

ต้นเหตุ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๓

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองขาว อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถาม : เรื่อง “ตัวรู้ในวิปัสสนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญ ขอขออนุญาตกราบหลวงพ่อบุญ กราบเรียนถามเกี่ยวกับคำว่า “ตัวรู้เจ้าคะ”

เคยมีโอกาสดำเนินเทศน์จากที่ต่างๆ ซึ่งพระอาจารย์ทั้งหลายได้กล่าวถึงตัวรู้ในการฝึกวิปัสสนาคะ ขอขออนุญาตขอกราบเรียนถามว่า ตัวรู้คืออะไร และสามารถปฏิบัติให้พบหรือสัมผัส หรือเห็นตัวรู้ได้อย่างไรเจ้าคะ

ยังมีอีกเรื่องที่ยังขออนุญาตกราบเรียนเพื่อกราบขออภัยพ่อแม่ครูอาจารย์หลวงพ่อบุญเป็นอย่างสูงเจ้าคะ ได้ส่งหน้ากากผ้าที่สามารถสอดแผ่นกรองพีเอ็ม ๒.๕ ได้มาถวาย ในขณะนั้นผู้ชายแจ้งว่าแผ่นกรองสามารถซักใช้ได้ ๑ เดือน (หน้ากากผ้าสามารถซักได้เรื่อยๆ) แต่ได้อ่านในเว็บไซต์ของผู้ผลิตพบว่า ซักได้มากที่สุดคือ ๑ สัปดาห์เท่านั้น จึงขออภัยหลวงพ่อบุญเป็นอย่างสูงได้โปรดเมตตาให้อภัยด้วยเจ้าคะ

ตอบ : ใจเรื่องเราเป็นคนกลางใจ เราเป็นคนกลาง เราไปซื้อสินค้าเพื่อไปถวายพระ ถ้าถวายพระ ถ้าเราผลิตเอง เราทำเองได้ เราทำเองของเราเอง เราทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ เราทำอย่างไรก็ได้ มันอยู่ที่ศรัทธาความเชื่อของแต่ละบุคคล

แต่เราต้องไปซื้อเขามา ไปซื้อของเขา แล้วเวลาคนที่เขาขายสินค้าของเขา เขาก็ต้องการกำไรของเขา ถ้ากำไรของเขา เราซื้อเขามาแล้วด้วยเจตนาที่บริสุทธิ์แล้วถวายหลวงพ่อบุญหลวงพ่อบุญก็รับแล้ว รับแล้วนะ นี่มีคนมาถวาย ถวายไว้มากพอสมควร เราก็แจกจ่ายไปในสิ่งที่เขามีความจำเป็นต้องใช้

หน้ากากผ้า หน้ากากผ้าของพระมีคนถวายมามาก เราก็ให้พระที่อยู่ตามสำนักต่างๆ ที่เขาต้องเดินทางมาที่วัดของเรา เพราะบางพื้นที่บางจังหวัดถ้าไม่คาดผ้าอนามัยผ้าคาดปาก เขาปรับ ๒๐,๐๐๐

เราให้แต่ผู้ที่มีความจำเป็นต้องใช้ได้ใช้ เราก็ได้ส่งต่อไป

แต่ถ้าเป็นของโยมถวายมา ของโยมถวายมาก็ได้ใช้ประโยชน์แล้ว จบ สิ่งที่เป็นประโยชน์ขึ้นมามันเป็นประโยชน์ไง ไม่ต้องไปวิตกไม่ต้องไปกังวลใจ ถ้าวิตกกังวลเกินไปแล้วเห็นไหม

กรณีนี้เหมือนกับที่หลวงปู่มั่นท่านพูดถึง พูดถึงว่ามีแม่ชีกับน้องชายบวชเณร สร้างเจดีย์ฯ ไง แล้วก็ไปพัวพันติดพันกับเจดีย์นั่นนะ เวลาตายไปแล้ว เวลาหลวงปู่มั่นท่านภาวนาไปเห็นสองคนพี่น้องมาเดินวนอยู่เจดีย์ เดินวนอยู่นั่นนะ

ท่านเห็นแล้วท่านก็ถามว่า เป็นเพราะอะไรละ

อ้าว! สองคนพี่น้องมีศรัทธามีความเชื่อได้สร้างเจดีย์แต่สร้างยังไม่เสร็จ สิ้นชีวิตไปก่อน แล้วก็เลยความเป็นห่วงเป็นใย ความเป็นห่วงเป็นใย ก็เลยมาเฝ้าอยู่เจดีย์นี้

หลวงปู่มั่นท่านก็เทศนาว่าการนะ ความดีคือความดี เราทำได้คุณงามความดีแล้ว เราก็ก่อสร้างเจดีย์แล้ว แต่มันยังไม่สำเร็จ แล้วเราต้องเสียชีวิตไปก่อน แล้วก็ติดพันกับความดีของตนไง ความดีเป็นความดี ความดีให้เป็นบุญเป็นกุศลกับเราแล้ว เราไปติดที่วัดถุนั้น

เวลาเทศนาว่าการจนแม่ชีนั้นกับเณรนั้นเข้าใจแล้วปล่อยวาง ปล่อยวางความยึดติดในเจดีย์นั้น ผลจากการกระทำ การก่อสร้างเจดีย์นั้นเป็นผล เป็นผลที่ทำให้จิตใจนี้มันมีบุญกุศลพอปล่อยวางแล้วก็ไปเกิดบนสวรรค์ รุ่งขึ้นอีกวันหนึ่งก็มากราบขอบบุญขอบคุณหลวงปู่มั่นไ

เพราะหลวงปู่มั่นท่านรู้ดังค้ไป ไปในสภาพที่นั่นแล้วไปเห็นเข้า ท่านก็เทศนาว่าการจนพี่สาวและน้องชายนั้นปล่อยวางจากการยึดติดในวัตถุถุนั้น นี่ผลบุญกุศลที่เราได้ทำแล้วมันเข้ากับหัวใจนั้นไป ไปเกิดเป็นเทวดา มาขอบคุณหลวงปู่มั่นๆ

