

## กระดูก ๓๐๐ ท่อน

พระธรรมเทศนาของ พระญาณสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่สิม พุทธาจาโร)

โพสต์ในลานธรรมเสวนา กระดูกที่ 004282 โดยคุณ : mayrin [ 11 ก.พ. 2545]

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

เอ้า ตั้งใจภาวนา วันนี้ให้กำหนดอัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อนของตัวเอง ทำไมจิตมันหลง แค่เขาถ่ายเงาเท่านั้นก็หลง เพราะไม่คู่อัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อนของตัวเองอันมีอยู่ในร่างกายตัวตนของเราตั้งแต่กระดูกเท้า กระดูกแข้งขา เต็มอยู่จนถึงกะโหลกศีรษะ เพราะไม่คู่อัฐิกับกระดูก ๓๐๐๐ ท่อนของตัวเอง จึงได้เกิดความลุ่มหลงมัวเมาไม่คูของจริง เมื่อของปลอมมาถึงเข้า เกิดความลุ่มหลงมัวเมา จิตไม่สงบ หลงไหลไปตามรูปตามเสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เมื่อมันหลงไปหมดทุกอย่างทุกประการ เมื่อรู้อย่างหนึ่งได้ มันก็รู้ได้ทุกอย่างทุกประการ เวลานี้อย่าให้ใจคิดไปที่อื่น พุทโธก็ไม่ต้องว่าฟังที่ท่านอธิบายไป จิตใจก็ฟังดูตามที่ท่านอธิบายนั้น

เริ่มต้นแต่กะโหลกศีรษะหรือว่ากระบอกตา ตัวคนเราทุกคนนี้ เรามองเห็นเป็นหนังหุ้มกระดูก แต่กระดูกอันมีอยู่ในตัวเราไม่คู จึงได้หลงตา หลงหู หลงจมูก หลงลิ้น หลงกาย หลงใจ เพราะไม่พิจารณาคูองกระดูกของตัวเอง

อันนี้เป็นความประมาท จิตใจคนเรานั้นประมาท กระดูกมันสวยงามที่ไหน คูองกระดูกมันงามที่ไหน คูกระบอกตากระบอกตานี้ก็ให้ฟังให้เห็นเป็นกระดูก อย่าไปฟังเห็นเป็นลูกตา ลูกตานี้ไม่ให้เห็นเนื้อหนังมังสาไม่ให้มี เวลานี้เปรียบอุปมาเหมือนอย่างว่าร่างกายของเราทุกคนนี้มันตายไปนานแล้ว ยังเหลือแต่กองกระดูกให้ฟังใจจิตเตือนจิตนี้ว่าอย่าคิดไปที่อื่น มันตายแล้วยังเหลือแต่กระดูกอ่อนกระดูกแข็ง ฟังคูกระบอกตาตัวเองให้คูให้รู้ตานี้มัน โห่วเข้าไป ไม่ให้จิตคิดไปที่อื่น ฟังในกระบอกตานั้นมันโห่วเข้าไปเหมือนกับไข่ที่เอาไปทำอาหารทิ้งไว้อย่างนั้นแหละ โห่วเข้าไปลึกลงไปเป็นกระดูกไม่ใช่เนื้อหนัง ฟังดูจนเห็นว่ามันเป็นกระดูกจริง ๆ โห่วเข้าไปจริง ๆ

ถ้าคุณเห็นมันโหว่เข้าไปลึกเข้าไปมันก็เหมือนผีหลอกในกระบอกตานี้มัน เป็นผีหลอก คือไม่ต้องให้เห็นลูกกระตาคณยังไม่ตาย เพิ่งให้เห็นว่ากระบอกตานี้มัน ผีหลอกที่ว่าผีหลอกโหว่เข้าไปนี้แหละ ดูเดี๋ยวนี้เวลาเพิ่งเดี๋ยวนี้เวลานี้ ให้มันเห็น กระบอกตาของตัวเองเมื่อไม่เห็นกระบอกตาตัวเอง อย่าได้ไปดูตาคนอื่น ตาเราก็ไม่ดู ดู กระบอกตา ดูให้มันเห็น เพิ่งให้มันเห็น ระวังระวังไม่ให้จิตมันแวบไปแวบมา

