

BIA-P.2.3.1 / 2-89

ชีวิตเย็น

(ชุดลอยปทุม อันต์ับ ๘๙)



พุทธทาสภิกขุ

อุทิศนา

ลอยธรรมะมาลัย	ลงสู่โลกอันเบียดบีบ
แผ่ธรรมะรังษี	ตามพระพทททรงประสงค์ ฯ
มันหมายจะเสริมศาสน์	สถาปนโลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกศุขสถาพร ฯ
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบ
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวลุสเตรัจฉาน ฯ
จะทกขทนทั้งคืนวัน	พิฆาตกันบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ฯ
บรรชั้พระพทของค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกผองผ่องพันภัย ฯ
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไพศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทั้งปถพี ฯ

พ.ท.

๒๕๒๓



ชีวิตเย็น

[ชุดลอยปทุม อันดับ ๘๘]

ธรรมบรรยายของ

ท่านพุทธทาสภิกขุ

ณ ลานหินโค้ง สวนโมกขพลาราม

อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๑๔ มีนาคม ๒๕๓๐



ศรัทธาบริจาค

ของผู้มาเยี่ยมสวนโมกข์แต่ละปี

พิมพ์ครั้งที่ ๑ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

๒๑ ธันวาคม ๒๕๓๐

(สงวนลิขสิทธิ์เฉพาะการพิมพ์จำหน่าย)

ทำดี ดีแล้ว เป็นพร

ทำดี ดีแล้ว เป็นพร ไม่ต้อง อ้อนวอน
ขอพร ใดๆ ให้กวน.

พรที่ ให้กัน ผันผวน เป็นเหมือน ลมหวาน
อวลไป อวลมา อย่าหลง.

พรทำ ดีเอง มั่นคง วันคืน ยืนยง
ชัดตรง ต่อผู้ รู้ทำ.

อยากรวย ด้วยพร เพียรบำ— เพ็ญบุญกุศลนำ
ให้ถูก ให้พอ ต่อตน.

ทุกคน เกิดมา เป็นคน ชั่วดี มีจน
เป็นผล แห่งกรรม ทำเอง.

ถือธรรม เชื่อกรรม ยำแยง บาปชั่ว กลัวเกรง
ทำแต่ กรรมดี ทวีพรฯ

(พิมพ์ที่พิมพ์โรงพิมพ์วิบูลย์กิจกรุงเทพฯ)

รัชกาลที่ ๑๐ โลกที่กำลังขาดแคลนธรรมะ จึงหวังสร้างสิ่งดี
ทุกสิ่ง; มีแต่ธรรมะ คือสิ่งที่ดีจะสร้างโลกทุกยุคทุกสมัย
 หนึ่งวัน คือสิ่งที่ปรากฏอยู่ในโลกปัจจุบันนี้. แม้จะมีความดีที่
 อดทนไว้ รังรองสละยอม สอนกันจนกระทั่งถึงแก่ไข ก็ยังไม่เต็ม
 ไม่ด้วยสิ่งที่ดีเป็นเช่นนี้ของโลกนี้ไปเลยสักอย่างในโลก นับตั้งแต่ยุค
 ไซปรัส คือรัชกาลอันชานกาล ภัยสิ่งดีหมด เหลือแต่สิ่งดีที่
 ธรรมะ สอดคล้องกัน สอดคล้องกัน และธรรมะที่ประจักษ์แก่
 ฟ้าดิน ธรรมะที่ธรรมะอันดี มีความในสิ่งที่ดีอันดี อันไม่มีผู้ใด
 ครอบงำ, ภาวะอันดีอันดี ก็นี้ทั้งโลก แม้ในสมัยนี้ที่ทั้งโลก
 อยู่ในธรรมะ โดยสักการะ. ผลแห่งธรรมะอันดีของ มีธรรม
คือ ที่นำพา ธรรมะดี อยู่ในโลก.

ชาติทุกชาติจะคิดว่า มันมีสิ่งที่ดีที่ไม่ได้เสียแล้วที่
 ความเป็นไปในโลกเป็นเช่นนี้. ปรารถนาให้เป็นไปอย่างนั้น และผลของ
 เป็นคนดีคนดีแล้ว เห็นสิ่งดีที่คนดีมีใจ = เขาดีด้วยสักคนหนึ่ง ก็
 แล้วกัน โดยไม่ตัดต่อสายใยโลก สักใดก็ตามที่เขาคบอยู่ใน
 ธรรมะดีมี ๗ แต่ประจักษ์ใจ. แต่พอถึงที่นับสิ่ง ธรรมะ = ความสำเร็จ
 เห็นว่า สิ่งที่ดีมีรูป มีใจเพียง และเขาลืมไปเสียได้หมดเสีย และ
มีสิ่งดี; เจาหาสร้าง มีสิ่งดีแบบ สันติภาพกันใหม่ เพื่อให้มี
 โลกที่ดี โลกที่สงบแบบความสงบสุข โดยอาศัยสิ่งที่ดีไว้
 ๑ ธรรม นั้นเอง; จึงได้พยายามพากันเสียแพ้วธรรม ชัก
 ๒ คนกัน ๑ นี้ คือ ทำ ทุก อย่าง เพื่อ ทำ การ กลับ มา แบบ ธรรม ที่ มี
มานะ นี้. การ มี กัน นี้ คือ ธรรม ที่ มี เสีย แล้ว ก็ ดี ที่ มี แต่
ที่ มี เพื่อ ตัด การ ประ สงค์ นี้.

การรู้จักธรรม คือการรู้เอาละไรที่มีอะไรอย่างถูกต้อง คน
ไม่หลงใหลในสิ่งใด แม้ในความสุขหรือความสบาย ก็คิดถึงรู้สึกละ
กับสิ่งที่ได้ อย่าง ยี่สิบ ๑๑. มิฉะนั้นจะเป็น ความสุขชนิดใหม่ ย่อม
ไม่เป็นที่พอใจแห่ง ความหลงใหล สำหรับผู้ที่รู้ธรรมอย่างแท้
จริง. ความเห็นแก่ตัว ย่อมเกิดไม่ได้ เพราะเหตุนี้. ความรัก
เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มิได้ยึดโยง แม้ว่าจะมีความเลื่อม
ล้ำที่ สูงกว่ากัน หากมาปลุกเพียงไร. ผู้ประพฤตธรรม ย่อม
รู้สึกเป็นสุข เมื่อรู้สึกว่ามี ธรรมประพฤตธรรม หรือเมื่อได้ทำ
หน้าที่ ของมนุษย์ อย่างถูกต้อง. ความโกรธพัวพัน ใน
ข้อนี้ ทำให้รู้สึกเป็นสุข. มิหนำซ้ำความสุขอันเป็นภยา
คือ สุขเวทนา กับเพื่อนหนึ่ง คือ ๓๓ หรือ ๑๓๐ ล้าน ๓๒ และ
จิตใจเป็นทุกข์ของเวทนาเหล่านั้น เสียแล้ว.

ธรรมะ ย่อมให้เรารู้จักมีจิตใจ อย่างถูกต้อง รู้จักมีสิ่ง
แตรล้อมสิ่งใด และสิ่งอื่นอย่างถูกต้อง, มีหน้าที่ที่ทรงงาน
ทรัพย์สินสมบัติ ได้ประโยชน์หรือเสีย มีบรรณาการ ฯลฯ อย่าง
ถูกต้อง คือเป็นไม่เพื่อ สันติสุขสันต์บุคคล และ สันต์ภาพ
ของสังคม โดยส่วนเดียว, มิใช่ก่อทุกข์ทุกกาลทุกขณะให้แก่
ใคร แม้แก่สัตว์เดรัจฉาน และพสกนิกรชาติทั้งปวง, มิใช่
ตามอำเภอใจ หรือเห็นแก่เงิน แต่เห็นด้วยดี. คือ
นี้เรียกว่า งาม, สุขใจ, หรือ ย่อมปลอดพ้น ย่อมมี
แก่ผู้ประพฤตธรรม. ข้อนี้ หมายถึง ความว่า ๑๖๖๓ มิใช่สรวิ
หรือ มฤตยูชนิดนี้, มิใช่ สวรรค์ มิใช่ตั้งแต่ วิญญาณ
ประพฤตธรรม เห็นดังนี้ก็ ได้แล้ว.

ชีวิตเย็น.

ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย,

การบรรยายประจำวันเสาร์ แห่งภาคมาฆบูชา เป็นครั้งที่ ๘ ในวันนี้อาทมาก็ยังคงบรรยายในชุด ธรรมะคือสิ่งที่พัฒนาชีวิต ต่อไปตามเดิม แต่มีหัวข้อย่อยสำหรับบรรยายในวันนี้โดยเฉพาะ ว่า **ชีวิตเย็น.**

[บททวน.]

เรื่อง พัฒนาชีวิต ที่บรรยายเรื่อย ๆ มานี้ อาจจะรู้สึกสับสนแก่ผู้ฟังบางท่านบ้างก็ได้ ถ้าไม่ได้กำหนดพิจารณาให้เข้าใจมาโดยลำดับ จึงขอตั้งมายังเรื่องที่จะกำหนดได้

ธรรมะคือสิ่งที่พัฒนาชีวิต ครั้งที่ ๘, ๑๔ มี.ค. ๒๕๓๐

ง่าย ๆ กันอีกสักครั้งหนึ่ง คือเรื่องคำว่า **ชีวิตเย็น**. เราได้
 พุดกันมามากมายถึงข้อควรทราบในเบื้องต้นเกี่ยวกับชีวิตเป็น
 อย่างไร, ชีวิตขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมอย่างไร, ชีวิตกับสิ่ง
 หล้อเลี้ยงชีวิตผูกพันกันอย่างไร; มีทางที่จะพัฒนาได้
 โดยพัฒนาสัญชาตญาณนั้น ๆ ให้เป็นไปในทางแห่ง
 โพรธิ, อย่าได้เป็นไปในทางแห่งกิเลสเหล่านี้เป็นต้น.
 ทั้งหมดนั้นมันก็เพื่อจะรู้จัก สิ่งสักสิ่งหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุด คือ
 สิ่งที่เราเรียกว่า **ชีวิตเย็น**.

ระดับของความเย็นมทางศีลธรรม-ปรมัตถ์.

ขอให้เข้าใจไว้ตลอดกาลเลยว่า เรื่องของคำพูดนั้น
 มันกำกวมได้, คำพูดของมนุษย์กำกวมได้ ไม่ว่าแต่โบราณ
 หรือเดี๋ยวนี้, ไม่ว่าภาษาไทยหรือภาษาบาลีมันกำกวมได้, ต้อง
 รู้ว่าเรากำลังพุดกันถึงเรื่องอะไร ระดับไหน โดยเฉพาะ
 มันก็จะไม่กำกวม, เราจึงต้องพุดกันในข้อนี้แหละเป็นส่วน
 ใหญ่ ว่าเรากำลังพุดกันในแง่ไหนส่วนไหน.

ฉะนั้น คำว่าเย็น ๆ ในภาษาไทย ธรรมดาสามัญที่
 เป็นภาษาคน มันก็อย่างหนึ่ง, ภาษาบาลีที่เป็นภาษา

ธรรม ก็อีกอย่างหนึ่ง. ในภาษาไทยมันก็ยังกำกวมในข้อ
 ที่ว่า ถ้าเย็นสบายอยู่ได้ร่มไม้มีลมพัด มันก็เย็นสบาย คำว่า
 เย็นก็เป็นสิ่งที่ปรารถนา; แต่ถ้ามันเย็นหมดไม่มีความ
 ร้อนเหลืออยู่เลย มันก็คือตาย มันก็สู้ไม่ไหว, เย็นมันก็
 คือตาย ถ้ามันไม่มีความร้อนเหลืออยู่เลย. นี่คำว่าเย็น ๆ มัน
 ก็เลยเป็นคำที่กำกวมขึ้นมา.

บางทีคำว่าเย็น ๆ มีความหมายที่ไม่ต้องการ
 ปรารถนากันก็มีอยู่; เช่นว่าคนนี้ ใจเย็น เสียเหลือเกิน
 จนไม่รู้จักจะทำอะไร, ใจเย็นจนไม่รู้จักจะทำอะไร อย่างนี้
 มันก็ไม่ไหว, ถ้าว่าใจเย็นทนได้ไม่ไกรธง่าย นี่มันก็ดี.
 คุณความกำกวมของภาษา แล้วก็รู้ไว้ดี ๆ ว่า เรากำลังพูดถึง
 ความหมายไหนในลักษณะอย่างไร. ภาษาบาลี ก็เหมือนกัน
 มันมีอยู่หลายระดับ : ใน ระดับชาวบ้าน มันก็เย็นสบาย
 เย็นออกเย็นใจ เรียกว่า นิพพุตะ, ถ้า สูงสุด ก็เรียกว่า นิพพาน
 แล้ว ภาษาบาลีคำว่าเย็นนี้ใช้ได้หลายความหมาย ซึ่งจะได้
 พิจารณากันข้างหน้า.

รวมความว่า เย็น ใน ความหมายศีลธรรม ก็อย่าง
 หนึ่ง, เย็น ใน ความหมายของปรมาตธรรม มันก็อย่างหนึ่ง.