เวลาเราทำของเราเองไง เวลาทำของเราเองเราก็ผูกพันกับสิ่งที่เราทำ แต่บุญกุศลที่เกิดขึ้น เกิดขึ้นจากเจตนาที่ตั้งใจอันนั้น ถ้าเจตนาที่ตั้งใจอันนั้นทำแล้วจบ

ถ้าเป็นธรรมๆ นะ เวลาเป็นธรรม เวลาหลวงตาท่านสอนพระสอนเณรไง เวลาสิ่งที่ว่า ญาติโยมประชาชนเขาปากกัดตีนถีบเขาได้หาได้สืบมาเขาต้องแสวงหาสิ่งดีมาถวายพระ พระเรา พระเราเป็นนักรบ นักรบบิณฑบาตของเขามาได้ปัจจัยเครื่องอาศัยแล้ว เวลาใช้สอยแล้ว ใช้สอยให้เห็นน้ำใจของเขา ให้เป็นประโยชน์ อย่าใช้ฟุ่มเฟือย อย่าใช้ นี่ท่านสอนมาหมดนะ

แล้วถ้าเป็นธรรมๆ การทำ นี่ไง ธรรมทายาท เคารพบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เสด็จวัตร การกระทำอย่างนั้นนะ ผีกัดเป็นนิสัย ผีกัด รู้จักประหยัด รู้จักการใช้สอย รู้จักต่างๆ มันเป็นประโยชน์ไปหมดแหละ

นี่ก็เหมือนกัน เราถวายส่งหน้ากากอนามัยผ้ามาแล้ว เราก็รับแล้ว แล้วเราก็แจกจ่ายไปแล้ว สิ่งที่เป็นประโยชน์ให้มันเป็นประโยชน์สูงสุดในตัวมันเอง นี่ไง สิ่งนั้นจบแล้ว ฉะนั้น ไม่ต้องวิตกกังวล

เวลาโยมถวายแล้ว เวลาในวงการพระนะ เขาบอกว่า เมตตาศรัทธาเขา เมตตาโยมเขา เมตตาเขาจนสายเอ็นเราขาด

นี่เหมือนกัน เมตตาเขาๆ ใจ นี่ก็ใครถวายแล้วก็จบ เราก็ใช้สอยหรือแจกจ่ายให้ผู้ที่มีความจำเป็นไป จบแล้ว ไม่ต้องวิตกไม่ต้องกังวล ของที่ใช้ได้เขาใช้ของเขาเพื่อประโยชน์การใช้สอย ถ้าเขาใช้ไม่ได้เขาก็เก็บไว้เป็นประโยชน์อย่างอื่นต่อไป นั่นมันก็จบสิ้นไปนะ นี่พูดถึงผ้าหน้ากากอนามัย จบ

๒ จบแล้วนะ

ทีนี้คำถามนะ คำถามที่ว่า เคยมีโอกาสได้ฟังเทศน์จากที่ต่างๆ ซึ่งพระอาจารย์ทั้งหลายได้กล่าวถึงตัวรู้ ตัวรู้ในการฝึกวิปัสสนาเจ้าค่ะ

ในการฝึกวิปัสสนา ถ้าเป็นพวกอภิธรรมเขาก็รู้เท่ารู้ทันรู้ต่างๆ ตัวรู้ของเขา ถ้าตัวรู้ของเขามันก็อยู่ที่ครูบาอาจารย์ของเขา ต้นเหตุของเขาวาเริ่มต้นจากอะไร ถ้าเขาเริ่มต้นจากว่า หาตัวรู้ๆ ใจ ตัวรู้คือตัวอะไร

แล้วบอกว่า ในการฝึกวิปัสสนาเจ้าคะ รู้ในการฝึกวิปัสสนา แล้วกราบเรียนถามว่า ตัวรู้ คือสิ่งใด แล้วสามารถปฏิบัติให้พบถึงตัวรู้ได้หรือไม่ แล้วสิ่งที่ว่าตัวรู้นี้เป็นอย่างไรเจ้าคะ

ตัวรู้ๆ โดยทั่วไปถ้าพูดถึงคนขับรถเวลาประมาณนั้นนะเวลาหลับใน หลับในหมดเลย เวลาขับรถหลับใน พอรู้สึกตัวอีกทีก็ประสบอุบัติเหตุไปแล้ว เวลาคนเรามีสติสัมปชัญญะที่ทำกันอยู่นี้มันก็เป็นสัญชาตญาณไง

ดูสิ เขาวามนุษย์นี้ต่างจากสัตว์ เพราะมนุษย์มีศีลมีธรรม มนุษย์มีสมองสูงกว่าสัตว์ สัตว์มันใช้ชีวิตตามสัญชาตญาณของมัน สัตว์เวลามันผสมพันธุ์ ผสมพันธุ์เป็นหน้าเป็นคราวของมันนะ สัตว์มันก็ทำคุณงามความดีของมันนะ เวลามันมีลูกมีหลานของมัน มีลูกของมัน มันคุ้มครองมันดูแล มันปกป้องออกมามันต้องเลี้ยงดูจนช่วยตัวเองได้มันถึงจะปล่อยลูกมันไป นี่ไง นี่สัญชาตญาณ ทำโดยสัญชาตญาณ นี่สัตว์

เวลาเป็นมนุษย์ๆ ขึ้นมา มนุษย์มีสมอง มนุษย์ก็มีความรู้สึกนึกคิด นี่สัญชาตญาณ สัญชาตญาณของคนเวลาเกิดอุบัติเหตุ นี่สัญชาตญาณ มันป้องกันตัวมันโดยสัญชาตญาณ ทั้งนั้นนะ แต่เพราะมันมีสมอง มันมีสมองของมัน มันก็เลยรู้จักคิดไง รู้จักคิด รู้จักป้องกัน รู้จักหาวิชาการต่างๆ นี่มนุษย์

