

พิจารณากาย พิจารณาใจ

หลวงปู่ฝั้น อาจาโร

โพสท์ในลานธรรมเสวนาโดยคุณ : พิทีคุง [16 ส.ค. 2543]

พวกเราจงพิจารณาตัวเรากับรอบ ๆ ตัวเรา มันมีอะไร ตามภูตามเขามิดินมีหิน นั่นเป็นธาตุดิน มีห้วยมีธาร นั่นเป็นธาตุน้ำ มีฟ้าอากาศ นั่นเป็นธาตุลม มีความร้อนมีไฟ นั่นคือธาตุไฟ คุณเอ๋ยธาตุดินเขาเป็นอะไร ธาตุน้ำเขาเป็นอะไร ธาตุลมเขาเป็นอะไร ธาตุไฟเขาเป็นอะไร เขาเจ็บเขาปวดเขาร้อนอะไร นี่แฉะไฟเห็นไหมล่ะ ธาตุไฟที่เผาอาหารให้ย่อย เปร่าร่างกายให้ชำระทรุดโทรมไป หรือให้อุ่นตามสรรพางค์กาย นี่เรียกว่าธาตุไฟ เรา มาอาศัยธาตุทั้งสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟนี้ประชุมกันเข้า เรียกว่าเป็นตัวเป็นตน

เมื่อเราจำแนกแจกธาตุแล้วมันก็ไม่มีอะไร ไม่มีอะไรซักอย่าง มีแต่ธาตุ รวมลงเป็นรูป รูปกายได้แก่ธาตุสี่นี้ นามกายได้แก่เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สิ่งเหล่านี้เขาเป็นอะไรละ ให้พิจารณาขั้นลึกลงแต่ไม่เที่ยง เวทนาก็ไม่เที่ยง สัญญาก็ไม่เที่ยง สังขารก็ไม่เที่ยง วิญญาณก็ไม่เที่ยง มันเป็นอย่างนั้น

นี่แหละเรามาพิจารณาให้ลงอย่างนี้ เราอย่าถือว่าเป็นคน อย่าถือว่าเป็นตัวเป็นตน เข้าใจไหมล่ะข้อนี้ ต่างคนต่างฟังพิจารณา แล้วโรคภัยมันก็ไม่ มี สมเด็จพระสังฆนายกแต่ก่อนท่านนอนไม่หลับ ได้ไปเทศนาข้อนี้ให้ พอเทศน์แล้วจิตท่านก็สงบ ท่านก็นอนได้ หมอทั้งสองหมอประคองอยู่ พอคำท่านนอนไม่หลับ กระสับกระส่าย พอเช้าก็มักเป็นลม นั่นแหละสมเด็จพระมหาวิรวงศ์ วัชรบรมนิवास ท่านลาพักไปอุบล อาตมาไปอุบลก็เลยเทศนาอย่างนี้แหละ ท่านถามว่า ฉันทจะตลอดพรรษาไหม พระเดชพระคุณ อย่างนี้ก็ไม่ตลอดซี ใครจะทนได้ กลางคืนไม่ได้นอนตลอด กระสับกระส่ายอย่างนั้น พอเทศนาแล้วจิตท่านสงบ ท่านก็นอนได้สบาย โรคท่านก็เลยหาย อยู่ได้อีกสี่ปี ห้าปี

นี่แหละเราก็ควรพิจารณาอย่างนั้น สิ่งเหล่านั้นมันเป็นธาตุ ธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมธาตุไฟ สิ่งเหล่านั้นมันเป็นตัวเวทนา เป็นตัวสัญญา เป็นตัวสังขาร เป็นตัววิญญาณ เราเห็นสิ่งทั้งหลายนั้นไม่เที่ยง สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ตนอยู่ที่ไหนเล่าทีนี้ ?

