



เส้นทาง

การพัฒนา

สู่

ความบริสุทธิ์



ส่วนธรรมะไพศณยาน

เส้นทางพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์

อาจารย์หมอดิลก

พิมพ์ครั้งที่ 1 : ตุลาคม 2566

แจกฟรี! เป็นธรรมทาน

ผู้ประสงค์จะรับหนังสือกรุณาติดต่อได้ที่

สวนธรรมะโพธิญาณ

บ้านตาตรินทอง ต.ธาตุทอง อ.ภูเขียว จ.ชัยภูมิ

<http://www.suandharm.com>

คำนำ

หนังสือเล่มนี้ เป็นการถอดเทปบันทึกเสียงจากการแสดงธรรม ที่ท่านอาจารย์หมอดิลก ได้เมตตาให้คำแนะนำแนวทางในการปฏิบัติธรรม แก่กลุ่มผู้สนใจศึกษาปฏิบัติธรรม ณ สวนธรรมะโพธิญาณ ซึ่งเห็นว่ามีประโยชน์อย่างมากในการทำให้เกิดความเห็นที่ถูกต้อง อันเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการฝึกฝน ปฏิบัติ พัฒนาตน ของนักปฏิบัติทั้งหลาย เพื่อให้เกิดปัญญาและความเจริญในธรรมอันยิ่งขึ้นไป

จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านผู้อ่านและผู้สนใจที่กำลังแสวงหาแนวทางในการปฏิบัติทุกท่าน จะได้รับประโยชน์จากสาระแห่งธรรมนี้ และใช้เป็นวิถีทางในการดำเนินชีวิต ด้วยความพากเพียรดำเนินจิตไปสู่ความพ้นจากทุกข์ทั้งปวงในโอกาสต่อไป

ด้วยความปรารถนาดีจากใจจริง

จากคณะผู้จัดทำ

(สวนธรรมะโพธิญาณ)

สารบัญ

อนุสัยอาสวะ	1
การจัดการความโกรธ 1.....	21
การจัดการความโกรธ 2.....	51
เส้นทางการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ 1.....	79
เส้นทางการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ 2.....	117

อนุสัยอาสวะ

สิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การตอบสนองของคนมาก คือ “อนุสัย” ท่านว่าอนุสัยเป็นกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน แต่มันไม่ได้นอนเนื่องแบบเป็นตัวเป็นตนนะ จริงๆมันก็คือ ความเคยชินของเรา ความเคยชินเล็กๆ ที่ฝังอยู่ภายในส่วนลึก หรือนิสัยเล็กๆ ที่เรามักจะเป็นไปอย่างนั้น นิสัยมันก็คือพฤติกรรม พฤติกรรมของจิตเล็กๆที่มันจะมีผลบงการให้เกิดการกระทำใหญ่ๆ ทั้งทางกายวาจาใจ

อนุสัยนั้นแยกละเอียดได้ 7 อย่าง คือ *กามราคะ* ความติดใจยินดีไปในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส *ปฏิฆะ* ความยินร้าย ความขัดเคืองในสิ่งที่ไม่น่าพอใจ *ทิวฐิ* หลงยึดอยู่ในความเห็นของตนเอง *วิจิกิจฉา* ความสงสัย สับสน ไม่รู้สิ่งควรสิ่งไม่ควร *มานะ* ความหลงหมายมั่นในความเป็นตัวตนของปรากฏการณ์ *ภวราคะ* ความหลงติดหลงเกาะอยู่ในความเป็นความเป็นของปรากฏการณ์ แล้วยัง *อวิชชา* ความไม่รู้ตามสภาพความเป็นจริงของปรากฏการณ์ทั้งปวง นี่คือความเคยชินของมนุษย์ปุถุชนทั้งหลาย อันเป็นสิ่งที่จะประกอบกรรวัฏของมนุษย์ปุถุชนอยู่ตลอดเวลา

เมื่อคนเราทำอะไรรอย่างหนึ่ง เราจะทำไปด้วยอำนาจความเคย

ชินเหล่านี้บ่งการอยู่ภายใน และในขณะเดียวกัน เราก็จะตอกย้ำความเคยชินเช่นนี้เพิ่มมากขึ้นไปอีก ดังนั้นถ้าเราทำอะไรแบบเดิมๆ ตามความเคยชินของตัวตนของเรา เราก็ตอกย้ำความเคยชินที่จะเป็นเช่นนั้น มีตัวตนเช่นนั้น ตัวอย่างเช่น เมื่อเรารับรู้อารมณ์ เสียง กลิ่น รส สัมผัสหนึ่ง หากเราชอบ เราก็พุ่งเข้าไปหามัน ซึ่งนี่คือมันถูกผลักดันโดยกามราคะ แล้วยังมีทิฐิ มีมานะ มีภวราคะ ความหลงยึดในความคิดความเห็นความหมายในความเป็นตัวตนของปรากฏการณ์ที่รับรู้ที่เกิดขึ้น ซึ่งแน่นอนมันย่อมประกอบไปด้วยอวิชชา คือความไม่รู้ตามความเป็นจริง

ความหลงในความมีอยู่จริงของปรากฏการณ์นั้น มันสร้าง ความหมาย คุณค่า และ concept ต่างๆ ซึ่งมันเป็นความเคยชินอันละเอียดภายใน เช่น อาหารนั้นมีรสอร่อยจริงๆ มันมีความหมายของอาหาร มีความหมายของรสชาติ มันมีคุณค่าคือความอร่อยปรากฏ นี่เพราะหลงในปรากฏการณ์การรับรู้ นั่นว่าเป็นสิ่งจริง แทนที่จะเห็นแจ้งในความเป็นมายาของปรากฏการณ์นั้น ขณะที่จิตเราพุ่งออกไปตามการรับรู้ด้วยความหมายและคุณค่าต่างๆนั้น ทิฐิ มานะ ภวราคะ อวิชชา มันประกอบอยู่กับจิต มันเลยเชื่อว่ามันเป็นอย่างนั้นจริงๆ มันอร่อยจริงๆ การเห็นของชอบแล้วพยายามไขว่คว้ามาให้ได้ นี่คือนิสัยปกติที่แสดงออกภายนอกของพวกเขา ซึ่งก่อนจะเป็นพฤติกรรมอันใหญ่โตเช่นนั้น มันถูกผลักดันไปจากอนุสัยหรือนิสัยเล็กๆ ภายในที่กล่าวจากหายาบสูดคือกามราคะ เข้าไปจนถึงอวิชชา

คราวนี้เราลองคิดดูสิ แค่เราตามใจตัวเราเองหนึ่งครั้ง เราสร้างนิสัยเล็กๆ ความเคยชินเล็กๆ ภายใน เข้าไปอีกทีตัว และที่รอบ ในขณะนั้นทันทีเลย เราตอกย้ำอนุสัยเข้าไป เพราะความเคยชินในการที่จะเป็นอย่างนั้น เคยชินอีกที่จะตอบสนองต่อปรากฏการณ์นั้นด้วยความเคยชินแบบนั้นๆ มันจึงยากที่จะอดใจได้ เพราะมันทั้งละเอียด มองเห็นได้ยาก และ มันเคยชินจนคล่องตัว เช่นกัน เวลาเราประสบกับสิ่งไม่น่าพอใจ เราย่อมเกิดความขัดเคือง ชุ่นเคือง แล้วก็ตอบสนองออกไปในแบบต่างๆ เพื่อขจัดสิ่งเหล่านั้น ซึ่งมันล้วนเกิดมาจากอนุสัยภายในที่ผลักดัน ที่ปฏิกิริยาทั่วไปยากที่จะมองเห็นคือ ปฏิมะ วิจิกิจฉา ทิสฺสิ มานะ ภวราคะ อวิชชา สิ่งเหล่านี้มันปรุงแต่งจิตอยู่ภายใน ถึงทำให้เราแสดงออกด้วยความชุ่นเคืองภายนอก แล้ววันทั้งวัน เราเกิดสิ่งเหล่านี้เท่าไร ยินดีกับสิ่งที่น่ายินดี ยินร้ายกับสิ่งที่น่ายินร้าย แล้วเราตอบสนองมัน ไหลตามมัน หรือขัดแย้งไปกับมันเท่าไร ทุกๆวันที่เราตอกย้ำนิสัยเหล่านั้นลงไป ที่เราทำอะไรแบบเดิมๆตามความชอบไม่ชอบของเรา ที่ท่านเรียกว่า การกระทำโดยความเป็นตัวตนของเรา มันจึงสร้างเหตุขึ้นมากมาย เหตุแห่งความหลง เหตุที่จะนำไปสู่ความทุกข์ในหลายระดับ ดังนั้นอนุสัยมันจึงคือกิเลสที่นอนเนื่อง กิเลสอันละเอียดภายใน ซึ่งเป็นเหตุที่จะผลักดันคนเราไปสู่ความทุกข์

เราลองคิดพิจารณาดูสิ ยามเราหลงฟุ้งไปกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อยากได้นุ่นได้นี้ นั่นมันย่อมมีอวิชชาความหลงผลักดันอยู่ภายใน

เมื่อเราสนองอย่างนั้น เราย่อมตอกย้ำวิชาเข้าไปอีก ทิฐิมันก็ยอมมีอยู่ด้วย แล้วในขณะนั้นเธอไม่มีมานะเหรอ จะไม่หลงในความเป็นตัวตนเหรอ มันก็ยอมมีแน่นอน แล้วยังมีกามราคะ ภวราคะอีก เห็นมั้ยว่าทุกขณะที่เราตามใจตัวเอง ทุกขณะที่เราเอาแต่ใจตัวเอง หรือแม้อารมณ์ที่ดูเหมือนตรงกันข้ามคือปฏิกะก็ตาม ซึ่งมันก็คือความจะเอาแต่ใจตัวเองให้ได้ เมื่อไม่ได้มันก็ขุ่นเคือง จนโมโหโทโสออกไป นั่นเราเสรีจมันหมดใช้มั้ย เรากลับตอกย้ำนิสัยเล็กๆที่เป็นอันตรายเหล่านี้เข้าไป ในขณะที่เราตอบสนองไปด้วยอำนาจของปฏิกะ มันก็มีทิฐิ มีมานะ มีภวะ แล้วก็มือวิชาแน่นอน แม้วิจิกิจจามันก็มี มันก็ซ่อนอยู่ในนั้น เพราะจิตมันสืบสนไม่รู้ว่าจะไรควรอะไรไม่ควร

จริงๆแล้ว ถ้าเราจะเรียงลำดับจากหยาบไปหาละเอียดก็คือ กามราคะ ปฏิกะ วิจิกิจจา ทิฐิ มานะ ภวะ วิชา ซึ่งพอเห็นมั้ยว่าทั้งหมดนี้มันเป็นตัวแสดงออกโดยความเป็นตัวตนของเราทั้งสิ้น ดังนั้นพวกเขาเห็นมั้ยว่า วันหนึ่งๆ ที่เรากระทำอะไรลงไปด้วยความเคยชิน ซึ่งหมายความว่า เราขาดสติปัญญาที่จะเลือกสิ่งที่ถูกที่ควร เรากลับจะตอกย้ำสิ่งที่ไม่ดีลงไปเท่าไร ตอกย้ำนิสัยที่ไม่ดีพลาดลงไปมากเท่าไร แล้วที่หนักกลัวมากที่สุดคืออะไร ก็คือความหลงยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นกูของกู “ฉันเป็นคนอย่างนี้ ฉันชอบอย่างนี้ ฉันเกลียดอย่างนี้” นี่มันหนักหนาสาหัส มันเป็นการปรุงแต่งอันหยาบ เป็นตัวตนซ้อนตัวตนอันหนาเตอะ มันจึงตอกย้ำอนุสัยลงไปอย่างมากมายหลายชั้น งานที่ต้องรู้หรือถอนก็มากมาย

ตามด้วย หากคนเราหลงคิดเลยไปได้ถึงนั้น มันก็ยากที่คิดจะแก้ไขตัวเอง มันตอกย้ำ และยึดมั่นถือมั่นความเป็นตัวเองอย่างนั้นไปอย่างแน่นหนา มันหลงซ้อนหลงๆ จมไม่รู้จะออกยังไง จนกว่าจะทุกซั่มนั่นละ ถึงจะเริ่มตื่นขึ้นมาได้บ้าง ซึ่งนี่ไม่ใช่ระดับของอนุสัย แต่มันถูกผลักดันโดยอนุสัยให้ปรุงแต่งออกมาจนหนาขนาดนั้น อนุสัยเป็นเหตุอันละเอียดอยู่ภายใน อนุสัยจึงเป็นสิ่งที่ยากมากที่จะรู้ถอนได้ในปุถุชน เพราะปุถุชนคนหนาทั้งหลาย ก็มักจะหลงและยึดมั่นอย่างหนักแน่นว่าตนเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ตนชอบอย่างนั้นเกลียดอย่างนี้ ตนได้ดีมีเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ซึ่งทั้งหมดก็เริ่มมาจากอวิชชาความหลงทั้งสิ้น

คราวนี้เรามามองอีกมุมหนึ่ง หากเราสามารถแยกตัวออกมาอยู่ในที่ที่วิเวก สันโดษ และอยู่อย่างเนกขัมมะ วิเวกสันโดษคือ สงบเรียบง่าย ไม่คลุกคลี ยินดีในสิ่งน้อยนิดที่ตนมี ยิ่งเป็นที่ที่ไม่ใช่ของตัวเอง ไม่กระตุ้นความเป็นตัวตนของตนยิ่งดี เมื่อเธออยู่ในลักษณะเช่นนี้ แล้วมองตนสังเกตเรียนรู้ตนเองอยู่ สิ่งที่จะกระตุ้นกามราคะหรือกามานุสัยของเธอก็ลดลง สิ่งที่จะกระตุ้นให้เธอหมายมั่นโดยความเป็นตัวตนของเธอ หรือมานานุสัยต่างๆก็ลดลงด้วย เวลาเธออยู่ในป่าเขาคนเดียว เธอจะไปหลงมานะอะไรมากมาย มันมีแต่สิ่งจิตๆซัดๆตามธรรมชาติ ปฏิฐะก็จะไม่มีโอกาสเกิดได้ง่ายนัก ยกเว้นแต่ว่า เธอจะเป็นคนติดสุขติดสนุกอย่างมาก พอมาวิเวกสันโดษก็อาจจะหงุดหงิดซุ่นเคืองได้ หนูก็ไม่สะดวก นี่ก็ขัดสนซุ่นเคืองรำคาญไปหมด อย่างนี้ก็ยากหน่อย เพราะกิเลสเธอมันหนามาก

ติดโลกธรรมมาก ขาดเนกขัมมะบารมี อันนั้นคงยากที่จะเข้าไปจัดการกับ
อนุสัยได้ แต่ถ้าหากเธอมีเนกขัมมะบารมี ยินดีในวิเวกสันโดษเป็นทุน เธอ
ไม่ติดในโลกธรรม มีจิตวิเวกที่เรามองโลกก็จะมีอิทธิพลน้อยลงกับเรา ถ้า
เรายอมรับและอยู่กับมันได้เช่นนั้น มันก็เหลืออีกไม่กี่ตัวที่จะรบกวนเรา ก็
แค่ทิฐิ มานะ ภาวะ และอวิชชาระดับละเอียดเท่านั้น

คำว่า “กายวิเวก” มันหมายความว่าอย่างไร เราจะมองแค่ว่าการมา
อยู่ป่าอยู่เขา มันก็ไม่เชิงอย่างนั้น กายเรามีอะไร กายคืออะไร สิ่งสำคัญ
ของกายคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และความคิด วิเวกแปลว่า สงบ ดังนั้น
กายวิเวกก็คือ สงบแล้วจากสิ่งกระตุ้นทางกาย สิ่งกระตุ้นทางกายมัน
ลดลง รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มันน้อยลง ความคิดปรุงแต่งไปในเรื่อง
โลกๆ มันน้อยลง ถ้าเธอทำงานอยู่ในบริษัท อยู่ในที่ทำงาน เธอไปเดิน
เซ็นทรัล ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันถูกกระตุ้นอยู่ตลอด อันนี้กายไม่วิเวก
แล้ว ใจเธอก็คิดอยากนู่นอยากนี่ ชอบนู่นไม่ชอบนี่ จิตไม่สงบ ความคิดก็
วุ่นวายสับสนไปตามตัวตนเดิมๆของเธอ จิตเธอก็ซัดส่ายไปตาม มันจึง
ยากที่จะสงบ เมื่อไม่สงบก็ยากจะตื่นรู้ตัวตน หากไม่ตื่นรู้ตัวตน ก็ไม่มีทางจะ
จัดการกับอนุสัยเดิมๆที่บงการเธอได้

แค่เพียงปลีกวิเวกออกมา อยู่ในที่ที่ไม่มีอะไรกระตุ้นตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ ความคิดอันสับสนก็จะไม่ค่อยมี โอกาสที่เธอจะหัดรู้ตัวจน
สามารถตื่นรู้ตัวตนได้มันก็มาก เมื่อไม่มีสิ่งกระตุ้น ใจก็สงบ เมื่อใจสงบก็ไม่
กระตุ้นไม่ตอกย้ำปฏิฆานุสัย ราคานุสัย กามานุสัย โอกาสที่มันจะเกิดขึ้น

ก็น้อยลง เมื่ออนุสัยเหล่านี้ไม่ถูกปรุงขึ้น อวิชชาตัวหยาบในเรื่องเหล่านี้ที่จะถูกตอกย้ำให้มันเกิดขึ้นก็มีโอกาสน้อยลง นิสัยที่จะพุ่งไปหากามหาโลกธรรมทั้งหลายก็ลดลง นิสัยที่จะต้องสนองความอยากของตัวเองให้ได้ก็ลดลง ลดลงโดยเขายังไม่ต้องทำอะไรมาก โดยเขายังไม่รู้ยังไม่ต้องเกิดปัญญาด้วยซ้ำ เพราะมันไม่มีเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น

ปกติเวลาอยู่ในโลก เธอรับรู้ทุกมคุณทั้งหลาย รับรู้โลกธรรมทั้งหลาย มันเคยชินที่จะพุ่งออกไปหรือหวนไหวไปกับมัน ขณะที่มันออกไป มันหวนไหวไปกับอารมณ์เหล่านั้น เธอก็ตอกย้ำความเคยชินที่จะตอบสนองเช่นนั้นเข้าไปอีก ซึ่งแต่ละครั้งๆ มันก็มีตั้งหลายตัว ตอกย้ำที่หนึ่งก็แน่นอนหาเข้าไปมากมาย ขึ้นอยู่กับช่วงเวลาและความรุนแรงในการสนองตอบของเธอ แต่ถ้าเธออยู่วิเวกสันโดษ มันไม่มีอะไรกระตุ้น การเกิดความหวนไหวแบบอยู่ในโลกก็ลดลง มันจึงไม่ตอกย้ำอนุสัย ความเคยชินของเธอที่จะตอบสนองมันเช่นนั้นจึงไม่เกิดขึ้น ไม่ถูกเพิ่มขึ้น ยิ่งถ้าเธอสงบปฏิบัติอยู่ในที่วิเวกสันโดษแล้วเฝ้าดูตัวเธอเอง มีสติปัญญาตื่นรู้ดูตน มันก็จะเห็นอาการปรุงแต่งต่างๆ นานาของจิตไปตามลำดับ เข้าใจมันรู้เท่าทันมัน จนสามารถไม่ไหลตามมัน คราวนี้นอกจากเธอจะไม่ตอกย้ำ เธอยังสามารถมีโอกาสหรือถอนอนุสัยอาสวะได้อีกด้วย

สิ่งสำคัญอันหนึ่งคือ ทิฐิ ทิฐิที่ผิดหรือมิจฉาทิฐิของเรามันเป็นตัวบงการการคิด การกระทำ ความเป็นอยู่ของเรา ไม่ใช่แค่ทิฐิเรื่องกามหรือทิฐิเรื่องปฏิมะ แต่เป็นทิฐิผิดๆที่เรามีอยู่ภายใน อันเป็นพื้นฐานในการให้

ความหมายดีค่าสิ่งต่างๆ ซึ่งตรงนี้เป็นสิ่งสำคัญมาก การปฏิบัติที่ละเอียดต่อไป มันจึงต้องตรงเข้าไปสู่ที่การเปลี่ยนทิวทัศน์ที่ผิดเหล่านั้นด้วย มรรคเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฐิ การจะปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์จึงต้องเริ่มที่การสร้างทิวทัศน์ที่ถูกหรือสัมมาทิฐิให้เกิดขึ้น เพื่อขจัดทิวทัศน์ที่ผิดหรือมิจฉาทิวทัศน์ที่เธอมีเสียก่อน ทิวทัศน์ที่ทำให้เธอยึดติดยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ นั้นแหละมันเป็นตัวร้าย ตัวพื้นฐานที่นำเราไปสู่ความทุกข์

ในการทำงานเดียวกัน แค่เพียงเธอสงบ ยังไม่ต้องเอาอะไรมาก ไม่ต้องคิดจะทำอะไร แค่ทำใจให้สงบอย่างเดียว ไม่ต้องวุ่นวายกับอะไร อยู่กับลมหายใจตลอดเวลาให้นานที่สุด ทิวทัศน์ก็ไม่มีโอกาสที่จะแสดงตัวออกมา โดยเฉพาะทิวทัศน์หายๆ พระพุทธองค์ท่านจึงให้ปลีกวิเวกออกมา อยู่ตามป่าเขา ตามถ้ำ เงื้อมผา มีสติอยู่กับลมหายใจ มันจะช่วยลดการตอกย้ำอันล้นๆ ที่เรียกว่าทิวทัศน์ได้หลายส่วน สงบอันนี้คือ “จิตวิเวก” คือไม่ให้เกิดจิตที่ปรุงแต่งมากเรื่องมามีอิทธิพลกับเธอ จิตสงบเฉยๆ ไม่ต้องคิดอะไรมาก ไม่มีความคิดปรุงแต่งมารบกวน ทิวทัศน์ต่างๆ ที่ฝังอยู่ของเธอก็จะลดบทบาทลงๆ การแสดงออกตามความเคยชินของทิวทัศน์ของเธอก็จะมีโอกาสน้อยลงๆ จะเห็นว่า แค่อุญวิเวกสันโดษแล้วก็ฝึกจิตให้สงบ มันก็ได้ประโยชน์มหาศาลแล้ว แต่คนเราจะมีโอกาสอย่างนี้สักแค่ไหนล่ะ หากยังลุ่มหลงมัวเมา หมกมุ่นอยู่กับโลก

หลังจากนั้น เธอก็ต้องใช้โอกาสในวิเวกนั้นพัฒนาตนต่อไป โดยการพัฒนานิพพานสร้างสัมมาทิฐิที่ถูกต้องไปตามขั้นตอน ซึ่งโดยนัยยะ

แห่งกำลังและความหนักแน่นของปัญญา เราต้องพัฒนาจากสุดตตะฯ ไป จินตยา แล้วก็ภาวนาฯ จนกระทั่งเกิดภาวนามยปัญญา ซึ่งเป็นสัมมาทิฐิ ที่มีมั่นคงแนบแน่นและมีพลังที่สุด ส่วนโดยนัยยะแห่งเนื้อหาแล้ว เราก็ต้อง พัฒนาไปถึงระดับที่ว่า “ไม่มีอะไรเป็นของตนได้อย่างแท้จริง” เป็นอย่างน้อย ซึ่งมันจะช่วยลดมานะ ทิฐิ อวิชชา ลงไปได้หลายส่วน ตรงนี้จะเห็นว่า การจะรื้อถอนอนุสัยความเคยชินให้ได้หมดนั้น เราต้องพัฒนาตนไป จนถึงปัญญา จะเอาแค่กายวิเวกจิตวิเวกมันไม่พอ แม้มันจะช่วยได้แต่มันไม่พอ มันไม่สามารถรื้อถอนได้ มันจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาสติ สมาธิ ปัญญา ด้วยสมถวิปัสสนา จนมีกำลังที่ละเอียดแยกกายพอ เท่านั้น ถึงจะรื้อถอนรากเหง้าได้สำเร็จ และมรรคที่จะเป็นเกมบุกลึกเข้าไปข้างในอีก มันก็ต้องใช้สัมมาทิฐิในระดับ “เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ของขันธทั้งห้า”

ในเมื่อมรรคเริ่มต้นที่สัมมาทิฐิ เธอจึงต้องสร้างสัมมาทิฐิให้ถูก และหนักแน่น รู้จักความจริงของรูปนามขันธห้าตามเป็นจริงให้ละเอียด ลงไปเรื่อยๆ อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์ อะไรเป็นตัวทำให้เกิดทุกข์ ความหลง หมายถึงมันขันธโดยความเป็นตนของตน หรือที่ท่านเรียกว่า สักกายทิฐิ ความหลงหมายถึงมันโดยความเป็นตัวกูของกู นั่นละเป็นเหตุสำคัญของ ทุกข์ในเรา ที่หลงเพราะไม่รู้ว่าเป็นอนิจจังทุกขังอนัตตา เมื่อหลงเช่นนี้ จึงเรียกว่าจิตมีอวิชชาประกอบอยู่ เมื่อมีอวิชชาก็ปรุงแต่ง ภาวะ มานะ และทิฐิ ออกไป เมื่อปรุงอนุสัยเช่นนี้ออกไปมันก็บังการให้เกิด

การกระทำทางกาย วาจา ใจ ไปตามอำนาจตัวตนนั้น มันจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องพิจารณาให้เห็นความจริงของสิ่งพวกนี้ตามเป็นจริงที่มันเป็น ไปตามลำดับขั้น

พวกเธอมาอยู่อย่างนี้มันจึงเป็นโอกาสดีแล้ว คนที่เขาต้องอยู่ในที่ที่ต้องรับผิดชอบหน้าที่การงาน บ้านช่อง ครอบครัว เขาต้องถูกอนุสัยบงการทุกวัน เพราะเขาต้องทำอะไรไปตามความเคยชินของตัวตนตรงนั้นของเขา เหมือนที่เคยเปรียบให้ฟังว่า เวลาเธอนอนอยู่ที่บ้านของเธอ พอตื่นขึ้นมาแม้ไฟมီးดือ เธอก็ยังเดินไปเปิดสวิตซ์ไฟได้ถูก เพราะมันเคยชิน แล้วเรื่องให้เห็นอะไร่อยแล้วจิตมันวิ่งเข้าไปใ้ เห็นสิ่งไม่ชอบจิตมันก็ขุ่นเคือง นั่นมันยิ่งง่ายตาย มันนิดเดียวก็ไปแล้ว อยู่ในโลกเวลาเธอซื้อของเธอก็ต้องซื้อของที่ตัวเองชอบ เวลาเธอกินเธอก็กินอย่างเอร็ดอร่อยเอามา มันก็เป็นการตอกย้ำความเคยชินต่างๆเหล่านั้นเข้าไปอย่างอัตโนมัติ แต่ถ้าเรามาอยู่ในที่วิเวกสันโดษ เปลี่ยนตัวเองเป็นคนมักน้อยสันโดษ หัดเจริญเนกขัมมะบารมี อยู่ง่ายกินง่าย อะไรก็ได้ ไม่ต้องอะไรมาก เธอก็จะลดตัวตนเหล่านี้ลงไปได้เยอะ แล้วเธอก็หัดทำให้สงบ ไม่ต้องคิดอะไรมาก อยาปล่องยให้จิตพุ่งไปแบบเดิมๆ เมื่อกายวิเวกจิตวิเวกเกิดขึ้น เธอก็สงบอยู่ตรงนั้น ทิฐิเดิมๆก็ไม่มีอิทธิพลต่อเธอ ต่อไปเธอก็พิจารณาเพื่อให้เกิดสัมมาทิฐิ เพื่อตัดความยึดติดความหลงในอารมณ์นั้น พิจารณามากๆ หัดเวียนรู้สังเกตนเกิดสัมมาทิฐิที่มันคงหนักแน่นเพื่อรื้อถอนความเคยชินอันละเอียดที่มีอยู่ภายใน ซึ่งเป็นตัวบงการ

สำคัญ คือ อวิชชา ภาวะ มานะ ซึ่งมันเป็นรากเหง้าของสิ่งต่างๆ เหล่านี้ เพราะมีความหลงในความมีเป็นของอารมณ์นั้น จิตจึงจมแช่อยู่ในความมีเป็นนั้น แล้วก็สร้างความเป็นตัวตนของตนขึ้น สิ่งพวกนี้เราจึงต้องใช้สติปัญญา มีสัมมาทิฐิเป็นเบื้องต้น และมีสัมมาสมาธิเป็นเบื้องปลาย สติปัญญามันถึงจะสามารถเข้าไปจัดการกับสิ่งละเอียดพวกนี้ได้ กาย วิเวก จิตวิเวก มันหรือถอนสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ มันจัดการได้แค่เข้าไป block ไม่ให้ตอกย้ำอนุสัยเพิ่ม และส่งเสริมเกื้อกูลต่อการพัฒนาสติปัญญา จะหรือถอนได้หมดมันก็ต้องใช้องค์ประกอบทั้งหมด คือ วิเวก สันโดษ มกัณเอย คีล สติ สมาธิ ปัญญา

อีกสิ่งที่เรามักจะได้ยินอยู่เสมออีกคือ อาสวะ อาสวะมันก็คล้ายๆ กับอนุสัย แต่มันหมายถึงเฉพาะสิ่งที่ละเอียด อาสวะได้แก่ อวิชชาสวะ ภवासวะ ทิฏฐาสวะ และกามาสวะ มันเป็นกิเลสละเอียดที่ปรุงแต่งอยู่ภายในสุด ซึ่งมันแตกต่างกันนิดเดียว อนุสัยมันเป็นเหมือนการกระทำที่จะออกไป มันเหมือนพฤติกรรมที่จิตเคยชินที่จะแสดงออกไป มันเป็นตัวความเคยชินของจิตที่จะมีพฤติกรรมหรือสนองตอบเช่นนั้น ซึ่งมีตั้งแต่หายาบไป หละเอียด แต่อาสวะมันควบคุม มันปรุงแต่งก่อนหน้านั้นอีกทีหนึ่ง เพราะจิตมันมีสิ่งนี้เป็นสิ่งมัวหมองประกอบอยู่ มันเลยผลักดันพฤติกรรมทางจิตออกไปเช่นนั้น เพราะเธอยังมีสิ่งนี้ ประกอบอยู่ในจิตของเธอ จึงบังการทำให้เธอทำอะไรอย่างนั้นออกไป ทุกอย่างมันเกิดมาจากจิต ถ้าจิตยังมีองค์ประกอบหรือเหตุปัจจัยที่มัวหมองปรุงแต่งอยู่ มันก็จะแสดง

ออกไปตามความมัวหมองนั้น มันจึงมี action อย่างนั้น เปรียบง่าย ๆ อนุสัยเหมือน action แต่เป็น mini action มันไม่ใช่ action หยาบๆ แบบ เธอพุ่งเข้าไปไขว่คว้ามาไว้เป็นของเธอนะ นั่นมันเป็นต้นเหตุอุปาทานซึ่ง หยาบแล้ว แต่นี่จิตมันมีนิสัยแบบนี้ มีความเคยชินที่จะแสดงพฤติกรรมนี้ ที่จะแสดง action อย่างนี้ ซึ่งมันเกิดมาจากตัว sediment หรือตัว impurity ที่ประกอบจิต หรือเหตุปัจจัยมัวหมองที่ประกอบจิต ที่ทำให้มันเป็นอย่างนั้นที่เรียกว่า อาสวะ มันจึงแสดงออกไปเป็นอย่างนั้น รู้สึกอย่างนั้น แล้วก็พุ่งออกไปอย่างนั้น แล้วเธอก็ไปจับฉวยมันมาเป็นตัวตนของเธอ แล้วกระทำหรือสนองตอบไปตามมันเช่นนั้น

จะเห็นว่า ทั้งสองสิ่งนี้มันเป็นสิ่งละเอียดมาก สิ่งละเอียดที่ปรุงแต่งจิตอยู่ภายใน ไม่ใช่อยู่ในสมองหรือในความคิด แต่มันบงการให้เกิดความคิดต่างๆ อันเป็นไปเพื่อทุกข์ ดังนั้น การได้เข้ามาอยู่ในสถานที่ปฏิบัติที่วิเวกสันโดษ มันจึงเป็นโอกาสทองที่เราจะพัฒนาได้อย่างรวดเร็วขึ้น คนที่เขายู่กับธรรมชาติ ผู้ที่อยู่กับความเรียบง่าย ผู้ที่มีชีวิตเรียบง่าย มีสิ่งกระตุ้นน้อย มันก็สงบได้ง่าย คนพวกนี้มักจะมึนสัยที่ติงาม เห็นแก่ตัวน้อย นึกถึงผู้อื่นมากเป็นพื้นฐาน เพราะว่าอนุสัยหยาบๆ มันจะไม่ถูกต้องยก้ามากนัก การอยู่กับธรรมชาติมันไม่ทำให้เราต้องคิดอะไรมาก เหมือนกับอยู่ทางโลก อยู่กับการได้การเสีย อยู่กับผลประโยชน์ อยู่กับสิ่งของของตนมากมาย โอกาสมันจึงแตกต่างกัน เมื่อมีเหตุปัจจัยให้เกิดกายวิเวก ต่อไปถ้ารู้จักการปฏิบัติก็พัฒนาไปจนเกิดจิตวิเวกได้ง่าย การ

ปฏิบัติลงไป ในจิตหรือการฝึกจิต มันต้องเริ่มที่จิตวิเวก ถ้าเธอมีนิสัยที่จะ
เฝ้าดูตน นิสัยที่จะทำให้ใจให้สงบแล้วเฝ้าดูตน เธอก็จะค่อยๆเกิดปัญญาขึ้น
เรื่อยๆ

เพราะฉะนั้น เมื่อเรามีโอกาสที่ดีที่จะไม่ตอกย้ำอนุสัยอาสวะลง
ไปในจิตของเรา เพราะมีโอกาสได้มาปฏิบัติในสถานที่ๆเกื้อหนุน เราก็
ต้องตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งเหล่านี้ให้ดี และใช้มันให้เกิดประโยชน์ให้
มากที่สุด แต่การอยู่อย่างนี้มันก็ไม่ใช่ว่าไม่มีอนุสัยแสดงออก มันยังคง
แสดงออกแต่เราไม่เห็น เราไม่รู้จัก อนุสัยมันเป็นสิ่งละเอียด เราจึงต้องฝึก
สติปัญญาให้แยบคาย เราถึงจะรู้จักเท่าทันมันได้ เราจะรู้เท่าทันมันได้เรา
ก็ต้องฝึกฝนตนอย่างหนัก โดยเริ่มที่หัดสังเกตเรียนรู้ดูตน ซึ่งเราจะสังเกต
เรียนรู้ดูตนได้ เราก็ต้องอาศัยวิเวกสันโดษ อาศัยความสงบ เมื่ออยู่ในที่ที่
เกื้อกูลถ้าเธอรูจักที่จะดูตัวเอง เธอก็จะมีโอกาสที่จะเห็นและเข้าใจอนุสัย
ต่างๆที่มันแสดงตัวได้ง่าย ตั้งแต่มันยังไม่ทันออกไปปรุงแต่งอะไรใหญ่โต
เวลาเธออยู่ในเมืองเธอไปห้างเซ็นทรัลเห็นของอร่อย เธอเกิดความอยาก
เธอก็ซื้อเลย เธอมองไม่เห็นอะไรทั้งนั้นภายใน มันจริงไปหมด เธอรู้อแต่ว่า
เธออยากกินแล้วเธอก็ซื้อ ตัวอนุสัยที่บงการอยู่ภายในไม่ต้องไปพูดถึง
เธอมองไม่เห็น นั่นเธอไหลตามอะไรไปบ้าง ไหลตามความพอใจ
กามตัณหา อูบาทาน ภพชาติ อัตตา ตัวกู ของกู มีครบไปหมดโดยเธอไม่
เห็นเลย แต่เธอมาอยู่อย่างนี้มันขาดมันขาดสนอะไรหลายอย่าง ไม่มีสิ่ง
กระตุ้นที่รุนแรง แถมยังวิเวกพอที่เธอจะคอยมาดูตัวเองได้ ถ้าเธอปฏิบัติ

จนคล่อง เธอก็มีกำลังที่จะตั้งมั่นอยู่บนความสงบและตื่นรู้ดูตน แต่มันก็ไม่ได้หมายความว่า นิสัยหรืออารมณ์เดิมๆของเธอมันจะหมดไป มันอาจมีความอยากภายในที่ทำให้เธอโหยหาคิดถึงอาหารอร่อยๆผุดขึ้นเป็นครั้งคราว หรือ อาจมีความไม่พอใจในอาหารที่มันอึดคัดขัดสน ความไม่สะดวกสบายทั้งหลายในการอยู่ป่าอยู่เขา แต่แม้มันออกมา เธอก็มีโอกาสเห็นเท่าทันและเรียนรู้มันได้ ถ้าเธอตั้งมั่นอยู่บนความตื่นรู้ดูตน และเมื่อเธอเรียนรู้ไปจนเกิดปัญญาที่จะจัดการกับอารมณ์หยาบๆเหล่านี้ได้ เธอก็จะสงบมากขึ้นและมีโอกาสเรียนรู้เพื่อเห็นเท่าทันอนุสัยอาสวะต่อไป เพราะอนุสัยมันเริ่มมาจากละเอียดก่อน ถ้าเธอไม่สงบพอ มีการกระตุ้นที่รุนแรง พอถูกกระทบบีบบังคับมันก็ออกไปกามตัณหาอุปาทานนุ่นเลย แต่ถ้าเธอสงบพอ สิ่งกระตุ้นก็ไม่รุนแรง และเธอมีความแยกคายมากพอ เธอก็มีโอกาสที่จะเห็นกามานุสัยยามเมื่อมันปรากฏก่อนที่จะเจริญไปกามตัณหา แล้วยิ่งหากเธอสามารถเกิดอุปริวิเวก สงบอยู่ได้โดยไม่ไหลตามอำนาจกามานุสัยนั้น มันก็เป็นโอกาสที่เธอจะเรียนรู้พัฒนาสติปัญญาให้ละเอียดอ่อนลุ่มลึกลงไป สิ่งละเอียดตัวร้ายภายใน คือ อวิชชา ภาวะ และมานะ ก็จะปรากฏแจ้งต่อสติปัญญาของเธอ วันหนึ่งเธอก็จะเห็นแจ้งเข้าใจ และสามารถอิสระจากมันได้ในที่สุด

การที่เธอจะอิสระจากมันได้ มันก็ต้องอาศัยการพัฒนาปัญญาไปที่ละขั้น ตั้งแต่สุดตะ จินตา จนถึงภาวนามยปัญญา ซึ่งจะทำให้ต้องอาศัยความสงบของจิต และสติปัญญาอันละเอียดอ่อนแยกคายเป็น

สำคัญ เห็นมั้ยว่าโอกาสแห่งความวิเวกสันโดษเช่นนี้ มันจึงมีความ
 จำเป็นอย่างยิ่งในการรื้อถอนอนุสัยอาสวะทั้งหลาย เมื่อเธอถูก
 สิ่งแวดล้อม บังคับให้ต้องอยู่ง่ายกินง่าย ถ้าเธอไม่ไหลตามการปรุงแต่งที่
 กิเลสมันคอยยั่วยวนภายใน แล้วเฝ้าสังเกตเรียนรู้ความเป็นจริงของมัน
 เธอก็จะมีโอกาสรื้อถอนอนุสัยออก ยิ่งถ้าเธอสามารถพิจารณาลงไปเห็น
 ถึงความมัวหมองที่เป็นเหตุละเอียดภายใน ที่อยู่ร่วมกับอนุสัยนั้น ไม่ว่าจะ
 จะเป็น กามาสวะ ภวาสวะ หรืออวิชชาสวะก็ตาม เมื่อเธอเห็นและแจ้งใน
 ความจริงแท้ของขันธอันละเอียดสุด เธอก็จะสามารถรื้อถอนได้หมด
 จนถึงโคนเลยที่เดียว

อวิชชาสวะคืออะไร มันก็คือความหลงที่เป็นตัวเริ่มพาจิตปรุง
 แต่งไปจนใหญ่โต เริ่มแรกก็หลงในความเป็นอย่างนั้นจริงๆ ในสิ่งที่รับรู้
 แทนที่จะเห็นว่ามันว่างเปล่าจากความเป็นอย่างนั้น ว่างเปล่าจากความ
 เป็นสิ่งที่เราให้ความหมายว่ามันอย่างนั้นอย่างนี้ ภวาสวะ คือความ
 หมายถึงมันในสภาวะนั้นๆว่ามีเป็นเช่นนั้นจริงๆ เมื่อสองสิ่งนี้เกิดขึ้น ต่อไป
 ความหลงก็ถูกปรุงแต่งต่อไปสร้างทิฐิว่า มันมีความหมายเช่นนั้นจริงๆ
 แล้วก็ขยายออกไปสู่การรับรู้รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส การรับรู้เหล่านั้นเลย
 กลายเป็นจริงเป็นจังอย่างที่มีนัยหมายมัน การที่จิตหลงว่าสิ่งที่มันรับรู้
 นั้นมีอยู่จริง ทั้งๆที่โดยความจริงแท้แล้ว มันว่างเปล่าจากความเป็นตัวตน
 เช่นนั้น นี่มันเริ่มปรุงมาจากอวิชชาสวะ มาเป็นภวาสวะ แล้วก็ขยายต่อไป
 เป็นทิฏฐาสวะ เป็นกามาสวะ คราวนี้อะไรๆที่ปรากฏไม่ว่าจะจากการรับรู้

โต มันก็เลยกลายเป็นจริงเช่นนั้น เมื่อมันเป็นเช่นนั้น มันก็นำไปสู่ความเคยชินที่จะรับรู้เช่นนั้น ความเคยชินที่จะรับรู้ด้วยความหลงเช่นนั้นนั้นเรียกว่า อวิชชาanusāy ความเคยชินที่จะหมายมั่นสิ่งที่รับรู้เช่นนั้นว่าเป็นจริงเช่นนั้น เรียกว่า ภวะ ความเคยชินที่จะหมายมั่นว่ามันเป็นตัวตนเช่นนั้นจริงๆ เรียกว่า มานะ แล้วเมื่อจิตหลงหมายมั่นจิตก็เข้าไปเกาะ การเข้าไปเกาะเป็นการหวั่นไหว เป็นการไปการมา หวั่นไหวเพราะมันไม่รู้อะไรอย่างนั้น เรียกว่าวิจิกิจฉา การเกาะในความหมายก็เป็นทิสฺฐิ เกาะในรูปลักษณะก็เป็นกามาณุสสัย เมื่อการเกาะของจิตนั้นถูกพราก จิตก็หวั่นไหวซุ่นเคื่อง เป็นปฏิฆาณุสสัย นี่คือเหตุหลักของการเกิดขึ้นของความเคยชิน คือนิสัยเล็กๆที่ละเอียดที่เกิดขึ้นภายในอยู่ตลอดเวลา

มันจึงสำคัญมากที่เราจะต้องพิจารณาให้เห็น ให้เข้าใจ และรู้เท่าทันมัน ถึงจะถอดถอนมันได้หมด ซึ่งการรับรู้แยกแยะเข้าใจมันได้เช่นนั้น เรียกว่าการรับรู้ด้วยโยนิโสมนสิการ ซึ่งมันต้องอาศัยกุศลเหตุปัจจัยต่างๆ เพื่อเกื้อหนุนมากมาย เริ่มตั้งแต่สภาพแวดล้อมที่จะเกื้อกูลให้เป็นเช่นนั้น ซึ่งก็คือวิเวกสันโดษ แล้วก็พัฒนาศีล สติ สมาธิ ปัญญา ศรัทธา ความเพียร เมื่อเธอมีสิ่งเหล่านี้ เธอก็ใช้โอกาสนี้พากเพียรสร้างสิ่งที่ดีที่เป็นประโยชน์ เป็นกุศลให้มากขึ้น แล้วก็ละสิ่งที่เป็นอุปสรรค สิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่เป็นอกุศลให้ลดน้อยลง การนั่งสมาธิภาวนา เจริญสติ พัฒนาปัญญา สวดมนต์ ไหว้พระ เสียสละแรงกายแรงใจเพื่อส่วนรวม มันจะเป็นการรับสิ่งที่ดีเข้าไปเปลี่ยนทิสฺฐิเดิมๆ ของเธอ ให้กลายเป็นความเห็นที่ถูกต้อง การ

ทำงานโหด การกราบอัฐญาติ ความรักความปรารถนาดีต่อผู้อื่น การช่วยเหลือผู้อื่น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นกุศล สิ่งที่เป็นกุศล จะเป็นพลังเพื่อเข้าไปรื้อถอนความเคยชิน จากความหลงเดิมๆ ซึ่งเป็นอกุศล จากที่เคยกินสามมื้อสี่มื้อก็กลายเป็นกินหนึ่งมื้อสองมื้อ จากกินยากอยู่ยากก็มากินง่ายๆ ไม่ต้องไปดิ้นรนแสวงหามาก เอาเท่าที่เขามิให้ นั่นมันช่วยรื้อถอนทั้งนั้น หัดละสิ่งกระตุ้นจิต เช่น การดูหนังฟังเพลง การเที่ยวตามห้าง มา นั่งสมาธิสวดมนต์ภาวนา มันล้วนเป็นกุศล เป็นสิ่งที่จะเพิ่มพลังของเธอเพิ่มสติ สมาธิ ปัญญา ศรัทธา ความเพียร ซึ่งจะเป็นพลังที่จำเป็นอย่างมากในการรื้อถอนอนุสัยอาสวะ ทำไปเรื่อยๆ ทำให้มาก เจริญให้มาก แล้วบารมีเครื่องพาส้มก็เพิ่มขึ้น พลังเพิ่มขึ้น อินทรีย์แข็งแกร่งขึ้น ในที่สุดวันหนึ่งเธอก็พร้อมที่จะรื้อถอนอาสวะได้เป็นลำดับขั้นไปเรื่อยๆ

มันจึงขึ้นอยู่กับเรา อยู่กับความจริงจังทุ่มเทในการปฏิบัติของเรา แต่ถ้าเราไปตอกย้ำสิ่งเดิมๆไม่ยอมแก้ไข ทำตัวแบบเดิมๆ แบบอยู่ทางโลก ดิ้นรนแสวงหาเพื่อความได้ดีมีเป็น เราไม่แก้ไขข้อบกพร่องทั้งหลายที่เรา มี ทำอะไรก็เอาแต่ตัวเอง ทำอะไรตามความคิดเดิมๆ ทำอะไรก็เอาแต่ความคิดเห็นเดิมๆของตัวเอง มันก็ถอนอาสวะอนุสัยอะไรไม่ได้สักที แต่ถ้าวเธอตั้งหลักถูก เธอมีเมตตา เสียสละ มั่นนอย สันโดษ เรียบง่าย ไม่ถือทิฐิตนเองเป็นใหญ่ ไม่ทำอะไรตามความคิดของกูข้างเดียว เธอหัดที่จะไม่เอาอะไร ไม่ทำอะไรไปตามความเคยชินเดิมๆ ผลมันก็จะตรงกันข้าม แล้วก็พัฒนาปัญญาพิจารณาเสริมสร้างสัมมาทิฐิ แล้วนำสัมมาทิฐินี้มา

ภาวนา เพื่อรื้อถอนกิเลสตัณหาภายในไล่ไปเป็นลำดับขั้นเรื่อยๆ เธอก็จะรื้อถอนสิ่งมัวหมองทั้งหลายได้หมด ถ้าเป็นสิ่งละเอียดภายใน เธอต้องใช้สติปัญญาที่แยบคาย แต่หากสิ่งหยาบๆภายนอกเธออาจจะไม่ต้องใช้สติปัญญาที่แยบคายมากมายนัก แต่ถ้าเป็นภายในระดับที่ลึกลงไป เธอจะรื้อถอนได้ เธอต้องมีสติปัญญาที่แยบคายและลุ่มลึกอย่างยิ่ง

เพราะฉะนั้น เธอต้องขยันหมั่นเพียรฝึกตนอย่างยิ่ง อย่าไปประมาท อย่าปฏิบัติแบบมั่งง่าย สุกเอาเผากิน แบบที่นักปฏิบัติทั่วไปเขาหลงทำกัน อนุสัยอาสวะไม่อาจถูกรื้อถอนได้หากขาดสติปัญญาที่แยบคายละเอียดอ่อนลุ่มลึก จดจำไว้ว่า เบื้องต้นอย่าไปทำอะไรตามความเคยชินเดิมๆ ยิ่งถ้าเรารู้ว่าความเคยชินนี้มันเป็นทางอกุศล เธอก็ยังต้องเปลี่ยนต้องแก้ไข ถ้าเธอไม่เปลี่ยนไม่แก้ไขเธอก็จะพลาดตกย้ำมันเข้าไปอีกเหมือนเดิม ซึ่งนั่นล่ะที่เรียกว่า การพากเพียรเพื่อแก้ไขข้อผิดพลาดของตนเอง รากฐานของการปฏิบัติคือ การมองตน และการแก้ไขข้อผิดพลาดของตนเอง จงสังเกตตนเอง เรียนรู้ตนเอง เตือนตนเอง แก้ไขตนเอง ด้วยตนเอง การแก้ไขข้อผิดพลาดของตัวเองเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ถ้าเธอขยันหมั่นเพียรตั้งใจที่จะแก้ไขข้อผิดพลาด มีสติปัญญาเฝ้าดูตนเอง เรียนรู้ตัวเธอเอง ใช้ปัญญาพิจารณาแก้ไข ใช้ปัญญาสอนตัวเอง เตือนตัวเอง เพื่อรื้อถอนนิสัยที่ไม่ดีต่างๆเหล่านั้น วันหนึ่งข้างหน้าความผิดพลาดทั้งหลายก็มีโอกาสหมดสิ้นได้ แต่ถ้าเธอไม่ทำไม่แก้ไข มันก็จะผิดซ้ำซากอยู่อย่างนั้น สังสารวัฏ สังสารวน ผิดอยู่อย่างนั้นเหมือนเดิม

เมื่อมันไม่มีพลัง ไม่มีศรัทธา ไม่มีความรัก ไม่มีสติสมาธิปัญญา แล้ว
เธอจะพ้นทุกข์ไปได้อย่างไร



การทะเลาะเบาะแว้งกันนั้น มันมุ่งแต่จะเอาชนะ

เอาความเห็นตนเป็นใหญ่ มันมีแต่สร้างมานะและความทะนงตน

มันมีแต่ขาดทุน และขาดทุน

จำไว้ว่า เราเปลี่ยนใครไม่ได้หรอก ถ้าเขาไม่เปลี่ยนตัวเขาเอง

การจัดการความโกรธ 1

เมื่อเราเกิดความโกรธความไม่พอใจขึ้น เบื้องต้นนี้ต้องจำไว้ว่า การจัดการกับมันไม่ใช่แค่การดูจิตโทสะอย่างเดียว ถ้าเข้าใจว่าเป็นเพียง การดูจิต เราจะสับสน และเมื่อปฏิบัติเราก็จะได้แค่เพียงจำสภาวะได้ว่า “อ้อ! นี่ไงโกรธ” พอโกรธ เราก็อธิว่าโกรธ เมื่อรู้แล้วเราทำอะไรต่ออะไรเปล่า หรือว่าแค่รู้เท่านั้น เพราะถ้าแค่รู้ ก็คือแค่สติจำสภาวะที่ปรากฏได้ มันก็แค่นั้น มันไม่ได้ทำให้อะไรเกิดขึ้น เข้าใจมั๊ย มันไม่ทำให้หลุดพ้นไปได้หรอก เพราะมันขาดปัญญา ปัญญาเป็นสิ่งสำคัญในการร้อยถอนสมุทัยซึ่ง ในที่นี้คือ เหตุแห่งความโกรธ หรือว่า เหตุแห่งอารมณ์อันก่อทุกข์นั้น เมื่อเรามีสติรู้เท่าทันแล้วในเบื้องต้น มันต้องหมายครอบคลุมไปถึงการจัดการ การจัดการ หมายถึงว่าการ deal กับมันให้ถูกต้อง การจัดการ ไม่ใช่ว่าจะต้องไปทำลายมันนะ แต่มันหมายถึงเราจะทำอะไรต่อไปเมื่อเรารู้เท่าทันความโกรธที่ปรากฏ เราจะเผชิญกับมันอย่างไร เราจะใช้ประโยชน์ในการพัฒนาตนต่อไปอย่างไร เมื่อความโกรธหรืออารมณ์นั้น ปรากฏ หรือว่าจะแค่มีสติรู้แล้วก็พอเท่านั้น จบเท่านั้น ซึ่งนั่นเราจะขาด การเรียนรู้ ขาดการพัฒนา ขาดการภาวนา ซึ่งย่อมไม่อาจพ้นทุกข์ไปได้จริง แค่เพียงรู้แล้วนิ่งเฉยเท่านั้นเอง

