

เทศน์อบรมฆราวาส ณ สวนแสงธรรม กรุงเทพฯ

เมื่อค่ำวันที่ ๒๐ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๐

## ดีไม่มีที่สิ้นสุดคือใจ

อายุย่าง ๙๕ เข้ามานี้แล้วมีแต่เหนื่อย อยู่ด้วยความเหนื่อย แม้แต่นอนก็เหนื่อย เหมือนกัน ยืนเหนื่อย เดินเหนื่อย นั่งเหนื่อย นอนเหนื่อย อยู่ด้วยความเหนื่อยถึงระยะ มันแล้ว ก็มันจะไปแล้วนี้ไปห้ามมันไว้ทำไม

ความเบิกกว้างและความตึบตันไม่ได้อยู่ที่ไหนนะ อย่าเข้าใจว่าโลกธาตุนี้กว้าง แสนกว้าง เว้งกว้าง แต่มันตึบตันและเว้งกว้างอยู่ที่จิต ซึ่งได้รับการอบรมด้วยศีลด้วยธรรม ต่างกัน เห็นได้ชัดสำหรับผู้ปฏิบัติตามศาสนธรรมของพระพุทธเจ้า ซึ่งแสดงไว้อย่าง สด ๆ ร้อน ๆ ไม่มีคำว่าครีวาลัสมัย เป็นธรรมที่ทันสมัยกับกิเลสอยู่ตลอดเวลา ทำให้ครี กิตัวเองเป็นคนครี ให้กิเลสเหยียบย่ำทำลายก็อ่อนปวกเปียกลงไป หาที่ก้าวเดินไม่ได้ ทำตัวพิศวัตให้เป็นคนดี ใจนี้พร้อมเสมอที่จะดีและชั่ว ถ้าเราอบรมในทางที่ถูกที่ดีใจนี้ ก็ดีไปเรื่อย ๆ ดีไม่มีที่สิ้นสุดคือใจ ชำระตั้งแต่พื้น ๆ ตั้งแต่ลุ่มลูกคลุกคลานไป เช่นนัก ปฏิบัติไปภาวนาอยู่ในป่าในเขาเพื่อชำระจิตใจให้ผ่องใส จนถึงขั้นบริสุทธิ์อย่างเต็มเม็ด เต็มหน่วย จะเห็นได้ชัดเจนในจิตดวงนั้น

เวลารบรากับกิเลสตอนต้นต้องแพ้กิเลสไปเรื่อย ๆ การแพ้ไม่เป็นไร เพราะกิเลส มันชั่วลงในวิภูวน หมุนจิตใจของสัตว์โลกให้ลงขั้นต่ำมานานแสนนาน แต่เราจะฟื้น จิตใจของเราให้ขึ้นสู่ความดีงามในเบื้องต้นนี้รู้สึกว่ายากลำบาก ประหนึ่งว่าจะไปไม่ไหว เพราะอำนาจของกิเลสมันรุนแรงจนจะท้อถอยน้อยใจ ต่ำหนิก็มาซ้ำให้กิเลสได้กำลัง เพิ่มเข้าอีก ว่ามีนิสัยवासนาน้อยไม่สมควรแก่การปฏิบัติความดีงามทั้งหลาย ปล่อยไป ตามบุญตามกรรมอย่างนี้ดีกว่า นี่เรียกว่ากิเลสได้ชัยชนะแล้ว และนับวันที่จะอ่อน ปวกเปียกลงไป หวันที่จะเจริญก้าวหน้าไม่ได้ใครถ้าคิดเช่นนั้น

ถ้าคิดเพื่อจะฝึกฝนอบรมตนให้ดีไปโดยลำดับ มันจะต่ำขนาดไหน กิเลสไม่เคย พาสสูง มีมากมีน้อยต้องพาจิตใจให้ต่ำอยู่เสมอ แต่ธรรมนี้สูงเสมอไป เมื่อนำธรรมเข้ามา ฆูดมาลากตัวเอง เหยียบย่ำทำลายกิเลสลงไปกิเลสก็หลุดลอยลงไปเรื่อย ๆ ใจก็ค่อยสง่า งามขึ้นมา ๆ เย็นสบาย นี่เฉพาะการอบรมใจด้วยจิตตภาวนา เห็นได้อย่างชัดเจนมาก ทีเดียว จิตไม่เคยสงบไม่เคยรวม ในโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นของอัจฉริยะ แต่จิตมันไขว่คว้า ตลอดเวลา หาของประเสริฐหาของอัจฉริยะแต่ไม่มีใครเจอของประเสริฐ ของอัจฉริยะ ตายทิ้งเปล่า ๆ ไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย คือสัตว์โลกผู้มมกาย ไม่ได้มีเครื่องมือ เครื่องมือพาบุกเบิกเพิกถอนสิ่งที่ปิดบังจิตใจที่มีตบอดให้สว่างไสวออกบ้าง พอเห็น ช่องเห็นทางบ้างเลย ก็นับวันตึบตันอันตู่ไปเรื่อย ๆ