โอปนะยโก เราต้องน้อมเข้า ปังจัตตัง รู้จำเพาะตนเท่านั้น ใครเป็นผู้รู้เวทนา ใครเป็นผู้รู้สัญญา ใครเป็นผู้รู้สังขาร ใครเป็นผู้รู้วิญญาณ เราก็ต้องน้อมเข้ามา ใครว่าธาตุดิน ใคร

ว่าธาตุน้ำ ใครว่าธาตุลมและธาตุไฟ ผู้ไม่ได้เป็นพุทธะก็ไม่รู้อะไร เราจำแนกแจกออกไป
แล้วก็เหลือแต่พุทธะคือผู้รู้ ดังนั้นเราจึงจับตัวมันได้ ที่ไม่รู้จักอันใดนั้นเพราะมันคลุมเครือ
กันอยู่ ไม่รู้จะเอาอันใดเป็นสุข ไม่รู้จะเอาอันใดเป็นทุกข์ จะเอาอันใดก็จะเอาอันใดชั่ว
มีอยู่ยงนั่น นี้เรา นี้เราจำแนกแล้ว ส่วนใดเป็นธาตุดินมันก็เป็นดินไปแล้ว ส่วนใดเป็น
ธาตุน้ำมันก็เป็นน้ำลงไปแล้ว ส่วนใดเป็นลมก็เป็นลมไปแล้ว ส่วนใดเป็นไฟก็เห็นว่าเป็น
ไฟไปหมด ไฟเขาเป็นอะไร ดินเขาอะไร เขาหลับเขาอนไหมล่ะ เขาเจ็บเขาปวดเขา
เหนื่อยเขาหิวไหมล่ะ สิ่งเหล่านี้เราก็พิจารณาให้มันรู้ เพื่อกำจัดภัยกำจัดเวรกำจัดกิเลส
ตัดหา รากะ โลกะ โทสะ โมหะ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ เราจึงจะไม่ยึดไม่ถือ

เมื่อเห็นแล้วจิตของเรามันก็วางก็ละนะซี ให้ดูซิ น้ำเขาเป็นอะไรล่ะ ดินเขาเป็นอะไร
ล่ะ เขาเจ็บเขาปวดไหมล่ะ เขาหิวเขาเหนื่อยไหมล่ะ เขาไม่ได้ว่าอะไร เขาอยู่เฉย ๆ ยงนั่น
นี่แหละก่อนจิตินหละ นั่งอยู่คนละก้อน ก็มัวถือว่าเป็นคนว่าเป็นตัวว่าเป็นตน มันก็ทุกข์
ละซี เกิดวุ่นวายเกิดเดือดร้อนซี ไปสมมุติเอาว่าเราเป็นโรคว่าเราเป็นภัย ว่าเราเป็นโน่น
ว่าเราเป็นนี่

เรื่องสมมุตินี้สัตว์ทั้งหลายจมอยู่ในมหาสมุทร จมอยู่ที่สมมุติเป็นนั่นเป็นนี่ หากเรา
จำแนกแจกออกแล้วมันก็ไม่ มี จิตมันก็สงบนะซี พอจิตสงบแล้วมันก็หายหมดภัยหมด
เวรทั้งหลาย เหลือแต่กรรม เหตุนี้จึงพากันดูให้รู้ อายตนะเป็นบ่อเกิดของสิ่งทั้งหลาย
คือ ตา หู จมูก ตาเขาเป็นอะไร หูเขาเป็นอะไร จมูกเขาเป็นอะไร ลิ้นเขาเป็นอะไร กายเขา
เป็นอะไร เขาไม่ได้เป็นอะไรซักอย่าง ตาสำหรับดู หูสำหรับฟัง จมูกสำหรับดม เท่านั้น
ไม่ใช่เรอะ ลิ้นก็สำหรับรับรสอาหาร กายก็สำหรับสัมผัส ใจเป็นธรรมารมณ์ นี่แหละให้
พิจารณา นี่เป็นบ่อเกิดแห่งสุขและทุกข์ เขาว่าเห็นอย่างโน้นเห็นอย่างนี้ เราต้องน้อมเข้า
ไป เราไม่ว่าแล้วมีอะไรไหมล่ะ นี่จึงพาให้กันพิจารณา

จงฟังพิจารณาให้มันรู้มันเห็นซี พอเราจำแนกแจกสิ่งเหล่านั้นแล้วจิตของเราก็เป็น
หนึ่งอยู่ มันไม่มีคน ไม่มีตัว ไม่มีตน ไม่มีผู้ ไม่มีคน ไม่มีบ้าน ไม่มีเมือง ไม่มีอะไรซัก
อย่าง จิตมันก็วางหมดละ พอจิตมันว่างหมดแล้วก็ไม่ มีอะไร ไม่มีภัย ไม่มีเวร