ดังนั้นในการจัดการกับมันอย่างถูกต้อง ชั้นแรก เราต้องพึงระวัง
ความโกรธด้วยการไม่โกรธเสียก่อน เมื่อรู้ว่าจิตปรุงแต่งก็อย่าหลงปรุงต่อ
ไม่ว่าจะปรุงอะไรก็ตาม เมื่อมีความโกรธเกิดขึ้น เราก็อย่าหลงปรุงต่อ
เปลี่ยนเป็นแผ้วสัจเกิดเรียนรัฐธรรมนูญชาติมันแทน เรามีแรงขานาदनั้นมียะ
เมื่อเกิดความโกรธขึ้นเบรียง เราไม่ปรุงต่อเลย แล้วเราก็แผ้วสัจเกิดเรียน
มัน หากเราไม่สามารถระงับความโกรธเช่นนั้นได้ หากเรายังไม่สามารถ
ทำเช่นนั้นได้ นั่นแสดงว่า กำลังของสติ สมาธิ ปัญญา ของเราอ่อนกว่า
กำลังของความยึดติดในสิ่งที่มากระตุ้นให้เราโกรธนั้น ซึ่งนั่นแหละคือ
ตัวตนของเรา คือสิ่งที่เรายึดติดไว้อย่างหนาแน่น เราจึงต้องแก้ปัญหา
เฉพาะหน้าก่อนด้วยยาแก้บางอย่าง เช่น การใช้เมตตาเตือนตัวเองก็ดี
หรือ การสอนเตือนตัวเองอย่างไรก็ได้ให้มันหยุดโกรธก่อน หรือพยายาม
อยู่กับกรรมฐานที่เราได้ฝึกปรือมา หรือในที่สุดก็เดินหนีไปเสียเลย คือทำ
อย่างไรก็ได้เพื่ออย่าให้โกรธตอบ แต่ถ้าเราสามารถทำได้ เมื่อเรารู้ว่า
โกรธ เราไม่โกรธต่อ เรียกว่า พึงระงับความโกรธด้วยความไม่โกรธได้ นั่น
ก็เป็นสิ่งดี ซึ่งผลที่สุดมันก็ต้องเป็นอย่างนั้นนั่นแหละ มันจึงไม่ใช่การที่
เราต้องไประงับหรือทำลายความโกรธ แต่เพราะสัมมาทิฐิ เราจึงไม่โกรธ
ต่อ หรือไม่ปรุงความโกรธต่อไปอีกเท่านั้น

เมื่ออกุศลจิตเกิดจงละวางเสีย อย่าได้ให้มันเจริญอกงามเป็น
อกุศลกรรมเลย เพราะฉะนั้น เมื่ออกุศลมนอกกรรมเกิดขึ้น อย่าปล่อยให้
อกุศลวิกรรม หรืออกุศลกายกรรมเกิดขึ้นตามมา เพราะมิฉะนั้น มันจะ

กลายเป็นอกุศลกรรมหนัก แค่มโนกรรมมันยังไม่เท่าไร ถ้าเป็นวจีหรือ กายกรรม นั้นเราจะขาดทุนไปมาก แต่ถึงแม้แค่มโนกรรม นั้นก็แสดงถึง ความเป็นตัวตนของเรา ความหลงยึดในตัวตนอันใดอันหนึ่งที่เรายังหลง อยู่เต็มๆ เราจึงต้องถอนเหตุหรือรากเหง้านี้ออกให้หมด ตัดตรงนั้นให้ได้ มิฉะนั้น เมื่อเหตุยังอยู่ ผลก็ไม่อาจหมดสิ้นไปได้

เมื่อเรารู้ว่าโกรธ เราจึงต้องอดทนอย่างยิ่งที่จะไม่ก่อวจีกรรม หรือ กายกรรมใดๆ เพราะมันจะเป็นการตอกย้ำความเคยชินในการโกรธให้กับ ใจของเรา ความเคยชินที่จะชุ่นเคืองกับทุกๆ สิ่งที่เราไม่ชอบหรือไม่ได้ ดังใจ และอาจเป็นการก่อเวรสร้างกรรมอันรุนแรงด้วย เราจึงจำเป็นต้อง ระวังใจให้ได้ อย่างน้อยที่สุด ถ้าไม่มีแรงจะอดทนอยู่อย่างนั้น ก็เดินหนี ไม่พูด ไม่อะไรๆ อันเป็นการตอบโต้ก็ยังมี แต่ทั้งหมดนี้ก็เป็นเพียงการ บัองกันผลพวง หรือ consequence อันรุนแรงของมัน ยังไม่ได้ทำอะไร มากไปกว่านั้น

เมื่อเราสามารถระงับความโกรธในตอนนั้นได้แล้ว อย่าปล่อยให้ โทกาสมันผ่านไป เพราะการทำเพียงที่กล่าวมาข้างต้น มันยังไม่ได้ช่วยให้ เรามีกำลังอะไรเพิ่มขึ้นมากนัก โดยเฉพาะปัญญาที่จะมารู้ถอนเหตุแห่ง ความโกรธนั้น เพราะฉะนั้น เมื่อประสบกับปรากฏการณ์แห่งความโกรธ ทั้งที่ ต้องใช้ประโยชน์ให้คุ้มค่า ต้องเอามันมาเรียนรู้ ดังนั้นเมื่อมันเกิดขึ้น มาแล้ว ไม่ว่าจะมันจะหนักหรือเบาแค่ไหนก็ตาม เราจะต้องเอามันมาใช้ ประโยชน์ เพราะนี่คือความโกรธ เป็นอารมณ์ร้าย มีการปรุงแต่ง

มากมาย และเป็นการแสดงออกของตัวตนอันสำคัญที่เรายึดมั่นไว้มาก ที่พูดมา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการรักษาลมหายใจไว้ หรือว่า ใช้อะไรเตือนตัวเอง หรือใช้เมตตา หรือให้อภัย หรือแม้กระทั่งเดินหนีก็นั่น ยังเป็นแค่เพียงการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า หรือแก้ปัญหาในเบื้องต้น ยังไม่ใช่เป็นการถอดถอนเหตุที่เป็นต้นตอหลักที่ฝังลึกอยู่ภายใน

ปัญหาของความโกรธ รวมทั้งอารมณ์ทั้งหลาย เราต้องแยกการเรี่ยรู้ ออกเป็นสองเรื่อง คือ ที่ตัวความยึดติดในสิ่งกระตุ้นให้เกิดอารมณ์นั้น และเรี่ยรู้ที่ตัวอารมณ์นั่นเอง ซึ่งเบื้องต้น เราต้องพิจารณาเพื่อตัดความยึดติดในสิ่งที่มากระตุ้นนั้นก่อน เพราะมันหยาบและง่ายกว่า เมื่อเราสามารถระงับความโกรธ หรือระงับใจไม่ให้โกรธในตอนนั้นได้แล้ว เราจำเป็นต้องพิจารณาให้ดีว่า ทำไมเราจึงเกิดความขัดเคืองกับสิ่งนั้น เราต้องดูความผิดพลาดที่ตัวของเราเองว่า เราหลงยึดอะไรถึงได้โกรธ หลงยึดอะไรถึงได้ไม่พอใจ หลงยึดติดในธรรมคู่อันไหน เพราะธรรมชาติแห่งความโกรธย่อมเกิดจาก การประสพกับสิ่งที่ตนไม่พอใจ ความผิดพลาดมันจึงอยู่ที่ว่า ทำไมเราจึงหลงไปไม่พอใจสิ่งนั้นต่างหาก มันไม่ใช่ว่า เพราะมันไม่ดีมันมาทำให้เราโกรธ แต่เพราะความหลงยึดติดของเราต่างหาก จึงไปไม่พอใจ ไปโกรธสิ่งนั้น สมมุติเช่น เราชอบอากาศหนาว พออากาศร้อนขึ้นมา เราก็รู้สึกขุ่นเคืองหงุดหงิดไม่พอใจ ทำอะไรก็หงุดหงิดงุ่นง่าน ปัญหามันไม่ใช่เพราะว่า อากาศมันร้อน ปัญหามันอยู่ที่เราต่างหากที่ไปยึด ไปชอบความเย็นเกลียดความร้อน เราจึงต้องมา

แก้ไขที่ตัวเราเองว่า ทำไมเราถึงยึดในสิ่งนี้ ทำไมเราถึงเกลียดความมึนร้อน ทำไมเราถึงหลงชอบความเย็น ดังนั้นในเบื้องต้น เราจึงต้องมองให้เห็น และยอมรับให้ได้ว่า มันเป็นความผิดพลาดของตัวเอง เราวางใจไม่ถูกเอง ต่างหาก มันไม่ใช่ความผิดของใครอื่นหรือสิ่งอื่น เช่นกัน ไม่ว่าจะใครเขาจะมาทำอะไรให้เราโกรธ แม้ว่าเขาจะมาทูปตีเราก็กตาม หากเราโกรธ เราไม่พอใจ มันเป็นความผิดพลาดในการวางใจของเราเอง หากเราคิดว่า “เขา มาทูปตีเรา เราก็กสมควรหรือมีความชอบธรรมที่จะโกรธไม่ใช่หรือ มันจะเป็นความผิดพลาดในการวางใจของเราได้อย่างไร” เราก็กต้องคิดดูให้ดี ๆ ถ้าเราไม่ยึดว่าร่างกายเป็นของเรา ถ้าเราไม่ยึดในความเจ็บป่วยของร่างกายนี้ เราจะไปโกรธเขาหรือ นี่มันความหลงของเราเองทั้งนั้น ถ้าเราคิดว่า “ไอ้คนนี่มันเลว มันมาตบหัวเรา ฉะนั้นเราจะต้องจัดการกับมัน” เราโกรธ เราฟุ่มฟายเราก็กกลับไปทำร้ายเขาตอบ มันจะทำให้เราเล็กยึดในร่างกายหรือความเจ็บป่วยของเรามัย แล้วความโกรธในเรื่องนี้จะหมดไปมัย เราอาจจะจัดการกับคนนี้ได้ แต่คนอื่นละ คราวหน้าตอไปละ เราก็กต้องโกรธไปเรื่อย ๆ หรือจะตามไปจัดการกับคนโน้นคนนั้นไปเรื่อย ๆ หรือ มันจะทำได้มัย และหากทำได้ เราจะหมดความโกรธมัย แต่ถ้าเราแก้ที่ตัวเรา ถอดถอนความยึดมั่นของเรา มันก็จบและมีโอกาสหมดสิ้น

พระพุทธองค์ท่านได้ทรงสอนว่า เหตุมน้อยอยู่ที่ตัวเราไม่ใช่อยู่ที่ใครอื่น การแก้ปัญหาก็ต้องแก้ที่ตัวเรา แต่มนุษย์เรามันชอบจะไปแก้ข้างนอก เราชอบโทษสิ่งอื่นโทษผู้อื่น และพยายามจะไปเปลี่ยนแปลงสิ่งอื่น

แทนการเปลี่ยนแปลงตัวเรา การพยายามจะไปแก้ข้างนอกผลของมันมีสองนัย คือ หนึ่ง เราแก้ไม่ได้ เพราะเราจะไปเปลี่ยนใครได้ เหมือนนักปฏิบัติเรานี่ ชอบทะเลาะเบาะแว้งกัน ชอบโต้เถียง ชอบเอาชนะ นี่มันพยายามจะไปเปลี่ยนความคิดผู้อื่น เพื่อพิสูจน์ว่าตนถูกต้องดี พระพุทธองค์ท่านไม่เคยสอนให้ทะเลาะหรือโต้เถียงกัน หากจะโต้เถียงก็ให้เป็น การเสนอเหตุผลด้วยจิตที่เมตตา ไม่ใช่จิตที่มุ่งจะเอาชนะ ที่พวกทิเบตเขาเรียกว่า การโต้เถียงธรรม Dharma debate อันนั้นได้ มันเป็นการฟังเหตุผลซึ่งกันและกันด้วยเมตตา เพื่อหาข้อสรุปทางปัญญา แต่การทะเลาะกันนั้นเราขาดทุน เรามุ่งจะเอาชนะ เอาความเห็นตนเป็นใหญ่ มันมีแต่สร้างมานะและความทะนงตน จำไว้ว่า เราเปลี่ยนใครไม่ได้หรอก ถ้าเขาไม่เปลี่ยนตัวเขาเอง ใครจะไปเปลี่ยนใครได้ ไม่มีทาง ส่วนนัยที่สอง ถ้าเราจะไปแก้ปัญหากลางนอก ตัวตนเราก็จะยิ่งใหญ่โตขึ้น เราจะหลงยึดว่า เราถูกเราดี คนอื่นผิด คนอื่นไม่ดี เพราะฉะนั้นเขาต้องเปลี่ยน มันก็เลยกลายเป็นเราดีกว่าเขาขึ้นไปเรื่อยๆ ส่วนความผิดพลาดของเราเรากลับมองไม่เห็น ไม่ยอมแก้ไข ตัวตนตรงนั้นของเราก็เลยคงอยู่ต่อไป แต่ความหลงของเรากลับสร้างว่าเราถูกเราดีขึ้นมากลบบกลื่อน ปัญหาไม่ได้อยู่ที่เรา คนอื่นผิด สิ่งอื่นผิด นี่ก็มีแต่เสื่อมลงๆเท่านั้น

เหมือนเราเกลียดร้อนชอบเย็น เราก็มองไม่เห็นว่ามันเป็นความยึดมั่นของเรา เราหงุดหงิดกับความร้อน เราก็แก้ด้วยการไปซื้อแอร์มา เมื่อไปซื้อแอร์มาเสร็จ เราก็เย็นสบาย ตัวตนเราก็สูงขึ้น เราหลงว่าเรามี

อำนาจ มีเงินมีทองที่จะไปจัดการเปลี่ยนแปลงสิ่งนอกตัว โดยเก็บตัวตนที่เกลียดรื้อนไว้ข้างในเหมือนเดิมอย่างไม่รู้ตัว ตัวตนนี้ก็ไม่ได้รับการแก้ไข ฆาตกรรมว่าตนเก่งตนมีอำนาจมีเงินก็เพิ่มขึ้น ความอดทนที่จะทนต่อความรื้อนก็หมดไป ความตามใจตัวเองก็เพิ่มขึ้น ผลคือ เราก็ยิ่งอ่อนแอลงไปอีก ไม่รู้เท่าไร ต่อไปถ้าเกิดในวันอากาศร้อนจัด ไฟฟ้าดับ เราจะทำอะไร มันก็รู้มร้อนขึ้นมา ทุกข์ทรมานเป็นเท่าทวี เพราะความอ่อนแอของเรามันมากขึ้น

นี่ ถ้าเราจะไปแก้ที่คนอื่น แก้ที่สิ่งอื่นภายนอก เราเสียสองต่อ อย่างนี้คือแก้ไม่ได้จริง และสร้างตัวตนให้ใหญ่โตขึ้น พระพุทธเจ้าท่านจึงไม่สอนเช่นนั้น ถ้าเรายังไม่มองตัวเราเอง เรียนรู้ตนเอง แก้ไขตนเอง มันก็มีแต่เสรีจกิลส เป็นทาสกิเลสไปเรื่อยๆ เสื่อมลงเรื่อยๆ และก็ทุกข์หนักขึ้นเรื่อยๆ ถ้าใครไม่เข้าใจความจริงอันนี้ อย่าคิดว่าตนเป็นนักปฏิบัติเลย มันยังห่างไกลนัก หากยังมองไม่เห็น ยังยอมรับความจริงไม่ได้ว่า มันเป็นความผิดพลาดของตัวเราเองที่หลงไปโกรธสิ่งนั้น สิ่งนี้ เราวางใจไม่ถูกเองต่างหาก ไม่ใช่ความผิดของใครอื่น มันเป็นเพราะสติสมาธิ ปัญญาขันติของเรายังอ่อนมาก ยังปฏิบัติวิบัติสนาไม่ได้ อย่างมากก็หัดถือศีลรักษาวินัยให้ดีไปก่อน พระพุทธองค์ท่านทรงบอกไว้แล้วว่า เหตุแห่งทุกข์มันอยู่ที่อวิชชาตัวตนในตัวเรา ไม่ใช่ใครอื่นไม่ใช่ที่อื่น มันอยู่ที่เรา ถ้าเรายังไปโทษสิ่งโน้นสิ่งนี้ นั่นเราไม่ได้ฟังท่าน เราไม่เคารพท่าน แล้วเราจะเป็นชาวพุทธแบบไหน

การพิจารณาเบื้องต้น เมื่อเราไม่พอใจ ซึ่งแน่นอนเพราะเราคิด
ลบกับสิ่งนั้น เราก็ต้องแก้ด้วยการมองบวกเพื่อผ่อนคลายความยึดมั่นถือ
มั่นของเรา เราขัดเคืองกับความร้อน แสดงว่าเรามองแง่ลบกับความร้อน
เราก็ต้องหันมองแง่บวกดู คิดพิจารณาด้วยเหตุผลให้เห็นแง่ดีของมัน แต่
วงเล็บว่าต้องตามความเป็นจริงนะ ไม่ใช่หลอกตัวเอง เพื่อให้จิตมัน
ยอมรับจริงและถอนตัวออกมาจากการมองเพียงแง่เดียว เราไม่พอใจคน
มาด่าว่าเรา เราก็ต้องมองในแง่ดีของการด่านั้น เพื่อให้ใจเรามองเห็น
สมมุติทั้งหลายตามเป็นจริง ความเป็นจริงของสมมุติมันมีสองแง่เสมอ
การที่เราไปจมติดอยู่ข้างเดียว ทำให้ใจเราเข้าไปยึดมั่นถือมั่นสมมุตินั้น
เพราะคนเราชอบมองแต่เพียงว่าคำด่ามันไม่ดี “ฉันไม่ชอบ เกลียดจริงๆ
เลย คำด่า” เราไม่เคยมองเลยว่า มันเป็นการสะท้อนข้อผิดพลาดของเรา
ที่ดี ยิ่งคนที่เขามาด่าเรา เขากลียดเรามากเท่าไร เขายิ่งขุดคุ้ยมาอย่าง
ละเอียดยิบ มันจะสะท้อนให้เราเห็นทุกๆ ขุมชนของเราเลย ลองคิดดู
มันดีมีัยละที่มีคนมาช่วยหาหาให้ เหาจะเกาะอยู่ตรงไหน เขาก็คอยหา
ให้หมด เราผิดพลาดตรงไหนเขาก็คุ้ยให้หมด เราจะได้ปรับปรุงตัวเราเอง
แก้ไขตัวเอง พัฒนาตัวเองให้ดียิ่งขึ้น แต่เพราะเราไม่เข้าใจความจริงอีก
ด้าน และเรายึดอย่างเหนียวแน่นในตัวตนของเรา มันเลยคิดแต่ว่า “กูไม่
ผิด มึงต่างหากที่ผิดเพราะมึงมาด่ากู” เราไม่ยอมหันกลับมามองเหตุที่ตัว
เราเอง ถ้าอย่างนี้มันก็จบ มันก็เลี้ยงตัวตนอันผิดพลาดนั้นไปเรื่อยๆ แล้ว
เราจะไปปฏิบัติได้อย่างไร เราจะกระโดดไปเอาไตรลักษณ์เลยเหวอ ชันธ
ห้ำมันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเหวอ ถ้าเราตั้งมั่นบนสัมมาทิฐินั้นได้จริง

แล้วทำไมมันถึงโกรธล่ะ ถ้าเราเห็นอนิจจัง เห็นอนัตตา เห็นสุญญตา เห็นว่างจริงๆ แล้วทำไมมันถึงโกรธล่ะ ใจที่มันโกรธได้ถึงขนาดนี้ แสดงว่ามันไม่ว่างแล้ว มันเกี่ยวกันไม่ติดแล้ว นี่มันสายเกินไปแล้วที่จะมาพูดถึงเรื่องขั้นพื้นฐานอย่างเปล่า มันพุ่งออกไปจนยืดยาว อันนี้มันตัวกูเต็มๆ ตัวกูระดับมานะ ระดับอุปกิเลส มันพุ่งออกไปไกลมาก เพราะฉะนั้น มาเรียนรู้อะไรและแก้ไขที่ความยึดมั่นตัวกูอันหนาเตอะของเรา ตรงนี้ก่อนดีกว่า เรียนให้รู้จักว่าตัวเราตรงนี้เป็นอย่างไร มันถึงได้ออกมาติดดินขนาดนั้น มันยึดอะไรรัดขนาดนั้น นี่เรียกว่า ย้อนกลับมาของตน แก้ไขตน

คนเรามันจะเซเข้าไปอยู่ในความเห็นข้างใดข้างหนึ่งเสมอ จึงทำให้เรามองไม่เห็นทุกอย่างตามความเป็นจริง ความเป็นจริงของทุกๆ สิ่งที่มีสมมุติฐาน มันมีสองด้านเสมอ มีดีก็มีไม่ดี มีบวกก็มีลบ มีถูกก็มีผิด เมื่อเราพิจารณาหาเหตุผล จนจิตมันยอมรับความผิดพลาดของตัวเองได้แล้ว จิตจะคลายจากความเซ ค่อยๆ กลับคืนสู่ความเป็นกลาง ตรงนี้แหละถึงจะเป็นเมตตาที่แท้จริง ตรงนี้แหละถึงจะเกิดการให้อภัยที่แท้จริง การให้อภัยผู้อื่นที่แท้จริงจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อเรามองเห็น และยอมรับความผิดพลาดของตัวเอง เราไม่มีทางจะให้ผู้อื่นคนอื่นได้หรอก ในขณะที่เรายังคิดว่าเขาเป็นคนผิดจริงๆ เข้าใจมั๊ย พอเราคิดว่าเขาผิดเราก็บอกว่า “ไม่เป็นไรหรอกใจคนๆ นี้ สยมันเป็นอย่างนี้แหละ ให้อภัยมันเถอะ อย่าไปถือเลย” นั่นเรายังคิดว่าเขาผิดจริงอยู่เลย เราจะให้อภัยเขาได้จริงหรือ ถ้าเรายังมองเห็นแต่ว่าเขาผิด แต่ถ้าเรามองเห็นแล้วว่า

อ้าว! ความจริงมันอยู่ที่เรานี่ เราวางใจผิดเอง เรายึดมั่นเรื่องนั้นๆเอง
อย่างนี้ เราจะต้องให้อภัยเขามั้ย ไม่จำเป็นเลย เห็นมั้ย ไม่เหลืออะไร
เลยที่จะต้องให้อภัย เพราะเราไม่ไปโทษเขา แต่เราแก้ที่ตัวเราเอง
นั่นแหละถึงจะเป็นการให้อภัยจริง เพราะเราจะไม่ผูกอะไรแล้ว แต่ถ้าเรา
ยังคิดอยู่ว่า เขาทำผิดต่อเรา แต่ไม่เป็นไร เราให้อภัยเขาเถอะ นั่นเขาก็ยัง
เป็นผู้ทำผิดต่อเราอยู่ดี ใช่มั้ย เราอาจจะให้อภัยข้างนอกด้วยการปรุ
งแต่ แต่ข้างในเราก็มักคิดว่าเขายังผิดอยู่ดี เราให้อภัยหรือ เราไม่ได้ให้
หรอก แต่เมื่อเราเห็นว่า “อ้อ! เราผิดเอง, อ้อ! เราอ่อนแอเอง, อ้อ! เรา
ไม่รู้จักรับประโยชน์จากเหตุการณ์นี้เอง, ใจ เราโง่ไปเองที่ไปหลงโกรธเขา,
อ้อ ที่จริงเขามาทำตรงนี้ ทำให้เราได้ว่าเรายังมีตัวตนตรงนี้อยู่” อย่างนี้
มันจะกลับกลายเป็นว่า เขาเป็นผู้มาทำประโยชน์ให้เราละ นี่ออกมั้ย นี่!
แทบจะไม่ต้องให้อภัยเลย กลับต้องขอบคุณและเห็นเขาเป็นครู ครูผู้ให้
โจทย์ให้เราได้ฝึกตนให้เข้มแข็งขึ้น นี่มันต่างกันมากนะ ต่างกับที่เรา
พุ่มพวยไปโกรธเขา หรือต่างกับแค่สติรู้โกรธ เพราะนั่นเรายังยึดอยู่เต็มๆ
ยังไม่พอใจและคิดว่าเขาผิดอยู่เต็มๆ แต่นี่มันคือ การเริ่มรู้ถอดน รื้อถอดนที่
ความหลง รื้อถอดนการมองโลกด้วยอัตตาทิฐิ รื้อถอดนการไม่เห็นโลกตาม
เป็นจริงของเรา

หากเรายังคิดว่า ความผิดอยู่ที่เขา แต่เราให้อภัย ข้างมันเถอะ
นั่นดีมั้ย มันก็ดี แต่มันสร้างตัวตน สร้างมานะให้รุนแรงขึ้น ขณะที่คิด
เช่นนั้น ดูดีๆนะ ภายในนะ เราคิดว่าเราสูงส่ง เราเป็นผู้ดีที่ให้อภัยใน

ความผิดเขาได้หรือเปล่า นั่น! ตัวตนเรามากขึ้น มานะมันมากขึ้น มีกูดี มีinglew เข้าใจมัย มันไม่ใช่ที่เราทำผิดนะ แต่เราทำพลาดไป เราวางใจผิด เราเสียทำให้กับกิเลสอีกเช่นเคย สมมุติ เขามาขโมยของเรา เขาเอาไปแล้วไม่เอามาคืน “แล้วเราผิดตรงไหนวะ ก็ของอยู่กับเรา แล้วเขามาขโมย แล้วจะบอกว่าความผิดอยู่ที่เรา” นี่มันมองแบบเด็กๆ เหมือนเด็กเล่นขายของกัน มันมองแต่เปลือก บั้นปราสาททรายขึ้น ก็หลงทึกทักว่าเป็นปราสาทจริงๆ เห็นใบทองกลางที่สมมุติว่าเป็นใบละร้อย เป็นเงินใบละร้อยจริงๆ มันเหมือนเด็กเล่นขายของ ความจริงมันคือ เพราะเราไปหลงยึดว่าเป็นของเราต่างหาก เขาถึงขโมยของเราได้ ความผิดเพราะเราหลงยึดโดยความเป็นของเรา แล้วเราก็มองว่าของนี่มันเป็นของกู เขาถึงขโมยของเราได้ ถ้าเราไม่ยึดว่ามันเป็นของกู แล้วเขาจะขโมยของเราเหวอ นี่ให้มองตรงนี้ต่างหาก ไม่ใช่ไปมองแบบเด็กๆ แล้วกลับเลยไปคุยโวว่าทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์ ทุกอย่างมันว่างเปล่า ว่างอะไรละ ถ้ามันว่างแล้วจะมีคนอื่นเขามาทำให้ทุกขี้ได้เหวอ ถ้ามันว่างจริงแล้วคนอื่นเขาจะมาทำให้เราโกรธได้หรือ นี่ออกมัย

นี่เราไม่ได้มองกันในมุขหยาบนะ เราต้องมองในมุขละเอียด ว่าเราหลงยึดว่า มันเป็นของของกู เขาจึงมาขโมยของเราไปได้ แล้วเราก้โกรธ ซึ่งจริงๆ แล้วใครผิดละ ถ้ามองแค่หยาบๆว่า เขาผิดที่มาขโมยของเรา มันก็ไม่เห็นความผิดต้นเงื่อนที่ว่า เราหลงไปยึดของนั้นเป็นของเรา ทั้งๆที่มันไม่มีอะไรเป็นของเราได้อย่างแท้จริง แล้วตกลงใครผิด เขาผิด

ที่มาขโมย หรือเราผิดที่ไปหลงยึดของนั้นเป็นของเรา แล้วความผิดอันไหนที่เราแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้ เราไปเปลี่ยนโลกให้ขโมยหมดไปได้มั๊ย หรือเราจะเปลี่ยนตัวเองที่จะไม่ยึดสิ่งใดเป็นของตน แล้วโดยธรรมชาติสรรพสิ่งล้วนต้องเปลี่ยนแปลง เสื่อมสลาย จะว่าธรรมชาติมาขโมยสิ่งที่เรายึดว่าเป็นของเรานั้นหรือ เช่น เหล็กมันขึ้นสนิมแล้วมันก็พังไปในที่สุด รถยนต์ใช้ไปนานๆ มันก็ต้องเสีย คอมพิวเตอร์ใช้มานานๆ ไปมันก็พัง ดินถล่ม น้ำท่วม ต้นไม้ผุพัง นี่ธรรมชาติมันขโมยไปจากเรา หรือเราไปหลงยึดเอาของธรรมชาติมาเป็นของเรา

หากเรายอมรับได้ว่า ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้ มันนอกเหนืออำนาจที่เราจะไปควบคุมได้หมด ของมันแก่มันก็ต้องเสียต้องพัง ของมันต้องเปลี่ยนแปลง เสื่อมสลาย สูญหาย ผุพัง นั่น เราก็ไม่ทุกข์ เราก็ไม่ได้คิดว่า ธรรมชาติมาขโมยไป ที่คิดอย่างนี้ได้ก็เพราะเราเข้าใจความจริงแห่งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่ที่เรายึดว่ามันขโมยของของกูไปนั้น เพราะเราไม่เข้าใจความจริงว่ามันเป็นของของเราไม่ได้ ไม่มีอะไรเป็นของของเราได้จริง เราไม่เข้าใจอนัตตา การที่เขามาขโมยไปมันก็พิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า มันเป็นของของเราไม่ได้ ถ้าเป็นของของเราได้จริง มันจะถูกขโมยไปได้อย่างไร ถ้ามันเป็นของของเราจริงๆ มันก็ต้องไม่เสื่อมสลาย หรือผุพังตามที่เราต้องการ ซึ่งมันไม่มีทางหรอก เพราะฉะนั้น อย่าไปคิดแบบเด็กๆ ไปตีโพยตีพาย โมโหโทโสเพราะคนนั้นคนนี้เข้ามาทำในสิ่งที่เราไม่ชอบ

นี่ยังเป็นเรื่องหยาบๆ นะ นี่มันยังเป็นแค่เรื่อง อนัตตนิยา เรื่อง

ของของกู ยังไม่ไปพูดถึง เรื่องตัวตน ชั้นนี้ห่างเปล่า ถ้าตรงนี้ยังไม่
เข้าใจมันไม่กว้างให้หรอก เพราะหลงชั้นนี้ทำจึงสร้างตัวตน เพราะหลง
ตัวตนจึงสร้างของของตน เพราะหลงของของตนจึงมีการได้การเสีย เกิด
ความพอใจไม่พอใจ เมื่อมีพอใจไม่พอใจมันก็สร้างโลหะโทษะขึ้น ยิ่งหาก
เราปิดใจตัวเองด้วยวิฐิมานะ หลงว่า เราเก่ง เราถูก เราดี และไม่ยอมให้
อภัยใคร ไม่ยอมแก้ความผิดที่ตัวเราเอง มันยอมไม่มีทางรู้ถอนความ
โกรธของเราได้เลย ตรงกันข้ามมันกลับจะยิ่งพยายาบท เก็บความไม่
พอใจนั้นไว้ตลอดเวลา

สอง พิจารณาที่ตัวอารมณ์ เมื่อจิตเราเริ่มคืนสู่ความเป็นกลาง
เพราะไม่เข้าไปจมกับความคิดปรุงแต่งในแง่เดี่ยวนั้นแล้ว เราจึงต้องยกตัว
อารมณ์โกรธนั้น ขึ้นมาพิจารณาอีกทีหนึ่ง ซึ่งการพิจารณาจุดนี้ แยก
ออกเป็นสองอย่าง คือ หนึ่ง พิจารณาความจริงในแง่โลกียะ หรือสมมุติ
สัจจะ เราต้องพิจารณาให้เห็นถึงโทษของอารมณ์โกรธนั้น เพื่อให้เกิด
ความกลัวความละอาย เกิดความเข็ดหลาบ ที่จะไม่ยอมให้เกิดความ
โกรธอีก เรียกว่าพิจารณาให้เกิด หิริโอตตปปะให้ได้ เพื่อจะได้เป็นตัว
ช่วยให้เกิดพลังในการจัดการกับความโกรธนั้นในครั้งต่อไป ถ้าเรามี
ความแจ้งชัดในความจริงของความโกรธ เห็นความโกรธเป็นของน่า
เกลียดน่ากลัว เห็นข้อเสียและภัยอันตรายของมัน เห็นผลเสียทั้งต่อตัว
เราเอง ต่อผู้อื่น และต่อทุกๆ สิ่งรอบข้าง ถ้าเราเห็นอย่างนี้จนกระทั่งเรา
เกิดหิริโอตตปปะได้ ต่อไปพอจะเกิดความโกรธขึ้นสติมันจะมาทัน มันจะ

ตระหนักว่าทำกันไม่ได้ไว มันจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในเบื้องต้น ที่จะต้องพิจารณาให้เห็นความจริงในด้านสมมุติของมันให้ได้ เพราะการที่เราโกรธและอดใจไม่ให้ไหลตามมันไม่ได้ นั่นเป็นเพราะเรายึดมันถือมันมันมาก เราไม่มีเบรคห้ามล้อที่จะคอยค้ำความคิดที่เราจมอยู่ เมื่อเราพิจารณาเรียนรู้จนเกิดหิริโอตตปปะขึ้น ซึ่งเป็นคุณธรรมที่สำคัญมาก มันจะเป็นเบรคห้ามล้อเราอย่างดี แม้เรายังหลงเรื่องราวทั้งหลายว่ามันจริงๆเช่นนั้น แต่อาศัยหิริโอตตปปะ ก็จะทำให้เราหยุดใจและไม่เจริญความโกรธนั้น ต่อให้ยืดยาวจนเกิดผลเสียได้

สอง พิจารณาความจริงในแง่โลกุตระหรือปรมัตถสัจจะ ต่อไปเราก็ต้องพิจารณาให้เห็นธรรมชาติของตัวอารมณ์ความโกรธเอง เมื่อเราระงับใจได้ด้วยปัญญาในระดับสมมุติแล้ว อย่าเพิ่งเพิกเฉยหรือหลงดีใจว่ามันหมด เมื่อใจเราสงบเช่นนั้น เราจำเป็นต้องเรียนรู้พิจารณามันเพื่อให้เข้าใจธรรมชาติที่แท้จริงของมัน เมื่อใจเราสงบได้ในเบื้องต้น ไม่ใช่ว่าความโกรธจะหายไปร้อยเปอร์เซ็นต์ Rebound หรือการสะท้อนของความไม่พอใจ หรือความโกรธเล็กๆที่ยังคงค้างอยู่ในมันจะแสดงตัวออกมาให้เห็น ให้เราหัดเรียนรู้สังเกตดูมันตามเป็นจริง แยกแยะอารมณ์นั้นออก ให้เห็นว่า มันเป็นการปรากฏขึ้นของเหตุปัจจัย การปรากฏขึ้นจากการปรุงแต่งของขันธห้า หรือของจิตของเราเท่านั้น พิจารณามันให้เห็นแก่นแท้ของธรรมชาติของมันที่เต็มไปด้วยความไม่เที่ยง ความเป็นมายา หากความเป็นตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ เพราะหากเรายังเห็นความโกรธ

เป็นความโกรธ ความโกรธเป็นสิ่งที่มียุ่จริงในเรา และเรากำลังเป็น เช่นนั้นจริงๆ หากเป็นเช่นนี้ เราก็ยังไม่สามารถรู้ถอนความโกรธได้หมด ลึ้นซาก แต่หากเราแจ้งชัดในธรรมชาติอันว่างเปล่าอันเป็นมายาของมัน นั้นเราถึงจะวางความโกรธได้อย่างแท้จริง อารมณ์อื่นๆก็ต้องอาศัยวิถี การเช่นเดียวกัน ซึ่งตรงนี้ต้องอาศัยความสงบในการเฝ้าสังเกตดูธรรมชาติของมันยามเมื่อมันปรากฏ เร็ยรับรู้มันไปเรื่อยๆ อย่าด่วนสรุปว่าเรารู้ หรือเข้าใจแล้ว ยิ่งดูนานเท่าไร เราก็ยิ่งเข้าใจมันได้มากขึ้น ในขณะที่เราขุ่นมัว ขณะที่ความโกรธเบาๆมันกำลัง Rebound นั้นแหละ เป็น จังหวะที่ดีที่เราจะได้เรียนรู้ทุกโลก เหตุปัจจัยอันเกี่ยวเนื่องของมัน ซึ่งตรงนี้ ต้องอาศัยการพิจารณาสังเกต การเห็น ไม่ใช่แค่เพียงการคิด จะใช้ ความคิดนำไม่ได้ จะเอาความคิดมาดบังสภาพที่มันกำลังปรากฏตาม เป็นจริงไม่ได้ มันจึงต้องสังเกตเรียนรู้ไปตามสภาพ แต่เราก็ต้องมีรากฐาน จากการเคยคิดพิจารณาเรื่องสุญญตามาก่อน หรือ จะพิจารณาเรื่อง ความไม่เที่ยงก็ตาม เป็นต้น หากเราได้พิจารณามาอย่างดีจนคล่องตัว มองอะไรเห็นเป็นปัจเจกการได้อย่างคล่องตัว การจะสังเกตเห็นความ จริงที่ปรากฏตรงนั้นก็จะง่าย

สาม ปรับเปลี่ยนทัศนคติเสียใหม่ สำหรับนักปฏิบัติที่ผ่านการ พิจารณาเรื่องสมมุติสัจจะของความโกรธมาอย่างดี จนหักห้ามใจได้ไว ส่วนมากก็มักจะเลยเถิดไปยึดมั่นถือมั่นในอีกข้างหนึ่ง จนมองอารมณ์ โกรธว่า เป็นของไม่ดีจนเข้าไปเกิดความเกลียดชัง และต้องการจะกำจัด

มันให้เร็วที่สุด เมื่อรู้สึกเช่นนี้ มันกลับเลยไปทำให้เรารู้สึกขัดเคืองกับความโกรธของเราเอง เรียกว่า โกรธความโกรธ มันก็เลยไม่พ้นไปจากความโกรธ แต่กลับทวีความโกรธให้เพิ่มขึ้น เหตุที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะเรายังไม่เข้าใจความโกรธตามความเป็นจริง เมื่อเราเข้าใจความโกรธตามความเป็นจริงว่า มันเป็นเพียงปรากฏการณ์แห่งเหตุปัจจัยที่เกิดขึ้น แล้วแสดงออกมาเป็นสิ่งที่เราสมมุติเรียกว่าความโกรธ เราก็สามารถใช้มันแปรเปลี่ยนให้เป็นปัญญาแก่ตัวเราเอง ดังนั้น ทั้งความโกรธ หรือสิ่ง หรือบุคคลที่ทำให้เราโกรธ ก็ล้วนเป็นแหล่งที่ทำให้เราเกิดขันติ สติ สมาธิ และปัญญา ได้อย่างดี หากเรามีทัศนคติที่ถูกตรงต่อมัน จงปรับเปลี่ยนทัศนคติเสียใหม่ที่จะกล้าเผชิญกับมัน เปิดใจ ยอมรับ และเรียนรู้มันโดยไม่ขัดแย้ง หรือไหลไปกับมัน จงถอยออกมาเป็นผู้เรียนรู้ สังเกตเพื่อให้เกิดการพัฒนาพลังทั้งสี่ให้ยิ่งขึ้น จงมองสิ่งร้ายๆ ที่มากกระตุ้นทำให้เราเกิดความโกรธเป็นดังเช่นครู เป็นกระจกสะท้อนอย่างดีที่ทำให้เรามองเห็นตัวตนของเราที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน จนสามารถแปรเปลี่ยนมันให้เป็นพลังแห่งความเมตตากรุณา สติ สมาธิ และปัญญา

โดยสรุปก็คือ ขั้นแรก เราต้องสงบก่อน คือ เมื่อรู้ว่าปรุงแต่งอย่าหลงปรุงต่อ เปลี่ยนเป็นเรียนรู้มันแทน จะใช้ฐานอะไรก็ได้ ถ้าเรามีกำลังสมถวิปัสสนาที่เข้มแข็ง เราก็สงบนิ่งดูมันเลย สังเกต เรียนรู้มัน ไปได้ตั้งแต่ต้น แต่ถ้าเรายังไม่มีแรงสมถวิปัสสนาที่มากพอ เราก็ใช้สมถะอย่างเดียวไปก่อนเพื่อให้จิตสงบ จะเป็นลมหายใจก็ได้ เกาะลมหายใจไปก่อน

เมื่อสงบแล้วก็ค่อยเรียนรู้มันไป ช่วงแรกๆ เมื่อเรายังเป็นผู้เตรียมพร้อม เรายังไม่มีทุน เรายังไม่รู้จักตัวตนของเราดีพอ เรายังไม่มีทุนแห่งปัญญา ที่มากพอ เราก็ต้องพิจารณาให้เยอะๆ เพราะถ้าเราไม่หมั่นฝึกเรียนรู้ พิจารณา ปัญญามันก็ไม่เกิด เราจะไปปล่อยแค่เพียงสติอย่างเดียวที่จจะรู้ แล้วนิ่งไว้ โกรธก็รู้ว่าโกรธแค่นั้น มันก็ได้อยู่ แต่มันก็ได้แค่ตรงนั้น ไม่เกิดการพัฒนาพลังด้านอื่นให้เพิ่มขึ้น ในอนาคตเมื่อกระทบอีก เราก็ไม่มีทุน อะไรเข้าไปเผชิญกับมันนอกจากสติ ตัวตนเราที่เราหลงยึดมั่นถือมั่นอยู่ก็ ยังอยู่เหมือนเดิม ปัญหาใหญ่ของความทุกข์ของคนเรา มันอยู่ที่ความ หลงยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นตัวตนของเรา ซึ่งมันจะถูกรื้อถอนได้ด้วย สติปัญญา ตัวตนของเรามันจะแสดงออกมาที่ความพอใจและความไม่ พพอใจ ความพอใจและความไม่พอใจนี้มันก็เกิดมาจากความหลงที่เรา เคยมีอยู่ ดังนั้นเมื่อเราเห็นว่าเรามีความพอใจสิ่งนี้หรือมีความไม่พอใจ สิ่งนี้ เราจึงต้องเอาปรากฏการณ์ที่มันเกิดขึ้นนั้นมาพิจารณาแยกให้ได้ว่า เราหลงอะไรอยู่ นี่คือแหล่งในการพัฒนาปัญญา ถ้าเราไม่พิจารณา จะ คอยอาศัยแต่เพียงสติอย่างเดียว มันก็ได้อยู่ แต่ต้องใช้เวลาานานมาก กว่า จะกำจัดความหลงได้หมด นานนับหลายกัปเลยทีเดียว เราจึงต้องเข้าใจ ตรงนี้แล้วดำเนินมันให้ถูก ถ้าเราดำเนินได้ถูกมันก็สบายไม่เนิ่นช้า แม้ ช่วงแรกๆ มันจะมีงานที่ต้องทำเยอะหน่อย แต่ต่อไปๆ พอเราพิจารณาได้ ลึกลงไปเรื่อยๆๆ อีกหน่อย เราจะมีทุนมากมาย ทั้งสติ สมาธิ ปัญญา และขันติ ยิ่งถ้าเราสาวลงไปได้ลึก ยิ่งถ้ามีครูบาอาจารย์ที่รู้จักจริงคอยให้ คำแนะนำ ก็ยิ่งสบาย ยิ่งหายหลงได้เร็ว เพราะแม้บางที่เราพิจารณาก็

จริงแต่พิจารณาได้นิดเดียว ยังไม่ทันเกิดทุนพอ เราก็หลงคิดว่ารู้แล้ว เข้าใจแล้ว หยุดพิจารณา หรือบางคนหนักยิ่งกว่า เพราะไม่มีครูอาจารย์ ผู้รู้แนะนำ กลับกลายเป็นไม่ยอมพิจารณา จะเอาแต่สติ จะเอาแต่สมณะ ผลก็เลยไม่ไปถึงไหน คลานอยู่ตรงนั้น ปัญญาที่ไม่มี โยนิโสมนสิการก็ไม่เกิด สัมมาสมาธิยิ่งไม่ต้องพูดถึง มีแต่สติหยาบๆซึ่งรู้แต่อารมณ์หยาบ เพราะพลาดโอกาสที่จะพัฒนาตน

เพราะฉะนั้นเรามองให้เห็นนะ การจัดการกับความโกรธ ซึ่งมันเป็นอารมณ์พื้นฐาน ความขุ่นเคือง ความหงุดหงิด ความไม่พอใจ อะไรพวกนี้ มันมีอยู่ประจำในคนเรา ซึ่งเป็นเหตุใกล้แห่งความทุกข์ เราจะพัฒนาให้ปัญญามันเกิดขึ้นได้อย่างไร เราจะต้องเข้าใจ ปัญญามันจะต้องเกิดจากการฟัง คิดพิจารณา ดูของจริง แล้วดูจากประสบการณ์จริง นี่ปัญญามันต้องเกิดจากอย่างนี้ ปัญญามันไม่ได้เกิดจากการฟังอย่างเดียว หรือได้ยินมาอย่างเดียวแต่ยังไม่เคยนำเอามาคิดพิจารณา แล้วคำว่าปัญญาจากการฟังนี้ ไม่ใช่ว่าพอได้ยินปุ๊บแล้วเราจะมีปัญญาเลยนะ ยังไม่นะ เราต้องทำความเข้าใจที่ท่านพูดก่อน นั่นเขาเรียกว่าปัญญาจากการฟัง พูดมาจำได้แบบเป็นนกแก้วนกขุนทอง นั่นมันใช้ปัญญาจากการฟังหรือเปล่า ไม่ใช่ นั่นเขาเรียกว่า จำไป พูดไปก็ไม่รู้เรื่อง เราจะไปพูดแบบนกแก้วนกขุนทอง อนิจจัง อนิจจัง อนิจจัง อะไรๆ ก็อนิจจัง อนิจจัง อนิจจัง มันคงจะอนิจจังให้หรอก มันจะต้องมาพิจารณาให้เห็น ถึงบอกว่าเราต้องรู้ว่ามันจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ปัญญามันจะ

เกิดขึ้นได้อย่างไร สถิติจะเกิดขึ้นได้อย่างไร สมบัติจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ก็ฝึกมันสิ ไม่ใช่ว่าอยู่ดีๆ มันจะเกิดขึ้นเอง ถ้ามันเกิดให้ เราก็คงไม่ต้องมาเกิดหรอก ที่มันมาเกิดอยู่นี้ก็เพราะมันไม่เกิดให้ละสิ ถ้าปัญญามันเกิดให้แล้วเราก็คงไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่หรอก ที่มันมาเวียนเกิดนี้ มันก็พิสูจน์เต็มที่แล้วว่ามันไม่เกิด เพราะฉะนั้น อย่าไปคิดว่าเจ้าของเหาะลงมาจากคราบพระอริยะ ลงมาเพื่อช่วยเหลือคน เพราะฉะนั้น ภูพร้อมอยู่แล้วที่จะช่วยเหลือคน ภูพร้อมอยู่แล้วในตัวเอง หรือไม่อย่างนั้นก็องค์เทพส่งมา เจ้าแม่โน่น เจ้าแม่นี่ ส่งมาให้ช่วยคน ถ้าคิดอย่างนั้นก็เสร็จสิ เดี่ยวลูกเจ้าแม่ก็จะลงนรกแทนที่จะได้ช่วยคนนั่นแหละ ถ้าเราคิดอย่างนั้น เดี่ยวเราก็เสร็จ มองดูสิ มันมีกันเยอะนะ ขอบหลงว่าตนพิเศษ ถ้าคิดอย่างนี้ก็ต้องเข้าใจเลยว่า มันเป็นความหลงตัวร้าย ถ้าคิดว่าเราเป็นผู้วิเศษหรือพิเศษกว่าคนอื่น นั่นมันเป็นทางเสื่อม มันไม่มีอะไรจะแยเท่ากับการหลงตน เพราะว่ามันเป็นเหตุแห่งทุกข์ ยิ่งถ้าเราคิดว่าเราเป็นผู้วิเศษ โน่น นี่ นั่น วิเศษจนกระทั่งถึงเป็นผู้หลุดพ้น มันก็ยังหลุดไปไกล พูดเสมอว่า ความหลุดพ้นมันไม่มีอะไรอย่างนั้น ถ้าเรายังไม่หลุดจากความวิเศษ ยังหลงยึดติดในความวิเศษอะไรกันอยู่ นั่นมันเรื่องปาที่ เป็นเรื่องที่ถูกเลสมันหลอกเราทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นพวกเขาต้องทำความเข้าใจกันให้ดีๆ

ส่วนมากพอพวกเขาโกรธ อย่างดีก็พยายามสงบใจนิ่ง ระวังใจไว้ แต่แทนที่พวกเขาจะพิจารณาเพื่อรู้ถอนเหตุของมัน พวกเรากลับเอาแค่

ความนิ่งนั้น จะกดใจไว้ด้วยอะไรก็ได้แล้วแต่ จะเป็นพุทโธ กำหนดลมหายใจ ช่างหัวมัน! หรือแม้กระทั่งเมตตา หรือเอาคุณธรรมความดีมากดไว้ “ไม่ได้เราต้องเป็นคนดี เราจะต้องไม่แสดงออกอะไรอย่างนั้น” ซึ่งมันไม่ผิดหรอก มันใช้ได้เลย แต่เป็นในเบื้องต้น เรามีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพิจารณาให้เกิดปัญญาเพื่อถอดถอนความหลงที่เรายึดไว้ ที่ทำให้เราโกรธ ที่เรากดได้แสดงว่ามันยังไม่รุนแรงพอ อย่างน้อยก็ยังแพ้แรงกดของเรา แต่ถ้าไปเจอของที่มีมันรุนแรง ของที่เรายึดได้ไว้มาก มันก็ระเบิดขึ้นได้ จะบอกความจริงอันหนึ่งให้รู้ ยิ่งเธอปฏิบัติไปเรื่อยๆ เธอจะยิ่งเห็นความน่าเกลียดของตัวเองมากขึ้นๆ และรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ เรียกว่า สังสารวัฏมันถูกกวนจนถึงก้นบึ้งที่มันอยู่ ของที่มันนิ่งมานาน จนเธออาจคิดว่าหมดไปแล้ว เดี่ยวมันจะแสดงตัวออกมา แล้วเธอจะรู้สึกว้าว “โอโฮ! ทำไมกูเป็นไปได้ถึงขนาดนี้วะ ทำไมกูยังแยะอย่างนี้” สิ่งที่ถูกฝังไว้โดยยังไม่ได้ถอดถอนมันจะออกมาเรื่อยๆ อาจารย์ถึงบอกพวกเธอเสมอว่า อาจารย์ไม่ได้สอนให้พวกเราทำดีอะไรมากมายหรอกนะ เอาแค่ว่าจงมีความรักและเมตตาต่อคนอื่น ปรารถนาดีต่อคนอื่นก็พอแล้ว นั่นแหละดีที่สุดแล้ว เวลาคิดกับคนอื่นก็คิดด้วยความรักและเมตตาปรารถนาดีต่อเขา ปฏิบัติต่อทุกคนด้วยความรักความปรารถนาดี อย่าเห็นแก่ตัวเอง ส่วนความดีอย่างอื่นไม่ต้องไปทำอะไรมากหรอก ให้ตั้งใจแก้ไขข้อผิดพลาด แก้ไขความไม่ดีของตัวเองให้หมด นั่นแหละเป็นเรื่องสำคัญ

