

ทางสายกลาง ..

นำเสนอเมื่อ : 23 พ.ค. 2552

ทางสายกลาง

จุดมุ่งหมายของธรรม

พระพุทธโอวาทของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ท่านทรงเตือนให้เราละความชั่ว ประพฤติความดี เมื่อละความชั่วประพฤติความดีแล้ว ที่สุดก็ทรงสอนให้ละสิ่งทั้งสองนี้ไปเสียด้วย ฉะนั้น วันนี้จึงขอให้คิดในเรื่องทางสายกลางคือให้ละให้ได้ หรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งทั้งสองนั้น ทั้งดี ทั้งชั่ว ทั้งบุญ ทั้งบาปที่เป็นสุข เป็นทุกข์ ทั้งหลายเหล่านี้แหละ

จุดมุ่งหมายปลายทางของการอธิบายธรรมะ ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา นั่น ที่จริงก็คือให้พ้นจากทุกข์นั่นเอง แต่ก่อนที่จะพ้นจากทุกข์ได้นั้น เราต้องมาทำความเข้าใจกันให้มันตรง ให้มันแน่นอน ถ้าเข้าใจไม่ตรงไม่แน่นอนแล้ว ก็จะลงสู่ความสงบไม่ได้

ฉะนั้น เมื่อสมเด็จพระบรมศาสดาท่านตรัสรู้แล้ว ท่านประกาศศาสนานั้น เบื้องแรก ท่านยกทางทั้งสองขึ้นมาว่าเลย คือ กามสุขัลลิกานุโยค และ อตตกิลมณานุโยค ทางทั้งสองอย่างนี้ เป็นทางที่ลุ่มหลง เป็นทางที่พวกเสพกามหลงติดอยู่ ซึ่งยอมไม่ได้รับความสงบระงับ เป็นหนทางที่วนเวียนอยู่ในวิภวภูตสังสาร

สมเด็จพระบรมศาสดา ท่านทรงเห็นสัตว์ทั้งหลายติดอยู่ในทางทั้งสอง ไม่เห็นทางสายกลางของธรรมะ ท่านจึงทรงยกทางทั้งสองขึ้นมาแสดงให้เห็นโทษในทางทั้งสองนั้น ถึงเช่นนั้นพวกเราทั้งหลายก็ยังพากันติดพากันปรารถนาร่ำไป ฉะนั้นพระพุทธองค์จึงตรัสว่า ทางทั้งสองอย่างนั้นเป็นทางที่ลุ่มหลง ไม่ใช่ทางของสมณะ คือไม่ใช่ทางที่สงบระงับ

อตตกิลมณานุโยค และ กามสุขัลลิกานุโยค ก็คือ ทางตั้งและทางหย่อนนั่นเอง ถ้าเราน้อมเข้ามาพิจารณาให้เห็นในปัจจุบัน ทางตั้งก็คือความโกรธ อันเป็นทางเศร้าหมอง ท่านเรียกอตตกิลมณานุโยค เดินไปแล้วก็เป็นทุกข์ลำบาก

กามสุขัลลิกานุโยค ก็คือ ความดีใจ พอใจ ความดีใจนี้ก็เป็นทางไม่สงบ ทางทุกข์ก็เป็นทางไม่สงบ เราจะเห็นได้ว่าสมเด็จพระบรมศาสดาท่านว่า เมื่อได้เห็นความสุขแล้วให้พิจารณาความสุขนั้น ท่านไม่ให้ติดอยู่ในความสุข คือ ท่านให้วางทั้งสุขและทุกข์ การวางทั้งสองได้นี้เป็นสัมมาปฏิบัติ ท่านเรียกว่าเป็นทางสายกลาง

ทางสายกลาง

คำว่า “ทางสายกลาง” ไม่ได้หมายถึงในด้านกายและวาจาของเรา แต่หมายถึงในด้านจิตใจ เมื่อถูกอารมณ์มากกระทบ ถ้าอารมณ์ที่ไม่ถูกใจมากกระทบกระทั่ง ก็ทำให้หุนหวาย ถ้าจิตหุนหวายหวั่นไหวเช่นนี้ ก็ไม่ใช่หนทางเมื่ออารมณ์ที่ชอบใจดีใจเกิดขึ้นมาแล้วก็ดีอกดีใจ ดิตแดนอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยโค อันนี้ก็ไม่ใช่หนทาง

