

หน้าที่ของเราคือทำความเพียร

พระศาสดาจึงตรัสว่า เรื่องของเป็นเอง เมื่อเราทำไปถึงขั้นนี้แล้วเราก็ปล่อยตามบุญวาสนา บารมีของเรา แต่เราไม่หยุดทำความเพียร จะช้าหรือเร็วเราบังคับไม่ได้ เหมือนปลูกต้นไม้ มันรู้จักของมัน มันอยากเรีก็รู้ว่ามันหลง มันอยากช้าก็รู้ว่ามันหลง เมื่อทำแล้วจึงเกิดผลขึ้นมาเหมือนเราปลูกต้นไม้ เช่น ปลูกพริกต้นนี้ หน้าที่ของเราคือขุดหลุมปลูก ให้น้ำ ให้น้ำ ให้น้ำ รักษาแมลงให้มันเท่านั้น นี่เรื่องของเรานี้ เรื่องศรัทธาของเรา ส่วนต้นพริกจะโตก็เป็นเรื่องของมัน ไม่ใช่เรื่องของเรานี้จะไปถึงให้มันขึ้นมากก็ได้ ผลิตเรื่อง เราต้องให้น้ำ เอาปุ๋ยใส่ให้

ถ้าเราปฏิบัติอย่างนี้ก็จะสบาย จะถึงชาตินี้ก็ช่าง ถึงชาติหน้าก็ตาม เรามีศรัทธาอย่างนี้แล้วมีความรู้สึกแน่นอนแล้วอย่างนี้ จะเร็วหรือช้ามันเป็นเรื่องของบุญวาสนาบารมีของเรา ที่นี้ก็รู้สึกสบาย เหมือนขับรถม้า ก็มีได้เอารถไปก่อนม้า แต่ก่อนมันเอารถไปก่อนม้า ถ้าไถนาที่เดินก่อนควาย หมายความว่าใจมันเร็วมาก ร้อนมาก ที่นี้ไม่เป็นอย่างนั้น ไม่เดินก่อน ต้องเดินตามหลังควาย

ข้าเอาน้ำให้กิน เอาปุ๋ยให้กิน กินไปเถอะ มดปลวกมาเข้าจะไล่ให้เข้า เท่านั้นแหละต้นพริกต้นนี้มันก็จะงามขึ้นเอง เมื่อมันงามแล้ว เราจะบังคับว่าแกต้องเป็นดอกเดี๋ยวนี้นี้ ไม่ใช่เรื่องของเรานี้ อย่าทำ เราจะเป็นทุกข์เปล่าๆ มันจะเป็นของมันเอง เมื่อมันเป็นดอกแล้ว เราจะให้เป็นเม็ดเดี๋ยวนี้นี้ อย่าไปบังคับมัน ทุกข์จริงนา ทุกข์จริงๆ เมื่อรู้อย่างนี้แล้วเรารู้จักหน้าที่ของเรา ของเขา หน้าที่ของใครของมัน จิตก็จะรู้หน้าที่การงาน ถ้าจิตไม่รู้หน้าที่การงาน ก็จะไปบังคับต้นพริกให้มีผลในวันนั้นเอง ให้มันโตเป็นดอกเป็นผลขึ้นในวันนั้น นั่นล้วนแต่เป็นคำสมมุติ เหตุให้เกิดทุกข์ขึ้นมาทั้งนั้น

ถ้ารู้อย่างนี้ก็คืออย่างนี้ รู้ว่ามันหลงมันผิด รู้อย่างนี้แล้ว ก็ปล่อยให้เป็นเรื่องบุญ วาสนา บารมี ต่อไป เราก็ทำของเราไป ไม่ต้องกลัวว่าจะนาน ร้อยชาติ พันชาติ ก็ช่าง มันจะชาติไหนก็ตาม ปฏิบัติสบายๆ นี่แหละ