แล้วบอกว่า ตัวรู้ๆ ตัวรู้ก็ตัวใจใจ เวลาตัวใจขึ้นมา จะเอาแบบสิ่งที่ว่าสมองคิดนี่ สิ่งที่ว่าสัญชาตญาณของมนุษย์ มนุษย์ที่ทำเป็นตัวรู้หรือไม่

มันเป็นตัวรู้ที่ส่งออกมา ตัวรู้พลังงาน ตัวรู้คือตัวพลังงาน พลังงานมันส่งออกมา

ที่นี้ส่งออกมา เวลาคนที่ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านประพฤติปฏิบัติของท่านขึ้นมา ท่านบอกให้ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ทำสมาธิก่อน ทำสมาธิก่อน

ถ้าทำสมาธิก่อน พุทโธๆ พุทโธนี่ก็สามัญสำนึกคือความคิดเรานี่ไง พุทโธๆ จนพุทโธกับอารมณ์ พุทโธกับความรู้สึกของผู้รู้มันเข้ากัน มันเข้ากันหมายความว่ามันพุทโธได้ง่ายๆ ใจ มันพุทโธแล้วมันคล่องมันแคล่ว มันพุทโธไปได้ต่อเนื่องไง

แต่เวลาเราจะพุทโธ เวลาโดยความรู้สึกนึกคิดของเรา เราก็เคยปล่อยหัวใจเรามันตาม สะดวกสบายของมัน มันก็คิดตามแต่ที่เราชอบนะ มันชอบอะไรมันก็คิดอย่างนั้น มันชอบสิ่งใด มันก็พอใจอารมณ์ที่มันชอบนั้นแหละ แล้วเวลาจะให้มันพุทโธนี่มันไม่ชอบ

พอมันไม่ชอบมันก็ขัดแย้งไง พุทโธตะกุกตะกัก พุทโธไปไม่ได้ พุทโธไปแล้วมันแฉลบ เพราะอะไร เพราะว่าพุทโธมันไม่เข้ากับตัวรู้ ธาตุรู้ที่มันสัมพันธ์กันไปไง เพราะตัวรู้ ตัวรู้มันมี อวิชชา มีอวิชชาคือมันมีจิตนิสัยมันมีความพอใจของมัน คนโทสจริต โมหจริต โลภจริต ความชอบแตกต่างกันไป เข้ากันโดยธาตุ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ เข้ากันโดยธาตุ ธาตุไฟคือคนที่ฉุนเฉียว อารมณ์รุนแรง แต่พวกนี้มีปัญญา ธาตุน้ำเย็นๆ อยู่อย่างนั้นแหละ เวลาธาตุ ดินนี่นิ่งเลย นี่มันเข้ากันโดยธาตุๆ ฉะนั้น ธาตุคือจิตนิสัยที่มันเป็นของมันไป

แล้วเวลาอารมณ์ความรู้สึกที่มันมีความพอใจ ความพอใจมันก็คิดของมันตามความ พิจารณาของมัน คิดแล้วมันสะใจของมันเพราะตามกิเลสของมันไง แล้วเรามีศรัทธามีความเชื่อเรา พยายามจะมาบริกรรมพุทโธๆ

พุทโธมันเป็นพุทธานุสติ คือเราจะนึกถึงพุทธะ จะเข้าใจหรือไม่เข้าใจ เด็กๆ เวลาสอน เวลาเด็กๆ เด็กเล็กเด็กน้อยไปหาครูบาอาจารย์ มาหาเรานี่ ให้อยู่ใจเข้านิกพุท หายใจออก นึกโธ

เขาไม่รู้จักพระพุทธรูปเจ้าหรือ เขาก็รู้ว่าหลวงพ่อสอนอย่างไร ก็สอนคำบริกรรมไง คำ บริกรรม เราบวชเป็นพระ พอบวชเป็นพระขึ้นมาเรามีอุปัชฌาย์อาจารย์ เราศึกษาพุทธประวัติ เราศึกษานักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอก เราเข้าใจของเรา เข้าใจก็คือความเข้าใจ เข้าใจรู้ ธรรมะไปหมดเลย แต่พุทโธไม่ได้ พุทโธไม่ได้

เวลาจะมาพุทโธ โอ้โฮ! พุทโธมันคิดถึงพุทธประวัติเลย พระพุทธรูปเจ้าเป็นอย่างนั้น พระพุทธรูปเจ้าเป็นลูกของพระเจ้าสุทโธทนะ มันไปนุ่นนะ มันไม่พุทโธที่หัวใจใจ เวลาให้กำหนด พุทโธมันถึงขัดมันถึงแย้ง

นี่พูดถึงผู้รู้

ผู้รู้เวลาโดยวิทยาศาสตร์ ผู้รู้ก็คือความรู้สึก แต่โดยธรรมชาติ ผู้รู้มันลึกถึงขั้นซับซ้อนหลายขั้นนะ คำว่า “หลายขั้น” เวลาปุ่ชุนคือคนหนา คนหนาคือคิดตามพอใจเรานี่แหละ เหมือนไขพวกติดยาเสพติดถ้ามันติดจนมันไม่พอใจมันกระพืดกระพืดๆ นี่ผู้รู้โดยสามัญสำนึก นี่ผู้รู้แล้วเวลามันก็กระพืดกระพืดกันไปกับอารมณ์ของมันนั่นแหละ

แต่เรามีศรัทธามีความเชื่อมาศึกษาพระพุทธศาสนา สิ่งใดผิดศีลผิดธรรม พวกสุราเมรัย พวกยาเสพติดผิดศีลผิดธรรม ไม่ทำ พอไม่ทำมันก็อยู่กับอารมณ์ของตัวเอง มันอารมณ์ความรู้สึก ความนึกคิดนี่แหละ ความรู้สึกความนึกคิด เราทำสมาธิทำไม่เป็น ทำไม่ได้

