

กรรมะใกล้มือ

๓๓๓

เช่นนั้นเอง



พุทธ
ทาส
ภิกขุ

ชุดธรรมะ ๙ ตา

ตกตา

พุทธทาสภิกขุ

ISBN 978-616-93803-6-8

พิมพ์ครั้งที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

จำนวน ๒,๕๐๐ เล่ม

การบรรยาย อบรมพระราชกัญจากวัดชลประทานฯ ปี ๒๕๓๐

ธรรมะกับมนุษย์ ครั้งที่ ๘ การเห็นตกตาในทุกสิ่ง

วันที่แสดง ๑๘ เมษายน ๒๕๓๐

รหัส 2225300418080

ถอดเสียง ธนธรณ์ วิเศษโชค

ตรวจทาน ชูติกาญจน์ ตีบอุต

บรรณาธิการ นันทรัตน์ ศุภวราพงษ์

พิสูจน์อักษร กลุ่มงานจดหมายเหตุ

กราฟฟิก Art and Soul

พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร. ๐ ๒๕๐๑ ๙๕๐๑

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย มูลนิธิจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) ถนนนิตยมรดิฟสาย ๒

แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

สมทบหนังสือ

โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๑๐๑

cds@bia.or.th

ไลน์ไอดี @codhammaspace



ธรรมทาน กับ การทำหนังสือ

ที่ใครจะรู้ว่า ต่างกันอย่างไร ลองแยกเล่มหนังสือ ออกดู จะเห็นว่า มีอยู่สองอย่าง คือ กระดาษที่ใส่พิมพ์ กับกระดาษ หรือปกหนังสือ ที่ร้อยในหนังสือเล่มนั้น. การทำหนังสือ ย่อมหมายถึง การทำกระดาษ ด้วยขาดตามตัวอย่าง การ พร้อมทั้งกระดาษ กระดาษ และ ~~กระดาษ~~ ^{งาน} ในกรณี หนังสือหนึ่ง อย่างก็พอ ทั่วไป.

ส่วนการธรรมทาน ย่อมไม่เป็นเช่นนั้น ความรู้ นั้นให้เปล่า ก็แล้ว, ส่วนกระดาษ หรือ ^{และกระดาษ} วัสดุ ที่ใส่ ตำนานนั้น มัก ต้อง ขอคืน เช่นเดียวกับกระดาษที่ ใส่ ให้ใส่แกวไปถวายพระที่วัด. ขอคืน เพราะคน ต้อง ใส่วางถวาย อีกหลายครั้ง! จนกระทั่งถึงครั้งที่สุด.

งานธรรมทาน มักถูกมองว่าเป็นการทำหนังสือไป ขอ ขอบพิจารณาแล้ว ด้วยดี ทั้งสองอย่าง, จะได้เห็นใจ กันดี, และร่วมมือกันดี.

สารบัญ

การเห็นตถตาในทุกสิ่ง	๕
ทุกสิ่งล้วนเป็นตถตา (เช่นนั่นเอง)	๗
ทวินิยม กับ สมดุล (เช่นนั่นเอง)	๑๓
ทำอย่างไรให้เห็นเช่นนั้นเอง	๒๑
ประโยชน์ของการเห็นเช่นนั้นเอง	๒๕
สรุป	๓๕

การเห็นตถตาในทุกสิ่ง

การพูดกันเรื่องธรรมะกับมนุษย์ เป็นครั้งที่ ๘ นี้จะพูด
โดยหัวข้อที่ว่า 'การเห็นตถตาในทุกสิ่ง' หัวข้อก็บอกชัดเจนอยู่แล้วว่า
'ในทุกสิ่งล้วนเห็นตถตา' โดยย่อตถตาก็แปลว่าความเป็นเช่นนั้นเอง

มรดกที่ ๑๓๓ :

การเห็นตถตา หรือ “ความเป็นเช่นนั้นเอง” ของสิ่งทุกสิ่ง นั้น
คือญาณทัสสนะอันสูงสุดของพระอรียเจ้า สามารถห้ามเสียซึ่ง
ความประหลาดใจในสิ่งใดๆ ห้ามความรัก-โกรธ-เกลียด-กลัว-
วิตกกังวล-อาลัยอาวรณ์-อิจฉาริษยา-หึง-หวง-ลังเล-ฟุ้งซ่าน
ฯลฯ อันเป็นสมบัติของบุญชนเสียได้โดยเด็ดขาด”

ทุกสิ่งล้วนเป็นตถตา (เช่นนั่นเอง)

คำว่า 'ทุกสิ่ง' นี้ ควรจะเข้าใจความหมายในทางภาษาธรรม คือว่าจะจะเป็นสิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งก็ดี สิ่งที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งก็ดี มันมีสองอย่างเท่านั้นแหละ ล้วนแต่เป็นตถตา ล้วนแต่เป็นตถตา

สิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง - สิ่งที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง

ชาวบ้านธรรมดาเขาไม่รู้เรื่องนี้ เขาไม่รู้เรื่องเหตุปัจจัยปรุงแต่ง กับ ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เขาก็เห็นแต่สิ่งที่เขาเห็น แล้วเขาก็ไม่รู้ด้วยซ้ำไป ว่าที่เขาเห็นอยู่นั้นนี่คือสิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เขาเห็นท้องฟ้า เห็นดวงอาทิตย์ เห็นภูเขาเลากา มหาสมุทร

อะไรๆ เขาก็เห็นๆ เขาว่ามันเป็นอย่างนั้น เขาไม่รู้จักแยกว่าไอ้สิ่ง
เหล่านี้จะมีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง

ทีนี้ไอ้สิ่งที่ไม่มีความเหตุปัจจัยปรุงแต่งเขาก็ไม่อาจจะเข้าใจได้
มันเป็นสิ่งละเอียดยิ่งกว่านามธรรมไปเสียอีก นามธรรมก็ยังพอเห็น
ได้ นามธรรมก็เป็นสิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง พวกรูปมีรูป พวกนาม
เป็นเรื่องจิตใจหรือความรู้สึกทางจิตใจ เป็นภาวะแห่งจิตใจเรียกว่า
นาม ทั้งรูปทั้งนามก็เป็นสิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง

ทีนี้ 'สิ่งที่ไม่มีความเหตุปัจจัยปรุงแต่ง' นี่มันพูดด้วยภาษาธรรมดา
ยาก นั่นแหละมันเป็นความเข้าใจยาก ถ้าสิ่งนั้น 'ไม่มีเหตุปัจจัย
ปรุงแต่ง' ก็เรียกว่าสิ่งที่ไม่มีความเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เรียกว่าวิสังขาร หรือ
อสังขตะ ถ้า 'มีความเหตุปัจจัยปรุงแต่ง' ก็เรียกว่าสังขาร หรือสังขตะ

เรารู้จักกันแต่สิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง สิ่งโดยตรงกันข้ามนี้ไม่รู้
และยากที่จะรู้ มันเป็นภาวะหรือเป็นสภาวะอันหนึ่งซึ่งมิใช่รูป มิใช่
นาม มิใช่ไอ้ที่เรา รู้จักกันอยู่ เท่าที่ปรากฏแก่จิตก็ว่า เมื่อจิตไม่มีเหตุ
ปัจจัยปรุงแต่ง ก็รู้สึกถึงภาวะที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ที่เรียกกันว่า
ว่าง ว่าง ว่างนี่มันไม่มีอะไรปรุงแต่ง มันไม่ได้เกิดมาจากอะไรปรุง
แต่งหรือไม่มีอะไรปรุงแต่งอยู่ เรียกว่าว่าง พระนิพพานก็อยู่ในพวก
นี้ อยู่ในพวกว่างไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ความที่จิตไม่มีเหตุปัจจัย
ปรุงแต่งเป็นจิต มันว่างจากความรู้สึกที่เป็นนั่นเป็นนี่ หรือเป็นตัวตน

นี่มันรู้ยาก มันเข้าใจยาก แต่ขอให้รู้ไว้บ้างก็ยังมีดี เพราะว่า มันอาจจะค่อยๆ รู้ในโอกาสข้างหน้า ที่ต้องพูดอย่างนี้ก็จะเพื่อให้ มันหมด พูดแต่เรื่องสังขาร เหตุปัจจัยปรุงแต่งมันไม่หมด มันยัง เหลืออยู่ ต้องขึ้นในส่วนที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง

