

ชีวิตใหม่

และ

มรรคาหรือหนทางที่จะมีชีวิตใหม่

[ชุดลอยปทุม อันดับ ๗๙]



พุทธทาสภิกขุ

อุทิศนา

ลอยธรรมะมาลัย	ลงสู่โลกอันเบียดบีบ
แผ่ธรรมะรังสี	ตามพระพุทธรูปประสงค์ ฯ
มันหมายจะเสริมศาสน์	สถาปน้โลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกศุขสถาพร ฯ
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบร
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวลู่สเตรจ้านาน ฯ
จะทุกข์ทนทั้งคณวัน	พิฆาตกันบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ฯ
บรรชัพระพุทธรองค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกผ่องผ่องพันภัย ฯ
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไฟศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทั้งปภี ฯ

พ.ท.

๒๕๒๓

ACC. NO. 1264

Date Received 2 Nov 30

Call No. N 244 V

ธ. 5



ห้องสมุด “กระท่อมธรรมโฆชน”

สวนอศมมลนิธิ ชีวิตใหม่

และ

มรรคาหรือหนทางที่จะมีชีวิตใหม่

[ชุดลอยปทุม อันดับ ๗๙]

ของ

ท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ

คำบรรยายธรรมแก่คณะนักศึกษา มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ปทุมวัน, บางเขน
ณ ลานหินโค้ง สวนโมกขพลาราม อ.ไชยา
๓๑ ม.ค., ๒ ก.พ. ๒๕๒๙ เวลา ๑๙.๓๐ น.

คณะอาจารย์, นักศึกษา, และญาติมิตร

จัดพิมพ์ถวายสักการบูชาท่านอาจารย์
ในโอกาสมีอายุครบ ๘๐ ปีบริบูรณ์

๒๗ พฤษภาคม ๒๕๒๙

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๒,๕๐๐ เล่ม

สงวนลิขสิทธิ์

มีโดยไม่ต้องมีผู้.

ถ้ามีอะไร แล้วใจ รู้สึกเหนื่อย
สำนึกเรื่อย ว่ากูมี อย่างนี้หนา
มีทั้ง “กู” ทั้งของ “กู” อยู่อัตรา
นั้นอวดตา มาผุดขึ้น ในการมี.

ถ้ามีอะไร มีไป ตามสมมุติ
ไม่จับผิด ว่า “ของกู” รู้วิถี
แห่งจิตใจ ไม่วิปริต ผิดวิธี
มีอย่างนี้ ย่อมไม่เกิด ตัวอวดตา.
จะนั้นมีอะไร อย่าให้มี อวดตาเกิด
เพราะสติ อันประเสริฐ คอยกันทำ
สมบูรณ์ด้วย สัมปชัญญ์ และปัญญา
นี้เรียกว่า รู้จักมี ที่เก่งเกิน.

เป็นศีลปะ แห่งการมี ที่ชั้นยอด
ไม่ต้องกอด ไฟนรก ระหกระเหิน
มีอย่างว่าง ว่างอย่างมี มีได้เพลิน
ขอชวนเชิญ ให้รู้มี อย่างนี้แล.



คนไม่ททา


 ทรงพระนิพนธ์สั่ง ขวมนะ ขึ้นเป็นขวมนาทน ในสมัย
 ที่บิดาทำสงครามแตกจน ขวมนะ อดอยู่อย่างนี้ เช่นนี้ เป็นสิ่งที่
น่าผล เคียดแค้นแก่ ทรงอนไมทท, จึง ขาด ไมทท.

คำว่า "ธรรม" เฉพาะคำเดียว มีความหมาย มาก
หลายประการ, แต่ประการที่สำคัญที่สุดนั้น ธรรมะ
คือ หน้าที่ ที่มนุษย์จะต้องปฏิบัติ ให้ถูกต้องตามกฎ
ของธรรมชาติ ทุกสิ่งทุกอย่างแห่งวิวัฒนาการ ของเขา,
เพื่อความมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ทั้งโดยส่วนตัว และ
ส่วนรวม, หรือทั้งโลก.

[illegible]

การก่อสร้างใหญ่ กำลังทำอยู่ในสภาพเบื้องต้น

เรย์กได้ว่า โลกที่ก่อตัวมาตลอดธรรมชาติ สำหรับสร้างสิ่ง-
ภาพ; มีแต่ธรรมชาติ คือสิ่งที่จะสร้างโลกทุกอย่างเป็น
ขึ้นไว้ ดั่งที่ปรากฏอยู่ในโลกปัจจุบัน. แม้จะมีทฤษฎีที่
ต่างไป จักรวาลของเรามีลักษณะที่ต่างกันก็ยังไม่เต็ม
ใจด้วยสิ่งที่เรย์กได้จัดไว้ไว้โดยทั่วไปในโลก นับตั้งแต่
สเปกตรัม ของรังสี อินฟราเรด วิทยาสถา เพื่อเป็นข้อสันนิษฐาน
ของธรรมชาติของจักรวาล และการประกอบกันของ
ทฤษฎี ระหว่างกันขึ้น ที่มีความละเอียดลออขึ้นด้วย
ความขึ้น, การที่อันหนึ่งอันนี้กับทั้งโลก แม้ในหมู่ผู้ที่มี
อยู่ในธรรม โดยทั่วไป. ผลแห่งธรรม คำสอนนี้ มี
ดังนี้ ที่หากว่า ธรรมะมีอยู่ในโลก.

บางยุค อาจจะคิดว่า มันเป็น สิ่งที่ไม่ได้เสียแล้วที่
เคยมีในโลกเป็นเช่นนี้. บัดนี้ให้เรย์กได้ตามนั้น และปล่อยให้
เป็นคุณตามหลัก เราจะไม่ได้อะไรก็ได้โดยสัญชาตญาณ ก็
แล้วกัน โดยไม่ต้องคอยดูโดยสัญชาตญาณที่อยู่กับอยู่ใน
ธรรมชาติได้ แต่ประการใด. แต่พอที่มันมี ธรรมะ ศาสนา
เห็นแก่ สิ่งที่มีอยู่ มีเพียง และเรย์กได้พบได้ตามเหตุและ
ปัจจัย; เราสร้างปัจจัยแห่งสันติภาพกันใหม่ เพื่อรวม
โลกนี้ไว้ ตามแบบอย่างของสัจจะ โดยอาศัยสิ่งที่เรย์ก
ว่า ธรรม นั้นเอง; สิ่งที่ได้พยายามหาขึ้นโดยธรรม ชัก
ชวนกัน ให้กระทำ ทุกอย่าง เพื่อที่จะรวมกันธรรม สันติ
มาพบกัน. การที่มีสิ่งนี้สิ่ง ธรรมะ นั้นโดยแท้ ก็คือสิ่งที่
ที่เรย์กได้จัดไว้ไว้โดยทั่วไป.

การรู้จักธรรม คือการรู้เอาละไว้เป็นอันคงอย่างถูกต้อง จน
ไม่หลงผิดในสิ่งใด แม้ในคราวเผลอชั่วขณะ ก็กลับรู้ตัวอยู่
กับสติใจอย่างยี่สิบเจ็ด. มิฉะนั้นเป็นความสับสนผิดใหม่ ย่อม
มีเป็นอันโตแห่งความหลงผิด สัมผัสผู้ที่มีรู้ธรรมอย่างแท้-
จริง. ความเห็นแก่ตัว ย่อมเกิดไม่ได้เพราะเหตุนี้. ความรัก
เพื่อหมั่นขยันด้วยกัน มิได้โดยง่าย แม้ว่าจะมีความเห็นอัน
ดีดีด้วยกัน หากขาดรักเพียงไร. ผู้ประพฤติกุศล ย่อม
รู้สึกรู้เป็นสุข เมื่อรู้สึกรู้ว่าตนได้ประพฤติกุศล หรือเมื่อได้ทำ
หน้าที่ของตนอย่างถูกต้อง. ความโกรธแค้นใจใน
ข้อนี้ ทำให้รู้สึกรู้เป็นสุข. ไม่ชอบความสับสนเป็นมายา
คือ สับสนความกับเห็นหนึ่ง คือ ๓ ขุ ลมก ลั่น กาย และ
จิตใจเป็นอันสับสนไปจากเหล่านั้น เสียแล้ว.

ธรรม: ขอบใจเราจักมีจิตใจอย่างถูกต้อง รู้จักสิ่ง
ใดแล้วละก็ละ และสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง, มีหน้าที่การงาน
อันมีสัมฤทธิ์ ได้ประโยชน์อันเลื่อง มีรสหาย หวาน อย่าง
ถูกต้อง คือเป็นไปเพื่อ สันติสุขส่วนตัวบุคคล และ สันติภาพ
ของส่วนรวม โดยส่วนเดียว, มีสัจจวิทยาทุกประการอันเป็น
จริง แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน และพญากษัตริย์อันยิ่งใหญ่, ไม่เห็น
ความดีความงาม หรือเห็นแก่แค้นแค้น แม้แต่หน้อยเดียว. คือ
ก็เรียกว่า งาม, โชคดี, หรือ ชอบตลอดชาติ ย่อมมี
แก่ผู้ประพฤติกุศล. ข้อนี้ หมายถึงความว่า งาม มิใช่
งามด้วยตาของมนุษย์, มิใช่ สวรรค์ งามตั้งแต่โลกนี้
แห่งประพฤติกุศล เห็นดังนี้ก็เข้าใจ.

เขา มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำนักรับการฝึกหัด เพื่อจะได้
 รู้จักสิ่งทั้งปวง อย่าง ถูกต้องตามที่เป็นจริง เพื่อจะได้ปฏิบัติอยู่ได้
 อย่าง สอดคล้อง มีใช้ มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำนักรับไว้เป็น
 ลือ ๔ ได้เราตามเป็นทาสของกิเลส คนใจชั่วไม่ซื่อ ในเมื่อมัน
 เป็นดังนี้ อยู่ โดยมากในโลกนี้จริงแท้ ซื่อ ทำด้วยชาติ ชรามะ .
 เขามัวแต่มีปากพอกตัวเราไม่ได้ ก็จริง แต่เขาสามารถควบคุม
 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้สัมผัสสิ่งใด แต่ในลักษณะนี้
จะไม่เป็นพิษเป็นภัย แก่เราได้ โดยอาศัยชรามะ นั่นเอง. ที่
 คนในโลก ทำได้เช่นนั้น โลกนี้ ก็เป็น โลกที่สงบสุข อยู่
 สบาย หรือเป็น โลกของ พระศรีอารยเมตไตรย ขึ้นมาทันทีทันที
 ด้ว นั้น เพราะเป็น โลก ที่สงบ ไม่ ล้อล่ ชรามะ .

ทางรอด ของโลกนี้จริงแท้ มีอยู่ทางเดียวเท่านั้น
 คือ เดินไปตามทางชรามะ. การช่วยกันทุกคน ได้เดินไปตาม
 ทางชรามะ ย่อมเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่ และสูงส่ง. พอได้
 การจัดการฝึกหัดนั้น ชรามะ นั้น เราย่อมแพ้ ใจ ของเรานั่นแหละ
 ไปจนเต็ม ตามความประสงค์ นับแต่ผู้ที่ได้สติไปแล้ว และ
 ผู้ที่ยัง มีสติอยู่ โดยทุกแห่งทุกมุมโลก. ถ้าไม่ ได้ สติ
ไม่ทางใด ก็ในที่สุด ได้ สติ เป็น อย่าง นี้ .

พุทธทาส อินทปัญโญ

พิมพ์ที่ธรรม, โขนา

๑. ชีวิตใหม่*

ท่านนักศึกษา ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย,

อาตมาขอแสดงความยินดี เป็นสิ่งแรก ยินดีในการ
มาของท่านทั้งหลาย ในลักษณะอย่างนี้ คือเพื่อการศึกษาหา
ความรู้ ที่ควรแก่ความเป็นมนุษย์ เพื่อประโยชน์แก่ความเป็น
มนุษย์ให้ยิ่งๆขึ้นไป, แล้วขอแสดงความยินดี ที่ได้มานั่งกัน
ในลักษณะอย่างนี้ คือนั่งกลางดิน.

บรรยายธรรมแก่คณะนักศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ปทุมวัน บางเขน ครั้งที่ ๑, ๓๑ มกราคม ๒๕๒๕
เวลา ๑๙.๓๐ น. ณ ลานหินโค้ง สวนโมกขพลาราม ไชยา

จะขอร้องให้มีความรู้สึกระลึกนึกถึงเรื่องนี้ทุกครั้งไป
 ว่าเมื่อได้นั่งกลางดินแล้ว จะได้ระลึกนึกถึงพระพุทธรเจ้า
 ผู้ประสูติกลางดิน ตรัสรู้กลางดิน สอนกลางดิน อยู่กลางดิน
 นิพพานกลางดิน; จะเป็นพุทธานุสสติอย่างยิ่ง, แล้ว
 จะมีจิตใจเหมาะสมที่จะฟัง ค่าย; เกยนั่งกันแต่ในอาคารหรู
 ฬาสวยงาม ราคาแสนราคาล้าน เตียนมานั่งกลางดิน ซึ่ง
 ใคร ๆ ก็ต้องถือว่าไม่ได้มีการตีราคา. แต่สำหรับพวกเรา
 พุทธบริษัท มีการตีราคามากกว่าอาคารเรือนแสนเรือน
 ล้านเหล่านั้น เพราะว่ากลางดินนี้เป็นที่ประสูติ ตรัสรู้
 สอน อยู่ และนิพพาน ของพระพุทธรเจ้า. ขอให้ทำใน
 ใจให้สำเร็จประโยชน์คุ้มกัน กับการที่ได้มานั่งกลางดิน ซึ่ง
 นาน ๆ จะมีโอกาสสักครั้งหนึ่ง.

ที่นี้อีกประการหนึ่ง ก็อยากจะ ขอให้พยายาม
 อย่างยิ่ง ที่จะให้ได้รับประโยชน์จากการมาหรือการฟัง;
 ถ้าไม่ได้รับประโยชน์คุ้มกัน คือไม่ได้รับประโยชน์คุ้มกันกับ
 เวลาที่เสียไป เงินทองที่เสียไป ความเหน็ดเหนื่อยที่เสียไป
 เรี่ยวแรงที่เสียไป, ไม่ได้ประโยชน์อะไรคุ้มกันแล้ว อาจารย์
 ก็ทะเลาะกับยมบาล เพราะยมบาลเขาไม่ยอมให้ใคร

ใช้เวลา ใช้เงิน ใช้อย่างไม่คุ้มค่า. ถ้าเกิดไม่คุ้มค่าขึ้นมา เขาก็ต้องถือว่า หรือจะเอาผิด; เพื่อให้ไม่ต้องมีเรื่องอย่างนี้ ก็ขอให้ผู้ฟังหรือนักศึกษาทุกคนพยายามฟังให้ดี ให้ได้รับประโยชน์คุ้มค่า : คุ้มค่าที่มา, คุ้มค่าเวลา, คุ้มค่าการใช้จ่าย, คุ้มค่าเรียนแรง, คุ้มค่าอะไรทุกอย่าง; แล้วเรื่องก็จะเรียบร้อย, มิฉะนั้นก็จะมีปัญหาเรื่องใช้เวลา เงินทอง อย่างไม่คุ้มค่า.

ทีนี้ก็จะได้พูดต่อไปถึงว่า ทำอย่างไรมันจึงจะคุ้มค่า? เรื่องที่จะพูดนี้มันคุ้มค่าไหม? อาตมาขอยืนยันว่า มันเป็นเรื่องที่คุ้มค่าที่คุ้มค่า ถ้าเข้าใจรับเอาไปได้, ปฏิบัติให้เป็นประโยชน์ได้ มันก็จะกลายเป็นเรื่องที่เกินค่า. แต่ถ้าไม่สนใจฟังให้ดี ไม่เข้าใจ เอาไปใช้ให้เป็นประโยชน์ไม่ได้ มันก็ไม่คุ้มค่าจริงเหมือนกัน; เพราะฉะนั้นมันอยู่ที่ผู้ฟัง จะทำให้สำเร็จประโยชน์ได้หรือไม่.

ที่ว่า ได้อะไรคุ้มค่านี้ มันก็ต้องรู้ว่า ได้อะไร? คือมันจะต้องรู้ว่า พระธรรมพระศาสนาจะให้อะไรแก่เรา, หรือเราจะได้รับประโยชน์อะไรจากพระธรรม? ถ้าเรารู้ชัดแน่นอนว่า เราจะได้อะไรจากพระธรรม นั่นแหละคือ

เรารู้จักว่าพระธรรมคืออะไร, พระศาสนาก็เหมือนกันแหละ เป็นคำที่ใช้แทนกันได้. การที่จะรู้ว่าพระพุทธศาสนาคืออะไร มันก็ต้องรู้ชัดในข้อที่ว่า พระพุทธศาสนาจะให้อะไรแก่เราได้, เราก็รู้ว่าสิ่งที่จะให้อะไรแก่เราได้ใช้อย่างไร นั่นแหละคือพระพุทธศาสนา. เพราะฉะนั้นขอ ให้มีความสนใจในข้อแรกที่จะศึกษาให้รู้ว่า พระพุทธศาสนาจะให้อะไรแก่เรา, แล้วค่อยไปพิจารณาดูว่า มันจะสำเร็จประโยชน์ไหม? จะมีค่าจริงไหม?

ปฏิบัติตามพุทธศาสนาแล้วจะได้ชีวิตใหม่.

สำหรับในวันนี้ อาตมาก็อยากจะพูดโดยสรุปว่า เราจะพูดกันเรื่องชีวิตใหม่ ชีวิตใหม่ พุทธศาสนาที่ปฏิบัติแล้ว จะให้ชีวิตใหม่แก่ผู้นั้น คือ ผู้ปฏิบัติ. คำว่าชีวิตใหม่นี้ ฟังดูมันเป็นคำประหลาดๆ หรือเป็นคำโลกๆ เป็นคำสมัยใหม่, เป็นคำนักประพันธ์อะไรอยู่บ้าง ก็ขออย่าไปสนใจในแง่ไหนเลย. ขอรวบรัดว่า ใช้คำนี้ก็เพื่อให้ฟังกันง่าย ๆ ฟังกันสะดวกฟังได้เร็วในเวลาอันสั้น.

คำว่า ชีวิตใหม่, ชีวิตใหม่ มันก็มีปัญหาว่า มัน
 เป็นชีวิตใหม่มาจากไหน? มัน ก็คือชีวิตเก่า แต่ว่าพัฒนา
 ให้ดีขึ้น ให้มากขึ้น, คือทำให้มันเจริญขึ้นมา ในลักษณะ
 เหมือนกะว่ามันตรงกันข้ามกับของเดิม. เขาเรียกว่า ชีวิต
 ใหม่ มันเหมือนกับการเกิดใหม่, เกิดใหม่โดยไม่ต้อง
 ตาย; อย่างนี้มีใช้พูดอยู่ในพระคัมภีร์ : แม้การมาบวช
 เป็นพระในพระพุทธศาสนา^{นี้} เขาก็เรียกว่าเกิดใหม่ เหมือน
 กัน; เพราะมันเปลี่ยนจิตใจ หรือเปลี่ยนอะไรใหม่หมด,
 เรียกว่าเกิดใหม่โดยอริยชาติ, เกิดในโลกใหม่ของพระอริยเจ้า.
 ฉะนั้นเราถึงแม้จะไม่ได้บวช อยู่ที่บ้านมันก็บวชได้
 โดยการทำให้มีผลเหมือนกับว่าชีวิตใหม่ หรือการเกิด
 ใหม่, คือการปฏิบัติธรรมะให้สมบูรณ์, แล้วก็ได้รับผล
 ชนิดที่ไม่เคยได้รับมาแต่ก่อน. ดังนั้นจึงเรียกว่า ชีวิต
 ใหม่, เป็นคำโลกๆ เป็นคำนักประพันธ์อ่านเล่นอยู่มาก แต่
 ไม่เป็นไรดอก ขอให้ใช้คำนี้แหละมันง่ายดี.

เดิมๆที่เราเป็นมา เป็นชีวิตเก่าอย่างไร ขอให้สนใจ
 ให้ดี, ถ้าไม่รู้จักไม่สนใจให้ดี, แล้วก็ไม่มีทางที่จะรู้จักชีวิตใหม่;
 เพราะมันไม่มีอะไรจะเปรียบเทียบ ในลักษณะที่ตรงกันข้าม,

แม่ที่เป็นอยู่ตามธรรมดาแต่ก่อน ก็ไม่รู้สีกว่ามันยังใช้ไม่ได้ มันยังไม่ดับทุกข์, มันยังระคนอยู่ด้วยความทุกข์. ถ้าว่ามัน เป็น ชีวิตใหม่ มันก็ต้องแปลกอย่างตรงกันข้าม คือไม่ระคน อยู่ด้วยความทุกข์ นั้นเอง; ถ้าคนผู้นั้นไม่มองเห็นว่า ตน มีชีวิตที่ระคนอยู่ด้วยความทุกข์ มันก็ไม่อยากจะเปลี่ยนแปลง มันก็ไม่ต้องการอะไรใหม่อีก, มันก็ปล่อยไปตามกรรม. เรื่อง ชีวิตใหม่จึงเป็นเรื่องของสติปัญญา, ของบุคคลผู้มีสติ ปัญญา.

ชีวิตเก่าอยู่ได้อ่านาฉบับคนของกิเลส.

ที่นั่นจะพูดถึงชีวิตเก่า คือชีวิตตามธรรมดา ที่ เป็นกันมา หรือเป็นกันอยู่โดยมากตามปรกตินั้นมันเป็นอย่าง ไร, จะพูดให้ชัดลงไปก็จะพูดว่าชีวิตแบบนั้น มันไม่ เป็นอิสระจากการบีบคั้นของสัญชาตญาณ และไม่พ้น จากการบีบคั้นของกิเลส. สัญชาตญาณ คือความรู้สึก ที่ มาเสร็จ หรือรู้ได้เอง สำหรับสิ่งที่มีชีวิต ซึ่งเข้าใจว่านัก ศึกษาครูบาอาจารย์ทั้งหลาย คงจะได้ศึกษาได้ยินได้ฟังเรื่อง นี มามากแล้ว คือสิ่งที่เรียกว่าสัญชาตญาณหรือ instinct. ที่น

สัญญาอนุญาตที่บังคับควบคุมไว้ไม่ได้ นั่นแหละ คือ
กิเลส.

เรายังอยู่ใต้อิทธิพลของสัญญาชาตญาณบ้าง, อยู่
ใต้อิทธิพลของกิเลสบ้าง มันจึงเรียกว่า เป็นชีวิตที่ทณ
ทรมาน ชีวิตที่ถูกกักขัง ชีวิตที่อยู่ในความมืดความบอด;
รู้ว่าทนทุกข์ทรมาน แต่ก็ไม่รู้ด้วยเหตุอะไร, หรือว่าจะ
แก้ไขกันอย่างไร. ถ้ามันมากเกินไป, ขอบภัย คือว่ามันโง่
มากเกินไป มันก็จะไม่รู้สึกรู้สาในเรื่องนี้เอาเสียเลย, ก็จะไม่
รู้สึกว่าจะ อยู่ใต้อำนาจการบีบบังคับของกิเลส หรือ
สัญญาชาตญาณ, ถ้าโง่มากไปกว่านั้นอีก ก็กลับเห็นเป็นการ
สนุกสนาน ไปเสียเลย.

สัญญาทศญาณใหญ่

ทำให้เกิดสัญญาตณน้อย ๆ อีกมาก.

นี่ขอพูดกันถึงเรื่องนั้นพอสมควรว่า เรามี สัญชาติ
 ญาณอันใหญ่ที่สุด เป็นประธานแห่งสัญชาติญาณทั้งหลาย
 ก็คือสัญชาติญาณแห่งความรู้ว่ามีตัวตน มีตัวตน มี
 ของตน; ถ้าเดียดจืดขึ้นมา ก็มีตัวกู มีของกู, ยอมใครไม่ได้,

มันก็เกิดสัญชาตญาณน้อยๆ ออกมาจากสัญชาตญาณ^๕ เป็นสัญชาตญาณแห่งการรักตน เห็นแก่ตน มีสัญชาตญาณแห่ง การกินอาหาร แสวงหาอาหาร การต่อสู้ การหนีภัย กระทั่ง การสืบพันธุ์, แล้วก็ ต้องการจะมีอะไร ๆ มาบำรุงบำเรอตน, แล้วก็ ต้องการจะรอดตน, นี่ก็คฤติ.

