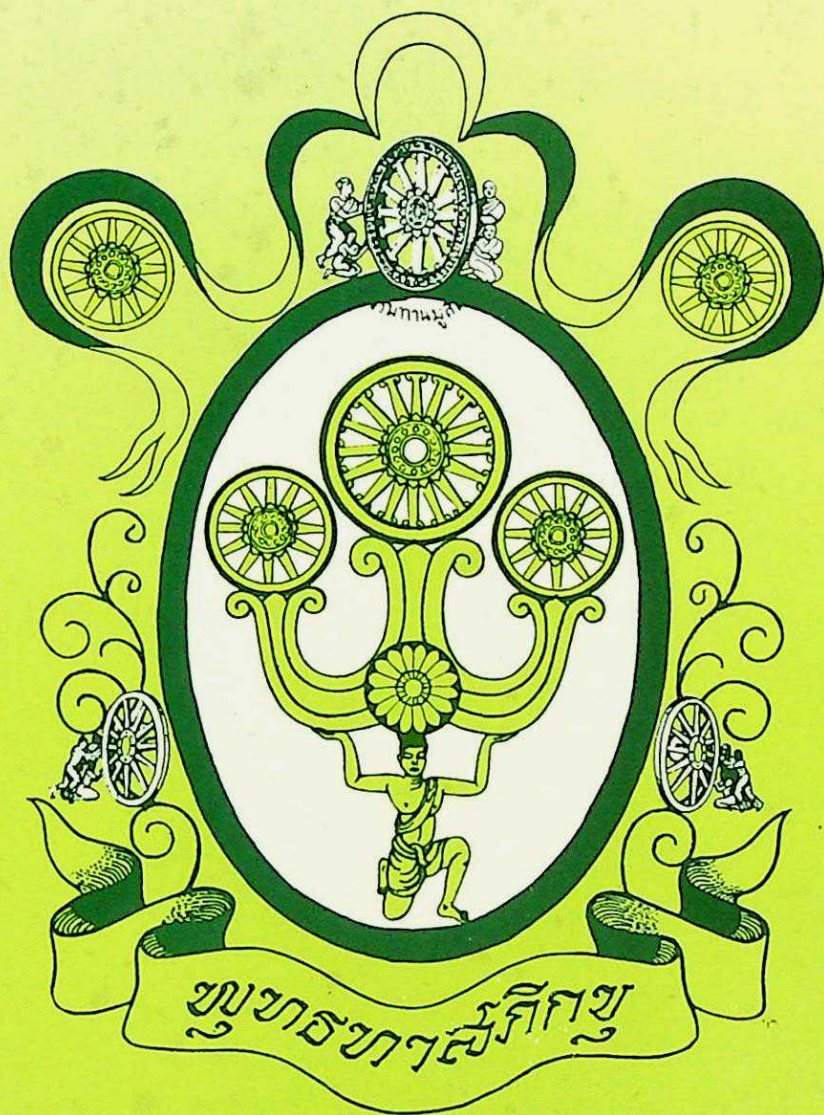


ออกพรรษา ออกมาเสียจากความทุกข์



[ชุดหมอนล้อ อันดับ ๙๘]

อุทิศนา

จักรธรรมะมัลย์	จะหมั่นทั่วทั้งธาตุตรี
แผ่ธรรมะรังษี	ตามพระพุทธทรงประสงค์ ฯ
มั่นหมายจะเสริมศาสน์	สถาปน์โลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกศุขสถาพร ฯ
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบร
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวสู่สู่เดรัจฉาน ฯ
จะทุกข์ทนทั้งคืนวัน	พิฆาตกันบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ฯ
บรรษัทพระพุทธองค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกผองผ่องพ้นภัย ฯ
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไพศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทั้งธาตุตรี ฯ

พ.ท.

๒๕๒๓

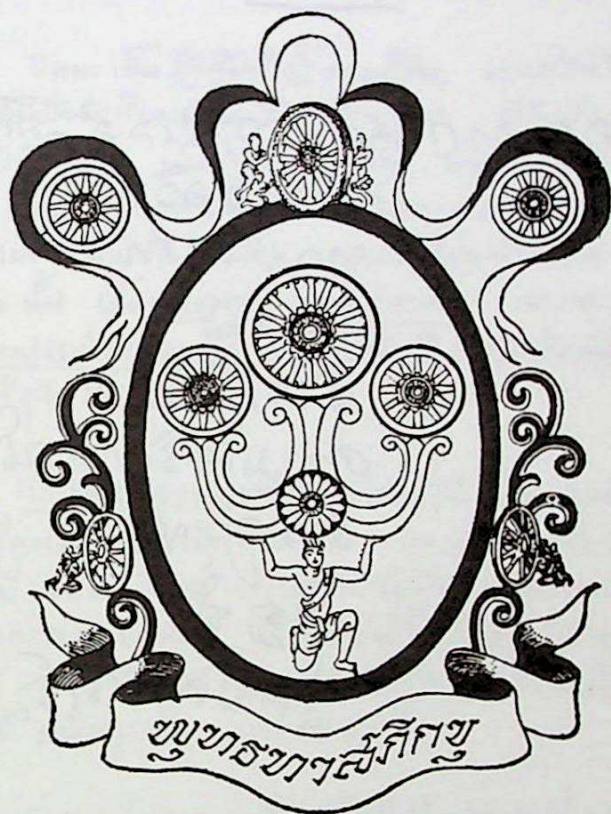


พิมพ์ที่ : วิตรนราการพิมพ์

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

ออกพรรษา ออกมาเสียจากความทุกข์

[ชุดหมอนล้อ อันดับ ๙๘]



๑๗ ตุลาคม ๒๕๔๕

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๕,๐๐๐ เล่ม

ล่อลวงพราน

- ๑๑ ออกจาก อัมมกิโลส-สึนไฮน์
ตำ โฉมอวิชัย
ทกข-ภร
พ่อวงศ์
วิเทศนิคม
ดามะเจริณณานิคม
ลัทธิ-ของ
พิชิต
โสมณาสถ์

คำปรารภ

การวัดค่าของน้ำในดินที่วัดได้จะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับ
 แหล่ง ที่ดินที่ปลูกพืชและวิธีการปลูกพืช เช่น การปลูกพืช
 ปลูกในแปลง การปลูกในแปลงที่ปลูกพืชในแปลงที่ปลูกพืช
 ปลูกในแปลง การปลูกในแปลงที่ปลูกพืชในแปลงที่ปลูกพืช
 ปลูกในแปลง การปลูกในแปลงที่ปลูกพืชในแปลงที่ปลูกพืช
 ปลูกในแปลง การปลูกในแปลงที่ปลูกพืชในแปลงที่ปลูกพืช

[illegible]

เป็นนายของมนุษย์ที่ถูกปล่อยไว้ คือ ทาสที่
คน มีกฎหมายเป็นเป็นทาสใจ และมีความกลัวใน
ชีวิตนี้ เป็นไปเช่น แก่คนและสัตว์ อยู่ภายใต้การ
มือ และควบคุมเวลา. น้อยคนนัก ที่จะไม่ยอม
ทำเช่น ชีวิตนี้คือการใช้เวลาของชีวิต มีคนเป็น
มนุษย์ อยู่ที่ถูกปล่อย และ สบายใจ.

ข้อคิดของ ๑๗ ๑- ต้องเป็นฝ่ายรัก - ซึ่งสิทธิ์-ถูกสนับสนุน
กตเวทนี^๑ ต่อปิตามารดา ถึงขนาดนี้แม้ว่ารักก็ควรเสียสละ =
๔ ข้อดี; ๒- ต้องเคารพ เชื่อฟัง อดทน อภัยแก่คนไม่ชอบ

ไมททพลาตาม โธม,
๑๓ พย. ๕๕

ออกพรรษา ออกมาเสียจากความทุกข์

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส ฯ

อนุปาทา วิมุตฺตจฺนฺตฺติ-

ธมฺโม สกฺกจํ โสตพฺโพ-ติ

ณ บัดนี้ อาตมาภาพจะได้วิสาขนาพระธรรมเทศนา ของ
พระผู้มีพระภาคเจ้า สักขีหนึ่ง เพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา
ส่งเสริมศรัทธา-ความเชื่อ และวิริยะ-ความพากเพียร ของท่าน
ทั้งหลาย ผู้เป็นพุทธบริษัท ให้เจริญงอกงามก้าวหน้า ตามทาง
แห่งพระศาสนา ของสมเด็จพระบรมศาสดา อันเป็นที่พึ่ง ของ
เราทั้งหลาย กว่าจะยุติลงด้วยเวลา.

ธรรมเทศนาเนื่องในวันออกพรรษา ๒๔ ตุลาคม ๒๕๒๔

ธรรมเทศนาวันนี้ ก็เป็นที่รู้กันว่า เป็นเทศนาสำหรับการออกพรรษา เป็นการแสดงธรรมเทศนาตามธรรมเนียม; เข้าพรรษา-ออกพรรษา โอกาสที่ควรจะแสดงธรรมเทศนา ก็จัดให้มีธรรมเทศนา เรียกว่า เป็นธรรมเนียม เป็นระเบียบ ก็ปฏิบัติสืบๆ กันมา.

วันนี้ เรียกกันว่าเป็นวันออกพรรษา ก็มีธรรมเทศนาเนื่องด้วยการออกพรรษา; แต่ก็ยังไม่รู้ว่าจะพูดเรื่องอะไรดี เพราะว่าเรื่องออกพรรษานี้ มันก็มีมากมายหลายอย่าง หลายความหมาย. ท่านทั้งหลายก็พอจะสังเกตได้เองว่าจะมีสักก็อย่าง.

พวกพระที่ร้อนจีวร ออกพรรษาก็เป็นวันที่ดีใจ ดีปีกดีทางว่าจะได้สึกไปเสียสักที; นี่ ออกพรรษาอย่างนี้ มันก็ของพระเณรพวกนี้.

ถึงชาวบ้านก็เหมือนกัน ที่คิดว่า หยุดเล่นไฟ หยุดดื่ม น้ำเมาตลอดพรรษา วันนี้ออกพรรษาแล้ว ก็จะได้ทำอย่างเดิม ก็ดีใจ ออกพรรษาหมายความว่า จะได้กินเหล้ากันใหญ่ เล่นไฟกันใหญ่ ตามสบายใจ ที่เคยอธิษฐานอดกลั้นไว้.

หรือแม้แต่พวกที่ว่า จำพรรษาเหมือนกับติดคุกอธิษฐาน

ว่าในพรรษาจะไม่ไปไหน พอออกพรรษาก็ดีใจ จะได้บินไปบ้าน
นั้นเมืองนี้ ตามความประสงค์ของตนๆ; นี่เรียกว่าออกพรรษา
ของภาษาคน มันก็เป็นอย่างนี้.