ในความหมาย ทางศีลธรรม ก็หมายถึงเย็นอกเย็นใจ เรียก
 โดยภาษาบาลีว่านิพพุติ ๆ. พอให้สังเกตอีกครั้งหนึ่งว่า ที่
 พระบอกอานิสส์ศีลว่า ส่เลน นิพพุติง ยันติ—ไปถึงนิพพุติได้
 ก็เพราะศีล; นิพพุติ นี้ก็แปลว่าเย็น แต่ยังไม่ถึงนิพพาน
 คือเย็นอย่างชาวบ้านต้องการ เย็นอกเย็นใจนั่นแหละ เรียกว่า
 นิพพุติ; แต่ถ้าในระดับปรมาัตถธรรม มันหมายถึงเย็น
 เพราะหมดกิเลสโดยสิ้นเชิง, เย็นอย่างนี้ ไม่เรียกว่านิพ-
 พุติเสียแล้ว, เรียกว่านิพพานเลย นิพพาน เย็นในส่วน
 จิตใจในส่วนลึกของจิตใจ. นี่ความหมายของคำว่าเย็น ๆ
 ในทางศีลธรรมทั่ว ๆ ไปนี้ก็อย่างหนึ่ง, ในทางปรมาัตถธรรม
 ชั้นสูงสุดก็มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง, ถ้าว่าเย็น ในทางสูงสุด
 ก็เป็นเรื่องทางจิตทางวิญญาณ ซึ่งคนธรรมดาจะไม่ชอบ
 ไม่ต้องการก็ได้, มันเย็นจนเรียกว่าชาวบ้านไม่ต้องการ, คน
 มีกิเลสไม่ต้องการเย็นชนิดนั้น เย็นอย่างนิพพาน.

นี่ความที่ว่ามันกำกวม มันปนกันยุ่ง ไม่มีอะไร
 ปรุแง่ง มีความสะอาด มีความสว่าง มีความสงบถึง
 ที่สุด คนก็ว่าจิตซัดเกินไป หรือว่าไม่รู้จักรัก ไม่รัก ไม่โกรธ
 ไม่เกลียด ไม่กลัว ไม่ตื่นเต้นต่ออะไร ไม่วิตกกังวลอาลัย

อวรณ์อะไร ไม่อิจฉาริษยาใคร ไม่คูหมีนใคร ไม่ยกตนข่ม
 ท่าน ไม่หวังไม่หึง ไม่อะไรไปเสียทุกอย่าง, คนธรรมดาก็
 ว่าจะมากเกินไป เพราะเขายังชอบให้มีอะไรมาช่วยๆ ให้
 ตื่นเต้น ให้สนุกสนาน.

เขียนอย่างศีลธรรม.

จะพูดกันถึงคำว่าเขียนในแบบศีลธรรมก่อน คือ
 นิพพุติ, นิพพุติเป็นคำบาลี ควรจะได้ยินได้ฟัง แล้วก็ควร
 จะจำไว้ได้ด้วย, แล้วควรจะเข้าใจดีด้วย แปลว่าเขียนในความ
 หมายทางศีลธรรม คือยังอยู่ในโลก ยังเป็นไปตามวิสัยโลก,
 พวกเราคงจะพูดกันอยู่บ่อยๆ ด้วยคำว่าเขียนนอกเขียนใจ เขียนนอก
 เขียนใจ อย่างนี้ ไม่ได้หมายถึงนิพพาน.

ในบาลีก็มีเรื่องราวถึงคำนี้พอเป็นเครื่องสังเกตได้
 อย่างเรื่องในอรรถกถาธรรมบท : ในวันที่เขาประกวดเลือก
 พระชายาของพระสิทธัตถะ มีหญิงสาวโคตมีในตระกูลโคตมะ
 คนหนึ่ง เขาก็ร้องออกมาว่าบุรุษนี้หมายถึงคนหนุ่ม พระสิท-
 ธัตถะคนนี้ ถ้าเป็นลูกของผู้หญิงคนใด แม้คนนั้นก็จะเป็น

นิพพุตา, ถ้าเป็นลูกของพ่อคนใด พ่อนั้นก็จะเป็นคือเป็นนิพพุโต, ถ้าเป็นภัสตาของหญิงใด หญิงนั้นก็จะเป็นเป็นนิพพุตา; อย่างนี้ไม่ใช่นิพพาน, เห็นกันชัดๆว่า คำว่าเย็นในความหมายว่านิพพุติ ๆ นี้ไม่ใช่นิพพาน.

เย็นอย่างชาวบ้านต้องการ กันทั่วไป ว่าเย็นนอกเย็นใจ ; มีบุตรดีพ่อแม่ก็เย็นนอกเย็นใจ, มีภรรยาดีสามีก็เย็นนอกเย็นใจ, มีสามีดีภรรยาก็เย็นนอกเย็นใจ, มีเพื่อนดีเพื่อนก็เย็นนอกเย็นใจ, มีลูกศิษย์ดีก็เย็นนอกเย็นใจ, มีคนใช้ดีก็เย็นนอกเย็นใจ, มีเจ้านายดีก็เย็นนอกเย็นใจ, แม้แต่มีสัตว์เลี้ยงดี มีสุนัข มีแมว มีไก่ดี มันก็ยังเย็นนอกเย็นใจ ; เคยได้ยินเขาเรียกกันว่า *แมวกู้ทรัพย์*, *ไก่กู้ทรัพย์*, *หมากู้ทรัพย์* อะไรกันก็ไม่ว่า มันก็คงมุ่งหมายอย่างเดียวกันนี้แหละ ; ถ้ามันมีหมาแมวชนิดนี้ แล้วก็คนเจ้าของก็เย็นนอกเย็นใจ, ที่จริงมันก็น่าสนใจอยู่เหมือนกัน ถ้ามีแล้วมันเย็นนอกเย็นใจ. ความเย็นนอกเย็นใจในความหมายธรรมดา ที่คนทั่วไปก็รู้สึกได้ และต้องการกันอยู่นี้เรียกว่าเย็นแบบศีลธรรม เย็นแบบนิพพุติ ยังไม่ใช่นิพพาน.

เขียนอย่างนิพพาน.

ที่นี้ก็มาถึงคำว่า นิพพาน คำว่านิพพานนั้นมันมี
 ประวัติที่ยาว ตั้งแต่อย่างต่ำๆ เตี้ยๆ จนมาถึงสูงสุด
 ที่เดียว คือมนุษย์ก็รู้จักคำว่า เย็นหรือความเย็น ก็เรียกความ
 เย็นแม้ในระดับต่ำที่สุดของปลูชนว่าเย็นๆ, ต่อมาผู้มีปัญญา
 สูงขึ้นไป โอ้, แค้นไม่เย็น ยังไม่เอา เราจะเอามากกว่านี้,
 แล้วก็เอามากกว่านี้ จนกว่าจะถึงนิพพานแท้จริงและสูงสุด.
 ฉะนั้นคำว่า นิพพานๆ ในภาษาบาลีนั้น มันมีตั้งแต่อย่าง
 ต่ำที่สุด ไม่ถึงศีลธรรม ด้วยซ้ำไป เป็นเพียงธรรมชาติ
 เย็นตามธรรมชาติ, แล้วก็เย็นทางศีลธรรมทางคุณธรรม
 สูงขึ้นมา, ก็เรียกว่าเย็นๆ คือนิพพานๆ ทั้งนั้น. มนุษย์
 รู้จักก่อนเพราะ รู้จักได้ง่าย แล้วก็ถือเป็นหลักว่าเราต้องการ.
 ถ้าครูบาอาจารย์พวกไหนมาสอนเรื่องเย็นก็สนใจ แล้วก็ปฏิบัติ
 ตามเพื่อเย็นๆๆ ขึ้นไปตามลำดับ. เมื่อคนยังโง่มากยัง
 เป็นป่าเถื่อน ยังเป็นชาวป่าอยู่ ก็รู้จักเย็นกันแต่ในระดับ
 ต่ำๆ ระดับน้อยๆ, มันจะรู้มาตั้งแต่ก่อนนั้นเสียอีก คือรู้มา
 ตั้งแต่เรื่องทางวัตถุไม่ได้เกี่ยวกับจิตใจ มันเย็นทางวัตถุ เช่น
 น้ำเย็นๆ ก็เอาคำว่าเย็นนั้นเป็นคำตั้งต้นของความรูสึกที่ควรจะ

มี; ดังนั้นคำว่านิพพาน^๕นี้จึงได้ใช้กันมา ตั้งแต่เรื่อง
ทางวัตถุทางร่างกาย กระทั่งเรื่องทางจิต ทางวิมุตตญาณ
สูงขึ้นมาตามลำดับ, ขอให้เข้าใจไว้ด้วยสำหรับคำว่านิพพาน.

นิพพานในทางวัตถุ เช่นว่าถ่านไฟแดงๆ เย็นลง
เป็นสีจาง^๖ ก็เรียกว่านิพพาน คือถ่านมันนิพพาน, ถ่านไฟที่
ลุกโพลงมันนิพพาน กระทั่งว่าอาหารคือข้าวสุกข้าวต้มหุง
ปรุงขึ้นมาใหม่ๆ ทันที กินไม่ได้ ร้อน ต้องรอให้มันนิพพาน
เสียก่อน. นี่คำพูดอย่างนี้ใช้กันอยู่ในครัว ในบ้านในเรือน
ในครัวว่า เย็นลงแห่งสิ่งที่ร้อน วัตถุที่ร้อน, ทำวัตถุที่ร้อน
ให้เย็น ก็เรียกว่าทำให้นิพพาน. ในบาลีมีกล่าวถึงข้างทอง
เมื่อเขาจะทำให้ทองที่หลอมเหลวกว้าง เย็น เขาเอาน้ำมารด
เอาน้ำมารดมันให้มันเย็น, คำนี้ก็ใช้คำว่าทำให้มันนิพพานด้วย.
คำว่า นิพพานเป็นคำธรรมดา ถึงขนาดนี้, ทำให้เย็นก็
เรียกว่า ทำให้นิพพานในทางวัตถุ.

ทีนี้ต่อมาใช้นิพพานกับสัตว์เดรัจฉาน, สัตว์
คู่ร้ายมีอันตราย หรือสัตว์ป่าที่ไม่ได้รับการฝึกฝน มี
อันตรายนมาก เอามาฝึกฝน ๗ จนเชื่อง, ที่เราเห็นได้ง่าย ก็
เช่นช้างป่า มันคู่ร้ายเท่าไร เอามาฝึกมาทำกันไม่กี่เดือนมัน

เรื่องเหมือนกับแมว. ข้างป่าควายป่าอะไรป่าที่ต้องเอามา
ฝึกกันจนกว่าจะเชื่อง นี่ก็เรียกว่าทำให้มันนิพพาน, ทำให้
มันเย็นเหมือนกัน, นี่ก็ความหมายหนึ่ง.

ที่นี้ก็มาถึงคน เรื่อง นิพพานของคน มีความรู้สึก
ของคนต่าง ๆ กัน ใครชอบรู้สึกเย็นอย่างไร ก็เอาอย่างนั้น
แต่ที่เป็นกิจลักษณะกล่าวไว้ในบาลี ก็มีตั้ง ๓ ชั้น : เอา
กามารมณ์ พอใจ ได้กามารมณ์ พอใจไปเสียทุกอย่าง ก็เรียก
ว่าเย็นเรียกว่านิพพาน เอานิพพานเป็นกามารมณ์, ฟังดู
สมัยแล้วก็น่าหัวหรือหน้าขยะแขยง ว่าเอากามารมณ์เป็น
นิพพาน. ต่อมาเมื่ออาจารย์ที่พบสูงกว่าไอ้, ไม่ไหว ๆ เรา
ไม่เอา ก็เอารูปฌานสมาธิประเภทรูปฌานนั้นเป็น
นิพพาน, เป็นจบของความเย็น ที่สุดของความเย็น. ต่อ
มาก็มีการค้นพบสูงขึ้นไปกว่า คือพบอรุฌาน เอ้า, ก็ไม่
เอาแล้วรูปฌาน เอาอรุฌาน ก็สูงสุดกันอยู่ที่นั่นเสียที่
หนึ่งก่อน, ก่อนพระพุทธเจ้า เกิด.

อาจารย์คนสุดท้ายของพระพุทธเจ้าก็สอนเรื่องเนว-
สัญญาณาสัญญาตนะ, อุทกคาบสรามบุครหรืออะไรชื่อ

อย่างนั้นสอนให้แก่พระพุทธเจ้า, แล้วก็ว่านี่ที่สุดแห่งความ
ทุกข์ คือนิพพาน นั้นแหละ; แต่พระพุทธเจ้าท่านยอม
รับไม่ได้ หมายความว่าท่านไม่ยอมรับ ก็ออกจากอาจารย์
คนนั้น ไปค้นหาของพระองค์เอง จึงพบเรื่องนิพพาน
หรือเรื่องเย็นเป็นที่พอใจ ที่ความไม่ยึดมั่นถือมั่น.

ความไม่รู้สีกว่ามีตัวมีตนมีของตน, ไม่ยึดมั่น
สิ่งใดโดยความเป็นตัวตนเป็นของตน, ไม่เกิดกิเลสใดๆ
ขึ้นมาได้เลย. โลภะเกิดไม่ได้, โทสะเกิดไม่ได้, โมหะเกิด
ไม่ได้, กิเลสทั้งหลายเกิดไม่ได้ เพราะไม่มีความยึดมั่น
ถือมั่นว่าตัวตน, ทรงพอพระทัยนี้เป็นที่สุด เป็น
นิพพานที่ควรจะถือเอาเป็นที่สุด; แล้วก็ ทรงสอนอย่าง
นั้น แล้วก็สอน เรื่อยๆ มา จนกระทั่งทุกวันนี้ก็ ไม่มีใคร
สามารถบัญญัตินิพพานให้สูงไปกว่านั้นได้. ก่อนนั้นมัน
ก็มีแต่ระดับต่ำแล้วก็ค่อยสูงขึ้นมา—สูงขึ้นมา—สูงขึ้นมา, ชีวิต
เย็นเป็นนิพพานจบลงตรงที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบแล้ว
สอน, หมอดอวิชาตมหาอุปาทานว่าตัวตน แล้วก็ ไม่
เกิดกิเลสใดๆ.

