

BIA-P. 2.3.1/2-45

# เขื่อนนั่นเอง !

( ชุดลอยปทุมอันดัม ๔๕ )



พุทธทาสภิกขุ

## อุทิศนา

ลอยธรรมะมัลลย์	ลงสู่โลกอันเบียดบีบ
แผ่ธรรมะรังษี	ตามพระพทธทรงประสงค์ ๑
มันหมายจะเสริมศาสน์	สถาปนโลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกศุขสถาพร ๑
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบ
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวลูสู่เตร็จจาน ๑
จะทุกข์ทนทงคนวัน	พิฆาตกนบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ๑
บรรษัทพระพทธองค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกผองผ่องพันภัย ๑
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไพศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทุกปถพี ๑

พ.ท.

๒๕๒๓

# เซ่นน้<sup>๕</sup>เอง!

(ธรรมโอวาทสำหรับปีใหม่)

[ชุดลอยปฐม อันดับ ๔๕]

ของ

พุทธทาสภิกขุ

โอวาทแก่คณะนักศึกษา

ณ ลานหินโค้ง สวนโมกขพลาราม ไชยา

๓๑ ธันวาคม ๒๕๒๒

ศรัทธาบริจาคน

ของ

นายแพทย์ อุดม ไปษะกฤษณะ  
และผู้มาเยี่ยมสวนโมกข์แต่ละปี

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๓,๘๐๐ เล่ม

ตุลาคม ๒๕๒๖



จงรู้จักตัวเอง

“จงรู้จัก ตัวเอง” คำนี้หมาย

ว่ามีดีร้าย อยู่เท่าไร เร่งไขชาน  
ข้างฝ่ายดี มีไว้ ในดวงมาน  
ข้างฝ่ายชั่ว รีบประหาม ให้หมดไป

จงรู้จัก ตัวเอง คำนี้หมาย

ว่าในกาย มีกิเลส เป็นเหตุใหญ่  
จึงสารระเน แต่จะทำ บาปกรรมไกล  
ต้องควบคุม มันไว้ ให้รักบุญ

จงรู้จัก ตัวเอง คำนี้หมาย

สังขารไว้ ตนตัว มัวแต่หมุ่น  
ไปตามเหตุ บ้างจ้าย ก็ใส- รุน  
พ้นบาปบุญ ชั่วดี มีนิพพาน.

พุทธทาส วิมลจิต



คหไม่ทหา

การพิมพ์หนังสือธรรมะ นั้นเริ่มชมรมพิมพ์ ในสมัย  
ที่โลกกำลังขาดแคลนธรรมะอย่างยิ่ง เช่นนี้ เริ่มสั่งพิมพ์  
ในที่สุด และใคร่การพิมพ์ธรรมะ, จึงขอคหไม่ทหา.

คำว่า "ธรรม" เมื่อแปลคำไว้ย่อ มีความหมาย มาก  
มาย นานาประการ, แต่ประการที่สำคัญที่สุดนั้น ธรรมะ  
คือ หน้าที่ ที่มนุษย์จะต้องปฏิบัติ ในที่ทุกข้อตามกฎ  
ของธรรมชาติ ทุกชั้นทุกตอน แห่งวิวัฒนาการ ของ เขา,  
เพื่อความมีชีวิตอยู่ อย่างมีความสุข ทั้ง โลกส่วนตัว และ  
ส่วนรวม, หรือทั้งโลก.

โลกขาดแคลนธรรมะ เพราะ ไม่รู้จักสั่งพิมพ์  
ว่า ธรรมะอย่างถูกต้อง ดังที่กล่าวแล้ว เพราะข้อ ๗  
ผิดอยู่ในหลักในล ในระสอระบอดันเกิดลากการประพุกต์  
ผิดธรรมะ นั้นเอง. สัญชาติ กาลสมัยใดคน ย่อมชอบ  
วิชาในระสอระบอดันนั้น และใคร่รู้ใตใญ่นั้นคนกระ-  
หวน มีจิตใจใฝ่มีนักใฝ่ ทั้งเพื่อทั้งตัว. มชากีเลสส์  
ชีวิตชีวิตใด คนใฝ่ใฝ่ใฝ่ มีแต่ธรรมะ ธรรมะที่ใฝ่  
ใฝ่ใฝ่; สอแต่ใฝ่ใฝ่ สนอ๐๐ กิเลส ใฝ่ใฝ่ใฝ่  
ตลอดเวลา เมื่อหาได้แล้ว. เขาใฝ่ใฝ่ นกนี้ ของเขา มีอยู่  
ใฝ่ใฝ่ แต่ หาใฝ่ใฝ่ สนอ๐๐ ความดีของกร. สอ๐๐ กิเลสใฝ่ใฝ่.

โลกส่วนใหญ่นี้ กำลังตกอยู่ในสภาพเช่นนี้ จึง





การรู้จักธรรม คือการรู้ตัวอะไรเป็นอะไรอย่างถูกต้อง คน  
มีคุณอยู่ในใจในสิ่งที่ดี แม้ในยามเดือดร้อนย่ำแย่ ก็คิดถึงบุญคุณอยู่  
กับสิ่งที่ดีอย่างยั้งยืนยง. มีอะไรจะเป็นความทุกข์ใจในขณะนั้น  
มีไว้เป็นที่ตั้งแห่งความดีในใจ อันนั้นผู้ที่มีธรรมอย่างแท้-  
จริง. ความดีนั้นแก่ตัว ย่อมเกิดไม่ได้เพราะเหตุนี้. ความรัก  
เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มีได้โดยง่าย แม้ว่าจะมีความเกลียด  
กันที่รู้จักกันมากจนปลุกไฟยังไร. ผู้ประพฤติกุศล ย่อม  
รู้จักมีสุข เมื่อรู้จักว่าตนได้ประพฤติกุศล หรือเมื่อได้ทำ  
หน้าที่ของมนุษย์อย่างถูกต้อง. ความเกะกะใจตัวเอง ใน  
ข้อนี้ ทำให้รู้จักเป็นสุข. ไม่หวั่นความทุกข์อันเป็นภยา  
คือ สุขใดหากมากเหนือหนึ่ คือ ๓๓ หรือ ๓๓๓ นั้น ภาย  
ไปก็ตกเป็นทุกข์ของใจหากแต่เท่านั้น เสียแล้ว.

ธรรม: ข้อนี้ในเรารู้จักมีจิตใจอย่างถูกต้อง รู้จักมีสิ่ง  
ใดดีก็ชมเชย และสิ่งอันอย่างถูกต้อง, มีหน้าที่ที่ควรจะทำ  
หรือปฏิบัติสมควร ก็ประพฤติปฏิบัติเสีย มีบรรณานุกรม อย่าง  
ถูกต้อง คือเป็นไว้เพื่อ สันติสุข ส่วนบุคคล และ สันติภาพ  
ของส่วนรวม โดยส่วนเดียว, มีสัจจะวิญญูญาณที่แท้  
ในใจ แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน และพสกนิกรชาติต่างแดน, มีเมตตา  
คนทั้งปวงโลก หรือหนักแน่นเช่น แม้แต่หน้อยเดียว. สิ่ง  
ที่ไร้ยอด งาม, ไร้อุจจัย, หรือ ขอบเขตล้นพ้น ย่อมมี  
แต่ผู้ประพฤติกุศล. ข้อนี้ หมาเยความว่า ๓๖๓ มีวิธี  
หรือมีบุญคุณอันดี, มีแต่ นิมิต นั้นตั้งแต่ วิภาณี  
ใหม่ประพฤติกุศล มีนั่นไว้ ก็เสีย.

เขา มีตา หู จมูก ลิ้น ปลายใจ สำนักรับการพิทักษ์ เพื่อให้  
 วัตถุที่สัมผัสกับของ อย่าง ถูกต้องตามที่เป็นจริง เพื่อมีข้อสังเกตอยู่ได้  
 อย่าง สอดคล้อง มิใช่มีตา หู จมูก ลิ้น ปลายใจ สำนักรับไว้เป็น  
 สัตว์ 4 นี้เขาตากเป็นทาสของอภิลักขณ์ จนในชั่วไม่กี่วัน เขาก็  
 เป็นกัมมอยู่ โดยมากในโลกนี้คือขันธ์ 5 นี้ กัมมคือ ขันธ์ 5  
 เขามองด้วยตาของเขาเองได้ ก็คือขันธ์ 5 แต่เขาสามารถควบคุม  
 ตา หู จมูก ลิ้น ปลายใจ 4 นี้สัมผัสกับโลก แต่ในลักษณะนี้  
จะไม่เป็นพิษเป็นภัยแก่เขาได้ โดยอาศัยธรรมะ นั่นเอง. ที่  
 คนในโลก ทำได้เช่นนั้น ก็เป็นโลกที่สงบงาม อยู่อยู่  
 สบาย หรือเป็นโลกที่ประหลาดยิ่งในตาของเขา นั่นมาทันทีที่  
 กัมม เป็นโลกที่ ดีมีสุข ไปได้โดยธรรม.

ทางโลกของอภิลักขณ์นั้น มีอยู่อย่างเดียวกันนี้ เขาก็  
 สัมผัสได้โดยธรรม. การช่วยให้เขาถูกตนได้โดยธรรม  
 ธรรมะ ย่อมเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่และดี. เขาได้  
 การจัดการที่สมควรแก่ธรรมะนั้นเองแล้ว <sup>ที่</sup> เขาจะจัดการ  
 ใจของตนตามความจำเป็น สอดคล้อง กับแก่ผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ  
 ผู้ที่อยู่กับธรรมะอยู่ โดยทุกแห่งทุกมุมโลก. ข้าพเจ้าขออวย  
 พรทาง กัมมที่ ดีมีสุข เป็นอยู่อย่างนี้.

พุทฺธมฺมา อิมํ พุทฺธมฺมา

โลกขพพการาม, เชียง  
 ๑ มกราคม ๒๕๒๖



# เช่นนี้เอง!

[ธรรมโอวาทสำหรับปีใหม่.]

ท่านสาธุชน ผู้มาร่วมกันบำเพ็ญกุศล เนื่องในวันขึ้นปีใหม่,  
ในวันนี้ ในสถานที่นี้, ทั้งหลาย.

[ปรารภวันขึ้นปีใหม่.]

อาตมาขอแสดงความยินดีในเบื้องต้น ในการมา  
ของท่านทั้งหลาย มีความรู้สึกที่ ทุกคนควรจะได้ปรับปรุง  
ทุกสิ่งทุกอย่างให้เหมาะสมกับที่จะขึ้นปีใหม่, อีกไม่กี่  
ชั่วโมง ก็จะถึงวันที่เราสมมติกันว่า เป็นวันขึ้นปีใหม่, ควร  
จะเตรียมตัวกันอย่างไร ให้การขึ้นปีใหม่นั้นมีความหมาย ขอ  
ได้ทำในใจให้แยบคาย เพื่อสำเร็จประโยชน์ตามนั้นเถิด.

---

โอวาทแก่คณะนักศึกษารวมกันหลายคณะ เนื่องในวันขึ้นปี

ณ ลานหินโค้ง โมกขพลาราม ไซยา ๓๑ ธันวาคม ๒๕๒๒, ๑๙.๓๐ น.

การขยับใหม่ กับบอกอยู่แล้วว่าไม่ใช่เก่า; เพราะฉะนั้นมัน **ไม่ต้องเป็นการขำรอย** หรืออย่าแท้ อยู่ในที่เดียว ขอให้ก้าวหน้าไป ๆ, อย่าให้เป็นเหมือนว่ามันเป็นวง ๆ วง ๆ ขำรอยอยู่ที่นี้; เหมือนกับเคยเปรียบว่า เชือกล่ามควายที่เขาขดเป็นวง ๆ แล้วก็ขดโยนทิ้งอยู่ที่นั่นเอง มันไม่ยืดยาวออกไปในที่ไหนได้. **เดี๋ยวนี้เราต้องการจะให้มันยืดยาวออกไป** เหมือนกับว่าหลักปักข้างหนทางบอกความยาวของถนน เป็นกิโลเมตร ๆ ติดต่อกันไป มันก็ไปได้เรื่อย ๆ จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง.

ขอให้การขยับใหม่ของเรา อย่านำได้เป็นเหมือนกับเชือกล่ามควาย เราจะกลายเป็นควายกันเสียหมด ขอให้เป็นอย่างที่เหมือนกับว่า หลักกิโลเมตรที่มันไกลออกไป ๆ เพิ่มมากขึ้น เราก็จะเป็นผู้เดินทาง ซึ่งเป็นความหมายในพระพุทธศาสนา, คือเดินไปตามมรรคา ที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ กว่าจะถึงจุดหมายคือพระนิพพาน.

สำหรับขั้นนี้ อาตมาคิดว่า **จะบอกความก้าวหน้าที** มากไปกว่าเดิม แล้วก็รวบรวมรัตตสันยังขึ้นทุกที ให้เป็นของง่ายสำหรับท่านทั้งหลาย. ความง่ายน้อยกว่าจะ **ให้ง่าย**

มากขึ้นทุกอย่างทุกทาง ก็ว่าจะเป็นการศึกษา ก็ให้มันง่าย,  
จะเป็น การปฏิบัติ ก็ให้มันง่าย การได้รับผล ของการปฏิบัติ  
มันจะก่ง่ายไปด้วยกัน.

### ควรมีหัวใจพุทธศาสนาเป็นเครื่องราง.

ข้อนี้ก็คือ อยากจะให้ท่านทั้งหลาย มีสิ่งที่เรียกว่า  
หัวใจของพระพุทธศาสนา อยู่กับเนอกับตัว เหมือนกับคน  
ที่เขาชอบแขวนพระเครื่องราง; หลายๆ คนเขาชอบเอา  
แขวนไว้ที่คอ มาขอกับอาตมาอยู่บ่อยๆ แต่ว่าพระเครื่องราง  
ชนิดนั้นไม่มีให้, จะให้พระเครื่องรางอย่างที่เรามี เขาก็  
ไม่เอา เราจึงให้กันได้เฉพาะผู้ที่รู้จัก.