มนุษย์เราทั้งหลายไม่ต้องการทุกข์ ต้องการแต่สุข ความจริงสุขนั้น ก็คือทุกข์อย่างละเอียดนั่นเอง ส่วนทุกข์ก็คือทุกข์อย่างหยาบ พุดอย่างง่าย ๆ สุขและทุกข์นี้ก็เปรียบเทียบเหมือนงูตัวหนึ่ง ทางหัวมันเป็นทุกข์ ทางหางมันเป็นสุข เพราะถาลูบทางหัวมันมีพิษ ทางปากมันมีพิษไปไกลทางหัวมัน มันก็กัดเอา ไปจับหางมันก็เหมือนเป็นสุข แต่ถาจับไม่วาง มันก็หันกลับมากัดได้เหมือนกัน เพราะทั้งหัวงูและหางงูมันก็อยู่ในงูตัวเดียวกัน

ความดีใจ ความเสียใจ มันก็เกิดจากพ่อแม่เดียวกัน คือ ตัณหา ความลุ่มหลงนั่นเอง ฉะนั้นบางที่เมื่อมีสุขแล้วใจก็ยังไม่สบาย ไม่สงบ ทั้งที่ได้สิ่งที่พอใจแล้ว เช่น ได้ลาภยศสรรเสริญ ได้มาแล้วก็ดีใจก็จริง แต่มันก็ยังไม่สงบจริงๆ เพราะยังมีความเคลือบแคลงใจว่ามันจะสูญเสียไป กลัวมันจะหายไป ความกลัวนี้แหละเป็นต้นเหตุให้มันไม่สงบ บางที่มันเกิดสูญเสียไปจริงๆ ก็ยังเป็นทุกข์มาก นี่หมายความว่า ถึงจะสุขก็จริง แต่ก็มีทุกข์ต้องอยู่ในนั้นด้วย แต่เราก็ไม่รู้จัก เหมือนกันกับว่าเราจับงู ถิ่นแมวเราจับหางมันก็จริง ถาจับไม่วาง มันก็หันกลับมากัดได้

ฉะนั้น หัวงูก็ดี หางงูก็ดี บาปก็ดี บุญก็ดี อันนี้ในวงวัฏฏะ หมุนเวียนเปลี่ยนแปลง ดังนั้นความสุข ความทุกข์ ความดี ความชั่ว ก็ไม่ใช่หนทาง

หนทางสู่ความสงบระงับ

ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าหากพูดกันตามลักษณะตามความเป็นจริงแล้ว ก็ยังไม่ใช่แก่นศาสนาหรือตัวศาสนา แต่เป็นหนทางนำไปสู่ตัวศาสนา ฉะนั้นท่านจึงเรียก ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งสามอย่างนี้ว่า “มรรค” อันแปลว่า “หนทาง” ตัวศาสนาคือ “ความสงบระงับอันเกิดจากความรู้อะไรในความเป็นจริง... ในธรรมชาติของความเป็นจริงที่เกิดอยู่เป็นอยู่ ซึ่งถ้าได้นำมาพิจารณาดูอย่างละเอียดแล้ว ก็จะทำให้เห็นว่าความสงบนั้น ไม่ใช่ทั้งความสุขและความทุกข์ ฉะนั้น สุขและทุกข์จึงไม่ใช่เป็นของจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้ตัวเอง ให้เห็นตนเองให้พิจารณาตัวเอง เพื่อให้เห็นจิตของตนเอง ความจริง “จิตเดิม” ของมนุษย์นั้น เป็นธรรมชาติที่ไม่หวั่นไหว เป็นธรรมชาติที่ทรงอยู่แน่นอนอยู่อย่างนั้น แต่ที่มีความดีใจเสียใจ หรือความทุกข์ความสุขเกิดขึ้นนั้น เพราะขณะนั้นมันไปหลงอยู่ในอารมณ์ จึงเป็นเหตุให้เคลื่อนไหวไปมาแล้วก็เกิดความยึดมั่นถือมั่นขึ้นในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น

สมเด็จพระบรมศาสดา ท่านตรัสสอนไว้แล้วทุกอย่าง ในเรื่องการประพฤติปฏิบัติ แต่พวกเราทั้งหลายยังไม่ได้ปฏิบัติกัน หรือไม่ก็ปฏิบัติแต่ปากเท่านั้น หลักของพระพุทธศาสนานั้น ไม่ใช่การจะมาพูดกันเฉยๆ หรือด้วยการเดา หรือการคิดเอาเอง