กิเลสทั้งหลายเป็นความร้อน ; เมื่อไม่เกิด
 กิเลสใดๆ มันก็ไม่มีความร้อน มันก็มีความเย็น ; แต่
 มันก็เป็นเรื่องเย็นทางจิตทางวิญญาณอีกความหมายหนึ่ง, ไม่
 ใช่อื่นทางวัตถุทางฟิสิกส์ เหมือนอย่างที่เหมาะสมที่ว่ามันไม่
 มีความร้อนเหลือเลย คนมันก็ตายทั้งนั้นแหละ, มันคน
 ละอย่างอย่างนี้. ในทางจิตทางวิญญาณไม่มีความร้อน
 เหลือเลย หมดโลภะ โทสะ โมหะ โดยประการทั้งปวง
 คนก็ไม่ตาย แล้วก็เย็น ก็คือเย็น แล้วก็ไม่ใช่ตาย.
 นิพพานนั้นไม่ใช่ตาย ถ้าว่านิพพานคือตาย มันก็ง่ายนิดเดียว
 ซ้อย่าฆ่าแมลงมากินด้วยหนึ่งก็ได้นิพพานแล้ว, มันก็ไม่
 ลำบากอะไร ถ้านิพพานหมายถึงตาย. ฉะนั้นให้รู้ว่านิพพาน
 นั้นคือเย็นที่ถูกต้องถึงที่สุด คือเย็นทางจิตทางใจ ไม่มี
 ความร้อนทางจิตทางวิญญาณ ก็เรียกว่านิพพาน, หรือชีวิต
 เย็นในระดับสูงสุดฝ่ายปรมาตมธรรม.

เอ้า, สรุปลความสั้นๆ อีกที่ว่า ถ้าเย็นในฝ่ายศีล-
 ธรรม มันก็นิพพุติ เย็นอกเย็นใจ, เย็นอยู่ที่บ้าน เย็นอยู่
 ที่เรือน ทุกอย่างเป็นไปอย่างที่ไม่ต้องเกิดโมโหโทโส, นั้น

เท่านั้นแหละได้เพียงเท่านั้น, ยังมีตัวตนอยู่ มีอะไรที่ว
 րกวนอยู่ แต่ไม่ถึงกับจัดว่าเป็นอันตรายศัตรูอะไรนัก เพราะ
 เราต้องการกันในระดับต่ำอยู่ที่บ้านที่เรื่อน มีแต่ความเย็นอก
 เย็นใจก็พอแล้ว, นี่ก็เรียกว่าชีวิตเย็น.

เอาละ, เป็นอันว่าชีวิตเย็นนี้แบ่งได้เป็น ๒ ประ
 ភេท คือ อย่างศีลธรรม, แล้วก็ อย่างปรมัตถธรรม;
 แล้ว แต่ละอย่างๆ แบ่งออกไปได้เป็นหลายระดับ เป็น
 หลายระดับ แล้วแต่จะมุ่งหมายกันถึงพวกไหน ในปริมาณ
 เท่าไร ในระยะเวลาเวลาเท่าไร. นิพพานอย่างไม่มีเชื้อเหลือ
 ไม่มีอุปธิเหลือ, นิพพานอย่างไม่มีอุปธิเหลือ นี่แม้สูงสุด
 แล้วก็ยังมีแบ่งเป็นระดับ.

เรามาศึกษาถึงเรื่อง ชีวิตเย็น เท่าที่เราในสมัยนี้
 จะประพฤติปฏิบัติได้ จะมีได้ ก็จะต้อง, แม้ว่าจะยังไม่ถึงกับ
 เป็นพระอรหันต์ หมกกิเลสโดยสิ้นเชิง ก็ขอให้รู้จักควบคุม
 มันไว้ อย่าให้มันโผลงขึ้นมา. นี้คุณต้องเข้าใจว่า กิเลส นั้น
 ถ้ามัน โผลงขึ้นมาได้ มันก็ร้อน, ถ้าควบคุมไว้ไม่ให้
 โผลงขึ้นมา มันก็ยังไม่ร้อน ไม่ท้อร้อน. อีกอันหนึ่ง

มันหมดกิเลสเลย หมดกิเลสเลยนั่นมันอย่างหนึ่ง นั่นมันไม่มีปัญหา; แต่ถ้ามันมีปัญหายังมีกิเลสอยู่ มันก็ต้องคุมไว้อย่าให้มันโพล่งขึ้นมา, เหมือนกับไฟถ้าอย่าให้มันลุกขึ้นมา มันก็ไม่ไหม้บ้านไหม้เรือน.

ฉะนั้น คนมีกิเลส ก็ตั้งหน้าตั้งตา ควบคุมมันไว้ อย่าให้มันโพล่งขึ้นมา; พอมันได้เหยื่อทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ อะไรก็ตาม, มีสติสัมปชัญญะควบคุมมันไว้ดี ๆ อย่าให้มันโพล่งขึ้นมา ก็ได้รับรสอย่างเดียวกับนิพพาน; แม้ว่าจะไม่เป็นนิพพานโดยสมบูรณ์ โดยถึงที่สุด มันก็เป็นนิพพานที่น่าพอใจ ที่ควรจะพอใจ หรือน่าพอใจ, ที่ว่ากิเลสมันไม่โพล่งขึ้นมา มันจะมีเชื้อแห่งโลกะ โทสะ โมหะ อยู่ข้างในก็ตามใจมัน ฉันทไม่ให้มันโพล่งขึ้นมาได้ มันก็เย็นแหละ มันก็เยือกเย็น.

ฉะนั้นเรามีสติปัญญาสัมปชัญญะ ครอบถ้วนจัดการไว้ดี ควบคุม สิ่งเหล่านี้ไว้ให้ดี ทั้งภายนอกและภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ, รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ รัสมารมณณ์ ให้เป็นเป็นไปอย่างชนิดที่มันไม่โพล่งเป็นไฟขึ้น

มา ก็จะเรียกว่าชีวิตเย็น ในรูปแบบแห่งนิพพาน เกินกว่านิพพุติ ซึ่งเย็นอย่างชาวบ้าน.

หลักปฏิบัติในการมีชีวิตเย็น.

ถ้าจะพูดให้เป็นหลัก ๆ เย็นอย่างนิพพาน ก็จะพอพูดได้ว่า :—

ข้อที่ ๑ เพราะไม่มีการยึดมั่นในสิ่งใด เพราะเห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา, เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่เสมอในสิ่งที่มากระทบ หรือในสิ่งที่ เป็นภายในที่ ตั้งอยู่, เช่นขันท์ ทั้ง ๕ เช่นอายตนะทั้ง ๖ อะไรเหล่านี้ เราเห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ของมันอยู่ ก็ไม่ไปยึดมั่นในสิ่งเหล่านั้น ทั้งภายนอกและภายใน, ไม่ยึดมั่นโดยความเป็นตัวตนเป็นของตน เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตาของมันอยู่เสมอ จนกระทั่ง เห็นว่ามันเป็นอย่างนั้นแล้ว มันไม่มีตัวตน เป็นสูญญตา คือว่างจากตัวตน, แล้วที่ที่ สุกกว่านั้นก็คือ เห็นว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง.

เรื่องนี้อาตมาได้พูดมาก็ครั้งแล้ว ขอให้ช่วยทบทวน
กันดูบ้าง : เรื่องคำว่า **เช่นนั้นเอง เช่นนั้นเอง** พวกกัน
มาก็สิบครั้งแล้ว แล้วใครได้รับประโยชน์หรือเอาไปใช้ให้
เป็นประโยชน์ได้อย่างไร. ถ้าเห็น**เช่นนั้นเอง เช่นนั้นเอง**
โดยถูกต้องครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ก็เป็นพระตถาคตองค์หนึ่ง
เสียแล้ว ไม่ต้องมานั่งทรมานอะไรกันอยู่อีก.

ขอให้จำคำว่า **สุญญตา ตถาตา** สุขยอกไว้เถอะ
เห็นอนิจจังว่า มันไม่เที่ยง, เห็นทุกขังว่า เพราะไม่เที่ยงมันจึง
ทรมานเอา, แล้วเห็นว่าไม่มีใครต่อต้านมันได้มันเป็นอนัตตา,
ทั้งหมดนี้รวมกันแล้ว คือ มันไม่มีตัวตนไว้ย มันเป็น
สุญญตา เป็นสุญญตาแล้ว. สรุปรเรียกอีกทีหนึ่งว่า โอ,
เช่นนั้นเองไว้ย, เช่นนั้นเองไว้ย. เมื่อเห็นสุญญตา-
ตถาตาแล้ว มันจะไม่ยึดมันสิ่งใด, ไม่ยึดมันสิ่งใด โดย
ความเป็นตัวตนของตน. นี้กิเลสไม่เกิด กิเลสที่มีอยู่ก็
ร่อยหลอไป, ร่อยหลอไป จนกระทั่งหมดไป เพราะความ
ไม่ยึดมันถือมันสิ่งใดโดยความเป็นตัวตนหรือของตน, นี้เป็น
ข้อที่ ๑ ไม่ยึดมันถือมันสิ่งใดโดยความเป็นตัวตนเป็น
ของตน.

ที่^๕ ข้อที่ ๒ ไม่มีการปรุงแต่ง คำนี้คงจะพึงยาก
อธิบายยากและพึงยาก, ไม่มีการปรุงแต่ง. เมื่อใดมีการ
ปรุงแต่ง เมื่อนั้นมีของร้อน มีกิเลส; ปรุงแต่งโดยเฉพาะ
ก็ในภายใน, ปรุงแต่งข้างนอกเป็นเรื่องวัตถุ ไม่มีปัญหาอะไร,
ปรุงแต่งข้างในชิมันมีปัญหา : รูปเข้ามาทางตา, เสียงเข้า
มาทางหู, กลิ่นเข้ามาทางจมูก อะไรก็ตาม, มาถึงจิตใจแล้ว
มันมีการปรุงแต่ง, ปรุงแต่งเป็นวิญญาณขึ้นมาบ้าง, ปรุงแต่ง
เป็นผัสสะขึ้นมาบ้าง, ปรุงแต่งเป็นเวทนาขึ้นมาบ้าง, ปรุง
แต่งเป็นตัณหาเป็นอุปาทาน, มีการปรุงแต่งของสิ่งเหล่านั้น
ของปัจจัยเหล่านั้น ปรุงมา ๆ ๆ. พอมาถึงขั้นอุปาทาน
มีตัวกู เป็น ของกู แล้วไม่ต้องสงสัย ที่^๕ มัน ก็เป็นทุกข์
เพราะมันมีตัวขึ้นมาแล้ว มันก็หนัก เพราะแบกตัว ถือ
ตัว ดำรงตัว เห็นแก่ตัว หนักที่สุด; ถ้าไม่มีการปรุงแต่ง
อย่างนั้น มันก็ไม่มีเรื่องอะไร. เพราะมันมีสังขารคือ
การปรุงแต่ง มันจึงมีเรื่องไปทั้งหมด : ปรุงแต่งอย่างที
ก็บ้าไปตามที ยุ่งไปตามที เมาคับาคีไปตามเรื่องของมัน,
ปรุงแต่งไปในทางชั่ว มันก็เป็นทุกข์ทรมานลำบากเจ็บปวด
ยุ่งยาก เอ้า, มันก็ทุกข์ไปตามแบบของมัน, เรื่องนี้ไม่ค่อย
จะอยากพูด เพราะว่ามันเสี่ยงต่อการถูกค่า. ถ้าว่า ปรุงแต่ง

ไปตามบุญ มันก็ยุ่งไปตามแบบบุญ, ถ้าปรุงแต่งไป
ทางบาป มันก็ยุ่งไปทางบาป; อย่าปรุงแต่งกันเสียเลย
อย่าต้องเป็นบุญเป็นบาป อย่าต้องเป็นดีเป็นชั่ว อย่าให้มีการ
ปรุงแต่ง.

พึงใช้ธรรมะสี่เกลอ.

ที่นี้ จะไม่ปรุงแต่งได้อย่างไร ก็มี สติ สัมปชัญญะ
สมาธิ ปัญญา ธรรมะ ๔ เกลอครบถ้วนอยู่ อะไรเข้ามา
ก็เผชิญหน้าด้วยธรรมะเหล่านี้. สติสัมปชัญญะ สำคัญ
ที่สุด; ถ้าพวกกันอย่างเดียวกับพวกเรื่องสติ, สติมีแล้วก็จะ
หยุดการปรุงแต่ง คือไม่ให้เกิดการปรุงแต่ง, แล้วก็หยุด
กระแสแห่งการปรุงแต่งด้วย. ถ้ามันมีการปรุงแต่งไปบ้าง
แล้ว มีกระแสกำลังไหลไป สติมันก็หยุดกระแสเหล่านั้นเสีย;
นี่มัน มีประโยชน์ทั้งที่ว่าจะไม่ให้เกิดการปรุงแต่ง, ไม่ให้
เกิดกระแสแห่งการปรุงแต่ง, แล้วมันยังสามารถที่จะหยุด
กระแสแห่งการปรุงแต่ง ที่เกิดขึ้นมาบ้างแล้ว ให้หยุดเสีย.

