

อนาลโยวาทะ

คัดลอกจากหนังสือชื่อเดียวกัน

จัดพิมพ์เป็นธรรมทาน โดย

อวย – ต่งศรี เกตุสิงห์

เพื่อความสุขปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๒๘

อนาลโยวาทะ

ธรรมโฆวาทของพระอาจารย์ขาว อนาลโย

วัดถ้ำกลองเพล อุตรธานี

๑. พระพุทธเจ้าว่าเราเป็นผู้แนะนำสั่งสอนทาง ทางออกจากโลกก็ดี ทางไปสวรรค์ก็ดี ทางไปนิพพานก็ดี เราตถาคตเป็นผู้แนะนำสั่งสอนให้เท่านั้นแหละ ตนนั้นแหละ พวก อุบาสกอุบาสิกาทั้งหลายต้องทำเอาเอง แม้พระพุทธเจ้าทั้งหลาย พระสาวกทั้งหลายก็ทำ เอาเองทั้งนั้น ตนและทำให้ตน ตนจะออกจากโลกก็เม่นตนตั้งอกตั้งใจทำให้ตน ตนจะ ติดอยู่ในโลกก็เม่นใจของตนมาอยากไป เพราะหลงตนหลงตัว

๒. ธรรมทั้งหลาย จะทำดีทำกุศลก็ใจนี้แหละเป็นผู้ถึงก่อน เป็นผู้ถึงพร้อม จะทำบาป อกุศลก็ใจนี้แหละ จะฟ้องแค้นแค้นใจเบิกบานก็ใจนี้แหละ จะเศร้าหมองขุ่นมัว ก็ใจนี้ แหละ ใจเศร้าหมองขุ่นมัวแล้วก็ไม่มีความสุขอยู่ในโลก จะอยู่ที่ไหนก็ไม่มีความสุข ครั้น ใจฟ้องแค้นละก็ พระพุทธเจ้าท่านว่า มนะสาเจปนนะสันเนนะ บุคคลผู้มีใจฟ้องแค้นดีแล้ว แม้จะพูดอยู่ก็มีความสุข แม้จะทำอยู่ก็มีความสุข ตโตนะ สุขะมัชเนวติ อยู่ที่ไหน ๆ ก็มี ความสุข มีความสุขเหมือนเงาเทียมตนไป

๓. ทุกข์เป็นของจริงอันประเสริฐ มันมาจากไหน คับขึ้นไปซิ เห็นแต่ว่ามาจากโง่งนั้น แหละ ดวงจิตเป็นผู้โง่ มันจึงต้องเป็น ต้องเดือนร้อน มันจึงใคร่ มันจึงปรารถนา มันจึง อยากเป็นนั่นเป็นนี่ มันไม่อยากเป็นนั่นเป็นนี่เพราะเกลียด เพราะชัง มันชังมันก็ไม่อยาก เป็น แล้วก็หาของมาแก้ไข หากคิดอียังมาทา หนังกี่ห่วยก็เอามาทา ลอกหนังออก มันได้ก็ วัน มันก็เหี่ยวอย่างเก่า

๔. อวิชชา (เป็นเหตุ) ให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ท่านว่าให้ดับความโง่อันเดียวเท่านั้น ผลดับหมด เพราะธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ ธรรมทั้งหลาย ดีก็ดี ชั่วก็ชั่ว ไหลมาแต่เหตุ คือความโง่ ความไม่เข้าใจ คิดว่าเป็นตัวเป็นคน ก็ได้รับผลเป็นสุข เป็นทุกข์สลับไป ท่านเรียกว่า วัฏฏะ การวนวนไม่มีที่สิ้นสุด

๕. จิตเมื่อทำความชั่วไว้แล้วมันก็ไม่ลืม ใครไม่ต้องการสักคนหมดทั้งนั้นความชั่วมานกรรม ให้คิดดู นักโทษเขาลักเขาปล้นสะคมแล้ว เขาก็หลบหนีไปซ่อนอยู่ตามป่าตามเขาตามถ้ำตามคด เพราะเขาไม่ปรารถนาจะให้พวกตำรวจไปจับเขา อันนั้นมันก็ไม่พินคอก บาบ่นะ

๖. นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อายตนะเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ เห็นรูปมากระทบตา เกิดวิญญาณขึ้นที่นี้ เสียงมากระทบหู เกิดวิญญาณขึ้นที่นี้อีก (ถ้า) รูปดี ก็เกิดความยินดี ชอบใจ เป็นสุขเสนา อยากรู้ (ถ้า) รูปไม่ดี เกลียดชัง เกิดทุกข์เวทนา ไม่อยากรู้ ก็เป็นทุกข์เวทนาขึ้น ตัณหาเกิดขึ้น.....เป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่นว่าฉันรัชของตน ตัวของกู กูไปอยู่ที่โน่น ก็ไปอยู่ที่นี้ กูเป็นพระ กูเป็นเณร เมื่อมีอุปาทานก็เป็นเหตุให้อยาก.....เป็นเหตุให้เกิดภพ คือกามเทพ รูปภพ อรูปภพ เกิดภพแล้วเป็นเหตุให้เกิดชาติ เกิดชาติเป็นเหตุให้เกิดชรา มรณะ เกิดโสกะ ประเทาะทุกข์โทมนัสอุปายาส ความคับแค้นอัดอั้นตันใจอยู่ในสังขารจักร นี้แหละ (ถ้า) ดับความโง่อันเดียวเท่านั้นแหละ ผลไม่มี ดับเหตุแล้ว ผลก็ดับไปตามกัน

๗. กุลบุตรผู้รักาศิล ถึงพร้อมด้วยศีลบริบูรณ์แล้ว ย่อมมีความสุข แม้จะเข้าไปคบหาสมาคมกับบริษัทใด ๆ ก็ตาม บริษัทกษัตริย์ก็ตาม บริษัททหบดีก็ตาม บริษัทสมณพราหมณ์ก็ตาม เป็นผู้องอาจกล้าหาญ ไม่มีความครั่นคร้ามต่อผู้คน เพราะคิดว่าเราบริสุทธิ์ดีแล้ว ถึงไม่มีความรู้ก็ตาม ไม่คิดกลัวว่าคนอื่นเขาจะมาโทษเราว่าเป็นผู้ไม่บริสุทธิ์อย่างนั้นอย่างนี้ ไม่คิดอย่างนั้น ไม่กลัว แล้วก็เป็นที่รักของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน เป็นที่รักแก่สัตว์ทั้งหลายด้วยกัน คนผู้มีศีลดีแล้วย่อมใจเย็น จิตมันหยั่งเข้าไปถึงกัน

๘. พระพุทธเจ้าว่าธรรมะไม่อยู่ที่อื่น อยู่ที่สภนธ์กายของทุกคนดูจิตใจของตนนี้ ให้มันเห็นความจริงของมัน พระพุทธเจ้าว่าสภนธ์กายของเรานี้มันเป็นทุกข์ ... สภนธ์กายนี้ไม่เที่ยง ... ก่อนอันนี้ไม่ใช่คนไม่ใช่สัตว์ ธรรมทั้งหลายไม่ใช่คนไม่ใช่สัตว์มันอยากจะเป็นไปอย่างไร ก็เป็นไปตามธรรมชาติของมัน กิริยาของมัน มันไม่ฟังคำ

เราอยากแก่ มันก็แก่ไป อยากเจ็บ มันก็เจ็บไป อยากตาย มันก็ตายไปธรรมเหล่านี้ ไม่ใช่ของใคร ให้พิจารณาดูให้เห็นเป็นก่อนธรรม มันไม่อยู่ในบังคับบัญชาของใคร ทั้งนี้ มันเป็นทุกข์ มันเป็นอนิจจัง มันเป็นอนัตตา ตกอยู่ในไตรลักษณ์ ...เป็นผู้หญิง ผู้ชายก็สมมติทั้งนั้น

๕. ให้พากันตั้งใจ วันหนึ่ง ๆ เราจะนั่งภาวนา นั่งภาวนาก็ให้นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติ อย่าปล่อยใจ ให้ตั้งสติอยู่กับใจ ให้เอาพุทโธเป็นอารมณ์ ที่แรกว่า “พุทโธ ธัมโม สังโฆ, พุทโธ ธัมโม สังโฆ, พุทโธ ธัมโม สังโฆ, พุทโธ ธัมโม สังโฆ,” สามหนแล้ว จึงเอาแต่พุทโธอันเดียว ทำงานอะไรอยู่ก็ได้ พระพุทธเจ้าท่านบอกทำได้ทุกอิริยาบถ ได้ทั้งสี่อิริยาบถ ยืนก็ได้ เดินก็ได้ นั่งก็ได้ นอนก็ได้หมด นอนไม่เป็นท่าดอก เอนลงไปเดี๋ยวก็ “เอาสักงีบเถอะ” เดินนั่นแหละดี นั่งกับยืนก็ได้ ได้ทั้งสี่อิริยาบถ พากันทำเอา ความมีอึดอดทน นี่มันเป็น ทรัพย์ภายนอก เงินทองแก้วแหวน บ้านช่องเรือนชานต่าง ๆ ที่หามาได้ ก็เป็นทรัพย์ ภายนอก ติดตามเราไปไม่ได้ดอก เมื่อตายแล้วก็ทิ้งไว้ ภายอันนี้เมื่อตายแล้ว ก็นอนทับถม แผ่นดินอยู่ไม่มีผู้ใดเก็บ

๑๐. ถ้ามีสติกำหนดเข้ามา จะรู้ทุกเวลาที่จิตของเรามีราคะ โมหะ หรือหายแล้วไม่มี ก็ จะรู้จำเพาะตนนี้ ดูโทสะ มีอยู่หรือหายโทสะแล้ว ดูโมหะ ความโง่เขลาความหลง ยังมีอยู่ ก็รู้ หรือจิตของเรามีมันหายโทสะหายโมหะแล้วก็จะรู้ พระพุทธองค์จึงให้พิจารณาเข้ามาให้เห็น เห็นอันนี้เรียกว่าเห็นธรรม จิตของตนเป็นอย่างไร จิตของตนเป็นกุศล มีเมตตา มีวิหารธรรมเป็นเครื่องอยู่ หรือมันยังมีราคะ โทสะ โมหะ ครอบงำอยู่ก็จะรู้ แล้วจะได้ แก่ใจตัวมัน รีบปลดปล่อยออกไป รีบเร่งทำความเพียร ขับไล่สิ่งที่เศร้าหมอง คือ ราคะ โลกะ โทสะ โมหะ ออกไป ให้มันเบาบางไป ออกจากขันธสันดาน ดวงจิตบริสุทธิ์ผุด ผ่องทำให้คนบริสุทธิ์ ทำให้คนมีสิริ มีโภคทรัพย์ ก็เพราะคนเป็นผู้ทำความดี มีศีล คีลที่ บริบูรณ์แล้วย่อมเป็นที่มาแห่งโภคทรัพย์

๑๑. ค้นหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่นว่าขันธของตน ว่าตัวของกู กูไปอยู่ที่โน่น กูไปอยู่ที่นี้ กูเป็นพระ กูเป็นเณร อุปาทาน เมื่อมีอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น ก็ เป็นเหตุให้อยากนั่นแหละ เป็นเหตุให้เกิดภพ คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เกิดภพแล้ว เป็นเหตุให้เกิดชาติ เกิดชาติ ก็เป็นเหตุให้เกิดชรา มรณะ เกิดโสภปริเทวทุกข โทมนัสสุ ปายาสา ความคับแค้นอัดอั้นตันใจ อยู่ในสังสารจักร นี้แล ตับความโง่อันเดียวเท่านั้น

และ ผลไม่มี ดับเหตุแล้ว ผลก็ดับไปตามกัน ผล (ที่กล่าวนี้) คือได้รับความทุกข์ ความสุข ไม่มี (ดับ) คือดับอวิชชาความโง่ นั่นแหละตัวเหตุตัวปัจจัย

๑๒. เรื่อย่าหมั่นขยันแต่ทำบาป ให้ขยันแต่ทำดี ทำความบริสุทธิ์ ทำบุญทำกุศลนี้ ให้หมั่นทางนี้ บาปด่ากัน บาปมันขึ้นมาหน้าแดง เรานี้เฮ็ด (ทำ) บาป คือขยันแท้ ไปขยันใส่บาป ครั้นรู้จักว่าบาปก็บ่ขยันแล้ว จึงว่าให้กลัวบาป คำเถียงกันด่ากัน ทะเลาะวิวาท เบียดเบียนกัน เป็นบาป อย่าไปขยันใส่มัน ให้หลีกไปไกล ให้เอาใจเว้น อย่าเอาใจใส่ ครั้นเว้นแล้วมันก็บ่มีความเดือดร้อน ใครจะว่าอย่างไรก็ตาม เราบ่ว่าใส่เขาดอก เขาติฉินนินทาเขาก็ว่าใส่เขาเอง ปากของเขาก็อยู่ที่เขา หูเขามันก็อยู่ที่เขา

๑๓. อุตตภาพเป็นของกลาง ไม่ใช่ของใครทั้งหมด ก่อนใครก่อนเรา เป็นของได้มาอันบริสุทธิ์ เกิดมาชาตินี้ก็เป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ พ้นจากไปบ่าบอดหนวก เสียจริต มีร่างกายตาหูจมูกลิ้นกายใจสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว เราก็ควรพากันพิจารณาว่า เราเกิดมาชาตินี้ได้สมบัติอันสมบูรณ์แล้ว เราต้องเอามันทำประโยชน์เสีย เอาละในเสีย อย่าไปปล่อยให้มันแก่งขึ้นตายขึ้นชื่อ ๆ สมบัติอันนี้เป็นแต่ภายนอกเอานำมันเสีย เอาทรัพย์ภายใน เอาอริยทรัพย์ ทรัพย์อันติดตามตนไปได้ ทรัพย์สมบัติที่เราแสวงหาอยู่ในชาตินี้ได้เป็นมหาเศรษฐีได้เป็นอียังก็ตาม เป็นของกลางหมด เป็นทรัพย์ภายนอกที่เราได้อาศัยมันชั่วชีวิตนี้เท่านั้น ครั้นขาดลมหายใจแล้ว สมบัตินี้ก็เป็นสมบัติของโลก อุตตภาพร่างกายนี้ก็เป็นสมบัติของโลก มันเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ

๑๔. ประโยชน์ตนคือทำความเพียร คือทำจิตให้สงบ เป็นสมาธิ จิตมันดีแล้วให้มันสงบเป็นสมาธิ ครั้นมันเป็นสมาธิแล้ว ทำให้มันแน่วแน่มีอารมณ์อันเดียวแล้ว ก็จิตนั่นแหละ มันจะเป็นดวงปัญญาขึ้นมา มันจะส่องแสง มันมีกระแสจิตพุ่งออกมา พิจารณากายอีก ซ้ำอีก มันก็จะเห็นชัด ครั้นมันสงบแล้ว พระพุทธเจ้าก็ให้พิจารณาสังข์ของจริงทั้งสี่ สังข์ธรรมของจริง ของจริงของดีพระพุทธเจ้า ของพระสาวกผู้ได้ยิน ได้ฟังแล้วเห็นจริงอย่างนั้น จริงอย่างไร คืออย่างไร ดีเพราะว่าเหมือนดังพระสาวก ท่านทั้งหลายเบื้องต้นก็เป็นปุถุชนนี้แหละ เมื่อได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า พิจารณาตามเห็นตาม เห็นแล้วเกิดนิพพิทาในเบญจขันธ์ว่า มันไม่ใช่ของเรา เป็นเพียงของใช้ ไม่ใช่ของเรา นี้แหละเห็นจริงชัดแล้ว ก็ละถอนปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่น ทำให้ปุถุชนเป็นพระอริยเจ้าได้ จึงว่าของจริง

๑๕. ตัณหาว่าความใคร่ ความใคร่ในอารมณ์ที่ชอบใจ มันเป็นตัณหา ครั้นคืนนอนอยากมาได้แล้วก็อยากเป็น ที่นี้มันเป็นตัณหาขึ้น อยากเป็นคืออย่าง(อยาก ?) เป็นอินทร์

เป็นพรหม เป็นจักรพรรดิ เป็นเศรษฐีคบดี อยากเป็นเพราะตัณหา มีตัณหาสาม ความใคร่เรียกว่ากามตัณหา ความคิรินนอยากได้เป็นภวตัณหา วิภวตัณหาคือความไม่อยากเป็น ไม่อยากมี เหมือนผมหงอก ฟันหัก ร่างกายหดเหี่ยวตามืดตามัว ความแก่ไม่อยากเป็น อารมณ์ที่ไม่ชอบก็ไม่อยากพบไม่อยากเห็น ไม่อยากเป็น นี้เรียกว่าวิภวตัณหา มีความขัดเคือง ตัณหานี้เป็นเหตุให้จิตใจเกิดทุกข์ เพราะเหตุฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้พิจารณาให้เห็นทุกข์เสียก่อน อันใดเป็นทุกข์ ทัศนภาพร่างกายทั้งหมดทั้งก่อนนี้เป็นทุกข์ ทุกข์มาจากความเกิด

๑๖. ธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ อะไรเป็นตัวเหตุ ตัวเหตุคืออวิชชา ความโง่งนั่นแหละมันไหลมา อะไรเป็นอวิชชา จิตโง่งนั่นแหละเป็นอวิชชา อะไรเป็นสนิมของอวิชชา มันนั่นแหละเป็นสนิมของมันเอง เหมือนกันกับเหล็ก เหมือนกันกับดาบและมีด ครั้นไม่ลับมันอยู่นาน ๆ ใครเอามาใส่ สนิมนะ มันก็เกิดขึ้นของมันเอง มันขนเอามาเอง หมักหมมทำให้เกิดสนิมจนว่าจิตดำจิตมืดนะ มันเองแหละเป็นสนิมของมัน เมื่อทำสนิมให้มันออกจากดวงจิตนี้แล้ว จิตตั้ง ทนตั้ง สุขสวะหัง ให้เป็นผู้หมั่นพยายามหัดธรรมานสั่งสอนมัน อย่าไปปล่อยตามใจมัน (ให้) มีความรู้เท่ามัน อย่าไปตามใจมัน หัดให้มันอยู่ในอำนาจของสติ สติควบคุม ชัดไปชัดมา มันก็ขาวหรรษา ... จิตฟ่องแผ้วดีแล้ว จะพูดอยู่ก็ ตามมีความสุขทั้งนั้น จะทำการทำงานอยู่ก็มีความสุขทั้งนั้น

๑๗. ธรรมทั้งหลายก็อยู่ที่นี้แหละ อยู่ที่สภณรัชกายของเรา ไม่ต้องไปหาเอาที่อื่นดอก มีครบบริบูรณ์หมด สติปัญญาทั้งสี่ก็แน่น เราควรทำเอา ท่านให้พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต ให้พิจารณาธรรม ๔ อย่าง แล้วพิจารณาอันใดอันหนึ่งเท่านั้นแหละ ไม่เอาหมดทุกอย่างดอก สัมมัมปชานสี่ ก็มี เพียรละบาป ให้เพียรบำเพ็ญบุญ สัมมัมปชานสี่ มีว่า ปหานปชาน ประหารบาป ละบาป บาปปรากฏขึ้นที่จิตนี้แหละไม่เกิดจากที่อื่น เพราะจิตไปรวบรวมอารมณ์เอาภายนอก อารมณ์ภายนอกก็หมายเอาห้าอย่าง รูปเสียงกลิ่นรส เครื่องสัมผัส มันไปรวบรวมเอามาปรุงมาคิด พิจารณาภายนอก มันก็ไปถูกเวทนานั้นแหละ ครั้นจะพิจารณาจิตมันก็ไปถูกธรรม จิตมันเกิดขึ้นกับใจเรียกว่า ธรรมารมณ์ สี่อย่างนี้ ธรรมารมณ์ก็ไม่ใช่อื่น คืออดีตที่ล่วงมาแล้ว ไปนึกเอามา คีชั่วอย่างไรก็นึกเอามา มาหมักหมมที่ใจนี้ อนาคตยังไม่มาถึงก็เหนียวเอามา เอามาเต็มอยู่ในปัจจุบันนี้ เรียกว่าธรรมารมณ์

๑๘. คนจะก้าวล่วงทุกข์ได้เพราะวิริยะความเพียร เพียรทำทุกสิ่งทุกอย่าง ความดี ความงามทุกสิ่งทุกอย่างควรทำความเพียร ชื่อว่าคนไม่ประมาท ผู้ที่ข้ามมหาหนารกพื้น สมมติได้ก็เพราะไม่เป็นผู้ประมาทในคุณงามความดี ทางบุญทางกุศล คนประมาทมันมัก ทำบาปทำกรรมใส่ตน คนประมาทชีวิตจะยาวร้อยปีก็ตาม ก็เหมือนกันกับคนตายแล้ว คนไม่ประมาทชีวิต เขาจะเป็นอยู่วันเดียวก็ยิ่งดีกว่าผู้ประมาทเป็นอยู่ร้อยปี นั้นประเสริฐกว่า

๑๙. ความทุกข์มันเกิดจากความอยากความใคร่ ภาวตัณหาความอยากได้ อยากเป็น อยากมี อยากกอบ โภชเอา อยากได้มาเป็นของตัวเอง อยากเป็นเศรษฐีคหบดี อยากเป็นราชามหากษัตริย์ เรียกว่าภว ความอยากเป็นอยากมี ความไม่พอใจเหมือนอย่างความแค้นแห่งอ้อม แห่งชีวิต ความเปลี่ยนแปลงแห่งชีวิต ความมีหนังหัดเหี่ยวเป็นเกลียว ผมหงอกฟันหัก อันนี้ไม่พอใจ เสียใจ อยากให้มันเป็นหนุ่มดังอยู่เหมือนเก่า ผมหงอกมันก็เอายาดำ ๆ มา ย้อม แล้วมันก็ปิ้งขึ้นอีก มันก็ขายหน้าล่ะ มันก็คำอยู่ปลายนั้น โคน ๆ มันก็ขาว มันก็ขายหน้าอีก แล้วก็ไม่พอใจ นี้เรียกว่า วิภวตัณหา ตัณหาสามอย่างนี้แหละเป็นเหตุให้เกิดทุกข์

๒๐. (ซ้ำกับข้อ ๑๘)

๒๑. ความทุกข์กายเป็นสัตว์ทุกข์ มีอยู่เป็นสังขรรมคา ให้เราตั้งสติอบรมจิตใจของเรา อย่าให้มัน ไปยึดถือร่างกาย ถ้าแน่นมัน ไม่ยึดถือแล้ว ก็จะอบรมจิตใจของเราให้มันสบาย หายใจไม่สบายนี้มันทุกข์หลาย มันทุกข์ก็เพราะยึดเอาอารมณ์นั้นแหละเข้ามายึดถือ อารมณ์ทั้งหลาย อารมณ์ที่พอใจ มันก็ยึดเข้ามา อารมณ์ที่ไม่พอใจมันก็ยึดเข้ามา ยึดเข้ามาแล้วก็มาเผาใจ ไม่พอใจก็เป็นเหตุให้คับแค้นใจ อารมณ์ที่พอใจนั้น เมื่อมันพลัดพราก ไปก็ใจถูกเผาอีก เป็นเหตุให้โศกเศร้าอาลัยอาวรณ์ถึงกัน สิ่งที่พลัดพรากเป็นวัตถุ ภายนอกก็ตามหรือแม้ญาติมิตรก็ตาม พลัดพรากจากไปมันก็เป็นทุกข์ ก็เพราะไม่รู้เท่า อารมณ์ พระพุทธเจ้าว่าของเก่า ของพวกนี้เคยมีมาตั้งแต่เก่า ไม่ใช่จะมีมาเดี๋ยวนี้ เราเกิด มาชาตินี้จึงมาพบปะกันในชาตินี้ สิ่งที่พอใจก็ดี ไม่พอใจก็ดี พบปะอยู่ทุกภพทุกชาติ

๒๒. เวลาล่วงไป ชีวิตของเราก็ล่วงไป ล่วงไปหาความตาย มนุษย์เป็นสัตว์อันสูงสุด อันนี้เป็นเพราะเราได้สมบัติอันดีมา ปุพเพกะตะบุญญะตา บุญกุศลคุณงามความดีเราได้ สร้างมาหลายภพหลายชาติแล้ว เราอย่าไปเข้าใจว่าเราเกิดมาชาติเดี๋ยวนี ตั้งแต่เราเที่ยว ตายเที่ยวเกิดมานี้ นับกับนับกาลป้อนันตชาติไม่ได้ แล้วจะว่าเหมือนกันได้อย่างไรละ เมื่อ

เราเกิดมาก็มีแต่วิญญานเท่านั้น พอปฏิสนธิก็เอาเลือดเอาเนื้อพ่อแม่มาแบ่งให้ได้อัตตภาพออกมาแม้กระนั้นก็ไม่มียัตว์มาเกิด ต้องอาศัยจิตวิญญาน

๒๓. มีใจนั้นแหละเป็นใหญ่ มีใจนั้นแหละเป็นหัวหน้า มีใจนั้นแหละประเสริฐสุด สิ่งทั้งหลาย บาปก็ดี บุญก็ดี สำเร็จแล้วด้วยใจ มนะนี้แหละแปลว่าใจ ครั้นใจไม่ดี มนสา เจ ปทุภูฐณะ ใจไม่ดี ใจเศร้าหมอง ใจขุ่นมัว ลุอำนาจแห่งความโลภ ความโกรธ ความหลง แล้วใจเศร้าหมอง แม้คนนั้นจะพูดอยู่ที่ตาม จะทำการงานด้วยกายอยู่ที่ตาม ความทุกข์นั้นเพราะจิตเศร้าหมอง จิตไม่ดีแล้ว ความทุกข์นั้นย่อมติดตามผู้นั้นไป เหมือนกันกับล้ออันตามรอยเท้าโคไปอย่างนั้น นะสา เจ ปสันเนนะ ครั้นจิตผ่องใส จิตผุดผ่อง จิตไม่เศร้าหมองแล้ว แม้จะพูดอยู่ที่ตาม จะทำการงานอยู่ที่ตาม จะไปที่ไหนก็ตาม ความสุขย่อมติดตามเหมือนเงาเทียมตนคนไปอย่างนั้น

๒๔. กุศลกรรมทั้งหลายมีสติเป็นเค้าเป็นมูล ครั้นมีสติแล้ว กุศลธรรมทั้งหลายก็เกิดขึ้น ก็มีแต่ทำความดีทุกสิ่งทุกอย่าง รู้แล้วอย่างนี้ก็ให้พากันหัดสติ มั่นฝึกก็ให้รู้ เราจะทำด้วยกาย ก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน เราจะพูดก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน จะคิดก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน มั่นถูกเราจึงพูด มั่นถูกเราจึงทำ มั่นถูกเราจึงคิดนึก

๒๕. ความไม่ไปร่วม ความไม่มาร่วม ความไม่ประจวบร่วมกับสิ่งที่ชอบใจ อันนี้เป็นทุกข์ บุคคลปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้นสมหวังก็เป็นทุกข์ อันนี้มันมาจากไหน เราได้รับผลอย่างนี้มาจากไหน...มันเกิดมาจากความอยาก เรียกว่ากามตัณหา ความใคร่ ความพอใจในรูปในสิ่งที่วิญญานและสิ่งที่ไม่มีวิญญาน ความใคร่ ความพอใจ ทุกข์มันเกิดจากความอยาก ความใคร่

๒๖. อันหนึ่งสมณะ อันหนึ่งวิปัสสนา มั่นถูกกับจริตอันใด การภาวนามั่นสบายก็ให้เอาอันนั้น ถ้ามันถูกกับจริต จิตก็สงบสบายไม่ฟุ้งซ่านไปที่อื่น จิตรวมอยู่ นั่นแหละมันถูกนิสสัย ครั้นมันไม่ถูกนิสสัยแล้ว นึกพุทโธหรืออันใดมันก็ฟุ้งซ่าน หายใจยาก หายใจฝืดเคือง หมายความว่ามันไม่ถูกจริตของตน อันใดมันถูกจริตมันก็สบายใจ ใจสว่าง จิตไม่ฟุ้งซ่าน เบื้องต้น ใครเอาอันใดก็เอาอันนั้นเสียก่อน พิจารณาอาการสามสิบสอง นี้เรียกว่าวิปัสสนา เรียกว่าค้นคว้า

๒๗. คนฉลาดต้องรีบเร่งศึกษาธรรม ท่านทั้งหลายเป็นนักศึกษา ศึกษาทางโลกมากแล้ว มาศึกษาธรรมะเสียบ้างเป็นการดี ถูกต้อง ชั้นแรกคือศีล ศีลห้านั้นแหละพอแล้ว ถือ

ให้มันดี ๆ ให้มันคง ให้บริสุทธิ์ พอแล้ว ท่านว่าให้ถือตามฐานะ พวกท่านเป็นนักศึกษา
คิดหาก็ดีแล้ว ถ้าใครถือศีลแปดก็ยังดี ถ้าทำได้ ศีลเป็นเครื่องระงับสงบกายวาจา กายวาจา
สงบ จิตก็สงบ เมื่อจิตสงบก็ตั้งมั่น เกิดเป็นสมาธิ จิตมีอำนาจ มีกำลัง เมื่อจิตตั้งมั่นแท้
แล้ว อยากรู้อะไรก็รู้ได้ เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เมื่อมีปัญหาแล้วก็ไม่หลงอะไรอีกต่อไป

๒๘. จิตเดิมมันเป็นของสว่าง เป็นของเลื่อมประภัสสร แต่อาศัยอาคันตุกกิเลสมันจะ
เข้ามาปกคลุมรัศมีให้ขุ่นมัวเร่าร้อน อาคันตุกกิเลสก็ไม่อื่นไม่ไกลดอก มันไม่พ้นนิเวศ
ธรรมทั้งห้า กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุกกุจจะ วิจิกิจฉา นี่แหละ เมื่อ
อารมณ์เหล่านี้ไม่เข้าครอบงำแล้ว จิตนี้มันก็อ่อน จิตสว่างไสวควรแก่การทำงาน การงานที่
พิจารณา มันเป็นแสงสว่างขึ้น นิเวศนี้มันมาปกคลุมหุ้มห่อให้จิตเศร้าหมองขุ่นมัวมืดดำ
เมื่อถีนมิทธะความง่วงเข้าครอบงำ ให้มองดูดวงดาว มองขึ้นไปดูอากาศ หรือไม่ยังงั้นก็
ให้นึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ หรือคุณความดีของเราอย่างหนึ่งที่ได้
บำเพ็ญมา เมื่อระลึกถึงแล้วมันมีความดีใจที่ได้ทำมา มันก็จะหายง่วงเหงาหาวนอน

๒๙. ไปอยู่ที่ไหนมันจะตายเสีย เราตั้งใจแล้วเราตั้งสัตย์อธิษฐานแล้ว ยังไงมันก็จะ
ให้เป็นชาติสุดท้ายในชาตินี้ การเกิดของเรานี้ เป็นหรือไม่เป็นก็ตาม เราจะทำความเพียร
อยู่นั้นแหละ มันจะตายก็เที่ยวไปเที่ยวมาอยู่นี้ ทำมันอยู่นั้นแหละจนตายถ้ายังไม่พ้นทุกข์
ก่อนนี้ก่อนตาย เกิดมาก็มาพากันตายเสีย แบกทุกข์อยู่อย่างเรานี้ เข้าป่าเข้าดงไปซื้อ ๆ เกิด
มามีแต่ตายเท่านั้นแหละ เราไม่ประมาท ได้ตั้งใจทำคุณงามความดีแล้ว ตายมันจะไป
ทุกข์หรือ อย่าทำบาปทำชั่ว อย่าเห็นแก่ปากแก่ท้อง อย่าเห็นแก่หลับแค้นนอน เราสร้างความดี
ใส่ตนไว้ ความทุกข์ยากลำบากบ่มี ความสบายใจก็มั่นเราสร้างให้ตน

๓๐. มีพี่ชายกับน้องชายสองคน คนน้องศึกษาเล่าเรียน พี่ชายบวชแล้วก็เข้าป่าเข้าดง
ไปเป็นพระกรรมฐาน รุ่งรงค์ไปอยู่ตามป่าตามดง พี่ชายได้สำเร็จพระอรหันต์แล้ว กลับมา
หาน้องชาย น้องชายก็คิดว่าเราเรียนพระไตรปิฎกแล้ว ใครจะได้บุญมากกว่ากัน พี่ชาย
บอกว่าพี่ชายได้บุญมากกว่า น้องชายก็บอกว่าตัวเองได้บุญมากกว่าเถียงกันอยู่อย่างนั้น
ในที่สุดก็พากันไปหาพระพุทธเจ้าที่เชตวัน พระพุทธเจ้าเสด็จเห็นด้วยญาณแล้วว่า พี่ชาย
ทำกรรมฐานได้บุญมากกว่า แต่เพื่อให้คนทั้งสองได้เข้าใจด้วยตัวเอง จึงทรงทำ
อิทธิปาฏิหาริย์ให้มีน้ำท่วมเต็มไปหมด พระพุทธเจ้าถามว่า มาตามทางเห็นอะไร ตอบว่า
เห็นแต่น้ำ น้องชายน้ำท่วมแค่เอว แต่พี่ชายน้ำท่วมแค่หลังดินบางแห่งพี่ชายน้ำท่วมแค่หน้า

แข่ง แต่น้องชายท่อมิดหัวเลย นี่ก็เห็นแล้วว่าใครมีบุญมากกว่ากัน ใครได้รับอานิสงส์มากกว่ากัน

๓๑. คนตายตายไปแล้ว เราอยู่ที่ตาย มันจะกลัวตายไปทำไม ความตายมาถึงละ หวันไหว พระพุทธเจ้าบอกไม่ให้หวันไหว ได้ความสรรเสริญก็ดีใจ แต่มันไม่เที่ยง ความนิทานคติเดียนี่มีใน โลกนี้มีแต่มันไม่เที่ยง ลากเกิดขึ้นก็มีในโลก แต่มันก็เสื่อมไป ความสรรเสริญเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป ความสุขเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป ความนิทานเกิดขึ้นก็เสื่อมไป สิ่งไหนล่ะจะเอามาเป็นสาระแก่นสาร เราจะไปยึดไปถือทำไม ปล่อยวางให้หมด ทำจิตให้เป็นอารมณ์เดียว ให้เป็นพุทโธ ๆ พุทโธคือผู้รู้ ให้ใจเราเบิกบาน อย่าให้ใจเราเศร้าหมอง ครั้นใจเราเศร้าหมอง ต้องชำระสะสางให้ใจเราเบิกบานอย่าให้ขุ่นมัว ให้ดูใจของตนนี่ เราจะได้บุญที่สุดก็เพราะจิตสงบวิเวก

๓๒. ละบาปอกุศล สัพพะ ปาปัสสะ อะกะระณัง เพียรละบาปทั้งหลายทั้งปวงใน สันดาน กุศลสัตสุปะสัมปะทา ตั้งใจทำความดีตลอดไตรมาสสามเดือนให้บริบูรณ์ ไม่ขาดตกบกพร่อง อันนี้แหละพระพุทธเจ้าว่า ทำกุศลให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท สะจิตตะปะริโยทะปะนัง เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ ฝึกฝนใจของตน สั่งสอนใจของตน อย่าไปเพ่งโทษคนอื่น ให้เพ่งดูตน คนอื่นเขาดีก็ดีเขา เขาชั่วก็ชั่วเขา จิตใจของเราเป็นอย่างไร มัวแต่เพ่งโทษคนอื่นอยู่ มัวดูคนอื่นอยู่ มันเป็นบาปเป็นกรรม ... ชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง

๓๓. เราจะรบเข้าศึก อวาระของเราพร้อมหมดแล้วแต่เราไม่ตั้งใจทำ จะปลูกบ้านปลูกเรือนก็ไม่ปลูก หาของมาพร้อมหมดแล้ว แล้วก็ตั้งอยู่นั้นแหละให้ชำระถูดโทรมเสีย ทิ้งไว้ชื้อ ๆ ไม้ก็ดีไม่มีประโยชน์ เราตั้งไว้ก็ไม่มีความหมาย ต้องอาศัยทำ ให้พากันทำ อิริยาบถ ยืนเดินนั่งนอน พระเจ้าทั้งห้า ไม่ได้ห้ามเป็นพระเจ้าทั้งห้า นิสัยจริตของเรามัน ถูกกับอะไร จะ พุทโธพุทโธ ธัมโมธัมโม หรือสังโฆสังโฆ หรือผมขนเล็บฟันหนัง เอาอย่างหนึ่ง ๆ มันถูกอันไหน มันถูกจริต มันก็สงบ จิตสงบขึ้น จิตไม่ฟุ้งซ่าน หมายความว่า มันถูก เราบริกรรมว่า พุทโธ-พุทโธ-พุทโธ แล้วจิตเบิกบาน จิตเยือกเย็น จิตเร่าเริง อันนี้หมายความว่า มันถูกกับจริต มันถูกก็เอาอันนั้นแหละ บริกรรมไป พุทโธ-พุทโธ เรียกว่า สมถะ

๓๔. เวทนา, ร่างกายมันเป็นธรรมดา มันเป็นรังของโรค เป็นก้อน โรคตั้งแต่ไหนแต่ไรมา มันเป็นอย่างไรมันก็ไม่มีความหวันไหว พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายก็ไม่มี

ความหวั่นไหวเวลานั้นจะเป็นไป ร่างกายแล้วแต่มันจะเป็นไปตามเรื่องของมัน หน้าที่ของเขา ทุกข์อยู่นั้น เวทนาอยู่นั้น เกิดเวทนาจี้ให้ฝึกหัดพิจารณาโลกธรรม รูปอันนี้เราได้มาดีแล้ว เมื่อมันชำรุดทรุดโทรมไป พระพุทธเจ้าก็ไม่มีความหวั่นไหวต่อมัน มันจะเสื่อมลาภ ให้มันเสื่อมไปตามวิสัย ใจเราไม่เสื่อม ความนิทานมันก็ลมปาก ครั้นรู้ทำแล้วจิตไม่กระวนกระวาย จิตไม่มาเกี่ยวข้องกับร่างกายแล้ว มันก็สุขเท่านั้นแหละ ความทุกข์ การเกิดขึ้นถ้ารู้ทำแล้วจิตก็ไม่หวั่นไหว

๓๕. เรื่องภาวนามันสำคัญ อบรมบ่มอินทรีย์ อบรมกายนี้แหละ อบรมใจของตนนี้แหละ มันยากอยู่ครั้นอบรมได้แล้วไม่มีความเดือดร้อน ใจเยือกเย็น ใจสบาย ไม่มีความหวั่นไหว อวิชาคือใจ ใจดวงเดียวนั้นเรียกว่าอวิชา คือมันไม่รู้ต่อสิ่งทั้งปวง ไม่รู้ในกองสังขาร แล้วหลงยึด ชอบเข้าก็หลงยึด ไม่ชอบก็ยึดเข้ามาเผาตน มันไม่รู้จึงหวั่นไหว พวกเราพากันฝึกหัดใจของตนให้ดี พระพุทธเจ้าว่าธรรมทั้งหลายมีมีใจเป็นหัวหน้า มีใจถึงพร้อม มีใจเป็นใหญ่ มีใจประเสริฐสุด ถ้าไม่ทรमानไม่ฝึกไม่อบรม อันนี้มันก็ทำพิชเฝ้าอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน มันเป็นเพราะใจนี้แหละ ใจไม่ดี ใจไม่รู้เท่า ใจโง่ มะนะสา เจปะทุภูฐณะ ใจอันมีโทษประทุษร้ายร้ายมันอยู่แล้ว เพราะราคะ โทสะ โมหะ ประทุษร้ายอยู่ ไปที่ไหนก็ไม่มีความสุขสบาย มีแต่ความเดือดร้อนเผาผลาญ

๓๖. อาการสามสิบสองนี้ มี ผม, ขน, เล็บ, ฟัน, หนัง, เนื้อ, กระดูก, เยื่อในกระดูก, ม้าม, หัวใจ, ตับ, พังผืด, ไต, ปอด, ใสีใหญ่, ใสีน้อย, อาหารใหม่, อาหารเก่า, เยื่อในสมอง, ศีรษะ เป็นต้นหมูนี่เป็นคนละอย่าง มันไม่ใช่คน พระพุทธเจ้าท่านว่า มันไม่ใช่คนนะ อีกอย่าง พระพุทธเจ้าว่า ธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประชุมกัน เรียกว่ารูป รูปใหญ่ มหาภูตรูป สิ่งนี้อาศัยธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ คือ เวทนา ความเสวยอารมณ์ สุขทุกข์ก็ดี สัญญา ความจำหมายโน่นหนามันี่ จำโน่นจำนี่ จิตเจตสิก คือความคิดความอ่าน ความปรุงขึ้นที่จิต คือ วิญญาณ สังขาร ความรู้ทางอายตนะทั้ง ๖ อันนี้เราว่า รูปขันธ์, เวทนาขันธ์, สัญญาขันธ์, สังขารขันธ์, วิญญาณขันธ์ เรียกว่าขันธ์ ไม่มีคนไม่มีสัตว์ สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ตนไม่ใช่ตัว ไม่ใช่คนไม่ใช่สัตว์ วิญญาณเป็นความรู้เท่านั้น รู้กันอยู่นี้แหละ คั้นไปคั้นมาอยู่นั้น มองดูคนอยู่ไหน

๓๗. เรื่องทำความเพียรถ้าดีแล้วก็ไม่เหลือวิสัย ความจะพ้นทุกข์มันมีน้อย มีอยู่ในอัตตภาพนี้แหละ ไม่ได้อยู่ที่อื่น จิตว่างเท่านั้นแหละว่างโม่ด ทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่ได้เกี่ยวข้องกับ ไม่ใช่ตัวของตน มันไม่ยึดมันก็พ้นทุกข์ มันก็มีสุข จิตอบรมดีแล้ว มันก็บริสุทธิ์

ผูกฟ่อง จิตเป็นเลื่อมประภัสสร จึงเป็นซัดว่าดีแล้ว จิตตั้ง ทนตั้ง สุขาวหัง จิตฝึกดีแล้วนั้น นำเอาความสุขมาให้ไม่มีที่สิ้นสุด นี่เรามันตามืดตามัวตาบอดตาขุ่น ตามัว มันไม่เห็นหนทาง มันก็มไป ๆ ตกหลุมเสีย ฐเห่ามันอยู่ในหลุมนั้น ตกลงไปงูเห่ากัดตาย จงตั้งใจพิจารณา ธาตุก้อนอันนี้แหละพิจารณาเข้า เป็นธาตุหรือ หรือสัตว์ หรือคน ก้อนนี้แหละหลอกหลวงเรา กัดเรา ไม่มีความสุข เพราะเหตุนั้น หัวใจมันจึงขุ่นมัว เมื่อมันรู้เท่ามันปล่อยมันวางแล้ว มันแหละจิตมันจึงจะลืมตาได้เห็นแต่ความสว่าง

๓๘. เราจะไปเกิดในที่ดีมันยากแล้ว บุญมันไปถึงเขา เราต้องทำเอา เกิดเป็นมนุษย์เป็นสัตว์อันสูงสุด ก็เป็นเพราะ ปุพเพกะตะบุญญาตา บุญหนักมาคิดตามตนให้เกิดเป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ ครั้นเป็นผู้สมบูรณ์แล้วก็ อัดตะสัมมาปะณิธิ ให้ตั้งตนอยู่ในที่ที่ชอบ อย่าไปตั้งตนอยู่ในที่ชั่ว รักษาศีล ให้ทาน หักทำสมาธิอย่าให้ขาด ศีลห้ารักษาให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ ศีลแปดให้รักษา ให้พากันภาวนาอยู่ สมาธิมันไม่มีที่อื่น ให้นั่งภาวนา พุทโธ ๆ ไม่ต้องร้องให้มันแรงคอก ให้มันอยู่ในใจชื่อ ๆ ดอก การภาวนาก็เป็นอริยทรัพย์ภายใน มันจะติดตามไปทุกภพทุกชาติ ดิดไปสวรรค์ ลงมามนุษย์ มาตกอยู่ในที่มั่งคั่งสมบูรณ์ บริบูรณ์ ไม่ยากไม่จน ทรัพย์อันนี้ติดตามไป บ่มีสูญหายคอก ตามไปจนสิ้นภพสิ้นชาติ

๓๙. มัตตัญญูตา.....เป็นผู้รู้ประมาณในภักดิ์ เรียกว่า ภักตอาหารความเสวย สิ่งที่ควรรับประทานจึงรับประทาน สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย สิ่งที่จะไม่ทำให้เสื่อม บริโภคเข้าไปแล้ว มันทำให้เกิดความเจริญ เกิดความสุขอย่างนี้แหละจึงควรบริโภคเข้าไป สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ถ้าบริโภคเข้าไปแล้วทำให้ร่างกายชำรุดทรุดโทรม หรือทำให้ร่างกายลำบาก อันนี้ไม่ควรบริโภค เรียกว่า มัตตัญญูตา จ ภักตสมิง อาหารหมายเอา อารมณ์ ไม่เอาอาหารที่เราบริโภคเข้าไปก็ถูก.....อาหารอารมณ์นั้นไม่ควรบริโภคสักอย่าง ควรบริโภคเข้าไปแต่ธรรมารมณ์คือธรรม

๔๐. เรื่องทุกขสังขจนี้ให้มันรู้ พิจารณามันทั้งนอกทั้งใน หรือจะออกพิจารณา ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อากาสาสามสิบสองนะ กระจายออกทุก ๆ ส่วนแล้ว มันเหลือเป็นคนใหม่ บ่มีคนแล้ว กำหนดออกไป ๆ จนเหลืออายตนะของมัน บัญญัติ ความสมมุติ สมมติคือขั้นฐรูปขั้น เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น วิญญาณขั้น รูปขั้นก็คือธาตุสี่ประชุมกัน เป็นรูปขั้น ถ้ามีรูปก็มีเวทนาเกิดขึ้น ต่อไปสัมผัสมันต่อกันเกิดขึ้น พระพุทธเจ้าไม่บอกให้พิจารณาไปอื่น ให้พิจารณาที่นี่ หมดก้อนของเราของเขานี้แหละแก่นก้อนธรรม อย่า

ไปหาที่อื่น อย่าไปพิจารณาที่อื่น มันไปยึดไปสร้างไปเสีย มันจะเป็นเหตุให้เจ้าของติดอยู่ ให้พิจารณาอันนี้ ทางจะไปพระนิพพานมีเท่านี้แหละ

๔๑. พุทโธคือผู้รู้ รู้ว่าใจตนบริสุทธิ์ผุดผ่อง ใจบริสุทธิ์ก็ศีลบริสุทธิ์ ตัวเป็นผู้ดำเนิน ศีลเป็นประธาน ผู้ใดทำบาปทำกรรม ทำให้ใจของตนเศร้าหมอง หาโทษใส่ตน นักปราชญ์ว่าคน โง่คนยาก มันเกิดจากตน ตนบริสุทธิ์ คนคืออยู่ ไปเอาความเศร้าหมองเอา ความร้ายมาใส่ตน เข้ามาเผาตน ตนเผาตน ก็เม่นใจเผาใจ แล้วก็แล้วกันไป อดีตล่วงไปแล้ว มันล่วงมาแล้ว อย่าไปเอามาเป็นอารมณ์ให้ใจเศร้าหมองทำไม อนาคตยังมาไม่ถึง อย่าไปคิดมัน ให้มันมาเจอก่อนจึงคิด ให้พิจารณาปัจจุบัน.....พิจารณาให้เห็นว่ามันไม่พ้นความตายแล้ว.....รีบทำบำเพ็ญภาวนา ให้ศีล ให้สมาธิ ให้ปัญญาเกิดขึ้น ความชั่วที่เก็บมาให้มันเผาจิต ต้องเปิดออกปีดออก เอาแต่ความดีเข้ามาสู่ดวงจิตดวงใจของตน ให้ใจเบิกบานใจราเริง ให้ใจกว้างอย่าให้ใจแคบ