Phenomena - Noumenal

ฝรั่งเขาก็ไม่ค่อยจะรู้เรื่องนี้แต่เขาก็พยายามที่จะศึกษาเรื่องนี้ จะกำหนดเรื่องนี้ เขาก็มีคำคล้ายๆ กันว่า **สิ่งที่มีปรากฏการณ์** *phenomena phenomena* สิ่งนั้นมีปรากฏการณ์ แล้วก็อีกสิ่งหนึ่ง **ไม่มีปรากฏการณ์** เรียกว่า *noumenon*

noumenon เป็นเอกพจน์ คือมีสิ่งเดียว *phenomena* มีปรากฏการณ์ นี่เป็นพหูพจน์ คือหมายความว่ามันมากมาย นับไม่ไหว พอจะเทียบได้กับคำว่ามีเหตุมีปัจจัยปรุงแต่งหรือไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง ถ้าไม่มีปัจจัยปรุงแต่งมันก็ไม่ปรากฏการณ์ มีปัจจัยปรุงแต่งมันก็มีปรากฏการณ์ บางทีก็เรียกว่า *compounded* หรือ *non-compounded*

อาจจะเกินไปสำหรับคนบางคนที่จะรู้เรื่องนี้ แต่ว่ามันก็มีประโยชน์มาก ที่ว่าถ้ารู้เรื่องนี้แล้วมันจะได้พยายามคอยจ้องจับหา ใ้สิ่งที่ไม่ปัจจัยปรุงแต่ง คือภาวะที่ว่าง ว่าง ว่างไม่มีเหตุ ไม่มี

ผล ไม่มีปัจจัยปรุงแต่งมันก็ไม่มีเหตุไม่มีผล ไม่เป็นเหตุไม่เป็นผล

สิ่งทั้งปวงนี้ ถ้าจะพูดอย่างหมดไม่ยกเว้นอะไรแล้วก็ต้องพูด
อย่างนี้ว่า สิ่งทั้งปวงคือที่มีปัจจัยปรุงแต่งก็ดี ไม่มีปัจจัยปรุงแต่งก็ดี
มันหมดทั้งนั้นนะ มันมีสองพวกเท่านั้น

บรรดาที่เราารู้สึก รู้จัก สัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
นี่มันมีปัจจัยปรุงแต่ง ที่มันไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง สัมผัสได้ด้วยปัญญา
หรือด้วยจิตใจที่พิเศษที่มีปัญญาสูงสุด

ทั้งสองอย่างนี้ก็คือเช่นนั้นเอง มันเป็นเช่นนั้นเอง ถ้ามันไม่มี
ปัจจัยปรุงแต่งมันก็เป็นเช่นนั้นเองตามแบบของการที่ไม่มีปัจจัยปรุง
แต่ง ถ้ามันเป็นสิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งมันก็เป็นเช่นนั้นเองตามแบบ
ของสิ่งที่มีปัจจัยปรุงแต่ง นี่เป็นธรรมชาติในขั้นปรมาตถธรรมที่มันสูงสุด
ที่พูดหมดทั้งสองอย่าง อย่างนี้

ที่จริงเราก็รู้จักกันแต่สิ่งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง เราควรจะพูด
กันแต่เพียงสิ่งเดียว แต่เดี๋ยวนี้มันมีสิ่งที่จะเรียกว่าตรงกันข้ามก็ได้
มันเป็นที่สุดแห่งความทุกข์ เพราะว่าถ้ามีเหตุปัจจัยปรุงแต่งมันก็เป็น
ไปตามเหตุปัจจัย เป็นไปตามเหตุปัจจัย เป็นไปตามเหตุปัจจัย ความ
ที่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยนั้นนี่คือความทุกข์ เพราะมันก็มี ความ
ทุกข์ ถ้ามันไม่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยปรุงแต่งมันก็ไม่มี ความทุกข์

ก็เป็นอันว่าเรารู้จักทั้งสิ่งที่มีความทุกข์และไม่มี ความทุกข์ ไ้

ความที่เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุตามปัจจัยนั้นละ มันเป็นตัวเหตุให้
ทุกข์ มันบีบคั้น เพราะมันไม่เที่ยง ถ้ามันไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง
มันก็ไม่ต้องเปลี่ยนแปลง มันเที่ยง นี่มันก็ตรงกันข้ามอย่างนี้

สิ่งที่ 'เที่ยง' มีแต่สิ่งที่ 'ไม่มีเหตุปัจจัย' ปรุงแต่ง

สิ่งที่ 'ไม่เที่ยง' คือสิ่งทั้งปวงที่ 'มีเหตุปัจจัย' ปรุงแต่ง

มันจะถูกหาว่าเอาเรื่องเกินจำเป็นมาพูดก็ได้ แต่มันเป็นเรื่อง
หัวใจของพุทธศาสนา และถ้าเรารู้จักทั้งสองสิ่งนี้ มันก็จะมีทาง
มีโอกาสข้างหน้า พยายามให้เข้าถึงสิ่งที่ไม่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งคือ
ความว่างจากตัวตน ว่างจากเหตุปัจจัย ว่างจากการเปลี่ยนแปลง คือ
ไม่มีความทุกข์เลย มันวิเศษ อย่างนี้มันจะรู้จักสิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลง
แล้วก็ไม่มีความทุกข์ แต่ก็ยังเป็นเช่นนั้นนั่นเอง คือเป็นเช่นนั้นเอง
เป็นตถตา เป็นอนัตตา

หลักธรรมะต้องการให้อยู่นิ่งๆ อยู่กลางๆ
ไม่ต้องยินดีให้เนือเต็นหรือไม่ต้องยินร้ายให้เดือดร้อน

ทวินิยม กับ สมดุล (เช่นนั่นเอง)

ที่นี่จะย้ำตรงที่ว่า 'สิ่งทั้งปวงเป็นเช่นนั้นเอง' เอากันในฝ่ายนี้ ฝ่ายที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ที่มันสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันอยู่กับเรานี่ ถ้าเราเห็นว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง มันจะไม่ทำให้เกิดความรู้สึกที่เป็นคู่ ความรู้สึกที่เป็นคู่ ที่เรียกว่าทวินิยม

ทวินิยมคือเป็นคู่ *dualism* ในภาษาต่างประเทศ มันเป็นคู่ เป็นคู่ เป็นคู่ มีสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น ถ้าเราหรือความโง่ของเราอะไรก็ตาม รู้สึกว่าเป็นสิ่งที่น่ารัก มองไปในสิ่งที่น่ารักแล้วมันก็รัก แล้วมีความคิดอีกอย่างหนึ่งมองไปในสิ่งที่น่าเกลียด มันก็น่าเกลียด มันก็เลยเกิดเป็นของสวยหรือของไม่สวยขึ้นมาอย่างนี้ มันก็มีปัญหา สวย มันก็อยากได้อยากเอาต่อสู้กันเพื่อจะเอามา ไม่สวยมันก็อยากเฉี่ย

ไปให้พ้นหรืออยากจะทำลายเสีย มันก็เกิดความเป็นคู่ขึ้นมาอย่างนี้ มีภาระหน้าที่ทั้งสองฝ่าย แต่ถ้าเราเห็นว่ามันเช่นนั้นเอง มันเช่นนั้นเอง ที่ดูว่าสวยก็เช่นนั้นเอง ที่ดูว่าไม่สวยก็เช่นนั้นเอง มันก็เหลือแต่เช่นนั้นเอง ใจความน่ารักหรือความน่าเกลียดมันก็ไม่เกิดขึ้น มันก็ไม่มีความรักหรือความเกลียด

แต่เรามีความรู้สึกของเราที่จะแยกเห็นเป็นอย่างไรอย่างหนึ่ง ไม่เห็นเป็นเช่นนั้นเอง เช่นว่าของสวย-ไม่สวย ของไพเราะ-ไม่ไพเราะ ของหอม-ของเหม็น ของอร่อย-ของไม่อร่อย ของนิ่มนวล-ของกระด้าง แล้วก็ของพอใจ-ไม่พอใจ เพราะเราไปมีความรู้สึกไม่เห็นเช่นนั้นเอง เราจึงเห็นแยกเป็นคู่ ๆ คู่ ๆ ไม่รู้จักสิบคู่ ก็ร้อยคู่ เห็นตรงกันข้ามกันไปหมด

