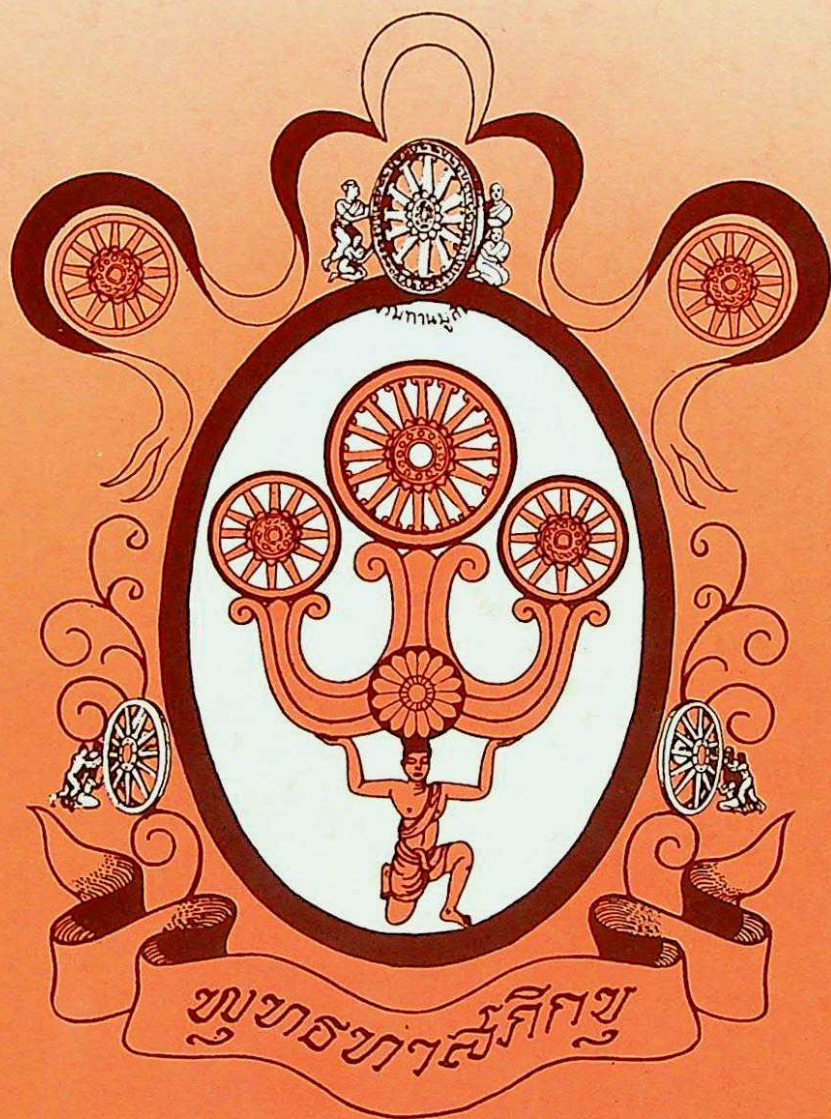


ปรีโยสถานแห่งชีวิตโหวหาร



[ชุดหมอนล้อ อันดับ ๙๕]

อุทิศนา

จักรธรรมะมาลัย	จะหมุนทั่วทั้งธาตุตรี
แผ่ธรรมะรังษี	ตามพระพุทธทรงประสงค์ ฯ
มันหมายจะเสริมศาสน์	สถาปน์โลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกสุขสถาพร ฯ
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบร
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวลู่สู่เดรัจฉาน ฯ
จะทุกข์ทนทั้งคืนวัน	พิฆาตกันบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ฯ
บรรษัทพระพุทธองค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกพองพ่องพันภัย ฯ
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไพศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทั้งธาตุตรี ฯ

พ.ท.

๒๕๒๓

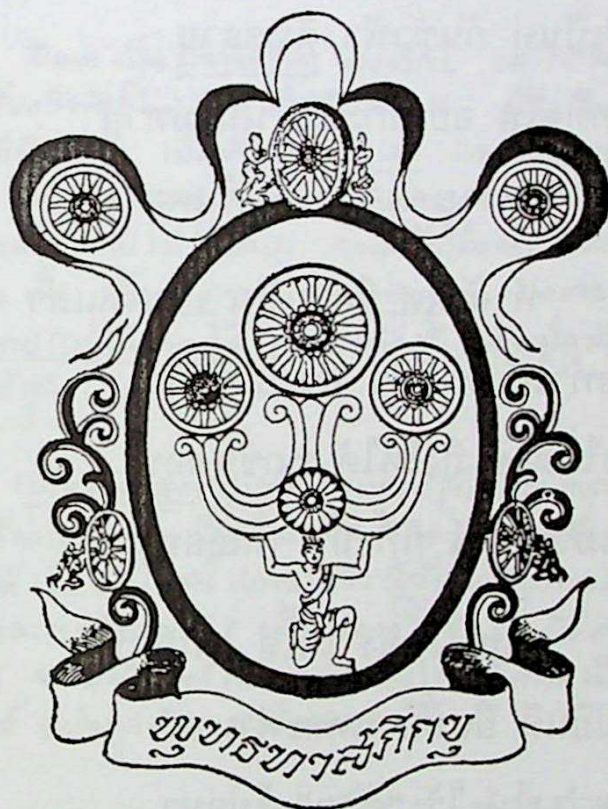


พิมพ์ที่ : *มิตรนราการพิมพ์*

259/142 ซอยพิบูลย์เวศม์ 2 สุขุมวิท 71 พระโขนงเหนือ วัฒนา กรุงเทพฯ 10110
โทร. 0-2392-0146 แฟกซ์: 0-2381-0238

ปริโยสถานแห่งชีวิตโหวหาร

[ชุดหมุนล่อ อันดับ ๙๕]



๒๗ พฤษภาคม ๒๕๔๕

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๕,๐๐๐ เล่ม

อยู่กับนิรันดร์

“ทำกับฉัน อย่างกะฉัน นั้นยังอยู่
อยู่เป็นคู่ กันชั่วฟ้า ดินสลาย
ทำกับฉัน อย่างกะฉัน นั้นไม่ตาย
ท่านทั้งหลาย ก็อยู่กับ นิรันดร์”

ทำฉันใด จึงจะเป็น เช่นนั้นเล่า
คือทำให้ เข้าเค้า พระองค์สอน
สิ่งไม่ตาย ถึงให้ได้ ทุกขั้นตอน
สิ่งม้วยมรณ ก็ทิ้งมัน นั้นแลเนา

สิ่งปรุ้งแต่ง ใดใด ในโลกนี้
ไม่ยินดี ยึดมัน แหละท่านชา
จิตว่างไป ไร “ตัวกู” ไม่จู่มา
ไม่เห็นว่ ะไรกัน ที่มันตาย ะ

คำปรึกษา

[illegible][illegible]

บ้านเขาขอมมุนษยวิภูตถ์สภพี่สุด คือ มาตัก
จน มีกามสมเป็นเป็นกั วาอใจ และมีความสื่อนใน
สมิตอัน เป็นม่งไปชน แก่ตนและผู้อื่น อยู่ทางกร-
วี่ว และละละละละละ ละละละละ ละละละละ ละละละละ
ลักขณ สมิตอัน คือ กัไว้ด้วยสมิตอัน มีกามเป็น
มุนษย ขอมมุนษยวิภูตถ์สภพี่สุด และ สมมุนษย.

ข้อคิดของ ๑๙ ๑- ถ้าเป็นฝ่ายรัก - ชอบสักซึ้ง - กตัญญู -
กตเวทนี ทำอย่างมาตุลา ถึงขนาดนี้ แม้จะรัก ก็หาเสียไม่ได้ =
4 ข้อดี; ๒- ถ้าไม่เคารพ เชื้อวงศ์ ญาติ ขาดความระมัดระวัง แยกกันทันที

๑. การขึ้นทะเบียน คือการขึ้นทะเบียนที่ดินของเอกชน
ที่ดินที่เอกชนได้ครอบครองแล้วแต่ยังไม่ขึ้นทะเบียน
ที่ดินกับกรมที่ดิน

Alonso Sarmiento

ไมกษพลากรม โธนา,
๑๓ พย. ๕๕

ปริโยสานแห่งชีวิตโหวหาร

ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย,

การบรรยายประจำวันเสาร์ แห่งภาคามบูชา เป็นครั้งที่ ๑๓ ในวันนี้ อาตมาก็ยังคงกล่าวเรื่อง ชีวิตโหวหาร ต่อไปตามเดิม และเป็นครั้งสุดท้ายแห่งชุดนี้. มีหัวข้อย่อยโดยเฉพาะว่า ปริโยสานแห่งชีวิตโหวหาร หมายความว่า ที่สิ้นสุดรอบแห่งชีวิตโหวหาร นั้นเอง.

ท่านทั้งหลายที่ได้ฟังมาตั้งแต่ต้น จะต้องทบทวนดูว่า เราได้พูดกันเรื่องอะไร, ชีวิตโหวหารนั้นคืออะไร.

โดยสรุปทั้งหมดก็ได้ความว่า ชีวิตนี้เป็นสิ่งที่ธรรมชาติให้มา เพื่อเป็นเดิมพันหรือเป็นทุน เพื่อจะพัฒนาเอาเอง ให้ชีวิตนี้

มีค่า มีประโยชน์มีความสุขเท่าไร ก็ล้วนแต่บุคคลผู้เป็นเจ้าของ
จะได้พัฒนาเอาเอง; แต่ในพระบาลีนี้ไม่เรียกว่าพัฒนา เรียกว่า
โฆหาระ ซึ่งแปลว่าการลงทุนเพื่อกำไร. ชีวิตโฆหาระ ก็คือ
การใช้ชีวิตลงทุน เพื่อได้รับกำไร จะมากหรือน้อย หรือ
จะสูงสุดอย่างไร ก็แล้วแต่บุคคลนั้นจะจัดจะทำ.

เดี๋ยวนี้ก็มาถึงการบรรยายครั้งสุดท้าย เป็นการสรุปให้
เห็นว่า มีผลเกิดขึ้นอย่างไร; จะกล่าวไปตามลำดับแห่งโฆหาร
คือการลงทุน หรือที่เรียกกันสมัยนี้ว่าพัฒนา.

ขั้นตอนของชีวิตโฆหาร

ชีวิตเด็ก ตั้งแต่อยู่ในท้องมารดา หรือคลอดออกมาใหม่ๆ
เป็นชีวิตที่ไม่ประสีประสา เป็นชีวิตที่ไม่รู้จักดีชั่ว, ไม่รู้จักความ
ร้อนหรือความเย็นแห่งจิตใจ อย่างมากหิวก็ร้องไห้ กินนมแม่
แล้วก็พอใจ. มันก็รู้จักเพียงเท่านั้น จึงไม่จัดว่าเป็นโฆหารชั้น
หนึ่ง เป็นขั้นตั้งต้น จะเรียกว่าศูนย์ ชั้นศูนย์มากกว่า.

ทีนี้ที่เป็นขั้น ที่จะพอจัดให้เป็นชั้นๆ ได้ ก็คือเด็กโตขึ้นมา
เป็นวัยรุ่นกระทั่งรุ่นหนุ่มสาว, กระทั่งเป็นชีวิตเต็มที่ เป็นพ่อ
บ้านแม่เรือน, กระทั่งอันดับที่สามสุดท้าย ก็คือชีวิตผู้เฒ่า.

สิ่งที่เรียกว่าชีวิตนี้มี เมื่อบุคคลนั้นมีความรู้สึกยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวตนแล้ว รู้จักมีกิเลส รู้จักรับผลกระทบ รู้จักทำกรรม รู้จักรับผลของกรรมแล้ว จึงแบ่งเป็นสามตอน คือหนุ่มสาว พ่อแม่ แล้วก็ตายาย. ขั้นแรกเรียกว่า ชีวิตกุที่เป็นหนุ่ม, ขั้นที่สอง เป็นกุที่โตเต็มที่จนกระทั่งแก่ เป็นกุแก่, ชีวิตขั้นที่สาม ก็คือกุตาย.

ลองสังเกตบทวนกันดูให้ดีว่า กุเป็นหนุ่มขึ้นมา, แล้ว กุก็แก่, แล้วกุก็ตาย มีอยู่ ๓ กุ เป็น ๓ ขั้นตอนอย่างนี้. เราจะต้องนึกถึงสิ่งที่ชีวิตเป็นมาแต่ไหนหลัง ตั้งแต่เด็กจนกว่าจะเป็นหนุ่มสาวกันตอนหนึ่ง, แล้วก็จะเป็นพ่อบ้านแม่เรือน หรือเป็นคนแก่, แล้วก็กำลังจะตาย หรือจะตายในที่สุด.

จงเปรียบเทียบกันดูทั้ง ๓ อย่างนี้ เพื่อให้เห็นว่า ชีวิตของเราได้ผ่านไปตามลำดับอย่างไร, ถ้าเปรียบเหมือนการลงทุนค้า มันค่อยๆ เปลี่ยนมาอย่างไร. แม้ไม่ผิดพลาด เป็นเรื่องของความถูกต้อง มันก็ยังคงเป็นไปตามลำดับ ตามลำดับ ไม่ใช่ว่าคราวเดียวก็จะถึงที่สุด; อาตมาจึงจัดออกเป็นชั้นๆ สำหรับพิจารณา.