๔๒. กรรมจำแนกสัตว์ให้ดีชั่วต่าง ๆ กัน มันเป็นเพราะกรรม พระพุทธเจ้าท่านไม่พยากรณ์ว่าตายแล้วสูญหรือตายแล้วเกิดอีก พระพุทธเจ้าท่านไม่พยากรณ์ว่าสัตว์นี้มันจะเกิดอีกหรือไม่เกิดอีก ถ้ามันยังทำกรรมอยู่ก็ต้องได้รับผลกรรมทั้งกรรมดีกรรมชั่ว มันต้องได้รับผลตอบแทน..ครั้นทำแล้วจะไม่ได้รับผลตอบแทนนั้นไม่มี คิดดู เหมือนเขามา ยืมปัจจัยของเราไปยืมแล้วเขาก็ต้องตอบแทน ครั้นไม่ตอบแทนก็ต้องเป็นถ้อยเป็นความกัน ทำแต่ความเดือดร้อน เขาจะต้องตอบแทนทุกสิ่งทุกอย่าง คิดดูเหมือนพวกเรา เหมือนกัน ทำกรรมกันอยู่ผู้นั้นก็ต้องตอบแทนเรา ทำดีผลดีก็ตอบแทน ทำชั่วผลร้ายก็ตอบแทนเราให้ได้รับความลำบาก มันตอบแทนกันอยู่อย่างนั้น เพราะเหตุนี้พวกเรา ควรทำให้เป็นกุศล ควรรักษาศีลให้สมบูรณ์ ศีลสมบูรณ์แล้วเราก็ทำสมาธิต่อไป มันจะมีความสงบสงัด มันจะรวม มันขัดข้องก็ที่อาการของศีลของเราอย่างใดอย่างหนึ่ง มัน ผิดพลาดมันขัดข้องมันจึงไม่รวม.... ที่เขาปลุกบ้านปลุกช่อง เขาก็ต้องปราบที่เสียก่อนจึง ปลุกลงไป อันนี้มันใดก็ดีถ้าพวกเรารักษาศีลให้บริสุทธิ์แล้วเหมือนปราบพื้นที่ จิตมันจึง ไม่มีความเดือดร้อน... จิตมันจะรวมอยู่เพราะมันเย็นมันราบรื่นดี มันเรียบไม่มีลุ่มดอน

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

ควบคุมใจ

พระพุทธเจ้าว่า เรา ตถาคต เป็นผู้แนะนำสั่งสอนทาง ทางออกจากโลก ทางไป
สวสวรรค์ก็ดี ทางไปนิพพานก็ดี เรา ตถาคต เป็นผู้แนะนำสั่งสอนให้เท่านั้น ตนนั้นแหละ
พวกอุบาสก-อุบาสิกาทั้งหลายต้องทำเอาเอง แม้พระพุทธเจ้าทั้งหลาย พระสาวกทั้งหลาย
ก็ทำเอาเองทั้งนั้น ตนแหละทำให้ตน ตนจะออกจากโลกก็เม่นตนตั้งอกตั้งใจทำให้ตน
ตนจะติดอยู่ในโลกก็เม่นใจของตนไม่ยอมไป เพราะหลงตนหลงตัว ทางปฏิบัติเนะ เรา
ก็ได้ยินได้ฟังมาแล้ว แล้วก็ตั้งอกตั้งใจปฏิบัติเอา พระพุทธเจ้าแนะนำสั่งสอน หรือครูบา
อาจารย์แนะนำสั่งสอน ก็ไม่หนีจากกายคตา คือปัญจกรรมฐาน นี้แหละ ต้องพิจารณา เรา
จะพิจารณานอกมันไป ก็เป็นนอกไปเสีย ไกลไปเสีย เพื่อให้จิตใจให้ใจนั้นแหละรู้จักสกนธ์
กายอันนี้ รู้จักก่อนอันนี้ว่ามันเป็นอย่างหนึ่ง มันเป็นอย่างกลาง ไม่ใช่ของใครสักคน เรา
ได้สมบัติอย่างดี คือสกนธ์กายนี้ มีตา หู จมูก ลิ้น กายดี มีใจดี ได้สมบัติอันดีมาใช้ เราจะ
ใช้สอยมัน เราจะเดินทางไปสวสวรรค์ก็ดี จะเดินทางไปนิพพานก็ดี ต้องอาศัยอันนี้ จะมีแต่
ดวงจิตอย่างเดียว ก็ไม่สำเร็จอะไรหมดทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าได้เทศน์ไว้ว่า **มโนปุพพกุมา
ธมฺมา มโนเสฏฐา มโนมยา** ธรรมทั้งหลาย จะทำดีทำกุศลดี ก็ใจนี้แหละ เป็นผู้ถึงก่อน
เป็นผู้ถึงพร้อม จะทำบาปอกุศล ก็ใจนี้แหละ จะฟ้องแผ้วแจ่มใสเบิกบาน ก็ใจนี้แหละ จะ
เศร้าหมองขุ่นมัว ก็ใจนี้แหละ ใจเศร้าหมองขุ่นมัวแล้วก็ไม่มีความสุขอยู่ในโลก จะอยู่ที่
ไหนก็ไม่มีความสุข ครั้นใจฟ้องแผ้วละก็ พระพุทธเจ้าท่านว่า **มนสา เจ ปสนฺเนน** บุคคลผู้
มีใจฟ้องแผ้วดีแล้ว เม่นจะพุดอยู่ก็มีมีความสุข เม่นจะทำอยู่ก็มีมีความสุข **ตโต น สุขมเนว**

ติ อยู่ที่ไหน ๆ ก็มีความสุข มีความสุขเหมือนกะเงาเทียมตนไป **ฉายา อนุปายินี** เหมือน
เงาเทียมตนไป ไปสวรรค์ก็ดี มามนุษย์ก็ดี เพราะเหตุนี้แหละ ให้เราพากันตั้งใจอบรม
ตั้งสติไว้ที่ใจ ควบคุมใจให้มีสติสัมปชัญญะ มีสติรู้ตัวอยู่เสมอ การทำ การพูด การคิด ก็
อย่าให้มันผิด มันพลาดไป ควบคุมให้มันถูก ครั้นมันผิดมันพลาด เราก็มีสติยังไว้ ละ
ปล่อยวาง ไม่เอามั่น ทางคิดนะ พระพุทธเจ้าแสดงไว้ ทางไปนรก ทางไปสวรรค์ ทางไป
พรหมโลก ทางไปพระนิพพาน พระองค์ก็บอกไว้แล้ว ให้วางกายให้เป็นสุจริต วาจาให้
บริสุทธิ์ ใจให้บริสุทธิ์ นี้ทางไปสวรรค์ ทางมามนุษย์ ทางไปพระนิพพานให้บริสุทธิ์
อย่างนี้ ทางไปนรคนั้น เรียกว่าทุจริตนั้น ทางกาย ทางวาจา ทางใจ อันนี้ทางไปนรก เรา
จะเวียนเสีย ไม่ไปละ รู้จักแล้ว เราจะไปแต่ทางที่ราบรื่น ทางสบาย การเดินก็ทางกาย วาจา
ใจ เท่านั้นและ ผู้ที่จะเที่ยวเอาภพ เอาชาติ นับกับปี นับกัลป์ไม่ได้ ตั้งแต่โลกเป็นโลกมา
คือดวงจิตของเราเอง ดวงจิตของเราเองเป็นผู้ก่อกรรมก่อเวรแล้วก่อเล่า ไม่เบื่อสักที ก็
แม่นดวงจิตของเราเองแหละ เพราะเหตุนี้ เราจึงต้องอบรมจิตใจของเราให้ดี ให้ใจรู้เสีย
ใจนี้แหละมันเป็นผู้หลง จนนับภพนับชาติไม่ได้ ภพน้อย ภพใหญ่ เทียบอยู่ในสังสารจักร
นี้ จึงให้เข้าใจเสียว่า เจ้ากรรมนายเวรคือใจ ตัวกรรมแม่นใจ ดวงใจอันเดียว วิญญาณอัน
เดียวเป็นตัวกรรม แต่งกรรมเสียแล้วให้เวียนตายเวียนเกิดที่นี้ ไม่เลิก เรา รู้จักแล้วเราต้อง
ควบคุมใจ แนะนำสั่งสอนใจ ทำใจของเราให้ผ่องแผ้ว ว่าเอ่ยอ ๆ นี้แหละ กว้างขวางก็
ได้ยิบมาพอแสงแล้ว เอ่ยอ ๆ ควบคุมใจเท่านั้นและเดี๋ยวนี้ ใจนี้ เจ้าของนราก็แม่นใจนี้
แหละ ม่าง (เล็ก, ทิ้ง) นราก็แม่นใจนี้แหละ ครั้นมันไม่ดีละก็ ร้อน เป็นทุกข์เหมือนใจจะ
ขาด ครั้นใจไม่ดีละก็ มันกลุ้ม เป็นทุกข์จนฆ่าตัวตายนี้แหละ ถือว่าเราเป็นเรา นี้ก็เพราะ
ใจนี้แหละ ไม่ใช่อื่นดอก เพราะมันไม่รู้ ท่านเรียกว่าอวิชชา ตัวใจนี้แหละอวิชชา เราจึง
ควรสติบรับฟัง แล้วก็ค้นคว้าพิจารณาใคร่ครวญ หาเหตุผล ทุกข์มันมาจากไหน ให้
พิจารณาทุกข์ก่อน ทุกข์เป็นของจริงอันประเสริฐ มันมาจากไหน ค้นขึ้นไปซิ เห็นมาจาก
โง่งนั่นแหละ ดวงจิตเป็นผู้โง่ มันต้องเป็น มันต้องเดือดร้อน มันถึงใคร่ มันถึงปรารถนา
มันถึงอยากเป็นนั่นเป็นนี่ มันไม่อยากเป็นนั่นเป็นนี่ เพราะเกลียด เพราะชัง มันชังมันก็
ไม่อยากเป็น แล้วก็หาของมาแก้ไข หากคิดอียังมาทา หนังกี่เยวก็เอามาทา ลอกหนังออก
มันได้ก็วัน มันก็เหี่ยวอย่างเก่า นี่หาทางแก้ดู ท่านว่า วิภวตัณหา มันเป็นกับดวงใจ เรา
สติบรับฟังอยู่ อบรมอยู่ทุกวันนี้ ทำความเพียรอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะอยากรู้จักใจของเรา
ครั้นรู้แล้ว ก็คุมเอาแต่ใจนี้ ชัดเกล้าเอาแต่นี้ สั่งสอนเอาแต่นี้ ให้มันรู้เท่าสังขารนี้แหละ

มันไม่รู้ เพราะมันโง่ว่าแม่นหมด ทั้งก่อนนี่เป็นตัวเรา เป็นผู้หญิง ผู้ชาย ยึดถือไป ยึดถือ ออกไปรอบ ๆ แผ่นดิน ยึดในตัวยังไม่พอ ยึดแผ่นดินออกไปอีก นี่แหละเพราะความหลง ก็ยึด ทั้งการทำงานทุกสิ่งทุกอย่าง เรียนวิชาศิลปะทุกสิ่งทุกอย่าง ก็เพื่อจะบำรุงบำเรอ ครอบครัวของตน บำรุงบำเรอตนให้เป็นสุข บำรุงพระศาสนา คำจุนพระศาสนาที่เป็น การดี ขอให้รู้เท่าแล้ว อย่าไปยึดมันเท่านั้นแหละ ในปฏิญสมุขปบาทท่านว่า อวิชาให้ เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาน วิญญานเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ท่านว่าให้ ดับความโง่อันเดียวเท่านั้น ผลดับหมด เพราะธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ ธรรม ทั้งหลายคือ ดีก็ดี ชั่วก็ดี ไหลมาแต่เหตุ คือความโง่ ความไม่เข้าใจ คิดว่าเป็นตัวเป็นตน ก็ ได้รับผลเป็นสุข เป็นทุกข์ สืบไป ท่านเรียกว่า วัฏฏะ การวน วนไม่มีที่สิ้นสุด เรา ท่องเที่ยวอยู่นี้ ตั้งแต่แผ่นดินเป็นแผ่นดินมาแล้ว ทุกคนนี่แหละ คุณหมอกี่ดี คุณหญิงกี่ดี เกิดมาชาตินี้นับว่าบุญบารมีอันพวกท่านทั้งหลายได้อบรม ศิลหัตถ์ ศิลปะ รักษาอุโบสถ รักษากรรมบถสิบ จึงเป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ เกิดมาก็ไม่เป็นผู้เกียจคร้าน ไม่เป็นผู้มัก หน่าย มีความพอใจแสวงหาวิชาศิลปะ จนได้เป็นใหญ่เป็นโตเป็นสูง นี่ก็เพราะบุญกุศล ของเราได้สร้างสมอบรมมา จึงว่า **บุพเพ จ กตปุญญา** คือบุญได้สร้างสมไว้แล้วแต่กาล ก่อน แล้วก็ได้เกิดในประเทศอันสมควร ประเทศอันสมควรก็หมายถึงเอาสภณกัณฑ์อันนี้ หรือจะหมายถึงเอาแผ่นดิน ฟ้า อากาศก็ได้ หรือจะหมายถึงเอาประเทศที่มีพระพุทธศาสนาตั้ง มั่นถาวร และมีอาจารย์ นักปราชญ์แนะนำสั่งสอนได้ อันนี้ก็ว่าประเทศอันสมควร **บุพเพ จ กตปุญญา** พวกเราได้เคยอบรมสร้างสมบุญกุศลมาหลายภพหลายชาติแล้ว จึงเป็นผู้ บริบูรณ์สมบูรณ์ แล้วก็ได้เกิดในประเทศอันสมควร ประเทศเราได้นับถือ พระพุทธศาสนาตั้งแต่บรรพบุรุษจนตราบเท่าทุกวันนี้ เราก็ได้นับถือพระพุทธศาสนา แล้วก็ได้ตั้งตนไว้ในที่ชอบ คือตั้งตนไว้ในทางสดับรับฟัง ทราบทุกสิ่งทุกอย่าง ในทาง โลกก็ดี เกื้อกูลอุดหนุนโลกให้เจริญ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำอรรถประโยชน์ ประโยชน์ของตนก็ได้แล้ว ประโยชน์ของผู้อื่น ของโลกก็ได้ด้วย นี่และชื่อว่าตั้งตนไว้ในทางที่ชอบ แล้วก็ตั้ง ตนอยู่ในศีล ในการภาวนา ตั้งตนอยู่ในการสดับรับฟัง นี้เรียกว่าอรรถสมาปนิธิ ตั้งตน ในที่ชอบ ท่านกล่าวว่าท่านเป็นมงคลอันประเสริฐสุด ให้มีสติควบคุมใจของตน อันนี้ก็ชื่อว่า ตั้งตนไว้ในที่ชอบอย่างสูงสุด นี่แหละ ให้ควบคุมดวงจิตของเราให้รู้จักเสีย เจ้ากรรมนาย เวนก็คือดวงจิตของเรานี้แหละ ผินราก็เป็นดวงจิตอันนี้ สวรรค์ก็เป็นดวงจิตอันนี้ พรหม โลกก็ดวงจิตอันนี้ ครั้นรู้จักแล้ว ก็ทำความเพียรต่อไปจนเกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่าย

ในอรรถภาพของตน ที่เป็นมาหลายภพหลายชาติ การเกิดเวียนไปเวียนมาก็ไม่ได้อะไร มีแต่การสดับรับฟัง มีแต่การบริจาคให้ทาน มีแต่ศีลของตนเท่านั้นเป็นอริยทรัพย์ ทรัพย์ภายในติดตามไปกับดวงจิตของเราทุกภพทุกชาติ จิตเมื่อมันทำความชั่วไว้แล้วก็ไม่มีใครไม่ต้องการสักคน หมดทั้งนั้น ความชั่ว บาปกรรม ให้คิดดู แต่นักโทษเขาลัก เขาปล้นสดมภ์แล้ว เขาก็หลบหนีไปซ่อนอยู่ตามป่าเขาตามถ้ำตามดง เพราะเขาไม่ปรารถนาจะให้พวกตำรวจไปจับเขา อันนั้นมันก็ไม่พ้นดอก บาปนะ ฉันทใคร่ดี ครั้นทำลงแล้ว ทำบาป อกุศลจิตก็เป็นผู้จำเอา ไปตกนรกก็แม่นดวงจิตนั้นแหละเป็นผู้ไปตก อรรถภาพคือร่างกายของเรานี้ มันกินอนทับดิน ส่วนดินมันก็เป็นดิน ส่วนน้ำมันก็เป็นน้ำ ส่วนลม ส่วนไฟ มันก็เป็นลม เป็นไฟ ของเก่ามัน ครั้นพ้นแล้วก็กลับมาถือเอาดิน เอาน้ำของเก่าอีกเท่านั้นแหละ แล้วก็มาใช้ดิน น้ำ ไฟ ลม นี้แหละครบบริบูรณ์ เอามาใช้ในทางดีทางชอบ ก็เป็นเหตุให้ได้สำเร็จมรรคผลพระนิพพาน พระพุทธเจ้าสร้างบารมีก็อาศัยดินอันนี้แหละ ประเทศอันสมควรอันนี้แหละ สาวกจะไปพระนิพพานตามพระพุทธองค์ก็อาศัยอรรถภาพอันนี้ ครั้นไม่อาศัยอรรถภาพอันนี้ มีแต่ดวงจิตหรือมีแต่ร่างชื่อ ๆ ก็ไม่สำเร็จอะไรหมดทั้งนั้น เหมือนกันทั้งนั้น พวกเทพดาได้ชมวิมานชมความสุขอยู่ตลอดชีวิต ชมบุญ ชมกุศล ก็ทำเอามาแต่เมืองมนุษย์ ครั้นจุติแล้วก็ได้ไปสวายนบุญกุศลของตน ครั้นหมดบุญแล้วก็ลงมาเมืองมนุษย์มาสร้างอีก แล้วแต่จะสร้างเอา อันชอบบุญ ก็ตั้งหน้าตั้งตาทำเอาบุญ อันชอบบาป ก็ตั้งหน้าตั้งตาทำเอาบาป เหมือนพระเทวทัตนั้น ต่างคนต่างไปอย่างนั้น อาตมาบอกไว้เท่านั้นว่า ให้มีสติคุมดวงจิต สัตว์นรกก็แม่นจิต สัตว์อเวจีก็แม่นจิต พระอินทร์พระพรหมก็แม่นจิต ที่เข้าพระนิพพานก็แม่นจิต ไม่ใช่ใคร จิตไม่มีตนมีตัว จิตเหมือนวอก (ลิง) นี้แหละ แล้วแต่มันจะไป บังคับบัญชามันไม่ได้ แล้วแต่มันจะปรุงจะแต่ง บอกไม่ได้ ไหว้ไม่ฟัง เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าให้วางมันเสีย อย่าไปยึดถือมัน ก็จิตนั้นแหละมันถือว่าตัวกู อยู่เดี๋ยวนี้ก็ดี เราถือว่าเราเป็นผู้ชาย เราเป็นผู้หญิงก็แม่นจิตนั้นแหละเป็นผู้ว่า มันไม่มีตนมีตัวดอก แล้วพระพุทธเจ้าว่าให้วางเสีย ให้ดับวิญญูณเสีย ครั้นดับวิญญูณแล้ว ไม่ไปก่อภพก่อชาติอีก ก็นั่นแหละพระนิพพานแหละ แน่ะ พระพุทธเจ้าบอกอย่างนั้น มันไม่อยู่ที่อื่น นรกมันก็อยู่ที่นี่ พระนิพพานก็อยู่ที่นี่ อย่าไปค้นที่อื่น อย่าไปพิจารณาที่อื่น ให้ค้นที่สภคกายของตน ให้มันเห็นเป็นอสุภะอสุภัง ให้เห็นเป็นของปฏิกูล ให้เกิดนิพพิทาความเบื่อหน่ายมันนั่นแหละ แต่ที่มันเห็นว่าเป็นของสวยของงามของดี ดวงจิตนั้นเมื่อมีสติควบคุม มีสัมปชัญญะ ค้นหาเหตุผล ใคร่ครวญอยู่

มันเลยรู้เห็นว่า อัดตภาพร่างกายนี้เป็นของปฏิภูมิต้องเนาเปื้อยผุพัง แล้วมันจะเกิด
นิพพิทาความเบื้อหน่าย จิตนั้นแหละเบื้อหน่าย จิตเบื้อหน่าย จิตไม่ยึดมั่นแล้ว เรียกว่าจิต
หลุดพ้น ถึงวิมุตติ วิมุตติ คือความหลุดพ้นจากความยึดถือ หลุดพ้นจากอุปาทาน ความ
ยึดมั่นถือมั่น พ้นจากภพจากชาติ ตั้งใจทำเอา

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๒

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

ขั้น

พากันมาฟังมาก ไม่รู้จะพูดอะไรให้ฟังแล้ว

การฟังธรรมก็เปรียบได้แก่การเตรียมเครื่องทัฬหีสำหรับทำกรงาน ครั้น
เตรียมมาแล้ว เครื่องกลเครื่องไกที่เตรียมมาแล้ว ไม่ทำก็ขึ้นจีสนิมเปล่า ฉันทใดก็ดี การ
สดับรับฟังโอวาทคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็อย่างเดียวกัน พระพุทธเจ้าเป็นผู้
บอกทางให้เท่านั้นแหละ ครั้นเราเชื่อคำสั่งสอนของพระองค์แล้ว เป็นผู้ดำเนินตาม เป็นผู้ลง
มือดำเนินตาม เราเองกระทำด้วยตนเอง เพราะเหตุนั้น จะว่าโดยย่อ ๆ เท่านั้นแหละ
อาตมาไม่มีความพูดหลาย เพราะอยู่ป่าอยู่ดง จะว่าให้ฟังย่อ ๆ พอเป็นหลักดำเนินปฏิบัติ
ของพวกเราทั้งหลาย ศาสนา คำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ตามผู้ ตามโบราณ
อันนั้นเป็นเครื่องชี้บอกทางผู้จะดำเนินตามศาสนาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือก่อน
ธรรมอยู่จำเพาะใคร จำเพราะเรา แก่นของธรรมแท้ที่อยู่สติ ให้พากันหัดทำสติให้ดี ให้
สำเนียง ให้แก่กล้า สตินะทำเท่าไรไม่ผิด สตินะให้มันมีกำลังสติดีแล้ว จิตมันจึงรวม
เพราะสติคุ้มครองจิต เพราะสติก็เม่นจิตนั้นแหละ หากลุ่มลึกกว่า ครั้นใจนึกขึ้นว่าสติ ก็

ใจนั้นแหละเป็นผู้ก่อกำเนิด เรียกว่า “สติ” เพราะสติก็แม่นใจนั้นแหละ พวกเดียวกัน ทำให้
มันดีแล้ว ไม่พลาด ทำก็ไม่พลาด พูดก็ไม่พลาด คิดก็ไม่พลาด ย่อมถูก ไม่ผิด พวกกันทำเอา

ธรรม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นช้อยู่กับสติอันเดียว พระพุทธเจ้าว่าแล้วในโอวาท
ปาฏิโมกข์ไม่ใช่เรอะ ยานิกานิจิ ชงฺกลานํ ปาณานํ ปทชาตานิ สพุพานิ ตานิ หตฺถิปเท
สโมธานํ คจฺจนฺติ หตฺถิปทํ เตสํ อคฺคมกฺขายติ ครั้นเทียบในบรรดาสัตว์ทั้งหลายที่
ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักร ท่องเที่ยวอยู่ในพื้นปฐพี รอยสัตว์ทั้งหลายไปรวมอยู่ในรอย
เท้าช้างอันเดียว มีรอยเท้าช้างเป็นใหญ่กว่าเขารวม โม่ด ราชสีห์อะไรลงไปรวมโม่ด ฉัน
ใดก็ดี ธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า มันอยู่ในสติ เย เกจิ กุสลา ธมฺมา สพุเพ เต อปฺป
มาทมูลกา อปฺปมาทสโมสฺรณา อปฺปมาโท เตสํ อคฺคมกฺขายติติ กุสลธรรมทั้งหลาย คุณ
งามความดีทั้งหลาย จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลอยู่กับสติแล้ว บุญกุศล คำมูลกุศลทั้งหลาย มา
สโมสฺรรวมอยู่ในสติ สติเป็นใหญ่ เพราะเหตุนั้น ครั้นรู้สัจธรรมนี้แล้วว่า สติเป็นแก่นธรรม
แก่นธรรมก็แม่น อันนี้อยู่สำหรับทุกคนทีเดียว ทุกขณะมีอยู่ทุกคน พระพุทธเจ้าตรัสรู้
ของจริง ผู้จะรู้เท่าตามจริงทั้งหลายทั้งปวง มีอยู่ทุกรูปทุกนาม แต่อาศัยว่าเราหลง จิตของ
เราเปรียบเปมาเหมือนเด็กอ่อน อ่อนแออยู่ เพราะเหตุนี้แหละ สติเปรียบเหมือนพี่เลี้ยง
ก็เจ้าของนั้นแหละจิต นั้นแหละ พอมันระลึกขึ้นก็แม่นสติแล้ว สตินั้นอบรมจิต ครั้น
อบรมจนมันรู้เท่าตามความเป็นจริงแล้ว มันจึงหายความหลงความสว่าง ความหลงความ
สว่างนั้นก็หลง เพราะไม่มีสติ ครั้นมีสติคุ้มครอง หักทำให้มันแน่นแน่ ให้มันแน่นยำ ให้
มันสำเหนียกแล้ว มันจะรู้แจ้งทุกสิ่งทุกอย่าง สติเป็นเครื่องดี คือดีสนิมของมัน เปรียบ
ดวงจิตเรียกว่าความหลง เรียกว่าอวิชชา จิตนั้นแหละตัวอวิชชา มันหลงเรียกอวิชชา จิต
มันหลง จีสนิมมันก็อยู่กับอวิชชา มันหลงนั้นแหละ จีสนิมโอบมัน ความหลงนั้นแหละ

แต่ก่อนจิตผ่องใส พระพุทธเจ้าจึงว่า ปภุสฺสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตณฺจ โข อากนฺตุ
เกหิ อุปกฺกิลเสหิ อุปกฺกิลฺลิจฺฐํ จิตฺเตมฺมชฺรณชาติเลื่อมประภัสสร แต่อาศัยอากันตุกะกิเลส
คือ รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัสทั้งหลาย เข้ามาสัมผัสแล้วมันหลงไปตาม จึงเป็นเหตุ
ให้จิตนั้นเศร้าหมองขุ่นมัว ไม่รู้เท่าอวิชชา ปัจจัยของมัน ความโง่เรียกอวิชชาเหมือนกัน
กับเหล็ก เหล็กนั้นมันก็ดี ๆ อยู่มันแหละ แต่สนิมมันเกิดขึ้นในเหล็กนั้นแหละ แต่เขาตี
ขัดเกลามาเป็นดาบคมได้ ใช้งานได้ ถ้าไม่ตีมันก็อยู่อย่างนั้น สนิมกินเสียจนใช้การไม่ได้
จิตของเราก็ดี อาศัยสติเป็นผู้ขัดเกลา อาศัยสติเป็นผู้คุ้มครองเชื่อมั่น อันที่จริงอากันตุกะ
กิเลสก็ไม่เป็นปัญหา คือรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสภายนอก ไม่เป็นปัญหา คำมูลละมูเลของ

มันก็คือ กาม กามาสวะ อวิชชาสวะ สามอันนี้เป็นอนุสัย เป็นสนิมของมัน เป็นสนิมหุ้ม
ห่อจิตให้มีมมนอนชการ เพราะเหตุนี้แหละ เราหัดสติ ทำสติให้มีกำลัง เมื่อสติมีกำลัง
แล้ว จิตมันก็จะรู้เท่าตามความเป็นจริง ครั้นในมิตติแล้ว ก็เกิดสัมปชัญญะ ความรู้ตัว
พร้อม ก็หมายความว่า ดวงปัญญานั้นแหละ ญาณที่ว่า ปัญญาที่ว่า

สติกับความรู้อื่นพร้อม ธรรม ๒ อย่างนี้เป็นของคู่กัน พอเราระลึกขึ้นแล้ว
สัมปชัญญะรู้ว่าถูกหรือผิด รู้พร้อม ๆ จิตรู้พร้อมนี้แหละอบรมดีแล้ว มันจะมีกำลัง
ความสามารถ สามารถทุกสิ่งทุกอย่าง สามารถแทงตลอดได้ทุกสิ่งทุกอย่าง จะทำอะไรก็
ดี จิตดีเท่ากัน มันสามารถ อย่างไฟไหม้บ้าน มันมีกำลัง จิตของเราเมื่อบรมดีแล้วมันมี
กำลัง มีกำลังที่สุดทีเดียว สามารถจะหอบเอาของหนักนั้นออกจากไฟได้ ดับไฟได้แล้ว
ไฟดับแล้วจะไหม ๓-๔ คนยังไหมไม่ไหวเลย กำลังจิตเท่านั้นแหละ เพราะเหตุนี้ เรา
หัดดีแล้วก็เหาะได้ เหาะได้เหมือนพระโมคคัลลาเจ้า พวกเราสงสัย สงสัยว่าเหาะขึ้นก็คือ
นั่งอยู่นี้แหละ แต่จิตนั้นไปสวรรค์ ไปนรก ไปนั้น ๆ ละ อันนั้นก็แม่น แต่ว่าไปได้จริง ๆ
หอบเอากายไปได้จริง ๆ กิดดูเถอะ นั่นแหละให้พากันอบรมจิต

พวกเราอะไร ๆ ก็ดี สมบูรณ์บริบูรณ์ทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว พวกศรัทธาทั้งหลายก็
นับว่าเป็นผู้สูง เป็นผู้สูงอยู่แล้ว ศรัทธาก็มีอยู่แล้ว ให้สติรับฟังแล้วก็มีแต่จะทำเอา
เท่านั้นแหละ ให้พากันทำเอา มันจะไหน ธรรมทั้งหลายมันก็อยู่นี้แหละ แก่นมันแท้คือ
สติ ให้ทำเอา ทำให้มีกำลัง ครั้นสติดีแล้ว มันรักษาจิตของมันไม่ให้ส่ายออกไปตาม
อารมณ์ สติขนาบเข้ามา ๆ สติแก่กล้ามันเป็นอย่างนั้นแหละ ครั้นสงบลงแล้ว เดียวนี้มัน
ไม่มีปัญญา ไม่มีปัญญามันก็ส่ายไป พอมันไปหลาย ๆ ครั้ง มันเป็นอาการของมัน มันไป
ตามแง่ของมันคือเวทนา มันเป็นเพียงแสงของจิต สัญญามันก็เป็นแสงของจิต สังขาร
ความปรุงมันก็เป็นแสงของจิต วิญญาณที่รู้ทวารทั้ง ๖ ก็เป็นแสงของจิตออกไปทั้งนั้น ผู้รู้
แท้ ๆ ถ้าจะสมมติว่าตนก็แม่นจิต เจ้าสตินั้นแหละสมมติว่าตน นอกจากนั้นเป็นอาการ
ทั้งนั้น

รูปอันนี้ก็เป็นแต่เพียงธาตุประชุมกัน ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ประชุมกันเท่านั้น ดังนั้น
เมื่อจิตสงบลงไป เวทนาจับแล้ว พอมันสงบลงไป คนไม่มี อะไรละมันจะมาจับ มา
ทุกซ์ อะไรละมันจะมาจำ คนไม่มี มันสว่าง ๆ ขึ้น เมื่อจิตสงบลงละมันสว่างโรจน์ ว่าง ๆ
ความจำหมายก็ไม่มี ความปรุงก็ไม่มี วิญญาณที่รู้ไปทางทวารทั้ง ๖ มันก็ไม่มี มันดับเอง
เพราะว่าของไม่มีหมดแล้ว

ของเหล่านี้เป็นของหนัก ครั้นใครยึดถือไว้เป็นของหนัก ไปถือขั้น รูปขั้น
เวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น วิญญาณขั้น อันนี้ก็ไปยึดไว้ ไปยึดก็ได้ชื่อว่าถือ
หยาบอันหนัก พระพุทธเจ้าท่านว่า ภารา หเว ปรณจกขุณฺธา ภาราหาโร จ ปุคฺคโล ภาราทานํ
ทุกฺขํ โลกํ ภารนิกฺเขปนํ สุขํ ผู้วางภาระ คือวาง ไม่ยึดถือว่าขั้น ๕ อันนี้เป็นตัวเป็นคน
แล้ว ไม่ยึดไม่ถือแล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้วางภาระ ไม่ยึดไม่ถือแล้ว ต้องมีความสุข จะนั่ง จะ
ยืน เดิน ก็มีความสุข นิกฺขิปิตฺวา ครุ ภารํ เมื่อไม่ถือเอาขั้น ๕ นี้เป็นภาระแล้ว เพราะ
รู้เท่าตามความเป็นจริงของมันแล้ว ไม่ยึดถือเอา อณฺณํ ภารํ อนาถิย สมฺมุตฺตํ อดุพฺพุห
คือได้ชื่อว่าเป็นผู้ตัดตัณหาขึ้นได้ทั้งราก นิจุฉาโต ปรินิพฺพุโตติ ฯ เป็นผู้เที่ยงแล้ว เทียงว่า
จะได้เข้าสู่ความสุขตามเสด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นผู้เที่ยงแล้ว

เมื่อจิตมันรวมแล้ว มันจะรู้ตามความเป็นจริง มันจะว่าง ว่างนั้นแหละ พอจิตรวม
แล้วมันก็ว่าง ค้นหาตัวไม่มี พอมันสงบแล้ว ปัญญามันเกิดขึ้นของมันเอง ครั้นมันสงบลง
ถึงฐานถึงที่ มันถึงอัปปนาแล้ว มันเกิดขึ้นเองนะ พอนึกเท่านั้น มันปรุงฟุ้งขึ้น มันปรุง
แล้ว มันไม่ไปยึดแสงสว่าง สว่างหมดทั้งโลกนี้ก็ตาม มันไม่ไปยึด มันสาวเข้าหากคน ไหน
คน คนอยู่ที่ไหน มันมาอวดว่าตนว่าตัว ไถ่เข้าไป ถ้ามันรวมลงอย่างนั้น มันอาศัยสติ
ควบคุมให้มันอยู่ อย่าให้มันไป จิตรวมลงอย่างนี้ แจ่มใสทีเดียว ไม่ใช่มันง่วงนอน มัน
ไม่ใช่วิสัยของสมาธิ อันนั้นละ มันแจ่มใสอย่างนั้น เรียกว่าสัมมาสมาธิ เป็นสมาธิอัน
ถูกต้อง แล้วก็มั่นมันนั้นแหละ มั่นจิตนั้นแหละ เป็นตัวศีลละ จิตนั้นแหละเป็นตัว
สมาธิ จิตนั้นแหละเป็นตัวปัญญา อันเดียวนั้นแหละ มันจะถึง อริจิต อริศีล อริปัญญาได้
ก็อาศัยสติควบคุม

พวกศรัทธาได้ยินได้ฟังแล้วก็ให้พากันตั้งใจทำ มันไม่อยู่ที่อื่นหนา ไม่ได้ไปหาเอา
ที่อื่นหนา อยู่จำเพาะใคร จำเพาะเรานี้หนา ไม่ได้ไปคว้าเอาที่ไหนดอก ธรรมนะ ยกขึ้นก็
ปะไปโลด เห็นไปโลด นึกขึ้นก็เห็นไปโลด แล้วก็คุมสติเอา มันจะรู้เอง ปังจัดตั้งนะ
สันทิฏฐิโก จะเห็นเองนั่น อกาลิโก ไม่อังกาลอังกเวลา จิตของเราจะหายจากราคะแล้ว ก็
รู้จำเพาะตน จิตเรายังมีราคะก็จะรู้ จิตมีโทสะก็จะรู้ หายจากโทสะก็จะรู้ จิตมีโมหะ ความ
หลงมงายก็จะรู้ จิตหายโมหะก็จะรู้ จิตหุดหู่ก็จะรู้ จิตฟุ้งซ่านก็จะรู้ รู้แล้วก็จะได้จัดการ
แก้ไข รู้ก็ดี จะได้เพิ่มศรัทธา ธิเบตความเพียรเข้าอีก เอาละ พากันทำเอา ไม่อังกที่อังก
ฐานดอก อยู่ที่ไหนก็ได้ เวลามันสงบ มันก็จะมีอยู่นั้นแหละ

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๓

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

ศีล

(เทศน์โปรด น.พ.อวย เกตุสิงห์ และคณะ พ.ศ. ๒๕๐๙)

เรื่องจิตนี้ พวกฝรั่งเขาทำกันจริง ๆ จัง เขาสนใจอยู่ปานนั้น มันจึงเป็นเรื่องใหญ่ มาเอาทางภาวณา ยากจริง พวกนี้เขาทำกันหลายคน สนใจแท้ ๆ เรื่องทำบุญ รักษาศีล ให้ทาน ก็เข้าใจหมดแล้ว เรื่องภาวณามันสำคัญ อบรมบ่ม อินทรีย์ อบรมกายนี้แหละ อบรมใจของตนนี้แหละ มันยากอยู่ ครั้นอบรมได้แล้ว ไม่มีความเดือดร้อน ใจเยือกเย็น ใจสบาย ไม่มีความหวั่นไหว อวิชชาคือใจ ใจดวงเดียวนั้นเรียกว่าอวิชชา คือมันไม่รู้ต่อสิ่งทั้งปวง ไม่รู้ในกองสังขาร แล้วหลงยึด ชอบเข้าก็หลงยึด ไม่ชอบก็ยึดเข้ามาเผาตน มันไม่รู้มันจึงหวั่นไหว พวกเราพากันฝึกหัดใจของตนให้ดี พระพุทธเจ้าว่า ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจถึงพร้อม มีใจเป็นใหญ่ มีใจประเสริฐสุด ครั้นทรมานใจดีแล้ว ฝึกฝนดีแล้ว อบรมดีแล้ว มีใจประเสริฐสุด ถ้าไม่ทรมาน ไม่ฝึกฝนอบรม อันนี้มันก็ทำพิษ เผาอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน มันเป็นเพราะใจนี้แหละ ใจไม่ดี ใจไม่รู้เท่า ใจโง่ มนสาเจ ปฏุกุญเฐน ใจอันมีโทษประทุษร้ายมันอยู่แล้ว เพราะระภาค โทสะ โมหะ ประทุษร้ายอยู่ ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่มีความสุขสบาย มีแต่ความเดือดร้อนเผาผลาญ ทานเปรียบไว้เหมือนโคที่เห็นภาระอันหนักไปอยู่ ใจไม่ดีแล้ว ผู้ไม่ฝึกฝนอบรมใจของตนแล้ว ทำไปตามความพอใจความชอบใจใจเศร้าหมอง ไม่มีความสุข ยืน เดิน นั่ง นอน ก็ไม่มีความสุข ใจที่อบรมดีแล้ว ฝึกฝนทรมานดีแล้ว ไปอยู่ที่ไหนก็มีความสุข พุดอยู่ที่ไหนก็มีความสุข ยืน เดิน นั่ง นอน ทำอะไรอยู่ ก็มีความสุข ไม่มีความเดือดร้อน มนสาเจ ปสนุเนน บุคคลผู้ฝึกฝนอบรมจิตใจของตนให้ดีแล้ว จิตผ่องใสแล้ว แม้จะพุดอยู่ที่ตาม ทำอยู่ที่ตาม ไปที่ไหนก็ตาม ความสุขย่อมติดตามไปอยู่ทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน พวกเราทำความฝึกฝนจิตใจของตน ให้เอาสติประจำใจ จะพุดก็ให้มีสติ จะทำก็ให้มีสติ จิตก็ให้มีสติควบคุมใจของตน อย่าไปปล่อยสติ ครั้นไม่ปล่อยสติแล้ว นั้นแหละได้ชื่อว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ใกล้ความสุข ใกล้ทางที่สุด ทางที่เราจะเดินไปหน้าละ ใกล้เข้า ๆ พวกเราเหมือนกันกับเดินทางไกล ไม่รู้ว่าจะเดินมาจากไหน นับวัน นับคืน นับปี นับเดือนไม่ถ้วน การเดินทางเพื่อจะไปสู่จุดหมายปลายทาง คือที่สุด เหมือนที่เราจะไปกรุงเทพฯ นั้นแหละ เป็นที่สนุกสุขสบาย เข้าใจว่ากรุงเทพฯ เป็นเมืองพระนคร เป็นเมืองสวรรค์ อยากไป พวกเราอยากไปสู่จุดหมายปลายทาง คือพระนิพพานนั้นแหละ ว่าเป็นจุดอันเลิศ ว่าเป็นที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ มีแต่ความสุข ที่พระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลาย ท่านไปแล้ว จุดอันนั้นแหละ

เราเกิดมานี้ เทียวไปเที่ยวมาอยู่ที่นี่ ไม่ต้องการอะไรทั้งหมด ทั้งนั้นแหละ ไม่ต้องการความทุกข์ ไม่ต้องการวันตาย ต้องการหาความสุข แต่หาไม่พบ เพราะศรัทธาของเราไม่เพียงพอ เชื่อไปตามกามกิเลส ประพฤติไปทางอื่นไปทางโลกเสีย ทางธรรมของพระพุทธเจ้าไม่เอาใจใส่ ไม่มีความสนใจ ไม่พอใจ ที่จริงถึงเราไม่ออกไปก็ตาม พระนิพพานนะ แต่ก็ควรปฏิบัติไว้ อบรมไว้ บางทีไปชาติหน้า ชาติใหม่ เราเกิดความเบื่อหน่ายอย่างใดอย่างหนึ่ง เราจะกลับมาปฏิบัติมันจะได้บรรลุคุณวิเศษโดยเร็ว ไม่เฉื่อยช้าไป พวกเราได้คบหา กับนักปราชญ์อาจารย์บ่อย ๆ สนใจ

บ่อย ๆ ทำไป ๆ ก็จะเป็นไปวันหนึ่งนั่นแหละ จะได้รับผลอยู่นั่นแหละ ทำแล้วจะเปล่าประโยชน์? ไม่เปล่าดอก ทุกสิ่งทุกอย่าง เหมือนพวกคุณหมอบทั้งหลาย ได้ศึกษาวิชาศิลปศาสตร์มาแล้ว ก็ได้มาแล้ว รู้อย่างนั้น รู้อย่างนี้ ทำอย่างนั้น อย่างนี้ แล้วก็ได้ผล เมื่อทำลงก็ได้รับผล มีผลตอบแทนอยู่อย่างนั้นแหละ ผลคือลาภยศ เพราะเรามีวิชาศิลปศาสตร์ เพราะเราทำคุณความดี ทางที่ไปสู่ความสงบสุขนี้ พระพุทธเจ้าประกาศไว้แล้ว ถ้าเรามีความสนใจ พอใจ ตั้งใจทำ ก็คงได้รับผลตอบแทนเหมือนกัน ไม่ตอบแทนกันไม่มีดอก ทุกสิ่งทุกอย่างนะ ความดีก็ดี ความชั่วก็ดี ตอบแทนครือกัน ถ้าทำชั่วลงไปแล้วก็ได้รับความเดือดร้อนขึ้นกับตัว กับบ่อนั่นแหละ คนทั้งหลายเขาสงสัยว่า บาบไปไม่มี บุญไม่มี มันไม่พิจารณาให้เห็นว่า ทำแล้วก็ได้รับเหมือนกันในเรื่องนั้น ๆ และ พอทำเข้าแล้วก็เดือดร้อนหละ วิ่งเข้าป่าเข้าดง ไปอยู่ตามถ้ำตามเหว ไม่มีที่ไหนมันจะพ้นดอก ความชั่วนี้ พวกเราเป็นผู้ทำความดีความชอบ อาชีพของเราเป็นไปเพื่อเป็นศีลเป็นธรรม ไม่เบียดเบียนใคร แล้วเราก็ได้รับความพอใจ ความชอบใจ ดีใจ เห็นกันอยู่อย่างนั้นแล้ว ที่จะไม่เป็นบุญเป็นบาปยังงั้น มันเป็นอย่างนั้นนี่ เป็นกับที่นั่นแหละ ผู้ให้ทานก็ได้รับความดีใจกันที่นั่นแหละ ผู้มีศีลก็ได้ความดีใจ ศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ ศีลพระปาฏิโมกข์ของพวกพระ ฆราวาส ศีลห้า ศีลแปด เราก็ศึกษาให้มันดี ศึกษาให้เข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วไม่ยาก เรื่องดเว้นทุกสิ่งทุกอย่างนะ พวกเราก็รู้แล้ว เรื่องจะไม่ต้องสมาทานเข้ากับพระภิกษุ สามเณรก็ตาม รู้แล้ว เจตนางดเว้นเอา เรียกว่าวิริตี เจตนา งดเว้นเอา เข้าใจแล้ว ไม่ต้องสมาทานก็ได้ เอาเจตนาที่นี้แหละ เราจะไม่ทำ สมมติว่า ศีลห้า บาบห้าอย่าง กรรมห้า อย่างนี้เราจะไม่ทำต่อไปเด็ดขาด นี่ก็เป็นอุบิสัยปัจจัยอยู่ พวกเราสมบูรณบริบูรณ์แล้ว ควรรักษามันให้ดี เรื่องกรรมห้าอย่างนั้นแหละ ครั้นเว้นวิริตีให้มันขาดลงไปแล้ว ได้ชื่อว่า เป็นผู้หมดกรรมหมดเวรหมดภัย ให้มันขาดห้า อย่างเบื้องต้นนี้แหละ พระพุทธเจ้าว่ามันไม่ใช่ศีลนะ บาบนะ เวนนะ ครั้นเว้นห้าอย่างนี้ เป็นสุจริตธรรม ผู้หญิงผู้ชายก็ตาม ผู้น้อยผู้หนุ่มก็ตาม ผู้แก่ผู้เฒ่าก็ตาม เป็นสมบัติของมนุษย์ ปาณาติปาตา ปฏิวิโรโหติ ให้มีเจตนางดเว้น อทินนาทานา ปฏิวิโรโหติ เจตนาวิริติงดเว้น มีสติประจําใจ กาเมสุ มิจจาจารา ปฏิวิโรโหติ ให้เจตนางดเว้น มุสาวาทา ปฏิวิโรโหติ ความไม่จริงจะไม่พูด พูดมีสิ่งมีศีล คำที่ไม่จริงจะไม่พูดต่อไป มีจริงพูด ไม่มีไม่พูด สุราเมรัย มชฺฌมปมาทญฺฐานา ปฏิวิโรโหติ นี้แหละห้าอย่างนี้แหละ งดเว้นห้าอย่างนี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้หมดกรรมหมดเวร นี่เป็นเค้าเป็นมูลของศีลทั้งหลาย มันจะตั้งอยู่ได้ ศีลแปดนั้น ครั้นเรารักษาไม่ได้ ก็ไม่เป็นที่ไหนเป็นภัยอะไรดอก เป็นแต่เศร้าหมอง สามข้อเบื้องต้นนั้นแหละเป็นศีลสูงขึ้นไป รักษาไม่ได้มันก็พาเศร้าหมองเท่านั้น ศีลห้าข้อเบื้องต้นนั้นแหละสำคัญ เว้นให้มันเด็ดขาดเรื่อยไป ท่านจึงเปรียบไว้เหมือนต้นไม้ ครั้นไปตัดกิ่งก้านสาขาออกแล้วไม่ตาย มันต้องเป็นขึ้นอีก แตกกิ่งก้านสาขาขึ้นอีก แต่ถ้าตัดรากแก้วมันหมดแล้ว มันตาย ไม่มีอะไรจะงอกขึ้นอีกต่อไป เค้ามูลมันคือศีลห้า อาตมาจะพูดให้ฟัง พูดชื่อ ๆ นี้แหละ ศีลนี้มีตัวเดียวเท่านั้น มีใจดวงเดียวเท่านั้น ไม่มีอื่นอีก หมู่นั้นมันเป็นอาการมัน ถ้าเราไม่ฆ่า ไม่ลัก ไม่มรยาสาสโดยกับใคร นอกจากเมื่อยของตบซึ่งอยู่ในปากครองของตน พูดแต่ความจริง ไม่ได้มีสุรายาเมา นี้แหละ ๕ อย่างนี้มีแต่บาปทั้งนั้น พระพุทธเจ้าจึงว่า เรากล่าวว่าเป็นตัวกรรม เจตนาเป็นตัวศีล เจตนาที่ใจเท่านั้นแหละ เจตนางดเว้น ใจมีอันเดียวเท่านั้นแหละ และให้มีสติควบคุม ระวังจิตมันคิดจะทำอะไรก็ดี จะพูดอะไรไม่เป็นศีลเป็นธรรม ก็มีสติบั้ง รู้สึกตน สติคือความระลึก สัมปชัญญะ ความระลึกว่าผิดหรือถูก มันต้องตัดสินใจ สัมปชัญญะเป็นผู้ตัดสินใจ พวกเราให้หัดทำสติให้แม่นยำ ให้สำเหนียกแล้ว จะทำอะไรก็ถูกต้อง พูดถูกต้อง คิดถูกต้อง มันก็เป็นศีลแล้ว เพียง ศีลห้ามันก็ได้อยู่ ศีลแปดเป็นบางครั้ง เป็นคราวก็ได้อยู่ ครั้นรักษาให้ดี เป็นบริสุทธิแล้ว ได้อยู่ ราชาก็ได้อยู่ จักรพรรดิก็ได้อยู่ มหาเศรษฐีก็ได้อยู่ ไม่ต้องสงสัย พระพุทธเจ้าพูดความจริง ผู้มีศีลย่อมเป็นผู้องอาจ กล่าวหาต่อหน้าประชุมชน ผู้มีศีลย่อมมีความสุข ท่านบอกไว้ละ เมื่อรับศีลด้วยปากแล้วท่านว่า สีเลน สุขัตถินุติ กุลบุตรผู้รักษาศีล ถึงพร้อมด้วยศีลบริบูรณ์แล้ว ย่อมมีความสุข แม้จะเข้าไปคบหาสมาคมกับบริษัทใด ๆ ก็ตาม บริษัทกษัตริย์ก็ตาม บริษัทคหบดีก็ตาม บริษัทสมณพราหมณ์ก็ตาม เป็นผู้องอาจกล่าวหา ไม่มีใครครั้นคร้ามต่อผู้คน เพราะคิดว่าเราบริสุทธิดีแล้ว ถึงไม่มีความรู้ก็ตาม ไม่คิดกลัวว่าคนอื่นเขาจะมาโทษเราว่าเป็นผู้ไม่บริสุทธียังงั้นยังงี้ ไม่คิดอย่างนั้น ไม่กลัว แล้วก็เป็นที่รักของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

