

# ความไม่ยึดมั่น



## ธรรมะเล่มน้อย

หนังสือธรรมะขนาดพกพา

รายเดือน ๑๒ เรื่อง ๑๒ เล่ม

สำหรับเป็นพื้นฐานศึกษาธรรมปฏิบัติ

ใช้เวลาไม่นานในการทำความเข้าใจ

## สามารถมีส่วนร่วมได้โดย...

๑. ผู้ที่อ่านแล้วคิดว่าดีมีประโยชน์  
โปรดส่งมอบให้แก่ผู้อื่นต่อ เปรียบดั่งบำเพ็ญทาน.
๒. สมัครสมาชิกได้ที่ห้องหนังสือและสื่อธรรม.
๓. สนับสนุนการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อยตามกำลัง.
๔. เลือกจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มน้อย  
เพื่อเผยแพร่ในวาระต่างๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่,  
วันเกิด, งานมงคลสมรส, งานเฉลิมฉลอง,  
งานบุญ หรืองานฌาปนกิจ ฯลฯ.

ธรรมะเล่มน้อย ใกล้เคียง

อันจะช่วยให้ทุกคนมีพระเจ้าอยู่ในตน มีพระธรรมอยู่ในใจ

ร่วมเป็นเจ้าของภาพ  
พิมพ์ธรรมะเล่มน้อยได้ที่  
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ  
โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐

## รายชื่อหนังสือธรรมะเล่มน้อย

### ๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๖ ประกอบด้วย

๑. ธรรมะเผด็จการ ๒. ความเป็นไปของจิต ๓. ความเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับศาสนา ๔. พุทธบริษัทไม่ต้องใช้ยารงับประสาท ๕. ธรรมที่ลูกของพระพุทธเจ้าควรปฏิบัติ ๖. การบวชคือการบังคับตัวเอง ๗. โทษที่เกิดเพราะไม่มีวินัย ๘. อย่างนั้นเอง ๙. มะพร้าวนาฬิกา ๑๐. ชีวิตโหวต ๑๑. สติ ๑๒. สันติภูมิจิโก

### ๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๗ ประกอบด้วย

๑. ธรรมะทำไมกัน ๒. แผ่นดินรองรับร่างกาย ธรรมะรองรับจิตใจ ๓. สิ่งที่เราเรียกว่ากิเลส ๔. ธรรมคือสิ่งจำเป็นแก่มนุษย์สำหรับป้องกันและแก้ไข ๕. สิ่งซึ่งเป็นอุปสรรคแก่การเลิกอายุ ๖. ทุกสิ่งอยู่เหนือปัญหา ๗. รู้จักธรรมะให้ถึงที่สุด ๘. หลักธรรมที่ทุกคนควรทราบ ๙. ธรรมที่เป็นเครื่องมือในการเดินทาง ๑๐. ผลพลอยได้ที่เนื่องถึงกันและกันในโลก ๑๑. ประโยชน์สูงสุดของธรรมะ ๑๒. ธรรมะคือหน้าที่

### ๑๒ เล่ม สำหรับปี ๒๕๕๘ ประกอบด้วย

๑. ธรรมคือหน้าที่ของสิ่งที่มีชีวิต ๒. ชีวิตคู่ ๓. การรู้ อยู่กับรู้ ๔. วันสงกรานต์ ๕. ชีวิตเป็นงานธรรมศิลป์ ๖. ลักษณะความหมายและคุณค่าของวันวิสาขบูชา ๗. หัวใจและความลับของธรรมจักร ๘. บิดามี มารดามี ๙. ให้ธรรมะกลับมาครองโลก ๑๐. ความไม่ยึดมั่น ๑๑. ลอยประทีป ๑๒. วินัยและคุณธรรมสำหรับพัฒนาตน



BUDDHA'S DHARMA ARCHIVES

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

# ความไม่ยึดมั่น

โดย  
พุทธทาสภิกขุ

ลำดับที่ ๑๐ ประจำปี ๒๕๕๘

[www.life-brary.com](http://www.life-brary.com)

เทศน์ในวันออกพรรษา

บรรยายเมื่อวันที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๐๙

ผู้ถอดคำบรรยาย: ศรัณูธร สนั่นพานิช

ผู้ตรวจทาน: ธรรมสรณ์ คิดการดี

# ความไม่ยึดมั่น

ณ บัดนี้ จะได้วิสาขนาพระธรรมเทศนา เพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา ส่งเสริม ศรัทธา – ความเชื่อ และ วิริยะ – ความพากเพียร ของท่านทั้งหลายผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญ กงกามก้าวหน้าในทางแห่งพระศาสนาของ สมเด็จพระบรมศาสดา อันเป็นที่พึ่งของสัตว์ ทั้งหลาย กว่าจะยุติลงด้วยเวลา

ธรรมเทศนาในวันนี้ อาศัยหัวข้อ พระพุทธภาษิตที่ว่า สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิ-  
เวสายะ ซึ่งแปลว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอัน  
บุคคลไม่ควรยึดมั่นถือมั่นดังนี้ การที่ได้นำเอา  
หัวข้อพระพุทธภาษิตนี้มาวิสาขนา ก็เพราะมอง

เห็นว่า คนส่วนมากยังไม่เข้าใจความหมาย  
ของพระพุทธรูปนี้ ซึ่งตั้งอยู่ในฐานะเป็น  
หัวใจของพุทธศาสนา ทำไมจึงว่าตั้งอยู่ใน  
ฐานะที่เป็นหัวใจของพุทธศาสนา

ข้อนี้พึงทราบว่่า เมื่อมีผู้ไปทูลถาม  
พระพุทธรูปว่า พระพุทธวณะทั้งหมดทั้งสิ้น  
จะสรุปลงให้สั้นที่สุด จะได้หรือไม่ได้และว่า  
อย่างไร พระพุทธเจ้าตรัสว่าได้ และว่า สัพเพ  
ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ ดังนี้ เมื่อดูตาม  
ข้อความนี้จะเห็นได้ว่า พระพุทธรูปนี้  
เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา จะได้พิจารณา  
กันสักหน่อยถึงคำว่าหัวใจของพุทธศาสนา

เมื่อพูดถึงหัวใจของพุทธศาสนา ก็มึ  
ความเข้าใจผิดแปลกแตกต่างกันอยู่ บางคนก็  
ว่า โอวาทปาฏิโมกข์ เป็นหัวใจของพุทธศาสนา  
คือคำสอนที่ห้ามไม่ให้ทำความชั่วทั้งปวง ให้



ทำความดีให้เต็มที่ และให้ทำจิตให้บริสุทธิ์  
ว่านี่เป็นหัวใจของพุทธศาสนาตั้งนี้ก็มี หรือ  
บางคนก็ว่าอริยสังขทั้ง ๔ คือเรื่องทุกข์ เรื่องเหตุ  
ให้เกิดทุกข์ เรื่องความดับไม่เหลือแห่งทุกข์  
และเรื่องทางให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์  
นั้น เป็นหัวใจพุทธศาสนาตั้งนี้ก็มี

บางคนก็ว่า คาถาที่พระอัสสชิกล่าวแก่  
พระสารีบุตรเมื่อยังเป็นปริพาชก คือ *เย ธัมมา  
เหตุูปปะภาวา เตสัง เหตุุง ตะถาคะโต เตสัณฺฐจะ  
โย นิโรโธ เอวัง วาที มหาสมโณฯ* ซึ่งมีพบจารึก  
ในแผ่นอิฐเป็นอันมาก ทั้งในประเทศไทยและ  
ประเทศอินเดียนั้น ว่านี่เป็นหัวใจพระพุทธ  
ศาสนาก็มี

การที่กล่าวว่าข้อความเหล่านั้นเป็น  
หัวใจของพุทธศาสนา นั้น ก็เป็นการถูกต้อง  
เหมือนกัน แต่ลองสังเกตดูให้ดีเถิดว่า อันไหน

จะเป็นหัวใจของพุทธศาสนาไม่น้อยกว่ากัน  
อย่างไร ในเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับพระพุทธรูป  
ภาสิตที่ว่า สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ  
-ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอันบุคคลไม่ควรยึดมั่น  
ถือมั่น ดังนี้

เราจะเห็นได้ในขั้นแรกว่า ที่ว่าโอวาท-  
ปาฏิโมกข์ ๓ อย่างเป็นหัวใจของพุทธศาสนา  
นั้นก็เป็นการถูกต้อง คือคำสอนที่ว่าไม่ให้  
กระทำความชั่วให้ทำดี ให้ทำบุญ ให้ทำกุศล และทำ  
จิตให้บริสุทธิ์ นี่ก็เป็นการถูกต้อง และข้อที่ว่า  
ทำจิตให้บริสุทธิ์นั่นเอง คือทำจิตไม่ให้ยึดมั่น  
ถือมั่นสิ่งใดว่าเป็นตัวตนของตน ดังนั้นจึงเป็น  
อันเดียวกันโดยปริยาย และการไม่ทำความชั่ว หรือ  
การทำกุศลนั้น เมื่อไม่มีความยึดมั่นถือมั่น  
แล้ว ก็เป็นการไม่ทำความชั่วและเป็นการทำกุศล  
อยู่ในตัว

ที่ว่าอริยสัจทั้ง ๔ เป็นหัวใจของ  
พุทธศาสนานั้นก็ถูกต้อง แต่พึงทราบเถิดว่า  
อริยสัจข้อสุดท้ายคือมรรคมืองค์ ๘ นั้น คือ  
การปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น  
นั่นเอง มรรคมืองค์ ๘ เมื่อปฏิบัติสมบูรณ์เต็มที  
แล้ว ก็เป็นไปเพื่อความรู้แจ้งเห็นจริง ไม่ยึดมั่นถือ  
มั่น สิ่งใดว่าเป็นของตนหรือตัวตน นี้จึงเห็นได้  
ว่า มีความเหมือนกันอยู่ที่ตรงนี้อีก หรือคาถา  
พระอัสสชิที่กล่าวแก่พระสารีบุตรที่ว่า *ธรรม*  
*ทั้งหลายเหล่าใดเกิดมาแต่เหตุ พระตถาคต*  
*ตรัสเหตุแห่งธรรมนั้น และตรัสความดับแห่ง*  
*ธรรมนั้นด้วย มหาสมณะมีปกติตรัสแต่อย่างนี้*

นี่ก็จงคิดดูเถิดว่า การที่กล่าวว่า  
สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่มีอะไรมากไปกว่าเหตุ  
เกิดมาแต่เหตุ และจะดับไปก็เพราะการดับ  
แห่งเหตุ นั้น ก็เป็นการบอกอย่างชัดเจนที่สุด

แล้วว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น เพราะเป็นสิ่งที่เป็นไปตามเหตุหรือเป็นเพียงเหตุและผลเท่านั้นเอง ไม่อาจจะยึดมั่นถือมั่น ส่วนไหนได้เลย เพราะเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุอยู่เสมอ ก็เป็นอันว่ามีใจความสำคัญอยู่ที่ความไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยกันทั้งนั้น