กุหนุ่ม

ชีวิตกุชั้นหนุ่ม โดยมากก็เป็นไปตามธรรมชาติ เป็น

ไปตามกิเลส บังคับจิตไม่ได้. ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ยังเป็นไปตามธรรมชาติ มีอะไรมาสัมผัส ก็ปรุงแต่งขึ้นเป็นกิเลส เป็นเรื่องพอใจบ้างไม่พอใจบ้าง; และเพราะบังคับตัวไม่ค่อยจะได้ เพราะฉะนั้นส่วนมากจึงเป็นไปในทางทำผิด. เรียกว่ากุรุษนุมนี่ มันเป็นเรื่องทำผิดมากกว่าทำถูก จะเรียกว่าทำชั่วก็ได้; ถ้าทำผิด ก็คือทำชั่ว มันก็ได้รับผลของความผิด เป็นความร้อน.

กุรุษนุมนั้น มันก็มีทำผิด เป็นส่วนมาก, แล้วมันก็มีความร้อนคือความทุกข์ เป็นส่วนมาก เพราะยังสู้กับกิเลสไม่ไหว ยังไม่รู้จักว่ากิเลสคืออะไรด้วยซ้ำไป ถึงจะเป็นทุกข์หรือร้อน มันก็ไม่ค่อยจะรู้จักว่า เป็นสิ่งที่น่ากลัวอะไร. ความทุกข์กัดเอาๆ มีความร้อนมากขึ้นๆ จนกระทั่งว่ามันจะทนไม่ไหว มันจึงจะค่อยพิจารณาหาหนทางที่จะหลีกเลี่ยง.

นี่เรียกว่ากุรุษนุมนุญญิต กุรุษนุมนุญญิตสาวนี้ ไม่เห็นความจริงของธรรมะ, ไม่เห็นความเป็นเช่นนั้นเองของความทุกข์ของเหตุให้เกิดทุกข์ ของความดับทุกข์ และทางให้ถึงความดับทุกข์. นี่กุรุษนุมนุญญิต มันเป็นอย่างนี้เสียชั้นตอนหนึ่ง.

พิจารณาดูว่าลงทุนอย่างนี้ ได้ผลอย่างนี้ จะเรียกว่ากำไรหรือขาดทุน? คนหนุ่มสาวเขาต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน

แม้จะถูกกิเลสกัดเอาอย่างไร, เผลอนเอาอย่างไร, นั่งน้ำตาไหลอยู่บ่อยๆ เขาก็ไม่เห็นว่าจะเสียหายอะไร ไม่เห็นว่าน่าหวาดกลัวอะไร กลับจะเห็นเป็นน่านุสูกสนานน่าพอใจไปเสียอีก.

นี่จะต้องขอร้องให้พิจารณา ดูชีวิตโหวหารในชั้นแรก คือกุหนุมๆ นี่มันเป็นอย่างนี้, มันได้ผลเพียงอย่างนี้; มันไม่รู้จักรัทธิธรรมที่จะดับความทุกข์หรือความร้อนเอาเสียเลย แล้วยังจะกลับเห็นว่า เรื่องทุกข์ เรื่องร้อน เรื่องวุ่นวาย เป็นเรื่องสนุกสนานไปเสีย ไม่เห็นเรื่องอะไรดีกว่าเรื่องกามารมณ์ ก็เรียกว่า พัฒนาการตนเองขึ้นมา ตามความต้องการกามารมณ์.

สรุปแล้วชีวิตกุหนุมๆ นั้น มันได้เพียงเท่านี้ จึงต้องพูดว่า ส่วนมากมันผิด หรือส่วนมากมันร้อน, แล้วก็ถูกกิเลสตัณหากัดเอาๆ แต่ก็มองไม่เห็น เลยสนุกไปเสียอีก แม้จะถูกความทุกข์กัดเอา ก็สนุกไปเสียอีก; เป็นเรื่อง เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เป็นส่วนมาก.

กุแก่

ที่นี้ชั้นตอนที่สอง คือกุโตขึ้นมา เป็นกุที่โตเป็นพ่อเป็นแม่. นี่รู้จักชั่วดีมาพอสมควร รู้จักสัดความชั่วได้มากกว่า ฉะนั้นส่วนมากมันจึงดีกว่า ไม่สู้จะร้อน; แต่เปลี่ยนเป็นหนัก

มีความแบกหามอะไรหนัก ๆ ไว้เป็นส่วนมาก. กูแก่ๆ นี่ ส่วนมากมันเป็นเรื่องหนัก, มันเป็นเรื่องบีบคั้นของกิเลส ชนิด ที่นุ่มนวลไม่รุนแรง แต่มีความหนักมากกว่ากูหนุ่มๆ; สังเกตดูว่า ความเป็นพ่อเป็นแม่นี้ มันต่างกับความเป็นลูกเป็นหลานอย่างไร.

ชีวิตโหวตคือการลงทุนด้วยชีวิตนั้น เดียวนี้ขึ้นมาถึงขั้น ที่เป็นพ่อแม่ มีลูกมีหลานอยู่ในความรับผิดชอบ จะเรียกว่าได้ กำไรก็ได้; แต่บางคนอาจไม่เห็นว่าเป็นกำไร เห็นเป็นความ หนักอกหนักใจ เป็นความทุกข์มากขั้นก็ได้ ข้อนี้อันแล้วแต่ใครจะ รู้สึกอย่างไร.

กูหนุ่มๆ นั้น ไม่รู้จัก เช่นนั้นเองของอริยสัจจ์, กูแก่ๆ นี้ก็ไม่รู้จักเช่นนั้นเองของพระไตรลักษณ์; กูหนุ่มๆ ไม่เห็น เช่นนั้นเองของความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และ ทางให้ถึงความดับทุกข์, กูแก่ๆ นี้ก็ยังไม่รู้เช่นนั้นเองของ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา. มันจึงเหมือนกับว่าไม่รู้ด้วยกัน มีความทนทานที่ลึกซึ้งกว่ากัน เพราะว่ากูแก่ๆ นี้ มีความยึดมั่น ถือมั่นมากกว่ากูหนุ่มๆ ความทุกข์จึงมาจากความยึดมั่นถือ มั่นที่ละเอียด แยกคาย แบนเนียน ไม่มาจากกิเลสอัน เร่าร้อนโดยตรงเหมือนกูหนุ่มๆ.

ผู้ที่ได้ล่วงกาลผ่านวัยมา จนเป็นบิดามารดา ย่อมรู้เรื่อง
นี้ดี แล้วควรจะรู้ถึงข้อที่ตนรู้จักพระไตรลักษณ์น้อย ไม่พอ จึง
ไม่ระับความหนักอกหนักใจได้ ตามที่ควรจะระับได้. แต่ถึง
อย่างไรก็ดี ความแก่นั่นก็ได้มีตามธรรมชาติ ถ้าว่าพยายาม
สังเกต สนใจที่จะสังเกตกันบ้าง ก็คงจะเห็น เข้าใจ ได้ตาม
สมควร มีผลว่า พ่อแม่ก็ต้องรู้จักอะไรดีกว่าลูกเด็ก ๆ.

เดี๋ยวนี้การลงทุนด้วยชีวิต ขึ้นมาถึงกับว่าเป็นพ่อแม่ แล้ว
ก็มีลูกมีหลาน มีภาระที่จะต้องรับผิดชอบมากขึ้น. กูหนุ่ม ๆ ก็
รับผิดชอบตัวเอง กูที่แก่มาอย่างนี้ ก็รับผิดชอบทั้งตัวเอง
และทั้งลูกหลาน มันจะหนักมากหรือนักน้อย ก็พอจะรู้ได้;
ฉะนั้นขอให้ดูมาให้ดี ๆ ว่า การลงทุนด้วยชีวิตนี้ มันดำเนินมา
อย่างนี้.

กูตาย

ที่นี้ก็มาถึงระยะที่สาม คือกูตาย กูที่จะตาย กูที่กำลัง
จะตาย; กูหนุ่ม แล้วก็กูแก่ แล้วก็กูตาย ถือเอาความตายเป็น
จุดสำคัญ. ถ้าว่ามีธรรมะเพียงพอ เห็นเช่นนั้นเองได้ถึงที่สุด
ทันก่อนตาย ก็จะต้องกลายเป็นว่าผ่านมาได้ ภาระหนักสลด
ออกไปได้, ของร้อนดับเย็นลงไปได้, กิเลสไม่กัด ไม่บีบคั้นมาก

เหมือนกุแก่หรือกุพ้อบ้านแม่เรือน. แต่ดูเหมือนว่าคนแก่ๆ จะตายอยู่แล้ว ก็ยังไม่ค่อยรู้เรื่องนี้ ไม่รู้จักทำให้กุดับเย็น, ไม่รู้จักทำให้กุ่มันว้างไป เพื่อไม่มีตัวกุ.

ถ้าว่าได้ศึกษาธรรมะพอ มีธรรมะพอ กุที่จะตายนี้ ควรจะได้กลายเป็นกุที่รู้อะไรครบถ้วน ตามที่ควรจะรู้ รู้จักเอาชนะกิเลส รู้จักเอาชนะความทุกข์ รู้เท่าทันกิเลสและความทุกข์, ไม่ยึดมั่นถือมั่นให้หนัก ไม่มีกิเลสให้ร้อน ไม่เปิดโอกาสให้กิเลสกัดเอาหรือบีบคั้น. ถ้าเป็นไปได้อย่างนี้ มันก็จะเป็นที่น่าพอใจ คือว่ากุที่จะตายนี้ มันกลายเป็นกุที่จะไม่ตาย; หรือทางจิตทางวิญญานนั้น มันกลายเป็นหนุ่มกันอีกครั้งหนึ่ง คือรู้ธรรมะมาก จนถึงกับไม่ทุกข์ไม่ร้อน ไม่เหมือนกับกุหนุ่มๆ หรือกุกลางคน ซึ่งมันร้อน มันหนัก.

เดี๋ยวนี้กุที่แก่จะตายนี้ มันรู้อะไรหมดแล้ว ขจัดความร้อนออกไปได้ ไม่มีกิเลสบีบคั้น จึงมีความเยือกเย็น มีความชุ่มชื้น เพราะไม่ถูกกิเลสเผาผลาญหรือบีบคั้น. เรียกว่ามันกลับเป็นหนุ่มทางวิญญานทางจิตใจ แม้ว่าทางร่างกายมันจะแก่ชรา ถือไม้เท้าเดินจะไม่ค่อยไหวอยู่แล้ว; นั้นมันก็เป็นเรื่องทางร่างกาย แต่ทางจิตทางวิญญานที่ถูกต้องนั้นมันกลับหนุ่ม คือรู้มาก พอที่

จะไม่หลงยึดมั่นถือมั่นให้เกิดกิเลส. เมื่อกิเลสไม่เกิด ความทุกข์ก็ไม่เกิด, ไม่ถูกกิเลสไม่ถูกความทุกข์เบียดเบียน มันก็เย็นเป็นสุข.

มันจึงมีใจความสำคัญอยู่ที่ว่า คนแก่จวนจะตายอยู่แล้วนี้ มันรู้จักอะไรมากเช่นนั้นหรือเปล่า? หรือบางทีก็มันรู้จักอะไรมากไปกว่าคนกลางคน หรือบางคนก็มันรู้จักอะไรมากไปกว่าคนหนุ่มๆ ก็อาจจะเป็นไปได้เหมือนกัน. เดียวนี้กล่าวตามที่เป็นไปเองตามกฎของธรรมชาติ ถือว่าวันหนึ่งๆ ก็เป็นการศึกษาเพิ่มขึ้นวันหนึ่งๆ, คนแก่จะต้องรู้อะไรมากขึ้นทุกๆ วัน จนกระทั่งวาระสุดท้าย รู้อะไรมากพอที่จะเห็นว่า “โอ! มันเช่นนั้นเอง มันเช่นนั้นเอง”.

คนแก่ๆ ที่ไม่เห็นว่ามันเช่นนั้นเองนั้น ไม่ใช่คนแก่ อาจจะเป็นเด็กๆ ก็ได้. คนแก่ที่ไม่เห็นว่ามันทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเองนั้น มันจะเป็นคนแก่ที่ไม่ได้แก่ มันกลับจะไปหลงเหมือนกับเด็กๆ ก็ได้ ฉะนั้นจะต้องถือว่า เป็นคนแก่ที่ไม่แก่ หรือเป็นคนแก่ที่โง่เขลาก็ได้.

คนแก่ที่แก่สมชื่อ ต้องเป็นคนแก่ที่เห็นว่า สิ่งทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเอง สิ่งทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเอง มากขึ้นๆ จนไม่ไป

หลงรักอะไร, จนไม่ไปหลงเกลียดอะไร, จนไม่ไปหลงกลัวอะไร, ไม่ไปหลงวิตกกังวลในสิ่งใดๆ, ไม่สงสัยในเรื่องชีวิต ว่ามันเป็นอย่างไร จะต้องทำอะไรอีกต่อไป เพราะเห็นเสียแล้วว่า อ้าว! มันเป็นเช่นนั้นเอง มันเป็นเช่นนั้นเอง มันจะเป็นอย่างไร ก็อยู่ในความเป็นเช่นนั้นเอง ก็เลยไม่หลงยึดมั่นในสิ่งใด ที่จะให้เป็นไปตามที่กิเลสต้องการ.

ข้อนี้มันพันกันอยู่ ถ้ามันเห็นเช่นนั้นเอง มันก็ไม่เกิดกิเลส, ถ้าไม่มีกิเลส มันก็ไม่ชวนให้ไปยึดมั่นถือมั่นอย่างนั้น อย่างนี้ คือไม่ยึดมั่น มันก็ไม่เกิดกิเลส ไม่เกิดกิเลส มันก็ไม่ยึดมั่น; ฉะนั้นวิญญานสูงขึ้นไปอย่างนี้ สูงจากกิเลส, สูงจากความทุกข์, สูงจากความยึดมั่นถือมั่น อย่างนี้ก็เรียกว่า เย็น แล้วกลับเป็นหนุ่มทางวิญญานทางจิตใจ แม้ร่างกายจะแก่หง่อม หง่อมจนลุกไม่ไหว แต่ทางจิตทางวิญญานที่เห็นเช่นนั้นเองชั้นสูงสุดนี้ เราเรียกว่าเป็นคนหนุ่มในทางวิญญาน.