สิ่งที่จะเป็น เครื่องราง ที่จะแขวนไว้ที่คอได้ ก็ไม่มี  
อะไรยิ่งไปกว่า หัวใจของพระพุทธศาสนา; แต่สิ่งที่เรียก  
ว่าหัวใจของพระพุทธศาสนา ก็ยังไม่เป็นที่ตกลงกัน บางคน  
ชอบอย่างนั้น บางคนชอบอย่างนี้. แต่อาตมาคิดว่า มัน  
ควรจะเป็นสิ่งที่กระหัดรัด เหมือนกับว่าพระองค์เล็กๆ แขวน  
ไว้ที่คอ สะดวกสบายในที่ทั่วไป.



อะไรเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา? โดยทั่วไป  
 ตามที่ได้ศึกษากันมา ก็จะระบุไปยัง อริยสัจสี่ ก็มีสี่ข้อ,  
 หรือบางคนก็จะ ย่นลงมาที่ลาดาของพระอัสสชิ — *เย ธมฺมา*  
*เหตุปฺปพฺภว เตสํ เหตุํ ตถาคโต* อย่างนี้เป็นต้น มันก็ยัง  
 ยืดยาว บางคนก็ย่นลงมา เหลือเพียง โอวาทปาฏิโมกข์ ว่า  
*สพฺพปาปสฺส อกรรมํ กุสลสุปฺสมปฺทา* เป็นอาทิ มันก็ยัง  
 ยาว ทั้งสี่บรรทัด. อาตมาเคยบอกว่า เราเอากันแต่  
 ประโยคสั้น ๆ ประโยคเดียวว่า *สพฺเพ ธมฺมา นาลิ อภินิเวสย;*  
 นี่เป็นประโยคสั้น ๆ ประโยคเดียวว่า *ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอัน*  
*ใคร ๆ ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของตน* นี้เดี๋ยวนี้ก็รู้สึกว่  
 มันยาว คงไม่มีใครจะอยากเอาไปแขวนไว้ที่คอ เพราะมัน  
 ยาวรุงรัง.

ในวันนั้น เจเพาะสันนิษฐาน เพื่อบันทึก ก็จะบอกหัว-  
 ใจพระพุทธศาสนาไว้ด้วยคำที่สั้นที่สุด เหมือนกับพระองค์  
 เล็ก ๆ แขวนไว้ที่คอ; คำนั้นก็คือคำว่า *ตถาตา;* ถ้า  
 ไม่ชอบเป็นภาษาบาลี ก็เอาเป็นภาษาไทย คือคำว่า “เป็นเช่น  
 นั่นเอง”. ถ้าทุกคน แขวนเช่นนั้นเองไว้ที่คอ ก็เหมือนกับ  
 ว่า ได้แขวนพระเครื่องอันศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่าชนิดไหนหมด

คุ้มครองป้องกันได้หมด และทำให้ก้าวหน้าสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป  
สมกับที่ว่ามันเป็นปีใหม่ มันควรจะยิ่งขึ้นไป.

จะได้พิจารณากันคู่ต่อไปว่า คำว่า “เช่นนั้นเอง” นี้  
จะเป็นหัวใจของพุทธศาสนาได้อย่างไร คนที่รู้จักว่า เช่นนั้น-  
เอง นั้น มาจากคำบาลีว่าตถตา, ตถตา ก็แปลว่า เช่น-  
นั้นเอง หรือ ความเป็นเช่นนั้น, นี้จะเป็นหัวใจของพุทธ-  
ศาสนาอย่างไร ?

ถ้าเคยได้ยินได้ฟังมา ก็คงจะรู้ว่า เป็นคำที่ พระพุทธ-  
องค์ได้ตรัสไว้ ว่าตถาคตจะเกิด หรือจะไม่เกิดขึ้น ธรรม  
ธาตุนั้นก็มียอยู่แล้ว ว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวง  
เป็นทุกข์ และธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา อย่างนี้ก็มิ.

บางทีพระองค์ก็ตรัสว่า ธรรมธาตุนั้น คือความที่  
มีสังขารเป็นปัจจัย สังขารจึงเกิดขึ้น, แล้วก็ตรัสปฏิจา-  
สมุပ္บาท ตั้งแต่วิชชาปัจจัยสังขารา เป็นต้นไปจนจบ;  
แล้วก็ทรงสรุปความว่า นี้คือความเป็นอย่างนี้ คือ เป็น  
ตถตา, นี้เป็น อวิตถตา — นี้คือความไม่ผิดไปจากความเป็น  
อย่างนี้, หรือว่า อนณฺณตถตา — นี้ไม่เป็นอย่างอื่นไปจาก  
ความเป็นอย่างนี้, ธรรมภูจิตตา — นี้เป็นความตั้งอยู่โดย

ธรรมดา, ธรรมนิยามตา — นี่เป็นกฎตายตัวของธรรมดา, หรือว่า อิทธิปัจจัยตาปัจจุสมุปปาโท — เพราะมีสิ่งหนึ่งสิ่งนี้เป็นปัจจัย สิ่งหนึ่งจึงเกิดขึ้น เป็นการอาศัยซึ่งกันเกิดขึ้นดังนี้. คำพูดมันหลายคำ แต่สรุปให้เหลือสั้นเข้ามาคำเดียว, ก็คือคำว่า ตถตา แปลว่า ความเป็นเช่นนั้น หรือจะเรียกว่า เช่นนั้นเอง.

เช่นนั้นเอง นี้ ทรงแสดงไว้ด้วยพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็มีทรงแสดงไว้ด้วย ปัจจุสมุปบาท ตลอดสายก็มี, ทรงแสดงไว้ด้วย อริยสัจสี่ ก็มี. ที่ทรงแสดงไว้ด้วยอริยสัจสี่นั้น ท่านกลับจะเรียกสั้นเข้ามาอีกเพียงว่า ตถา ก็แปลว่า เช่นนั้น, แสดงด้วยปัจจุสมุปบาท ท่านใช้คำว่า ตถาตา หรือ ตถตา แปลว่า ความเป็นเช่นนั้น; ชาติไปอย่างค้ำหนึ่งก็ไม่ใช่ไร เนื้อความยังเท่าเดิมว่า “มันเป็นเช่นนั้น.”

พิจารณาความหมาย “เป็นเช่นนั้น”.

ที่นี้ก็มาพิจารณาคู่กันถึงความหมายของคำว่า “เป็นเช่นนั้น” ก็หมายความว่ามัน ไม่คิดไปจากนั้น มันไม่เป็น



อย่างอื่น จากนั้น เพราะว่ามัน เป็นกฎตายตัว ของธรรมคา  
มัน เป็นการคงอยู่ โดยธรรมคา คือความที่มัน อาศัยสิ่งหนึ่ง  
แล้วจึงเกิดขึ้น.

ดูที่พระไตรปิฎก ก่อน ว่า สังขารไม่เที่ยง สังขาร  
เป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา นี้. ความที่มัน ไม่เที่ยง  
คือมัน เป็นเช่นนั้น, ความที่มัน เป็นทุกข์ คือมัน เป็นเช่นนั้น,  
ความที่มัน เป็นอนัตตา คือความเป็นเช่นนั้น; ฉะนั้น  
ความเป็นเช่นนั้นก็คือความเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และ  
เป็นอนัตตา. ถ้าผู้ใดเข้าใจ ผู้นั้นก็จะเห็นว่าความไม่เที่ยง  
ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา นั้นแหละคือความเป็น  
เช่นนั้น. นี่จำไว้ทีหนึ่งก่อนว่า ที่ว่า เป็นเช่นนั้น ก็คือไม่  
เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา.

ทีนี้ ถ้าว่าจะพูดถึง เรื่องปฏิจอกสมุุปบาท ความเป็น  
เช่นนั้นมันอยู่ตรงที่ว่า : อวิชชาให้เกิดสังขาร — สังขารให้  
เกิดวิญญาณ — วิญญาณให้เกิดนามรูป — นามรูปให้เกิด  
อายตนะ — อายตนะให้เกิดผัสสะ — ผัสสะให้เกิดเวทนา  
— เวทนาให้เกิดตัณหา — ตัณหาให้เกิดอุปาทาน — อุปาทาน  
ให้เกิดภพ — ภพให้เกิดชาติ — ชาติให้เกิดทุกข์ทั้งปวง.

นี่ความเป็นเช่นนั้นเองมันยาวหน่อย มันไล่ติดกันไปยาว  
 หน่อย; แต่สรุปความแล้วมัน ต้องเป็นอย่างนี้ มันเป็น  
 อย่างอื่นไม่ได้. ฉะนั้น ปฏิจจนรูปบาท ทั้งปวงนั้น ก็  
 สรุปเหลือได้เป็นเพียงคำคำเดียวว่า เป็นเช่นนั้น คือ ตถตา  
 อีกเหมือนกัน.

แล้วไปดูทอริยสังขัตติ : ความทุกข์เป็นอย่างนี้,  
 เหตุให้เกิดทุกข์เป็นอย่างนี้, ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์เป็น  
 อย่างนี้, หนทางให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์เป็นอย่างนี้,  
 ก็ซัดลงไปอย่างนี้ ๆ ก็หมายความว่า มันเป็นอย่างนั้น มัน  
 เป็นอย่างอื่นไม่ได้. ความทุกข์จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้, เหตุ  
 ให้เกิดทุกข์จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้, ความดับทุกข์ก็เป็น  
 อย่างอื่นไม่ได้, ทางให้ถึงความดับทุกข์ก็เป็นอย่างอื่นไม่ได้,  
 มันจะเป็นแต่เช่นนั้น ๆ อย่างที่พระองค์ได้ตรัสไว้ ฉะนั้นจึง  
 เรียกทอริยสังขัตติ ๕ ว่า ตถตา หรือ ตถตา ด้วยเหมือนกัน.

ฉะนั้น ถ้าว่า ตถตา จึงได้แก่พระไตรลักษณ์ ได้  
 แก่ ปฏิจจนรูปบาท ได้แก่ทอริยสังขัตติ. เมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว  
 ทำไมจะไม่เรียกว่านี่คือหัวใจของพระพุทธศาสนา ซึ่งสรุปเข้า  
 มาเหลือเพียงคำคำเดียวว่า ตถตา ก็คือความเป็นเช่นนั้น.  
 แม้จะ ใช้คำว่า ตถตา ก็ยังเป็นคำที่มความหมายอย่างเดีย  
 วนั้น.

จงจำคำว่า **ตถตา** หรือ **ความเป็นเช่นนั้น** ไว้ให้  
 แม่นยำ **อยู่กับเนื้อกับตัว**; เหมือนกับเอามาแขวนไว้ที่คอ  
 อย่างพระเครื่อง ให้มันคล้องปากคล้องใจ ว่า **ตถตา** — **เป็น**  
**เช่นนั้น**. จะพูดเป็นภาษาชาวบ้านสักหน่อยก็ได้ว่า **มันเช่น**  
**นั่นเอง**, เพื่อเป็นภาษาคนธรรมดามากขึ้นก็ว่า **เช่นนั้นเอง**.  
 เอา **เช่นนั้นเอง** มาแขวนไว้ที่คอ**เป็นพระเครื่อง** แล้วจะคุ้ม  
 ครองทุกอย่าง แล้วก็ **ส่งเสริมให้เจริญก้าวหน้า** เป็นลำดับ  
 ไป จนถึงการบรรลุมรรคผลนิพพาน. จะขอบรรยายลักษณะ  
 ของคำว่า **เช่นนั้นเอง** ต่อไปอีกหน่อย.

### รู้จักเช่นนั้นเองถูกต้องจึงจะเป็นประโยชน์.

คนโง่จะไม่รู้จักความเป็นเช่นนั้นเอง **ผู้มีปัญญาตาม**  
**หลักของพระพุทธศาสนาเท่านั้น** จึงจะรู้จักความเป็นเช่น-  
 นั้นเอง. **ความเป็นเช่นนั้นเอง ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น**  
**อนัตตา** นี้สำคัญอย่างยิ่ง กระทบเป็น **สัจจัญญา** ก็รวมกันเป็น  
**ตถตา** แปลว่า **เช่นนั้นเอง**. อนัตตา แปลว่าไม่ใช่ตัวไม่  
 ใช่นอน ไม่ใช่ตนก็คือเช่นนั้นเอง มันจะเอาเป็นตนไม่ได้  
 เพราะมันเป็นเช่นนั้นเองตามธรรมชาติของมันเอง; แล้ว  
**สัจจัญญา** มันก็ **ว่างจากความเป็นตัวตนที่จะยึดถือได้** เพราะวา



มันเป็นเช่นนั้นเอง, เพราะว่าธรรมทั้งปวงมันว่างจากตัวตน  
 เช่นนั้นเอง. ความที่มันไม่ใช่ตัวตน แล้วมันว่างจากตัวตน  
 นี้เรียกว่ามัน เป็นเช่นนั้นเอง คือ ตถตา หรือ ตถาทา. ถ้า  
 ชอบ คำบาลี ก็ใช้คำว่า ตถาตา มาแขวนไว้ที่คอ, ถ้าชอบ  
 คำไทย ก็ว่า เช่นนั้นเอง แล้วก็มาแขวนไว้ที่คอ. ภาษาอังกฤษ  
 เขาแปลคำนี้ไปเป็นคำว่า *ยูคี*; ถ้าใครชอบใช้ภาษาจีน  
 ก็เอาคำว่า *ยูคี* มาแขวนไว้ที่คอ; ได้ผลเท่ากันแหละ, จะ  
 ว่า เช่นนั้นเอง ก็ได้, จะว่า ตถตา ก็ได้, จะว่า *ยูคี* ก็ได้,  
 มันแปลว่า เช่นนั้นเอง.