แต่ผู้พยายามฝึกฝนอบรมตนให้ดีขึ้นเป็นลำดับ ถึงจะต่ำขนาดไหนก็ตาม..ใจ จะสูงขึ้นด้วยธรรมทั้งนั้น กิเลสเมื่อมีกำลังมากก็ต้องทำจิตใจให้ต่ำ สิ่งใดที่เป็นไปในทาง ของกิเลสราบรื่นไปหมด แต่ที่จะเป็นไปในทางดีคือทางอรรถทางธรรมนี้เป็นลักษณะดับ ต้นอันตู่ เหมือนหนึ่งว่าจะไม่มีวาสนาบ่าเพ็ญคุณงามความดีเลย นี่ละเวลากิเลสมีอำนาจ มากมันทำให้เราแอบเฉาไปหมดทุกอย่าง คุณค่าอยู่ในใจของเราแต่กลับหาคุณค่าไม่ได้ กลายเป็นเรื่องของกิเลสมีคุณค่าไปหมด หลงไปตามมันเรื่อย ๆ ก็ยิ่งอ่อนลง ๆ เลยหา ความดีไม่ได้ นี่ละสำคัญอยู่ที่จุดนี้

การฝึกฝนภาวนานี้รู้กันได้ชัด อย่างอื่นไม่ชัดเหมือนจิตตภาวนา จิตตภาวนารู้ได้ ชัดเจนเป็นลำดับลำดับไป แต่การฝึกฝนอบรมทางด้านจิตตภาวนานี้ลำบากลำบากมาก อยู่ไม่น้อย สำคัญที่การอยู่การกินการหลับการนอน ต้องใช้ความระมัดระวังให้มาก นัก ปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์โดยถ่ายเดียวแล้ว จะไม่มากังวลกับการการกินอยู่พวยอะไร เลย จะมีตั้งแต่พอยังชีวิตให้เป็นไปวันหนึ่ง ๆ ได้ประคองขั้นเพื่อพัดกับกิเลสโดย ถ่ายเดียวเท่านั้น นี่ต้องเป็นความลำบากลำบากมาก

กินไม่อิ่มละนักปฏิบัติเพื่ออรรถเพื่อธรรม จะกินให้อิ่มนี้ไม่ได้ กินก็ต้องเขียม ๆ พอทนได้ พอทนได้แล้วก็หยุด ไม่กินมากกว่านั้น ถ้ากินมากกว่านั้นกิเลสมีน้ำหนักรวม ก็น่าจะจิตใจลง การภาวนาสติก็ไม่ดี หลุดล้วย ขาด ๆ ตก ๆ ถ้ากินมากเป็นอย่างนั้น เมื่อกิน มากก็หมუნเข้าไปทานอนมาก ชี้เกียจซื้อคร้านมาก ถ้าให้ธาตุชั้นธัมมพาทอาหารการกิน แล้วจะหมუნลงสู่ทางต่ำเสมอ ทางอรรถทางธรรมจะไม่ค่อยสนใจ เพราะฉะนั้นผู้ปฏิบัติ เพื่ออรรถเพื่อธรรมต้องอดต้องอยาก ต้องฝ่าฝืนกันอย่างแท้จริง

พระกรรมฐานที่ท่านมุ่งต่ออรรถต่อธรรม เราได้กราบไหว้บูชาเป็นขวัญตาขวัญ ใจทุกวันนี้ ล้วนแล้วตั้งแต่ท่านผู้สมบุกสมบันรับความทุกข์ความลำบากมากในป่าในเขา ประหนึ่งว่าไม่มีราค้าราคา ผ้าขี้ริ้วห่อมูตรห่อคูด ไม่ใช่ผ้าขี้ริ้วห่อทองนะ เวลาจิตยัง ไม่ได้กำลังก็กลายเป็นผ้าขี้ริ้วห่อมูตรห่อคูดไปหมด การประกอบความเพียรก็ลำบาก ๆ แต่ความสังเกตสอดรู้ในการปฏิบัติไม่ลดละ นี่ละเป็นทางก้าวเดินแห่งความเพียร มีช่อง มีทางที่จะสงบร่มเย็นราบรื่นดีงามไปได้

คือการภาวนานี้ส่วนมากใครที่กิเลสตัณหาหมั่นชอบมันขัดต่อธรรมไปเสีย นี่ละ สำคัญตรงนี้ เช่นสมมุติว่าการกินมากนี้เป็นเรื่องของกิเลส อยากกินมาก อยากกิน อาหารเอร็ดอร่อย อยากนอนให้สบาย อยู่ให้สบาย นี่เป็นเรื่องของกิเลสเสียทั้งหมด ไม่มีธรรมแทรกเข้าเลย นี่ละมันขัดกันตรงนี้ ทีนี้ฝ่ายธรรมเรากินน้อยพอยังชีวิตให้เป็นไป เท่านั้น ถ้ากินน้อยความง่วงเหงาหาวนอนก็ไม่ค่อยมี ถ้ากินมากความง่วงเหงาหาวนอน