เป็นที่รักแก่สัตว์ทั้งหลายด้วยกัน คนผู้มีศีลแล้วย่อมใจเย็น จิตมันหยังเข้าไปถึงกัน สัตว์เดรัจฉานก็ตาม สัตว์วิโต ๆ ก็ตาม ได้เห็นแล้ว มันหยังเข้าไปถึงกันเหมือนกันยังกับไฟฟ้า ไปถึงจิตถึงใจกันแล้ว แล้วจิตของเรามันเย็นแล้ว มันก็ไม่กลัว ถ้ามันเห็นพวกคุณสัตว์พวกที่เขาจะฆ่ามันแล้ว มันไม่รอ มันวิ่งเข้าป่าเข้าดงไปเลย นี่แหละ ไปอยู่ที่ไหนก็มีความสุข ศีลนำความสุขมาให้ทราบเท่าชรา ศีลนำความสุขมาให้ตลอดชีวิต ศีลนำความสุขไปให้ตลอดและมีสุดดีเป็นที่ไป สีเลน โภคสมุปทา ผู้จักมั่งคั่งบริบูรณ์สมบูรณ์ ไม่อด ไม่อยาก ไม่ยากไม่จน ก็เพราะเป็นผู้รักษาศีลให้สมบูรณ์บริบูรณ์นี้แล เป็นแท้ เป็นกรรมดีแท้ เป็นกรรมร้ายแท้ ให้คิดดู ถ้าบุญไม่มีแล้ว บาปไม่มีแล้ว มันเป็นเพราะกรรมดีกรรมชั่ว พระพุทธเจ้าว่าคนเกิดมา สัตว์เกิดมาในโลกนี้คงเพียงกัน ไม่มีสูงมีต่ำ มีดำ มีขาว ถ้าขาวก็ขาวอย่างเดียวกัน จะมั่งคั่ง ก็มั่งคั่งอย่างเดียวกัน จะจนก็จนอย่างเดียวกัน ใจก็ใจอย่างเดียวกัน แต่ความจริงนี้ มันมีสูงมีต่ำว่ากัน มีต่ำลง มีสูงที่สุด เห็นเป็นพยานอยู่แล้ว จะโง่ ผู้โง่ก็โง่ล้มตาย ผู้ฉลาดเหมือนพวกคุณหมอนี้ก็ฉลาด จนก็จนล้มตาย ทำไมเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือนกัน แต่ทำไมไม่เหมือนกันละ ไม่เหมือนกันเพราะความประพฤติมันหรือหาก ถ้าประพฤติดี มีการรักษาศีลให้ทาน มีการสดับรับฟังธรรม เขาจะมีปัญญาที่ดี เขาเป็นผู้เล่าเรียน เพราะเหตุนี้แหละ เป็นเพราะกรรม กรรมเป็นผู้จำแนกแจกสัตว์ให้ดีให้ชั่วต่างกัน มันเป็นเพราะกรรม พระพุทธเจ้าไม่พยากรณ์ดอกว่า ตายแล้วสูญ หรือตายแล้วเกิดอีก อย่างนี้พระพุทธเจ้าไม่พยากรณ์ไม่ว่า เราไม่พยากรณ์สัตว์นี้มันจะเกิดอีกหรือไม่เกิด ถ้ามันยังทำกรรมอยู่ มันต้องได้รับผลของกรรม ทำกรรมดี ทำกรรมชั่ว มันต้องได้รับผลตอบแทนอยู่ ทำแล้วจะไม่ได้รับผลตอบแทนนั้นไม่มี คิดดู เหมือนเขาขี่ม้าจ้อยของเราไป เราก็กขี่ เขาจะต้องตอบแทนใช้ให้เรา ครั้นไม่ขี่ให้ ก็ต้องเป็นถ้อยเป็นความกันละ ได้รับความเดือดร้อน เขาก็ต้องตอบแทน คิดดู เหมือนพวกเราเห็นกัน ถามกัน ตอบแทนกัน ทำดีก็ตอบแทนกันอยู่อย่างนั้น ผลร้ายก็ตอบแทนกันให้ได้รับความลำบากอยู่อย่างนั้น

ถ้ารักษาศีลดีแล้ว เมื่ออบรมสมาธิเข้า มันจะมีความสงบ มันลงเร็ว ถ้ามันขัดข้อง ก็หมายความว่าศีลของเราข้อใดข้อหนึ่งผิดพลาดไป มันจึงขัดข้อง ไม่ลง ถ้าศีลบริสุทธิ์บริบูรณ์ดีแล้ว เหมือนกับเขาจะปลูกบ้านปลูกช่อง เขาจะปราบพื้นที่เสียก่อน ฉันทก็ดี ศีล พวกเรารักษาดีแล้ว ก็เหมือนปราบพื้นที่จนไม่มีหลักมีตอะไรแล้ว ปลูกบ้านมันก็ได้ดี ไม่มีความเดือดร้อน จิตมันก็ไม่มีความเดือดร้อน มันก็สงบอยู่ จะลงอยู่ เพราะมันเย็น มันราบรื่น ไม่มีสิ่งลุ่มดอน พากันทำไป อุตส่าห์ทำไป อิริยาบถทั้งสี่ ยืน เดิน นั่ง นอน พระพุทธเจ้าไม่ห้าม แล้วก็ไม่ใช่เป็นของหนักของลำบาก นึกเอาแต่ในใจ จะเอาอะไรก็ตาม แล้วแต่ความถนัด แล้วแต่จิตของเรา มันถูกอันใด สะดวกใจ สบายใจ หายใจดี ไม่ขัดข้อง ไม่ผิดเคือง อันนั้นควรเอามาเป็นอารมณ์ของเรา เอา พุทโธ ๆ หมายถึงให้ใจหยุด เอาพุทโธเป็นอารมณ์นั้นแหละ ต้องการไม่ให้จิตมันออกไปสู่อารมณ์ภายนอก อารมณ์ภายนอกมันก็ไปจดจ่ออยู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ความถูกต้องทุกสิ่งทุกอย่าง มันไปจดจ่ออยู่ที่นั่น จิตมันจึงไม่ลง พวกนี้เรียกว่านิรวรณ เรียกว่าเป็นมาร จึงว่าให้มีสติ อย่าให้มันไป กุมไว้ให้มันอยู่กับที่นี้ ให้เอาพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์ พระธรรมเป็นอารมณ์ พระสงฆ์เป็นอารมณ์ พุทโธ ธัมโม สังฆโม ก็ตาม หรือจะเอาอัฐิ ๆ กระดูก ๆ ก็ตาม ให้นึกอยู่อย่างนั้น ยืนอยู่ก็ตาม เดินอยู่ก็ตาม นั่งอยู่ก็ตาม นอนอยู่ก็ตาม เอามันอยู่อย่างนั้นแหละ หลับไปแล้วก็แล้วไป อุตส่าห์ มันก็เป็นของไม่เหน็ดไม่เหนื่อย พระพุทธเจ้าก็ว่าไว้อยู่ ผู้ที่ภาวนา จิตสงบลง แม้ชั่วเวลาข้างพับหู ฐุแลบลัน อานิสงส์ก็อีกโขกขัง ทำไป มันมีสามสมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ขณิกสมาธินี้เราบริหารไป บริกรรมไป ว่าพุทโธก็ตาม อะไรก็ตาม รู้สึกว่าสบาย ๆ เข้าไปสักหน่อย จิตสงบเข้าไปสักหน่อย ถอนขึ้นมา ก็กลับเป็นอารมณ์ของเก่ามัน นี่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ ลงไปนาน ๆ สักหน่อย ถอนขึ้นมาอีก ไปสู่อารมณ์อีก ภาวนาไป ๆ มา ๆ อย่าหยุดอย่าหย่อน แล้วมันจะค่อยเป็นไปเอง ทำไป ๆ จะให้มันเสียผล มันไม่เสีย ต้องทำไป เป็นก็ไม่ว่า ไม่เป็นก็ไม่ว่า แล้วแต่ อย่าไปนึกว่าเมื่อไรมันถึงจะลง จิตนี้ อย่าไปนึก ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราทำความเพียร เราทำเพื่อจะเอาเนื้อและเลือด ชีวิตจิตใจถวายบูชาพระพุทธเจ้า ถวายบูชาพระธรรม บูชาพระสงฆ์ต่างหาก ความอยากนี้ให้เข้าใจว่า นั่นแหละคือหน้าตาของตัณหา อยากให้มันเป็น อยากให้มันลงเร็ว ๆ อันนั้นมันตัวร้ายละ หน้าดำละ ความอยากของมันมีดละ ให้ตั้งใจไว้ เจตนาไว้ว่า เป็นก็ไม่ว่า ไม่เป็นก็ไม่ว่า จะเอา

เลือดเนื้อชีวิตจิตใจถวายบูชาพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้าตลอดวันตาย อย่างนี้ได้ชื่อว่า มชฺฌิมา ปฏิปทา
อยากมันเป็นต้นหาเสีย ยืนขวางหน้าเสีย ยิ่งไม่ลงละ เอาละ ให้พากันทำไป

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๔

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

นิโรธะ

การปฏิบัติอานาปานสติถ้าไม่ถูกต้องกับจริต มีความอึดอัดใจ หายใจไม่สะดวก ไม่สบาย ถ้าถูก มันจึงสบาย
หายใจเบาลง ปวดคันก็ชอบแต่ความสบาย ถ้าไม่สบายไม่ค่อยชอบ ถ้ามันสบาย มันก็หลงไปเสียกับความสบายละ ถ้า
เปลี่ยนบ้างมันจึงจะดี เปลี่ยนคือความเจ็บป่วยนั้น มันเปลี่ยนบ้างมันจึงรู้ มันจึงตื่น หมายความว่าเปลี่ยนมันไม่เพลิน
เวทนา มัน ทรมานให้เขาปราบเอาบ้าง มันจึงดี เหมือนกันกับเด็กมันดื้อ มันคะนอง พ่อแม่ต้องเขียนเอาบ้าง มันจึง
หายความคะนอง จิตของเรามันเป็นอย่างนั้น ถ้าอยู่ที่ สบายแล้ว มันลืม ให้นั่งภาวนา เป็นสมาธิ ให้มันเป็นปัญญา
คอยเตือนอย่าดี อย่าคะนอง ให้กำหนดให้มันรู้ทุกข์ พระพุทธเจ้าสอนว่า ให้มารู้จักทุกข์ ถ้ามันสบายแล้ว มันไม่รู้จัก
ทุกข์ มันมัวแต่เพลินไปถ้ามันสบายแล้ว ให้มันไม่สบาย แล้วมันจึงกำหนดรู้จักทุกข์

พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า ให้มันรู้จักทุกข์ ให้มันรู้จักพิจารณาแต่ทุกข์ พิจารณาให้มันเห็นชัด มันอยู่ที่ใจแล้ว
มันจึงจะค้นหาเหตุ ทุกข์เป็นผล แล้วความทะเยอทะยานนั้นเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ ค้นไปให้เห็นเหตุเกิดทุกข์ จะ
ปล่อยวางความทะเยอทะยานความหลง อันสมุทัยนั้นแหละเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ สมุทัยสมมุติ สมมุติว่าผู้หญิง ผู้ชาย
ว่าคน ว่าสัตว์ นั้นไปหลงสมมุติ พอใจเพราะความหลง สมุทัยก็มาจากความหลง พอมันขึ้นหลงเข้า หลงอยากเป็น
อยากมี หลงสิ่งที่ไม่ชอบ รู้เหตุอันนี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นเหตุให้ท่องเที่ยวในสังสารวัฏจักร ไม่มีที่สิ้นสุด ปล่อย
วางอันนี้

ปล่อยวางคือไม่ยึดไม่ถือ รู้เท่ามัน เมื่อปล่อยวางแล้วมันแหละ จิตมันถึงจะสงบ จิตมันถึงจะมีความสุข ความ
สบาย จิตไม่ดิ้นรน จิตสงบมันแหละให้รู้ว่าจิตเราสงบ จิตเราไม่เพลิดเพลิดกับอารมณ์ ดีก็ตาม ไม่ดีก็ตาม ไม่
เพลิดเพลิด เเฉ เป็นกลาง เรียกว่านิโรธะ ปล่อยวางอันนี้ ความทะเยอทะยานหรือสมุทัย วางอันนี้ได้ชื่อว่าปล่อยเหตุ
วางเหตุแล้วจิตสงบ จิตเป็นกลาง

การค้น การพิจารณาเรื่องจิตนี้เรียกว่า มัคคปฏิบัติ เรียกว่าข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เรากวนาปริกรรม อันใด มันสบายใจ บริกรรมแล้วก็ต้องพิจารณา สมณะ การบริกรรม วิปัสสนาเรียกว่ากำหนดพิจารณา เรื่องพิจารณา สังขารร่างกาย อันนี้เรียกว่าวิปัสสนา ทำไปพร้อม เมื่อบริกรรมไป บริกรรมไป พอจิตสงบสักหน่อย มันไม่ลงถึงที่ มันก็ต้องค้นคว้า ก็ค้นคว่ำร่างกายของเรา ต้องพิจารณาสกนธ์กายของเรานี้แหละ กรรมฐานทุกคนนั่นแหละ พวกพระ พวกเณร พวกญาติโยมนั่นก็เป็นกรรมฐาน กรรมฐานหมด มีอยู่หมดทุกรูปทุกนาม พระพุทธเจ้าว่า ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เรียกว่าปัญจกรรมฐาน กรรมฐานแท้ ให้พิจารณาอันนี้ ผมมันก็ตั้งอยู่บนศีรษะ พระพุทธเจ้าท่านให้พิจารณา ผม ไม่ใช่คน เป็นแผนกหนึ่งต่างหาก ขนก็ไม่ใช่คน เรามาสำคัญว่าขนเรา เล็บเรา ผมเรา ฟันก็ไม่ใช่คน เป็นแผนกหนึ่งต่างหาก หนังก็ไม่ใช่คน หนังสำหรับห่อกระดูกไว้เท่านั้นแหละ อากาการ ๓๒ นี้ พระพุทธเจ้าท่านให้พิจารณา แยก ออกเป็นสัดส่วน อะไรเป็นคน เป็นสัตว์ ไม่สำคัญว่าผู้หญิง ผู้ชาย ว่าเขา ว่าเรา สำคัญที่คนเห็นผิด อากาการ ๓๒ นี้ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า เยื่อในสมองศีรษะ เป็นต้น หมู่นี้เป็นคนละอย่าง ๆ มันไม่ใช่คน พระพุทธเจ้าว่า มันไม่ใช่คนนะ

อีกอย่าง พระพุทธเจ้าว่า ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประชุมรวมกัน เรียกว่ารูป รูปใหญ่ มหาภูตรูป สิ่งนี้อาศัยธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ คือ เวทนา ความเสวยอารมณ์ สุข ทุกข์ก็ดี สัญญา ความจำหมายโน่น หมายถึง จำโน่น จำนี่ จิต เจตสิก คือ ความคิดความอ่าน ความปรุงขึ้นที่จิต คือวิญญาณสังขาร ความรู้ทางอายตนะทั้ง ๖ อันนี้เราว่ารูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ วิญญาณขันธ์ เรียกว่าขันธ์ ไม่มีคน ไม่มีสัตว์ สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่คน ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ วิญญาณเป็นความรู้เท่านั้น รู้กันอยู่นี้แหละ ค้นไปค้นมาอยู่นั้น มองดูคนอยู่ไหน

สมณะคือการบริกรรม วิปัสสนาการค้นคว้า อากาการ ๓๒ นี้แหละ ค้นไป ไม่ส่งจิตไปที่อื่น เวลาเราทำสมาธิ เราต้องตั้งใจว่า เวลานี้ เราจะทำหน้าที่ของเราหน้าที่ของเราคือ จะกำหนดให้มีสติประจำใจ ไม่ให้มันออกไปสู่อารมณ์ภายนอก ให้มีสติประจำใจอยู่ ไม่ให้ไปภายนอก เดียวนี้ หน้าที่ของเราจะภาวนา จะทำหน้าที่ของเรา ไม่ต้องคิดการงานข้างนอก เมื่อออกแล้วจะทำอะไรก็ทำไป เวลาเราจะทำสมาธิ ทำความเพียรของเรา ต้องตั้งสัจจะลง ตั้งใจกำหนด อยู่ในสกนธ์กายนี้ กำหนดสติให้รู้กับใจ เอาใจรู้กับใจ ให้จิตอยู่กับจิต กำหนดจิตขึ้น ให้ทำให้มันพออาศัย ศรัทธา วิริยะ เหตุทำให้มาก ๆ อันนี้แหละก่อนธรรม พระพุทธเจ้าว่า ก่อนธรรมอันนี้แหละ ก่อนธรรมหมดทั้งก่อน ธรรมไม่มีที่อื่น ไม่มีที่อยู่อื่น จำเพาะรูปใดรูปเราเท่านั้น เป็นธรรมหมดทั้งก่อน ก่อนธรรมอันนี้ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน พระพุทธเจ้าว่า ปัญญาพานักขันธา อนิจจา ขันธ์ทั้ง ๕ นี้ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน มีความเกิดขึ้นตั้งขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวนไปในท่ามกลาง มีความแตกสลายไปในเบื้องปลาย ปัญญาพานักขันธา ทุกขา ขันธ์อันนี้เป็นทุกข์ มีทุกข์บีบคั้นอยู่ มีแต่ทุกข์เวทนานั่นแหละ ความสุขมีนิดเดียว ผู้ที่พิจารณาเห็นตามความเป็นจริงแล้ว ไม่มีสักหน่อย ความสุขในโลกนี้ โลกคือสกนธ์โลกอันนี้ สกนธ์กายนี้ ปัญญาพานักขันธา อนัตตา ธรรมทั้งหลายสกนธ์กายอันนี้ ขันธ์ ๕ อันนี้ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่คน พระพุทธเจ้าว่า สัพเพ ธัมมา อนัตตา ธรรมทั้งหลาย จะเป็นสังขตธรรม หรือ อสังขตธรรมก็ตาม ไม่มีใครประเสริฐ ไม่มีใครดี พิจารณาเห็นสกนธ์กายว่าไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนแล้ว อันนี้เรียกว่าผู้ถึงวิวิคะ วิราโค เสฏฐิ เป็นธรรมอันประเสริฐ วิวิคะคือความคลายกำหนดจากอารมณ์ทั้งหลาย นี่เป็นธรรมอันประเสริฐ นั่นแหละเมื่อถึงวิวิคะ เรียกว่านิโรห ทุกข์ดับ มีความเบื่อหน่าย เหนื่อยหน่ายในความเป็นอยู่ของอดีตภาพ นี้แหละเรียกว่าปล่อยวาง เห็นตามความเป็นจริง แล้วปล่อยวางตัวมหา ความทะเยอทะยาน ความอยาก ความใคร่ในทางกิลเลสกา ความอยากเป็น อยากมี ถึงขั้นนี้ก็ถึงสำเร็จแล้ว

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๕

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

ก่อนธรรม

พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราถือศีลก่อน ศีลทำให้กาย วาจาสงบ แล้วจึงทำสมาธิภาวนาให้จิตใจสงบ ครั้นภาวนาจนจิตสงบสงัดดีแล้ว ก็ใช้ปัญญาคิดค้นคว้าสัจธรรมกายนี้ เรียกว่าทำกัมมัฏฐาน พระพุทธเจ้าว่า ธรรมะไม่อยู่ที่อื่น อยู่ที่สัจธรรมกายของคน คนหมดทุกคนก็แก่นธรรมหมดทั้งก้อน แก่นก่อนธรรมหมดทุกคน พระพุทธเจ้าว่าธรรมไม่อยู่ที่อื่น ไม่ต้องไปหาที่อื่น มันอยู่ในสัจธรรมกายของตนนี้ ดูจิตใจของตนนี้ให้มันเห็นความจริงของมัน พระพุทธเจ้าว่า ปัญญาพานักขันธ ทุกขา สัจธรรมกายของเจ้านี้มันเป็นทุกข์ ปัญญาพานักขันธ อนิจจา สัจธรรมกายอันนี้ไม่เที่ยง ปัญญาพานักขันธ อนัตตา ก้อนอันนี้ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ธรรมทั้งหลายไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ จึงว่าธรรมทั้งหลายก็แก่นก่อนธรรมนี้ ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ มันอยากจะเป็นไปอย่างไร ก็เป็นไปตามธรรมชาติของมัน กิริยาของมัน มันไม่ฟังคำเรา ไม่ฟังพวกเรา ยากแก่มันก็แกไป ยากเจ็บมันก็เจ็บไป ยากตายมันก็ตายไป สัพเพธัมมา อนัตตา ธรรมเหล่านี้ไม่ใช่ของใคร ให้พิจารณาดูให้เห็นเป็นก่อนธรรม มันไม่อยู่ในบังคับบัญชาของใครทั้งนั้น มันเป็นทุกข์ มันเป็นอนิจจัง มันเป็นอนัตตา ตกอยู่ในไตรลักษณ์ คนเราได้ก่อนธรรมอันนี้แหละ ได้เป็นรูปเป็นกาย เป็นผู้หญิง เป็นผู้ชาย ก็สมมุติทั้งนั้น สมมุติว่าผู้หญิง ว่าผู้ชาย ว่าเด็ก ว่าเฒ่า มันสมมุติชื่อ ๆ ดอก ที่จริงมันแก่นก่อนธรรมทั้งหมด

เราเกิดมาได้อดีตภาพอันดี สมบูรณ์บริบูรณ์ พวกเราได้สมบัติมาดีแล้ว ควรใช้มันเสีย ใช้ไปในทางดี ทั้งดีคือการทำบุญให้ทาน รักษาศีลภาวนา ใช้มันเสียเมื่อมันยังสมบูรณ์บริบูรณ์อยู่ อย่าไปนอนใจเมื่อวันคืนล่วงไป ๆ พระพุทธเจ้าว่า วันคืนล่วงไป ๆ มิใช่จะล่วงไปแต่วันคืนเดือนปี ชีวิตความเป็นอยู่ของเราที่ล่วงไป ๆ ทุกขณะละมหายใจ เข้าออก ไม่ควรนอนใจ ได้มาดีแล้ว อดีตภาพอันนี้ ไม่เป็นผู้หนวกบอด ใบบ้าเสียจริต สมบัติอันนี้คือมนุษย์สมบัติ มนุษย์ เราเป็นมนุษย์หรือเป็นอะไร คนเราจะ พระพุทธเจ้าว่า สิ่งอันประเสริฐก็ได้แก่คน บาบและบุญก็เรียก เราต้องเป็นผู้มีหิริโอตตปปะ หิริ ความอายต่อความชั่ว โอตตปปะ ความสะดุ้งต่อผลของมัน ความชั่วมันจะให้ผลเราในคราวหลัง เมื่อเราเป็นมนุษย์ เราไม่ควรนอนใจ อย่าให้กาลกินเรา ให้เรากินกาล ให้เร่งทำคุณงามความดี

เวลาล่วงไป ชีวิตของเราก็ล่วงไป ล่วงไปหาความตาย มนุษย์เป็นสัตว์อันสูงสุด อันนี้เป็นเพราะเราได้สมบัติ บันดีมา ปุพเพจะกตะปุญญาตา บุญกุศลคุณงามความดีเราได้สร้างมาหลายภพหลายชาติแล้ว เราอย่าไปเข้าใจว่า เราเกิดมาชาติเดียวนี้ ตั้งแต่เราเที่ยวตายเที่ยวเกิดมานี้ นับกับปั้นบักป้อนันตชาติไม่ได้ แล้วจะว่าเหมือนกันได้อย่างไรละ เมื่อเรามาเกิดก็มีแต่วิญญาณเท่านั้น พอมาปฏิสนธิ ก็เอาเลือดเอาเนื้อพ่อแม่มาแบ่งให้ ได้อดีตภาพออกมา แม้กระนั้นก็ไม่มีสัตว์มาเกิด ต้องอาศัยจิตวิญญาณ เราต้องสร้างเอาคุณงามความดี พวกขรราวาสก็คือตั้งใจรับศีลห้า ศีลแปดในวันเจ็ดค่ำ แปดค่ำ สิบสี่ค่ำ สิบห้าค่ำ เดือนหนึ่งมีสี่ครั้ง อย่าให้ขาด ทำสมาธิภาวนา ให้มีสติ ระวางกายของตนให้เป็นสุจริต วาจาเป็นสุจริต ใจเป็นสุจริต เท่านั้นแหละ ง่ายดาย ๆ มีสติอันเดียว ละบาปทั้งหลาย ความชั่ว

ทั้งหลาย ละด้วยกาย วาจา ด้วยใจ ทำบุญกุศลให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท กระทำจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่อง
แผ้ว อันนี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ให้มีสติรักษากาย วาจา ใจ ศีลห้าถ้าใครละเมิดก็เป็นบาป ครั้นละเว้นโทษห้า
อย่างนี้ นั่นแหละเป็นศีล ศีลคือใจ บาปก็คือใจ ศีลอยู่ในใจ บาปก็อยู่ที่ใจเหมือนกันนั่นแหละ เรื่องทำบุญทำกุศล ให้
ทาน รักษาศีล ภาวนาอยู่แต่ใจทั้งนั้น อะไรไม่มีติดอยู่กับใจ สงสัยก็พิจารณาดวงใจ ทำบาปห้าอย่างนี้แล้ว ศีลไม่มี เป็น
คนไม่มีศีล คนมันชอบทำแต่บาป ศีลไม่ชอบทำ อยากทำแต่บาป ท่านเปรียบไว้ว่า คนไปสวรรค์เท่ากับเขาวัว คนไป
นรกเท่าชนวัว วัวมีสองเขา แต่ชนมันนับไม่ถ้วน

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๖

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

อุปาทาน

ให้พวกเราหมั่นอบรมจิตใจ พระพุทธเจ้าสอนให้อบรมจิตใจให้ดี ให้สงบเสียก่อน เพราะจิตใจที่สงบตั้งมั่นแล้ว
เป็นบาทของวิปัสสนา จิตตั้งมั่นแล้ว ปัญญามันเกิดขึ้น มันจึงรู้เท่าสิ่งทั้งปวง บรรดาสิ่งทั้งปวงในโลก มันตกอยู่ในไตร
ลักษณ์หมดทั้งนั้น รู้เท่าอันนี้ รู้เท่าสิ่งทั้งปวงแล้ว เราจะปล่อยวางอัตตภาพ สิ่งทั้งปวงก็แมนก่อนธรรมนั้นแหละ ก็เรา
นั่นแหละไม่ใช่อื่น ก่อนสมมุติหมดทั้งนั้น ว่าผู้หญิง ว่าผู้ชาย ว่าผู้ดี สมมุติหมดทั้งนั้น จริงก็จริงสมมุติ สมมุติไม่พอ
พระพุทธเจ้าบัญญัติทับลงอีก เรียกว่าธาตุ ธาตุ ๔ รูปธาตุ รูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ พระพุทธเจ้า
บัญญัติทับลงไปอีกว่าอายตนะ จักขุวิญญาณธัมม โสตวิญญาณธัมม ฆานวิญญาณธัมม ชิวหาวิญญาณธัมม กายวิญญาณธัมม มโน
วิญญาณธัมม เรามาหลงสมมุติ จกขุ โลก ปิยรูปี สาตรูปี

เพราะมันหลงสมมุติ ว่าผู้หญิง ว่าผู้ชาย ว่าตัว ว่าตน ว่าเรา ว่าเขา แล้วเข้าใจว่า ตาเป็นที่รักใคร่พอใจของตน
โสตะ หูก็เป็นที่รักของตนในโลก ฆานะ จมูกเป็นที่รักของตน ชิวหา ลิ้นเป็นที่รักของตน สัมผัส เย็นร้อนอ่อนแข็งก็ดี
เป็นที่รักของตน ธรรมารมณ์ มโนวิญญาณ เกิดขึ้น อดีต อนาคตมารวมอยู่ในปัจจุบันนั่นแหละ ตัณหาคือสมุทัย เป็น
เหตุให้เกิดทุกข์ ตัวสมุทัยเราไม่รู้เท่ามัน จึงเป็นเหตุให้เกิดกิเลสमारขึ้น ความไม่รู้เท่าสังขาร มันจึงทำให้เกิดกิเลสमार
ครั้นเกิดกิเลสमारเป็นทุกข์ ความทุกข์มาจากไหน มาจากตัณหา ตัณหา ความใคร่ในรูปเสียง เรียกว่า กามตัณหา
เป็นสิ่งที่วิญญาณก็ตาม ความใคร่ ความพอใจ รักใคร่พอใจ เกิดแล้วก็อยากได้ อยากเป็น อยากมี อยากดี อยาก
เด่น อยากเป็นนั่นเป็นนี่ เรียกว่า ภวตัณหา ความไม่พอใจ เหมือนผมหงอก ฟันหัก หน้างเหี่ยว ความแค้นแห่งชีวิต
อินทรีย์ของขันธ์ มีรูป มีนาม เกิดขึ้น ไม่พอใจ เกลียดชัง ไม่ชอบ เรียกว่าวิภวตัณหา ตัณหาทั้งสามนี้เป็นเหตุให้เกิด
ความทุกข์เฟ้ามัน

ในเบื้องต้นมันจะเกิดเป็นรูปเป็นนาม ปฏิสนธิ มันก็อาศัยกาม จึงเรียกกามตัณหา ความรักใคร่ ความพอใจ มันเป็นเหตุให้ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักร์ เพราะความรักใคร่ในกาม จึงเกิดเป็นรูปเป็นนามขึ้นมา แล้วก็ได้รับทุกข์ต่าง ๆ นานา ความทุกข์เกิดขึ้นในกาย ความไม่เกิดเกิดขึ้นในกาย เวทนาไม่เกิดขึ้นทางสัมผัสทางกาย นี้เรียกว่าความทุกข์ กาย ความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจ ความไม่เกิดเกิดขึ้นในใจ เวทนาไม่เกิดขึ้นแต่สัมผัสทางใจ อันนี้เรียกว่าโทมนัส ความเสียใจ เกิดมีแก่สัตว์ทั้งหลาย มันเฉพาะที่ตัณหา ๓ มันเป็นเหตุให้มีความปรองปรองความแต่ง คือสังขารปรุงแต่งขึ้น

ขึ้นชื่อว่าสังขารแล้ว จะเป็นสิ่งที่มีวิญญาณอยู่ก็ตาม ไม่มีวิญญาณก็ตาม มันจะตกอยู่ในไตรลักษณ์ทั้งนั้น พระพุทธเจ้าเรียกว่าขันธ ๕ เป็นรูป เป็นขันธ เรียกว่าเป็นของไม่เที่ยง ไม่แน่นอน บัญญัติปาหนักขันธา ทุกขา รูป เป็นอุปาทานขันธ ถือว่าเป็นตัวตน จึงเป็นทุกข์ บัญญัติปาหนักขันธา อนัตตา ขันธทั้งหลายไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ท่านให้พิจารณาให้รู้เท่า รู้เท่าอย่างนี้แล้ว เห็นชัดอยู่ที่จิตแล้ว จิตมันจะได้ไม่ยึดถือ มันจะปล่อยวาง มีความคลายกำหนด ไม่ถือเอาเราว่าเรา ไม่ยึดในอุปาทานขันธ ปล่อยวางอุปาทานขันธ

สิ่งทั้งปวงนั้นนะ ก็เพราะว่าจิตนั้นแหละไปยึดไปถือเอา ทุกสิ่งทุกอย่าง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง มันถือเอาเป็นของเราหมดทั้งนั้น ให้รู้เท่าว่าเป็นของอสุภะอสุภัง ของไม่สวยไม่งาม เป็นของปฏิภูลน่าเกลียด แล้วจิตมันจะมีความเบื่อหน่าย รู้เท่าทัน จิตเบื่อหน่ายแล้ว จิตว่างขันธ ว่างก่อนนี้ว่า ไม่ใช่ผู้หญิงผู้ชาย พิจารณาให้มันเห็นลงไป ไม่ใช่เขา ไม่ใช่เรา เป็นของกลาง จิตเป็นผู้จัดการ เป็นผู้บัญชาการ เอาอยู่อย่างนั้น เพราะมันเข้าใจว่าเป็นตัวเป็นตน มันบัญชาการว่าเป็นตัวเป็นตน มันอยากได้อะไรมี ทะเยอทะยาน เมื่อมันว่างแล้ว จิตว่าง จิตว่างจากคนจากสัตว์ จิตว่างจากคน จิตก็ว่าเรingersันเทิง จิตผ่องใส จิตเบา จิตควรแก่การงาน ควรแก่กรรมฐาน พิจารณากรรมฐานให้มันไม่ยึด ไม่ถืออะไร แล้วจิตว่าง มันเห็นไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์แล้ว แต่เราทำไปเพราะต้องอาศัยก่อนนี้ ก่อนธรรมอันนี้ทำไป เลี้ยงมันไป ปฏิบัติมันไป พระอริยเจ้าอาศัยสร้างบารมีเท่านั้น ครั้นไม่มีก่อนอันนี้แล้ว มีแต่ดวงจิตเท่านั้น จะไม่สำเร็จอะไรหมดทั้งนั้น เพราะมันมีแต่จิต

รูปอันนี้เหมือนกันกับกระบอกเขาโฆษณา ไว้ ๆ ๆ นะ เหมือนกันนั้นแหละ มันมีรูปอันนี้ เสียงอันนั้น มันก็ดัง ออก ผู้มันไม่มีอยู่แต่กำลังจิตนั้น พุดไม่ออก ขอเอิมเครื่องมาพุดกันหน่อยเถอะ ว่ายังงั้น มันไม่มีรูปแล้วมันก็พุดไม่เป็น จิตนั้นนะ ดวงวิญญาณนะ มันพุดไม่เป็น พุดไม่ออก ไม่มีเสียง ถ้ามีก่อนอันนี้ มันจึงออกเป็นเสียงดังก็ออกไป ต้องอาศัยมันนั้นแหละ

มนุษย์เป็นชาติอันสูงสุด ได้อัธยาศัยแล้ว พวกเขาไม่ควรประมาท ไม่ควรนอกใจในความเป็นอยู่ของสังขาร ว่ามันจะมันคง คงทนไปอีกเมื่อไร เราไม่รู้ ถ้าปัญญาไม่ฉลาด มัจจุราชคือปลานเข้ามา พระยามัจจุราชจะมาคว้าคอเราอยู่แล้ว แน่นนอนทีเดียว ความตายไม่ต้องสงสัย เป็นแต่ตายก่อนตายหลังกันเท่านั้น ไม่เลือกสักคน ผลที่สุดกลับเป็นดินไปหมด อัธยาศัยเป็นของเราแล้ว เมื่อสิ้นลมหายใจแล้วก็นอนทับแผ่นดิน เอาไปไม่ได้ด้วยซ้ำ

เพราะจิตมันเป็นบ้า มันหลง หลงร่างกาย พอได้ความอบอุ่นอมสรรเสริญก็ดีใจ ผู้อื่นเขาดีจินนินทา ก็ยุบลง จิตไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงของสังขาร มันจะได้ความสุขมาจากไหน พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ คนตาบอดอยากที่จะ บำบัดโรคตาบอดให้มันตาแจ้ง ก็มีอยู่คือปัญจกรรมฐาน กรรมฐาน ๕ พระพุทธเจ้าให้มันเข้ามาค้นคว้ากรรมฐาน ๕ นี้ เกศา ผม โลมา ขน นขา เล็บ ทันตา ฟัน ตะใจ หนัง ตจ ปริยบุตร หนึ่ง หุ้มอยู่เป็นที่สุครอบ บุโร นานับปารัสสะ อสุจิ โน เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ นั้น นี่แหละ ลืมตาขึ้นมาให้มันเห็น แล้วตั้งใจทำอยู่อย่างนั้น ไม่ใช่ทำ

วันเดียว เดือนหนึ่ง หรือปีหนึ่ง ทำเอาตาย เอาชีวิตเป็นแดน เรื่องทำความเพียร ถ้าดีแล้วก็ไม่ใช่ชีวิต ความจะพัน ทุกข์มันมีน้อย มีอยู่ในอรรถภาพนั้นแหละ ไม่ได้อยู่ที่อื่น จิตว่างเท่านั้นแหละ ว่างไม่มี

ทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่ได้เกี่ยวข้องกับ ไม่ใช่ตัวตนของตน มันไม่ยึด มันก็พันทุกข์ ก็มีสุข จิตอบรมดีแล้ว มันก็บริสุทธิ์ผุดผ่อง เป็นจิตเลื่อมประภัสสร จึงเห็นชัดว่าดีแล้ว จิตดี ทนดี สุขขาว จิตดีแล้วนั้นนำเอาความสุขมาให้ไม่มีที่สิ้นสุด นี่เรามันตามืด ตามัว ตาบอด ตาขุ่น ตามัว มันไม่เห็นหนทาง มันก็งมงาย ไป ตกหลุมเสีย งูเห่ามันอยู่ในหลุม นั้น ตกลงไปงูเห่ากัดตาย อยู่อย่างนั้นไม่มีที่สิ้นสุด เทียบเกิดเทียบตาย

จงตั้งใจพิจารณา ธาตุก้อนอันนี้แหละ พิจารณาเข้า เป็นธาตุหรือ หรือสัตว์ หรือคน ก้อนนั้นะ หลอกหลวงเรา กัดเรา ไม่มีมีความสุข เพราะเหตุนี้ หัวใจมันจึงขุ่นมัว เมื่อมันรู้เท่า มันปล่อยวางแล้ว มันแหละจิตมันจึงจะลืมตาได้ เห็นความสว่าง เหมือนกับดวงจันทร์ ถ้าถูกเมฆครอบงำแล้ว ก็มืด ไม่เห็นฟ้า เห็นสิ่งทั้งปวง เมื่อก่อนเมฆผ่านไป ลมตีไปแล้ว ไม่มีอะไรปิดบังดวงจันทร์แล้ว ดวงจันทร์ก็แจ่มจ้า สว่างไสว ฉันทะ ท่านผู้มีความเพียร ฝึกอยู่จนเป็นนิสัยของตนแล้ว เห็นตามความจริงของสังขารแล้ว ว่ามีความเกิดขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวนในท่ามกลาง มีความแตกสลายไปในที่สุด ไม่มีอะไรเป็นสาระแก่นสาร พอจิตว่าง จะมีแต่ความสว่างไสว มันก็มีแต่ความสุข ไม่มีอะไรจะเปรียบเอาอะไรที่เป็นแก่นสาร ไม่มีอะไรที่จะเป็นแก่นสารแล้ว จิตมันก็ไม่มีความติด เมื่อมันว่าตนว่างตัวแล้ว ก็เป็นจิตที่บริสุทธิ์ผุดผ่อง ให้ตั้งใจทำความเพียร อย่าไปนอนใจว่าเราจะขึ้นไปอีกเท่านั้นเท่านี้ ไม่มีรู้ กาลนั้น กาลนี้ เวลาใดไม่มีเวลามันต้องเป็นไปตามกรรม สุดแต่กรรมจะเทไป

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๗ หลวงปู่ขาว อนาลโย

อริยทรัพย์

โพสท์ในลานธรรมเสวนา โดย 005397คุณ : ไก่แก้ว [31 พ.ค. 2545]

การเจ็บปวดเมื่อนั่งสมาธิ พระพุทธเจ้าว่าให้สู้กับมัน มันจึงจะเห็นทุกขเวทนา นั่งสมาธิมันเจ็บ ให้ดูมัน มันเกิดมาจากไหน เวทนามันก็เวทนาต่างหากไม่มีตัว เรายังพิจารณาให้รู้เท่านั้นแหละ ของไม่มีตนมีตัว มันเกิดขึ้นก็เกิดจากร่างกายเนื้ออย่างหนึ่ง แล้วก็มันรู้สึกถึงจิต รู้ถึงกัน จิตก็ไปยึด ยึดมันก็เจ็บ หนักเข้าก็ไม่สู้มัน ต้องสู้มัน มันจะเห็น

พระพุทธเจ้าว่ากำหนดให้รู้ทุกข์ ทุกข์มาจากไหน ทุกข์มาจากเหตุ คืออยากเป็น อยากมี ความอยากเป็นอยากมีความอยากมันเกิดมาจากเหตุ เหตุมันเกิดมาจากไหน เหตุมาจากความไม่รู้ ไม่รู้เท่ากาย

จนกระทั่งความคิดทั้งหลายเข้ามา มันก็รู้ทั้งนั้น คือมันโง่เรียกว่าอวิชชา เป็นเหตุให้สัตว์ผู้ไม่รู้เท่าเกิดความยินดียินร้าย เกิดความพอใจ ไม่พอใจ เกิดความอยากเป็นอยากมี เป็นเหตุให้วนเวียนเรียกว่าสังสารจักร์วิภูฏกา เวียนอยู่อย่างนั้น เป็นเหตุให้เราเวียนเกิดเวียนตายอยู่ในภพน้อยภพใหญ่

กรรมดีเหมือนพวกคุณหมอกี้ดี ไม่เจอะทุกข์ปานใด เกิดมาไม่เสียชาติเกิดเป็นมนุษย์ มีหน่าได้เกิดมาพบโอวาท คำสอนของพระพุทธเจ้า เกิดมาในปฏิรูปประเทศ ประเทศอันสมควร คือประเทศมีพระพุทธศาสนา ประเทศมีนักปราชญ์อาจารย์เพื่อนแนะนำสั่งสอน ประเทศอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านว่าเป็นมงคล

พวกท่านทั้งหลาย ท่านเป็นผู้ไม่ประมาท อุตตสมนุสา ปณิธิ ผู้ตั้งตนไว้ในที่ชอบ อาชีพเลี้ยงชีพภายนอกดีโดยชอบธรรม โอวาทคำสั่งสอนก็ไม่ประมาททุกสิ่งทุกอย่าง มีการจำแนกแจกทาน มีการสดับรับฟัง แล้วก็ปฏิบัติตามดำเนินตามโอวาทคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

ธรรมทั้งหลายมีกายกับใจเท่านั้นแหละ ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า ใจที่มันรู้เท่าแล้วก็มีจุดหมายต่อสิ่งทั้งปวง ทางความซื่อมันก็รู้เท่า แล้วมันก็เอาอยู่นั่นแหละ ไปยึดภพน้อยภพใหญ่อยู่นั่นแหละ พวกเรายังนับว่าไม่เสียที่แม้ยังไม่มีความเบื่อหน่ายก็ยังเป็นผู้ฉลาด เป็นผู้เอาทรัพย์สมบัติ คืออริยทรัพย์ให้ได้ให้เกิดให้มีอยู่ในหม้อของตน อยู่ในสันดานของตนสะสมไว้

อัตภาพร่างกายเป็นของไม่มีสาระแก่นสาร ทรัพย์ภายนอกก็ไม่มีสาระแก่นสาร ชีวิตของพวกเรา ความเป็นอยู่ก็ไม่มีสาระแก่นสาร เรามาพิจารณาอยู่อย่างนี้แล้ว เราเป็นผู้ไม่ประมาท รีบเร่งทำคุณงามความดีประกอบขึ้น รีบเร่งสะสมอริยทรัพย์ ศีลของเราที่บริบูรณ์ไม่มีต่างพร้อย ตามภาวะของตน ศีล ๕ ศีล ๘ เดียวนี้พวกท่านกำลังอบรมสมาธิ กำลังจะเอาทรัพย์อันนี้ เรียกว่าอริยทรัพย์ ศีลก็เป็นอริยทรัพย์อันหนึ่ง สมาธิก็เป็นอริยทรัพย์

หมั่นอบรมจิตใจ ปัญญาก็เป็นอริยทรัพย์ หมั่นอบรมจิตใจ เวลาเราเข้าสมาธิ จงให้สติประจำใจ กำหนดสติให้แม่นยำ รักษาจิตใจของเราให้อยู่กับที่ และให้จิตใจปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง กิจการงานของเราเคยทำมาอย่างไรก็ดี เวลาเข้าที่ให้ปล่อยวางให้หมด ความรัก ความชัง อดีต อนาคต วางปล่อยวาง ไม่ให้เอาใจใส่เรื่องนั้นๆ ให้มีสติประจำ ไม่ให้มันไปตามอารมณ์เหล่านั้น

ครั้นควบคุมสติได้แล้ว จิตมันอยู่คงที่แล้ว อยู่กับกายของตนแล้ว ให้มันเห็นกายของตนนั้นแหละ สิ่งอื่นอย่าให้มันมาเป็นอารมณ์ของใจ ครั้นจะฟังเอาอารมณ์ ก็ต้องฟังเอาอัตภาพสณฺฑกายของตนนี้ ให้มันเห็น มั่นกรรมฐาน ๕ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง พระพุทธเจ้าแจกไว้หมดแล้ว

ไม่ใช่คน ไม่ใช่คน แต่ไปยึดถือมัน ผมไม่ใช่คน ขนไม่ใช่คน เล็บไม่ใช่คน เราจะมาถือว่า ตัวว่าตนอย่างไรละ ฟันก็ไม่ใช่คน ฟันมันต้องเจ็บต้องคลอน ต้องโยก ต้องหลุด อันนี้มันไม่ใช่ของใคร

สิ่งเหล่านี้เป็นของกลางสำหรับให้เราใช้ เราต้องหมายเอาใจไว้เสียก่อน แท้ที่จริงก็ไม่ใช่ของเราอีกนั่นแหละ ถ้าใจเป็นของเราแล้ว เราบอกว่าเราบังคับคงจะได้ อันนี้ไม่อยู่ในบังคับบัญชาของใคร แล้วแต่มันจะไป ถึงคราวมันจะเป็นมันถือกำเนิดขึ้น มันยังงั้นมันก็ไม่ฟัง จะตีมันก็ไม่ฟังอีกแหละ

เพราะเหตุนี้มันจึงไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน เราต้องรู้เท่ามัน เวลาเราภาวนา อย่าให้มันอะไรเข้ามาเป็นอารมณ์นอกจากสังขารตัวนี้ มันก็ให้เห็นเป็นอนิจจัง ให้เห็นไตรลักษณ์ ผม ขน เล็บ ฟัน กระดูก เห็นเป็นไตรลักษณ์ แล้วก็ให้เห็นเป็นปฏิถูลสัญญาของโสโครกน่าเกลียด ให้เห็นมันเป็นอนัตตา ไม่ใช่เรา

แล้วก็ไม่ใช่จริงๆ ผม ขน เล็บ ฟัน กระดูก ไต หัวใจ ตับ ม้าม พังผืด อาหารใหม่ อาหารเก่า มันไม่ใช่เราทั้งนั้น ถ้าแจกออกไปไม่ต้องไปยึดถืออะไร ไม่ใช่พระพุทธรูปเจ้าว่า

เรายังไม่ยึดถือว่าผมของเรา ขนของเรา เล็บของเรา ฟันของเรา อันนั้นแหละห้าม บางทีจิตของเราใจของเราถูกกับอันหนึ่งอันใด ก็เอาอันเดียวเท่านั้นแหละพระพุทธเจ้าแจกไว้ แต่ว่าจริตของคนนิสัยของคน มันถูกอันไหนก็เอาอันนั้นแหละ จิตมันหยุดจิตมันสงบกับพุทโธ จิตใจกับพุทโธ มันก็อยู่กับพุทโธ

อาตมามันถูกกับพุทโธ ตั้งใจเอาไว้ ปล่อยทุกสิ่งทุกอย่าง กำหนดเอาสติรักษาใจไว้ เอาพุทโธไม่เผลอสติ ให้เห็นพุทโธตั้งอยู่กลางใจนี้ ไม่สบายเลยหาย อาตมานิสัยถูกกับพุทโธ บริกรรมอัฐิกระดูก บางทีมันก็ถูก ถูกมันก็ปรากฏเห็นกระดูกหมดทั้งสณฺฑกาย

