

# แก่นพุทธศาสน์

พุทธทาสภิกขุ

# แก่นพุทธศาสน์

เรื่อง

ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา  
พุทธทาส อินทปัญโญ

ธรรมกถาในโอกาสพิเศษ ณ ชุมนุมศึกษาพุทธธรรม  
คณะแพทยศาสตร์และศิริราชพยาบาล  
๑๗ ธันวาคม ๒๕๐๔

## ท่านสารุชนผู้สนใจในธรรมทั้งหลาย

โอกาสของการบรรยายครั้งเดียวเป็นพิเศษ เช่นนี้ อาตมามีความเห็นว่ ควรจะได้กล่าวถึงเรื่อง ซึ่งเป็นใจความสำคัญเป็นข้อสรุปความของหลัก ธรรมะจะเหมาะกว่าอย่างอื่น ฉะนั้นจึงได้ตั้งใจ ที่จะกล่าวถึงใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา โดยหวังอยู่ว่ถ้าจับใจความหรือแนวที่เป็นใจความ สำคัญทั้งหมดของพุทธศาสนาได้แล้ว จะเป็นการ ง่ายสะดวกอย่างยิ่งในการที่จะศึกษาก้าวหน้า ออกไปอย่างกว้างขวาง ถ้าจับใจความหรือแนวไม่ได้ จะสับสน และจะรู้สึกว่มันมากมาย แล้วจะเพิ่มขึ้นๆ จนมากมายเหลือที่จะจำจะเข้าใจ หรือจะปฏิบัติ

อันนี้เป็นมูลเหตุของความล้มเหลว เพราะ ทำให้เกิดความท้อถอย และมีความสนใจที่พร่า หรือ茫然เลือนออกไปทุกที ในที่สุดก็คล้ายๆ กับว่ เหมือนกับแบกความรู้ตั้งมากมายเข้าไว้ แล้วไม่

สามารถที่จะศึกษา หรือประพฤติปฏิบัติให้เป็น  
ขึ้นเป็นอันได้

ฉะนั้น ขอให้สนใจที่จะทบทวนหรือฟังในลักษณะ  
ที่จะจับใจความสำคัญทั้งหมดของพระพุทธศาสนา  
เพื่อจะได้ **ความรู้ชนิดที่เป็นหลักมูลฐาน**  
สำหรับ **เข้าใจธรรมะอย่างถูกต้อง** อาตมาขอเน้น  
ตรงที่ว่ามันเป็นหลักมูลฐานเพราะความรู้ชนิดที่  
ไม่ใช่หลักมูลฐานก็มี และเข้าใจอย่างไม่ถูกต้อง  
ก็มี คือมันเขวออกไปทีละน้อยๆ จนเป็นพุทธศาสนา  
ใหม่ หรือถึงกับเป็นพุทธศาสนาเนืองอก ทิ้งอกออกไป  
เรื่อยๆ

ที่ว่า **หลักพุทธศาสนาชั้นมูลฐาน** นั้น  
หมายความว่ามันเป็นหลักที่มีจุด มุ่งเฉพาะไปยัง  
**ความดับทุกข์** นี้อย่างหนึ่งแล้วมันก็เป็นสิ่งที่  
มีเหตุผลอยู่ในตัวมันเองที่ทุกคนอาจเห็นได้  
โดยไม่ต้องเชื่อตามบุคคลอื่นนี้อย่างหนึ่ง นี้อือ  
ส่วนประกอบที่สำคัญของสิ่งที่เป็นหลักมูลฐาน

ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่เป็นไปเพื่อความดับทุกข์พระพุทธเจ้า  
ท่านทรงปฏิเสธไม่ยอมเกี่ยวข้องกับ ไม่ยอมพยากรณ์  
อย่างปัญหาที่ว่าตายแล้วเกิดหรือไม่ อะไรไปเกิด  
เกิดอย่างไร ได้รับผลอย่างไร อย่างนี้มันไม่ใช่เป็น  
ปัญหาที่มุ่งตรงไปยังเรื่องความดับทุกข์ และยิ่งกว่า  
นั้นมันยังไม่เป็นพุทธศาสนา ไม่เกี่ยวกับพุทธศาสนา  
ไม่อยู่ในขอบวงของพุทธศาสนา เพราะไม่ได้มุ่งหมาย  
ที่จะดับทุกข์นี้อย่างหนึ่ง แล้วอีกอย่างหนึ่งผู้ถามนั้น  
ก็ได้แต่เชื่อตามผู้พูดตายไป เพราะว่าผู้ตอบก็ไม่อาจ  
จะเอาอะไรมาแฉให้เห็นได้ ได้แต่พูดไปตามความจำ  
และความรู้สึก ผู้ฟังก็ไม่อาจจะเห็นสิ่งนั้นได้ ก็ต้อง  
เชื่อตามผู้พูดตายไป มันก็เลยเตลิดออกไปนอกเรื่อง  
ทีละนิดๆ จนเป็นเรื่องอื่นไป ไม่เกี่ยวกับความดับทุกข์  
และอยู่ในลักษณะที่ผู้ฟังต้องเชื่อตามผู้พูดอย่าง  
หลับหูหลับตาเรื่อยไปแล้วเดินออกไปนอกขอบวง  
ของความดับทุกข์ยิ่งขึ้นทุกที

ที่นี้ ถ้าหากว่าไม่ตั้งปัญหาอย่างนั้น จะตั้งปัญหา  
 เรื่องว่า มีความทุกข์หรือไม่ และ จะดับทุกข์ได้  
 อย่างไร นี่พระพุทธเจ้าท่านยอมตอบ ตอบทุกๆ คำ  
 ผู้ฟังจะเห็นจริงได้ทุกคำ โดยไม่ต้องเชื่อตายไป  
 ไม่ต้องเชื่อตามผู้พูดตายไป ก็เลยยังเห็นจริงขึ้นทุกทีๆ  
 จนเข้าใจในเรื่องนั้นได้ และ ถ้าเข้าใจถึงขนาด  
 ทำความดับทุกข์ได้นั้น นั่นหมายถึงความเข้าใจ  
 ที่เป็นไปถึงที่สุดจนถึงกับรู้ว่าแม้เดี๋ยวนี้มันก็ไม่มี  
 คนที่กำลังมีชีวิตอยู่ คือ มีความรู้ถึงขนาดที่  
 มองเห็นโดยประจักษ์ว่า ไม่ได้มีตัวตนหรือของตน  
 มันเป็นแต่ความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู ที่รู้สึกขึ้นมา  
 ตามความโง่ ความเขลาที่ไปหลงตามสิ่งที่มาแวดล้อม  
 ปรุงแต่งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย  
 อะไรเหล่านี้ พอมองเห็นชัดขนาดที่ดับทุกข์ได้  
 อย่างนี้แล้ว สิ่งที่เราเรียกว่าตัวเรานั้นก็หายไป ความรู้สึก  
 ว่าตัวกู - ของกูเหล่านี้ไม่มีเหลืออยู่ เพราะฉะนั้น

จึงไม่มีใครเกิดอยู่ที่นี้ มันจึงไม่มีใครตายแล้วไปเกิดใหม่ ปัญหาที่ถามว่าตายแล้วเกิดใหม่หรือไม่ จึงเป็นปัญหาที่เขลาที่สุด และไม่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาเลยเพราะเหตุนี้

เพราะเหตุว่า พุทธศาสนามุ่งหมายที่จะบอกให้รู้ว่า ไม่มีคนที่เป็นตัวเราหรือของเรานั้นไม่มี มีแต่ความเข้าใจผิดของจิตที่ไม่รู้สิ่งที่มีอยู่ก็เป็นเพียงแต่ร่างกายกับจิตใจ ซึ่งก็ล้วนแต่เป็นธรรมชาติ มันมีอาการเป็นกลไก mechanism ประชุมเปลี่ยนแปลงอะไรได้อยู่ในตัวมันเอง ถ้าผิดวิธีก็เกิดความโง่ความหลงขึ้นมา จนทำให้รู้สึกว่ามีตัวเรา มีของเรา ถ้าถูกวิธีมันก็จะไม่เกิดความรู้สึกอย่างนั้น แต่จะเป็นสติปัญญาอยู่ตามเดิม รู้แจ้งเห็นจริงอยู่ตามเดิม ว่าว่างจากตัวเราหรือของเรา

นี่เมื่อเป็นอย่างนี้ก็ใช่ว่า ในขอบวงพุทธศาสนานั้นไม่มีปัญหาที่ว่า ตายแล้วเกิดหรือไม่

อะไรทำนองนั้น แต่มีปัญหว่าทุกข์หรือไม่ จะดับ  
มันอย่างไร และก็รู้จักมูลเหตุให้เกิดทุกข์แล้วดับทุกข์  
เสียได้ และมูลเหตุให้เกิดทุกข์ก็คือความหลง  
ความเข้าใจผิด ว่ามีตัวเรา ของเรานั้นเอง

ฉะนั้น เรื่องตัวเรา เรื่องของเรา เรื่องตัวกู  
เรื่องของกูนี้ คือปัญหาเพียงอันเดียว ข้อเดียว และ  
เป็นใจความสำคัญของพุทธศาสนาเพียงข้อเดียว  
เรื่องเดียวที่จะต้องสะสางให้หมดไป แล้วจะเป็น  
อันว่ารู้ เข้าใจ และปฏิบัติพุทธศาสนาทั้งหมด  
โดยไม่มีเหลือ เพราะฉะนั้น ขอให้ตั้งใจฟังให้ดี

ที่ว่าหลักมูลฐานนั้น มีส่วนที่เป็นหลักอยู่  
ไม่มากมาย จนถึงกับพระพุทธเจ้าท่านเรียกของท่าน  
ว่า “มันกำมือเดียว” มันมีเรื่องเพียงกำมือเดียว  
ไม่มากมายเต็มไปด้วยทั้งบ้านทั้งเมืองหรือทั้งป่า ซึ่งใน  
สูตรที่มีอยู่ในสังยุตนิกายเล่าเรื่องนี้ไว้ชัดว่า เมื่อ  
กำลังเดินกันอยู่ในป่า พระพุทธเจ้าท่านกำใบไม้



ที่เรียราดอยู่ขึ้นมากำมือหนึ่ง แล้วถามภิกษุทั้งหลาย  
 ในที่นั้นว่า ใบไม้ที่กำลังขึ้นมานี้กับใบไม้หมดทั้งป่า  
 มันมากน้อยกว่ากันก็มากน้อย ทุกคนก็เห็นได้ว่า  
 มันมากกว่ากันมาก จนเปรียบกันไม่ไหว ถึงแม้  
 พวกเราที่นี่เดี๋ยวนี้ก็ลองทำมโนภาพถึงของจริง  
 ในเรื่องนี้ดูให้เห็นชัดว่ามันมากมายยิ่งกว่ากันเสียที่  
 หนึ่งก่อน พระพุทธเจ้าจึงบอกว่ามันอย่างนี้ คือว่า  
 เรื่องที่ตรัสรู้และรู้ที่นั่นมันมาก เท่ากับใบไม้ทั้งป่า  
 แต่เรื่องจำเป็นที่ควรรู้ ควรนำมาสอนและนำมา  
 ปฏิบัติที่นั่นเท่ากับใบไม้กำมือเดียว

ข้อความเรื่องนี้ มีคนเอาไปเขียนเป็นนวนิยาย  
 อย่างเรื่องกามนิต คนที่เคยอ่านเรื่องกามนิตก็คงจะ  
 สังเกตเห็นเรื่องที่มีอยู่จริงในพระบาลี ซึ่งเป็นเหตุให้  
 ถู้อได้ว่า หลักมูลฐานที่จะประพฤติปฏิบัติเพื่อดับทุกข์  
 โดยสิ้นเชิงนั้น เทียบส่วนแล้วมันกำมือเดียว ในเมื่อ  
 ไปเปรียบเทียบกับของทั้งบ้านทั้งเมืองทั้งป่าทั้งดง

คำว่ากำมือเดียวนี้เราก็ต้องรู้สึกได้ว่า มันเป็นของไม่มากมาย หรือไม่เหลือวิสัย ไม่เกินวิสัยของคนเราที่จะเข้าถึงได้ และเราอาจเข้าใจอย่างถูกต้องได้ นี่คือใจความสำคัญในวาระแรกที่เราต้องทำความเข้าใจกัน ในเมื่อทุกคนจะต้องเข้าใจหลักมูลฐานสำหรับเข้าใจพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง

ทีนี้ก็มาถึงคำว่า **พุทธศาสนา** ขอให้เข้าใจคำนี้ตรงหรืออย่างถูกต้องอีกเช่นเดียวกันด้วย ว่าสิ่งที่เรียกว่าพุทธศาสนานั้น เมื่อตกมาถึงสมัยนี้แล้ว มันพร่ามาก คือมันกว้างขวางไม่ค่อยมีขอบเขต ถ้าเป็นอย่างสมัยพุทธกาลก็ใช้คำอื่นคือคำว่าธรรม หมายถึงธรรมเฉพาะที่ดับทุกข์ เขาไม่ได้เรียกกันว่าพุทธศาสนาอย่างที่เราร่วมกันเดี๋ยวนี้ เขาเรียกกันว่า “**ธรรม**”

ถ้าธรรมะของพระพุทธเจ้าก็เรียกธรรมของพระสมณโคตม ถ้าธรรมะของลัทธิอื่นเช่น นิครนถนาฏบุตรก็เรียกว่าธรรมของนิครนถนาฏบุตร

ใครชอบใจธรรมของใครก็พยายามศึกษาจนเข้าใจแล้วก็ปฏิบัติตามแนวนั้น ดังนั้น จึงมีชื่อเรียกว่า “ธรรม” ล้วนๆ แล้วก็ป็นธรรมะล้วนจริงๆ ไม่มีเปลือกกระพี้ หรือส่วนที่มาเกี่ยวข้องทีหลังมากมายเหมือนเตี้ยวนี้ เตี้ยวนี้เรามาเรียกสิ่งนั้นว่า พุทธศาสนา แล้วเราปล่อยไป หรือจะด้วยเหตุใดก็ตาม คำว่าพุทธศาสนาของเราเนี่ยมันพร่ากว้างออกไปจนถึงกับรวมเอาสิ่งซึ่งเกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาเข้ามาด้วย

ท่านต้องสังเกตดูให้ดีว่า มันมีพุทธศาสนาอยู่ส่วนหนึ่งแล้ว มันมีสิ่งที่เกี่ยวข้องหรือเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกันอยู่กับพุทธศาสนาอีกส่วนหนึ่ง ส่วนนี้มากมายเหลือเกิน แล้วเราเอามารวมเป็นอันเดียวกันเรียกว่าพุทธศาสนา อย่างที่เข้าใจกันเตี้ยวนี้