เช่นว่า การแต่งตัวอย่างนี้คนไทยว่าสวย คนจีนอาจจะว่าไม่สวย หรือชาวบ้านทั่วไปว่าสวย แต่คนป่าคนดงไม่เห็น ไม่เห็นว่าสวย ก็เลยไม่รู้ว่าจะอย่างไรสวยกันแน่

หรือว่าทางหูที่ไพเราะหรือไม่ไพเราะ ใจที่คิดหนึ่งว่าไพเราะ คนหนึ่งอาจจะว่าไม่ไพเราะ หูมันไม่ถึง ความยึดมั่นถือมั่นมันไม่ถึงให้ดนตรีสูงสุด คลาสสิกสูงสุดอะไรของนักดนตรีสูงสุดของโลกเอามาเล่นให้ชาวบ้านฟังมันก็ไม่รู้สึก ไม่รู้สึกว่าเป็นไพเราะหรือสูงสุด แต่พวกหนึ่งว่าไพเราะหรือสูงสุดสุดสำหรัขึ้นรถลงเรือข้ามประเทศไปฟัง

เขาแสดง นีตาแก่ที่สี่ซอพื้นบ้านแบบเดิมๆ ของแก แกรู้สึกไพอเพราะ
ให้ไปฟังดนตรีสูงสุดคลาสสิกนั้นก็ไมไพอเพราะ แกรู้สึกต่างกัน มัน
ตรงกันข้าม ให้หมาฟังมันว่าเช่นนั้นเอง ไอ้ที่ไพอเพราะคลาสสิกหรือ
ไมคลาสสิกมันเห็นเหมือนกันหมด เป็นเรื่องเสียง แต่มันไม่ถึงขนาด
ลึกซึ้ง ให้หมาฟังมันไม่รู้เรื่อง มันเห็นเหมือนๆ กันหมด แต่ความ
เป็นเช่นนั้นเองมันมีอะไรที่ลึกไปมากกว่านั้น

นี่คุณสังเกตไว้สำหรับจับเปรียบเทียบเพื่อไม่ให้เกิดความ
หลงใหล เกิดความรู้สึกแตกต่างหลงใหลกัน ของหอม-ของเหม็น
ที่ว่าบางคนเหม็น บางคนรู้สึกหอม เช่นกะปิ บางคนรู้สึกหอม บาง
คนรู้สึกเหม็น แต่เราขอให้พิจารณาดูว่าหอมมันก็เป็นเช่นนั้นเอง
เหม็นมันก็เป็นเช่นนั้นเอง มันเป็นเช่นนั้นเองตามแบบของมัน เพราะ
ฉะนั้นอย่าไปหลงรักหลงเกลียด อร่อยหรือไม่อร่อยก็เช่นนั้น สัมลูกนี้
มันเปรี้ยวมันก็เป็นเช่นนั้นเองตามแบบเปรี้ยว สัมลูกนี้มันหวานก็เช่นนั้น
เองตามแบบหวาน แล้วก็ถือว่ามันต่างชนิดกัน หรือกินของแปลกๆ
กินของทุกชนิดมันก็ค่อยยังชั่ว หวานก็เช่นนั้นเอง เปรี้ยวก็เช่นนั้น
เอง แต่งโมลูกนี้มันจัดไม่เป็นรส มันก็เช่นนั้นเอง มันแบบนี้เอง มัน
เป็นพรรคนี้เอง ที่มันหวานอร่อย กรอบอร่อยก็มันเป็นเช่นนั้นเอง อย่า
ให้มันเกิดปัญหาขึ้นมา ถ้าเกี่ยวกับคุณภาพอาจจะเป็นประโยชน์แก่
ร่างกายเป็นอีกส่วนหนึ่งก็เลือกดู สำหรับที่จะมีประโยชน์แก่ร่างกาย

แต่ว่าอย่าหลงรัก หลงเกลียดนี่อย่าเลย ป่วยการ มันช่วยได้มาก ถ้าเห็นว่าเป็นเช่นนั้นเอง มันช่วยประหยัดได้มาก ที่จะไม่ไปหลงนั้น หลงนี้ การเห็นเช่นนั้นเองแม้ในชั้นระดับชาวบ้านทั่วไปนี่ก็ยังมีประโยชน์มาก จะไม่หลง จะไม่ตื่นเต้น จะไม่ต้องเสียเงินเสียทอง ไปซื้อหาไอ้สิ่งที่ให้เกิดความตื่นเต้น อัศจรรย์ ถ้าเราเห็นเป็นของ แปลกเป็นของน่าอัศจรรย์มันก็ต้องซื้อหาด้วยเงินที่แพง เอามามันก็ อย่างนั้น มันก็คือเช่นนั้นเอง เช่นนั่นเองตามแบบของมัน

เรื่องดับทุกข์ นี่ต้องการจะให้เห็นว่าเช่นนั้นเอง เพื่อไม่ให้เกิด ฝ้ายบวกรหรือรัก ไม่เกิดฝ้ายลบหรือเกลียด หรือเรียกว่ายินดี-ยินร้าย อย่าให้เกิดความยินดี-ยินร้าย นั้นนะมันสบาย ยินดีมันก็กระตุ้น สั่น ระวังไปตามแบบยินดี ยินร้ายก็สั่นระวังไปตามแบบยินร้าย ไม่ใช่ ความสงบ ถ้าไม่ยินดีไม่ยินร้ายนั้นนะคือความสงบ ความหยุด หรือ ความสมดุล

จงอยู่ด้วยความสมดุล ซึ่งส่วนลึกของมันก็ต้องมองเห็นถึง ความเป็นเช่นนั้นเอง เช่นว่าเงินมันหาย มันก็เป็นทุกข์มาก ได้เงิน มามันก็ดีใจมาก แต่ถ้าเห็นว่ามันเช่นนั้นเอง มันก็ไม่ต้องตื่นเต้น ดีใจ-เสียใจ ควรทำอะไรก็ทำอย่างนั้น เงินหายควรทำอะไรก็ ทำอย่างนั้น ไม่ต้องเป็นทุกข์หรือเสียใจ ได้เงินมากก็ทำไปอย่างนั้น โดยไม่ต้องถึงโลดดีใจให้เหมือนกับคนบ้า

นี่ เชนั่นเอง เชนั่นเอง เป็นคำที่เหมือนกับพูดเล่น พูดเล่น ๆ แต่กลับเป็นคำที่ลึกซึ้งที่สุด เป็นคำที่สูงสุดของพุทธศาสนา เพื่อไม่ให้เกิดความยินดี-ยินร้าย ไม่ให้เกิดจิตชนิดที่เป็นบวกรหรือเป็นลบ แต่ตามความรู้สึกของคนทั่วไป ถ้าเป็นบวกรมันก็พอใจ ดีใจ เห็นว่านี่ถูกต้องจะเอาสิ่งนี้ ไอลบนั้นไม่เอาแล้ว เสียก็ไม่เอาแล้ว เอาได้ ๆ ๆ แต่แล้วก็มีปัญหาอย่างอื่นต่อไปอีก หลงไหลในความได้จนนอนไม่หลับ เห็นแก่ตัวจนคดโกง เกิดความเห็นแก่ตัวจนคดโกง

แต่ถึงอย่างไรคนธรรมดาสามัญทั่วไปมันก็ยังชอบได้ รักที่จะได้ ต้องการที่จะได้ ที่เสียมันไม่ชอบ แต่หลักธรรมะต้องการให้อยู่นิ่ง ๆ อยู่กลาง ๆ ไม่ต้องยินดีให้เนือเต้นหรือไม่ต้องยินร้ายให้เดือดร้อน ปัญหามันอยู่ที่ตรงนี้แหละ ว่า คุณต้องการความสงบ หรือต้องการความตื่นเต้นไปตามแบบบวกร ไอลโสเคร้าแบบลบคงไม่ต้องการแน่ แต่ไอลความได้อย่างใจแบบบวกร ได้สนุกสนาน เอร็ดอระอยตามแบบบวกร นี่มันยังต้องการกันอยู่ทั้งนั้น กำลังพยายามกันอยู่ทั้งนั้น