เราตกอยู่ได้อำนาจของสัญชาตญาณ^๕ ที่บังคับมันไม่ได้ ก็ได้ชื่อว่ากิเลส, ถ้าพลังสัญชาตญาณล้วน ๆ ก็ไม่ใช่เล่นอยู่แล้ว ที่นี้ถ้าบังคับไม่ได้กลายเป็นกิเลสขึ้นมา มันก็ยิ่งหนักขึ้นไปอีก. เช่นว่า การเห็นแก่ตน มันก็เกิดปัญหามากมาย หลายอย่างหลายประการ : มัน มองแต่จะหาประโยชน์ให้แก่ตน ด้วยการไต่เปรียบผู้อื่น, แล้วมันก็เดือดร้อนกระวนกระวายอีกหลายๆ อย่าง เนื่องจากความเห็นแก่ตน.

ถ้าจะแยกออกไปว่า สัญชาตญาณแห่งการต้องกินอาหาร อย่างนี้; เดี๋ยวนี้มันก็มีปัญหาที่ว่าควบคุมไม่ได้ มันก็ต้องการจะกินอาหารให้ดีที่สุด ให้อร่อยที่สุด ให้มากที่สุด, มันก็เลยมีปัญหาหนัก เพราะสัญชาตญาณแห่งการต้องการอาหาร.

สัญญาตญาณแห่งการอดสวยอวดงาม นั้นแม้แต่
สัตว์ก็ทำเป็น, ^๕ คนก็มีสัญญาตญาณอัน^๕ นั้นก็ ต้องการจะ
อดสวยอวดงามเกินขอบเขต มันจึงหมดเปลืองมาก, ใคร
ที่รักสวयरักงานใช้เงินเป็นอันมากเพราะเรื่อง^๕ นี้ ก็จะต้องรู้จัก
ดี. เราควบคุมไว้ไม่ได้ คือ ไม่ให้เป็นไปแต่พอดี มัน
ก็กลายเป็นเรื่องอวดสวย มันก็เลยมีปัญหา, ก็ต้องทนทุกข์
ทรมาน เพราะปัญหาลำนั้น.

สัญญาตญาณแห่งการต้องการสิ่งบำรุงบำเรอ
สิ่งประเล้าประโลม ^๕ ถ้ามันพอดีก็ไม่ใช่ไร; แต่ถ้ามัน
เกินพอดี มันก็คือกิเลสอย่างยิ่ง ต้องการการประเล้าประโลม
ใจทุกอย่างทุกทาง, ในที่สุดก็ ^๕ นำไปสู่สิ่งมีนเมาทั้งหลาย ที่
เรียกว่าอบายมุข : จะต้อง ^๕ ดม^๕ น้ำ^๕ เมา หรือสิ่งมีนเมา จะต้อง
เล่นการพนัน ให้มีความรู้สึกชนิดที่บำรุงบำเรอใจ เป็นสิ่ง
ประเล้าประโลมใจ : ต้อง ^๕ เทียวกลางคืน ^๕ ดูการเล่น ^๕ เล่นการ
พนัน ^๕ ดบคนชั่วเป็นมิตร ^๕ เกียจคร้านทำงาน, นำหัวที่ว่า
เกียจคร้านทำงานมันก็เพื่อประเล้าประโลมใจอย่างหนึ่ง,
ไม่บังคับให้ไปทำงาน ให้นอนเสีย แล้วก็มีปัญหาเกิดขึ้น
เพราะการไม่ทำงาน.

นี่ขอให้แจกแจงเป็นอย่าง ๆ เถอะ ถ้าควบคุมไม่ได้
แล้วมีปัญหานั้น. สัญชาตญาณแห่งการต่อสู้ มันก็
ไม่รู้จักต่อสู้กับสิ่งที่ควรต่อสู้, ไปต่อสู้กับสิ่งที่ไม่ต้องต่อสู้
เกิดเป็นปัญหากันทั้งบ้านทั้งเมืองทั้งโลก.

ในที่สุด สัญชาตญาณแห่งการสืบพันธุ์ ซึ่งเป็น
ปัญหาใหญ่ที่สุดของมนุษย์ เพราะสัญชาตญาณแห่งการสืบ
พันธุ์นั้นมีมันรุนแรง, แล้วก็มีของปิดความร้ายกาจอันนี้ไว้
คือกามารมณ์. ธรรมชาติให้เรื่องกามารมณ์มา สำหรับ
หลอกล่อหรือจ้างให้สัตว์ที่โง่เขลาทำการสืบพันธุ์ ซึ่ง
เจ็บปวด ซึ่งลำบาก ซึ่งสกปรก ซึ่งอะไรต่าง ๆ นา ๆ; แต่
ธรรมชาติ มันเหนือกว่า มันก็ให้ส่วนที่เรียกว่า กามารมณ์
คือความเพลิดเพลินเอร์ดีอ้อย ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น
ทางกาย อะไรเหล่านี้ ที่รวมเรียกว่ากามารมณ์ มาเป็นค่า
จ้าง ล่อให้สัตว์ทั้งหลายทำการสืบพันธุ์, แล้วมันยุ่งยากสัก
เท่าไร. ใคร ๆ เห็นว่าการสืบพันธุ์นี้เป็นเรื่องสูงสุดของ
มนุษย์ ก็ดูสิ, ลงทุนกันเป็นการใหญ่โต เพื่อประโยชน์แก่
การสืบพันธุ์ ชนิดที่ธรรมชาติก็ไม่อยากทำ.

ถ้าไม่มีกามารมณ์มาปะหน้าเข้าไว้ ก็ไม่มีสัตว์ชนิด
ไหนอยากจะสืบพันธุ์; แม้แต่สัตว์เทรจันาน, แม้แต่ต้นไม้
ตัวเข้าไป, มันมีกามารมณ์ซึ่งมีรสสูงสุดปะหน้าการสืบพันธุ์
เอาไว้ เพื่อจะจ้างหรือบังคับ ให้สิ่งมีชีวิตทำการสืบพันธุ์;
นี่เป็นปัญหาใหญ่โดยเฉพาะของมนุษย์. คิดดูให้ดี ๆ บาง
ทีอุตสาหกรรมเล่าเรียน อุตสาหกรรมเงินไว้เป็นอันมาก ก็เพื่อ
การสมรสอันมีเกียรติ, แล้วมันก็ไม่ดีอะไรนัก เพราะว่าสิ่งที่
ดีที่สุดของมนุษย์มันยิ่งไปกว่านั้น.

เดี๋ยวนี้เราก็ต้อง มีการฟ่ายแพ้แก่สัญชาตญาณ,
ต้องทนทำไปตามสัญชาตญาณ ไม่มีความรู้พอที่จะบังคับ
สัญชาตญาณ ให้เป็นไปอย่างถูกต้องหรือพอดี. ดังนั้นจึง
ขอบอกเสียเลยว่า ธรรมะ พระธรรม หรือพระศาสนานี้
คือความรู้หรือการปฏิบัติ เพื่อควบคุมสัญชาตญาณไว้
ในสภาพที่ถูกต้องและไม่มีความทุกข์เลย, นี่คือประโยชน์
ของพระธรรม. ถ้าควบคุมไว้ไม่ได้ มันก็มากกว่า
ธรรมดามาก มัน ก็เกิดกิเลส เป็นความโลภ เป็นความ
โกรธ เป็นความหลง ขันมา แล้วก็มี เรื่องที่จะต้อง
หมั่นหมองทรมานเป็นของประจำไปเลย.

เรายุ่งยากลำบากด้วยปัญหาของความรัก, ยุ่ง
 ยากลำบากด้วย ปัญหาของความเกลียด, มันทนไม่ได้ มัน
 ต้องเกลียดสิ่งที่มายั่วให้เกลียด, ลำบากด้วย ปัญหาของความ
 โกรธ มันทนไม่ได้ มันต้องโกรธเมื่อมันมีสิ่งที่ยั่วให้โกรธ,
 แม้ไม่อยากจะโกรธมันก็ยังบังคับไว้ไม่ได้, ยุ่งยากลำบาก
 เพราะ ปัญหาของความกลัว มันโง่มาตั้งแต่เล็ก มันกลัว
 สิ่งที่ไม่ควรกลัวมาตั้งแต่เล็ก มันก็กลัวมากกว่าความจำเป็น
 หรือแม้ที่มันมีความจำเป็น. ถ้ามีธรรมชาติมันก็ไม่กลัว,
 มันก็สบายดี.

เรามีปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวล, วิตกกังวล
 นั้นฟังดูให้ตี, เต็มๆไม่ค่อยมี แต่พอโตขึ้นก็เริ่มมี, คนแก่ก็มี
 มาก ความวิตกกังวลอาลัยอาวรณ์นั้น ขอให้สังเกตดูให้ดี ๆ
 ว่ามันมีพิษสงอย่างไร, ทรมาณจิตใจเท่าไร, ถ้าไม่มีมันจะตี
 สักเท่าไร.

เรายัง มีปัญหายุ่งยากลำบากด้วยการอิจฉาริษยา,
 สัญชาตญาณที่มันอยากจะดีกว่าคนอื่น หรือไม่อยากจะให้คนอื่น
 ดีเท่าตัว มันก็เกิดความอิจฉาริษยาขึ้นมาได้โดยง่าย โดย
 ธรรมชาติ โดยไม่น่าจะมี. ขอให้ไปดูตัวเองให้ดี, สังเกต

ดูตัวเองให้ดี ว่ามัน มีความอิจฉาริษยาใครไหม? แล้วทำไมมันจึงมีมา? ซึ่งมันไม่น่าจะมีมา มันไม่ควรจะมีมา. เรา

ควรจะรักคนทุกคน; แต่เดี๋ยวนี้แทนที่จะรักกันทุกคน มัน กลับอิจฉาริษยา กันทุกคน เรียกว่าปัญหาที่ทรมาณ. พออิจฉาริษยาใคร; คนที่ถูกอิจฉาริษยานั้นไม่รู้ไม่ชี้เลย, แต่คนที่อิจฉาริษยาเขานั่นตกนรกทั้งเป็นอยู่แล้ว, ตกนรกทันทีที่มีความรู้สึกอิจฉาริษยาใคร ไม่ต้องรอต่อตายแล้ว คือ ความอิจฉาริษยานั้นมันกัดหัวใจ, ความรู้สึกชนิดนั้นมันเป็นเรื่องของกิเลส คือสัญชาตญาณที่บังคับไว้ไม่ได้.

ตลอดถึง ความหึงความหวง ซึ่งเต็มไปด้วยหมกในหน้าหนังสือพิมพ์ที่ว่า เรื่องผัวเรื่องเมียชนิดเดียวกันฆ่า ฆ่ากันตาย ฆ่าตัวเองตาย ฆ่าภรรยาตาย ฆ่าลูกตาย ซึ่งสัตว์เดรัจฉานมันยังไม่ทำเลย; แต่มนุษย์นั้นทำกันมากขึ้นๆ เห็นได้จากหน้าหนังสือพิมพ์. ความหวงหรือความหึงเป็นไปแรงกล้า เป็นเรื่องของความโง่สุดขีด มันก็ทรมาณ มันก็ทำให้เกิดความเดือดร้อน.

นี่เรียกว่า มัน ไม่เป็นอิสระจากสัญชาตญาณ ความคิดนี้รู้สึกขึ้นมาได้เอง และเป็นเรื่องของกิเลส คือ

สัญญาตญาณที่บังคับไว้ไม่ได้ เลยขอบเขตของสัญญาตญาณ
ไปอีก เป็นกิเลสของคน, ถ้าอย่างนี้มีเป็นประจำ ก็เป็น
ชีวิตเก่า.

ชีวิตใหม่ต้องไม่มีแม้แต่นิรณ.

เราต้องการชีวิตใหม่ ก็หมายความว่า ไม่ต้องมี
สิ่งเหล่านี้ แม้แต่สิ่งที่เรียกกันทั่วไปว่า นิรณ. นิรณ
๕ ประการนั้น ถ้าใครไม่รู้จักนิรณ ๕ ประการ ก็ขอภัยที่
ต้องพูดว่า มันโง่เต็มที มันโง่สุดเหวี่ยง. นิรณ ๕ ประการ
เกิดอยู่เป็นประจำทุกวันและทุกคน ; ความคิดที่ไม่รุนแรง
แล้ว ไม่มีเหตุปัจจัยอะไรมายั่ว มาอะไรนัก มันก็กรุ่นขึ้น
มาได้เองจากสัญญาตญาณ.

คือ น้อมไปในทางกามารมณ์ ทางเพศบ้าง ก็กว
ใจ, น้อมไปในทางอัตตัตถ์ใจ ไม่ชอบนั้นไม่ชอบนี้ขึ้นมา
เฉยๆ อย่างนั้นแหละ ยังไม่ถึงขนาดที่ลุกขึ้นฆ่าฟันใคร
อย่างนั้นกรบกวนใจ. ที่นี้ความที่จิตละเหี่ยละห้อยฟุ้งแพ
ลงไป ไม่เบิกบานในบางคราว, แม้แต่่วงนอน นั้นกรบกวน
ใจ, แล้วบางคราวก็ฟุ้งซ่าน ฟุ้งเพื่อ ฟุ้งซ่าน ตรงกันข้าม

มันก็รบกวนใจ, ถ้าจิตพุ่งช่านแล้วมันทำอะไรไม่ได้ ขอให้
สังเกตดูให้ดี.

ทีนี้ตัวสุดท้ายเรียกว่า วิจิกิจา คือความไม่แน่ใจ
ในสิ่งที่มีอยู่ หรือกระทำอยู่, ไม่แน่ใจนี้มันก็เป็นเรื่องของ
ความไม่รู้, **ไม่รู้ว่าทำอะไรดี;** แม้ส่วนที่มันรู้มันก็
ไม่แน่ใจว่าจะทำได้, มันไม่แน่ใจในความสามารถของตัวเอง
ว่าจะทำได้ไหม, จะสอบไล่ได้ไหม, จะทำอะไรได้ไหม, มัน
ไม่แน่ใจในความปลอดภัยทางสุขภาพอนามัย, ไม่แน่ใจ
ในทางเศรษฐกิจ, ไม่แน่ใจไปหมด สรุปแล้วไม่แน่ใจว่า
สิ่งที่กำลังทำกำลังมีอยู่นี้ ถูกต้องสมบูรณ์แล้ว ปลอดภัย
แล้วหรือหาไม่? มันก็เป็นห่วงวิตกกังวลอยู่ลึกๆ แต่ว่า
กรุณาออกมาให้รู้สึก.

อย่างนี้เรียกว่า นิวรณ มีแก่ทุกคน แล้วจะมีทุกวัน,
เดี๋ยวอันนั้นเดี๋ยวอันนี้; ถ้าไม่รู้ซักทีมันไม่มีปัญหา, แต่
แล้วมันก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องทนทรมานเพราะสิ่งที่เรียกว่า
นิวรณ, มันไม่มีเสียดีกว่า.

นี่ควรจะรู้จัก ว่าแม้แต่ธรรมดาๆ ไม่ได้ทำบาป
หยาบช้าอะไรนัก มันก็มีนิวรณรบกวน โดยเฉพาะอย่าง

ยังความไม่แน่ใจในชีวิต ในการทำงาน ในสิ่งที่กำลังกระทำอยู่ เช่น จะลั้งเล อยู่ว่าจะสอบไล่ตกอยู่เสมอไป คือสิ่งที่หวัง ๆ หวังนั้นมันไม่ได้. คนไหนหวังเก่ง คนนั้นมันก็มีนิรล^๕ ข้อน^๕รบกวนมากที่สุด; แล้วมันจะไม่ได้ตามที่หวัง เพราะมันโง่ เพราะมันไปหวัง. ที่จริงมันไม่ต้องหวัง ทำไปอย่างดีที่สุดแล้วไม่ต้องหวังให้มันเป็นนิรล^๕รบกวน.

เพียงแต่ปราศจากนิรล^๕ ๕ ประการนี้รบกวน มันก็เป็นเรื่องประเสริฐที่สุดเสียแล้ว คือเป็นชีวิตที่แจ่มใส เยือกเย็น, เย็นอกเย็นใจ อยู่ด้วยความสบายใจ เป็นสุขในชีวิต^๕นั้นเอง. ถ้าไม่รู้จัก มันก็ไม่ต้องการหรือต้องการไม่ถูก แม้ชีวิตที่ปราศจากนิรล^๕นั้นก็แสนจะประเสริฐแล้ว; ^๕ ถ้าชีวิตที่ปราศจากกิเลส ก็ยิ่งไปกว่านั้นอีก ไม่มีโลภะ โทสะ โมหะ รบกวน, ไม่มีกิเลสใดๆ เกิดขึ้นเป็นไฟเผาให้เราร้อน ให้มีตมัว ให้กลัดกลุ้ม นั้นมันเต็มที. ถ้าเป็นนิรล^๕มันเพลลาๆ มันไม่ต้องมีเจตนา มันออกมาจากสัญญาตญาณ หรือจะเรียกว่าออกมาจากอนุสัย ในภาษาสันสกฤตก็ได้, ภาษาชาวบ้าน^{๕๔}เรียกว่ามันออกมาจากสัญญาตญาณ ซึ่งมันจะมีให้ อย่าง^๕นี้. ไปคำนวณดู ถ้าไม่มีนิรล^๕ ๕ ประการ^๕ ชีวิต

นี่แจ่มใส สดใส เยือกเย็น สงบเย็นสักเท่าไร, แล้วเราเคย
ต้องการหรือไม่ ก็เพราะว่าเราไม่รู้ว่ามันมีอยู่ ?

ชีวิตเก่าอยู่ใต้ทะเล
เพราะไม่เรียน เรื่องของจิตใจ.

การศึกษา ของเรานั้นเรียนแต่หนังสือ กับเรียน
วิชาชีพ ไม่ได้เรียนเรื่องชีวิตจิตใจ ไม่ได้เรียนเรื่องว่า
จะเป็นมนุษย์กันอย่างไร จึงจะได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์
ควรจะได้รับ. ดังนั้นให้เรียนมาปริณายาวเป็นหาง มัน
ก็ไม่รู้เรื่องนี้ คือไม่รู้เรื่องชีวิต, ไม่รู้เรื่องว่าจะเป็นมนุษย์กัน
อย่างไร จึงจะได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ, มันก็หยุด
อยู่แค่ว่า ทำอาชีพได้ดีมีเงินมาก, แล้วก็เป็นสุขสนุกสนาน
เอร็ดอโรยทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย : ใช้คำว่า
อโรยทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย รวมกามารมณ์
ทุกชนิด.

นี่ขอให้คิดดูให้ดีว่า เรากำลังเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า?
ที่เราเรียนนี้เพียงเพื่อต้องการเงินมาก ๆ แล้วมาซื้อหา

ปัจจัยเหล่านี้ มาบำรุงชีวิตให้เต็มไปด้วยความเอร็ดอร่อยทุก
 ทางอย่างนั้น แต่เรื่องของธรรมชาติ นั้นมันตรงกันข้าม มันไม่
 มุ่งหมายจะเป็นทาสของความเอร็ดอร่อยเหล่านั้น หรือ
 ว่าเป็นทาสของกามารมณ์ ; มันจะมองไปในแง่ว่า ความ
 เอร็ดอร่อยทั้งหลายมันเป็นเรื่องบ้าๆบอๆเดียว, ความเอร็ด
 อร่อยทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางผิวหนัง อะไรที่
 บุกากันนั้น ล้วนแต่เป็นเรื่องบ้าๆบอๆเดียว เท่าที่ความโง่
 มันต้องการ, เป็นการกระตุ้นระบบประสาทให้สูงสุด รู้สึก
 เป็นความเอร็ดอร่อยสูงสุด, แล้วก็จบเดียวๆ คนก็ยังบูชา
 กันอย่างสุดชีวิตจิตใจ, บูชาความบ้าๆบอๆเดียว, ทั้งโลกเป็น
 อย่างนี้ ไม่ใช่เฉพาะแต่คนไทย.

เมื่อยังไม่มีความรู้ทางจิตใจ ก็ต้องเป็นทาสของ
 กิเลส ของกามารมณ์ทางเพศ แล้วก็เหตุนำให้ทำผิด
 ต่อไปอีกหลายขั้นตอน มาจากความเห็นแก่ตัวเพราะเรื่องนั้น,
 ก็ได้ทำสงครามกันเป็นมหาสงครามยืดเยื้อไม่มีที่สิ้นสุดในโลก
 นี้ ก็เพราะว่าบูชาความสุขทางวัตถุ ทางเนื้อทางหนัง ไม่มี
 ความรู้เรื่องทางจิตทางวิญญาณ. นั่นแหละเรียกว่าชีวิตเก่า
 ชีวิตเก่าตามธรรมชาติของมนุษย์ ผู้ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของ

สัญญาตญาณตามปรกติ, และตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสัญญาต-
ญาณที่บังคับไม่ได้ มันยิ่งขึ้นไปเป็นกิเลส.

นี่เราอยู่ภายใต้การบีบคั้นของสัญญาตญาณ ตาม
ธรรมดา ก็จะเหลือทนอยู่แล้ว แล้ว ตกอยู่ใต้อำนาจบีบ
บังคับของกิเลส คือสัญญาตญาณที่บังคับไว้ไม่ได้แล้วมัน
เลยเถิด : เรื่องกิน เรื่องนอน เรื่องอยู่ เรื่องต่อสู้ เรื่องหนี
ภัย เรื่องแต่งเนื้อแต่งตัว เรื่องอะไรก็ตาม มันเลยเถิดจน
กลายเป็นกิเลส มันก็บีบคั้นมากขึ้นไปอีก, แล้วก็เป็นอย่างนี้
กันจนตาย ไม่ได้เกิดในโลกใหม่ของพระอรียเจ้า ซึ่งเป็น
โลกที่สดใสไม่มีสิ่งเหล่านี้รบกวน, อาตมาใช้คำว่า โลก
ใหม่ ก็ได้, ใช้คำว่า ชีวิตใหม่ ก็ได้กว่า.

เราจะต้องศึกษา ให้รู้จักความร้อนความทน
ทุกข์ทรมาน ที่เป็นอยู่จริง จนรังเกียจเกลียดชัง อยากจะ
พ้นไปเสีย, แล้วก็แสวงหาหนทางที่จะพ้นไปเสีย. นั่นแหละ
คือการไปแสวงหาธรรมะ หรือมาแสวงหาธรรมะ เพื่อจะ
ได้สภาพจิตใจชนิดใหม่ ชนิดที่อยู่เหนือความทุกข์ เหนือ
ปัญหา เหนือกิเลส เหนือการบีบบังคับของสัญญาตญาณ ;

ถ้าเรามาสู่พุทธศาสนา มีธรรมะ เราก็มีวิธีที่จะบังคับ
ควบคุมสัญชาตญาณ.

สัญชาตญาณนี้เป็นเรื่องยากเหลือประมาณ
ที่จะไปบังคับควบคุมมัน เพราะมันเป็นนิสัย เป็นสันดาน
เกิดมาพร้อมกันกับชีวิต, คู่กันกับชีวิต; ฉะนั้นมันจึงเป็น
การยาก เมื่อยังบังคับไม่ได้ทั้งหมด ก็ควบคุมให้ได้ตาม
สมควร, ถ้าฉลาดกว่านั้น ก็เปลี่ยนกระแสของมันเสีย.

มีคำคำหนึ่งในภาษาอังกฤษ คือคำว่า sublimate,
sublimate คำนี้ควรอย่างยิ่งที่จะเอามาใช้กับสิ่งที่เรียกว่า
instinct. ถ้าเราบีบบังคับสมบูรณ์ไม่ได้ หรือ ตัดมันไม่ได้
ก็ sublimate คือเอาไปใช้ในทางที่ดีกว่าเสีย, เหมือน
กำลังใจที่มาก ๆ แม้ที่สุดในทางกามทางเพศนั้น เปลี่ยน
กระแสให้มาใช้ในการงาน การศึกษาเล่าเรียนเสีย เพราะ
มันมีกำลังมาก. ถ้าเปลี่ยนกระแสเสียได้ มันก็มีประโยชน์
มาก; เหมือนน้ำที่ไหล มันท่วมพังทลายเป็นอุทกภัยให้ตาย
ก็ได้ แต่ถ้า sublimate มาใช้แรงของมันหมุนเครื่องไฟฟ้าเสีย
เราก็ไม่ต้องได้รับอันตราย กลับได้รับประโยชน์. หรือ
เหมือนช้างที่มันตกมัน คนที่ฉลาดเขาบังคับได้ เขาก็ใช้งาน

เสียอย่างมากมายเลย เพราะมันมีฤทธิ์ มีแรงมาก, ช้าง
ตกมัน ใช้งานได้มากมหาศาลเลย, ถ้าไม่อย่างนั้นมันเป็น
อันตราย หรือมันไปทำให้เสียหายหมด, แต่เนี่ยเปลี่ยนมา
ใช้ในทางที่มันตรงกันข้ามเสีย.

