

ชื่อหนังสือ      ใจซึ่งธรรมจะนำพาเช่นไร

จำนวนหน้า      ๑๑๕ หน้า

ผู้เขียน          ธรรมะมาลา

พิมพ์ครั้งที่ ๑    พฤษภาคม ๒๕๕๗

จำนวน            ๓,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่            บริษัทประชากรธุรกิจ จำกัด

โทรศัพท์      ๐๕๓-๓๐๘๗๗๑-๒

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

โปรดติดต่อขออนุญาตจาก

“ลานธรรม อนาคตวิสุทธิตัสสมะราม กังนา เมืองแม่ฮ่องสอน”

(E-mail : suvaleeprom@hotmail.com)

เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๙ ๘๓๘ ๒๓๓๒

ข้าพเจ้าขอนอบน้อม กราบไหว้บูชา  
พระพุทธเจ้า พระธรรม สังข์สาวกของพระพุทธเจ้า  
ด้วยเศียรเกล้า  
ข้าพเจ้าขอนอบน้อม เคารพบูชา  
ครู อาจารย์ ผู้อบรมสั่งสอน  
หลวงพ่อดี วิจิตรธัมมะ

ธรรมะมาลา

ใจซึ้ง วังใจ อกุศล  
ให้ฉงน วนเหตุ เจ็บไฉน  
อกุศลจิต ผิดซึ้งธรรม ตั้งเช่นไร  
เป็นยักษใจ ไฟเผาตน ผลไหม้เกรียม  
เห็นผิดธรรม กรรมใจ ให้อกุศล  
ให้ทุรณวงทุราย ข้ายสุดแสน  
ยากจะลด แรงใจซึ้ง ตั้งฝังแค้น  
เจ็บปวดแสน แผงซึ้งเกลียด เสนียดใจ

อนัตตา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา  
บังคับ บัญชา ไม่ได้  
ปลดวาง เป็นอนัตตาธรรมเสีย

งานพิจารณา สภาพ สภาวะทุกข์ที่สุด  
ถึงสุขที่สุด สงบที่สุด เมื่อปลดวางได้

ธรรมสี่คำ\* นำเห็นแจ้ง แสงแรงฤทธิ์  
ธรรมแย้งจิต ติดยากปลด ลด วางแท้  
ธาตุสี่ธรรม\* ดำใจจิต พิษร้อนแล  
ธรรมสี่แพ แคร่สี่ธาตุ รากสี่ธรรม  
ไม่มีเรา ไม่ใช่ของเรา เข้าธรรมแท้  
สองธรรมแน่ แค่อยอมสาง ทางออกง่าย  
บังคับไม่ได้ บัญชาไม่ได้ พ่าย-ใจร้าย  
ธรรมสองทำย ได้เข้าธรรม จำ-แล้ว-ยอม  
ธรรมสี่ธรรม ย้า หา เห็น เข็นสี่ธาตุ  
ธรรมสี่ราก พรากสี่แพ แห่-ปิด-กั้น  
ธรรมฝึกหา หนาสี่ธาตุ พรากพรายนั้น  
ธรรมสี่ขั้น\* วังสี่แท้\* แพสี่ทาง\*

\*ธรรมสี่คำ : ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา บังคับไม่ได้ บัญชาไม่ได้

\*ธาตุสี่ธรรม,วังสี่แท้ : ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ

\*ธรรมสี่ขั้น : โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี อรหันต์

\*แพสี่ทาง : อุตตา มานะ โลภะ ทิฐิ

## อตัตา มานะ โลภะ ทิฐิ

อตัตา = มีกู เป็นกู ของกู เอากู

มานะ = มีกูคนเดียว เป็นกูคนเดียว กูมีหนึ่งเดียว  
ของกูคนเดียว กูเอาคนเดียว

โลภะ = กูเมา ริงหา แสงหา ไม่อ้อม ไม่เปื้อน ไม่รู้จักพอ

มิจฉาทิฐิ = เห็นผิด ยึดถือ มั่นหมาย กำไว้ ไม่ยอมละ  
ยอมวาง อตัตะทิฐิที่เห็นผิด

กรรมกิเลส เหตุของเทวทัต กับอชาตคัตรู

ผู้ติดอยู่ ค้างอยู่ ในอเวจี

**จงอย่าทำให้สภาพแวดล้อม**

**สัตว์ บุคคล ตน เขา มีความหวังได้ หวังดี**

**ต่อเมื่อยึดติดในความหวังได้-ดี นั้น**

**จะเป็นสิ่งที่ต้องทุกข์ทันทึ**

อิตตาหยาบ กากอารมณ์ ฌมร้อนร้าย  
มิจฉายาย ตาร้ายผิด จิตเคืองแค้น  
ปกหม่ไว้ ใจทีฐิ พิษร้อนแรง  
หมองหม่นแฝง แข็งกระด้าง กร่างตัวตน  
อิตตาร้อน ตนตัวร้าย พรายใจแท้  
วิกลแน่ แม่ใครร้อน ย้อนตนร้าย  
ปกหม่ผิด จิตถูกสุขุม กุมไฟกาย  
อิตตาร้าย ตนตัวร้อน ต่อนยากแท้

ลึกกับอิตตา หนาเพราะอารมณ์ ฌมด้วยมานะ เอาชนะ ตามทีฐิ  
ด้วยแรงของอิตตา กิเลส ตัณหา หนาหนึ่งล้านหกแสนแปดหมื่น  
โยชน์ มิรู้จบ มิรู้ดับ

ความหยาบหนาของอตตทา พาให้เห็นจาก พฤติกรรม คำพูด คิด ซึ่งกระทำที่ย้ำออกมาจากข้างใน ยากที่จะให้รู้ตัวตน ที่เป็นอยู่นี้คือการทำงานของอตตทา มีตัวการอยู่เบื้องหลังอันเป็น สมมติ บัญญัติกันขึ้นมา ให้ยึดถือคือ หน้าที่ ยศ ตำแหน่ง ทั้งหลาย อันได้มาจากการทะยานอยาก

ตัวตนนี้ หรืออตตทานี้ หากไม่มี **ตัวโง่** หรือ **อะ** ก็จะเป็นแค่รูปนาม บัญญัติแค่นั้น สมมติกันขึ้นมานั้น จึงอยู่กับสิ่งปลอม และดัดแปลงขึ้น การมีตัวตน ทยึดถือ มั่นหมาย วางไม่ได้กับ สิ่งสมมติปลอม บางคน บางท่าน ต้องถึงกับตรอมตรม ระทมทุกข์ กับสิ่งที่สูญเสียไปอย่างทुरนทुरาย ทรมานใจ อย่างแสนสาหัส กับใจที่เข้าไปยึด อันหาผิด เห็นผิด รับผิดชอบนั้น

อตตทา ที่มาของเหตุ ที่กระทำโดยไม่รู้ เอาทุกขมาขัง พยายามหาเหตุมาถม ให้เกิดตัวตน เกิดมีเขา เป็นเราขึ้นมา นั่นเอง พอมาเป็นเขา เป็นเรา แล้วก็ยึดว่าเป็นของเรา มีของเรา ขึ้นมาอีก เอาให้ใหญ่โตเสียทีเดียว ยากที่จะถอนออก วางได้ กับสิ่งที่ตนยึดถือ เอามาประกบไว้ที่ใจ นั้นแล้ว ผู้ปฏิบัติหา เห็น ควรพิจารณางานนี้ให้หนัก **จะถอนออกได้อย่างไร**



ต่อเมื่อปัญญา หา เห็น ที่มาของอตตาทุทุกซ์ เหตุที่เป็น  
 ทุกซ์ ที่ซึ่งอยู่นั้น ทั้งสมมติทั้งหลาย ที่ยึดถือมั่นหมายนั้น  
 พิจารณาตัดวางเหตุสมมติ ที่ยึดกำไว้กับใจอตตานี้ไปทีละเหตุ  
 ทีละเรื่อง กับสภาพสภาวะที่เป็นเวทนา สุข-ทุกข์-เฉย ที่เป็น  
 เหตุทุกขังแห่งตนนั้นไปเรื่อยๆ ตัดขำมิจฉาเห็นผิดที่ใจ ไปทีละ  
 เรื่อง ด้วยสัมมาปฏิบัติอันถูกต้องแห่งตนนั้นทีเดียว ตัดการ  
 พิจารณาไปเรื่อยๆ แยังมิจฉาเห็นผิดอย่างตั้งมั่น ไม่อ่อนแอต่อ  
 ธรรมปฏิบัติ หลุดพ้นอารมณ์มิจฉา ด้วยสัมมาเห็นสภาวะเอา  
 เป็นธรรม อย่าเห็นเป็นอย่างอื่น สิ่งอื่น หรือบัญญัติสมมตินั้นอีก  
 ก็จะลุดไป วางไป จางไป จากการยึดตัวตนนั้น

**ไม่เห็นอตตา หอนัตตาไม่พบ**

**ไม่เห็นจิตรบ ยากจะพบอตตา**

**ต่อเมื่อเกิดตาปัญญา เห็น หา แล้ว**

**อนัตตาเกิดแล้ว**

## โทสะ

เป็นอารมณ์ที่ใจร้าย ทำร้ายให้สาแก่ใจ เป็นอาการที่ออกมาเนื่องจากไม่ได้ตั้งใจกับสิ่งนั้นๆ วางไม่ลง กัดข่ม ชุ้นเคือง เป็นสภาวะที่ละเอียดที่สุด นักปฏิบัติควรตั้งมั่น พิจารณา สภาวะอย่างต่อเนื่อง เพราะจะทำให้อัตโนมัติเร็ว หากแก้ไข กัดข่มไว้นานๆ จะเป็นอารมณ์พาลสุดๆ ของตัวตน หมกมุ่นครุ่นคิดอยู่ตลอดเวลา จะนำพาให้เกิดอาการสะสมไว้อยู่ข้างในใจนั้น ใจโทสะเป็นใจที่ซึ่งธรรม ชังบุคคลธรรม ชังธรรมที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น

เสื่อผ้าว่าห่มขอน ต้อนคนบ้า  
ปรีญาทำขอน หงอนหัวโขน  
จ้าวจอมแต่ง ตำแหน่งปลอม หลอมเอาคน  
เข้าไปวน ลนเก็บของ สนองอัติตา  
เกียรติยศ กบฏอัติตา ทำถ่างบ้า  
ให้ระอา พญาหมู่ กุ่มารก้อง  
จ้องจต ตะปบก้า ขยำจอม  
จึงหลอกหลอน หลอมคนโลก สลดแล  
รูป กาย นามกาย ว่ายกรรมล้วน  
ติดบ่วงตรวน ม้วนปั่น ให้ย่ำแย้  
รูปธรรม นามธรรม เป็นธรรมแท้  
อวิชา พาไปแพ้อัติตาตน

## ธรรมที่ถูกทำ ว่า ดี-เลว

อันผู้คน วนถมทำ ล่าดีเลว  
จึงเลาะเลี้ยว เกี้ยวใจ ไหลหลงแท้  
กรรมดีเลว หากเหี่ยวให้ ใจลดแล  
ไม่มีแซ่ แยะเลิกละ ชนงกัน  
การสรรเสริญ นินทา กาฝากลม  
ทำเอาคน หลงวน กาฝากแผ่  
ติดกับดัก ชักใยใจ ไหลวนแท้  
ทำเอาแพ ติดแช่กาก วิบากคน

“ไม่มีสิ่งใดคงทน เทียงแท้ แม้แต่ สรรเสริญ  
นินทา แต่ก็ทำเอาผู้คน ทุกข์แสนสาหัส  
เมื่อพระธรรมยื่นให้จงรีบรับไว้พิจารณา  
สยบอึดตาได้จึงสงบแล้ว”

อวิชชาอยู่ และกระทำไปตามอัตตา มานะ ที่ล่อหลอก  
ให้ตนหลงทาง ตาย เกิดอยู่ จึงไม่พ้นผิด จึงกระทำไปตามอัตตา  
ที่แอบแฝงด้วยตัวตน ที่เห็นครูอาจารย์ผู้บอกกล่าวธรรมณนี้ผิด  
จึงหลุดพ้นจาก อัตตา มานะ โลภะ ทิฐิ ยึดตัว ยึดตน อยู่นี้ ได้  
ยากที่สุด อีกหลายชาติทีเดียว

ตีเหตุ รู้ผิด เห็นผิด รับผิด จึงไกลออกจากธรรมณ

ตุ้ยเหตุ จม มีดมืด หินปิดปากถ้ำ

สุขตีเหตุ ไครดี-ไครร้าย

ทุกขตีเหตุ จม ไม่มีสิ่งใดจะเอื้ออำนาจ

อัตตา มีที่มา ที่คงอยู่ ไม่มีธรรมดีช่วย

มานะ เป็นลูกน้องของเทวทัต ต้องจมอยู่กับการเห็น  
ธรรมผิด

โลภะ เป็นลูกน้องของอชาตศัตรู ติดอยู่ที่ 4 ภพภูมิ

ทิฐิเห็นผิด ยึดเป็นของกู ยิ่งใหญ่ ติดกับดักอยู่กับสิ่งนั้น

ไปจาก ออกจาก รากแห่งนั้นไม่ได้

## วิชา สัมมาปฏิบัติ เป็นเช่นไร

เห็น รูปนาม เกิด ดับ เป็นอนัตตา

เห็น เกิดดับ เป็นทุกข์

เห็น เกิดดับนี้ บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นอนัตตา วิชา

รับเอาอนัตตา วางอัตตา เป็นมรรควิชา

มรรคเกิดแล้ว เป็นผลวิชา

ผลวิชาเกิดแล้ว เป็นผลสมบัติ วางอยู่ เหยยอยู่

เห็นอยู่ มีอยู่ สุขอยู่ เป็นวิชาแล้ว

ต่อเมื่อสัมมาปฏิบัติ ถูกต้อง ผู้นั้นมีแต่เดินหน้า ไม่  
ถอยหลัง ไม่ซังธรรมที่พิสูจน์ ตรวจสอบ ตรวจตรา ล้างใจ  
เอาความผิดที่ตนพอกพูนไว้นั้น จนสะอาด แห่งสัมมาปฏิบัติ  
ถูกต้องของตน เท่านั้น

จะขอบอกกล่าว กับนักปฏิบัติ ที่กำลังขัดเกลาอัตตา ให้อ่อนโยนอยู่นั้น ฟังระว่างผัสสะ 5 ช่อง ประคองธรรมที่ต้นใจ ให้มั่นคง ตั้งมั่นในพระธรรมที่กำลังพิสูจน์นั้น อย่างกล้าหาญ ต่อการทำงานของอัตตา กิเลส มิจฉา ที่เข้ามาทำให้ กระทบ รบ สู้ อยู่นั้น เข้มแข็ง อดทน เห็นธรรมจริง หาถูกต้อง ไม่กลัวต่อสิ่งผิดๆ ที่เกิดขึ้นกับอัตตา ที่ตนเองได้ก่อไว้ ทำไว้ ต่อความเห็นผิดแน่นอน ด้วยเหตุ และผลที่ธรรมพิสูจน์นั้น

**“ติดกับดักสิ่งใด ใจเท่านั้นที่เกิดปัญญา ถอดถอน”**

## ไม่ปฏิบัติธรรมพระธรรมจะนำพาได้อย่างไร

เห็นผิดพระธรรมมาหลายชาติแล้ว  
เห็นสงฆ์ผิด ผิดกับสงฆ์ หลงหลายชาติ  
เห็นรู้ผิด รับผิดชอบมาก หลากอวิชชา  
เห็นหามา ผิดคาไว้ ใช้มากมาย  
หาใจผิด ติธรรมะ พระอรหันต์  
ผิดสังฆัง ใจติสงฆ์ หลงกรรมหลาย  
หาใจผิด รับผิดชอบ ผิดให้ร้าย  
เห็นอบาย ว่ายวนทุกข์ รุกวันคืน  
หาผิด เห็นผิด ผิดใจแท้  
ติดยึดแช่ แลให้ผิด ชิดใจนั้น  
เห็นหาผิด ติดใจตน ถมมานั้น  
จงพลิกผัน หันใจจิต ผิดถูกรรม

“อึดตามิแต่ข้ออ้าง ยากนักที่จะวางได้”



## หา เห็น ใจ ที่ร้อนร้าย

งานใจร้าย ข่ายใจพาล สันดานนั้น  
งานใจธรรม กรรมดีเลว เหนียวหนักแท้  
ติดหนึ่ดใจ ให้ทนทุกข์ ทรมานแล  
งานใจแท้ แต่แ่ซ่ติด มิจฉาเดน  
งานใจร้าย หากใครล้า่ง สางลงแท้  
ไม่ติดแ่ซ่ แต่วางลด จะปลดหนี  
เป็นธรรมใจ ใครทหนอด กบฏกรรมนี้  
ให้ละลี้ หนีใครลด ยกธรรมเย็น  
ธรรมใจร้าย ย้ายใจลบ ยกใจหนี  
ใจกรรมนี้ จี้จุดดับ กลับใจได้  
ใช้ปัญญา พานำออก ลอกร้อนร้าย  
สัมมาหมาย คายให้ถูก ปลุกใจตน

