



การเจริญ ภาวนา

ศิลปะในการแก้ปัญหาชีวิต



พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

การเจริญภาวนา

ศิลปะในการแก้ปัญหาชีวิต



...พระธรรมเทศนา โดย ...

พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (หลวงพ่อบุญญานันท์ภิกขุ)



เพื่อความเจริญแพร่หลายแห่งธรรม

และความเจริญอกงามแห่งปัญญา

.....

ChangeFusion



เครือข่ายจิตอาสา
Volunteer Spirit Network



เนื้อหาทั้งหมดใน OpenBase ถูกเผยแพร่ภายใต้สัญญาอนุญาต Creative Commons Attribution-NonCommercial-Share Alike 3.0 Unported License ท่านสามารถนำเนื้อหาทุกชิ้นไปใช้และเผยแพร่ต่อไปได้ โดยต้องอ้างอิงแหล่งที่มา นำมาไปใช้เพื่อการค้า และต้องใช้สัญญาอนุญาตชนิดเดียวกันนี้เมื่อเผยแพร่งานที่ดัดแปลง เว้นแต่จะระบุเป็นอย่างอื่น



ก า ร เ ร ื ญ ภา ว ณา

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อดิลกญาณวิเศษ)

การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์และที่ระลึก นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งเป็นประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทาน คือ การให้ธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่า เป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้จึงชื่อได้ว่าแสดงออกซึ่งญาติธรรม พร้อมไปกับการมีส่วนร่วมเผยแพร่ธรรม เพื่อส่งเสริมสัมมาทัศนคติและธรรมปฏิบัติ อันจะอำนวยประโยชน์สุขที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์หนังสือธรรมะที่ดี มีคุณภาพ เพื่อเป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินให้บังเกิดประโยชน์อย่างสูงสุด โปรดติดต่อที่...ธรรมสภา

เลขที่ ๑/๕-๕ ถ.บรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐

โทร. ๐-๒๕๕๑-๑๕๘๘, ๐-๒๕๘๘-๗๙๕๐ โทรสาร. ๐-๒๕๕๑-๑๙๑๗

การให้ธรรมะขณะการให้ทั้งปวง การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติย่อมชนะการรับทั้งปวงเช่นกัน



คำนำในการจัดพิมพ์

หนังสือเล่มนี้ ได้รวบรวมปาฐกถาธรรมของท่านเจ้าคุณปัญญา นันทภิกขุ ๕ เรื่อง คือ “เจริญภาวนาเพื่ออะไร” “การเจริญวิปัสสนาภาวนา” “ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม” “ธรรมะที่ใช้แก้ปัญหาคชีวิต” และ “ทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักธรรม” ทุกเรื่องเน้นที่การฝึกฝนจิต และ ดำรงจิตอย่างถูกต้องเพื่อชีวิตที่ไร้ปัญหา จึงให้ชื่อหนังสือนี้ว่า “การเจริญ ภาวนา ศิลปะในการแก้ปัญหาคชีวิต”

แม้หนังสือเล่มนี้จะมีได้อธิบายรายละเอียดวิธีการฝึกจิตโดยตรง แต่ก็ให้เค้าโครงความเข้าใจเรื่องการเจริญภาวนา ทำให้เข้าใจว่า การ ภาวนาคืออะไร เป็นอย่างไร มีกี่ประเภท มีประโยชน์ที่ควรมุ่งหมายใน ทางพระศาสนาอย่างไร เป็นต้น ซึ่งจะช่วยแก้ไขและป้องกันความเข้าใจ ผิดพลาดของพุทธศาสนิกที่สนใจการทำวิปัสสนาไม่ให้เสียเวลา หลงทาง เคว้งคว้าง หรือถูกหลอกได้โดยง่าย และช่วยให้ไม่หยุดอยู่กับที่เพราะ เข้าใจผิด ยึดติดเพียงความสงบ (สมณะ) ทำให้เข้าไม่ถึงปัญญา (วิปัสสนา) และสามารถดับทุกข์ได้จริงแท้ถาวร

หวังว่าผู้อ่านหนังสือนี้จะเห็นความจริงดังที่ผู้บรรยายสรุปไว้ว่า
“ความสุขขึ้นอยู่กับความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลาย ตามสภาพที่เป็นจริง
ด้วยตัวของท่านเอง” เพราะฉะนั้น จงเข้าใจในหลักอันนี้ แล้วทำชีวิตให้เป็น
สุขตามหลักการของพระพุทธเจ้า

ธรรมสภาขอกราบนมัสการขอบพระคุณ พระเดชพระคุณ
หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ เป็นอย่างสูง ที่เมตตาให้ธรรมสภาจัดพิมพ์
หนังสือเล่มนี้ออกเผยแพร่ เพื่อความเจริญแพร่หลายแห่งธรรม และ
ความเจริญอกงามแห่งปัญญา จักบังเกิดแก่พุทธศาสนิกชนโดยทั่วกัน

ด้วยความสุจริตและหวังดี
ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสุข



อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา : คิดล่วงหน้าเสียก่อน ไม่ร้อนใจ

สารบัญ

การเจริญภาวนา: ศิลปะในการแก้ปัญหาชีวิต

๑.	เจริญภาวนาเพื่ออะไร	๑
	• พระธรรมเป็นอาหารหลักของจิตใจ	๓
	• หลักธรรมสำหรับพุทธบริษัท	๕
	• ทาน : การให้	๖
	• ศีล : ความมีระเบียบวินัย	๗
	• ภาวนา : ธรรมะสุดยอดสำหรับพุทธบริษัท	๙
	• การภาวนา : การทำจิตให้สะอาด สว่าง สงบ	๙
	• รูปแบบการเจริญภาวนา	๑๒
	• จุดหมายของการเจริญสมถกัมมัฏฐาน	๑๓
	• สัมผัสจิตปรมาส : ความหลง ความมกมาย	๑๔
	• การเจริญวิปัสสนา	๒๓
	• สูตรสำหรับการทำวิปัสสนา	๒๗
	• ผลของการเจริญวิปัสสนา	๓๑
๒.	การเจริญวิปัสสนาภาวนา	๓๕
	• สมณะภาวนา : การฝึกจิตให้เหมาะที่จะใช้งาน	๓๙
	• วิปัสสนาภาวนา : การนำจิตที่ฝึกแล้วไปใช้งาน	๔๑
	• การเจริญวิปัสสนา กับ การดับทุกข์	๔๒
	• จุดหมายของการเจริญภาวนา	๔๓

	• ความจริงของชีวิต	๔๕
	• พุทธบริษัทดำเนินชีวิตอยู่ด้วยวิปัสสนาปัญญา	๔๖
	• ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาปัญหา	๕๐
	• มีสติรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง	๕๒
	• เครื่องมือสำหรับแก้ความทุกข์ทางใจ	๖๔
๓.	ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม	๖๙
	• สังคมจะมีสุขเมื่อทุกคนประพฤติธรรม	๗๒
	• ธรรมะ : กับการพัฒนาจิตใจ	๗๓
	• ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม	๗๖
	• ผู้ใคร่ธรรมะ เป็นผู้เจริญทางใจ	๗๗
	• ธรรมะเป็นเกราะป้องกันภัยทั้งปวง	๘๓
	• ธรรมะกับการแก้ปัญหา	๘๓
	• ขณะตัวเอownั้นแหละประเสริฐที่สุด	๘๗
	• ธรรมะให้ความสุขที่แท้จริงกับชีวิต	๙๓
๔.	ธรรมะที่ใช้แก้ปัญหาชีวิต	๑๐๑
	• ความสุข คือสุดยอดปรารถนาของทุกคน	๑๐๔
	• อวิชชา : ต้นเหตุของทุกข์ทั้งปวง	๑๐๔

- ความสุขจอมปลอม ๑๐๕
- สุขยิ่งกว่าความสงบไม่มี ๑๐๙
- ธรรมะที่ใช้แก้ปัญหาชีวิต ๑๑๐
- รักษาศีล และมีสมาธิ ๑๑๒
- มีปัญญาเท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง ๑๑๓
- วิธีเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญา ๑๑๔
- การถอนกิเลส ดันหาออกจากจิตใจ ๑๒๐
- เมื่อรู้เท่าทันชีวิตก็ไม่มีปัญหา ๑๒๙

๕. ทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักธรรม ๑๓๑
- สร้างความสุขแก่ตนเองและผู้อื่น ๑๓๓
 - สุข ทุกข์ อยู่ที่ตัวเรา ๑๓๕
 - คิดเป็นต้นนำความสุขและความทุกข์ ๑๓๖
 - ใช้ธรรมะเป็นต้นนำความคิดในการสร้างความสุข ๑๓๗
 - การทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักธรรม ๑๓๙
 - มีธรรมะประจำจิตใจ ๑๓๙
 - ละจากความยึดมั่นถือมั่น ๑๔๒
 - ไม่หลงมัวเมาในกามคุณ ๑๔๔
 - หมั่นพิจารณาหาข้อบกพร่องของตนเอง ๑๔๖

- มีจิตใจที่เป็น “ไท” ต่อวัตถุทั้งปวง ๑๔๗
- มีความสะอาด และเกรงกลัวต่อผลที่กระทำ ๑๔๘
- มีปัญหารู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง ๑๕๑
- มีสติรู้ผิดชอบชั่วดี ๑๕๒
- มีจิตใจเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ ๑๕๓
- ความเป็นพุทธบริษัทที่สมบูรณ์ ๑๕๖



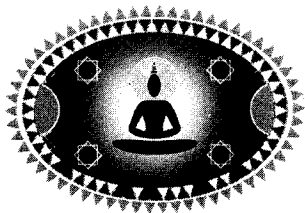
การเจริญภาวนา

...ศิลปะในการแก้ปัญหาชีวิต...



.๑.

เจริญภาวนาเพื่ออะไร



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอน
ในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟัง
ด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

พระธรรมเป็นอาหารหลักของจิตใจ

วันนี้พวกเราที่สนใจในธรรมะก็มากันเป็นประจำทุกวันอาทิตย์ ถือว่า
เป็นอาหารหลักของจิตใจ อาหารทางร่างกายนั้นรับประทานกันวันละหลายมื้อ
หลายอย่าง บางอย่างก็แพงเหลือเกิน แต่ก็ไปเที่ยวหารับประทานกัน
อาหารกายรับประทานแล้วก็ถ่ายออกไป เอาแต่เนื้อประโยชน์บำรุงร่างกาย



เราไม่ได้มีเพียงแต่ร่างกาย เรามีใจด้วย ใจนั้นเป็นหลักสำคัญของชีวิต เพราะอะไร ๆ ก็สำเร็จอยู่ที่ใจทั้งนั้น ถ้าใจดีอะไรก็ดีหมด ถ้าใจร้ายอะไรก็ร้ายไปหมด ความสุข ความทุกข์ ความดี ความชั่ว ความเสื่อม ความเจริญในชีวิตของเราแต่ละคนนั้นมันเกิดที่ใจ ไม่ได้เกิดที่ร่างกาย เพราะฉะนั้นจึงต้องมีอาหารใจ

อาหารใจนี้ ๗ วันมารับประทานกันทีหนึ่ง ๗ วันอยู่ในบ้านในเมืองทำหน้าที่ชาวบ้านอยู่ตลอดเวลา ๗ วัน ก็มารับอาหารใจมันจะไม่คุ้มกันกับอาหารทางร่างกาย เพราะอาหารกายวันละ ๓ มื้อไม่ใช่เล็กน้อยแต่อาหารใจนั้น ๗ วันมีมื้อเดียว บางทีก็ขาดไปเสียอีก ไม่ได้รับประทานอาหารใจ เพราะฉะนั้นจึงควรจะต้องว่า

อาหารใจนี้สำคัญเท่ากับอาหารกาย หรืออาจจะยิ่งกว่าด้วยซ้ำไป เพราะขาดอาหารกายนั้นร่างกายเหี่ยวแห้งร่วงโรยไป แต่ถ้าขาดอาหารใจนั้นตายเอาเลยทีเดียว

ความตายทางร่างกายนั้นไม่ใช่เรื่องน่ากลัว เพราะว่ามันเป็นธรรมดาติดอย่างนั้น แต่ว่าความตายทางจิตวิญญาณนี่เป็นเรื่องน่ากลัว ตายทางจิตทางวิญญาณนั้น คือตายจากคุณงามความดี ไม่มีธรรมะเป็นหลักครองใจ ใจเราก็ตายจากความดี คนที่ใจตายจากความดีนั้นกายยังไม่ตาย เมื่อใจตายแต่กายยังอยู่ กายนั้นก็จะไปในทางที่เสียหาย คิดในเรื่องไม่ดี พูดเรื่องไม่ดี ทำเรื่องไม่ดี มีปัญหาเกิดขึ้นทุกวันทุกเวลา

สร้างความทุกข์แก่ตนยังไม่พอ ไปสร้างความทุกข์ให้แก่คนอื่นต่อไป
นี่คือปัญหา เรื่องมันอยู่ที่เรื่องอย่างนี้

ญาติโยมที่เห็นประโยชน์ทางธรรมะ จึงได้ชวนขวายแสวงหาเอา
หนังสือมาอ่าน เอาเทปมาฟัง มาฟังที่วัด ไปฟังที่โน่น ที่นี้บ่อย ๆ ก็เพื่อ
เสริมกำลังใจให้มีภูมิต้านทานต่อสู้กับอารมณ์ทั้งหลายที่จะมาทำให้
เปลี่ยนแปลงไป ด้วยความรักความซึ้ง ความโลภความหลงอะไรต่าง ๆ
เราจะได้อยู่อย่างมีความสุขกันตามสมควรแก่ฐานะ อันนี้เป็นเรื่องที่
ญาติโยมเห็นประจักษ์แก่ใจแล้ว จึงได้หันมาศึกษาธรรมะกัน

หลักธรรมสำหรับพุทธบริษัท

ในการศึกษาธรรมะ หรือในการปฏิบัติธรรมะนั้นมีขั้นตอนของ
การปฏิบัติ

สำหรับชาวบ้าน พระผู้มีพระภาคก็สอน เรื่องทาน เรื่องศีล เรื่อง
ภาวนา

สำหรับพระ พระองค์สอนเรื่อง ศีล สมาธิ ปัญญา

ทำไมจึงสอนแตกต่างกัน เพราะว่าชาวบ้านมีชีวิตอยู่ในสังคม
อันการอยู่ในสังคมนั้นเราอยู่ผู้เดียวไม่ได้ เราต้องมีความเกี่ยวข้องกับ
คนอื่นอยู่ตลอดเวลา เมื่อมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันก็ต้องมีการแจก



มีการแบ่งกัน มีอะไรก็แบ่งกันกินแบ่งกันใช้ จึงจะอยู่กันด้วยความสุข ถ้าไม่มีการแจกการแบ่งกัน ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างไป ปัญหาก็จะเกิดมากขึ้นเพราะว่าไม่หันหน้าเข้าหากัน ไม่รักใคร่ ไม่มีมิตรจิตต่อกัน การอยู่กันก็เหมือนกับคนไม่รู้จักกัน หรือเหมือนอยู่กับคนต่างประเทศที่ไม่คุ้นกับพวกเรา อย่างนี้จะมีความสุขได้ที่ไหน ความสุขในสังคมต้องอยู่ที่ ‘การให้’ เพราะฉะนั้น เรื่อง ‘การให้’ ก็เป็นเรื่องจำเป็นสำหรับชาวบ้านทั่ว ๆ ไป

ทาน : การให้

เมืองไทยเรานั้นความจริงประชาชนคนชาวบ้าน พอใจใน ‘การให้’ อยู่ตลอดเวลา ให้อยู่เป็นปกติ เช่น ทำบุญตักบาตร ตอนเช้า ๆ ที่วัด ฤดูนี้มีพระเณรเพิ่มขึ้นเป็นจำนวน ๑๐๐ กว่า แต่ออกบิณฑบาตก็ยังพอฉันในมือเช้า ตอนเพลก็ต้องหุงหาอาหารถวายกัน แต่ก็ยังมีภูมิใจว่า ญาติโยมแถวนี้ โดยเฉพาะในบริเวณกรมชลฯ ยังรับได้ ยังใส่บาตรให้ฉันกัน พอจะอยู่ได้ สมมติว่าถ้าฉันเพียงมือเดียวนี้ก็สบายมาก แต่ว่าพระนะพอได้ สามเณรนี้น่าสงสาร ให้ฉัน ๒ มือ ตอนบ่ายก็แถมเครื่องต้มอะไรนิดหน่อยเพราะว่ายังเป็นเด็กอยู่ ร่างกายยังต้องการความเจริญเติบโต ก็ต้องเลี้ยงให้เต็มที่ ทั้งกายทั้งใจ

ร่างกายก็เลี้ยงด้วยอาหาร ใจก็เลี้ยงด้วยธรรมะ อบรมสั่งสอน ตอนเช้า ตอนบ่าย ตอนกลางคืน เพื่อจะได้เอาไปใช้ในชีวิตประจำวันของเขาต่อไป เรียบร้อยขึ้นเยอะ เริ่มบวชดูแก่งก้างอะไรทุกอย่างไม่ค่อยจะเรียบร้อย เตี้ยนี้เรียบร้อย เดินเรียบร้อย นั่งเรียบร้อย จะพูดจากันก็เรียบร้อย ตั้งใจเล่าเรียน ตั้งใจท่องบ่น นำพอใจ พระที่อบรมมารายงานว่านำพอใจแล้ว เพราะว่ากำลังดีขึ้นทุกวัน ๆ ไม่กี่วันก็จะสอบความรู้ที่ได้ให้ และวันที่ ๑ พ.ค. ก็จะลาสิกขากลับไปอยู่บ้าน เตรียมตัวเพื่อเรียนหนังสือต่อไป

อันนี้ก็ได้อาศัยญาติโยมชาวบ้าน บริจาคทานช่วยเหลือในกิจการต่างๆ หรือว่ามีอะไรเกิดขึ้นในบ้านเมืองของเรา เช่นเกิดไฟไหม้ เกิดพายุใหญ่ เกิดภัยจากธรรมชาติ คนรู้เข้าก็ช่วยกันอย่างแข็งแรง จิตใจของคนไทยเรานั้นได้ยึดอยู่ในหลักธรรมของพระพุทธเจ้า พอใจในการให้อยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้าท่านก็สอนไว้อย่างนั้น

ศีล : ความมีระเบียบวินัย

นอกจากสอนให้มี ‘การให้’ แล้วก็สอนให้มี ‘ศีล’ หมายความว่าอยู่ด้วยความมีระเบียบวินัย เรื่องระเบียบวินัยนี้ยังบกพร่อง ยังไม่ค่อยจะสมบูรณ์เท่าใด เพราะคนไทยเรานั้นเคยสบาย เคยอยู่อย่างเสรี



แต่ถ้าไม่ใช่เสรีตามแบบธรรมชาติ เป็นเสรีประเภทตามใจตัวเอง ตามใจความอยากที่เกิดขึ้น ชอบทำอะไรตามใจตัว ถ้าใครมาจัดมาทำอะไรให้เป็นระเบียบ ทยุมหิม กลับไม่ชอบ ชอบอิสระ คนไทยเราชอบอิสระ เพราะว่าเคยอยู่อย่างนั้นกันมาเสียนาน สมัยก่อนคนน้อย ไม่เป็นไร ไม่ค่อยมีการกระทบกระทั่งกันเท่าใด แต่เวลานี้คนมันมาก มีจำนวนตั้ง ๔๐ ล้านแล้ว ถ้าอยู่กันโดยไม่มีระเบียบวินัย ไม่มีศีล เป็นเครื่องบังคับจิตใจก็จะมีปัญหาทางสังคมเกิดมากขึ้น จึงต้องมีการฝึกฝนอบรมกันในเรื่องอย่างนี้ เพื่อให้มีความเป็นระเบียบวินัยขึ้น แต่ก็ยังไม่ค่อยจะแพร่หลาย ยังไม่กว้างขวาง เพราะว่าคนที่ได้รับการอบรมยังมีน้อย คนที่ไม่ได้รับการอบรมยังมีมาก ก็ต้องทำงานหนักกันต่อไปอีกหลายปี แล้วก็ต้องหาคนช่วยกันทำงานให้มาก ๆ จึงจะพอกับสิ่งที่ต้องการ

เวลานี้ผู้ทำงานยังมีน้อยยังไม่พอกับคน เพราะฉะนั้นจึงยังมีอะไรบกพร่องไม่ค่อยจะสมบูรณ์กันอยู่ สิ่งเหล่านั้นก็เป็นเครื่องเตือนให้เราทราบว่าเรายังขาดผู้ที่จะทำตนเป็นผู้นำของคนเหล่านั้นในทางที่ถูกที่ชอบ ก็ต้องคิดสร้างสรรค์กันต่อไปเพื่อให้มีคนเพิ่มขึ้น เป็นผู้นำหมู่คณะไปในทางที่ถูกที่ชอบ และจะได้เป็นตัวอย่างในทางที่ประพฤติดีประพฤติชอบ มีระเบียบมีวินัยสำหรับคนทั้งหลายทั่ว ๆ ไป ก็ต้องทำกันต่อไป เรามีศีลก็เรียกว่ามีระเบียบมีวินัยเป็นเครื่องคุ้มครองชีวิตจิตใจ การเป็นอยู่ก็จะเกิดความสงบสุขเพราะทุกคนทำอะไรเหมือนกัน ไม่ขัดประโยชน์กัน ไม่ขัดคอกัน แล้วมันก็ไม่มีปัญหา

ภาวนา : ธรรมะสุดยอดสำหรับพุทธบริษัท

ที่นี่ สูงขึ้นไปกว่านั้นสอนให้ ‘เจริญภาวนา’ เรื่องภาวนานี้มีทั้ง พระมีทั้งชาวบ้าน ชาวบ้านก็ให้เจริญภาวนาเหมือนกัน พระก็เจริญภาวนาเหมือนกัน คือลงท้ายด้วยการภาวนา คือศีล สมาธิ และปัญญา

สำหรับพระ นั้นเริ่มภาวนาตั้งแต่ชั้นกลาง คือ สมาธิ แต่จุดหมายสูงสุดก็คือการได้ปัญญา เป็นสิ่งที่จะช่วยให้ออกพ้นจากเครื่องผูกพัน ด้วยประการต่าง ๆ นั่นคือจุดหมาย

สำหรับชาวบ้านนั้น สุดยอดคือการภาวนา ภาวนาก็เพื่อให้ได้ปัญญาเหมือนกัน

การภาวนา : การทำจิตใจให้สะอาด สว่าง สงบ

วันนี้จะพูดกันถึงเรื่องนี้สักเล็กน้อยเพื่อทำความเข้าใจ เพราะว่ามีความไขว่เขวกันอยู่ในเรื่องอย่างนี้ เรามักจะใช้คำว่า ‘วิปัสสนา’ พร่ำเพรื่อเกินไป ซึ่งความจริงนั้นมันไม่ถึงขั้นนั้น สำนักภาวนาต่าง ๆ ควรจะเรียกว่า สำนักภาวนา คำว่า ภาวนา นั้นเป็นคำกลาง สำหรับใช้ในเรื่องนี้ทั่วไป เรียกว่า เจริญภาวนา ภาวนา เป็นศัพท์บาลี ถ้าแปลตามตัวก็ว่า การทำให้มาก ทำให้เจริญในเรื่องอะไรก็ได้ ในที่นี้หมายถึงการทำให้มาก



ทำให้เจริญในเรื่องเกี่ยวกับจิตใจ เพื่อให้จิตใจของเราสะอาด ปราศจาก
สิ่งเศร้าหมอง เพื่อให้จิตใจสงบปราศจากความวุ่นวาย เพื่อให้จิตใจสว่าง
ปราศจากความมืดบอด ความหลงผิด ความเข้าใจผิด หรือความเชื่อ
ประเภทที่มงายไร้สาระ นั่นคือจุดหมายที่เราทำการภาวนาเพื่อให้
สภาพจิตดีขึ้น ถ้าพูดตามภาษาง่าย ๆ ก็เรียกว่าฝึกฝนจิตนั่นเอง

“การฝึกฝนจิต” เรียกว่า “การเจริญภาวนา” ถ้าพูดภาษาไทย
ก็ได้ เรียกว่าฝึกฝนจิต จิตที่ฝึกฝนดีแล้วจะนำความสุขมาให้ พระพุทธเจ้า
ท่านตรัสไว้อย่างนั้น แล้วก็ตรัสว่าบัณฑิตย่อมสนใจในการฝึกฝนจิต จิตที่
ฝึกฝนดีแล้วย่อมนำความสุขมาให้

ฝึกอะไรก็ไม่เท่ากับการฝึกฝนตัวเอง การฝึกฝนตัวเองก็คือ
การฝึกฝนจิตนั่นเอง เพราะว่าจิตมันเป็นจุดกลางของชีวิต ถ้าเราฝึกจิตได้
อะไรก็ถูกฝึกหมด ถ้าเราฝึกจิตไม่ได้อะไรก็ไม่ได้ฝึกเลย ชีวิตก็จะ
ไม่เรียบร้อย ในทางพระพุทธศาสนาความจริงนั้น จะเป็นเรื่องศีล เรื่อง
สมาธิ หรือว่าเรื่องทาน เรื่องศีล อะไรก็ตาม ก็เป็นเรื่องของการ
ฝึกฝนทางจิตด้วยเหมือนกัน

เช่นเราให้ทานนี้ก็เพื่อขุดเกลาจิต ขุดเกลาให้จิตปราศจาก
ความโลภ ความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ให้เป็นผู้มีน้ำใจ เห็นความสุข
ของคนอื่นที่เราควรจะให้แก่เขา หรือเห็นความทุกข์ของคนอื่นเหมือนกับ
เป็นความทุกข์ของเราเอง แล้วเราก็ทนไม่ได้ เมื่อเห็นใครเป็นทุกข์

เราก็เข้าไปช่วยเหลือเจือจุนด้วยประการต่าง ๆ นั่นก็คือการฝึกฝนจิตใจให้รู้จักเสียสละเพื่อประโยชน์แก่กันและกัน เราให้ทานก็เพื่อฝึกฝนอย่างนี้

เรารักษาศีลก็เพื่อฝึกฝนจิตใจให้มีระเบียบขึ้น ไม่ให้ไปเที่ยวทำอะไรในทางโหดร้าย ให้รู้จักเลี้ยงชีพในทางที่สุจริต ให้รู้จักหน้าที่ในครอบครัวให้อยู่กับฉันผู้มีธรรมะ ไม่แหวกแนว ไม่ไปหาความสุขนอกบ้าน บ้านก็จะเป็นสวรรค์ คนที่อยู่ในบ้านก็มีความสุขกันทั่วหน้า

เราฝึกไม่พูดโกหก ก็เท่ากับว่าบังคับตัวเองให้รู้จักใช้ลิ้นในการที่จะพูดอะไร พูดอะไรออกไปแล้วให้มันหวานหู ให้ประธานสามัคคี ให้มีประโยชน์แก่ผู้พูดด้วย แก่ผู้ฟังด้วย ก็คือการฝึกฝนจิตใจไปในตัว

เราไม่เสพของมีนเมาเสพติดประเภตต่าง ๆ ก็เป็นการฝึกฝนจิตใจไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของสิ่งเหล่านั้น เรามีสติเพียงพอ มีปัญญาเพียงพอสามารถที่จะบังคับจิตใจไม่ให้ไหลไปตามอำนาจของสิ่งที่เราไปเสพแล้วทำให้เราติด อันจะทำให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนในภายหลัง ก็เป็นเรื่องฝึกอยู่โดยเฉพาะนั่นแหละ แต่ว่ายังไม่ได้เป็นการทำอย่างจริงจัง การทำอย่างจริงจังนั้นต้องมุ่งเรื่องจิตโดยเฉพาะ



รูปแบบการเจริญภาวนา

การฝึกจิตนี้เขาเรียกว่า ‘เจริญภาวนา’ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า เจริญกัมมัฏฐาน ‘กัมมัฏฐาน’ ก็แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน การงานในที่นี้ หมายถึงการงานทางจิต คือให้จิตได้มีที่ตั้งที่อยู่ที่อาศัยในอารมณ์อันใดอันหนึ่งซึ่งจะช่วยให้จิตของเราสงบ ตั้งมั่น อ่อนโยน เหมาะที่จะใช้งานต่อไป เรียกว่าเจริญกัมมัฏฐาน เราไปตามวัดต่าง ๆ บางทีก็ไปเจริญกัมมัฏฐาน เหมือนที่วัดนี้ตอนบ่ายโมงก็มีการเจริญกัมมัฏฐาน หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่า เจริญภาวนา ถ้าพูดภาษาตลาด ๆ ก็พูดว่า ไปฝึกฝนจิต ตามนโยบายของพระพุทธเจ้า ก็เป็นพวกเดียวกัน เรียกว่าอยู่ในเรื่องเกี่ยวกับภาวนาทั้งนั้น

ภาวนานั้นมี ๒ แบบ คือ

๑. สมถภาวนา

๒. วิปัสสนาภาวนา

สมถะ และ วิปัสสนา ลงท้ายด้วยภาวนา จึงเป็น สมถภาวนา และ วิปัสสนาภาวนา

หรือเรียกว่า กัมมัฏฐาน ๒ ก็ได้ เป็น “สมถกัมมัฏฐาน” และ “วิปัสสนากัมมัฏฐาน” ๒ อย่างนี้ไม่เหมือนกัน

ที่เราทำ ๆ กันอยู่ทั่ว ๆ ไปนั้น มันเป็นเรื่องของสมถภาวนา หรือ สมถกัมมัฏฐาน เป็นส่วนมาก แต่เรามักจะพูดให้มันใหญ่โตไปว่า

ไปเจริญวิปัสสนา หรือพูดว่าสำนักเจริญวิปัสสนา แต่เข้าไปจับตาดูแล้ว ดูการกระทำ ดูการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่เรื่องวิปัสสนากาวนา แต่เป็นเรื่องของการปฏิบัติสมถกาวนา หรือ สมถกัมมัฏฐาน

จุดหมายของการเจริญสมถกัมมัฏฐาน

“สมถกาวนา” หรือ “สมถกัมมัฏฐาน” นี้มีลักษณะอย่างไร มีจุดหมายอย่างไร จุดหมายของการเจริญสมถกัมมัฏฐาน ก็มีจุดสำคัญอยู่ ๓ ประการ คือ

๑. เพื่อให้จิตสงบ
๒. เพื่อให้จิตตั้งมั่น
๓. เพื่อให้จิตอ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน

นี่คือจุดหมาย สงบ ตั้งมั่น อ่อนโยน ให้จำไว้ง่าย ๆ ว่าเป็นจุดหมายของการเจริญสมถกัมมัฏฐาน

จุดหมายของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็เพื่อให้เกิดความเข้าใจถูกต้องในสิ่งทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง และสิ่งที่เราควรจะเข้าใจถูกต้องในแง่ของวิปัสสนานั้น คือเข้าใจเรื่องชีวิตของเราถูกต้องนั่นเอง เข้าใจเรื่องชีวิตถูกต้อง เมื่อเราเข้าใจถูกต้องก็เป็นเรื่องของปัญญา นั่นคือจุดหมายของวิปัสสนา โดยมากพวกเจริญกรรมฐานในขั้นสมถะไม่ค่อยจะถึงขั้นวิปัสสนา เพราะฉะนั้นจิตจึงกวัดแกว่งออกไปได้



ลีลัพตปรามาส : ความหลง ความมกมาย

เมื่อวานนี้ไปเทศน์ที่บางแพ จังหวัดราชบุรี ไปเห็นโบสถ์ใหญ่ เขาสร้างค้างไว้ ขึ้นไปดูไปชมแล้วถามว่า “ใครสร้างโบสถ์นี้?”

อุบาสกก็บอกว่า “อาจารย์วิปัสสนาองค์หนึ่ง มาจากสำนักในกรุงเทพฯ มาสอนที่นี้อยู่ ๑๒ ปี แล้วก็สร้างโบสถ์หลังนี้ขึ้น”

ก็เรียกว่าใช้ได้แต่ยังไม่เรียบร้อย “แล้วหายไปไหน หายไปไหน เสียอาจารย์องค์นั้น?”

ท่านว่า “ลาสิกขากลับไปบ้านเดิมพื้นนครพนมเสียแล้ว”

อาตมาก็บอกว่า “นี่แหละไม่เจริญวิปัสสนา เพราะเจริญแต่สมถกรรมฐาน”

สมถกรรมฐานนั้นมันสงบเพียงครั้งคราว แต่ยังไม่เข้าใจเรื่องทั้งหลายตามที่เป็นจริง ยังกำหนดในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในสัมผัส อันยั่ววนชวนใจ

แล้วผลที่สุดวิชาสมถกรรมฐานช่วยไม่ได้ ลาสิกขาออกไปมีครอบครัวไป อาจารย์สอนภาวนาที่อ้างตนเองว่าเป็นอาจารย์วิปัสสนานั้น มีหลายองค์แล้ว ได้ทิ้งผ้ากาสาไปนุ่งกางเกงยีนส์ แล้วก็ไปมีครอบครัว อันนี้ทำให้ชื่อของวิปัสสนาเสียหาย ความจริงมันไม่ถึงขั้นนั้น ยังไม่ถึงขั้นที่เรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน รู้แจ้งชัดในสภาวธรรมทั้งหลายตามที่

เป็นจริง ยังไม่ได้พิจารณาให้เห็นว่า มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอย่างไร ใช้แต่สมถะคอยควบคุมจิตของตนไว้

คล้ายกับหินทับหญ้า เวลาหินทับอยู่หญ้ามันก็เรื้อกลายเป็นสีเหลือง แต่ถ้าเรายกหินนั้นออกหญ้านั้นก็จะเขียวต่อไป เพราะว่าหวัมนยังอยู่ในดินแต่ใบมันเจริญงอกงามไม่ได้ เพราะไม่มีแสงสว่างเข้าไปส่องให้ถึงหญ้านั้นก็เรื้อไป พอยกหินขึ้นมามันก็เจริญงอกงามต่อไป พวกเจริญกรรมฐานก็เป็นเช่นเดียวกัน ขณะนั่งอยู่ใจมันสงบชั่วครั้งชั่วคราว แต่ว่าพอไม่นั่งใจมันไม่สงบ มองอะไรก็ยังสวຍอยู่ ยังงาม ยังน่ารัก น่าพอใจ มองนาน ๆ เข้าก็เลยอยู่ไม่ได้ เลยลาไป...อย่างนี้

แม้พวกที่ไปสอนต่างประเทศก็พูดกันว่าไปสอนวิปัสสนา ยังไม่ถึงขั้นนั้น เรียกว่าไม่ถึงขั้นของวิปัสสนาปัญญา ไปสอนสมถกรรมฐานทั่ว ๆ ไป แล้วไป ๆ ก็ลาสิกขาออกไปอยู่บ้าน แต่ก็ยังสอนวิชาภาวนาอยู่เหมือนกัน อยู่วัดสอนไม่ได้สตาจ์ ออกไปอยู่บ้านสอนคิดสตาจ์กันเลยเป็นรายหัวไป ก็พอเลี้ยงตัวไปได้ นี่คือการสมถภาวนา ไม่ถึงขั้นวิปัสสนาภาวนา ให้โยมเข้าใจไว้ด้วย

ที่เราไปเห็นป้ายตามสถานที่ต่าง ๆ ว่า สำนักวิปัสสนานั้น วิปัสสนานี้ ทำให้วิปัสสนาเสียชื่อทั้งนั้น ไม่ควรที่จะเขียนว่าสำนักวิปัสสนา ควรจะเขียนว่า สำนักภาวนา แล้ววงเล็บข้างล่างว่า (ฝึกฝนจิต) เท่านั้น สำนักฝึกฝนจิต เอาเพียงเท่านั้นก็พอแล้ว ส่วนการเจริญวิปัสสนาเป็นเรื่อง



ของแต่ละบุคคลที่จะก้าวต่อไป แต่ไม่ควรจะเขียนป้ายบอกว่าเป็นอย่างนั้น แต่มันผิดกันมาตั้งแต่เริ่มต้น คือตั้งแต่พื้นฟูวิชาขึ้นในกรุงเทพฯ แล้ว ก็ใช้คำนี้กันอยู่ตลอดเวลา จนหลงผิดกันไปหมด

วันหนึ่งพระองค์เล็ก ๆ มีชื่อเสียงที่เชียงใหม่แต่ไม่ใช่ชื่อเสียงในด้านปัญญาอะไรหรอก ชื่อเสียงในการหลอกมนุษย์เท่านั้นเอง เทียบหลอกเรื่อยไป เทคนิตไหน แหม...ยกป้ายแผ่นแปะเริ่มเชียว เหมือนป้ายฝังลูกนิมิตอย่างนั้นแหละ บอกว่าพระองค์นั้น... ออกชื่อก็ได้ว่า...ชื่อพระนิกร มาละก็เขียนป้ายตัวแปะเริ่มทีเดียว บอกว่าพระนิกรจะมาเทศน์

อาตมาฟังแทบแล้วไม่ได้เรื่องอะไรเลย ไม่ได้สาระอะไร ที่ทำ ๆ อยู่ นั่นแล้วก็ใช้ถ้อยคำแบบที่เขาเรียกว่า อาจารย์ให้ทาน เมืองเหนือ...เวลาจะทำบุญทำทานนี้ มีอาจารย์วัดว่าอย่างนั้น พระแกก็ว่าอย่างนั้น ว่าให้ชาวบ้านภาคกลางฟัง ฟังแล้วเพราะดี เรียกว่านั่งเพลินไปกับเสียงเหล่านั้น แล้วก็ขายบัตรเพื่อจะไปนิพพานก็มีแก้อารรพ นี่มันแก้ได้อย่างไร แก้อารรพโง่โง่ชะดาราดี ชื่อนั้นชื่อนี้ เรียกว่าฟุ้งเฟื่อง เรื่องสตางค์ ไม่ใช่นักวิปัสสนาอะไร

วันหนึ่งมาที่วัดนี้ มีแม่เลี้ยงตามหลังเป็นแถว อุบาสิกที่หลงใหล มัวเมาพระองค์นี้ เขาบอกว่าระลึกชาติได้ มากรุงเทพฯ เจออุบาสิก ร่างด้อย ๆ เข้าคนหนึ่ง เข้าไปนั่งใกล้บอกว่า อ้อ..เที่ยวตามหาอยู่นาน เพิ่งจะพบวันนี้เอง

ยายคนนั้นก็ถามว่า “อะไรเจ้าคะ”

ท่านว่า “อ้าว! โยมนี้แหละเป็นแม่ฉันในชาติปางก่อน” ว่าอย่างนั้น โยมก็ดีใจจนเนื้อเต้น ได้เป็นโยมของพระองค์นั้น บอกว่า ฉันหลับตาเห็น โยมได้ชัดว่า รูปร่างหน้าตาอย่างนี้เอง โอ้อย่างนี้นั้นลูกไม้แท้ ๆ ไม่ใช่ อะไร...ลูกไม้แท้ ๆ โยมก็หลงใหลว่าพระองค์นี้จะลืกลาได้ เอาอะไร มาเป็นพยานเรื่องระลึกชาติได้ เชื่อกันไปอย่างนั้น มันก็ยุ่ง

เหมือนกับโยมคนหนึ่ง ลาชีวิตไปแล้ว มีพระอ๋างตัวว่าเป็น นักวิปัสสนา หลับตาเห็นอะไรทุกอย่าง มาบอกว่า “อาตมาฝันไป เห็น คุณหลวงแต่งตัวเรียบร้อย ร่างกายสมบูรณ์ดี บ้านช่องก็สบาย แต่ว่า คุณหลวงแกลบว่าไปไหนไม่มีรถใช้”

อะไร...ตายแล้วยังจะไปขับรถกันอยู่อีก คุณหลวงจะไปขับรถอยู่อีก คุณนายนั้นก็เรียกว่าเชื่อพระประเททอย่างนั้น รู้ว่าคุณหลวงไม่มีรถใช้ ความรักความอาลัยในสามีที่ตายไป เลยซื้อรถถวายพระคันหนึ่ง ชื่อ โฟดสวาเกินเสียด้วย เรียกว่าได้บรรทุกเทวดาไปตามอากาศหลายองค์ หน่อย พระองค์นั้นก็ขับรถโกไปโกมาเท่านั้นเอง อย่างนี้เขาเรียกว่าหากิน ในทางหลอกลวง ไม่ใช่เรื่องอะไร

เรื่องหนึ่งหลับตาแล้วเห็นนั่นเห็นนี่อย่าไปทำบ่อยนัก มันไม่ค่อยดีเท่าใดเพราะว่ามันเป็นทางหาลาภ ไม่ใช่ทางพระนิพพานอะไร แต่ว่าโยม แกก็เชื่อ เพราะว่าแกบอกว่าแกเห็นอะไรหลายอย่าง เห็น...ไม่มีใครพิสูจน์



ทั้งนั้น ฉันก็ยังทำได้ถ้าหลับตาเห็นอย่างนั้น ถ้าทำก็จะเก่งกว่าพระองค์นั้นด้วย เพราะฉันมีเทคนิคเก่งกว่านั้นแต่ฉันทำไม่ได้ มันละเอียดอย่างนั้น เรื่องหลอกเรื่องลวงนี้ฉันทำไม่ได้ มันละเอียดอยู่ มันทำไม่ได้ของอย่างนั้น แต่ถ้าจะทำ หน้าด้านทำแล้วมันก็ทำได้เหมือนกัน แต่ว่ามันทำไม่ลง มโนธรรมมันไม่ยอมที่จะให้ไปพูดอย่างนั้น ทำไม่ได้ นี่คนเชื่อในเรื่องอย่างนั้น เพราะอาศัยคำว่าวิปัสสนาตัวเอง

แล้วก็เวลาปลุกเสกพระ ญาติโยมก็จะสังเกตว่าเขาโฆษณาว่าอย่างไร ได้นิมนต์พระเกจิอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญวิปัสสนามาจำนวนเท่านั้น รูปเท่านี้รูป เพื่อปลุกเสกสิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อวานขึ้นนี้เขาทำที่สนามหลวง เรียกว่านิมนต์พระเกจิอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญวิปัสสนาจากภาคเหนือวันหนึ่ง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือวันหนึ่ง ภาคใต้วันหนึ่ง ภาคกลางวันหนึ่ง ยังขาดไม่ได้นิมนต์มาจากสวรรค์อีกสักวันหนึ่งเท่านั้นเอง เรียกว่ายังขาดอยู่ นี่เขาเรียกว่าทำไปอย่างนั้นเอง เป็นการกระทำที่เรียกว่ายังมกมาย ไม่ได้ก้าวหน้าอะไรในทางจิตใจ แล้วคนก็เชื่อว่าพระเหล่านั้นเก่งทางวิปัสสนา ถ้าเก่งทางวิปัสสนาจะไม่มานั่งปลุกเสกเป็นอันขาด เพราะว่าพระวิปัสสนารู้ว่ามันโง่ในการกระทำอย่างนั้นเป็น ‘สัสพตปรัมมาส’ เป็นความหลง ความมกมาย พวกวิปัสสนาจะทำได้

ครั้งหนึ่งที่วัดมหาธาตุ กรุงเทพฯ ประชุมอาจารย์วิปัสสนา เขานิมนต์อาตมาไปปาฐกถา อาตมานี้ไม่ได้อวดอ้างว่าเป็นนักวิปัสสนา

เก่งกล้าอะไรหรอก แต่ว่าพอจะรู้อะไรบ้างตามสมควรที่ได้ศึกษามา ก็เลยไปพูดให้ฟัง พูดให้ฟังแล้วตอนท้ายก็บอกว่า ระวังให้ดี ท่านทั้งหลายถูกเรียกว่าเป็นนักวิปัสสนา ซึ่งความจริงนั้นอาจไม่ถึงขั้นนั้นก็ได้ แต่ว่าพรุ่งนี้เขาเตรียมไว้แล้ว เตรียมเหรียญไว้จำนวนมากมาย ที่เขาจะให้ท่านทั้งหลายนั่งเสก

ถ้าท่านทั้งหลายเรียกตัวเองว่า เป็นนักวิปัสสนาแล้วไปนั่งเสกเหรียญนั้น จะทำให้วิปัสสนาเสียชื่อ ไม่ควรจะทำ แต่ว่ารุ่งขึ้นก็ไปนั่งหลับตากันเป็นแถวไปเลย เกรงใจผู้นำ ไม่ใช่เรื่องอะไร แล้วก็คงจะเชื่ออย่างนั้นเสียด้วย เลยก็ไปเสกกันเป็นแถวไป ไม่ใช่ พวกที่ไปนั่งปลุกเสกที่พิธีพุทธาภิเษก ไม่ใช่คนวิปัสสนา แต่ได้ฝึกฝนวิชาสมณะนิด ๆ หน่อย ๆ พอสมควรเท่านั้นเอง