พระพุทธเจ้าต้องการให้จิตมันเห็นจิต มันไม่เห็นให้บริกรรมให้เห็น ต้องการให้มันเบื่อหน่าย ให้มันเห็นว่าไม่ใช่ตน สิ่งเหล่านี้ ธาตุทั้ง ๑๘ กิติ ล้วนตกอยู่ในไตรลักษณ์ทั้งนั้น อายตนะกิติตกอยู่ในไตรลักษณ์หมดทั้งนั้น เรามาสำคัญว่าหู ว่าตา ว่าลิ้น ว่ากาย ว่าใจเป็นของเรา เป็นเหตุให้ยึดมั่นถือมั่น นิ่งก็ให้มีความเจ็บ เจ็บบั้นเอว ปวด

หลัง ปวดเอว ปวดขาอะไรนั่น สมาธิก็ต้องออก ท่านจึงให้สู้มัน ไม่ต้องหลบมัน เราจะสู้เข้าศึกก็ต้องอย่างนั้นแหละ ต้องมีขันติความอดทน ทนสู้กับความเจ็บปวดทุกขเวทนา ดูมัน จิตมันถูกอันใดอันหนึ่ง

เมื่อเราสกัดกั้นไม่ให้มันแผ่สายไปตามอารมณ์ภายนอก มีรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นต้น เรียกว่ากามคุณ ๕ ไม่ให้ไปจดจ่ออยู่กับสิ่งเหล่านั้นแล้ว มันจะอยู่ที่ มันก็ว่างอารมณ์ ไม่มีอารมณ์เข้ามาคลุกคลีดวงจิตแล้ว จิตตั้งมั่น เรียกว่าจิตว่าง ไม่มีอะไรมาผูกพลาณ เหมือนกันกับน้ำในขัน หรือน้ำอยู่ที่ไหนก็ตาม เมื่อมันไม่กระเพื่อมแล้วมันนิ่ง ก็เห็นสิ่งทั้งปวงอยู่ในขันขัน ต้องเห็น เห็นอันนี้ เห็นแล้วเราต้องสละปล่อยวาง มันจะเห็นโลกะ โทสะ โมหะ ราคะ

เรามี เราจะได้พยายามละถอนสิ่งเหล่านี้ ออก ปล่อยจิตว่างแล้วจิตสบาย เพราะจิตเป็นหนึ่ง ไม่ขุ่นมัว เพราะไม่มี อารมณ์มาอาบทาดวงจิตแล้ว ดวงจิตใส ดวงจิตขาว จิตก็เย็น มีแต่ความสบาย มีความสุขรู้เท่าสังขาร รู้เท่าสิ่งทั้งปวง รู้เท่าความเป็นจริงแล้ว เกิดอันใดอันหนึ่งก็ดี หรือไม่ก็ครบรอบก็ดี เมื่อพิจารณาอันใดอันหนึ่งแล้ว จิตของเราไม่มีความห่วงไหวต่อสิ่งทั้งปวง ถึงมรณะจะมาถึงก็ตาม ทุกขเวทนาเจ็บปวดมาถึงก็ตาม ไม่มีความห่วงไหวต่อสิ่งเหล่านั้น

เมื่อรู้เท่าความเป็นจริงแล้ว ความดีจินนินทาก็ตาม ไม่มีความห่วงไหวต่อสิ่งเหล่านั้น เสื่อมลาภก็ตาม เสื่อมยศก็ตาม เสื่อมสรรเสริญรักชอบก็ตาม ไม่เอาใจใส่เอามาเป็นอารมณ์ มันก็มีความสุขเท่านั้น

จะหาความสุขใส่ตนก็มีแต่ฝึกฝนทรมาณตนนั่นแหละ

พระพุทธเจ้าท่านว่า สจิตตปริโยทปนํ เอตํ พุทธานาสานํ ให้ทรมาณจิตฟอกฝนจิตของเรา ฝนจิตให้มันว่าง ให้มันรู้เท่าความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่น จิตนั่นแหละจะทำประโยชน์มาให้ในชาตินี้ คือนำความสุข คือนิพพานมาให้ หรือจิตเรายังไม่พ้น ก็จะนำสวรรค์มาให้ นำเอาความสุขมาให้ตรวจเท่าตลอดเวลา ตรวจเท่าชีวิต แล้วมีสติคิดโลกสวรรค์เป็นที่ไป

คัดลอกจากหนังสือ "ประหนึ่งเพชรส่องสกาบ หลวงปู่ขาว อนาลโย"

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๘

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

กรรมกับจิต

อย่าให้มีความประมาท จงพากันสร้างคุณงามความดี มีกาให้ทาน มีการรักษาศีลของฆราวาส พกฆราวาส กิติ ให้ถือศีลห้า ศีลแปด วันเจ็ดค่ำ แปดค่ำ สิบสี่ค่ำ สิบห้าค่ำ เดือนหนึ่งมีสี่หน อย่าให้ขาด ให้มีความตั้งใจ เรื่องเข้า วัดฟังธรรม รักษาศีล ภาวนา อันนี้เป็นทรัพย์ภายในของเรา การรักษาศีลเป็นสมบัติภายในของเรา ควรใช้ปัญญา พิจารณาค้นคว้าร่างกาย ให้มันเห็นว่า ความจริงของมันตกอยู่ในไตรลักษณ์ ตกอยู่ในทุกขัง ตกอยู่ในอนิจจัง ตกอยู่ในอนัตตา มีความเกิดอยู่ในเบื้องต้น มีความแปรไปในท่ามกลาง มีความแตกสลายไปในที่สุด อย่างนี้แหละ อย่าให้

เราอนใจ ให้สร้างแต่คุณงามความดี อย่าไปสร้างบาปอกุศล อย่าไปก่อกรรมก่อเวรใส่ตน ผู้อื่นไม่ได้สร้างให้เรา คุณงามความดีเราสร้างของเราเอง ตนสร้างใส่ตนเอง ผู้อื่นไม่ได้ทำดอก เมื่อเราเป็นบาป ก็เราเป็นผู้สร้างบาปใส่เราเอง ความดีก็แน่น เราใส่เราเอง จึงได้เรียกกุศลกรรม อกุศลกรรม สัตว์ทั้งหลายจะ หรือจะร้ายก็ดี จะเป็นคนมั่งคั่ง สมบูรณ์ หรือยากจนคนแค่นกั๊ต เป็นเพราะกรรมดอก พระพุทธเจ้าว่านั่นแหละ สัตว์ทั้งหลายเป็นแต่กรรม สัตว์มีกรรมของตน เป็นเพราะกรรมดอก กรรมเป็นผู้จำแนกแจกสัตว์ให้ได้ดีได้ชั่วต่าง ๆ กัน ครั้นเป็นผู้ทำกรรมดี มันก็ได้ความสุขไปชาติหน้าชาติใหม่ก็จะได้ความสุข ผู้ทำความชั่ว มันก็มีทุกข์ มีอบายเป็นที่ไป มีนรกเป็นที่ไป กรรมเป็นผู้จำแนกไป ให้เกิดเป็นมนุษย์ ให้เกิดเป็นคนยากจน คนคนแค่น มันเป็นเพราะกรรมของเขา ที่จะไปเกิดเป็นผู้มั่งคั่ง สมบูรณ์มีความสุขเอง อย่างนี้ไม่มี นั่นแหละบาปมันเป็นผู้แจกให้ไป ไปเกิดในแดนคนยากคนจน เหมือนกันนั่นแหละ กับเข้าไปหาเจ้านาย เราต้องระวังปานหยั่ง เข้าไปเราต้องทำอย่างไร จะทำทำทางอย่างไร จะพูดอย่างไร ผู้เข้ามาหาคนยากคนจน มันไม่ต้องสนใจอะไร ไม่ต้องมีท่ามีทาง มันไปเกิดอยู่那儿แหละ เราจะไปเกิดในที่ดีมันยากแล้ว บุญมันไปถึงเขา เราต้องทำเอา เกิดเป็นมนุษย์เป็นสัตว์อันสูงสุด ก็เป็นเพราะ บุญเพกตบุญญาตา บุญหนุนหลังมาติดตามตน ให้เกิดเป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ ครั้นเป็นผู้สมบูรณ์แล้วก็ อุตตสมุมาปถวิ ให้ตั้งตนอยู่ในที่ชอบ อย่าไปตั้งอยู่ในที่ชั่ว รักษาดี ให้ทาน หัดทำสมาธิอย่าให้ขาด ศิลหำให้รักษาให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ ศิลแปดให้รักษา ให้พากันภาวนาอยู่สมาธิมันไม่มีที่อื่น ให้นั่งภาวนา พุทโธ ๆ ไม่ต้องร้องให้มันแรงดอก ให้มันอยู่ในใจชื่อ ๆ ดอก การภาวนาก็เป็น อริยทรัพย์ภายใน มันจะติดตามไปทุกภพทุกชาติ ติดไปสวรรค์ ลงมามนุษย์ มาตกอยู่ในที่มั่งคั่งสมบูรณ์บริบูรณ์ ไม่ยากไม่จน ทรัพย์อันนี้ติดตามไป บ่มีสูญหายดอก ตามไปจนสิ้นภพสิ้นชาติ หรือจนเหนื่อยหน่ายต่อความชั่ว เพื่อหน่ายไม่มีความยินดี ไม่อยากเกิดอีก ภาวนาไป ๆ ก็จะไปสู่พระนิพพานตามเสด็จพระพุทธเจ้าเท่านั้นแหละ ก็สบายเท่านั้นแหละ คนเรามันมักอยากมาเกิดอยู่เสมอ

ให้พากันตั้งใจ วันหนึ่ง ๆ เราจะนั่งภาวนา นั่งภาวนาก็ให้นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติ อย่าปล่อยใจ ให้ตั้งสติอยู่กับใจ ให้เอาพุทโธเป็นอารมณ์ ที่แรกว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ , พุทโธ ธัมโม สังโฆ, พุทโธ ธัมโม สังโฆ สามหน แล้ว จึงเอาแต่พุทโธอันเดียว ทำงานอะไรอยู่ก็ได้ พระพุทธเจ้าบอก ทำได้ทุกอย่างบด ได้ทั้งสี่อริยาบถ ยืนก็ได้ เดินก็ได้ นั่งก็ได้ นอนไม่เป็นท่าดอก เอนลงไปเดี๋ยวก็นอนหลับเอนเอน เดินนั่นแหละดี นั่งกับยืนก็ได้ ได้หมดทั้งสี่อริยาบถ พากันทำเอา ความมีอรรถภาพนี้มันเป็นทรัพย์ภายนอก เงินทองแก้วแหวน บ้านช่องเรือนชานต่าง ๆ ที่หามาได้ก็เป็นทรัพย์ภายนอก ติดตามเราไปไม่ได้ดอก เมื่อตายแล้วก็ทิ้งไว้ ภายนั้นเมื่อตายแล้วก็นอนทับถมแผ่นดินอยู่ ไม่มีผู้ใดเก็บ กระดุกก็กระจายไป กระดุกหัวก็ไปอยู่ที่อื่น กระดุกแขนก็ไปอยู่ที่อื่น กระดุกขาที่ไปอยู่ที่อื่น กระดุกสันหลังก็ไปอยู่ที่อื่น กระจายไปเท่านั้นแหละ

เราเรามันกลัวตัณหาหลาย มันเชื่อตัณหาหลาย คนหนึ่ง ๆ มันมีสองศาสนา ศาสนาหนึ่ง มันตัณหาสั่งสอน ศาสนาหนึ่ง เป็นศาสนาของพระพุทธเจ้า เรามันยึดถือตัณหา นี้ชอบกันนัก หมอนี่มันก็บังคับเอา เราก็ยึดถือหมอนี่ มันสอนให้เราเอา ให้ดีเอา ลักเอา ฉกชิงวิ่งราวเอา มันสอนอย่างนี้ ตัณหานะ พระพุทธเจ้าว่าให้ทำมาหากินโดยชอบธรรม ให้เป็นศีลเป็นธรรม อย่าเบียดเบียนกัน มันไม่ยอมฟัง มันเกลียด ตัณหานี้ มันกลัวพระยามัจจุราช พระยามาร ก็ผู้ช่วยมัน มันไม่ยอมให้เราไปฟังอื่น ให้ฟังมัน มันผูกใจเราไว้ ครั้นจะไปดำเนินตามทางของพระพุทธเจ้า มันไม่พอใจ พอจะรับศีล รับทำไม มันว่า อย่าไปรับมัน อย่าไปทำมัน นี่มันก็ผูกใจมันเท่านั้นแหละ มันสอนนะ มันชอบอย่างนั้น ส่วนธรรมะของพระพุทธเจ้า ครั้นอุตสาห์ทำไป ปฏิบัติดีแล้ว เราก็มีสุคติโลกสวรรค์เป็นที่ไป ทำความเพียรภาวนาหนัก ๆ เข้า ก็ได้บรรลुพระนิพพาน กำจัดทุกข์ อันนี้ไม่ยอมไป ไม่ยอมฟัง ไม่เอา ไม่ชอบ เพราะฉะนั้นต้องระวัง ตัณหา ก็เลสที่มันชักจูงใจเราไม่ให้ทำความดี อย่าไปเชื่อมัน พยายามฝึกหัดขัดเกลาจิตใจให้อยู่ในศีลในธรรม พระพุทธเจ้าว่า ให้เป็นผู้มีมันขยันในทางที่ชอบ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น แม่นในหน้าที่ของตน เป็นความบริสุทธิ์ ผู้

ขยันหมั่นเพียรนั้นแหละจะเป็นเจ้าของทรัพย์ เป็นผู้มั่งคั่งสมบูรณ์ มิใช่ว่าจะรักษาศีลภาวนาแล้วเห็ดหยังบ่ได้ มันบ่
แมน่นั้นมันความเห็นผิดไป พระพุทธเจ้าว่าให้ขยันหมั่นเพียร อะไรที่ชอบธรรมก็ทำได้ กลางคืนจนแจ้งก็ทำไป
กลางวันก็ทำได้หมดตลอดวัน ทำไร่ ทำสวน ทำนา ให้ทำสุจริต ไม่เบียดเบียนใครเท่านั้น เพราะพระพุทธเจ้าให้หยุด
ไม่ให้เบียดเบียนกัน ทำใจให้สะอาด วาจาให้สะอาด กายให้สะอาด อย่าให้สกปรก ทำใจให้สะอาด คือให้หมั่นภาวนา
ให้เอาพุทธโธนั้นแหละเป็นอารมณ์ของใจ ให้ตั้งสติทำไป ๆ ใจมันจะสงบสะอาดและผุดผ่อง มนสาเจ ปสนฺเนน ภาสติ
วา กโรติวา ตโตเน สุขมเนวติ ครั้นผู้ชำระจิตใจของตนให้ผ่องแผ้วสดใสแล้ว แม้จะพูดอยู่ก็ตาม ทำการงานอยู่ก็ตาม
ความสุขนั้นย่อมติดตามเขาไป มนสาเจ ปฏฺฐุเสฺน ภาสติวา กโรติวา ตโตเน ทุกขมเนวติ จุกฺก วโธปทํ ครั้นบุคคลมีใจ
ชุ่มมัววุ่นวาย มีใจเศร้าหมอง ใจมืด ใจดำอำมหิตแล้ว แม้จะพูดอยู่ ความทุกข์ย่อมครอบงำมันอยู่อย่างนั้น แม้จะทำ
อยู่ ความทุกข์ก็เป็นอยู่อย่างนั้น ท่านเปรียบว่า เหมือนลื้อที่ตามรอยเท้าโคไป ความทุกข์ตามบุคคลไปอยู่อย่างนั้น
คนไม่รักษาใจ คนทำแต่ความชั่ว ก็มีแต่ความทุกข์นำไปอยู่อย่างนั้น

พากันทำภาวนาไป วันหนึ่ง ๆ อย่าให้ขาด อย่าให้มันเสียเวลาไป ภาวนาไป ชั่วโมงหรือยี่สิบ สามสิบนาที อย่า
ให้มันขาด อาศัยอบรมจิตใจของตน ทำมันไป ชัดเกล้าใจของตน ใจมันมีโลภะ โทสะ โมหะเข้าครอบคลุม ใจจึงเศร้า
หมอง ธรรมชาติจิตเดิมแท้นั้น เป็นธรรมชาติผ่องใส ปภัสสรमित ภิกุชเว จิตฺตํ ตณฺหิ อาคณฺตุเกหิ อุปกิเลเสหิ อุปกิ
ลิฏฺฐํ ธรรมชาติจิตเดิมเป็นของเลื่อมประภัสสร เป็นของใสสะอาด แต่มันอาศัยอาศัยคั่นตุเกะกิเลสเข้าครอบงำย่ำยี ทำให้
จิตเศร้าหมองชุ่มมัวไป เพราะฉะนั้นให้พากันทำ อย่าประมาท อย่าให้มันเสียชาติ อย่าให้มันโคกเศร้าเป็นทุกข์
มนุสฺสปฏิลาโก ความได้เกิดเป็นมนุษย์เป็นลาภอันประเสริฐ ให้พากันทำ อย่าให้มันเสียไป วันคืนเดือนปีล่วงไป
ๆ อย่าให้มันล่วงไปเปล่า ประโยชน์ภายนอกก็ทำ ประโยชน์ของตนนั้นแหละมันสำคัญ พระพุทธเจ้าว่าให้ทำ
ประโยชน์ของตนเสียก่อน แล้วจึงค่อยทำประโยชน์อื่น

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๙

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

เทศน์ในงานทำบุญอายุ ๖๐ ปี นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์

(๓ กันยายน ๒๕๑๑)

การทำงานครั้งนี้ก็ยาก น้อยคนที่สามารถจะทำได้ พระเถรานุเถระที่อยู่กันคนละแห่งหน ต่างองค์ต่างมา ยาก
ที่จะมารวมกันได้ นี่ก็เพราะบุญวาสนาบารมีของคุณหมอ เป็นผู้มั่งคั่งมอญในตน มีความดีอยู่ในตน จึงสำเร็จเสร็จ
สรรพลงได้ อีกอย่างหนึ่ง ก็เพราะความเป็นสามัคคีอันหนึ่งอันเดียวกันของพวกญาติพวกมิตรทั้งหลาย ด้วยอำนาจ
บุญของคุณหมอที่มีความดีในตน อุตประโยชน์ ประโยชน์ของตน ทำให้มีสมบุรณ์บริบูรณ์ ญาตละประโยชน์
ประโยชน์ของญาติก็ได้ทำ โลกัตละประโยชน์ ประโยชน์ของโลก ประโยชน์ ๓ อย่างนี้ได้อบรมแล้ว มีกำลังแล้ว เป็น
ผู้ดีมีคณับหน้าถือตา เพราะเป็นผู้มีอุปการคุณ และเป็นผู้มีศรัทธาทะนุบำรุงพระพุทธศาสนา พระกรรมฐานทั้งหลาย

จึงมีความยินดี แม้อยู่ที่ไหนก็มีความยินดีมา เพราะความเป็นสามัคคีอันหนึ่งอันเดียวกันนั่นเอง พระพุทธเจ้าท่านแสดงว่า สามัคคี สมัคคานัง ตโป สุขิทำงานใหญ่โตปานนั้นยากนักที่จะทำสำเร็จได้ ต้องอาศัยสามัคคีกัน ทำให้สำเร็จได้ ทั้งญาติมิตรเป็นสามัคคีกันพร้อมเพรียงกันจึงสำเร็จได้โดยเรียบร้อยเป็นการดี

เรื่องธรรมะธัมโม ท่านก็เทศน์อยู่หลายองค์แล้ว สามองค์คือองค์แล้ว เรื่องธรรม พวกกรรมฐาน พวกปาพวกดง พุดเข้ามาที่นี้ไม่ได้อยู่ที่อื่น พุดเข้ามาที่สภากายของตถาคตนี้แหละ กาย จิต พุดเข้ามาที่นี้ มาพิจารณาอรรถภาพร่างกายนี้ มันเห็นว่าร่างที่อาศัยอยู่นี้ ได้ร่างอันนี้มาเพราะ ปุพเพกตปุญญตามคือบุญกุศลของเราที่ได้สร้างสมอบรมมาหลายภพหลายชาติ บำเพ็ญคุณงามความดีมา จึงได้สมบัติอันนี้ดี เรียกว่าอรรถสมบัติ สมบัติอันนี้เป็นของหายาก เมื่อได้มาแล้วให้เป็นผู้ไม่ประมาท? พึงระลึกว่าสมบัตินี้เอามาใช้ชั่วคราว เอามาใช้ชั่วคราวสมบัติอันนี้ เดียวก็เปื่อยพังกลายเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ ของเก่ามัน แล้วก็หาเอาอีก เหมือนกันกับบ้านคุณหมอย่างนั้น ที่แรกไม่ตี ที่นี้ไม่สู้ตี เอาใหม่ เอาใหม่ก็มีสมบัติทำเอาใหม่ ทำเอาตีปานไหนก็ได้ เป็นปราสาทสามชั้นสี่ชั้นก็ได้ เพราะเรามีสมบัติ สมบัติอันนี้คือบุญกุศล คือคุณงามความดี มีการรักษาดีอย่างสมบูรณ์ ศิลสมบัติ ศิลเป็นสมบัติอันหนึ่ง เป็นสิริมงคล เป็นความงามอันหนึ่ง สมารถสมบัติ ทำจิตของเราให้แน่วให้แน่นอยู่กับที่ ไม่ให้ออกไปตามอารมณ์ภายนอก ให้อยู่กับที่ ให้สงบอยู่กับที่ ปัญญาสมบัติ ความรู้เท่า พิจารณาให้รู้เท่าต่อสังขารร่างกาย ความเป็นจริงของมัน อาศัยไตรลักษณ์ คือ ๓ อย่าง เรียกว่า อนิจจังขันธ์ ทุกขลักษณะ อนัตตลักษณะ ลักษณะทั้ง ๓ อย่างนี้ มีเสมอกันหมดทุกตัวสัตว์ บรรดาสัตว์ที่มีวิญญูญาณ มีความเกิดขึ้นเป็นเบื้องต้น มีความแปรปรวนในเบื้องต้น มีความสลายลงไปที่สุด ปัญญาให้พิจารณาให้รู้เท่า ว่าเป็นเครื่องอาศัยกันอยู่ชั่วคราว เราจะเป็นผู้ไม่ประมาท ระวังรักษา ระวังรักษาสมบัติภายใน คือเอาอรรถภาพนี้ ระวังรักษาคุณงามความดี ทรัพย์ภายในนี้จะติดตามเราไป ถ้าเรายังไม่มีความเบื่อหน่ายในสังสารจักร การท่องเที่ยวเราจากไป เราจะได้มีสุดดีอย่างเดียว ทุกคติไม่มี ท่านแสดงว่าธรรมมี ๓ อย่าง กุศลธรรม อกุศลธรรม อพยากตาธรรมา ธรรม ๓ อย่าง อพยากตาธรรม หมายความว่า ความเป็นกลาง ไม่ได้ไม่ชั่ว ไม่มีชีวิต ไม่มีชีวิต หมายความว่า หมายความว่า จิตอันนั้นสูงแล้ว กุศลธรรมคือกุศลธรรม อันมนุษย์สร้างอยู่ในโลกนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างเรียกว่ากุศลธรรม คือคุณความดี กุศล ความฉลาด คุณหมอบเป็นผู้ฉลาดสามารถจะเอาทรัพย์อันใดที่เป็นแก่นสาร ทรัพย์อันใดที่ไม่มีสาระแก่นสารคืออรรถภาพ ทำให้มันเป็นแก่นสารเอากับมัน เอากำไรกับมัน ทำกำไรกับมัน ได้แล้วเร่งอบรมจิตใจของเราให้ดีแล้วอรรถภาพมันจะเป็นอย่างไรก็ตามมัน มันมีความแก่ มีความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดาของมัน แล้วก็ไม่มีมีความหวาดหวั่น หวั่นไหวต่อมัน เพราะรู้เท่ามัน ระวังรักษาทำเอาเสีย ท่านว่าแสดงธรรมไม่มีอยู่ที่อื่นนี้แหละ ก็อนธรรมทั้งหมด ทั้งก่อนนี้แหละ สภากายของเรานี้แหละ มีอยู่ที่นี่แหละ กายเรียกว่ารูปธรรม นามธรรมคือความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ ความจำ ความหมาย ความปลุ่ ความแต่ง อย่างใดอย่างหนึ่ง ความรู้ทางทวารทั้งหมด เรียกว่าวิญญูณรวมเป็นหมดทั้งรูป ก็เรียกว่ารูปธรรม ความรู้ทั้งหมด เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ เรียกว่านามธรรม มีอยู่สำหรับในโลกนี้ แต่ว่าเป็นของไม่เที่ยง ไม่แน่นอน พระพุทธเจ้าจึงแสดงว่า สัพเพสังขารา อนิจจาติ ยथा ปัญญาเย ปัสสตี อถ นิพพินทตี ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา ผู้มีปัญญาใคร่ครวญพิจารณาเห็นอรรถภาพร่างกาย เช่น มนุษย์ก็ตาม สัตว์เดรัจฉานอะไรก็ตาม มาพิจารณาเห็นเป็นของไม่แน่นอน ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นของเป็นทุกข์ เมื่อพิจารณาเห็นด้วยปัญญา อันนี้เรียกว่าเป็นทางหมดจดของผู้นั้น เป็นทางบริสุทธิ์ของผู้นั้น สัพเพ สังขารา ทุกขยาติ ยथा ปัญญาเย ปัสสตี อถ นิพพินทตี ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา สังขารร่างกายมาเห็นเป็นทุกข์ ให้พิจารณาธรรมอันนี้ คือสภากายอันนี้เป็นทุกข์ ย่อมมีความเบื่อหน่ายต่อสังขารที่เป็นอยู่ สัพเพธัมมา อนัตตาติ ยथा ปัญญาเย ปัสสตี อถ นิพพินทตี ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา ธรรมทั้งหลายไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคล คือสภากายของเรานี้แหละ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน พระพุทธเจ้าแสดงไว้ง่าย ๆ ไม่ลึกซึ้งซับซ้อน เปิดเผยว่าธรรมะของพระพุทธเจ้า เหมือนกันกับภาษาขณะที่คำว่าอยู่ พระพุทธเจ้าเป็นผู้เปิดขึ้นให้เห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงอันนั้น ๆ เหมือนอยู่ในที่มืด พระพุทธเจ้าเป็นผู้จุดตะเกียงให้คนอื่นเห็นของเห็นสิ่งทั้งปวง ท่านแสดงให้เห็นอันนี้ ไม่ได้แสดงให้เห็นออกไปนอกสภากายนี้ เห็นจิตเห็นใจของตนนี้มัน

เป็นยังไง สอนให้มันมีสติ มีสัมปชัญญะ สติความระลึกอยู่กับกายนี้ สติความระลึกผูกพันอยู่กับใจนี้ ให้มันรู้ กำหนดเข้ามาพิจารณา จะรู้จะเห็น อากาสิโก ไม่ต้องอ้างกาลอ้างเวลา ถ้ามีสติกำหนดเข้ามา จะรู้ทุกเวลาว่า จิตของเรามี รากะไหม หรือหายแล้วไม่มี ก็จะมีรู้จำเพาะตนนี้ ดูโทษะมีอยู่ หรือหายโทษะแล้ว ดูโมหะ ความโง่ความเขลาความหลง ยังมีอยู่ก็จะรู้ หรือจิตของเรามันหายโทษะหายโมหะแล้วก็จะรู้ พระพุทธองค์จึงให้พิจารณาเข้ามาให้เห็น เห็นอันนี้ เรียกว่าเห็นธรรม จิตของตนเป็นอย่างไร จิตของตนเป็นกุศล มีเมตตา มีวิหการธรรมเป็นเครื่องอยู่ หรือมันยังมีรากะ โทษะ โมหะ ครอบงำอยู่ก็จะรู้ รู้แล้วจะได้แก้ไขตัวมัน รีบปลดปล่อยออกไป รีบเร่งทำความเพียร ขบไล่สิ่งที่เศร้าหมอง คือ รากะ โลกะ โทษะ โมหะ ให้มันเบาบางไป ออกจากชั้นถสันดาน

ดวงจิตบริสุทธิ์ผุดผ่อง ทำให้คนบริสุทธิ์ ทำให้คนมีสติ ให้มีโภคทรัพย์ ก็เพราะคนเป็นผู้ทำคุณงามความดี มีศีล ศีลที่บริบูรณ์แล้วย่อมเป็นที่มาแห่งโภคทรัพย์ จิตดีบริสุทธิ์แล้ว จิตไม่มีอิริยาบยาบาทเบียดเบียนแล้ว จิตอันนั้นแหละก็เป็นที่มาแห่งโภคทรัพย์ ปัญญาเป็นผู้รู้เท่าสิ่งทั้งปวงแล้วว่า สิ่งทั้งปวงมีความเกิดขึ้น มีความสลายไป รู้เท่าอย่างนี้แล้วไม่มีความเสียอกเสียใจ โภคทรัพย์ภายนอกมันมีขึ้น แล้วมันเกิดวิบัติไป ก็ไม่มีความเสียอกเสียใจ หรือมีเพื่อนยากคู่ทุกข์คู่ยากจะต้องพลัดพรากจากไป ก็จะไม่มีความทุกข์และเสียใจ เพราะรู้เท่าอรรถภาพร่างกาย สัตว์ทั้งหลายเกิดมาในโลกนี้ มีแต่บ่ายหน้าไป บ่ายหน้าไปหาความแตกดับเป็นธรรมดาของมันอยู่อย่างนั้น อันที่จริงมันไม่ใช่ตาย พระพุทธเจ้าว่ามันตายเล่น ไม่ใช่ตายจริง ตายแล้วมันกลับก่อขึ้นอีก มันบังเกิดอีก เพราะความอาลัย อารวมผิด เหมือนพวกคุณหมอบ คุณหญิงกิติ เตียวนี้้อรรถภาพร่างกายมาอยู่ที่ไหน ที่ถ้ากลองเพล พอออกจากที่นั่นจะไปไหนล่ะ เพราะใจ ดวงใจมันไปจดจ่ออยู่ที่กรุงเทพฯ ที่อยู่ของตนอยู่ที่ไหน ต้องไปจดจ่ออยู่ที่นั่น สัตว์ตายแล้วเกิดที่ไหน พระพุทธองค์ไม่ทรงพยากรณ์ เพราะการทำทำความดีความชั่วอยู่ มันเป็นเพราะกรรม กรรมเป็นของ ๆ ตน กรรมดีให้ผลตอบแทน คือความดี ความพอใจ กรรมไม่ดีให้ผลตอบแทนคือความไม่ดี ความไม่พอใจ มันเป็นสมบัติของสัตว์ชาตินี้ยังอาลัยอยู่กับสิ่งทั้งปวงแล้ว คิดดูใจเราเตียวนี้แหละ เตียวนี้้อรรถภาพกรุงเทพฯ ตายไปเกิดที่ไหนล่ะ เกิดกรุงเทพฯ มนุษย์ถือผี ถือนั่น ถือเทพ บวงสรวงอย่างนั้นอย่างนี้ เอาอันนั้นเป็นสรวงที่พึ่งก็เหมือนกัน มันเคยแต่ให้หัวเคยแต่พึ่งอันนั้น มันตายจากนั้นมันเอาแต่นั้นเป็นชาติ ชาติอันนั้นมันต้องเป็น ชาติของเขาอยู่อย่างนั้น จิตเราไปจดจ่ออยู่ที่ไหน มันก็ไปเกิดที่นั่นแหละ อยู่ที่บ้านมันก็ไปเกิดอยู่ที่บ้าน

เพราะเหตุนี้แหละ พระพุทธเจ้าจึงแนะนำสั่งสอนเทศนาอบรมจิตใจ อย่าให้มันไปเกี่ยวข้องกับในอาภรณ์ บ้านช่องที่บ้านที่อยู่ทำการงาน ทำ ๆ ไป แต่ไม่ให้จิตไปเกี่ยวข้องกับ ให้จิตอยู่กับจิต ให้จิตมันรู้เท่าอยู่กับจิต กายนี้ก็ไม่ใช่ว่าของตน มันแตกมันดับไปแล้ว มันไปก่อภพใหม่ชาติใหม่ ดวงจิตดวงเตียวนี้แหละมันไปก่อ จิตนี้แหละเดิมมันผ่องแผ้ว แต่อาศัยมันไม่รู้เท่าอาภรณ์ อาศัยอาศัยันตูกกิเลส คือ รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัสทั้งหลาย เอาเข้ามาอาบมาทาแล้ว ทำจิตใจของเราให้เศร้าหมองขุ่นมัวไป จิตเดิมเลยกลายเป็นตัวอวิชชา ความโง่ความเขลาไป ไม่รู้เท่าตามความเป็นจริง ไม่รู้เท่าสังขาร ยึดถือ เมื่อสิ่งทั้งปวงวิบัติไปแล้ว ก็มีความโศกเศร้าอาลัยผูกพัน สิ่งที่ไม่พอใจมาประสบพบกัน มาประชุมร่วมกัน ประสบอันนี้ก็เกิดเหตุให้เกิดความคับแค้น เป็นเหตุให้เกิดทุกข์โทมนัส ความคับแค้น เห็นสิ่งที่พอกพอใจพลัดพรากไป ไม่มาร่วม ไม่ประชุมร่วม นี่ก็เป็นเหตุให้เกิดความโศกเศร้าความอาลัยอารวมถึงกัน เรื่องของสังขารมันเป็นอย่างนั้น จึงให้พิจารณาให้รู้เท่า เกิดเป็นรูป เป็นนามล้วนแต่ของไม่เป็นสาระแก่นสารหมดทั้งนั้น รู้เท่าแล้วถึงสิ่งทั้งหลาย มันจะเป็นอย่างไรก็ตาม ไม่มีความห่วงไหว แล้วยอมผ่องใส จิตไม่เศร้าโศก จิตผ่องใส จิตเบิกบาน จิตเยือกเย็น จิตเยือกเย็นแล้วสิ่งทั้งปวงมารวมหมด ภายนอก วัตถุข้าวของเงินทอง แก้วแหวนเงินทองอะไรก็ตาม รวมหมด มาอาศัย พุทโธ ผู้รู้ พุทโธมืออยู่ทุกรูปทุกนาม พุทโธ คือผู้รู้ สัมปชัญญะ คือ ผู้ตื่นอยู่ ผิดหรือชอบ ตื่นขึ้น สัมปชัญญะเป็นผู้ตัดสิน เราทำผิด หรือเราพูดผิด คิดผิด ไม่ถูก สัมปชัญญะเป็นผู้รู้ สติเป็นผู้ระลึกขึ้น พอระลึกแล้ว สัมปชัญญะว่า "ถูก" เราทำถูก พูดถูก คิดถูก นั่นแหละ รู้เห็นตนอยู่อย่างนั้น จิตจะได้เบิกบานแจ่มขึ้นเบิกบาน จิต

เบิกบานแล้ว ไม่มีความโศกเศร้า ไม่มีความเสียใจ ไม่มีความเดือดร้อนวุ่นวาย ไม่มีความทุกข์กาย ไม่มีความเสียใจ
สบาย ครั้นเย็นแล้ว สิ่งทั้งปวงภายนอกย่อมไหลเข้ามา เงินทองมาพียง มาพียงพุทโธหมด มาพียงธัมโม มาพียงสังโฆหมด
เดี๋ยวนี้เราถึงพระพุทธรูปเจ้าอย่างไร ถึงพระธรรมอย่างไร ถึงพระสงฆ์อย่างไร ให้มาพิจารณาถึงกายของตน จิตใจของ
ตน ถึงพระพุทธรูปเจ้า หมายความว่าใจเบิกบาน ใจรู้เท่าต่อสิ่งทั้งปวง ไม่มีความดิ้นรนต่อสิ่งที่ไม่พอใจ สิ่งที่ไม่พอใจก็ไม่มี
ความฟูขึ้นไปตามอารมณ์ เรียกว่าพุทโธ เป็นผู้รู้ยิ่ง ธรรมไม่ใช่อยู่ที่อื่น ให้พิจารณาเอา พิจารณาเห็นตามความเป็น
จริงแล้ว นี้เรียก พุทโธ พุทโธเป็นผู้เห็น พุทโธเป็นผู้เบิกบาน เป็นผู้ตื่นแล้ว ไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีความอาลัย ธัมโม
คือแสงสว่าง เมื่อจิตสงบแล้ว นั้นแหละมีความสว่างไสวขึ้นมาในดวงจิต จิตสงบลงไป แนวแนลงไป มีความสว่างไสว
ขึ้นมา ทำให้เราเห็นสิ่งทั้งปวง เห็นอรรถภาพสณฺฑกกายของตนชัดเจนขึ้น เห็นธัมโม สว่างขึ้น เห็นว่า โอ แม่นจริง ๆ
พระพุทธรูปเจ้าว่าอรรถภาพเป็นของกลาง ใครฉลาดใช้มันก็ได้ใช้ มันดี เขากำไรกับมัน ชื่อบุญกุศลคุณงามความดีไว้ ใคร
เป็นผู้โง่เขลา ไม่ก็เป็นผู้ประมาทไปยึดถือ ไม่รีบเร่งบำเพ็ญคุณงามความดีใส่ตนไว้ ก็ไม่ได้อะไรกับมัน เสียสมบัติดี
ปล่อยให้มันแก่เฒ่ามันตายไป อันนี้เรียกว่าเป็นผู้ไม่ฉลาด ก็เพราะรู้ไม่เท่ามัน มายึดถือเป็นตนเป็นตัว ก็เป็นเหตุให้ทำ
สิ่งที่ไม่ดี ทางกายก็ไม่ดี วาจาก็ไม่ดี ใจก็ไม่ดี ไม่มีเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย ได้ชื่อว่าเสียสมบัติ อัน
นี้พระพุทธรูปเจ้าที่ว่าอยู่ กิจใด มนุสสปฏิลาโภ การที่ได้อรรถภาพเป็นมนุษย์เป็นลาภใหญ่ เกิดมาชาติหนึ่ง ๆ แสนทุกข์
แสนยากแสนลำบาก เราได้มาแล้ว เราเป็นผู้ไม่ประมาท รีบเร่งเอาทรัพย์ภายในไว้เสีย ความได้อรรถภาพมาเป็นมนุษย์
เป็นลาภอันสำคัญ มนุษย์เป็นชาติอันสูงสุด เป็นสัตว์ใจสูง มีเมตตาซึ่งกันและกัน ได้สมบัติมาดีแล้วก็รีบเอามัน รับทำ
เอาเสีย อบรมบ่มอินทริยให้มันแก่กล้า แก่กล้ามันสูง สูงมันก็ดี หมากไม่มันสูงมันก็หวาน ไม่ใช่สูงแกมดิบ นอกจาก
อรรถภาพร่างกายของเราแล้วสิ่งอื่นไม่มี เรื่องนอกธรรม เรื่องข้างนอกกว้างขวาง ต้องเข้ามาพิจารณาแต่กายกับใจของ
เราเท่านั้น อันนี้ได้ชื่อว่าเข้ามาใกล้แล้ว ใกล้เข้ามาทุกที ใกล้ทางพระนิพพาน เป็นผู้อยู่ต้นทางพระนิพพานกว่าได้ เป็น
ผู้ไม่ประมาท เข้าใกล้เข้าทุกที ๆ ครั้นบารมีของเราพร้อมบริบูรณ์แล้วก็สามารถที่จะพิจารณาได้

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๐

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

อยู่ที่ใจ

ผู้เห็นเวทนา ผู้เห็นสัญญา ผู้เห็นสังขาร วิญญาณ เป็นผู้เห็นนามรูป นามรูป เป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ ตา หู
จมูก ลิ้น กาย อายตนะ เป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ เห็นรูปมากระทบตา เกิดวิญญาณขึ้นที่นี้ เสียงมากระทบหู เกิด
วิญญาณที่นี้ขึ้นอีก รูปดีก็เกิดความยินดี ชอบใจ เป็นเวทนา อยากได้ รูปไม่ดี ก็เกลียดชัง เกิดทุกข์เวทนา ไม่อยากได้ ก็
เป็นทุกข์เวทนาขึ้น ตัณหาเกิดขึ้นมันก็เป็นปัจจัยให้ต่อกัน ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่น ว่าฉันนี่ของ
ตน ว่าตัวของกู กูไปอยู่ที่โนน กูไปอยู่ที่นี้ กูเป็นพระ กูเป็นเณร อุปาทาน เมื่อมีอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น ก็เป็นเหตุ
ให้อยากเท่านั้นแหละ เป็นเหตุให้เกิดภพ คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เกิดภพแล้ว เป็นเหตุให้เกิดชาติ เกิดชาติ ก็เป็น

เหตุให้เกิด ชรา มรณะ เกิด โศกะ ปริเทวะ ทุกขโทมนัส อุปายาส ความคับแค้น อัดอั้นตันใจ อยู่ในสังสารจักร์ นี้แล
ดับความโง่อันเดียวเท่านั้นแหละ ผลไม่มี ดับเหตุแล้ว ผลก็ดับไปตามกัน ผลคือได้รับความทุกข์ ความสุขไม่มี คือดับ
อวิชชา ความโง่ นั้นแหละตัวเหตุ ตัวปัจจัย มันเองมันเป็นต้นเหตุ เป็นปัจจัย จิตเดิม ธรรมชาติเป็นเลื่อมประภัสสร
เหมือนกันกับเพชรพลอย หรือเหมือนกันกับแร่ทองคำ ธรรมชาติมันก็เลื่อมสดใสอยู่ยงั่น แม้ว่ามันยังปนอยู่ ปนอยู่
กับดินนั่นแหละ แล้วอาศัยคนไปขุดมา รู้จักว่าเป็นบ่อเพชร บ่อทอง บ่อแร่นั้นแหละ เขาไปขุดเอาขึ้นมา มันติดอยู่กับ
ดินอันหยาบนั้น ขุดมาแล้ว มาดลูงออก แล้วเอามาเจียรนัยอีก มันจึงสำเร็จ มีแสงวาบ ๆ เป็นทองคำก็เอาทำ
สายสร้อย ตุ้มหู จิตของเราทั้งหลายก็ดี มันเกลือกกลั้วอยู่กับอารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง มันเอาอารมณ์เข้ามาห้อมล้อม
มัน จิตมันจึงเศร้าหมอง แต่แสงมันก็มีอยู่นั่นแหละ อาศัยมาชำระมัน เมาฝึกมาชำระจิตนั้นแหละทุกวัน ให้มันผ่องใส
จิตเราต้องชำระให้มันบริสุทธิ์ ไม่มีอะไรมาปะปนมันแล้ว อันนั้นละจิตบริสุทธิ์ จิตผุดผ่อง ผ่องใส จิตตั้ง ทันตะ สุขาว
หัง ครั้นผู้อบรม ฟอกจิตของตน สั่งสอนจิตของตน มีสติสัมปชัญญะ ระวังจิตอยู่ทุกเมื่อ ประคองจิตให้อยู่ในความดี
หมั่นขยันทำความเพียร ชำระจิต ยกบาปทั้งหลายเหล่านี้ออกจากดวงจิตอยู่ทุกวัน ครั้นละออกแล้ว ก็เหมือนฝนทั้งให้
เป็นเข็มเท่านั้น ฝนไปฝนไป อาศัยวิริยะ ความพากเพียร อาศัยฉันทะ ความพอใจ จะเพียรฝึกฝนจิตของเราให้เลื่อม
ประภัสสร ฝนไปฝนไป ผลที่สุดก็เป็นจิตบริสุทธิ์ หอมดมกลิ่น มีแต่ธาตุรู้อันบริสุทธิ์ เป็นธาตุอันบริสุทธิ์ผุดผ่อง จิต
บริสุทธิ์แล้วจะไปทางไหนก็ได้ ไม่มีความเดือดร้อน เพราะเป็นแก้วอันบริสุทธิ์แล้ว บมอันหยั่งมาเกิดแล้ว จิตแหละเป็น
ตัวนำทุกข์มาให้ ครั้นฝึกฝนดีแล้ว นำความสุขมาให้ อยู่ในโลกนี้ก็มีความสุข ความทุกข์ไม่มี อันนี้มันเป็นธรรมดาของ
อภิปาพของสภาวะ มันเป็นเองของมัน ถึงมันจะทุกข์ปานใด มันก็ไม่มีมีความเดือดร้อน หวาดเสียวต่อความทุกข์ มันจะ
ตายก็ไม่มีความอัศจรรย์ มันนี่จึงรู้เท่าสังขาร รู้เท่าสังขารจิตก็ไม่หวั่นไหว จิตไม่มีโศก ไม่มีเศร้าอาลัย จิตมีกิเลสเครื่อง
มลทินก็ปิดออกแล้ว จิตอันนี้เป็นจิตบริสุทธิ์ จิตสูง เพราะมันขาดจากการยึดการถือ เรามาหาความสุขใส่ตนไม่ใช่หรือ
ต้องการความสุขเท่านั้นแล้ว จึงพ้นจากความสะดุ้งหวาดเสียว จิตของพระอริยะเจ้า จิตของพระพุทธเจ้า ไม่หวั่นไหว
ต่อโลกธรรม มีลาภก็ไม่มีความยินดี เสื่อมลาภก็ไม่มีความยินร้าย ความสรรเสริญ พระพุทธเจ้าก็บ่ตื่น นินทา
พระพุทธเจ้าก็บ่โศกเศร้าเสียใจ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ จึงว่า มีลาภ เสื่อมลาภ มียศ เสื่อมยศ มีสรรเสริญ มีนินทา มีสุข มี
ทุกข์ เหล่านี้ แปรดอย่างนี้ พระพุทธเจ้าและสาวก ไม่มีความยินดีและโศกเศร้า ไม่มีความหวั่นไหว ไม่มีความยินดี ยิน
ร้าย กับอารมณ์แปรดอย่าง นี้ละ จึงว่าจิตประเสริฐ จิตเกษม

พวกเราเกิดมาก็พากันเกลียดทุกข์อยู่นี้แหละ จึงได้พากันแสวงหาที่พึ่งของตน แสวงหาแล้วก็ต้องตั้งใจ มี
ความฝึกฝนในข้อวัตรปฏิบัติของตน ไม่ละ ไม่ถอนฉันทะ ความพอใจ จะบำเพ็ญคุณงามความดีให้มีขึ้น วิริยะ เพียร
ละชั่ว เพียรบำเพ็ญบุญกุศลให้เกิดขึ้น จิตฝึกฝนอยู่ในคุณงามความดี ฝึกฝนอยู่ในสติ ให้จิตอยู่กับจิต ให้ใจรู้จักใจ ให้
จิตอยู่ที่จิต ให้ใจอยู่ที่ใจ มีสติประจำไว้ที่นั่น แกนอยู่นั่น ครั้นผู้ตั้งใจบำเพ็ญ หัดทำสติของตนให้สำเนียงแม่นยำแล้ว
จิตเป็นผู้ทำสติให้สำเนียงแม่นยำ ครั้นมีสติแล้วก็เป็นผู้สมาทานเอาอยู่ในสิกขาบทของตนนั้นแล ให้มันเป็นอธิศีล
อธิศีล คือ ศีลบมีหวั่นไหว ศีลบมีขาดวัน ไม่มีขาดตกบกพร่อง ศีล เรียกว่าปกติศีล อธิศีลสิกขา สมาทาน อธิปัญญา
สิกขา สมาทาน อุปมาแทน สมปาเทธ ด้วยความไม่ประมาท เป็นนิจศีลอยู่ทุกเมื่อ ผู้มีสติสัมปชัญญะ ทำให้แม่นยำ
ให้ชำนาญแล้ว ผู้นั้นได้ชื่อว่า เป็นผู้ใกล้พระนิพพาน ชื่อว่า เป็นผู้ไม่ประมาท ให้ตกปากทางพระนิพพานแล้ว

ตน อยู่ไหน ตนมีความสุขก็เพราะตนทำให้ตน เมื่อทำความดีใส่ตนแล้ว ชื่อว่าเป็นผู้รู้ตน เป็นผู้กตน เป็น
ผู้รักษาดตน ตนนั่นแหละเป็นที่พึ่งแก่ตน อดตาหิ อดโนนาโถ ตนแล เป็นที่พึ่งของตน เป็นที่พึ่งของตนได้ก็เพราะตนนั่น
แหละทำความดี เป็นที่พึ่งของตนไม่ได้ ก็เพราะตนเป็นผู้เกียจคร้าน ไม่มีศรัทธา เข้าวัดฟังธรรม รักษาศีล มันมัวแต่
เห็นแก่ปากแก่ท้อง มัวหามาใส่ปากใส่ท้อง คอยเวลาที่มันตายนั่นแหละ