ทำงานให้พระพุทธเจ้า  
มีพระธรรมปฏิบัติเฝ้าดูแล  
ได้ครูอาจารย์อบรมสอนสั่ง  
ขึ้นฝั่งได้ด้วยกำลังปัญญา  
มีสัมมาถูกต้องประคองหลัก  
มีข้อวัตร ดัดเข้าเย็น หาเห็นธรรมอนัตตา  
ตัดวางอัตตา ทำขึ้นลั่นหลง  
ชื่นชม สงบเย็น เป็นสุญญตาธรรม

**ทุกขสัจจะ**

**สมุทัยสัจจะ**

**นิโรธสัจจะ**

**มรรคสัจจะ**

**สัจจะสี่นี้** แจ่มแจ้งด้วยปัญญาธรรม

## ใจที่มีความร้อน

ใจอิสสา\* ริษยา ป้ายสี หาคความผู้อื่น เอาผู้อื่นเดือดร้อน แต่ช่อนทุกข์ให้ตนเองภายหลัง เมื่อการปฏิบัติ เจอเวทนา เจ็บปวด รวดร้าว ตื่นรน หรือเจตสิกธาตุใดธาตุหนึ่ง ส่งให้อารมณ์ใจ พวกนี้ ใจอิสสา ริษยา จะเกิดทุกกรณี เมื่อเกิดถูกเทียบเท่า หรือล้ำหน้า หรือถูกให้ความสำคัญของตน ถดถอย หรือพยายามแข่ง แต่ยิ่งแข่งยิ่งท้อแท้ จึงหันไปเอาวิธีต่างๆ ซึ่งเป็นฝ่ายอกุศลจิต มาทำร้ายให้สาแก่ใจ บางคนบางพวก ก็ไปพึ่งฤทธิ์เดช เวทย์มนต์ คุณไสยต่างๆ เอามาให้ เพื่อช่วยให้ตนเกิดการสาแก่ใจมากขึ้น

นี้เป็นใจอัตตาที่เกิดอวิชชา มีสังขารเอาเป็นไป ตามรูปแบบต่างๆ ที่ใจ มิจฉา อวิชชา เกิดขึ้นกับตน ฌมอาการออกมาอย่างบ้าคลั่ง ไม่เห็นฝั่งขึ้น ไม่มีท่าแพ อันใดรองรับ เพราะมีสักกายะมิจฉาธรรมปิดกั้น อันดี สิ่งดีมิให้เกิดกับตน จึงต้องจมอยู่กับกองทุกข์ ที่ตนเองรับรู้ กระทำ ขำใจ (เหมือนโดนหอกที่มึนแวง และไม่สามารถถอนออกได้) ให้หม่นหมองตรอมเศร้า

\*อิสสา: อิจฉา ใจอกุศล เอาให้ตาย ให้สาแก่ใจ

ใจอิสสา ริษยา จึงเป็นใจที่ร้ายร้อน ป้อนจิตมิจณา เห็น  
ผิด คิดผิดอย่างมาก อดตามีตัวตน เกิดให้แข่งดี แข่งร้าย  
ประทุษร้าย ไม่ให้เกิดธรรมฝ่ายกุศล ปิดกั้นธรรมกุศล เพราะจิต  
อกุศลตัวนี้ทำงานเต็มตัวของมัน ให้ใจตกต่ำ ดำหมอง ให้ผิด ให้  
ร้ายผู้อื่น ให้เกิดได้ความสาแก่ใจตัวนั่นเอง

ใจอิสสา ริษยา หาเคื่องเค้าน

เป็นใจแย่ง แฝงหาผิด จิตคิดร้าย

ใจอิสสา ใจกามา ใครอันตรราย

ให้อบาย ข่ายทนทุกข์ ชุกซ่อนตน

เหตุ-ผล ตนคนเดียว

จบใจของใคร

ให้อาเป็นธรรมอนัตตา

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา หา เห็น การทำงานของอตฺตา กิเลส  
ตัวตนนี้ การเดินทางใจ จะต้องได้ค้นพบทุกท่าน เพราะเป็นการ  
งานหา เห็น**ความผิด**ของตนให้มาก ค้นหาคัด วาง อตฺตา  
**สักกายะมิจฉาธรรมผิด** ของตนให้มาก

ใจธรรมนี้ ชาวสะอาต เมื่อปัญญาหา เห็น ธรรมใจขาวนี้  
แล้ว ตัดวางอารมณ์ร้าย ออกจากใจได้ ผู้นั้นจะเดินทางถูกต้อง  
หากการปฏิบัติ ละ วางไม่ได้ การเจริญในธรรมยาก ไม่มีทางจะ  
เข้ามรรค เข้าผล เพราะติดกับดักของใจ ที่จะเป็นอุปสรรคแก่  
ผู้นั้นเลยจริงๆ

หาใจ เห็นผิด จิตของอตฺตา

หาใจ ริษยา อิสสา ว่าเศร้าหมอง

หาเห็นอุปสรรค ที่ใจชอบหมักดอง

หาสิ่งที่ขุนข้อง หมองตน เท่านั้นจริง

ติดวิเศษ เหตุวิกล ผลไฉน  
ร้ายเหมือนไฟ เผาจิตใจ ใช้-คิน-เขา  
อันฤทธิ์เดช เหตุเมาทน อวดตนเนา  
ยากเข้าเฝ้า ให้เอาเหตุ เต็ดจมน  
ติดกิเลส เหตุตัวตน ทนถมเจ้า  
เอาเขม่า ขี้เถ้าไฟ มาทาพอก  
ยากชูดขัด ดัดลอกออก ขอทานรอ  
จบต้นต่อ ข้อวิเศษ เหตุก็จม  
ฤทธิ์เดช เวทย์มนต์สลาย  
มลายราบ เมื่อความเสื่อมมาถึง

## ปฏิบัติเกิดใจซึ่งธรรม

ใจ ซึ่งธรรม ธรรมยังใจ ให้อกุศล  
เคยสะสม ถาถมใจ ไว้คาหลาย  
กรรมส่งผล ดลให้เกิด อันตราย  
ซึ่งธรรมหมาย ชำยย้ายชน ถมตนจริง  
กรรมใจซึ่ง คลั่งใจเกลียด เสนียดแค้น  
เป็นใจแย้ง แรงฮัตตา มานะ นั้น  
ถูกทำผิด ผิดให้ถูก ผูกต้อรัน  
ใจซึ่งธรรม กรรมใจใคร ให้รู้ตัว  
ธรรมใจซึ่ง ชังคุกใจ ให้เคืองแค้น  
หากไม่แย้ง จะแรงรบ จะรบหมาย  
ใจซึ่งธรรม กรรมอันตราย ชำยร้อนร้าย  
ตกอบาย นามใจจม ถมตนตัว

## ใจสังขารนี้เป็นประมาณไหน (อกุศล)

ประมาณไม่ได้ อยู่ที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย รับผัสสะมากน้อย  
แค่ไหน ใจสังขารจะเกิดขึ้นแค่นั้น = กิเลสทั้งหลาย เป็นสิ่งที่ปิดกั้น  
มิให้ธรรมฝ่ายกุศลเกิด

ใจสังขาร เป็นกรรมใจ ไชอกุศล  
ผลสะสม ถมอตัตา หนาเหนียวนั้น  
ใจจงเกลียด เสนียดจิต หาผิดธรรม  
จงใจสัง กรรมรังเกียจ เรียกภัยพ-ย\*

\*พ-ย : ภัยแห่งชั้นร้ห้า หรือ รูป จิต เจตสิก



ใจเห็นผิด จิตซึ่งธรรม จำหาเห็น  
ทุกซอกเส้น เล่นซ่อนหา ยากแก้ไข  
ใจหาผิด จิตเสื่อมธรรม กรรมพาไป  
หลงทางใจ ไว้ซ่อนติด ผิดธรรมจริง  
อาการซึ่ง มิให้ธรรม นำผ่าน  
วิบัติความ จะตามค้น ตัวตนหมาย  
อารมณ์ธรรม จะยากพ้น แก่ตนได้  
ให้ซัดสาย ปลายทางธรรม ไม่นั่นคง  
อาการซึ่ง ให้ธรรมเสื่อม เลื่อนจากธรรม  
ได้ใจกรรม ไม่นำผ่าน ทางตนแย  
อารมณ์ธรรม พิสูจน์ด้าน ผ่านใจแท้  
จะยากแน่ แม้ไม่ผ่าน ด้านถึงธรรม  
เห็นผิด หาผิด พุดผิด ปฏิบัติผิด  
อาชีพผิด เพียรผิด สติผิด สมาธิผิด  
“มิจฉาเห็นรู้ผิดจึงติดกับดักอวิชชา”

ใจซังธรรม เป็นใจหาผิด เห็นผิดผู้อื่น โดยไม่โทษเหตุที่  
ตนมีใจอกุศลเกิดขึ้น ใจซังธรรมนี้ หากผู้ใดแช่เหตุ โดยไม่ยอม  
พิจารณาให้ผ่าน จะก่อเหตุให้ใหญ่หลวงกับตนไปเรื่อยๆ  
พอกพูน การเห็นผิดกับตนเองไปอีก กดข่ม อมทุกซั้ไว้ ไม่ยอม  
เปิดเผย หรือไม่ยอมพิจารณาดับเหตุ นั้น จะก่อตัว ก่อตนไป  
เรื่อยๆ

**“ข้อธรรมที่ละเอียดแห่งใจอกุศล  
ของงานวิปัสสนา คือ ใจซัง”**

## นักปฏิบัติ

ด้านที่อันตราย พระธรรมปิฎกจัน คือใจซึ่งธรรม ซึ่งบุคคลผู้มีธรรม ซึ่งเกิดขึ้นด้วยอารมณ์ อิสสา ริษยา ในคุณความดีของผู้อื่น อตตาทกิเลสที่ละเอียดที่สุด ไครตกหลุมพราง ผู้นั้นยากที่จะถอนอตตาทออกพ้นได้ เพราะใจอกุศลจะทำงานขวางกั้นมิให้ทำงานฝ่ายดีได้ กุศลธรรมจะนำพายาก แม้แต่จะมีคำพูดหรือการกระทำ เพื่อลบการพุดผิดให้เป็นถูก นักปฏิบัติควรตั้งมั่น การหา เห็น ใจผิด อิสสา ริษยานี้ ต่อไป

ใจซึ่งคน ตนซึ่งธรรม  
จึงไกลพระธรรม เสื่อมไปจากธรรม

ลบหลู่ ดูถูก คุณท่าน  
สำคัญตน วนอวด นั่นนี่  
ติดกับดัก กับพญา อตตาทัน  
จมกับหนี้ มานะชี้ มรณัง

## ผู้เห็นธรรมผิด

ธรรมอริยะที่กำลังปฏิบัติกันอยู่นี้ คือตัวตน อัตตา มานะ โลภะ ทิฐิ นี่เป็นธรรมของพระอริยะ พระอรหันต์ ที่ท่านนั่งหา เห็น จนท่านบรรลु ตัดฆ่า อัตตา กิเลส ตัณหา ให้ตาย เตียน จนเกิด สัมมาสัมพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่นตน หายหลงทางตน คือเหตุทำให้ตนพ้นทางตาย-เกิด จากมิจฉา อวิชชา ทั้งหลาย

เป็นผู้ปลดเปลื้องความเห็นผิด รากเหง้า เจ้าอวิชชา ทั้งหลายออกจากวงจร เหตุผิด รับผิดชอบ กันมานี้ ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ควรคำนึงถึง ครู อาจารย์ ที่ท่านได้นำเอาวิชา ที่ท่านได้หา เห็น มาก่อน ได้ปัญญาของพระพุทธเจ้า และได้มาบอกกล่าว เพื่อสานต่อวิชา ของพระองค์ท่านนั้น

พระคุณท่านนั้น อันหาที่เปรียบไม่ได้ เพราะธรรมะของ พระอริยะนั้น เป็นธรรมที่ถูกต้อง หลังจากผู้้นั้นได้หาเห็น สิ่งที่ถูกต้องนั้นแล้ว จึงไม่เป็นผู้กระทำผิด เพราะพระธรรมที่เป็น วิชา สัมมาถูกต้องนี้ เป็นผู้ปราศจาก อัตตา มานะ โลภะ ทิฐิ แล้ว จึงดำเนินไปสู่ที่ชอบ และดำเนินไปตามเหตุผลที่ตน ประกอบ เพื่อผู้อื่นอีก

“ผู้เห็นธรรมผิด เห็นบุคคลผิด จึงประกอบมิจฉา”

## ผู้รู้ธรรมผิด สอนธรรมผิด

มานะ เป็นจ้าวจอมที่ยิ่งใหญ่ เมื่อตัวการมันทำงานแล้ว ยากยิ่งที่จะทำให้มันลดลง การมีหัวโขน ตำแหน่งหน้าที่การงาน ที่ยิ่งใหญ่ด้วยแล้ว เป็นนั่นนี่ เราเป็นนั่นนี่ เป็นเราดีได้ ทำได้ เป็นได้ สร้างได้ ยิ่งใหญ่ ยังมีผู้มายื่นให้ ไม่พิจารณาก่อนรับมา ด้วย แล้วจะสวมทันที เอามาครอบไว้แล้ว อวดตน มีตัว เปรียบเทียบ ดีเสมอ ลบหลู่ ดูถูก ดูแคลน สิ่งที่คุณอื่นทำได้ไม่ดี เหมือนตน จึงต้องจมกับการทำงานของใจมานะเข้าไปอีก ติดอีก มีคนอื่นมาบอกกล่าว ไม่ยอมอีกที่จะพิจารณาฟังเหตุ ฟังผล นี้เรียกว่า รู้เห็นธรรมผิด จิตมานะ เราเป็น เป็นเรา ทำร้ายแล้ว

**ผิดธรรม ชังธรรมอริยะ**

**ได้รับกรรมอย่างไร**

**เพียรปฏิบัติเช่นไร**

**ถึงไม่ผิดใคร ใจธรรมอริยะ**

## เมื่อมิจฉาธรรมปิด

ธรรมะฝ่ายดี ถูกต้อนั้น ถูกกั้นปิดด้วยเหตุของ  
 อตตาท่าที่มีกิเลสครอบอยู่ เห็นอยู่ รู้อยู่ แต่เห็นถูกเป็นผิด  
 ฟังอยู่ แต่ได้ฟังแต่สิ่งถูกเป็นผิด ปิดกั้นมิให้เห็นธรรมผิด  
 เป็นถูกต้อง เห็นธรรมผิด รู้ธรรมผิด รับธรรมผิด พุดธรรม  
 ผิด ได้ธรรมผิด เป็นคนเห็นผิด มีสักกายะปิดกั้นแล้ว ดู  
 เหมือนจะเข้าใจ แต่พอปฏิบัติไม่ได้นี่ เป็นมิจฉาปิดกั้น  
 อตตาท่าตัวตน มีตัว มีตนปิดกั้น สำคัญตัว สำคัญตน  
 ปิดกั้น อวดตัว อวดตน ปิดกั้น มิจฉาธรรมปิดกั้น มิให้ใจ  
 กุศลเกิด

## ธาตุชั้นนี้มียุตราบนั้นจะ

อดทน อดกลั้น ต่อการถูกพิสุจน์  
กล่าวหาญต่อญาณ สัมมาปฏิบัติถูกต้อง  
เข้าแจ้งข้อวัตร พระธรรม บริสุทธิ์ของพ่อ  
เดินหน้า ฝ่าด่านใจต่อไป ด้วยพลัง  
ศรัทธาต่อพระธรรม วิริยะต่อตนเอง  
ตั้งมั่น พร้อมก้าวไป ให้ข้ามฝั่ง  
กับังาน ทิ้งใจ เพื่อเหนือใจ  
ธรรมอุทิศ จิตถวาย กายธรรมธาตุ  
อุทิศรอก กากอัสตา ที่คาเหง้า  
ยื่นเนื้อหนัง วังเนาเหม็น เอ็นเส้นเพลลา  
ไสยวงเฝ้า เขย่าธาตุสี่ ตีวีวัน  
อุทิศธรรม นำถวาย กายธาตุนี้  
วิบากชี้ มีหนทุกข์ ชุกซ่อนจิต  
เจตสิกป่วน ล้วนทรมาน ขับขานขีด  
ยื่นอุทิศ จิตถวาย ได้อันตตา

## นักปฏิบัติ

ต่อเมื่อตาปัญญา หา เห็น สภาพสภาวะ ที่บังคับบัญชา  
ไม่ได้นั่น จิตอกุศล หรือการทำงานของอัตตานั้น จะเข้ามา  
แย่ง รั้งความไวमानะ จะมีเราเข้าไปจัดการนั่นนี้ ทั้งที่ไม่ใช่เหตุ  
ของตน แต่ไม่อดทนต่อสภาวะ จึงเดินเข้าไปหาเหตุ จึงได้รับ  
เหตุ เป็นเหตุ เข้าไปหาเหตุ หากกระทบกัน เหตุการณ์ต่าง ๆ นั้น  
จะทุเลา เบาบางลงบ้าง นักปฏิบัติ ควรระวังกับใจที่ละเอียด  
ของอัตตา มานะนี้ ให้พิจารณาให้มาก

อันเรื่องตน วนเห็นเหตุ แต่ไม่หา  
จึงไปคา หาเห็นผิด จิตของเขา  
มีเรื่องตน แต่โดนเหตุ มิเข็ดเอา  
เรื่องมีเขา เอาเป็นเหตุ ยากเข็ดตน  
ความผิดตนเอง ไม่เห็นหา  
ไปค้นหา ความผิดผู้อื่น  
เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อัตตา  
จิต ปุ ฤ หนา มีอัตตาพูนพอก



