

# ธรรมะภาคปฏิบัติ

ดร.สนอง วรอุไร

แสดงธรรมแก่ผู้ปฏิบัติธรรมที่วิทยาลัยเทคนิคดุสิต  
เนื่องในโอกาสวันพ่อแห่งชาติปี พ.ศ. ๒๕๔๑



หนังสือตีพิมพ์ที่ ๕๑

กรรมภาคปฏิบัติ : **ดร.สนอง วรอุไร**

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : **มีนาคม ๒๕๕๑**

จำนวนพิมพ์ : **๑๐,๐๐๐ เล่ม**

จัดพิมพ์โดย : **ชมรมกัลยาณธรรม**

**๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง**

**จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐**

**โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๖๓๕-๓๙๙๘**

จัดรูปเล่ม & ปก : **บริษัท วิธีทำ จำกัด โทร ๗-๒๔๑๗-๐๔๑๗**

แยกสี : **Canna Graphic โทร ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑**

ISBN : **๙๗๘-๙๗๔-๐๕-๓๘๘๐-๖**

จัดพิมพ์ที่ : **บริษัท ขุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด**

**๕๙/๘๔ หมู่ ๑๙ ถนนบรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์**

**เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐**

**โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๐-๘๒๗๒**

**สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ**  
**การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง**  
**www.kanlayanatam.com**

## คำนำ

ในทางโลก มนุษย์ได้พัฒนาสติปัญญา และจิตตมยปัญญาให้กับตัวเอง ปัญญาประเภทนี้เหมาะที่จะใช้เป็นเครื่องมือแก้ปัญหาของสังคมและยังใช้สร้างสิ่งของเครื่องใช้หลากหลายให้กับสมาชิกของสังคม ได้นำไปใช้อำนวยความสะดวกให้การดำเนินชีวิต

มนุษย์ยังมีศักยภาพสามารถเข้าถึงปัญญาสูงสุดที่เรียกว่า ภาวนามยปัญญา ซึ่งจะเกิดได้ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติจิตตภาวนา ด้วยการทำให้สงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ (สมถกรรมฐาน) และพัฒนาใจให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนากรรมฐาน) ทั้งสองขั้นตอนนี้จะสำเร็จได้ด้วยกรรมภาคปฏิบัติ จึงจะสามารถนำปัญญาเห็นแจ้ง มาส่องนำทางให้กับชีวิตของตัวเองได้ แล้วชีวิตจะดำเนินไปราบรื่น มีความสงบสุข และปลอดภัยจากภัยทั้งปวง

กรรมภาคปฏิบัติที่มาจากประสบการณ์ตรงของผู้บรรยาย จึงได้ถูกประมวลขึ้นเป็นรูปเล่มให้ผู้ปรารถนามีชีวิตราบรื่นมีความสุข และพ้นไปจากขวากหนามเกาะเกี่ยวชีวิต ได้อ่านและใช้เป็นแนวทางพัฒนาจิตวิญญาณของตนเองได้

