

เทศน์เช้า วันที่ ๑๖ กรกฎาคม ๒๕๕๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

เมื่อวานเขามาหากันเยอะ ทุกคนเวลาฟังเทศน์แล้วก็อยากฟังทุกข์ ทุกคนถามเลยว่าอยากฟังทุกข์ทำอะไร? นี่เวลาทำมาหากินก็ทุกข์ยากอยู่แล้ว อยากฟังทุกข์ ความคิดว่าอยากฟังทุกข์ มันเป็นความอยาก เห็นไหม ศรัทธาความเชื่อ.. ยังดีนะยังมีความอยากฟังทุกข์ ถ้าอยากฟังทุกข์ อย่างเรานี้เราก็อยากฟังทุกข์ แล้วมาวัดเรามาทำอะไรกัน? เรามาวัดเราก็ต้องพยายามของเรานะ คนอยากฟังทุกข์มันก็ต้องมีเหตุ เราอยากฟังทุกข์เฉยๆ มันจะฟังทุกข์ไม่ได้หรอก

ฉะนั้น เวลาประพฤติปฏิบัติ เวลาทำเข้าไปมันมีปัจจัยตัวแปรเยอะแยะเลย อากาศ สถานที่ หมุกณะ อาหาร ทุกอย่างมันมีตัวแปรเข้ามาเราทั้งหมดเลย ทีนี้ไอ้สิ่งนั้นถ้าเรามีความตั้งใจ จงใจนะ สิ่งนั้นเป็นเรื่องประเด็นรองหมดเลยนะ เวลาอยู่กับหลวงตาท่านจะบอกเลยนะ ท่านจะไม่ให้สร้างกุศล ท่านจะไม่ให้สร้างอะไรเลย ท่านบอกว่าเอาไว้กินเอาไว้นอนหรือ? เรื่องกิน เรื่องนอน เป็นเรื่องใหญ่ใช่ไหม?

มนุษย์เรานี้เรื่องกินเรื่องนอนเป็นเรื่องใหญ่มาก เรื่องการกินกับการนอน ทีนี้การกินกับการนอน เราเห็นประโยชน์ของการประพฤติปฏิบัติแล้วนะ เห็นประโยชน์ เห็นคุณธรรม ไอ้เรื่อง การกิน การนอน ทำไมพระเจ้า เห็นไหม ชุดงควัตรอยู่ในเรือนว่าง นี่ได้มาต้องถือชุดงควัตร เพราะอะไร? เพราะการกิน การนอน ก็เลสมันออกช่องนี้แหละ

ทีนี้พอเราประพฤติปฏิบัติ ทุกคนจะวิตกวิจารณ์มากเรื่องความเป็นอยู่ เรื่องความเป็นอยู่ ถ้าเราวิตกวิจารณ์กับมัน มันก็เป็นความกังวล ว่าอย่างนั้นเลยนะ เป็นความกังวล เราถึงว่าถ้าเราอยากฟังทุกข์ เราตั้งความหวังไว้ พอเราประพฤติปฏิบัติขึ้นไป เริ่มต้นนี้ยากมาก เห็นไหม คนจะทำงานก่อสร้าง เริ่มต้นการปรับพื้นที่ แล้วพื้นที่สูงต่ำเข้าต้องใช้รถแทรกเตอร์ เขาต้องใช้รถไถ ดันเข้าไปกว่าจะปรับพื้นที่ได้

นี่ก็เหมือนกัน เริ่มต้นในการประพฤติปฏิบัติของเรา เราแค่หาความสงบของใจก่อนนะ เราจะปรับพื้นที่ของเรา ถ้าปรับพื้นที่ของเราได้แล้วเราก็จะฝึกใช้ปัญญา ปัญญาที่จะชำระกิเลส

มันเป็นโลกุตตรปัญญา ไม่ใช่ปัญญาความคิดเราหรือ ปัญญาที่เราคิดๆ กันอยู่นี้ มันเป็นปัญญา
อบรมสมาธิ ถ้ามีศรัทธาความเชื่อ เรามีศรัทธา เรามีความเชื่อของเรานี้ ปัญญามันเป็นแง่บวก แง่
บวกจากการที่มันเป็นธรรมนะ แต่เป็นแง่ลบ แง่ลบเพราะทิฏฐิมานะของเรา เพราะความเห็นของเรา
เพราะมุมมองของเรา