เพราะพวกเรามักทำตรงกันข้ามหมด ทำดี ไม่ใช่ทำเพราะรักและ

ปรารถนาดีต่อผู้อื่น แต่ทำดีเพื่อให้ถูกดี อยากให้คนอื่นเขาเห็นว่าถูกเป็นคนดี เราจึงเน้นเรื่องการทำดีเพื่อให้คนอื่นเขาเห็นว่าเราดี แล้วเราไม่เคยคิดที่จะดูสิ่งไม่ดีและรื้อถอนสิ่งไม่ดีของเรา มันตรงกันข้ามกันหมดเลย อาจารย์ถึงบอกว่า พวกเขาไม่ต้องไปพยายามทำดีอะไรกับคนอื่นเขามากหรอก ขอให้เธอรักเมตตาและปรารถนาดีต่อเขาเถอะ แล้วปฏิบัติต่อเขาเหล่านั้นด้วยความรักความเมตตา ปรารถนาให้เขาพ้นทุกข์และมีความสุข ส่วนกับตัวเธอเองก็ไม่ต้องไปทำอะไรให้มันกลายเป็นคนดีหลายๆหรอก แค่แก้ไขข้อบกพร่องของตน แก้ไขสิ่งที่ไม่ดีในตัวเอง ให้หมดสิ้น เท่านั้นเธอก็จะดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ ใ้ประเพณีที่ว่า ทำดีเข้าไปเถอะ นั่นก็คืออยู่ แต่อย่าทำดีเพื่อตัวเองจะได้ชื่อว่าเป็นคนดี ทำดีให้คนอื่นชื่นชมยกย่องนะ เพราะเช่นนั้นมันจะเกิดอะไรขึ้นรู้มั๊ย มันจะลืมนั่นจะกลบเกลื่อนความผิดพลาดที่ยังมีอยู่มากมายในตน มันจะเกิดตัวตนที่ดีจนมันบังตัวตนที่ไม่ดีที่เรา มีอยู่ ทำให้เรามองไม่เห็นที่เรา ยังมีสิ่งที่ไม่ดีอยู่อีกมากมาย เหมือนเราสร้างบ้านสวยครอบกระต๊อบไว้ ใครๆ เขาก็เห็นว่าบ้านเธอสวย แต่ตรงกลางภายในไม่มีใครเห็นว่ามันยังเป็นกระต๊อบ ในที่สุดเราก็ปิดมันให้หมด ไม่มีใครเห็น แต่กระต๊อบมันอยู่ตรงนั้นนั่นล่ะ เธอยังไม่ได้รื้อกระต๊อบเลย การทำบ้านให้มันสวยมันดีมันก็ดีอยู่ แต่ต้องทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ ทำด้วยความรักปรารถนาดีต่อคนอื่น แต่กระต๊อบสกปรกที่มีอยู่มันก็ต้องรื้อออกเสียสิ จริงๆมันไม่ใช่แค่กระต๊อบนะ แต่มันจะเป็นส้วมนะสิ เป็นส้วมสังกะสีเก่าๆ แล้วบ้านที่เธอ

อุตสาหกรรมสร้างชะงัก เธอจะใช้ประโยชน์มันอย่างไร บ้านสวยแต่มีสิ่งแวดล้อมที่สกปรกอยู่ข้างใน

คนเราส่วนใหญ่มักจะเป็นอย่างนี้ ทำความดีกันมากมายแต่ไม่เคยแก้ไขข้อไม่ดี แล้วเราก็เข้าไป appreciate กับความดีที่เรามี จนลืมมองสิ่งไม่ดีที่เรามี ซึ่งมันก็ยังมืออยู่อย่างนั้นตลอด แต่เรามองไม่เห็น เพราะฉะนั้น มันจึงตรงข้ามกันเลยนะ ถ้าเราจะทำดีก็ขอให้ทำมาจากพลังแห่งความรักและปรารถนาดีกับผู้อื่นอย่างบริสุทธิ์ใจ ทำอย่างบริสุทธิ์ใจเลย ไม่ได้ทำดีเพื่อตัวเอง แล้วก็ขยันหมั่นเพียรแก้ไขข้อบกพร่องของตน เรียกว่า *สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง กุสะลัสสุปะ สัมปะทา* แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราไม่ได้ทำดีเพื่อตัวเอง เพราะร้อยละ 99 คนเรามักทำดีเพื่อตัวเองทั้งนั้น เพราะฉะนั้น เธอจะต้องดูตัวเอง เธอทำดีไม่ว่าจะทำด้วยวิธีไหน มันจะเกิดความภูมิใจ แล้วมันจะเลยไปสู่การยึดติดในความดีนั้น ถ้าคนอื่นเขาไม่เห็นดีด้วยที่เธอทำ เธอก็จะขุ่นเคืองไม่พอใจ หากเขาไม่สนใจในความดีที่เธอทำ ไม่แม้จะขอบคุณเธอ เธอก็จะขุ่นเคืองไม่พอใจ หากเขาไม่เห็นว่าเป็นสิ่งที่เธอทำมันดีอย่างที่เธอคิด เธอก็ขุ่นเคืองไม่พอใจ นี่คือผลที่เธอยึดติดในความดีนั้น ซึ่งคนเราทำดีก็จะหลงยึดติดกันทั้งนั้น ยึดว่าสิ่งที่ตนทำมันดี ยึดว่าเราเป็นผู้ทำดี ยึดว่าเราดีเพราะได้ทำสิ่งดีๆนั้น นี่คือการยึดติด

เราจะทำดีด้วยความบริสุทธิ์ใจ ด้วยความรักและปรารถนาดีโดยไม่ยึดติดได้มันต้องมีสติปัญญา สิ่งที่เป็นตัวก่อกหรือจุดเริ่มก็คือความภูมิใจ

พอเราภูมิใจในสิ่งดีที่เรากระทำ เราจะหลงสร้างตัวตนให้เกิดขึ้นและใหญ่โตขึ้น เราจึงต้องมีสติรู้เท่าทันความภูมิใจความพึงพอใจนั้น แล้วไม่ปล่อยให้ใจหลงปรุงต่อไปเป็นความติดดีที่รุนแรง เราต้องหัดพิจารณาแยกแยะเหตุปัจจัย มองให้เห็นปัจจัยการ มองให้เห็นว่ามันเป็นเพียงผลของเหตุปัจจัย ไม่ใช่เราผู้กระทำ ที่ว่าดีมันก็ไม่แน่นอน มันไม่ใช่ว่ามันจะไปในทุกที่ทุกเวลา และเราก็มิได้วิเศษวิโสอะไรจากการกระทำนั้น เมื่อจิตมันสามารถเห็นแจ้งและยอมรับได้เช่นนั้น ความยึดติดในตัวตนนั้นก็จะมีโอกาสเกิดขึ้นได้น้อยลง เราจึงต้องเฝ้าดูตัวเราเองและมีปัญญาสัมมาทิฐิที่ถูกต้องอยู่เสมอ ไม่งั้นมันก็จะถိบตัวเองขึ้นเรื่อย หลงตนแก่งสร้างตนดีขึ้นไปเรื่อยๆ จนในที่สุดมันก็จะบ้งล้มเรา บังความไม่ดีของเรา

ตรงกันข้ามความไม่ดีความผิดพลาดทั้งหลายที่เกิดขึ้น มันคือสิ่งที่มาเตือนเรา มาชี้ให้เราเห็นตัวตนที่เรากำลังยึดอยู่ มันจึงเป็นโอกาสทองที่เราต้องพิจารณา พิจารณาให้เห็นว่า เรายึดอะไร เราหลงยึดมันถือมันอะไรถึงได้เป็นเช่นนั้น ไม่ใช่จะมาัวเสียอกเสียใจ หรือเกลียดชังตัวเอง หรือทำถอย จริงๆแล้วเราน่าจะดีใจมากกว่า ที่ได้เห็นตะกอนที่เคยนอนเนื่องอยู่ในตัวเราถลบลอยขึ้น การเสียใจกับความผิดพลาดของตนมันคืออะไร มันก็คือความติดดี ถึงพูดเสมอว่า จะไปเสียใจอะไรกับมัน นึกว่ามันเพ็งมีหรือ? เราเพียงเห็นต่างหาก ไม่ใช่มันเพ็งมี ไม่ต้องห่วงยิ่งปฏิบัติไปสิ่งร้ายๆมันจะออกมาให้เห็น เพราะ หนึ่ง เราเริ่มกลับมามองตัวเอง แล้วนักปฏิบัติเรา ราคานุสัยก็ดี ปฏิฆานุสัยก็ดี มันยังคงมีอยู่เต็มไปหมดโดย

เราไม่เคยเห็นไม่เคยสนใจ เพราะมัวแต่ไปดูแลสุขภาพนอก เมื่อเราเริ่มมีสติ มองตนเอง เราก็จะเริ่มเห็นการแสดงออกหรือผลงานของมันที่ปรุงแต่งใจ ออกมา มันจึงดูใหญ่โตมาก “โอ้โฮ! ทำไมเราเป็นอย่างนั้นวะ, โอ้โฮ! ทำไมเราเป็นไปได้นขนาดนั้นเลย” ความรู้สึกพวกนี้จะทำให้เรารู้สึกเกลียดชังตัวเอง รู้สึกหดหู่ นี่คือตัวตนที่ติดดี ตัวตนที่ซ่อนตัวตน ที่มันหลงว่ามันดี ทั้งๆที่สิ่งไม่ได้ข้างในยังไม่เคยรู้ถอน แทนที่จะบอกว่า “เฮ้ย! ดีไว้ย แหม! เราไม่เคยเห็นตัวนี้มาตั้งนาน เอาล่ะได้โอกาสรู้ถอน โอ้! มันโผล่มาแล้ว ดินะที่เห็นว่ามันยังมีอยู่” ถ้าเช่นนี้ เราก็จะรู้สึกขอบคุณคนที่เขามาเขย่าเรา ขอบคุณที่เขาช่วยให้เราได้เห็นและจัดการกับสิ่งเหล่านี้ได้เร็วขึ้น ซึ่งมันเป็นผลจากที่เราไม่หลงคิดว่าตนดี เราเองก็เข้าใจและยอมรับว่าเรายังมีข้อผิดพลาดที่ต้องแก้ไขอยู่อีกมากมาย นี่คือนคนที่มีความอ่อนน้อม ยิ่งถ้าคิดว่าเราดี เราหลงว่าเราดีแล้วอยู่นานเท่าไร ตัวตนเราก็จะใหญ่โตขึ้นเท่านั้น ผลก็คือมันจะหลงสร้างมานะความถือดีที่ะหงตงขึ้นในที่สุด เพราะฉะนั้นต้องดูให้เป็นนะ ต้องดูให้ถูกนะ ถึงได้บอกว่า พวกเธอพอได้ ยิน พอปฏิบัติไป เรายิ่งเพียรไปมากขึ้นๆ เริ่มดูตัวเองมากขึ้น อยู่กับตัวเองเรื่อยๆ เดียวเราก็จะเห็น คราวนี้จะเห็นเห็นเห็นเห็น เติมไปหมดเลย แล้วจะรู้ว่าของจริงมันคืออะไร เข้าใจมั๊ย เราเคยเห็นหน้าตัวเองแต่ในกระจก นึกว่าเจ้าของมันงามอย่างโน้น ดีอย่างนั้นอย่างนี้ คราวนี้จะไม่ใช่ ถอดรูปเงาจะออกนะ ถอดรูปพระสังข์ออกแล้วจะเห็นรูปเงาภายใน ข้างนอกอาจจะดูเป็นพระสังข์ สุกด้วยทองเพราะเพิ่งไปแช่มา คราวนี้พอรูปพระสังข์ถูกถอด มันจะพบรูปเงาอยู่ข้างใน

ถ้าคนเราไม่มองเข้ามาในตัวเราเอง มันก็ไม่มีทางรู้ถอนสิ่งเหล่านี้ได้ ยามเมื่อคนอื่นเขากระทำการสิ่งที่ทำให้เราไม่พอใจ ถ้าเรามองแบบเด็กๆ เพียงว่า “ไอ้คนนี่นิสัยของมันคนเขาเกลียดกันทั้งเมืองละ คนนี้เหวอ เขาไม่ชอบหน้ากันทุกคนนั่นละ มันขึ้นชื่อเลย มันเขย่าเขาได้หมดทุกคน” ถ้าเราคิดอย่างนี้ เราจะหันมาแก้ไขตัวเราเองเหวอ แต่ถ้าเราคิดใหม่ว่า “เขาช่วยมาเขย่าให้เราเห็นตัวตนของเรา เรายังมีความยึดติดตรงนี้อยู่ขอบคุณมากที่เขาช่วยทำให้เราได้เห็น” ถ้าคิดเช่นนี้ มันก็สนุกแก้ไข ยินดีที่จะยอมรับความผิดพลาดของตน และพร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุง หากเราคิดเช่นนี้ มันก็จะไม่สร้างตะกอนใหม่เข้าไปอีก และมีโอกาสในการตัดเอาตะกอนเก่าที่นอนเนื่องออกให้หมดได้

เราจึงต้องดู เรียนรู้ ยอมรับ แล้วแก้ไขมัน ซึ่งก็ไม่ใช้การแก้ไขที่สองที่แล้วมันจะหมด มันยังไม่จบนะ เริ่มต้นมันต้องพิจารณาให้เห็น ให้จิตมันยอมรับ ให้เกิดปัญญาสัมมาทิฐิเสียก่อน ต่อไปก็ต้องใช้ปัญญาสัมมาทิฐินี้ไปประกอบสติดูซิว่า ยามเมื่อมันกระทบเช่นนั้น มันยังหวั่นไหวอีกมั้ยหรือมันลดลงอย่างไร จากเคยหวั่นไหวเบรียงปราง ตอนหลังพอมันยอมรับเหตุผลเกิดสัมมาทิฐิแล้วไปกระทบอีก มันจะเบาลง สั่นลง จนในที่สุดก็เหลือนิดเดียว หรือหมดไป เพราะทุกๆ ครั้งก่อนที่มันจะเริ่มลดลง มันจะต้องเกิดปัญญาที่หนักแน่นขึ้นก่อน เราจึงต้องพิจารณาบ่อยๆ พิจารณาจนจิตมันยอม ถ้าเราบอกว่า “พิจารณาแล้วคะ แต่มันยังไม่ยอมหรอก หนูไม่รู้จะพิจารณาอย่างไรแล้ว เอาไว้คราวหน้าต่อกี้แล้ว

กัน” นั่น ไม่ได้นะ เธอต้องพิจารณาจนกว่าจิตมันจะยอม ถ้าจิตยังไม่ยอมแสดงว่า ความหลงตัวตนนั่นของเธอมันชนะปัญญาของเธอ ถ้าเธอไปกระทบอีกเธอก็เศร้าอีก เต็มมันจะก่อกรรมใหญ่โตขึ้น เธอจึงต้องขยันพากเพียรพิจารณาเพื่ออุดรอยรั่วมันให้หมด อีกหน่อยมันก็จะสั้นลงๆๆ เมื่อทำไปเรื่อยๆ เช่นนี้ อนุสัยมันก็หมด ปฏิฆานุสัย ก็จะไม่ค่อยๆหมดไป

แต่ถ้าเราลบลกเลื่อน หลบหนี เบี่ยงเบน หรือแค่คิดจืดระงับใจไว้เท่านั้น สิ่งที่ย้ายไปมันคือ ความโกรธตรงนั้น แต่ความหลงที่ทำให้โกรธมันยังคงอยู่ และเหตุสมุทัยมันยังอยู่เต็มๆ แล้วเมื่อกระทบอีก มันก็จะเคยชินที่จะโกรธได้งายขึ้นอีก ความรุนแรงของปฏิฆานุสัยก็จะมากขึ้นใหญ่โตขึ้น คราวนี้แนวโน้มที่จะเกิดความโกรธมันก็จะมากขึ้นและรุนแรงขึ้นไปอีก เพราะเธอชำนาญอย่างนั้น เธอยังเป็นทาสมัน เธอยังไม่สามารถรื้อถอนมันได้ เราจึงต้องกล้าเผชิญกับความจริง เพราะนี่คือตัวตนของเรา ตัวตนนี่เราหลงยึดไว้ แต่มันก็ไม่ใช่ตัวตนอันถาวรที่จะคงที่อยู่อย่างนั้น เราสามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ แต่มันจะต้องพยายามฝึกตน มองตนให้มาก ถ้าเราไม่รู้จักเอามาคิดพิจารณาเลย ไม่รู้จักจัดการที่เหตุของมัน รื้อถอนรากเหง้าของมันให้หมด เต็มมันก็จะเกิดอีก แล้วสิ่งพวกนี้มันจะออกมาหมด ถ้าเราสะสมอะไรไว้ เราตอกย้ำความไม่พอใจอะไรไว้ มันจะมาเป็นชุดๆ แม้กับคนๆเดียวที่เราผูกใจไว้ ยังไม่เคยรื้อถอนไม่เคยให้อภัย ไม่เคยพิจารณาแก้ไขเหตุที่ตัวเรา เวลากระทบอีกมันก็จะชนเอามาหมด เอามาปรุงแต่งจนดูจริงจังจนเราไม่สามารถออกมาได้

ยกตัวอย่างเช่น หาก นาย ก เขาทำให้เราโกรธขึ้นมา แล้วเราก็บอกว่า “ช่างมันว๊าย ช่างห่วยมัน” โดยไม่สนใจกลับมาดูที่ตัวเรา ครั้งที่หนึ่งเราก็เฉย ครั้งที่สองเราก็เฉย ครั้งที่สามเราก็เฉย ครั้งที่สี่เราก็เฉย ครั้งที่ห้าเราก็เฉย เป็นสิบครั้งที่เราก็เฉย พอเจอครั้งที่สิบเอ็ด “กูไม่ไหวแล้ว กูระเบิดเปรี้ยว” ความคับแค้นทั้งสิบครั้งที่เราเก็บไว้ ที่เราตอกย้ำไว้มันจะออกมาหมด เดี่ยวเรื่องเบอร์หนึ่งก็มา ว่าคราวก่อนก็ทีหนึ่งแล้วนะอย่างนี้ เดี่ยวเบอร์สองก็มาว่าครั้งสองกูก็กก็ให้อภัยมึง เบอร์สามก็มาว่าคราวนั้นก็อย่างนี้ อย่างนั้น มันจะบ่น เป็นหมิ่นกึ่ง เป็นสิบเรื่อง ไข่ที่เก็บไว้ทั้งหมดที่ไม่เคยรื้อ ยังไม่เคยแกะ ยังไม่เคยลบมันออกด้วยการละสมุทัย มันก็ฝังอยู่ แล้วคราวนี้มันก็มาเป็นชุด พอมาเป็นชุดเรอก็ตั้งหลักไม่อยู่ เรียกว่าวิบากกรรมมันสุกงอม เรอบ่มได้ที่แล้ว สุกงอมแล้ว คราวนั้นก็นิดนึง คราวนี้ก็นิดนึง เพิ่มความร้อนไปที่ละนิดๆ จนมันสุก มันก็จะมาหมดทั้งชุดไม่รู้จะไปชุดมาจากไหน จากอดีตชาติจบไปแล้วมันก็ยังเอามาได้ ความเลวของอิตาคนนี้ที่เราเคยฝังใจไว้มันมาหมดเลย ผลเลยผลักดันให้เราออกกรรมหนักไปจนได้ เพราะวิบากกรรมมันสุกงอม ถ้าเราไม่เคยรื้อหรือเหตุออกให้หมด มันไปได้ทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น ถ้าเราหวนไหวไปกับเรื่องอะไร ไม่ว่าโลก โกรธหลง นั้นแสดงว่าเรายังมีมิจฉาทิฐิในเรื่องนั้นๆ เรายังหลงอยู่ในการปรุงแต่งที่เราปรุงขึ้น จิตเดิมแท้ มันไม่มีอะไรอย่างนั้น ไม่ยึดอะไร มันจึงไม่หวนไหวต่อการรับรู้อะไร มันว่างและอิสระต่อการรับรู้มันๆ มันไม่หลงให้

คุณค่า ความหมาย มันใสกระจ่างและว่างเปล่า มันจึงไม่มีความไม่บริสุทธิ์ของการปรุงแต่งเจือปนอยู่ แต่เพราะว่ามันมีความไม่บริสุทธิ์ของอวิชชาอยู่ เพราะอนุสัยอาสวะ มันจึงเริ่มปรุงแต่ง มันก็เลยห้วนไห้ พอปรุงแต่งมันก็เกิดความเคลื่อนไหวของจิต ความเคลื่อนไหวของจิตระดับนี้ก็คือ นิรวรณ เริ่มตั้งแต่ กามฉันทะ พยาบาท มันจึงขยับ นั่นเพราะว่ารากเหง้าของมันคือ มิจฉาทิฐิ คืออวิชชา เพราะฉะนั้น เราจะแก้นิรวรณได้ อย่างแท้จริง เราจะต้องแก้ที่ความหลง เราต้องสร้างสัมมาทิฐิขึ้น เมื่อมีสัมมาทิฐิก็นำไปประกอบสติ รู้เท่าทันตนเอง จนตั้งมั่นไม่หวั่นไหวไปกับอารมณ์ที่มากกระทบ เมื่อสงบไม่หวั่นไหวก็จะทำให้เราเห็นแจ้งตามความเป็นจริง เกิดวิชชาสลายอวิชชาความหลง สิ่งที่ยึดติดก็ถูกปลดจากต้นขั้ว

จิตตั้งมั่นเพราะสัมมาทิฐิ สัมมาสมาธิคือความสงบตั้งมั่นอยู่บนสัมมาทิฐิ เป็นเครื่องกำจัดความหลงให้หมดสิ้นไป สมาธิในมรรค หรือ สัมมาสมาธิ มันจึงเป็นสมาธิบนสัมมาทิฐิ เป็นโลกุตระสมาธิ มันไม่ใช่สมาธิแบบธรรมดา แบบโลกียะสมาธิ ไม่ใช่สมาธิแบบกำหนดแค่ลมหายใจ หรือกำหนดโน่น นี่ นั่น ให้จิตสงบ นั่นเป็นของที่มีมาก่อนพระพุทธเจ้า แต่ก็ได้ไม่ได้หมายความว่า ไม่ให้ทำอันนั้นนะ ให้ทำ เพราะอันนั้นเป็นรากฐาน ถ้าเราไม่มีแรงโลกียะสมาธิให้จิตสงบเสียก่อนเลย เราจะกระโดดไปเดินมรรคมันก็เป็นเรื่องยาก เพราะจิตยังหวั่นไหว เมื่อจิตสงบไม่หวั่นไหวได้ ก็ให้นำมาพิจารณาให้เกิดสัมมาทิฐิ เมื่อมีสัมมาทิฐิก็นำมา

ประกอบสัมมาสติ เมื่อสติประกอบสัมมาทิวัจฉินจิตอิสระตั้งมั่นอยู่บน
ความรู้แจ้งตามความเป็นจริงนั้นได้ ก็กลายเป็นสัมมาสมาธิ

เพราะฉะนั้น ต้องเข้าใจให้ถูกนะว่า สัมมาสมาธิ คือ สมาธิที่ตั้ง
มั่นอยู่บนสัมมาทิวัจฉิ ตัวนี้ล่ะที่เราต้องพิจารณา ถ้าเราไม่พิจารณา มันไม่
มีทางจะเกิดสัมมาทิวัจฉิได้ ซึ่งก่อนที่เราจะพิจารณา เราก็ต้องได้ยินได้ฟัง
ได้อ่านได้เรียนรู้มาจนเข้าใจ ซึ่งการพิจารณาก็มีสองแบบคือ คิด
พิจารณา กับ พินิจพิจารณา การคิดและการเฝ้าสังเกตจากของจริง เฝ้าดู
สังเกตเรียนรู้จากปรากฏการณ์จริง ซึ่งเราต้องทำทั้งคู่ถึงจะเกิดสัมมาทิวัจฉิ
ยิ่งเห็นจริงเท่าไร สัมมาทิวัจฉิยิ่งแน่น ยกตัวอย่างเช่น เราได้ยินได้เห็นแผนที่
เดินทางมาที่นี้ แต่เราไม่เคยเดินทาง เราอาจจะเข้าใจแต่ก็ไม่เท่าเรา
นำมาพิจารณาให้แจ่มชัด ตอนหลังเราเอาแผนที่มากางดูเส้นทางเห็นรายละเอียด
ละเอียดว่าจะต้องไปอย่างไร ตรงนี้เลี้ยวอย่างไร มันก็เข้าใจหนักแน่น
ขึ้น ก็เข้าใจตามที่เขาสอนมาในแผนที่นั้นนั่นล่ะจนเห็นชัด จำได้ แต่ก็ยังไม่
เท่าเรามาเห็นเอง เมื่อเราเดินทางจริง มาจริง ถึงจริง คราวนี้สัมมาทิวัจฉิ
เราจะเต็ม ฉะนั้นต้องพัฒนาไปตามลำดับขั้น

ปัญญามันไม่เกิดง่ายๆหรอก ที่ชอบบอกกันว่าเดี๋ยวมันเกิดเอง
เนี่ย เอาเถอะ อย่าไปเดินมรรคแบบนั้น มรรคแบบนั้นเขาเรียกว่า มั่งง่าย
ไม่ใช่มรรคจริง มันเป็นมั่งง่าย มันไม่เกิดอะไรหรอก ได้ประเภทคอย
ปัญญาเกิดเอง โอ๊ย! สาธุ เธอคงเป็นผู้เลิศ เพิ่งอวดตาลงมามั่ง แหม!
เขาเซ็นกันแทบตายไม่เห็นว่ใครมันจะเกิดปัญญากันสักคน กว่าปัญญา

มันจะเกิดมันต้องอาศัยเหตุปัจจัยมากมาย ขนาดผู้ที่เขาอวตารลงมาจริงๆ ยังต้องเซ็นตัวเองกันเป็นสิบปี นี่มันไม่ต้องเลยเดี๋ยวมันเกิดเอง เธอไม่ใช่ครูบาอาจารย์ Re-incarnation กลับชาติมาเกิดนะ แต่มันมาจากขุมไหนก็ไม่รู้ คนเราถ้าชอบคิดอย่างนี้ คิดว่าเราเป็นผู้เลิศ เราเป็นผู้พิเศษ ชอบคิดว่าเราเป็นผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ถ้าอย่างนี้เราก็เสร็จ มันจะประมาทนอนใจ เพราะบอกแล้วว่า จะเลิศหรือด้อยอย่างไร เราก็ต้องเริ่มนับหนึ่งใหม่ แล้วไม่ใช่เริ่มหนึ่งใหม่ด้วยมรรคอย่างเดียวนะ ต้องเริ่มหนึ่งใหม่ด้วยการกำจัดกิเลสไปที่ละตัว ต่อให้ชาติที่แล้วไปถึงเบอร์ 80 มาชาตินี้ก็ ต้องเริ่มหนึ่งใหม่ เพราะมันมีใหม่ ของเก่ามันลืมนไปแล้ว มันไม่มีตัวตนแบบนั้น เข้าใจมั๊ย แต่คนเราก็ยังหลงคิดว่ามันจะมีตัวตนถาวรแบบนั้น อยู่อีก ดูง่าย ๆ ก็แล้วกันว่า เราเป็นผู้เลิศหรือผู้ด้อย เรามักมากในโลกธรรมหรือเปล่า เราเป็นคนมักโกรธ มากไปด้วยอุปกิเลสหรือเปล่า เราเห็นแก่ประโยชน์ตน เห็นแก่ความสุขของตนหรือเปล่า หรือว่า เราเป็นผู้มักน้อย สันโดษ รักและเมตตาผู้อื่น เสียสละให้ผู้อื่นได้ ปวารณาให้ผู้อื่นมีความสุขอยู่เสมอ นั่นเราเป็นแบบไหนกัน

การจัดการความโกรธ 2

นี่เรามาลองนั่งพิจารณากันดู สมมติว่าเราโกรธอะไรสักเรื่องนะ เช่น มีคนมาทำให้เราไม่พอใจ หรือมีคนมาด่าเรา เราก็เลยเกิดความโกรธ บันดาลโทสะออกไป ตรงที่เราโกรธนี้ เราตั้งมั่นมัย เราสงบมัย ไม่สงบ ใ่มัย นิรวรณไม่ต้องพูดถึง มีแน่ๆ ฤกมัย บันดาลโทสะจนถึงโกรธ นั่น แสดงว่าเรากำลังยึดมั่นเต็มที่ เรายึดมั่นอะไรบ้างลองมาดูกัน ฤฎก คำด่า คือด่าจริง เมื่อเรายังยึดมั่นอย่างนี้ แสดงว่าเราไม่เข้าใจในความหลงของเรา เรายังหลงโลกธรรม หลงคำด่า หลงการไม่ได้ดังใจ ตรงนั้นมีทิฐิมานะ มัย มีเต็มๆ และก็หลงเชื่อในความเห็นของกว่าฤกต้อง เห็นมัย ไม่ว่าจะ โกรธเรื่องอะไร ทิฐิมานะ มันเพียบอยู่แล้ว นี่แค่โกรธในมโนนะ ถ้าออกไปจะตีกับเขา ไปด่าตอบเขา มันก็ยิ่งไปกันใหญ่ อันนี้เราพูดแค่ตรงที่ มโนก่อนนะ เพราะยิ่งกว่านั้นมันเกินไปแล้ว ดังนั้น เราจะเห็นว่าใ้ทิฐิมานะ ซึ่งคือ การที่เราจะยึดมั่นว่าความเห็นของเรามันฤก เช่น การปักใจ เชื่อว่า ก็เขามาด่าเรา หรือ เราบอกให้เขาทำอย่างนี้แล้วเขาไม่ทำตามใจของเรา แล้วเราก็ขุ่นเคือง พุ่มพ่ายอยู่ข้างในนี้ นั่นแสดงว่าเรายึดว่าความเห็นของเรามันฤก ใ่มัย

สมมติเรากำลังมีความสุขกับอะไรอยู่ แล้วอยู่ดีๆ มีคนมาทำให้

เราทุกข์ มาใช้งานเรา มาทำให้เราเสียความสุขความสบายที่มีอยู่ไป นั่นเรากำลังหลงจมแช่อยู่ในความสุขของตัวเอง ไข่ม้อย เมื่อมีคนมาพลัดพรากมันออกไป เราก็ทุกข์ เราก็โกรธ นั่นมันเป็นความยึดในโลกธรรมของเราทั้งนั้นเลย แล้วที่เรายึดโลกธรรมมันเป็นเพราะอะไรเล่า โลกธรรมมันคืออะไร โลกธรรม มันคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ถ้าเรายึดโลกธรรมก็แสดงว่าเรายึดรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสนั้นแน่นอน ยังไม่ต้องพูดถึงภายในนะ นี่ เรายึดรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสภายนอกเลย แล้วเราเห็นม้อย ในขณะที่นั้นว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสภายนอกนั้นมันไม่ได้มีอยู่จริง มันเป็นผลที่เกิดมาจากจิตของเรา เราก็ไม่เห็นหรอก เพราะเราหลงอย่างเต็มที่ว่ารูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสภายนอกนั้นมันมีอยู่จริง นั่นก็หมายความว่าเราหลงตัวกู้อยู่ ไข่ม้อย มีตัวกู มีสักกายทิวี่แน่นอน ความโกรธ พยาบาท มันอยู่ในอุปกิเลสทั้ง 16 มันเกิดจากเราหลงตัวกูของเราเต็มๆ เรายึดว่ามีเรา เรายึดว่าทิวี่ของเราถูกต้อง เรายึดรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ครอบ นี่คือความเป็นปกติของมนุษย์ นี่คือปุถุชน ไม่ใช่หนักปฏิบัติ แต่ถ้าเราเป็นนักปฏิบัติ เราจะต้องฝึกให้เข้าใจเรื่องนี้ เราต้องพิจารณาเรื่องนี้ว่าไม่มีความเป็นเราอย่างไร

เราจึงต้องมีสติปัญญาที่ตั้งมั่น ที่จะไม่หลงสร้างทิวี่มานะขึ้น เวลากระทบเราก็จะต้องไม่หลงในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส จะอะไรก็แล้วแต่ จะระดับไหนก็แล้วแต่ ถ้าเรายังหลงอยู่ระดับนี้ เราจะกระโดดไปพูดเรื่องขันธห้าว่างเปล่าได้ม้อย ได้ แต่ตัดกิเลสไม่ได้หรอก ไม่มีทาง

สติปัญญามันไม่พอ ความรู้ว่า ชั้นห้าว่างเปล่าของเรา มันไม่มา มันไม่สามารถตั้งมั่นได้ มันก็ใช้ไม่ได้ ตัดกิเลสไม่ได้ ไม่ใช่ความรู้มันผิดนะ แต่อินทรีย์เราอ่อนไปต่างหาก ลองยกตัวอย่างกลับกันบ้าง ถ้าเราสามารถตั้งมั่นอยู่กับสัมมาทิฐิที่ว่า ชั้นห้าว่างเปล่า ถ้าเรามองเห็นว่าชั้นห้าว่างเปล่าของว่างเปล่า หรือ ไม่ต้องถึงชั้นห้าว่างเปล่าก็ได้ เอาแค่ว่า ชั้นห้าว่างเปล่านั้นไม่ใช่ของ ไม่มีของ ไม่มีกู ถ้าเราเห็นอย่างนั้นจริง เห็นว่าเป็นเรามันไม่มีอยู่จริงเป็นเพียงมายาของจิต เราจะมีทิฐิมานะมัย มันจะหลงรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสมัย มันไม่มีทาง ถ้ารูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสมา มันก็จบไปเท่านั้น หมดความหมายมันโดยความเป็นกูของกู แล้วมันจะหลงโลกธรรมได้มัย มันไม่มีทาง แล้วความโกรธมันจะเกิดมัย ไม่มีทาง นั่นคือ ถ้ามันโกรธ แสดงว่ามันมีความหลงต่างๆเหล่านี้หมด ถ้าเราโกรธก็แสดงว่าเรายังหลงยึดตัวกูเต็มๆ ถึงได้บอกว่า อูปกิเลสมันเป็นเครื่องแสดงตัวตนอันหยาบของเรา และมันยังเป็นเครื่องสะท้อนให้เราเห็นว่า ความรู้ทั้งหลายที่เราพูดมานั้นและเราคิดว่าเรารู้แล้วนั้น มันไม่สามารถตั้งมั่นได้

แล้วการยึดตัวกูมันเป็นอย่างไร มันยึดอะไรบ้าง หนึ่งในยึดกายนี้เป็นเราเป็นของเรา เรามองไม่เห็นว่ารูปร่าง เสียง กลิ่น รส สัมผัสนี้มันเกิดจากจิตของเราเอง เราหลงยึดว่ารูปร่าง เสียง กลิ่น รส สัมผัส นั้นมันมีอยู่จริงแท้ ส่วนสิ่งข้างในที่เกิดขึ้นซึ่งเรายังมองไม่เห็นก็คืออาการรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือการเห็น การได้ยิน เป็นต้น นั้นมันยึดอยู่ในตัวเราแต่เรามองไม่เห็น เราไม่รู้ หรือพูดง่ายๆ ว่า ณ ขณะนั้น เราไม่มีสติปัญญาที่

จะรู้เท่าทันความจริงของขันธุ์ห้าที่ปรากฏขึ้น เราเลยหลงยึดขันธุ์ห้าเป็นเราเต็มๆ ซึ่งแน่นอนถ้าเรายึดขันธุ์ห้าเป็นเรา ก็คือยึดรูปร่างนี้เป็นเรา เมื่อเรายึดว่ารูปร่างขันธุ์ห้าเป็นเรา เราจะหลงยึดว่าขันธุ์ห้ามีอยู่จริง มีอยู่จริงแน่นอน เพราะฉะนั้น อวิชาที่เราหลงยึดว่าขันธุ์ห้ามีอยู่จริง มันตรงกันข้าม และบดบังความจริงที่ว่า ขันธุ์ทั้งห้ามันว่างเปล่า เมื่อเรามี อวิชาเช่นนี้ประกอบจิต การรับรู้ใดๆ ที่ปรากฏ ก็ล้วนจะเป็นไปเพื่อความยึดมั่นถือมั่นทั้งสิ้น

เห็นมั้ยว่า การที่เราโกรธขึ้นมาได้นี้ เราหมดไปเท่าไร เราหลงไปเท่าไร นั่นแสดงว่าธรรมชาติที่เราได้เรียนรู้มาว่า ขันธุ์ห้ามันว่างเปล่า เพราะอย่างนั้นอย่างนี้ มันยึดไม่ได้เพราะอย่างนั้นอย่างนี้ มันไม่มีแรง มันไม่สามารถตั้งมั่น มันไม่สามารถตั้งมั่นอยู่ในจิตของเราได้ จนทำให้จิตหลงสิ่งที่มันรู้ ออกไปปรุงแต่งมากมาย พระพุทธองค์ท่านถึงได้ทรงแสดงไว้ว่า มรรคมันจะไปจบที่สัมมาสมาธิ เพราะฉะนั้น ความรู้ต่างๆ ที่เราเรียนรู้ศึกษามา มันต้องไปจบลงที่ทำให้จิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวเป็นอิสระจากอารมณ์นั้นๆ ได้

ถามว่า การยึดในโลกธรรมเป็นเหตุแห่งทุกข์มีัย การหลงว่าโลกธรรมเป็นสิ่งจริงแท้ อย่างว่าแต่จริงเลย แต่การจะเอาแต่โลกธรรมข้างเดียว เอาแต่ชม ไม่เอาด่า เอาความสุข ไม่ต้องการความทุกข์ ชอบให้เขา ยกย่องยกยอให้เกียรติเรา แต่ไม่ชอบให้ใครเขามาดูถูกเหยียดหยาม ชอบได้ ชอบลาภ แต่ไม่ชอบเสีย นี่มันเป็นความหลงมีัย เป็นอวิชามมีัย

เห็นมัย พอมันมือวิชา ความคิดทั้งหลายมันก็ออกไปจากความหลง หลง
ที่ไม่เข้าใจความจริง ไม่เข้าใจความจริงเรื่องโลกธรรม ไม่เข้าใจว่ามันเป็น
เรื่องธรรมดา มีได้ก็ต้องมีเสีย มีสุขก็ต้องมีทุกข์ มีชมก็ต้องมีด่า มีการให้
เกียรติก็ต้องมีการดูถูกเหยียดหยาม มันไม่เข้าใจ มันไม่เห็น เมื่อไม่เห็น
เช่นนั้น ก็ไม่มีสัมมาทิฐิ เมื่อไม่มีสัมมาทิฐิ มิจฉาทิฐิก็ครอบงำ ผลก็คือ มัน
นำพาเราไปสู่ความทุกข์เท่านั้น

แต่ถามดูเถอะ ตอนนี่ เรื่องนี้ใครๆ ก็รู้ ถูกมัย ถ้าพูดเรื่องนี้ หลาย
คนอาจบ่นว่ามันธรรมดา กระจอก สอนอะไรแต่เรื่องโลกธรรมแปด ใครๆ
เขาก็รู้ มีได้ก็ต้องมีเสีย มีสุขก็ต้องมีทุกข์ ก็จริงอยู่ ใครๆก็รู้ แต่นั่นมันแค่
เข้าสมอง ไม่ได้เข้า(ถึง)ใจ มันเลยไม่เกิดสัมมาทิฐิที่เข้มแข็งพอ ไม่เกิด
สัมมาสมาธิ ที่ว่ารู้นั้น มันแจ่มแจ้งจนจิตยอมรับเป็นสัมมาทิฐิหรือเปล่า
สัมมาทิฐิมันไม่ใช่แค่เคยได้ยิน หรือเคยเข้าใจคนอื่นพูด ถ้ายังหลง กลียด
คำด่า บ้าคำชมอยู่ นั่นคือเธอยังไม่มีสัมมาทิฐิเลย แม้ยังไม่โดนด่า แต่เธอ
ก็ยังคิดไปเช่นนั้น นั่นแสดงว่าเธอไม่มีแม้กระทั่งสัมมาทิฐิ “ใครจะไปชอบ
ความทุกข์ล่ะ ความสุขสิของดี ฉันไม่เอาหรอกทุกข์ ฉันจะเอาแต่สุข” นั่น
ก็ยังไม่สัมมาทิฐิเลย “ใครจะไปชอบให้คนดูถูกเหยียดหยาม สอนอะไร
วะ ใครๆเขาก็ชอบให้คนให้เกียรติทั้งนั้นล่ะ ชื่อเสียง เกียรติยศ ร่ำรวย
เป็นที่นับหน้าถือตา นี่สิสิ่งดี” หากคิดเช่นนั้น นั่นก็แสดงว่ายังไม่มี
แม้กระทั่งสัมมาทิฐิ ถูกมัย

เพราะฉะนั้นเมื่อไม่มีสัมมาทิฐิ เราก็มีเหตุแห่งทุกข์เต็มๆ คือความหลง ถามว่า ถ้าหลงคิดอยู่อย่างนั้น จะทะยานอยากไปในลาภ ยศ สรรเสริญ มั้ย แน่แน่นอน เพราะความหลงมีอยู่เต็ม เมื่อหลงอยู่เช่นนั้น เต็มๆ มันย่อมผลักดันไปสู่ตัณหาแล้วก็ให้ผลเป็นทุกข์แน่นอน ทุกข์เพราะ เต็มไปด้วยเหตุแห่งทุกข์ เต็มไปด้วยความหลงไม่เข้าใจว่า นี่มันเป็นเหตุ แห่งทุกข์ เมื่อไม่เข้าใจแม้กระทั่งตรงนี้ จะเอาอะไรไปตั้งมั่น สัมมาทิฐิไม่มี มรรคอันเป็นหนทางสู่ความพ้นทุกข์ ก็เดินไม่ได้ มันก็ทุกข์ร้อย เปอร์เซ็นต์ ชีวิตที่เดินไปบนความหลงเช่นนี้ ก็มีแต่ทุกข์และทุกข์เท่านั้น

คราวนี้หากดีขึ้นมาน้อย มีโอกาสมาได้ยินครูบาอาจารย์พูดว่า มีสุขก็ต้องมีทุกข์ มีสรรเสริญก็ต้องมีนินทา มีคนเขาให้เกียรติก็ต้องมีคน เขาดูถูกเหยียดหยามเรา มีได้ก็ต้องมีเสีย เรานำไปพิจารณาจนมันเข้าใจ “เออ! จริงว๊าย เออ! เห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดาจริงๆเลย เออ! ฉันเห็นเลย เข้าใจแล้วละที่ท่านสอน” ถ้าเธอเข้าใจและยอมรับได้จริงๆ นี่เรียกว่า เริ่มมีสัมมาทิฐิ แต่ถ้าเธอยังไม่สามารถตั้งมั่นในสัมมาทิฐินั้นได้ กระแทบปุ๊บ เข้าใจอยู่แต่มันยอมไม่ได้ เบี่ยง ออกไปเลย นั่นเป็นเพราะอะไร เพราะ มันยังไม่สามารถพัฒนาไปจนเกิดสัมมาสมาธิได้ มันไม่สามารถตั้งมั่นได้ แม้เรามีสัมมาทิฐิ แต่ก็ไปไม่ถึงสัมมาสมาธิ เพราะอะไร เพราะเหตุ บัจฉัยมันยังไม่พอ เราอาจขาดองค์ที่เหลือตรงกลาง สติไม่ตั้งมั่น ความเพียรไม่ตั้งมั่น ไม่ได้ควบคุมตัวเองไว้ หรือ เราไม่มีสัมมาสังกัปปไป แม้รู้แม้ มีสัมมาทิฐิแล้ว แต่เรายังไม่มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะไม่ผูกโกรธใคร จะไม่

เบียดเบียนใครด้วยวาจา ด้วยกายและด้วยใจ จะไม่คิดร้ายกับใคร จะไม่โกรธใคร จะมักน้อย สิ่งเหล่านี้มันเป็นเหตุปัจจัยที่จะช่วยกระตุ้นเรา ช่วยเกื้อหนุนเราให้เราตั้งมั่นในสัมมาทิฐิ มันเหมือนปฏิกิริยาของต้นสัมมาสังกัปป คือคิดที่จะทำ ตั้งใจที่จะทำจะเป็นเช่นนั้น มันเหมือนอธิษฐาน มันเหมือนกับว่า เมื่อเกิดความเข้าใจแล้ว มันก็เกิดความตั้งใจที่จะทำเช่นนั้น ต่อไปนี้ฉันจะต้องไม่ผูกโกรธใครไม่เบียดเบียนใคร มันเป็นอภิปาปะสังกัปป เป็นอวิหิงสาสังกัปป หรือแม้กระทั่งเนกขัมมะสังกัปป ถ้าเราเข้าใจว่า มีลาภได้มากก็ต้องเสียไป ต้องเสื่อมลาภไป มีสรรเสริญก็ต้องมีนินทาจริง แล้วเราจะมักมากมัย จะอยากได้มัย จะกลัวเสียมัย ถ้ามันเข้าถึงใจจริงมันไม่กลัวหรอก มันจะมักน้อยเสียด้วย แล้วเราจะคิดผูกโกรธคนมัย มันไม่มีทาง ดังนั้นสิ่งต่างๆ เหล่านี้เราจึงต้องฝึกฝึกให้มาก พัฒนาให้มาก จากสัมมาทิฐิ ให้มันพัฒนาไปสู่สัมมาสังกัปป สัมมาสังกัปปมันจะช่วยทำให้สัมมาทิฐิมันหนักแน่นขึ้น มันคงขึ้น เมื่อเรามีสัมมาทิฐิในเรื่องโลกธรรมแล้ว เราก็ต้องพัฒนาต้องคิดต่อไปว่า ต่อไปนี้เราจะตั้งใจกับตัวเอง ตั้งใจที่จะมักน้อย ไม่ผูกโกรธ ไม่เบียดเบียนโลกธรรมมันก็มีทั้งสองด้าน แล้วเราจะไปดี้นรมมีมากทำไม ไปชุ่นเคื่องอะไรใครทำไม ถ้าเขาต่ำเขาดูถูก หากเรายึดสิ่งเหล่านี้มันก็มีแต่ทุกข์ ตั้งใจกับตัวเองโดยไม่ต้องไปประกาศกับใคร ไม่ต้องไปโอ้อวดใคร เอาตรงตัวเราเองนี่ละ ตั้งใจที่จะทำเช่นนั้น เขาเรียกว่า สัมมาสังกัปป เข้าใจมัย มันเกิดขึ้นในใจ มันเกิดจากปัญญาที่เราเห็นแจ้ง

ต่อไป เราก็พยายามที่จะควบคุมวจีกรรม และกายกรรมของเรา สัมมาวาจา สัมมาอาชีโว สัมมากัมมันโต เพื่อเกื้อหนุน เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เกื้อหนุนแก่การตั้งมั่นบนสัมมาทิฐิ สัมมากัมมันโต ต้องควบคุมความประพฤติของเรา พยายามที่จะอยู่ในกรอบ ในศีล ในธรรม ได้มากเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น เหมือนกับว่าเรามีสัมมาสังกัปปोเรื่อง เนกขัมมะ และเราถือศีลในสัมมากัมมันโต เรามักน้อย กินน้อย อยู่ง่าย โอกาสที่เราจะพลาดจากการอยากได้ลาภ อยากได้ ก้าวเสีย จะน้อยลง เพราะเราก็กินน้อยแล้ว กินเท่านี้ก็พอ กินแค่มือเดียว หรือกินแค่สองมือ แค่วิกาลโภชนา มันก็ตัดความยุ่งยาก และยังทำให้เรามีศีลบริวารมี ขันติบริวารมี อุเบกขาบริวารมีเพิ่มขึ้น เพราะฉะนั้นการถือศีลจึงเป็นเครื่องช่วย และเป็นกรอบให้เราได้อีกมากมาย

สัมมาอาชีโว คือการพยายามประกอบภาระงาน การดำเนินชีวิต หรือการดำรงตนในชีวิตประจำวันให้มันเกื้อกูลต่อการปฏิบัติ ไม่ใช่แค่การประกอบอาชีพสุจริตนะ นั่นมันแคบไป การดำรงตนในชีวิตประจำวันให้มันเพิ่มโอกาสหรือเกื้อหนุนต่อการปฏิบัติเป็นสิ่งจำเป็น เมื่อเรารู้ เรามีสัมมาทิฐิ รู้แล้วก็คิดที่จะทำในสิ่งที่ดีต่อไปเป็นสัมมาสังกัปปो แต่หากวันทั้งวันการทำงานมันไม่เคยเกื้อกูลต่อการปฏิบัติ วันทั้งวันมัวแต่คิดโน่นคิดนี่ คิดเพื่อลาภ ยศ สรรเสริญ คิดที่จะอยากได้อยากดีอยากมีอยากเป็นไป กับโลก ไม่มีเวลาที่จะคิดถึงการปฏิบัติ ไม่มีเวลาที่จะปฏิบัติ วันไปทั้งวันกับเรื่องกิน เรื่องเกียรติของโลก ห่วงโน่น ทำนี่ มีแต่ส่งออกนอก แล้วมัน

จะพันทุกซีได้อย่างไร มันจะตั้งมั่นบนสติสมาธิปัญญา ตั้งมั่นบนมรรค ไหวมัย ไม่มีทาง เพราะอาชีพการงานของเรามันพาไปแต่เพื่อโลก มันพาไปเสริมความโลภ โกรธ หลง แม้เราจะคิดว่าเรามีความมักน้อย เรามีเนกขัมมะสังกัปปไป แต่จริงหรือ อาชีพของเรามันมีแต่ส่งเสริมความมักมาก ต้องเอาให้ได้ เอากำไรมากๆ สร้างชื่อเสียงเกียรติยศแก่ตน ถ้าอาชีพเราเป็นอย่างนี้ มันก็ยาก มันก็เป็นอุปสรรคต่อมรรค สัมมาทิฐิไม่ได้ ถ้าเป็นอาชีพที่รู้จักพอ ไม่วุ่นวาย ไม่โลภมากเกินไป ไม่จมกับงานมากเกินไป ด้วย มันก็ยังคงพอรักษาการปฏิบัติได้ ในที่สุดก็ตั้งมั่นได้