สตินี้เป็นธรรมะสำคัญที่สุด, ขอให้สนใจคำว่า
สติๆ, ถ้าปราศจากสติไม่มีสติแล้ว มันล้มละลายหมดแหละ

แม้จะเดินไปไหนมาไหนก็เดินไม่ถูก จะทำอะไรมันก็ไม่ทำไม่ถูก. ถ้ามีสติมันเป็นเหตุให้ระลึกได้ : ผิดถูกอย่างไร ชั่วดีอย่างไร มันระลึกได้มันระลึกได้. ระลึกอะไรละ ก็ระลึกเอาปัญญาที่ได้ศึกษามาเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในการกระทบกันกับอารมณ์ เอาปัญญามาเฉพาะส่วนที่มันจะแก้ไขเหตุการณ์อันนี้, ไม่ใช่ต้องเอามาทั้งหมด, ไม่ใช่ต้องระลึกทั้งหมด. เอามาเฉพาะส่วนที่มันจะต่อสู้สถานการณ์อันนี้ มากลายรูปเป็นสัมปชัญญะ ยืนคุมอยู่ที่เดียว มาเผ่าจ้องยืนคุมอยู่ไม่ละไปจากสายตา, นี่เป็นสัมปชัญญะ. แล้วก็ มีสมาธิ คือมีกำลังใจพอที่จะทุ่มเทกำลังจิตทั้งหมด ที่จะให้มันเป็นไปตามความถูกต้องของสติ นี่ก็ต้องใช้สมาธิกันในตอนนั้น จึงจะสู้อารมณ์นั้นไหว.

ขอให้จำธรรมะ ๔ อย่างนี้ไว้ว่าสำคัญที่สุด แล้วมันเป็น team work คือมันต้องทำงานร่วมกัน สติ ปัญญา สัมปชัญญะ สมาธิ ถ้าเรียงอย่างนี้ก็จะเป็นไปตามลำดับเหตุการณ์, มีสติระลึกได้ เป็นข้อแรก เมื่อเหตุการณ์เกิดขึ้นว่าอะไรเป็นอย่างไร ก็คือ ระลึกถึงความถูกต้องหรือปัญญา เพราะต้องการปัญญา สติระลึกถึงปัญญา แล้วก็เอาปัญญา

ส่วนที่มันตรงกับเรื่องที่เกิดขึ้น, ไม่ใช่เอามาทั้งหมด เพราะมันหลายชนิดนัก หลายเรื่องนัก, เอาบัญญัตินั้นมาทำ เป็นสัมปชัญญะ คุมเหตุการณ์นั้นๆ. ถ้ากำลังใจอ่อน ไปมันสู้ไม่ไหว มันจะยอมแพ้ มันจะล้มละลาย ต้องมีสมาธิ มีสมาธิที่ดำรงไว้อย่างมั่นคง เหตุการณ์มันก็เป็นไปในทางร้ายไม่ได้ มันก็เปลี่ยนมาในทางความถูกต้อง.

สติ บัญญา สัมปชัญญะ สมาธิ เป็นแกนใหญ่ เป็นตัวสำคัญ, สัก ๔ อย่างนี้พอ ตั้งชื่อให้ใหม่ๆ ว่า ธรรมะ ๔ เกลอป. ธรรมะ ๔ เกลอป ใช้ต่อสู้กับเหตุการณ์ใดๆ ได้ทั้งหมดทั้งสิ้น, แล้วมันก็ไม่เกิดการปรุงแต่ง ให้เป็นกิเลส คัดค้าน อุปาทานและความทุกข์, มันสามารถที่จะหยุดจับไว้ไม่ให้มีการปรุงแต่ง, ไม่ให้มีการปรุงแต่ง มันก็ไม่มี ความทุกข์ ชีวิตนี้ก็เย็น เพราะมันไม่มีการปรุงแต่ง.

อย่าลืมว่า การปรุงแต่งนี้ก็เรียกว่าสังขารเหมือนกันแหละ, การปรุงแต่งนี้ก็เรียกว่าสังขารเหมือนกัน ไม่ใช่สังขารอยู่ที่ร่างกาย หรือไม่ใช่สังขารอยู่ที่ความหมายอย่างอื่น มันมีความหมายอยู่ที่ว่ามันเป็นการปรุงแต่ง ในฐานะเป็น

ผู้ปรุ้งแต่งก็ได้, ในฐานะเป็นสิ่งที่ถูกปรุ้งแต่งก็ได้. ถ้า
 ไม่มีการปรุ้งแต่งแล้ว มันก็ไม่มีผู้ปรุ้งแต่ง, ไม่มีผู้ถูก
 ปรุ้งแต่ง, นี่คือการไม่มีการปรุ้งแต่ง ก็เลสไม่เกิดขึ้น.

ที่แรกมันเป็นเพียงอายตนะภายใน อายตนะภายใน
 นอกเท่านั้น, แต่พอมากระทบ การปรุ้งแต่ง มีวิญญาณ
 ทางอายตนะ วิญญาณทางตา หู ทางจมูก เกิดขึ้นมามันมี
 วิญญาณขึ้นมา, ทั้งอายตนะ ๒ และวิญญาณ ๑ รวมกัน
 เป็น ๓ ทำงานกันอยู่ ทำงานร่วมกันอยู่ เวลานั้นเรียกว่า
 ผัสสะ, ผัสสะก็เกิดขึ้น — ผัสสะเกิดขึ้นก็ปรุ้งแต่งเวทนา
 — เวทนาจึงปรุ้งแต่งตัณหา — ตัณหาก็ปรุ้งแต่งอุปาทาน
 — อุปาทานก็ปรุ้งแต่งภพ ชาติ และเป็นทุกข์. พุทธียึด
 ยาวโดยรายละเอียดก็คือปฏิจสมุปบาท, พุทธสั้น ๆ ง่าย ๆ ก็
 คือการปรุ้งแต่งตามลำดับชั้น จนเกิดตัวกู—ของกู ก็มีปัญหามี
 มีความทุกข์, ถ้าไม่มีการปรุ้งแต่ง ก็ไม่มีปัญหาไม่มีความทุกข์.

ข้อที่ ๒ เราเรียกว่าไม่ปรุ้งแต่ง, ข้อที่ ๑ ว่าไม่ยึดมั่น
 ไต ๆ โดยความเป็นตัวตนของตน, ข้อที่ ๒ ว่าไม่ปรุ้งแต่งไต ๆ
 โดยความเป็นตัวตนเป็นของตน.

ที่^๕ ข้อที่ ๓ ก้ว่า ไม่หลงของที่เป็นคู่^๕ นัตคตบท
 หน่อย เป็นคล้ายๆ ตอนปลายเรื่องก็ได้ แต่มันก็เนื่องกันมา
 คึงแต่เบื้องต้น. ถ้ามันจะเกิดการปรุ้งแต่งขึ้นมาเป็นคู่ๆ
 เราก้ไม่หลง, ไม่หลง, ไม่หลงในความหมายของสิ่งที่เป็นคู่ๆ,
 ข้อที่ ๓ นี้ว่าไม่หลงของคู่ ไม่หลงความหมายของสิ่งที่เป็นคู่.

ของคู่ๆ นั้น ภาษาเท็กๆ ภาษาวิทยาศาสตร์ สมัย
 ใหม่ที่ใช้เรียนกัน สรุปเป็นบวกและลบ บวกหรือลบ ; บวก
 คือดี คือ ได้ คือ พอใจ, ลบ คือ ไม่ดีไม่ได้ไม่พอใจ ที่
 เรียกว่า positive หรือ negative รวมทั้งที่ยังสงสัยอยู่ว่าจะ
 positive หรือ negative ถ้าถือตามหลักธรรมะในพุทธศาสนา
 แต่พวกฝรั่งเขาไม่มี, พวกฝรั่งเขามีเพียง positive และ
 negative ในพุทธศาสนาเราจะมีแถมว่า ที่กำลังสงสัย
 อยู่ว่าจะเป็น positive หรือ negative นี้ก็เป็นของคู่
 เหมือนกัน แล้วแต่มันจะสงสัยว่าอะไร สงสัยในฝ่ายไหน.

ข้อนี้มีความยากลำบากแก่การเข้าใจและการศึกษาอยู่
 อย่างหนึ่ง ซึ่งขอให้สนใจเป็นพิเศษ เรื่องเวทนา, เรื่อง

เวทนา : เวทนาที่เป็นสุข เวทนาที่เป็นทุกข์ และเวทนา
 ที่ไม่เป็นสุขและเป็นทุกข์ นั้นแหละ, ถ้าไม่สอนหรือไม่
 อธิบายกันจริงๆ จังๆ แล้วก็จะไม่เข้าใจ ว่าเวทนาที่ไม่
 สุขไม่ทุกข์มันจะให้เกิดตัณหาได้อย่างไร. ในโรงเรียน
 นักธรรมชั้นเอกก็ไม่สอนเรื่องนี้, ไม่สอนกันโดยรายละเอียด
 อย่างนี้ ว่าเวทนาที่เป็นสุขมันก็ให้เกิดตัณหาที่จะเอา,
 ที่เป็นทุกข์ก็เกิดตัณหาที่จะทำลาย, ที่ไม่เป็นสุขไม่เป็น
 ทุกข์จะเกิดตัณหาอะไร พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสว่ามีอยู่ ๓
 เวทนา, ทั้ง ๓ เวทนาให้เกิดตัณหาเสมอๆ กัน. เวทนาที่
 ไม่สุขไม่ทุกข์ ก็คือเวทนาที่กำลังสงสัยอยู่ว่าจะเป็นสุข
 หรือเป็นทุกข์. นั้นแหละ นี่เราเก่งกว่าหลักวิชาของพวก
 ฝรั่งที่มีเพียง positive และ negative เขาไม่เอาอันที่ระหว่าง
 นั้น คือที่กำลังสงสัยอยู่ว่าจะเป็น positive หรือเป็น negative
 เข้ามาก่อนหนึ่ง เพราะว่ามันก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดกิเลสด้วย
 เหมือนกัน มันไม่ใช่พ้นจากนั้นไปเลย.

ของเป็นคู่คือบวกหรือลบ, แล้วที่กำลังสงสัยอยู่
 ว่าจะเป็นบวกหรือจะเป็นลบ นี่เป็นเรื่องของโมหะ สำหรับ
 โมหะ เป็นคู่สมรสของโมหะ. ที่เป็น บวกก็เป็นคู่สมรสของ

โลภะหรือราคะ, ที่เป็น ลภก็ เป็นคู้สมรสของโทสะหรือโกรธะ,
ที่เป็นไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ยังอยู่ในข้อสงสัยว่าบวหรือ
ลภ มันก็เป็นคู้สมรสของโมหะ เพราะมันไม่รู้ มันมาจาก
ความไม่รู้ ซึ่งไม่อาจจะตัดสินใจลงไปได้ว่าสุขหรือทุกข์ ยินดี
หรือยินร้ายนั่นเอง. ขอให้อ่านจักเวทนาไว้ทั้ง ๓ เวทนา
เกิด จะสมบูรณ์, จะมีความรู้ที่สมบูรณ์ในเรื่องของเวทนาหรือ
หลักของพระพุทธศาสนา.

ศึกษาให้รู้จักของคู่.

ที่นี้ไปแยกเอาเองเถอะ มันมีเป็นคู่ๆ แต่เราเอา
กันแต่ที่มนุษย์รู้จักและพูดกันอยู่ก็ได้ อย่างที่มนุษย์คน
ธรรมดาสามัญบุคคลจะไม่สนใจกับข้อทุกขมสุขเวทนา ที่มา
สอนมาพูดมาเถียงมาแย้งมีแต่เรื่องสุขเวทนาและทุกขเวทนา.
เรื่องอทุกขมสุขเวทนา คนไม่เข้าใจ ไม่ต้องเอามาพูด มันก็ยัง
เหลือแต่ของคู่ๆ, ของเป็นคู่ๆ ตามที่มันชัดลงไปว่า มัน
เป็นบวหรือเป็นลภ มันเป็นสุขหรือเป็นทุกข์, เราจึงมีคู่ๆ
ว่าดีชั่ว บุญบาป สุขทุกข์, ทุกคู่ที่กำลังมีอยู่ในโลกของมนุษย์
ที่ยังเป็นคนธรรมดา.

เคยนับคว่ำตั้ง ๓๐—๔๐ คู่ ที่นี่ก็ออก แต่เดี๋ยวนี้ก็
 ลืมไปหมด เพราะมันไม่จำเป็น มันคงจะมีมากกว่านั้น. ดีชั่ว
 บุญบาป สุขทุกข์ ได้เสีย แพ้ชนะ ได้เปรียบเสียเปรียบ
 กำไรขาดทุน. แล้วก็ยังมันเป็นคู่กรรมคาตามธรรมชาติ ข้าง
 บนข้างล่าง ข้างเหนือข้างใต้ ข้างหน้าข้างบก อะไรก็แล้วแต่เถอะ
 มันเป็นคู่ ๆ ๆ ๆ, แล้วมันก็นำหัวที่ว่า มันต้องมีเป็นคู่ ถ้า
 ไม่มีเป็นคู่ มันไม่เกิดความหมาย. ถ้าไม่มีชั่ว ดีก็ไม่มี
 ความหมายอะไร, ถ้าไม่มีบาป บุญก็ไม่มี ความหมายอะไร, ถ้า
 ไม่มีทุกข์ สุขก็ไม่มี ความหมายอะไร, หรือจะพูดกลับกันก็ได้ว่า
 ถ้าไม่มีดี ชั่วก็ไม่มี ความหมายอะไร, ถ้าไม่มีบุญ บาปก็ไม่มี
 ความหมายอะไร, เพราะมันจะต้องเป็นคู่ที่สัมพันธ์กัน ที่ทำ
 ให้เกิดความหมายแก่กันและกัน.