หนุ่มก็คือ *ไม่มีความทุกข์* กำลังเข้มแข็งในทางจิตใจ ไม่มีความทุกข์ใดๆ มาเบียดเบียนได้ เรียกว่ามันเหมือนกับ ความหนุ่มของสิ่งที่เมื่อหนุ่มมีความสวยงามอย่างไร, มีความเข้มแข็งอย่างไร, มีความสามารถอย่างไร; ผู้ที่มีชีวิตมายาวนานพอสมควร

เห็นโลกมายาวนานพอสมควร เห็นความเป็นเช่นนั้นเองของสิ่งทั้งหลายมากขึ้น. นี่แหละขอให้ดูให้ดีเถอะว่า มันมีผลอยู่ที่ตรงนี้ ถ้าเห็นเช่นนั้นเองเท่าไร ก็ไม่ยึดมันถือมันเท่านั้น, ถ้าเห็นความเป็นเช่นนั้นเองถึงที่สุด มันก็ไม่ยึดมันถือมันเลย.

ดับเย็นได้เพราะไม่มีอุปาทาน

พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสว่า อนุปาทาโน ทิฏฐเจว ธมฺเม ปรีนิพฺพุโต ผู้ที่ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ย่อมดับเย็นในทิจฐธรรมนี้เทียว. ทิจฐธรรมนี้หมายความว่าธรรมที่ตนเห็นเอง ตนเห็นเอง คือไม่ทันตาย ไม่ทันจะตาย ยังมีชีวิตอยู่ นี้เรียกว่า ทิจฐธรรม, ปรีนิพฺพุโต แปลว่าดับเย็น, ดับเย็นในทิจฐธรรม คือดับเย็นทันตาเห็น; ผู้ที่จะดับเย็นทันตาเห็นได้ ต้องเป็นผู้ที่ไม่มียุพาทาน.

อุปาทานคำนี้แปลว่าเชื้อ เหมือนกับเชื้อฟืน เชื้อเพลิง เชื้อไฟ, ถ้ามีอุปาทาน ก็หมายความว่า เติมฟืน เติมไฟ เติมเชื้อเติมน้ำมันกันไว้เรื่อย มันก็ดับเย็นไม่ได้. ถ้าไม่มีอุปาทานก็หมายความว่า ไม่มีการเติมเชื้อให้ไฟ ไฟมันก็ต้องดับเป็นธรรมดา ฉะนั้นเมื่อไม่มีการเติมเชื้อเมื่อไร ไฟมันก็ค่อยๆ ดับลงไป จน

เป็นดับเย็น ที่เรียกว่าปรินิพพาน ทันทาเห็น ไม่ต้องรอต่อตาย
แล้ว.

โดยมากเขาสอนกันว่า ต้องรออีกหลายหมื่นหลายแสน
ชาติจึงจะนิพพาน; มันก็ประหลาดอยู่ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า เมื่อ
ใดไม่มีอุปาทาน คือไม่เดิมเชื่อเพลิง ไม่เดิมเชื่อให้ไฟ ไฟก็จะดับ
เย็นเดี๋ยวนั้น ทันทาเห็น.

ข้อนี้คนแก่ๆ ควรจะรู้ แต่ก็ไม่ค่อยจะรู้ แต่มันควรจะรู้ว่า
ถ้าไม่เกิดความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด จิตใจมันก็ดับเย็น ด้วย
ความรู้สึกของตนเองไม่ยึดมั่นในชีวิตสังขารร่างกาย เป็นภายใน,
ไม่ยึดมั่นทรัพย์สมบัติ เงินทอง ข้าวของ สัตว์สังขาร อันเป็น
ที่รักในภายนอก. นี่คือนิพพาน ไม่เดิมเชื่อเพลิงให้แก่กิเลส แล้วมันก็
ไม่มีเชื่อเพลิง เรียกว่าไม่มีอุปาทาน ไฟก็ต้องดับมอดลงไป
เป็นธรรมดา เหมือนที่เราเห็นๆ กันอยู่ว่า ไฟมันหมดฟืนมันก็ดับ.

อวิชชาทำให้ชีวิตกัดเจ้าของ

รู้จักเสียว่า อะไรมันเป็นเหมือนกับฟืน หรือเชื่อเพลิง สิ่ง
นี้ท่านเรียกว่า อุปาทาน มีมูลเหตุมาจากอวิชชา ไม่รู้ว่าอะไร
เป็นอะไร คือไม่รู้จักเช่นนั้นเองนั่นเอง. อวิชชาทำให้ไม่รู้จักรู้ว่า

เช่นนั้นเอง, อวิชาไม่ทำให้รู้จักเช่นนั้นเอง, ทำให้ไม่รู้จัก
เช่นนั้นเอง จึงไม่รู้อะไร ก็หลงยึดมั่นถือมั่น. นารักมันก็ยึดมั่น
ถือมั่นอย่างเป็นของรัก, นำเกลียดมันก็ยึดมั่นถือมั่นอย่างเป็น
ของนำเกลียด, นำกลัวก็ยึดมั่นถือมั่นอย่างเป็นของนำกลัว กระทั่ง
ถึงว่าระแวง อาลัย อารมณ์ สนใจ สงสัย กังวล เหล่านี้เป็น
ความยึดมั่นถือมั่น เพราะไม่รู้ว่ามันเช่นนั้นเอง.

ถ้ารู้เช่นนั้นเองของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงทุกชั้นตอน
แล้วก็จะไม่มีความยึดมั่นทุกชั้นตอนเหมือนกัน คือไม่เต็ม
เชื่อเพลิงให้แก่กิเลส. มีทรัพย์สมบัติ ก็ไม่ต้องยึดมั่นถือมั่นใน
ทรัพย์สมบัติ จะหา จะมี จะกิน จะใช้ก็ทำไปได้ โดยที่ไม่ต้อง
ยึดมั่นถือมั่น ว่ามันเป็นของของกู หรือว่าตัวกูเป็นเจ้าของของ
มัน. ถ้าไปเกิดความรู้สึกเป็นตัวกู เป็นเจ้าของของมัน อย่างนี้
ก็เรียกว่ายึดมั่น เพราะไม่รู้ว่สิ่งนั้นไม่ต้องยึดมั่น สิ่งนั้นไม่ควร
ยึดมั่น ถ้าไปยึดมั่นเข้าแล้ว มันก็จะกัดเอา.

ขอใช้คำตรงไปตรงมาก่อนข้างจะหยาบคายว่า มันกัดเอา
ไปยึดมั่นสิ่งใดโดยเป็นตัวเรา เป็นของเรา มันกัดเอาทั้งนั้น. แม้
ชีวิตนี้ก็เหมือนกัน ถ้ายึดมั่นเป็นชีวิตของเรา มันก็เกิดความรัก,
เกิดความห่วง, เกิดความอาลัยอาวรณ์, เกิดความสงสัย วิตก

กังวล ข้องใจไปเสียทุกอย่าง ชีวิตนี้มันก็กั๊ดเอา เพราะว่ามันจะเป็นไปตามกฎของความเป็นเช่นนั้นเอง.

ถ้าเรารู้ว่าชีวิตนี้เป็นเช่นนั้นเอง มันเป็นเช่นนั้นเองซิก็คือเป็นเช่นนั้นเอง; เราก็จัดให้มันเป็นเช่นนั้นเอง ชนิดที่ว่าเราอาศัยไปได้ เราอาศัยกันไปได้, อาศัยชีวิตนี้เป็นเครื่องดำรงอยู่ให้ประพาศิกระทำแต่ที่ถูกต้อง. อย่างไรรีเรียกว่าที่ถูกต้อง? ก็คือไม่เกิดความทุกข์ ถ้าไม่เกิดความทุกข์แก่ตนเอง หรือแก่ใครๆ แล้ว ก็เรียกว่าเป็นการถูกหรือเป็นการควร จัดไปด้วยสติปัญญา อย่าให้เกิดเป็นไฟขึ้นมา, อย่าให้เกิดเป็นของมีพิษร้ายขึ้นมา ชีวิตนี้ก็ไม่กั๊ดเอา.

ถ้าคนเข้าไปยึดถือจะให้เป็นตัวตน เป็นของตน อย่างนั้นอย่างนี้ ตามอวิชา ความโง่ความหลงแล้ว มันก็กั๊ดเอา. ใช้คำพูดเหมาๆ ไปได้เลยว่า ชีวิตนั้นแหละมันกั๊ดเอา ชีวิตมันเป็นยักษ์เป็นมารขึ้นมามาทันที เมื่อเจ้าของมันโง่. ใครไม่รู้ก็ลองดูลองโง่กับมันดู ว่ามันจะกั๊ดเอาหรือไม่กั๊ดเอา.

ชีวิตเป็นสิ่งที่จัดได้

ชีวิตนี้มันจะเป็นยักษ์เป็นมารขึ้นมาก็ได้ ถ้าจัดให้มันผิด

คือให้เป็นไปในทางของกิเลส โดยอาศัยความโง่ความไม่รู้หรือ อวิชชา นั้นแหละเป็นสำคัญ. แต่ถ้าจัดชีวิตนี้ไปในทางตรงกันข้าม คือมีวิชา มีความรู้ จัดไปอย่างถูกต้อง ชีวิตนี้ก็จะไม่เป็นยักษ์ เป็นมาร จะไม่กัดเจ้าของ. แต่จะเป็นอะไรก็ยากที่จะเรียก จะเป็นเทวดา เป็นพระก็ได้ ให้ความพอใจเหมือนกับว่าเป็นเทวดา ก็ได้ หรือให้หลุดพ้นไปเลย เนื้อความทุกข์ทั้งปวง คือเป็นพระ ก็ได้เหมือนกัน. เราจัดให้มันเป็นมาร มันก็เป็นมาร, จัดมันให้เป็นเทวดา มันก็เป็นเทวดา, จัดให้เป็นพระเป็นพระอรหันต์ไปเลย ก็เป็นพระอรหันต์; ชีวิตนี้มันเป็นของแปลกอย่างนี้.

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า เป็นสิ่งที่เราจัดได้ เหมือนกับ เราลงทุนค้าขาย ที่เรียกว่าโหวาระ; เอาชีวิตนี้เป็นเดิมพัน แล้ว ก็จัดไปเหมือนกับจัดการค้า เมื่อถูกต้องมันก็ได้กำไร, เมื่อไม่ถูกต้องมันก็ขาดทุน แล้วมันก็เดือดร้อน คือมันกัดเอา.

การค้าด้วยชีวิตนั้น มันเป็นเรื่องทางจิตทางวิญญาณ ไม่มีตัวตน ไม่มีสิ่งเป็นก่อนเป็นอัน เหมือนกับเงินทองข้าว ของ ถ้าทำผิด มันก็ร้อนทันที เป็นยักษ์เป็นมารขึ้นมาทันที, ถ้าทำถูกมันก็เยือกเย็น เป็นพระขึ้นมาทันทีได้เหมือนกัน.

เรามีเวลามากพอตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้; เวลาทั้งหมดนั้น

เป็นระยะเวลาที่เราจะจัดมัน. นับตั้งแต่ศึกษาให้รู้, รู้แล้วก็ปฏิบัติ, ผลเกิดขึ้นตามสมควรแก่การปฏิบัติ คือปฏิบัติผิดหรือปฏิบัติถูก ผิดมากผิดน้อย ถูกมากถูกน้อย แล้วแต่กรณี; ชีวิตนี้จะแสดงผลออกมาโดยสมควรแก่การปฏิบัติ ซึ่งเป็นเสมือนการลงทุนค้าหาผลกำไร.

พระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า โวหาระ หรือโวหารในภาษาไทยคือการกระทำการลงทุนเพื่อผลกำไร; ท่านก็ทรงทราบตามธรรมชาติว่าตามธรรมชาตินั้น ชีวิตนี้มันเป็นสิ่งที่กระทำโวหาระได้ คือกระทำเป็นการค้าเพื่อกำไรได้. ท่านจึงตรัสระเบียบประพฤติกปฏิบัติในชีวิตนี้ไว้หลายอย่าง หลายประการ หลายขั้นตอน ดังที่ได้บรรยายแล้วในการบรรยายครั้งที่ ๑ ที่ ๒ นั้นเอง.

ในที่สุดสูงขึ้นมาตามลำดับ สูงขึ้นมาตามลำดับ จนเป็นชีวิตที่เฉลียวฉลาด รอบรู้ในสิ่งทั้งปวง ที่แวดล้อมอยู่รอบด้านแล้วก็ไม่ปฏิบัติผิดต่อสิ่งนั้นๆ ปฏิบัติถูกต้องต่อความเป็นเช่นนั้นเองของสิ่งนั้นๆ. นี้เรียกว่าเป็นผู้รู้ ซึ่งมันควรจะมี สำหรับบุคคลที่ล่วงกาลผ่านวัยมา จนถึงเรียกว่าเป็นตัวกูที่แก่ ตัวกูที่ใกล้ต่อความตายของร่างกาย แต่โดยจิตใจแล้วมันรู้อะไรมา รู้จนถึงขนาดที่ว่า จะอยู่เหนือความตาย.

