เทศน์เช้า วันที่ ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ ตั้งใจฟังธรรมเพื่อหัวใจดวงนี้ หัวใจดวงนี้คือหัวใจของเราไง

เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอนถึงความสันติสุข สันติสุขในหัวใจของตน คนที่จะแสวงหาได้ เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางธรรมวินัยนี้ไว้ไง

ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ

จะศึกษาได้ จะทำหัวใจของตนได้ มันต้องมีศรัทธาความเชื่อในพระพุทธศาสนา เราศึกษาพระพุทธศาสนาแล้ว แล้วพยายามฝึกหัดประพฤติปฏิบัติของเราขึ้นมา ให้หัวใจมันสงบสุขเข้ามา

แล้วประพฤติปฏิบัติอย่างไรล่ะ

©2026 sa-ngob.com

เวลาฟังธรรมๆ ฟังธรรมก็เพื่อหัวใจดวงนี้ไง ฟังธรรมๆ คือภาคปริยัติ คือการศึกษา สุตมยปัญญา สุตมยปัญญาเตือนหัวใจของตนไง หัวใจของตนที่มันดิ้นรน มันเร่าร้อนนัก เราจะแสวงหาที่ไหน

ถ้าแสวงหาแล้ว เราเกิดเป็นมนุษย์ไง โลกสมมุติ เราก็แสวงหาแต่ภายนอก แสวงหาเพราะความเข้าใจของเราไง ถ้ามีทุกอย่างอุดมสมบูรณ์แล้วมันจะมีความสุขไง แล้วจะมีความสุขจริงหรือ

ทุกข์เป็นอริยสัจ ทุกข์เป็นความจริงนะ

เศรษฐีกุฎุมพี ยาจกยากจนเท่าไร ทุกข์เหมือนกัน ทุกข์เหมือนกันๆ เพราะไม่มีสติปัญญาเท่าทันหัวใจของตนไง

ถ้าเป็นเศรษฐีๆ ที่ดีงาม เขามีศีลมีธรรมของเขา เขาเป็นเศรษฐีด้วย เขาไม่ทุกข์ไม่ยากตามสถานะของเขาด้วย เราเป็นคนทุกข์คนจนของเรา เราแสวงหาในชีวิตของตน เราพยายามหาปัจจัยเครื่องอาศัยดำรงชีวิตของตน มันก็เป็นความทุกข์อันหนึ่งไง

แต่ถ้ามีสติมีปัญญานะ กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว สิ่งที่เกิดขึ้น เกิดขึ้นจากการกระทำทั้งนั้น

การแสวงหาทางโลก ทำงานๆ ด้วยสมอง ทำงานๆ ด้วยฝีมือ ทำงานด้วยแรงงานของตน นั่นก็เป็นการแสวงหาเพื่อการดำรงชีวิตของตน

©2026 sa-ngob.com

ในการฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ถ้ามันมีสติมีปัญญาในหัวใจของตน มันจะทำงานด้วยสมอง มันก็มีเวลาพัก งานไม่เอากลับมาที่บ้าน งานไว้ที่งาน นี่เวลาพักสมองแล้วให้พักสมอง เวลาเราใช้กำลังของเราเพื่อแสวงหา เพื่อดำรงชีวิตของตน

กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา

ถ้ามีสติมีปัญญา ฟังธรรม ฟังธรรมๆ เพื่อหัวใจดวงนี้ ถ้าหัวใจดวงนี้มันฉลาดขึ้นมา มันสันติสุข มันสงบสุขในใจดวงนี้ มันไม่ไปเปรียบเทียบ

การเปรียบเทียบๆ เพื่อความขยันหมั่นเพียร การเปรียบเทียบๆ ทำไมเขาทำได้ เราทำไม่ได้ ถ้าการเปรียบเทียบว่าทำอะไรไม่เท่าเขา แล้วเปรียบเทียบทำไม

เราเปรียบเทียบ เราเปรียบเทียบหัวใจของเราไง เขามั่งมีศรีสุขกว่าเรา แต่เขาทุกข์ร้อนในหัวใจของเขา เรามีปานกลางของเรา เรามีสติปัญญาเท่าทันหัวใจของเรา เรามีความสุขมากกว่าเขา