กิเลสตัดหาความทะยานอยากมันมีอยู่ในหัวใจอยู่แล้ว นี่ความคิดขนาดไหนก็แล้วแต่มัน
จะมีกิเลสบวกออกมาเป็นธรรมดา การที่มีกิเลสบวกมาเป็นธรรมดา แต่เรายังมีความเชื่อ เพราะมี
ศรัทธาความเชื่ออยากพ้นทุกข์ใช่ไหม? พออยากพ้นทุกข์เราคิดแต่เรื่องสิ่งที่ดีๆ คิดตริกในธรรม
พอตริกในธรรม ผลของการประพฤติปฏิบัติ ที่สุดของการกระทำของมันก็คือสมณะ คือการ
ปล่อยวาง เห็นไหม

การปล่อยวางเพราะเราตริกในธรรม แต่เพราะมันมีวิชาในตัวเราใช่ไหม? มันมีวิชา
มันมีมุมมอง มันมีความเห็นของเรา สิ่งนี้มันถึงเป็นโลกียปัญญา โลกียปัญญามันคิดมาจากเรา
เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเยี่ยมมาร

“มารเอ๋ย เธอเกิดจากความดำริของเรา”

อวิชชามันอยู่หลังความคิด ความดำริ ดำริจะทำให้เกิดความคิดออกมา ทีนี้ในเมื่อ “มาร
เอ๋ย เธอเกิดจากความดำริของเรา” เกิดจากความดำริ ก่อนจะเริ่มความคิดเพราะมันเป็นอนุสัย มัน
นอนเนื่องออกมา เหมือนพลังงานเลย พลังงานที่มันออกไปนี้ ตัวพลังงานที่มันขับเคลื่อนออกไป
มันมีพลังงานของมันด้วย มันมีโทษมีคุณของมันไปด้วย สิ่งที่เป็นโทษ เห็นไหม วิชา อวิชชา

ถ้าเป็นวิชาใช่ไหม? เราคิดแต่สิ่งที่ดีๆ เราคิดทำแต่สิ่งที่ดีๆ เราถึงต้องตั้งสติ เวลามันคิดที่
ไม่ดีนี้เราขยับยังไม่ไหว เราตั้งสติไว้ แล้วเราใคร่ครวญของเราว่าเราปรารถนาอะไร? เราต้องการ
สิ่งใด? เรามาเพื่อสิ่งใด ฉะนั้น มาเพื่อสิ่งใดแล้วนี้เราต้องอดทน เห็นไหม ความอดทนเป็นขันติ
บารมี เช่นในการต่อสู้กับเวทนา ถ้าเวทนาเกิดขึ้นมา เราพุทโธ พุทโธ นี่เราไปขันติบารมีไว้เฉยๆ

แต่ถ้ามันเป็นปัญญานะ เป็นปัญญาการใคร่ครวญ เราต้องใคร่ครวญไปเลยว่าเนื้อ เอ็น
กระดูก เลือดต่างๆ สิ่งที่เป็นผิวหนังมันเป็นความปวดไปไม่ได้ไหม? มันเป็นความปวดไปไม่ได้
หรือ? สิ่งนี้มันไม่เป็นความปวด แต่ทำไมมันปวดล่ะ? มันปวดเพราะมันเป็นสิ่งที่มีชีวิต พอสิ่ง
ที่มีชีวิตมันมีการไหลเวียนของโลหิต มันต้องการไหลเวียนไปเพื่อความสมดุลของมัน