ไม่ว่าจะกล่าวถึงหัวใจพุทธศาสนาในข้อไหนในรูปไหน มากหรือน้อย สั้นหรือยาวอย่างไร ใจความสำคัญก็อยู่ที่ความไม่ยึดมั่นถือมั่น เพราะฉะนั้นจึงเป็นการถูกต้องอย่างยิ่งที่เมื่อมีผู้ไปทูลถามพระองค์ พระองค์ก็ตรัสอย่างนี้ ด้วยเหตุนี้เองเราจึงถือเอาว่า พระพุทธ-  
ภาชิตที่ว่า สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ  
นี้เป็นหัวใจของพุทธศาสนา ถ้าจะให้พูดเป็น  
ภาษาไทยสั้นๆ ก็พูดว่า ความไม่ยึดมั่นถือมั่น  
นั่นเองเป็นหัวใจของพุทธศาสนา

ทีนี้ก็มามีปัญหาต่อไปถึงว่า คนโดยมาก ไม่เข้าใจคำว่า ไม่ยึดมั่นถือมั่น บางคนก็เข้าใจ ผิดไปเสียก็มี ทำให้ปฏิบัติในข้อนี้ไม่ได้ เมื่อ เป็นอย่างนี้จะไปโทษพระธรรมคำสอนก็ไม่ได้ มันก็ต้องโทษความไม่รู้ ความไม่เข้าใจของ คนเหล่านั้นเอง จึงเป็นหน้าที่ที่เขาจะต้อง ทำความเข้าใจกันให้ถูกต้อง การที่ไม่มีความ เข้าใจถูกต้องนั้น ก็เพราะไม่ค่อยมีใครจะสนใจ ในพระพุทธรูปชาติข้อนี้ ไปสนใจในเรื่องเอา เรื่องได้ เรื่องเป็น อย่างนั้นอย่างนี้ไปเสียหมด

พอได้ยินคำว่าไม่ยึดมั่นถือมั่นก็สั่นหัว และกลัว เพราะไปนึกเสียว่าเมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่น แล้วก็ไม่ได้อะไร ไม่มีอะไรที่เป็นการได้ จึง เลยกกลัว จึงไม่สนใจในคำสอนที่สอนให้ไม่ยึด มั่นถือมั่น ดังนั้นจึงไม่อาจจะพ้นทุกข์ได้ แม้ จะปฏิบัติไปในทางบุญกุศลเท่าไรๆ ก็ไม่มี

ทางที่จะพันทุกข้อได้ เพราะไปยึดมันถ้อมมัน  
สิ่งทั้งหลายทั้งปวงดังนี้

ที่นี้อีกทางหนึ่ง ภาษาไทยนี่ก็เป็นสิ่ง  
ที่ยากหรือลำบากในการที่จะเอามาพูดธรรมะ  
ซึ่งเป็นภาษาอื่นภาษาต่างประเทศ โดยเฉพาะ  
ก็คือภาษาอินเดียในสมัยพุทธกาล เมื่อเขานำ  
ธรรมะมาสอนในเมืองไทย ก็จำเป็นที่จะต้อง  
แปลเป็นไทย คนแรกที่แปลไปนั้นจะถูกหรือ  
ผิด จะตรงหรือไม่ตรง เราก็อธิบายไม่ได้ เพราะไม่รู้  
ว่าภาษานี้เปลี่ยนแปลงมาอย่างไร แต่เมื่อตก  
มาถึงสมัยนี้แล้วเรารู้สึกว่า คำแปลบางอย่าง  
นั้นไม่ตรงและเป็นไปไกล และมีช่องทางที่จะ  
ให้เข้าใจผิดได้มาก

เช่นคำว่า *สุญญะ* หรือ *สุญญตา* ซึ่ง  
หมายถึง *ความว่างจากตัวตนนั้น* ก็มีคนแปลว่า  
เป็น *ความสูญเปล่า* คนโง่ๆ ก็เลยถือเอาความ

สูญเปล่านั้นเป็นความหมายของสูญญตา ก็เลยเกลียดกลัวสูญญตาซึ่งเป็นหัวใจของพุทธศาสนา และเล็งถึงพระนิพพานนั่นเอง คนจึงเกลียดกลัวนิพพาน เพราะการแปลคำว่าสูญญตาผิดไปแปลว่าสูญเปล่าเข้า ที่จริงไม่ได้แปลว่าสูญเปล่า แต่แปลว่าว่างจากความเป็นตัวตนหรือเป็นของของตนเท่านั้นเอง มันมีอะไรเยอะเยอะไปหมด แต่ว่าไม่มีอะไรที่ควรจะถือว่าเป็นตัวตนหรือเป็นของตนดังนี้

นี่ก็เห็นได้ชัดว่า เมื่อแปลคำพูดนั้นผิดแล้วเรื่องก็เป็นไปในทางผิดหมด จะต้องศึกษาให้รู้ให้เข้าใจถ้อยคำเหล่านี้ให้ถูกต้องกันเสียก่อน จึงจะเข้าใจหลักพระพุทธศาสนาส่วนนี้ได้

ที่นี้เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ก็เหมือนกัน ได้แปลมาจากคำว่า *อนุปาทานะ* -คือไม่ยึดมั่นถือมั่น ก็ดี หรือจะแปลมาจาก

อภินิเวศายะ ซึ่งแปลว่า *ไม่ควรฝังตัวเข้าไป* นี้ ก็ดี เรียกเป็นไทยๆ ว่าไม่ยึดมั่นถือมั่นทั้งนั้น คนก็ไม่เข้าใจคำๆ นี้ แล้วก็ไปตั้งข้อสงสัยว่า ถ้าไม่ให้อึดมั่นถือมั่นอะไรแล้วจะได้อะไร หรือ จะมีอะไรเป็นที่พึ่ง

ที่จริงคำว่าไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ มีความหมายลึกซึ้ง คือหมายถึงไม่มีความรู้สึกคิดนึก สำคัญมั่นหมายว่าเป็นตัวเราหรือว่าเป็นของของเราเท่านั้น ต้องการไม่ให้อึดมั่นด้วยความงอ ความหลง หรืออวิชา ที่หมายมั่นปั้นมือจะเอานั่นเอานี้มาเป็นตัวเราหรือเป็นของเรา

คนบางคนสงสัยต่อไปว่า เราต้องยึดมั่นถือมั่น เช่น จะต้องยึดมั่นถือมั่นในพระพุทธเจ้า ยึดมั่นถือมั่นในพระธรรม ยึดมั่นถือมั่นในพระสงฆ์ กันอย่างนี้อยู่ทุกๆ ไป เมื่อใครมาบอกว่าไม่ให้



ยึดมั่นอะไรก็กลัว หรือเข้าใจไม่ได้ หรือในที่สุด  
ก็ไม่เชื่อ เพราะจะยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่เขารัก  
เขาพอใจ หรือเขาเห็นว่าจะเป็นที่พึ่งได้เสมอไป  
นั่นมันก็เป็นกรกฎต้องแค่นี้เดียว พึ่งทำ  
ความเข้าใจว่า การถึง กับการยึดมั่นถือมั่น  
นั้นไม่เหมือนกัน

เมื่อเราพูดว่า พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ  
-ข้าพเจ้าถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ อย่างนี้ไม่  
ได้หมายความว่าให้ยึดมั่นถือมั่นพระพุทธเจ้า  
ว่าเป็นตัวเราหรือของเรา แม้จะพูดว่าให้ถือ  
เอาพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ เป็นที่พึ่ง ก็มีความ  
หมายว่า ให้ถือเอาเป็นตัวอย่างในการที่จะไม่  
ยึดมั่นถือมั่นอะไร พระพุทธเจ้าที่แท้จริงนั้น คือ  
ตัวความไม่ยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง เมื่อผู้ใดมีจิตใจ  
ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรเป็นตัวตนหรือเป็นของตน  
เมื่อนั้นชื่อว่ามีพระพุทธเจ้าอยู่กับผู้นั้นหรือ

อยู่ในจิตใจของผู้นั้น คือจิตที่ไม่มีความยึดมั่น  
ถือมั่นเป็นพระพุทธรเจ้า

สังเกตดูให้ดีเถิดจะเห็นว่า เมื่อจิต  
ของเราไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรว่าเป็นตัวเรา  
หรือเป็นของเราแล้ว ในขณะนั้นจิตมีความ  
บริสุทธิ์ที่สุด ในขณะนั้นจิตมีความสว่างไสว  
ที่สุด ในขณะนั้นจิตมีความสงบเย็นหรือ  
เป็นสุขที่สุด พอเกิดความยึดมั่นถือมั่นอะไร  
เข้ามา จิตนั้นก็เร่าร้อนที่สุด สกปรกที่สุด  
มืดมัวที่สุด และเป็นทุกข์ที่สุด

ดังนั้นจิตที่ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น  
ในขณะนั้นเป็นจิตที่ถึงพระพุทธรเจ้า หรือมี  
พระพุทธรเจ้าเป็นสรณะ เป็นที่พึ่งอย่างแท้จริง  
แต่คนไม่เข้าใจอาการอันนี้ ก็ไปเดาสุ่มเอาว่า  
เราจะต้องยึดมั่นถือมั่นพระพุทธรเจ้าเป็นของ  
เรา เป็นที่พึ่งแก่เราไป ทั้งที่ไม่รู้ว่าจะเป็นที่พึ่ง

ได้อย่างไร ก็เลยตกอยู่ในฐานะที่โง่เขลาอย่าง  
น่าเวทนาสงสาร

แม้จะเข้าวัดรับศีล ฟังเทศน์ ให้ทาน  
มาสักกี่ปีก็สิบปี ก็ยังห่างไกลต่อพระพุทธเจ้า  
อยู่นั่นเอง เพราะฉะนั้นจึงต้องร้องตะโกนเป็น  
นกแก้วนกขุนทองเรื่อยไปว่า พุทธัง สรรณัง  
คัจฉามิ เป็นต้น โดยไม่มีความหมายอะไรเลย  
นี่แหละคือโทษของการที่ไม่เข้าใจคำว่าไม่ยึด  
มั่นถือมั่น

เพราะฉะนั้น ขอให้เข้าใจเสียใหม่  
ให้ถูกต้องตามตัวหนังสือเหล่านี้ ว่าเราถึง  
พระพุทธเจ้าเป็นสรณะนั้นก็ถึงการที่มีจิต  
ไม่ยึดมั่นถือมั่นเป็นที่พึ่ง หรือว่าเราถึงพระ  
ธรรมเป็นสรณะนั้น ก็คือการถึงภาวะที่ไม่มี  
ความยึดมั่นถือมั่นเป็นที่พึ่ง หรือแม้ว่าเรา  
ถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่งเป็นสรณะนั้น ก็คือเรา

ถึงหมู่บุคคลที่ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น และ  
เราจะต้องทำให้เหมือนเขาด้วย เป็นที่พึง