นี่มันเปรียบเทียบที่ไหนล่ะ

เปรียบเทียบความสงบสุขในใจไง ความสงบสุขในหัวใจดวงนี้ ถ้าความสงบสุขในหัวใจดวงนี้ มีสติปัญญาเท่าทันไง

โลกนี้พร่องอยู่เป็นนิจ ไม่มีสิ่งใดที่จะเป็นที่พึ่งอาศัยได้ แต่เราเกิดมา เราเกิดมาด้วยบุญและบาปของเรา ถ้าเกิดมาด้วยบุญและบาป เราแสวงหาเพื่อดำรงชีวิตนี้

©2026 sa-ngob.com

แต่พระธรรมๆ ธรรมะนี้สำคัญ สำคัญที่ว่า มันจะขวนขวายกระทำขนาดไหน มันไม่เหน็ดไม่เหนื่อย มันกระทำ เวลาเขาทำหน้าที่การงานของเขา เขาประสบความสำเร็จของเขา เขากระหืดกระหอบเพื่อประสบความสำเร็จในชีวิตของเขา

เวลาเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา เวลาจิตมันจะสงบ จิตมันจะดีงาม แพล็บ! หาย แพล็บ! หาย แพล็บ! หาย เหมือนกัน ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราก็ดูแลให้ดีงาม ถ้ามันสงบสุขของมันเข้ามา คนจะจำอันนั้นจนวันตาย

เวลาชาวพุทธไง ระลึกถึงพระพุทธศาสนาโดยทั่วไป เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสั่งพระอานนท์ไว้เอง ถ้าจะระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สังเวชนียสถานทั้ง ๔ ที่เกิด ที่ตรัสรู้ ที่ปฐมเทศนา ที่ปรินิพพาน ใครไปแล้ว อู้ฮู! มันน้ำหูน้ำตาไหล มันไปแล้ว โอ้โฮ! มันจริงมันจัง

แต่กรรมฐานนะ ครูบาอาจารย์ของเรา เวลามีสติมีปัญญาของเรา เราเวลาพุทโธของเรา จิตมันสงบของเรา จิตสงบนั่นแหละพุทธะ จิตสงบนั่นแหละ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากลางหัวใจ

หัวใจของเรา พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันอยู่กลางหัวใจดวงนี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ท่ามกลางหัวใจดวงนี้ แต่มันโดนกิเลสตัณหาความทะยานอยากครอบงำหมดไง

©2026 sa-ngob.com

ฟังธรรมๆ ของเรา แล้วฝึกหัดปฏิบัติ พอเข้าไปเจอพุทธะของตน โอ้! มันเคารพพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นี่ไง มีพระที่ใจไง นี่ไง ถ้าหัวใจมันเป็นพระ หัวใจเป็นพระขึ้นมา หัวใจมีพุทธะของเราขึ้นมา

ไอ้ที่กระทำกรรมผิด ไอ้ที่มันทุกข์มันยาก วางเลย กูไม่เอา กูเอาใจกูนี่ เอาใจที่แท้จริงนะ แต่ไม่ได้เอาใจแบบโลกๆ

แบบโลกๆ นั่นน่ะสัญญาอารมณ์ทั้งนั้น สันดาน นิสัย ความโลก แล้วถ้าเอาตามหัวใจกู มันก็ลากไปตายหมดเลยไง มันก็ลากเราไปตายเลย ถ้าเอาตามใจกูนะ

ตามใจกูก็ตามใจกิเลสไง

ตามใจกูก็ตามความโลภ ความโกรธ ความหลงไง

ตามใจกูก็ตามสันดานของกูนี่ไง

แต่ถ้าจิตมันสงบเข้ามานะ มันไม่ใช่ตามใจของเรา มันไปเห็นตัวตนของเราต่างหาก ตัวตนที่แท้จริงที่เราจะไปวัดกับเขา จะไปเท่าเทียมเขา โดยกิเลสมันลากไป ทุกข์เจียนตาย

เวลามันเท่าทันใจของตัวน่ะ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันสุข มันทุกข์ที่นี่ กูไม่ไปแล้วล่ะ กูไม่ไปกับอารมณ์ที่มันลากกูไปแล้วล่ะ

แล้วอารมณ์กู กิเลสของกูมันร้ายนัก กิเลสในหัวใจของคนนี่ร้ายนัก แต่เราเท่าทันมันไง เพราะพุทโธๆ จนจิตมันสงบนะ กิเลสสงบตัวลง

©2026 sa-ngob.com

ไอ้ที่มันลากๆ ไปมันสงบตัวลง มันจะครอบงำใจเราไม่ได้ ครอบงำใจเราไม่ได้ จนเราเข้าไปเห็นใจของเราเอง โอ้โฮ!