ในเบื้องต้น ให้ตรวจดู ทานบารมีก็ดี ศีลบารมีก็ดี เนกขัมมบารมีก็ดี ตรวจดูมันอย่างไร อยู่ที่เราจะก้าวขึ้น ก้าวขึ้นชั้นสูง ให้ทานสูงนั่นแหละเรียกว่าปรมัตถบารมี เลือดเนื้อชีวิตจิตใจนี้แหละ ถวายบูชาพระพุทธเจ้า ถวายบูชาพระธรรม ถวายบูชาพระสงฆ์ ได้ชื่อว่าให้ทานสูง อันนี้ได้ชื่อว่าเป็น ปรมัตถทาน ปรมัตถบารมี ให้ทานเลือดเนื้อ ไม่เห็นแก่ชีวิตจิตใจ มุ่งหน้าทำความเพียรจนตลอดวันตาย เป็นทานบารมี ไม่ต้องห่วงห่วงมันไว้ ต้องให้มันทำความเพียร ปล่อยให้มันชำระธาตุทวารโหมไป มันมีแต่จะครันชำระธาตุทวารโหมไป เหมือนเรือคร่ำคร่า นั่นแหละ มันมีแต่สลักหักพังไป ครันมันเต่ามาแล้ว มันบำเพ็ญเพียรหรือยังบ่ได้ดอก ยังหนุ่มยังแน่นตั้งใจทำความเพียรไป ครันเต่าอย่างอาดมานี้ มันผ่านมาแล้ว แม้จะแบกแต่กระดูกของตนก็จะตายแล้ว ปานนั้นมันก็บยอมให้เขา หอบมันอยู่นี้แหละกระดูก จะตายให้มันตายอยู่นั้น ไม่ยอมหรือเรื่องทำความเพียร เอามันจนตาย

พระพุทธเจ้าก็ดี พระสาวกก็ดี เมื่อสำเร็จกิจแล้ว เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ยังขยันกว่าเราเสียอีก นี่แหละ ท่านหมดเชื้อแล้ว หมดเชื้อแล้วอยู่เย็น มีความสุข หมดความขี้ลึกขี้ขโมย หมดขี้โกรธ ขี้โลภ ขี้หลง นี่หมดแล้ว พระพุทธเจ้าและสาวกก็หมดแล้ว ขี้เกียจขี้คร้าน ความขี้เหงา ขี้เข้า ขี้หลับขี้นอน พวกนี้หมดแล้ว พระอรหันต์ท่านทำความเพียร ชุดขึ้นมา ชุดตัดหน้าขึ้นมา รากน้อยรากใหญ่ชุดขึ้นมา เอาขึ้นมาแล้วก็กวาด กวาดขึ้นมาแล้วเอาใส่ไฟ เผาไฟ กวาดแล้วกวาดเล่า เผาแล้วเผาเล่า เผาแล้วโยกลงน้ำที่เขียว โยกแล้วโยกล่า จนหมด ครันหมดเชื้อต่าง ๆ แล้วไม่มีดอก ความเกียจคร้าน เรื่อยอย่างหมั่นขยันแต่ทำบาป ให้ขยันแต่ทำดี ทำความบริสุทธิ์ ทำบุญทำกุศลนี้ ให้หมั่นทางนี้ บาปต่อกัน บาปมันขึ้นมา หน้าแดง เรานี้เห็ดบาปคือขันแท้ ไปขยันใส่บาป ครันรู้จักว่าบาปก็ขยันแล้ว จึงว่าให้กลัวบาป คำเดียวกันคำกัน ทะเลาะวิวาทเบียดเบียนกันเป็นบาป อยากรู้ขยันใส่มัน ให้หลีกไปไกล ให้เอาใจเย็น อยากรู้ใส่ ครันเย็นแล้ว มันก็มีความเดือดร้อน ใครจะว่าอย่างไรก็ตาม เราไม่ว่าใส่เขาดอก เขาติฉินนินทา เขาก็ว่าใส่เขาเอง ปากเขามันก็อยู่ที่เขา หูเขามันก็อยู่ที่เขา เราจะเอามันเข้ามารวมไว้ให้มันเผาตนหยัง เราก็เป็นคนอยู่ไม่ใช่ควาย มันเป็นอย่างใด เราจึงตั้งสติพาดมัน มันเป็นหยัง ให้ดูมัน เรารู้จักมันแล้ว เรารู้จักกิเลสแล้ว ดูมันเฉพาตาย ถ้ามันไม่ตายก็ตาย เอาให้ตนเสียความดีนั้น บาปก็อยู่ที่ใจ ใจนี้เป็นผู้ว่า จึงว่าให้อบรมใจ มีสติสังขณใจ อบรมนี้แหละ จะเอากฎเอาชาติก็แมนใจนี้แหละ จะเป็นวัฏเป็นควายก็แมนใจนี้แหละ ครันดับใจนี้ได้ มันก็มีแต่เย็น มีแต่ความสุขเท่านั้น มันจะไปเกิดบ่อนใด ก็แมนใจนี้แหละไปยึดไปถือ มันจับมันปวดก็เพราะใจไปยึดไปถือ ครันใจไม่ยึดไม่ถือแล้ว มันจะรู้จักการตาย รู้จักความตาย รู้จักมันดี ถ้าใจไม่ยึด มันจะมีทุกข์เวทนามาจากไหน ไม่มี ดับเวทนาดับสัญญาได้อยู่ ดับสังขารความปรุงได้อยู่ ดับวิญญานความรู้ทางทวารทั้ง ๖ ได้อยู่ ของใครของมันจะมีตนมีตัว มันไม่มีตนมีตัว แต่ว่ามันจำมันหมายว่าเจ็บนั่นเจ็บนี่ เวทนาจึงพร้อมกันเกิดขึ้น มันไม่มีตัวมีตน มันก็ดับไปอีก ดับก็จิตมันสงบนั่นแหละ ครันจิตมันสงบแท้ ๆ ไม่มีคนหยังจะมาเจ็บบนนี้ จึงว่าให้อบรมจิตนั่นแหละ จิตสงบแล้วไม่มีผู้ใดเจ็บบน บ่อนตัวไม่มีแล้วก็ไม่มีอะไรเจ็บบน ครันบ่มีคนแล้ว เป็นหยังจะมาจำหมายนั่นอยู่ บัญญัติอยู่ก็รู้ว่าไม่มีคน บัญญัติทางตา หู จมูก ลิ้น กีบมี บ่มีคน มันว่างมีดีละ ไม่มีอุปาทานแล้ว ว่างเสียก็มีความสุขนั่นแหละ จิตสงบ ให้ฝึกหัดจิต

ตัวรักษาดีแล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้แต่งความสุขให้ตน นั่นแหละเรียกว่าตนมีที่พึ่ง ปัจจุบันก็ไม่มีความสุขเดือดร้อน แต่งทรัพย์สมบัติให้ตน สมบัติภายนอกมากมาย ไม่มีความสุขยากจน ตกแต่งมนุษย์สมบัติให้ตน สมบัติภายนอกมากมาย ไม่มีความสุขยากจน ตกแต่งมนุษย์สมบัติให้ตน ตกแต่งสวรรค์สมบัติให้ตน ตกแต่งเอาเอง รักษากาย วาจาใจ ของตนให้บริสุทธิ์ ไม่แตะไม่ต้องสิ่งอันหยาบช้าเลวทราม ศีลห้าก็เป็นมนุษย์สมบัติ เป็นสวรรค์สมบัติ ศีลแปดก็ดี เป็นมนุษย์และสวรรค์สมบัติด้วย ก็ใครเล่าแต่งเอาให้ ก็เรานั่นแหละแต่งเอาเอง ใครจะทำให้เราได้ พระพุทธเจ้าเป็นแต่ผู้สอน มันก็แมนเรานั่นแหละ ครันทำบ่ดีก็แมนเรา เพราะเหตุนี้ให้รักษาให้มันดี ที่ไม่ดีอย่าไปทำ พวกเรานี้มันสืบสนปนกันนี้ทั้งดีทั้งชั่ว มันจึงสุขก็ได้ ทุกข์ก็ได้ เอาอยู่อย่างนั่นแหละ ได้รับทั้งสุข ได้รับทั้งโทษ เพราะสืบสนปนกัน

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๑

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

ปธาน

(๑๐ พฤษภาคม ๒๕๑๒)

อันนี้เป็นวาสนาของเราแท้ ๆ จะได้บรรลุขั้นใดขั้นหนึ่งหรือขั้นที่สุดก็ไม่รู้ สมบัติของเราก็มีหมดแล้วทุกอย่าง ว่าจะทำก็ได้ อยู่ วาสนาบารมีเป็นกรรม เราได้สร้างมา คือมูลเก่าอันนี้ มันเป็นอย่างนี้ คืออาศัยมูลเก่า ได้อัธยาศัยมากก็ได้บุญ ได้วิชา ได้ศีลมาในบุญด้วย ทรัพย์ภายในบริบูรณ์หมด เรื่องของเก่ามันเป็นอย่างนี้ บุญของเก่ามาถึง เหมือนกันกับพวกเศรษฐีเขาแสวงหาเงินทองของเขา ว่าจะเพิ่มทยอยขึ้นล้านหนึ่ง สองล้าน สามสิบล้าน ร้อยล้านขึ้นไป นี่มันหาเอาใหม่ ไปทำเอาใหม่ มันเป็นคนของเรา คืออัธยาศัยของเรา อาศัยทรัพย์ของเก่า คืออัธยาศัยของเก่า บริบูรณ์แล้ว มันจะทำเอาใหม่ก็ได้ อยู่ จะทำเอาใหม่ สร้างเอาใหม่ก็ได้ ให้มันเต็มรอบก็ได้ ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี เราก็ออกอยู่เป็นบางครั้งบางคราว ถึงวันอุโบสถศีลเราก็ออก เราก็เนกขัมมะออกจากเครื่องมีดมน ปัญญาบารมี เราก็สวดบริบทฟัง ตัวเราก็ใช้โยนิโส ค้นคว้าในเหตุในผลอยู่ วิริยบารมีเราก็อุทิศส่ำทำบุญแจกทาน ขันติ ความอดกลั้นต่อสิ่งทั้งปวงนี้ เราก็ทำหมด บารมี ๑๐ เราจะทำหมด บารมี ๑๐ ประการนี้ ที่พระพุทธเจ้ามาแจกจ่ายให้เรา เราได้เป็นผู้รับแจกแล้ว แต่จะเอามาใช้ เอามาทำให้เกิดให้มี สัจจะบารมี ให้มันมีความสัจจะความจริง เราจะทำ ก็ทำจริง ๆ นั่นแหละ ความสัจจะความจริง อธิษฐานความตั้งใจว่าจะทำ ต้องทำจริง ๆ ได้มากก็ไม่ว่า ได้น้อยก็ไม่ว่า อย่าให้มันขาดสัจจะ ความจริงใจ อธิษฐานความตั้งมั่นในใจ ๓๐ นาทีก็ตาม ๔๐ นาทีก็ตาม ๕๐ ร้อยหนึ่ง ดี นั่นเป็น บางครั้งบางคราว เอาอยู่อย่างนั้น อย่าให้มันขาดความตั้งมั่นในใจไว้ สัจจะความจริงใจว่าจะทำ ก็ทำทันที พุด ๆ จริง อธิษฐานความตั้งใจ รู้หลักรู้ฐานไว้ เราก็ไม่เผลอ ต้องมีสติ ระลึกเอาไว้ เราอธิษฐานเอาไว้แล้ว ไม่ให้ขาด ๒๐ นาทีก็เอา นั่งทำความเพียรของเราไม่ให้ขาด เมตตาบารมีให้เต็ม การสงเคราะห์คนทั่วโลกมีอยู่แล้ว อุเบกขา การวางเฉยต่ออารมณ์ ชอบใจก็ตาม ไม่ชอบใจก็ตาม วางเฉยต่ออารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง การภาวนาของเราเพื่อว่าจะอบรมจิตใจ ของเรานั้นแหละ ไม่ให้มันหลงมันชิ่งไปนับภพนับชาติ หลงไปตามอารมณ์อยู่ในภพชาติหรืออดีตอนาคต แล้วนี่อมเอาเข้ามาในจิต ทำให้จิตเศร้าหมอง ทำให้จิตเดือดร้อน การที่เราทำความเพียรนี้ เราไม่ต้องการอะไรแล้ว นอกจาก ขัดจิตขัดใจของเราให้ขาวให้สะอาดเท่านั้นแหละ ใจมันเศร้าหมอง แต่อาศัยขัดอยู่บ่อย ๆ ขัดไม่หยุดไม่หย่อน มันก็ขาวก็สะอาดขึ้น ผ่องใสขึ้น เพราะกิเลสคือ โลภะ โทสะ โมหะ มันหมักหมมมาหลายภพหลายชาติ ต้องคอยขัดคอยเกลา เพราะกิเลสเหมือนตาปู ตีแปก ตีลงแน่น แต่ก็ไม่เหลือวิธี ผู้สามารถที่ตั้งอกตั้งใจจะถอนตาปู ถอนไม่หยุดไม่หย่อน ถอนไปถอนมามันก็ออกสั้นเข้า ๆ สั้นเข้ามันก็ถอนขึ้นได้ พระพุทธเจ้าสอนว่า จิตไม่ใช่จิตว่างนะ อย่าไปตีถือว่า มันจะว่างให้ ให้เรามีสติมีสัมปชัญญะ รู้ตัวเสมอ มันวอกแวก ๆ อยู่อย่างนั้น เหมือนกันกับฟองน้ำ เดี่ยวมันเกิดขึ้น เดี่ยวมันดับ ดวงจิตมันไม่รู้จักอะไรหมดทั้งนั้น มันอาศัยเราทรมาน คือเราได้ยินได้ฟังแล้ว เราก็ให้มีสติขัดเกลา สั่งสอนมัน ให้มันรู้ เพราะมันไม่รู้มันแหละ จิตดวงนี้แหละเรียกว่า อวิชชา คือความไม่รู้ จิตดวงนี้นะเรียกว่าอวิชชา ครั้น

แนะนำสั่งสอนมัน ให้มันรู้ตามความเป็นจริงของโลกนั่นแหละ มันจึงได้ปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่น โดยอุปาทานว่า จิตของเรามันปล่อยวาง ตัวอวิชชาที่แมนดวงจิต นั่นแหละท่านสอนให้อบรมขัดเกลาจิตทุกเวลา เมื่อกิเลสมันเบาบาง มันหมดออกไปแล้ว มันขาว มันสะอาดแล้ว นั่นแหละจิตมันแจ้ง มันส่องแสงขึ้น ความส่องแสงขึ้น รู้เท่าสังขารตาม ความเป็นจริงของมันยังงี้ รู้ยังงั้น แล้วไม่ยึดไม่ถือ เลิก เกิดมาชาติใดก็ดี เราไม่ใช่จะเกิดมาชาติเดียวนี้ ตั้งแต่แผ่นดิน เป็นแผ่นดินก็เกิดมา วิถีตา วาสา ธาตุ ธมฺมปฏิเสธา ธมฺมนิยามตา สัพเพ สงฺขารา อนิจฺจา วิถีธรรม ตั้งอยู่ในโลกไม่ขาด โลก คือดวงจิต วิถีธรรม ตั้งอยู่จะเอาภพเอาชาติ ตายกันนะ ตายทุกวี่ทุกวัน นี้เรียกว่าตายเล่น ไม่ใช่ตายแท้ ตายแท้ เหมือนดังพระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลาย ดับหมด ไม่มีกลับมาเกิดอีก กิเลสไม่ว่าอะไรจะก่อภพก่อชาติอีก ความตายอย่างนั้นคือกิเลสมันตาย เข้าไปอยู่ในบ้านมันแหละ หมดเรื่องกัน หมดภพหมดชาติ หมดเรื่องกัน นิพพาน ปรม สุข ความสุขไม่เจือด้วยอามิส นิรามิสสุข นั่นแหละ พวกเราสละให้สละความสุขทางโลก ความสุขในโลกมีประมาณอันน้อย ผู้มีปัญญา ผู้ไม่ประมาทพึงสละความสุขเพื่อแลกเอาความสุขอันไพบูรณ์ คือความสุขที่ไม่มีเกิด ไม่มีแก่ ไม่มีเจ็บ ไม่มีตาย ความสุขอันนั้นเป็นความสุขอันไพบูรณ์ ความสุขในโลกมีตาย ๆ เกิด ๆ นั้นมีประมาณน้อยนิดเดียว นักปราชญ์ท่านจะว่าไม่มีเสียก็ได้ ความสุขอย่างนี้เหมือนเหยื่อมันเกี่ยวอยู่ที่เบ็ด ปลาไม่รู้ว่าเบ็ดมันเกาะอยู่ มันเกี่ยวอยู่นั่น ก็ไปคาบเอา เลยติดปากติดคออยู่อย่างนั้น นักปราชญ์คือพระพุทธเจ้าเห็นโทษของโลกจึงมีความเบื่อหน่าย พระพุทธเจ้าว่าให้ปล่อยมันเสีย อย่าถือมันอีก มันไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ตัว มันมีแต่คิดแต่อ่าน หาแต่โทษมาเผาเจ้าของ วางมันเสีย อย่าไปไว้ท่ามัน มันจะไปยังงี้ก็ไป ให้ทำจิตทำใจ ทำความรู้ไว้ให้เหมือนกับมหาปฐพี มหาปฐพีนั้น สัตว์ทั้งหลายจะมาทำดีก็ตาม มาทำร้ายก็ตาม มนุษย์จะมาทำดีก็ตาม ทำร้ายก็ตาม มหาปฐพีไม่มีความห่วงหวุ่นหวาย จะทำอะไรก็ตาม ทำใจให้เป็นอย่างนั้น นั่นแหละพระนิพพาน พระพุทธเจ้าว่า ใครทำใจได้อย่างนั้นแล้ว ได้อยู่เป็นสุขถึงพระนิพพาน ทำใจอย่างนั้นแล้วจะมีทุกข์อะไรเล่ามาเผาผลาญดวงจิตของเรา เราไม่ถือไว้ จิตพระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลายพอรู้เท่าแล้ว จิตเป็นกลาง จรง อุเบกขา จิตเป็นกลาง เราจึงตั้งตรง ก็สบายเท่านั้น นโยบายเพื่อจะสละคืนเท่านั้น เพื่อไม่ให้ยึดเท่านั้น ไม่ให้ยึดอะไรหมดทั้งนั้น การบริจาทานทุกสิ่งทุกอย่าง สละคืนหมด การรักษาศีลก็สละคืนหมด ถ้าไม่รู้เท่าแล้วก็ทำทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ความชั่วร้ายนี่นะเรียกว่าไม่มีศีล เราทิ้งสละคืน สละความชั่วนี้แหละ นั่นเรียกว่า สัมมปธาน มีความสำรวมระวังบาปไม่ให้เกิดขึ้นทั้งทางกาย ทางวาจาและใจ ปหานปธาน ไม่ให้บาปเกิดขึ้น ละถอนปล่อยวาง อะไรมันดีก็ตาม จะไม่ดีก็ตาม มีแต่เรื่องเป็นไฟเผาหมดทั้งนั้น ภาวนาปธาน เรียกว่าทำให้เกิด ทำให้มี สิ่งที่ยังไม่เกิดก็ทำให้เกิด สิ่งที่เกิดแล้วก็รักษาไว้ไม่ให้เสื่อมเสียไป เรียกว่า อนุรักษนาปธาน อิทธิบาท ๔ ความพอใจจะละความชั่ว พากเพียรประกอบความดีให้สูงขึ้น จิตตะ มีจิต มีสติ รักษาจิตใจของตน ไม่ให้มันส่ายไปตามอารมณ์ภายนอก ให้มันรู้สึกอยู่ ไปก็ให้มันไป มันอยากไป แต่ให้สติของเรา รู้อยู่ ไม่ไปตามมัน มันเอาก็บเข้ามามากหมกหมมไว้ในจิต ไม่รองรับมัน ต้องปล่อยต้องวางมัน มีจิตฝึกใฝ่อยู่ในคุณงามความดี จิตมุ่งศึกษาหาเหตุผล เหตุดีให้ผลดี เหตุชั่วให้ผลชั่ว ธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ อะไรเป็นเหตุ ตัวเหตุ ตัวเหตุ คืออวิชชา ความโง่งนั่นแหละ มันไหลมา อะไรเป็นอวิชชา จิตโง่งนั่นแหละเป็นอวิชชา อะไรเป็นสนิมของอวิชชา มันนั่นแหละมันเป็นสนิมของมันเอง เหมือนกันกับเหล็ก เหมือนกันกับดาบและมีด ครั้นไม่ลับมันอยู่นาน ๆ ใครเอามาใส่ละสนิมนะ มันก็เกิดขึ้นของมันเอง มันขนเอามาเอง หมักหมมทำให้เกิดสนิม จนว่าจิตดำ จิตมีดนะ มันเองแหละเป็นสนิมของมัน เมื่อทำสนิมให้มันออกจากดวงจิตนี้แล้ว จิตต์ ทนต์ สุขาวห์ ให้เป็นผู้หมั่นพยายามตัดทรมานสั่งสอนมัน อย่าไปปล่อยตามใจมัน มีความรู้เท่ามัน อย่าไปตามใจมัน หัดให้มันอยู่ในอำนาจของสติ สติควบคุม ชัดไปชัดมามันก็ขาวหรรษา จิตขาว จิตสะอาด จิตผ่องแผ้วนั่นแหละ มนสาเจ ปสนฺเนน ภาสติ วา กโรติวา จิตเจ้าของควบคุมขัดเกลาให้ดีแล้ว จิตผ่องแผ้วดีแล้ว จะพูดอยู่ก็ตามมีความสุขเท่านั้น จะทำงานทำการอยู่ก็ตาม มีความสุขทั้งนั้น ตโตนฺ สุขมเนวติ มีแต่ความสุขเท่านั้นแหละติดตามผู้นั้น มีแต่ความสุขทั้งหมด ทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ฉายา ว อนุปายินี เหมือนกันกับเงาเทียมตนคนไป ไม่ละไม่เว้นความสุขนั้น บาปก็อย่างเดียวกัน เพราะความไม่รู้เท่านำไป มนสาเจ

ปฏุกฐฐฐ จิตมีโลภะ โทสะ โมหะ เผาผลลาญอยู่แล้วก็ไม่มื้สติ จะพูดอยู่ก็ตาม มีแต่ความทุกข์ติดตามเขาไป ทำการงาน อยู่ก็มื้แต่ทุกข์เท่านั้น ตโตณั้ ทุกขมเนวติ จกุกั ว วหโต ปทั้ ความทุกข์ย้อมนำเขาไปเหมือนกันกับลั้ลล หรือกงลั้ลลองจักร อันโคเทียมแอกไปอยู่ แอกนั้นหนักทับคอมันไปอยู่ท้งหลัง ท้งตีนมัน กงลั้ลลก็ยันตีนมันไปอยู่ เล็บหลุดไป ทางคอมันก็ แอกถูคอมันไปอยู่ จนคอเป็ก จิตไม่ดีเป็นอย่งนั้น มน สาเจ ปฏุกฐฐฐ จิตอันเทพประทุษร้ายอยู่ มีแต่ความทุกข์ เท่านั้น ความทุกข์ประจำมันไปเหมือนกับกงจักร กงลั้ลลเหี้ยบรอยเท้าโคไปอยู่อย่งนั้น แล่นไปอยู่อย่งนั้น จนแตก แลแล้วมื้ทุกตติวิบัติเป็นทีไป พวกเรามื้การสตั้บรับฟังแล้วให้พากันทำเอา อย่งมื้ความประมาท ผู้อื่นไม่ไ้ทำจิตของ เราเศร้าหมองดอก ผู้อื่นไม่ไ้ทำให้จิตของเราผ่องแผ้ว เราเองเป็นผู้ทำให้ผ่องแผ้ว เราเองเป็นผู้ทำให้จิตของตนเศร้า หมอง ผู้อื่นช่วยไม่ไ้ แม้พระพุทเจ้าก็ช่วยไม่ไ้ ท่านทรงเป็นผู้บอกทางให้เท่านั้น

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๒

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

กุศล-อกุศล

ธรรมท้งหลายก็อยู่ที่นี้แหละ อยู่ที่สณนทกายของเรา ไม่ต้อไปหาเอาที่อื่นดอก มีครบบริบูรณ์หมด สติปัฏฐาน ท้ง ๔ ก็มีกั้แม่น เราควรทำเอา ท่านให้พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต ให้พิจารณาธรรม ๔ อย่ง แล้ว พิจารณาอันใดอันหนึ่งเท่านั้นแหละ ไม่เอาหมดทุกอย่างดอก สัมมปธาน ๔ ก็มี เพียรละบาป ให้เพียรบำเพ็ญบุญ สัมมปธาน ๔ มีว่า ปหานปธาน ประหารบาป ละบาป บาปปรากฏขึ้นที่จิตนี้แหละ ไม่เกิดขึ้นจากที่อื่น เพราะจิตไป รวบรวมเอาอารมณ์ภายนอก อารมณ์ภายนอกก็หมายเอา ๕ อย่ง รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส มันไปรวบรวมเอา มาปรุงมาคิด พิจารณากาย มันก็ไปถูกเวทนานะแหละ ครันจะพิจารณาเอาจิต มันก็ไปถูกธรรม จิตมันเกิดขึ้นกับใจ เรียกว่าธรรมารมณั้ สั้อย่งนี้ ธรรมารมณั้ก็ไม่ใช่อื่น คืออดีตที่ล่วงมาแล้วไปนั้กเอาจมา ตั้ช่วยอย่งไรก็นั้กเอาจมา อารมณั้ที่ขอบใจก็นั้กเอาจมา มาหมักหมมที่ใจนี้ อนาคตย้งไม่มาถึงก็เหนียวเอาจมา เอาจมาเต็มอยู่ในปัจจุบันนี้ เรียกว่า ธรรมารมณั้ นี้เรียกว่า สติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ ปหานปธาน เพียรละบาป ไม่ให้มันเกิด ที่เกิดขึ้นแล้วจะประหาร เพียรทำกุศลให้เกิดให้มี เรียกว่า ภาวนาปธาน อนุรักษนาปธาน เมื่อบุญกุศลเกิดขึ้นแล้ว รักษาไว้ไม่ให้เสื่อมสูญไป ภาวนาปธาน ทำให้เกิดให้มีมาก ๆ อเสวิตาย ให้เสพมาก ๆ เสพเพื่อต้งอกต้งใจ มีสติประจำใจ ต้งอกต้งใจไม่ปล่อย ใจให้มันล่อยไปตามอารมณ์ คุมจิตใจให้มันอยู่กับที่ เอาสติคอยคุมแล้ว เราบารุงกำลังหรือพละของจิต ศรัทธาพละ วิ รียพละ สติพละ ก็มีอยู่ันนั้นแล้ว แม่นเราจะทำเอง สมาริพละ ปัญญาพละ อินทริย ๕ ก็ว่า พละ ก็ว่า อินทริยพละ คือ ทำให้มันแกกล้า ให้มันใหญ่ขึ้นไป ก็แม่นอันเดียวกันนั้นแหละ ศรัทธาพละรวมธรรมท้งหลาย ธรรมอันเป็นเครื่องที่จะ ให้บรรลุคุณความดีเป็องสูงก็มีอยู่ที่เรานั้มื้ด ไม่ไ้ไปค้นคว้าเอาที่อื่น มีอยู่ที่นี้แหละ อัฏฐังคิกมรรค มรรค ๘ อันนี้ เป็น ทางพระพุทเจ้าบอกไว้แล้ว โพชฅนค ๗ มีสติสัมโพชฅนค ให้มีสติ ธัมมวิจยสัมโพชฅนค ให้เล็อกเห็นธรรม ธรรมเป็น อกุศลให้ตัดออก ธรรมเป็นกุศลให้ประกอบให้ต้งขึ้น วิรียสัมโพชฅนค เพียรให้เกิดให้มีขึ้น ปิติสัมโพชฅนค ครันธรรมแก่

กล้าขึ้นไป มันจะเกิดปิติ ความเอิบอ้อมเรื่องจิตเรื่องใจ ปิติเกิดขึ้น ปัสสัทธิ ความสงบกาย สงบใจ ความสงบกาย สงบใจ ครั้นสงบแล้ว สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น สมาธิเกิดขึ้น ก็เกิดอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ธรรมเหล่านี้เรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประกอบธรรมหมื่นให้สมบูรณ์แล้ว ได้ชื่อว่าทำพละ หรือกำลังของจิตให้เกิดขึ้น อันนี้แหละจะเป็นกำลังของจิต ทำให้เกิด ให้มี ให้สมบูรณ์ ให้ครบบริบูรณ์แล้ว จิตมันจะสงบได้ จิตสงบจึงจะเกิดความสุขขึ้น เกิดญาณความรู้ รู้ที่ไม่ให้รู้อื่น คือให้รู้สณฺฑิกายของตน รู้เหมือนพระพุทธเจ้า แสดงว่าอบรมจนมีกำลังเป็นสามัคคีกันแล้ว มันจะเกิดญาณทัศนะ ความรู้เห็นตามความเป็นจริงของสังขาร คือรู้สังขารทั้ง ๔ ของจริงทั้ง ๔ นี้เห็นแจ้งประจักษ์ เมื่ออบรมอันนี้ขึ้นแล้ว มันเห็นตามความเป็นจริงแล้ว มันจะมีความเบื่อหน่าย มีความเบื่อเหน้อยหน่าย มันจะคลายความกำหนด คือ อุปาทาน ความยึด ว่าเขา ว่าเรา ว่าตัว ว่าตน ว่าผู้หญิง ว่าผู้ชาย อันนี้เป็นสมมุติทั้งนั้นแหละ เอาจหลังสมมุติ จึงให้พิจารณาอุบายเครื่องกล่อมจิต เครื่องควบคุมจิต ให้จิตไม่คิดออกไปข้างนอก ให้มันอยู่กับที่ จิตตั้งอยู่กับที่แล้ว มันแหละมันจะเป็นกำลังรวมขึ้น เป็นอาวูฐ สีลวูฐ สีลก็ให้บริสุทธฺิ สมาธิวูฐ จิตก็ให้ตั้งเป็นปกติ ตั้งมันอยู่กับที่ ปัญญาวูฐ ให้ปัญญาประหารกิเลส คือ ราคะ โทสะ โมหะ ให้มันหายไป รวมทั้งปวงนี้ มีครบบริบูรณ์อยู่ในสณฺฑิกาย ทุกรูปทุกนามนั้นแหละ พระพุทธเจ้าก็เทศนาสั่งสอนนั้นแหละ ให้ทำเอา เราตถาคตเป็นแต่ผู้บอกให้เท่านั้นแหละ ผู้ที่ทำให้เกิดให้มีดีต้องเรา เราต้องทำเอง ผู้อื่นทำให้ไม่ได้ พระพุทธเจ้าก็ทำให้ไม่ได้ เป็นแต่เพียงสั่งสอนให้ทำตาม ทำตาม แล้วก็ไปเหตุเป็นปัจจัยให้พ้นทุกข์จริง ไม่มีที่อื่น เรื่องปฏิบัติธรรม มันไปถูกสณฺฑิกาย ถูกสณฺฑิกายก็ถูกธรรมนั้นแหละ แม้ธรรมหมดทั้งนั้นแหละ ต่อเมื่อญาณความรู้เกิดขึ้นจะเป็นหมด เห็นไม่ผิด เราตถาคตดูข้างเห็นหมด ทั้งตัวข้างนี้ ไม่ต้องไปลูบคลำแข็ง คลำขา ลูบแข้งลูบขามัน ลูบวงมัน ลูบนั้นมันเหมือนคนตาบอด พวกเราก็เหมือนคนบอดนั้นแหละ ใครปฏิบัติทำอย่างไรว่าถูกของตน พวกนั้นผิด เราถูกทุ้มเดียวกัน ทะเลาะวิวาทกัน มนุษย์ในโลกมนุษย์เป็นโลกอันสมบูรณ์ สมบูรณ์ทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นกลาง กลางอะไร กลางบุญ กลางบาป กลางสุข กลางทุกข์ กลางมี กลางจน กลางนรก กลางสวรรค์ กลางพรหมโลก กลางพระนิพพาน เราทำเอาเองหมด อยู่ในเมืองมนุษย์หมด พวกพระอินทร์ พระพรหม เทพบุตร เทพธิดา พวกเทพธิดาก็อยากลงมาทำบุญในมนุษย์ พวกนั้นไปถึงสวรรค์แล้ว ก็มีแต่เพลิดเพลินอยู่กับกาม ไม่ได้ทำบุญทำกุศลอะไรดอก เขาเป็นพระอินทร์ พระพรหม เป็นเทพธิดา เทพบุตร เขาก็มาสร้างเอาในเมืองมนุษย์เสียก่อน สร้างเอาที่นี่แหละ แล้วก็ไปเสวยบุญของตน ออยากลงมาเมืองมนุษย์มันครบ ปฏิรูปเทตวาโส ประเทศมนุษย์ ประเทศอันสมบูรณ์ พระอินทร์ก็อยากลงมารักษาวุโบสถในมนุษย์ พระยานาคก็ขึ้นมารักษา อุโบสถที่นี่ คือพระภูริทัต พญาครุฑก็มารักษาที่นี่ เพราะมนุษย์เป็นชาติอันสมบูรณ์ด้วยพระรัตนตรัย มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระพุทธเจ้าสร้างบารมีก็สร้างเอาที่นี่ สำเร็จเป็นพระสมุทฺธสมมาสัมพุทธเจ้า ก็มาสร้างที่นี่ สวาก สวากบารมีก็สร้างที่นี่ พระปัจเจกโพธิ์ก็มาสร้างที่นี่ ผู้ที่จะสร้างเอานรกเหมือนพระเวททตก็มาสร้างเอาที่นี่ มี ๒ ทางเท่านั้น ทางไปนรก ๑ ทางไปสวรรค์และพระนิพพาน มี ๒ ทาง พระพุทธเจ้าจึงว่า กุศลธรรม อกุศลธรรม มี ๒ ทาง บุญกุศลที่บุคคลสร้างแล้วอันนี้เป็นกุศลกรรม นำสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ ไปเสวยความสุข อกุศลเรียกว่าอกุศลกรรม อันนั้นเป็นอปฺยัญญาภิสังขาร ตกแต่งให้สัตว์นั้นได้ตถนรก เป็นเปรต เป็นผี เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์เดรัจฉาน มี ๒ ทาง พระพุทธเจ้าว่าให้ไปทางดีนี้แหละ ทางพระพุทธเจ้าทำมาแล้ว แต่งมาแล้ว ให้ไปทางนี้ ทางนรกนั้นอย่าไป ทางทุจริต กายไม่บริสุทธิ์ วาจาไม่บริสุทธิ์ ใจไม่บริสุทธิ์ นั้นเป็นทางนรกอย่าไป ทางบริสุทธิ์ กายทำอะไรก็ถูกต้อง พุดอะไรก็ถูกต้อง ใจคิดถูกต้อง อันนี้เป็นทางบริสุทธิ์ สุจริตธรรม อันนี้เป็นทางไปสวรรค์ มาเป็นมนุษย์ก็ได้มนุษย์สมบัติ เหมือนคุณทั้งหลายนี้แหละ มนุษย์สมบัติ สิ่งทั้งปวงเราทำเอาหมดทั้งนั้น เราคิดเอาหมดทั้งนั้น ผู้อื่นทำให้ไม่ได้ ต้องตนทำเอา ได้วิชาศิลปศาสตร์ก็เพราะคุณไปศึกษาเล่าเรียนเอา ตั้งใจเล่าเรียนเอา จึงได้เป็นใหญ่เป็นโตปานนี้ มียศฐาบรรดาศักดิ์ มีลาภ มียศ เจริญสุข มันตนทำให้ตนได้ คนอื่นทำให้ไม่ได้ ตนทำให้ตน ผู้ใหญ่ผู้เล็กก็เหมือนกัน ตนทำให้ตน มีอยู่นี้แหละธรรมทั้งหลาย นี้แหละทำเอา อุตส่าห์ทำไป วิริเยน ทุกขมจฺเจติ คนจะก้าวล่วงทุกข์ได้ เพราะวิริยะ ความเพียร เพียรทำทุกสิ่งทุกอย่าง คุณงามความดีทุกสิ่งทุกอย่าง ควรทำความเพียร ชื่อว่าคนไม่ประมาท ผู้ที่

ข้ามมหานรก พันสมมุติได้ก็เพราะไม่เป็นผู้ประมาทในคุณงามความดีทางบุญทางกุศล คนประมาทมันมักทำบาปทำกรรมใส่ตน คนประมาทชีวิตจะยาวร้อยปีก็ตาม ก็เหมือนกันกับคนตายแล้ว คนไม่ประมาท ชีวิตเขาจะเป็นอยู่วันเดียวยังดีกว่าผู้ประมาทอยู่เป็นร้อยปี นั่นประเสริฐกว่า ระหว่างอยู่ฆราวาส เราก็ฝึกเสีย ให้มีขันติ ความทนทาน ไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยความลำบาก ให้มีวิริยะความพากเพียรในคุณงามความดีทุกสิ่งทุกอย่าง เพียรละสิ่งที่ไม่ดีนั้น เพียรละ เพียรถอน มันจะไม่ดีก็เพราะใจนั้นแหละ มันเป็นผู้ทำ สกนธ์กายนี้เป็นเครื่องใช้ต่างหาก มันเป็นของกลางไม่ใช่ของใคร ของเราเป็นของกลาง ผู้ฉลาดมาใช้มันนี้ ใช้สกนธ์กายอันนี้ทำคุณงามความดี ร่างกายนี้มันไม่เป็นสาระแก่นสาร ทรัพย์สมบัติวัตถุภายนอกก็ไม่เป็นแก่นสาร ชีวิตความเป็นอยู่ก็ไม่เป็นสาระแก่นสาร เมื่อผู้ฉลาด ผู้มีปัญญา ผู้ไม่ประมาทแล้ว มาทำร่างกายให้ประกอบคุณงามความดี มีการเดิน การยืน มีการนั่ง การนอน ประกอบอยู่อย่างนั้น ได้ชื่อว่าทำสกนธ์กายของตนให้เป็นสาระแก่นสาร ทำชีวิตของตนให้เป็นสาระแก่นสาร บริจาคให้ทานไปตามได้ตามมีตามเกิด ก็ได้ชื่อว่าทำทรัพย์สมบัติวัตถุภายนอกให้เป็นแก่นสาร เอาเข้ามาไว้เป็นอริยทรัพย์ภายในของตนเสีย การทำความเพียรทุกอย่าง เรียกว่าทำอริยทรัพย์ของตน ทำให้ตน เมื่อเรายังไม่พ้นทุกข์ ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรนี้ ทรัพย์อันนี้ไม่มีสูญมีหายไปไหน ต้องติดตามไปทุกภพทุกชาติ ให้มีความสุขทุกภพทุกชาติ จึงว่าควรทำ ค่อยทำไป ๆ แต่ก่อน ๆ ท่านที่เป็นฆราวาส ท่านก็ได้สำเร็จพระโสดา สกิทาคา อนาคา อนาคา บิณฑกาก็ดี นางวิสาขาที่ดี ว่าแต่ผู้ทำได้ ส่วนนอกนั้นก็นับไม่ถ้วน พวกฆราวาสที่สำเร็จพระโสดา สกิทาคา อนาคา ผู้มีศรัทธา ผู้มีความยินดีแล้ว พระพุทธเจ้าก็ไม่ได้เลือกว่าต้องมุ่งเหลืออะไรจึงจะสำเร็จ ไม่ใช่ มุ่งข่าวก็ไม่ว่า มุ่งเหลือก็ไม่ว่า หัวโล้นก็ไม่ว่า หัวดำก็ไม่ว่า สำเร็จหมด ชั้นสูงก็ไม่ว่า ชั้นต่ำก็ไม่ว่า สำเร็จหมด ไม่เลือกชั้นเลือกวรรณะ ไม่เลือกชาติเลือกภาษา ผู้ที่เข้ามาปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าทำไปแล้วไม่มีผล ไม่มี ต้องมีผลทีเดียว ทำน้อยก็ได้รับผลตามน้อย ทำมากก็ได้รับผลตามมาก ติดตนเป็นอริยทรัพย์ สมบัติอันนี้ได้รับผลตามกำลัง พวกคุณเกิดมาชาตินี้ก็สมบุญทุกอย่าง บาปก็ไม่ได้ออกทำสักหน่อย มันเป็นผู้บริบูรณ์แล้ว พึงเข้าใจว่าเราไม่พ้นในชาตินี้ มันก็รู้จักกันเดี๋ยวนี้ละ พระพุทธเจ้าบอกผู้จักกันเดี๋ยวนี้แหละ จะเป็นเทพดา อินทร์ พรหม ก็รู้จักแต่เป็นมนุษย์นี่แหละ เสวยสวรรค์ดิบอยู่ในมนุษย์นี่แหละ จะได้ไปพระนิพพานก็เสวยอยู่ในมนุษย์นี่แหละ ได้เห็นในมนุษย์นี้เสียก่อน เหมือนพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้สูตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้วนั่นแหละ นิพพานดิบในมนุษย์ รู้แจ้งเห็นแจ้งอยู่ในมนุษย์นี้เสียก่อน ผู้จะไปรอกก็เห็นกันที่ในมนุษย์นี้ พระพุทธเจ้าแสดงไว้ ไม่ใช่ตายแล้วรอกมาคุมเอาไปตกนรก ไม่ใช่ ตกแต่เดี๋ยวนี้ ก็ให้คิดดู คนยากจนคนแค่น เหมือนกับเป็นเปรต เหมือนกัน หุนหวก ตาบอด ชี้ทูดูดั่งนี้ มนุษย์เป็น อันนี้เป็นผู้สมบูรณ์ทุกอย่าง ผู้ที่มีศรัทธา ทุกสิ่งทุกอย่างเหมือนพวกคุณแหละ ก็ได้ชื่อว่า มนุสสเทโว ผู้มีหยางอายุ ผู้มีหิริ ผู้มีโศตตปปะ เรียกว่า มนุสสเทโว มนุสสาอินโท เห็นกันอยู่ในโลกนี้แหละ มันมีใช้ใหม่ ทำกรรมมันต้องเป็นกรรมแน ทำกรรมดีก็ต้องได้กรรมดีแท้ ทำเหตุไม่ดี ทำเหตุร้าย ต้องได้รับผลร้าย ผลที่ไม่พอใจมีอยู่ให้พิจารณาดู คนเกิดมาในโลกนี้ ครั้นถ้าบาปไม่มี บุญไม่มีแล้ว มันคงจะเพียงกัน ไม่ต้องพิจารณาหาเหตุหาผล จะมีก็อย่างเดียวกัน เพียงกัน จะจนก็จนอย่างเดียวกัน จะโง่ก็โง่อย่างเดียวกัน อันนี้มันผิดกัน ผู้ฉลาดก็ฉลาดเอาเหลือล้น ผู้มี ก็มีเงินเหลือเพื่อ ที่จน ก็จน จนล้มตาย จึงว่ามีทุกอย่าง ต้องใคร่ครวญหาเหตุหาผล เห็นกันอยู่ในโลกนี้ ยากจนคนแค่น หุนหวก ตาบอด ครั้นเห็นบาปเห็นบุญ เห็นประจักษ์ อยู่ในมนุษย์นี้แล้ว เราจะไม่กล้าทำบาป จะประกอบแต่คุณความดีตามกำลังของตนไปตลอดชีวิต ให้มีความสุข ความจริงตั้งลงไป วันหนึ่งคืนหนึ่งก็เอาอะไรก็ตาม ยามสงบสังัด เราจะเข้าที่ทำความสงบใจไม่ให้มันขาด จะเอาอย่างนั้นตลอดวันตาย สวรรค์อื่นข้าพเจ้าไม่เอา นอกจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์แล้ว เอาแต่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสวรรค์ที่พึงตลอดวันตาย ให้ตั้งต้นจากนี้ไป ทำไป หรือไหว้พระก็ตาม ย่อก็มี อย่างพิสดารก็มี ถ้ามีกิจจำเป็นเราจะลุก ก็ไม่ลุกไปเฉย ๆ ลุกขึ้นแล้วก็ต้องไหว้ อรหันต์ สวากขาโต สุปฏิปันโน อย่าให้มันขาด เวลามันมาก ก็ทำอย่างพิสดาร เราถืออะไร ให้ถือจริง ๆ จัง ให้มีความสุขความจริง

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๓

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

มรรค

(เทศน์ในงานกุศลสามัคคี)

พวกญาติโยมอยู่ในบ้านในเมืองในพระนคร ธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณเจ้าก็ฟังหมดแล้ว บาบก็รู้ บุญก็รู้ คุณโทษก็รู้หมดแล้ว แล้วจะฟังไหนอีก อาตมาอยู่ป่าดงมัวแต่นั่งหลับหลับตาแมลงวันตอมนะ จะมีความรู้ วิชา ความรู้อันหยั่งมาเทศน์ จักจะเอาอะไรมาเทศน์ให้ฟัง อยู่ป่าอยู่ดง พวกญาติโยมทั้งหลายมา มีพระเดชพระคุณเป็นหัวหน้ามา อุตส่าห์มาไกลแสนไกลก็อุตส่าห์มา เป็นบุญ บุญลาภของพวกกระผมและพวกญาติโยม ฟังเทศน์ก็ฟังทุกสิ่งทุกอย่างหมดแล้ว ขึ้นตาก็ได้ฟัง ขึ้นสูงก็ได้ ฟังทุกขสัจก็ได้ฟังแล้ว แล้วจะเอาอันไหนฟังอีก

ธรรมะก็แม่นก่อนธรรมหมดทั้งก่อนนี้แหละ ธรรมเป็นอกุศลธรรมก็มี กุศลธรรมก็มี อันนี้พวกท่านทั้งหลายในบ้านในเมืองก็ได้ฟังอยู่บ่อย ๆ ก็เป็นคนที่มีวิชาคุณงามความดี ส่วนบาปกรรมนั้นก็พากันรู้แล้ว รู้แล้วก็มีความรังเกียจมาอยากเกี่ยวข้อง มีแต่จะขับไล่มันออกไป กุศลธรรมก็แม่นใจนั้นแหละ ใจเป็นกุศลขึ้น อกุศลธรรมก็แม่นใจนั้นแหละ ธรรมไม่ต้องไปหาที่ไหน แม่นหมดทั้งก่อนนี้แหละ พระพุทธเจ้าว่าก่อนธรรมหมดทั้งก่อนแล้วแต่ว่าเป็นของกลางไม่ใช่ของใคร อติภาพเป็นของกลาง แล้วมารู้จักว่าเป็นของกลางไม่ใช่ของใครทั้งหมด ก่อนใครก่อนเรา เป็นของได้มาอันบริสุทธิ์

เกิดมาชาตินี้เป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ ฟันจากใบ้ำบ่าอดหนวก เสียจริต มีร่างกาย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สมบูรณ์ บริบูรณ์แล้ว เราต้องเอามันทำประโยชน์เสีย เอากะมันเสีย อย่าไปปล่อยให้มันแก่ขึ้นตายขึ้นชื่อ ๆ สมบัติอันนี้เป็นแต่ภายนอกเอาน้ำมันเสีย เอาทรัพย์ภายใน เอาอริยทรัพย์ ทรัพย์อันติดตามตนไปได้ ทรัพย์สมบัติที่เราแสวงหาอยู่แต่ชาตินี้ได้เป็นมหาเศรษฐี ได้เป็นอิหยังก็ตามเป็นของกลางหมด เป็นทรัพย์ภายนอกที่เราได้อาศัยมันชั่วชีวิตนี้เท่านั้น ครั้นชาติลมหายใจแล้ว สมบัตินี้ก็เป็นสมบัติของโลก อติภาพร่างกายนี้เป็นสมบัติของโลก มันเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ แล้วผู้ที่ไปนั่นคือผู้ที่ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรไม่มีที่สิ้นสุด คือดวงวิญญาณ ดวงจิต ดวงวิญญาณนี้แหละที่ท่องเที่ยวอยู่ เกิดอยู่บ่อย ๆ นั้นแหละ สรรพดา ภวาวเว สงสารเว สงสารนุโตโส สงสาราทุกโคโตโนติ สงสารอิ นิมา พวกเราที่ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรนี้ไม่ใช่เราเกิดมาชาติเดียวเท่านั้น นับภพนับชาติที่เราท่องเที่ยวอยู่ ต่ำ ๆ สูง ๆ จนเกิดเป็นสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน สวรรค์มันเป็น เราไปสวรรค์ก็ได้ขึ้นไป เราไปพรหมโลกก็ได้ขึ้นไป ลงไปนรกก็นับกับนับกลับไม่ได้ เมื่อเรารู้อย่างนี้แล้ว เราควรประพฤติแต่กรรมอันดี เมื่อพวกเรารู้อย่างนี้แล้ว พระพุทธเจ้าว่า จะดีก็ดี จะชั่วก็ดี เป็นเพราะกรรมดอก เกิดมาต่าง ๆ กัน ไม่เหมือนกัน สมมติว่าเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือนกัน แต่ต่างพันธุ์กัน วิชาความรู้ก็ต่างกัน สมบัติก็ต่างกัน รูปร่างก็ต่างกัน ความยากจนคนแค่น ความมั่งคั่งสมบูรณ์ก็ต่างกัน อันนี้เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะกรรมแม่นหมดทั้งก่อน ก่อนธรรมสิ่งที่เป็นใหญ่ในตัวตนเขา พระพุทธเจ้าว่า มโนปุพฺพ คมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโน มยา มีใจนั้นแหละเป็นใหญ่ มีใจนั้นแหละเป็นหัวหน้า มีใจนั้นแหละประเสริฐสุด สิ่งทั้งหลาย