หลักของพระพุทธศาสนาที่แท้จริงคือ ความรู้เท่าความจริง ตามความเป็นจริงนั่นเอง
ถ้ารู้เท่าตามความเป็นจริงนี้แล้ว การสอนก็ไม่จำเป็น แต่ถ้าไม่รู้ถึงความจริงอันนี้
แม่ว่าฟังคำสอนเท่าใดก็เหมือนกับไม่ได้ฟัง

พระพุทธองค์ตรัสว่า พระองค์เป็นเพียงผู้บอกทางเท่านั้น
แต่ไม่สามารถจะทำแทนหรือปฏิบัติแทนได้ เพราะธรรมชาติทั้งหลาย
หรือความจริงอันนี้เป็นสิ่งที่ต้องพิจารณาเอง ปฏิบัติเอง ปฏิบัติเอง คำสอนต่างๆ
เป็นเพียงแนวทาง หรืออุปมา อุปไมย เพื่อนำให้เขาถึงความรู้ตามความเป็นจริง
ถ้าไม่รู้เท่าตามความเป็นจริงเราก็จะเป็นทุกข์ เหมือนดังตัวอย่างว่า เรามักใช้คำว่า “สังขาร”
เมื่อเราพูดถึงร่างกาย แต่ความจริงนั้นเราหารู้จัก “ความเป็นจริง” ของสังขารนี้ไม่
แล้วเราก็ยึดมั่นถือมั่นอยู่กับ “สังขาร” นี้
ทั้งนี้เพราะเราไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับสังขารหรือร่างกายของเรา เราจึงเป็นทุกข์
หรือความทุกข์จึงเกิดขึ้น จะยกตัวอย่างให้เห็นสักอย่างหนึ่ง สมมติว่าเราเดินไปทำงาน
ระหว่างทางก็มีบุรุษคนหนึ่งคอยตบว่าเราอยู่เป็นประจำ ตอนูเขาก็ตา ตอนเย็นก็ตา
เมื่อได้ยินคำตาเช่นนี้ จิตใจก็หัวนโหว ไม่สบายใจ โกรธ นอยใจ เศราหมอง
บุรุษผู้นั้นก็เพียรตาเขาตาเย็นอยู่เช่นนั้นทุกวัน ได้ยินคำตาเมื่อใด ก็โกรธเมื่อนั้น
กลับถึงบ้านแล้วก็ยังโกรธอยู่ ที่โกรธที่หัวนโหว เช่นนี้ก็เพราะความไม่รู้จักกันเอง

วันหนึ่ง เพื่อนบ้านก็มาบอกว่า “ลุงคนที่มาด่าลุงทุกเช้า ทุกเย็นนั้นนะ เป็นคนบ้า
เป็นบ้ามาหลายปีแล้ว มันด่าคนทุกคนแหละ ชาวบ้านเขาไม่ถือมันหรอก เพราะมันเป็นบ้า”
พอรู้อย่างนี้แล้ว ใจของเราก็คลายความโกรธทันที
ความโกรธความขุ่นมัวที่เก็บไว้หลายวันแล้วนั้น ก็คลายหายไป เพราะอะไร?
ก็เพราะได้รู้ความจริงแล้ว แต่ก่อนนั้นไม่รู้ เขาใจว่าเป็นคนดี คนปกติ
ฉะนั้นพอได้ยินว่าเป็นคนบ้า จิตก็เปลี่ยนเป็นสบาย ที่นี้มันอยากจะด่าก็ให้ด่าไป ไม่โกรธ
ไม่เป็นทุกข์ เพราะรู้เสียแล้วว่าเป็นคนบ้า...ที่จิตใจสบายก็เพราะรู้เท่าทันความจริงนั่นเอง
เมื่อมันรู้เอง มันก็วางของมันเอง ถ้ายังไม่รู้มันก็ยึดมั่นถือมั่นอยู่คนเดียว เหมือนกัน
แต่พอรู้ความเป็นจริงจิตใจก็สบาย นี่แหละคือความรู้เท่าตามความเป็นจริง
คือรู้ว่าคนนั้นเป็นคนบาคนผู้ธรรมก็เหมือนกันพอรู้ความจริงความโลภ ความโกรธ
ความหลงก็หายไป เพราะรู้เท่าทันความเป็นจริง