เราจะดูกันให้ดีกว่านี้ คือว่า ดูกันในภาษาธรรม การ
ออกพรรษานี้มันจะมีอะไรดีขึ้น และเป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้นๆ
ยิ่งๆ ขึ้นไป. แม้ข้อนี้ก็ยังคงกล่าวได้เป็นหลายอย่าง เช่นว่า:

เมื่อกล่าวตามตำนานตามประวัติ ก็เป็นวันที่ถือกันว่า
เป็นวันที่ระลึกแก่การที่พระพุทธเจ้าเสร็จการจำพรรษาในดาวดึงส์
ลงจากสวรรค์มาสู่มนุษยโลก. พวกนี้ก็ถือเอาความหมายนี้ แห่
พระแห่เจ้ากันเป็นการใหญ่, แต่พวกหนึ่งก็บอกบายมุขเข้าไป
ในเรื่องการแห่พระแห่เจ้านั้นเอง. แต่ก็ยังดีที่ให้ความเคารพ
นับถือแก่พระพุทธเจ้า ในโอกาสแห่งการเสร็จการจำพรรษาใน
ดาวดึงส์ ซึ่งเรียกว่าวันเทโวโรหณะ คือ วันเสด็จลงมาจาก
เทวโลก. ถ้าเข้าใจเรื่องนี้ดี ก็จะต้องได้ความพอใจบ้าง ว่า
พระพุทธเจ้าท่านกระทำอะไร ให้แก่สัตว์โลก.

นี่ถือตามตำนานต่อไปอีก, ว่าพอพระพุทธเจ้าท่าน
เสด็จลงมาจากเทวโลกในวันนั้น ท่านก็แสดงธรรม แก่หมู่

มนุษย์ที่ไปเฝ้ารับเสด็จอยู่ที่ตรงนั้น. แสดงธรรมในวันนั้นมีพิเศษมาก ก็เรียกว่าแสดงธรรมเรื่องเปิดโลก เปิดโลก เป็นปาฏิหาริย์ด้วย เป็นการแสดงธรรมด้วย. เปิดโลกให้โลกทุกโลกมองเห็นซึ่งกันและกัน เหมือนกับว่าอยู่ต่อหน้ากัน, สัตว์โลกในทุกข์ โลก ก็จะต้องทำความรู้จัก ทำความเข้าใจ หรือทำความสมควรสมานสามัคคีกัน ได้มากขึ้น ได้ง่ายขึ้น. นี่ก็เป็นเหตุการณ์สำคัญ ที่เราจะต้องพูดกันด้วยเหมือนกัน ว่าเป็นวันเปิดโลก, นี่เป็นความหมายในทางประวัติ หรือในทางตำนาน.

แต่ถ้าว่าเป็นความหมายทางพระวินัย ภิกษุจำพรรษาตามพระวินัย, ประพฤติตนอย่างดีที่สุด มีประโยชน์ที่สุด จนตลอดพรรษา. พอออกพรรษาก็มี การทำปวารณา ซึ่งมีความหมายสำคัญที่สุด คือ เปิดโอกาสให้ผู้อื่นว่ากล่าว ตักเตือนกันได้, เป็นการแก้ไขกิเลสอันเลวร้ายของมนุษย์ ให้เบาบางลงไป.

มนุษย์มีกิเลสเลวร้ายอยู่อย่างหนึ่ง คือไม่ชอบให้ใครตักเตือน, ถ้าใครตักเตือนก็จะโกรธ ในบางรายก็ด่าเอาเลย ถ้ามีใครมาตักเตือน. เราจะเห็นได้ในครอบครัวที่ไม่มีศีลธรรม เด็ก ๆ

ตัวเล็ก ๆ ก็ไม่มีใครดักเตือนได้นะ, ในครอบครัวที่ไม่มีศีลธรรม
 เด็กตัวเล็ก ๆ ใครไปว่ากล่าวดักเตือน มันก็ควาดเอา หรือบางที
 มันก็จะด่า, มันไม่ต้องการให้ใครมาบังคับ หรือว่ากล่าวสั่งสอน.
 เด็กตัวเล็ก ๆ มันเป็นอย่างนี้, แล้วมันก็มากขึ้น ๆ จนเป็นผู้ใหญ่
 เป็นหนุ่มเป็นสาว เป็นพ่อบ้านแม่เรือน, กระทั่งแก่เฒ่า มันก็
 ไม่อยากให้ใครดักเตือน; ถ้าใครมาดักเตือน มันก็ไม่ชอบ มันก็
 จะคัดค้าน จะต่อต้าน กระทั่งด่าว่าเอาในที่สุด.

ฉะนั้นเราจึงไม่ค่อยจะมีโอกาส ว่ากล่าวดักเตือนซึ่งกัน
 และกัน, บางคนขยายถึงกับไม่กล้าดักเตือนใคร; สังคมนี้มันก็
 ดีไปไม่ได้ เพราะว่ามันเป็นคนกระด้าง มันเป็นคนสังคมที่กระด้าง.

พระพุทธเจ้าท่านเห็นว่า กิเลสตัณหาต้องกำจัด จึง
 ทรงบัญญัติวินัยให้ทำปวารณา อย่างที่พระสงฆ์ได้ทำในวันนี้
 แล้ว. ทุกวัดทุกวาແລະ เป็นวันพระพิเศษที่เป็นวันออกพรรษา
 บัญญัติให้ทำปวารณา, วันพระอื่นๆ นอกนั้นให้ทำปาฏิโมกข์ คือ
 เอาสิกขาบทปาฏิโมกข์ มาประกาศให้ฟังเป็นข้อ ๆ ให้ใครระลึก
 นึกถึงว่า ผิดข้อไหนบ้าง จะได้บอกกันเสีย; นี่ให้เป็นเรื่อง
 ทบทวนสิกขาบท สำหรับให้ภิกษุประพฤติปฏิบัติสืบศาสนาไว้.

พอมถึงวันนี้ ก็ไม่ต้องทำปาฏิโมกข์ แต่ให้ทำปวารณาแทน ปาฏิโมกข์คือให้ประกาศเป็นกิจสงฆ์, ให้ภิกษุแต่ละองค์ๆ ปวารณา ต่อสงฆ์ ด้วยคำปวารณาที่ว่า:-

“ข้าพเจ้า ปวารณาต่อสงฆ์, ถ้าท่านได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง ได้สังเกต ว่าข้าพเจ้าเป็นคนประพฤติมิชอบ ก็ขอให้ ว่ากล่าวตักเตือน โดยอาศัยความเมตตากรุณา. เมื่อข้าพเจ้า ระลึกได้อยู่ หรือเห็นอยู่ ซึ่งการกระทำอันไม่ถูกต้องนั้น ข้าพเจ้าก็จะได้ทำคืนเสียใหม่ให้ถูกต้อง.” อย่างนี้ก็เรียกว่า ปวารณา เป็นความหมายทางพระวินัย ซึ่งพระองค์ทรงมุ่งหมาย จะให้แก้กิเลสอันเลวร้ายของมนุษย์ ที่ว่า ใครตักเตือนใครไม่ได้.

จึงหวังว่า ท่านทั้งหลายจะสนใจบ้าง จะได้เอาไปใช้ให้เป็นประโยชน์; แม้ว่าไม่ใช่เป็นภิกษุสงฆ์ เป็นฆราวาสอยู่ที่บ้าน ที่เรือน มันก็ควรจะมีระเบียบ สำหรับให้ได้ว่ากล่าวตักเตือนซึ่ง กันและกัน แล้วก็อย่าได้โกรธ.

ถ้าว่าขยายออกไปให้กว้างขวาง ทั้งหมู่บ้านก็ยังดี เช่น หมู่บ้านนี้ปวารณากันไว้ ให้อาจารย์ตักเตือนกันได้, ถ้ามีอะไร ควรจะตักเตือน ก็ตักเตือน, หมู่บ้านนี้มันก็จะดี จะเต็มไปด้วย

คนที่ประพฤติดี ไม่มีใครกล้าประพฤติชั่ว เพราะกลัวจะถูก
ตักเตือน ก็เลยมีความสุข. จึงควรจะไปใช้เป็นหลัก
ปฏิบัติทั่วไป ในบ้านเรือน ในครอบครัว ในหมู่คณะ ในบ้าน
ในเมือง, ถ้าได้ทั้งโลกก็ยิ่งดี ถ้าใครทำได้; นี้เรียกว่า ฝ้ายวินัย.

ถ้าฝ้ายธรรมะ การออกพรรษา, การปวารณานี้ สำหรับ
ปวารณานี้ ก็มีความหมายอย่างเดียวกัน คือจะลดมานะทิฐิ
ของคนที่หนาด้วยกิเลส เป็นคนยกหูชูหาง หูมันจะได้ลดลง
เสียบ้าง หางมันจะได้ลดลงเสียบ้าง หัวมันจะได้ลดลงเสียบ้าง
เพราะมีการทำปวารณา. มันก็จะเจริญงอกงามในทางของ
พระศาสนา คือกิเลสมันน้อยลง; นี่ก็เรียกว่า ทางธรรมะ
ก็มุ่งหมายกันอย่างนี้ แต่ก็เป็นธรรมะในระดับทั่วไป.

ถ้าจะให้ป็นธรรมะในระดับสูง มีความหมายอัน
ละเอียดลึกซึ้ง เราก็อาจอธิบายเป็นอย่างอื่นได้อีกหลายนัยด้วย
เหมือนกัน เช่นว่า ออกพรรษานี้ ให้มันเป็นการออกมาเสียจาก
สิ่งที่ไม่ควรจะต้องอยู่ด้วย.

อะไรไม่ควรจะต้องอยู่ด้วย? คือ ความทุกข์ หรือกิเลส หรือ
วิญญูสงสาร อะไรเหล่านี้ มันไม่ควรจะต้องอยู่ด้วย ควรจะได้ออกมา

เสีย. อาตมาเห็นว่า เรื่องนี้มีความสำคัญมาก ควรจะทำความเข้าใจกันให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ก็ว่า ออกพรรษาแล้ว ก็ให้ได้ออกมาเสียจากกองทุกข์ ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้.

ในทางศีลธรรม ที่ต่ำลงไป ก็ขอให้เป็นวันที่ว่า เรารู้จักเพื่อนมนุษย์ของเรา, เพื่อนสัตว์เกิด แก่ เจ็บ ตาย ของเราในทุกๆ โลก ว่ามีปัญหาอย่างไร มีความทุกข์อย่างไร, เราจะช่วยเพื่อนสัตว์ทั้งหลาย ผู้ร่วมการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ของเราอย่างไร จะได้ช่วยยิ่งๆ ขึ้นไป. เพราะว่าวันออกพรรษานี้ เป็นวันที่ต้องมองเห็นให้เห็นทุกๆ โลก; นี่ก็ข้อหนึ่ง.