ใจที่หาเห็นผิดกับคนอื่น ทั้งที่มีใจเรื่องของตน ต่อเหตุ  
 ของตน เป็นใจอกุศล จิตที่พอกพูนการทำงานของอตตตา โดยไม่  
 พิจารณาธรรม เอาฝ่ายกุศล ฝ่ายดีมาตัด มาขัดบ้าง พอกพูน  
 การปรุงแต่ง ให้จิตมีจณาทำงานเพิ่มขึ้นไปอีก จนแก้ไขไม่ได้ ไม่  
 ทันทต่อเหตุการณ์ ไม่ทันระวังตัว หรือยับยั้งอารมณ์ไม่ได้ ใจที่  
 อยากรู้เรื่องของผู้อื่นมีมากมาย ปรุงแต่งจนได้เรื่องผิดๆ รับรู้มา  
 ผิดนี้ นักปฏิบัติควรระวังให้ดี จะทำให้พระธรรมที่ปฏิบัตินี้  
 เสื่อม เพราะลึงเลสงสัยมากมาย จนฟังชานอย่างหนัก นั่งปฏิบัติ  
 ต่อเนื่องไม่ได้ พิจารณาจตจ่อไม่ทัน และเจอต่านซึ่งธรรมเกิด  
 ขึ้นกับจิตใจของตนต่อไปเรื่อยๆ

ใจที่หาผิด เห็นผิด รับรู้ข่าวข้อมูลมาแบบผิดๆ นี้  
 สามารถทำให้เข้าร่วมกับอตตตา มีจณาผิดไปด้วยกัน ร่วมกัน  
 ทำงาน สะสมอารมณ์ เข้าคลุกเคล้าร่ำใจไปอีก นักปฏิบัติจะ  
 เจอธรรมข้อที่ละเอียดแห่งใจต่อไป

**“จงหยุดเห็นผิดผู้อื่น จงค้นหาผิดตนเอง”**

## ผู้ที่กำลังปฏิบัติธรรม หา เห็น อนัตตา

ปลุก ตันกล้า ให้แข็ง แกร่ง

ปลุก ด้วยแรง ที่หาญกล้า

ปลุก ตันธรรม อนัตตา

ได้ตันกล้า นาเคเรือแสน

### ต้อง...

ต้องตัดล่า รากกล้าที่เนาเหม็น

ต้องล้างเข็น เต็มด้วยปัญญากล้า

ดึงรากเหง้า เอาหน่อเนื้อเกลื่อนน้ำทา

ได้สัมมาตาเห็นถูก ชุต จิต จริง

ใจหาผิด ไว้เห็นผิด ตีผู้อื่น

จึงขมขื่น ขึ้นใจตน ทนยึดหนอ

ใจเห็นผิด ให้หาผิด ตัดใจจอม

ต้องหม่นหมอง ครอบหอบไว้ ใจตนเอง

ให้อภัยกันได้แล้ว กับสิ่งที่เคยทำกันมา

หากไม่อภัยในชาตินี้ ต้องกลับมาใช้หนี้กันต่อไป

อันลาภยศ กบฏเกียรติ เสนียดน้น  
เสมือนวัง ชังเอาคน ร้อนรนแยะ  
สรรเสริญสุข รุกนินทา ระอาแท้  
เสมือนแครง แพ้แกว่งน้ำ กามคุณใจ

...จิง...

จิง หยุดฟัง ชังเรื่องราว ชาวผู้อื่น  
จิง ตื่นตน ทนเดินใจ ไปข้ามด่าน  
จิง หยุดมอง ของบูดเน่า ฝ้าข้างทาง  
จิง หยุดถม ขนสะอาด ถางตนเอง  
จิง ถามใจ ที่มันตื่น วังผู้อื่น  
จิง รีบพื้น ตื่นวางเขา ไม่เข้าหาม  
จิง หยุดประกอบตน พันทุกข์คา  
จิง เร่งหา สุกัญญา กลางธรรมใจ

## จรรยาวั้ง

จรรยาวั้ง กรรมเหตุ-ผล ตนเดินทาง  
หากประมาท จะพลาดพลั้ง รั้งตนแย  
ให้ระมัด รัตรระวั้ง ยั้งตนแพ้  
กิเลสแล ตัณหาหลาก รากภัยจริง  
จรรยาวั้ง แรงที่เดิน เกินหลงนั้น  
เนินหลงรัก จัดเกลียดชัง วั้งทุกขั้ยิ่ง  
เพียรปลดวาง ทางกรรมเหตุ-ผลเกิดจริง  
ตัดดับสิ้น ทิ้ง-วาง-ลด ปลดตัวตน

เถลไถล ลื่นใจ ติดใครโลก  
โทสะ โมหะ โลภะ โปก วิปโยคเน  
อันใจสัตว์ วัตตน วิกลแท้  
กับดักแค้ ใจแพ้โลก ต้องโศกตรม

การงานบานเท่าไหร  
ธรรมฟุ้งซ่านใจมากเท่า นั้น

มีสิ่งใด ในโลกาคนนี้  
ยังหยุดหยิ่งขงหนี ทุกขเวทนานั้น  
ยากจะหาปัญญาเห็นทุกขังกัน  
จึงทนคลั่ง ขงหนีไว้ ชีใจตัว  
สุข - ทุกข์ นั้น เป็นเวทนา  
ดี - ร้าย นั้น เป็นเวทนา  
ทั้งดี ทั้งร้าย ทั้งสุข ทั้งทุกข์ นั้น  
ดับลงก็เป็นอนัตตาแล้ว  
ที่ไม่มีเรา ไม่ใช่ของเราแล้ว  
เวทนามก็ไม่เอาแล้ว เช็ดไหลาบแล้ว

ต่อเมื่อติดแช่อยู่ทั้งทุกข์ ทั้งสุข ทั้งดี ทั้งร้ายเหล่านี้  
แล้ว จึงยากที่จะหา เห็นทางขึ้นฝั่งได้ จึงลอยเคว้งคว้างเสมือน  
แพที่โคนเหียงด้วยคลื่นน้ำเชี่ยวกรากนั้น

ความร้าย-ดี มีอยู่คู่หมู่โลกา  
มานะล่ำว่า ทำดี-มีร้ายแท้  
พญาชั้นธ์ คลั่งแรงเร้า เอากุแยะ  
ทั้งร้ายแล ทั้งดีแน่ แคร่ทับคน  
กระทบกรรมซ้ำ ธรรมใด  
ใจซึ่งใคร ให้เกิดขึ้น  
อารมณ์ทนข่ม อดฝืน  
คล้ายกับคลื่น ฟืนมहिมา  
กระเทือนธรรมหยั่งซ้ำใคร  
จระงับหยั่งซึ่งใจ ไฟดับสิ้น  
หมดมอดไหม้ ไฟตัดเชื้อ เรือร้างหมื่น  
ดับกรรมทิ้ง สิ่งเคยรัง พังออกไป

กระทำเหตุสิ่งใดก็ตาม ล้วนด้วยเจตนา จิตเจตนา  
ล้วนเป็นกรรมกระทำทั้งสิ้น เจตนาถูกต้องล้วนแล้วด้วยการ  
พิจารณา เจตนาผิดนั้นล้วนกระทำด้วยอกุศลจิต

จิตเจตนาถูก - ผิด ล้วนเกิดจากใจ จิตใจหากเป็นคุณ  
เจตนาดีนี้เป็นกุศล ต่อเมื่อจิตใจเป็นเจตนาอกุศล ล้วนเกิดให้  
โทษมหันต์ที่สุดแสนทรมาณที่สุด

มิจฉาผิด จิตจมหลุม

อิสสามูล สุขุมใจคลั่ง

อกุศลกรง หลงมนต์ดำ

**ให้เปรียบดั่งแมงมดนั้นขังเนื้อเนา**

จิตอกุศล พิกลการ พาลใจนี้

ให้สังขี มีหนีใช้ ไวกกรรมสาม\*

จิตอกุศล ผลให้เหตุ ทรมาณ

จอมระราน มารณใจ ให้ร้อนจริง

อารมณ์ร้ายนี้ มีแสดงอยู่ในตัวตนนี้ มีทั้งหยาบ

ละเอียดคละเคล้า เขย่าใจอยู่ทุกเวลา

**\*กรรมสาม** : มโนกรรม วจีกรรม กายกรรม

## ธรรมะ

เจตนาล้วนท่วมท้นล้นเกิดจากใจ จิตใจเมื่อเป็นคุณ  
กุศลดี เจตนาดีมีกุศลหนุนเนื่อง เปรื่องปราศัญ เจริญธรรม  
ยิ่งขึ้น ทวีคุณยิ่งขึ้น ต่อเมื่อใจจิตเข้าร่วมอกุศลร้าย ล้วนเกิดให้  
โทษมหันต์ที่แสนเจ็บปวดทรมานที่สุด

กรรมใด ใครก่อไว้ ด้วยเจตนา

เหตุนำพา เช่นไร ใครประสงค์

ผลประสพ รบหรือดับ รับหรือลด

ยอมจำนน หรือถมใหม่ ใจเท่านั้นที่รู้



เมื่อเหตุนั้นมีอยู่ ผลนั้นจึงเกิดขึ้นอยู่  
เมื่อเหตุดับไป ผลจึงดับไปเช่นกัน  
เมื่อเหตุมีอยู่ แต่ผลยังไม่ดับ  
จึงติด , ค้าง , คา , แขง อยู่ต่อไป ของผู้นั้น  
ต่อเมื่อปัญญาฉลาดแล้ว รู้เห็นเหตุผลแล้ว  
ยอมดับเหตุ ผลจึงไม่เกิด  
เห็นเหตุตน ถมผลไว้เช่นไร  
จะคืน-ใช้-ไว้-ซ้ง-อยู่-ดับหรือไม่  
เหตุ-ผล ธรรมค้ำ-ให้-เห็น เช่นของใคร  
จะเร่งจบหรือก่อไปใหม่ ให้เหตุและผล

ง่าย...ง่าย เมื่อทุกคนยอมปล่อยตัวตน แต่ต้องค้น  
ค้นหาที่ใจ จงพยายามดับเหตุ ด้วยการนิ่งก่อน ไตร่ตรองเหตุ  
และผล แก้ไขได้ควรแก้ไข ปรับปรุงได้ควรปรับปรุง ดับเหตุ  
ดับผลได้ด้วยปัญญา ไม่มีเหตุ ผลยอมไม่มี ควรดับเหตุเสีย  
ไม่ว่ากรณีใดๆ

ตัวตนอตัตา มี 1. หัว 2. แขนสองข้าง 3.ขาสองข้าง 4. ตัว  
 หากอตัตา + มิจฉา+ทฐิ มีมานะ ของกู เป็นกู เป็นหัว เป็นตัว  
 แขนกู ขากู หนักที่ เรียกว่าตัวตน มีตัวตนกู เป็นกู เป็นของกู  
 มานะมีทั้งข้างนอก ข้างใน โลกะ เมาวัง ไม่รู้จักอิม จักเปื้อ  
 จักพอ ทฐิเห็นผิด รับว่าเป็นเรา ของเรา เราเป็นนั่นนี่  
 ไม่รู้จักอิม จักเปื้อ ยึดไว้ กำไว้ ตระหนี่ ถอนออกไม่ได้

คนโลก อตัตา บัญญัติ มักจะวัดผลกันที่อายุ , ชั้น,  
 วรรณะ,พรรษา จึงถูกปิดกั้นดวงตาปัญญาที่หาเห็นธรรม  
 ปรมัตถ์นี้ ยากที่จะเห็นถูก เมื่อปัญญาธรรมไม่เปิด อตัตาจึง  
 ถูกห่มปก ครอบคลุมไว้กับการเห็นผิด รับผิด พุดผิด หาเหตุ  
 ผิด เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อตัตาพักผ่อน นอนหลับชั่วคราว  
 ต่อเมื่ออตัตาฟื้นตื่นขึ้นมาแรงร้ายหลายเท่าตัว ยากนักที่จะเห็น  
 ตัวตนนี้ เวลาที่แสดงตน วนหาเรื่องต่อไป

## อัตตานอนหลับ ผักผ่อนชั่วคราวเป็นเช่นไร?

คิดว่าตนเองจบงาน คิดว่าตนเองได้ธรรม คิดว่าตนเอง  
เกิดมรรคเกิดผล เมื่อมีความคิดอยู่ ผักผ่อนแน่นนอน ใจหลับ  
เลี้ยง, ใจเกีย่งงาน, ใจเกียจคร้าน, ใจเบื่อหน่าย, ใจท้อแท้, ใจหา  
เหตุหาเรื่อง, ใจอวด ใจอ้าง ทั้งหลายเหล่านี้ นอนหลับอีกแล้ว  
ใจอัตตาถูกกดทับ หลับอยู่บ่อยๆ อย่างนี้ อันตรายธรรมที่เป็น  
กรรมอันตรายต่อผู้อื่นและตนเอง เพราะมีหน้ามีหลัง มีหวังได้  
หวังเด่น หวังเกียรติที่จะตามมา อัตตา มานะ โลภะ ทิฐินี้ จะ  
ยังนอนหลับต่อไปเรื่อยๆ มีกำลังต่อเติมเรื่อยๆ เสริมตัวตน  
เรื่อยๆ ไม่กลัวอันตรายที่จะเกิดขึ้นต่อตนเองเลย

เมื่อปัญญาเดินทางเข้าสู่การไม่มีตัวตน เขา-เรา ไม่ยึดถือเอาแขนขา ตัว หัว เอาเป็นเรา หรือของเราในสภาวะสิ่งจริงนี้ ให้ยอมรับกับสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ยอมรับกับสภาวะที่บังคับบัญชาไม่ได้ ยอมรับกับการปรับปรุงตนเองต่อสภาวะเหตุการณ์นั้นๆ ที่เกิดขึ้นนั้นอย่างบังคับไม่ได้

เมื่อได้อยู่กับการไม่มีตัวตน นั่นคือสิ่งที่มีคุณค่า นั่นคือธรรม เมื่อไม่มีตัวตนของกูนี้ นั่นแหละสิ่งที่มีค่าที่สุด ธรรมดาใจที่สุด ไม่ธรรมดาในสายตาผู้คนสุดๆ ในธรรมชาตินี้ เป็นอนัตตา ที่ไม่มีเรา ไม่ใช่ของเรานี้ ให้เข้าใจเถิด

## อนัตตา

ไม่มีตัวตน ไม่มีเรา ไม่ใช่ของเรา

บังคับบัญชาไม่ได้ 1.จิต 2. เจตสิก 3. รูป 4. นิพพาน

สุญญตา เป็นปรมัตถ์ธาตุ ปรมัตถ์ธรรม

เจตสิก สภาวะเจ็บปวด หนักแข็ง ร้อนหนาว ซึมซับ

จับต้องไม่ได้ บอกไม่ถูก ศูนย์รวมอยู่ที่ใจเวทนา

เมื่อเกิดตาปัญญาสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ

หา เห็น สัจจะจริงนี้

## ใจ

เมื่อใจทุกข์เกิดขึ้น จิตรู้สึกก็หมองหม่นตามอารมณ์  
 ท้อแท้ เหนื่อยหน่าย เกิดตามมาร่วม สังขารนี้ไปตาม  
 ความรู้สึกร้าย-ร้อนใจ มาท่อมทวิคุณ เปื่อสภาพตรงนั้น ตรงนี้  
 เหตุนั้น เหตุนี้ คนนั้น คนนี้ ที่ทำให้ตนเป็นทุกข์ จึงเป็นการ  
 โทษผู้อื่น เห็นผิดกับการมีตัวตนเกิดขึ้น อย่างนี้ ๆ กับตนเอง  
 นี้เป็นอิตตาทั้งสิ้น

ใจสุขที่มีอยู่น้อยนิด ควรป้องกัน  
 ใจทุกข์ที่ถูกถาโถม อย่างมากมาย  
 จงตั้งมั่น ฟันฝ่าใจ ที่ใคร่สุข  
 หลุมโมหะ พ-ยโทสะ โลภะเผา  
 ตัดฆ่าทิ้ง ลิงตัวตน จมเขา-เรา  
 ปัญญาเผา เขม่าค้นหา มิจฉาใจ  
 เห็นใจเกิดที่ตายนั้น ก็คืออยู่  
 เห็นใจตาย ที่ไม่เกิดอีกนั้น จะดียิ่ง  
 เห็นใจยังเกิด ๆ ตาย ๆ อีกนั้นทุกข์แท้  
 เห็นใจไม่เกิดไม่ตายแท้ ๆ จะไม่สุข  
 และไม่ทุกข์ นั่นคือยอมวางแล้ว

## ข้อธรรมบางข้อต้องกล้าเผชิญ

ทวนกระแสใจ หรืออึดตาย่างกล้าหาญ ดับเหตุ  
ดับผล พอดี - ตรง - รวดเร็ว ด้วยปัญญา สัมมา วิชชา ธรรม  
อนัตตาทิถึงที่สุด ต่อสัตว์ บุคคล ตน เขา สถานที่ นั้น ๆ  
สิ่งที่ทำผิด พุดผิดไป ให้ยอมรับ  
จะระงับ ดับภัย ไปพ้นแท้  
เหตุใดผิด ผลก็ผิด ติดตามแน่  
หยุดติดแช่ แค่วางเหตุ ผลก็ดับ  
อยู่เย็นๆ เป็นนิงๆ จะยิ่งพ้น  
เพราะเหตุผล ดลธรรมเย็น เห็นนิงๆ  
ธรรมอยู่เย็น เว้นทุกขัง หวังใครทิ้ง  
อยู่เย็นยิ่ง อิงธรรมญาณ ตามอยู่เย็น

