# กิเลสเกรี้ยวกราด

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

เทศน์บนศาลา วันที่ ๙ มีนาคม ๒๕๖๗

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ตั้งใจฟังธรรมะ ตั้งใจฟังธรรม ตั้งใจฟังธรรมเพราะเราจะประพฤติปฏิบัติธรรม

ผู้ใดประพฤติปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม โลกนี้จะไม่ว่างจากพระอรหันต์เลย

เวลาเราประพฤติปฏิบัติธรรม คนที่ไม่มีอำนาจวาสนาคาดเดา คาดเดา คาดเดาธรรม มันไม่ใช่ประพฤติปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เป็นการคาดการหมาย เป็นการคาดการหมาย เพราะกิเลสตัณหาความทะยานอยากในหัวใจของตน ถ้าเป็นสัจจะเป็นความจริงขึ้นมา รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง

ในโลกนี้มีสิ่งที่ยึดมั่นถือมั่น มีสิ่งที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวไว้มากมายมหาศาล แต่เวลาผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สัจธรรมอันนั้นมันยิ่งใหญ่นักๆ ยิ่งใหญ่นักมันมาจากไหน

มาจากองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประพฤติปฏิบัติธรรมขึ้นมา อาสวักขยญาณทำลายอวิชชาในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันนั้น มันยิ่งใหญ่

ยิ่งใหญ่เพราะอะไร

เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาออกจากพระราชวังมา มันละล้าละลังๆ ความทุกข์ความยากอันนั้นน่ะมันฝังใจมา ไปเที่ยวสวนเห็นคนเกิด คนแก่ คนเจ็บ คนตาย ยอมจำนนกับการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะใช่หรือไม่ ถ้ามันจะพ้นจากไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย พ้นจากวิวัฏฏะไป มันจะทำของมันอย่างใด

ถ้าทำของมันอย่างใด เห็นไหม ออกจากพระราชวังไป ๖ ปี สมบุกสมบันมาแค่ไหน การประพฤติปฏิบัติที่เราปฏิบัติกันนี้ว่ามันยิ่งใหญ่ๆ ไม่ได้ขี้เล็บขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรอก

©2026 sa-ngob.com

สิ่งที่เป็นจริงๆ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสมบุกสมบันมาก่อน เวลามันจะเข้าที่เข้าทางไง เข้าที่เข้าทาง เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย ได้สร้างบุญอำนาจวาสนามาขนาดนั้น ไปศึกษาเล่าเรียนมากับใคร ใครจะมีวิชาการอย่างใด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าศึกษาทะลุปรุโปร่งทั้งสิ้น ทะลุปรุโปร่งด้วยเชาวน์ ด้วยปัญญา ด้วยความถูกต้องชอบธรรมทั้งนั้น

แล้วเวลาเอาจริงเอาจังขึ้นมา ใครจะยกย่องสรรเสริญขนาดไหนว่า “เจ้าชายสิทธัตถะมีความรู้มาก เป็นศาสดาเหมือนเรา สอนใครก็ได้”

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปฏิเสธๆ เพราะเวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาแล้วนะ อาสวักขยญาณทำลายอวิชชาในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ให้เป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก

ให้เป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก เพราะเจ้าชายสิทธัตถะไปศึกษาเล่าเรียนมาขนาดไหน เขายกย่องสรรเสริญ เชิดชูบูชาขนาดไหน เราสงสัย เราไม่รู้แจ้ง เรายังไม่รู้เลยว่าเราเกิดมาจากไหน แล้วจะเกิดอย่างไร แล้วตาย ตายอย่างไร

เวลาอาสวักขยญาณทำลายอวิชชา อ๋อ! ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก ชัดเจน ชัดเจนในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง ถ้ามันชัด มันชัดเจนเป็นสัจจะเป็นความจริง ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

สมควรแก่ธรรม มีอำนาจวาสนามากน้อยขนาดไหนล่ะ

ผู้ใด เวลาภิกษุ เวลาธุดงควัตรไง เลี้ยงชีพด้วยปลีแข้ง บิณฑบาตแล้วปฏิสังขาโย พิจารณาแล้ว ได้ฉันจังหันแล้ว เวลาฉัน ทำข้อวัตรปฏิบัติเสร็จสิ้นแล้ว ผู้ใดทำความสงบของใจได้ให้ทำความสงบของใจ ผู้ใดฝึกหัดใช้สติปัญญาก็ฝึกหัดใช้สติปัญญาของตน ผู้ใดยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ ให้สู่วิปัสสนา

เวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัติเขาขวนขวาย เขามีการกระทำของเขาเพื่อเป็นสัจจะเป็นความจริงขึ้นมาในหัวใจของเขา เป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโกโดยข้อเท็จจริง ถ้ามีอำนาจวาสนา

ถ้ากิเลส มันยุมันแหย่ มันตำ มันทำลายนะ มันทำลายมาตั้งแต่ต้น มันปิดหูปิดตาถึงได้มาเกิดกำเนิด ๔ เกิดในไข่ ในครรภ์ ในน้ำคร่ำ ในโอปปาติกะ กำเนิด ๔ ไง กำเนิด ๔ อาหาร ๔ ผู้ใดเกิดในภพใดชาติใด อยู่อย่างใด กินอาหารอย่างใด ดำรงชีวิตอย่างใด แล้วชีวิตสืบต่อมาอย่างใด กำเนิด ๔

©2026 sa-ngob.com

เราก็เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เรามีอำนาจวาสนาของเราได้มาเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนา กึ่งกลางพระพุทธศาสนาจะเจริญอีกหนหนึ่ง เจริญขึ้นมาเพราะมีครูบาอาจารย์ของเรา เพราะหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติตามความเป็นจริง แล้วท่านเป็นพระอรหันต์จริงๆ ท่านรู้จริงๆ ท่านถึงได้แก้ได้หมดไง

แก้ว่า ใครประพฤติปฏิบัติขึ้นมาได้มากน้อยขนาดไหน หลวงปู่มั่นไง “หมู่คณะประพฤติปฏิบัติมานะ ผู้เฒ่าอายุแค่ ๘๐ นะ ถ้าผู้เฒ่าตายไปแล้ว คนที่จะมาแก้จิตหาได้ยากนะ”

แก้จิตแก้ยากๆ ผู้ที่จะแก้ได้จริงก็หาได้ยาก แล้วเรามันจะนอนใจอุ่นใจมาเสวยสุขอยู่อย่างนี้ได้อย่างไร ทำไมเราไม่ขวนขวายขึ้นมาปฏิบัติไง

แก้จิตๆ คำว่า “แก้จิต” เพราะหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านสมบุกสมบันมาก่อน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๖ ปี เวลาสมบุกสมบันมา ชำระล้างกิเลสในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะลองผิดลองถูก จะลองผิดลองถูกมากน้อยขนาดไหน อำนาจวาสนาบารมีขนาดนั้นนะ

อย่างเราน่ะขี้ตืน จะได้มากน้อยขนาดไหน เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นไป กิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสมันยิ่งใหญ่ เวลามันเกรี้ยวกราด กิเลสเป็นเราไง

เวลากิเลสเป็นเรา เวลาประพฤติปฏิบัติไปมันเป็นเรา กิเลสกับเรามันเป็นอันเดียวกัน มันแยกมันแยะอะไรได้ เวลาปฏิบัติไปมันรู้เห็นสิ่งใด กิเลสมันรู้ด้วยทั้งนั้นน่ะ กิเลสมันพารู้

เวลากิเลสมันเกรี้ยวกราด เวลาเกรี้ยวกราด คนเวลามันทุกข์มันยากขึ้นมา เวลามันรุนมันแรงขึ้นมา ความอารมณ์รุนแรงอย่างนั้นน่ะ เราดูแล้ว เวลาฝ่ายตรงข้ามหรือคู่เจรจา ถ้าคนคนหนึ่งโกรธ คนมีอารมณ์รุนแรงนะ มันเห็นแล้วมันน่าเกลียด น่าขยะแขยง ไม่น่ากระทำแบบอย่างอย่างนี้ นี่เวลาคนมองไง แต่เวลาตัวเองเป็นน่ะจบเลย เพราะกิเลสเป็นเราไง

กิเลสเป็นเรา เราไม่รู้ไม่เห็นหรอก แล้วไม่รู้ไม่เห็นแล้วนะ ทำสิ่งใดเหยียบย่ำทำลายทั้งสิ้นแล้วยังกลับมายิ่งใหญ่อีกนะ สมฐานะ เพราะเราเหนือคน

นี่กิเลสมันเกรี้ยวกราด

เวลากิเลสมันอ้อยสร้อย ผู้ใดที่ประพฤติปฏิบัติขึ้นมามันไม่เป็นชิ้นเป็นอันสิ่งใด มันก็อ้อยสร้อยของมันไป เวลากิเลสมันอ้อยสร้อย เพราะกิเลสเป็นเราไง

เพราะกิเลสเป็นเรานะ “เราไม่มีกิเลส เราเป็นพระอรหันต์ เรามาเกิดในภพชาตินี้”

นี่มันอ้อยสร้อยอ้อยอิ่ง

©2026 sa-ngob.com

แล้วคนที่ปฏิบัติๆ ไป “ธรรมะมีอยู่โดยดั้งเดิม มันมีอยู่ของมันอยู่แล้ว”

นี่กิเลสมันอ้อยสร้อย ไม่รู้ไม่เห็นมันหรอก

กิเลสเป็นเรา เวลามันอยู่โดยความสงบเสงี่ยมของมัน เวลามันวิ่งของมันไง นั่นก็กิเลสทั้งนั้นน่ะ

เวลากิเลสนะ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติมาแล้วไง ท่านบอกว่า สิ่งที่น่ากลัว น่ากังวลที่สุดคือกิเลสในหัวใจของคนๆ

สิ่งที่ไม่มีชีวิต แม้แต่ต้นไม้ สิ่งที่มีชีวิตแต่ไม่มีวิญญาณครอง สิ่งมีชีวิตมีวิญญาณครองตั้งแต่เกิดเป็นสัตว์ เวลาเกิดเป็นสัตว์ขึ้นมาแล้ว ห่วงโซ่อาหารเป็นธรรมชาติของมัน สัตว์นักล่ามันก็ล่าสัตว์ที่กินพืชเป็นอาหารของมัน สัตว์กินพืชมันก็กินพืชของมันเพื่อดำรงชีวิตของมัน

สิ่งที่เวลามันเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ สิ่งที่เวลามันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมาในหัวใจของตน เห็นไหม จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันมีสิ่งใดล่ะ มันมีอวิชชาไง