การฝึกฝนสมณะในรูปร่างนั้น อย่างว่าแต่พระในพระพุทธศาสนาเลยแม้พระในอินเดียที่ไม่ได้นับถือพระพุทธศาสนาก็ได้ เช่นโสบบาบาที่คนไทยตื่นเต้นเพราะพวกทัวร์มันชักจูง ไม่ใช่เรื่องอะไร พวกทัวร์นี้ต้องการเงินจากคนที่หลงใหลสิ่งเหล่านั้นให้ไปเที่ยว โฆษณาใหญ่ พิมพ์หนังสือโฆษณาเพื่อให้หลงใหล คนก็ไปกัน แม้คริสเตียนก็ไป ถามว่าไปทำไม อยากจะได้ทางเขนจากโสบบาบาสักอันหนึ่งว่าอย่างนั้น ไปถึงนึกว่าโสบบาบาจะทำทางเขน หยิบขึ้นมาแล้วว่า...เอาไป แกก็ไม่ทำให้ พวกที่ไปก็อยากจะได้พระ อยากจะได้แหวน โสบบาบาก็ไม่ทำให้



การแสดงกลนี้ทำบ่อย ๆ ไม่ได้ มันต้องทำนาน ๆ ทีหนึ่ง เป็นเครื่องโฆษณาเท่านั้นเอง ไม่ใช่ว่าต้องทำได้ทุกวัน ทำทุกวันมันก็เสื่อมนะซิ เอาอะไรมาทำ มันต้องนาน ๆ แสดงที

พระพุทธเจ้าไม่นิยมเรื่องนี้ พระทั้งหลายจะทำปาฏิหาริย์ พระพุทธเจ้าบอกว่าไม่ได้ อย่าไปทำ ปาฏิหาริย์นี้อย่าไปทำ มันไปพ้องกับการเล่นกลกลางบ้าน พวกแขกเล่นกลมันทำได้ทุกอย่าง มันเอาเชือกโยนแล้วไต่เตียะ ๆ ขึ้นไปได้ มันเล่นกลนี้ มันไต่ขึ้นไปได้ ทำอะไรได้ เอาคนใส่หีบแล้วมันฟันขาดเป็นท่อน ๆ แต่คนไม่ตายยังอยู่ได้ มันกลนี้มันจึงไม่ตาย มันหลบไปอยู่ข้างล่างก็ฟันไม่ถูก ฟันแต่ไม้มันจะตายได้อย่างไร โอ้เราก็นึกว่ามันใส่ลงไปแล้วก็ฟันอันนั้น เราไม่รู้เทคนิคของการแสดงกล พระองค์บอกว่าอย่าไปทำ พระจะเสียชื่อ เขาหาว่าเป็นนักเล่นกลไป ไม่ได้ แล้วถ้าตักใจคนได้ ก็ไม่ได้ มันพ้องกับวิชาเล่นกลเหมือนกัน

สิ่งที่พระพุทธเจ้าส่งเสริมสนับสนุนมีเรื่องเดียว เรียกว่าวิธีสอนคนให้คนเข้าใจธรรมะ ‘อนุสาสนีปาฏิหาริย์’ เรียกว่าสอนคนเก่ง สอนคนให้เข้าใจในเรื่องธรรมะให้ถูกต้อง อันนี้พระองค์ชมเชยว่าควรทำ

เรื่องอิทธิปาฏิหาริย์ เรื่องปาฏิหาริย์ทุกอย่าง ไม่เอา พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้แสดง พระอรหันต์บางองค์ทำไม่ได้ เพราะไม่ได้ฝึกฝนมาในเรื่องนั้น เขาเรียกว่าพวกบรรลุด้วย ‘ปัญญาวิมุตติ’ ไม่ใช่พวก ‘เจโตวิมุตติ’ พวกเจโตวิมุตติ นี่ได้ฝึกสมณะมาก่อน ฝึกฝนวิชาแบบโยคะ อะไรต่าง ๆ

มาก่อน แล้วก็มาได้บรรลุ พวกนี้แสดงได้แต่พระองค์ห้ามไม่ให้แสดง มาเป็นนักบวชในพุทธศาสนาแล้ว อย่าไปแสดงในเรื่องอย่างนั้น

พระอรหันต์บางองค์นั้นสำเร็จด้วยปัญญา คือคิดค้นจนกระทั่ง มองเห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง ถอนความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายทั้งปวงได้ เรียกว่า *ปัญญาวิมุตติ* พวกปัญญาวิมุตตินี้ไม่มีอะไร แสดงอะไรไม่ได้หรอก ทำอะไรไม่ได้แต่ว่ามีปัญญา รู้จักสรรพสิ่งทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง อย่างนี้พวกปัญญา เป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้นให้เข้าใจว่า พวกสมถ กรรมฐานนี้มุ่งไปในทางอย่างนั้น

เมื่อคราวไปอินเดียครั้งหนึ่ง มีพระไปด้วยองค์หนึ่ง ท่านบอกว่า ท่านนั่งมา ๑๕ ปีแล้วยังไม่เห็น ถามว่าเห็นอะไร อยากจะเห็นว่าตลอดเตอรี มันออกเลขอะไร ว่าอย่างนั้น “เอ้า!ตายจริงนั่งเปลืองข้าวสุกชาวบ้าน ไปตั้ง ๑๕ ปี” อาตมาบอกตรง ๆ ว่า “คุณนี้นั่งเปลือง ข้าวสุกชาวบ้าน ไปตั้ง ๑๕ ปี จะไปเห็นตลอดเตอรี แล้วมันจะได้อะไรขึ้นมา” ความคิด มันเป็นมิจฉาทิฏฐิ อยากจะเห็นตลอดเตอรีว่ามันออกเลขอะไร แล้วจะไป บอกห่วยบอกเบอร์แก่ชาวบ้านนี้ เรียกว่าฐานมันผิดแล้ว เมื่อฐานผิดแล้ว มันจะเจริญได้อย่างไร การทำจิตมันก็ไม่เจริญ

คนฝึกจิตมันต้องเป็นสัมมาทิฏฐิ มีความเห็นชอบเห็นตรงตาม หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าจึงจะทำสมาธิได้ไว แต่ไม่ได้ทำไปเพื่อจะ เพ่งดูอะไรอย่างนั้น ไม่ใช่



เมื่อวานฉันไปราชบุรี ไปวิทยาลัยพยาบาล พวกหนู ๆ พยาบาล
นักเรียนที่มานั่งห้อมล้อมถามว่า “หลวงพ่อนั่ง ๆ นี่เห็นนรกสวรรค์บ้างไหม”
อาตมาว่า “หลวงพ่อก็ได้นั่งเพื่อเห็นนรกสวรรค์” ว่าอย่างนั้น
เขาว่า “เอ๊ ฤๅษีสิงดาบออกว่านั่งเห็นนรกสวรรค์”
“เอ้า! อย่างนั้นต้องไปหาฤๅษีสิง ไม่ใช่มาถามพระ ต้องไปถามถึง
เรื่องอย่างนั้น” เออ แกว่าแกนั่งเห็นนรกสวรรค์ ว่าอย่างนั้น

“แล้วหนูไม่ถามว่า นรกมันเป็นอย่างไร ถ้าพบก็ลองถามดู
สวรรค์มันเป็นอย่างไร” ถ้าท่านก็บอกว่าก็เหมือนภาพฝาผนังนั่นแหละ
โอ้อย่างนั้นหลวงพ่อก็ไม่ต้องหลับตาหรือ สัมผัสก็เห็น นึกได้ เห็นมาตั้ง
แต่เด็ก ๆ ภาพฝาผนัง นรกมีกะทะทองแดง มีต้นจ้าว แล้วก็มียายยมบาล
โขกสับอะไรต่าง ๆ พวกสัตว์นรกเห็นมานานแล้ว ไม่ต้องนั่งอะไรหรือ
เห็นมาตั้งแต่เด็ก ๆ นึกทีไรมันก็เห็นภาพเหล่านั้น ไฉนไม่ใช่นรกที่แท้

เลยบอกแกว่า นรกที่แท้ไม่ต้องนั่งหลับตาหรือ มันอยู่ในใจ
ของเรา พวกหนูที่นั่งอยู่ถามว่า “นรกที่แท้มันเป็นอย่างไร” “ก็ร้อนนอก
ร้อนใจ หนูร้อนนอกร้อนใจบ้างไหม” “มี” นั่นแหละตกนรกแล้วแหละ
ร้อนนอกร้อนใจนั่นแหละ ร้อนนอกร้อนใจก็คือเป็นนรก เราร้อนอะไรบ้าง
ร้อนดอกเบ๊ยะ ก็ตกนรกเหมือนกัน นายทุน...คนไม่ส่งดอกเบ๊ยะก็ร้อน
เหมือนกัน เรียกว่าตกนรกทั้ง ๒ คน คนให้ก็ตกเหมือนกัน ไฉนคนถูกตก
เหมือนกัน เขาเรียกว่าตกนรกทั้งคู่เพราะไม่ได้ตั้งใจ มันก็ตกนรก

นี่ตอนนีพ่อกำลังวล ลูกสอบเอนทรานซ์จะได้หรือไม่ได้ก็ไม่รู้
กังวลแล้วนี่ สอบเสร็จแล้ว โอ้ย!จะได้หรือไม่ได้ จะต้องไปวิ่งไปเดินหน่อย
เพื่อให้ใคร ๆ ช่วย นี่..ร้อนใจ กลัวลูกจะไม่ได้ ไม่ไว้ใจว่าลูกจะสอบได้
เลยเป็นทุกข์ แต่ถ้าไว้ใจว่ามันต้องได้ ลูกฉันเรียนเก่ง ไม่ต้องไปวิ่งมัน
ได้แล้ว ถ้าไม่ได้ก็ไม่เป็นไรมันเรียนที่อื่นต่อไปก็ได้ ปลงตกอย่างนี้มันไม่ตก
นรก แต่ถ้านึกว่าต้องได้ถูกต้องได้ ๆ อย่างนี้ก็ตกนรกเพราะร้อนกร้อนใจ
วันที่เขาประกาศผลสอบยิ่งตกใหญ่เลย พอไปดูแล้วมาถึงกับบอกแม่ว่า...ไม่ได้
โอ้ย!แม่จะเป็นลมแล้ว แม่จะเป็นลมแล้ว เรียกว่าตกนรกแล้วอย่างนั้น

นี่..นี่แหละนรกที่น่ากลัว ร้อนกร้อนใจ มีความทุกข์มีความ
กลุ้มใจ นี่คือนรกอยู่แล้ว แล้วถ้าเรามีความเพลิดเพลินใจด้วยรูป เสียง
กลิ่น รส สัมผัส มันก็เป็นสวรรค์ไป เป็นสวรรค์ไปแล้ว ถ้าคิดอย่างนั้น
นั่นไม่ใช่จุดหมายที่ต้องการอะไร จุดหมายที่ต้องการมันสูงกว่านั้น
ประเสริฐกว่านั้น พระพุทธเจ้าให้เรามุ่งไปให้สูงกว่าจุดเหล่านั้น ให้เข้าใจ
อย่างนี้ ที่นี้เมื่อเราทำอยู่ นั่งสัก ๕ นาทีก็เป็นสมถกรรมฐาน

การเจริญวิปัสสนา

แต่ถ้าเจริญวิปัสสนาไม่ต้องนั่งก็ได้ ยืนก็เจริญได้ เดินเจริญก็ได้
ที่ไหนก็ได้ เจริญวิปัสสนาไม่จำกัดที่ คือว่าเห็นอะไรก็เฝ้ามาคิดในแง่ธรรมะ



หัดคิดในแง่ธรรมะ คือวิธีการเจริญวิปัสสนา คิดในแง่ธรรมะ คือว่า
เอาธรรมะเข้าจับในเรื่อนั้น ๆ

สมมติว่าเราเห็นใบไม้หล่นเคลื่อนอยู่ในบริเวณวัด วันอาทิตย์นี้
มันไม่ค่อยมีหล่นเท่าใดเพราะว่ากวาดแล้วเมื่อวาน แต่ถ้ามาวันอื่นละจะเห็น
หล่นกองอยู่ในบริเวณวัด ยังไม่ได้กวาด วันเสาร์พระเณรก็กวาดเรียบร้อยแล้ว
ให้โยมมานั่งสบายหน่อย ความจริงไม่กวาดก็ดีโยมจะได้เอามาเป็น
อารมณ์วิปัสสนาเห็นใบไม้เหี่ยว เห็นใบไม้เหลือง เห็นดอกไม้หล่นลง
จากต้น นี่คือเรื่องให้เราเจริญวิปัสสนาได้ทั้งนั้น

ให้เราพิจารณาว่า ใบไม้แห้ง ก่อนนี้มันไม่ได้เป็นอย่างนี้ มันยัง
เป็นใบไม้เขียวมันยังอยู่ที่ต้น ก่อนหน้านั้นมันเป็นใบไม้ที่ผลิออกมาหน่อย ๆ
แล้วค่อย ๆ เจริญเติบโตขึ้น ค่อยเป็นใบไม้ที่มีสีเขียวแก่แล้วก็เหลือง
เหลืองแล้วมันก็หลุดจากขั้วลงกองอยู่ที่โคนต้น

เราเอาธรรมะเข้าจับว่า นี่คืออะไร สภาพอย่างนี้คืออะไร สภาพ
อย่างนี้คือ “อนิจฺจา” ความไม่เที่ยง ที่เราสวดมนต์ทุกเช้า

รูป อนิจฺจํ

รูปไม่เที่ยง

เวทนา อนิจฺจา

เวทนาไม่เที่ยง

สณฺญา อนิจฺจา

สัณฺญาไม่เที่ยง

สังขาร อนิจฺจา

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง

วิญญานํ อนิจฺจํ

วิญญานไม่เที่ยง

รูป อนตตา	รูปไม่ใช่ตัวตน
เวทนา อนตตา	เวทนาไม่ใช่ตัวตน
สัญญา อนตตา	สัญญาไม่ใช่ตัวตน
สังขาร อนตตา	สังขารทั้งหลายไม่ใช่ตัวตน
วิญญาณ อนตตา	วิญญาณไม่ใช่ตัวตน
สพเพ สังขาร อนิจจา	สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นสิ่งที่ไม่มีเที่ยง
สพเพ ธมมา อนตตา	ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน

นี่แหละบทวิปัสสนา เรียกว่าเป็นบทของวิปัสสนาที่เราจะต้องจำไว้ก่อน แล้วเราเอาบทนี้ไปใช้ เมื่อเราเห็นอะไรเข้าก็ต้องเอาหลักว่าอะไรไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตามาจับสิ่งนั้น จับจนกระทั่งเห็นว่า “อ้อ! มันไม่เที่ยง” ร้อง ‘อ้อ’ มาได้ว่ามันไม่เที่ยง ในเรื่องดอกไม้ ในเรื่องใบไม้ เรื่องสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เราทำอยู่ อะไรที่เกี่ยวข้องในชีวิตของเรานั้น เป็นโอกาสให้เราเจริญวิปัสสนาได้ทั้งนั้น

สมัยก่อนนี้ ภิกษุณีต้มน้ำอยู่ในครัวแล้วเห็นไฟลุกโพล่งขึ้นแล้วมันมอดไปตามปัจจัยเครื่องปรุงแต่ง เวลาลมพัดกระโชกไฟมันก็ลุกขึ้นมา หรือว่าได้ไม้พินแห้ง ๆ ตี ๆ มันก็ลุกขึ้นมา ไปเจอไม้สดเข้ามันก็มอดลงไปมันเป็นอย่างนั้น ท่านภิกษุณีนั่งมอง มองแล้วเห็น อ้อ...เกิดปัญญารุ่งขึ้น มาเกิดปัญญาว่า สิ่งทั้งหลายมีสภาพเปลี่ยนแปลง มันเจริญ บางที



มันก็เสื่อมลงไป มันไม่เที่ยง มันไม่ได้อยู่คงที่ ไม่ได้ลุ่มลุ่มอย่างนั้น
 เสมอไป มันมอด มันลุกโผลง มันเป็นอย่างนั้น ท่านก็ได้ความคิดว่า
 มันไม่เที่ยง แล้วก็เอาสิ่งนั้นไปนั่งคิณังตรองอยู่คนเดียวเงียบ ๆ
 จนกระทั่งปัญญามันโผลงขึ้นมาในจิตใจว่า สรรพสิ่งทั้งหลายไม่มีอะไร
 คงที่ถาวร แล้วก็คิดว่า ไม่มีอะไรที่จะนำไปจับฉวยเอาไว้เป็นตัวเรา เป็น
 ของเราขึ้นมา แม้ตัวของเรานี้มันก็เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ไม่มีอะไรที่
 เรียกว่าเป็นเนื้อแท้ในตัวของมันเอง พอเกิดปัญญอย่างนั้นขึ้นมาจิตมัน
 ก็หน่ายคลายกำหนด ถอนความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเหล่านั้น ปล่อยวางได้
 จิตก็ว่างจากกิเลส ไม่มีความยึดถือในเรื่องอะไร ๆ อีกต่อไป นี่แหละ
 คือการเจริญวิปัสสนา เราเจริญได้ทุกเมื่อ

เป็นเหมือนนั้นมีโอกาสเจริญวิปัสสนาได้มากกว่าคนธรรมดา
 เพราะอะไร เพราะว่าหมอยู่กับคนไข้ คนไข้ นั้นแหละเป็นอารมณ์
 ของวิปัสสนาที่หมอจะศึกษาธรรมชาติของชีวิต แต่ว่าหมอไม่มีโอกาส
 ศึกษาเรื่องนี้หรอกคิดแต่ว่าจะรักษาอย่างไรให้คนไข้หาย อะไรต่ออะไร
 คิดไปแต่ในเรื่องอย่างนั้น ไม่ได้เอาสิ่งนั้นมาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา

หรือว่าเราไปในงานศพ ศพนั้นแหละเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาที่
 เราจะพิจารณาเพื่อเอามาเป็นบทเรียน แต่ว่าไม่ค่อยจะได้คิดอย่างนั้น
 ไปนั่งเจอเพื่อนเจอฝูงก็คุยกัน อะไรต่ออะไรไปตามเรื่อง ขึ้นไปเผาศพแล้ว
 ยังมายืนคุยขวางทางเพื่อนอีกต่อไป เต็มไปหมดหน้าเมรุ คุยกัน นาน ๆ

เจอกันสักที ไม่ได้ถามว่า เออ...ยังอยู่หรือะ เมื่อไหร่จะตายกันสักที
 มัวไปตามเรื่องคุยเรื่องอื่นเพลินไป ไม่ได้เจริญวิปัสสนาจากสิ่งที่เราได้เห็น
 สิ่งนั้นมันก็ผ่านพ้นไป โดยไม่ทำให้เราเกิดปัญญา นี่เป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น เมื่อได้ไปประสบพบเห็นในสิ่งเหล่านั้น ก็เอามา
 คิดในแง่ธรรมะ หัดคิดธรรมะ หัดพิจารณาในแง่ธรรมะจากสิ่งต่าง ๆ
 ที่เราเห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหู ดมด้วยจมูก รสรู้ด้วยลิ้น กายถูกต้องได้
 ไม่ว่าอะไร ซึ่งเรียกในภาษาธรรมะว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงนั้นเป็นเรื่อง
 ที่เราจะต้องพิจารณาบ่อย ๆ เพื่อให้เกิดปัญญา

ถ้าเราได้พิจารณาไว้อยู่ ๆ เมื่อสิ่งใดมันเปลี่ยนแปลงไป เรา
 อารมณ์เฉย เราจะไม่ดีใจ เราจะไม่เสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น เราปลงตก
 เพราะเราเคยปลงอยู่บ่อย ๆ เคยพิจารณาไว้อยู่บ่อย ๆ ก็ไม่ต้องนั่งร้องไห้
 ไม่ต้องเสียอกเสียใจในเมื่อมีอะไรเกิดขึ้น การร้องไห้การเสียใจ บ่นพิรี้พิไร
 อะไรต่าง ๆ นั้น เป็นเรื่องที่เราไม่เคยพิจารณาสิ่งเหล่านั้นด้วยปัญญา
 ไม่ใช่วิชาวิปัสสนาของพระพุทธเจ้าเพื่อไปเพ่งมองสิ่งเหล่านั้น

สูตรสำหรับการทำวิปัสสนา

คำว่า ‘วิปัสสนา’ ตามตัวนั้นแปลว่า เห็นแจ้งเห็นชัดในเรื่องนั้น ๆ
 เห็นแจ้งเห็นชัดในเรื่องนั้น ก็เห็นว่า มันไม่เที่ยงอย่างไร? มันเป็นทุกข์



อย่างไร? มันเป็นอนัตตาอย่างไร? นี่สูตรสำหรับวิปัสสนานั้นมี ๓ เรื่อง

คือ ๑. อนิจจัง... ความไม่เที่ยง

๒. ทุกขัง... ความเป็นทุกข์

๓. อนัตตา... ความเป็นของไม่ใช่ตัวตน

นี่เรียกว่าสูตรสำหรับพิจารณา พระองค์วางสูตรนี้ไว้ให้เราพิจารณา สูตรนี้ไม่ใช่เป็นของใหม่เป็นสิ่งที่อยู่คู่โลกตลอดเวลา พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

“ตถาคตจะเกิดขึ้นก็ตามไม่เกิดขึ้นก็ตาม สิ่งที่เรียกว่าธรรมชาติ ธรรมดา ธรรมนิยาม ธรรมฐิติ คือสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง สิ่งทั้งหลาย เป็นทุกข์ สิ่งทั้งหลายเป็นอนัตตานั้น มันมีอยู่ตลอดเวลา ในทุกที่ทุกแห่ง ทุกเรื่องของสิ่งทั้งหลายในตัวเราก็มีย นอกตัวเราก็มีย อะไรรู้อะไร ็ที่อยู่รอบ ตัวเรานี้มันมีสิ่งนั้นทั้งนั้นแหละ แต่ว่ายังไม่มีใครค้นพบ ไม่ได้เอามา เปิดเผยทำให้คนได้ศึกษาเกิดความรู้เกิดความเข้าใจ”

แม้ในครั้งก่อนพระพุทธเจ้า มีครูมีอาจารย์มาสอนธรรมะก็สอน เพียงขั้นสมณะ เจริญรุ่งเรืองจนกระทั่งนั่งสงบจิตได้นาน ๆ เช่นอาฬารดาบส อุทกดาบส นี่เรียกว่าเจริญสมณะ สามารถจะนั่งนิ่งอยู่ได้ ๗ วัน เขา เรียกว่าเข้าสมาบัติ นั่งสงบนิ่ง ๗ วัน ๗ วันนี้อายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันไม่ได้ทำงาน คือไม่ได้รับรู้อะไร นั่งนิ่งเฉยอยู่อย่าง นั้นแหละ ฟาฬ่าเบรียงลงมายังไม่รู้เลย ยังไม่รู้ นั่งอยู่ข้างทางเกวียนเดิน ไป ๕๐๐ เล่มก็ยังไม่รู้เลย พระอาฬารดาบส พระอุทกดาบสนั่งถึงขนาด

อย่างนั้น แต่ว่าพระพุทโธเจ้าท่านนั่งอย่างนั้นแล้วฟ้าผ่ายังไม่รู้เลยว่า เสียงฟ้าผ่าดังขนาดไหน ยังไม่รู้ แปลว่าไม่รับเอาอะไรทั้งหมด ปิดนึ่ง ปิดหมดทุกประการ นั่งได้ ทำได้ขนาดอย่างนั้น แต่ว่าไม่ถึงขั้นปัญญา ไปติดอยู่ตรงนี้แหละ เรียกว่าไปติดอยู่ในสิ่งเหล่านี้ แล้วก็มึนงงสับสน หลงใหล มีปริวารมากมาย ก็เลยติดอยู่ในสิ่งเหล่านั้น ไม่ก้าวหน้าต่อไปในเรื่องปัญญา

พระพุทโธเจ้าของเราท่านก็ไปเรียนเรื่องอย่างนี้ เรียนกับอาฬารดาบส อุทกดาบส นั้นแหละ เรียนเก่งกว่าอาจารย์ด้วยซ้ำไป เก่งกว่าอาจารย์ด้วยซ้ำไป แต่พระองค์ไม่ได้หลงไม่ได้ติดอยู่ในสิ่งเหล่านั้น อันนี้สำคัญมาก สำคัญที่เป็นตัวอย่างชีวิตสำหรับเราทั้งหลายว่า

มีความรู้อะไรแล้วไม่ติดอยู่ในความรู้นั้น แต่ว่าเดินทางต่อไป เพื่อความรู้ยิ่ง ความเห็นจริงในสิ่งที่ควรรู้ควรเข้าใจต่อไป

พระองค์จึงลาออกจากสำนักเหล่านั้น แม้ท่านอาจารย์จะบอกว่า “ท่านมีความรู้เสมอด้วยเราแล้ว อยู่ที่นี่แหละช่วยกันสั่งสอนศิษย์ต่อไป” พระองค์ไม่ได้พอพระทัยเพียงเป็นครูสอนศิษย์ธรรมดา ๆ เท่านั้น แต่ว่าจะช่วยให้พ้นจากความทุกข์ เพียงเท่านั้นมันพ้นไม่ได้ เพราะว่านั่งอยู่อย่างนี้ ๗ วัน พอพ้นออกมาก็เหมือนเดิมอยู่อย่างนั้น เหมือนเรามาอยู่ที่วัดใจมันก็สบาย นั่งภาวนาใจสบาย พอกลับไปบ้าน ใครขวางหูขวางตา เดียวก็แม่ เอาแล้ว เกิดขึ้นมาแล้ว เจ้านั่นออกมาแล้ว เจ้ากิเลสมันออกมาแล้ว ทีนี้ลูกหลานก็บ่นว่า เอ! คุณยายไปวัดบ่อย ๆ



ใจยังไม่เย็นเลย เอามาฟ่อง ฟ่องหลวงพ่อบอกว่าคุณยายมาวัดบ่อย ๆ ใจยังไม่เย็นเลย เพราะว่าเพลอ สติไม่สมบูรณ์ ปัญญาไม่พอเลยก็เพลอ เตียวดูคนนั้น เตียวว่าคนนี่ อะไรต่าง ๆ ขึ้นมา แสดงว่ายังไม่สามารถจะเอาธรรมะที่ได้ฟังนี้ไปใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตได้ ยังไม่ดี พระพุทธเจ้าจึงยังไม่พอพระทัยเพียงเท่านั้น ต้องก้าวต่อไป เลยก็นั่งเจริญวิปัสสนาจริงจังได้ต้นโพธิ์ที่พุทธคยา ที่คนชอบไปไหว้กัน

มีมนุษย์หัวแหลมคนหนึ่ง มันไปไหว้แล้วมันมีเทคนิคถ่ายรูปใครก็ไม่รู้ รูปที่เขาเขียนนะ ไว้จุกลีด้วย พระพุทธเจ้าไว้จุกลีด้วย มันถ่ายมาติดไว้ที่ต้นโพธิ์ คนปัญญาอ่อนก็ซื้อกันเป็นแถวเลย เอาไปไว้ตามบ้านวัดวาอารามก็ซื้อกัน นี่เขาเรียกว่าถูกต้ม นี่จะไปถ่ายรูปพระพุทธเจ้าได้อย่างไร พระพุทธเจ้าท่านนิพพานไปแล้วไม่มีรูปปรากฏ ถ้าเป็นรูปออกมาก็ไม่รู้รูปใครแล้ว และที่ถ่ายเอามานั้นไม่คิดด้วยปัญญาเลย หลงใหล...ซ้อ เจ้านั่นก็อัดรูปขายใหญ่เลย ร่ำรวยเหมือนกัน มันหลอกคนจนร่ำรวยเหมือนกัน เพราะมีคนสมัครให้เขาหลอกอยู่เยอะเหมือนกัน

โยมมาวัดชลประทานฯ แล้วอย่าให้เขาหลอกในเรื่องอะไรต่าง ๆ ใช้ปัญญาให้มาก พอเขามาแล้วก็ถามว่า “นี่รูปใคร?” รูปพระพุทธเจ้า “พระพุทธเจ้าหน้าตาอย่างนี้หรือ ใครเห็น พระพุทธเจ้าท่านนิพพานแล้วจะมานั่งให้เขาถ่ายรูปได้อย่างไร ให้เห็นได้อย่างไร” มันเป็นไปไม่ได้ มันเป็นเทคนิคของการถ่ายภาพด้วยประการใดประการหนึ่ง คุณปู่

เคยจับคนถ่ายรูปเทคนิคอย่างนี้ เขาถ่ายรูปเป็นคนซ้อนกัน คุณปุ่นแกไปดูแล้วก็บอกว่า เออ!มันภาพเชิงซ้อนนี้ เลยเอาคนถ่ายรูปนั้นมาถ่ายมันก็ไม่ใช่อย่างนั้นเพราะมันมีเทคนิคถ่ายทำให้เป็นอย่างนั้น อัดเอาก็ได้ อัดรูปคนเข้าไปก็ได้ เอารูปคนหนึ่งแล้วเอาหัวคนหนึ่งมาใส่ไว้ก็ได้ เขาทำได้ ทำอย่างนั้นแหละ ถ่ายรูปตัวเราให้ยืนอยู่ในฝ่ามือเราเองก็ทำได้ ถ้าคนไม่รู้เอาไปริมป่าริมเขาก็ว่าเก่ง นี่เอาตัวเองไปนั่งบนฝ่ามือตัวเองได้ มันเก่ง เต็มที่มันทำอย่างนั้น นี่มันเรื่องเทคนิคไม่ใช่เรื่องอะไร เราเห็นแล้วอย่าไปแปลกประหลาดอะไรนักหนา

ผลของการเจริญวิปัสสนา

พระองค์ก็ไปนั่งคิดค้นอยู่ใต้ต้นโพธิ์นั่นแหละ คิดนานเหมือนกัน ไม่ใช่เวลาเล็กน้อย นั่งคิดทบทวนไปทบทวนมาจนกระทั่งได้เกิดปัญญาโผล่ขึ้นมาในใจ รู้กระแสของความเกิด ความดับ ที่เราเรียกว่าหลัก ‘ปัจจุสมุปบาท’ คือรู้ว่าอะไรเป็นเหตุให้เกิดอะไร อะไรดับแล้ว อะไรมันก็ดับตามลำดับ รู้ความเกิด รู้กระแสของความดับ มองเห็นสิ่งทั้งหลายชัดเจนตามสภาพที่เป็นจริง ที่เขาเรียกว่ารู้แจ้งเห็นจริง ที่เราเรียกว่าตรัสรู้ นั่นหมายความว่า รู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งนั้นตามสภาพที่เป็นจริง แล้วนำมาประกาศแก่ชาวโลกให้เกิดความรู้ความเข้าใจต่อไป นั่นแหละคือ



ผลของการเจริญวิปัสสนาของพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้น ถ้าเราได้ยินใครว่า โอ้ย!องค์นั้นเก่งวิปัสสนา ถามว่า...เก่งอย่างไร ?

ครั้งหนึ่งอาตมานั่งเรือบินกับนายตำรวจคนหนึ่ง นายตำรวจคนนี้แก่เชี่ยวชาญทางการไปเที่ยวทำพิธีปลุกเสก เตี้ยนี้ตายแล้วหรือยังก็ไม่ทราบ ออกจากราชการหลายปีแล้ว นั่งไป...แถบกว่าภาคเหนือไม่มีพระวิปัสสนาเลย ถามว่า “ภาคไหนมีมาก” “แถวภาคกลางมีเยอะ”

“ไหนลองเอ่ยชื่อให้อาตมาฟังสักองค์สององค์ซิ พระเก่งวิปัสสนาอยู่ที่ไหนบ้าง” แกก็เอ่ยชื่อมา อาตมาก็บอกว่า “นี่ไม่ใช่พระนักวิปัสสนาเจริญพร เป็นหลวงพ่อล้าง ๆ เท่านั้นเอง ไม่มีอะไร” เป็นหลวงพ่อบอเรียนอักษรขอมแขวนคอคนเท่านั้นเอง แล้วอักษรขอมนี้มันวิเศษอะไร เขมรเอาตัวไม่รอดแล้วเวลานี้ ต้องอพยพมาเมืองไทย จนเมืองไทยจะจับหายอยู่แล้วเวลานี้เพราะว่าไอ้อักษรขอมนี้เอง ยันต์ขอมนี้มันวิเศษอะไร ถ้ายันต์วิเศษแล้วก็ไม่ต้องเป็นชี้อักษรขอมมึนนิสต์ เวียดนามบุกไม่ได้ พระท่านทั้งหลายก็นั่งเข้าสมาธิเสกให้เวียดนามไล่ไหลออกมาเป็นกอง ๆ เลย ทำไม่ได้ มันช่วยไม่ได้ นอกจากหลอกคนปัญญาอ่อนเท่านั้นเอง แล้วก็ไปนั่งทำอย่างนั้น ไม่ใช่... นั่นไม่ใช่นักวิปัสสนา เป็นพวกที่ทำอะไรนิด ๆ หน่อย ๆ แล้วเอาไปใช้ในทางผิดเท่านั้นเอง

วิปัสสนาที่ผิดไม่ได้แต่สมณะผิดได้ พวกเจริญสมณะนี้ผิดได้ แต่ถ้าเจริญวิปัสสนาถูกต้อง มีปัญญาแล้วผิดไม่ได้ แล้วใจไม่ยอมผิด

ไม่ยอมทำผิดอะไรทั้งหมด เพราะความรู้สึกอื่นนั้นมันขัดต่อปัญญา ไม่สามารถทำอะไรได้ นั่นคือตัววิปัสสนาแท้ เพราะฉะนั้นเราให้เข้าใจเรื่องนี้ไว้ ว่าสมณะอย่างหนึ่ง วิปัสสนาอย่างหนึ่ง

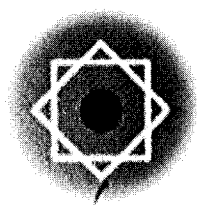
สำนักทั้งหลายนั้นเป็นสำนักสมณะภาวนา ไม่ใช่สำนักวิปัสสนา อาจารย์วิปัสสนาที่ประกาศโครมครามนั้นไม่ใช่สำนักวิปัสสนา แต่เป็นนัก ‘สมถยานิก’ เท่านั้นเอง แล้วเอาความรู้ชนิด ๆ หน่อย ๆ ที่ตนมีไปทำทำไปอย่างนั้นเอง อาจารย์สมณะนี้อะไรอะไรเลย ทั้งหมดก็ยังไม่ได้ทิ้งบุญหรือยังไม่ได้ เวลาไปทำพิธีปลุกเสก พอนั่ง ๆ ลักพักหนึ่งจุดบุญหรือสุมแล้ว แล้วจะไปเสกพระได้อย่างไร ตัวเองก็ยังไม่เป็นพระแล้วจะไปเสกพระได้อย่างไร ฟนบุญหรือวันโขมก เคี้ยวหมากแยม ๆ ๆ อยู่ตลอดเวลา แล้วจะไปเป็นนักวิปัสสนาได้อย่างไร นักวิปัสสนามันต้องรู้ความจริงทั้งหมดจึงจะเป็นการถูกต้อง ให้โยมเข้าใจไว้อย่างนี้ จะได้ไม่เชียว แล้วจะไม่มีใครมาหลอกเรื่องนี้ต่อไป ถ้าใครว่า “อัย! องค์นั้นเก่งทางวิปัสสนา” เก่งทางวิปัสสนานั้น ไม่มีใครรู้หรอก รู้ไม่ได้ เพราะไม่ใช่เรื่องที่วาดออกมาข้างนอก นักวิชาวิปัสสนามันเป็นเรื่องภายในจิต เป็นเรื่องปัญญา เรื่องรู้แจ้งเฉพาะตนทั้งนั้นแหละ ถ้าแสดงออกนี้ไม่ใช่สำนักวิปัสสนา ไม่ใช่ความจริง ความจริงแสดงออกมาไม่ได้ ความจริงพูดไม่ได้ ปิดปากเงียบ พระเซ็นถูกถามถึงเรื่องนั้น ถามเรื่องนี้ พอถึงองค์นั้นเม้มปากแน่น องค์ที่เข้าถึงนั้นพูดไม่ได้ แต่ถ้ายังพูดได้ไม่ใช่เนื้อแท้ เขาว่าอย่างนั้น



ฉะนั้นวิปัสสนาไม่ใช่ของอวด ไม่ใช่ของอวด ไม่ใช่ของที่
 สำหรับจะไปทำอะไรอย่างนั้น แต่ถ้าพวกสมณะแล้วมักอวดเก่งอย่างนั้น
 เก่งอย่างนี้ คุณโตเสียด้วยนะ คุณทำทำเป็นนักเลงเลย นักเลงแบบพระ
 ไม่ใช่ นักเลงแบบชาวบ้าน...คุณโต เคยพบบ่อย บางทีคุณทักอาตมา
 ด้วยเหมือนกัน พอคุณจบอาตมาเล่นงานเอาหงอไปเลย คุณนักหนา
 คุณอย่างนั้นคุณอย่างนี้ ถามว่า “พอแล้วยัง” บอกว่า “จบแล้ว”
 “เอ้า! ฟังผมบ้าง” นั่งเจิบเลย เป็นอย่างนั้น ไม่รู้ว่าเสื่อมมานั่งอยู่ใกล้ ๆ

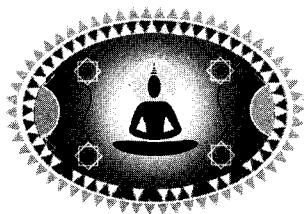
ดังที่ได้กล่าวมาก็สมควรแก่เวลา ขอจบแต่เพียงเท่านี้





.๒.

การเจริญวิปัสสนาภาวนา



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

วันนี้เป็นวันอาทิตย์ตามปกติทั่ว ๆ ไป สัปดาห์ที่แล้วหลังจากวันอาทิตย์อาตมาไม่ได้อยู่ที่วัด ได้เดินทางไปจังหวัดระนองเพื่อไปอบรมประชาชนตามโครงการที่เขาได้ทำขึ้น ไปเมื่อวันที่ ๑๑ กลางคืน ๑๒ เข้าถึงก็ไม่ได้พักผ่อน พอไปถึงเขาก็ได้ให้เทศน์ ๙ โมงเช้า เทศน์บ่ายโมง เทศน์กลางคืน ที่อำเภอละอุ่น แล้วก็เดินทางต่อไปอำเภอเมือง ไปเทศน์ที่อำเภอกะเปอร์ หลายแห่ง คืบสุดท้ายก็มาเทศน์ที่กระบี่ แล้วก็เดินทางกลับ ถนนเขาทำใหม่ ฝนตกเฉอะแฉะ รถมาไม่สะดวก เขาเอารถแลนด์



โรเวอร์มาส่งที่ชุมพร แล้วขึ้นรถทัวร์กลับวัด การไปนั้นก็เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขของชาวบ้านทั่ว ๆ ไป อบรมทั้งข้าราชการ ทั้งประชาชน ในจังหวัดนั้น หลายหน่วยด้วยกัน เป็นการจาริกเพื่อเผยแผ่ธรรมะ แล้วก็กลับมาพบญาติโยมตามปกติต่อไป

เมื่อวันก่อนนี้ได้นิมนต์ ท่านปะภากะโร มาพูดเล็กน้อย ท่านพูดไม่นาน วันนี้ ท่านสุเมโธ เดินทางมาประเทศไทยแต่ไม่มีโอกาสมาพูด ตอนเช้าวันนี้ แต่ว่าอาจจะมีโอกาสในอนาคตต่อไป ถ้าท่านว่างก็จะได้นิมนต์มาพบปะญาติโยมเพื่อพูดธรรมะสู่กันฟังบ้าง เพื่อให้เห็นว่าพระชาวต่างประเทศที่เขาบวชจริง ๆ เรียนจริง ปฏิบัติจริงนั้น ได้ประโยชน์แก่ชีวิตอย่างไร แล้วก็นำไปใช้เป็นประโยชน์แก่ชาวตะวันตกที่สนใจจะหลุดพ้นจากความทุกข์ต่อไปอย่างไร เป็นเรื่องที่เราจะได้ฟังกันในวันต่อไป ต้องหาโอกาสก่อน

เมื่อวันอาทิตย์ก่อนโน้น ได้พูดค้างไว้ในเรื่องเกี่ยวกับเจริญภาวนา ในแง่ที่เรียกว่า ‘วิปัสสนาภาวนา’ ขอทวนต้นอีกสักหน่อยหนึ่งว่า เรื่องภาวนานั้น คำว่า ‘ภาวนา’ เป็นคำกลางใช้ได้ ๒ อย่างคือ สมถะภาวนา และ วิปัสสนาภาวนา

สมณะภาวนา : การฝึกจิตให้เหมาะที่จะใช้งาน

สมณะภาวนานั้น มีจุดหมายสำคัญอยู่ที่ต้องการฝึกจิตให้มีความสงบ ให้มีความตั้งมั่นให้อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน ที่ว่าสงบนั้นคือจิตไม่วิ่งไปวิ่งมา เหมือนกับเด็กน้อย ๆ ถ้าสงบมันก็นอนนิ่ง ๆ แต่ถ้ามันวิ่งไปโน่นมานี่ จับนั้นจับนี้ เตียวถั่วแตก จานแตก ก็หมายความว่า ยังไม่สงบ ใจเราก็เหมือนกัน ถ้ายังเที่ยววิ่งวุ่นไปโน่นมานี่อยู่ ก็แสดงว่าไม่สงบ เมื่อไม่สงบมันก็ไม่ตั้งมั่น เมื่อไม่ตั้งมั่นก็ไม่อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน เพราะฉะนั้น การฝึกฝนในด้านการภาวนาในส่วนที่เรียกว่าสมณะนี้ จุดหมายสำคัญมีเพียง ๓ ประการ อันนี้ให้เข้าใจไว้ให้ชัด ให้รู้เป้าหมายของการปฏิบัติสมณะภาวนาว่า เพื่อให้จิตสงบ ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอันเดียวเรื่องเดียว ให้มันอ่อนโยนเหมาะแก่การใช้งาน รู้เป้าหมายไว้อย่างนั้น

ถ้าเรารู้เป้าหมายเราทำอะไรก็ตรงเป้า แต่ถ้าไม่รู้เป้าหมายก็ทำเปะปะไป มันก็ไม่ได้เรื่องได้ราว ไปนั่งภาวนาเพื่อจะดูห่วย เพื่อจะดูอะไรต่ออะไรนั่นมันไม่ใช่เรื่อง เป็นเรื่องนอกกริตนออกรอย ไม่ใช่จุดหมายที่แท้จริงตามธรรมะวินัยของพระผู้มีพระภาคเจ้า จุดหมายที่แท้จริงของสมณะภาวนานั้นต้องการให้เราจิตสงบ ตั้งมั่นอยู่ในเรื่องเดียวที่เราต้องการ แล้วก็อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งานได้



คำว่าอ่อนโยน หมายความว่า เชื่อง ถ้าเปรียบกับสัตว์ป่าเมื่อจับมาใหม่ ๆ นี่มันไม่อ่อนโยน มันยังแข็งกระด้างอยู่ ยังว่าไม่นอนสอนไม่ฟัง แต่เมื่อเราหัดไป ๆ มันก็อ่อนโยนทำตามเราสั่ง สั่งให้ทำอะไรแม้มันไม่รู้ภาษาคนแต่มันเหมือนกับรู้ สั่งให้นอนมันก็นอน สั่งให้ลุกขึ้นมันก็ลุกขึ้น สั่งให้ทำอะไรมันก็ทำตามเหมือนคนฝึกช้างได้ที่แล้ว ก็เรียกว่าช้างนั้นเชื่อง หรือพูดว่าอ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน เอาไปใช้อะไรก็ได้ เอาไปลากซุงก็ได้ ไปเตะฟุตบอลหลอกเด็กก็ได้ หรือว่าเอาไปทำอะไรอื่นก็ได้ นี่แสดงว่าได้รับการฝึกฝนอบรมดีแล้ว มันก็เชื่อง

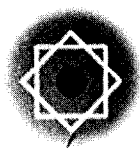
จิตใจคนนี้ก็เหมือนกัน ถ้ายังไม่ได้ฝึกฝนอบรม มันยังไม่สงบ ไม่ตั้งมั่นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เรากำลังการ แล้วก็ไม่อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน ยังกระด้างกระเดื่องอยู่ ทำอะไรมันก็แกว่งไปเสีย เช่นว่าเราจะอ่านหนังสือ นี่อ่านแล้วไม่รู้เรื่อง ที่ไม่รู้เรื่องก็เพราะว่าใจเราไม่อยู่กับหนังสือ เราจึงไม่รู้เรื่อง หรือว่าเราจะทำอะไรอื่นแต่มันฟุ้งซ่าน ก็แสดงว่าไม่เอาไหน