นี่ถ้าแขวนไว้ที่คอ มันก็มีความหมายที่จะต้องคิด  
 นึกกันสักหน่อยว่า พวกที่เอาพระแขวนคอ แขวนเฉยๆ มัน  
 ก็ไม่ได้อะไร; แต่ถ้าแขวนไว้กันลึ้ม แขวนไว้ให้เป็นเครื่อง  
 ช่วยให้ระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ หรืออะไรก็  
 ตาม มันก็ได้ประโยชน์. เราก็เหมือนกัน จะเอา เช่น-  
 นั้นเอง มาแขวนไว้ที่คอเฉยๆ โดยไม่รู้ความหมาย มันก็  
 ไม่มีประโยชน์. เราต้องเอามาแขวนไว้ ในลักษณะที่รู้  
 ความหมาย คือใช้ให้เป็นประโยชน์ให้ได้นั่นเอง. เมื่อ  
 อะไรเกิดขึ้น ก็เช่นนั้นเอง ให้มันทันทั่วทั้ง.

**ตัวอย่างทางตา :** ของที่สวยงามทางตาผ่านมา มันก็เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง, ของที่น่าเกลียดน่าชัง ดูแล้วน่าเกลียดน่าชังทางตาผ่านมา มันก็เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง, แล้วมันจะเป็นอย่างไร

**ลองคิดดู :** สวยมันก็เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง มันก็ไม่รัก, ไม่สวยมันก็เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง มันก็ไม่เกลียด, มันก็ไม่ยินดีไม่ยินร้าย มันเฉยได้ มันจึงไม่เกิดคณฺหาอุปาทาน มันจึงไม่มีความทุกข์. นี่เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง มันคุ้มครอง ไม่ให้อินดีในส่วนที่ชวนให้อินดี ไม่ยินร้ายในส่วนที่ชวนให้อินร้าย.

ที่นี้จะยก **ตัวอย่างทางหู ไทเราะ** อย่างที่คนเขาสมมติกันว่าไทเราะ. คนโง่ ๆ มันก็พลอยยึดถือตามไปว่า ไทเราะ มันก็มีสิ่งที่ ไทเราะเกิดขึ้น; แต่ **ผู้รู้** เขาก็เห็นว่า **มันเช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง.** เครื่องดนตรีเพลงอะไรต่าง ๆ ที่มันประสานเสียงกัน แล้วสมมติว่าไทเราะ ถูกชวนให้โง่ให้หลงว่า ไทเราะ; แต่ **ผู้รู้** ก็เห็นว่าเช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง, มันเช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง. ที่นี้ที่มัน **ไม่ไทเราะ** ที่ฟังแล้ว **รำคาญหู** มันก็เช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง อีกเหมือนกัน; **เพราะมันประกอบขึ้นด้วยลักษณะอย่างนั้น จึงรำคาญหู.** ถ้าว่าเห็นเช่น<sup>๕</sup>นั่นเอง มันก็ไม่รู้สึกหลงใหลในเสียงที่ไทเราะ, ก็ไม่รำคาญในเสียงที่ไม่ไทเราะ, มันก็อยู่ได้

โดยไม่ต้องเป็นโรคประสาท. ถ้า กอย หอใจ ในส่วนที่มัน  
 สวยหรือไพเราะ, แล้ว ไม้หอใจ ในส่วนที่ไม่สวย ไม่ไพเราะ  
 มันก็ ข้น ๆ ลง ๆ ฟุ้ง ๆ แฝบ ๆ ในที่สุดก็ต้องวิปริตในทางจิตใจ  
 นี้. เอา "เช่นนั้นเอง" มาคุมครองไว้ อย่าให้มัน ข้น ๆ ลง ๆ.

หางจุก หอม มัน ก็เช่นนั้นเอง, เหม็น มัน ก็  
 เช่นนั้นเอง. ถ้าศึกษาวิทยาศาสตร์ก็รู้ว่า มันเป็นแต่ความ  
 ต่างกันของปริมาตรของแก๊ส ที่มากระทบกันเข้ากับประสาท  
 ในจุก ในลักษณะที่หนาหรือบางกว่ากันเท่านั้น. ถ้าหนา  
 หรือบางพอดี มันก็หอม; ถ้ามันหนามากเกินไป มันก็  
 เหม็น, ถ้ามันบางเกินไป มันก็ไม่มีกลิ่น; ฉะนั้นหอม  
 หรือเหม็น มันก็เป็นเช่นนั้นเอง. **ไม่มีอะไรมาหลอกให้**  
**รัก** ที่ว่ามันหอมหรือมา หลอกให้เกลียด ที่ว่ามันเหม็น มันก็  
 ปรกตอยู่ได้.

ทีนี้ **หางฉม** เอาอะไรใส่ปากเกือบ **อร่อย** มันก็ย็นตี  
 ไม่อร่อย มันก็ขัดใจ; มันก็เหมือนกะคนบ้า เคี้ยวมันอร่อย  
 เคี้ยวมันไม่อร่อย, เคี้ยวย็นตี เคี้ยวย็นตีร้าย, เคี้ยวก็ขัดใจ.  
 ทีนี้ถ้ารู้ว่า **อร่อย** ก็เช่นนั้นเอง ก็มัน **พอดีกัน** เข้ากับจำนวน  
 ของประสาทที่ฉม ที่มันรับรสนั้น มันก็อร่อย. ถ้ามัน



มากไป หรือ น้อยไป มันก็ไม่อร่อย; ฉะนั้น ที่ไม่อร่อย  
 มันก็คือเป็นมันเอง, ที่อร่อย มันก็คือเป็นมันเอง. มีปัญญา  
 กันสักหน่อยก็จะมองเห็นว่า เอ้อ, มันเช่นนั้นเอง นี่ทางเดิน  
 มันก็หมดปัญญาไป ไม่มีอะไรมาหลอกทางเดินให้โง่ให้หลง  
 ในความอร่อยหรือความไม่อร่อย.

ที่นี้มาถึง ทางตีพวง ความนี้มันวน มันก็ชวนให้  
 รักให้พอใจ, ความหยาบกระต้าง มันก็ไม่รักไม่พอใจ มันก็  
 ยินดียินร้าย. ที่นี้ถ้ามารู้สึกว่า ความนี้มันวน มันก็เช่นนั้น  
 เอง คือมันทำให้สัมผัสที่ตีพวงรับความรู้สึกในปริมาณที่มาก  
 ก็รู้สึกนี้มันวน, ของอ่อนของเบี่ยง ก็ทำให้เกิดความรู้สึก  
 ได้มาก มันก็รู้สึกนี้มันวน, ของแข็งของกระต้าง มันก็รู้สึก  
 ได้น้อย มันก็ว่าหยาบ ก็ไม่สบาย; เราก็มองเห็นว่า  
 มันเช่นนั้นเอง. ที่นี้มันวน ชวนสบาย มันก็เช่นนั้นเอง,  
 ที่มัน กระต้างรำคาญระคาย มันก็เช่นนั้นเอง, มันหายโง่  
 อย่างนี้.

ที่นี้ แม้แต่ ความรู้สึกที่จะเกิดขึ้นทางใจ จะเป็น  
 ความจำในเสียง หรืออะไรก็ตาม ที่มากระทบใจ แล้วทำให้  
 ใจหมุนไปตามสิ่งที่มากระทบนั้น ยินดีบ้าง ยินร้ายบ้าง.

ยินดี มัน ก็เช่นตนเอง มันต้องเกิดคามยินดีขึ้นเช่นตนเอง  
 ตามธรรมชาติของคนที่มอวิชา มันก็ต้องยินดี, หรือมันก็  
 ยินร้าย ในส่วนที่ทำให้ยินร้าย. ฉะนั้น ยินดี ก็คือเช่นน  
 เอง, ยินร้าย ก็คือเช่นตนเอง.

สรุปความแล้วก็ให้รู้ว่า มัน เป็นเพียงความรู้สึก  
 เท่านั้น; เช่น รู้สึกทางตา ว่าสวย แม่คนนั้นสวย พ่อคน  
 นั้นสวย มันก็คือความรู้สึกเท่านั้น, ไม่สวย มันก็คือความรู้สึก  
 เท่านั้น. ที่มองดูลงไปสิว่า มัน เป็นเพียงความรู้สึก  
 เท่านั้น. ที่เรารู้สึกทางตา ทางลูกตา นั้น เห็นเป็นสวย  
 แล้วก็รัก เห็นเป็นไม่สวยก็เกลียด มัน เป็นเพียงความรู้สึก  
 เท่านั้น ถ้าเห็นว่ามันเป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น มันก็ไม่มี  
 อะไร มันก็เช่นตนเอง.

เรื่อง หางหู ไพเราะหรือไม่ไพเราะ, เรื่อง หางจมูก  
 หอมหรือเหม็น, หางลิ้น อร่อยหรือไม่อร่อย, หางคิ้วหนั  
 ่นึมนวลหรือกระด้าง; ถ้ารู้ถึงความจริงของมันแล้ว มันก็  
 รู้สึกว่า มัน เป็นเพียงความรู้สึก, เป็นเพียงความรู้สึก ที่ตา  
 ที่หู ที่จมูก ที่ลิ้น ที่กาย ที่ใจ ว่ามันเป็นเพียงความรู้สึก.

พึงจำว่า “**เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง**” เป็นเพียง**ความ<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ู้<sup>๕</sup>ส<sup>๕</sup>ึก**.

นี่ ช่วยจำไว้อีกชั้นหนึ่งว่า **ที่<sup>๕</sup>ว่า** **เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง** **น<sup>๕</sup>ั้น** ก็**เพราะ<sup>๕</sup>ว่า**มัน**เป็นเพียง<sup>๕</sup>ความ<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ู้<sup>๕</sup>ส<sup>๕</sup>ึก**เท่านั้น. **เพราะ<sup>๕</sup>จะ<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>ั้น** **จะ<sup>๕</sup>ต้อง<sup>๕</sup>เอา** **เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง** **มา<sup>๕</sup>ช่วย<sup>๕</sup>ใน**ทุก**กรณี** : **ข<sup>๕</sup>จ<sup>๕</sup>ัก<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>ัด<sup>๕</sup>เป<sup>๕</sup>้า** **ความ<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ู้<sup>๕</sup>ส<sup>๕</sup>ึก**ที่**จะ<sup>๕</sup>ทำ<sup>๕</sup>ให้<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ัก**หรือ**ให้<sup>๕</sup>เก<sup>๕</sup>ล<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>ศ** **ให้<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>ิน<sup>๕</sup>ดี**หรือ**ให้<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>ิน<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>้าย** **น<sup>๕</sup>ั้น**ออก**ไป**เสีย**ให้<sup>๕</sup>หมด**. **นี่**เป็น**เรื่อง**ท<sup>๕</sup>ัว**ไป**ใน**ประ<sup>๕</sup>จ<sup>๕</sup>ำ<sup>๕</sup>วัน**. **เร<sup>๕</sup>ายัง**มี**ตา** **หู** **จ<sup>๕</sup>ม<sup>๕</sup>ุก** **ลิ<sup>๕</sup>น** **กาย** **ใจ** **อยู่** **แล้ว**วัน**หนึ่ง**ๆ**ก็**ต้อง**เห็น**รูป **ฟัง**เสียง **ต<sup>๕</sup>ม<sup>๕</sup>ก<sup>๕</sup>ลิ<sup>๕</sup>น** **ลิ<sup>๕</sup>ม<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ส** **สัมผัส**ทาง**กาย** **ก<sup>๕</sup>ิ<sup>๕</sup>ต<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>ิ<sup>๕</sup>ก** **ทาง**ใจ**อยู่**มาก**มาย**หลาย**ส<sup>๕</sup>ิบ**หลาย**ร<sup>๕</sup>้อย**เรื่อง **ให้<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ู้<sup>๕</sup>ส<sup>๕</sup>ึก**ท<sup>๕</sup>ัน**ท<sup>๕</sup>่วง**ที่ **ด<sup>๕</sup>้วย**ส<sup>๕</sup>ค<sup>๕</sup>ิ<sup>๕</sup>ว่า **มัน**เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง, **มัน**เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง, **ไม่**มี**อะ**ไร**มา** **หล<sup>๕</sup>อก**ให้**หลง**ย<sup>๕</sup>ิน**ดี**หรือ**หลง**ย<sup>๕</sup>ิน**ร<sup>๕</sup>้าย** **ให้<sup>๕</sup>หลง**ร<sup>๕</sup>ัก**หรือ**หลง**ซ<sup>๕</sup>ัง**ได้.

นี่ **โดย**ท<sup>๕</sup>ัว**ไป** **ใน**ชีว<sup>๕</sup>ิต**ของ**คน**เร<sup>๕</sup>า**เป็น**ประ<sup>๕</sup>จ<sup>๕</sup>ำ<sup>๕</sup>วัน**น<sup>๕</sup>ั้น **มัน**มี**เรื่อง**ทำ**ให้<sup>๕</sup>ร<sup>๕</sup>ัก**และ**ให้<sup>๕</sup>ซ<sup>๕</sup>ัง**; **ถ้า**พ<sup>๕</sup>อ**ว่า** **เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เ<sup>๕</sup>อง**ได้ **ก็** **ไม่**ต้อง**มี**เรื่อง**ร<sup>๕</sup>ัก**เรื่อง**ซ<sup>๕</sup>ัง** **มัน**จึง**เฉ<sup>๕</sup>ย**ได้ **จึง**ปร<sup>๕</sup>ก<sup>๕</sup>ติ**ได้** **จึง**ไม่**มี** **ความ**ท<sup>๕</sup>ุก**ข์**.