**ดร.สนอง วรอุไร**

# สารบัญ

บทที่ ๑ บทนำ	๖	๑.๘ ศรัทธา	๕๐
บทที่ ๒ การใช้โอกาสการเกิดเป็นมนุษย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุด	๑๐	๑.๙ อุกติศบุญกุศลให้แก่เจ้ากรรมนายเวร	๕๐
๑. พลังสติ	๑๑	๒. สร้างบารมีให้เสมือนเป็นต้นไม้ใหญ่	๕๐
๒. พลังสมาธิ	๑๖	๓. เหตุที่ทำให้ไปเกิดในอบายภูมิ	๕๔
๒.๑ สมาธิขั้นต้น (ขณิกสมาธิ)	๑๗	๓.๑ ความโกรธ - เหตุลงนรก	๕๔
๒.๒ สมาธิขั้นกลาง (อุปจารสมาธิ)	๑๗	๓.๒ ความโลภ - เหตุเป็นเปรต	๕๔
๒.๓ สมาธิขั้นสูงสุด (อัปปนาสมาธิ)	๑๗	๓.๓ ความหลง - เหตุเป็นเดรัจฉาน	๕๕
๓. พลังปัญญา	๑๙	๔. เหตุที่ทำให้ไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา	
๔. การทำหน้าที่ของจิต	๒๒	หรือเป็นพรหม	๕๗
๔.๑ จิตรับสิ่งกระทบเข้าปรุงเป็นอารมณ์	๒๒		
๔.๒ จิตสังสมอง	๒๓		
๔.๓ จิตสังสมความคิดคำพูดและการกระทำ	๒๓		
๕. พลังกรรม	๒๕		
บทที่ ๓ การพัฒนาศักยภาพของมนุษย์	๒๘	บทที่ ๔ ถามปัญหา-ตอบปัญหา	๖๑
๑. ปัจจัยที่ช่วยให้การพัฒนาพลังสำเร็จ	๒๙	๑. กลัวเห็นผีเวลานั่งสมาธิ	๖๒
๑.๑ กัลยาณมิตร	๒๙	๒. แม่เมตตาหรืออุทิศบุญ	๖๕
๑.๒ คีล	๓๔	๓. ปฏิบัติธรรมทางลัด	๖๖
๑.๓ สัจจะ	๓๗	๔. นั่งกรรมฐานครึ่งละไม่นาน	๖๖
๑.๔ วิริยะ	๓๘	๕. วิธีแก้กรรม	๖๘
๑.๕ ความมกน้อย	๔๑	๖. กลิ่นหอมขณะกำลังสอนหนังสือธรรมจักรกับวัตรสูตร	๗๕
๑.๖ เอาชีวิตเข้าแลกกรรม	๔๕	๗. การปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องรับศีล	๗๖
๑.๗ เจริญสมถกรรมฐานให้เป็นฐานของวิปัสสนา	๔๖	๘. คนมีมิจฉาชีพทำบุญ	๗๗
		๙. ความสุขที่แท้จริง	๘๓
		บทสวดมนต์บทพาหุงฯ (พุทธชัยมงคลคาถา)	๘๕



## บทที่ ๑

# บทนำ



ถึงสวัสดิ์ครับท่านญาติธรรมมาวันนี้ดีใจที่จะได้มาพบดูให้ญาติธรรมทั้งหลายได้มีสัมมาทิฐิ นั่นคือเห็นทางถูกของการดำเนินชีวิต ตอนนี้อย่างบรรยายธรรมที่ไหนมีคนมาปฏิบัติธรรมกันมากต้องขอบคุณไอเอ็มเอฟที่ทำให้มีคนเข้ามาปฏิบัติธรรม นายธนาคารก็เข้ามา ศาสตราจารย์ที่สอนในมหาวิทยาลัยก็เข้ามา แสดงว่าถึงเวลาแล้ว ทำวิกฤตตรงนี้ให้เป็นโอกาส ที่เราจะได้เปลี่ยนทางเดินของชีวิต ให้มาเดินในทางที่ก้าวหน้าที่เจริญ ที่ไม่เสื่อม เพราะว่าชีวิตของเราไม่ได้เดินอยู่แค่ภพนี้อายุนี้เท่านั้น เมื่อตายจากการเป็นมนุษย์ในครั้งนี้อันแล้ว เราต้องเดินทางต่อไปเกิดใหม่ ยังต้องไปเดินทางต่ออีกยาวนาน คำว่ายาวนานนี้มันนานแค่ไหน ไม่สามารถจะบอกเวลาในมิติของภพมนุษย์ได้ มันนานจริงๆ ทำไมจึงบอกว่าต้องเดินทางกันอีกยาวนาน เหตุเพราะความรู้ไม่จริง (อวิชชา) นั่นเอง

