

ความกลัว

พุทธ
ทาส
ภิกษุ



ความกลัว

พุทธทาสภิกขุ

การบรรยาย อบรมพระที่หน้าโรงหนัง เรื่องโอวาทปาฏิโมกข์ ๒๕๑๒
วันที่แสดง ๒๓ เมษายน ๒๕๑๒
รหัส ๒๗๑๕๑๒๐๔๒๓๑๐๐
ผู้ถอดเสียง วรรณวิภา สัตตธรรมกุล
ผู้ตรวจทาน สุรมณ พงศ์พฤกษ์ และฝ่ายจดหมายเหตุ
ถ่ายภาพ ณัฐชนน บางแค
ออกแบบ/จัดทำ ฝ่ายสื่อสารงานธรรม

ISBN 978-616-7574-92-9
พิมพ์ครั้งแรก เมษายน ๒๕๖๓
จำนวน ๗,๐๐๐ เล่ม
จัดพิมพ์โดย มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร. ๐ ๒๔๐๑ ๙๔๐๑

ประสงค์รับหนังสือเพื่อใช้ในงานพิธีหรือเผยแพร่ในวาระต่างๆ ติดต่อที่

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) ถนนนิตยมิตรไฟสาย ๒

แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ : ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๑๐๑

โทรสาร : ๐ ๒๙๓๖ ๒๖๘๕

อีเมล : cds@bia.or.th

Facebook : CoDhammaSpace

www.bia.or.th



ธรรมทาน กับ การทำหนังสือ

ที่ใครจะรู้ว่า ต่างกันอย่างไร ลองแยกเล่มหนังสือ ออกดู จะเห็นว่า มีอยู่สองอย่าง คือ กระดาษที่พิมพ์ กับ ความรู้ หรือคุณธรรมที่ดี ที่บรรจุในหนังสือเล่มนั้น. การทำหนังสือ ย่อมหมายถึง การหาความรู้ ด้วยเอาตามตามตัว การ พร้อมทั้งการหากระดาษ และ ~~กระดาษ~~ ^{งาน} ในกรณี หนังสือหนึ่ง อย่างก็พอ ทั่วไป.

ส่วนการธรรมทาน ย่อมไม่เป็นอย่างนั้น ความรู้ นั้นให้เปล่า ก็ดีแล้ว, ส่วนกระดาษ หรือ วัสดุ นั้น ^{และ วัสดุ วัสดุ} ที่ใช้ตามรู้ นั้น มัก ต้อง ขอคืน เช่นเดียวกับกระดาษที่ ใช้ให้แล้วไปถวายพระที่วัด. ขอคืน เพราะคน ต้อง ใ้ไปถวาย อีกหลายครั้ง! จนกระทั่งถึงวัดที่วัด.

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

สารบัญ

(ทบทวนแนวพุทธธรรมปาฏิโมกข์)	๘
ความกลัวเป็นกิเลสประเภทโมหะ	๑๘
ความกลัวเป็นทั้งมูลเหตุและตัวทุกข์	๒๑
เพราะไฉนจึงมีความกลัว	๒๙
สร้างมโนภาพขึ้นมาทำให้กลัวได้	๓๕
ไม่มีอุปาทานก็ไม่มีความกลัว	๓๙
รู้จักใช้ดับไม่เหลือจะเป็นพระอรหันต์ได้	๔๕
โรคระบาด ความกลัว และแบบทดสอบตัวเอง	๕๑

ความกลัวเป็นสิ่งที่ละได้
ทำให้เบาบางไปได้

ปาฏิโมกข์หมายถึงใจความสำคัญ สั้นๆ
เพื่อสะดวกสำหรับจดจำและปฏิบัติ

(ทบทวนแนวพุทธธรรมปาฏิโมกข์)

การพูดกันที่ตรงนี้มีหลักเกณฑ์ว่าอย่างไร ที่มาใหม่หลาย ๆ องค์นี้อาจจะไม่ทราบ เพราะฉะนั้นอยากจะย้อนไปพูดถึงความมุ่งหมายของการพูด ที่นี้ตรงนี้ เราเรียกว่า ธรรมปาฏิโมกข์

คำว่า ปาฏิโมกข์นี้ตามปกติรู้จักกันในฐานะเป็นชื่อของวินัย เช่นไปลงปาฏิโมกข์ ก็เป็นเรื่องวินัย คนก็เลยเข้าใจไปว่าปาฏิโมกข์ หมายถึงวินัย ที่แท้คำว่าปาฏิโมกข์ไม่ได้หมายถึงวินัย หมายถึงใจความสำคัญของเรื่องนั้น ๆ ซึ่งสรุปเอาไว้ในรูปของหัวข้อสั้น ๆ รัตกุมสำหรับจำง่ายและเป็นหลักปฏิบัติได้ง่ายนั้น เขาเรียกว่า ปาฏิโมกข์ ก็อยากจะบอกให้ทราบเสียด้วยเลยว่า ชาวบ้านทั่วไปเข้าใจคำว่าปาฏิโมกข์ผิดอยู่อย่างนี้คือเข้าใจว่าเป็นวินัย เพราะ

ได้ยินว่าพระลงปาฏิโมกข์ ก็คือลงสวดวินัย ฉะนั้นคำว่าปาฏิโมกข์
ในภาษาชาวบ้านเป็นอย่างนั้น

ภาษาบาลี หมายถึง หัวข้อสำคัญที่ต้องเอามาพูด มาท่อง
มาจำ มาปฏิบัติ อย่างคำว่า*โอวาทปาฏิโมกข์*ของพระพุทธเจ้า
ในวันเพ็ญมาฆะนั้น โอวาทเหล่านั้นเป็น ๓ ข้อสั้นๆ หรือขยาย
ออกเป็น ๖ ข้อ ก็เรียกว่าปาฏิโมกข์เหมือนกัน โอวาทปาฏิโมกข์
คือหัวข้อของพระโอวาททั้งหมด สรุปลงเป็นเรื่อง *ไม่ทำชั่ว ทำดี
ทำจิตให้บริสุทธิ์* ในหลักสำหรับศึกษา ในการกระทำ ก็ว่า
ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้าย สรรวมในระเบียบวินัยนั้น กินอยู่พอดี
อยู่ในที่อันสงบ ทำจิตให้สูงใหญ่ คือทำจิตให้เจริญอยู่เสมอ นี้ก็
เรียกว่าปาฏิโมกข์ เป็นเรื่องธรรมดา คำว่า ปาฏิโมกข์ แปลว่า
หัวข้อสรุปที่ต้องกำหนดจดจำ

นี่เราก็มีหัวข้อหรือปาฏิโมกข์ฝ่ายธรรมขึ้นมาเป็นคู่กับวินัย
พูดตรงนี้จะพูดแต่เรื่องหัวข้อฝ่ายธรรม ย้ำแล้วย้ำอีก ซ้ำแล้วซ้ำอีก
คือเรื่องเกี่ยวกับตัวกู-ของกู ที่สรุปให้เห็นเป็นเรื่องตัวกู-ของกูนี้
ก็เพื่อสะตอกแก่การจำ การศึกษา การปฏิบัติสำหรับคนทั่วไป
ที่แท้เรื่องพุทธศาสนาทั้งหมดนั้นสรุปไว้หลายอย่าง แต่ว่าที่สรุป
สั้นที่สุด พระพุทธเจ้าท่านตรัสสรุปไว้ในประโยคที่ว่า "สิ่งทั้งปวง

ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น" ที่นี้ไอ้ยึดมั่นถือมั่นนั่นแหละคือเป็นตัวกู-
ของกูขึ้นมา ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นก็ไม่เป็นตัวกู-ไม่เป็นของกูขึ้นมา
ฉะนั้นเราถือว่า เรื่องตัวกู-ของกูนี่คือใจความที่สั้นที่สุดของพระ
โอวาทของพระพุทธเจ้าทั้งหมด ถ้าเป็นฝ่ายความทุกข์มันก็เรื่อง
"ตัวกู-ของกู" ถ้าฝ่ายไม่มีความทุกข์ก็เป็นเรื่องที่"ไม่มีตัวกู-ของกู"

ที่นี้เรื่องมีความทุกข์ มันก็กระจายไปได้มากเรื่อง เราก็
เอาเรื่องตัวกู-ของกูฝ่ายความทุกข์นี้ เอามาพูดกันที่นี้อยู่เสมอ
พร้อมทั้งเอาเรื่องตัวกู-ของกูฝ่ายที่ดับตัวกูของกู มาพูดเสมอด้วย
จึงเป็นอันว่า การพูดที่ตรงนี้ไม่มีพูดเรื่องอื่นนอกจากเรื่องตัวกู-
ของกู ในแง่ใดแง่หนึ่ง ให้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นทุกที

เช่นครั้งที่แล้วมาเราพูดเรื่อง *อย่าไปค้นหว่าใครผิดใครถูก
ให้ค้นแต่ว่าอย่างไรผิดอย่างไรถูก* แล้วก็ชวนกันทำเสียให้ถูก
เรื่องที่จะไปค้นว่าใครเป็นฝ่ายผิดใครเป็นฝ่ายถูกอย่าไปทำเป็น
อันขาด ค้นกันแต่โดยไม่ต้องมีคนเข้ามาเกี่ยวข้อง มีแต่เรื่อง หรือ
ธรรมปรากฏอยู่ว่า อย่างไรผิดอย่างไรถูก