ที่นี้อีกข้อหนึ่ง ก็คือให้ออกมาเสียได้ จากสังสารวัฏฏ์ ให้เป็นการดี; นีมันชั้นลึก ชั้นสูง ชั้นละเอียด. พุดกันแต่เพียง ๒ ข้อนี้มันก็น่าจะพอ เท่าที่เวลามันจะอำนวย.

ในข้อแรกก็ว่า เราอยู่กันตามที่ท่านกล่าวไว้ เป็นโลกๆ โลกๆ หลายๆ โลก.

ฝ่ายข้างเลวทราม มันก็มีนรก เดรัจฉาน เปต อสุรกาย, เป็น นิรยโลก ตีรฉานโลก เปตโลก อสุรกายโลก.

นี่ก็เป็น มนุษย์โลก มนุษย์ธรรมดาสามัญก็เป็นโลกหนึ่ง.

ที่นี้เทวดา ที่เรียกกันว่าฉกามาจรร คือเทวดาที่เสวย
 กามคุณ ก็มีอยู่ ๖ ชั้น สวรรค์ ๖ ชั้น นั่นก็เป็น *โลกเทวโลก*.
 ชั้นยอดสุดเรียกว่า *มารโลก* เทวดา ๖ โลกนั้น โลกที่ ๖ เรียกว่า
 มารโลก.

สูงไปกว่านั้นเรียกว่า *พรหมโลก* ที่เป็นรูปพรหมก็มี เป็น
 อรูปพรหมก็มี.

ตามที่กล่าวไว้ คุณจะมีเพียงเท่านี้ อบาย ฝ่ายเลวร้ายมีอยู่
 ๔, มนุษย์ ๑ เป็น ๕, เทวโลก ๖ เป็น ๑๑, พรหมโลกอีก ๒๐
 ก็เป็น ๓๑ โลก ๓๑ ชั้น. ถ้ามองเห็นกันได้ก็ดี มันจะได้เห็น
 ออกเห็นใจกันขึ้น จะเข้าใจกันมากขึ้น แล้วก็จะช่วยกัน, อาตมา
 คิดว่าถ้ามองเห็นได้ก็จะได้ดี แต่มองเห็นอย่างไรนี้ ยังไม่รู้จะพูด
 อย่างไรดีอยู่.

ที่เขาพูดกัน *นรกอยู่ใต้ดิน* มองอย่างไรเห็น, มนุษย์
 พอจะมองเห็น แต่มองเห็นเปลือกเท่านั้น เห็นเปลือกคนเท่านั้น
 แลละ ไม่เห็นถึงในใจคน; ที่นี้*สวรรค์อยู่บนฟ้า* สุดสายตา ส่ง
 กล้องก็ไม่เห็น, พรหมโลกสูงไปกว่านั้นอีก ก็ยังไม่เห็นอีก.

นี่มันไม่สมพระพุทธประสงค์ของพระพุทธเจ้า ว่าวันนี้จะ

เปิดโลกให้เห็นกัน. เพราะว่าสาวกมันโง่ บรมโง่ ตาบอดมองไม่เห็นอะไร มันจึงไม่สมประสงค์ของพระพุทธเจ้า จึงไม่เห็นโลกอื่นนอกจากมนุษยโลก, แล้วมนุษยโลกก็เห็นนิดเดียว. นี่สาวกโง่มันเป็นอย่างนี้ การแสดงธรรมเพื่อเปิดโลกมันก็เป็นมันจะอย่างไรกันดี ลองคิดนึกกันดู.

ถ้าจะเห็นอบาย นรก เเดรัจฉาน เปเรต อสุรกาย นั้นให้มองเข้าไปข้างในดีกว่า. เวลาใด เมื่อไร ที่ไหน มันร้อนใจเหมือนไฟเข้าไปเผาอยู่ในใจ นั่นแหละคือนรก นรกโลกอยู่ในใจ.

เมื่อไรมันโง่แสนจะโง่ มันเป็นสัตว์เดรัจฉาน, มันเป็นโลกเดรัจฉานอยู่ในใจของคนนั้นแหละ.

แล้วเมื่อไรมันหิว มันต้องการเหลือประมาณ มันอยากดี อยากเด่น อยากดัง อยากกิน อยากอ่อย อยากสวยงาม อยากด้วยความโง่ มันเป็นเปเรต, ไอ้โลกเปเรต มันก็มีอยู่ที่ความหิว ที่มีอยู่ในจิตใจของคน. ถ้าเราเห็นของคนอื่นไม่ได้ ก็เห็นของเราซิ, ถ้าเราเห็นของเราได้ ก็จะเห็นของคนอื่นได้เหมือนกัน.

ที่นี้อสุรกาย โลกอสุรกาย เมื่อมันขี้ลาด มันมีความหมายของโลกอสุรกาย.

ถ้ามองอย่างนี้ ก็จะเห็นหมดทั้ง ๔ โลก ที่มีอยู่ในจิตใจของคนนั่นเอง เพราะบางคราวคนนั้นแหละ มันได้เป็นอย่างนั้นจริงๆ. ในบางคราวคนได้เป็นสัตว์นรก คือมันทำผิดอะไรก็ได้, เข้าใจผิดอะไรก็ได้ แล้วมันร้อนใจอยู่เหมือนกับนรก; เพราะมันทำผิดทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่น ทางรส ทางโผฏฐัพพะ ทางธัมมารมณ์ มันไม่ได้พอใจ มันก็ร้อนเป็นไฟ เป็นนรก. ถ้ามองที่นี้ก็เห็นมองไปทางใต้ดิน ไม่มีวันจะเห็น, มองเข้าไปข้างในใจจะเห็นนรก เสร็จฉาน เปเรต อสุรกาย.

ที่นี้มนุษย์โลก ก็มองอยู่ตามปกติ ตามธรรมดาสามัญ ที่มีอยู่ปกติ มันทำอะไรบ้าง, คิดนึกอย่างไร, อยู่อย่างไร ในฐานะของมนุษย์ ก็มองให้เห็น. ที่มันไม่เหมือนกับนรก เสร็จฉาน เปเรต อสุรกาย และไม่เหมือนกับเทวดา ที่ไหน นั่นแหละ คือ ส่วนมนุษย์โลก. มนุษย์นี้ก็เรียกว่า มันขึ้นๆ ลงๆ ดีกว่า เดียวก็อาบเหงื่อต่างน้ำ, เดียวก็อาบน้ำหอม, เดียวก็บ้าๆ บอๆ ขึ้นๆ ลงๆ ไปตามเรื่อง ก็เรียกว่านี่คือมนุษย์.

ที่นี้เทวดา เวลาได้อย่างออกอย่างใจ ตามที่กิเลสต้องการ

ในทางกามารมณ์ ก็เป็นเทวโลกชนิกกามารมณ์. ถ้ามันถูกต้อง ก็มีความสุข แม้จะเป็นเรื่องกามารมณ์ มันก็มีความสุข ตามแบบคนจิตใจยังต่ำ ยังผลิตเพลินทางกามารมณ์, มันมุ่งแต่ความรู้สึกพอใจ เอรีดอรรอย เป็นที่ตั้งแห่งความรัก ความกำหนัด ความรักใคร่ ความยินดี มันก็เป็นไปในทางหลงไหลอย่างนั้น ก็เป็นพวกเทพ พวกสวรรค์ด้วยเหมือนกัน.

แต่ถ้าดีกว่านั้น ก็คือว่าไม่ต้องมีทำผิด ไม่ต้องลุ่มหลงมากเกินไป เป็นเทวดาชั้นดี; เมื่อได้ทำดีแล้วก็พอใจ เมื่อไรได้ทำดีแล้วก็พอใจ ยกมือไหว้ตัวเองได้ เมื่อนั้นเรียกว่าเป็นเทวดา. เมื่อเราพอใจตัวเรา จนยกมือไหว้ตัวเองได้ นั่นแหละควรจะเอามาเป็นที่สนใจ ว่าเป็นเทวดาอย่างที่พระอรหันต์ท่านเป็นกัน. นี่เป็นอันว่า โลกเทวดาก็ต้องมองข้างใน จึงจะเห็นว่ามันเป็นหลายชนิด หลายชั้น หลายระดับอย่างไร; มองขึ้นไปบนฟ้าแสบตาเปล่าๆ ไม่ได้เห็นเทวดา.

ที่นี้ พรหมโลก ถ้าอยากจะเห็นพรหมโลก ต้องเจริญพรหมวิหาร ให้จิตใจประกอบไปด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา, แล้วจิตนั้นเป็นอย่างไร ก็ชิมดู ชิมจิตนั้นดู;

นั้นแหละก็เห็นพรหมโลก เพราะว่าบุคคลนั้น ได้กลายเป็นพรหมไปแล้ว.

ที่นี่ ถ้าได้เป็นพรหมโลกที่สูงไปกว่านั้น พวกไม่มีรูป ก็ละสัญญาในรูปทุกสิ่ง ทุกชนิด ทุกอย่างเสีย ไปเอาอากาศ คือความว่างมาเป็นอารมณ์. จิตที่สัมผัสอยู่กับความว่างนี้ ได้รับรสอย่างอื่น มันไม่เหมือนกับในนรก ในมนุษย์ ในสวรรค์ ในพรหมโลกต่ำๆนี้ เพราะเขาเอาสิ่งที่ว่าง อากาศที่ว่างไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ จิตใจก็ว่างไม่มีที่สิ้นสุดเหมือนอากาศ, จิตใจนั้นก็มีความสุขไปอย่างหนึ่ง.

ยังไม่ดี ยังหยาบอยู่อากาศนี้ เอาวิญญาณธาตุเป็นอารมณ์ เป็นของละเอียด, เป็นธาตุที่ไม่มีที่สิ้นสุด, เป็นธาตุที่กว้างขวางไม่มีที่สิ้นสุด มันก็ว่างชนิดที่มันรู้สึกอะไรได้ มันก็มีความสุขไปอีกอย่างหนึ่ง.

นี่มันจะมีดีไปกว่านั้น ก็เอาความไม่มีอะไรเป็นอารมณ์ เรียกว่า อาภิญญาจัญญายตนะ, เอาความไม่มีอะไรเลยเป็นอารมณ์ เป็นสิ่งที่โล่งโล่ง กว้างขวาง ไม่มีข้อขัด จิตมีความไม่มีอะไรเป็นอารมณ์ มันก็เป็นพรหมชั้นที่ ๓ ของอรุปรหม.