ข้อนี้บางคนคงจะฟังไม่ถูก แล้วก็ไม่ใช่ เพราะเชื่อเข้า
กระดุกเสียแล้วว่า คนมันต้องตาย ตัวกูมันต้องตาย. มันเชื่อ
เข้ากระดุกเสียอย่างนี้แล้ว มันก็ฟังไม่ถูกว่า ตัวกูที่ทำถูกต้อง
แล้วนั้น มันหมดตัวกู มันว่างจากตัวกู แล้วมันก็ไม่ต้องตาย;
มันจะตายได้ ก็เพราะเมื่อมันยังเป็นตัวกูอยู่. ถ้ารู้ความจริง ถึง
กับไม่มีความรู้สึกตัวกูแล้ว มันก็ว่าง ว่างจากตัวกูแล้ว มันก็
ไม่มีอะไรจะตาย มันไม่มีฐานที่ตั้งของความตาย; ชีวิตนั้นมัน
กลายเป็น ชีวิตที่อยู่เหนือความตาย.

มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรแล้วจะมีชีวิตเย็น

พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสไว้ชัดเจนทีเดียวว่า “บุคคลได้
อาศัยตถาคตเป็นกัลยาณมิตรแล้ว ที่มีความเกิดเป็นธรรมดา
ก็จะพ้นจากความเกิด, ที่มีความแก่เป็นธรรมดา ก็จะพ้น
จากความแก่, ที่มีความตายเป็นธรรมดา ก็จะพ้นจากความ
ตาย”; นี่ท่านตรัสไว้อย่างนี้. แต่เรามักจะรู้กันแต่เพียงว่า เรา
มีความแก่เป็นธรรมดา ไม่พ้นความแก่ไปได้, เรามีความเจ็บ
เป็นธรรมดา ไม่พ้นความเจ็บไปได้, เรามีความตายเป็นธรรมดา
ไม่พ้นความตายไปได้, นี่มันค้านกันอยู่กับที่พระพุทธเจ้าท่านได้

ตรัส ว่ามันพ้นได้ แต่ต้องอาศัยศกาคตเป็นกัลยาณมิตร.

ให้อาศัยพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร แล้วก็จะรู้ความจริงของสิ่งทั้งปวง ของธรรมชาติทั้งปวง โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็ของสิ่งที่เรียกว่าชีวิตนั่นเอง ว่าชีวิตนี้ให้เป็นเพียงสิ่งปรุงแต่ง, ชีวิตนี้มีสิ่งที่เป็นตัวเป็นคนสำเร็จเด็ดขาดอยู่ในตัวมันเอง.

ชีวิตนี้เป็นสิ่งปรุงแต่ง คือเหตุปัจจัยหลายอย่าง หลายทิศทาง มาปรุงแต่งกันเข้า เป็นรูปธรรมก็มี เป็นนามธรรมก็มี. รูปธรรมนามธรรมนั้น มันยังปรุงแต่งซึ่งกันและกัน เป็นชีวิตขึ้นมาได้อย่างนี้ ซึ่งเราเรียกกันทั่วไปว่า เป็นคน แล้วถ้ามีความยึดถือมาก ก็เรียกว่า เป็นตัวกู. ถ้ามันโยงมากถึงขนาดที่เรียกว่าเป็นคนหรือเป็นตัวกูแล้ว มันก็ต้องยึดถือสัตว์บุคคล ยึดถือตัวตน ยึดถือตัวกู; นี่มันก็จุดไฟขึ้นแล้ว เต็มเชื้อเพลิงเข้าแล้วในชีวิตนั้น มันก็เป็นของร้อน ดับมันก็ไม่ได้.

ถ้าได้พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร คือเป็นผู้บอกให้รู้ว่าอะไรเป็นอย่างไร อะไรเป็นอย่างไร จนรู้ตามที่เป็นจริง ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นเช่นนั้นเองอย่างไร ก็สามารถที่จะทำลายความยึดมั่นถือมั่น ว่าตัวตน ว่าของตนเสียได้. เรียกกันเต็มที ก็เรียกว่าอหังการ

มมังการ, อหังการคือทำความรู้สึกว่าตัวกู มมังการคือทำความรู้สึกว่าคุณ.

การทำความรู้สึกสองอย่างนี้ เป็นไปตามธรรมชาติ, เป็นไปได้ตามธรรมชาติของธรรมชาติ คือธรรมชาติที่อวิชาเข้ามา ร่วมกับการปรุงแต่งแห่งจิตใจ. โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อตาเห็น รูป หูฟังเสียง จมูกได้กลิ่น เป็นต้นนั้นแหละ เป็นเวลาที่สำคัญที่สุด คือเวลาที่อวิชาที่มีประจำอยู่ตลอดเวลาในที่ทั่วไปนี้ มันจะเข้าปรุงแต่ง ให้เกิดความคิดเป็นตัวกู ของกู, ยึดถือเอา เวทนาเป็นของกู, ยึดเอาสังขารเป็นของกู, วิญญาณเป็นของกู, อะไรๆ ก็เป็นของกู.

นี่ธรรมดาเราไม่รู้ละ, เรื่องจริงอย่างนี้ธรรมดาเราไม่รู้ ต่อเมื่อเราได้อาศัยพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร เราจึงรู้. รู้เพราะพระพุทธเจ้าท่านตรัสให้รู้ ท่านบอกให้รู้ ว่าอะไรเป็นอย่างไร โดยนัยแห่งเรื่องปฏิจจสมุปบาท ที่บรรยายกันมาแล้วตั้งหลายหน ว่ามันปรุงแต่งในทางความคิดจิตใจเป็นอย่างนั้นๆ จนเกิดความรู้สึกว่าตัวกู. ตัวกูเป็นความรู้สึกไม่ใช่ของจริง แต่ความรู้สึกนี้มันบังคับให้ร่างกายนี้หรือจิตใจนี้ คิด พุด ทำไปตามความไม่รู้ ตามความโง่ จึงได้เป็นทุกข์ เพราะมันยึดมันถือมันตัวกู

อยู่ตลอดเวลา.

เดี๋ยวนี้พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรแล้ว บอกให้รู้ว่า ตัวกู่นั้นเป็นเพียงมายา จะมายายิ่งกว่าผีเสียอีกกระมัง; ผีว่ามันเป็นมายาแล้ว ก็ยังไม่เป็นมายาเท่ากับตัวกู-ของกู ที่รู้สึกอยู่ในใจ. มันเป็นมายาเหลวคว้าง ไม่มีตัวตนอะไร เป็นแต่ความรู้สึกโง่ๆ ความคิดโง่ๆ ความเข้าใจโง่ๆ อย่างแนบเนียนที่สุด อยู่ในจิตใจว่าตัวกู ว่าของกูเป็นต้น. เราได้อาศัยพระพุทธเจ้า เป็นผู้ชี้บอกให้รู้ความจริงอันลึกซึ้งข้อนี้ จึงถือว่า พระองค์เป็นกัลยาณมิตรเป็นมิตรที่สูงสุดที่จะช่วยให้รอด.

เราจึงถือโอกาสอันนี้ ทำให้พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรของเราให้ได้ คือให้สนใจที่จะฟังว่า พระพุทธเจ้าท่านได้สั่งสอนอย่างไร ท่านได้สั่งสอนอย่างไร, เอาคำสั่งสอนของท่านมาทำความเข้าใจให้รู้แจ้ง แล้วปฏิบัติตามนั้น ให้ได้รับผลแน่นอนแจ่มชัดขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง; นี่พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรเต็มที่.

สรุปแล้วก็คือ มันรู้ว่า ไม่มีตัวกู มันรู้ว่า ไม่มีของกู; ถ้าจิตมันรู้อย่างนี้จริง มันก็รู้เท่ากับที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้. ที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ก็คือ รู้ว่าไม่มีตัวตน ไม่มีของตน ว่านี่ไม่ใช่ของเรา, นี่ไม่ใช่ตัวเรา, นี่ไม่ใช่อัตตาตัวตนของเรา เป็นบทสรุป

อยู่อย่างนั้น. พระพุทธเจ้ารู้อย่างไร เราก็รู้ตามท่านอย่างนั้น
ก็เลยรู้เหมือนกัน; รู้เหมือนกันก็ไม่ก่อกิเลสได้ ไม่เกิด
อุปาทานได้.

พูดให้ชัดลงไปว่า เมื่อตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกได้กลิ่น
ลิ้นได้รสเป็นต้นนี้ มันไม่โง่. ถ้าอร่อย ไพเราะ หอมหวาน มันก็ ใจ
แคร์รู้สึกระบบประสาทที่ตา ที่หู ที่จมูก ที่ลิ้นเป็นต้น เท่านั้น;
ระบบประสาทนั้นๆ มันมีอยู่อย่างนั้น เมื่ออะไรเข้าไปกระทบ
ชนิดนั้น มันก็จะเกิดความรู้สึกอย่างนั้น, มีกระทบอย่างนี้ มันก็
เกิดความรู้สึกอย่างนี้. ฉะนั้นเรื่องอร่อยไม่อร่อย, เรื่องสวย
เรื่องไม่สวย, เรื่องไพเราะไม่ไพเราะ นั้นมันเป็นเพียงความรู้สึก
ที่ระบบประสาท ตามเหตุตามปัจจัย ตามกฎของธรรมชาติ
เท่านั้นเอง. มันก็ไม่หลงใหลในความรู้สึกอันนั้น, มันก็ไม่เกิด
ความอยาก คือค้นหา ไปตามความรู้สึกอันนั้น, ไม่เกิดความ
อยากแล้ว มันก็ไม่เกิดความยึดมั่นถือมั่น คือไม่เกิดความรู้สึกว่า
ตัวกูเป็นผู้อยาก.

มันต้องเกิดความอยากก่อน แล้วจึงจะเกิดความ
รู้สึกที่โง่เขลาว่านั่นอีก ว่าตัวกูเป็นผู้อยาก, ตัวกูเป็นผู้
ต้องการ อยากได้เอามาเป็นของกู; นี่เป็นมายาถึงขนาดนี้. มัน

ไม่ต้องมีตัวจริง มันรู้สึกแก่ระบบประสาทได้ตามธรรมชาติ ว่า
 อร่อยหรือไม่อร่อยเป็นต้น ถ้าอร่อยมันอยากจะได้ อยากจะมี, ไม่
 อร่อยมันก็อยากจะไม่มา อยากจะดี อยากจะทำลาย. มีความอยาก
 มีความรู้สึกอยากอย่างโง่เขลาอย่างนี้แล้ว มันก็จะรู้สึกว่าเป็นตัวกู
 เป็นผู้อยาก เป็นผู้จะได้มาเป็นของกู; ไม่มีใครเคยสอนเรื่องนี้
 นอกจากพระพุทธเจ้า.

เดี๋ยวนี้เราเป็นสาวกของพระพุทธเจ้า หลับตาเข้ามาเป็น
 สาวกของพระพุทธเจ้า ตามการชักชวนของผู้อื่น. คนที่ชักชวน
 เรามา ก็หลับตาเหมือนกัน ชวนกันหลับตาเข้ามาหาพระพุทธเจ้า
 เป็นสาวกของพระพุทธเจ้าตามธรรมเนียม, มันจึงไม่เห็นธรรมะ
 ที่สอนว่า ไม่มีตัวตน ไม่ใช่ของตน เป็นเพียงการปรุงแต่งทางใจ
 ตามลำดับ ตามลำดับ จนเกิดหลงไปว่าเป็นตัวตน. ถ้าชีวิตนี้
 อย่างามัวโง่มัวหลงกันอยู่อย่างนี้ ทำไปให้ถูกต้อง โดยไม่โง่ไม่
 หลงแล้ว มันก็จะไม่มีความทุกข์มาก เหมือนกับที่กำลังเป็นทุกข์
 กันอยู่อย่างนี้ ในเวลานี้.

เดี๋ยวนี้คนปวดหัวมาก, คนนอนไม่หลับมาก, คนเป็น
 โรคประสาทมาก, เป็นโรคจิตมาก; แมวสักตัวหนึ่งมันก็ไม่เป็น.
 คิดดูให้ดีซิ ว่าคนทำไมจึงเป็น อุตริวิถิตารกันอยู่อย่างนี้ แมวสักตัว

หนึ่งมันก็ยังไม่เป็น, อยู่ที่นี่มาหลายสิบปีแล้ว ไม่เคยเห็นแมว
ปวดหัว ไม่เคยเห็นแมวนอนไม่หลับ; พระเณรเสียอีก เทียววิ่ง
หายาแก้ปวดหัว, เดียวก็ต้องไปสุขศาลาอย่างนี้, เป็นบ้าไป
แล้วก็มี.

นี่ก็เพราะว่า มนุษย์นั้นมันไม่เป็นมนุษย์, ไม่มีความรู้ชนิด
ที่ว่าจะเป็นมนุษย์ แต่มันเป็นคนโง่; เพราะว่าเราเป็นพุทธ-
บริษัทเข้ามาอย่างหลับตา ยังไม่ได้รับพระธรรม ที่
พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้ และมีไว้สอน. ถึงจะสอน จะมีผู้นำ
มาบอกมาสอน มันก็ไม่รู้ ก็ไม่เข้าใจ มันก็ว่า เรื่องบ้า ๆ บอ ๆ ไว้ย.

เช่นว่า เช่นนั่นเองนี้ เขาไม่เห็นเป็นธรรมะอะไร, เห็น
เป็นคำพูดละเมอเพื่อฝัน ใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ เขาก็ไม่ยอม
เช่นนั้นเอง. ก็จะไปรักที่น่ารัก, ไปเกลียดที่น่าเกลียด, ไปกลัวที่
น่ากลัว, ไม่เห็นว่า เช่นนั่นเอง ถ้าว่าได้ก็ดีใจ เมื่อไม่ได้ก็โกรธ
แค้น.