แต่เวลาเรามา นั่งอยู่แล้วมันไม่สมคูลของมัน แต่มันก็สมคูลในทำนองนี้แหละ แต่เพราะกิเลสมันก็อ้างของมันไป ร้อยแปดพันเก้า เห็นไหม ความคิดเรามันอ้างไป ร้อยแปดแหละ พออ้าง ร้อยแปดมันก็ทำให้จิตใจเราอ่อนแอ ถ้าจิตใจเข้มแข็ง จิตใจมีจุดยืนขึ้นมา ี่อะไรมันก็ทำให้สำเร็จหมดใช่ไหม? ถ้าจิตใจมันอ่อนแอขึ้นมา อะไรก็สู้ไม่ไหวใช่ไหม? นี่กิเลสมันทำให้อ่อนแอไปหมดเลย สิ่งต่างๆ อ่อนแอไปหมด

สิ่งที่อ่อนแอ เห็นไหม นี่ใช้ปัญญาใคร่ครวญมัน ใช้ปัญญาใคร่ครวญในเวทนา มันเป็นการต่อสู้กับเวทนา ความปล่อยวางมันต่างกัน ความปล่อยวางนี่ขันติบารมีอดทนเฉยๆ แต่อาศัยธรรมเกาะไว้ อาศัยพุทโธเกาะไว้ อาศัยสติเกาะไว้ มันเป็นขันติบารมีคือการอดทน แม้แต่การอดทนเฉยๆ เรายังเอาชนะความเจ็บปวด เอาชนะสิ่งที่มันเร้าเราได้เลย แล้วถ้าปัญญามันใคร่ครวญ มันมีเหตุมีผล มันปล่อยวางขึ้นมา มันลึกซึ้งกว่ากัน

ความปล่อยวางของปัญญา กับความปล่อยวางของขันติ ความปล่อยวางของสมณะมันต่างกัน ความต่างกัน เราเห็นความต่างตรงไหน? นี่เราไม่เห็นความต่างเลย เห็นไหม เวลาเรากำหนดพุทโธนี้ว่างๆ ว่างๆ ก็ว่ากันไป ว่างๆ มันเป็นความว่างจากการตรีกในธรรม มันเป็นโลกีย์ปัญญา มันเป็นสามัญสำนึก มันเป็นธรรมดา

พายุจะรุนแรงขนาดไหน พอผ่านกาลเวลาพายุมันก็สงบตัวลงเป็นธรรมดา อารมณ์จะรุนแรงขนาดไหน จะทุกข์ขนาดไหน ถึงที่สุดนะทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ แล้วทุกข์ดับไป มันก็มีเท่านั้นแหละ เราจะภาวนาไม่ภาวนามันก็ทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ แล้วทุกข์ดับไป แต่ถ้าไม่ภาวนาไม่มีสติ เวลาทุกข์เกิดขึ้นมาแล้วมันให้ผลเป็นโทษมาก แล้วมันทำให้เกิดทุกข์ซ้ำๆ เข้าไปได้ เพราะอะไร?

เพราะทุกข์ขึ้นมาแล้วทำลายตัวเอง ทำให้มันทุกข์ๆ ขึ้นไป เห็นไหม แต่ถ้ามีปัญญา ทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ ทุกข์ดับไป ถ้ามีปัญญาใคร่ครวญทุกข์มันต้องดับไป ดับไปเพราะเหตุ เพราะผล เพราะมันมีเหตุมีผลขึ้นไป นี่มันทุกข์เพราะอะไรล่ะ? มันเป็นธรรมดาสามัญก็เป็นอย่างนี้แหละ ถ้าธรรมดา จิตมันปล่อยวางแล้วมันก็เรื่องธรรมดา

โลกมันเป็นไป สัจจะมันเป็นอย่างนี้ ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้อยู่แล้ว แต่เพราะความไม่พอใจของเรา เพราะความขัดแย้งของเรา เพราะความยึดมั่นถือมั่นของเรา เพราะใจมันไปโต้แย้งเอง ใจมันไปขวางเขาเอง ใจมันไปขวางสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา ใจมันไปขวางสัจจะของชีวิต ใจ

มันไปขวางทุกๆ อย่างเลย พอใจไปขวางขึ้นมา ใจก็โดนกระทบกระเทือนใช่ไหม? พอใจกระทบกระเทือนขึ้นมา ใจมันก็เจ็บปวดใช่ไหม?