การบรรยายในวันนี้ จะแบ่งออกเป็น ๓ ตอน

๑. การใช้โอกาสการเกิดเป็นมนุษย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
๒. การพัฒนาศักยภาพของมนุษย์
๓. ถามปัญหา-ตอบปัญหา



## ๑. การใช้โอกาสการเกิดเป็นมนุษย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ในฐานะที่เราได้อัตภาพมาเป็นมนุษย์ เกิดอยู่ในภพมนุษย์ นับได้ว่าเป็นการเกิดที่ดี เมื่อได้โอกาสเกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว จะใช้โอกาสการเกิดเป็นมนุษย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้อย่างไร ในตัวของมนุษย์มีศักยภาพ คำว่าศักยภาพหมายถึงอำนาจหรือพลังอำนาจที่ดิ่งามและไม่ดิ่งามแฝงอยู่ การที่ท่านมาบวชเนกขัมมะนี้ เป็นการดึงเอาศักยภาพที่ดิ่งามที่ฝังอยู่ในตัวออกมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ดังนั้นจะพูดให้เห็นว่าในตัวของมนุษย์มีอะไรแฝงอยู่ และสามารถพัฒนาขึ้นมาใช้ได้

## ๒. การพัฒนาศักยภาพของมนุษย์

การพัฒนาเพื่อเอาศักยภาพต่างๆ เหล่านั้นขึ้นมาใช้ มีปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้การพัฒนาดำเนินไปสู่ความสำเร็จในฐานะที่ผู้บรรยายไม่เชื่อเรื่องพุทธศาสนา ได้เห็นคนไทยจำนวนมากเชื่อแบบไม่ได้วิเคราะห์ ไม่ได้เอาความจริงในหลักธรรมมาใช้ ชีวิตจึงลุ่มๆ ดอนๆ

หลังจากที่ไปเรียนจบปริญญาเอกจากต่างประเทศมาแล้ว ยิ่งไม่เชื่อพระพุทธรศาสนามากยิ่งขึ้น เมื่อกลับมาได้มีโอกาสสละเวลาไปพิสูจน์ เป็นเวลานาน ๓๐ วันเต็ม เนื่องด้วยเรียนมาทางวิทยาศาสตร์ จึงใช้เหตุใช้ผลทางวิทยาศาสตร์เป็นหลักในการพิสูจน์ ได้ทำ

เหมือนอย่างที่ท่านกำลังทำ ที่ต่างกันก็คือมุ่งเหลือองหมเหลืออง แต่แนวทางการปฏิบัติเหมือนกัน จะบอกว่าในประสบการณ์ที่ผ่านมา เราได้ผ่านอะโรมาบ้างและประสบผลสำเร็จในการพัฒนาจนทุกวันนี้ บอกเพื่อให้ท่านเอาไปเป็นแนวคิดพิจารณา เพราะปัญหาต่างๆ เหล่านี้ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่ต้องพบแน่นอนว่าปัจจัยที่จะนำไปสู่ความสำเร็จมีอะไรบ้าง

## ๓. ถามปัญหา-ตอบปัญหา

หลังจากบรรยายผ่านไปสองชั่วโมงแล้ว จะให้ท่านได้มีโอกาสซักถามปัญหาที่แต่ละคนประสบมาด้วยตัวเอง เพื่อผู้บรรยายจะได้ชี้ทางออกให้กับท่านผู้มีปัญหา นำไปพิจารณาแล้วเลือกหรือไม่เลือกทางแก้ปัญหาด้วยตัวท่านเอง





## บทที่ ๒

# การใช้โอกาสการเกิดเป็นมนุษย์ ให้เกิดประโยชน์สูงสุด



การเกิดเป็นมนุษย์ไม่ใช่เรื่องง่ายควรใช้โอกาสในการเกิดเป็นมนุษย์นี้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ด้วยการพัฒนาพลังที่มีอยู่ในตัวมนุษย์มีพลังที่สามารถพัฒนาขึ้นมา เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตต่อคนรอบข้าง ต่อสังคมส่วนรวม ๔ ตัว คือ