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประพฤติปฏิบัติตามความเป็นจริงขึ้นมา เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาเจรจากับมารไง มารผู้เป็นใหญ่ มารยิ่งใหญ่ครอบ ๓ โลกธาตุ

โลกธาตุเป็นโลกธาตุ กามภพ รูปภพ อรูปภพ จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะต่างหาก จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะขึ้นมามันทุกข์มันยาก เพราะมันมีกิเลสตัณหาความทะยานอยากของมันไง เวลากิเลส พญามารเป็นผู้ที่ครอบงำ พญามารผู้ยิ่งใหญ่ครอบงำสัตว์โลกไว้ทั้งสิ้นไง

สิ่งที่มันเป็นสิ่งที่มีชีวิตขึ้นมา มันมีจิตมีวิญญาณไง จิตวิญญาณที่กำเนิด ๔ มันทุกข์มันยากขึ้นมาเพราะอวิชชา เพราะพญามารมันยิ่งใหญ่ มันครอบงำหัวใจของสัตว์โลกไง สิ่งที่ครอบงำหัวใจของสัตว์โลก แล้วเวลากิเลสเป็นเราๆ มันปิดหูปิดตาไปทั้งสิ้น หลงใหลไปกับมันเพราะอะไร

เพราะพญามารผู้ยิ่งใหญ่มันมีเล่ห์มีกล มีมารยาสาไถยกับสิ่งมีชีวิตที่มันครอบงำอยู่นั่นน่ะ มันน่าขยะแขยง มันน่าขยะแขยงสำหรับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น สำหรับผู้ที่รู้จริงเห็นจริง มันน่าขยะแขยง

©2026 sa-ngob.com

มันเป็นพญามาร มันเป็นครอบครัวของมาร มันยิ่งใหญ่ มันครอบงำ ๓ โลกธาตุ ครอบงำจิตวิญญาณ สิ่งที่มีชีวิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะนี่แหละ ปฏิสนธิจิตๆ จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เวลาเราเกิดมาแล้วใครรู้เห็นมัน เวลากิเลสมันอ้อยสร้อยไง

เวลาน้ำที่มันเกรี้ยวกราด เวลาเกิดพายุรุนแรงขึ้นมามันท่วม มันตายหมดล่ะ สึนามิมันพัดทีหนึ่งมันกวาดไปเกลี้ยงเลย แล้วเราไม่รู้ไม่เห็นอะไร นี่เวลาเปรียบเทียบถึงอารมณ์ของตนไง เวลาเปรียบเทียบกิเลสที่มันยิ่งใหญ่ ที่มันครอบงำของตนไง มันพาเราอีลุ่ยฉุยแฉก พาเราทำความเสียหายไปทั้งสิ้น แล้วยังบอกว่ากิเลสเป็นเรา เราเป็นกิเลส มันก็เป็นอันเดียวกันทั้งสิ้น

ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามา ก็เอามาเสริมกิเลสในใจของตนให้กิเลสในใจของตนว่า โอ้โฮ! มีอำนาจวาสนา ผู้มีอำนาจ มีบารมียิ่งใหญ่

สร้างเวรสร้างกรรมทั้งสิ้น

เวลาน้ำไหลเอื่อยๆ มันอ้อยสร้อยอ้อยอิ่ง เหมือนมีธรรม เหมือนมีธรรมนะ มันมีอยู่ดั้งเดิม สงบเสงี่ยมเรียบร้อย สงบเสงี่ยมมีความอบอุ่นในหัวใจของตน นี่กิเลสมันปลิ้นปล้อน กิเลสเป็นเรา

เวลาไม่มีอำนาจวาสนาเลย ทำสิ่งใดไม่ได้เลย มันก็ยอมจำนน จำนนในใจของตนทั้งนั้นน่ะ เวลากิเลสมันเกรี้ยวกราด มันทำลายของเราๆ

ทำไมมันทำลายเราล่ะ

เพราะกิเลสเป็นเราไง แต่เราเกิดเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา เกิดมาด้วยอำนาจวาสนาของตนนะ ใครมีอำนาจวาสนามากน้อยขนาดไหนประกอบสัมมาอาชีวะของตน เลี้ยงชีพของตน ถ้าเลี้ยงชีพของตนแล้ว เลี้ยงชีพของตนแล้วมันทุกข์มันยากหรือไม่ล่ะ สิ่งนี้มันเป็นของสาธารณะ เป็นของภพชาติ ชาติแล้วชาติเล่าๆ เราเกิดเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า ผู้เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เวลาเรามาอยู่ร่วมกัน อยู่ในศาลาเดียวกัน ไม่เคยเป็นญาติเป็นพี่เป็นน้องกันในภพใดชาติใดไม่มี

คนที่เกิดแล้วเกิดเล่า เวลามันทุกข์มันยากขึ้นมา น้ำตาที่ไหลพรากอยู่นั่นน่ะ ถ้าเก็บไว้มากมายกว่ามหาสมุทรนี้

เวลาเราเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เกิดมานั่งบนกองกระดูกของตน เวลากระดูกของตน ดิน น้ำ ลม ไฟไง ธาตุ ๔ ไง เวลาเรามาเกิดแล้ว ธาตุดินๆ เราก็มานั่งจมอยู่กับกองกระดูกใน

©2026 sa-ngob.com

อดีตชาติที่เราไม่รู้ไม่เห็นของเราอยู่อย่างนี้ไง เวลากิเลสมันปิดหูปิดตาขึ้นมา นี่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

แต่ถ้ามีวาสนาๆ ขึ้นมา เกิดเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนา เวลาพระพุทธศาสนามันได้ยินได้ฟังแล้วมันสะเทือนใจ มันสะเทือนใจของเรานะ

ถ้าสะเทือนใจของเรา ชีวิตนี้เกิดมาทำไม เกิดมาเพื่ออะไร แล้วเกิดมามีสิ่งใดเป็นสมบัติของตน ก็กิเลสเป็นเรา เราเป็นกิเลส กิเลสเป็นสมบัติของตน ถ้ามีกิเลสเป็นสมบัติของตน

ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์

เหตุ เหตุนั่นน่ะ ตัณหาความทะยานอยากคือกิเลสๆ เวลาเป็นกิเลสขึ้นมา ตัณหาความทะยานอยาก อยากได้ อยากดี อยากเป็น สิ่งที่มันไม่เป็นสัจจะเป็นความจริง มันไม่เป็นสัจจะเป็นความจริง มันไม่เป็นหน้าที่การงานของตน

ถ้ามันเป็นหน้าที่การงานของตน เราทำตามหน้าที่การงานของเรา เราทำหน้าที่การงานของเราเพราะอะไร เพราะเราต้องหาปัจจัยเครื่องอาศัยเพื่อดำรงชีวิต ดำรงชีวิตไว้เพื่ออะไร

ดำรงชีวิตไว้ ถ้ามันทุกข์มันยากของตน ทุกคนก็ต้องมีหน้าที่การงานของตนเพื่อหาเลี้ยงชีพ เลี้ยงชีพไว้ทำไมล่ะ

เวลาพระ พระบวชเข้ามาแล้วเลี้ยงชีพด้วยปลีแข้ง เวลาพระธุดงค์ธุดงค์ไปในป่าในเขาขึ้นมา มันจะมีสิ่งใดติดเนื้อติดตัวไป มันก็มีบาตรนั่นน่ะ เช้าออกบิณฑบาต ถ้าไม่มีวาสนา ธุดงค์ไปวันนั้นก็บาตรเปล่า พอรุ่งขึ้น รู้เวลาของเขา รู้เวลาของชาวบ้านเขา วันนั้นเราได้ฉันอาหารบ้างนี่ไง นี่ปัจจัย ๔ ไง เพื่อดำรงชีวิตไง เลี้ยงชีพไง

เลี้ยงชีพไว้ทำไมล่ะ

เลี้ยงชีพไว้เป็นพระ เป็นพระถ้าบวชแล้วศึกษา เราจะศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อน บวชแล้วต้องมีการศึกษา ต้องมีการเล่าเรียน เรียนเรื่องธรรมะๆ นี่แหละธรรมและวินัยเป็นศาสดาของเรา ก็ศึกษาธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าศึกษาไว้ทรงจำธรรมวินัยๆ นั่นเป็นความจำ แล้วถ้ามีวาสนามันจะออกฝึกหัดปฏิบัติ

ถ้าเวลามันฝึกหัดปฏิบัติ ปฏิบัติความจริง เห็นไหม กิเลสเป็นเรา เราเป็นกิเลส กิเลสเป็นอันเดียวกัน แล้วรู้มาก ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ารู้ทุกเรื่อง รู้ทุกข้อ รู้โดยกิเลสมันบังเงา

©2026 sa-ngob.com

ทรงจำธรรมวินัย ความทรงจำไว้ นกแก้วนกขุนทองไง ของกูๆๆ แล้วมันได้อะไรขึ้นมา แม่จ๋าๆ ก็ได้กล้วยคำหนึ่ง เลี้ยงไว้ในกรง แต่ถ้าเป็นนกป่า นกธรรมชาติ เราก็ต้องหาอยู่หากินของเราเอง

ไอ้ของกูๆ ก็ไม่ใช่ของกูทั้งสิ้น ที่ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงจำธรรมวินัยๆ มันเป็นธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะปรินิพพาน บอกพระอานนท์ไง “อานนท์ เราเอาแต่ของเราไปทั้งสิ้น”

เอาของเราไปคือเอาข้อเท็จจริง เอาอาสวักขยญาณทำลายอวิชชา เป็นธรรมธาตุ ไม่มีการไปและไม่มีการมา ไม่มีการขาดตกบกพร่องและเสริมส่งให้ขึ้นมามากน้อยขนาดไหน นั้นน่ะธรรมธาตุในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เราเอาของเราไป เพราะมันต้องไปกับเราอยู่แล้วไง เราไม่ได้เอาของใครไปเลย เราเอาของเราไปเท่านั้น ของเราคือธรรมที่แท้จริงขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง นี่ไง ธรรมและวินัย ธรรมและวินัยนี้เป็นศาสดา เป็นที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการอบรมบ่มเพาะ

บริษัท ๔ ผู้ที่ไม่มีวาสนา อนุปุพพิกถา ให้เขาทำทานของเขาก่อน ถ้าไม่ให้เขาทำทานของเขาก่อน จิตที่มันดื้อมันด้าน จิตที่มันปิด จิตที่มันไม่ยอมเปิดหูเปิดตา มันฟังแล้วมันตรงข้ามหมดล่ะ