นี่เราไปก่อกรรมก่อเวร สมมุติเป็นอันโน้น สมมุติเป็นอันนี้ มันก็หลงสมมุตินี้ซี สัตว์
ทั้งหลายคาอยู่ที่นี้ จมในมหาสมุทรนี้ ข้ามไม่ได้ ต้องพ้นจากสมมุติชิ ถ้ามดูซิ เจ้าเป็น
ภูเขาไหมล่ะ เจ้าเป็นกก (ต้น) ขามไหมล่ะ เขาไม่ได้ว่าไม่ใช่หรือ หรือว่าไฉนถ้ามดู เป็นกก
ขามไหม มิด (เสียบ) แน่ะ เขาไม่ได้ว่าอะไร เราไปว่าเขา เขาก็อยู่เฉย ๆ เขาไม่ได้ว่าเขา

เป็นกขาม ต้นขามเขาก็ไม่ได้ว่า ถามว่าเจ้าเป็นดินใหม่ แนะ มันก็ไม่ได้ว่าอะไรซักอย่าง
เจ้าเป็นน้ำใหม่ เจ้าเป็นลมเป็นไฟใหม่ เขาไม่ได้ว่าอะไร เราไปหลงเอาเฉย ๆ นี่แหละ
ต้องจำแนกแจกออกไปเพื่อไม่ให้หลง

พุทธโฆให้มันรู้ซิ จิตของเราสงบ มีความเบิกบาน พุทธโฆเป็นผู้เบิกบาน พุทธโฆสว่าง
ไสว พุทธโฆเป็นผู้รู้ สิ่งใดเกิดขึ้นรู้ได้หมด ให้เรารู้เท่าสังขาร รู้เท่าวิญญาน สังขารไม่เที่ยง
วิญญานมันก็ไม่เที่ยงทั้งหมด เราไม่ควรไปยึดไปถือเอาเป็นตัวเป็นตน ถ้าไม่ยึด จิตของ
เรามันก็พ้นทุกข์นะซิ เราไม่ไปสมมติมันก็พ้นนะซิ จิตของเราพ้นจากทุกข์ ถ้าเราไม่ว่า
ทุกข์ละก็ทุกข์มีไหมละ อย่าไปว่าซิ อย่าไปสมมติ แท้ที่จริงเขาไม่มีทุกข์มียากอะไร
สังขารร่างกายนี้เห็นไหมละ ตายแล้วนิมนต์พระไปชักบังสุกุล ว่าชักให้คนตาย แท้ที่
จริงนะชักให้พวกเราดู แต่ก่อนเขาก็เป็นเหมือนอย่างเรานี้แหละ ห่วงนั้นห่วงนี้ คำนั่นคา
นี่ มาเดี๋ยวนี้ตายแล้วเป็นอย่างไรละ ไม่คาอะไรซักอย่าง เคยว่าเจ็บว่าปวด ยุงกัดก็ตี ปวด
นั้นปวดนี้ ไปสูม (เผา) แล้วไม่ว่าอะไรเลย แข็งขาหูตาจมูกเขาก็มีครบหมด ดูซิพวกเรา
ทั้งหลาย นี่แหละให้พิจารณากรรมฐาน ให้พิจารณาบังสุกุล ให้พิจารณาธรรมสังเวช ท่าน
ให้พิจารณาตนเสียก่อน

อัยง อัตตะกะโว ภาวะ ความเกิดมาแล้ว ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ไม่เที่ยง เป็นทุกข์
ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน อสุจิ อสุกัณ มีแต่น้ำเน่าเน่าหนองเหมือนกันมิด อิมัง กัมมัญฐานัง ภเวติ
ให้พิจารณากรรมฐานให้เห็นอย่างนั้น