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า สังขารร่างกายของเราไม่ใช่เรา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล
มันเป็นเพียงสังขารทรงบอกอย่างชัดๆเช่นนี้ เรายังไม่ยอมมัน ยังขึ้นไปแย่งยึดอยู่นั้นแหละ
ถ้าหากว่ามันพูดได้ มันก็จะบอกว่า “เจ้าอย่ามาเป็นเจ้าของฉันนะ”
ความจริงมันก็บอกอยู่แล้วทุกขณะ แต่เราเองไม่รู้ เพราะมันเป็นภาษาธรรม

อย่างสกลร่างกายนี้ ตาก็ดี จมูกก็ดี หูก็ดี ลิ้นก็ดี กายก็ดีทั้งหลายเหล่านี้แหละ
ก็แล้วแต่มันจะเปลี่ยนไป แปรไป ไม่เห็นมันขออนุญาตเรารู้สึกที่ เช่นเมื่อปวดหัว ปวดทอง
หรืออย่างใดอย่างหนึ่งเป็นต้น มันไม่เคยขออนุญาตจากเราเลย เวลามันเป็น
มันก็เป็นของมันเลยเป็นไปตามสภาวะของมัน อันนี้ก็แสดงว่ามันไม่ยอมให้เราเป็นเจ้าของมัน

สมเด็จพระบรมศาสดา จึงทรงสอนว่า “สุญโญสัพโไพ... มันเป็นของว่าง มันไม่ได้เป็นของผู้ใด”
เราทั้งหลายไม่เข้าใจธรรมะในสภาวะอันนี้ ไม่เข้าใจในสังขารอันนี้ จึงคิดว่า “ของเรา ของเขา” เกิดอุปทานขึ้นมา
เมื่อเกิดอุปทานก็เขาไปยึดภพ เกิดภพ เกิดชาติ ชรา พยาธิ มรณะต่อไป มันเป็นทุกข์เช่นนี้ ที่ท่านเรียก
“อิทัปปัจจยตา” นั่นแหละ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญูณ วิญญูณเกิดนามรูป...เป็นเช่นนั้นแหละ

อันนี้มันล้นแต่เป็นในขณะของจิต ถ้าเกิดอารมณ์ไม่ถูกใจขึ้นมา ก็ไม่รู้จักหรือไม่รู้เท่าทัน เพราะอยู่ในอวิชชา มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมาเลย ความเป็นจริงขณะของจิตอันนี้มันติดกันอยู่ที่เดียว มันเร็วมาก แต่เราเองรู้ไม่เท่าทัน เปรียบเหมือนว่าเรากำลังอยู่บนยอดไม้ แล้วตก “ปุป” ลูงมาที่พื้นดิน จึงรู้สึกตัวว่าตกต้นไม้ แต่ความจริงนั้น ก่อนที่จะตกถึงพื้นดินเราก็ดกผานทุกกานทุกกิงของตนไม้นั้นแหละ แต่ไม่สามารถนับได้ว่านาที่ใดถึงกิงไหน วินาทีใดถึงกิงไหน เพราะมันเร็วมาก แต่พอดูมเดียวก็ถึงพื้นดินเลยแล้วก็ เป็นทุกข์เลย อิทปปัจจยตา มันเป็นเช่นนั้น

ถ้าเราแยกเป็นปริยัติ อวิชชาเกิดสังขาร สังขารเกิดวิญญาณ วิญญาณเกิดนามรูป ว่ากันไปเป็นตอนๆ ตามความจริงนั้น พออารมณ์เกิดความไม่พอใจ ความทุกข์ก็เกิดขึ้นมาเลย อากูรที่มันเกิดทุกข์ขึ้นนั้น มันผานไปจากอวิชชา สังขาร..ผานไปพริบเดียว ถึงโนน..โสกะปริเทวะ คือทุกข์เลย