เรากระหืดกระหอบ เราไปหาที่ไหน ไปหาที่ไหน หาที่ไหนมันก็ไม่เจอ พระธุดงค์ๆ ที่ไปแสวงหา ก็ไปแสวงหาหัวใจดวงนี้ เวลาไปมันแสนทุกข์แสนยาก แสนทุกข์แสนยากเพื่อหาหัวใจของตน

หาหัวใจของตน หาแทบเป็นแทบตาย หาไม่เจอ หาไม่ได้ หาแต่กิเลส หาแต่สัญญาอารมณ์อันนั้นที่มันฉุดกระชากลากไปนั่นน่ะ มันก็เป็นธรรมชาติ นี่การฝึกหัดไง

การฝึกหัด ฝึกหัดที่ไหน

ก็ต้องฝึกหัดที่หัวใจของตน ฝึกหัดที่การเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา แต่การฝึกหัดนั้น ฝึกหัดนั้นโดยสันดาน โดยจริต โดยนิสัย โดยอำนาจวาสนา จะมีมากน้อยขนาดไหน ถ้ามันสงบระงับเข้ามาบ้าง มันสงบระงับเข้ามาบ้าง

คำว่า “กิเลสสงบตัวลง” ต้องกิเลสสงบ ไม่ใช่เห็นกิเลส ไม่รู้จักกิเลส แต่กิเลสสงบตัวลงด้วยอำนาจวาสนาของตน ด้วยสติด้วยปัญญาของตน ด้วยศรัทธาความเชื่อในพระพุทธ พระธรรมของตน แล้วพยายามฝึกหัดของตนให้มันเข้ามาเป็นสัจจะความจริง

ครูบาอาจารย์ที่ดีงามท่านเริ่มต้นจากตรงนี้

หลวงปู่มั่น “จิตเป็นอย่างไรๆ”

©2026 sa-ngob.com

พุทธะเป็นอย่างไร เห็นพระพุทธเจ้าหรือยัง

ถ้าเห็นพระพุทธเจ้านะ สาธุ สังเวชนียสถานทั้ง ๔ เพื่อชาวพุทธทั้งหมด เพื่อปุถุชนคนหนา เพื่อคนที่จับต้นชนปลายไม่ได้ แต่ถ้าเราเห็นพุทธะไง เราไปที่สังเวชนียสถานทั้ง ๔ ก็เพื่อเริ่มต้นจะเข้ามาหาหัวใจของตนนี่ไง ก็ให้มันมั่นคง ให้มันมีศรัทธาให้หนักแน่น

แล้วเราเห็นแล้วน้ำหูน้ำตาร่วงเลยล่ะ ไปเห็นที่เกิด ที่ตรัสรู้ ที่ปฐมเทศนา ที่ปรินิพพานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชาวพุทธน่ะ นั่นน่ะมันต้องเอาเป็นสิ่งที่เป็นวัตถุ สิ่งที่เป็นสถานที่เป็นเครื่องยืนยัน แล้วยืนยันแล้วก็ต้องมาเริ่มฝึกหัดเหมือนเรานี่แหละ ถ้าจะเอาจริงเอาจังขึ้นมา

ถ้ายืนยันแล้วนะ ไปแล้วไปเล่า จะไปอินเดียทุกปีใช่ไหม จะไม่ทำมาหากินเลยหรืออย่างไร แล้วจะทำมาหากินที่ไหน