นี่ดูว่าเป็นอย่างไรบ้าง อยู่สงบ ๆ โดยไม่ต้องเต้น ไม่ต้องตื่นเต้น ไม่ต้องถูกกระตุ้น จะดีหรือไม่ จะเป็นสุขหรือไม่ ใจคอจะปกติหรือไม่ มันจะไม่ลืมตัว มันจะไม่เห็นแก่ตัว ถ้าชอบอย่างนี้ก็ต้องศึกษาความเป็นเช่นนั้นเอง ให้เห็นความเป็นเช่นนั้นเองของสิ่งที่เข้ามาเกี่ยวข้อง อย่าให้เกิดความรู้สึกเป็นคู่ตรงกันข้าม เช่นรัก

เช่นเกลียด เช่นโกรธ หรือว่าเห็นเป็นความรู้สึก ได้มาหรือเสียไป ความรู้สึกที่แพ้แล้วหรือชนะแล้ว รู้สึกว่าได้เปรียบแล้วหรือเสียเปรียบแล้ว มีหลายสิบคู่ล้วนแต่่วนวายทั้งนั้น อยู่ปกติแล้วก็จัดการไปตามที่ควรจะจัดการอย่างไร ดีใจก็ไม่ต้องดีใจให้เหน้อย เสียใจก็ไม่ต้องเสียใจให้เป็นทุกข์ แล้วความเคยชินในจิตใจนะมันบังคับไม่ได้ เมื่อเสียหายเสียอะไรไปมันก็เสียใจ มันได้อะไรมามันก็ดีใจ เพราะยังไม่ได้ศึกษาเรื่องเช่นนั่นเอง จนกว่าเมื่อไรที่ได้ศึกษาเรื่อง เช่นนั่นเองมันจึงจะไม่เป็นอย่างนั้น

แต่ธรรมะนี้สูงมาก คนทั่วไปไม่เข้าใจและไม่เคยได้ยินด้วยซ้ำไป นี่ก็บอกให้รู้ว่าสูงสุดในพุทธศาสนาคือความสงบสุขอันเกิดมาจากการเห็นที่ 'เช่นนั่นเอง' แล้วไม่เกิดความรู้สึกที่เป็นบวกหรือความรู้สึกที่เป็นลบ

ทั้งโลกมันบูชาสิ่งที่ เป็นบวก คำว่า *positive* นี้ชอบกันเป็นที่สุด พอ *negative* สันทักกันทั้งนั้น ทั้งโลก มันเป็นทั้งโลก โลกนี้มันก็ยังไม่มี ความสงบ มันก็พยายามที่จะต่อสู้ให้ได้มาซึ่งสิ่งที่รัก ที่พอใจ ส่วนพระนิพพานนั้นไม่อย่างนั้น ไม่มีคู่ตรงกันข้ามอย่างนี้ เขาก็ไม่เข้าใจ

พอพูดเรื่องนิพพานให้ฟัง เขาก็เข้าใจไปทางว่าเป็นบวกที่สุดของบวกทั้งหลายอย่างนี้เสียหมด พระนิพพานนี้เป็นเรื่องได้ เรื่อง

ถูกใจ เรื่องอร่อยในแง่ที่บวก

ถ้าว่าง ว่างไปไม่มีใครชอบ นี่คนทั่วไปปรารถนานิพพาน
อธิษฐานนิพพานก็เพราะเห็นเพราะเข้าใจไปว่าเป็นแง่บวกสุดขีด
ถ้าพูดว่าว่าง เป็นแง่ว่าง ไม่มีใครต้องการหรอก ไม่มีใครต้องการ
นิพพาน จนกว่าจะได้ศึกษา โอ้ ใ่ว่างนี้ประเสริฐวิเศษ ไม่รบกวน
หัวใจ

คนธรรมดาต้องการให้มีการกระตุ้น กระตุ้นแล้วก็พอใจแล้ว
ก็เป็นสุข กระตุ้นแม้ในทางลบก็ยังพอใจ ได้ร้องไห้ก็ยังสบายใจ ก็
เป็นอันว่าไ้สูงสุดของความจริงมันอยู่ที่ 'เขื่อนั่นเอง'

ความที่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยนั้นนะ คือความทุกข์
ถ้ามันไม่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยปรุงแต่ง มันก็ไม่มีความทุกข์

ทำอย่างไรให้เห็นเช่นนั้นเอง

เอาละ ทีนี้ทำอย่างไรจะเห็นเช่นนั้นเอง ก็มันก็มีตั้งต้นดูไปเรื่อย ๆ มันเป็นความไม่เที่ยง ถ้าเปลี่ยนแปลง เพราะเปลี่ยนแปลง และทนได้ยากก็เป็นทุกข์ เพราะไม่มีใครทนได้ เป็นอนัตตา เห็นว่ามันเป็นอย่างนี้ เห็นความเปลี่ยนแปลงของสิ่งเหล่านี้อยู่

ไอ้สิ่งที่ไม่มีความเปลี่ยนแปลง นี่ยังไม่มองไม่เห็น คนธรรมดา มองไม่เห็นหรือกว่าหมายถึงอสังขตธรรมหรือนิพพาน ที่เที่ยง ที่ไม่เปลี่ยนแปลง

นี่เราเห็นได้แต่เพียงว่าไอ้สิ่งนี้ไม่เที่ยง แต่เรากำลังเห็นว่าเที่ยง แล้วเราอยากให้มันเที่ยง ต้องการจะดูให้มันเที่ยง ให้มันไม่เปลี่ยนแปลง มันก็เกิดทุกข์เพราะเหตุนี้เสียแล้ว เมื่อมันเปลี่ยนแปลง

เราก็เสียใจว่ามันเปลี่ยนแปลง มันก็เป็นทุกข์ เห็นให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงว่ามันก็ไม่เที่ยงจริงๆ มันเปลี่ยนแปลงอยู่จริงๆ จะไปดึงออกมาให้มันเที่ยงให้อยู่กับเรา ให้เที่ยง นี่มันก็ทำไม่ได้ จีนทำมันก็เป็นทุกข์ มันไม่มีตัวตนที่จะจับเอามาไว้ให้มันเที่ยงอยู่กับเรา เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นว่า "โอ้ ไม่มีตัวตนที่เราจะจับเอามาไว้ ควบคุมไว้ได้ตามที่ต้องการ" นี่ก็เห็นสุญญตา มันว่างจากตัวตน ก็เรียกว่า สุญญตา ดังนั้นคำว่าสุญญตา มันก็โอ้มันก็เช่นนั้นเอง มันว่างจากตัวตนที่เราจะบังคับไปตามความต้องการของเรา เราก็ไม่ถูกรบกวนด้วยความอยาก ความหวัง ความวิตกกังวล อาลัยอาวรณ์ทุกอย่างที่มันเป็นความทรمانใจ เพราะเราไม่หวังอะไร โดยที่เห็นว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง มันต้องเป็นไปเช่นนั้นเอง ไม่มี ความหวังก็ไม่มี ความทรمانใจ แต่ถ้าต้องการอะไร จะมีอะไร จะกินอะไร จะใช้ อะไร ก็ทำไปให้ถูกกฎเกณฑ์ของมัน โดยที่ไม่ต้องหวังว่ามันต้องเป็นไปตามโอ้ความต้องการของเราทุกอย่าง

แต่มันก็มีส่วนที่ถ้าเราทำลงไปอย่างนี้แล้ว มันก็ได้ผลอย่างนี้ มา เอามากินเอามาใช้อะไรก็ได้ มันก็คือเช่นนั้นเองเหมือนกัน ทำสำเร็จได้ผลมากก็คือเช่นนั้นเอง ทำไม่ได้ ทำไม่สำเร็จไม่ได้อะไรเลย ก็คือเช่นนั้นเอง ดังนั้นจึงไม่ไปเป็นทุกข์กับมัน ก็ทำไปตามที่ถูกต้อง ที่ควรจะทำแล้วก็ได้รับผลตามที่ควรจะทำ ได้มากก็คือเช่นนั้นเอง ถ้า