รู้ความจริงแล้ว ทำผิดไม่ได้

จิตถ้าตกกระสอแล้วไม่กลับ ความชั่วนิดหน่อยนั้นพ้นแล้ว โสดา (โสดาบันบุคคล = พระอริยชั้นต้น) ท่านว่าจิตน้อมไปแล้ว ท่านจึงว่าพวกเหล่านี้จะมาสือบายอีกไม่ได้ มาตคนกรอีกไม่ได้ จะตกได้อย่างไร จิตละบาปแล้ว เห็นโทษในบาปแล้ว จะให้ทำความชั่วทางกายวาจาอีกนั้นทำไม่ได้ เมื่อทำบาปไม่ได้ ทำไมจึงจะไปสือบาย ทำไมจึงจะไปตกนรกได้ มันน้อมเข้าไปแล้ว เมื่อจิตน้อมเข้าไป มันก็รู้จักหน้าที่ รู้จักการงาน รู้จักปฏิบัติ รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา รู้จักกายของเรา รู้จักจิตของเรา รู้จักรูปเรา นามเรา สิ่งที่ควรละวาง ก็ละไป วางไปเรื่อยๆ ไม่ต้องสงสัย

เห็นอสุภะในทุกคน

นี่เรื่องที่อาตมาได้ปฏิบัติมา ไม่ใช่ว่าจะไปทำให้มันละเอียดหลายสิ่งหลายประการ เอาให้
ลมละเอียดอยู่ในใจนี้ ถ้าเห็นรูปนี้ชอบรูปนี้เพราะอะไร ก็เอารูปนี้มาพิจารณาว่า เกสาคือผม โลมา
คือขน นขาคือเล็บ ทนต์คือฟัน ตะโจคือหนัง พระพุทธเจ้าให้อาตมาพิจารณาเข้าไป แยก
ออก แยกออก เผมันออก ลอกมันออก ทำอยู่อย่างนี้ เอาอยู่อย่างนี้ จนมันไม่ไปไหน มองพวก
เดียวกัน เช่น พระณเรเวลาเดินบิณฑบาต เห็นพระเห็นคน ต้องกำหนดให้เป็นร่างสียายซากสียาย
เดินไปก่อนเรา เดินไปข้างหน้า เดินไปปะๆ ปะๆ กำหนดมันเข้า ทำความเพียรอยู่อย่างนั้น เจริญ
อยู่อย่างนั้น เห็นผู้หญิงรุ่นๆ นึกชอบขึ้นมา ก็กำหนดให้เป็นผี เป็นเปรต เป็นของเน่าเหม็นไปหมด
ทุกคนไม่ให้เข้าใกล้ ให้อาตมาเป็นอยู่อย่างนี้ ถึงอย่างไรมันก็ไม่อยู่หรอก เพราะมันเป็นของ
เปื่อย ของเน่า ให้เราเห็นแน่นอน

พิจารณาให้มันแน่นให้มันเป็นอยู่ในใจอย่างนี้แล้ว ไปทางไหนก็ไม่เสีย ให้ทำจริงๆ เห็น
เมื่อใดก็เท่ากับมองเห็นซากศพ เห็นผู้หญิงก็ซากศพ เห็นผู้ชายก็ซากศพ ตัวเราเองก็เป็นซากศพด้วย
เหมือนกัน เลยมีแต่ของอย่างนี้ทั้งนั้น พยายามเจริญให้มาก บำเพ็ญให้อยู่ในใจนี้มากขึ้นอีก อาตมา
ว่ามันสนุกจริงๆ ถ้าเราทำ แต่ถ้าไปมัวอ่านตำราอยู่มันยาก ต้องทำเอาจริงๆ ทำให้มีกรรมฐานในตัว
เรา