ท่านให้พิจารณาตนให้เห็นเป็นอย่างนั้น อันนี้ อนิจจา วตะ สังขารา สังขารทั้งหลาย
เป็นอย่างนี้ มันไม่เที่ยงทั้งหมด เราไม่ควรจะหลง ให้พิจารณาให้มันรู้มันเห็น เราไม่ซ้อ
อะไร ไม่คาอะไร ซ้องลูก ซ้องหลาน ซ้องบ้านซ้องเมือง ไม่มีซ้องละผู้นี้ ยศมันก็ไม่คา
อะไรมันก็ไม่คาซักอย่าง อะไรมันก็ไม่ซ้องซักอย่าง เห็นไหมละ เราก็เพิ่งดูให้มันรู้มัน
เห็นซิ นี่คนจะมีสุขเพราะเหตุใด ผู้ระงับสังขารนะแหละ วุปลโม สุโข มีความสุขเพราะ
ระงับสังขาร สัพเพ สัตตา มรณฺตฺยจะ มริงฺสุจะ มริสฺสเร ตเถวาหัง มริสฺสामी นัตถิ เม เถละ
สังสโย ไม่ต้องสงสัย เราทั้งหลายก็ต้องเป็นอย่างนี้ สัตว์ทั้งหลายย่อมตายมาแล้ว ที่อยู่ใน
ปัจจุบันนี้ก็ต้องเป็นเหมือนกัน เราไม่ต้องสงสัย จะสงสัยอะไรอีกเล่า มันจะได้อะไรที่
ไหนแม้สักอย่าง แต่ก่อนเขาก็ห่วงนั้นห่วงนี้ ไปไหนก็ไม่ได้ มีแต่ซ้องแต่คา กลัวอด กลัว
หิว กลัวทุกข์ กลัวยาก มาบัดนี้เขาไม่กลัวอะไรสักอย่าง... เอาไฟสูมก็ไม่เห็น “อื้อ” สักคำ

เดียว เราก็พิจารณาให้มันรู้มันเห็นอย่างนั้นซึ่ง มันจะได้ไม่หลง นี่พระเทศนา คนเป็นก็ไม่ฟัง ชักบังสกุลก็ว่าชักให้คนตาย ได้ไปสวรรค์นิพพาน เฮ้ย มันจะรู้จักที่ไหน

คนเรานั้นเมื่อมันจะตายมันก็เขียนแต่ทำขึ้นมา ทางแขนทางมือก็เขียนขึ้นมา ศรีษะก็เขียนลงไป มาประชุมกันที่หัวใจ ถ้าผู้นั้นมีกุศล สร้างกุศลมา กุศลมันก็ไปเกิดแล้ว จะมาอยู่อะไรนั้น จะมาอยู่อะไรในหีบนั้น ถ้ามันอยู่มันก็ตึง (กระดุกกระดิก) เป็นซึ่ง มันก็พูดได้ซึ่ง จะมานิ่ง จะตอกพอยุ่ทำไม ถ้าบาปมีมันก็เสวยทุกข์แล้ว พอจะดับขันธมันก็เริ่มมีแล้ว ภาว ภาเว สัมภวันติ มันยังกระสับกระส่าย เพราะมันยังไม่มีที่เกาะ ยังไม่มีที่ไป พอมันเห็นแล้วก็พลับเดียวเท่านั้นไปแล้ว เหมือนกะถ้ำรูปติดนะแหละ จะมาอยู่ยังงี้ ไม่ใช่ชักบังสกุลให้ผู้นั้นไปสวรรค์นิพพาน ชักให้คนที่ยังอยู่นี้ดูตึงหาก ท่านให้ดู ให้พิจารณาว่า ข้องนั้นข้องนี้แล้ว มันได้อะไร มันมีอะไร

นี่ พวกเรากรรมฐานต้องพิจารณา ห่วงนั้นห่วงนี้ คำนั่นคานี้เป็นตัวของเรา ก็ไม่ได้ อะไรสักอย่าง ท่านชี้ให้เห็นอย่างนั้นดอก ถ้าเห็นแล้วจิตมันก็ถอนอุปาทานขันธ มันก็ไม่วุ่นไม่วายไม่เดือดไม่ร้อน ไม่ยุ่งไม่เหยิง ไม่ข้องไม่คาซึ่ง เห็นแล้วมันก็เลิกก็ละ ก็วางได้ซึ่ง แน่ะ จิตมันก็พ้นทุกข์ได้ซึ่ง ที่ไม่พ้นทุกข์ก็เพราะมันข้องมันคาอยู่ พิจารณาดูซิ ชักบังสกุลให้คนตีคนเป็นนั่นแหละฟัง ไม่ใช่ชักคนตายให้ไปสวรรค์ คนตายนั่นไปแล้ว จะอยู่ทำไม นั่น ถ้ายังอยู่มันก็ตึง (เคลือบไหว) เป็นแล้วไม่ใช่ระอะ เอาไฟเผามันก็ต้องอูี้ นี่ไฟไหม้แล้วมันก็ยังเฉยอยู่นั่น ถ้ายังอยู่มันก็ต้องร้อง โอ๊ย ๆ ว่ามันยังอยู่ กามาวจริง กุศลตั้ง จิตตั้ง รูปร่างมัน วา สัททารมณ์ วา คันธารมณ์ วา รสารมณ์ วา โสภณารมณ์ วา ธรรมารมณ์ วา จะเอาธรรมอันใดเป็นอารมณ์ เอารูป เอาเสียง เอากลิ่นเอารสเป็นอารมณ์ ตายไปแล้วจะไปอยู่ยังงี้ พอดับแป้นี้ขาดปั๊บ ติดเกาะใหม่แล้ว ไม่อยู่แล้ว ยังงั้นดอก ให้มันรู้ยังงั้น