**ถ้า**เฉ<sup>๕</sup>ย**ไม่**ได้ **ก็**ไป**หลง**ร<sup>๕</sup>ัก**ที่**มัน**ชวน**ให้**ร<sup>๕</sup>ัก**; **เมื่อ** **ไม่**ได้**ซ<sup>๕</sup>อง**ร<sup>๕</sup>ัก **มัน**ก็**พ<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>าย<sup>๕</sup>ม** **แม้**ว่า**โดย**การ**กระ<sup>๕</sup>ทำ**ความ**ซ<sup>๕</sup>ัว** **ท<sup>๕</sup>ุ<sup>๕</sup>จ<sup>๕</sup>ริ<sup>๕</sup>ต** **เป็น**อ<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>ธ<sup>๕</sup>พ<sup>๕</sup>าล **เพื่อ**จะ**ให้**ได้**ซ<sup>๕</sup>อง**ร<sup>๕</sup>ัก. **ฉ<sup>๕</sup>ะ**น<sup>๕</sup>ั้น



อาชญากรรมที่เลวร้ายมันก็เกิดขึ้นในหมู่คนเหล่านี้ คือในหมู่  
 คนอันธพาล; เพราะมันหลงรัก มันก็จะเอาให้ได้ หลงเกลียด  
 มันก็จะฆ่าให้ตาย. ฉะนั้น จึงมีอาชญากรรมเลวร้ายทั่วไป  
 ทุกหัวระแหง โดยบุคคลที่ไม่มีความรู้อันถูกต้องว่ามัน  
 เช่นนี้เอง : ที่น่ารักก็เช่นนี้เอง, ที่น่าเกลียดก็เช่นนี้เอง,  
 ทั้งทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่น ทางรส ทางโผฏฐัพพะ ทาง  
 รัสมารมณ.

นี่เป็นเรื่องคุ้มครองไม่ให้มีกิเลส ไม่ให้เกิดเวทนา  
 ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ที่เรียกว่าปฏิจสุมุปปาท แล้ว  
 เป็นทุกข์ มันมีใจความสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ให้มองเห็นชัด  
 ลงไปว่า มันเป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น.

**ธรรมชาติจริงแล้ว จิตไม่บ้าฟุ่ ๆ แฝบ ๆ.**

ที่นี้ คนธรรมดาสามัญ เป็นปุถุชน มันก็บูชาความ  
 รู้สึกทางเพศ เพศตรงกันข้าม บริโภคสุขของเพศตรงกันข้าม  
 ด้วยความหลงใหลบูชา. ความหลงใหลในรสของเพศตรงกัน  
 ข้ามนั่นแหละ ทำให้เกิดเรื่อง แทบจะทุกเรื่องในโลกนี้  
 เนื่องกันไปจากสิ่งนี้ หรือเฉพาะเรื่องก็ได้ เฉพาะคู่เฉพาะ

คนก็ได้. ความไม่รู้จักสิ่งนั้นเป็นจริงว่ามันเป็นของตนเอง  
 มันก็หลงไหลความรู้สึกในรศทางเพศ : มีความกระสัน  
 รุนแรง ผูกมัดจิตใจรุนแรง เห็นเป็นสิ่งที่ประเสริฐเลิศเหนือ  
 สิ่งใด จนกระทั่งว่าทำอะไรไปทุกอย่างนี้ ก็เพื่อความรู้สึก  
 ทางเพศ เพื่อจะได้รับการความสุขที่เกิดมาจากเพศตรงกันข้าม.  
 เข้าใจว่าทุกคนคงจะรู้จักได้ดี ไม่ต้องอธิบายอะไรกันมากนัก  
 มันก็เลยได้ เป็นบ่าวเป็นทาสของสิ่งที่ตัวรัก; เพราะไม่ได้  
 มองเห็นว่า ความรักนั้นมันเป็นของตนเอง, แล้วเช่นเดียวกับ  
 กับ ความเกลียด มันก็เป็นของตนเอง. ถ้าเห็นเช่นนั้น  
 เองแล้ว มันก็ไม่มีอะไรที่จะต้องไปรักไปหลง, ไม่มีอะไรที่จะ  
 ต้องไปเกลียดจนฆ่าเขาตาย, ไม่หึงไม่หวง ไม่อะไรทุกอย่าง  
 ทุกประการ, เพราะว่ามันเห็นความเป็นเช่นนั้นเอง ที่เป็น  
 รสสูงสุดในทางเพศ มันมองเห็นว่าเช่นนั้นเอง.

เช่นนั้นเอง นี่มันกลายเป็นว่า มันเท่านั้นเอง มัน  
 แค่นั้นเอง ในที่สุดมันไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น ก็มันเป็น  
 เพียงความรู้สึกเท่านั้นเอง. ความรู้สึกสูงสุดในทางเพศ  
 ไม่มีใครเก่งพอที่จะมองเห็นว่า มันเช่นนั้นเอง; ฉะนั้น  
 บุคคลคนธรรมดาจึงหลงไหลในความรู้สึกทางเพศ, แล้วก็มี

เรื่องตามนี้อีกมากมาย มีปัญหาตามนี้อีกมากมาย เพราะ  
มันไม่รู้ว่่า มันเช่นนี้เอง.

ทีนี้เรื่องที่มีมันใหญ่ ๆ หยาบ ๆ มันก็อย่างนั้นแหละ ;  
เช่นว่ามันได้อย่างใจ ได้กำไร มันก็หลงไหลเหมือนกับเป็นบ้า  
ไม่มองเห็นว่่า เช่นนี้เอง. เมื่อขาดทุนก็เสียใจเหมือน  
จะเป็นบ้า มันก็โม่รู้สึกว่่า มันเช่นนี้เอง. คนที่นับบุญญา  
เพียงพอจะเห็นว่่า ขาดทุนมันก็เช่นนี้เอง, กำไรมันก็เช่นนี้  
เอง. เขาจึงไม่มีจิตใจที่ขึ้น — ลง พู — แพบ ไปตามนั้น  
มันก็ปรกติมันก็สบาย.

รู้ “เช่นนี้เอง” ฝ่ายผิด, แล้วทำฝ่ายถูก ก็สาธุ.

นี่คำว่่า เช่นนี้เอง นี่มันมีได้ทั้ง ๒ ฝ่าย คือฝ่ายผิด  
และฝ่ายถูก. เราถูกรู้เช่นนี้เองฝ่ายผิดเสีย แล้วก็ทำ  
เช่นนี้เองฝ่ายถูกให้มันเกิดขึ้น ; มันมีกฎของความเป็น  
เช่นนี้เอง ทั้งฝ่ายที่พึงปรารถนาและฝ่ายที่ไม่พึงปรารถนา.  
เราที่รู้จักใช้ความเป็นเช่นนี้เองให้ถูกต้องไปในทางที่ควร  
ปรารถนา ; เช่นจะทำไร่ทำนา หาเงินหาทรัพย์สมบัติ ก็มี  
ความเป็นเช่นนี้เองสำหรับการกระทำ แล้วกระทำให้ถูก



มันก็ได้มา; ถ้าไม่ดูเรื่อง ของเช่นนั้นเองในส่วนนั้น  
มันก็ได้ไม่ ได้มา. ที่นี้ ถึงคราว ที่มันจะต้องเสียไป เพราะ  
ความผิดพลาดอย่างไร ก็ไม่ต้องเสียใจ เพราะมันเป็น  
เช่นนั้นเอง ค้ำยเหมือนกัน.

ฉะนั้น จะได้กำไรหรือจะขาดทุน มันก็ไม่มีอะไร  
ที่ทำให้จิตใจเป็นทุกข์หรือว่าผิดปรกติ; ถ้ามันขาดทุน มัน  
ก็ทำใหม่ได้ โดยกฎความเป็นเช่นนั้นเองในทางที่จะให้ได้  
กำไร. รู้จักใช้ความเป็นเช่นนั้นเอง ให้ถูกต้องแก่ฝ่ายที่  
ควรกระทำ; แม้ฝ่ายที่ไม่ควรกระทำ อยากจะละเสีย  
ก็ต้องทำให้ถูกต้อง ต่อความเป็นเช่นนั้นเองของฝ่ายนั้น  
เรียกว่าความเป็นเช่นนั้นเองมันเป็นกฎที่สูงที่สุด เหมือนกับว่า  
เป็นพระเจ้า.

ความเป็นเช่นนั้น เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ  
เหมือนกับพระเจ้า เราแก้ไขไม่ได้; พระพุทธเจ้าก็แก้ไข  
กฎเหล่านี้ไม่ได้ มันเป็นเช่นนั้นเอง. เรา รู้จักความเป็น  
เช่นนั้นเอง แล้วเอามาใช้ให้ถูกต้อง ก็จะได้รับสิ่งที่ควรจะ  
ได้รับ และอยู่กัน เป็นความสุข.

ความเป็นเช่นนั้นเองนั้น เป็นสิ่งที่ละเอียดลึกซึ้ง  
 โดยความหมาย ขอให้พยายามศึกษาเรื่อยๆไป ต่อๆไป  
 จนกว่าจะเข้าใจ. เดียวนี้เพียงแต่ว่าเอามาแขวนคอไว้ก่อน  
 แล้วก็ศึกษาต่อไป จนเห็นความเป็นเช่นนั้นเองเต็มที่ ของ  
 พระไตรลักษณ์ กิติ ของ อริยสัจจ์ สักกิติ ของ อิทัปปัจจยคา  
 กิติ.

### “เช่นนั้นเอง” ช่วยได้ทั้งไขกายและจิต.

ที่นี้ ที่จะชี้ให้เห็นว่า มันเป็นเรื่องตั้งแต่เบื้องต้น  
 คำๆนี้ จนถึงเบื้องปลาย คือสูงสุด, เราจะต้องมีอะไรที่จะ  
 ต้องเป็นไปตามธรรมคาของผู้ที่อยู่ในโลกนี้ที่เราจะหลีกเลี่ยงไม่  
 พ้น. จะยกตัวอย่างเช่นว่า ความเจ็บปวดในทางกาย  
 ถูกของมีคมบาด หรือว่าถูกอะไรเป็นแผล แล้วก็เจ็บปวด,  
 ถูกหนามเกี่ยวเลือดไหลก็เจ็บปวด, แต่ไม่มีใครนึกว่า มัน  
 เช่นนั้นเอง; มันนึกว่า กูเจ็บกูจะตาย; พอรู้สึกไปใน  
 ทางว่า กูเจ็บกูจะตาย ความเจ็บปวดมันก็มากขึ้นด้วยอำนาจ  
 ของอุปาทาน ที่ยึดถือในตัวกูที่เจ็บหรือจะตาย. แต่ถ้า  
 ใครได้รับการศึกษาหัวใจพุทธศาสนาма ก็รู้สึกว่ เอา,

ที่หนามมันเกี่ยวมัน เป็นธรรมดา มัน เช่นนั้นเอง; แล้ว  
พอมันเกี่ยวเลือดไหล มันก็ต้องรู้สึกเจ็บ, เจ็บนั้นมันก็  
เช่นนั้นเอง, มันต้องเจ็บเช่นนั้นเอง. ที่ว่า เจ็บ ๆ นั้น  
เป็นแค่เพียงความรู้สึกเท่านั้นแหละ, เจ็บ ๆ เจ็บ ๆ นั้นเป็น  
เพียงความรู้สึกตามกฎหมายของธรรมดาดังนั้น.

นี่ ควบคุมความรู้สึกของใจไว้ ให้มันหยุดอยู่ที่  
ว่ามัน เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้นแหละ, ไม่ใช่เรื่องที่ว่า  
จะตาย. ความคิดว่า กูเจ็บ กูจะตาย นั้นอย่าให้ไหลซึน  
มา ก็จะเป็นเพียงเจ็บที่ร่างกาย เพราะว่าถูกหนามเกี่ยว;  
แต่ถ้ามันไ้ มันก็จะปล่อยให้ความคิดความรู้สึกเลยไปถึงว่า  
กูเจ็บ แล้วก็กูจะตาย; นี่คือการอุปาทานยึดตัวกู ยึดของกู  
มันก็เจ็บมาก.

เกี่ยวกับข้อนี้ พระพุทธเจ้าท่านตรัสเป็นอุปมา  
สำหรับศึกษาหรือจดจำง่าย ว่าเหมือนกับคน ที่แรกมันถูก  
ลูกศรลูกเล็กๆ แหวง ก็เจ็บนิดเดียว; แต่ก็มีลูกศรดอกใหญ่  
อาบยาพิษด้วย, ที่นี้ดอกศรก็ใหญ่แล้วก็อาบยาพิษด้วยมาแหวง  
มัน ก็เจ็บมาก. ดอกศรเล็กๆ เหมือนกับเข็มแทง มันก็



ไม่มีความหมายอะไร; แต่ดอกศรใหญ่อาบยาพิษด้วยมันก็  
เจ็บมาก มากกว่ากันหลายเท่า.

นั่นก็คือว่า ถ้าเรา<sup>รู้สึก</sup>สึกความเจ็บเพราะหนามเกี่ยว  
หนามแทง ก็<sup>รู้สึก</sup>สึกว่าเจ็บเท่า<sup>นั้น</sup>นั้นแหละ ความก็ค่อย<sup>หายไป</sup>หายไป  
ถึงว่า <sup>คุณ</sup>จะตาย. ถ้าไปคิดถึงว่า <sup>คุณ</sup>จะต้องตายเพราะมัน  
เป็นพิษ เพราะมันเป็นอะไร ต่อไปจะตาย; <sup>มัน</sup>มันก็เจ็บมาก  
เพราะอุปาทานว่า<sup>คุณ</sup>, เพราะอุปาทานว่า <sup>ความ</sup>ตายของ<sup>คุณ</sup>  
มันก็เจ็บมาก. <sup>นี่</sup>นี่คือคน<sup>ที่ไม่</sup>มอง<sup>เห็น</sup>เห็นว่ามัน<sup>เช่น</sup>นั่นเอง, มัน  
ก็เลยเห็นไปในทางว่า <sup>คุณ</sup>เจ็บ <sup>คุณ</sup>จะตาย มันก็มีความทุกข์มาก.