อย่ามั่งง่ายข้ามขั้นตอน

การเรียนอภิธรรมนั้นก็ดีอยู่ แต่จะต้องไม่ติดตำรา มุ่งเพื่อรู้ความจริง หาทางพ้นทุกข์จึงจะ
ถูกทาง เช่น ในปัจจุบันมีการสอน การเรียนวิปัสสนาแบบต่างๆ หลายๆ อาจารย์ อาตมาว่า
วิปัสสนานี้มันทำไม่ได้ง่ายๆ จะไปทำเอาเลยไม่ได้ ถ้าไม่ดำเนินไปจากศีล ลองดูก็ได้ เรื่องศีล เรื่อง
สิกขาบทบัญญัติ ถ้ากายวาจาไม่เรียบร้อยแล้ว ไปไม่รอด เพราะเป็นการข้ามมรรค บางคนพูดว่า
สมณะไม่ต้องไปทำ ข้าไปวิปัสสนาเลยคนมันง่ายหรอกที่พูดเช่นนั้น เขาว่าศีลไม่ต้องเกี่ยว ก็การ
รักษาศีลนี้มันยากไม่ใช่เล่น ถ้าจะข้ามไปเลยมันก็สบายเท่านั้นอะไรที่ยากแล้วข้ามไป ใครๆ ก็อยาก
ข้าม

มีพระรูปหนึ่งบอกว่าเป็นนักปฏิบัติ เมื่อมาขออยู่กับอาตมา ถามถึงระเบียบปฏิบัติจึงอธิบาย
ให้ฟังว่า เมื่อมาอยู่กับผมจะสะสมเงินทองและสิ่งของไม่ได้ ผมถือตามวินัย ท่านพูดว่าท่านปฏิบัติ
ไม่ยึดไม่หมาย อาตมาบอกว่าผมไม่ทราบกับท่าน ท่านเลยถามว่า ถ้าผมจะใช้เงินทองแต่ไม่ยึดไม่
หมายจะได้ไหม อาตมาตอบว่าได้ ถ้าท่านเอาเกลือมากินดูแล้วไม่เค็มก็ใช้ได้ ท่านจะพูดเอาเฉยๆ
เพราะท่านขี้เกียจรักษากฎของจุๆ จิกๆ นี่มันยาก เมื่อเอาเกลือมากินท่านไม่เค็มแล้วผมจึงเชื่อ ถ้ามัน
ไม่เค็มจะเอามาให้กินสักกระท่อ (เข่งเล็ก) ลองดู มันจะไม่เค็มจริงๆ หรือ เรื่องไม่ยึดไม่หมายนี้
ไม่ใช่เรื่องพูดเอาคาคะเนเอา ไม่ใช่ ถ้าท่านพูดอย่างนี้อยู่กับผมไม่ได้ ท่านจึงลาไป

ศีลและสมณะต้องทำให้มาก

เรื่องศีล เรื่องทศกัณฐ์ พวกเราต้องพยายามปฏิบัติ พวกญาติโยมก็เหมือนกัน ถึงปฏิบัติอยู่บ้านก็ตาม พยายามให้มีศีลห้า ภาวจาของเราพยายามให้เรียบร้อย พยายามดีๆ เอะ ค่อยทำค่อยไป

การทำสมณะนี้ อย่างนี้กว่าไปทำครั้งหนึ่งสองครั้งแล้วมันไม่สงบก็เลยหยุด ยังไม่ถูก ต้องทำนานอยู่นะ ทำไม่จึงนาน คิดดูสิเราปล่อยมานี้กี่ปี เราไม่ได้ทำ มันว่าไปทางโน้นก็วิ่งตามมัน มันว่าไปทางนี้ก็วิ่งตามมัน ที่นี้จะมาหยุดให้มันหยุดอยู่เท่านี้ เดือนสองเดือนจะให้มันนิ่ง มันก็ยังไม่พอ คิดดูเถิด เรื่องการทำจิตใจให้เราเข้าใจว่า สงบในเรื่อง สงบในอารมณ์ ที่แรกพอเกิดอารมณ์ ใจไม่สงบ ใจวุ่นวาย ทำไม่จึงวุ่นวาย เพราะมีตัณหา ไม่อยากให้เกิด ไม่อยากให้มีอารมณ์ ความไม่อยากจะหละตัวเอง คือ วิวาทันหา ยิ่งไม่อยากเท่าไร มันยังชวนกันมา “เราไม่อยากมันทำไม่จึงมา ไม่อยากให้มันเป็นทำไมมันเป็น” นั่นแหละเราอยากให้มันเป็น เพราะเราไม่รู้จิตใจเจ้าของ แหม เล่นอยู่กับพวกนี้ก็จะรู้ตัวว่าผิดก็นานโขอยู่ คิดๆ ดูแล้ว โอ เราไปเรียกมันมามันจึงมา ไม่อยากให้มันเป็น อยากให้มันสงบ ไม่อยากให้มันฟุ้งซ่าน นี่แหละความอยากทั้งแท่งละ