ลำพังตัวพุทธศาสนาแท้ๆ มันก็มากอยู่แล้ว มากเท่ากับใบไม้ทั้งป่า ส่วนที่ต้องศึกษาปฏิบัติมีเพียง กำมือเดียวนี่ก็เรียกว่ามากอยู่แล้ว ทีนี้ไปเอาเรื่องที่ เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาเข้ามาอีก เช่น เรื่องประวัติ- ศาสตร์ของพุทธศาสนา เรื่องจิตวิทยาที่ขยายออกไป เช่น ในแง่ของอภิธรรม บางส่วนก็กลายเป็นเรื่อง จิตวิทยา บางส่วนก็เป็นรูปของปรัชญาขยายออกไปๆ เพื่อวัตถุประสงค์ในทางฝ่ายนั้น ก็ยังมีอีกมากมาย หลายนแขนง เรื่องที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนามันจึง มากมาย และถูกกวาดเอามารวมเข้าไว้ในคำว่า พุทธศาสนา มันเลยทำให้มาก

ถ้าคนไม่รู้ ก็ไม่รู้จักจับเอาใจความสำคัญ มันก็ เลยเหมือนกับว่าเห็นเป็นของมาก แล้วก็ไม่รู้จะเลือก เอาอันไหนดี เหมือนกับเราเข้าไปในร้านขายของ ที่มีสารพัดอย่าง จนงงไปหมดทำนองนี้ก็เลยปล่อยไป ตามความรู้สึกสามัญสำนึก นั้นบ้าง นี่บ้าง ตามเรื่อง

ตามราว แล้วส่วนมากก็ไปถูกเอาเรื่องที่ตรงกับกิเลสมากกว่าที่จะเป็นเรื่องของสติปัญญา เลยกลายเป็นเรื่องทำพิธีรีตองต่างๆ ทำบุญพอสักแต่ทำให้แล้วๆ ไป หรือเพื่อประกันความหวาดกลัวอะไรบางอย่าง มันเลยไม่ถูกพุทธศาสนาตัวจริง

เพราะฉะนั้น ขอให้เรารู้จักแยกสิ่งที่เป็นตัวพุทธศาสนาให้ออกไปเสียจากสิ่งซึ่งเป็นเพียงเรื่องที่เกี่ยวข้องกันกับพุทธศาสนา แต่เข้ามารวมในชื่อของพุทธศาสนาด้วยเหมือนกัน

แม้ในส่วนที่เป็นพุทธศาสนานั้น ก็ยังต้องรู้จักแยกออกไปว่า อะไรเป็นหลักมูลฐาน หรือเป็นใจความสำคัญ ฉะนั้นอาตมาจึงตั้งใจจะกล่าวถึงเรื่องที่เป็นหลักมูลฐานอันสำคัญที่เป็นใจความสำคัญ แต่ถึงอย่างนั้นก็ยังรู้สึกงงว่าจะพูดในรูปไหนดี

ทีนี้ในการที่เข้ามาในโรงพยาบาลนี้ นับเป็นความรู้สึกที่ตลใจหรือเกิดขึ้นเอง คือทำให้นึก

ขึ้นมาได้เองถึงลักษณะอรรถกถาทั้งหลาย ได้เรียก  
พระพุทเจ้าโดยชื่อหนึ่งว่า “แพทย์ในทางฝ่าย  
วิญญาน” นี่บัดนี้ท่านได้ยินคำว่า “แพทย์ในทาง  
ฝ่ายวิญญาน” แล้ว อาตมาก็กล่าวไปตามตัวหนังสือ  
ท่านไม่อาจเข้าใจในทันทีก็ได้ จึงต้องการคำอธิบาย  
บ้าง

ตามความหมายของพระพุทเจ้าได้ตรัสธรรมะ  
ไว้บางหมู่และตามอรรถกถาที่ต้องการจะอธิบาย  
ธรรมหมู่นั้น จึงเกิดมีหลักที่ถือกันว่า มีโรคภัยไข้เจ็บ  
อยู่ ๒ ประเภท คือโรคทางกาย กับโรคทางจิต บาลี  
ใช้คำว่า “โรคทางจิต” ในครั้งกระโน้น แต่เดี๋ยวนี้  
คำว่าโรคทางจิตนี้มันมีความหมายไม่ตรงกับโรคทาง  
จิตในสมัยอรรถกถาหรือในสมัยพุททกาล โรคทางจิต  
ในสมัยพุททกาลหมายถึงโรคทางความคิดเห็นหรือ  
ทางกิเลสตัณหา แต่ก็เรียกว่าโรคทางจิต

เดี๋ยวนี้เราเอาคำว่าโรคทางจิตไปใช้กับโรคทางจิตตามธรรมดาที่เนื่องกันอยู่กับร่างกาย ไปปนกันอยู่กับโรคทางกาย จึงเป็นเหตุให้ไม่เข้าใจโรคทางฝ่ายวิญญาณ เพราะฉะนั้นจึงขอบัญญัติคำขึ้นมาใหม่เป็น ๓ คำว่า โรคทางกาย หรือ Physical disease โรคทางจิตหรือ Mental disease สองอย่างนี้เอาไว้ในฝ่ายโรคทางกายหมด แล้วก็มีคำว่า Spiritual disease นี้แหละ คือโรคในทางวิญญาณ ซึ่งตรงกับโรคทางจิตในสมัยพุทธกาล

คำว่า Spiritual และ Mental นี่ต่างกันไกลลิบ Mental หมายถึงจิตที่เกี่ยวเนื่องกันอยู่กับกาย สัมพันธ์กันกับกาย ถ้าหากเราเป็นโรคทาง Mental นี้ก็ไปโรงพยาบาลประสาท หรือโรงพยาบาลบ้านสมเด็จฯ มันก็เป็นเรื่องโรคทาง Mental มิได้เป็นโรคทาง Spiritual นั้น

คำว่า “วิญญาณ” ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่า วิญญาณภูตผีปีศาจ ถูกผีสิง อะไรทำนองนั้นไม่ใช่ มันหมายถึงวิญญาณหรือจิตหรือมโนส่วนลึกที่มันเป็นโรคได้ด้วยอำนาจของกิเลส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คืออวิชชาหรือมิจฉาทิฐิ มันเป็นจิตที่ประกอบอยู่ด้วยอวิชชาหรือมิจฉาทิฐิ แล้วก็เป็นโรคทางวิญญาณ คือเห็นผิด เห็นผิดก็เป็นเหตุให้คิดผิด พุดผิดทำผิด แล้วก็เป็นโรคตรงที่คิดผิด พุดผิด ทำผิด

ท่านจะเห็นได้ทันทีว่า Spiritual disease นี้เป็นกันทุกคนไม่ยกเว้นใคร ส่วน Physical disease, Mental disease นั้นเป็นกับคนบางคน และเป็นบางเวลา และเรื่องมันก็ไม่มากมายเสียหายใหญ่โตอะไรนัก คือมันไม่ทำให้ใครเป็นทุกข์อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก ได้เหมือนกับโรคทางวิญญาณ

เพราะฉะนั้น โรคทาง Physics หรือทาง Mental นี้ไม่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนา ซึ่งเป็นยาแก้โรคทาง



วิญญาณหรือไม่เกี่ยวข้องกับพระพุทธเจ้าที่เป็นแพทย์  
 ในทางวิญญาณโดยตรง มันเหลือแต่โรคที่อรรคภา  
 เรียกว่า “โรคทางจิต” หรือในบัดนี้เราต้องบัญญัติ  
 ลงไปว่า Spiritual disease และเรียกว่า “โรคทาง  
 วิญญาณ” ดีกว่า

เมื่อมันทำให้อาตมานึกถึงข้อที่อรรคภาเรียก  
 พระพุทธเจ้าว่าเป็นนายแพทย์ทางวิญญาณ ก็รู้สึก  
 ต่อไปว่าถือเอาแนวนี้พูดกันรู้เรื่องง่ายกว่า โดยเหตุ  
 ที่คนทุกคนเป็นโรคทางวิญญาณ ทุกคนจึงต้องรักษา  
 เยียวยาในทางวิญญาณนั้นแหละ คือธรรมะนั้นแหละ  
 คือพุทธศาสนากำมือเดียวที่จะต้องเข้าให้ถึงคือ  
 เอามาใช้ มากินมาเยียวยารักษาโรคให้จนได้

ที่ต้องสนใจต่อไปอีกก็คือว่า **มนุษย์เราสมัยนี้**  
**ไม่สนใจเรื่องโรคทางวิญญาณ** เพราะฉะนั้น มันจึง  
 เป็นโรคทางวิญญาณกันหนักขึ้น ทั้งทางส่วนตัวและ

ส่วนรวม เพราะเมื่อทุกคนเป็นโรคทางวิญญาณแล้ว โลกนี้ทั้งโลกก็เป็นโรคทางวิญญาณไปหมด เป็นโลกที่มีโรคทางจิตทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นสิ่งที่เรียกว่า วิกฤตการณ์ถาวรก็เข้ามาแทนที่ของสันติภาพถาวร จะปลุกปล้ำกันอย่างไรๆ มันก็ไม่เป็นสันติภาพ แม้ชั่วขณะขึ้นมาได้ อย่าพูดถึงสันติภาพถาวรให้ป่วยการ เพราะว่าทั้งสองฝ่ายมันเป็นโรคทางวิญญาณ คือทั้งสองฝ่ายที่เรียกตัวเองว่าเป็นฝ่ายถูกและเรียกฝ่ายอื่นว่าเป็นฝ่ายผิดนั้น มันทั้งสองฝ่ายนั้นเป็นโรคทางวิญญาณ จึงมีแต่เรื่องที่จะสร้างความทุกข์ขึ้น ทั้งแก่ตัวเองและแก่ผู้อื่น มันเหมือนเครื่องจักรผลิตความทุกข์ขึ้นมาในโลก แล้วโลกนี้จะสงบได้อย่างไร

การแก้ไขมีอยู่ว่า ต้องทำให้ทุกคนในโลกนี้หยุดเป็นโรคทางวิญญาณ แล้วมันจะมีอะไรมาแก้ มันก็ต้องมีหยูกยาที่มีไว้เฉพาะโรคนี้ คือธรรมะ

กำมือเดียวในพระพุทธศาสนาที่จะต้องเข้าใจถึงให้ได้ นั่นแหละคือคำตอบที่ว่า ทำไมพุทธศาสนาจึงไม่เป็นที่พึงแก่คนในโลกนี้ให้เต็มตามความมุ่งหมายของพระพุทธศาสนาได้ ทั้งๆ ที่เราถือกันว่าเดี๋ยวนี้พระพุทธศาสนาเจริญแพร่หลายมากขึ้นกว่าแต่ก่อน หรือมีส่วนที่เข้าใจถูกต้องกันยิ่งกว่าแต่ก่อน

จริงอยู่ในข้อที่ว่ามีการศึกษาพุทธศาสนากันมาก และเข้าใจกันมากขึ้น แต่ถ้าไม่รู้สึกว่าตัวเองกำลังเป็นโรคทางวิญญาณแล้วจะเอาพุทธศาสนาไปกินไปใช้ได้อย่างไร ถ้าเราไม่รู้สึกว่าป่วยเราก็ไม่มาหาหมอ เราก็ไม่กินยา นี่ใครๆ ก็เห็นกันอยู่ ที่นี้คนเราในโลกโดยมาก ส่วนมากก็เป็นอย่างนี้มันเลยเป็นเรื่องเห่อยา ไปฟังธรรมะ ไปศึกษาธรรมะในฐานะที่เป็นยา แต่ก็ยังไม่รู้สึกตัวว่าตนเป็นโรค ไปเอามาไว้เพียงสำหรับเก็บไว้ให้รกรุงรัง หรือเอาไว้พูดไว้เถียง

กันเล่น จนกลายเป็นทะเลาะวิวาทไปก็มี นี่แหละ  
ธรรมะยังไม่ใช่สิ่งที่พึงให้แก่โลกได้เต็มที่ก็เพราะเหตุนี้

ฉะนั้น ถ้าเราจะตั้งกลุ่มพุทธบริษัทขึ้นอย่างที่นี่  
เดี๋ยวนี้ก็ควรจะต้องรู้ความมุ่งหมายที่แท้จริงให้กิจการนี้  
ดำเนินไปตรงจุดคือโดยประการที่ธรรมะนี้จะช่วย  
รักษาเยียวยาโรคทางวิญญาณได้โดยตรงและโดยเร็ว  
อย่าให้พวกรุ่นไม่รู้ว่าจะไปทางไหน ทิศไหน ขอให้  
เป็นไปในรูปที่ว่าเป็นยาอมฤต ศักดิ์สิทธิ์เพียงกำมือ  
เดียวและใช้มันให้ถูก ใช้มันให้ตรงมันก็จะแก้โรค  
ได้หมด แล้วการที่ตั้งกลุ่มหรือสมาคมขึ้นมาอย่างนี้  
ก็จะเป็นบุญกุศลอย่างยิ่ง หรือเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง  
เพราะฉะนั้น ขอให้พวกเราทำให้มันสำเร็จประโยชน์  
อย่างยิ่ง อย่าให้เป็นที่น่าหัวเราะเยาะแต่ประการใด

ที่นี้ข้อที่ว่าเป็น โรคทางวิญญาณนั้นคืออย่างไร  
แล้วจะรักษากันด้วยธรรมะกำมือเดียวอย่างไรนั้น  
จะวินิจฉัยกันต่อไป

คำว่า “โรคทางวิญญาณ” นั้น ก็คือโรคที่มีเชื่อ  
 อยู่ที่ความรู้สึกว่าตัวเราว่าของเราหรือว่าตัวกูหรือว่า  
 ของกูนั่นเอง ที่มีอยู่ในใจประจำอยู่ที่ใจ เป็นเชื่อโรค  
 อยู่แล้วก็เบิกบานออกมาเป็นความรู้สึกว่าตัวกู-ของกู  
 แล้วก็ทำไปตามอำนาจความเห็นแก่ตัว มันจึงเป็น  
 ความโลภ ความโกรธ ความหลง ทำให้เดือดร้อนกัน  
 ทั้งตัวเองและผู้อื่น นี่คืออาการของโรคทางวิญญาณ  
 มันเป็นอยู่ในภายใน ฉะนั้น ให้เรียกกันเพื่อจำง่าย ๆ  
 ว่าโรคตัวกู-ของกู จะดีกว่าง่ายกว่า

พวกเรามีโรค “ตัวกู-ของกู” กันอยู่ทุกคน  
 แล้วก็รับเชื่อนี้เพิ่มเติมเข้ามาทุกราวที่เห็นรูป ฟัง  
 เสียง ตมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางผิวหนัง และคิดในใจ  
 ตามประสาทคนที่ไม่รู้ เขาเรียกว่า รูป เสียง กลิ่น รส  
 โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ๖ อย่าง คู่กันกับ ตา หู จมูก  
 ลิ้น กาย และใจ ๖ อย่างด้วยเหมือนกัน คือว่ามีการ  
 รับเชื่อหรือสิ่งแวดล้อมที่จะทำให้เป็นโรคนี้ ที่ปรุงแต่ง