มันก็เป็นคนที่ประหลาด คือเดี๋ยวมันขึ้นมันลง มันขึ้น
มันลง เดียวหัวเราะเดี๋ยวร้องไห้; แล้วมันก็ได้ปวดหัว นอน
ไม่หลับ เป็นโรคประสาท แล้วก็เป็นบ้าไปเลย. เป็นที่เชื่อถือได้
ตามสถิติที่องค์การอันเป็นเจ้าหน้าที่ เขาประกาศออกมา ว่าเดี๋ยว

นี้คนในโลกนี้เป็นโรคประสาทกันมากขึ้น เพราะความเจริญก้าวหน้าของคนในโลกนี้ ไม่ประกอบไปด้วยธรรมะเสียเลย, ไม่ตรงกับที่พระพุทธเจ้าสั่งสอนเสียเลย, มันก็เป็นไปตามธรรมชาติฝ่ายตรงกันข้าม ก็คือฝ่ายผิด ฝ่ายที่ต้องปวดหัว นอนไม่หลับ เป็นโรคจิต เป็นบ้า.

เอาละ เป็นอันว่า เดียวนี้แม้ว่าเราจะหลับตา เข้ามาหาพุทธศาสนาในตอนแรก แต่เมื่อเข้ามาถึงแล้ว ลองลืมหืมตาขึ้นเสียทีเป็นไร; แม้ว่าจะถูกชักจูงเข้ามาอย่างหลับตา แต่ครั้นมาถึงธรรมะนี้แล้ว ลองลืมหืมตาขึ้นเสียทีเป็นไร. ลืมตาให้เห็นว่าความจริงเป็นอย่างไร ความทุกข์คืออะไร, เหตุให้เกิดทุกข์คืออะไร, ความที่ไม่มีทุกข์กันเลยนั้นเป็นอย่างไร, ทำอย่างไรจึงจะได้ความไม่มีทุกข์นั้น.

หรือที่ท่านสอนว่า มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะเอาตามใจเราไม่ได้, เราจะต้องเกี่ยวข้องกับมัน โดยให้มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เราต้องการประโยชน์ก็ยังได้ ขอแต่ทำให้ถูกต้องกับที่มันเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา. ถ้าอย่างนี้แล้วมันไม่กัธเอา เหมือนที่คนหนุ่มคนสาวเคยถูกกัธมานานแล้ว ด้วยเรื่องของอารมณ์ในโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ก็คือกามารมณ์.

เข้ามาถึงพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ควรจะลืมตา, อาตมาพูดว่า
เข้ามาถึงพระพุทธเจ้าแล้ว นี่บางคนคงจะไม่เข้าใจ เพราะเขา
ได้ยินได้ฟังว่า พระพุทธเจ้านิพพานแล้ว ตายแล้ว เผาแล้ว เหลือ
แต่กระดูก เทียบบรรจุไว้ที่นั่นที่นี้แล้ว จะไปเข้าถึงพระพุทธเจ้าได้
อย่างไร. พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสไว้เองว่า “ธรรมะคือตถาคค
ตถาคคคือธรรมะ ผู้ใดเห็นธรรมะ ผู้นั้นเห็นตถาคค ผู้ใด
เห็นตถาคค ผู้นั้นเห็นธรรมะ”; ธรรมะที่จะต้องเห็นนั้นคือ
เรื่องปฏิเสธสมุปบาท. เรื่องปฏิเสธสมุปบาทนั้นก็คือ เรื่องที่
บอกให้รู้ว่าความทุกข์เกิดขึ้นอย่างไร, ความทุกข์ดับลงไป
อย่างไร; ถ้าเห็นอาการสองอย่างนี้แล้ว ก็เรียกว่าเห็นธรรมะ, ผู้
ใดเห็นธรรมะผู้นั้นเห็นตถาคค ผู้ใดเห็นตถาคคผู้นั้นเห็นธรรมะ.

เราก็พยายามเห็นธรรมะ ก็ได้ชื่อว่าเห็นพระพุทธเจ้า, เรา
มีธรรมะ ก็ชื่อว่าเรามีพระพุทธเจ้า, เราอยู่กับธรรมะ อยู่กับธรรมะ
ก็ชื่อว่าอยู่กับพระพุทธเจ้า, ถ้าเรามีธรรมะอยู่ที่เนื้อที่ตัวของเรา
ก็มีพระพุทธเจ้าอยู่ที่เนื้อที่ตัวของเรา.

ธรรมะนี้คือความถูกต้อง สำหรับจะไม่เป็นทุกข์เลย,
มันจะไม่ใส่พินให้แก้กิเลสอีกต่อไป มันก็ดับเย็นได้ ในเวลา
ทันตาเห็นนี้เอง. ความดับทุกข์เยือกเย็นลงนี้ จะเป็นสิ่งที่รู้สึกได้

ทันตาเห็น ในชีวิตนี้ ในชาตินี้เอง; นั่นคือเห็นธรรมะ คือมีธรรมะ, มีธรรมะอยู่กับตน เท่ากับมีพระพุทธเจ้า เห็นพระพุทธเจ้า มีพระพุทธเจ้าอยู่กับตน.

หรือถ้าจะพูดโอหังกว่านั้นอีกก็ว่า เป็นพระพุทธเจ้าเสียเอง ให้มีเนื้อเป็นตัวเป็นธรรมะเสียเองซิ แล้วมันก็เป็นพระพุทธเจ้าเอง ในความหมายนี้ ในความหมายที่จริง ในความหมายที่ไม่สมมติ. ในความหมายที่จริงนั้นต้องพูดว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้ตาย พระพุทธเจ้าไม่ได้สูญหายไปไหน ยังอยู่ในที่ทั่วไป พร้อมทั้งจะเข้าถึงบุคคลนั้น ๆ ผู้เห็นธรรมะ.

พยายามให้เห็นธรรมะอย่างที่ว่ามานี้ ก็จะเห็นพระพุทธเจ้าที่ไหนก็ได้, เมื่อไรก็ได้, ที่บ้านก็ได้ ที่วัดก็ได้. เห็นธรรมะในที่นี้ให้ลึก เห็นให้ลึกขึ้นไปถึงปฏิบัติ แล้วรู้สึกว่ามันมีผลอย่างไร; เมื่อรู้สึกว่ามีผลอย่างไรนั้น คือเห็นธรรมะอย่างแท้จริง.

นี้มีพระพุทธเจ้าอยู่กับตนอย่างนี้ เรียกว่ามีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร ผู้ที่มีความแก่เป็นธรรมดา ก็จะไม่มีความแก่, ผู้ที่มีความตายเป็นธรรมดา ก็จะพ้นจากความตาย, ผู้ที่มีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ก็จะพ้นจากความเจ็บไข้. เพราะรู้ว่ามันไม่ใช่ตน มันไม่มีตัวตน ดังนั้นจึงไม่มีใครเกิด มันจึงไม่ได้เกิด

มันจึงไม่ต้องมีความเกิด.

รู้อย่างนี้มันเป็นธรรมดาอย่างนี้เองของสังขาร ไม่ใช่ใครมัน
 แก่ มันไม่มีตัวคนที่จะแก่, มันเป็นกิริยาการปรุงแต่งตาม
 ธรรมชาติเท่านั้นเอง มันก็ไม่มีใครแก่ เพราะฉะนั้นเราจึงพ้นเสีย
 จากความแก่ได้. ไม่มีใครเจ็บไข้ เพราะมันเป็นการเปลี่ยนแปลง
 ตามกฎเกณฑ์ของสังขารตามธรรมชาตินั้น เช่นนั้นเองอย่างนั้น.
 ไม่มีใครแก่ ก็เรียกว่าพ้นจากความแก่, ไม่มีความตาย เพราะว่า
 ความตายเป็นความเปลี่ยนแปลงของสังขารทั้งหลายไม่มีคนที่ตาย.

นี่ถ้ามีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรกันโดยแท้จริงอย่างนี้
 แล้ว มันได้ผลถึงอย่างนี้, ชีวิตนี้มีไวยาหาระ คือการลงทุน
 ทำให้เกิดผลกำไรได้มากสูงสุดอย่างนี้ คือกลายเป็นชีวิตเย็น.
 ปรีณิพพุโต แปลว่าดับเย็นในทิฐฐธรรม คือเวลาที่ทันเห็น ด้วย
 ตนเองนี้ เพราะว่าเขาไม่มีอุปาทาน ยึดถือว่าตัวตนหรือของตน.

ชีวิตเย็น

(ปริโยสานแห่งชีวิตไวยาหาระ)

นี่คือผลสุดท้ายของการลงทุนด้วยชีวิต ก็คือได้ชีวิต
 ที่สูงสุด คือชีวิตที่เย็น ดับเย็น ไม่มีเรื่องร้อน ก็คือไม่มีเรื่อง
 ทุกข์.

ทำไมชีวิตนี้จึงดับเย็น? ก็เพราะมันหมดไฟ หมดไฟ. อะไรเป็นไฟ? กิเลส รากะ โทสะ โมหะ เป็นไฟ, ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นไฟ. เดียวนี้เราไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย เพราะไม่มีตัวตนจะเกิด แก่ ตาย, เราไม่อาจจะเกิดกิเลส เพราะไม่มีตัวตนที่จะไปเที่ยวหลงไหลในอะไร. ที่รวมกันทั้งหมดนั้น เรียกว่าชีวิต มันก็เลยเย็น เพราะว่ามันหมดไฟ เรียกว่ากลุ่มนี้ที่เรียกกันว่าคนคนหนึ่ง ทั้งกลุ่มนี้ ทั้งหมดทั้งกลุ่มนี้มันเย็น เรียกว่าชีวิตเย็น.

ขอให้ท่านทั้งหลาย สนใจชีวิตเย็น ว่าเป็นประโยชน์แห่งชีวิตโหวง. การใช้ชีวิตลงทุนเพื่อผลกำไรนั้น มันไปจบเป็นประโยชน์อยู่ที่ชีวิตเย็น; ถ้ายังไม่ได้ชีวิตเย็น มันยังไม่จบ ยังไม่ถึงประโยชน์แห่งชีวิตโหวง. ขอให้เข้าใจไว้ให้ดี ๆ ว่าชีวิตโหวง การใช้ชีวิตเป็นเดิมพัน ลงทุนหากำไรนั้น มันจะไปสูงสุด มีจุดจบตรงที่เมื่อชีวิตเป็นของเย็นสนิท; ไม่อาจจะร้อน ไม่อาจจะกลับร้อนได้อีกต่อไป เพราะมันหมดไฟ ชนิดที่จะกลับมีไฟอีกไม่ได้ เราจะมีชีวิตเย็น.

ลองพิจารณาดูกันต่อไปอีกสักชนิดหนึ่งว่า มันเย็นอะไรบ้าง, มันเย็นอย่างไรบ้าง? ถ้าเราไม่มีกิเลสที่เป็นตัวกู-ของกู

สำหรับโง่ สำหรับหลง ที่จะได้ จะเอา จะเป็น อย่างนี้เป็นต้นแล้ว มันก็จะเป็นชีวิตเย็น, มีสติสัมปชัญญะ ไม่คิดผิด ไม่เข้าใจผิด ไม่อะไรผิดอีกต่อไป.

เย็นในทุกกรณียกิจ

รักษาความรู้อันสูงส่งไว้ได้ ชีวิตนี้ก็เย็น, ให้มันเย็นใน **ทุกกรณียกิจ** ทุกๆ กรณียกิจขอให้มันเย็น.

กรณียกิจนี้อาจจะพูดว่า มันควรจะมี ๓ อย่างเท่านั้นแหละ กรณียกิจคือ**การทำงาน** งานที่เป็นหน้าที่นี้ต้องทำ นี่อย่างหนึ่ง, แล้ว**การพักผ่อน** การพักผ่อนนี้มันเป็นสิ่งที่ต้องมี ไม่มีมันตาย. ฉะนั้นการทำงานมีเท่าไร การพักผ่อนมันก็ต้องมี, การงานเป็นกรณียกิจอย่างไร การพักผ่อนก็ต้องเป็นกรณียกิจเท่านั้น. อีกอย่างหนึ่งก็คือ **การช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน** นี่ก็เป็นกรณียกิจ; เราอยู่คนเดียวในโลกไม่ได้ แล้วก็จะไม่มีรสชาติอะไรถ้าเราอยู่คนเดียวในโลก ดังนั้นเราต้องมีเพื่อน. เราก็ต้องทำให้มีเพื่อน ให้อยู่ด้วยกันได้ ถ้าเพื่อนเขามีความทุกข์ ช่วยตัวไม่ได้ เราต้องช่วยเขา ให้เขาหลุดพ้นจากความทุกข์ เพื่อว่าเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายกันอยู่ โดยที่ภายนอกมองเห็นๆ กันอยู่. นี่เรามีการงานเป็นกรณียกิจ, เรามีการพักผ่อนเป็น

กรณียกิจ. เรามีการช่วยเหลือผู้อื่นเป็นกรณียกิจ; มีกรณียกิจที่ต้องทำอยู่ ๓ อย่าง.

เมื่อทำการงานก็ขอให้เย็น คือรู้สึกว่าการงานเป็นอย่างไร เราทำถูกต้องแล้ว; เรามีการกระทำการงานที่ถูกต้องแล้ว ก็ควรจะยินดี มีปิติว่ามันถูกต้องแล้ว มันก็เย็น.