รวมหมดด้วยกันทั้ง ๓ สรณะนี้ก็อยู่  
ตรงที่มีจิตที่บริสุทธิ์ สะอาด ปราศจากความ  
ยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง เป็นเครื่องอำนวยความ  
สุขให้แก่เรา เป็นเครื่องอำนวยความบริสุทธิ์  
ความสะอาด ความสว่างไสว แจ่มแจ้ง สงบ  
เย็นให้แก่เรา นั่นคือความหมายของคำว่า  
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่แท้จริง

เรื่องนี้ เคยกล่าวกันมาหลายครั้ง  
หลายหนแล้ว และยังจะต้องกล่าวซ้ำๆ กันอยู่  
ต่อไปอีกมากคือว่า สิ่งที่เราเรียกว่าพระพุทธ พระ-  
ธรรม พระสงฆ์นั้นมีอยู่หลายชั้น หลายลำดับ  
หลายความหมาย เป็นเพียงเปลือกนอกก็มี เป็น  
เนื้อในก็มี แม้ที่เป็นเนื้อในก็ยังมีหลายชั้น เป็น  
ชั้นๆ เข้าไป กว่าจะถึงเนื้อในที่เป็นหัวใจที่สุด

อย่างพระพุทธเจ้านี้ที่เป็นชั้นนอก  
ชั้นเปลือกที่สุดก็เช่น พระพุทธรูป เป็นต้น ที่  
เป็นเนื้อในเข้าไปก็คือองค์พระพุทธเจ้าที่เดิน  
ไปมาอยู่ที่ประเทศอินเดียในสมัยนั้น ที่เป็น  
เนื้อในเข้าไปกว่านั้นอีกก็คือ พระธรรมะและ  
วินัย พระธรรมวินัย ที่พระองค์ตรัสว่า นี่จัก  
อยู่เป็นศาสดาของพวกเธอ ในการเป็นที่ล่วง  
ลับไปแห่งตถาคต อย่างนี้ก็มี

ที่นี้ ที่เนื้อในเข้าไปอีกก็ต้องรู้ว่าพระ  
ธรรมวินัยนั้นมีหัวใจเป็นอย่างไร พระธรรม  
วินัยทั้งหมดทั้งสิ้นมีหัวใจเป็นความสะอาด  
สว่าง สงบ ที่เป็นส่วนปริยัติ คือจะต้องศึกษา  
เล่าเรียน ก็เรียนเรื่องสะอาด สว่าง สงบ ที่  
เป็นปฏิบัติก็ต้องปฏิบัติเพื่อสะอาด สว่าง  
สงบ และที่เป็นผลของการปฏิบัติ ก็เป็นผล  
คือความสะอาด สว่าง สงบโดยตรงในอันดับ

ได้อันดับหนึ่งซึ่งเราเรียกว่า มรรคผล นิพพาน  
นิพพานก็คือความสะอาด สว่าง สงบถึงที่สุด  
มรรคผลก็รองลงมา

ดังนั้นจึงเห็นได้ว่า เนื้อแท้หรือหัวใจ  
ชั้นในสุดของพระพุทธเจ้าก็คือ ภาวะแห่ง  
ความสะอาด สว่าง สงบ พระพุทธเจ้ามี  
ความสะอาดถึงที่สุด เราเรียกว่าบริสุทธิ์คุณ  
มีความสว่างถึงที่สุด เราเรียกว่าพระปัญญาคุณ  
มีความสงบสุขถึงที่สุด ซึ่งเราเรียกว่าสันติคุณ  
เป็นต้น

ภาวะแห่งความสะอาด สว่าง สงบที่  
มีอยู่ในหัวใจของท่านนั้น คือองค์พระพุทธเจ้า  
ที่แท้จริง ที่จะกล่าวได้ว่า มีอยู่ตลอดเวลาจน  
กระทั่งถึงบัดนี้ และสมกับพระพุทธภาชิตที่  
พระองค์ตรัสว่า ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นเห็นตถาคต  
ผู้ใดเห็นตถาคตผู้นั้นเห็นธรรม ผู้ที่ไม่เห็นธรรม

ก็ไม่เชื่อว่าเห็นตถาคต ผู้ที่ไม่เห็นธรรมแม้จะอยู่  
ใกล้ตถาคตขนาดจับเอาจีวรไว้ ก็ไม่เชื่อว่าเห็น  
ตถาคต

นี่แหละลองคิดดูให้ดีเถอะว่า พระ-  
พุทธองค์เองก็ทรงปฏิเสธว่าร่างกายนั้นไม่ใช่  
องค์ตถาคต ต่อเมื่อเห็นธรรมะที่มีอยู่ในจิตใจ  
นั้นจึงจะเรียกว่าเห็นตถาคต ธรรมะที่มีอยู่  
ในจิตใจของพระองค์ก็คือความสะอาด สว่าง  
สงบดังที่กล่าวแล้ว ดังนั้นเราจึงถือเอาความ  
สะอาด สว่าง สงบนั้นเองเป็นพระพุทธเจ้า  
ที่แท้จริง แล้วจะไปยึดมั่นถือมั่นได้อย่างไร  
เพราะว่าเราจะถึงพระพุทธเจ้าชนิดนี้ได้ก็ต่อ  
เมื่อเราเองก็มีจิตใจสะอาด สว่าง สงบ

บางเวลาเรามีจิตใจสะอาด สว่าง สงบ  
ลองคิดดูเถอะว่ามันเป็นอย่างไรบ้าง นั่นมัน  
เป็นอย่างเดียวกันกับจิตใจของพระพุทธเจ้า

ดังนั้นจึงถือว่าในขณะนั้นแหละถึงแล้วซึ่ง  
พระพุทธเจ้าหรือถือเอาพระพุทธเจ้าเป็น  
สรณะที่พึ่งได้ ทั้งหมดนี้จะเห็นได้ว่าไม่เกี่ยว  
กับความยึดมั่นถือมั่นในพระพุทธเจ้า แต่เกี่ยว  
กับการถึงหรือการถือไว้ได้จริง โดยไม่ต้องมี  
ความยึดมั่นถือมั่น ในส่วนพระธรรมก็เป็น  
อย่างนี้ ในส่วนพระสงฆ์ก็เป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น ขอให้เข้าใจเสียใหม่ว่า  
ที่ว่าจะถือเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์  
เป็นสรณะที่พึ่งนั้น กิริยาที่เรียกว่าถือนั้นไม่  
ได้เป็นความยึดมั่นถือมั่น เพราะเหตุใด เพราะ  
เหตุว่าความยึดมั่นถือมั่นในที่นี้ท่านหมายเอา  
ความยึดมั่นถือมั่นที่มีมูลมาจากความงอ ความ  
หลง คือมีมูลมาจากอวิชชา

การที่เราจะไปถึงพระพุทธเจ้าด้วย  
อำนาจของอวิชชา นั้นเป็นไปได้ เราจะถึงได้



ก็แต่ด้วยอำนาจของวิชาหรือปัญญา การถึง หรือการถือด้วยอำนาจของวิชาหรือปัญญา นี้ ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนหรือเป็น ของตน แต่ว่าสามารถจะทำให้ถึงกันจริงๆ คือมีจิตใจเหมือนกัน แล้วก็เรียกว่าถึง การถึง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ที่แท้จริงจึงไม่ใช่ ความยึดมั่นถือมั่น

ถ้าใครเคยโง่มาอย่างนี้ก็หายโง่กัน เสียบ้างว่าจะยึดมั่นถือมั่นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ด้วยอำนาจของอวิชาอุปาทานนั้น เป็นไปไม่ได้ แม้ว่าเราจะมีศรัทธา มีความรัก มีความพอใจ มีความเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า สักเพียงไร ก็อย่าให้เป็นไปด้วยความยึดมั่น ถือมั่นด้วยอำนาจของอวิชาหรืออุปาทาน เลย จงมีความรู้ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่า อะไรเป็นอะไร อะไรเป็นอย่างไร และจะต้อง

ทำอย่างไรก็จงทำอย่างนั้น ในที่สุดก็จะถึง  
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ที่แท้จริงได้ และ  
ถึงได้จริงๆ ด้วย โดยไม่มีความยึดมั่นถือมั่น

ควรจะทบทวนกันเสียใหม่ครั้งหนึ่ง  
ว่า พระพุทธเจ้านั้นหมดความยึดมั่นถือมั่น  
พระธรรมนั้นก็คือคำสอนและวิธีปฏิบัติ และ  
ผลของการปฏิบัติที่เป็นความไม่ยึดมั่นถือ  
มั่น และพระสงฆ์นั้นก็คือผู้ปฏิบัติในความไม่  
ยึดมั่นถือมั่นจนสำเร็จจนได้ผลของความไม่  
ยึดมั่นถือมั่น รวมกันทั้ง ๓ องค์ทั้งพระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ ก็ล้วนแต่มีความหมาย  
เป็นความไม่ยึดมั่นถือมั่น แล้วเราจะไปยึด  
มั่นถือมั่นได้อย่างไร ควรจะทำความเข้าใจ  
ในเรื่องนี้ให้ถูกต้อง แล้วก็จะถึงพระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ได้โดยแท้จริง

ถ้ามองกันต่อไปถึงเรื่องความยึดมั่น

ถือนั่นอย่างอื่นที่ยุงยากลำบากแก่การปฏิบัติ  
ที่ต่ำลงมา ที่เป็นเรื่องของชาวบ้านทั่วไปที่ว่า  
ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นนั้นอย่างไร ลองคิดดู เรา  
จะมีเงิน มีของ คือมีทรัพย์สินสมบัติโดยไม่ต้อง  
ยึดมั่นถือมั่นได้หรือไม่และมันต่างกันอย่างไร  
ในขณะที่เราไม่มีความรู้สึกว่สิ่งเหล่านั้นเป็น  
ของเรานั้นเรียกว่า เราไม่ยึดมั่นถือมั่นและ  
เงินนั้นก็ไม่ได้ไปไหนเสีย ยังอยู่ที่บ้าน ยังอยู่  
ในธนาคาร ในหีบในห่ออยู่นั่นเอง เงินนั้นก็  
ยังเรียกว่าเป็นของผู้นั้นโดยกฎหมาย โดย  
ขนบธรรมเนียมประเพณีอยู่อย่างนั้นเอง ขณะ  
นั้นเรียกว่ามีเงินนั้นโดยไม่มีความยึดมั่นถือมั่น  
ก็ไม่มีความทุกข์เลย

เมื่อใดมีความยึดมั่นถือมั่นว่าเงินของ  
กู เงินทั้งหมดก็มาสู่มอบอยู่บนศีรษะของคนนั้น  
ทันที มีความหนักอย่างไร มีความร้อนเท่าไร

ก็ลองคิดดู มีความวิตกกังวลจนนอนไม่หลับ  
อย่างนี้เรียกว่ามีเงินหรือมีทรัพย์สินสมบัติด้วย  
ความยึดมั่นถือมั่น ขณะนั้นเป็นความทุกข์  
ทรมานเหมือนกับตกนรกทั้งเป็น ดีแต่ว่า  
อาการอย่างนั้นมันเป็นแต่น้อยๆ มันไม่เป็นทั้ง  
๒๔ ชั่วโมง ถ้ามันเป็นทั้ง ๒๔ ชั่วโมงคนนั้นจะ  
ต้องตาย อย่างดีที่สุดก็ต้องเป็นบ้า จะต้อง  
ไปส่งโรงพยาบาลบ้า