มีสติดูจิต เห็นความคิด เกิดปัญญา

ช่วงมันเอะ เราทำของเราไป เมื่อมีอารมณ์อะไรมาก็ให้พิจารณามันไป เรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งลงใส่ตามขุมนี้เลย แล้วคิดไป พิจารณาไป เรื่องอารมณ์นั้น โดยมากเรามีแต่เรื่องคิด คิดตามอารมณ์ เรื่องคิดกับเรื่องปัญญามันคนละอย่าง มันพาไปอย่างนั้นก็คิดตามมันไป ถ้าเป็นเรื่องความคิดมันไม่หยุด แต่เรื่องปัญญาแล้วหยุดอยู่หนึ่งไม่ไปไหน เราเป็นผู้รับรู้ไว้ เมื่ออารมณ์อันนี้นั้นนั้นมาจะเป็นอย่างนั้นอย่างนั้น เรารู้ๆ ไว้เมื่อถึงที่สุดแล้วก็ว่า เออ เรื่องเจ้าคิด เจ้านึก เจ้าวิตกวิจารณ์นี้ เรื่องเหล่านี้มันไม่เป็นแก่นสารทั้งหมด เป็นเรื่อง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งสิ้น ตัดบทมันเลย ทั้งลงใส่ไตรลักษณ์เลยซุบไป ครั้นนั่งต่อไปอีก มันก็เกิดขึ้นอีก เป็นมาอีก เราก็ดูมันไป สะกดรอยมันไป

เปรียบเหมือนกับเราเลี้ยงควาย หนึ่งคันข้าว สองควาย สามเจ้าของ ควายจะต้องกินคันข้าว คันข้าวเป็นของที่ควายจะกิน จิตของเราเหมือนควาย อารมณ์คือคันข้าว ผู้รู้ก็เหมือนเจ้าของ การปฏิบัติเป็นเหมือนอย่างนี้ไม่ผิด เปรียบเทียบดู เวลาเราไปเลี้ยงควายทำอะไร ปล่อยมันไป แต่เราพยายามคุมมันอยู่ ถ้ามันเดินไปใกล้คันข้าว เราก็ตวาดมัน ควายมันได้ยินก็จะถอยออก แต่เราอย่าเผลอนะ ถ้ามันคือไม่ฟังเสียง ก็เอาไม้ค้อนฟาดมันจริงๆ มันจะไปไหนเสีย มันจะได้กินคันข้าวหรือ แต่เราอย่าไปนอนหลับกลางวันก็แล้วกัน ถ้าขึ้นนอนหลับ คันข้าวหมดแน่ๆ

เรื่องปฏิบัติก็เช่นกัน เมื่อเราดูจิตของเราอยู่ ผู้รู้ดูจิตเจ้าของ ผู้ใดตามดูจิต ผู้นั้นจักพ้นบ่วงของมาร จิตก็เป็นจิตแล้วใครจะมาดูจิตอีกเล่า เดียวถึงงั้นเท่านั้น จิตอันหนึ่ง ผู้รู้หนึ่ง รู้ออกมาจากจิตนั้น รู้จิตเป็นอย่างไร สบอารมณ์เป็นอย่างไร ปราศจากอารมณ์เป็นอย่างไร ผู้ที่รู้อันนี้ท่านเรียกว่าผู้รู้ ผู้รู้จะตามดูจิต ผู้รู้ก็จะเกิดปัญญา จิตนั้นคือความนึกคิดถ้าพบอารมณ์นั้นก็แวะไป ถ้าพบ