ที่นี่เมื่อพักผ่อน ก็พักจริงๆสิ อย่าไปทำโง่เขลา ไปเที่ยวกามารมณ์แล้วก็ว่าพักผ่อน นั้นมันคนโง่พูด; ถ้าคนที่เห็นตามเป็นจริง การพักผ่อนมันก็ต้องพักจริง คือมันหยุดสงบทางกายทางจิต ให้ได้รับการพักผ่อน. เราว่าการพักผ่อนเป็นสิ่งที่ต้องทำ และรู้ว่าเราก็ได้ทำถูกต้องแล้ว, เรามีการพักผ่อนถูกต้องแล้ว แม้แต่จะหลับนอนก็ตาม มันถูกต้องแล้ว สำหรับความเป็นมนุษย์ เราก็พอใจในการพักผ่อน การพักผ่อนนี้มันก็เย็น; ไม่เหมือนกับคนที่โง่ มันจะไปพักผ่อนที่โรงหนัง จะนอนที่บ้านมันก็ไม่เย็น จิตมันจะไปโรงหนัง.

ฉะนั้นการพักผ่อนต้องจัดให้มันถูกต้อง และยินดีว่ามันถูกต้อง แล้วก็มีมีความสุขในการพักผ่อน; ถ้าไม่อย่างนั้นแล้ว การพักผ่อนก็จะเป็นไม่มีความสุข คือมันไปพักผ่อน ชนิดที่ส่งเสริมกิเลส ไปแสวงหากามารมณ์ ไปดูหนังดูละคร ว่าเป็นการพักผ่อน.

น้ำมันคนโง่พูด เพราะมันกระตุ้นกิเลส ยิ่งกว่าเวลาที่ไม่พักผ่อนเสียอีก.

นี่ช่วยเพื่อนมนุษย์ก็ช่วย รู้สึกว่า โอ้! น้ำมันถูกต้อง การช่วยเพื่อนมนุษย์ น้ำมันเป็นหน้าที่ที่ถูกต้องควรกระทำ เรากระทำแล้ว เพราะฉะนั้นเราควระยินดี; เมื่อยินดีมันก็มีความสุข. คนที่ไม่เห็นแก่ตัว ไม่มีตัว ไม่มีตัวกู-ของกู มันก็เห็นแก่ผู้อื่นได้โดยง่าย รักผู้อื่นได้โดยง่าย. เดียวนี้ไม่ค่อยจะมีใครรักใครก็เพราะว่าเขาเห็นแก่ตัว, เขามีตัวกูจัด เขาเห็นแก่ตัวจัด เขาก็ไม่เห็นแก่ผู้อื่น เขาก็ไม่ช่วยผู้อื่น, และเขาไม่รู้สึกว่า ช่วยผู้อื่นนะมันดีอะไร เอาไว้กินเองดีกว่า ให้คนอื่นกินนั้นมันจะดีอะไร; คนนั้นรู้จักแต่เรื่องปากเรื่องท้อง ไม่รู้จักเรื่องทางจิตใจ.

เรื่องทางจิตใจนั้น เราให้ผู้อื่นกินเถอะ มันจะอิมกว่าที่เรากินเอง, มันอิมจริง อิมลึก และอิมนาน. ถ้าเรากินเอง เดียวก็ไปถ่ายออกหมดแล้ว ไม่มีเหลือ, ถ้าให้ผู้อื่นกิน มันไปฝังอยู่ในจิตใจของเพื่อน นึกขึ้นมาทีไรก็อิมใจ; แม้เราเอง นึกถึงข้อที่เราเคยให้เพื่อนกินนั้น นึกขึ้นมาทีไรเราก็ตกอิมอยู่อีก. น้ำมันเป็นความอิมอยู่เรื่อยไปอย่างนี้ ผู้รู้ท่านจึงพูดว่า ให้คนอื่นกิน มันอิมกว่าที่เราจะกินเอง มันอิมจริง มันอิมลึก มันอิมนาน มันอิม

ตลอดกาล.

ความอิมอั้นนั้นก็คือปีติก็คือเหตุที่จะทำให้รู้สึกเป็นสุข; ความสุขมาจากปีติ ต้องพอใจ ถ้าไม่พอใจแล้วไม่มีอะไรที่เป็นสุข. ถ้าเราพอใจการทำงาน การงานก็เป็นสุข, ถ้าเราพอใจการพักผ่อน การพักผ่อนก็เป็นสุข, ถ้าเราพอใจการช่วยเหลือผู้อื่น การช่วยเหลือเพื่อนก็เป็นสุข. ฉะนั้นเราหาความสุขได้ที่นี่ ไม่ต้องไปหาตามสถานที่กามารมณ์; นั้นเป็นความสุขบ้า ความสุขหลอก ความสุขโง่เขลา มันไม่สุขด้วย แล้วมันยังต้องเสียเงินมากด้วย. ส่วนการงาน การพักผ่อน การช่วยเหลือผู้อื่นนี้ มันไม่ต้องเสียเงิน แล้วมันหยุด เย็น พักผ่อนกันจริงๆ. ชีวิตนี้ในแง่ของการงานก็เป็นสุข, ในแง่ของการพักผ่อนก็เป็นสุข, ในแง่ของการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ก็เป็นสุข ก็เรียกว่าชีวิตนี้เย็นเย็นในทุกกรณีกิจ.

เย็นในทุกอิริยาบถ

ที่นี่เราจะเย็นในทุกๆ อิริยาบถ, คนเรานี้มันอยู่นิ่งไม่ได้ มันก็เปลี่ยนอิริยาบถเรื่อย ยืน เดิน นั่ง นอน หลับ ตื่น อาบ ถ่าย กิน พุดหรือนิ่ง; มันมีอิริยาบถมากมาย จะมีก็อิริยาบถก็ตามใจ แต่ของเราจะเย็นทุกอิริยาบถ. เมื่อเดินอยู่ ก็รู้สึกว่

เราทำถูกต้องแล้ว ที่เรามาเดินอยู่ ก็พอใจ ก็เป็นสุข; เมื่อยืนอยู่ก็รู้สึกถูกต้องแล้วที่เรามายืนอยู่ หรือว่านั่งอยู่ ก็รู้สึกว่ามันถูกต้องแล้วที่เรมานั่งอยู่ หรือว่านอนอยู่ ก็รู้ว่ามันถูกต้องแล้วที่เรามานอนอยู่ เพราะว่าเรากระทำความถูกต้องอยู่ตลอดเวลา.

เรามีความถูกต้องอยู่ในตัวชีวิตตลอดเวลา ดังนั้นเมื่อเดินก็เป็นการเดินที่ถูกต้อง, เมื่อยืนก็เป็นการยืนที่ถูกต้อง, นั่งก็นั่งถูกต้อง, นอนก็นอนถูกต้อง, เมื่อหลับก็หลับถูกต้อง, เมื่อตื่นก็เป็นการตื่นที่ถูกต้อง, แม้จะกินอาหารก็รู้สึกว่ามันถูกต้อง แล้วก็รู้สึกเป็นสุข. ไม่ใช่กินอร่อย กินด้วยกิเลส ไปซื้อของแพงๆ มากิน แล้วเอาเพศตรงกันข้ามมาป้อน แล้วว่าจะมีความสุข; นั้นมันเรื่องของคนบ้า สุนัขและแมวมันไม่ต้องทำ มันก็มีความสุขกว่าคนชนิดนี้. จะพูดก็พูดแต่ที่ถูกต้อง การพูดนั้นก็จะสุข, จะนั่งก็นั่งอยู่อย่างถูกต้อง การนั่งก็สุข นี้เรียกว่าเป็นสุขอยู่ทุกอิริยาบถ. ขอให้ปรับปรุงชีวิตของคนๆ แต่ละคนๆ ให้มีความถูกต้องอยู่ทุกอิริยาบถ อย่างที่กล่าวมานี้ มันก็จะเป็นการเย็นทุกอิริยาบถ เป็นชีวิตที่เย็นอยู่ทุกอิริยาบถ.

เย็นในทุกกิจกรรม

ที่นี้เราจะมี ชีวิตที่เย็นอยู่ทุกๆ กิจกรรม ที่เป็นการ

บริหารเบ็ดเตล็ด; นี่เป็นเรื่องเบ็ดเตล็ดเล็กๆ น้อยๆ นะ แต่อย่ามองข้าม, เราจะต้องมีการบริหารความถูกต้อง เราจะต้องมีการกระทำที่เป็นการบริหารความถูกต้อง ถูกต้องแก่สิ่งของที่มีอยู่ในบ้านในเรือน เครื่องใช้ไม้สอย ก็ต้องทำให้ถูกต้อง, บ้านเรือนก็ต้องถูกต้อง, ร่างกายก็ต้องถูกต้อง; เมื่อมันถูกต้องอยู่ที่วัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ไม้สอย บ้านเรือน ร่างกาย มันก็ง่าย ที่จะมีความสุขที่เป็นสุข. ฉะนั้นการบริหารสิ่งเหล่านี้ แม้จะเป็นของเล็กน้อยเบ็ดเตล็ดอย่างไร ก็ทำให้ถูกต้อง; พอทำถูกต้อง มันรู้สึกว่าคุณถูกต้อง รู้สึกถูกต้องเพราะว่ามันมีพอใจ คือเป็นปิติ ปิติว่าถูกต้อง แล้วมันก็เป็นสุข.

ฉะนั้นเมื่ออยู่บ้าน ก็รู้ว่ามันถูกต้อง. การอยู่บ้านอย่าดูด้วยความจำเป็น เป็นลูกจ้างเขาก็ต้องดู หรือว่าผู้ใหญ่เขาบังคับต้องดู ถ้าอยู่บ้าน ก็รู้สึกว่ามันถูกต้อง. ผู้ใหญ่ พ่อบ้านแม่เรือนอยู่บ้านดูเองบ้าง อย่าให้ลูกจ้างหรือคนใช้ดูเสมอไป, เป็นอธิบดีเป็นรัฐมนตรีลองอยู่บ้านดูบ้าง มันก็จะเกิดความรู้สึกที่ดีเป็นความปิติ เป็นความสุขมากกว่าก่อน.

ล้างจาน เมื่อล้างจานอยู่ก็มีสติสัมปชัญญะ ล้างโดยรู้สึกว่ามันถูกต้อง, เป็นการกระทำที่ถูกต้อง คือล้างจานให้สะอาด

เพื่อถูกต้องตามทางสุภาพอนามัย, ถูกต้องในหน้าที่ของมนุษย์
ที่จะรอดชีวิตอยู่ แล้วก็ล้างจานสนุก. ฉะนั้นใครไม่เคยทำก็ลอง
ทำดูบ้าง ด้วยความรู้สึกอย่างนี้ ก่อนนี้อาจไม่เคยทำเพราะรังเกียจ
แต่ถ้าใครทำเพราะความจำเป็นบังคับ ก็คิดเสียใหม่ที่ว่ามันเป็น
ความถูกต้อง มันก็ถูบ้าน ล้างจานให้สนุก แล้วก็ปิติ แล้วก็สุข.

แม้แต่ล้างหน้า ตื่นขึ้นก็ล้างหน้า, บางคนมันโมโห ล้าง
หน้าไม่ทัน มันจะไปเที่ยว มันก็เป็นยักษ์เป็นมาร เป็นบ้าขึ้นมา
แล้ว ล้างหน้าไม่ทันจะไปเที่ยว. มันควรจะตั้งใจให้ถูกต้องว่า ล้าง
หน้ามันเป็นการกระทำที่ถูกต้อง ฉะนั้นต้องล้างหน้าให้ดีที่สุด แล้ว
ก็พอใจว่าได้กระทำกรรมที่ถูกต้อง แล้วก็พอใจ แล้วก็สุข.

จะแปรงฟันก็อย่างเดียวกันอีกแหละ อย่าทำด้วยจิตใจ
ที่ไม่อยากจะทำ มันอยากจะไปแล้ว แต่ความจำเป็นมันบังคับ ถ้า
ไม่ล้างหน้า ไม่ถูฟัน แปรงมันไม่ชอบ อย่างนี้มันไม่เป็นธรรมะเลย.
ควรจะล้างหน้าหรือถูฟัน ด้วยความรู้สึกว่ามันเป็นการกระทำที่
ถูกต้อง ก็พอใจว่าได้ทำหน้าที่ของมนุษย์ที่ถูกต้อง. แม้จะเป็น
เรื่องเบ็ดเตล็ดเล็กน้อยนี้ มันก็เป็นธรรมะเหมือนกัน ถ้าทำถูก
ต้องแล้วก็ให้ปิติเหมือนกัน ให้ปิติแล้วก็สุขได้เท่ากัน.

ฉะนั้นถ้าว่าอุชี่ไคล อาบน้ำอุชี่ไคล ดูมันอึดอัดขัดใจกัน

อยู่ทั้งนั้นแหละ มันก็เป็นทุกข์เสียเปล่าๆ เพราะถูกชี้อคลไม่ได้
อย่างใจ. มารู้อเสียใหม่ว่า ถูกชี้อคล อาบน้ำนั้นมันเป็นหน้าที่ของ
มนุษย์; ทำให้ดี ทำให้ถูกต้อง แล้วก็มีธรรมชาติของมนุษย์ แล้วก็ปิติ
ว่าได้ทำหน้าที่ของมนุษย์ แล้วก็มีความสุข.

ปิติมี ๒ ชนิด ปิติเพราะรู้ว่าได้ทำถูกต้อง นี่เป็นปิติที่
ประกอบด้วยธรรม ประกอบด้วยธรรมะ จึงเรียกว่า *ธรรมปิติ*.
ทีนี้ปิติอีกอย่างหนึ่งก็ตรงกันข้าม คือ *ปิตินอกกิเลส*, เมื่อกิเลส
มันได้ไปทำอย่างกิเลสแล้ว กิเลสมันก็ปิติ นั่นมันปิตินอกกิเลส.
ปิตินั้นถ้าจะเป็นสุข เป็นสุขของกิเลส แล้วไม่เท่าไรเจ้าของ
ก็จะฉิบหาย; ได้กินเหล้า ได้อบายมุข ได้เที่ยว แล้วก็ปิติ นั่น
เป็นปิตินอกกิเลส มันไม่ให้ความสุขอันแท้จริง. มันต้องปิติ
เพราะได้ทำถูกต้องในหน้าที่ของตน ปิตินี้เป็นธรรมปิติ ให้ความ
สุข.