ที่ว่าอย่างไรผิด ก็หมายความว่า มันขัดกับหลักที่พระพุทธ-
เจ้าท่านสอน สรุปลงแล้วก็คือว่าทำให้เรื่องเกิดขึ้นมาเป็นความทุกข์
นี้เรียกว่า "ผิด", ที่มันไม่ขัดกับหลักทั่วไปในพระศาสนา แล้วก็

ไม่ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมา อย่างนี้เรียกว่า "ถูก"

แม้พูดกันอย่างนี้ ก็เป็นเรื่องตัวกู-ของกู คือถ้าเป็นเรื่องตัวกู-ของกู มันก็จะมัวแต่ค้นหว่าใครผิดใครถูกอยู่เรื่อยไป มันจะเอาแพ้อาชนะ หรือว่ามันจะเอาอีกฝ่ายหนึ่งให้ลงไปให้จนได้ จะยกตัวเองขึ้นมาจนได้ เพราะฉะนั้นการค้นหว่า ใครผิดใครถูกกันเนนี่เป็นเรื่องเพิ่มตัวกู-ของกูเปล่าๆ โดยไม่มีประโยชน์ และเป็นทุกข์ทั้งนั้น นี่เราไม่กระทำไปในรูปนั้น แต่ค้นไปในทางที่ว่า ผิดคืออย่างไร ถูกคืออย่างไร แล้วก็เว้นคำว่า "ใคร" เสีย นี่มันจะดับตัวกู-ของกูลงไปได้ แล้วก็ไม่มีการวิวาทกัน

เหมือนกับเล่นกีฬานั้น มันมีความผิดอยู่มากตรงที่ไปต้องการผลว่าใครแพ้ใครชนะ ฝ่ายไหนแพ้ฝ่ายไหนชนะ อย่างนั้นไม่ใช่กีฬา ถ้าจะดูกันว่าใครเก่งอย่างไร ใครเก่งทางไหน หรือว่าใครมีความเห็นแก่ตัวน้อย ใครมีความเห็นแก่ตัวมาก อย่างนี้จึงจะเป็นกีฬาที่ไม่ทำอันตราย แล้วก็ได้ผลตามความมุ่งหมายของกีฬา ถ้าสมมติว่ากรรมการจะดูให้ดี เก็บคะแนนไว้ เก็บคะแนนไว้ แล้วสรุปความว่า ใครฝ่ายไหนแสดงความเห็นแก่ตัวออกมามาก ฝ่ายนั้นแพ้ ใครฝ่ายไหนแสดงความเห็นแก่ตัวมาน้อยหรือไม่แสดงเลยฝ่ายนั้นชนะ เรื่องลูกบอลเข้าประตูของใครไม่มีปัญหา ข้างมัน

อย่างนี้จะเป็นเรื่องของกีฬาแท้ๆ เพื่อทำลายความเห็นแก่ตัว
เดี๋ยวนี้มันจะหมายมั่นปั้นมือ เรื่องแพ้เรื่องชนะ แล้วมันก็ล้มตัว
ชกต่อยกันในสนามกีฬา ทำอันตรายกันในสนามกีฬาแล้วชนเอา
กองเชียร์จากโรงเรียน จากมหาวิทยาลัยมานั่งเชียร์ มันเพื่อเพิ่ม
ตัวกู-ของกูโดยตรง

นี่เป็นตัวอย่างที่ยกมาให้เห็นว่า การกระทำอย่างเดียวกัน
เรื่องเดียว ชื่ออย่างเดียวกันนี้ ทำไปทางหนึ่งมันก็เป็นการเพิ่มพูน
ตัวกู-ของกู, ทำไปอีกทางหนึ่งก็เป็นการลดตัวกู-ของกู ฉะนั้น
ควรจะมีควมรู้เรื่องนี้ เรื่องที่ว่าทำอะไรมันเป็นการเพิ่มตัวกู-
ของกู ทำอย่างไรมันไม่เพิ่ม หรือมันลด นี้ไว้กันให้ดี ๆ

เดี๋ยวนี้มันก็ทั้งโลกแหละ เป็นการทำผิดกันทั้งโลก คือเพื่อ
เพิ่มตัวกู-ของกูทั้งนั้น มันจึงได้เกิดสงครามไม่รู้สร้างไม่รู้สิ้นสุด
ถ้าไม่รู้เท่าทันเรื่องนี้ ไม่เลิกลัทธิอันนี้เสีย มันก็ไม่มีเวลาที่จะยุติ
สิ่งที่เรียกว่าสงครามหรือการเบียดเบียนกันได้ คือจะเอาแพ้
เอาชนะกันโดยตรง ผิดหรือถูกก็ไม่รู้ ไม่รู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก
อย่างไรหนิอย่างไรหนิถูก เอาแต่แพ้ชนะกันโดยตรง หรือว่าอย่างดี
ที่สุดที่เขาจะทำได้ก็พิสูจน์ว่าใครผิดใครถูก ทีนี้มันก็มีปากกัน
ทุกคน มันก็แก้ตัวกันได้ทุกคน เพราะฉะนั้นมันก็ด่ากันเป็น

ประจำวัน เรื่องใครผิดใครถูก ทางเครื่องมือสำหรับตา เช่นวิทยุ
กระจายเสียง เป็นต้น น้ำมันก็ไม่มีทางลดตัวกู-ของกู โลกไม่ถือ
ธรรมะในข้อที่ว่า อย่างไรเรียกว่าผิดอย่างไรเรียกว่าถูก อย่าไป
ค้นหาใครผิดใครถูก ก็ไม่มีวันสิ้นสุดของการทะเลาะวิวาท

ภาพเขียนที่มูมนั้น เป็นภาพที่ดีอยู่ภาพหนึ่งเกี่ยวกับเรื่องนี้
เป็นภาพเด็กๆ ช่วนหน้ากัน ทะเลาะกัน ร้องกันระจองอแง
และเด็กอีกคนหนึ่งโผล่ขึ้นมาว่า ไม่ต้องๆ ไม่ต้องว่าใครผิดใครถูก
มาร้องเพลงกันดีกว่า เช่นสัญญาหย่าศึกด้วยการร้องเพลง
ไม่ต้องค้นหาว่าใครผิดใครถูก ภาพนั้นเขียนดี เอาไปคิดดู ให้เลิก
เสียว่าใครผิดใครถูก ระงับไปเลย แล้วก็มาร้องเพลงสันติภาพ
กันดีกว่า ความผิดเป็นอย่างนั้นความถูกเป็นอย่างนั้น ใครอยาก
นั้นก็ทำให้มันถูกเสียก็แล้วกัน

นี่เราเรียกว่าเรื่องตัวกู-ของกู แขนงหนึ่ง แง่หนึ่ง มูมหนึ่ง
อย่างนี้ ทุกคราวที่พูดที่นี้ กลายเป็นว่าที่พูดเรื่องตัวกู-ของกู แล้ว
การย้าแต่เรื่องนี้อยู่เสมอเรียกว่า ธรรมปาฏิโมกข์ หัวข้อเรื่องตัวกู-
ของกู ฝ่ายธรรม ไม่ใช่ฝ่ายวินัย

เรื่องที่ผิดวินัยต่างๆ ทุกๆ ข้อ ทุกๆ ลึกซาบหมั่นก็เรื่อง
เห็นแก่ตัวเหมือนกัน ไปตรวจสอบดูทุกข้อ เพราะเห็นแก่ตัวจึง

ทำผิดวินัยข้อใดข้อหนึ่ง ในรูปร่างต่างๆ กัน ขมาเขา ลักของเขา หลอกเขา หรือว่าทำสิ่งที่ไม่ควรทำ ที่จารีตหรือวินัยห้ามอย่างนี้ ก็เป็นเรื่องเห็นแก่ตัวทั้งนั้น ฉะนั้นวินัยก็เป็นแขนงหนึ่งของธรรม หรือเป็นธรรมส่วนที่จำเป็นต้องบังคับให้ทุกคนถือหรือกระทำ เรียกว่าวินัย ธรรมะส่วนนี้มันมีอยู่ เรียกว่าวินัย

ที่นี้ธรรมะส่วนใหญ่หรือส่วนทั่วไปนั้นไม่บังคับ มีแต่แสดงไว้ แล้วใครอยากจะทำก็อยากจะทำ เจริญก็ปฏิบัติ ส่วนนี้ไม่บังคับก็ยังคง เรียกว่าธรรมหรือพระธรรม, ส่วนใดที่เป็นการบังคับ เราเรียกว่า พระวินัย พระธรรม พระวินัยรวมกันเป็นพระธรรมวินัย สองเรื่อง แผลดก็เป็นเรื่องธรรมด้วยกัน

นี้ผู้มาใหม่ก็จะเข้าใจได้ว่าเราพูดเรื่องตัวกู-ของกูกันที่นี้ ในแง่ใดแง่หนึ่งเสมอ

.....