ก็มาก ชี้แจงมาก ถ้ากินน้อยความว่างเหงาหวานอนไม่ค่อยมี ความว่างนี้จะมีบ้างคืนแรกสองคืนแรก พอสองสามวันไปแล้วความว่างจะไม่มี ตั้งสติได้ตรงแนว ๆ

เมื่อสติไม่เปลอแล้วก็เรียกว่าความเพียรสืบทอดกัน ความเพียรสืบทอดกันก็เป็น การระงับดับกิเลสลงไปโดยลำดับ ความคิดความปรุงของกิเลสที่อยากคิดอยากปรุง ออกมาจาก อวิชชาปุจฉา ตัวต้นสำคัญที่จะให้เกิดสังขารสมุทัยขึ้นมานั้นก็สงบตัวลง เพราะสติครอบเอาไว้ ๆ วันไหนก็ครอบอยู่อย่างนั้นตลอด ที่นี้กิเลสเหล่านั้นก็ค่อยอ่อนตัวลง เมื่อกิเลสอ่อนตัวลงจิตไม่ได้คิดได้ปรุงไปเป็นเครื่องมือของสมุทัย ให้เอาพินเอาไฟมาเผาเรา จิตก็สงบเพราะมีสติรักษา พอสติรักษาติดต่อสืบเนื่องโดยลำดับลำดับ ความคิดความปรุงทั้งหลายที่มันผลึกมันตันออกมามาก ๆ ค่อยอ่อนตัวลงไป ๆ ใจมีความสงบมากขึ้น ๆ นั้นนะเห็นผลแล้วนั้น

ใจมีความสงบมากขึ้นยอมไม่อยากคิดอยากปรุงอะไร สงบมากเท่าไรยังเป็น ความสะดวกสบาย ก้าวเข้าสู่ขั้นสมาธิคือจิตสงบจนถึงความแน่นหนามั่นคงแล้วรำคาญ ในความคิด ไม่อยากคิดอยากปรุงอะไรมันรำคาญ แต่ก่อนไม่คิดไม่ได้ อยากคิดอยาก ปรุงอยากรู้อยากเห็น อยากทุกอย่าง เกิดขึ้นจากความอยากนี้ และหมุ่นสังขารให้ปรุง แล้วก็พินเป็นไฟเผาไหม้อยู่ตลอดเวลาในหัวใจของเราเอง ที่นี้เมื่อมีสติกำกับรักษา ให้ดีแล้วความอยากคิดอยากปรุงนี้จะค่อยอ่อนตัวลง ๆ สำคัญที่สตีย่ออ่อนนะ ความคิดความปรุงจะค่อยอ่อนตัวลงตามอำนาจสติบังคับบัญชาไม่ให้ปรุง ต่อไปจิตก็ เข้าสู่ความสงบเย็นได้สบาย ๆ

อย่างไรก็ตามขอให้นักภาวนาทั้งหลายอย่าได้ลืมนะ สติเป็นของสำคัญมากในการ ประกอบความพากเพียร ตั้งแต่พิน ๆ จนถึงขั้นมหาสติ-มหาปัญญา สตินี้เป็นอาวุธที่สำคัญปราบปรามกิเลสได้ทุกประเภท ต้องมีสติติดตัว เมื่อสติดีความเพียรก็ดี ฐานของ จิตที่ยังไม่เคยสงบสงบได้ละ สงบเย็น ๆ ลงไป สติติดแนบตลอดไม่ให้เปลอ ก็ยังเป็น ความสว่างไสวขึ้นมาจากความสงบ ที่นี้เป็นความสว่างไสวภายในใจแล้ว เห็นความ แปลกประหลาดภายในใจของตนจากจิตตภาวนาขึ้นไปโดยลำดับลำดับ จนกลายเป็น สมาธิจิตแน่นหนามั่นคง ไม่อยากคิดอยากปรุงเรื่องราวอะไร นั่งอยู่ ยืนอยู่ เดินทั้งวันก็มี ความสงบตัวอยู่อย่างนั้น เพราะสังขารความคิดปรุงไม่ทำลายไม่มารบกวน ที่นี้จิตก็เป็น สมาธิได้