เวลาชาวพุทธที่ตกค้างอยู่ในชุมชนกลุ่มน้อย ในอัฟกานิสถานต่างๆ นั่นก็เป็นชาวพุทธนะ เขาระลึกถึงพระพุทธเจ้า ชาวพุทธที่ตกค้างอยู่ในอินโด นั่นน่ะเป็นสถานที่ที่พระพุทธศาสนาเดิม ชาวพุทธในอัฟกานิสถาน ในปากีสถาน ตักกสิลาอยู่ที่ปากีสถานนั่นน่ะ ที่มาเล่ามาเรียนกันน่ะ ชาวพุทธที่ตกค้างอยู่นั่นน่ะ เป็นชนกลุ่มน้อยในสังคมใหญ่ เขามีความโหยหาอย่างไร

ไอ้ของเรา เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เกิดในประเทศอันสมควร พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ ให้กิเลสมันลากไป ลากหัวใจดวงนี้ไป

©2026 sa-ngob.com

ถ้าเรามีสติปัญญาขึ้นมา ปริยัติ ศึกษาให้มีสติให้มีปัญญาขึ้นมา ปัญญาอบรมสมาธิ ตรึกในธรรมะพระพุทธเจ้านั่นน่ะ ตรึกในธรรมแล้ว กิเลสตัณหาความทะยานอยากของเราจะยิ่งใหญ่ขนาดไหนนะ มันสู้ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้หรอก

ถ้าตรึกในธรรมๆ ปัญญาอบรมสมาธิ ตรึกในธรรมมันจะควบคุมสติปัญญา จะควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนให้ดีขึ้น แล้วถ้ามันดีขึ้นเราฝึกหัดปฏิบัติ มันมีความปกติสุข ทีนี้จะไปทำงานนะ โอ้โฮ! ชื่นบานทำงานด้วยงาน ด้วยหน้าที่การงาน

ไม่ใช่ทำงานด้วยสันดาน ไม่ใช่ทำงานด้วยกิเลส ไม่ใช่ทำงานด้วยกูพอใจตัวกู แล้วกูก็จะแสวงหาของกู นั่นงานภายนอกไง แล้วเอ็งส่งออกไป เอ็งไม่เห็นใจเอ็งหรอก

เอ็งต้องตั้งสติ เท่าทันอารมณ์อันนั้น แล้วด้วยเหตุด้วยผล ด้วยจริตนิสัย ด้วยอำนาจวาสนาของแต่ละบุคคล

พระอรหันต์ในสมัยพุทธกาล เอตทัคคะ ๘๐ องค์ไง เป็นพระอรหันต์ด้วยอาสวักขยญาณ เป็นพระอรหันต์ด้วยมรรค ๘ แต่อำนาจวาสนาของคนไม่เหมือนกัน เลิศๆๆ ในแต่ละบุคคล แต่มันก็ต้องมีการกระทำเป็นข้อเท็จจริงอันนี้ มันถึงจะทำความสงบสุขของใจของตนขึ้นมาได้

นี่การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาไง สันติสุข สงบสุข

©2026 sa-ngob.com

“สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี”

นั่นน่ะค้นคว้าหาจิตของตนเป็น แล้วค้นคว้าหาจิตของตนได้ ถ้าค้นคว้าหาจิตของตนได้ พระพุทธเจ้าอยู่กลางหัวอก พุทธะ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดา พุทธะของเราต้องฝึกหัด กิเลสสงบตัวลง เป็นสัมมาสมาธิ เราถึงเห็นพุทธะของเรา

แล้วเห็นพุทธะแล้วทำอย่างไรต่อไป

สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ สมาธิแก้กิเลสไม่ได้ ถ้าเอ็งไม่มีสมาธิ โลกียะหมด โลกหมด สันดาน สันดานตัณหาความทะยานอยากทั้งสิ้น โดยสมุทัย โดยกิเลสบังเงา อ้างธรรมะ

“ธรรมะมีอยู่โดยดั้งเดิม ประพฤติปฏิบัติขึ้นมาก็บรรลุธรรมๆ”

เวลาปัญญาอบรมสมาธิ มันซาบซึ้งในธรรมะ โอ้โฮ! มันสว่างโพลงในใจเลยนะ มันมหัศจรรย์ในธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั่นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ใช่ของมึง