วันนี้จะพูดเรื่องตัวกู-ของกูอีกเหมือนกัน เรียกว่าตาม ธรรมเนียมการพูดที่นี้ แล้วก็อยากจะพูดเรื่องความกลัว กันสักที

สิ่งที่เรียกว่าความกลัว ก็เป็นความทุกข์แขนงหนึ่งซึ่งรบกวน ความสุขของมนุษย์มาก แล้วก็บางอย่างที่เรียกว่าไม่น่าจะมาก เราได้ยินกันแต่ว่า ความรัก ความเกลียด หรือความโกรธ โลกะ

โทสะ เป็นเรื่องความรักและความเกลียด ส่วนโมหะนี้มันมี
ขอบเขตกว้าง

ความกลัว ก็เป็นความทุกข์แขนงหนึ่ง
ซึ่งรบกวนความสุขของมนุษย์มาก

ความกลัว สรุปรวมได้ที่ กลัวตาย

ความกลัว เป็นกิเลสประเภทโมหะ

ในที่นี้เรายกเอาความกลัวมาพูดในฐานะเป็นโมหะ เพื่อให้รู้ว่าไอ้ความกลัวนี้มันอยู่ในกิเลสประเภทโมหะ ไม่ใช่โลภะ โทสะ หมายความว่า ความกลัวนี้เป็นความโง่ เป็นความมืด เป็นความไม่รู้ เราก็ไม่เข้าใจมัน มันก็ยังคงกลัวอยู่เรื่อย ความรักหรือความไม่รัก คือโกรธ มันก็เป็นเรื่องตัวกู-ของกูเห็นชัดอยู่แล้ว รักก็จะเอามา โกรธก็จะทำลายออกไป มีมูลมาจากเรื่องที่จะเป็นตัวกู-ของกู หรือมันมาขัดขวาง ขัดคอ เรื่องตัวกู-ของกู จะมีโลภะโทสะขึ้นมา ส่วนโมหะนี้มันโง่ มันไม่ได้อยากจะทำอะไรหรือไม่ได้อยากจะทำลายอะไร แต่มันก็โง่ จนกลัวจะเสียสิ่งที่มืออยู่แล้วไป

คุณรู้จักแยกให้มันต่างกันสิ ราคะ โทสะ โมหะ, โลกะ โทสะ โมหะ. พวกโรคะหรือโลกะนั้นมันจะเอาอะไรที่มันรัก หรือมันกำลังรักอะไรที่มีอยู่ก็ได้, โทสะหรือโรคะนั้นมัน โกรธ คือทำลายสิ่งที่เข้ามาเกี่ยวข้อง มันก็ต่างจากโรคะหรือโรคะแล้ว ราคะ มันจะดึงเข้ามา มาเอาเอาไว้, ส่วนโทสะมันจะผลักออกไปหรือมันจะทำลายเสีย, ส่วนโมหะนั้นมันยังโง่ ยังไม่แน่ว่าจะรักหรือจะไม่รัก แต่มันก็กลัวว่าจะเสียของรักไป หรือว่าจะไม่ได้ทำลายสิ่งที่เป็นศัตรู อย่างนี้ เป็นต้น

นี่เมื่อดูให้ดีจะเห็นว่า ความกลัวทั้งหมดมันขึ้นอยู่กับกลัวตาย ขึ้นอยู่กับกลัวความตายทั้งนั้น นี่ต้องดูกันเสียสักขั้นหนึ่งก่อนว่ากลัวอะไรก็ตาม มันจะสรุปไปอยู่ที่ว่า เรากลัวจะเสียชีวิต อะไรบ้างที่เรากลัว ที่มันน่ากลัว เช่น เสือ เช่นอันตราย เช่นแม้แต่ฟ้าผ่า ฟ้าร้อง นี่เราก็กวกลัว เพราะกลัวว่ามันจะทำอันตรายชีวิตของเรา กระทั่งสิ่งที่ประหลาดๆ เห็นแล้วไม่รู้จักว่าเป็นอะไรเราก็กวกลัวว่ามันอาจจะทำลาย อาจจะทำอันตรายชีวิตของเรา แม้แต่กลัวของเล็กๆ กลัวตุ๊กแก กลัวกิ้งกือ อะไรนี่ มันก็มีมูลมาจากกลัวว่า มันจะเป็นอันตรายกับชีวิตของเรา แล้วมันก็กระเด็นเจือไปในทางที่เรียกว่าเกลียด เกลียดก็คือไม่ชอบ แต่เนื้อแท้

ของมันหมายถึงกลัว ว่าจะเป็นอันตรายแก่เราโดยปริยายใด
ปริยายหนึ่ง เราไม่กล้าจับต้อง ไม่กล้าเกี่ยวข้องกับ จนกระทั่งถึง
กลัวสิ่งที่ไม่เห็นตัว เช่นกลัวผี หรือกลัวอะไรที่ไม่มีตัว มีตนปรากฏ
นี่ก็มีความหมายตรงที่ว่า กลัวว่ามันจะทำอันตรายแก่ชีวิต
ที่เรากลัวผี แม้จะพูดว่ากลัวผีหลอก กลัวการที่มันหลอก แต่
ความหมายอีกชั้นหนึ่งมันอยู่ที่ว่า มันจะทำให้ตาย หรือเสียอะไร
ไปอย่างไรอย่างหนึ่ง

นี่ สัญชาตญาณของสัตว์ที่มีชีวิต ก็คือไม่อยากตาย อันนี้
ไม่ต้องนึก ไม่ต้องคิด ไม่ต้องใช้เหตุผล เพราะเป็นสัญชาตญาณ
เกิดอยู่เองว่าไม่อยากเสียชีวิต คือไม่อยากตาย อันนี้มัน ๑๐๐
เปอร์เซ็นต์ นี่ก็พอมีอะไรที่พอเป็นวิเวทของความตาย หรือจะ
ทำให้ตาย มันก็กลัว ฉะนั้นจึงจัดเป็นความเห็นแก่ตัวเห็นแก่ตัวกู
หรือแก่ของกู หรือชีวิตของกู หรือตัวกู อย่างรุนแรง สัญชาตญาณ
แห่งการไม่อยากเสียชีวิต อยากรอดชีวิตนี้ เป็นใจความของตัวกู-
ของกูอยู่ ฉะนั้นมันจึงหลีกเลี่ยงไปไม่พ้น ที่ว่าจะต้องเป็นทุกข์

เพราะรักจึงกลัวจะไม่ได้มา
เมื่อได้มาก็กลัวจะเสียไป

ความกลัว เป็นทั้งมูลเหตุและตัวทุกข์

ฉะนั้น สิ่งที่เราเรียกว่าความกลัว มันจึงเป็นมูลเหตุของความทุกข์ หรือเป็นตัวความทุกข์ก็ได้เหมือนกัน คำว่า "ความทุกข์" กับคำว่า "สิ่งนำมาซึ่งความทุกข์" หรือ "มูลเหตุของความทุกข์" นี้มันแยกกันไม่ได้ โดยตัวหนังสือ โดยคำพูด เราพูดแยกกันได้ แต่โดยที่มันเกิดอยู่จริงหรือโดยพฤติกรรมนั้น ไม่แยก แยกไม่ทัน เพราะว่าพอมันเกิดเหตุของความทุกข์ มันก็ทุกข์เสียแล้ว เพราะว่าสิ่งนี้มันนำมาซึ่งความทุกข์ มันก็ทุกข์เสียแล้ว มันไม่เพียงแต่ว่ามันจะนำมาซึ่งทุกข์ นี้ความกลัวก็เหมือนกัน พอกลัวเมื่อไร ก็เป็นทุกข์เมื่อนั้น ฉะนั้นเราจะพูดว่า ความกลัวนำมาซึ่งความทุกข์ มันก็ได้เหมือนกัน หรือว่าเป็นตัวทุกข์เสียเอง มันก็ได้เหมือนกัน

มันแยกไม่ทัน มันเป็นขณะจิตที่ติดต่อกันอย่างแยกกันไม่ออก
รวมความแล้ว ความกลัวก็คือความทุกข์

ทีนี้คุณลองไปเปรียบเทียบกันดู ว่าโอกาสที่จะรัก กับ
โอกาสที่จะเกลียด กับโอกาสที่จะกลัว อันไหนมันมากน้อยกว่ากัน
ไปสังเกตดูตนเองหรือสังเกตดูคนทั่วไป การอยู่ในสภาพที่คนทั่วไป
เขาอยู่กัน โอกาสที่จะรัก โอกาสที่จะไม่รัก คือเกลียด หรือ
โอกาสที่จะกลัว อันไหนมันมากกว่ากัน เรื่องนี้ไม่ต้องพิสูจน์ให้
ชัดเจน แยกเด็ดขาดอะไรนัก เพียงต้องการให้รู้ว่ามันพอๆ กัน
เป็นอย่างน้อย