เรื่องชักบังสกุลนี้แต่ก่อนมีนิทานอยู่ในพระสูตรท่านว่า มีนางสิริมา รูปสวยรูปงาม พระภิกษุทั้งหลายที่ยังเป็นปุถุชนอยู่ พอเห็นนางสวยงามกระนั้นก็รักก็ใคร่ชอบใจยินดี จนไปบิณฑบาตไม่ได้ แน่ะ เพราะรักใคร่ชอบใจในรูปอันนั้น อยู่มานานนั้นตายไป ดับขันธลงไป พระพุทธองค์ทรงออกอุบายให้คนไปนิมนต์พระเหล่านั้นมาพิจารณา อย่างที่อธิบายมาแล้วนั่นแหละ

ภโวภวัง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความเกิดนั้นไม่เที่ยงทั้งหมด มีแต่น้ำเน่าน้ำเหลือง ไหลยังงี้แหละ

อิมัง กัมมัฏฐานัง ภเวติ กรรมฐานต้องพิจารณา ดู ใครจะเอาข้างละรูปอย่างนี้ ไม่ ต้องซื้อต้องหากี่ใครจะเอาละ ให้เปล่า ๆ ก็เถอะ พอพระเหล่านั้นไปเห็นแล้ว มีความ สัตว์เสลดใจ จิตของท่านก็สงบ ได้สำเร็จพระอรหันต์ทั้งหมด แน่ะ เป็นยังงั้น

เพราะฉะนั้นการพิจารณาผลานิสงส์มาก จึงได้นิมนต์พระไปบังสกุล ทีนี้พระรับ นิมนต์ไปบังสกุลกลับไปเพ่งเอาเงินเอาทองเขา มันก็ใช้ไม่ได้นะซี ฮี้ มันเป็นเสียดังนั้น ท่านให้ปลงกรรมฐาน ให้พิจารณาเพื่อจะได้ผลานิสงส์มาก ผู้ที่เห็นอย่างนั้นแล้วจิตมัน ไม่ข้องจิตมันไม่คาอะไรซักอย่าง จิตมันละมันวางโม้ด มันไม่มีอะไรข้องไม่มีอะไรคา คือกัน (เหมือนกัน) กับผู้ที่ดับขันธไปแล้ว มีลูก ลูกจะร้อง แม่จะไป พ่อจะไป ขอให้พ่อ อยู่หน้า (กับ) ลูกกับเต่าก็ไม่ได้ ลูกจะไป ก็ขอให้อยู่นำพ่อนำแม่ก็ไม่ได้ ภรรยาจะไป ขออยู่ นำสามีก่อนก็ไม่ได้ แน่ะ ขอกันไม่ได้เลย เอาแต่ของใครของมัน นี่ มันเห็นเช่นนี้แล้ว มัน ก็ไม่หลงยังงั้นดอก เดียวนี้เราหลงวุ่นวายเดือดร้อนกันอยู่นี้แหละ หลงสมมติ ว่านี่ก็ของ ตัวนั้นก็ของตัว นี่ก็ของกู นั่นก็ของกู เขาต่อนกเขานะ ของกู ของกู ของกู ไปโม้ด ตัวของ กูไม่มีใครกู เอาไม่ได้สักอย่าง ของกู ของกู นั่นคือ จงดูแม่ออก (ผู้หญิง) นั่นเป็นต้น ของ กูที่ไหนเล่า แม่ออกเป็นลม ว่าเป็นตัวตนของเราก็ลองบอกมันอย่าให้เป็นลมซี มันฟัง ไหม นี่แหละความหลงละ เข้าใจไหมละ อธิบายให้ฟัง เขาชักบังสกุลไม่ได้ชักให้คนตาย ไปสวรรค์ ชักให้คนที่อยู่ดี ๆ นี่แหละเห็น เห็นแล้วจะได้มีศรัทธา ความเชื่อ ความ เลื่อมใส จะได้ให้ทาน รักษาศีล ภาวนาต่อไป