การฝึกในเรื่องสมถะภาวนา มุ่งเพียง ๓ อย่างนี้เท่านั้น คือ ๓ อย่างดังที่กล่าว เรื่องอื่นไม่เอา ไม่ต้องการ ใครจะสอนว่าให้เป็นอย่างนั้นให้เป็นอย่างนี้ ก็ให้รู้นั่นไม่ใช่จุดหมายของการเจริญภาวนา ที่เรียกว่าสมถะ

วิปัสสนาภาวนา : การนำจิตที่ฝึกแล้วไปใช้งาน

ส่วน วิปัสสนาภาวนา นั้นเป็นเรื่องที่เราจะทำต่อไป จากจิตที่สงบ ตั้งมั่นอ่อนโยนแล้ว เพื่อใช้จิตนั้นให้ทำงาน ทำงานเรื่องอะไร? ก็ทำงานพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้ชัดตามสภาพที่เป็นจริง การพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้ชัดตามสภาพที่เป็นจริงเพื่ออะไร? ก็เพื่อที่จะได้ไม่หลงใหล ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้น เพราะการหลงใหลมัวเมา ยึดมั่นถือมั่น นั้นแหละเป็นตัวการใหญ่ที่ทำให้เรามีปัญหา ทำให้เรามีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจ

ความทุกข์ทั้งหลายทั้งปวงนั้นเกิดจากการยึดมั่นในสิ่งนั้น เรามีของอยู่แล้วมันหายไป ทำไมเราจึงได้เป็นทุกข์ เพราะว่าเรายึดถือว่าของนั้นเป็นของเรา เราเสียตายมัน เราคิดถึงด้วยความอาลัย เราก็มีความทุกข์ในของนั้นเพราะความยึดมั่น หรือว่าเรามีลูก ลูกถึงแก่ความตายเราก็เสียอกเสียใจ ไม่เป็นอันกินอันนอน ไม่เป็นอันทำอะไรอย่างนี้ก็เรียกว่าเราเป็นทุกข์เพราะเรื่องนั้น เพราะเรื่องที่เรายึดมั่นถือมั่นในเรื่องอย่างนั้น จึงได้เกิดปัญหา มีความทุกข์มีความเดือดร้อน หรือว่าเราต้องการอะไร เราไม่ได้ดังที่ต้องการเราก็เป็นทุกข์ ปัญหาชีวิตที่เราจะแก้ไขคือเรื่องความทุกข์นั่นเอง ไม่ใช่เรื่องอื่น พระพุทธเจ้าจึงทรงย้ำหนักหนาว่า เราสอนเรื่องเดียว ตถาคตสอนเรื่องเดียว คือเรื่องความทุกข์และการดับทุกข์ได้



การเจริญวิปัสสนา กับการดับทุกข์

เรื่องความทุกข์และการดับทุกข์ได้เป็นเรื่องใหญ่ เรื่องสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงสอน เรื่องอื่นนั้นไม่ใช่เรื่องสำคัญ ไม่ใช่เรื่องอะไรใหญ่โต เราอย่าไปสนใจให้มันเสียเวลา ญาติโยมโดยมากไม่สนใจปัญหาเฉพาะหน้า แต่ไปสนใจในเรื่องที่ยังไม่มาถึง หรือเรื่องที่ยันผ่านพ้นไปแล้ว

ยกตัวอย่างเช่นว่า ถ้าให้ถามปัญหาอะไรนี้ ชอบถามกันเหลือเกิน ถามว่าตายแล้วไปไหน? ตายแล้วเกิดอีกหรือไม่? ถามเขาไปทำอะไร ไล่เรื่องนั้น มันไม่ใช่ปัญหาเฉพาะหน้า ไม่ใช่เรื่องแก้ทุกข์อย่างแท้จริง เราจะตายเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ ตายแล้วไปไหนจะรู้มันไปทำไม รู้เรื่องที่เราอยู่ในปัจจุบันนี้สำคัญ ว่าเราควรจะทำอย่างไร ควรจะคิดอย่างไร ควรจะทำอย่างไร ใจจึงจะสงบไม่วุ่นวาย ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนใจ นี่แหละ ปัญหาเฉพาะหน้าที่ควรจะถาม แต่ว่าไม่มีใครถามหรอก ต้องถามว่า ตายแล้วไปไหน? ตายแล้วไปเกิดเป็นอะไร? ไปทุกข์อะไรเรื่องนั้น มันยังมาไม่ถึง ตายแล้วจะไปไหนก็ช่างหัวมัน แต่ว่าไอ้ที่อยู่ในปัจจุบันนี้ ควรจะอยู่อย่างไรรู้จักจะไม่เป็นทุกข์ นี่มันเป็นเรื่องที่สำคัญกว่า เราไม่ค่อยสนใจในเรื่องอย่างนั้น

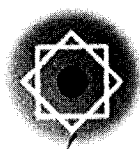
พระพุทธเจ้าท่านสอนให้สนใจในปัญหาปัจจุบัน อย่าไปคิดถึงเรื่องที่ผ่านมาแล้ว เรื่องที่แล้วก็แล้วกันไป อย่าไปพะวงเรื่องยังไม่มาถึง

ข้างหน้านั้นยังอีกไกล แต่ว่าอะไรเกิดขึ้นเฉพาะหน้าจะต้องใช้ปัญญาวิเคราะห์วิจารณ์ในเรื่องนั้น ให้มันเข้าใจแจ่มแจ้ง จะไม่เกิดปัญหาคือความทุกข์ใจ นี่แหละเป็นเรื่องสำคัญ จึงขอฝากอันนี้ไว้ว่า ให้เรามาสงใจปัญหาเฉพาะหน้าอันเป็นปัญหาที่เราควรแก้ไข คือความทุกข์ในชีวิตประจำวันนี้ เราจะแก้อย่างไร นี่เป็นเรื่องสำคัญ

จุดหมายของการเจริญภาวนา

เพราะฉะนั้น การเจริญภาวนา ที่เรียกว่าวิปัสสนาภาวนานั้น มีจุดหมายเพื่อจะให้เข้าใจชัดเจนในเรื่องเกี่ยวกับชีวิตของเรา สิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรา และคุณโทษจากสิ่งนั้น ๆ เรื่องแก้ไขปัญหานั้น ๆ ว่าเราจะทำอย่างไร

พระพุทธศาสนาจะเป็นประโยชน์แก่ชาวโลกมาก ถ้าเราสนใจให้ถูกทาง แต่ถ้าเราสนใจผิดทางก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะเราไม่เอามาใช้สำหรับแก้ไขปัญหาชีวิต มันก็ไม่ได้เรื่อง เหมือนเรามีข้าวไม่กินเพื่อแก้หิวแล้วก็นั่งหิวอยู่ ข้าวนั้นมันจะเกิดประโยชน์อะไร มีน้ำไม่ดื่มแก้กระหาย มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร เราจึงต้องคิดในเรื่องนี้ แล้วก็แก้ไขเรื่องนี้ซึ่งเป็นปัญหาเฉพาะหน้า ในชีวิตของเราแต่ละคนนั้น เราเป็นอยู่โดยไม่มีปัญหา มีหรือไม่ หรือเราเป็นอยู่โดยไม่มีความทุกข์ร้อนทาง



จิตใจ มีอยู่หรือไม่ ลองคิดดูให้ดี เมื่อคิดดูให้ดีแล้วเราก็พบว่าเรื่องมันเยอะ ปัญหามันมาก เดียวเรื่องนั้นเรื่องนี้ เรื่องโน้น มีอะไรมากมาย กายกองที่ทำให้เรากลุ้มใจ ทำให้เรามีความทุกข์ทางใจ แล้วเวลาเรากลุ้มใจนะเรามีความรู้สึกอย่างไร? อึดอัดอย่างไร? ประสาทมันเปลี่ยนสภาพอย่างไร? หัวใจทำงานหนักอย่างไร? บนหัวนี้เส้นมันขึ้นปูด ๆ มันขึ้นไปแล้วก็ปวดหัวปวดตา อะไรต่าง ๆ อันนี้มันเนื่องมาจากเรื่องอะไร ถ้าเราไม่คิดแก้มันก็ไม่รู้ไม่เข้าใจแล้วเราก็จะเป็นอย่างนั้นบ่อย ๆ ปวดหัวบ่อย ๆ ท้องเสียบ่อย ๆ มีความกลุ้มใจบ่อย ๆ ในปัญหา ในชีวิตประจำวัน นี่คือการที่เราไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องของชีวิต ไม่รู้จักจัดตัวของตัวเองให้เป็น การถูกต้องเรียบร้อย มันก็เกิดปัญหาเรื่อยไปไม่รู้จักจบไม่รู้จักสิ้น เพราะมัวแต่ไปจัดเรื่องอื่น ไปทำเรื่องอื่นที่ไม่เข้าเรื่อง ที่นี้เรามันต้องมาคิดว่าทำไมมันจึงเป็นอย่างนี้ ทำไมกลุ้มใจ ทำไมจึงเป็นทุกข์ ทำไมจึงคิดถึงสิ่งนั้น ทำไมจึงคิดถึงสิ่งนี้ แล้วมันมีอะไรเกิดขึ้นในใจของเรา นี่คือการที่เราจะต้องใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา ที่เรียกว่า เจริญวิปัสสนา

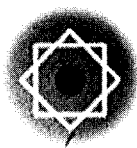
คำว่า 'วิปัสสนา' นั้น แปลว่า เห็นชัดตามที่มันเป็นอยู่จริง ๆ เห็นอะไรก็เห็นชัดเจนแจ่มแจ้งตามแง่ของวิปัสสนาปัญญาในทางพระพุทธศาสนา ถ้าเราเห็นชัดเจนแจ่มแจ้งแล้วเราก็ไม่มีปัญหา เพราะเรารู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ อย่างไร ใจเราก็พอปล่อยพองวางได้ ไม่เกิดความรุ่มร้อนในทางจิตใจ

ความจริงของชีวิต

ทีนี้มีปัญหาว่า เราเริ่มร้อนไหม? มีความกังวลไหม? มีความทุกข์ทางใจด้วยปัญหาอะไรต่าง ๆ อยู่หรือไม่? ถ้าเราคิดดูให้ดีแล้วก็จะเห็นว่าเรื่องมันมาก มันยุ่งอยู่ตลอดเวลา เราก็ยังไม่คิดแก้ปัญหา มันก็เป็นความวุ่นวายใจ แล้วก็ไม่ว่าจะทำอย่างไร ผลที่สุดก็เป็นโรคประสาท คนสมัยนี้เป็นโรคประสาทกันมาก

ที่เป็นโรคประสาทกันมาก เพราะว่าไม่ได้ใช้สิ่งที่เรามีอยู่ให้เป็นประโยชน์ คือธรรมของพระพุทธเจ้ามีเราก็ไม่ใช้ ชาวบ้านเป็นโรคประสาทนี้ไม่ว่าอะไร แต่พระเป็นโรคประสาทนี้แหล่ะ! น่าเกลียดเหลือเกิน วันก่อนนี้หนังสือพิมพ์ลงข่าวว่า พระเจ้าคุณองค์หนึ่ง พระองค์นี้เอาตามารู้จักดี เป็นเปรียญไม่น้อยประโยค ๙ แล้วก็เป็นสมภารอยู่ที่วัดฉลอง อำเภอเมืองภูเก็ต ไม่รู้ว่าลุ่มใจเรื่องอะไร เอาไม้ดบอกผลไม้มาหั่นคอตัวเอง ไม่ตาย ยังอยู่ให้ขายหน้าต่อไป ถ้าตายก็จะได้หมดเรื่องกันไป ยังอยู่ให้ขายหน้าต่อไป แผลเป็นก็ยังเหลืออยู่ เป็นแผลเป็นที่ประกาศเรื่องอันน่าขายหน้า ไปไหนคนเขาถามว่า คุณเป็นแผลอะไร แผลโง่ ถ้าจะตอบก็ว่า “นี่แผลโง่นะซี” โง่! คิดฆ่าตัวตายนี่มันโง่

คนเราถ้าคิดฆ่าตัวตายนี่มันโง่จอมโง่แล้ว คิดฆ่าตัวตาย คิดกินยาตาย ทำอะไรให้ตัวตายนี้เรียกว่าโง่ที่สุดแล้ว แล้วก็เวียนธรรมะ เวียน



ศาสนาดังนั้น ได้เปรียญถึง ๙ ประโยค แต่นั่นแหละหลายประโยคก็ไม่ได้เรื่องหรอกเพราะว่าไม่เอาไปใช้ เรียนเพื่อเอาปริญญา เรียนเพื่อเอาเศษกระดาษแผ่นหนึ่งไปใช้สมัครงานสมัครการต่อไป แต่ไม่เอาธรรมะที่มีอยู่ในคัมภีร์พระพุทธเจ้ามาใช้ มันก็เกิดโรคใจอย่างนั้นขึ้นมา จึงเป็นเรื่องที่น่าละอาย

พระเจ้าดำไปโรงพยาบาลศรีธัญญา หรือไปโรงพยาบาลโรคประสาทนี้ เรียกว่าเอาหน้าไปขายเท่านั้นเอง เพราะว่าเรามันอยู่ใกล้ตำรา ใกล้ยาแก้โรคประสาท แต่ว่าไปประกาศให้ใครรู้ว่า ฉันมันอยู่ใกล้เกลือแต่กินต่าง ไม่กินเกลือแต่ไปกินต่าง กินต่างมันก็ตายเท่านั้นเอง ใครไปกินน้ำต่างมันก็ตายเท่านั้นเอง น้ำต่างนี้มันกินได้ไหม ลองไปกินน้ำต่างมันก็ตายเท่านั้นเอง เพราะฉะนั้น คำที่เขาว่า ‘ใกล้เกลือกินต่าง’ แปลว่า คนนั้นมันไม่มีชีวิตชีวา ไม่มีจิตใจอยู่ในโลกด้วยปัญญาแต่อยู่ด้วยความโง่ ความเขลา ไปกระทำสิ่งโง่ ๆ มันก็เสียเหลี่ยม เสียภูมิ มันไม่ได้

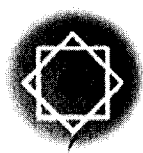
พุทธบริษัทดำเนินชีวิตอยู่ด้วยวิปัสสนาปัญญา

เราเป็นพุทธบริษัทนี้ ให้จำเป็นหลักประจำใจไว้ว่า พุทธบริษัทควรจะเป็นทุกข์กับเขาไม่ได้ พุทธบริษัทไม่ควรจะเป็นทุกข์กับใคร ๆ ไม่ควรจะนั่งกลุ้มใจ ไม่ควรจะนั่งเป็นทุกข์ วิตกกังวลด้วยปัญหาอะไร ๆ

พุทธบริษัทต้องมีดวงตาคือปัญญา เห็นสิ่งทั้งหลายถูกต้องอยู่ตลอดเวลา มีอะไรเกิดขึ้นก็รู้ชัดในสิ่งนั้น รู้ตั้งแต่ต้นจนปลายของเรื่อง ไม่ใช่รู้แต่เพียงตอนใดตอนหนึ่งแต่รู้ตั้งแต่ต้นจนสุดยอด ว่าสิ่งนั้นคืออะไร แล้วใจมันก็สบาย ไม่เข้าไปยึดไม่เข้าไปถือเอาสิ่งนั้นมาเป็นอารมณ์ ปล่อยได้วางได้

ปล่อยได้วางได้ก็เพราะเราเข้าใจสิ่งนั้นถูกต้อง คือเข้าใจว่าสิ่งนั้นมันไม่มีอะไรที่น่าจะเข้าไปยึดมันถือมัน ไม่มีอะไรที่น่าจะไปคิดถึงด้วยความวิตกกังวล มันเป็นแต่เพียงธรรมชาติ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เท่านั้น มัน ๓ เรื่องเท่านั้นเอง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตั้งอยู่มีมันนิดเดียวเท่านั้นเอง คล้ายกับเมล็ดงาที่อยู่ปลายเข็ม เนื้อที่ปลายเข็มนี้มันนิดเดียว ถ้าเทียบส่วนอะไร ๆ ในโลกนี้ ปลายเข็มนี้มันนิดเดียวเหลือเกิน เมล็ดงาที่อยู่ปลายเข็มนี้มันนิดเดียว อะไรทั้งหลายทั้งปวงมันเกิดขึ้นแล้วก็ไปตั้งอยู่นิดเดียวแล้วก็หล่นดับลงไป เกิดขึ้นนิดแล้วก็ดับไป มันเป็นอย่างนี้ เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...ดับไป เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...ดับไป ที่นี้เรามันไม่ฉลาดในเรื่องขบวนการของสิ่งนั้น ๆ เราก็ไม่จับไว้ยึดไว้ ไม่รู้ว่ามันเป็นอะไร นี่คือการเข้าใจผิด จึงต้องใช้วิธีปลสนาปัญญาเป็นเครื่องแก้ปัญญา

ญาติโยมชาวบ้านมักจะถามว่า “เป็นชาวบ้านอยู่ครองบ้านครองเรือนนี้ต้องเจริญวิปัสสนาด้วยหรือ” อยากจะตอบว่าจำเป็นที่สุดที่จะต้องทำ ต้องเจริญวิปัสสนาปัญญา เพราะว่าชาวบ้านนี้มีปัญหามากกว่า



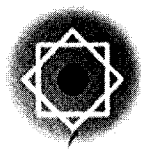
ชาววัด โยมนี้มีปัญหามากกว่าหลวงพ่อกำลังยืนปาฐกถา อาตมานี้ไม่ค่อยจะมีปัญหาอะไร มีปัญหาแต่ว่าเขานิมนต์ไปเทศน์ ไปเทศน์เสร็จแล้วก็หมดเรื่อง มีเรื่องไถ่โน่นไถ่นี้ นิดๆหน่อยๆ ในวัด สร้างนั่นสร้างนี่ มันก็ไม่ใช่เป็นทุกข์กับเขา ไม่ต้องไปนั่งเป็นทุกข์ว่าไถ่นั้นไถ่นี้ มอบงานให้พระทำท่านก็ทำไปตามเรื่อง ปัจจุบันมอบให้ เบิกเงินจ่ายของ ก็ทำไปตามหน้าที่ ไม่ต้องมานั่งปวดหัวปวดตา ไม่ต้องเป็นโรคประสาทอะไรกับเขา จนกระทั่งว่าจะคิดทำลายตัวเองหรืออะไรต่าง ๆ เพราะว่าได้ใช้วิชาการของพระพุทธเจ้าเป็นเครื่องปรับปรุงชีวิตอยู่ตลอดเวลา

แต่ว่าโยมชาวบ้านนั้นเรื่องมาก เรื่องมากทุกคน เรื่องในครอบครัว เรื่องการงาน เรื่องสังคม เรื่องหน้าที่ต่าง ๆ ที่เราเข้าไปเกี่ยวข้อง ถ้าเราไปเกี่ยวข้องกับสิ่งใดด้วยอริยชาเราก็ต้องเป็นทุกข์ แต่ถ้าเราเข้าไปเกี่ยวข้องสิ่งใดด้วยปัญญาเราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะสิ่งนั้น เพราะฉะนั้นเราชาวพุทธจะต้องอยู่ด้วยปัญญา เพราะพุทธะแปลว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้มีความเบิกบานแจ่มใส ถ้าเราเป็นคนไม่รู้ ก็ไม่ใช่ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ไม่ตื่นก็ไม่ใช่ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ไม่เบิกบานก็ยังไม่เป็นกันใหญ่ นั่งเป็นทุกข์กลุ่มอกกลุ่มใจ หน้านิ้วคิ้วขมวด เพื่อนถามไม่ได้ยิน เพราะว่ามันกลุ่มใจ ไม่ใช่ลูกศิษย์พระพุทธเจ้าแล้ว เราห่างพระพุทธเจ้า ห่างพระธรรม ห่างพระสงฆ์ไปไกลแล้ว หรือว่าเหมือนเรานั่งไกลแสงสว่าง มันก็มีมืด แต่ถ้าเรานั่งใกล้แสงสว่างก็มองเห็นอะไรชัดเจนแจ่มแจ้ง

หน้าที่ของเราที่เป็นพุทธบริษัทจึงต้องอยู่ด้วยปัญญา อย่าอยู่ด้วยความโง่ความหลงในเรื่องอะไรต่าง ๆ ให้ใช้ปัญญาไว้แล้วเราก็จะปลอดภัย แม้เป็นชาวบ้านก็ต้องใช้ แต่ชาวบ้านไม่ค่อยเข้าใจ ไม่ค่อยเข้าใจเรื่องสำคัญของชีวิต ไม่ค่อยเข้าใจว่าสิ่งนี้เป็นแกชีวิตอย่างไร เขาไม่เข้าใจ เขานึกแต่เรื่องอาหาร นึกแต่เรื่องเสื้อผ้า นึกแต่เรื่องที่อยู่อาศัย หรือยา แก้ไขเมื่อถึงคราวเจ็บไข้ได้ป่วย แต่ไม่ได้นึกว่าสิ่งที่ทำให้เราป่วยอยู่ตลอดเวลา นั่นคือความไม่รู้นั่นเอง ที่เรียกว่า อวิชชา

ให้จำคำศัพท์เทคนิคไว้ว่า อวิชชา คือความไม่รู้ ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไรอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ไม่รู้อดีต ไม่รู้อนาคต ไม่รู้ปัจจุบัน ไม่รู้เหตุ ไม่รู้ผล ของเรื่องอะไรต่าง ๆ ไม่รู้ว่าจะได้ ไม่รู้ว่าจะได้อย่างไร เรื่องไม่รู้ทั้งนั้น เมื่อมีแต่เรื่องไม่รู้มันก็ลุ่ม คนไม่รู้ก็เหมือนกับอยู่ในห้องมืดเราหลับตา หลับหูหลับตาไม่รู้อะไร หรือว่าเหมือนกับอยู่ในห้องมืดเราก็มองอะไรไม่เห็นเพราะว่าไม่มีแสงสว่าง

ถ้าเราอยู่เหมือนอยู่ในห้องมืด เราก็ต้องลุ่มใจ สมมติว่าเราจับเราไปขังไว้ในห้องมืดใส่กุญแจ ปิดหน้าต่าง ไม่มีแสงเลย เราลุ่มใจ เรากลัว เรากลัวฉันทไฉไล ไอ้ที่เราอยู่ที่แจ้ง ๆ แต่เราไม่มีปัญญามองพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้ชัดตามสภาพที่เป็นจริงนั่นแหละ เรียกว่าห้องมืดทางจิต ทางวิญญาณที่น่ากลัวยิ่ง ห้องมืดทางกายนั้นไม่เท่าไรแต่ห้องมืดทางจิตทางวิญญาณนี้มันร้าย เพราะมันจะทำให้เราเป็นทุกข์ตลอดวัน นอนก็



ไม่หลับ กินก็ไม่ได้ เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา ด้วยเรื่องอย่างนี้ นี่แหละ เป็นห้องมืดที่สำคัญซึ่งเราไม่กลัว เราไปกลัวความมืดเพราะไม่มีแสงสว่าง ไม่กลัวความมืดเพราะไม่มีปัญญา อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอยู่ เพราะฉะนั้น ให้เข้าใจว่า *ความมืดบอดทางจิตใจคืออันตรายของชีวิต*

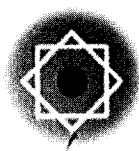
ชีวิตที่จะอยู่ด้วยความสุขอย่างแท้จริงนั้น ต้องอยู่ด้วยแสงสว่าง ทางใจ ต้องอยู่ด้วยปัญญา อยู่ด้วยความรู้อะไรเป็นอะไร ถูกต้องตามสภาพที่เป็นจริง การที่จะรู้อะไรเป็นอะไรถูกต้องตามสภาพที่เป็นจริงนั้น ก็ต้องใช้ปัญญาของพระพุทธศาสนา ซึ่งเรียกว่า *‘วิปัสสนาปัญญา’*

ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาปัญหา

การเจริญวิปัสสนานั้น ไม่ต้องไปนั่งในที่ไหนหรือที่ใดก็ได้ เพราะว่ามีสิ่งที่ให้เราพิจารณาอยู่ตลอดเวลา อะไรมากระทบตา กระทบหู กระทบจมูก กระทบลิ้น กระทบกาย กระทบใจ เราก็ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาได้ พิจารณาอยู่ทุกโอกาส เราอยู่ในบ้านอยู่นอกบ้าน นั่งรถไปหรือไปในที่ไหน ๆ เราก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาเรื่อยไป เมื่อมีกิจว่างจากเรื่องอื่นก็ต้องเอามาใช้กับเรื่องนี้ เอามาเพ่งพินิจให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องอะไร ๆ ถูกต้องขึ้น นั่นเป็นเรื่องที่ได้ประโยชน์แก่จิตใจของเรา แต่เราไม่ค่อยจะได้พิจารณา

หรืออย่างน้อย เมื่อเวลามีปัญหาเกิดขึ้น ถ้าเราเป็นคนชอบใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา พอเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นก็คิดตามตัวเองว่า นี่อะไร นี่อะไร สิ่งนี้คืออะไร มันเกิดขึ้นอยู่ในใจของเราเวลานี้ทำให้เราร้อนใจ ทำให้เรากลุ้ม ทำให้เรามีความทุกข์ ไม่มีความสบายใจ นั่งไม่ได้ เดินไม่ได้ นอนไม่ได้ มีอาการหุนหันพลันแล่นอยู่ตลอดเวลา เหมือนหมดสติจันท์ เราก็ต้องตั้งปัญหาถามตัวเองว่า นี่มันเรื่องอะไร ตามดั่ง ๆ ก็ได้ว่า เอ๋นี่มันเรื่องอะไร ดูตัวเองเสียหน่อย หรือไปยืนที่หน้ากระจกเพื่อที่จะได้เห็นหน้าตาด้วยแล้วก็ว่า เอ๋! แกนี่มันบ้าอะไรหนักหนาละ มานั่งกลุ้มอยู่ทำไม อะไรทำให้แกกลุ้มใจ คิดต่อไป ดูต่อไป เรื่องกลุ้ม ค้นหาเรื่องกลุ้ม เหมือนกับเราหาเรื่องในแฟ้มนี้ เปิด ๆ พบดังออกมาพิจารณาเอาไปทำต่อไป

เรื่องกลุ้มก็เป็นอย่างนั้น มันอยู่ในแฟ้มคือใจของเรานั้นเอง พอเรากลุ้มขึ้นมา เราก็อย่าเอาแต่กลุ้ม ให้มีแสงสว่างของปัญญาส่องเข้าไปนิดหน่อย สักนิดหนึ่งก็ยังดี เหมือนอยู่ในที่มืดมีแสงสว่างลอดรูเข้าไปสักนิดก็ชื่นใจ พอได้เห็นแสงบ้าง ใจเราก็อย่างนั้น ให้พอมีปัญญาส่องเข้ามาสักนิดก็ยังดี ปัญญาอันแรกที่ส่องเข้ามาก็คือเกิดความรู้สึกตัวว่าฉันกำลังเป็นทุกข์อยู่ ตัวนี้ตัวแรก แสงอันแรกที่ส่องเข้ามาในใจคือรู้ว่าเราเป็นทุกข์ ให้รู้ว่าเราเป็นทุกข์



มีสติรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง

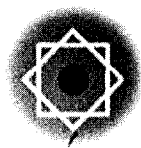
อย่าทุกข์โดยไม่รู้ตัว ถ้าไม่รู้ตัวแล้วก็จะทุกข์หนัก แต่พอรู้ตัวปุ๊บ อย่างนี้ มันเริ่มเบาแล้ว เรียกว่ามีแสงส่องเข้ามาแล้ว เรามีโอกาสจะได้เห็นชัดเจนว่าสิ่งนั้นคืออะไร แล้วก็ขยายรูปลำแสงที่ส่องเข้ามานั้นให้มันกว้างออกไปอีกหน่อย รูปร่างเล็กเหลือเกิน ขยายออกไปให้แสงมันส่องเข้ามามาก ๆ จนเราเห็นทั่วทั้งห้องว่าอะไรเป็นอะไร ฉันทได้ ในเรื่องปัญหา ก็อย่างนั้น พอเรากลุ่มใจขึ้นมาเราก็นั่งลงคิดว่า เอ้! กลุ่มใจเรื่องอะไร เอ๊ะ! กลุ่มใจเรื่องอะไร นี่เรียกว่าถูกคิดขึ้นมา พุดในภาษาชาวบ้านว่า ถูกคิดขึ้นมาได้

ไอ้ถูกคิดขึ้นมาได้ นั่นแหละคือตัวสติละ ตัวสติก็คือตัวที่รู้สึกตัว พอสติมาแล้วเราก็กอบัญญาตามมา ปัญญาเข้ามาบ่งแสงสว่างนั้นให้มันกว้างออกไป ให้มันมากขึ้นเพิ่มขึ้น แล้วเราก็เห็นตัวปัญหาว່ว่าเราทุกข์ เรื่องอะไร กลุ่มใจเรื่องอะไร เราก็กอบัญญานั้นมาวิเคราะห์วิจัย เอามาแยกตัวปัญหาออกไปให้เห็นชัดตามสภาพที่เป็นจริง พอเรามองไปอย่างละเอียดลึกซึ้งเราก็มองเห็นว่ามันไม่จำเป็นที่จะทุกข์ที่ตรงไหน เพราะว่าไม่มีอะไรที่ต้องเป็นทุกข์ ไม่มีเราผู้เป็นทุกข์ด้วยนะ แล้วไม่มีสิ่งที่จะเป็นทุกข์ด้วย

ไอ้ตัวเรามันก็ไม่มี ไอ้สิ่งที่จะทำให้เราทุกข์มันก็ไม่มี แต่ว่าทำไมมันมีขึ้นล่ะ? ก็เพราะเราสร้างมันขึ้นด้วยความโง่ความเขลา เราไม่มี

ปัญญาในสิ่งนั้น เราไม่เคยคิดให้เกิดปัญญา ไม่เคยพิจารณาให้เกิดปัญญา เกิดความรู้ความเข้าใจ เราจับอะไรก็จับมาทั้งดุ้นเลย เอามาทั้งดุ้นโดยไม่เจียรไน เหมือนเราได้ก้อนหินมาก่อนหนึ่ง เราไม่รู้ว่าข้างในนั้นเป็นเพชร เราก็ไม่เจียรไนเอามาทำก้อนเส้าหุงข้าวเสียด้วยซ้ำไป เอามาหุงข้าวเรื่อย ๆ ไป เพราะว่าเรามันไม่รู้ว่าอะไรมันอยู่ในก้อนหินนั้น แต่ถ้าเรารู้เราก็เอาหินนั้นไปสกัดจนกระทั่งถึงข้างในแล้วเจียรไนก็เกิดเป็นสิ่งที่สวยงามขึ้น เอาไปประดับไว้ที่เรือนแหวน ที่สายสร้อยเพื่อจะได้เกิดปัญหาต่อไปอีกถ้าเราใช้แบบนี้ แต่เราไม่ได้ทำอย่างนั้น เราเห็นว่าอะไรเป็นอะไรแล้ว เราก็พิจารณาต่อไปว่า มีอะไรน่ารักแท้จริงบ้าง มีอะไรที่น่าเอาอย่างแท้จริงบ้าง มีอะไรที่ยั่งยืนถาวรบ้างในโลกนี้ ลองพิจารณาไป

เมื่อพิจารณาไปก็เห็นว่าไม่มีอะไรที่ถาวร โลกนี้มันเต็มไปด้วยสิ่งที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ความเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นเรื่องที่มีอยู่เป็นอยู่ตลอดเวลา ในตัวเรา ในสิ่งรอบ ๆ ตัวเรา ในต้นหมากรากไม้ ในสรรพสิ่งทั้งหลาย มันเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เราอย่าไปจับสิ่งที่กำลังไหลว่าเป็นตัวเรา ว่าเป็นของเราเข้า เราบอกตัวเองอย่างนั้น อย่าไปโง่งกับเขาฉลาดเสียบ้าง บอกกับตัวเองอย่างนั้น แล้วเราก็ค่อยรู้ชัดเข้าใจชัดในเรื่องนั้นตามสภาพที่เป็นจริงขึ้น จิตใจก็จะไม่หวั่นไหวโยกโคลงไปกับสิ่งเหล่านั้น ซึ่งเรียกตามภาษาง่าย ๆ ว่า ไม่ยินดีแล้วก็ไม่ยินร้าย ยินดีมันก็เป็นทุกข์เหมือนกัน ยินร้ายมันก็ทุกข์ชัดเจนแจ่มแจ้ง ที่ถูกนั้นคือไม่ยินดี



ในสิ่งนั้น ไม่ยินร้ายในสิ่งนั้น เราอยู่กับสิ่งนั้นด้วยปัญญา ไม่อยู่กับสิ่งนั้น ด้วยความโง่ความเขลา เราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะสิ่งนั้น อันนี้เราก็ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาอยู่แล้ว

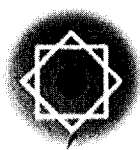
คำสอนของพระพุทธเจ้า ทุกแห่งทุกมุมท่านสอนให้พิจารณาทั้งนั้น ยกตัวอย่างเห็นง่าย ๆ บทสวดมนต์ที่เราสวดเรื่องอาการ ๓๒ ในร่างกาย ว่า อตฺถิ อิมํสํมิ กายเ ในร่างกายนี้มี **เกศ**...ผมทั้งหลาย **โลมา**...ขนทั้งหลาย **นขา**...เล็บ **ทันตา**...ฟัน **ตโจ**...หนัง **มังสา**...เนื้อ ฯลฯ ว่ากันไปหมดในร่างกายนี้ ว่ามี ๓๒ อย่าง

การที่ให้แยกออกอย่างนั้น ให้สวดอย่างนั้นเพื่ออะไร? เพราะคนเรานั้นมักจะถือเอาอะไรเป็นก่อน เป็นกลุ่มเป็นก้อน ว่าเป็นตัวเป็นตน ภาษาธรรมะเขาเรียกว่า ‘**ขณะสัญญา**’ ขณะแปลว่า เป็นก่อน สัญญาแปลว่าสำคัญว่า ‘**ขณะสัญญา**’ แปลว่า สำคัญว่าเป็นก่อน เป็นตัวเป็นตน เป็นสัตว์เป็นบุคคล เป็นสิ่งนั้นเป็นสิ่งนี้ขึ้นมา อันนี้แหละคือตัวเหตุของปัญหาที่ทำให้เราเกิดความทุกข์ เพราะเราถือว่าสิ่งนั้นมีอยู่เป็นอยู่อย่างนั้น ทีนี้พระพุทธเจ้าจะสอนให้เราเข้าใจว่า สิ่งนั้นไม่มีสิ่งนั้นไม่เป็น มันเป็นแต่เพียงสิ่งทั้งหลายอย่างมารวมกันเข้า ทรงอยู่ได้ เพราะอำนาจแห่งการปรุงแต่ง การปรุงแต่งนั้นมีระยะเวลาว่าจะอยู่นานสักเท่าไร แล้วมันก็สิ้นไป หมดไป มันเป็นเรื่องอย่างนั้น ไม่ว่าอะไร มันเกิดแล้วมันก็ดับไปตามเรื่องของมัน ที่จริงมันเป็นอย่างนั้น ที่ท่าน

สอนให้แยกส่วนออกไปเช่นนั้น ก็เพื่อให้เข้าใจชัดตามสภาพที่เป็นจริง (ท่านมีอาการไอและเสมหะ หยุดพุด จัดการกับเรื่องไอ แล้วอธิบายธรรมะเกี่ยวกับเรื่องไอว่า)

สังขารมันไม่เที่ยง มันมีอะไรขึ้นมาอุดจุกคอกอหอย เขาเรียกว่า เสมหะ ไม่ใช่กิเลส เสมหะหรือเสลด ภาษาพระเรียกว่าเสลด หรือว่า เสมหะ ก็อันเดียวกัน ไม่รู้มันมาจากไหน มาบ่อย ๆ ว่าง ๆ ก็ขึ้นมา จุกคอกให้อาเล่นไปอย่างนั้นเอง แล้วพ้อไอแล้วมันก็หลุดไป หลุดออกไป ก็กลืนไปเสียบ้าง คายออกมาบ้าง กลืนลงไปในห้องตามเรื่องของมัน อาการที่เป็นนี้ก็เป็นอุปสรรคของชีวิต แต่ว่าเราอย่าไปเป็นทุกข์กับไอ เรื่องนั้น นึกได้ว่า เอลัทธิธรรมมันก็เป็นอย่างนั้นแหละ ร่างกายเรามัน มีนั่นมีนี่ ปรุๆ แด่ง ๆ เครื่องมันขัดข้องมันก็เป็นไปตามเรื่อง ถ้าเรามองเห็นหรือคิดอย่างนี้มันก็เกิดปัญญา แต่ถ้าเราคิดว่า เอ้ย! ทำไม มันเข้ามาขวางขณะนี้ ฉันกำลังจะพูดคล่อง ๆ ทำไมมาเที่ยวขัดคอกอย่างนี้ แล้วจะไปโกรธใคร โกรธร่างกายก็ไม่ได้ ถ้าโกรธแล้วเขกหัว ก็เจ็บตัวเอง มันเรื่องอะไร ไฉนเขาเรียกว่าโกรธไม่เข้าเรื่อง คนบางคน โกรธตัวเองไม่เข้าเรื่อง แล้วทำอะไรไม่ได้ก็เหวี่ยงแก้วไปบ้าง เหวี่ยงกระโถนไปบ้าง ใครเข้ามาขวางก็ด่าเข้าบ้าง พิชสงมันไม่ใช่เล็กน้อย

เรื่องไม่รู้นี้พิชมันแรงเหมือนกัน ทำให้เกิดปัญหาด้วยประการต่าง ๆ แต่ถ้าเรารู้เราสบายใจ ไม่ต้องเป็นทุกข์กับเรื่องนั้น แก่ไขไป



แก้ได้ก็ดี เหมือนรถเสียเราแก้ได้ก็วิ่งต่อไป แก้ไม่ได้ก็แสดงว่ามันมีอะไรขัดข้องทางเทคนิคมาก ต้องขึ้นไปเข้าอู่ ก็เป็นทุกข์จะต้องจ่ายค่าซ่อมก็ต้องคิดว่าอยากมีรถมันต้องซ่อมสิ บอกกับตัวอย่างนั้น จะไปทุกข์เรื่องจ่ายเงินซ่อมทำไม ถ้ากลัวจะเป็นทุกข์เรื่องนี้ก็เอาไปโละทิ้งเสียเลยไม่ต้องซ่อมต่อไป โละทิ้งไม่มีรถใช้ขับมาวัดมาวาไปไหนมาไหน มันก็ต้องมีกันต่อไป มีก็ต้องใช้ด้วยปัญญาไม่ใช่ด้วยความเขลา เราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์กับเรื่องนั้น อันนี้อธิบายให้เห็นง่าย ๆ นี่เรื่องแทรกเข้ามาทีนี้ว่าต่อไป จากที่ค้างไว้

ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราแยกออกไปอย่างนั้น แยกออกไปเป็นอาการ ๓๒ คือให้ถอดนั่นเอง ให้ถอดออกไปวางเป็นชั้นเป็นชั้น ให้เราถอดตัวเราเอง ไม่ใช่เอาสมาติดแนออกไป ตัดอะไรออกไปวางอย่างนั้น อย่างนั้นมันก็ทารุณเกินไป มันโง่ไปแยกอย่างนั้น หรือว่าเป็นทุกข์ ไม่อยากจะทุกข์ก็ฆ่าตัวตายก็โง่หนักเข้าไปอีก เราไม่ต้องฆ่าตัวตายแต่เราจะอยู่ต่อไปด้วยบทเรียนที่ทำให้เกิดทุกข์ เอาความทุกข์เป็นครู เอาความทุกข์เป็นบทเรียน เอาความจนเป็นครู เอาความจนเป็นบทเรียน เอาอุปสรรคทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดขึ้นในชีวิตของเราเหล่านั้นเป็นครู เป็นบทเรียนของเรา เราก็ไม่ต้องทุกข์ซ้ำบ่อย ๆ เพราะเกิดปัญญาเกิดความรู้ความเข้าใจ ข้อนี้ต้องหัดแยกนั่งพิจารณา พิจารณาว่า เราแยกผมออกไป หัวไม่มีผมแล้ว กลับตาเห็นภาพว่า อ้อ!ผมไม่มีบนหัว ไรผมมี

นี่มันก็ยุ่งเหมือนกัน ต้องหิวมัน ต้องสระมัน ต้องซื้อครีมมาใส่ ต้องไปตัดผม ตัดผมทีหนึ่งก็เสียหลายสตางค์ แต่ไม่ตัดมันก็เลอะเทอะ มันไม่ทันสมัย จะเป็นยายเขยไป ต้องไปตัดกับเขาหน่อย มันก็ทำไปตามหน้าที่นั่นเอง โอ้ที่เราทำตามหน้าที่ ไม่เสียหายอะไร เราใช้ปัญญาทำไปตามหน้าที่อย่าไปเป็นทุกข์เมื่อผมหยิกผมหยอง อย่าเป็นทุกข์เมื่อผมหงอก หรืออย่าเป็นทุกข์เมื่อผมร่วง หรือว่าเป็นขี้รังแค อย่าไปเป็นทุกข์กับมัน ให้รู้ว่าคุณสมบัติมันมีอย่างนี้บ้างแหละ มันมีด้วยกันทุกคนมากหรือน้อย สุดแล้วแต่เครื่องปัจจัยปรุงแต่ง เราก็ถอดอวัยวะออกไป

เหมือนกับว่าชะลอมใบหนึ่ง เรามีชะลอมใส่ของ เรียกว่าชะลอมชะลอมนี่คืออะไร ก็คือดอกหลาย ๆ อันเอามาสานกันเข้า เป็นรูปร่างนั้นมีช่องตรงกลาง เอาของใส่ลงไปได้แล้วก็มัดรวบหัวไปไหนมาไหน เขาเรียกว่าชะลอม คนที่อยู่ใกล้ป่าไฟ ถ้าขยันสานชะลอมนี้มันก็พอกินพอใช้

ไปพักอยู่ที่ระนองที่วัดบ่อน้ำร้อน ท่านสมภารท่านเป็นคนทันสมัย บอกว่าอาจารย์ไปดูซิ ผมมีบ้านพัฒนา ๕ - ๖ หลัง ที่ตรงนี้ ไปดูบริเวณเห็นบ้านสะอาด ปลูกดอกไม้หน้าบ้าน ทำรั้วหน้าบ้าน เดินเข้าไปในบ้านก็เรียบร้อยสะอาดสะอ้าน ได้ไปถึงบ้านหนึ่งกำลังสานตะกร้าอยู่เลยถามว่า “สานตะกร้าเอาไปขายใบละเท่าไร?” “ใบละ ๓๐ บาท” “วันหนึ่งสานได้กี่ใบ?” “วันหนึ่งก็สานได้ ๑๐ ใบ” โอ้ได้ ๑๐ ใบ ใบละ ๓๐ บาท ก็ได้เงินวันละ ๓๐๐ บาท ดีกว่าไปยืนแช่น้ำในคลองหาตลิ่งส้มแป้นเพื่อขูดแร่



เพราะชุดแร่บางทีมันก็ไม่ได้ แต่ว่าได้เป็ยกแน่ ๆ ได้ชาเป็นเห็บชาแน่ ๆ เพราะว่าแสนาน ๆ พวกที่หาแร่นี้มันจะเป็นเห็บชาเพราะวันหนึ่งยืนในน้ำนี่หลาย ๆ ชั่วโมง เลือดมันเดินไปไม่สะดวก แล้วก็อาหารกินก็ไม่สมบูรณ์ นักรักจะเป็นโรคเห็บชา แต่คนนั้นแกตัดไม้ไผ่มาสาน บอกว่า สานมาก สานน้อยมันขึ้นอยู่กับเหลาไม้ไผ่ สานนั้นมันง่ายหรือยากแต่ว่าเหลาไม้ไผ่นีมันยากสักหน่อย ถ้ามีคนช่วยเหลาก็สานได้มาก แล้วทำงานแบบนี้คนแก่ก็ทำได้

ชะลอมหรือตะกร้านี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราพิจารณาแยกแยะมันออกไป ถอดตอกออกไปเป็นเส้น ๆ ถอดไม้ออกไป ชะลอมหรือตะกร้าก็หายไป ไม่มีอยู่ มันเป็นมันมีขึ้นมาได้เพราะการปรุงแต่งตามเหตุปัจจัยของมันเท่านั้น ตัวจริงของมันจึงมิได้มีอยู่