ข้อที่เราต้องระมัดระวังอยู่ตลอดเวลา นี้มันเป็นความกลัว
เป็นปัญหาที่เราต้องระมัดระวังอะไรอยู่อย่างหนึ่งตลอดเวลา
นี้ส่วนความรักหรือความโกรธนั้น มันก็เป็นเรื่องของความกลัว
ต้องดูให้ดีด้วย, เพราะว่าเรากลัวจะไม่ได้ของรัก แล้วเรากลัวจะ
สูญเสียของรัก, ฉะนั้น พอมีความรักเกิดขึ้นที่ไหน มันก็จะต้องมี
ความกลัวเกิดขึ้นที่นั่น เพราะว่าพอมีสสิ่งที่ตัวรัก มันก็มีความ
หวาดระแวง วิตกกังวล ว่าจะสูญเสียของรัก หรือว่าก่อนแต่จะ
ได้มา มันก็กลัวว่าจะไม่ได้

ฉะนั้น ตลอดเวลาที่มีความหวัง ที่จะได้ของรัก นี้มันก็
เต็มไปด้วยความกลัว หรือเจืออยู่ด้วยความกลัว กลัวจะไม่ได้
มันบีบคั้นหรือเผาจนจิตใจ เพราะข้อนี้เอง ตัวความรักมันจะเผา
อะไรได้ถ้าเราไม่กลัวว่าจะไม่ได้ของรัก เพราะตลอดเวลานั้นมัน
กลัวว่าจะไม่ได้ของรัก ฉะนั้นไอ้สิ่งที่เรียกว่าของรักมันก็เผา หรือ
ได้มาแล้วมันก็กลัวว่าจะสูญหายไป มันก็เผา ถ้าแยกความกลัว
ออกไปเสียได้ ความรักก็แทบจะไม่มีพิษสงอะไร

ความโกรธก็เหมือนกัน ที่จะไปโกรธอะไรเข้าสักอย่างหนึ่ง
มันต้องมีความกลัวว่า อันนี้มันมีอันตราย มันจะเป็นอันตรายแก่เรา
เป็นคู่แข่งของเรา เป็นศัตรูของเรา เราจึงไม่ชอบ ไม่ชอบหน้ามัน
ไม่ชอบแม้แต่จะเห็นมัน เกลียดมัน อย่างจะโกรธใครเป็นฟินเป็นไฟ
นี้มันต้องมีมูลเหตุมาว่า ผู้นั้นหรือสิ่งนั้นมันทำอันตรายเรา เรากลัว
เราจะตาย หรือมันจะทำลายของรักของเรา เราก็จะสูญเสียบของรัก
ฉะนั้นเราจึงเกลียดมันหรือโกรธมัน ไว้แต่เนิ่น ไว้แต่ล่วงหน้า พอ
มันแสดงอาการทำลายของรักหรือชีวิตของเราขึ้นมาจริงๆ ความ
โกรธก็ถึงขีดสุดได้ ฉะนั้นมันเนื่องอยู่ที่ความกลัวจะเสียชีวิตหรือ
เสียบของรัก เพราะฉะนั้นในเรื่องของความรักหรือความโกรธ มันก็
มีเรื่องของความกลัวอยู่เต็มที เป็นตัวที่ทำลายความสงบสุข

ที่นี้เรื่องกลัวล้วนๆ เช่น กลัวความมืด กลัวผี กลัวอะไรเหล่านี้ มันก็รวมอยู่ในข้อที่เชื่อ หรือสงสัย หรือระวาง ว่านี่มันเป็นอันตราย มันจะทำอันตราย หรือจะเป็นอันตรายแก่เรา ผีหรือความมืดอะไรก็ตาม ส่วนสิ่งที่มันปรากฏชัดว่าจะทำอันตรายแก่เรา เช่นเห็นเสือเข้าอย่างนี้ มันก็กลัวเสือ เพราะมีความรู้มาก่อนแล้วว่า เสือนั้นเป็นอันตราย แม้ไม่เคยเห็นเสือก็ได้มีความเชื่อเสียแล้วว่า เสือนั้นเป็นอันตราย แต่นี้ก็เคยเห็นรูปเขียนของเสือ ความกลัวเสือก็สมบูรณ์แล้วตั้งแต่ยังไม่เคยเห็นเสือตัวจริง ความกลัวเสือนี่มันก็สมบูรณ์แล้ว ตั้งแต่ยังไม่เห็นเสือตัวจริง มันก็ฝันเอาก็ได้แล้วกลัว นี่ความกลัวมันจึงมีได้ตลอดเวลา ในกรณีที่เป็นเรื่องรัก หรือเรื่องโกรธ หรือเรื่องเกลียด หรือเรื่องกลัวล้วนๆ

ถ้าว่าในโลกสมัยนี้ ที่เป็นโลกวัตถุนิยมนี้ ก็กลัวจะสูญเสียความสุขทางวัตถุทางเนื้อหนัง ฉะนั้นเขาจึงป้องกันกันมาก จนได้รบได้ราได้ฆ่าฟันกัน ฝ่ายที่เป็นเจ้าของวัตถุหรือเอาวัตถุไว้มาก จะต้องกลัวฝ่ายที่ไม่มีวัตถุ เช่น ฝ่ายนายทุนนี้ต้องกลัวกรรมกร เพราะว่ากรรมกรจะเป็นผู้แย่งวัตถุ กรรมกรก็ไม่ค่อยมีเรื่องที่จะต้องกลัวอะไรนัก ฉะนั้นจึงพูดได้ว่าใครยึดมั่นถือมั่นไว้มาก

คนนั้นจะต้องมีความกลัวมาก ใครมีตัวกู-ของกูมาก คนนั้นจะต้องมีความกลัวมาก ฉะนั้นพวกฝ่ายนายทุนจึงเป็นฝ่ายที่นอนไม่หลับ เพราะว่ามีตัวกู-ของกูมาก แล้วก็มีมีความกลัวมาก ฝ่ายชนกรรมาชีพ มีน้อยหรือไม่มี มันจึงนอนหลับ นี่สงครามในโลกปัจจุบันนี้ ระหว่างนายทุนกับชนกรรมาชีพ มันก็มีความหมายอย่างนี้

ถ้าอย่ามีตัวกู-ของกู มันก็สบาย มันไม่กลัว แต่แล้วเขาก็บอกว่าทำไม่ได้ ทำไม่ได้ที่จะไม่ให้กลัวนี้ทำไม่ได้ เช่นเดียวกับทำจิตให้ว่างนี้ทำไม่ได้ ทุกคนจะร้องออกมาแต่ที่แรกเลยว่า ทำไม่ได้ ทำไม่ได้ทำจิตให้ว่าง เมื่อทำไม่ได้ก็ต้องเอาความทุกข์ไปไม่มีปัญหาอะไร นี่เรื่องความกลัวนี้ก็เหมือนกัน จะมีชีวิตอยู่โดยไม่ต้องกลัว เขาบอกว่าทำไม่ได้ ทำไม่ได้มันก็ถูกแล้ว เพราะว่าตามธรรมดา มันทำไม่ได้ ตามธรรมดาคนเราจะละตัวกู-ของกูไม่ได้ แล้วจะเป็นคนธรรมดาอย่างนั้นอยู่เรื่อยไปหรืออย่างไร

เราจะเป็นคนธรรมดาสามัญอย่างนั้นอยู่เรื่อยไป หมายความว่า จะยอมรับเอาความทุกข์ไว้เรื่อยไป เป็นปุถุชนอยู่เรื่อยไป เป็นคนพาล เป็นคนอ่อน เป็นคนเขลา เป็นคนโง่ อยู่เรื่อยไป ถ้าเราไม่ต้องการจะเป็นคนธรรมดาอยู่เรื่อยไป ต้องการจะเลื่อนขั้น แล้วมันไม่มีทางอื่น มันต้องเลื่อนขั้นมาในทางสิ่งที่ตนพูดว่าทำ

ไม่ได้ นั่นแหละ อะไรที่พูดว่าทำไม่ได้ นั่นแหละ มันต้องเลื่อนขั้น
มาทางนั้น เช่น ทำลายความยึดมั่นถือมั่น ให้มีจิตว่างจากความ
ยึดมั่นถือมั่นว่าตัวกู นี่ก็ต้องเป็นสิ่งที่ทำได้ หรือทำให้ได้ขึ้นมา

ใครยึดมั่นถือมั่นไว้มาก
คนนั้นจะต้องมีความกลัวมาก

เราจะอยู่โดยไม่มีความกลัว จะได้หรือไม่?
เราจะมีชีวิตอยู่โดยความกลัวไม่รบกวนเลยนี้ จะได้หรือไม่?
มันก็ต้องได้ เพราะว่ามีคนทำได้