ให้เป็นโรคนี้อยู่ทุกคราวที่มีการเห็นรูป ฟังเสียง ดม กลิ่น ลิ้มรส ฯลฯ

เพราะฉะนั้นเราจะต้องรู้จัก **เชื่อ** คือ **ความยึดมั่น** **ถือมั่น** ซึ่งเรียกโดยภาษาบาลีว่า “**อุปาทาน**” อุปาทานแปลว่าความยึดมั่นถือมั่น ความยึดมั่นถือมั่น มี ๒ อย่าง คือยึดมั่นว่าเราและยึดมั่นว่าของเรา

ยึดมั่นว่าเรานั้น คือรู้สึกว่ เราเป็นเรา เราเป็น อย่างนั้นเราเป็นอย่างนี้ เราเป็นลูกผู้ชายแพ้ยใครไม่ได้ อะไรทำนองนี้ นี่เรียกว่า เรา

ทีนี้ของเราคือว่านั้นของเรา นั้นของที่เรารัก ที่เราชอบ แม้ที่เราเกลียดก็ถือว่าเป็นศัตรูของเรา นี่เรียกว่าเป็นของเรา

ถ้าเรียกอย่างบาลีก็เรียกว่า “**อัตตา**” นี่คือตัวเรา “**อัตตนิยา**” นี่คือของเรา ถ้าเรียกกว้างออกไปอย่างที่ใช้เรียกให้ทุกแขนงของปรัชญาในอินเดีย เขาเรียกว่า อหังการนี่คือตัวเรา มมังการนี่คือของเรา อหังการ

แปลว่า ทำความรู้สึกว่าเรา เพราะคำว่า อหัง  
แปลว่า เรา และ มมังการ แปลว่า ทำความรู้สึกว่า  
ของเรา เพราะคำว่า มะมะ แปลว่าของเรา

ความรู้สึกเป็นอหังการ มมังการ นี่คือตัว  
อันตรายที่ร้ายกาจที่สุด หรือตัวสิ่งที่เป็นพิษที่  
ร้ายกาจที่สุด ซึ่งเราเรียกว่าโรคในทางวิญญาณ  
ในที่นี้ ซึ่งทุกแขนงของปรัชญาหรือธรรมะในอินเดีย  
ครั้งพุทธกาล ต้องการจะกวาดล้างสิ่งนี้ด้วยกันทั้งนั้น  
แม้จะเป็นลัทธิอื่นนอกไปจากพุทธศาสนา ก็ต้องการ  
จะกวาดล้างสิ่งที่เรียกว่า อหังการ และมมังการนี้  
ทั้งนั้น มันมาติดกันตรงที่ว่าถ้ากวาดล้างสิ่งนี้ออกไป  
แล้วเขาไปเรียกมันใหม่ว่าตัวตนที่แท้จริง อาตมัน  
บริสุทธิ์ที่ต้องการ ส่วนพุทธศาสนาเราไม่ยอมเรียกว่า  
ตัวตนที่บริสุทธิ์ หรืออาตมันที่ต้องการ เพราะ  
ไม่ต้องการจะยึดถือตัวตนหรือของตนอะไรขึ้นมา  
อีกเลยจัดเป็นความว่างที่สุดที่เรียกว่านิพพาน

อย่างในบทที่ว่านิพพานัมปรมฺสฺสณฺณํซึ่งแปลว่าว่างที่สุด  
นั่นแหละคือนิพพาน ก็แปลว่าว่างจากตัวกู ว่างจาก  
ของกูโดยเด็ดขาดโดยประการทั้งปวง ไม่เหลือ  
เยื่อไยนั่นแหละคือนิพพาน หรือความหายจาก  
โรคทางวิญญาณ

ในเรื่องความรู้สึกว่าตัวกู - ของกูนี้ มันมี  
ความลึบมาก ถ้าไม่สนใจจริงๆ แล้วก็เข้าใจไม่ได้  
ว่ามันเป็นตัวการของความทุกข์หรือเป็นตัวการ  
ของโรคทางวิญญาณ

สิ่งที่เรียกว่าอัตตาหรือตัวตนนี้ มันก็ตรงกับ  
คำว่า Ego ในภาษาละตินที่รู้จักกันดี ถ้าความรู้สึก  
ที่เห็นแก่ตัวตนเกิดขึ้นเราเรียกว่า Egoism เพราะว่า  
ถ้ารู้สึกว่ามีตัวเราแล้ว มันก็ต้องคลอດความรู้สึก  
ว่าของเรานี้ออกมาด้วยเป็นธรรมดาช่วยไม่ได้

เพราะฉะนั้นความรู้สึกว่า ตัวตน และของตน  
รวมกันนั้นคือ Egoism ความรู้สึกที่เป็นตัวตน Ego นี้



กล่าวได้ว่าเป็นธรรมชาติ ธรรมดาที่ต้องมีอยู่ในสิ่งที่มีชีวิต แล้วยังแถมเป็นศูนย์กลางด้วย

Ego ถ้าแปลเป็นภาษาอังกฤษต้องแปลว่า Soul คืออัตตา และมันก็ตรงกับภาษากรีกว่า Kentricon ซึ่งแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า Centre คำ Kentricon นี้ตรงกับคำว่า Centre ในภาษาอังกฤษซึ่งแปลว่า ศูนย์กลาง เมื่อ Ego และ Kentricon คือสิ่งเดียวกันแล้ว Soul อัตตานี้ก็เป็นสิ่งที่ถือกันว่าเป็นศูนย์กลางของสิ่งที่มีชีวิต เป็น Nucleus ที่จำเป็นสำหรับสิ่งที่มีชีวิต เพราะฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถเอาออกไปได้หรือไม่สามารถละเว้นจากสิ่งนี้ได้สำหรับคนธรรมดา

จึงเป็นอันว่าทุกคนที่เป็นปุถุชนจะต้องมีความรู้สึกที่เป็น Egoism อยู่เป็นประจำแม้ไม่แสดงออกมาให้เห็นชัดเจนตลอดเวลาก็จริง แต่ก็จะต้องแสดงออกมาทุกคราวที่เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัส

ทางผิวหนัง หรือ คตินึกอะไรขึ้นในใจ ฉะนั้นทุกคราว  
ที่มันเกิดเต็มรูปขึ้นมาเป็นความรู้สึกว่า ตัวกู - ของกู  
ให้ถือว่าเป็นโรคโดยสมบูรณ์แล้ว จะโดยอาศัยการ  
เห็นรูป หรือฟังเสียง หรือดมกลิ่น หรือลิ้มรส หรือ  
อะไรก็ตาม ถ้าในขณะนั้นเกิดความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู  
แล้วละก็ ถือว่าเป็นโรคโดยสมบูรณ์ คือมันเกิด  
ความรู้สึกที่เห็นแก่ตัวจัดขึ้นมา

ตอนนี้เราไม่เรียกว่า Egoism แล้ว แต่เราจะ  
เรียกว่า Selfishness หรืออะไรทำนองนั้น คือมันเป็น  
Egoism ที่เดือดพล่านและน้อมไปในทางต่ำ หรือผิด  
หรือข้างที่เห็นแก่ตัวจนไม่ดูหน้าใคร คือไม่เห็นแก่  
ผู้อื่น ฉะนั้นมันจึงทำอะไรไปข้างเห็นแก่ตัวหมด  
เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่ปรารถนาตัวเอง  
หมด นี่คือการอาการของโรค แสดงออกมาเป็น  
Selfishness แล้วมันก็ทำอันตรายผู้อื่น และรวมทั้ง  
ตัวเองด้วย คือเป็นอันตรายแก่โลกมากที่สุด

ที่โลกเรากำลังลำบากยุ่งยากอยู่เดี๋ยวนี้มันก็ไม่มีอะไรนอกไปจากสิ่งที่เรียกว่า Selfishness ของแต่ละคน ของแต่ละฝ่ายที่คุ่มกันเป็นพวกๆ อยู่ในโลก ในเวลานี้ การที่ต้องรบกันอย่างไม่อยากจะรบ ก็จำต้องรบกันนี้ มันก็เพราะบังคับสิ่งนี้ไม่ได้ หรือทนต่ออำนาจของสิ่งนี้ไม่ได้มันจึงเกิดเป็นโรคขึ้นมา

โรคเห็นแก่ตัวนี้มันตั้งขึ้นมาได้ คือมันรับเชื้อเข้ามา แล้วก่อเป็นโรคขึ้นมาได้ ก็เพราะว่าทุกคนไม่รู้จัก **สิ่งที่ เป็นเครื่องต้านทานโรค** กล่าวคือ **หัวใจของพุทธศาสนา**

เดี๋ยวนี้อาตมาได้กล่าวคำว่า “หัวใจของพระพุทธศาสนา” ขอให้เข้าใจคำว่าหัวใจของพุทธศาสนาต่อไป

**เมื่อเราถามขึ้นว่า อะไรเป็นหัวใจของพุทธศาสนา** อาจชิงกันตอบจนปากสล่อนไปหมด คือใครๆ ก็ตอบได้ แต่มันอาจจะถูกหรือผิดนั้นอีกเรื่องหนึ่ง และที่เขาตอบนั้นมันตอบตามที่ไปจำๆ เขามา หรือว่าเขามองเห็นด้วยสติปัญญาของเขา

เอาเองว่ามันเป็นหัวใจของพุทธศาสนาจริง ขอให้ลองสังเกตในส่วนนี้เถอะ ว่ามันเป็นกันอยู่อย่างไร ในบัดนี้ ใครรู้จักหัวใจของพุทธศาสนาจริงๆ และเข้าถึงจริงๆ บ้าง

เมื่อถามกันว่าอะไรเป็นหัวใจของพุทธศาสนา คงจะมีคนตอบว่า อริยสัจ ๔ ประการบ้าง หรือเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา บ้าง หรือบางคนก็อ้างหลักว่า สัพพปาปสฺส อภินิเวชํ กุสลสฺสุปสมฺปทา สจฺจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธานสาสนํ “ไม่ทำชั่วทั้งปวง ทำความดีให้เต็ม ทำจิตให้บริสุทธิ์ นี่คือนหัวใจของพุทธศาสนา” อย่างนี้ก็ได้ก็ถูกเหมือนกัน แต่มันถูกน้อยที่สุด และว่าเอาเองด้วยแล้วก็ยังเป็นเรื่องราวตามๆ กันไปด้วย ไม่ได้เห็นเอง ไม่ได้เห็นจริงด้วยตนเอง

สิ่งที่เป็นหัวใจของพุทธศาสนานั้น อาตมาอยากจะแนะถึงประโยคสั้นๆ ที่มีกล่าวอยู่ว่า “สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น”

คือเรื่องมันมีอยู่ในพระบาลี มัชฌิมนิกายว่า คราวหนึ่งมีคนไปทูลถามพระพุทธเจ้า โดยทูลว่า พระพุทธทวณะทั้งหมดที่ตรัส ถ้าจะสรุปให้สั้น เพียงประโยคเดียวได้หรือไม่จะว่าอย่างไร พระพุทธเจ้า ท่านว่าได้ พระองค์ตรัสว่า “สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสย” สพฺเพ ธมฺมา แปลว่า สิ่งทั้งปวง นาลํ แปลว่า ไม่ควร อภินิเวสย แปลว่า เพื่อจะยึดมั่นถือมั่น สิ่งทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น แล้วพระองค์ก็ย้ายลงไปอีกทีหนึ่ง ว่าถ้าใครได้ฟังความข้อนี้คือได้ฟังทั้งหมดใน พระพุทธศาสนา ถ้าได้ปฏิบัติข้อนี้ก็คือได้ปฏิบัติ ทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ถ้าได้รับผลจากการปฏิบัติ ข้อนี้ ก็คือได้รับผลทั้งหมดในพระพุทธศาสนา

นี่ลองคิดดูเองว่ามันเป็นหัวใจของพุทธศาสนา หรือยัง เพราะมันเป็นทั้งเรื่องวิชา เป็นทั้งเรื่อง ปฏิบัติ และเป็นทั้งเรื่องผลของการปฏิบัติ มัน

สมบูรณ์ถึงอย่างนี้ คือรู้ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควร  
ยึดมั่นถือมั่น แล้วก็ปฏิบัติเพื่อไม่ยึดมั่นถือมั่น แล้วก็  
ได้รับผลมาเป็นจิตที่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร เป็นจิต  
ที่ว่างที่สุดจึงถือว่าเป็นหัวใจของพุทธศาสนา

ทีนี้ถ้าใครเข้าถึงความจริงข้อนี้ว่า สิ่งทั้งปวงล้วน  
แต่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ก็แปลว่ามันไม่มีเชื้อที่จะเกิด  
โรค เป็นโสก โกรธ หลง หรือเป็นการกระทำผิดอย่างอื่น  
ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ และเมื่อรูป เสียง  
กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ประดังกันเข้ามา  
เชื่อต่อต้านภายในที่ว่า “สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น”  
จะเป็นเชื่อต้านทานโรคอย่างยิ่ง มันไม่รับเชื้อโรค  
หรือว่าถ้ารับก็รับเข้ามาเพื่อทำลายให้หมดไป  
มันไม่ก่อเชื้อลูกหลานเป็นโรคขึ้นมาได้ เพราะมันมี  
สิ่งต้านทานคอยทำลายอยู่เรื่อย เป็นอำนาจต้านทาน  
โรค (Immunity) อย่างสูงสุดอยู่เรื่อย

นี่แหละคือหัวใจของพุทธศาสนา หรือหัวใจของ  
ธรรมะทั้งหมด ที่ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น  
ถือมั่น หรือเป็นบาปว่า สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสยา

เพราะฉะนั้นบุคคลชนิดนี้ จึงเป็นบุคคลที่  
เหมือนกับมีเชื้อต้านทานโรค หรือเชื้อทำลายโรค  
อยู่ในตัวเขา เขาจึงเป็นโรคทางวิญญูญาณไม่ได้ แต่คน  
ธรรมดาสามัญที่ไม่รู้หัวใจของพุทธศาสนานั้นมันก็  
ต้องเป็นตรงกันข้ามคือเป็นเหมือนกับบุคคลที่ไม่มี  
อำนาจต้านทานโรค หรือ Immunity ในตัวเสียเลย  
แม้แต่นิดเดียว มันจึงลุกลามเป็นโรคทางวิญญูญาณ  
โดยเร็ว และเป็นอยู่เป็นประจำ

เมื่อพูดถึงตรงนี้ก็คงจะเข้าใจได้แล้วว่าคำว่า “โรค  
ทางวิญญูญาณ” หรือแพทย์ผู้รักษาโรคทางวิญญูญาณนี้  
มันหมายความว่าอย่างไรและได้แก่ใคร แต่เมื่อเรา  
เห็นว่ามันได้แก่พวกเรา เมื่อนั้นเราก็จะกระตือรือร้น  
กันอย่างยิ่ง และถูกทางด้วยที่จะรักษาโรคของเรา