ถ้ามันเป็นกรรมฐานนะ เวลาหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านสอน หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโอ มีคำบริกรรมของเรา ถ้ามันปล่อยอารมณ์โดยความรู้สึกนึกคิดโดยสามัญสำนึกของมนุษย์ มนุษย์ที่เคยคิด คิดเท่าไรก็ไม่รู้ต้องหยุดคิด แต่มันหยุดไม่ได้ มันหยุดไม่ได้เพราะอะไร เพราะมันมีกิเลสขยับดันในหัวใจนะ เราก็บริกรรมพุทโอๆ พุทโอจนมันพุทโอได้ มันเข้ากับพุทโอได้

เพราะเราจะบอกว่า กิเลสมันกลัวธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กรรมฐาน ๔๐ ห้อง การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ มันเป็นวัคซีน วัคซีนที่ป้องกันโรค มันเป็นยารักษาโรค แล้วโรคภัยไข้เจ็บมันไม่ต้องการ มันไม่ต้องการพวกยาพวกเคมีที่จะมาฆ่ามัน มันไม่ต้องการ

กิเลสนี้ร้ายนัก กิเลสนี้มันยึดครองหัวใจของสัตว์โลก จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันมีครอบครัวยาวมารครอบครองเป็นเจ้าวัฏจักรอยู่ แล้วเรามีศรัทธามีความเชื่อมีอำนาจวาสนา บารมีเราก็มาศึกษาพระพุทธศาสนา เวลาศึกษาพระพุทธศาสนามีความเชื่ออยากจะประพฤติปฏิบัติ เขาก็ให้บริกรรมทำสมาธิสมาธิก็หาผู้รู้แหละ แต่ผู้รู้แบบปุ่ชุน เห็นไหม ปุ่ชุน กัลยาณชน

ปุ่ชุนคนหนา ปุ่ชุนคนหนาทำอะไรมันขัดมันแย้งทั้งนั้นแหละ เวลามันคิดตามสัญชาตญาณของมัน ตามความรู้สึกของมัน มันไปกว้านเอาฟืนเอาไฟมาเผาตัวมันเองนี่มันชอบใจ ทำอะไรที่มันเดือดร้อนนี่มันชอบใจ แต่เวลาจะทำคุณงามความดีนะเพื่อให้มันสงบ มันไม่ต้องการ มันไม่พอใจ พุทโธมันถึงพุทโอไม่ได้

ไอ้ที่พุทโธๆ แต่ที่พุทโธกันไม่ได้นี่กิเลสมันขัดมันแย้ง กิเลสมันปกมันป้อง กิเลสมันไม่ต้องการให้ไปเห็นตัวมัน มันก็เลยเดี๋ยวแฉลบไปนู่น เดี๋ยวแฉลบไปนี่ นั่นแหละผลของกิเลสที่มันปกป้องกันตัวเอง ผลของกิเลสที่มันจะทำลายผลของการปฏิบัติของเรา ปฏิบัติก็สักแต่ว่าๆ ถ้าทำไม่ได้มันก็สักแต่ว่าทำอยู่นั่นละ

แต่ถ้าเป็นจริงเป็นจังขึ้นมาละ พุทโธๆ ถ้ามีวาสนา มีขันติธรรม มีสัจจะ มีความอดทน

เพราะการที่จะประพฤติปฏิบัติใหม่ๆ ครูบาอาจารย์ หลวงตา หลวงปู่มั่นท่านพูดเลย ต้องบังคับ เราจะปล่อยตามสบาย อะไรก็ได้ สักแต่ว่า ทำตามสบายๆ...ไม่มีทาง

บังคับ บังคับเลยนะ เข้าทางจงกรมๆ เราพุทโธนับ ๑ พุทโธนับ ๒ นับ ๑ ถึง ๑๐ พุทโธเริ่มต้นใหม่ พุทโธอยู่อย่างนั้นนะ ฝึกจนกว่ามันจะยอมพุทโธ พอมันพุทโธได้ๆ จนกว่ามันจะพุทโธ พอมันเริ่มเข้ากันได้มันก็ราบรื่น พอราบรื่นขึ้นมามันละเอียด สติมันพร้อมๆ นะ

สติต้องพร้อม สติต้องไปกับคำบริกรรม สติต้องการการกระทำ เพราะมันพร้อมเพียงของมัน มันเข้ากันได้มันก็คล่องตัวของมัน เริ่มสบายแล้ว

เพราะพุทโธๆ มันร่มเย็นเป็นสุข มันไม่มีสารพิษ ไม่มีอาหารเป็นพิษ ไม่มีสิ่งใดเป็นพิษ เป็นภัยกับมันนะ มันแบบว่ามีพุทโธะคุ่มครอง มันเอาตัวรอดได้แล้วแหละ มันก็สะดวกสบายของมัน แล้วถ้าพุทโธต่อเนื่องไป พุทโธต่อเนื่องไปนะ จนพุทโธไม่ได้ นี่ตัวรู้ ตัวรู้ในสมาธิใจ ตัวรู้ในตัวเราใจ

แต่ไอ้นี้โดยทั่วไป ตัวรู้ๆ คือความรู้สึก ความรู้สึกนี้มันส่งออก อายตนะมันอยู่ภายนอก แต่ถ้ามันเป็นภายในๆ นะ นี่ตัวรู้

ที่นี้ตัวรู้ๆ ได้ฟังอาจารย์หลายท่าน ท่านบอกตัวรู้ในการฝึกวิปัสสนาเจ้าคะ

ไอ้ที่ตัวรู้ตัวทั่วพร้อมของเขามันก็เรื่องของเขา มันชื่อใจ มันชื่อว่ารู้ตัวทั่วพร้อมแล้วมันเป็นวิปัสสนา ไอ้สมณะๆ พวกนั้นมันเป็นสมณะ สมณะมันเป็นหินทับหญ้า สมณะมันแก้กิเลสไม่ได้

เพราะในแนวทางปฏิบัติมันมีหลายแนวทาง ใครจะปฏิบัติแนวทางใดก็ได้แล้วแต่ ขอให้ปฏิบัติแล้วได้รับความร่มเย็นเป็นสุข อย่าทุกข์อย่ายากจนเกินไปเลย แล้วถ้ามีกรรมโศกเป็นที่พึงที่อาศัยก็สาธุ อยู่ที่วาสนาของคน