บอกให้ทาน

ทานทำไม หามาเกือบตาย จะเอาอะไรมาทานๆ มันไม่ฟังหรอก

แต่ถ้าจิตที่มีอำนาจวาสนานะ เราเป็นชาวพุทธ เราแค่ได้ยินว่า ทาน ศีล ภาวนา หรือว่าอริยสัจจะความจริงนี้มันจะมาแก้ทุกข์ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบสุขไม่มี ความสงบสุขในชีวิตที่เป็นข้อเท็จจริงมันหาที่ไหน

ผู้ที่อยู่ทางโลกที่เจริญงอกงามขึ้นมา เขามีทรัพย์สมบัติสิ่งใดที่มหาศาลของเขา เขาไม่มีความทุกข์หรือ เขาทุกข์ทั้งนั้นน่ะ แต่ความทุกข์มันทุกข์แบบยอมจำนน มันทุกข์แบบไม่มีทางออก มันทุกข์แบบไร้ความสามารถ เป็นบุคคลไร้ความสามารถ ทำงานอะไรไม่ได้ คือฝึกหัดเป็นความจริงเป็นธรรมขึ้นมาไม่มี เป็นผู้ไร้ความสามารถ

©2026 sa-ngob.com

แต่ถ้าเป็นจริงๆ เรามีความสามารถ เราทำของเราได้ ถ้าเราทำของเราได้ เราจะหาเวลาของเรา ถ้าเราจะหาเวลาของเรา เราจะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมาให้เป็นข้อเท็จจริง

สิ่งที่ศึกษาๆ ให้เขาศึกษาได้ ศึกษาแล้วทำหรือไม่ทำ ทั้งๆ ที่ว่าธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการไว้เลยว่า ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ

ปริยัติ ปฏิเวธ เอาที่ไหน

ปริยัติจบ ๙ ประโยค งงๆ ทั้งนั้นน่ะ งงๆ สมาธิทำไม่เป็นก็แล้วกันแหละ ถ้าสมาธิทำไม่เป็นนะ ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโกมันไม่มี

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาอาสวักขยญาณ ทำลายอวิชชาในหัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ในธรรมธาตุนั้น

ไอ้หัวใจของเรา พญามารมันยิ่งใหญ่ มันครอบงำ

พญามาร เธอเป็นเจ้าวัฏจักรครอบงำ ๓ โลกธาตุ ยิ่งใหญ่นัก

ผู้ที่เขาเห็น เห็นผู้ที่ใจเขาเป็นธรรมๆ ใจเขาได้เข้าไปเผชิญหน้ากับกิเลสแล้ว เขาถึงว่าพญามารนี้ยิ่งใหญ่ แต่ยิ่งใหญ่ขนาดไหน เราก็มีอำนาจวาสนาของเราที่จะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติ เว้นไว้แต่ผู้ที่ไม่สนใจสิ่งใดเลย ผู้ที่ยิ่งนอกจากพระพุทธศาสนาไป เขายอมจำนนไปหมดล่ะ

แต่พระพุทธศาสนาไม่เชื่อใดๆ ทั้งสิ้น ไม่เชื่อเคารพบูชาสิ่งใดๆ เลย เคารพแต่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นี้เท่านั้น แล้วพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เท่านั้น ให้เชื่อสิ่งใดล่ะ

เวลาพระธรรมๆ ไง ธรรมะของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมไง พรหมถวายบาตร ๔ ใบ อธิษฐานให้เหลือใบเดียวไง

ท้าวจตุโลกบาลทั้ง ๔ เข้ามาเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ปฏิญาณตนเลยว่าจะเป็นผู้ปกป้องจิตวิญญาณทุกภพทุกแขนงแต่ทิศทางใด จะไม่ให้เข้ามาวอแว มาทำความสะเทือนในพระพุทธศาสนา

แต่ถึงเวลามันก็สะเทือนน่ะ เพราะอะไร เพราะธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเองไง กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา สิ่งที่คนมันสร้างเวรสร้างกรรมมามันมีเวรมีกรรมต่อกัน ในเมื่อมันมีเวรมีกรรมต่อกัน มันก็ต้องมีผลกระทบที่มีผลกระทบต่อกัน

©2026 sa-ngob.com

เวลาผลกระทบต่อกันนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า มันเป็นเช่นนั้นเอง

ของมันเป็นอย่างนั้น พอของมันเป็นอย่างนั้น แล้วเราก็จะปล่อยปละละเลยให้เราเป็นอย่างนั้นใช่ไหม

พญามารมันยิ่งใหญ่ไง แต่เพราะเรามีอำนาจวาสนา เรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รัตนตรัยเป็นแก้วสารพัดนึก เป็นการกระทำ เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรที่จะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติเพื่อหลีกเร้น หลบหลีกหนีจากพญามาร

แล้วถ้ามันมีอำนาจวาสนาเป็นสัจจะเป็นความจริงขึ้นมา เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เอาจริงเอาจังของเราขึ้นมา ถ้าเอาจริงเอาจังของเรามา ทำความสงบของใจเข้ามา

ทำความสงบของใจเข้ามา มันสงบแสนยาก เว้นไว้แต่ กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา ผู้ที่ปฏิบัติง่ายรู้ง่าย คำว่า “ผู้ที่ปฏิบัติง่ายรู้ง่าย” เพราะเขาทำมา พาหิยะๆ ฟังเทศน์องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทีเดียวเป็นพระอรหันต์เลย

แล้วเวลาทุกคนก็บอกว่าจะเอาอย่างนั้น ประชาธิปไตย

ประชาธิปไตยจริงๆ เอ็งทำอะไรมา เอ็งมีความรู้ความเห็นอย่างนั้นหรือ ถ้าทำอย่างนั้นมา ก็เอาคำเทศน์ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการพาหิยะ เราก็เอาสิ ฟังทีเดียวให้เป็นพระอรหันต์ไป ไม่เห็นมี เห็นแต่ฉูลู่ฉูกังไง

พญามารผู้ยิ่งใหญ่ครอบงำหัวใจของสัตว์โลก แล้วเวลาปฏิบัติธรรม พญามาร ปฏิบัติธรรมด้นเดาคาดหมาย ด้นเดาคาดหมายเพราะด้อยคุณภาพ เพราะตัวเองด้อยในความรู้ความเห็น ด้อยในสติ ด้อยในปัญญา มันถึงไม่มีสิ่งใดเป็นชิ้นเป็นอัน เห็นไหม

เวลากิเลสมันเกรี้ยวกราด ก็ไปกับมัน เวลากิเลสมันอ้อยสร้อย ก็ไม่รู้จักมัน เวลากิเลสมันนิ่งอยู่ ตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ไม่รู้จัก ไม่เคยรู้ ไม่เคยเห็นสิ่งใด แล้วจะวิปัสสนาอะไร จะเริ่มต้นประพฤติปฏิบัติโดยภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการภาวนา เอ็งไม่รู้เหตุรู้ผล ไม่รู้จักที่มาที่ไป แล้วภาวนากันอย่างไร

แต่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติมาก่อน ท่านถึงได้อบรมบ่มเพาะและวางข้อวัตรปฏิบัติไว้ เพราะท่านได้สร้างอำนาจวาสนาบารมีของท่านมา

คำว่า “สร้างอำนาจวาสนาบารมีของท่านมา” ทุกๆ คน ทุกๆ บุคคล เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมาก็จะต้องปฏิบัติขึ้นมาให้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ให้เป็นข้อเท็จจริงในหัวใจของตน มันถึงจะเป็นสัจธรรม เป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

©2026 sa-ngob.com

แล้วเวลาประพฤติปฏิบัติไปแล้ว ถ้าจิตมันสงบ แค่พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันก็จะกราบจะไหว้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยหัวใจ ไม่ได้กราบไหว้ด้วยสัญญา ความเข้าใจหมายรู้ ความเคยชินที่เคยทำ

ความเคยชินที่เคยทำ เพราะเราเป็นชาวพระพุทธ เราก็มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่อาศัย เราเห็นพระ เราก็กราบพระไหว้พระ กราบพระไหว้พระก็เป็นประเพณีวัฒนธรรม แต่ใครฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา จิตเขาสงบระงับได้ เขาจะไหว้ด้วยความสวยงาม ไหว้ด้วยหัวใจที่เป็นธรรม ไหว้ด้วยหัวใจที่เห็นคุณเห็นผลประโยชน์ เห็นการกระทำ เห็นอำนาจวาสนาบารมีขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยิ่งใหญ่

แต่เรายังทำไม่เป็น เราก็ฝึกหัดปฏิบัติของเรา ถ้าเวลาฝึกหัดปฏิบัติของเรา เห็นไหม

เวลาในวงกรรมฐาน เวลาครูบาอาจารย์ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านให้ประพฤติปฏิบัติของท่านมา ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน เวลาทำความสงบของใจเข้ามาแล้ว ฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา รักษาไว้ ให้ชำนาญในวสี ชำนาญในการดูแลหัวใจของตน เพราะอะไร

เพราะเวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัติขึ้นมา สมาธิก็ทำได้แสนยาก เวลาได้สมาธิแล้วมันก็เสื่อมของมันไป เวลาได้สมาธิมาก็มีความสุข มีความสุขความสงบระงับชั่วคราว เวลาชั่วคราวแล้วของชั่วคราวก็ของชั่วคราว

รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

เพราะมันสงบ สงบสุขเข้ามา เวลามันสงบสุขเข้ามาแล้ว มันสงบสุขโดยแนวทางใด โดยวิธีการใดก็แล้วแต่ ด้วยปัญญาอบรมสมาธิ ด้วยการใช้สติปัญญาต่างๆ นั่นมันก็เป็นความสงบสุข มันก็เป็นสมถกรรมฐานทั้งนั้น แต่เพราะอ่อนด้อยด้วยสติด้วยปัญญาของตน เราก็ปล่อยปละละเลยให้มันเสื่อมค่าไป ถ้ามันเป็นความจริง ทำไมรักษาไว้ไม่ได้

ถ้าเป็นความจริงว่าเป็นความจริงไง สิ่งที่เป็นจริง สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลายต้องเป็นอนัตตา ถึงจะเป็นความจริงมันก็เป็นอนัตตา มันก็ต้องแปรสภาพของมันโดยธรรมชาติของมัน

