

เดินทางสายกลางคือสงบ วางสุข วางทุกข์

ดังนั้น ถ้าจะบวชปฏิบัติต้องเดินทางสายกลางนี้ เราจะไม่เอาใจใส่ความสุขความทุกข์ จะวางมัน แต่รู้สึกว่ามันเตะเรา เตี้ยไอนี้เตะทางนี้ ไอนั้นเตะทางนั้น เหมือนกับลูกโป่งยาง (กระดิ่งที่ทำด้วยไม้) มันฟัดเราทั้งสองข้างเข้าไต่กัน มีสองอย่างนี้แหละเตะเราอยู่ ดังนั้น พระองค์เทศน์ครั้งแรกจึงทรงยกทางที่สุดทั้งสองขึ้นแสดง เพราะมันติดอยู่นี้ ความอยากได้สุขเตะทางนี้บ้าง ความทุกข์ไม่พอใจเตะทางโน้นบ้าง สองอย่างเท่านั้นเล่นงานเราตลอดกาล

การเดินทางสายกลาง เราจะวางสุข เราจะวางทุกข์ สัมมาปฏิบัติต้องเดินทางสายกลาง เมื่อความอยากได้สุขมากระทบ ถ้าไม่ได้สุขมันก็ทุกข์เท่านั้น จะเดินกลางๆ ตามทางพระพุทธเจ้าเดินนั้นลำบาก มันมีสองอย่างคือดีกับร้ายเท่านั้น ถ้าไปเชื่อพวกนี้ก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าโกรธขึ้นมาก็คว่ำหาท่อนไม้เลย ไม่ต้องอดทน ถ้าดีก็ดูตั้งแต่ศีรษะจดปลายเท่านั้นใช้แล้ว ทางสองข้างมันไม่ไปกลางๆ สักที พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้ทำอย่างนั้น ท่านให้ค่อยๆ วางมันไป ทางสายนี้คือสัมมาปฏิบัติ ทางเดินออกจากภพ จากชาติ ทางไม่มีภพ ไม่มีชาติ ไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ ไม่มีดี ไม่มีชั่ว มนุษย์ทั้งหลายที่ต้องการภพ ถ้าตกลงมาก็ถึงสุขนี้ มันมองไม่เห็นตรงกลางผ่านเลยลงมานี้ ถ้าไม่ได้ตามความพอใจก็เลยมานี้ข้ามตรงกลางไปเรื่อย ที่พระอยู่เรามองไม่เห็นสักที วิ่งไปวิ่งมาอยู่ที่นี่แหละ ไม่อยู่ตรงที่ไม่มีภพ ไม่มีชาติ เราไม่ชอบจึงไม่อยู่ บางทีก็เลยลงมาข้างล่าง ถูกสุนัขกัด ปีนขึ้นไปข้างบนก็ถูกอีรั่ง อีกาปากเหล็กมาจิกกระบาล ก็เลยตกนรกอยู่ไม่หยุดไม่ยั้งเท่านั้น นี่แหละภพ

อันที่ว่าไม่มีภพ ไม่มีชาติ มนุษย์ทั้งหลายไม่เห็น จิตมนุษย์มองไม่เห็นจึงข้ามไปข้ามมาอยู่อย่างนั้น สัมมาปฏิบัติคือทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าเดินพ้นภพ พ้นชาติ เป็นอภัยกถกรรม จิตนี้วาง นี่เป็นทางของสมณะ ถ้าใครไม่เดินเกิดเป็นสมณะไม่ได้ ความสงบเกิดไม่ได้ ทำไม่จึงสงบไม่ได้ เพราะมันเป็นภพ เป็นชาติ เกิดตายอยู่นั่นเอง แต่ทางนี้ไม่เกิดไม่ตาย ไม่ต่ำไม่สูง ไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดีไม่ชั่วกับใคร ทางนี้เป็นทางตรง เป็นทางสงบระงับ สงบจากความสุข ความทุกข์ ความดีใจ ความเสียใจ นี่คือลักษณะปฏิบัติ ถ้าใจเราเป็นอย่างนี้แล้วหยุดได้ หยุดถามได้แล้ว ไม่ต้องไปถามใคร