เมื่อพิจารณาแล้ว ปลงกรรมสังเวชแล้ว บางคนก็ได้สำเร็จ นั่นคือน้อมเข้ามาหาตน พิจารณาให้เห็นว่ามันไม่ได้อะไรจริงสักอย่าง ได้ยศก็มียศอยู่ที่ไหน ได้ทรัพย์สมบัติก็ได้ ที่ไหน ได้ลูกได้หลานได้ที่ไหน ได้บ้านได้ช่องได้ที่ไหน ไม่ได้อะไรจริงสักอย่าง นั่นแหละข้อสำคัญคือทิ้งให้โม้ด เข้าใจไหมละอธิบายให้ฟัง

เฮ้ ต่อไปนี่ให้นั่งเข้าที่พิจารณาให้มันเห็น เทศน์ให้ฟังแล้ว เพ่งพิจารณาให้มันรู้ให้ มันเห็นว่าจริงหรือไม่จริง นั่งทำจิตให้มันสงบ อย่าส่งไปข้างหน้ามาข้างหลัง นั่งให้สบาย อยากร่าอยากรวย พิจารณาให้มันเห็นว่าใจของเราเป็นอยู่ยังงั้น มียังงั้นอธิบายให้ฟังแล้ว เรามาอาศัยธาตุทั้งสี่ ดินน้ำลมไฟมาประชุมกันเข้า เราถือว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นที่ไหนเล่า เพ่งดูซิ เราห้วงอะไร เราคาอะไร เราข้องอะไร ให้เพ่งพิจารณา

เมื่อกายเราสบายแล้วบริกรรมภาวนา หรือนึก พุทโธ ธัมโม สังโฆ สามหนแล้ว รวม เอา พุทโธ พุทโธ คำเดียว อย่าส่งใจไปข้างหน้ามาข้างหลัง ทั้งซ้ายทั้งขวา ข้างบนข้างล่าง

ตั้งไว้เฉพาะท่ามกลางตรงที่รู้ พุทโธ พุทโธ อยู่ นั่น อย่าส่งใจไปอื่น หลับตาจับปากแล้วก็
เพ่ง ทำใจให้สงบ เราอยากสุขอยากสบาย อย่าไปนึกทุกข์นึกยาก สิ่งไรทุกข์ สิ่งนั้นไม่ใช่
ตัวเรา อย่าส่งใจไป ตั้งไว้เฉพาะส่วนที่รู้ ความรู้นี้แหละสำคัญ มันไม่เป็นของแแตกของ
ทำลายของฉิบหาย เป็นผู้รู้ที่อยู่ใน เพ่งดูให้รู้ว่ามีอยู่จำเพาะตนของตน สุขทุกข์ ดีชั่ว
เป็นความสมมติทั้งนั้น สุขก็ว่าเอาเอง ทุกข์ก็ว่าเอาเอง ดีก็ว่าเอาเอง ชั่วก็ว่าเอาเอง อย่าไป
ว่าอะไรที่ เย็นร้อนเราก็อ่าเอาเองทั้งหมด อย่าไปว่า วางใจให้สบายเท่านั้นแหละ เรื่องจึง
จะดี

เมื่อจิตเป็นกุศล จิตมันว่างหมด จิตมันสบาย จิตดีมีความสุขความสบาย ที่เรามา
ต้องการความสุข ความสบาย ต้องการความพ้นทุกข์เท่านั้น เราจะเอาอะไรสุขสบายละ
นอกจากใจของเราสงบ