๑. พลังสติ
๒. พลังสมาธิ
๓. พลังปัญญา
๔. พลังกรรม

### ๑. พลังสติ

เป็นที่เข้าใจกันว่า คนที่เราสามารถพูดคุยกุญตามตอบกันรู้เรื่องได้นั้นเป็นคนมีสติดี ถ้ามองเข้าไปในโรงพยาบาลที่รับคนสติไม่ดีไว้เป็นคนไข้ เช่น โรงพยาบาลบ้านสมเด็จเจ้าพระยา จะเห็นคนไข้ขาดสติแสดงพฤติกรรมผิดแผกไปจากพฤติกรรมของคนทั่วไป เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับตัวเองก็นึกว่าเรามีสติดีแล้ว แต่หากมองสูงไปกว่านั้น คือมองไปที่สติของพระกรรมฐานหรือของพระอริยบุคคล คำว่าพระอริยบุคคลไม่จำเป็นต้องเป็นพระสงฆ์อาจเป็นฆราวาสก็ได้

ท่านเหล่านั้นมีสติดีกว่าเรามาก ถ้าเห็นว่าตัวเองมีสติดีแล้ว ท่านเหล่านั้นมีสติดียิ่งกว่า ยิ่งเป็นพระอรหันต์ยิ่งมีสติดีมากที่สุด

เป็นที่เข้าใจผิด คิดว่าเรามีสติดีพอแล้ว แท้จริงแล้วไม่ใช่ เรามีสติให้ใช้เพียงนิดเดียวเท่านั้น หลักของจิตวิทยาตะวันตก จิตสำนึกที่มนุษย์เอามาใช้ทำงาน เอามาใช้ในการเรียนการศึกษา มีเพียงน้อยนิดเฉลี่ยแล้วมีสตร้อยละ ๗ ส่วนอีกร้อยละ ๙๓ เป็นจิตใต้สำนึกที่ไม่ได้เอามาใช้งานการบวชเนกขัมมะเป็นการฝึกจิตเพื่อเพิ่มพลังสติให้มากขึ้น จะรู้ว่าเมื่อท่านฝึกไปแล้วมีสติเพิ่มขึ้นได้จริง พลังอำนาจตัวที่หนึ่งคือพลังสติ มีอยู่ในจิตของทุกคน เพียงแต่เราไม่ได้พัฒนาขึ้นมาใช้หรือบางคนอาจพัฒนาได้แล้ว เมื่อใดที่จิตมีพลังสติเพิ่มขึ้น สมาธิซึ่งเป็นความตั้งมั่นของจิตก็จะเพิ่มขึ้น จิตที่ตั้งมั่นจะมีความสงบแน่วแน่ไม่ฟุ้งซ่านขึ้น

ในฐานะที่เป็นอาจารย์ทางด้านวิทยาศาสตร์และได้ศึกษาค้นคว้าเรื่องจิต ปรากฏว่ามีคนที่นำเอาวิทยาศาสตร์มาประยุกต์ใช้กับการฝึกจิตเขาพบว่าคลื่นสมองของคนที่มีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิทำให้ความถี่ของคลื่นสมองลดลง เมื่อคลื่นสมองเปลี่ยนความถี่เป็นช่วงคลื่นสั้น ทำให้มีความจำเพิ่มขึ้น เยาวชนอเมริกันได้ฝึกสมาธิแบบทีเอ็ม (TM: Transcendental Meditation) วิชานี้มหาฤๅษีที่อยู่ในประเทศอินเดียนำไปเผยแพร่ในอเมริกา จะฝึกสมาธิแบบใดก็ตามผลลัพธ์คือจิตตั้งมั่นเหมือนกันกับที่เราฝึก เพียงแต่ใช้วิธีฝึกคนละ