นี่ดูให้ดีเถิด ไม่ว่างานบริหารนิดหน่อยเล็กน้อยเท่าไร ถ้า
ทำแล้ว ทำด้วยความรู้สึกว่า หน้าที่ของสิ่งที่มีชีวิตหรือมนุษย์นี้
จะต้องทำให้ถูกต้อง เมื่อทำแล้วก็ควรจะพอใจ.

แม้แต่ว่าคันจะต้องเกา เกาที่เราเกิดรู้สึกคัน นี่ก็ควรจะ
พอใจ; ไม่ใช่เกาอย่างโมโหโทโส เหมือนคนบางคน นั่นมันก็

เป็นคนบ้า เพิ่มความทุกข์ขึ้นมาใหม่. ถ้าคัน มันก็รู้ว่าต้องเกา แล้วก็เกาเพียงเพื่อให้หายคัน เพื่อปกติ; การเกานั้นก็เกิดเป็น ธรรมชาติขึ้นมาได้อย่างหนึ่งเหมือนกัน. ฟังแล้วมันน่าหัว ถ้าคัน แล้วเกานี้ ถ้าทำด้วยสติสัมปชัญญะจิตใจปกติ การเกานั้นก็กลายเป็นประพฤตินิยามอย่างหนึ่งด้วย พอใจก็เป็นธรรมปิติ ให้เกิดความสุขได้. นี่คนมีกิเลสมาก มันก็เกาด้วยกิเลส มันก็เติลิดเปิดเปิงไปทางอื่น มันไม่ใช่ปฏิบัติธรรมะเลย.

นี่เรียกว่าทุกปณิกะกิจเกี่ยวกับบริหารร่างกาย, รักษาเครื่องใช้ไม้สอย วัตถุสิ่งของ บ้านเรือน ร่างกาย, บริหารสิ่งเหล่านั้น เช่น ภูบ้าน ล้างจาน ล้างหน้า ถูขี้โคลนก็ตามใจ เรียกว่าถูกต้องในกิจบริหารปณิกะเบ็ดเตล็ด แล้วชีวิตนี้ก็เย็น. หลายคนไม่เชื่อ ไม่เชื่อก็ไปลองดู ไปภูบ้าน ไปล้างจานดู ว่าเย็นหรือไม่เย็น.

ถ้าเมื่อไปภูบ้าน ล้างจาน มันไม่เย็น ก็เพราะคนนั้นมันไม่มีจิตใจที่จะทำ ไม่ประกอบด้วยธรรม. นี่คนที่ไม่มีหน้าที่ภูบ้านล้างจาน ควรจะไปภูบ้านล้างจานดูบ้าง, ควรจะรู้หน้าที่ที่มันแปลกออกไป เป็นหน้าที่ของมนุษย์ ถ้าได้ทำแล้วก็ควรจะมีพอใจ แล้วก็รู้สึกว่าย็น เพราะเป็นสุข เพราะความพอใจที่ถูกต้อง

มันได้ช่วยให้หล่อเลี้ยงเอาไว้.

เย็นในทุกวิปริณามธรรม

ที่นี้เย็นสุดท้ายจะเรียกว่า เย็นในทุกกรณีแห่งวิปริณามธรรม. วิปริณามธรรมแปลว่าความเปลี่ยนแปลงทุกอย่างมีวิปริณามธรรม คือเปลี่ยนแปลง ของข้างนอกตัวเราก็กี่เปลี่ยนแปลง ของภายในตัวเราก็กี่เปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงนี้เรียกว่าวิปริณามธรรม. ทุกๆ วิปริณามธรรม เราจะได้มีชีวิตเย็น, เกิด แก่ เจ็บ ตาย นี่เป็นวิปริณามธรรม คือเปลี่ยนแปลง. ที่นอกไปจากนั้นก็ว่า อยู่ในโลกลนี้มันจะต้องกระทบกับการเปลี่ยนแปลง.

ที่เป็นภายในของเราเอง เดี่ยวเรามีการได้ เดี่ยวเรามีการเสีย, เดี่ยวได้เลื่อนยศ เดี่ยวได้ลดยศ, เดี่ยวได้ชนะ เดี่ยวได้แพ้, เดี่ยวได้กำไร เดี่ยวได้ขาดทุน นี่เรียกว่าวิปริณามธรรมทั้งนั้น. ที่เป็นวิปริณามธรรมภายนอก ในโลกนี้มันก็อาจจะมีอุบัติเหตุ วิกฤตการณ์อะไรก็ได้ เป็นน้ำท่วม, เป็นไฟไหม้, เป็นสงคราม, เป็นความเดือดร้อนทางเศรษฐกิจอะไรก็ได้ ทั้งหมดนี้เรียกว่าวิปริณามธรรม.

ช่วงห้วงมัน มันจะวิปริณามธรรมกันอย่างไร ฤกษ์ไม่

เป็นทุกข์กับมัน เพราะเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้นเอง. เกิดก็
 อย่างนั้นเอง, แก่ก็อย่างนั้นเอง, เจ็บก็อย่างนั้นเอง, ตายก็
 อย่างนั้นเอง. ถ้ามันเจ็บปวดทรมาน ก็แก้ไขด้วยเช่นนั้นเอง
 อีก เช่นนั้นเองที่ตรงกันข้าม มันจะแก้เช่นนั้นเองที่ตรงกันข้าม.
 เราทำให้ถูกเช่นนั้นเองของความเกิด ความเกิดก็ไม่ทรมานใจ,
 ความแก่ก็ไม่ทรมานใจ, ความเจ็บก็ไม่ทรมานใจ, ความตายก็
 ไม่ทรมานใจ.

จะขาดทุนหรือกำไร มันก็เช่นนั้นเอง; ถ้าขาดทุน มันก็
 มาสอนให้เรารู้จักทำอย่าให้ขาดทุน, ถ้ามันกำไรก็อย่าบ้ากับมัน
 มันก็จะโง่มากขึ้นไปอีก.

แพ้หรือชนะ ก็อย่าไปเสียใจดีใจกับมัน ให้รู้ว่ามันมาสอน
 ให้เรารู้อะไรเป็นอะไรดีกว่า.

การได้หรือการเสีย ก็อย่าไปตื่นเต้นกับมัน ได้มันก็คือ
 อย่างนั้นเอง เสียมันก็คืออย่างนั้นเอง ถ้าเราทำให้ถูกกับเรื่อง
 อย่างนั้นเอง มันก็จะได้มากกว่าเสีย; ถ้ามันเสียโดยเหตุสุดวิสัย
 มันก็อย่างนั้นเอง หัวเราะดีกว่า.

นี่เรียกว่าวิปริณามธรรมในภายในของเรา จะเป็นอย่างไร
 ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ เห็นว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง มันก็เย็น.

ที่เป็นภายนอกที่เช่นว่ามีสงคราม, มีน้ำท่วม, มีไฟไหม้, มีโจรมีผู้ร้าย, มีอะไรมันก็เช่นนั้นเอง เป็นทุกข์ก็เสียเวลาเปล่าๆ แหะ ไม่ต้องเป็นทุกข์ดีกว่า. มันก็เวียนไปเวียนมา แล้วทีแรกเราก็มัวอะไร, เดียวนี้เราก็มัวอะไร มัวอะไรแล้วมันก็หลุดมือไป เป็นไม่มีอะไร มันก็เป็นไปได้ มันไม่มีอะไร ทุกข์ ทุกความเปลี่ยนแปลงที่มันเกิดขึ้น ชีวิตนี้ก็เย็น. เรียกว่าเย็นหมดเลย เย็นทุกกรณีกิจ เช่นการงาน การพักผ่อน, เย็นทุกอริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน, เย็นทุกการบริหารเบ็ดเตล็ด แก้ววัตถุ สิ่งของ ร่างกาย เย็นทุกๆ วิปริณามธรรม มันจะเกิด แก่ เจ็บ ตาย อย่างไม่รู้ก็ต้องเย็น.

ชีวิตเย็น เพราะรู้จักดูให้ดีมีแต่ได้

ทำไมจะเย็นได้? เราถือว่าความเปลี่ยนแปลง ถึงแม้ที่รุนแรงเจ็บปวดนี้ มันมาสอนเราให้หายโง่. เราคอยแต่จะโง่ จะเดือดร้อน จะหัวเราะ จะร้องไห้ จะขึ้นๆ ลงๆ พุๆ แพบๆ. เดียวนี้วิกฤตการณ์อย่างนี้มันมา เพื่อสอนให้เราหายโง่, เหตุร้ายเหล่านี้มันมาให้ความรู้แก่เรา ว่ามันเป็นอย่างนี้เอง, หรือมันจะเป็นอย่างไรต่อไป มันเท่ากับมาสอบไล่เราด้วย มาสอนเรา

แล้วมันสอบไล่เราด้วย; เราควรจะขอบใจมัน มันจะไม่มีเสีย มันมีแต่ได้.

เช่นความเจ็บไข้มาหาเรา มันมาสอนความรู้ให้เรา ว่าความเจ็บไข้เป็นอย่างไร แล้วมันสอบไล่เลยว่า คนนี้มันโง่ฉลาดเท่าไร มานั่งร้องไห้อยู่ หรือว่ามันอาจจะหัวเราะเยาะความเจ็บไข้ก็ได้ แล้วเราจะไม่ทำอะไรเสีย.

ขาดทุนมา ก็มาสอนให้รู้เรื่องกำไรเรื่องขาดทุน แล้วสอบไล่จิตใจของเราดู ว่ามันสูงต่ำเท่าไร.

ถ้าเรามีหลักอย่างนี้ มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรอย่างนี้ จะกล่าวได้เลยว่าไม่มีอะไรเสีย มีแต่ได้ทั้งนั้น ความเกิด แก่ เจ็บ ตายมาหา ก็มีแต่ได้ไม่มีเสีย, จะเรื่องขาดทุน เรื่องแพ้ เรื่องสูญเสียอะไร ไม่มีเสีย มีแต่ได้ มาสอนให้ฉลาดทั้งนั้น.

จะดูกันเฉพาะความตายสักเรื่องหนึ่งก็ได้ ความตายที่กลัวกันนัก ที่คนโง่กลัวกันนัก ที่พระอรหันต์เข้าไม่กลัวเลย. ความตายนี้ควรจะดูในแง่ที่มันมาสอนให้รู้ แล้วสอบไล่ ว่าคนคนนี้นมันกลัวตาย หรือไม่กลัวตาย.

ความตายนี้ให้ถือเหมือนกับว่า หยุตเทอมก็แล้วกัน, ถ้าคนเชื่อเกิดอีกไม่สิ้นสุด ความตายมันคือหยุตเทอม ควรจะดีใจ

เหมือนเด็ก ๆ ว่าเมื่อหยุดเทอม เด็ก ๆ ดีใจทุกคนแหละ. แต่คนแก่ ๆ เหล่านี้ไม่รู้จักดีใจ เพราะมันกลัวตายอย่างโง่เขลา; ถือว่าความตายเป็นเรื่องหยุดเทอมเสียบ้างสิ.

แล้วจะถือว่าเป็นรางวัลปลายเทอม รางวัลให้เป็นการพักผ่อน, ถ้าว่าชีวิตเป็นความเหน็ดเหนื่อย ความตายก็เป็นการพักผ่อน เป็นรางวัลให้แก่บุคคลผู้เหน็ดเหนื่อยมาพอแล้ว เหน็ดเหนื่อยมาก็หลับได้แล้ว ให้รางวัลเป็นการพักผ่อนกันเสียบ้าง.

หรือถ้าว่าได้รู้อะไรพอแล้ว ความดับอย่างนิพพานก็เป็น การจบการเรียน รับปริญญากันเสียที, หยุดเวียนว่ายในวัฏสงสารกันเสียที เป็นผู้สอบไล่ได้ เป็นที่แน่นอนแล้ว ความตายมาช่วยให้เป็นอย่างนี้.

ฉะนั้นขอให้ทุกคนเย็น เป็นชีวิตเยือกเย็น จนกระทั่งวินาทีสุดท้าย ที่จะดับจิตดวงสุดท้าย แล้วเลิกกัน ปิดฉากกัน; นี่เรื่องของความตาย. ถ้าบริหารชีวิตอย่างถูกต้อง ชีวิตก็จะมีผลมีกำไร กระทั่งวินาทีสุดท้ายแห่งความตาย.

วันนี้จบคำบรรยาย ชุตชีวิตไวยาหารแล้ว ขอท่านทั้งหลายจงสรุปเอาใจความไว้ให้ได้เป็นอย่างดี เอาไปกระทำให้ชีวิตนี้มีกำไรสูงสุด ตามที่มันจะมีได้, หรือสูงสุดถึงขนาดที่ไม่มีความ

ทุกข้ออีกต่อไป ไม่มีปัญหาอีกต่อไป ชีวิตเป็นของว่างไป โดยไม่ต้องมีชีวิต. เข้าถึงความว่างจากชีวิต ว่างจากทุกอย่างอย่างนี้ เรียกว่านิพพานอันถาวร เป็นการขึ้นไปสู่ระดับสูงสุด; พอกันแล้ว พอกันที่, ชีวิตนี้ลงทุนเพื่อผลกำไร ถึงที่สุดแล้ว มันก็พอกันที่ ไม่มีอะไรเป็นของร้อน มีแต่เย็นทุกประการ ดังที่กล่าวมา.