เมื่อใจของเราสงบแล้ว สุขความสุขความสบายก็เกิดที่นั่น ไม่ได้เกิดที่อื่น ไม่ได้สุขสบาย
เพราะวัตถุข้าวของทั้งหลายต่าง ๆ ใจเราสบายเท่านั้นแหละ สุข เมื่อใจเราสบายแล้ว
ทำอะไรก็สบาย ทำมาหากิน ค้าขาย การอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง เราก็สุขก็สบาย ธรรมนั้นก็
นำความสุขความสบายให้ ไปในชาติใดภพใดธรรมย่อมรักษาผู้ปฏิบัติธรรม ถ้าจิตเราไม่
ดี ทุกข์ยากวุ่นวายเดือดร้อน หนักหน่วงว่วงเหงาหวนอน เดือดร้อนฟุ้งซ่านรำคาญ นั่น
ธรรมนั้นก็นำสัตว์ทั้งหลายตกทุกข์ได้ยาก แม้เรานั่งอยู่อย่างนี้ก็เป็นทุกข์ได้ ไม่ใช่อื่นไกล
ธรรมนั่นเองนำความทุกข์ยากให้เรา เราจึงต้องเลิกต้องละ อย่าไปยึดเอาสิ่ง สิ่งที่ทุกข์ที่ยาก
วางให้หมดละให้หมดซี่

ต่อไปนี้จะ ไม่อธิบาย ต่างคนต่างเพ่ง วางใจให้สบาย ๆ ได้ยินเสียงอะไรก็ตามให้รู้ไว้
สัญญาไว้ว่าสิ่งนั้น ไม่มีอันตรายแล้ว เราก็ไม่ต้องเดือดร้อน วางใจให้สบาย สบาย.....
(นั่งสงบ)

ทำจิตให้สบาย อยากสุขอยากสบายอย่าสำคัญมันหมาย ต้องการหายโรคหายภัยก็
อธิษฐานเอา ตั้งสัจจะบารมีของเรา นี้แหละ จะตัดบาปตัดกรรม ไม่มีวิธีอื่น เราต้องทำจิต
ให้สงบ ถ้าจิตเราไม่สงบแล้ว มันก็ไปก่อกรรมก่อภัยก่อเวร พอจิตเราสงบแล้วมันก็ไม่
กรรม ความชั่วทั้งหลายไม่มี มีแต่ความสุข ความสบาย เราต้องการความสุขความสบาย
จะไปหากับทรัพย์สมบัติไม่มีหรือ มีแต่ที่ใจเราสงบ พอใจเราสงบแล้วมันได้รับ
ความสุขความสบาย ก็หายโรคหายภัยหายกิเลสจัญไรหมดนะซี่ เเคราะห์ทั้งหลายมันก็
หายหมด ต่อไปนี้มันทำนะนี่นะ ได้ยินไหมละ ถ้าเราหัวใจยังอ่อน เราก็ตั้งมันให้แข็ง

ขึ้น ตั้งหลักตั้งฐานขึ้น มันแล้วกับใจของเรา สำเร็จกับใจของเรา สิ่งทั้งหลายทั้งหมดใจถึงก่อน ใจเป็นรากฐาน ใจเป็นประธาน มันไม่ได้เป็นเพราะอื่น เราปล่อยใจมันอ่อน มันก็อ่อน ต่อไปอย่าให้มันอ่อนนะ ทำใจให้เข้มแข็ง พิจารณาให้หมดที่ได้อธิบายให้ฟังแล้วสังขารร่างกายอันนี้ไม่ใช่เป็นตัวของเรา ถ้าเป็นตัวของเรามันก็ไม่เป็นไปเพื่อโรคเพื่อภัยนะซิ เราอยากหายโรคหายภัยก็ต้องทำใจให้สงบ ถ้าใจเราสงบ โรคภัยทั้งหลายมันก็หายไป เรื่องมันเป็นยังงั้น ถ้าใจไม่สงบแล้ว มันไปก่อกรรมก่อเวรอยู่งั้น ก่อภัยอยู่ยังงั้น มันก็ไม่หมดชกที ความจะหมดภัยเกิดเพราะจิตของเราไม่มีภัย จะหมดกรรมเพราะจิตของเราไม่มีกรรม จะหมดความชั่วก็เพราะใจของเราไม่มีความชั่ว จะหมดทุกข์ก็เพราะจิตเราไม่ทุกข์ แน่ะ เป็นยังงั้น มันหมดตรงนี้ คือจิตของเราไม่ทุกข์แล้วจะเอาอะไรมาทุกข์ล่ะ จิตของเราไม่ชั่วจะเอาความชั่วมาจากไหนล่ะ มันก็ไม่มีนะซิ

