

เหลือแต่จิตดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไป
นอกนั้นเป็นเพียงความว่างเปล่า

ท่านจิตโต
แสดงพระธรรมเทศนาไว้เมื่อ
25 กรกฎาคม 2547

นั่งทำสบายๆ นะ เราใช้ใจกัน เราจะเอาใจของเราให้สงบ ความสงบของใจมันจะสงบได้ก็ต้องอาศัยธรรม คือธรรมคำสอนของพระองค์นี่แหละเป็นเครื่องขัดใจเรา ใจมันถึงจะสงบนะ มันอยู่ๆ จะสงบเฉยๆ ละก็ไม่มีประโยชน์ วันนี้ก็เป็นวันอาทิตย์ตรงกับ วันที่ 25 กรกฎาคม 2547 พวกเราทุกคนก็ตั้งใจว่าเวลานี้ก็จะฝึกทางด้านอกุญญาสมาบัติ และการฝึกอกุญญาสมาบัตินี้มันเป็นวิชาเฉพาะ และก็เหมาะสมกับบางคน และก็ไม่ใช่ว่าทุกคนจะเหมาะสมในเรื่องของการฝึกด้านอกุญญา ดังนั้นเวลานี้เราก็จะปฏิบัติกันในแบบที่ไม่ถึงอกุญญา คือจะเหมือนอกุญญาที่ไม่เหมือนอกุญญานัก จะเหมือนมโนมยิทธิที่ไม่เหมือนมโนมยิทธินัก ก็เจตนาฝึกก็เพื่อให้จิตของเรามีกำลัง แล้วก็มีปัญญา เพื่อให้ใจของเรามันเกิดความสงบ และก็มีความสุข ตั้งความประสงค์เพียงแค่นี้ ส่วนมันจะเรียกอะไรก็ช่างเถอะนะ

นั่นก่อนที่ทุกคนจะเริ่มการฝึก เราก็ได้สมาทานศีล สมาทานพระกรรมฐาน การสมาทานศีลก็เพื่อชำระจิตใจของเรา ให้เรานั้นละซึ่งความโกรธ บรรเทาความโกรธของเราลงไป บรรเทาความโลภ แล้วก็บรรเทาความหลง เพราะการที่เราไม่คิดจะเบียดเบียนใครก็หมายถึงว่าเราไม่อยากจะทรัพย์ของใคร ไม่อยากจะคิดประทุษร้ายใครทางกายและกัวาจา นั่นหมายถึงจิตของเราก็เริ่มจะสงบ รู้จักคำว่าพอ สิ่งที่ปรารถนาก็เป็นไปเพื่อการดำเนินชีวิตของเราอยู่อย่างมีความสุข นั่นคำว่าพอมันก็ทำให้เราบรรเทาความโลภ ไม่ต้องการที่จะไปเบียดเบียนด้วยกายวาจาด้วยใจ ที่จะคิดอยากเอาทรัพย์ของใครมาเป็นของตน เราคิดอย่างนี้เราจึงสบายใจ เหมือนกับว่าชีวิตของเราอยู่ในที่ๆ ปลอดภัย เพราะถ้าเราคิดอยากได้ทรัพย์ของใครก็ดี คิดอยากจะทำประทุษร้ายใครทางกายและวาจา มันสร้างความเดือดร้อนให้กับเรา เราไม่สงบ นั่นสิ่งที่เราตั้งใจสมาทานศีล ประโยชน์อย่างหนึ่งที่เราได้คือเราสงบ สงบ โดยเบื้องต้นแล้ว สงบที่ไม่ต้องวุ่นวายกับเรื่องของใคร เราก็ทำเรื่องของเราเพียงแต่ความสบายใจ จะมีชีวิตอยู่ก็อยู่อย่างคนที่สบายใจ ไม่ต้องดิ้นรนทรมานทรมานอะไร คือมันมีคำว่าพอ ถึงเราจะ

เป็นคนที่มีทรัพย์สินน้อยแต่เราก็มีความสุขได้ เพราะเรามีใจว่าพอแล้ว เราไม่
อยากจะทำร้ายชีวิตของใครไม่ว่าจะเป็นคนและสัตว์ เพราะเราพอแล้ว
ไม่จำเป็นจะต้องไปทำลายชีวิตเขาเพื่อเอามาเป็นอาหาร แต่ถ้าเขาทำไว้แล้ว
อันนั้นเรากินของตาย เราไม่ได้กินสัตว์เป็นนะ เราไม่ได้กินชีวิตของใคร แต่เรา
กินธาตุชั้นๆ คือธาตุทั้งสี่ที่มันประจุมรวมกัน มันไม่มีจิตใจแล้ว มันเป็นของที่
สามารถมาปรุงทำอาหารได้ ก็แค่บรรเทาทุกข์เวทนา หรือถ้าเราไม่นิยมชมชอบ
ที่จะบริโภคพวกเนื้อสัตว์ เราก็บริโภคพวกผักลงไปก็ได้ อย่างนี้ก็แล้วแต่
ธาตุชั้นๆของเราเหมาะสม แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าเราบริโภคเนื้อสัตว์ เราเป็น
คนที่ตั้งเป็นส่วนหนึ่ง หรือเป็นผู้ยุงส่งเสริมให้คนเขาฆ่าสัตว์ มันไม่เกี่ยวกันนะ

งานที่เราตั้งใจที่สมาทานศีล โดยเฉพาะในกรรมฐานเราสมาทานศีล 8
ก็เอาเฉพาะเวลานี้ หมดเวลานี้ก็ศีล 5 ปกติ ในศีล 8 ก็ถือเอาเรื่องของอพรหมจรรย์
เป็นสำคัญ ถือว่าความยินดีในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในสัมผัส เราก็จะ
คลายความยินดีพอใจไปเสีย ถามว่าเพราะอะไร เราจึงไม่อยากยินดีกับมัน ถาม
ว่ารูปน่ายินดีไหม รูปที่เต็มไปด้วยความสกปรก น่ายินดีไหม รูปร่างของเรา
ก็ได้ ไม่ต้องดูอื่นไกล ลองนึกดูว่ารูปร่างของเรามันสะอาดสะอาดไหม รูปร่าง
ของเราตั้งแต่ปลายเส้นผม ลงมาเรื่อยๆ มันมีจุดใดจุดหนึ่ง มุมใดมุมหนึ่งที่มีมัน
สะอาดสะอาด สดกลิ่นหอม ชุ่มชื่นใจ ดูแล้วมันสบายใจเรา มันมีให้เจอได้เห็น
ไหม มองลงไปเรื่อยๆ จนถึงฝ่าเท้าของเรา ตลอดตั้งแต่ปลายเส้นผมจนถึงฝ่าเท้า
นี่ มีจุดใดจุดหนึ่ง มุมใดมุมหนึ่ง ที่เรารู้สึกว่ามันสะอาด มันสวย มันมีกลิ่นหอม
มันน่าชุ่มชื่นใจดีใจ ถ้าเราไม่ใช่คน โง่เราคงตอบตัวเองได้ว่ามันไม่มี ถ้ามีก็คง
จะตาบอด เมื่อเรามองดูแล้ว พิจารณาไปตามนี้แล้ว ว่าธาตุชั้นๆคือร่างกายเรา
ถ้ามันไม่ได้อาหารมันอยู่ไม่ได้ เราบริโภคน้ำน้ำก็ไม่ใช่สะอาด บริโภคข้าวก็
ไม่ใช่ข้าวจะมาจากการสะอาด บริโภคเนื้อสัตว์ก็ยิ่งเห็นชัดว่ามันไม่สะอาด
แม้เราจะไปทำ ปรุงแต่งเป็นอาหารดูแล้วมีรสเลิศยัง ใจก็ตาม แต่มันก็คือของ
สกปรกวันยังค่ำ ไม่ว่าจะอะไรก็ตามที่เราบริโภคมันลงไป แม้กระทั่งอากาศที่สุด

ลมหายใจเข้าคายนลมหายใจออก มันก็คือสุกลมหายใจที่เป็นของสกปรกเข้าไป ด้วยเหมือนกัน อากาศข้างนอกไม่ใช่สะอาด มีแต่ฝุ่นละอองที่เรามองมันไม่เห็นระยิบระยับ มีเชื้อโรค มีสิ่งต่างๆ นานา มีทั้งกลิ่นที่มีของเหม็นปะปนไปใน อากาศมากมาย

รวมความแล้วทั้งร่างกายของเรา บริโภคสิ่งของสกปรกเข้าไป ในร่างกาย ก็เต็มไปด้วยของสกปรก มันจะประชุมรวมกันได้นานสักแค่ไหน トラบใดที่ ลมหายใจมันยังมี น้ำมันยังบริโภคลงไป อาหารยังได้ให้มันกินลงไป ในร่างกาย มันยังมีการขับถ่ายของมันปกติ มันก็ยังไม่ถึงความตายเข้ามาเยือน แต่ถ้ามันเริ่ม ที่จะไม่ทำงานแล้ว บริโภคอาหารไม่ได้แล้ว ร่างกายไม่ตอบรับ ทานอะไรเข้าไป มันก็อาเจียนออก มันก็ตีกลับ ลมหายใจก็จะแผ่วเบาลงไป กำลังที่จะหายใจ เข้าหายใจออกก็น้อยลงไป