นี่ถ้าเราไม่มีปัญญารุ่งไป เห็นไหม สรรพสิ่งมันเป็นอย่างนี้ ธรรมะมันอยู่กับตัวเรานี่แหละ แต่เราไม่เคยเห็น แล้วเราไม่เคยเข้าใจ เราไปมองว่าธรรมะอยู่ในตู้พระไตรปิฎก ธรรมะอยู่ในการศึกษา ธรรมะอยู่ในการค้นคว้า ธรรมะอยู่ข้างนอก.. มันไม่ใช่ ธรรมะเวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาสั่งธรรม เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากราบธรรม กราบธรรม

ธรรมะมันมีอยู่ในตัวเรานี่แหละ ธรรมะมันมีอยู่แล้ว แต่เราส่งออกไป มันเป็นเรื่องของบุคคลอื่น ไม่ใช่เรื่องของเรา ถ้าในการวิปัสสนาของเรามันต้องพิจารณาเรื่องบุคคลของเรา ทีนี้เรื่องบุคคลของเรา พอย้อนกลับเข้ามาแล้ว ในหัวใจมันก็ว่าเป็นเรื่องของเรา มันก็ไม่ใช่อีก มันไม่ใช่เพราะอะไร? เพราะมันเป็นใจกับอาการของใจ มันเป็นระหว่างจิตว่าใจกับเงาของใจ

เงา อาการของใจ เราไปค้นคว้ากันที่เงาของมัน เห็นไหม ทีนี้เราใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็เพื่อให้เงามันหดตัวเข้ามา ให้เงามันล่นเข้ามาไปถึงสัจจะความจริง คือเนื้อจิต เนื้อของจิต นี่มันละเอียดเป็นชั้นๆ เข้ามาอย่างนี้ ส่งออกไปข้างนอกก็เป็นเรื่องของภายนอก นี่ความคิดภายในเวลาคิดออกมามันก็ส่งออกไปแล้ว เพราะมันคิดออกมาจากใจ

คำริ ความเห็นนี้ ความเห็นที่มันออกมาจากพลังงาน ตัวพลังงานคือตัวใจ ตัวความคิดมันเป็นอาการของใจ นี่แล้วถ้าใช้ปัญญาอบรมสมาธิมันก็ปล่อยวางที่อาการของใจ ก็เข้าไปสู่ตัวใจ ถ้าสู่ตัวใจขึ้นมา ถ้าเกิดที่เรามีอำนาจวาสนาหรือเรามีการฝึกฝน ต้องฝึกฝน ถ้าไม่ฝึกฝนมันก็สงบตัวเข้าไปเฉยๆ แต่ถ้ามีการฝึกฝน เห็นไหม ให้มันออกใช้ปัญญา ออกใช้ปัญญาก็เป็นโลกุตระปัญญา นี่โลกุตระปัญญามันเกิดตรงนี้ ปัญญาฆ่ากิเลสมันเกิดตรงนี้ ไม่ใช่ว่าเกิดใช้ปัญญาๆ เป็นการฆ่ากิเลส

ใช้ปัญญามันก็ถูกต้อง คำว่าถูกต้องมันเป็นสัจจะความจริง สัจจะความจริงคนมีความคิดใคร่ คนเรามีความคิด คนเรามีความรู้สึก จะบอกให้ไม่มีไม่ได้ แต่มันมีนี่มันมีโดยกิเลสไป มันมีโดยอวิชชามันบวมมา เราถึงต้องใช้สมณะ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิเพื่อจะลดแรงของกิเลส ลดแรงของสิ่งที่บวมมาให้มันมีคุณค่าที่สะอาดขึ้นมา มันก็เป็นสมาธิขึ้นมา