เรื่องของคู่ นี้แหละ ทำให้เกิดปัญหาแก่มนุษย์
 คือให้เกิดกิเลส เกิดความต้องการไปตามความหมาย
 ของสิ่งนั้น ๆ : ถ้าดีมันก็เกิดต้องการขึ้นมา, ถ้าชั่วมันก็ต้อง
 การจะฆ่าเสีย ทำลายล้างเสีย คือไม่ถูกใจ. ถ้าบุญก็อยาก
 ได้ ถ้าบาปก็ไม่อยากได้, มันก็เป็นเรื่องที่ทำอันตราย
 ทั้งสองฝ่าย เพราะว่าบุญก็ปรุงแต่งไปตามแบบบุญ, บาปก็

ปรุงแต่งไปตามแบบบาป, ตีก็ปรุงแต่งไปตามแบบตี, ชั่วก็
 ปรุงแต่งไปตามแบบชั่ว, บางทีคู่ที่ร้ายกาจที่สุด มันก็ยัง
 อยู่ที่ตัวผู้คู่ตัวเมียนั้น, คู่ตัวผู้คู่ตัวเมียนั้นเป็นคู่ที่เลวร้าย
 หรือสร้างปัญหามากที่สุด, เรื่องผิวเรื่องเมียนั้นแหละ เรื่อง
 ตัวผู้ตัวเมียนั้นแหละ มันจะเป็นคู่ที่ร้ายกาจที่สุด ที่กำลัง
 ครอบงำมนุษย์เดี๋ยวนี้.

ถ้าไม่หลงในความเป็นของคู่เหล่านี้ มันก็ไม่มีปัญหา
 อะไร, แต่มันก็ไม่อาจจะหลีกเลี่ยงไปจากของคู่เหล่านี้ เราอยู่ใน
 โลกมันไม่อาจจะหลีกเลี่ยงไปจากของเป็นคู่ๆ เหล่านี้ มัน
 เหลืออยู่แต่ว่าเราจะจัดการกับมันอย่างไร อย่าให้เป็น
 โทษเป็นทุกข์เกิดขึ้นมา; จัดการกับความตึกก็จัดการไป
 อย่าง, จัดการกับความชั่วก็จัดการไปอย่าง อย่าให้เกิดเป็น
 ทุกข์ขึ้นมา. เรื่องกามารมณ์ เรื่องผิวเรื่องเมีย เรื่องหญิง
 เรื่องชาย เรื่องอะไรก็ตามเกิด มันก็ต้องจัดการไปอย่างถูก
 ต้อง อย่าให้ความหมายของมันครอบงำจิตใจ จนทำไป
 ผิดๆ ง่ายๆ เหมือนที่เป็นทุกข์เดือดร้อน ฆ่าตัวเองตายเหมือน
 ว่าเล่น, นี่ต้องไม่หลงของคู่. สัตว์ทั้งหลายหลงอยู่ในของ
 คู่อย่างไร ในเรื่องกำไรเรื่องขาดทุน เรื่องมีเกียรติเรื่องเสีย

เกียรติ เรื่องโลภธรรมนั้น, โลภโลภเสียมโลภ โลภเสียมยศ
ได้นินทาได้สรรเสริญ, ได้สุขได้ทุกข์ล้วนแต่เป็นเรื่องของคู่
๕ ๕
ทงนั้น.

๓ หัวข้อ^๕แหละพอ จะพูดอย่างอื่นอีกก็ได้ แต่
เห็นว่า ๓ หัวข้อ^๕พอ : ข้อ ๑ ไม่ยึดมั่นถือมั่นโดยความ
เป็นตัวตน, ข้อ ๒ ไม่ปรุงแต่งให้มันเป็นตัวตนเป็น
ทุกข์อะไรขึ้นมา, ข้อ ๓ ไม่หลงใหลของคู่ หรือความ
หมายแห่งของคู่.

แล้วให้รู้ว่ามัน มีอยู่อีกอันหนึ่งมัน เป็นปัญหาว่า
จะเป็นฝ่ายไหน จะเป็นตัวฝ่ายไหน มันก็ต้องอีกอันหนึ่ง
คล้ายเหมือนกัน มันยังไม่ชัดว่ามันดีหรือชั่ว, มันสงสัยว่าจะ
ต้องดีหรือจะต้องชั่ว จะต้องได้หรือจะต้องเสีย จะต้อง
แพ้หรือจะต้องชนะ มันก็รบกวนจิตใจเท่ากัน. เราอยาก
จะบอกให้คนที่เขาศึกษากันเพียง positive กับ negative ว่า
ยังไม่หมด, มันยังมีสิ่งที่สงสัยอยู่ว่าจะเป็น positive หรือ
เป็น negative ก็มีปัญหารบกวนจิตใจได้โดยเท่ากัน. เหมือน
กับคำว่า อุกฤษมสุขเวทนา ไม่ใช่เรื่องไม่มีความหมาย

เป็นเวทนาเท่ากัน ให้เกิดตัณหาเท่ากัน สร้างความทุกข์
 ได้เท่ากัน ทั้งสุขเวทนา ทั้งทุกข์เวทนา, ทั้งอทุกข์ขมสุขเวทนา.
 ถ้าไม่มีเวทนา โดยประการทั้งปวงมันจึงจะไม่มีปัญหา
 อะไร, แต่่มันยังมีเวทนาชนิดที่ไม่แสดงออกไปชัดว่าสุข
 หรือทุกข์ แต่มันก็ยังเป็นเวทนา มีอิทธิพลครอบงำจิตใจ
 ให้เกิดความต้องการความหวานไหวไปได้ทุกทิศทุกทาง แล้ว
 แต่มันจะสงสัยไปในทางไหน.

พิจารณาตุงตมทงเยนและรอน.

เอ้า, ที่นี้ก็จะต้องกันต่อไปให้ละเอียดว่า แม่ที่มันเป็น
 ฝ่ายที่ถูกใจ ฝ่ายที่พอใจยินดี เป็นอภิวรรณณ์พอใจ, เช่นดี
 เช่นสุข เช่นบุญ เช่นอะไรนี้ ยังแบ่งได้อีกนะ คือมีทั้งชนิด
 รอนและชนิดเย็นนะ ดูให้ดีๆ.

เอ้า, สวรรค์ เอาสวรรค์ก่อนเลย สวรรค์นั้นมีทั้ง
 ชนิดรอนและชนิดเย็น กามารมณ์ในโลกนี้เป็นสวรรค์.

หรือว่าที่มันดี ดีชนิดรอนก็มี ดีชนิดเย็น ก็มี
 ถ้ามันต่าหนัก ติๆๆ ของปุถุชน ก็ดีที่บำได้ หลงได้ เมฆ

ได้ คินนังมีทงร้อนและมีทงเย็น คินนังมีทงร้อนและทง
เย็น, ที่ว่าสุขละ เป็นสุข กันละ ก็ยังมีทงสุขร้อนและสุข
เย็น, นี้กฎฐารมณ.

บุญก็มีทงบุญที่ร้อนและบุญที่เย็น, บุญที่ร้อน
เป็นบุญของกิเลสของอวิชา ยึดมั่นถือมั่นมากเกินไป มั่นก็
กักเอาเหมือนกันแหละ.

ตัวตน ๆ นี้ก็มีทงตัวตนร้อนและตัวตนเย็น;
ตัวตนที่ยังไม่ร้อนดีกว่า ยังเป็นตามสัญชาตญาณเฉย ๆ รู้สึก
เป็นตัวตนตามสัญชาตญาณเฉย ๆ ไม่สูงขึ้นมาถึงระดับกิเลส
อุปาทาน มันก็ยังไม่วร้อน; ฉะนั้นตัวตนตัวกุ่มทงร้อน
และทงเย็น.

ทรัพย์สมบัติมีทงร้อนและทงเย็น, ทรัพย์สมบัติ
ที่หลงใหลที่มัวเมาที่ยึดถือนั้นเป็นทรัพย์ร้อน, ทรัพย์สมบัติ
ที่ไม่ยึดถือไม่หลงใหลมันก็ไม่ร้อนก็เป็นทรัพย์เย็น.

ชื่อเสียง ก็เหมือนกัน มีทงร้อนและทงเย็น, ชื่อ
เสียงนั้นแหละระวังให้ตี มีทงร้อนและทงเย็น อย่างน้อยก็มี

คนกวน มีคนกวนไม่มีหยุดแหละ. เราไม่กล้ามีชื่อเสียงมาก ๆ กับเขา เพราะว่าเรากลัวคนมารบกวน, ชื่อเสียงก็ยังมีทั้งร้อนและมีทั้งเย็น.

เพื่อนมิตรสหายก็มีทั้งเพื่อนร้อนและเพื่อนเย็น, ความเป็นเพื่อนก็ต้องการ แแต่บางทีก็กลายเป็นของร้อนยุ่งยากลำบาก การคบค้าสมาคมสังคมนั้นด้วยดีสามัคคีกันนั้นแหละ ยังมีทั้งร้อนและทั้งเย็น, สามัคคีกันให้ร้อนทั้งเมืองก็ได้.

จึงกล่าวได้ว่า สิ่งที่เป็นอิฏฐารมณฺ์ ที่ปรารถนากันนั้นแหละ ก็ยังมีแบ่งแยกไปได้เป็นร้อนและเป็นเย็น, มิฉะนั้นไม่มีการพูดว่าเงินร้อนเงินเย็น. พูดอย่างนี้ก็เข้าใจกันดีแล้วว่าเงินร้อนมันเป็นอย่างไร, เงินเย็นมันเป็นอย่างไร, เงินร้อนมันแตกเผาเจ้าของ เดียวมันก็นี่หายไปเสีย. ถ้าเป็นเงินเย็นมันก็ไม่เป็นอย่างนั้น ทรัพย์สมบัติที่ไปขโมยเขา มา มันก็เป็นเงินร้อน ไปโกงเขามาอะไรเขามาก็เป็นเงินร้อน เงินก็ยังมีร้อนและมีเย็น, ฝ่ายดีแท้ ๆ ฝ่ายอิฏฐารมณฺ์แท้ ๆ ฝ่ายบวกแท้ ๆ มันก็ยังมีร้อนและมีเย็น, รู้จักกันไว้ให้ดี ๆ.

เรื่องสวรรค์ร้อนสวรรค์เย็นนี้อธิบายยาก, แต่พอจะรู้กันได้ว่า สวรรค์ชนิดความหมายธรรมดาสามัญก็เต็มไปด้วยกามารมณ์, เทพบุตรคนเดียวนางฟ้าตึงห้าร้อยมันคงจะบ้ายู่ตลอดเวลา มันจะเย็นได้อย่างไร. ฉะนั้นสวรรค์มันก็เลยมีทั้งสวรรค์ร้อนสวรรค์เย็น; แล้วสวรรค์นี้รู้จักกันให้ดีๆ, สวรรค์ๆ ในภาษาธรรมดาๆ แล้วก็หมดไปแล้วแต่ว่ามันรักมันพอใจในสิ่งใดสุขซี้ดสุขเหยิง สิ่งนั้นจะเป็นสวรรค์ชั้นมาหมด, นั่นแหละ เรื่องสวรรค์ร้อนหรือเรื่องสวรรค์ที่จะหลอกลวง.

ถ้าคนชอบเล่นไฟ วงไฟคือสวรรค์ของคนนั้น ถ้าชอบสวนดอกไม้ เข้าไปในสวนดอกไม้ก็เป็นสวรรค์ของคนนั้น.

ถ้าเป็นสถานเริงรมย์ คนชอบเรื่องกามารมณ์ เริงรมย์ ไปที่นั่นก็ไปสวรรค์ของเขา เด็กๆ หนีไปสวรรค์ของเขา เขาไม่เล่าไม่เรียน.

คนที่มีจิตใจละเอียดประณีต ไปอยู่ที่ยอกเขาโล่งแจ้งสวยงาม ก็เป็นสวรรค์ของเขา, หรือไปอยู่ที่ริมทะเลสวยงาม

ก็มีความรู้สึกพอใจที่สุด ริมทะเลก็เป็นสวรรค์ของเขา แต่พวกที่ชอบเล่นไฟจะสั้นหัวไม่เอาดอก. สวรรค์มันอยู่ที่วงไฟ, มันจะไปอยู่ที่ริมทะเลที่สวยงามไม่ได้.

ถ้าเป็นอุบาสกอุบาสิกาเคียดหน่อย ก็วัดนั้นแหละ เป็นสวรรค์, ที่วัดนั้นเป็นสวรรค์ ที่ทำบุญให้ทานวัดนั้น เป็นสวรรค์; แต่คนบางคนไม่เอาดอก มันเป็นสวรรค์ไปไม่ได้.