ฉะนั้น กำลังที่รุนแรงที่เกิดอยู่ตามสัญชาตญาณ
ถ้าบังคับควบคุมไม่ได้ก็เปลี่ยนกระแส คือเอามาใช้ในทาง
ที่ถูกเสีย กำลังมากๆ กำลังบ้ำระทำอย่างนี้, เปลี่ยนมาใช้ใน
ทางที่ถูกทางเสีย; แทนที่จะไปในทางเกร เอามาใช้ใน
ทางการงาน การศึกษาเล่าเรียนเสีย, อย่างนี้มันก็ได้ประโยชน์.
แต่มันก็ไม่ใช่ง่าย ปากนั้นมันพูดกันได้ง่าย แต่ว่าจะทำ
เข้าจริงมันก็ไม่ใช่ง่าย แต่มันก็เป็นสิ่งที่ทำได้ ถ้าเรามี
ความรู้เรื่องนี้อย่างเพียงพอ.

ควบคุมสัญชาตญาณได้ จะมีชีวิตใหม่ในโลกใหม่.

สำหรับสิ่งที่เรียกว่า สัญชาตญาณ เข้าใจว่า คงจะเคย
ศึกษาเล่าเรียนมา ในเรื่องวิทยาศาสตร์ เรื่อง biology อะไร
กันมาแล้ว พอจะรู้เรื่อง; แต่จะไม่ได้ศึกษาถึงข้อที่ว่า

จะจัดการกับมันอย่างไร. ทางธรรมะ ^{ซึ่ง}ไม่ใช่เรื่อง
อะไรอื่น เป็นวิชาความรู้ที่จะบังคับควบคุมสัญญาตญาณ
นั้นเอง ให้มันกลายเป็นสิ่งที่ไม่เป็นอันตรายอย่าง
ใหญ่หลวง; ถ้าว่าตัดความรู้สึกที่เป็นสัญญาตญาณได้ มัน
ก็เป็นพระอรหันต์เท่านั้นแหละ อย่าเพ้อพุดถึงเลย มันยัง
อยู่ไกลไป, ไม่ต้องพุดถึงการตัดสัญญาตญาณเด็ดขาดเป็น
พระอรหันต์, เอาแต่บังคับได้ ควบคุมได้ เปลี่ยน
กระแสของมันเสียให้เป็นประโยชน์ได้ ก็ประเสริฐถมไปแล้ว

วิชาธรรมะคือวิชา ^{นี้} คือวิชาที่จะควบคุมบังคับ
ก็จะเปลี่ยนกระแสของสัญญาตญาณอันร้ายกาจ ให้
กลายเป็นสิ่งที่ไม่มีโทษ ให้มีประโยชน์ยิ่งๆ ขึ้นไป;
ถ้าได้อย่างนั้นมันพอหรือไม่พอ ในการที่จะเสียเวลา เสียเงิน
เสียอะไรมาศึกษาธรรมะ มาหาความรู้เรื่องธรรมะ. อาตมา
คิดว่าเกินพอ ถ้าได้วิชาความรู้เหล่านี้จริง ไปใช้ประโยชน์
ได้จริง, ควบคุมสัญญาตญาณได้จริง มันก็สบายกว่า ^{นี้}
ชีวิตสดใสเยือกเย็นในความหมายแห่งคำว่า นิพพาน.

ไม่มีนิวรรณ์ ๕ รบกวน มันสดชื่นแจ่มใสสัก
เท่าไร; ไม่มีความรู้สึกทางเพศรบกวน, ไม่มีความรู้สึก

ทางความเกลียดชังรบกวน, ไม่มีความรู้สึกหดเหี่ยวหรือฟุ้งซ่าน
รบกวน, ไม่มีความล่งเลในชีวิตรบกวน, มันสดชื่นเยือกเย็น
สักเท่าไร. เพียงไม่มีนิรันดร์ทั้ง ๕ นี้ก็พอเสียแล้ว; ถ้า
ควบคุมโลภะ โทสะ โมหะ ได้มันก็ยิ่งวิเศษยิ่งขึ้นไปอีก คือ
ไฟมันไม่ลุกขึ้นมาในจิตใจ.

นี้ก็เลยเหมือนกับว่าโลกใหม่ ชีวิตใหม่ในโลกใหม่
ในโลกของพระอรียเจ้า ที่มีแต่ความสะอาด สว่าง สงบ, มี
ความเยือกเย็น มีความเป็นอิสระ มีความโล่งโล่ง ไม่มีอะไร
จะบีบคั้นหุ้มห่อ, มันก็ควรไหมที่ว่าจะเรียกว่ามันเป็นชีวิต
ใหม่? มันก็ชีวิตเดิม นั่นแหละ แต่มันถูกทำให้เป็นของ
แปลกออกไป จากที่จะปล่อยไปตามธรรมชาติของ
สัญชาตญาณ มันก็ได้ผลตรงกันข้าม : คือว่าเดี๋ยวนี้เรา
อยู่เหนือการบีบบังคับของสัญชาตญาณ ซึ่งอยู่ในระดับ
สัญชาตญาณล้วนๆ หรืออยู่ในระดับที่เป็นกิเลสอันร้ายกาจ
ก็ตาม, มันก็ได้ชีวิตเย็น ในความหมายของคำว่า
นิพพาน.

เข้าใจความหมายของนิพพานให้ถูกต้อง.

คำว่า นิพพาน นิพพาน นิพพาน^{นี้}ยังเข้าใจผิดกันอยู่ หลายอย่างหรือ ไม่เข้าใจความหมายอันถูกต้อง ของนิพพาน ก็เลยไม่ต้องการนิพพาน, แล้วคำสอนที่พูดกันสอน ๆ กันก็อยู่ไกลสุดเอื้อม จนเห็นว่าเหลือวิสัยที่จะทำได้ นั้นมันเป็นคำพูดของใครก็ไม่รู้, ต้องขออภัยที่จะใช้ว่า คำพูดของคนไม่รู้จักนิพพาน, เป็นคำพูดของคนโง่ต่อพระนิพพาน จึงพูดอย่างนั้น.

ถ้าพูดกันให้ตรงตามจริง ตามธรรมชาติที่เป็นอยู่จริง, คำว่า นิพพาน ก็คือชีวิตใหม่ อย่างที่ว่า หลุดรอดออกมาได้จากการบีบคั้นของสัญชาตญาณและกิเลสทั้งหลาย มามีชีวิตใหม่ออย่าง^{นี้} ก็เรียกว่า นิพพาน คือเย็น, ชีวิตเย็น. อย่าตีความหมายอะไรให้มันไกลสุดโตะไปนัก, ขอให้ถือเอาความหมายของคำว่า นิพพาน นิพพาน^{นี้}ว่า เย็นไว้ก่อน.

ในพระบาลีมีเรื่องราวมากเหลือเกิน ที่แสดงให้เห็นว่า คำว่านิพพาน^{นี้}หมายถึงความเย็นแห่งชีวิต, แล้ว หนึ่งและ

เดี๋ยวนี้ ไม่ต้องรอดต่อตายแล้ว. เมื่อไรกิเลส หรือความรู้สึกที่ผิด ที่เลวร้าย ไม่ครอบงำจิตใจ จิตใจมันก็เย็น; แต่เดี๋ยวนี้มันจะครอบงำเสียเรื่อย จนเห็นเป็นร้อนเสียเรื่อย, หรือว่ามันจะเว้นระยะบ้างไม่ครอบงำ เราก็ก็นั่นใจ, เวลาที่ว่างจากกิเลส ว่างจากสัญญาธาตุแล้วร้ายครอบงำ ก็มีอยู่บ้าง ไม่ใช่ว่าจะไม่มีเสียเลย.

ถ้าจะสนใจข้อนี้ ก็ตั้งปัญหาถามตัวเองว่า เมื่อไรนะ ที่เรารู้สึกว่า สบายอกสบายใจ โปร่งใจ สดใสเยือกเย็นที่สุด เมื่อไรนะ? คอยเฝ้าดูสิ คอยจ้องดู ก็จะพบทันทีว่า เมื่อมันไม่มีกิเลสครอบงำ, ไม่มีนิรวณ ไม่มีกิเลส หรือไม่มีอำนาจของสัญญาธาตุชนิดเลวร้ายครอบงำ มันก็มีอยู่เหมือนกัน; ถ้าไม่อย่างนั้นมันก็เป็นบ้าหมดแล้ว คือมันถูกกิเลสเผาผลาญ ไม่มีเวลาว่างเสียเลย มันเป็นบ้าตายหมดแล้ว. เดี่ยวนี้มันยังมีเวลาที่ว่างบ้าง ธรรมชาติมันก็จะจัดให้พอสมควร คือว่านอนหลับ, เวลานอนหลับมันก็ไม่ถูกสิ่งเหล่านี้ครอบงำ มันก็ชดเชยกัน. เวลาที่นอนหลับเพียงพอ มันก็ชดเชยกัน กับที่เวลาที่ตื่นอยู่ด้วยความเผาผลาญของกิเลส มันจึงพอดี ๆ ที่

จะอยู่ในลักษณะที่อย่างนี้ คือเป็นคนทนทรมานทรมาน ทนทุกข์
ไปบ้าง, แต่ไม่มากจนถึงกับตาย, ไม่มากจนถึงกับเป็นบ้า.

แต่เดี๋ยวนี้มันก็ปรากฏว่า ในโลกนี้คนเป็นโรค-
ประสาท และเป็นบ้าวิกลจริตมากขึ้นทุกที; หมอเขา
ว่าอย่างนั้น, เขารายงานออกมาอย่างนั้น เป็น neurosis เป็น
โรคประสาทกันมากขึ้น ๆ จนกลายเป็น psychosis, เป็นโรค
บ้าไปเลยมากขึ้น ๆ แล้วมันจะมากหรือยิ่งขึ้นไปอีก เพราะว่า
ความผันแปรในโลกมันเป็นอย่างนั้น คือว่าโลกมันเป็นไป
ตามอำนาจของกิเลส มันเดินผิดทางของธรรมะ มันก็ต้องมี
ความผันแปรมาก และมากยิ่งขึ้น ๆ. ฉะนั้นต่อไปคงจะ
เป็นโรคประสาทหรือเป็นบ้า มากขึ้นกว่าที่แล้วมา; เมื่อ
เทียบจำนวนโดยเปอร์เซ็นต์ คนในโลกมันเพิ่มมากขึ้นจริง,
แต่คิดแล้วเปอร์เซ็นต์มันสูงกว่าเมื่อในโลกยังมีคนน้อย คือมี
แต่คนบ้า.

คนบ้านนั้นแหละดูให้ทีเถอะ เกือบจะไม่รู้จักกับโรค
ประสาทเหมือนคนสมัยนี้, คนบ้านนั้นแหละดูให้ทีเถอะ มัน
จะไม่เป็นโรคบ้า ไม่เป็นโรคประสาท ไม่มีอะไรวิปลาส
เหมือนคนสมัยนี้, ไม่มีเรื่องฆ่าฟันกันมากเหมือนคนสมัยนี้

ซึ่งมันไม่น่าเชื่อยิ่งขึ้นทุกที : มีเรื่องผิดใจนิดหนึ่ง แฟนเขา
ไม่ซื้อหน่วย มันก็ไปกินยาตาย, ถ้าเป็นคนบ้ามันไม่ต้องนั้น
ดอก มันหัวเราะเยาะ หรือว่ามันเปลี่ยนได้ มันแก้ปัญห
ของมันได้. คนที่มีการศึกษาแล้วกลับไปกินยาตาย ในระดับ
นักศึกษา นิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัย ก็มีพบอยู่ในหน้า
หนังสือพิมพ์บ่อย ๆ ; นี่มันเพราะเหตุอะไรกัน ? เพราะว่า
มันไม่รู้จักชีวิตหรือตัวเองเอาเสียเลย มันก็ไม่เย็น, มัน
เต็มไปด้วยชีวิตอื่น, มัน โง่มากเข้า มันลัดกลุ้มหนัก
เข้า มันก็มีตบอดไปหมด ก็ทำสิ่งที่ไม่ต้องทำ หรือไม่
ควรจะทำ.

นี่ขอให้สนใจว่า มนุษย์กำลังเป็นอย่างไร, มนุษย์
ยุคปัจจุบันเป็นอย่างไร, และมนุษย์ในอนาคตจะมีปัญหา
อะไรเพิ่มขึ้น. เราก็จะต้องรู้ไว้ และ จะต้องจัดให้ชีวิต
ของเราชาติหนึ่งนี้ ได้รับสิ่งที่ควรจะได้รับ ที่ดีที่สุด
ที่มนุษย์ควรจะได้รับ ซึ่งจะเรียกว่าชีวิตเย็น, ชีวิตเย็น
ชีวิตที่เป็นนิพพาน.

คำว่า นิพพาน นี้ จะสอนกันมากมายหลายความ
หมาย แต่ว่าความหมายที่แท้จริง ที่ถูกต้อง ที่ค้นคว้ามา

ทั้งหมดทั้งสนั่น ^๕ ^๕ ^๕ แปลว่าเย็น : อาหารร้อน รอให้นิพพาน
เสียก่อนจึงจะกินได้ อย่างนี้เป็นต้น, แล้วเขาใช้กันอยู่ในภาษา
ธรรมดา, คนพูดธรรมดาในหมู่บ้านประชาชนทั่วไป
ไม่รู้ว่าใช้แต่ที่วัด หรือเรื่องของนักบวชบรรพชิตชั้นสูง,
ไม่ใช่. เขาใช้คำว่า นิพพุตา นิพพุโต คือนิพพานแล้ว
นิพพานแล้ว นี่กับเรื่องของชาวบ้าน. คล้าย ๆ จะพูดว่า
บ้านนี้ ^๕นิพพาน ก็หมายความว่าครอบครัวยื่นเยือกเย็น ไม่มี
ความผิด หรือกิเลสตัณหาอะไรบกวน.

เล่าเรื่องที่ควรจะเล่าบ่อย ๆ สักเรื่องหนึ่งว่า เมื่อ
วันที่เขาประภทศตรี ให้พระสิทธัตถะเลือกเพื่อการสมรส
ในวันนั้นพระสิทธัตถะเดินมาสู่ที่ชุมนุม. หญิงสาวในตระกูล
สาकยะคนหนึ่งร้องตามหลังมาว่า บุรุษนี้เป็นลูกของผู้ใด แม่
ของเขาก็จะนิพพาน, บุรุษนี้เป็นลูกของผู้ใด พ่อของเขาก็จะ
นิพพาน บุรุษนี้เป็นภักดาของหญิงใด หญิงนั้นก็จะนิพพาน,
ใช้คำว่า นิพพุตา เป็นคำกริยา แปลว่าเย็นแล้ว หรือนิพพาน
แล้ว, นี่พูดกันเป็น ภาษาธรรมดาชาวบ้านพูด กลางบ้านนี้
นิพพานแล้ว, นิพพานแล้ว คือเย็นแล้ว, เย็นแล้ว, เป็น
ครอบครัวยื่นเยือก ไม่มีความทุกข์ความร้อน, อยู่กันอย่างถูก

ต้อง ถูกต้องตามสมควรที่จะอยู่กันในโลกอย่างไม่มี
ความเดือดร้อน; ไม่ได้หมายความว่าสิ้นกิเลสทั้งปวง
เป็นพระอรหันต์ ดอก, นั่นมันเป็นอีกความหมายหนึ่ง เป็น
ความหมายที่สูงสุด, ความหมายธรรมดา นิพพาน
นิพพานโดยปริยายนี้ ก็คือเย็น.

อะไรเป็นของร้อน? ก็คือสิ่งที่ว่า โดยเฉพาะกิเลส
คือราคะ โทสะ โมหะ นี้อร้อน; แล้วก็ลงไล่ดู : สิ่งที่เรา
มันอยู่เป็นผลของกิเลสร้อนหรือไม่ร้อน, ความรัก ร้อน
หรือไม่ร้อน, ความโกรธ ร้อนหรือไม่ร้อน, ความเกลียด
ร้อนหรือไม่ร้อน, ความกลัว ร้อนหรือไม่ร้อน, ความวิตก
กังวล ร้อนหรือไม่ร้อน, ความอาลัยอาวรณ์ ร้อนหรือไม่ร้อน,
ความอิจฉาริษยา ร้อนหรือไม่ร้อน, ความหึงความหวง
ร้อนหรือไม่ร้อน. นี่ก็เป็นตัวอย่างที่พอแล้วว่า จะดูชีวิต
ได้ว่ามันร้อนหรือมันเย็น, ถ้ามันไม่มีสิ่งเหล่านี้ มันก็ไม่ร้อน.

ขอให้รู้จักความหมายของคำว่า นิพพาน หรือ
วิมุตติหลุดพ้น กันให้ถูกต้อง. เดียวนี้ไม่รู้จักคำอย่าง
ถูกต้อง; แต่ก็ปรารถนาเหมือนกันเหมือนกัน, แต่กันนั้นแหละ
มันเป็นการปรารถนาตามธรรมเนียม ตามประเพณี เป็นการ

ตรวจสอบว่าเป็นการอุทิศ พอทำบุญทำกุศลเสร็จแล้วก็ทำให้ได้
 นิพพาน ทั้งที่ไม่รู้ว่านิพพานคืออะไร, ทั้งที่ความจริงนั้น
 นิพพานเป็นสิ่งที่ต้องได้ทันทีและเดี๋ยวนี้ คือได้ชีวิตเย็น,
 เย็นเพราะว่า เราควบคุมสัจจะญาณได้, เราควบคุม
 กิเลส คือสัจจะญาณที่ควบคุมไม่ได้มันได้, ก็เลยเย็น,
 ชีวิตเย็น. แม้แต่ สัตว์เดรัจฉานที่ฝึกดีแล้วไม่มีอันตราย
 ก็ยังเรียกว่าเป็นนิพพาน, นิพพานอย่างสัตว์เดรัจฉาน
 มันก็คือเย็น, ไม่ได้หมายความว่ามันสิ้นกิเลส แต่หมายความว่า
 มันหมดปัญหา. ชีวิตนั้นมันไม่มีปัญหา; เดี่ยวนี้
 มันเต็มไปด้วย ปัญหา : รัก โกรธ เกลียด กลัว วิทก
 กังวล อาลัยอาวรณ์ อิจฉาริษยา หึงหวง ซึ่งล้วนแต่เป็น
 เครื่องทรมานจิตใจทั้งนั้น. ดูเอาเองก็แล้วกันว่า ชีวิต
 ที่ปราศจากสิ่งทรมาน โดยประการทั้งปวง นั่นแหละคือ
 นิพพาน, ชีวิตที่มีความหมายเป็นนิพพานในระดับนี้
 ที่นี้และเดี๋ยวนี้ ซึ่งคนทุกคนมีความเหมาะสม หรือว่าจะมี
 สิทธิก็ตามใจ ที่จะได้รับ ที่จะมี, และต้องรู้จัก, แล้ว จะต้อง
 ดำรงตนให้ถูกต้อง ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ก็รู้
 ธรรมะ.

รู้จักธรรมะ ๔ ความหมาย จะเข้าใจเรื่องตัวตน - ของตนได้.

ธรรมะนี้มี ๔ ความหมาย : เราต้องรู้จัก
 ธรรมชาติ ในความหมายหนึ่ง, เราต้องรู้จัก กฎเกณฑ์ของ
 ธรรมชาติ ในความหมายหนึ่ง, เราต้องรู้จัก หน้าที่ตาม
 กฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ในความหมายหนึ่ง, เราจะต้อง
 รู้จัก ผลที่ควรจะได้รับอย่างถูกต้องตามกฎเกณฑ์ของ
 ธรรมชาติ. ถ้าเรารู้ ๔ ประการนี้เราจึงรู้ธรรมะ; ก็
 ลองคิดดูเถอะว่ามัน ไม่มีทางที่จะทำอะไรผิด เพราะรู้จัก
 สิ่งที่เราเรียกว่าธรรมชาติอย่างถูกต้องครบถ้วนในทุกแง่ทุกมุม
 ก็ไม่มีทำอะไรผิด, และจะ มีความรู้สูงสุดถึงขนาดที่ว่า
 มันจะไม่ยึดถืออะไรให้เป็นตัวตน ที่หมายมันด้วยความ
 เป็นตัวตน, แล้วก็มี ความหนักเพราะยึดถือไว้ว่าตัวตน.

ขอยอมรับว่า เรื่องนี้เป็นเรื่องที่เข้าใจยาก แต่ว่า
 มันคงจะไม่เกินไปสำหรับนักศึกษา; ถ้ามีความรู้สึกเป็น
 ตัวตนอะไรอยู่ มันก็จะหนัก เพราะว่ามัน ต้องเห็นแก่ตน
 มัน ต้องเป็นผลดีแก่ตน, มันก็เป็นเรื่องวิตกกังวล เป็น

เรื่องหนักอกหนักใจ. เดียวนี้เรามีชีวิตอยู่ด้วยความรู้สึก
 คตินึกที่เป็นตัวตนอยู่ตลอดเวลา, จิตใจของเราก็มีความ
 คตินึกประเภทที่เป็นตัวตนเป็นของตน อยู่ตลอดเวลา,
 ไม่ได้ว่างจากความรู้สึกชนิดนี้, มันมีความคิด แต่ว่ามันมี
 ความหมายแห่งตัวตนอยู่ในความคิด มันก็หนักอยู่ในความคิด
 แม้จะมีความคิด. แต่ถ้าความคิดไม่มีความหมายแห่ง
 ตัวตนอยู่ในความคิด มันก็ไม่หนัก มันก็เป็นของเบา.

เดี๋ยวนี้เราบุุชชน มันอยู่ด้วยความคิดประเภท
 ที่มีตัวตนอยู่ตลอดเวลา, แล้วมีตัวตนมันก็เห็นแก่ตน.
 นี่เป็นธรรมดา ตามหลักของสัญญาตญาณมันก็เป็นอย่างนั้น
 แหละ; เมื่อมีสัญญาตญาณแห่งความมีตัวตน มันก็
 ต้องเห็นแก่ตน, แล้วมันก็ต้องมีความรู้สึกว่าจะเป็นผลดี
 หรือผลร้ายแก่ตน. ความรู้สึกอันนั้นมันระวางสงสัยอยู่ตลอด
 เวลา, จิตใจไม่ได้ว่างจากความรู้สึกชนิดนี้; ถ้าวางจากความ
 รู้สึกชนิดนี้ ก็เป็นพระอรหันต์อีกนั่นแหละ, พระอรหันต์
 ก็มีความคิดนี้รู้สึกตามปกติทั่วไป แต่ไม่มีความรู้สึก
 ประเภทตัวตนหรือของตน.

จะเอา^๑ เรื่องของพระพุทธเจ้า มาเล่าให้ฟังก็ได้ เพราะ
ว่าพระองค์ตรัสประกาศทำนองทำทาย ประกาศก้องไปว่า
ตถาคตอยู่ด้วย^๒ ปริมาณ^๓ ตรัส^๔ ญาณ^๕ ตา — ความรู้สึกกว้างอย่างสูง
สุด, กว้างอย่างสูงสุด. เมื่อมี^๖ ผู้มาหา^๗ เป็นพวกพระราชาบัง^๘
จิตก็ยังกว้างจากตัวตน, เป็นอำมาตย์^๙ ของพระราชาบัง จิตก็ยัง
กว้างจากตัวตน, ผู้มาหา^{๑๐} เป็นประชาชนเศรษฐี^{๑๑} บัง กว้างจาก
ตัวตน, ผู้มาหา^{๑๒} เป็นเจ้าลัทธิเดียรถีย์^{๑๓} อนุ^{๑๔} แข่งขันมา จิตก็
ยังกว้างจากตัวตน, มัน^{๑๕} เป็นกว้างจากตัวตนไปทั้งหมด ไม่ว่า
อะไรมา.

นี่ ถ้าว่าเป็นพระธรรมดาเป็นพระบุดูชน พอ
อะไรมา มันก็มีความคิดชนิดที่ไม่กว้างจากตัวตน; ถ้าพระ
ราชามา ก็รู้สึกว่าเป็นเกียรติ^{๑๖} แก่^{๑๗} กุศลจะได้^{๑๘} อะไรบ้าง จิต
มันก็ไม่กว้างเสียแล้ว. ถ้าเศรษฐี^{๑๙} มา มัน ก็คิดว่าจะต้องได้
อะไรบ้าง, ถ้าขอทานมา มันก็ว่าไม่ไหวแล้ว สิ้นหัวแล้ว,
มันคิดว่าจะไม่ได้^{๒๐} อะไรเลย, แล้ว^{๒๑} คู่^{๒๒} ประชัญ^{๒๓} มา ก็คิดว่า
มันจะต้องมีการชนะหรือการพ่ายแพ้แล้ว : นี่มีศัตรู^{๒๔} มา มี
ประชัญ^{๒๕} มา คิดไปทำนองนั้น, ถ้ามิตรสหาย^{๒๖} มา มันก็อึด
ใจ^{๒๗} ว่าจะต้องได้^{๒๘} อะไร จะต้องสบายใจ หรือต้องอะไรแก่

ก. ^๒นี่ความรู้สึกที่เป็นความหมายแห่งตัวตนหรือของตน
มันมีอยู่อย่าง^๓นี้.