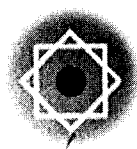
ชะลอมที่เราเรียกว่าชะลอม เพราะเอาไม้ไผ่มาสานเป็นรูปเป็นร่างอยู่อย่างนั้น ถ้าเราถอดไม้ไผ่ออกหมด ชะลอมอยู่ตรงไหน? ชะลอมมันก็ไม่มีเพราะเราถอดเอาไม้ไผ่ออกหมดแล้ว ชะลอมก็ไม่มี รถมก็เหมือนกัน รถที่นั่ง ๆ เราถอดรถเสียบ้าง ล้อถอดออกไป ตัวถังแยกไปวางไว้ให้เด็กนั่งเล่นเสีย เครื่องยนต์เอามาถอดออกหมดไม่มีเครื่องยนต์แล้ว หลังคา ก็หายไป อะไกรักหายไป รถนี้มันคืออะไร รถก็คือส่วนผสมของวัตถุหลายอย่างรวมตัวกันเข้าก็เป็นรถขึ้นมา

สิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้มันผสมทั้งนั้น ในทางพุทธศาสนาสอนให้เรา รู้ว่ามันเป็นของผสมทั้งสิ้น ของผสมทางภาษาธรรมเขาเรียกว่า สังขาร

สังขารคือสิ่งที่เกิดขึ้นจากเครื่องปรุงแต่ง พุทให้ฟังง่ายเขาเรียกว่าของผสม ไม่ว่าจะเป็นของผสมทั้งนั้น ร่างกายเราก็มีส่วนผสม ตัวอียันก็คือธาตุ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ความจริงมีมากกว่านั้น แต่เราแยกให้เห็นง่าย ๆ เอาสัก ๔ อย่าง เป็นเพียงแต่ธาตุ ๔ มันผสมกันตามธรรมชาติ อาศัยมารดาบิดาเราก็เกิดมา มีชีวิตอยู่ได้ ก็ใส่เครื่องผสมเข้าไปทุกวัน ตื่นเช้าต้องรับประทานอาหาร ต้องอย่างนั้นต้องอย่างนี้ ถ้าขาดเครื่องปรุงแต่งมันก็ดับไป ถึงแก่ความตาย หรือมีโรคเข้ามาขัดคอเราก็ตาย มีรถยนต์มาชนแข่งหักขาหักคอหักเราก็ถึงแก่ความตายไป

อันนี้เป็นเรื่องที่เรียกว่า เป็นสิ่งที่เป็นอย่างนั้น ของสิ่งที่เรียกว่าสังขาร สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง เราสวดมนต์ว่า สัพเพ สังขารา อนิจจา สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สัพเพ สังขารา ทุกขา ...สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ โดยสภาพ สัพเพ สังขารา อนัตตา ...สังขารทั้งปวงไม่มีเนื้อแท้ในตัวของมันเอง อันนี้คือหลักแล้ว หลักเจริญภาวนาด้านวิปัสสนาคือพิจารณาตามหลักนี้ ให้เห็นว่า มันไม่เที่ยง

‘ไม่เที่ยง’ หมายความว่า ไม่หยุด ไหลไม่หยุด ไหลเรื่อยไป ไหลเหมือนกับกระแสคลื่นที่มากกระทบฝั่งเรื่อยไป กระแสน้ำที่ไหลไปเหมือนกับกระแสอื่น ๆ ก็เป็นอย่างนั้น กระแสไฟ กระแสลม กระแสแห่งความคิดมันก็ไหลเรื่อยไป ไหลไม่หยุด ไม่ได้หยุดหย่อน ไหลไปตลอดเวลา ร่างกายเรามันก็เปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนั้น มันไหลอยู่ในสภาพ

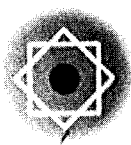


อย่างนั้น ไม่มีอะไรหยุดนิ่ง ตั้งแต่เกิดไหลมาก็ ๑๐ ปีแล้ว ไหลมา ๕๐, ๖๐, ๗๐, ๘๐, ๙๐ ปี ไหลไปถึง ๑๐๐ ปีที่น่าจะแยแล้ว ไม่ค่อยไหวแล้ว ถ้า ๑๐๐ ไม่ไหวแล้วใกล้เต็มทีแล้ว แล้วมันก็หยุดไหล หยุดไหลก็คือตาย นั่นเอง นี่ถ้าเราพิจารณาแล้วก็จะเห็นว่า ‘เป็นเช่นนั้น’

แต่ในระยะจุดเกิดกับจุดตายนี้มันมีอุปสรรคข้อขัดข้อง คือโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน เป็นหัดปวดหัวปวดท้อง โรคลำไส้ โรคกระเพาะอาหาร โรคที่เกิดตามธรรมชาติ มันเป็นขึ้นโดยธรรมชาติ เพราะเราไม่รู้เท่าไม่รู้ทันในเรื่องอาหาร ในเครื่องดื่ม หรือในเรื่องอะไรต่าง ๆ เราก็เป็นโรคขึ้นมา เป็นโรคก็ไม่ใช่เป็นแต่เราคนเดียวมันเป็นทุกคน เอ้า! ไปอยู่โรงพยาบาล ลองไปดู ว่าง ๆ ไปดูเสียบ้างก็ได้ ไม่เจ็บไม่ไข้ หมอถามว่า “มาทำไม มาเรียนอะไรหน่อยจากคนไข้” แล้วก็เข้าไปดูห้องผู้ป่วยหญิง ก็หญิงไปหมด ไปดูห้องผู้ชายก็ผู้ชาย ห้องกระดูกก็ แหม! แข็งหักขาหัก เขาเรียกว่าโรคยามาอำ โรคซุกซุก ยามาอำ เด็กหนุ่มเป็นโรคยามาอำเยอะไปนอนเต็มไป บางคนก็นอนคราง บางคนก็นอนคว่ำ อะไรต่ออะไรต่าง ๆ ดูแล้วก็นึกสังเวชสลดใจในเรื่องโรคเหล่านั้นทุกประเภท มีโรคมากมาย แม้พระสงฆ์องค์เจ้าก็ไปอยู่โรงพยาบาล สมเด็จพระสังฆราช ท่านก็ยังไม่วางวัดสักที นี่ก็เรียกว่าท่านเปลี่ยนมาถึง ๘๘ ปีแล้ว มันก็ใกล้เต็มทีแล้ว แต่ว่ายังรักษากันต่อไป ยังรักษาได้ก็ว่ากันไป แต่วันหนึ่งก็ต้องสิ้นสุดการเดินทาง นี่เรื่องธรรมดาของสรรพสิ่งทั้งหลาย เป็นเช่นนั้น

เราซื้อของมาใช้ เช่นซื้อรถยนต์มาคันหนึ่ง ใหม่เยี่ยมเข็นออกจากอู่ ต่อไปมันก็จะไม่ใหม่แล้ว ใช้ไป ๆ ถ้าระดับประคองใช้ก็ไม่เป็นไร เตียวก็เพื่อนครูดเข้าให้ แหม..รถใหม่ ๆ ครูดครั้งแรกนี้ใจหายเลย ไม่สบายใจ แหม...เพิ่งออกจากอู่แล้วมาชนกันได้เราไม่สบายใจ แต่ถ้าเราเป็นคนมีธรรมะก็บอกว่าเรื่องชนนี่มันเป็นธรรมดา กระแทบขนาดนี้ไม่เป็นไร ถ้าชนด้านหน้าแล้วคนขับก็จะมีโอกาสสติปัญญาต่อไป แล้วมันมีบ่อยในประเทศไทย ไม่ใช่มีแต่ของเรา...มีทั่วไป เพราะคนขับรถในเมืองไทยนั้นยังไม่มีคุณธรรมเพียงพอ

เมื่อวานนี้พอ ๘ โมงเขามารับไปที่คุรุสภา เอาไปชุดเกลาพวกขับรถ ๑,๒๐๐ กว่าคน โอ้ย!นั่งกันเต็มแน่นไปเลย ตำรวจทางหลวงก็มาด้วย เลยบอกว่า เออ ๒ คนนี้มาพร้อมกันดี เพราะว่าตำรวจทางหลวงกับรถสิบล้อนี้เขาคุ้นเคยกัน เขารักใคร่กันดีมาก เครื่องเชื่อมก็คือในหลวงโบแดง ๆ อย่างนี้ แล้วตำรวจทางหลวงชอบ แต่สิบล้อไม่ค่อยชอบใจเท่าใด แต่ว่าก็จำเป็นต้องให้เพราะว่าสิบล้อมักบรรทุกของเกิน เมื่อบรรทุกของเกินตำรวจก็ต้องรีดต้องไถ ไม่ให้ก็จับไปโรงพักหนักกว่า เลยกี่ไล่ลงไปในใบขับขี่เสร็จแล้ว พอบอกว่าตรวจใบขับขี่ขึ้นมา ชักใส่กระเป๋าสี!เรียบริบร้อยไปได้ ไ้คนขับรถตบมือเกรียว ตำรวจทางหลวง ไม่ยกตบมือ เมื่อวานนี้ นี่มันเป็นอย่างนั้น มาเจอกันเข้า ๒ คนพร้อมกันเลย ก็เลยเทศน์กันไปด้วยในตัว



คนขับรถบ้านเรานั้นไม่ค่อยมีมารยาท เพราะไม่ค่อยได้อบรมบ่มนิสัย ตามอธิบดีกรมการขนส่งบอกว่ามีครับ โรงเรียนสอนคนขับรถมี แต่ว่าสอนกฎหมายสอนแต่วิธีขับรถไม่อบรมจิตใจ ก็เลยเสนอไว้ว่า เมื่อเขาเรียนจบหลักสูตรแล้วก็ขอให้ส่งมาที่วัด ให้มากินนอนที่วัด ๗ วัน จะได้เอามาฝึกอบรมจิตใจ หัดให้มันเดินช้า ๆ เอาช้อนน้ำมาคนละใบใส่น้ำให้เต็ม เอ้า...เดินถือช้อน อย่าให้มีมือเปียกนะ ถือช้อนอย่าให้มีมือเปียก มันก็ต้องเดินค่อย ๆ ระวังระวัง ให้มันรู้จักช้าเสียบ้าง รู้จักเบรคตัวเองอะไรเสียบ้าง เอามาฝึกอย่างน้อยสัก ๗ วัน ก่อนที่จะออกไปปฏิบัติงานอะไรต่าง ๆ แล้วนาน ๆ ก็เรียกเข้าอยู่ซ่อมเสียบ้าง รถนี้ก็ต้องเข้าอยู่ คนขับไม่เคยได้เข้าอยู่เลย มันก็ทรมานเกินไป

พูดให้คนขับรถฟังอย่างนั้น เมื่อวานนี้ ซึ่งไม่ค่อยได้ฟังปาฐกถาพวกนั้น แล้วบอกว่าเราขับรถประมาท บางทีก็เปิดเพลง เพลงไม่เข้าทำทั้งนั้น วันหลังเอาเทปธรรมะไปเปิดบ้าง ใส่ไว้พอขับรถเหนื่อย ๆ ฟังธรรมะไปด้วยขับรถไปด้วยในตัว แล้วก็พูดถึงเรื่องว่า เรามีรถใหม่ชอบเอาไปให้พระเจิม

ที่วัดชลประทานฯ นี้ก็มีเครื่องเจิมเหมือนกัน แต่ว่าไม่ใช่แป้ง ไม่ใช่อะไร ทำเป็นสติ๊กเกอร์สำหรับติดในกระจกด้านใน คนขับจะได้มองเห็นง่าย ถ้าอ่านแล้วอ่านได้ใจความว่า “มีสติอย่าเผลอ” เลยบอกว่าท่านอธิบดีว่า ต้องลงทุนหน่อย ที่วัดพิมพ์ไว้หน่อยมันไม่พอแจก

เทคนิคเสร็จแล้วอธิบดีไปคุยเวลาฉันข่าว บอกว่า “เข้าที่ดี ผมจะบอกผู้อำนวยการกอง ให้ไปติดต่อเอาตัวอย่างมา ค่อยไปขอทุนกับพวกที่มีรถมาก ๆ ทำสตีกเกอร์แจก ติดทุกคันเลย” ติดแล้วมันอ่านได้ง่าย มีสติ...อย่าเผลอ จุดแบ่งมันอ่านไม่ออก มันเห็นแบ่งแล้วมันอ่านไม่ออก บอกว่าไม่รู้ว่าจะไร หรือว่ายันต์หลวงพ่อมันอ่านไม่ออก อักษรเขมร ขยุกขยิกไม่รู้ว่ามันอ่านว่าอะไร มันมีความหมายอย่างไร มันไม่ได้เรื่องทั้งนั้น อันนี้มันเข้าใจว่าศักดิ์สิทธิ์ ช่วยเราได้ เลยก็ประมาณกัน เพราะนึกว่ายันต์ช่วย นึกว่าหลวงพ่อบอกช่วย นึกว่าเจิมแล้วจะช่วยให้ไม่ชนก็เลยประมาณ มันไม่ได้ เลยบอกให้เข้าใจว่า ใ้สิ่งนั้นช่วยไม่ได้ถ้าเราเป็นผู้ประมาณ เราต้องไม่ประมาณ ต้องมีสติอย่าเผลอ เลยต้องเขียนใหม่ เจิมใหม่ มีสติ อย่าเผลอ อย่างนั้นดี โยมอยากได้ก็ไปขอที่พระมหาเถรณ มีหรือเปล่าเตี๋ยนี้ พิมพ์ไว้อาจจะหมดแล้ว เอาไปติด ๆ ไว้บ้าง มีสติอย่าเผลอ มันก็ดี พูดให้เขาเข้าใจอย่างนั้น

อันนี้ก็ต้องใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาศึกษา ทำความเข้าใจในเรื่องอย่างนั้น ท่านให้แยกออกไปพิจารณา

หรือว่าคำพิจารณาบางคำ เช่นคำว่า นิสสตัโต นิชชีโว สุญญเญ, นิสสตัโต...ไม่ใช่สัตว์, นิชชีโว...ไม่ใช่ชีวิต สุญญเญ...ว่างเปล่า พูดอย่างนี้ญาติโยมไม่เข้าใจ แหม...มันว่าง มันไม่มีอะไร พระพุทธศาสนาสอนเรื่องไม่มีอะไร ใ้เรื่องไม่มีอะไรนั้นเป็นเรื่องปัญญาขั้นสูงที่เราจะเอามาใช้



เป็นเครื่องปลอบโยนจิตใจ ประเล้าประโลมใจ ไม่ใช่ว่าไม่มีอะไรแล้ว
ไปทำผิดอะไรก็ได้ อย่างนั้นก็ได้ จิตใจมันยังตกต่ำ

ผู้ที่เจริญภาวนานั้นเขาอบรมศีลธรรมมาพอสมควรแล้ว เป็นคน
มีศีลมีธรรม แต่ว่ามันยังมีปัญหาทางใจ ยังมีความทุกข์มีความเดือดร้อน
ใจ ศีลธรรมช่วยแก้ทุกข์ไม่ได้ ช่วยได้แต่แก้ปัญหาลังคม คือให้คนอยู่กัน
ด้วยความเรียบร้อย เช่นเราถือศีลห้า ก็หมายความว่าเราไม่ฆ่ากันมัน
ก็สบาย ไม่ลักกันมันก็สบาย ไม่ประพฤติผิดล่วงเกินของรักของชอบใจกัน
ก็สบาย ไม่พูดโกหกหลอกลวงกันก็ไม่มีเรื่องจะต้องต่อยปากกัน ไม่เสพ
ของมีนเมาที่ไม่เสียสติ ไม่เสียปัญญา ก็อยู่ในสังคมได้สบาย แต่แม้เรา
จะมีศีลธรรมดีอยู่แล้วเราก็มียังมีปัญหาส่วนตัว แต่ละคนนี้มีเรื่องส่วนตัวที่
จะต้องกลุ้มใจ เรื่องสามี เรื่องภรรยา เรื่องลูก เรื่องทรัพย์สินสมบัติ เรื่อง
การงาน เรื่องประเทศชาติ บ้านเมือง โอ้ย..เรื่องมันเยอะที่จะทำให้เรา
เป็นทุกข์ เพียงแต่ถือศีลธรรมนั้นเราอยู่ในสังคมสบาย สังคมที่มีความสงบ
แต่ก็ยังคงมีความทุกข์ทางใจอยู่

เครื่องมือสำหรับแก้ความทุกข์ทางใจ

ความทุกข์ทางใจ มันต้องใช้ธรรมะขั้นสูงขึ้นไปเป็นเครื่องมือ
สำหรับพิจารณาแก้ไข เอามาเป็นเครื่องปลอบโยนจิตใจให้คลายความทุกข์
ความเดือดร้อน เพราะฉะนั้นจึงต้องก้าวขึ้นไปถึงขั้นนั้น

ในหลักคำสอน ๓ ประการที่ว่า **ให้ละความชั่ว** คือไม่ทำบาปด้วยประการทั้งปวง **ให้ทำกุศลให้ถึงพร้อม** ๒ อย่าง น่าจะพอแล้ว ไม่พอดังกล่าวให้สะอาด จิตที่สะอาดนั้นคือสะอาดจากกิเลสแล้วยังไม่พอดังกล่าวเพราะไม่ต้องเข้าไปแบกภาระอะไรไว้ ด้วยความขลาดหรือด้วยอวิชชา ไม่เข้าไปยึดถือสิ่งหนึ่งสิ่งใดด้วยความไม่รู้ไม่เข้าใจ แล้วก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ในชีวิตประจำวัน ปลงไม่ลง วางไม่ได้ เพราะเราไม่รู้ว่สิ่งนั้นคืออะไร มันไม่หนักแต่ว่าแบกไว้ พอแบกไว้มันก็หนัก

ดังที่เราสวดมนต์ว่า **ภารา หเว ปัญจักขนธา** ฯลฯ ชั้นที่ ๕ เป็นของหนักเนื้อ แล้วคนหนักก็คือคนที่เข้าไปยึดไปถือไว้ วางลงได้เป็นสบายใจ วางอันนี้แล้วอย่าไปจับอันอื่นเข้ามาแบกอีก เพราะบางทีเราวางอันนี้จับอันโน้น วางอันนั้นจับอันโน้น วาง ๆ จับ ๆ มันก็เหนื่อยแรง มันหมดแรงสักวันหนึ่ง ไม่รู้จับไม่รู้ลั่น เราจึงต้องวางหมดด้วยประการทั้งปวง

คำว่า “วางหมดด้วยประการทั้งปวง” นี้ ญาติโยมบางคนฟังแล้วคิดว่า เอ!ไม่ต้องทำอะไรแล้ว วางหมดแล้วจะอยู่อย่างไร อย่างนั้นมันก็ไม่ได้ มันต้องทำตามหน้าที่ เป็นสามีก็ต้องทำงานไปตามหน้าที่ ภรรยาก็ต้องทำงานตามหน้าที่ เลี้ยงลูกไปตามหน้าที่ เป็นตำรวจก็ต้องปฏิบัติงานตามหน้าที่ เป็นทหารก็ต้องทำงานตามหน้าที่ เป็นครูต้องสอนไปตามหน้าที่ เป็นพระก็ต้องทำงานไปตามหน้าที่



หน้าที่คือหน้าที่ แต่อย่าทำหน้าที่ให้เป็นทุกข์ นี่จุดประสงค์มัน อยู่ตรงนั่นเอง อย่าทำหน้าที่ให้เกิดเป็นทุกข์ จะทำอะไรที่จะไม่เป็นทุกข์ มันก็ต้องใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น อย่าให้ใจ เข้าไปยึดในสิ่งนั้นมากเกินไป มันจะเกิดปัญหาคือความทุกข์ ภาษาธรรมะ เขาเรียกว่า ‘อุปาทาน’ อุปาทาน หมายความว่า เข้าไปยึดมันในสิ่งนั้นจน เป็นทุกข์ ให้เราสังเกตใจของเราเอง ว่าเราเป็นทุกข์เพราะอะไร เราเป็น ทุกข์เพราะสามิก็เพราะเรายึดมากเกินไป ยึดว่าสามิจันมากเกินไป เป็น ทุกข์เรื่องภรรยาก็ไปยึดว่าภรรยาของฉันมากเกินไป เป็นทุกข์เพราะลูก ก็ไปยึดถือว่าลูกของฉันมากเกินไป ถ้าลงยึดถือแล้วเราก็คือเป็นทุกข์ทั้งนั้น มิตรพิภพก็เป็นทุกข์เพราะทรัพย์ มิวัเป็นทุกข์ มิควายเป็นทุกข์ มินามีไร เป็นทุกข์ ฯลฯ ลงมืออะไรเป็นทุกข์แล้วใช้ไม่ได้ทั้งนั้น

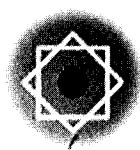
อันนี้เราต้องคิด ต้องตรอง ต้องกระทำ ชนิดที่มีโดยไม่ต้องเป็น ทุกข์ มันก็สบาย มีเงินไม่เป็นทุกข์เพราะเงิน มีบ้านไม่เป็นทุกข์เพราะบ้าน แต่ว่าไม่ใช่ปล่อยบ้านให้กรุงรัง ใครมาเห็นแล้วว่าทำไมปล่อยให้มันกรุงรัง ไม่ใช่บ้านฉันนี่ มันก็เลอะแล้วละ ไอ้คนนั้นมันไม่ใช่คนเข้าถึงธรรมะ แล้วลงแบบนั้น มันไม่ปัดไม่กวาดไม่ทำหน้าที่ เราอยู่บ้านนี้ต้องกวาดบ้าน ใช้เสื่อผืนก็ต้องซักเสื่อผ้า อยู่ในเมืองก็ต้องทำหน้าที่ของคนอยู่ในบ้าน ในเมือง ทำให้เรียบร้อย แต่ว่าไม่เป็นทุกข์เพราะการกระทำนั้น ตรงนี้แหละเป็นจุดสำคัญที่สำคัญ มันอย่างนี้ มีโดยไม่ต้องเป็นทุกข์ ทำโดย

ไม่ต้องเป็นทุกข์ ไปไหนคิดอะไรไม่ต้องเป็นทุกข์ นี่คือจุดที่เราต้องการ เราต้องหาวิธีว่าจะไปสู่จุดนั้นอย่างไรที่จะไม่ต้องเป็นทุกข์ มันต้องใช้หลักพิจารณาที่ละน้อย ๆ ค่อยรู้ค่อยฉลาดขึ้น

ญาติโยมที่มาฟังเทศน์หลายปีนี่ ลองคิดว่า ใจมันดีขึ้นสักเท่าไร ดีขึ้นเยอะแล้ว ดีขึ้นมากแล้ว อาตมามองรู้ ว่ามันทุกข์น้อยลงไป กลุ้มใจน้อยลงไป มีอะไรเกิดขึ้นถามว่า เออ!เป็นอย่างไร ไม่เป็นไรเจ้าคะ ธรรมดา พอใช้ได้ ถ้าพูดว่าธรรมดา มันก็ใช้ได้แล้ว ถ้าถามว่าเป็นอย่างไร? แหม!แย่ แย่มาก มันกลุ้มใจเหลือเกิน นี่แสดงว่ามาวัดแล้ว ไม่ได้กินยา ไม่เอายาไปใช้ แจกเท่าไร ๆ ไม่ได้เอาไปใช้ ยังนั่งกลุ้มใจอยู่ ด้วยเรื่องนั้นเรื่องนี้ ก็แสดงว่ายังไม่เข้าถึงธรรมะที่แจกให้

อันนี้ต้องพยายามคิดว่า ทำไมต้องเป็นทุกข์ ทำไมต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนี้ ต้องคิดแก้ต่อไป ต้องมาฟังบ่อย ๆ ปัญญา ก็ค่อยเพิ่มขึ้น ๆ แล้วผลที่สุดก็พอลง พอลางในเรื่องอะไรต่าง ๆ แต่ไม่ใช่ ว่าปล่อยตัวปล่อยใจ ไม่สนใจอะไรเลยก็ได้

คนบางคนบอกว่า แหม..เข้าวัดแล้วดูร่มร่ำรวยจัง มันก็ไม่ถูก เราก็ไปหรือทำตามแบบชาวโลกอันเหมาะสมอันควร เช่น ไปสังคมก็ต้อง แต่งผมแต่งหน้า แต่งไปตามเรื่องนั้นแหละ ตามหน้าที่ แต่ว่าเวลาแต่ง ก็บอกว่าแต่งไปอย่างนั้นแหละ ใจเนื้อแท้มันไม่มีอะไรหรอก แต่ว่าฉันจะไป สังคมเขานิยมอย่างนี้ก็ต้องแต่งกับเขาหน่อย เรารู้ว่าอะไรเป็นอะไร

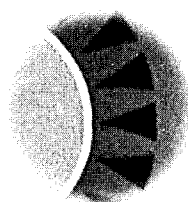


เราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ ไม่ต้องเดือดร้อนใจ ถ้าผมหงอกสักเส้นก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ ไม่ต้องวิ่งหามาประมาพรหมให้มันหนักหัวเกินไป เพราะว่ามันเป็นอย่างนั้น ธรรมดามันเป็นอย่างนั้น อะไรเกิดขึ้นก็มองเห็นว่า ธรรมชาติมันเป็นอย่างนั้น ใจมันก็ค่อยสบาย ปัญหามันก็ค่อยลดน้อยลงไป นี่มันเป็นอย่างนี้

โยมที่นั่ง ๆ ฟังมีปัญหาอะไรอยู่บ้างก็เอาไปคิดในแง่ นั้น คิดว่า มันไม่มีอะไรเที่ยงแท้ ไม่มีอะไรที่เป็นสุขจริง ๆ ไม่มีอะไรที่เป็นเนื้อแท้ มันปรุงแต่งทั้งนั้น มันไหลไปตามอำนาจของมัน ห้ามไม่ได้ หยุดไม่ได้ ถ้าใครไปห้ามก็กลุ้มใจเอง มันต้องไปตามเรื่อง แต่ว่าเราเข้าไปเกี่ยวข้องกับปัญญา เราก็จะไม่ต้องเป็นทุกข์อะไรมากเกินไป

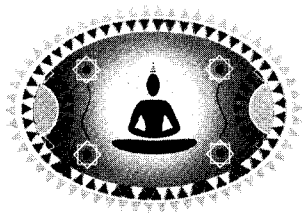
ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้





.๓.

ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรม ทั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอน
ในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ อย่าเดินไปเดิน
มาให้พลุกพล่านเพราะเป็นเวลาที่ควรจะได้สงบกาย สงบวาจา สงบใจด้วย
เพื่อจะได้รับฟังสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิต จะได้จดจำนำไปใช้แก้ไขปัญหา
ชีวิตต่อไป เพราะเรามาวัดนี้ เราต้องการจะมาเพื่อการศึกษาหาความรู้
ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า เพื่อจะได้นำไปใช้
เป็นเครื่องมือ สำหรับแก้ไขปัญหาชีวิตต่อไป



สังคมจะมีสุข เมื่อทุกคนประพฤติธรรม

วันนี้ดูท้องฟ้าก็ปลอดโปร่งดี ธรรมชาติก็เป็นใจช่วยเหลือพวกเราทั้งหลายที่เป็นผู้ใคร่ต่อการศึกษาธรรมะ ให้ได้ฟังธรรมกันอย่างสะดวกสบาย เวลาเห็นท้องฟ้าโปร่ง ๆ ในวันอาทิตย์นี้ใจสบาย ถ้าวันไหนท้องฟ้าครึ้ม ๆ ก็รู้สึกว่ามันน่ากลัวว่าฝนจะตก แต่โดยมากก็เพียงแค่ครึ้มไม่ค่อยตกลงมา นับว่าเป็นบุญของเราที่มาวัด

การทำบุญนั้นเป็นเรื่องดี เป็นเรื่องมีประโยชน์แก่ชีวิต แก่สังคม ตลอดจนถึงประเทศชาติอันเป็นส่วนรวม เราจึงได้ชวนช่วยในเรื่องอย่างนี้กันมาโดยลำดับ โดยเฉพาะในฤดูกาลนี้เป็นฤดูกาลเข้าพรรษา เราก็ได้ตั้งใจปฏิบัติ ปฏิบัติชอบ ให้มากขึ้นเป็นพิเศษ เพื่อจะได้สร้างชีวิตในแนวธรรมะให้เกิดขึ้นสังคม

เพราะว่าสังคมจะอยู่กันด้วยความสุข ความเจริญ ก็โดยอาศัยคนในสังคมช่วยกันประพฤติธรรม เมื่อเราช่วยกันประพฤติธรรมสิ่งทั้งหลายก็ดีขึ้น อะไรมันก็ดีไปหมดถ้าเราเอาธรรมะไปใช้ เช่นการเศรษฐกิจก็ดีขึ้น อะไรก็ดีขึ้น แต่ถ้าเราไม่ใช้ธรรมะสิ่งทั้งหลายก็จะเสื่อมโทรมลงไปโดยลำดับ

ธรรมะ : กับการพัฒนาจิตใจ

ที่เสื่อมโทรมก็เพราะจิตใจคนมันเสื่อม เมื่อจิตใจคนเสื่อมการทำงานก็เสื่อม ความสุขก็เสื่อม อะไร ๆ มันก็พลอยเสื่อมตามกันไป แต่ถ้าจิตใจคนเราเจริญ อะไร ๆ ก็พลอยเจริญตามไปด้วย เพราะฉะนั้นจึงสำคัญที่ใจ

ได้ข่าวว่า วันที่ ๔ - ๕ นี้ที่สำนักนายกรัฐมนตรีที่ทำเนียบฯ เขาจะมีการเปิดสัมมนาเรื่องเกี่ยวกับการพัฒนาทางจิตใจ ได้ฟังข่าวแล้วก็พลอยดีใจด้วย คือดีใจว่าเพิ่งตื่นจากหลับกันขึ้น เมื่อก่อนนั้นนอนหลับกันสบายไม่ค่อยจะคำนึงถึงเรื่องจิตใจคน เวลานี้เริ่มต้นตัวขึ้นที่จะสัมมนากันแล้วก็เพราะเหตุว่า การพัฒนาอะไร ๆ ถ้าไม่ได้พัฒนาจิตใจคนแล้ว มันไปไม่รอด เมื่อจิตใจคนไม่ดีแม้จะทำอะไรให้ดีขึ้นก็ไปไม่ได้ เราสร้างบ้านให้คนที่จิตใจต่ำอยู่บ้านนั้นก็ทรุดโทรมไว้ ใช่มั้ย เป็น ห้องน้ำห้องท่า เครื่องครัว เครื่องเคราอะไร ๆ มันก็เสียหายรวดเร็ว เพราะจิตใจมันต่ำ ใช่มั้ย เป็น

ให้เงินให้ทองแก่คนที่จิตใจไม่มีธรรมะ เขาก็เอาไปใช้ในทางที่ผิด ใช้ในทางเหลวไหลด้วยประการต่าง ๆ เหมือนกับวันเบิกเงินเดือน คนที่มีใจดีใจสูงเขาก็รู้จักเก็บ รู้จักใช้ เงินมันก็เป็นประโยชน์ แต่ถ้าคนใจต่ำใจขาดธรรมะ พอได้เงินก็วางแผนจะไปใช้เงิน จ่ายกันจนหมดกระเป๋าลงแล้วก็เป็นคนยากจนต่อไปอีกตั้งเดือน เป็นหนี้เป็นสินอรุณรุ่งนั่งกันไป อันนี้ก็เพราะจิตใจยังต่ำอยู่ ไม่ได้รับการพัฒนา ไม่ได้สนใจที่จะสร้างจิตใจคน



เคยมีบุคคลคนหนึ่ง เขาสนใจในเรื่องนี้มาก แล้วก็เขียนโครงการเสนอไปยังอธิบดีกรมหนึ่ง พอเห็นคำว่า “พัฒนาจิตใจ” อธิบดีบอกว่าไม่ได้ คำนี้ต้องตัดออก อย่าเอามาใช้คำ ๆ นี้กลัว กลัวจะถูกพัฒนาทางใจ กลัวว่าจิตใจมันจะดีมันจะเจริญ เลยให้ตัดออกไปเสีย ไม่ให้ใช้ คนที่เสนอโครงการมาแล้วให้ฟังแล้วก็รู้สึกว้าว เอ...มันเป็นอธิบดีกันได้อย่างไร คนอย่างนั้นมันยังเอาไปเป็นอธิบดีได้ แปลว่าคนตั้งก็ไม่เข้าเรื่อง คนที่เป็นมันก็ไม่เข้าเรื่องเหมือนกัน คือไม่รู้ว้าวอะไรเป็นเนื้อแท้ของคน เนื้อแท้ของคนมันอยู่ตรงไหน ยังไม่รู้

เนื้อแท้ของคนมันอยู่ที่ใจนั่นเอง ถ้าใจดีคนมันก็ดี ถ้าใจชั่วคนมันก็ชั่ว อะไร ๆ มันอยู่ที่ใจ พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า

จิตเตนะ นียะติ โลโก โลกนี้ถูกจิตนำไป

คนนี่ก็เป็นโลก ๆ หนึ่ง จิตนำคน สังคมก็ถูกจิตนำไป ประเทศชาติก็ถูกจิตนำไป โลกทั้งโลกนี่ก็ถูกจิตนำไป

ประเทศใดชาติใดมีคนที่มีคุณธรรม มีจิตใจสูงมาก ประเทศนั้นก็เจริญก้าวหน้า ไม่ค่อยมีปัญหา แต่ประเทศใดชาติใดคนมีจิตใจต่ำก็แย่งกันเป็นใหญ่บ่อย ๆ ปฏิบัติบ่อย ๆ รัฐประหารบ่อย ๆ แย่งกันไม่รู้จบ รู้สิ้นเพราะว่าจิตใจคนมันยังไม่เจริญ การงานทั้งหลายก็ยังไม่เจริญ จิตใจนี้นำโลกไปในทางต่ำก็ได้ นำโลกไปในทางเจริญก็ได้ สุดแล้วแต่ฐานทางใจของบุคคลนั้น

ในครอบครัวของเราแต่ละครอบครัวนี้ ถ้าพ่อบ้านแม่บ้านเป็นคน
ใจสูง ใจมีธรรมะ ก็อยู่กันเป็นสุข ถ้าพ่อบ้านแม่บ้านขาดธรรมะ ก็อยู่กัน
เป็นทุกข์ ลูกไม่มีธรรมะ พ่อแม่ก็เป็นทุกข์ แต่ถ้าลูกมีธรรมะ พ่อแม่
ก็เป็นสุขสบายใจ

ลูกมีธรรมะหรือไม่มีธรรมะ ก็ขึ้นอยู่กับจิตใจของพ่อแม่ ถ้าพ่อแม่
เป็นผู้ประพฤติธรรมแล้วก็อบรมลูกให้ประพฤติธรรมด้วย ลูกก็มีใจเป็นธรรม
ครอบครัวนั้นก็จะมีธรรมะครองคนครองใจ เป็นความสุข เรียกว่าเป็น
ครอบครัวธรรมะ

ครอบครัวใดขาดคนที่ขาดธรรมะ ไม่มีธรรมะเป็นหลักครองใจ
ครอบครัวนั้นก็必有ปัญหา มีความยุ่งยาก สิ้นคนรุ่นวาย เพราะคนขาด
ธรรมะ สิ้นคนจะสงบเพราะคนมีธรรมะ เพราะฉะนั้น การคิดกันว่า
จะทำคนให้เข้าถึงธรรมะได้อย่างไร มันไม่ใช่เรื่องที่เรียกว่า ควรเมินเฉย
แต่ว่าเป็นเรื่องที่ควรจะสนใจ ทำให้เกิดขึ้นในสังคมให้มากขึ้น สิ่งทั้งหลาย
ก็จะเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

ที่นี้คนบางคนยังไม่เข้าใจ ว่าธรรมะมีประโยชน์แก่ตนอย่างไร
แต่ว่าเรียกร่องธรรมะ ต้องการความเป็นธรรม แต่หาว่าไม่รู้ว่ามีธรรมะนั้น
คืออะไร ความเป็นธรรมนั้นคืออะไร แล้วตัวเองมีความเป็นธรรมอยู่
หรือไม่เล่า เรียกร่องความเป็นธรรมที่แท้จริง หรือเรียกร่องความเป็น
ธรรมจอมปลอม เพื่อให้ตนได้ประโยชน์ ได้อะไรจากการเรียกร่องนั้น



การเรียกร่องนั้นก็ยังไม่เป็นธรรม เพราะพื้นฐานบุคคลผู้เรียกร่องไม่มีความเป็นธรรม แล้วความเป็นธรรมจะเกิดขึ้นได้อย่างไร เราทุกคนต้องเรียกร่องธรรมมาหาตัวเรา เอาธรรมะมาใส่ไว้ในใจของเรา ทำจิตใจเราให้เป็นธรรม แล้วเราก็จะเห็นว่าธรรมะให้ประโยชน์อย่างไร ให้เกิดความสุขอย่างไร

ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม

ธัมโม หะเว รักษะติ ธัมมะจาริง. ธรรมะย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรมเป็นนิจ ผู้ใดประพฤติธรรมย่อมได้รับความคุ้มครองจากธรรมะ ผู้ใดไม่ประพฤติธรรมก็ไม่ได้รับความคุ้มครองจากธรรมะ อันคนที่ไม่มีธรรมะคุ้มครอง จะเป็นคนมีชีวิตเป็นสุขได้อย่างไร มีความสมบูรณ์พูนสุขได้อย่างไร เมื่อไม่มีธรรมะคุ้มครองแล้ว คนเฒ่าคนแก่ในสมัยก่อนในเมืองไทยเรามักจะพูดว่า “ไม่มีเทวดาคุ้มครองรักษา”

ที่พูดว่า “ไม่มีเทวดาคุ้มครองรักษา” นั้น ความจริงหมายความว่า “ไม่มีธรรมะรักษา” แต่เขาพูดเป็นภาษาชาวบ้าน พูดเป็นภาษาตลาด ให้คนเข้าใจง่าย เห็นเป็นตัวเป็นตนขึ้นมาว่า ชีวิตที่ไม่มีเทวดาคุ้มครองนั้นมันอยู่ไม่ได้ ต้องมีเทวดาคุ้มครอง ความหมายของคำพูดคำนี้ ก็หมายความว่า มีธรรมะนั้นแหละ คือมีเทวดา ตัวธรรมะนั้นแหละคือ

ตัวเทวดา ใครมีธรรมคนนั้นก็ชื่อว่า มีเทวดาอยู่ในใจ คُمْครองชีวิต
 การงาน อะไร ๆ ทุกอย่างให้เจริญ ให้ก้าวหน้า แต่ถ้าเราไม่มีธรรมะ
 เรียกว่าไม่มีเทวดาคُمْครองจิตใจ จิตใจก็กวัดแกว่งสับสนไปในเรื่องต่าง ๆ
 สร้างปัญหา คือ ความทุกข์ ความเดือดร้อนอย่างมากมาย จึงควรจะได้
 แสวงหาธรรมะเข้ามาไว้ในใจของเรา

ผู้ใดธรรมะเป็นผู้เจริญทางใจ

ญาติโยมที่มาวัดทุกวันอาทิตย์ ก็เรียกว่าเป็นคนที่เจริญแล้วทาง
 จิตใจ มีพระบาลีที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

อัมมะกาโม ภาวะัง โหติ ผู้ใดธรรมะเป็นผู้เจริญ ผู้ใดใน
การศึกษา ใครในการปฏิบัติ นี่เป็นคนเจริญทางใจ

อัมมะเทสสิ ปะราภาโว ผู้เกลียดชังธรรมเป็นคนเสื่อม

เกลียดอะไร ๆ มันไม่เสียหายเท่าเกลียดธรรมะ ถ้าเกลียดธรรมะ
 แล้ว ก็จะเกลียดไปทุกเรื่อง อะไร ๆ ก็จะถูกเกลียดไปหมดเพราะไม่มีหลัก
 ธรรมะเป็นหลักครองใจ เลยเกลียดคน เกลียดสถานที่ เกลียดสิ่งนั้น
 เกลียดสิ่งนี้ ใจที่เกลียดอยู่ตลอดเวลา นั้นเป็นใจที่สร้างความทุกข์ให้เกิดแก่
 ตัวของผู้มันั้น แต่ถ้าเรามีธรรมะ เราชักธรรมะ เราก็รักสิ่งอื่นตามไปด้วย



เป็นความรักที่ไม่ต้องร้อนใจ ไม่ต้องเสียใจในภายหลัง คนบางคนมีความรักแล้วก็เป็นทุกข์ มีความร้อนใจ

เมื่อวันก่อนนี้ พ่อพาลูกสาวมาคนหนึ่ง บอกว่าลูกผมนี้ใจมันไม่สบาย เหม่อ ๆ ลอย ๆ ก็ถามได้ความว่า เป็นนักศึกษา แต่ว่าไปอุดริไม่เข้าเรื่อง คือนักศึกษาชายก็ตามหญิงก็ตาม อุดริไม่เข้าเรื่อง อุดริเรื่องอะไร เรื่องไปเที่ยวรักกันเข้า ผู้หญิงไปรักผู้ชาย ผู้ชายก็ไปรักผู้หญิงไปรักกัน รักจนฝังหัว รักร้อยเปอร์เซ็นต์ ไม่เหลือไว้บ้าง แล้วพอพลัดรักแล้วไม่สมหวัง ไม่มีเธอฉันอยู่ไม่ได้ มันจะตายขึ้นมาเชียว แล้วก็ใจเหม่อใจลอย ไม่เป็นอันเล่าเรียนเขียนอ่าน นั่งเหม่อลอย ใจลอย ดูท้องฟ้าดูหมู่เมฆอะไรไปตามเรื่อง ต้องเอาไปหาหมอให้ช่วยรักษา แล้วก็เลยพามาที่วัด ให้รักษาด้วย เลยอธิบายให้ฟัง ให้เข้าใจ ว่ามันซิงสุกก่อนห้าม มันยังไม่ถึงเวลาที่จะรักกันแต่ไปซิงสุกก่อนห้าม ซิงสุกก่อนห้าม มันก็กินไม่ได้ มันกินไม่อร่อย ไม่ได้เรื่อง

คนเรานี้ถ้าซิงสุกก่อนห้ามแล้ว มันไม่ได้เรื่อง ไม่ควรจะไปรัก เพราะว่าเขาก็คงเป็นเด็ก เธอก็คงเป็นเด็ก รักกันแล้วจะกินอะไร จะอยู่อย่างไร ช่วยตัวเองก็ยังไม่ได้ ฟังตัวเองก็ยังไม่ได้ ยังฟังแม่ฟังพ่ออยู่ ยังเป็นนักเรียนอยู่จะไปอุดริรักกันเข้าทำไม อันนี้มันเป็นเรื่องอย่างนี้ขึ้นมา เพราะระบบการเป็นอยู่ในสังคมเราไม่ดี ระบบการเป็นอยู่ในสังคมเดี๋ยวนี้ เราสร้างแต่สิ่งชั่วยุคกิเลส ชั่วยุคความกำหนัด ลุ่มหลงมัวเมาให้เกิดขึ้น

ในจิตใจเด็ก เด็กมันก็ฟังชานไปตามอารมณ์ การแต่งเนื้อแต่งตัวก็เรียกว่าฟังชาน เช่นเสื้อที่สวมนี้ไม่รู้ว่าเรื่องอะไร เอาผ้าสีนั้นมาปนกับสีนี้ให้เต็มไปหมด บางทีนึกว่าสวมสายสะพาย เพราะว่าเสื้อกีสี่หนึ่งมีอะไรมาพาดเข้าตรงนี้อีกสีหนึ่ง พาดเข้าไปข้าง ปะเข้าไปข้าง ให้มันพระรุงพระรังมันเรื่องอะไร มันพวกโรคจิตทั้งนั้นแหละที่แต่งตัวแบบนี้ เรียกว่ามันเป็นโรคจิตผิดปกติทั้งนั้น แต่งแปลก ๆ แผลง ๆ รุ่มร่ามรุ้งรัง เด็กก็เหมือนกันใส่เสื้อรุ่มร่าม

วันก่อนเขานิมนต์ไปเทศน์ที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง ไปเดินอยู่ในรามคำแหง ถามว่า “นักศึกษาทั้งนั้นหรือที่เดินอยู่?” บอกว่า “ใช่ทั้งนั้นหลวงพ่อ” “ฉันดู ๆ แล้วไม่เห็นสมกับที่เป็นนักศึกษา มันแต่งตัวอย่างไรกันก็ไม่รู้ คือไม่มีระเบียบอะไร ต่างคนต่างแต่ง ตามชอบใจจะนุ่งอะไรจะสวมอะไรก็ได้ มันดูรุ่มร่ามไป

เมื่อเป็นนักเรียนอยู่ในโรงเรียนยังเรียบร้อย พอโตเป็นผู้ใหญ่ก็เลยหมดความเรียบร้อย อันนี้เขาเรียกว่า เสรีภาพบ้า ๆ บวม ๆ ชอบทำอะไรเสรี เสรีจนไม่มีแบบไม่มีฉบับ มันก็เลอะเทอะกันไปทั้งมหาวิทยาลัยที่ไหน ๆ ก็อย่างนั้น สวมเสื้อก็ไม่เรียบร้อย รองเท้าก็ไม่เรียบร้อย สวมเกือกตะมะมมหาวิทยาลัยก็มี ถามอาจารย์ว่า “เขาแต่งตัวกันอย่างนี้หรือ?”

