี่ยจนตายนั่นแหละ ทำไมจึงว่าจนตาย พระพุทธเจ้าได้รับพระพุทธพยากรณ์จากพระพุทธที่ปึงกรสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วพระองค์อภิมอภิมความว่างมา๔ อสงไขยแสนกัลป์เนี่ยมาเต็มในชาติเป็นพระเวสสันดรเนี่ยให้พระราชทานพระนางมัทรีกัญหาชาติเนี่ยให้หมดเลยทั้งลูกทั้งภรรยาเนี่ย แล้วใครจะมาขอหทัยวัตถุก็จะผ่าออกควักให้ ใครจะขอดวงตาก็จะควักให้เนี่ยจึงจะเต็มคือไม่ยึดติดใดๆคือว่างนั่นเอง เพราะฉะนั้นเราคือทุกวันนี้อายุไม่ถึง๑๐๐ ปี อาตมาจึงว่าเนี่ยต้องอภิมอภิมความว่างจนตายนั่นแหละยื่น เดิน นั่ง นอนก็ภาวนาว่างๆพูดเข้าหูไปสุใจไล่ขยะอารมณ์มะเร็งอารมณ์ในจิต คำว่าขยะอารมณ์มะเร็งอารมณ์ก็คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณีนี่แหละที่อยู่ในจิตเรานั้นแหละ ที่พระพุทธเจ้าเรียกว่าอาสวะกิเลสหรือเรียกว่ากิเลส กามเพราะฉะนั้นเราต้องทำให้ว่างไปหมดไปเนี่ย เราจึงจะไม่มีทุกข์ ถ้าเราไม่รู้เราก็ต้องได้รับทุกข์รับโทษแก่ การเห็น การได้ยิน ได้กลิ่น ได้รส ได้สัมผัส ได้รู้ความรู้สึกด้วยใจเนี่ยต้องได้รับทุกข์รับโทษ เพราะเราไม่รู้รับไปเต็มๆคือรับทุกข์ไปเต็มๆเลยรับภาระไปเต็มๆทุกคนอยากมีภาระมีภัย อยากมีทุกข์มีภัยแต่ทุกคนก็ไม่มีอุบายไม่มีปัญญาที่จะสลัดทุกข์หรือสลัดอารมณ์ได้เพราะยังไม่มีปัญญา ต้องทำจิตให้อยู่เหนืออารมณ์เมื่อเราทำจิตให้อยู่เหนืออารมณ์ จิตเราก็อยู่เหนืออาสวะจิตเราก็อยู่เหนือเวทนา คำว่าจิตอยู่เหนือเวทนาจึงคือไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ ไม่ต้องอุเบกขาด้วยเนี่ยจึงเรียกว่า นิพพานัง ปรมัง สุขังเนี่ยตอนเนี่ย แล้วจิตเราก็ไม่มีอารมณ์ สังขารไม่ปรุงแต่ง จิตไม่ปรุงแต่งอารมณ์เนี่ยมันจึงว่างถ้ายังมีการปรุงแต่งอยู่ พอเห็นรูปก็ปรุงแต่ง สวยไม่สวย ได้ยินเสียงเสียงเพราะไม่เพราะเสียงดีไม่ดีเนี่ยมันก็ปรุงแต่ง ได้กลิ่นได้รสได้สัมผัสได้รู้รสรู้