เชอลองพิจารณาดูสิว่า ธาตุชั้นมันกำลังแปรปรวน แปรปรวนอย่างมาก และก็มากขึ้นทุกวันๆ มันไม่ใช่ดีขึ้นแต่มันกำลังเลวลงทุกวัน ตั้งแต่เกิดเรา จำความได้ เราก็กินของสกปรกเริ่มมาแล้ว ร่างกายก็ออกมาจากคนที่สกปรก จากเลือดเนื้อที่เต็มไปด้วยความสกปรก ถ้าไม่กินไอ้ความสกปรกนี้ มันก็เป็น รูปร่างให้เราได้เห็นต่อไปไม่ได้ มันก็ต้องตายไป หมดสภาพที่เราเคยเห็นรูปที่มี ลักษณะอย่างนี้ พอความตายมันเข้ามาเยือน ทุกสิ่งทุกอย่างมันหยุดการทำงาน อากาศมันไม่ทำไปช่วยปฏิกิริยาอะไรกับร่างกายแล้ว ไม่มีแรงดึงที่จะหายใจเข้าไปฟอกอะไรภายในร่างกายแล้ว ปากก็อ้าไม่ได้ อาหารก็เอาเข้าไปไม่ได้แล้ว ทุกอย่างมันหยุดการทำงานหมดแล้ว ทีนี้มันจะเหลืออะไร คำว่าสลาย หรือ เรียกว่าตาย มันได้ปรากฏให้เราได้เห็นแล้ว เมื่อร่างกายมันเริ่มสลายจากสิ่งที่มี เคยมีอยู่ คือมันตายแล้ว หยุดการกระทำแล้ว ทุกอย่างมันก็เริ่มกลับสภาพที่มัน เคยเป็น รูปร่างที่มันทรงตัวอย่างนี้ ประคับประคองที่เราดูแล้วชื่นตาชื่นใจ มัน ไม่สามารถจะเป็นอย่างนั้นได้แล้ว มันเริ่มที่จะแตก ปริ แยก หลุดเป็นชิ้น เป็นส่วน ทุกอย่างก็ได้เหือดแห้งจนกลายเป็นผง แล้วก็ปลิวว่อนไปตามอากาศ

รูปโฉมโฉมพรรณอย่างนี้มีให้เธอเห็นต่อไปไหม ไม่มีแล้ว เหลือแค่ใจของเธอ
แหละ จิตดวงเดียวนี้ที่ท่องเที่ยวไป จิตดวงนี้แหละที่ปรากฏอยู่ เหลืออยู่
แต่ธาตุขันธ์คือร่างกายมันไม่มีอะไรจะเหลือแล้ว ถ้าจะมองไปตามวัตถุธาตุ
ทั้งหลาย มันก็เสื่อมสลายพังไปตั้งเยอะแยะแล้ว

สมัยก่อนโน้น ย้อนถอยหลังไปเมื่อสมัยพุทธกาล วัตถุทั้งหลายที่เคย
ปลูกสร้างขึ้นมา มันก็ไม่มีอะไรจะเหลือหมดไปแล้ว ย้อนมาถึงสมัยสุโขทัย
ใกล้เราหน่อย มันก็เหลือแต่ซากแล้ว และทุกอย่างที่มันเป็นอยู่ในปัจจุบันนี้
อีกไม่นานนักหนอ มันก็จะพังสลายหมดสิ้นไป กลายเป็นอะไร กลายเป็นที่
เว้งว่างเปล่า ไม่มีรูป ไม่มีเสียง ไม่มีกลิ่น ไม่มีรส ไม่มีสัมผัส ไม่มีสิ่งใด
ปรากฏให้เธอได้เห็นต่อไป เหลือแค่จิตของเธอคือใจเธอนี้แหละที่ยังเหลืออยู่
ล่องลอยหลุดออกจากร่างกายนี้ไปเสีย จากดินแดนนี้ไปแล้ว ลอยไปไหน
ลอยไปตามยถากรรมไหม ก็ไม่ใช่ ลอยไปตามที่อุปาทานของตนปรารถนา
ไหม ก็ไม่ใช่ มันจะลอยไปไหน

แต่ตอนนี้เธอคิดตามฉันไปก่อนว่า ที่สุดแล้วที่เหลืออยู่เป็นของเราจริงๆ
ก็คือจิต ที่นี้จิตเราจะเห็นเป็นรูปเป็นร่างไหม พระพุทธเจ้าตรัสว่าจิตปรากฏ
เหมือนประภัสสร คือจิตเดิมเป็นประภัสสร คือสวยงาม สว่าง เราก็นึกถึงใจเรา
ตัวเราเองว่า ยามที่เราหลุดออกจากร่างกายนี้ไปแล้ว เราก็เหลือเพียงแค่อจิต
ดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไป เหลือแต่จิตดวงเดียว จำไว้นะ จิตดวงเดียวที่ท่องเที่ยว
ไป จะไปรับบุญ เสวยบุญ เสวยบาปนั่นก็อีกเรื่องหนึ่ง แต่ก็คือจิตดวงเดียว
ที่หลุดออกจากร่างกายนี้ไป ถ้าคิดดีก็ไปในที่ดี ถ้าใจเศร้าหมองก็ไปในที่ที่มัน
ไม่ดี พอตัดสินใจได้ไหม

ลองมองดูซิว่า จิตของเรานี้มันเคยสุขเคยทุกข์ในการที่มีร่างกายมา
ยาวนาน ตั้งแต่เกิดจนมันสลายไป ความทุกข์ทั้งหลายที่มันทับถมมากับความ
วุ่นวายในการมีร่างกาย บางคนก็มากเหลือเกิน บางคนก็วุ่นวายกับสิ่งนี้เหลือเกิน
วุ่นวายกับสิ่งที่ตัวเองคิดกังวล วุ่นวายกับความอยากของตน วุ่นวายกับความ

ปรารถนาของตน วุ่นวายกับสิ่งต่างๆมากมายตอนที่เรายังมีร่างกายอยู่ แต่เมื่อร่างกายนี้มันสลายไปแล้ว เธอจะเหลืออะไร คุณิเราจะเหลืออะไร คนที่เป็นพ่อของเราเป็นแม่ของเรา เป็นลูกเรา พี่น้องเรา ทุกคนจะเป็นอย่างไรใหม่ เขาต้องตายเหมือนอย่างไรใหม่ คือร่างกายมันต้องสลายไปเหมือนเช่นเราใหม่ เขาจะเหลือเพียงแค่จิตดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไปใหม่ แล้วเขาจะไปไหน เธอจะไปบังคับเขาได้ใหม่ว่าให้ไปกับฉัน ตายพร้อมฉัน ไปกับฉัน อยู่กับฉัน สิ่งนี้มันเป็นไปได้ยากเหลือเกิน งั้นทุกๆ คนที่เกิดมาร่วมการเกิดแก่เจ็บตายซึ่งกันและกัน จะมาผูกสัมพันธ์ในฐานะใดๆ ก็ตาม จุดจบของมันแล้วก็เหลือแต่เพียงจิตดวงเดียวที่หลุดลอยออกจากร่างกายนี้ แล้วก็ท่องเที่ยวไปต่อ

ความทุกข์ที่เคยมีเมื่อสมัยเป็นมนุษย์ คือมีร่างกายอยู่ เคยวุ่นวายกับภาระที่ต้องรับผิดชอบในฐานะความเป็นพ่อคนแม่คน ภาระความรับผิดชอบในฐานะเป็นสามีเป็นภรรยา ความรับผิดชอบที่ต้องแสวงหาทรัพย์ แสวงหาสิ่งของเพื่อบำรุงบำเรอ ให้เกิดผ่อนคลายความทุกข์ทางกายแล้วก็ใจ สิ่งต่างๆ เหล่านี้มันหมดไปด้วยใหม่ มันติดตามกับใจเราไปด้วยหรือเปล่า มันหมดไปพร้อมๆ กับร่างกายที่ตายไปใหม่ ภาระหน้าที่จบใหม่ ความปรารถนาอะไรๆ ตอนเป็นมนุษย์จบไปด้วยใหม่ จะมีอะไรเหลือ แต่ยามที่เรายังไม่ตายนี้ มันมีความทุกข์เกาะใจเราเยอะ มันมาจากร่างกายก็มาก มาจากความคิดของเราเองก็มาก มาจากความจำของเราเองก็เยอะ มันทำให้เราหาความสุขในความเป็นมนุษย์แทบเรียกว่าไม่ได้เลย ถ้าเรายังไม่มีกรรมครองใจเราด้วย ไม่พยายามที่จะทำความเข้าใจว่าสิ่งนี้มันเป็นธรรมดา อย่าไปฝัน อย่าไปบังคับ ยิ่งเราไม่มีใจที่จะเข้าใจสิ่งนี้อยู่กับตัวเราเองเลย เรายังทุกข์หนัก เรียกว่าวุ่นวายกับมันหนัก แต่ที่สุดแล้วไม่ว่าคนไหนจะวุ่นวายมาก คนไหนจะวุ่นวายน้อย คนไหนจะทำได้ ที่สุด จิตดวงนี้ก็ต้องหลุดออกจากร่างกายนี้ไป จุดจบก็คือไม่มีอะไรเหลือวันยังค่ำ ถูกไหม แล้วเมื่อมันไม่มีอะไรจะเหลือเลย เหลือเพียงแค่ใจของเธอ

ดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไป เธอคิดว่าไอ้สิ่งที่มันเหลืออยู่เพียงแค่ว่าใจของเธอแค่นี้ เธอจะอย่างไรกับใจเรา จะให้ใจของเราต้องไปรับทุกข์อีกไหม ต้องลอบไป หานรัก ลอบไปเป็นเปรต ลอบไปเป็นอสุรกาย ลอบไปเป็นสัตว์เดรัจฉาน แล้ว ลอบกลับมาเป็นมนุษย์ใหม่ มาอาศัยเรือนร่างที่เต็มไปด้วยของสกปรกโสโครก ใหม่ ต้องมาอาศัยสิ่งที่ทุกคนต้องแสวงหาอาหารด้วยความยากลำบาก เอามา ใส่ในร่างกายนี้ใหม่ แล้วก็โรมันตายใหม่ แล้วก็ไม่มีอะไรจะเหลือใหม่ เธอ ต้องลอบกลับมาหามันใหม่ไหม ลอบมาครั้งแล้วครั้งเล่า กลับมามีสภาพอย่างนี้ ครั้งแล้วครั้งเล่า มีร่างกายเป็นมนุษย์บ้าง มีร่างกายเป็นสัตว์เดรัจฉานบ้าง เธอ พอใจจะเป็นอย่างนี้อีกไหม

ถ้าเธอมองเห็นความเป็นจริง อย่างน้อยก็เห็นว่าที่สุดแล้วนี้ มันไม่มีอะไร จะเหลือเลย เธอจะทำยังไง เมื่อใจของเราหลุดออกจากร่างกายนี้ไป จะทำยังไง เคยคิดไหม ในเมื่อที่สุดเราจะพยายามทำอะไรก็ตามในโลกมนุษย์ เธอจะ ปรารถนาความรักมากแค่ไหน ปรารถนาให้มีใครมาเกื้อกูลเธอ สงเคราะห์เธอ ตามความปรารถนาของเธอทุกอย่าง เธอจะพยายามตกแต่งร่างกายของเธอให้ สวยสดงดงามเพียงใด บำรุงบำเรอให้ร่างกายของเธอมีความสุขแค่ไหน สบาย ใจแค่ไหน จะหาทรัพย์ให้เต็มทั่วอากาศนี้ จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลกนี้ หรือ เป็นคนที่สามารถปกครองโลกมนุษย์นี้ได้ จุดจบของทุกคนมันคืออะไร ก็ไม่มี อะไรจะเหลือ เหมือนที่เขาบ้ารบกัน ทำความวุ่นวายกันทั้งโลก ก็อยากเป็นใหญ่ คนแล้วคนเล่า คนแล้วคนเล่า มีใครบ้างไม่ตาย ที่เขาบอกสถานีบนดวงจันทร์ ที่ ขึ้นไปสร้างกัน นั่นมันตายกันตั้งกี่ชั่วคนแล้วกว่าจะได้สถานีตั้งอยู่บน ดวงจันทร์ คนคิดก็ตาย คนทำก็ตาย คนร่วมสร้างก็ตาย ก็ยังไม่เสร็จ แล้วก็ทำอีก ทำจนมันเสร็จ เสร็จเดี๋ยวนี้ก็เหลือไอ้คนที่ทำอยู่ปัจจุบันอยู่ อีกไม่ข้ามันก็ต้อง ตาย ไอ้ของที่สร้างไว้ไม่นานมันก็ต้องพังสลายไป หมดไป ความเหนื่อย ยากลำบากทั้งชีวิต จุดจบลงไม่มีอะไรจะเหลือเลยนี้ ขาดทุนไหม เหนื่อยอย่าง

คนไม่ได้อะไรเลย เธอจะเป็นคนชอบแบบนี้ใหม่ ทำแทบเป็นแทบตายแล้ว
ไม่ได้อะไรเลย

เหมือนกับคนสมัยนี้บางคนเขาบอกว่า ฉันทำงานทุกอย่างเพื่อให้ทรัพย์
ทำอะไรก็ล้มเหลว ทำอะไรก็ละลายหมด ล้มละลาย ไปลงทุนทำนี่ก็ล้มละลาย
เฮ้อ หาทุนใหม่ ไปทำงานที่นี้ก็ล้มละลาย เจิง เฮ้อ เอาอีก ทำมาตั้งแต่หนุ่มยันแก่
เจิงไม่รู้ก็รอบ เหนื่อยมาไม่รู้เท่าไร สุดท้ายก็ต้องป่วยไข้แล้วก็ตาย แล้วชีวิตได้
อะไร ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า เป็นโงะคือไม่มีอะไรจะเหลือ เป็นโงะ
ทำไปก็เป็นโงะ สูญเปล่า ไม่ได้อะไรเลย มันเหลืออยู่อย่างเดียวคือใจเรา ที่เธอ
กำลังเป็นอยู่ ณ เวลานี้ ที่คิดอยู่เวลานี้ ที่รู้สึกอยู่ในเวลานี้ ที่จะทำให้ใจของเธอ
เป็นสุขเป็นทุกข์ก็ในเวลานี้ แล้วมันหลุดออกไปในเวลานี้ มันก็คือความรู้สึกที่
ยังมีอยู่ ที่รู้สึกว่าตอนนี้ใจเราสุขหรือทุกข์ ใจเราคิดอะไรอยู่ มันจำอะไรได้อยู่
เหลืออยู่เพียงเท่านั้น หากเหลือแค่ใจดวงเดียว ที่ลอยเว้งว่างอยู่กลางอากาศ เธอจะ
ไปไหน เธอสามารถทำความสุขให้เกิดขึ้นกับใจของเธอเองได้ใหม่ โดยที่ไม่
ต้องพึ่งอะไรเลย ไม่ต้องมาพึ่งการเป็นมนุษย์เพื่อหาความสุข ไม่ต้องพึ่งการมี
ร่างกายเป็นสัตว์เดรัจฉานมาหาความสุข เธอสามารถทำใจของเธอเป็นสุขได้
ใหม่ ถ้าอยู่โดดเดี่ยวเดียวดายเว้งว่างเปล่าแล้วมีเธออยู่ดวงเดียว ถึง ณ เวลา
นั้นเธอจะทำใจเธอเองเป็นสุขด้วยตัวของเธอเองได้ใหม่ โดยไม่ต้องอาศัยอะไร
เลย จะล่องลอยไปไหนก็ตามเถอะ จะไปปะอยู่ที่ไหน จะไปพักอยู่ที่ไหน มันยัง
ไม่สำคัญเท่าใจของเธอตอนนั้น เมื่อหลุดออกจากร่างกายแล้วเธอมีความสุข
ใหม่ เธอสามารถทำจิตของเธอให้เป็นสุขได้ด้วยตัวของมันเองได้ใหม่
ทำยังไงดี รู้ใหม่

เรารู้ว่าทุกอย่างที่เราผ่านมา เราไม่ได้อะไรเลย ต้องใช้คำว่ามันผิดหวัง
ผิดหวังว่าที่เราทุ่มเททั้งชีวิตจิตใจ ผิดหวังที่เราพยายามที่จะกระทำ ให้คนนั้นคน
นี้แม้กับตัวเราเองมีความสุข ทั้งหมดจบลงด้วยทุกคนก็ตายหมด สลายหมด
ร่างกายก็ไม่มีอะไรจะเหลือ ทุกอย่างที่ยิ่งลงทุนลงแรงลงไปก็สลายหมด ไม่มี