นี่แหละ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญู-หิ ไม่ต้องถามใคร รู้เฉพาะตนเองแน่นอนอย่างนั้น ถูกตามที่พระองค์สอนไว้ อาตมาเล่าประวัติย่อๆ ที่เคยทำเคยปฏิบัติมา ไม่ได้รู้มาก ไม่ได้เรียนมาก เรียนจากจิตใจตนเองตามธรรมชาตินี้ โดยทดลองทำดู เมื่อมันชอบขึ้นมาก็ไปตามมันดู มันจะพาไปไหน มีแต่มันลากเราไปหาความทุกข์โน้น เราปฏิบัติดูตัวเองจึงค่อยรู้จัก ค่อยรู้ขึ้น เห็นขึ้นไปเอง ให้เราพากันตั้งอกตั้งใจทำ

การปฏิบัติต้องตั้งใจและพยายาม

ถ้าอยากปฏิบัติ ให้ท่านมหาพยายามอย่าคิดให้มาก ถ้าจะนั่งสมาธิแล้วอยากให้มันเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ หยุดคิดว่า เวลานั่งสงบจะนึกว่า ไซอันนั้นไหม ไซอันนี้ไหม หยุดเอาความรู้ปริยัติ

ใส่หีบใส่ห่อไว้เสีย อย่าเอามาพูด ไม่ใช่ความรู้พวกนั้นจะเข้ามาอยู่นี้หรอก มันพวกใหม่ เวลาเป็นขึ้นมา มันไม่เป็นเช่นนั้น เหมือนกับเราเขียนตัวหนังสือว่า“ความโลภ” เวลามันเกิดในใจไม่เหมือนตัวหนังสือ เวลาโกรธก็เหมือนกัน เขียนใส่กระดานคำเป็นอย่างหนึ่ง มันเป็นตัวอักษร เวลามันเกิดในใจอ่านอะไรไม่ทันหรอก มันเป็นขึ้นมาที่ใจเลย สำคัญนัก สำคัญมาก

ปริยัติเขียนไว้ก็ถูก แต่ต้องโอปนยิโก ให้เป็นคนน้อม ถ้าไม่น้อมก็ไม่รู้จักจริงๆ มันไม่เห็นอาตมาก็เหมือนกัน ไม่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก เคยสอบปริยัติธรรม มีโอกาสได้ไปฟังครูบาอาจารย์เทศน์ให้ฟัง จนจะเกิดความประมาท ฟังเทศน์ไม่เป็น พวกพระกรรมฐานพระธุดงค์นี้ไม่รู้พูดอย่างไร พูดเหมือนกับมีตัวมีตนจริงๆ จะไล่เอาจริงๆ ต่อมาค่อยทำไปปฏิบัติไปๆ จึงเห็นจริงตามที่ท่านสอน ท่านเทศน์ให้ฟังก็รู้เป็นเห็นตาม มันเป็นอยู่ในใจของเราเอง ต่อไปนานๆจึงรู้ว่ามันก็ล้วนแต่ท่านเห็นมาแล้ว ท่านเอามาพูดให้ฟัง ไม่ใช่ที่ท่านพูดตามตำรา ท่านพูดตามความรู้ความเห็นจากใจให้ฟัง เราเดินตามก็ไปพบที่ท่านพูดไว้หมดทุกอย่าง จึงนึกว่ามันถูกแล้วนี่ จะอย่างไรอีก เอาเท่านี้แหละ อาตมาจึงปฏิบัติต่อไป

คนทำอะไรได้

การปฏิบัตินั้นให้พยายามทำ มันจะสงบหรือไม่สงบก็ช่าง ปล่อยไว้ก่อน เอาเรื่องเราปฏิบัติเป็นเรื่องแรก เอาเรื่องเราได้สร้างเหตุนี้แหละ ถ้าทำแล้วผลจะเป็นอย่างไรก็ได้ เราทำได้แล้วอย่ากลัวว่าจะไม่ได้ผลมันไม่สงบ เราก็ทำได้ ที่นี้ถ้าเราไม่ทำ ใครเล่าจะได้ ใครเล่าจะเห็น คนหาหนั้นแหละจะเห็น คนกินหนั้นแหละจะอิ่ม ของแต่ละสิ่งละอย่างมันโกหกเราอยู่สืบครั้ง ให้มันรู้ก็ยิ่งดีอยู่ คนเก่ามาโกหกเรื่องเก่า ถ้ารู้จักก็ดียิ่ง มันนานเหลือเกินกว่าจะรู้ มันพยายามมาหลอกลวงเราอยู่