วิริยะเพียรในทานในศีลก็เพื่อว่าง ชันติความอดกลั้นอดทนในทานในศีลก็เพื่อว่าง สัจจะความจริงใจในทานในศีลก็เพื่อว่าง อธิษฐานปรารถนาในทานในศีลก็เพื่อว่าง เมตตารักใคร่ในทานในศีลก็เพื่อว่าง อุเบกขาวางทั้งหมดทั้งภายในภายนอกนี้ต้องรู้ความจริงเอาไว้ ไม่ต้องให้ใครมาหลอกเราเพราะฉะนั้นการทำบุญทำทานใดๆก็เพื่อว่างเพื่อพระนิพพานทั้งหมด จิตเราต้องเจตนาให้สูงขึ้นว่าการทำของเรา ด้วยทานอันนี้เป็นไปเพื่อพระนิพพาน ศีลการละเว้นอันนี้เป็นไปเพื่อพระนิพพาน เนกขัมมะเป็นไปเพื่อพระนิพพาน วิริยะเพียรเป็นไปเพื่อพระนิพพาน ปัญญาเหตุผลที่ถูกต้องเป็นไปเพื่อพระนิพพาน เพื่อว่าง วิริยะเพียรเพื่อว่าง ชันติอดทนเพื่อว่าง เหมือนเราทนนทีหนึ่งก็ว่างทีหนึ่งอุเบกขาทีหนึ่งก็เพื่อว่าง สัจจะความจริงใจในทานในศีลก็เพื่อว่าง อธิษฐานปรารถนาในทานในศีลก็เพื่อว่าง เมตตารักใคร่ในทานในศีลก็เพื่อว่าง อุเบกขาถ้าเราอุเบกขาภายในภายนอกได้ก็เพื่อว่างทั้งหมดเลย เนี่ยต้องย้ำหัวตะปู้คือให้มันแน่นที่ใจเจานั้นแหละย้ำความว่างเอาไว้ ทุกบาททุกสตางค์ของเราจึงจะมีคุณค่าเพราะทุกบาททุกสตางค์นี้สำเร็จด้วยบารมีนะ จะเป็นเสื้อผ้าอาหารยาสบงจิวรต่างๆสำเร็จด้วยบารมีทั้งหมดเลย ทำไมจึงเรียกว่าสำเร็จด้วยบารมีเพราะเขาทำขึ้นมาด้วยปัญญาก็เป็นปัญญาบารมี ทำด้วยความขยันก็เป็นวิริยะบารมี ทำด้วยความอดทนก็เป็นขันติบารมี ทำด้วยความจริงใจก็เป็นสัจจะบารมี ทำเพื่อให้อธิษฐานปรารถนาให้สำเร็จก็เป็นอธิษฐานบารมี ทำด้วยใจรักก็เป็นเมตตาบารมี สำเร็จแล้วก็วางเฉยก็เป็นอุเบกขาบารมี แล้วก็เอาผลสำเร็จไปขายไปให้ทานหรือไปให้เจ้านายก็เป็นทานบารมี เขาให้เงินเดือนหรือได้เงินมากก็ไม่ว่าความดีกับบารมีของเราเนี่ย ขณะที่เราตั้งใจทำงานเราไม่ได้ไปผิวดินเนี่ยก็เป็นศีลบารมี เราอดใจจากสิ่งต่างๆทั้งหมดมาเพื่อการกระทำก็เป็นเนกขัมมะบารมีเพราะฉะนั้นบารมีสำเร็จตามนี้ ถ้าขณะที่ทำไปเล็ดตกยางออกก็เป็นอุปปบารมี ถ้าถึงตายก็เป็นปรมัตถบารมีเพราะฉะนั้นทุกอย่างที่สร้างที่ทำความเป็นบารมีทั้งหมดเป็นของมีคุณค่า

แม้แต่ผ้าเช็ดเท้าที่สกปรกที่เราเห็นนั่นแหละ มันก็สำเร็จด้วยบารมี เราเห็นสกปรกเราไปซักก็คิดว่าเราไปซักบารมีทำให้มันสะอาด บารมีของเราต้องบริสุทธิ์สะอาด เงินทุกบาททุกสตางค์ของเราก็บริสุทธิ์สะอาดเพราะที่เขาทำจะเป็นแบบค์เป็นเหรียญอะไรเขาก็ทำขึ้นมาเป็นปัญญาบารมีเขาทำด้วยวิริยะवादแต่งให้เป็นรูปร่างลักษณะที่สวยที่งามก็เป็นที่มีความเพียรบารมีเห็นมัยมีวิริยะบารมี ทำด้วยความอดทนอดกลั้นไม่เสริ่งไม่เลิกก็เป็นขันติบารมี ทำด้วยความจริงใจที่เราไม่มีการผัดขอบที่เราต้องทำ ก็เป็นสัจจะบารมีทำเพื่อปรารถนาให้สำเร็จก็เป็นอธิษฐานบารมี ทำด้วยใจรักก็เป็นเมตตาบารมีเนี่ย เนี่ยขณะที่เขาทำจะเป็นแบบค์เป็นเหรียญอะไรก็ตามเนี่ยสมบูรณ์ด้วยบารมีทั้งหมดเสร็จแล้วก็วางเฉยก็เป็นอุเบกขาบารมีแล้วก็ชำระหนี้ได้ตามกฎหมาย เพราะฉะนั้นเงินทุกบาททุกสตางค์ของพวกโยมก็สมบูรณ์ด้วยบารมีเช่นเดียวกัน