แต่เวลาผู้ที่ปฏิบัติมีครูบาอาจารย์ของเรา ถ้าชำนาญในวสี ทำให้มันสงบระงับเข้ามา ให้มันมีกำลังของมัน เวลามีกำลังของมัน แล้วพอมันมีกำลังของมัน มันฝึกหัดจนชำนาญในวสี ชำนาญในการกระทำแล้ว ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ มันต้องมีเหตุมีผลเป็นพื้นฐานขึ้นมา เพราะมีเหตุมีผลขึ้นมา ผลของมันคือสมถะ ผลของมันคือความสงบสุข

©2026 sa-ngob.com

ถ้าความสงบสุขแล้ว สิ่งที่เป็นความสงบ ของสงบๆ ของชั่วคราวเท่านั้น แล้วถ้ามันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เราก็ศึกษาธรรมวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน สมถะยกขึ้นสู่วิปัสสนา

ถ้าไม่มีสมถะ มันก็เป็นสมมุติบัญญัติ เป็นความรู้สึกนึกคิด ถ้ามันเป็นมันก็เป็นปัญญาอบรมสมาธิ คำว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ” คือเรารู้สึกนึกคิดในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเรารู้เราเห็นสิ่งใดขึ้นมา มันเป็นผลเกิดขึ้นจากจริตนิสัย จากอำนาจวาสนาของคน คนมากคนน้อย

พญามารผู้ยิ่งใหญ่ เวลามันเกิดอย่างนั้นน่ะ กิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสกับเรามันเป็นอันเดียวกัน เวลาประพฤติปฏิบัติไปแล้วมันรู้มันเห็นสิ่งใดมันก็พลิกมันก็แพลงไง โอ้โฮ! มหัศจรรย์ โอ้โฮ! โอ้โฮ! ธรรมะเป็นอย่างนี้เอง

เป็นอะไร มันไร้สาระ

แต่มันก็เป็นพื้นฐานพื้นเพของผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ ปุถุชน กัลยาณชน ปุถุชนคนหนา เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ปุถุชนทั้งนั้นน่ะ เวลาถ้ามีอำนาจวาสนาไง จิตของเรา เราศรัทธาในพระพุทธศาสนา เราด้วยสติด้วยปัญญา ด้วยอำนาจวาสนาไง เห็นภัยในวัฏสงสาร แล้วเราจะฝึกหัดประพฤติปฏิบัติของเรา เราพยายามของเรา เราถือศีลๆ นี่อุบาสกจากปุถุชนมาเป็นอุบาสก อุบาสิกา บริษัท ๔ ไง แล้วถ้าปฏิบัติตามความเป็นจริงของเราขึ้นมา มันก็ต้องฝึกหัดให้หัวใจเรามันสงบระงับเข้ามา ถ้าหัวใจมันสงบระงับเข้ามาเพราะอะไร

เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนารื้อสัตว์ขนสัตว์ๆ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ยกคนไปทั้งคนนี่หรอก ธาตุ ๔ ในลำไส้ ในกระเพาะอาหาร ขี้เหม็นทั้งนั้นน่ะ ในร่างกายขึ้นมา ลองถลกหนัง มันมีอะไรที่มันจะคงที่ ที่มันจะมีคุณงามความดี ไม่เห็นมี ท่านไม่เอา

ท่านเอาหัวใจของคน

จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ วิญญาณ จิตวิญญาณอันนั้นน่ะ แล้วจิตวิญญาณอันนั้นน่ะมันเกิดในครรภ์ ในไข่ ในน้ำคร่ำ ในโอปปาติกะ มาเกิดเป็นมนุษย์นั่งอยู่นี่ไง

ถ้ามันเกิดมาเป็นมนุษย์มานั่งอยู่นี่ไง สิ่งที่เราใช้สติใช้ปัญญามากน้อยขนาดไหน ถ้าใช้สติปัญญามากน้อยขนาดไหน ถ้ามันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ เราพิจารณากาย

ก็บอกว่า “จิตสงบแล้วก็พิจารณากายสิคะ จิตสงบแล้วก็พิจารณากายสิคะ”

©2026 sa-ngob.com

ไอ้พวกปฏิบัติก็จิตสงบแล้วก็พิจารณากายสิ

วิธีการปฏิบัตินะ หลายๆ สำนักนะ เขาบริกรรม เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ เขาบริกรรมเลย ร่างกายๆ พิจารณากายๆ เขาเอามาท่องเลย เอามาบริกรรม แล้วบริกรรมแล้วมันก็สงบของมันไง

การพิจารณากายๆ กายไหน กายอะไร

เพราะเราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราเรียนธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเป็นลูกศิษย์กรรมฐาน

เขาบอกว่า ก็สติปัฏฐาน ๔ ไง การพิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม เราก็พิจารณาของเรา

ไอ้พิจารณาอย่างนี้พิจารณาแบบเริ่มต้น ปุถุชนคนหนานี่ไง

พญามารผู้ยิ่งใหญ่ พญามารผู้ยิ่งใหญ่ แล้วเหมือนเด็กๆ นะ ดูเด็กๆ สิ ๒ ขวบ ๓ ขวบ ไร้เดียงสา มันจะไปสู้รบตบมือกับผู้ใหญ่ได้อย่างไร มันเป็นไปไม่ได้หรอก เด็ก ๒ ขวบ ๓ ขวบมันไร้เดียงสา แล้วมันพูดอะไรแจ้วๆๆ เลย

ไอ้นี่ก็เหมือนกัน เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ปุถุชนคนหนาเวลาจะฝึกหัด การฝึกหัดการปฏิบัติ สมาธิไร้เดียงสา ความไร้เดียงสานี่ พญามาร พญามารผู้ยิ่งใหญ่ เด็กไร้เดียงสาอย่างนั้นน่ะ มันจะไปสู้รบตบมือกับพญามาร เฮ้ย! มันเป็นไปได้อย่างไร

เว้นไว้แต่ มารมันหลอก กิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสมันอ้อยสร้อย กิเลสมันนิ่งเฉย แล้วไม่รู้อะไร

“พิจารณากาย พิจารณากายสิคะ พิจารณากายแล้วมันสงบหมดเลย มันชัดเจนมากเลย”

เพราะมันเป็นแกงหม้อใหญ่ เวลาแกงหม้อใหญ่ เทศนาว่าการโดยทั่วไป เวลาเทศนาโดยการทั่วไปมันก็เป็นแนวทางในพระพุทธศาสนาแบบปริยัติที่มีการศึกษามาไง แบบปริยัติศึกษามาก็ศึกษาธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่ไง ก็อยากประพฤติปฏิบัติธรรมก็ในพระพุทธศาสนา ก็ปฏิบัติในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ แนวทางสติปัฏฐาน ๔ อย่างไร

แต่ถ้าเป็นกรรมฐานที่มีอำนาจวาสนา มีศรัทธาความเชื่อมั่นคงในพระพุทธศาสนา เขาพยายามมีข้อวัตรปฏิบัติ ข้อวัตรปฏิบัติคือเครื่องอยู่ของใจ ใจที่เร่ร่อน ใจที่แปรปรวน ใจที่

©2026 sa-ngob.com

เหลวไหล ใจมันส่งออกไป คิดไปนอกเรื่องนอกราว ทั้งวันทั้งคืนตลอดเวลา ไม่มีหยุดมีหย่อนทั้งนั้นน่ะ ข้อวัตรปฏิบัติเป็นเครื่องอยู่ของมัน เครื่องอยู่ เห็นไหม พุทโธๆ อานาปานสติ นี่ไง ก็ฝึกหัดเพื่อเป็นเครื่องอยู่ของใจไง

เพราะเครื่องอยู่ของใจ เพราะมันสุขมันสงบมากไง ไร้เดียงสา เห็นนะ โอ้โฮ! มหัศจรรย์เชียว

ไร้เดียงสา

เวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านฝึกหัดประพฤติปฏิบัติ ทำไมถึงฝึกหัดประพฤติปฏิบัติล่ะ

เวลาฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ท่านก็ต้องพิสูจน์ของท่านก่อน เห็นไหม นักวิทยาศาสตร์เขาจะวิจัยสิ่งใดขึ้นมา เขาต้องวิจัยของเขาโดยความถูกต้องชอบธรรม แล้วทดสอบแล้วมันเป็นความจริงแล้ว เขาถึงได้ลงในนิตยสารวารสารว่ามันเป็นทางวิชาการ ว่ามันถูกต้องชอบธรรม แล้วใครทำอย่างนั้นแล้ว ใครทำตามอย่างนั้นแล้วมันก็จะเป็นข้อเท็จจริง

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติของท่านขึ้นมา ท่านก็ตรวจสอบของท่าน ท่านปฏิบัติของท่านว่ามันเป็นความจริงหรือไม่ แล้วเป็นความจริงขึ้นมา แล้วมันล้มลุกคลุกคลานมาขนาดไหน ท่านก็ทำของท่านมาแล้วว่าล้มลุกคลุกคลานขนาดไหน เวลาจิตสงบแต่ละครั้งแต่ละคราว สงบแล้วมันได้อะไรขึ้นมา

เวลาสงบแล้ว เวลาพิจารณากาย น้อมไปสู่กาย พิจารณากายไปแล้วมันก็ไม่เห็นมีอะไรเกิดขึ้นมาได้เลย นี่มันพิจารณากาย แล้วกายอะไร กายของใคร “กำลังไม่พอ กำลังไม่พอ” มันพิจารณาอย่างไรให้มันเป็นข้อเท็จจริงขึ้นมา

เวลาลาความเป็นพระโพธิสัตว์แล้ว พอจิตมันสงบแล้วมันพิจารณากาย เวลากายมันเป็นไตรลักษณ์ กายมันแปรสภาพของมันไป จากอุคคหนิมิตเป็นวิภาคะ มันเป็นข้อเท็จจริงอย่างไร

“จิตสงบแล้วพิจารณากายสิคะ จิตสงบแล้วพิจารณากายสิคะ”

ไอ้ไร้เดียงสา ความไร้เดียงสามันก็ไร้เดียงสาวันยังค่ำ

แต่ถ้าเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา สิ่งที่พิจารณากายเหมือนกัน พิจารณาแล้วได้อะไร พิจารณาแล้วเป็นอย่างไร จิตมันมีกำลังหรือเปล่า จิตมีพื้นฐานหรือไม่ จิตมันยกขึ้นสู่ มันเป็นกายที่กิเลส

©2026 sa-ngob.com

มันปรุงแต่งมาหรือเป็นกายที่จิตมันสงบระงับแล้วมันเป็นอริยสัจ มันเป็นอย่างไร พิจารณากาย มันยังเปิดกว้างไปอีกมากมาย