เลื่อนขึ้นไปอีกก็ถึง เนวสัณญานาสัณญายตนะ มีความรู้สึกว่ามีชีวิตอยู่ ตายแล้วก็ไม่ใช่ ไม่ตายก็ไม่ใช่ เรียกว่า มีสัณญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัณญาก็ไม่ใช่; นี่มันละเอียด ละเอียดลงไปถึงที่สุด มันละเอียดกว่านี้ไม่ได้อีกแล้ว. แต่เมื่อจิตเป็นอย่างนั้น มันก็ได้รับรสของฌานอันนี้ ที่เรียกว่า เนวสัณญานาสัณญายตนะ. สิ้นสุดทำนี้เป็นอรุปรหม เป็นพรหมโลกสูงสุด; ตามหลักเขากล่าวไว้เพียงเท่านี้ ถ้าพ้นไปจากนี้อีก ก็ต้องเป็นเรื่องของพระนิพพาน.

เรื่องของโลก ๓๑ โลก อย่างที่ว่ามาแล้ว พวกอบายมีอยู่ ๔ โลก, มนุษย์ ๑ โลก, เทพกามาจร ๖ โลก, พวกรูปพรหม ๑๖ โลก, พวกอรุปรหม ๔ โลก รวมกันเป็น ๓๑. ถ้าใครมองเห็นตลอดคราวเดียวกัน รู้สึกได้ ก็เรียกว่า เป็นผู้เห็นโลก ตามที่พระพุทธเจ้าท่านเปิดให้เห็น ให้เห็นกันทุกโลก.

ทีนี้ก็ต้องต่อไปว่า มันดีอย่างไร เมื่อเห็นกันทุกโลก มันคงจะฉลาด คงหายโง่มากทีเดียวแหละ. ถ้าเห็นทุกโลกอย่างนี้ มันก็จะรู้สึกได้ทุกอย่าง ว่าเราควรจะทำอะไร ควรจะทำอย่างไร ต่อโลกที่มันเป็นทุกข์เป็นอบาย, ต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน, ต่อ

เทวดา, ต่อพรหม ว่าควรจะทำอย่างไร. คงจะประพฤติกระทำ
ถูกต้องหมด มันมีประโยชน์อย่างนั้น, มันจะไม่มีอะไรขัดขวาง
ขัดแย้ง ทะเลาะวิวาทอะไรกัน มีแต่จิตใจที่จะช่วยเหลือ ซึ่งกัน
และกัน ให้หลุดพ้นจากปัญหาร่วมกัน.

ปัญหาร่วมกันของทั้ง ๓๑ โลกนี้ คนโง่มองไม่เห็น
เพราะไปเห็นว่า ต่างกันเสียตั้ง ๓๑ ชนิดแล้ว ปัญหาที่ร่วมเป็น
อันเดียวกัน มันก็มองไม่เห็นซิ. คือว่าถึงแม้ว่ามันจะมีถึง ๓๑
โลก ๓๑ ชั้น มันก็เหมือนกันตรงที่ว่า มันมีกิเลสเหมือนกัน มี
โลภะ โทสะ โมหะ, พร้อมอยู่ด้วยกิเลส พร้อมอยู่ด้วยความทุกข์
เกิด แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกัน. นี่เรียกว่า มันกลายเป็นมี
ปัญหาเดียวกันทุกๆโลก จะไม่ต้องนับเป็น ๓๑ โลกหรอก มัน
โลกเดียวกันเลย คือว่า มีกิเลส มีความทุกข์ชนิดเดียวกัน. ที่นี้
มีความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นกิเลส ในโลกอื่นๆ มันก็
มีความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นกิเลส, มันมีความเกิด แก่
เจ็บ ตาย เป็นทุกข์ ที่อื่นมันก็มีความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์.

ถ้าจะสรุปให้สั้นที่สุด ก็เหลือแต่คำว่า ยึดมันถือมันใน
เบญจขันธ์นั้นแหละเป็นทุกข์. มันมีขันธ์กันทั้งนั้น ไม่อย่าง

ใดก็อย่างหนึ่ง ไม่มากก็น้อย มันก็ยึดมั่นฉันท์ แล้วก็มันเป็นทุกข์ ทุกๆ ชีวิต ทุกๆ ตัวสัตว์ หรือทุกๆ โลก.

เหมือนกับว่า พระพุทธเจ้าท่านเปิดโลกให้เห็นกันทุกๆ โลก, แล้วก็บอกให้รู้ว่า มันเหมือนกันทุกโลก คือมันโง่ ไปยึดถือเบญจฉันท์ หรือฉันท์ใดฉันท์หนึ่ง ว่าเป็นตัวตน ว่าเป็นของตน แล้วมันเป็นทุกข์; นี่ก็เปิดโลก พอลงมาจากเทวโลก วันนั้นก็แสดงธรรมเปิดโลก ตรงที่ลงมาจากเทวโลกนั่นเอง.

ก่อนแต่ที่จะเสด็จขึ้นไปบนสวรรค์ ไปจำพรรษาแล้วกลับมา ไม่มีเรื่องราวในตำนานที่แสดงว่าเปิดโลก; แต่ในตำนานแสดงไว้ชัดเจนว่า เมื่อลงมาจากสวรรค์ จากเทวโลก ในวันนั้น ทรงแสดงธรรมเปิดโลก ให้เห็นกันทุกโลก.

สัตว์ทั้งหลายก็เห็นซึ่งกันและกันว่า โอ้ มันมีความทุกข์อย่างเดียวกัน, สัตว์นรก ก็เห็นเทวดา เทวดาก็เห็นสัตว์นรก ต่างคนต่างเห็นกัน ว่ามันเป็นเพื่อน เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกัน หัวอกเดียวกัน ไม่มีใครดีกว่าใคร อย่าให้ใครดูถูกใคร. พวกเทวดาก็อย่าดูถูกสัตว์นรกเลย ไปดูหัวแม่เท้าเทวดาเองบ้าง มันก็มีกิเลส และมีความทุกข์, พวกพรหม ก็มีความยึดถือจัด ยึดถือตัวตน

ของคุณ อุปาทานจัดกว่าพวกไหนๆ หหมด เพราะว่าเขาสบายมาก
คนสบายมาก ยิ่งยึดถือตัวตนจัด แล้วยิ่งเห็นแก่ตัวจัด.

ก็เป็นอันว่า ทุกโลก ทุกชนิดแหละ มันมีปัญหา
เหมือนกัน คือความทุกข์ ซึ่งเกิดมาจากการยึดมั่นถือมั่น โดย
ความโง่เขลาในสิ่งนั้น สิ่งนี้ สิ่งโน้น ว่าเป็นตัวตน ว่าเป็น
ของตน; ธรรมะนี้ทำให้เราเห็นกันได้ทั้ง ๓๑ โลก.

แต่มนุษย์โง่ๆ ที่นี้ ไม่มองเห็นว่า คนจนกับคนมั่งมี มัน
เหมือนกันที่ตรงไหน, มันอยู่จ่อหน้า จ่อจมูก อยู่อย่างนี้ ก็ยัง
มองไม่เห็นว่าเป็นคนยากจนกับคนมั่งมี มันเหมือนกันที่ตรงไหน. คน
มั่งมีก็เดือดร้อนด้วยกิเลส คนจนก็เดือดร้อนด้วยกิเลส แล้ว
ทำไมไม่เห็นออกเห็นใจรักใคร่กันเสียบ้าง มันกำลังเป็นข้าศึก คิด
จะทำลายล้างกันอยู่. เรื่องปัญหาของนายทุน ของชนกรรมาชีพ
จมูกอยู่จ่อกันอย่างนี้ มันยังไม่มองเห็นกันว่า เรามีความทุกข์
เดียวกัน หัวอกเดียวกัน. โลกนี้มันก็เต็มไปด้วยความเบียดเบียน
การเบียดเบียน.

ถ้าอาศัยธรรมะของพระพุทธเจ้า มองเห็นกันว่า ทุกโลก
เลย อย่าว่าแต่นายทุนกับชนชั้นกรรมาชีพ ให้มันทุกโลก ทุกๆ

โลก มันก็มีปัญหาอย่างเดียวกัน, เราก็เห็นใจกัน เราก็รักใคร่กัน, เราก็ไม่ต้องเบียดเบียนกัน; ถ้าทำได้อย่างนี้ ก็เกิด *ศาสนาพระศรีอาริยเมตตรัย* ขึ้นมาทันที ใครไม่เบียดเบียนใคร มีแต่ความรักใคร่กัน; เรื่องเปิดโลกมันคืออย่างนี้ ที่จริงมันคืออย่างนี้.

แต่เรารับเอาไม่ได้ แม้ขึ้นยังทะเลาะวิวาทกัน เป็นชืต่อชื ก็ยังทะเลาะวิวาทกัน เพราะไม่เห็นโลก ไม่เห็นเปิดโลกได้, พระเณรก็ยังทะเลาะวิวาทกัน, ชาวบ้านก็ยังทะเลาะวิวาทกัน, พ่อแม่กับลูกยังทะเลาะวิวาทกัน, ผัวกับเมียยังกัดกัน เพราะมันไม่เห็นโลก.

ขออย่าให้การเปิดโลกของพระพุทธเจ้านี้ เป็นหมันเลย, ให้เห็นกันตามที่เป็นจริง ว่าวันนี้เป็นวันเสร็จเรื่องการจำพรรษา. สมมติกันว่า พຼ່ງนี้เข้าเสด็จลงมาจากเทวโลก มาสู่มนุษยโลก แล้วท่านก็เปิดโลกให้เห็นกันอย่างนี้. ฉะนั้นขอให้ทุกคนนี้ เตรียมตัว สำหรับจะรับการเปิดโลกของพระพุทธเจ้าพຼ່ງนี้เข้า ให้มีจิตที่ตั้งกำหนดไว้ดีที่สุดในวามนุษย์หรือสัตว์ที่มีชีวิตทั้งหลาย มันเหมือนกัน มีปัญหาเดียวกัน. เป็นสัตว์ในอบายก็ดี ในมนุษย-โลกก็ดี ในสวรรค์ก็ดี ชั้นพรหมก็ดี มันมีความเหมือนกันตรงที่มี

ความทุกข์. แล้วเราก็จะไม่เสียที่ที่ว่า ได้เป็นพุทธบริษัทของพระองค์ ทรงแสดงธรรมไว้ สำหรับให้เราประพฤติตาม.