## ติดตาม หา เห็น

ธรรมส์จจะทุกข์ที่เป็นอยู่นี้มีจริง มีให้ทุกภพภาวะจิต  
เกิดรู้สึกตามเป็นจริง แสดงถึงสุดขั้นธรรมดา อดสูถึงที่สุด  
เหี่ยวแห้งแล้งกำลังที่ตั้งมั่น ยากที่จะมีความอดทน ถึงการที่  
ได้รับทุกข์ทางใจนั้น ยากนักที่จะนั่งมองมัน พิจารณาสภาพที่  
มันเกิดทุกข์นั้นได้อย่างนิ่งๆ ยอมรับมันเงียบๆ ในขณะที่  
สภาวะเกิดขึ้น ยากนักที่จะวางความรู้สึกตัดขาดการรู้สึกนั้นได้  
อุปสรรคงานใจ ยากที่จะผ่านพ้น เพราะทนอดต่อสภาพ  
สภาวะของใจนั้นไม่ได้

ง่าย... ง่าย... เมื่อยอมปล่อย ภู  
อดทนให้ได้ ที่ต้องค้นหาที่ใจนั้น

## การเดินทางใจ เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า

เมื่อรู้เหตุ เห็นผลที่ได้มาชัด ล้าง คราบเน่า เขม่าควัน แห่งอารมณ์กามาทั้งหลาย ที่ฝังรากลึก ที่เต็มไปด้วยจิตใจที่ เห็นผิด รับผิด รู้ผิดนี้ มากมายกายกองกับงานปฏิบัติ หา เห็น ใจเวทนา ที่เกิดทับถมมานับนั้น นี่คือหลักของการปฏิบัติธรรม อย่างจริงจังแล้ว สำหรับผู้ที่ต้องการออกจากวงจรทุกข์ ที่ขง เวทนาอยู่นี้ อย่างมีใจที่ตั้งมั่น อดทน ที่จะยอมปิดเป่าภัยทุกข์ ยากที่ตนก่อไว้ กองไว้ ทับถมไว้เสียโดยเร็ว ภัยร้ายนั้น อารมณ์ด้การทำงานของอตตาทั้งหลาย นี่คือภัยร้ายทั้งสิ้น

กับการเดินทางเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ พระธรรมจึงนำพา ให้รับแรง ตัดกระแสใจที่มีความร้อนร้าย-หยาบ-หนา-หมองหม่น ถาถมด้กกำลังของภัยที่ก่อตนอตตาขึ้นมานานนับไม่ถ้วนนี้ โดยเร็ว ด้การหา เห็น สภาพสภาวะที่ไม่ใช่เรา มีใช่ของเรา บังคับบัญชาไม่ได้อยู่นี้เสีย ออกจากกรงขัง วังของทุกข์เวทนา หรือวังของอตตา ที่หา เห็นผิด จนเห็นถูกกับจิตใจตนเอง การ กระทำของตนเอง ทั้งชั่ว ทั้งดี มีเวทนาต้อนรับอยู่ทุควีวัน อยู่ อย่างอนตตา ปลอด วางเป็นธรรมอนตตา วางใจรู้ ใจรับนั้น เป็น ธรรมอนตตาอยู่ทุกขณะจิต ขึ้นชื่อว่าได้ถวายนอนตตา ถวายด้ด้วยอตภาพธาตุขันธ์เป็นทานที่ได้ถูกอุทิศกับรากเหง้าเจ้า อวิชชาทั้งหลายนั้นจริงแท้ ในการเจริญปัญญา ธรรมะปฏิบัติ



อย่างเท่านั้น ด้วยขันติ ด้วยสมาธิ ด้วยวิริยะ ทุกฝืนแก้ แห่งงานปัญญาตัด ดับอัตตาทิฐิทั้งหลาย

การเวลาช้านานสำหรับผู้หายใจทิ้งโดยเปล่าประโยชน์ ไร้สาระต่อการปฏิบัติธรรม ปฏิบัติตน มัวเสียเวลาต่อการเดินทางที่ติดค้างอุปสรรคต่างๆ นานานั้น นับว่าคงมีชาติต่อไป อีกกรรมัง ภพชาตินี้ สภาพจิตใจที่ลุ่มหลง จมโหมะอยู่อย่างนี้ ก้นมานานนับ สลับกับอารมณ์โมโห เกรี้ยวกราดมาตามติดอีก จอมอึดตาก็เหนียวให้ติดกับดักอุปสรรคต่างๆ นานา มนุษย์เอ๋ย หาทางพ้นไม่พบเลย

วันเวลาก็ผันตามติดอย่างรวดเร็ว สลับสับเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา ชังใจอยู่ตลอด ยากหาทางออกหรือค้นพบ เมื่อเวลามาถึง บุคคลนั้นจะรู้ถึงคุณค่าแห่งธรรมที่จะยังนำพาก้าวไปยั้งฝั่งอันไกล พ้นไปจากวิญญูะสงสารนั้น บุคคลนั้นจะรู้สึก เสียตายกับกาลเวลาที่เสียไปโดยเปล่าประโยชน์ทีเดียว

กว่าสภาพสภาวะบริสุทธิ์

ให้ถึงจุดวิมุตติ\* วิจิตรแท้

ถึงธรรมทน พ้นเวทนา สุข ทุกข์แล

จนเอื่อมแยมี่แช่บ่วง ตรวนใจจริง

\*วิมุตติ : หลุดพ้นแล้ว

ถึงแม้จะถูกพิสูจน์ธรรม ตรวจสอบการกระทำเท่าไร  
 ใจจิตไม่หวั่นไหว ไม่แข็งต้าน ค้านเอาความใดๆ มาสู่มไว้ ให้  
 เกิดการร้อนร้ายป้ายยอกุศลใดอีก นี่คือผลของการปฏิบัติขัดเกลา  
 เนื้อร้ายของอตัตา มานะ โลภะ ทิฐิในการงานที่ทำให้เป็น  
 อันตรายแห่งตนอีก ยิ่งก้าวผ่านกับดักได้ ยิ่งถูกตรวจสอบ ยิ่ง  
 เดินขึ้นเหนือใจยิ่งขึ้น ยิ่งต่อต้านกระแส ยิ่งไร้ใจ ไม่เกาะเกี่ยว  
 ยิ่งเดียวดาย นี่เป็นธรรมที่จะมุ่งเดินทางไปให้ถึง ผ่านอุปสรรค  
 ผ่านอารมณ์ ที่ทั้งหยาบ ละเอียดเข้าไปอีก ถึงเบื้องสุด

เดินเข้าไปสู่การไม่มีตัวตนเขา เรา ไม่ยึดถือเอาเป็นเรา  
 หรือของเรา ในสภาวะสิ่งจริงนี้ ให้อยอมรับกับสิ่งที่เปลี่ยนแปลง  
 ได้ ยอมรับกับสภาวะที่บังคับไม่ได้ ยอมรับกับปรับปรุงตนเอง  
 ต่อเหตุการณ์นั้นๆ เมื่อได้อยู่กับการไม่มี นั่นคือสิ่งที่มีคุณค่า  
 เมื่อไม่มีอตัตานั่นแหละ สิ่งที่มีค่าที่สูงสุด

ไม่พยายามก็ไม่ถึง

ไม่ถูกดึงไว้ ใจก็ถดถอย

ไม่กล้าเผชิญ ก็จจะซ้ารอย

ไม่ทนก็พลอย ใจน้อยต่อไป

ก้าวไปให้ถึงซึ่งธรรมอนัตตา ระหว่างทางเดินไปศรัทธาใจไว้  
 ธรรมอนัตตา กล้าหาญ แกร่งแข็งขันกับธรรมถูกต้อง ประคอง  
 ธรรมไว้ อนัตตาที่ต้นใจ

## จงปฏิบัติ

วันนี้ควรมีความพยายาม

เพื่อวันพรุ่งนี้อาจจะซ้ำเสียแล้ว

สิ่งที่มองไม่เห็น จึงเป็นสิ่งที่เชื่อยากแท้ สิ่งของใด ใจไม่  
เชื่อนั้น แต่เป็นทองหล่อฟ้าซีริว สิ่งของ ชั้นธันต้องหอบหัว  
นิ้วธาตุนี้ชี้ตุ่มชุมทองคำ ขอทานเป็นชุมคลังก็ยังมี โฉนคนมั่งมี  
แบกหนี้จนล้มละลาย

มากี่มามีมือเปล่า ไปก็ต้องเป็นอย่างนั้น ให้ตระหนัก  
ให้มาก ถึงความไม่จีรังยั่งยืน เพราะมีการเกิดขึ้น ดับไปเมื่อถึง  
เวลา จงฝึกวาง ฝึกยอมวันนี้เสีย โยมเอ๋ย

สิ่งที่เชื่อยากคือ สิ่งที่มองไม่เห็น จะให้ใครมาเชื่อกับสิ่ง  
ที่มองไม่เห็นนั้น ก็ยากมาก ผู้มีปัญญาควรตรึกตรองก่อน  
เพราะบางทีสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมเป็นของเฉพาะตน เห็นรู้ด้วย  
เฉพาะตน บอกกล่าวไม่ได้ จึงยากที่ให้ใครมาเชื่อถือ แต่สิ่งที่  
ไม่เชื่อถืออะไรง่าย ๆ เป็นสิ่งที่ดี ตรงกับคำสอนของ  
พระพุทธเจ้า ต้องผ่านการพิจารณาก่อนถึงเชื่อนั้น

จะเชื่อถือตนเอง เป็นเรื่องยาก

จึงลำบาก ยากจะเชื่อ เรื่องอื่นเขา

คนโลกนั้น เชื่อมั่นกัน ตำตาเอา

ชนธรรมเขา เอาปัญญา พาเชื่อจริง

การวาง ลด ปลด อัดตา ไม่ถึงขั้นต้องมาบวช อย่างที่  
 เข้าใจกันอย่างผิด ๆ โสดาบันเช่นนางวิสาขา มีลูกหลาน มี  
 ครอบครัวอยู่ มีการพิจารณาหา เห็นอยู่ ตั้งมั่นต่อพระพุทธ  
 พระธรรม พระสงฆ์ อนัตตาอยู่ มีสัมมาวาจา มีสัมมากัมมันตะ  
 มีสัมมาอาชีวะ ประกอบอยู่ ศรัทธาทานอริยะอยู่ไม่เสื่อมถอย

### วัดคือที่ทำงานออกจากทุกข์

การตัดฆ่าอึดตา ยืน เดิน นั่ง นอน อยู่ตรงไหน ไม่ว่า  
 ที่บ้าน ห้องน้ำ ห้องครัว ห้องนอน เป็นวัดได้ทุกที่ ที่มีปัญญา  
 หา เห็น ที่มีของทุกขสิ่งนี้ ทำงานได้ทุกหนทุกแห่งของวัด  
 ธรรมะมีในรูป นาม ทุกขสิ่งเป็นธรรมะ เมื่อปฏิบัติรูป นาม ได้  
 นั่นคือปฏิบัติธรรม ธรรมะเป็นจิต เจตสิก อนัตตา สุญญตา  
 นิพพานนี้ เป็นธรรมะ ในรูปนามนี้ หา เห็น ในรูปนามนี้ เป็น  
 สิ่งจริง อันหาที่ผิดไม่ได้

ปัญหาที่ได้จากการปฏิบัติ จึงแยกแยะชั่ว ดีได้ ส่วน  
 สัมมาเห็นถูก มิจฉาเห็นผิด จะคัดกรองหรือไม่อยู่ที่การ  
 พิจารณา กับสิ่งที่ปัญหาต่อเนื่องอยู่กับการพิจารณาสภาวะ  
 จนวางได้กับอารมณ์ดี-ร้าย นั้น จึงดับไปตามกาลเวลา และ  
 สังเกตดูว่า สิ่งที่ไม่เอากลับได้ สิ่งที่ยากได้กลับไม่ได้ จะสลับ  
 สับเปลี่ยน ขึ้น-ลง เกิด-ดับ เรียกว่า อนิจจัง ทุกขัง สภาพทุกข์  
 ถูกแซ่เหตุ, กดทับ, ประคบ ยากที่จะวางอนัตตา บังคับไม่ได้  
 บัญชาไม่ได้ มียอมปลดปล่อย วาง อัตตาที่ยึดนั้น

บุคคลย่อมฉลาด หา เห็น ทุกขเวทนานี้ เข้าสู่การ  
 พิจารณา มุ่งพระนิพพาน

ศีกกระทบตบที่ตา พาจิตรู้

ศีกกระทบตบที่หู รู้สึกเสียง

ศีกผัสสะจะผิด ถูก ถ้ารุกเลียง

ศิกนั้นเสียง จะเพ็ลียงพล้า หรือละวาง

เมื่อปัญญาสัมมาปฏิบัติเกิด เห็นตามเป็นจริง นั้นแล้วว่า  
ในเมื่ออนัตตาไม่มีเรา ไม่ใช่ของเรา บังคับบัญชาไม่ได้ ยังจะมี  
ใจรักเขา มีเขา ให้เขา หุ่กข์แทนเขา ตาย เป็น แทนเขาอยู่  
อีกหรือ

รีบหันมาดูตนเองซิ ดูแลจิตใจของตนซิว่า หุ่กข์หรือสุข  
อยู่ไหม? รีบหาทางให้ตนพ้นตายเกิด เร่งไปให้ไกลสุดเหตุให้  
ตาย-เกิด เห็นเส้นทางไปแล้ว ทำเอา ไปเอง ได้แล้วซิ

รักษาดูแลจิตใจ ให้สุขเย็น

รู้จักเว้น เร้นจิตร้าย ละอายเขา

หมั่นเห็นหา ข้ามานะ ละเขา เรา

เร่งเพียรเข้า ฝ่าหาเห็น เป็นอนัตตา

## ปัญญาธรรม

ฉลาดได้ แต่ควรเกิดคุณธรรม ถึงจะช่วยผู้อื่นได้

ฉลาดล้ำได้ แต่อย่าเห็นแก่ตัว ซึ่งเป็นการก่อเกิดตัวตนอึดตา

ฉลาดโลก ฉลาดธรรมด้วย เป็นปัญญาฝ่ายคุณธรรม

ฉลาดโลก จึงได้แก้โลกธรรมแปดประการเท่านั้น

ดี-ร้าย แปดประการ

## ฉลาดได้ อย่าขาดความอ่อนโยน

ชนฉลาด ต้องเดินหน้า ถอยหลังไม่ได้

ฉลาดอะไร = ฉลาดใจนั้นแหละ ใจที่สะอาด การกระทำสะอาด

คำพูดเด็ดขาด นี่แหละเรียกว่า ฉลาดใจตนเอง

ใจสกปรก = คำพูด ไม่เด็ดขาด ใจไม่สะอาด

การกระทำจึงสกปรก ไม่ฉลาดกับใจตนเอง

### การปฏิบัติธรรมมีเท่านี้

ผู้ฉลาดธรรมะ ควรรู้เท่าทันธรรมธาตุ ที่เกิดขึ้นในรูปนาม

สัมมาปฏิบัติ ฉลาดธรรม นำพิจารณาเอาธาตุ เป็นอนัตตา

เป็นวิชา นำพาตนพ้นทุกข์หมาย

เกิดสัมมาหาญถูกต้อง ย้อนฝีกตาย

ธรรมสี่หมาย ปลายมรรคผล ตน สุข เย็น

หาได้ เห็นได้ ในรูป นาม นี้



**ธรรมะปฏิบัติ** เมื่อปัญญาสะดุดกับใจเกลียดซึ่งธรรมแม้แต่การ  
ฟังธรรมะก็จะไม่ต้องการ ชังบุคคล ชังสภาวะ  
หากใจเกลียดถูกปัญญาขุดออกมาเมื่อใด จงรู้  
เท่าทันสภาวะธรรมนั้นเป็นธรรมอนัตตา บังคับ  
ไม่ได้ บัญชาไม่ได้ กับอารมณ์นั้นๆ

ญาณปัญญา สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ

หา เห็นธรรม ถูกต้อง ครอบครองธรรมตนเองถูกต้อง

ละ วาง เหตุแห่งตนได้ถูกต้อง ด้วยสัมมาปฏิบัติแห่งตนถูกต้อง

ญาณวิเศษ ศีลที่ปฏิบัติ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ

สัมมาอาชีวะ บริสุทธิ์ ถูกต้อง

สัมมาสติ สัมมาสมาธิถูกต้อง ศีลใส ใจขาว สงบเย็นแล้ว

## ผู้รู้ ผู้ตื่นแล้ว

หากจะมา ยกยอ พอใจนั้น  
ผู้รู้ธรรม เขานำโลก ไปโยชน์ร้อย  
หากจะเอา เขามาเสริญ ไม่เดินรอย  
ยากจะคล้อย ห้อยตามยก พกตัวตน  
หากจะมา นินทานั้น ท่านสรรเสริญ  
ผู้ถูกเมิน นั้นแหละเกิน เห็นใจท่าน  
ผู้รู้แล้ว ตื่นใจแล้ว ท่านไม่กำ  
ท่านจะนำ คำนิทา พาเดินไป  
หากจะมา หาผู้นำ ธรรมรู้น้อย  
เป็นผู้ด้อย น้อยธรรมชั้น ท่านไม่ถึง  
ผู้พินแล้ว ผู้วางแล้ว ท่านคำนึง  
มานะขิง ทิฐิตึง อตฺตาดำ  
หากจะมา ขอตามท่าน อย่าคั่นแย้ง  
ธรรมแสดง แผงใจเถื่อน เสื่อมธรรมถอย  
ธรรมท่านบอก สอบแล้วผ่าน เดินตามรอย  
ธรรมที่น้อย คล้อยตามยาก ลำบากจริง