ทีนี้<sup>ถ้า</sup>ถ้าว่า เจ็บ<sup>แล้ว</sup>แล้วก็<sup>ปล่อย</sup>ปล่อย<sup>ไป</sup>ไปทีความเจ็บ ทำในใจ  
ว่า เอ้า, <sup>มัน</sup>มันเจ็บ, <sup>มัน</sup>มันความเจ็บ; อย่าให้<sup>เลย</sup>เลยไปถึง  
ตัว<sup>คุณ</sup>คุณเจ็บ, ให้หยุด<sup>อยู่</sup>อยู่ที่ว่า <sup>มัน</sup>มันเจ็บ ๆ เจ็บ<sup>หนอ</sup>หนอ ๆ อะไร  
ก็ได้ ใช้<sup>หนอ</sup>หนอช่วยก็ได้ มันก็จะเจ็บน้อย แล้วมันก็จะค่อย  
จางออก ๆ ความเจ็บ<sup>นั้น</sup>นั้นจะจางออก. ถ้าเราไปพิจารณา  
เห็นว่า <sup>รู้สึก</sup>รู้สึกเจ็บเท่า<sup>นั้น</sup>เอง, <sup>รู้สึก</sup>รู้สึกเจ็บเท่า<sup>นั้น</sup>เอง, เจ็บเท่า<sup>นั้น</sup>  
หนอ, เจ็บเท่า<sup>นั้น</sup>เองหนอ มันก็เจ็บน้อย. แล้วมอง<sup>เห็น</sup>  
ให้<sup>ลึก</sup>ลึก<sup>ไป</sup>ไปกว่า<sup>นั้น</sup>นั้นว่า โอ๊ย, <sup>มัน</sup>มันเพียง<sup>ความ</sup>ความ<sup>รู้สึก</sup>รู้สึกเท่า<sup>นั้น</sup>นั้น ไว้ย,  
ที่เรียกว่า เจ็บ ๆ <sup>มัน</sup>มันคือ<sup>ความ</sup>ความ<sup>รู้สึก</sup>รู้สึกเท่า<sup>นั้น</sup>นั้น <sup>ความ</sup>ความ<sup>รู้สึก</sup>รู้สึกตาม

กฎเกณฑ์ของธรรมชาติธรรมดา, ความเจ็บ<sup>๕</sup>เป็นเพียงความ  
 รุ<sup>๕</sup>สึกเท่านั้น. เพราะมัน<sup>๕</sup>รุ<sup>๕</sup>สึกมัน<sup>๕</sup>จึงเจ็บ ก็เห็นความเจ็บ<sup>๕</sup>นั้น  
 ไม่มี<sup>๕</sup> ไม่มีความเจ็บ<sup>๕</sup> เป็นแต่เพียงความรุ<sup>๕</sup>สึกเท่านั้น. นิสิต  
 บัญญามัน<sup>๕</sup>ไปได้ถึงอย่าง<sup>๕</sup>, มัน<sup>๕</sup>มองเห็นเป็นเพียงความรุ<sup>๕</sup>สึก  
 ของประสาทเท่านั้น มัน<sup>๕</sup>ก็จะหายเจ็บ, มัน<sup>๕</sup>จะเจ็บน้อย  
 จนไม่เจ็บ.

ที่<sup>๕</sup>นี้ เมอะไรมากระทบ<sup>๕</sup> รุ<sup>๕</sup>สึก ก็ขอให้<sup>๕</sup>มัน<sup>๕</sup>บัญญัติใน  
 ๕<sup>๕</sup>มัน<sup>๕</sup>สักว่าความรุ<sup>๕</sup>สึก. สมมติว่าปวดหัวกันตั้ง<sup>๕</sup>ว่า ซึ่ง  
 มักจะเป็นกันง่าย ๆ บ่อย ๆ ทุกคน พอปวดหัว ความคิดมัน  
 แล่นไป กูจะตายแล้ว ได้ยินได้ฟังมาอย่าง<sup>๕</sup>นั้นอย่าง<sup>๕</sup>, จะ  
 เป็นโรคนั้นโรคนั้นจะต้องตาย; อย่าง<sup>๕</sup>นี้ก็ยังเจ็บหนักเข้า, แล้ว  
 มีทุกข์ทรมานมาก. ถ้าปวดหัว<sup>๕</sup> รุ<sup>๕</sup>สึกว่ามัน<sup>๕</sup>ปวดหัวเท่านั้น,  
 มัน<sup>๕</sup>ปวดหัวเท่านั้นหนอ, อย่าให้เลยไปถึงกูจะตาย. มัน<sup>๕</sup>ปวด  
 เท่านั้นหนอ<sup>๕</sup> มัน<sup>๕</sup>จะลดลง, ความปวดมัน<sup>๕</sup>จะลดลง. ที่ว่า  
 ปวด<sup>๕</sup> ๆ นั้น เป็นเพียงความรุ<sup>๕</sup>สึกเท่านั้นหนอ เพราะมัน<sup>๕</sup>  
 ความรุ<sup>๕</sup>สึกเท่านั้นหนอ จึงเห็นได้ว่า อ้อ, มัน<sup>๕</sup>เพียงความรุ<sup>๕</sup>สึก  
 เท่านั้นหนอ<sup>๕</sup> เห็นเป็นความรุ<sup>๕</sup>สึกเท่านั้นหนอ แล้วมัน<sup>๕</sup>ก็เจ็บ  
 น้อยลงไปอีก กระทั่งมัน<sup>๕</sup>ไม่เจ็บ.

## รู้ “เข้มนเอง” แก่ความวิปริตได้.

นี่สติฝึกไว้ดี บัญญาก็มีมากพอ สติเอาบัญญัติมาใช้พิจารณาทันทั่วที่ว่า เอ๊ะ, นี่มันเพียงความเจ็บเท่านั้นหนอ แล้วความเจ็บนั้นมันเป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้นหนอ แล้วก็เห็นว่า เอ้า, มันเช่นนั้นเอง ถ้าพอเช่นนั้นเองเข้ามาแล้ว ความเจ็บความอะไรจะหายไปหมด เพราะจิตมันเปลี่ยนไปหมด.

นี่การที่จะข่มขู่เวทนา ข่มขู่ความเจ็บนี้ ได้ด้วย ใส่ยาวนานที่เรียกว่า มัน “เข้มนเอง”. ถ้าเช่นนั้นเองมาแล้ว ก็จะไม่มียุทธา จะไม่มีความเจ็บปวด, จะไม่มีเรื่องทรมานใจ, จะไม่ต้องเป็นโรคประสาท, จะไม่ต้องเป็นโรคนานาชนิด ที่เขาเป็นกันอยู่ เพราะว่ามันทรมานใจ แล้วก็ต้องเป็นหลายโรคแหละ. เมื่อจิตใจมันทรมานอยู่ด้วยความกลัว ความวิตกกังวลแล้ว มันก็ต้องเป็นโรคกระเพาะเสียเรื่อรัง มันจะต้องเป็นโรคประสาทนอนไม่หลับ โลหิตก็ถอยกำลัง ไม่สามารถจะควบคุมความปรกติของร่างกาย มันก็จะเป็นมะเร็งเป็นอะไรก็ได้ อย่างน้อยมันใช้น้ำตาลไม่หมด มันก็



เป็นโรคเบาหวาน นานาโรคมันก็เกิดขึ้น เพราะว่าจิตมันได้  
 เสียไปด้วยความโง่ มันไม่รู้จักความเป็นเช่นนั้นเอง. นิด  
 เดียวเท่านั้นแหละ ถ้ารู้จักว่า มันเป็นอย่างนั้นเอง มันเป็น  
 อย่างนั้นเอง, อย่างนั้นเอง หนักๆเข้าไป จิตใจมันก็จะคงที่  
 ก็จะปรกติ ก็ไม่เปิดโอกาสให้เกิดโรคทางจิตใจ โรคทางจิตใจ  
 ไม่เกิด มันก็ไม่เกิดโรคทางกาย.

เราแยกโรคกระเพาะเสีย เรือรัง หรือว่าโรคเบาหวาน  
 โรคความดันโลหิตสูง อะไรไว้เป็น เรื่องทางกาย; แล้วก็  
 มองเห็นว่า มัน มาจากเรื่องทางใจ ที่มาทำให้ปรกติภาวะ  
 ของโลหิต หน้าที่การงานของโลหิต หรือของส่วนต่างๆ  
 ที่มันเกี่ยวข้องกับโลหิต มันเสียไปหมด ระบบประสาทก็เสีย  
 ไปตาม อะไรก็เสียไปหมด.

นี่ เช่นนั้นเอง จะแก้ได้ มันจะไม่ทำให้เกิดความ  
 วิปริตในทางจิต อย่างที่ว่ามา แล้วความวิปริตทางกายมันก็  
 ไม่เกิดขึ้น; ฉะนั้นจึงมีความสุขสบายดีทั้งทางกาย และทั้ง  
 ทางจิต เพราะว่าได้เอาหัวใจของพระพุทธศาสนา มาใช้เป็น  
 ยาแก้โรค หรือมาใช้เป็นเครื่องราง แขนงไว้ป้องกันตัว.

หัวใจของพระพุทธศาสนา คือคำว่า ตตตา หรือ **เข่นั่นเอง** เหนามาใช้ในทุกกรณี.

### “เข่นนั่นเอง” แก้ปัญหาได้ทุกกรณี.

อาตมาจะยืนยันเตือนกันว่า **เข่นนั่นเอง** แก้ปัญหา **ได้ทุกกรณี** : เรื่องโรคภัยไข้เจ็บอะไรก็ได้, เรื่องปัญหาทางปาก ทางท้อง ทางอะไรก็ได้, ทางการเมืองก็ได้, กระทั่งว่า ในภายในจะเป็นเรื่องบรรลุมรรคผลนิพพานก็ยังได้ ได้ด้วย คำคำเดียวว่า **เข่นนั่นเอง**, กลัวแต่ว่าเขาไม่รู้จัก เขาไม่เข้าถึง ไม่อาจจะใช้เข่นนั่นเองให้เป็นประโยชน์ได้.

จึงขอให้ทุกคน สนใจในสิ่งที่เรียกว่า **เข่นนั่นเอง** ซึ่งเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา; อะไรเกิดขึ้น ก็**ต้องมี**ความรู้สึกทันด่วนว่า มัน**เข่นนั่นเอง**; แม้ที่สุดแต่ว่า คนที่มี**ปัญหาเรื่องผีหลอก** ก็**เพราะเขาไม่รู้จักความเป็นเข่นนั่นเอง** ของ**ความรู้สึก**; ถ้ารู้ทัน มันก็รู้ว่า มันเป็นเพียงเข่นนั่นเองของ**ความรู้สึก**. **ความโง่ทำให้เห็นเป็นผีหลอก**, หรือแม้ที่สุดแต่ว่า**ผีมันหลอกจริง** ถ้า**มันมีจริง** แล้ว**มัน หลอกจริง** มันก็**ยังแก้ได้**ด้วย **เข่นนั่นเอง**.

แต่อาตมาไม่เชื่อว่าผีมีจริงหรือหลอกจริง ไม่เคย  
เห็นและไม่เชื่อ; แต่ถ้ามันเกิดการกลัวผีขึ้นมา มันก็รู้ทันที  
ว่า นี่มันเช่นนั้นเอง ความโง่มันแสดงบทบาทออกมาแล้ว  
ทำให้รู้สึกว่ามันเป็นผี และมันหลอก. แต่ **ถ้ารู้จักความ  
เป็นเช่นนั้นเอง** ว่ามันจะต้องเกิดอย่างนี้, จะต้องเกิดรู้สึก  
อย่างนี้, แล้วมันก็ไม่กลัว มันก็เป็นเพียงความรู้สึก; **มอง  
เห็นว่าเป็นความรู้สึกบ้าง ๆ บอ ๆ** อะไรชนิดหนึ่ง; แม้ว่า  
มันจะมีขนลุกซ่าไปด้วยความกลัว มันก็ยังรู้สึกว่า **นี่มัน  
เช่นนั้นเอง ๆ**, มันเท่านั้นเอง, เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น ไม่  
มีอะไรมากไปกว่านั้น; ฉะนั้น เรื่องจะเป็นจะตายจะอะไร  
ก็ตาม มันเป็น **เพียงความรู้สึกเท่านั้น.**

ฉะนั้น จงดูให้เห็นว่า มันเป็นเพียงความรู้สึก :  
**รู้สึกทางเวทนาจักได้, รู้สึกทางสัญญาจักได้.** แต่ที่มันเป็นกัน  
มากนั้น มัน **เป็นความรู้สึกทางเวทนา;** ถ้าเห็นเวทนาว่า  
มันเป็นอย่างนี้เอง **ตามกฎของปฏิจอกสมบูรณ์แล้ว** มันก็  
ไม่มีกำลังอะไร, ไม่มีความหมายอะไร, ไม่มีฤทธิ์เดชอะไร  
ที่จะทำให้เราเป็นทุกข์หรือเป็นสุข.



ถ้า เป็นเรื่องของสัญญา ก็เหมือนกัน เกิดขึ้นทางจิต  
เป็นธัมมารมณ จำได้, แล้วก็นึกขึ้นมา แล้วก็เสียใจ แล้วก็  
ร้องไห้ หรือกลัวขึ้นมา. คนโง่ ๆ พอนึกถึงผีมันก็ขนลุก  
เท่านั้นแหละ, มันไม่ต้องมีอะไร; นี่ความที่มันโง่เกินไป  
มันไม่รู้เรื่องความเป็นเช่นนั้นเอง, ที่ว่าสัญญาทำให้เกิดความ  
กลัวขึ้นมา. แต่ถ้าเขาพูดถึงหัวใจของธรรมะ มันจะรู้ว่า เอ้า,  
มันเช่นนั้นเอง; กลัวจนขนลุกขำมันก็ เอ้า, มันเช่นนั้นเอง  
มัน เป็นเพียงความรู้สึกที่มากเกินไป, แล้วมันก็เป็นเพียง  
ความรู้สึกเท่านั้น.

ฉะนั้น ขอให้เขาไปจับกับเรื่องทุกอย่าง ที่มันเป็น  
ความทุกข์ ไม่ว่าจะความทุกข์ชนิดไหน, ที่บ้านที่เรือนที่วัด  
เรื่องเล็กเรื่องใหญ่ เรื่องทุกอย่างที่มันเกี่ยวกับมนุษย์.  
เพราะว่า ความทุกข์ หรือ ความสุข มันเป็นเพียงความรู้สึก  
เท่านั้นเอง; ถ้าเราเห็นว่า มันเป็นเพียงความรู้สึก เราก็  
ไม่ยินดีในความทุกข์, และไม่เกลียดกลัวในเรื่องของความทุกข์  
คือไม่ยินดีในร้ายในเรื่องของความทุกข์หรือความสุข.