บาปก็ดี บุญก็ดี สำเร็จได้ด้วยใจ มนระ เรียกว่าใจ ครั้นใจไม่ดี มนสาเจ ปทุจเตน ใจไม่ดี ใจขุนมัว ใจเศร้าหมอง ลุ
อำนาจความโลภ ความโกรธ ความหลง ใจเหล่านั้น แม้นบุคคลจะพูดอยู่ที่ตาม จะทำการงานด้วยกายอยู่ที่ตาม
เพราะจิตเศร้าหมอง จิตไม่ดีแล้ว ความทุกข์นั้นย่อมติดตามบุคคลผู้นั้นไป เหมือนกันกับล้ออันตามรอยเท้าโคไป มน
สาเจ ปสนเนน ครั้นจิตผ่องใส ผุดผ่อง ไม่เศร้าหมองแล้ว แม้นจะพูดอยู่ที่ตาม จะทำการงานอยู่ที่ตาม จะไปที่ไหนก็
ตาม ความสุขย่อมติดตามเขาไป เหมือนเงาเทียมตนไปอย่างนั้น ครั้นรู้ว่าใจเป็นหัวหน้า ใจเป็นใหญ่ ตีก็ต้อมีใจเป็น
ผู้คิดให้ทำ ทำชั่วมีใจเป็นผู้คิดให้ทำ เมื่อเรารู้อย่างนี้แล้ว เราจงเอาแต่ส่วนดี ส่วนไม่ดี มีโรคะ โทสะ โมหะ นั้น ตัด
มันออกไป ไล่มันออกไป อย่าให้มันไปยึดไปถือ อย่าให้มันไปเป็นเจ้าของ แล้วมันจะทำอะไรก็ดี จะพูดก็ดี จะคิดก็ดี
ขอให้มีสติอยู่ประจำ ครั้นมีสติแล้ว พูดก็ไม่พลาด ทำอยู่ก็ไม่พลาด คิดก็ไม่พลาด ให้พากันหัดทำสติ ให้สำเนียง ให้
แม่นยำ พระพุทธเจ้าจึงว่า เยเกจิ กุสลา ธมฺมา สพฺเพเต อปฺปมาทมูลกา อปฺปมาทสโมสรรณา อปฺปมาโท ครั้นมีสติ
แล้ว กุศลธรรมทั้งหลายก็เกิดขึ้น ก็มีแต่ทำความดีทุกสิ่งทุกอย่าง รู้อย่างนี้แล้วให้พากันหัดทำสติ มันคิดก็ให้รู้ เราจะ
พูดให้ระลึกได้เสียก่อน เราจะทำด้วยกายก็ให้ระลึกได้เสียก่อน จะคิดก็ให้ระลึกได้เสียก่อน มันถูกเราจึงทำ มันถูก เรา
จึงพูด มันคิดไม่ผิด เป็นศีล เป็นธรรม เราจึงระลึก จึงนึก ให้ทำสติ สำเนียงให้แม่นยำ หัดทำสติให้ดี แล้วก็ให้
สมาทานเอาศีลของเรา เอาอธิศีล ทิฏฐุ สมาทาน ให้พากันสมาทานเอาศีลของเรา เอาศีลของเราให้เป็นอธิศีลที่เป็น
ใหญ่ เป็นอธิบดี ให้เป็นศีลมั่นคง อย่าให้เป็นศีลที่อ่อนแอคลอนแคลน อธิจิตต์ ทิฏฐุสมาทาน ให้พากันสมาทานเอา
มีสติตั้งใจ ควบคุมจิตใจของตนไว้ให้ตั้งมั่นอยู่อย่างนั้น จะทำการงานพูดจาอะไรก็ตาม มีสติ จิตตั้งมั่น หรือนั่ง
ภาวนา ก็ให้จิตตั้งมั่นเป็นอธิบดี อธิ เรียกว่าเป็นใหญ่กว่าสิ่งทั้งปวง เรียกว่าไม่หวั่นไหวต่อสิ่งทั้งปวง อธิปัญญา ศึกษา
สมาทาน ให้สมาทานเอาอธิปัญญา ความจริงรอบคอบ รู้เท่าสังขาร ปัญญา ความรู้เห็น เห็นชาติความเกิดเป็นทุกข์
แม้ทุกข์เกิดขึ้นในกาย ความไม่ดีเกิดขึ้นในกาย เวทนาไม่ดีเป็นทุกข์ เกิดขึ้นแต่สัมผัสทางกาย อันนี้เรียกว่าความ
ทุกข์กาย ให้มันรู้ ความทุกข์เกิดขึ้นที่ใจ ความไม่ดีเกิดขึ้นที่ใจ เวทนาไม่ดีเกิดขึ้นจากสัมผัสที่ใจ อันนั้นได้ชื่อความ
ความโกรธ ความเศร้าใจ ความเสียใจ ให้กำหนดรู้ ให้มันเป็นเรื่องทุกข์เสีย พระพุทธเจ้าว่าเป็นทางไปพระนิพพาน
ทางดับทุกข์ ความประจบกับสัตว์และสังขารอันไม่เป็นที่รักที่เจริญใจ มีความไปร่วม มีความมาร่วม มีความ
ประพฤตร่วม มันเป็นเรื่องที่ไม่ชอบใจ อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข ทุกฺชน่าเกลียดน่าชัง ทุกฺชีไม่พอใจ ความพลัดพราก
จากสัตว์และสังขารอันเป็นที่รักที่เจริญใจ มีญาติพี่น้องไปทางไกล หรือพลัดพรากไปไกล หรือล้มหายตายเสียจากกัน
ก็มีความทุกข์เกิด เรียกว่า ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ความไม่ไปร่วม ความไม่ประชุมร่วมกับสิ่งที่ชอบใจ อันนี้เป็นทุกข์
บุคคลปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นสมหวัง อันนี้ก็เป็นทุกข์ อันนี้มันมาจากไหน เราได้รับผลอยู่เดี๋ยวนี้ มันมาจากไหน
ต้องให้สติปัญญาค้นหา มันก็จะเห็นกัน เมื่อทำจิตให้สงบ มันก็จะเห็นกัน คือความอยาก มันเกิดมาจากความอยาก
เรียกว่ากามตัณหา ความใคร่ ความพอใจในรูป ในสิ่งที่มิวิญญาน ความทุกข์มันเกิดขึ้นจากความอยาก ความใคร่
ภวตัณหา ความอยากได้ อยากเป็น อยากมี อยากกอบโกยเอา อยากได้มาเป็นของตัวเอง อยากเป็นเศรษฐีผู้ดี อยาก
เป็นราชามหากษัตริย์ เรียกว่า ภว ความอยากเป็นอยากมี ความไม่พอใจเหมือนอย่างความแก่หง่อมแห่งชีวิต ความ
เปลี่ยนแปลงแห่งชีวิต ความมีหนังหดเหี่ยวเป็นเกลียว ผมหงอก ฟันหัก อันนี้ไม่พอใจ เสียใจ อยากให้มันเป็นหนุ่มตึง
อยู่อย่างเก่า ผมหงอกมันก็ไปเอายาดำ ๆ มาข้อม แล้วมันก็บ่งขึ้นอีก มันก็ขายหน้าล่ะ มันก็ดำอยู่ปลายนั้น โคน ๆ มัน
ก็ขาว มันก็ขายหน้าอีก แล้วก็ไม่พอใจ นี้เรียกว่า วิวาทตัณหา ตัณหาสามอย่างนี้แหละเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เมื่อรู้เท่ามัน
สามอย่างนี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นเหตุให้เกิดความเศร้าโศก แล้วก็ใช้ปัญญาค้นหา มันเกิดจากไหน ตัณหามันเกิด
อยู่ที่ไหน มันตั้งอยู่ที่ไหน พระพุทธเจ้าว่า จกฺขุ โลกํ ปิยรูปํ สาทรรูปํ สิ่งใดเป็นที่รักสนิทใจในโลก อะไรเป็นที่รักสนิทใจ
ในโลก คือ จกฺขุ ตา ฯลฯ สนิทใจในโลก ตัณหาจะเกิดขึ้นที่ตา ตัณหาจะตั้งอยู่ ตั้งอยู่ที่ตา เกิดที่หู ตั้งอยู่ที่หู เกิดที่
จมูก ตั้งอยู่ที่จมูก เกิดที่ลิ้น ตั้งอยู่ที่ลิ้น กายสัมผัสอันนุ่ม มีความชอบใจ กำหนด พอใจ อารมณ์อดีตล่วงมาแล้ว
อนาคตยังไม่ถึง เอามาเป็นอารมณ์ เรียกว่าธรรมารมณ์ มันเกิดขึ้นที่ใจ รู้จักว่ามันเกิดขึ้นจากอายตนะภายนอก กับ

อายตนะภายในกระทบกัน แล้วไปเกิดวิญญาณความรู้ขึ้นจากสัมผัส เวทนาเกิดขึ้นเรื่อย ๆ ไป เรารู้แล้ว อายตนะภายใน กับภายนอกกระทบกัน เกิดสัมผัส เราเพียรดับมัน เวทนาเกิดขึ้นจากสัมผัส เมื่อรู้แล้วเราควรละควรปล่อยวาง จึงว่าดับทุกข์ อยู่ไหนนิโรธ ดับตัณหาทั้งสามได้ นั่นคือนิโรธ นิโรธคือความเฉยต่อสิ่งทั้งปวง ความไม่หวั่นไหว เรียกว่านิพพาน พระพุทธเจ้ามีนิพพานไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ภายในแหละไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่กับอาการสามสิบสอง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อยู่กับธาตุสี่สิบสอง เราฟังแล้วให้พากันตั้งใจทำ เหมือนกันกับเครื่องที่พัสสัมภาระ เราจะปลูกบ้านปลูกเรือน มีดเราจะใช้ทำการทำงาน ลับดีแล้วเอามาวางไว้ พัสสัมภาระเอามาวางไว้ แล้วไม่ทำมัน ของจะทำครบหมดแล้วแต่เราไม่ทำ จะปลูกเรือนก็ไม่ปลูก เอามากองอยู่อย่างนั้น ก็ขำขุดขุดโทรม ไม่มีประโยชน์ จะอาศัยทำต้องอดทน อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน พระพุทธเจ้าไม่ห้าม นิสัยจิตของเขาถูกกับอะไร ถูกกับพุทโธ หรือ ธัมโม หรือ สังโฆ หรือ ถูกกับ ขน เล็บ ฟัน หนัง เขาเข้าอย่างหนึ่ง ถ้ามันถูก จิตมันจะสงบ จิตสงบไม่ฟุ้งซ่าน จิตเบิกบานแยบยล ร่าเริง อันนี้ก็หมายความว่า มันถูกกับจิต ก็เอาอย่างนั้น บริกรรม พุทโธ ๆ เรียกว่า สมถะ ครั้นมันไม่ถูกไม่ลง ต้องพิจารณา ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นั่นพิจารณาให้มันเห็นเป็นอสุภะอสุภัง ของเน่าของเหม็นของปฏิกูลโสโครก พิจารณาให้มันเห็นศพ อยู่ในใจเรา ปลูกป่าทานกุขนุตา อนิจจา ชันห้ห่าเป็นของไม่เที่ยง ปลูกป่าทานกุขนุตา อนตตา ของอันนี้ไม่ใช่ของตน ไม่ใช่ผู้หญิง ผู้ชาย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตน นี้ละรวมกัน คือถ้ามันไม่สงบ ยังฟุ้งซ่าน ก็ต้องเอาปัญญาค้นคว้า พิจารณาให้มันเห็น เห็นของโสโครกไม่สวยไม่งาม พิจารณาไป จิตมันก็เห็น มันก็เกิดความสลดสังเวช เบื่อหน่ายในความเป็นอยู่ คืออสังขาร เบื่อหน่ายมันก็เกิดความคลายกำหนด ไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ว่าตัวว่าตน จิตลงไปถึงที่มัน มันไม่ไปไหนแล้ว มันเป็นอริจิต มันจะเกิดแสงสว่างโผล่ขึ้น ดวงปัญญา มันก็จะฟุ้งขึ้น การภาวนาอบรมจิตให้มันอยู่นิ่ง เพื่อต้องการจะเอาปัญญานั้นแหละ มันต้องเกิดขึ้น มันจึงจะรู้เท่าความเป็นจริง มันจะเห็นทุกขสังขจะ เหตุเกิดทุกข์ ทางที่จะดับทุกข์ ทางให้ถึงความดับทุกข์ ทางมันราบรื่นสบาย พระพุทธเจ้าก็บอกแล้ว อภฺรฺรฺงฺคิโก มคฺคิโก เสทฺธิโก มรรคแปด เป็นทางอันประเสริฐ พวกเราได้ยินได้ฟังแล้ว เร่งทำเอาให้เกิดให้มี ทำแล้วจะได้รับความสุขกายสบายใจ ไม่มีมีความเดือดร้อนใจ ความโศกความเศร้าก็ไม่มี เพราะรู้เท่าตามความเป็นจริงแล้วของเรื่องโลกเรื่องสังขาร บ้านเมืองเกิดวุ่นวายฆ่าตีกัน เราไม่วุ่นวายฆ่าตีกับเขา เขาค่าก็เราไม่ค่าเขา บ้านเมืองเขาร้อง เขาให้ เราก็ไม่ร้องให้อย่างเขา

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๔

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

เทศน์โปรดนายแพทย์ อวย เกตุสิงห์ และคณะ

พ.ศ. ๒๕๑๓

ความทุกข์กายเป็นสัตว์ทุกข์ มีอยู่เป็นสังขารธรรมดา ให้เราตั้งสติอบรมจิตใจของเรา อย่าให้มันไปยึดถือร่างกาย ถ้ามันมันไม่ยึดถือแล้ว ก็จะอบรมจิตใจของเราให้มันสบาย หากใจไม่สบายนี้มันทุกข์หลาย มันทุกข์ก็เพราะยึดเอา อารมณ์นั้นแหละเข้ามายึดถือ อารมณ์ทั้งหลาย อารมณ์ที่ไม่พอใจมันก็ยึดเข้ามา ยึดเข้ามาแล้วก็เข้ามาเผาใจ ไม่

พอใจก็เป็นเหตุให้คับแคบตันใจ อารมณ์ที่พอใจนั้น เมื่อมันพลัดพราก เป็นวัตถุภายนอกก็ตาม หรือแม้ญาติมิตรก็ตาม พลัดพรากจากไป มันเป็นทุกข์ ก็เพราะไม่รู้เท่าอารมณ์

พระพุทธเจ้าว่า ของเก่า ของพวกนี้เคยมีมาตั้งแต่เก่า ไม่ใช่จะมีมาเดี๋ยวนี้ เราเกิดมาชาตินี้จึงมาพบปะกัน ในชาตินี้ สิ่งทีพอใจก็ดี ไม่พอใจก็ดี พบปะอยู่ทุกภพทุกชาติ พวกเราเพราะหลงอันนี้แหละ จึงพากันไม่เห็นความจริง เพราะหลงเรื่องอันนี้แหละ จึงพากันวน พากันเอาภพเอาชาติอีก เปลี่ยนภพเปลี่ยนชาติ เทียวเกิดเทียวตายอยู่รำไป เพราะไม่รู้เท่าสิ่งเหล่านี้

พระพุทธเจ้าว่า ให้พิจารณาให้มันรู้เท่าสิ่งทั้งปวง น้อมมาอยู่อย่างนี้สำหรับโลก ครอบงำโลกอยู่อย่างนี้ ผู้ไม่รู้เท่าก็พอหัด มีลาม เลื่อมลาม มียศ เลื่อมยศ มีสรรเสริญ มีนินทา มีสุข มีทุกข์ เลื่อมลาม เลื่อมยศ นินทา ทุกข์ แปรอย่างนี้ครอบงำสัตว์โลก เรียกว่า โลกธรรมแปด ครอบงำโลกอยู่เพราะไม่รู้เท่ามัน มันมีอยู่สำหรับโลก เคยมีมาอย่างนี้ ตั้งแต่ไหนแต่ไรมา แต่เราไม่รู้เท่า เราก็หวั่นไหวไปกับมัน มีแต่พระอริยเจ้า พระพุทธเจ้าและพระสาวกของพระพุทธองค์ ได้ยินได้ฟัง พิจารณาแล้วรู้เท่าจึงไม่หวั่นไหว พระพุทธเจ้าเป็นเลิศในโลก ไม่มีใครจะเทียบถึงหมดทั้งสามโลก ถึงปานนั้น โลกธรรมนี้ก็ยังคงครอบงำพระองค์อยู่ แต่พระองค์ไม่หวั่นไหวในโลกธรรมนั้น มีลาม จิตของพระองค์ก็ไม่ฟูขึ้น เลื่อมลาม จิตของพระองค์และสาวกทั้งหลายไม่ยุบลง ไม่มี ความหวั่นไหว มีสรรเสริญก็ไม่ฟูขึ้น มีนินทา มีทุกข์ มีสุข ก็ไม่มีฟูขึ้น โลกธรรมมีอยู่อย่างนั้น ใครจะหนีไปไหนไม่พ้น ต้องได้พบอยู่ทุกภพทุกชาติ ครอบงำสัตว์โลกอยู่ทุกภพทุกชาติ ส่งแสงเป็นดวงคบหาต่ออารมณ์ทั้งหลาย ก็สลายเท่านั้นแหละ ไม่มี ความหวั่นไหว ไม่มี ความสะดุ้งหวาดเสียวต่ออารมณ์ใด ๆ เป็นลมแท้ ๆ ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ของใคร แล้วแต่จะพิจารณาให้มันเห็นธรรมเหล่านี้ เป็นของกลาง ไม่ใช่ของใคร

อรรถาพราภพที่เราอาศัยก็ดี สมบัติอันนี้เป็นของกลาง ไม่ใช่ของใคร ถ้าเรามายึดมันก็จะทุกข์ เรามายึดว่าเรา ว่าตัว ว่าตน ว่าผู้หญิง ว่าผู้ชาย เพราะเห็นว่าตัวว่าตนนี้แหละ เมื่อเขาดูถูกดูหมิ่นก็โกรธแค้น เมื่อเขาสรรเสริญก็ฟูขึ้น ชอบ แนะว่าตนว่าตัว พระพุทธเจ้าจึงให้พิจารณาให้มันเห็น แยกออกเป็นส่วน ๆ ว่าไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ผู้หญิง ไม่ใช่ผู้ชายหมดทั้งนั้น เป็นของกลางสำหรับใช้ จึงว่าให้พิจารณาให้มันเห็นว่าเป็นธาตุ ธาตุ ๔ ปฐวีธาตุ ธาตุ ดิน อาโปธาตุ ธาตุ น้ำ เตโชธาตุ ธาตุ ไฟ วาโยธาตุ ธาตุ ลม ประชุมกันเข้าเป็นสณฺฑีขึ้น เมื่อมีก้อน มีชันขึ้นแล้ว เรียกว่าชันท์ แล้วก็มีเวทนาขึ้น ความเสวยอารมณ์เป็นสุข เป็นทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ มีความจำหมายว่ารูป ว่าเสียง ว่ากลิ่น ว่ารส ว่าโณภูฐัพพะ ว่าธรรมารมณ์ มีความปรุงที่ใจ คือจิต เจตสิกปรุง ปรุงดี ปรุงชั่วแล้วแต่มันจะปรุงไป แล้วก็มี ความรู้ขึ้น รู้ไปตามอายตนะ เรียกว่าวิญญาณความรูู้ วิญญาณทางตา วิญญาณทางหู วิญญาณทางจมูก วิญญาณทางลิ้น ทางกาย วิญญาณทางใจ พระพุทธเจ้าจึงว่าคน ว่าธาตุประชุมกัน ธาตุทั้ง ๔ รวมเรียกเป็นชันท์ ๕ มีรูปชันท์ ๑ เวทนา ความเสวยอารมณ์เป็นสุข เป็นทุกข์ เฉย ไม่สุขไม่ทุกข์ เป็นเวทนาชันท์ ๑ สัญญา ความจำได้หมายรู้ เป็น สัญญาชันท์ ๑ สังขาร ความปรุงความแต่ง ปรุงเป็นบุญ เป็นบาป หรืออะไรก็ตาม เรียกว่า สังขารชันท์ ๑ วิญญาณ ความรู้ทางอายตนะทั้ง ๖ เรียก วิญญาณชันท์ รวมกันเป็นชันท์ ๕ ชันท์อันนี้เป็นเครื่องรับรอง รับรองสิ่งทั้งปวงทุกสิ่งทุกอย่าง อารมณ์ดีก็รับ อารมณ์ไม่ดีก็รับ อะไร ๆ ก็รับ รับเอาหมดทั้งนั้น

ท่านจึงว่าเป็นของหนัก ไหนคน อยู่ที่ไหนละ นี่เป็นรูปชันท์ ไม่ใช่คนนะ นี่เป็นเวทนาชันท์ ไม่ใช่คน ไหน คนอยู่ที่ไหน ต้องค้นคว้าไป พิจารณาอยู่อย่างนั้น ให้มันเห็นเป็นความจริงของชันท์อันนี้ หรือให้พิจารณาปัญญากรรมฐาน กรรมฐาน ๕ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นี้พระองค์ก็แยกไว้ว่า ไม่ใช่คนสักอย่าง แยกออกไปถึงอากาศ ๓๒ คนอยู่ที่ไหน ธาตุดิน ก็มีลักษณะชันแข็ง หลายธาตุรวมกัน ไล่ออกไป ธาตุดิน มี ๒๐ ธาตุ น้ำมี ๑๒ ไหน คนมีที่ไหน ธาตุไฟอบอุ่น เผาอาหารให้ย่อย ไฟเผาร่างกายให้กระวนกระวาย ธาตุไฟมี ๔ อัน นี้ก็ไม่ใช่คน ธาตุลม ๖ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องล่าง ลมพัดในท้องในไส้ ลมพัดทั่วไปในร่างกาย ลมหายใจเข้าออก ธาตุลม ๖ ไหน คนอยู่ที่ไหน ให้พิจารณา

ให้มันรู้เท่าว่าเป็นธาตุ ไม่ใช่คน เรามาหลงอันนี้แหละ หลงว่าตัว ว่าตน ว่าหญิง ว่าชาย เมื่อเป็นรูปเป็นกายมาแล้ว พระองค์สั่งสอนให้พิจารณาเห็นรูปอันนี้ เกิดเป็นก้อนขึ้นมา แล้วประกอบไปด้วยทุกขโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ นานา เกิดเป็นรูปมาแล้วก็ต้องแตกต้องดับ ไม่ยั่งยืนคงทนอยู่ได้ ให้พิจารณาให้มันเห็น ให้มันรู้จักชาติ ความเกิด เกิดขึ้นมาแล้ว ก็เป็นทุกข์ ฆรา ความแก่คร่ำคร่าทรุดโทรมก็เป็นทุกข์ มรณะ ความตายก็เป็นทุกข์ แล้วก็โคกะ ปริเทวะ ทุกข์โทมนัส ปายาส ความคับแค้น อัดอั้นตันใจ เกิดขึ้นก็เป็นทุกข์ ท่านให้พิจารณา เห็นเกิดขึ้นเป็นทุกข์ทั้งนั้น อยู่ในกองทุกข์

กองทุกข์นี้มันเกิดมาจากไหน เพราะเกิดเป็นรูปเป็นกายขึ้นมา อะไรเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้มันเกิด ก็คือความอยาก ความหลง นี่แหละเรียกว่าความกำหนด ความชอบใจ กำหนดเรียกว่ากาม ความกำหนดในกิเลสกาม วัตถุกาม ก็ตาม เรียกว่ากามตัณหา เรียกว่าตัณหา ความทะเยอทะยาน ความเพติดเพลินในอารมณ์ทั้งหลาย ความอยากเป็นอยากมี ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ เรียกว่าภวตัณหา ความไม่อยากเป็นมาอยากมีเรียกว่า วิภวตัณหา ความเกลียด ความชัง เหมือนอย่างผมหงอก ฟันหัก หนังหดย่นเป็นเกลียว ไม่ชอบ ไม่อยากให้มันเป็น ความแค้นความเจ็บ ไม่อยากให้มันเป็น แล้วก็ให้พิจารณาให้มันเห็น ตัณหาทั้ง ๓ นี้ เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เที่ยวเกิดเอาทุกภพทุกชาติ เพราะความหลงอันนี้ พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ละตัณหาทั้ง ๓ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา มันเกิดที่ไหน ตั้งอยู่ที่ไหน ต้องค้นหาที่ตั้งที่เกิดของมัน

จกฺขุ โลก ปิยรูปุปี สาตรูปุปี เอตฺเตเสสา ตณฺหา อูปฺปชฺชมานา อูปฺปชฺชติ เอตฺถ นินฺวิสมานา นินฺวิสติ ฯ ตัณหาจะเกิดขึ้น ก็เกิดขึ้นที่ตา จะตั้งก็ตั้งอยู่ที่ตา จะเกิดขึ้นที่หู ก็ตั้งอยู่ที่หู เกิดขึ้นที่จมูก ก็ตั้งอยู่ที่จมูก เกิดขึ้นที่ลิ้น ก็ตั้งอยู่ที่ลิ้น เกิดขึ้นที่กาย ก็ตั้งอยู่ที่กาย เกิดขึ้นที่ใจ ก็ตั้งอยู่ที่ใจ เกิดขึ้นที่รูป ก็ตั้งอยู่ที่รูป เกิดขึ้นจากเสียง ตั้งอยู่ที่เสียง เกิดขึ้นจากกลิ่น ตั้งอยู่ที่กลิ่น เกิดขึ้นจากรส ตั้งอยู่ที่รส เกิดขึ้นจากสัมผัส ตั้งอยู่ที่สัมผัสนี่บอมน้ำมัน มันเกิดขึ้น เกิดขึ้นทางจักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ มโนวิญญาณ เกิดขึ้นจากความกระทบกันทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ นี่ทางมันเกิดขึ้น ตั้งอยู่อันนี้ เกิดขึ้นแล้วตั้งอยู่อันนี้ เกิดขึ้นจากเวทนา ความสัมผัสทั้งกาย ทั้งวาจา ทั้งใจ สัมผัสทั้งรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ เมื่อจำได้รูปตัณหา ความกำหนด ความชอบในรูป สัททาทัณหา ความชอบในเสียง คันธาทัณหา ความชอบในกลิ่น รสตัณหา ความชอบในรส โผฏฐัพพาทัณหา ความอยากถูกต้อง เย็นร้อนอ่อนแข็ง พูกนอนหอมอันนี้ ธัมมาตณฺหา คือ อารมณฺ์อดีตอนาคต มันสมอยู่ในใจ เกิดเป็นตัณหาขึ้น ความคิดถึงรูป กลิ่น เสียง รส โผฏฐัพพะธรรมารมณฺ์ ตริภคฺตรองถึงรูป กลิ่น เสียง รส โผฏฐัพพะธรรมารมณฺ์ นี่แหละตัณหาจะเกิดขึ้น

ธมฺมวិชาโร โลก ปิยรูปุปี สาตรูปุปี เอตฺเตเสสา ตณฺหา อูปฺปชฺชมานา อูปฺปชฺชติ เอตฺถ นินฺวิสมานา นินฺวิสติ ตัณหามันเกิดขึ้นอยู่ที่ไหน ตั้งอยู่ที่ไหน เมื่อจะดับตัณหา ดับที่ไหน ก็จะต้องดับตามอายตนะ สิ่งใดเป็นที่รักสนิทใจในโลก ตัณหาจะเกิดขึ้น อะไรเป็นที่รักสนิทใจในโลก ตาเป็นที่รักสนิทใจในโลก ตัณหาจะเกิดขึ้น ก็เกิดขึ้นที่ตา ตัณหาจะตั้งอยู่ ก็ตั้งอยู่ที่ตา หูเป็นที่รักสนิทใจในโลก เมื่อจะดับก็ต้องดับตานี้ คือสำรวจไม่ให้มันเห็น มีสติประจำไม่ให้มันดู เหตุนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้สำรวจมอินทรีย์ สำรวมตา ให้สำรวจหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกาย สำรวมใจ อย่าไปให้ยินดียินร้าย อย่าดูมัน อย่าฟังมัน ทำเป็นหูหนวก กินอื่แก้งเสีย นั่นแหละมันจึงสบาย ให้ชื่อว่าดับอายตนะ นี่แหละหมดทุกสิ่งทุกอย่างที่จะไปสู่ทางทวารทั้งหก

จกฺขุ โลก ปิยรูปุปี สาตรูปุปี เอตฺเตเสสา ตณฺหา ปหิยฺมานา ปหิยฺติ เอตฺถ นินฺรุชฺชมานา นินฺรุชฺชติ ฯ บุคคลจะดับก็ต้องดับที่จักขุนี้ บุคคลจะปล่อยวาง ก็ต้องปล่อยวางที่จักขุ ดับที่จักขุ ดับไปตลอด จักขุ โสตะ ฆานะ ชิวหา กายใจนี้ดับไป ปล่อยวางหมด สิ่งเหล่านี้ เห็นว่าตนเป็นของกลางไม่ใช่ของใคร เป็นของกลาง แล้วสมบัติอันนี้เป็นสมบัติดี บริบูรณ์ดี จะใช้ให้มันทำความเพียร ใช้ให้มันเดินจงกรม ให้ให้มันนั่งสมาธิ ใช้ให้มันค้นคว้าพิจารณา ร่างกาย อาศัยมัน มันเป็นสมบัติดี ใช้แล้วเหมือนกับเครื่องทัพสัมภาระที่เขาเก็บมา หามาพอทุกสิ่งทุกอย่าง จะปรุง

บ้านปรุงเรือนปรุงอะไรก็ตาม ปรุงรถ เครื่องยนต์ เครื่องอะไรก็ตาม เขาหามาแล้วเขาต้องใช้ หามาแล้ว ปรุงขึ้นแล้ว เป็นรถแล้ว เขาต้องใช้บรรทุกจนเต็มกำลัง เมื่อมันทำขึ้นใหม่ ๆ นี้ ครั้นมันชำรุดทุดทอทรอม มันก็บรรทุกไม่ได้อีกละ เหมือนกับร่างกายของเรา มันเฒ่ามันแก่แล้ว ชำรุดทุดทอทรอมแล้ว ไม่มีความสามารถจะทำความเพียรได้ เมื่อยังน้อย ยังหนุ่ม รีบใช้มันเสีย มันชำรุดทุดทอทรอมใช้ไม่ได้ จะนั่งหลายก็เจ็บเอว เดินหลายก็เจ็บแข้งเจ็บขา มันแก่มาแล้ว นอน มันก็เมื่อย ไม่มีความผาสุก ไม่มีความสบาย เข้าเป็นอย่างไร นอนตะแคงก็เจ็บ นอนหงายก็เจ็บ ข้างซ้ายอีก ก็เจ็บอยู่ อย่างนั้นแหละ ของมันแก่มันแก่มาแล้ว กายมันถูกต้องโงฐฐัพพะ มีแต่เจ็บแต่แข็งหมด เมื่อยังหนุ่มยังน้อยอย่างนี้ ถูกต้องนั่งนอนอย่างไรก็พอนอนพอนั่ง มันเฒ่าแก่มาแล้วมีแต่กระดูก นอนไปข้างไหนมันก็เจ็บ นอนไปไม่ได้นาน ยี่สิบนาทิละพลิกข้างโน้น พลิกข้างนี้มันแสนลำบาก เมื่อมันยังดี แข็งแรงอยู่อย่างนี้ละ รีบใช้มันเสีย มันเป็นคนดีทาง โลก

โลกัตตประโยชน์ ญาคัตตประโยชน์ อุตตประโยชน์ ประโยชน์ตนยังไม่ทันได้ ประโยชน์ตนคือทำความเพียร คือทำจิตให้สงบเป็นสมาธิ จิตมันดีแล้วให้มันสงบเป็นสมาธิ ครั้นมันเป็นสมาธิแล้ว ทำให้มันแน่นแนบ มีอารมณ์อัน เดียวแล้ว ก็จิตมันแน่นแหละ มันจะเป็นดวงปัญญาขึ้น มันจะส่องแสง มันมีกระแสจิตพุ่งออก พิจารณากายอีก ซ้ำอีกทีก็ จะเห็นชัด ครั้นมันสงบแล้ว พระพุทธเจ้าก็ให้พิจารณาสังขละของจริงทั้งสี่ สังขระของจริง ของจริงของดีของ พระพุทธเจ้า ของพระสาวกผู้ได้ยินได้ฟังแล้วเห็นจริงอย่างนั้น จริงอย่างไร ดีอย่างไร ดีเพราะว่าเหมือนดังพระสาวก ท่านทั้งหลายเบื้องต้นก็เป็นปุถุชนนี้แหละ เมื่อได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า พิจารณาเห็นตาม เห็นแล้วเกิดนิพพิทา ในเบญจขันธ์ ว่ามันไม่ใช่ของเรา เป็นเพียงของใช้ ไม่ใช่ของเรา นี้แหละเห็นจริงชัดแล้ว ก็ละถอนปล้อยวาง ไม่ยึดมั่น ถือมั่น ทำให้ปุถุชนเป็นพระอริยเจ้าได้ จึงว่าของจริง สมุทัย สาเหตุให้เกิดทุกข์ ก็เป็นของจริงอันประเสริฐ นิโรธ ความดับ ก็เป็นของจริงอันประเสริฐ

มรรคปฏิบัติ คือเรารักษาศีล เรากาวนา เคนจกกรม ก็นี้แหละ มรรคปฏิบัติ เพื่อจะให้ก้าวไปถึงนิโรธ อันนี้ การปฏิบัติ การเคนจกกรม นั่งสมาธิภาวนา อริยาบถทั้ง ๔ อันนี้เป็นมรรคปฏิบัติ เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิบัติ อริยสัจจ์ ผู้ใดปฏิบัติให้มีให้เกิดขึ้น ให้สมบูรณ์แล้วด้วยกรรมเหล่านี้ เพื่ออบรมจิต มรรคปฏิบัติให้จิตตั้งเป็นสมาธิ มันเกิดสมาธิ แล้วก็เกิดญาณ เพราะบำรุงมรรคนี้เสียก่อน ให้เกิดให้มีขึ้น มรรคว่าทางอันประเสริฐ เป็นทางเดินไปสู่ ความวิมุตติ ความหลุดพ้นจากอาสวะ ให้ถึงวิโมกข์ ความพ้น ทำเอาเอง พระพุทธเจ้าเป็นแต่ผู้บอก ทำเอาเอง ผู้อื่นทำ ให้ไม่ได้ ใครทำใครเอา เหมือนกับรับประทานอาหาร ต้องทานใครทานเรา ใครตั้งใจทานก็อิ่มท้องเอง ธรรมมีอยู่ที่ไหน ไม่อยู่ที่อื่น ไม่ได้ไปหาเอาที่ป่าที่ดง แม่นหมดทั้งสภณิกายนี้ แม่นหมดทั้งก่อนนี้แหละเป็นธรรม พระองค์ชี้เข้ามาที่นี้ ไม่ได้ชี้ไปที่อื่น ชี้เข้ามาที่สภณิกายนี้ ใช้อนันท์ทำ ยืน เดิน นั่ง นอน มีอยู่ที่นี่พอแล้ว ไม่ต้องไปหาเอาที่อื่น ทุกขสัจจ์ก็มี พออยู่ที่นี่แล้ว สมุทัยสัจจ์ ความโลภ ความโกรธ ความหลงก็มีอยู่ที่นี่แล้ว นิโรธสัจจ์ ความรู้แจ้ง ความเห็นจริง ตามความเป็นจริงก็มีอยู่ที่นี่แล้ว มรรคปฏิบัติก็มีอยู่ที่นี่แล้ว แม้เราจะเป็นผู้เดิน ผู้ยืน เป็นผู้นั่ง ใครควรดูพิจารณาหาเหตุผล เราจะไปหาเอาที่ไหน สัพเพ ธมฺมา อนตฺตา ทั้งก่อนนี้ไม่ใช่ของใครทั้งหมด ไม่ใช่ของใครทั้งหมดทั้งนั้น แต่มันเป็น อนัตตาไม่ใช่เรา

พระพุทธเจ้าบอกแล้ว รูป อนิจจัง เวทนา อนิจจัง สญฺญา อนิจจัง สงฺขาร อนิจจัง วิญญาน อนิจจัง รูป อนตฺตา บอกชื่อ ๆ นี้แหละ ไม่มีลึกลับสักหน่อย แล้วเราไม่เห็น มันดูไม่ถูก เรายืน ที่เรานี้แหละ พุทธทาสบอกว่า ตัวกู ตัวของกู เหมือนนกเขานั่นแหละ ครั้นปล้อยวางเป็นของกลางแล้ว เป็นของใช้แล้ว ต้องปฏิบัติ มันอยู่ที่นี่แหละ ไม่ได้ทิ้งดอก ไม่ แม่นของเรา แต่เราอาศัยแล้ว เราก็ต้องปฏิบัติมัน อาบน้ำชำระกายให้มัน นุ่งผ้าห่มผ้าให้มัน มันนอนก็ห่ม ผนตก็ห่ม แดดออกก็ห่ม ต้องรักษาเหมือนกันกับของใช้นั้นแหละ เราจะไปทิ้งเลพลาดพาดอย่างนั้น มันก็ใช้การไม่ได้ มีอยู่ที่นี่แล้ว เราไม่ได้ไปเอาที่อื่น พระพุทธเจ้าบอกให้แล้ว ธรรมแม่นหมด ก้อนใครก้อนเรานี้เนื้อ สมมุติว่าผู้หญิงผู้ชาย

ต่างหาก นี่แหละมันหลงสมมุติ จะว่าก่อนสมมุติก็แม่นหมดทั้งก่อนนี่แหละ เราหลงสมมุตินี้แล้วว่า หน้ของเราดี ว่า เล็บของเราดี ว่าฟันของเราดี ผมของเราดี สวยงาม งามก็เอาไปมาเผาให้มันงอ พอมันงอมากก็เอาน้ำย้อมมา มัน จะขายหน้าเขา ย้อมดำ บทมันปง (งอก) ขึ้นมา มันก็น่าเกลียดขึ้น ขายหน้าขึ้น หน้หน้ามันเหยือกก็เอาฮ้างมาทา แล้วก็เอาครุถึงน้ำฮ้างตั้งบนหัวนี้ มันร้อนนี้ มันไม่ชอบ มันเบ้อหน้าย มันร้อน ให้หน้หน้ามันแห้ง มันลอกออก เหมือนกันกับไข่ อันนี้ มันลอกออก มันก็อยู่ไปซัก ๒-๓ วัน มันก็เหี่ยวอย่างเก่าอีก ครือเก่า ใฮย อันนี้ไม่ชอบละ ความ ไม่ชอบมันก็วิภาตถนะนะ แล้ว ๒-๓ วันมันก็ลอกออก มันก็เหี่ยวครือเก่า ของเก่า นี่แหละมันหลงอันนี้ละ แม่นตัว สมุทัยหมดทั้งก่อน ผมมันก็ตัวสมุทัย เล็บ ฟัน หน้ แม่นหมด แม่นตัวมรรคหมดทั้งก่อน ครั้นชำระ ครั้นพิจารณา ดู แม่นตัวนิโรธ แม่นตัวทุกข์หมดทั้งก่อน ผมไม่สรรเสริญมันก็เหม็นสาบ ต้องสรรเสริญสรรเสริญ เล็บเอาไว้วามันก็น่าเกลียด น่าชัง ด่าก็ปานหยั่ง น่าเกลียด เขี้ยว (ฟัน) ถ้าไม่ขัดไม่มันมันก็มีซี่เต็ม มันไหลออกทั้งกลางวันกลางคืน ทั้ง ๘ ทวารนี้แหละไหลออก ฟันนั้นไม่มีรู้ตัว ว่าตัวคืออยู่ ว่าดี ว่าหอม พระพุทธเจ้าว่า ให้ดู ให้พิจารณา ให้ดูไม่งาม อสุภะอสุภัง ปฏิ กูล์ น่าเกลียด อดภาพร่างกายนี้ไม่เห็นว่าเป็นอสุภะ คือความสวยความงาม มันหลงอะไรละ มันหลงหน้

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๕

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

ต้นหา

มันเป็นก้อนใครก้อนมัน มีเจตนาพร้อม จึงว่า มโนปุพพุตมา ธมฺมา มโนเสฏฐา มโนมยา ธรรมทั้งหลายมีใจ ถึงก่อน มีใจประเสริฐสุด ถึงแล้วด้วยใจ จะทำคุณงามความดีทุกสิ่งทุกอย่างก็สำเร็จแล้วด้วยใจ จะทำบาปก็สำเร็จ ด้วยใจ ผู้ที่มีใจโทษประทุษร้ายอยู่แล้ว มีโทษ โทสะ โมหะ ประทุษร้ายอยู่แล้ว มนสา เจ ปทุฏฐเฐน ใจอันถูก ประทุษร้ายอยู่แล้ว ภาสติ วา กโรติ วา จะพูดก็ดี พูดก็มีคำหยาบช้า มีคำเศร้าหมอง มีบาป ความเดือดร้อน พูดดีก็ เป็นทุกข์ จะทำดี โทษก็ข่มคอกอยู่ นั้น มีแต่ตกต่ำอยู่นั้น ตโต นั ทุกขมเนวติ ทุกข์ติดตามไปอยู่ จกกวั วหโต ปท ๗ คน ผู้โทษประทุษร้ายเอาแล้ว ใจไม่ดีแล้ว เพราะใจเอาอารมณ์ทั้งหลาย คืออารมณ์ที่ชอบใจ มหาหมกเข้าที่ใจ อารมณ์ที่ไม่ ชอบใจ ก็เอามาหมกหมมไว้ที่ใจ ให้มันเผาใจ กลัดกลุ่มอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน ยืนก็ไม่เป็นสุข เดินก็ไม่เป็นสุข นั่งก็ไม่ เป็นสุข นอนก็ไม่สุข อันนี้แหละใจไม่ดี มีโทษประทุษร้ายอยู่แล้ว มีวาคะ โทสะ โมหะ ความหลงอยู่แล้ว มันจะให้ความสุข อย่างใดละ เหมือนกันกับโคอันเห็นภาระอันหนักไปอยู่ ทุกข์ตามไปอยู่ ล้อตามมันไปอยู่ แยกดูคอกมันไปอยู่ ข่มคอกมัน ไปอยู่จนขาดเจ็บ คอโปน เอามันไปอยู่อย่างนั้น เลยไม่ต้องมีความสุขแล้ว เราเอามาอบรมเดี๋ยวนี้ คือให้ออกจาก เครื่องกังวล เครื่องปรุง เครื่องแต่งทั้งหลาย คือสมรวาสมันประกอบด้วยเครื่องกังวล ออกจากอารมณ์ ออกจากความ แต่งความปรุงทั้งหลายทั้งปวง ได้ชั่วคราวชั่วคราว เพื่อมาวัดในวันพระ มีสีหนในเดียนหนึ่ง ออกเพื่อเนกขัมมะ ความ ออก ออกจากสิ่งทั้งปวง ออกจากเครื่องกังวลทั้งหลาย เนกขัมมะต้องออกจากบาป จากความชั่วทางกายก็ดี ทาง วาจาที่ดี ทางใจที่ดี เมื่อออกมาแล้ว ออกจากของดำของมืด ออกมาที่วิเวกแล้ว มันจึงสงบสงัด มันจึงได้ความวิเวกของ