ใจโลเลในกิเลสละให้หมด เพิ่งดูกระบอกตาตัวเอง ให้มันเห็นแจ้งตามความเป็นจริง ถ้าไม่เห็นแจ้งตามความเป็นจริง ก็ยังมาสำคัญว่าเราสวยเรางาม งามที่ไหนดูกะ โลก ศีรษะตัวเอง ผีหลอกทั้งเพ มาหลงมันทำไม หลงกะ โลกศีรษะ หลงกระบอกตา จึงได้มา ลุ่มหลงมัวเมาเกิดมากพชาติใด ก็มายึดเอาถือเอาองกระดูกอันนี้ไม่มีที่จบสิ้น

เมื่อดูกระบอกตาเข้าใจแล้ว ก็ให้ดูกะ โลกศีรษะนั้นมัดจอดกันเป็นซิก ๆ เรียกว่าเข้ากันสลับกัน สมัยเมื่อยังไม่ตาย กะ โลกศีรษะนี้มันป้องกันไม่ให้สมองใน ศีรษะนั้นแตกไปง่าย ๆ มีอะไรมาโดนมาดำเข้าหรือเส้นประสาทภายในนั้นจะได้ไม่เสีย สมัยที่ยังมีชีวิตอยู่ คือยังไม่ตาย แต่ว่าบัดนี้ใหญ่เป็นกะ โลกกระดูก ข้างในก็ให้เห็นเป็น ว่างไปทั้งนั้น แล้วก็ให้มองดูในกะ โลกศีรษะ จากกระบอกตาขึ้นไป เรียกว่า กระดูก หน้า กระดูกคิ้ว กระดูกหน้า กะ โลกศีรษะมันจอดกันเหมือนมะพร้าว กะ โลกศีรษะ คนเรากล้ายกันกับมะพร้าวที่เขาเอาเปลือกมันออกแล้วยังเหลือแต่กะลาในนั้น กะ โลก ศีรษะนี้ก็เหมือนกัน จอดกันเป็นชิ้น ๆ ดูข้างหน้ามันงามที่ไหน ยังเหลือแต่กระดูก ดูข้าง หลังมันสวยงามที่ไหน ดูข้างซ้ายมันงามที่ไหนก็เป็นกระดูกเหมือนกัน ดูข้างขวาก็ให้ เป็นกระดูก จิตอย่าไปเห็นเป็นเนื้อเป็นหนัง แล้วอย่ามาเห็นว่าเป็นกระดูกของเรา มัน กระดูกผีตายมานานแล้ว จิตอย่าได้มาหลงเอายึดเอากะ โลกศีรษะนี้ ดูให้มันแจ้งให้มัน เห็น เอาจิตจจจ่อให้มันเข้าใจ อย่าให้มันแส่สายไปที่อื่น เพิ่งดูกะ โลกศีรษะ

ต่อจากกระบอกตาลงมาก็เรียกว่ากระดูกตั้งจุมก ตั้งจุมกก็ไม่ให้เป็นเนื้อเป็นหนัง ให้เห็นเป็นกระดูกโหว่เข้าไป มีช่องเข้าไปสำหรับหายใจ เมื่อสมัยยังมีชีวิตอยู่ บัดนี้มัน ตายแล้ว ยังเหลือแต่กระดูกโหว่เข้าไป มันงามที่ไหน ผีหลอกทั้งนั้น คางข้างบนก็มีเขี้ยว มีฟันเป็นซี่ ๆ ดูฟันให้มันเห็นทุกซี่ที่ฝังอยู่ในคางข้างบนนั้น แล้วก็ดูคางข้างล่าง ดูฟัน ข้างล่างเป็นซี่ ๆ ฟันข้างล่างนี้เรียกว่าเขี้ยวอยู่ คางข้างล่างมันเขี้ยวอยู่ เขี้ยวอยู่ข้างล่าง สมัยเมื่อยังไม่แตกไม่ตายมันเอาคางข้างล่างนี้ตำบดเคี้ยวอาหาร ก็เหมือนครกเหมือนสาก