หากจะมา หาเห็นธรรม นำพาพ้น  
จงอดทน คั้น เห็น หา อุตตาคลั่ง  
หากจะตาม ต้องทนอด ปลดตนขัง  
ธรรมที่ท่าน ตั้งมั่นสอบ ตอบถึงใจ  
หากจะมา หาเห็นผิด ติธรรมท่าน  
ก็ระวัง กรรมกระทำ ชังมิจฉา  
หากจะมา หาเห็นถูก ชูตอาญา  
สิ่งที่คา ละ-ลา-ลด กบฏจอม

จงจุดช่วยเขา เมื่อเราเดินผ่านพ้น จงอุทิศตน เพื่อเป็น  
หนทางที่เดินไปนั้น อย่าหวังพึ่งใคร เพราะคนนั้นย่อมช่วย  
ตนเอง เพื่อมิให้เป็นภาระของคนอื่น ไม่เบียดเบียนผู้อื่น นี่เป็น  
หลักปฏิบัติ หา เห็น ทางพ้นทุกข์

เห็นตนเอง อย่าเขินผู้อื่น  
ตื่นตนเอง อย่าเพ่งโทษเขา  
เกลียดตนเอง อย่าเกรงใครเข้า  
เอาตนเผา อย่าเฝ้าตามใคร  
รักตนเอง อย่าเล็งคนเขา  
ใจรักเรา เอาตนพันแครง  
ดูแลตนได้ วางใจตนแท้  
ตนเองไม่แย ไม่แพ้ใจใคร  
ให้รู้รักตนก่อน ไม่ก่อนเหตุ  
ให้รู้เข็ดเหตุเห็น ให้เว้นหนา  
พาดนก่อน เดินไปก่อน ย้อนช่วยพา  
ฟังตนหา เห็นตนก่อน ป้อนเขากิน  
รักเขาก่อน ให้เขาก่อน เล่นซ่อนหา  
อนิจจา คาเข้าชื่อ ถือยื่นเขา  
ส่งเขาก่อน ผ่อนตนแย้ง แรงหมดเฝ้า  
ซ้ำแล้วเรา เขาไปก่อน อ่อนแรงตน  
“อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ : ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน”

ธรรมอนัตตา บุคคลอนัตตา เมื่อปฏิบัติถึงใจแล้ว ไม่เกี่ยวกับเป็นหญิงเป็นชาย ไม่เกี่ยวกับเสื้อผ้าชุดสี เป็นที่ใจธรรม เป็นของผู้เกิดปัญญา หา เห็นทางเดินของตน พันทุกข์ อย่างพอเพียง สันโดษที่สุด มกน้อยสุด ๆ

งานใจกลาง วางใจธรรม นำพุทธะ

งานอิสระ ละ ที่ใจ ใจที่อื่น

ทางใจกลาง สางให้ทัน มิขัดขึ้น

ธรรมยอมคืน ตื่นตนแท้ แคใจกลาง

ยอมแล้ววาง กลางๆ ใจ มิใช่ฝัน

อดทนตื่น ยืนให้กลาง วางได้แน่

ธรรมยอมวาง สางอึดตา ค้างคาแล

วาง กลางแท้ แม้ได้วาง ต้องกลางจริง

(วางตรงที่ตน ไม่ทุกข์ ไม่สุข กับทุกสิ่งไม่ยึดถือ)

## ธรรมอนัตตา

สภาวะธรรมที่ลึกล้ำ ยากหยั่งถึง อุตตามีทั้งหยาบ  
ละเอียด ด้วยสันดาน โดยฐานที่ไม่มีการสำนึก แยกแยะ ผิด-ถูก  
ชั่ว-ดี จิตกุศล หรือธรรมแห่งการทำด้วยเจตนาอยากเกิดขึ้น  
เพราะถูกแรงทับถมไว้ ให้เกิดจิตอกุศลอยู่ทุกขณะ จิตกุศลคือ  
ผลจากการกระทำฝ่ายดี ผลดีนี้เป็นเหตุที่ได้กระทำไว้แต่ชาติ  
ภพอดีตก่อนเก่า หนุนเนื่องให้ประสพผล เหตุอกุศลก็เป็น  
เหตุการณเก่าเช่นกัน ที่ต้องได้มาใช้-รับ เช่นกัน ฉะนั้น  
นักปฏิบัติควรเข้าใจเหตุผลของธรรมะปฏิบัตินี้เทียบเคียงการ  
ปฏิบัติจนปัญญาเห็นเหตุ หาผล ได้แจ่มแจ้ง แห่งเหตุและผล  
ของธรรมนั้นเถิด

ไม่มีใคร ที่จะรอดพ้นเหตุการณ์ของตน

ไม่มีใครไหน ที่ไม่ถูกจองจำของการกระทำตน

ไม่มีใคร ชี้ได้เลยว่าจะไม่ถูกขัด ล้างตัวตน

ไม่มีใครเลย ที่ไม่ต้องได้รับเหตุกับผลของตน

ที่เคยทำไว้ทั้งดีและชั่วนั้น

กรรมสันดาน พาลจิตใจ ไฟอิตตา  
ให้กามา ล่าเผาตัว ชั่ว ดี หลาย  
ดีต่อหน้า ฆ่าลับหลัง ดั่งซ่อนพราย  
ตัวร้อนร้าย ข่ายสันดอน ขอนสันดาน  
สันดานเด็ด เช็ดแล้วหลาบ ปราบให้สิ้น  
กรรมคูหมื่น หยิ่งเหยียดหยาม ลามเหตุหลาย  
สันดานดิบ จิตอิตตา พาให้ร้าย  
เป็นยางพราย ตายแช่ภพ รบอเวจี

กับธรรมที่ไม่เอา นั้นเป็นอนัตตา กับสิ่งไม่มีนั้นเป็น  
ธรรมอนัตตา กับอันที่ไม่เป็นนั้นคือธรรมอนัตตา ในความไม่มี  
เรา ไม่มีเอานั้น การไม่มีสิ่งนั้น สิ่งนี้ พลិโพธทั้งหลายนี้ ไม่  
ติดพันสิ่งนั้นสิ่งนี้ นั่นคือธรรมอนัตตา รับเอาอนัตตาที่ใจเหนือ  
ใจแล้ว

### พระธรรมอนัตตา

#### โลกา โลกสงบเย็น

กว่าจะเกิดปัญญา วิชชาธรรม  
กว่าจะซ่ำ ย่ำสัมมา ค่าปฏิบัติ  
ธรรมดับตัว ชั่วดับใจ ไครน้อมนบ  
ได้ทางลัด ตัดเส้นลต จบอัตตา



ผู้มีปัญญาหาทางเอาหอกที่ทิ่มแทงนั้นออกได้ ผู้นั้นพ้น  
รอดจากการถูกหอกคาทิ่มไว้ หอกนั้นเป็นทุกขสังข ผู้ถอนหอก  
ออกนั้นคือปัญญา ผู้ที่รอดพ้นออกมาได้นั้นเป็นผู้ชนะ พ-ย ภัย  
ทุกสิ่ง จึงหยุดประกอบทุกข์ ไม่สะสมดี-ร้าย เป็นผู้ปลด  
ผู้ถอน ผู้หาทาง ผู้เห็นทาง ผู้ตัดทางที่เลวร้ายนั้นแล้ว

ธรรมสอนว่า อย่าไปเอา

เป็นสิ่งที่ ดี ที่มีเขาเข้ามาหา

อย่าไปทำ ล่าหาหา เอายุ่งหัว

ได้สิ่งดี มีเขาบอก หอกตนตัว

อย่าได้มัว ยั่วเล่นหา เราเขาเลย

“เขาเอาธรรมถูกต้องมาให้

แต่เราเห็นผิดกับใจตนเองแท้ๆ”

ความตาย-เกิด กำเนิดมา คาหลากหลาย  
ชาตินี้พบ จบเกิด-ตาย ไม่ว่ายกลับ  
จงยอมถอด ถอนตัวตน ทน-ตัด-ลัด  
เข้าน้อมนับ วัตรปฏิบัติ ดับ เกิด-ตาย  
เมื่อรู้แล้ว เร่งตนแจว แนวนุ่งทำ  
อย่าได้ช้า วันเวลา พาถอยหลัง  
เห็นฝั่งแล้ว อย่าล้าแรง แอ้งพลัง  
ตั้งมั่นฟัง วังอึดตา ให้ตายเตียน  
หากว่ามา จะพาพ้น คนหนึ่งนั้น  
ธรรมตั้งมั่น ฝ่าด่านใจ ใครหนึ่งแน่  
หากจะมา คาเหตุภาพ ปรรังแก  
จะขอแพ้ ไม่แข่งภาพ จบชาติ จริง  
หากว่าเป็นถึงขนาดนี้แล้วไม่มีอะไรที่จะให้เอาเป็นเรา  
เป็นของเรา บังคับบัญชาไม่ได้ ชักอย่างจริงๆ

## ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคผล

พระธรรมที่พระพุทธเจ้า ได้ปัญญา  
ดวงตาธรรม ปฏิบัติเข้าสู่เหตุแห่งการหลุดพ้น โดยสิ้น  
ตัด ดับ อัตตา ด้วยปัญญาบารมี  
ศีลบารมี เนกขัมมะบารมี เมตตาบารมี  
สัจจะบารมี ทานบารมี ขันติบารมี  
วิริยะบารมี อธิษฐานบารมี อุเบกขาบารมี  
ด้วยสัพพ-บารมีนี้ ท่านถึงบรรลุดุธรรม

ทุกข์เพราะอัตตา หนาด้วยตัวตน  
หนด้วยทิลุ ใจของปฤ  
อันธรรมมะ ละ วาง กู อัตตา นี้  
ลิก รากมี ซี้ตัวตน หนกูขง  
ยากแกะออก ลอกตัวกู ที่มันรั้ง  
ไม่หัดพัง ก็ฝังกู อยู่ต่อไป

การทำกิจดี พุทธดี คิดดีนั้น กระทำยากยิ่งแล้ว แต่จะทำ  
ให้ ใครผู้ใดผู้หนึ่งเชื่อถือได้ในคุณความดีนั้น ยากยิ่งนัก ต้องใช้  
เวลานานยาวมาก สำหรับผู้นั้น ต่อหมู่ชนนั้นๆ

ความดี มีให้ทำ ยากยิ่งนัก  
ส่วนนักจัก ไม่มีดีที่สุดยิ่ง  
คุณความดี มีคนน้อย ค่อยหัดจริง  
เพราะยิ่งดี มียิ่งเด่น เป็นเภทภัย

กรรมยิ่งกระทำ ยิ่งเห็นแก่ตัว หาได้ช่วยยิ่งนัก

*เจ็บอยู่ สู้ อยู่ ก็ไม่ถึงใจ*

*เจ็บไป ถอนไป ถึงใจแท้จริง*

## เพียร

เพียรละ เพียรวาง ทางสมมติ  
เพียรลุก เพียรลัด จัดแก้ไข  
เพียรฝึก เพียรค้น ขนออกใจ  
เพียรไป เพียรปลด ลดตนตัว  
เพียรขัด เพียรเชย เพ็ลยสมมติ  
เพียรหลุด เพียรยุบ สมมติหลาย  
เพียรจบ เพียรตัด อุตตาร้าย  
เพียรหน่าย เพียรให้หนัก บัดวงจร  
เมื่อเพียรลุก เพียรตื่นอย่างนี้แล้ว

### พ้นวงจรแน่นอน

เมื่ออยากรู้ ให้สู้ถาม นามก็ไข  
จะแจ้งใจ ให้งานจบ ยากรบผลาญ  
ไม่สู้รู้ มีกูขัด ยักซีใจมาร  
ต้องหลบลาม นามใจกู อยู่ต่อไป

จงใครรู้ ดูแล้วจำ เป็นธรรมค่า  
ใจอึดตา เห็นเป็นครู สู้สู้ได้  
อย่าไปหา พาให้เห็น เป็นเขาร้าย  
จะเข้าข้าย ให้ร้ายเขา ไม่เข้าธรรม  
หยุดสอดรู้ ดูชอบหา ว่าแต่เขา  
ให้ค้อยเฝ้า เอาปัญญา สัมมาให้  
ตัวอึดตา ตนมานะ ทิฐิใจ  
ลดวางไว้ ไม่ใส่เหิม ไม่เสริมกรรม  
หัด วาง ละ ชนะ แพ้ แหย่ใจกัน  
หัด ตัด หวัง ที่คั่งไว้ ให้ใจเหิม  
หัด ใจ นิ่ง ไม่วิ่งซ้ำ ไม่ล้ำเพลิน  
หัดอย่าเกิน เริ่มพอดี นั้นแหละธรรม  
อันคนเรา เม่าให้ตน ลนตัวแท้  
รังแกแม่ แซ่จิตตัว มั่วมิจฉา  
ไม่ยอมกลัว ตัวเข็ดหลาบ ให้กราบลา  
คำโลกว่า ไม่เป็น (เห็น) ศพ ไม่จบตน

ชั้นห้า ถ่าถม จมนรก  
มิจฉापก ห่มให้ ใจมีตมิต  
อวิชา พารับ จับไปผิด  
ปิดจิตใจ ไพลนสุข คลุมใจแท้  
ชั้นห้า ถ่างห้า ถ่านรก  
สกปรก รกมิจฉา พาดัวร้าย  
ใจคลั่งผิด หลงผิด อันตราย  
จึงร้อนร้าย จึงว่ายจิต มิจฉาเดน  
อตตตา เป็นใจที่รู้สึก ดี-ร้าย  
อนัตตตา เป็นปัญญา ใ้วาง กลางๆ ดี ร้าย  
แล้วจะไม่เป็นทุกข์ใจ เป็นสุขใจนั้น โยมเอ๋ย  
เข้าใจเสียเถิด

## หนึ่งนั้น

จะให้ใคร ผู้หนึ่งใด ใจถูกต้อง  
ต้องหมั่นย่อมน ล้อมเหตุผล คั่นธรรมหาย  
จะให้ใคร ผู้หนึ่งนั้น เพียรตัดตาย  
ได้ใจชาย ข่ายเข้มแข็ง แยกแจ้งธรรม  
จะมีใคร หนึ่งผู้ใด ไว้ปกป้อง  
ยอมประคอง น้อมพระธรรม นำเรื่องฉาย  
จะมีใคร ให้หนึ่งนั้น สานต่อปลาย  
ได้เป็นชาย ใจคมเข้ม เต็มผลจริง  
ศิษย์ใด ในหนึ่งนั้น ใฝ่ดี  
กุศลส่ง สัมมาชี จิตดีแท้  
ศิษย์ใคร ในหนึ่งนั้น ตั้งมั่นแล  
เดินใจแน่ อนัตตาแค่ ไม่มีเรา  
ศิษย์ใด ในหนึ่ง พึงสหาย  
ปัญญาได้ วิชาหนุน เป็นขุนแท้  
ศิษย์หนึ่งใด ตั้งมั่นคั่น พันขึ้นแพ  
กลางคลื่นภัย ด้วยใจถูก ผูกเป็นศิษย์



## หา เห็น ที่ใจตน

เขามาสอบ มอบอิตตา มาให้เห็น  
มีมาเด่น เล่นมิจฉา ค่าธรรมหาย  
เขามาบอก หอกอวิชชา ตา ตุ่ม ร้าย  
ยอมรับได้ ข่ายพันทาง ข้ามพันธรรม  
ใจอิตตา ธรรมอนัตตา พา เหตุ-ผล  
กามตัวตน จม เหตุ ตัว มั่ว เหตุ คลั่ง  
กรรมอิตตา พาติดตาม ลามเหตุกัน  
ผลต้องดำ ยำผลตน ถมขังจริง  
ธรรมอนัตตา ชนอนัตตา พาเหตุพระ  
ทำเหตุละ พระองค์จริง ทิ้ง-วาง คลั่ง  
ธรรมอนัตตา ธรรมใจพ้น คั่นว่างทัน  
ผลเหตุย้า นำพันไป ไกลล้ำจริง  
กรรมอิตตา ธรรมอนัตตา ปัญญาพอ  
ตัดต้นตอ ปิดต้นน้ำ ข้ามผ่านได้  
เห็นเหตุดี ทำเหตุดี หนีเหตุร้าย  
ปลายผลได้ ข่ายต้นดี ซึ่ผลธรรม

## ธรรมะ เหตุ-ผล

เมื่อเหตุกับผล พร้อมกันแล้ว พระธรรม เปิดให้ก้าวผ่าน  
วางได้ โดยปราศจากอึดตา กิเลสมาหลอกล่อนั้น เรียกว่า เหตุ  
กับผล หากฉลาดแล้วรับธรรม เอาเป็นธรรม ให้ตนเองผ่านพ้น  
กิเลส หรือตัณหาที่ล่อหลอกนั้น