ต่อไปต่างคนต่างทำ พิจารณาให้มันรู้มันเห็น อย่างนี้จึงเรียกว่าฟังธรรม ธรรมทั้งหลายทั้งหมดใครเป็นผู้ทำให้เรา ไม่มีใครทำให้ เราทำเอง นี่เรามาอยู่อย่างนี้เป็นที่วิเวกที่สงบภัยทั้งหลาย สิ่งทั้งปวงต้องฟังดู ไม่มีใครเรียกร้องเราไปเอาชกอย่าง เขาไม่ได้บอกให้เราไปทำอะไรชกอย่าง บาปกรรมทั้งหลาย สุขทุกข์ทั้งหลาย ความดีความชั่วทั้งหลาย เราเป็นผู้ทำเอาเอง

นี่แหละพิจารณา ดูเราว่ามาไกลจากบ้านจากเมืองนั้น คิดดูแล้วมันไม่ไกล มันอยู่แค่ดวงใจของเรานี่เอง บ้านก็ดีเมืองก็ดี อะไร ๆ ก็ดีมันอยู่ในใจของเรานี่แหละ เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านสอนให้มาแก้ที่ดวงใจทั้งหมด เมื่อดวงใจไม่มีอะไรแล้ว สิ่งทั้งหลายมันก็หมดไป ข้อนี้แหละให้มันพิจารณา ที่ฟังของเรา ที่อยู่ของเรา ที่อาศัยของเราอยู่ที่ไหน ทำไมเราจึงทุกข์จึงยากต้องพากันบ่น สิ่งทั้งหลายเขาไม่ได้ทุกข์ไม่ได้ยาก มันยากที่หัวใจเท่านั้น ว่ามันจน สิ่งทั้งหลายไม่ได้จน มันจนที่ดวงใจเท่านั้น ไม่ได้จนที่อื่น

พอดวงใจจนแล้วละก็จนหมด ทรัพย์สินสมบัติทั้งหลายมันก็เป็นอย่างนั้น

ถ้าดวงใจเราไม่จนก็ไม่มีอะไรจน ถ้าดวงใจไม่ทุกข์ก็ไม่มีอะไรทุกข์ ถ้าดวงใจไม่ยากก็ไม่มีอะไรยาก เรื่องมันเป็นยังงั้น สิ่งทั้งหลายเขาอยากอะไร เขาไม่ได้ว่าอะไร เขาไม่ทุกข์ ไม่อยากอะไรชกอย่าง เขาเฉย ๆ อยู่หมด เงินทองเขาก็ไม่ได้บอกเราไปเอาเขา เขาไม่ได้บอกเราไปเที่ยวหา ข้าวน้ำโภชนาหารเขาก็ไม่ได้บอกให้เรามารับประทาน เขาบอกไหมล่ะ ข้าวล่ะ เขาว่าหรือว่าพวกเธอไม่รับประทานฉัน ฉันจะไปตีปากนะ ข้าวเขาเฉย ๆ ไม่ใช่เรอะ เงินนี้เขาบอกหรือว่าเธอไม่เก็บฉันจะตีมีอนนะ เขาไม่ได้ว่า เขาอยู่เฉย ๆ ทิ้งตากแดด

ตากฝนเขาก็อยู่อย่างนั้นแหละ เรื่องมันเป็นยังงั้น แต่เราอยากได้มันเองหรืออ ออยากได้เราก็คือเป็นผู้หมั่นผู้ขยันซี้ ใจมีความสุข ใจมีความสุขสบายซี้

เมื่อใจมีความสุขความสบาย สิ่งทั้งหลายมันก็สบายนะ เรื่องสำคัญมันเป็นอย่างงั้น หายเมื่อยหรือยังละ จะนอนก็นอนเฟ่งดูหัวใจจนหลับ ใจมีพุทธโธแล้วเป็นใหญ่กว่าเขาหมด ใหญ่กว่าพระอินทร์พระพรหม เทวบุตร เทวดา ยักษ์ กุมพณ กุมภีณท์ พญาครุฑ พญานาค พุทธโธนี่ของเล็กน้อยเมื่อไหร่ละ ใจเราเป็นใหญ่กว่าทั้งหมดละนะ เรื่องเป็นอย่างงั้น เข้าใจไหมละ เข้าใจกันได้