อาตมาเห็นว่าการบรรยายในวันนี้ พอสมควรแก่เวลา ขอยุติด้วยความหวัง ในฐานะเป็นการบรรยายครั้งสุดท้ายว่า คงจะได้เอาไปประพฤติกปฏิบัติให้ได้รับประโยชน์ สมตามที่ธรรมชาติมันมีชีวิตให้มาเป็นเดิมพัน สำหรับลงทุนเพื่อผลอันสูงสุด, มีความเย็นอยู่ทุกทิวาราตรี ไม่มีความร้อนเลย.

ขอยุติการบรรยายไว้เพียงเท่านี้ เป็นโอกาสให้พระคุณเจ้าทั้งหลาย ได้สวดบทพระธรรมคณสาธยาย เป็นการส่งเสริมกำลังใจ ในการปฏิบัติธรรมะสืบต่อไป ณ กาลบัดนี้.

รายนามผู้ร่วมบริจาคค่าพิมพ์

คณะบุคคลผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๔,๕๐๐ บาท
คุณพัศตรา วิรัตติพงษ์ และครอบครัว	๒,๐๐๐ บาท
คุณดารณี ศรีสำราญ และครอบครัว	๒,๐๐๐ บาท
คุณศุภพจน์ เลาหนุวัตติ และครอบครัว	๒,๐๐๐ บาท
คุณการุญ-คุณสว่าง อุนากุล	๑,๐๐๐ บาท
คุณลาวัลย์ ชำนิงาน	๑,๐๐๐ บาท
คุณจำรูญ-คุณศศิธร ลำเจียกเทศ	๕๐๐ บาท
คุณพรวิริย์ ลำเจียกเทศ	๕๐๐ บาท
คุณแม่เลื่อน ลาภานันต์	๕๐๐ บาท
คุณวราภรณ์ ธรรมากุล	๕๐๐ บาท
คุณสมพิศ สวัสดิ์มีโชค	๓๐๐ บาท
คุณสุรกาจ จันทรอ่วม	๓๐๐ บาท

รายชื่อหนังสือ ขุดหมุณล้อ

อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่
๑.	พระพุทธรูปค้ำกลอน	๔	๓๗.	อดัมมยลใช้หยาอะไรได้บ้าง	๒	๖๖.	ดับไม่เหลือ	๑
๒.	การศึกษาคืออะไร?	๑	๓๘.	เด็กจะเป็นผู้สร้างโลกในอนาคต	๑	๖๗.	มนุญทำสมาธิกับ	๑
๓.	การงานคืออะไร?	๑	๓๙.	คู่มืออ่านปานสติภาวนา	๑	๖๘.	พระธรรมหรือพระเจ้า	๑
๔.	ทรัพย์สมบัติคืออะไร?	๑	๔๐.	อย่างสมบูรณ์แบบ	๒	๖๙.	ปาฐาณธรรมะสำหรับชาวบ้าน	๑
๕.	สิ่งที่ดีที่สุดในธรรมบัญญัติ	๑	๔๑.	การใช้อ่านปานสติให้เป็นประโยชน์ในบ้านเรือน	๒	๗๐.	สันติวิถี	๑
๖.	ปัญหาที่เกิดจากการศึกษา	๒	๔๒.	บทช่วยจำสำหรับเรื่องอดัมมยล	๑	๗๑.	ชีวิตคือการลงโทษเพื่อผล	๑
๗.	ปาวณา และธรรมะในฐานะสิ่งที่ต้องศึกษา	๑	๔๓.	อดัมมยล กับ สันติภาพ	๑	๗๒.	อันสูงส่ง	๑
๘.	ชาตินิยมกับปัญหา	๑	๔๔.	พระรัตนตรัยที่ท่านทั้งหลายยังไม่รู้จัก	๒	๗๓.	ธรรมศาสตร์ในขั้นที่	๑
๙.	ทางออกที่ ๓ ของโลกแห่งยุคปัจจุบัน	๒	๔๕.	การพัฒนาชีวิตโดยพระไตรปิฎก	๑	๗๔.	จะสามารถช่วยโลกได้	๑
๑๐.	การบวชคืออะไร?	๑	๔๖.	ลักษณะจิตเป็นอดัมมยล	๑	๗๕.	ความไม่เบียดเบียนเป็นสุข	๑
๑๑.	ศาสนาคืออะไร?	๑	๔๗.	ปาฏิหาริย์แห่งอดัมมยล	๑	๗๖.	ธรรมศาสตร์ในการแก้ปัญหา	๑
๑๒.	คำสอนคืออะไร?	๑	๔๘.	สายธรรมของอดัมมยล	๑	๗๗.	มารอันดึกดำบรรพ์	๑
๑๓.	อ่านปานสติภาวนา	๑	๔๙.	และอดัมมยลกับปัญหาของมนุษย์ยุคประมาณ	๑	๗๘.	พุทธศาสนาไม่ได้สอนให้หยุด	๑
๑๔.	ธรรมะในฐานะสิ่งที่ต้องศึกษา	๑	๕๐.	พระพุทธรูปที่ท่านยังไม่รู้จัก	๑	๗๙.	หรือคิดเพียงแต่ความดี และ	๑
๑๕.	ทั้งจิตตัมมยลและไม่มีจิตตัมมยล	๑	๕๑.	และคุณคดียุคประมาณ	๑	๘๐.	ศุภคติที่มนุษย์จะไปถึงได้	๑
๑๖.	คุณพระไม่ตาย	๑	๕๒.	การเห็นพระพุทธรูปพระอรหันต์	๑	๘๑.	คือความเป็นพระอรหันต์	๑
๑๗.	คุณพระไม่ตายและเกิดมาทำไม?	๑	๕๓.	จริง และพระพุทธรูปอยู่ในทุกหนทุกแห่ง	๑	๘๒.	สัมมาปฏิบัติช่วยโลกได้อย่างไร	๑
๑๘.	ความรัก	๑	๕๔.	ชีวิตที่ไม่เสียชาติเกิด	๑	๘๓.	การกล่าวธรรมะของภิกษุ	๑
๑๙.	เกี่ยวกับสิ่งที่เรียกว่า "พระเจ้า"	๑	๕๕.	หลักเกณฑ์ที่จะช่วยโลก	๑	๘๔.	พระพุทธรูปพระอรหันต์จริง คือ	๑
๒๐.	การท้าวไรคามแบบโบราณ	๑	๕๖.	ให้รอดอยู่ได้	๑	๘๕.	คือ เห็นพระพุทธรูป	๑
๒๑.	ประมวลประวัติธรรมะที่คนธรรมดาควรทราบ	๑	๕๗.	เลิกอายุแล้วอยู่กับอดัมมยล	๑	๘๖.	มาร	๑
๒๒.	โลกอื่น	๑	๕๘.	ความไม่เห็นแก่ตัวและ	๑	๘๗.	ธรรมศาสตร์ในการปิดอก	๑
๒๓.	ความเกิดแห่งทุกข์ และ	๑	๕๙.	ความไม่ทุกข์สภาวะ	๑	๘๘.	ธรรมศาสตร์ในการเปิดธรรม	๑
๒๔.	ความไม่เกิดแห่งทุกข์	๑	๖๐.	อริยมรรคของการเลิกอายุ	๑	๘๙.	ศิลปะแห่งการให้สัตยาธิษฐาน	๑
๒๕.	นิเวศน์	๑	๖๑.	พระรัตนตรัยนั้นแหละคือ	๑	๙๐.	หัวใจธรรม	๑
๒๖.	วันศุกร์	๑	๖๒.	คำพุทธศาสนา	๑	๙๑.	อริยสัจ	๑
๒๗.	แผ่นดินทองต้องสร้างด้วย	๑	๖๓.	ชีวิตที่พื้นฐาน และสิ่งที่	๑	๙๒.	ความทุกข์	๑
๒๘.	แผ่นดินธรรม	๑	๖๔.	เป็นพื้นฐานของชีวิต	๑	๙๓.	ธรรมศาสตร์ เมื่อมีการปฏิบัติ	๑
๒๙.	เมื่อพอใจในหน้าที่ ที่กำลัง	๑	๖๕.	อริยสัจและอดัมมยลจาก	๑	๙๔.	การปฏิบัติธรรมที่สมควรแก่ธรรม	๑
๓๐.	กระทำ ก็มีสวรรค์ อยู่ ณ	๑	๖๖.	และอดัมมยลกับธรรมจักร	๑	๙๕.	การบวชเพื่อฝึกการให้ธรรมศาสตร์	๑
๓๑.	ที่นั่นเอง. เมื่อรู้จักตัวเรา	๑	๖๗.	อดัมมยลเท่าที่ควรจะรู้จัก	๑	๙๖.	สมเด็จพระพุทธเจ้าทรงธรรม	๑
๓๒.	ก็ไม่ว่าคุณธรรมจะมีหน้าที่อะไร	๑	๖๘.	กันไว้บ้าง และอดัมมยล	๑	๙๗.	ผู้เป็นเอกอัครศาสนูปถัมภก	๑
๓๓.	ความเป็นพระอรหันต์	๑	๖๙.	ช่วยได้ในทุกกรณี	๑	๙๘.	แห่งประเทศไทย	๑
๓๔.	ธรรมะกับคนในโลก	๑	๗๐.	เรื่องที่ต้องรู้ หรือควรรู้	๑	๙๙.	ลักษณะแห่งอัมมิกภาพ	๑
๓๕.	ลูกของชีวิต กับ เสน่ห์ของลูก	๑	๗๑.	อาชีพปัจจัยตามฐานะทั่วไป	๑	๑๐๐.	สรุปผลของการให้ธรรมศาสตร์	๑
๓๖.	กระแสแห่งชีวิตเป็นสิ่งที่ต้องรู้จัก	๑	๗๒.	แห่งพระพุทธรูป	๑	๑๐๑.	พระไตรปิฎก	๑
๓๗.	สิ่งแรกที่ควรต้องรู้จักในคือ	๑	๗๓.	อดัมมยล	๑	๑๐๒.	สัญญา ๔ ประการ	๑
๓๘.	ความทุกข์	๑	๗๔.	การสืบอายุพระศาสนา	๑	๑๐๓.	ธรรมศาสตร์แห่งชีวิต	๑
๓๙.	การหมดความเห็นแก่ตัวคือหมดทุกข์	๑	๗๕.	จุดประสงค์ของชีวิตคือ	๑	๑๐๔.	ปัจจัยสำคัญแห่งชีวิต	๑
๔๐.	ชีวิต คือหน้าที่ที่มีชีวิต	๑	๗๖.	พระคุณของแม่	๑	๑๐๕.	ปัจจัยสามแห่งชีวิต	๑
๔๑.	อดัมมยล	๑	๗๗.	ประมวลรูปแบบแห่งสากลธรรม	๑	๑๐๖.	ปริยัติธรรมแห่งชีวิต	๑
๔๒.	อดัมมยลประจักษ์	๑	๗๘.	การปฏิบัติได้อ่านจากพระปสาท	๑			

ปริโยสานแห่งชีวิตโหวหาร

- ปริโยสานแห่งชีวิตโหวหาร : ที่สิ้นสุดแห่งชีวิตโหวหาร.
- ชีวิตโหวหาร คือ การใช้ชีวิตลงทุน เพื่อได้รับกำไร ที่เราเรียกกันว่าพัฒนา มีอยู่ ๓ ขั้นตอน.
- ขั้นแรก ชีวิตของวัยรุ่นหนุ่มสาว ซึ่งส่วนมากไม่รู้จัก เช่นนั่นเองของอริยสัจ มักจะเห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นทุกข์เป็นเรื่องสนุก.
- ขั้นที่ ๒ ชีวิตพ่อบ้านแม่เรือน เมื่อไม่รู้จักเช่นนั้นเองของไตรลักษณ์ แล้วต้องมารับผิตชอบทั้งเรื่องของตัวเองและลูกหลาน จึงเป็นเรื่องหนักมาก.
- ขั้นที่ ๓ ชีวิตผู้เฒ่า ควรจะรู้จักเช่นนั้นเองมากขึ้น ๆ ไม่ยึดมั่นถือมั่น ในที่สุดก็จะได้พบชีวิตเย็น.
- อวิชชา คือมูลเหตุของความยึดมั่นถือมั่น (อุปาทาน) ทำให้ไม่เห็นเช่นนั้นเองของสิ่งทั้งปวง.
- เพราะไม่รู้ว่า ชีวิตเป็นเช่นนั้นเอง มีแต่ความยึดมั่นถือมั่น ชีวิตก็กลายเป็นทุกข์ เป็นมารกตเจ้าของ.
- พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า บุคคลได้อาศัยตถาคตเป็นกัลยาณมิตรแล้ว จะพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย.
- เราจะมีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรได้ โดยศึกษาจากคำสั่งสอนของท่าน แล้วปฏิบัติตาม ถึงที่สุดแล้วจะอยู่เหนือความตาย.
- พระพุทธเจ้าพระองค์จริงนั้นคือ พระธรรม ดังนั้นจึงไม่ตาย อยู่ในที่ทั่วไป พร้อมทั้งจะเข้าถึงบุคคลผู้เห็นธรรม.
- ผลสุดท้ายของการลงทุนด้วยชีวิต ชนิดที่มีกำไร จะได้ชีวิตที่สูงที่สุด คือ ชีวิตที่เย็น เย็นในทุกกรณีกิจ, เย็นในทุกอริยาบถ, เย็นในทุกกิจกรรมที่ต้องบริหาร, เย็นในทุกวิปริณามธรรม.