นี่แสดงธรรมเรื่องเปิดโลกของวันออกพรรษา เตรียมตัวไว้ให้พร้อมสำหรับพรรุ่งนี้ คือ พรรุ่งนี้เช้าที่จะดับบาตรเทโวโรหณะ เป็นที่ระลึกแก่พระพุทธเจ้าเสด็จลงจากเทวโลก, แล้วท่านก็โปรดสัตว์ทั้งหลายด้วยการเปิดโลกให้เห็นกัน จ่อหน้ากัน. สัตว์ที่เคยนึกว่ามีแต่ตัวกู เดียวนี้มันก็ได้เห็นกัน โอ๊ะ มากไว้ย มันมีมากมายไว้ย ไม่ใช่มีแต่ตัวกู, แล้วก็เหมือนๆ กันแหละไว้ย เป็นทุกข์ทรมานอยู่ด้วยกันทั้งนั้น นี่ก็เลิกมีตัวกู-ของกูกันเสียบ้าง ก็ดีขึ้นๆ; เรียกว่า ก้าวหน้าในทางแห่งพระศาสนา ของสมเด็จพระบรมศาสดา.

นี่ ขอให้เตรียมตัวไว้ทุกคน พรรุ่งนี้ขอให้มึจิตใจอย่างนั้น เพราะเป็นเวลาที่พระพุทธองค์ทรงเปิดโลก; นี่เรื่องหนึ่งแล้วนะเสร็จไปเรื่องหนึ่งแล้ว ว่าเรื่องเปิดโลก ออกพรรษา.

ทีนี้ก็จะพูดเรื่องที่สอง คือออกพรรษา ด้วยการมีจิตใจออกมาเสียจากกองทุกข์และวัฏฏสงสาร. มันก็ต่อเนื่องกับเรื่องเปิดโลก เราจะต้องออกมาเสียจากกองทุกข์ กองกิเลสและ

กองทุกข์ นี้เรียกว่าวัฏฏสงสาร วนเวียนอยู่ในกิเลสในวัฏฏสงสาร ออกมาไม่ได้. เมื่อออกพรรษา มันก็ควรจะมีการออกได้ตามสมควร หรือออกมากขึ้น.

น้ำฝน, ฝนตกนี้ ถูกใช้อุปมาฝ่ายดีก็มี ฝ่ายชั่วก็มี: ฝ่ายดีก็คือแผ่นดินทุกข์, แต่ฝ่ายชั่วเขาวามันเปียกชื้น เป็นอุปมาของกิเลสไป, ฝนเป็นอุปมาของกิเลส มันเปียกชื้นรื้อรด. เรา ก็ออกมาเสียให้ได้จากฝน ชนิดที่เป็นความหมายของกิเลสและ รื้อรด.

ให้ออกมาเสียได้จากกิเลส ก็หมายความว่า อย่าให้กิเลส มันบีบคั้นเรา, ออกมาเสียได้จากความทุกข์ ก็เพื่ออย่าให้ ความทุกข์มันแผดเผาเรา.

นี้จะทำอย่างไร? มันก็ต้องอาศัยความรู้เรื่องเปิดโลกอีก เหมือนกัน คือ ความรู้เรื่องว่ากิเลสเป็นอย่างไร, ญาณทัศนะ โภธิ ปัญญา เป็นอย่างไร. กิเลสอยู่ในฝ่ายความโง่ ความมืด ความหลง ความไม่รู้ นี่ฝ่ายกิเลส, ที่นี้ฝ่ายโพธิ ฝ่ายปัญญา ฝ่ายญาณทัศนะ นี่ลืมหูลืมตา สว่างไสวแจ่มแจ้ง รู้ว่าอะไรเป็นอะไร; มันมีอยู่เป็น ๒ ฝ่ายอย่างนี้.

ถ้าจะออกมาเสียได้จากกิเลส ก็ต้องมีสิ่งที่ตรงกันข้าม คือ โภธิ เรียกว่าโพธิ หรือปัญญา หรือ ญาณทัศนะ หรือดวงตา หรือแสงสว่างแล้วแต่จะเรียก, เท่าที่เห็นเขาเรียก จับคู่กันอยู่ เขาใช้คำว่า กิเลสฝ่ายหนึ่ง โภธิฝ่ายหนึ่ง. กิเลสกับโพธิเป็นฝ่ายบรรดาประหัดประหารต่อสู้กันกว่าจะสิ้นสุด เมื่อโพธิกำจัดกิเลสได้ถึงที่สุด มันก็เป็นนิพพาน; เราใช้โพธิเพื่อที่จะถอนตัวออกมาเสียจากวัฏฏสงสารให้มาก.

ติดอยู่ในกองทุกข์ก็เพราะหลงยึดถือ ดังที่กล่าวแล้ว; คำนี้ไม่มีผิด ว่า ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะความยึดถือ. ตรัสไว้หลายพันปีมาแล้ว แล้วมันก็ไม่ผิด อีกก็กับปีก็กลับมันก็ไม่ผิด มันจะยังเป็นอย่างนี้อยู่เสมอ ว่าความทุกข์เกิดมาจากความยึดถือ ไม่มีความยึดถือ ก็ไม่มีความทุกข์ มีความยึดถือที่ไหนก็มีความทุกข์ที่นั่น มันก็อยู่ภายใต้กองทุกข์ ออกมาไม่ได้.

ถ้าจะออกมาให้ได้ก็อย่ายึดถือชิ ถ้ายึดถือ มันก็ติดอยู่ในสิ่งที่ยึดถือ มันก็ออกมาไม่ได้ ยึดถือว่าตัวกู ยึดถือว่าของกู; มันมีเรื่องให้ยึดถือมาก นับไม่ไหว แต่สรุปรวมแล้วก็เรียกว่าขันธ ๕. เรื่องของขันธ ๕ นี่มันแจกได้มากมายนับไม่ไหว เป็นร้อยเรื่อง

พันเรื่อง หมื่นเรื่อง แสนเรื่อง ฉะนั้นเราก็คอยดูแต่ว่า จิตมันไป
หลงยึดถืออะไรก็แล้วกัน.

ในโลกนี้ในทางวัตถุนี้ ก็มีให้ยึดถือมาก ตา หู จมูก ลิ้น
กาย นี่ เอร็ดอรร้อย สนุกสนานเพลิดเพลิน นี่ก็มีมาก. แล้วทาง
จิตใจมันก็ยึดถือ เป็นความดี ความชั่ว ทางบุญกุศล ทางอะไร
ต่างๆ ก็ยึดถือ, ยึดถือเกียรติยศชื่อเสียง, ยึดถือตัวกู ใครมาว่า
ไม่ได้ ใครมาทักไม่ได้ เพราะมันมีตัวกู นี่มันก็ยึดถือ. แต่ยึดถือ
ทางวัตถุทางสิ่งของ ไม่ร้ายกาจเท่ากับยึดถือทางจิตใจ ทางนาม-
ธรรม มันเหนียวแน่นกว่า.

จะยึดถือฝ่ายไหน มันก็จะเป็นทุกข์ทั้งนั้น ยึดถือ
ฝ่ายดีก็เป็นทุกข์อย่างดี, ยึดถือฝ่ายชั่วก็เป็นทุกข์อย่างชั่ว ยึดถือ
เข้าแล้ว เป็นทุกข์ทั้งนั้น. มันเป็นทุกข์เพราะยึดถือ ถ้าไม่ยึดถือ
ก็ไม่ทุกข์, ถ้าไปยึดถือเข้าแล้วมันเป็นทุกข์ทั้งนั้น ดังนั้น ทั้งชั่ว
ทั้งดี ล้วนแต่อัปรีัย ทั้งชั่วทั้งดีล้วนแต่อัปรีัย. ถ้าไปยึดถือจะ
เป็นอย่างนั้น ยึดถือเรื่องดี ดีของกูอะไรนี้ มันก็กัธเอา, ถ้า
ยึดถือความชั่วให้มีความหมายขึ้นมา มันก็ทุกข์ร้อน มันก็กัธเอา.

ถ้ายึดถือแล้วมันจะอัปรีัยไปหมด ต่อให้เป็นบุญและ

เป็นบาป ไปยึดถือเข้าแล้วจะอัปรียเหมือนกัน, ต่อให้ความสุขและความทุกข์ ไปยึดถือเข้ามันก็จะอัปรียเหมือนกัน คือมันจะกัดเอาทั้งนั้นแหละ อย่าไปยึดถือซิ.

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ถ้าได้อาศัยพระองค์แล้วจะหลุดพ้นนะ, อาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตรแล้ว ที่มีความเกิดเป็นธรรมดา จะพ้นจากความเกิด, ที่มีความแก่เป็นธรรมดาก็จะพ้นจากความแก่, ที่มีความเจ็บเป็นธรรมดา จะพ้นจากความเจ็บ, ที่มีความตายเป็นธรรมดา จะพ้นจากความตาย ถ้าได้อาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตร.

ข้อนี้หมายความว่า พอไปอาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตรแล้วก็ได้รับการสั่งสอนให้หลุดสว่าง ไม่ยึดถือ ไม่ยึดถือว่าคุณเกิดของคุณ ความเกิดก็ไม่ใช่ทุกข์, ไม่ยึดถือว่าคุณแก่ของคุณ มันก็ไม่ใช่ทุกข์เพราะความแก่, ไม่ยึดถือว่าคุณเจ็บของคุณ มันก็ไม่ใช่ทุกข์เพราะความเจ็บ, ไม่ยึดถือว่าคุณตายของคุณ มันก็ไม่ใช่ทุกข์เพราะความตาย.

เดี๋ยวนี้มันยึดถืออยู่ตลอดเวลา ว่าความเกิดของคุณ, ความแก่ของคุณ, ความเจ็บของคุณ, ความตายของคุณ. แม้ไม่ได้พูดว่า

ยึดถือ แต่มันยึดถืออยู่เต็มทีโดยไม่รู้สีกตัว, และมันได้ยึดถืออยู่เป็นธรรมดาของสัตว์ที่โง่เขลา ฉะนั้นพอพูดว่าความเกิด มันก็คือความเกิดที่ยึดถือแล้ว, ถ้าพูดว่าความแก่ ก็คือความแก่ที่ยึดถือแล้ว.

พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้สั้น ๆ ว่า ความเกิดเป็นทุกข์, ความแก่เป็นทุกข์, ความเจ็บเป็นทุกข์, ความตายเป็นทุกข์ นั้นหมายถึงยึดถือทั้งนั้นแหละ ที่คนโง่ยึดถือเอาเป็นของตนแล้วทั้งนั้นแหละ ที่มันเป็นความทุกข์นะ; ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ที่ไม่ได้ยึดถือ ไม่เป็นทุกข์. เหมือนว่าเป็นพระอรหันต์แล้ว ไม่ยึดถือความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นของกูแล้ว ก็ไม่มีความทุกข์เพราะความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตายอีกต่อไป.