แล้วสมาธิมันเป็นอนิจจังได้ไหม? สมาธิมันก็เป็นอนิจจัง เพราะมีเหตุมีผลขึ้นมา มันก็เป็นสมาธิขึ้นมา มันก็ปล่อยวางขึ้นมา แต่พอปล่อยวาง พลังงานมันไม่มีอะไรคงที่หรอก มันก็กลับไปสู่สามัญสำนึกของมัน พอสู่สามัญสำนึกของมัน เราก็ต้องใช้ปัญญาไล่เข้ามา นี่มันต้องฝึกฝนบ่อยครั้งๆ ชำนาญในวสี ชำนาญในเหตุในผล คนขับรถเป็นเขาขึ้นถึงพวงมาลัย นี่คนขับรถเป็นคนว่ายน้ำเป็น คนว่ายน้ำเป็น ผลักตกน้ำมันว่ายน้ำเป็นโดยธรรมชาตินะ คนว่ายน้ำไม่เป็น ผลักตกน้ำมันจมน้ำตายนะ

นี่ก็เหมือนกัน ชำนาญในวสีมันทำงานเป็น พอทำงานเป็นมันรักษาหัวใจมันเป็น ถ้ารักษาหัวใจเป็น สมาธิมันจะเสื่อมไปไหน? สมาธิว่าเจริญแล้วเสื่อม เจริญแล้วเสื่อม มันจะเสื่อมไปไหน? เหมือนคนว่ายน้ำเป็นมันจะไปกลัวน้ำที่ไหนล่ะ? ลงน้ำเมื่อไหร่มันก็ว่ายน้ำได้เท่านั้นแหละ มันรักษาตัวเองในน้ำ ในแหล่งน้ำต่างๆ มันรักษาตัวเองได้ตลอดเวลา

นี่ก็เหมือนกัน เราชำนาญในวสี นักปฏิบัติเราต้องชำนาญตรงนี้นะ นักปฏิบัติเรานี้ความเป็นอยู่ส่วนความเป็นอยู่ อย่าไปจริงจังกับมันจนเกินไปนัก ถ้าจริงจังเกินไปนัก เพราะจิตใจของเรา นามธรรมอันนี้มันเป็นยางเหนียว มันเกาะหมด มันอุปาทาน ถ้าเราไปเอาสิ่งใดมีคุณค่าบีบมัน โศดเกาะเลย จิตไปเกาะสิ่งนั้นเลย แล้วเราก็เหยียบย่ำเราแล้ว ว่าไม่เป็นอย่างนั้น ไม่เป็นอย่างนี้ ไม่เป็นอย่างใจหวัง จะไม่มีสิ่งใดเป็นดั่งใจหวังเลย เพราะโลกนี้เป็นโลกอนิจจัง

ทีนี้ถ้าเราไม่เห็นคุณค่าของมันใช่ไหม? เราเห็นคุณค่าของการประพฤติปฏิบัติใช่ไหม? เราอาศัยมันอยู่ เราอาศัยมันเท่านั้นแหละ อาศัยมันอยู่ อาศัยเพื่อจะค้นคว้าหาใจ ถ้าค้นคว้าหาใจก็กลับมาที่ใจเรา ก็พิจารณาหัวใจเรา รักษาใจเรา นี่ชำนาญในวสีไง เหมือนคนว่ายน้ำเป็น เห็นไหม มันไม่กลัวหรอก ไม่กลัว คนภวานาเป็นสมาธิไม่มีเสื่อม เสื่อมก็แก้ไขได้ เสื่อมก็ทำได้ มันเป็นธรรมดา ดูอย่างร่างกายเราสิ เราเกิดมาแล้วต้องชราภาพไหม? มันเป็นธรรมดา ชราภาพเป็นธรรมดา แต่เรารักษาร่างกายเราให้แข็งแรง ให้เราอยู่ด้วยความสุขใจ

จิตก็เหมือนกัน ถ้าเรารักษาของมัน เรารักษาของมันตลอดเวลา มันจะเสื่อมไปไหน? มันจะเสื่อมไปไหน? ใหนี่มันไม่รักษา ๑. ไม่รักษา ๒. ไม่รู้จักยาพิษด้วย ของแสดลงด้วย กินแต่ของแสดลง ทำลายแต่ตัวเอง แล้วบอกว่านี้ นักปฏิบัติๆ เห็นแต่สิ่งอื่นมีคุณค่ากว่าสติปัญญา เห็นสิ่งอื่นมีคุณค่าไปหมด เกาะไปหมด จิตไปเกาะเขาทั้งหมด จิตพึ่งตัวเองไม่ได้ จิตจะเกาะเกี่ยวข้างนอกไปหมด อาศัยแต่ข้างนอกเป็นที่อาศัยหมดเลย แล้วมันจะยืนตัวได้อย่างไร?