ที่^๔นี้มาพูดถึง คนธรรมดาสามัญ อย่างพวกท่าน
ทั้งหลายบ้าง, นี่อยากจะทำเลย ว่าพอเห็นบุรุษไปรษณีย์
เดินเข้ามาในบ้านเท่านั้นแหละ จิตปรกตียู่ตามเดิมไหม?
มันจะว่า ต้องนึกว่ามันจะต้องมีข่าวดีหรือข่าวร้าย การได้
หรือการเสีย. ^๕ฉะนั้นจึงเปิดจดหมายด้วยมือที่สั่นไหวไหม?
นี่ถ้ามันไม่ว่างมันเป็นอย่าง^๖นี้ นี่เพียงแต่บุรุษไปรษณีย์มา,
ถ้าเจ้าหน้^๗มา เป็นอย่างไร, จิตมันปรกติไหม? ลูกหน้^๘มา
มันก็ยังไม่ว่าง เพราะว่ามันจะทวงหนี้ไม่ได้. ถ้าตำรวจ
ถือกุญแจมือมา จิตมันปรกติไหม?

นี่ก็คิดให้คิดสิ ว่าชีวิตแต่ละวันที่มีอะไรเกิดขึ้น
เกี่ยวข้องนั้น มันทำให้จิตเกิดความรู้สึกประเภทตัวกู—
ของกู : จะได้อะไรเสีย จะแพ้จะชนะ จะสุขจะทุกข์ จะได้
เปรียบจะเสียเปรียบอะไรขึ้นมา เต็มไปในจิตใจ, ^๙นี่เรียกว่า
คนธรรมดา ไม่ได้อยู่ด้วยจิตใจของปรมาณุตตรสัจญญา
อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านตรัส : ^{๑๐}ตถาคคอยู่ด้วยปรมาณุตตร-
สัจญญา — ความว่างอันสูงสุด; ^{๑๑}ต้องรับแขกทงวันเหมือน

กัน เตียวคณะพระราชามา, เตียวคณะอำมาตย์มา, เตียวคณะเศรษฐีมา, เตียวคณะบุคคลพลเรือนมา, เตียวคณะเดียรฉัตรมา, อะไรมาก็ไม่มีอะไรที่จะเกิดความรู้สึกหวั่นไหวว่ามันจะได้อะไรหรือจะเสียอะไร มันเลยปรกติ, ปรกติไม่ว่าพวกไหนจะมา พวกยักษ์พวกมารอะไรจะมา พวกอะไรจะมา เทวดาจะมาอะไรก็ตาม มันไม่ได้เปลี่ยนจากความปรกติ.

แต่ถ้าคนธรรมดาตามันไม่เป็นอย่างนั้น แล้วก็ไม่ต้องไปตามใครตอก สังเกตดูเอาเองจากในใจของตน ที่มีความรู้สึกอยู่จริง ๆ วันหนึ่ง ๆ มันเกิดความรู้สึกทำนองนี้กันก็มากน้อย? บางทีมันจะเกือบทั้งหมด; แม้จะทำการงานอยู่มันก็อดวิตกกังวลไม่ได้, จะเรียนหนังสืออยู่มันก็อดวิตกกังวลไม่ได้, เรื่องได้ เรื่องเสีย เรื่องแพ้ เรื่องชนะ เรื่องได้เปรียบเสียเปรียบของตัวกู มันอดคิดไม่ได้; นั่นคือไฟชนิดที่เผา เผาโพล่ง ๆ ในบางคราว, เผากรุ่น ๆ อยู่บางคราว หรืออดควันอยู่ในบางคราว ชีวิตเป็นอย่างนี้.

ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้จะเป็นอย่างไร? เราจะเรียกว่าจิตที่มันเกลี้ยง, ชีวิตที่มันเกลี้ยง นั่นแหละคืออิสระภาพ เสรีภาพ, นั่นแหละคือ วิมุตติความหลุดพ้นตามหลักแห่งพระพุทธ-

ศาสนา. เมื่อวิมุตติหลุดพ้นจากสิ่งบีบคั้นเหล่านั้นแล้ว มันก็
 เย็นเป็นนิพพาน เป็นความเย็น, แม้ยังไม่สิ้นกิเลส; แต่
 ถ้ากิเลสไม่เกิดขึ้นรบกวน มันก็เย็นเป็นนิพพานโดยเท่ากัน.
 ถ้านิพพานสมบูรณ์ของพระอรหันต์นั้น มันไม่อาจจะเกิด
 กิเลสได้อีก. ที่นี้เรายังมีกิเลส แต่ถ้าเราทำชนิดที่กิเลสไม่เกิด
 ขึ้นเผละ มันก็ยังมีความเย็นไปตามแบบเดียวกันนั้นแหละ
 เรียกว่านิพพานโดยปริยาย อย่างธรรมดาสามัญ; ถ้าไปทำลาย
 รากเหง้าของกิเลสหมดจดสิ้นเชิง ไม่อาจจะเกิดอีกแล้ว มันก็
 เป็นนิพพานสมบูรณ์ของพระอรหันต์.

คณธรรมคาถาจะศึกษาเรื่องนิพพาน

เพื่อขจัดอกโยน.

ฉะนั้น นิพพานจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้อง หรือ
 ควรจะเกี่ยวข้อง แม้แก่บุุคคลชนคณธรรมดาสามัญทั่วไป;
 มิฉะนั้นมันจะเป็นชีวิตร้อน โลกมันเปลี่ยนแปลงไปในทาง
 ที่จะทำให้เกิดชีวิตร้อนยิ่งขึ้น ๆ; ฉะนั้นเตรียมตัวไว้ให้
 ศึกษาธรรมะไว้ให้พอ ก็จะอยู่ในโลกที่มันไม่น่าอยู่นี้อย
 ขึ้น ๆ. พุทฺธง่าย ๆ ก็ว่า เตรียมตัวสำหรับอยู่ร่วมโลกกับ

คนบ้า ไม่ใช่พวกที่อะไร ว่ามันจะต้องเตรียมตัวสำหรับจะ
อยู่ร่วมโลกกับคนบ้า ซึ่งมัน จะมีคนบ้าเพราะกิเลสมากขึ้น
ทุกที มากขึ้นทุกที เพราะการศึกษามันเป็นการศึกษา
หมาทางด้วน.

ทั้งโลกมีการศึกษาชนิดหมาทางด้วน; ขอบภัย
ใช้คำตรงๆ เพื่อประหยัดเวลา มันเป็นคำหยาบคายหน่อย
คือให้เรียนกันแต่หนังสือ ให้เรียนกันแต่วิชาชีพ, ส่วนจะ
บังคับจิตใจอย่างไร, จะเป็นมนุษย์กันอย่างไรให้เยือกเย็นนั้น,
ไม่ได้เรียน, ไม่ได้เรียน โรงเรียนไหนมหาวิทยาลัยไหน ใน
ประเทศไหน อะไรก็ตาม มันไม่ได้เรียน, มุ่งกันแต่ให้รู้
หนังสือเพื่อฉลาด แล้วก็เรียนวิชาชีพให้สูงสุด ให้ได้
เปรียบมากยิ่งขึ้นไป, แล้วก็มุ่งจะทำงานพัฒนาตัวเอง
พัฒนาสังคม พัฒนาประเทศชาติ ด้วยสิ่งชนิดที่เป็นปัจจัย
แก่กิเลสทั้งนั้น ดังนั้น ทั้งโลกมันจึงเต็มไปด้วยความ
เห็นแก่ตัว.

ความเห็นแก่ตัวมันก็เป็นเรื่องให้เกิดกิเลสทุก
อย่าง ทุกประการขึ้นมา เรียกว่าเราต้องอยู่ร่วมโลกกับคน
บ้า. ถ้าเราไม่มีความรู้ที่เพียงพอ เราก็จะเดือดร้อน เราก็จะ

เคือตร้อน, ไม่ต้องพูดที่ไหน เอาที่กรุงเทพ วนั้นแหละ
 อัมณฑลมันจะมากขึ้น, แล้วเราจะอยู่ในบ้านเมืองที่อัมณฑล
 มันมากขึ้นได้อย่างไร ถ้าเราไม่รู้จักปรับปรุงจิตใจในภายใน
 ของเรา ให้เหมาะสมที่จะอยู่ร่วมโลกกับอัมณฑลเหล่านั้น,
 ซึ่งมันจะต้องมากขึ้น เพราะการศึกษามันไม่ถูกต้อง เพราะ
 เหตุการณ์ในโลกมันบีบบังคับ เพราะ ความผันแปรของหมู่
 มนุษย์มันเป็นไปผิดทาง คือมันเป็นทาสของกิเลสมาก
 ขึ้น, หรือเป็นทาสของสัญชาตญาณมากขึ้น ทั้งที่เรียนเรื่อง
 สัญชาตญาณ แต่ก็ไม่รู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์, หรือไม่เรียน
 กันในแง่ที่มันจะใช้ให้เป็นประโยชน์ มันก็รู้จากเรื่องสัญชาต
 ญาณ สักแต่ว่าเป็นเรื่องหลักวิชาล้วน ๆ เอามาประยุกต์อะไร
 ไม่ได้.

นี่ขอให้เรา ใช้วิชาทุกอย่างที่มีอยู่ เรียนอยู่นั้น
 เอามาประยุกต์ใช้ให้ได้ ในการที่จะแก้ปัญหาทุกอย่าง
 ทุกประการของชีวิตจิตใจ เพื่อว่าจะได้มีชีวิตเย็น เพื่อจะ
 ได้มีชีวิตเย็น, นี่จึงเรียกว่า เราจะต้องนึกถึงแล้ว คือชีวิต
 ใหม่ หรือการเกิดใหม่ ไม่ต้องตาย เกิดโดยไม่ต้องตาย;
 เกิดโดยการปรับปรุงจิตใจ เสียใหม่ ให้มีความรู้ความ
 เฉลียวฉลาด พอที่จะต่อสู้กับสิ่งเหล่านั้นได้.

ศึกษาให้เข้าใจพระรัตนตรัย

๕. เพื่อคุ้มครองตน.

ถ้าจะพูด ก็คือให้มีธรรมะคุ้มครองให้มากขึ้น พูดให้ชัดคือให้มากกว่านั้นหน่อยก็พูดว่า ให้มีพระรัตนตรัยคุ้มครองมากขึ้น แต่ก็น่าสังเกต น่าสงสัยว่า ไม่รู้จักว่า พระรัตนตรัยนั้นคืออะไร, ไม่รู้จัก. ขออภัยแม่ที่นั่งอยู่ รู้จักพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ถึงที่สุดแล้วหรือยัง? กลัวว่า จะรู้จักแต่เพียงชื่อ, รู้จักแต่เพียงบทบัญญัติ บทนิยามคำเหล่านั้นมันก็กลายเป็นเรื่องพูดได้หรือจำได้, แต่ไม่มีตัวจริง. มีพระพุทธเจ้าคือผู้ตรัสรู้แล้วสอน, พระธรรมคือคำสอน, พระสงฆ์คือผู้ปฏิบัติได้, อย่างนั้นมันก็ไม่รู้จักตัวจริง รู้จักเท่าที่เขาบอก แล้วก็รับทำพิธีพุทธชั่งสรณังคัจฉามิ ธัมมังสรณังคัจฉามิ ซึ่งนกแก้วนกขุนทองมันก็ว่าได้ ถ้าเอามาฝึกมาสอน.

เดี๋ยวนี้หน้าหัวที่สุด ที่เอาเด็ก มาทำพิธีพุทธามะกะทิน ตามระเบียบราชการ. อาตมาก็ต้องทำให้ตามระเบียบที่เขาจดมาให้เขียนมาให้ ทำอย่างไรบ้าง, เด็กเขาว่าอย่างนั้นเราก็อธิษฐาน. นี่นี่กละอายตัวเอง อยู่เหมือนกัน ที่ว่าเด็ก

นั้นเขาไม่รู้เลยว่า พระพุทธรูปคืออะไร พระธรรมคืออะไร,
พระสงฆ์คืออะไร, แล้วก็เอามาให้ว่าพุทธรูปสรณังคัจฉามิ
หรือว่าปฏิญาณตนเป็นพุทธมามะกะ ถือพระรัตนตรัย แล้ว
ก็กลับไป. ที่นั่นถึงคนผู้ใหญ่หรือโตๆแล้วบ้าง เขายังอยู่ใน
สภาพอย่างนั้นหรือเปล่า? เขายังอยู่ในสภาพเหมือนกับเด็ก
อย่างนั้นหรือเปล่า?

ข้อนี้ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย เรื่องพุทธรูปสรณังคัจฉามิ
นั้นไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย, เท่าที่มีปรากฏอยู่ในพระบาลี
ทั้งหมดทั้งสิ้น คำๆนี้เขาจะพูดออกมาโดยบุคคลที่เข้าใจ
ธรรมะ มองเห็นว่าเป็นที่พึงได้จริงแล้วเท่านั้น เขาจึง
จะพูดออกมาเอง โดยพระพุทธเจ้าไม่ต้องบอก ไม่ต้องนำ
ไปอ่านดูในสูตรทั้งหลายซี่ ถ้าเขาได้ฟังธรรม สนทนากับ
พระพุทธเจ้า ชักใช้ไล่เลียงจนเห็นชัดลงไปว่า ธรรมะนี้ดับ-
ทุกข์ได้จริง ดับทุกข์ได้จริง, เห็นชัดประจักษ์แล้ว จึงร้อง
ออกมาเองว่า ข้าพเจ้าขอถือนะพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
เป็นสรณะ. นั่นคำว่าพุทธรูป สรณัง คัจฉามิ มันเป็นคำพูด
ของคนที่ไม่เห็นธรรมะโดยประจักษ์ชัด ว่าดับทุกข์ได้จริง
แล้วพูดออกมา. เดียวนี้เราเอามาใช้เป็นคำร้องของผู้ที่

ไม่รู้จักพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เลย แล้วก็ให้เขาร้องออกมา, แล้วก็เป็นอย่างนั้นว่าเสร็จพิธี, เป็นพุทธบริษัทอย่างนกแก้วนกขุนทอง.

จึงมองดูให้เห็นว่า มันจะแยกกันอยู่เป็น ๒ ชนิด : คือการ ถือนิธนาคมน์ด้วยปัญญา, เห็นชัดแล้วว่าดับทุกข์ได้จริง จึงถือนิธนาคมน์ด้วยปัญญา อย่างหนึ่ง. ที่อื่นอีกอย่างหนึ่งถือนิธนาคมน์ตามธรรมเนียม ไม่รู้ ไม่ไตร่ ไม่ไตร่สีก แต่เขามีพิธี มีประเพณี มีธรรมเนียมให้ว่า ก็ว่าไป, อย่างมากก็แค่ศรัทธาอย่างมลายเสียด้วย, ศรัทธาที่ไม่มีความปัญญา มันเป็นอย่างนั้น.

ฉะนั้นขอบอกว่าไม่พอดอก ที่พวกนักเรียนนักศึกษาทั้งหลาย เคยทำพิธีพุทธมามะกะ มาแล้วนั้น มันไม่พอมันถือนิธนาคมน์นกแก้วนกขุนทอง เป็นพิธีรีตอง, แล้วไม่เคยมีในครั้งพุทธกาล. เอาซิ, ถ้าในครั้งพุทธกาลมันจะมีแต่สรณาคมนของผู้ที่เห็นธรรมะ แล้วร้องตะโกนออกมา เขาไม่มีพิธีให้รับก่อนอย่างนี้, ไปฟังเทศน์ก็ฟัง; ถ้าใครฟังเข้าใจ พอใจ รับเอาไว้ด้วยจิตใจ ก็จะร้องตะโกนออกมาว่า ถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะจนตลอดชีวิต.

นี่ก็คิดให้ตีหัว เรื่องมันยังมีปัญหามาก แม้กระทั่งการศึกษา หรือขนบธรรมเนียมประเพณี ที่มันยังไม่เกื้อกูล แก่การที่จะทำให้มนุษย์มีความรู้ที่ควรจะรู้ คือเรื่องธรรมะ สำหรับที่จะไปควบคุมสัญชาตญาณของเขา ให้ดำเนินมาอย่างถูกต้องเหมือนกับมีชีวิตใหม่ หรือมีการเกิดใหม่.

ดังนั้นในวันนี้ เราจะไม่พูดเรื่องอะไรมากไปกว่าเรื่องว่า จะต้องรู้จักสิ่งที่เรียกว่าชีวิตใหม่ หรือการเกิดใหม่ที่พระพุทธศาสนาจะมีให้เรา คือระบบธรรมะสำหรับเรียนสำหรับปฏิบัติ จนเกิดผลขึ้นมา, แล้วก็ปรากฏเป็นชีวิตใหม่ หรือการเกิดใหม่ขึ้นมา. คุ่มค่าใหม่? ตัดสินดูเอาเองว่า ถ้าได้สิ่งนี้ ชีวิตใหม่ เกิดใหม่ที่เยือกเย็นนี้ คุ่มค่าใหม่ ที่มาสวนโมกข์? เสียการรตเท่าไร, เสียเวลาเท่าไร, เหนื่อยเท่าไร ถ้าคุ้มคาก็ดีไป อาจารย์.....ไม่ต้องทะเลาะกับยมบาลที่ทำให้คนอื่นใช้เงินไม่คุ้มค่า. ที่มันจะคุ้มค่าหรือไม่ มันก็ต้องอยู่ที่คุณน่ะด้วย, ผู้มันต้องเป็นผู้สนใจทำให้ได้รับผลคุ้มค่า มันจึงจะแก้ปัญหาเหล่านี้ได้.

การศึกษาพุทธศาสนา เพื่อควบคุมกิเลสไม่ให้เล็ดวิสัย.

นี่จึงขอรับรองว่า จงสนใจ ว่ามันจะได้อะไร ใน การที่จะเข้ามาศึกษาพระพุทธศาสนา, ศึกษาแล้วจะได้ อะไร? อาตมาขอสรุปความสั้น ๆ อย่างที่พูดมาแล้วว่า เราจะได้ชีวิตใหม่ ซึ่งเป็นชีวิตที่เย็น ไม่ต้องร้อน, ไม่ ต้องระหกระเหินล้มลุกคลุกคลาน ไปตามอำนาจของสัญชาต- ญาณหรือกิเลส กล่าวคือสัญชาตญาณที่ควบคุมไว้ไม่ได้. ความรู้สึกเดิม ๆ ที่เป็นสัญชาตญาณ, โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความรู้สึกในทางเพศ ถ้าควบคุมไม่ได้แล้วมันก็จะ เป็น ปัญหา^๕ทางหมด. อย่างที่ซิกมันด์ ฟรอยด์ว่า ปัญหาต่าง ๆ มาจากความหมายเรื่องเพศ ทางเพศนั้น มันก็มีความจริง; เพราะว่าถ้าทำผิดเรื่อง^๕นี้แล้ว กิเลสแตกแยกออกไปอีกมากมาย ทุกอย่างทุกประการ. ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม.

นี่เพียงแต่สัญชาตญาณเรื่องเกี่ยวกับเพศอย่างเดียว มันก็มากมายมหาศาลอย่าง^๕นี้แล้ว, มันยังมีสัญชาตญาณ ความหมายอื่นอีกมากมาย มันก็เลยเป็นปัญหาที่ใหญ่

หลวง. ฉะนั้น จงศึกษาธรรมะ ให้มีความรู้พอ ที่จะ
ไม่ปล่อยไปตามอำนาจของสัญชาตญาณ, เราศึกษาเรื่องปัญญา
ความรู้จริงเกี่ยวกับธรรมชาติ, แล้วเราฝึกฝนให้มีสติ
ระลึกได้เร็ว เอาปัญญามาทันแก่เหตุการณ์ มาเป็น
สติสัมปชัญญะควบคุมอยู่, แล้วก็มีกำลังสมาธิ กำลังจิตทั้งหมด
ให้สัมปชัญญะมันเล่นงานเหตุการณ์คือกิเลส เราก็จะปล่อยกาย.
เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ เป็นวิธีที่จะควบคุมสัญชาตญาณ มัน
ยืดยาว ไขว้พันกันคราวหลัง ซึ่งมันต้องศึกษาไปถึงนั้น มัน
จึงจะสามารถมีชีวิตใหม่, คือเราจะต้องพบวิถีทางอันใหม่
แล้วเราก็จะพบชีวิตใหม่ หรือโลกใหม่.

ในวันนี้ก็เป็นเรื่องเริ่มต้น ขอให้จัดให้เข้ารูปเข้ารอย
ว่า มันจะต้องได้อะไร ในการที่เข้ามาศึกษาพระพุทธ-
ศาสนา, จะได้รู้จักพระพุทธศาสนา จนได้รับประโยชน์อันแท้
จริงจากพระพุทธศาสนา; เพียงเท่านั้นก็คุ้มค่าของการที่ได้
เกิดมา คือสามารถควบคุมชีวิตให้ดำเนินอยู่แต่ในความที่
ถูกต้อง, ไม่มีปัญหา ไม่มีความทุกข์แต่ประการใดเลย.

ขอให้ทุกท่านมีความปรารถนา ตั้งใจที่จะเข้าไปถึง
จุด ๆ นี้ คือมีความรู้ที่จะควบคุมสัญชาตญาณ โดยเฉพาะ

อย่างยืงก็คือกิเลส อันได้แก่สัญญาตาณาทิควบคุมไว้ไม่ได้, มันเป็นเรื่องยาก จริง แต่มัน เป็นเรื่องที่ทำได้; ถ้าเป็น เรื่องเหลือวิสัย พระพุทธเจ้าไม่นำมาตรัส, นี่ขอยืนยันแทน พระพุทธเจ้า. ถ้าเป็นเรื่องที่เหลือวิสัยปฏิบัติไม่ได้ พระพุทธเจ้าจะไม่นำมาตรัสมาสอน; ถ้านำมาตรัสมาสอน ก็ต้องเรียกว่ามันอยู่ในวิสัยที่คนผู้ฟังจะเข้าใจและประพฤติตาม ได้. ขอให้ท่านทั้งหลายตั้งใจไว้อย่างนี้ มีความมุ่งหมายไว้อย่างนี้ มีเป้าหมายไว้อย่างนี้, แล้วก็จะได้ศึกษาให้มากยิ่งขึ้นไป ปฏิบัติให้สูงขึ้นไป, แล้วจะได้รับผลเป็นชีวิตเย็น.

ขอยุติการบรรยายเพราะสมควรแก่เวลา และสมควรแก่เร็วแรงด้วย. ขอยุติการบรรยายด้วยความหวังว่า ท่านทั้งหลายคงจะได้รับประโยชน์คุ้มค่าของการมา ไม่ต้องไปทะเลาะกับยมบาลว่าใช้เงินไม่คุ้มค่า ใช้เวลาไม่คุ้มค่า ใช้เร็วแรงไม่คุ้มค่า มีความก้าวหน้าในทางของพระธรรมอยู่ตลอดทุกทิพาราตรีกาลเทอญ.

เรียนชีวิต.

เรียนชีวิต อย่าแสวง จากแหล่งนอก.

อย่าเข้าไป ในคอก แห่งศาสตร์ไหน

อย่ามัวคิด ยุ่งยาก ให้ผากใจ

อย่าพิจารณา จาระไน ให้งุนงง.

อย่ายึดมั่น นั่นนี่ ที่เรียกกฎ

มันตรงตรง คดคด อย่างหมดหวัง

จงมองตรง ลงไปที่ ชีวิตัง

ดูแล้วหยั่ง ลงไป ในชีวิต.

ให้รู้รส หมดทุกด้าน ที่ผ่านมา

ให้ชิมซาบ วิญญาน์ อย่างวิศิษฐ์

ประจักษ์ทุกข์ ทุกระดับ กระชับชิด

ปัญหาชีวิต จะเผยออก บอกตัวเอง.

๒. มรรคาหรือหนทางที่จะมีชีวิตใหม่.*

ท่านนักศึกษา ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย,

การบรรยายครั้งนี้ ก็ต่อเนื่องจากการบรรยายครั้งแรก ที่พูดถึงเรื่องชีวิตใหม่, วันนี้จะพูดถึงเรื่อง มรรคาหรือหนทางที่จะมีชีวิตใหม่.

ขอทบทวนเรื่องชีวิตใหม่นิดหน่อย ถ้ามองเห็นว่าชีวิตแบบเก่านี้มันไม่ไหว มันน่าสั่นหว, แล้วมันจะสรุปผล

* ธรรมบรรยายแก่คณะนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปทุมวัน บางเขน ครั้งที่ ๒, ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๙ เวลา ๙.๓๐ น. ณ ลานหินโค้ง สวนโมกขพลาราม ไชยา

ลงไปว่า เสียชาติเกิด คือมีแต่ความขลุ่ยลักกระทบกระทั่ง
 ติณนกระวนกระวาย มีความทุกข์จนตาย ก็เรียกว่าชีวิตเก่า
 หรือชีวิตธรรมดาตามธรรมดาเดิม^๕ขึ้น.