เดินทางตามธรรม นำไป  
ธรรมใคร ใดทำได้ นั้นเหตุ  
ผลใคร ได้รับ ชับใช้นั้น  
เป็นทั้งเหตุกับผล ตนกระทำ ทั้งสิ้นแล  
ตามเดินทาง วางไป ตรงใจใคร  
ไว้เหตุ ผลใคร ใจทั้งสิ้น  
กระทบ กระเทือน กระแทก แจกผลจริง  
จะยับยั้ง หรือชั่งไว้ กับใครแล

ด้วยเหตุที่ทำได้ ดูผลกันเอาเอง  
คืน-ใช้ เสรีจหมดแล้ว วาง ละ จบแล้วแต่ละสิ่งอย่างนั้น

## เหตุจริง ผลจริง

พระธรรมที่ข้าพเจ้าค้นพบ แห่งทุกขเวทนานี้  
เป็นธรรมจริง เห็นธรรมจริง ทุกข์จริง มีจริง เกิดขึ้นจริง  
เป็นธรรมจริง อันหาที่ผิดไม่ได้  
เป็นใจแท้จริง เป็นสิ่งจริงที่เกิดที่ใจ  
เป็นบุคคล ที่พูดตามเป็นจริง ไม่โกหก  
หลอกหลวง หลอกกินข้าวของชาวบ้าน  
**“ปัญญาธรรม ที่มีศีลธรรมคุ้มครอง”**

ธรรมะ เป็นเหตุ-ผล ของคนๆเดียว ซึ่งคนนั้น เมื่อพร้อมที่จะหา เห็น ได้ เป็น กับตนเอง หาเห็น สภาพสภาวะที่เกิดขึ้นมา ได้ปัญญา ได้ดวงตา ได้สัมมาหาเห็นที่มาของธรรมะ เป็นผู้ตื่น ฟันตนที่หลงผิด ผู้ที่ต้องเดินไปข้างหน้า ไม่ถอยหลัง หรือเป็นผู้ไม่กระทำความผิดอีก นี่เป็นเหตุ เป็นผลของคนนั้นจริงๆ เป็นของเฉพาะตน ผู้ที่รู้ด้วยตนเอง ปฏิบัติด้วยตนเองเท่านั้น

เรื่องบางเรื่อง ทำให้ข้าพเจ้าต้องพิจารณา กลับไปกลับมา ให้เหมาะสม ให้ถูกต้องตามเหตุการณ์นั้นๆ อย่างเป็นทางการ เป็นผลอย่างมากๆ แห่งข้อธรรม หรือสัจว์ บุคคล ตนเขา สถานที่นั้นๆ บังคับไม่ได้ ที่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เป็นอนัตตา ปัญญาต้องพิจารณาเข้าสู่ใจที่ไม่ติดข้อง กับความไม่มี ไม่ใช่ของเราจริงๆ ในธรรมที่ไม่มี ไม่ยึด ไม่เอา

วางอดีตจึงหมดทุกข์

ไม่หวังอนาคต จึงจบปัจจุบัน เท่านั้น

ต่อเมื่อเราเข้าใจธรรม ถึงใจธรรมนั้น ความสงบเย็น

จะเกิดขึ้นที่ใจเราเอง เมื่อใจสงบเย็น กายก็สงบเย็น

เป็นธรรมแล้ว

การไม่มีสิ่งใด ให้เป็นภาระ  
จึงไม่มีสภาวะใด ให้ใจเศร้าหมอง  
ไม่ติดไม่ขัด จัดให้เดือดร้อน  
ไม่มีไม่ยื้อน บ่อนเคืองเรื่องใด  
ไม่มีสิ่งใด กระทบใจให้ตื่นร้าย  
จึงจบลดได้ สบายใจให้เบาขึ้น  
ไม่รบไม่รัด ไม่ขัดใจเป่ากรรม  
สงบเย็นเต็มแล้วธรรม ไม่มีเขา ไม่มีเรา  
จึงบังคับบัญชาไม่ได้

ความสะอาดนั้นอยู่ที่ไหน?

1. การกระทำ
2. คำพูด
3. คิดหรือพิจารณา

ความฉลาดจะเห็นอยู่ที่ การคิดพิจารณา

สะอาดพา การพูดจา พาเหมาะสม

การกระทำ ย้ำให้เห็น เป็นบุคคล

สิ่งประสงค์ องค์ปฏิบัติ ขัดที่ใจ

กับเหตุการณ์ของโลก ณ ปัจจุบัน ให้เห็น พฤติกรรม  
 ของคน-มนุษย์ ที่มีจิตใจที่ร้อนร้าย ทำลายล้างธรรมชาติโลก  
 ธรรมะจิตของตน ให้เลวร้าย เป็นอัตรตาที่มีตัว มีตน วนยึดถือ  
 มั่นหมาย คาคคั่น อันเป็นการเห็นแก่ตัวตนนี้กันอย่างบ้าคลั่ง  
 สุขควันอารมณ์ให้คู่กัน อย่างชนิดเอาเป็นเอาตายกันไปข้างใด  
 ข้างหนึ่ง ผู้คนเอ๋ย พวกเจ้าถูกพญาไฟชื่อว่า กรรมมัจจุราชใจ  
 ของพวกเจ้า เผาพวกเจ้าให้ดำ หมอง ด้วยการหาพรรค หาพวก  
 ให้เกิดการแย่งชิง เช่นฆ่า ชูเข็น อันเป็นเหตุ ให้กลับมาใช้กันอีก  
 ในครั้งต่อไปหรือ?

พญาใจ ไฟอัตรตา ล่าผจญ  
 นำพาคน จมมิจฉา คาเสื่อมจิต  
 เปิดอบาย ข่ายเอาตน วนทุกซ์ชิด  
 ให้มีตมิต ติตบ่วงกัน กรรมเข้ากวม  
 ใจมีตัว ยั่วเกิดตน คนชนทน  
 ทุกซ์ถมตณ รนเผากัน ขึ้นคลั่งบ้า  
 คนเผาคน ทนทุกซ์งั กรรมชื้อคา  
 ตนอัตรตา เป็นกูฆ่า ทำจิตใคร

## ใจยึดสิ่งไหนอยู่มิใช่ผู้นัตตา

ต่อเมื่อได้เข้าสู่การปฏิบัติ หา เห็น ธรรม อนัตตา ที่  
ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรานั้น ค้นพบสภาพใจทุกข์ สุข นั้น ยึดมาก  
ยึดน้อย ทุกข์มาก ทุกข์น้อย สุขมาก สุขน้อย มีมาก มีน้อย จะ  
เป็นที่ใจ มีปัญญาเข้าไปรู้เห็นใจ ที่เป็นมาก เป็นน้อยนั้น ขึ้นชื่อ  
ปฏิบัติ หากจนเห็น สภาพสภาวะ ธรรมอนัตตาแล้ว

จงปฏิบัติต่อตนเอง ถึงธรรมที่ ชัด ล้าง สางออก ให้  
ตนเองมีสัมมาถูกต้อง พุดถูกต้อง ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง เป็น  
ประโยชน์ต่อตนเองได้ถูกธรรม

ยังไม่จบงานใจ ไยต้องพุดถึงมรรคผล มรรคผลจะส่งให้  
ผู้นั้นไร้อัตตา มานะ โลภะ ทิฐิ แล้ว เข้าใจเสียเถิด ในมรรคใด  
มรรคนั้น ผลใด ผลนั้น

## การปฏิบัติธรรมที่ค้างคาในงานปฏิบัติ เป็นเพราะเหตุใด

การที่เรายังมีอารมณ์สำคัญตน สำคัญกับหัวโขน คือ หน้าที่ ตำแหน่ง ความรู้ นั่นคือปลิโพธ การงานทางโลกมากเท่าไร การปฏิบัติธรรมยิ่งเกิดการถดถอนตัวตน ให้เห็นตัวตนนี้มากเท่านั้น เคยได้จัดการงานทางโลกมามากเท่าไร สภาวะใจที่เกิดตัวตน จะแสดงให้ปัญญาเห็นเป็นอย่างมาก ที่ ใจ เดินเข้าไปจัดการกับงานที่ตนได้รับและประสบผลนั้น โดยไม่แยกแยะว่า ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี เกี่ยวข้องหรือไม่เกี่ยวข้อง กับตนนั้นนี้เรียกว่า **มานะ** เป็นเรา เราเป็นนั่นนี่มาแล้วทั้งนั้น

ในการได้มาปฏิบัติธรรม วิปัสสนา หา เห็น เหตุ หรือที่มาของอัตตา มีตัวมีตน ที่เคยแข่งเหตุกันมานานนับ ผู้นั้นจะเห็นเหตุของตนเอง ต่อเมื่อปัญญา หาเห็นแสงสว่างแก่ตนขึ้นแล้ว ควรเร่งชำระ สะสาง ให้จบโดยเร็ว โดยไม่ควรไปรับเหตุใหม่มาทำอีก ให้ตนค้างงานใหม่อีก และกับผู้ที่อิมแล้ว หาทางเห็นทาง งานโลกแล้ว สัตว์ บุคคล เขา สถานที่ นั้นๆ รีบทำงานนั้นคือการปฏิบัติธรรม



ธรรมอะไร การปฏิบัติมีแยกให้ปฏิบัติ 2 อย่าง มี  
 วิปัสสนาภาวนา หา เห็น ธรรมอนัตตา สภาวะธรรมที่บังคับไม่ได้  
 และสมณะภาวนา ให้เลือกเอามาปฏิบัติทางใดทางหนึ่งก็ได้ ใช้  
 ปัญญา หา เห็นเอง เลือกเอาเอง ทั้งทางอ้อม ทางตรง พิจารณา  
 เอา ทางโลกนั้นเป็นเหตุค้นหาทาง ตาย เกิด ตั้งขึ้นมาใหม่อีก  
 ทางธรรม หา เห็น ทางของตน หลุดพ้น เหตุ ตาย เกิดนั้น จน  
 พ้น จนจบ นี่คือการปฏิบัติธรรมทั้งนั้นจงเลือกเอาเอง ชยัน  
 เพียรทำไปเรื่อย จบ วาง ไปเรื่อยๆ ให้เข้าใจ ทุกท่านเอ๋ย

ค้ำคางานปลิโพธ โจทก์ทั้งหลาย

ยากวางได้ เมื่อตายจาก รากยึดขัง

จึงกลับมา ติตยิตใหม่ ใจจิตคลั่ง

ให้ยากยั้ง จึงจำรบ ยากจบตัว

ธรรมละวาง สางอึดตา ตัวตนนั้น

มิใช่รันขึ้นมาบวชอดผ้าสี

ธรรมวาง ละ เลิก กบฏ ลดตนนี้

เกิด วิ ธี ชี ้ เย็น สุข หลุด ใจตัว

ธรรม ละ วาง สาง ห้าขั้นธ ์ ผังตนนี้

เป็นการลี้ หนีเหตุใจ ย่างโยก้น

ธรรมอนัตตา มาบอกทาง สางใจซึ่ง

ธรรมปลดชั้น ดับห้าขั้นธ ์ ว่าง ห้วน ตน

ธรรม วาง ละ ชนะใจตน คั่นพันขัง

หยุดภวังค์ พันกังวล คั่นทุกข์หาย

ธรรมฝึกวาง สาง ใจ พัน ทนเวทนาได้

ธรรมฝึกตาย ไม่ว่ายเกิด ประเสริฐตน

จงพิจารณาธรรมอนัตตา เพื่อตนได้เห็นถูกต้องกับ

ธรรมอนัตตา ปฏิบัติเพื่ออะไร ประโยชน์ของการปฏิบัติ เพื่อ

ใคร อะไรเป็นเหตุให้เข้ามาเพื่อปฏิบัติ พิจารณาธรรมให้ตีเถิด

เพียรละ เพียรวาง ทางสองเส้น  
ทางหนึ่งเคร่ง เร่งสุดโต่ง ปลงใจยาก  
ทางหย่อนยาน นานไกลแท้ แพ้ใจขวาง  
หากจะวาง สางกลางได้ ข่ายสมดุลงานใจ  
งานใจเคร่ง เข่งยัด คีจใจรัด  
จึงยากนัก จะลัดไป ใจพ้นผ่าน  
งานการใด ใจไม่ว่าง งานไม่ว่าง  
เป็นการต้าน ค้านไม่ลด ไม่ปลดใจ  
ทางใจหย่อน จะย້อนเหตุ ยากเด็ดขาด  
ไม่ฉลาด กาฝากใจ ให้นานแท้  
จะอาสา ล่าตัวตน ล้นเหตุแล  
ผลต้องแพ้ แซะใจผ่อน อ่อนสมดุลงาน

**การงานสิ่งไหนที่ติดอยู่ ณ ปัจจุบัน จงพิจารณา**  
**ฝึกละ ให้พอเพียงต่อจิตใจตนเอง แล้วสุขภาพแวดล้อม**  
**จะพร้อมรับกับงานปฏิบัติ**

ฟังตั้งมั่นแห่งธรรมะปฏิบัติ  
นำข้อวัตรปฏิบัติ เพื่อเข้าเฝ้า  
เอาแจ่มแจ้งแห่งทางวางเขา-เรา  
เพื่อเข้าเฝ้าแจ้งพุทธะ ณ กลางใจ  
ขอน้อมธรรม ย้ำสั้มา พาปฏิบัติ  
ธรรมทางลัด ชัด ตัด ตรง ปลงใจเฝ้า  
กาลเวลา พาบรรจบ ประสพเอา  
กลางใจเจ้า เข้าแจ้งธรรม นำพ้นใจ

เมื่อผู้นั้นปฏิบัติเข้าถึงธรรม ละอิตตา-วางอิตตา  
อนัตตา บังคับบัญชาไม่ได้ ที่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา  
เป็นอนัตตานั่นจะยื่นให้

ขอ เดินไป ตามเหตุ-ผล ตน คาค้าง  
 ขอ สะสาง งานค้างคา เคยวาไว้  
 ขอ เอาธรรม จำปฏิบัติ จำแนกให้  
 นำพาไว้ ใช้แจ้งตน พันใจตาย  
 จะบอกศิษย์ ชิดไว้ว่า อย่าพาหวัง  
 ใจบ่วงตรวน อย่าถ่วงไว้ จะให้เหตุ  
 จะขอเดิน ไปกับธรรม นำป้อมเล่มห์  
 มิได้เฉ ประงแต่งจิต ผิดใจธรรม  
 จะขอบอก ธรรมอย่างหนึ่ง ถึงพิเศษ  
 อาเพทภัย ไตเหตุ ไม่เด็ดถึง  
 ธรรมอนัตตา ค่าสุดยอด รอดภัยตั้ง  
 จะขอฟัง ถึงพ่อแล้ว แคล้วคลาดจริง  
 จงเร่งตัว อย่ามัวเสีย เวลาเปล่า  
 ไซ้จะยาว आयูยืน หมั่นแสนนั้น  
 จงเพียรเข้า หยุดเมามี อัดตากัน  
 จงรีบนำ จำปฏิบัติ ชัดอึดตา  
 ฝากธรรมไว้ ให้สหาย ได้ธรรมพ่อ  
 ตั้งมั่นต่อ องค์กรธรรมธาตุ รากเจตสิก  
 หาเหตุผล ตัวตนมี มาปิดมิด  
 ย้ำใจจิต จงรุกชิต อนัตตา  
 ขอฝากไว้กับสหายธรรมทุกคน

กว่าจะล้าง ละ วาง อัตตา ได้ถูกต้องของผู้นั้น จึงต้องใช้  
เวลาสั้นหน่อย เพราะสิ่งที่สะสมไว้ ก็บรอกเหง้าเจ้าอวิชชา  
มันหนา หนัก เสียเหลือเกิน อัตตาจึงต้องจัดสรร ให้พบกับการ  
เดินทางสเปสปะของตัวตนตัวนี้ก่อน แล้วถึงจะมาพบธรรมแท้  
ธรรมถูกต้อง รู้ธรรมจริง ปฏิบัติได้ถูกต้อง เข้าใจเสียเถิด

**ต่อเมื่ออัตตาเกิด อนัตตาตัด**

**เมื่อเกิดอัตตา อนัตตาวางให้ได้ตรงกลาง**

**หากไม่มีอัตตามาให้เกิด ให้เห็น**

**อนัตตาจะไม่มี ให้หา ให้ตัด ให้วางได้**

**พระธรรมจะเลื่อม ไปจากบุคคลนั้นทันที**

ได้มาเห็น เส้นใจใหญ่ ใสดุ้งไว้  
เป็นเจ้าของ ให้เป็นจอม ย้อนใครคลั่ง  
ฉนั้นเห็นคน ถมอิตตา ทิฐิ ยั้ง  
โลภะย่ำ กิเลสเย้า เมตัตถหา  
อิตตาว่าเป็นจอม ย่อมตัวตน  
อย่าหลงวน จนถมใจ ปิดให้หลง  
จอมมานะ ชนะก้อง น้อม ยากลง  
ทิฐิจม อวิชชาถม บ่มัตถหา  
คนบางคน ทนหวัง ชังตนไว้  
สมตั้งใจ ให้เขาได้ ตั้งใจหวัง  
เอาให้ตน สมหวังได้ ตั้งใจนั้น  
ต้องถูกชัง หวังใจไว้ ให้ตำตน  
คนในโลก โปกบัญญัติ จัดใหญ่่น้อย  
วัดก็พลอย พระน้อยใหญ่ ให้ใจนั้น  
อิตตาใหญ่ กิเลสใหญ่ ใจเหล่านั้น  
ผู้รู้ธรรม ไม่นำพา ค่าไม่มี