ให้ทราบว่าจิตเป็นสมาธิเป็นอย่างไร จิตสงบธรรมดาชอบจะคิดจะปรุงเสมอ เมื่อจิตเป็นสมาธิแน่นหนามั่นคงแล้วความคิดปรุงนี้ระงับกัน ไม่อยากคิดอยากปรุง ความคิดปรุงเป็นเรื่องรำคาญ นี่ละจิตเมื่อเข้าถึงขั้นสงบแนบแน่นแล้วความคิดปรุงจะเป็นเรื่องรำคาญ ไม่อยากคิดอยากปรุง อยู่เท่าไรก็ได้ นั่งอยู่ ยืนอยู่ เดินอยู่ เท่าไรจิต

แนวตลอดเวลา ประหนึ่งว่าภูเขาทั้งลูกอยู่กับจิตใจที่แน่นหนามั่นคง นี่ท่านเรียกตามชื่อตามนามว่าจิตเป็นสมาธิแล้ว แน่นหนาแน่นคงไม่หวั่นไหวอะไรง่าย ๆ

เมื่อจิตมีความสงบแน่นถึงขนาดนั้นแล้วก็เรียกว่าจิตอิมัตถ์ จิตอิมอาร์มณห์ ความคิดความปรุงทั้งหลายนี้ไม่กวน อิมัตถ์คือไม่ดันออกไปคิดสิ่งนั้นไปคิดสิ่งนี้ อิมัตถ์อยู่ภายในความรู้ของตัวเอง ความคิดความปรุงก็ไม่มารบกวน จิตขั้นนี้จะแน่วแน่มากทีเดียว สงบแน่นปึ๊งเหมือนภูเขาทั้งลูก ให้ฟังเอาะนักภาวนา การแสดงนี้แสดงตามหลักความเป็นจริงให้ฟัง ไม่สงสัยในการแสดงว่าจะผิดไป

ทีนี้เวลาจิตมีความแน่วแน่มากขึ้นเท่าไรเรียกว่าจิตอิมอาร์มณห์ ไม่เผลอเผลอไปสู่อาร์มณห์นั้นอาร์มณห์นี้ ในระยะนี้ละท่านให้ใช้ปัญญา ให้ออกพิจารณาทางด้านปัญญา แยกธาตุแยกชั้นดังที่พระบวชเบื้องต้น ท่านสอนไว้ว่า เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ตโจ ทันตา นขา โลมา เกสา ตลบทบทวนกลับไปกลับมา ในเบื้องต้นเอากรรมฐานห้านี้เป็นคำบริกรรมกล่อมจิตใจให้อยู่กับกรรมฐานห้านี้ จะเป็นบทใดบทหนึ่งหรือจะเรียงลำดับไปก็ตามอัธยาศัยของผู้ภาวนา หรือจะเอาแต่บทเดียวเท่านั้นก็ถูกต้อง หรือเรียงลำดับไปตามอุปัชฌาย์ท่านสอนนั้นก็ได้อีก

ถ้าความถนัดใจในบทใดอยู่บทเดียวก็เหมือนกันหมด นั่นเรียกว่าบริกรรม เอาอันนี้เป็นคำบริกรรมกล่อมจิตใจให้สงบรุ่มเย็นอยู่กับธรรมบทนั้น ๆ ในกรรมฐานห้า ทีนี้เวลาจิตมีความสงบเย็นแล้ว กรรมฐานห้านี้ละที่เป็นอารมณ์กล่อมใจให้สงบ กลับมาเป็นหินลับปัญญา เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ เป็นหินลับปัญญา นำสิ่งเหล่านี้ออกมาพิจารณาคลีคลายเป็นทางด้านปัญญาต่อไป ออกจากหนึ่งแล้วก็เนื้อ เอ็น กระดูก ตับไต ไล่ พุง อาหารใหม่อาหารเก่า ทั่วแดนสกลกายของเรา จากนั้นเราอยากจะเทียบกับสิ่งภายนอกอะไรมันก็ไม่ผิดกัน

นี่เราสอนให้นักภาวนาได้คิด เพราะคำสอนประเภทนี้เราไม่ค่อยสอน สอนแต่เป็นแกงหม้อใหญ่ไปหมด วันนี้จะมีลักษณะเจาะจงบ้างทางด้านจิตตภาวนา เพื่อผู้สนใจทางด้านภาวนาจะได้นำไปปฏิบัติเป็นคติอันดีงามละเอียดลออขึ้นไป เมื่อจิตมีความสงบด้วยอำนาจแห่งกรรมฐานบทใดก็ตาม เรียกว่าเป็นธรรมกล่อมใจในเบื้องต้น เราจะว่า เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ บทใดก็ได้ หรือทั้งหมดก็ได้ หรือเราจะว่าพุทโธ อัมโมสังโฆ บทใดก็ได้ นี่เรียกว่าเป็นธรรมกล่อมใจให้ใจของเราได้มีความสงบ