นั่นแหละ แต่ว่าข้างล่างนี้เรียกว่าเป็นสากธรรมชาติ ไม่ใช่สากค่าน้ำพริกคนเราไม่ใช่  
ตำลึงข้างบน ตำลึงล่างขึ้นมา บดเคี้ยวอาหารเมื่อสมัยยังไม่ตายเดี๋ยวนี้ไม่เกี่ยวแล้ว ยัง  
เหลือแต่คาง ยังเหลือแต่ฟันเป็นซี่ ๆ ทีนี้ถ้ากำหนดมาถึงนี้ก็ดูซิ ดูฟันข้างบนข้างล่าง  
ประกบกันดูไปจนถึงกระบอกตาหน้าตั้งจมูกกะโหลกศีรษะทั้งหมด แค่นี้ก็เป็นผีหลอก  
อยู่วันยังค่ำเป็นผีหลอกอยู่คืนยังรุ่ง เป็นผีหลอกตั้งแต่เกิดมา เป็นเด็กก็มีอยู่เท่านี้มาเป็น  
หนุ่มก็มีอยู่อย่างนี้ ปานกลางคนมันก็มีอยู่อย่างนี้ กะโหลกอันนี้ฟันอันนี้ คางอันนี้ ดูให้  
มันทั่วถึง ทำไมจิตมันจึงมาหลง มาหลงอ้อจึกับกระดูก ๓๐๐ ท่อน หลงรักใคร่พอใจ หลง  
โกรธให้กัน หลงฆ่ากัน ฟันกันก็เพราะไม่ดูองกระดูกตัวเอง ก็เลศความโกรธมันจึง  
เกิดขึ้น ก็เลศราคะตัณหามันจึงเกิดขึ้น เพราะไม่เห็นกระดูกของตัวเองให้ดูเดี๋ยวนี้  
กำหนดเดี๋ยวนี้ ภาวนาเพียรเพ่งดูเดี๋ยวนี้ จิตใจดวงผู้รู้ไม่ให้มันไปคิดที่อื่นคิดที่อื่นมา  
ตั้งแต่อกเนกชาติ ไม่มีความรู้ความเข้าใจประการใด จงดูองกระดูกคาง ไม่รู้จักผีหลอก ผี  
มันหลอก ผีอื่นใดมันไม่หลอก ผีตัวเองหลอกตัวเองเพราะไม่ภาวนากับอ้อจึกับกระดูก  
๓๐๐ ท่อนของตัวเองดูจริง ๆ กำหนดจริง ๆ จนไม่ให้มีอะไรมาปิดบัง เหมือนกับเราลืมน  
ตาคุณอย่างนั้น ตรงใดมันเป็นอย่างใด ให้มันแสดงให้เห็นเดี๋ยวนี้ ขณะนี้แล้วต่อไปตลอด  
ชาติ ก็ไม่ให้มันหลงเป็นอย่างอื่นไปอีกในกะโหลกศีรษะในหน้าในตา เห็นคนเห็นเราก็  
ให้เห็นว่าเป็นกระบอกตา เห็นเป็นตั้งจมูกโหว่ เข้าไป ไม่งามไม่มีการสวยงามธาตุแท้มัน  
ไม่ใช่งามกระดูกจริง ๆ ไม่งาม เอาให้ใครก็ไม่เอา เห็นเข้าก็ว่าผีหลอก กะโหลกผีหลอก  
เห็นไหมล่ะ มันหลอกหลวง ไม่ให้หลง หลงให้ติดใจให้ข้อง ไม่ดูกะโหลกศีรษะตัวเอง

ทีนี้กะโหลกศีรษะนี้เมื่อดูให้ทั่วถึงแล้ว ก็เอาไปตั้งไว้ที่ไหน กะโหลกศีรษะ  
ธรรมชาติก็เอามาก่อตั้งไว้ต่อกระดูกคอ กระดูกคอข้างบนเอามาต่อกับกะโหลกศีรษะนี้  
เหมือนกับว่ากะโหลกศีรษะคนเอาไปตั้งไว้ในไม้ในโต๊ะ กะโหวกกะหวากอย่างนั้น  
แหละ แล้วกระดูกคนนี้เป็นกระดูกที่เลื่อนได้ เมื่อสมัยยังไม่ตายเวลาจะดูอะไรก็หมุนเอา  
ที่คอกันแหละ หมุนเอาที่คอกันดูข้างซ้าย ดูข้างขวา ดูข้างหลัง ดูข้างหน้า เรียกว่าเลื่อนได้  
กะโหลกศีรษะมันเลื่อนตามกระดูกคอไป แล้วก็ดูให้ดีกระดูกคอกันก็ต่อกันเป็นข้อ ๆ  
เหมือนกัน กระดูกคอข้างล่างก็ต่อ กระดูกสันหลัง กระดูกสันหลังก็มาต่อกับกระดูกคอกัน  
ดูเพียรเพ่งดู ให้รู้ให้แจ้งในจิต แล้วไม่ให้ลุ่มหลงอีกต่อไปอีก กระดูกคอ เป็นอย่างไรดู  
ข้างหน้า ดูข้างซ้าย ดูข้างขวา ดูข้างใน ดูข้างนอก มันว่ามันสวยงามไหมกระดูก เขาไม่ว่า  
จิตหลงไปว่าเขา