ดังนั้น ถ้าจะปฏิบัติแล้ว ให้ตั้งศีล สมาธิ ปัญญาไว้ในใจของเรา ให้นึกถึงพระรัตนตรัยคือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เลิกสิ่งทั้งหลายทั้งปวงออกเสีย การกระทำของเราเป็นเหตุเกิดขึ้นในภพในชาติหนึ่งจริงๆ เป็นคนซื่อสัตย์กระทำไปเถอะ

การปฏิบัตินั้นแม้จะนั่งเก้าอี้ก็ทำตามกำหนดได้ เบื้องแรกไม่ต้องกำหนดมาก กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือจะว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ ก็ได้ แล้วกำหนดลมหายใจเข้าออก เมื่อกำหนดให้มี ความตั้งใจไว้ว่า การกำหนดลมนี้จะไม่บังคับ ถ้าเราจะลำบากกับลมหายใจแล้วยังไม่ถูก ดูเหมือนลมหายใจสั้นไป ยาวไป ค่อยไป แรงไป เดินลมไม่ถูก ไม่สบาย แต่เมื่อใดลมออกก็สบาย ลมเข้าก็สบาย จิตของเรารู้จักลมเข้า รู้จักลมออก นั้นแม่นยำแล้ว ถูกแล้ว ถ้าไม่แม่นยำยังหลง ถ้ายังหลงก็หยุด กำหนดใหม่ เวลากำหนดจิตอยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรือเกิดแสงสว่างเป็นปราสาทราชวังขึ้นมา ก็ไม่ต้องกลัว ให้รู้จักมัน ให้ทำเรื่อยไป บางครั้งทำไปๆลมหมดก็มี หหมดจริงๆก็จะกลัวอีก ไม่ต้องกลัว มันหมดแต่ความคิดของเราเท่านั้น เรื่องความละเอียดยังอยู่ ไม่หมดถึงกาลสมัยแล้ว มันฟื้นกลับขึ้นมาของมันเอง

ทำจิตให้สงบก่อน แล้วจึงพิจารณาอารมณ์

ให้ใจสงบไปอย่างนี้เสียก่อน นั่งอยู่ที่ไหนก็ตาม นั่งเก้าอี้ นั่งรถ นั่งเรือก็ตาม ถ้ากำหนดเมื่อใดให้มันเข้าเลย จี๋รถไฟพอนั่งลงให้มันเข้าเลย อยู่ที่ไหนนั่งได้ทั้งนั้น ถ้าขนาดนี้รู้จักแล้ว รู้จักทางบ้างแล้ว จึงมาพิจารณาอารมณ์ ใช้จิตที่สงบนั้นพิจารณาอารมณ์ รูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะบ้าง ธรรมารมณ์บ้าง ที่เกิดขึ้นให้มาพิจารณา ชอบหรือไม่ชอบต่าง ๆ นานา ให้เป็นผู้รับทราบไว้ อย่าเข้าไปหมายในอารมณ์นั้น ถ้าดีก็ให้รู้ว่าดี ถ้าไม่ดีก็ให้รู้ว่าไม่ดี อันนี้เป็นของสมมุติบัญญัติ ถ้าจะดีจะชั่วก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น เป็นของไม่แน่นอน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น อ่านคานานี้ไว้ด้วย ถ้าทำได้อย่างนี้เรื่อยๆ ไป ปัญญาจะเกิดเอง อารมณ์นั้นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งใส่สามขุมนี้ นี่เป็นแก่นของวิปัสสนา ทั้งใส่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดีชั่วร้ายอะไรก็ทิ้งมันไปเสีย ไม่นานเราก็จะเกิดความรู้ความเห็นขึ้นมา ในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดปัญญาอ่อนๆ ขึ้นมา นั่นแหละเรื่องภาวา ให้พยายามทำเรื่อยๆ สืบหานี้ถื้อมาหลายปีแล้วมิใช่หรือ เริ่มภาวาเสียให้รู้ความจริง เพื่อละ เพื่อถอน เพื่อความสงบ