ก่อนหน้านี้เราไม่รู้ เราก็สนุกสนานกันไปตามเรื่อง เหมือนกับคนเป็นโรคร้ายๆ เช่น โรคมะเร็ง วัณโรค หรืออะไรก็ตาม เขาไม่รู้เขาก็หลงไหลเพลิดเพลิน ไปตามเรื่องตามราว ไม่คิดจัดการเยียวยารักษาโรค จนกระทั่งสายเกินไป แล้วจะต้องตายเพราะโรคนั้น

เราจะไม่เป็นคนประมาทถึงขนาดนั้น อย่างนั้น เรียกว่าประมาทให้สมตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า อย่าประมาท จงสมบูรณ์ด้วยความไม่ประมาท หมายถึงอย่างนี้ เพราะฉะนั้น เราเป็นผู้ไม่ประมาท ก็ต้องเหลือบตาดูเสียบ้างว่ามันเป็นโรคทางวิญญาณ กันอย่างไร หรือพยายามสอบสวนให้รู้จักเชื้อโรค ทางมาของโรคในทางวิญญาณอย่างถูกต้องอยู่เสมอๆ แล้วก็จะได้รับสิ่งดีที่สุดในที่มนุษย์ควรจะได้รับทั้งในชาตินี้เป็นแน่นอน

เราจะต้องดูกันให้ละเอียดต่อไปอีก ถึงข้อที่ ความยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นตัวโรค หรือว่าเป็นเชื้อโรค



แล้วก็ถูกลามเป็นโรคได้อย่างไร ถ้าท่านสังเกต  
 สักนิดหนึ่งก็จะเห็นได้ด้วยกันทุกคนว่า ความรู้สึก  
 ยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวกูก็ตาม เป็นของกูก็ตาม นี่แหละ  
 คือแม่บทของกิเลสทั้งปวง

กิเลสนั้นเราจะแจกเป็น โลภะ โทสะ โมหะ ก็ได้  
 ราคะ โกรธะ โมหะ ก็ได้ หรือจะซอยลงไปให้ละเอียด  
 เป็น ๑๖ อย่างเป็นก็อย่างก็ได้ ผลสุดท้ายมันก็รวม  
 เป็น โลภ โกรธ หลง แต่ว่าทั้งโลภ ทั้งโกรธ ทั้งหลง  
 ทั้งสามอย่างนั้นรวมเหลืออย่างเดียวกันก็คือความรู้สึก  
 ว่าตัวกู ว่าของกู

ความรู้สึกว่าตัวกู - ของกูที่เป็นศูนย์กลาง  
 (Nucleus) อยู่ภายในนั้น มันคลอດออกมาเป็นโลก  
 เป็นโกรธเป็นหลง

- ออกมาเป็นโลกคืออยากได้ หรือกำหนดรักใคร่  
 คือออกมาดึงดูด หรือรับเอาอารมณ์ที่มากกระทบ

- ถ้าในขณะอื่น มันออกมาในรูปที่ผลักดัน ผลักไสอารมณ์ออกไป มันก็เป็นเรื่องของความโกรธ หรือโทสะ

- แต่ในบางคราว มันก็โง่อยู่ไม่รู้อะไรจะอย่างไร ดีได้แต่วนเวียนอยู่รอบๆ คือว่าไม่แน่ใจว่าจะดึงดูด เข้ามาหรือผลักออก

ที่กล่าวอย่างนี้ก็กล่าวเพื่อให้สังเกตง่าย ราคะ หรือโลภะนั้นคือดูดเอาอารมณ์เข้ามา มีการดึงดูด เข้ามากันที่เป็นโกรธหรือโทสะนั้น คือผลักออก จากกันที่เป็นโมหะ ความหลงนั้นมันวนเวียนอยู่ โดยไม่แน่ใจว่าจะทำอะไรดี คล้ายกับวนเวียน อยู่รอบๆ จะผลักออกก็ไม่กล้า จะดึงเข้ามาก็ยังไม่กล้า

อาการของความรู้สึกที่เป็นกิเลสนี้จะมียอยู่ ๓ ประเภทที่มันจะมีต่ออารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มันแล้วแต่อารมณ์นั้น มันจะมาในรูปไหน

คือมาในรูปเปิดเผยหรือเร้นลับ มาในรูปที่ยั่ว  
ให้เข้าหาหรือยั่วให้ผลักออก หรือว่ามันไม่อาจจะ  
เข้าใจได้มันงงๆ อยู่อย่างนี้ทั้งนั้น

แต่ว่าแม้จะแตกต่างกัน ทั้งสามอย่างนี้มันก็เป็น  
กิเลส เพราะมันมีมูลมาจากตัวกู - ของกู ที่รู้สึกอยู่ใน  
ภายใน

เพราะฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ความรู้สึกว่า  
ตัวกู - ของกูที่เป็นแม่บทของกิเลสทั้งปวงนี้ เป็น  
มูลเหตุของความทุกข์ทั้งปวงคือ เป็นมูลเหตุของ  
โรคทั้งปวง

อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสถึงความทุกข์  
เราไม่ค่อยจะสังเกตกันให้ดีๆ เลยเข้าใจผิด ไปเข้าใจ  
ว่าเกิดเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ ฯลฯ นั้นเป็นอาการที่  
แจกออกไปเป็นลักษณะของอาการ แต่ท่านได้ตรัส  
สรุปท้ายไว้ว่า “สงขิตฺเตน ปณฺจุปาทานกฺขนฺธาทุกฺขา”

แปลว่าเมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว เบญจขันธ์ที่ประกอบอยู่ด้วยความยึดมั่นถือมั่น คืออุปาทาน นั้นแหละเป็นตัวทุกข์

ข้อนี้หมายความว่า สิ่งใดมีความยึดถือหรือถูกยึดถือก็ตามว่าตัวกู ของกูแล้ว สิ่งนั้นคือตัวทุกข์ ถ้าในสิ่งใดไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่า ตัวกู - ของกูแล้ว สิ่งนั้นไม่มีทุกข์

เพราะฉะนั้นความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อะไรก็ตาม ถ้าไม่ถูกยึดมั่นในฐานะเป็นตัวกู - ของกูแล้วมันหาเป็นทุกข์ไปไม่ได้ไม่ ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่ถูกยึดมั่นว่าเป็นตัวกู - ของกูเท่านั้นที่จะเป็นความทุกข์

ร่างกายและจิตใจนี้ก็เหมือนกัน ไม่ใช่ว่าเมื่อเป็นร่างกายและจิตใจแล้วมันจะต้องเป็นทุกข์กันไปหมด ไม่ใช่ มันต้องต่อเมื่อในนั้นมีความยึดมั่น

ว่าตัวกู - ของกูต่างหาก มันจึงจะเป็นทุกข์ ส่วนใน  
 ร่างกายจิตใจที่บริสุทธิ์ล้วนๆ ไม่เจืออยู่ด้วยความรู้สึก  
 ว่าตัวกู - ของกูนี้ไม่มีทุกข์เลย เช่น ร่างกายและจิตใจ  
 ของผู้ที่เรากลือกันว่าเป็นพระอรหันต์ เป็นร่างกาย  
 และจิตใจสะอาดบริสุทธิ์ ไม่เจืออยู่ด้วยกิเลส คือ  
 ตัวกู - ของกูจึงไม่ทุกข์ ไม่รู้สึกเป็นทุกข์

เราจะต้องรู้ว่าตัวกู - ของกูนี้ เป็นมูลเหตุของ  
 ความทุกข์ทั้งปวง เมื่อมีความรู้สึกที่เป็นความยึดมั่น  
 ถือมั่นแล้ว มันก็มีลักษณะไปในทางมืด เป็นอวิชชา  
 ไม่ใช่เป็นแสงสว่าง เพราะมันไม่ว่าง มันกลัดกลุ้ม  
 เตือดพล่านอยู่ด้วยความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู ที่นี้สิ่งที่  
 ตรงกันข้ามก็คือ จิตใจที่ไม่ประกอบอยู่ด้วยความรู้สึก  
 ว่าตัวกู - ของกู คือเป็นจิตว่างไม่เตือดพล่าน อยู่ด้วย  
 ความรู้สึกว่าตัวกู - ของกูอย่างที่ว่านั้น จิตอย่างนี้  
 มันเต็มอยู่ด้วยสติปัญญา

ฉะนั้น เราจะต้องจับข้อเท็จจริงข้อนี้ให้ได้ว่า  
 มันมีของอยู่ ๒ อย่าง คือความรู้สึกว่า **ตัวกู - ของกู** นั้น  
**อย่างหนึ่งและสติปัญญาอีกอย่างหนึ่ง** ของ  
 สองอย่างนี้เป็นปฏิปักษ์ต่อกันอย่างตรงกันข้าม  
 ถ้าสิ่งหนึ่งเข้ามา อีกสิ่งหนึ่งต้องกระเด็นออกไป  
 ถ้าสิ่งหนึ่งมีอยู่แล้ว อีกสิ่งหนึ่งมีอยู่ไม่ได้ ถ้าความ  
 รู้สึกที่ว่าตัวกู - ของกูเต็มปรี่อยู่แล้วละก็ สิ่งที่เราเรียกว่า  
 สติปัญญานี้เข้ามาไม่ได้ถ้าสติปัญญามีอยู่แล้ว  
 ตัวกู - ของกู ก็หายไปว่างจากตัวกู - ของกู หรือ  
 ว่างจากตัวกู - ของกูนั้นแหละ คือสติปัญญา

เพราะฉะนั้นถ้าจะกล่าวอย่างฉลาดๆ คือกล่าว  
 อย่างรวบรัดแต่ค่อนข้างจะน่ากลัวนี้ ก็กล่าวอย่าง  
 พวกนิกายเซนหรืออย่างฮวงโปกล่าวว่า ความว่างนั้น  
 คือ ธรรมะ ความว่างนั้นคือพุทธะ ความว่างนั้น  
 คือจิตเดิมแท้หรือจิตตัวแท้ นี่สายหนึ่ง ส่วนฝ่าย  
 ไม่ว่าง ความไม่ว่างหรือความวุ่นนั้นคือไม่ใช่ธรรมะ

ไม่ใช่พุทธะ ไม่ใช่จิตเดิมแท้ แต่เป็นความคิดปรุงแต่งใหม่ เกิดเป็น ๒ อย่าง ตรงกันข้ามขึ้นมาอย่างนี้ เมื่อเรารู้จักของ ๒ อย่างนี้แล้ว จะเข้าใจธรรมะทั้งหมดได้ง่ายที่สุด

อย่างท่านที่นั่งฟังอยู่ที่นี่เดี๋ยวนี้กำลังวางอยู่ กำลังไม่มีความคิดปรุงแต่งให้เกิดความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู กำลังฟังอยู่และกำลังมีสติปัญญาอยู่ ความรู้สึกที่ตัวกู - ของกู เข้ามาไม่ได้แต่ถ้าว่าบางคนหรือโอกาสอื่นมันมีอะไรมากระทบเกิดความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู ขึ้นมาแล้วความว่างในใจอย่างที่ท่านมีอยู่ที่นี่จะหายไปทันที เพราะฉะนั้นย่อมหมาความว่า สติปัญญาได้หายไปทันที

ตรงนี้ขอแทรกนิดหน่อยว่า สิ่งที่เราเรียกว่าสติปัญญา นี่เราหมายถึงสติปัญญาที่แท้จริง เพราะยังมีสติปัญญา ไม่ใช่ที่แท้จริง คือสติปัญญาที่ไม่เกี่ยวข้องกับความจริง

จากตัวกู้นั่นเอง สติปัญญาเฉลี่ยฉลาดในทำนองนั้น  
ภาษาบาลีเขาไม่เรียกว่าสติปัญญา มีคำอีกคำหนึ่ง  
ในภาษาบาลี สำหรับเรียกสติปัญญาชนิดนั้นว่า  
“**เอโก**” เอโกก็แปลว่าปัญญาเหมือนกัน ถ้าแปลเป็น  
ภาษาไทยก็แปลว่าปัญญา แต่มันไม่ใช่สติปัญญา  
อย่างที่ว่าจากตัวกู มันกลับเป็นสติปัญญาที่เต็ม  
อัดอยู่ด้วยตัวกู - ของกู คือสติปัญญาโง่ที่จะไป  
เอาไปเป็น ไปยึดมันถือมันนั่นเอง สติปัญญาอย่างนี้  
ต้องได้รับการยกเว้นไม่รวมอยู่ในคำว่า “**สติปัญญา**”  
ที่มันเป็นปฏิปักษ์ต่อความยึดถือว่าตัวตน (Egoism)  
เพราะว่าเอโกอย่างนั้นมันเป็นตัวตน (Egoism)  
เสียเอง อย่าเอามาปนกัน ถ้าเอามาปนกันแล้วจะยุ่ง

ถ้าเรามีความว่างจากความยึดถือว่าตัวตน  
(Egoism) ไม่มีความรู้สึก ว่า ตัวกู - ของกู  
แล้ว สติปัญญาแท้ที่จะดับทุกข์ที่เป็นยาแก้โรค



ทางวิญญูณอยู่ในตัวนั้นมันมีอยู่ เพราะฉะนั้น  
 ในขณะนั้นโรคเกิดไม่ได้ หรือโรคที่เกิดอยู่ก่อนก็หายไป  
 ไปทันทีเหมือนปลดทิ้ง เพราะฉะนั้นในขณะนั้นจึงมี  
 ธรรมะเต็มไปหมด สมกับที่กล่าวว่าความว่างนั้นคือ  
 สติปัญญา ความว่างคือธรรมะ ความว่างคือพุทธะ  
 เพราะว่าในขณะที่จิตว่างจากตัวกู - ของกูในขณะนั้น  
 จะมีธรรมะทุกอย่างทุกประการหมดทั้งพระไตรปิฎก  
 ที่เราควรปรารภนา

เอากันอย่างง่าย ๆ ว่า ในขณะนั้นจะมีสติ-  
 สัมปชัญญะที่สุด มีหิริโอตตปปะ คือความละอายบาป  
 กลัวบาปที่สุด มีขันติ โสรัจจะความอดกลั้นอดทน  
 ที่สุด มีความกตัญญูกตเวทิตีที่สุด มีความสัตย์ซื่อที่สุด  
 เรื่อยไปจนกระทั่งมียถาภูตญาณทัสสนะที่จะทำให้  
 บรรลุมรรคผลนิพพานได้