ที่นี้ให้กระดูกสันหลังเป็นข้อ ๆ ขึ้นมาก็มีกระดูกเหง้าแขน ต่อจากกระดูกสันหลัง กระดูกหน้าอกออกไปเป็นแขนข้างซ้ายข้างขวา ท่อนบนเป็นอย่างหนึ่งต่อกันกับแขนข้างล่าง แขนข้างล่างมีสองท่อน เพื่อไม่ให้หักง่าย ๆ สมัยที่ยังมีชีวิตอยู่แขนข้างบน แขนข้างล่างสองข้างเหมือนกัน ต่อลงไปก็เป็นกระดูกมือ กระดูกมือก็เป็นข้อ ๆ แล้วก็ไปต่อเป็นกระดูกนิ้วมือ กระดูกนิ้วมือก็เป็นท่อน ๆ เป็นข้อ ๆ ต่อกัน ทั้งสิบนิ้วเหมือน ๆ กัน ดูอย่าให้จิตไปที่อื่นดูองกระดูกของตัวเองให้เห็นให้รู้ มีอยู่ไม่รู้ไม่เห็น ไปที่ไหนจิตให้ตั้งมั่นเพียรเพ่งดู ไม่ใช่กระดูกมันดูให้จิตใจของตัวเองนะจิตใจดวงผู้รู้อยู่ที่ไหน เดียวนี้รู้อยู่ที่รู้ผู้นี้เพ่งดูกระดูก จนสุดกระดูกนิ้วมือดูขึ้นมาข้างบนทั้งสองข้างตามที่มันมีมันเป็นอยู่มาถึงเหง้าแขนเหง้าแขนมันก็ต่อกับกระดูกสันหลัง กระดูกคอ กระดูกสันหลังนี้ กระดูกสันหลังก็เป็นท่อน ๆ แล้วก็มีการดูข้างต่อออกไปสองข้าง กระดูกข้างนั้นเป็นกระดูกป้องกันภัย อันตรายในสมัยที่ยังไม่ตาย เดียวนี้มันมีแต่กระดูกหน้าอก กระดูกไหปลาร้า เรารู้ว่า ถ้าเอากระดูกคอกออกแล้วมันก็เหมือนไหปลาร้า กระดูกข้าง กระดูกหน้าอก กระดูกสันหลังตั้งไว้ก็เหมือนไหปลาร้านั้น กระดูกบั้นเอว กระดูกบั้นเอวไม่มีกระดูกข้างดูกระดูกสันหลัง ดูให้มันเห็น ไม่เห็นอย่าไปเคลื่อนที่ โดยเฉพาะเดี๋ยวนี้เวลานี้ หรือเวลาเราไปนั่งคนเดียว เอาให้มันแจ่มแจ้งชัดเจนในจิตของตัวเอง