แนวทางเท่านั้นเอง เยาวชนอเมริกันที่ได้ฝึกสมาธิแบบทีเอ็มพบว่า การเรียนดีขึ้นเพราะสมองสามารถจำข้อมูลได้มากขึ้น คนที่ไม่ได้ฝึกสมาธิเวลาฟังครูบาอาจารย์พูดในห้องบรรยาย เฉลี่ยแล้วจำได้ร้อยละ ๔๐ อีก ร้อยละ ๖๐ สมองไม่สามารถเก็บบันทึกข้อมูลไว้เป็นความจำได้ แต่เมื่อไปฝึกให้จิตมีสมาธิแล้วความจำเพิ่มเป็นร้อยละ ๖๐-๗๐ เยาวชนที่เบตยิ่งกว่านั้น ฝึกสมาธิแล้วสามารถจำข้อมูลได้เพิ่มร้อยละ

ผู้บรรยายไม่เคยเชื่อเรื่องนี้มาก่อน หลังจากได้พิสูจน์ด้วยการฝึกจิตให้เกิดสมาธิเดี๋ยวนี้ปรากฏว่าความจำเพิ่มมากขึ้นสมัยเป็นหนุ่มจะสวดมนต์จะท่องจำอะไรจำไม่ค่อยได้ยังเป็นภาษาบาลีเขียนก็ประหลาดออกเสียงก็ประหลาดจำไม่ได้ เดี่ยวนี้พอมาดู มีความรู้สึกว่ามันน่าจะได้ ลองสวดดูวันเดียวก็จำได้ บางทีก็สองวัน บางทีไม่เกินอาทิตย์ อย่างบทสวดมนต์บทพาทุงๆ ใช้เวลาไม่นานสวดได้หมด ซึ่งมันเป็นเรื่องมหัศจรรย์ เพียงแค่พัฒนาพลังจิตให้มีสติ ทำให้ความจำเพิ่มได้จริง คนแก่คนเฒ่านี้เป็นครูสอนเรา พอแก่เฒ่าบางทีความจำหลงลืมได้ ซึ่งเป็นตามหลักวิทยาศาสตร์เนื่องจากเซลล์สมองฝ่อ คนแก่คนเฒ่าที่หลงลืม กินข้าวแล้วว่ายังไม่ได้อกิน อาบน้ำแล้วว่ายังไม่ได้ออาบน้ำ นึกถึงว่าตัวเองต้องชรา ไม่มีใครหนีความชราพ้นได้ ถ้าถามตัวเองว่าจะชราอย่างที่ได้เคยเห็นไหม คงไม่อยากเป็นเช่นนั้น เช่นเดียวกันเคยพบ เจอพระที่มีอายุยืนเป็นร้อย สวดมนต์ไม่มีผิดพลาดเลย สงสัยว่าท่านจำได้อย่างไร ท่านเป็นพระกรรมฐาน ฝึกจิตให้นิ่งท่านก็สวดมนต์ได้อายุร้อยปีกว่าแล้วยังสวดมนต์ได้ไม่หลงลืม จึงได้ทำตาม

ท่านลองสวดมนต์ สวดบทนั้นก็สวดได้ บทนี้ก็สวดได้ ตอนนี้อายุหกสิบปี เกษียณไปแล้ว แต่ความจำนี้ไม่หลงลืม สวดมนต์เดี่ยวเดี๋ยวก็จำได้ นี่เป็นเรื่องที่เหนือวิทยาศาสตร์แต่เป็นของจริงที่พิสูจน์ได้