นี่ตลอดเวลา ๒๔ ชั่วโมงเงินไม่ถูกยึด  
มั่นถือมั่นกี่ชั่วโมงนัก มันจึงอยู่เป็นคนกันมาได้  
มีจิตใจปกติอย่างคนทั้งหลาย แต่พอเมื่อใดไป  
ยึดมั่นถือมั่นเข้าก็กลุ้มขึ้นมาพักหนึ่งแล้วก็หายไป  
นี่เรียกว่าตัวตนที่เป็นเจ้าของเงินนั้นเกิดขึ้น  
มา พอเกิดตัวตนอย่างนี้แล้วต้องเป็นทุกข์ไม่มี  
ใครช่วยได้ พระพุทธเจ้าก็ช่วยคนโง่ๆ ชนิดนี้ไม่  
ได้ คนโง่ๆ ชนิดนี้จะต้องเป็นทุกข์ ยังจมอยู่ใน

## ก้นวิญญูสงสารโดยแน่นอน

ต่อเมื่อเขาได้ฟังหรือได้นำเอาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นเครื่องชี้ทางให้เกิดความสว่างแล้ว ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ไม่มีความวิตกกังวลแล้วก็สบายไปตามเดิม แต่ว่าโดยที่แท้แล้วธรรมชาติช่วยมากกว่า คือคนเรามีธรรมชาติหรือมีปกติธรรมชาติธรรมดา ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นสิ่งใดไว้โดยความเป็นของตนตลอดกาล มียึดมั่นถือมั่นขึ้นมาเป็นคราวๆ เพราะผลอสติไปด้วยอำนาจของความโง่ ความหลง

จึงถือว่าวันหนึ่งคืนหนึ่ง เรามีเวลาจะยึดมั่นถือมั่นน้อยที่สุด แต่ว่ามีเมื่อไหร่เป็นทุกข์ เป็นความทุกข์อย่างร้ายแรงทันทีเมื่อนั้น ดังนั้นเราสังเกตข้อนี้ให้ดีเราจะรู้ว่า เงินนี้มีได้โดยไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น และมีด้วยยึดมั่น

ถือน้ำมันก็ได้ มันต่างกันอยู่เป็น ๒ อย่าง เมื่อใดมีโดยยึดมันถือน้ำมันเมื่อนั้นเป็นทุกข์ เมื่อใดมีโดยไม่ยึดมันถือน้ำมันเมื่อนั้นไม่เป็นทุกข์ และเรามีกันโดยไม่ต้องยึดมันถือน้ำมัน วันหนึ่งคืนหนึ่งหลายชั่วโมง

มีความยึดมันถือน้ำมันต่อเมื่อกลุ่มอก กลุ่มใจ วิตกกังวล หรือความคิดนึกยึดถือ หวงแหนเป็นขึ้นมาอย่างนั้นอย่างนี้ กลัวจะหายไปอย่างนั้นอย่างนี้เท่านั้นเอง นี้เรียกว่ามีเงินอย่างไม่ยึดมันถือน้ำมันนั้น ทำให้มนุษย์เป็นมนุษย์ มีเงินอย่างยึดมันถือน้ำมันนั้น ทำให้มนุษย์กลายเป็นสัตว์นรกหมกไหม้ขึ้นมาทันที ไปคิดดูให้ดีเถิด จะเกิดความเข้าใจ เกิดความเกลียดกลัวแล้วก็ถอยห่างออกไปเอง

ที่นี้ คิดดูต่อไปถึงเรื่องอื่นๆ เช่น เรื่องบุญกุศล จะทำบุญทำกุศลโดยไม่ต้องมีความ

ยึดมั่นได้หรือไม่ คนโง่ๆ ก็จะคิดว่ามันไม่ได้  
ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นเอาบุญกุศลเป็นของเรา  
แล้วจะไปทำมันทำไม นี่เป็นความเข้าใจของ  
คนโง่ ของบุดูชนคนพาล คนโง่ คนเขลา ไม่  
เคยได้ยินฟัง ไม่เคยได้ยินได้ฟังพระธรรมของ  
พระอรียเจ้าจึงได้คิดไปอย่างนั้น ผู้ที่ได้ยินได้  
ฟังธรรมะของพระอรียเจ้าแล้วจะไม่คิดไป  
อย่างนั้น เพราะว่าเข้าใจถูกต้องตามคำสอน  
ของพระอรียเจ้า จึงทำบุญทำกุศลเพื่อบรรเทา  
ความยึดมั่นถือมั่นเสีย

การทำบุญให้เป็นบุญ ทำกุศลให้  
เป็นกุศลนั้น ต้องทำไปในลักษณะที่ทำลาย  
ความยึดมั่นถือมั่น ถ้าทำไปเพื่อเพิ่มความ  
ยึดมั่นถือมั่นแล้ว ไม่เป็นบุญเป็นกุศลที่แท้  
จริงเลย เป็นบุญเป็นกุศลอย่างหลอกลวง  
อย่างมายา อย่างชนิดที่จะจับผู้มันเองใส่ลง

ไปในนรก คือความร้อนใจ ความเป็นทุกข์  
ความวิตกกังวล กลัวจะหมดบุญ กลัวจะไม่มี  
บุญ กลัวจะหมดกุศล อะไรเหล่านี้ เป็นต้น

เป็นคนเม่าบุญ อย่างที่เรียกกันว่า  
บ้ำบุญ เม่าบุญ ทำบุญจนหมดเนื้อหมดตัวก็  
ไม่ประสพบุญที่ตรงไหน นี่คือโทษของการ  
ยึดมั่นถือมั่นอย่างผิดๆ ในเรื่องบุญเรื่องกุศล  
ทำบุญทำกุศลด้วยความสำคัญผิดคือทำบุญ  
ด้วยอวิชา ทำบุญด้วยโมหะ จึงไม่เป็นบุญ  
เป็นกุศลขึ้นมาได้

จึงควรจะเข้าใจกันเสียใหม่ให้ดีๆ ว่า  
แม้แต่สิ่งที่เรียกว่าบุญหรือกุศลนั้น ก็ไม่ต้อง  
ยึดมั่นถือมั่น ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นเหมือนกับที่  
พระพุทธองค์ตรัสว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงหรือ  
ธรรมทั้งหลายทั้งปวง อันบุคคลไม่ควรยึดมั่น  
ดังที่กล่าวแล้ว บุญก็เหมือนเงิน พอยึดมั่นว่า



ของตนก็เท่าไร เมื่อไร ก็เป็นทุกข์เท่านั้น และเมื่อนั้น ดังนั้นจึงไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น แต่ ว่าจะให้ทำไปให้เจริญ ให้งอกงาม ให้ก้าวหน้า แล้วบุญนั้นก็ช่วยทำลายความยึดมั่นถือมั่น

ยกตัวอย่างเช่น เราบริจาคทาน ทำบุญด้วยการบริจาคทาน ถ้าทำด้วยความ ยึดมั่นถือมั่น ก็จะทำโดยคิดว่าลงทุนไปบาท หนึ่งนี้จะได้สวรรค์จะได้วิมานเท่านั้นเท่านี้ แล้วก็มีความยึดมั่นถือมั่นในการกระทำ ใน สิ่งที่จะได้มาจากการกระทำ ว่าต่อตายแล้ว จึงจะได้วิมานจะได้สวรรค์อย่างนี้ก็เอาดี ขอ ให้มีความเชื่อ มีความแน่ใจ อย่างนี้เรียกว่าทำ ไปเพื่อความยึดมั่นถือมั่น มันก็เพิ่มความโลก ความหลงมากขึ้น แล้วจะเป็นไปเพื่อความดับ ทุกข์ได้อย่างไรกัน

ทีนี้อีกคนหนึ่งทำบุญให้ทานโดยคิด

ว่า ความขี้เหนียวนี้เป็นข้าศึกศัตรู ความยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นข้าศึกศัตรู เราจะทำลายความขี้เหนียวหรือความยึดมั่นถือมั่นเหล่านี้เสีย จึงให้ทาน เพราะฉะนั้น คนพวกนี้ให้ทานไปเท่าไร ก็ทำลายความขี้เหนียวหรือความยึดมั่นถือมั่นได้เท่านั้น เพราะฉะนั้นเขาจึงเป็นคนมีกิเลสเบาบางลงทุกทีตามลำดับ ตามลำดับของการที่ให้ทาน

การทำบุญให้ทานของบุคคลผู้นั้น จึงได้ผลสมตามความปรารถนา คือเป็นไปเพื่อความดับทุกข์ เมื่อได้พิจารณาดูทั้ง ๒ อย่าง ๒ ทางเปรียบเทียบกันดูให้ดีแล้ว จะเห็นได้ว่า มันต่างกัน และคนเราทำบุญทำกุศลโดยไม่ต้องยึดมั่นถือมั่นก็ได้ แล้วจะเป็นบุญกุศลที่แท้จริง และจะทำลายความยึดมั่นถือมั่นให้หมดไป

ที่นี้จะนึกดูให้ละเอียดลงไปว่า เราจะ

ต้องยึดมั่นถือมั่นในชีวิตของเราหรือไม่ ชีวิตนี้เป็นสิ่งที่ใครๆ ก็รัก หวงแหนกันนักกันหนา ไม่อยากให้ตาย ไม่ยอมตาย แต่เราจำเป็นหรือไม่ที่จะต้องยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่เรียกว่าชีวิตนั้น ผู้ใดยึดมั่นถือมั่นในชีวิตของตนแล้วจะมีความสุขขึ้นมาทันที อย่างน้อยที่สุดก็ต้องกลัวตาย และความกลัวตายนั้นก็จะทรมาณจิตใจไปทุกหนทุกแห่งทุกเวลา หากความสุขไม่ได้

ท่านจึงได้สอนไว้ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่น แม้แต่ในสิ่งที่เรียกว่าชีวิตของตน เพราะว่าสิ่งที่เรียกว่าชีวิตนั้น ก็เป็นไปตามธรรมชาติ ตามเหตุตามปัจจัยของมัน เรารู้จักทำ รู้จักใช้ รู้จักประพฤติให้เข้ารูปเข้าร่างกับธรรมชาติ กำหนดมาอย่างไร ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ อย่างไร ก็สามารถจะใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ และไม่เป็นทุกข์ทรมาณได้ แต่พอเราทำผิดข้อ

นี่ เช่น ไปยึดว่าเป็นของกูเข้าเท่านั้น ก็จะนอน  
ไม่หลับแล้ว จะกลัวตายโดยอาการมากมาย  
หลายอย่างหลายประการ กลัวผี กลัวเสือ กลัว  
คน กลัวโรคภัยไข้เจ็บสารพัดอย่าง ซึ่งทำให้  
เกิดการเป็นทุกข์และทรมาน นอนก็ไม่หลับสนิท  
เพราะเป็นห่วง ว่ามันจะตายเมื่อไหร่ก็ไม่รู้