นักปฏิบัติต้องรักษาวินัยและเชื่อฟังอาจารย์

พูดถึงการสนทนาแล้ว อาตมาสนทนาไม่ค่อยเป็น มันพูดยากอยู่ ถ้าใครอยากรู้จักต้องอยู่ด้วยกัน อยู่ไปนานๆ ก็รู้จักหรืออก อาตมาเคยไปเที่ยววัดวงศ์เหมือนกัน อาตมาไม่เทศน์ ไปฟังครูบาอาจารย์รูปนั้นรูปนี้เทศน์ มิใช่ว่าไปเทศน์ให้ท่านฟัง ท่านพูดอะไรก็ฟัง ฟังเอา พระเล็กพระน้อยเทศน์ก็ฟัง เราจะฟังก็ฟัง ไม่ค่อยสนทนา ไม่รู้จะสนทนาอะไร ที่จะเอาก็เอาตรงที่ละที่วางนั่นเอง ทำเพื่อมาละมาวาง ไม่ต้องไปเรียนให้มาก แก่ไปทุกวันๆ วันหนึ่งไปตะบับแต่แสงอยู่นั่นไม่ถูกตัวสักที การปฏิบัติธรรมแม้จะมีหลายแบบ อาตมาไม่ติ ถ้ารู้จักตามความหมาย มิใช่ว่าจะผิด แต่ถ้าเป็นนักปฏิบัติแล้วไม่ค่อยรักษาวินัย อาตมาว่าจะไปไม่รอด เพราะมันข้ามมรรค ข้ามศีล สมาธิ ปัญญา บางท่านพูดว่า อย่าไปติดสมณะ อย่าไปเอาสมณะ ผ่านไปวิปัสสนาเลย อาตมาเห็นว่าถ้าผ่านไปแล้ววิปัสสนาเลย มันจะไปไม่รอด

วิธีปฏิบัติของท่านอาจารย์เสาร์ ท่านอาจารย์มั่น ท่านอาจารย์ทองรัต ท่านเจ้าคุณอุบาลี นี่หลักนี้อย่าทิ้ง แน่แน่นอนจริงๆ ถ้าทำตามท่านถ้าปฏิบัติตามท่าน เห็นตัวเองจริงๆ ท่านอาจารย์เหล่านี้เรื่องศีลท่านพยายามรักษาให้แน่นอนท่านไม่ให้ข้าม การเคารพครูบาอาจารย์ การเคารพข้อวัตรปฏิบัตินั้น ถ้าครูบาอาจารย์บอกให้ทำก็ทำ ถ้าท่านว่าผิดให้หยุดก็หยุดซึ่งว่าทำเอาจริงๆ จังๆ ให้เห็นให้เป็นขึ้นในใจ ท่านอาจารย์บอกอย่างนี้ ดังนั้นพวกลูกศิษย์ทั้งหลายจึงมีความเคารพยำเกรงในครูบาอาจารย์มาก เพราะเห็นตามรอยของท่าน

ลองทำดูซิ ทำดังที่อาตมาพูด ถ้าเราทำมันก็เห็นก็เป็น ทำไมจะไม่เป็น เพราะเป็นคนทำคนหา อาตมาว่ากิเลสมันไม่อยู่หรอก ถ้าทำถูกเรื่องของมัน เป็นผู้ละ พุคจาน้อย เป็นคนละทิฏฐิมานะทั้งหลายทั้งปวง คนพูดผิดก็ฟังได้ คนพูดถูกก็ฟังได้หมด พิจารณาตัวเองอยู่อย่างนี้ อาตมาว่าเป็นไป

ได้ทีเดียวถ้าพยายาม แต่ว่าไม่ค่อยมีนักปฏิบัติที่มากปฏิบัติ ยังมีน้อยอยู่ คิดเสียคาบเพื่อนๆทั้งหลาย
เคยแนะนำให้มาพิจารณาอยู่

ถ้าปฏิบัติแล้วจะรู้ซึ่ง รู้แจ้ง รู้ชัด

ท่านมหาหมานี่ก็ดีแล้ว เป็นกำลังอันหนึ่ง แถวบ้านเรา บ้านไผ่ใหญ่ หนองสีก หนองขุน
บ้านโพธิ์ขาว ล้วนแต่เป็นบ้านสำนักเรียนทั้งนั้น เรียนแต่ของที่มันต่อกัน ไม่ตัดสักที เรียนแต่
สันตติ เรียนสนธิต่อกันไป ถ้าเราหยุดได้ เรามีหลักวิชชาอย่างนี้ดีจริงๆ มันไม่ไปทางไหนหรอก มัน
ไปอย่างที่เราเรียนนั่นแหละ แต่ถ้าไม่ปฏิบัติ ผู้เรียนไม่ค่อยรู้ ถ้าปฏิบัติแล้วก็รู้ซึ่ง สิ่งที่เราเคยเรียน
มาแจ้งออก ชัดออก เริ่มปฏิบัติเสียให้เข้าใจอย่างนี้