เกิดไม่ได้ขึ้นมาก็อย่าเสียใจเพราะมันเช่นนั้นเอง ทำนาปีนี้ได้ผลดีก็
เช่นนั้นเอง ปีนี้เสียหายหมดก็คือเช่นนั้นเอง ไม่ต้องเป็นทุกข์ ก็ทำ
กันใหม่ ไม่ต้องเป็นทุกข์

ความเห็นเช่นนั้นเองนี่มันลึกซึ้ง ลึกไปถึงขั้นที่สุด ถ้าไปถึงเห็น
เช่นนั้นเองขั้นที่สุดมันก็กลายเป็นอริยบุคคล เป็นพระอรหันต์ เรียกว่า
ตถาคต ถึงความเป็นเช่นนั้นเอง เป็นพระอรหันต์

คำว่าตถาคตนั้นหมายถึงพระอรหันต์ ถึงซึ่งเช่นนั้นเอง แต่เรา
ได้ยินได้ฟังก็เพียงว่า พระพุทธเจ้านำคำนี้มาใช้สำหรับเรียกพระองค์
เองในนามเป็นบุรุษที่หนึ่ง เป็นตัวเอง แทนคำว่าข้าพเจ้า แต่คำว่า
เช่นนั้นเองนั่นนี่คือ พระอรหันต์ ผู้ถึงซึ่งเช่นนั้นเอง ตถาคตก็พูด
ถึงซึ่งเช่นนั้นเอง จึงไม่มียินดีในร้าย ไม่มีรัก ไม่มีโกรธเกลียด ไม่มี
ตื่นเต้นอะไร ไม่วิตกกังวลอะไร ไม่อาลัยอาวรณ์ ไม่อิจฉาริษยา
ไม่หึงไม่หวง ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่เห็นอะไรเป็นของแปลก

บางคนอาจจะกลัวว่า โ้ นีมันก็สูญหายหมด ของสวยก็ไม่มี
ของงามก็ไม่มี ของอร่อยก็ไม่มี มันจะคิดไปอย่างนั้น ก็เลยไม่กล้า
ไม่กล้าศึกษาเรื่องเช่นนั้นเอง

เดี๋ยวนี้ความงามความสวยนี้เขาลงทุนสร้างสรรค์กันมากมาย
สุนทรียภาพทั้งหลายที่เขาบูชากันนักหนา เราก็ว่าเช่นนั้นเอง เช่น
นั่นเอง เราก็ไม่ซื้อภาพเขียนแผ่นหนึ่งราคาเป็นล้านๆ หรือหลาย

สิบล้านเหมือนที่เขากำลังซื้อขายกันอยู่ ภาพเขียนบางภาพราคา
หลายสิบล้าน ให้เปล่าเราก็ยังไม่เอา

'เช่นนั่นเอง เช่นนั่นเอง' เป็นคาถาคัดดีศีลธิ์ป้องกันความทุกข์
ป้องกันความทุกข์ ไม่ให้รักอะไร ไม่ให้เกลียดอะไร ไม่ให้กลัวอะไร
ไม่ให้โกรธอะไร ไม่ให้ตื่นเต้นในอะไร

แล้วพวกที่อุตสาหะไปทัศนัจรนั้นนะมันไม่เห็นเช่นนั้นเอง
มันมีความตื่นเต้น มีความหวังที่จะเห็นของแปลกประหลาด ไม่
เห็นว่าเช่นนั้นเอง ถ้าเมื่อไรมันไปทัศนัจรจนหายใจ เห็นว่าเช่น
นั่นเอง โอ้อย่างนี้ไม่ต้องมาดูก็ได้ ก็เป็นเรื่องจะสุดจะจบไม่ต้องแท้
ไปทัศนัจรชนิดที่จะดูของแปลก ของประหลาดอะไร ถ้ายังไม่ถึง
ขั้นนี้ก็ต้องไปเถอะ ไปเรื่อย ไปรอบโลก หรือไปไหนก็ตามใจ มัน
ไม่เห็นเช่นนั้นเอง หยุคไม่ได้ สงบไม่ได้ ความเห็นเป็นของแปลก
น่าอัศจรรย์มันก็ดังไป พาไป ซึ่งก็กำลังมีมากในโลก ผู้ไม่เห็นเช่น
นั่นเอง

ประโยชน์ของการเห็นเช่นนั้นเอง

ที่นี่ ประโยชน์ของการเห็นเช่นนั้นเอง ที่จะเอามาใช้ในชีวิต
แท้จริงก็คือว่า มาใช้ในการควบคุมผัสสะได้ง่าย ถ้าเราได้ศึกษา
ความเป็นเช่นนั้นเองของสิ่งต่างๆ ไว้มากพอ เป็นปัญญาเก็บไว้ใน
คลัง 'ทุกสิ่งเป็นเช่นนั้นเอง' ให้มันแน่นอน มันจะควบคุมผัสสะใน
ขณะแห่งปัจจุสมุปบาท

อ้าว, ผมเชื่อว่าคงจะได้ยินได้ฟังมาแล้ว แต่ว่าเมื่อ เมื่อลืมเสีย
แล้ว สำหรับคำว่า ปัจจุสมุปบาท นะคือ เมื่อตาเห็นรูปก็ตี หูได้ยิน
เสียงก็ตี จมูกได้กลิ่นก็ตี ลิ้นได้รสก็ตี กายได้สัมผัสผิวกายก็ตี จิต
รู้สึกอะไรก็ตี ก็เรียกว่ามันได้เกิดอารมณ์เพราะการกระทบ

เมื่อตาเห็นรูปก็เกิดจักขุวิญญาณ - การเห็นทางตา จักขุวิญญาณ

ถึงกันเข้ากับรูปโดยอาศัยตาเป็นเครื่องมือ เป็นของสามสิ่งอย่างนี้ เรียกว่าผัสสะ **ผัสสะคือการกระทบ**

เมื่อเกิดผัสสะแล้วย่อมเกิด**เวทนา**คือความรู้สึกไปตามอำนาจของผัสสะ ถ้ามันไม่มีความรู้เรื่องเช่นนั้นเอง กระทบกันเข้ากับสิ่งที่สวามันก็เห็นสวayıไปเพราะความโง่ ไม่สวayıก็เห็นไม่สวayıเพราะความโง่ ไม่เห็นเช่นนั้นเอง ใ้**ผัสสะ**นั้นให้เกิด**เวทนา**พอใจไม่พอใจ

นี่เวทนาโง่แบบนี้แล้ว ก็ให้เกิด**ตัณหา**คือความอยาก ความต้องการไปตามแบบนั้น สวายน่ารักก็อยากเอา ไม่สวayıไม่น่ารักก็ไม่อยากเอา อยากทำลาย เรื่องเสียงก็เหมือนกัน เรื่องกลิ่นก็เหมือนกัน เรื่องลิ้นก็เหมือนกัน เรื่องผิวหนังก็เหมือนกัน มันก็เกิด**ตัณหา** ตัณหาอยากอย่างแรง อยากอย่างแรง

เมื่อความอยากเป็นไปอย่างแรงถึงที่สุด จิตมันก็ปรุงขึ้นมาเองเป็นความรู้สึกว่ากู กูผู้อยาก กูผู้อยาก แสดงว่าอุปาทานเกิด นี่ตัวกูก็เกิด **อุปาทาน**เกิดมันก็พร้อมที่จะออกมาเป็นการกระทำทางภายนอกที่เรียกว่า**ภพ** เรียกว่า**ชาติ** เกิดชาติเป็นตัวกูโดยสมบูรณ์ แล้วมันก็เอานั่นเอานี้มาเป็นของกู แล้วเกิดเป็นทุกข์ **ความเกิด**ของกู **ความแก่**ของกู **ความเจ็บ**ของกู **ความตาย**ของกู สิ่งที่น่ารักก็เป็นของกู สิ่งที่ไม่น่ารักก็เป็นศัตรูของกู อยากอย่างไรไม่ได้ตามที่อยากมันก็เป็นทุกข์ มีตัวตนในสิ่งใดมันก็เป็นทุกข์

ถ้าเรามีความรู้เรื่องเขื่อนั้นเองอย่างเพียงพอ มันก็ป้องกันเสียได้
ตั้งแต่ในขั้นที่เรียกว่าผัสสะนั้น