ใจ สงบใจสบายใจ วันหนึ่ง คืบหนึ่ง อันนี้ชื่อว่าพักแรมของใจ ชั่วครั้งชั่วคราว อาณิสสการรักษาอุโบสถท่านพรตนา
ไว้ไม่มีที่สิ้นสุด ได้ชื่อว่าออกจากกองไฟ ไฟอะไรจะมาร้อนกว่าไฟธรรมดา ก็มีกามนั้นแหละ เป็นต้นเหตุ อันนี้
ออกมาจากกาม พวกเราออกมาทำความสงบจิตใจชั่วคราวชั่วคราว ได้ออกมาจากเครื่องกังวล คือได้กายวิเวก ภายไม่
ฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียนยังด้วยกายวิเวก เมื่อมันได้กายวิเวกแล้ว มันจะเป็นเหตุให้เกิดจิตวิเวก จิตสงบสงัดจากอารมณ์
ทั้งหลาย สงัดจากกามฉันทะ จากพยาบาท จากถิ่นะมิทธะ จากอุทัจจะกุฎัจจะ ฯ สงัดจากวิจิกิจจา ความสงสัยลังเล
ไม่เชื่อใจ ไม่ตกลงใจ นี้ เมื่อได้กายวิเวก ก็เป็นเหตุให้เกิดจิตวิเวก เมื่อได้จิตวิเวกแล้ว จะเป็นเหตุให้เกิดอุปวิเวก อุปวิ
เวกก็คือ ความที่มีจิตแน่วแน่งไปตั้งอุปนาสมาริ อุปนาถมาน แน่นแน่น เมื่ออุปวิเวกเกิดขึ้นแล้ว มันจะเกิดความรู้
ขึ้น คือ ญาณทัตสสนะ ญาณัง ความรู้ ทัตสสนะ ความเห็น ญาณทัตสสนะ ความรู้เห็นตามความเป็นจริงของอรรถภาพ
ร่างกาย สังขารเป็นอย่างไร เมื่อได้อุปวิเวกแล้ว มันจะเห็นสังขารร่างกายของตนเป็นของแตกของพังของทำลาย
แล้วร่างกายของตนนี้เป็นภัย เป็นอสรพิษ เบียดเบียนตนทุกคำเช้า ทุกวันทุกคืนทุกปีทุกเดือน เป็นภัยใหญ่ แล้ว
ร่างกายนี้มันเป็นโทษ อันนี้แหละเรียกว่า นำความเห็น ทัตสสนัง ครั้นรูปร่างกายเป็นอย่างนี้แล้ว เราเข้าใจว่าเม้มของ
เรา แต่มันเป็นอื่น มันไม่ไว้ทำเราสักหน่อย ไม่อยากให้มันแก่ มันเจ็บ มันก็ไม่ฟัง ถ้าเป็นของเรา มันต้องฟังเรา อันนี้
มันบ่ฟัง จึงว่ามันเป็นอนัตตา แล้วเป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เราก็เอามันมากำหนดอย่างนี้แหละ กำหนดพิจารณา
ร่างกายของตนให้มันเห็นตามความเป็นจริงไว้ ยถาภูต ญาณทัตสสนิ นั้นแหละ เห็นว่าร่างกายเป็นของแปรปรวน เป็น
ของแตกดับ เป็นของสลายไป ชื่อว่าเห็นภัย เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว พระพุทธเจ้าว่า มันจะมีความเบื่อหน่าย ความกลัว
เห็นมันเป็นอสรพิษ เป็นงูจงอางมาขบกัดอยู่ทุกวันทุกคืน มีแต่เจ็บแต่ปวด บ่มีความสบาย มันเจ็บมันปวดอยู่ ชื่อว่า
มันเป็นทุกข์ ผู้มาพิจารณาเห็นร่างกายเป็นอย่างนี้แล้ว สัพเพสังขารา อนิจจาติ ยथा ปญญา ย ปัสสตี อถ นิพพินุหติ
ทุกขเ เอส มคโค วิสุทฺธิยา ผู้มาพิจารณาเห็นร่างกายอย่างนี้ เห็นอรรถภาพของตนเป็นอย่างนี้ ย่อมมีความเบื่อหน่าย
ร่างกายอันนี้ ย่อมเป็นผู้หมดจด เป็นญาณความรู้อันหมดจดบริสุทธิ์ของผู้มัน สัพเพ สังขารา ทุกชาติ ยथा ปญญา
ปัสสตี อถ นิพพินุหติ ทุกขเ เมื่อเห็นด้วยปัญญาว่าสังขารร่างกายเป็นทุกข์ ย่อมเบื่อหน่าย อันนี้เป็นความเห็นอัน
บริสุทธิ์ของผู้มัน สัพเพธมฺมา อนตฺตาติ ยथा ปญญา ย ปัสสตี อถ นิพพินุหติ ทุกขเ เมื่อผู้มาพิจารณาเห็นอรรถภาพธรรม
ทั้งหลาย คือสกันธกายของเราทุกรูปทุกนามมันเป็นอื่นแล้ว ไม่เป็นเราแล้ว ย่อมมีความเบื่อหน่ายในธรรมอันนี้ ก่อน
ธรรมอันนี้ สกันธกายอันนี้ เบื่อหน่ายในสังขารธรรม คือความปรุงความแต่งอันนี้ เมื่อเบื่อหน่ายก็คล้ายกำหนด คือ
ความยึดมั่นถือมั่นในขันธนี้ นี้แหละมันจึงวางภาวะ ขันธ ๕ นี้เป็นภาระอันหนักที่ทับคอเราอยู่ คำว่าขันธ ๕ เป็นของ
รวบรวมสิ่งทั้งปวงเข้า เหมือนขันข้าว ขันหมาก ขันอันยังก็ตาม เอาของมาทับใส่มันแหละ อันนี้ยังก็เก็บกวาดใส่เต็ม
ขันนั้นแหละ มันก็หนักนั้นแหละ เป็นทุกข์อันหนักแหละ ภาวาหเว ปญฺจกฺขนฺธา ขันธ ๕ เป็นทุกข์เนื้อ ภาวาหโร จ ปุค
โล ชีวิตคือขันธ ๕ นำไปเป็นทุกข์ ภาวาทานํ ทุกฺขํ โลกํ ผู้ยึดถือขันธ ๕ แล้ว ไม่พิจารณาให้เห็นตามเป็นจริง ไม่เข้าใจ
ว่าตัวตนแล้ว ก็เป็นทุกข์อยู่ในโลกนั้นแหละ ภาวา นิฏฺเขปนํ สุขํ ผู้ปล่อยวางขันธ ๕ นี้แล้ว ไม่ยึดไม่ถือว่าเป็นตัวเป็น
ตนแล้ว ผู้นี้แหละเรียกว่าเป็นผู้วางภาระอันหนัก นิฏฺขิ ปิตฺวา ครุฑฺภาวํ อนนฺยํ ภาวํ อนาทิย ผู้ปล่อยวางแล้ว ไม่ยึดเอาอื่น
อีก ขันธห้านี้ไม่ยึดเอาเป็นตัวเป็นตนแล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้ขุดเสีย ขุดขึ้นเสียคือ ตณฺหา ขุดขึ้นทั้งราก นิจฺจนาโตปรินิพฺพุโต
จัดว่าเป็นผู้เที่ยงแล้ว เทียวพระนิพพานแล้ว ไกลพระนิพพานแล้ว เขาถึงปากทางพระนิพพานแล้ว ครั้นเข้าไปหมดตน
หมดตัวแล้ว ความรู้รวมแล้ว มันก็รู้ตณฺหาว่าความดิ้นรนมันเฝ้าอยู่ตลอดวันตลอดคืน เรียกว่าความดิ้นรน ตณฺหาว่า
ความใคร่ ความใคร่ในอารมณ์ที่ชอบใจ มันเป็นตณฺหา ครั้นดิ้นรนอยากได้แล้ว ก็อยากเป็น ที่นี้มันเป็นตณฺหาขึ้น
อยากเป็นคืออยากเป็นอินทร์ พรหม เป็นจักรพรรดิ เป็นเศรษฐี คหบดี อยากเป็นเพราะตณฺหา มีตณฺหา ๓ ความใคร่
เรียกว่ากามตณฺหา ความดิ้นรนอยากได้เป็นภวตณฺหา วิภวตณฺหาคือความไม่อยากเป็นไม่อยากมี เหมือนผมหงอก
พันหัก ร่างกายหดเหี่ยว ตามืดตามัว ความแก่ ไม่อยากเป็น อารมณ์ที่ไม่ชอบก็ไม่อยากพบ ไม่อยากเห็น ไม่อยากเป็น
นี้เรียกว่าวิภวตณฺหา มีความขัดเคือง ตณฺหานี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เพราะเหตุนี้พระพุทฺธเจ้าจึงให้พิจารณาให้

เห็นทุกข์เสียก่อน อันใดเป็นทุกข์ อติภาพร่างกายหมดทั้งก่อนนี้เป็นทุกข์ ทุกข์มาจากความเกิด ครั้นเกิดมาเป็นก่อน เป็นสภณกรายแล้ว ก็เป็นกองทุกข์ เป็นกองไฟ นี้แหละให้พิจารณาให้มันเห็นทุกข์ ทุกข์พระพุทธรู้ให้กำหนดรู้ให้ เห็นตามความเป็นจริงของสภาวะ ชาติ ความเกิดก็เรียกว่า ตัวธรรมดา ให้รู้เท่าตัวธรรมดาเสีย ตัวธรรมดา มันเกิดอยู่ ธรรมดานั้นแหละ มันมีเกิดอยู่เป็นธรรมดาในโลก มันมีอยู่อย่างนี้แหละ ให้รู้เท่าธรรมดาเสีย ธรรมดา มันเป็นที่เรานึก อยู่ดี ๆ ละ นึกจะทุกข์ มันก็ทุกข์ ทุกข์มันมาจากไหน ต้องสวหาเหตุ ทุกข์มันมาจากเหตุ ธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ เหตุคือความอยาก ความดิ้นรน ความใคร่ ความชอบใจ แล้วความอยากเป็นอยากมี ความไม่อยากเป็นไม่อยากมี มันมาจากนี้ ครั้นรู้ว่ามันมาจากนี้ มันก็ทุกข์จะเกิดขึ้น มันเกิดขึ้นเพราะความอยากเป็นอยากมี อยากเป็นภพ เป็นชาติ อยู่ มันมาจากนี้ แต่ว่าให้ปล่อยวางเสีย ตัดหนานี้ปล่อยวางเสีย สำรอกขึ้นเสีย ปลงเสีย อย่าอาลัยในความอยากเป็นอยากมี ความใคร่ ความชอบใจในอารมณ์ก็ดี ความไม่ชอบใจไม่พอใจก็ดี ให้ปล่อยให้วางเสีย ทำเสียจนปล่อยทุกข์ ได้ทั้ง ๕ แล้ว เป็นเค้าเป็นมูล ปล่อยวางตัดหาความอยาก ความทะเยอทะยานนี้ได้แล้ว ได้ชื่อว่าปล่อยตัดหาเสียก็ได้ ตถุหาย อเสสสิราคินิโรโธ จาโค ปฏิณสุสกุโคมุติ อนาลโย มุตติ ว่า หลุดพ้นจากตัณหา อเสสสิราคินิโรโธ ไม่ได้มีความอาลัยอาวรณ์ ความยินดี ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ไม่มีเศษ ไม่มีอะไรมาติดอยู่ในใจ ใจผุดผ่อง ใจเบิกบาน ใจผ่องใส ใจนั้นแหละเรียกว่าพุทโธ ตื่นแล้ว ตื่นแล้วจากตัณหา รู้แล้ว พุทโธ พุทโธ ว่ารู้ รู้หน้าตาของตัณหาแล้ว

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๖

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

แสดงในโอกาสทอดกฐินและผ้าป่า

พ.ศ. ๒๕๑๖

ธรรมเทศนา พระเดชพระคุณ เจ้าฟ้า เจ้าคุณ อันนี้คือ อริยันจัญจรั้งฯ ฟังหมดแล้ว ท่านเข้าใจหมดแล้ว ยังจะฟังต่อไปอีกเนาะ

อันใดท่านก็รู้หมดแล้ว บาบก็รู้ บุญก็รู้ คุณโทษอะหยังก็รู้หมดแล้ว (อะหยัง-อะไร) แล้วจะฟังอะไรอีก อาตมาก็อยู่ป่าอยู่ดง มีแต่นั่งหลับหูหลับตาให้แมลงวันตอมอยู่ชื่อ ๆ (อยู่ชื่อ ๆ - อยู่เฉย ๆ) ไม่มีความรู้วิชาความรู้อะหยังจัก (จัก - ไม่รู้) จะเอาอะไร พระเดชพระคุณท่านจะให้เทศน์ เจ้าคุณฯ นั้นแหละเทศน์ (แล้วท่านก็หัวเราะตามที่ท่านเคยหัวเราะ)

เสียงท่านเจ้าคุณพระพุทธรพจนวราภรณ์ ซึ่งเป็นประธานนำกฐิน-ผ้าป่า ไปทอดคราวนี้ กราบเรียนตอบว่า "กระผมเทศน์ให้เขาฟังอยู่ธรรมดา ขอท่านอาจารย์ประทานโอวาท นานนาน ปีหนึ่งหรือสองปีว่าจะได้มีโอกาสมา"

ท่านพระอาจารย์ขาวจึงว่า.....

จัก...จะเอาอะไรมาพูดให้ญาติโยมฟัง เหมือนคนอยู่ในป่าในดง พวกญาติโยมทั้งหลาย มีพระเดชพระคุณ เป็นหัวหน้ามา อุตสาห์มา อยู่ไกลแสนไกลก็ยังอุตสาห์มา ก็นับว่าเป็นบุญยิ่ง เป็นบุญลาภอีกโขกข์ของพวกญาติโยม ฟังเทศน์ก็ได้ฟังทุกสิ่งทุกอย่างหมดแล้ว ทานก็ได้ฟัง ศิลก็ได้ฟัง ทุกขสัจก็ได้ฟัง แล้วจะเอาอะไรฟังอีก ธรรมนั้น แหละแมน (แมน - ไซ้, ถูกแล้ว) ก้อนธรรมหมดทั้งก้อน

แมนหมด ก้อนธรรมหมดทั้งก้อน ธรรมนั้นก็เป็ธรรม อกุศลธรรมก็มี กุศลธรรมก็มี ฉะนั้น ท่านทั้งหลายอยู่ บ้านใหญ่เมืองใหญ่ ก็ได้ฟังอยู่บ่อย ๆ แล้ว ก็คงแต่รักษาแต่คุณงามความดี ส่วนบาปกรรมนั้นคงจะพากันรับรู้แล้ว รู้แล้วก็คงจะพากันรังเกียจ ไม่อยากแตะต้อง มีแต่ขับไล่มันออกไป กุศลธรรมเกิดก็แมนใจนั้นแหละ ใจนั้นแหละเป็นผู้ปรุงแต่งขึ้น อกุศลธรรมก็แมนใจนั้นแหละ

ธรรมไม่ต้องไปหาที่อื่น แมนหมดทั้งก้อน พระพุทธเจ้าท่านว่า เป็นก้อนธรรมหมดทั้งก้อน ปลายของกลาง ไม่ใช่ของใคร อดภาพเป็นของกลาง เรา รู้จักว่าอย่างนี้ เป็นของกลางไม่ใช่ของใครหมด หมดทั้งนั้น ก่อนใครก่อนใคร รู้ว่าเป็นของกลางแล้ว และเป็นของได้มาอันบริสุทธิ์ เกิดมาชาตินี้เป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ พ้นจากไปบ่าบอดหนวกเสีย จริต มีร่างกายจิตใจหูตาสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว ก็ควรพากันพิจารณาว่า เราเกิดมาชาตินี้ได้สมบัติดี สมบัติอันดี สมบูรณ์เราต้องนำมาเสีย อย่าไปเอาให้มันแก่ตายทั้งชื่อ ๆ (ตายทั้งเฉย ๆ) ได้มาซึ่งสมบัติดี แล้วเอากับมันเสีย (เอากับมันเสีย) อันนี้ สมบัติอันนี้เป็นแต่ภายนอก แล้วเอากับมันเสีย คือ เอากับภายใน เอออริยทรัพย์อันติดตามตนไปได้ อันสมบัติเราแสวงหาทุกวันนี้ เป็นมหาเศรษฐีหรืออะหยงก็ตาม อันนี้เป็นหนทางของทรัพย์ภายนอกที่อาศัยกันชั่วชีวิตหนึ่งเท่านั้นแหละ ครั้นล้มหายตายแล้ว ทรัพย์สมบัตินั้นก็ไปของส้ากรับโลก มันเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ เท่านั้นแหละ แล้วผู้ที่ไปนั้น ผู้ที่จะท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรไม่ที่สิ้นสุดนั่นคือ ดวงวิญญาณ ดวงจิต ดวงวิญญาณนี้แหละที่ท่องเที่ยวอยู่ เกิดอยู่บ่อย ๆ “ส้าเร ส้าสรุโต โส ส้าเร ภโว วิปุนจิโส ส้าสร ทูคโตโม เต ส้าเสฐฐนปี นนามิหิ” แต่พวกเราต้องท่องเที่ยวอยู่ในสังสารจักรนี้ มีไซ้เราเกิดมาชาติเดียวกันนี้ นับภพนับชาติที่เราท่องเที่ยวอยู่ ต่ำ ๆ สูง ๆ จนเกิดเป็นสัตว์นรก เป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นสรรพสัตว์ต่าง ๆ ขึ้นสวรรค์ก็ได้ขึ้นไป ไปพรหมโลกก็ได้ขึ้นไป ลงไปนรกนั้น จะนับกับนับกลับไม่ได้

เมื่อพวกเรารู้อย่างนี้แล้ว เราควรจะประพฤติแต่กรรมอันดี พระพุทธเจ้าว่า จะดีก็ดี จะชั่วก็ดี เป็นเพราะ “กรรม” หรือ สัตว์นี้เกิดมาต่าง ๆ กัน ไม่เหมือนกัน แม้ว่าจะเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือน ๆ กัน แต่ก็ต่างกัน วิชาความรู้ก็ต่างกัน มากน้อยต่างกัน สมบัติก็ต่างกัน รูปร่างก็ต่างกัน ความยากจนความมั่งคั่งสมบูรณ์ก็ต่างกัน อันนี้เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะกรรม อันนี้แมนหมดทั้งก้อนแหละ “ก้อนธรรม” ส่วนที่เป็นใหญ่เป็นนั่นกว่าเขา พระพุทธเจ้าว่า “มโนปุพพุตมา ฐมา มโนเสฐฐา มโนมยา” มีใจนั้นแหละเป็นใหญ่ มีใจนั้นแหละหัวหน้า มีใจนั้นแหละประเสริฐสุด สิ่งทั้งหลาย บาปก็ดี บุญก็ดี สำเร็จแล้วด้วยใจ “มโน” นี้แหละแปลว่า “ใจ” ครั้นใจไม่ดี “มนสา เจ ปทญฺเฐน” ใจไม่ดี ใจเศร้าหมอง แม้คนนั้นจะพูดอยู่ก็ตาม จะทำการงานด้วยกายอยู่ก็ตาม ความทุกข์นั้นเพราะจิตเศร้าหมอง จิตไม่ดีแล้ว ความทุกข์นั้นย่อมติดตามคนผู้นั้นไป เหมือนกันกับล้อ อันตามรอยเท้าโคไปอย่างนั้น “มนสา เจ ปสนฺเนน” ครั้นจิตผ่องใส จิตผุดผ่อง จิตไม่เศร้าหมองแล้ว แมนจะพูดอยู่ก็ตาม จะทำการงานอยู่ก็ตาม จะไปที่ไหนก็ตาม ความสุขย่อมติดตามเหมือนเงาเทียมตนไปอย่างนั้น มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจมีเท่านั้น

ครั้นรู้อย่างนั้นแล้ว รู้ว่าใจเป็นหัวหน้า ใจเป็นใหญ่ ทำดีก็เพราะใจ เป็นทุกข์ก็เพราะกระทำ ความกลัวก็แมนใจเป็นทุกข์ก็เพราะทำ แมนรู้อย่างนั้นแล้ว เราจงเอาแต่ส่วนดี ส่วนไม่ดีมีราคา โทสะ โมหะ นั้นต้องตัดมันไป ขับมันไปไล่มันออกไป อย่าไปยึดถือ อย่าให้มันมาเป็นเจ้าเรือนอยู่ แมนจะทำก็ดี จะพูดก็ดี จะคิดอะไรก็ดี ขอให้มันสติ ระวาง ไม่ผิดไม่พลาด ครั้นมีสติแล้ว พูดก็ไม่พลาด ทำก็ไม่พลาด คิดก็ไม่พลาด ให้พากันหัดทำสติ ให้สำเนียงให้แมนย่า

พระพุทธเจ้าจึงว่า “เย เกจิ กุสลา ธมฺมา สพฺเพ เต อปฺปมาทมูลกา อปฺปมาทสมฺภวสฺส อปฺปมาโท เตสํ ธมฺมานํ อคฺคฺมกฺขายติ ฯ” กุศลธรรมทั้งหลาย มีสติเป็นค้ำมูล ครั้นมีสติแล้ว กุศลธรรมทั้งหลายก็เกิดขึ้น ก็มีแต่ทำแต่ความดีทุกสิ่งทุกอย่าง รู้แล้วอย่างนี้ ก็ให้พากันหัดทำสติ มั่นคิดก็ให้รู้ เราจะทำด้วยกายก็ให้ระลึกนึกได้เสียก่อน เราจะพูด ก็ให้ระลึกรู้ได้เสียก่อน เราจะทำด้วยกายก็ให้ระลึกรู้ได้เสียก่อน จะคิดก็ให้ระลึกรู้ได้เสียก่อน มั่นถูกเราจึงพูด มั่นถูกเราจึงทำ มั่นถูกเราจึงคิดนึก ให้ทำสติให้สำเนียงให้แม่นยำ ให้พากันสมาทานเอง อธิศีลสิกขาสมาทาน ให้พากันสมาทานกันให้ศีลของเรา เอาศีลของเราเป็นอธิศีล คือเป็นใหญ่ เป็นอธิบดี ให้เป็นศีล มั่นคง อย่าให้เป็นศีลงอนแง่นคลอนแคลน อธิจิตตสิกขาสมาทาน ให้พากันสมาทานเอา คือตั้งใจมีสติควบคุมจิตใจของตน ให้ตั้งมั่นอยู่อย่างนั้น ทำการทำงานพูดจาหรือ ก็ให้จิตตั้งมั่น หรือนั่งภาวนาก็ให้จิตตั้งมั่น ให้เป็นอธิบดี อธิคือว่าให้เป็นใหญ่กว่าสิ่งทั้งปวง เรียกว่าไม่หวั่นไหวต่อสิ่งทั้งปวง อธิปัญญาสิกขาสมาทาน ให้สมาทานเอาอธิปัญญา ความรู้จริง รอบคอบ รู้เท่าสังขาร ปัญญาความเห็น คือเห็นทุกข์ เห็นชาติ ความเกิดเป็นทุกข์ เห็นชรา ความเฒ่า ความแก่เป็นทุกข์ เห็นพยาธิ ความเจ็บไข้ได้พยาธิเป็นทุกข์ เห็นมรณะ ความตายเป็นทุกข์

ความทุกข์เกิดขึ้นในกาย ความไม่เกิดขึ้นในกาย เวทนาไม่เกิดขึ้นแต่สัมผัสทางกาย อันนี้เรียกว่าความทุกข์กาย ให้กำหนดให้ดี ความทุกข์เกิดขึ้นที่ใจ ความไม่เกิดขึ้นที่ใจ เวทนาไม่เกิดขึ้นที่ใจ เกิดขึ้นสัมผัสทางใจ อันนี้ได้แก่ความโศก ความเสียใจ ความเศร้าใจ ให้กำหนดให้มันรู้เรื่องทุกข์ ให้มันเห็นเรื่องทุกข์เสีย สัจจะทั้ง ๔ นี้ พระพุทธเจ้าว่าเป็นทางไปพระนิพพาน นี้แหละทางดับทุกข์ นี้แหละให้พิจารณา

ความประจวบกับสัตว์และสังขารอันไม่เป็นที่รักที่เจริญใจ มีความไปร่วม มีความมาร่วม มีความประจวบร่วม สัตว์ทั้งนี้ไม่พอใจ ไม่พอใจ เรียกว่า อปฺปิเยหิ สมฺปิโยโค ทุกฺโข ทุกฺขนํเกลฺลิตฺตํ ทุกฺขนํชาชัง ทุกฺขนํไม่พอใจ เป็นทุกข์ การพลัดพรากจากสัตว์และสังขาร อันเป็นที่รักที่เจริญใจ มีญาติพี่น้องที่พลัดพรากไปไกล หรือล้มหายตายเสีย ไปจากกันแล้ว ก็มีความทุกข์โศก เรียกว่า ปิเยหิ วิปปิโยโค ทุกฺโข ความไม่ไปร่วม ความไม่มาร่วม ความไม่ประจวบร่วมกับสิ่งที่ชอบใจ อันนี้เป็นทุกข์ บุคคลปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นสมหวังก็เป็นทุกข์ อันนี้มันมาจากไหน เราได้รับผลอย่างนี้มันมาจากไหน ต้องใช้สติปัญญาค้นหา มันก็จะเห็นกัน เมื่อทำจิตให้อยู่สงบ มันก็จะเห็นไป คือความอยาก มันเกิดมาจากความอยาก เรียกว่ากามตัณหา ความใคร่ ความพอใจในรูป ในสิ่งที่มิวิญญูณและสิ่งที่มิวิญญูณ ความใคร่ ความพอใจ ทุกข์มันเกิดขึ้นจากความอยาก ความใคร่ กวตัณหา ความอยากเป็น อย่างนี้ ความอยากได้ อยากหอบ อยากกอบ อยากโกยเอา อันไหนก็อยากกอบโกยมาเป็นของตัว อยากเป็นเศรษฐีคฤหบดี ราชามหากษัตริย์ อันนี้เรียกว่า ภาวะ ความอยากเป็นอยากมี ความไม่พอใจ เหมือนอย่างหนึ่งหุดเหี่ยวเป็นเกลียว ความแก่หง่อมแห่งชีวิต ความเสื่อมแห่งชีวิต มีหนึ่งหุดเหี่ยวเป็นเกลียว ผมหงอก ฟันหัก อันนี้ไม่พอใจ อยากได้ อยากให้มันเป็นอยู่เหมือนเก๋าหง่าก็ดี แต่มีหนึ่งหุดเหี่ยวเสียแล้ว ผมหงอก กลับไปเอายาดำ ๆ นั้นมาย้อม มาย้อมมันก็ส่งกลิ่น มันก็ขายหน้าอีกแล้ว มันก็ดำอยู่แต่ปลาย ทางโคนนั้นมันก็ขาว ขายหน้าอีกแล้ว ก็ไม่พอใจ อันนี้เรียกว่า วิภวตัณหา ตัณหา ๓ ตัว ๓ อย่างนี้แหละ เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นเหตุให้ทำชั่วอยู่บ่อย ๆ เรายังใช้ปัญญาค้นหา มันเกิดอยู่ตอนไหน ตัณหามันเกิด มันจะเกิดมันเกิดขึ้นตอนไหน มันตั้งอยู่ มันตั้งอยู่ที่ไหน

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “จกฺขุ” โลก ปิยรูปุํ สาทรูปุํ เอตฺเตสา ตณฺหา อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ เอตฺถ นวิสฺमानา นวิสฺติ ฯ.....เอตฺถ นริชฺชฺชมานา นริชฺชฺชติ ฯ” สิ่งใดเป็นที่รัก เป็นชนิดใด ใจไม่โลก อะไรเป็นที่รัก ที่เป็นชนิดใด ใจไม่โลก “จกฺขุ” ที่ตา “โลคํ ปิยรูปุํ ๒ สมนํ โลก ปิยรูปุํ ๒ ชิวฺหา โลก ปิยรูปุํ สาทรูปุํ ๒ กาโย โลก ปิยรูปุํ สาทรูปุํ ๒ มโน โลก ปิยรูปุํ สาทรูปุํ เอตฺเตสา ตณฺหา อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ ฯล ฯ..... เอตฺถ นริชฺชฺชมานา นริชฺชฺชติ ฯ” มันเกิดขึ้นจากอายตนะทั้ง ๖ นี้เอง ตัณหาเกิดขึ้น ตัณหาเป็นที่รัก ตัณหาจะเกิดขึ้นที่ตา ตัณหาจะตั้งอยู่ที่ตา ตั้งอยู่ที่หู ตั้งอยู่ที่จมูก ตั้งอยู่ที่ลิ้น ตั้งอยู่ที่กาย สัมผัสอันใดมันมาถูกต้อง

มันมีความพอใจ มีความกำหนดชอบใจ อารมณ์อดีตที่ล่วงมาแล้ว อนาคตยังไม่ถึง แต่เอามาเป็นอารมณ์ เรียกว่า
ธรรมารมณ์ มันเกิดขึ้นที่ใจ รู้จักว่าบ่อนมันเกิดขึ้นที่นี่ ไม่เกิดขึ้นที่อื่น เกิดขึ้นจากอายตนะภายใน เกิดขึ้นจากอายตนะ
ภายนอกประจวบกัน ต่อไปเกิดวิญญาณความรู้ขึ้น เกิดวิญญาณตัวนี้ขึ้น เกิดขึ้นจากสัมผัส เวทนาเกิดขึ้นเรื่อย ๆ ขึ้น
ไป รู้แล้วเราเพียรละที่มันเกิด จากอายตนะภายนอก จากอายตนะภายใน เกิดขึ้นจากสัมผัส อายตนะเกิดขึ้นเพราะ
สัมผัส เมื่อรู้แล้ว เราก็เพียรละ เราเพียรปล่อยวาง

เมื่อดับความทุกข์ชนิดนี้ได้ ความวิเวกดับทุกข์ขึ้นดังนี้ ดับตัณหาทั้ง ๓ ได้ นิโรธ นิโรธคือความไม่หวั่นไหว
เรียกว่า นิพพาน

พระพุทธเจ้าท่านว่า นิพพานไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ที่ภายในแหละ ไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ที่อาการ ๓๒ เป็นผลสำเร็จ ที่
หลังอยู่กับธาตุ ๔๒ เมื่อฟังแล้ว ให้พากันตั้งใจทำ เหมือนกับเครื่องทั้งหลายมีทัพสัมภาระ เราจะปลูกบ้านปลูกเรือน
หรืออะไร มีดเราจะใช้การงาน ลับแล้วก็วางไว้ เครื่องทัพสัมภาระก็มาวางไว้ เราไม่ทำมันก็ไม่สำเร็จ ของทำเครื่องทำ
ได้หมดพร้อมหมดมีแล้วแก่เราบริบูรณ์แล้ว

เราจะรบข้าศึก อาวุธของเราพร้อมหมดแล้ว แต่เราไม่ตั้งใจทำ จะปลูกบ้านปลูกเรือนก็ไม่ปลูก หาของมา
พร้อมหมดแล้ว แล้วก็ตั้งอยู่นั่นแหละ ให้ข้ารูดทูดโทรมเสีย ทิ้งไว้ชื่อ ๆ ไม่กั๊ต ไม่มีประโยชน์ เราตั้งไว้ก็ไม่ประโยชน์
ต้องอาศัยทำให้พากันทำ อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน พระเจ้าทั้ง ๕ ไม่ได้ห้ามเป็นพระเจ้าทั้ง ๕ นิสัยจริตของเรามัน
ถูกกับอะไร จะพุทโร-พุทโร หรือ รัมโม-รัมโม หรือ สังโฆ หรือ ฝม ขน เล็บ ฟัน หนัง เอาอย่างหนึ่ง ๆ มันถูกอันไหน
มันถูกจริตมันก็สงบ จิตสงบขึ้น จิตไม่ฟุ้งซ่าน หมายความว่า มันถูก เราบริกรรมว่า พุทโร-พุทโร-พุทโร แล้ว จิตเบิก
บาน จิตเยือกเย็น จิตว่าจริง อันนี้หมายความว่า มันถูกกับจริต มันถูกก็เอาอันนั้นแหละ บริกรรมไป พุทโร-พุทโร
เรียกว่า สมถะ

ครั้นมันไม่หลง จิตไม่หลง ต้องพิจารณาค้นเรื่องทุกขนี้แหละ และค้นเรื่องภายใน ฝม ขน เล็บ ฟัน หนัง ให้
พิจารณาให้มันเห็นเป็นอสุภะ เป็นอสุภัง เป็นของเน่าของเหม็น ของปฏิกุล ของโสโครก พิจารณาให้มันเห็นตกอยู่ใน
ไตรลักษณ์ ปัญญาพานักขันธา อนิจจา ชันธอันนี้ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน ปัญญาพานักขันธา ทุกขา ชันธอันนี้เป็นทุกข์
ปัญญาพานักขันธา อนัตตา ชันธอันนี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ผู้หญิงผู้ชาย ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน อันนี้
ตายเหมือนกันหมด ครั้นถ้ามันไม่สงบ มันฟุ้งซ่าน ก็ต้องเอาปัญญาทำการค้นคว้าพิจารณาเรื่อยไป วิปัสสนาอย่างนี้
ค้นคว้าให้มันเห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของโสโครก ของไม่สวยไม่งาม พิจารณาเรื่อยไปจนมันเห็น จิตมันก็เกิด
ความสลดสังเวช เบื่อหน่ายในความเป็น ในอัฐภาพ เบื่อหน่าย ภาวนาให้มันจนเกิดความคลายกำหนดยินดีดังนี้

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๗

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำพู อุดรธานี

ศีลานุสสติ

มีผู้ถามท่านว่า การปฏิบัตินี้ ถ้าบริกรรมไม่สงบ จะพิจารณาอย่างเดียวได้ไหม หรือต้องให้จิตสงบก่อนพิจารณา ท่านก็สอนดังต่อไปนี้

อันหนึ่งสมณะ อันหนึ่งวิปัสสนา มันถูกกับจิตอันใด การภาวนามันสบาย ก็ให้เอาอันนั้น ถ้ามันถูกกับจิต จิตก็สงบสบาย ไม่ฟุ้งซ่านไปที่อื่น จิตรวมอยู่ นั่นแหละมันถูกนิสัย ครั้นมันไม่ถูกนิสัยแล้ว นี่ก็พุทโธหรืออันใดมันก็ไม่ฟุ้งซ่านหายใจยาก หายใจผิดเคือง หมายความว่ามันไม่ถูกจิตของตน อันใดมันถูกจิตมันก็สบายใจ ใจสว่าง จิตไม่ฟุ้งซ่านเบื้องต้นใครเอาอันใด ก็ต้องเอาอันนั้นเสียก่อน พิจารณาอาการสามสิบสอง นี้เรียกว่าวิปัสสนา เรียกว่าค้นคว้า เมื่อเราบริกรรมพุทโธหรืออะไรก็ตาม บริกรรมแล้วมันไม่สงบ เราก็ต้องค้นคว้าหาอุบาย มันเป็นการอบรมกัน มันเป็นเรื่องปัญญา จิตไม่สงบเราก็ต้องพิจารณาให้มันสงบ มันไม่สงบแล้วมันก็ไปที่อื่น ไปสู่อารมณ์ภายนอกที่อื่น เราก็ต้องเอามันมา ปลอบโยนมัน ค้นคว้าให้มัน พิจารณา ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ไปสุดตลอด ให้มันครบถึงอาการ ๓๒ ใช้ปัญญา ค้นไป ค้นไป ไม่ให้มันไปที่อื่น ค้นไป บางทีมันลงความเห็นเรื่องปัญญา เราค้นไป ว่าไป มันมีความเห็นตามแล้วมันก็สังเวช สลดใจ จิตมันจึงจะสงบลง ต้องเอาอย่างนั้นเสียก่อน แล้วจึงพัก เอาอย่างนี้ ต่างฝ่ายต่างอบรมกัน สมาธิอบรมปัญญาให้เกิด ปัญญาอบรมสมาธิให้เกิด ปัญญาล้อมรอบมัน แล้วมันไปไม่ได้ มันไปไม่ได้มันก็ลง เรียกว่าปัญญาอบรมมัน

สีลานุสสติ บริกรรมสีลานุสสติ โดยระลึกในอนุสสติ ๑๐ นี้อันหนึ่ง พระพุทธเจ้าว่า ธรรมเนียมมี ๔๐ อย่าง เลือกละเอาอันหนึ่งอันใดที่ถูกกับจิตของเรา ถ้ามันถูก ใจเราก็สงบ ถ้าไม่ถูก มันก็ไม่สงบ ก็เลือกเอาใหม่ เราบริกรรมแล้ว ใจสงบ สบาย ไม่ฟุ้งซ่าน รำคาญ นี้หมายความว่ามันถูกจิตของเรา อนุสสติ ๑๐ มี พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ เทวตานุสสติ มรณานุสสติ กายคตาสติ อานาปานสติ อุปสมานุสสติ ระลึกถึงคุณพระนิพพาน

สีลานุสสติ มาระลึกถึงศีลของตน ถ้าเราปฏิบัติ เราก็ต้องรักษากาย วาจา ใจ ของเราดี เข้ามา เราก็มีสติรักษากายของเรา รักษาวาจาใจของเราดีอยู่ กลางวันมา เราก็มีสติดี รักษากายวาจาใจของตนอยู่ พอค่ำมา เราก็มีสติดีอยู่ ไม่มีพุทโธ มีแต่ความบริสุทธิ์ ระลึกไปอย่างนี้ บางทีใจมันจะดี ตั้งแต่เรารักษาศีล ๕ ของเรา มา ศีลของเราไม่มีดีต่างพร้อย ศีลของเราบริสุทธิ์ดี นั่นแหละ ยกมัน มันจะดีใจ ความน่ายินดีที่ว่ารักษาศีลป่านั้น ความดี ยกย่องมัน บางทีมันดีใจ หมายความว่า จิตที่ควรยกย่อง ก็ยกย่องมัน จิตที่ควรชมก็ชมมัน มันดีก็หลายก็ชมมัน จิตที่ควรชม คือมาใช้ปัญญาพิจารณา เกตา ผม โลมา ขน ให้มันเห็นเป็นของปฏิภูลโสโครก นี้หมายความว่าชมมัน ชมไปนั่นแหละ เมื่อทำอย่างนั้น มันยังว่าไม่ฟังแล้ว เราก็นึกถึงศีลของเรา บางทีมันถูก มันอาจจะสงบ มันมักยก มันชอบยก ใครจะไม่ยกย่องไม่ มี ยกย่องเข้ามันก็ดีใจ เป็นบุญลาภของเรา เราเกิดมาไม่เสียภพเสียชาติ เราตั้งใจนับแต่รู้เพียงสาขึ้นมา เรารักษาความสุจริตของเรา ศีลของเราไม่เศร้าหมอง ศีลของเราบริสุทธิ์ดี พิจารณาศีลของตน

บุพพัตถสมมยัง กาเยนะสุจริตัง จรันติ วาจาเยสุจริตัง จรันติ มนะสาสุจริตัง จรันติ ให้มีสติระลึกรักษากายของตนให้สะอาด รักษาวาจา รักษาใจของตนให้สะอาด มัชฌิมันติโก กาเยนะสุจริตัง จรันติ วาจาเย สุจริตัง จรันติ มนะสาสุจริตัง จรันติ ตรวจดูกายใจของตนให้บริสุทธิ์ บัจฉิมันยัง สายัณสมมยัง กาเยนะ สุจริตัง วาจาเย สุจริตัง จรันติ มนะสา สุจริตัง จรันติ ให้มันมีสุจริตธรรม เข้าก็ให้มีสติรักษาอยู่ รักษากายวาจาใจของตนให้สุจริต บางทีเราพิจารณาไป เข้าเราก็รักษาดีอยู่ กลางวันเราก็รักษาดีอยู่ ค่ำมาเราก็รักษาดีอยู่ อันนี้ก็เป็นลาภของเรา เราไม่ปล่อยสติ เราไม่ปล่อย รักษากายวาจาใจของเราอยู่ทุกขณะ ศีลของเราบริสุทธิ์ ไม่เศร้าหมอง มันพลาดเป็นอะไร มันตายเราก็ไม่เสียที เรามีสุคติเป็นแน่ไม่ต้องสงสัย พิจารณาไปเมื่อถูกมัน มันถูกใจมัน ยกย่องมัน มันก็สามารถจะมีความสงบลงได้ อันนี้เรียกว่าสีลานุสสติ ระลึกถึงศีลของตน บริกรรมว่า สีลานุสสติ แล้วพิจารณาศีลของตน เมื่อตั้งใจไว้อย่างนี้ ตั้งความสัตย์ไว้อย่างนี้ ถ้ามันผิดละก็ มันโกรธละ

เมื่ออยู่แม่บั้ง อำเภอรำไพบุรี ตื่นขึ้นมากตอนเช้า ตั้งความสัตย์ไว้ว่า เรารักษากาย วาจา ใจ ของเราไม่ให้ผิด ไม่ให้จิตไปสู่อบารมณ์ภายนอก ให้รักษาคืออยู่ให้มันรู้กันอยู่ กลางวันเราก็รักษากาย วาจา ใจ ของเรา ค่ำมา เราก็จะรักษากาย วาจา ใจ ของเรา ตั้งความสัตย์ไว้แล้ว เราจะรักษาอย่างนี้ไว้จนตลอดวันตาย ตลอดชีวิต เอาไป เอามา กลางวันเดินไปเดินมา มันก็ลืมความสัตย์แล้ว มันไปที่ไหน สติไม่ทันมัน ที่นั่นจำเอาไว้ เรื่องข้อวัตรให้เรียบร้อย ไม่ให้มีความสงสัยเรื่องข้อวัตร เทภะโณ กบัตตาดเสร็จ ทำอะไรบริสุทธิ์หมด ที่นั่นมันโกรธแล้ว ทำอย่างไรมันก็โกรธ มีแต่แข็งอยู่อย่างนั้น ใจนะ เอ ทำยังไง เดินจงกรม เดินวิป มันก็แข็งอยู่อย่างนั้น มีแต่โกรธ มีแต่แค้น เลยกลับขึ้นกฎี รีบกลับไปไหว้พระ ทำวัตร ทำวัตรแล้วก็นั่งบริกรรมกำหนด มีแต่โกรธแต่เคียด เอ มันเป็นอะไรนี่หือ มันจึงมาแข็งอยู่อย่างนี้ ว่าที่ไหนมันมีแต่แข็งแต่โกรธ มันผิดอะไรนี่หือ ตรวจดู เข้ามาเราตื่นขึ้น เราได้ตั้งใจไว้แล้วว่า จะรักษากาย วาจา ใจ ของเราให้บริสุทธิ์ กลางวันก็ดี พลบค่ำมาก็ดี เราตั้งใจจะรักษาตรวจดูใจของเรา ผิดอะไร ตรวจดูไม่มี วาจาของเราได้พูดกับใคร ผิดอะไร ไม่มี ใจมาฆ่าหมอนี่เสียแล้ว หือ คิดอะไร อ้อ มันให้คิดไปตามอารมณ์ อันนั้นปรุงอันนั้นไปแล้ว แน่ มันเป็นแต่ใจนี้แหละ มันเป็นที่ใจนี้แหละ เลยมาสมาธิออก ม่างแล้วก็กราบลง ทำวัตรอีกแล้วกราบลงว่า กาเยน วาจา ย เวตเตสวา พุทธะ กุกัมมัง ปกะตัง มายยัง บาบชัวร์ายันไตที่ข้าพเจ้าได้ล่วงในพระพุทธเจ้า ด้วยกายวาจาใจ บาบอันนำเกลียดอันพระพุทธานุเจ้าตีเยน ข้าพเจ้าล่วงแล้ว พุทธะ ฎีกคันหิตุ ขอพระพุทธเจ้าจงอดโทษให้ข้าพเจ้าด้วยเถิด อจฺจนุตฺ กาลันตเร สังวรุตฺตง วุพฺเพ ตังแต่บัดนี้เป็นต้นไป ข้าพเจ้าจะสำรวมต่อไปจนวันตาย มารวรรคธรรมก็ว่าอย่างเดียวกัน ข้าพเจ้าได้ผิดในพระธรรม ขอพระธรรมจงอดโทษให้ ข้าพเจ้าจะสำรวมในพระธรรม ตลอดวันตาย วรรคสงฆ์ก็เหมือนกัน ข้าพเจ้าจะสำรวมต่อไปจนวันตายตั้งแต่บัดนี้ไป ขอพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ จงอดโทษให้ข้าพเจ้าด้วยเถิด สบายใจ ใจไม่แข็ง สบายใจ ดีใจ พอบาย ๓ คืนกลับ(เทพเสียบ)

มันจึงสมกับที่มาว่า ภิกขุ สัตตทานัง สัตตฺ สติ คืออะไร เอ อย่างนี้ซิ ภิกขุ ได้พูดความสัตย์ความจริงไว้แล้ว ต้องมีสติ สัตตสสติ สัตตตะ ก็คือมีสติ อย่างนี้ได้ชื่อว่า ผู้ทำสติสัมโพชฌงค์ ๗ ให้เกิดขึ้น ตั้งแต่นั้นมาก็ก็นำรวมระวังไม่ให้มันคิดไปภายนอก เวลานั้นสมาธิมันก็ไป ไปภายนอกนั่นแหละ มันชักไปไปไม่รู้ แล้วมันก็ตั้งสำรวมดี เวลาทำเราก็ตั้งใจอย่างนั้น เราจะไม่คิด เดียวนี้หน้าที่เรา นั่งภาวนา งานของเราจำเพาะเรา ไม่ใช่งานคนอื่น งานของคนอื่นเราทำแล้ว กลางวันเราทำแล้ว บัดนี้ เรานั่งจำเพาะของเรา งานของเรา เราต้องไม่คิดไปเรื่องอื่นของคนอื่น ถ้าเราคิด ก็คิดอยู่ที่กายนี้ ให้มีสติประจำใจอยู่ แล้วเราก็เอาปัญญานั้นแหละ ถ้าเรานั่งมันไม่ลง ไม่รวม เราก็เอาปัญญานั้นแหละ ล้อมมันเข้า ไม่ให้มันไป หรือจะเอาอย่างนี้ได้ ให้พิจารณา มันก็บริกรรมกันนั่นแหละ เกสา ฌม โลมมา ขน นขา เล็บ ทนฺ ตา พัน ดจใจ หน้ง มัลล หนือ นหารู เอิน อฏฺฐิ ภาวะดูก อฏฺฐิมิณฺขุ เยื่อในภาวะดูก วุกกั ม้าม หทัย หัวใจ ยกนํ ตับ กิโลกมํ พังผืด ปิหกํ ไต ปุพฺผาลํ ปอด อนุตฺ ใส้ใหญ่ อนุตฺคุณํ ใส้เล็ก อูทรียํ อาหารใหม่ กรีสํ อาหารเก่า มตฺตเก มตฺตลฺลฺลํ เยื่อในสมอง ปิตฺตํ น้ำดี เสมหํ น้ำเสลด ปุพฺโพ น้ำเหลือง โลหิตํ น้ำเลือด เสโท น้ำเหงื่อ เมโท น้ำมัน ชัน อสุสุ น้ำตา วสา น้ำมันเหลว เขโพ น้ำลาย สิงฆาณิกา น้ำมูก ลลิกา น้ำไขข้อ มุตฺตํ น้ำมูตร อาการสามลฺลิบสอง เอมันอยู่นั่นแหละ เดินจงกรมก็ตาม นั่งอยู่ก็ตาม เอมันอยู่นั่นแหละ ให้มันไปไม่ได้ ให้มีสติประจำ ไปไม่ได้ นี่แหละเอาตามทำอย่างนี้ ไม่ได้ นี่แหละเอาตามทำอย่างนี้ เอาอาการ ๓๒ บริกรรมอยู่อย่างนี้ เอาจนมันขาดจากอารมณ์ ไม่เกี่ยวกับอารมณ์ เอาให้มันอยู่กับอารมณ์ เอาให้มันอยู่กับ ผม ขน เล็บ ฟัน หน้ง ให้มันขาดจากอารมณ์ วันใด เดือนใด ก็เอามันพิจารณา เอาปัญญาพิจารณา ก็ปัญญาโลภียนั่นแหละ สัญญาเราจำได้ จำแบบจำแผน ได้ยินได้ฟังมา เอมันนั่นแหละค้นคว้าพิจารณารอบ ๆ ไปเรื่อย ๆ จนไปไม่ได้ถูกบ่อนมัน ตีมัน มันก็กลัวแล้ว กลัวแล้วมันจะสติขึ้นขึ้น ที่ไหนมันจะเจ็บ ต้องตีมัน จิตมันก็เหมือนกันกับวอก ให้มีสติบังคับจิตใจ เราภาวนา เราก็ต้องมีสตินั่นแหละ ต้องคุมจิตไม่ให้มันไป ให้มันอยู่กับที่

จิตต์ ทนุต์ สุชาวท ผู้ที่ควบคุมจิตของตน ทรมานดีแล้ว จิตนำสุขมาให้ ผู้ที่ควบคุมจิตของตนทรมานจิตให้ดี แล้ว จิตเบิกบาน มันสงบแล้ว มีความสุข จิตสว่างไสว จิตสว่างไสว มันจะมีปัญญา ปัญญามันก็นั่นแหละ อยู่ที่ดวง จิตนั่นแหละ จิตเมื่อมันคลุกคลีกับอารมณ์ เอาอารมณ์เข้ามาครอบงำดวงจิตแล้ว จนมันเงยคอขึ้นไม่ได้ มันก็ไม่เห็น แล้ว มีดี ต่อเมื่อเราชำระสิ่งเหล่านี้ได้ จิตมันสงบแล้ว จิตมันตั้งไม่ได้ อารมณ์ทับมัน มันไม่สงบ ตั้งไม่ได้ ต่อมามันมี ปัญญาล้อมรอบ เอาสิ่งเหล่านั้น ธรรมเหล่านั้น รูป รส กลิ่น เสียง เครื่องสัมผัส ธรรมารมณ์มันไม่เอาเข้ามาปรุงใจ ไม่ เข้ามาปรุงใจแล้ว หมายความว่า ใจบริสุทธิ์ ใจบริสุทธิ์แล้วก็สงบตั้งมั่น หมายความว่าลืมนตาขึ้นได้ มันก็เห็นเท่านั้นแหละ มันนั่นแหละ เป็นปัญญาเพราะมันเห็น จิตตั้งไม่ได้ ไม่สงบ เพราะไม่มีกำลัง จิตสงบตั้งได้แล้ว ไม่งอนแง่น คลอนแคลนแล้ว กระแสมันจึงพุ่งขึ้นมา เรียกว่าปัญญาเห็นหมด แล้วก็ค้นคว้าเข้าไปอีก

โอวาทของพระพุทธเจ้าว่า สัพพปาปสฺส อภินิหารํ กุสลสฺสอุปสมฺมปทา สจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธานุสาสนํ ฯ บาปทั้งหลาย อารมณ์ทั้งหลายไม่ให้มันเข้ามา สัพพปาปสฺส อภินิหารํ เป็นเครื่องงดเว้นจากความชั่วทุกอย่าง ทั้ง กาย วาจา ใจ กุสลสฺสอุปสมฺมปทา สิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่ทำให้จิตให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง อะไรก็ตาม คุณงามความดีที่ ประกอบขึ้น ทานก็ตาม ศีลก็ตาม ศีล ๕ ศีล ๘ ก็ตาม การได้ฟังเทศน์ฟังธรรม การนั่งสมาธิก็ตาม ได้ชื่อว่าเป็นผู้ ขวนขวายทำให้กุศลเกิดขึ้น กุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้ว รักษาให้มันเจริญเต็มเปี่ยม บาปที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรประหารเสีย บาปที่ยังไม่ทันเกิด มีสติระวังไม่ให้มันเกิดขึ้น จิตมีความเศร้าหมอง ก็เป็นการอบรมจิตอยู่ในเนื้อ ฝึกฝนทรมานจิต ให้มีสติทำความดี อนุปวาโท ไม่ไปว่าร้ายคนอื่น สัตว์อื่น อนุปฆาโต ไม่ฆ่าคนอื่นและสัตว์อื่น ปาติ โมกุเข ๑ สัตว์โร เป็นผู้สักรวมอินทรีย์คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่มีความยินดียินร้ายต่ออารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง มตฺตตฺตฺตฺต ๑ ภาตตฺตฺตฺต เป็นผู้รู้จักประมาณในภัด เรียกว่าภัดตอาหาร ความเสวย สิ่งที่เราควรรับประทานจึง รับประทาน สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย สิ่งที่จะไม่ทำให้เสื่อม บริโภคเข้าไปแล้ว มันทำให้เกิดความเจริญ เกิด ความสุขอย่างนี้แหละจึงควรบริโภคเข้าไป สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ถ้าบริโภคเข้าไปแล้วทำให้ร่างกายชำรุด ทรวดโรทรม หรือทำให้ร่างกายลำบาก อันนี้ไม่ควรบริโภค เรียกว่ามตฺตตฺตฺต ๑ ภาตตฺตฺตฺต อาหารหมายถึงอาหารมรรณํ ไม่ เอาอาหารที่เราบริโภคเข้าไปก็ถูก พิจารณาอันไหนมันจะถูก จะพอยังร่างกายให้เป็นไป ไม่ทำให้เกิดโรค อันนี้ก็สำคัญ เหมือนกัน อาหารที่เราบริโภคเข้าไป อาหารมรรณมนั้นไม่ควรบริโภคสักอย่าง ควรบริโภคเข้าไปแต่ธรรมารมณ์ คือ ธรรม คือใจควรบริโภคเข้าไป นอกจากนั้น รูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส ไม่ควรบริโภค สิ่งที่ควรบริโภคคือการรักษา ให้มีสติ รักษาประจำ บริโภคบ่อย ๆ