อะไรจะเหลือ จิตดวงใครก็ดวงมันก็ลอยกันไป ต่างคนก็ต่างไป ถ้าคิดเหมือนกัน มีจิตใจเข้าใจในธรรมเหมือนกันก็ไปอยู่ในที่ๆ เดียวกัน ถ้าจิตใจสกปรก จิตใจโหดร้าย มือไวใจเร็ว พุคปด หมดสติ ประเภทนี้ หรือทำความชั่วอย่างมากก็ไปรวมในที่ๆ เดียวกันที่เรียกว่าอบายภูมิ ที่ทำกรรมหนักเหมือนกันก็ไปอยู่ในขุมเดียวกัน ที่เขามีจิตใจเกาะในกุศล นึกแต่ชอบในกุศลผลบุญ เขาก็ไปอยู่ในที่ๆ เดียวกันก็เรียกว่าสวรรค์ แต่ก็ยังมีเป็นชั้นๆ คือเป็นเขต สวรรค์ก็ยังมีตั้ง 6 เขต และพวกที่ชอบความสงบ ทำใจให้สงบนิ่งไม่ชอบวุ่นวายอะไรเขาเรียกว่าเป็น ฌานสมาบัติ ก็ไปอยู่ในที่ๆ เดียวกันเขาเรียกว่าพรหม ก็มีหลายชั้นตั้ง 16 ชั้น แล้วแต่กำลังของสมาธิต่างกันไป นั่นก็ไปลอยอยู่ในที่เดียวกัน ถ้าที่ของคนที่ไม่ปรารถนาอะไรเลยที่เห็นว่าเป็นสุขหมดแล้ว คือทุกอย่างที่ผ่านมามีอะไรที่ที่ต้องการแล้ว เห็นแต่ความทุกข์ของการเป็นมนุษย์ ความไม่แน่นอนของความเป็นเทวดานางฟ้าแล้วก็พรหม หยุคแล้วซึ่งความอยากทั้งหลาย จิตสามารถเป็นสุขด้วยตัวของตนเองได้ โดยไม่ต้องพึ่งอาศัยอะไรแล้ว ไม่ต้องอาศัยสมาธิเพื่อเป็นความสุข ไม่ต้องอาศัยบุญนึกถึงบุญแล้วทำให้ตนเองเป็นสุข แต่เพียงนึกถึงการหยุดของใจตนว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่มีอะไรจะเหลือ เราไม่ปรารถนาสิ่งใด เราไม่ต้องการวุ่นวายอะไรต่อไปแล้ว หยุดแล้วซึ่งความอยาก จิตดวงนี้เมื่อหลุดออกจากร่างกายมันก็จะลอยไปอยู่ที่ๆ เดียวกัน เขาเรียกว่าแดนนิพพาน มันไม่ลอยอยู่เว้งว่าง ลอยค้างอยู่กลางอากาศแน่นอน แต่มันจะต้องไปที่ใดที่หนึ่ง ที่ๆ มีความคิดของตน ที่ๆ จิตเป็นสุข สุขเพราะอาศัยบุญ สุขเพราะอาศัยสมาธิ สุขเพราะอาศัยตัวเองที่หยุดแล้วซึ่งตัณหา หรือทุกข์เศร้าหมอง เพราะมีแรงเคียดแค้นพยาบาทอาฆาต ทุกข์เศร้าหมองเพราะแรงแห่งการทำปณาดิบาทไว้มากอย่างนี้เป็นต้น ก็จะไปตามแดนตามที่อยู่

เธอทั้งหลาย นี่คือเรื่องจริง เรื่องจริงว่าจิตมันจะต้องไปอยู่แดนนั้นๆ ไปอยู่ที่อีกที่หนึ่งซึ่งเป็นที่ๆ ใจของเธอกำลังครุ่นคิด และพิจารณาอยู่ ณ เวลานี้ แต่ที่เธออยู่ ณ เวลานี้คือร่างกาย อยู่ในร่างกาย มันไม่ใช่ที่อยู่ของเธอถาวร ไม่ช้า

อีกไม่นานนัก ร่างกายนี้ก็จะแตกสลายไม่มีอะไรจะเหลือ เธอจะห้วงแหน หวงแหน หึ่งหวง ปรรณามากเพียงใด ร่างกายนี้ก็ต้องพังสลายไปในที่สุด เราจะเอาเวลาที่เหลืออยู่ไปหมกมุ่น มัวเมา เมามั่นกับสิ่งที่เรียกว่าร่างกายที่ไม่ใช่ของเราไม่ใช่ตัวเรา แล้วที่สุดของมันก็ไม่มีอะไรจะเหลือ เพื่ออะไร เพื่อให้ใจของเรา ณ เวลาที่จิตออกจากร่าง แล้วจะต้องไปอยู่ ณ ดินแดนที่เป็นทุกข์ต่อไปอีกหรือ

หยุดเถิดนะ หยุดความวุ่นวายที่เราจะคิดว่า ความเป็นมนุษย์มันจะให้ความสุขแก่เรา หยุดตรงนี้เสีย หยุดเห็นว่ามันจะต้องอยู่ มันจะต้องมี เราสามารถจะให้มันเป็นได้ตลอดไป ถึงแม้เราจะรู้ว่าเบื้องหน้าเราจะต้องตาย แต่เราก็ยังจะพยายามหวงแหนมันไว้ รังมันไว้ ยั้งมันไว้ ให้ชะลอมันไว้ ให้ช้าที่สุด มันก็ไม่มีประโยชน์อะไร สุดท้ายมันก็ต้องถึงจุดจบไม่มีอะไรจะเหลือเป็นของเราวันยังค่ำ เราจะเอาเวลาที่เหลืออยู่ สมมุติว่าเธอคิดว่า เอ้า ฉันยอมรับความจริง สุดท้ายมันต้องตายไม่มีอะไรจะเหลือแน่ แต่ระหว่างที่ฉันยังไม่ตาย ฉันจะทำอย่างนั้น ฉันยังอยากไอนี้ ฉันต้องการไอนั้น ฉันอยากจะเป็นไอนั้น เป็นไอนี้ อยากจะมีเงินเยอะๆ อยากจะมีความสุข สิ่งที่คุณอื่นเขามีกัน ฉันจะขวนขวายหามันให้ได้ และในเวลาที่คุณพยายามที่จะทำให้สิ่งนี้มันเกิดขึ้น 1 ปีก็แล้ว 2 ปีก็แล้ว 3 ปีก็แล้ว ระหว่างนั้นความตายก็เข้ามาเยือนเธอตลอด แล้วมาถึงจุดที่เรียกว่ามันไม่สามารถทำอะไรต่อไปแล้วคือร่างกายมันตายแล้ว แล้วเธอก็ยังทำอะไรไม่สำเร็จสักอย่าง แม้บางอย่างสำเร็จเธอก็เอามันไปไม่ได้ บทสรุปของมันก็ยังเป็นจุดจบที่ไม่มีอะไรจะเหลือเหมือนเดิม จริงไหม

ในเมื่อมันไม่มีอะไรเลย มันไม่มีอะไรเป็นเราเลย ไม่มีอะไรเป็นของของเราเลย ที่มีอยู่ก็คือจิตดวงเดียว ที่จะนำไปสู่ความสุขหรือความทุกข์ที่เธอจะพามันไป หรือมันจะพาเราไป ก็มีอยู่แค่นี้ จำไว้นะทุกคน คิดอย่างนี้บ่อยๆ นะ มันจะได้คิดเสมอว่าเรานี่ จะมัวเมาหลงใหลอะไรกับชีวิตที่มันเหลืออยู่อีกไม่นานนักหนอ ใจเราเวลานี้จะทำลายให้เป็นทุกข์ มันสมควรแล้วหรือ ใจเรา

ควรจะหยุดทุกสิ่งทุกอย่างนิ่งๆ สักน้อยสักหนึ่งนาทีก สัก 5 นาทีก็ดี ไม่ได้หยุด เพราะความสงบแต่หยุดเพราะความเข้าใจ หยุดเพราะความยอมรับนับถือความเป็นจริง หยุดทุกอย่างที่จะกระตือรือร้น หรือความแสวงหาอะไร เหมือนตอนนี้ เธอก็หยุดใจของเธอ เมื่อเธอได้พิจารณาตามที่เราหรือพระพุทธเจ้าทรงตรัส ถึงความเป็นจริงทั้งหลาย ให้เธอกิดเข้าไปเถอะ มันจุดจบคือความจริง ก็ยังต้องประกาศสังขรณ์ว่าเธอจะต้องเป็นผู้ที่ไม่มีอะไรจะเหลือ ทุกคนเสมอเหมือนกันหมด ไม่มีอะไรจะเหลือ เหลือแค่จิตดวงเดียวที่จะท่องเทียวไป ณ ดินแดนใดๆ ไปเสวยสุขทุกข้ออย่างไร นั่นก็เป็นเรื่องของเธอแล้ว ซึ่งใครก็ไม่สามารถจะไปห้ามปรามยับยั้งเธอได้ แต่มีอยู่ที่ๆ เดียวเท่านั้นแหละ ที่ท่านช่วยอยู่ด้วยความเมตตา คือที่สำนักพญายม นั่นท่านช่วยให้เธอนึกถึงสิ่งที่ดีได้ จะได้ไปอยู่รวมในดินแดนที่มีความสุขบ้าง ถ้านึกความถึงความดีไม่ได้ ท่านก็ต้องปล่อยให้ลงนรกรับกรรมไป ไปเสวยทุกข์เวทนาต่อไป ก็มีอยู่จุดเดียวเท่านั้นนะที่ช่วยเหลือเธอได้ แต่เธอจะมาฟังที่จะไปฟังตรงนั้นเพื่อชีวิตของเธอทั้งชีวิตนี้หรือ รอไปฟังที่สำนักพญายมให้เรานึกอะไรออกได้ เพื่อตอนนั้นท่านถามเรานึกไม่ได้ทำไง พอเข้าใจไหม