เดี๋ยวนี้มันโง่เกินไป ไม่เห็นว่าเช่นนั้นเอง จนเกิด  
ปัญหาเกี่ยวกับโลกธรรม, โลกธรรม คือ ได้ลาภ - เสื่อมลาภ

ไต้ยศ - เสื่อมยศ ได้นินทา - ได้สรรเสริญ ไต้ทุกข์ - ไต้สุข,  
กลายเป็นของต่างกันไป. ไต้ลากก็กินดี เสื่อมลากก็กินร้าย;  
น้ำมันบ้าง เพราะมันไม่เห็นว่ามันเช่นนั้นเอง; มันต้องเป็น  
เช่นนั้นเองด้วย **ที่ไต้มาหนักคือเช่นนั้นเอง** ลากก็คือ  
เช่นนั้นเอง **เสื่อมลากก็เช่นนั้นเอง**; ตามกฎของอิทัป-  
ปัจจัยตา มันเป็นเช่นนั้นเอง แล้วมันเป็นเพียงความรู้สึก  
เท่านั้น. **ที่เรารู้สึกขึ้นมาว่าเราได้ลาก แล้วก็บ้าไปตาม**  
**แบบไต้ลาก,** แล้วเรารู้สึกว่าเราเสียลาก สูญลาก, **เราก็ก**  
**บ้าไปตามความรู้สึกว่าเราสูญเสียลาก** ไม่มองดูที่ว่า มัน  
เป็นเพียงสักว่าความรู้สึกเท่านั้นเอง เช่นนั้นเอง และมัน  
ต้องเป็นอย่างนั้นเองในโลกนี้. **นี่พอเห็นอย่างนั้นเอง**  
เช่นนั้นเอง มันก็ไม่มีปัญหาเรื่องไต้ลาก เรื่องเสื่อมลาก.

เรื่องไต้ยศ หรือ เสื่อมยศ ก็เหมือนกัน; ถ้า  
เช่นนั้นเองเข้ามาแล้วไม่มีเรื่องไต้ยศหรือเสื่อมยศ มันเป็น  
เรื่องหลอก ๆ เหมือนกันแหละ, เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น.  
นี่ไปถือเอาความหมายของความรู้สึกมากเกินไป มันก็ต้อง  
ไต้มีเรื่องยินดีกินร้าย.

นิินทา หรือ สรรเสริญ ก็ลองไปคิดดูเถอะ ซึ่งมัน  
 มีมาก ยากที่จะหลบหลีก ; ถูกนิินทาหรือถูกสรรเสริญเสีย  
 จนเลิกลอย, ถูกเขาสรรเสริญก็ตัวลอยฟุ้งเพื่อไป ถูกเขาในทา  
 คำว่า ก็มาซัดใจโกรธแค้นอยู่ เหมือนกับคนบ้า ; ได้รับ  
 สรรเสริญก็บ้าไปอย่าง ได้รับนิินทาก็บ้าไปอย่าง. นี่เพราะ  
 มันไม่รู้ว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง คือว่าในโลกต้องเป็นเช่นนั้นเอง ;  
 แล้วนิินทาก็เป็นสักว่าความรัก, สรรเสริญก็สักว่าความรัก,  
 ก็เลยเป็นเช่นนั้นเองด้วยกันทั้ง ๒ ฝ่าย มันเหมือนกันที่ว่า  
 มัน เป็นเช่นนั้นเอง. แล้วเราทำไมไปแยกมันให้แตกต่าง  
 กันอย่างตรงกันข้าม, ไม่รู้สึกว่ามันเป็นเพียงความรู้สึก  
 เท่านั้น.

นี่ช่วยจำไว้ให้ดี ว่าอะไรๆ เกิดขึ้น ก็ให้รู้สึกได้ว่า  
 มัน เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้นหนอ, มัน เป็นเพียงความรู้สึก  
 แห่งจิตเท่านั้นหนอ. เรื่องดี เรื่องร้าย เรื่องได้ เรื่องเสีย  
 เรื่องสุขเรื่องทุกข์ เรื่องรวยเรื่องจน เรื่องอะไรก็ตาม  
 ทุกเรื่องแหละ มัน เป็นเพียงความรู้สึกของจิตเท่านั้นหนอ ;  
 พอเห็นเป็นความรู้สึกเท่านั้นหนอ มันก็หยุด, หยุดเป็นทุกข  
 หนี่.



นี่ ธรรมะที่<sup>๔๕</sup>เป็นสัจจธรรม เป็นอนัตตา เป็นสภาตา  
 นันดับทุกข์ ได้อย่าง<sup>๕</sup>; ทุกระดับ ทุกข์เลวๆ โง่ๆ มั่นก็  
 คับได้, ทุกข์ที่สูงขึ้นไปก็ดับได้, ทุกข์สูงสุด ละเอียด  
 ประณีตที่สุด มั่นก็ดับได้, จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน.

เพราะฉะนั้นอยู่ที่<sup>๕</sup>ในโลกนี้ เป็นคนธรรมดาสามัญ  
 ทำไร่นา หาปลาได้กินไปวันหนึ่งก็เอะ ขอให้รู้จัก  
 คำว่า <sup>๕</sup>เช่นนั้นเอง แล้วจะไม่มี<sup>๕</sup>ความทุกข์. ถ้า เป็นปัญญาชน  
 ก็ยัง<sup>๕</sup>จะต้อง<sup>๕</sup>รู้ให้<sup>๕</sup>มัน<sup>๕</sup>มากขึ้น<sup>๕</sup>ไปอีก ว่ามัน<sup>๕</sup>เป็น<sup>๕</sup>เช่น<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup>เอง  
 ทั้งนั้นแหละ; ไม่มีอะไรที่จะไม่<sup>๕</sup>ใช่<sup>๕</sup>เช่น<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup>เอง; ถ้าไม่  
 อย่าง<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup>แล้ว พระพุทธเจ้าต้องตรัสไว้<sup>๕</sup>ผิด<sup>๕</sup>แน่. เดียว<sup>๕</sup>เมื่อ  
 พระพุทธเจ้า<sup>๕</sup>ท่าน<sup>๕</sup>ตรัส<sup>๕</sup>ไว้<sup>๕</sup>ถูกต้อง<sup>๕</sup>แล้ว มัน<sup>๕</sup>ก็เป็น<sup>๕</sup>ตาม<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup> คือว่า  
 ทุกอย่างมัน<sup>๕</sup>เป็น<sup>๕</sup>เช่น<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup>เอง ไปตาม<sup>๕</sup>เรื่อง<sup>๕</sup>ที่มัน<sup>๕</sup>จะเป็น<sup>๕</sup>.

โดยเฉพาะก็<sup>๕</sup>เพิ่ง<sup>๕</sup>เล็ง<sup>๕</sup>ไปยัง<sup>๕</sup>เรื่อง อธิปไตย<sup>๕</sup>จาย<sup>๕</sup>คาปฏิจ-  
 สมุปบาท จะ<sup>๕</sup>ต้อง<sup>๕</sup>เป็น<sup>๕</sup>อย่าง<sup>๕</sup>นั้น<sup>๕</sup>เอง : ฝนตก<sup>๕</sup>มาก<sup>๕</sup>ก็<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>แปลก  
 ฝน<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ตก<sup>๕</sup>ก็<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>แปลก, แดด<sup>๕</sup>ออก<sup>๕</sup>มาก<sup>๕</sup>ก็<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>แปลก, แดด<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ออก<sup>๕</sup>ก็<sup>๕</sup>  
 ไม่<sup>๕</sup>แปลก, เป็น<sup>๕</sup>อธิปไตย<sup>๕</sup>จาย<sup>๕</sup>ต่างๆ<sup>๕</sup>ฝ่าย<sup>๕</sup>วัตถุ<sup>๕</sup>ต่ำ<sup>๕</sup>. แต่  
 คน<sup>๕</sup>โง่<sup>๕</sup>เขาก<sup>๕</sup>็ยังมี<sup>๕</sup>จิตใจ<sup>๕</sup>วัน<sup>๕</sup>ไหว ไปตาม<sup>๕</sup>ที่<sup>๕</sup>ฝน<sup>๕</sup>ตก<sup>๕</sup>ฝน<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ตก, แดด  
 ออก<sup>๕</sup>แดด<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ออก, อะไร<sup>๕</sup>ต่าง<sup>๕</sup>ๆ<sup>๕</sup>นานา เป็น<sup>๕</sup>ธรรม<sup>๕</sup>ชาติ<sup>๕</sup>ธรรม<sup>๕</sup>คา

อื่น ๆ ง่าย ๆ. นี่เขามีจิตใจเปลี่ยนไป ชื่น - ลงมาก จน  
ไต่ย็นตึย็นร้ายแหละ; ยินดีกับบ้านนี้คนหนึ่ง, ยินร้ายกับบ้าน  
อื่นคนหนึ่ง, ดีใจกับบ้านนี้คนหนึ่ง, เสียใจกับบ้านนี้คนหนึ่ง, ล้วนแต่  
ทำให้เกิดวิปริตแก้อจิต แก่ระบบประสาท ด้วยกันทั้งนั้นแหละ.

### รู้ "เข็นขนเอง" แล้วจิตไม่หวนไหว.

เราไม่รู้เรื่องนี้ ก็ไม่ทำอะไรมาทำให้หวนไหว โดย  
เฉพาอย่างยิ่ง ในเรื่องที่มีมันมีอยู่ประจำวัน; เช่นวันนั้น  
กินข้าวไม่อร่อย มันก็หวนไหวเสียแล้ว, หวนไหวไปในทาง  
ที่ไม่อร่อย ชักจะเศร้าไปเสียแล้ว; ถ้าวันนั้นกินข้าว ของ  
มันอร่อย ก็ชักจะยินดีเสียแล้ว, ชักจะหลงไปแล้ว. นี่มันโง่  
เพราะมันไม่รู้จักว่ามันเช่นนั้นเอง, มันต้องเป็นเช่นนั้นเอง :  
อร่อยหรือไม่อร่อยก็เช่นนั้นเอง ก็เป็นเพียงความรู้สึก  
เท่านั้น, แล้วมันต้องเป็นเช่นนั้นเอง ตรงที่ว่ามันจะต้องมี  
อร่อยบ้าง มีไม่อร่อยบ้าง, ต้องมีทั้งอร่อยและทั้งไม่อร่อย.  
ฉะนั้นในโลกนี้มันต้องมีสิ่งที่เป็นคู่ ๆ คู่ ๆ กันอย่างนี้แหละ :  
ได้ลาภ—เสียลาภ, ได้ยศ—เสียยศ, ได้เงินหา—ได้สรรเสริญ,  
ได้สุข—ได้ทุกข์. นี่มันมีคู่ตรงกันข้าม ให้มากระทบเรา

อยู่ในโลกนี้ เป็นของเข้่นนเอง. นครนมากระทบ  
เข้าแล้ว มันก็เห็นเข้่นนเอง ว่าเป็นเพียงความรูสึก.

นี่ขอให้ช่วยกันเอาไป คินนิกให้เข้าใจ แจ่มแจ้งอยู่  
ในใจ รวกับว่าแขวนไว้ที่คอ; แขวงไว้ที่คอ คือมันอยู่  
กับเนื้อกับตัวตลอดเวลา, นี่เรารู้สึกคินนิกได้ตลอดเวลา  
เหมือนกับแขวนไว้ที่คอ. อาตมาก็ให้พระเครื่องไปแขวน  
ไว้ที่คอทุกคน คือคำว่า เข้่นนเอง เป็นหัวใจของพระพุท  
ศาสนา, เอาหัวใจของพระพุทศานามาแจกกัน เป็น  
พระเครื่องสำหรับแขวนคอ.

ฉะนั้น ถ้าใครเข้่นนเองไม่ได้ ก็คือคนโง่, อะไร  
เกิดขึ้นมันเข้่นนเองไม่ได้ มันก็คือคนโง่, มันก็ต้องยินดี  
ยินร้ายตลอดเวลา. นี่เอาไปคอยกำหนดดูตัวเอง ว่ามัน  
เป็นอย่างไร; แล้วก็แจกไปตามเรื่องตา หู จมูก ลิ้น กาย  
ใจ : สบายแก่ตา ไม่สบายแก่ตา, สบายแก่หู ไม่สบายแก่หู,  
สบายแก่จมูก ไม่สบายแก่จมูก, สบายแก่ลิ้น ไม่สบายแก่ลิ้น,  
สบายแก่ผิวหนัง ไม่สบายแก่ผิวหนัง, สบายแก่จิตใจ ไม่  
สบายแก่จิตใจ, นี่ทั้ง ๖ คู่ของมันเข้่นนเองเหมือนกันหมด  
เลย ทั้ง ๖ อย่าง และทุกๆ คู่ ที่สบายก็เข้่นนเอง ไม่



สหายกัเช่นนเเอง, มันเ็นเพียงความรูสึกแทนน. เา  
 คำว่า สิบ ว่า ทุข์ ออกไปทั้งหมด ก็เหลือแต่ความรูสึกแทนน  
 ที่เกิดขึ้นตามกฎเหตุปัจจัย ก็กฎแห่งความเป็นเช่นนเเอง.  
 คืออิทัปปัจจยตา.

### อิทัปปัจจยตาคือเรื่องตตตา.

อาตมาพูดหลายครั้งหลายหนแล้ว แต่ยังไม่แน่ใจ  
 ว่าท่านทั้งหลายจะฟังออกหรือจำได้ หรือเข้าใจ จึงบอกแล้ว  
 บอกอีกอย่างน่ำรำคาญ ว่า เรื่องอิทัปปัจจยตานั้น มัน คือ  
 เรื่อง ตตตา แปลว่าเช่นนเเอง, อวิตตตา — ไม่ติดไปจาก  
 ความเป็นอย่างนั้น, อนัญญตตา — ไม่เป็นอย่างอื่นไปจาก  
 ความเป็นอย่างนั้น, ฐัมมัญจิตตา — มันเป็นการตั้งอยู่แห่ง  
 ธรรมคอย่างยิ่ง, ฐัมมนิยามตา — มันเป็นกฎตายตัวของ  
 ธรรมค อิทัปปัจจยตา — คือความที่เหอสังนสังนเบนบอจย  
 สังนสังนงกเกิดขึ้น.