กาเย กายานุปสฺสึ วิหริตี พิจารณาภายในกายคือตนนี้แหละ พิจารณาให้มันเห็นเป็นของปฏิกุศล ของโสโครก มีสติพิจารณาภายนอก คือกายผู้อื่น อย่างนั้นก็ทั้งภายในกายนอกอย่างเดียวกัน ไม่ผิดกัน พระพุทธเจ้าจึงว่า อชฺฌตฺต ตา ภายในก็ดี ล้วนเป็นของปฏิกุศล ของโสโครกหมดทั้งนั้น พหิทฺธา วา กายนอกเป็นกายผู้อื่น ก็เป็นของปฏิกุศลโสโครก เหมือนกัน โอฟาริกิ วา ส่วนหยาบก็ตาม สุขุมํ วา ส่วนละเอียดก็ตาม ล้วนแต่ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์หมดทั้งนั้น ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนหมดทั้งนั้น ประณิตก็ตาม เลวทรมก็ตาม ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ให้พิจารณาเห็นอย่างนั้น สิ่งไหนก็ตามที่ไกลก็ตาม ที่อยู่ใกล้ก็ตาม ก็ล้วนแต่ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ พระพุทธเจ้าให้พิจารณาอย่างนี้ อันนี้เรียกว่าพิจารณา กาย กายานุปสฺสึ วิหริตี อาตปปี สมฺปชาโน อาตปปี คือความเพียร มีสติสัมปชัญญะ รู้รอบ เพียรเผากิเลสให้เร่าร้อน พึงทำให้อภิชชา และโทมนัสในโลกนี้พินาศเสีย พระพุทธเจ้าจึงให้พิจารณาสติปฏิฐาน ๔ คือ กายหนึ่ง ให้กายเป็นอารมณ์ของ สติ ให้สติพิจารณาภายใน จับอยู่ภายใน ไม่ให้มันหนีออกจากกาย พิจารณาเหมือนว่าของปฏิกุศลโสโครก ภายในก็ตาม กายนอกก็ตาม ไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่คน พิจารณาไปอย่างนั้น

หรือไม่อย่างนั้นให้พิจารณาเอาเวทนาเป็นอารมณ์ของสติ เวทนาเป็นสุข เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เวทนาเป็นทุกข์ เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เวทนาเฉย ๆ เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ เวทนาเป็นตัวทุกข์ เราไม่ได้ทุกข์ เราไปยึดเอา

เวทนาทั้งหลายมันก็ทุกข์ ดวงจิตไม่ได้ทุกข์กับเวทนา เมื่ออย่างนั้นก็เอาจิต เอาใจนี้แหละเป็นอารมณ์ของสติ เอาสติไปจับอยู่กับจิตนั้น นี่ให้เอาอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าไม่พิจารณาภายใน เอาสติไปไว้ภายนอกก็จับเอาภายนอก ก็ต้องเอาเวทนา ความ เป็นทุกข์ มีแต่ทุกข์นี้แหละแสนทุกข์ ให้พิจารณาทุกข์ จนใจเห็นชัดจริงลงไป ท่านหมายความว่า ถ้าเห็นทุกข์ก็ได้ชื่อว่า เห็นทุกข์สัจจ มั่นเป็นทุกข์สัจจ นั่นแหละเรื่องภาวนา เราต้องทำการพิจารณาทุกครั้ง เราบริกรรมแล้วมันไม่สงบเราจะ พักเสีย นอนเสีย นั่นไม่ควร มันต้องทำไปพร้อม ต้องพิจารณาเรียกว่าวิปัสสนาพร้อมกัน ทำไปอยู่อย่างนั้นทุกครั้ง ไม่ ทำอันเดียว มันเป็นคู่กัน ให้เป็นคู่กันไป นั่งบริกรรมจะเอาอันไหนก็ตาม อันไหนมันถูกกับนิสัยของตนก็เอา ถ้ามันไม่ สงบแล้วก็พิจารณาค้นคว้า พิจารณาภายในแหละ ไม่ต้องพิจารณาที่อื่น แม่นหมดทั้งก่อนที่เราอาศัยอยู่นี้ แม่นก่อน ธรรมหมดทั้งนั้น มันไม่อยู่ที่อื่น

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๘

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

(เทศน์โปรดนักศึกษาสมาชิกรุ่นอาสา มหาวิทยาลัยมหิดล

ที่วัดถ้ำกลองเพล ในวันสงกรานต์ พ.ศ. ๒๕๒๑)

พวกท่านทั้งหลายเป็นนักศึกษาแพทย์และนักศึกษาอย่างอื่นอยู่ในมหาวิทยาลัย นับเป็นผู้มีบุญญาบารมี ได้ สั่งสมมาแต่ก่อน ๆ จึงได้เข้ามาอยู่ในสถานที่ที่ดี มีครูอาจารย์ที่เป็นแบบอย่างจำนวนมาก ได้เล่าเรียนวิชาที่ดี มี ประโยชน์แก่ตนเองและแก่คนอื่น ๆ เรียนแล้วก็จะสอนผู้อื่นต่อไป พวกนักศึกษาแพทย์นั้น มีความรับผิดชอบมากกว่า พวกอื่น ๆ ทำงานเกี่ยวกับชีวิตคน ทำดีก็ได้บุญ ทำไม่ดีพลาดพลั้งไปก็เป็นบาปใหญ่ ต้องอบรมสติไว้รักษาตัว ไม่พาลัง เผลอ ทำอันตรายต่อคนอื่นและต่อตัวเอง จะมีสติได้ต้องมีศีล ทุกคนต้องมีศีล จึงจะเป็นคนดีได้ คนไม่มีศีลทำอะไรก็ ผิด ๆ เหมือนเรือไม่มีหางเสือ เพราะฉะนั้น ทุกคนต้องมีศีล ไม่ว่าจะเล่าเรียนอะไร จะมีอาชีพอะไร ศีลเป็นของคนทุก คน ศีลทำคนให้เป็นคน ทำมนุษย์ให้เป็นเทวดา คนไม่มีศีลก็เหมือนสัตว์ ทำอะไรไปตามกิเลสชักนำ กิเลสคือ โภภ โภจร หลง มั่นคอยชวนคนให้ทำผิดตลอดเวลา คนที่ไม่ได้ศึกษารรรมยอมไม่รู้จักมัน หลงเชื่อมัน ทำตามมัน มันก็พา ไปพบทุกข์ คนไม่รู้ก็คิดว่าเป็นความสุข รูป รส กลิ่น เสียง พอหลงตามไปแล้ว ทีหลังจึงรู้ว่ามันเป็นสุขปลอม เป็นสุข แต่ข้างนอก ข้างในเป็นทุกข์ ตอนแรก ๆ สนุกสนาน นานไปได้ทุกข์ยาก หนัก ๆ เข้า ตกนรกทั้งเป็น ตายแล้วก็ยังตก นรกอีก คนฉลาดต้องรีบเร่งศึกษาธรรม ท่านทั้งหลายเป็นนักศึกษา ศึกษาทางโลกมากแล้ว มาศึกษาธรรมะเสียบ้าง เป็นการดี ถูกต้อง ชั้นแรกคือศีล ศีลห้านั่นแหละพอแล้ว ถือให้มันดี ๆ ให้มันคง ให้บริสุทธิ์ พอแล้ว ท่านว่าถือตาม ฐานะ พวกท่านเป็นนักศึกษา ศีลห้าก็ดีแล้ว ถ้าใครถึงศีลแปด ก็ยังดี ถ้าทำได้ ศีลเป็นเครื่องระงับสงบกายวาจา กาย วาจาสงบ จิตก็สงบ เมื่อจิตสงบ ก็ตั้งมั่น เกิดเป็นสมาธิ จิตมีอำนาจ มีกำลัง เมื่อจิตตั้งมั่นแท้แล้ว อยากรู้อะไรก็รู้ได้ เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เมื่อมีปัญญาแล้วก็ไม่หลงอะไรอีกต่อไป ไม่ทำอะไรผิด มีสติ รู้เท่าทัน อะไรถูกอะไรผิด เมื่อไม่ทำ อะไรผิด ความทุกข์ก็ไม่มี มีปัญญารู้ตามความเป็นจริง ความเศร้าโศกเสียใจอะไรก็ไม่มี เพราะรู้แล้วว่ามันเป็นอย่าง

นั่นเอง ความพลัดพรากจากของรัก ความไม่ได้สิ่งที่อยากได้ ความไม่ได้สิ่งที่อยากเป็น เหล่านี้เป็นของธรรมดา ไม่ใช่เรื่องสำหรับเศร้าโศกเสียใจ มีปัญญาเห็นจริงอย่างนี้แล้ว คิดอะไรก็ดี ทำอะไรก็ดี พูดอะไรก็ดี ดีทั้งนั้น ท่านทั้งหลาย ควรศึกษาเรื่องเหล่านี้ไปพร้อม ๆ กับศึกษาวิชา แล้วกาลภายหน้าก็จะแจ่มใส เอาท่านี่ละนะ

(จากบันทึกย่อของ อ.ก.)

อนาลโยวาท กัณฑ์ที่ ๑๙

หลวงปู่ขาว อนาลโย

คัดลอกจากหนังสือ อนาลโยวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

เดินจงกรม

การทำสมาธิภาวนานั้น บางที ทำยังไงมันก็แข็ง ๆ อยู่อย่างนั้น ทำสมาธิไม่ลง ทำยังไงก็ไม่ลง ทำไป ๆ มันไม่สงบ บอกมันว่า เจ้าเป็นผีนรกวิ่งขึ้นจากอเวจี จึงแข็งกระด้างเพราะไฟเผา ไล่ให้มันลงไปจมอเวจีอีก อยาให้มันขึ้นมาอีก ให้อเวจีเผาต้มมันอีก ต่ำอีก แล้วก็ลงนอน พอเข้ามาก็ไปถ่ายโถนล้างกระโถน ปฏิบัติท่านอาจารย์มัน ท่านอาจารย์ลุกขึ้นมาว่า “ท่านขาว คนเป็นประเสริฐอยู่ มาดาตุนเห็ดแห้ง ให้ลิงนรกอเวจียังงี้ ประจานตนนี้ ท่านประกอบกิจอยู่อย่างนี้แล้ว หน้าเข้าละฆ่าตัวตายหนา ครั้นฆ่าคนตายแล้วนับชาติไม่ได้หนา ที่ฆ่ากันอยู่นี้ ไม่มีพันทุกข์แล้ว ความที่โกรธนี้ หน้าเข้า ๆ ก็เลยฆ่าตัวตาย ฆ่าตัวตายแล้วก็ห้าร้อยชาติไปเที่ยวเอาภพเอาชาติ ทำเวรผูกเวรกัน ฆ่าตัวตายอย่างนั้นแหละ อย่าไปทำอีกเที่ยว ตนบริสุทธิ์ อย่าไปทำตนอย่างนั้นอย่างนี้” ท่านพระอาจารย์มันนั้น ใครนึกอย่างไร ทำอย่างไร ท่านรู้มิด ท่านก็อยู่กฎโน่นแนั้น แต่มันก็ยังโกรธอยู่นั้นแหละ ขึ้นอยู่บนคอยของพวกมูเซอร์ มันก็มีแต่เสียใหญ่ ๆ ลายพาดกลอน เดินอยู่กลางคืน ให้เสียมันมากินมึงเสีย มึงเป็นหยัง มึงหยาบแท้ มึงแข็งแท้ เดินจงกรมแล้วก็นั่งสมาธิ นั่งจิตมันก็ไม่ลง ก็เลยนอน หลับไป ปรากฏว่ามารตามานั่งอยู่ นั่งข้าง ๆ มูเซอร์มันมาจากไร่ มันมีผักหลาย มันจะเอาผักไปบ้านมัน “ไม่ยาก ไม่ยากดอก เอาของอ่อนให้กินเนื้อ อยาไปให้กินของแข็ง ถ้ากิจของแข็งแล้ว ไม่เป็น ครั้นกินของอ่อนละเป็น” แม้ก็เลยไม่เข้าใจของอ่อนของแข็ง แม้ก็เ็นถามอีกว่า “ของอ่อนนั้นมันอะไรหนอ” มันว่า “เอาสาหร่ายซี มาให้กิน” ก็ลุกขึ้นมา นั่งสมาธิ เริ่มต้นพิจารณา พิจารณาของแข็งก่อน อะไรหนอมันว่าของแข็ง มูเซอร์มันว่า อะไรเป็นของแข็ง พิจารณาไป ๆ มา ๆ “ความขี้โกรธ” อันนั้นแหละของแข็ง อ่อนละ มันว่าให้เอาของอ่อนมากินก่อน อ่อนอะไร พิจารณาไป ๆ มา ๆ “เมตตา” ได้ความแล้ว เมตตา ตั้งแต่นั้นมาก็แผ่เมตตาไปทั่วทิศานุทิศ แผ่ไปมิด สัตว์ทั้งหลาย แผ่เมตตาไป ความโกรธนั้นอ่อนลง ๆ ความโกรธไม่ค่อยทำ จิตไม่แข็งแล้ว จิตอ่อนแล้ว จิตอ่อนมันควรแก่การงานทั้งนั้นแหละ จะทำอะไรมันก็ควรแก่การงาน จะพิจารณาอะไรมันก็เหมาะ จิตอ่อนหมายความว่า จิตเบา จิตว่าง เวลาวานานี้ก็อบรมจิตนี้แหละ ต้องการให้จิตอยู่ ครั้นจิตอยู่แล้ว มันจึงจะเกิดแสงสว่างขึ้น จิตเดิมมันเป็นของสว่าง เป็นของเลื่อมประภัสสร แต่อาศัยอกันตุกะกิเลส มันจรเข้ามาปกคลุม รัตจึงให้ขุ่นมัว เว้าร้อน อาคันตุกะกิเลสก็ไม่อื่นไม่ไกลดอก มันไม่พ้นนิเวศธรรมทั้งห้า กามฉันทะ พยาบาท ถีนะमितะ อุทัจจะ กุญจะ วิจิจฉา นี้แหละ เมื่ออารมณ์เหล่านี้ไม่เข้าครอบงำแล้ว จิตนี้มันก็อ่อน จิตสว่างใส ควรแก่การงาน การงานที่

พิจารณา มันเป็นแสงสว่างขึ้น นีรวรณีนี่มันมาปกคลุมหุ้มห่อให้จิตเศร้าหมองขุ่นมัว มีดำ ให้จิตร้อนเป็นไฟขึ้น (มีผู้ถามถึงการแก้ความง่วง)

เมื่อตื่นมีทระ ความง่วงเข้าครอบงำ ให้มองดูดวงดาว มองขึ้นไปดูอากาศ หรือถ้าไม่ยังงั้นก็ให้นึกถึงพระพุทธรูป พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ หรือคุณความดีของเราอย่างหนึ่งที่เราได้บำเพ็ญมา เมื่อระลึกแล้วมันมีความดีใจที่ได้ทำมา มันก็จะหายง่วงเหงาหาวนอน ให้แผ่เมตตาเรื่อย ๆ มันเป็นที่จิตเรานั้นแหละ เป็นเพราะอารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มาปรุงให้จิตผูกติด เพราะเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงให้ชำระอินทรีย์ทั้งหลาย ไม่ให้ยินดียินร้ายในสัมผัสทั้งหลาย ทำจิตให้เป็นกลางต่ออารมณ์

เรื่องเหล่านี้มันเป็นเพราะจริตของแต่ละบุคคล นิสัยมันต่างกัน พระพุทธเจ้าก็บอกไว้หมดละ จริตของคนที่มีราคาแพง ให้อาศัยพิจารณาสุภสมุท� ให้เห็นความเปื่อยเน่า จะอดทนระอาใจ เบื่อหน่าย ถอนจากความกำหนัดได้ แก้โทษ ให้มีเมตตา แผ่เมตตาบ่อย ๆ มาก ๆ ยืน เดิน นั่ง นอน มันก็อ่อนลงเอง แก้โทษ ความหลง ให้ใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองชำระจิต (มีผู้ถามท่านว่า เดินอย่างไร ปฏิบัติอย่างไร)

ฉันแล้วก็ไปเดิน มีนั่งบ้าง หกชั่วโมง ตอนบ่ายไปเดินอีก จนถึงชั่วโมงจึงมาปิดขวด ตักน้ำ ทำช้อว์ตแล้วก็กลับมาเดินอีกสามสี่ชั่วโมง แล้วจึงขึ้นมานั่ง อานิสงส์ของการเดินจงกรมมี (๑) เดินทางบมีเจ็บแข็งเจ็บขา (๒) ทำให้อาหารย่อย (๓) ทำให้เลือดลมเดินสะดวก (๔) เวลาเดินจงกรมไป ๆ มา ๆ จิตจะลงเป็นสมาธิได้ ถ้ามันรวมลงเวลาเดินจงกรมได้ สมาธิของผู้นั้นไม่เสื่อม (๕) เทพยดาถือพานดอกไม้มา สาธุ ๆ มาอนุโมทนา นี่เป็นอานิสงส์ของการเดินจงกรม บางวันเมื่อครั้งอยู่ภูเก้าตรงข้างเจดีย์ อาตมาเดินจงกรม มันหอม ๆ หมด ทั้งหมด หอมอียังนี้มันไม่เหมือนดอกไม้บ้านเรา มันแผ่วเทพยตามาอนุโมทนา ถือพานดอกไม้มาอนุโมทนา

เรื่องเดินนี้มันเรื่องหัดสติ จะใช้นึกพุทโธไปพร้อมกันกับเท้าที่ก้าวไปได้ ยังไงก็ได้ อย่าให้จิตมันออกไปเกี่ยวข้องกับอารมณ์ทั้งอดีตและอนาคต ให้อยู่ที่จิตเท่านั้น อาตมากำหนดพุทโธ ๆ อยู่ที่จิต เท้าก็เดินไป กำหนดอยู่ที่จิต ไม่ให้เกี่ยวข้องกับอารมณ์ใด ๆ ส่วนทางเดินจงกรม ก็ไม่เลือกทิศเลือกทาง ได้หมด แล้วแต่มันจำเป็น ในที่เหมาะสม เดินไปเพื่อแก้ทุกข์เวทนา ท่านอาจารย์มัน ท่านว่าให้เดินตัดกระแสของโลก จากทิศตะวันออกไปตะวันตก ท่านว่าตัดกระแสของสมุทัย ให้ตัดกระแส แต่ถ้ามันจำเป็น มันยังไม่บ่อนที่เหมาะสม ก็ไม่เป็นไร เดินมันไปอย่างนั้นเพื่อแก้ทุกข์เวทนาออก

อณาโลวาท กัณฑ์ที่ ๒๐

หลวงปู่ขาว อนาโลโย

คัดลอกจากหนังสือ อณาโลวาท

พระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ขาว อนาโลโย และ ประวัติความอาพาธ

คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายโดยเสด็จพระราชกุศล

ในการพระราชทานเพลิงศพ

วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๗

ณ วัดถ้ำกลองเพล ตำบลโนนทัน อำเภอหนองบัวลำภู อุดรธานี

ทุกขสังข์

ร่างกายที่อาศัยอยู่ที่นี่ก็ดี มันเป็นของสำหรับโลก เหมือนกันทุกคนนะแหละ สัพพเทรุมมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลาย ไม่ใช่ของใคร ก็แม้ร่างกายนี้แหละ หมดก่อนเท่านั้นเป็นตัวสมุทัย เป็นเหตุให้ยึดถือ นั่นแหละอัสสัมมานะ คนถือเราว่า ตัวตน นั่นแหละ อันนั้นแหละ ความมานะนี่แหละคือความว่าเขาว่าเรา พระพุทธเจ้าว่าอติภาพสังขาร มันหลงสมมติ ท่านให้พิจารณาให้รู้ ให้รู้ทุกขสังขจ ทุกข์ อริยสัจจ ปรินิพพานุตติ เม ภิกขเว ทุกขสังขจควรกำหนดให้มันรู้ ทุกข์ อริยสัจจ ปรินิพพานุตติ เม ภิกขเว อันนี้แหละให้ศึกษาสาเหตุมัน เส้นผมก็ทุกขสังขจ ความเกิดเป็นหญิงเป็นชาย ว่าเขาว่าเรา อายุก่อนนี้มันเกิดมาจากไหน ต้องสาวหาเหตุมัน มันเกิดมาจากต้นหานี้แหละ นั่นแหละจึงให้ถอน ต้นหา ให้ละต้นหา ให้ละทิ้ง ให้สละ ครั้นมันรู้จักแล้วมันก็จะละ เรื่องทุกขสังขจนี้ให้มันรู้ พิจารณามันทั้งนอกทั้งใน หรือจะออกพิจารณา ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อากาศสามสิบสองนะ กระจายออกทุก ๆ ส่วนแล้ว มันเหลือเป็นคนใหม่ บ่มีคนแล้ว กำหนดออกไป ๆ จนเหลืออายตนะของมัน บัญญัติ ความสมมุติ สมมุติคือขันธ รูปขันธ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ วิญญาณขันธ รูปขันธคือธาตุสี่ประชุมกันเป็นรูปขันธ ถ้ามีรูป ก็มีเวทนาเกิดขึ้น ต่อไปผัสสะมันต่อกันเกิดขึ้น พระพุทธเจ้าไม่บอกให้พิจารณาไปอื่น ให้พิจารณาที่นี้ หมดก่อนของเขา ของเรานี้แหละแม้ก่อนธรรมอย่าไปหาที่อื่น อย่าไปพิจารณาที่อื่น มันไปยึด ไปสวาง ไปเสีย มันจะเป็นเหตุให้เจ้าของติดอยู่ ให้พิจารณาอันนี้ ทางจะไปพระนิพพานมีที่นั่นแหละ ท่านแสดงไว้ สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ก็เห็นกายนี้แหละ ให้พิจารณากาย นี้เป็นทางไปสู่ทางพ้นทุกข์ ไปสู่ที่อันบรมสุข สุขอันเนรมิตใส่ตน อย่าไปหาที่อื่น พระพุทธเจ้าว่าแม้อันนี้แหละ ให้มันเห็น นอน กอดอยู่แท้ ๆ หมดทั้งวัน ถ้ามันไปยึดตัวยึดตนอยู่ มันไม่ได้ไปพระนิพพานดอก ละว่าเขา ว่าเรา ว่ากู ว่ามึงเสีย พระพุทธเจ้าว่า อันนี้มาสมมุติว่าเป็นตัวตนเราหมดทั้งก่อน ให้พิจารณาให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ ให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พิจารณาให้เห็นเป็นอนุสูก อสุภัง ไม่ให้เห็นเป็นสุภะ ความงาม ความดี ความมั่นคง มันเห็นนี้แหละ มันจึงเกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่ายต่อร่างกาย เบื่อต่อความเป็นไปของมัน มันเกิดมาแล้ว มันก็มีความแก่คร่ำคร่า มีพยาธิ เบียดเบียน มีมรณะ ความตาย พลัดพรากจากกัน โสกะ ความโศกพิโรธรำพัน มีโทมนัส ความเสียใจ ความคับแค้นใจ ความขัดข้อง เมื่อเกิดมาก็เป็นทุกข์ พิจารณาทุกขสังขจนี้ให้มันเห็นความจริง ความพลัดพราก ความประสพสิ่งที่ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจ ก็เป็นทุกข์ นี่เนื่องจากทุกข์ทั้งหลายมันมารวมอยู่ที่ขันธทั้งห้า ปัญญาทานกัณฐา ทุกขา ขันธทั้งห้าเป็นที่ประชุม รับภาระของธุระของหนัก ท่านว่าขันธทั้งห้าเป็นภาระอันหนักหน่อ เมื่อวางภาระแล้วก็สุขเท่านั้น คือวางร่างกายของตน ก็ให้พิจารณาเห็นทุกข์นี้เสียก่อน พอเห็นทุกข์แล้วก็ให้สาวไป อันไหนเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ มี กามตัณหา ความใคร่ในกิลเลสกาม วัตถุกาม ความใคร่ก็คือความอยากเป็นอยากมีนั่นแล้ว อยากเป็นผู้มีลาภมียศ นั่นแหละเรียกว่า ภาวะ ความอยากเป็นอยากมีนั่น วิภาวะ ความไม่ชอบ อารมณฺที่ไม่ชอบ เรียกว่าอนิฏฐารมณฺ อารมณฺที่ไม่ชอบใจ เกลียดขังผมหงอก ฟันหัก เกลียดขังหนังหดเหี่ยวเป็นเกลียว ความเสื่อมของอายุของตน ความเสื่อมลาภยศสรรเสริญทรัพย์ ครั้นเห็นอันนี้ก็เพียงละเพียงถอนมัน เอ มันเป็นเพราะอันนี้ มันเป็นเพราะอยากนี่แล้ว ความอยาก มันมาจากความโง่ความไม่เข้าใจ ความเป็นตนเป็นตัว นี้เรียกว่าอวิชชา เราคืออวิชชา พระพุทธเจ้าเปรียบเหมือนอวิชชาเปรียบเหมือนผู้ก่อกำเนตของทารก ทารกนั้นเป็นที่รักของบิดามารดา มารดาเป็นผู้ทำนุบำรุง ทารกก็เป็นสุข คือ ตัณหา ความรักใคร่ความชอบใจ เป็นผู้รักษาสนองความสุข ทารกก็เจริญขึ้น เจริญขึ้นไป ครั้นเห็นสิ่งเหล่านี้ สิ่งเหล่านี้เป็นเหตุให้เกิดตัณหา กามตัณหา ภาวะตัณหา วิภาวะตัณหา เหล่านี้เกิดขึ้นแล้วมันก็เป็นทุกข์ ตัณหาที่มันเกิดอยู่ที่ไหน มันตั้งอยู่ที่ไหน ต้องค้นหามัน นั่นแหละบ่อนมันเกิด บ่อนมันตั้งอยู่ บุคคลจะดับตัณหา ดับที่ไหน ตัณหาเกิดขึ้นที่ไหน บุคคลจะละตัณหา ละที่ไหน จะดับตัณหา ดับที่ไหน ตัณหาเกิดขึ้นที่ไหน ให้ดับที่นั่น โบราณเพื่อนว่าไฟเกิดที่ไหน เอาน้ำมาราดที่นั่น ดับที่นั่น ไฟดับหามันเกิดขึ้นที่ต้น ดับนี้ ปล่อยนี้ วางนี้ เกิดขึ้นที่ไหนละ ตัณหาที่เกิดเกิดขึ้นจากจักขุนั้นแหละ เกิดขึ้นที่โสตะ เกิดขึ้นที่ฆาน เกิดขึ้นที่ชิวหา เกิดขึ้นที่กาย เกิดขึ้นที่ใจ มันเกิดขึ้นที่นี้ ก็ต้องดับที่นี้ ต้องให้เห็นที่นี้เกิดขึ้นที่ไหนอีก เกิดขึ้นที่รูป เกิดขึ้นที่เสียง เกิดขึ้นที่กลิ่น เกิดที่รส เกิดที่โณภูมิจะเกิดที่ ธรรมารมณฺ เกิดที่ไหนอีก เกิดที่จักขุวิญญาณ วิญญาณความรู้ โสตวิญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กาย

วิญญาณมโนวิญญาณ เกิดขึ้นที่นี้ มันเกิดขึ้นนี้มันมาจากสาเหตุไหน มันเกิดมาจากความกระทบ กระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ เวทนาเกิดขึ้นจากรูป จากจักขุสัมผัส ชิวหากระทบกับรส ชิวหาสัมผัสเกิดเวทนา กายเวทนา เกิดขึ้นจากสัมผัสทางกาย เวทนาเกิดขึ้นทางมโน จากสัมผัสทางใจ ความโน้มนี้ไปตามอารมณ์ ฮือ มันเกิดขึ้นที่นี้ อยู่ที่นี้แหละ มันอยู่ตอนอายตนะ มันจะเกิดขึ้นต่อ ๆ ขึ้นไป รูปสัญญา โสตสัญญา คันธสัญญา ชิวหาสัญญา โณสุพพิสัญญา มโนสัญญา รูปสัญญาเจตนาเป็นทุกข์ของโลก โสตสัญญาเจตนา คันธสัญญาเจตนา ชิวหาสัญญาเจตนา กายสัญญาเจตนา โณสุพพิสัญญาเจตนา ที่มันเกิดขึ้น เพราะความสุขของรูป ของเสียง ของกลิ่น ของรส รูปตัณหา เห็นรูป เกิดตัณหาขึ้น เป็นทุกข์ โสตตัณหา ฆานตัณหา ชิวहतัณหา โณสุพพิตัณหา มโนตัณหา ความกระทบของรูป ของเสียง ของกลิ่น ของรส ของโณสุพพิของธรรมารมณ์ ยึดเอาละ นี่แหละตัณหา มันเกิดขึ้น เรา รู้จักบ่อนมันเกิด เรา จะละอย่างไรละ ถอนอย่างไรละ รู้จักบ่อนมันเกิดแล้ว เมื่อมันเกิดขึ้นที่หู บุคคลจะดับตัณหา ดับที่ไหน ดับที่หู ที่ตา ที่จมูก ที่ลิ้น ที่กาย ที่ใจ ดับรูป ดับตา ดับหู ดับจมูก ดับลิ้น ดับสัมผัส ดับธรรมารมณ์ ต้องดับอันนี้ ไม่ใช่ดับอันอื่น เกิดขึ้นที่ไหน ดับที่นั่น เกิดขึ้นที่นี้ เกิดขึ้นจากอายตนภายใน เกิดขึ้นจากอายตนภายนอก เกิดขึ้นจากจักขุสัมผัส โสตสัมผัส จากจักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ โณสุพพิวิญญาณ มโนวิญญาณ ดับที่นั่น เข้าชื่อ ๆ ว่า เกิดที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ดับสนิทแล้ว ไม่มีความยินดียินร้ายต่อสิ่งทั้งปวง วางใจเป็นกลาง ครั้นทำใจเป็นกลาง ไม่มีความยินดียินร้ายต่อสิ่งทั้งปวงแล้ว ใจได้ละวางแล้ว ตัดได้หมดแล้ว แจ่มประจักษ์ ดับสนิทแล้ว เรา ได้ทำให้เกิด ให้มีแล้วซึ่งมคคสมังคี ทำให้มันแจ่ม มรรคมืองค์แปด ทำให้แจ่มบริบูรณ์

จิตของเราเมื่ออบรมไปแล้วมันลง มันสงบ มันหมดเรื่องความว่า อันนั้นแหละมันจึงรู้ว่า เราจะเอาสัญญานี้ เราเอาสัญญานี้แหละพิจารณาร่างกายของเรา พิจารณาไป ๆ มันจึงจะเกิดญาณทัสนะ ความรู้ความเห็นตามความเป็นจริง มันแจ่มประจักษ์ เบื้องต้นเราก็พิจารณาใช้สัญญานี้แหละ ท่านเจ้าคุณอุบาลีท่านว่า มันจะต้องเอาโลกีย์นั้น มาใช้เสียก่อน พระพุทธเจ้าก็เอาโลกีย์นี้แหละใช้เสียก่อน มันจึงได้สำเร็จถึงโลกุตระพหุติ โลกียะเป็นเหตุ โลกียะเป็นรากเป็นเค้า ค้นคว้าสังขารร่างกาย ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ค้นคว้าพิจารณาไม่ให้ขาด ให้มีสติสัมปชัญญะประจำ ให้มันรู้จิต มีราคะก็ให้มันรู้ หายราคะก็ให้มันรู้ เอาประจำอยู่นั้นแหละ จิตมีโทสะก็ให้มันรู้ จิตหายโทสะก็ให้มันรู้ หายโมหะก็ให้มันรู้ จิตหุดทุกก็ให้มันรู้ จิตหุดผองก็ให้มันรู้ มันเกิดขึ้นเพราะเหตุใด จิตเราเป็นสมาธิ ได้ฌาน ฌานอุปจาระ ฌานขนิกะสมาธิ อุปจารสมาธิ จิตเป็นรูปาวจรก็ให้รู้ จิตไม่เป็นก็ให้รู้ ให้มีฌาน ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌานก็ให้มันรู้ จิตเป็นสมาธิก็ให้มันรู้ จิตไม่เป็นสมาธิก็ให้รู้ จิตอยู่ในภพในชาติ ยังไม่หลุดพ้นก็ให้มันรู้ จิตหลุดพ้นก็ให้มันรู้ ให้กำหนดจิต พิจารณาจิต เอาประจำอยู่อย่างนี้ มันก็บ่พ้นไปได้ดอก ครั้นเราตั้งใจอยู่แล้ว ได้หนึ่งเดือน สองเดือนบ่พอ ให้มันตายเสีย ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน ให้รู้จัก ทำความเพียรเอามันอยู่นั้นแหละ บ่หวั่น มันจะรู้ปั๊น จตุตถฌานไปชื่อ ๆ หนุน จะรู้เมื่อมันสงบ มันบ่มีต้นไม้ ภูเขา เถาวัลย์ ธรรมชาติภูเขาคือไหนไม่มี มีแต่แผ่นดินกับครอบฟ้าจางปางอยู่ อันนั้นแหละจิตมันรวม บริสุทธิแล้ว ครั้นมันเห็นอย่างนั้นแล้ว มันบ่มีคน บ่มีหยิ่ง หมดสัญญาแล้ว อากาสนัญญาตนะนี้ เลยขึ้นไปบ่มี มันจะกลับ มันจะเอากันอีก

อยู่บ้านผือ ไปมันทุกมือ ไปพรหมโลกนั้นแหละ ไปสวรรค์ก็ไปมือนั้นแหละ ไปมันทุกวัน อยากวันไหน ก็ไปวันนั้นแหละ อันนั้นมันสุดแต่คนแล้ว เห็นแจ่มชัด มันจะขึ้นไป ความทุกข์มันจะเห็นไม่มี เหมือนกันกับจุดตะเกียงเจ้าพายุ แดงโรยอยู่อย่างนั้นแหละ มันสงบลงไปแล้ว ไม่มีหยิ่งแล้ว แต่เราไปเกิดแต่วิญญาณ มันก็บ่ดีแล้ว แล้วบ่เป็นหยิ่ง บ่มีหยิ่ง มันก็บ่ดีแล้ว มันต้องค้นคว้า จิตเราสงบ มันสงบดีแล้ว บ่มีหยิ่ง ๆ ว่ายังงั้นมันก็ไม่ถูก มันต้องค้นคว้า มันสว่าง เต็มโลกเนาะ มันสว่างก็เห็น ก็ค้นคว้าหาสิ่งของได้ ไม่จุดไฟมันมืด ไม่มีดวงไฟมันก็มืด บ่เห็นหยิ่ง จะเก็บข้าวเก็บของ เราต้องจุดไฟเจ้าพายุขึ้น เราจึงหาเจอ บ่จุดมันก็ตะเกียงชื่อ ๆ นี้ก็เข้าใจว่า ดวงไฟมันมืด คือชี้เข้ามา มืดก็ต้องขัดเอา เขม่าออก บ่ขัดออก จุดไปนาน ๆ มันก็มัวหมอง ไม่สว่างแล้ว จิตของเราครั้งไม่สงบแล้วก็มีมืด ถ้าไม่มีสิ่งที่ยึดหมกหมมให้

มันเศร้าหมองขุ่นมัว มันก็สว่าง สว่างแล้วเราก็ค้นคว้า ท่านจึงว่า จิตเดิมธรรมชาติเลื่อมประภัสสร แต่อาศัยอาคันตุก
กิเลสเข้ามาหมักหมม จิตมันจึงขุ่นมัวไป จะเปรียบเทียบกับแก้ว หรือเพชรนิลจินดาที่เกลือกกลั้วอยู่กับฝุ่นธุลี
กับพื้นแผ่นดิน บุคคลผู้ฉลาดมาตรวจว่ามีเพชรพลอย มีป้อทองคำที่นี้ เขาจะมาขุดขึ้น เขามาเจียรระโน จึงเป็นทองคำ
ธรรมชาติ เป็นเพชร เป็นพลอยอันใส เราต้องตั้งต้นตรึงนี้เสียก่อน ธุลีมันก็มีอยู่ จิตเดิมมันมีอยู่ ตั้งใจอยู่ แต่มันเอา
สมมุติเข้าไปใส มันหยิบหนังสือขึ้นมาแล้วแต่ละมันมีดมันดับ มีแต่ฝุ่นธุลี มีโคลนมีตมมาเกลือกกลั้วอยู่ ใช้การบ่ได้ ก็
เห็นตัวอยู่ชัด ๆ จิตของเราก็อย่างนั้นแหละ เมื่อจิตของเราขัดเกลาคือแล้ว เพื่อไม่ให้มันหลง ชัดอยู่ทุกที่ทุกวัน ไม่ให้
ทุกข์เข้ามาขุ่นมัวหัวใจ รักษาใจให้มันสว่างอยู่ จิตดี ทนดี สุขภาพดี จิตชัดดีแล้ว อบรมดีแล้ว มีแต่ความสุข มันสุขก็
แมนจิตเท่านั้นแหละ มันจะรู้สึกได้ กายมันเป็นไปตามเรื่องของมันนั้นแหละ มันก่อนพยาธิตัวทั้งก่อน ไม่มีดีสักก่อน
ใจมันไปหมักหมมกับอะไรต่ออะไร เอามาเป็นอารมณ์ อยู่แต่มันอันเดียวเท่านั้น บียึดอันใดถ้ามันเห็นโทษแล้ว เวลา
ไม่มีอะไรมาเกลือกกลั้วปะปนแล้ว มันก็ใสอยู่นั้น ก็เป็นพระนิพพานเท่านั้นแล้ว ใจอยู่ตามธรรมชาติก็เป็นอย่างนั้น ก็
ใสอย่างนั้น

เวทนา ร่างกายมันเป็นธรรมดา มันเป็นรังของโรค เป็นก้อนโรคตั้งแต่ไหนแต่ไรมา มันเป็นอย่างใดก็ไม่มีความ
หวั่นไหว พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลาย ก็ไม่มีความหวั่นไหว เวลามันจะเป็นไป ร่างกายแล้วแต่มันจะเป็นไป
ตามเรื่องของมัน หน้าที่ของเขา ทุกข์อยู่นั้น เวทนาอยู่นั้น เกิดเวทนามาก็ให้ฝึกหัดพิจารณาโลกธรรม รูปอันนี้เราได้มาดี
แล้ว เมื่อมันชำรุดทุดโทรมไปพระพุทธเจ้าก็ไม่มีความหวั่นไหวต่อมัน มันจะเสื่อมลามกให้มันเสื่อมไปตามวิสัย ใจเรา
ไม่เสื่อม ความนิมิตที่มันลมปาก ครั้นรู้เท่าแล้วจิตไม่กระวนกระวาย จิตไม่มาร่างกายแล้ว มันก็สุขเท่านั้นแหละ
ความทุกข์กายเกิดขึ้นถ้ารู้เท่าแล้วจิตก็ไม่หวั่นไหว อโศกังวिरชัง ไม่มีกิเลสเครื่องมลทินจะตามได้ ไม่มีความโศกเศร้า
ต่อความเสื่อมของร่างกาย ความเสื่อมลามก เสื่อมยศ ความนิมิต ความสรรเสริญ มีความรู้สึกเป็นปกติ นี้ชื่อว่าเป็น
ผู้รู้เท่าโลก รู้เท่าแล้วไม่มีความทุกข์ใจ ครั้นไม่รู้เท่าความเปลี่ยนแปลงของร่างกายแล้วก็มีความหวาดเสียว มีความ
สะดุ้งอยู่ กลัวอยู่ บรู้อเท่า ย่นมันกับภัยดอก ไม่รู้เท่าแล้วมันก็มาเกิดอีก ถ้ามันมาเกิดเป็นมนุษย์มันได้สร้างบารมี ถ้า
มันไปเกิดเป็นอื่นละ โอ เป็นอสุภอสุภัง กลับชาติเป็นมนุษย์ พระพุทธเจ้าสร้างบารมี ท่านขึ้นไปอยู่พรหมโลกนูน ไป
อธิษฐานให้มันดับเสีย ครั้นอธิษฐานให้มันดับแล้ว มันนอนอยู่ชั่วกับปีชั่วกลับ มันนอนไม่ได้มาสร้างบารมี ครั้น
อธิษฐานว่าดับเสีย มันไม่ได้เกิดมาสร้างบารมี มีแต่มนุษย์เท่านั้นแหละ มนุสสပါတิลาภ เกิดเป็นมนุษย์นี่เป็นลาภอัน
ประเสริฐ เพราะได้สร้างบารมี เกิดเป็นมนุษย์แล้วมาสร้างบาปเฉย ๆ มันก็มีลาภแล้ว อย่าสร้างบาปใส่ตน เกิดมา
เป็นลาภแล้ว รีบสร้างบารมีเสีย

ไปอยู่ที่ใด ย่นมันจะตายเสีย เราตั้งใจแล้วเราตั้งสัตย์อธิษฐานแล้ว ยังไงมันก็จะให้เป็นชาติสุดท้ายในชาตินี้
การเกิดของเจ้านี้ เป็นหรือไม่เป็นก็ตาม เราจะทำความเพียรอยู่นั้นแหละ แม้มันจะตายก็เที่ยวไปเที่ยวมาอยู่ที่นี่ ทำมัน
อยู่นั้นแหละจนตาย ถ้ายังไม่พ้นทุกข์ ก่อนนี้ก่อนตาย เกิดมาก็เกี่ยวข้องกับมาพากันตายเสีย แยกทุกข์อยู่อย่างเจ้านี้
เข้าป่าเข้าดงไปชื่อ ๆ เกิดมาก็แต่ตายเท่านั้นแหละ เราไม่ประมาท ได้ตั้งใจทำคุณงามความดีแล้ว ตายมันจะไปทุกข์
อย่าทำบาปทำชั่ว อย่าเห็นแก่ปากแก่ท้อง อย่าเห็นแก่หลังแก่นอน เราสร้างความดีใส่ตนไว้ ความทุกข์ยากลำบาก
มีความสบายใจก็แมนเราสร้างให้ตน ผู้อื่นบ่ได้สร้างให้ จะดีก็แมนตนสร้างใส่ตนเอง จะชั่วก็สร้างใส่ตนเองดอก
พระพุทธเจ้าสอนให้ทำดี ให้กายดี วาจาดี ใจดี อย่าเป็นกายสกปรก ใจสกปรก ให้ใจสะอาด กายสะอาด นั้นแหละให้
รักษาศีล ให้นึกว่าเราเป็นอะไร เราเป็นพระเนื้อ เราเป็นเถรเนื้อ ได้มาเจอศาสนาธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า เป็นของ
เย็น อยู่เย็นเป็นสุขนะ

ไปอยู่อำเภอท่าน้อยนั้น บ้านผือนั้นแหละ เราจะตายอยู่นั้น ตากแดด ตากฝุ่น ตากลมอยู่นั้น ให้มันตายอยู่นั้น
ที่อำเภอท่านั้น เราพูดว่าเป็นแต่พระ ให้พากันตายอยู่นอกสมมุติ อย่าให้มันตายในสมมุติ นอกสมมุติหมายถึงพระธรรม

วินัยของพระพุทธเจ้านั่น ผู้ปฏิบัติตามก็มีความเยือกเย็น ไม่มีความเดือดร้อน ตายอยู่ป่าขาด ป่ากุง ป่าแก มั่นฮ้อน ตามตัวก็มีแต่หนอน ตายอยู่ป่าขาด ป่ากุง มีแต่ทั้งเสี้ยนนั่นแหละ อย่าลืมตน ให้สำนึกตน ให้ดูตน อย่าไปดูผู้อื่น อย่าฟังโทษผู้อื่น ใครทำไม่ดีก็เป็นโทษของเขา โทษของผู้อื่น จะได้รับความทุกข์ก็แน่นอน ได้รับความสุขก็แน่นอน เขาทำดี เขาก็ได้รับความสุขของเขาเอง ให้ดูตน ดูทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้ฝึกตน ให้มีสติกับตน ให้เร่งทำเมื่อร่างกายให้โอกาส เมื่อร่างกายยังดีอยู่ ยังแข็งแรงอยู่ ทำความเพียรก็ได้ อยู่ ครั้นแก่มากหรือเรานี่ ก็บั้นแล้ว ได้รับความทุกข์ยากทั้งลายก็ไม่ได้ เครื่องมันเก่าแล้วจะทิ้ง หรือมันไปกับเจ้าของชื่อ ๆ ก็ทำท่าจะล้มแล้ว แต่น้อย แต่หนุ่มก็กำหนด เตี้ยนี้เราเป็นพระ เตี้ยนี้เราเป็นเณรแล้ว ต่างจากฆราวาสธรรมดาแล้ว เพราะมีผ้าเหลืองนั่น เราต้องมีความสำรวม มีความระวัง อย่าให้ใจคะนอง สนุกสนานไปในอารมณ์ มีกามารมณ์ ต้องหักห้าม มีสติ อย่าไปปล่อยตามอารมณ์ ให้ชะมกเขม้นทำความเพียรภาวนา พุทธโธแล้วให้มีสติสำรวมใจอยู่ เอาอิทธิบาทสี่ ตอนเช้าให้มีความสำรวม กายสุจริต กลางวันให้มีสติระวังกายให้เป็นสุจริต ให้วาจาเป็นสุจริต ให้ใจเป็นสุจริตอยู่ ค่ำมากก็ให้กายวาจาใจเป็นสุจริตอยู่ ให้เดินจงกรม นั่งสมาธิ ให้ชำระนิวรณ์ธรรม คืออารมณ์ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทัจจะ-กุกุจ จะ ให้ชำระอันนั้นเสีย ให้ใจบริสุทธิ์ ชำระจิตของเราให้มันออกจากนิวรณ์อันนี้ อย่าไปเกี่ยวข้องกับอันนี้ ให้ใจบริสุทธิ์ ยามใดก็ชำระอันนี้แหละ ครั้นชำระอันนี้ จิตไม่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ไม่มีราคะ โทสะ โมหะมาเกลือกกลั้ว จิตไม่เศร้าหมองแล้ว จิตบริสุทธิ์ผุดผ่อง จิตบริสุทธิ์แล้วอยู่ที่ใดก็มีความสุข ทำการงานอยู่ก็มีความสุข ความสุขติดตามผู้ นั้นไป เหมือนกันกับเงาตามตนไปอยู่ทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน เพราะชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ ใจเศร้าหมองไม่ดีละก็เป็นทุกข์อยู่นั่น ความทุกข์ติดตามผู้ นั้นไป ทำการงานก็ไม่มีความสุข พุดอยู่ก็ไม่มีความสุข ความทุกข์ย่อมติดตามเขาไปเหมือนกับงล้อติดตามรอยเท้าโคไป แอกกก็ทับคอมันไป มนสาเจ ปทุษฐณะ มนะคือใจ ครั้นราคะ โทสะ โมหะ โลภะ ประทุษร้ายแล้ว ผู้ นั้นจะพุดอยู่ก็ดี จะทำการงานอยู่ก็ดี ความทุกข์ย่อมติดตามเขาไปเหมือนงล้อติดตามรอยเท้าโคไปอยู่ มนสาเจ ปสันเนนะ จิตใจของผู้ใด อันโทษไม่ได้ประทุษร้ายแล้ว จิตใจผ่องใสแล้ว ความสุขย่อมติดตามเขาไปอยู่เหมือนเงาเทียมตน ถ้าหากเราไม่มีธุระ ไม่มีการงานอันหยั่ง ชำระจิตใจของตนอยู่นั้นแหละ อย่าให้มันไปจ้องเวรกับเขา ได้ชื่อว่าผู้ชนะใจ อย่าให้มันมีความกำหนดกับกายตัวนี้แหละ ครั้นมีความกำหนดกับกายแล้ว ได้ชื่อว่าจิตไม่บริสุทธิ์ จิตเยียดเบียน เยียดเบียนตนให้เดือดร้อน แล้วก็เยียดเบียนผู้อื่น