คนที่บ้าหนังสือ ห้องสมุดนั้นแหละคือสวรรค์ของเขา ข้อนั้นเคยได้แก่ตัวเอง มันเคยยืนยันได้ ได้แก่ตัวเอง. บางยุคบางสมัยมันบ้าหนังสือ ห้องสมุดที่สมบูรณ์ที่ครบถ้วน เป็นสวรรค์ของเรา พอใจรู้สึกเหมือนกับได้ขึ้นสวรรค์ ได้เห็นห้องสมุดที่ประเทศอินเดียมันช่างสมบูรณ์เหลือเกิน รู้สึกว่าเป็นสวรรค์เอาเสียทีเดียวในห้องสมุด, ห้องสมุดเป็นสวรรค์ของคนที่บ้าหนังสือ ห้องสมุดเป็นสวรรค์. นี่สิ่งใดที่ชอบถึงขนาดเป็นกิเลสขึ้นมา มันก็เป็นสวรรค์หมด.

ที่^๕ ขอแนะนำสวรรค์ที่ดีที่สุดอย่างหนึ่งคือ การทำหน้าที่, อะไรเป็นหน้าที่ นั้นแหละ ให้รัก ให้พอใจ

ให้ทำหน้าที่อย่างเพลิกเพลิน มีความสุขเมื่อทำหน้าที่,
 สวรรค์อยู่ที่หน้าที่ อย่างนี้แหละรอดตัว, ใครมีสวรรค์
 อยู่ที่หน้าที่จะรอดตัว ทำงานสนุกไปเลย. ฝนตกก็ยิ่งเอา
 ใหญ่ยิ่งสนุก, บางทีฝนตกผลัดผ้าลงมาอาบน้ำฝน ถากหญ้า
 มันยิ่งสนุก. การงานที่พอใจก็เป็นสวรรค์ได้, ก็มีสวรรค์
 นานาชนิด ที่อาจจะหาได้ตามพอใจของตนในโลกนี้ ทำไม
 ไม่เอา ทำไมไม่ทำให้ทุกสิ่งเป็นสวรรค์, พอใจ พอใจ
 ในสิ่งให้เกิดความพอใจเป็นสวรรค์. นับตั้งแต่วงไฟ แล้ว
 ฤดูหนาวมันสวรรค์ร้อนหรือสวรรค์เย็น สวรรค์แท้จริงหรือ
 สวรรค์หลอกหลวง, สวรรค์ถาวรหรือสวรรค์ชั่วคราว ตาม
 ความรู้สึกของกิเลส พอใจลงไปหมดทั้งเนื้อทั้งตัวเป็นสวรรค์
 แม้แต่บ่อนเล่นการพนันก็กลายเป็นสวรรค์ไปได้เพราะเหตุนี้,
 อย่างนี้จะเรียกว่าชีวิตเย็นได้หรือไม่? มันไม่เย็นได้สวรรค์
 แบบนี้ สวรรค์แบบนี้เป็นสวรรค์ร้อนไม่เย็น.

อสักกะเป็นสวรรค์แท้จริง.

มันจะช่วยให้คุณเป็น สวรรค์ที่ดีกว่า ที่ตรงกันข้าม คือ
 ไม่ต้องอาศัยกิเลส อยากรจะพูดว่า ความไม่ถูกอะไรบ-

กวน, ใครรู้จักบ้าง ความไม่ถูกอะไรบกววน เรียกเป็นบาลี
 น้อยว่า วิเวก ๆ วิ แปลว่า สิ้นเชิง เอกะ แปลว่า หนึ่งเดียว
 หนึ่งเดียวโดยประการทั้งปวงโดยสิ้นเชิง เรียกว่า วิเวก ไม่มี
 อะไรบกววน. เมื่อไม่มีอะไรบกววนเรา เราสบายก็มากน้อย,
 เราสบายก็มากน้อย ; คนก็ไม่รบกววนเรา, กิเลสก็ไม่รบกววน,
 เรา, เหตุการณ์ภายนอกก็ไม่รบกววนเรา, ตามธรรมชาติหรือไม่
 ธรรมชาติเหตุการณ์ทั้งหลายก็ไม่รบกววนเรา, ความรับผิดชอบ
 ชอบโต ๆ ก็ไม่ต้องมี ไม่ต้องรับผิดชอบอะไร, เรียกว่าไม่มี
 อะไรบกววนถึงขนาดนั้นะ. คนก็ไม่รบกววน, กิเลสก็ไม่
 รบกววน, เหตุการณ์ปรากฏการณ์อะไรก็ไม่รบกววน, กระทั่ง
 ว่าความรับผิดชอบก็ไม่ต้องมี ไม่มีควมรับผิดชอบที่คอย
 รบกววน อย่างนี้สบายไหม? เย็นไหม? แล้วมันจะเย็น
 กว่าสวรรค์อย่างแรก ๆ สวรรค์อย่างที่ว่า.

แล้วก็จะพูดคำที่ว่าจะไม่ยอมเชื่อก็ตามใจ, ว่าไม่ใช่
 สวรรค์นั่นแหละคือสวรรค์, ไม่ใช่สวรรค์นั่นแหละคือสวรรค์
 คำพูดนี้ถ้าไม่เคยเรียนบาลีมันก็ฟังไม่ค่อยถูก. คำว่าสวรรค์
 เป็นภาษาไทย, ภาษบาลีมัน สกฺค หรือ สุวฺรค ในสันสกฤต

สักคะ หรือ สะวะระคะ มันก็ แปลอย่างเดียวกัน ว่ามันเกี่ยว
ข้องมันผูกพัน.

ที่เรียกว่า สวรรค์ ๆ นั้น เป็นเครื่องเกี่ยวเกาะ
หัวใจสัตว์, สักคะแปลว่าเกี่ยวข้องกับ แล้วคนมันบ้า
ก็มากน้อย เขาความเกี่ยวข้องกับผูกพันว่าเป็นสวรรค์. ถ้าไม่
มีเกี่ยวข้องกับ ไม่ผูกพัน ไม่ใช่สวรรค์นั้นแหละก็คือ
สวรรค์ คือสวรรค์ที่วิเวก ไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับไม่มีอะไร
รบกวน; เพราะฉะนั้น ไม่ใช่สวรรค์นั้นแหละคือสวรรค์.
สักคะคือสวรรค์ของคนพวกนั้น, แต่เราว่า อสักคะไม่มีอะไร
เกี่ยวข้องกับนั้นแหละคือสวรรค์ที่แท้จริง.

สวรรค์ที่มีใช่สวรรค์กลับเป็นสวรรค์ที่แท้จริง,
สวรรค์สักคะนั้นมีแต่ความรบกวน : ถ้า สวรรค์ชั้นกามา
รณะ กามาวจร ก็รบกวนด้วยกามารมณ์, สวรรค์ชั้นรูปแดนก็
รบกวนด้วยความสุขแบบนั้น, อรูปแดนก็รบกวน ด้วยความสุข
แบบนั้น. ถ้าเรียกว่าสวรรค์แล้วกลายเป็นเครื่องรบกวน,
สวรรค์ที่ไม่ใช่สวรรค์นั้นคือสวรรค์ที่แท้จริง.

ที่นั่น มีปัญหาที่ความเชื่อของคนทั่วไป ใน
 โลกมันก็มีอยู่ว่า สวรรค์เป็นที่อยู่ของพระเจ้า, พระเจ้าอยู่
 ในสวรรค์. แต่คำพูดอย่างนั้นไม่ใช่พุทธศาสนา, พุทธ-
 ศาสนาไม่มีพระเจ้า แล้วก็ไม่มีการมีสวรรค์สำหรับพระเจ้า, มี
 แต่สวรรค์ที่เป็นเรื่องของคนมีกิเลส : พอใจในกามาร-
 มณ์ หลงใหลในกามารมณ์ ได้ใช้อย่างออกอย่างใจไปในทาง
 กามารมณ์ ซึ่งบางยุคบางสมัยบางคนบางพวกเอาเป็นนิพพาน
 ไปเสียก็มี. แต่ถ้าว่าเป็นสวรรค์ที่ไม่ใช่สวรรค์ นั้นแหละ
 จะเป็นที่อยู่ของพระเป็นเจ้า เพราะว่าพระเป็นเจ้านั้นต้อง
 เป็นผู้สูงสุด อยู่เหนือทุกอย่าง เหนือดีเหนือชั่ว เหนือบุญ
 เหนือบาป เหนืออะไรทั้งหมด จะไปอยู่ในสวรรค์ที่มีเครื่อง
 เกี้ยวข้องได้อย่างไร, ถ้าไปอยู่ก็ไม่ใช่พระเจ้าจริง เป็นพระ-
 เจ้าปลอม, พระเจ้าที่จะไปหมกมุ่นอยู่ในสวรรค์นั้นก็
 เป็นพระเจ้าที่ปลอมไม่ใช่พระเจ้าที่แท้จริง.

นี่เรารู้จักว่า สวรรค์คืออะไร สวรรค์อื่นก็มี
 สวรรค์เย็นก็มี, สวรรค์ที่มีไม่ใช่สวรรค์นั้นแหละคือสวรรค์
 เย็น คือเป็นวิเวก หมด ไม่มีอะไรมาเกี่ยวข้องรบกวน, เป็น
 สวรรค์ที่มีไม่ใช่สวรรค์คือไม่มีอะไรมาเกี่ยวข้อง, แต่แล้วนั่นคือ

สวรรค์ที่แท้จริง, ที่ควรพอใจ. เคี้ยวมันก็มีสวรรค์ที่
 เมาได้ หลงได้, สวรรค์ชนิดนี้ร้อนทั้งนั้นแหละ. แต่
 ก็ซื้อได้ไม่แพงดอก ตักบาตรข้อนเดียวก็ได้วิมานหลัง ซื้อได้
 ไม่แพง กว่าจะหมดความโง่ความหลงในเรื่องนี้.

๖๖๔๘ ความร้อน.

สรุปความว่า อัฐารมณฺเฑ์แท้ๆ ก็ยังมีทั้งที่ร้อน
 และที่เย็น, ถ้ามันเป็นเรื่องไม่มีอะไรบววน มันก็จะเย็น
 ไม่มีอะไรบววนสุข พอลง. เคี้ยวมัน มีอะไรบววนอยู่
 แม้ว่าไปอยู่ในสวรรค์ชั้นกามาวจรก็มีราคะ, มีราคะที่เป็น
 เหตุให้บริ โภคสวรรค์ชนิดนั้น, จะไปอยู่ในสวรรค์ ชั้นพรหม,
 ชั้นพรหมนี้ถ้าเรียกตามภาษาบาลีกลางๆ ก็เรียกว่าเป็นสวรรค์
 ใต้เหมือนกัน ก็เรียกว่าสวรรค์ชั้นพรหม ก็รับบววนด้วย
 โมหะว่ามีตัวๆ ดีกว่าใคร, ตัวกูสูงสุด ตัวกูชนิดที่ไม่
 เกิดไม่แก่ไม่เจ็บไม่ตายอะไรอีก, ต่อไป มัน มีตัวกู ก็มีโมหะ
 มีไฟโมहनันแหละบววนอยู่ในสวรรค์ชั้นพรหม.

รวมความว่า มีกิเลสที่ไหนก็มีความร้อนที่นั่น, มี
 กิเลสที่ไหนก็มีความร้อนที่นั่น, ชั้นพรหมสูงสุด ภวักพรหม
 มันก็ยังมียกเลสโมหะว่ามีตัวกู ๆ ๆ. พวกพรหมนี่คือพวกที่
 กลัวตายที่สุด ไม่ใช่เรื่องพูดเล่นนะ, พวกพรหมสูงสุดของ
 สัตว์ทั้งปวง เป็นพวกที่กลัวตายที่สุด เพราะว่าพอใจในการ
 เป็นพรหม, เป็นตัวกูที่เลิศ ตัวกูประเสริฐ ตัวกูสูงสุด, มัน
 เลยไม่อยากตายที่สุด. ถ้าคนที่สุข ๆ ทุกข์ ๆ ล้มลุกคลุกคลาน
 นี้ก็ไม่เท่าไร มันอยากตายก็ได้; แต่ถ้าพอใจที่สุด ยินดี
 ที่สุด มันก็ไม่อยากตาย เพราะฉะนั้นพวกพรหมเป็นพวก
 ที่กลัวตายที่สุด.

ชั้นพรหมยังไม่ใช่เย็นอย่างนิพพาน มันยังมี
 ไฟรบกวนอยู่คือโมหะ แม้ว่าไฟราคะหรือโทสะจะไม่ได้
 รบกวนหรือไม่ค่อยจะมีมารบกวน แต่ก็ยังมีไฟโมหะรบกวน
 เต็มที่, เกี่ยวกับกิเลสมีก็เป็นของร้อน.

ไฟราคะ ไฟโทสะ ไฟโมหะชื่อเหล่านี้คุ้นเคยกันดี
 แล้ว แต่รู้จักความหมายของมันให้ถูกต้อง แล้วก็รู้จักดับ
 ไฟราคะ หรือ โลภะนี้เป็นไฟสำหรับจะดับเข้ามาหา มา

กอดรัดไว้ มาทะนุถนอมบำรุงบำเรอ, ไฟนี้จึงเข้ามาหาตัว. ไฟโทสะโกรธไฟนี้ผลักออกไป, ฆ่าเสียให้ตาย ทำลายเสียให้หมด. ส่วนไฟโมหะนี้ไม่รู้จะอย่างไร เลยวิ่งอยู่รอบ ๆ วิ่งอยู่รอบ ๆ ไม่ถึงเข้ามาไม่ผลักออกไป, กล้าย ๆ กับไม่ positive ไม่ negative ไม่บวกไม่ลบ, แต่มันยังมีความที่จะเป็นบวกหรือเป็นลบ มันก็เลยวิ่งอยู่รอบ ๆ. ไฟโมหะ ไม่มีไฟเหล่านี้ก็เย็น.