ถึงบอกว่า สัมมาอาชีพคืออาชีพที่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติ การทำมาหากินที่ทำให้เรายังคงสามารถดำรงการปฏิบัติได้ มันไม่ใช่แปลเพียงว่าอาชีพสุจริต สัมมาไม่ได้แปลว่าสุจริตนะ สัมมาเป็นว่าถูกต้องเหมาะสม เป็นประโยชน์เป็นไปเพื่อความพันทุกซี อาชีพสุจริตคืออาชีพที่ไม่เบียดเบียน ไม่ไปส่งเสริมสิ่งไม่ดี ไม่ขายเครื่องฆ่า ไม่ขายเหล้า ไม่ขายยาพิษ แต่สัมมาอาชีพคืออาชีพที่เหมาะสมเกื้อกูลต่อการปฏิบัติ เป็นไปเพื่อความพันทุกซี อย่างพวกเธอนี้ เธอล้วนประกอบอาชีพสุจริตทั้งนั้น แต่มันมีเนกขัมมะ มันเกื้อกูลต่อการปฏิบัติมัย มันไม่เนกขัมมะ มันหมกมุ่น มันตอกย้ำความอยากได้กลัวเสียอยู่ทุกวัน แล้วสัมมาสังกัปปมันจะทำงานได้อย่างไร แล้วถ้าสัมมาสังกัปปไม่เกิด มันจะเป็นไปเพื่อความพันทุกซีอย่างไร แม้เราอาจจะจะมีสัมมาวาจา สัมมากรรมันโต ไม่โกหก ไม่ดื่มสุรา ไม่ฆ่าสัตว์ แต่อาชีพของเรามันพา วุ่นวายไปทั้งวัน จมอยู่กับการ

ได้ดีมีเป็น ชื่อเสียง เกียรติยศ ไม่มีเวลาที่จะปฏิบัติ แล้วมันจะเป็นไปเพื่อ ทุกข์หรือพ้นทุกข์ มันจะเป็นสัมมาอาชีโวได้มั๊ย เธอจะเดินมรรคได้ อย่างไร วันทั้งวันก็หมกมุ่นจมอยู่กับงานทางโลก นี่มันขาดเครื่องเกื้อกูล มันขาดสิ่ง¹ที่ช่วยสนับสนุนให้เธอเดินมรรค

แล้วคราวนี้เครื่องพาดำเนินมรรคจริงๆ ตัวที่จะมีผลต่อจิตใจของเราจริง ที่จะพาให้เราพ้นทุกข์ได้จริงๆ ละ มันคืออะไรต่อไป มันก็เริ่มที่ สัมมาวาจาโม สัมมาวาจาโมหรือความเพียรชอบ มันไม่ใช่แค่ความ ขยันหมั่นเพียรนะ แม้เธอจะขยันหมั่นเพียรทำมาหาเงินอย่างยิ่งยวด นั้น ก็ไม่เรียกว่า เธอมีสัมมาวาจาโม แต่สัมมาวาจาโมมันต้องหมายถึงสติ ปัญญา การกระทำ ที่เธอขยันบำเพ็ญเพื่อไปสู่ความพ้นทุกข์ ซึ่งก็คือการ นำมาสัมมาทสิฐิมา²ใช้ให้เกิดผล เธอต้องรู้ว่า อะไรควร อะไรไม่ควร อะไร ถูก อะไรผิด อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์ อะไรจะพาพ้นทุกข์ แล้วก็ ขยันหมั่นเพียรละสิ่งที่เป็นเหตุ ละสิ่งที่ไม่ควร และเจริญสิ่งที่ควร สิ่งที่จะ พาไปสู่ความพ้นทุกข์ ตรงนี้เป็นศูนย์กลางเลย เป็นศูนย์กลางแห่งมรรค

ยกตัวอย่าง เช่น แม้เธอมีสัมมาทสิฐิว่า “โลกธรรมทั้งหลายมัน ล้วนไร้สาระแก่นสาร การดิ้นรนไปเพื่อการได้ดีมีเป็นแบบโลกๆ ล้วน นำไปสู่ความทุกข์” แล้วเธอก็ตั้งสัมมาสังกัปป³ ที่จะมักน้อยสันโดษ แต่ พอเธอเข้าไปทำงานจริงๆ เธอกับกลุ่มหลงมัวเมาไปกับลาภยศสรรเสริญ นี่เธอสอดคล้องกับสังกัปปปริเปลา⁴ เธออาจเคยรู้ว่าสิ่งเหล่านี้ไม่ควรละ แต่ ถึงเวลาจริงเธอละมั๊ย สัมมาทสิฐิเธอตั้งมันได้ริเปลา⁵ มรรคเธอดำเนินมั๊ย

เมื่อเธอรู้อู่ว่ามันเป็นทางลัด เป็นเหตุแห่งทุกข์ แล้วเธอละ นั่นคือเธอมีสัมมาวาจาโม เมื่อเธอรู้อู่ว่า ความมักน้อยสันโดษเป็นทางไปสู่ความพ้นทุกข์ เธอเจริญ นั่นเธอมีสัมมาวาจาโม สิ่งต่างๆเหล่านี้มันจะเกิดขึ้นตลอดเวลา อย่าคิดว่ามันเป็นทีละขั้นนะ มันรวมกัน แต่เวลาพูดมันพูดทีเดียวพร้อมกันไม่ได้ ไม่รู้จะพูดยังไงนะ เลขหนึ่งถึงแปด จะพูดให้พร้อมกันเลยมันพูดไม่ได้ พูดไปก็ฟังไม่รู้เรื่อง มันจึงต้องค่อยๆอธิบายหนึ่งถึงแปดไปที่ละตัว แล้วก็ชี้ให้เห็นถึงการเอามารวมกัน ทำงานร่วมกัน เวลาพูดมันต้องค่อยๆพูด แต่เวลาทำ มันทำทีเดียว มันอยู่ในนี้ละ มันมีสติสมาธิปัญญาความเพียร มีศีลสมาธิปัญญาอยู่ในนี้ อยู่ในที่เดียวกันนี้ละ

เรามีสติอยู่กับตัวเราหรือเปล่า ถ้าสติไม่อยู่กับตัวเรารู้เท่าทันกายใจของตน โอกาสที่ตั้งมั่นในสัมมาทิฐิมันก็ไม่มีทางเกิด ถ้าสติไม่อยู่กับตัวเรา เราไม่รู้ตัวเราเอง จะมีหระที่เรารู้ว่าสิ่งนี้ไม่ควร ให้ละเสียเถิด สิ่งนี้ดีเจริญให้มาก หากเราไม่มีสัมมาทิฐิ ไม่มีสัมมาวาจาโม ไม่รู้จักว่ามักน้อย สันโดษเป็นสังควร ทำแล้วเจริญ ควรเจริญ ความมักมากอยากได้ดีมีเป็นมันเป็นเหตุแห่งทุกข์ ควรละเสีย นั่นมันก็มีแต่จะก่อทุกข์ให้กับตัวเองไปเรื่อยๆ มันจึงต้องรู้จัก รู้เท่าทัน แล้วก็ทำให้ได้ ละให้ได้ เจริญให้ได้ ถึงจะเรียกว่า เราเจริญมรรค จิตขณะนี้มีมันวุ่นวายนะ จิตมันมีราคะ มีตัณหา จิตมันมีโทสะนะ เรามีสติรู้เท่าทัน มีสัมมาทิฐิรู้ว่ามันเป็นเหตุแห่งทุกข์ มีสัมมาวาจาโมละมันได้ ปล่อยวางได้ ตั้งมั่นอยู่ได้เช่นนั้นนี้ มรรคมันก็เจริญ มันดำเนินไปพร้อมกันอย่างนี้ แล้วมันก็ต้องอาศัยเครื่อง

เกื้อหนุน มีเครื่องส่งเสริม ตั้งแต่สัมมาสังกัปปที่เข้มแข็ง สัมมาวาจา สัมมากรรมันโต สัมมาอาชีโว คราวนี้ตัวเจริญภายในที่เหลือก็เป็นไปได้ง่าย เมื่อเป็นเช่นนี้ ปัญญาสัมมาทิวี่เรามีก็จะตั้งมั่น เมื่อตั้งมั่นจิตก็สงบ ปล่อยวาง สงบตั้งมั่นเพราะสัมมาทิวี่ ก็เป็นสัมมาสมาธิ

ตอนแรกปัญญาเรายังไม่คล่องตัว เราก็ต้องตรึกในธรรม ระลึกถึง สัมมาทิวี่ เป็นวิตก แล้วก็นำมาพิจารณา มาดูความจริง มาใช้กับของจริง เมื่อปัญญาตรงนั้นมันตัดความยึดติดได้ จิตสงบวางเฉยไม่หวั่นไหวไปกับอารมณ์ มันก็เป็นสัมมาสมาธิระดับฌานหนึ่ง ต่อเมื่อเราเจริญให้มาก ทำไปเรื่อยๆ ปล่อยๆ คล่องตัว จนกำลังของสติปัญญาดีขึ้น ไม่ต้องอาศัยวิตก วิจารณ์อีกต่อไป ก็กลายเป็นฌานสอง แล้วก็ขยับขึ้นไปเรื่อยๆ ตามความชำนาญที่เราดำเนิน ในที่สุดเราทำได้คล่องตัวเป็นอัตโนมัติ เป็นนิสัยของเราจนเข้าไปสู่ฌานสี่ คล่องจนจิตตั้งมั่นเป็นธรรมชาติเดิมๆของมัน นี่มันไล่ไปเรื่อยๆ อย่างนี้ พัฒนาไปเรื่อยๆ อย่างนี้ ท่านถึงบอกว่ามรรคเจริญให้มาก *ภาวิตา พหุลีกตา*

ยกตัวอย่างเช่น เรื่อง คำชมคำด่า เมื่อเราเริ่มต้นด้วยการมี สัมมาทิวี่ว่า มีชมก็มีด่าเป็นธรรมดา ทั้งสองล้วนไร้สาระ ยึดถือจริงจังอะไรกับมันไม่ได้ หากเราตั้งมั่นอยู่บนสัมมาทิวี่นี้ เราพิจารณาและพัฒนาต่อไปให้เกิดอภยาปาทะสังกัปป ตั้งใจที่จะไม่ถือโทษโกรธใครเวลาที่เขาด่า เพราะมันล้วนเป็นสิ่งไร้สาระของโลก แล้วเราก็ฝึกตนที่จะมี สัมมาวาจา สัมมากรรมันโต สัมมาอาชีโว เพื่อเป็นเครื่องเกื้อหนุน เราไม่

พูดเพื่อใจ พูดไร้สาระ ไม่พูดเสียดแทง ไม่ประจบสอพลอใคร ไม่ทำตน
 ประมาทด้วยการด่าหน้าเมมา ครองตนอยู่ในศีล และดำรงชีวิตอยู่ด้วยการ
 ทำมาหากินที่เกื้อกูลให้เราตั้งสติอยู่ได้ ดูตัวเองอยู่ได้ทั้งวัน เรารู้ว่าอะไร
 ควร อะไรไม่ควร อะไรควรละเราก็ละได้ อะไรควรเจริญเราก็เจริญได้ เรา
 ดำรงตนอยู่ด้วยสัมมาสติ มีสติรู้เท่าทันกายใจของเราอยู่ตลอดเวลา เมื่อ
 เราถูกกระทบ ถูกเขาด่า เราก็ตรึกได้ทัน วิตกวิจารณ์ได้ทันว่ามันเป็นเรื่อง
 ธรรมดา เป็นเพียงเรื่องไร้สาระของโลก เมื่อเป็นเช่นนี้ พอเราถูกเขาด่า เรา
 ก็สามารถวางเฉยได้ จิตสงบตั้งมั่นท่ามกลางการถูกด่า เกิดสัมมาสมาธิ
 มรรคก็เดินครบ เราก็จะไม่ทุกข์เพราะคำด่า เช่นเดียวกัน กับสัมมาทิสฺสู
 อื่นๆ หากเรามีสัมมาทิสฺสูและมืองค์ประกอบเกื้อหนุนที่ครบ เราก็จะสงบได้
 ท่ามกลาง ตั้งมั่นบนสัมมาทิสฺสูนั้น ไม่หวั่นไหวไปกับสิ่งกระทบนั้นๆ เราจะ
 ไม่หวั่นไหวเพราะไม่ได้ตั้งใจ เราจะไม่หวั่นไหวเพราะคนนี่เขาทำในสิ่งที่
 เราไม่ชอบ เพราะเรามองเห็น เราเข้าใจความจริง เรามีสัมมาทิสฺสูและองค์
 อื่นๆของมรรคสมบุรณฺ์ นี้ มรรคมันดำเนินอย่างนี้ และหากเราทำได้
 เช่นนี้ เราจะไปขุนเคือง จะไปโกรธใครม้าย มันไม่มีทางหรงก

คราวนี้ เช่นเดียวกัน หากเราไม่มีทิสฺสูมานะ เรามีปัญญาสัมมาทิสฺสู
 ที่แจ้งชัดที่จะไม่ยึดในความคิดความเห็นของเรา แม้บางครั้งความเห็น
 ของเรามันอาจจะดีจะถูก แต่เราก็อูรู้ว่ามันไม่แน่ เราไม่ไปยึดมันถือมันใน
 มัน เรามีสัมมาทิสฺสูที่แจ้งชัดว่า ถูกผิดมันก็แปรเปลี่ยนได้ตามเหตุปัจจัย
 หากความเป็นตัวตนที่แน่นอนอันใดไม่ได้ หากเรามีสัมมาทิสฺสูเช่นนี้ และมี

เครื่องเก็หนุ่นอื่นๆที่พร้อม ดังที่กล่าวมา ไม่ว่าจะป็นสัมมาสังกัโป ไปจนถึงสัมมาสติ คราวนี้พอกระทบกับสิ่งที่ขัดกับความคิดเห็นของเรา หรือคนอื่นเขาไม่ยอมรับความคิดเห็นของเรา เราจะเกิดความขุ่นเคืองหรือขัดเคืองเขามั้ย ไม่มีทาง เราก็จะสงบตั้งมั่นไม่หวั่นไหวต่อสถานการณ์เช่นนั้น ในแบบเดียวกันนั้นละ เพราะเรามีสัมมาทิฐิ เรามีองค์แห่งมรรคครบ จิตใจเราจึงสงบไม่หวั่นไหว เรา รู้ว่าการยึดในความคิดเห็นของตัวเองนั้นมันเป็นทิฐิมานะ เป็นกิเลสตัวร้ายที่ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทกัน เป็นเหตุแห่งทุกข์ตัวสำคัญของมนุษย์ในสังคม เราก็สงบตั้งมั่นไม่หวั่นไหวบนสัมมาทิฐิเช่นนั้น

ถ้าสัมมาทิฐิสามารถลงลึกไปถึงสักกายทิฐิ เรื่องการเห็นแจ้งว่ากายจิตนี้ไม่ใช่ตัวตนของเรา ถ้าลงลึกไปได้ถึงเรื่องนี้และสามารถตั้งมั่นอยู่ได้ ก็ยิ่งสบาย แต่เรื่องการจะละวางตัวกู่นี้มันก็ไม่ใช่ง่ายๆ แบบที่เราเข้าใจกัน จะแค่นั่งคิดพิจารณาอยู่ในสมาธิจนจิตมันสงบรวมลงแล้วมันจะหมดไป มันไม่ง่ายอย่างนั้น มันต้องพิจารณาให้มากและบ่อยๆ จนจิตมันยอมรับ จนมันเกิดสัมมาทิฐิ แล้วเอาสัมมาทิฐินั้นมาประกอบมรรคข้ออื่นๆ อีก เหมือนกับตัวอย่างหยาบๆที่ยกมาเบื้องต้น เมื่อเรามีสัมมาทิฐิว่าขันธ์ทั้งห้าหรือรูปนามกายใจนี้มันไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ไม่มีเราในรูปนาม ไม่มีรูปนามโดยความเป็นเรา และรู้ต่อไปว่าเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวงก็เพราะการหลงยึดโดยความเป็นตัวตนของเรา ยึดกายจิตนี้เป็นเรา แล้วเราก็ต้องตั้งมั่นอยู่บนสัมมาทิฐินี้ ซึ่งแน่นอนต้องอาศัยสัมมาสังกัโป

สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว และสัมมาวาจาไม่เป็นเรื่อง
 เกื้อกูล จนเกิดสัมมาสติรู้เท่าทันการเกิดขึ้นของตัวกู หรือการปรุงแต่งตัวกู
 หรือความเป็นเราที่กำลังปรากฏขึ้นจริงในรูปนามนี้ เมื่อสติรู้เท่าทัน
 สัมมาทิวะเข้าทำงาน คราวนี้ไม่ใช่แค่การตรึกหรือการตระหนักรเหมือนใน
 เรื่องหยาบๆภายนอก แต่ต้องเห็นตามความเป็นจริงที่กำลังปรากฏ วิตก
 วิจารณ์ตามสภาพความเป็นจริงตามสัมมาทิวะนั้น ว่ารูปนามนั้นหาใช่
 เรา ความเป็นเราเป็นเพียงสิ่งปรุงแต่งที่จิตปรุงขึ้น มิได้มีอยู่จริงแท้ เมื่อ
 เห็นเช่นนี้ จิตก็จะสงบตั้งมั่นไม่หวั่นไหวไปตามความเป็นเราที่ถูกปรุงขึ้น
 นั้น เกิดเป็นสัมมาสมาธิ ความเป็นเรานั้นก็จะหมดคุณค่าความหมาย
 และสลายไปตามเหตุปัจจัยของมัน

เพราะฉะนั้นการจะละตัวกูมันต้องเห็นตัวกู ไม่ใช่ไม่เห็นตัวกูแล้ว
 จะไปคิดนั่งละตัวกูมันมันสัญญา อวิชชาหรืออาสวะจะหมดสิ้นได้ด้วย
 การรู้การเห็นอย่างแยบคาย ไม่ใช่ไม่รู้ไม่เห็น สักกายทิวะ หรือ อัตตานุสัย
 หรือ อวิชชาสวะที่หลงหมายมั่นรูปนามขันธุ์ห่านี้เป็นเรา จะถูกละได้ก็
 ต่อเมื่อเราเห็นการแสดงออกของมันปรากฏขึ้น ความเป็นเรา ความเป็น
 ตัวกูปรากฏขึ้นตอนไหน เราต้องมีสติรู้เท่าทันและมีปัญญาเห็นแจ้งใน
 ความเป็นมายาของมัน สักกายทิวะถึงจะค่อยๆถูกละให้หมดไป จริงๆแล้ว
 การละสักกายทิวะนั้น จะว่ายากมันก็ยากตรงที่ต้องมีสติปัญญาที่ละเอียด
 แยบคายรู้เท่าทัน แต่เมื่อรู้เท่าทันแล้วมันก็จะได้ไม่ยาก มันไม่เหมือนกับ
 ความโกรธ เพราะความโกรธแม้จะเห็นง่ายแต่มันรุนแรง มันละยาก ยาก

เพราะปรุญยาว มันใหญ่โต หรือจะพูดให้ถูกก็คือ มันหนาไปด้วยกิเลสจึง ปรุญความโกรธขึ้น ดังนั้นแม้มีสติเห็นง่ายแต่ก็มักละมันยาก เหตุผลของ กิเลสที่มันปรุญแต่งจิตมันเยอะ มันหลอกให้เราเชื่ออย่างแน่นหนา

ดังนั้น เราจึงควรสังเกตและจดจำลีลาหรือการแสดงออกของ ของสั๊กกายวิฐูให้ดี เธอดูสมัน acting ขึ้นมาลีลาหยาบ ลีลาละเลียด ตอนไหนอย่างไร ไล่ไป เห็นปั๊บก็เฉยเลยถ้าเห็นเป็นนะ ถ้าเห็นไม่เป็นก็ ปรุญต่อ จะไปพยายามทำลายมัน นั่นมันยังหลง ถ้าเห็นเป็นเห็นถูกเห็น ตรงมันจะละเอง ละโดยไม่ได้ไปทำลายมันให้ดับ แต่เพราะแจ้งในความ จริงที่กำลังปรากฏ นี่คือการเดินมรรค คือการรื้อถอน สัมมาวิฐูมันที่ตั้งมัน ได้เป็นสัมมาสมาธิ พอเห็นไปเรื่อยๆ ความเคยชินที่มีที่จะแสดงออก มันก็ ลดลง ถ้าเราไม่เห็น ทำไปเรื่อยๆความเคยชินที่จะมีเช่นนั้นมันก็เพิ่มขึ้นๆ แต่ถ้าเราเห็นเป็นปั๊บ ความเคยชินที่มีอยู่มันกลับจะลดลงๆๆ อำนาจที่ มันจะผุดออกมาก็ลดลง เราไม่ได้ทาสี เราเห็นของจริง เราไม่ได้ไปบอก อะไรเลย หมดก็คือหมด มีก็คือมี หมดเราก็ไม่ได้คิดว่ามันหมด เพราะเรา รู้ว่ามันไม่แน่ คนเราไม่ได้โกรธทั้งวัน ถูกมัย แล้วเราคิดเหอว่าตอนที่เรา ไม่ได้โกรธคือเราไม่โกรธ เราจะไม่โกรธอีกแล้ว เราหมดความโกรธ พุด เป็นเล่นนะ มันไม่มีเหตุ เราคิดได้ยังไงว่าเราหมด จบกิจ พุดเป็นเล่นนะ เราคิดได้ยังไงว่าเราจบกิจ เราคิดเช่นนั้นเพราะเราเจอสภาวะอะไร บางอย่างเหอ ใ้สภาวะนั้นแหละตัวมีกิจเลย ใ้ที่หลงสภาวะนั้นแหละ ตัวกิจเพิ่ม ฉะนั้นเห็นมัยว่า เราปฏิบัติอย่างไร เราคิดว่าเรารู้เหอ นั่น

แหละตัวที่เราคิดว่าเรารู้คือตัวหลง เราอาจจะรู้เรื่อง ก.ไก่ แต่เราไม่รู้ว่าการที่คิดว่าเรากำลังรู้เรื่อง ก.ไก่ มันก็คือความหลง เราหลงยึดว่าเรารู้ รู้เรื่อง ก.ไก่จริง นี่มันหลงทั้งนั้น เข้าใจให้ถูกนะ

ทั้งแปดองค์ที่ว่า มันอันเดียวกันนะ มันเริ่มที่สัมมาทิฐิ แล้วก็จบที่สัมมาสมาธิ แต่อันเดียวกันนะ แต่เวลาแยกแยะออกมาแสดงมันจะมองเห็นเป็นแปดข้อ แต่เวลาปฏิบัติ มันอันเดียวกัน เพราะฉะนั้นความคล่องตัวมันจึงแตกต่างกัน แตกต่างกันไปตามความชำนาญที่เราเดิน แม้ในสัมมาสมาธิ ถ้าเรายังต้องตริก ต้องวิตก ต้องพิจารณา จิตถึงจะตั้งมั่น มันก็เป็นแค่ฉานหนึ่ง เพราะมันยังมีอะไรที่จะต้องกระทำ มีวิตก มีการตริกยกธรรมขึ้นมา ดึงสัมมาทิฐิออกมา เพื่อเตือนตัวเองให้ดูให้พิจารณาจนเห็นแจ้งชัด จนจิตมันตั้งมั่นไม่หวั่นไหวเพราะเข้าใจแจ้งชัด มันวางได้ วิตกพิจารณาจนจิตมันหลุดออกจากความหลง ตั้งมั่นอยู่ได้ สภาพหลุดอิสระออกได้คือ ปิติสุข ปิติมันเบาเบิกบาน สุขมันสงบ มันตั้งมั่นอยู่ในสภาพสงบเย็น เพราะมันเห็นแจ้งชัดตามเป็นจริงในสัมมาทิฐินั้น ก็เรียกว่า เอกัคคตา จิตมันตั้งมั่นอยู่บนความสงบเย็น ไม่หวั่นไหว หรือที่ท่านเอามาเรียกใหม่ว่า มันมีอารมณ์เดียว อย่าไปคิดว่า เอกัคคตาในสัมมาสมาธินี้ แปลว่าตั้งมั่นอยู่บนอารมณ์เดียวที่กำหนดแบบสมณะต่างๆไปนะ มันไม่ใช่เช่นนั้น มันเป็นความสงบตั้งมั่นของจิต ไม่หวั่นไหวเพราะปัญญาเห็นแจ้งตามสัมมาทิฐิที่ตริกวิตกพิจารณาขึ้น เพราะฉะนั้น ถ้าแค่กำหนดรู้อยู่กับลมหายใจจนตั้งมั่น ตั้งมั่นรู้ลมหายใจอย่างเดียว มีอารมณ์ที่กำหนดรู้คืออวม

หายใจ มันก็เป็นเอกัคคตาจิตเหมือนกัน แต่มันเป็นเอกัคคตาของสมาธิธรรมดา ซึ่งแม้โมหะสมาธิก็ยังมีเอกัคคตาเช่นนี้

คราวนี้อีกนัยหนึ่ง ถ้าเราตั้งมั่นอยู่บนการเห็นโลกธรรมเป็นของไร้สาระ แล้วเราก็ตั่งมั่นได้เป็นอารมณ์เดียวกับการเห็นโลกธรรมเป็นของไร้สาระ ถ้าเธอจะตั้งมั่นอยู่อย่างนี้อย่างเดียว จะเอาเพียงแค่นี้ แค่นี้ สัมมาสมาธิบนสัมมาทิสฺสูเท่านี้ แล้วอันอื่นล่ะ สัมมาทิสฺสูเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สุญญตา มันจะเข้ามาได้อย่างไร มันก็มาไม่ได้ ก็มันมีสัมมาสมาธิตั้งมั่นอยู่บนแค่อารมณ์เดียวคือ การเห็นโลกธรรมแปดเป็นเรื่องไร้สาระ มันก็ดูเหมือนถูกนะ แต่มันจะหลุดพ้นจากการยึดในตัวตน ยึดในขันธห้ายังไม่ได้ เพราะสัมมาทิสฺสูมันไม่ลึกซึ่งพอ สมมุติเธอสามารถตั้งมั่นอยู่บนการเห็นอนิจจัง แต่เป็นอนิจจังแบบมีตัวตน แต่เธอไม่เห็นอนิจจังแบบสุญญตา มันก็ไม่หมดเช่นกันถูกมั๊ย

เอกัคคตารมณฺ์ คือ จิตมันสงบเย็นไม่หวั่นไหวไปกับอารมณ์อันหลากหลาย ถ้าจิตมันไม่สงบ มันจะวิ่งไปวิ่งมา มันคิด มันวน มันเกิดในอารมณ์อันหลากหลาย มันหลากหลายจิต หลากหลายอารมณ์ ซึ่งนี่มันตรงข้ามกับเอกัคคตาจิต แต่พอจิตสงบมันเกิดดวงเดียวอยู่บนความสงบอยู่ที่เดียว ไม่วิ่งว่อนไปเสวยอารมณ์อันหลากหลาย จิตสงบแบบนี้ก็เป็นเอกัคคตาจิต ซึ่งตรงนี้ก็ขึ้นอยู่ก็ว่ามันสงบด้วยอารมณ์อะไร ถ้าด้วยอารมณ์รูปนามที่กำหนดรู้ธรรมดามันก็เป็นสมณะหรือสมาธิธรรมดาๆ แต่ถ้ามันสงบด้วยการเห็นแจ้งตามสัมมาทิสฺสูตามสภาพความเป็นจริงที่กำลัง

ปรากฏ มันก็เป็นสมถวิปัสสนาหรือสัมมาสมาธิ ซึ่งก็ยิ่งขึ้นกับความลึกซึ้งของสมาธิที่นั่นอีกว่าลึกซึ้งแค่ไหน ถ้าลึกถึงที่สุดก็ตัดความยึดติดได้หมด จิตก็อิสระหลุดพ้น แต่ถ้ามันยังไม่ลึกซึ้งมันก็วางได้เป็นบางส่วน ถึงบอกว่า ถ้าสมาธิมันลึกลงไปเท่าไร มันก็ยิ่งถอนได้ถึงรากถึงโคน ยิ่งตัดได้ทั้งต้นทั้งกิ่งทั้งใบ

แต่ที่นี่ไม่ได้แปลว่า เราต้องใช้แต่สมาธิที่ละเอียดลึกซึ้งเท่านั้น แค่สมาธิที่รู้ว่า โลกธรรมทั้งแปดมันล้วนไร้สาระ หากเราสามารถตั้งมั่นได้ มันก็เข้าไปสู่มรรคที่เราจะตัดละวางโลกธรรมได้ พ้นทุกข์จากโลกธรรมทั้งแปดได้ แม้เรายังไม่สามารถที่จะพ้นจากสักกายทิฐิ หรือข้ามโคตรภูมิจได้ แต่เราก็ทุกข์น้อยลง เราไม่ทุกข์เพราะโลกธรรมทั้งแปดได้ ถ้าความรู้ตรงนี้ตั้งมั่นไปเรื่อยๆ แล้วละเอียดลงไปเรื่อยๆ เราก็จะตัดละวางได้กว้างขึ้นต่อไปอีก เหมือนกับต้นไม้ที่มันมีตั้งแต่ ใบไม้ กิ่งเล็ก กิ่งใหญ่ แล้วก็ลำต้น จนไปถึงรากเหง้า สัมมาทิฐิมันก็มีตั้งแต่หยาบไปถึงละเอียดลึกซึ้ง เช่น โลกธรรมล้วนไร้สาระ ความไม่ใช่ของกุ ความไม่มีตัวกู หน้าที่ว่าวางเปล่าไม่ใช่สิ่งที่จริงแท้ เห็นมัยว่ามันต่างกันขนาดไหน นี่ยกตัวอย่างมาให้ฟังคร่าวๆนะ ของจริงมีมากกว่านี้อีกมาก

สำหรับผู้เริ่มเดิน เมื่อสามารถทำให้จิตสงบเป็นเอกัคคตาจิตแบบสมถะ เมื่อเริ่มสงบตรงนั้นได้ เธอก็มีโอกาสนี้จะเรียนรู้ต่อไปได้ เรียกว่า เจริญวิปัสสนาต่อ เมื่อสงบแล้วก็เรียนรู้ เมื่อเรียนรู้ ก็ไม่ใช่แต่จะเอาเรื่อง โลกธรรมแปดไร้สาระ ให้มันตั้งมั่นอยู่เป็นอารมณ์เดียวเท่านั้น

มันต้องเรียนต่อไปเรื่อยๆ จนลึกซึ่งถึงสูญญตาหรือพุทธภาวะนั่นเอง แม้รู้ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแบบที่เขาพูดๆกันอยู่นี้ แล้วเธอเอาแค่จะตั้งมันเป็นอารมณ์เดียวอยู่แค่นั้น โดยไม่สังเกตเรียนรู้ต่อ มันก็ยังมีที่เกาะที่ติดให้จิตยึดอีกมากมาย แต่ถ้าเธอเรียนรู้จนตั้งมั่นและสงบเป็นเอกัคคตาได้ในระดับสัมมาทิวีที่หายาบ แล้วเธอเรียนรู้สังเกตต่อ มันก็จะเป็นโอกาสให้เธอเห็นความจริงที่ลึกซึ่งลงไปอีก

ยกตัวอย่างเช่น เรื่องโลกธรรมแปด ที่พูดเมื่อวาน เธอถูกเขาด่า แล้วเธอไม่พอใจ เธอเกิดความโกรธ แล้วถ้าเหตุแห่งความโกรธนั้นยังคงอยู่ แต่เธอสามารถสงบได้ท่ามกลางสถานการณ์นั้นแล้ว มันก็เป็นโอกาสให้เธอสามารถเรียนรู้ดูต่อไปให้เห็นธรรมชาติของความปรุงแต่ง หรือเรียนรู้อาการทั้งหลายที่ประกอบ หรือเรียนรู้แม้ขั้นห้าที่ปรากฏ ว่ามันแสดงออกมาในความโกรธอย่างไร และมันเป็นมาอย่างไร นี่ละตอนนั้นเลย ในขณะที่นั้นเลย เธอสามารถเรียนรู้ต่อไปได้ ถ้าเธอเข้าใจมรรคว่าเดินอย่างไร แล้วมรรคเธอก็จะละเอียดลงไปเรื่อยๆ จากเดิมเธอเห็นความจริงเพียงแค่เรื่องโลกธรรมแปดล้วนไร้สาระ แล้วเธอก็สงบวางเฉยได้ ไม่ปรุงต่อออกไปภายนอก ถ้าเธอใช้โอกาสตรงนี้ดูต่อไปในจิตของเธอ เธอก็จะเห็นเลยว่า ความขุ่นเคืองซึ่งเป็นต้นกำเนิดของความโกรธมันโผล่ขึ้นมาอย่างนี้ๆ ความหลงในโลกธรรมที่เราพุ่มพวยไปกับมันนั้น มันเกิดจากจิตเราเองทั้งนั้น อย่างนี้ๆ มันเกิดจากเหตุปัจจัยอย่างนี้ๆ เราก็จะเดินมรรคละเอียดลึกซึ่งต่อไปได้อีกมาก แต่ถ้าเราไปยึดแค่เพียงการเห็น

ว่าโลกธรรมล้วนไร้สาระแล้วจิตมันสงบแล้ว วางเฉยได้แล้ว โดยไม่ยอมสังเกตเรียนรู้ต่อ มันก็สูญเสียโอกาสที่จะเห็นแจ้งในสิ่งละเอียดยิ่งขึ้น ณ ตอนนั้นไปหมด แล้วถ้ายิ่งหลงภูมิใจจมแช่สร้างตัวตนอยู่แค่ตรงนั้น ไม่พัฒนาต่อ ก็ยิ่งน่าเสียดาย

อีกอย่างหนึ่ง ถ้าเธอยังไม่เข้าใจว่า เอกัคคตาในสัมมาสมาธิ มันหมายถึง จิตที่สงบและตื่นรู้อยู่ด้วยตัวมันเองเพราะความเข้าใจแจ้งชัดตามเป็นจริง คือมันไม่วอกแวกออกไปเพราะมันเห็นแจ้งในความจริงของอารมณ์ แม้ด้วยวิตกวิจารณ์ก็ตาม แล้วเธอก็คิดว่าการที่เธอตั้งมันอยู่ด้วยการกำหนดรู้อารมณ์เดียวเช่นลมหายใจเป็นต้นนั้นเป็นสิ่งเพียงพอ เป็นเอกัคคตาเหมือนกัน เช่น พอถูกกระทบโดยโลกธรรมแล้วเธอหวั่นไหวเกิดความโกรธขึ้น เธอกลับมากำหนดอยู่กับลมหายใจจนจิตมันสงบหายโกรธไม่หวั่นไหว เพราะอยู่กับลมหายใจได้เป็นอารมณ์เดียว นั่นถูกมั๊ย..... ถูก ที่เธอไม่โกรธต่อไป สามารถระงับใจได้ แต่อย่างนี้ยังไม่เรียกว่าวิปัสสนาปัญญาเกิด เธอไม่ได้สงบเพราะเห็นตามเป็นจริง มันขาดปัญญาเห็นแจ้ง ขาดเหตุขาดผล อย่างนี้ไม่เรียกว่า มรรคที่สมบูรณ์ เธอไม่ได้ตั้งอยู่บนสัมมาทิฐิ ไม่ได้วางด้วยการเห็นแจ้งตามสัมมาทิฐินั้น มันเป็นแค่วิกขัมภณะ แค่ก่อกจิตไว้ หรือย้ายจิตมารับอารมณ์อื่น ไม่มีสัมมาทิฐิ จึงยังขาดปัญญา ยังไม่ถึงตทังคะ

แต่ถ้าเธอตั้งมันอยู่ด้วยความเข้าใจแจ้งชัดว่า โลกธรรมเป็นสิ่งไร้สาระ แล้วเธอตั่งมันได้สงบได้อยู่บนฉาน นี่ก็เป็นตทังคะ แต่เธอยังไม่ลง

ไปถึงการข้ามโคตรภูมิ ยังไม่ละตัวกู ยังไม่ลงไปถึงการวางอุบาทนขันธ แม้มีปัญญาแต่ยังไม่ลงลึกซึ่งถึงต้นเหตุหรือรากเหง้า ถ้าเธอใช้จังหวะตรง นี้ต่อไป แล้วเธอสังเกตเรียนรู้ในอาการของรูปนามนั้นให้ลึกซึ่ง ก็จะทำให้ความจริงได้มากขึ้น มีปัญญามากขึ้น จนกระทั่งเห็นความไม่ใช่กูไม่ใช่ ของกู และสามารถต่อไปได้อีกจนกระทั่งเห็นความจริงของขันธ ว่ามัน วางเปล่าอย่างไร ซึ่งถ้าสามารถเห็นแจ้งได้เช่นนั้น ก็เรียกว่าถอนรากเหง้า เป็นสมุจเฉท ปัญญาเธอสมุจเฉท ซึ่งอันนี้ก็ต้องค่อยๆ ฝึกไป ซึ่งเธอ สามารถฝึกได้เห็นได้ในทุกๆ สถานการณ์ เพราะกว่าจะเป็นสมุจเฉทได้ มันไม่ใช่การเรียนรู้แค่ครั้งสองครั้ง มันต้องทำบ่อยๆ เจริญให้มากทำให้ มาก จนกว่าจะเห็นแจ้งชัด มันต้องอาศัยสติปัญญาที่แยบคาย ต้องผ่านการเรียนรู้มามาก เพราะการจะลงถึงสมุจเฉทได้ ก็ต้องเห็นขันธห้าเป็น ของว่างเปล่าจากตัวตน เป็นมายา เป็นอย่างน้อย

ถ้าเธอสามารถตั้งมั่นอยู่บนสัมมาทิฐิที่ว่า ขันธทั้งห้าล้วนเป็น มายา แล้วมันจะปรุงแต่งเลยไปหาความโกรธได้มั๊ย ไม่มีทาง เพราะว่า อะไร เพราะบนความตั้งมั่นบนสัมมาทิฐิเช่นนั้น ไม่ว่าจะปรากฏการณ์ใดที่ ปรากฏ จิตย่อมเห็นว่ามันเป็นเพียงมายาขันธ เป็นสิ่งว่างเปล่า มันก็ไม่สามารถจะปรุงต่อไปเป็นตัวตนใดๆอีก เพราะถ้าเธอเพียงแค่หลงปรุงแต่ง แม่นเล็กน้อย นั่นย่อมแสดงว่าจิตของเธอไม่ตั้งมั่นและหลุดออกจาก เอกัคคตานั้นแล้ว หากเธอหลงปรากฏการณ์ หลงรูปเสียงกลิ่นรสว่าเป็น สิ่งมีอยู่จริง นั่นย่อมแสดงว่าเธอหลุดจากสัมมาทิฐิ เธอไม่ตั้งมั่นบนการ

เห็นแจ้งในมายาขันธ มรรคเธอหลุดแล้ว แม่เธอจะบอกว่าเธอเข้าใจแจ้งชัดว่าขันธห้าเป็นมายา แต่มันก็ยังขึ้นอยู่กับว่า เธอตั้งมั่นในความแจ้งชัด เช่นนั้นได้หรือไม่ ถ้าเธอตั้งมั่นบนความแจ้งชัดว่าขันธห้าเป็นมายาได้ เช่นนั้น ในทุกๆขณะ เธอจะไม่หลงปรากฏการณ์ ไม่หลงรูปรสกลิ่นเสียง สัมผัสและรั้มมารมณีใดๆเลย เธอจะไม่หลงความคิดปรุงแต่งของเธอ เธอจะเห็นความคิดเป็นขันธห้าเป็นสิ่งที่ว่างเปล่า จิตเธอจะไม่ยึดอะไรเลย นี้เรียกว่า จิตตั้งมั่นบนธรรมอันละเอียดลึกซึ้งจนเป็นเอกัคคตา

ดังนั้น คนที่เห็นแจ้งว่าขันธห้าล้วนว่างเปล่า เขาจึงสงบเย็น ท่ามกลางปรากฏการณ์ทั้งปวง ไม่ว่าจะรับรู้สิ่งใด ไม่ว่าจะสิ่งใดปรากฏ มันจะกลายเป็นว่างเปล่าจากตัวตนที่แท้จริง มันจึงอิสระ อิสระท่ามกลางปรากฏการณ์นั้นอย่างไม่ต้องพยายามทำอะไร ซึ่งกว่าจะถึงจุดนี้ได้ มันไม่ใช่สิ่งที่จะเกิดขึ้นง่ายๆ มันต้องอาศัยการฝึกบ่อยๆ ที่เรียกว่า เจริญให้มาก และต้องอาศัยเหตุปัจจัยอื่นๆอีกมาก อาศัยโยนิโสมนสิการที่พัฒนา มาดีแล้ว อาศัยอิทธิศีล วิเวก สันโดษ อาศัยสมณะที่เหมาะสม การที่เธอจะตั้งมั่นบนสัมมาทิฐินี้ได้ เธอก็ต้องเห็นขันธห้าให้แจ้งชัดเสียก่อน หากเธอยังไม่สามารถเห็นขันธห้าได้ เห็นอะไรก็เป็นอันนั้น เป็นสิ่งนั้นจริงๆ ไม่ใช่เห็นเป็นขันธ การจะไปแจ้งว่าขันธห้าว่างเปล่าก็ไม่อาจเกิดขึ้น เพราะการเห็นแจ้งนี้ มันไม่ได้ใช้การคิด มันไม่ใช่การมานั่งคิดพิจารณา แต่มันเป็นการเห็นตามเป็นจริงในขณะที่มันกำลังปรากฏ ที่เราฝึกคิดพิจารณานั้น มันยังไม่มาเกี่ยวอะไรกับตรงนี้ มันเป็นการเตรียมเสปียงเพื่อเข้ามาถึง

ตรงนี้ ตรงนี้มันเป็นมรรค เป็นทางสู่ความพ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง เป็นกระบวนการแก้กรรมทั้งหลายถึงรากเหง้า ถ้าเธอไม่มาถึงตรงนี้ รากเหง้าของมันก็ยังอยู่

สรุปให้ฟังอีกที เมื่อเธอโกรธ เบื้องต้นเธอต้องระงับความโกรธด้วยความไม่โกรธก่อน เมื่อรู้ว่าปรุงแต่งอย่าไปหลงปรุงต่อ ทำให้จิตใจสงบไม่ว่ากับอารมณ์อะไรก็ตาม โสภะหรือโทสะก็ตาม เธอต้องสังเกตดูว่าจิตมันยอมมีแปล่า มันสามารถระงับอารมณ์นั้นได้โดยไม่ไหลตามปรุงต่ออารมณ์นั้นหรือแปล่า ถ้าระงับไม่ได้เธอก็ต้องยกสิ่งที่เคยพิจารณามาสอนเตือนตนเพื่อให้จิตมันยอม แต่ถ้าเธอไม่เคยพิจารณามาก่อนเลย ก็ต้องใช้สมณะไปก่อน คือ การกำหนดอยู่กับกัมมฏฐานใดกัมมฏฐานหนึ่งที่เธอชำนาญ เพื่อให้จิตสงบ ถ้าเธอไม่มีทั้งสองอย่างเลย ก็คงต้องหลบสถานการณ์นั้นไปก่อน อย่านไปพุ่มพวยตามอารมณ์ และวางๆก็หัดเตรียมตัวไว้ให้ดี ไม่ว่าจะ เป็นกัมมฏฐานหรือการพิจารณา เพื่อมีทุนตั้งรับเสียบ้าง แต่ถ้าเธอมีทุน เธอระงับได้ เธอสงบตั้งมั่นได้ ก็ให้เรียนรู้มัน จะได้เกิดปัญญาเข้าใจความจริงของมัน ไม่อย่างนั้น เธอก็จะพลาดโอกาสที่จะเรียนรู้เข้าใจความเป็นตัวตนนั้นของเธอ เธอจะคอยมานั่งดูแต่ชั้นน้าห่างแปล่า คอยแต่ดูจิตพิจารณาไตรลักษณ์ มันก็ได้อยู่ ถ้าจิตเธอสงบและละเอียดได้ แต่พอไปกระทบภายนอกเกิดความโกรธเข้าจริงๆ เธอยังหลุดเข้าไปหาความโกรธ เหมือนความโกรธเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่แยกห่างจากความคิดของเธอ เธอดูไม่ทันเธอไหลเข้าไปเลย นั่นก็เป็นเพราะอินทรีย์

เธอยังอ่อน ผู้ความยึดติดที่เธอหลงสร้างไว้ไม่ไหว

แต่ถ้าขณะที่เธอโกรธ แล้วเธอรู้เท่าทัน เธอจะจับใจให้สงบไว้ได้ แล้วก็เรียนรู้มัน มันจะเป็นโอกาสที่เธอจะเข้าใจตัวตนตัวนี้ของเธอ ความโกรธมันก็คือความไม่พอใจ มันเริ่มไปจากสิ่งนี้ ความไม่พอใจก็เริ่มไปจากความคิดปรุงแต่ง ถ้าเธอสังเกตเรียนรู้ตอนที่มัน rebound เธอจะเห็นการปรุงแต่งที่มันสะท้อนออกมาเป็นชั้นๆ เราก็เห็นชัดว่า แท้จริงมันก็เกิดไปจากจิตนี้เอง ความโกรธมันก็คือความคิดปรุงแต่ง มันก็คืออาการหนึ่งของจิตของเรา ถ้าเราเห็นความโกรธเป็นสิ่งหนึ่ง ซึ่งไม่ได้เกี่ยวกับจิตเลย ไม่ได้เกี่ยวกับรูปนาม ไม่ได้เกี่ยวกับความคิดของเรา เราคิดว่าโกรธก็คือโกรธ นั่นมันก็เป็นอัตตาทิฐิ เป็นการหลงในความเป็นตัวตนอย่างเต็มที่ ถึงบอกให้สังเกตดูว่า ความโกรธมันเกิดขึ้นได้อย่างไร มันเกี่ยวเนื่องกับสิ่งอื่นอย่างไร มันมีธรรมชาติที่แท้จริงอย่างไร

ในที่สุด เราก็จะเห็นว่า โลกะ โทสะ อะไรทั้งหลายเหล่านั้น มันล้วนคือ การปรุงแต่งของจิตที่หลงของเราเองทั้งสิ้น มันล้วนคือ การปรุงแต่งของจิตนี้ แล้วเธอก็สังเกตดูต่อไปอีกว่า แล้วที่ว่ามันเป็น การปรุงแต่งของจิตนั้น มันอยู่ตรงไหน มันมีรูปทรงสีกลิ่นอย่างไร มันหาตัวตนใดๆ ได้มั๊ย ยิ่งเธอสงบพอที่จะสังเกตสิ่งเหล่านี้ จิตของเธอก็ยิ่งจะเกิดปัญญาที่จะปล่อยวางการปรุงแต่งนั้น เมื่อเธอสามารถสงบได้เช่นนั้น ถ้าเธอสามารถก็ให้สังเกตลงไปอีกว่า การปรุงแต่งที่ปรากฏแต่หาตัวตนใดๆ ไม่ได้ นั่นแท้จริงมันประกอบด้วยอะไร มันเป็นกลุ่มก้อนของขันธ์ทั้งห้าอย่างไร ถ้า

เห็นแจ้งได้ตรงนี้ก็เป็นที่ใกล้เคียงที่เธอจะเห็นความเป็นมาของการปรุงแต่งนั้นได้ง่ายขึ้น

ความละเอียดในการเดินมรรคมันจึงมีหลายระดับ แปรเปลี่ยนตามสัมมาทิวะที่เรา มี และสัมมาสติที่เราสามารถเห็นเท่าทันได้ แต่อย่างน้อยต้องเริ่มที่ มโนปุพฺพังคมาธัมมา คือเห็นว่า มันเกิดขึ้นจากการปรุงแต่งของจิตนั่นเอง เมื่อเห็นได้ว่า ปราภฏการณนั้นมันเป็นการปรุงแต่งของจิตเรานี่เอง เราก็จะไม่โทษสิ่งอื่น หรือมองออกไปข้างนอก แต่จะเริ่มเรียนรู้สังเกตเข้ามาในตน หากเธอเห็นแจ้งความจริงเช่นนี้บ่อยๆ จิตเธอจะไม่หลงหรือไหลตามปราภฏการณที่เกิดขึ้น เพราะเธอจะเข้าใจแจ้งชัดว่า ที่มันปราภฏออกมาเช่นนั้นเป็นเพราะจิตนี้เท่านั้น เราจะมองมาที่ต้นเหตุคือตัวของเราเอง เพราะเรารู้แจ้งแล้วว่า ต้นเหตุที่แท้จริงมันเกิดจากจิตของเราแล้วก็คืออยๆ เรียนรู้ สืบค้น ลงไปเรื่อยๆ ด้วยโยนิโสมนสิการ แล้วปัญญาแห่งการแยกแยะ discriminating wisdom มันก็จะเกิดจากตรงนี้ ซึ่งเราต้องฝึกไปเรื่อยๆ จนมันลงไปเห็นความจริงอันละเอียดลึกซึ้งภายใน หรือธรรมชาติที่แท้จริงของจิต มันจึงไม่ใช่แค่ไปจำมา แล้วเอามาเตือนตัวเอง ทาสีมัน กลบเกลื่อนมันไปแล้วก็จบ เช่นนั้นมันไม่ได้เห็นตามความเป็นจริง มันรู้ถนอนอะไรไม่ได้ โดยเฉพาะความยึดติดอันละเอียดภายใน

ถ้าเธอเข้าใจได้แจ้งชัดเช่นนี้ เธอจะเดินได้ถูก มันไม่มีสัมมาสติที่แยกจากสัมมาวาจาโม ไม่มีสัมมาวาจาโมที่แยกจากสัมมาสมาธิ ในทาง

ปฏิบัติเบื้องต้นอาจดูเหมือนแยก แต่แท้จริงมันสำเร็จประโยชน์ได้ตรงที่เดียวกัน เมื่อสัมมาสติคือการรู้เท่าทัน ว่าอะไรคือทุกข์อะไรคือเหตุแห่งทุกข์ อะไรควรละ อะไรควรเจริญ และควรจะจัดการกับมันอย่างไร เรียกว่า สัมมาทิวฐิ สัมมาสติ สัมมาวาจาโม ประสานกัน เมื่อละมันได้ด้วย สัมมาทิวฐินั้น คือจิตอิสระตั้งมั่นไม่หวั่นไหวไปตามการปรุงแต่งนั้น ก็เรียกว่า มรรครวมตัวกันเกิดเป็นสัมมาสมาธิ จะเป็นระดับไหนก็ตาม ถ้ายังต้องอาศัยวิตถกพิจารณาอยู่ก็เป็นสัมมาสมาธิระดับฉานหนึ่ง แต่ถ้ายังละไม่ได้ จิตหวั่นไหว ก็ยังไม่เรียกว่า มรรค มันยังไม่เกิดผล คือความพ้นทุกข์ มันจะต้องมีผล ตรงนี้ต่างหากพระพุทธองค์ท่านถึงย้ำอีกว่า เมื่อละได้ เรารู้ว่าละได้แล้ว เมื่อยังละไม่ได้ก็รู้ว่ายังละไม่ได้ มันจึงจะครบปรัวัฏฏ์ 3 มั่นซ้อนกันอยู่อย่างนี้

แต่นักปฏิบัติเราชอบแยกส่วนมัน สัมมาสติก็จะเอาแค่อันใดอันหนึ่ง ท่านให้มาสี่คือ ฐูกาย เวทนา จิต ธรรม แต่เรากลับมักย้ายไปเอาแค่อันใดอันหนึ่งหรือแค่สองอัน แค่วุฏกายอย่างเดียวก็พอ ดูจิตอย่างเดียว देखก็เห็นหมด นี่มันมักง่าย ฉีกคำสอนพระพุทธองค์ทั้งนั้น ฐูกายอย่างเดียวถ้าไม่รู้อะไรถูกอะไรควร อะไรควรละอะไรควรเจริญ นั่งดูลมหายใจ นั่งดูการเคลื่อนไหวกายไปอย่างเดียว มันจะเป็นสัมมาสติ จะมีสัมมาวาจาโมมัย จะเกิดสัมมาสมาธิได้มัย ไม่มีทาง ขนาดเธอทำตรงนี้ครบเธอยังต้องไปตัดเชือกกันที่สัมมาวาจาโมและสัมมาสมาธิอีก สัมมาสติมีสี่itemให้กำหนดรู้ ทำให้คล่องให้ชำนาญจนมันรวมกันเป็นหนึ่ง และ