งั้นที่เรานั่งคิด เดินคิด ยืนคิด ลืมตา หลับตา เออ ความจริงมันต้องเป็นอย่างนั้น ทุกคนเป็นอย่างนี้เหมือนกันหมด มิใช่เราคนเดียว ลูกเราก็เป็น พ่อเรา แม่เราก็เป็น พี่น้องเราก็เป็น ไม่ว่าใครๆ ก็เป็นอย่างนี้เหมือนกันหมดเลย นึกตัวอย่างคนฉลาด คิดไปถึงว่าเรื่องสุดท้ายจุดจบสุดท้ายมันก็คือเพียงเท่านั้น ลงท้ายแล้วไม่มีอะไรเลย เราจะตะเกียกตะกายหาความสุขจากอะไรดี ถ้าสุขในบุญก็ขยันทำทานเข้า จิตใจก็จดจ่ออยู่ในทานอย่างเดียว ว่าฉันมีความสุขเหลือเกินที่ฉันได้ทำบุญ ตื่นมาฉันก็ตั้งใจจะทำแต่บุญ ตั้งใจจะให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ฉันจะไม่เอาอะไรมากไปกว่านี้ ฉันถือมีความสุขของฉันอย่างหนึ่ง ถ้าใจของเธอนึกทำอยู่เพียงเท่านั้น ยินดีแต่เพียงเท่านั้น พอใจแค่นี้ เธอตายไปบีบจิตของเธอก็จะไปดินแดนที่คนหลายๆ คนที่เขามีความพอใจเหมือนอย่างเธอ

แบบนี้ ไปอยู่ที่ๆ เดียวกัน เขาก็เรียกว่าสวรรค์ กามาจรสวรรค์ ถ้าเธอชอบ
ทำทานแบบสังฆทาน เธอก็อยู่อีกสวรรค์ชั้นหนึ่ง นิมมานรดี หรือ ปรนิมมิตว
สวัตตีก็ไม่ทราบ ถ้าเธอมีความสุขกับการชอบสวดมนต์ภาวนา ชอบเหลือเกิน
ถึงเวลาต้องได้สวดมนต์ สบายใจ มีความสุขมาก ชีวิตนี้ขาดสิ่งนี้ไม่ได้เลย
แล้วคนหลายๆ คนที่ชอบเหมือนเธอ เขาก็ไปอยู่ที่เดียวกัน ที่เขาเรียกว่าสวรรค์
ชั้นยามา ถึงเธอจะไม่นัดพบกันที่นั่น แต่ในความชอบพอเหมือนกันก็ไปอยู่ใน
ที่ๆ เดียวกันวันยังค่ำ ถ้าลูกของเธอก็เป็นคนชอบสวดมนต์ เธอก็เป็นคนชอบ
สวดมนต์ ตายเมื่อไหร่ทั้งแม่ทั้งลูกหรือทั้งพ่อทั้งลูกก็ไปอยู่ในที่เดียวกันคือ
สวรรค์ชั้นยามา ถ้าทุกคน ลูกก็ชอบให้ทาน แม่ก็ชอบให้ทานรักษาศีล ตายไปก็
ไปสวรรค์เหมือนกัน ก็ไปอยู่ในที่เดียวกันที่เรียกว่าสวรรค์ ถ้าพ่อแม่ชอบภาวนา
ลูกก็ชอบภาวนา มีความสุขกับการเจริญภาวนา สงบสงัดไม่วุ่นวายวอกแวกคือ
ไม่มีอะไรมากวนใจเขา เขาชอบที่จะสงบนิ่งสบายเป็นกำลังสมาธิจิต ทั้งพ่อแม่
ลูกก็ตายไปอยู่ที่เดียวกันเขาเรียกว่าพรหมโลก ถ้ากำลังสมาธิเท่ากันก็อยู่ในชั้น
เดียวกัน

พอเข้าใจไหม ว่าทุกอย่างถ้าเราคิดให้มันจบ คือในความเป็นจริงว่าที่สุด
แล้วมันไม่มีอะไรจะเหลือ เหลือแค่จิตดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไป ไม่ต้องห่วงใคร
ขอให้เขาทำความดีเหมือนเรา ชอบเหมือนเรา ปรรณนาเหมือนอย่างเราก็ไปอยู่
ในที่ๆ เดียวกัน ต้องได้เจอกันแน่ ช้าหรือว่าเร็วก็ต้องเจอกันแน่ แล้วทุกคนที่สุด
ก็ต้องไปเจอกันบนนิพพานแน่นอน ไม่มีใครหรอกที่จะไปไม่ถึงนิพพาน ต่อให้
เวียนว่ายตายเกิดนับอสงไขยไม่ถ้วนก็ตามเถอะ มันก็ต้องมีสักวันใดวันหนึ่งที่
เขาคิดได้ ประสบการณ์ชีวิตยาวนานวัน เหมือนเราทุกข์ทุกวัน ยิ่งเราเจออะไรทุกข์
ซ้ำซาก ซ้ำซาก ครั้งแล้วครั้งเล่า แล้วเราก็ยัง โง่กับความทุกข์กันต่อไป ถึงวันนี้
มันยังคิดไม่ได้วันต่อไปมันก็เริ่มคิด มันก็ยังคิดไม่ได้อีก วันต่อไปมันก็คิดได้
น้อย มันก็ยังคิดได้ไม่ทั้งหมด เป็นปีก็แล้ว 2 ปี ก็แล้ว ทุกข์อยู่เรื่องเดียวนี้แหละ
โง่อยู่เรื่องเดียวนี้แหละ 10 ปีก็แล้ว มันก็ต้องมีสักวันหนึ่งที่มันคิดได้ว่า เออ นี่เรา

โง่ขนาดนี้เลยหรือ ยังไงจุดจบของมันมันก็มีค่าที่สุดเหมือนกัน ที่สุดของมันก็คือมันต้องคิดได้วันยังค่ำ เห็นความจริงวันยังค่ำ เพราะความจริงเป็นสิ่งที่ไม่ตาย มันยังประกาศให้เราได้เห็นอยู่ต่อเนื่องไม่ขาดสาย ตราบใดที่เธอยังต้องเจอมัน ยินดีกับมัน โง่ไปกับมัน สิ่งนี้มันก็เป็นอย่างนี้เรื่อยๆ ไป เหมือนกับการเกิดเป็นมนุษย์ ไม่ว่าจะครั้งใดที่เธอมาเกิดเป็นมนุษย์ เธอก็ต้องมาอาศัยร่างกายสกปรกอย่างนี้เหมือนเดิม ต้องมากินอาหารสกปรกเหมือนเดิม ต้องมาเจอทุกสิ่งทุกอย่างที่คนในโลกนี้ ทะเลาะกัน ตีกัน ยื้อแย่งกัน เช่นฆ่ากันเหมือนเดิม แล้วเธอก็ต้องแก่แล้วก็ตาย ไม่ว่าจะเธอจะปรารถนาทำอะไรให้มากมายเพียงใด จบลงก็ไม่มีอะไรจะเหลือ เหมือนเดิม

นี่ไปๆ มาๆ เรากำลังทำอะไรอยู่ เรากำลังให้จิตของเราไปซ้ำเติมกับสิ่งต่างๆ ที่โง่เขลาเบาปัญญามานานแค่ไหน แล้วก็วกวนอยู่เพียงเท่านั้นหรือ เหมือนกับล่องลอยอยู่ในที่เว้งว่าง วนไปวนมาก็กลับมาที่เดิม แล้วก็วนกลับมาที่เดิม เรียกว่าสังสารวัฏของการเวียนว่ายตายเกิดที่ไม่มีที่สิ้นสุด การเกิดแก่เจ็บตาย เมื่อไหร่หนอ เราจึงจะหลุดพ้นจากวงจรอุบาทว์นี้สักที ก็มีแต่องค์สมเด็จพระชินสีห์บรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า นึกถึงพระองค์สิ มีแต่พระพุทธเจ้าผู้ได้พยายามทำความเพียรอย่างแรงกล้า แสวงหาวิโมกขธรรม คือ วิโมกขธรรมทางแห่งความพ้นทุกข์ออกจากวิฏสงสารนี้ซั๊กที ทรงพยายาม ทำทุกๆ อย่างที่ไม่ว่าคณาจารย์ไหนดี ปฏิบัติอย่างไรดี ทำยังไงดี ถึงจะสามารถเข้าถึงความพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ ทรงต้องกระทำการเรียนรู้อย่างนี้มานานมาก นานนับหลายอสงไขย ต้องจัดว่านานมากในความตั้งใจอยู่เรื่องเดียวนั้นะ ทำเพื่อการพ้นทุกข์อยู่อย่างเดียว และก็ต้องใช้กำลังใจอย่างมากกับการอดทน ต่อสู้กับการเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วน หาความรู้ หาความจริง หาหนทางแห่งการพ้นจากความทุกข์ที่มีอยู่ กว่าพระพุทธองค์จะได้บรรลุอภิเษกสัมมาสัมโพธิญาณ รู้แจ้งเห็นจริงทั้งหลายแล้ว ไม่ใช่เรื่องง่ายๆ และเมื่อพระองค์ทรงรู้แล้วก็ทรงมาประกาศให้พวกเราติดตาม เห็นตาม รู้ตามพระองค์ท่าน เราก็ย่อเวลาลงมา