วาสนาของคนเหมือนคนเจ็บไข้ได้ป่วยเข้าโรงพยาบาล โรงพยาบาลนี้รักษา ๒๐ ปีก็ไมหายสักที เขาก็เปลี่ยนโรงพยาบาลใหม่ไป

นี่ก็เหมือนกัน เวลาอยู่กับครูบาอาจารย์ที่เราประพฤติปฏิบัติแล้ว แล้วที่มันปฏิบัติแล้วมันสงบระงับหรือไม่ มันร่มเย็นเป็นสุขหรือไม่

ถ้ามีความสงบระงับมีความร่มเย็นเป็นสุข สิ่งที่เราปฏิบัติปฏิบัติเพื่อความสุขความสงบใจของตน แต่ถ้าปฏิบัติแล้วมันได้ผล มันคืบหน้า หรือว่ามันไม่เป็นสัจจะเป็นความจริงใจ มันเข้ากาลามสูตรไป

กาลามสูตร อย่าเชื่อว่าอาจารย์ของเรา อย่าเชื่อว่าเป็นหมู่คณะของเรา อย่าเชื่อว่าเขาเคยทำได้แล้วมันเป็นไปได้ อย่าเชื่อ อย่าเชื่อ อย่าเชื่อ แล้วค้นคว้าในใจของเรา ใจของเรามันเป็นธรรมหรือไม่ ใจของเรามันสงบระงับหรือไม่ ใจของเรามีความสุขจริงหรือไม่ แล้วมันเข้ากับธรรมได้หรือไม่

กาลามสูตรคือการตรวจสอบ ตรวจสอบแล้วถ้ามันเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เราก็ทำให้ได้จริงได้จังขึ้นมา ถ้าไม่ได้จริงไม่ได้จังเราก็แสวงหาข้อเท็จจริงในแนวทางอื่นบ้างก็ได้ ถ้าแนวทางอื่นบ้างก็ได้มันก็เป็นประโยชน์กับเราขึ้นมา

นี่พูดถึงว่า ฟังอาจารย์หลายๆ อาจารย์ท่านว่าถึงตัวรู้ๆ

ตัวรู้ก็ตัวรู้ ตัวรู้มันก็ ต.เต่า ไม่เห็นอากาศ ว.แหวน ร.เรือ สระอู ไม่โท ตัวรู้ๆ ใครก็พูดได้ เด็กก็พูดได้ ใครก็พูดได้ทั้งนั้นนะ แต่ความเป็นจริงมันเป็นจริงอย่างไร นี่พูดถึงว่า ถ้าความเป็นจริงนะ ถ้าความเป็นจริงพูดถึงตัวรู้

เขาถามว่าตัวรู้ไป

ตัวรู้คือต้นเหตุ ตัวเหตุ ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน แต่หาใจของตนเจอหรือไม่ ถ้ามันหาใจของตนไม่เจอมันก็ภาวนาแล้วมันก็ไม่ได้ผลของมัน ก็เลยกลับมาภาวนา “ภาวนาก็ยังปกติ ภาวนาก็เป็นอย่างนี้ แล้วพระพุทธศาสนาว่ายอดเยี่ยม ยอดเยี่ยมอย่างไรละ” มันยังไม่ได้ใจ

แต่ถ้าคนภาวนานะ คนภาวนาแล้วเราซื้อสัตย์ซื้อตรงกับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ใครจะพูดใครจะว่าอย่างไรมันเรื่องของเขา มันเป็นสิทธิ์ของเขา เป็นเรื่องส่วนตัวของเขา ใ้เราประพฤติปฏิบัติมันก็เป็นสิทธิ์ของเรา

ถ้าเป็นสิทธิ์ของเรา เราจะปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าปฏิบัติบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราก็พยายามหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธของเรา ต่อเนื่องๆ ไป เวลาถ้าเราซื้อสัตย์มีสัจจะกับธรรมะ เราไม่เชื่อถือมงคลตื่นข่าว ไม่เชื่อใครทั้งสิ้น ภาวนาไปๆ นะ มันเริ่มเบาลงๆ

เวลาเดินไปทั้งปวดทั้งเมื่อยทั้งเจ็บ โอ้ย! มันทั้งเหนื่อยทั้งกระหาย ทั้งหิวกระหายนะ เวลาเดินไปถ้าจิตมันดีขึ้นมานะ เออ! ชักเบา เดินไปเดินมาเหมือนลอยไปลอยมา ถ้าจิตมันดีขึ้นนะ เหมือนลอยไปลอยมา

ถ้ามันไม่เข้าสมาธินะ เวลาเข้าสมาธิเหมือนลอยไปลอยมา มันจะเบา พอเบา มันเดินไม่ได้แล้ว ยืน ยืนบนทางจงกรมนั่นนะ ยืนกำหนดบนทางจงกรม หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ละเอียดเข้าไปๆ ยืนอยู่ ถ้ามันจะเซมันจะล้ม นั่งลงบนทางจงกรม เวลามันดิ่งลง ใ้โฮ! ตัวรู้ ตัวรู้ในสมาธินะ แล้วมันคลายออกมารู้อารมณ์

เวลามันเข้าไปเป็นอิสระของมัน สักแต่ตัวรู้ ไม่รับรู้ถึงร่างกาย ไม่รับรู้ถึงอายตนะ ไม่รับรู้ถึงผิวหนัง ไม่รับรู้ถึงสิ่งใดเลย เหมือนนั่งอยู่ที่นี่ไม่มีอะไรเลยในวิภวาระ จิตนี้เด่น

แล้วเวลามันคลายตัวออกมา เวลามันจะออกมามันเริ่มคลายตัวออกมา เวลาคลายตัวออกมามันรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของสัจชาติญาณของมนุษย์ เพราะชาติปัจจุบันนี้เราเป็นมนุษย์ เราเป็นคน คนมีกายกับใจ นี่พูดถึงว่าถ้าจิตมันสงบไป นี่ไง เวลาจิตมันสงบนะ