เข้าใจให้ดีๆ นะ ที่ได้สอนไว้ แล้วก็เราเอามาสดมภ์กันอยู่ทุกวันนี้ละ เดี่ยวจะโง่เหมือนกับคำร้องของนกแก้ว นกขุนทองว่า ความเกิดเป็นทุกข์. ขอให้รู้ว่า ความเกิดที่ยึดถือเป็นของกู จึงเป็นทุกข์, ความแก่เป็นทุกข์ ความแก่ที่มันยึดถือว่าเป็นของกู, เจ็บไข้เป็นทุกข์ เจ็บไข้ที่มันยึดถือเป็นของกู, ความตายเป็นทุกข์ ก็คือความตายที่ยึดถือเป็นของกู. แต่โดยเหตุที่

ปฏุชนทั้งหลาย ยึดถืออยู่แล้วเป็นประจำ ท่านจึงไม่ต้องพูดว่า
 ความเกิดที่ถูกยึดถือ, ความแก่ที่ถูกยึดถือ, ความเจ็บที่ถูก
 ยึดถือ, ความตายที่ถูกยึดถือ ไม่ต้องพูด เพราะมันโง่งอยู่แล้ว
 มันถืออยู่แล้ว; พูดสั้นๆ แต่เพียงว่า ความเกิดก็พอ ความเกิด
 เป็นทุกข์, ความแก่เป็นทุกข์, ความเจ็บเป็นทุกข์, ความตาย
 เป็นทุกข์.

พอได้อาศัยพระพุทธรองค์เป็นกัลยาณมิตร แล้วก็
 สอนจนหุดาสว่าง ไม่ยึดถือเอาเป็นของตน ก็พ้นจาก ความ
 เกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย.

นี่คือว่าเราออกมาเสียได้ จากอำนาจของความเกิด แก่ เจ็บ
 ตาย, มีความหมายเป็นการออก ออกออกมาเสีย อย่าเข้าไป, เมื่อ
 ไม่เข้าไป มันก็เป็นการออกมาเสีย จากสิ่งที่ควรจะออกมา คือ
 ความทุกข์ อย่าเข้าไป. มันเป็นทุกข์ ออกมาเสียจากความทุกข์
 คือ อย่ายึดถือเอาความทุกข์นั้นแหละเป็นความทุกข์ของกู, อะไรๆ
 ก็สุดแท้ อย่าไปยึดถือให้เป็นตัวกูให้เป็นของกู. ถ้าไปยึดถือเป็น
 ตัวกู ของกู มันก็เกิดการปรุงแต่งที่เรียกว่า สังขาร จนเกิดความ
 รู้สึกที่เป็นทุกข์เป็นแน่นอน.

เรามีเงิน พอยึดถือว่าเงินของกู มันก็กั๊ดเอา, มันปรุง
 แต่งจนเกิดความรู้สึกที่เป็นทุกข์, ความวิตกกังวล ความหวง
 ความหวั่น ความระแวง ความอิจฉาริษยามันก็เกิด มันก็เป็นทุกข์.
 มีเงินแต่ไม่ต้องยึดถือ จะใช้สอยไปก็ไม่ต้องยึดถือ, จะหามาก็
 ไม่ยึดถือ, จะเก็บไว้ก็ไม่ต้องยึดถือ อย่างนี้มันก็ไม่กั๊ดเอา มันก็
 ไม่เป็นทุกข์ นี่เรียกว่าเงิน. อื่นๆ ก็เหมือนกัน ทรัพย์สมบัติ
 อย่างอื่น, เกียรติยศชื่อเสียงอย่างอื่น, โลกธรรมทั้งปวง แม้แต่
 ร่างกายชีวิตนี้ก็อย่าได้ยึดถือ. ยึดถือแม้แต่ร่างกายชีวิตนี้ว่าตัวกู
 ว่าของกู มันก็เป็นทุกข์ มันก็กั๊ดเอา เพราะมันเป็นความยึดถือ
 มันหนัก แล้วมันก็เป็นทุกข์.

ท่านสอนเราให้พ้นจากความทุกข์ ก็คือสอนให้ไม่
 ยึดถือ; บททำวัตรสวดมนต์มาสอนกัน แล้วก็มาท่องกันอย่าง
 นกแก้วนกขุนทอง มันไม่สำเร็จประโยชน์นะ. ฉะนั้นศึกษาให้
 เข้าใจให้ดี ไซ้ให้สำเร็จประโยชน์, ข้อความเหล่านั้น บอกให้รู้ว่า
 ยึดถือแล้วเป็นทุกข์, มันอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ยึดถือแล้ว
 เป็นทุกข์; ไม่ต้องยึดถือ จะเกี่ยวข้องกับมันก็ได้ แต่ไม่ต้อง
 ยึดถือ. เช่นเรามีเงิน ก็ทำไป จะหามา, จะมีไว้, จะใช้สอย, จะ

อะไรก็อย่ายึดถือ ถ้ายึดถือมันจะเป็นทุกข์; นี่ทุกข์มันจะเกิดต่อเมื่อยึดถือ. จะมีอะไรก็ได้ ทำให้ถูกต้องต่อสิ่งนั้นๆ แล้ว จะไม่ต้องเป็นทุกข์, จะมีทรัพย์สมบัติ บุตรภรรยา สามีด้วยก็ได้ ถ้ามีให้เป็น โดยไม่ต้องยึดถือ มันก็ไม่กัចเอา มันก็ไม่ต้องเป็นทุกข์; พอยึดถือต้องเป็นทุกข์ทันที ไม่มีใครช่วยได้ พระพุทธเจ้าก็ช่วยไม่ได้ ถ้ายึดถือแล้วต้องเป็นทุกข์.

เดี๋ยวนี้ท่านแสดงธรรมเป็นเครื่องออก พรหมจรรย์นี้ เป็นการออก เป็นทางออก เป็นนิสสรณะ เป็นหนทางออก ก็คือไม่ยึดถือ ถ้ายังยึดถืออยู่ก็ติด ติดแล้วออกไม่ได้ ฉะนั้นรู้ว่ายึดถือไม่ได้ ไม่ควรยึดถือ มันก็ออกมาได้.

นี่แหละอยากจะให้เอามาใช้ เป็นความหมายของคำว่า ออกพรรษา ออกมาเสียจากกองทุกข์, ออกมาเสียจากความทุกข์ ให้ปีนี้นมันออกมาได้มากกว่าปีกลาย, ปีกลายออกมาได้มากกว่าปีก่อนๆ, ให้มันออกมาจากกองทุกข์ได้ยิ่งๆ ขึ้นทุกปี. อย่างนี้จึงจะเรียกว่า ออกพรรษามีค่า มีความหมายสำหรับคนนั้น ซึ่งอยู่จำพรรษา เพื่อจะศึกษาเรื่องความทุกข์ตลอดพรรษา. เรื่องความทุกข์ เราสู้แจ้งชัดยิ่งๆ ขึ้นทุกที พอออกพรรษา เราก็ตออก

จากความทุกข์นั้นได้มากขึ้นกว่าปีกลาย; อย่างนี้เรียกว่า ออก
 พรรษานิดที่ถูกต้องน่าพอใจ น่าชื่นใจ. ขอให้สังเกตดู เป็นการ
 ออกพรรษาที่ถูกต้องตามแบบของพุทธบริษัท ไม่ใช่ออกพรรษา
 อย่างจืดจืดร้อน ของพระเณร ที่มีจืดจืดร้อน, หรือที่ไปทำอะไร
 หมายมั่นอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นไปอีก มันก็เป็นทุกข์. แล้วมันก็
 ไม่มีความหมายเรื่องออกพรรษา มันจะออกหรือไม่ออก ก็ยังจม
 อยู่ในกองทุกข์เท่าเดิม พวกชนตินั้น, จะวิ่งไปวิ่งมาที่ไหน มัน
 ก็ยังมีความทุกข์เท่าเดิม. ไม่ต้องวิ่งไปวิ่งมาที่ไหน ให้มันออก
 จากกิเลส ออกจากสิ่งที่ยึดถือ, สิ่งไรเคยยึดถือไว้ ให้ออกมา
 เสียจากสิ่งนั้น นั่นก็เรียกว่า ออกจากกองทุกข์ ออกจากวัฏฏะ.

ทางออกมันอยู่ตรงที่ไม่ยึดถือ ธรรมะสูงสุด แล้ว
 เป็นอากาสิโกตลอดกาล, ออกมาเสียได้เพราะไม่ยึดถือ ออก
 จากกองทุกข์เสียได้เพราะไม่ยึดถือ. แล้วก็ต้องให้เห็นเอง ถ้า
 ยึดถือแล้วเป็นทุกข์ทั้งนั้นแหละ ความดีก็เป็นทุกข์, บุญกุศลก็
 เป็นทุกข์ถ้ายึดถือ; ถ้าไม่ยึดถือก็เป็นนิพพาน ก็ไม่เป็นทุกข์.

นิพพานนั้น ท่านจึงตรัสว่า มันเหนือบุญเหนือบาป, เหนือ
 กุศลเหนืออกุศล, เหนือดีเหนือชั่ว, เหนือไปทุกอย่างเลย. แล้ว

ถ้าว่าไม่ออก ก็คือยึดถือ ยึดถือมันก็เป็นทุกข์ ยึดถือดีก็ทุกข์ แบบดี, ยึดถือชั่วก็ต้องทุกข์ตามแบบชั่ว. ฉะนั้นอย่าไปเกี่ยวกับชั่ว อย่าไปเกี่ยวกับดี อยู่ตรงที่ว่างๆ นั้นแหละจะไม่ทุกข์ นั้นแหละนิพพาน. นิพพานนั้นว่าง นิพพานเป็นความว่างอย่างยิ่ง อยู่ตรงที่ว่าง, ไม่ไปเกาะกับความดี ไม่ไปเกาะกับความชั่ว, ไม่ไปเกาะกับบุญ ไม่ไปเกาะกับบาป แล้วก็ไม่ต้องเป็นทุกข์.