พอมีการสัมผัสอย่างที่ว่าแล้วทางตาก็ได้ ทางหูก็ได้ ทาง
จมูกก็ได้ พอมีการสัมผัส สติระลึกถึงความรู้อันสูงสุดคือ 'เช่น
นั่นเอง' เอาการประกอบเข้ากันกับสัมผัส มันก็มองเห็นความเป็น
เช่นนั้นเองของสิ่งที่สัมผัส มันก็ไม่เกิดเวทนารักหรือเวทนาไม่รัก
ไม่เกิดเวทนา ที่พอใจหรือไม่พอใจ มันคงเห็นแต่ว่ามันเป็นอย่าง
นั้นเท่านั้นแหละ มันเป็นอย่างนั้นเท่านั้น ไม่ไปรัก ไม่ไปเกลียดกับ
มัน แล้วก็ปัญญารู้ว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง แล้วควรทำกับมันอย่างไร
จัดการกับมันอย่างไร เพื่อให้เกิดประโยชน์ตามที่ต้องการ ถ้ามัน
ไม่จำเป็นจะต้องจัดการอะไรก็เลิกเลยไม่ต้องสนใจกับมัน ทิ้งไปเลย
แต่ถ้าควรจะต้องจัดการอย่างไร ก็จัดการให้ได้รับประโยชน์ตามที่
ต้องการ อย่ามาทำให้หลงรัก หลงเกลียด หลงโกรธ หลงกลัว
ไม่เอาๆ

นี่ ความรู้ว่า 'เช่นนั้นเอง' มันมาช่วยในขณะที่แห่งผัสสะ ไม่ให้
เกิดเวทนาที่หลอกลวง แล้วก็ไม่งงในเวทนานั้น มันก็ไม่เกิดตัณหา
ไม่เกิดอุปาทาน ก็เลยไม่มีความทุกข์ เรื่องมันก็จะจบลงด้วยความ
ไม่มีทุกข์ มิฉะนั้นเรื่องมันก็จะเลยไปด้วยอำนาจความไม่รู้ ไปจนถึง
ความทุกข์จนได้

นี่เป็นหลักสำคัญในพุทธศาสนา ซึ่งมันจะต้องยากบ้างเป็นธรรมดาสำหรับผู้ที่ไม่มีความรู้เอาเสียเลย มันก็ต้องยากที่จะควบคุมอย่างนี้ได้ แต่ถ้าได้ศึกษามาอย่างเพียงพอมันก็ค่อยยังชั่ว มันก็ควบคุมได้บ้าง หรือถ้าศึกษากันถึงที่สุดมันก็ควบคุมได้จริงเหมือนกัน มันจึงไม่มีอะไรมาทำให้เราเกิดความทุกข์เพราะการสัมผัสทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจเอง นี่ประโยชน์อย่างยิ่งของความรู้เรื่องเช่นนั้นเอง

มันจะมาทำประโยชน์ในขณะที่ผัสสะ มันก็ควบคุมได้ ควบคุมกระแสปฏิบัติสมบูรณ์ได้ เราเรียกสั้นๆ ว่าควบคุมอายตนะได้ หากควบคุมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจได้ หรือควบคุมรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ได้ หากควบคุมได้ก็หมายความว่า ไม่ให้มันเกิดเรื่องขึ้นมาจนเป็นทุกข์ ไม่ให้เกิดเรื่องขึ้นมา เรียกว่าควบคุมได้ เดียวนี้ควบคุมไม่ได้

มันก็มีอย่างนี้ มีของคู่ คือรักหรือไม่รัก พอใจหรือไม่พอใจ แล้วก็ต้องเดือดร้อนไปตามนั้น พอใจก็หลงเป็นทาสมัน ความรักความดีใจก็กระตุ้นจนนอนไม่หลับเหมือนกัน ถ้าไปหลงไหลไปยึดถือในสิ่งเหล่านั้นนะมันก็จะยิ่งกว่าเป็นทุกข์เสียอีก มันจะเป็นทุกข์ในส่วนลึกทรมาณอยู่ในส่วนลึก ไม่ใช่ความสงบ ไม่มีความสงบ

เรื่องดีใจไม่ใช่ความสงบ ไม่สังเกตดูบ้าง ถ้าดีใจมันก็กินข้าว

ไม่ค่อยลงเหมือนกัน ดีใจมากก็นอนไม่หลับเหมือนกัน มันกระตุ้นขนาดนั้น ถ้าไม่กระตุ้นขนาดนั้นเราก็กปกติ ดีใจก็กินข้าวไม่ลง เสียใจก็กินข้าวไม่ลง ที่กินข้าวลงเพราะมันอยู่ตรงกลางหรือปกติ

ดีใจก็นอนไม่หลับ เสียใจก็นอนไม่หลับ ที่มันนอนหลับก็เพราะมันไม่มีอะไรมากวน ไม่มีควมดีใจมากวน ไม่มีควมเสียใจมากวน ไม่มีควมอยาก ความหวัง ความวิตกอะไรมากวน มันจึงนอนหลับ ที่มันจะไม่กวนเพราะเราไม่ไปยึดถือเอามาเป็นของน่ารักหรือน่าเกลียดคือเป็นคู่ๆ ได้ดีมาเอามาบ้าดีเอามาหลงดินนอนไม่หลับ ได้ชั่วมาก็เอามาทรมาณใจนอนไม่หลับ ก็เช่นนั้นเอง อย่าให้มันเป็นดีเป็นชั่ว มันก็ไม่มีปัญหา

แต่มันยากเพราะกิเลสสำหรับที่จะรู้สึกว่ดีว่าชั่วนั้นมิได้มอดอยู่ในภายใน ฉะนั้นคนธรรมดาจะต้องรู้สึกดีใจและเสียใจ แม้ว่าจะทำไม่ได้จะควบคุมมันไม่ได้ก็ขอให้รู้ไว้ มันจะค่อยๆ ควบคุมได้ มันจะรู้จักเข็ดหลาบ มันเป็นทุกข์ทุกทีถ้าไปยึดถือว่ดีว่าชั่วก็เ็นทุกข์ทุกทีแล้วมันก็จะค่อยๆ เข็ดหลาบ ค่อยๆ เข็ดหลาบ มันจะวางจิตเป็นกลางไม่ยินดียินร้ายได้ต่อไปก็จะสบายดี

เอามายึดมันถือมันมันก็มาหนักอยู่บนจิตใจ มีดี มีบุญ มีอำนาจวาสนาเอามายึดมันถือมัน มันก็หนักอยู่บนจิตใจ ฉะนั้นเก็บไว้ตามธรรมชาติ อย่าเอามากดทับไว้ในจิตใจหรือบนศีระะเลย

มีเงินมีทองอยู่ในธนาคารก็ดีแล้วไม่ต้องเอามากดทับอยู่บนศิระระ
มิ้วมีควายอยู่กลางไร่กลางนาก็ดีแล้วไม่ต้องเอามากดทับอยู่บน
ศิระระ คือไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยความเห็นว่าดี ว่าน่ารัก หรือว่า
ถูกอกถูกใจ

เรื่องฝ่ายความเกลียดความโกรธก็เหมือนกัน 'เช่นนั่นเอง'
อย่าเอามาโกรธ มาเกลียด ลืมเสียดีกว่า แม้ข้าศึกศัตรู เราก็
ไม่ต้องเอามาโกรธเอามาคิดนึกให้มันเป็นทุกข์ พยายามเลิกล้าง
ความเป็นศัตรูเสียด้วยความรัก ด้วยความเข้าใจกันได้ อะไรกันได้
เลิกความเป็นศัตรู เป็นมิตรดีกว่าเป็นศัตรู แต่ถ้าเป็นมิตรเอามารัก
อยู่บนหัวใจหัวใจมันก็อีกอย่าง มันก็เป็นปัญหาขึ้นมาใหม่อีกอย่าง
หนึ่ง หมายความว่าไม่ต้องยินดีในร้าย ไม่ต้องยินดีในร้าย ไม่ต้องขึ้น
ไม่ต้องลง นั่นแหละสบาย ความสบาย