เพราะฉะนั้นเราจะไปทำอะไรไปคิดเวลาเราซื้อข้าวซื้อของเราอย่าคิดว่าซื้อนั่นซื้อนี่ เรายินกว่าไปต่อบารมี ไปไมทานบารมีเนี่ยเอาของมาแล้วก็ไมทานสาธุเอาของมาด้วยเอาบารมีเขามาด้วยจิตของเราจะได้คิดว่าไม่แพง แล้วจะไม่เสียความรู้สึก เวลาเรากินก็กินบารมีนุ่มนวลใช้สอยบารมีเนี่ย จิตของเราก็ไม่ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสตัณหา คำว่าบารมีก็ไปล้างสมมุติทั้งหมด แล้วการกระทำอย่างนี้การกินอย่างนี้การใช้อย่างนี้การบริโภคแบบนี้เขาเรียกสามบริโภค คือบริโภคดูจของตัวเองไม่มีโทษ เพราะฉะนั้นเรามีปัญญาเรา



ต้องคิดอย่างนี้แล้วเราจะเป็นผู้ไม่มีโทษเป็นผู้บริสุทธิ์สะอาดใช้ของใช้อะไรก็ได้มาด้วยความชอบธรรม เขา มาถวายด้วยความชอบธรรม เราไม่ได้ไปบังคับให้เขาเอามาหรือไปแย่งชิงเขาไปขโมยเขาไปฆ่าเขา มา ไปประพฤติผิดเขาเอามาไม่ใช่ ได้มาด้วยความชอบธรรมเป็นความบริสุทธิ์สะอาด เหมือนกับที่เขาว่าเป็น ผ้ากฐินทานทั้งบริวารทั้งปวงนี้เป็นของบริสุทธิ์จุดเลื่อนลอยมาโดยนภากาศแล้วแลตกลงมาท่ามกลาง ระหว่างสงฆ์ไม่ได้จำเพาะเจาะจงแต่ภิกษุองค์ใดองค์หนึ่งก็หาไม่ได้เนี่ยแสดงว่าสิ่งเหล่านี้เป็นของบริสุทธิ์ สะอาดพระท่านไม่ได้ไปเบียดเบียนใครเขาไม่ได้เอาอะไรเขา โยมนำมาด้วยความบริสุทธิ์สะอาด พร้อมด้วยบารมี อุบาสบารมี ปรมัตถบารมีมากบ้างน้อยบ้างแล้วก็รวมกันมาสามัคคีถวายเนี่ยก็เป็นกฐิน สามัคคีเนี่ย ก็เป็นบุญบารมีของพวกโยมแล้วเนี่ยก็ฟังไว้แค่นี้...อ้าว! ต่อจากนี้ไปก็จะได้ได้เวลาที่โยมจะได้ ถวายกฐินตามอัธยาศัยของโยม....

ชัชชัย เมฆา ผู้ถอดความและจัดพิมพ์

วันอังคารที่ ๒๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒

เวลา ๑๐.๒๐ น.