พยายามมาอยู่ตามป่าที่ภูเก็กละๆนี้ มาฝึกทดลองดูบ้าง ดีกว่าเราไปเรียนปริยัติอย่างเดียว ให้
พูดอยู่กับเดียว จูจิตจูใจเรา คล้ายๆกับว่า จิตมันวางเป็นปกติจิต ถ้ามันเคลื่อนออกจากปกติ เช่นมัน
คิดนึกต่างๆ นั่นเป็นสังขาร สังขารนี้มันจะปรุงเราต่อไป ระวังให้ดี ให้มันรู้ไว้ ถ้ามันเคลื่อนออก
จากปกติแล้ว ไม่เป็นสัมมาปฏิบัติทางไหน มันจะก้าวไปเป็นกามสุขัลลิกานุโยค อตตกิลมณานุโยค
ของพวกนี้มันปรุง นั่นแหละเป็นจิตสังขาร ถ้ามันดีก็ดี ถ้ามันชั่วก็ชั่ว มันเกิดกับจิตของเรา อาตมา
ว่าถ้าได้จ้องดูมันอยู่อย่างนี้ รู้สึกว่าสนุก ถ้าจะพูดเรื่องนี้ก็อยู่อย่างเดียวแล้วสนุกอยู่ตลอดเวลา

เมื่อรู้จักเรื่องราวของจิต ก็เห็นมีอาการอย่างนี้ เพราะกิเลสมันอบรมจิตอยู่ อาตมาเห็นว่า
จิตนี้เหมือนกับจุดจุดเดียวเท่านั้น อันที่เรียกว่าเจตสิกนั้นเป็นแขก แขกมาพักอยู่ตรงจุดนี้ คนนั้นมา
เยี่ยมเราบ้าง คนโน้นมาเยี่ยมเราบ้าง มาพักอยู่ตรงนี้ เราจึงเรียกพวกนั้นที่ออกจากจิตของเรามาเป็น
เจตสิกหมด

มีสติรู้ ตื่นอยู่ ฝ้าจิต

ทีนี้เรามาทำจิตของเราให้เป็นผู้รู้ตื่นอยู่ คอยรักษาจิตของเราอยู่ ถ้าแขกมาเมื่อไร โบกมือ
ห้าม มันจะมานั่งที่ไหนมีที่นั่งที่เดียวเท่านั้น เราก็พยายามรับแขกอยู่ตรงนี้ตลอดเวลา นี่คือพุทโธตัว
ตั้งมันอยู่นี่ ทำความรู้นี้ไว้จะได้รักษาจิต เรานั่งอยู่ตรงนี้แล้วแขกที่เคยมาเยี่ยมเราตั้งแต่เราเกิดตัว
เล็กๆโน้น มาที่ไรก็ตามที่นี้หมด เราจึงรู้จักมันหมด เลขพุทโธอยู่กับเดียว พูดถึงอาคันตุกะแขกที่จร
มาปรุงแต่งต่างๆนานา ให้เราเป็นไปตามเรื่องของมัน อาการของจิตที่เป็นไปตามเรื่องของมันนี่
แหละเรียกว่าเจตสิก มันจะเป็นอะไร จะไปไหนก็ช่างมัน ให้เรารู้จักอาคันตุกะที่มาพัก ที่รับแขกมี
เก้าอี้ตัวเดียวเท่านั้นเองเราเอาผู้หนึ่งไปนั่งไว้แล้วมันก็ไม่มีที่นั่ง มันมาที่นี้มันก็จะมาพูดกับเรา คราวนี้
ไม่ได้นั่ง ครั้งต่อไปก็จะมาอีก มาเมื่อไรก็พบแต่ผู้ที่นั่งอยู่ไม่หนีสักที มันจะทนมาก็ครั้ง เพียงพูดกัน
อยู่ทีนั้นเราก็จะรู้จักหมดทุกคน พวกที่ตั้งแต่ว่ารู้เพียงสาโน้นมันจะมาเยี่ยมเราหมดนั่นแหละ เพียง
เท่านั้น