ทีนี้เขาบอกว่าหาตัวรู้ๆ

หาตัวรู้คือทำความสงบของใจเป็น ทำสมาธิสมาธิได้ สมาธิ ถ้าใครมีอำนาจ
วาสนาขึ้นมา ผีกัดใช้ปัญญาๆ

ผีกัดใช้ปัญญา ถ้ามันจะไม่รู้สิ่งใดเลย ไม่เห็นสิ่งใดเลย เราก็คิดถึงข้อธรรมะขององค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราก็คิดถึงการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย เราก็คิดถึงชีวิต ชีวิต
มีคุณค่าอะไร ชีวิตนี้มาจากไหน ผีกัดใช้ๆ ถ้าเรายังไม่เห็นสติปัญญา ๔ ตามความเป็นจริง
ผีกัดใช้อย่างนี้มันก็ผีกัดใช้ปัญญาๆ ใจ

พอผีกัดใช้ปัญญาขึ้นมา พอผีกัดใช้ปัญญามันทำให้จิตนี้สะอาดดีขึ้นแวววาวขึ้น
เวลามันกลับมาทำความสงบของใจมันก็ทำได้ดีขึ้นๆ นี่พูดถึงว่า การทำความสงบของใจ

แล้วบอกว่า แล้วกราบเรียนว่า ถ้าตัวรู้มันคือสิ่งใด

ตัวรู้ก็คือธาตุรู้ ใจ ตัวรู้คือสสารหนึ่ง ธาตุรู้เป็นสันตติ ธาตุที่มีชีวิต ธาตุที่มีชีวิต แร่ธาตุ
สสารที่ตัวมันเองมีชีวิตของมัน แล้วมันสันตติมันผุดตลอดเวลาต่อเนื่องๆ มันเป็นจิตที่ไม่เคย
ตาย ธาตุรู้ณะ ตัวรู้ณะ แต่เราไม่เคยรู้จักมัน เราทำสมาธิไม่เป็น เราทำสิ่งใดไม่ได้ มันก็เลยไม่ได้
แนวทางในการประพฤติปฏิบัติใจ แต่ถ้ามันทำสมาธิเป็นแล้ว ทำสมาธิคือเราทำความสงบของ
ใจได้

แล้วถ้าตัวรู้มันคือสิ่งใด สามารถปฏิบัติให้พบหรือสัมผัสตัวรู้ได้อย่างไร

สัมผัสได้ เพราะมีคนไปถามนะ เราอยู่กับหลวงตา มีคนไปถามว่า “หลวงตาเจ้าคะ
เวทนามันคืออะไรคะ”

ท่านโยนไม้ให้เลย “มึงเอาไม้ตีตัวมึงน่าจะรู้”

เวทนาคือความเจ็บ ความรู้ใจ ความเจ็บ ความรุ่มเย็นเป็นสุข นี่เวทนา สุขเวทนา
ทุกข์เวทนา สิ่งที่มีมันเป็นเวทนามันก็เกิดจากตัวรู้ ถ้าตัวรู้ มันมีตัวรู้ของมัน มีชีวิตของมัน มีความ
สัมผัสของมัน

“มันสัมผัสตัวรู้ได้อย่างไรเจ้าคะ”

จับแขนตัวนี้ที่รู้ ลมหายใจกระทบปลายจมูกก็รู้ รู้อยู่ทั้งนั้นนะ แต่รู้แบบนี้รู้แผ่ซ่านออกมา รู้แผ่ซ่านออกมาผ่านอายตนะทั้ง ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ตัวรู้เป็นมโน เป็นมโนกรรม เป็นตัวรู้ที่อยู่ทีกลางหัวอกนี้ แต่มันรับรู้ผ่านตา ผ่านหู ผ่านจมูก ผ่านลิ้น ผ่านกาย ผ่านใจ ผ่านใจใจ ใจๆ ที่ว่าเป็นใจๆๆ ผู้รู้ๆ นี่มันผ่าน เพราะอะไร

เพราะมันมีขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ผู้รู้มันมีความรู้อย่างหายาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด มันความรู้ของมันไง

“แล้วจะสัมผัสผู้รู้ได้อย่างไรเจ้าคะ”

สัมผัสผู้รู้ได้ เวลาคนเขานินทาเราเจ็บไหม รู้ไหม

“ผู้รู้เป็นอย่างไรเจ้าคะ”

ใครที่เขาเคยติฉินนินทาเรานั้นนะ นั่นละเจ็บๆ นั่นนะผู้รู้ เพราะมันรู้ถึงเขานินทา มันรู้ถึงเขาติฉินนินทาเราไง แล้วถ้ารู้ถึงว่าเวลาคนชื่นชมส่งเสริมเราไง ผู้รู้เขารับรู้อย่างนั้นนะ รู้แบบสามัญสำนึกของมนุษย์ไง

แต่ถ้ามันเป็นจิตนะ เป็นจิตล้วนๆ เห็นไหม คุณสิ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ผู้รู้ เทวดา อินทร์ พรหมเขาก็มีผู้รู้ของเขา ผู้รู้เขาเกิดเสวยภพเป็นเทวดา เสวยภพเป็นอินทร์ เสวยภพเป็นพรหม แล้วเขามาพึ่งเทศน์พระพุทเจ้า นี่ผู้รู้ แต่ผู้รู้เขาเสวยภพไง

นี่ของเราเหมือนกัน ตอนนี้อยู่ปัจจุบันนี้เราคือมนุษย์ไง เราเกิดมาเป็นคนแล้วนะเราถึงได้มาเจอกันไง ถึงได้มารู้จักหลวงพ่อกันแล้วเวลาสิ่งที่เรารู้จักหลวงพ่อ พึ่งเทศน์ฟังธรรม ฟังเทศน์ฟังธรรมมันก็อยู่ที่วุฒิภาวะจะคิดได้มากได้น้อยแค่ไหน