แต่ถ้ามันเป็นของมันขึ้นมา มันจะรู้ตัวของมันขึ้นมา มันจะมีสติสัมปชัญญะของมันขึ้นมา เห็นไหม มีสติสัมปชัญญะ ชำนาญในวสี แล้วหมั่นฝึกหมั่นฝนแล้วจะเห็นคุณค่านะ ถ้าไม่หมั่นฝึกหมั่นฝน ไม่เข้าไปเห็นความจริงมันเป็นความจำทั้งนั้นแหละ มันเป็นความคิด เป็นความรู้สึก เป็นอาการของใจ

ฟังสิว่าอาการของใจไม่ใช่ใจ มันเป็นความคิดเกิดดับๆ เกิดดับแล้วก็ดับกันไป แล้วเอ็งได้อะไร? เอ็งก็เป็นยามเฝ้าหัวใจเท่านั้นแหละ ไม่เห็นได้อะไรขึ้นมาเลย แล้วมาเฝ้าวิชา แล้ววิชามันจะหลอกอีก จะไปเกิดตายตลอดนะ ปฏิบัติแล้วไม่เข้าถึงเนื้อของธรรม ไม่เป็นอตุตา หิ อตุตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

นี่คนไปเอาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาตริก ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ใช่ธรรมของตนนะ ถ้าธรรมของตนมันจะเกิดขึ้นมาเอ๊ะ! เอ๊ะ! เอ๊ะ! เลยนะ มันถึงหัวใจ แล้วมันสะท้อนหัวใจ แล้วมันจะแก้ไขหัวใจของเราไปได้ เห็นไหม นี่สิ่งที่เราจะพันทุกข์ ทุกคนอยากพันทุกข์ ทุกคนอยากประพฤติปฏิบัติ ประพฤติปฏิบัตินี้หลู่ปากคอก

ของง่ายๆ นี้แหละ ของประจำชีวิตเรานี้แหละ ความกิน ความอยู่ การเคลื่อน การไหว มีสติสัมปชัญญะคุ้มกันไปนี้แหละ แล้วมันจะเห็น ถ้ามีธรรมขึ้นมามันจะสลัดสังเวช มันจะเห็นคุณค่า แต่ถ้าไม่มีธรรมขึ้นมามันเบื่อหน่าย มันก็ไม่จำเป็น นี่ก็เป็นของเล็กน้อย มันก็ไม่เห็นเป็นไรเลย เห็นไหม นี่กิเลสมันเหยียบแล้ว

เล็กน้อยนั้นแหละมันจะพามึงตาย เล็กน้อยนี้มันจะพาให้เราเสียหาย แต่ถ้าของเล็กน้อยเราก็กไม่ทำมัน เราต้องละมัน เราต้องปล่อยมัน ไม่เอาของแสดลงเข้ามา ให้โรคภัยไข้เจ็บมันรุนแรงขึ้นมา เราต้องรักษา จะเล็กน้อย จะไม่เล็กน้อยก็แล้วแต่ ต้องตั้งสติแล้วต้องรักษาของเราไว้ ดูแลใจของเราให้ดี เห็นไหม นี่ถามทุกคนว่าทำไมอยากจะพันทุกข์ อยากพันทุกข์

อยากจะพันทุกข์ก็ต้องเข้ามาตริงนี้ เข้ามาดูใจของเรา เข้ามาดูไอ้ตัวปฏิสนธิจิตที่มันจะเกิดจะตาย มันจะเกิดจะตายไปนะ ถ้าเราไม่ดูแลรักษามันต้องเกิดต้องตายไปแน่นอน แต่ถ้าดูแลรักษาขึ้นมา เคี้ยวมันจะไม่เกิดไม่ตาย เพราะอะไร? เพราะการดูแลรักษาใช่ไหม? นี่ทำให้มันสะอาด ทำให้มันเป็นสิ่งวิชา