อาตมาแจกถูกไปแต่ต้นว่าจะต้องมีสติ-  
 สัมปชัญญะ หิริ โอตตปปะ ชันติ โสรัจจะ  
 กตัญญูกตเวทิตี นี่ก็เพราะว่าสิ่งเหล่านี้เป็นธรรมะ  
 เหมือนกัน ธรรมะที่เป็นที่พึงแก่โลกได้เหมือนกัน  
 แม้แต่หิริโอตตปปะ เกลียดบาป ละอายบาป  
 กลัวบาปนี้ ลองมีชิ โลกนี้ก็สงบเป็นสันติภาพถาวร  
**เดี๋ยวนี้มีแต่คนหน้าด้าน** ไม่รู้จักกลัวบาปละอายบาป  
 แก่ตัวเอง จึงทำสิ่งที่ไม่ควรทำอยู่ได้แล้วยืนยันและ  
 ยืนยันที่จะทำอยู่เรื่อย ทั้งๆ ที่เห็นว่ามันจะ  
 ทำความพินาศให้ทั้งโลก ก็ยังยืนยันที่จะทำ  
 อยู่เรื่อย เพราะไม่มีหิริโอตตปปะโลกนี้ก็ต้อง  
 วินาศลงเพราะไม่มีธรรมะแม้เพียงข้อนี้

หรือธรรมะที่ต่ำแคบกว่านั้นอีก คือธรรมที่ชื่อว่า  
 กตัญญูกตเวทิตีอย่างนี้ ลองมีธรรมะข้อเดี๋ยวนี โลกนี้  
 ก็สงบได้ เพราะเราต้องยอมรับว่าทุกคนในโลกมี

บุญคุณแก่กันและกัน ในฐานะที่ช่วยกันสร้างโลกให้น่าดูให้งดงามอย่างนี้ เช่น คิดค้นวิชาขึ้นมาใส่โลกอย่างนั้นอย่างนี้ เพราะคนทุกคนในโลกมีบุญคุณต่อกัน ไม่ต้องพูดถึงคนหรือก แม้แต่สุนัขและแมวยังมีบุญคุณแก่มนุษย์ แม้แต่นกกระจอกก็ยังมีบุญคุณแก่มนุษย์ ถ้าเรารู้จักบุญคุณของสิ่งเหล่านี้แล้วก็ทำอะไรชนิดที่เป็นการเบียดเบียนกันไม่ได้ด้วยอำนาจของธรรมะ คือ ความกตัญญูทุกเวทีเท่านั้น มันก็ช่วยโลกได้

เพราะฉะนั้นเป็นอันว่าขึ้นชื่อว่าธรรมะนั้น ถ้าเป็นธรรมะจริงแล้ว มันเหมือนกันหมด เป็นอันเดียวกันหมด คือมันช่วยโลกได้ทั้งนั้น ถ้าธรรมะไม่จริงแล้วมันขัดขวางกันไปหมด มันจะดูมากมายรกรุงรังไปหมด ฉะนั้นเมื่อมีธรรมะจริง คือว่างจากตัวกู-ของกูแล้ว ก็มีธรรมะหมด มีพุทธะหมด มีอะไรหมด อยู่ในตัวมันเองในจิตใจดวงเดียวนั่นเอง ซึ่งเป็นจิตแท้

หรือจิตที่เป็นสภาพเดิมแท้ ถ้าตรงกันข้ามคือว่า จิตกำลังปรุงอยู่ด้วยตัวกู - ของกูเดือดพล่านอยู่ในใจแล้ว ธรรมะก็ไม่มี ขณะนั้นมันไม่มีสติสัมปชัญญะ มีสภาพผลุนพลัน ไม่คิดไม่นึกไม่ยับยั้งชั่งใจ มีมือหิรีมือโนตตปปะ ไม่ละอายบาป ไม่กลัวบาป เป็นคนด้านต่อความชั่วที่สุด และเป็นคนอกตัญญูที่สุด ตลอดถึงเป็นคนที่ทำทุกสิ่งที่เป็นการทำลายโลกก็ได้มันมีดมัวถึงขนาดนี้แล้ว ไม่ต้องพูดถึงเรื่องญาณทัสสนะเห็นแจ้งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรืออะไรทำนองนั้นมันเป็นไปไม่ได้

นี่แหละเราต้องรู้จักของ ๒ อย่างนี้เสียก่อน คือว่า ว่างจากตัวกู กับ ไม่ว่างจากตัวกู ว่างจากตัวกูนี้ ก็เรียกว่า ว่าง แล้วไม่ว่างจากตัวกู เราเรียกว่า วุ่น เพื่อประหยัดเวลาในการออกเสียงก็มี ว่าง กับ วุ่น

ที่นี้อาจรู้สึกด้วยสามัญสำนึกทันทีขึ้นมาเดี๋ยวนี้อ  
แล้วว่าทุกคนไม่มีใครชอบวุ่น ถ้าถามว่าใครชอบวุ่น  
ลองยกมือขึ้น ถ้าใครยกมือขึ้นมากคงจะขำพิลึก  
เพราะว่าทุกคนนี้ก็ชอบว่าง จะว่างชนิดไหนก็ล้วน  
แต่ชอบทั้งนั้น ว่างซึ่งเกียจไม่ต้องทำงานนี้ก็ยังมี  
คนชอบว่างจากไม่มีอะไรมาทวน ไม่มีลูกมีหลาน  
มีเหลนมากวน อย่างนี้ใครๆ ก็ชอบ แต่ว่าว่างอย่างนั้น  
เป็นเรื่องข้างนอก ยังไม่ใช่ว่างจริง

ว่างข้างในนั้นคือการที่มีใจคอปกติ ใจคอ  
ไม่ระส่ำระสาย วุ่นวาย อย่างนี้เรียกว่าว่าง ถ้าใครรู้จัก  
ก็จะยิ่งชอบ ถ้าว่างยิ่งขึ้นไปอีกก็ถึงที่สุด คือว่างจาก  
ความรู้สึกที่เป็นตัวตน (Egoism) ไม่มีความรู้สึกว่า  
เป็นตัวเรา เป็นของเรา อย่างนี้เป็นนิพพาน ว่าง  
อย่างนี้เขาเรียกว่านิพพาน

ที่วุ่นนั้นตรงกันข้าม วุ่นได้ทุกอย่าง ทุกทาง ทั้งทางกายทางใจ และทางวิญญาณ มันวุ่น คือว่าถูกรบกวนไปหมด ไม่มีความสงบสุขเลย

ในตัวของมันนั้น คือ ธรรมะ คือ พุทธะ คือสภาพเดิมแท้ของจิต หรืออะไรแล้วแต่จะเรียก ในตัวของมันนั้นคือไม่มีธรรมะ ไม่มีพุทธะ แม้แต่จะร้องตะโกนอยู่ว่า พุทธํ สรณํ คจฺฉามิ หรืออะไร มันก็ไม่มีธรรมะไปได้ นี่แหละคนที่มึนจิตใจวุ่นอยู่ด้วยตัวกู - ของกู ถึงจะไปรับไตรสรณคมน์ รับศีล ทำบุญให้ทานอะไรมันก็ไม่มีความพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ที่แท้จริงขึ้นมาได้มันเป็นเพียงพิธีไปหมด ถ้าเป็นพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ที่แท้จริงแล้ว มันอยู่ด้วยจิตว่าง เมื่อใดจิตว่างจากตัวกู - ของกูแล้ว เมื่อนั้นมันมีพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ที่แท้จริงอยู่ในจิตใจนั้น ถ้ามีอย่างชั่วคราวก็เป็น พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ชั่วคราว ถ้ามีเด็ดขาดไปก็มี พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ที่แท้จริงและถาวร

ฉะนั้นขอให้ผู้ตส่าห์ปรับให้จิตใจว่างจากตัวกู - ของกูอยู่เรื่อยไปก็แล้วกัน มันจะมีพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ในระดับหนึ่งประจำอยู่ในจิตใจ ทำเรื่อยๆ ไป จนกว่าจะเต็มที่สมบูรณ์หรือเด็ดขาด

นี่เรียกว่าเราได้รับเอาธรรมะที่เป็นยาแก้โรค ด้วย เป็นเชื้อต้านทานโรคด้วย พร้อมกันไปในตัว เข้าไปใส่ไว้ในจิตใจ ในวิญญานก็ได้ มันก็ไม่มีทางที่จะเกิดโรคทางวิญญาน

ทีนี้เราควรจะได้พูดถึงส่วนที่เป็นการรักษา เยียวยานั้นให้ชัดเจนลงไปอีกสักเล็กน้อย ในการที่จะป้องกันหรือรักษาเยียวยาโรคนี้มันก็ต้องมีหลัก อย่างที่กล่าวมาแล้ว คือว่าต้องไม่ให้ตัวกู - ของกู เข้ามาเกี่ยวข้อง

ที่นี้มันจะโดยวิธีใดบ้าง มันก็มีอยู่หลายวิธี เหมือนกัน เพราะว่าแม้แต่รักษาโรคทางกายหรือ

ทางจิต (Mental) ก็ตาม ซึ่งในโรคเดียวกันนั้น ก็ยังมีวิธีการรักษาได้หลายแบบ ไม่ใช่มันจะแบบเดียวตายตัว แต่ความมุ่งหมายหรือผลของมันนั้นก็เหมือนกัน อย่างเดียว ถ้าว่าเราจะรักษาโรคทางวิญญาณละก็ พระพุทธเจ้าท่านก็ได้กล่าวถึงวิธีปฏิบัตินี้ไว้มากมาย หลายอย่างเหมือนกัน เพื่อให้เหมาะสมแก่บุคคล แก่เวลา แก่สถานที่ ตามโอกาสเราจึงได้ยินได้ฟัง ธรรมะมากมายหลายชื่อ บางทีฟังแล้วน่าตกใจว่า ตั้งแปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ถ้า ๘๔,๐๐๐ เรื่อง แล้วท่านทั้งหลายจะรู้สึกท้อถอย ถ้าขึ้นเอาให้ได้ ก็ตายเปล่า คือมันไม่อาจจะได้ มันก็เรียนแล้วลืม ลืมแล้วเรียน เรียนแล้วลืมนู่นนั้น หรือว่าสับสน กันไปหมด เพราะว่าที่แท้จริงแล้วมันมีเพียงกำมือเดียว เรื่องเดียวอย่างพระพุทธเจ้าท่านบอกแล้วว่าท่าน สรุปลงในคำคำเดียวว่า “สิ่งทั้งปวงไม่ควรเข้าไปยึดมันถือมัน” ได้ยินข้อนี้ก็ว่าได้ยินทั้งหมด ปฏิบัติ



ข้อนี้ก็คือปฏิบัติทั้งหมด ได้ผลข้อนี้ก็คือหายจากโรคทั้งหมด

ที่ว่ามียุวิธีหลายแบบในการขจัดโรคตัวกู - ของกูนี้ความจริงแล้วมันสามารถขจัดตัวกู - ของกูนี้ออกไปได้ทั้งนั้นเหมือนกันทุกแบบ แล้วแต่ว่าจะปฏิบัติโดยวิธีใดบ้าง คือมีหลายอย่าง เช่นวิธีทำการพิจารณาอยู่เสมอ ให้เห็นว่า ตัวกู - ของกูนี้เป็นเพียงมายา ตัวมายาคือสิ่งที่ไม่มีความจริงเป็นภาพลวงตา (illusion, Hallucination) หรืออะไรทำนองนี้เรียกว่ามายา จะทำให้เห็นว่าที่เราารู้สึกว่ามีตัวตน มีก้อน มีขึ้น มีดุน ว่าตัวกู - ของกูนั้นที่แท้มันเป็นเพียงมายา ตามวิถีทางของอาการที่เรียกกันว่าปฏิจจสมุปบาท

**เรื่องปฏิจจสมุปบาท** นี้ถ้าจะกล่าวทางทฤษฎีหรือทางหลักวิชามันยืดยาวใช้เวลาเรียนถึงเดือนหนึ่งหรือสองเดือนก็ได้ สำหรับเรื่องปฏิจจสมุปบาทเพียงเรื่องเดียว เพราะในทางทฤษฎีหรือหลักวิชานั้น

มันขยายไปในรูปของจิตวิทยาหรือปรัชญาเรื่อยไป จนกระทั่งเป็นน้ำท่วมทุ่งเพื่อเจ้อไปเลย

แต่ว่าปฏิเสธสมุปบาทในฝ่ายภาคปฏิบัติแท้ๆ นั้น มันก็มีเพียงหยิบมือเดียว หรือกำมือเดียวเท่าที่ พระพุทธเจ้าท่านว่าก็ตาม ทางตา ทางหู ทางใจ ทางหนึ่ง เมื่อมีการกระทบแล้วก็เรียกว่าสัมผัส บาลิ ว่าผัสสะ ผัสสะนี้มันปรุงให้เป็นเวทนา เวทนานี้ ปรุงเป็นตัณหา ตัณหานี้ปรุงเป็นอุปาทาน อุปาทาน ปรุงเป็นภพ ภพปรุงเป็นชาติ คือความเกิด ต่อจากชาติ ก็คือ แก่ เจ็บ ตายคือ ตัวทุกข์

ขอให้ดูที่ว่า พอกระทบอารมณ์ก็เป็นผัสสะแล้ว มันปรุงเป็นเวทนา หรือที่ปรุงต่อๆ กันไปนั้น ก็เรียกว่า “**อาการของปฏิเสธสมุปบาท**” คืออาการของการ ที่มีสิ่งต่างๆ มันอาศัยสิ่งหนึ่งแล้วปรุงสิ่งหนึ่งขึ้น แล้วอาศัยสิ่งนั้น ปรุงอีกสิ่งหนึ่งขึ้นอาศัยสิ่งนั้นแล้ว ปรุงอีกสิ่งหนึ่งขึ้น อาการอย่างนี้ หรือภาวะอย่างนี้

เรียกว่าปฏิจจสมุปบาท คืออาศัยกันเกิดขึ้นเท่านั้น ไม่ได้มีตัวตนแท้จริงที่ไหน เพียงแต่อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น แล้วเกิดขึ้น อาการที่อาศัยกันเกิดขึ้นนี้เป็นตัวปฏิจจสมุปบาท

วิธีที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์ก็คือว่าอย่าให้มันอาศัยกันเกิดขึ้นได้ ให้ตัดตอนมันเสีย คือว่าเมื่อผัสสะกระทบทางตาเป็นต้นแล้วให้มันขาดตอนลงไป อย่าให้ปรุงเป็นเวทนา อย่าให้รู้สึกเป็นพอใจหรือไม่พอใจขึ้นมา นี่เรียกว่าไม่ปรุงเวทนา เมื่อไม่ปรุงเวทนาแล้วก็ไม่เกิดตัณหาอุปาทาน ซึ่งเป็นตัวกูหรือของกู มันเป็นตัวกูของกู อยู่ตรงที่เกิดตัณหาอุปาทานนั้นแหละ มาอยู่ตรงนั้น ถ้าพอว่ากระทบอารมณ์เป็นผัสสะล้วนๆ แล้วหยุดเสียแค่นั้น มันก็ไม่มีทางที่จะเกิดตัวกู ของกูก็ไม่เป็นโรคทางวิญญาณและไม่เป็นทุกข์