เป็นอันว่า แม้แต่สิ่งที่เรียกว่าชีวิตนี้  
เราก็มีได้โดยไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น มีชีวิตได้โดย  
ไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น ก็ไม่เป็นความทุกข์ ถ้ามี  
ชีวิตโดยมีความยึดมั่นถือมั่น ก็เป็นทุกข์ตลอด  
เวลา นี่ดีแต่ว่าจิตใจมันไม่ได้ไปคิดยึดมั่นถือมั่น  
ตลอด ๒๔ ชั่วโมง มันจึงไม่เป็นบ้าและไม่ตาย  
จึงอยู่มาได้

เพราะฉะนั้น จงขบใจความไม่ยึดมั่น  
ถือมั่น ซึ่งมีอยู่เองตามธรรมชาติด้วยกันจงทุก  
คน แล้วเมื่อขบใจมันแล้ว ก็ต้องรู้จักบุญคุณ

ของมันบ้าง คือช่วยกันศึกษาให้มีความรู้  
ความเข้าใจในเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ให้  
ยิ่งขึ้นไป ตามหลักของพระพุทธศาสนา คือ  
ตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า สัพเพ ธัมมา  
นาลัง อภินิเวสายะ ธรรมคือสิ่งทั้งหลายทั้ง  
ปวงอันบุคคลไม่ควรยึดมั่นถือมั่นดังนี้ ก็เป็น  
อันว่าไม่มีอะไรที่จะเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์

เมื่อไม่มีอะไรเป็นที่ตั้งแห่งความ  
ทุกข์แล้ว ก็ไม่เกิดความทุกข์ขึ้นมาได้ คนเรา  
จึงอยู่ด้วยความผาสุก และเรียกบุคคลชนิดนี้  
ว่า อริยบุคคล คือคนที่ไม่จมอยู่ในกองทุกข์  
เมื่อพูดถึงอริยบุคคล เดียวก็จะเกิดความยึด  
มั่นถือมั่นขึ้นมาอีก

มีคนเป็นอันมากอยากเป็นพระ  
อรหันต์ อยากเป็นโสดาบัน อยากเป็นนั่นเป็นนี่  
ยกหูชูหางด้วยการกระทำของตนที่คิดว่าตน

ดีกว่าคนอื่น เทียบปฏิบัติวิปัสสนาที่นั่นที่นี่  
สักหน่อยแล้วก็ยกหูชูหางเป็นพระอรหันต์  
เป็นพระโสดาบัน เป็นพระสกิทาคามี อย่างนี้  
มันเป็นเรื่องความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ไม่ควร  
ยึดมั่นถือมั่น หรือไม่อาจจะยึดมั่นถือมั่นได้  
อีกนั่นเอง

เมื่อได้เข้ามาปฏิบัติในพระศาสนา  
แล้ว ก็ต้องเป็นเรื่องของความไม่ยึดมั่น  
ถือมั่นไปหมด ปฏิบัติอะไรได้มากก็อย่าเพ็ง  
นึกว่าตัวดีกว่าคน อย่าไปคิดนึกไปในทาง  
ที่ว่า ตัวเองดีกว่าผู้อื่น นั้นเป็นความยึดมั่น  
ถือมั่น เพราะว่าโดยที่แท้แล้วความเป็น  
พระอรियบุคคลนั้น คือผู้ที่รู้สึกว่าจะไม่มีตัวตน  
ของตนยิ่งขึ้นทุกที จนถึงที่สุดคือเป็น  
พระอรหันต์แล้ว ก็หมดความรู้สึกว่าตัวว่าตน  
โดยประการทั้งปวง

เพราะฉะนั้น พระอริยเจ้าทั้งหลาย จึงไม่มีความรู้สึกที่จะยกหูชูหางว่าตัวดีกว่าคนอื่นเหมือนคนทั่วไปที่กำลังเป็นอยู่มากแม้ในหมู่พุทธบริษัท เพราะมีความเข้าใจผิดในเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นดังที่กล่าวแล้ว

นี่แหละท่านทั้งหลายลองคิดดูเถิดว่า หัวใจของพระพุทธศาสนา คือ ความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้จริงหรือไม่ ถ้าเราจะเข้าถึงหัวใจของพระพุทธศาสนาแล้ว เราจะต้องประพฤติปฏิบัติเรื่องนี้และอย่างนี้กันหรือไม่ ลองคิดดูต่อไปก็จะพบว่า พระพุทธเจ้าท่านเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านรู้อะไรทุกอย่างจนกระทั่งรู้ว่า ควรจะสอนมนุษย์เหล่านี้อย่างไร ท่านจึงเลือกมาสอนโดยวิธีที่ถูกต้องพอเหมาะพอสม เท่าที่มนุษย์จะพึงรับเอาได้

ท่านเปรียบความข้อนี้ไว้ว่า บรรดา

ธรรมะที่ท่านได้ตรัสรู้นั้นมีมากมายเหลือที่จะ  
คณนาได้ จนเปรียบเท่ากับใบไม้หมดทั้งป่า  
ทั้งดงในโลกนี้ ส่วนธรรมะที่พระองค์ทรงนำ  
มาสอนแก่นุชฌ์นั้นเปรียบเท่ากับใบไม้กำมือ  
เดียวแยกออกมา เห็นตามทีเห็นว่าเหมาะสม  
อย่างไร แล้วจึงเอามาสอนแก่นุชฌ์ คิดดูที่  
ก่อนว่าใบไม้ทั้งป่าทั้งดงหมดทั้งโลกนี้มันมาก  
เท่าไร ในเมื่อมาเปรียบเทียบกับใบไม้เพียง  
กำมือเดียว

นี่ก็แปลว่าพระองค์ได้ทรงเลือก  
เอาแต่หัวใจที่สุดแล้วมาให้เรา แต่แล้วใน  
ทั้งหมดนั้นก็ยังมีหัวใจที่รัดกุมลงไปอีกจนถึง  
ประโยคที่ว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอันบุคคล  
ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

เรื่องนี้มีสิ่งที่จะต้องสังเกตดูให้ดีว่า  
คำพูดทุกคำมีความหมายเป็นความไม่ยึดมั่น



ถ้อยคำ เช่น สมมติว่าพระไตรปิฎกมีจำนวน ๘๔,๐๐๐ เรื่อง ๘๔,๐๐๐ ข้อ คือ ๘๔,๐๐๐ ธรรมชั้นตรี ก็ต้องรู้ว่าทุกๆ ธรรมชั้นตรีล้วนแต่ แสดงความไม่ยึดมั่นถือมั่นอย่างเดียวกันนั้น แต่เราฟังไม่ออก เราเห็นไปเป็นอย่างอื่นไปหมด

ดังนั้น ขอให้ไปเข้าใจกันเสียใหม่เถิด ว่า พระพุทธทศวรรษทั้ง ๘๔,๐๐๐ ข้อนั้น ทุกข้อ แสดงเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นสังเกตดูให้ดี เช่นเรื่องศีล ก็ปฏิบัติเพื่อไม่ยึดมั่นถือมั่น ถ้ายึดมั่นถือมั่นแล้วก็ไปฆ่าคน ไปขโมย ไปประพฤตินิดในกาม เป็นต้น ถ้าไม่มีความยึดมั่นถือมั่นแล้วทำอย่างนั้นไม่ได้

เรื่องสมาธิก็เหมือนกัน ในขณะที่จิต เป็นสมาธินั้นปราศจากความยึดมั่นถือมั่น ถ้า พุทถึงเรื่องของปัญญาแล้วก็คือความไม่ยึดมั่นถือมั่นโดยตรง เพราะว่าสิ่งที่เรียกว่าปัญญานั้น

หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจอย่างถูกต้อง มัน  
จึงยึดมันถือมันไม่ได้

ที่น้ำมันมีอะไรเล่าในพุทธวจนะทั้ง  
๘๔,๐๐๐ ธรรมชั้นนั้น มันก็มีแต่เพียงเรื่อง  
ศีล สมาธิ ปัญญาเท่านั้นเอง เพราะฉะนั้นจึง  
ถือว่าทั้ง ๘๔,๐๐๐ ข้อนั้น ล้วนแต่แสดงเรื่อง  
ความไม่ยึดมั่นถือมั่นไว้อย่างที่เป็นหัวใจ

ที่นี้เราทุกคนก็เห็นกันอยู่แล้ว เข้าใจ  
กันอยู่ได้แล้วว่า สิ่งที่เราเรียกว่าหัวใจนั้น มันไม่  
โผล่ออกมาให้เห็นเหมือนกับผิวหนังส่วน  
นอก สิ่งที่เราเรียกว่าหัวใจนั้นต้องซ่อนอยู่ใน  
ภายในและเป็นส่วนลึกเสมอไป ดังนั้นอย่า  
ไปหลงที่ส่วนนอก จงมองให้ทะลุส่วนนอก  
เข้าไปถึงส่วนในคือหัวใจ

คือว่าเมื่อได้ยินธรรมะข้อใดสักข้อหนึ่ง

แล้ว ก็จะต้องเข้าถึงหัวใจของธรรมะข้อนั้นให้ได้ว่า อยู่ที่สอนให้ทำลายความไม่ยึดมั่นถือมั่น เช่น ธรรมะข้อหนึ่งสอนว่า ให้มีความสัตย์ มีความซื่อตรงนี้ เราก็ต้องจับให้ได้ว่า คนที่ไม่ซื่อตรง คนคด คนโกงนั้น เพราะมันยึดมั่นถือมั่นอะไรในทางเป็นตัวเป็นตนเป็นของของตน มันจึงต้องโกหกอย่างใดอย่างหนึ่งออกไป ส่วนความสัตย์ ความจริงหรือคนที่มีความจริงนั้น กำลังที่ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นอะไรไว้ จึงพูดจริงทำจริงหรืออยู่ในสถานะที่เป็นจริงได้

คือแม้ที่สุดแต่ว่าสอนคำสอนเรื่องไม่ให้ขี้เกียจ เราก็จะมองเห็นได้ว่าคนขี้เกียจนั้นมันยึดมั่นถือมั่น คือมันเห็นแก่ตนมากเกินไปมันจึงขี้เกียจ ไม่คิดจะช่วยคนอื่นเสียเลยอย่างนี้ ถ้ามันไม่เห็นแก่ตนคือไม่ยึดมั่นถือมั่นตนหรือของตนมากไปแล้ว มันก็คงจะ

ขยันบ้าง ฉะนั้นความขยันก็คือความไม่ยัดมัน  
ถ้อมมันตัวตนหรือเห็นแก่ตนนั่นเอง ธรรมะจะ  
มี ๘๔,๐๐๐ ข้อก็ตามเถิด ทุกๆ ข้อล้วนแต่มี  
หัวใจเป็นความไม่ยัดมันถ้อมมันทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น คนที่รู้จักพระพุทธ-  
ศาสนาดี เมื่อถูกถามว่าอะไรเป็นหัวใจของ  
พระพุทธศาสนาแล้ว จะต้องตอบตรงตามที่  
พระพุทธเจ้าท่านตรัสเสมอไป หรือตอบสั้นๆ  
ว่าความไม่ยัดมันถ้อมมัน ความไม่ยัดมันถ้อมมัน  
เป็นหัวใจของพุทธศาสนาดังนี้