“เสรีภาพครับ หลวงพ่อ เดียวนี้เรามีเสรีภาพในการแต่งเนื้อแต่งตัวตามชอบใจ” อาตมาเห็นเสรีภาพแบบนี้แล้วมันจะอาเจียนเสียให้ได้



คือไม่เป็นรสเป็นชาติ แล้วบ้านเมืองของเราเวลานี้ มันไม่มีระเบียบอะไรมาร่วมกันไปหมด มันเป็นอย่างนี้ แปลก ๆ แผลง ๆ

คนทั่วไปก็เหมือนกันชอบแต่งตัวแปลก ๆ สุดแล้วแต่ร้านตัดเสื้อจะตัดให้ในรูปใด ก็เอามาใส่ได้ทั้งนั้น...ไม่คัด ให้เลือกร้านตัดเสื้อก็ชอบตัดให้มันแปลก ๆ คนจะได้สนใจ จะได้ขายได้ เราก็ไปทำตามที่เขาทำไว้มันก็เลยเลอะกันไปหมด ควรจะไม่ไปเอาที่ผิดแบบผิดแผน ให้มันเรียบ ๆ ร้อย ๆ เสื้อก็เรียบ ๆ ผ้านุ่งก็เรียบ ๆ อย่าให้มันสับสนวุ่นวายตาคนกันไปหมดจนตาลาย

คนแก่นี้ดูแล้วตามันลาย คือมันซุกจะมึน ๆ หัว ดูแล้วมันหลายสีเหมือนกับเห็นสีต่าง ๆ กลางแดดนี้มันมีนිරัษะสำหรับคนแก่ ไปดูเสื้อแบบนั้นแล้วมันก็นිරัษะ ตามันลายไม่รู้ว่ามีสีอะไรบ้าง มันไม่ได้เรื่องแล้วมันยุ่ง ไม่ค่อยจะเรียบร้อย เป็นอย่างนี้ นั่นเป็นสิ่งที่ยั่วกิเลสให้คนมันตึกคะนองทางใจ จิตใจก็ฟุ้งซ่านไป แล้วถ้าไปอยู่ในสถานบันการศึกษานี้ เขานิยามกันว่าต้องมีแฟน เด็กหนุ่มก็ต้องมีแฟน อีสาวก็ต้องมีแฟน ถ้าใครไม่มีแฟนก็เรียกว่าล้าสมัย ไม่ทันสมัย เป็นคนไม่รุ่งเรือง ไม่ก้าวหน้า

ในเมืองอเมริกามันมีแฟนตั้งแต่อยู่โรงเรียนมัธยมด้วยซ้ำไป ถ้าถามว่าเธอมีแฟนแล้วหรือยัง มีเพื่อนที่เป็นแฟนนะ ถ้าบอกว่าไม่มีจะว่าเธอนี้แย่มากเป็นคนไม่ทันสมัย ควรจะไปอยู่ประเทศที่อยู่ในป่าดงพงพี เมืองนี้เขาต้องมีกันทั้งนั้นแหละ มันต้องเลือกต้องหาต้องมีกัน

หนุ่มสาวนี้ถ้ามันเป็นแฟนกันบ่อย ๆ เต็มวันจะไหลเลื่อนกันออกไปในทางต่ำ ในทางกิเลส เพราะเด็กหนุ่มสาวนั้นนืดยอดมันหลวม เบรkmันไม่ค่อยจะดีเท่าใด เมื่ออยู่ใกล้ชิดสนิทสนมกันมันก็หลุดได้ง่าย ล้มได้ง่าย ก็เลยเกิดปัญหา เสียอกเสียใจ มีความทุกข์มีความเดือดร้อนใจ จะเสียผู้เสียคนไป ต้องพักการเรียนไป เรียนก็ไม่ทันเพื่อน มันเป็นอย่างนี้จะเสียตรงนี้ เราที่เป็นพ่อแม่ นี่ จะต้องเตือน ๆ ลูก ๆ ไว้บ้าง พอลูกเข้ามหาวิทยาลัยก็ต้องเอามาอบรมบ่มนิสัย บางทีพ่อแม่พูดเด็กมันมองดูด้วยอาการดูหมิ่นเหมือนกัน “คุณแม่นี่ล้าสมัยแล้ว คุณพ่อนี่ล้าสมัยแล้ว” ถ้าคุณยายพูดก็ว่า “คุณยายนี่ยิ่งล้าสมัยใหญ่” คนสมัยพระเจ้าเหาจะมาพูดกับคนสมัยนี้ มันจะเข้าใจกันได้อย่างไร สมัยนี้เขาไม่คิดอย่างนั้นแล้วละยาย เขาสมัยใหม่ มันว่าอย่างนั้น คนสมัยใหม่ มันว่าอย่างนั้น

เหมือนแท็กซีคนหนึ่งมีลูกแต่ไม่ใช่ลูกของแกหรืออก คือลูกติดเมียมาแกก็รักเหมือนลูก เลี้ยงอย่างดี ให้การอบรมบ่มนิสัย โตขึ้นก็ไปเรียนวิทยาลัยครู กลับบ้านดึก ๆ แกก็บอกว่า “ลูก...คนพระประแดงนี่เขายังเป็นคนโบราณอยู่นะ ยังถือธรรมเนียมเก่า ๆ ผู้หญิงสาวกลับบ้านดึก ๆ อย่างนี้เขาจะนินทา” ลูกสาวตอบพ่ออย่างไร...“พ่อนี้ยังเป็นคนหัวเก่า ไม่ทันสมัย สมัยนี้เขาไม่ถือกันแล้วเรื่องอะไรต่ออะไร” นี่มันเป็นอย่างนี้เรียกว่า ลูกสาวมันเก่งกว่า เจริญกว่า สมัยใหม่กว่า แต่ว่ามันล่อแหลมต่ออันตรายในการกระทำเช่นนั้น



นี่ก็เหมือนกัน พ่อแม่บางที่จะพูดกับลูกนี้ ลูกมันหาว่าคุณแม่ยังไม่ทันสมัย คุณพ่อไม่ทันสมัย ยังไม่ลืมหูลืมตาดูโลกว่ามันสมัยนี้เขาเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร มันนึกไปอย่างนั้น ความคิดมันทวนกระแสกับของคนเฒ่าคนแก่ เขาจึงไปตามชอบใจ แต่เราก็กต้องหาอุบายที่จะห้ามล้อเขาไว้บ้าง ค่อยพูดค่อยจา ทำความเข้าใจ เอาความเมตตาปราณีเป็นหลัก พูดจาแนะนำตักเตือนให้เกิดความสำนึกรู้สึกผิดชอบชั่วดี ให้รู้ว่าอันตรายมันจะเกิด อะไรจะเกิดขึ้น บอกให้รู้บอกให้ทราบล่วงหน้าไว้ ถ้าหากมันเกิดขึ้นจะได้บอกว่า “เออ..เป็นอย่างไร แม่ห้ามลูกแล้ว แม่บอกลูกแล้วเป็นอย่างไร ไม่เชื่อแม่” ถ้ามันเกิดเรื่องเราพอพูดได้

แต่ถ้าเราไม่บอกไว้เลย เด็กก็จะบอกว่า “แม่ไม่บอกหนูให้รู้เรื่องอย่างนี้บ้าง หนูจึงเกิดการผิดพลาด” มันเกิดการผิดพลาดเสียหายได้ เพราะฉะนั้นเราต้องบอกไว้ เรารู้ว่าอะไรมันจะเกิดขึ้นแก่เด็กวัยรุ่น กำลังคนองนี้ อะไรมันจะเกิดขึ้น เราก็บอก ๆ ไว้ บอกทางหนีทีไล่ไว้ให้ เขาเข้าใจว่าควรจะทำตนอย่างไร ควรจะติราคาของตนขนาดไหน สงวนตัว สงวนศักดิ์ศรีขนาดไหน อันนี้เราต้องบอกให้เขาเข้าใจ พูดกันให้รู้เรื่อง

โดยมากไม่ค่อยพูดค่อยจากรัน เวลามีปัญหาแล้วก็ลุ่มใจเพราะว่าพ่อแม่ส่วนมากไม่ค่อยได้อบรมบ่มนิสัยให้ลูกได้เกิดปัญญา เกิดความรู้ ความเข้าใจในเรื่องอะไรต่าง ๆ ไม่เอาลูกเข้าหาธรรมะไว้ ไม่สอนธรรมะเป็นเกราะไว้ มันก็อยู่อย่างไม่มีเกราะ พอกระสุนโป่งเข้าให้ มันก็ทะลุเข้าไปเลย แทนเนื้อหนังเจ็บไปเลย เพราะไม่มีเกราะป้องกันภัย

ธรรมะเป็นเกราะป้องกันภัยทั้งปวง

ธรรมะเป็นเกราะช่วยคุ้มครองป้องกันภัยอันตรายไม่ให้เกิดขึ้นแก่ใคร ๆ ถ้าได้ใช้ธรรมะแล้วก็เป็นเกราะถาวร ยิ่งไม่เข้า แทะไม่เข้า ไม่ใช้ กระสุน ไม่ใช่มีด แต่ว่าอารมณ์ที่เข้ามากระทบมันจะไม่เข้าไปสู่จิตใจ แม้เข้ามา ก็ตีกลับได้ทันที เพราะเรามีสติปัญญา เรารู้ว่าอะไรคืออะไร แล้วมันจะเกิดอะไรขึ้นในกาลต่อไป เรารู้เราเข้าใจปัญหามันก็ไม่เกิด เพราะเราคิดป้องกันไว้แล้ว การเข้าหาธรรมะมันได้ประโยชน์ ในเรื่องอะไรต่าง ๆ ต้องพูดกันให้รู้ให้เข้าใจ จะได้ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับป้องกัน

ธรรมะกับการแก้ปัญหา

ถ้าหากว่าเผลอไปประมาณไป ก็ใช้ธรรมะอีกนั่นแหละเป็นเครื่องแก้ไขสิ่งเหล่านั้น ใช้เรื่องอื่นแก้มันไม่ได้ ใช้วัตถุเป็นเครื่องแก้มันก็แก้ไม่ได้ทางกาย เช่นกินยาระงับประสาทมันก็หลับฟูไป ตื่นขึ้นมันก็คิดอีก ปัญหานั้นยังอยู่ไม่ได้ถอนรากถอนโคนมันก็มาเข้าตัวอีก คิดอีกต่อไป นึกต่อไป กลุ้มใจต่อไป

การกินยาระงับประสาทนั้น บังคับประสาทให้หลับไปเท่านั้นเอง ชั่วครั้งชั่วคราว หรือตีเมเหล้าให้เมาคาโตะไป มันก็เมาไม่รู้สีกตัว แต่พอ



รู้สึกตัวกลับหนักกว่าเดิม ยังคิดถึงเรื่องเก่าต่อไป ร่างกายก็ทรุดโทรม เกิดโรคแทรกซ้อนขึ้นในร่างกายอีกหลายเรื่องหลายโรค มันก็ไม่หมดปัญหา หรือจะไปดูหนังฟังเพลง ไปเที่ยวที่ไหน ไปให้ห่างอารมณ์ ไปให้ห่างเรื่องที่เราจะคิดมันก็สลายไปชั่วขณะหนึ่ง กลับมามันก็คิดอีก แล้วถ้าดังนี้ มิต้องเที่ยวกันไม่ได้หยุดหรือ จะเอาเงินที่ไหนไปเที่ยว เอาไปเที่ยวที่ไหน มันไม่จบไม่สิ้น เราต้องแก้ที่ตัวเรา

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า เหตุเกิดที่ไหน ต้องแก้ที่นั่น อย่าไปแก้ที่อื่น อย่าหนีปัญหา แต่ต้องสู้กับปัญหา เราที่เป็นพุทธบริษัทนี้ไม่หนีปัญหาแต่สู้ปัญหา มีอะไรเกิดขึ้นเราไม่วิ่งหนีแต่เราจะต้องสู้กับมัน สู้ด้วยสติปัญญา เอาสติเป็นเครื่องมือ เอาปัญญาเป็นเครื่องมือต่อสู้กับปัญหานั้น ๆ ด้วยยกเอาปัญหานั้นขึ้นมาพิจารณาด้วยจิตใจที่มีความสงบพอสมควร เพื่อให้เกิดความสงบใจ เราจึงต้องฝึกจิตในด้านสมาธิไว้ ฝึกสมาธิไว้บ้าง จิตใจจะได้มีกำลังสำหรับต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ

มีเรื่องอะไรเกิดขึ้นก็ไปนั่งสงบใจเสียก่อน การนั่งสงบใจนั้นเรียกว่า ปลีกตัวออกจากปัญหา ดึงออกนอกวงชั่วคราว เพื่อให้มีกำลังภายใน แล้วเราก็ตกกับปัญหา ถามตัวเองว่าอะไร ปัญหานี้คืออะไร มันมาจากอะไร มันให้อะไรแก่เรา เราควรจะแก้เรื่องนี้อย่างไร ก็แก้ตามเรื่องที่มีมันเกิดขึ้น มันมาจากอะไรก็แก้ตรงนั้น มาจากเหตุอะไรเราก็แก้ตรงเหตุ นั้นแหละ เพราะสิ่งทั้งหลายมันเกิดจากเหตุ เราก็ต้องแก้ที่ตัวเหตุ

ถ้าไม่แก้ที่ตัวเหตุผลมันจะหายไปอย่างไร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้วางหลักไว้ว่า สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ จะดับเพราะเหตุดับก่อน เมื่อเหตุดับผลก็ดับไป แต่ถ้าเหตุมันยังไม่ดับมันก็จะก่อให้เกิดผลต่อไป เราจึงต้องรู้ว่าอะไรเป็นเหตุของเรื่องนี้ ก็ไปคิดเอาที่ตัวเหตุ ไปแก้เอาที่ตัวเหตุ เมื่อเหตุดับผลก็ดับไป

ไม่ว่าเรื่องอะไร ปัญหาอะไร ปัญหาชั้นง่าย ๆ หรือปัญหายากขนาดไหน เราก็ต้องศึกษาแนวเดียวกัน ว่าเหตุมันอยู่ที่อะไร ให้รู้จักเหตุของสิ่งนั้น แล้วเราก็พยายามแก้ไขเหตุคือตัดเหตุทิ้งไป เหตุอยู่ที่คน เหตุอยู่ที่ใจ ใจมันคิดไม่ถูกเรื่อง คิดในเรื่องที่ไม่ควรคิด นี่ตัวเหตุสำคัญ เรื่องที่ให้เกิดมันเกิดจากเรื่องที่เราได้ทำไว้ ด้วยความผิดพลาดด้วยความประมาท

สิ่งใดที่มันล่วงไปแล้วเราแก้ไม่ได้ มันผ่านไปแล้วจะไปแก้ไม่ได้ ไฟไหม้บ้านแล้วมันก็เป็นถ้ำเป็นถ่านไป เราไปแก้เรื่องนั้นไม่ได้แล้ว แต่ว่าเราสร้างบ้านใหม่ได้ สร้างให้ดีกว่าเก่าก็ได้ถ้ามีเงินพอ เราสร้างขึ้นใหม่

สภาพจิตใจของเรานี้ก็เหมือนกัน สิ่งใดที่ผ่านไปแล้วก็ถือว่าผ่านไป แล้ว แต่ว่าเราเอาสิ่งนั้นมาเป็นบทเรียนเป็นเครื่องเตือนใจ ไม่คิดอะไร ไม่พูดอะไร ไม่ทำอะไร อันจะเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์แบบนั้นต่อไป หรือเราจะไม่คบหาสมาคมกับใคร ๆ ที่เป็นตัวการให้เกิดปัญหา สถานที่ใดที่เป็นเหตุให้เกิดปัญหา เราก็ไม่ไปสู่สถานที่นั้น ๆ ความคิดอันใดที่จะให้เกิดปัญหาเราก็จะไม่คิดเรื่องนั้น เราหลีกเลี่ยงจากความคิดเรื่องนั้น อันนี้



มันจะช่วยให้เราสบายใจขึ้น ให้เราพ้นจากปัญหา จากเรื่องที่จะก่อให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ชีวิตของคนเราแต่ละคนนั้น ควรจะอยู่ด้วยความเข้าใจอย่างนี้ ด้วยการคิดแก้ไขอย่างนี้อยู่ตลอดเวลา เราก็จะหลุดไปที่ละเปลาะ ๆ หลุดเรื่อยไป จนกระทั่งหลุดพ้นเด็ดขาดไม่มีเครื่องพันธนาการทางใจเราต่อไป

เดี๋ยวนี้เรามักจะเพิ่มเครื่องผูกมัดจิตใจ ไม่พยายามแก้ไขหลุดออกไป ไม่พยายามปลดปล่อยตัวเอง แต่พยายามที่จะเข้าไปผูกพันอยู่กับสิ่งนั้น เหมือนกับตัวไหมที่พันตัวเองเข้ากับเส้นไหมของตัวเอง แล้วผลที่สุดก็ถูกต้ม เขาเอาเส้นไหมไปทอผ้า มันก็เดือดร้อนที่มันทำอย่างนั้น นั่นเป็นตัวอย่างของชีวิต

คนเราก็หาเรื่องพันตัวเอง มัดตัวเอง โดยขาดสติปัญญา ทำอะไรก็ไม่ใช้ปัญญาเป็นเครื่องประกอบในการกระทำ เลยทำด้วยความหลง ความเข้าใจผิด สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตัวเองมากขึ้น จนไม่รู้จะแก้ไขอย่างไร กลุ่มใหญ่ มันมากเหลือเกิน กลุ่มรอบทิศ มีแต่เรื่องทำให้กลุ่มทั้งนั้นจนไม่รู้ว่าจะดิ้นเงื่อนมันอยู่ที่อะไร จะแก้ปมมันที่ตรงไหน เหมือนกับด้ายที่ยุ่ง ชักไม่ออก ไม่รู้จะแก้อย่างไร ไม่รู้ว่าเงื่อนมันอยู่ตรงไหน ยิ่งดึง ยิ่งยุ่ง ๆ ปัญหาชีวิตของเราก็เป็นอย่างนั้น มีเรื่องสะสมมากพูนยิ่งขึ้น ทุกวันทุกเวลา จนจับต้นชนปลายไม่ถูก ไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรออกก่อนอะไรทีหลัง เลยเราก็นั่งกลุ่มใจ กลุ่มใจจนกระทั่งเสียไปก็มี ที่เขาเรียกว่า

กลุ่มใจจนเสียคนไป เป็นบ้าเป็นหลังไป ต้องไปอยู่โรงพยาบาล อย่างนี้มันก็เป็นไปได้ เพราะเราไม่รู้จักรจัดระบบชีวิตของเราให้มันดีขึ้น จัดไม่เป็น ไม่เข้าใจการจัดระบบของชีวิต เราก็คือเป็นทุกข์ แต่ถ้าเราได้ศึกษาธรรมะ เข้าใจธรรมะของพระผู้มีพระภาคเจ้า เราก็คะฉลาดขึ้น เข้าใจสิ่งทั้งหลายมากขึ้น

ขณะตัวเออนั้นแหละประเสริฐที่สุด

ในฐานะที่เราเป็นพุทธบริษัท เราก็คงต้องถือหลักว่า เราต้องเป็นผู้รู้ เราต้องตื่นตัว เราต้องมีความเบิกบานแจ่มใสอยู่ในชีวิต ต้องรู้ว่าอะไรเป็นอะไร สิ่งที่เกิดขึ้นนี่คืออะไร มันมาจากอะไร ให้รู้ให้เข้าใจ แล้วให้รู้ต่อไปว่ามันให้อะไรแก่เรา ให้ประโยชน์อะไรแก่เรา ให้ทุกข์ให้โทษอะไรแก่เรา โดยมากเราไม่ค่อยจะได้พิจารณา ถ้าแพ้ก็แพ้ยับเยินไป เอาตัวออกไม่ได้

ยกตัวอย่างง่าย ๆ เช่นคนติดบุหรี่นี้ ถ้าหากว่าจะตั้งปัญหาถามตัวเองเสียบ้าง ถามว่าสูบทำไม? สูบเพื่ออะไร? สูบแล้วมันจะได้อะไรขึ้นมา? ถ้าไม่สูบจะได้ไหม? และถ้าไม่สูบจะได้อะไรเพิ่มขึ้นในชีวิตจิตใจของเรา จะได้อะไรที่เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย เอา ๒ อย่างมาเทียบกันเข้า ขึ้นตาชั่งตาตึงดูหน่อยว่าฝ่ายไหนต่ำ ฝ่ายไหนสูง ฝ่ายไหนให้



ประโยชน์ ฝายไหนให้โทษ ฝายไหนให้ทุกข์ ฝายไหนให้สุข ฝายไหนเสีย
สตางค์โดยไม่ได้ประโยชน์ ฝายไหนประหยัดเงินทองไว้ใช้ในเรื่องอื่นต่อไป
เราลองคิดเปรียบเทียบ เมื่อเปรียบเทียบดูก็คงจะเห็นด้วยปัญญาว่าอะไร
เป็นอะไร ชัดเจนขึ้น แต่ว่าใจมันอ่อน ขาดความอดทน ขาดการบังคับ
ตัวเอง ขาดความเสียสละซึ่งเป็นสิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
จึงทำอะไรไม่สำเร็จ

คนเราถ้าไม่มีความอดทนก็ทำอะไรไม่ได้ ไม่มีการบังคับตัวเอง
ก็ทำอะไรไม่ได้ ไม่มีการเสียสละในสิ่งที่มีมันไม่มีประโยชน์แก่เรา เราก็ทำ
ไม่ได้ เพราะฉะนั้นจะต้องเพิ่มกำลังภายใน เพิ่มความอดทนขึ้น เพิ่มการ
บังคับตัวเองขึ้น เพิ่มการเสียสละให้มากขึ้น เราก็จะได้กำลังเพิ่มขึ้นใน
ทางสร้างสรรค์ ความคิดที่จะทำลายตัวมันเองมันก็น้อยลงไป ผลที่สุดเรา
ก็ชนะได้ ชนะอะไรมันไม่ประเสริฐเท่าชนะตัวเอง พระผู้มีพระภาคเจ้า
ตรัสว่า **อตฺตา หะเว ชิตัง เสโย** การชนะตัวเองได้เป็นชัยชนะที่เลิศ
ที่ประเสริฐกว่าการชนะทั้งหลาย ชนะตัวเองก็คือชนะความคิดฝ่ายต่ำที่
มันเคยชนะเรา ที่มันเคยบังคับขบไสเรา ไม่ให้มันมีอำนาจบังคับเรา
ต่อไป เราก็ชนะสิ่งนั้น ชนะได้ด้วยคุณธรรม

ถ้าไม่มีคุณธรรมเป็นหลักครองใจแล้วชนะไม่ได้ เราจะต้องแพ้เรื่อยไป
คนที่เคยแพ้ แพ้ต่อไป ไม่ชนะได้ เพราะไม่คิดจะเอาชนะมัน หรือเรียกว่า
ไม่คิดจะสู้ เมื่อไม่คิดจะสู้แล้วมันจะชนะได้อย่างไร

คนเรามันต้องสู้ เกิดมาเพื่อต่อสู้ ไม่ใช่เกิดมาเพื่อแพ้ เราต้องอยู่อย่างไท ไท นี่คือผู้ที่ไม่ถอยหลัง ผู้ที่ต่อสู้กับชีวิต กับปัญหา สู้ด้วยปัญญา สู้ด้วยความมีสติ ตามหลักการของพระผู้มีพระภาคเจ้า เราก็ต้องสู้กับสิ่งเหล่านั้น ให้ชนะให้ได้ เมื่อใดเราชนะได้ เราก็สบายใจ ถ้าชนะไม่ได้เราก็เป็นทุกข์เรื่อยไป คนบางคนเขาสู้กว่าจะชนะนี้ก็ต้องใช้เวลาเหมือนกัน

เหมือนกับเรื่องเล่าไว้ในธรรมบทเรื่องหนึ่ง คือว่าพราหมณ์คู่หนึ่ง สองคนผิวเมื่อยอยู่บ้านเดียวกัน มีผ้าอยู่ผืนเดียวกัน ถ้าสามีออกนอกบ้าน เมียก็อยู่บ้าน ถ้าเมียออกนอกบ้านผัวก็อยู่บ้าน เพราะว่าจะไปพร้อมกัน ไม่ได้คือไม่มีผ้าจะนุ่งนั่นเอง มันมีผืนเดียวไปพร้อมกันไม่ได้ เลยต้องไปกัน คนละที ธุระอะไรก็ไปกันคนละคราว จนที่สุด เรียกว่าจนเหลือเกิน

ทีนี้ต่อมาพระพุทธเจ้าท่านมาแสดงธรรมในท้องถิ่นนั้น เขาก็เล่าสือไปว่า “พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ เป็นผู้รู้แจ้งโลก เป็นผู้เสด็จไปดี เป็นครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้รู้ผู้ตื่นผู้เบิกบาน สอนธรรมไพเราะ เบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุดแก่มหาชน...” เขาสือกระฉ่อนกันไป

ชาวสือนี่ไม่เข้าหูพราหมณ์ที่ยากจนคู่นั้น ก็ปรึกษากันว่า “เฮา...เรานี้มันควรจะไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้าบ้าง ท่านเทศน์ท่านสอน น่าจะไปฟัง แม้เราจะเป็นคนยากจนก็ให้มันจนแต่ทรัพย์ภายนอก อย่าให้จนทรัพย์



ภายในเลย เราไปหาทรัพย์ภายในกันเถิด แต่ว่าเรา ๒ คนไปพร้อมกันมันก็ไม่ได้ เรามาคิดกันดูว่าใครจะไปเวลาไหน แม่บ้านก็บอกว่า “ฉันจะไปเวลากลางวัน เพราะมันสะดวก เป็นผู้หญิง เธอไปกลางคืนก็แล้วกัน” ตกลงแบ่งเวลากัน

แม่บ้านก็นุ่งผ้าผืนนั้นไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้า พอกลางคืนก็ให้ผัวไป ผัวก็ไปนั่ง ฟัง ๆ ๆ ไปแหลม... ชักจะเลื่อมใส อยากจะถวายผ้าแก่พระพุทธเจ้า ในชั้นแรกพอคิดจะถวายนี้ ธรรมชาติฝ่ายต่ำหรือฝ่ายที่ดิ่งไม่ยอมมันก็เกิดขึ้นว่า เอ..เรามีอยู่ผืนเดียวนา เอาไปถวายเสียแล้วจะนุ่งอะไร แล้วเมียจะนุ่งอะไรออกนอกบ้าน เราจะนุ่งอะไรออกนอกบ้าน เพราะมีอยู่แต่เพียงผืนเดียวเท่านั้น งดไว้ก่อน ความคิดนี้มันมาแย่ง ฟังต่อไป ฟังต่อไปจนถึงเที่ยงคืน คิดจะถวายอีก แต่ความคิดเดิมนั้นแหละมันมาคัดค้านอีก ไม่ยอมให้ถวาย ลังเลอยู่ต่อไป แต่ก็ฟังไปจนสว่าง

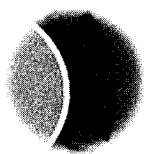
พระพุทธเจ้าเทศน์ตลอดคืน พราหมณ์นั้นฟังไปจนใกล้สว่างก็ลุกขึ้น ม้วนผ้าเดินโทง ๆ เข้าไปเลย ไปถึงก็วางผ้าแทบพระบาทพระพุทธเจ้า แล้วก็ร้องออกมาดัง ๆ ว่า **ขิตัง เม ขิตัง เม** แปลว่า เราชนะแล้ว กุชนะแล้ว กุชนะแล้ว...เสียงดัง พระเจ้าแผ่นดินนั่งฟังอยู่ด้วย คำอย่างนี้คนอื่นพูดไม่ได้ คำว่ากุชนะแล้วนี้ คนอื่นพูดไม่ได้ พระเจ้าแผ่นดินถึงจะพูดได้เพราะผู้ชนะคือพระเจ้าแผ่นดินองค์เดียว ชาวบ้านชาวเมืองจะไปพูดว่า ชนะ...นี้ไม่ได้ แต่ว่าพราหมณ์คนนี้นั้นพูดออกมาได้ว่ากุชนะแล้ว นี่มันชนะอะไร

พระราชาก็ส่งอำมาตย์คนหนึ่งให้ไปถาม เขาก็ไปถามว่า “เมื่อตะกี้นี้ท่านทำอะไร?” บอกว่า “เราเอาผ้าผืนหนึ่งที่เราผูกหม่นถวายพระพุทธเจ้า แล้วก็พูดออกมาว่า **ขีตัง เม ขีตัง เม** ภูชนะแล้ว ๆ ”

“ท่านชนะอะไร?”

“ก็ชนะตัวเองนะซิ ชนะความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ฉันลุ่มมาตั้งแต่หัวค้ำ รบกับมันอยู่ตั้งแต่หัวค้ำ มาชนะเอาจนจะสว่างนี้ จึงได้เอามาถวายได้ แล้วก็เลยร้องออกมาว่า เราชนะแล้ว ๆ ๆ”

อำมาตย์คนนั้นก็ไปกราบทูลพระราชาก็ทรงทราบ ว่า นายคนนี้แก่ชนะอะไร พระราชาวา “โอ..คนจน ๆ อย่างนี้มันยังเอาชนะความตระหนี่ได้ ยังเสียสละของที่ตัวมีอยู่ได้” เรียกว่าเป็นความเสียสละยิ่งใหญ่เพราะว่ามันมีอยู่ชิ้นเดียว ให้แล้วมันก็ไม่มี นี่ก็เรียกว่ามันยิ่งใหญ่ ถ้าเรามีเงินอยู่พันหนึ่ง เสียสละไปห้าร้อย มันก็ยังไม่เท่าไร เสียสละไปเก้าร้อยยังเหลือตั้งร้อย เราก็มักเรียกว่ายังไม่เก่งเท่าใด แต่นี่มันผืนเดียวเท่านั้น เมื่อเสียสละไปแล้วก็ไม่มียอะไรจะผูกแล้ว ผูกแต่ชุดวันเกิด นี่มันก็ยิ่งใหญ่เหลือเกินแล้ว พระราชาทรงนึกว่า “โอ..เธอคนนี้มันสำคัญมาก มันฟังธรรมแล้วมันชนะอย่างเด็ดขาด ต้องรางวัล” ก็เลยเอาผ้าไหมอย่างดีไปเป็นรางวัลแก่พราหมณ์ผู้นั้น ๒ ผืน ๒ ผืนนี้ เรียกว่าให้แก่ผืนหนึ่งให้เมียผืนหนึ่ง พอได้ผ้าไหมแล้วพราหมณ์คนนั้นก็นั่งดู แหม!มันสวยเหลือเกิน มันงามเหลือเกิน มันงามเกินฐานะของฉันที่เป็นคนยากจน



จะไปนุ่งผ้านี้ได้ ดู ๆ เสร็จแล้วก็เลยถวายเสียอีก ทั้ง ๒ ผืน พระราชาเห็นว่า นายคนนี้ถวายเสียอีกทั้ง ๒ ผืน จึงให้ ๔ ผืน ทิ้งให้ ๔ ถวายทั้ง ๔ ให้ ๘ ผืน ถวายทั้ง ๘ ผืน ให้ ๑๐ ผืน ถวาย ๑๐ ผืน ทวีขึ้นไปก็ถวายหมด ผลที่สุดให้ถึง ๓๒ ผืน แต่ว่าถึง ๓๒ ผืนนี้ถวาย ๓๐ ผืน เหลือไว้ ๒ ผืนสำหรับตัวผืนหนึ่ง ภรรยาผืนหนึ่ง นี่เขาเรียกว่าเป็นผู้ชนะแล้ว พระราชาก็ไตร่ตรองถึงความเป็นอยู่ในชีวิตครอบครัวก็ได้รับการขบเลี้ยงจากพระราชา ทรงสงเคราะห์ต่อไป

ทำอะไรถ้าทำอย่างจริงจังเด็ดขาดก็เกิดผลเหมือนกัน เกิดผลทันที คือได้รับสิ่งตอบแทนทันทีเหมือนกัน ผลทางวัตถุนั้นเป็นอย่างนั้น แต่ว่าผลทางใจนั้นยิ่งใหญ่มากกว่า คือเราชนะกิเลสได้ เป็นความชนะที่ประเสริฐ

คนเราส่วนมากอยู่อย่างคนขี้แพ้กันทั้งนั้น แพ้เรื่อยไม่คิดจะเอาชนะ แพ้เรื่องกิน แพ้เรื่องดื่ม แพ้เรื่องสูบ แพ้เรื่องนุ่งห่ม แพ้เรื่องเที่ยว เรื่องสนุกสนาน แพ้เรื่อยไป ไม่คิดจะเอาชนะ ที่เรามีปัญหาว่าของไม่พอกิน ไม่พอใช้นะ ถ้าเราประพฤติดิธรรมเราจะพอกินพอใช้ขึ้นมา พอกินพอใช้อย่างไร พอประพฤติดิธรรมเข้า เรารูปร่างกายนี้มันต้องการสักเท่าใด นุ่งห่มสักเท่าใด ต้องการเครื่องดื่มอะไรบ้าง ที่จำเป็นแก่ร่างกาย อะไร ๆ สิ่งที่เป็นมันมีสักเท่าใด มันก็ไม่มากสักเท่าใด คงจะไม่จ่ายอะไรกันหนักหนาหรอก เรื่องที่ไม่สู้จำเป็นเราก็ไม่จ่ายมาก สดางค์มันก็จะเหลือใช้ เมื่อเหลือใช้เราก็ไปใช้ในเรื่องที่เป็นประโยชน์แก่สังคม

ก็ได้ แก่ศาสนาอะไรก็ได้ ที่เราจะทำก็ได้ เพราะเราประหยัดเรื่องอื่นไว้
เอามาใช้ในเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อไป

เหมือนกับการบวชนาคที่เขาบวชกันทั่วไปนี้ ไม่ประหยัดสิ้นเปลือง
เงินทอง บวชลูกคนหนึ่งเสียไป ๔ หมื่น ๕ หมื่น ตั้งแสนก็มี บวช
เอาหน้ามันแพง ใ้หน้าเดิมมันก็ไม่ไหว แล้วยังจะเอามาเพิ่มเข้าอีกมันก็
แพงเต็มที เขาเรียกว่า บวชเอาหน้า ทำบุญเอาหน้า ภาวนาเมื่อฟ้าแลบ
พอฟ้าแลบ “พุทโธ” แล้วหายไป ฟ้าไม่แลบก็ไม่พุทโธ พอแลบก็ “พุทโธ”
ภาวนาเวลาฟ้าแลบมันเป็นเสียอย่างนี้ เวลาอื่นไม่เอา ทำบุญก็เหมือนกัน
ต้องให้ใหญ่เอาหน้า แล้วก็สิ้นเปลืองเงินทองไม่ใช่น้อย

ธรรมะให้ความสุขที่แท้จริงกับชีวิต

ที่วัดนี้ต่อสู้กับเรื่องนี้ รณรงค์เกี่ยวกับเรื่องฟุ่มเฟือยในการบวชนาค
ใครจะมาบวชให้มาพบกันก่อน เรียกพ่อเรียกแม่มาพูดจาทำความเข้าใจกัน
ปลุมนิเทศกันก่อน พูดกันให้เข้าใจ ชี้ให้เห็นประโยชน์ของการประหยัด
ชี้ให้เห็นผลของการทำบุญว่าเนื้อแท้มันอยู่ที่ตรงไหน อยู่ที่อะไร ตรงไหน
เขาเข้าใจ พอเข้าใจแล้วก็ทำบุญแบบประหยัด เงินทองก็ไม่สิ้นเปลืองใน
เรื่องที่ไม่จำเป็น มีบ้างก็เอามาถวายเป็นทุนเป็นรอนสำหรับวัดวาอารามที่
เป็นประโยชน์ ไม่ให้ซื้อดอกไม้ ไม่ให้ซื้อเทียนแพ ไม่ให้ไปซื้ออะไรที่มัน



ไม่จำเป็น ถ้าจะไปซื้อกระโถนสักใบหนึ่ง เอาแต่กระโถนมันก็ไม่แพง แต่นี่ไปทำให้มันสวยๆ ใ้สวยๆ นั้นถ่มน้ำลายรดก็ไม่ได้ มันไม่ลงกระโถน เวลาจะเอามาใช้ก็ต้องปอกสิ่งที่ทำสวยงามนั้นทิ้งไป ใ้สิ่งที่ปอกทิ้งไปนั้น มันเสียสตางค์เท่าไร

ปีหนึ่งๆ ประเทศไทยเสียสตางค์กับของที่เอามาตัดทิ้งปอกทิ้งนี้เท่าไร วัดหนึ่งเท่าไร นาคหนึ่งเท่าไร แก้วบ้าง กระโถนบ้าง ชันน้ำบ้าง บอกว่าไม่เอา อย่าเอามาถวายเป็นที่บูชา อาตมาไม่ชอบดอกไม้แบบนั้น ดอกไม้ก็ไม่ใช่ซื้อ ดอกบัวก็ไม่ใช่ซื้อ นี่กำลังแนะนำอยู่ ว่ามาวัดไม่ต้องซื้อ ดอกบัวมาเป็นหอบหрок มันไม่จำเป็นอะไร กินก็ไม่ได้ ดอกบัวดอกละหนึ่งบาท ถ้าเราจะซื้อสักสิบดอก เอาเงินสิบบาทนั้นมาถวายเป็นที่บูชาจะได้ใช้ค่าไฟ ค่าน้ำ ค่าอะไรต่ออะไรที่มันเป็นประโยชน์ ดอกบัวกินไม่ได้ เอามาทิ้ง พอเหี่ยวๆ ก็เอาไปทิ้งกองขยะมูลฝอยต่อไป ไม่รู้จะเอาไปทำอะไร เทียนมากก็ไม่รู้ว่าเอาไปทำอะไร ตัดสิ่งเหล่านี้ออกไป มันก็ได้ประโยชน์ขึ้นมา ญาติโยมก็รู้ว่า อ้อ!มันไม่จำเป็น รู้จักว่าอะไรควรอะไรไม่ควร นี่เป็นตัวอย่าง

ในเรื่องการกินการอยู่ของเราก็เหมือนกัน เราถามตัวเราว่า กินเพื่ออะไร กินทำไม กินเพื่อให้หายหิว เรามันหิวเราก็ต้องกินแก้หิว เรียกว่าทำลายทุกข์เก่า แล้วไม่ให้ทุกข์ใหม่เกิดขึ้น ทุกข์ใหม่นั้นคืออะไร อึดอัดแน่นท้อง ท้องเสียเพราะกินอาหารไม่เลือก นี่เป็นความทุกข์ใหม่

ทุกข์เก่าหายแต่เกิดทุกข์ใหม่มากกว่าเก่า ก็เป็นการลงทุนที่ไม่ได้เรื่อง เพราะฉะนั้น ถ้าเรากินเท่าที่ร่างกายต้องการ เราก็ไม่สิ้นเปลือง

แล้วก็ไม่ต้องกินให้อร่อยฟูฟ่องอะไรให้มากเกินไป เดียวนี้ทางโทรทัศน์ประกาศอาหารนั้นอร่อย อาหารนี้อร่อย บำรุงอย่างนั้นอย่างนี้ โทกทั้งนั้นแหละ ไม่ได้เรื่องทั้งนั้น ที่เรียกว่าบำรุงก็อย่างนั้นแหละ ไม่เห็นจะบำรุงอะไรเลย โยมลองกินดูมันก็เท่ากัน ใจมันคิดเอาเอง เขาว่ากินชุปนั้นแล้วจะแข็งแรง มันนึกเอาเองว่าแข็งแรง แต่กินไปกินมา สังเกตดูมันก็เท่านั้นแหละ ไม่ได้แข็งแรงอะไร แต่คนเรามันพุ่งไปตามคำโฆษณา

คนเราเวลานี้อยู่ภายใต้การโฆษณาชวนเชื่อ โฆษณาให้ช้อน ให้ช้อนนี้ ล่อให้ช้อน ให้รางวัลด้วยนะ ช้อนเหล่านี้ให้รางวัล ช้อนอ้ายนั้นอ้ายนี้ ก็ให้รางวัลทั้งนั้นเวลานี้ ช้อนข้าวสารยังให้รางวัลเลยเวลานี้ รางวัลเป็นล้าน ให้รถยนต์เป็นรางวัล ข้าวสารมีนั้นมีนี่เป็นรางวัล ก็อย่างนั้นแหละ เอามาฉูดแล้วมันก็อย่างนั้นแหละ ข้าวสารนั้นรสชาติมันก็อย่างนั้นแหละ ไม่มีอะไรนักหนาหรอก เราก็พุ่งไปตามอย่างนั้น

ภัตตาคารไหนเปิดใหม่ เขาบอกว่ามีอาหารจีน มีอาหารฝรั่ง อาหารอะไรต่ออะไรมีทุกอย่าง อาหารนิโกรก็มี อะไรก็มีกินกันไปเถอะ ก็ไปกินกัน แล้วก็เพื่อนถามว่าเป็นอย่างไร โอ้!ใหญ่โต จะบอกว่าไม่เข้าเรื่องก็ไม่กล้าบอก กลัวตัวโง่ไม่ใช่เรื่องอะไร โอ้!ร้านเขาใหญ่โต อาหารมากมาย คนมาก เอา!คนก็อยากจะไปอีก ถ้าไม่ได้ไปกินก็เรียกว่ายัง



ล้าสมัยอยู่ ยังไม่ทันสมัย ไม่ได้ไปร้านนั้นไม่ทันสมัย มันต้องไปหน่อย ไปแล้วก็เสียสตาจ์เยอะ ๆ กลับมาเป็นทุกข์ ไม่คุ้ม กินแล้วมันไม่คุ้ม เพราะของนิดเดียวแต่ราคามันแพง ลูกันที่บ้านก็ไม่ได้ ถ้าเรคิดอย่างนั้น เราก็ก็นไป ไม่เที่ยวไม่เตร่ เลิกงานแล้วก็กลับบ้าน

อาตมาเคยเทศน์ตามวงราชการ บอกว่าวันไหนเบิกเงินเดือนนี้ ตั้งกติกาไว้...จะไม่ไปไหน วันเบิกเงินเดือนนี้ต้องรีบกลับบ้าน ถ้ายังมี เวลาอยู่ก็ให้ไปธนาคารเสียก่อน เอาไปฝากเสียก่อน แล้วก็รีบกลับบ้าน อย่าไปเที่ยวตามบาร์ตามไนท์คลับ ไปดูหนังไปฟังเพลงมันเสียเงินเสีย เพราะวันเบิกเงินเดือนนี้เป็นวันที่รถติดมากที่สุดในถนนกรุงเทพฯ ถ้าไปไหน วันที่เขาเบิกเงินเดือนแล้วละก็ ไอ่พลรถติด หารถก็ยาก สมัยก่อนนั่งแท็กซี่ หาแท็กซี่ยาก เต็มหมดรถแท็กซี่ คนใช้หมดวันนั้น เขาได้รับเงินเดือน จึงใช้รถแท็กซี่กันใหญ่

“เศรษฐกิจเดือน” มีมากในเมืองไทยนี้ มันเป็นอย่างนั้น ไปไหน ก็ลำบาก เลยเป็นปัญหา เกี่ยวกันกินกัน ภัตตาคารก็คนเต็ม วันเบิกเงินเดือน...นี่มันเป็นอย่างนี้ นิสัยฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายก็เรียกว่า เป็นคนแพ้อยู่แน่นอน คือแพ้ล้น แพ้ต้นทุนที่สูง แพ้เรื่องอยากกินอยากสนุก อยากเพลิดเพลิน ถ้าเรคิดในแง่ธรรมะว่า เอ...กินเข้าไปมันก็เท่านั้นแหละ ไม่ใช่ว่าจะอ้วนจะพ้ออะไรนักหนา แล้วยังคนมีอายุเกิน ๓๐ ปีไปแล้วก็กินเท่าไรมันก็ไม่โตแล้ว มันโตเต็มที่แล้ว โยมจะไปกินกับข้าวชนิดไหน