ที่แท้มันก็องกระดูกทำไมจิตมันมาหลงยึดหลงถือหน้าของกูตาของกู ตามัน ไม่มี หูมันไม่มี ยึดทำไมมีเหลือแต่กระดูกเท่านั้น ใครจะมาถ่ายวิถีโอวีดีอาไม่ต้องเกี่ยว ดูองกระดูกของตัวเองให้รู้ไม่รู้ไม่เข้าใจอย่าไปกินข้าว นั่งภาวนาเพ่งดูให้มันเห็นอัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อนของตัวเอง ดูกระดูกสันหลัง เป็นท่อน ๆ ต่อกับกระดูกบั้นเอว กระดูกบั้นเอวก็เป็นกระดูกต่อกับกระดูกตะโพก กระดูกก้นกบกระดูกตะโพก เขาก็ว่ามองให้เห็นกระดูกแท้ ๆ มีอยู่ไม่เห็นไม่ได้ ต้องเพ่งดูให้เห็นเดี๋ยวนี้ ขณะนี้เรื่อยไป ทำไมเขาว่าเป็นกระดูกก้นกบ ดูให้ดีของมีอยู่ไม่ดูไม่พิจารณาจึงได้เกิดความหลง โมหะ อวิชชาไม่รู้ แล้วก็มีการดูเหง้าขามาต่อกับกระดูกตะโพก กระดูกขาที่ต่อไปหากระดูก เข่า กระดูกเข่าก็คือว่าเป็นกระดูกที่แข็งขึ้นมาต่อกระดูกเข่า มีกระดูกสะบ้ากลม ๆ แล้วกระดูกแข็งต่อลงไปทั้งสองข้างขาแข็งเหมือน ๆ กัน กระดูกแข้งมันก็มีกระดูกสามเหลี่ยมกระดูกเล็กต่อลงไปเป็นกระดูกสันแข็ง ข้างล่างมันต่อกับกระดูกเท้า กระดูกตีนเท้าก็คือว่าไปทางไหนมันเอาเท้าไปเรื่อย เท้าเดินเท้าหน้าไป ดูกระดูกเท้าเป็นข้อ ๆ ต่อกันไปจนถึงกระดูกนิ้วเท้า มันสวยงามที่ไหนทั้งสองข้างถ้าเอาไปยื่นดู ยื่นขึ้นต่อกันไว้ แขนงไว้ แล้วก็ดู

กระดุกนิ้วเท้า กระดุกเท้า กระดุกแข็งเป็นผีหลอกใหญ่ หลอกทั้งตัวเลย ที่จิตหลงเห็น เป็นของสวยของงาม เกิดราคาตี้นหาเพราะไม่ดูกระดุกของตัวเอง จิตกิเลส จิตมัวเมา มัน ดูไปไม่ถูก ดูของปลอม ดูของจริงดูกระดุกชิ กระดุกมันเป็นของจริงไม่มีการ เปลี่ยนแปลงไปไหนตั้งแต่เกิดมามันเป็นกระดุกมันก็เป็นอยู่ เคียวนี้ก็เป็นกระดุกอยู่ เลยนี่ ไปมันก็จะเป็กระดุกอยู่อย่างนั้น โน่นแหละจนถึงวันตายมันก็เป็นกระดุกอยู่อย่างนั้น