คนที่เรียนไม่เก่งอย่างเช่นนักเรียนนักศึกษาประสงค์จะพิสูจน์ต้องฝึกทำจิตให้นิ่งได้แล้วการเรียนจะดีขึ้น ที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้บรรยายได้อ่านนักศึกษาที่เรียนไม่จบปกตินักศึกษาเรียนตามหลักสูตรสี่ปีจบ นักศึกษาผู้นี้เรียนอยู่ปีหกแล้วยังเรียนไม่จบ ได้มาฝึกจิตหนึ่งในตอนกลางวัน ฝึกวันละประมาณ ๑๕ นาที ฝึกแค่เทอมเดียวได้คะแนนดีขึ้นได้เกรด A สองตัว เกรด B หนึ่งตัว เขาจึงเรียนจบได้แค่นั้นฝึกกลมเข้าลมออกเท่านั้นเอง ภาวนาคำว่า พุทโธ พุทโธ สามารถก็เรียนจบได้ เช่นเดียวกันมีนักศึกษาในคณะวิทยาศาสตร์คนหนึ่งได้ไปฝึกจิตให้มีสติที่วัดอุโมงค์จังหวัดเชียงใหม่ ได้ผลทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิขึ้นมาปรากฏว่ามีความจำเป็นเยี่ยมวิชาที่ออกคะแนนเป็นเกรด A B C D F เขาได้คะแนนสูงเป็นเกรด A ทุกตัว เพราะมีความจำดีเยี่ยมซึ่งเป็นผลมาจากจิตเป็นสมาธินั่นเอง

การบวชเนกขัมมะเป็นการฝึกจิตให้มีสติ ฝึกได้แล้วสมาธิจะเกิด ผลดีจะเกิดขึ้นตามมาให้เห็นเป็นรูปธรรมได้ในปัจจุบันให้ทำไปเรื่อยๆ นะ สวดมนต์ก่อนนอนเป็นการฝึกจิตให้มีสติ วันไหนจิตไม่นิ่งเป็นสมาธิจะสวดมนต์ผิด ใครอยากเรียนเก่ง ใครอยากไม่หลงลืม สวดมนต์ให้ได้ทุกวันแล้วความจำจะดีขึ้นเองนี่คืออานิสงส์

ของการสวดมนต์ ประโยชน์ของการสวดมนต์ไม่ได้มีเพียงแค่นี้ ได้เห็นตัวอย่างคนที่สวดมนต์เป็นประจำ เวลาจะตายไม่ทรมานทรมายตายเหมือนเทียนหมดเชื้อ ค่อยๆ หรือไปหรือไป แล้วก็ดับไปในที่สุด ไม่มีทรมานทรมายไม่มีทรมาน ทุกขเวทนาไม่เกิด

การเกิดมาได้อัศจรรย์เป็นมนุษย์เป็นสัตว์เดรัจฉานตานี้มองเห็นแต่ตาเนื้อมองไม่เห็นเทวดา ภาพที่อยู่เหนือเราเป็นที่อยู่ของเทวดาชั้นจาตุมหาราชิกา ถามว่ามีจริงไหม ตอนที่ผู้บรรยายไปฝึกจิตอยู่วัดที่มหาธาตุฯ เพียงไม่กี่วันได้ไปเห็นเทวดา จึงรายงานอาจารย์ว่าวันนี้ไปเห็นเทวดา อาจารย์บอกว่าไม่ให้เล่นหรือสนใจอยู่กับเทวดา เหตุเป็นเพราะกลัวหลง ตอนนั้นท่านไม่ได้บอกว่าอะไรเป็นเหตุท่านบอกไม่ให้จิตติดอยู่กับการเห็นเทวดา ให้วิธีกำหนดไม่ให้เห็นเทวดา จึงได้ทำตามคำแนะนำ ในที่สุดเทวดาก็หายไป เพิ่งมาถึงบางอ้อในวันที่ได้ยินท่านเจ้าคุณพูดว่า ถ้าไปหลงเล่นหลงชมอยู่กับเทวดา จะทำให้เสียเวลานั้นนานในการปฏิบัติกรรมฐาน มัวหลงไปเล่นโน่นเล่นนี่ ทางที่จะต้องเดินไปอีกไกลก็จะไปไม่ถึงจุดหมาย จะทำให้เนิ่นช้าในการเข้าถึงธรรม เพราะฉะนั้นครูบาอาจารย์บอกอย่างไร ต้องทำตาม ภาพที่อยู่เหนือเราเป็นชั้นจาตุมหาราชิกา เป็นที่อยู่ของเทวดาชั้นต่ำ เช่น พวกภูมมเทวดา รุกขเทวดา อากาศเทวดา พวกนี้เขามองเห็นเราแต่เรามองไม่เห็นเขา ยกเว้นคนที่มีตาดี (ทิพพจักขุ) ทำอย่างไรถึงจะมีตาดี ต้องทำจิตให้นิ่ง เดี่ยวจะบอกว่าจิตนิ่งนี้ทำได้อย่างไร ขณะเวลาที่มนุษย์สวดมนต์ เทวดาชั้นจาตุมหาราชิกา