มันก็ไม่โตแล้ว เด็ก ๆ มันโต เด็กอายุ ๑ ขวบ ๒ ขวบ โตขึ้นไปจนถึงอายุ ๒๐ ปี มันก็หยุดโตแล้ว ไม่โตแล้ว ไม่ได้กินเพื่อโต เรากินก็อย่างนั้น ไม่ได้กินเพื่อโตแล้ว

เมื่อวานขึ้นนี้เขาให้ไปเทศน์ กับพวกข้าราชการประปาที่ปลดเกษียณ เขาว่าปลดเกษียณแล้วนี่ก็ไม่มีปัญหาอะไร เงินบำเหน็จที่ได้ไป มันก็พอใช้ ถ้าใช้เป็น เพราะกินมันก็ไม่มากแล้วคนแก่ ธรรมชาติมันไม่ให้กินมาก ร่างกายมันไม่ให้กินมากแล้ว ความแก่มันเกิดแล้ว กินก็ไม่ได้ สิ่งอร่อยก็กินไม่ได้ มันกินไม่ได้ มันกินได้นิดหน่อย แล้วเราก็ไม่ต้องจ่ายมากเรื่องการกิน

หนุ่มก็ไม่รู้จะอวดใครแล้ว เราไม่ใช่หนุ่มวัยรุ่นแล้วจะไปอวดใครอีกล่ะ มันก็เท่านั้นแหละ ได้ทางגעל ๒ ตัวผลิตภัณฑ์ก็พอแล้ว มีสัก ๒ ชุดสำหรับแต่งตัว ก็ไม่รู้จะแต่งไปเข้าสังคมไหนแล้ว สังคมที่มีมากก็ไปเฝ้าศพเท่านั้นแหละ คนแก่ ๆ นี้เรียกว่าไปเฝ้าศพนี้มันยังขาดไม่ได้ไปเฝ้าศพจะแต่งอวดกับใครนักหนา ไม่มีอะไรจะไปอวดเขาหรอก เราก็กินง่าย ๆ กินง่าย ๆ

เหล่ายาปลาบั้งแก่แล้วจะไปกินทำไม คนแก่ถ้าเที่ยวเดินมาสะเงาะสะเงาะอยู่ก็ไม่มีค่า ไม่มีราคา เราก็ดัดปัญหานี้ไป เรื่องสนุกสนานดูหนังฟังเพลง แก่แล้วจะดูไปทำไมนักหนา จิตใจมันก็ไม่ค่อยชอบแล้ว ฟังเพลงอะไรมันก็ไม่สนุกแล้ว เสียงแซะทรายแซะหิน มันก็แซะไม่เข้าแล้วละ



แก่แล้วนี้จะไปฟังอะไรนักหนา มันก็ตัดปัญหาไปयेอะ ถ้าเราเข้าวัดแล้ว มันก็ตัดปัญหา เข้าหาธรรมะมันก็ตัดไป การสิ้นเปลืองมันก็น้อยลงไป เงินก็จะพอใช้ จะได้เอาไปใช้ช่วยลูกช่วยหลานตามสมควรแก่ฐานะ มันก็เท่านั้น จะกินอะไรนักหนา กินมือเดียวก็ยังอยู่ได้คนแก่นี้ กินมือเดียว มือเข้าต็มโอวัลตินสักถ้วยหนึ่ง อะไรนิดหนึ่ง กลางวันรับประทานอาหาร อีกหน่อย เย็นก็อยู่ได้ ไม่เห็นว่าจะลำบากอะไร ไม่แก่ไม่ชราอะไร มันก็อยู่อย่างนั้นแหละ ก็อยู่ได้สบาย ๆ นี่ตัดไปได้येอะ

มืออยู่ข้างก็ต้องมาวัดเท่านั้นเอง วันอาทิตย์ก็มาวัดเสียหน่อย มาฟังปาฐกถาแล้วก็นั่งสงบจิตสงบใจ เย็นก็กลับบ้าน ไม่มีรถส่วนตัวก็ใช้รถของขสมก. ไปตามเรื่อง มันก็พอสบาย จิตใจก็สบายร่างกายก็สบาย เพราะเราหันหน้าเข้าหาธรรมะชีวิตมันก็เป็นสุข แล้วเราจะรู้ได้เองว่ามันสบายขึ้น เป็นสุข ความกังวลมันน้อยลงไป ปัญหาต่าง ๆ มันก็ลดลงไปนอนก็หลับพอสมควร

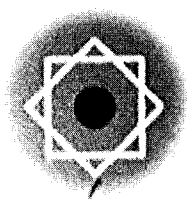
คนแก่บางคนมาบ่นว่า ไม่ไหวแล้วคะนอนไม่ค่อยหลับ ไม่รู้ว่าจะทำอะไรคนแก่มันนอนน้อย เหมือนกันแหละ อาตมาก็นอนน้อย ไม่ใช่หลับมาก มันหลับสัก ๓ ชั่วโมง ๔ ชั่วโมง สมมติว่าจำวัดเวลา ๒๒ นาฬิกา ตี ๒ มันก็ลุกขึ้นแล้ว ตื่นแล้วแต่ว่าไม่รู้จะทำอะไรก็นอนต่อไปหน่อย ๓ นาฬิกาครึ่งก็ต้องลุกขึ้นแล้ว วันไหนร่างกายเป็นปกติก็ไปข้างในคือไปที่สถานที่ปฏิบัติธรรมของนักปฏิบัติ ไปอบรมพระในเรื่อง

กัมมัฏฐาน พุดปลุกใจให้เข้า ๆ ให้ความคิดแน่วคิดแก่พระนิคหน้อย
ครึ่งชั่วโมง อะไรอย่างนั้น มันก็อยู่ได้สบาย ไม่มีอะไร

กลางวันคนแก่เราพักนิคหน้อย รับประทานอาหารกลางวันเสร็จ
แล้วก็หลับเสียนิคหน้อย มันกระชุ่มกระชวยดี กระปรี้กระเปร่า แล้วก็ลุก
ขึ้นทำงานทำการ เล่นต้นไม้ ตัดกล้วยไม้ ขุดดินแคะดินอะไรไปตามเรื่อง
ออกกำลัง ร่างกายมันก็เป็นสุข ใจก็เป็นสุข เพราะเราเข้าหาธรรมะไว้
ธรรมะช่วยเราให้เป็นสุข เกิดความสบายใจ จึงขอให้ญาติโยมได้คิด
อย่างนั้น หาความสุขทางใจดีกว่าหาความสุขทางวัตถุ วัตถุเป็นเครื่อง
ประกอบเล็กน้อย แต่ธรรมะเป็นเครื่องประกอบจิตใจอย่างสำคัญ เรา
จึงควรใช้ธรรมะเป็นเครื่องประเล้าประโลมใจ

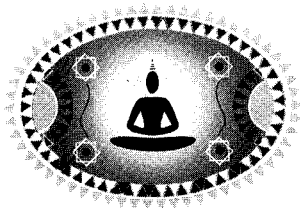
ดังที่ได้แสดงมา ก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้





.๕.

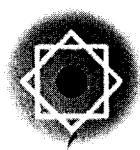
ธรรมที่ไฉ่แก่ปัญหาชีวิต



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอน
ในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี
เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

วันนี้ เป็นวันอาทิตย์แรกของเดือนมกราคม เป็นวันอาทิตย์ เหมือน
กับวันอาทิตย์ทั่ว ๆ ไป ที่เราปฏิบัติกันมา อันที่จริง ปีใหม่กับปีเก่ามันก็
เท่ากัน มันผิดกันหน่อยตรงที่เราได้อายุเพิ่มขึ้น ได้อายุเพิ่มขึ้นก็หมายความว่า
แก่ขึ้น แก่ลงไม่ใช่แก่ขึ้น เรียกว่าแก่ลงไป ร่างกายก็เปลี่ยนแปลงไป
ตามสภาพ สิ่งทั้งหลายในโลกไม่ได้หยุดนิ่ง แต่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่
ตลอดเวลา เปลี่ยนแปลงเรื่อยไปจนกว่าจะถึงที่สุดของความเปลี่ยนแปลง
เมื่อถึงที่สุดของความเปลี่ยนแปลง สิ่งเหล่านั้นก็จะแตกดับไปตามธรรมชาติ



ความสุข คือสุดยอดปรารถนาของทุกคน

ร่างกายของคนเรานี้ก็เหมือนกัน มีการเปลี่ยนแปลงไปโดยลำดับ เมื่อถึงที่สุดของความเปลี่ยนแปลงก็หมดชีวิต ซึ่งเราเรียกกันว่าเป็นความตาย แล้วก็เอาไปเผาไปฝังกันไปตามเรื่องต่อไป อันนี้มันเป็นเรื่องธรรมดาที่เป็นอยู่ทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นต้นไม้ หรือเป็นวัตถุสิ่งของ ย่อมมีสภาพเช่นเดียวกัน เมื่อเรามาพิจารณาในสิ่งเหล่านี้ ก็จะได้เกิดปัญญา เกิดความรู้ความเข้าใจถูกต้องในเรื่องของธรรมชาติของชีวิต จะไม่ต้องเป็นทุกข์มากเกินไป

เราทุกคนต้องการความสุขด้วยกันทั้งนั้น แต่ความสุขนั้นเป็นสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้น เมื่อเรารู้ชัดเข้าใจชัดในเรื่องนั้น ๆ ตามสภาพที่เป็นจริง ถ้าเราไม่รู้ชัดตามสภาพที่เป็นจริง เราก็ต้องเป็นทุกข์เรื่อยไปไม่รู้จักจบไม่รู้จักสิ้น เพราะความทุกข์มันเกิดจากความโง่ เกิดจากความไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องอะไรต่าง ๆ ซึ่งในภาษาธรรมท่านเรียกว่า อวิชชา

อวิชชา ต้นเหตุของทุกข์ทั้งปวง

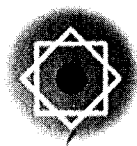
อวิชชา ก็คือความไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องนั้น ๆ ตามสภาพที่เป็นจริง เมื่อเราไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องอะไรก็ตาม เราก็หลงผิดเข้าใจผิดในเรื่องนั้น

เราก็เป็นทุกข์ มีความร้อนกร้อนใจด้วยประการต่าง ๆ แต่ถ้าเรารู้ชัด เข้าใจชัดในเรื่องนั้นตามสภาพที่เป็นจริง ความทุกข์ก็จะลดน้อยลงไป ลดน้อยลงไปก็เพราะว่าเรารู้ว่าอะไรมันเป็นอะไร แล้วเราไม่เข้าไปยึดถือ ในเรื่องนั้นจนเกินขอบเขต เพราะเรารู้ว่ามันไม่มีอะไรที่เป็นสาระเป็นแก่น เป็นสาร ที่เราควรจะเข้าไปยึดถือไว้ ว่าเป็นตัวเราว่าเป็นของเรา

ความสุขจอมปลอม

ความยึดถือน้อย ความทุกข์มันก็น้อย แต่ถ้าความยึดถือมาก ความทุกข์มันก็มากขึ้นเป็นธรรมดา อันนี้เป็นเรื่องที่จะต้องเข้าใจไว้ เพราะเราเป็นผู้แสวงหาความสุขที่แท้จริง ไม่ใช่ความสุขจอมปลอม *ความสุขจอมปลอม คือความสุขที่เกิดจากได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง ได้ดม ได้จับต้องในสิ่งต่าง ๆ* ซึ่งพระท่านเรียกว่า กามคุณ ๕ นั่นเอง กามคุณ ๕ เป็นความสุขจอมปลอม ไม่ใช่เป็นของแท้ เป็นสิ่งที่เกิดจากการปรุงแต่งด้วยอำนาจกิเลสที่เกิดขึ้นในใจของเรา เราไม่รู้ชัดไม่เข้าใจชัดในเรื่องนั้น ๆ จึงได้เกิดอารมณ์เช่นนั้นขึ้นแล้วก็หลงใหลมัวเมาด้วยประการต่าง ๆ

เมื่อใดเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรถูกต้อง เราก็มองสิ่งนั้นในแง่ของ ธรรมชาติ ไม่มองในแง่ที่เป็นมายาเครื่องปรุงแต่ง เรารู้สภาพที่เป็นจริง ของสิ่งนั้นตามสภาพที่มันเป็นอยู่ ความหลงใหลมัวเมาก็จะเสื่อมไป ลั่นไป



แม้เราจะมีชีวิตอยู่ในโลก อยู่ในวงการงานอะไร เราก็มีอยู่เป็นอยู่ตามธรรมชาติ มีอยู่เป็นอยู่ด้วยปัญญา ด้วยความรู้ความเข้าใจในสิ่งนั้น ๆ ชัดเจนแจ่มแจ้ง จิตก็ไม่ไปหลงไหลมัวเมาในสิ่งนั้น ๆ สิ่งใดเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป อย่างไร เรามองเห็นความจริงของสิ่งนั้น ๆ เราไม่ตื่นเต้น ไม่หวาดเสียวในสิ่งเหล่านั้น เรียกตามภาษาง่าย ๆ ว่าไม่ยินดี แล้วก็ไม่ยินร้ายในสิ่งนั้น ๆ

ความยินดียินร้ายในสิ่งนั้น มันเกิดเพราะขาดปัญญา คือไม่รู้ชัดในเรื่องนั้นตามสภาพที่เป็นจริง เมื่อประสบกับอารมณ์ที่เราพอใจเราก็ยินดีไปชั่วขณะหนึ่ง ประสบกับสิ่งที่เราไม่พอใจเราก็ยินร้ายไปชั่วขณะหนึ่ง มันเป็นอย่างนั้นขึ้น ๆ ลง ๆ เข้า ๆ ออก ๆ ตามอารมณ์นั้น จิตใจไม่สงบ มีความปั่นป่วนอยู่ตลอดเวลา กับอารมณ์นั้น ๆ อันนี้ก็เพราะว่าเราไม่รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไรกันแน่ ดูอะไรก็ดูแต่ผิวเผิน ได้กลิ่นลัมรสก็เพียงผิวเผิน ได้จับต้องอะไรก็รู้แต่เพียงผิวเผิน แต่มองไม่ซึ้งแทงไม่ตลอดในเรื่องนั้น จึงได้หลงไหลเข้าใจผิดกันด้วยประการต่าง ๆ

บรรดาภิเลสประเภทต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในใจของเรา เกิดขึ้นเพราะเราไม่รู้ชัดในเรื่องนั้นตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริง ๆ ยกตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ เช่นว่า ‘ราคา’ ราคาเป็นคำบาลี แปลว่าความพลัดพลานยินดีในสิ่งนั้น ๆ ที่เราพูดในภาษาไทยว่าราคา ราคาของนั้นเท่านั้น ราคาของนั้นเท่านั้น คำว่า ‘ราคา’ ก็มาจากคำว่า “ราคา” ซึ่งแปลว่าเรายินดี เมื่อยินดีก็

พร้อมที่จะจ่ายในเรื่องอะไรต่าง ๆ ให้แก่เขา เช่นเราไปเห็นของสิ่งหนึ่งเราพอใจ ก็หมายความว่าเรามีราคาในของนั้น เมื่อมีความพอใจก็ซื้อตามราคาที่เขาดั้งให้ แม้จะแพงสักเท่าไรเราก็กินดีซื้อเพราะเราพอใจหลงใหลในสิ่งนั้น เราอยากได้ในสิ่งนั้น

สิ่งนั้นมีค่าสูงขึ้น ก็ขึ้นอยู่กับความพอใจของผู้ซื้อ ถ้าผู้ซื้อมีความพอใจมากของมันก็มีความราคาแพง ถ้าผู้ซื้อมีความพอใจน้อยของก็มีความราคาน้อย ไม่มีใครพอใจมันก็ไม่มีความราคา ของบางอย่างเที่ยวทั้งแผ่นดินไม่มีใครอยากได้ ไม่มีใครเอา ไข่ของที่ไม่มีใครอยากได้ ไม่มีใครเอานี้ ก็เรียกว่ามันไม่มีค่า ไม่มีค่าก็เพราะไม่มีราคา ไม่มีราคาก็เพราะว่าไม่มีใครอยากได้ แต่ถ้าของใดมีคนอยากได้นั้นมีค่ามาก เมื่ออยากได้หลายคนก็เกิดแข่งขันกัน ประมูลกันว่าใครจะเอาไปได้ ดังที่เขามีการประมูลสิ่งของกันในที่ต่าง ๆ เมื่อประมูลกันใครให้ราคาสูง คนนั้นก็ไปคนให้ราคาต่ำก็ไม่ได้ มันมีค่าขึ้นตรงนี้ จึงเรียกว่ามีราคา มันมาจากความพอใจของคน

ความพอใจนี้มันเกิดจากความที่เราไม่รู้ ว่าสิ่งนั้นเป็นอะไรกันแน่ ก็หลงใหลพอใจในสิ่งนั้น เราติดอยู่ในรูปที่พอใจ ในเสียงของคนที่เราพอใจ ในรส ในกลิ่น ในสัมผัสถูกต้อง ในเรื่องอะไร ๆ ที่เราเพลิดเพลินพอใจ เราก็กินพอใจในสิ่งนั้น เมื่อสิ่งนั้นสูญเสียไปเราก็กินไม่สบายใจ ลดน้อยลงไป เราก็กินไม่สบายใจ ใครมาแย่งเอาสิ่งนั้นไปเสียเราก็กินไม่พอใจ ต้องการ



แล้วไม่ได้สนใจ เราก็อไม่พอใจ ความไม่พอใจมันเป็นความทุกข์ทั้งนั้น เป็นความวุ่นวายใจ

ความพอใจเรานึกว่ามันเป็นสุข ตามความเข้าใจของคนทั่วไปคิดอย่างนั้น คิดว่าความพอใจมันเป็นความสุข แต่ว่าความสุขนั้นมันมาก่อน มาล่วงหน้า มาหลอกเรา มาหลอนเราให้เพลิดเพลินหลงใหลแล้วความไม่พอใจหรือความทุกข์ก็จะเกิดตามมา

เราลองสังเกตดูในเรื่องอะไรต่าง ๆ สิ่งใดที่เราพอใจ สิ่งนั้นแหละที่จะทำให้เราเป็นทุกข์ในภายหลัง เพราะสิ่งนั้นไม่เที่ยง มันแปรเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา มันอาจจะเป็นอย่างอื่นไปได้เมื่อเราพอใจมันเข้า เวลามันเปลี่ยนแปลงเราก็อไม่พอใจ เราก็อเป็นทุกข์เพราะสิ่งนั้น

รถที่เราซื้อใหม่ ๆ เราพอใจ แต่ไปจอดไว้ตรงใดตรงหนึ่งมีเด็กซุกซนมันมาขีดให้เป็นรอย พอเราไปเห็น ถ้าเด็กคนนั้นยืนใกล้ก็อยากจะทุบมันตีมัน หรือทำให้มันสนใจเสียหน่อย แต่ว่ามันขีดเสร็จแล้วมันก็ไป เราก็อยืนอารมณ์งอแงอยู่คนเดียว เป็นทุกข์อยู่คนเดียว เป็นทุกข์ก็เพราะว่าของที่เรชอบมันสูญหายไป มันบอบมันชำไป มันมีอะไรเปลี่ยนแปลงไป เราจึงทุกข์เพราะสิ่งนั้น นี่เรียกว่าทุกข์ตามมา

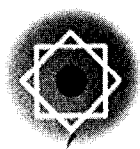
ทุกข์เกิดหลังจากสุข ทุกข์เกิดจากทุกข์ก็มีเหมือนกัน พอเป็นทุกข์ทันทีก็เห็นทุกข์ทันทีถ้าเรามอง แต่ว่าความสุขนั้นมันมีทุกข์ตามมาทีหลัง สร้างปัญหาให้แก่เราได้อย่างมากมาย เพราะฉะนั้นความชอบใจ ความ

พอใจ จึงถือว่าเป็นทุกขอย่างหนึ่งเหมือนกัน ท่านจึงกล่าวว่า **ปิยะโต ทยะเต โลโก ปิยะโต ทยะเต ภะยัง** ความรักเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ ความโศก ภัยทั้งหลายทั้งปวงก็เกิดจากความรักความพอใจ

ความรักในที่นี้ หมายถึงความพอใจ ถ้าเราพอใจในสิ่งใดก็มีทุกข์จากสิ่งนั้น มีภัยจากสิ่งนั้น มีเวรจากสิ่งนั้น มีอะไร ๆ เกิดขึ้นหลายอย่างจากสิ่งนั้น เกิดจนกระทั่งสงครามโลกก็เกิดขึ้น นี่ก็เพราะความรักถิ่นรักชาติรักบ้านเมือง รักพงศ์เผ่าเหล่ากอ ใครมาขัดค่อม ทำร้ายก็สร้างปัญหาคือความทุกข์ ความเดือดร้อนใจ กลุ้มใจจากเรื่องนั้น ๆ อันนี้ก็เป็นเรื่องที่เป็นความทุกข์อีกอย่างหนึ่งในชีวิตประจำวันของคนเราทั่ว ๆ ไป

สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี

เพราะฉะนั้น ผู้ต้องการความสุขหรือความสงบใจ ความสงบนั้นแหละคือความสุข ตัวความสุขก็อยู่ที่ความสงบ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า **นัตถิ สันติปะรัง สุขัง** สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี พระองค์ยังตรัสอีกว่า **สันติมัคคะเมวะ พुरुषะยะ** ท่านทั้งหลายจงพอกพูนทางแห่งสันติ เพราะตัวสันตินั้นคือตัวสงบ ความสงบนั้นก็คือความสุขที่เกิดขึ้นในใจของเรา เวลาใดใจวุ่นวายก็ไม่สงบ ไม่เป็นสุข ใจเร่าร้อนก็ไม่สงบ



ไม่เป็นสุข ใจมีอะไรเข้ามาก่อกวนอยู่ในใจ มีกิเลสประเภทใดเกิดขึ้น เกิดโกรธ เกิดโลภ เกิดหลง เกิดอะไรก็ตามใจ มันก็เป็นความทุกข์ขึ้นทันที เพราะจิตใจถูกเปลี่ยนสภาพจากหน้าตาตั้งเดิมไป

หน้าตาตั้งเดิมของใจนั้น คือความสงบ ความสะอาด ความสว่างทางใจ แต่พออะไรเข้ามาแตะต้องใจก็เปลี่ยนสภาพไปทันที พอเปลี่ยนสภาพไปเราก็มีอาการเกิดความทุกข์ เกิดความเดือดร้อนใจ ร้อนใจขึ้นก่อน แผดเผาดัวเองด้วยอำนาจกิเลสที่เกิดขึ้นในใจ ทำให้มีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจด้วยประการต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องที่ควรจรรู้ไว้ แล้วก็หาทางป้องกันไม่ให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนใจ

ธรรมะที่ใช้แก้ปัญหาชีวิต

การที่จะไม่เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนใจ ก็ต้องศึกษาด้านปัญญาให้รู้ชัดให้เข้าใจชัดในเรื่องนั้นตามสภาพที่เป็นจริง การศึกษาในด้านปัญญานี้เขาเรียกว่า เจริญวิปัสสนา นั่นเอง

เจริญวิปัสสนาเป็นเรื่องของปัญญาที่ทำ ๆ กันอยู่โดยทั่ว ๆ ไปนั้น ไม่ค่อยถึงขั้นวิปัสสนา คือไม่เจริญปัญญา ไม่คิดไม่ค้นเพื่อให้เกิดปัญญา ทำแต่ในเรื่องให้จิตสงบซึ่งเป็นส่วนสมถกรรมฐาน ‘สมถกรรมฐาน’ เป็นหลักธรรมที่มุ่งให้ใจเกิดความสงบ ให้ใจตั้งมั่น ให้ใจมันอ่อนโยน เหมาะที่

จะใช้งานต่อไป แล้วก็มักจะไปติดอยู่เพียงนั้น คือติดอยู่ในความสงบ หรือว่าติดอยู่ในนิมิตอันใดอันหนึ่งที่เราได้ เช่นเราไปฟังอะไร เราก็เห็นสิ่งนั้นด้วยตาใจ คือเห็นด้วยใจ เอาไปฟัง ฟังเฉย ๆ ฟังเป็นอารมณ์เพื่อให้ใจมันไปจ่ออยู่กับสิ่งนั้น ไม่ไปไหน มันก็ได้แต่ความสงบใจ ได้แต่ความตั้งมั่นเท่านั้นเอง เราไม่ได้ใช้กำลังใจนั้นต่อไป เพื่อคิดค้นให้เกิดปัญญา ซึ่งเรียกว่า เจริญวิปัสสนา เราจึงไม่ก้าวหน้าต่อไปในด้านปัญญาญาณ

ที่เราไม่ก้าวหน้าต่อไปนั้นเพราะเราเรียกกันผิด ปฏิบัติกันผิดเสียแล้ว เช่นสำนักต่าง ๆ ที่ยกป้ายตั้งไว้ วิปัสสนาวัดนั้น วิปัสสนาวัดนี้ ยกป้ายไปตามเรื่อง แต่ว่าโดยแท้จริงแล้วหาได้เจริญวิปัสสนาไม่ เป็นการเจริญกรรมฐาน ที่เรียกว่าสมณะภาวนากันทั้งนั้น การปฏิบัติก็ฟังโน่น ฟังนี้ คุณันคุณี คุณุกแก้วบ้าง คุณะพุทธรูปบ้าง คุณัตถะอะไรต่าง ๆ เพื่อให้มันติดตาเอาไปนั่งฟังในเวลาอื่นต่อไป ให้ใจอยู่กับเรื่องนั้น

เหมือนเด็กติดตุ๊กตา แล้วก็คอยอุ้มอยู่ตลอดเวลา ไปไหนก็พาไปด้วย เวลากินข้าวก็ต้องเอาตุ๊กตาไปไว้บนตัก เวลานอนก็เอาไปกอดไว้ ใครทำให้ตุ๊กตาห่างเด็ก เด็กก็ร้องไห้ งอแงไปทันที แต่ว่าพอโตขึ้นหน่อยเด็กนั้นทิ้งตุ๊กตา ไม่เล่นตุ๊กตาต่อไป ที่เด็กนั้นไม่เล่นก็เพราะเด็กมันได้ปัญญาขึ้น รู้ว่าเป็นแต่ว่าเป็นสิ่งหนึ่งที่เขาสร้างขึ้นสำหรับเด็กเล่นเพื่อเกิดความเพลิดเพลิน พอโตขึ้นหน่อยปัญญามันเขยิบขึ้น มันก็ไปหาความเพลิดเพลินจากสิ่งอื่นต่อไป ไม่หาจากตุ๊กตานั่น



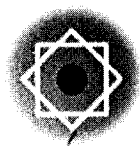
คนเจริญกรรมฐานก็มักจะไปติดอยู่ในวัตถุ เขาเรียกว่านิมิตที่ตน
ได้เห็น แล้วก็นั่งดูสิ่งเหล่านั้นอยู่ บางทีก็เข้าใจเชวไป ตั้งชื่อให้ว่า เป็น
นั้นเป็นนี่ไปก็มี เรียกว่ายังไม่ก้าวหน้าเท่าใด ในการปฏิบัติในส่วนนั้น
การปฏิบัติที่ก้าวหน้านั้นมันต้องเป็นไปเพื่อปัญญา ปัญหานี้เป็นสิ่งสูงสุด
ในทางพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้นหลักการคำสอนพระองค์จึงวางไว้ว่า
ศีล สมาธิ ปัญญา

รักษาศีล และมีสมาธิ

ขั้นต้นก็รักษาศีล คือทำตนให้เป็นคนมีระเบียบ มีวินัย ไม่อยู่ตาม
อารมณ์ ตามความอยากของตัวเอง แต่อยู่อย่างคนมีระเบียบมีวินัย เรียกว่า
เป็นคนมีศีล บังคับตัวเองได้ ควบคุมตัวเองได้ ไม่ปล่อยอะไรไปตาม
ชอบใจ ไม่ทำอะไรตามใจตัว แต่มีข้อบังคับให้กระทำ ก็กลายเป็นคนมีศีล
ต่อไปก็ฝึกสมาธิ คือการเจริญสมถกรรมฐาน คือจิตให้สงบ ให้
ตั้งมั่น ให้อ่อนโยนพอสมควร แล้วต่อไปก็ถึงขั้นปัญญา

มีปัญญาเท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง

ชั้นปัญญา เป็นเรื่องของการพิจารณาศึกษาในเรื่องนั้นอย่างละเอียด ดูอะไรก็ดูอย่างละเอียด ถ้าดูเพียงชั้นสมาธิก็ดูเหมือนเป็นรูปเป็นร่าง แล้วเอาสิ่งนั้นเข้ามาเป็นนิमित เป็นสิ่งสำหรับดูต่อไป ไม่ว่าวัตถุอะไรที่เราดูแล้วเรานึกดูเมื่อไหร่ก็ได้ มันก็เป็นชั้นสมาธินั้นยังไม่ได้เป็นชั้นปัญญา ชั้นปัญญานั้นต้องรู้ว่าอะไรเป็นอะไรถูกต้อง เช่นว่าเราดูสิ่งอะไร สติกับปัญญามันมาคู่กัน มาวิเคราะห์ทันที ว่าสิ่งนี้คืออะไร มาจากอะไร อยู่ได้อย่างไร ผลสุดท้ายมันเป็นอะไร มองไปคิดไป จนกระทั่งเห็นว่าไม่มีอะไรน่ายึดถือว่าเป็นของเรา ไม่มีอะไรเป็นตัวเป็นตนอย่างแท้จริง มันเป็นแต่เพียงสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เท่านั้น เราจะไปจับเอาตอนหนึ่งตอนใดว่าเป็นตัว เป็นตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล ก็ไม่ได้ เพราะถ้าไปยึดอย่างนั้นก็เรียกว่ายึดผิด ทำให้เกิดปัญหาแก่ชีวิต แต่เรามองสิ่งนั้นว่ามันเป็นแต่เพียงกระแสชนิดหนึ่ง หรือเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่ง ที่มีความเกิดขึ้นแล้วก็แปรเปลี่ยนไป แล้วก็แตกดับไป มันมี ๓ ขณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป, เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ๆ ๆ ถ้ายิบจนเราจับไม่ได้ว่า มันมีสภาพเช่นนั้น ต้องใช้ปัญญาชั้นละเอียดก่อนจึงจะพิจารณาเห็นได้ว่ามันเป็นอะไรกันแน่ มีอะไรที่ควรเข้าไปยึดไปถือว่าเป็นตัวเราว่าเป็นของเราบ้างไหม อันนี้เรียกว่า เจริญปัญญา



วิธีเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญา

วิธีเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญานั้นก็คิดได้ตลอดเวลา เจริญได้ทุกเวลาแหละ ไม่ต้องไปอยู่ในป่าดงพงพีอะไรก็ได้ แต่เราพิจารณาอยู่ในสิ่งที่ประสบพบเห็น ตาได้เห็น หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูกต้องอะไร เราก็จำลองพิจารณาเรื่องนั้น ๆ ให้รู้ชัดเห็นชัดตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริง ๆ

ความเป็นอยู่จริง ๆ ของสิ่งทั้งหลายนั้นคืออะไร? คือมันเป็นแต่ประกอบกันเข้า ไหลไปตามอำนาจของการปรุงแต่งตามเหตุปัจจัย ไม่มีอะไรที่เรียกว่าเป็นเนื้อแท้ในตัวของมันเอง นี่เรียกว่า เห็นตามสภาพที่เป็นจริง เห็นด้วยใจ เห็นด้วยปัญญาทางด้านใน ไม่ใช่เห็นด้วยตาเนื้อ

เห็นด้วยตาเนื้อมันเห็นอยู่ตามธรรมดาแล้ว แต่ว่าเอาปัญญาข้างในมาประกอบเข้าอีกทีหนึ่ง แยกแยะวิเคราะห์วิจัยออกไป จนกระทั่งมองเห็นสิ่งนั้นว่ามันไม่มีอะไรที่เป็นตัวตนอย่างแท้จริง ไม่มีอะไรที่เราจะไปเข้าไปยึดไปถือว่าเป็นตัวเรา ว่าเป็นของเราอย่างแท้จริง เพราะแม้ตัวเราเองก็ไม่มีอะไร มันเป็นแต่เพียงสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นตามอำนาจการปรุงแต่ง ไหลไปตามอำนาจการปรุงแต่ง เมื่อไหลไปถึงที่สุดมันก็หยุดไหล เรียกว่า แตกดับไป สิ่งทั้งหลายจะเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นต้นไม้ เป็นวัตถุสิ่งของ แม้เป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นในใจของเรา มันก็เกิดขึ้นอย่างนั้น เกิดจากเหตุ

อย่างนั้น เปลี่ยนไปตามสภาพอย่างนั้น แล้วมันก็แตกไปดับไป ไม่มีอะไรที่เรียกว่าป็นเนื้อแท้ เช่นความโกรธ มันเกิดขึ้นเพราะอะไร ความโกรธเกิดขึ้นเพราะการปรุงแต่ง ปรุงแต่งด้วยอะไร มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันนี้อยู่ในตัวเรา เรียกว่าอายตนะภายใน

อายตนะ แปลว่า เครื่องต่อ เครื่องต่อกับสิ่งภายนอก อายตนะภายในก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีอยู่ในตัวเรา แล้วไปต่อกับสิ่งภายนอก สิ่งภายนอกก็คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เรียกว่าอายตนะภายนอก รูปต่อกับตา เสียงต่อกับหู กลิ่นต่อกับจมูก รสต่อกับลิ้น โผฏฐัพพะก็ต่อกับร่างกาย สิ่ง que เข้ามากระทบใจเรียกว่า ธรรมารมณ์เข้าไปต่อกับใจ มันเกิดความรู้สึกอะไรขึ้นโดยการต่อเชื่อมกัน สิ่งเดียวกันเกิดอะไรไม่ได้ แต่พอมี ๒ สิ่ง คืออายตนะข้างในกับข้างนอก มาต่อกัน จึงสามารถเกิดความรู้สึกอะไรขึ้นมาได้

ตามีอยู่โดยปกติ ก็เรียกว่าเป็นธาตุ เรียกว่าจักขุธาตุ เป็นธาตุอย่างหนึ่งในธาตุทั้งหลาย พระท่านสวดเวलगานศพลมัยก่อน ท่านสวดว่า อัญญาระสะ ธาตุโย แปลว่า ธาตุ ๑๘ อย่าง คือจักขุธาตุ โสถธาตุ ฆานธาตุ ชิวหาธาตุ กายธาตุ มโนธาตุ ธาตุแปลว่าธาตุ หรือสภาพที่ทรงไว้ บาลีอ่านว่า ธา - ตุ ภาษาไทยอ่านว่าธาตุ

ธาตุตา ธาตุหู ธาตุจมูก ธาตุลิ้น ธาตุกาย ธาตุใจ แล้วก็มีรูป ซึ่งก็เป็นธาตุเหมือนกัน เรียกว่ารูปธาตุ สัทธาธาตุ ฯลฯ คือรูปเป็นธาตุ



เสียงเป็นธาตุ กลิ่นเป็นธาตุ รสเป็นธาตุ โผฏฐัพพะก็เป็นธาตุ
 ธรรมารมณ์ก็เป็นธาตุ เรียกว่าธรรมธาตุ รวมกันทั้งข้างนอก ๖ และ
 ข้างใน ๖ ก็เป็น ๑๒

เมื่ออายตนะข้างนอกกับข้างในกระทบกัน ก็ทำให้เกิดวิญญาณ นี้
 ก็เป็นธาตุ เรียกว่าจักขุวิญญาณธาตุ โสตวิญญาณธาตุ ฯลฯ คือความรู้
 ทางตาก็เป็นธาตุชนิดหนึ่ง ความรู้ทางหูก็เป็นธาตุ ความรู้ทางจมูกก็
 เป็นธาตุ ความรู้ทางลิ้นก็เป็นธาตุ ความรู้ทางกายก็เป็นธาตุ สิ่งที่เกิดกับ
 ใจก็เป็นธาตุ ธาตุอายตนะภายใน ๖ ธาตุอายตนะภายนอก ๖ และธาตุ
 วิญญาณ ๖ รวมกันเป็น ๑๘ เรียกว่าธาตุ ๑๘ มันเป็นลักแต่ว่าธาตุ

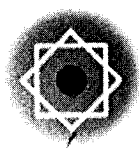
‘ตา’ ถ้าอยู่ตามปกติยังไม่ได้ดูอะไร ก็เรียกว่าเป็นธาตุ แต่พอ
 ทำหน้าที่ดู ก็เรียกว่าเป็นอายตนะขึ้นมา รูปมันก็เป็นธาตุอยู่ตามปกติ
 ของมัน แต่พอผ่านสายตาก็กลายเป็นอายตนะ เป็นดังนี้เหมือนกันทั้ง
 ๖ คู่ อายตนะคือเครื่องต่อ ตากับรูปมาต่อกัน หูกับเสียงมาต่อกัน
 จมูกกับกลิ่นมาต่อกัน ลิ้นกับรสมาต่อกัน กายกับสิ่งถูกต้องทางกายมา
 เชื่อมต่อกันเข้า ใจกับธรรมารมณ์เชื่อมต่อกันเข้า เมื่อเชื่อมต่อกันเข้า
 ก็เกิดวิญญาณคือความรู้ ความรู้ทางตา ความรู้ทางหู ความรู้ทางจมูก
 ความรู้ทางลิ้น ความรู้ทางกายประสาท ความรู้ทางใจ อันนี้เรียกว่า
 เป็นธาตุเหมือนกัน แต่ว่าเป็นวิญญาณธาตุ คือความรู้ตามชื่อของตา หู
 จมูก ลิ้น กาย ใจ

พอมีความรู้ขึ้น ตา+รูป+ความรู้ทางตา รวม ๓ อย่างมา
ประกอบกันเขาเรียกว่าเป็นผัสสะ นี่เป็นผัสสะ พอหลังจากผัสสะก็เกิด
เวทนา เวทณาก็คือเป็นสุขเมื่อชอบใจ เป็นทุกข์เมื่อไม่ชอบใจ แต่
บางอย่างมันก็มองแล้วเฉย ๆ ไม่เกิดอะไร

ทีนี้ พอเมื่อเกิดสุขไม่มีสติรู้เท่า ปัญญารู้ทัน มีวิชชาปนอยู่
ก็เกิดตณหา เกิดความพอใจ นี่ก็เป็นตณหา คือตณหาในรูปอยากได้
ถ้าเกิดไม่พอใจก็เป็นตณหาเหมือนกัน ตณหาในรูปไม่อยากได้ อยากได้นี้
ก็เป็นตณหา ไม่อยากได้ก็เป็นตณหาเหมือนกัน มันเป็นความอยากด้วย
กันทั้งนั้น อยากได้เป็นอย่างหนึ่งทำหน้าที่อย่างหนึ่ง อยากไม่ได้ อยาก
ไม่มี อยากไม่เป็น มันก็เป็นตณหาอย่างหนึ่งเหมือนกัน

เรื่องนี้เราลองสังเกตตัวเราเองว่า เวลาเราอยากได้สภาพจิตเป็น
อย่างไร เวลาเราไม่อยากให้มันได้สภาพจิตเป็นอย่างไร จะเห็นว่ามันก็
เหมือน ๆ กัน คือมันเป็นทุกข์เท่า ๆ กัน สมมติว่าเราอยากได้อะไรมัน
ก็ลุ่มใจอยู่ คอยอยู่ ด้วยความวิตกกังวลว่ามันจะได้หรือไม่ได้

เหมือนคนไปซื้อหอยไว้ พอซื้อหอยแล้วก็มาคิดวิตกกังวลว่า มัน
น่าจะถูก...คราวนี้มันน่าจะถูก มันพลาดมาคราวก่อนทีหนึ่งแล้ว คราวนี้
มันน่าจะถูก เลขมันสวยดี...อะไรเหล่านี้ ผันอยู่ตลอดเวลา ผันในเรื่อง
อยากได้ ภาระนกระวายจะมีจะได้ หรือเหมือนเด็ก ๆ ได้ของขวัญ เขา
ห่อมามิดชิดอยากจะได้เปิดเหลือเกิน อยากจะดูว่ามันเป็นอะไร ในห่อนั้น



มันอะไร อยากจะเปิดดู พอเปิดดูแล้วเห็นว่าเป็นอะไร ตบมือตอกดีใจว่า ได้สิ่งนั้นมา มันจะดีใจอยู่นานสักเท่าไร เดียวมันก็เปลี่ยนไป เกิดเฉย ๆ เมื่อชินชาเข้า ความดีใจนั้นก็หายไป

แม้สิ่งที่เราได้มา มันก็เป็นอย่างนั้น ได้มาใหม่ ๆ ก็รู้สึกว่่าตื่นเต้น เพลิดเพลินดีใจกับสิ่งนั้น นานไปมันก็ชินชา ไม่อยากได้แล้ว ถ้าเรายังไม่ชอบใจมากเราก็ยังเป็นทุกข์มาก เช่นคนบางคนเราไม่ชอบใจ เราก็ไม่อยากเห็นหน้า ไม่อยากจะฟังเสียง ไม่อยากจะได้ยินชื่อคนนั้น ถ้าใครเอ่ยชื่อคนนั้นแล้วก็บอกว่าขอทีเถอะ อย่าไปเอ่ยชื่อคนนั้น จันมันไม่สบายใจ อันนี้เพราะไม่อยากได้ในสิ่งนั้น

ไม่อยากจะเป็น เขาจะให้เป็นอย่างอื่นเราไม่อยากจะเป็น เช่นเราทำงานอยู่กรุงเทพฯ เขาออกคำสั่งย้ายให้ไปหัวเมือง เราไม่อยากไป ไม่อยากไป ก็เป็นทุกข์แล้ว กลุ้มใจแล้ว แล้วก็มักจะไปหาหมอดูว่า ดวงเป็นอย่างไร หมู่นี้เจ้านายไม่ค่อยชอบใจ นี่มันเป็นทุกข์เพราะความไม่อยากจะเป็น ไม่อยากจะมี ไม่อยากจะทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ มันก็เป็นทุกข์ขึ้นมา

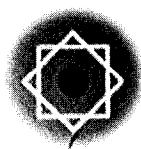
ทุกข์นี้มันมีลำดับเกิดจากสลายหรือเหตุปัจจัยของมัน คือทุกข์เกิดจากตัณหา ตัณหาก่เกิดจากเวทนา เวทณาก็เกิดจากของ ๓ สิ่งมากระทบกันเข้าโดยมีอวิชชาผสมโรงอยู่ด้วย ของ ๓ สิ่งที่มากระทบกันนั้นก็คือ เช่นตา รูป จักขุวิญญาณ หู เสียง โสตวิญญาณ เป็นต้นี้ทั้ง ๖ กลุ่ม เมื่อกระทบกันก็เกิดเป็นอารมณ์ขึ้นมา คือพอใจบ้าง ไม่พอใจบ้าง แล้ว

ก็เป็นสุขเพราะพอใจ เป็นทุกข์เพราะไม่พอใจ สิ่งใดพอใจก็อยากได้เพิ่ม สิ่งใดไม่พอใจก็อยากจะทำมันออกไป

ในชีวิตเราแต่ละคน แต่ละวันมันอยู่กับเรื่องตึงเข้ามา เรื่องผลักรออกไป ๒ อย่างนี้แหละ สิ่งใดเราพอใจชอบใจก็ตึงเข้ามา เพลิดเพลินสนุกสนานไป แต่ว่าสิ่งใดไม่พอใจก็ผลักดันให้ออกไป อันนี้ถ้าผลักไม่ไปดันไม่ออกก็ลุ่มใจอีก รำคาญอีกเกี่ยวกับในเรื่องนั้น ๆ

อันนี้มันเป็นวิถีของชีวิตหรือว่าเป็นเรื่องของใจเรา ที่มันเป็นอยู่ในรูปร่างนั้น เป็นไปตามปกติธรรมดาเพราะไม่ได้ฝึกฝนไม่ได้อบรม คือไม่ได้บ่มจิตใจของเราให้มันดีขึ้น มันก็อยู่อย่างนั้นแหละ เวลาได้...ดีใจ เวลาเสีย...เสียใจ อยากได้สิ่งนั้นก็ดีใจ อยากได้สิ่งนี้ก็ดีใจ ไม่ได้ในสิ่งที่อยากได้นั้นก็ไม่พอใจ ลุ่มใจ มันเป็นเรื่องของธรรมชาติที่เป็นอยู่อย่างนั้น สำหรับผู้ที่มิได้ฝึกฝนอบรมจิตใจ