ฉะนั้น

สมเด็จพระบรมศาสดาจึงให้ตามดูจิตดูของเราทั้งหลายให้รู้ตามความเป็นจริงของมัน และในความเป็นจริงเหล่านี้ ทำให้เขาใจว่ามันเป็นแต่เพียงสังขารเท่านั้น และสังขารนี้แหละ มันเกิดมาจากเหตุจากปัจจัยทั้งหลายที่มันเป็นมา ที่เรามาเรียกหรือสมมติเอาอีกทีหนึ่ง ที่เรียกว่า มนุษย์ สัตว์ เช่นเดียวกับชื่อของเรามันก็สมมติเหมือนกัน เราไม่ได้มีชื่อมาแต่กำเนิด ต่อเมื่อเกิดขึ้นแล้ว จึงเอาชื่อไปใส่ คือตั้งชื่อวาอย่างนั้น อย่างนี้ อันนี้เรียกว่าสมมติ ตั้งชื่อกันเพื่ออะไร ก็เพื่อให้มันเรียกกันง่าย สะดวกแก่การใช้ภาษาเรียกขานพูดจากัน การปริยัติก็เหมือนกัน ที่แยกออกก็เพื่อสะดวกแก่การศึกษาเล่าเรียน

สิ่งเหล่านี้แหละเรียกว่า สังขาร

มันเป็นสังขารเกี่ยวกับสภาวะอันนี้ที่เกิดมาจากเหตุจากปัจจัย สมเด็จพระบรมศาสดาจึงตรัสว่า สังขารทั้งหลายเหล่านี้เป็นของไม่แน่นอน มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พวกเราทั้งหลาย เขาใจสิ่งเหล่านี้ไม่ชัดเจน จึงทำความเข้าใจในเรื่องนี้ไม่ตรง ไม่แน่ อันเป็นความเห็นผิดที่เรียกว่า มิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดอันนี้ก็คือการยึดเอาสังขารเป็นเรา ยึดเอาเราเป็นสังขาร เอาเราเป็นสุข เอาสุขเป็นเรา เอาเราเป็นทุกข์ เอาทุกข์เป็นเรา ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะเราไม่รู้ เทาตามความเป็นจริงนั่นเอง

ถ้าเรารู้เท่าตามความเป็นจริง เราก็จะรู้ว่าเราไม่สามารถควบคุมสังขารเหล่านี้ ให้เป็นไปตามอำนาจของเรา เพราะธรรมชาติเหล่านี้ มันจะต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน เพราะธรรมชาติเหล่านี้ มันจะต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน เราจะบังคับให้ตรงนี้เป็นอย่างนั้น ตรงนั้นเป็นอย่างนี้ตามอำนาจของเรา ย่อมจะเป็นไปไม่ได้เปรียบงายๆ ก็อย่างว่า เราไปนั่งอยู่ที่กลางถนนซึ่งมีรถวิ่งไปมาขวักไขว่ แล้วเราจะไปโกรธรถที่วิ่ง หรือจะไปห้ามรถที่กำลังวิ่งอยู่ว่า “อย่าขับรถมาทางนี้” เราก็ห้ามไม่ได้ เพราะถนนนี้เป็นถนนหลวง ดังนั้น เราควรทำอย่างไรทางที่ดีก็คือ เราต้องออกไปให้พ้นถนน ไปให้พ้นทางที่รถวิ่ง แต่ที่จะห้ามรถไม่ให้อันนั้น ทำไม่ได้เพราะมันเป็นหนทางของเรา

เรื่องของสังขาร ก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน มันไม่มีอะไรแน่นอน เดี่ยวสุข เดี่ยวทุกข์ เดี่ยวดีใจ เดี่ยวเสียใจ เดี่ยวก็เกิดอารมณ์ที่ชอบบ้าง ไม่ชอบบ้าง มากระทบกระทั่ง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เราเรียกว่ามันมากวนเวลานั่งภาวนาอยู่ก็ว่าเสียงมากวนเรา อันที่จริงนั้น เราไม่เข้าใจว่า เสียงมากวนเราหรือเราไปกวนเสียงกันแน่ ถ้าเรายึดว่าเสียงมากวนเรา มันก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา

ถ้าพิจารณาให้ดีก็จะรู้ว่า เราไปกวนเสียงต่างหาก เสียงมันก็ดังอยู่แต่ของมัน มันไม่ได้มีความรู้สึกรำคาญอะไรเลย เราตงูหากที่รำคาญ พวกเราไปกวนมัน ความจริงนั้นเสียงก็เป็นเสียง เราก็เป็นเรา ถ้าเขาใจเสียใจแบบนี้ มันก็ไม่มีอะไร เราก็สบาย มีเสียงขึ้นมาก็รู้ว่าเสียงมันดังแต่ของมัน เราไม่ได้ยึดหมายมันเขา เราก็ไม่เกิดทุกข์ นี่เรียกว่าเรารู้เท่าตามความเป็นจริงแล้ว เราเห็นทั้งสองอย่าง เมื่อเห็นทั้งสองอย่าง คือทั้งสุขและทุกข์ตามความเป็นจริงใจก็สงบสบาย