## อิตตา

หากไม่ยอมสำนึก ก็กับการกระทำ มีหรือที่จะมาขอโทษ  
กัน อภัยกัน วางกันได้ เป็นอนัตตาได้ ไม่มีตัวตนได้

เมื่อรู้มาผิดอย่างนี้แล้ว จะสำนึกหรือไม่ จะล้าง ลอก  
ออก ตัด หรือไม่ ก็อยู่ที่ใจนั่นแหละ ไม่อยู่ที่ใครผู้ใดผู้หนึ่งนั้น  
อนัตตาอยู่ที่ใจ มีใช้อนัตตาที่ปาก แล้วปล่อยให้ใจเป็นอิตตา ให้  
เข้าใจนะ สหายธรรมทุกคน

จะมอบกุญแจใคร ใช้เไซทาง  
ต้องสาง ล้างคนนั้น ไม่หวั่นไซ้  
จะมอบ ดอกกุญแจ ไซ้ทางใจ  
พร้อมให้ ไว้เห็นถูก ปลุกใจตัว

หากไม่ยอมสำนึกผิด ต่อจิตใจ อวิชา ครูบาอาจารย์  
สิบองค์ท่าน ก็ช่วยไม่ได้ ผู้นั้นต้องช่วยตนเองเท่านั้น



ครู อาจารย์ เป็นผู้บอกกล่าวได้ ชี้ทางได้ จะตามหรือไม่  
ควรพิจารณาก่อน **ปัญญาบรรคเท่านั้น ที่ ตัด ฆ่า อัตตา ได้**

อย่าตาม เพราะอัตตาจัดสรร

อย่าตาม เพราะสำคัญอย่างนั้น อย่างนี้

อย่าตาม เพราะ ครูอาจารย์ มีของดี

อย่าตาม เพราะถูกสั่งชี้ มิให้ตาม

ธรรมที่เกิดขึ้นเฉพาะตน

พระธรรมที่รู้ด้วยเฉพาะตน

พระธรรมที่ปฏิบัติด้วยตนเอง

## ธรรมะปฏิบัติ

พระธรรมอนัตตา บุคคลอนัตตา

จึงอยู่ยากกับอัตตา

- 1 อันตรายธรรม
- 2 หาธรรมผิด เห็นผิดธรรม
- 3 ลังเลสงสัย ให้ผิดธรรมอริยะ

ใจอนัตตา ใจธรรมสุด บริสุทธิ์ บริบูรณ์ โดยสิ้นแล้ว

วางอัตตาที่มีตัวตน วนบัญญัติ ยึดติด อุปสรรค

ขัดขวางของอัตตา จึงอยู่ลำพัง สงบเย็น

หลัก-เว้น ด้วยพละสมบัติ นิโรธ สมบัติ

พ้นสภาพสภาวะใจ ถูกขัง พันวัง กรงอัตตา ได้แล้ว

ละสิ่งที่เคยสะสม สมมติ บัญญัติ ปลิวโพที่ขวางกั้นนั้น

ถอนออก ให้เบาบางลง ผู้นั้นเริ่มเห็นทางหลุดพ้น

สัญญาตา นิพพาน

## หากจะปฏิบัติเข้าถึงธรรมอนัตตา

ฝึกกระทบ รับรู้สัก หมึกอัตตา  
ฝึกถอดถอน ต้อนอัตตา ที่ทำเขา  
ฝึกค้นหา ตัวอัตตา ล่ามีเรา  
ฝึกวางเขา เอาให้เรา เมามุ่งใจ  
ฝึกบอกปิด ชัดใจติด ชิด ยึด เขา  
ฝึกห่างเข้า ฝึา เขา-เรา เอา ตัด หา  
ฝึกล้างใจ ให้ปรุงแต่ง แข่งเอานา  
ฝึกลดลา ไม่คาหมุด วัตถุจริง

**ธรรมปฏิบัติได้เฉพาะตน ให้พ้นด้วยเฉพาะตน**

ผู้ที่จะมา หาเห็นธรรม นำใจให้แท้  
ผู้ที่ละวางแน่ๆ แท้ๆ ถึงจะได้ธรรม

ธรรมอนัตตา เมื่อปฏิบัติ หา เห็นถูกต้องแล้ว พุดถูกต้อง  
พิจารณาถูกต้อง เพียรถูกต้อง สติถูกต้อง สมาธิถูกต้อง จะเกิดพลัง  
ปัญญา สัมมา วิชชา อุตสาหะ วิริยะ ศรัทธา เดินหน้า หา เห็น  
ทุกขสัจ สุขสัจ อย่างตั้งมั่น ต่อธรรมที่ปฏิบัติต่อไปอีก ละเอียด  
กับใจ ขึ้นไปอีก

พลังปัญญา ฉลาดสัมมา สำเร็จวิชา  
ธรรมะอนัตตา ค่าองค์แปด จำแนกชั้น  
ปัญญาธรรม นำอริยะ ละภัยขัง  
นำตนพ้นฝั่ง หยั่งรู้ ธรรมจริง  
สภาวะที่ผ่านด่านใจกลับมาแล้ว  
ผู้นั้นยอม ไม่ลังเลอีกต่อไป ในธรรมที่ขัดล้างั้น

กรรมใด ใครทำ เลือกล้วน  
ดีมีวัน ควรเลือกทำ นำใครแท้  
ชั่ว-เลว เกี่ยวแกลั้งใคร คาไว้แน่  
กรรมใจแย้ แคเลือกไว้ ให้พาจริง  
กรรมดี มีใคร ล้าไปแน่  
ผล-เหตุ แคดีทำ นำไปหน้า  
กรรมชั่ว ยั่วใครย่า จึงตำคา  
เหตุ-ผลว่า ดี-ขึ้น เลว-ลง  
จงเลือกกระทำเอา

เมื่อถึงเวลานั้น ทุกคนจึงต่างต้อง ช่วยเหลือตนเอง  
ฟังเขาไม่ได้ เพราะธรรมะเป็นได้ เพราะเป็นของเฉพาะตน

## นักปฏิบัติวิปัสสนา หา เห็น อัตตา

จิตใจนี้เมื่อเห็นธรรมถูกต้อง อัตตาอ่อนโยนแล้ว ออก  
จากใจอัตตาได้แล้ว รับรู้รสของการเจ็บปวดทรมานของอัตตา  
แล้ว เช็ดหลาบกับอัตตาแล้ว จะไม่หาเห็นผิด ให้ใจนี้บอบซ้ำอีก  
ให้ร้อนร่ำยอีก ให้เป็นทุกข์ เป็นโทษอีก ผู้นั้นเจริญในธรรมะ  
ปฏิบัติยิ่งขึ้นไปอีก เดินทางโดยปัญญา หา เห็น ถูกต้องต่อไปอีก  
เพราะการทำงานของตัวตนอัตตานี้ ถูกหลบซ่อนมาหลากหลาย  
ยากที่จะจับ และวางได้ทุกครั้งไป อยู่ที่เหตุและผล ของ  
เหตุการณ์ที่ตนเองได้ก่อไว้ ค้างไว้กับตัวตนนี้ เมื่อนักปฏิบัติได้  
หาเห็นสิ่งจริงที่เกิดขึ้นในรูปนามนี้แล้ว แห่งธรรมทุกขสัจนี้ด้วย  
เหตุและผล จึงยังทุกขีได้อีก

ผู้ฉลาดธรรมในตนแล้ว ย่อมหยุดประกอบเหตุทุกขียอม  
ละ อัตตาทุกขี ย่อมวางเหตุของอัตตาที่ให้ทุกขี เป็นทุกขี อยู่ ณ  
ขณะนี้ เป็นสัจจะอันสุดนี้แล้ว

เมื่อธรรมะสอนให้ รู้เห็น สัจจะ หา สัจจะ เข้าถึงสัจจะ  
ได้แจ่มแจ้งแก่นสัจจะ ผู้นั้นย่อมละวาง สมมติ สิ่งปลอมจอม  
ของอัตตานั่น

จะยอมอย่างไร วาง ละ อย่างไร

อยู่ที่ปัญญา สัมมาปฏิบัติพิจารณาเท่านั้น

## ธรรมอนัตตา เป็นธรรมยอดสุดแล้ว

เมื่อได้ค้นคว้า มารู้จักพระธรรม ของพระอริยะแล้ว  
เพียรฝึก เพียรปฏิบัติ ตั้งมั่น อดทน ค้นหา ใจอริยะ เพียรขัด  
เพียรล้าง เพียรละวางอัตตา พาเกิดใจอริยะ

เมื่อปัญญาสัมมาปฏิบัติขัดเกลาถูกต้อง แจ่มแจ้งกับพระ  
ธรรมอริยะได้ เป็นอริยะผู้ไม่กระทำผิด ผู้ปิดประตูนรกใจแล้ว

ธรรมอริยะ พระอริยะ ผู้ประเสริฐกว่า เทวดา มนุษย์  
พรหม ทั้งหลาย ผู้มีคุณประโยชน์ทั้งหลาย ให้ร่มเย็นเป็นสุข  
โดยถ้วนหน้า

## ใจอริยะพระผู้ออกพ้น

อริยะชน ผลมรรคนั้น ชั้นอริยะ

โสดาพระ สกทาคา อนาคาท่าน

ตัดขาดตน ขมกิเลส เหตุ-ผล ธรรม

อรหันต์นั้น ท่านพ้นใจ ไปเป็นจริง

อริยะธรรม ธรรมอริยะ พระมรรคผล

ปัญญาคน ขนสัมมา วิชชาหมาย

ใจธรรมพระ ละ วาง เหตุ ตาย เกิด ตาย

ดับ ผ่าน ได้ ว่ายพ้นฝั่ง หยั่งรู้จริง

อริยะจิต อริยะใจ ให้ธรรมล้วน

บ่วงมัดม้วน ตัดตรวนใจ ไปลัดพ้น

พระอริยะ ท่านวาง-ละ พ-ยภัยตน

ได้มรรคผล สมทรัพย์ไว้ ใจติดมา

**เมื่อได้สะสมเสบียงมาแล้ว ผู้มีบุญทรัพย์**

**ใจอริยทรัพย์ เห็นเหตุที่มาที่จะไปได้แล้ว เร่งรีบเสีย**



## ใจอริยะ ใจพระ ใจทาน

ทานอนัตตา ทานเหตุ ทานหลุดพ้น  
เจตนาผล ดลให้ทาน ใจธรรมชั้น  
อริยะชน บุคคลอริยะ ให้ทานนั้น  
ธรรมใจชั้น มรรคผลธรรม นำวางใจ  
ทานทำเหตุ เขตเกิดผล พันจบชาติ  
อัตราราก ลึกเหง้าใจ ให้หยั่งถึง  
ธรรมอนัตตา ทานอนัตตา พาช่วยตั้ง  
ออกภพขึง ดึงผ่านพ้น ชนจริง

**“ถวายทาน อัฐภาพ เป็นทานอริยะ”**

ทานอนัตตา งานใจทาน สาง วาง ละ  
งานใจพระ ละให้ทาน สะสางหลาย  
เจตนาร่วม กุศลท่วม รวมมากมาย  
อุปสรรคร้าย ให้คลี่คลาย ได้เห็นทาง  
ทานอนัตตา ทานเจตนา พาอริยะ  
ใจ ธรรมพระ นำพาพบ ประสบหมาย  
ธรรมอนัตตา ทานอนัตตา วางใจ ได้  
จิตพ้นร้าย ตายผ่านภพ นบชาติตน

**“ไม่กดข่มตน ไม่ทนฝืนทาน ไม่พาลใจตัว  
ทานอนัตตา แน่นอน”**

## เป็นผู้นำที่ถูกต้อง

เป็นผู้นำ ธรรมในตน อดทนแท้  
สัมมาแพ วิชาทวน สนวนทางได้  
เป็นผู้หา พาให้เห็น ธรรมวางใจ  
กุศลใส ใจธรรมสม ร่มธรรมเย็น  
มีผู้นำ ธรรมไม่ตาม ยากผ่านผล  
มีจณณม อวิชาทำ หาผิดได้  
เป็นผู้นำ กำอตตา ถาถมไว้  
อกุศลใจ นรกอไขว้ ไฟไหม้ตน (จม)

สองใจ-สองทาง-ต่างทิศตน

## ตอบคำถาม ญาณ ฌาน

อันเรื่องเดช เวทย์มนต์ กลต่างนั้น  
เป็นเรื่องขลัง วังของโลก เศร้าโศกหนา  
ต่างเอาแค้น แรงชนะ ไม่ลดลา  
อนาถหนา ต่างพึ่งพา โลกาคน  
ขอตอบตาม นางหนึ่ง ตื่นมาถาม  
ธรรมเหตุฌาน ธรรมเหตุญาณ ต่างสิ่งไหน  
ตอบ ธรรมเหตุญาณ ตามพุทธะ ปัญญาให้  
สัมมาไว้ ไปองค์แปด แจกให้ทำ  
ปัญญาหนึ่ง เห็นทุกขัง ฝั่งรูปนาม (จิต เจตสิก)  
ปัญญาสอง หาธรรมญาณ วางตัดดับ  
สัมมาศีล บริสุทธิ์ใจ ให้ระงับ  
สติตัด เพียรลัดตัด ทุกข์สุขวาง  
สมาธิหนุน ตั้งมั่น ฟันฝ่าทุกข์  
ศรัทธาสุด จุดพันหลุด สงบให้  
ญาณทั้งหมด จบขบวน ล้วนเห็นใจ

ญาณวินัย ไสสะอาด สว่างองค์  
ญาณทั้งหมด จบวาง สุขุญญาจิต  
ญาณพิชิต ผิดมิจณา อตตะตาไซ  
ญาณเห็นเหตุ หาผล พันออกไป  
ญาณพันใจ ใครดับเหตุ ผลจบจริง  
ญาณธรรมแปด พ่อแจกทำ ย้าปฏิบัติ  
ญาณ ธรรมลัด ใครปฏิบัติ ท่านยื่นให้  
ญาณ ปัญญา ญาณวิชา สัมมาไว้  
ญาณธรรมใจ ชัดล้างจิต ที่ติดกรรม  
เห็นเหตุการณ งานตัวตน ขนอตตะตา  
คือที่มา อวิชา พาโง่เขลา  
ตนอตตะตา เป็นที่มา หาเป็นเรา  
ยึดติดเอา พามีเขา เข้าซื้อกรรม  
ญาณปัญญา หาเห็นทุกข์ จุดถึงธรรม  
จงน้อมนำ หาเห็นกรรม ชังตน-เขา  
ญาณปัญญา จะพาให้ วางเขา-เรา  
ญาณธรรมเอา ฝ่าหลุดพ้น ย่นทางจริง

ธรรมเหตุฉนวน งานยึดตัว มัวติดงาน  
 ขัดสำราญ แต่บานเหตุ เล่ห์กลเล่น  
 ให้ทุกข์เข็น เป็นตนตัว ยั่วศึกเต็ม  
 ได้ธรรมเห็น เล่นแล้วหาย สลายจริง  
 ฉนวนนิमित ติดยึดมั่น สำคัญตน  
 เอาทุกข์ถม งามจิตเขา เข้าหยอกแย  
 ทำเอาจบ คนชมเล่น เต็มหลอกแท้  
 เอาตนแพ้ กิเลสแห่ แพ้หลากราย  
 คนบางท่าน ติดฉนวนนั่ง หยั่งรู้เขา  
 ทำเอาเขลา เมามดมเดช วิเศษนั้น  
 โมคคัลลา ท่านมีฤทธิ์ ยังติดกรรม  
 ต้องชดใช้ การกระทำ ท่านถึงตาย  
 ท่านบางคน ทนเพ่งจิต คิดผิดเขา  
 กำหนดเอา เข้าไปเห็น เค้นตนหา  
 หวังลาภยศ คดเอาเกียรติ เสนียดพา  
 จึงถูกขี้ รังษัญชา คาทนตาย

เรื่องของฉาน งานบัญญัติ จัดอรรถา  
งานกุข่า เป็นอรรถา มานะหนา  
งานกำหนด สติกิด ช่มไวนา  
แต่อรรถา หาคาถือ ด้อยอมลง  
จึงได้ตอบ ข้อซักถาม ความของเจ้า  
พอเลาๆ ที่เจ้าถาม ความเหตุนั้น  
ญาณปัญญา พาหลุดพ้น เหตุตนนั้น  
ฉานติดขัง รังเอาทุกข์ ผูกติดตน  
ได้ตอบคำถามให้เจ้าแล้ว

**ปฏิบัติตนหาเห็นทางหลุดพ้นได้แล้ว  
ให้เลือกเอาได้เลย**

ข้าพเจ้าได้หาคนอดทนตั้งมั่น  
ค้นหาพระธรรมนำตนพ้นหมาย  
ศรัทธาธรรมเกิด เลิกละลาตาย  
ข้าพเจ้าหาสหายว้ายหน่ายจริง  
หวังว่าพวกเธอทั้งหลาย คงถึงใจเวทนา เพราะอัตตาตัว  
เดียว หนา เหนียว เหนียวให้ใครต่อใคร เช็ดหลาบแล้วละสิ  
หรือว่ายัง...