อาตมาว่าธรรมนั้นดูตรงนี้ก็เห็นไปหมด ได้พูด ได้รู้ ได้พิจารณาอยู่คนเดียว พุทธธรรมก็
อย่างนี้แหละ อาตมาพูดอย่างอื่นไม่เป็น พูดก็พูดไปอย่างนี้ ท่านองนี้ นี่ก็เป็นแต่เพียงพูดให้ฟัง
เท่านั้น

ทีนี้ให้ไปทำดู ถ้าไปทำมันจะเป็นอย่างนั้นๆ มีหนทางบอก ถ้ามันเป็นอย่างนั้นให้ทำอย่าง
นั้น ก็ไปทำดูอีก ถ้าไปทำดูอีกมันเป็นอีกอย่างหนึ่ง ก็ต้องแก้ โน่นแหละจึงจะมีที่บอก ในเมื่อ
เดินสายเดียวกัน มันต้องเป็นใจจิตท่านมหาแน่นอน ถ้าไม่เป็นอย่างนั้นมันต้องเกิดขัดข้อง ขัดข้องก็
ต้องจีจู้ เมื่อพูดตรงนี้มันไปถูกจิตท่านมหา มันก็รู้จักแก้ ถ้ามันติดอีก ท่านผู้แนะนำก็จะบอก
เพราะตรงนี้ท่านก็เคยคิดมาแล้ว ก็ต้องแก้อย่างนั้น มันรู้เรื่องกัน ก็พูดกันได้

เช่นเดียวกับอารมณ์คือเสียง ได้ยินเป็นอย่างหนึ่ง เสียงเป็นอย่างหนึ่ง เราบรรเทาไว้ไม่มี
อะไร เราอาศัยธรรมชาติอย่างนี้แหละมาพิจารณาหาความจริง จนใจมันแยกของมันเอง พุดง่ายๆก็
คือ มันไม่เอาใจใส่เอง มันจึงเป็นอย่างนั้นได้ เมื่อหูได้ยินเสียง จิตของเรา มันพัวพันไปตามไหม
มันรำคาญไหม เท่านั้นเรารู้ ได้ยินอยู่แต่ไม่รำคาญ จัน อยู่ที่นี่ เอากันใกล้ๆ มิได้เอาไกล จะหนีจาก
เสียงนั้น หนีไม่ได้หรอก ต้องหนีวิธีนี้จึงจะหนีได้ โดยเราฝึกจิตของเราจนมันอยู่ในสิ่งนี้ วางสิ่ง
เหล่านั้น สิ่งทีวางแล้วนั้นก็ยังได้ยินอยู่ ได้ยินอยู่แต่ก็วางอยู่ เพราะสิ่งเหล่านั้นถูกวางอยู่แล้ว มิใช่จะ
ไปบังคับให้มันแยก มันแยกเองโดยอัตโนมัติ เพราะการละ การวาง จะอยากให้มันไปตามเสียงนั้น
มันก็ไม่ไป

เมื่อเรารู้ถึงรูป เสียง กลิ่น รสทั้งหลายเหล่านี้ตามความเป็นจริงแล้ว เห็นชัดอยู่ในดวงจิต
ของเราว่า สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นสามัญลักษณ์ะ คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตาหมดทั้งนั้น เมื่อได้ยินครั้ง
ใดก็เป็นสามัญลักษณ์ะอยู่ในใจ เวลาอารมณ์ทั้งหลายมากระทบ ได้ยินก็เหมือนไม่ได้ยินนั้น ไม่ใช่
จิตของเราจะไม่มีการทำงาน สติกับจิตพัวพันคุ้มครองกันอยู่ตลอดเวลา ตลอดเวลา ถ้าท่านมหาทำจิต
ให้ถึงอันนี้แล้ว ถึงจะเดินไปทางไหน มันก็ค้นคว้าอยู่ นี่เป็นธรรมวิจยหลักของโพชฌงค์เท่านั้นเอง
มันหมุนเวียนพุดกับตัวเอง แก้ ปลดเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่มีอะไรจะมาใกล้มันได้ มัน
มีงานทำของมันเอง