หัวใจของคนมันสูงมันต่ำแตกต่างกันไป จิตนิสัยของคนก็แตกต่างกันไป ความชอบของคนก็แตกต่างกันไป แต่สมาธิก็คือสมาธิไง ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ถ้าเป็นฌานสมาบัติก็คือฌานสมาบัติไง มันไม่เข้าข้างใครออกใครหรอก มันเป็นโดยข้อเท็จจริงของมัน แต่จิตนิสัยของคนมันแตกต่างกันออกไป แล้วถ้าทำความเป็นจริงจะแสวงหาตัวผู้รู้ ถ้าได้ผู้รู้แล้วผู้รู้แล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา

นี่ไง เขาบอกว่าเวลายกขึ้นสู่วิปัสสนาในอิทธิกรรมเขาก็วิปัสสนาของเขา เขาบอกนี่ต้องวิปัสสนา ต้องมีความเข้าใจ ต้องเข้าใจธรรมะทั้งหมด ถ้าไม่เข้าใจธรรมะทั้งหมดจะปฏิบัติไม่ได้ ปฏิบัติแล้ววิปัสสนิกทั้งนั้นเลยนั่นนะ

เราจะไม่บอกว่ามันตาลอยๆ นะ ปฏิบัติไปแล้วนะ

แต่ของเราถ้าปฏิบัติไม่ได้หรือว่าเราตกใจนี่ตาลอยๆ แต่ถ้าเวลายังรู้ชัดเข้าไปยิ่งนิ่งมากยิ่งขึ้น เห็นไหม สิ่งนี้นิ่งเพราะอะไร

เพราะว่าสิ่งที่สัมมาสมาธิมันทำได้ยาก แล้วทำได้ยากจะรักษามันได้อย่างไร

ไอ้เสื่อมนะมันง่ายอยู่แล้ว ก่อนที่ปฏิบัติมามันไม่มีสมาธิ มันฟุ้งซ่าน มันไปยึดมันถือมันสมบัติทั้งโลกว่าเป็นของเราเลยละ ทุกอย่างเราทำได้ เรารู้เราเห็นหมด มันไปยึดมันถือมันโดยหัวใจ โดยที่เจ้าของเขาก็ไม่รู้ละ ทรัพย์สมบัติที่อื่นเขาก็ไม่รู้ว่าเป็นเจ้าของนะ แต่จิตเราไปยึดไว้หมดเลย เวลามันยึดมันถือมันขนาดนั้นนะเวลามันทุกขมันยากของมันนะ

แล้วเราหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันปล่อยวางเข้ามาๆ ถ้าปล่อยวางเข้ามาเป็นผู้รู้แล้วนะ แล้วถ้ามันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง

เขาบอกว่าสัมผัสได้อย่างไร สัมผัสได้อย่างไร

สัมผัส เริ่มต้นสัมผัสก็ลมหายใจชัดๆ มันอุ่นๆ มันร้อนๆ อยู่ตรงนี้ก่อน แล้วถ้ามันชัดมันเจขึ้นไบนะ เดี่ยวมันจะอยู่กลางหัวอก แล้วมันหดสั้นเข้ามานะ หดสั้นจากอายตนะ จากเสียงที่กระทบ

เวลานั่งอยู่นะ เสียงนูนก็กระทบกวน เสียงนี้กระทบกวน เวลานั่งที่ไหนก็มันร้อนมันหนาว นี่มันสัมผัสทางอายตนะทั้งหมดเลย แล้วพอมันสัมผัสแล้วมันก็ไม่พอใจ นูนก็ไม่ได้ตั้งใจ นี่ก็ไม่ได้ตั้งใจ ปฏิบัติแล้วทำไมไม่มีเทวดามาอุ้มสักที มันจะต้องการให้คนมายกย่องมันนะ

แต่ถ้ามันซื่อสัตย์โดยตัวมันเองนะ เทวดาเขาเป็นเทวดาอยู่บนสวรรค์นูน ไอ้เราก็นั่งทุกข์ยากอยู่เนี่ย ไอ้เราก็คะหาความจริงนี่ จิตที่มันมีคุณค่า จิตที่ว่ามันมีความสำคัญมาก เราก็คงไม่รู้ไม่เห็นมันเลย

ที่เรา รู้ๆ นี่เรารู้ด้วยบุญนะ ด้วยบุญด้วยความเกิดเป็นมนุษย์ไง มันถึงมีอายตนะมีความสัมผัสไง ความสัมผัสนี้เรารู้ว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งที่รู้ๆ ใจ มันรู้โดยบุุณชน รู้โดยสามัญสำนึกของมนุษย์ ใจ เวลาที่มันสงบแล้ว เวลาวิปัสสนาไปมันละสังโยชน์ มันละสังโยชน์ละความผูกพันของใจ ใจมันเป็นอิสระเป็นขั้นเป็นตอน ก็อยู่ในร่างกายของมนุษย์นี่

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นพระอรหันต์ก็อยู่ในร่างกายเดิม สอุปาทิเสสนิพพาน สิ่งพิเศษเหลือทิ้งจากการเกิดเป็น เจ้าชายสิทธัตถะ

การเกิดเป็นมนุษย์มันเป็นภพชาติหนึ่ง ถ้าเราไม่ได้ประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เราได้เสวยภพ เสวยชาติ ชาตินี้ได้ทำดีทำชั่วขนาดไหน ตายไปผลบุญอันนั้นมันก็จะให้ผลกับจิตที่ต้องเวียน วายตายเกิดในวัฏฏะต่อไป

แต่ถ้าเวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประพฤติปฏิบัติขึ้นมา อาสวัชฌญาณ ขำระล้างกิเลส ล้างอกคายอวิชชาทั้งหมด ไม่มีอวิชชา ไม่มีผู้ไม่รู้ รู้ชัดเจน มันจะไปเกิดที่ไหน มันไม่เกิด แต่ชีวิตของมนุษย์ที่มัน ๑๐๐ ปี ถ้ามันสำเร็จตั้งแต่เมื่อไหร่ อายุขัยที่เหลือมันจะเหลือเศษ เศษที่เหลือคือเศษเหลือที่ว่าจิตนี้เป็นพระอรหันต์แล้ว มันจะดูแลจะรักษามันต่อไป อย่างไร