เวลาเริ่มต้นมีข้อวัตรปฏิบัติขึ้นมาเป็นเครื่องอยู่ของใจๆ เราสร้างกำลังของเราขึ้นมา เราสร้าง เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนารื้อสัตว์ขนสัตว์ก็รื้อหัวใจของสัตว์โลก เราก็พยายามทำหัวใจของเราให้เป็นสัมมาสมาธิ

เริ่มต้นมันก็ไร้เดียงสา มันก็ไม่มีวุฒิภาวะที่จะทรงตัวของมันอยู่ได้ แล้วคนที่ไม่เคยภาวนา เวลาจิตมันสงบแล้วก็มหัศจรรย์ตื่นเต้นไปกับมัน เวลาตื่นเต้นไปกับมัน ความตื่นเต้นนั่นน่ะกิเลสมันเกรี้ยวกราด เกรี้ยวกราด ทำให้สัมมาสมาธิ ให้สมาธิที่ความเป็นไร้เดียงสานั้นเหลวแหลกไป

แล้วเหลวแหลกไปแล้วก็ล้มลุกคลุกคลาน แล้วมันจะทำสมาธิ สมาธิอยู่ที่ไหน แล้วมันจะเป็นจริงอย่างไร แล้วมันจะเป็นขึ้นมาได้อย่างไร แล้วที่มันเป็นอยู่แล้วมันหายไปไหน หันรีหันขวางน่ะ นี่โดยข้อเท็จจริง

แต่ที่มันยืนยันๆ นั่นสัญญา มันเคยเป็นไง เคยได้สมาธิครั้งหนึ่ง แล้วก็สมาธิอยู่นั่นน่ะ

มันเป็นอดีตไปแล้ว อดีตอนาคตแก้กิเลสไม่ได้ อดีตอนาคต

ทำสัมมาสมาธิให้เป็นปัจจุบัน เวลาปัจจุบัน รักษาความสงบสุขอันนี้ให้ได้ รักษา รักษาก็เสื่อม โดยธรรมชาติของมันเจริญแล้วเสื่อม มันมีอะไรบ้างที่ไม่เสื่อม ความเจริญ เจริญจากสติ เจริญจากปัญญา เจริญจากคำบริกรรม เจริญจากการภาวนา

แล้วเจริญแล้วเสื่อม เจริญแล้วเสื่อม ความเสื่อมก็มันเสื่อมไป แล้วถ้าเราพยายามฝึกหัด เราพยายามต่อสู้จนมันเจริญขึ้นมา มันก็มาเทียบเคียง เทียบเคียงว่า ทำไมมันเจริญ ทำไมมันถึงเสื่อม

โดยธรรมชาติของมันเสื่อมอยู่แล้ว เพราะพญามารผู้ยิ่งใหญ่ อวิชชา แล้วยังมีความโลภ ความโกรธ ความหลง ยังมีลูกมีหลาน ครอบครัวของมารเต็มหัวใจ

จิตนี้เป็นนามธรรม บุญกุศลที่ฝังอยู่ในหัวใจมันก็เป็นนามธรรม แต่เรายังไม่ไปหยิบจับเอามาใช้ประโยชน์ กิเลสในหัวใจของตนก็เป็นนามธรรม สิ่งที่เป็นนามธรรมทั้งสิ้น แต่เวลาครูบาอาจารย์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติขึ้นมาแล้ว เวลาไปรู้ไปเห็นขึ้นมานี่เป็นวิทยาศาสตร์เลย เป็นพุทธศาสน์ สติปัฏฐาน ๔ เป็นสัจจะเป็นความจริงขึ้นมา รู้แจ้ง วิปัสสนา โดยสติโดยปัญญา

แล้วรู้แจ้งอย่างไร

©2026 sa-ngob.com

เวลาฝึกหัดปฏิบัติ เราศึกษา เราค้นคว้ามามาก ศึกษาค้นคว้ามามันก็เป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นธรรมะของครูบาอาจารย์

ถ้ามีวาสนานะ เวลาทำความสงบของใจเข้ามาๆ ใจสงบระงับแล้วขุดคุ้ยค้นคว้า

เห็นกายๆ เห็นอย่างไร ถ้าเห็นกายมันไม่มีรสไม่มีชาติ วาง กลับมาทำความสงบให้มันมากขึ้น ให้มันลึกซึ้งมากกว่านั้น แล้วถ้ามันไปเห็นกาย เห็นกายโดยข้อเท็จจริงนะ ถ้าเห็นกายโดยข้อเท็จจริง คนที่มีอำนาจวาสนานะ เวลาเห็นกายขึ้นมาแล้วมันไม่อยู่หรอก เพราะอะไร

หนึ่ง กิเลสมันเกรี้ยวกราด อ้อยสร้อยอ้อยอิ่ง เวลามันเห็นแล้วมันสะเทือนทันที สิ่งที่มันสะเทือนทันที มันหลุดไม้หลุดมือทั้งนั้นน่ะ

เห็นกายๆ เห็นอย่างไร แล้วเห็นกายที่เป็นกิเลสตัณหาความทะยานอยาก ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ พื้นฐานเป็นอย่างไร

สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐาน

ในสมถกรรมฐานก็มีวิปัสสนา ในวิปัสสนาก็มีสมถกรรมฐาน ถ้าเวลาก้าวเดินไปแล้วมันจะร่วมกันไป แต่โดยข้อเท็จจริงมันก็ต้องมีสมถกรรมฐานเป็นพื้นฐาน ถ้ามีสมถกรรมฐาน มันเป็นการแยกแยะว่า กายนอก กายใน กายในกาย กายจริงกายปลอม กายกิเลส กายอุปาทาน กายของใคร

กิเลสมันเกรี้ยวกราด

แต่ถ้ามันพิสูจน์แล้ว สิ่งที่มันพิสูจน์ เพราะเวลาจิตสงบ ถ้ามันเห็น มันหลุดมือ มันสะเทือนใจแน่นอน

แต่ที่มันรู้มันเห็น นี่ไง พญามารผู้ยิ่งใหญ่มันสร้างภาพให้ ปฏิบัติธรรมด้วยความคาดหมาย ปฏิบัติธรรมไม่สมควรแก่ธรรม ไม่สมควรแก่ธรรมก็ไม่เข้าสู่อริยสัจไง

ถ้ามันเข้าสู่อริยสัจ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ วิธีการที่ถูกต้องชอบธรรมเป็นสัมมาทิฏฐิ เป็นสัมมากัมมันโต เป็นงานชอบ

สมถกรรมฐานก็งานอย่างหนึ่ง วิปัสสนากรรมฐานก็เป็นงานอย่างหนึ่ง แล้วเวลาศึกษาค้นคว้านะ โดยข้อเท็จจริง โดยข้อเท็จจริง เห็นไหม

เราเคยมีบุคคลคนหนึ่งทำร้ายเรา แล้วเราก็ไปแจ้งความ เพราะว่าสังคมเขาปกครองด้วยกฎหมาย ผู้มีหน้าที่คือเจ้าหน้าที่ เขาก็ไปสืบจับมา เวลาเขาไปสืบจับมา คนคนนี้เป็นผู้ทำร้ายเรา

©2026 sa-ngob.com

เราเคยเห็นหน้า ถ้าเห็นหน้า เราต้องจำได้ ไปแจ้งเจ้าหน้าที่ มีรูปพรรณสัณฐานให้เจ้าหน้าที่ เจ้าหน้าที่ก็ไปจับคนร้ายมา จับคนร้ายมาเสร็จแล้ว เขาให้ไปชี้ตัว เขาสลับ ชี้ตัว ชี้ถูกไหม

เห็นหน้ารู้เลย เพราะเราเป็นผู้โดนทำร้าย ถ้าเห็นหน้า จำได้ เจ้าหน้าที่เขาไปจับตัวมา จับตัวมา เขาให้ไปชี้ผู้ต้องหา ชี้ไปถูกหรือชี้ไปผิดล่ะ

จิตสงบแล้วเห็นกายๆ กายของใคร กายอะไร ชี้ตัวถูกหรือเปล่า ชี้ได้ไหม

ชี้ถูกแล้ว ชี้ถูกแสดงว่ารู้จักกิเลส เห็นกิเลส มีผู้ต้องหา

เจ้าหน้าที่เขาสอบสวน สอบสวน ทำสำนวนส่งศาล ศาลน่ะวิปัสสนา ถ้ามันข้อเท็จจริงไง ถ้ามันเป็นจริงๆ มันมีเหตุมีผล มีที่มาที่ไป ไม่ใช่กิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสเป็นเรา กิเลสสวมรอย อ้อยสร้อยอ้อยอิ่ง แล้ววิปัสสนาไปๆ มันเป็นเรื่องโลกๆ ปฏิบัติธรรมโดยกิเลสตัณหาความทะยานอยาก ปฏิบัติธรรมไปโดยบูชามัน

ปฏิบัติอยู่นี่แหละ เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนานี่ โอ้โฮ! เหงื่อไหลไคลย้อยเลย บูชากิเลส แต่ถ้าเราปฏิบัติของเราโดยตามความเป็นจริง สิ่งที่บูชากิเลส บูชากิเลสนี้มันเป็นกิริยา เป็นการกระทำ ถ้ากิริยาการกระทำขึ้นมา ถ้ามันลงสู่ธรรมไง นี่ไง มัชฌิมาปฏิปทาทางสายกลางในพระพุทธศาสนา

คิดสิ เวลาส้มหล่นๆ ถ้าทางโลกเขาเรียกว่าฟลุก มันจริงหรือมั่วนิ่ม มั่วไปเรื่อย แต่เวลามั่วมั่วโดยกิเลสที่มันเกรี้ยวกราด ที่มันอ้อยสร้อยมันอ้อยอิ่ง โอ้โฮ!

รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวงนะ ไม่มีวาสนานะ ประพฤติปฏิบัติธรรมบูชากิเลสน่ะ กิเลสกระชากลากถูไปหมดล่ะ แล้ววันเวลามันก็ผ่านไป กิเลสในหัวใจของตนมันเตลิดเปิดเปิงครอบงำหมด ดื้อด้าน ใจมันดื้อ

ฟังธรรมๆ ทุกวัน ฟังเข้าหูไง เข้าหูซ้ายทะลุหูขวา แต่จิตใจมันดื้อมันด้าน มันหน้าด้าน เวลามันด้านของมันขึ้นมาแล้ว โอ๋ย! รู้หมด ธรรมะเป็นอย่างนั้น

ธรรมะอะไร

ธรรมะคือความสุขสงบในใจ แล้วมันเคารพบูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มันมหัศจรรย์ในการประพฤติปฏิบัติของเรา

ฉะนั้น เวลาอุทธรณ์ แจ้งความ แจ้งเจ้าหน้าที่ เพราะการปกครองด้วยกฎหมาย เวลากฎหมาย ผู้มีกระทำผิด ในการประพฤติปฏิบัติของเรา เราจะค้นคว้าหากิเลสในหัวใจของตน ถ้ามันค้นคว้าหากิเลสในหัวใจของตน ถ้าเรารู้เราเห็นแล้วด้วยสติด้วยปัญญา ชี้ตัว ชี้ตัวผู้ต้องหา

©2026 sa-ngob.com

การประพฤติปฏิบัติ จิตสงบแล้วขุดคุ้ยค้นคว้าให้เห็นตามความเป็นจริง ถ้าขุดคุ้ยค้นคว้าให้เห็นตามความเป็นจริง สิ่งที่เห็นตามความเป็นจริงมันสะเทือน มันสะเทือน มันสะเทือนนะ มันสะเทือน มันสะเทือนกิเลส ถ้ามันสะเทือนกิเลส มันต้องมีอาการคลื่อนไหว อาการเคลื่อนไหว ถ้าสมถกรรมฐาน ฐานของเราไม่มั่นคง หลุดหมด ถ้ามันเห็นจริง

แต่ถ้าเห็นไม่จริงสิ ชัดๆ น่ะ เพราะอะไร

พญามารผู้ยิ่งใหญ่ เอาลูกเอาหลานของมารมาตีแผ่ให้เราได้ศึกษา ให้เราได้ค้นคว้า

เฮ้ย! เราจะเอามรรคเอาผล เราไม่ต้องการให้พญามารผู้ยิ่งใหญ่มาชักนำในการประพฤติปฏิบัติของเรา

เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เรามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แก้วสารพัดนึกเป็นที่เชิดชูบูชา แล้วถ้าสารพัดนึก นึกไง การประพฤติปฏิบัติของเรา แก้วสารพัดนึก

ทาน ศีล ภาวนา

แล้วเวลาเราภาวนาของเรา เราต้องการศีล ต้องการสมาธิ ต้องการปัญญา สติและปัญญาของเราเอง ถ้าสติปัญญาของเราเอง เวลาทำความสงบใจเข้ามา ถ้ามันรู้มันเห็นของมัน ภาวนามยปัญญาจะเกิดตรงนี้ไง สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนาในวงกรรมฐาน

ไม่ใช่ว่า ไอ้วิปัสสนาๆ ใช้ปัญญา ปัญญาของเราเตลิดเปิดเปิง

พญามารผู้ยิ่งใหญ่ เจ้าวัฏจักร เจ้าวัฏจักร เราก็ว่า โอ้โฮ! มันอยู่ไกลแสนไกล

ประเทศไทยแต่เดิม ๑๖ ล้าน ตอนนี้ ๖๐–๗๐ ล้าน แล้วมนุษย์ ทรัพยากรมนุษย์นี้สำคัญ ทรัพยากร์มนุษย์เป็นผู้ที่สร้างเศรษฐกิจ ทรัพยากรมนุษย์เสียภาษี ทรัพยากรมนุษย์เท่านั้นที่ทำให้ชาตินี้เคลื่อนไหวไปไง

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่พญามารผู้ยิ่งใหญ่มันครอบงำหัวใจของสัตว์โลก นี่ไง แล้ววัฏจักร วัฏจักรอยู่ที่ไหน แล้วว่าจะเห็นกิเลส เห็นอย่างไร เวลาเห็นสติปัฏฐาน ๔ ไอ้ที่เห็นๆ มานี่ พญามารผู้ยิ่งใหญ่ที่มันเอาลูกหลานของมาร เอาครอบครัวของมันมาล่อไง ไอ้เราปฏิบัติๆ ปฏิบัติแล้วก็บูชากิเลสไง บูชามัน บูชา

เราปฏิบัติเพื่อจะสู้กับมันนะ เฮ้ย! ไม่ใช่ปฏิบัติแล้วไปบูชามันอีก

ถ้าสมัยหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ท่านเอาตายหมดล่ะ

©2026 sa-ngob.com

แก้จิตแก้ยากนะ แก้จิตแก้ยาก แก้พื้นฐานของเราให้ได้ก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาๆ ถ้าใครมีอำนาจวาสนา ถ้าทำความสงบของใจได้ แล้วออกฝึกหัดประพฤติปฏิบัติ ถ้ามันเป็นความจริง โอ๋ย! ท่านจะภูมิใจมาก

เพราะกึ่งกลางพระพุทธศาสนา ศาสนาจะเจริญอีกหนหนึ่ง มันจะเจริญขึ้นมาได้มันต้องมีผู้สืบทอด ตั้งแต่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ก็มีหลวงปู่ฝั้น หลวงปู่แหวน ครูบาอาจารย์เราเป็นธรรมทายาทชุดหนึ่ง

แล้วชุดต่อมา หลวงตาท่านบอกว่าท่านเป็นรุ่นหลัง มีหลวงปู่ลีอย่างนี้ มีท่านอาจารย์สิงห์ทองอย่างนี้ หลวงปู่จวนอย่างนี้ มีพระอรหันต์เป็นชั้นๆๆ มา มันส่งต่อมา มันทำให้วงการปฏิบัติ ให้ความปฏิบัติมันสืบต่อ มันมีข้อเท็จจริงไง

ธรรมะมีอยู่โดยดั้งเดิม

ไอ้พวกกิเลสอ้อยสร้อย ธรรมะมันมีอยู่ของมันแล้ว ปฏิบัติแล้วจะต้องนุ่มนวล ปฏิบัติแล้วมันต้องมีความสุข ปฏิบัติแล้วมันเข้ากับสังคม เดี๋ยวนี้โลกมันเจริญแล้วนะ ปฏิบัติแล้วเราต้องปฏิบัติไปกับโลกด้วย

โลกามิส เรื่องของโลกเหยียบย่ำทั้งนั้น

เราปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรม เรื่องของโลก เราอยู่กับโลก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระนางมหามายา พระเจ้าสุทโธทนะเป็นพ่อเป็นแม่ โลกทั้งนั้นน่ะ เพราะเราเกิดเป็นมนุษย์ไง นี่เหมือนกัน เราก็เกิดกับโลก เราก็อยู่กับโลก โลกก็ต้องอยู่กับโลก ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติไง มันต้องมีเครื่องอยู่ของใจ ถ้ามีเครื่องอยู่ของใจ มันจะฟื้นฟูขึ้นมาได้

สิ่งที่วงกรรมฐานที่มันยิ่งใหญ่มาได้ มันเป็นพื้นฐานของเราได้ แล้วเราเกิดมาเป็นมนุษย์เกิดมาพบ เกิดมาเห็นแนวทาง เราไม่ขวนขวาย เราไม่กระทำให้มันจริงจังขึ้นมา เหยียบแผ่นดินผิด ปฏิบัติไปบูชามัน พญามารผู้ยิ่งใหญ่

แต่ถ้าเอาจริงเอาจังของเรา เราฝึกฝนค้นคว้า มันจะยากมันจะง่าย เราก็ปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่นี่ เรากระทำของเรา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนาร้อสัตว์ขนสัตว์ก็รื้อหัวใจของเรา ถ้ารื้อหัวใจของเรา ถ้าพุทโธ อานาปานสติ ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้ามันสงบเข้ามา พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันก็ชั่วคราวๆ ทั้งนั้น เวลาชั่วคราวขึ้นมา ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ เวลามันเสื่อมสภาพของมันไปขนาดไหน เราเคยทำของเราให้มันเจริญงอกงามขึ้นมาได้ เราก็

©2026 sa-ngob.com

พยายามฝึกหัดเจริญงอกงามของเราขึ้นมา แล้วเราก็บำรุงรักษา การบำรุงรักษา หน่อของพุทธะไง คือหัวใจของเรา ถ้ามันกระทบกระเทือนสิ่งใด ให้มีสติปัญญาของมัน

บอกว่า สิ่งที่กระทบกระเทือนมันมีอยู่ประจำโลกอยู่แล้ว แล้วเราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาบนโลกนี้ มันจะไม่มีสิ่งนี้ มันเป็นไปได้อย่างไร ถ้ามันมีสิ่งนี้แล้ว แล้วไปกระทบกระเทือนมัน กระทบแล้วเราก็ปล่อย เราก็วางของเรา สติปัญญามันต้องฟื้นฟูกลับมา

ถ้าฟื้นฟูกลับมา แล้วถ้ามีสติ สติสามารถกางกั้นพายุแห่งอารมณ์ของเราได้ สติถ้ามันฝึกหัด มันฟื้นฟูขึ้นมา ฟื้นฟูขึ้นมาแล้วเราก็พยายามบริกรรมของเรา พยายามทำความสงบของใจเราเข้ามา ถ้าใจสงบ มีความสุขทั้งนั้นน่ะ ไม่ต้องมีใครมาพูดหรอก ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก

แต่ด้วยวุฒิภาวะที่มันอ่อนแอ “อ๋อ! ธรรมะมันเป็นอย่างนี้เอง อ๋อ! มันบรรลุธรรมของมันแล้ว”

เพราะบรรลุๆ นี่มันของชั่วคราว ตทังคปหาน ถ้ามันรู้จริงเห็นจริง มันของชั่วคราวทั้งสิ้น ของชั่วคราว ของชั่วคราวเพราะอะไร เพราะมันอ่อนด้อยด้วยสติด้วยปัญญา ของชั่วคราวๆ เวลามันชั่วคราว ผลที่มันตอบมาไง เวลาปฏิบัติบูชากิเลสๆ นี่เราปฏิบัติบูชาธรรมนะ จิตสงบแล้วมันก็เสื่อม ยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้เป็นครั้งเป็นคราว

นี่ไง เวลาหลวงตาพระมหาบัวท่านพูด ถ้ามันผิดพลาดคือมันไม่มีขณะ มันไม่มีขณะคือมันไม่นิโรธ

นิโรธคือขณะ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ

ทุกข์ดับ ขณะคือนิโรธ นิโรธนั่นน่ะคือสมุจเฉทปหาน

แต่เวลาจิตเราสงบแล้ว เราโดนกิเลสมันกลั่นแกล้ง กิเลสมันทำลาย เราก็ขุดคุ้ยค้นคว้ามา เวลาสติปัญญาของเราจับได้ ชี้ตัวๆ ก็ชี้หน้ามันเลย พอชี้หน้ามัน ก็ฝึกหัดปฏิบัติยกขึ้นสู่วิปัสสนา พอวิปัสสนาเป็น วิปัสสนาถ้ามีกำลังของมัน มันก็ถอยกรูดๆ เพราะอะไร