ให้ทุกคนๆ สังเกตดูให้ดีด้วยความเฉลียวฉลาดที่สุด สังเกต
ให้ดีว่าเวลาที่เราสบายใจที่สุดนั้น มันรู้สึกอย่างไร คนแต่ละคนก็จะ
มีเวลาบางเวลาที่รู้สึกสบายใจที่สุด ทำไมสบายใจที่สุดบอกไม่ถูก
สังเกตดูให้ดีเถอะ เวลานั้นนะมันไม่มีความรู้สึกยินดีในร้าย มันไม่
มีความรู้สึกยินดีในร้าย ถ้ายินดีมันก็ตื่นเต้นทางยินดี ไม่ว่าง ถ้ายินดี
ก็ยุ่งยากไปทางยินดี ไม่ว่าง

ถ้ามันว่าง มันไม่มียินดีในร้าย สบายใจที่สุดเวลานั้น ไม่มี

อะไรบกวน ไม่มีเรื่องยินดียินร้าย ไม่มีเรื่องตัวกูของกู เรื่องได้
เรื่องเสีย ไม่มีเรื่องแพ้เรื่องชนะ ไม่มีเรื่องกำไรเรื่องขาดทุน ไม่มี
ทุกๆ คู่เลย

ขอให้สังเกตดูเกิดก็จะพบ จะเข้าใจพระนิพพานได้ง่าย ว่า
พระนิพพานนั้นมีความสุขอย่างไร คือมันไม่ยินดี ไม่ยินร้าย ยินดี
ก็จะเอาเข้ามา ยินร้ายก็ผลักออกไป ไม่มีทั้งสองอย่างก็คือว่าง ว่าง
ก็สบาย

ก็พูดมาแล้วว่า ถ้าจะว่าง จะว่าง มันต้องเห็นเช่นนั้นเอง แต่
บางที เผลอ มันเผลอเป็นว่า มันไม่มี ไม่ใช่ความรู้ อันนั้นมันเป็น
ความฟลุค มันบังเอิญที่ว่ามันไม่ยินดี-มันไม่ยินร้ายบางเวลามันก็
เป็นสุขอย่างยิ่ง หรือว่าเราไปในที่บางแห่งมันดับความยินดียินร้าย
เสียได้ เช่นไปที่ทะเล ไปที่ยอดเขา ไปที่ไหนก็ตามมันดับความยินดี
ยินร้ายไปเสียได้ก็รู้สึกสบายเหมือนกัน

ขอให้สังเกตว่า ไปที่ไหนรู้สึกสบายที่สุด แล้วมันเป็นเพราะ
เหตุอะไร มันจะพบว่าเพราะมันว่างจากยินดียินร้าย หรือจะเรียก
ว่ามันเห็นเช่นนั้นเอง ไม่ยินดียินร้าย เป็นผลของการเห็นเช่นนั้นเอง
ไม่ยินดียินร้าย มันก็ว่าง มันก็สบาย ขอให้รู้ธรรมชาติของจริงด้วย
ตนเองอย่างนี้ เวลาที่เราสบายที่สุดนั้นมันว่าง ไม่ยินดีไม่ยินร้าย

จะไม่ยินดีไม่ยินร้ายโดยเฉพาะนั้นต้องเห็นความเป็นเช่นนั้น

เอง ไม่น่ายินดี-ไม่น่ายินร้าย ไร้ที่เขายินดี ๆ กัน เราไม่ไปโง่กับเขา
ไม่ต้องไปยินดีกับเขา ที่เขายินร้าย ๆ เราก็ไม่ต้องไปโง่ยินร้ายกับเขา
ก็ไม่ต้องยินดียินร้าย เรามีหน้าที่อะไรก็ทำไป โดยไม่ต้องยินดียินร้าย

แต่มันมีว่าไ้ความถูกต้อง ความถูกต้องทำให้เกิดความพอใจ
นี่ก็ไม่ต้องยินดียินร้าย มันถูกต้อง แล้วก็พอใจ แล้วก็เป็นสุข ถ้า
ยินดีก็ลุ่มด้วยความยินดี ยินร้ายก็ลุ่มอยู่ในความยินร้าย มีความ
ถูกต้อง มีความสมดุล จิตก็รู้สึกพอใจและเป็นสุขเอง

เคล็ด มันเป็นเคล็ด หรือบางทีมันจะเป็นยิ่งไปกว่าเคล็ดเสีย
อีก เป็นความลับที่คนเราไม่รู้ แล้วก็ไปหลงไปในทางที่ให้เกิดทุกข์
ในทางที่จะไม่เกิดทุกข์ไม่ชอบไม่สนใจ เห็นว่าไม่มีสาระอะไร ไม่
สนุกเลย

ความสนุกก็ดูให้ดีเถอะ สนุกแล้วมันตื่นเต้นเหมือนกับเป็นบ้า
ความไม่สนุกมันก็ชบเซาเหมือนกับเป็นบ้า ไม่ทั้งสองอย่าง ไม่ต้อง
สนุกและไม่ต้องไม่สนุก มันก็ปกติ มันก็อยู่เป็นกลาง

แต่คนโง่มันชอบให้ตื่นเต้น รู้สึกสนุก ไม่ตื่นเต้นก็เอาเหล้ามา
กินให้มันตื่นเต้น แล้วมันก็จะได้สนุกไปทางความคิดนี้ด้วยอำนาจ
ของเหล้า มันก็พอใจและเป็นสุข คนพวกนี้มันรักขวดเหล้าขวด
เดียวยิ่งกว่าพระพุทธเจ้า เอาพระพุทธเจ้ามาแลกกับเหล้าขวดเดียว
มันก็ไม่เอาหรอก มันรักขวดเหล้ามันเอาขวดเหล้า เพราะมันช่วยให้

ตื่นตื่น ให้มันวิเศษวิโสไปตามแบบของความเมา

เดี๋ยวนี้เราเป็นพุทธบริษัท ได้รับคำสั่งสอนจากพระพุทธเจ้า เพื่อความดับทุกข์โดยประการทั้งปวง แล้วคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น สอนให้เห็นเช่นนั่นเอง เช่นนั่นเอง สวยก็เช่นนั่นเอง ไม่สวยก็เช่นนั่นเอง หอมก็เช่นนั่นเอง เหม็นก็เช่นนั่นเอง โฟเราะก็เช่นนั่นเอง ไม่โฟเราะก็เช่นนั่นเอง เป็นเช่นนั่นเองตามธรรมชาติ จะเป็นเรื่องอะไรๆ ก็ตาม เป็นเช่นนั่นเองตามธรรมชาติ

ส่วนเรื่อง *อสังขตะ* เรื่องพระนิพพานนี่ยังไม่ถึง ยังไม่ถึง ก็ไม่รู้จัก ไม่อาจจะรู้จักว่าเป็นเช่นนั่นเอง แต่เมื่อถึงเข้าก็จะรู้จักว่าอ้อ ก็เช่นนั่นเองเหมือนกัน ถ้าเป็นพระนิพพานก็เป็นเช่นนั่นเองตามแบบพระนิพพาน ถ้าเป็นวัฏฏสงสารก็เป็นเช่นนั่นเองตามแบบวัฏฏสงสาร มีความเป็นเช่นนั่นเองของมันๆๆ ประจำตัวของมันอยู่ด้วยกันทั้งนั้น

เมื่อเห็นเช่นนั่นเองแล้วมันก็ไม่เกิดความรู้สึกที่เป็นคู่ๆ คือ ยินดียินร้าย รักหรือเกลียด เป็นต้น กระทั่งไม่หลงเรื่องดี เรื่องชั่ว เรื่องบาป เรื่องบุญ เรื่องสุข เรื่องทุกข์ มันต้องการความว่าง คนอย่างนี้ใครมาเข็ดไม่ได้ จะเอาลูกยกมาให้กินก็ดังๆ มันก็ไม่กิน เพราะมันรู้ว่ามันเป็นเช่นนั่นเอง

'เขื่อนั่นเอง' เป็นคาถาศักดิ์สิทธิ์

ป้องกันความทุกข์ ไม่ให้รักอะไร ไม่ให้เกลียดอะไร
ไม่ให้กลัวอะไร ไม่ให้โกรธอะไร ไม่ให้ตื่นเต้นในอะไร