พอจิตใจมีความสงบแล้ว ทีนี้จิตมันก็ย้อนมาพิจารณาสิ่งนี้เป็นหินลับปัญญาต่อไป คือเป็นเครื่องใช้พิจารณาทางด้านปัญญา ผมเป็นอย่างไร ขน เล็บ ฟัน หนังเป็นอย่างไร นั่นเอาแล้วนะ ทีนี้คลีคลายเข้าไป เนื้อ เอ็น กระดูก ตับไตไล่ พุง อาหารใหม่อาหารเก่า หมดทั้งเนื้อทั้งตัวแล้วมีอะไรบ้างที่เป็นสิ่งที่พึงปรารถนา ทำไมจิตเราจึงรัก

ตนเอนักหนา รักตนนี้รักมาก นตฺถิ อตฺตสมํ เปมํ ความรักอื่นเสมอรักตนไม่มี เวลานี้ มันรักอย่างนี้ ทีนี้พิจารณาเข้าไปแยกธาตุแยกชั้นธันธ์นี้เข้าไป มันทราบตามหลักความจริงแล้วค่อยปล่อยวางลงไปๆ ในสิ่งเหล่านี้

เกสา โลมา นขา ทันทา ตโจ ตลอดอวัยวะ ๓๒ พิจารณาทางด้านปัญญา คลีคลายดูเยื่อมป่าช้าในคือร่างกายของเรา เยื่อมป่าช้านอกคือคนตายเก่าตายใหม่เผาฝังอะไรก็แล้วแต่ไปดูมา แล้วมาเทียบเคียงกับป่าช้าในคือตัวของเราที่ยังไม่ตาย ได้สัต์ได้ส่วนเรียบร้อยแล้วการเยื่อมป่าช้านอกก็หมดปัญหาไป ย้อนเข้ามาเยื่อมป่าช้าในจนละเอียดลออทุกสิ่งทุกส่วนแล้ว ทีนี้คำว่าอสุภะอสุภัง อนิจฺจํ ทุกฺขํ อนตฺตา เมื่อชำนาญเต็มที่แล้วจิตนี้จะค่อยปล่อยวางสิ่งเหล่านี้ลงไป คำว่าอสุภะอสุภังจะมีแต่ในเบื้องต้นเท่านั้น

ความไม่สวยไม่งาม ความอสุภะอสุภังจะมีในเบื้องต้น ชั้นจิตที่กำลังกำหนดยินดีในร่างกายของตนและคนอื่นอยู่ ทีนี้เมื่อเวลาพิจารณาอันนี้เข้าใจชำนาญแล้วมันจะค่อยคลีคลายกันออก อสุภะอสุภังมันจะติดหูติดตาติดใจจนแนบแน่นกันแล้วมันก็ขยายออกไปสู่กฏอนิจฺจํ ความแปรสภาพของสุภะอสุภะเหล่านี้ เลยกลายเป็น อนิจฺจํ ทุกฺขํ ไปพิจารณาไป จากนั้นเรื่องอสุภะอสุภังจิตใจเข้าใจหมดแล้วปล่อย อย่างนั้นละการพิจารณา ให้มันเห็นตามหลักความจริง อ่านแต่ตำรับตำราไม่มีผู้ได้ปฏิบัติให้เป็นตามความจริงมันไม่หายสงสัย มันหายสงสัยก็คืออย่างว่านี่

พิจารณาที่แรกเป็นอสุภะมันเป็นจริงๆ ไม่ใช่ธรรมดา มองดูเขาดูเราเป็นแบบเดียวกันหมด สมมุติว่าพิจารณาเนื้อก็แดงโรไปหมดทั้งร่างกายของเขาของเรา ของสัตว์ของบุคคล พิจารณาไปทางกระดูกมีแต่ร่างกระดูก ที่ไหนมันก็มีแต่ร่างกระดูกเหมือนกันหมด เข้าไปตบไตใส่ฟุงมันก็แบบเดียวกันๆ นี้เรียกว่าวิ้งเข้าถึงกันประสานกัน แล้วรู้เท่าทันสิ่งเหล่านี้ก็ค่อยปล่อยวางเข้ามาๆ นี่การพิจารณาอสุภะอสุภังกรรมฐาน

ไม่ใช่จะเป็นอยู่อสุภะอย่างเดียวนะ มันเปลี่ยนแปลงไปได้ พอเลยจากอสุภะอสุภังมันรู้ทั่วถึงกันหมดแล้วอสุภะที่ไหนมันก็ไม่เอา มันก็ดูกฏลักัธรรมาชาติที่เกิดขึ้นดับๆ อสุภะอสุภัง ไม่สุภะสุภัง เกิดแล้วดับเหมือนกันหมด นั้น มันจะวิ้งเข้าจุดนั้น วิ้งเข้าจุดนั้นสิ่งเหล่านี้ก็จางไป ความสวยความงามสุภะอสุภะจางไปๆ วิ้งเข้าสู่ความเกิดความดับของร่างกายทั้งของเขาของเรา วาดภาพขึ้นปับ จะเป็นภาพกรรมฐาน เป็นภาพร่างกระดูก เป็นภาพโครงกระดูก หรือเป็นภาพมีแต่เนื้อแดงโรก็ตามมันจะพังทลายลงๆ ให้เห็นต่อหน้าต่อตา