### “พิจารณาทุกข์พิจารณาธรรม”

ถ้านั่งเป็นทุกข์ ยืนเป็นทุกข์ เดินเป็นทุกข์ นอนเป็นทุกข์! จะทำอย่างไร? ควรทำการภาวนาว่าขอ ขอโหสิๆเรื่อยๆไป จนอารมณ์ทุกข์นั้นสงบ! เพราะอะไร? เป็นเพราะเจ้ากรรมนายเวรเล่นงานเรา! เราทำให้ เขาเดือดร้อนเป็นทุกข์ เขายืนเดินนั่งนอนไม่เป็นสุข! กรรมนั้นจึงทำให้เราอริยาบถทั้ง๔ ไม่มีสุข คำภาวนา ขอโหสิจึงมีค่าในขณะนั้นเพราะวิธีการที่ปัญญาใช้ไปหมดแล้ว จึงมานั่งทุกข์ ยืนทุกข์ เดินทุกข์ นอนทุกข์ ถึงขนาดกินไม่ได้นอนไม่หลับเครียด ฟังยานอนหลับนี้ป่วยแล้ว!

ขอโหสิๆ ขอโหสิอะไร? ขอโหสิกับอารมณ์ที่ทำให้ทุกข์นั้นแหละ! ยืน เดิน นั่ง นอนก็ให้เห็น อารมณ์ รู้อารมณ์ที่จิต เมื่อรู้อารมณ์รู้จิตแล้ว ก็ทราบชัดว่า อารมณ์ก็เป็นสมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์ จิตที่รู้ อารมณ์จำอารมณ์ก็เป็นสมุทัยเหตุให้ทุกข์เกิด! การที่กำหนดรู้(ทำความเข้าใจ) อารมณ์กำหนดรู้จิต เป็น มรรคหนทางเข้าดับทุกข์! มีความเข้าใจอารมณ์ มีความเข้าใจจิต(รู้ความต้องการหรือมีความปรารถนาของ จิต)ก็ดับอารมณ์ ดับความรู้สึกของจิตได้ก็เป็นนิโรธ ความดับทุกข์! การดับทุกข์ก็คือการดับอารมณ์ ดับ ความรู้สึกของจิตนั่นเอง! ปัญหาคือความทุกข์ทั้งหมดไป!

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเป็นอภิมหาสัพพัญญู รู้ฉลาด ทรงย่อโลกทั้งหมด มาเป็นโลก ธรรม๘ มีลาภ เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ มีสุข มีทุกข์ มีนินทา มีสรรเสริญ! มีอาลัย! อะไร ก็เสื่อมจาก อาลัย! เสื่อมจากอะไร! มีสิ่งใดก็เสื่อมจากสิ่งนั้น! เป็นต้น

มีลาภเป็นไหน? เป็นฉะนี้ ได้ลาภหญิงมาเป็นภรรยา ได้ลาภชายมาเป็นสามี! ต่อมาได้ลาภเป็น บุตรหญิง บุตรชาย! ต่อมาได้หลานหญิง หลานชาย ต่อมาได้ทรัพย์ เงิน ทอง นาก รัตนชาติพิเศษต่างๆ ได้ บ้านเรือน ที่นา สวนฯลฯ เป็นลาภที่ได้มาทั้งหมด! เป็นลาภมหาศาลฯลฯ เป็นต้น



เสื่อมลาภเป็นไหน? เป็นฉะนี้ หญิงก็เสื่อมไม่เป็นภรรยา ชายก็เสื่อมไม่เป็นสามี! ต่อมาก็เสื่อมไป บุตรหญิงบุตรชายเสื่อมไป หลานหญิงหลานชายเสื่อมไป ทรัพย์สิน เงิน ทอง นาก รัตนชาติพิเศษต่างๆ ที่ดิน บ้านเรือน ไร่ นา สวน ฯลฯ เสื่อมตามวิบัติ อนิจจัง อนัตตาไปทั้งหมด เสื่อมลาภชนิดร้ายแรง ฯลฯ