เพราะฉะนั้นอะไรเกิดขึ้น : สวยหรือไม่สวย, น่ำ  
 รักหรือไม่รัก, น่ำยินดีหรือไม่ยินดี, มันก็เป็น สังนสังน  
 เหตุปัจจัยอย่างนั้นแล้วจึงเกิดขึ้น แล้วก็ เป็นเช่นนเเอง.

อย่าไปเที่ยวโง่หลงรัก ที่มันหลอกให้รัก, ไปโกรธไปเกลียด  
 ที่มันหลอกให้โกรธให้เกลียด, อย่างเป็นอยู่ประจำวัน มัน  
 ไม่ปรกติ; มันเหมือนกับถูกตบแก้มซ้ายที่แก้มขวาที่, ถูก  
 ตบแก้มซ้ายที่ถูกตบแก้มขวาที่, อย่างนี้ อยู่ตลอดวัน เพราะ  
 ความที่ไม่มีหัวใจของพระพุทธศาสนาคุ้มครอง. ถ้ามี  
 เช่นนั้นเอง คุ้มครอง มันก็ไม่ใช่เป็นอย่างนั้น; จะไม่ถูกตบ  
 แก้มซ้ายที่แก้มขวาที่ตลอดวัน เหมือนที่เขาเป็น ๆ กันอยู่.

นี่คือหัวใจของพระพุทธศาสนา สรุปรวมลงในคำ  
 ว่า ตถตา แปลว่า เป็นเช่นนั้น. คำนี้จะแปลว่า เช่น  
 ก็ได้, มันเช่นนั้นเอง, เช่นนั้นเอง ก็เหมือนกันแหละ, ความ  
 มันก็เหมือนกันแหละ คือมันเท่านั้นเอง มันแค่นั้นเอง มัน  
 เช่นนั้นเอง. ความหมายมันอยู่ตรงที่ว่า มันไม่แปลก มันเป็น  
 อย่างนั้นเอง : เจ็บไข่มันก็เช่นนั้นเอง, หายมันก็เช่นนั้นเอง,  
 ตายมันก็เช่นนั้นเอง, มันไม่มีความแปลกอะไรสำหรับเจ็บไข้และ  
 สบายก็. แล้วก็ไม่ต้องแปลกอะไรสำหรับมันจะหายหรือมันจะตาย  
 เพราะมันเป็นเช่นนั้นเอง แต่ละอย่าง ๆ เป็นเพียงความรู้สึก.

จงมองให้เห็นว่า ทุกอย่างเป็นเพียงความรู้สึก  
 ทรูสึกทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางผิวหนัง และทางใจ,

มันไม่มีอะไรมากไปกว่าความรู้สึก มองให้เห็นว่ามันเป็นเพียง  
 ความรู้สึก ก็จะเห็นว่า มันแค่นั้นเอง มันเท่านั้นเอง มัน  
 เช่นนั้นเอง อย่าไปโง่หลงยินดียินร้าย พอใจเสียใจ อะไร  
 กับมัน.

ทีนี้จะเอาไปประพาศกันอย่างไร ในเมื่อต้องทำอะไร  
 ทำนา กำขาย ทำกิจกรรมต่าง ๆ นานา? ก็ให้รู้ว่า มันต้อง  
 เป็นเช่นนั้นเอง : ชาติคุณก็เช่นนั้นเอง, กำไรก็เช่นนั้นเอง,  
 รู้จักเช่นนั้นเองของชาติคุณ แล้วมันก็ไม่ทำให้ชาติคุณอีก  
 ต่อไป, รู้จักเช่นนั้นเองของกำไร แล้วมันก็ทำให้มีกำไรได้.  
 แต่เมื่อได้กำไรมาแล้ว อย่าไปบ้า, อย่าไปบ้ากับกำไรที่มันได้  
 มา ให้มองเห็นว่า มันยังคงเป็นเช่นนั้นเองอยู่ตามเดิม.

### รู้เช่นนั้นเองแล้วจิตจะว่าง.

นี่หัวใจของพระพุทธศาสนา ทำให้ไม่ยึดมั่นใน  
 อะไร โดยความเป็นตัวตน หรือความเป็นของคน. ถ้ามี  
 ความรู้เช่นนั้นเองอยู่แล้ว จิตจะว่าง คือจิตจะไม่ไปจับฉวย  
 เอาอะไรเป็นตัวตน เป็นของคน; จิตว่างที่แท้จริงใน  
 พระพุทธศาสนาเป็นอย่างนี้, นอกนั้นเป็นจิตว่างอันธพาล.



คนอันธพาลมันเอาไปใช้เพื่อหาประโยชน์อย่างอันธพาล.  
จิตว่างในพระพุทธศาสนา ก็คือว่า เห็นว่าทุกอย่างมันไม่มี  
ตัวตน, ไม่เป็นตัวตน ไม่ใช่ของคน; เขาใช้คำว่า โลก,  
โลกทั้งหมดทุกโลกด้วยและทั้ง ๆ โลกทุก ๆ โลก เป็นอนัตตา  
คือไม่เป็นตน หรือไม่เป็นของตน. นี่จิตมันก็เห็นความ  
ไม่เป็นตน ไม่เป็นของตนนั้น คือเห็นเช่นนั้นเอง แล้วไม่  
ยึดถือ, มันยึดถือไม่ไหว ยึดถือไม่ได้ ยึดถือไม่ลง, เพราะ  
ว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง จะไปยึดถืออะไรกัน.

นี่ จิตเมื่อไม่ยึดถืออะไร มันก็เป็นจิตที่ว่าง เพราะ  
มันไม่ได้ยึดถืออะไร. จิตที่ว่างมัน ก็สบาย แหละ ส่วน  
บุคคลนั้นก็สบาย, แล้วก็ไม่ได้ไปทำอันตรายใครที่ไหนได้, ไม่  
เอาเปรียบใครได้, แล้วก็สบายด้วย, แล้วก็สามารถทำสิ่งที่  
เป็นประโยชน์ได้. เพราะเป็นจิตที่ลึ้มตา จิตที่ตรัสรู้.  
จิตที่รู้อะไรอย่างแจ่มแจ้งถูกต้อง ก็ทำอะไรถูกต้อง, ก็ ทำสิ่ง  
ที่เป็นประโยชน์ได้.

มัน ได้ผล ก็คือว่า เป็นสุข นี่เป็น ข้อแรก, คนนั้น  
ไม่มีความทุกข์. แล้ว ข้อที่สอง ความมีอยู่แห่งบุคคลนั้น  
มันเป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่นด้วย; ท่านก็พอกระมัง ก็

ควรจะพอแล้วกระมัง จะบ้าเอาไปถึงไหนกันนักเล่า. เมื่อตัวเองก็เป็นผู้มีความสุขด้วย, แล้วความมีอยู่แห่งตัวเองก็เป็นประโยชน์แก่คนอื่นด้วย เท่านั้นนั้นก็ควรจะพอแล้ว. ขอให้มันได้เพียงเท่านั้นเถอะ, ทุกคนเอากันเพียงเท่านั้นเถอะ; ให้ตัวเองมีความสุข ไม่มีทุกข์, พอใจตัวเอง ยกมือให้ตัวเองได้อยู่, แล้วความมีอยู่แห่งบุคคลนั้น ทำให้บุคคลอื่นรอบ ๆ ตัวนั้นพลอยได้รับประโยชน์ตาม ๆ กันไปด้วย ก็ควรจะพอแล้ว.

**ประโยชน์คนและประโยชน์ผู้อื่น ก็ดังพร้อมแล้ว**  
**เพราะมีคนที่ไม่เห็นแก่ตัว;** ไม่มียึดถืออะไรโดยความเป็นตัวตนของตน ที่ทำให้เห็นแก่ตนแล้วเอาเปรียบผู้อื่น; เหมือนที่เขากำลังรบราฆ่าฟันกันในโลก, ในโลกปัจจุบันนี้เวลานี้ เต็มไปด้วยพิษสงแห่งความโง่, ไม่เห็นความเป็นเช่นนี้เอง, ยึดมั่นถือมั่นส่วนใดส่วนหนึ่ง, ยึดถือ ตัวกู—ของกู เป็นใหญ่, ต้องการไปเอาประโยชน์เพื่อ ตัวกู—ของกู, เอาเปรียบผู้อื่น; เมื่อทุกคนเป็นอย่างนี้ มันก็ได้ปะทะกัน ใ้รบราฆ่าฟันกัน ได้แย่งชิงกัน ได้แข่งขันกัน. **โลกนี้ไม่มีสันติภาพ** เพราะเต็มไปด้วยคนโง่, ไม่มองเห็นความเป็นเช่นนี้เอง.

มันก็เช่นนั้นเอง, แม้ มันก็เช่นนั้นเอง,  
 เพราะมัน เป็นแค่เพียงความรู้สึกเท่านั้น; แล้วจะมองเห็น  
 ไปถึงว่า ไ้ลลาภ ไปแย้งชิงเขามา มันก็อย่างนั้นแหละ,  
 สูญเสียลาภ เพราะถูกแย้งชิง มันก็อย่างนั้นแหละ, มัน เป็น  
 เพียงความรู้สึกว่าอย่างนั้น, มันเป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น.

เห็นเข่นนั้นเองสุดยอดคือนิพพาน.

ทันทีที่มาเลือกดูสิว่า ความรู้สึกชนิดไหนเป็นความ  
 ทนทุกข์ หรือ เป็นเหตุให้กระทำสิ่งที่เป็นโทษ ไม่เป็นประ-  
 โยชน์ ก็ไม่เอาความรู้สึกชนิดนั้น, ปล่อยให้มันเป็นเช่นนั้น  
 เองไปตามความรู้สึกชนิดนั้น ไปตามแบบของมัน, คือพวก  
 บาปพวกอกุศลทั้งหลาย มันมีความเป็นเช่นนั้นเองของมัน  
 ก็ปล่อยมันไป. ที่เป็นบุญเป็นกุศล มีความเป็นเช่นนั้นเอง  
 ของมัน ก็เอามา, ถ้ายังต้องการ. แต่ถ้าพอเห็นว่า โอ๊ย,  
 ไม่ไหวไว้วัย ทั้งบาปทั้งบุญ ทั้งกุศลทั้งอกุศล มันเข่นนั้นเอง  
 แล้วเราก็ไม่เอาอะไรดีกว่า; เลื่อนมาหาพระนิพพาน คือ  
 ไม่เอาอะไร ไม่ติดพันในอะไร, ปล่อยวาง อิศระจากสิ่งทง-  
 ปวง ก็มาหาความเป็นเข่นนั้นเองสุดยอด คือพระนิพพาน.



นี่เป็น **เช่นนั้นเอง** ชนิดที่เป็นโลกุตระ เป็นอสังขตะ ไม่เปลี่ยนแปลงอีกต่อไป.

ในโลก นั้นมันมีคู่ ๆ คู่ ๆ นั้น เป็นความเป็นเช่น **เช่นเองที่** หลกหลวง ที่เปลี่ยนแปลง ที่มายา; แต่ถึงอย่างไร ก็ดี มันยังคงความเป็นเช่นนั้นเองเอาไว้วันนั้นแหละ. นี่เรารู้ เช่นนั้นเอง ของเรื่องโลก ๆ เรื่องสังขตะ เรื่องโลกิยะ สำหรับจะไม่เกิดความทุกข์ในโลก หรือว่า **เห็นโลกนี้** โดย ความเป็นเช่นนั้นเอง, ไม่หลงรักหลงยึดถือ, แล้วก็เป็น **โลกุตระ** ขึ้นมาทันที ก็เราไม่จมอยู่ในโลก, แล้วก็เห็นว่า โลกนั้นมันเต็มไปด้วยสิ่งหลกหลวง คือมันเป็นเช่นนั้นเอง; แต่มันหลกหลวงให้เราเห็นว่าตีว่าชั่ว ว่าบุญว่าบาป ว่าสุขว่าทุกข์. “**เดี๋ยวฉันเห็นแล้ว** ฉันก็**ไม่รู้**สึกอย่างนั้นกับแกอีก **ต่อไป**” มันก็เลยกระโดดขึ้นมาอยู่ฝ่ายที่เหนือโลก. ที่ **เช่น-** **นั้นเอง** อีกระดับหนึ่ง เป็นโลกุตระ.

ฉะนั้น คำว่า อนัตตา สุนฺญตา ตถาคตา นี้ใช้ได้ทั้ง แก่โลกิยะ และ แก่โลกุตระ ก็หมดปัญหา. เห็นอนัตตา สุนฺญตา ตถาคตา ของโลกิยะ มันก็**ไม่คิด**อยู่ในโลก หรือใน **โลกิยะ** มันก็พ้น เมื่อ พ้น ก็เป็นเรื่องของโลกุตระ. นี่คือ

ว่า **เข่นั่นเอง** ที่สูงสุด ถึงระดับสูงสุด. เรารู้จักใช้ประโยชน์  
 ของเข่นั่นเองถึงที่สุด ก็**อู**เห็น**ความทุกข์**ได้โดย**ประการ**  
**ทั้งปวง.**

แต่เดี๋ยวนยังเป็นอย่างนั้นไม่ได้ **ยังคงอยู่กับโลกนี้**  
 จะเอาอะไรมาคุ้มครองบ่วงกัน? ก็เอา**ความรู้**เรื่อง**นี้**; **อะไร**  
**มา** ก็**เข่นั่นเอง**ใส่เข้าไป, อะไรมันยื่นหน้าเข้ามา ก็เอา  
 เข่นั่นเองใส่เข้าไป **ไม่ยินดี**ใน**ร้าย.**

จึงหวังว่าจะรู้จัก **ใช้เข่นั่นเอง** นี้แหละ **ต่อสู้กับสิ่ง**  
**ทั้งหลายในโลก** ให้เราชนะมันมากขึ้นกว่าปีที่แล้วมา;  
 อย่าต้องไปนั่งร้องไห้อยู่เลย, อย่าต้องไปหัวเราะเหมือนกับ  
 คนบ้าเลย. **เมื่อยินดีพอใจ** อย่าต้องไปนั่งร้องไห้, **เมื่อไม่**  
**ได้อย่างใจ** ซึ่งชายหนุ่มหญิงสาวเขาเป็นกันมากที่สุด. เขา  
 ยินดีหัวเราะเมื่อได้อย่างใจ, **มานั่งร้องไห้ไปโตหน้าตาย**เมื่อ**ไม่**  
**ได้อย่างใจ**, **นี่คนโง่**เรื่อง**ไม่เห็นความเป็นเข่นั่นเอง** ของ**สิ่ง**  
**ทั้งหลาย**ที่**เข้ามากระทบตน** ทางตา ทางหู ทางจมูก ทาง**ลิ้น**  
 ทางกาย ทางใจ.