อวิชาคือความไม่รู้ ความไม่รู้ในชีวิต แต่มันรู้ตัวมันเองเพราะมันเป็นพลังงาน พลังงาน
ไม่รู้ตัวมันเองไม่ได้ พลังงานมันมีความร้อนของมัน พลังงานมันให้ผลเป็นทุกซ์ตลอดเวลา แต่ถ้า
เป็นวิชา เห็นใหม่ วิชากับอวิชา วิชาคือสัจธรรม คือสัจจะความจริงที่เราสร้างขึ้นมา เราสร้าง
ขึ้นมาจากการกระทำ มันเป็นสัพเพ ชัมมา อนัตตา ถึงที่สุดแล้วมันสร้างไม่ได้ มันเป็นจริงๆ มัน
เป็นอกุปปธรรม มันเป็นสัจจะความจริงที่เราทำถึงที่สุดแล้วนะ

สัพเพ ชัมมา อนัตตา เห็นใหม่ สัพเพ ชัมมา อนัตตา ถึงที่สุดแล้วมันพ้นจากสัพเพ ชัมมา
อนัตตา พ้นจากอนัตตา เพราะอนัตตามันแปรสภาพ แปรสภาพเพราะสิ่งที่เป็นการกระทำ สิ่ง
ที่มันแปรปรวนเพื่อเป็นสิ่งที่ดี มันปรับตัวมันเป็นสิ่งที่ดี พัฒนามันเป็นสิ่งที่ดี นี่คือสัพเพ ชัมมา
อนัตตา มันพัฒนาตัวมันเอง จะไม่ให้พัฒนาไม่ได้ ไม่ให้พัฒนามันก็ไม่ใช้สัพเพ ชัมมา อนัตตา
แต่ถึงที่สุดต้องพัฒนาหรือ? ถึงที่สุดแล้ว ถึงกระบวนการของมันจบสิ้นแล้วต้องพัฒนาหรือ? มัน
เป็นความจริงของมันขึ้นมาแล้ว มันเป็นอกุปปธรรมไป

นี่อยากพ้นทุกซ์ อยากพ้นทุกซ์ต้องตั้งสติแล้วทำหน้าที่ของเรา เคนจงกรม นั่งสมาธิ
ภาวนา งานข้างนอกเป็นเครื่องอาศัย เราต้องอาศัยเขา เพราะเราเกิดมามีชีวิตไป อาหารดำรงชีวิต
นี่ก็เหมือนอาหารของใจ วิญญาณาหาร ความรู้สึก ความคิดเป็นอาหารของใจ นี่อาการของใจ
เป็นอาหารของใจ ถ้าอาการของใจคือความคิดมันเป็นอาหารของใจใช่ไหม? เราคิดถึงสิ่งที่ดี เรา
ป้อนอาหารสิ่งที่ดีให้มัน

นี่มรรค สัมมาอาชีวะ.. สัมมาอาชีวะของโลกเขาอย่างหนึ่ง สัมมาอาชีวะของนักบวชเป็น
อย่างหนึ่ง สัมมาอาชีวะของมรรคญาณเป็นอย่างหนึ่ง อย่างหนึ่งๆ ทั้งนั้นเลย หยาบ ละเอียดเข้าไป
ไป ไม่ใช่ความคิดๆ อย่างนี้จะเป็นปัญญาๆ ใอันี่มันความคิดแบบเถตรงใจ ความคิดแบบ
กำปั้นทุบดิน แล้วเอ็งจะเอาตัวไม่รอด

ถ้าความคิดที่รู้จักแยกแยะหยาบ ละเอียดเข้าไปเรื่อยๆ แล้วเราจะเอาชีวิตเรารอดได้ เราจะ
พ้นจากทุกซ์ได้ สัจจะความจริงจะเกิดจากกลางหัวใจ เป็นสันทิฎฐิโก อันนี้แน่นอนมาก ถ้า
ประพฤติปฏิบัติเข้าไปแล้ว ถึงความจริงแล้วความจริงเป็นอันเดียวกัน เอวัง