อารมณ์อีกมันก็แะไปอีกเหมือนกับควายเรานั้นแหละ มันจะไปทางไหนเราก็คุมมันอยู่มันจะไปไหนได้ มันจะไปใกล้ต้นข้าวที่ควาคุมมันอยู่ ว่าไม่ฟังก็ถูกไม้ค้อนเท่านั้น ทรมาณมันอยู่อย่างนี้

จิตก็เหมือนกัน เมื่อถูกอารมณ์มันจะเข้าจับทันที เมื่อมันเข้าจับ ผู้รู้ต้องสอน ต้องพิจารณา มันว่าดีไม่ดี อธิบายเหตุผลให้มันฟัง มันไปจับสิ่งอื่นอีก มันนึกว่าเป็นของน่าเอา ผู้รู้นี้ก็สอนมันอีก อธิบายให้มีเหตุผล จนมันทิ้ง อย่างนี้จึงสงบได้ จับอะไรมาก็มีแต่ของไม่น่าเอาทั้งนั้น มันก็หยุดเท่านั้น มันก็เทียบเหมือนกัน เพราะมีแต่ถูกค่าถูกกว่าเสมอ ทรมาณมันเข้า ทรมาณเข้าไปถึงจิต หักมันอยู่อย่างนั้นแหละ

รู้ตัวเองแล้วสบาย

ตั้งแต่ครั้งอาตมาปฏิบัติอยู่ในป่า ก็ปฏิบัติอย่างนี้ สอนศิษย์ทั้งหลายก็สอนอย่างนี้ เพราะต้องการเห็นความจริง ไม่ต้องการเห็นในตำรา ต้องการเห็นในใจเจ้าของว่า ตัวเองหลุดพ้นจากสิ่งที่คิดนั้นหรือยัง เมื่อหลุดแล้วก็รู้จัก เมื่อยังไม่หลุดก็พิจารณาเหตุผลจนรู้เรื่องของมัน ถ้ารู้เรื่องของมันก็หลุดเอง ถ้ามีอะไรอีก คิดอะไรอีก ก็พิจารณาสิ่งนั้นอีก ไม่หลุดไม่ไป ย้ำมันอยู่ตรงนี้ มันจะไปไหนเสีย อาตมาชอบให้เป็นอย่างนั้นในตัวเอง เพราะพระพุทธองค์ตรัสว่า ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญู-หิ วิญญูชนทั้งหลายรู้เฉพาะตน ก็ต้องหาเอาจากเจ้าของ ให้รู้จากตัวเองนี้แหละ

ถ้าเชื่อตัวเองก็รู้สึกสบาย เขาว่าไม่ดีก็สบาย เขาว่าดีก็สบาย เขาจะว่าอย่างไรก็สบายอยู่ เพราะอะไรจึงสบาย เพราะรู้จักตัวเอง ถ้าคนอื่นว่าเราดี แต่เราไม่ดี เราจะเชื่อเขาอย่างนั้นหรือ เราก็ไม่เชื่อเขา เราปฏิบัติของเราอยู่ คนไม่เชื่อตนเอง เมื่อเขาว่าดีก็ทำตามเขา ก็เป็นบ้าไปอย่างนั้น ถ้าเขาว่าชั่ว เราก็ดูเรา มันไม่ใช่หรือ เขาว่าเราทำผิด แต่เราไม่ผิดดังเขาว่า เขาพูดไม่ถูก ก็ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไม เพราะเขาพูดไม่ถูกตามความเป็นจริง ถ้าเราผิดดังเขา ก็ถูกดังเขาว่าแล้ว ไม่รู้จะไปโกรธเขาทำไมอีก ถ้าคิดได้ดังนี้รู้สึกสบายจริงๆ มันเลยไม่มีอะไรผิด ล้วนแต่เป็นธรรมทั้งหมด อาตมาปฏิบัติอย่างนี้ ถ้าปฏิบัติอย่างนี้มันลัดตรงจริงๆ แม้จะเอาธัมมมะธัมโม หรืออภิธรรมมาเถียง อาตมาก็ไม่เถียง ไม่เถียงหรืออก ให้แต่เหตุผลเท่านั้น