ในปีที่แล้วๆ มาแต่หนหลังมันเป็นอย่างไร ปีต่อไป  
 หนักตกว่านั้น, ฉะนั้น **รู้จักใช้เข่นั่นเอง**, เข่นั่นเองนี้  
 ให้มากกว่าปีที่แล้วมา; แล้วให้รู้ว่า คำว่า **เข่นั่นเอง** เป็น  
 หัวใจสรุปยอดของพระพุทธศาสนา เขาเรียกว่า **ตถา** หรือ  
**ตถตา** บ้าง **ตถาตา** บ้าง นี้รวมทุกคำของพระพุทธศาสนา.  
 ที่เป็นความจริงแล้ว มันมาอยู่ที่คำนี้คำเดียวเรียกว่า **ตถา** คือ  
 เข่นั่น **ตถตา** ความเป็นเข่นั่น; ผู้ใดถึง **ตถา** ผู้นั้นเป็น  
**ตถาคต** คือเป็นพระอรหันต์ คือ **ผู้ถึง ตถา**, **ผู้รู้จัก ตถา** **รู้จัก**  
**เข่นั่นเอง** ถึงที่สุด จนไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร. จนไม่ต้องเป็น  
 ทุกข์เพราะอะไร. นี้เรียกว่าเรามี **ตถตา** หรือมี **ตถา** ก็จะ  
 เป็น **ตถาคต** องค์หนึ่งได้เหมือนกัน เพราะว่า **ถึงซึ่งตถา**  
**ถึงซึ่งความจริงแห่งความเป็นเข่นั่นเอง.**

ฉะนั้น คำว่า **ความจริง** นั้น สรุปเหลืออยู่เพียงคำ  
 เดียวว่า **มัน** เป็น **เข่นั่นเอง** จะแยกออกเป็น ๔ อย่าง ๑๐  
 อย่าง ก็อย่างๆ ก็ได้; แต่ถ้ามันจะง่ายสำหรับทุกคนแล้ว  
 ก็มองดูเถอะ จะเห็นว่ามันมา **จริงอยู่**ว่า เป็น **อย่าง** หนึ่ง  
 อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านตรัส, มันเป็นอย่างนั้นเอง. ที่ท่าน  
**ได้ตรัสไว้ว่า** เป็น **ไตรลักษณ์** กิต **เป็นอริยสัจจ** กิต **เป็น**



ปฏิจอสุมุบาท กิติ มัน เป็นอย่าง<sup>๕</sup>เอง, ไม่เป็นไปอย่างอื่น  
ได้. นี่หัวใจของพุทธศาสนาเอามาแขวนไว้ที่คอ.

### พึ่งใช้เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เอง<sup>๕</sup>ค<sup>๕</sup>ุ<sup>๕</sup>พระ<sup>๕</sup>เคร<sup>๕</sup>อง.

เดี๋ยว<sup>๕</sup>อาตมาก็จะแจกพระเครื่องกับเขาบ้างแล้ว คือ  
ว่าแจกพระเครื่อง “เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เอง” ให้ทุกคนเอาไปแขวนไว้ที่  
คอ. ถ้าแก้ปัญห<sup>๕</sup>าหรือคับ<sup>๕</sup>ทุ<sup>๕</sup>ข์<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ได้ แล้วค่อยมาว่าอาตมา,  
ทุกคนมาค่าอาตมา. แต่ขอให้มี เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เอง จริง<sup>๕</sup>ๆ เอะ,  
แล้วใช้ให้ทัน<sup>๕</sup>ท<sup>๕</sup>่วง<sup>๕</sup>ที่<sup>๕</sup>เอะ จะคุ้ม<sup>๕</sup>คร<sup>๕</sup>อง<sup>๕</sup>ได้ ถึงกับไม่เจ็บไม่ไข้  
ไม่เป็นไม่ตายไม่อะไรทุกอย่าง. เมื่อเห็นเข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เอง<sup>๕</sup>เดี่ยวแล้ว  
ก็ไม่มีเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่มีอะไรที่<sup>๕</sup>ไหน.

จึงหวังว่าทุกคนที่อุตสาห<sup>๕</sup>มาลำบากมาก ทำบุญ<sup>๕</sup>ชน<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>ใหม่<sup>๕</sup>  
กัน<sup>๕</sup>กัน<sup>๕</sup>กัน<sup>๕</sup> คงจะได้รับพระเครื่องแขวนคอ<sup>๕</sup>กลับ<sup>๕</sup>ไป<sup>๕</sup>ทุกคน ว่า “เข้<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>  
น<sup>๕</sup>เอง”.

นี่คำพูดสำหรับจะชน<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>ใหม่<sup>๕</sup>กัน<sup>๕</sup>หยก<sup>๕</sup>ๆ อยู่<sup>๕</sup>นี้ พูดอย่าง<sup>๕</sup>  
ให้<sup>๕</sup>ชน<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>ใหม่<sup>๕</sup>ด้วย<sup>๕</sup>มี<sup>๕</sup>คว<sup>๕</sup>าม<sup>๕</sup>รู้<sup>๕</sup>เร<sup>๕</sup>อง<sup>๕</sup> เช่น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>น<sup>๕</sup>เอง มากกว่า<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>ี<sup>๕</sup>เก่า. บ<sup>๕</sup>ี<sup>๕</sup>เก่า  
มัน<sup>๕</sup>รู้<sup>๕</sup>อย่าง<sup>๕</sup>กล<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>กล<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>กล<sup>๕</sup>บ<sup>๕</sup>กล<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup> มัน<sup>๕</sup>ไม่<sup>๕</sup>ค<sup>๕</sup>อ<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>ได้<sup>๕</sup>เน<sup>๕</sup>้น. ไม่<sup>๕</sup>ค<sup>๕</sup>อ<sup>๕</sup>ย<sup>๕</sup>ได้<sup>๕</sup>แยก<sup>๕</sup>แยะ  
อะไร<sup>๕</sup>กัน<sup>๕</sup>ให้<sup>๕</sup>มัน<sup>๕</sup>เห็น<sup>๕</sup>ชัด เรา<sup>๕</sup>คว<sup>๕</sup>ระ<sup>๕</sup>จะ<sup>๕</sup>แยก<sup>๕</sup>แยะ<sup>๕</sup>ให้<sup>๕</sup>เห็น<sup>๕</sup>ชัด ถึง<sup>๕</sup>หัว<sup>๕</sup>ใจ<sup>๕</sup>พระ-  
พุทธ<sup>๕</sup>ศา<sup>๕</sup>ส<sup>๕</sup>นา<sup>๕</sup>กัน<sup>๕</sup>ให้<sup>๕</sup>ได้<sup>๕</sup>มาก<sup>๕</sup>ชน<sup>๕</sup>.

หัวใจพุทธศาสนามันยาว ถ้าทำให้ยาวมันก็ยาว พุค  
 ตังชั่วโมงก็ไม่จบ; หรือว่าจะพุกให้มันสั้นเข้ามา, สั้นเข้ามา,  
 สั้นเข้ามา จนสั้นนิดเดียวเหลือว่า **ตดตา** ก็ **เข่นนั้นเอง**  
 หัวใจของพุทธศาสนา.

ในบางเรื่องใส่ “ไวย” เข้าไปค้วยก็ได้ มัน **เข่นนั้น**  
**เองไวย** แล้วก็หมกความทุกข์ หมกความร้อ้น หรือ “มัน  
 เช่นนี้เองไวย, กูไม่ร้องให้อีกแล้ว” มันจะช่วยได้อย่างนี้.  
 ถ้าบางเรื่องใส่ “ไวย” เข้าไปค้วย, บางเรื่องไม่ต้องใส่, พุก  
 ว่า เข่นนั้นเอง เท่านั้นเอง **เข่นนั้นเอง ก็พอ.**

เอาละเป็นอันว่า การแสดงธรรม หรือเทศน์ หรือ  
 พุก เพื่อวันขึ้นปีใหม่ มันก็พอสมควรแล้ว แล้วก็ดีที่สุด  
 แล้ว. ถ้าเอาไปได้ ถ้ารับเอาไปได้ ก็ไม่มีอะไรดีกว่านี้แล้ว  
 เพราะมันเป็นยอดหัวใจของพระพุทธศาสนาแล้ว; ฉะนั้น  
 ขอให้ทุกคนจง**สำเรือประโยชน์**ในการทำบุญขึ้นปีใหม่ จะได้  
 ดีกว่าเป็นเท่าโดยแท้จริง.

เอาตมาขอยุติการบรรยายครั้งนี้ไว้แต่เพียงเท่านี้.

# รายชื่อหนังสือ ชุดลอยปทุม

อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่
๑.	คู่มือมนุษย์	๗	๒๔.	พ่อแม่สมบูรณ์แบบ	๑
๒.	ศิลปะแห่งการดู ด้วยสายตาผู้สัมผัสปัญญา	๑	๒๕.	อานาปานสติและดับไม่เหลือ	๒
๓.	ศิลปะแห่งการมีพระพุทธรเจ้า อยู่กับเนื้อกับตัว	๑	๒๖.	ธรรมคติและธรรมคิตา	๑
๔.	ธรรมะสำหรับคนเกลียดวัด	๑	๒๗.	ความมั่นคงภายใน	๑
๕.	ธรรม ๒๔ เหลี่ยม (มีภาษาจีน)	๔	๒๘.	โลกพระศรีอารย์ อยู่แต่ปลายจมูก	๒
๖.	พูดกับเฉเร	๑	๒๙.	การทำงานเพื่องาน	๑
๗.	ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๑	๒	๓๐.	สันโดษไม่เป็นอุปสรรค แก่การพัฒนา	๑
๘.	เห็นธรรมชาติ คือเห็นความเป็นเช่นนั้นเอง	๑	๓๑.	ปฏิจางสมุปปาทคืออะไร?	๑
๙.	ธรรมโอสธสำหรับโลก	๑	๓๒.	เค้าเงื่อนของธรรมะ และ อิทัปปัจจยตา	๑
๑๐.	ความมีสุขภาพอนามัยทางจิต	๒	๓๓.	การอยู่ด้วยปัจจุบัน ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต	๑
๑๑.	ปรมัตถธรรมคำกลอน	๑	๓๔.	พุทธศาสตร์ กับ โสยศาสตร์	๑
๑๒.	นิพพานที่นี้และเดี๋ยวนี้	๒	๓๕.	อานาปานสติภาวนา(มีภาษาจีน)	๒
๑๓.	ธรรมพรีใหม่	๓	๓๖.	อิทัปปัจจยตาในฐานะ สิ่งสูงสุดแห่งพระพุทธศาสนา	๑
๑๔.	ตถตาช่วยได้	๑	๓๗.	นรกกับสวรรค์	๑
๑๕.	ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๒	๑	๓๘.	ดับทุกข์สิ้นเชิง	๑
๑๖.	ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๓	๑	๓๙.	มรดกธรรมคำกลอน	๑
๑๗.	ค่าของครู	๒	๔๐.	ทิศทั้งหก	๑
๑๘.	พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงเป็นกัลยาณมิตร	๑	๔๑.	ฟ้าสว่างทางธรรมโมฆชน์	๑
๑๙.	ถอยหลังเข้าคลองกันเถิด	๑	๔๒.	ฟ้าสว่างทางฝ่ายบรรพชิต	๑
๒๐.	การเก็บความโกรธใส่ยุงฉาง	๒	๔๓.	มหรสพของพระอรหันต์	๑
๒๑.	การปรองเป็นทุกข์อย่างยิ่ง การดับเป็นสุขอย่างยิ่ง	๑	๔๔.	ปรมัตถธรรมคำกลอน ตอนที่ ๑	๑
๒๒.	อาหารหล่อเลี้ยงใจ	๒	๔๕.	เช่นนั้นเอง	๑
๒๓.	ปญญิกิริยาวัตถุ	๑	๔๖.	ความสะอาด ความสว่าง ความสงบ	๑





# ช่างห้วมัน

จยีนกราน สลัดทัว ช่างห้วมัน  
ถ้าเรองนั้นนั้น เป็นเหตุ แห่งทุกข์หนา  
อย่าสำออย ตะบอยจัด ไว้อัตรา  
ตัวกุกกล้า ขึ้นเรื่อยไป อัดใจตาย  
เรองนั้นนิด เรองนั้นน้อย ลอยมาเอง  
ไปบวกเบ่ง ให้เห็นว่า จะนิบหาย  
เรองเล็กน้อย ตะบอยเห็น เป็นมากมาย  
แต่ละราย ريبเขยงขวาง ช่างห้วมัน  
เมื่อตัวกู ลูหลุบ ลงเท่าไร  
จะเย็นเยือก ลงไป ได้เท่านั้น  
รอดตัวได้ เพราะรู้ใช้ “ช่างห้วมัน”  
จงพากัน หัดใช้ ไว้ทุกคน.

W. S. S. S.