พุทธศาสนาจะให้วิธีหนทางเพื่อชีวิตใหม่และได้
 ชีวิตใหม่ ซึ่งเรียกกันว่าธรรมะ. ถ้าท่านทั้งหลายมาที่นี่ เพื่อ
 จะศึกษาเรื่องธรรมะ วัตรธรรมะ มีธรรมะ ก็รู้ไว้เสียแต่ล่วงหน้า
 ว่ามันคืออะไร? มันก็คือหนทางหรือวิธี ที่จะให้ได้ชีวิตใหม่
 นั้นเอง. พุทธให้น่าสนใจ เรียกให้น่าสนใจ ก็เรียกว่า หนทาง
 แห่งชีวิตใหม่ นั่นคือธรรมะที่เราต้องประสงค์ แต่อาจ
 จะโดยไม่รู้สีกตัว; เพราะว่า มีคนเป็นอันมากสนใจธรรมะ
 ศักดิ์ธรรมะ ปฏิบัติธรรมะ โดยที่ไม่รู้ว่าเพื่ออะไร, ได้
 แต่ทำตาม ๆ กันโดยกิจริยาทำทางโดยพิธีรีตอง อย่างนี้ก็มียุ
 เป็นส่วนมาก. แม้ที่สุดแต่การหันมาศึกษาพุทธศาสนา,
 หรือแม้การตั้งชมรมพุทธศาสนาขึ้นในสถาบันต่าง ๆ ส่วน
 ใหญ่ก็ยังเป็นเพียงทำตาม ๆ กันมา ทำพอเป็นรูปของพิธี
 ไม่เข้าถึงความจริง; ถ้าอย่างนั้นมันก็ไม่สำเร็จประโยชน์.
 ฉะนั้น ขอให้รู้จักธรรมะโดยถูกต้อง แล้วก็มีธรรมะ แล้ว

ก็ใช้ธรรมะให้เป็นประโยชน์ แล้วก็ได้รับผลจากการมี
ธรรมะ; อย่างนั้นจึงจะเรียกว่าถูกต้องและสมบูรณ์.

ชีวิตตามปกติ ก็คือการปล่อยไปตามสัญชาต-
ญาณ ซึ่งได้พูดกันมากแล้ว ในการบรรยายครั้งแรก, ชีวิต
ที่ปล่อยไปตามสัญชาตญาณนั้น มันก็ไม่ดีกว่าสัตว์เดรัจฉาน
เท่าไรนัก. ที่ร้ายไปกว่านั้นก็คือ สัญชาตญาณที่ควบคุม
ไว้ไม่ได้ เป็นสัญชาตญาณที่อาละวาด, ใช้คำว่าย่างนั้น,
มันก็ทำเกินขอบเขตของสัญชาตญาณไปอีก. ดังนั้นมันจึง
มีปัญหากเกิดขึ้นเป็นผลตอบสนอง, กลายเป็นชีวิตที่เต็มไปด้วย
ด้วยอารมณ์ที่ร้าย เต็มไปด้วยความรู้สึกที่มันร้าย. คือ มี
ความรักเป็นปัญหา มีความโกรธเป็นปัญหา มีความ
เกลียดเป็นปัญหา มีความกลัวเป็นปัญหา, มัวแต่รัก โกรธ
เกลียด กลัวนั้นอยู่เป็นปกติ.

นี่น่าคิดนะ ที่ว่าสัตว์เดรัจฉานไม่มีนะ ที่จะมี
ปัญหาเรื่องรัก เรื่องโกรธ เรื่องเกลียด เรื่องกลัวอยู่
เป็นปกติเหมือนมนุษย์ที่มีความรู้สึกนึกคิดอันละเอียดอ่อน
ไหว มันไม่มี; นี่มันเป็นที่น่าละอายแก่สัตว์เดรัจฉาน
มันเลยไปถึง ความวิตกกังวลอาลัยอาวรณ์ มันมีชีวิตที่เป็น

ห้วง มีชีวิตที่หวาดผวา ระแวงอยู่เรื่อยไป ; อย่างนี้สัตว์
 เทร็จงานมันก็ไม่มี, แล้วก็ อิจจาริษาถึงขนาดลงมือ
 ปฏิบัติงานไปตามความอิจจาริษา ซึ่งมนุษย์มีอยู่ทั่วไป
 ซึ่งสัตว์เทร็จงานมันก็ไม่มี, ความหึงความหวงเกินขอบเขต
 อย่างที่มนุษย์มี สัตว์เทร็จงานมันก็ไม่มี.

ชีวิตใหม่ว่างจาก ตัวกู-ของกู.

เอาละ, เป็นอันว่า การปล่อยไปตามสัญชาตญาณ
 นั้น มันเป็นชีวิตที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าดู ไม่งดงาม
 ถือว่าเป็นชีวิตธรรมดา ก็จะเรียกว่าชีวิตเก่า. ถ้าเราจะ
 ให้ได้ชีวิตใหม่ มันก็ปราศจากสิ่งเหล่านี้, สิ่งเหล่านี้ ไม่เป็น
 ปัญหายุ่งยากลำบากใจ ทรมานใจ เกี่ยวกับความรัก ความ
 โกรธ ความเกลียด ความกลัว ความวิตกกังวลอาลัยอาวรณ์
 ความอิจจาริษา ความหึง ความหวง ซึ่งเป็นเรื่องทรมาน
 จิตใจ. แต่มันเป็นชีวิตที่มีจิตใจเกลี้ยง จิตใจเกลี้ยงจากสิ่ง
 วุ่นวายเหล่านี้ แล้วมันก็สงบ, แล้วมันก็เย็น.

ถ้าพูดให้ถูกที่สุด ให้ดีที่สุดในทางธรรมะ ก็ต้องพูด
 ว่าว่าง มีจิตอยู่ด้วยความว่างจากกิเลส ว่างจากความทุกข์

ว่างจากปัญหาหนานาประการ. สรุปลงแล้วมัน ว่างจากความ
รู้สึกตัวกู ว่าของกู. เดียวนี้ เรามัน มีความรู้สึก
ตัวกูว่าของกู อยู่ตลอดเวลา, อย่างที่ได้พูดกันมาแล้ว ขอ
ให้ช่วยจำไปเถอะ มันมีประโยชน์. มัน มีความคิดเป็น
ตัวกู—ของกูอยู่ตลอดเวลา แล้วมัน จึงมีความวิตกกังวล
มีความหวาด มีความระแวงในเรื่องจะได้เรื่องจะเสีย,
เรื่องจะกำไร เรื่องจะขาดทุน, เรื่องจะเสียเปรียบ เรื่อง
จะได้เปรียบ นี่มีอยู่เป็นประจำ. อย่างว่ามีใครเข้ามาใน
บ้าน มันก็มีความระแวงอย่างใดอย่างหนึ่งจะมาถึงมาร้าย ก็วุ่น
วายเสียเปล่าๆ. มันรู้สึกว่าจิตสงบ มีจิตปรกติไม่ได้, แล้วก็
พุดมา ก็แสดงออกมา, แล้วก็ควรทำอะไร ไม่มีความวุ่นวาย
ในใจ อย่างนี้เรียกว่าถูกต้อง. เรามีชีวิตปรกติ, ปรกติ
ก็คือเยือกเย็น อยู่เอง คือมันสงบ หรือมัน ว่างจากสิ่งรบกวน,
ว่างจากความรู้สึกที่เป็นการรบกวน.

นี่ ขอให้มองกันในแง่ลึกก่อน ถ้ารู้จักแล้วก็จะต้อง
การ มันก็จะหวัง จะปรารถนาว่าจะได้ชีวิตแบบนี้ มันก็
ง่ายที่จะได้ชีวิตแบบที่ใหม่, แปลกไปกว่าที่เป็นๆ อยู่;
ใช้คำว่าเย็นก็ได้ ไม่มีเรื่องร้อน, ไม่มีเรื่องกระวนกระวาย

ทรนทราย ไม่มีร้อน แล้วยังสงบ ไม่มีดินรน, แล้วยังว่าง คือ
ไม่มีอะไรบกวน. จิตไม่มีอะไรบกวน มันจิตว่าง, หรือ
ว่าจิตไม่ได้แบกถือ ยึดถือหมายมั่นอะไรอยู่, เป็นจิตว่าง
เป็นจิตอิสระ เป็นจิตที่มีเสรีภาพโดยแท้จริง ไม่มีอะไรมา
บีบคั้นจิตใจ.

ชีวิตอย่างนี้ เราเรียกว่าชีวิตใหม่, ทำงานก็สนุก.
ถ้าชีวิตมันเป็นอิสระ อย่างนี้ มันไม่มีความรู้สึกชนิดที่
ทรมานใจ อะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง, จะเรียนหนังสือก็สนุก
จะพักผ่อนก็สนุก; ถ้าจิตมันวุ่นวายเสียแล้ว มันไม่มีการ
พักผ่อนดอก. ถ้าจิตข้างในมันวุ่นวายแล้ว ทำอย่างไร
มันก็ไม่มีการพักผ่อน; ที่ว่าไปตากอากาศ ไปพักผ่อนนั้น
ถ้าว่าจิตมันยังวุ่นวายอยู่ มันก็ไม่ใช่การพักผ่อน. ถ้าทำ
ให้จิตหยุดความวุ่นวายเสียได้ มันก็เป็นการพักผ่อน; เพราะ
ฉะนั้นไม่ต้องไปที่ไหนให้เสียสตางค์, อยู่ที่บ้านก็ทำได้ ให้
จิตมันมีความพักผ่อนเถอะ, แล้วมันก็มีการพักผ่อนแท้จริง
อยู่ในตัว ดีกว่าไปตากอากาศ หรือไปเที่ยวในที่ๆ เรียกว่า
ที่เที่ยว กลับไม่พักผ่อนมากขึ้น, กลับไปได้อารมณ์ใหม่ๆ
สำหรับวิตกกังวลอะไรมากขึ้น, อย่างนี้มันก็ไม่ดีที่ตรงไหน.

ความพักผ่อนสร้างได้ในจิตใจ ไม่ต้องไป ไม่ต้องมา ไม่ต้องยึดมั่นในสิ่งใด, ปล่อยว่างเป็นอิสระอยู่เสมอ. นี่เราเรียกว่า มองเห็นชีวิตใหม่ มันมีอยู่แล้วมันเป็นสิ่งที่ทำได้; ถ้าเราทำได้ก็จะได้รับผลดีที่สุดที่มนุษย์จะพึงได้ ไม่เสียที่ที่เกิดมา. ขอให้มองเห็นอย่างนี้, แล้วก็ดำเนินชีวิตตามแบบนั้น ให้เป็นชีวิตใหม่.

ชีวิตใหม่นี้ต้องประพฤติต้องปฏิบัติ ที่เรียกว่า ดำเนิน, ดำเนินวิถีแห่งชีวิต ให้มันถูกต้อง แล้วมันจึงจะได้ชีวิตใหม่ ที่นำคุณทั้งมวลขึ้นมา. ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลายเข้าใจความหมายในเบื้องต้น, ความมุ่งหมายในเบื้องต้น คือว่า มุ่งหมายที่จะมีชีวิตใหม่.

ถ้าปล่อยไปตามธรรมดา มันก็เป็น ชีวิตเก่า ของมันตามเดิม ตามธรรมดา คือชีวิตที่เป็นไปตามอำนาจของสัญชาตญาณ ที่ยังมีได้พัฒนา. นี่ก็เป็นไปอย่างธรรมดาที่สัตว์ทั้งหลายมันก็ทำเป็น, มันก็หัวเราะ ร้องไห้กันไป สลับกันไป, เดี่ยวหัวเราะ เดี่ยวร้องไห้ คือเดี๋ยวดีใจ เดี่ยวเสียใจ เดี่ยวฟู เดี่ยวแฟบ เดี่ยวทุกข์ เดี่ยวสุข ว่าง ไม่สงบ ไม่ปกติ.

ถ้าไม่ชอบก็ไม่ต้องพูดกัน, พูดก็เสียเวลาเปล่า แล้วมันไม่ได้รับประโยชน์อะไร. ถ้าสนใจ ออกสำหมาแสวงหา มันก็มีแต่เรื่องนี้ มันไม่มีเรื่องอื่น เรื่องธรรมะที่จะทำให้จิตได้พบกับชีวิตใหม่, แปลกไปจากที่มันมีอยู่เดิมๆ หรือว่าแปลกจากที่จะปล่อยไปตามบุญตามกรรม ก็ตามอำนาจของสัญชาตญาณ.

ทีนี้ก็มาถึงคำว่า สัญชาตญาณ อีกที ถ้าควบคุมไม่ได้ มันก็ออกมาเป็นกิเลส สัญชาตญาณความรู้ ความฉลาด ต่อให้เป็นความฉลาด ในสัญชาตญาณก็มีความฉลาด ถ้าควบคุมไม่ได้มันก็ออกมาเป็นกิเลส, ความรู้ ความฉลาดนั้นมันตึกได้, มันซั๊กก็ได้ฉลาดไปเป็นโจรก็ได้, ฉลาดไปเป็นพระอรหันต์ก็ได้, มันก็ยังฉลาดอยู่นั่นแหละ.

สิ่งที่เรียกว่า intellect, intellect นั้น ไม่แน่ว่าจะเป็นผลดีหรือผลร้าย ต่อเมื่อเอาไปใช้ถูกต้องพัฒนามันให้ดี มันจึงจะเป็นผลดี; ฉะนั้น ปัญญาหรือความฉลาดชนิดนี้ พื้นฐานของสัญชาตญาณชนิดนี้ ยังไม่ปลอดภัย. แต่ถ้าเป็นความฉลาดอย่างที่เขารเรียกว่า wisdom, wisdom หรือ intuition wisdom นั้น นั่นแหละเป็นความฉลาดที่จะช่วยได้

ที่มีประโยชน์; แต่ถ้าเรียกให้ถูก มันไม่ควรจะเรียกว่าความฉลาด ก็เรียกว่าปัญญา ความรู้จริง ความรอบรู้ไปเลย. ที่นี้เรามากจะนิยมความเฉลียวฉลาด เช่นว่านิยมเด็กที่มี I.Q สูง, มี I.Q สูงนั้นถูกแล้ว มันมีความหมายความว่าฉลาด แต่มันยังไม่แน่ว่า เอาไปใช้ผิดหรือเอาไปใช้ถูก.

๔ ระบบธรรมะที่ควบคุมความฉลาด.

อบรมความเฉลียวฉลาด ต้องมีตอนหนึ่งว่าต้องให้มันให้ถูกต้อง; นี่คือระบบของธรรมะ ที่จะเอามาควบคุมความเฉลียวฉลาดนั้นให้มันถูกต้อง, แล้วมันก็ทำไปแต่ในทางที่ถูกต้อง แล้วก็มีผลดี, เกิดมีชีวิตชนิดที่เป็นสุขสงบเย็น สูงสุดตามที่มันจะสูงสุดได้. แต่ว่ามัน ไม่ใช่เพียงรู้เฉยๆ ฉลาดอยู่เฉยๆ หรือมีปัญญาอยู่เฉยๆ, มัน ต้องเป็นปัญญาที่เอามาใช้ได้ทันเหตุการณ์, ทันเหตุการณ์ช่วยพึ่งกันไว้ด้วย; ฉลาดทันเวลา, ทันเหตุการณ์. ถ้าไม่ทันเวลา ไม่ทันเหตุการณ์ก็ไม่มีประโยชน์, มันก็ได้ในบทว่า ความรู้ท่วมหัว เอาตัวไม่รอด, ความรู้มีมากจนท่วมหัว แต่แล้วก็ยังเอาตัวไม่รอด เพราะมันไม่สามารถจะใช้

ความรู้^{นั้น}อย่างถูกต้องและทันเวลา. ^๕เดี๋ยวนี้เรา จะต้อง
มีปัญญาให้เพียงพอ, แล้วเราก็ต้องเอาความรู้^{นั้น} มาใช้ทัน
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าเหตุการณ์ชนิดไหน. เหตุการณ์
ที่เกิดขึ้นมันต้องการการปฏิบัติที่ถูกต้อง มันจึงต้องมีการ
ใช้ความรู้^{อย่าง}ถูกต้อง ทันเวลา^{ที่}ถูกต้อง.

สิ่งที่ ๑. อะไรๆ ที่จะทำให้มีปัญญาเกิดขึ้นทัน
เวลาในลักษณะที่ถูกต้อง อัน^{นี้}ก็เรียกว่าสติ, สติ ช่วย
จำให้ดี ช่วยสังเกตให้ดีว่า สติ กับปัญญานั้นไม่ใช่สิ่ง
เดียวกัน. คำพุทธภาษาชาวบ้านมักจะใช้คำว่า สติปัญญา
เต็กๆ ฟังไม่ตึกกลายเป็นเรื่องเดียวกัน. รวมกันเป็นสิ่งเดียว
กันเสีย มันก็เลยไม่ได้ใช้ให้ถูกต้องตามหน้าที่ของมัน.

สิ่งที่ ๒. ปัญญาคือความรู้^{อย่าง}ถูกต้อง ว่าอะไร
เป็นอะไร; ถ้าพอเหตุการณ์เกิดขึ้น ความระลึกถึงความรู้^{นั้น}
นั้นได้, ระลึกเอาความรู้^{นั้น}มาเผชิญหน้ากับเหตุการณ์,
การระลึกได้^{อย่าง}นี้เรียกว่าสติ มันทำหน้าที่คนละอย่าง.
ปัญญามันสำหรับรู้ อย่างถูกต้องว่าอะไรเป็นอะไร, ควรทำ
อย่างไร หรืออะไรก็รู้, ^๕นี้ พอเหตุการณ์เกิดขึ้นต้องมีสติ

ระลึก, ระลึกเอาบัญญัตินั้นมาเผชิญหน้ากับเหตุการณ์
อย่างรวดเร็ว.

คำว่าสติ^{นี้} ถ้าภาษาบาลีมันคำเดียวกับคำว่าลูกศร,
ลูกศร ซึ่งเขาหมายถึงความเร็วของลูกศร. สติมีความเร็ว
เหมือนกับลูกศร. ลูกปืนแล้วมาทัน เอาบัญญัติมาทันกับ
เหตุการณ์ นั้นแหละคือสติ มันคนละอย่างกับปัญญา เอามา
อย่างนี้เรียกว่าสติ.

สิ่งที่ ๓. ที่^{นี้}เอามาคุมเหตุการณ์ คือปัญญาที่
เอามา กลายเป็นผู้ควบคุมเหตุการณ์ในขณะนั้น อย่าง^{นี้}
เรียกว่าสัมปชัญญะ. สติกับสัมปชัญญะ ก็ไม่ใช่อย่าง
เดียวกันอีก, มันคนละอย่าง ที่เด็ก ๆ ท่องว่า สติ — ความ
ระลึกได้, สัมปชัญญะ — ความรู้ตัว นั้นก็ถูก ตัวหนึ่งสื่อ
ก็ถูก. แต่ขอให้เข้าใจว่า มันคนละหน้าที่ : สติ — ระลึก
เอามา, เอาบัญญัติความรู้อย่างถูกต้องมา. ที่^{นี้} ปัญญา หรือ
ความรู้^{นี้}นั้นมาอยู่เฉพาะหน้า ควบคุมเหตุการณ์อยู่ อย่าง^{นี้}
เรียกว่าสัมปชัญญะ, มีแต่สติมันก็ยังไม่ได้ใช้อะไร เพียง
แต่เอาเครื่องมือมา, เอาสิ่งที่จะใช้เป็นประโยชน์มา, แล้ว
ควบคุมอยู่ คือใช้ความรู้^{นี้}นั้นอยู่ ใช้อยู่เรียกว่าสัมปชัญญะ

ทั้งนี้ สิ่งที่ ๔. ก็คือ สมาริ เมื่อสัมปชัญญะมีอยู่
กำลังของสมาริ ของจิตอย่างสูงสุดนั้น มัน ระดมกำลังลง
ไป ระดมกำลังลงไป, บัญญามันก็ทำหน้าที่เด็ดขาด เฉียบ-
ขาดลุล่วงไปจนหมดปัญหา.

เลยได้เป็น ๔ เรื่อง ถ้าไม่สนใจฟังเป็นเรื่องเล่นๆ
ธรรมดาๆ, พุทแล้วก็แล้วไป มันก็ไม่ได้รับประโยชน์อะไร
ตามเคย. ดังนั้นจึงขอร้องว่า ให้ทุกท่านนี้ จงตั้งใจให้ดี
เป็นพิเศษ ที่จะศึกษาและกำหนดจดจำคำ ๔ คำนี้ไว้ให้
ดีที่สุด สำหรับเป็นเครื่องดำเนินชีวิต เป็นทางใหม่แห่ง
ชีวิต เพื่อจะพบกับชีวิตใหม่.

ถ้าพูดตามลำดับของเรื่อง ก็พูดว่า มีปัญญายู่
เป็นปรกติ ปัญญามาก่อน, ปัญญามันก็มาจากการศึกษา
ฝึกฝนอบรมพอกพูนทุกอย่าง คือการศึกษาโดยตรงทางหุ
ทางตา เหมือนการเล่าเรียน แล้วการคิดการนี้คือการทบทวน
อยู่ ก็เป็นการศึกษา, การได้ผ่านสิ่งต่างๆมา จินรู้ว่ามัน
เป็นอะไรอย่างไร ก็เป็นการศึกษา. นี้เรียกว่าปัญญา
แปลว่า ความรอบรู้ ในสิ่งหรือต่อสิ่งที่มันแวดล้อมอยู่รอบๆ
ตัวเรา ให้รู้จักชัดเจนทั้งภายนอกและภายใน : ภายใน

คือในจิตใจมันเป็นอย่างไร ก็รู้แจ้งโดยชัดเจน, ภายนอก
คือสิ่งแวดล้อม วัตถุ สิ่งของ บุคคลอะไรที่เป็นภายนอก
ก็รู้แจ้งประจักษ์ชัดเจน ว่ามันเป็นอย่างไร มันมีหลายแง่
หลายมุม. แต่รวมกันแล้วมันก็เป็นความจริงของสิ่งทั้งปวง
รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวง ว่าอะไรเป็นอย่างไร, บุคคลเป็น
อย่างไร, อะไรเป็นอย่างไร, เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ
เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างกำลังเป็นไปเป็นระเบียบตามกฎของ
ธรรมชาติ คือธรรมะอันสูงสุด ธรรมะอันศักดิ์สิทธิ์, ควบคุม
สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามระเบียบนั้น.

ถ้าอย่างนั้นแล้วก็เรียกว่า มีปัญญา รู้เรื่องร่างกาย
รู้เรื่องจิตใจ รู้เรื่องไม่เที่ยง รู้เรื่องเป็นทุกข์เป็นอนัตตา,
รู้เรื่องการปรุงแต่งกันอย่างไรจนเกิดความทุกข์, รู้เรื่อง
การปรุงแต่งกันอย่างไรจึงดับทุกข์, รู้หมดเหล่านี้แล้วก็
เป็นปัญญา. มันก็มีเรื่องที่ต้องศึกษา ศึกษาๆ ในส่วน
ของปัญญา สะสมเอาไว้ให้เพียงพอ สำหรับจะได้มีไว้
ให้สติมาชนเอาไปใช้ ในเฉพาะหน้าเหตุการณ์ที่มันเกิดขึ้น
เป็นเรื่องๆ ในชีวิตประจำวัน.

๕๖๕
บัญญัติขั้นสูงสุดคือปัจจุสมุปบาท.

เรื่อง ปัญญาชั้นสูงสุด ก็คือเรื่องความทุกข์เกิดขึ้น
อย่างไร, ความทุกข์ดับไปอย่างไร, คือเรื่องปฏิจาสัมุปบาท
ซึ่งมันมีเรื่องเฉพาะ, หาอ่าน หาศึกษาเอาโดยรายละเอียด.

โดยยอกีก็คือว่า เรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อยู่ใน
ตัว, แล้วข้างนอกเราก็มียูบ มีเสียง มีกลิ่น มีรส มีโผฏฐัพพะ
มีรัสมารมณฺ์ เรียกว่าข้างนอก, เป็นสิ่งข้างนอก เป็น
อายตนะข้างนอก, อายตนะข้างในหรือสิ่งเป็นภายใน
คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราต้องรู้จักให้ดี, รู้จักอย่าง
ชัดเจน รู้จักอย่างเฉพาะ; อย่าให้สั๊กแต่ว่ามี ๆ, ถ้าอย่างนั้น
สัตว์เดรัจฉานมันก็ทำได้. สัตว์เดรัจฉานมันก็มีตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ มันก็สัมผัสรูป เสียง กลิ่น รส อยู่เป็นประจำ,
แต่มันไม่รู้ตามที่เป็นอย่างจริง ว่ามันจะมีเรื่องอะไรเกิดขึ้น.