นี่แหละ โคร่งร่างผีหลอก ผีหลอกของเรา อย่าไปหลอกผิตนอื่นอีก มันเป็นผี ด้วยกันทั้งหญิงทั้งชาย คนจะเป็นชาติใดภาษาใดก็ไม่มีการแปลกประหลาดกว่ากัน มันก็ กองกระดุกนี้แหละ อย่าไปมัวคิดฟุ้งซ่านไปที่อื่น ดูกองกระดุกของตัวเองให้รู้ให้เข้าใจ เวลาขึ้นก็กองกระดุกขึ้น ให้เห็นอย่างนั้น ไม่ต้องมองให้เห็นเนื้อหนังมองเป็นกองกระดุก ขึ้นก็ผีหลอกขึ้น โหวกๆ หวากๆ ไปหมด มันคืออย่างวิเศษอย่างไร จิตนี้จึงมาหลง มัน ไม่ดูกองกระดุกของตัวเองจึงได้มัวเมากองกระดุก เวลานั้นสมาธิภาวนาก็กระดุก ๓๐๐ ท่อนมันนั่งไม่ให้เห็นเป็นเนื้อเป็นหนัง เห็นกระดุกนั่ง จะนั่งแบบไหนก็กระดุก ๓๐๐ ท่อน มันนั่งมันยืนขึ้นก็กระดุก ๓๐๐ ท่อน มันยืนขึ้น ยืนอยู่ ทั้งนี้มันเดินไปมาที่ไหนก็ดู มันเดิน มันจะเอากระดุก ๓๐๐ ท่อนนี้แหละเดิน โทกเทกๆ ไปมา เดินไปข้างหน้า เดินไป ข้างหลัง เดินไปข้างซ้ายข้างขวา นี่แหละดูกระดุกให้มันเห็น มันอยู่ในอิริยาบถใดก็ดูตาม ความเป็นจริงในอิริยาบถนั้น มันเดินเป็นยังงี้ ดูมันขึ้นบนลงล่าง ไปไหนมาไหน ก็เห็น กระดุกมันเดินไปยั้งงั้นแหละ ระวังกระดุกมันจะหัวเราะให้ดู เวลากระดุกมันหัวเราะคาง มันอ้าขึ้นมา ตีใจก็หัวเราะแสบ ๆ กระดุกนะเสียใจก็ร้องไห้ น้ำหูน้ำตาไหล ถ้ายังไม่ตาย ถ้ายังเหลือแต่กระดุก มันแห้งไม่มีน้ำตา ร้องไห้เป็นที่ไหน มันร้องไห้ก็ให้ดูกระดุกมัน ร้องไห้ ดูตั้งแต่กะโหลกศีรษะลงมา กระดุกคอ กระดุกแขนกระดุกสันหลัง กระดุกข้าง กระดุกขา กระดุกเท้า กระดุกนิ้วเท้า หมดจากมันเดินแล้วมันก็จะมานั่ง นั่งก็ดูมันนั่ง นั่ง มันเอาอะไรลงก่อน กระดุก ๓๐๐ ท่อนนั้นแล้วมันเป็นยังงี้ นั่งพับเพียบแล้วมันเป็น อย่งไรกระดุก ๓๐๐ ท่อนนี้ นั่งคุกเข่ามันเป็นอย่างไรกระดุก ๓๐๐ ท่อน ดูมันทุก อิริยาบถเมื่อนั่งมันนาน ๆ มันเหนื่อยมันก็จะนอน กระดุก ๓๐๐ ท่อนมันนอนนอนก็ดูมัน ตั้งแต่กะโหลกศีรษะจนถึงปลายเท้า กองกระดุกกระนาวไปหมดจิตอย่าได้มาหลง ไม่ต้อง มาหลงเนื้อหนังของมนุษย์ ดูกองกระดุกของตนให้มันทั่วถึง ให้มันได้ทุกขณะที่ กระดุกมันเคลื่อนไหวไปมา นอนมันหลับไป หลับไปสักพักคนมันยังไม่ตายก็ตื่น ตื่น ขึ้นมากระดุกมันก็เคลื่อนไหวไปมา มันไปนั่งในห้องน้ำ นั่งในส้วม มันก็กองกระดุกมัน

ก็เคลื่อนไหวไปมา มันไปนั่งในห้องน้ำ นั่งในส้วม มันก็กองกระดูกมันเดิน กองกระดูกมันยืน กองกระดูกมันนั่ง กองกระดูกมันนอน กองกระดูกมันถ่าย กองกระดูกมันพูดจาปราศรัย หัวเราะ ร้องไห้ อะไรต่อมิอะไรจิปาตะ กองกระดูกมันแสดงบทบาททั้งนั้น เอาให้มันเห็นเงากองกระดูก ไม่ต้องเห็นเงาหน้าตาคนธรรมดา เขาฉายถ่ายวิดีโอก็ถ่ายเอา กองกระดูกนี้แหละ ไม่มีอะไร ไม่มีอะไรจะเป็นของดีของวิเศษเกินกระดูกไปได้ไม่เกินตาย ตายแล้วมันก็กระดูกอ่อนอย่างนี้แหละ จิตหลงจิตมาร จิตกิเลส จิตไม่รู้ จิตอวิชชา ตัณหา จิตตาบอด จิตมันเป็นนะโมตาบอด คือสิ่งที่มันเป็นจริงอยู่ไม่ดู ไม่เห็น เรียกว่าตาบอด ตาอวิชชา ตัณหา ตาราคะ ตาโทสะ ตาโมหะ มันไม่เห็นแจ้งด้วยปัญญาอันชอบ ดูให้มันเห็นแจ้งให้มันเข้าใจในใจของตัวเอง เมื่อไม่เห็นกระดูกของตัวเองก็เรียกว่าฟงธรรมก็ได้ยินแต่เสียงเท่านั้น ไม่เห็นของจริง ถ้าฟังให้เห็นกระดูก ๓๐๐ ท่อน นับได้ให้มันเหมือนพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าพระองค์นับได้ ๓๐๐ ท่อน มันอยู่ที่ไหนบ้างมีอยู่ในร่างกายนี้แหละมีอยู่ในกองกระดูก คุณองกระดูกของตัวเองตั้งแต่บัดนี้จนถึงวันแตกตายไม่ให้มันหลงไหลไปได้