สัมมาสติยังต้องควบคู่กับสัมมาวาจาโม จนในที่สุด สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิมันรวมกันเป็นหนึ่ง มันถึงจะเกิดมรรคที่สมบูรณ์ ถ้าเธอไม่ตั้งมั่นบนสัมมาทิฐิ ซึ่งมันย่อมเกิดมาจากเธอขาดมรรคองค์อื่น แล้วมันจะมาลงที่สัมมาสมาธิได้มั๊ย เธอจะเดินมรรคสมบูรณ์มั๊ย ไม่มีทางเลยใช้มั๊ย เธอจะเรียกว่าละได้หรือ ในเมื่อเธอแคว้จ๋าว่าต้องละ แต่เธอยังละไม่ได้ การรู้อันนี้ควรละนั่นคือ สัมมาทิฐิ แต่เธอไม่มีสติหรือไม่มีแรงพอที่จะตั้งมั่นอยู่บนสัมมาทิฐินั้นจนเป็นเอกัคคตาจิต แล้วมันจะละได้มั๊ย มรรคมันไม่ครบ เมื่อเดินมรรคไม่ครบมันก็ไม่สำเร็จประโยชน์ เมื่อไม่สำเร็จประโยชน์ เธอก็ไม่ได้อะไร มันรวมกันอย่างนี้ละ ศึกษาดูให้ดีๆนะ

เส้นทางการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ 1

ชีวิตมนุษย์มันเริ่มต้นที่อะไร เราคงได้ยินกันมามากแล้วใช่ไหม ว่า
เดิมแท้มันว่างเปล่า นี่ยังไม่ต้องไปคิดถึงเดิมแท้ดั้งเดิมที่เธอยังไม่
สามารถเห็นแจ้งได้หรอก เธอแค่ว่า ทุกอย่างที่เรารับรู้ตรงนี้ขณะนี้ ถ้าเธอ
ไม่ปรุงแต่งว่าเป็นอะไร มันจะเป็นอะไรมัย ถ้าเธอไม่ปรุงแต่งว่าอะไรเป็น
อะไร มันจะเป็นอะไรขึ้นมามัย มันจะเป็นอะไรขึ้นมาอีกต่อเมื่อจิตเธอปรุง
แต่งเท่านั้นเอง ไข่ม้อย แล้วจิตมันจะปรุงแต่งก็เมื่อมันรับรู้ ภูมัย เช่นถ้า
เธอไม่ได้รับรู้ว่ามีข้างหลังของเธอมันมีอะไร เธอจะปรุงแต่งได้มัยว่าข้าง
หลังเธอมันมีอะไร เข้าใจมัย เห็นมัยว่า จิตมันรับรู้ แล้วมันก็ปรุงแต่ง
ดังนั้น การรับรู้มันจึงเป็นต้นกำเนิด เมื่อรับรู้แล้วจิตมันก็ปรุงแต่ง ซึ่งหาก
จิตที่รับรู้นั้นมีอวิชชาครอบงำอยู่ มันก็จะปรุงแต่งไปเพื่อทุกข์ คำว่า
อวิชชาแปลว่าอะไร อวิชชาคือความไม่รู้ ไม่เห็นแจ้งตามความเป็นจริง
เมื่อเธอไม่รู้ว่ามีทุกสิ่งทุกอย่างปรากฏการณ์มันไม่มีอะไรที่จริงแท้ ที่เป็นตัวตน
อย่างแท้จริงอยู่แล้วตั้งแต่ต้น มันว่างเปล่าจากอดีตตัวตนใดๆ มันไร้
คุณค่าความหมายที่แท้จริง นั่นคืออวิชชาที่ประกอบจิตเธออยู่ ทุกอย่างที่เรา
เราให้ความหมาย ให้ชื่อให้สมมุติ ว่าเป็นตัว เป็นโต๊ะ เป็นเก้าอี้ เป็นขวด
เป็นไฟฉาย เป็นความดี ความไม่ดี ความสวย ทั้งหมดนั้นมนุษย์สร้างขึ้น
ปรุงแต่งขึ้นทั้งนั้นเลย แม้จะปรุงแต่งให้เกิดประโยชน์เพื่อใช้ประโยชน์ แต่

เดิมแต่มันว่างเปล่า ว่างเปล่าจากความเป็นตัวตนใดๆดังที่เราสมมุติขึ้น มันไม่มีอะไรที่จริงแท้เช่นนั้น เมื่อจิตเดิมมันรับรู้ มันรับรู้ด้วยความบริสุทธิ์ โดยปราศจากความหมายมันในความหมายใดๆทั้งสิ้น มันรับรู้โดยปราศจากการปรุงแต่งโดยความเป็นตัวตนอันใด แต่หากจิตมันประกอบไปด้วยอวิชชา คือความหลงที่มันยึดมันถือมันอยู่ภายใน มันก็กลายเป็นจิตที่ปรุงแต่งให้ความหมายให้คุณค่าในสิ่งที่มันรับรู้ นั่นแล้วก็ยึดมันถือมันในความหมายและคุณค่าที่มันเองปรุงขึ้นนั้นด้วย นี่ไฟฉาย นี่เสื้อ นี่โต๊ะ นี่ขวด นี่รูปสวย รูปน่ารักเก๋ๆ นั้นความดี นี่ความเลว มันจริงไปหมด

ท่านถึงบอกว่า จิตญาณดั้งเดิมคือ การประสานกันเป็นหนึ่ง ระหว่างการรับรู้อันใสกระจ่างและความว่าง มันคือความตื่นรู้อันใสกระจ่างที่มีอยู่แล้วดั้งเดิมตามธรรมชาติ ใสกระจ่างแปลว่า มันแจ้งชัดแจ้งชัดในความจริงของปรากฏการณ์ทั้งปวงที่มันรับรู้ แจ้งชัดเพราะมันปราศจากสิ่งมัวหมอง สิ่งมัวหมองก็คือการปรุงแต่งของจิต ซึ่งก็คือการหมายมันในความหมายและคุณค่าทั้งหลาย ส่วนความว่างตรงนี้คืออะไร มันก็คือความแจ้งชัดในความว่างเปล่าจากตัวตนใดๆ ของปรากฏการณ์ทั้งปวง รวมทั้งปรากฏการณ์ในการรับรู้ นั่นว่างจากความมีความเป็นอะไรๆทั้งสิ้น จิตญาณดั้งเดิมซึ่งเป็นความบริสุทธิ์อยู่แล้วในตัวมันเอง มันจะรับรู้ด้วยความอิสระ ปราศจากความหมายมันในความหมายและคุณค่าใดๆ ซึ่งนี่ก็คือความรู้แจ้งหลุดพ้น นี่มันเป็นรหัสอันลึกซึ้งและลุ่มลึกที่สุด มันคือความรู้แจ้งหลุดพ้นในขณะที่รับรู้ นั่นมันจะอิสระกันเอง

อิสระเพราะแจ้งชัดในความว่างเปล่าจากอดีตตัวตนใดๆ ของปรากฏการณ์นั้น ซึ่งแน่นอนตอนนี้เราอาจยังไม่เห็นแจ้ง และยังไม่ทำได้ แต่เราสามารถเรียนรู้และทำความเข้าใจได้ ทำความเข้าใจเพื่อให้เห็นแนวทางและเป้าหมายที่เราจะไปถึง

แล้วทำไมเราถึงยังเป็นอย่างที่เราเป็น เพราะทุกขณะที่เรารับรู้ เราเต็มไปด้วยความหลง เราไม่รับรู้ปรากฏการณ์ต่างๆตามสภาพความเป็นจริง เราจึงหมกมุ่นในความหมายต่างๆที่ปรุงขึ้นตามความเคยชินเดิมๆของเราเอง ความหมายที่เราเคยให้และหรือคนอื่นเคยให้ ซึ่งล้วนแต่เอาสัญญาเก่าๆมาปรุงแต่งทั้งสิ้น ปรุงซ้อนปรุงสืบเนื่องกันมาจนเคยชินเช่นนั้น พอให้ความหมายเสร็จก็ให้คุณค่าปรุงแต่งคุณค่ามันเข้าไปอีก มีถูกผิดดีชั่ว สวยน่าเกลียด ใหญ่เล็ก สะอาดสกปรก แล้วทำไมคนเราถึงต้องให้ความหมายและให้คุณค่ากับปรากฏการณ์ต่างๆเล่า ก็เพราะมันจะได้เป็นประโยชน์ จะได้มาใช้ทำให้เกิดประโยชน์ ป้องกันสิ่งที่ผิด เจริญในสิ่งที่ถูก ซึ่งมันจำเป็น จำเป็นในโลกสมมุติ มันจะทำให้เราพัฒนาสูงขึ้นๆ และเกิดประโยชน์มากขึ้นๆ คนเราจะได้ใช้สิ่งนั้นๆ ปรากฏการณ์นั้นๆ ให้ถูกให้เกิดประโยชน์ โตะเอาไว้วางของ ขวดเอาไว้ใส่น้ำ ไฟฉายเอาไว้ฉายไฟให้แสงสว่าง ฯลฯ นี่เพื่อการทำประโยชน์ให้เกิดขึ้นในชีวิตทั้งสิ้น มันจึงต้องกำหนดคุณค่าความหมายขึ้นมา นี่เป็นซีกหนึ่ง ซีกของ Relative ซีกของสัมพันธภาพ ซีกของสมมุติ ซีกที่เราจะต้องไปเกี่ยวข้องกับมันแล้วใช้มันให้เกิดประโยชน์ มันเป็น Relative Bodhicitta

แต่อย่าลืมนะ อีกด้านหนึ่ง โดยเดิมแท้นั้น มันว่างเปล่าจาก ความหมายและคุณค่าใดๆ อย่าลืมนะ เดิมมันไม่ได้เป็นไฟฉาย มันไม่ได้ เป็นโต๊ะ มันไม่ได้เป็นขวด มันไม่มีอะไรที่เป็นตัวตนอันแท้จริงอย่างนั้น เลย แต่ที่เราต้องให้ความหมายให้คุณค่าอย่างนั้น เพราะว่ามันมี ประโยชน์ เราจะได้ใช้มันให้เกิดประโยชน์แก่ตนและผู้อื่น เราจะได้ไม่เอา โต๊ะไปฉายไฟ ไม่เอาโต๊ะไปใส่น้ำ ไม่เอาไฟฉายไปใส่น้ำ แต่เอาขวดไปใส่น้ำ เอาไฟฉายไปส่องสว่าง แล้วก็เอาโต๊ะมาวางของ เห็นมั๊ย นี่ที่เรา กำหนดความหมายและคุณค่าก็เพื่อเราจะได้รู้ตรงนั้น แล้วนำมาทำ ประโยชน์ ซึ่งถ้าไม่มีมันจะได้เหวอ มันก็วุ่นวายไปหมด ไม่รู้ถูกไม่รู้ผิด รู้อะไร ควรอะไรไม่ควร ไม่รู้คุณไม่รู้โทษมันก็วุ่นวายเท่านั้น

แต่พอคนเรามีอย่างนี้ เราเกิดมาอย่างนี้ เราไม่เคยรู้ความจริงว่า ความหมายและคุณค่าทั้งหลายเป็นเพียงสิ่งสมมุติ มันไม่ได้มีอยู่อย่าง จริงแท้ เรากลับหลงเพลิน ยึดมั่นถือมั่นในความหมายและคุณค่านั้นไป เรื่อยๆ เราเลยติดในความหมาย หลงความหมายและคุณค่าว่ามันเป็น จริงเช่นนั้น หลงว่ามันจริงๆ ทั้งๆที่จริงๆ แล้ว ไฟฉายมันเป็นตัวตนของไฟ ฉายตามชื่อไฟฉายที่เราให้มันหรือเปล่า มันไม่มีตัวตนที่แท้จริงของไฟ ฉายตามชื่อที่เราเรียกเลยแม้แต่น้อย มันไม่มีตัวตนที่แท้จริงของขวดตาม ชื่อที่เราเรียก โดยความจริงแท้แล้ว หรือเรียกว่าโดยทางปรมาตม์ ขวดไม่ได้ แตกต่างจากไฟฉาย ไฟฉายไม่ได้แตกต่างจากโต๊ะ เพราะมันว่างเปล่า จากความเป็นตัวตนใดๆทั้งสิ้น แต่โดยสมมุติมันมีความแตกต่างกัน

เพราะฟังก์ชัน ฟังก์ชันหน้าที่ทำให้เกิดประโยชน์มันแตกต่างกัน และเราก็จำเป็นต้องใช้มันให้เกิดประโยชน์ มิฉะนั้นมันก็จะก่อโทษก่อทุกข์ให้กับคนอื่นและตัวเราเอง เข้าใจมั๊ย ฟังก์ชันหรือสมมุติเราก็ต้องรู้จัก ต้องเรียนรู้ ต้องใช้ให้เป็นใช้ให้ถูก ไม่ใช่เอาขวดไปวางของ หรือ เอาไฟฉายไปใส่น้ำ นั่นมันก่อโทษ มันไม่เกิดประโยชน์ แล้วขณะที่ใช้เราก็ต้องอย่าลืมสติว่า มันไม่มีอะไรที่แท้จริงอย่างนั้น ฟังดูแล้วเหมือนมันเวอร์นะ ใครจะเง่าเอาไฟฉายไปใส่น้ำ เอาขวดไปวางของ นี่เปรียบให้เห็นชัดๆเท่านั้น เพื่อจะได้เข้าใจ มันคงไม่มีใครเง่าขนาดนั้นหรอก แต่ขนาดที่เธอเอาสิ่งเหล่านั้นไปใช้ได้ถูกต้องตามฟังก์ชันของมันนะ เธอมองเห็นมั๊ยละ ความเง่ามันอยู่ตรงไหน เธอลืมไปว่า มันไม่ใช่ไฟฉาย โตะมันไม่ใช่โตะจริงๆ มันไม่ใช่ขวดจริงๆเช่นนั้น โตะ ขวด ไฟฉาย มันไม่ได้แตกต่างกันเลย มันล้นวงแปล่าจากความเป็นตัวตนใดๆทั้งสิ้น มันจะแตกต่างกันเมื่อเธอจะนำมันไปใช้ประโยชน์เท่านั้น นี่ก็ออกมั๊ย

ถ้าโตะ ไฟฉาย ขวด ตั้งอยู่ตรงนี้ ต่อหน้าเธอนี้ เธอรับรู้มั๊ย ถ้าเธอไม่ให้ค่าไม่ให้ความหมายมัน มันจะมีความแตกต่างกันมั๊ย นี่มันยังไม่ได้ทำประโยชน์อะไร เธอไม่ได้ใช้ประโยชน์อะไร ถ้ามันอยู่ข้างหลังเธอ เธอไม่ได้รับรู้มัน มันยังไม่แตกต่างกันเลย นี่ก็ออกมั๊ย เพราะฉะนั้น เมื่อมีการรับรู้ ถ้ามันไม่บริสุทธิ์ มันก็ยึดอยู่กับสิ่งเหล่านั้น ยึดอยู่กับปรากฏการณ์นั้น ว่ามันเป็นโตะบ้าง ไฟฉายบ้าง ขวดบ้าง การเห็นบ้าง การสัมผัสบ้าง นั่นคือสิ่งที่เราทุกคนเคยชิน แต่ถ้ารับรู้ด้วยความตื่นรู้ดั้งเดิมตาม

ธรรมชาติและความว่าง รับรู้ด้วยความตื่นรู้อันใสกระจ่างและความว่างที่
ประสานกันเป็นหนึ่ง มันก็จะกลายเป็นการรับรู้อันบริสุทธิ์ ซึ่งแตกต่างกับ
ที่เรารับรู้ พอนี่ออกมัย ซึ่งมันคือปัญญาญาณดั้งเดิม หรือพุทธปัญญา

แต่เมื่อเรายังไม่สามารถแจ้งในการรับรู้เช่นนั้นได้ ปัญญาญาณ
ยังไม่สามารถฉายแสงอันสุกสว่างของมันเองออกมาได้ เราก็ต้องใช้
ปัญญาคิดไปก่อน ทำความเข้าใจ และตระหนักรู้ไปก่อน ค่อยๆพัฒนาไป
ก่อน จนในที่สุด เมื่อมันแจ้งชัดในธรรมชาติดั้งเดิมของมันเอง มันก็ไม่ต้อง
ใช้กุศโลบายใดๆอีกต่อไป แล้วปัญญาที่เราพัฒนาขึ้นนั้นกับปัญญา
ญาณดั้งเดิมมันเป็นตัวเดียวกันมัย คนละตัวกัน แต่เนื้อหาความหมาย
เดียวกันมัย เนื้อหาความหมายเดียวกัน เข้าใจมัย แปลว่าอะไร เปรียบให้
ดูง่าย ๆ ขณะที่เธอใช้ปัญญาคิด ซึ่งได้จากการได้ยิน ว่าไฟฉายก็ว่าง ขวด
ก็ว่างเปล่า เธออาจเข้าใจด้วยเหตุผลทางตรรกะ แต่เธอยังไม่ลึกซึ้งหรือมี
ประสบการณ์ตรงในการเห็นแจ้งถึงความว่างเปล่าที่แท้จริงของมันได้ แต่
มันก็สามารถทำให้เธอหยุดที่จะไปยึดมั่นถือมั่นกับมันได้ ถ้าจิตเธอเชื่อ
จิตเธอยอมรับในความจริงนั้น เมื่อมันหยุดความยึดมั่นถือมั่นลงได้ เธอก็
จะมีจังหวะที่เธอจะสงบลง แล้วเธอก็จะสามารถเห็นความจริงของมัน
ตามเป็นจริงได้ว่า “อ้อ จริงๆนะ ถ้าจิตมันไม่ปรุงแต่ง ปล่อยให้การรับรู้
เป็นการรับรู้เฉยๆ บริสุทธิ์โดยปราศจากการปรุงแต่งใดๆ มันก็ไม่เห็นจะ
เป็นอะไร ไฟฉายก็มีได้จะเป็นไฟฉาย และมีได้เป็นอะไรทั้งนั้น มีได้เป็นแม้
ความไม่ใช่ไฟฉาย” นั่นเธอเริ่มเห็นในความแตกต่างของสภาพการปรุง

แต่งและมีได้ปรุง เธอจะเริ่มมองเห็นตามสภาพความเป็นจริงว่า ความหมายและคุณค่าทั้งหลายล้วนคือสิ่งที่จัดปรุงแต่งขึ้นเองทั้งสิ้น และเมื่อเธอสงบยิ่งขึ้นและสังเกตต่อไปในการรับรู้ นั้น เธอก็จะพบความจริงว่า โดยแท้จริงแล้วสิ่งทั้งหลาย ล้วนว่างเปล่าจากความหมายคุณค่าใดทั้งสิ้น

ท่านถึงบอกว่า ความเป็นหนึ่งเดียวของความตื่นรู้อันใสกระจ่าง และความว่าง คือจิตญาณเดิมแท้อันบริสุทธิ์ คือความรู้แจ้งหลุดพ้น ดังนั้นในทุกขณะนั้นเลยเธอจะต้องเข้าใจว่า สมมุติซึ่งคือ Relative และปรมาตถ์ซึ่งคือ Ultimate สองอย่างนี้มันคู่กันเสมอ จิตที่แจ้งชัดในสิ่งนี้ เรียกว่า จิตที่หลุดพ้น เป็นจิตที่จะสร้างประโยชน์สูงสุดให้ทั้งแก่ตนเอง และผู้อื่น เขาถึงเรียกว่า โภจิจิต จิตที่หลุดพ้นและทำประโยชน์แก่โลกได้ สูงสุด เข้าใจมั๊ย ในเหลี่ยมของปรมาตถ์ หรือ Ultimate จะนำไปสู่ความหลุดพ้น แต่จิตที่หลุดพ้นอย่างเดียวโดยไม่ได้ทำประโยชน์ มันก็แค่เป็น อากาโรจิตที่หลุดพ้นยังไม่ใช่ที่สุด ในมุนีท่านใช้สัญลักษณ์แทนว่า ดอกบัว ดอกบัว คือความหลุดพ้น คือความบริสุทธิ์ แต่อีกมุนีหนึ่งท่านใช้สัญลักษณ์ว่า โภจิ เป็นต้นโพธิ์ ต้นไม้ที่เกื้อประโยชน์ให้แก่สรรพสัตว์ ซึ่งเป็นเหลี่ยมของสมมุติ หรือ Relative เพราะฉะนั้นจิตจะเข้าไปสู่การหลุดพ้นอันสูงสุด มันต้องตรงเข้าไปตรงนี้ ตรงไปสู่ความรู้แจ้งหลุดพ้นเพื่อช่วยเหลือสรรพสัตว์ ซึ่งก็ต้องดำเนินไปด้วยกันทั้งสองเหลี่ยมคือทั้ง ปรมาตถ์และสมมุติควบคู่กันไป ถ้าเราเข้าไปด้วยกุศโลบายข้างใดข้างหนึ่ง

เพียงข้างเดียว โอกาสที่เราจะสร้างและหลงติดอยู่ในตัวตนอันละเอียด
ภายในก็จะสูงมาก อันนี้คงยังไม่พูดถึงเพราะมันลึกซึ้ง

เรากลับมาพูดถึงการรับรู้อันบริสุทธิ์ต่อดีกว่า เราเห็นมัยว่า พวก
เราถูกตอกย้ำด้วยคุณค่าความหมายมาตลอด โดยปราศจากความเข้าใจ
แท้จริงถึงความจริงที่ว่า ตัวตนทั้งหลายนั้นมันเป็นเพียงมายา เมื่อเรา
ปราศจากความเข้าใจขาดความแท้จริงในความเป็นมายาของตัวตน เรา
จึงหลงคิดว่ามันจริง มันจริงๆเช่นนั้น เพราะอะไร เพราะเราทุกคนมันต้อง
เริ่มจาก 0 องศา เราต้องเริ่มเรียนรู้ว่าอะไรถูก อะไรควร อะไรไม่ควรก่อน
นี้ไฟฉายนะ ใช้เขาไปส่องสว่าง นี้ขวดนะ ใช้เขาไปใส่น้ำ เราต้องเรียนรู้
อย่างนั้นก่อน เราเรียนรู้สิ่งนี้เพื่อใช้สมมุติให้ถูกต้องก่อนว่าจะใช้อะไร
อย่างไร แต่นั่นก็ล้วนคือเรื่องของ การให้ความหมาย การ define มัน
ออกไป เพื่อเธอจะได้อยู่ในโลกนี้ได้ เพราะเธอจะข้ามไปสู่ความหลุดพ้น
แต่แรกมันยังเข้าไปไม่ได้หรอก เธอยังไม่รู้เลยว่า ใต้นี้คืออะไร ใต้นั้นคือ
อะไร นี่คือนิเวศ นี่คือนิเวศ นี่คือนิเวศ เธอยังไม่รู้อะไรเลย แล้ว
เธอจะพัฒนาจนเข้าไปถึงจิตที่หลุดพ้นได้อย่างไร เพราะฉะนั้นเขาถึงต้อง
ให้ความหมายว่า นี่คือนิเวศ นี่คือนิเวศ นี่ไฟฉายนะ นี้ขวดนะ นี้โต๊ะนะ
เข้าใจมัย แล้วเธอก็ต้องเรียนรู้ต่อไปถึงประโยชน์ของมันหรือคุณค่าของ
มัน และโทษของมัน เติมเข้าไปอีก แต่เมื่อเธอเรียนรู้เช่นนี้จนคล่องจน
ชำนาญ เห็นผลในมันได้อย่างชัดเจน เธอก็ยิ่งเชื่อว่ามันเป็นจริงอย่างนั้น
แม้มันจะเป็นจริงอย่างนั้น แต่มันเป็นเพียงเหลี่ยมเดียวคือเหลี่ยมของ

ความจริงในปากสมมุติ แม้รู้มาถึงตรงนี้ เธอก็ยังไม่รู้จักปรมาตต์ เธอไม่รู้ว่าจะ
เติมแท้มันว่างเปล่า มันไม่มีตัวตนที่แท้จริงอย่างนั้น แม้โดยสมมุติมันจะดู
จริงแต่โดยจริงแท้มันเป็นเพียงมายา เมื่อความรู้เธอหยุดอยู่แค่สมมุติไม่
ต่อไปปรมาตต์ เธอก็เลยหลงหมายมั่นว่ามันเป็นจริงอย่างนั้นจริงๆ มันมี
ความหมายและคุณค่าจริงๆอย่างนั้น แล้วเธอก็เลยยึดมั่นถือมั่นอยู่ในทิว
ทัศน์นั้นของเธอ ผลก็คือวันหนึ่งเธอก็ต้องทุกข์เพราะสมมุตินั้น ทุกข์เพราะไม่
เข้าใจสมมุติและปรมาตต์ตามเป็นจริง

เบื้องต้นท่านสอนให้เรา รู้จักมัน เรียนรู้ที่จะใช้ประโยชน์ การที่เรา
จะใช้ประโยชน์ได้สูงสุด ก็ต้องเรียนรู้มันให้ถี่ถ้วน รู้คุณและโทษ บอก
เสมอว่า การพัฒนาโยนิโสมนสิการเริ่มต้นที่เธอต้องรู้ว่า นี่คืออะไร มัน
เกิดขึ้นได้อย่างไร เกี่ยวเนื่องกับสิ่งอื่นอย่างไร รู้คุณของมัน รู้โทษของมัน รู้
ประโยชน์ของมัน แล้วรู้ว่าเราจะจัดการกับมันอย่างไร จะจัดการกับมัน
อย่างไรให้เกิดคุณ จะจัดการอย่างไรไม่ให้เกิดโทษ ต่อไปก็เรียนรู้
ธรรมชาติที่แท้จริงของมัน นั่นคือปรมาตต์สัจจะ เมื่อเธอรับรู้ด้วยโยนิโส
มนสิการอย่างสมบูรณ์ เธอจะรู้ความหมายและคุณค่าและรู้จักธรรมชาติ
ที่แท้จริงของมัน มันคืออะไร เป็นอย่างไร มีลักษณะอย่างไร มีคุณค่า
อย่างไร มีโทษอย่างไร และรู้ธรรมชาติที่แท้จริงของมันว่า มันว่างเปล่า
อย่างไร แต่พวกเราชาวโยนิโสมนสิการ แม้จะเรียนรู้มันบ้าง แต่ก็รู้มัน
แบบครึ่งๆกลางๆ เรียนรู้แบบมักง่าย สุกเอาเผากิน พอเกิดประโยชน์ขึ้น
ได้นิดหน่อย ก็ไม่ยอมเรียนรู้ต่อไป ไม่รู้จักเรียนรู้ดูโทษของมัน บางอย่าง

พอรู้โทษก็ด่วนสรุปเอาเช่นนั้น ไม่สนใจจะเรียนรู้ดูประโยชน์ ด่วนสรุปปักใจอยู่แต่ข้างใดข้างหนึ่งเสมอ การรับรู้มันจึงเซออยู่ตลอด ท่านจึงต้องสอนต่อไปว่า ทุกอย่างมีสองมุมสองด้าน อย่ามองข้างเดียว ต้องหัดมองให้เห็นทั้งสองด้าน นี่ก็เพื่อกันตัวเราไม่ให้ไป Fix อยู่กับข้างใดข้างหนึ่ง ไม่มีสิ่งใดที่มีคุณค่าข้างเดียว ทุกอย่างมีสองด้านเสมอ นี้เรียกว่า เริ่มที่ 0 องศา จากที่เธอเรียนรู้เริ่มต้นว่าจะไรควรอะไรไม่ควร อะไรถูกอะไรผิด หรือ 0 องศา นั้น เมื่อเธอเรียนจนรู้ว่า อันนี้ถูกนะ อันนี้ขาวนะ ดำนะ เธอก็ต้องเรียนรู้ต่อไปที่ 60 องศา คือ ในดำก็มีขาว ในขาวก็มีดำ ทุกๆสรรพสิ่งมีขาวและดำอยู่ตรงนั้น มันไม่มีสิ่งใดที่มีคุณค่าข้างเดียว เธอเรียนรู้มันให้เห็นตามเป็นจริงเช่นนั้น แต่คนเราพอเรียนรู้คุณค่าใดคุณค่าหนึ่ง ก็ชอบเข้าไปยึดในคุณค่าข้างเดียวนั้น อันนี้ดี ดีจริงๆ อันนี้ไม่ดี ก็ไม่ดีจริงๆ แล้วอย่างนี้เมื่อไหร่จะหลุดพ้น แค่ความจริงสมมุติที่เห็นได้ง่ายๆ ยังมองไม่เห็น หากยังมองเห็นแต่ว่า ดีคือดีจริงๆ ไม่ดีคือไม่ดีจริงๆ อย่างนี้จะมองเห็นความว่างจากความดีและไม่ดี ว่างจากขาวว่างจากดำได้อย่างไร เพราะนั่นคืออัตตาทิฐิที่แข็งกร้าว มันเป็นการสร้างตัวตนอันถาวรให้กับสิ่งนั้น สร้างว่ามันมีคุณค่าความหมายที่แท้จริงอย่างนั้น มันเลยยิ่งห่างไกลปรมาตม์เข้าไปใหญ่ ถึงบอกเสมอว่า หัดมองให้เห็นสิว่า มีดีได้ก็เพราะมีไม่ดี มีไม่ดีได้ก็มีเพราะมีดี ในดีก็มีไม่ดี ในไม่ดีก็มีดี มีขาวก็เพราะมีดำ มีดำก็เพราะมีขาว ในขาวก็มีดำ ในดำก็มีขาว นี่เธอต้องหัดเรียนรู้สังเกตให้เห็นความจริงเช่นนี้ นี้เรียกว่า การเรียนรู้ในขั้น 60 องศา เมื่อเธอแจ้งชัด

เช่นนั้น เธอก็จะเริ่มอิสระจากคุณค่าทั้งหลายได้ แต่ถ้าเธอไม่เรียนสิ่งนี้ เธอก็จะจมยัดอยู่ในคุณค่า หลงว่ามันมีคุณค่าอย่างนั้นๆจริงๆ

บอกแล้วว่า มันเริ่มต้นที่เธอหลงยึดในตัวตนของมัน หลงว่ามันมีความหมายและคุณค่าที่แท้จริงเช่นนั้น เธอไม่เคยรู้ว่ามันว่างเปล่าจากความเป็นตัวตนใดๆทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น ก่อนที่เธอจะเรียนเข้าไปถึงความว่างเปล่าจากตัวตน ซึ่งเป็นปรมาตม์ เป็น 180 องศา เธอต้องเริ่มเรียนรู้ที่ 0 องศา ก่อน อะไรคือดี อะไรคือไม่ดี อะไรคือขาว อะไรคือดำ แต่ถ้าเธอหยุดการเรียนรู้อยู่แค่นี้ เธอก็เหมือนกับเด็กป.1 ครูต้องคอยบอกว่า ทำอันนี้นะ ต้องขีดเส้นใต้ นะ ต้องเก็บโต๊ะนะ มันก็ถูกอยู่ ถูกในระดับ ป.1 เมื่อรู้อยู่แค่นี้แล้วเธอก็ไปยึดอยู่แค่นี้ ก็อันนี้มันถูก อาจารย์เคยสอนหนูอย่างนี้ อาจารย์เคยสอนให้หนูเก็บโต๊ะอย่างนี้ ให้ขีดเส้นใต้อย่างนี้ เออ ก็ถูก แต่นั่นมันป.1 แล้วโลกทั้งใบมีอยู่แค่ตรงนั้นแหละ มันมีแค่ 0 องศาหรอก เธอจึงต้องมาเรียนรู้ต่อไปว่า ในขาวก็มีดำ ในดำก็มีขาว ขาวมันเกิดขึ้นได้ก็เพราะดำ ดำมันเกิดขึ้นได้ก็เพราะขาว เธอต้องหัดเรียนรู้พิจารณาให้เห็นตามเป็นจริงเช่นนั้นอีก มันมียาวก็เพราะมันมีสั้น ที่มีสั้นก็เพราะมียาว ที่มีสวยเพราะมีไม่สวย ที่มีไม่สวยก็เพราะมีสวย ที่มีถูกเพราะมันมีผิด ที่มีผิดเพราะมันมีถูก เห็นมั๊ย ที่มีถูกเพราะมีผิด ที่มีผิดก็เพราะมีถูก มันไม่มีสิ่งใดมีคุณค่าสมบูรณ์แบบ absolute ถูก absolute ผิด มันไม่มี มันอยู่ที่ความโง่หรือฉลาดของบุคคลต่างหาก เธอดูให้ดีแล้วกัน นี่คือเส้นทาง ถ้าเธอไม่เดินเส้นทางนี้มันไม่มีทางหรอก จะนั่งอยู่ตีๆ แล้วไปว่าเอาความ

ว่างเปล่า เขาอนัตตา เขาปรมาตต์ชั้นสูงมันไม่ได้หรอก ขึ้นไม่ปูพื้นฐานให้ดี เตียวเธอก็ยึด ยึดอะไร ยึดในความเห็นนั้น จิตเธอไม่มีทางบริสุทธิ์ ความเห็นว่ามันว่างเปล่า ความเห็นว่ามันเป็นอนัตตา ความเห็นว่ามันไม่เที่ยง มันไม่มีทาง จิตเธอยังไม่เข้าถึง เธอก็ยังมีความเห็นที่ถูกต้องและผิด มีถูกมีผิด มีดีมีไม่ดี ไปๆมาๆ เธอก็จะบอกว่า “ก็นี่ไงมันจริงๆ มันไม่มีอะไรหรอก มันว่างเปล่า” นั่น! เธอก็เซไปอยู่ในข้างปรมาตต์ ปฏิเสธสมมุติ เพราะเธอไม่รู้ว่ามีสมมุติก็มีปรมาตต์ มีปรมาตต์ก็มีสมมุติ สมมุติมีได้เพราะปรมาตต์ ปรมาตต์มีได้เพราะสมมุติ สังสารวัฏมิได้เพราะนิพพาน นิพพานมิได้ก็เพราะสังสารวัฏ ถ้าจะนอกเหนือทั้งสังสารวัฏและนิพพานให้ได้ มันไม่มีอะไรทั้งนั้นล่ะ แต่ที่ว่าไม่มีมันก็ไม่ใช่ความไม่มีแบบโบ่บ่ ไม่ใช่แบบดับสูญ ไม่มีความหมายอะไรเลยทั้งสิ้น คำว่าไม่มีอันนี้ไม่ใช่ไม่มีในลักษณะที่ตรงข้ามกับความมี เพราะความมีและความไม่มีก็ยังเป็นธรรมชาติคู่กัน มันมีได้เพราะมันไม่มี มันไม่มีได้เพราะมันมี เพราะฉะนั้นคู่ให้ดีนะ มันคนละเรื่องกันเลยนะ แม้เธอจะว่า ความถูกต้องมันก็อันิจจัง ความมีก็อันิจจัง มีแล้วเตียวมันก็ไม่มี ถูกแล้วเตียวก็ผิด มันก็ถูกอยู่ แต่มันก็ยังไม่ว่างจากตัวตน และยิ่งถ้าเธอหมายมันอยู่ตรงนั้น เธอก็ยังไม่พ้นจากการยึดติดในทิวฐิ เธอก็ยังมีความมัวหมอง มันไม่ใช่จิตบริสุทธิ์ที่เรียกว่าความตื่นรู้อันใสกระจ่างและความว่าง เธอจึงต้องเรียนต่อไปอีก เรียนต่อไปให้เห็นแจ้งให้ได้ว่า ทำไมในความมีมันจึงมีความไม่มี ในความไม่มีมันจึงมีความมี ในดำมันจึงมีขาว ในขาวมันจึงมีดำ แล้วทั้งขาวและดำมันเกิดจากอะไร

ดำก็เกิดจากขาว ขาวก็เกิดจากดำ เพราะมีขาวจึงมีดำ เพราะมีดำจึงมีขาว ในขาวมีดำในดำมีขาว อันนั้นเป็นสิ่งภายนอกถูกม้วย แล้วขาวมาจากไหนกันล่ะ ดำมาจากไหนกัน ก็จิตเองนี่ละเป็นผู้ให้ค่า จิตเป็นผู้ปรุงแต่งคุณค่าต่าง ๆ นั้นขึ้น แท้จริงมันไม่ได้มีอะไรเลยเช่นนั้น นอกจากจิตปรุงแต่งขึ้น ซึ่งไม่ใช่จิตคนอื่นด้วย จิตเราเองทั้งสิ้น แม้จะรับมาจากการปรุงแต่งของคนอื่นที่สืบทอดกันมา แต่ที่สุดเราก็จดจำหมายมั่นเอามาปรุงต่อเองทั้งนั้น ยึดอยู่อย่างนั้น ว่ามันจริงเช่นนั้น พวกเราก็เป็นอยู่อย่างนี้ละ มันจึงไม่เห็นอะไรตามสภาพความเป็นจริง เรารับความหมายและคุณค่าต่อๆกันมา แล้วรับจากใคร ก็รับจากผู้หลง ผู้ยึดมั่นถือมั่นกันทั้งนั้น เขาว่าไอ้นี้ไม่ดี เราก็อ่าไม่ดีเลย เราไม่เคยมาดูเลยว่า บนความไม่ดีที่เขาว่านั้น มันก็มีข้อดีตรงนี้อยู่ เขาว่าอันนี้ดี เราก็บอกใจว่าดีเลย ดีเพราะเขาว่า ไม่เคยมาดูเลยว่ามันดีจริงอย่างไร เพราะอะไร และมันมีข้อไม่ดีตรงไหนบ้าง ยิ่งสมัยนี้ยิ่งเป็นอย่างนี้กันมาก อะไรๆ ก็ถามอาภู่ อะไรๆ ก็ถามคนอื่น โดยไม่เคยเข้ามาดูสังเกตเรียนรู้ด้วยตัวเองเลย แม้คนส่วนใหญ่เขาว่ากันอย่างนี้ แต่จริงๆมันใช่หรือ ท่านถึงบอกได้ว่าอย่าปักใจเชื่อเพียงเพราะเขาว่า แต่ให้ฟังคำผู้รู้ และทดสอบเรียนรู้ด้วยตนเองให้มันรู้จริงเห็นจริงด้วยตนเอง

ทั้งหมดนี้ก็เพราะ การรับรู้ของเรามันเต็มไปด้วยความไม่บริสุทธิ์ มันมี Obstacle มาก มีสิ่งมัวหมองมาบดบังมาก เพราะเธอยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งที่เธอรับรู้มา ที่ท่านเรียกว่า ยึดมั่นในสัญญาสังขาร เมื่อเธอรับรู้มา

ด้วยความมัวหมอง เธอก็ยึดมั่นในสิ่งที่รับรู้นั้น แล้วยังมีอารมณ์ประกอบมากเท่าไรก็ยิ่งยึดมากเท่านั้น ยึดด้วยอารมณ์กลัว ยึดด้วยอารมณ์โลก โกรธ หลง มันก็เลยยิ่งเหนียวแน่น คนเราชอบยึดในความหมายที่มันเข้าได้กับทิฐิของตน พระพุทธองค์ท่านถึงกล่าวเตือนไว้ว่า อย่าปักใจเชื่อเพียงเพราะคนส่วนใหญ่พูด อย่าปักใจเชื่อเพียงเพราะผู้พูดน่าเชื่อถือ อย่าเพิ่งปักใจเชื่อเพียงเพราะมันเข้าได้กับทิฐิของตน ฯลฯ แต่คนเรากลับเป็นอย่างนี้หมด ปักใจเชื่อโดยยังไม่พิสูจน์ให้เห็นแจ้งด้วยตนเอง แล้วก็ยึดๆอยู่อย่างนั้น

แต่แม้เธอเรียนรู้ด้วยตนเองในความคิดและความไม่ดี เธอก็ได้แค่ 0 องศา แค่เรียนรู้ว่าอันนี้ดี อันนี้ไม่ดี เธอจะไปสรุปเอาเช่นนั้น ว่ามันดีจริงๆ ไม่ดีจริงๆ โดยเธอไม่เรียนต่อไป 60 องศา มันก็ยังใช้ไม่ได้ มันจะพาเธอติดจมอยู่ตรงนั้น มันถึงจำเป็นที่จะต้องพัฒนา พัฒนาปัญญาของเราไปเรื่อยๆ โดยการเรียนรู้พิจารณาจากของจริง ด้วยประสบการณ์ตรง ไม่ใช่จากแค่คำคนอื่นบอก ถ้าเธอคิดแต่เพียงว่า “บอกมาเถอะ ฉันจะเชื่อทั้งนั้น อันไหนไม่ดี ฉันก็จะเชื่อ อันไหนดีฉันก็จะเชื่อ” แต่เธอไม่นำไปพิจารณา ไม่เปรียบกับคำผู้รู้ ไม่พิสูจน์ให้เห็นแจ้งด้วยตนเอง มันก็จะเป็นแค่ความรู้จากสัญญา ความรู้ที่รับมาจากผู้อื่น เธอไม่เห็นอะไรตามความเป็นจริง แล้วเมื่อไรเธอจะหลุดพ้นละ ขนาดนี้ยังอีกไกลเลย แค่ 60 องศาเองเธอยังมีแต่สัญญา กว่าที่จะถึง 360 องศานี้ต้องอีกเท่าไร

เข้าใจมั๊ย หากเธอรับมาโดยไม่รู้จักพิสูจน์ให้เห็นแจ้งด้วยตนเอง

ไม่เรียนรู้พิจารณาจนแจ่มแจ้งด้วยตัวเอง นั่นเธอยิ่งขาดโยนิโสมนสิการ คนที่ขาดโยนิโสมนสิการก็จะเชื่ออะไรๆไปตะพึดตะพือ แล้วก็ปักใจยึดอยู่ อย่างนั้น ใครเขาว่าดี กูเอามา ใครเขาว่าไม่ดี กูเอามา ใครเขาว่าเลว กูเอามา ใครเขาว่าสวย กูเอามา มีแต่อย่างนี้หมด ไม่เคยรู้อะไรเองเลย ไม่เคยเรียนรู้ด้วยตัวเอง แล้วก็ไม่ฉลาดที่จะเลือกฟังด้วย ซึ่งทั้งหมดนี้มันเป็นเพราะอะไร ก็เพราะตณหานั่นล่ะ มนุษย์เราเมื่อไม่ฉลาดที่จะเลือกฟัง ไม่ฉลาดที่จะพิจารณาและพิสูจน์ให้แจ้งด้วยตนเอง เชื่อง่ายไปหมด มันเลยกลายเป็นมนุษย์ที่อ่อนแอ อ่อนแอทางจิตวิญญาณ เพราะชีวิตมันเร่งรีบ มันอยากได้เร็วๆ อยากได้ดีมีเป็นแบบเร็วๆ เข้าไปอีก มันก็เลยไม่มีเวลาที่จะมาพิสูจน์เรียนรู้ให้แจ้งด้วยตนเอง แม้แต่กรรมะ ไปฟังเขามา ยังไม่ทันไรก็เอาไปคุยต่อ ยังไม่รู้จริงเห็นจริงเลยก็เก็บไปคุยเสียแล้ว แม้เรื่องที่ตนไม่อาจเห็นหรือเห็นตามไม่ได้ ก็ยังคุยได้เป็นตุเป็นตะ มันคุยเพื่ออะไร มันไม่ได้คุยเพื่อทำให้คนอื่นเขามีกรรมะ แต่คุยเพื่อโอ้อวด เพื่อโก้เก๋ คุยเพื่อแสดงว่ากูเป็นผู้รู้กรรมะ มันอยากอวด มันจึงรีบ รีบที่จะถ่ายออกไปๆ ขาดการเห็นแจ้งตามสภาพความเป็นจริงของตัวเอง มันรีบที่จะถ่ายออกไปๆ เสร็จ เธอก็สร้างปมให้กับตัวเอง กลายเป็นอะไรก็ไม่รู้ เหมือนกับว่าจะมี ตนก็หลงคิดว่าตนมี แต่แท้จริงมันไม่มี เข้าใจมั๊ย แล้วก็กระจายสิ่งผิดออกไป กระจายออกไปโดยตนคิดว่าถูก โดยตนไม่รู้ความจริงเลย เพราะเธอไม่เคยพิสูจน์ เธอไม่เคยเห็นแจ้งในตัวเธอเอง มีแต่รับมาๆ เร็วๆ “ครูบาอาจารย์คนนั้นคนนี้ ท่านได้รับการรับรองว่าอย่างนั้น อย่างนี้ ท่านพูดว่าอย่างนี้” มันต้องถูกสิ ถูกเพราะเขาว่าท่านเป็นนั่นเป็น

นี่" นั่น เธอมีแต่ความอ่อนแอตลอดเวลา นักปฏิบัติถ้าเชื่อง่าย ถ้าจมอยู่แค่ 0 องศา มันก็จะไม่ได้ไปไหนเลย มันยังไม่ได้เห็นด้วยตนเอง ไม่เห็นว่ามีดีก็มีไม่ได้ดีได้นะ มีถูกก็มีผิดได้นะ อย่าปักใจเชื่อลงไปเพียงเพราะคนส่วนใหญ่ว่า อย่าปักใจเชื่อเพียงเพราะคนพูดน่าเชื่อถือใจเย็นๆ อย่าเพิ่งปักใจเชื่อลงไป เธอต้องค่อยๆ ค่อยๆ พิจารณา แล้วพิสูจน์ พระพุทธองค์ท่านถึงทรงเน้นตรงนี้ไว้ เพื่ออะไรละ ก็เพื่อให้เราใจเย็นๆ อย่าด่วนสรุป แล้วค่อยๆ ดูตามสภาพความเป็นจริง ถ้าเราไม่เห็นตามสภาพความเป็นจริงแล้วเราปักใจเชื่อลงไปเลย เราจะเจริญวิปัสสนาได้อย่างไร เราจะรู้แจ้งเห็นจริงได้อย่างไร เพราะที่รู้มันเป็นความรู้ของคนอื่น ที่รับมา อ่านมา ได้ยินมา คั่นคว่ามา ซึ่งมันไม่ใช่ปัจจุบัน ไม่ใช่ความรู้แจ้งจริงของเรา แต่คนเราก็แปลกอีก บทจะเชื่อ เจอผู้พูดที่เขาว่าเก่ง ว่าเป็นนุหนเป็นนี่ น่าเชื่อถือ ก็ปักใจเชื่อไปเลย ไม่ยอมพิจารณา ไม่ยอมพิสูจน์ด้วยประสบการณ์ของตน แต่พอไปเจอกับคนที่มีประสบการณ์จริง คนที่รู้จริง แต่ไม่มีใครรับรอง ไม่มีใครอวย ก็ปฏิเสธเลย ไม่เชื่อไม่ฟังไปเลย ไม่เอามาพิจารณา ไม่เอามาเรียนรู้พิสูจน์ ผลก็เลยไม่มีทางรู้แจ้งเห็นจริงได้ทั้งสอง นี่เรียกว่าไม่รู้จักแยกแยะว่าใครคือผู้รู้จริง ใครคือผู้รู้ไม่จริง เชื่อตะปัดตะป้อ หรือปฏิเสธดูเดียว ถ้าขนาดนี้ ก็หมดหนทาง มันยากมาก

คนเรามักเป็นอย่างนี้ เหตุเพราะมีอารมณ์เข้าไปแทรก การรับรู้มันก็เต็มไปด้วยสิ่งมัวหมอง เต็มไปด้วยความโลภ โกรธ หลง จิตมันไม่ใสกระจ่างแล้ว เต็มไปด้วยคลื่นแห่งนิวรณ์ แล้วจะไปเห็นอะไรตามสภาพ

ความเป็นจริงได้ ไม่มีทาง มนุษย์เราทำตัวให้ทุกซบไปเปล่าเพราะอย่างนี้ เมื่อเกิดอารมณ์ขึ้นมาในการรับรู้ อารมณ์ก็ Interfere การรับรู้ นั้น ถูกผิดดีชั่วมองไม่เห็น มันก็เลยถอยลงไป 0 องศา หรือติดลบเสียด้วยซ้ำ สิ่งไหนจริง สิ่งไหนไม่จริง สิ่งถูก สิ่งผิด มันลึ้มไปหมด ไม่รู้เรื่อง นี่คือการรับรู้ที่มันมัวหมอง ไม่บริสุทธิ์ ไม่ใสกระจ่าง ท่านถึงเปรียบว่า จิตที่มีนิรวรณ เหมือนกับน้ำเดือดบ้าง น้ำที่มีสีบ้าง น้ำที่มีตะกอนบ้าง แล้วแต่ เพราะที่มันไม่ใสบริสุทธิ์ มันไม่ใสกระจ่าง มันไม่ใช่ น้ำบริสุทธิ์ มันจึงมองไม่เห็น ก้นบ่อ น้ำบริสุทธิ์มันใสแนว มันต่างกัน จิตที่ไม่มีนิรวรณบดบัง มันจึงรับรู้อะไรก็ได้ชัดตามเป็นจริง ท่านถึงเรียกว่า การรับรู้อันใสกระจ่าง ยิ่งถ้าเป็นจิตเดิม มันใสบริสุทธิ์ เพราะมันไม่มีแม้กระทั่งอริชชามาบดบัง มันจึงใสบ้าง รับรู้อะไรได้ตามสภาพความเป็นจริง มันเป็นจิตประภัสสร จิตที่ใสกระจ่างบริสุทธิ์ ไม่ประกอบด้วยอะไรเลย ไม่มีอะไรเจือปนมัน

นี่ละ เราถึงต้องมาเรียนรู้ เรียนรู้เพื่อพัฒนาโยนิโสมนสิการ เริ่มตั้งแต่รู้จักแยกแยะว่าอะไรคืออะไร มีคุณโทษอย่างไร แล้วก็ต้องหัดมองสองข้างให้ได้ เมื่อเธอเห็นคุณค่าด้านหนึ่ง เธอต้องพิจารณาให้เห็นคุณค่าอีกด้านหนึ่ง ถ้าเธอเห็นคุณค่าด้านหนึ่งเธอต้องหัดพิจารณาให้เห็นคุณค่าอีกด้านหนึ่งเสมอในสิ่งนั้นนั่นแหละ เพื่อเธอจะได้ไม่หลงยึดติดว่า มันมีคุณค่าที่แท้จริงอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วเธอก็จะเริ่มรู้จัก ความเป็นกลางทางปัญญาที่จะไม่เอนเอียงไปในคุณค่าใดคุณค่าหนึ่ง จิตเธอถึงจะเริ่ม Balance หากเธอบังใจลงไปเห็นแต่ว่ามันดี ๆ นั้นมันก็คืออัตตาตัวตนที่