นี่เรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับจะรับ
 อารมณ์ที่เข้ามาแวตล้อม เป็นรูปทางตา เป็นเสียงทางหู
 เป็นกลิ่นทางจมูก เป็นรสทางลิ้น โผฏฐัพพะทางผิวหนัง
 แล้วก็ป็นธัมมามารมณ์ในทางจิตใจ. ถ้ามันกระทบกันเข้า

อย่างคู่แรกคือตากับรูปนี้ กระทบกันเข้า มันก็เกิดจักขุ
 วิญญาณ คือการเห็นทางตา การรู้สึกทางตา รู้แจ้งทางตา
 ว่าเป็นรูปอะไรอย่างไร, แล้วมันก็รู้สึกซ้อนซับลึกลงไป ถึง
 กับว่ามันมีรสชาติอย่างไร มีเสน่ห์อย่างไร, ไปหลงเข้า; นี่
 เรียกว่า มันเกิดวิญญาณทางตาขึ้นมาแล้ว ก็เรียกว่ามีผัสสะ
 ทางตา สัมผัสทางตา.

ของ ๓ อย่าง ทำงานร่วมกันอยู่ เรียกว่าผัสสะ
 ไม่ใช่แต่เพียงตากระทบรูปเรียกว่าผัสสะ อย่างนั้นมันพูดอย่าง
 เต็ก ๆ พุด, ถ้าพูดอย่างธรรมะที่ถูกต้อง มันมีตาตัว
 แล้ว ก็มีรูปที่มากระทบตา ตัว แล้วเกิดจักขุวิญญาณ
 ขึ้นมาในขณะนั้นด้วย, เป็น ๓ อย่าง นี่ทำงานร่วมกันอยู่
 คือ จักขุวิญญาณรู้สึกต่อรูปโดยอาศัยตา นี่เรียกว่า
 ผัสสะ ๆ, คិតตุเถอะมีตลอควัน เรามีสลอควัน. ถ้าทางหู
 ก็เหมือนกันอีกแหละ เสียงมากระทบหู เกิดวิญญาณทางหู
 กลิ่นมากระทบจมูก เกิดวิญญาณทางจมูก. ทุกคู่ ๆ มัน
 ต้องเกิดวิญญาณก่อน แล้ว รวมกันอยู่ ๓ อย่างนั้นเรียกว่า
 ผัสสะ. เรามีตลอคเวลาตลอควันตลอคคืน นี่คือ จุดตั้งต้น
 ที่สำคัญที่สุด ของทั้งหมด.

ถ้าทำผิดที่ผัสสะก็จะต้องมีความทุกข์ ใครช่วย
ไม่ได้; ถ้าทำถูกต้องไม่มีผิด มันก็มีแต่ไม่ทุกข์ ดับทุกข์
หรือไม่ทุกข์ที่ผัสสะ. ผัสสะนี้เป็นเหตุให้เกิดสุขเกิด
ทุกข์, แล้วยังเป็นเหตุให้เกิดความรู้อย่างไร, ทิฏฐิ
ความคึกความเห็นอย่างไร.

ผัสสะมันไปสัมผัสเข้าแล้ว มันก็ทำให้เกิดทิฏฐิ
ความคิด นั่นเป็นอย่างนั้น นี่เป็นอย่างนี้ โน่นเป็นอย่าง
โน่น แล้วก็คำนวณไปจากผัสสะทั้งนั้น จนกระทั่งเกิดทิฏฐิ
ว่า ตายแล้วเกิด, ตายแล้วไม่เกิด อะไรเหล่านี้, มันก็มาจาก
ผัสสะที่ได้สัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ. นี่ผัสสะ
เป็นบ่อเกิดของทั้งหมดเลย ที่จะเป็นปัญหาแก่นมนุษย์
จึงเป็นสิ่งที่ต้องรู้จักและควบคุมให้ดี.

ดูต่อไป เมื่อมีผัสสะอย่างนี้แล้ว ก็เกิดเวทนา;
เช่นได้สัมผัสรูปที่สวยงาม ก็เกิดสุขเวทนาพอใจ รูปที่ไม่สวย
น่าเกลียดน่าชัง ก็เกิดทุกข์เวทนาทางตา นี่มันก็เกิดเวทนา
มาจากผัสสะ.

เมื่อเกิดเวทนาแล้ว มันมีรสที่ครอบงำจิตใจ
สุขเวทณาก็ครอบงำไปอย่าง, ทุกขเวทณาก็ครอบงำไปอย่าง,

จิตใจมันถูกรอบงำ มันรู้สึกอย่างไรมันก็สำคัญมันหมาย
 อย่างนั้น ก็เกิดสัญญา มันหมายอย่างนั้นอย่างนั้น แล้วก็
 เกิดความคิดไปตามนั้น ฉะนั้นเวทนาจึงให้เกิดความต้องการ
 อย่างใดอย่างหนึ่งเสมอ คือเกิดตัณหาเพื่อความต้องการ
 เวทนาน่ารักก็ต้องการจะได้, เวทนาไม่น่ารักก็ต้องการจะ
 ทำลาย, เวทนาที่เป็นกลางๆไม่รู้ๆ, มันก็สงสัยมัวเมา
 พัวพันอยู่ โดยไม่รู้อะไรจะทำอย่างไร. นี่คือ ตัณหา ๓ อย่าง
 เกิดมาจากเวทนาในชีวิตประจำวันของทุกคน ๆ ๆ.

พอเกิดตัณหาเป็นความต้องการไปตามเวทนาแล้ว
 เช่นอยากได้อย่างแรง, หรืออยากฆ่าอยากทำลายอย่างแรง,
 นี่มัน มีความอยากอย่างแรง ขึ้นมาแล้ว ความรู้สึกว่าตัวกู
 ตัวกู จึงจะเกิดขึ้นมา เป็นตัวกูผู้ต้องการ : เป็นตัวกูที่จะ
 ฆ่า, เป็นตัวกูที่จะทำลาย, นี้เรียกว่าให้เกิดอุปาทาน ตัณหา
 ให้เกิดอุปาทาน. อุปาทานคือตัวตน เป็นเรื่องลมๆ
 แล้งๆ มัน เกิดมาจากความรู้สึกอยากคือตัณหา เป็น
 ธรรมชาติ ตามธรรมชาติ. ถ้ามีความรู้สึกอยากเกิดขึ้น
 รุนแรงแล้ว ความรู้สึกว่าคุณอยาก กูจะทำมันให้เกิดขึ้นมาเอง,
 แล้วก็ทำเพื่อกู; อย่างนี้เรียกว่า อุปาทาน ตัณหาให้เกิด
 อุปาทาน.

กรณ^๕ มีอุปาทาน อย่าง^๕นี้ แล้ว มีภพ มีชาติ คือ
 ความเกิดแห่งตัว^๕ก^๕ที่จะค่อยสมบูรณ์ สมบูรณ์ขึ้นมา จน
 เป็นชาติ, ลูก^๕ขึ้นมาโผลง ๆ ทำอะไรอยู่อย่างเต็มที่, ทำอะไร
 อยู่อย่างสุดเหวี่ยง ตามความต้องการของตัณหาอุปาทาน^๕นั้น,
 นี่ชีวิตประจำวันเป็นอย่าง^๕นี้.

ถ้าว^๕เรื่อง^๕นี้ ก็เรียกว่ามีปัญญาสูงสุดในพระพุทธ-
 ศาสนา ในทางที่ตรงกันข้าม มันก็กลับกัน. ถ้าว^๕มัน
 มีเวทนาแล้ว มีสติ หรือมีผัสสะแล้วมีสติ ให้เกิดเวทนา
 ที่ฉลาด ที่มีความรู้ถูกต้องเข้าไปเจืออยู่, เวทนานั้นก็ไม่
 หลอกให้หลง ไม่หลอกให้อยาก เพราะมันมีสติปัญญามาเจือ
 อยู่ มีวิชชามาเจืออยู่ ก็ไม่เกิดความคิดอยากอย่างโง่เขลา,
 ก็ไม่เกิดความยึดมั่นถือมั่นว่าตัว^๕ก^๕ผู้อยาก อยากมาเป็น ของ^๕ก^๕.
 เรื่อง^๕มัน^๕ก็ ไม่มีตัว^๕ก^๕ที่จะไปทำอะไร ให้สุดเหวี่ยงตามแบบ
 ของตัว^๕ก^๕ ความทุกข์ก็ไม่เกิดขึ้น, นี่เรียกว่า ปฏิจจสมุ-
 ปบาทฝ่ายที่ไม่ให้เกิดทุกข์; อย่างแรกเป็นปฏิจจสมุ-
 ปบาทฝ่ายที่จะให้เกิดทุกข์.

ถ้าว^๕เรื่อง^๕นี้ คือธรรมะหมดทั้งสิบ^๕ก็ได้; เพราะ-
 ว่า ธรรมะที่ควร^๕รู้ทั้งหมดทั้งสิบ^๕ มีแต่เพียงเรื่อง^๕ทุกข์

กับความดับทุกข์เท่านั้น. พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้เอง
ว่าแต่ก่อน^{๕๔๕}นักตเดียวนักต^{๕๔๖} ฉันพูดแต่เรื่องความทุกข์ กับความ
ดับไม่เหลือแห่งทุกข์, นอกนั้นไม่พูด ไม่เอามาพูดให้เสียเวลา.
ก็แปลว่าเรารู้เรื่องธรรมะทั้งหมด ที่ควรรู้ที่ควรพูด.

แล้วยังมีที่ตรัสไว้ในตอนว่า ผู้ใดเห็นปฏิจสมุปบาท
ผู้^{๕๕}นั้นเห็นตถาคต คือผู้^{๕๕}ใดเห็นธรรมะ ผู้^{๕๕}นั้นเห็นตถาคต,
ผู้^{๕๕}ใดเห็นปฏิจสมุปบาท ผู้^{๕๕}นั้นเห็นธรรมะ, ผู้^{๕๕}ใดเห็นธรรมะ
ผู้^{๕๕}นั้นเห็นตถาคต; หมายความว่า การเห็น เรื่องนี้ รู้แจ้ง
เรื่อง^{๕๕}นี้ อยู่อย่าง^{๕๕}นี้ เรียกว่าเห็นธรรมะ, เห็นธรรมะนั้นคือ
เห็นองค์ตถาคต คือองค์พระพุทธเจ้าที่แท้จริง, ไม่ใช่รูป
กาย หรือ ไม่ใช่พระพุทธรูป ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ รูป/
ร่างกายนั้นไม่ใช่พระพุทธเจ้าที่แท้จริง; ท่านตรัสไว้อย่าง^{๕๕}นั้น.
ธรรมะเป็นองค์พระพุทธเจ้าที่แท้จริง; เห็นธรรมะก็คือ
เห็นเรื่อง^{๕๕}นี้ เห็นเรื่องเกิดทุกข์ ทุกข์เกิดอย่างไร ทุกข์
ดับอย่างไร คือปฏิจสมุปบาท, เป็นความรู้สูงสุด.
ถ้าใครรู้แล้วก็เรียกว่ามีปัญญาสมบูรณ์^{๕๕}สูงสุดอยู่ในตัว.

นี่เรื่องของปัญญา ปัญญาข้อแรก สำหรับจะมีไว้
เป็น^{๕๕}ที่พึ่ง หรือช่วยแก้สถานการณ์, หรือพูดอย่างวิทยา-

ศาสตร์ที่ว่า จะมาช่วยควบคุมสัญชาตญาณอย่างสัจจอย่างต่ำ ให้เป็นสัญชาตญาณที่พัฒนาแล้วและปลอดภัย.

เออละ, มันหมดไปตอนหนึ่ง เป็นเรื่องของปัญญา, มีปัญญาๆ, ปัญหานี้สะสมไว้อย่างไร, เพิ่มพูนไว้อย่างไร, ชักกลาไว้อย่างไร, ชักซ่อมไว้อย่างไร, มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาชั้นหนึ่ง ก่อน.

ปัญญา สติ สัมปชัญญะ สมาธิ

แก้ปัญหาก็ทุกอย่าง.

เอ้า, ที่นี้ เรามีเรื่องอะไรเกิดขึ้น ทางตา ทางหู ทางอะไรก็ดี ที่มันจะเกิดขึ้น ให้เป็นทุกข์ สติระลึกถึง ปัญญาเหล่านั้น, ขนเอาปัญญาเหล่านั้นมาเผชิญหน้า กับเหตุการณ์. สิ่งที่มาทำให้รัก มันก็ไม่รัก, ที่มาทำให้โกรธ มันก็ไม่โกรธ, ที่จะทำให้เกลียด มันก็ไม่เกลียด, จะทำให้กลัว มันก็ไม่กลัว, วิตกกังวล อาลัย อารมณ์ อิจฉา ริษยา หึงหวงอะไรมันก็ไม่มีได้, โดยที่สติมันไปเอาปัญญา มา แล้วมาขึ้นคุมสถานการณ์อยู่ เป็นสัมปชัญญะ รู้สีก ตัวอยู่ พิจารณาอยู่, แล้วก็ หุ่่มเทกำลังของสมาธิ เพื่อให้

พิจารณากันอย่างเฉียบขาด อย่างรุนแรง อย่างลึกซึ้ง ด้วย
กำลังของสมาธิ เป็นความหนัก, ปัญญาเป็นความคม มัน
ก็ตัดปัญหานั้นออกไป.

ปัญญาเปรียบเหมือนกับความคมของมีด เป็นต้น ;
สมาธิเหมือนกับน้ำหนักของมีด ที่มันต้องมีน้ำหนัก มันจึง
จะตัดได้พุ่งลงไปได้, ถ้าเบาหวิว มันก็ไม่ตัดอะไรได้, ความ
คมก็เป็นหมันไปเปล่า ๆ ความคมต้องประกอบไปด้วยน้ำหนัก
มันจึงจะตัดอะไรได้. ที่นี้ ปัญญาเป็นความคม, สมาธิ
เป็นน้ำหนัก, ปัญญาโดยสติเอามาเป็นสัมปชัญญะ,
แล้ว กำลังของสมาธิก็ระดมลงไปที่สัมปชัญญะ, ก็รู้จริงจัง
เด็ดขาดลงไปในเรื่องนั้น ๆ มันก็ป้องกันได้, มันเกิดทุกข์
ไม่ได้ หรือทุกข์ที่กำลังเกิดอยู่ก็สิ้นสลายไป สบายสบายไป.

นี่เรียกว่า เราควบคุมสถานการณ์ได้ ไม่ว่าอะไร
จะมากระทบเรา จากภายนอกหรือจากภายในก็ตาม ; เหตุ-
การณ์ภายนอก มากมายหลายสิบอย่างหลายร้อยอย่าง ที่จะ
มาทำให้เกิดทุกข์ ; พอมาถึงเข้า เรามีสติ รับหน้ามัน
ด้วยสติ, สติไปชนเอาปัญญาที่เคยศึกษาสะสมไว้มา เป็น
ความรู้เฉพาะหน้า เรียกว่าสัมปชัญญะ ต่อสู้กับสิ่งเหล่านั้น,

แล้ว ระดมกำลังจิตทั้งหมดของสมาธิ เพื่อจะทะลุไป ทำให้มันแตกขาดไป.

นี่ปัญญาเป็นอย่างไรร, สติเป็นอย่างไรร, สัมปชัญญะเป็นอย่างไรร, สมาธิเป็นอย่างไรร, ถ้าท่านผู้ใดรู้จักโดยประจักษ์ แจ่มชัดเจนตามที่เป็นจริง ทั้ง ๔ อย่างแล้ว ก็เรียกว่าได้มีคู่มือ หรือวิธีทาง ที่จะควบคุมชีวิตไว้ ในลักษณะที่ไม่มีมีความทุกข์ ช่วยใช้หลักเกณฑ์นี้ในทุกๆ กรณี จะมีเรื่องอะไรเกิดขึ้น จากภายนอกหรือจากภายใน จะให้เกิดทุกข์, หรือกำลังมีความทุกข์อยู่ ก็ให้มัน แก่กัน ด้วยธรรมชาติพิเศษ ๔ ประการนี้.

ขอรับรองให้ศึกษา ให้เข้าใจให้ดีทั้ง ๔ ประการ ว่า ปัญญาคืออะไร อย่างไรร, สติคืออะไร อย่างไรร, สัมปชัญญะคืออะไร อย่างไรร, สมาธิคืออะไร อย่างไรร. ที่นี้ถ้าเห็นว่า มันไม่พอ มันไม่พอ, เราไม่มีพอ เราก็ฝึกให้มันพอ, เพาะปลูกให้มันพอ. บาลีใช้คำว่าพรุหะยะ, พรุหะยะก็ทำให้งอกงามขึ้นมา; ทำให้ปัญญามีมากขึ้น สติมีมากขึ้น สัมปชัญญะมีมากขึ้น สมาธิมีมากขึ้น. แต่ โดยทั่วไปก็คือ พอกพูนปัญญา นั้นแหละ ให้มันมากขึ้น ให้มัน

มากขึ้น, แล้ว สติมันก็จะมาก จะกว้าง สัมปชัญญะก็จะกว้างขวาง สมาธิก็จะสมบูรณ์เอง.

นี่ช่วยจำ ๔ คำนี้ไว้ให้ดี ว่ามันต้องใช้เป็นธรรมชาติ รวม เป็นทีมคล้าย team work มีปัญญาอย่างไร, มีสติอย่างไร, มีสัมปชัญญะอย่างไร, มีสมาธิอย่างไร. ฉะนั้นขอให้ ท่องไว้ว่า ปัญญา สติ สัมปชัญญะ สมาธิ, แต่ถ้าจะเรียกโดยทั่วไป จะเรียกโดยลำดับอย่างอื่นก็ได้ โดยลำดับอย่างอื่นก็ได้.

แต่ถ้าจะเรียก โดยลำดับที่จะทำหน้าที่, หน้าที่ ประยุกต์กันจริงๆ แล้ว ก็จะขอเรียกว่า ปัญญามีอยู่เป็น พื้นฐาน สติ ระลึกได้ขึ้นมา เมื่อเหตุการณ์เกิดขึ้น, แล้ว ปัญญาที่เอามา^๕นั้น ก็กลายเป็นสัมปชัญญะ เฉพาะๆ, เป็นธรรมชาติจะเฉพาะเรื่องๆ, เพราะปัญญามันมีมากเหลือเกิน ^๕มันเอามาเฉพาะที่มันจะแก้ปัญหาเรื่องนี้ ก็เรียกว่าเป็น ธรรมชาติจะเฉพาะเรื่อง เรียกว่าสัมปชัญญะ คุณเชิงอยู่ คุณเชิงอยู่, เรื่องมันก็ไม่ผิดได้ มันก็เป็นไปในทางถูกต้อง, แล้วระดมกำลังจิตคือสมาธิให้รุนแรงถึงที่สุด มันก็เสร็จ จบ ถึงที่สุด.

ปัญญา สติ สัมปชัญญะ สมาธิ ช่วยจำไว้ให้ดีๆ
 ถ้าเห็นเป็นเรื่องฟัง ก็ฟังแล้วก็แล้วไป ก็เป็นเรื่องเล่นๆ
 เป็นเรื่องของเด็กๆไป ก็ไม่ได้รับประโยชน์อะไรเลย, จะ
 เข้าแบบที่ว่า ไม่คุ้มค่าที่เข้าไปเที่ยวแสวงหาธรรมะ ไปไกล
 ไปลำบาก, เสียเงิน เสียเวลา เสียเรี่ยวแรง, แล้วได้ผลไม่
 คุ้มค่า มันก็น่าเศร้าที่สุดแหละ. เพราะฉะนั้นพ่อจะให้มัน
 ได้ผลคุ้มค่า ก็ให้พยายามที่ให้มันได้รับประโยชน์ โดยแท้จริง.

สติ สัมปชัญญะ สมาธิ ปัญญา มีแล้ว จะไม่มี
 ความผิดพลาดใดๆเกิดขึ้น, จะไม่มีบาปอกุศลใดๆ สามารถ
 เกิดขึ้น ปัดกันหมดเลย, ไม่มีบาปอกุศลใดๆเกิดขึ้นได้ มี
 แต่กุศลจะเกิดขึ้น แล้วก็เจริญอกงามไปจนกระทั่งดับทุกข์
 ได้, แล้วอยู่เหนือปัญหาทั้งปวง เรียกว่าอยู่เหนือโลก.
 สื่อนี้ต้องใช้เป็นพื้นฐานทั่วไป, ใช้ในระดับกลางๆ ทั่วไป,
 ใช้ในระดับสูงสุดเพื่อให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน โดยธรรมะ
 ๔ ประการ.

นี่ขอให้จดจำไว้ให้ดีๆเถอะว่า ปัญญาสะสมไว้
 ให้เพียงพอ สติฝึกไว้ให้เร็ว สัมปชัญญะมันกลายรูป
 มาจากปัญญา ถ้าปัญญาเพียงพอ, สติเพียงพอ, สัมปชัญญะ
 ก็เพียงพอ, แล้วสมาธิถ้ามีน้อย ก็ฝึกให้มีมาก ให้มีมาก.

ฝึกอานาปานสติ

แล้วจะมีสติ สัมปชัญญะ สมาธิ ปัญญา สมบูรณ์.

ที่นั่นก็มีวิเศษๆ ใช้คำว่าวิเศษที่ว่า เรามีระบบฝึกอยู่ระบบหนึ่ง ซึ่งถ้าฝึกแล้ว จะมี ๔ อย่างนี้เพียงพอคือระบบอานาปานสติ, กรรมฐานระบบอานาปานสติ แบ่งเป็น ๔ หมวด, หมวดละ ๔ ขั้น รวมเป็น ๑๖ ขั้น. ถ้าฝึกตลอดจนแล้วมันเป็นการฝึกหมดเลย : มีปัญญารอบรู้เพียงพอเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สุญญตา, มีสติรวดเร็วเป็นสติปฏิฐานด้วย แล้วก็จะมีสัมปชัญญะเพราะปัญญาถูกต้องเพียงพอ มาด้วยอำนาจของสติ, แล้วก็เป็สมาธิอย่างยังอยู่ในตัวฝึกนั้น.

ฝึกอานาปานสติภาวนา เมื่อฝึกดีแล้ว จริงแล้วถึงที่สุดแล้ว มีสติ สัมปชัญญะ ปัญญา สมาธิ อย่างครบถ้วน. แต่เรื่องนี้มันก็ต้องกินเวลาบ้าง เพียงแต่ศึกษามันก็กินเวลาแล้ว ปฏิบัติมันก็กินเวลา; ฉะนั้นการที่มาฝึกเพียงวันสองวัน^{นี้} มันเพียงแต่รู้จักวิธีที่จะไปฝึกเอาเอง. ครูบาอาจารย์ที่จะสอนให้ได้ ก็เพียงแต่สอนวิธีว่าฝึกอย่างนั้นๆ, แล้วก็ไปฝึกเอาเอง ตลอดไป ตลอดเวลา ตลอดชีวิตก็ยิ่งดี,

ไม่อาจจะสอนให้สำเร็จประโยชน์ได้ในวันสองวัน แต่สอนให้สำเร็จประโยชน์เพียงว่า วิธีที่จะไปฝึกเองต่อไป เป็นชีวิตประจำวัน ในชีวิตประจำวัน. มีการฝึก มีโอกาสเมื่อไรก็ฝึกเมื่อนั้นแหละ, ก่อนจะนอนก็ฝึก, ตื่นนอนมาใหม่ๆ ก็ฝึก, เวลาว่างพักการพักผ่อน พักการศึกษา ๒๐ นาที ๓๐ นาทีก็ฝึก, ฝึกได้; เพราะว่าฝึกอานาปานสตินี้มันสะดวกกว่าแบบไหนๆ หมด คือมันไม่ต้องขออนุุปกรณ์เครื่องใช้อะไรไป, มันมีลมหายใจอยู่ในตัว ตลอดเวลาที่ยังหายใจอยู่ แล้วก็ฝึกอานาปานสติได้ทั้งนั้น ไปนั่งตรงไหนก็ได้ เมื่อไรก็ได้.

ฝึกให้มีสติ ในเรื่องของร่างกาย, ในเรื่องของเวทนา, ในเรื่องของจิต, ในเรื่องของธรรมะ คือความจริงตามแบบอานาปานสติ. ไปหาศึกษาเอาเอง โดยเฉพาะอานาปานสติภาวนาฉบับนักศึกษา ฉบับที่บรรยายแก่นักศึกษาโดยเฉพาะนั้นแหละพอดี ฉบับใหญ่มันอาจจะมากเกินไป มันบรรยายสำหรับพระที่อยู่ในวัด นอกจากนั้นยังมีเล่มสั้นๆ ระบบลัดสั้น ระบบสำหรับยุคปรมาณู. นี่ก็ยังมีระบบลัดสั้น ศึกษามันเถอะ จนกว่าจะรู้สึกว่ามันพอ.