เท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นเครื่อง  
แสดงให้เห็นแล้วว่า มันไม่มีมาก มันไม่มีเรื่อง  
มากจนเรียนไม่ไหว จนปฏิบัติไม่ไหว จนต้อง  
แห่ไปมา แห่ไปแห่มา ที่นั่นที่นี้ ฟังเทศน์บทนั้น  
ฟังเทศน์บทนี้ เทียวหาบุญที่เมืองนั้นเมืองนี้  
ตามประสาของคนที่ไม่รู้จักพระพุทธศาสนา

ทำให้เรื่องมันมีมากมายขึ้นมาทั้งที่เรื่องมันไม่  
มาก ควรจะไปสนใจให้พบหัวใจของพระพุทธ-  
ศาสนาในธรรมะทุกๆ ข้อ ที่ตนได้ยินได้ฟังอยู่  
แล้วนั่นเอง

จะไปฟังเทศน์ที่วัดไหน โบสถ์ไหน  
เทศน์เรื่องอะไรออกมา ก็จับใจความที่เป็น  
หัวใจให้ได้ว่า เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น  
อย่างนั้นอย่างนี้ หรือบางทีก็แสดงฝ่ายตรง  
กันข้ามคือโทษของความยึดมั่นถือมั่นอย่าง  
นั้นอย่างนี้ เช่น ถ้าเรื่องนั้นแสดงไปในลักษณะ  
ของการทำผิดตกนรกหมกไหม้ หรืออะไร  
ทำนองนี้ก็ให้รู้ว่านี่เป็นโทษของความยึดมั่น  
ถือมั่น และถ้าแสดงเรื่องที่เป็นไปในทางบุญ  
ทางกุศล ก็รู้ว่านี่เป็นเรื่องของความไม่ยึดมั่น  
ถือมั่นนั่นเอง ไม่เท่าไรก็จะเข้าใจพระพุทธ  
ศาสนา และไม่เท่าไรก็จะเข้าถึงหัวใจของ

## พระพุทธศาสนา

การที่จะบวชเป็นพระ เป็นเณร เป็นชี เป็นอุบาสก เป็นอุบาสิกา เหล่านี้ก็มีความมุ่งหมายแต่ในข้อนี้ คือเข้าถึงหัวใจของพระพุทธศาสนาให้ได้ คือความไม่ยึดมั่นถือมั่นไม่เห็นแก่ตัวนั่นเอง ถ้าเราพูดเป็นภาษาธรรมดา ชาวบ้านที่สุดเราก็เรียกว่า ความเห็นแก่ตัว คนที่เห็นแก่ตัวก็คือ ยึดมั่นตัว ยึดมั่นของของตัว จึงได้เห็นแก่ตัว พอเอ๋ยขึ้นมาว่าเห็นแก่ตัว อย่างนี้ทุกคนก็เกลียด เกลียดหน้าหน้าคนเห็นแก่ตัว แต่แล้วก็ไม่มองดูตัวเองเสียบ้างว่าตนก็กำลังเห็นแก่ตัว คือยึดมั่นถือมั่นนั้นนี่โดยความเป็นตัวตน เป็นของของตน

เกี่ยวกับเรื่องนี้ อยากจะยกเอาชาดกเรื่องหนึ่งซึ่งเรียกว่า *ครหิตชาดก* มาเล่าให้ฟังเพื่อกันลืม เรื่องครหิตชาดกนั้นเล่าว่า มีลิงฝูง

ใหญ่อยู่ในป่าแห่งหนึ่ง มีพระโพธิสัตว์เป็นลิง  
จำฝูง หัวหน้าฝูงสวยงามมาก มีคนไปบอก  
พระเจ้าแผ่นดินว่า มีลิงที่สวยงามตัวหนึ่ง เป็น  
นายฝูงอยู่ที่ป่านั้น พระเจ้าแผ่นดินก็เกิดอยาก  
ได้ขึ้นมา ก็ให้คนไปจับเอามา พระโพธิสัตว์ถูก  
จับเอามา มาถวายพระเจ้าแผ่นดิน พระเจ้า  
แผ่นดินชอบใจก็เลี้ยงไว้เป็นอย่างดีที่สุด พระ  
โพธิสัตว์ก็เป็นสัตว์ที่ฉลาดเพราะฉะนั้นจึงไม่มี  
ปัญหาที่จะต้องกักต้อนขัง ต้องเขียนต้อนตี ก็  
ปล่อยไว้ตามสบาย ลิงโพธิสัตว์ก็เที่ยวไปได้ทั่ว  
ทั้งวัง

ครั้นต่อมานานเข้า พระเจ้าแผ่นดิน  
นั้นรู้สึกว่่า เบื่อที่จะเอาลิงไว้ จึงรับสั่งให้เอา  
ไปปล่อยตามเดิม ข้าราชการบริพารก็นำลิงนั้นไป  
ปล่อยที่ป่าแห่งเดิม ไปส่งที่ฝูงลิงที่เคยอยู่ใน  
ป่าแห่งนั้น พวกลิงสมุนดีใจกันเป็นการใหญ่

พากันวิ่งมาห้อมล้อมพระโพธิสัตว์ด้วยความ  
ยินดีปรีดา

ในที่สุดก็มาถึงตอนที่สำคัญที่สุดของ  
เรื่องนี้ คือลิ่งทั้งหลายได้ถามพระโพธิสัตว์  
ว่าในเมืองมนุษย์นั้นมีอะไรบ้าง มีอะไรที่น่า  
สนใจ ที่น่าคิดน่านึก คือเป็นของดินนั่นเอง พระ  
โพธิสัตว์ก็ตอบว่า ในเมืองมนุษย์นั้นเราได้ยิน  
แต่เสียงว่า เงินของกู ทองของกู เมียของกู ผัว  
ของกู ลูกของกู พระโพธิสัตว์พูดได้เพียงเท่านั้น  
ลิ่งทั้งหลายก็วิ่งไปหมดที่ลำธาร ทุกตัววิ่งไปที่  
ลำธารล้างหูกันเป็นการใหญ่ เพราะว่าหูได้ฟัง  
ของสกปรกแล้วเป็นครั้งแรกในวันนี้ ก็ล้างหู  
กันแล้ว ล้างหูกันเล่า ล้างหูกันอีก เพราะว่าได้  
ฟังของสกปรกเสียแล้วในวันนี้ แล้วเรื่องก็จบ

นี่ลองคิดดูเถอะว่า เรื่องนี้หมายความว่า  
ว่าอย่างไร เงินของกู ทองของกู ลูกของกู เมีย



ของกู ผัวของกู อย่างนี้เป็นสิ่งที่ตั้งสนั่นหัวน  
โหวเต็มไปในเมืองมนุษย์จริงหรือไม่ แล้วสิ่ง  
นั้นคืออะไรถ้าไม่ใช่ความยึดมั่นถือมั่น ฉะนั้น  
ก็เป็นอันว่ามนุษย์ทั้งหลายมีความยึดมั่นถือ  
มั่นตัวตนและของตนอย่างนี้กันอยู่ทั่วไปเป็น  
ธรรมดา จึงได้เป็นคนธรรมดา คือมีความทุกข์  
เดี๋ยวก็หัวเราะ เดี่ยวก็ร้องไห้

เมื่อได้มาอย่างใจก็ยึดมั่นถือมั่นจน  
หัวเราะ เมื่อไม่ได้อย่างใจก็ยึดมั่นถือมั่นจน  
ร้องไห้ ไม่มีความว่าง ไม่มีความสงบ คือไม่  
ต้องหัวเราะ ไม่ต้องร้องไห้กันเสียเลย นี้เรียก  
ว่าแม้แต่เรื่องต่ำ ต่ำเตี้ย ต่ำต้อยที่สุด เรื่องของ  
มนุษย์บุุคคลนี้ก็เป็นเรื่องของความยึดมั่นถือ  
มั่น และเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นเท่านั้นที่จะ  
เป็นเรื่องแก้ทุกข์ หรือเป็นความดับทุกข์ได้

ที่นี้เรามานึกถึงพระพุทธภาษิตข้อหนึ่ง

ว่า สังขิตเตนะ ปัญฺจอุปาทานักขันธา ทุกฺขา นี้ เป็นบทสวดทำวัตรเช้า อุบาสกอุบาสิกาสวดกัน อยู่ทุกวัน ในบท อิธะ ตะถาคะโต ในพระสูตร อื่นอีกมากมายในพระไตรปิฎกก็มีบทๆ นี้ ที่ ว่า สังขิตเตนะ ปัญฺจอุปาทานักขันธา ทุกฺขา ซึ่ง แปลว่า เมื่อกล่าวโดยสรุปสั้นแล้วเบญจขันธ์ ที่ประกอบอยู่ด้วยอุปาทานเป็นความทุกข์ พระพุทธเจ้าท่านตรัสอย่างนี้

ลองคิดดูให้ดี ท่านว่าเบญจขันธ์ที่ ประกอบอยู่ด้วยอุปาทานคือความยึดมั่น ถือมั่นนั้นแหละเป็นตัวทุกข์ เราไปเข้าใจว่า ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความ ตายเป็นทุกข์ คือเป็นความเกิดเฉยๆ ก็เป็น ทุกข์ ความแก่เฉยๆ ก็เป็นทุกข์ ความตาย เฉยๆ ก็เป็นทุกข์ นี้ผิดหมด เราฟังไม่ถูก ฟังไม่ ออก ฟังไม่เข้าใจเพราะเรามีความยึดมั่นถือมั่น

โดยเนื้อแท้แล้ว ความเกิดที่ไม่ถูก  
ยึดมั่นถือมั่นนั้นยังไม่เป็นความเกิด ความ  
แก่ที่ไม่ถูกยึดมั่นถือมั่นนั้นยังไม่เป็นความแก่  
แม้ความตายก็เหมือนกันที่ไม่ถูกยึดมั่นถือมั่น  
นั้นไม่ใช่ความตาย การที่ความเกิด ความแก่  
ความตายมีความหมายอันน่ากลัวขึ้นมาได้ก็  
เพราะมีความยึดมั่นถือมั่น ลองไม่ยึดมั่นถือมั่น  
เกิด ความเกิด ความแก่ ความตายก็หมดความ  
หมายไม่น่ากลัว

ฉะนั้น พระอรหันต์ที่กำลังเจ็บไข้หรือ  
กำลังจะตายหรืออะไรก็ตาม ท่านจึงไม่มีความ  
กลัวและไม่มีความทุกข์ ส่วนพวกเราที่มีความ  
ยึดมั่นถือมั่นอยู่เป็นประจำในความเกิด ความ  
แก่ ความเจ็บ พูดว่าความเกิด ความแก่ ความ  
ตายเป็นทุกข์นี้ก็ถูกแล้ว แต่คนก็ลืมนึกไปเสีย  
ว่าในนั้นมีมีความยึดมั่นถือมั่นรวมอยู่ด้วย