เพราะไงจึงมีความกลัว

ทีนี้ สิ่งที่ไม่ต้องลงทุนอะไรมาก ก็คือเรื่องความกลัวนี้ นำเอามาคิดมานึก ทำไมเราจะอยู่โดยไม่มีความกลัว จะได้หรือไม่? เราจะมีชีวิตอยู่โดยความกลัวไม่รบกวนเลยนี้ จะได้หรือไม่? มันก็ต้องได้ เพราะว่ามีคนทำได้, พระอรหันต์โดยเฉพาะเป็นผู้ที่ทำได้ โดยไม่มีความกลัว, ความกลัวหายไปขาดสูญไปอย่างเด็ดขาดเลย. ทีนี้เราไม่เป็นพระอรหันต์ จะถือว่าทำไม่ได้ หรือเราจะทำได้บางส่วน หรือว่าทำได้ตามที่ จะทำได้ เราก็อาจจะคิดเห็นได้ด้วยเหตุผล *common sense* ของเราเองว่า ความกลัวนี้มันเป็นความโง่เหมือนที่พูดมาแล้วข้างต้น ว่าความกลัวนี้ไม่ใช่ อะไรนอกจากความโง่ กลัวผี กลัวอะไรที่มันไม่มีตัวมีตนนี้ กลัวผี

กลัวความมืด กลัวอะไรที่มันไม่มีตัวตนจริงนี่ คือความโง่มาก แต่ถึงจะกลัวไอ้สิ่งที่มีอยู่จริง เช่น กลัวเสือที่เดินมาเฉพาหน้า นี่มันก็ยังเป็นความโง่อยู่นั่นแหละ ลองคิดดูเถอะ

อย่างทีแรกทีว่กลัวผี นี่เป็นความโง่ เพราะถูกสอนให้โง่มาแต่เล็ก สุนัขหรือแมวไม่กลัวผี เพราะมันไม่มีอะไรมาสอนให้กลัวผี มันจึงกัดกินสิ่งที่คนเรียกว่าผีด้วยซ้ำไป สุนัขเข้าไปในป่าฆ่าขูดผีกินเลย ทำไม่ไม่เห็นกลัว คนนี้เห็นกระดูกเล็กๆ ลึกขึ้นหนึ่งก็กลัว กลัวจนใจสั่นก็มี นั่นคือความโง่ของคนซึ่งสัตว์ไม่มี โครงกระดูกที่แขวนอยู่ที่ศาลานั้นเป็นตัวอย่างที่ดี ที่คนกลัวแล้วบางคนก็หายโง่ก็ไม่กลัว ทีแรกเอามากลัวทั้งนั้น

นี่ผมจะเล่าให้ฟังอีกครั้งหนึ่งว่า เมื่อเอาโครงกระดูกมาใหม่ๆ มาแขวนเอาไว้ที่นั่น พอรู้ไปถึงคนนั้นคนนี้ก็มาดูกัน แล้วครูก็พานักเรียนมาศึกษาจำนวนหนึ่ง ๓๐-๔๐ คน ในนักเรียน ๓๐-๔๐ คนนั้นมีต่างๆ กัน นักเรียน ๒-๓ คนถอดเสาทรงบันได ไม่กล้าอย่างขึ้นมาชั้นบน ถอดเสากลัวตัวสั่น แล้วกลัวจริงๆ ด้วย แต่ว่าตาก็ยังอยากจะดู นักเรียนส่วนมากก็ยืนอยู่ห่างๆ แล้วก็นักเรียนจำนวนน้อยเข้าไปใกล้มาก แล้วมีนักเรียน ๒ คนหรือไม่เกิน ๓ คน กล้าจับต้อง แล้วก็มีนักเรียนคนเดียวเท่านั้น ที่กล้าเอาหัวดู

เข้าไประหว่างโครงกระดูก ให้โครงกระดูกแต่ละตัวแยกออกจากกัน
เด็ก ๆ ก็ยังต่างกันอย่างนี้ ความกลัว แล้วโครงกระดูกก็อันเดียวกัน
ชิ้นเดียวกัน แล้วเด็ก ๆ ๒-๓ คนที่ว่างกลัวตัวสั้นอยู่ที่เชิงบันไดนั้น
กลับไปถึงบ้านยังเป็นไข่อีกตลอดคืน เด็กพวกหนึ่งก็ไม่ใช่ไรนักร
เด็กที่ไม่กลัวเลย ก็ไม่เป็นอะไรเลย โครงกระดูกอันเดียวกัน
แต่เพราะความงัวที่มีอยู่มากน้อยกว่ากัน จึงมีปฏิกิริยาต่างกัน
หลายชนิด หลายชั้น

ผมก็บอกว่า เด็กพวกนี้คิดเลขไม่เป็น คิดเลขชั้นแรกที่สุด
ไม่เป็น ถ้าคิดเป็นมันก็ต้องคิดได้ ว่าในเรานี้มีโครงกระดูก
ชนิดนั้นครบเหมือนกัน ที่โครงกระดูกนั้นมีอย่างไร ในเรานี้ก็มีครบ
แล้วอะไรๆ ที่เรามีอีกเยอะแยะ โครงกระดูกนั้นไม่มี เช่นเลือด
เนื้อ หัวใจ ตับ ปอด เรามีเยอะแยะ โครงกระดูกนั้นไม่มี แล้วถ้า
สมมติว่าโครงกระดูกนั้นมีวิญญาณยังสิงอยู่ เราก็มีวิญญาณ
ยังสิงอยู่ ดีกว่าและมากกว่า เป็นวิญญาณที่ดีกว่า มากกว่า
สมมติว่าจะชกกัน เราก็ตองทำได้ดีกว่า เรามีวิญญาณที่ดีกว่า
เรามีกล้ามเนื้อมีเลือดมีอะไรจะชก จะฆ่ากัน เราต้องชนะวันยังค่ำ
ฉะนั้นถ้าคิดเลขเป็นเสียหน่อย มันก็ไม่ต้องกลัว นี้ว่ากันโดย
ตรงไปตรงมาตามเหตุผล มันก็ไม่ต้องกลัวแล้ว เดียวนี้มันมีแต่

ความโง่ที่ทำให้กลัว นี่หลายคนก็ยอมฟัง ยอมเชื่อ ยอมฟังแล้ว ก็ทำให้บรรเทาความกลัวลงไปได้ แต่ถ้าไม่ขยันคิดไม่หมั่นคิด ตามแนวนี้ มันก็ไม่ทำลายความกลัวที่เรื้อรังในจิตใจได้ ฉะนั้น ก็ต้องเอาไปคิด ไปเจริญภาวนา คิดอยู่เสมอ มันจึงจะค่อยทำลาย ความกลัวให้หายไป

ทีนี้เรื่องไม่มีตัวตนนั้น มันก็ดูเป็นเรื่องง่าย ที่จะทำลาย ความกลัว ทีนี้เรื่องที่มีตัวตนจริง เช่น กลัวเสือ กลัวงู กลัวฟ้าผ่า ลงมาถูกตาย อันนี้กลัวในสิ่งที่มีตัวตนอยู่จริงนี้ มันก็ยิ่งยาก ขึ้นไปกว่า เพราะมันมีอารมณ์กลัวนั้นมากกว่า มันปรากฏอยู่ เฉพาะหน้า แต่ถึงอย่างนั้น มันก็น่าจะมองไปแ่งเดียวกันว่า เรายังมีความโง่ เราจึงต้องลำบากเพราะความกลัว เราไม่กลัว เสียไม่ดีกว่าหรือ มันจะเป็นอย่างไรเราก็ไม่กลัว จะไม่ดีกว่าหรือ

ความกลัวนี้กลัวมากกว่าเหตุ กลัวมากกว่าต้นเหตุแห่งความ กลัว พอเห็นวัตถุหรือเห็นสิ่งที่กลัวมันก็กลัว แล้วมันอาจจะคิด ไปล่วงหน้าสำหรับกลัวก็ได้ โดยที่สิ่งนั้นไม่ได้ทำอันตรายเราเลย สมมติว่าเราเห็นเสือปลอม ที่ไม่ใช่เสือจริงที่เขาทำหลอกๆ ในป่า ในที่ที่เรารู้สึกว่ามันมีเสือ เราก็กลัวเท่ากับกลัวเสือจริงๆ นี่ รูปหลอกทำให้คนกลัวจนเป็นไข้ เป็นอะไรได้เหมือนกัน ฉะนั้น

ความกลัวนั้นไม่ได้เกิดจากของจริง อย่างที่เราคิด มันเกิดจาก
ความโง่ที่เราสร้างขึ้นมาจากอันหนึ่ง เช่นเสือปลอมนี้เราคิดว่า
เสือจริง เราก็สร้างเสือจริงขึ้นมาในจิตใจแล้วเราก็กลัว

ธรรมดาสัตว์หรือเสือ มันไม่ได้กัดใครเสมอไปหรอก
แต่เราก็กลัว มี imagine ว่ามันกัดเราเสมอ

สร้างมโนภาพขึ้นมาทำให้กลัวได้

การสร้างมโนภาพ หรือที่เรียกว่า *imagination* ขึ้นมานี้เป็นตัวร้าย เป็นตัวการตัวร้ายที่สุด ที่ทำให้เกิดความกลัว ถ้าทำลายอันนี้ได้ความกลัวก็ไม่มี มีไม่ได้ อย่างเราเห็นเสือ เราก็ต้องมี *imagine* ว่ามันจะกัดเรา หรือมันกัดเรา แม้ว่าเสือปลอมก็มี *imagination* ว่ามันจะกัดเรา ที่นี้เห็นเสือจริง แต่เสือดตัวนั้นไม่กัดใคร ธรรมชาติตัวหรือเสือ มันไม่ได้กัดใคร เสมอไปหรอก แต่เราก็กลัว มี *imagine* ว่ามันกัดเราเสมอ นี่มันเป็นเรื่องข้อเท็จจริงของสิ่งที่เรากลัว มันสร้างภาพที่ทำให้เรากลัวขึ้นมาโดยอัตโนมัติ โดยตัวมันเอง โดยไม่ต้องเจตนา แล้วมันก็