ที่นี้การพิจารณาอสุภะอสุภังก็ไม่ทันละ เพราะอำนาจแห่งการเกิดการดับมันรวดเร็วเป็นลำดับ ที่นี้อสุภะอสุภังเลยผ่านไปลงไปตามเกิดทางดับ เรื่องอสุภะอสุภังก็ตีมาเป็นอยู่ที่ใจของเราเองนะ เราอย่าเข้าใจว่าอสุภะอสุภังป่าช้าผีดิบอยู่ทางนูนทางนี้ เวลาจิตพิจารณาพอแล้ว อสุภะอสุภังภายนอกที่เราเคยพิจารณา มันดึงดูดเข้ามาเป็นอสุภะอยู่ภายในจิตของเราเองนี่นะ มันไม่ได้เป็นอยู่ข้างนอก มันเป็นอยู่ภายในจิตของเรา พอปรากฏขึ้นมาจิตนี้เป็นอสุภะเสียอย่างเดียว สิ่งเหล่านั้นไม่ได้เป็นอสุภะ จิตเป็นอสุภะมันก็มาอยู่ที่จิตนี้เอง กำหนดเข้าไปตรงนั้นจนชำนาญ แล้วก็เกิดดับๆ นี่ละการพิจารณาถึงเรื่องการภาวนา

จากนั้นก็ฝึกซ้อมความเกิดดับของตน มันจะเร็วไปโดยลำดับ การพิจารณาว่าเป็นอสุภะอสุภังไม่ทัน พอเกิดดับพร้อมๆ ก็มีแต่เกิดกับดับๆ แล้วละเอียดเข้าไปๆ ร่างกายทั้งหลายที่เคยพิจารณาเป็นภาพจิตใจก็ดับไปๆ มีแต่เกิดกับดับ นี่คือจิตที่ละเอียดด้วยการก้าวเดินไป มันจะผ่านไปอย่างนี้ละ ไม่ได้เห็นแบบเก่าตลอดไป เหมือนเราเดินทางจากบ้านมานี้สายทางมานั้นเราจะได้พบได้เห็นสิ่งต่างๆ แปรลกๆ ต่างๆ กัน มาจนกระทั่งถึงวัดนี้ ที่นี้การพิจารณาเรื่องกรรมฐานของเราก็เหมือนกัน ะยะนี้เห็นอันนี้ พิจารณาอันนี้ รู้อันนี้ ปลอ่ยกอันนี้ พิจารณาอันนั้นไปเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงความเกิดดับ อสุภะอสุภังเลยหมดไป มีแต่เกิดแต่ดับ อะไรก็ตามเกิดแล้วดับทั้งนั้นๆ เข้าไปเรื่อยๆ ก็ยิ่งเร็วขึ้น เร็วขึ้นโดยลำดับ

พอตั้งขึ้นพบปรากฏแล้ดับพร้อมๆ เราจะไปกำหนดว่าอสุภะอสุภังได้ อย่างไร พอเกิดแล้วมันดับจะไปแยกมันได้อย่างไร นี่เมื่อมันผ่านเป็นอย่างนั้น จนกระทั่งมีแต่ความเกิดความดับ ความเกิดความดับนี้ก็เร็วเข้าไปๆ สุดท้ายก็เป็นเหมือนฟ้าแลบหรือว่าแสงหึ่งห้อยแย็บๆ เกิดขึ้นมาเป็นรูปเป็นนามแย็บๆ ดับไปพร้อมๆ แล้วฝึกซ้อมกันไม่หยุด เอาอันนี้ละเป็นหินลับปัญญาไปเรื่อย ฝึกซ้อมไปเรื่อย ต่อไปสิ่งเหล่านี้เกิดแล้ดับพร้อมๆ จากนั้นไปจิตก็ว่างไปเลย นั่นเห็นไหมละ

เราจะเอาอะไรมาพิจารณา ร่างกายมันก็ว่างไปแล้ว มันผ่านไปแล้ว อสุภะอสุภังอะไรมันผ่านไปแล้ว ผ่านไปหมดไม่มีอสุภะอสุภัง มีแต่เกิดกับดับ เอ้า เกิดกับดับหนักเข้าๆ เร็วเข้าๆ เกิดเร็วดับเร็วเข้าไปๆ สุดท้ายก็แว็บๆ ดับ ที่นี้อะไรที่เป็นพื้นฐานก็มีแต่ความว่างเปล่าของจิต ว่างเปล่าของจิตมองไปไหนก็ว่างไปหมด ต้นไม้ภูเขาเรามองเห็นก็จริงพอเป็นรางๆ แต่พื้นของจิตนั้นมันว่างไปหมดๆ นี่การพิจารณาทางปัญญามันว่างเป็นขั้นๆ เป็นอยู่ในหลักธรรมชาติของตัวเองผู้พิจารณา