มียศ เป็นไหน? เป็นฉะนี้ ยศแต่งตั้ง ยศตามหน้าที่ ตามชั้นยศเหล่านี้ บุคคลรู้เห็นรู้เป็นส่วนมาก เช่นเป็นแพทย์ พยาบาล นายแพทย์นั้นก็เป็ดยศ พยาบาลนั้นก็เป็ดยศ หมอนั่นเป็นครู หมอนั่นเป็นอาจารย์ เป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นปู่ ย่า ตา ยาย ก็เป็นชั้นยศทุกคน จากเด็กเล็กเป็นเด็กหนุ่มเด็กสาว จนเป็นลุง ป้า น้ำอาร์ว พี่น้อง เลื่อนชั้นยศขึ้นอีก ก็เป็นเจ้าคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ชั้นเอกก็คงถึงชั้น ปู่ทวด ย่าทวด ตาทวด ยายทวด ฯลฯ เป็นต้น

เสื่อมยศเป็นไหน? เป็นฉะนี้ เสื่อมยศ เสื่อมออกจากหน้าที่ เสื่อมถอยจากการทำงานที่ทำ ฯลฯ เสื่อมสลาย จากความเป็นนั่นเป็นนี่ นายนั้น นางนี้ เสื่อมจากความเป็นพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้ำอาร์ว เสื่อมเสียจากปู่ทวด ย่าทวด ตาทวด ยายทวดจากความเป็นคน เสื่อมสลายกลายเป็นธาตุ ฯลฯ เป็นต้น

มีสุขเป็นไหน? เป็นฉะนี้ มีสุขเพียงได้มีได้เป็น เช่น ได้เป็นภรรยาได้เป็นสามี ได้เป็นพ่อเป็นแม่ ได้เป็นปู่ เป็นย่า ได้เป็นตา ได้เป็นยาย ได้เป็นปู่ทวด ย่าทวด ได้เป็นตาทวดยายทวด ฯลฯ เป็นต้น

มีทุกข์เป็นไหน? เป็นฉะนี้ เช่น มีทุกข์ ลูกหลานไม่เชื่อฟัง ไม่มีอำนาจ ไม่เป็นใหญ่ บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นลูกโจร หลานโจรลูกหลานขี้เหล้าเมายา ติดการพนัน ติดสารเสพติด ฯลฯ เป็นต้น

มีสรรเสริญเป็นไหน? เป็นฉะนี้ เช่นเป็นดี เป็นเด็กดี เป็นคนดีของสังคม เป็นภรรยาดี เป็นสามีดี เป็นพ่อดี เป็นแม่ดี เป็นปู่ดี ย่าดี เป็นตาเป็นยายดี มีปู่ทวด ย่าทวดดี มีตาทวด มียายทวดดี มีเชื้อมีแถมมีระเบียบดี เป็นผู้ดี มีเมตตาดี มีกรุณาดี มีมุทิตาดี มีอุเบกขาดี มีศีลธรรมดี เป็นต้น

ถูกนิทาเป็นไหน? เป็นฉะนี้ เช่น สามี ภรรยา พ่อแม่ พี่น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้ำอาร์ว ปู่ทวด ย่าทวด ตาทวด ยายทวด เป็นผู้ตระหนี่ หวงแหนที่อยู่อาศัย ตระหนี่ตระกลู ไม่คบไม่ค้ากับใคร ตระหนี่ลากข้าว ปลา อาหาร ผ่านงูผ่านหมี ตระหนี่ด้วยความหวงแหน งก! ไม่แบ่งปันแจกใคร บุญทานไม่ทำ ตระหนี่หวงวิชาความรู้ไม่แนะนำสั่งสอนใคร กลัวใครจะเก่งจะเด่นกว่าตน ฯลฯ

เป็นการพิจารณาทุกข์ขั้นมูลฐาน เป็นหนทางไปสู่ดับทุกข์สิ้นเชิง เพราะสิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ สิ่งทั้งปวงล้วนดับไปเพราะสิ้นเหตุ นั้น พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ดังนี้ ให้กำหนดรู้ทุกข์ตามเป็นจริง โดยสภาวะธรรมดา! (ไม่ปรุงแต่งเกิดขึ้นจริง) รู้สมุทัยเหตุให้เกิดโดยธรรมชาติของทุกข์ การรับทุกข์เข้าใจในทุกข์