* แปลว่า จินตนาการ

ครอบงำจิตใจที่เป็นสติปัญญาหมด สติปัญญาไม่มีเหลืออยู่เลย
ตอนนั้น มันก็ต้องกลัว

ทีนี้ ใครมีตัวตนจัด รักตัวจัด ก็คือกลัวตายมากนั่นเอง,
ใครยิ่งรักตัวมาก ก็กลัวตายมาก, ใครรักทรัพย์สมบัติมาก ก็กลัว
ตายมาก, รักลูกรักเมียมาก ก็กลัวตายมาก และคนที่มีความรัก
ชนิดนั้นน้อย มันก็กลัวตายน้อย เห็นเสียอย่างเดียวกันคนหนึ่งมัน
กลัวน้อย คนหนึ่งมันกลัวมาก ไม่แน่นอน บางคนเกือบจะไม่กลัว
คนที่เขากล้าเป็นพรานหรือเป็นอะไร เกือบจะไม่กลัว แล้วถ้าดี
ไปกว่านั้นอีก เขาก็ไม่กลัว เพราะเขาไปมัวแต่คิดจะยิงเสียเลยลืม
กลัวเสียไป อย่างนี้ *imagination* อันพื้นฐานมันถูกครอบงำไปหมด
ไม่มีปรากฏ มันเหลือแต่ว่าจะยิงมึง แล้วก็ไม่มีความกลัว

ถ้าคุณมีแต่ความกลัว
คุณจะไม่กล้าทำอะไร

เราสามารถไม่กลัวได้
โดยการค่อย ๆ เพียรละอุปาทาน
ใช้สติสัมปชัญญะแทนที่ความกลัว

ไม่มีอุปาทานก็ไม่มีความกลัว

ที่นี้ พระอรหันต์ไม่กลัว เพราะว่าไม่มีความรู้สึกเป็นตัวกู
ว่าอะไรเป็นตัวกูหรือเป็นของกูเหลือ เพราะฉะนั้นจึงไม่กลัว
มันไม่กลัว โดยเด็ดขาดหรือโดยประการทั้งปวงเพราะว่ามันไม่มี
อุปาทานว่าตัวกู มันก็ไม่มีวัตถุที่จะถูกทำลายคือไม่มีตัวกูที่จะ
ถูกเสือกัด มันก็เลยไม่กลัวด้วยประการทั้งปวง ถ้าความกลัว
ไม่ครอบงำจิต จิตเต็มไปด้วยสติปัญญา ก็พอจะรู้ว่าควรทำ
อย่างไร จะยืนเฉยอยู่ หรือว่าจะเดินหลีกไป หรืออะไรก็ตาม พอ
สมควรแก่เหตุการณ์นั้นไม่มากมาย นั่นถ้าว่าเสียมันจะเข้ามาจริง
ก็ไม่ต้องวิ่งหนี มันกินก็ได้ หรือถ้าว่าจะหลบหลีกก็หลบหลีกตาม
สมควร ซึ่งไม่มากเกินไป

เพราะฉะนั้นมันจึงมีเรื่องที่เป็นปัญหาขึ้นมา ระหว่างมนุษย์
ธรรมดา กับ พระอรหันต์ พระอรหันต์ไม่กลัวตาย เพราะว่าหมด
อุปาทานว่าตัวกูของกู ถ้าคนธรรมดาจะเกิดไม่กลัวตายขึ้นมาบ้าง
ก็ต้องมีอะไรมากลบเกลื่อนอุปาทานอันนี้ มีความบ้าบิ่น หรือความ
อะไรก็ตามเกิด ให้มันรุนแรง เข้ามากลบเกลื่อนอุปาทานอันนี้ก็
ไม่กลัวตายได้เหมือนกัน เช่นว่า เป็นนายพรานจะยิงเสือ มันก็
มักกลัวตายอยู่ไม่ได้ มีอารมณ์อีกอันหนึ่งมากลบเกลื่อนอุปาทาน
อันนี้ไม่ให้ทำหน้าที่กลัว หรือว่าคนบ้าบางชนิดอาจจะไม่กลัว
มันเป็นบ้าบิ่น มันอาจจะไม่กลัว มันอาจถึงกับว่าอยากจะชกเสือ
ต่อยเสือให้คนดูก็ได้ มันไม่กลัวก็ได้

ฉะนั้น ความที่ไม่กลัวนี้ มันก็มีหลักอยู่ที่ว่า อุปาทานว่าตัวกู-
ของกูนี้มันไม่ได้ทำหน้าที่ เพราะมันไม่มีจะทำหน้าที่ หรือเพราะ
มันไม่ได้ทำหน้าที่ ถ้ามีอุปาทานมันก็อุปาทาน แต่อุปาทานไม่มี
โอกาสทำหน้าที่มันก็เลยไม่กลัว ถ้าไม่มีอุปาทาน เช่น พระอรหันต์
ไม่กลัว อุปาทานทำหน้าที่ไม่ได้เพราะว่าไม่มี ฉะนั้นบางทีคนบ้า
หรือว่าโจรใจร้ายกาจ ทำอะไรได้เหมือนพระอรหันต์ก็มี เช่น
เรื่องไม่กลัวตายอย่างนี้เป็นต้น

เอาเถอะเรามาพูดกันเรื่องคนธรรมดาสามัญ คือพวกเรา

ที่กำลังจะเลื่อนขั้นนี้ดีกว่า อย่าปล่อยให้ความกลัวมาครอบงำ
ย้ายอะไรมากมายเหมือนที่แล้วๆ มา คือเราควรจะทำอะไร
ลงไปเรื่อยๆ จะเป็นการดีกว่า แล้วก็ไม่มีทางอื่น นอกจากจะ
ศึกษาเรื่องราวของพระอรหันต์ เพื่อจะเดินตามรอยของท่าน
คือทำลายอุปาทาน หรือบรรเทาอุปาทาน หรือว่ามีสติปัญญาขึ้นมา
แทนที่จะมีอุปาทาน

ฟังถูกไหม? เมื่อเห็นเสือ อุปาทานที่จะเห็นแก่ตัวของกู
มันทำให้กลัว ทีนี้เราอย่าให้เกิดโดยให้มีสติปัญญา ให้มีสติ
สัมปชัญญะมาแทน เป็นความคิดที่เป็นสติปัญญาเสียมันก็ยัง
ดีกว่า คือมีความกลัวน้อยกว่า มีความทุกข์น้อยกว่า เมื่อเห็นเสือ
ก็ไม่ต้องปล่อยให้ความกลัวครอบงำจนทำอะไรไม่ถูก ความกลัว
นี้ถ้ามันครอบงำหนักแล้วคนทำอะไรไม่ถูก กลัวตัวสั้น กลัวจน
สลบไปเลย หรือกลัวจนทำหน้าที่อะไรไม่ได้ ทำไม่ถูก เราก็มีการ
สร้างความรู้สึที่เป็นสติปัญญาขึ้นมาแทน

เอาละว่าถ้าเราเจอเสือจะต้องกลัวทำไม เราก็ต้องคิดด้วย
สติปัญญาที่มีอยู่แทนความกลัวนั้น ว่าเราควรจะทำอย่างไร
ถ้าควรวิ่งก็วิ่ง, ถ้าควรขึ้นต้นไม้ก็ขึ้นต้นไม้ หรือควรจะหลบ
จะแอบ จะเตรียมตัว จะทำอย่างไร ทำอย่างนั้นโดยไม่ต้องกลัว

ถ้าวิ่งด้วยความกลัว มันก็ต้องหกล้มหกลุก, ขึ้นต้นไม้ด้วยความกลัว มันก็ต้องขึ้นไม่ได้ หรือว่าพลัดตกลงมา ขึ้นแล้วขึ้นอีก ก็พลัดตกลงมา, เหล่านี้ล้วนแต่ทำให้เสียกินได้ทั้งนั้น เสียเป็นฝ่ายได้เปรียบทั้งนั้น

ถ้าไม่กลัว จะวิ่งได้อย่างดี วิ่งได้อย่างดีที่สุด หรือขึ้นต้นไม้ก็ขึ้นได้อย่างดี หรือจะเตรียมอะไรเพื่อจะหลบหลีกอย่างไรก็ทำได้อย่างดี นี่ถ้าเราเห็นว่าหมดทางจะวิ่ง หมดทางจะขึ้นต้นไม้วิ่งไม่ได้ ไม่มีต้นไม้จะขึ้น ไม่มีอะไร จะต้องเผชิญกับเสือแน่ก็อย่ากลัว ก็ต้องเข้าไปเผชิญกับเสือด้วยความไม่กลัว เพราะมันไม่มีอะไรดีกว่านั้นแล้ว นั่นมันยังมีทางที่จะต่อสู้เสือมือเปล่าก็ได้บ้าง ดีกว่าคนที่มัวแต่กลัว อาจจะมีสติปัญญาใช้ยูโด ใช้อะไรไปตามเรื่อง โดยไม่ต้องกลัว ไม่เป็นทุกข์หรืออาจจะสนุกไปเลยก็ได้