สรุป

เอาแล้วเป็นอันว่าขอให้อยู่ในโลกด้วยการมีความรู้เรื่อง 'เช่น
นั่นเอง' เป็นเครื่องคุ้มครองไม่ให้เกิดทุกข์ ไม่ให้โง่เมื่อมีผัสสะ

ความทุกข์เกิดที่จิต เพราะทำผิดเรื่องผัสสะ

ความทุกข์จะไม่โผล่ ถ้าไม่โง่เมื่อผัสสะ

ความทุกข์เกิดไม่ได้ ถ้าเข้าใจเรื่องผัสสะ

ผัสสะก็มีอยู่ทั้งวัน มีอยู่ทุกวันแหละ ตลอดทั้งวัน เดี่ยวทาง
ตา เดี่ยวทางหู เดี่ยวทางจมูก เดี่ยวทางลิ้น เดี่ยวทางผิวกาย ทก
ทิตทางนี้มันดิ่งๆ มันดิ่งกันไปดิ่งกันมา เดี่ยวตาดีดไป เดี่ยวหูดีด
มา เดี่ยวจมูกดีดไป เดี่ยวลิ้นดีดมา จิตใจมันถูกดีดอยู่อย่างนี้ ไม่มี

ความสงบสุข

ถ้ารู้จักเคล็ดลับอันนี้ของธรรมชาติ รู้ความเป็นเช่นนั้นเอง ก็ไม่ต้องการที่จะไป หรือจะเอา หรือจะได้ ก็มันไม่ต้องการ มันก็ไม่มีอะไรดิ่งไปได้ รูปสวยก็ดิ่งไปไม่ได้ รูปน่าเกลียดก็ดิ่งไปไม่ได้ เสียงไพเราะก็ดิ่งไปไม่ได้ เสียงไม่ไพเราะก็ดิ่งไปไม่ได้ คือว่าจะทำให้จิตหวั่นไหวไม่ได้ จิตหวั่นไหวไม่ได้

ไอ้ที่มันไม่น่ารัก ไม่ไพเราะ นั้นมันดิ่งไปให้โกรธ ไปดิ่งไปให้เกลียด ดิ่งไปให้กลัว ถ้ามันน่ารักน่าพอบใจมันก็ดิ่งไปให้รัก ดิ่งให้หลงไหล ดิ่งให้ยึดถือ ดิ่งให้ผูกพัน ทั้งคู่แหละมันดิ่ง ดิ่งไปคนละฝ่าย บวกก็ดิ่งไปทาง ลบก็ดิ่งไปทาง ไม่ใช่ของปกติ ไม่บวกไม่ลบ นั้นแหละจึงจะไม่ดิ่ง

ดังนั้น อย่าไปพ่ายแพ้แก่ความรู้สึกเป็นบวกหรือเป็นลบ อยู่เฉยๆ อยู่ตรงกลาง อยู่เฉยๆ ด้วยความว่าง อยู่กับเช่นนั้นเอง อยู่กับความว่าง ก็สบาย นี่คือเคล็ด เคล็ดป้องกันไม่ให้เกิดความวุ่นวายขึ้นมาในชีวิต

ไอ้ความวุ่นวายนี้ ควรจะรู้จักชื่อมันไว้สักหน่อย ความรัก ก็วุ่นวาย ความเกลียดก็วุ่นวาย ความกลัวก็วุ่นวาย ความโกรธก็วุ่นวาย ความตื่นเต้นอัศจรรย์นั้นนี่ก็วุ่นวาย ความวิตกกังวลก็วุ่นวาย ความอาลัยอาวรณ์ก็วุ่นวาย ความอิจฉาริษยา ก็วุ่นวาย ความหวงก็

วุ่นวาย ความหิงก็วุ่นวาย ถูกผู้อื่นก็วุ่นวาย ยกตนข่มท่านก็วุ่นวาย
ขัดแย้งกัน อยากรัดแย้ง ต้องการขัดคอ ขัดแย้งก็วุ่นวาย แล้วก็ไม่เห็น
เช่นนั้นเอง ก็วุ่นวายที่สุด วุ่นวายที่สุดที่ไม่เห็นเช่นนั้นเอง

ไปเลือกเอาสิ เอาความไม่วุ่นวายหรือจะเอาความวุ่นวาย
ถ้าต้องการความไม่วุ่นวายก็ศึกษา 'เช่นนั้นเอง' ไว้เป็นประจำ เอา
มาไว้เหมือนกับพระเครื่องแขวนคอ ความรู้เช่นนั้นเอง ความรู้ที่
เช่นนั้นเองเอามาแขวนคอไว้ก็เหมือนพระเครื่อง ถ้าจะป้องกันไว้ได้
ไม่เซไปทางนั้นไม่ให้เซมาทางนี้ ไม่มีความทุกข์ ถ้าเอาพระเครื่อง
มาแขวนคอก็ขอให้รู้ว่าคำสอนของพระพุทธเจ้าเรื่องเช่นนั้นเอง
เตือนให้เช่นนั้นเอง ไม่ไปหลงรักหลงโกรธ

เดี๋ยวนี้มันเอาพระเครื่องมาแขวนคอกันอย่างไสยศาสตร์ ให้
ช่วยโดยไม่ต้องทำอะไร ให้รวยโดยไม่ต้องทำอะไร ให้มีลาภโดย
ไม่ต้องทำอะไร อย่างนี้เป็นเรื่องของคนปัญญาอ่อนแล้วก็ไม่เคยได้
แต่แล้วมันก็พอใจหลอกๆ ไปพักๆ ขณะๆ

เราจึงไม่แจกพระเครื่องเพราะว่าเขาเอาไปแขวนกันอย่างโง่ๆ
เขาไม่ไปแขวนอย่างพุทธานุสสติ

เอาละเป็นอันว่า 'เช่นนั้นเอง' คืออย่างนี้ ธรรมะสูงสุดคือเช่น
นั่นเอง ธรรมะนี้ช่วยไม่ให้ตกเป็นทาสของอารมณ์ทางยินดียินร้าย
ไม่ไปเป็นทาสของความเป็นบวกหรือความเป็นลบก็สบายกันนะ

ขอให้ไปคิดดู เข้าใจ เห็นด้วย แล้วจึงปฏิบัติ ถ้ายังไม่เข้าใจ
ไม่เห็นด้วยก็ไม่เชื่อ ก็ไม่ต้อง ก็เหมือนกับไม่มีอะไร ถ้าไปคิด
ไปเห็น เข้าใจเห็นด้วยนั่นแหละก็ระวัง คือปฏิบัติ คือไม่ให้ยินดี
ยินร้าย ให้มันเป็นกลาง เช่นนั้นเองอยู่เสมอ

เวลาหนึ่งชั่วโมงหมด ขอยุติการบรรยายวันนี้ ไว้เพียงเท่านี้.



Audio-Book

ปัญหามันอยู่ที่ตรงนี้ว่า
คุณต้องการความสงบ
หรือต้องการความตื่นเต้นไปตามแบบบวก

สนุกแล้วมันตื่นเต้นเหมือนกับเป็นบ้า
ความไม่สนุกมันก็ชบเซาเหมือนกับเป็นบ้า
ไม่ทั้งสองอย่าง ไม่ต้องสนุกและไม่ต้องไม่สนุก
มันก็ปกติมันก็อยู่เป็นกลาง

อย่าไปฟ่ายแพ้ต่อความรู้สึกเป็นบวกหรือเป็นลบ

อยู่เฉยๆ อยู่ตรงกลาง

อยู่เฉยๆ ด้วยความว่าง ก็อยู่กับเขื่อนั่นเอง

ธรรมะสูงสุดคือเข่นั่นเอง
ธรรมะนี้ช่วยไม่ให้ตกเป็นทาสของอารมณ์
ทางยินดียินร้าย ไม่ไปเป็นทาสของความเป็นบวก
ของความเป็นลบ ก็สบายกันนะ

ปฏิบัติ

ไม่ให้ยินดีในร้าย

ให้มันเป็นกลาง

เช่นนั้นเองอยู่เสมอ

ธรรมะสูงสุดคือเข้านั่นเอง
ธรรมะนี้ช่วยไม่ให้ตกเป็นทาสของอารมณ์

BIA



9 786169 380351