รู้เรื่องร่างกายว่าร่างกายเป็นอย่างไร ร่างกายใน
 ที่นี้หมายถึงลมหายใจด้วย แล้วก็นั่นหนึ่งที่มีชีวิตอยู่ได้
 เพราะลมหายใจด้วย เรียกว่าร่างกาย. ลมหายใจยาวเป็น
 อยา่งไร, ลมหายใจสั้นเป็นอย่างไร, รู้ว่าเมื่อลมหายใจยาว
 ร่างกายเป็นอย่างไร, เมื่อมีลมหายใจสั้นร่างกายเป็นอย่างไร,
 เมื่อลมหายใจหายบาร่างกายมันก็หายบ, เมื่อลมหายใจละเอียด
 ร่างกายมันก็ละเอียด; ดังนั้นเราจึงบังคับร่างกายนั้น
 ด้ได้ โดยทางบังคับลมหายใจ. เราจะไปบังคับร่างกาย
 โดยตรงมันทำไม่ได้, แต่เราบังคับมันได้โดยทางลมหายใจ
 ถ้าเราทำให้ลมหายใจละเอียดปราณีตเยือกเย็นได้ ร่างกายก็
 สงบระงับเยือกเย็น แล้วเราก็ทำอย่างนั้นด้วย.

หมวดที่ ๑ เรื่องร่างกาย รู้ลมหายใจยาว รู้ลม
 หายใจสั้น, รู้จักอิทธิพลของลมหายใจที่ปรุงแต่งร่างกาย,
 แล้วรู้จักควบคุมอิทธิพลของมัน ให้ปรุงแต่งละเอียด
 ปราณีต สงบระงับ แล้วร่างกายสงบระงับ เสรีไปตอนหนึ่ง
 เรื่องร่างกาย. นี่เป็นปัญญาด้วย รู้อย่างนี้เป็นปัญญาด้วย,
 เป็นสติด้วย, แล้วมีสมาธิอยู่ในตัว ที่มันสงบระงับ สงบ
 ระงับ อยู่ในตัวสมาธินั้นด้วย มีสัมปชัญญะตลอดการฝึก

มีการฝึกอยู่เสมอ ฝึกสัมปชัญญะอยู่เสมอ. ฉะนั้น เพียงแต่
ฝึกกลมหายใจ หมวดกายหมวดเดียว ก็เป็นการฝึกทั้งสติ
สัมปชัญญะ ปัญญา สมาริ.

ทีนยังมีสูงขึ้นไป ถึง หมวดที่ ๒ เป็นเรื่องเวทนา.
คนเราเป็นทาสของเวทนา, คนทั้งโลกตลอดทุกวันนี้เป็น
ทาสของเวทนา คือความรู้สึกยินดีในร้าย. เราก็น่าจะยินดีในร้าย
ไปตามเวทนา, เรียกว่าเป็นทาสของเวทนา อยู่ใต้อิทธิพล
ของเวทนา. เดียวนี้เรารู้สึก คือ รู้จักมันเสีย อย่าให้มัน
ทำแก่เราได้มากมายถึงอย่างนั้น : รู้เรื่องปิติและความสุข,
ปิตินั้นเกิดขึ้นเมื่อเราทำอะไรสำเร็จ ก็เกิดปิติ, ครั้นเกิดปิติ
แล้วก็พอใจและเป็นสุข มันจึงมีปิติแล้วก็มีความสุข. สิ่ง
ทั้ง ๒ นี้เป็นอย่างไร ทำให้เกิดขึ้นในใจ แล้วศึกษา
ให้ดีขึ้นรู้จักมันดี, แล้วก็รู้จักว่าปิติและสุขนั้นมันปรุงแต่ง
ความคิด ให้ความคิดทั้งหลายเป็นไปตามอำนาจของเวทนานี้.
ฉะนั้น ควบคุมเวทนาได้ ก็ควบคุมความคิดได้, ลด
อิทธิพลของเวทนาเสียได้ ก็ลดอิทธิพลของความคิดได้.
ควบคุมความคิดให้ถูกต้องอยู่ในร่องในรอยได้ แล้วเราก็ทำ
อย่างนั้น; นี่ ๔ ขั้นของหมวดเวทนา.

เราควบคุมเวทนาได้, ไม่ให้เวทนาปรุงแต่งเราให้
 คตินึกไปในทางที่ต้องเป็นทุกข์ ความคิดนี้มันเป็นไปตาม
 เวทนาที่มันเกิดขึ้น โดยอนุโลมแก่เวทนา, ความคิดนั้นมัน
 ก็เป็นไปผิดๆ มันไม่รู้ไปยึดถือมันก็เกิดความทุกข์. เดียวนี้
 เราจะเป็นนายเหนือเวทนา ไม่เป็นทาสของเวทนาอีกต่อไป,
 เราบังคับเวทนาแล้ว ไม่ใช่เวทนาบังคับเราแล้ว, นี่มันก็มี
 ความรู้ มีสติ มีอะไรมากขึ้นอีก.

มาถึงหมวดที่ ๓. เรื่องจิต จิตเป็นอย่างไร ก็ชนิด
 คอยสังเกตให้ดี, ไม่ต้องไปสังเกตข้างนอก ไม่ต้องอ่านหนังสือ,
 แต่รู้จักตัวจิตที่กำลังรู้สึกอยู่อย่างไร จิตกำลังรู้สึกอยู่
 อย่างไร, จิตอย่างนี้มีลักษณะอย่างไร, รู้ลักษณะของจิต
 ทุกๆ ชนิด แล้วก็บังคับจิตให้เป็นไปตามที่เราต้องการ.
 ถ้าเราฝึก ๒ หมวดข้างต้นมาเป็นอย่างดีแล้ว พอมาถึงหมวด
 ที่ ๓ นี้ เราจะบังคับจิตได้ตามต้องการ, คือเราจะบังคับจิต
 ให้มีความรู้สึกที่พอใจ มันเที่ยงเร็นั่นขึ้นมาก็ได้, หรือเราจะ
 ฝึกบังคับจิตให้หยุด ให้สงบ ให้ตั้งมั่นแน่นแน่ นิ่งได้, หรือ
 เราจะบังคับจิตให้ปล่อย หรือให้สลัดสิ่งที่มารบกวนจิตใจ
 ออกไปเสียก็ได้. นี่ก็มี ๔ ชั้นหมวดจิต ถ้าฝึกได้ก็เป็นผู้มี

อำนาจเหนือจิต; นึกิตกุ มีอำนาจเหนือจิต จะให้จิตสร้างอะไรขึ้นมาก็ได้ เรียกว่าหมวดที่ ๓.

ที่ ๕ หมวดที่ ๔. หมวดสุดท้ายซึ่งสำคัญมาก เมื่อจิตฝึกได้ดีในอำนาจ อยู่ในอำนาจอย่างนั้นแล้ว ก็บังคับจิตให้มองความจริงของสิ่งทั้งปวง, ให้ศึกษาธรรมชาติจนรู้จักความจริงของธรรมชาติทุกแง่ทุกมุม. ดังนั้นจึงบังคับจิตให้มองสิ่งที่เรียกว่าอนิจจัง, อนิจจังคือความเปลี่ยนแปลง สิ่งทั้งหลายมันเปลี่ยนแปลง เพราะว่าสิ่งทั้งหลายมันไม่เป็นตัวเอง มันเป็นสิ่งที่ปรุงแต่งๆ, ปรุงแต่งๆ กันอยู่อย่างตลอดเวลา, มีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แต่บางทีมันเปลี่ยนแปลงช้า หรือมันมีอะไรมาหลอกให้เราเข้าใจผิด. เช่น ก้อนหิน ก้อนหินอย่างนั้น มันเปลี่ยนแปลงอยู่ในภายในอยู่ตลอดเวลา; แต่เราก็เห็นว่าก้อนหินนั้นไม่ได้เปลี่ยนแปลง; นี่เพราะเรายังรู้น้อยไป. ที่นของที่ไม่ใช่ก้อนหิน ที่เป็นเนื้อเป็นหนัง เป็นชีวิตเป็นจิตใจนี่ ยิ่งเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างรวดเร็วยู่ตลอดเวลา, เปลี่ยนแปลงเหมือนกับไหลเหมือนกับน้ำไหล, เป็นปัญญาตั้งต้น ปัญญาชั้นสูงสุดที่เป็นจุดตั้งต้นให้เห็น, ให้เห็นด้วยความรู้สึกไม่ใช่เห็นด้วย

ตา, ให้เห็นด้วยความรู้สึก ว่ามันเปลี่ยนแปลง ว่ามันเปลี่ยนแปลง. ดูในภายในก็ได้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อหนัง อะไรก็ตาม ว่ามันเปลี่ยนแปลงอย่างไร.

ถ้าจะศึกษาทางวิทยาศาสตร์ก็ได้ แต่แล้วต้องเอามาจับกับของจริง, ไม่ใช่อาศัยหนังสือ; อาศัยความจริงว่ามันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร. อย่างที่เขาบอกว่าร่างกายนี้ ชั่วโมงหรือกี่เดือนเปลี่ยนแปลง เปลี่ยนแปลงหมดทุกเซลล์ที่ประกอบกันขึ้นเป็นร่างกาย อย่างนี้เป็นต้น, เราก็อาศัยพิจารณาให้เห็นจริงตามนั้น เห็นความเปลี่ยนแปลง.

พระพุทธเจ้าได้พูดถึงศาสดาองค์อื่น ๆ นอกจากพระองค์ว่า ได้สอนเรื่องการเปลี่ยนแปลง, ไม่ใช่มีสอนแต่พระพุทธเจ้าองค์เดียว โดยถือเป็นจุดตั้งต้นสำคัญ ที่ความรู้อันสูงสุดมันจะตั้งต้นเห็นความเปลี่ยนแปลง. พระพุทธเจ้าได้พูดถึงอาระกา, ศาสดาชื่ออาระกา ไม่ได้บอกว่าอยู่ที่ไหน ก็มีศาสดาองค์อื่นสอนเรื่องความไม่เที่ยง. เราเปิดดูหนังสือทางประวัติศาสตร์พบว่า กรีกในสมัยพุทธกาล มีคนชื่อฮิรัครีตัส, ฮิรัครีตัส ไปหาครูในเอโนไซโคลปีเดียก็ได้ ว่าศาสดาองค์นี้ คนนี้สอนเรื่องแพนทาเร — ทุกอย่างไหล ทุกอย่าง

ไหล, โดยคนเขาไม่เข้าใจเลยหาว่าคนนั้นมันบ้า ว่าเป็น obscure เป็นอะไรไป เป็นคนวิกลจริต. ที่จริงมันก็ พ้อง ๆ สมัยกับ พระพุทธเจ้า ที่ทางฝ่ายนั้นสอนเรื่องไม่เที่ยงสอนเรื่องทุกอย่างไหล. นี่ก็แสดงว่า ทางตะวันตกนั้นก็มีฮิรัคริตส์, ทางตะวันออกก็มีเหลาจื๊อ มีอะไร ที่สอนเรื่องทุกอย่างไหล, ก็แปลว่า ความรู้สึกของมนุษย์ มันตั้งต้นโดยเรื่องที่ว่า ทุกอย่างไม่เที่ยง ทุกอย่างเปลี่ยนแปลง.

ถ้ามองเห็นหรือรู้สึกด้วยใจในเรื่องนี้แล้ว ก็ เป็นจุดตั้งต้นที่ดีมาก ก็ว่ามันจะมองเห็นว่าเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลง จะเอาเป็นตัวตนไม่ได้, มันไปตามเหตุตามปัจจัยของมัน ถ้าไปยึดถือเข้าจะไม่ให้เปลี่ยนแปลง มันก็เป็นทุกข์. ที่นี้เราก็ไม่อยากจะให้เปลี่ยนแปลง เราก็ต่อสู้กันกับธรรมชาติอย่างโง่เขลา เราก็เป็นทุกข์เอง. ยอมรับสภาพความเปลี่ยนแปลง แล้วปฏิบัติทุกอย่างให้ถูกต้องกับสภาพความเปลี่ยนแปลง ความทุกข์มันก็ไม่เกิด.

ข้อที่ ๑. พระพุทธเจ้าได้พูดในหลักอานาปานสติ ตรัสแต่เรื่องความเปลี่ยนแปลง ไม่ได้ตรัสถึงเรื่องทุกข์

หรืออนัตตา ครัสตานิจจานุปัตสสี เพราะเหตุว่าถ้าเห็นอนิจจา
ความไม่เที่ยงแล้ว มันก็จะเห็นว่าเป็นทุกข์เอง แล้วก็จะ
เห็นความที่เปลี่ยนแปลงเรื่อยนั้นมันไม่ใช่อัตตา, มันเป็น
อนัตตาเอง. พูดแต่เรื่องอนิจจังก็พอ ในอานาปานสติจึง
พูดแต่เรื่องอนิจจัง อนิจจานุปัตสสี.

ถ้าเห็นอนิจจัง จริง มันก็จะเห็นว่าเป็นทุกข์
หรือน่าเกลียด น่าชัง หลอกหลวง, หรือเอาเป็นตัวเป็นตน
ที่แท้จริงกับมันไม่ได้ เพราะมันเปลี่ยนแปลงเรื่อยไปตาม
เหตุปัจจัยที่มันเกิดขึ้น เป็นอยู่ เป็นไป, ก็เห็นอนิจจังด้วย
ทุกข์ด้วย อนัตตาดด้วย. สรุปรวมแล้วก็ เห็นสุญญตา
คือความว่างจากตัวตน, สิ่งเหล่านั้นว่างจากตัวตน.

นี่ก็จะเห็น ในการปฏิบัติข้อที่ ๑ แห่งหมวดที่ ๔
ที่ว่าอนิจจานุปัตสสี — เห็นความไม่เที่ยงอยู่เป็นประจำ
หายใจเข้า หายใจออก, หายใจเข้า หายใจออก สำนึกรู้สึกต่อ
ความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งปวง ทั้งภายในตัวเรา ทั้งภายนอกตัว
เรา อยู่เป็นประจำ, นี่ข้อที่ ๑ ของหมวดที่ ๔.

ที่นี้ ข้อที่ ๒ เห็นอย่างนี้ก็เริ่มเบื่อหน่าย วิราคะ
คลายความหลง คลายความเผลอ คลายความยึดมั่นถือมั่น

เป็นวิราคะ, เห็นอยู่เป็นประจำ. เมื่อมันคลายอยู่ ๆ จาง
ออก ๆ อยู่เป็นประจำ มันก็หมด มันก็ดับ เห็นนิโรธะ
ดับไปแห่งความทุกข์, ดับไปแห่งกิเลส, ดับไปแห่งความ
รู้สึกทั่วตัวทั่วของกู.

ถ้าใครต้องการจะดับความรู้สึกว่า ตัวกู — ของกู ก็
เจริญบั่น^๕ โดยเฉพาะ, มันก็ดับสิ้นสุดลงแห่งความยึดมั่น
ถือมั่น ว่าตัวกู — ของกู จะเรียกว่าตัวกู — ของกูดับก็ได้,
จะเรียกว่าความยึดมั่นถือมั่นดับก็ได้. ถ้าความยึดมั่นถือมั่น
ดับ ตัวกูมันก็ดับแหละ, ตัวกูดับ ความยึดมั่นถือมั่นมัน
ก็มีไม่ได้ ก็เรียกว่าดับแห่งความยึดมั่นว่าตัวกู — ของกู,
ก็ไม่มีตัวตนสำหรับจะเห็นแก่ตน : มันก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ใน
ภายในแล้วก็ไม่ทำให้เกิดทุกข์ในภายนอก คือทางสังคม คน
นี้จะไม่มี^๕ ความทุกข์ทั้งภายใน จะไม่มี^๕ ความทุกข์ทั้งภายนอก
นี่ ข้อที่ ๓ ของหมวดที่ ๔.

ที่^๕มาข้อสุดท้าย คือข้อที่ ๔ อ้าว เสร็จแล้ว จบ
แล้ว เรื่องจบแล้วจะได้โยนคืนทั้งไปหมด. ก่อนนั้น^๕นั้นเป็น
คนโง่ ไปปล้นไปขโมยเอาของธรรมชาตินาเป็นของนั้น, ไป
เอาของธรรมชาตินาเป็นของตน, หรือเห็นความจริงอย่าง

นี้หมดแล้ว โยนคืนให้เจ้าของ ให้ธรรมชาติไป. ทุก
 อย่างเป็นของธรรมชาติ, ไม่ใช่ตัวตนไม่ใช่ของตนจบเรื่อง.

นี่ถ้าฝึก ๑๖ ชั้นทำนองนี้แล้ว จะสมบูรณ์หมด
 : สติ ก็สมบูรณ์, สัมปชัญญะ ก็สมบูรณ์, สมาธิ ก็สมบูรณ์
 ปัญญา ก็สมบูรณ์. เราสามารถใช้ได้ในชีวิต
 ประจำวันทั้ง ๔ อย่าง ทุกสถานการณ์ ทุกเหตุการณ์ : จะ
 ทำการศึกษาก็ใช้ได้, จะทำการงานก็ใช้ได้, จะพักผ่อน
 ก็เป็นการพักผ่อนได้ดี เพราะรู้จักควบคุมจิต.

ควบคุมสัญชาตญาณได้ให้มีแต่โพธิ ก็เป็นชีวิตใหม่.

นี่เรื่องความเป็นผู้มีชีวิตใหม่ เป็นชีวิตใหม่
 จบลง, มีชีวิตใหม่เพราะทำได้แบบนี้ เพราะขั้นมาถึงระดับ
 นี้, เรียกว่าขึ้นมาเหนือระดับอิทธิพลของสิ่งทั้งปวงที่มีอยู่
 ในโลก. ถ้าเราไม่ขึ้นมาถึงระดับนี้ สิ่งทั้งปวงจะมี
 อิทธิพลอยู่เหนือเรา บังคับเรา ทำให้เราต้องเป็นทุกข์,
 หรือว่าถ้าเราไม่ขึ้นมาถึงระดับนี้ สัญชาตญาณ instinct
 ทั้งหลาย ก็ยังครอบงำเราอยู่ให้เป็นไปตามอำนาจของสัญชาต-

ญาณ, เราก็คงจะต้องรัก โกรธเกลียดกลัว วิตกกังวล
 อาลัยอาวรณ์ มีความทุกข์. ถ้าเราขึ้นมาถึงอัน^๕นี้ เราก็จะ
 พ้นอำนาจของสัญญาตญาณทั้งหลาย สบายเท่าไร. **ปลุชน**
 อยู่ใต้อำนาจของสัญญาตญาณ ต้องแล้วแต่ว่าสัญญาตญาณ
 มันจะให้ทำอย่างไร มันก็มีความทุกข์ไปทุกรูปแบบ;
 คือ^๕มันอยู่เหนืออำนาจของสัญญาตญาณ ^{๕๕}นี่คือ เป็นพระ-
 อรหันต์.

แต่เอาเถอะ อย่าเพื่อเป็นพระอรหันต์เลย เอา
 เพียงว่าควบคุมสัญญาตญาณได้ก็แล้วกัน อย่าให้มันเกิด
 เป็นทุกข์ขึ้นมา, หรือว่าดีกว่านั้น ก็เปลี่ยนแปลงกำลังของ
 สัญญาตญาณ เอาไปใช้เสียให้มันถูกต้อง; เช่นความเห็นแก่
 ตน^๕นั้นมาก, ความเห็นแก่ตนมันมาก เอาความเห็นแก่ตนมาก ๆ
 นี่ไปใช้เห็นแก่ธรรม เห็นแก่ธรรมะ, เปลี่ยนกระแสจาก
 ความเห็นแก่ตน ไปเป็นเห็นแก่ธรรมะ คือความถูก
 ต้อง, ชีวิตมันก็เปลี่ยนหมด. เหมือนกับยกตัวอย่างว่า
 น้ำถ้ามันมาท่วมพังทลาย ก็ให้เกิดความทุกข์ เกิดอุทกภัย,
 แต่ถ้าเอากำลังน้ำไปหมุนกระแสไฟฟ้าใช้เสีย มันก็ไม่มีโทษ
 อะไร ก็ได้ประโยชน์. นี่ **sublimate** กำลังให้ถูกต้อง ไป

ใช้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์; ถ้าปล่อยไปตามธรรมชาติ มัน
เป็นไปตามธรรมชาติ มันไปใช้ในสิ่งที่ผิด.

อย่าลืมที่บอกว่า สัญชาตญาณที่บังคับไม่ได้ นั่นคือ
กิเลส ๆ กิเลส, สัญชาตญาณที่บังคับไม่ได้ มันก่อกิเลส
ความโลภ ความโกรธ ความหลงอะไรขึ้นมา; ถ้าสัญชาต-
ญาณที่พัฒนาดีแล้ว บังคับได้แล้ว มันเป็นโพธิ โพธิ.
ฉะนั้น สัญชาตญาณจะให้เป็นกิเลสก็ได้, จะให้เป็นโพธิ
ก็ได้. ถ้าปล่อยไปตามอำนาจสัญชาตญาณก็เป็นกิเลส, ยิ่ง
บังคับไม่ได้เท่าไรก็ยิ่งเป็นกิเลสมากขึ้นเท่านั้น. ถ้าบังคับ
ให้ถูกต้อง ใต้พัฒนายิ่งขึ้นไป, รู้ถูกต้องตามที่เป็นอย่างขึ้นไป
มันก็เป็นโพธิ.

และขอให้มีความเข้าใจว่าโพธิ โพธินี้ ธรรมชาติใส่
มาให้แล้วในสัญชาตญาณ. ทุกคนมีสัญชาตญาณ ใน
สัญชาตญาณมีโพธิ มีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะอยู่แล้วใน
สัญชาตญาณ; แต่ถ้าไม่ได้เพาะปลูกให้เป็นโพธิ มันก็ไป
เป็นกิเลส. นี่ สัญชาตญาณอันเดียว ไปเป็นกิเลสก็ได้,
ไปเป็นโพธิก็ได้, แล้วแต่เราไปจัดไปกระทำกับมัน.

เดี๋ยวนี้เราควบคุมสัญชาตญาณได้ ให้หมุนมาแต่ใน
 ทางของโพธิ์ เราก็กินทางใหม่, วิถีแห่งชีวิตใหม่, แล้วเรา
 ก็จะพบชีวิตใหม่ ที่อยู่เหนืออำนาจของสัญชาตญาณ : ที่มา
 ให้รักก็ไม่รัก, ที่มาให้โกรธก็ไม่โกรธ, ที่มาให้เกลียดก็ไม่
 เกลียด, ที่มาให้กลัวก็ไม่กลัว ที่มาให้วิตกกังวล อาลัยอาวรณ์
 ก็ไม่วิตกกังวลอาลัยอาวรณ์, ที่มาให้พิจารณาวิชาที่ไม่อิจนา
 วิชา, ที่จะมาให้หึงให้หวงให้เป็นบ้าในเรื่องนี้ก็ไม่เป็น, นั่น
 ชีวิตใหม่.

จะนั้นชีวิตใหม่สำเร็จได้ด้วยคามมีธรรมะ ที่สามารถ
 ควบคุมสัญชาตญาณ. รวมความสั้น ๆ ก็ว่า ธรรมะคือ
 ระบบปฏิบัติที่จะควบคุมสัญชาตญาณ ให้หมดปัญหา
 อันเกี่ยวกับสัญชาตญาณ, และให้รู้จัก sublimate กำลังของ
 สัญชาตญาณนั้น ไปเป็นสิ่งที่ประโยชน์สูงสุดแก่มนุษย์,
 มีสันติภาพเหลือประมาณขึ้นในหมู่มนุษย์ เพราะควบ
 คุมสัญชาตญาณได้ : ไม่มีความเห็นแก่ตน, มีการปฏิบัติ
 ที่ถูกต้อง, มีแต่ความถูกต้องๆ ถูกต้อง เป็นธัมมิกกะ
 ประกอบอยู่ด้วย. ธรรมะ, มันถูกต้องๆ ถูกต้อง, โลกนี้
 เป็นโลกใหม่ตามไปด้วย ถ้าทุกคนมีชีวิตใหม่ โลกนี้ก็

กลายเป็นโลกใหม่ โลกของพระเจ้า หรือโลกของอะไรที่มันไม่ใช่ธรรมดา ตามขั้นมาทันที มีแต่ความสงบ.