กิเลสกลัวอย่างเดียวคือกลัวธรรมะ กลัวธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

แล้วเราฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา ศีล สมาธิและปัญญา สมาธิและปัญญามันเกิดจากหัวใจของเรา เกิดจากหัวใจของเราเพราะเรามีความเพียร มีความวิริยะ มีความอุตสาหะ มีการกระทำ

นี่กิเลสมันกลัว มันกลัวศีล กลัวสมาธิ กลัวปัญญา ปัญญาที่ฝึกหัด ที่แยกแยะ ที่เป็นภาวนามยปัญญา ภาวนามยปัญญา วิธีการดับทุกข์ไง ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ วิธีการดับทุกข์

©2026 sa-ngob.com

มรรค ๘ เป็นเครื่อง เป็นมรรคเป็นผล เป็นมรรคที่เราฝึกหัดปฏิบัติ เวลามันเป็นข้อเท็จจริงขึ้นมา กิเลสมันถอยกรูดๆๆ มันกลัวแล้วมันหลบมันซ่อนๆ

กิเลสเป็นยางเหนียว กิเลสนี้มันเป็นแก่นกิเลส กิเลสมันเจ้าวัฏจักร พญามารเจ้าวัฏจักรที่ผู้ยิ่งใหญ่มันครอบงำจิตใจ มันไม่มีต้นไม่มีปลาย มันซับมันซ้อนอยู่ในใจของเรา สิ่งที่เป็นกิเลสๆ มันนอนเนื่องมา จะคิดอะไร จะว่าอย่างไร อนุสัยมันนอนเนื่องมากับจิตตลอด จะคิด จะพูด จะทำสิ่งใด กิเลสทั้งนั้น กิเลสทั้งนั้น

เราทำความสงบของใจเข้ามาๆ เวลาจิตมันสงบทำไมมันปลอดโปร่งล่ะ ทำไมจิตสงบแล้วมัน แหม! มันมีความสุข มันรื่นเริง

เวลาผู้ที่ภาวนา ครูบาอาจารย์ที่ท่านเดินจงกรมๆ เวลาจิตมันสงบขึ้นมาเหมือนจะเหาะจะลอย มันลอยไปลอยมา เดินจงกรมน่ะลอยไปลอยมา เวิ้งว้างไปหมด สติสมบูรณ์แบบ ไม่ใช่ว่าว่างๆ ว่างๆ เวิ้งว้างจนจับต้องสิ่งใดไม่ได้

ไม่ใช่ สติสมบูรณ์ มันเบา มันแก้กิเลสได้ไหม

ไม่เห็นมันแก้กิเลสอะไรได้นะ เดินจงกรมเหมือนมันจะเหาะเหินเดินฟ้านะ ลอยไปลอยมา ๒ วัน ๓ วันเดี๋ยวเสื่อมหมดแล้ว

เวลาเดินเหมือนจะเหาะจะลอยเลยนะ แล้วพอจะลอย มีกำลังแล้วใช้ปัญญาเลย ปล่อยมันเข้าสู่ปัญญา

ถ้ามันเห็นกายของมัน มันพิจารณากายของมัน เวลามันเข้าสู่ปัญญา พิจารณากาย ถ้ามันจับกายของมันได้ ถ้ามันแยกส่วนขยายส่วน มันเป็นนะ พับๆๆ โอ้โฮ! เร็วมาก เร็วมากๆ ความว่าเร็วนะ ปัจจุบันไง มันไม่มีระหว่างเลย พับๆๆๆ ถ้ากำลังมันพอก็ย้อนกลับมา พอกำลังมันพอ พับๆๆ ขาดไหม ขาดคือสมุจเฉทปหานไง

มันไม่ขาด แก่นของกิเลสไง กิเลสเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ มันนอนเนื่องมากับเรา ทั้งๆ ที่เราปฏิบัตินะ นี่วิปัสสนานะ วิปัสสนาเกิดจากอะไร

เกิดจากสมถกรรมฐาน

สมถกรรมฐานคืออะไร

นี่ไง จิตสงบแล้ว ตัวจิตเดิมแท้ ตัวจิตนั่นน่ะ สมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน ฐานที่จะฟาดจะฟันกิเลสที่มันนอนเนื่องมากับใจที่ไม่มีต้นไม่มีปลาย ไม่บูชามัน ไม่ให้มันเกรี้ยวกราด ไม่ให้มันออเซาะ ไม่ให้มันฉอเลาะ พิจารณาไป

©2026 sa-ngob.com

ถ้าไม่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มันจะเป็นศากยบุตรได้อย่างไร

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านสร้างธรรมทายาทๆ ถ้าไม่เป็นจริงมันจะเกิดเพชรน้ำหนึ่งได้อย่างไร ถ้ามันจะเกิด มันก็ต้องเกิดจากวิธีการดับทุกข์ พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ มันก็ปล่อยชั่วคราวๆ ถ้าปล่อยไม่มีขณะ ทั้งนั้น ไม่มีขณะ

มันก็เป็นวาสนา

“ทำไมต้องมีขณะ เราก็ไม่มีขณะ แล้วทำให้มีขณะมันทำไม่ได้ มันจะเป็นอย่างไรล่ะ”

ก็ทำซ้ำๆ ทำซ้ำไป เพราะขณะนั้นคือจบ จบกระบวนการของมัน เริ่มต้น ท่ามกลางและที่สุด ถึงที่สุด ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก

มันไม่ถึงที่สุด มันครึ่งๆ กลางๆ ต้นคด ท่ามกลางไปได้หรือไม่ได้ ต้นคด ปลายตรงไม่มีต้นตรง ท่ามกลางทำแล้วทำเล่า พยายามฝึกฝน ค้นคว้า ทำซ้ำ ตรวจสอบ ทำของเรา มันอยู่ที่วาสนาของเรา กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา เพราะเราสร้างอำนาจวาสนาของเรามา

แล้วเรามาเกิดเป็นมนุษย์ เกิดท่ามกลางพระพุทธศาสนา มีหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นวางข้อวัตรปฏิบัติไว้ แล้วเราก็ทำข้อวัตรปฏิบัติ เราก็ฝึกหัดอย่างนั้น แต่กิเลสของเรามันปลิ้นปล้อน กิเลสของเรามันแซงหน้าแซงหลัง กิเลสของเรามันพลิกมันแพลง เราถึงล้มลุกคลุกคลาน เราถึงทำแล้วมันไม่เป็นสัจจะความจริง ปฏิบัติธรรมไม่สมควรแก่ธรรม

ถ้ามันสมควรแก่ธรรม มันต้องเป็นตามข้อเท็จจริงที่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้วางไว้แล้ว เราประพฤติปฏิบัติของเราถ้ามันเป็นข้อเท็จจริงๆ แล้วข้อเท็จจริงอย่างนี้มันเจริญแล้วเสื่อมๆ

เวลาเจริญมันดีงามทั้งนั้น เวลาเสื่อมมันจะแก้ไขอย่างไร เวลาเสื่อมแล้วเราพยายามจะฟื้นฟูอย่างใด

ฟื้นฟูขึ้นมาให้มีฐานที่มั่น ฟื้นฟูแล้ว พอฐานที่มั่น ถ้ามันสงบแล้วมีกำลัง มันจะไปใช้ปัญญา

ปัญญาพิจารณาแล้วลุ่มๆ ดอนๆ เอียงข้างไปข้างมา มันไม่สมดุลพอดี ทางสายกลางมันไม่สมดุลพอดี ซ้ำแล้วซ้ำเล่า เวลามันขาด เวลาสมุจเฉทปหานนะ นี่ไง กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ ไอ้ขันธ์ ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ขันธ์ ๕ นี่มันข้อเท็จจริงนะ ขันธ์นี้ ๕ ไม่ใช่เรา มันขาดกระเด็นออกไป อู้ฮู! เป็นคนละทวีปเลย มันเข้ามาต่อกันไม่ได้เลย เพราะอะไร

เพราะกิเลสมันตาย

©2026 sa-ngob.com

มันตายด้วยอะไร

วิธีการดับทุกข์ด้วยมรรค ๘ ด้วยภาวนามยปัญญา

มันตายเพราะอะไร

ขณะนิโรธดับ ดับมันทั้งสิ้น

พอดับมันแล้ว แล้วมันเหลืออะไร

นี่มันเป็นข้อเท็จจริง ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มันเป็นสมุจเฉทปหาน สมุจเฉทปหานมีได้ครั้งเดียว

แต่ไอ้ลุ่มๆ ดอนๆ ไอ้ผลุบๆ โผล่ๆ ไอ้พิจารณาแล้วพิจารณาเล่า ได้เป็นล้านๆ ครั้ง ได้แล้วได้เล่า ได้แล้วได้เล่าเพราะวาสนาของเราไง

แล้วพวกเรา พวกที่ภาวนาแล้วต้นก็คด ท่ามกลางก็ไปไม่ได้ ถึงที่สุดจุดสรุปไม่มี พวกเราเลยไม่ต้องมีไง ไม่ต้องมีมันก็ไม่มีมรรคไม่มีผลไง

“พวกเราไม่ต้องมีก็ได้ ให้พวกที่มีเขามีของเขาไป”

พวกที่เขามี มีเพราะมีข้อเท็จจริง ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ธรรมะประกาศท่ามกลางหัวใจ ขันธ์ ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ขันธ์ ๕ ขันธ์ ๕ ไม่ใช่ทุกข์ ทุกข์ไม่ใช่ขันธ์ ๕ พิจารณากายๆ กายแปรสภาพหมด แยกออกหมดเลย พอแยกออกหมด สิ่งที่เป็นสังโยชน์ขาด นี่คุณธรรมมันเกิดขึ้นในใจ ถ้าใจมันเป็นธรรมแล้ว ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก มารเริ่มร้อนตัว บุคคลคู่ที่ ๑ ยังไม่เข้าถึงพญามาร

ครอบครัวของมาร เห็นไหม เริ่มต้นเราตีจากชายขอบเข้าไป

ผู้ที่ปฏิบัติเป็น เห็นไหม ว่าใจของเขาเปรียบเหมือนหัวหอม หอมแดงเวลาเขาปอกเป็นชั้นๆๆ เข้าไป เวลาผู้ที่ปฏิบัตินะ มันเป็นข้อเท็จจริงนะ ถ้าข้อเท็จจริง ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ไม่ต้องให้ใครไปส่งเสริมเอินยอ ยกยอปอปั้น ไม่

ปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก

แต่เวลาปฏิบัติเริ่มต้น กิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสเป็นเรา เราเป็นกิเลสไง แล้วเราไม่เห็นกิเลส เราถึงไม่ได้ต่อสู้กับกิเลสไง เราไหลตามกิเลสไปตลอด กิเลสเป็นผู้ปลิ้นปล้อน กิเลสเป็นผู้ที่พลิกแพลง กิเลสเป็นผู้กำหนดเกม กิเลสทำให้เราเล่นของเราไป เพราะรู้ว่าเรามาปฏิบัติ เราอยากจะประพฤติปฏิบัติ กิเลสมันก็สมอ้างตีเนียนเข้ามาไง ว่ามันเป็นธรรมๆ แล้วเราเชื่อมันหรือ

©2026 sa-ngob.com

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้ปรารถนาอย่างนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้ผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม แล้วสมควรแก่ธรรม ผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม โลกนี้จะไม่ว่างจากพระอรหันต์เลย

แล้วถ้ามันสมควรๆ สมควรอยู่ที่วุฒิภาวะเรานี่ไง ถ้าวุฒิภาวะของเรา เราทำของเราแล้ว ถ้ามันไม่เป็นจริง มันไม่เป็นจริงคือเริ่มต้น ท่ามกลาง มันไม่มีที่สุด

ถ้ามันมีที่สุด ขณะ ดับหมด รู้เองเห็นเองชัดๆ มันกังวานกลางหัวใจ เพราะอะไร เพราะบุคคลคู่ที่ ๑ เป็นบุคคลที่เชื่อถือได้ ไม่พูดนอกจากเรื่องพระพุทธศาสนา ไม่ถือมงคลตื่นข่าว ปิดอบายภูมิเด็ดขาด ไม่ลงไปสู่อบายภูมิ ถ้าจะต้องเกิดอีกก็เกิดบนสวรรค์ แล้วถ้าเกิดเป็นมนุษย์ๆ ไง ถ้าจะให้ดับก็ต้องฝึกหัดประพฤติปฏิบัติเริ่มต้นต่อเนื่องเป็นบุคคลคู่ที่ ๒ คู่ที่ ๓ แล้วคู่ที่ ๔ นั่นแหละเจ้าวัฏจักร คู่ที่ ๔ มันลึกลับซับซ้อนอยู่ในหัวใจอีกมากมายมหาศาล

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านถึงบอกไง “แก้จิตแก้ยากนะ แก้จิตแก้ยากนะ”

จะแก้มันอย่างไร

แต่ถ้ามันมีบุคคลคู่ที่ ๑ ในหัวใจแล้ว เขาเรียกว่าภาวนาเป็น

ในวงกรรมฐานบอกว่า ผู้ที่มีดวงตาเห็นธรรมปล่อยวางได้ ผู้ที่พาดกระแส ถ้าพาดกระแสแล้ว จิตดวงนั้นต้องไปถึงพระอรหันต์แน่นอน จิตดวงนั้นต้องไปถึงที่สุดแห่งทุกข์เด็ดขาด เพียงแต่ว่าจะช้าหรือเร็วเท่านั้น

แต่เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติของท่าน ท่านทำของท่านจนถึงที่สุดแห่งทุกข์ เพราะท่านเป็นอาจารย์ ท่านจะต้องบอกวิธีการ บอกการกระทำในหัวใจของลูกศิษย์ลูกหาที่จะต้องพ้นออกไปจากเจ้าวัฏจักรพญามารผู้ยิ่งใหญ่

หลวงปู่มั่นๆ เวลาท่านปฏิบัติไป “กำลังยังไม่พอ กำลังยังไม่พอ” เพราะท่านยังไม่ถึงที่สุดไง เวลาถึงที่สุดแล้วนะ “มา แก้จิตแก้ยากนะ หาผู้แก้ได้ยาก ผู้เฒ่าจะแก้ว่ะ ปฏิบัติมา” เพราะอะไร เพราะว่าท่านเป็นโรงงานใหญ่

หลวงตาพระมหาบัวท่านชื่นชมมาก “หลวงปู่มั่นเป่ากระหม่อมเรามา หลวงปู่มั่นเป่ากระหม่อมเรามา”

คำว่า “หลวงปู่มั่นเป่ากระหม่อมเรามา” เวลาท่านประพฤติปฏิบัติเข้าไป แล้วท่านเข้าไปเผชิญกิเลสในหัวใจของท่าน มันไม่เท่าทันมันน่ะ มันไม่เท่าทันมัน พอไม่เท่าทันมัน ขนาดไหนก็

©2026 sa-ngob.com

แล้วแต่ ก็ต้องกลับมาหาหลวงปู่มั่น จนสุดท้ายหลวงปู่มั่นท่านนิพพานไปก่อน ท่านบุคคลคู่ที่ ๓ จะขึ้นคู่ที่ ๔ นั่นแหละ อู๋ย! นั่นแหละสติ มหาสติ เวลาปัญญา มหาปัญญา

เวลาปัญญาๆ ปัญญาที่เราใช้ปัญญาๆ มันเป็นปัญญาเริ่มต้น เห็นไหม เวลาทำสมาธิๆ ไร้เดียงสา เจื้อยแจ้วเลยล่ะ เวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมามันจะเข้าสู่อริยสัจ ถ้าเข้าสู่อริยสัจ มันไปทางอื่นไม่ได้ ทางในการประพฤติปฏิบัติมีทางนี้ทางเดียวเท่านั้น

ในลัทธิศาสนาใดๆ ไม่มีอริยสัจ ไม่มีมรรค มีพระพุทธศาสนานี้เท่านั้น แล้วถ้ามีพระพุทธศาสนานี้เท่านั้น เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมาต้องให้เข้าสู่ความเป็นจริงไง เวลาเข้าสู่ความเป็นจริง เราก็ต้องฝึกหัดปฏิบัติ มีอำนาจวาสนามากน้อยขนาดไหน เราพยายามขวนขวายของเรา

เวลาหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นท่านแก้จิตๆ ไง เวลาคนที่ไม่มีวาสนานะ จะไปควบคุมเขาเข้มข้น มันทำไม่ได้ คนไม่ได้มันเหมือนของสุดวิสัย สุดวิสัยคือสุดวิสัย ก็สร้างอำนาจวาสนาบารมี ฝึกหัดปฏิบัติของเราให้เป็นจริตนิสัยของเราไป

แต่ถ้ามีวาสนานะ ท่านเข้มข้นเลย เพราะอะไร เพราะมันหายาก หาผู้ที่สร้างอำนาจวาสนามาโดยไม่ขาดวรรคขาดตอนมันหาได้ยาก ส่วนใหญ่พญามารผู้ยิ่งใหญ่ เดี๋ยวก็ทำดี เดี๋ยวกิเลสมันก็ปลิ้นปล้อน แล้วถ้ากิเลสมันเกรี้ยวกราด กิเลสเป็นเรา เราไปกับมันสิ

เวลากิเลสเป็นเรา เห็นไหม ถึงจะเกรี้ยวกราด ถึงจะออเซาะฉอเลาะ ถูกหมด เราทำดีแล้วทำไมไม่ได้ดี เราปฏิบัติแล้วทำไมจิตเรามันไม่สงบ

มันก็บอกอยู่ในตัวมันแล้วมันไม่สงบ เราก็พลิกแพลงของเรา เราจะต้องหาหนทางของเรา เราจะหาหนทางของเรา เพราะเราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา นี้คือโอกาสทอง โอกาสทองที่เรายังเห็นทางจงกรมเป็นที่น่ารื่นเริง เวลากิเลสมันยิ่งใหญ่นะ มันไม่กล้าหันหน้าเข้าทางจงกรมนะ แม้แต่หันหน้าเข้าวัด มันยังไม่หันหน้าเข้าวัดเลย

แต่ถ้าเวลาเป็นธรรมๆ นี่โอกาสทองของเรา โอกาสทอง เพราะศรัทธา เพราะความมั่นคง เพราะการกระทำ แล้วทำของเรามากน้อยขนาดไหนให้หัวใจเรามีจุดยืน มีความมั่นคง ฝึกหัดปฏิบัติ

สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี จิตสงบแล้ว สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนา ยกขึ้นสู่วิปัสสนา เห็นไหม บุคคลคู่ที่ ๑ เวลาสมุจเฉทปหาน ขาด พยายามศึกษาค้นคว้าขึ้นไปเป็นบุคคลคู่ที่ ๒ เวลาบุคคลคู่ที่ ๒ กิเลสมันก็ละเอียดรอบคอบมากขึ้น เราพิจารณาของเราซ้ำแล้วซ้ำเล่าขึ้นมา ถ้าสมุจเฉทปหาน มันขาด โลกนี้ราบหมด กายกับจิตแยกออกจากกันโดยธรรมชาติของมัน

©2026 sa-ngob.com

สิ่งนี้เราต้องศึกษาค้นคว้า เวลามันจะสืบต่อเนื่องไปได้ยาก เพราะโลกนี้ราบเป็นหน้ากลอง จิตกับกายแยกออกจากกันโดยสัจจะโดยความจริง แล้วจะสืบต่ออย่างไร แต่ได้ สืบต่อไปได้มันก็เป็นอสุภะ บุคคลคู่ที่ ๓

บุคคลคู่ที่ ๓ เป็นมหาสติ มหาปัญญา เวลาพิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ เวลามันขาด มันมีเล่ห์กลนะ อนาคามี ๕ ชั้น มันมีเศษมีส่วน มีการวิปัสสนา มีการกำจัดของมัน ถ้าหลงผิด มันคิดว่าตรงนั้นใช่

ไม่ใช่

เวลาพิจารณาซ้ำ หมดเลย สืบต่อไม่ได้ เพราะนี่เป็นขันธ์ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สังขารขันธ์ นี่คือสติปัญญา เวลาเป็นจริงๆ ญาณ ญาณจะเข้าไปสู่ผู้รู้ เข้าไปสู่อวิชชา

จิตเดิมแท้นี้ผ่องใส จิตเดิมแท้หมองไปด้วยอุปกิเลส จิตเดิมแท้นี้ผ่องใส จิตเดิมแท้เป็นผู้ข้ามพ้นน่ะ เป็นผู้เข้าไปกำจัด พญามารผู้ยิ่งใหญ่มีอำนาจวาสนามาก เจออรหัตตมรรคเข้าไปสัจจะความจริงขึ้นมา ภวาสวะ ทำลายภพ ทำลายชาติ กิเลสเกรี้ยวกราดออเซาะฉอเลาะ ตายหมด ยถาภูตัง เกิดญาณทัสสนะว่ากิเลสตายทั้งสิ้น เป็นธรรมธาตุ ธาตุแห่งธรรม เอวัง

©2026 sa-ngob.com