ถ้ามีสติปัญญาแทนความกลัว
เราจะจัดการสิ่งตรงหน้าได้ดี
แม้เผชิญหน้ากับเสืออยู่ก็ได้

ความกลัวน้อยลงได้ ก็เลสอื่นก็น้อยลงตามหมด
เพราะมันมาจากต้นตออันเดียวกัน

รู้จักใช้ดับไม่เหลือจะเป็นพระอรหันต์ได้

ทีนี้ถึงกับเขาเป็นว่า **สู้เสียไม่ได้** เสียกัดเอาแล้ว หรือถูกเสียดีกยอกินอยู่อะไรก็ตาม ก็ไม่ต้องกลัว อย่างนี้มีหวังที่จะเป็นพระอรหันต์ประเภทชีวิตสมสึสี คือเป็นพระอรหันต์พร้อมกับดับจิต เราไม่กลัวอยู่เรื่อยจนดับจิต มีอาการอย่างนี้เขาเรียกว่าเป็นชีวิตสมสึสี ถ้าเป็นคนเคยศึกษามาดีแล้ว ในเรื่องความดับไม่เหลือ, สมัคดับไม่เหลืออยู่ก่อนแล้ว แล้วสมัคดับไม่เหลือที่นี้อีก ก็เป็นพระอรหันต์ ชีวิตสมสึสีในปากเสียคือในวินาทีสุดท้ายที่เสียมันกัด ถึงที่ที่ต้องตาย มันยังดีกว่าเป็นไหนๆ นี่ยกตัวอย่างเรื่องเสียที่เป็นตัวอย่างที่ดี ที่คนกลัวกันมาก ว่าถ้าเราอยากเป็นผู้ที่อยู่ในระดับที่เลื่อนขั้นขึ้นมาบ้าง ไม่ใช่คนพาลหรือปุถุชนเกินไป มัน

ก็ควรจะเป็นอย่างนี้

ที่นี้ที่อยู่ระหว่างกลาง มีเรื่องเล่าอยู่ในอรรถกถา มหาสติ-
ปัฏฐานอยู่เรื่องหนึ่ง ว่าภิกษุองค์หนึ่งไม่ได้เป็นพระอรหันต์ เป็น
พระธรรมดา ไปนั่งอยู่ในป่าทำความเพียรเพื่อเป็นพระอรหันต์
แล้วพอดีเสือกัด ที่นี้ท่านเป็นผู้เจริญเวทนานุปัตสนาสติปัฏฐาน
ว่าเวทนานี้ไม่ใช่อะไรอื่น นอกจาก *mechanism** ในจิตที่เกิดขึ้น
ตามเหตุตามปัจจัย ตามกฎของธรรมชาติ ไม่ใช่ตัวตน บุคคล
เรา เขา อะไร ก็เอาเวทนาที่เสือกัดเข้าแล้วนี่เป็นอารมณ์ของ
สติปัฏฐาน แล้วก็พิจารณาไป เสือกัดกินไป พระภิกษุองค์นี้ก็
เรียกว่าเพ่งกำลังจิต เพิ่มกำลังจิตให้แรงพอที่จะพิจารณาอย่างนี้
อยู่เรื่อยไป พิจารณาไปพลางเสือกินไปพลาง จนถึงวินาทีสุดท้าย
มันไปกินถูกที่ทำให้ต้องตายก็เป็นพระอรหันต์เหมือนกัน ประเภท
ชีวิตสมสึสี

ฉะนั้นถ้าเราจะต้องเผชิญกับสิ่งที่กลัว ที่เคยกลัว หรือทำ
อันตรายให้ถึงต้องเสียชีวิต ก็ควรจะไม่กลัว หรือกลัวน้อยกว่า
คนอื่น แล้วถือเอาโอกาสนั้นเป็นโอกาสที่จะได้เป็นพระอรหันต์
มีกำลังใจ ให้เป็นพระอรหันต์พร้อมกับไถ่การตาย ยิ่งดีกว่าที่จะ
ไม่เป็นพระอรหันต์เสียเลย หากว่ากลัว-กลัว-กลัว ทำอะไรไม่ถูก

* แปลว่า กลไก

มันก็ตายโหง มันก็สมน้ำหน้าของคนโง่ ตายโหงคือว่าตายโดยไม่อยากตาย ฉะนั้นคนแทบทั้งหมดตายโหงทั้งนั้นแหละ เพราะว่าตายด้วยความไม่อยากตาย แล้วมีอะไรมาทำให้ต้องตาย มันก็ตายโหง ไม่มีสติสัมปชัญญะแล้วก็ตาย

ฉะนั้นเราป้องกันการตายโหงได้โดยการที่ไม่กลัว **อย่าให้ต้องตายลงเพราะความกลัวตาย** อย่าให้ไม่อยากตายแล้วต้องตาย พอมีอะไรเกิดขึ้น ก็มีสติสัมปชัญญะทันท่วงที แม้ในกรณีที่เราเรียกว่า อุบัติเหตุ ลูกระเบิดตกลงมา หรือรถไฟชนกันหรืออะไรก็ตาม อุบัติเหตุต่างๆ เราก็ควบคุมสติได้ ถ้าเผื่อมันต้องตายก็ตายอย่าง **คนมีสติ** ไม่ตายโหง เหมือนกับว่าตายกันทั้งขบวนรถชนกัน มันตายโหงหมด คนไม่อยากตายแล้วอะอะไววายวาย ตายลงไป ส่วนเราไม่ปล่อยตายโหงกับเขา มีสติสัมปชัญญะให้สิ่งต่างๆ ดับไป แล้วถือเอานั่นเป็นอารมณ์ สมัยครดับไม่เหลือ ไม่เกิดอีกต่อไป อะไรทำนองนี้ อย่างนี้เรายังจะได้เป็นพระอรหันต์โดยไม่ทันรู้ตัวก็ได้ ถ้าหากฝึกฝนไว้ดีแล้วไม่ใช่ของยากเลย

นี่เรื่องความกลัวมันมีอยู่อย่างนี้ **จะใช้เป็นประโยชน์ก็ได้** วัตถุประสงค์สำหรับกลัว หรือกรณีของความกลัวนี้จะใช้ให้เป็นประโยชน์ ให้ได้ประโยชน์ในทางธรรมะก็ได้ หรือสำหรับจะได้เป็นคนขี้ขลาด

เป็นผีตายโหงไปในที่สุดก็ได้ ฉะนั้นระวังอย่าให้เสียอะไรมากไป
ในเรื่องนี้ ไปคิดดูให้ดี ๆ ไปเตรียมตัวให้ดี ๆ เพราะว่าเราจะต้อง
เผชิญกับความกลัวตลอดเวลา

คืนนี้คุณเดินกลับไปกุฏิ คุณก็กลัวงูตลอดเวลา แล้วคุณ
ก็โง่ตลอดเวลา ฉะนั้นเราต้องเดินไปโดยไม่ต้องกลัว ความกลัว
มันเป็นอย่างไร แยกออกไปไม่ได้อย่างไร คุณก็รู้เอาในเวลาที่คุณ
จะมารู้เวลานี่ที่นี้ไม่ได้ ที่นี้ไม่มีอะไรกลัว ดีไปหมด เก่งไปหมด
แต่พอต้องเดินไปในที่มืด แม้ไม่มีงู คุณก็กลัวว่ามันมีงูอยู่ตลอด
เวลา แล้วก็ไปรู้เอาเองว่า มันแยกออกไปไม่ได้จากจิตใจอย่างไร ถ้า
เราปล่อยไปตามธรรมชาติของคนที่ไม่รู้อะไร

ถ้าเราเป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้า เราควรจะมีอะไร ที่แยก
ออกไปได้ กั้นออกไปได้ หรือไม่กลัวเลย แล้วก็มีความสติปัญญาที่จะ
ป้องกันที่จะไม่ให้งูกัดด้วย หรือว่าถูกงูกัดแล้วยังได้ประโยชน์จาก
การกัดนั้นอีกมากมาย ในวิธีเดียวกัน คือ การทราบข้อเท็จจริงของ
ธรรมชาติ ของชีวิต ของโลก ของสังขาร แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า
นี่จะสอนให้ไปหาเสือให้เสือกัด หรือให้งูกัด ต้องการแต่เพียง
ปล่อยให้ไปตามเรื่องตามราว ตามธรรมชาติ แล้วเราก็มีความสติปัญญา
มีความรู้พอที่จะศึกษา แล้วก็ถือเอาสิ่งเหล่านั้นเป็นบทเรียน

เป็นบทศึกษา แล้วก็วัดตัวเองเรื่อยๆ ไป รู้ตัวเองเรื่อยๆ ไป ในการที่จะสูงขึ้นๆ ในทางจิตใจเกี่ยวกับกิเลส