ผู้รู้ คำว่า “ผู้รู้” ใจ นี่เพราะว่าเขาเขียนมาว่าไปฟังครูบาอาจารย์มาต่างๆ แล้วก็ฟังหลวง พ่อด้วย หลวงพ่อก็ผู้รู้ๆ นะ

ผู้รู้ เราจะใช้ผู้รู้ในอะไร

ถ้าผู้รู้เห็นกาย กายนอก ภายใน ภายในกาย กายของจิต

ถ้ากายนอกมันก็มีสติมีสัมปชัญญะระดับหนึ่ง เวลามันเห็นกายมันพิจารณากายของมัน มันพิจารณากายของมัน พิจารณาไปนี่โสดาปัตติมรรค มันก็มีผู้รู้ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ เวลามันเป็นส กิทาคามีมรรคมันต้องมีสมาธิมากขึ้นเข้มแข็งขึ้นๆ นี่ผู้รู้ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ เวลามันพิจารณากาม ราคะ ปฏิฆะ มันเป็นเรื่องกามราคะ เป็นเรื่องปฏิฆะ มันจะเรื่องเกิดในกามภพ นี่ผู้รู้ ๗๕ เปอร์เซ็นต์

เวลาอรหัตตมรรค เวลามันจะถอดถอนตัวรู้ ถอดถอนภวาสวะ ถอดถอนภพ ทำลายภพ
เลย ทำลายภพคือปฏิสนธิจิต จิตเดิมแท้ จิตเดิมแท้เป็นที่อยู่ของพญามาร ครอบคร้วมาร เจ้าวัฏ
จักรมันอยู่ตรงนี้ เวลาทำลายมัน ทำลายเจ้าวัฏจักร ตูม! จบ ทำลายผู้รู้หมดเลย พระอรหันต์ไม่
มีจิต ไม่มีผู้รู้ มีแต่ธรรมชาติ ธาตุของธรรม เกิดจากธาตุของความเป็นมนุษย์เป็นอริยทรัพย์แล้ว
ประพาศปฏิบัติถึงธาตุของธรรม

นี่พูดถึงในการปฏิบัติในวงกรรมฐานที่มีหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านเป็นอาจารย์ใหญ่
เป็นโรงงานใหญ่ที่ผลิตพระอรหันต์เป็นชั้นเป็นตอนมา เขาประพาศปฏิบัติสัมมาสมาธิ จิตสงบ
แล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา วิปัสสนาเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นไปนะ

ไอ้ผู้รู้ในวิปัสสนา รู้ว่าการแตกต่างหลากหลาย เพราะคำถามว่า ได้มีโอกาสฟังเทศนา
จากที่ต่างๆ ซึ่งพระอาจารย์ต่างๆ กล่าวถึงผู้รู้แตกต่างกัน

กล่าวถึงผู้รู้แล้วเราก็งกับผู้รู้ไป จบ

รู้สึกตัวกันนี่คือผู้รู้ เรารู้สึกตัวอยู่ ยังมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์คือผู้รู้สมบูรณ์ สมบูรณ์ใน
ปุถุชน สมบูรณ์ในความเป็นมนุษย์ แล้วมนุษย์เวลาประพาศปฏิบัติขึ้นไปแล้ว ปุถุชน กัลยาณ
ชน โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล
อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ เกิดจากจิตดวงนั้น จิตที่พัฒนาเป็น ๔ คู่
เป็นบุคคล ๔ บุคคล เป็นบุคคล ๘ บุคคล ๔ คู่ เวลามันเป็นมันรู้ของมันชัดเจน ปัจจัตตัง
สันทิฏฐิโก

ศาสนาพุทธ ในการวิปัสสนาในวงกรรมฐานเขาแหกตาไม่ได้ เขาหลอกกันไม่ได้ มีผู้รู้จริง
อยู่

ไอ้ที่เขาแหกตาเขาหลอกกันเขาไว้หลอกประชาชน ไว้หลอกไอ้พวกเหยื่อ ไว้หลอกไอ้
พวกที่อยากให้เราส่งเสริมยกย่องให้เป็นชั้นนั้นชั้นนี้ ส่งเสริมยกย่องกับความเป็นจริงในใจของ
เราไม่เหมือนกัน

เราประพาศปฏิบัติได้มรรคได้ผลมันเป็นผลงานของเรา เป็นปัจจัตตัง เป็นสันทิฏฐิโก จิต
ดวงนั้นรับรู้ ไม่มีใครส่งเสริม ไม่มีใครยินยอม ไม่มีใครทำให้ได้ ต้องทำด้วยตัวเอง

ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ที่จะทำให้จะดูแลให้ แล้วเราก็ไปเป็นเหยื่อนั่นแหละ เขาไว้หลอกพวกนั้น แต่พวกที่เป็นจริงเขาหลอกไม่ได้ พระกรรมฐานเขาหลอกกันไม่ได้ หลอกกันไม่ได้เพราะมันเปิดเผยท่ามกลางหัวใจ

เว้นไว้แต่ว่าเรามีวุฒิภาวะสูงต่ำเชื่อคนง่ายใจ เชื่อคนง่าย อยากเป็นเหยื่อ อยากเป็นบริษัทบริวารเขา อยากเป็นพวกเขา เห็นเขาคนเยอะๆ อยากเป็นพวกเขา อยากเป็นเกล็ดเกล็ดหนึ่งที่ไปแปะบนเนื้อตัวเขา

แต่วงกรรมฐานนะ ท่านให้อยู่ป่าอยู่เขา ท่านให้อยู่ในความที่สงบสงัดที่ความเงียบ แล้วพยายามค้นคว้าหาสัจจะหาความจริงในใจของตนเพื่อหาผู้รู้ ต้นเหตุ ตัวเหตุ ต้นเหตุคือหัวใจของคน จิตที่เวียนวายเป็นเหตุในวัฏฏะ ตัวรู้คือตัวต้นเหตุ เอวัง