เราจะไปวาดภาพอย่างนั้นไม่ได้นะ ให้มันเป็นขึ้นเองในใจของเรา จากนั้นมันก็ว่างภายนอก มองไปที่ไหนก็เลยว่างหมด ต้นไม้ภูเขามียู่ตามธรรมชาติของเขา แต่

ความว่างของจิตนี้มีอำนาจเหนือกว่า เลยเหยียบเป็นความว่างไปหมดเลย ว่างไปหมดเอา ว่างภายนอกยังไม่แล้วมันก็หมุนเข้ามาภายในอีก ว่างภายนอกเหมือนเราเข้าอยู่ในห้อง เข้าไปยืนอยู่กลางห้อง ไปดูไปชมว่า เออ ห้องนี้ว่างไม่มีอะไรเลย แล้วปัญญาสอดเข้าไปอีกมันจะว่างอย่างไร ก็คนยืนขวางห้องอยู่ทั้งคนมันว่างได้อย่างไร ถ้าอยากให้ห้องว่างเต็มสัดเต็มส่วนให้ถอยออกมา นั่นปัญญา

พอปัญญาถอนตัวออกมาคือตนนั้นละไปอยู่ตรงกลางความว่าง พอถอนอันนั้นออกมาบิ๊บบันก็ว่างหมดเลย นี่เรียกว่าว่าง ว่างข้างนอกแต่ไม่ว่างข้างใน พอพิจารณาเข้าไปเต็มที่แล้วว่างข้างนอกด้วย ว่างข้างในคือใจตัวเองด้วย ปล่อยข้างนอกด้วย ปล่อยข้างในด้วย ที่นี้ว่างโดยประการทั้งปวง จิตว่างไปหมด วางทั้งตนเองคือจิตเสียเอง วางทั้งสิ่งภายนอกที่เกี่ยวข้องกัน เรียกว่าวางหมดในบรรดาสมมุติ ไม่มีอะไรเหลือภายในใจเลย พอถึงขั้นนี้แล้วเรียกว่าปล่อยวางทั้งใจ ใจก็ไม่มีเราไม่มีเขา คำว่าว่างก็ว่างเสมอกันหมดเลย

นั่นละที่นี้พอถึงขั้นนี้ไม่จำเป็นจะต้องไปถามใครละ สนฺทิฎฐิโก ผลของงานชั้นสุดท้ายจะปรากฏเด่นขึ้นมาว่า วุสิตํ พุรหมจริยํ กตํ กรณียํ การประพฤติพรหมจรรย์คือการรบบพันหันแหลกกับกิเลสได้สิ้นสุดลงไปแล้ว งานที่ควรทำก็คือการฆ่ากิเลสเป็นงานที่ควรทำอย่างยั้งได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว งานอื่นที่จะยิ่งกว่านี้ไม่มี นั่นละที่นี้ท่านเสร็จงาน นี่ละพระอรหันต์ท่านเสร็จงานท่านเสร็จตรงนี้ เสร็จตรงที่ วุสิตํ พุรหมจริยํ พิจารณาว่างๆ จนกระทั่งว่างหมด วางหมด ไม่มีอะไรเหลือ สนฺทิฎฐิโก ครั้งสุดท้ายตัดสินใจขึ้นมาวางเลย สิ้นสุดแล้วเรื่องสมมุติ ไม่มีในจิตนี้แล้ว หมดโดยสิ้นเชิง นั่น บรรลุธรรม ท่านว่าสนฺทิฎฐิโก ตัดสินขึ้นมาเรียบร้อยแล้ว

นี่ละใครรู้ที่ไหนก็ตามไม่จำเป็นจะต้องไปทูลถามพระพุทธเจ้า เพราะสนฺทิฎฐิโก รู้ผลของงานไปโดยลำดับตั้งแต่จิตเริ่มสงบเข้าไปเป็นลำดับๆ ถึงขั้นปัญญาละเอียดลออกจนกระทั่งขาดสะบั้นบรรดาสมมุติทั้งหลายเข้าสู่วิมุตติธรรมล้วนๆ แล้วก็ป็นสนฺทิฎฐิโกขั้นสุดยอด นี่ละที่นี้จิตเข้าถึงขั้นนี้แล้วไม่มีทางที่จะพูดต่อไปอีก ก็มีอยู่เพียงสองทางว่าสิ้นแล้ว วุสิตํ พุรหมจริยํ การประพฤติพรหมจรรย์ได้อยู่จบแล้ว คือสิ้นหมด หรือว่าถึงแล้วซึ่งพระนิพพาน นิพพานเที่ยงถึงตรงนี้เอง แล้วถึงแล้วซึ่งธรรมธาตุ ธรรมธาตุคือธรรมชาตินี้ ใจถึงขั้นนั้นแล้วจะเรียกว่าใจไม่ได้ละ จะเรียกรวมกันว่าเป็นธรรมชาตุนั้นได้ เหมาะสมมาก