เธอปรู้งขึ้นให้กับสิ่งนั้น เธอยึดว่ามันมีตัวตนที่แท้จริงเช่นนั้น แล้วเธอก็จะ
แกะเข้าไปเลย แต่ถ้าเธอเริ่มมองเห็นว่าที่ว่าตินั้นมันก็มีข้อไม่ดีเหมือนกัน
การแกะของเธอก็จะเบา ความจะปักใจลงไปข้างใดข้างหนึ่งมันก็จะ
ถอยออก เหมือนที่เคยเปรียบให้ฟังว่า ผ้าชีวีวเปื้อนซีแต่ห่อทอง กับ ผอบ
ทองใส่ซี เธอจะเอาอันไหน จะทิ้งอันไหน นี่เธอต้องเรียนรู้ตรงนี้ดี ชั้นแรก
เธอต้องเรียนรู้ตรงนี้ก่อน เธอเห็นผ้าชีวีวเปื้อนซี เธอยังไม่เห็นทอง เธอก็จะ
ทิ้งจะกำจัดมันทันที แต่ถ้าเธอรู้ว่า เฮ้ย ข้างในมันมีทอง เธอจะทิ้งมัย เธอ
เห็นผอบทองเธอก็จะเอามาเก็บไว้กับตัวเธอทันที แต่ถ้าเธอรู้ว่าข้างในมัน
มีซี เธอจะเอามาหวงเก็บหวงกอดมันมัย เธอจะมาจับมัย ตกลงทั้งสอง
เลยกลายเป็นเท่ากัน จิตที่เธอจะผลัดไส หรือจะจับฉวยไว้ มันจะหมด
ฉันใดก็ฉันนั้น การเห็นธรรมคู่สองข้างด้วยปัญญา มันจึงเป็นเรื่องสำคัญ
ในเบื้องต้น สำคัญที่จะทำให้เธอเริ่มไม่เอนเอียงไปในข้างใดข้างหนึ่ง นี่คือ
สมมุติสัจจะที่เธอจะต้องจัดการ ท่านถึงบอกว่า นอกเหนือความหมาย
แห่งความเป็นคู่ที่ปวง ซึ่งคือการดำเนินไปสู่ความรู้แจ้งหลุดพ้น เมื่อเธอ
เห็นทั้งสองด้าน จิตจะเริ่มคลายออก คลายจากการผลัดไสหรือเอาเข้า
มาไว้ เรียกว่าไม่ปฏิเสธไม่ไหลตาม นี่คือการเรียนรู้ พัฒนาตนไปเรื่อยๆ
ซึ่งเป็นซีกของสมมุติสัจจะ ต่อไปจุดเชื่อมโยงระหว่างสมมุติกับปรมาตถ์
เธอต้องเรียนต่อ เธอจะอยู่แค่นี้มันไม่พอจบ เพราะมันยังมีความหมายที่
ซับซ้อนและละเอียดที่จิตมันปรู้งแต่งหลอกเราอีกมากมาย

คุณค่าความหมายทั้งหลายนั้นมาจากอะไร ก็จิตไม่ใช่เธอที่มัน

ปรุงแต่งขึ้น นี่เรากำลังมาพูดถึง 120 องศา นี่เราจะต้องมองให้เห็นว่า
ทั้งหมดอยู่ที่ใจเรานี่เอง หรือมันเป็นเพียงการปรุงแต่งของจิตเท่านั้น การ
เริ่มเห็นธรรมชาติคือการเริ่มเห็นว่าทั้งหมดมันเกิดจากจิต มันไม่ได้เป็น
อะไรที่นอกเหนือไปจากจิต ถูกผิดดีชั่ว จิตนี้เท่านั้นที่มันปรุงแต่งขึ้นตาม
สัญญาสังขารของมัน มันไม่ใช่จิตคนอื่น แม้จะเป็นความคิดเห็นคนอื่นที่
ถ่ายทอดมา แต่เราไปฟังเขามา แล้วก็จำไว้ แล้วก็เอาไปคิดปรุงขึ้นในยาม
ที่รับรู้ เราเอาสัญญาอดีตอันมากมายมาปรุงความหมายคุณค่าในสิ่งที่
เรารับรู้ในปัจจุบัน เมื่อเราเห็นตรงนี้ได้ เมื่อเราเห็นว่าคุณค่าความหมาย
ทั้งหลายมันล้วนเกิดจากจิตของเราเอง ทุกอย่างไม่ใช่ดี หรือไม่ดีอย่าง
แท้จริงในตัวมันเอง มันไม่ใช่ขาวอย่างเดียว และไม่ใช่ดำอย่างเดียว แต่
มันมีทั้งสองอยู่ในที่เดียวกัน ซึ่งเกิดจากการปรุงแต่งของจิตเราเองเท่านั้น
หากเห็นได้เช่นนี้ จิตเราก็สงบลงอีก สงบจากการหวั่นไหวไปในคุณค่า
ความหมายต่างๆ เราจะกลับมาดูตัวเราเองมากขึ้น ตอนแรกเราอยู่ข้าง
นอก อันนี้มันถูก อันนี้มันผิด อันนี้มันดี อันนี้มันไม่ดี นั่นมันส่งออกนอก
หมด ต่อไปเราก็เห็นชัดว่าถูกมันก็ไม่ใช่ถูกจริงแท้ ในถูกก็มีผิด ในผิดก็มี
ถูก ในขาวก็มีดำ ในดำก็มีขาว ซึ่งทั้งหมดมันเกิดจากจิตเราเองที่ปรุงขึ้น
ซึ่งนี้ เราจะต้องกลับมาเห็นภายใน เรียนรู้ภายในจนเห็นต้นตอของสิ่ง
เหล่านี้ก็คือการปรุงแต่งของจิต มันล้วนออกไปจากจิต ซึ่งอย่างที่เปรียบไว้
ตอนต้นว่า เธอจะพบว่า เมื่อเธอไม่ปรุงแต่ง คุณค่าและความหมาย
เหล่านี้มันก็ไม่เกิดขึ้น ต่อเมื่อปล่อยจิตปรุงตามความเคยชิน คุณค่า
ทั้งหลายก็จะปรากฏ

นี่ถ้าเธอเฝ้าดูจิต สังเกตเรียนรู้จิตของเธอ ทำความเข้าใจจิตของเธอให้แจ่มแจ้ง เธอจะเริ่มเข้าสู่กระบวนการที่จะนำไปสู่การรับรู้อันบริสุทธิ์ เมื่อเราเข้าใจแจ้งชัดในจิต เราก็จะสามารถค่อยๆ เรียนรู้อาการต่างๆ ของจิต ทั้งกุศลจิตและอกุศลจิตได้ตามที่มันปรากฏขึ้นจริงๆ การรับรู้อันบริสุทธิ์ คือการรับรู้ที่ไม่มีสิ่งมาหมองใดๆ มาบดบังจิต คือการรับรู้ที่ไม่ให้สัญญาสังขารมาบดบังการรับรู้ นั่น ซึ่งนั่นย่อมต้องเกิดจากเรามีสติปัญญา รู้เท่าทันกองสังขารทั้งปวง ที่อาจารย์มักให้ฝึกอยู่เสมอว่า หัดเอาความคิดความเห็นของเธอนั้นไว้ข้างหลังสิ อย่าให้มันมาบดบังการรับรู้ในขณะนั้น ถ้าเธอจะรับรู้ให้เห็นตามสภาพความเป็นจริง เธอต้องเอามันไว้ข้างหลัง ถ้าเธอปล่อยให้มันมาอิทธิพลต่อการรับรู้ของเธอ ไม่ว่าจะคิดว่ามันถูก มันผิด มันไม่ถูก มันไม่ผิด หรือมันว่าง มันก็เป็นการปรุงแต่ง มันก็บังการรับรู้ตรงนั้นทั้งนั้น หากเธอให้มันบัง มันก็จะเชื่อไปตามความคิดความเห็นนั้น ซึ่งไม่ใช่การเห็นตามเป็นจริง แต่ถ้าหากเธอเข้าใจว่า ในผิดก็มีถูก ในถูกก็มีผิด ทั้งหมดเกิดจากจิตเราเอง เพราะฉะนั้น ที่มันว่าถูก ก็เอาไว้ข้างหลังอย่าเพิ่งไปปักใจ เธอก็จะเริ่มเรียนรู้สิ่งใหม่ด้วยใจที่ไม่พลุ่งพล่าน ตรงนี้แหละ คือการรับรู้ที่เธอจะเริ่มเห็นความจริง หรือเรียกว่า ก้าวแรกของวิปัสสนา เพราะฉะนั้น เธอถึงต้องทำจิตให้สงบในการรับรู้ การทำจิตให้สงบเช่นนี้ เรียกว่า สมถวิปัสสนา คือจิตของเธอสงบสงบจากการปรุงแต่งของเธอเอง และรับรู้ปรากฏการณ์นั้นๆ ตามสภาพที่มันกำลังเป็นอยู่จริง โดยอิสระจากอิทธิพลของการปรุงแต่งของเธอ คุณค่าความหมายต่างๆ มันมีมากมายในจิตของเธอที่มันเกิดขึ้นใน

ขณะที่เธอรับรู้อะไรก็ตาม เพราะอย่าลืมสิว่า ก่อนที่เธอจะฝึกมาถึงตรงนี้ เธอได้ใส่ข้อมูลอะไรเข้าไปมากมายขนาดไหนในสัญญาของเธอ

เวลาฝึกจริง มันจะเริ่มจากสัญญาสังขารเหล่านั้นมันปรากฏขึ้น ก่อนเสมอ เมื่อมันปรากฏขึ้น ก่อนอื่นเธอต้องอย่าไปตามมัน เธอมันไว้ข้างหลัง อย่าปล่อยยให้มันมาบดบังการรับรู้ในปัจจุบันขณะนั้นของเธอ เมื่อมันไม่บดบัง ไม่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของเธอ ก็ค่อยๆ ปล่อยให้จิตมันรับรู้ตามสภาพความเป็นจริงของตัวเอง อย่าไปยึดมั่นในคุณค่า ความหมายที่เกิดขึ้น มันเป็นอดีตสัญญาที่ปรากฏตามความเคยชินเดิมๆ ของเธอเท่านั้น อย่าไปตามมัน หรือยึดมั่นในมัน เพราะมันจะบดบังการรับรู้ในขณะนั้นของเธอ คนเราชอบเก็บความหมายคุณค่าอะไรต่างๆ ไว้มากมาย อันนี้ถูก อันนี้ผิด อันนี้ดี อันนี้ไม่ดี อันนี้คือไอ้โน้น อันนี้คือไอ้นี้ แล้วก็ปักใจเชื่อว่ามันจริงอย่างนั้น และก็หลงเชื่อทุกครั้งที่ยามที่มันปรากฏขึ้นอีก เพราะฉะนั้น ใจเย็นๆ สงบและอดทนไว้ อย่าด่วนสรุป อย่าไปยึดมั่นในความหมายและคุณค่าเหล่านั้น มันล้วนเป็นอดีตสัญญาที่จิตมันฝังจำไว้ ใจเย็นด้วยความผ่อนคลาย แล้วก็ดูตามสภาพความจริงที่มันกำลังปรากฏ ถ้าดูได้แบบนี้ เธอก็จะเริ่มเห็นว่า จิตเองทั้งนั้นที่มันเป็นผู้ปรุงแต่งขึ้น เมื่อเห็นแจ้งชัดตามเป็นจริงจนจิตสงบถอยออกจากการยึดมั่นถือมั่นในความหมายและคุณค่าเหล่านั้น เธอก็จะไม่ทุกข์เพราะสิ่งนั้น หากเธอแคว้รู้ได้แบบนี้ ฝึกได้ตรงนี้ เธอก็จะทุกข์น้อยลงมากแล้ว แต่ก็ยังไม่จบนะ ยังมีอีกเยอะ แต่ก็ถือว่าจิตใจจะสงบเย็นขึ้น ทุกข์น้อยลงมากขึ้น

เมื่อมาถึงตรงนี้ เธอก็จะเริ่มกลับมาจำในความจริงของสิ่งที่ พระพุทธเจ้าสอน ซึ่งก็คือ มโนปุพฺพงฺคมาธัมมา ฯ ทุกอย่างเกิดจากใจ มี ใจเป็นใหญ่ สำเร็จที่ใจ เธอจะเห็นว่าถ้าจิตมันขยับ มันปรุงแต่งมันก็เกิด ความหมายและคุณค่าต่างๆขึ้น มันจะเป็นโน่นนี่นั่นได้มากมายตามการ ปรุงแต่งที่จิตมันปรุงขึ้น ซึ่งเธอจะเห็นแจ่มชัดนี้ได้ มันต้องเกิดจากการที่ เธอสังเกตจิตของเธอด้วยตัวเธอเอง ไม่ใช่แค่การฟัง จำ หรือคิดพิจารณา เท่านั้น เธอจะเห็นด้วยตัวเธอเองตามที่มันปรากฏเลยว่า ความหมายและ คุณค่าทั้งหลายจะออกไปจากข้างในของเธอ ออกไปจากจิตเธอ ออกไป จากการปรุงแต่งของจิต ถ้าเธอเฉย เธอสงบ เธอไม่หลงปรุงต่อ มันก็ไม่มี ความหมายไม่มีคุณค่าใดๆ จิตนี้เท่านั้นที่สร้างคุณค่าเหล่านี้ขึ้น จะดีจะ ไม่ดี จะกุศลอกุศล มันล้วนเกิดไปจากจิตนี้ทั้งสิ้น มันมิได้มีคุณค่าและ ความหมายที่แท้จริงของสิ่งใดๆ นอกจากจิตจะปรุงขึ้น หากเธอเห็นแจ่ม ชัดเช่นนี้ มันก็เป็นก้าวแรกที่เธอเริ่มเห็นความว่างเปล่าจากตัวตนของคุณค่า เหล่านั้น เธอเริ่มพัฒนาจาก 120 องศา ไปสู่ 180 องศา แต่แม้เธอเห็นได้ เช่นนั้น เธอก็ต้องดูบ่อยๆ สังเกตเรียนรู้มันเช่นนี้บ่อยๆ จากปัญญาที่เธอ แยกแยะมัน รู้จักดีรู้จักไม่ดี รู้ถูกรู้ผิด จนมามองเห็นว่าในถูกก็มีผิด ในผิด ก็มีถูก ในดีก็มีไม่ดี ในไม่ดีก็มีดี แล้วต่อไปเธอก็เข้าใจแจ่มแจ้งว่า ดีมิได้ก็ เพราะมีไม่ดี ไมดีมิได้ก็เพราะมีดี และทั้งหมดมันเป็นเพียงการปรุงแต่ง ของจิต จิตเท่านั้นที่เป็นผู้ปรุงคุณค่าเหล่านั้นขึ้น ซึ่งแท้จริงแล้วมันมิได้มี อยู่เช่นนั้นอย่างจริงแท้ ธรรมชาติมันว่างจากคุณค่าใดๆ หากใจไม่ปรุง คุณค่าทั้งหลายก็ไม่ปรากฏ ต่อไปเธอก็ต้องแยกแยะด้วยวิปัสสนาลงไป

อีกว่า แล้วคุณค่าความหมายเหล่านั้นที่มันเกิดขึ้น มันเกิดขึ้นด้วยอาการ
อย่างไร ซึ่งอันนี้เธอจำเป็นต้องใช้วิปัสสนาที่ประกอบด้วยโยนิโสมนสิการ
ที่จะเอียดอ่อนลงไปอีก ไม่ใช่เพียงการคิดพิจารณาด้วยสมอง แต่ต้องเป็น
การเห็นแจ้งตามสภาพความเป็นจริงที่ปรากฏในขณะนั้นด้วย เธอต้อง
เห็นแจ้งด้วยประสบการณ์ตรงของตัวเองว่า มันปรากฏขึ้นตอนที่
อายตนะมากระทบกัน แล้วจิตมันดึงเอาสัญญาในอดีตมาปรุงแต่งเกิด
เป็นคุณค่าความหมายขึ้น ขณะที่มันเกิดความหมายและคุณค่าเช่นนั้น
มันจะประกอบด้วยอายตนะภายในภายนอก ผัสสะ เวทนา สัญญา
สังขาร วิญญาณ มาถึงพร้อมกัน เธอจะเริ่มเห็น composite ของมัน เริ่ม
เห็นองค์ประกอบของมัน หรือเรียกว่า เธอเริ่มเห็นปัจจัยการ หรือเหตุ
ปัจจัยในการปรากฏขึ้นของมัน หรือจะเรียกอีกแบบว่า สมุทพยัมมาของ
มัน เมื่อเห็นแจ้งด้วยใจได้เช่นนี้ เธอต้องสังเกตเช่นนั้นไปเรื่อยๆจนมันเกิด
บทสรุปในใจของเธอว่า แท้จริงสิ่งที่จิตมันปรุงขึ้นนั้น หรือคุณค่า
ความหมายที่จิตมันปรุงขึ้นนั้น มันเป็นเพียงกลุ่มก้อนของเหตุปัจจัย เป็น
เพียงปัจจัยการ เป็นสังขารธรรม วางเปล่าจากตัวตน ซึ่งตรงนี้ เธอต้อง
เข้าใจลึกจะความจริงที่พระพุทธองค์ท่านกล่าวไว้อย่างดีมาก่อน ที่ว่า
สัพเพ สังขารา อนัตตา สิ่งใดที่เกิดจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง สิ่งนั้นว่างเปล่า
จากตัวตน

ปัจจัยการมันไม่ได้อยู่ข้างนอก ปัจจัยการหรือปฏิจสมุพบาท
มันอยู่ที่เธอ ที่เคยให้พวกเธอฝึกพิจารณาอยู่เป็นประจำ หัดดูใต๊ะ หัดดู

บ้าน ต้นไม้ หรือวัตถุภายนอก แล้วลองแยกแยะมันออกเป็นส่วนประกอบย่อยๆ เธอจะพบว่าสิ่งเหล่านั้นมันล้วนเป็นแค่การประกอบกันของเหตุปัจจัยหลายๆ อย่างมาถึงพร้อมกัน มันหาตัวตนที่เป็นเอกเทศที่แยกต่างจากองค์ประกอบเหล่านั้นไม่ได้ แต่นั่นมันเป็นการฝึกเบื้องต้นในสิ่งหลายๆ ก่อน เพื่อปูพื้นฐานความเข้าใจ เรื่อง สัพเพ สังขารา อนัตตา ต่อมาเธอก็ต้องเอาประสบการณ์เหล่านั้นมาใช้กับภายใน การปรากฏขึ้นของโຕະ มันเกิดจากอะไร นอกจากองค์ประกอบต่างๆ ของตัวโຕະเองแล้ว มันยังมีองค์ประกอบภายในที่สำคัญคือ เมื่อตากระทบรูป จิตปรุงแต่งเอาสัญญาที่หมายมันไว้ มาปรุงเกิดความหมายและคุณค่า รวมทั้งความรู้สึกสุขทุกข์หรือเฉยช้านี้คือปัจจัยการ คือปฏิจสุมุขปันนธรรม ซึ่งทั้งหมดนี้คือสิ่งที่เธอต้องฝึกให้เห็นแจ้งด้วยตนเอง แยกแยะองค์ประกอบด้วยประสบการณ์ตรงของตัวเอง เมื่อเธอมีปัญญาเห็นแจ้งเช่นนี้ เธอก็จะเห็นความว่างจากความเป็นตัวตนที่แท้จริงของปรากฏการณ์ หรือความว่างจากความเป็นอัตตาตัวตนของการปรากฏขึ้นของความหมายและคุณค่าของสิ่งสมมุตินั้น ซึ่งนั่นคือสัญญาตา ปฏิจสุมุขปาทนั้นล่ะคือสัญญาตา สัญญาตานั่นล่ะคือปฏิจสุมุขปาท คือ สัพเพ สังขารา อนัตตา และนี่ล่ะคือจุดที่สมมุติและปรมาตถ์มันจะประสานกลมกลืนกัน ความตื่นรู้อันใสกระจ่างและความว่างมันจะประสานกัน มันจะทำงานคู่กัน

การจะนอกเหนือทั้งสังสารวัฏและนิพพาน นอกเหนือความ-

หมายแห่งความเป็นคู่ของรู้และสิ่งถูกรู้ได้ เธอจะต้องแจ้งในความจริงของรู้ หรือแจ้งในความเป็นมาของรู้และสิ่งถูกรู้ ซึ่งมันขึ้นอยู่กับความละเอียดแบบคายที่เธอรับรู้ ว่า เธอมีสติที่รับรู้แจ้งในอะไรได้ ถ้ามันเป็นแค่เพียงวัตถุภายนอก เธอก็ยังไม่เข้าถึงตรงนี้ ถ้าเธอรู้แจ้งในรู้ เห็นธรรมชาติที่แท้จริงอันเป็นมาของรู้ได้ เธอก็จะสามารถเข้าถึงตรงนี้ได้ หรือเรียกว่า เธอจะต้องรู้แจ้งในธรรมชาติที่แท้จริงของรู้อันเป็นมาอันเสียก่อน เธอถึงจะสามารถพัฒนาต่อไปสู่ความนอกเหนือความเป็นคู่แห่งรู้และสิ่งถูกรู้ นอกเหนือสังสารวัฏและนิพพาน มันจึงต้องเริ่มฝึกไปตั้งแต่วัตถุหนึ่งเท่ากับสาม แล้วเธอก็ฝึกปัญญาให้เห็นแจ้งไปที่ละขั้นจนถึงวางสามเท่ากับหนึ่ง วางรูป เจตสิก และวางรู้ เมื่อรู้หนึ่งเท่ากับสาม วางสามเท่ากับหนึ่งได้ เธอก็จะอิสระได้เต็มที่ เธอถึงจะนอกเหนือธรรมคู่ได้อย่างเต็มที่ คือนอกเหนือทั้งรู้และสิ่งถูกรู้ เพราะเธอจะรู้แจ้งในความเป็นมาของรูปนามอย่างชัดแจ้ง แต่มันไม่่ง่ายนะ ต้องค่อยๆ ทำ จากหยาบไปหาละเอียด เธอฝึกไปๆ แม้ของหยาบเองก็ยังมีหยาบมากหยาบน้อย เมื่อเธอพัฒนาไปที่ละขั้น จิตเธอก็จะสงบเย็นลงทีละขั้น จนสงบเย็นอย่างเต็มที่ แต่แม้จิตเธอจะสงบเย็นอย่างเต็มที่ มันก็ยังไม่ใช่ที่สุด มันก็ยังมีถูก มีผิด มีดี มีชั่ว ให้เธอหัดใช้ให้เกิดประโยชน์ให้ได้โดยเธอไม่ยึดมั่น ซึ่งเธอต้องพัฒนาปัญญาตัวสำคัญที่เขาเรียกว่า ปัญญาแห่งความสำเร็จ หรือการเจริญนิรมานกาย ซึ่งเป็นกรเรียนรู้ที่จะใช้สมมุติทั้งหลายให้เกิดประโยชน์ด้วยจิตที่เป็นอิสระจากสมมุติทั้งหลายนั้น สมมุติเธอรู้ความว่าง เธอเข้าใจถึงความว่าง แล้วเธอก็รู้ว่าอะไรถูก อะไรผิด ในถูกก็มีผิด ในผิด

ก็มีถูก เธอจะมีความสามารถในการที่จะใช้สิ่งที่มีโทษมากมีคุณน้อยให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่นได้โดยไม่เกิดโทษมัย นี่มันเป็นเรื่องยากอีกขั้นหนึ่งเห็นมัย เธอจึงต้องพัฒนาต่อ เพราะก่อนที่จะเธอจะสามารถใช้สิ่งที่มีโทษโดยไม่ให้เกิดโทษ และเกิดประโยชน์สูงสุด เธอต้องพัฒนามาหลายระดับเลยทีเดียว

เหมือนเธอเรียนรู้สิ่งที่ถูกที่ผิด สิ่งที่เป็นคุณเป็นโทษ มาตามลำดับขั้น จนถึงขั้นเธอวางได้หมด ไม่ยึดมั่นถือมั่นในคุณค่าความหมายทั้งหลายเหล่านั้นหมด หากมีความจำเป็นและมันเกิดประโยชน์จริง เธอก็ก้าวทำในสิ่งที่คนอื่นเขาว่าไม่ดี เพื่อให้เกิดผลดีเกิดประโยชน์บางอย่างมัย หากไม่ นั่นเธอยังมีความยึดมั่นอยู่รีเปล่า นี่ไม่ได้บอกให้เธอทำชั่วนะ แต่แบบที่บอกแล้วไง ในดีก็มีไม่ดี ในไม่ดีก็มีดี แม้บางสิ่งคนส่วนใหญ่อาจมองว่ามันไม่ดี แต่มันก็มีความดีซ่อนอยู่ ซึ่งบางครั้งเราก็จำเป็นต้องใช้มัน แต่เธอต้องฉลาดและแยกคายพอที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์ใน time place person ที่เหมาะสม และที่สำคัญ เธอต้องวางมันได้ก่อนเธอถึงจะใช้มันได้ มิฉะนั้น เธออาจขาดทุน ก็เลสหลอกเธอเข้ารกเข้าพง นี่มันคือขั้น 270 องศา ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่ายแล้ว มันต้องผ่าน 180 องศาอย่างดีเสียก่อน เพราะมันจะคู่ขัดกับคุณธรรมที่เธอเคยฝึกมาตอนแรกๆ แต่หากเธอติดอยู่ตรงนั้น มันก็ยังเป็นอัตตา เป็นความยึดมั่นถือมั่นของเธอที่ยังมีอยู่ เธอก็ยังไม่อิสระจริง แม้จะเห็นความว่างของปรากฏการณ์ แต่มันก็ยังตัดความยึดมั่นยังไม่ได้หมด เหมือนเห็ดพิษ มันกินแล้วเป็นพิษ คนไม่รู้หลงกินเข้า

ไปมันก็ตาย แต่ในเห็ดพิษบางอย่างอาจมีตัวยาที่รักษาโรคบางอย่างที่ไม่
มียารักษาได้ อย่างนั้นเธอจะว่ามันมีคุณค่าอย่างไรละ เป็นพิษหรือเป็น
คุณ คนทั้งโลกอาจบอกว่ามันเป็นพิษกินแล้วตาย แต่หมอยาที่ฉลาดกลับ
เอามาทำยารักษาโรคยากๆได้ แล้วเธอจะฉลาดพอและกล้าที่จะใช้
มันมัย นั่นมันก็อยู่ที่ปัญญาและความยึดมั่นหรือไม่ยึดของเธอ มันต้อง
อาศัยความไม่ยึดติดและปัญญาที่แยบคาย เธอจึงต้องฝึกไปอีกถึงจะ
ก้าวต่อไปได้ มันไม่ใช่การทำแบบทำด้วยอารมณ์ หรือทำด้วยความมัก
ง่าย หรือทำด้วยความประมาทนะ แต่มันเป็นผลรวมของปัญญาแห่ง
ธรรมธาตุ ปัญญาแห่งการแยกแยะ และปัญญาแห่งความสำเร็จ มันจึง
ต้องฝึกฝนอย่างมากและยาวนาน แล้วทำไมคนเราถึงไม่กล้าที่จะทำหรือ
ทำไม่ได้ละ มันก็เป็นเพราะตัวตนที่ยังยึดติดอยู่ ตัวตนเธอยังมี ยังยึดดี
ยึดไม่ดี ยึดในความหมาย ยึดในความถูกต้องความผิด มันจึงไม่สามารถ
กระทำหรือไม่กล้า แต่บอกแล้วว่ามันเป็นขั้นพัฒนาต่อจาก 180 หากเธอ
ยังไม่ผ่าน 0 องศา เธอจะกระโดดไปทำตรงนี้มันไม่ได้ มันจะติดลบ ทำ
ไม่ได้ถ้าเธอยังไม่เห็นแจ้งชัดในความว่างเปล่า มันต้องเป็นไปตามขั้น
พัฒนาไปตามขั้น และในที่สุดเมื่อเธอเรียนรู้จากขั้นนี้ไปจนคล่องตัว
ปัญญาของเธอแยบคายอย่างสมบูรณ์ เธอก็สามารถทำประโยชน์ได้ใน
ทุกๆเรื่องโดยไม่ยึดติด เป็นไปเองโดยสมบูรณ์ นั่นคือเธอเข้าไปสู่ 360
องศา ปัญญาแห่งความสำเร็จเธอสมบูรณ์ เธอเข้าสู่นิรมาณกายแท้จริง ที่
360 องศา เธอจะมีพลังที่ช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างสมบูรณ์ เธอจะสามารถ
ทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ในทุกๆกรณี ดังนั้นจะสังเกตว่า จาก 180

องศา ไปถึง 360 องศา มันไม่ใช่เพื่อตัวเองแล้ว มันเป็นการพัฒนาไปเพื่อผู้อื่นอย่างเต็มที่ เมื่อเธอปล่อยวางได้ เธอต้องพัฒนาต่อไปเพื่อให้มีความสามารถที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างเกิดประโยชน์สูงสุด เพราะมันจะออกมาจากจิตที่อิสระ จิตที่ไม่ยึดมั่นถือมั่น มันจึงเป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างแท้จริงและเธอก็เป็นอิสระคือไม่ยึดติดใดๆทั้งสิ้น และไม่ทุกข์ไปพร้อม

โพธิจิตสัมพันธ์ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่เราต้องหัดดำเนินตั้งแต่เบื้องต้น ท่ามกลาง จนถึงที่สุด ซึ่งมันจะให้ผลส่งเสริมซึ่งกันและกัน ความหลุดพ้นอันสูงสุดนั้นมันเป็นความหลุดพ้นเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ใช่แค่เพียงเพื่อความสุขสงบของตนเอง ถ้าเธอไม่มีสัมมาทิฐิเช่นนี้ตั้งแต่ต้น หรือเรียกว่าเธอไม่ดำเนินโพธิจิต เธอก็ไม่มีทางเข้าไปถึงความหลุดพ้นอันสูงสุดนั้นได้ หากไม่มีโพธิจิตมันก็จะติดคาอยู่แทบจะทุกชั้นตอน เธอต้องจำเป็นต้องดำเนินโพธิจิตตั้งแต่ 0 องศา หากเธอทำเช่นนี้ มันจะเป็นเครื่องช่วยอย่างดียิ่งให้เธอพัฒนาได้อย่างรวดเร็ว การเจริญกุศล ละอกุศลด้วยโพธิจิตมันจะให้ผลมาก มากกว่าการกระทำเพียงเพราะว่ามันดี เธอสามารถเจริญโพธิจิตได้ตั้งแต่หยาบๆ ไปเรื่อยๆ จนโพธิจิตเธอเข้มแข็ง เธอพัฒนาตนด้วยความมุ่งมั่นปรารถนาที่จะช่วยเหลือคนอื่น ไม่ใช่เพื่อตัวเอง ยิ่งในชั้น 270 องศาถึง 360 องศา มันยิ่งเพื่อคนอื่น ไม่ใช่เพื่อตัวเองเลยอีกต่อไป

นิรมานกายเป็นเพราะสัมโภาคกาย สัมโภาคกายเป็นกำลังเป็น

คุณธรรมภายใน ที่จะช่วยให้เราทำงานในการช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างราบรื่น ธรรมกายนั้นประกอบด้วยปัญญาญาณแห่งความรู้แจ้งที่เกื้อกูลให้เราเป็นอิสระหลุดพ้นจากปรากฏการณ์ทั้งปวง นี่คือเส้นทางการพัฒนาไปสู่ความรู้แจ้งหลุดพ้นอันสูงสุด บนความรู้แจ้งหลุดพ้นอันสูงสุด มันจะสมบูรณ์ด้วยธรรมกาย สัมโภคกาย และนิรมานกาย กายทั้งสามที่ประสานกันเป็นหนึ่ง ทุกชีวิตต้องพัฒนาและก้าวไปที่ละขั้นๆ จนถึงที่สุด เช่นนี้ ซึ่งเมื่อถึงตรงนี้การรับรู้ของเธอก็บริสุทธิ์ หรือเรียกให้ถูกว่า จิตจะคืนสู่สภาพบริสุทธิ์ดั้งเดิมตามธรรมชาติของตัวเอง ซึ่งมันจะนอกเหนือการปรุงแต่งทั้งปวง นอกเหนือทั้งสังสารวัฏและนิพพาน นอกเหนือความเป็นคู่ของรู้และสิ่งถูกรู้ทั้งปวง

การฝึกการรับรู้ให้บริสุทธิ์มันจึงต้องหัดตั้งแต่อย่าให้อารมณ์หรือความนึกคิด มาบดบังการรับรู้ นั่น คนเรามักจะเอาแต่สัญญาในอดีตมาใช้ขณะที่รับรู้ เอามาใช้โดยยึดมั่นถือมั่นว่ามันต้องเป็นอย่างนั้น คนเราไม่ชอบรับรู้ตามสภาพที่ปรากฏในปัจจุบัน แต่จะตัดสิน ให้ค่า ให้ความหมายมันไปตามอดีต ซึ่งทั้งความหมาย คุณค่า และอารมณ์ทั้งหลายที่ประกอบมัน จะบดบังทำให้เราไม่สามารถเห็นแจ้งตามสภาพความเป็นจริงที่มันกำลังปรากฏ เหมือนเธอนั่งรถไปถึงทางแยก เธอจะใช้ความคิดใช้ความจำมาตัดสินได้มั๊ย “เมื่อวานไม่มีรถ วิ่งออกไปได้เลย วันนี้ก็ต้องไม่มี” นั่นเธอจะคิดอย่างนั้นได้มั๊ย แน่นอนมันยอมไม่ได้ เธอต้องดูสภาพตอนนั้นในปัจจุบันนั้นเท่านั้น แต่ในชีวิตส่วนใหญ่ คนเราไม่ชอบทำอย่าง

นั้น ไม่อยู่กับการรับรู้อันอิสระในปัจจุบัน แต่ชอบไปยึดติดอยู่กับอดีต แล้วก็เอาอดีตมาตัดสิน มาบังคับปัจจุบันหมด

นี่คือการเรียนรู้ เราต้องฝึกให้รับรู้เช่นนี้ไม่ใช่ปล่อยไปตามความเคยชินที่เคยทำมา ทุกอย่างมันเริ่มจากที่เรายึดไว้ อดีตที่เรายึดไว้ แล้วสิ่งที่เรายึดไว้มันก็จะสะท้อนออกมาตอรับรู้ คุณค่าความหมายอารมณ์ในอดีตที่เรายึดไว้จะสะท้อนออกมา แต่แม้มันสะท้อนออกมา ซึ่งมันเป็นธรรมชาติของคน เธอก็เอามันไว้ข้างหลังสิ อย่าไปปักใจเชื่อมั่นเช่นนั้น เรามีสติปัญญารู้เท่าทันสัญญาสังขารที่มันปรุงแล้วก็อย่าไปยึดมัน แค่อามันมาใช้ประโยชน์ ท่านถึงเปรียบเทียบการรับรู้บริสุทธิ์เหมือนกระจกอันใสกระจ่าง กระจกเงาอันใสกระจ่าง ปัญญาอันเป็นดังกระจกเงาอันใสกระจ่าง ซึ่งมันมีความหมายสองแง่คือ อย่างแรกว่า กระจกเงาที่สะท้อนภาพต่าง ๆ นั้นมันไม่ฝ้ามัว มันใส มันclear มันสะท้อนได้ชัดแจ้งตามสภาพความเป็นจริง และอย่างที่สอง คือ มันสะท้อนโดยไม่มี การเติมแต่งสิ่งใดเข้าไป คือมันจะรับรู้ด้วยความสงบ ไม่ประกอบด้วยนิเวศน์เครื่องก้างกันทั้งหลาย และอิสระจากการปรุงแต่งทั้งปวง ซึ่งนี่เป็นสิ่งที่เราต้องฝึก ต้องหัดรับรู้เช่นนี้ รับรู้ด้วยความสงบและอิสระจากความคิดปรุงแต่ง

เซนเขาชอบเขียนวงกลมเป็นภาพปริศนาธรรม ซึ่งมันมีความหมายที่ลึกซึ้ง ความหมายโดยปรมาตถ์คือความว่าง ความหมายโดยสมมุติคือกระจก ซึ่งกระจกนั้นมีความหมายถึง 3 อย่าง คือ ความหมายที่หนึ่ง เธอต้องส่องตน ดูตน มองตน อันที่สอง เธอต้องฝึกการรับรู้ของเธอ

ให้เป็นดังกระจกเงาอันใสกระจ่าง ที่อิสระแล้วจากการปรุงแต่งทั้งปวง สะท้อนทุกสิ่งตามความเป็นจริง อันที่สาม กระจกนั้นแทนครูบาอาจารย์ของเซนหรือที่เรียกว่า เซ็นเซ ซึ่งท่านจะเป็นผู้สะท้อนตัวตนของเธอให้เธอเห็น เพื่อเธอจะได้เรียนรู้ที่จะละวางมัน

ในการฝึก ตอนแรกเราเริ่มไปจากสิ่งง่ายๆก่อน หัดใจเย็นๆให้ได้ ในทุกสถานการณ์ ไม่ว่าใครเขาจะว่าอย่างไร ดุด่า หรือทำให้เราไม่พอใจ คนนั้นว่าอย่างนั้น คนนี้เขาว่าอย่างนี้ เธอเห็นอะไร รับรู้อะไร หัดใจเย็นๆให้ได้ ใจเย็นไม่ใช่พลุ่พล่านไปตามการรับรู้ นั้น แม้มันจะมีความคิด ความรู้สึกได้ตอบอย่างไร ก็ใจเย็นๆไว้ก่อน เอาอารมณ์และความคิดนั้นไว้ข้างหลัง แล้วก็หัดค่อยดู ค่อยสังเกตไปอย่าพลุ่พล่านตามอารมณ์ อย่าด่วนตัดสิน อย่าเชื่อความคิดตนนัก ง่ายที่สุด เห็นง่ายที่สุด หัดฝึกตนเช่นนี้ก่อน “ฉันเคยเจอแบบนี้แล้ว, ฉันว่าใช่เลย, ฉันว่ามันต้องเป็นอย่างนั้นแน่ๆ” นี่ความคิดเหล่านี้ เอาไว้ก่อน อย่าเพิ่งปักใจ อย่าเพิ่งสรุปลงไปเช่นนั้น ยังมีอารมณ์เข้าร่วมด้วย ยิ่งจะไปกันใหญ่หากไม่รู้จักใจเย็นๆ ประสบการณ์ทั้งหลาย ความรู้ทั้งหลายที่ผ่านมาในอดีต เราเอาไว้เพื่อทำประโยชน์ให้เกิดขึ้น แต่คนเราชอบเอาความรู้ เอาประสบการณ์มาทำให้เกิดโทษ เอามาสร้างตัวตน เสริมมานะ เอามาปิดกั้นตัวเอง สร้างความงี่เงา ทำให้เกิดนิรวรณและทุกข์ในที่สุด เราจึงต้องหัดเปิดใจรับฟังผู้อื่น โดยเฉพาะผู้รู้ทั้งหลาย และหัดเปิดโอกาสให้ตนได้เรียนรู้ในปัจจุบันที่รับรู้ นั้น ไม่ใช่ไปจมยึดอยู่แค่ประสบการณ์ในอดีต นี่ละคือการปฏิบัติ

ทั้งนั้น เธอจะเอาแต่อดีต ไม่ดูปัจจุบันเลยหรือ ทุกอย่างมันเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เวลาเปลี่ยน เหตุปัจจัยก็เปลี่ยน บุคคลก็เปลี่ยน ถ้าเราจะไม่ยอมดูในปัจจุบัน แล้วเราจะเห็นตามเป็นจริงได้อย่างไร เราจึงต้องหัดอยู่กับปัจจุบัน สังเกตเรียนรู้ในสิ่งที่กำลังปรากฏในปัจจุบันนั้น การอยู่กับปัจจุบันไม่ได้มีความหมายแคบๆแค่อยู่กับลมหายใจ หรือเฝ้าดูแต่จิตตนเองเท่านั้น มันต้องมีสติเห็นในปัจจุบัน รู้ในปัจจุบัน รู้ทั้งกายและใจว่ามันกำลังเป็นอย่างไร รู้กายคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ปรากฏ รู้ใจ คือ รู้ความคิด รู้อารมณ์ และรู้การรู้ของจิตเอง เราจะเอาแค่รู้ลมหายใจ หรือแค่ดูจิต(ความคิด อารมณ์) โดยไม่รู้ว่ามีใครเดินมา ไม่รู้อะไรกำลังเกิดขึ้นภายนอก มันจะได้มัย จะข้ามถนน จะขับรถ จะจัดจ้องอยู่แค่ลมหายใจ หรือเฝ้าดูแต่จิต ไม่รู้รูปเสียงที่กำลังปรากฏมันจะได้มัย มันจึงต้องรู้นอก รู้ใน รู้กายรู้ใจ มันจึงเป็นรู้ที่เปิดเผย ไม่ใช่คับแคบหรือจ้อง รดย่นตีวงผ่าน คนเดินสวนมา เสียงบีบแตร สัญญาไฟ ใจคิดอะไร พอใจไม่พอใจ รีเปล่า จิตรู้สงบเย็นมัย การมีสติในปัจจุบันมันต้องหมายถึงทั้งหมดอย่างนี้

พระพุทธรูปองค์ท่านทรงแสดง มหาสติปัฏฐานสี่ ไว้อย่างสมบูรณ์ ฐานแห่งสติ 4 อย่าง เราก็ต้องหัดรู้ทั้งสี่อย่างนั้นสิ ไม่ใช่จะเอาแค่อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือคิดแบบมักง่ายว่าเดี๋ยวมันก็เห็นหมดเอง มันต้องฝึกทั้งนั้น ยิ่งผู้เกิดในยุคเสื่อมเช่นพวกเรา กว่าที่ตั้งฐานได้ครบตามพระพุทธรูปของท่านสอน มันต้องฝึกฝนทั้งนั้น หากไม่ฝึกฝน หรือฝึกตนไม่ถูกวิธี หรือวาง

จิตไม่ถูก ก็ยากที่จะตั้งฐานทั้งสี่ได้ ท่านให้หัดรู้กาย รู้เวทนา รู้จิต แล้วก็ยังต้องรู้ธรรมด้วย ธรรมก็มีทั้งโลกียะและโลกุตระ โลกียะก็เป็นไปเพื่อให้เกิดประโยชน์กับโลก เกิดประโยชน์ผู้อื่น ส่วนโลกุตระก็เป็นไปเพื่อการปล่อยวาง เพื่อความไม่ยึดติด นี่ไม่ว่าอย่างไรตรงไหน มันก็ต้องมีสองอย่างนี้ควบคู่กัน เราจะข้ามถนนมันก็ต้องเรียนรู้สังเกตว่ารถเขามาเร็วหรือมาช้า ใจเรากลัว หวาดหวั่น หรือรีบร้อนรีเปลา่ จิตของเราสงบเย็นอยู่รีเปลา่ หรือพลุ่งพล่านไปตามความกลัว นี่มันต้องรู้ แล้วก็เลือกเจริญในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ประโยชน์ทางโลก เมื่อควรข้ามก็ข้าม ไม่ควรข้ามก็อย่าไปข้าม อย่าไปวิ่งตัดหน้ารถ มันจะเกิดโทษและทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ส่วนภายในก็ต้องมีใจที่สงบเย็น ละทิ้งความกลัว ความรีบร้อนที่มีไปเสีย นี่คือธรรมทั้งนั้น มันเป็นสิ่งเจริญรีเปลา่ ทำให้เกิดประโยชน์รีเปลา่หากเป็นก็เจริญ มัน แต่หากอะไรจะทำให้เกิดทุกข์เกิดโทษ ทั้งแก่ตนและผู้อื่นก็อย่าไปทำมัน ส่วนใจนั้นต้องสงบเย็น ว่าง โปร่ง ไม่ใช่พลุ่งพล่านไปตามอารมณ์หรือความคิด นี่คือสติปัญญาฐาน นี่คือการรู้ในปัจจุบัน การรู้ในปัจจุบันมันจึงไม่ใช่ไปรู้แค่ลมหายใจ หรือแค่ร่างกายเคลื่อนไหว หรือแค่จิต หากมันทำได้เพียงแค่นั้นจะเรียกว่ามีสติปัญญาสมบูรณ์ได้อย่างไร นั่นมันแค่จุดเริ่มต้น จะไปสรุปเอาอย่างนั้นมันก็พลาด

การอยู่กับปัจจุบันมันจึงรู้รอบ รู้รูปนาม รู้การกระทบ รู้สมมุติรู้ปรมาตถ์ มันไม่ใช่แค่นัยยะแห่งสติแต่มันต้องประกอบด้วยนัยยะแห่งปัญญาด้วย ปัญญาคือความเข้าใจแจ้งชัดตามความเป็นจริง ทั้งสมมุติ

และปรมาตม์ รู้เท่าทันสิ่งที่เกิดที่ปรากฏ หากต้องจัดการกับมันก็สามารถจัดการกับมันให้เกิดประโยชน์ ไม่ว่าจะเป็นการละ หรือการเจริญ รู้จักว่า มันเป็นอกุศล รู้แล้วก็รู้ว่าต้องละ ละอย่างไร และละได้มั๊ย หากเป็นกุศลก็รู้ว่ามันเป็นกุศล รู้ว่ามันต้องเจริญอย่างนี้ๆ และรู้ว่าเจริญได้รึยัง แต่ทั้งหมดก็เข้าใจถึงธรรมชาติอันแท้จริงของมัน ที่มันว่างเปล่าจากตัวตนที่แท้จริง จนไม่ยึดมั่นถือมั่นใดๆในมัน นี่คือการรู้ในปัจจุบัน มันไม่ใช่แค่รู้ลมหายใจ หรือรู้แค่รูป หรือรู้แค่จิต หรือรู้แค่ไตรลักษณ์ แต่มันรู้ทั้งหมด มันเป็นการรู้แจ้งชัดในความจริงตามที่มันเป็น ซึ่งแน่นอน แรกๆมันก็ไม่สามารถรู้เช่นนี้ได้หมด มันต้องอาศัยการฝึกฝน ทั้งสติ สมาธิ ปัญญา อย่างมาก แต่ที่พูดให้ฟังก็เพื่อให้เข้าใจให้ถูกว่ามันต้องพัฒนาไปเช่นนี้ ไม่ใช่ไปเอาแบบสุกเอาเผากิน อย่างที่เป็นๆกัน

ยิ่งเรื่องทางโลก กว่าจะทำประโยชน์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้สูงสุด มันต้องอาศัยการเรียนรู้สร้างสมบารมีมากมาย เหมือนพระพุทธเจ้าท่านสร้างสมบารมีนานนับกัป จึงอย่าไปคิดเอาแค่ง่ายๆ นั้นมันไม่ใช่ทาง มันถูกกิเลสหลอกเอา แล้วมันก็จะพาไปทุกข์ในที่สุด เราจึงต้องเรียนรู้ให้มาก ต้องเรียนต้องฝึกให้เยอะ จาก 0 องศา ไล่ไปถึง 180 องศา เอาให้ได้เสียก่อน เมื่อได้แล้วก็พัฒนาต่อ ต่อไปจนถึง 360 องศา นั่นละ มันถึงจะยังประโยชน์แก่โลกได้อย่างสมบูรณ์

การฝึกตนเพื่อให้เกิดการรับรู้อันบริสุทธิ์จึงเป็นเรื่องสำคัญ การจะไปสู่การรับรู้อันบริสุทธิ์ได้มันต้องเริ่มจากการรับรู้ด้วยใจที่สงบ การ

รับรู้ด้วยใจที่สงบไม่ได้แปลว่า เป็นการรับรู้ที่ไม่มีความคิดใดๆ แต่แปลว่า เป็นการรับรู้ที่ปราศจากการหลงเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในความหมาย และคุณค่าแห่งการปรุงแต่งใดๆที่ปรากฏนั้น ค่อยๆรับรู้มัน อย่างอิสระ ถ้าไปพยายามจะให้ไม่มีความคิด เธอก็เสร็จ นั่นเธอยังยึดมั่นถือมั่นอยู่ในความคิดและคุณค่าแห่งความสงบ ก็เสสมันยังหลอกเธออยู่หลายส่วน ยกตัวอย่างเช่น หากมีความคิดอะไรเกิดขึ้นเธอก็พยายามกดมันให้หมด ความคิดเธออาจเงียบ เธออาจจะดูเหมือนสงบ แต่มันเป็นแค่สมถะกดไว้ ก็ไม่เกิดวิปัสสนา ไม่เห็นสังขารตามเป็นจริง เมื่อไม่เห็นตามเป็นจริง เธอก็รู้ถอนอวิชชาไม่ได้ ไปๆมาๆเมื่อเธอคล่องตัว เธอกดจิตกดความคิดได้อย่างคล่องตัว มีอะไรมันก็แคร์ได้เฉยๆ รู้เฉยๆแบบสงบอย่างนั้น หรือที่เรียกว่า แคร์แบบป้อๆ ผลก็คือเธอก็สงบและดีดสุขอยู่ตรงนั้นโดยหลงว่า ตนปล่อยวาง ทั้งๆที่เธอยังไม่รู้อะไรเลย ไม่เห็นความจริงอะไรเลย อวิชชายังอยู่เต็มเพราะเธอหลงสังขาร หลงการปรุงแต่งยึดมั่นถือมั่นอยู่ในคุณค่าความหมายของการปรุงแต่งนั้น เปรียบเหมือนชาวนาเลี้ยงควาย อยู่ริมถนนปากทางเข้าสวน มีรถผ่านเข้ามา ทุกคนทั้งควายก็ต่างหันไปมองรถนั้น เมื่อชาวนาเห็นก็รีบเดินไปที่บ้านเพื่อไปดูว่าใคร มาทำไม แต่เจ้าควายนั่นมันแคร์เฉยๆ เห็นรถก็เฉย ไม่สนใจอะไร ไม่เข้าใจความจริงอะไร นั่นมันไม่ใช่แคร์แบบปล่อยวาง แต่มันเป็นแคร์แบบป้อๆ รู้เฉยๆ โดยไม่แยะแสร้ง มันจึงไม่ใช่อย่างนั้น อย่าไปรีบแคร์แบบป้อๆอย่างนั้น มันจะทำให้ลายปัญญาโยนิโสมนสิการ แต่ก็ไม่ใช่ไปรับรู้ด้วยความตื่นตื่น หวาดวิตก ครุ่นคิดจนจิตไม่สงบ อันนั้นก็ไม่ใช่ นั่นมันรู้ที่ถูกนิรโรคครอบงำ ไม่ใช่

รู้ด้วยความสงบและตื่นแจ้ง เพราะฉะนั้นดูให้ดีนะ อย่าให้มันเข

การรับรู้อันบริสุทธิ์ ไม่ใช่การรับรู้ที่ปราศจากการปรุงแต่งใดๆ แบบดับสูญหรือรู้แบบเงียบกริบ แต่มันเป็นการรับรู้ที่อิสระจากการปรุงแต่งทั้งปวง เพราะเห็นแจ้งในความเป็นมาของการปรุงแต่งทั้งหลาย บางทีอาจจะใช้คำว่า “ปราศจาก” แต่ปราศจากในที่นี้ไม่ได้แปลว่าคุณย หรือไม่มี คำว่าปราศจากอันนั้นแปลว่า อิสระ ปราศจากคือการปรุงแต่ง มันเข้ามาบวกรวมเติมแต่งหรือบดบังการรับรู้ไม่ได้ ในการรับรู้นั้นเนื้อแท้ของมันปราศจากการปรุงแต่ง เพราะความปรุงแต่งมันเข้ามาไม่ได้ เพราะการรับรู้มันอิสระ เพราะจิตมันเร็ว การรับรู้ที่บริสุทธิ์ที่บางคน เรียกว่ามันปราศจากการปรุงแต่ง เพราะมันใสกระจ่างและว่างเปล่า แต่ไม่ได้หมายความว่า ขณะนั้นไม่มีการปรุงแต่งใดๆ มันต้องดับหมดแบบ ปิดไฟ แต่มันเหมือนน้ำบนใบบัว น้ำก็อยู่บนใบบัวนั่นแหละ ไม่ใช่เข้าไปทาง ใบบัวไปทาง น้ำก็อยู่บนใบบัวแต่ไม่ติดใบบัว สิ่งปรุงแต่งทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นธาตุสี่ชั้นห้า ภายนอกหรือภายใน ละเอียดหรือประณีต มันก็อยู่ตรงนั้น แต่มันไม่ติดจิตที่รับรู้ เพราะจิตนั้นมันแจ้งชัดในสิ่งปรุงแต่งนั้น ตามเป็นจริง จิตมันแจ้งชัดในความเป็นมาของสังขารทั้งปวง มันจึงเป็นอิสระและบริสุทธิ์ตามธรรมชาติเดิมของมัน