ทำให้เราไม่ต้องอยู่นาน นานเหลือเกินกับการที่จะต้องเรียนรู้กับทุกข้ออยู่แล้ว ยิ่ง
โง่มันก็ยังนานต่อ ยิ่งไม่คิดจะเดินออกด้วย หรือไม่รู้ทางออกว่าจะออกยังไง มัน
ก็ยังวนไปวนมาอยู่อย่างนั้นนั่นแหละ จะจบลงตรงไหน หากจบไม่ได้ แต่พระ
พุทธองค์ทรงเห็นจุดจบแล้ว คิดอย่างนี้สิลูก ไม่มีแดนใดเป็นสุข คิดอย่างนี้สิลูก
เห็นเป็นอย่างนั้นจริงๆ ว่าไม่มีอะไรเลยเป็นสุข

สิ่งที่ทรงพาให้ทุกคนสามารถจะฝึกฝน ที่บางคนมีความสามารถคือมีใจ
พร้อม มีกำลังใจพร้อม สามารถจะฝึกทิพจักขุญาณหรือกำลังอภิญญาสมาบัติ ก็
จะเห็นแจ้งในสิ่งที่พระองค์ทรงเห็น ว่าการเกิดมันไม่ใช่แค่นี้ชาติที่แล้วเราก็
เป็นมนุษย์ ชาติก่อนโน้นเราก็เป็นสัตว์เดรัจฉาน ชาติก่อนโน้นเราก็เคยเป็นสัตว์
นรก ชาติก่อนโน้นเราก็เคยเป็นเทวดานางฟ้า เป็นพรหม เราเคยทำอะไรมา
เราเคยชอบอะไรมา ไม่ชอบอะไรมา ยินดีอะไรมา สุขท่ายมันเป็นอย่างไง ก็วนไป
วนมา หมคจากตรงนั้นกลับมาตรงนี้ ออกจากตรงนี้ไปอยู่ตรงโน้น หมคจาก
ตรงโน้นมาโผล่ตรงนั้น ตลอดระยะเวลาที่เราได้อยู่กับมัน มันมีทั้งสุขชั่วคราว
แล้วก็มีทุกข์นานเหลือเกินแต่มันก็ชั่วคราว แล้วมันก็กลับมาอีก กลายเป็นจิต
ดวงเดียวที่ล่องวนเวียน เวียนไปเวียนมา หากจบไม่ได้ แล้วไม่มีอะไรเหลือติด
ตัวเธอมาแม้แต่อย่างเดียว นอกจากจิตของเธอดวงเดียว ที่มันถูกสะสมอะไร
สะสมความรู้ทั้งหลาย จิตมันจึงมีสภาพที่จำ มันจำทุกอย่างที่เราผ่านมาทั้งหมด
เมื่อพระพุทธรองค์ทรงมาโปรด แล้วก็ชี้ให้เธอได้สะกิดใจในสิ่งที่เธอได้เคยคิด
เคยเจอเจอมาในอดีตผ่านมามากมาย เธอก็จะเข้าใจในสิ่งที่พระองค์ทรงตรัส
ได้รวดเร็ว แต่ถ้าคนอื่นไม่เคยคิดไม่เคยเห็น ไม่เคยคิดว่าร่างกายนี้ทำให้เราทุกข์
ไม่เคยคิดว่าชีวิตของเราจะมีความทุกข์มากมายขนาดนี้ ไม่เคยเจอ ถึงแม้จะเจอ
กับความไม่แน่นอนมากมายแต่ก็ไม่เคยคิดว่ามันจะเป็นทุกข์เลย แต่ว่าเมื่อเรา
สะสมความรู้ความเข้าใจที่มันจำได้มากกว่า เราเจอแต่ความไม่เที่ยง เราเจอแต่
ความทุกข์ที่เราไปยึดถือความไม่เที่ยง เราเจอแต่สิ่งที่ไม่มีอะไรจะเหลือยาวนาน

ที่นี้พระพุทธองค์ทรงตรัสอย่างนี้ เธอเชื่อไหม เธอก็จะเชื่อ เหมือนที่ พระองค์ทรงถามว่า ร่างกายนี้เป็นเราเป็นของเราหรือ ร่างกายนี้เที่ยงหรือไม่ เที่ยงพระพุทธเจ้าค่ะ ถ้าเราไปยึดถือความไม่เที่ยงเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ เป็นทุกข์พระพุทธเจ้าค่ะ สุดท้ายร่างกายนี้มันเป็นของเราหรือเปล่า หมายถึงว่า มันไม่สลายตัวไปหรือมันสลายตัวไปไหม สลายตัวไปพระพุทธเจ้าค่ะ นี่คือนั่น ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัส ในสิ่งที่เราได้ประสบ และก็ตอกย้ำว่าเป็นเช่นนั้นจริงๆ เมื่อเป็นเช่นนั้นจริงๆ เธออย่าได้ยินดีกับมันอีกเลย ลึกแต่ว่า แล้วก็ตัดสินใจ เฉอะว่า เราจะหมดความพอใจ หรือยินดีกับมันอีกต่อไปในการเวียนว่ายตายเกิด เราจะไม่ยอมเอาใจของเราไปอยากทุกข์กับมัน ไปกังวลกับมัน ไปเห็นมันมีความหมายหรือมีความสำคัญ เราจึงเห็นว่าชีวิตนี้ไม่มีความหมาย เพราะมัน ไม่ได้ให้อะไรกับเราเลย สุดท้ายมันไม่มีอะไรจะเหลือ ทรัพย์สมบัติก็ไม่มี ความหมาย สุดท้ายมันก็มีแต่สร้างให้เราแต่ทุกข์ใจตลอดเวลา แล้วจุดจบมันก็ไม่มีอะไรจะเหลือเหมือนกัน

เราก็หันกลับมาตั้งใจกระทำแต่ความดี ทำอย่างไรให้ใจเราเป็นสุข ที่บอกว่าสุขจากการให้ทาน สุขจากที่เราพอใจในการให้ทาน เราก็จะไปอยู่ในดินแดน ที่เรียกว่าสวรรค์ แต่มันก็กลับมาอีก สุขจากการเจริญภาวนา พอใจแต่เพียงแค่ว่า ภาวนา ถึงเธอจะอยู่บนแดนพรหมโลก มันก็ต้องกลับมาอีก สรูปแล้วมันสุขจริงไหม ไม่จริง การเวียนว่ายตายเกิดอยู่เพียงเท่านั้น มันจึงไม่ได้อะไรเหลือเลย สำหรับเราผู้คิดเห็นอย่างนี้แล้ว เธอคิดว่าเธอกำลังทนอยู่กับอะไร ทำอะไรอยู่ แสวงหาอะไรอยู่ ไขว่คว้าอะไรมันมา จบลงไม่ได้มีอะไรเหลือเลย เราจะ โง่ไหม ถ้าเราจะบ้าต่อไป

ในเมื่อเราคิดได้แบบนี้เราจึงตัดสินใจว่า พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าแดนที่ เต็มไปด้วยบรมสุขคือนิพพาน เราก็เอาใจของเราตั้งใจไว้อย่างเดียวว่า ชีวิตนี้ทั้ง ชีวิตเราจะทำทุกอย่างเพื่อปรารถนาพระนิพพานเป็นที่ไป ที่ทำทั้งหมด ให้ทานก็ เพื่อเป็นสุข แต่ความสุขของการให้ทานเราไม่ได้ไปเกาะว่านี่คือความสุขที่ดีที่สุด

แล้ว เราเห็นว่ามันไม่ใช่ความสุขจริง แต่เราทำเพื่อจิตเป็นสุข เราเจริญภาวนาก็ ไม่ใช่ภาวนาเพื่อให้เราพอใจว่าภาวนาเป็นสิ่งที่ดีที่สุดแล้ว แต่เราภาวนาเพื่อให้จิตเราเป็นสุข แต่เรารู้ความสุขที่สุดคือการไม่กลับมาเกิด ไม่เวียนว่ายตายเกิดคือแดนนิพพานเท่านั้น นั่นทำทุกอย่างเราจึงตั้งความปรารถนาว่าฉันต้องการเพียงแค่นิพพาน ทำสมาธิก็ทำเพื่อจะไปนิพพาน เพื่อให้เราเข้าใจความจริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเพียงเท่านั้นนะ มีอยู่เพียงเท่านั้น คือใจเรากลัวๆ เหลือแต่ใจดวงเดียวที่ท่องเที่ยวไป และเมื่อเราตัดสินใจอย่างนี้อย่างเด็ดขาด ไม่มีความผูกพันและยินดี ยินร้ายอะไรอีกต่อไป พุคภาษาง่ายๆ คือว่าหมดแล้วความพอใจ ความพอใจในการเกิด เวียนว่ายตายเกิด ไม่เอาแล้ว เราจะไม่ยอมโง่วนเวียนอยู่เพียงเท่านั้นอีกต่อไปแล้ว ใจก็จะปักเพียงแค่นิพพานั่งสุขขัง