### ผ่านมาแล้ว

ใจทุกข์ ใจทน ฉันทัน มานานนัก  
ใจรัก ใจร้อน ฉันทัน มาหลากหลาย  
ใจร้าย ใจดำ ฉันทามามากมาย  
ใจเด็ด เช็ดว้าย ฉันทันผ่านด่านมา  
ฉันทันใจธรรม ฉันทันย้าเป็นใจกลาง  
ใจให้-คืน-วาง ฉันทันถ่างไปเกือบสิ้น  
ใจรบ ใจสู้ ฉันทันถูขุด ปดมลทินทิ้ง  
ใจธรรมวางให้สิ้น トラบฟ้าดิน ในโลกา

มีญาติโยม มาถามข้าพเจ้าว่า ทำไมต้องให้ผู้ปฏิบัติ งดใช้โทรศัพท์ เพราะหากว่าการส่งข่าวข้อมูลถูกต้อง ก็จะเป็นผลดีอยู่ ถูกต้องต่อข้อความนั้นดีอยู่ แต่หากว่าข่าวข้อมูล หรือจิตใจ มิจฉาเห็นผิด ร่วมเข้า ร่วมกระทำอีก จะทำให้ปฏิบัติไม่ได้ผลต่อตนเองเท่านั้น เพราะข้อมูลข่าวต่างๆ เป็นอิตตาทั้งสิ้น มีแต่จะพอกพูนข่าวผิด เห็นคนอื่นผิด ต้องการทราบเพื่อเกิดการได้สาแกใจเท่านั้น

อิตตา หากไม่มีปัญหา ไม่พิจารณาสิ่งที่เป็นเหตุ จนเกิดผล ก็จะทำให้ ไม่ว่าง ไม่วาง ไม่ลด ละ เลิก พฤติกรรมที่ติดตามตนเอง ด้วยเหตุ กิเลส ตัณหา มาหลอกล่อให้ลึ้นทำเท่านั้น ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา หา เห็น อิตตา ตัวตนที่แย้งผิดกับธรรมไม่มีตัวตนนี้ เช่นไร การปิดผัสสะ เพื่อมิให้เกิดตัวตน จะเป็นผลดี ต่อการปฏิบัติ วิปัสสนา หา เห็น เพราะไม่เกิดสัญญา ชันธ์ สังขารชันธ์จึงบอด ไม่เกิดวิญญาณชันธ์ รูปชันธ์ ไม่เกิดเวทนา เมื่อรูปชันธ์ไม่เกิดเวทนา จึงยังทุกข์ได้อีก

ข้าพเจ้า จึงขอให้พิจารณาเป็นอย่างมาก ต่อเครื่องอุปโภค บริโภคทั้งหลาย ที่ผู้เพียรปฏิบัติสู่ทางหลุดพ้นใจที่ รุ่่นวาย ร้ายร้อนรน ทุกอย่างลึ้น ต่อการเดินทางถูกต้อง ต่อตนเองเท่านั้น ถึงความสงบเย็นจริง

สหายธรรมทั้งหลาย ให้เกิดใจตั้งมั่นต่อธรรมะ ที่มีในตน เกิดขึ้นที่ใจตน รู้รับเวทนาที่รู้สึกนั้นว่า บังคับไม่ได้ เป็นอนัตตาเสีย นั้น ผู้นั้นยอมผ่านพ้น สภาพสภาวะธรรมที่พิสูจน์ใจของตน ซึ่งมีอิตตาหาผิดแย้งอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ถอน ให้ออก



ให้เล็ก ให้หนี ออกจากสิ่งที่หาเห็นถูกนั้น จงพิจารณาให้จงหนัก  
ตระหนักถึง พ-ย ภัย ที่จะเกิดขึ้นแก่ตนให้มาก ในข้างหน้า พ-ย  
ภัยที่ว่านี้ มีเกิดอีก-เฒ่า-โง่-ตายรับ เวียนไป-กลับ อยู่อย่างนี้

ขอให้สหายธรรม จำปฏิบัติวิปัสสนา ไม่ย่อท้อต่อสภาพ  
ทุกขังที่ เกิด-ดับ ขึ้น-ลง ดำ-ขาว ไส-หม่น กับสภาพใจอัตโนมัติ  
อยู่นี้ ปลอดภัย วางเป็น อนัตตา ทุกวันคืน ทุกวินาทีนั้น อย่าง  
ต่อเนื่อง แล้วจะผ่านพ้นอารมณ์ธรรมที่ตรวจสอบนี้

ธรรมพิจารณา พิจารณาธรรม สภาวะ

ให้ลดละ สภาวะใจ ใยรู้สึก

ยอมวางตน อยู่ยาวนาน จะขึ้นลึก

จงตรองตรึก คึกดี-ร้าย ข่ายเวทนา

ธรรมสภาวะ สภาวะธรรม อนัตตา

ไม่บังคับ จับบัญชา ธรรมไม่ได้

ยากจะทน พันทาทาง วางที่ใจ

นั่นแหละใช่ ไม่บังคับ รับบัญชา

## ไ้จากการฝึก หา เห็น

ข้าพเจ้าได้ **อดทน** หา เห็น สภาพสภาวะ หนาวเหน็บที่  
ใจ **ทนอด** สภาพสภาวะ เว็วว่างท่ามกลางป่าเขา ลำเนาไพร ไม่มี  
ผู้คน ความมืดมิดของยามค่ำคืน **อดทน** กับสภาวะจิตใจที่ตื่น  
ไม่ยอมหลับตา และตาไม่เคยหลับ ไม่เกียจคร้านแม้แต่จะนั่งพัก  
หรือนอนราบ **อดทน** ที่ได้เห็นสภาพสภาวะ บังคับบัญชาไม่ได้  
จาก อัตตา สัตว์ บุคคล ตน เขา สถานที่ **ทนอด** กับสภาพ  
ทุกขสังข ที่เป็นสิ่งจริง มีจริง ธรรมจริงที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ เป็น  
อนัตตานั่น

ข้าพเจ้าได้ฝึกอยู่กับการ หา เห็น ทุกขสังขนี้มานาน  
ข้าพเจ้าจึงเข้าใจสภาพสภาวะอนัตตา ถึงใจเวทนาติร้ายนั้น  
อย่างไม่ท้อถอย ตั้งมั่น แห่งสภาวะธรรมจริงนี้ ที่เกิดขึ้นอยู่นี้  
อย่างไม่ยึดถือ สภาวะธรรมอนัตตา ธรรมภายในรูปกับนามนี้  
สังขจะจริงในธรรมนี้ ผู้นั้นจึงยากที่จะบอกเส้นทางเดินไป ยากที่  
จะบอกกล่าวอบรมกับบัญญัติอัตตาได้ เพราะอัตตายากที่จะ  
ยอม ยากที่จะยอม ไม่พร้อมที่จะวางได้อย่างทันที กับเหตุการณ์  
ที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง จึงยากที่จะ ละ วาง ได้ จึงยากแก่การอบรม  
สั่งสอน หากไม่ เห็น หา จนศรัทธาเกิดแก่ตน ใจศรัทธาธรรมนี้

หากไม่มีคุณธรรมอยู่ ธรรมมายืนให้ ก็ยากที่จะเชื่อได้ เพราะมี  
ของเก่ามาก รับมาก ก็วางยาก มีน้อยวางน้อย มีมากวาง  
ได้ยาก เป็นใจอดทนต่อสภาวะ สภาพที่ต้องละ ต้องวาง เมื่อ  
ค้นพบปัญญาธรรมเท่านั้น

ฝึกเห็นหาอัตตา เหตุทุกข์  
เข็ดที่สุด ของจุดเห็นหา  
ต้องเลิกละ ตัดขาดทางคา  
จึงดับ-ลา อัตตา พาจม  
ฝึกข้ามพ้น ใจทน สภาวะ  
ฝึกตัด ตัด ละ วางไปตามขั้น  
จึงขอจบ เหตุนี้ ธรรมนั้น  
จึงขอวางขั้นธ จบธรรม วางใจ

ขอคืน-ใช้ อภัยทานให้กับทุกชีวิต ที่ได้มาพบกันใน  
ภพชาตินี้ ขอปลดปล่อย สิ่งที่ขัดขวาง เป็นอุปสรรคต่อการ  
ปฏิบัติวิปัสสนาธรรม หลุดพ้นนี้แก่ทุกคน

เมื่อรู้แล้วว่า อัตตา มานะ โลภะ ทิฐิ เป็นธรรมชาติของ  
พระอริยเจ้าที่เหล่าสาวก นำเอาข้อพระธรรม มาเป็นสัมมา  
สัมพุทธะ ผู้รู้เหตุแห่งตน ผู้ตื่นออกจากเหตุแห่งตน ผู้หา เห็น  
ทางแห่งตน ผู้พ้นภัยเหตุแห่งตนได้ หาทางจุดช่วยผู้อื่นด้วยวิธี  
ต่างๆ ตามเหตุการณ์ จะยอมละ ยอมวาง อัตตา เหตุที่มาของ  
ทุกข์สัจนี้หรือยัง

**ทำเหตุใดไว้ ผลเป็นสิ่งนั้น**

**เหตุดี เสนอ ผลดี**

**เหตุชั่ว สสนอง ผลชั่ว**

**เจ็บแล้วให้เข็ดหลาบ ตรานั้น คือคำขอโทษ**

คำพูดตรงๆ หากปลงปลดได้เป็นสิ่งดี จะทำให้ผู้นั้นรู้ตัว  
ตื่นหายหลง แต่คำพูดตรงๆ บางทีทำให้ ใครต่อใครเจ็บปวดใจ  
สาหัส ไปเลยก็มี พูดตรงก็รับไม่ได้ อันที่อยากได้ ไม่พูดให้ตรง

ได้ค้น ดลพบใจ ให้เดินหน้า  
ฝ่าด่านว่างัด ดัดหมุน สมมตินั้น  
ได้ค้น จนพันใจ ที่คือร้น  
ตัดด้านพัง ย่นไปหน้า ไม่คาใจ  
ได้พัน คั่นจบใจ ไร้ลาภยศ  
ใจสกปรก รกรุ่งรัง ชังแล้งไว้  
ได้ล้าง วางของดำ ขยำใจ  
เป็นขาวใส ไม่ไว้หมอง ต่อมตรมดำ  
ขอขอบใจ ในทุกคน ชมธรรมฉัน  
แต่ใจนั้น ได้วางไว้ ไปด้วยหน้า  
หาประตู สู่ทางออก ใจเวทนา  
เห็นอัตตา ดับอัตตา พาสุขเย็น  
ขอให้ทุกคนตั้งใจ หา เห็นสูญญตา ที่กลางใจ  
“อย่าคิดเอาชนะ-แพ้ มาคั่นพระธรรม  
พระธรรมที่ปฏิบัตินี้ ไม่มี แพ้-ชนะ”

## ต่อเมื่อวันนั้นมาถึง

วันใด หนึ่งวินาที ลัดนิ้วมือ หวังว่า ธรรมะที่ข้าพเจ้า  
ได้เฝ้าปฏิบัติอยู่นี้ ได้กระจ่างแจ้งแก่ผู้หนึ่งนั่น

ขอให้ถึงเวลาโดยเร็ว กับใจที่ไม่บริสุทธิ์ มีอกุศลจิต ผิด  
อันตราย ต่อพระธรรมอริยะ ที่ทุกคนกำลังปฏิบัติอยู่นี้ และเกิด  
ขึ้นอยู่นี้ ตัด ดับโดยเร็ว เคี้ยวปัญญาให้มาก เต็ดขาดแก้ไขต่อไป

ธรรมอริยะ บุคคลอริยะ ผู้ละวางใจ

ผู้มีญาณตาใน ใจพิเศษ เต็ดที่ผล

ผู้สะอาดใจ ผู้สว่างญาณ ผู้สงบตน

ผู้สววยผล คั่นสถานเย็น เว้นใจไป

หากข้าพเจ้าไม่มุ่งมั่นกับพระธรรม ปฏิบัติธรรม ข้าพเจ้า  
คงทานข้าวของชาวบ้าน โดยเปล่าประโยชน์ ไร้การเป็นนักรบ  
โดยสิ้น เป็นผู้ไม่เดินตามรอยครูบาอาจารย์อย่างแท้จริง

คำพูดที่เข้าข้างตน ดุฎก ดูแคลนผู้อื่น ใส่ร้ายผู้อื่น  
คำพูดที่ไม่เข้าช่วยการปฏิบัติ ขัด ดัด อัดตา คำพูดที่มีใจเอา  
เป็นเรื่องราว ทุกข์ร้อนแก่ผู้อื่น **พูดธรรมผิด**

**กระทำธรรมผิด** พระพุทธเจ้ามิให้ทำ กลับทำ

**กระทำผิดธรรม** พระพุทธเจ้า ให้กระทำ แต่ไม่กระทำ

**พิจารณาถูกต้องดีงามแล้ว**

**สมควรกระทำ เพื่อการเจริญธรรมะ**

## ประวัติของวันวิสาขบูชา

### ข้อธรรม หลวงพ่อธี วิจิตรธัมมะ

1. ในทางศาสนาพราหมณ์ จะเรียกว่า “วันวิสาขบูชา”  
เนื่องจากในวันนี้ เวลาที่พระจันทร์อยู่ตรงกับศรีษะ  
ของเรา จะมีกลุ่มนักขัตฤกษ์ทั้งหมด 27 กลุ่ม จะมา  
ล้อมรอบดวงจันทร์ (นักขัตฤกษ์ คือ กลุ่มดวงดาวที่  
ศาสนาพราหมณ์ใช้ดู เพื่อทำนายเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น)  
เวลาที่กลุ่มดาวมาล้อมรอบดวงจันทร์ จะมีความงดงาม  
เหมือนเวลาที่นางวิสาขา อยู่ท่ามกลางลูกหลานจำนวน  
มากที่มาห้อมล้อม ซึ่งมีจำนวนมากถึง 2,220 คน ซึ่ง  
เป็นที่มาของชื่อ “วันวิสาขบูชา”
2. ในทางศาสนาพุทธ จะเรียกวันนี้ว่า “วันพุทธะ”  
เพราะวันนี้เป็นวันที่ -พระพุทธรเจ้ารับพยากรณ์  
-พระพุทธรเจ้าประสูติ  
-พระพุทธรเจ้าตรัสรู้ธรรม  
-พระพุทธรเจ้าเสด็จปรินิพพาน



## ประวัติของนางวิสาขา

1. อายุ 7 ปี เป็นโสดาบัน
2. อายุ 16 ปี แต่งงาน
3. มีลูกชาย 10 คน หญิง 10 คน
4. มีหลาน 200 คน
5. มีเหลน 2,000 คน
6. มีกำลังยิ่งใหญ่เท่ากับช้างตัวผู้ 5 ตัว
7. อายุ 120 ปี แต่ยังคงเหมือนสาวอายุ 16 ปี
8. เต้านมเหมือนสาว ๆ ไม่เหี่ยว ไม่หย่อน
9. เวลานางวิสาขาอยู่ท่ามกลางลูกผู้หญิง 10 คน หลานผู้หญิง 100 คน เหลนผู้หญิง 1,000 คน ที่ห้อมล้อม  
ไม่มีใครรู้ได้เลยว่านางวิสาขา คือคนไหน?  
(เพราะนางไม่แก่)

## เจตนาจิตอธิษฐาน

ขอปัญญาธรรมนี้ ให้ไว้เพื่อศาสนา  
ขอตั้งมั่นต่องานปฏิบัติ หา เห็นทางพ้นเวทนา  
ขอมองเห็นพระพุทเจ้า ต่อพระธรรมอนัตตา  
ขอแก้ปัญหบาตข้าวชาวนบ้าน  
หนึ่งเพลาท่านี้ธรรม

## คำขอขมาพระอริยเจ้า

อะริเยสุ ปะมาเทนะ ทะวารัตตะเยนะ  
กะตัง สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเตฯ

พระอริยเจ้าทุกๆ องค์ ในกาลไหนๆ ก็ตาม สิ่ง  
ข้าพเจ้าได้กระทำความผิด โดยรู้เท่าทันก็ตาม ไม่รู้เท่าทันก็ตาม ใน  
กรรม 3 ประการ โดยมโนกรรมคิด วลีกรรมพูด กายกระทำความผิด  
มาแล้วนั้น ณ ขณะนี้ ขอให้พระอริยเจ้า โปรดสงสาร ยกโทษ  
เป็นอโหสิกรรม เพื่อมิให้เป็นอันตราย เพื่อมิให้เป็นอุปสรรค  
ขวางกั้น การเดินทางสู่มรรคผลนิพพาน แก่ข้าพเจ้าด้วยเทอญฯ

ในปกหลัง

“รู้จักดับเหตุ  
ผลจะไม่เกิด”

ปกหลัง

หนังสือนี้ จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน  
ไม่จำหน่าย

สถานธรรมอนันตาวิสุทธิตัสสณะราม กางนา เมืองแม่ฮ่องสอน  
เลขที่ ๑๗๙/๑ หมู่ที่ ๕ ต.ปางหมู อ.เมือง จ.แม่ฮ่องสอน  
๕๘๐๐๐