ฉะนั้นจึงดูให้ดีกว่า ยึดมั่นความเกิด  
ว่าเป็นของเราขึ้นมาเมื่อไรก็เป็นความทุกข์  
เมื่อนั้น ไม่ยึดมั่นความเกิดนั้นก็หาเป็นทุกข์ไม่  
ความแก่ชรานี้ก็เหมือนกัน พอยึดมั่นถือมั่น  
ว่าเป็นของเราเข้าเมื่อไร ความแก่ชรานั้นก็  
เป็นทุกข์เมื่อนั้น ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้วก็หา  
ได้เป็นทุกข์ไม่ แม้ความตายนี้ก็เหมือนกัน ยึด  
มั่นความตายว่าเป็นความตายของเราขึ้นมา  
เมื่อไรก็เป็นทุกข์เมื่อนั้น ถ้าไม่ได้ยึดมั่นถือมั่น  
แล้ว ความตายก็หาได้เป็นทุกข์ไม่ ฉะนั้นควร  
จะเห็นว่าความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความ  
ตายนั้นรวมความยึดมั่นถือมั่นอยู่ด้วย

ที่นี้พระพุทธองค์มาตรัสเสียใหม่  
ให้ชัด ให้ถูกหลักของภาษา ถูกหลักของ  
ตรรกวิทยาให้ครบบริบูรณ์นี้ก็ตรัสว่า *สังขิต-*  
*เตนะ ปัญฺจูปาทานํกัชนฺธา ทุกฺขา -เบญฺจ*

ชั้นที่ประกอบอยู่ด้วยอุปาทานเป็นตัวทุกข์ ส่วนเบญจชั้นที่ไม่ประกอบอยู่ด้วยอุปาทาน นั้นหาได้เป็นทุกข์ไม่ เช่น เบญจชั้นของ พระอรหันต์ท่านไม่มีอุปาทานจึงไม่รู้สึกรับ เป็นทุกข์ เบญจชั้นของบุุคคลที่ประกอบอยู่ด้วย อุปาทาน มีอุปาทานเกิดขึ้นเมื่อใดก็เป็นทุกข์ เมื่อนั้น

เพราะฉะนั้น จงระวังให้ดี เมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย อย่าให้เกิดอุปาทานในสิ่งใด สิ่งหนึ่ง โดยความเป็นตัวตนหรือของตนขึ้นมา เพราะว่ามันจะเป็นทุกข์

เมื่อเห็นรูป ฟังเสียง เป็นต้นแล้ว ให้มี สติสัมปชัญญะให้เพียงพอ ควบคุมจิตใจไว้ให้ ดี ให้รู้ว่ามันเป็นอย่างไร มันคืออะไร เราควร จะจัดการกับมันอย่างไรก็จัดไปอย่างนั้นโดย

ไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น เมื่อเป็นอย่างนี้แล้วก็ไม่  
เกิดความยินดียินร้าย ความรักก็ไม่เกิด ความ  
เกลียดก็ไม่เกิด ความกลัวก็ไม่เกิด ความโง่  
ความหลงอะไร ก็ล้วนแต่ไม่เกิด คือไม่ยึดมั่น  
ถือมั่น จึงไม่มีความทุกข์ เพราะเห็นรูป ฟัง  
เสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส เป็นต้นเหล่านั้นเอง

ฉะนั้นจงคิดดูเถิดว่าในวันหนึ่งๆ นั้น  
เราได้เห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส กั้นสัก  
กี่ครั้ง ก็สับครั่ง ก็ร้อยครั้งก็ต้องระวังให้ดี คือมี  
สติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์อยู่เสมอ อย่าให้เปลอ  
ปรุงเป็นสังขารเป็นความทุกข์ขึ้นมา ให้เป็น  
ปัญญาความรู้ตามที่เป็นจริงว่า สิ่งทั้งหลายทั้ง  
ปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่นอยู่เสมอไป ก็จะเรียก  
ว่าพระพุทธเจ้าอยู่กับเรา พระธรรมอยู่กับเรา  
พระสงฆ์อยู่กับเราโดยไม่ต้องมีความยึดมั่นถือ  
มั่นเลย จิตใจของเราจึงไม่มีความทุกข์

และเมื่อเราไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว คิดดูต่อไปว่าเราจะทำอะไรได้บ้าง คนโง่ คนเขลา คนพาลคิดไปในทำนองที่ว่า ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้วเราก็ไม่ทำอะไรเลย นี่มันเรื่องความเข้าใจผิดของคนเขลา คนหลง คนพาลเหล่านั้น

เพื่อรวบรัดคำอธิบายในเรื่องนี้ เรามองมาจากข้างบนกันดีกว่า คือมองไปที่พระพุทธเจ้าหรือพระอรหันต์ทั้งหลาย ว่าพระพุทธเจ้าท่านหมดความยึดมั่นถือมั่น หมดอุปาทาน หมดอวิชชาแล้ว ท่านทำอะไรได้บ้าง หรือท่านชี้แจงไม่ทำอะไร เรากลับจะเห็นได้ทันทีว่าพระพุทธเจ้าท่านทำงานมากกว่าพวกเรา

พวกสาวกทั้งหลายนี้อยู่ในฐานะที่เป็นคนชี้แจงถ้าไปเทียบกับพระพุทธรเจ้า พระพุทธเจ้าทำงานตั้งแต่ก่อนสว่าง ตลอดวัน จนกระทั่งค่ำ จนกระทั่งดึก เหมือนที่เขาสรุป

ไว้เป็นหัวข้อว่า ก่อนย่ำรุ่งก็เล็งญาณส่องโลก  
คือพระพุทธเจ้าตื่นแต่ตีก ไม่ใช่ตื่นแต่ตีก ตื่น  
หลังจากตีกแต่ว่าก่อนรุ่งมากมายทีเดียว

เล็งญาณส่องโลกหมายความว่า ทรง  
คิดคำนึงไปว่า วันนี้จะไปทำอะไรที่ไหน คือจะ  
ไปโปรดใครที่ไหนดี จนสว่าง แล้วท่านก็ไป  
เพื่อจะโปรดผู้นั้นโดยอาศัยการไปบิณฑบาต  
นั่นเอง ไปติดต่อกับผู้นั้นให้จนได้และโปรด  
เขาให้จนได้ อย่างนี้เป็นกิจประจำวันตอนเช้า  
ตอนบ่ายก็รับแขก สนทนาธรรม แสดงธรรม  
ตลอดเวลา ตอนหัวค่ำก็สอนพระภิกษุสงฆ์ที่  
อยู่ด้วยพระองค์ ตอนตีกก็แก้ปัญหาเทวดา

เรื่องแก้ปัญหาเทวดานี้จะถือเอาใจ  
ความเอาอย่างไหนก็ได้ เทวดามาจากสวรรค์  
ก็ได้ แต่ว่าในพระสูตรทั้งหลายในพระไตรปิฎก  
นั้นกล่าวถึงพระเจ้าแผ่นดินทั้งนั้น พระเจ้า



แผ่นดินจะไปเฝ้าพระพุทธเจ้า จะไปถาม  
ปัญหาอะไรนั้นจะต้องไปในตอนดึก มีเรื่อง  
กล่าวถึงมีขบวนช้าง ขบวนม้า มีคบเพลิง มี  
อะไรไปพร้อม ไปที่พระวิหารนอกเมือง นอก  
กำแพงเมือง พระเจ้าแผ่นดินนั้นขี่ขลาดจึงต้อง  
เอากองทัพช้าง กองทัพม้าไปด้วย เพราะว่า  
พระเจ้าแผ่นดินนั้นมีเวรมีภัยมาก และก็ยึด  
มั่นถือมั่นตัวเองมากจึงขี่ขลาด

ดังนั้นจึงต้องเอากองทัพช้าง กองทัพ  
ม้าไปด้วยทั้งที่เป็นเวลากลางคืน และไปเพื่อ  
เฝ้าพระพุทธเจ้าถามปัญหาเท่านั้น ให้กองทัพ  
ช้าง กองทัพม้าหยุดอยู่ในที่ควรแล้ว พระเจ้า  
แผ่นดินนั้นก็ทรงดำเนินไปด้วยพระบาทจน  
เฝ้าพระพุทธเจ้า ทูลถามสิ่งที่ต้องการจะถาม  
จนหมดเวลา อย่างนี้มีทั่วไปในพระไตรปิฎก

ฉะนั้น เทวดาจะหมายถึงพระเจ้า-

แผ่นดินอย่างนี้ก็ได้ หรือใครจะเชื่อว่าเทวดา  
ลงมาจากสวรรค์ก็ตามใจ แต่ต้องยอมรับว่า  
ตอนดึกนั้นพระพุทธเจ้าท่านแก้ปัญหาของ  
พวกเทวดา ท่านจึงมีเวลาสำเร็จสี่ห่าไสยาคือ  
พักผ่อนนั้นสัก ๔ ชั่วโมงเห็นจะได้ ก็ถึงเวลา  
ไกล่รุ่งอีก ก็เล็งญาณส่องโลกต่อไป นี่เรียก  
ว่าพระพุทธเจ้าท่านทำงานมากน้อยเท่าไร  
ลองคิดดูเถิด และทำงานด้วยความเสียสละ  
อย่างไรลองคิดดู

พวกเราทำงานกันมากเท่านี้หรือ  
หาไม่ เพราะฉะนั้นการที่พูดว่า คนที่ไม่ยึดมั่น  
ถือมั่นนั้นไม่ทำอะไรหรือทำอะไรไม่ได้นั้น ให้  
ถือว่าการพูดอย่างนี้มันเป็นความโง่ของคน  
นั่นเอง เป็นความโง่ขนาดสัตว์เดรัจฉาน เป็น  
กำเนิดสัตว์เดรัจฉานซึ่งมีความโง่มากขนาดนั้น

ฉะนั้นเราควรจะเลิกคิดนึกกันเสียที

ว่า ถ้าหมดความยึดมั่นถือมั่นแล้วจะทำอะไร ไม่ได้หรือไม่ทำอะไร มาเข้าใจกันเสียใหม่ให้ ถูกต้องว่า เมื่อไม่มีความเห็นแก่ตัวแล้ว นั่นแหละจะทำอะไรเพื่อผู้อื่นมากที่สุด ถ้าเห็นแก่ตัวหนักเข้าแล้ว ก็อยากนอนอยากขี้เกียจ เพราะมันสบายกว่าทำอะไร ความเห็นแก่ตัว ความยึดมั่นถือมั่นจะทำให้ขี้เกียจและไม่ทำอะไร อยากจะเอาเปรียบจึงอยากจะนอนเสีย ไม่ทำอะไรแม้อยู่ด้วยกันมากๆ อย่างนี้