ดังนั้น ในการฝึก ชั้นแรกเราต้องทำจิตให้สงบเสียก่อน ซึ่งจะสงบได้ก็ต้องปราศจากนิวรณ์ จะไม่มีนิวรณ์ได้ก็ต้องรู้เท่าทันนิวรณ์ ธรรมหมวดแรกในอัมมานุสัสสนาคือ นิวรณ์ พอเรารู้เท่าทันนิวรณ์ เหวอวาง

นิวรรณ์เธอได้หรือยัง เมื่อวางได้ เธอก็เรียนต่อไป เวลาเรากระทบเราต้อง หัดดู หัดรู้ให้เท่าทัน กระทบแล้วจิตสงบเรียบร้อย หรือว่าพุ่งฟูไปกับความ พอลใจไม่พอลใจ ก่อโลหะโทสะขึ้น หากเป็นเช่นนั้นมันก็เป็นกรับรู้ด้วยความ ไม่บริสุทธิ์ เธอจึงต้องหัดสงบให้ได้ท่ามกลางการกระทบนั้นก่อน สงบจากความพอลใจไม่พอลใจ ไม่ปรุ่งต่อ ไม่ก่อนิวรรณ์ให้เกิดขึ้น หากมันไม่ สงบถูกเจอบนด้วยนิวรรณ์ มันก็จะปรุ่งแต่งต่อเติมไปยี่ดยาว เธอเจอคน คนที่เธอเคยเกลียด มันก็จะปรุ่งต่อไปจนเกิดความโกรธชุนเคือง เธอเจอ สิ่งที่ไม่ชอบเธอก็ปรุ่งความหงุดหงิดชุนเคือง จิตมันจะยึดเอาอดีตสิ่ง มัวหมองทั้งหลายมาบังการรับรู้ของเธอ มันจะประเมินค่าเขาไปตามสิ่งที่ ตนยึดไว้ซึ่งไม่ใช่ความเป็นจริงขณะนั้น มันเติมไปด้วยอดีตสัญญาที่เธอ ยึดมัน ถ้าเธอรับรู้เรื่องหนึ่งแล้วเธอเติมไปด้วยความกลัว จิตใจเธอก็จะ หวาดหวั่นไปหมด เธอไม่มีทางจะเห็นสิ่งนั้นตามความเป็นจริง หรือ Deal กับสิ่งนั้นได้อย่างเหมาะสม เพราะเธอเติมไปด้วยความกลัวความหวาด วิตก จิตมันเติมไปด้วยนิวรรณ์ เพราะฉะนั้น เธอจึงต้องฝึกตนอย่างมาก เพื่อให้มีความเข้าใจในนิวรรณ์ก่อน เธอต้องจัดการนิวรรณ์ให้ได้ก่อน เพราะ มันเหมือนปากประตูหรือทางแยกที่เธอจะไป หากเธอไม่รู้จักมัน หลงตาม มัน ไหลตามมัน มันก็ทำให้เธอหลงไปในอำนาจกิเลส แต่หากเธอรู้เท่าทัน และละวางมันได้ เธอก็จะสงบและสามารถเรียนรู้อันต่อไปเพื่อความรู้แจ้งใน ความเป็นจริง เพราะฉะนั้น เราสงบเพื่อเรียนรู้ สงบแล้วก็เรียนรู้ให้เกิด ความแจ้งชัดในกองสังขาร สงบหมายถึงอาการของจิตที่อิสระจากนิวรรณ์ ซึ่งเราจะอิสระจากนิวรรณ์ได้เราก็ต้องรู้เท่าทันนิวรรณ์ เข้าใจความจริงของ

นิเวศน์ทั้งสมมุติและปรมาตม์ ซึ่งเกิดจากการสังเกตเรียนรู้ของเธอตามสภาพความเป็นจริง ทำจนถึงให้เรา รู้จักนิเวศน์ให้ดี รู้สมุทยธัมมา วยธัมมา สมุทยวธัมมาของมัน ไม่ใช่แค่รู้ว่ามันเกิดมันดับนะ นั่นมันขาดปัญญา นี่จึงเป็นจุดเริ่มของธัมมานุปัสสนาที่สำคัญ มันเป็นทางแยกที่จะบ่งชี้ว่า เธอจะไปทางไหน ตามอำนาจกิเลส หรือเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ แต่เห็นมัย นักปฏิบัติเรากลับมองข้าม ไม่ยอมสังเกตเรียนรู้ หากรู้ก็แค่รู้จักมัน อย่างผิวเผิน คิดว่านิเวศน์มันจะเกิดในตอนทำสมาธิเท่านั้น แล้วพอเกิดก็พยายามไปกดมันเอาชนะมันเพื่อกำจัดมัน แต่ไม่เคยเรียนรู้ความจริงของมัน มันก็เลยไปไม่ถึงไหน ไปไม่ถึงไหนเพราะขาดโยนิโสมนสิการ ขาดสติปัญญา เอาละ ไปพิจารณากันต่อนะ

เส้นทางการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ 2

เมื่อวานเราพูดถึงวิถีทางในการที่จะพัฒนา มันมีทั้งวิถีใหญ่และวิถีเล็ก หมายความว่าวิถีใหญ่มันเป็นทั้งวิถีชีวิตเราเลย จนกว่าเราจะถึงระดับที่เป็นความบริสุทธิ์อันสมบูรณ์ ซึ่งมันเริ่มตั้งแต่การเรียนรู้เข้าใจอะไรดี อะไรไม่ดี รู้ขาวรู้ดำ ตั้งแต่ต้นเลย รู้กุศลอกุศล แล้วสามารถเจริญมันได้ ทำมันได้ ละมันได้ ละสิ่งไม่ดี เจริญสิ่งดีได้อย่างเต็มที่ไปเรื่อยๆ จนสมบูรณ์ ต่อไปก็เรียนรู้เข้าใจในเหตุปัจจัยของสิ่งดีสิ่งไม่ดีนั้น เข้าใจในความเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน และในที่สุดก็เข้าใจแจ่มชัดว่า มันเกิดจากการปรุงแต่งของจิตเองอย่างไร มันเป็นปรากฏการณ์แห่งเหตุปัจจัยอันหลากหลายอย่างไร และหาความเป็นอัตตาตัวตนแห่งความเป็นกุศลหรืออกุศลนั้นไม่ได้อย่างแท้จริงอย่างไร หลังจากนั้นก็เรียนรู้จนสามารถสอดคล้องกับความเข้าใจถึงความว่างจากความเป็นตัวตนใดๆของสิ่งนั้นที่เราได้แจ่มชัด และก็ขยายออกไปถึงสิ่งต่างๆ ในทำนองเดียวกัน จากนั้นมันก็ได้จบเพียงเท่านั้น เราต้องพัฒนาต่อไปจนกระทั่งเราสามารถที่จะใช้สิ่งเหล่านั้นให้เกิดประโยชน์สูงสุดโดยอิสระปราศจากการยึดติด เมื่อเป็นเช่นนี้เราก็สามารถที่จะมีอิสระที่จะดำเนินอะไรก็ได้ จนในที่สุดเราสามารถนำทุกสิ่งมาทำให้เกิดประโยชน์ได้สูงสุดแก่ผู้อื่น ซึ่งคือความสมบูรณ์แบบเหมือนพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ท่านจึงสมบูรณ์พร้อม

ท่านถึงพร้อมด้วยทศพลญาณและอนาวรรณญาณ เข้าถึงอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เพราะการพากเพียรสร้างสมบารมีแบบที่กล่าวมานี้เป็นระยะเวลาอันยาวนาน

เพราะฉะนั้น การปฏิบัติก็คือการพัฒนาตนไปเรื่อยๆ จนสมบูรณ์พร้อม เป็นประโยชน์สูงสุด เราอาจจะมองว่า แบบนี้ก็ต้องใช้เวลาเป็นกัลป์ๆ เหมือนท่าน นั้นมันอึดตาทิฐิที่ดวงหลอกเรา กัลป์คือนับไม่ถ้วน ไม่ใช่เวลา แต่เป็นกิเลสที่ปรากฏอันนับไม่ถ้วน ดังนั้นทุกชีวิตที่เกิดมาจึงต้องพัฒนา พัฒนาไปจนสมบูรณ์ มิฉะนั้นก็จะมีทางพ้นจากอำนาจกิเลสได้หมด ไม่มีทางพ้นจากความทุกข์แห่งการเวียนว่ายตายเกิด เพราะยังตกอยู่ภายใต้อำนาจตัวสำคัญคือโมหะหรืออวิชชา เราจึงต้องรู้จักศึกษาเรียนรู้และนำไปปฏิบัติฝึกฝนตนเอง เรียนรู้ตั้งแต่เบื้องต้นว่าอะไรถูก อะไรควร อะไรไม่ควร เรียนรู้ว่าจะต้องจัดการกับมันอย่างไร และพัฒนาตนจนทำเช่นนั้นได้ สิ่งควรละก็ละได้ สิ่งควรเจริญก็เจริญได้ และสิ่งที่ยึดมั่นไม่ได้เราก็ไม่หลงยึด เราต้องเรียนรู้พัฒนาจนกระทั่งไม่ยึดติดในสิ่งใดๆ แต่บนความไม่ยึดติดก็สามารถใช้มันให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ นี่มันถึงจะเป็นชีวิตที่บริสุทธิ์ ชีวิตที่บริสุทธิ์เท่านั้น ถึงจะเป็นชีวิตที่สามารถทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่โลกนี้ได้อย่างแท้จริง

การจะเป็นประโยชน์สูงสุดนั้น มันต้องอาศัยอนาวรรณญาณ หรืออาศัยทศพลญาณ แต่การจะเกิดญาณเช่นนี้ มันต้องผ่านการพัฒนาถึงระดับปล่อยวาง หรือระดับที่แจ้งในความว่างเปล่าจากตัวตน หรือที่

สมมุติว่า 180 องศาไปก่อน หมายความว่า เราต้องแจ้งชัดในธรรมชาติ อันแท้จริง แห่งความว่างเปล่าจากอัตตาตัวตนของปรากฏการณ์ให้ได้เสียก่อน เราถึงจะสร้างสมทศพลญาณได้ ไม่เช่นนั้นความพิเศษทั้งหลาย ในการรับรู้ที่เกิดขึ้นระหว่างทางในการปฏิบัติ จะกลายเป็นเครื่องมือหรือ เป็นสิ่งที่กิเลสจะเอาไปใช้เพื่อผูกมัดเรา ให้ตกเป็นทาสมันอย่างแน่นหนา มากขึ้น ถ้าเราขาดปัญญาแห่งการปล่อยวาง เราปฏิบัติด้วยมิจฉาทิฐิ ปฏิบัติด้วยความหลงอยากได้ดีมีเป็น แล้วบุพกรรมเก่ามันปรุงแต่งให้เรา เกิดคุณสมบัติพิเศษบางอย่างขึ้น เช่น รู้วาระจิตคน รู้ภพภูมิต่างๆ รู้อดีต รู้อนาคต แต่เรายังไม่แจ้งชัดในสัญญาตา ยังหลงยึดมั่นถือมั่น ยังไม่ถึง 180 องศา มันก็จะเป็นของปลอม ของที่กิเลสมันปรุงแต่งหลอกเรา และเป็นไป เพื่อเสริมกิเลส เสริมความยึดมั่นถือมั่นให้ยิ่งหนา ยิ่งรุนแรงขึ้น หากยังไม่ แจ้งชัดในสัญญาตา มันไม่มีทางที่จะอิสระจากการปรุงแต่งของกิเลส เมื่อ การปรุงแต่งอยู่ภายใต้อิทธิพลของกิเลส ผลมันก็เป็นกรรมก่ออวิบากที่ ต้องรับ มันถึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีสัมมาทิฐิที่ถูกต้องและ พากเพียรพัฒนาตนปฏิบัติไปตามขั้นตอน ยิ่งถ้าปฏิบัติไปด้วยความ อยากได้ดีมีเป็นแล้วละก็ กิเลสก็จะเอาผลแห่งการปฏิบัตินั้นไปใช้หมด ใช้ เพื่อผูกมัดเราให้แน่นหนามากขึ้น จนกว่าจะแจ้งชัดในสัญญาตาและ สามารถอิสระจากการปรุงแต่ง เราถึงจะสามารถพัฒนาต่อเพื่อสร้างเหตุ แห่งทศพลญาณต่อไปได้อีก เพราะฉะนั้น สำหรับชีวิตของโพธิสัตว์ภูมิ มันจึงค่อนข้างง่ายที่ท่านจะแจ้งในสัญญาตา เพราะท่านผ่านสิ่งนั้นมาแล้ว แต่ท่านก็ต้องมาดำเนินบารมีต่อไปอีก จาก 180 องศา ไปจนถึง 360 องศา

ในชาตินั้น แต่สำหรับปุถุชนทั่วไปอาจต้องใช้เวลาเกือบครึ่งหรือมากกว่าครึ่งชีวิต หรืออาจจะไม่สามารถทำได้เลย ในการที่จะไปถึง 180 องศา หรือบังเกิดความแจ้งชัดในสัญญาตาอย่างแท้จริง แต่โดยจริงๆ แล้วเวลาที่พัฒนาในครั้งแรก จาก 0 ไปถึง 180 องศา นั้นใช้ไม่มาก เมื่อเทียบกับการสร้างสมบารมีหรือพัฒนาต่อไปในครั้งหลังคือ 180 ถึง 360 เพราะในครั้งหลังนี้มันช้า มันยากกว่า ซับซ้อนกว่า แต่มันจะเป็นไปด้วยความไม่ทุกข์

ยกตัวอย่างเช่น กุศลจิตที่เรียกว่า สมาธิ เริ่มแรกเธอก็ต้องเรียนรู้จากการปฏิบัติจริงให้เห็นแจ้งว่า จิตที่เป็นอกุศลคือจิตที่ฟุ้งซ่านเป็นอกุศลจิตอย่างไร มันไม่สงบ มันติดดิน มันขาดคุณภาพอย่างไร และหากเพียรปฏิบัติเพื่อละมันให้ได้ ส่วนจิตที่ตั้งมั่นเป็นสมาธินั้นเป็นกุศล เป็นจิตที่มีค่าควรแก่งานอย่างไร และเธอหากเพียรปฏิบัติจนเจริญมันให้ได้ นี่คือการเรียนรู้ชาวรู้ดำ คือการเริ่มพัฒนาระดับ 0 องศา ต่อไปเธอก็ต้องเรียนรู้ให้เห็นถึง กระบวนการเกิดขึ้นและการเสื่อมสลายไปนั้นของมันตามสภาพความเป็นจริง ให้เห็นแจ้งต่อไปว่า ทั้งหมดแล้วทั้งสมาธิและนิรวรณ มันเกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัยอย่างนี้ๆ มันอิงอาศัยสิ่งนี้จึงเกิดขึ้น มันเสื่อมสลายไปเพราะสิ่งนี้ๆ จนแจ้งชัดในกระแสเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่ทำให้มันเกิดขึ้นและเสื่อมไป นี่คือการพัฒนามาที่ 60 องศา ต่อไปเธอก็ต้องพัฒนาไปอีกเรื่อยๆ จนเห็นว่า มันก็คือจิต มันเกิดมาจากจิต ทั้งสองเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ปรุงแต่งไปจากจิต จิตเป็นผู้สร้างมัน

ขึ้นและเป็นผู้ให้ความหมายให้คุณค่ามัน แต่โดยจริงแล้วมันมิได้แบ่งแยกแตกต่างกันอย่างแท้จริง นี่เธอก็มาได้ถึง 120 องศา แล้วเธอก็டுத்துไปพัฒนาต่อไปจนเกิดปัญญาแจ้งชัด จากทุกสิ่ง¹ที่เธอได้เรียนรู้มา ตกผลึกกลายเป็นปัญญาเห็นแจ้งว่า มันเป็นเพียงกระแสเหตุปัจจัยที่ว่างเปล่า จากความเป็นตัวตนใดๆ เธอเข้าใจถึงปัจเจกการ แจ้งชัดถึงความว่างเปล่าจากความเป็นตัวตนใดๆของมันเป็น นี่เรียกโดยสมมุติว่า เธอพัฒนามาถึงระดับ 180 องศา เมื่อเธอเห็นแจ้งเช่นนี้ หากเธอมีความละเอียดอ่อนแยบคาย เธอจะเริ่มแจ้งถึงความบริสุทธิ์ในการรับรู้ของจิตที่อิสระจากการปรุงแต่งที่มันสร้างขึ้น ไม่ว่าจะ²เป็นจิตสงบตั้งมั่นที่เรียกว่า สมาธิหรือจิตที่มีนิรอรณฟู้งซ่าน เธอจะเห็นมันเป็นเพียงมายาของกระแสเหตุปัจจัยอันว่างเปล่าท่ามกลางจิตรู้ที่สงบเย็น นี่คือเรียกว่า ความอิสระจากการปรุงแต่ง เพราะแจ้งชัดในกระแสปฏิจกสมุปบาทของรูปนามนั้น

หลังจากนั้น เธอก็จะต้องพัฒนาตัวเองต่อไปเหมือนเดิม ไม่ใช่ว่าถึงแค่นี้แล้วมันจะจบกิจ แม้เห็นสมาธิจิตและนิรอรณเป็นเพียงมายา หรือเห็นรูปนามที่ละเอียดกว่านี้เป็นมายาก็ตาม มันยังไม่ได้หมายความว่าเธอจะหมดสิ้นการยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นตัวตนไปได้ตลอด เธอต้องทดสอบ ต้องฝึกตนเองต่อไป ในขณะที่ต้องใช้รูปนามนั้น เธอก็สามารถใช้มันได้ ในขณะที่ไม่ต้องใช้หรือใช้แล้วไม่เกิดประโยชน์ เกิดโทษ เธอก็ไม่ใช้มันได้ โดยไม่ยึดติดมันทั้งสอง ไม่ยึดติดคือไม่หลงสร้างทิวี่ทั้งสาม เพราะแจ้งชัดในความว่างเปล่าจากตัวตนของมัน ทิวี่ทั้งสามคือ คุณค่าของสิ่ง

นั่น ดี หรือชั่ว ถูกหรือผิด จริงๆ, เธอเป็นผู้กระทำ และเธอดีหรือไม่ดีเพราะเธอกระทำสิ่งนั้น นี่ หากเธอแจ้งชัดในความว่างเปล่าของรูปนามนั้น เธอจะปราศจากการยึดติดในทิวทัศน์ทั้งสามนี้ ไม่ว่าจะรูปนามนั้นจะอยู่ในขั้วบวกหรือขั้วลบ จะขาวหรือดำ และเธอสามารถใช้มันได้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดตาม Time Place Person ที่เหมาะสม หากเธอจะใช้แต่ข้างบวกไม่ยอมใช้ข้างลบ แม้มันจะจำเป็นและเกิดประโยชน์ในตอนนั้น นั่นเธอก็ยังคงยึดติด หากเธอใช้ข้างลบซึ่งมันเกิดโทษในตอนนั้น เธอไม่ยอมละ นั่นเธอยึดติดอย่างรุนแรง หลุดไป 0 องศา อันนี้เธอต้องพัฒนาใหม่ทบทวนแก้ไขข้อผิดพลาดของตนใหม่ แล้วพัฒนาไปเรื่อยๆตามลำดับขั้น จนในที่สุดเธอสามารถเลือกที่จะใช้รูปนามนั้นๆ ให้เกิดประโยชน์ได้อย่างเหมาะสม โดยปราศจากการยึดติดโดยสิ้นเชิง นี่ถึงจะเป็นการพัฒนาจาก 180 ถึง 360 ซึ่งมันจะเป็นการพัฒนาความแยกกาย พัฒนาตนให้ปัญญาทั้งห้าฉายแสงออกมาไปพร้อมๆกัน

การปฏิบัติในส่วนเบื้องต้น ที่เธอเริ่มฝึกตัวเองจาก 0 องศา เธอเรียนรู้ขาวรู้ดำ รู้บวกรู้ลบ รู้กุศลรู้อกุศล นี่ยังเป็นการอาศัยอัตตาตัวตนอาศัยอัตตาทิวอยู่ มีบวกจริงลบจริง กุศลจริงอกุศลจริง เมื่อเธอสามารถพัฒนาจนสามารถเจริญสิ่งบวกละสิ่งลบ เจริญกุศลละอกุศลได้ ต่อไปเธอก็ต้องเรียนรู้ธรรมชาติที่แท้จริงของมัน เริ่มตั้งแต่ ความเกี่ยวเนื่องต่อกันและกัน มีบวกก็มีลบ มีลบก็มีบวก เรียนรู้เหตุปัจจัยที่ประกอบให้เกิดขึ้น จนในที่สุดเธอก็เห็นแจ้งว่ามันล้วนปรุงแต่งไปจากจิต มันเป็นเพียง

มายาแห่งกระแสเหตุปัจจัยที่ว่างเปล่าจากตัวตน ตอนนี้อัตตาทิวฐิที่เคยมี
ที่เคยยึดว่ามันจริงเช่นนั้น ก็จะเริ่มถูกเปิดออก ซึ่งบนความแจ้งชัดเช่นนั้น
เธอจะมีอิสระในการเลือกที่จะใช้ได้ทั้งบวกและลบ ถ้าเธอเห็นแจ้งว่ามัน
ว่างเปล่าจากตัวตนจริงๆ ต่อไปเธอก็ต้องพัฒนาต่อ เพื่อให้เกิดปัญญาที่
แยบคาย ที่จะสามารถเลือกใช้ได้ทั้งบวกและลบ ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
ในสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไปโดยไม่ยึดติดในทั้งสองด้าน สามารถ
ใช้ชาวให้เกิดประโยชน์ได้อย่างเต็มที่โดยไม่มีผลเสีย สามารถใช้คำให้
เกิดประโยชน์ได้โดยสามารถป้องกันผลเสียของมันไม่ให้เกิดขึ้นใน
Time Place Person ที่แตกต่างกันออกไป ในสถานการณ์ต่างๆที่แตกต่างกัน
ออกไป มีความกดดันบีบคั้นที่มากขึ้น ยากขึ้นไปเรื่อยๆ จนในที่สุด ไม่ว่าจะ
จะเป็นสถานการณ์เช่นไร เลวร้ายแค่ไหน เธอก็สามารถทำให้เกิด
ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ นี่คือ 360 องศา เฉกเช่นองค์พุทธะทั้งหลาย

นี่ไม่ได้หมายความว่าเฉพาะแค่เพียง ระบบใหญ่แห่งการพัฒนาอัน
สมบูรณ์แบบของพระโพธิสัตว์เท่านั้น แต่มันต้องหมายรวมถึงระบบเล็กๆ
ในแต่ละอาการ แต่ละรูปร่าง แต่ละSubject ย่อยๆ ที่จะประกอบกันเป็น
ระบบใหญ่ด้วย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็ตาม เรื่องของกรรมคู่แห่งคุณค่า
ต่างๆในโลก หรือแม้กระทั่งกรรมคู่แห่งความหมาย ความเป็นผู้รู้หรือสิ่ง
ถูกรู้ เราต้องพัฒนาไปในการทำงานนี้ มันถึงจะสมบูรณ์ อุดช่องโหว่ของมาร
ได้หมด มันจึงไม่ใช่เรื่องสนุกเอาเผากิน มักง่ายแบบที่ทำๆกัน แค่วิทยานุมา
จากการอ่านการฟัง รู้จักเข้าใจมันตามที่อ่านที่คิดพิจารณา แล้วก็ทักทัก

เอาว่านั่นคือความรู้แจ้ง แม้เธอจะรู้จากประสบการณ์ตรงจริงๆ ของตนเอง แต่ยังไม่สามารถนำมาทำประโยชน์หรือสอดคล้องในชีวิตจริงของเธอ มันก็ยังไม่ใช่การรู้แจ้ง ท่านจึงเตือนเสมอว่า ภาวิตา พหุลีกตา ทำให้มาก เจริญให้มาก สิ่งที่เป็นสิ่งเสื่อมที่เกิดขึ้นก็ละมันให้ได้ สิ่งเสื่อมที่ยังไม่เกิด ก็ป้องกันไม่ให้เกิด สิ่งที่เป็นกุศลที่ยังไม่เกิด ก็ทำให้เกิด กุศลที่เกิดแล้วก็ทำให้มันเจริญยิ่งขึ้นๆ นี่ล้วนเป็นไปเพื่อความสมบูรณ์และเป็นประโยชน์สูงสุดทั้งสิ้น

ถ้าเธอดูกระบวนการทั้งหลายเหล่านี้ เมื่อเปรียบเทียบกับนิโรธหรือวิราคะ ซึ่งท่านก็ยังแบ่งออกเป็นถึง 5 ลำดับขั้น เริ่มสุดเราก็ต้องวิกขัมภณะ อดทน หักห้ามใจ บังคับจิตใจ รักษาจิตใจของตนให้ได้ ไม่ให้หวั่นไหวไปตามรูปนามนั้น เมื่อสงบใจไม่หวั่นไหวไปกับรูปนามนั้นได้ต่อไปเราก็ต้องเรียนรู้อันนี้ ให้เกิดปัญญาเข้าใจมันตามเป็นจริงไปตามลำดับขั้น วิกขัมภณะนี่ก็คล้ายกับระดับ 0 องศา เธอทำให้ได้เสียก่อนในระดับ 0 องศา นี่ ละสิ่งไม่ดี เจริญสิ่งดี แล้วเธอก็พัฒนาต่อไปเรื่อยๆ เธอก็จะสงบลงเรื่อยๆ จากกายวิเวกก็ไปสู่จิตวิเวก ต่อไปก็พัฒนาตนเองต่อเพื่อให้เกิดอุปปิวิเวก ซึ่งต้องเป็นเรื่องของปัญญา เรียกว่า สงบเพื่อเรียนรู้ เมื่อสงบได้แล้วท่ามกลางปรากฏการณ์นั้น ก็เรียนรู้ต่อไปเพื่อให้เข้าใจปรากฏการณ์นั้นตามเป็นจริง ตั้งแต่จริงในสมมติไปจนถึงจริงปรมาตย์ เรียนรู้ตรงนี้ก็เปรียบเหมือน 60 องศา ไป 120 องศา เมื่อเธอแจ้งชัดจนเริ่มปล่อยวางมันได้จริง โดยไม่ต้องกดข่มจิต มันก็จะกลายเป็นตถังคนิโรธ

หรือต้งทังควิราคะ แล้วเธอก็พัฒนาปัญญาต่อ จนเกิดปัญญาแจ้งใน
 ปรมัตถ์ขั้นสมบุรณ์เป็นสมุจเฉทนิโรธ ซึ่งคือปัญญาที่เห็นแจ้งในความว่าง
 จากอึดตาตัวตนใดๆของปรากฏการณ์นั้น เป็น 180 องศา แล้วหลังจาก
 นั้นมันจบมัย.....ยังไม่จบ ในนิโรธพระพุทธรองค์ท่านทรงยังทรงแสดงไว้
 อีกต้งสองชั้น คือ ปฏิปัสสัทธิ และ นิสสรณนิโรธ นี่เธอจะต้องพัฒนา
 ตัวเองต่อจนคล่องตัว จนชำนาญ อิสระได้ในทุกๆสถานการณ์ที่แตกต่าง
 กันออกไป เรียกว่า ความหลุดพ้นของเธอพัฒนาไปถึงระดับ ปฏิปัสสัทธิ
 นิโรธ แล้วก็เจริญให้มากทำให้มากต่อไป พัฒนาต่อไป จนเป็นอัตโนมัติ
 ปล่อยวางตามธรรมชาติ หรือเรียกว่า ไม่ต้องพยายามกระทำอันใดอีก
 เกิดเองเป็นเอง ไร้การกระทำใดๆทั้งสิ้น เป็น นิสสรณนิโรธ นี่จึงเป็น 360
 องศา สมบุรณ์ เป็นจุดที่จะเป็นประโยชน์ได้สูงสุด

นี่มันเป็นกระบวนการที่ซ้อนกันอยู่ พระพุทธรองค์ท่านทรงแยกให้
 เราเห็น เพื่อความไม่ประมาทนอนใจของนักปฏิบัติ เพราะจริงๆ แล้วมัน
 เป็นระบบเดียวกันของการพัฒนา มันไม่ใช่จะไปคิดว่าจบกิจ กิจเราของ
 จบแล้ว ทั้งๆที่เป็นเพียงแค่วิกขัมภณะฯ หรือต้งทังคะ หรือแม้กระทั่ง
 สมุจเฉทก็ตาม ถ้าเราไม่พัฒนาต่อเราก็เสริจ มันไม่สมบุรณ์ การหลุดพ้น
 นั้นมันยังไม่สมบุรณ์ มันไม่ถึงความบริสุทธิ์แห่งธรรมชาติดั้งเดิม ถึง
 เรียกว่า เส้นทางการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ มันจึงมีความซับซ้อนกว่าที่เรา
 คิดมากมายนักก่อนจะถึงความบริสุทธิ์ มันจึงต้องเริ่มจากง่ายที่สุดคือ
 วิกขัมภณะ บังคับตัวเอง กดใจไว้ อดทนต่อใจของตนให้ได้ก่อน เมื่อจิตมี

พลังพอที่จะสงบนิ่งท่ามกลางปรากฏการณ์นั้นได้ ก็ไม่ใช่หลงว่ามันจบ มันพอแล้ว เธอต้องเรียนรู้และพัฒนาต่อไป จนกระทั่งเธอเกิดปัญญาสูงสุด แม้เกิดปัญญาสูงสุด เธอก็พากเพียรต่อ ภาวนิตา พหุสิกตา ไปเรื่อยๆ จนในที่สุด เธอเกิดความคล่องตัว เป็นธรรมชาติ ทศพลญาณ หรือพลังวัชระที่จะทำประโยชน์เกื้อกูลช่วยเหลือสรรพสัตว์ ก็จะมีสูงขึ้นๆ จิตของเธอจะเข้มแข็งขึ้นๆ ทั้งจิตและปัญญาจะสูงขึ้นๆ จนที่สุด 360 องศา เธอก็จะเป็นอิสระจากทุกอย่างและเป็นชีวิตที่มีประโยชน์ที่สุด สู่สิ่งที่เรียกว่า sky dance คือ ไม่ว่าจะการแสดงออกใดๆของท่านล้วนเป็นไปเพื่อประโยชน์แก่สรรพสัตว์และอิสระโดยสิ้นเชิง ซึ่งทั้งหมดเป็นไปโดยธรรมชาติ โดยอัตโนมัติ ไร้เจตจำนง ไร้ตัวตนแห่งผู้กระทำ การกระทำ และผลแห่งการกระทำ ที่วัชระยานเขาเปรียบเป็น การระบำเริงรำของเทพด้ากินี หรือการแสดงออกขององค์พุทธะทั้งหลาย ซึ่งก็คือการแสดงออกอันอิสระไร้เจตจำนง ไร้ความพยายาม ไร้จุดมุ่งหมาย เป็นไปโดยธรรมชาติ เหมือนพระอาทิตย์ฉายแสงตามธรรมชาติ

นี่คือภาพรวมของระบบการพัฒนา ที่รวบรวมให้ดูคร่าวๆ แต่คนเรามันหลงอยู่ในอัตตาทิฐิ ติดความหมาย ติดคุณค่า ติดกรอบ ติดศัพท์แสง ติดชื่อ ติดรูปลักษณ์ จนมองไม่เห็นธรรม ไม่เข้าใจธรรมอันเป็นความหมายที่แท้จริง ธรรมะก็อยู่กับเธอนี้แหละ แต่เรามองข้ามมันไป มองข้ามเพราะความหลงมันบดบัง หากเธอไม่พัฒนาจนขจัดความหลงให้หมดสิ้น เธอก็มองไม่เห็น แล้วก็ถูกความหลงมันบดบังอยู่เช่นเดิม

สมมุติเธอทำสมาธิได้ ฉันมีสมาธิ แล้วเธอก็จบ ก็พอ แล้วเธอก็ยึดมั่นถือมั่นอยู่ในสมาธิของเธอ เธอเป็นผู้มีสมาธิ แล้วเธอจะพยายามทำให้มีสมาธิอยู่เรื่อยๆ เพราะว่าเธอมองว่า สมาธิมันเป็นกุศลจิต ถ้าเธอเข้าใจแบบนี้เห็นมัยว่า มันต่างกันขนาดไหน เธออยู่ตรงไหน พอเห็นมัย เธอเพิ่งพัฒนาที่ 0 องศา เธอยังไม่รู้อะไรอีกมากมายเลย หากเธอยึดมั่นอยู่แค่นั้น มันก็ยังไม่พาไปด้วยตัวตน แม้เป็นตัวตนที่เป็นกุศล แต่มันก็ไม่บริสุทธิ์ สมาธิของเธอก็เลยกลายเป็นเครื่องมือของกิเลส เป็นเครื่องส่งเสริมตัวตน สมาธิของเธอก็ไม่บริสุทธิ์ แม้จุดสำหรับพัฒนามาจากไม่มีสมาธิจนมามีสมาธิ แต่เธอไม่เข้าใจ กลับยึดมั่นถือมั่นอยู่ตรงนั้น เธอก็ไม่ไปถึงไหน ได้แค่ 0 องศา ไปต่อไม่ได้เพราะขาดปัญญา ขาดความเข้าใจ

เพราะฉะนั้นคนเรา จึงต้องพัฒนาตัวเองไปเรื่อยๆ พัฒนาพลังของตนหรือที่เรียกว่า พัฒนาสติ สมาธิ ปัญญา ศรัทธา ความเพียร ไปเรื่อย จนเห็นแจ้งเข้าใจความจริงไปเรื่อยๆๆ แต่มันไม่ได้แปลว่าเราจะต้องทำให้มันสมบูรณ์ในทุกๆเรื่องตรงที่ 0 องศาเสียก่อน แล้วเธอค่อยมาเรียนรู้ 45 องศา 45 สมบูรณ์แล้วค่อยไป 60 บางครั้ง บางสถานการณ์ บางคนก็สามารถ เรียนรู้พัฒนาไปที่เดียว 0-45-60 ได้เลย หรืออาจเลยต่อไปถึง 180 องศาได้ในบางเรื่อง เพราะเหตุปัจจัยของคนเรามันไม่เหมือนกัน แต่สิ่งสำคัญที่ต้องดูก็คือ เราเกิดปัญญาครบถ้วนหรือเปล่า ยิ่งมีปัญญาครบก็จะยิ่งสามารถหลุดช่องของมารได้อย่างเต็มที่ ยิ่งหากถ้าเธอพัฒนาไปแล้วจนมีปัญญาถึงเรื่องสุญญตา หรือระดับ 180 องศา ใน

เรื่องใดเรื่องหนึ่ง เรื่องอื่นๆ มันก็เป็นกร่าง่ายและเร็วที่จะพัฒนาให้เกิดปัญญาเช่นนั้นต่อไป

ยกตัวอย่างเรื่องเมตตา หากเธอเรียนรู้เข้าใจได้ว่าเมตตาคือสิ่งดี เป็นกุศล ความเกลียดชังหรือโทสะทั้งหลายเป็นสิ่งไม่ดี เป็นอกุศล แล้วเธอก็พยายามฝึกตนเพื่อละโทสะ เจริญเมตตาให้มาก ในที่สุดเธอก็กลายเป็นผู้ที่ม่พรหมวิหาร เธอไม่เข้าใจสัญญาตา เธอเข้าไปยึดมั่นว่าเธอเป็นคนดีมีเมตตา อันนี้เธอก็อยู่ตรง ๐ องศา ละสิ่งเลื่อมเจริญสิ่งดีจนสำเร็จ แต่มันยังขาดปัญญาที่ละเอียด จึงหลงยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นตัวตน ซึ่งผิดมัย ไม่ผิดหรอก ดีทีเดียว ดีกว่าคนที่ไร้เมตตามากมายนัก แต่หากเธอพัฒนาปัญญาที่ละเอียดลึกซึ้งลงไป จนเห็นถึงความเป็นหนึ่งเดียว ความไม่แบ่งแยกแตกต่าง และความว่างจากความเป็นตัวตนที่แท้จริง จนเธอมีปัญญาเห็นแจ้งเช่นนั้น หากเธอใช้ปัญญาเช่นนั้นมาเจริญเมตตา ที่เราเรียกว่า เมตตาจากโพธิจิต ผลที่เกิดจึงกลายเป็นอัปปมัญญาเมตตา เป็นความปิติสุขที่ประกอบด้วยการไม่ยึดมั่นถือมั่น และไม่สร้างตัวตนให้ใหญ่ขึ้น และเมื่อเธอมีปัญญาเช่นนี้ หากเธอสามารถนำปัญญานี้ไปใช้กับปรากฏการณ์อื่นๆ เช่น สติ สมาธิ ฯลฯ มันก็ง่ายในการที่จะเป็นสมาธิหรือสติที่ปราศจากความยึดมั่นถือมั่น เป็นสติสมาธิที่ไม่สร้างอัตตาตัวตน เพราะเธอได้พัฒนาปัญญามาถึงระดับสัญญาตาหรือ 180 องศาแล้ว

แต่หากแบบกรณีแรก เธอไม่ยอมเรียนรู้พัฒนาต่อ แล้วเธอลงยึดอยู่แค่นั้น เธอคิดว่าแค่นั้นพอแล้ว เธอก็จะกลายเป็นผู้ที่ยึดมั่นถือมั่น เป็นผู้ดีดี หลงว่าตนดี จนสร้างมานะได้ในที่สุด และอาจลามไปถึงลบหลู่ดูถูกผู้อื่น “ฉันดี ฉันมีสติ ฉันมีสมาธิ ฉันเป็นนักปฏิบัติ ฉันประเสริฐกว่าคนอื่น” ซึ่งก็ยิ่งห่างไกลออกไปจากความบริสุทธิ์มากขึ้น และเป็นกรณีที่พบได้ไม่ใช่น้อยเลย เนื่องเพราะนิสัยอยากได้ดีมีเป็นของคนเรานี้ละ ชอบอะไรง่าย ด่วนสรุป จนสร้างตัวตนขึ้นมายึดสภาวะต่างๆๆ ในการปฏิบัติกันมากมาย ทั้งหมดก็เพราะขาดสัมมาทิฐิ ไม่รู้ว่าจะต้องดำเนินเช่นไร อย่างไร ถึงไหน เพื่ออะไร มันจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่นักปฏิบัติจะต้องศึกษาเรียนรู้ให้ดีเสียก่อน ถึงขั้นตอนการพัฒนาสู่ความบริสุทธิ์ที่แท้จริง เพราะหากไม่เข้าใจ ผลทั้งหลายอันเกิดจากการพากเพียรปฏิบัติก็จะถูกกิเลสเอาไปใช้หมด “เราเป็นผู้มีสมาธิ เราเป็นผู้มีเมตตา เราเป็นผู้ให้ เราเป็นผู้ทำดี” ความหลงเช่นนี้กลับทำให้กิเลสมีอำนาจมากขึ้น ทั้งหมดนี้ก็เป็นเพราะขาดสัมมาทิฐิ ปฏิบัติไปแบบมืดบอด

หากเธอมีสัมมาทิฐิ เธอรู้ว่าอะไรคือดี อะไรคือไม่ดี รู้ว่าแม่ดีและไม่ดีมันก็ขึ้นอยู่กับ Time Place Person ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ไม่มีดีที่ Absolute ในดีก็มีไม่ดี ในไม่ดีก็มีดี ทั้งสองล้วนเกี่ยวเนื่องต่อกันและกัน และล้วนเป็นผลจากการปรุงแต่งของจิต ซึ่งว่างเปล่าจากความเป็นอัตตาตัวตนใดๆ หากเธอแจ้งชัดเช่นนี้ เธอก็สามารถเจริญสิ่งดี และละสิ่งไม่ดี

ได้อย่างเต็มที่และเหมาะสมกับสถานการณ์ โดยปราศจากความยึดติด ไม่ใช่พอรู้ว่าดีไม่ดีล้นว่างเปล่า เธอเลยไม่ทำดี ทำตามใจตนเอง แม้มันจะเป็นความชั่ว เพราะคิดว่ามันไม่มีดีไม่มีไม่ดีที่แท้จริง นั่นมันแสดงว่าเธอหลงอยู่ในอุจเฉททิฐิ ยึดติดในความว่างเปล่าดับสูญซึ่งกลับเป็นอันตรายต่อโลกมากกว่าผู้ที่ยึดติดในความมีอยู่ การที่เรามีสัมมาทิฐิที่สมบูรณ์ มันยอมเป็นเชมทิศที่ดี ที่จะชี้ให้เราเดินไปในทางที่ถูกต้อง แต่แม้เธอมีสัมมาทิฐิ มีความเข้าใจสังขธรรมได้ถูกต้อง แต่เธอเดินไปในทางที่ขัดแย้งกับธรรม เดินไปในทางที่ส่งเสริมกิเลส นั่นแสดงว่าเธอไม่ได้มีสัมมาทิฐิจริง เป็นเพียงสัญญาปรุงแต่ง ซึ่งแน่นอน ย่อมมาจากกิเลส ตัณหา อวิชชาความหลงของเธอเองทั้งสิ้น

ตัวอย่างง่ายๆ เวลาเธอทำอาหาร เธอก็พยายามจะทำให้อร่อย ถ้าเธอเข้าใจความจริงตรงนี้ว่า มันไม่มีอร่อยที่แท้จริง มันขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย บางคนชอบเปรี้ยว บางคนชอบเค็ม บางคนชอบหวาน สิ่งที่คุณส่วนใหญ่ชอบ คนส่วนใหญ่กว่าอร่อย อาจจะมีคนไม่ชอบก็ได้ ทั้งหมดมันขึ้นกับจิตใจของแต่ละคน เธอก็พยายามปรุงอาหารนั้นอย่างเต็มที่ ทำอย่างเต็มที่ให้มันอร่อยเท่าที่เธอจะมีเหตุปัจจัย ส่วนผลที่ออกมา เธอก็เรียนรู้แก้ไขปรับปรุงไป มันก็แค่นี้ แต่ถ้าเธอยึดมันถือมัน เธอขาดสัมมาทิฐิดังกล่าว หากทำแล้วมีคนตำหนิ มีคนไม่ชอบ เธอก็ขัดเคือง ขุ่นใจและเป็นทุกข์ ทุกข์เพราะเธอไม่เข้าใจความจริง เธอวางใจผิด “ทำไมไม่ชมกันสักนิดว่าฉันทำอร่อย, ฉันอุตส่าห์พยายามทำเต็มฝีมือ ไม่มีใคร

ชมเลย” หรือ ยามเมื่อมีคนชื่นชมเธอเป็นปลื้ม เธอหลงฟูไปกับคำชมนั้น นั่นแสดงว่า เธอยึดมั่นถือมั่นทั้งสิ้น เธอยึดว่ามันอร่อยจริง ยึดว่ามันดีจริง ยึดในความเป็นเธอผู้ทำดีนั้น ไปๆมาๆเธอก็อาจปรุงต่อไปว่า “ฉันเก่ง ฉันดี ฉันทำอร่อยที่สุด ไม่มีใครสู้ฉันได้” นี่มันมีมิจฉาทิฐิตั้งสามสมบัติ “มันดีจริง, ฉันเป็นผู้ทำดีนั้น, และฉันดีฉันเก่งเพราะเป็นผู้ทำดีนั้น” นี่คือการแห่งความยึดมั่นถือมั่นทั้งสิ้น

แต่ถ้าเธอมีสัมมาทิฐิ เธอเข้าใจปัจเจกการ เธอก็จะเห็นทันทีว่า มันไม่ได้อร่อยจริงหรือก บางคนก็ชอบ บางคนก็ไม่ชอบ คนนี้ชอบเค็ม คนนั้นชอบเปรี้ยว คนนั้นชอบหวาน มันนานาจิตตัง แล้วที่มันอร่อยมันก็ไม่ได้อันอยู่กับเราคนเดียว มันขึ้นกับเหตุปัจจัยมากมายที่มาประกอบหลายคน หลายสิ่ง หลายอย่าง มาประกอบกันจึงทำให้มันปรากฏออกมาเป็นความอร่อยเช่นนั้น หากไม่มีสิ่งต่างๆเหล่านั้นมันก็ไม่สามารถออกมาเป็นอย่างนี้ และหากใครๆมีสิ่งประกอบเหล่านี้ ใครๆก็ทำได้ทั้งสิ้น เมื่อไม่มีความอร่อยที่แท้จริง เธอผู้กระทำความอร่อยก็มีไว้ แล้วการที่เธอจะไปหลงสร้างมานะว่าตนเก่งที่ทำอาหารอร่อยก็จะไม่เกิดขึ้น

ทั้งหมดนี้ก็เพราะ เธอเข้าใจปัจเจกการ การที่เธอหัดพัฒนาฝีมือจนทำให้อร่อย เรียกว่า สิ่งใดดีเธอก็เจริญได้ ทำดีได้ นี้เรียกว่า เธอพัฒนาที่ 0 องศา พอเธอเรียนรู้ไปเรื่อยๆจนไม่ยึดในความอร่อยนั้น ไม่หลงสร้างทิฐิตั้งสามขึ้น นี้ก็เรียกว่าเธอพัฒนาไปถึง 180 องศา คือเธอเกิดปัญญาเข้าใจปัจเจกการ เข้าใจปฏิจลสมุปบันนธรรม เข้าใจความว่างเปล่าจาก

ตัวตนของความอรร้อย ของผู้กระทำ นี่คือการพัฒนาในแบบของ พระพุทธเจ้า ละสิ่งเสื่อม เจริญสิ่งดี และไม่ยึดมั่นถือมั่น นี่คือสัมมาสมาธิ คือ สมถวิปัสสนา คือสัมมาจรณะ ที่เดินไปพร้อมกัน

การที่มรรคมีองค์ 8 จะเดินพร้อมกัน สิ่งพวกนี้จะเป็นไปได้ก็ เพราะมีสัมมาทิฐิที่ละเอียดอ่อนแยบคายพอ และการจะมีสัมมาทิฐิ เช่นนั้น ก็ต้องเกิดจากการฟัง การอ่าน การศึกษาจากผู้รู้ แล้วหมั่นนำมา พิจารณา ไม่ว่าจะทำอะไร เรื่องอะไร มันต้องใช้ปัญญา ใช้เหตุใช้ผล ซึ่ง ต้องเป็นไปทั้งทางด้านสมมุติและปรมาตถ์ ไม่ใช่จะคิดแต่สมมุติจะเอาให้ มันดีให้มันถูก หรือจะเอาแต่ปรมาตถ์จะปล่อย จะวาง จะเอาแต่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เซ มันเป็นนกปีกหัก มันจะไปไม่ถึงไหน มันต้องไป พร้อมกันทั้งสองเหลี่ยม เป็นนกที่มีปีกสมบุรณ์ เหลี่ยมสมมุติคือละสิ่ง เสื่อม เจริญสิ่งดี เหลี่ยมปรมาตถ์คือว่างเปล่าจากตัวตน นี่คือปัญญา โยนิโสมนสิการที่เธอต้องมี ต้องพัฒนาให้เจริญขึ้น มันต้องมีปัญญา แยบคายในการทำทุกสิ่งโดยไม่ยึดติด การทำทุกสิ่งก็คือ ละสิ่งที่เสื่อม เจริญสิ่งดี โดยไม่ยึดติดใดๆทั้งสิ้น ไม่ยึดติดในคุณค่าของมัน ไม่ยึดติดใน ตัวเราผู้กระทำ การกระทำ และผลแห่งการกระทำ นั่นคือทำจิตให้บริสุทธิ์ แต่การไม่ยึดติดในตัวเราผู้กระทำ และผลของการกระทำนั้น ก็ไม่เคยไป สู่ความไม่รับผิดชอบ การสักแต่ทำไปอย่างนั้น การไม่รู้จักปรับปรุง แก้ไขปัญหาที่ปรากฏ เพราะนั้นก็ผิดพลาดในพากสมมุติอีกเช่นกัน เรียกว่า เซไปสู่ความดับสูญ เลยไม่สนใจทำสมมุติให้เกิดประโยชน์

นี่คือสิ่งเดียวกันกับที่เรารู้จัก คือโพธิจิต การละสิ่งเสียม เจริญสิ่งดี การพยายามทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้อื่น ด้วยความรักความเมตตาความปรารถนาดี นั่นคือ Relative Bodhicitta หรือโพธิจิตสัมพันธ ซึ่งคือนัยยะที่เราต้องสัมพันธ์กับสมมุติ ส่วนการเข้าใจแจ้งชัดในความว่างเปล่าของปรากฏการณ์ หรือการพัฒนาปัญญาไปถึง 180 องศา นั่นคือ Ultimate Bodhicitta พระพุทธองค์ท่านถึงเน้นในโอวาทปาฏิโมกข์ ท่านเน้นให้เราปฏิบัติไปพร้อมๆกัน นี่คือนิยามของพระพุทธเจ้าของเรา การดำเนินตามโอวาทปาฏิโมกข์ก็คือการดำเนินโพธิจิต นี่เราหัดดำเนินอย่างนี้ ดำเนินไปเรื่อยๆ จากจุดเล็กๆ เรื่องเล็กๆ ขยายวงออกไปเรื่อยๆ เธอก็จะบรรลุผลอันยิ่งใหญ่ที่สุดในที่สุด ไม่ใช่ต้องคอยให้สมมุติที่ละชั้นๆๆ จึงทำต่อ เธอสามารถทำไปได้เลย แต่ต้องพยายามทำให้ครบทั้งสามนัยในโอวาทปาฏิโมกข์ ครบทั้งเหลี่ยมสมมุติและปรมาตถ์ ครบทั้ง Relative และ Ultimate Bodhicitta แล้วต่อจากนั้นก็ให้รู้ไว้ก่อนว่า มันจะมีการพัฒนาอันยิ่งใหญ่ขึ้นไปอีก คือการพัฒนาจาก 180 องศาถึง 360 องศาอีกทีหนึ่ง ซึ่งจะทำตรงนั้น ก็ต้องมาถึง 180 องศาให้ได้เสียก่อน อยู่ที่ 0 องศาจะกระโดดข้ามมา 270 360 เลยมันไม่ได้ มีแต่จะพาลงนรก

นี่มันเป็นระบบที่ซ้อนกันอยู่ ที่เอามาพูด พูดให้เห็นโครงสร้างหลัก ให้เข้าใจแก่น เข้าใจแนวทางในการปฏิบัติ มันเป็นวิถีทางที่เธอต้องดำเนิน ทุกๆ Subject เธอจะต้องพัฒนาอย่างนี้ แต่มันไม่ใช่ต้องเหมือนกันเป๊ะๆ แบบที่ยกตัวอย่างเปรียบเทียบนะ แต่มันต้องอยู่ในระบบหรือ

แนวทางอย่างนี้ มีฉะนั้น มันก็ไปไม่ถึงความสมบูรณ์สูงสุด ครั้งแรกมันเป็นคือระบบที่เธอจะต้องพัฒนาจนกระทั่งเห็นแจ้งในความจริง จากสมมุติไปถึงปรมาตม์ เธอต้องเดินบนหลักการของโอวาทปาติโมกข์ ครั้งหลังเป็นการพัฒนากำลังของเธอให้ยิ่งขึ้น จนนำไปสู่ศพลญาณและอนาวรณญาณซึ่งแน่นอน ก็ยังต้องดำเนินไปบนโอวาทปาฏิโมกข์อยู่เช่นกัน แต่มันจะเสริมสร้างสมรรถนะ เสริมสร้างอินทรีย์ของเธอ ให้สามารถระทำการใดๆ ให้เป็นประโยชน์สูงสุดได้ในที่สุด ถึงบอกว่า มันจะเป็นประโยชน์สูงสุดในทุกเรื่อง เหมือนว่า ถ้าเธอสามารถปฏิบัติให้มีสมาธิได้ แต่ต้องเฉพาะที่นี้ ในป่าเขาอย่างนี้เท่านั้น แล้วเธอจะออกไปช่วยคนได้อย่างไร และจะเรียกว่า ยังประโยชน์สูงสุดได้มั๊ย “ไม่เอาละ ฉันขออยู่อย่างนี้ไม่อยากยุ่งกับใครเลย ช่างหัวมันเถอะ ฉันออกไปไม่ได้ ถ้าอย่างนั้นฉันจะไม่ตั้งมั่น” นั่นเธอมีสมรรถนะแค่ไหน เห็นมั๊ย พระพุทธองค์ท่านอยู่ตรงไหนก็ได้ ทำอย่างไรก็ได้ ท่านช่วยคนได้ตลอดเวลาตามความเหมาะสมของกลุ่มคน ท่านเล็งญาณเห็นคนไหนช่วยได้ท่านก็ไปช่วย