การที่จะเห็นได้ทั้งสองอย่างนี้ เราจะต้องยืนอยู่ตรงกลางหรืออยู่ระหว่างกลาง นี่เป็นสัมมาปฏิบัติพาของจิต นี่คือการทำความเห็นให้ตรง ให้ถูกต้องสังขารของเราเนี่ย เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้ว มันก็ต้องมีแก มีเจ็บ มีตาย ทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นไปตามทางของมัน ถ้าเราจะไปกั้นทาง ไปห้ามทาง หรือไปเอาจริงเอาจังกับสิ่งที่ไม่จริง ไม่จริงอย่างนั้นอยู่เรื่อยไป โดยเขาใจว่า มันเป็นตัวตนของเรา เราก็จะมีแต่ความทุกข์ ฉะนั้นสมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงสอนให้พิจารณา ไปว่าจะจะเป็นพระหรือเณรหรือฆราวาส ให้พิจารณาแล้วทำความเห็นให้ถูกต้อง เมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้วก็สงบสบาย

การปฏิบัติธรรมนั้นไม่ว่านักพรต นักบวช หรือ ฆราวาส ก็มีโอกาที่จะปฏิบัติธรรม พิจารณาธรรมได้เท่ากัน และธรรมที่พิจารณานั้น ก็เป็นธรรมอันเดียวกันนั่นเอง พิจารณาให้ไปสู่ความสงบระงับอันเดียวกัน ด้วยวิธีของมรรคอันเดียวกัน ฉะนั้นท่านจึงว่า จะเป็นฆราวาสก็ตาม พรหมชิตก็ตาม มีสิทธิที่จะประพฤติปฏิบัติธรรมจนได้รู้ได้เห็นตามความเป็นจริงเหมือนกัน

เมื่อเรารู้สภาวะสังขารตามความเป็นจริงอย่างนี้แล้ว เราก็วางเสีย และเมื่อรู้เท่าอย่างนี้แล้ว ภพก็เกิดไม่ได้ เพราะอะไรจึงเกิดไม่ได้? เพราะมันไม่มีทางจะเกิด เพราะเรารู้เท่าตามความเป็นจริงเสียแล้ว

ฉะนั้นให้เข้าใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่างนี้เรามีอยู่ เป็นอยู่นั้น มันเป็นสักแต่ว่า “อาศัย” เท่านั้น ถ้ารู้ได้เช่นนี้ท่านวราฐเตตามสังขาร ทีนี้แมจะมีอะไรอยู่ ก็เหมือนไม่มี ได้ก็เหมือนเสีย เสียก็เหมือนได้ สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงสอนให้รู้อย่างนี้ เพราะนี่คือความสงบ สงบจากความสุข สงบจากความทุกข์ สงบจากความดีใจ เสียใจ ได้มากก็ไม่ดีใจ เสียไปก็ไม่เสียใจ มันเป็นเรื่องที่ทั้งไม่เกิดและไม่ตาย เรื่องเกิด เรื่องตายนี้ไม่ได้หมายถึงอวัยวะ ร่างกายอันนี้ แต่หมายถึง อารมณ์ ความรู้สึกที่มันไม่มีแล้ว หหมดแล้ว

ฉะนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาท่านจึงทรงบอกว่า ภพสิ้นแล้ว พรหมจรรย์จบแล้ว ไม่มีภพอื่นชาติอื่นอีกแล้ว ท่านรู้อย่างนั้นแล้ว ท่านก็รู้อะไรที่มันไม่เกิด ไม่ตาย ที่มีอยู่ในปัจจุบันนี้เอง นี่คือโอวาทที่สมเด็จพระบรมศาสดาท่านทรงกำชับสาวกมากที่สุดว่า ให้พยายามเขาให้ถึงอันนี้ ที่เป็นสัมมาปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติให้ถึงทางสายกลาง ไม่ตรงเขาไปถึงทางสายกลางให้ได้แล้ว ก็จะไม่มีความทุกข์