ถ้าสมมติว่า ความกลัวน้อยลงได้ กิเลสอื่นก็น้อยลงตามหมด ความรัก ความโกรธ ก็น้อยลงตามหมด เพราะมันมาจากต้นตออันเดียวกัน คือยึดมั่นว่าตัวกู-ว่าของกู ฉะนั้นเราทำลายกิเลสชื่อไหนก็ได้ กิเลสชื่อราคะก็ได้ ชื่อโทสะก็ได้ ชื่อโมหะก็ได้ มันกระเทือนถึงรากเหง้า คือตัวกูของกูทั้งนั้น แล้วมันก็พลอยบรรเทาตามลงไปด้วยกัน มันก็มีปัญหาเหลืออยู่ว่า อะไรมันรบกวนความสงบสุขของเรามากกว่า เราก็เล่นงานกับตัวนั้น หรือเรื่องนั้นแหละก่อน ถ้าความกลัวมันรบกวนเราตลอดเวลา เราก็ต้องเล่นงานกับมันก่อน อย่างน้อยก็เรื่องกลัวเล็กๆ น้อยๆ ที่กลัวๆ กันอยู่กลัวความมืดบ้าง กลัวผีบ้าง กลัวงูบ้าง กลัวอะไรบ้าง

เอาของจริงนี้แหละเป็นบทเรียนสำหรับปฏิบัติ อย่าไปนอนคิดฝันเรื่องที่ไม่ได้อยู่จริง คิดฝันอย่างนั้นมันดีไปหมด มันเก่งไปหมด ต้องเป็นเรื่องที่มีอยู่จริง ที่มันมีกำลังที่จะครอบงำจิตใจของเราจริง แล้วเราก็จะมีกำลังใจต่อสู้มันหรือไม่ ก็ลองดู ฉะนั้นอย่าไปกลัวมันเสียหมด จนถึงกลับว่าไม่กล้าทำอะไร เดียวคุณก็จะไม่กล้าทำอะไรไปเสียจริงๆ ฟังถูกไหม?

สิ่งที่ทำให้เรากลับนั้น เราควรขบใจมัน
เพราะมันทำให้เราเก่งขึ้นๆ

โรคระบาด ความกลัว และแบบทดสอบตัวเอง

ถ้าคุณมีแต่ความกลัว ขยายตัวออกไป ขยายตัวออกไป แล้วคุณจะไม่กล้าทำอะไร แม้แต่กินข้าว คุณจะไม่กล้ารับประทานอาหารของหมู่บ้านนี้ ซึ่งทำไม่สะอาด มีเชื้อไทฟอยด์ มีเชื้อบิด มีเชื้ออะไรอยู่ในนั้น แล้วคุณก็ไม่กล้ากินข้าวของที่นั่นก็ได้ นี่เป็นถึงขนาดนี้แล้วที่ผมว่านี่จริงนะ ไม่ใช่ผมหลอก หมู่บ้านแถวนี้ หรือว่าชนิดนี้แล้วกันที่ไหนก็ตามใจ เขาจะทำความสะอาดไม่ได้หรอก มันก็ยัง มีเชื้อไทฟอยด์ เชื้อบิดอะไรอยู่ เมื่อก่อนนี้ร้ายกว่านี้ ผมมาอยู่วันแรกก็เป็นบิด พออยู่ไปนานๆ มันก็ขึ้น *immunity* เกิดขึ้นมากก็ขึ้น เราควรจะขบใจมัน ให้อัเชื้อไทฟอยด์ เชื้อบิด ที่เรากินเข้าไป มันไปสร้าง *immunity* แล้วต่อไปเราก็กินได้ แล้วเรากินได้มากขึ้น

คือกินเชื้อโรคได้มากขึ้น พุดกันแบบนี้ดีกว่า นี่ถ้าไปมั่วกั้วอยู่ ก็ไม่ต้องกินแน่ หรือถ้ากินก็ด้วยความลำบาก แล้วก็ยิ่งเลวลงๆ แล้วก็จะต้องตายด้วย

เรื่องจริงมีอยู่เรื่องที่บ้านดอน ผู้พิพากษาคนหนึ่ง นี่หลายสิบปีมาแล้ว อะไรๆ ก็ต้องสะอาดหมด นิ่งแล้วนิ่งอีก ลวกแล้วลวกอีก ล้างแล้วล้างอีก จะเป็นซ็อนส้อม เป็นถ้วยชาม ผ้าปูโต๊ะอะไร แม้แต่กระทง โอง ไห บันได อะไรก็ต้องล้างลวกกันไปหมดเลย แล้วไม่ก็เท่าไรหรอกก็ตาย เพราะว่าแกไม่มี *immunity* ในตัวเลย เผลอวันหนึ่งนิดเดียวแกก็ตาย เพราะว่าโรคที่มีเชื้อนั้น นั่นแหละความกลัว มันต้องรู้จักขอบเขตกันบ้าง ถ้ากลัวถึงอย่างนั้นละก็ มันก็ต้องคิดว่า จะเรียกว่าคนโง่หรือคนฉลาด นี่มันจะโง่อย่างไรไม่น่าให้อภัยเลย

ฉะนั้นเราควรจะขอบใจ สิ่งที่ทำให้เรากลับนั้น เราควรขอบใจมัน เพราะมันทำให้เราเก่งขึ้นๆ ถ้าเรามีสติปัญญา ตอนรับมันด้วยลูกไม้หรือกลเม็ดของพระพุทธเจ้า คือถือเอาเป็นบทสำหรับศึกษา ที่จะรู้ว่าเวทนานี้ลึกกว่าเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน เรา เขา แล้วเราก็เป็นผู้ได้รับประโยชน์มากที่สุด จากสิ่งที่เขากลับกัน

พระอรหันต์เขามีคำเรียกหลายๆ คำ เช่น *อจุณมณี—ไม่สะดุ้ง, อนุตตราสี—ไม่หวาดเสียว*, และมีคำเหล่านี้ ไม่มีขณลุก ไม่มีอะไรด้วยความกลัวนั้น, มีขณอันปกสนิทอยู่ตลอดเวลา ก็เพราะว่ามันหมดความสำคัญที่เป็นตัวกู-ของกู, หมดตัวกู-ของกู ที่เป็นความรู้สึก ที่พร้อมจะเกิด มันก็หมดความกลัว

เรื่องตัวกู-ของกู เป็นเรื่องเดียวที่สำคัญที่สุด ที่ทุกคนจะต้องค่อยๆ ศึกษาไปๆ ทำไป ปฏิบัติไป แล้วก็ต้องปฏิบัติได้ อย่างมัวงออยู่ว่าเรื่องนี้ปฏิบัติไม่ได้ เรื่องจิตว่างปฏิบัติไม่ได้ มันก็ปฏิบัติไม่ได้จริงๆ เหมือนกัน เพราะไม่ยอมปฏิบัติ ไม่สมัครจะปฏิบัติ

เรื่องความกลัวเป็นสิ่งที่ละได้ ทำให้เบาบางไปได้ ฉะนั้น ควรจะทดสอบตัวเองอยู่เสมอ ว่าเดือนนี้มันดีขึ้นกว่าเดือนที่แล้วหรือไม่ ปีนี้ดีกว่าปีที่แล้วหรือไม่ ในเรื่องเกี่ยวกับความกลัว ความสะดุ้งกลัว สิ่งที่เราเคยขณลุก เราก็ไม่ลุก ความมืดที่เราเคยกลัว เราก็ไม่กลัว ไม่ต้องมีอะไรหรอก มันมืดๆ มีอะไรแวบขึ้นมา เราก็ขณลุก ทั้งที่แท้มันเป็นเพียงตึกแดนตัวหนึ่งเท่านั้น เราก็มีขณลุก นี่มันก็เป็นเรื่องน่าหัวสำหรับมนุษย์ ที่เลกว่าสัตว์ในเรื่องนี้

นี่คือ ธรรมปาฏิโมกข์ ที่ตรงนี้ไม่พูดในเรื่องอะไร พูดแต่
เรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวกูเรื่องเดียวเรื่อยไป

เอาละ พอกันที สำหรับเวลา.

หมดตัวกู-ของกู มันก็หมดความกลัว

ความโศก ย่อมเกิดแต่ความรัก
ความกลัว ย่อมเกิดแต่ความรัก
สำหรับผู้ที่พ้นแล้วจากรัก ย่อมไม่มีความโศก
ความกลัว จักมีมา แต่ที่ไหนเล่า

ความโศก ย่อมเกิดมาจากตัณหา (ความอยากอย่างนั้นอย่างนี้)
ความกลัว ย่อมเกิดมาจากตัณหา (เพราะกลัวไม่สมอยาก)
สำหรับผู้ที่พ้นแล้วจากตัณหา ย่อมไม่มีความโศก
ความกลัว จักมีมา แต่ที่ไหนเล่า



CDS



YouTube



สมาคมทนาย

9 786167 574929



ความกลัว เป็นความทุกข์แฉ่งหนึ่ง
ซึ่งรบกวนความสุขของมนุษย์มาก