ให้เข้าใจเสียว่า เรื่องปฏิบัตินี้พระพุทธเจ้าให้วางทั้งหมด วางอย่างรู้ มิใช่ว่าวางอย่างไม่รู้ จะวางอย่างควายอย่างวัว ไม่เอาใจใส่ อย่างนี้ไม่ถูก วางเพราะการรู้สมมติบัญญัติความไม่ยึด

ยึดไว้ก่อน พอร้อนแล้วก็วาง

ที่แรกท่านสอนว่า ทำให้มาก เจริญให้มาก ยึดให้มาก ยึดพระพุทธ ยึดพระธรรม ยึดพระสงฆ์ ยึดให้มัน ท่านสอนอย่างนี้ เราก็ยึดเอาจริงๆ ยึดไปๆ คล้ายกับท่านสอนว่า อย่าไปอิงลาคนอื่น ให้ทำมาหากินด้วยน้ำพักน้ำแรงตัวเอง มีวัวมีควาย มีไร่มีนา ให้หาเอาจากของเรา นี่แหละ ไม่บาปหรือ ถ้าไปทำของคนอื่นมันบาป ผู้ฟังจึงเชื่อ ทำเอาจากของตนเองอย่างเต็มที่ แต่มันก็ยุ่งยากลำบากเหมือนกัน ที่ยากลำบากนั้นเพราะของเราเอง ก็ไปบ่นปรับทุกข์ให้ท่านฟังอีกว่า มี

สิ่งของใดๆ ก็ยุ่งยากเป็นทุกข์ เมื่อเห็นความยุ่งยากแล้ว แต่ก่อนเข้าใจว่ายุ่งยากเพราะแย่งชิงของคนอื่น ท่านจึงแนะนำให้ทำของๆ ตน นี่ก็จะสบาย ครั้นทำแล้วก็ยังยุ่งยากอยู่ ท่านจึงเทศน์อย่างใหม่ให้ฟังอีกว่า “มันก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าไปยึดไปหมาย มันก็เป็นอย่างนี้ ไม่ว่าของใครทั้งนั้น ไปอยู่บ้านเขา ไปจับมันก็ร้อน ไปอยู่บ้านเรา ไปจับมันก็ร้อนอยู่อย่างนั้น” ท่านก็พูดตามเรา เพราะท่านสอนคนบ้า การรักษาคณบาก็ต้องทำอย่างนั้น พอซ้อคไฟได้ท่านก็ซ้อค เมื่อก่อนยังอยู่ด่ากันไปเลยไม่ทันรู้จัก เรื่องอุบายของพระพุทธเจ้าท่านสอนเราต่างหาก หมดเรื่องของท่านมาคิดเรื่องของเรา ถึงจะเป็นอย่างไรก็ตาม เอาอุบายทั้งหลายเหล่านี้แหละมาสอนเรา

การปฏิบัติคือการฝืนใจตัวเอง

เรื่องปฏิบัตินี้ อาตมาพยายามค้นคิดเหลือเกิน เอาชีวิตเป็นเดิมพัน เพราะเชื่อตามที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า มรรค ผล นิพพาน มีอยู่ มันมีอยู่ดังพระองค์ตรัสสอน แต่ว่าสิ่งเหล่านั้นเกิดจากการปฏิบัติ เกิดจากการทรมาน กล้าหาญ กล้าฝืน กล้าหัด กล้าคิด กล้าแปลง กล้าทำ