แล้วละสมุทัย เหตุเกิดทุกข์นั้นเป็นมรรคหนทางดับทุกข์! รู้จริงเห็นแจ้งเบื่อหน่าย ภาวต้นหาความมีความเป็น เบื่อหน่าย วิฆวต้นหา ไม่อยากมี อยากเป็น เบื่อหน่าย ทุกตำแหน่งใดๆในโลก มีอยู่แล้วดับไปสิ้นไป รู้แล้วละ รู้แล้วดับเรื่อยไปๆๆ เป็นการรู้ทุกข์ เห็นทุกข์ดับทุกข์ ในสรรพสิ่งทั้งปวง อุเบกขา วางเฉยด้วยจิตรู้ เป็นการละโมหะความหลง ด้วยจิตรู้แล้วเบื่อหน่าย เป็นนิโรธะ ดับทุกข์ ทางกาย ทางใจ หมดยังไป เพราะไม่อยากได้ในสรรพสิ่งทั้งปวง จึงมีความปกติสุข มีความสงบสุข มีสันติสุข เป็นผู้วางโลก เป็นผู้วางโลกธรรมทั้ง๘ ได้อย่างสิ้นเชิง



ทั้งได้เป็นผู้รู้ธรรมเห็นธรรมทั้งหมด เป็นผู้ปฏิบัติธรรมอย่างเอาเป็นเอาตายทั้งหมด ก็มารู้ธรรมเห็นธรรมทั้งหมดว่า เป็นอนิจจังธรรม เปลี่ยนแปลงไปเองธรรมดาเป็นทุกข์ธรรม เป็นทุกข์ธรรมดาไม่ใช่ทุกข์พิเศษ เป็นอนัตตาธรรม ธรรมดาไม่มีตัวตนไม่ว่างไร้รูปร่างลักษณะเป็นเอง คือ เสื่อมอนิจจัง สลายอนัตตา เป็นลักษณะอนิจจัง เป็นลักษณะของอนัตตา สุดโต่งทั้ง๒ข้าง อยู่กลาง คือทุกข์ ถ้าเรายึดถือ มีอุปาทาน ก็มีทุกข์เพราะอนิจจัง ก็มีทุกข์เพราะอนัตตา ถ้าเรารู้แล้ว อุเบกขาไม่มีอุปาทาน ความยึดถือสรรพสิ่งใดๆในโลก ทั้งภายในภายนอก ก็ไม่มีอนิจจังเปลี่ยนแปลงไม่มีอนัตตาความสูญสลาย

ภายในที่ว่าตัวตนของเราก็เสื่อมสลาย เป็นธาตุห้าธาตุ ถูกฝน ลม แดด แผดเผา หลายเดือน หลายปี หลายสิบปี จากธาตุห้าธาตุเป็นสังขาร เป็นอะตอม อนัตตาไม่มีตัวตนว่างเปล่า ทุกฐานะไม่ว่าพื้นห้อง ลุง ป้า น้ำ อารี สามี ภรรยา พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ปู่ทวด ย่าทวด ตาทวด ยายทวด เป็นนั่นเป็นนี่เป็นไปเปล่าๆทั้งนั้น เขาสมมุติอุปโลกนขึ้นมาเป็นฐานะตำแหน่ง อนิจจัง อนัตตา เสื่อมสลายหายหมด ไม่ว่าคนหรือสัตว์ที่รัก ที่ซึ่งต้องตายจาก เป็นผี เป็นกระดูก เป็นธาตุ เป็นสังขารเป็นอะตอม เป็นอนัตตาว่างเปล่า ทั้งศิษย์ ครู อาจารย์ ถูกหลอกเรียกใช้เป็นที่ปลื้มมกมาย เลิกได้แล้ว คราวนี้ปฏิบัติกันเอาเป็นเอาตาย ก็มารู้ธรรมเห็นธรรมว่า ธรรมนั้นเป็นอนิจจังธรรม ทุกข์ธรรม อนัตตาธรรม รูปธรรม นามธรรม เป็นอนิจจังธรรม ทุกข์ธรรม อนัตตาธรรม ใครอยากได้บ้าง ไม่มีใครอยากได้ผิดหวังอีก เมื่อว่างโลกว่างธรรมแล้ว จะทำอย่างไร? ก็ต้องนึกถึงพระพุทธเจ้าผู้ตรัสรู้ธรรม จิตมีพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์ก็เหมือนมีนิพพานเป็นอารมณ์ พระองค์ปรินิพพานแล้ว ทรงอยู่ในพระนิพพานนั่นเอง!