เดี๋ยวนี้คนเกือบจะทั้งโลก เขาชอบดี ชอบบุญ ชอบสุข เขาก็ไปเกาะอยู่กับบุญ กับดี กับสุข, มันก็ติดอยู่กับฝ่ายนี้ ฝ่ายดี ฝ่ายสุข ฝ่ายบุญ ฝ่ายอะไรนี้ มันก็ต้องมีความทุกข์ เพราะความยึดถือ. แต่ว่ามันเป็นทุกข์ที่น่าสนุก ไม่เป็นทุกข์เหมือนกับ บาปหรือความชั่ว คนก็เลยพอใจ เอาละ เอาอย่างนี้กันไปก่อน, สุขกันอยู่ด้วยความดี ด้วยเกียรติยศชื่อเสียง ด้วยความร่ำรวย ด้วยความสวยงาม หรืออะไรต่างๆ. ทนเอา เพราะว่ามันสนุกดี มันอร่อยดี ก็ไม่ยอมออกจากกองทุกข์, ไม่ยอมปล่อยให้หลุดจาก กองทุกข์ ก็ไม่นิพพาน เพราะมันไม่เย็น. ไปติดอยู่กับดี มันก็เป็นทุกข์อย่างดี มันก็ไม่ใช่นิพพาน เพราะมันไม่เย็น, ไปติดอยู่กับความทุกข์นั้นแน่นอนละ มันร้อนยิ่งกว่าอะไร มันก็ไม่

นิพพานหรือ เพราะมันไม่เย็น.

ฉะนั้นอย่าติดอยู่กับอะไร จะว่าง แล้วก็ออกมาเสียได้ ก็กลายเป็นเรื่องของนิพพาน คือว่าง ไม่ติดกับอะไร. ฉะนั้น การที่เขาพูดไว้อย่างน่ากลัวนั้น คุณจะฟังไว้บ้างก็ได้ ถ้าไม่เชื่อก็ไม่เป็นไร ว่าทั้งชั่วทั้งดีล้วนแต่อัปรีย์, ทั้งสุขทั้งทุกข์ล้วนแต่อัปรีย์, ทั้งแพ้ทั้งชนะล้วนแต่อัปรีย์, ทั้งได้ทั้งเสียล้วนแต่อัปรีย์ เพราะไปติดมัน ติดฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งแล้วมันก็อัปรีย์ คือมันเป็นทุกข์เพราะมันกักเอา. นิพพานก็ไม่ต้องติดกับอะไรเลย เหนือบุญเหนือบาป, เหนือสุขเหนือทุกข์, เหนือโลกเหนือทุกอย่างเลย.

เดี๋ยวนี้ ฝนเข้ามาแล้วจะอย่างไร? จะยอมเปียก พูดกันเรื่อยไป หรือว่าจะหนี เลิก หยุด. เรื่องมันจะจบอยู่แล้ว แล้วนี่มันก็ชั่วโม่งกว่าแล้วนะที่พูด ซึ่งตามธรรมดาที่จะต้องจบอยู่แล้ว.

ขอสรุปความที่ว่า ต้องออกมาเสียจากความทุกข์ วัฏฏ-สงสาร ความวุ่นเวียนในกองทุกข์ ติดอยู่ในกองทุกข์. ในกองทุกข์นั้น ในวัฏฏะนั้น มันมีเหยื่อล่อให้เป็นสุข คือมีดีมีชั่ว มีบุญมีบาป มีสุขมีทุกข์ มีขึ้นมีลง มีได้มีเสีย มีแพ้มีชนะ; ฉะนั้นใน

วัฏฏสงสาร จึงมีความทุกข์ อย่าไปเอากะมัน.

จงกล่าวพูดว่า ไม่น่ารัก อปรีย์ อปรีย์ก็แปลว่าไม่น่ารัก, อปแปลว่า ไม่, ปรีย์ แปลว่า น่ารัก, อปรีย์แปลว่าไม่น่ารัก. ทั้งชั่วทั้งดี ล้วนแต่อปรีย์ ไม่น่ารัก อย่าไปเอากะมัน อยู่ตรงกลางๆ ดีกว่า อย่าชั่ว อย่าดี, ทั้งได้ทั้งเสีย ก็ล้วนแต่อปรีย์ อย่าไปเอากะมัน, ทั้งแพ้ทั้งชนะ ก็ล้วนแต่อปรีย์ อย่าไปเอากะมัน อยู่ตรงที่กลาง ตรงที่ว่างนั้นแหละ จะไม่มีความทุกข์เลย หนทางออกอยู่ที่นั่น.

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ทางสายกลางนั้นเป็นทางออกไปนิพพาน ฉะนั้น อย่าไปเข้าฝ่ายอร่อย อย่าไปเข้าฝ่ายไม้อร่อย ไม่เอาทั้งสอง, แพ้ก็ไม่เอา ชนะก็ไม่เอา, ได้ก็ไม่เอา เสียก็ไม่เอา, รวยก็ไม่เอา จนก็ไม่เอา คือไม่ไปหมายมัน ไม่ไปยึดติดในส่วนไหนหมด. นี่มันอยู่ตรงกลาง อย่างนี้แล้วจะไปนิพพาน จะว่างอยู่ที่ตรงนั้น แล้วจะนิพพานอยู่ที่ตรงนั้น, จะไม่มีความทุกข์อยู่ที่ตรงนั้น; นี่คือออกพรรษาที่แท้จริง ที่สูงสุด ที่มีความหมายสูงสุด.

ออกพรรษาขอให้เป็นการเปิดโลก เห็นโลก แก้ไขปัญหา

ของโลกทุกโลก เป็นเพื่อน เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน.

ออกพรรษา ออกมาเสียจากกองทุกข์ อย่าไปหลงติดยึดมั่น ไม่ยึดมั่นแม่ในดี แม่ในชั่ว, แม่ในบุญ แม่ในบาป, แม่ในสุข แม่ในทุกข์, แม่ในได้ แม่ในเสีย, แม่ในแพ้ แม่ในชนะ กระทั่งว่าที่มันตรงกันข้ามทุกชนิด. ไม่ยึดถือ ไม่ว่าอะไรแล้วแต่ที่มันจะทำให้ยึดถือได้ ว่าหญิง ว่าชาย, ว่าพ่อ ว่าเมีย, ว่าลูก ว่าแม่ ว่าอะไรก็ตาม ที่มันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือ ไม่เอาทั้งนั้นแหละ ให้จิตมันว่าง.

แต่ไม่ได้หมายความว่า เอาไปฆ่าให้ตายเสียให้หมด ไม่ต้อง เงินก็ไม่ต้องเอาไปทิ้งทะเล แต่มีอย่างที่ไม่ยึดถือ, เงิน ทอง ทรัพย์สมบัติ ข้าวของ บุตรภรรยาสามี เกียรติยศชื่อเสียง ทุกอย่างเกี่ยวข้องด้วยได้ แล้วก็อย่ายึดถือ.

ถ้าอรรย ก็รู้ว่าอรรย ก็รู้สึกว่ายอรรย ไม่ต้องโกหกว่า กูไม่ยึดถือแล้วไม่อรรย มันเป็นคนโกหก. ของที่มันอรรย หรือมันหวาน ก็มันอรรยหรือมันหวานก็แล้วกัน แต่กูไม่ยึดถือก็แล้วกัน. อย่าไปโกหกตัวเองว่าไม่อรรยบ้าง เหมือนที่เขาชอบหลอกกัน ที่อรรยก็อรรย ที่ไม่อรรยก็ไม่อรรย แต่ว่าเราจะไม่ยึดถือ ทั้งอรรย

และทั้งไม่อร่อย แล้วมันก็ไม่ทำอะไรเรา; ไม่ต้องว่า แขนงนี้อร่อย
 เอน้ำไปเติมเสียอย่าให้อร่อย นี่มันบ้า, อย่าไปยึดถือเรื่องอร่อย
 เรื่องไม่อร่อยเลย. ไม่ต้องกินเนื้อ ไม่ต้องกินผัก ไม่ต้องกินอะไร
 คือไม่ต้องกินของอร่อย ไม่ต้องกินของไม่อร่อย กินแต่สิ่งที่มัน
 จะช่วยบำรุงร่างกายให้มีชีวิตอยู่ได้.

เอาละ พอกันที ขอให้ตั้งใจให้ดี วันนี้^๕ออกพรรษา ขอ
 ให้การออกพรรษาของเรา^๕นี้ เป็นการออกพรรษาที่ดีที่จริง
 คือใกล้พระนิพพานยิ่งขึ้นทุกทีๆ ก็แล้วกัน.

ธรรมเทศนา สมควรแก่เวลา เอวังก็มี ด้วยประการ-
 ฉะนี้^๕.

สวรรค์มีขึ้นในใจของผู้ที่นั่นทันทีที่เขา
ยกมือไหว้ตัวเองได้ ในการทำหน้าที่ของตน
อย่างถูกต้องตามธรรม และพอใจตัวเองถึง
ขีดสุด. นี่เป็นสวรรค์ที่แท้จริง ที่นี้และเดี๋ยวนี้.
สวรรค์อย่างอื่นทุกชนิด ขึ้นอยู่กับสวรรค์นี้.

ทั้งชั่วทั้งดี ล้วนแต่อัปรีย์ คือไม่น่ารัก
ล้วนแต่ทำให้วิ่งแจ้นไปในความมวนเวียนด้วย
อำนาจการผลักดันของความชั่วและความดีนั้น.
มาแสวงหา และอยู่กับความสงบ ที่ไม่ชั่วไม่
ดีกันดีกว่า. ไม่ต้องวิ่งให้เหนื่อย; ทำหน้าที่
เพื่อหน้าที่ แล้วอยู่ด้วยความสงบเย็น.

รายนามผู้ร่วมบริจาคค่าพิมพ์

ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม (๑)	๕,๐๐๐ บาท
(อุทิศส่วนกุศลให้บุพการี และผู้มีพระคุณ)	
ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม (๒)	๑,๐๐๐ บาท
คุณกรุณา ศรีคำ	๑,๐๐๐ บาท
ชมรมอนุรักษโมกขธรรม	๕๐๐ บาท
(โดยคุณผดุง ลาภานันต์)	