ที่นี้อีกทางหนึ่งก็คือว่า คนธรรมดาสามัญนี้ที่จะ  
 ไม่ให้ผัสสะปรุงเป็นเวทนานั้นยากนัก เพราะพอ  
 กระทบเข้าแล้วก็ต้องเลยไป รู้สึกเป็นพอใจหรือ  
 ไม่พอใจเสมอไป ไม่หยุดอยู่เพียงแค่ผัสสะเพราะว่า  
 ไม่เคยได้ศึกษาอบรมในทางธรรม แต่ก็ยังมีทาง  
 เอาตัวรอด อีกตอนหนึ่งคือตอนที่ว่า ปรุงเป็นเวทนา  
 แล้วนี้ พอใจหรือไม่พอใจแล้วนี้ก็ให้หยุดอยู่  
 เพียงนั้นอีกให้เวทนาสักว่าเวทนา แล้วดับไปอย่าให้  
 เลยไปเป็นต้นหาความอยากอย่างนั้น อย่างนี้  
 อย่างโน้น ตามความพอใจหรือตามความไม่พอใจ  
 เพราะถ้าพอใจก็อยากได้ รักใคร่ หลงใหล หึงหวง  
 ริษยา อะไรกันเป็นแถวเลย ถ้าไม่พอใจแล้วอยากตี  
 ให้ตาย อยากทำลาย อยากล้างผลาญมันเสียเลย  
 อยากจะฆ่ามันเสียเลย ถ้าอยากอย่างนี้แล้วได้ชื่อว่า  
 มันปรุงเป็นต้นหาแล้ว เวทนานั้นได้ปรุงเป็นต้นหา  
 เสียแล้ว ถ้าอย่างนี้แล้วต้องเป็นโรคทางวิญญูณที่

เป็นทุกข์ ไม่มีใครช่วยได้ ต่อให้พระเจ้าทั้งหมดรวมกัน  
ช่วยก็ช่วยไม่ได้ พระพุทธเจ้าท่านก็ว่าท่านช่วยไม่ได้  
ท่านไม่ใช่ผู้ที่บังคับกฎธรรมชาติได้ ท่านเป็นเพียง  
ผู้เปิดเผยกฎธรรมชาติให้ไปปฏิบัติกันเอาเอง  
ถ้าปฏิบัติผิดมันก็ต้องเป็นทุกข์ ถ้าปฏิบัติถูกมันก็  
ไม่ทุกข์ เพราะฉะนั้นจึงว่าถ้าเวทนาปรุงเป็นตัณหา  
แล้วไม่มีใครช่วยได้ จะต้องเป็นทุกข์โดยแน่นอน  
เพราะมันทำให้เกิดความอยากอย่างใดอย่างหนึ่ง  
ขึ้นมาแล้ว เป็นตัณหาแล้ว

ทีนี้ในตัณหาความอยากนั้น ในตัวที่เกิดขึ้นเป็น  
ความอยากพล่านอยู่ในใจนั้น ขอให้มองดูให้ดีๆ  
มองดูแยกส่วนออกไปให้ได้ว่าในนั้นมันมีความรู้สึก  
ที่เป็นตัวผู้อยาก คือตัวกูหรือตัวเรา ที่รู้สึกอยาก  
อย่างนั้น อยากอย่างนี้ อยากจะทำอย่างนั้น อยากจะ  
ทำอย่างนี้ หรือว่ากระทำลงไปแล้วอย่างนั้นอย่างนี้  
หรือว่าได้รับผลของการกระทำอย่างนั้นอย่างนี้ มันมี

ตัวผู้อยากอยู่ นั่นแหละคือตัวกูมันอยาก มันก็จะได้อามาเป็นของกู หรือว่าเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นทรัพย์สินสมบัติของกูในนั้น มันมีความรู้สึกว่าคุณอยู่ด้วย

ความรู้สึกว่าตัวกูว่าของกูนี้เรียกว่า อุปาทาน เกิดมาจากตัณหา ตัณหาปรุงเป็นอุปาทาน ถ้าปฏิบัติสมุปบาทได้ส่งทยอยกันมาจนถึงตัณหาอุปาทานแล้ว มันก็เป็นมูลเหตุของความทุกข์ได้โดยสมบูรณ์แล้วนี้ แปลว่าเตียนนี้เชื้อโรคฟักตัวเต็มที่แล้ว เชื้อโรคที่เข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ในขณะที่ของผัสสะหรือเวทนานั้น เมื่อมาถึงขั้นของตัณหา อุปาทานนี้ มันฟักตัวเต็มที่ถึงขนาดจะแสดงเป็นอาการของโรคโดยสมบูรณ์แล้ว เพราะว่าหลังจากอุปาทานก็มีภพ อุปาทานทำให้เกิดภพ

ภพ แปลว่า ความมี ความเป็น ความมีความเป็น ของอะไร ก็ของตัวกู และของกูนั่นเอง กรรมภพ ก็คือ การกระทำที่ทำให้เกิดตัวกูและของกู ถ้าเรียกว่า “ภพ” เฉยๆ ก็คือ ภาวะแห่งตัวกูเต็มที่เป็นโรคเต็มที

ภพให้เกิดชาติ ก็หมายความว่า ความเต็มทีนั้น มันแสดงออกมาเป็นชาติ คือ ความเกิด นี่ตัวกู ได้เกิดออกมาแล้ว เป็นความทุกข์ เป็นความแก่ ความตาย โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส มากมาย เหลือที่จาระในอาการ แต่รวมเรียกว่าเป็นทุกข์

ขณะนี้ก็คืออาการที่เรากำลังเจ็บปวดทรมันทรมาย อยู่ด้วยผลของโรค นี้เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาทได้เป็นมา ได้ส่งทยอยกันมาจนถึงกับเกิดโรค หรือเกิดทุกข์

ในทางปฏิบัติเราหยุดมันเสียให้ได้ ตรงที่ไม่ให้ ผัสสะปรุงเวทนา หรือถ้าพลาดตรงนั้นก็ให้มาทำ ตรงที่ไม่ให้เวทนาปรุงเป็นตัณหา หลังจากนั้นแล้ว

ช่วยไม่ได้ เพราะฉะนั้นเราพยายามมีธรรมะกันให้ได้  
 ตรงที่เมื่อตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกได้กลิ่นนี้ โดยที่  
 เราศึกษาอบรมกันอยู่เป็นประจำในข้อที่ว่า สิ่งทั้งปวง  
 ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น แปลว่าคนธรรมดาเขามีแนวว่า  
 ถ้าเกิดผัสสะแล้วก็เกิดเวทนา แล้วเกิดตัณหา  
 อุปาทาน ภพชาติ นี่เป็นทางที่เดินกันจนเตียนโล่ง  
 ไปหมด เดินง่ายที่สุด แต่เราไม่เอาอย่างนั้น พอมีผัสสะ  
 กระทบแล้วเราก็กวักกลับเดินไปในทางของสติปัญญา  
 ไม่เดินไปทางตัณหา - ขอกุ หรือแม้ว่าเลยไปจนถึง  
 เวทนาแล้วก็ตาม ยังยกกลับไปในทางของสติปัญญา  
 ก็ได้ ไม่ล่อยไปตามกระแสแห่งตัณหา - ขอกุ อย่างนี้  
 ไม่มีทุกข์เลยทุกวันทุกคืน จะไม่มีทุกข์เลยแล้วถ้า  
 ทำได้เก่ง คือว่าทำไปตามวิธีที่ถูกต้องถึงที่สุดแล้ว  
 เป็นพระอรหันต์ได้ในตัวเอง



ถ้าเอาตามหลักที่พระพุทธเจ้าตรัส มันก็มีหลัก  
 ง่ายๆ คือหลักที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสกับพระสาวก  
 ชื่อพาหิยะว่า “ดูกรพาหิยะ เมื่อใดเธอได้เห็นรูป  
 สักว่าตาเห็น ได้ฟังเสียงสักว่าหูได้ยิน ได้ดมกลิ่น  
 ก็สักแต่ว่าได้กลิ่น ได้ลิ้มรสก็สักแต่ว่าได้ชิม ได้สัมผัส  
 ผิวนั่งก็สักแต่ว่าการกระทบทางผิวนั่ง จะคิดนึก  
 ขึ้นมาในใจก็สักแต่ว่ารู้สึกตามธรรมชาติขึ้นมาในใจ  
 เมื่อเป็นดังนี้แล้ว เมื่อนั้นตัวเธอจักไม่มี (คือตัวกู  
 ไม่มี) เมื่อตัวเธอไม่มี การวิ่งไปทางโน้นหรือวิ่งมา  
 ทางนี้ หรือหยุดอยู่ที่ไหนก็ตาม มันก็ไม่มี นั่นแหละ  
 คือที่สิ้นสุดของความทุกข์ นั่นแหละคือนิพพาน”  
 เมื่อใดเป็นอย่างนั้น เมื่อนั้นเป็นนิพพาน ถ้าเป็น  
 การถาวรก็เป็นนิพพานถาวร ถ้าเป็นชั่วคราวก็เป็น  
 นิพพานชั่วคราว นี่แปลว่าเป็นหลักเพียงอย่างเดียว  
 ไม่มีอย่างอื่น

จะปฏิบัติวิธีไหนก็ให้เป็นไปเพื่อเฉยได้หรือ  
หยุดได้ต่ออารมณ์ที่มากกระทบทั้งนั้น จะทำวิปัสสนา  
แบบไหนก็ตามเถอะ ถ้าถูกต้องหรือไม่หลอกลวง  
กันแล้วก็ต้องมาในรูปนี้รูปเดียวกัน คือในรูปที่  
อารมณ์ไม่ปรุงแต่งให้เกิดความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู  
ขึ้นมาได้ แล้วอันนี้มันไม่ยากที่จะทำลายกิเลส  
เพราะเมื่อเป็นอย่างนี้ ทำได้อย่างนี้ มันทำลาย  
กิเลสของมันเอง มันฆ่ากิเลสอยู่ในตัวมันเอง

เปรียบง่าย ๆ เหมือนว่าถ้าเราอยากจะไม่ให้  
มีหนูมารบกวน เราเอาแมวมาเลี้ยง เรื่องของเรา  
ก็เพียงแต่เอาแมวมาเลี้ยง หนูมันก็หมดไปได้ โดยที่  
เราไม่ต้องจับหนู แมวมันทำหน้าที่ของมันเอง หนูก็  
ไม่มีได้ สิ่งที่ไม่พึงปรารถนา ก็ไม่มีเพราะเหตุนี้

นี่เราทำแค่ควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้  
ถูกวิธีเท่านั้น ตอนที่ฆ่ากิเลสนั้นมันเป็นการฆ่า  
ของมันเองนี่พูดอย่างสมมติเหมือนอย่างที่ว่าพระพุทธเจ้า

ตรัสว่า “ถ้าพวกเธออยู่กันให้ถูกต้องแล้ว โลกนี้ก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์” ฟังดูให้ดี ๆ ว่าอยู่กันให้ถูกต้องเท่านั้น ไม่ต้องทำอะไรมากไปกว่าเป็นอยู่ให้ถูกต้อง แล้วโลกนี้จะไม่ว่างจากพระอรหันต์

คำนี้ไม่ใช่คำเล็กน้อย ใจความมันกับบอกอยู่แล้ว มันไม่ใช่เล็กน้อยก็ตรงที่ว่า พระพุทธเจ้าท่านสั่งเมื่อใกล้ๆจะปรินิพพานว่า “อิเม เจ ภิกขเว ภิกขุ สมมา วิหเรยฺย อสุลฺโล โลโก อรหฺนฺเตหิ อสฺส” ภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุเหล่านี้จักพึงเป็นอยู่โดยชอบไซ้ โลกจะไม่ว่างจากพระอรหันต์ สมมา วิหเรยฺย แปลว่า พึงเป็นอยู่ หรือพึงอยู่โดยชอบ

อยู่โดยชอบนี้อยู่อย่างไร โลกจึงจะไม่ว่างจากพระอรหันต์ อยู่โดยชอบก็คือ อยู่ในลักษณะที่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส นี้เข้ามาแตะต้องไม่ได้ คือมากระทบนั้นได้ แต่ว่าจะมาปรุงแต่งให้เกิดเวทนา เกิดตัณหา อุปาทานนั้นไม่ได้ เราอยู่ในลักษณะ

ที่ตลาด อยู่ด้วยสติปัญญาหรือความว่างจากตัวกูอย่าง  
ที่กล่าวมาแล้ว เพราะเราศึกษาเพียงพอ ปฏิบัติมา  
จนเคยชินเพียงพอ เพราะฉะนั้นมันมากี่มากกระทบ  
แล้วตายเหมือนคลื่นกระทบฝั่ง เหมือนกับบ้านเรา  
มีแมว หนูมาจากบ้านอื่น หรือมาจากป่าขึ้นมาบน  
เรือนนี้มันก็ตายหมด เพราะแมวมันคอยฆ่าอยู่เรื่อย

ถ้าเรามีความเป็นอยู่ที่ถูกต้องตามหลักของความ  
ไม่ยึดมั่นนี้แล้ว รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์  
ก็ไม่มาทำอันตรายเราได้ กระทบได้ มาเกี่ยวข้องได้  
แต่เราใช้มันด้วยสติปัญญาเราจัดการกับมันด้วยสติ  
ปัญญา กินมันก็ได้ บริโภคมันก็ได้ มีมันก็ได้ เก็บมันไว้  
ก็ได้ แต่ไม่มีผลเป็นทุกข์ เพราะมันมีค่าเท่ากับไม่มี  
ไม่เป็น ไม่ใช่ ไม่กิน ไม่เก็บ เพราะไม่มีตัวเรา ไม่มี  
ของเรา

ในทางที่ตรงกันข้ามนั้น มันไปมีตัวเราของเรา  
หมดเพราะฉะนั้นมันจึงเป็นทุกข์ตลอดเวลาไม่ทันกิน  
ไม่ทันเก็บมันก็ทุกข์แล้ว กินอยู่ เก็บอยู่มันก็ทุกข์อีก  
มันเป็นทุกข์ไปหมดเพราะเหตุนี้ นั่นเรียกว่าไม่อยู่  
โดยชอบ ไม่ได้เป็นอยู่โดยชอบก็กลุ้มไปด้วยโรค  
หรือความทุกข์ ถ้าเป็นอยู่โดยชอบ มันก็ไม่มีทางที่  
จะเกิดโรค หรือเกิดความทุกข์ได้เลย

คำคำนี้ อธิบายได้ต่อไป ถึงกับว่าเป็นอยู่อย่างนั้น  
กิเลสไม่ได้อาหารหล่อเลี้ยง กิเลสพอมตายเอง  
เปรียบเหมือนว่าเสียดูร้ายนี้เราล่อมคอกมันไว้ได้  
แล้วเราก็ล่อมมัน มันก็ไม่ได้กินอาหารเพราะในคอกนั้น  
มันไม่มีอาหาร เราไม่ต้องฆ่ามัน มันก็ตายเอง  
เพราะฉะนั้นเราล่อมมันไว้ให้ถูกวิธี ตรงรูป เสียง กลิ่น  
รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น  
กาย ใจรอบตัวเรา ล่อมตรงนี้ คือปฏิบัติให้ถูกต่อ