ทีนี้ทำอะไรมันก็จะภาวนาว่า นิพพานั่งสุขขัง นิพพานั่งสุขขัง นิพพานเป็นสุขจริงหนอ นิพพานเท่านั้นจะเป็นที่ ที่เราไม่ต้องกลับมาเจอเจอเรื่องต่างๆ อย่างไม่สสาระ อย่างไม่มีค่าไม่มีความหมายอีกต่อไป เราจะไม่ต้องไปลงทุนทำอะไรแล้ว ไม่ได้อะไรกลับมาอีกต่อไป เราจะไปอยู่บนดินแดนที่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่กลับมาเกิด ดินแดนที่พระพุทธเจ้าทรงเห็นแล้ว ทรงนำพาให้ทุกคนได้เห็นตาม จนที่เรียกว่าผู้ห่างไกลจากกิเลสคือ พระอรหันต์ได้เห็นบนแดนนิพพานหมดแล้ว เราก็เป็นผู้กำลังที่จะดำเนินตามพระพุทธเจ้า ตามพระอริยสาวกทั้งหลายไปสู่แดนนิพพาน ด้วยการห่างไกลจากความเศร้าหมองคือกิเลส ตัณหา ห่างไกลจากความวุ่นวายจากสิ่งต่างๆ ที่เราเคยวุ่นวายมาโดยตลอด ด้วยความเข้าใจความเป็นจริง ที่นี้จิตเป็นสุขได้ใหม่ เป็นสุขได้เพราะธรรม คือการที่เราเห็นธรรม เห็นความจริง เห็นสัจธรรม เราจึงมีความสุขเพราะเราหยุดแล้ว หยุดตะเกียกตะกายแล้ว หยุดทะเยอทะยานแล้ว เราเพียงพอแล้ว เหลือเพียงแค่ว่าเมื่อใดที่ร่างกายมันตายเราก็จะไปนิพพาน วันหนึ่งเราก็ได้แต่นั่งภาวนา ยืนภาวนา นอนภาวนา เออ นิพพานั่งสุขขัง นิพพานเป็นสุขจริงหนอ นิพพานเป็นสุขจริงหนอ เราไม่อยากจะอยู่วุ่นวายกับสิ่งนี้แล้วหนอ ใครจะวุ่นวายก็วุ่นวายไปเถอะ ใครจะตบตีฆ่ากัน เช่น

ฆ่ากันอย่างไร จะค่ากันยังไง ถึงจะค่าฉันก็ค่าไปเถอะ ใครอยากได้อะไรเอาอะไรไป หากเป็นกรรมของฉันก็เอาไปเถอะ ฉันไม่ต้องการอะไรเหลืออยู่ แม้จะฆ่าฉันให้ตายก็ฆ่าไปเถอะ ร่างกายไม่ใช่ของฉัน อยากจะฆ่าจะทำอะไรก็ทำไปเถอะ นิพพานังสุขังของฉันอย่างเดียว นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง เราก็จะมีจิตใจสุขกับตัวเราเอง สุขจากความเข้าใจความจริง ไม่ได้สุขโดยอาศัยอามิสอะไรต่าง ๆ นานา

เห็นไหมว่า เมื่อใดก็ตามที่เราตัดสติใจเด็ดขาด แล้วนึกถึง นิพพานังสุขัง จิตของเรา ก็จะล่องลอยไปอยู่บนแดนนิพพาน ถึงจะเป็นการอยู่สัมผัสเพียงชั่วขณะเวลา แป๊บหนึ่งประเดี๋ยวประด๋าว เมื่ออารมณ์ใจมีความเป็นทิพย์ จิตเรามีกำลัง นิ่งสงบ ใจของเราไม่ลี้เลสงสัยในสิ่งที่เราได้คิดพิจารณาว่าเป็นตามนั้นจริงๆ แล้วละก็ จิตมันก็จะมีความผ่องใสสว่างไสว มันก็จะลอยขึ้นไปเอง ลอยไปเองนะ เมื่อเธอท่องในใจ นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง จิตมันก็จะไปปรากฏบนแดนนิพพาน ถ้าอารมณ์ทิพจักขุญาณของเธอปรากฏด้วยอำนาจสมาธิพอดี เธอก็จะได้เห็นความจริงว่านิพพานมีแดนที่อยู่เป็นยังไง สว่างไสว สวยสดงดงามเพียงใด นั่นก็ต่อเมื่อสมาธิของเธอมันอยู่ในขั้นพอดีที่เรียกว่า อุปจารสมาธิ ก็ไปสัมผัสได้

แต่สมมุติว่าเราทำไม่ถึงสมาธิขั้นนี้ เรามีสุขใหม่ มีความสุข เพราะว่าเราหยุดแล้ว หยุดทะเลยอดทะยานแล้ว หยุดการแสวงหา หยุดความวุ่นวายในเรื่องต่างๆ ที่เข้ามากระทบเราแล้ว ณ เวลานั้นแม้มันจะเป็นเพียงแค่ชั่วขณะจิตหนึ่ง เวลาหนึ่งก็ตาม ซึ่งมันไม่นานเลย แต่เราก็ได้สัมผัสคำว่านิพพานปรากฏแก่ใจเราแล้ว นี่ไงนิพพานที่พระพุทธเจ้าทรงต้องการให้เธอสัมผัสเข้าถึง เมื่อเราท่องในใจว่า นิพพานังสุขัง เมื่อทำใจเข้าใจอย่างนี้แล้วใช่ไหมล่ะ เราก็ภาวนาว่า นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง สบายใจจริงหนอ เราจะไม่วิ่งต่อไปแล้ว ภูนิลลาดแล้ว นี่ภาษาไทยนะ ภาษาพ้อขุนเขาว่าอย่างนี้ใช่ไหม ภูนิลลาดแล้วหนอ ภูนิลลาดแล้วหนอ ภูเลิกโง่แล้วหนอ ภูจะไม่ต้องทุกข์อีกต่อไปแล้วหนอ ใจก็จะอยู่เออ

นิพพานังสุขัง สุขจริงๆ เราทำของเราทุกวันวันละหลายๆ ครั้ง วันละเล็กๆ น้อยๆ ไม่ต้องมาก คิดอยู่เพียงแค่นี้ คิดให้มันเห็นความจริงที่สุดแล้วมันไม่มีอะไรจะเหลือ ไม่มีอะไรเป็นของเราไม่มีอะไรเป็นตัวเรามีแต่จิตของเราเท่านั้นแหละ ที่จะพาเราไปดินแดนที่เราจะโง่หรือว่าฉลาด แล้วเราจะปล่อยให้จิตของเราโง่ทำไม เมื่อเราเข้าใจความเป็นจริงอย่างนี้ เราก็ท่องในใจของเราว่า นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง แค่นี้ นั่ง เดิน ยืน นอน อยู่ตรงไหนเราก็ทำได้ทุกเวลา วันละหลายๆ ครั้ง ยิ่งทำให้จิตมันมีความชำนาญ คือคล่อง มันคล่องกับความคิดแล้วมันก็จะจำของมันเอาไว้ ถึงเวลาร่างกายมันพังหรือมันจะต้องมีทุกข์เวทนาแค่ไหน มันก็จะไม่ทำให้ใจของเรารู้สึกกลัว มันจะมีจิตปล่อยใส

นั่นคนที่ตายแล้วหน้าตาผ่องใสก็เพราะใจเขาตอนนั้นเขามีที่ไป หน้าตาเขาจึงผ่องใส ยิ้ม พระศพของหลวงปู่ต๋อนมรณภาพ ท่านยิ้ม ยิ้มด้วยความดีใจ ยิ้มด้วยความสุขใจ หลายท่านที่ไปนิพพาน ที่เป็นฆราวาสก็เยอะเยอะไป ก็ตายด้วยอาการยิ้ม นอนยิ้มต่างๆ ทุกขเวทนามาก่อนหน้านั้น อย่างบางท่านที่เป็นภรรยาของท่านเจ้ากรมเสริม หม่อมราชวงศ์เสริม สุขสวัสดิ์ แม้กระทั่งหม่อมเองท่านก็ยิ้มตาย แต่ว่าภรรยาของท่านเป็นโรคร้ายเป็นมะเร็งที่ทรวงอก ทรมาน ก่อนตายทรมานมาก แต่เมื่อใจของท่านปลงแล้ว ยอมรับแล้ว เข้าใจความจริงแล้ว ท่านก็ยิ้ม ตายด้วยอาการยิ้ม มีความสุขตาย นิพพานสว่างแล้ว นิพพานสว่างแล้ว เห็นนิพพานแล้ว สว่างจ้าแล้ว สวยงามแล้ว แม้แต่ท่านหญิงวิภาวดีรังสิตก็เป็นเช่นนั้น แม้จะถูกยิงในพระวรกายหรือกายของท่านต้องเจ็บทุกขเวทนา แต่ใจที่ท่านคิดพิจารณาตลอดระยะเวลาที่ท่านปฏิบัติ และเข้าใจในสิ่งที่หลวงปู่สอน กระทำความเข้าใจในความเป็นจริงอย่างนี้สืบเนื่องเรื่อยๆ จน ณ วันที่ท่านพระองค์จะต้องถูกกรรมเข้ามาให้ต้องตายด้วยอาการอย่างนั้น ถึงจะมีทุกขเวทนา แต่พระองค์ก็ยังคงพูดถึงว่านิพพานสว่างแล้ว นิพพานสุขแล้ว หญิงลาก่อนนะ หญิงจะไปนิพพาน นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง แล้วท่านก็หลุดออกจากร่างไปนิพพาน