วิธีปฏิบัติเขาถึงทำอย่างไร? ยืน เดิน นั่ง นอน ฟังรู้ เห็นพระพุทธรูป เอาเป็นตัวแทนพระพุทธเจ้า! มองสัตว์ คน ต้นไม้ ไม่ว่าสิ่งใด เอาพระพุทธรูป หรือพระพุทธเจ้าไปติดไว้ให้หมดไม่มีช่องว่างใดๆ รู้ชัด เห็นชัด ติดตา ติดใจ โกรธ เกลียด แค้นใคร กลัวถูกพระพุทธเจ้าจะได้มีหิริโอตตปปะ แคะหิริโอตตปปะก็สงบได้ดีแล้ว ไม่ต้องหลับตา ปิดหูให้ลำบาก!

จิตสงบได้อย่างไร? ตาเห็นรูปรู้รูปแล้วก็ละอายต่อรูปกลัวจะทำบาป เพราะรูป! หูได้ยินเสียงแล้วรู้เสียงแล้วก็ละอายต่อเสียงกลัวจะทำบาป เพราะเสียง! จมูกได้กลิ่นแล้ว รู้กลิ่นแล้วก็ละอายต่อกลิ่นกลัวจะทำบาป เพราะกลิ่น! ลิ้นได้รสแล้วรู้รสแล้วก็ละอายต่อรสกลัวจะทำบาป เพราะรส! ภายได้สัมผัสแล้วรู้สัมผัสแล้วก็จะละอายต่อสัมผัสกลัวจะทำบาปเพราะสัมผัส! ใจได้ธรรมารมณ์แล้ว รู้ธรรมารมณ์แล้วก็จะละอายต่อธรรมารมณ์กลัวจะทำบาป เพราะธรรมารมณ์! แค่นี้จิตมันเป็นสัมมาสมาธิแล้ว!

สิ่งที่ฟังอย่างเดียว หรือพิจารณาอย่างเดียว หรือทั้งฟังด้วย ทั้งพิจารณาด้วยใช้ปัญญาได้ด้วย ตาเห็นรูปแล้ว รู้รูปแล้วว่ารูปนี้ไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลง เสื่อมสลายไม่มีตัวตน รูปนั้นไม่ประทับใจเรา ใจเราก็ไม่ประทับใจในรูป จิตก็ว่างจากรูป จิตก็บริสุทธิ์จากรูป จิตก็วิมุติหลุดพ้นจากรูป

หูได้ยินเสียงแล้วรู้เสียงแล้วว่าเสียงนี้ไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไม่มีตัวตน เสียงนั้นไม่ประทับใจเรา ใจเราก็ไม่ประทับใจในเสียง จิตก็ว่างจากเสียง จิตก็บริสุทธิ์จากเสียง จิตก็วิมุติหลุดพ้นจากเสียง



จมูกได้กลิ่นแล้ว รู้กลิ่นแล้ว รู้ว่ากลิ่นนี้ไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไม่มีตัวตน กลิ่นนั้นก็ไม่ใช่  
ประทับใจเรา ใจเราก็ไม่ประทับใจในกลิ่น จิตก็ว่างจากกลิ่น จิตก็บริสุทธิ์จากกลิ่น จิตก็วิมุติหลุดพ้น  
จากกลิ่น

ลิ้นได้รสแล้ว รู้รสแล้วว่ารสนี้ก็ไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไม่มีตัวตน รสนั้นก็ไม่ประทับใจ  
เรา ใจเราก็ไม่ประทับใจในรส จิตก็ว่างจากรส จิตก็บริสุทธิ์จากรส จิตก็วิมุติหลุดพ้นจากรส