นี้แหละอัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อน พระพุทธเจ้าสอนมาแล้วตั้งสองพันปีว่า จิตใจคนเราก็ยังไม่สนใจ ยังไม่เอามาคิดมาอ่าน โลเลไป โลเลอยู่ โลเลกิน โลเลนอน โลเลไปตามอำนาจกิเลสราคะ โทสะ โมหะ ไม่พิจารณาอัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อนของตัวเอง ก็มาเกิด มาแก่ มาเจ็บ มาไข้ มาตายก็เพราะแบกกระดูก ๓๐๐ ท่อนไม่รู้จักปล่อยวางให้โลกเขาสับมะกอกอยู่ทุกวันทุกคืน ให้เขาค้ำอยู่ทุกวัน ทุกคืน ไม่เห็นไม่รู้ไม่เข้าใจ เขาเอาค้อนตีหัวตีกะโหลกศีรษะก็ตีกองกระดูก ช่างมันที่สุดมันก็ตายแหละ อย่าไปก่อกรรมทำเข็ญต่อไปอีกเกลียดชังใครก็อย่าไปฆ่าอย่าไปแกงกัน กองกระดูกไม่ถึง ๑๐๐ ปี มันก็ตายแล้ว ๕๕ ปียังไม่เต็มก็ตาย เหมือนหลวงปู่แหวนรายนะ ตายแล้วก็เห็นใหม่ อยู่ในหีบนั้น เขาถ่ายรูปไว้ ไม่เห็นมีฤทธิ์มีเดชหมดเรื่อง พวกเรายังอยู่ตัวเรายังอยู่ก็เหมือนกัน คุณกระดูกให้มันเห็นชัดเห็นแจ้ง พระก็สมมติเนรกก็สมมติ ผีขาวก็สมมุติ มันก็กองกระดูกนั้นแหละ หลิงก็กองกระดูกชายก็กองกระดูก คนชาติใดภาษาใดก็กองกระดูก ไปหลง กองกระดูกมันทำไม โหวก ๆ หวาก ๆ ไม่เห็นมันสวยมันงามที่ไหน ทำไมจึงไม่กำหนดพิจารณา ต้องกำหนดพิจารณา ดูให้มันเห็นแจ้งด้วยสติด้วยสมาธิปัญญา เห็นแจ้งในจิตในใจของตัวเองจนไม่ต้องไปถามคนอื่นว่ากระดูกตรงไหนมันเป็นอย่างไร คือยังไม่รู้ไม่พิจารณา ถ้าดูพิจารณาแล้วมันเห็นแจ้งเห็นชัดในหัวใจของตัวเองไม่ต้องไปถามใคร ชำรู