บางคนก็ขี้เกียจไม่เคยทำงานอะไร ไม่ช่วยเหลืออะไรที่เป็นภาระงานของหมู่ของคณะ ก็ยังมี วันหนึ่งๆ ทำงานไม่คุ้มค่าข้าวสุกก็นี่ เป็นฆราวาสก็มี เป็นพระก็มี เป็นเณรก็มี เรียกว่ามีเหมือนกันทั้งนั้น เพราะมันเป็นความเห็นแก่ตัวอย่างเดียวกัน เป็นความยึดมั่นถือมั่นอย่างเดียวกัน นี่ไม่ใช่สาวกของพระพุทธเจ้า

เลย

ถ้าเป็นสาวกของพระพุทธเจ้าจะต้องบรรเทาความเห็นแก่ตัวเสีย ความเห็นแก่ตัวจะเชื่อเชิญให้ทำการทำงานที่เป็นประโยชน์ผู้อื่นเสมอไป ขอให้มีความเข้าใจไว้อย่างนี้ ก็จะถึงหัวใจของพระพุทธศาสนา รู้ว่าหัวใจของพระพุทธศาสนาเป็นอย่างไร และตัวเองก็ถึงหัวใจของพระพุทธศาสนานั้นด้วย

นี่แหละคือความหมายในขั้นสุดท้ายของพระพุทธภาษิตที่ว่า สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ - สิ่งทั้งหลายทั้งปวงอันบุคคลไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนหรือเป็นของของตนดังนี้ ไม่มีอะไรมาก ประโยคเดียวสั้นๆ ว่า สิ่งทั้งปวงใครๆ ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น เท่านั้นเอง ทั้ง ๘๔,๐๐๐ ธรรมชั้นนี้ก็มิใช่ความอย่างนี้

ดังนั้นถ้าใครจะโง่ไปเรียนตั้ง ๘๔,๐๐๐ ธรรม-  
ชั้นท์ เขาก็คงจะตายเสียก่อนจนจับอะไรไม่ได้  
และถ้าใครมาเรียนประโยคนี้ ก็คือเรียนทีเดียว  
หมดทั้ง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นท์ดังที่ได้กล่าว  
มาแล้วนั้น

เพราะฉะนั้นจึงขอร้องให้ท่านทั้งหลาย  
เอาไปคิดไปนึกดูว่ามันจริงอย่างนี้หรือไม่  
ว่าความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นหัวใจของ  
พระพุทธศาสนาจริงหรือไม่ และเราจงเข้าถึง  
หัวใจของพระพุทธศาสนาให้ได้กันทุกๆ คน  
ที่นั่นเอง โดยไม่มีการวิ่งไปวิ่งมาให้ยุ่งยาก  
ลำบาก ให้หมดให้เปลือง เป็นพุทธบริษัทได้  
ตรงที่ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่าตัวว่าตน

ที่พระพุทธองค์ตรัสว่า สัพเพ ธัมมา  
-ธรรมทั้งหลายทั้งปวงนั้น พึงรู้เถิดว่า คำว่า  
ธรรม ในภาษาบาลีเช่นนี้หมายถึง สิ่ง คือสิ่ง

ทั้งปวง มิได้หมายความว่า พระธรรมอย่าง  
เดียว สิ่งทั้งปวงรวมทั้งอะไรหมดทั้งพระธรรม  
และไม่ใช่พระธรรม หมายถึงทุกอย่างทั้งที่เป็น  
รูปธรรม เป็นนามธรรม เป็นความรู้ เป็นการ  
ศึกษา เป็นการปฏิบัติ เป็นผลของการปฏิบัติ  
เป็นมรรคผล นิพพานในที่สุด ก็ล้วนแต่ไม่ควร  
ยึดมั่นถือมั่น

เพราะว่าถ้ายึดมั่นถือมั่นเข้าแล้ว ก็  
ไม่เป็นมรรคผล นิพพานขึ้นมาได้ กลายเป็น  
เรื่องมรรคผล นิพพานที่ปลอมไปทันที ต่อเมื่อ  
ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นแล้วจึงจะเป็นมรรคผล  
นิพพานขึ้นมาได้ เพราะฉะนั้น สิ่งที่เรียกว่า  
มรรคผล นิพพานนั้นก็ยึดมั่นถือมั่นไม่ได้

และสิ่งที่เรียกว่าพระพุทธ พระธรรม  
พระสงฆ์ที่แท้จริงนั้นก็ไม่ใช่ที่ตั้งแห่งความ  
ยึดมั่นถือมั่นเลย การที่จะไปถือว่ายึดมั่นถือ

มันไปพลางก่อนนั้นก็ถูกของเขา แต่ว่ามันจะ  
ตายเสียก่อนก็ได้

ดังนั้นถ้าจะให้ได้รับประโยชน์จาก  
พระพุทธศาสนา ก่อนจะตายแล้ว จงรีบ  
ปฏิบัติเพื่อความไม่ยึดมั่นถือมั่นเถิด จะได้รับ  
ประโยชน์ของการที่เป็นพุทธบริษัทเกิดมาเป็น  
มนุษย์พบพระพุทธศาสนา โดยสมควรแก่การ  
เกิดมาทุกประการ

ธรรมเทศนาสมควรแก่เวลา เอวังก็มี  
ด้วยประการฉะนี้.

## รายชื่อผู้ร่วมสมทบทุน

คุณกนกพร อัมพวัน

คุณกิม แซ่ฮื้อ

คุณจรรยา - คุณสัมพันธ์ กล้าเถื่อน

คุณจิรายุ วิชาญรักษ์

คุณชนิดา สหaya

คุณชญัญญาภัค พงศ์ชยากร

คุณदनัย อมรพัชระ

ครอบครัวทองดี (แม่ศรีนยา พ่อสิน มาริสา วาทิน)

คุณทิวา จิรพัฒน์กุล

คุณธนสรัญญ์ นันทเจริญวัฒนา

คุณธนิกา ดวงธนู

พล.ต.ต.ธำรง แสงวงวัฒน์กุล

คุณนันทกร ฉัตรชัยสกุล

คุณนินา ฉายางามจิตต์

คุณนิศารัตน์ ยิ้มสอาด

คุณบรรจวบ - คุณน้อมใจ พงษ์พานิช

คุณเบญจา พิทยากุล

คุณปฐมพร ธาระวานิช



## รายชื่อผู้ร่วมสมทบทุน

คุณประเทือง เจริญรุ่งเรือง (บ.โตโยต้า)

คุณปรีชา - คุณสุกัญญา คงธนารัตน์

คุณปัญญาสิทธิ์ และ ยศพล พงษ์เฉลิม

คุณปิยนุช ปิ่นทอง

คุณปิยะ พรชัยพานิช

คุณผกาวรรณ กุลทอง

คุณผุสดี สมบูรณ์ดำรงกุล

คุณพรทิพย์ พุฒแก้ว

คุณพรศรี บุญบรรเจิดศรี

คุณพร้อม จูฑะเต็มมีย์

คุณไพลิน จิรพัฒน์กุล

คุณภาควุฒิมิ และ วริษฐา บุญจันทร์

คุณภูวเดช ห่อเพชร

คุณมารยาท อุ่นพันธ์

คุณมุขลิ่ง แซ่ตั้ง

อุบาสิกาคุณรัญจวน อินทรกำแหง

คุณลีเอง แซ่เตียว และ ด.ช.สกาย ลิม โจเกล้า

คุณวิลาวรรณ แซ่อ้อ

## รายชื่อผู้ร่วมสมทบทุน

คุณวิไลพร พูนพนิช

คุณวีรเมน รามางกูร

คุณวุฒิพล และ ด.ช.วราท ทรัพย์รุ่งเรือง

คุณสงวนศรี อธิฐากรพันธ์

คุณสถาพร โฆษณนิชการ

นพ.สมชัย วงศ์เวชสวัสดิ์

คุณสมบัติ พลวีระขจร

คุณสุกัญญา มากวิจิตร

คุณสุดาพันธ์ อิงคะวณิช

คุณสุวรรณี พงศ์ผดุงเกียรติ

คุณอรอนงค์ สอาดพรรค

คุณอุณา ตัน

บริษัท คูก้า จำกัด

บริษัท พอเพียงเทคโนโลยี จำกัด

บริษัท อีสเทิร์น โพลีแพค จำกัด



## #instaDham

"เพราะธรรมะมีอยู่ในทุกที่ ...

BIA จึงอยากชวนทุกคนมาร่วมกันฝึกมองโลกอย่างเป็นธรรม ผ่าน APP : instaDham ที่มีธรรมคำสอนจากพระอาจารย์ รวบรวมไว้ให้หยิบใช้ใส่ธรรมและแบ่งปันกันเรียนรู้ไป ให้ธรรมะ ไปอยู่ในชีวิตประจำวันอย่างเป็น รูป-ปะ-ธรรม ให้ดวงตาเห็นธรรม จากโลกสมมติ (Online) จนหวังว่าดวงตาจะเห็นธรรมในโลกจริง

หรือถ่ายรูปแล้วเขียนธรรมะที่เห็นไว้ใต้ภาพ พร้อมระบุสถานที่ แล้ว #instadham หรือ ลง facebook แล้วโพสมาที่ instaDham เราจะคัดเลือกเพื่อรวมเป็นปฏิทิน / หนังสือภาพฉบับพิเศษ ที่ธรรมมาจากทุกคนหรือกิจกรรมด้านอื่นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อไป ... เมื่อดวงตาเห็นรูป ดวงตาจึงเห็นธรรม"

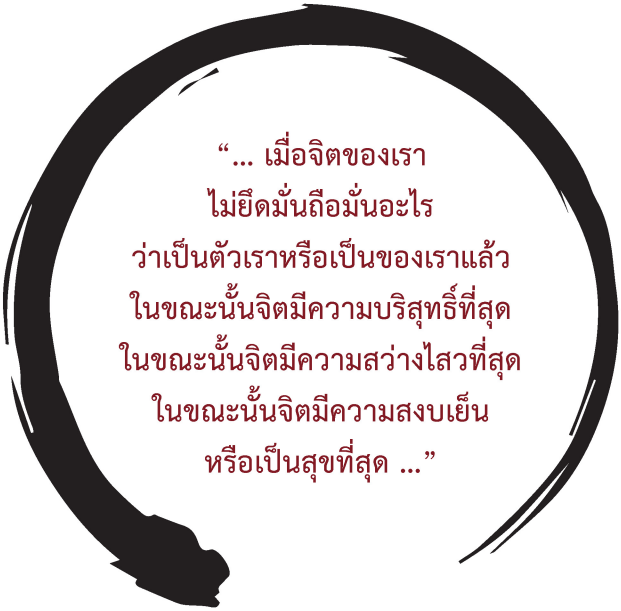


Available on the  
**App Store**



ANDROID APP ON

**Google play**



“... เมื่อจิตของเรา  
ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร  
ว่าเป็นตัวเราหรือเป็นของเราแล้ว  
ในขณะนั้นจิตมีความบริสุทธิ์ที่สุด  
ในขณะนั้นจิตมีความสว่างไสวที่สุด  
ในขณะนั้นจิตมีความสงบเย็น  
หรือเป็นสุขที่สุด ...”

สมทบการผลิต ๘ บาท



5500001018615