กายได้สัมผัสแล้ว รู้สัมผัสแล้ว รู้ว่าสัมผัสนี้ก็ไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไม่มีตัวตน สัมผัสนั้นก็  
ไม่ประทับใจเราใจเราก็ไม่ประทับใจในสัมผัส จิตก็ว่างจากสัมผัส จิตก็บริสุทธิ์จากสัมผัส จิตก็วิมุติหลุด  
พ้นจากสัมผัส

จิตได้ธรรมารมณ์แล้ว( รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส )รู้ธรรมารมณ์แล้วรู้ว่า ธรรมารมณ์เหล่านี้ไม่เที่ยง  
เปลี่ยนแปลงเสื่อมสลายไม่มีตัวตน ธรรมารมณ์นั้นก็ไม่ใช่ประทับใจเรา ใจเราก็ไม่ประทับใจในธรรมารมณ์  
จิตก็ว่างจากธรรมารมณ์ จิตก็บริสุทธิ์จากธรรมารมณ์ จิตก็วิมุติหลุดพ้นจากธรรมารมณ์

เพราะอารมณ์ทั้งหลายเป็นอาสวะ อนุสัย นอนเนื่องติดอยู่ในสันดาน อารมณ์ดีอารมณ์ร้าย เพราะ  
จิตพอใจไม่พอใจ จิตรู้เป็นสมาธิ ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว กับอารมณ์ จิตอยู่เหนืออารมณ์ จิตก็อยู่เหนืออาสวะ อยู่  
เหนือเวทนา! เพราะไม่สุขไม่ทุกข์ จิตนิ่ง สงบ อูเบกขาวางเฉยอารมณ์ทั้งปวง รู้แล้วละๆ รู้แล้วก็ละอารมณ์  
ทั้งปวง จิตก็หลุดพ้นอารมณ์ทั้งปวง นิโรธะความดับทุกข์ ก็ดับอารมณ์ทั้งปวง!

อารมณ์ที่มีอยู่เป็นทุกข์ ก็กำหนดรู้ทุกข์ที่อารมณ์ ใจนี้ถึงอารมณ์เป็นสมุทัย พิจารณากำหนดรู้  
ทุกข์ในอารมณ์ กำหนดรู้ใจที่นี้ถึงอารมณ์ ดูจิต ดูอารมณ์ รู้จิต รู้อารมณ์ เป็นมรรค รู้จิตที่มีอารมณ์ รู้  
อารมณ์ที่มาติดกับจิต มีความเข้าใจอารมณ์ มีความรอบรู้ในจิต ทำจิตให้ปราศจากอารมณ์ ทำจิตให้ตั้งมั่น  
ไม่หวั่นไหวกับอารมณ์ จิตก็อยู่เหนืออารมณ์ อยู่เหนือความรู้สึก อยู่เหนือเวทนา อยู่เหนืออาสวะ เป็นนิโรธะ  
ดับไม่เหลือก็ดับอารมณ์นั่นเอง เป็นความดับทุกข์ทั้งปวง( นิโรธะ ความดับทุกข์ก็ดับอารมณ์นั่นเอง)

โมทนาสาธุ โมทนาสาธุ โมทนาสาธุ

พระนพพร อาทิจุจฺวัโส สำนักปฏิบัติธรรมอาทิจุจฺวัโส

จันทร์ที่ ๑๐ มกราคม พ.ศ.๒๕๔๓

เวลา ๑๒.๐๓ น.

พิมพ์ครั้งที่๑โดย : น.ส.ปัทมา กาคำ, น.ส.ไปรงงภา อัครชินเรศ, น.ส.วรัญญา มุนินทร์, น.ส.ทัศนีย์ ธนะศาล, น.ส.จกกล  
ต้อยมาเมือง พิมพ์ถวายพระอาจารย์นพพร อาทิจุจฺวัโส เนื่องในวันวิสาขบูชา ๑๗ พฤษภาคม พ.ศ.๒๕๔๓

พิมพ์ครั้งที่๒ : เมื่อ วันจันทร์ที่ ๒๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒ โดยนาย ชนะชัย เมฆา