มันไม่ยากเลยถูกต้องไหม เพียงแค่เราคิดแค่นี้ คิดแค่นี้ มันไม่ใช่เวลามาก ต่อวันเลยนะ แค่นี้หนึ่งนาที่ เราก็สามารถจะมองเห็นได้ความจริงที่ปรากฏ วันหนึ่งเราทำสักครั้ง ตื่นนอนใหม่ๆ หรือก่อนหลับ แค่นี้ก็หากินพอแล้ว ถ้าทำใจได้ขนาดนี้ นอนก็นอนภาวนา นิพพานังสุขัง ตื่นมาก็ นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง พอแล้ว วันนี้จะเจออะไรก็เจอเถอะ แต่เราไม่ยินดีแล้ว ไม่สนใจแล้ว อะไรจะเกิดก็เกิดเถอะ จะตายก็ตายเถอะ ใครจะวุ่นวายยังงี้ก็วุ่นวายไปเถอะ แต่สำหรับเราเราไม่เห็นอะไรที่มีสาระแล้ว ทำไปก็เท่านั้น แต่ที่ทำก็เพื่อจิตเป็นสุขเท่านั้นนะ ตื่นมาเอ้า ทำใจให้ผ่องใส ให้คนนั้นให้คนนี่ ก็เพื่อให้เรามีความสุขใจ สบายใจ แต่ไม่ได้ทำเพื่อเหตุผลอื่นใด ทำเพียงแค่ว่าใจเรามีความสุขเท่านั้นเอง จันการให้ของเราจึงไม่หวังผลตอบแทน ถูกไหม นั่นคือเป็นปรมัตถบารมี เต็มแล้ว เพราะไม่หวังอะไรนอกจากความสุขที่ตนเองมีแล้ว มีความสุขแล้ว ความสุขที่เกิดจากความเข้าใจความจริงนั่นเอง แต่ไม่ใช่ความสุขจากการให้ทาน ไม่ใช่ความสุขจากการรักษาศีล ไม่ใช่ความสุขจากการภาวนา แต่กระทำทาน ศีล ภาวนา เพื่อหล่อเลี้ยงเราให้มีความสุขใจเท่านั้นเอง ไม่หวังผลอะไร ไม่หวังจะไปแค่สวรรค์ ไม่หวังจะไปพรหมโลก แค่นี้คิดได้ไหมละ

ถ้าเธอคิดอย่างนี้ได้ มโนมยิทธิฝึกง่ายจะตาย มันเรื่องง่ายๆ อันนั้นมันสบายเด็กๆ แล้ว ขอให้เธอสามารถคิด ตัดสินใจ มันคงกับสิ่งที่เธอได้เข้าใจ เมื่อนั้นจิตมันจะล่องลอยไปเอง ไปในที่ๆ เธอต้องการจะไป เธอต้องการไปกราบพระ จิตมันก็จะไปหาพระ เธอต้องการไปที่ที่สงบ นิพพาน จิตก็จะไปที่นิพพานเอง ไปเองนะ ไม่ต้องมีใครมาเชื้อเชิญ ไม่ต้องมีใครมาคอยดึงเธอไป แต่ถ้ากำลังใจเราไม่พอ เราก็อาราธนาบารมีพระพุทธองค์ สงเคราะห์ช่วยพาเข้าพระพุทธเจ้าไปหน่อย นั่นคือกำลังใจของเราอ่อน ถ้ากำลังใจเราเข้มแข็งพอ เราตัดสินใจเด็ดขาด โดยธรรมคามันไปของมันเป็นเอง จิตมันต้องการไปอยู่ในที่ที่มันพอใจของมัน ไปเอง พอเข้าใจไหมจ๊ะ เอากลับไปทบทวนนะ ทบทวน

พิจารณาในสิ่งที่พระท่านแนะนำในการทำความเข้าใจว่า เราเป็นผู้ไม่มีอะไรจะเหลือ เอาคำนี้ไปพิจารณามากๆ นะ

พระพุทธองค์ องค์กรปัจจุบัน ที่สมเด็จพระสมณโคตม ทรงตรัสไว้กับหลวงพ่อกว่า ให้ไปบอกลูกหลานทุกๆ คนว่าให้พิจารณาอย่างนี้เป็นปกติ มีไหม มีในหนังสือ หรือในเทพเรื่องของปฎิบัติผู้เฒ่า ฉันจำได้ว่ามีอยู่ประโยคหนึ่ง ไซ้ใหม่ ให้พิจารณาอย่างนี้บ่อยๆ วันละครั้งสองครั้งก็ได้ แต่ให้พิจารณาจริงจัง เข้าใจจริงๆ ว่าเราไม่มีอะไรจะเหลือ พ่อก็ไม่มีแม่ก็ไม่มี คำว่าพ่อก็ไม่มีแม่ก็ไม่มี ไม่ใช่เราไม่มีพ่อ ไม่มีแม่ แต่หมายถึงร่างกายของพ่อ ของแม่ ทุกสิ่งทุกอย่างของลูก วัตถุธาตุทั้งหลายมันก็ต้องจบลงด้วยความไม่มีอะไรจะเหลือเหมือนกันหมด ทุกคนก็เหลือแต่เพียงแค่อัตตาตัวตนเดียว ก็ล่องลอยท่องเที่ยวไป ต่างคนก็ต่างไป ถ้าดีเหมือนกันคิดเหมือนกันก็ไปอยู่ในที่ๆ เดียวกัน ถ้ากำลังใจไม่เท่ากันคิดไม่เหมือนกันก็อยู่คนละที่คนละทาง นั้นไม่มีใครบังคับ แต่ว่าใจของตัวเองนี่แหละจะบังคับทางไปเอง

พระท่านบอกแค่นี้พอแล้ว พอกับความเข้าใจแล้วนะ เอากลับไปคิด ทบทวนบ่อยๆ นะ ทำบ่อยๆ ไม่ต้องไปตั้งท่าหรือ เรื่องของความคิด นั่ง เดิน ยืน นอน อยู่ตรงไหนทำอะไรเราก็คิดขึ้นมา เออ พระท่านว่าไม่มีอะไรจะเหลือ เราจะเป็นคนที่ไม่มีอะไรเหลือเลย จริงไหม เราจะเหลือเพียงแค่อัตตาตัวตนเดียวท่องเที่ยวไป แล้วเราจะไปไหน ถ้าเราโง่อยู่อย่างคนโง่ๆ ก็อยู่อย่างคนไร้ความสามารถทุกข์แก่ใจเราเอง เราก็เป็นคนท้อถอยให้ตัวเองไปสู่อบายภูมิ นั่นเราต้องมีศีลบริสุทธิ์ดี จิตจะต้องมีความปรารถนาทำให้ท่านตลอดเวลา ก็หมายถึงว่า ใจเราก็ทรงอยู่ในพรหมวิหารสี่เป็นปกติ มีความเมตตา มีความสงสาร ยินดี ปรารถนาสงเคราะห์ช่วยกันได้ แต่เราไม่ได้ไปหวังผลอะไรตอบแทนกลับมา เพราะเราทำเพียงแค่อัตตาเป็นสุขนะ คิดแค่นี้นะ ทำเพียงแค่อัตตาเป็นสุข แต่เรารู้ว่าความสุขอย่างนี้กับการมีร่างกายไม่เป็นที่ปรารถนาของเรา เราตัดสินใจตลอดเวลาว่า เมื่อใดที่หมดลมหายใจ นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง นิพพานังสุขัง

แค่นี้ พอแล้ว ถ้าจะปฏิบัติให้ตรงทาง ทำแค่นี้เขาก็สามารถจะไปถึง จุดสูงสุดของการเขาเรียกว่าบรมสุขคือนิพพานแล้ว

ก็นึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์นะ นึกถึงทุกๆ พระองค์ที่เมตตา ให้ความเมตตาสงเคราะห์เรามาในอดีตจนถึงปัจจุบัน ขอบพระคุณท่านพ่อท่านแม่ ท่านทั้งหลายที่เป็นหมู่ญาติหรือไม่ใช่ญาติ พรหม และเทวดาที่ท่านเมตตาเรามาโดยตลอด ไม่รู้จะก่อกบฏที่ชาติไหนมาแค่ไหน อบรมสั่งสอนเรามากี่เยอะเยอะ หากสิ่งใดที่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ที่เคยกระทำมา ประมาทพลาดพลั้ง รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ด้วยความโง่เขลาเบาปัญญาก็ตาม ขอให้ท่านผู้เป็นพ่อเป็นแม่ของข้าพเจ้าทั้งหลาย ที่เสวยความสุขก็ดี เสวยความทุกข์อยู่ที่ใดก็ตามเถอะ และท่านทั้งหลายที่มีคุณทั้งหมด ได้โปรดอดโทษให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด นับแต่บัดนี้จนกว่าชีวิตนี้จะถึงซึ่งพระนิพพานในชาติปัจจุบัน และบุญใดๆ ที่ตั้งใจทำกัน เดี่ยวเราจะอุทิศส่วนกุศลตามที่หลวงพ่อบุญได้เคยแนะนำไป ขอให้ท่านทั้งหลายมายินดีและมาโมทนาด้วยกันด้วยเทอญ