เราจะปล่อยให้เป็นอยู่ตามธรรมชาติอย่างนั้นหรือ เราจะเป็นลูกฟุตบอล ให้สิ่งนั้นเตะเรากระเด็นกระดอนอยู่ในสนามอย่างนั้นหรือเหมือนเราดูฟุตบอลเห็นคนนั้นเตะไป คนนั้นเตะมา เตะไปเตะมา ๆ เตะเรื่อยไป ถ้าเราไม่เป่านกหวีดก็เตะเรื่อยไป เรายังก็เหมือนกันถูกอารมณ์ต่าง ๆ มันเตะ ถูกกิเลสมันเตะเอา ตัณหา พยาบาท อาฆาต จองเวร กิเลสประเภทต่าง ๆ มันเตะมันถองเรา ให้กระเด็นกระดอนอยู่ตลอดเวลา แล้วมันเป็นสุขหรือที่ถูกเตะอยู่อย่างนั้น ให้กระเด็นไปโน่น กระเด็นไปนี่



แกว่งไปแกว่งมา กระทบนั้นกระทบนี้เรื่อยไป เราก็จะเห็นด้วยตัวของเราเองว่า มันไม่ได้เป็นสุขที่ตรงไหน ไม่ได้มีความสงบที่ตรงไหน ที่เป็นอยู่อย่างนั้น

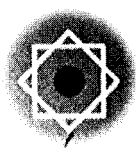
การถอนกิเลส ตัณหาออกจากจิตใจ

เมื่อเราไม่อยากจะเป็นอย่างนั้น เราก็ต้องพยายามถอนกิเลสตัณหาออกจากจิตใจ ด้วยการเจริญปัญญา ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ออกไปให้เห็นว่ามันไม่มีอะไรที่เป็นเนื้อแท้ในตัวของมันเองเหมือนกัน เราถือตระกร้าหรือชะลอมออกไป ชะลอมสำหรับใส่ของ ทำด้วยไม้ไผ่เอามาสานกันเข้า สานกันเข้าแล้วก็ใส่ของได้ หิ้วไปหิ้วมา ขายดีเหมือนกัน คนไทยเราไปไหนมักซื้อของใส่ชะลอม ผลไม้ส่วนมากใส่ชะลอมหิ้วไปหิ้วมา

ชะลอมนั้นมันมีชื่อว่าชะลอมขึ้นมาได้เพราะอะไร? เพราะไม้ไผ่สานกันเข้าเป็นรูปอย่างนั้นก็เรียกว่าชะลอม เป็นรูปอย่างอื่นก็เรียกเป็นกระเชอ เป็นกระดัง เป็นอะไรต่างๆ เป็นไปตามรูปของสิ่งเหล่านั้นที่เราสมมติให้มันเป็นอย่างนั้น ครั้นเราเอามาถอดออกให้หมด เอามาถอดออกทีละชิ้นทีละชิ้น เอาช่อดอกที่เขาสานออกหมด มันหายไปเสียแล้ว คำว่าชะลอมนั้นหายไป ไม่ปรากฏในสายตาของเรา มันหายไปไหน? มันก็หายไปจาก

การผสมปรุงแต่ง เมื่อไม่มีสิ่งผสมปรุงแต่งมันก็หายไป ไม่มีชื่อให้เราเรียกต่อไป หรือเสื้อผ้าที่เราสวมอยู่นี้ก็เหมือนกัน เสื้อผ้าที่เราสวมนั้นก็มาจากฝ้าย จากใยสังเคราะห์ ซึ่งเขาเอามาทำขึ้น เช่นผ้าสมัยนี้เป็นพวกใยสังเคราะห์โดยมาก ใยสังเคราะห์นั้นมันมาจากเศษของน้ำมันที่เขาเอาใช้ใส่รถยนต์วิ่งไปมา เขาเอาทำอะไรกันอยู่นี้แหละ เขาเอาไปแยกส่วนออก แยกออกแล้วได้ใยสังเคราะห์มา เอาใยสังเคราะห์นี้มาทำเอามาปั่นให้มันเป็นเส้น แล้วเอาไปทอผ้าเป็นรูปต่าง ๆ จะให้สวยงามก็ใส่สีลงไป เป็นผ้าสีชมพู สีแดง สีเหลือง สีแสด สีอะไรต่าง ๆ เราก็ไปซื้อเอามาสวมใส่ สิ่งเหล่านี้มันก็เกิดจากของผสมกันเข้า นึกไปให้ตัวว่าเดิมนั้นมันเป็นอะไร เดิมมันเป็นอะไร แล้วต่อมามันเป็นอะไร เดิมนั้นมันเป็นอะไร เป็นผืนผ้า เป็นเสื้อ เป็นกางเกง เป็นนั่นเป็นนี่ เราเอามาสวมใส่ร่างกาย เอามาสวมใส่ไว้ที่ร่างกายเพื่ออะไร? เพื่อกันร้อน ไม่ให้ร่างกายถูกแดดมากเกินไป กันความหนาว กันหนาวคือไม่ให้เย็นเกินไป

ความจริงกันหนาว ก็คือกันร้อนนั่นแหละ ไม่ใช่อะไร กันร้อนเหมือนกัน กันร้อนกับกันร้อนนั่นแหละ มันร้อน ๒ ร้อน เวลาหนาวนี้อากาศภายนอกมันหนาว ถ้าเราไม่สวมเสื้อหนา ๆ ไว้ ร่างกายก็เย็นเกินไป ทีนี้เอาเสื้อหนาว ๆ มาใส่ ไม่ใช่ว่ากันไม่ให้ความหนาวกระทบร่างกาย แต่ว่ากันความร้อนไว้ในเสื้อ ไม่ให้มันหนาว พอเราสวมเสื้อมันเกิดความร้อน ที่ร้อนก็เพราะว่าร่างกายเรานี้ส่งความร้อนออกมาจาก



ตัวอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าไม่มีอะไรกันไว้ความร้อนที่ส่งออกมามันระเหยไปหมด เมื่อระเหยออกไปหมดเราก็หนาวเพราะอากาศภายนอกมันหนาว แต่พอสวมเสื้อเข้า เสื้อผ้านั้นมันกันความร้อนไว้ข้างในก็เกิดความร้อน แต่ถ้าร้อนมากเกินไปก็เหงื่อไหล มันเกินพอดีก็เหงื่อไหล พอดี ๆ ก็พอสบาย นี่กันความร้อนเหมือนกัน ความจริงเรียกให้ถูกต้องจะเรียกว่า เสื้อกันร้อน แต่ว่าถ้าเรียกอย่างนั้นเขาก็ว่าแปลก อ้ายคนนี้นั้นเรียกเสื้อกันร้อน เขาไม่นิยม เขานิยมเรียกว่าเสื้อกันหนาว โดยความจริงมันกันร้อนมากกว่า

เป็นเสื้อเป็นผ้าขึ้นมาได้เพราะการผสม เอาใยสังเคราะห์นั้นมาปั่นเป็นเส้นยาว ๆ เล็กบ้างใหญ่บ้าง แล้วเอามาทอเป็นผืนผ้า ย้อมก่อนทอก็มี ทอแล้วเอาไปย้อมก็มี ให้เป็นสีตามที่คนต้องการ เพราะคนเราต้องการแปลก ๆ สีขาวมันเรียบเกินไป จืดชืดเกินไป ให้มันเป็นสีอันหนอย

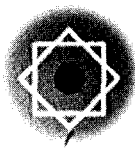
ฝรั่งชาวต่างประเทศมาเมืองไทย มาบมสี บมผิว บมให้ดำ ให้คล้ำ คนไทยเราถ้าเห็นดำไม่ค่อยชอบเอาเสื้อผ้าห่อไว้ให้มันขาว ฝรั่งเขาขาวอยู่แล้ว มองไปที่ไหนก็เจอแต่ขาว เลยมาบมให้สีผิวมันเปลี่ยนหนอย เป็นสีคล้ำ ๆ

เมื่อวานนี้ไปพัทยา เอากระดุกโยมคนหนึ่งไปลอยในทะเล เอาไปทิ้งนั่นเอง พุดง่าย ๆ ว่าเอาไปทิ้งทะเล คือทิ้งให้มันพ้น ๆ ไป เอาไว้ที่วัดมันก็รุงรัง เลยบอกว่าเอาไปฝังในทะเลดีกว่า ฝังในทะเลมันดี ทะเล

มันกว้าง มันลึก เอาไปฝังในทะเลดี เลยก็เอาไปฝัง เอาไปทิ้งนั่นแหละ เรียกว่าเอาไปฝังในทะเลดีกว่าเอามาใส่โละใบบรรจุไว้ในวัด รกวัด คนชอบมาสร้างที่บรรจุกระดูกไว้ในวัด เดียวนี้ห้ามสร้างแล้ว ที่วัดชลประทานฯ มันเต็มแล้ว ที่ไม่พอ มีใครจะสร้างก็บอกว่า “สร้างกุฏิสักหลังดีกว่า แล้วเอากระดูกบรรจุไว้ในนั้น พระจะได้อยู่ด้วย จะได้เป็นเพื่อนกับกระดูกต่อไป กระดูกจะได้อยู่กับพระ” ลูกหลานก็พอใจ เลยชวนกันมาสร้างกุฏิน้อย ๆ พอให้พระอยู่ได้ ที่นี้บางรายเมื่อไม่สร้างอย่างนั้นก็พาไปลอยทะเลดีกว่า

โยมเจ้าของกระดูกนั้นก็พาไป ไปฉันทอาหารที่บ้านเขา อยู่ชายหาด ฉันทเสร็จแล้วก็ลงไปชายหาด เขาทำเป็นดอกเห็ดไว้ เอาต้นตาลปักเข้า แล้วก็มุงหญ้าคา มีเก้าอี้โยกนอนได้ ก็ไปนอนตากอากาศตรงนั้น เห็นฝรั่งผู้ชายคนหนึ่งเดินมาหนึ่งคนเดียว เนื้อตัวล่อนจ้อน เลยก็ก๊วกมือ เรียกว่า Come on, Come on มาถึงพูดกันไม่รู้เรื่อง เป็นคนเยอรมัน พูดอังกฤษไม่ได้ พูดอะไรก็ได้ นอกจากพูดภาษาเยอรมันเท่านั้นเอง ก็มายิ้ม ๆ กันหน่อย แล้วเขาก็ลาเดินชายหาดต่อไป

นั่งไปประเดี๋ยว เห็นเดินมาเป็นกลุ่ม ๔ คน ฝรั่งผู้ชาย ๒ คน ผู้หญิง ๒ คน ผู้หญิงก็เรียกว่าเป็นวัยเด็กเข้าไปแล้ว ไม่ใช่วัยสาววัยอะไร แต่ว่าเนื้อตัวล่อนจ้อนเขียว ปิดนิตหนอย ปิดข้างล่างนิต ปิดข้างบนหนอย เดินล่อนจ้อนมาแล้วคุยกันเฉย วางหน้าวางตาเฉย ก็รู้สึกว่าเขาปล่อยวางได้เยอะเหมือนกัน คือยึดถือในตัวตนน้อยลงไป ก็เดินเฉยไม่สนใจอะไร



ถ้าคนยังยึดถืออยู่ก็เดินแบบนั้นไม่ได้ นี่เขาเดินเฉย อาตมานั่งกันอยู่ ๓ - ๔ องค์ บอกว่า...นั่น ๆ คูชิพวกปล่อยวางมาแล้ว นั่นแหละพวกจิตว่างอีกชนิดหนึ่ง ไม่ได้ยึดถือ เดินเฉย เราดู ๆ กัน เขาก็เฉย ๆ ไม่ว่าอะไร เขาต้องการมาบ่มผิวเท่านั้นเอง ไม่ใช่เรื่องอะไรบ่มให้มันคล้ำ ๆ แล้วก็ขึ้นเครื่องบินกลับบ้าน อย่างนี้ก็เหมือนกัน ทำอย่างนั้นตามเรื่องของคนที่เขาชอบใจ คนเราชอบอะไรก็ทำอย่างนั้น ไม่ได้ทำก็เป็นทุกข์อีก เตื่อตร้อนใจอีก มันเป็นอย่างนี้ ขาดปัญญา ก็เกิดความวุ่นวายใจด้วยประการต่าง ๆ

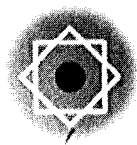
สิ่งอะไรในโลกนี้ ทั้งหมดมันผสมกันอยู่ตลอดเวลา ไหลไปตามอำนาจของการปรุงการแต่ง เมื่อหมดส่วนผสมมันก็แตกสลายไป เราจะไปยึดเอาตอนใดตอนหนึ่งว่าเป็นตัวฉัน เป็นของฉันมันก็ได้ มันจะทำให้เป็นทุกข์ โยมลองคิดดู ญาติโยมลองคิดดูว่า เราเป็นทุกข์นี้เพราะเรื่องอะไร มันต้องรู้จักแยก คืออย่าเอาแต่ทุกข์อย่างเดียว มีอะไรเกิดขึ้นอย่าเอาแต่ทุกข์ทำเดียว ให้นึกถึงคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ทรงแนะนำว่า ให้ใช้ปัญญาพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า

สิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้านั้นคืออะไร? ก็คืออารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา อารมณ์อะไรก็ได้ที่มันเกิดขึ้นในใจ เป็นกุศลก็มี เป็นอกุศลก็มี หรือพูดง่าย ๆ ว่าเป็นฝ่ายดีก็มี ฝ่ายไม่ดีก็มี มันเกิดขึ้นในใจของเรา เราอย่าปล่อยให้มันเกิดเฉย ๆ แต่ว่าใช้ปัญญาพิจารณาสิ่งนั้นให้รู้ชัด

เห็นชัดตามสภาพที่เป็นจริง คือหัดคิด หัดแยกแยะวิเคราะห์วิจารณ์
สิ่งนั้นว่ามันคืออะไร

เช่นเราโกรธขึ้นมาเนี่ย ขณะโกรธนั้นอาจจะนึกไม่ได้ แต่พอมันเบา
แล้วพอนึกได้ พอนึกได้แล้วก็นึกว่า เอ..เมื่อตะกี้ฉันทำอะไร? อ้อ..ฉัน
โกรธ โกรธใคร? ลองถามว่าโกรธใคร โกรธไอ้คนนั้นที่มันมาทำให้ฉัน
ไม่สบายใจ เขาทำให้เราไม่สบายใจ เราโกรธเขา เวลาเราโกรธเขาเนี่ยใจ
เราเป็นอย่างไร เราลองถามตัวเอง ว่าใจเราเป็นอย่างไร เวลาโกรธนี้
ใจเราเป็นอย่างไร...ร้อน ใจร้อน มีด ไม่มีแสงสว่างในใจ มีความกระวน
กระวาย บางทีแสดงออกมาทางกาย กัดฟันกรอด ๆ ทำท่าจะกินเลือด
กินเนื้อ ในตาขุ่น มองคนนั้นเหมือนกับว่าจะให้ละลายไปอย่างนั้นแหละ
ถ้าตาเป็นไฟเหมือนฤๅษีตาไฟก็ละลายไปแล้ว มือไม้ก็สั่น ทำท่ากัดฟันแล้ว
ก็ทำท่าจะเข้าไปห้าঁหั่นคนนั้นเสียให้ได้

ทำอย่างนั้นมันสวยไหม เราถามตัวเราว่า มันสวยไหม มันน่าดู
ไหม กิริยาท่าทางน่าดูไหม ข้างนอกมันสวยงาม น่าดูไหม ถ้าไม่รู้ก็ไปทำ
ท่าที่กระຈกตุ๊กแล้วกัน เข้าไปในห้องทำท่าดู เมื่อตะกี้ฉันทำท่าอย่างไร
ไปแสดงละครให้ตัวเองดูหน่อย ไปถึงยืนที่หน้ากระຈก ทำท่ากัดฟัน
กรอด ๆ ๆ ทำตาเขียวขึ้นมา ถลึงตา มือไม้ก็สั่น มีอาการอะไรขึ้นมา
แล้วดูว่ามันสวยไหม ถามตัวเองว่ามันสวยไหม มันเข้าতিติไหม มันสุภาพ
ไหม มันเรียบร้อยไหม ถ้าใครเขาเห็นฉันกำลังทำท่าอยู่อย่างนี้ เขานึกว่า



ฉันเป็นอะไร ถ้ามอย่างนี้ แล้วก็หาคำตอบเอาเองว่ามันเป็นอะไร แล้วก็ถามต่อไปว่า โกรธอะไรเมื่อตะกี้ โกรธอะไร โกรธเพราะคนนั้นมันว่าฉัน เอ...เขาวนั้มันว่าอยู่ที่ปากเขา เขาวนั้ไปตามเรื่องของเขา แล้วเราไปโกรธเขานี้เพราะอะไร ก็เพราะเราไปรับเอานะซี เราไปรับ เราออกไปรับ รับว่าอย่างไร รับว่ามึงด่ากูนี้ มึงว่ากูนี้ มึงมองกูนี้ เอามาให้ เอามาประเคนให้ตัวเองตั้งเยอะแยะ ไม่ว่าเรื่องอะไร แล้วมันความผิดของใคร ที่แสดงอาการอย่างนั้นออกไป นี่เป็นความผิดของใคร คนโน้นผิดหรือว่าเราผิดกันแน่ คนโน้นก็เป็นเรื่องของเขา เขาก็ถูกกิเลสครอบงำเหมือนกัน เขาจึงได้ด่า ทำท่าอย่างนั้น ถ้าคนมีจิตใจปกติเขาก็คงไม่ทำอย่างนั้น แต่ที่ทำอย่างนั้นก็เพราะว่าสภาพจิตผิดปกติ

เราเห็นตัวอย่างคนอื่นผิดปกติ แล้วไม่เอามาสอนตัวเอง นี่มันถูกต้องไหม ลองคิดอย่างนั้น ก็บอกตัวเองว่าไม่ถูก ไม่ถูกต้องเพราะว่าเขาแสดงแบบสาธิตให้เราดูแล้วว่า นี่ทำอย่างนี้ ๆ พูดอย่างนี้ ทำอย่างนี้ มันเป็นเรื่องของกิเลส เรื่องความโกรธ เรื่องความอ่อนแอ เรื่องไม่บังคับตัวเอง เรื่องขาดความอดทนจึงได้แสดงอาการอย่างนี้ออกมา น่าขบใจเขาที่เขาทำอย่างนั้นให้เราดู ควรจะเย็นเฉยๆ จะเข้าไปขบใจตอนนั้นก็ไม่ได้เตี๋ยเขาจะเล่นงานเราเอา เรายิ่งเย็นยิ่ง ๆ นึกในใจว่า แหมเดี๋ยวล้อเกินที่มาแสดงให้ฉันดู หาดูยาก ทำอย่างนี้หาดูยาก ขบใจเธอมาก นึกในใจขบใจเขาดังนี้ ให้เขาด่าหยุดเสียก่อนแล้วเราค่อยแสดงอาการต่อเขาต่อไป

พอเขาหยุดด่าแล้วก็ค่อยเข้าไป ยกมือไหว้ บอกว่าแหม...ขอบใจเหลือเกินที่มาทำให้ฉันดูเมื่อตะกี้ ฉันได้บทเรียน ได้ธรรมะ ได้เครื่องสอนจิตสะกิดใจ จะได้ระมัดระวังตนต่อไป ขอบใจมาก ไหว้เขาอย่างนั้นเราก็สบายใจ คนนั้นอาจจะโกรธขึ้นมาอีกก็ได้ เพราะเราไปพูดอย่างนั้นกับเขาเข้า โกรธเอาอีกแหละ ถ้าเขาไม่รู้จักคิดไม่รู้จักมองในทางถูกต้องว่าไอ้ที่เราขาดสติไปแสดงท่าเยี่ยงท่ามารให้เขาดู เป็นเหตุให้เขาได้รู้ซึ่งในธรรมะ จนมาแสดงปิตินันท์ถึงใจกับเราอย่างนี้ แทนที่จะโกรธตอบเราน่านิยมน้ำใจของเขา ถ้าเขารู้จักคิดไว้เช่นอย่างนี้ เขาก็จะไม่โกรธเรา แต่กลับรู้สึกสำนึกในความผิดของตน ขอโทษในความผิดของตนที่แสดงอาการไม่ดีอย่างนั้นออกไป แต่ถ้าเขาจะโกรธก็ช่างเขาเถอะ เราทำให้มันถูกต้องทำด้วยสติสัมปชัญญะก็แล้วกัน อย่าไปทำด้วยกิริยาอาการมุ่งเยาะเย้ยเขา อย่างนี้นั่นก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะเรารู้ตัว รู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งที่เกิดขึ้น เราก็ไม่โกรธ ใจเย็น เรียกว่าไม่ทำการเพิ่มความชั่ว และไม่เพิ่มคนชั่วขึ้นในโลก

คนนั้นชั่วอยู่แล้ว เราก็เห็นอยู่แล้ว ถ้าเราทำเหมือนคนนั้นก็เพิ่มความชั่วขึ้นอีกส่วนหนึ่ง เพิ่มคนชั่วอีกคนหนึ่ง บางคนไม่เพิ่มคนเดียว ไปดึงพี่ ๆ น้อง ๆ มาช่วยด่ากันหน่อย มาช่วยกันหน่อย ๆ เรียกว่าชั่วกันทั้งโขยงไปเลย เพิ่มขึ้นอีกตั้งหลายคน แล้วมันเรื่องอะไร ๆ สร้างความทุกข์ให้แก่ตัวเปล่า ๆ ไม่ดีเลย เรามาวิเคราะห์ว่า เราโกรธเขาทำไม



โกรธเพราะเรามันโง่ พุดกับตัวเองง่าย ๆ ว่าเรามันโง่มีวิชา ไม่รู้ ไม่เข้าใจ ไปเห็นคำด่าเป็นเรื่องจริงจังขึ้นมา

ความจริงคำด่านั้นมันก็เป็นของผสม คือเกิดจากจิตก่อน จิต เคร้าหมอง พอจิตเคร้าหมองแล้วผสมออกมาเป็นคำพูด คำพูดที่ หยาบคายไม่หวานหู ไม่เป็นที่พอใจ มันเกิดจากสิ่งนั้น ฐานของสิ่งนั้นมัน ไม่ดี สิ่งที่เขาแสดงออกมันไม่ดี แล้วเราไปโกรธสิ่งที่ไม่ดี เอ..เรานี่มัน ไม่ดีไปใหญ่ มันเสียหายใหญ่ การกระทำเช่นนี้ไม่เหมาะสมไม่ควรแก่ เราเลยแม้แต่น้อย สอนตัวเองเสีย จะได้ระมัดระวังต่อไป

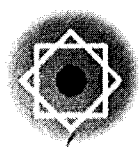
ถ้าไปเจอใครทำทำอย่างนั้นกะเรา เราก็รีบบอกกับตัวเองว่า มา อีกแล้ว ๆ บทเรียนมาอีกแล้ว ระวังไว้ อย่าไปแสดงอาการกับเขาเหมือน อย่างเขาแสดงกับเรา ใจเย็น ๆ ไว้ สงบไว้ ให้สติใช้ปัญญาไว้หน่อย ทำอย่างนั้นเราก็จะไม่โกรธ ว่าง ๆ เราก็เอาขึ้นมาวิเคราะห์วิจัยในสิ่ง ที่เกิดขึ้น โกรธทำไม เกลียดทำไม ริษยาทำไม พยาบาทเขาทำไม สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันเป็นบุญหรือว่าเป็นบาป เป็นฝ่ายกุศลหรือว่าเป็น ฝ่ายอกุศล เป็นไปเพื่อสร้างสรรค์ หรือเป็นไปเพื่อทำลาย คิดให้ละเอียด คิดไปศึกษาไป แล้วก็จะรู้เข้าใจในสิ่งนั้นมากขึ้น เมื่อเรารู้มากขึ้น เข้าใจ มากขึ้น เราก็มียปัญญามากขึ้น มีสติมากขึ้น รู้ทันรู้เท่าต่อสิ่งนั้นตาม สภาพที่เป็นจริงมากขึ้น ปัญหามันก็น้อย เพราะเราเข้าใจพิจารณาใน เรื่องอย่างนั้น เวลาเราอยากจะได้อะไร จะเป็นอะไร ก็เหมือนกัน ก็

พิจารณาอย่างเดียวกัน อยากอะไร สิ่งนั้นคืออะไร มันจำเป็นแก่ชีวิต
 ของเรานักหรือ หรือเรามีความร่อนกร่อนใจด้วยเรื่องอะไร ก็มานั่ง
 ทบทวนพิจารณาพลิกแล้วพลิกอีก ดูแล้วดูอีกในเรื่องนั้น ๆ ก็เกิด
 ปัญญาขึ้น เข้าใจขึ้น แล้วเราก็จะต้องไม่ชวนชวายเป็นเรื่องที่ไม่ควร
 ชวนชวายต่อไป ทำเท่าที่มันไม่เกิดปัญหา คือความทุกข์แก่ชีวิต

เมื่อรู้เท่าทันชีวิตก็ไม่มีปัญหา

สิ่งใดทำแล้วเกิดปัญหา เกิดความทุกข์ เราก็หยุดเสีย ไม่กระทำ
 สิ่งนั้น เราก็อยู่ได้อย่างเป็นสุข ความสุขมันเกิดจากเราคิดถูก พูดถูก
 ทำถูก ความคิดถูก พูดถูก ทำถูกเกิดเพราะปัญญาที่เราได้ใช้มาก ๆ
 พิจารณาละเอียด ๆ จนเข้าใจเรื่องทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง เราก็จะไม่มี
 ชีวิตสับสนวุ่นวายในเรื่องนั้น ๆ

คนที่เป็นโรคทางประสาท มันก็เรื่องเดียวกันนั่นแหละ เหมือนกัน
 ประสาทมันเกิดจากความเครียด ไม่รู้จักปล่อย ไม่รู้จักวาง ไปยึดไปถือ
 ในเรื่องที่ไม่จำเป็นมากเกินไป จนเกิดความวุ่นวายใจ ไม่สบายใจด้วย
 ประการต่าง ๆ ทีนี้ถ้าเราหัดวาง หัดคิด หัดพิจารณาเสียบ้างมันก็ดีขึ้น
 เรื่องอย่างนี้ต้องใช้ปัญญา คนอื่นช่วยไม่ได้หรอก เราต้องช่วยตัวเอง
 คนอื่นเพียงแต่ให้แนวคิดให้ แล้วเราก็มานั่งคิดมาปรุงมาแต่งใหม่ ปรับใจ



ของเราใหม่ รื้อของเก่าทิ้งสร้างเรือนใหม่ให้แก้ไข ทำใจของเราให้มัน
สะอาดขึ้น สว่างขึ้น สงบขึ้น มีปัญญารู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งทั้งหลายตาม
สภาพที่เป็นจริง เราก็จะมีความสุขตลอดไป

เพราะฉะนั้น ในอาทิตย์แรกของปีนี้ จึงขอให้แนวทางแก่ญาติโยม
ทั้งหลายเพื่อจะได้พิจารณาแก้ไขปัญหาชีวิตตามหลักธรรมะของพระพุทธเจ้า
จะได้ทำจิตใจของเราให้สงบ ให้สะอาด ให้สว่างตลอดปีต่อไป

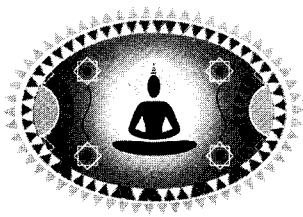
วันนี้ได้พูดมาก็พอสมควรแก่กาลเวลาแล้ว ขอยุติไว้แต่เพียงนี้





.๕.

ทำสมาธิให้เป็นสุขตามหลักธรรม



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรม ทั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอน
ในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจ
ฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

สร้างความสุขแก่ตนเองและผู้อื่น

เมื่อปีก่อนนี้ไม่ค่อยจะดี เลยไม่ได้มาแสดงปาฐกถาเมื่อวันอาทิตย์
ที่แล้ว ตอนนี้อย่างไม่ค่อยดีเท่าใด แต่ว่าพอพูดได้ไม่พูดวันนี้ก็กลัวจะไป
พูดวันไหน เพราะว่าวันนี้เป็นวันปีใหม่ที่ชาวโลกเขานิยมกัน แล้วก็มีการ
อวยชัยให้พรกันเป็นการใหญ่ เมื่อคืนนี้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวก็ได้



ทรงประทานพระพรแก่ประชาชนชาวไทยทั่ว ๆ ไป พระพรที่พระเจ้าอยู่หัว ทรงประทานนั้น มีใจความสำคัญอยู่ที่ว่า “ให้ทุกคนรู้จักหน้าที่ ปฏิบัติ หน้าที่ให้เป็นการเรียบร้อย ให้ทุกคนมีความเสียสละ เพื่อประโยชน์ ส่วนรวม อย่าเห็นแก่ประโยชน์และความสุขส่วนตัว” อันนี้นับว่าเป็น พรหลักที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ท่านทรงกระทำอยู่เป็นประจำ แล้วก็ชักชวนพี่น้องชาวไทยทุกศาสนาให้มาปฏิบัติตนเช่นนั้นด้วยกัน เพื่อสร้างความสุขให้เกิดขึ้นในประเทศชาติของเราต่อไป

ต่อจากในหลวงก็มีพรของท่านนายกรัฐมนตรี มีพรของประธาน สภา ประธานศาลฎีกา ว่ากันไปหลายราย ก็ล้วนแต่ต้องการให้เรารักกัน สามัคคีกัน ร่วมแรงร่วมใจกันสร้างคุณงามความดี เพื่อให้อยู่เย็นเป็นสุข กันทั่วหน้า เพราะว่าความสุขนั้นไม่ได้เกิดจากเพียงแต่คนอื่นบอกให้ เกิด คนอื่นจะมาบอกเราว่า “จงเป็นสุขเป็นสุขเถอะ” พบใคร ๆ ก็พูดว่า “จงเป็น สุขเป็นสุขเถิด” เท่านั้นยังไม่เพียงพอ ยังไม่เป็นเครื่องที่จะก่อให้เกิด ความสุขอย่างแท้จริง ถ้าคนนั้นไม่ทำตัวเป็นสุข ความสุขก็เกิดขึ้นไม่ได้ จึงเป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องทำตัวเราให้มีความสุข

สุขทุกข์อยู่ที่ตัวเรา

การทำตัวเราให้มีความสุขนั้น เราก็ต้องรู้ว่า ความสุขมันอยู่ที่ไหน ความสุขอยู่ที่อะไร เมื่อตั้งปัญหาขึ้นอย่างนี้เราอาจจะคิดไปว่า ความสุขอยู่ที่ทรัพย์สิน เงินทอง ความสุขอยู่ที่เพื่อนฝูงมิตรสหาย หรือความสุขอยู่ที่บ้านนั้นบ้านนี้ เมืองนั้นเมืองนี้ ที่คนนั้นคนนี้ ถ้าไปนึกอย่างนี้มันก็ไม่ถูกต้อง เรียกว่ายังไม่รู้จักความสุขที่แท้จริง เพราะว่าความสุขที่แท้จริงหรือความทุกข์ที่แท้จริงนั้น มันไม่ได้เกิดขึ้นจากอะไร ๆ ภายนอก แต่มันเกิดจากเรื่องภายในตัวเราเอง ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นในตัวเรา อันนี้เป็นเรื่องสำคัญมากที่เราจะต้องสนใจศึกษาไว้ เพื่อเป็นหลักประจำจิตใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องสุขเรื่องทุกข์ เรื่องดีเรื่องชั่ว เรื่องความเสื่อมความเจริญ เรื่องความมั่งมียากจน มันเกิดจากภายในตัวเราทั้งนั้น ไม่ได้เกิดมาจากสิ่งภายนอก สิ่งภายนอกนั้นเป็นแต่เครื่องประกอบ ไม่ใช่ตัวการที่แท้จริง มันเป็นตัวประกอบ

ถ้าเปรียบเป็นตัวละครก็เรียกว่าไม่ใช่ตัวพระเอก แต่เป็นตัวประกอบ เรื่องเท่านั้นเอง ตัวพระเอกนั้นมันอยู่ในใจของเรา อยู่ที่ความคิดของเรา อยู่กับการพูดการกระทำของเรา ถ้าพูดให้สั้นก็ว่า อยู่ที่กรรมคือการกระทำของเราเอง เราทำอย่างไรก็จะเป็นอย่างนั้น เราหนีจากความเป็นจากผลกรรมที่เราทำไม่ได้ ฉะนั้น เราจึงควรจะยึดหลักนี้ไว้เป็นเครื่อง



คุ้มครองจิตใจ ว่าอะไร ๆ ก็เกิดที่ใจ อะไร ๆ ก็เกิดจากการกระทำของเรา และการกระทำนั้นฐานมันอยู่ที่ใจก่อน คือใจต้องคิดก่อน ใจคิดแล้ว จึงมีการพูด ใจคิดแล้วจึงมีการทำ ใจคิดแล้วจึงมีการไปสู่ที่นั่นที่นี่ ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในชีวิตของเรา มันก็เกิดขึ้นจากความคิดของเราก่อน

ความคิดเป็นตัวนำความสุขและความทุกข์

ความคิดเป็นตัวนำของสรรพสิ่งทั้งหลาย ที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา หรือจะพูดว่า “ความคิด” เป็นตัวนำที่ทำให้เกิดสิ่งทั้งหลายขึ้นในโลกนี้ เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลก ดังที่ผ่านในปี ๒๕๒๖ หรือจะเกิดขึ้นในปีต่อไปก็ดี มันก็เกิดจากความคิดของคนทั้งนั้น ถ้าคนมีใจชั่วก็คิดแต่เรื่องชั่ว ถ้าคนมีใจดีใจงามก็จะคิดแต่เรื่องดีเรื่องงาม

เราดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในโลก บางทีก็เป็นเหตุการณ์ที่ร้ายเหลือเกิน เช่นการฆ่าหมู่กัน การเอาระเบิดไปวางให้คนตายมาก ๆ อุตุสำหิเอาระเบิดใส่รถแล้วก็ขับไป คนขับนั้นก็รู้ว่าตัวจะต้องตายเมื่อระเบิดเกิดขึ้นแต่ก็ยอมตาย เอารถยนต์ที่บรรทุกระเบิดพุ่งเข้าไปในโรงแรมที่พักของพวกทหารซึ่งอยู่กันเป็นจำนวนมาก ระเบิดก็เต็มรถ ระเบิดแรง โรงแรมพัง มีคนตายมากมาย นี่ก็เกิดจากความคิดที่จะเบียดเบียนคนอื่น อยากจะเห็นคนอื่นตาย แล้วตัวก็พลอยตายไปกับเขาด้วยเหมือนกัน หรือ

เกิดความคิดขึ้นว่า เรือบินนี้มันลอยมาใกล้บ้านของกู เสียงมันหนวกหู กูจะยิงมันเสียเถอะ แล้วก็ยิงให้มันตกลงมา คนตายไป ๒๐๐ กว่าคน นี่ก็เกิดจากความคิดชั่วที่เกิดขึ้นในใจของคนก่อน หรือเหตุการณ์ย่อย ๆ ที่เราดูในข่าวหนังสือพิมพ์ ว่ามีการฆ่ากัน การปล้นการจี้ การทำอะไรต่าง ๆ ซึ่งเป็นเรื่องทุจริตมิฉฉาชีพ มันก็เกิดจากความคิดเกิดขึ้นในใจของคนทั้งนั้น

ให้ธรรมเป็นตัวนำความคิดในการสร้างความสุข

ทำไมใจคนมันจึงคิดอย่างนั้น ก็เพราะว่าคนนั้นไม่มีธรรมเป็นเครื่องคุ้มครองจิตใจ ไม่มีอะไรเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว เพื่อให้จิตใจเกาะจับ แล้วก็จะได้ไม่ไปคิดถึงเรื่องเสียเรื่องหาย เขาเรียกว่าเป็นคน “ใจเป่ลือย” ใจเป่ลือยใจเป่ลือยคล้ายกับคนไม่นุ่งผ้า ถ้ามีคนสักคนหนึ่งเดินไม่นุ่งผ้าไปบนถนน เราก็เรียกคนนั้นว่าทำอนาจาร หมายความว่า ประพฤติสิ่งที่ไม่สมควรในที่สาธารณะ จิตใจคนที่ไม่ใช่หลักธรรมเป็นเครื่องคุ้มครอง ก็เป็น “จิตอนาจาร” คือมีความคิดที่ไม่เหมาะสมไม่ควร แล้วก็มีการพูด การกระทำ การเป็นการอยู่ เครื่องประกอบของบุคคลนั้นล้วนแต่เป็น เรื่องไม่ดีไม่งามไปทั้งนั้น เพราะว่าจิตเขาขาดธรรมะขาดเครื่องคุ้มครองรักษาจิตใจ



โลกเราในปัจจุบันนี้ ถ้ามองดูจากเหตุการณ์ที่ผ่านมาในรอบปีแล้ว ก็เห็นว่าชาวโลกมีความบกพร่องมากขึ้นทุกวัน ทุกเวลา บกพร่องในทางจิตใจ จิตใจเสื่อมโทรมจากคุณงามความดี ห่างเหินจากธรรมะ อันเป็นแสงสว่างของชีวิต จึงได้คิด ได้พูด ได้ทำ ในสิ่งที่เป็นความเสื่อม ด้วยประการต่าง ๆ ดังที่เราเห็นเป็นข่าวปรากฏอยู่ทุกวันๆ

เมื่อเราได้ยินข่าวอย่างนั้น ได้เห็นภาพการกระทำเช่นนั้น เราควรจะคิดอย่างไร เราจะปล่อยให้สิ่งนั้นมันผ่านตาเราไปเฉยๆ หรือว่าผ่านหูเราไปเฉย ๆ โดยเราไม่คิดอะไรนั้น จะเป็นการสมควรหรือไม่

ก็ยากจะกล่าวได้ว่า มันไม่เป็นการสมควรที่เราจะปล่อยให้ผ่านไปเฉย ๆ เช่นนั้น แต่เราควรจะเอามาพิจารณาดูว่า เหตุการณ์เช่นนั้นมันเกิดขึ้นเพราะอะไร มันขาดอะไร จึงได้เกิดเรื่องร้ายแรงต่าง ๆ ขึ้นในสังคม ด้วยประการต่าง ๆ เราจะต้องพิจารณา เมื่อพิจารณาแล้วเราก็จะพบความจริงว่า จิตใจคนเรานี้ห่างเหินจากคุณธรรม จากหลักศาสนาหรือจากพระออกไปมากขึ้น ๆ เมื่อเรารู้สาเหตุทั้งหลายทั้งปวงว่ามันเกิดขึ้นเพราะจิตใจคนมันห่างจากพระ ไม่มีธรรมะ ไม่มีตัวศาสนา เป็นเครื่องคุ้มครองจิตใจ แล้วเราจะปล่อยให้เหตุการณ์เช่นนั้นลุกลามต่อไปอย่างนั้นหรือ

เหมือนเราเห็นไฟกำลังไหม้ไหม้ แล้วลามมาสู่บ้านเรา เราจะนั่งเป่าขลุ่ยดูไฟกำลังไหม้ลุกลามมาสู่บ้านเรา จนกระทั่งไหม้บ้านของเราให้เสียหายอย่างนั้น เป็นการถูกต้องหรือไม่? ก็จะตอบได้เองว่ามันเป็น

การไม่ถูกต้อง เราควรจะทำอย่างไร เราควรจะลุกขึ้นมาเครื่องดับเพลิง
 เอาไปสกัดไฟไม่ให้มันลุกลามเชื้อ จนกระทั่งมาถึงบ้านเรา เช่นเอาน้ำไป
 ราดหรือเอาไม้ไปทุบตรงที่ไฟมันไหม้อยู่ให้ไฟนั้นมันมอดดับไป แล้วเรา
 ก็จะอยู่อย่างปลอดภัย

การทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักธรรม

ข้อนี้ฉันใด ในเหตุการณ์ของโลกดังที่เป็นมาในรอบปีที่ผ่านมา
 เราก็สามารถจะมองเห็นสาเหตุอันแท้จริงแล้วว่า โลกขาดธรรมะ โลก
 ขาดศาสนามากขึ้น ๆ จึงได้สร้างปัญหาคือความทุกข์ความเดือดร้อน
 แล้วเราจะนิ่งเฉยไม่สนใจในเรื่องที่มันขาดนั้นไม่ได้ เราจะทำอย่างไร เรา
 ก็ต้องปฏิบัติ หาวิธีการที่จะช่วยให้คนได้เข้าถึงธรรมะมากขึ้น ให้มี
 ศาสนาเป็นหลักคุ้มครองจิตใจมากขึ้น

มีธรรมประจำจิตใจ

แต่ว่า...ก่อนที่เราจะไปจัดกับเรื่องของคนอื่นนั้น เราก็ควรจะต้อง
 ดูตัวเราเองเสียก่อน เพราะว่าอาการกระทำอะไรนั้น พระพุทธเจ้าท่านสอน
 ว่า “จงทำตนให้เป็นตัวอย่างในเรื่องที่เราจะสอนเขา” พระองค์ตรัสว่า



เราจะสอนผู้อื่นด้วยเรื่องใด เราจะต้องทำเรื่องนั้นให้เขาดูเป็นตัวอย่าง จึงจะเป็นการสอนที่ถูกต้อง เพราะฉะนั้น เราจึงควรจะหันมามองดูตัวเอง พิจารณาตัวเองว่า...ในตัวเรานี่ เป็นคนมีศาสนาขนาดไหน มีธรรมะ ประจำจิตใจขนาดไหน? เรานับถือศาสนาถูกต้องหรือไม่? เราได้ปฏิบัติตนใกล้พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เข้าไปหรือไม่?