ศึกษาความเย็นอันถูกต้อง.

แต่คอยระวังเอาเองนะ คำว่าเย็น ๆ นั้นในความหมายที่ถูกต่อนะ; ถ้าเย็น ๆ ไม่มีความร้อนในทางวัตถุ มันก็คือตาย, ชีวิตที่ไม่มีความร้อนเหลืออยู่เลยเย็นหมด มันก็คือตาย. หรือถ้าว่าเย็นมากเกินไปมันก็คือหนาว, พวกที่ไม่เคยไปชิมหนาวมาก่อน ก็ไม่ค่อยรู้ดีกว่าหนาวนั้นน่าเกลียดน่าโกรธคือเป็นทุกข์.

อาตมาก็เคยไปชิมหนาวที่บวกห้าที่เชียงใหม่ หนาว ๕ องศา ลดลงเหลือ ๕ องศา ทุนทุรายอย่างยิ่ง ทำอะไรก็

ไม่ได้ เว้นไว้แต่ว่าจะอาบน้ำ เมื่อเช้าๆ เมื่อกำลังหนาวอบ
น้ำเหมือนเข้มแทง อาบน้ำเหมือนไฟลวก, ทนอาบ พออาบ
แล้วก็พอสบายพอจะทำอะไรได้. แล้วไปถูกหนาวเหลือ ๕
องศาที่ศาลาจิลิงที่ประเทศอินเดีย มันจะร้องไห้เสียให้ได้. มัน
หนาวจนบอกไม่ถูก ผ้าห่มไม่มีความหมายอะไร ผ้าห่มก็ผืนๆ
มันก็ไม่มีความหมายอะไร, ผ้าห่มขนสัตว์หนาๆ ๓ ผืนซ้อน
ไม่มีความหมายอะไรเลย, ต้มน้ำร้อนใส่กระติกไว้เดี๋ยวมันก็
เย็นหมด, มันหนาว ถ้ามันหนาวมันเกินเย็น มันก็ไม่ไหว
เหมือนกัน.

ที่นี้ พระนิพพานไม่ใช่เย็นอย่างนั้น พระนิพพาน
ที่ว่าเย็นๆ ไม่ใช่เย็นเพราะหนาว อย่างนั้น หรือเย็นหมด
ความร้อน ก็ตายเลย. ไม่มีกิเลสมันก็เย็น แต่ไม่ใช่ตาย
ไม่ใช่เย็นจนว่าต้องตาย, หรือว่าเย็นจนหนาวทรมาณถึง
กระดูก.

ที่นี้ ความเย็นนี้มันยังดูกันได้ดีกว่า มันไม่มี
ของหนัก; ถ้ามีของหนักมาทรมาณอยู่ให้หนัก หนักกาย
หนักใจ หนักวิญญาณ มันก็ไม่ใช่เย็นเหมือนกัน. คำว่า

เย็นนี้ต้องไม่มีของหนัก ไม่มีของร้อน อย่างไม่มีกิลเลสเหล่านี้
 ก็พูดแล้ว, หนักไม่มีของหนัก. อะไรเป็นของหนัก
 ความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด สิ่งนั้นเป็นของหนัก, ยึดมั่น
 เป็นตัวกู — ของกูขึ้นมา ตัวกู — ของกูก็เป็นของหนัก. การ
 ยึดถือบุตรภรรยาสามีทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทองอะไรขึ้นมา
 เป็นตัวกู — ของกู, สิ่งนั้นก็ เป็นของหนัก.

ทีนี้คนอาจจะเข้าใจผิด แล้วจะอยู่กันอย่างไร, เรา
 ก็ต้องอยู่โดยไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น นะซี. บุตรภรรยาสามี
 ทรัพย์สมบัติ เงินทองข้าวของ เกียรติยศชื่อเสียง มีโดยไม่
 ต้องยึดมั่น, มีโดยไม่ต้องยึดมั่น มีตัวตนมีตัวกูโดยไม่ต้องยึด
 มั่นว่าตัวกู.

พึงยากสักหน่อย แต่มันก็เป็นสิ่งที่ทำได้, เมื่อมัน
 อยากรจะมีตัวกูมีตัวตนก็มี แต่อย่ายึดมั่นมัน, มีตัวตน
 อย่างที่ไม่ยึดมั่นเป็นของตนเป็นตัวตน มีตัวกูก็ไม่ต้องยึดมั่น
 มีทรัพย์สมบัติ ชื่อเสียงเกียรติยศก็ไม่ต้องยึดมั่นว่าเป็นของกู
 แต่ใช้มันให้เป็นประโยชน์, ใช้มันตามหน้าที่ที่จะต้องใช้.

คำสอนคริสเตียนก็ยังมุ่งถึงข้อนี้ว่า มีภรรยาที่เหมือนกับไม่มีภรรยา มีภรรยาที่เหมือนกับไม่มีภรรยา ก็ไม่ได้หมายความว่าไม่ทำหน้าที่อะไร, ระหว่างสามีภรรยา ก็ทำหน้าที่ตามแบบฉบับสามีภรรยา แต่ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นว่าของกู จึงเรียกว่ามีภรรยาที่เหมือนกับไม่มีภรรยา, มีทรัพย์สินสมบัติก็เหมือนกับไม่มีทรัพย์สินสมบัติ ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวกู—ของกู มาสู่มอยู่ในจิตใจ, ไม่ยึดมั่นถือมั่น. ช้าง ม้า วัว ควาย ก็อยู่ที่ทุ่งนา, เงินทองก็อยู่ในธนาคาร, ไม่มาอยู่บนหัว ไม่มาอยู่ในจิตใจ, นี้เรียกว่า ไม่ยึดมั่นถือมั่นมีก็เหมือนกับไม่มี.

ถ้าถือหลักไม่ยึดมั่นถือมั่นได้นั้น จะเย็น ชีวิตนั้นมันจะเย็น, ไม่ใช่ว่าไม่ยึดมั่นถือมั่น แล้วมันจะหนีหายไปหมด เงินก็จะสูญหายไปหมด, ผัวเมียก็จะทิ้งหนีไปหมด, มันไม่ได้หมายความว่าอย่างนั้น. มันไม่ยึดมั่นถือมั่นให้เป็นของหนังกอกหนกใจ ทรมานอยู่บนจิตบนใจ, หรือเมื่อจะท้องพลัดพรากจากกันไป ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ร้อนอะไร มันเป็นเช่นนั้นเอง. นี้เรียกว่า ไม่ยึดมั่นโดยความเป็นตัวตนของตนในทุกสิ่ง โดยเฉพาะชีวิต นั้นแหละ ไม่ยึดมั่นชีวิตว่าเป็นของตน, มีชีวิตโดยไม่ต้องยึดตัวชีวิตเป็นของตน,

กระจายออกเป็นชั้นทั้ง ๕ เป็นชีวิต ก็ไม่ยึดมั่นชั้น
ทั้ง ๕, กระจายมาเป็นตาหุจุมุกลินกายใจ ก็ไม่ยึดมั่น
ถือนั่นว่าเป็นตัวตนหรือเป็นของตน,

แม้แต่ของภายนอกเช่นบุญ เช่นกุศล ก็มีอย่าง
นั้นแหละ โดยไม่ต้องยึดมั่นให้เป็นตัวตนของตน ก็ใช้
เป็นประโยชน์ไปได้ตามแบบของบุญของกุศล, จะใช้เป็น
ประโยชน์อะไรก็ได้ แต่อย่าไปยึดมั่นถือนั่นเป็นตัวตน
เป็นของตน มันจะหนัก, บุญจะกลายเป็นของหนักขึ้นมา,
ความดีจะกลายเป็นของหนักขึ้นมา กตทัตถิใจของบุคคลนั้น.
เกียรติยศชื่อเสียงอะไรก็ตาม เมื่อยึดมั่นถือนั่นแล้ว
มันก็กลายเป็นของหนักขึ้นมา อย่าเป็นตัวกู—ของ
กู มันก็คือไม่ได้แบกอะไร ไม่ได้ห้ามอะไร ไม่ได้ทุ้นอะไร
ไม่ได้หิวอะไร, ไม่มีอะไรที่ยึดไว้เป็นตัวกู—ของกูนี้ มันก็
สบาย มันก็ไม่เห็นแก่ตัวได้ เพราะมันไม่มีตัวที่จะเห็น
มันไม่มีตัวที่จะยึดถือ มันก็อยู่ด้วยความไม่เห็นแก่ตัว มันก็
เลยสบาย.

ละความเห็นแก่ตัวเสียจะไม่มีการทรمانใด ๆ.

ถ้ามีตัวมีเห็นแก่ตัวมันก็ทรมานจิตใจ คือ
ถือตัว ยึดตัว ต้องทรมานในการยึดถือตัวในการมีตัว, อยู่
คนเดียวก็เป็นทุกข์ ถ้ามันเห็นแก่ตัว, นี้เปลอเข้ามันก็ไป
ทำอันตรายคนอื่นเป็นทุกข์ต่อไปอีก เป็นทุกข์กันทั้ง
โลก ถ้าคนมันเห็นแก่ตัว. ถ้าไม่เห็นแก่ตัว มันก็ไม่เบียด-
เบียนตัว และไม่เบียดเบียนผู้อื่น; ถ้าเห็นแก่ตัวมันกลับ
เบียดเบียนตัว ให้ทรมานให้ลำบาก เพราะมันต้องแบกตัว ยึด
ถือตัว, เป็นห่วงตัว วิตกกังวลอลัชยารณ์เกี่ยวกับเรื่องตัว
เรื่องของตัวเอง. นี้เรียกว่ามันเบียดเบียนตัว เพราะว่ามัน
ยึดถือตัว เห็นแก่ตัว มันมีความเห็นแก่ตัว แล้วมันก็ต้อง
เบียดเบียนตัว, ระวังให้ศิษย์มันทำให้ร้อน, ไม่เห็นแก่ตัว
มันก็เย็น.

ไม่เห็นแก่ตัว วิเศษมาก ลองไม่เห็นแก่ตัวสิ มัน
ก็ไม่ต้องมีตัวคนเดียวที่เห็นแก่ตัว, มันจะรักคนทุกคน
ทั้งหมดทั้งสิ้นได้เพราะมันไม่เห็นแก่ตัว. เคยวันมันเห็น
แก่ตัวมันรักใครไม่ได้, มันรักแต่ตัว พอไม่เห็นแก่ตัว มัน

สามารถจะรักคนทั้งหมดทั้งสิ้นได้ เรียกว่า ทุกคนเป็นเพื่อน,
แล้วก็ เป็นเพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตายขึ้นมา
ทันทีเลย.

ถ้าอยากจะมีเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมด
ทั้งสิ้นนั้น อย่ามัวแต่ท้องอยู่เลย, อย่ามัวแต่ท้องอยู่เลย ท้อง
กันมากี่สิบครั้งแล้ว มันก็ไม่มี, ละความเห็นแก่ตัวเสียเถอะ,
ละความเห็นแก่ตัวเสียเท่านั้นแหละ ทุกคนทุกชีวิตจะ
เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ของเราขึ้นมาทันทีเลย,
เข้ามาทันทีเลย, ไม่ต้องเจริญภาวนาท่องบ่นอะไร ทุกคนจะ
มาเป็นเพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตายของเราด้วย
กันทั้งหมดทั้งสิ้น ทั้งสากลจักรวาล ทั้งเทวดาและมนุษย์.
พวกที่ นั่งเจริญเมตตา กรุณา อุเบกขา มุทิตา ว่าแต่ปากกลับมี
ตัว, มีตัวฝ่ายนั้น มีตัวฝ่ายนี้, มีตัวฝ่ายที่จะช่วย มีตัวฝ่าย
จะถูกช่วย มีตัวฝ่ายจะรัก มีตัวฝ่ายจะถูกรัก, มันก็ยังมัวอยู่
มันก็จจจอยู่ตัว, มันไม่เห็นแก่สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงได้ตอก.

ละ, ทำลายความเห็นแก่ตัวออกไปเสีย ก็
เป็นการเจริญพรหมวิหารหรืออภัยมัญญา อะไรก็แล้วแต่

จะเรียกอย่างตีอย่างแท้จริงขึ้นมา, นี่แล้วก็มีสัตว์ทั้งหลาย เป็นเพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตาย ด้วยกัน ทั้งหมดทั้งสน, แม้นมันก็เป็นชีวิตเย็น. ขอให้เป็นอย่างนั้นจริงๆ ให้รู้สึกอย่างนั้นจริงๆ ชีวิตนี้จะเป็นของเย็น ไม่มีศัตรู ไม่มีที่ต้องหวาดกลัวอะไร, จิตใจไม่ต้องกลัวอะไร อยู่ก็อยู่ ตายก็ตาย โดยไม่ต้องหวาดกลัวอะไร นี่เรียกว่าชีวิตมันเย็น.

พุทธบริษัทต้องมีชีวิตเย็น.