นี่ละธรรมชาตูกี่ดี นิพพานก็ดี เป็นไฉนของกันและกันได้ ถึงนี้แล้วไม่สงสัย นี่ละพระพุทเจ้า-พระอรหันต์ทั้งหลายท่านถึงขั้นธรรมชาตุนีแล้วหมดสงสัย เลิศเลออยู่ตรงนี้ ไม่ต้องเกิดตายอีกเหมือนโลกทั่วๆ ไปตั้งแต่บัดนั้น จึงไม่มีอะไรติดขัด นี่ละท่าน

ผู้ถึงนิพพานถึงแล้วบรมสุขก็อยู่ตรงนี้ละ อยู่ตรงธรรมธาตุนี้ละ บรมสุขอยู่ตรงนี้ นิพพานเที่ยงก็อยู่ตรงนั้น พิจารณาให้เห็นอย่างนั้น ปัจจุบันนี้ธรรมนี้ก็สด ๆ ร้อน ๆ อยู่กับผู้ปฏิบัติ ไม่ได้อยู่ในคัมภีร์ไบเบิล นั้นเป็นตัวหนังสือต่างหาก ไม่ใช่กิเลสไม่ใช่ธรรมในตัวหนังสือในไบเบิลนั้น

กิเลสจริง ๆ ธรรมจริง ๆ อยู่ที่หัวใจ การแก้แก้ที่หัวใจของเรา กิเลสจะขาดจากหัวใจ ธรรมจะปรากฏขึ้นที่หัวใจ มรรคผลนิพพานจะเป็นเรื่องหัวใจเสียเอง เป็นมรรคผลนิพพาน ธรรมธาตุจะเป็นเรื่องของจิตเสียเองเป็นธรรมธาตุ หหมด นั้นเรียกว่าธรรมธาตุ สุดแล้วที่นี้ไม่มีอะไรต่อไป นั้นละท่านว่าถึงนิพพานถึงธรรมธาตุ ธรรมะพระพุทธรเจ้าสอนถึงเหตุถึงผล ถึงเขตถึงแดน ไม่มีอะไรสงสัย เพราะเป็นธรรมะของท่านผู้สิ้นกิเลส

พระพุทธรเจ้าตรัสรู้แล้วกิเลสไม่มีในพระทัย แนะนำสั่งสอนโลกด้วยความบริสุทธิ์ในพระทัย จึงเรียกว่าสาวกชาตธรรมตรัสไว้ชอบแล้วทุกสิ่งทุกอย่าง ปฏิบัติตามนั้นก็ก้าวเดินตามทางศาสดา ประหนึ่งว่าตามเสด็จพระพุทธรเจ้าอยู่ทุกฝีก้าว สุดท้ายก็ถึงพระองค์ได้ เป็นอัสสัมบัติของเราขึ้นมา ศาสดาสอนตนรอบคอบแล้ว หหมด โลกวิทูรู้แจ้งทั้งโลกนอกโลกในตลอดทั่วถึงก็รู้แจ้งในใจของเราเอง รู้หมดอะไรแล้วก็กลับมารู้ใจตัวเอง เรียกว่าโลกนอกโลกในตลอดทั่วถึง ก็ยุติลงเท่านั้น

นี่ละพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เลิศเลอสุดยอดแล้ว เกิดมาใครไม่มีวาสนาจะไม่ได้พบนะ พุทธศาสนาเป็นศาสนาของท่านผู้สิ้นกิเลส ตรัสไว้โดยชอบทุกแง่ทุกมุม ทุกชั้นทุกภูมิของอรรถของธรรม ให้ปฏิบัติตามนี้ อย่าไปไขว่คว้าลูปคลำนั้นว่าดี อันนี้ว่าดี เหลวไหลตลอดไป สุดท้ายจะไม่มีอะไรติดเนื้อติดตัวนะ ให้พากันจดจำเอา

วันนี้ก็เทศน์เพียงเท่านี้ ขอความสวัสดีจงมีแก่บรรดาลูกหลานทั้งหลายโดยทั่วกันเทอญ

รับชมและรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

[www.luangta.com](http://www.luangta.com) หรือ [www.luangta.or.th](http://www.luangta.or.th)

สถานีวิทยุเสียงธรรมเพื่อประชาชน *FM 103.25 MHz*

และเครือข่ายทั่วประเทศ