รายชื่อหนังสือ ขุดหมุन्नลื้อ

อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่
๑.	พระพุทธคุณคำกลอน	๔	๓๗.	อดัมมยคาไรหยาอะไรได้บ้าง	๒	๖๖.	คัมภีร์เหลือ	๑
๒.	การศึกษาคืออะไร?	๑	๓๘.	เสกจะเป็นผู้สร้างโลกในอนาคต	๑	๖๗.	มนุญย์ทำสงครามกับ	๑
๓.	การงานคืออะไร?	๑	๓๙.	คู่มืออ่านปณตีกาวนา	๒	๖๘.	พระธรรมหรือพระเจ้า	๑
๔.	ทรัพย์สมบัติคืออะไร?	๑	๔๐.	อย่างสมบูรณ์แบบ	๒	๖๙.	ปาณาณกรรมธรรมสำหรับชาวบ้าน	๑
๕.	สิ่งที่ดีที่สุดในมนุษย์	๑	๔๑.	การให้อานาปานสติให้เป็น	๒	๗๐.	สันติวิธี	๑
๖.	ปัญหาที่เกิดจากการศึกษา	๒	๔๒.	ประโยชน์ในบ้านเรือน	๑	๗๑.	ชีวิตคือการลงทุนเพื่อผล	๑
๗.	ไม่สมบูรณ์แบบ	๒	๔๓.	บทเร้าจำสำหรับเรื่องอดัมมยคา	๑	๗๒.	อันสูงสุด	๑
๘.	ปาวณา และธรรมะในฐานะ	๑	๔๔.	อดัมมยคา กับ สันติภาพ	๑	๗๓.	ธรรมศาสตร์ในขั้นที่	๑
๙.	สิ่งที่ต้องศึกษา	๑	๔๕.	พระรัตนตรัยที่แท้จริงหลาย	๒	๗๔.	จะสามารช่วยโลกได้	๑
๑๐.	ชาติไม่ปฏิเสธอุปบาท	๑	๔๖.	ยังมีผู้จัก	๑	๗๕.	ความไม่เบียดเบียนเป็นสุข	๑
๑๑.	ทางออกที่ ๓ ของโลกแห่งยุคปัจจุบัน	๒	๔๗.	การพัฒนาชีวิตโดยพระไตร	๑	๗๖.	ธรรมศาสตร์ในการนำกิเลส	๑
๑๒.	การบวชคืออะไร?	๑	๔๘.	ลักษณะจิตเป็นอดัมมย	๑	๗๗.	มารอันคืบแรก	๑
๑๓.	ศาสนาคืออะไร?	๑	๔๙.	ปฏิภาณแห่งอดัมมยคา	๑	๗๘.	พุทธศาสนาไม่ได้สอนให้หยุด	๑
๑๔.	ตัวตนคืออะไร?	๑	๕๐.	สหยาธรรมของอดัมมยคา	๑	๗๙.	หรือคิดเทียบแต่ความดี และ	๑
๑๕.	อานาปานสติการนา	๑	๕๑.	และอดัมมยคากับปัญหา	๑	๘๐.	สุดของมนุษย์จะไปถึงได้	๑
๑๖.	ธรรมะในฐานะสิ่งที่ต้องศึกษา	๑	๕๒.	ของมนุษย์ยุคปรมาณู	๑	๘๑.	คือความเป็นพระอรหันต์	๑
๑๗.	ทั้งชนิดสัตว์คนและไม่มีตัวตน	๑	๕๓.	พระพุทธเจ้าที่แท้จริงไม่รู้จัก	๑	๘๒.	สัมมาทิฐิช่วยโลกได้อย่างไร	๑
๑๘.	คุณพระไม่ตาย	๑	๕๔.	และอุดมคติของความเป็นแพทย์	๑	๘๓.	การถ่ายทอดบทของกิเลส	๑
๑๙.	คุณพระไม่ตายและเกิดมาทำไม?	๑	๕๕.	การเห็นพระพุทธเจ้าพระองค์	๑	๘๔.	พระพุทธเจ้าพระองค์จริง คือ	๑
๒๐.	ความรักดี	๑	๕๖.	จริง และพระพุทธเจ้ามีอยู่ใน	๑	๘๕.	พระธรรม - เห็นปฏิเสธอุปบาท	๑
๒๑.	เกี่ยวกับสิ่งที่เรียกว่า "พระเจ้า"	๑	๕๗.	ทุกหนทุกแห่ง	๑	๘๖.	คือ เห็นพระพุทธเจ้า	๑
๒๒.	ครุฑผู้พาหนะที่สร้างโลก	๑	๕๘.	ชีวิตที่ไม่เสียชาติเกิด	๑	๘๗.	มาร	๑
๒๓.	การทำวิวัฒนาการแบบโบราณ	๑	๕๙.	หลักเกณฑ์ที่จะช่วยโลก	๑	๘๘.	ธรรมศาสตร์ในการปิดขอบ	๑
๒๔.	ประมวลประวัติธรรมที่คน	๑	๖๐.	ให้รอดอยู่ได้	๑	๘๙.	ธรรมศาสตร์ในการเปิดสวรรค์	๑
๒๕.	ธรรมศาควรรหาบ	๑	๖๑.	เลิกอายุแล้วมาอยู่กับอดัมมยคา	๑	๙๐.	ศิลปะแห่งการให้ละเลิกจาก	๑
๒๖.	โลกอื่น	๑	๖๒.	ความไม่เห็นแก่ตัวและ	๑	๙๑.	หัวใจพระธรรม	๑
๒๗.	ความเกิดแห่งทุกข์ และ	๑	๖๓.	ความสุกใสระดับ	๑	๙๒.	อริยสัจ	๑
๒๘.	ความไม่เกิดแห่งทุกข์	๑	๖๔.	อารมณ์จากของการเลิกอายุ	๑	๙๓.	ความทุกข์	๑
๒๙.	นิรวณ	๒	๖๕.	พระรัตนตรัยนั้นแท้และคือ	๑	๙๔.	ธรรมศาสตร์นี้ เมื่อมีการปฏิบัติ	๑
๓๐.	วันครู	๑	๖๖.	ตัวพุทธศาสนา	๑	๙๕.	การปฏิบัติธรรมที่สมการแก่ธรรม	๑
๓๑.	แผ่นดินทองต้องสร้างด้วย	๑	๖๗.	ชีวิตที่มีพื้นฐาน และสิ่งที่	๑	๙๖.	การบวชเพื่อฝึกการใช้ธรรมศาสตร์	๑
๓๒.	แผ่นดินธรรม	๑	๖๘.	เป็นพื้นฐานของชีวิต	๑	๙๗.	สมเด็จพระบรมบพิตรพระพุทธเจ้า	๑
๓๓.	เมื่อพอใจในหน้าที่ ที่กำลัง	๑	๖๙.	อริยสัจและอดัมมยคาตก	๑	๙๘.	ผู้เป็นเอกอภิศาสนูปถัมภก	๑
๓๔.	กระทำ ก็มีสวรรค์ อยู่ ณ	๑	๗๐.	และอดัมมยคากับธรรมจักร	๑	๙๙.	แห่งประเทศไทย	๑
๓๕.	ที่นั่นเอง. เมื่อไม่รู้จักตัวเอง	๑	๗๑.	อดัมมยคาเท่าที่ควรจะมี	๑	๑๐๐.	หัวใจธรรมศาสตร์ ในพระพุทธศาสนา	๑
๓๖.	ก็ไม่รู้ว่าคนควรจะมีหน้าที่อะไร	๑	๗๒.	กันไว้บ้าง และอดัมมยคา	๑	๑๐๑.	ลักษณะแห่งอภิมหาภาพ	๑
๓๗.	ความเป็นพระอรหันต์	๑	๗๓.	ช่วยได้ในทุกกรณี	๑	๑๐๒.	สรุปผลของการใช้ธรรมศาสตร์	๑
๓๘.	ธรรมะกับครองโลก	๑	๗๔.	เรื่องที่ต้องรู้ หรือควรรู้	๑	๑๐๓.	พระไตรลักษณ์	๑
๓๙.	คุกของชีวิต กับ เสพแห่งของ	๑	๗๕.	อัปปัจเจกในฐานแห่งหัวใจ	๑	๑๐๔.	สัญญา ๔ ประการ	๑
๔๐.	กระแสน้ำแห่งชีวิตเป็นสิ่งที่ต้องรู้จัก	๑	๗๖.	แห่งพระพุทธศาสนา	๑	๑๐๕.	ธรรมศาสตร์แห่งชีวิต	๑
๔๑.	สิ่งแรกที่จะต้องรู้จักนั่นคือ	๑	๗๗.	อดัมมยคา	๑	๑๐๖.	ปัจจัยสำคัญแห่งชีวิตไฉน	๑
๔๒.	ความทุกข์	๑	๗๘.	การสืบอายุพระพุทธศาสนา	๑	๑๐๗.	ปริยโสธนะแห่งชีวิตไฉน	๑
๔๓.	การหาความพ้นแก่ตัวคือหนทาง	๑	๗๙.	สุดของของความเป็นคนดี	๑	๑๐๘.	การขาดทุนกำไร ของสิ่งที่มีชีวิต	๑
๔๔.	ชีวิต คืองานอันยิ่งใหญ่ที่	๑	๘๐.	พระคุณของแม่	๑	๑๐๙.	พระสงฆ์ในโลกคือการ	๑
๔๕.	อดัมมยคาตก	๒	๘๑.	ประมวลอุปมาแห่งสากลพรหมจรรย์	๑	๑๑๐.	ออกพรรษา ออกมาเสียจากความทุกข์	๑
๔๖.	อดัมมยคาประยุคดี	๒	๘๒.	การคงอยู่ได้นานของระบบประสาท	๑			

ออกพรรษา ออกมาเสียจากความทุกข์

- การออกพรรษามีทั้งอย่างภาษาคนและภาษาธรรม.
- อย่างภาษาคน ออกพรรษาก็ดีใจ จะได้ทำอะไรได้ตามใจชอบ เพราะได้ออกกลิ่น
อดทนมาตลอดพรรษา.
- ภาษาธรรมมีหลายความหมาย ตามตำนาน คือวันที่เสด็จลงจากเทวโลก เรียกว่า
วันเทโวโรหนะ.
- ออกพรรษาทางฝ่ายพระวินัย ก็มีการทำปวารณา ให้ผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนได้
เพื่อเป็นการลดกิเลสประเทหมานะทิฎฐิ ยกหูชูหาง.
- ฝ่ายธรรมะ ก็คือ ออกมาเสียจากความทุกข์.
- ในวันที่เสด็จลงมาจากเทวโลกนั้น ทรงแสดงธรรมเรื่องเปิดโลก ให้โลกทุกโลก
มองเห็นกัน.
- โลกทุก ๆ โลกนั้น ประกอบด้วย โลกอบาย ๔, โลกมนุษย์ ๑, เทวโลก ๖,
พรหมโลก ๒๐ รวมเป็น ๓๑ โลก.
- ทุก ๆ โลกมีปัญหา มีความทุกข์ที่มาจากความยึดมั่นถือมั่นเหมือนกัน เมื่อมอง
เห็นกันเข้าใจกัน ก็จะปรองดองรักใคร่ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ให้ออกจาก
ปัญหา.
- ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะความยึดมั่นถือมั่น ไม่ว่า ชั่วดี บุญบาป แพ้ชนะ ได้เสีย
ฯลฯ ไปยึดถือเข้าแล้วเป็นทุกข์ทั้งนั้น ทั้งชั่วทั้งดีล้วนแต่อัปปริย.
- เมื่อทั้งชั่วทั้งดีล้วนแต่อัปปริย ทางออกจากอัปปริย คืออยู่ตรงกลาง ไม่ชั่วไม่ดี.
- พระพุทธเจ้าตรัสว่า ทางสายกลาง เป็นทางออกไปนิพพาน.