เอาละ, เรียกว่า ชีวิตเย็นเป็นสิ่งที่ต้องสนใจ โดยหลักเกณฑ์ที่กล่าวมาแล้ว ให้เข้าใจกันไว้อย่างถูกต้องและเพียงพอ, มันเป็นเรื่องทางจิตทางวิญญาณ ที่สามารถจะทำได้ ไม่ใช่เรื่องทางวัตถุ, มันมีคำพูดสำหรับพูดในเรื่องทางจิตทางวิญญาณ บางคำก็ใช้กันไม่ได้กับเรื่องทางวัตถุ, เดียวกันเราเอาความหมายทางจิตทางวิญญาณกันเป็นหลัก รู้จักคำว่าเย็น ๆ อย่างถูกต้อง. เขารู้จักคำ ๆ นี้ ใช้พูดกันมาตั้งแต่ก่อนพุทธกาล ก็เป็นความเย็นที่ยังต่ำ ยังอยู่ในระดับต่ำ หรือยังมีวิชามาก, แล้วก็ค่อยรู้ความเย็นที่สูง ๆ ขึ้นมา

จน พระพุทธเจ้าเกิดขึ้น ทรงสั่งสอนความเย็นที่แท้จริง
ถึงระดับสูงสุด ไม่มีใครสอนให้เย็นไปกว่านี้อีกได้.
ธรรมชาติมีไว้ให้ แล้วอย่างนี้ แล้วทำไมมนุษย์จึงไม่ได้รับ,
เพราะว่ามนุษย์ไม่รู้เรื่องนี้เสียเลย, ไม่รู้เรื่องแม้แต่เรื่อง
ของตัวเองว่ามีอะไรบ้าง? มีกิเลสอย่างไร, มีความทุกข์
อย่างไร เพราะเหตุไรจึงมีกิเลส เพราะเหตุไรจึงมีความ
ทุกข์ ก็ไม่รู้, มันก็ควรจะรู้จักเสียบ้าง.

ถ้าเป็นพุทธบริษัท แล้วก็จะยิ่งต้องรู้ไม่อย่างนั้นจะ
ไม่เป็นพุทธบริษัท ถ้าร้อนแล้วมันก็ไม่ใช่พุทธบริษัท เพราะ
มันมีกิเลสเผา. จะต้องเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานตามพระ
พุทธเจ้า จึงจะเป็นพุทธบริษัท, แล้วก็อย่าหลงเอาของ
ร้อนมาเป็นของเย็น จะเที่ยวแสวงหาสวรรค์ในบ่อนไฟนั้น
เพราะมันเอาของร้อนเป็นของเย็นกลับกันเสีย. นี่ก็สำคัญ
เหมือนกัน อย่าเข้าใจผิด, อย่าให้มันกลับกันเสีย. ต้องทำ
หน้าที่, ทำหน้าที่ให้ถูกต้องในการดับทุกข์, หน้าที่คือ
ธรรมะ ธรรมะคือหน้าที่, หน้าที่คือธรรมะ, ธรรมะ
คือหน้าที่, ปฏิบัติถูกต้องแล้วมันไม่ร้อนมันเย็น, ถูก
ต้องพอใจ ถูกต้องพอใจ ทำอะไร ๆ รู้สึกว่าถูกต้อง ถูกต้อง

และพอใจ ๆ ชีวิตนั้นก็เย็นแหละ เย็นแน่ ๆ จะกินข้าว จะอาบน้ำ จะล้างถ้วยล้างจาน กวาดบ้านถูเรือน ทำด้วยสติสัมปชัญญะให้ถูกต้องพอใจ แล้วชีวิตนั้นมันก็เย็น.

ในที่สுகม้นก็ได้ความว่า เรารู้จักชีวิตเย็นกันพอสมควร ก็พยายามดำรงชีวิต ดำเนินชีวิต ให้มันเย็น. นี่เรื่องชีวิตเย็นนั้นมันก็เป็นอย่างนี้ อย่างที่พูดมานี้สมควรแก่เวลาแล้ว ชั่วโมงครึ่ง พูดเรื่องชีวิตเย็น. ขอให้จำเค้าเงื่อนไว้ดี ๆ ไปจัด ไปทำ ไปเตรียมอะไรให้มันเดินไปตามทางที่มันจะเย็น จะไปร้อนมันทำไม มันไม่มีประโยชน์อะไร. ธรรมชาติสร้างมาสำหรับพบกับความเย็นในที่สุด ก็ขอให้พบกับความเย็นในที่สุด, ให้เป็นพุทธบริษัท ไม่เสียทีที่เกิดมาเป็นมนุษย์และพบพระพุทธศาสนา. ขอให้ท่านทั้งหลายได้รู้จักเรื่องความเย็น ดำเนินตนไปตามแนวแห่งความเย็น มีความเย็นยิ่ง ๆ ขึ้นไปทุกทีพาราศรีกาลเทอญ.

การบรรยายสมควรแก่เวลาแล้ว ขอยุติการบรรยาย เปิดโอกาสให้พระคุณเจ้าทั้งหลาย สวดบทพระธรรมคณสาชยาย ส่งเสริมกำลังจิตกำลังสติ สมาธิ บัญญาในการปฏิบัติธรรมะ ให้สำเร็จตามความประสงค์มุ่งหมายตลอดไป ในกาลบัดนี้.

สามเหลี่ยมก็ได้

สามเหลี่ยม ได้ในวิธีนี้ ไม่เป็นทางการ
สามเหลี่ยม วิธีนี้ให้ผล ต่ำสุดคือ
สามเหลี่ยม สามเหลี่ยมวิธีนี้ ให้ผลดีที่สุด
ที่ ๑๕๖๗ ไม่มีการคูณคูณอะไร ๕

หมายเหตุ :-

"ได้ในวิธีนี้" คืออย่างได้วิธีนี้โดยมาเป็นตัวคูณ
หรือคูณกัน ในวิธีนี้ให้เขาได้ ๗ ๗ ;

"วิธีนี้ให้วิธีนี้" คืออย่างวิธีนี้ ด้วยวิธีนี้โดยวิธีนี้
วิธีนี้ ด้วยวิธีนี้โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้
วิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ ;

"สามเหลี่ยมวิธีนี้" คือสามเหลี่ยมวิธีนี้ โดยวิธีนี้,
แต่กลับเป็น อย่างสามเหลี่ยม, และโดยวิธีนี้
โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ "สามเหลี่ยมวิธีนี้"
คือ สามเหลี่ยมวิธีนี้โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ -
โดยวิธีนี้ โดยวิธีนี้ ๕

Dr. S. S. S.

รายชื่อหนังสือ ชุดลอยปฐม

เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	ฉบับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	ฉบับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่
คู่มือมนุษย์		๕	๓๘. คับทุกข์สิ้นเชิง	๑	๗๒. ทางสู่ใจแก่ทุกข์	๑	
ค้ำบั๊วแห่งการศุ			๓๙. มรดกธรรมค้ำกลอน	๑	๗๓. ทานบวริจาค	๑	
ด้วยถาสุคตสัมมปปีญญา	๑		๔๐. ที่ศทางหก	๑	๗๔. พาสางทางธรรมมาภาพ	๑	
ค้ำบั๊วแห่งการมีพระพรเจ้า			๔๑. พาสางทางธรรมโฆษณ	๒	๗๕. การช่วยผู้อื่นให้มีธรรมะ	๑	
อยู่กับเนื้อกับตัว	๑		๔๒. พาสางทางฝ่ายบรรพชิต	๑	๗๖. การทำความเข้าใจระหว่าง		
ธรรมะสำหรับคนเกลียดตัว	๑		๔๓. มทรสพของพระอรหันต์	๑	ศาสนา	๑	
ธรรม ๒๙ เหลี่ยม (มีภาษาจีน)	๔		๔๔. ปรมัตถธรรมกลับมา ตอน ๑	๑	๗๗. จิตภาวนาทุกรูปแบบ		
พูดกับเณร	๑		๔๕. เช่นนั้นเอง	๑	๗๘. ความถูกต้องของอทิปปัจจัยตา	๑	
ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๑	๒		๔๖. ความสะอาด ความสว่าง ความสงบ	๑	๗๙. ชีวิตใหม่และมรรคหรือหนทาง		
เห็นธรรมชาติ			๔๗. อะไร ๆ ในชีวิตสักแต่ว่า	๑	ที่จะมีชีวิตใหม่	๑	
คือเห็นความเป็นเช่นนั้นเอง	๑		๔๘. เป็นเรื่องของจิตสิ่งเดียว	๑	๘๐. แก่นพระพุทธรศาสนา		
ธรรมโอสธสาหรับโลก	๑		๔๙. ปรมัตถธรรมกลับมา ตอน ๒	๑	๘๑. พาสางทางธรรมโฆษณ	๑	
ความมีสุขภาพอนามัยทางจิต	๒		๕๐. พหุชีวิตจริง	๑	๘๒. การดับทุกข์ที่มีอยู่ในตัวการดำรงชีวิต	๑	
ปรมัตถธรรมค้ำกลอน	๑		๕๑. สมถวิปัสสนาสำหรับยุคนปรมาณู	๑	๘๓. ปรมัตถธรรมกลับมา ตอนที่ ๓	๑	
นิพพานหนึ่งและเดียววัน	๒		๕๒. ธรรมะที่ควรเคมลงในชีวิต	๑	๘๔. ปรมัตถธรรมกลับมา ตอนที่ ๔	๑	
ธรรมพรใหม่	๓		๕๓. พาสางทางการเมือง	๑	๘๕. มนุษย์ควรมีสันติภาพ	๑	
คตคาชาวจี	๑		๕๔. ธรรมสังัจจะของสมถวิปัสสนา	๑	๘๖. จนกว่าโลกจะมีสันติภาพ	๑	
ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๒	๑		แห่งยุคปรมาณู	๑	๘๗. สิ่งทีพระพุทธรเจ้าทรงเคารพ	๑	
ศีลธรรมกลับมา ตอนที่ ๓	๑		๕๕. พาสางทางปรมัตถ์, อภิธรรม,	๑	๘๘. สันติภาพของมนุษย์มีรากฐาน		
คำของครู	๒		อัสสิกา และบรรพชิต	๑	อยู่บนความไม่เห็นแก่ตัว	๑	
พระผู้มีพระภาคเจ้า			๕๖. ผัสสะ สิ่งทีต้องรู้จักและควบคุม	๑			
ทรงเป็นกัลยาณมิตร	๑		๕๗. ความสุขแท้เมื่อสิ้นสุดแห่ง	๑			
ดอทยถเข้าวัดลองกินถัด	๑		ความสุข	๑			
การเก็บความโกรธเสียอย่าง	๒		๕๘. แนวสังเขปทั้วไปของการ	๑			
การปรุงเป็นทุกข์อย่างยัง	๑		พัฒนา	๑			
การดับเป็นสุขอย่างยัง	๑		๕๙. ธรรมชีวิตกับความเป็นรราวาส	๑			
อาหารตลอดเลี้ยงใจ	๒		๖๐. การศึกษาและการวิปัสญญา	๑			
ปุญญกิริยาวัตถุ	๑		ในพระพุทธรศาสนา	๑			
พ้อมสมมบูรณ์แบบ	๑		๖๑. การบำเพ็ญบารมีทีถูกแนวทาง	๑			
อานปานสติและค้ำบั๊วไม่เหลือ	๒		๖๒. ทำงานให้สนุกทีได้อย่างไร	๑			
ธรรมคตและธรรมคตาคา	๑		๖๓. การทำวิปัสสนาและใจความ	๑			
ความมั่นคงภายใน	๑		สำคัญของการวิปัสสนา	๑			
โลกพระศรีอารยย์อู่ค้ำบั๊วปลายจุมก	๒		๖๔. หลุดพ้นเสียจากความหลุดพ้น	๑			
การทำงานเพื่องาน	๑		๖๕. ธรรมะเป็นคูชีวิต	๑			
สันติโชนไม่เป็นอุปสรรค	๑		๖๖. รอยของพระธรรม	๑			
แก่การพัฒนา	๑		๖๗. สิ่งทีปวงเป็นอนัตตา ในฐานะ	๑			
ปฏิจจสมุปบาทค้ำบั๊วอะไร?	๑		เป็นหัวใจของพุทธรศาสนา	๑			
ค้ำบั๊วเงินของธรรมะ	๑		๖๘. การทำชีวิตให้มีธรรมะ	๑			
และ อทิปปัจจัยตา	๑		๖๙. หัวใจของธรรมะโดยหลักพื้นฐาน	๑			
การอวยค้ำบั๊วปัจจุบัน	๑		๗๐. การบวชอยู่ทีบ้าน	๑			
ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต	๑		๗๑. หัวใจปรมัตถธรรม	๑			
พุทธรศาสนาตรีกับไสยศาสตร์	๑						
อานปานสติภาวนา (มีภาษาจีน)	๒						
อทิปปัจจัยตาในฐานะ	๑						
สิ่งสูงสุดแห่งพุทธรศาสนา	๑						
นรกกับสวรรค์	๑						

ส. ค. ค.

- ๑) ปีใหม่มี สำหรับสี่ กว่าปีเก่า
สี่ขวบในห้า คอขบปี ทวีต
กึ่งยอด และจำนวน ล้วน เกือบ
แต่คนชั่ว กลับถอยถด ี่ลด
๒) ปีใหม่ห้า บลบลบกว่า ี่ใหม่
ใหม่สี่ปี จะหมดดี เฟาะสี่ขวบ
สี่สี่ก ี่ขวบ กะชั่ว, เฟาะ=ใหม่๖๗๘
สี่=๑๖ ี่ขวบไป ี่ใหม่ ี่ขวบ

พุทธทาส ธัมมชโย