เพราะของมึง สมถกรรมฐานยกขึ้นสู่วิปัสสนา

สมถกรรมฐาน มันเพียงแต่มีความสงบสุขโดยจิตของตน แต่ข้อเท็จจริงในหัวใจของตน มัคโค ทางสายเอก ทางสายกลางในพระพุทธศาสนายังไม่เกิดกับใจดวงนั้น

©2026 sa-ngob.com

ใจดวงนั้นสงบสุขแล้ว พยายามขวนขวายของตน จิตสงบแล้วถ้าน้อมไปเห็นสติปัฏฐาน ๔ ตามความเป็นจริง นั่นจะเห็นหนทางของตน

ถ้าเห็นหนทางของตน เห็นไหม การเห็นหนทางของตน เห็นหนทางไง หนทางนั้นต้องก้าวเดิน หนทางนั้นต้องใช้สติปัญญาฟาดฟันกับกิเลสตัณหาความทะยานอยาก ที่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น หลวงตา พระมหาบัวท่านบอกไง มรรคมันหมุนติ้วๆๆ ปัญญาที่มันฟาดฟันกับกิเลส นั่นน่ะเป็นวิปัสสนา

สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน คือยังไม่มีการกระทำ ยังไม่มีมรรค ยังไม่มีการกระทำในหัวใจของตนที่ฟาดฟันกับกิเลสไง

กองทัพกิเลสที่เราทำหน้าที่การงานของเราด้วยกิเลสล้วนๆ มีแต่ความทุกข์ความยากทั้งนั้น เวลาฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมาจนกิเลสมันสงบตัวลงเป็นสันติสุข เป็นความสงบระงับชั่วครั้งชั่วคราว แล้วรักษาได้ยาก รักษาไม่เป็น

เพราะการรักษาไง เห็นไหม เวลาฝึกหัดปฏิบัติต้องมีครูมีอาจารย์ ครูบาอาจารย์ต้องยิ่งใหญ่ ครูบาอาจารย์ต้องอบรมเราได้

แล้วถ้าครูบาอาจารย์ที่มันโง่เขลาเบาปัญญา มันจะเอาอะไรอบรมเอ็งล่ะ ครูบาอาจารย์ทางโลกสูงส่งสูงสุด ก็ทำสมาธิเป็นมิจฉาหรือ

©2026 sa-ngob.com

สัมมาเท่านั้น โลกไง เพราะตัวโลกนี่ไง มันถึงแบ่งโลกกับธรรมไง ถ้าโลกกับธรรม

ครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมๆ นะ เรื่องโลกๆ มันของโลกเขา แต่เราก็เกิดมาเป็นโลก เพราะเราเกิดเป็นมนุษย์ไง เราก็ต้องอาศัยดำรงชีวิตด้วยปัจจัย ๔ ถ้าปัจจัย ๔ เครื่องอาศัย ก็แค่อาศัย อาศัยเพื่อมีชีวิต

เพื่อมีชีวิตไว้ทำไม

เพื่อมีชีวิตไว้ฝึกหัดปฏิบัติไง

แล้วพระปฏิบัติๆ ปฏิบัติอย่างไร ปฏิบัติตามโลกใช่ไหม ปฏิบัติโลกยิ่งใหญ่ใช่ไหม ปฏิบัติเพื่อการยกย่องบูชาใช่ไหม

แต่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านไม่สนใจเลย ปฏิบัติในป่าในเขาโคนไม้ โดยธรรม

นี่ไง เวลาบวชพระไง ให้กรรมฐาน ๕ เสนาสนัง แล้วให้หาที่สงบสงัดไง เพื่อฝึกหัดหัวใจดวงนี้ขึ้นมาไง ถ้าหัวใจดวงนี้มันเป็นพุทธะขึ้นมามันเป็นสัมมาสมาธิไง

สัมมาสมาธิยังไม่ชำระล้างกิเลส ก็ยังไม่เห็นกิเลสเลย ถ้าน้อมไปเห็นสติปัฏฐาน ๔ ไง มันรู้มันเห็นของมัน จะยกขึ้นสู่วิปัสสนาไง นี่ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ในพระพุทธศาสนา โดยพุทธะ