หรือว่าเราเป็นคนนั่งอยู่ห่างพระ เพียงแต่ประกาศตนว่าฉันนับถือพระพุทธเจ้าแต่ไม่เดินเข้าไปใกล้พระพุทธเจ้า ไม่เดินตามธรรมะที่พระพุทธเจ้าชี้ให้เห็น ไม่เข้าใกล้พระสงฆ์ที่ประกาศธรรมะ แต่เราไปเข้าใกล้พระประเภทที่ไม่ได้เรื่องได้ราว ไปหาพระที่ไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องคำสอนของพระพุทธศาสนา แต่ว่าเป็นผู้จงใจโยมให้หลง ให้มกมาย ให้เข้าใจผิดไปจากหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า แล้วก็ไปนั่งแวดล้อมพระเหล่านั้นอยู่ เวลาใดมีปัญหาไปหา ก็ถูกหลอกถูกต้มให้กระทำการนั้น อย่างนี้ตามแบบไสยศาสตร์บ้าง ตามแบบโหราศาสตร์บ้าง หรือว่าตามแบบที่มีไฟเป็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าบ้าง

ถ้าเรายังเป็นอยู่ในรูปอย่างนี้ ก็แสดงว่าเรายังไม่เป็นชาวพุทธ สมชื่อ ยังไม่成为ชาวพุทธด้วยการศึกษา ยังไม่成为ชาวพุทธด้วยการปฏิบัติ ยังไม่成为ชาวพุทธโดยการที่มีจิตที่เข้าถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ อย่างแท้จริง เมื่อเราเป็นเช่นนี้เราก็จะพูดสิ่งยั่วยุ ชักจูงโน้มน้ามนัดใจให้เราไหลไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ได้ง่าย หรือว่าเราอาจจะมีความกำหนด

ขัดเคืองลุ่มหลงมัวเมาในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง ทำให้เราเสียรู้เสียคนไปก็ได้ เหมือนตัวอย่างคนที่ได้ศึกษาธรรมะมาพอสมควร มีความรู้ เช่นว่า บวชนานเป็นมหาเปรียญ อะไรต่าง ๆ แต่ว่าลืกลอกไปแล้วเป็นคนชี้เมฆา หย่าเป ต้มเหล้าเข้าต้มเหล้าเย็น ประพดิสั่งเหลวไหลด้วยประการต่าง ๆ อันนี้แสดงว่าธรรมะไม่เข้าไปถึงใจอย่างแท้จริง เข้าถึงเพียงผิวเผิน ถึง ธรรมะแต่เพียงผิวเผิน

ถ้าเปรียบวัตถุเหมือนสิ่งลุ่มไถ้ ที่เราเอามาลุ่มไถ้ตามผิวหนัง เหยื่อออกมันก็หลุดไป ฝนตกมันก็หลุดไป ถูกน้ำมันหลุดไป หรือแม้ ไม่ถูกอะไรมันก็ค่อย ๆ หายไป ไม่ปรากฏอยู่ที่เนื้อที่ตัวเราต่อไป ฉะนั้นใคร คนที่เรียนธรรมะสักแต่ว่าเรียนเอาไว้คุยกันเล่น แต่ไม่ปฏิบัติขัดเกลา จิตใจให้สะอาดปราศจากสิ่งเศร้าหมองใจ ผู้นั้นก็ยังไม่ได้ประโยชน์อะไร

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า คนเลี้ยงโคแต่ไม่ได้กินนมโค นั้นก็มี ฌมไป คือมีหน้าที่เลี้ยง ตื่นเช้าก็ต้อนโคให้ออกไปกินหญ้า ตอนเย็นก็ ต้อนโคกลับมาที่บ้าน แล้วก็คนอื่นเขาจรดนมเอาไปกิน ไ้คนเลี้ยงเอง ไม่ได้กินนมโคเลยสักหย่อย อย่างนี้ก็เรียกว่าเหมือนคนที่อยู่ใกล้สิ่งที่ดีงาม แต่ไม่ได้ใช้สิ่งดีงามนั้นให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิต เป็นผู้เรียนรู้เรื่อง ศาสนาแต่ไม่เข้าถึงศาสนา ไม่ได้เอาธรรมะในศาสนาไปปฏิบัติ ก็จะเป็น เหตุให้คนนั้นใช้ศาสนาไปในทางผิดก็ได้ อันนี้มีตัวอย่างอยู่ในโลกทั่ว ๆ ไป เป็นเรื่องของทุกศาสนาก็ได้



เช่นในบางประเทศที่มีคนนับถือศาสนาหนึ่ง แล้วอีกพวกหนึ่งก็นับถืออีกศาสนาหนึ่ง หรือว่าในศาสนาชื่อเดียวกันนั่นแหละ แต่ว่าเขาไปเพิ่มชื่อให้แก่ศาสนานั้น เพิ่มชื่อ...ก็คือว่าตั้งเป็นนิกายขึ้นมา แล้วก็ไปติดอยู่ในชื่อใหม่นั้น แล้วก็ยึดมั่นถือมั่น ถ้าคนอื่นไม่เหมือนกับพวกตัวก็คิดจะทำร้าย คิดจะเบียดเบียนกันด้วยประการต่าง ๆ ฆ่ากัน ทำลายกัน ในระหว่างคนที่มีความเห็นแตกต่างกันในเรื่องศาสนา ในเรื่องนิกายของศาสนา เหมือนปรากฏเป็นข่าวอยู่ในประเทศตะวันออกกลาง เช่น เลบานอน เป็นต้น หรือในประเทศอื่น ๆ ในยุโรปก็มี ในอเมริกาก็มีในบ้านเมืองของเรานี้ก็มีเหมือนกัน

ละจากความยึดมั่นถือมั่น

เราผู้นับถือพระพุทธศาสนานี้ พระพุทธเจ้าท่านสอนเรา “ไม่ให้ยึดถือจนเป็นเหตุให้มกมาย ไม่ให้ยึดถือจนเป็นเหตุให้ยกตนข่มท่าน ด้วยประการใดประการหนึ่ง” คือว่าการนับถือพระพุทธศาสนา หรือการปฏิบัติตามคำสอนในทางพระพุทธศาสนานั้น ยิ่งปฏิบัติมากเท่าใด จิตใจยิ่งสะอาดมากขึ้น ยิ่งสงบมากขึ้น ยิ่งสว่างมากขึ้น แล้ว “ความมีตัวมีตน” ก็ลดน้อยลงไป อ่อนน้อมมากขึ้น ถ่อมตัวมากขึ้น ไม่หยิ่ง ไม่จองหอง ไม่เหยียดหยามใคร ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่สำคัญว่าตน

เก่งอย่างนั้นเก่งอย่างนี้ อารมณ์ที่จะอวดอะไร ๆ ที่ตนมีมันลดน้อยลงไป ๆ เช่นอวดมั่งอวดมี อวดความเป็นใหญ่ อวดศักดิ์ตาอะไรต่าง ๆ มันค่อยเบาลงไป บางลงไปเรื่อย ๆ กลายเป็นคนที่เรียกว่าอ่อนน้อมถ่อมตัว

เมื่อเป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตัวก็เรียกว่า “ตัว” มันน้อยลงไป ความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาซึ่งเรียกว่า อัตตานุทิฐิ หรือ อัตตาวาทุปาทาน แปลว่ายึดมั่นในตัวตน ว่าฉันเป็นนั่นฉันเป็นนี่ ฉันมีนั่นฉันมีนี่ ฉันอย่างนั้น ฉันอย่างนี้ มันลดน้อยลงไป เมื่อ “ความเป็นฉัน” ลดน้อยลงไปมากเท่าใด ก็เรียกว่าเราเข้าถึงธรรมมากขึ้น จิตใจเราสูงขึ้น เมื่อสูงขึ้นก็ปราศจากสิ่งที่จะดูดลงมาให้คลุกคลีกับสิ่งที่ชั่วร้าย

คล้ายกับเครื่องบินที่บินไปในอากาศ การเดินทางด้วยเครื่องบินบ่อยๆ ก็เกิดความคิดว่า ถ้าเครื่องบินลำเล็กๆ มันบินไม่สูง บินไม่สูงนี้มันโคลง มันถูกอากาศกระทบแล้วมันโคลงไปโคลงมา บางครั้งก็โคลงเอามากๆ แต่ว่าถ้านั่งเครื่องบินที่ใหญ่แล้วมันบินสูง สูงขึ้นไปตั้ง ๕ - ๖ กิโลเมตร อะไรอย่างนี้ เครื่องบินนั้นจะวิ่งเรียบไปตลอดเวลาเหมือนกับเรานั่งอยู่ในบ้าน ไม่มีการกระเทือน และไม่มีความรู้สึกว่าอะไร เมื่อมันอยู่สูง แต่ว่าเมื่อไหร่เขาลดลงต่ำใกล้จะลงสนามบิน ยิ่งลงมาต่ำเท่าใดก็ยิ่งโคลงนิด ๆ หน่อย ๆ เรื่อย ๆ ไป จนกระทั่งถึงสนามบิน ถ้าลานบินไม่ค่อยเรียบร้อยมันก็ชุกชลักพอสมควร แต่ถ้าลานบินราบเรียบมันก็วิ่งเรียบไป แต่เรารู้ว่าเครื่องบินถึงพื้นดินแล้ว



ไม่หลงมัวเมาในกามคุณ

อันนี้ก็เป็นข้อเปรียบเทียบกับใจคนเราได้ จิตใจคนที่สูงขึ้นไปจนพ้นจากอำนาจดึงดูดของวัตถุ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันเรียกว่าเป็นกามคุณ

“กามคุณ” นั้นแปลว่าสิ่งที่คนผู้โง่เขลาพอใจ แต่ผู้ฉลาดมีปัญญาไม่พอใจในสิ่งนั้น มองเห็นสิ่งนั้นว่าเป็นของไม่น่ารัก ไม่น่าชม ไม่น่าจะเอามาเป็นของตัวเอง แต่ว่าคนที่ปัญญาน้อยก็เลสมากกว่าปัญญาก็ยังมองเห็นว่ารูปเป็นสิ่งน่ารัก เสียงก็ยังเพราะ กลิ่นก็ยังหอมหวานชวนดม สัมผัสก็ยังน่าจับน่าต้อง อะไร ๆ ก็นำเฟลิดเฟลีนเจริญใจไปด้วยประการต่าง ๆ อย่างนั้นก็เรียกว่าคนยังมีปัญญาน้อย ยังมองไม่เห็นความจริงของสิ่งที่มีมันเป็นอยู่ตามความเป็นจริง

เมื่อเรามองไม่เห็นความจริงของสิ่งเหล่านั้น พอเราเข้าไปใกล้สิ่งนั้น สิ่งนั้นก็ดูดเราไป รูปดูดไป เสียงดูดไป กลิ่นดูดไป รสดูดตัวเราไป สัมผัสดูดไป ความเฟลิดเฟลีน ความสนุกสนานในสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาช่วยยุ มันก็ดูดไป ดูดไปจนเสียผู้เสียคน

จะเห็นว่าคนบางคนมีเงินมีทองมาก พ่อแม่สะสมไว้ให้เพื่อความสบายของลูก แต่ว่าลูกนั้นถูกรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ดูดไปเลยเอาเงินทองนั้นไปใช้ในทางที่ไม่เหมาะ เช่นเอาไปใช้ในการพนัน เอาไปใช้ใน

การเสพสุรายาเมา เอาไปใช้ในการคบคนแต่ไม่รู้จักคบ ไปคบเพื่อนชั่ว เพื่อนร้าย เอาไปใช้ในการความสนุกสนานยามราตรี ไปเที่ยวบาร์เที่ยวไนท์คลับ แล้วก็จัดงานปาร์ตี้สนุกบ่อย ๆ อวดตนว่าฉันเป็นคนมั่งมี อวดความใหญ่โตของตน ผลที่สุดก็ถูกดูดเอาไปหมดไม่มีเหลือ เหลือแต่ตัวเท่านั้นเอง

ตัวก็ไม่ใช้ตัวแท้แล้วเหลืออยู่เหมือนกับซากเดินได้ ไม่มีชีวิตจิตใจ ไม่มีอะไรที่เรียกว่า เป็นเกียรติ เป็นคุณ เป็นค่าแก่ชีวิต ใครเห็นเข้าก็ปลงอนิจจัง แล้วก็เป็นอย่างให้ใคร ๆ เห็นว่า นี่แหละคนที่มันประมาท มันมัวเมา จิตใจไม่สูงด้วยธรรมะ จึงถูก รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ดูดไปในทางชั่วทางต่ำ จนหมดเนื้อหมดตัว หมดเกียรติหมดชื่อเสียง แม้ว่าคนนั้นจะเกิดในสกุลที่สูงส่ง มีเชื้อสายวงศ์วารสืบต่อกันมาหลายชั่วคน แต่ว่าสิ่งเหล่านั้นก็ช่วยไม่ได้ เพราะว่าเขาเป็นคนประมาท เป็นคนมัวเมา เป็นคนที่ไม่ได้สำคัญตัวในทางที่ถูกที่ชอบ แต่ว่าไปสำคัญตนผิด นึกว่าตัวมีเงินมีทอง มีอะไรมากมายไม่รู้จักหมดจักสิ้น

อันนี้ พระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า เป็น “คนประมาท” เมื่อเป็นคนประมาทมัวเมาเช่นนั้น ก็เรียกว่าอยู่ปากเหวของความตาย ไม่เท่าใดก็ตกลงไปในเหวเท่านั้นเอง ชีวิตเอาตัวไม่รอด อันนี้เป็นเรื่องที่เราเห็นกันอยู่ทั่ว ๆ ไป เพราะจิตใจขาดสิ่งที่เรียกว่าธรรมะ



หมั่นพิจารณาหาข้อบกพร่องของตนเอง

ฉะนั้น ในวันปีใหม่อย่างนี้ เราจึงควรจะได้นั่งมองดูตัวเอง พิจารณาตัวเอง หาข้อบกพร่องในตัวเองให้มากที่สุดหน่อย หาข้อบกพร่องในตัวเราว่า เราเป็นคนไทย มีความเป็นไทยขนาดไหน เราเรียกว่า ตัวเองเป็นมนุษย์ เรามีความเป็นมนุษย์ขนาดไหน เราเรียกตัวเองว่าเป็นพุทธบริษัท เรามีความเป็นพุทธบริษัทขนาดไหน เราเป็นพ่อเราเป็นแม่ เราเป็นครู เป็นอาจารย์ เราเป็นทหารเป็นตำรวจ หรือเป็นอะไร ๆ ที่โลกสมมติให้เป็น เราเป็นสิ่งนั้นโดยธรรมชาติหรือเปล่า หรือว่าเราเป็นสักแต่ว่าเขาให้เป็น

เป็นพ่อ...สักแต่ว่า รู้จักทำคนให้เกิด

เป็นแม่...สักแต่ว่า เกิดคนออกมา แล้วก็ลูกเรียกว่าเป็นแม่

เป็นครู...เพราะไปยืนสอนหนังสือหน้าชั้น

หรือว่าเป็นตำรวจเพราะแต่งเครื่องแบบ เป็นทหารเพราะแต่งเครื่องแบบ เป็นเพราะเครื่องแบบภายนอกเป็นเครื่องแสดงออกว่าให้เป็น ถ้าเป็นอย่างนั้นมันเป็นไม่ได้เรื่อง เป็นไม่ถูกต้อง เป็นที่ไม่มีค่า เป็นที่ไม่มีราคา ไม่มีความหมายสำหรับชีวิตแม้แต่น้อย

ที่นี้ความเป็นที่ถูกต้องนั้น มันเป็นที่อะไร ก็ต้องเป็นด้วยความ มีคุณธรรมเข้าไปกำกับความเป็นนั้นไว้ เช่นเราเป็นไทย ต้องมีคุณธรรม

ของความเป็นไทย เข้าไปรักษาจิตใจของเราไว้ให้ความเป็นไทยของเรา
สมบูรณ์ คุณธรรมที่จะรักษาจิตใจให้ความเป็นไทยให้สมบูรณ์นั้นมีมากมาย
แต่จะยกตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ เพียงบางประการ แต่ว่าในขั้นตอนนี้ต้องรู้
ความหมายเสียก่อน ว่าความเป็นไทยนั้นคืออะไร

มีจิตใจที่เป็น “ไทย” ต่อวัตถุทั้งปวง

ความเป็นไทยก็อยู่ที่จิตใจเราเป็นอิสระ ไม่เป็นทาสของอะไร ๆ
จิตใจไม่เป็นทาสนั่นแหละคือใจที่เป็นไทย ใจที่ยังเป็นทาสของความอยาก
ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นทาสของวัตถุ ไม่ว่าในเรื่องอะไร
เราก็ก็น่าเป็นไทยเต็ม ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ เป็นไทยนิด ๆ หน่อย ๆ เขา
เรียกว่าเป็นยังไม่สมบูรณ์ เราจะต้องยกระดับจิตใจของเราให้มีความ
เป็นไทยมากขึ้น ๆ คือหลุดจากความเป็นทาสของสิ่งเหล่านี้

เช่นเราเป็นทาสของสิ่งเสพติด ต้องสูบบุหรี่ ต้องรับประทาน
หมาก ต้องดื่มน้ำอัดลม ดื่นเข้าต้องดื่มกาแฟ กาแฟก็ต้องยี่ห้อนั้น
เสียด้วย ถ้าไม่ใช่ยี่ห้อนั้นมันก็ไม่ถูกปากถูกลิ้นเสียเลย ดื่มไม่ได้ ต้อง
อย่างนั้น ต้องทำอย่างนี้ อย่างนี้ก็เรียกว่าเราไม่เป็นไทย เราเป็นทาสของ
สิ่งเสพติด สิ่งเสพติดเหล่านั้นมันเป็นนายเหนือเรา เราต้องแบกนายต้อง
อุ้มนายไว้ ต้องเอานายมาใส่ไว้บนหัวตลอดเวลา ลองคิดดูเถอะใครเป็น



ทาสอะไรต้องพามันไป เป็นทาสบุหรืก็ต้องพกบุหรืไป เป็นทาสหมากก็ต้องหิ้วกระเช้าไป คุณโยมแก่ ๆ ไปไหนก็ต้องหิ้วกระเช้าหมากไป ตัวเองก็พาไม่ไหวแล้วยังหิ้วให้มันหนักเข้าไปอีก มันเรื่องอะไร แล้วไม่นึกบ้างว่า กูทำไมต้องหิ้วมันไป เลิกหิ้วมันไม่ได้หรือ ไม่ได้ ใจมันไม่ยอมเลิก มันยังเป็นทาสของสิ่งนั้นอยู่ หรือเราเป็นทาสของน้ำเมา ตื่นเช้าต้องก๊งหนึ่ง ตอนกลางวันก่อนกินอาหารก็ต้องเป๊กหนึ่ง ตอนเย็นก็ต้องก๊งกันอีกนาน ก๊งกันไปอย่างนี้ เรียกว่าเป็นทาสของน้ำเมา

เมื่อเข้าฟังข่าวว่า เขามีการแข่งขันกัน แข่งขันกันว่าใครจะดื่มเหล้าได้มากกว่าใคร เอามาแข่งขันกันในทางฉิบหาย เอามาดื่มกัน คนวานั้นมันกินเข้าตั้ง ๒ กลมแล้ว เรียกว่าขวดกลม ๆ ๒ ขวดใหญ่ แล้วก็กินเหล้าแท้ ๆ ไม่ต้องเติมอะไร กินเข้าไปแล้วมันยังไม่รู้สึกมันเมาเลย แต่ว่าอีก ๒ คนคู่แข่งนั้น ยังกินไม่ได้เท่าไร คอพับคอเอียงไปแล้ว ไอ้คนนั้นยังกินกลมที่ ๓ เข้าไปอีก แล้วกินเข้าไปได้ครึ่งกลมแล้วก็ยังไม่เป็นไร ไอ้ ๒ คนคู่แข่งนั้นอาเจียนไอ้ก้ออักออกมาแล้ว กรรมการเลยยกมือให้คนนั้นเป็นผู้ชนะในการดื่มเหล้า ไอ้ชนะอย่างนี้มันไม่ได้เรื่องอะไร ชนะในการดื่มเหล้ามันจะได้เรื่องอะไร

คนเรามันต้องชนะด้วยการไม่ดื่ม ชนะในการไม่เล่นการพนัน ชนะไม่เที่ยวกลางคืนต่อไป ชนะไม่โกรธใครไม่เกลียดใคร ไม่ริษยาใคร จิตใจอยู่ในอาการสงบเรียบร้อย จึงเรียกว่าชนะ ไอ้อย่างนั้นมันแพ้

ไอ้คนที่โลกสมมติว่าชนะคือคนแพ้ แพ้เข้าไป ๒ กลมครึ่งแล้ว แล้วมัน
 ยังจะแพ้อีก แต่กรรมการบอกว่า พอแล้ว...กูจะเอาไปแพ้เอง กรรมการ
 เอาไปกินต่อไป เรียกว่ากรรมการก็แพ้ ไอ้คนเข้าแข่งก็แพ้ แพ้หน้าเมา
 มันแพ้ทุกรายไป อย่างนี้มันก็ไม่ใช่โทษอะไรจากเรื่องเหล่านั้น

มีความละเอียด และเกรงกลัวต่อผลที่กระทำ

เรามาคำนึงดูอย่างนี้ ว่าเป็นทาสอะไรอยู่ เราต้องดิ้นรน
 ต้องต่อสู้เพื่อปลดความเป็นทาสให้หลุดจากจิตใจของเรา ให้เราอยู่ด้วย
 ความเป็นไทอย่างแท้จริง การที่เราจะทำตัวให้เป็นไทนั้น ก็ต้องใช้
 คุณธรรม เช่นว่าให้มีความละเอียดต่อการที่เราไม่เป็นไท ให้มีความกลัว
 ต่อการที่เราไม่เป็นไทแก่ตัว ตามภาษาธรรมะเรียกว่า *มิตริโอดตปปะ*

‘หิริ’ คือความละเอียดแก้ไข

‘โอดตปปะ’ คือความกลัวต่อผลที่จะเกิดขึ้นแก่ตนในทางชั่วทางร้าย

ให้เรามีคุณธรรม ๒ ประการนี้ให้ยิ่งกว่าสิ่งใด ๆ ไว้ในใจของเรา
 ให้นึกละเอียดไว้ทุกวินาที ทุกลมหายใจเข้าออก ทุกลมหายใจเข้าออกเรา
 ละอายตัวเอง ละอายตัวเองว่า เราจะไม่เป็นไทสมชื่อสมนาม ให้ละอาย
 ตัวเองว่า การกระทำเช่นนี้ไม่เหมาะสมแก่คนเช่นเราผู้มีอายุเป็นใหญ่



เป็นผู้ใหญ่คือ อายุ ๒๐ ปี นี่เขาเรียกว่าเป็นผู้ใหญ่ ถ้าอายุ ๖๐ เขาเรียกว่าผู้เฒ่า ใหญ่แล้วมันก็เฒ่า ผู้เฒ่าผู้แก่อายุ ๖๐ ขึ้นไปนี่ เรียกว่าเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ ถ้าเราเป็นผู้เฒ่าผู้แก่แล้ว จะไปทำอย่างนั้นมัน น่าละอาย ไม่สมฐานะของเรา เราก็มีความละอายอยู่ในใจตลอดเวลา นึกเตือนตัวเองว่า อย่าทำสิ่งที่น่าละอาย อย่าพูดถึงสิ่งที่น่าละอาย อย่าไปสู่สถานที่ที่มันละอายเช่นนั้น ให้เราเตือนตัวเองไว้อย่างนั้น ปลอดภัยตนเองไว้อย่างนั้น ทุกลมหายใจเข้าออก แล้วให้มีความกลัวไว้ ความกลัวให้คิดถึงผลที่จะเกิดแก่เรา ผลที่เกิดขึ้นจากการทำชั่ว ไม่ว่า เรื่องอะไร ผลจากความเป็นทาสของอะไร ๆ ให้นึกถึงผลมันว่า เมื่อเรา เป็นทาสของสิ่งเหล่านั้น เราได้รับผลอะไรบ้าง ทางจิตใจเป็นอย่างไร ทางกายเป็นอย่างไร ทางเกียรติยศชื่อเสียงจะเป็นอย่างไร เราก็ต้อง พิจารณาให้มันรอบคอบในเรื่องผลที่จะเกิดขึ้นแก่ตัวของเรา

ถ้าเรามองเห็นว่ามันเป็นผลไม่ดี ทำให้ชีวิตตกต่ำ ทำให้หมดคุณค่าของความเป็นไท เราก็ไม่กระทำสิ่งนั้น เราตั้งใจไม่กระทำสิ่งนั้น เมื่อเราตั้งใจไว้ไม่กระทำสิ่งนั้น ก็เรียกว่าเราเอาชนะสิ่งนั้นได้ คนเราจะชนะสิ่งใดมันต้องทำสองอย่าง ด้วยการบังคับตัวเองอย่างหนึ่ง ด้วย ปัญญาอีกอย่างหนึ่ง ด้วยการบังคับตัวเอง คือต้องตั้งใจไว้ อดไว้ทนไว้ อย่างนี้บังคับตนเอง

มีปัญญารู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง

อีกอย่างหนึ่งนั้น ขณะด้วยปัญญา คือเกิดความคิดในทางปัญญา ขึ้นในใจ มองเห็นว่า เอ๊ะ! มันไม่ได้เรื่องอะไร สู้ทำไม ดึ่มทำไม ไปเที่ยวทำไม เล่นการพนันทำไม ทำไมต้องหาความสุขด้วยการเล่นไฟ ความสุขอย่างอื่นมีถมไปที่เราจะทำได้ สุขที่แท้ คือใจสงบ ไม่ใช่สุขจากไปนั่งแจกไฟกันตลอดเวลา คิดจนเกิดปัญญาขึ้นมา พอเกิดปัญญาขึ้นมา มันหยุดไปเอง ไร้ความชั่วร้ายทั้งหลายทั้งปวงมันหลุดไปจากตัวเราเอง มันไม่มาเกาะจับเราต่อไป เพราะเรามีปัญญา มองเห็นสิ่งนั้นตามสภาพที่เป็นจริง เห็นทุกข์ เห็นโทษของสิ่งนั้น เราเกลียดสิ่งนั้น กลัวสิ่งนั้น เราละอายที่จะเข้าไปแตะต้องสิ่งนั้น เหมือนเราเกลียดกิ้งกือไล่เดือน เราไม่อยากเข้าใกล้มันอีกต่อไป นี่แหละเขาเรียกว่าอยู่ด้วยปัญญา ปัญญามันเกิดขึ้นในจิตใจของเรา ความชั่วร้ายทั้งปวงหลุดไปเอง

เหมือนคนมาฟังธรรมบ่อย ๆ แล้วบางสิ่งบางอย่างมันหลุดหายไป นั่นก็แสดงว่าเราฟังธรรมแล้วก็เกิดปัญญา เกิดปัญญาแล้วก็มองเห็นว่า สิ่งนั้นเป็นของเดี๋ยวกมมือ เป็นเรื่องของคนไร้เดียงสา เป็นผลของคนปัญญาอ่อน เป็นคนที่ไม่มีการศึกษา เราละอายที่จะไปทำเช่นนั้น เรากลัวที่จะทำเช่นนั้น เราก็เป็นไทแก่ตัวขึ้นมา ธรรม ๒ ประการนี้ มันช่วยให้เราเป็นไทสมบูรณ์ขึ้น



มีสติรู้ผัสขอบชั่วดี

อีกอันหนึ่งถ้าเรามีสติไว้กับตัวตลอดเวลา “สติ” หมายถึง ความรู้สึกผัสขอบชั่วดี ความรู้สึกว่าไอ้นี้ผัสไอ้นี้ถูก ไอ้นี้ชอบ ไอ้นี้ดี เรียกว่า “รู้สึกผัสขอบชั่วดี” เรารู้ทุกประการ รู้ว่าอันนี้ผัส รู้ว่าอันนี้ชอบ รู้ว่าอันนี้ชั่วอันนี้ดี มีสติเกิดขึ้นทันทั่วทั้งที่ เช่นว่าเราคิดอะไรสติมันมาทัน พอมาทันมันก็หยุดความคิดนั้นเสีย เราจะพูดอะไรแต่มันไม่เหมาะที่เราจะพูด สติมาทันเราก็หยุดพูดเรื่องนั้น เราจะไปไหน สติมาทันรู้ว่าไปแล้วมันไม่ดี ไม่ได้ประโยชน์เราก็งดไม่ไป งดไม่ทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ อันนี้คงจะมีแก่ท่านทั้งหลาย ประสบการณ์อย่างนี้คงจะมี

เช่นสมมติว่า ท่านคิดว่าจะทำอะไร แล้วอีกใจหนึ่งบอกว่า อี! ไม่ดีนะ...อย่าทำเลย นั่นแหละคือตัว “สติ” อย่างนั้นมันมาช่วยท่านแล้ว ช่วยท่านได้ แต่นี้คนบางคนสติมาช่วย ปิดมันไปเสีย พอสติมาก็ปิดสติไปเสีย...ไม่เอา ฉะนั้นเอาไอ้นี้แหละ นี่เขาเรียกว่าสติมันน้อยไปกำลังฝ่ายธรรมะมันน้อย แต่กำลังฝ่ายอธรรมมันแรงกว่า ถ้ากำลังฝ่ายอธรรมมันแรง ธรรมะมันเบา มันสู้ไม่ได้ ธรรมะถอยไป อธรรมก็เข้ารุกรานจิตใจของเรา เราก็ต้องฟ่ายแพ้แก่สิ่งนั้นต่อไป อันนี้เราก็เอาตัวไม่รอด

เพราะฉะนั้น เราต้องอบรมสติไว้เสมอ เวลาเราจะคิดอะไร จะพูดอะไรจะทำอะไร จะไปสู่สถานที่ใด เราก็ต้องคอยมีสติ คือว่าอุกคติดขึ้นมา

ไว้บ้าง คิดขึ้นมา ๆ คิดขึ้นมาให้ได้ว่า ทำไมต้องทำอย่างนั้น ทำไมถึงต้องไปที่นั่น ทำไมต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งนั้น เพื่ออะไรมันจะเกิด เกิดอะไรขึ้นแก่เรา เอาสติมาใช้คิด คิดให้มันทะลุปรุโปร่ง แล้วก็จะเห็นเหตุให้เรายับยั้งชั่งใจ ไม่ปล่อยตัวปล่อยใจไปกับการกระทำนั้น เราก็เป็นไทแก่ตัว

เมื่อเราเป็นไทแก่ตัว ไม่เป็นทาสของอะไร เราก็เป็นมนุษย์ขึ้นมา มนุษย์เป็นขึ้นมาเพราะความเป็นไท เมื่อเป็นไท เขาเรียกว่าเป็นมนุษย์ด้วย มนุษย์เพราะใจมันสูง สูงพ้นจากความชั่ว น้ำไม่ท่วม เหมือนน้ำท่วมกรุงเทพฯ ที่ตรงไหนเป็นที่สูงน้ำไม่ท่วม เช่นภูเขาทองนี่น้ำไม่ท่วมเด็ดขาดเลย น้ำท่วมก็ปี ๆ ไม่ท่วมภูเขาทอง ถ้าท่วมภูเขาทองท่านปัญญาก็ไม่ต้องเทศน์ต่อไปแล้ว เพราะว่ามันต้องว่ายป้อมแป้นไปไหนก็ไม่รู้ ไปที่สูงน้ำมันไม่ท่วม

มีจิตใจเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์

จิตใจคนเรานี้ก็เหมือนกัน ถ้ามันสูงไว้ น้ำจะไปท่วมได้อย่างไร น้ำคือกิเลส ความโกรธ ความโลภ ความหลง ความริษยา พยาบาท อะไรต่าง ๆ นั้น มันเกิดไม่ถึงระดับของใจ ใจมันสูงกว่า มันไปไม่ถึง มันไหลไปไม่ถึง มันก็ไหลผ่านไป มันไม่แฉะไปท่วมใจของเรา เราก็เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เพราะเรามีความเป็นไท อันนี้เมื่อเรามีความเป็นไท มีความเป็นมนุษย์



แล้ว เราจะเข้าถึงพระพุทธเจ้าได้ง่ายขึ้น ถ้าเป็นมนุษย์นี้เข้าถึงพระพุทธเจ้าได้ง่ายขึ้น เพราะฉะนั้นคนที่เข้าไปบวชนี้ พระท่านจึงถามว่า “มนุสโสสิ” มนุสโสสิ ถามว่าอย่างนั้น ถามว่า “เธอเป็นมนุษย์แล้วหรือยัง” หมายความว่า มีใจสูงพอที่จะเป็นนักบวชในพุทธศาสนาได้แล้วหรือยัง ถ้ายังสูงไม่พอ ไม่ควรจะบวช ต้องอบรมบ่มนิสัยกันก่อนจึงจะให้บวชได้

ความจริงคนที่บวช มันต้องอบรมกันก่อนจึงจะบวช แต่เวลานี้เราชอบบวชแบบชาวบ้าน บวชตามพิธีตามธรรมเนียม บวช ๑๕ วัน ๒๐ วัน บวชนิด ๆ หน่อย ๆ อะไรอย่างนี้แหละ จะมาอบรมอะไรกันก่อนก็ได้ เพราะว่าต้องรับบวชให้คุณยายเห็นผ้าเหลืองเพราะคุณย่าแก่แล้ว คุณยายแก่แล้วอยากให้เห็นหลานบวช คือไม่รู้เนื้อแท้ของเรื่อง

ความจริงนั้นที่เขาว่าให้บวช หมายความว่าให้งดเว้นจากความชั่ว ความร้ายทั้งปวง ถ้าลูกหลานงดเว้นจากความชั่วอยู่แล้ว เรียกว่ามันบวชอยู่แล้ว เช่นว่าหลานเราไม่ดื่มเหล้า ไม่เล่นการพนัน ไม่เที่ยวกลางคืน ไม่คบเพื่อนชั่ว ขยันทำงานทำการ รู้จักเก็บหอมรอมริบ ตั้งเนื้อตั้งตัวได้ มันก็บวชอยู่แล้ว ใจมันบวชอยู่แล้ว คือมันงดเว้นความชั่วอยู่แล้ว ก็เป็นอันว่าใช้ได้ แม้ไม่คลุมผ้าเหลืองก็ไม่ใช่ไร เพราะมันใช้ได้อยู่แล้ว

ถ้าจะให้บวช บวชให้มันนานหน่อย อย่างน้อยสัก ๓ เดือน เรียกว่าบวชเพื่อศึกษา ให้มันลึกซึ้งต่อไป บวชเพื่อมีเวลาอบรมตนเอง ให้เจริญด้วยศีลด้วยธรรมมากขึ้น แต่ถ้าบวช ๗ วัน ๑๕ วันนี่มัน

น้อยเกินไป ยังไม่ทันทำอะไร บวชเพื่อให้คุณยายสบายใจ ให้คุณยายสบายใจว่าได้บวชแล้ว หรือว่ามันไปรักผู้หญิงอยู่คนหนึ่ง แล้วทางฝ่ายโน้นเขาเร่งเร้าให้แต่งงาน แม่กลัวจะไม่ได้บวชมันจะเบียดเสียก่อน เลยมาหาอุปัชฌาย์ว่ารีบบวชให้มันหน่อย เพราะว่ามันจะเบียดอยู่แล้ว อย่างนั้น ก็เห็นใจเหมือนกัน เลยต้องบวชให้มันเสียหน่อย ให้มันชื่อว่าได้บวชในพระพุทธศาสนา เลยก็ต้องบวชให้ ๑๕ วัน พอสึกออกไปผมไม่ทันได้ยาวเท่าใด มันมานิมนต์หลวงพ่อกับไปแต่งงานผมด้วย...ว่าอย่างนั้น เอ้อ...เจ้าบ่าวผมสิ้นเจ้าสาวผมยาวแต่งงานกัน อย่างนี้เขาเรียกว่าบวชเพื่อแต่งงาน ไม่ใช่เพื่ออะไร

บวชอย่างนั้นมันก็เป็นตามประเพณี ถ้ารู้ว่าการบวชคือการงดเว้นจากความชั่ว ก็เป็นอันว่าใช้ได้ เป็นการงดเว้นอยู่แล้ว ผู้ที่จิตใจเป็นมนุษย์ ก็เป็นผู้งดเว้นจากความชั่วอยู่แล้ว ก็เรียกว่าเข้าไปใกล้พระพุทธเจ้า ใกล้พระธรรม ใกล้พระสงฆ์ เข้าไปทุกที เพราะว่าผู้เป็นพุทธะ” นั้นต้องเป็น “ผู้รู้” อยู่ตลอดเวลา เป็น “ผู้ตื่น” เป็น “ผู้เบิกบานแจ่มใส” เป็นผู้รู้ก็หมายความว่า รู้จักจิตใจของตัวเอง ขณะนี้ใจกำลังเป็นอะไร ใจกำลังทำอะไร รู้สภาพของจิต รู้สภาพของจิตว่ามีกิเลส มีความโลภ มีความโกรธ มีความหลง มีราคะ มีโทสะ มีโมหะ หรือว่ามีอะไร มีนิวรณ์ ๕ ประการ ประจําจิตใจ หรือว่ามีศรัทธา มีปัญญา มีอะไรอยู่ในใจ รู้อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้รู้



มีความเป็นพุทธบริษัทที่สมบูรณ์

หรือรู้อีกแง่หนึ่งว่า ตัวเรานี้คือใคร อยู่ในฐานะอะไร ตำแหน่งอะไร เราควรจะทำอะไรที่ให้มันดีขึ้นไปกว่านี้ ให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ มีความรู้ อยู่อย่างนี้ เรียกว่าเป็นผู้รู้ หรือว่ามีอะไรมากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราก็รู้ รู้ว่ามันไม่เที่ยง มีความทุกข์ มันไม่มีอะไรที่เป็น เนื้อแท้ ไม่มีอะไรที่น่ารัก ไม่มีอะไรที่จะเอามาเป็นของตัว เพราะไปรัก เข้าไปแล้วมันจะยุ่ง ไปเอาเข้ามามันก็จะยุ่ง ปล่อยมันไปเถอะ อย่าไป เกี่ยวข้องกับมันเลย ทำใจเฉย ๆ ปล่อยวางในสิ่งที่มากระทบเหล่านั้น เรียกว่ารู้จักสิ่งนั้นตามสภาพที่เป็นจริง

หรือมีอะไรมากระทบจิตใจ หรือใครมาตำมาว่าเรา เราเป็นผู้รู้ เราก็ไม่โกรธเขา เราไม่เคืองเขา เพราะว่าไอ้เรื่องนั้น มันไม่ใช่เรื่องจริงจิง อะไร มันเป็นเรื่องที่เขาพูดด้วยอารมณ์โกรธ อารมณ์เกลียด อารมณ์ พยาบาทอาฆาตจองเวร จึงได้พูดออกมาด้วยวาจาเช่นนั้น เราควรจะ นั่งยั้งรับอารมณ์นั้น เราควรจะสงสารคน ๆ นั้นว่า เอ้อ...น่าสงสาร ที่จิตใจมันตกต่ำเหลือเกิน เมื่อใดมันจะเป็นผู้เป็นคนเสียทีนะ เรานึก สงสารอย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้รู้อยู่แล้วในเรื่องนั้น แล้วเราก็เป็นผู้ตื่นตัวอยู่ ตื่นตัวคือไม่ประมาท ไม่เพลอสติ มีสติกำกับการนึกการคิดอยู่ตลอดเวลา เรียกว่าสติ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า สติ โลกัสमिं ชาคโร...สติเป็นธรรม
เครื่องปลุกให้ตื่น ทำให้เราตื่น ไม่ใช่ลืมตาเรียกว่าตื่น ไม่ใช่อย่างนั้น
น้ำมันตื่นทางกาย ใจไม่ตื่น บางคนตาลืมแต่หัวใจหลับ ไปหลับอยู่กับ
อารมณ์อะไรก็ไม่รู้ ไปหลงอะไรอยู่ก็ไม่รู้ ไม่ตื่น ใจต้องตื่น

ต้องตื่นอยู่ด้วยสติ ตื่นอยู่ด้วยปัญญา รู้เท่าทันต่อสิ่งต่าง ๆ ที่มา
กระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเรา อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้ตื่น
ผู้ตื่นย่อมไม่ถูกอะไรมากระทบ จิตใจจะไม่หลงไหลมัวเมาในเรื่องอะไร ๆ
ในเรื่องใด ๆ เรียกว่าเป็นผู้ตื่น เป็นผู้เบิกบาน เมื่อตื่นมันก็เบิกบานเหมือน
ดอกบัวบานตอนเช้ารับแดด ตอนเย็นมันก็หุบไปเสีย แล้วก็บานทุก ๆ เช้า
เราก็มีใจเบิกบานอยู่ด้วยความรู้ ด้วยปัญญา ด้วยความเข้าใจในสิ่ง
ทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ไม่ทำใจของเราให้
ตกต่ำ เราอยู่ในฐานะเป็นผู้รู้ เป็นผู้ตื่น เป็นผู้เบิกบานแจ่มใส ก็เรียกว่า
เราอยู่กับพระพุทธเจ้า เราอยู่กับพระธรรม เราอยู่กับพระสงฆ์ เราเป็น
พุทธบริษัทอย่างแท้จริง เพราะใจอยู่กับพระ ไม่ใช่กายอยู่กับพระ ใจต้อง
อยู่กับพระ ใจต้องอยู่ใกล้พระ สนิทเป็นอันเดียวกับพระพุทธเจ้า กับ
พระธรรม พระสงฆ์อยู่ตลอดเวลา เรียกว่าเป็นผู้อยู่กับพระ เราก็มีแต่
พระอยู่ในใจ ใจก็สะอาด ใจสงบ ใจสว่าง แต่ถ้ามารผีเข้ามาอยู่ในใจ
ใจมืดมัว ใจเร่าร้อน ใจวุ่นวาย เพราะมันเป็นผี เป็นตัวกิเลส ทำให้เกิด
ความเศร้าหมองแก่จิตใจ เพราะฉะนั้นเราจึงควรจะได้พิจารณา



ความสุขขึ้นอยู่กับความรู้ ความเข้าใจ ในสิ่งทั้งหลายตาม
สภาพที่เป็นจริงด้วยตัวของท่านเอง เพราะฉะนั้นจงเข้าใจในหลักอันนี้
แล้วทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักการของพระพุทธเจ้า

ดังที่แสดงมาก็สมควรแก่เวลาแล้ว ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้



ศิลปะการสร้างความสุข

เมื่อเรา...จะต้องอยู่อย่างสงบสุขแล้ว
ทำไมจึงไปคิดเรื่องที่ทำให้มันมีความทุกข์ใจ
คิดเรื่องให้เกิดความร้อนกร้อนใจ
นั่งกลุ้มใจด้วยเรื่องปัญหาเล็กๆ น้อยๆ
ซึ่งมันเกิดขึ้นได้ในชีวิตของเรา
อย่างนี้ก็เรียกว่า...
คิดเรื่องให้ตนเกิดความทุกข์นั่นเอง
ไม่มีใครมาทำให้เรา แต่เราทำให้แก่ตัวเราเอง
การทำให้แก่ตัวเราเองก็คือว่า
คิดเรื่องนั้นขึ้นมาในแง่ที่ไม่ถูกต้อง
มองไม่ตรงตามสภาพที่เป็นจริง เลยเกิดปัญหา
ผู้ใดต้องการมีชีวิตที่ราบรื่น ไม่ให้มีปัญหามากเกินไป
...เราต้องหมั่นตรวจสอบพิจารณาตนเอง
ในตัวเรานี้มีดีอะไรบ้าง มีเสียอะไรบ้าง
ถ้าเห็นว่ามีอะไรเสีย...ก็เอาไปทิ้งเสีย
การแก้ไขที่ตัวเราเป็นการแก้ที่ถูกต้อง
เหมือนหมอรักษาโรคโรคใด โรคมันก็หายไป



ธรรมสภา เลขที่ ๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐

โทรศัพท์/โทรสาร : (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕, ๘๘๘๗๙๔๐, ๔๔๑๑๕๔๘,

ธรรมสภาได้รวบรวมหนังสือและสื่อธรรมะต่างๆ ไว้บริการแก่ท่านสาธุชน จาก
สำนักพิมพ์และสำนักปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ ท่านที่สนใจเลือกชมได้ที่...

ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา เลขที่ ๒ - ๖ ถ.บรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์
เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐ โทรศัพท์/โทรสาร (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕



สถาบันบันลือธรรม เป็นองค์กรเอกชนที่ก่อตั้งขึ้นเพื่อสืบทอดและเผยแผ่
พระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่อย่างมั่นคงราบรื่นยาวนาน อันเป็นการสานต่อ
เจตนารมณ์ของท่านเจ้าคุณพระสุธรรมเมธี ป.ธ. ๘ (นายบรรลือ สุขธรรม)
อดีตเจ้าคณะจังหวัดอุดรธานี เป็นผู้ให้กำเนิดธรรมสภา โดยมีพระเดชพระคุณ
พระพรหมมงคลลาจารย์ (หลวงพ่อบัณฑิตนันทิกขุ) เป็นองค์ประธานสถาบันฯ

วัตถุประสงค์ของสถาบันบันลือธรรม

๑. เพื่อเผยแผ่พระพุทธศาสนา
๒. เพื่อปลูกสำนึกในการกระทำหน้าที่ของตน
๓. เพื่อปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมแก่เด็กและเยาวชน
๔. เพื่อส่งเสริมในการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

กิจกรรมของสถาบันบันลือธรรม

๑. โครงการ เด็กดีของสังคม เรียนทุกวันเสาร์ ๐๘.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.
๒. โครงการ พบพระ พบธรรม ทุกวันเสาร์ ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.
๓. โครงการ มอบทุนการศึกษา แก่เด็กผู้รักดีและประพฤติดี
๔. โครงการ อยู่กันด้วยความรัก ช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ยากทั้งกายและใจ

สถาบันบันลือธรรม ได้รับการสนับสนุนจากธรรมสภา และศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา
ท่านที่เข้าร่วมโครงการต่างๆดังกล่าวไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น ติดต่อสอบถามได้ที่
๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทรศัพท์ : (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕

หนังสือเล่มนี้ได้ให้เค้าโครงความเข้าใจเรื่องการเจริญภาวนา ทำให้เข้าใจว่า การภาวนาคืออะไร เป็นอย่างไร มีกี่ประเภท มีประโยชน์ที่ควรมุ่งหมายในทางพระศาสนาอย่างไร เป็นต้น ซึ่งจะช่วยแก้ไขและป้องกันความเข้าใจผิดพลาดของพุทธศาสนิกที่สนใจการทำวิปัสสนาไม่ให้เสียเวลา หลงทาง เคว้งคว้าง หรือถูกหลอกได้โดยง่าย และช่วยให้ไม่หยุดอยู่กับที่เพราะเข้าใจผิด ยึดติดเพียงความสงบ (สมถะ) ทำให้เข้าไม่ถึงปัญญา (วิปัสสนา) และสามารถดับทุกข์ได้จริงแท้ถาวร

หวังว่าผู้อ่านหนังสือนี้จะเห็นความจริงดังที่ผู้บรรยายสรุปไว้ว่า “ความสุขขึ้นอยู่กับความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลาย ตามสภาพที่เป็นจริงด้วยตนเอง” เพราะฉะนั้น จงเข้าใจในหลักอันนี้ แล้วทำชีวิตให้เป็นสุขตามหลักการของพระพุทธเจ้า



ขอกราบขอบพระคุณท่านที่อุปถัมภ์การจัดพิมพ์หนังสือ “การเจริญภาวนา” เล่มนี้ จำนวน ๖๐ บาท
ท่านสาธุชนที่ปรารถนามีไว้ครอบครองสำหรับจัดส่งมอบแด่บุคคลอันเป็นที่รัก... โปรดติดต่อที่
โทร. (๐๒) ๔๔๑๑๕๘๘, (๐๒) ๘๘๘๗๙๔๐, โทรสาร. (๐๒) ๔๔๑๑๖๐๔, (๐๒) ๔๔๑๑๙๑๗