การทํานั้นทำอย่างไร ท่านให้ฝืนใจตัวเอง ใจเราคิดไปทางนี้ ท่านให้ไปทางโน้น ใจเราคิดไปทางโน้น ท่านให้มาทางนี้ ทำไมท่านจึงฝืนใจ เพราะใจถูกกิเลสเขาพอกมาเต็มที่แล้ว มันยังไม่ได้ฝึกหัดตัดแปลง พระองค์จึงไม่ให้เชื่อ มันยังไม่เป็นศีล ยังไม่เป็นธรรมเพราะใจมันยังไม่แจ้งไม่ขาว จะไปเชื่อมั่นได้อย่างไรได้ ท่านจึงมิให้เชื่อเพราะใจเป็นกิเลส ที่แรกมันเป็นลูกน้องกิเลสอยู่นานๆ ไปเลยกลายเป็นกิเลส ท่านเลยบอกว่าอย่าเชื่อใจ

ดูเถิดข้อปฏิบัติมีแต่เรื่องฝืนใจทั้งนั้น ฝืนใจก็เดือดร้อน พอเดือดร้อนก็บ่นว่า แหม ลำบากเหลือเกิน ทำไม่ได้ แต่พระองค์ไม่นึกอย่างนั้น ทรงนึกว่า ถ้าเดือดร้อนนั้นถูกแล้ว แต่เราเข้าใจว่าไม่ถูก เป็นเสียอย่างนี้มันจึงลำบาก เมื่อเริ่มทำเดือดร้อน เราก็นึกว่าไม่ถูกทาง คนเราอยากมีความสุข มันจะถูกหรือไม่ถูกไม่รู้ เมื่อขัดกับกิเลสต้นหาก็เลยเป็นทุกข์เดือดร้อน ก็หยุดทำ เพราะเข้าใจว่าไม่ถูกทาง แต่พระองค์ตรัสว่าถูกแล้ว ถูกกิเลสแล้ว กิเลสมันเร่าร้อน แต่เรานึกว่าเราเร่าร้อน

พระพุทธเจ้าว่ากิเลสเร่าร้อน เราทั้งหลายเป็นอย่างนี้มันจึงยาก เราไม่พิจารณา โดยมากมักเป็นไปตามกามสุขัลลิกานุโยค อตตกิลมณานุโยค มันติดอยู่ที่นี่ อยากทำตามใจของเรา อันไหนชอบก็ทำ อยากทำตามใจ ให้นั่งสบาย นอนสบาย จะทำอะไรก็อยากสบาย นี่กามสุขัลลิกานุโยค ติดสุข มันจะไปได้อย่างไร

ถ้าหากเอากามความสบายไม่ได้แล้ว ความสุขไม่ได้แล้ว ก็ไม่พอใจ โกรธขึ้นมา ก็เป็นทุกข์ เป็นโทสธรรม นี่เป็นอตตกิลมณานุโยค ซึ่งไม่ใช่หนทางของผู้สงบ ไม่ใช่หนทางของผู้ระงับ

กามสุขัลลิกานุโยค อตตกิลมณานุโยค ทางสองเส้นนี้ พระพุทธเจ้าไม่ให้เดิน ความสุข พระองค์ให้รับทราบไว้ ความโกรธ ความเกลียด ความไม่พอใจ ก็ไม่ใช่ทางที่พระพุทธเจ้าเดิน ไม่ใช่ทางของสมณะ เป็นทางที่ชาวบ้านเดินอยู่ พระผู้สงบแล้วไม่เดินอย่างนั้น เดินไปตรงกลาง สัมมาปฏิบัติ นี่ กามสุขัลลิกานุโยคอยู่ทางซ้าย อตตกิลมณานุโยคอยู่ทางขวา