หมคนี่แหละ พระพุทธเจ้าท่านรู้ เจ้าสังขาร มาสร้างกองกระดูกให้เรตถาคตุ่มหลงมัว  
เมมาอย่างนี้ตั้งแต่เนกชาติแล้ว ต่อไปเจ้าสังขารจะไม่ได้สร้างอีก เราได้ทำลายแล้ว  
ทำลายอวิชชาจิตไม่รู้ พระองค์ทำลายฆ่ามัน พระองค์เห็นแจ้งในอัฐิกับกระดูก ๓๐๐  
ท่อนแล้วจิตใจของพระองค์ก็ไม่หลงเพลนเพลนในกองกระดูก นิ่งก็ไม่หลงกองกระดูก  
กระดูกคนอื่นก็ไม่หลง กระดูกตัวเราก็ไม่หลง กินก็กระดูกมันกิน พุคก็กระดูกมันพุค เอา  
ให้มันทันกองกระดูก พิจารณากองกระดูกของตัวให้มันเข้าใจ ให้มันเห็นแจ้งเห็นชัด  
เหม็นหอมมันก็มาจากกระดูกมันมีสมัยเมื่อยังไม่ตาย ยังไม่เป็นกองกระดูก เหม็นก็อยู่นี้  
หอมก็อยู่นี้ กินถ่ายอยู่ตลอดวันตาย ตื่นเช้าก็แสวงหาอาหารมากิน กินเข้าไปเลี้ยงกอง  
กระดูก กินแล้วก็ถ่ายเทออกมา ดิวเศษอะไรจิตให้รู้ให้เข้าใจภาวนาคูให้เข้าใจ ละกิเลส  
โลเล จิตใจโลเลออกไปให้หมด เป็นจิตที่แน่วแน่เพียรเพ่งดูให้มันทะลุปรุโปร่งตามความ  
เป็นจริง ของจริงและกระดูกจริงอย่างนั้นถ้าไม่เห็นมันก็ยังหลงของปลอมนี้อีก ถ้ามันรู้  
มันเห็นแจ้งว่าอัฐิกังกระดูก ๓๐๐ ท่อน พระพุทธเจ้าสอนให้ดูให้รู้แจ้งในใจ จึงไม่ลุ่ม  
หลงมัวมาต่อไป ถ้าไม่เห็นแจ้งในอัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อน มันก็มาวนอยู่เข้าใจว่าเป็น  
สวยของงามไป สวยที่ไหนดงามที่ไหน ผีหลอกทั้งเพ ผีหลอกตั้งแต่กะโหลกศีรษะลงมา  
จนถึงปลายมือปลายเท้า ผีหลอกทั้งนั้น ไม่ว่าหญิงว่าชายพิจารณากองกระดูกตัวเองให้รู้  
อย่าให้หลงไหลต่อไป

อัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อน ดูให้แจ้ง ดูให้เห็น กำหนดให้ได้ กำหนดให้ได้ตลอดเวลา  
กระดูกกำหนดไปถึงไหนถึงวันตาย ตายเมื่อใดก็ดูกระดูก ๓๐๐ ท่อนมันไป นิ่งก็กระดูก  
๓๐๐ ท่อน ไปหลงมันทำไม พุคก็กระดูก ๓๐๐ ท่อนไปหลงมันทำไม ถ่ายภาพถ่ายรูปก็  
เงา ไปหลงเงาทำไม เงากระดูก เหตุไม่ดูกระดูกของตัวเอง จึงได้หลงกองกระดูกคนอื่น  
เดี๋ยวนี้เวลานี้ให้ดูกระดูกของตัวเอง ดูจนนับได้ อ่านได้ด้วยตนเอง จึงเรียกว่าพิจารณา ถ้า  
ไปถามคนอื่นบอกมันเรื่องของจริงมันอยู่ที่กระดูก เห็นแจ้งกระดูก กระดูกเขา กระดูกคน  
ทั้งโลกก็เหมือนกัน จะไปทะเยอทะยานว่านวยไปทำไม เมื่อมันถึงขั้นตายเป็นกอง  
กระดูกแล้วมันหาสมบัติในโลกไปได้ก็ขึ้น ก็อัน ไม่มีอะไรที่ทิ้งเปล่า ๆ อัฐิกับกระดูก  
๓๐๐ ท่อนทั้งหมดละ ตายเมื่อใดมันเอาอะไรไปไม่ได้ แต่ถ้าไม่เห็นแจ้งในอัฐิกับกระดูก  
๓๐๐ ท่อน จิตมันก็โลเลไม่ตั้งมั่นเที่ยงตรง

นี่แหละเราท่านทั้งหลาย อัฐิกับกระดูก ๓๐๐ ท่อน ต่อไปภายหน้าอย่าได้มีความ  
ลุ่มหลงมัวเมา ให้กำหนดให้ทั่วถึงรอบคอบทุกชิ้นทุกอัน แล้วก็จะต้องกำหนดอยู่จนถึง

วันสิ้นชีวิตจึงจะเข้าใจในธรรมปฏิบัตินี้ ดังแสดงมาก็สมควรแก่กาลเวลา เอวังก็มีด้วย  
ประการนี้

\*\*\*\*\*

คัดลอกจาก : แสงแห่งสมาธิ