ท่านตักมือบอกไว้ว่า บนหนทางที่ท่านเผยแผ่ธรรมะ มันเป็นการบำเพ็ญบารมีทั้งหมดให้ยิ่งขึ้น เข้มแข็งขึ้น ถ้าเธอไม่เข้าใจ หรือเข้าใจเพียงผิวเผิน เธออาจเห็นว่า คนที่บรรลุลุดพันเป็นโพธิสัตว์ขั้นหนึ่ง ขั้นสอง หรือขั้นสาม หลุดพันอยู่ในป่าในเขาเจียบๆ นั้นเลิศแล้ว พอแล้ว ไซ้เลิศแน่นอน แต่ท่านก็ยังเพียรพัฒนาต่อ ไม่ใช่ท่านจะหยุด และเมื่อเปรียบเทียบกับพระโพธิสัตว์ขั้นเจ็ดขั้นแปด ท่านหลุดพ้นแล้วและ

สามารถออกมาสอนคน ช่วยเหลือคนให้หลุดพ้นได้อีกเป็นร้อยเป็นพันใน ขณะที่ท่านก็อยู่ในวิถีทางแห่งการพัฒนาของท่านตลอดเวลา องค์หลัง ย่อมมีอินทรีย์อันแก่กล้ากว่ากันมากมายนัก ซึ่งนั่นเป็นขั้นตอนการพัฒนาเพื่อทศพลญาณ หรือเพื่อให้สามารถทำประโยชน์ได้สูงสุดต่อไป แต่ต้องเข้าใจนะว่า มันจะเป็นไปโดยอัตโนมัติ มิได้เป็นไปโดยเจตจำนงที่จะสร้างทศพลญาณให้เกิดขึ้นแก่ตน มันเป็นขั้นตอนของการเสริมสร้างบารมีให้ยิ่งขึ้นๆ โดยมิได้มีความยึดติดโดยความเป็นตัวตนใดๆในบารมีนั้น แต่มันเป็นไปเพราะพลังธรรมชาติแห่งธรรมในระดับนั้น ที่จะผลักดันส่งเสริมให้ท่านดำเนินไปเช่นนั้นเอง

ที่กล่าวนี้ เพื่อให้เธอเข้าใจวิถีทางอันเป็นภาพรวม เพื่อให้เธอเข้าใจเป็นสัมมาทิฐิไว้ เพื่อไม่ให้กิเลสได้หลอกให้หลงอยู่แค่ธรรมอันต่ำๆ เตี้ยๆ เหมือนนักปฏิบัติในบ้านเราสมัยนี้ สมัยนี้มันมีแม้กระทั่งผลในชั้น 0 องศา กิเลสหลอกว่าเป็นนิพพานก็ยังมี จำไว้ว่า สิ่งจำเป็นที่เราต้องใช้เจตจำนง พากเพียรพัฒนาให้มาก ก็อยู่ในช่วง 0-180 องศา พอผ่านช่วงนี้ไปคือ 180-360 องศา มันเป็นการออกไปช่วยเหลือผู้อื่น การเผชิญกับสภาพที่กดดันบีบคั้นมากขึ้นๆ เป็นการสร้างบารมีที่ละเอียดลึกซึ้งลงไป หากเธอใช้ธรรมกลับหัวกลับหาง ตัวเองยังอยู่ 0 องศา แต่จะไปปฏิบัติแบบไร้เจตนา ไร้แรงบันดาลใจ ไร้ฉันทะ มันก็ไม่มีทางพ้นนรก แต่ถ้าเธอถึงขั้น 180 องศา เธอกลับไปปฏิบัติแบบใช้เจตนารุนแรง กดดันบีบคั้น เพื่อความได้ดีมีเป็น นั่นก็เป็นความหลง เธอก็ยังไม่ถึง 180 องศาจริงนอกจาก

กิเลสมันเอาสัญญามาหลอกเธอ เมื่อไปถึงขั้น 180 องศาจริง สัมมาทิฐิเธอเป็นระดับภาวนามยปัญญาจริงมันก็จะดำเนินไปโดยอัตโนมัติ โดยไร้เจตจำนง เธอจะไม่หลบเสวยสุขอยู่แต่เพียงในป่าเขาโดยไม่สนใจใคร แต่เธอจะออกช่วยเหลือผู้อื่นโดยยังคงมันคงอยู่ในธรรมได้อย่างอิสระ ตราบใดถ้ายังไม่มีทศพลญาณ การช่วยเหลือสรรพสัตว์มันก็ยากที่จะทำได้เกิดประโยชน์อันสูงสุด พระโพธิสัตว์บางองค์ท่านยังมีปณิธานที่ถูกอุทธรณ์มากมากกว่าแค่การช่วยเหลือมนุษยธรรมตาทั่วไป เช่น ท่านพระกษิติครรภ์ท่านตั้งปณิธานที่จะขอลงไปช่วยสัตว์นรกให้หลุดพ้น ท่านมัญชุศรี ท่านตั้งปณิธานที่จะช่วยให้สรรพสัตว์ไปเป็นพระพุทธเจ้า จนถึงพระพุทธเจ้าองค์สุดท้าย พระแม่ตารา ท่านตั้งปณิธานที่จะเป็นพระพุทธเจ้าในเพศหญิง ฯลฯ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งยากยิ่ง กัดค้นบีบคั้นอย่างมาก ซึ่งจำเป็นที่จะต้องมีการมีที่กล้าแกร่งอย่างยิ่งทั้งนั้น

ในวิถีทางแห่งโพธิญาณ หรือแม้กระทั่งใน 37 โศลกธรรม ก็ได้กล่าวไว้ในทำนองเดียวกันว่า เมื่อเธอเจอกับสิ่งร้ายๆ หรือบุคคลร้ายๆ ไม่ว่าจะร้ายแบบไหน เขาจะมาขโมยของเธอ เขาจะมาด่าทอเธอ เขาจะมาดูถูกเหยียดหยามเธอ เธอได้รับความอับยติธรรม เธอเจ็บป่วยหรือถูกโรคภัยรุมเร้า นั่นคือครูของเธอ นั่นคือสถานการณ์หรือโอกาสที่จะให้เธอเกิดบารมีที่แข็งแกร่งยิ่งขึ้น มีความเข้มแข็งขึ้น เข้มแข็งทั้ง เมตตา ทาน ศีล ขันติ วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญาด้วย ต่อให้เธอบรรลุหลุดพ้นได้ในป่า ในมุ้งกลดของเธอ แต่ถ้าเธอยังไม่สามารถเผชิญกับสิ่งพวกนี้ได้ เธอก็ยังไม่

เข้มแข็ง สิ่งเหล่านี้จึงเหมือนครูที่มาสอนให้เธอเข้มแข็ง เช่นเดียวกับ
วิชาการทางโลก ตอนแรกครูท่านก็สอนให้เธอบวกเลขเป็น ต่อไปท่านก็
เอาโจทย์ที่มันยากขึ้นๆให้เธอ จากบวกลบคูณหารเป็น มันก็ค่อยๆพัฒนา
ไปจนแม้แคลคูลัสเธอก็ทำได้

เพราะฉะนั้น ทุกอย่างมันต้องพัฒนา มันต้องพัฒนาให้ยิ่งขึ้นๆ
ไปทั้งนั้น ไม่ใช่เพื่อความได้ดีมีเป็นของตนเอง แต่เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นได้
อย่างคล่องตัวและเกิดประโยชน์มากขึ้นๆ ถ้าไม่พัฒนา หยุดอยู่แค่ผลอัน
เล็กน้อยๆแห่งการภาวณา คาอยู่ตรงนั้น มันก็เหมือนตอไม้ที่ตายแล้ว
ยิ่งถ้ายังไม่เคยออกดอกออกผลอะไรเลย ชีวิตก็ตายไปบนความยึดติด ไม่
เป็นประโยชน์ ดังนั้นจึงทำไปเกิด ปากเพียรไปโดยไม่หยุดหย่อน ภาวิตา
พหุлікตา ชีวิตมันไม่มีจุดเริ่มต้น และไม่มีจุดสิ้นสุด ที่คนเราคิดว่ามี
จุดเริ่มต้นและสิ้นสุดนั้น เพราะความหลงในความเป็นตัวตน เธอคิดว่า มี
การเกิดและก็มีการตาย ถ้ามีเช่นนั้น อะไรเล่าที่เกิดถ้าไม่ใช่อดีตตัวตน
คนเรามักคิดว่า คนเราเกิดมาเพราะความหลง แล้วเวียนว่ายตายเกิดไป
เรื่อยๆ จนไปถึงสุดที่ความหลุดพ้น นั่นก็เป็นอดีตตาทิฐิที่สร้างความเป็น
อดีตตัวตนขึ้นทั้งสิ้น หากยังเป็นเช่นนั้น มันก็ไม่มีทางพ้นการเกิดแก่เจ็บ
ตายและความทุกข์

ชีวิตเป็นกระแสแห่งเหตุและปัจจัยที่ไหลเวียนไปโดยไร้จุดเริ่มต้น
และจุดสิ้นสุด อันบริสุทธิ์อยู่แล้วในตัวมันเอง ว่างจากอดีตตัวตนใดๆอยู่
แล้วในทุกขณะ เมื่อใดที่มีความหลงจึงมีความเป็นตัวตน มีภพภูมิ มี

ความเป็นเธอ เมื่อมีความเป็นตัวตนอันใดอันหนึ่งเกิดขึ้น สังสารวัฏก็ปรากฏ แต่สังสารวัฏก็เป็นเพียงมายา มายาการของจิต เมื่อปราศจากความหลง ทุกอย่างมันก็เป็นเพียงกระแสแห่งเหตุและปัจจัยอันว่างเปล่า กระแสเหตุปัจจัยที่สงบนิ่งบนความเคลื่อนไหวมากมาย แต่แม้โดยสมมุติคือความเคลื่อนไหว แต่โดยจริงแท้นั้นกลับมิได้มีสิ่งใดเคลื่อนไหว ไม่มีขึ้น ไม่มีลง ไม่มีการไปการมา แม้กระทั่งการหยุดการอยู่ มันเป็นความสงบเย็นอันบริสุทธิ์ราบเรียบที่สมบูรณ์พร้อมอยู่แล้วตลอดเวลา ซึ่งผู้หลงก็กลับไปหมายมั่นว่ามันเป็นนิพพาน เมื่อมันมีความเป็นสิ่งหนึ่ง ชีวิตก็ปรากฏ นิพพานเสื่อมสลาย สังสารวัฏกลับเกิดขึ้น ซึ่งก็คือความหลงทั้งหมด หลงอัตตาทิฐิ หลงชีวิต หลงสังสารวัฏ หลงนิพพาน หลงความมีอยู่ หลงความไม่มีอยู่ หลงความแบ่งแยกแตกต่างอันมากมาย และสร้างตัวตนอันหลากหลาย

แท้จริง สังสารวัฏก็คือนิพพาน ก็เลสก็คือโพธิ ทั้งพุทธะและธรรมพัสตว์ล้วนมีรากฐานเดียวกัน มันไม่มีอะไรจริงแท้ในสิ่งที่เราสมมุติให้ความหมายเช่นนั้น นั่นล่ะคือ ตถตา มันเป็นอย่างนั่นเอง สมบูรณ์อยู่เช่นนั้นตลอดเวลา ไร้การแปรเปลี่ยนใดๆ จงพากเพียรปฏิบัติเพื่อความรู้อย่างแจ้งในความจริงนี้เถิด แต่ที่ว่าให้เพียรเช่นนี้ มันไม่ใช่ในความหมายที่ว่าฉันหลงมานานเท่านั้นๆ แล้วฉันจะต้องพากเพียรพยายามไปสู่ความหลุดพ้นอย่างนั้นๆ นั่นมันก็ยังเจือด้วยความหลง มันไม่มีอะไรอย่างนั้น หากจะสมมุติว่า ความหลุดพ้น จะหลุดได้ก็เมื่อเธอเข้าใจความจริงแท้

ของชีวิต ว่ามันเป็นเพียงมายาการของกระแสแห่งเหตุปัจจัยอันว่างเปล่า
 อย่างนั้นของมันเอง มันไร้ซึ่งความหมายและคุณค่าที่แท้จริงใดๆเช่นนั้น
 แม้จะบอกว่ามันเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั่นก็ยังเป็นเพียงสมมุติ มัน
 ไม่มีอะไรที่จริงแท้เช่นนั้นที่จะแสดงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ หรือควบคุม
 บังคับ สิ่งการไม่ได้ ไม่มีอะไรอย่างนั้นเลย ไม่มีอะไรที่เกิดขึ้น ไม่มีตัวตน
 ใดที่ตั้งอยู่ขณะใดๆทั้งสิ้น และก็ไม่มีอะไรที่ดับสูญหายไป ไม่มีตัวตนใดที่
 ตั้งอยู่ในความเปลี่ยนแปลง ไม่มีตัวตนใดตั้งอยู่ในชั่วขณะแห่งทุกข์ และ
 ไม่มีตัวตนใดที่เสื่อมสลายดับสูญ และก็ไม่มีตัวตนใดๆที่ตั้งอยู่แม้ในขณะ
 ที่หลุดพ้น ตัวตนใดๆนั้นหมายรวมหมด หมายถึงผู้หลุดพ้น หมายถึงจิตที่
 หลุดพ้น หมายถึงจิตที่แจ้งต่อความหลุดพ้น และหมายถึงความหลุดพ้น
 นั้นด้วย ไม่มี ไม่มีอะไรเช่นนั้น ในตถตา

ถึงบอกเสมอว่า ทั้งหมดมันเป็นเพียงกระแสของเหตุและปัจจัย
 อันว่างเปล่า ขณะที่เกิดความ เป็นเธอขึ้น มันก็คือกระแสของเหตุและ
 ปัจจัย ขณะที่เธอทุกข์ก็คือกระแสแห่งเหตุและปัจจัย ขณะที่เธอตาย หรือ
 ทุกข์นั้นเสื่อมสลายไป ก็คือกระแสของเหตุและปัจจัย ขณะที่เธอหลุดพ้น
 ก็คือกระแสแห่งเหตุและปัจจัย ไม่มีอะไรทั้งนั้นที่มีตัวตนใดๆจริงๆอยู่ใน
 นั้น มันเป็นเพียงมายาการของกระแสแห่งเหตุและปัจจัยอันว่างเปล่า
 มองให้เห็นนะ ถ้าเธอเข้าใจตรงนี้ได้ มันจะง่ายขึ้นไปอีกมาก เธอจะค่อยๆ
 เห็นว่าทุกอย่างที่เธอรับรู้สัมผัสมันคือกระแส กระแสเหตุปัจจัยอันว่าง
 เปล่า เป็นเพียงมายา

หากอาจารย์เอามือตีโต๊ะอย่างนี้ บัง! จิตเธอหวั่นไหวแล้ว เห็นมัย
จิตมันแตกต่างจากเมื่อกี้ พออาจารย์พูดดีพูดเสียงนุ่มนวล อย่างนี้นะๆ
จิตเธอก็แตกต่างออกไปอีก เห็นมัย นี่มันเกิดจากอะไร ถ้าไม่ใช่ความหลง
ในความเป็นตัวตนของปรากฏการณ์ ปรากฏการณ์ทั้งหลายมันคือ
กระแสเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกัน ทุกอย่างมันเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์
โยงใยต่อกัน มันเป็น Global linkage ถ้าอาจารย์หงุดหงิดขึ้นมา ตึงตัง
ขึ้นมา จิตใจเธอก็เปลี่ยน ถ้าอาจารย์สนุกสนานเฮฮา พวกเธอก็สนุกเบิก
บานไปด้วย นี่มันเกี่ยวเนื่องกันมัยละ เธอลองดู เธออย่าคิดว่ากายหายาบ
หรือหนังที่หุ้มกายนี้มันจะเป็นตัวตนที่ถาวร ที่บังคับความเกี่ยวเนื่องนั้นได้
มันไม่สามารถจะแบ่งแยกตัวตนของเธอและผู้อื่น ได้อย่างจริงแท้หรอก
มันเป็นกระแสเหตุปัจจัยที่ไหลไปอยู่ตลอดเวลา มันไม่ได้ถูกแบ่งแยก
ออกเป็นตัวตนใดของใครได้อย่างแท้จริง มันไม่ใช่แม้กระทั่งว่า มีตัวตน
ของเธออันหนึ่ง แล้วมีตัวตนของอาจารย์อันหนึ่งที่มาเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์
กัน มันไม่ได้เกี่ยวเนื่องในลักษณะเช่นนั้น มันคือกระแสเดียวกันทั้งหมด
ไม่มีความแบ่งแยกแตกต่างใดๆทั้งสิ้น ไม่มีตัวตนใดๆอันแปลกแยกจาก
กันทั้งสิ้น ไม่มีแม้กระทั่งตัวตนของเหตุหรือตัวตนของปัจจัยใดๆ มันเป็น
เพียงกระแสอันเป็นมายา เหมือนทะเลอันกว้างใหญ่ไร้ขอบเขต มันไม่ได้
แบ่งแยกทะเลอ่าวไทย ทะเลอ่าวเบงกอล หรือแม้กระทั่งทะเล
แอตแลนติก มันไม่มีเส้นแบ่งเช่นนั้น นั่นมันเป็นเพียงการสมมุติให้เท่านั้น
ทั้งหมดล้วนเป็นหนึ่งเดียว เกี่ยวเนื่องกันอย่างหาเส้นแบ่งมิได้ ที่เคยพูด
เสมอว่า ตีคลื่นที่อ่าวไทย กระเทือนไปถึงอเมริกา

มันหมายถึงว่า มันเป็นเนื้อเดียวกัน มันเป็นกระแสเดียวกัน มันเป็นหนึ่งในเดียวกันไม่มีความแบ่งแยกโดยความเป็นตัวตนใดๆ อัตตาทิฐิ มันจะสร้างขอบเขตอันลวงหลอกขึ้นมาแบ่งแยกสิ่งต่างๆ เพราะมันหลงใหลในมายาของรูปลักษณ์และลักษณะจำเพาะของสมมุติต่างๆ พอตัวเราถูกหุ้มห่อด้วยหนัง ซึ่งดูเหมือนแบ่งแยกกับผู้อื่น เราก็หลงหมายมั่นและเชื่อว่ามันคนละตัวกัน มีตัวตนเขาและตัวตนเรา แต่ทั้งหมดล้วนเกิดไปจากจิต ความหมาย คุณค่า ความมีอยู่ ความปรากฏขึ้นของสมมุติต่างๆ ล้วนเกิดไปจากจิต แต่จิตเดิมแท้นั้นมันเป็นหนึ่งเดียว มันครอบคลุมทุกสิ่ง ที่ปรากฏ มันเป็นจิตจักรวาล ท่านถึงเรียกว่า The Great Ocean มันเป็นจิตนี้เท่านั้นที่สร้างทุกสิ่งทุกอย่างขึ้น ถ้ามันมีตัวตนอันแท้จริงที่แบ่งแยกเมื่อเธอระทบกับสิ่งอื่น ทำไมเธอหวั่นไหว ถ้ามันไม่เกี่ยวเนื่องกันเธอจะหวั่นไหวได้อย่างไร แม้กระทั่งกาย ธาตุทั้งสี่ที่เราหลงว่าเป็นตัวตนที่แบ่งแยกกันอย่างชัดเจนเพราะคุณลักษณะที่แตกต่างกันโดยสิ้นเชิง แต่มันก็ยังเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์และประสานกันเป็นหนึ่งเดียว ออกซิเจนที่เธอสูดเข้าไป คาร์บอนไดออกไซด์ที่เธอหายใจออก คาร์บอน ไนโตรเจน น้ำ ที่เธอดื่มกินเข้าไป มันไม่ได้มาจากสิ่งอื่น สัตว์อื่นหรือคนอื่นหรือหอกหรือ สัตว์ถ่ายออกมาเป็นมูล เป็นดิน เธอก็กินพืชผักที่เกิดจากมูลดินนั้น มันเกี่ยวเนื่องไหลเวียนอยู่อย่างนั้น ไม่มีตัวตนอันถาวรอะไรเลยที่จะมาแบ่งกันให้ตัวตนใดเป็นเอกเทศโดยไม่สัมพันธ์กับตัวตนอื่น ไม่มีขอบเขตใดที่จะแบ่งแยกใครออกจากใครได้เลย แต่บนความเข้าใจถึงการที่ไม่มีใครหรือขอบเขตใดที่แบ่งแยกตัวตนใดออก ทุกอย่างล้วนเกี่ยวเนื่องกัน

เป็นกระแสเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกัน อัศจรรย์ก็ยังคงอบงำเธอได้
ครอบงำเพราะมันทำให้เธอยังหลงว่ามีตัวตนของเหตุของปัจจัยจริงๆ มี
ตัวตนของธาตุ มีตัวตนของรูปนามอันหลากหลายที่มาเกี่ยวเนื่องกัน เธอ
จึงต้องพิจารณาให้แยกคาย หากมีตัวตนที่แท้จริงแบ่งแยกออกเป็น
เอกเทศโดยไม่ขึ้นอยู่ต่อกันและกัน มันจะเกี่ยวเนื่องกันได้อย่างไร แต่หาก
มันไม่มีตัวตนที่แบ่งแยกแล้วอะไรที่จะมาเกี่ยวเนื่องกันได้อย่างไร นี่ละถึง
เรียกว่ามายา นี่ละ ความเกี่ยวเนื่องเช่นนั้นมันจึงเป็นเพียงมายา
มายาการอันสมบูรณ์ที่ครอบคลุมทั้งจักรวาล กระแสเหตุปัจจัยอันเป็น
มายาที่ว่างเปล่าจากความเป็นตัวตนใดๆ นี่ถึงเรียกว่า ความเป็นหนึ่ง
เดียวอันสมบูรณ์ ทั้งรูปและนาม มันไม่มีอะไรอย่างนั้น หากเธอมองเห็น
ความจริงได้เช่นนี้ เธอก็จะมองเห็นว่า ที่มันเป็นนั่นเป็นนี่ อย่างโน้นอย่าง
นี้ ก็เพราะความหลงที่จิตสร้างขึ้นทั้งสิ้น อวิชชาความหลงสร้างครอบ
สร้างอึดตามาแบ่งกันสิ่งต่างๆออกจากกัน ทั้งๆที่มันเป็นหนึ่งเดียวกัน
หนึ่งเดียวอันเป็นมายา บนความหลากหลายคือความเป็นหนึ่งเดียว บน
ความเป็นหนึ่งเดียวคือความหลากหลาย

เธอจะเห็นแจ้งเช่นนี้ได้ ไม่ใช่แค่ฟังอ่านแล้วเข้าใจ แต่ต้องเกิด
จากการฝึกปฏิบัติ เริ่มต้นด้วยการฝึกจิตของเธอให้สงบเสียก่อน สงบ
เพราะสงบแล้วจากอกุศล แล้วเจริญกุศลให้ถึงพร้อม เพื่อจะได้มี
สติปัญญาพอที่จะพิจารณาได้อย่างแยกคาย จนเห็นแจ้งเห็นจริงตาม
ความจริงที่ผู้รู้ทั้งหลายได้บอกไว้ตามเป็นจริงที่ปรากฏ ตั้งแต่อนิจจัง

ทุกช่วง อนัตตา เป็นต้น ไปจนถึงปัจจุอาการ ปฏิจจสมุปบาท สุญญตา และเข้าถึงตถตาในที่สุด เธอเรียนอย่างนี้แล้วพัฒนาไป พิจารณาไปๆๆ เธอก็จะเรียนรู้ เธอก็จะค่อยๆเข้าใจ นี่เป็นการพัฒนาปัญญาไปตามลำดับขั้นเพื่ออุดช่องของมาร ถึงเปรียบเป็นการพัฒนาจาก 0 องศา ไปเรื่อยๆจนถึง 360 องศา เธอก็จะปฏิบัติตามสิ่งที่พระพุทธองค์ท่านทรงสอนไว้ ได้อย่างสมบูรณ์ คือ ละสิ่งเสื่่อมที่เกิด ป้องกันสิ่งเสื่่อมที่ยังไม่เกิด เจริญสิ่งดีที่ยังไม่มี และทำสิ่งดีที่มีอยู่ให้ยิ่งขึ้นไป นี่คือ โอวาทปาฏิโมกข์ เธอต้องทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆอย่าหยุด มันจะละเอียดขึ้น ลุ่มลึกขึ้น เข้มแข็งขึ้นจนเธอกลายเป็นชีวิตที่มีประโยชน์สูงสุด สิ่งเหล่านี้ก็คือการเจริญ ศีล สมาธิ ปัญญา หรือ เมตตา ทาน ศีล ขันติ วิริยะ สมาธิ ปัญญา แต่พูดเน้นในอีกแง่มุมหนึ่งให้เธอเข้าใจ Scope ของมันให้มากขึ้น ซึ่งทั้งนี้ทั้งนั้นมันก็ขึ้นอยู่กับภูมิธรรมของแต่ละคน ว่าจะต้องทำแต่ละอันมากน้อยแค่ไหน ด้วย แต่ยังไงมันก็ไม่พ้นการเจริญบารมีทั้งหลายให้ยิ่งขึ้นนั่นเอง เมตตา ทาน ศีล ขันติ วิริยะ สมาธิ ปัญญา เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในกระบวนการปฏิบัติ เธอไม่ต้องสนใจว่าเธอจะอยู่ในภูมิธรรมไหน จะปฏิบัติสั้นหรือยาวแค่ไหน แต่ให้สนใจว่า เธอยังมีสิ่งเสื่่อมอยู่หรือเปล่า ตรงไหน เธอยังขาดสิ่งเจริญตรงไหน สิ่งเจริญหรือกุศลไหนที่ยังไม่สมบูรณ์ ยังอ่อนแรง เธอก็สร้างสมบารมีไป ให้มันมีพลังยิ่งขึ้นไปๆ มันไม่มีหรอกที่คิดว่า “ฉันจะเป็นโพธิสัตว์” หรือ “ฉันจะไม่เป็นโพธิสัตว์” “ฉันปรารถนาพุทธภูมิ” หรือ “ฉันไม่ใฝ่สูง เอาแค่พ้นทุกข์ก็พอ” นั่นมันความคิดของเด็กที่ไม่รู้เรื่องอะไรในความเป็นอนัตตา ไม่รู้ว่าอะไรคืออะไร เพราะโดยแท้จริงแล้ว ที่ว่าเป็นโน่น

นี่นั่น มันสมมุติทั้งนั้น มันไม่มีใครที่จะเป็นอะไร และไม่มีอะไรที่จะให้ใครเป็น มันไม่มีแม้กระทั่งความเป็นพระพุทธรูปเจ้าที่แท้จริงในลักษณะที่เป็นอิตตาตัตตนใด ๆ แบบที่พวกเราคิด แม้แต่พระอริยะชั้นต่างๆ พระโพธิสัตว์ สัตว์นรก มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน มันก็ไม่มีทั้งนั้น มันเป็นเพียงสมมุติ แท้จริงมันคือกระแส ชีวิตทั้งหลายมันคือกระแสแห่งเหตุปัจจัยปรุงแต่ง อันเป็นมายา ไม่มีอะไรที่แปลกแยกออกมาเป็นตัวตนจำเพาะของสิ่งใด ไม่ว่าจะโดยลักษณะหรือขอบเขตใด ๆ ไม่มีสิ่งใดที่อิสระอยู่นอกกระแส มายาอันเกี่ยวเนื่องเป็นหนึ่งเดียวกันนี้เลย ไม่มีเลยจริงๆ ขอบเขตอันถาวรที่ทำให้สรรพสิ่งแปลกแยกกันโดยเด็ดขาดมันไม่มี ไม่มีสมมุติอันมีความหมายหรือคุณค่าใดๆ ที่มีตัวตนที่แท้จริง นี่ไปดูให้ดีนะ พิจารณาให้ดี ถ้าเธอพิจารณาเรื่องนี้เข้าใจ เธอก็จะปฏิบัติไปได้อย่างง่าย ไม่ต้องกดดันบีบบังคับ ดิ้นรนอะไรในการปฏิบัติมากนัก

อย่างที่ท่านกมลละชีว์ราบอก โดยภายนอกการพิจารณาถึงความเสมอภาค และความเป็นหนึ่งเดียว พิจารณาให้เข้าใจถึงความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์ต่อกันและกัน จะนำไปสู่ความรักความเมตตา และมหากรุณาจิตในที่สุด ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของโพธิจิต หรือองค์พุทธะทั้งหลาย อันเป็นนัยของ โพธิจิตสัมพันธ์ หรือ Relative Bodhicitta ส่วนโดยภายในแล้ว เธอต้องพิจารณาแยกแยะองค์ประกอบ พิจารณาความเกี่ยวเนื่องของกระแสเหตุปัจจัย และความสัมพันธ์ที่ต้องอิงอาศัยกันและกันของปรากฏการณ์ จนนำไปสู่การแจ้งชัดในความว่างจากอิตตาตัตตน ซึ่งคือ

อีกนัยหนึ่งของโพธิจิตที่เรียกว่า โพธิจิตอันยิ่ง หรือ Ultimate Bodhicitta ในการพิจารณา ยิ่งเธอพิจารณาได้ละเอียดเท่าไร ลุ่มลึกถึงแก่นเท่าไร เธอก็ยิ่งใช้สิ่งนั้นมาช่วยงานเธอได้มากเท่านั้น แต่มันก็ไม่ใช่แค่เพียงการคิดพิจารณาด้วยสมองเท่านั้น โดยเฉพาะสิ่งที่เกี่ยวกับเรื่องภายในอันละเอียดทั้งหลาย มันยังต้องรวมไปถึงการพินิจพิจารณาจากของจริง ด้วยประสบการณ์ตรงที่ปรากฏ ซึ่งหมายถึงการเฝ้าเรียนรู้สังเกต ธรรมชาติที่แท้จริงของรูปนามนั้นตามเป็นจริงที่มันกำลังปรากฏ และเมื่อเธอพิจารณาจนเห็นแจ้งในความจริงได้ เธอก็ต้องนำผลแห่งการรู้แจ้งนั้น มาใช้ประกอบในการฝึกจิตของเธอ ฝึกจิตให้สอดคล้องสงบตั้งมั่นอยู่บน ปัญญาแห่งความรู้แจ้งที่เธอได้รู้แจ้งเห็นจริงมานั้น เรียกว่า การดำเนิน โพธิจิต ซึ่งหมายถึง โดยภายนอกเธอดำรงตนสอดคล้องกับโพธิจิต สัมพันธ์ คือ การแสดงออกต่อทุกชีวิตด้วยอัปมัญญาสี่ ส่วนโดยภายใน เธอดำรงตนสอดคล้องกับโพธิจิตอันยิ่ง คือ จิตของเธอ อิสระ ปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในปรากฏการณ์ใดๆที่ปรากฏเพราะความแจ้งชัดในความว่างเปล่าจากตัวตนใดๆของปรากฏการณ์นั้น ซึ่งนี่จะเรียกว่า สมภาติ แห่งตถตา หรือ สัมมาสมภาติอันสมบูรณ์

เพราะฉะนั้น การฝึกจิตก็คือชีวิตของเธอนั่นล่ะ มันหมายถึงใน ทุกขณะ ซึ่งก็แปรผันตามเหตุปัจจัย เธอมีเหตุปัจจัยให้เธอปฏิบัติใน รูปแบบเธอก็ปฏิบัติ เธอมีเหตุปัจจัยให้ทำงานหรือพบปะผู้อื่น เธอก็ ปฏิบัติ ปฏิบัติด้วยการดำเนินโพธิจิต ทั้งโพธิจิตสัมพันธ์ยามเมื่อเกี่ยวข้อง

กับโลกและโพธิจิตอันยิ่งในทุกๆขณะ ไม่ว่าจะเกี่ยวข้องกับผู้อื่นหรืออยู่
ผู้เดียว การปฏิบัติที่แท้จริงมันไม่มีการเข้าหรือออก ไม่มี Post meditation
หรือ In Meditation มันต้องตลอดเวลา มันเป็น All time meditation ทั้ง
ชีวิต ชีวิตมันจึงคือการภาวนา การภาวนาคือชีวิต ชีวิตที่พัฒนาไปเรื่อยๆ
ชีวิตที่ดำรงตนสอดคล้องกับธรรมและพัฒนาให้มันยิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ ซึ่งก็
ไม่พ้นจาก กุศลที่เกิดขึ้นก็ทำให้มันเจริญยิ่งขึ้น จากไม่รู้จัก ก็ศึกษา
เรียนรู้ให้รู้จัก เข้าใจ จากเข้าใจก็นำมาทำให้เป็น ทำให้เกิดผล เมื่อทำเป็น
ก็ทำให้ชำนาญ เมื่อชำนาญก็ทำให้เข้มแข็งยิ่งขึ้น ละเสียดอ่อน ลุ่มลึก
ยิ่งขึ้น จนเป็นประโยชน์ได้อย่างสมบูรณ์

เพราะฉะนั้น ในชีวิตประจำวันของเธอ เธอทำอะไรก็ตรงนั้นนั่น
ละ ในขณะที่นั้นเลย เธอนั่งสมาธิ เธอเดินจงกรม ก็ตรงนั้นนั่นแหละ เธอจะ
ทำงาน เธอจะพักผ่อน ก็ตรงนั้นนั่นแหละ แล้วทำอะไรบ้างตรงนั้น ก็
ปฏิบัติตามโอวาทปาฏิโมกข์ ละสิ่งที่เป็นทางเสื่อม เจริญสิ่งที่เป็นทาง
เจริญ พร้อมด้วยการฝึกจิตเพื่อปล่อยวางตรงนั้น นั่นละคือการดำเนิน
โพธิจิต ซึ่งพูดในอีกลักษณะหนึ่งสำหรับพวกเรา คือ “การแก้ไขข้อผิด
พลาดของตัวเองไปเรื่อยๆ” พิจารณา เรียนรู้ แก้ไขข้อผิดพลาดของตัวเอง
เราเองอยู่ตลอดเวลา คนเรามาจากความหลง เราเกิดมา หรือ เกิดความ
เป็นเรา ก็เพราะความหลง ในชีวิตคนเราวันทั้งวันจึงเต็มไปด้วยความหลง
พอเราเริ่มหัดนั่งสมาธิมันสงบมัย ไม่สงบหรอก ไม่สงบก็เพราะเรายังมี
ความหลงอยู่มาก ยังมีนิรวรณ ขาดสติปัญญา และเต็มไปด้วยความยึด

มันถือมัน เราจึงไม่สงบ แล้วเราจะต้องทำอะไร ก็แก้ไขข้อผิดพลาดสิ่งใดเป็นสิ่งเลื่อมก็ละมัน สิ่งใดทำให้สมาธิเจริญก็เจริญมัน นี่เราต้องสังเกต เรียนรู้ ด้วยตัวเองในตัวเราเอง การที่จิตประกอบด้วยนิรวณ การที่จิตไม่ตั้งมั่น มันเป็นทางเลื่อม เราก็แก้ไข เรียนรู้ให้เท่าทันและละมัน นั่นคือการแก้ไข ในการที่จะละมันได้เราก็ต้องเจริญสติปัญญาให้มันมีมากพอ จากที่ไม่ค่อยมี หรือมีไม่พอก็ทำให้มันมีพอ และเมื่อยังทำไม่ได้ก็ไม่ใช่ว่าทอดยทอดแท้ไม่ทำหรือเสียอกเสียใจ หรือเมื่อทำได้ก็ไม่ใช่ว่าไปหลงยินดี ลุ่มหลง ติดใจ ไขว่คว้า ซึ่งก็คือความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเธอต้องละเสีย หรือเรียกว่า ปล้อยวางมันทั้งมีสมาธิและไม่มีสมาธิ ทั้งหมดนี้ก็คือการแก้ไขตัวเองซึ่งคือการพัฒนา คือการปฏิบัติตามโอวาทปาฏิโมกข์ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นมากโดยเฉพาะในเบื้องต้น 0-180 องศา แต่แม้กระทั่ง 180-360 องศา ก็ยังเป็นเช่นกันแต่มันอาจแบ่งแยกให้เห็นไม่ชัดเจน ซึ่งต่างก็เป็นการแก้ไขปรับปรุงข้อผิดพลาดตัวเองทั้งสิ้น พัฒนาให้มันชำนาญขึ้น เข้มแข็งขึ้น ในสภาวะที่กดดันมากขึ้น นั่นเธอต้องฝึกฝนพัฒนาตนไปอีก

การภาวนาหรือการพัฒนาจึงมีความหมายได้สองนัย นัยหนึ่งการพัฒนาคือทำให้เจริญขึ้น มากขึ้น ดีขึ้น และนัยที่สอง การพัฒนาคือการแก้ไขข้อบกพร่องของตัวเองให้น้อยลงๆ การปฏิบัติหรือความเพียรในพุทธศาสนา ก็คือการแก้ไขพัฒนาตนเองไปเรื่อยๆ ท่านถึงบอกให้เรามองตน สำรวจตน เรียนรู้ตน แก้ไข ปรับปรุงตน ด้วยตนเอง การแก้ไขตัวเอง ก็เริ่มจากการสังเกตเรียนรู้ข้อบกพร่องของตัวเอง เมื่อเห็นก็พิจารณา

เรียนรู้เหตุปัจจัยที่ทำให้มันเกิดขึ้น เหตุปัจจัยใดที่จะทำให้ข้อบกพร่องนั้นเสื่อมสลายไป นี่ละเรียกว่า การเรียนรู้สมุทัยธัมมา และสมุททวยธัมมา สิ่งใดจะปรากฏ มันย่อมอาศัยปัจจัยสี่อย่าง ปัจจัยหลัก ปัจจัยเกื้อหนุน ปัจจัยกระตุ้น ปัจจัยส่งเสริมให้มันดำรงอยู่ เธอก็ต้องเรียนรู้พิจารณา แยกแยะสิ่งเหล่านี้เสมอ สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นย่อมต้องอิงอาศัยเหตุปัจจัย เธอต้องเข้าใจแจ้งชัดในเหตุปัจจัยต่างๆเหล่านั้น สิ่งใดสิ่งหนึ่งดับไป เพราะอิงอาศัยเหตุปัจจัยอย่างไร เธอก็ต้องเรียนรู้เหตุปัจจัยนั้นๆ นี่คือหลักของโยนิโสมนสิการ นี่คือการเรียนรู้ด้วยโยนิโสมนสิการ

เธอทำงานในชีวิตประจำวัน เจอคนนั้นไม่ได้ตั้งใจ เจอคนนี้มีมา เกี้ยวกราด เธอหวั่นไหว นั่นละตัวตนของเธอ นั่นละข้อผิดพลาดของเธอที่กำลังแสดงออกให้เห็น เธอก็เรียนรู้แก้ไขตรงนั้นสิ ทำไมเราถึงหวั่นไหว เรายึดอะไรถึงได้หวั่นไหวเช่นนั้น แล้วสิ่งที่ยึดมันยึดไม่ได้อย่างไร นี่เรียนรู้ เหตุรู้ผล รู้ปัจจัยเกิดปัจจัยเสื่อมสลายของมัน แล้วก็นำมาแก้ไขปรับปรุงตนเอง ไม่ใช่จะไปโทษผู้อื่น หรือพยายามแก้ไขคนอื่น นั่นถึงจะเรียกว่า เธอกำลังพัฒนา กำลังภาวนา แต่คนเราส่วนมากพอถูกกระทบเกิดความ ขุ่นเคือง หวั่นไหว เราก็โทษสิ่งอื่น หรือพยายามแก้ไขสิ่งภายนอก ไม่ย้อนกลับมาของตน มันก็แก้อะไรไม่ได้ มีแต่ทุกข์เพิ่มขึ้น นั่นเป็นเพราะ เขาไม่ได้ภาวนา เมื่อเป็นอย่างนั้น นั่นมันกำลังเสื่อม ไม่เจริญตามโอวาท ปาฏิโมกข์ มันจึงต้องหมายถึงทุกขณะเลย จะอยู่คนเดียว หรืออยู่ในสังคม จะภาวนาอยู่ในรูปแบบ หรือประกอบกิจวัตรประจำวันอยู่ เธอมี

เหตุให้ทำอะไร เธอก็ทำไป แล้วก็เรียนรู้สังเกตตน แก้ไขข้อผิดพลาดของ ตนตรงนั้นนั่นแหละ เธอมีเหตุให้ทำอะไร เธอก็ทำมันตรงนั้นนั่นแหละ นี่คือการพัฒนา ดังนั้น มันก็คือชีวิตของเธอ ถ้าชีวิตเธอสอดคล้องกับ หลักกรรม สอดคล้องกับโอวาทปาฏิโมกข์ เธอก็ชื่อว่าเป็นอยู่โดยธรรม เมื่อเป็นอยู่โดยธรรมได้ ในที่สุดเธอก็จะสามารถสอดคล้องกับกระแสแห่ง เหตุปัจจัย สอดคล้องกับความจริงของสิ่งทั้งปวงตามธรรมชาติ เข้าถึง ความเป็นเช่นนั้นเอง ผู้ที่จะสอดคล้องกับตถตา หรือสอดคล้องกับความ เป็นเช่นนั้นเองของปรากฏการณ์ทั้งหลาย มันไม่ใช่จะไม่รู้ไม่สนใจ ปล่อย ทุกอย่างแบบไม่รู้ไม่ชี้ ตรงกันข้าม เขาจะสามารถใช้ปรากฏการณ์ ทั้งหลายให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ประโยชน์ตนคือ ความอิสระปล่อยวาง ส่วนประโยชน์ผู้อื่นคือช่วยให้เขาพ้นทุกข์

ชีวิตก็คือกระแสปรากฏการณ์อันเป็นมายา กระแสแห่งเหตุและ ปัจจัยอันว่างเปล่าจากอิตตาตัวตนใดๆ เมื่อเธอประสบกับปรากฏการณ์ ใด เธอก็อยู่กับมันตรงนั้นนั่นแหละ อยู่กับมันคือเรียนรู้มัน ไม่ใช่ไหลตาม หรือขัดแย้ง แต่เรียนรู้ทำความเข้าใจมัน เข้าใจความจริงของมันทั้งสมมุติ และปรมาตย์ เมื่อเธอโกรธขึ้นมา มันก็คือการแสดงออกของอิตตาตัวตน ของเธอ มันคือกระแสแห่งเหตุปัจจัยที่แสดงออก ความเป็นสิ่งเสื่อมมันก็ อยู่ตรงนั้น เหตุปัจจัยที่ประกอบให้มันปรากฏขึ้นก็อยู่ตรงนั้น ความเป็นมายาว่างเปล่าจากอิตตาตัวตนใดๆ มันก็อยู่ตรงนั้น เธอลองสังเกต เรียนรู้พิจารณาดูสิ แล้วสิ่งที่เธอต้องปฏิบัติกับมัน มันก็จะสอนเธออยู่

ในนั้น อะไรที่เป็นเหตุที่ทำให้สิ่งเสื่อมปรากฏ อะไรเป็นเหตุให้สิ่งเสื่อมนี้หายไป เธอก็เรียนรู้ที่จะไม่เจริญสิ่งที่จะทำให้มันเสื่อม และเรียนรู้ที่จะสร้างสิ่งที่ทำให้มันเจริญ ซึ่งมันก็เกิดบนความแจ้งชัดในกระแสเหตุปัจจัยของมัน เหมือนกับเธอก็ย้ายถ่ายเทเหตุปัจจัย จัดสรรให้มันเกิดประโยชน์ แต่ก็เข้าใจนะว่ามันเป็นเพียงแง่ของสมมุติ ที่เธอต้องละสิ่งเสื่อมเจริญสิ่งดีให้เกิดประโยชน์สูงสุด แต่โดยปรมาตมมันก็อยู่บนความแจ้งชัดในความเป็นมาของกระแสเหตุปัจจัย มันจึงไม่ใช่การทำเพื่อ การได้ดีมีเป็นของตน แต่ทำเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดโดยไม่ยึดติด และในทางตรงกันข้าม มันก็ไม่ใช่การพยายามจะไม่ทำอะไร จะอยู่นิ่งๆเฉยเฉย นั่นก็จะไม่เกิดประโยชน์ที่สูงที่สุด และในเบื้องต้น กลับเป็นการทำลายโยนิโสมนสิการไม่ให้พัฒนาขึ้นด้วย

นี่ละ ในทุกขณะ ก็หมายถึงการตื่นรู้ดูตน เรียนรู้สังเกตตนเอง ขณะนี้รู้หรือเปล่านั้นกำลังมีอะไรเป็นสิ่งเสื่อม หรืออะไรเป็นสิ่งเจริญ สิ่งที่เป็นสิ่งเสื่อมเธอก็เรียนรู้มันไปจนในที่สุดก็ละให้มันได้ สิ่งที่เจริญเธอก็เรียนรู้มันไปและก็เจริญให้มันได้ แล้วทั้งหมดเธอก็เรียนรู้ทำความเข้าใจธรรมชาติที่แท้จริงของมัน จนเธอหมดสิ้นความหลงหลงมามันมันโดยความเป็นตัวตน นี่ ทุกๆขณะของชีวิตเธอทำอย่างนี้ มันไม่ได้มีอะไรมากไปกว่านี้เลย เธอก็ดำเนินอยู่อย่างนี้ ถ้าทุกขณะของชีวิตเธอดำเนินอย่างนี้ได้ เรียนรู้ สังเกต ดูตน เตือนตน แก้ไขตน ญาณทั้งหลายมันก็จะค่อยๆปรากฏขึ้น แต่สิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ขาดไม่ได้ก็คือ เธอจะต้องมี

กัลยาณมิตรนะ กัลยาณมิตรและโยนิโสมนสิการ เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เธอดำเนินเช่นนี้ได้ โดยเฉพาะในเบื้องต้น เมื่อเธอยังทำไม่เป็นหรือยังไม่ชำนาญในทาง หากขาดสองสิ่งนี้ กิเลสมันจะหลอกเธอได้อย่างสนิทโดยเธอไม่อาจรู้เท่าทันมันได้ หรือแม้กระทั่งในเบื้องต้นปลายก็ตาม หากสองสิ่งนี้เธอมีอย่างเข้มแข็ง มันก็จะเป็นการง่ายที่จะพัฒนาไปถึงที่สุด กิเลสมันมีเยอะแยะ ละเลียด และซับซ้อนแยบยล ยิ่งภายในด้วยแล้ว อากาธแห่งความหลงยึดมั่นโดยความเป็นตัวเธอของเธอ อากาธแห่งการหลงหายมันสภาวะเป็นตัวตน หลงหายมันในความมีอยู่จริงของสภาวะภายใน ฯลฯ ยิ่งเข้าไปภายในเท่าไร ความแยบยลของมันยิ่งยากที่จะรู้เท่าทัน สิ่งเหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่เธอจะต้องพัฒนาตนให้มีกำลังพอ มิฉะนั้นก็มิอาจรู้เท่าทันมันได้ เพราะฉะนั้น เธอจำต้องสร้างสมพลังสร้างสมบารมีให้มากพอ เมตตา ทาน ศีล ขันติ วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา สิ่งเหล่านี้จะเป็นเครื่องช่วยอย่างยิ่งในการที่จะนำเธอไปบนทาง ซึ่งแน่นอน จะมีสิ่งเหล่านี้ได้ เธอก็ต้องอาศัยกัลยาณมิตร และโยนิโสมนสิการ

นี่โธามาซ้ำแหละแล้วแผ้วให้เธอดู ว่าเส้นทางมันเป็นอย่างไร เพื่อให้เธอเห็นและเข้าใจเหตุผลว่า ทำไมถึงต้องทำอย่างนั้นต้องทำอย่างนี้ วิธีทางแห่งโพธิจิตมันเป็นวิธีที่ขาดไม่ได้ มันไม่มีทางที่ใครจะไปสู่ความรู้แจ้งหลุดพ้นอันสูงสุดโดยขาดโพธิจิต คนเราชอบจมอยู่กับ ความหลงอยากได้ ดี มี และเมื่อทำได้ก็จะหลงคิดว่าตนดี ตนเก่ง ตนสมบูรณ์

แบบ แล้วสิ่งดีๆที่เราคิดนั้นแหละมันจะบังข้อบกพร่องทั้งหลายที่เรา มี เรา จึงมักลืมที่จะมองข้อบกพร่องของตน หลงติดสิ่งดีๆที่ตนคิดว่าตนเป็น แต่ ไม่มองข้อบกพร่องที่ยังมีอยู่เพื่อแก้ไขปรับปรุง มันจึงต้องถูกเขย่า ถูกทำให้มันออกมาให้เราเห็น ไม่ว่าจะถูกจี๋โดยตรงจากครูบาอาจารย์ หรือจากการกระทบสิ่งภายนอก แต่สิ่งสำคัญคือ เรากล้าที่จะเปิดใจยอมรับ เรียนรู้ มัน เเชิญกับมันและตั้งใจที่จะปรับปรุงแก้ไขหรือเปล่า นั่นละคือการ พัฒนา แต่ถ้าเราไม่กล้าที่จะเผชิญกับความบกพร่องของตัวเอง มีแต่โทษ คนโน้น ด่าคนนี้ อ่างนุ่นอ่างนี้ เธอไม่มีทางที่จะพัฒนาตัวเอง เธอไม่ใช่ นัก ภาวนาหรือนักปฏิบัติเลย เพราะนักภาวนาจะต้องแก้ไขตัวเองไปเรื่อยๆ ทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ขึ้น ไม่ใช่ทำในสิ่งที่เสื่อมลง หรือเสริมสร้างตัวตน ของตนให้ใหญ่โตขึ้น สิ่งเสื่อมคืออะไร คือ กิเลส ตัณหา ความหลงอัตตา ตัวตน ถ้าเธอยังไม่รู้จักกิเลสที่มีอยู่ในตัวเธอ เธอไม่เห็นกิเลสที่กำลัง เกิดขึ้นในตัวเธอ เธอจะพัฒนาอย่างไร เพราะฉะนั้น ดูดีๆนะ มองให้เห็น เธอจะข้ามสิ่งนี้ได้หรอก ไม่มีชีวิตไหนที่จะหลุดพ้นโดยไม่ดำเนินเช่นนี้ ต่อให้ชีวิตที่ไม่คิดจะหลุดพ้นชาตินี้ ก็หนีสิ่งนี้ไม่ได้ สำคัญว่าอีกกี่ชาติ ก็ กัลป์ ถึงจะกลับมาเข้าในวัฏจักรนี้แล้วตกลงปลงใจที่จะทำ ถ้าเธอตั้งหน้า ตั้งตาพากเพียรเสียแต่ตอนนี้ ละสิ่งที่เป็นอกุศล เจริญสิ่งที่กุศล ให้ ยิ่งขึ้นไป ความพร้อมแห่งอินทรีย์และบารมีของเธอ ก็จะพัฒนาเพิ่มขึ้น เมื่อมันสมบูรณ์ ความรู้แจ้งหลุดพ้น ก็อยู่แค่เอื้อม