สิ่งเหล่านี้ที่ตรงนี้ ก็เลสไม่มีทางได้กินอาหาร ก็ไม่อาจเกิดไม่อาจเจริญงอกงาม เชื่อของกิเลสจึงหมดไป มันก็เลยไม่มีเชื้อที่จะให้เกิดกิเลสหรือทำให้เกิดทุกข์

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าอยู่ให้ชอบ อยู่ให้ถูกวิธี เท่านั้นโลกจักไม่ว่างจากพระอรหันต์ นี่เรียกว่า ปฏิบัติตามหลักของปฏิจจสมุปบาท เรียกว่าเป็นอยู่ ถูกต้องชนิดที่กิเลสเกิดไม่ได้โดยที่เห็นว่าตัวกู - ของกูนี้ เป็นเพียงมายา เพราะมันเพิ่งเกิดต่อเมื่อรูปมากระทบ ตา เสียงมากระทบหู เป็นต้น เกิดเวทนาแล้วปรุงเป็น ความอยาก ถ้าอย่าให้มีอะไรมาปรุงเป็นความอยาก มันก็ไม่เกิดอุปาทานว่าตัวกูว่าของกู

เพราะฉะนั้น พึงเข้าใจให้ถูกต้องว่ามันเพิ่งเกิด หยกๆ เพราะการปรุงขึ้นมา ไม่ใช่ตัวจริง มันเป็นมายา เหมือนกับหน่วยคลื่นที่เกิดขึ้นเพราะลมพัด น้ำ น้ำก็มีอยู่จริง ลมก็มีอยู่จริง แต่ตัวคลื่นนั้นเป็นมายา

นี่เปรียบเทียบกับโดยวัตถุ แต่จะเอาเป็นเรื่องเดียวกัน  
 แท้ไม่ได้ มุ่งแต่จะชี้ตรงความเป็นมายาของคลื่น  
 ที่เกิดขึ้นมาเพราะการปรุงแต่ง คือลมพัดน้ำให้  
 กระฉอกเป็นคลื่น ยกเป็นสันลูกคลื่นขึ้นมาแล้วก็  
 หายไป เพราะฉะนั้นความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู  
 คราวหนึ่งๆ ในวันหนึ่งๆ ซึ่งเกิดอยู่หลายๆ คราวนั้น  
 ก็เป็นเหมือนคลื่นที่มาจากน้ำคือ อารมณ์ รูป เสียง  
 กลิ่น รส สัมผัส แล้วก็กระทบด้วยลมคือ ความโง่  
 ความหลง อวิชชา แล้วเกิดเป็นคลื่น คือ ตัวกู - ของกู  
 โผล่ขึ้นมาเป็นคราวๆ วันหนึ่งหลายคราว

ความรู้สึกว่าตัวกู - ของกู หรือ Egoism โผล่  
 ขึ้นมาคราวหนึ่งนี้ท่านเรียกว่าชาติหนึ่ง ชาติคือ  
 ความเกิดทีหนึ่ง

นี่แหละ ความเกิดทีที่แท้จริงหมายถึงความเกิด  
 ของสิ่งนี้ อย่าได้ไปหมายถึงความเกิดจากท้องแม่  
 คนหนึ่งเกิดจากท้องแม่ทีหนึ่งแล้วก็เข้าโลงไปทีหนึ่ง

นั้นไม่ใช่ความเกิดที่พระพุทธเจ้าท่านมุ่งหมาย  
มันเป็นความเกิดทาง Physical มากเกินไป

ความเกิดที่พระพุทธเจ้าท่านมุ่งหมายนั้น  
เป็นฝ่าย Spiritual หมายถึงความเกิดที่เป็นอุปาทาน  
ว่าตัวกู - ของกูวันหนึ่งเกิดได้หลายชาติหลายสิบชาติ  
หรือหลายร้อยชาติก็ตาม แล้วแต่ว่าใครจะเกิดเก่ง  
สักก็มาน้อย แต่ทุกคราวจะต้องเป็นชาติ เป็นตัวกู -  
ของกู ขึ้นมาที่หนึ่งเสมอไป แล้วมันก็ค่อยจางไป  
เดี๋ยวมันก็ค่อยดับไป แล้วก็ตายไป เดียวก็เกิดโผล่มา  
ใหม่อีก เมื่อไปกระทบรูป เสียง หรือกลิ่นอย่างอื่น  
ขึ้นอีก และแต่ละชาติก็มีปฏิกิริยา (reaction) ส่งต่อ  
ถึงกัน อย่างที่เรียกว่ากรรมเก่าของชาติก่อนส่งผลให้  
เกิดในชาตินี้ เป็นอย่างนี้ เป็นผลขึ้นมาแล้วส่งต่อกัน  
ไปอย่างนี้ทุกๆ ชาติ

คำว่าผลกรรม หรือการรับผลกรรมก็มุ่งหมาย  
อย่างนี้และถูกตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอน ถ้าไม่



อย่างนั้นจะออกนอกเรื่องนอกราวไป เราต้องเข้าใจ  
เรื่องเกิด เรื่องกรรม และการรับผลกรรมอย่างนี้

อย่างว่าเกิดเป็นผู้อยากได้ของรักอย่างใดขึ้นมา  
แล้วตายไปแล้วเกิดเป็นผู้ไปขโมยหรือว่าไปทำ  
โจรกรรมเข้าจริงๆ แล้วก็ตายไปแล้วไปเกิดเป็น  
ผู้บริโภคนั้นเข้าไปหรือว่าไม่ได้บริโภคนั้นเข้าไป  
เดียวไปเกิดเป็นจำเลยถูกกล่าวหาแล้วเดียวไปเกิด  
เป็นนักโทษอยู่ในตารางแล้ว ความเกิดอย่างนี้  
มีได้มาก และสับสนอย่างยิ่ง หลายสายหลายแนว  
คลุกเคล้ากันไป दुมนให้ดีๆ จะเข้าใจ ถ้าหยุดความเกิด  
เสียได้เมื่อไร เมื่อนั้นเป็นนิพพาน ซึ่งไม่เกิด ไม่แก่  
ไม่เจ็บ ไม่ตาย

ถ้ายังมีการเกิดเป็นต้องรู้สึกตัวกู - ของกูเรื่อย  
ก็เป็นวัฏสงสารไปเรื่อย คือทุกข์เรื่อย เป็นลูกโซ่  
ไปเลย

แต่เราอย่าไปเข้าใจผิดตรงที่ว่า ไม่เกิดๆ นี่มันหมายถึงว่างจนขนาดว่าไม่มีความรู้สึกอะไรเลย ไปนั่งตัวแข็งเป็นท่อนไม้ไม่ใช่ มันกลับว่องไว (active) มากที่สุด ที่ว่างจากตัวกูหรือว่างจากความเกิดมากที่สุดนั้น กลับเป็นสติปัญญามากที่สุด ทำอะไรได้คล่องแคล่วที่สุด เพราะมันไม่อาจคิดผิด พุดผิด ทำผิด มันจึงทำได้รวดเร็ว

ที่ว่ามันไม่มีทางที่จะผิดได้ เพราะมันเป็นสติปัญญาอยู่โดยธรรมชาติ ในตัวธรรมชาติโดยอัตโนมัติ สิ่งที่เรียกว่า ความว่างจากตัวกู มันเป็นอย่างนี้เอง “เรา” ที่ว่าว่างจากตัวกูหรือผู้ที่ว่างจากตัวกู หรือผู้ที่เป็นนิพพานอยู่นี้ทำอะไรได้หมด แต่แล้วไม่ทำอะไรผิดเลย เป็นไปเพื่อประโยชน์ เกื้อกูลอย่างยิ่ง รวดเร็วอย่างยิ่ง มากมายอย่างยิ่ง นี่มันคืออย่างนี้

อย่าได้ไปเข้าใจว่า ถ้าเกิดความรู้สึกอย่างนี้แล้ว มันทำอะไรไม่ได้ หยุดทำอะไรไปหมด นิ่งไปหมด นือยไปหมด หรือมันเฉยไปเลย อย่างนั้นว่าเอาเอง เพราะความโง่ของตัวเอง ก็เลยทำให้กลัว กลัว ความว่าง กลัวนิพพาน หรือกลัวจะหมดกิเลสตัณหา แล้วก็ไม่สนุก อย่างนี้เป็นต้น

ความหมดกิเลสตัณหา ยิ่งสนุกอย่างยิ่ง ยิ่งเป็น สุขอย่างยิ่ง แต่ถึงอย่างไรก็ต้องเป็นความสุข หรือ ความสนุกที่แท้จริง คือจะไม่เป็นอันตรายไม่หลอกลวง ไม่เป็นมายา

ในความสนุกสนานสรวลของคนปุถุชนนั้น มันไม่จริง มันหลอกลวง มันเป็นมายา แล้วมันใส่ ความทุกข์ให้แก่ผู้นั้น เหมือนกับเหยื่อที่ใครกินเข้าไป แล้วมันติดเบ็ดนี้เรียกว่าตกอยู่ใต้อำนาจพญามาร มันก็วนอยู่ตลอดเวลา มันก็จมอยู่ในวัฏสงสาร คือ ห่วงโซ่ของความทุกข์ หรือว่าทะเลวนของความทุกข์ พ้นขึ้นมาไม่ได้

นี่เรียกว่าเราอาศัยการดับตัวกูเสียได้ ด้วยมองเห็น  
ตัวกู - ของกูนี้ว่าเป็นมายา โดยอาศัยการปฏิบัติตาม  
หลักของปฏิจจสมุปบาท นับว่าเป็นสายหนึ่ง แนวหนึ่ง  
หรือวิธีหนึ่ง

อาตมาจะยกตัวอย่างมาหลายๆ แนวเพื่อให้  
เป็นตัวอย่าง เช่นว่ามองที่อารมณ์ คือมองลงไปที่  
รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ หกประการ  
ที่จะมากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ว่าแม้แต่  
อารมณ์นี้ มันก็เป็นมายา โดยอาศัยความรู้เรื่อง  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

เราอย่าทำเล่นกับเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา  
มันไม่ใช่เรื่องสำหรับคนแก่ หรือว่าเป็นเรื่องเอาไว้อวดศพคนตายแล้ว มันเป็นเรื่องที่ต้องนำมาใช้ในชีวิตประจำวันสำหรับคนเป็นๆ

ถ้าใครสามารถเอาความรู้เรื่อง อนิจจัง ทุกขัง  
อนัตตา เข้ามามากำกับอยู่ในชีวิตประจำวันแล้ว

คนนั้นได้ชื่อว่ามีเชื้อต้านทานโรคสูงสุด แล้วอารมณ์  
รูป เสียง กลิ่น รส นั้น จะไม่เกิดเป็นพิษขึ้นมาได้  
เราจะมีอยู่ เป็นอยู่อย่างมีความสุข

บาลีใช้คำว่า เขมมะ เกษมนี้เป็นภาษาสันสกฤต  
คือ กุષมมะ แล้วมาเป็นไทยว่า เกษม เราจะเป็นอยู่  
อย่างเกษม

ก็น่าแปลกเหมือนกันที่ท่านไม่ใช้คำว่าเป็นสุข  
เพราะคำว่าสุขนี้มันออกจะเป็นมายา หรือหลอกลวง  
อยู่รูปหนึ่งเหมือนกัน เอาแต่เกษมก็แล้วกัน  
เกษมหมายความว่าอิสระและสงบเย็น

ถ้าจะพูดให้เห็นชัดเจนหน่อย ไม่ให้เป็นที่ตั้งของ  
ความหลงก็เรียกว่า เกษมจากโยคะ โยคะคือ  
เครื่องรบกวนเกษมจากเครื่องรบกวนนั้นคือว่าง  
หรือนิพพาน

หากต้องการจะมีชีวิตอย่างเกษมแล้วต้องอาศัย  
ความรู้เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้สมบูรณ์ มันจะ

ต่อต้านกันได้กับอารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส  
ที่มากระทบไม่ให้ไปหลงรักหรือหลงเกลียด

เรื่องขุนวายนี้อยู่ ๒ อย่างเท่านั้น คือไปหลงรัก  
อย่างหนึ่ง ไปหลงเกลียดอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้  
ต้องหัวเราะและร้องไห้ ถ้าใครมองเห็นว่าหัวเราะ  
มันก็กระหืดกระหอบเหมือนกัน สู้อยู่เฉยๆ ดีกว่า  
อย่าต้องหัวเราะ อย่าต้องร้องไห้แหละมันเป็น  
ความเกษม

เพราะฉะนั้นเราอย่าได้ตกเป็นทาสของอารมณ์  
จนไปหัวเราะหรือร้องไห้ตามที่อารมณ์มายั่ว เราเป็น  
อิสระแก่ตัว หยุดอยู่หรือเกษมอยู่ อย่างนี้ดีกว่า นี่คือ  
การใช้ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นเครื่องมือ  
กำกับชีวิตเป็นประจำวัน สามารถเห็นว่า รูป เสียง  
กลิ่น รส สัมผัส เป็นมายา เป็น illusion เหมือนอย่าง  
ที่ตัวกู - ของกู เป็น illusion เพราะว่าตัวกู - ของกู  
มันเกิดจากอารมณ์ ตัวกู - ของกู เป็นมายา อารมณ์

ทั้งหลายก็เป็นมายา เห็นได้ด้วยหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โรคไม่เกิด ความทุกข์ก็ไม่เกิด

ทีนี้เราจะตัดลัดมองไปดูสิ่งที่เป็นสุขเวทนา คือ ความสุขสนุกสนาน เอร็ดอร่อย ที่เป็นสุขนั้น เรียกว่า สุขเวทนา ตัวสุขเวทนานั้นมันเป็นมายา เพราะว่า มันเป็นเหมือนลูกคลื่นที่เกิดขึ้นเป็นคราวๆ ไม่ใช่ตัวจริงอะไร ที่พูดดังนี้ก็เพราะว่าในบรรดาสิ่งทั้งปวง ในโลกทั้งหมดทุกโลกไม่ว่าโลกไหน มันมีค่าอยู่ ก็ตรงที่ทำให้เกิดสุขเวทนา

คิดดูให้ดีว่า ท่านศึกษาเล่าเรียนทำไม ท่านประกอบอาชีพหน้าที่การงานทำไม ท่านสะสมทรัพย์สมบัติเกียรติชื่อเสียงพวกพ้องบริวารทำไม มันก็เพื่อสุขเวทนาอย่างเดียว เพราะฉะนั้นแปลว่า อะไรๆ มันก็มารวมจุดอยู่ที่สุขเวทนาหมด ฉะนั้น ถ้าเรามีความรู้ในเรื่องนี้ จัดการกับเรื่องนี้ให้ถูกต้อง เพียงเรื่องเดียวเท่านั้น ทุกเรื่องมันถูกหมด