©2026 sa-ngob.com

ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ของโลก อารมณ์ ความคิด จินตนาการ โลกๆ โอ้โฮ! ขนาดนั้นยังมหัศจรรย์นะ

แต่ถ้าครูบาอาจารย์ที่เป็นนะ ท่านพยายามจะอบรมบ่มเพาะให้เข้ามาสู่ความจริงให้ได้ ถ้าเข้ามาสู่ความจริงให้ได้นะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรม พุทธะอันนั้นต้องฝึกหัด ต้องฝึกหัดในสายทางกลางในพระพุทธศาสนาคือมรรค ๘ มรรค ๘ มันหมุนมันติ้ว มันถึงมหัศจรรย์ มันถึงมีรสมีชาติ

รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง

รสของความพ่ายแพ้ สมาธิมันอ่อนตัวลง ไม่มีกำลัง พ่ายแพ้กิเลส กิเลสมันเหยียบย่ำทำลาย ช้ำใจ ทุกข์ใจขนาดไหน ทุกข์ใจโดยตัวเราเองไง

เราทำหน้าที่การงานทางโลกประสบความสำเร็จ มันก็เป็นบุญเป็นกุศล ถ้าไม่ประสบความสำเร็จ เราก็ฝึกหัดของเรา นั่นเป็นบาปอกุศล

เวลาฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมา ถ้ามันเป็นมัคโค มันเป็นมรรคเป็นผลขึ้นมา โอ้โฮ! มหัศจรรย์ แต่ถ้าสมาธิมันอ่อนลง มันเป็นสัญญา มันเป็นกิเลส มันหลงไปไง คิดว่าใช่ๆ แล้วไม่มีวาสนานะ มันไม่ยอมรับความจริง

ถ้าวันไหนมันรับความจริงนะ โอ้! สมาธิเสื่อมไปแล้ว ไม่มีกำลังอยู่แล้ว อันนี้เป็นโลกไปแล้ว ไม่มีสติปัญญา ไม่เท่าทันหรอก

©2026 sa-ngob.com

ถ้ามีครูบาอาจารย์คอยอบรมบ่มเพาะ คอยชี้หนทางขึ้นมา แล้วเราต้องทำขึ้นมาให้เป็นปัจจัตตัง สันทิฏฐิโก คือเข้าใจเอง รู้เอง เห็นเอง เห็นความผิดของตนเอง เห็นความถูกต้องของเราเอง เห็นความไม่เอาไหนของเราเอง แล้วพยายามบากบั่นของเรา กระทำของเรา มันเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไป นี่คือการวิปัสสนา

ถ้าวิปัสสนาโดยภาวนามยปัญญา ปัญญาถึงเลอเลิศ ปัญญาถึงมหัศจรรย์ มันถึงต้องดูแลรักษา นี่ในการฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมาในหัวใจของตน ในทางสันติสงบระงับ ในทางวิปัสสนา มัคโค มรรค ธรรมจักรฟาดฟันทำลายกิเลสเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป มันรู้มันเห็นของมันชัดเจนของมัน เห็นไหม มันปล่อยวางๆ

ปล่อยวางก็ปล่อยวางไง ปล่อยวางก็แค่ชั่วคราวๆ ไง เดี๋ยวมันฟื้นมาหมดน่ะ กิเลสกลับมากระทืบอีก ๒ ชั้น ๓ ชั้นไง

ปล่อยวางแล้วละเอียดรอบคอบหรือไม่

ดูแลหัวใจของตนดีขึ้นมาหรือไม่

ถ้ามันดีขึ้นมา มันพยายามแสวงหาต้นทุน แสวงหาคือฝึกสติให้มั่นคงขึ้น ทำสมาธิให้เข้มแข็งขึ้น แล้วพอปล่อยไปทางปัญญา ปัญญามันคมกล้าขึ้น เห็นหมดน่ะ

ทางสายกลางในพระพุทธศาสนาจะเกิดขึ้นโดยชอบธรรมในหัวใจของตน ในการกระทำของตน

©2026 sa-ngob.com

อย่าเชื่อความคิด อย่าเชื่ออารมณ์ ต้องเป็นข้อเท็จจริงที่พิสูจน์ได้ เป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโกในหัวใจของตน เอวัง

©2026 sa-ngob.com