ขอให้เพ่งหาความสงบ, สัญชาตญาณทำให้เราโง่ให้เพ่งหาความเอร็ดอร่อย. นี่ขออภัยนะพุทฺธยาบคาย สัญชาตญาณนะทำให้เราโง่ เพ่งหาแต่ความเอร็ดอร่อย ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ : ความอร่อยทางตาเป็นเรื่องโง่เป็นเรื่องบ้าวนเดียว, ความอร่อยทางหูก็เป็นเรื่องโง่เป็นเรื่องบ้าวนเดียว, ความอร่อยทางจมูกก็เป็นเรื่องโง่เรื่องบ้าวนเดียว, ความอร่อยทางลิ้นก็เป็นเรื่องบ้าวนเดียว, ความอร่อยทางผิวหนังทั้งหลาย ก็เป็นเรื่องบ้าวนเดียว ความอร่อยทางจิตก็เป็นเรื่องบ้าวนเดียว, ไม่เอา เพราะว่าความอร่อยนั้นไม่ใช่ความสงบ.

พุทฺธให้กว้างให้ไกลให้ทั้งหมดก็ว่า ความทุกข์ก็มีใช้ความสงบ ความสุขตามธรรมดาอย่างนั้นก็มีใช้ความสงบ ; ความสุขความทุกข์ที่เป็นไปตามอำนาจของสัญชาตญาณนั้น มิใช่ความสงบ. ความสงบอยู่เหนือมัน อยู่เหนือมัน คือเราสามารถสร้างความปรกติ ความปรกติ ไม่ถูกบังคับ ไม่ถูกปรุงแต่ง ไม่ถูกอะไรด้วยอำนาจของสัญชาตญาณ

ที่ควบคุมไว้ไม่ได้แล้วเป็นกิเลส. เตียน^๕ ความคุมสัญญา-
ญาณไว้ได้ มันก็ไม่มีเรื่องของกิเลส, มีแต่เรื่องของโพธิ
โพธิทั้งองกาม ๆ งามไปจนอยู่เหนือปัญหาโดยประการ
ทั้งปวง.

โพธิแก้ปัญหาลงโลกปัจจุบันได้.

ที่จะมาแก้ปัญหาลงโลกยุคปัจจุบันได้ก็คือ โพธิ
ความรู้ที่ถูกต้อง^๕ ทำให้รู้ว่า เราต้องรักกัน เราต้อง
รักกัน เราต้องรักกัน. เราเกิดมาไม่เหมือนกัน บางคน
ฉลาด บางคนโง่ บางคนแข็งแรง บางคนอ่อนแอ บางคน
รูปสวย บางคนขี้เหร่ ไม่เหมือนกัน; แต่ว่าเรามีเหมือน
กันอยู่ตรงที่ว่า เรามีความทุกข์ เพราะบังคับสัญญา-
ญาณไม่ได้; เพราะฉะนั้นเราเป็นคน ๆ เดียวกันเกิด
คือคนที่มีความทุกข์บังคับสัญญาญาณไม่ได้, มาช่วยกัน
ศึกษาต่อสู้จนบังคับสัญญาญาณได้ แล้วเราก็ไม่ต้อง
เป็นทุกข์.

ถ้าเรามองเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายเพื่อนทุกคนมีชีวิต
แม้แต่สัตว์เดรัจฉานมันก็มีปัญหาอย่างนี้, เราก็เกิดความรัก

ความสงสัยว่าเราเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเพื่อน
 อยู่ในความทุกข์ด้วยกัน ทรมานอยู่ด้วยกัน เราก็คควรจะ
 รักกัน. ความเห็นแก่ตัวนั้นเป็นเหตุให้เรารักกันไม่ได้;
 เดียว^๕เรา^๕มารู้ความจริงแล้วว่า มันไม่มีตัว ไม่มีตัวตน, ตัว-
 ตนเกิดมาจากความสำคัญผิด คิดผิด เข้าใจผิด สำคัญ
 ผิด; ฉะนั้น^๕เลิกความ^๕คิด^๕ชน^๕ิต^๕น^๕นี้เสีย ไม่มีตัวตนที่เป็น
 ที่^๕ตั้ง^๕แห่ง^๕ความ^๕เห็น^๕แก่^๕ตน. พอไม่เห็นแก่ตนมันก็รัก
 ผู้^๕อื่น^๕ทันที เป็นอัตโนมัติเลย ลองไม่เห็นแก่ตนซิ มันก็รัก
 ผู้^๕อื่น^๕ได้^๕ทันที เป็นอัตโนมัติอย่างยิ่ง; เดียว^๕เรา^๕เห็น^๕แก่^๕
 ตน เห็นแก่ตน เห็นแก่ตน เต็ม^๕อยู่^๕ด้วย^๕ความ^๕เห็น^๕แก่^๕ตน
 มันก็รักใคร่ไม่ได้ แม้แต่สัก^๕น^๕ิด^๕เดียว.

ศึกษาธรรมะให้รู้ ความเป็นจริงว่า ทุกอย่าง
 มันเป็นธรรมชาติ เป็นไปตามธรรมชาติ ประ^๕ง^๕แต่ง^๕อยู่^๕ตลอด^๕
 เวลา, แล้วเกิดความทุกข์อยู่ตลอดเวลา เพราะความเห็น^๕แก่^๕
 ตน^๕นั้น^๕เอง. ถ้าการ^๕ประ^๕ง^๕แต่ง^๕ทาง^๕จิต^๕ใจ^๕มัน^๕มา^๕มา^๕ตาม^๕
 ลำ^๕ดับ^๕ จนมาถึงความเห็น^๕แก่^๕ตัว^๕แล้ว มันก็มี^๕ความ^๕ทุกข์^๕
 เท่านั้น ก็ต้องแบก^๕ตัว^๕ ต้อง^๕ท^๕น^๕ท^๕ร^๕มา^๕น^๕ในการ^๕มี^๕ตัว^๕, มี^๕ตัว^๕
 ของ^๕ตัว^๕ กลัว^๕ว่า^๕ตัว^๕จะ^๕ตาย^๕, กลัว^๕ว่า^๕ตัว^๕จะ^๕ไม่^๕ได้^๕อะไร^๕ กลัว^๕ว่า

ตัวจะสูญเสียอะไร, มันก็มีความทุกข์หนักอยู่ในตัว ข้างนอก
มันก็เอาเปรียบผู้อื่น เบียดเบียนผู้อื่น ข่มเหงผู้อื่น ดูถูก
ผู้อื่น, มันก็เป็นความทุกข์ข้างนอก เรียกว่า ความทุกข์ส่วน
บุคคลก็มาจากความเห็นแก่ตัว. ความทุกข์ของสังคม
ก็มาจากความเห็นแก่ตัว; ถ้าเรากำจัดความเห็นแก่
ตัวได้ มันก็ไม่มีความทุกข์.

ทำลายความเห็นแก่ตัวได้ก็เป็นโลกใหม่

โลกพระศรีอารีย์.

ด้วยจิตใจที่ไม่ลำเอียง ด้วยจิตใจที่เที่ยงธรรม มองดู
ให้ถี่ถ้วน ทุกศาสนาเลยสอนให้ทำลายความเห็นแก่ตัว
ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม; ถ้าศาสนาไหนไม่สอนเรื่องทำลาย
ความเห็นแก่ตัว แล้วไม่ใช่ศาสนาดอก เอาไปโยนทิ้งทะเล.
แต่ว่าทุกศาสนาที่เป็นศาสนาแท้จริงแล้ว จะต้องสอน
เรื่องความไม่เห็นแก่ตัว ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม; บางที
สอนโดยอ้อมฟังไม่ถูก แต่ก็มุ่งหมายอย่างนั้น เพราะคนที่นั้น
ฟังไม่ถูก ก็ต้องสอนชนิดที่คนทีนั้นฟังถูก, จึงมีสอนทงอย่าง
ภาษาคนธรรมดา, และมีสอนทงอย่างภาษารรรมะอันลึกซึ้ง.
มันจำเป็น.

ฉะนั้นศาสนาทุกศาสนาจึงเป็นเรื่องที่สอนทำลาย
 ความเห็นแก่ตัว มีลักษณะเป็นสังคมนิยมทางฝ่าย
 วิญญาณ, เป็น spiritual socialism อยู่ทั้งนั้นแหละ, ให้เห็น
 แก่ผู้อื่น ชีวิตอื่น ในทางความรู้สึกทางจิตใจที่แท้จริง แล้วก็
 รักผู้อื่น รักมนุษย์ผู้อื่นได้. เรารักสัตว์เดรัจฉานได้ เพราะ
 มันก็มีชีวิต มีความรู้สึกอย่างเดียวกัน, แล้วเรารักต้นไม้
 ทั้งหลายได้ เพราะต้นไม้ทั้งหลายก็มีชีวิตและมีความรู้สึก;
 แต่คนมันโง่เกินไป เห็นว่าต้นไม้ไม่มีความรู้สึก. วิทยาศาสตร์
 ก้าวหน้ามาเพียงพอแล้วที่จะพิสูจน์ว่า แม้ต้นไม้ก็มีความรู้สึก
 ไม่อยากตาย, อยากจะอยู่ด้วยเหมือนกัน, มีสัญชาตญาณแห่ง
 การอยู่ แห่งการต่อสู้ แห่งการไม่อยากตาย อยู่ในต้นไม้
 ต้นไผ่; ถ้าเรามองเห็นข้อนี้ เราก็จะรักต้นไม้ในฐานะ
 เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายเหมือนกัน. ดังนั้นเราจึงรัก
 มนุษย์ด้วยกัน รักสัตว์เดรัจฉานทั้งหมด รักต้นไม้ต้นไผ่ พืช
 ทั้งหลายทั้งหมด ว่าเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย.

นี่มันเป็นสังคมนิยมมหาศาล, สังคมนิยมอันสูงสุด
 ไม่มีความเห็นแก่ตัวเหลืออยู่, โลกนี้ก็เป็นโลกของพระ-
 ศรีอาริยมตไตรย คือโลกแห่งความรัก โลกแห่งเมตตา

กรุณา, อยู่กันด้วยความรัก ความเมตตา กรุณา. ไปทางไหน ก็มีคนรัก ก็มีความสุข, เราไปทางไหน เหลียวไปทางไหน ก็พบแต่คนที่รักเรา, ชุมมือสละนไปหมดว่า ต้องการอะไร, จะให้ช่วยอะไร, จะให้ฉันทำอะไร, ให้ฉันช่วยอะไร. ถ้าในโลกนี้ทั้งโลกมันเป็นอย่างนี้ แล้วมันจะเป็นโลกอะไร, เป็นโลกใหม่เหลือประมาณ เป็นโลกที่ใหม่ เห็นปัญหาเห็นอ ความทุกข์.

ที่ได้ยินได้ฟังมาว่า ศาสนาพระศรีอารียะนั้น มักจะเข้าใจผิด ๆ, เห็นแก่ตัวไปเสียอีก ขออะไรก็ได้ ต้องการอะไรก็ได้ ต้องการของเอร็ดอร่อยอย่างไรงี้ก็ได้, ไม่ใช่อย่างนั้น. พระศรีอารียเมตไตรย นั้น สูงสุดแห่งเมตตา เต็มไปด้วยเมตตา, ทุกคนมีจิตเมตตา รักผู้อื่นเหมือนกันหมด; เลยมีคำพูดเป็นภาษาคนว่า พอเราลงจากบ้านเรือน เราก็จำไม่ได้ว่าใครเป็นใคร แม้แต่ลูกเมียของตัวเองก็จำไม่ได้, พอออกไปในท้องถนนแล้ว เพราะมันเหมือนกันหมด, เพราะมันรักเราเหมือนกันหมด. พอออกจากบ้านลงประตูเรือนไป ไม่รู้ว่าใครเป็นใคร, มีแต่คนรักเราเหมือนกันหมด. พอกลับมาที่บ้านแล้วจึงรู้ว่า อ้าว นิภรรยาของเรา ลูก

ของเรา นัมารดาของเรา, เพราะเหตุที่ความรักมันถึงขีดสูงสุด
สมบูรณ์เหมือนกันหมด เพราะมันทำลายความเห็นแก่ตัวหมด.

ศาสนาที่ทำลายความเห็นแก่ตัวหมดนี้ เรียกว่า
ศาสนาของพระศรีอารียเมตไตรย เมตไตรยคือ เมตตา
เกี่ยวกับเมตตา, เนื่องด้วยเมตตา, ประกอบอยู่ด้วยเมตตา,
เรียกว่าเมตเตยฺย เมตไตรยฺย, ศรีอารียะเป็นบทประกอบว่าดี
ที่สุด สูงสุด สูงที่สุดอะไรเท่านั้นแหละ. แต่ตัวแท้คือ
เมตเตยฺยะ แปลว่าขึ้นอยู่กับเมตตา, ประกอบอยู่ด้วยเมตตา,
ผูกพันอยู่ด้วยกับเมตตา, จะเป็นปัจจัยแห่งเมตตาก็ได้.
ฉะนั้นเราก็มีได้ ถ้าเราทุกคนหมดความเห็นแก่ตนกันทั้ง
เราก็สร้างศาสนาพระศรีอารียเมตไตรยขึ้นมาได้ทันที,
ที่นี้ เป็นโลกใหม่.

แต่เดี๋ยวนี้เราทำกันไม่ได้ เราพูดกันไม่รู้เรื่อง:
มึงก็มึง กุกก็ กุกก็ มึงก็มึง, มีแต่ความเห็นแก่ตัวอย่าง
มันรักกันไม่ได้, ยังไม่มีหวังที่ว่าโลกพระศรีอารียเมตไตรยจะ
เกิดขึ้นมาได้. มันต้องศึกษาลัทธิที่ถูกต้องของธรรมชาติ
ว่า เราเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกัน, เรามีปัญหา
เหมือนกัน, ชีวิตของเรามีสัญญาตญาณแห่งความเห็นแก่ตัว

ครอบงำมาด้วยกัน. เรามาทะเลาะกัน แย่งชิงกัน เบียดเบียนกัน, นี่เป็นโลกบ้า. แต่เราก็พอใจ เพราะว่าเรากำลังเป็นอย่างนั้น และเพราะว่ากำลังเป็นกันอยู่ทุกคน เลยไม่มีใครเกลียดใคร, ไม่มีใครติเตียนใครในการมีกิเลส, เกิดความเห็นใจกันว่า มีกิเลสได้ด้วยกันทุกคน, นี่โลกมันจึงอยู่ในสภาพอย่างนี้, คือมีแต่ความเบียดเบียน. ให้ถือว่าเป็นโลกเก่า นิยมการปล่อยไปตามธรรมชาติ ตามสัญชาตญาณ, แล้วก็อยู่กันอย่างล้มลุกคลุกคลาน เตียวสุขเตียวทุกข์ เตียวสุขเตียวทุกข์, เตียวหัวเราะเตียวร้องไห้ เตียวหัวเราะเตียวร้องไห้ ไม่ใช่ความสงบ.

ความสุขก็ไม่ใช่ความสงบ ความทุกข์ก็ไม่ใช่ความสงบ ช่วยเข้าใจหน่อย; ที่ปรารถนาความสุขนั้นมันไม่ใช่ความสงบ, มันเหนื่อย เหนื่อยเท่ากับไปยุ่งกับความทุกข์เหมือนกันแหละ. ความดีใจก็เหนื่อย. ความเสียใจก็เหนื่อย ไม่ใช่ความสงบ, อย่าดีใจอย่าเสียใจจึงจะเป็นความสงบ. เตียวนี้คนมันโง่ คนมันโง่ ไม่รู้ตามที่เป็นจริงในข้อนี้ ก็เลือกเอาฝ่ายที่ถูกใจว่าดี ฝ่ายที่ไม่ถูกใจว่าชั่ว, แล้วก็ไปยึดมั่น เรื่องดีเรื่องชั่ว มันก็เกิดบาป

ขึ้นมา ก็เห็นแก่ตัวขึ้นมา ก็ก็จะเอาอย่างที่ดีของกู, ถูกใจ
ของกู ก็เลยเห็นแก่ตัว แล้วก็ไม่เห็นแก่ผู้อื่น.

ฉะนั้น ทุกศาสนาจึงสอนเรื่องทำลายความเห็น
แก่ตัว; พุทธศาสนาก็สอนลึกลงไปถึงกับว่าไม่มีตัวที่จะเห็น
ไม่มีตัวที่จะต้องเห็น มันไม่มีตัว มันจึงไม่เห็นแก่ตัว เพราะ
มันไม่มีตัว. แต่ถ้าไม่สอนลึกถึงอย่างนั้น, ก็สอนไปตาม
ขั้นตอน ว่าเรื่องดีเรื่องชั่วนี้พอไปติดเข้า มันก็ตั้งต้น
มีบาป แล้วมันก็ตั้งต้นทำบาป เพราะเห็นแก่ความเอร็ดอร่อย
ที่เรียกว่าดี, ก็เกลียดรำคาญอึดอัดอยู่ด้วยความไม่เอร็ดอร่อยที่
เห็นว่าชั่ว. ศาสนาคริสต์ียนก็สอนหลักอันนั้นแหละ ในไบ
เบิลๆ ของคัมภีร์ไบเบิล แต่มันไม่มีใครสนใจ จะทำอย่างไร
ได้, หัวใจเดียวกับพุทธศาสนาแหละ ไม่ติดเรื่องดี ไม่ติด
เรื่องชั่ว เพราะเห็นว่าทั้งดีทั้งชั่วมิใช่ความสงบ.

แต่มันลำบากเรื่องปัญหา คำว่าดี ตีน, มนุษย์
รู้จักในความหมายนั้น เสียแล้ว, แล้วก็ชอบดี ชอบ
ดีที่สุด. ถ้าจะพูดอย่างหลักธรรมะกว่าบ้าที่สุด : ชอบ
ชั่วที่สุด ก็บ้าที่สุด, ชอบดีที่สุดก็บ้าที่สุด, ชอบความ
ว่าง ชอบความสงบนั้นแหละถูกต้อง.

ฉะนั้นอย่าไปเข้าใจว่า พระเจ้านั้นคือสิ่งที่ดีที่สุดใน
ถ้าพระเจ้ายังดีที่สุด ก็ไม่สงบดอก, ยังไม่สงบดอก, พระเจ้า
ต้องพ้นดีขึ้นไป; ถ้าจะพูดว่าดี ต้องเป็นดีความหมาย
อื่น, ความหมายอื่นไม่ใช่ความหมายนี้, พระเจ้าต้องอยู่
เหนือดีเหนือชั่ว, พระนิพพานต้องอยู่เหนือดีเหนือชั่ว
จึงจะเป็นที่สงบ; ความดีความชั่วมิใช่ความสงบ ยังเป็น
ที่ตรงแห่งความเห็นแก่ตัว, แล้วมันก็เกิดความวุ่นวาย.

นี่ เที่ยวนี่มาพบความจริงข้อนี้ จะพบวิถีทาง
แห่งชีวิตใหม่, ครั้นปฏิบัติตามแล้วก็จะได้ชีวิตใหม่ ซึ่ง
จะไม่มีปัญหาเลย, อาตมาขอใช้คำรวม ๆ ว่าปัญหา ปัญหา
คือสิ่งที่ไม่พึงประสงค์, ปัญหาคือบิศาจารย์ ชาตาน
มารร้ายอะไรรวมอยู่ที่คำว่าปัญหา. อย่ามีกับมันเลย อยู่
เหนือปัญหาทั้งหมดทั้งสนั่นแหละ จึงจะเป็นชีวิตใหม่.

ฉะนั้น เรามีแนวทางแห่งชีวิตใหม่ แล้วเรา
ปฏิบัติเพื่อได้ชีวิตใหม่ ซึ่งอยู่ในโลกนี้ได้ ที่นี้ได้
เดี๋ยวนี้ได้ ไม่ต้องรอต่อตายแล้ว. เรื่องรอต่อตายแล้ว
มันจะมีประโยชน์อะไร เพราะว่าความทุกข์มัน อยู่ที่นี่
ปัญหามันอยู่ที่นี่; แต่คนโง่จะไปแก้ปัญหารอต่อตายแล้ว มัน

จะมีประโยชน์อะไร, ถ้าว่ามันไม่ไ้ มันต้องแก้ปัญหาคือ
มันต้องได้รับผลที่นี้ และเดี๋ยวนี,

ฉะนั้น จึงหวังว่าท่านทั้งหลายทุกคน คงจะได้
พยายามสุดความสามารถของตนๆ ในการที่จะเดินทาง
มรรควิถีนใหม่ เพื่อจะพบชีวิตใหม่ มีนัยะดังที่กล่าวมา.
ท่านทั้งหลายจะต้องเอาคำบรรยาย ๒ ครั้ง ครั้งที่ ๑ กับครั้งที่
รวมเข้าด้วยกัน แล้วก็จะเป็นเรื่องสมบูรณ์ ว่าเราจะมีชีวิต
ใหม่ และเราจะปฏิบัติตามวิถีทางใหม่ได้อย่างไร คืออย่างนี้
ว่ามานี้. จะมีชีวิตอยู่ด้วยสติ ปัญญา สัมปชัญญะ
สมาธิ เราก็ได้ชีวิตใหม่.

เอา การบรรยายนี้มันก็สมควรแก่เวลา, เพราะเวลา
มันก็หมดแล้ว. ขอยุติการบรรยาย ด้วยการฝากความหวัง
ไว้ว่า ท่านทั้งหลายทุกคนต้องได้รับประโยชน์จากการมาที่นี้
คัมค่าเงินของตน คัมค่าเวลาของตน คัมค่าเรี่ยวแรงที่
เหนื่อยไป แล้วก็ไม่ต้องไปทะเลาะกับยมบาล ที่เขาจะต่อต้าน
เขาจะคัดค้านว่า แก่ใช้เงินไม่คัมค่า,

ขอยุติการบรรยาย เอาละปิดประชุม.

ผู้ร่วมบริจาค

ขออนุโมทนาในกุศลจิตของท่านผู้ร่วมบริจาคในการพิมพ์หนังสือเล่มนี้ ขอให้ท่านเจริญในทางธรรม สามารถสร้างชีวิตใหม่ เพื่อความหมดทุกข์ ที่นี้ เดียวนี้ ด้วยกันทุกท่านเถิด

คุณพิชัย ชัยมงคล

คุณโสภณ เตชาวธู

คุณจินตนา-ด.ญ. กัก รวมศิลป์

คุณประธาน ดวงรัตน์

คุณประเทศ-คุณเลดาวลัย นุตสติ

คุณคะเชน รัตนธรรม และครอบครัว

คุณหมอสุนทรี สืบบุญเรือง

คุณระเบียบ แก้วชิงดวง

คุณจำนงค์-คุณสุปราณี-

คุณณัฐ จันทรวีโรจน์

คุณมาลียา เครือตราขู

คุณดาร์-คุณสุรัตน์-คุณศิริรัตน์-

คุณอภิพงษ์ ไทสภา

คุณแม่สรวง วงศ์สวัสดิ์

คุณสุภา รัตนชาติชัย

คุณอรนุช-ด.ญ. จิตรลดา ลียากาศ

คุณบุญเพิ่ม อิทธิรัตน์ (มหาสารคาม)

คุณช่วง-คุณบุญศรี เต็มประยูร

คุณไพเราะห์ ชูดอกไม้

คุณทองสุข ศรีพยัคฆ์

คุณจรรย์ สุวตถิ

คุณนฤป-คุณมณี-คุณนลินี-

คุณสกล-คุณกัมมัตถ์ ถาวรทวิงษ์

คุณเฉลียว คุณะเจริญ

คุณบุญเลื่อน สุวตถ์เสริมศรี

คุณสุภาพร แซ่เอี้ย (ภาพสินธุ์)

คุณวิพรพันธ์ นุตสติ

คุณณภาพ นุตสติ

คุณรมณีย์ นุตสติ

คุณอัญญะ แซ่ฮ้อย

คุณกมลทิพย์ แซ่โจ้ว

คุณทัศนีย์ ดวงรัตน์

คุณสนอง สกลเกียรติ

คุณเอียด (ร.ร. ศรีบุญญานุสรณ์)

คุณสรศาสตร์-คุณงามตา ถิ่นพนม

คุณนันทนา สันติเทวกุล

คณะครูและภารโรง ร.ร. ลำสาดี

เขตบางกะปิ กทม.

พ่วงเฟื่อง เครือตราขู

มีโดยไม่ต้องเป็นของกู

ถ้าจะอยู่ ในโลกนี้ อย่างมีสุข
อย่าประยุคต์ สิ่งทั้งผอง เป็นของฉัน
มันจะสุข เผลอกระบาล ท่านทั้งวัน
ต้องปล่อยมัน เป็นของมัน อย่าผันมา.

เป็นของกู ในอำนาจ แห่งตัวกู
มันจะดู วุ่นวาย คล้ายคนบ้า
อย่างน้อยก็ เป็นนกเขา เข้าตำรา
มันดีกว่า “กู-ของ-กู” อยู่รำไป.

จะหามา มีไว้ หรือกิน
ตามระเบียบ อย่างอึดหน้า ทำได้
โดยไม่ต้อง มันหมาย ให้อะไรๆ
ผูกยึดไว้ ว่า “ตัวกู” หรือ “ของกู”

พุทธะอินทร์