เพราะฉะนั้นจะต้องดูสุขเวทนาให้ถูกต้องตามที่  
เป็นจริงว่ามันก็เป็นมายาชนิดหนึ่ง

เราจะต้องจัดการให้สมกันกับที่มันเป็นมายา  
ไม่ใช่ว่าจะต้องไปตั้งข้อรังเกียจ เกลียดชังมัน  
อย่างนั้นมันยิ่งบ้าบอที่สุด ถ้าเข้าไปหลงรักหลงเป็น  
ทาสมัน ก็เป็นเรื่องบ้าบอที่สุด แต่ว่าจะไปจัดการ  
กับมันอย่างไรให้ถูกต้อง นั่นแหละเป็นธรรมะ เป็น  
ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ที่จะเอาชนะความทุกข์ได้  
และไม่ต้องเป็นโรคทางวิญญาน

มันก็ต้องทำโดยวิธีพิจารณาให้เห็นว่าสุขเวทนา  
นี้ที่แท้ก็คือมายา เป็นเหมือนลูกคลื่นลูกหนึ่งที่  
เกิดขึ้นเพราะน้ำถูกลมพัด หมายความว่า เมื่อรูป  
เสียง กลิ่น รส เข้ามาแล้ว ความโง่คือ อวิชชา โมหะ  
ออกรับ กระแทกกันแล้วเกิดเป็นคลื่น กล่าวคือ  
สุขเวทนาขึ้นมา เดียวมันก็แตกกระจายไป ถ้ามอง



เห็นอย่างนี้แล้วเราก็ไม่ตกเป็นทาสของสุขเวทนา เราสามารถจะควบคุม จะจัดจะทำกับมันได้ในวิธีที่ไม่เป็นทุกข์ ครอบครัวก็ไม่เป็นทุกข์ เพื่อนบ้านก็ไม่เป็นทุกข์ คนทั้งโลกก็พลอยไม่เป็นทุกข์ เพราะมีเราเป็นมูลเหตุ ถ้าทุกคนเป็นอย่างนี้ โลกนี้ก็มีสันติภาพถาวร คือเป็นความสุขที่แท้จริงและถาวร นี่คือการอันสงส์ของการหายจากโรคโดยวิธีต่างๆ กัน ไม่เป็นโรคตัวกู ไม่เป็นโรคของกู

อาตมายกตัวอย่างมาเพียง ๓ อย่างก็พอแล้ว เพราะเวลาที่จะหมดอยู่แล้ว ว่าเราจะเห็นตัวกู-ของกูนี้เป็นมายาโดยหลักของปฏิจจสมุปบาทก็ได้ หรือว่าอีกวิธีหนึ่งเราจะเห็นอารมณ์ทั้งหก คือ รูป เสียง กลิ่น รส น้ํามันเป็นมายาโดยหลักของอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ได้ หรือว่าเราจะเห็นสุขเวทนาว่าเป็นของมายา อย่างนี้ก็ได้

ทั้งหมดจะเป็นได้ออย่างนั้น ก็ต้องดูให้ดี หรือ  
 ระมัดระวังให้ดี มีสติสัมปชัญญะกันให้มาก  
 ตรงขณะที่อารมณ์กระทบทางตา ทางหู ทางจมูก  
 ทางลิ้น ทางกาย นั้นเอง เหมือนที่พระพุทธเจ้า  
 ท่านกำชับพระพาหิยะให้เห็นสักว่าเห็น ได้ยินสักว่า  
 ได้ยิน อย่าให้ปรุงเวทนา หรือถ้าปรุงเป็นเวทนาแล้วก็  
 อย่าให้ปรุงเป็นตัณหาก็ได้ ยังได้อีกทีหนึ่ง แล้วก็ไป  
 สนใจเรื่องว่างเรื่องวุ่นให้มากที่สุด

พูดเพียงครั้งเดียว หรือฟังเพียงครั้งแรกนี้  
 พอเข้าใจเลาๆ ต้องไปสังเกตจนจับให้ได้ว่า เราเองนี้  
 แท้จริงก็มีว่างอยู่มาก เวลาที่เราว่างไม่วุ่นหรือมี  
 สติปัญญาอยู่มาก วุ่นหรือความรู้สึกที่เป็นตัวกู-  
 ของกูนั้นมันมาเป็นพักๆ คราวๆ ที่เรียกว่าความเกิด  
 นั้นมันมาเป็นคราวๆ เกิดทุกที่เป็นทุกซ์ทุกที แต่ว่า  
 ขณะที่ไม่เกิดนั้นไม่เป็นทุกซ์เลยและมีอยู่มาก

แล้วคนก็โง่เอามองข้ามไปเสียเอง คือมองข้าม นิพพานที่มีอยู่เองไปเสีย มันจึงมองไม่เห็นว่ามี นิพพาน

แม้เป็นนิพพานน้อยๆ นิพพานชิมลองก็จริง แต่ว่าก็เป็นนิพพานอย่างเดียวกับนิพพานจริงหรือนิพพานถาวร เพียงแต่ว่ามันไม่ถาวร เพราะว่าเราไม่สามารถป้องกันโรค ไม่สามารถทำลายโรค โรคจึงเข้ามาแทรกเป็นพักๆ นิพพานก็ขาดเป็นห่วงๆ

ถ้าใครมีบุญคือฉลาดถึงกับรู้ว่าโดยที่แท้จิตโดยพื้นฐานนั้นมันว่าง หรือเป็นนิพพานอยู่เองแล้ว เรื่องมันก็ระว่างอยู่แต่เพียงว่า อย่าให้ของใหม่เข้ามาแทรกแซง เจ้าบ้านว่างดีอยู่แล้วแขกอาศัยตุกะนั้นคือวุ่น เพราะฉะนั้นอย่าให้มันเข้ามา ไล่มันออกไปไม่ให้มันเข้ามาในบ้านในเรือนของเรา มันก็ว่างอยู่ตลอดเวลาได้

วิธีไล่ออกไปก็คือวิธีปฏิบัติธรรมะ ตามหลักของ พระพุทธเจ้า นี่เป็นเหตุให้เกิดกำลังใจ เกิดฉันทะ ความเชื่อศรัทธาแน่นแฟ้นในธรรมะ เกิดวิริยะความ พากเพียรเอาจริงในธรรมะ เกิดจิตตะ เอาจิตจดจ่อ อยู่กับธรรมะ เกิดวิมังสา สอดส่องอยู่เสมอแล้วมัน ก็สำเร็จ เป็นของที่ไม่ยาก

แต่ถ้าว่าโง่ในตอนแรกแล้ว มันยากอย่างยิ่ง คือ ว่ายากยิ่งกว่ากลิ้งครกขึ้นภูเขา แต่ถ้าคลำถูกเงื่อน ถูกปมแล้วละก็มันง่ายยิ่งกว่ากลิ้งครกลงมาจากภูเขา

อีกอย่างหนึ่งก็คือว่า เราต้องมีความรู้สึกตัว อยู่เสมอ อย่าลืมและอย่าประมาท คอยจับให้พบ ความว่างและความวุ่นที่เกิดอยู่เป็นประจำวัน

คำว่า **เรา** นี้หมายถึง **จิต** ไม่ใช่เราคือตัวกู - ของกู ให้มีจิตรักและพอใจในความว่าง คือนิพพานนี้อยู่ เสมอไปอย่าได้มีจิตโน้มไปในทางที่เข้าใจผิด ไปหลงสิ่งที่วุ่น

เดี๋ยวนี้ปัญหายากที่สุดมันอยู่ตรงที่ทุกคนไม่ชอบความดับทุกข์ จนไม่กล้ายืนยันว่าเกิดมานี้เพื่อไม่ทุกข์ มันกลายเป็นว่าเกิดมาเพื่ออะไรก็ได้เอาทั้งนั้น ขอแต่ให้ได้ตามใจตัว ได้สนุกๆ ก็แล้วกันก็เลยปล่อยตามเรื่องไปหมด ที่จริงเรื่องดับทุกข์นี้มันไม่ยาก ไม่เหลือวิสัยอะไร มันก็พอๆ กับการงานต่างๆ แต่เราไม่เข้าใจ เราหันหลังให้ เพราะฉะนั้นจึงเป็นทุกข์อยู่เรื่อย

เป็นอันว่าความหมดโรค หรือไม่เป็นโรคทางวิญญาณนี้มันอยู่ตรงที่รู้จักทำให้ ตัวกู - ของกู เกิดขึ้นมา นั่นแหละ คือความไม่มีโรค ซึ่งเราเรียกกันว่าเป็นลาภอย่างยิ่ง

คำนี้เป็นคำโฆษณาชวนเชื่อของคนขายยา ครั้งพุทธกาลว่า อโรคยา ปรมา ลาภา เทียบร้องก้องไปตามสี่แยกไปตามถนนหนทาง มันไม่ได้หมายถึงโรคอย่างที่มันเป็นเพียงโรคปวดฟัน หรืออะไร

ทำนองนั้น โรคทางวิญญาณของพระพุทธเจ้านี้  
ท่านหมายถึงโรคที่เป็นทุกข์อย่างยิ่ง ซึ่งเป็นโรค  
อย่างแท้จริงอย่างนี้ แล้วความหมดโรคก็ต้องหมด  
จริงถึงขนาดนี้

เราพ้นโรคอยู่เป็นประจำทุกวันนี้ก็เป็นการพ้น  
โรคอย่างตึงคปหาน ตึงควิมุตติ มันพ้นโรคโดย  
co-incident อยู่เป็นประจำวันอยู่เหมือนกัน co-  
incident ก็มีอีกรูปหนึ่งคือว่ามีโรคพลุกเกิดขึ้นมา  
แทรกแซงอยู่เสมอเหมือนกัน แต่อย่างไรก็ดี  
เราอย่าลืมว่าเราพ้นโรคเป็นประจำตามธรรมดา  
โดยไม่รู้สีกตัวนั้นก็มีอยู่ เรียกว่า ตึงควิมุตติ

ที่นี้บางครั้ง เราตั้งอกตั้งใจควบคุมกัน ก็ว่าง  
ได้มากกว่านั้นอีก พ้นจากโรคได้มากขึ้นไปอีก อย่างนี้  
เรียกว่าวิกัมภณวิมุตติ เพราะเราคอยคุมมันไว้

ถ้าเราจัดการได้เด็ดขาดเลย ถอนรากถอนเหง้า  
ถอนเชื้อได้หมดเลย อย่างนี้เรียกว่า สมุจเฉทวิมุตติ

หรือสมุจเฉทปหาน คือฆ่าตายเลย ไม่เพียงแต่ฟลุค  
หรือไม่เพียงแต่ข่มขืนไว้ชั่วคราว

ฉะนั้น ตามธรรมดาเราจึงได้ผล อย่างน้อยก็ได้  
ผลเป็นตถังวิมุตติ ได้กำไรมากอยู่แล้ว ถ้ามากกว่า  
นั้นก็เป็นวิกขัมภณวิมุตติ และเป็นสมุจเฉทวิมุตติ  
ซึ่งเป็นอันดับสุดท้ายไปเลย เราก็ไม่ได้เป็นอยู่ด้วย  
ความโลภ ความหลง และความปรารถนาต่างๆ  
แต่ว่าเป็นอยู่ด้วยความเกษม เต็มอยู่ด้วยสติปัญญา  
เป็นความไม่ทุกข์ไม่ร้อน เป็นความสดชื่น เหมือนกับ  
ภาวะแห่งความหนุ่มความสาวที่ไม่รู้จักแก่เฒ่า  
นี่แหละคือความหายจากโรคทางวิญญาณ

ในที่สุดนี้ ก็ขอให้เราทุกคนที่รวมกลุ่มกันเป็น  
กลุ่มของพุทธบริษัทนี้ รู้จักความมุ่งหมายอันแท้จริง  
ของการรวมกลุ่ม ถ้าเห็นว่าดีว่าจริงอย่างนี้แล้ว  
ก็ช่วยกันสามัคคีกันในการที่จะเสียสละสิ่งที่ถูกกว่า  
เพื่อซื้อเอาสิ่งที่แพงกว่าดีกว่า ประเสริฐกว่าเข้ามา

ให้ได้ คือช่วยกันรักษากิจการนี้ไว้อย่าให้ล้มไป  
ให้เจริญก้าวหน้าเพื่อประโยชน์แก่ตัวเราเอง  
แก่เพื่อนมนุษย์ทุกคน ก็จะได้ชื่อว่าเกิดมาที่หนึ่ง  
ได้ทำสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะทำและได้รับสิ่งที่ดี  
ที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ แล้วมันก็ไม่มีอะไรมากไป  
กว่านั้น มันมีเพียงเท่านั้น

ก็เป็นอันว่าจบเรื่องที่จะต้องเรียนจะต้องทำ  
หรือว่าจะต้องเสวยผลของการกระทำ และมีชีวิต  
อยู่โดยไม่เป็นทุกข์เลย ทั้งในขณะแสวงหาและ  
ขณะบริโภคนะ เมื่อประกอบภาระงานเพื่อแสวงหา  
รวมทั้งการศึกษาเล่าเรียน การทำอาชีพเหล่านี้  
เป็นการแสวงหา ขณะนี้เราก็ไม่เป็นทุกข์ ครั้นได้ผล  
เป็นเงินเป็นทองทรัพย์สินสมบัติ เกียรติยศ ชื่อเสียง  
อะไรมาบริโภค เราก็ไม่เป็นทุกข์ มันไม่เป็นทุกข์  
ทั้ง ๒ สถานอย่างนี้ เราก็วิเศษอย่างยิ่ง เหมือนกับ  
ไปจับปลามากินก็ไม่ถูกเงี่ยงปลาตำ ได้ปลามากิน



แล้วก็ไม่ถูกก้างปลาเลย เมื่อจับปลาก็ไม่ทุกข์  
เมื่อกินปลาก็ไม่ทุกข์ มันก็หมดกันเท่านั้น มันไม่มี  
อะไรมากกว่านั้น

เพราะฉะนั้น ขอให้ทุกคนรู้จักโรคทั้งทางกาย  
(Physical disease) และทางจิต (Mental disease)  
และทั้งทางวิญญาณ (Spiritual disease)  
กันให้ครบถ้วน อย่าให้ขาดตกบกพร่องเว้าแหว่ง  
แต่ประการใด แล้วแก้ไขเยียวยามันไปทุกโรค  
ให้เป็นผู้ไม่มีโรค และได้ชื่อว่า อโรคยา ปรมา  
ลาภา ที่แท้จริง

อาตมาขอยุติการบรรยาย “ใจความทั้งหมด  
ของพระพุทธศาสนา” ในโอกาสนี้เพียงเท่านี้