จะมาดูว่าบ้านไหนสวดมนต์ก็จะบันทึกไว้จำไว้ เมื่อทำวสัทกะเรียกประชุมหรือมาเทศน์ธรรมะที่ดาวดึงส์ เทวดาจะเอาชื่อมนุษย์ที่ทำความดีไปรายงานบันทึกใส่สมุดทองไว้ เป็นเรื่องที่แปลกเวลา เทวดาเปิดสมุดเปิดเพียงครั้งเดียว ก็ตรงกับหน้าที่ต้องการทราบ ไม่เหมือนมนุษย์ จะหาข้อความอะไรต้องเปิดกันหลายหน้ากว่าจะเจอ เทวดาเปิดครั้งเดียวพบทันที อาจารย์ที่น่าฝึกกรรมฐาน เวลาเมื่อไรที่ต้องการรู้ในพระไตรปิฎก ท่านเปิดครั้งเดียวไม่ต้องเสียเวลาเปิดหลายหน้า เพราะฉะนั้นสติจึงอย่างนี้ ฝึกได้แล้วสมาธิมันเกิดตามมาเป็นอัตโนมัติ คือได้ทั้งพลังสติและพลังสมาธิ

## ๒. พลังสมาธิ

พลังสมาธินอกจากจะทำให้ความจำดี เรียนเก่งแล้ว หากเราพัฒนาพลังสมาธิขึ้นไปเรื่อยๆ พลังสมาธิทำได้มากกว่าการช่วยเพิ่มความจำ สมาธิแบ่งได้เป็น ๓ ระดับ ตามความตั้งมั่นของจิต

- ๒.๑ **สมาธิขั้นต้น (ขณิกสมาธิ)** คือ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิที่ทำให้จิตตั้งมั่นประเดี๋ยวประด๋าว
- ๒.๒ **สมาธิขั้นกลาง (อุปจารสมาธิ)** คือ สมาธิจวนแน่น เป็นสมาธิที่ทำให้วิภวณระงับได้
- ๒.๓ **สมาธิขั้นสูงสุด (อัปปนาสมาธิ)** คือ สมาธิแน่น เป็นสมาธิในฌาน

## สมาธิขั้นต้น (ขณิกสมาธิ)

จิตตั้งมั่นขั้นต้น เรียกว่า ขณิกสมาธิ ขณิกสมาธิมีประโยชน์ตรงที่ เอาไปใช้เรียนใช้ทำงาน ใช้เขียนหนังสือ ใช้เรียนหนังสือ ใช้ทำงานก็ดีไม่ผิดพลาดมาก นั่นคือ ขณิกสมาธิ

## สมาธิขั้นกลาง (อุปจารสมาธิ)

สมาธิที่สูงขึ้นไปอีกนิด เรียกว่า อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิที่ใช้ฝึกจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งเห็นถูกต้องตรงตามความเป็นจริง ที่ไม่เนื่องด้วยกาลเวลานั้นคือเป็นจริงแท้ (ปรมาตถสัจจะ)

## สมาธิขั้นสูงสุด (อัปปนาสมาธิ)

พัฒนาจิต จนตั้งมั่นเป็นสมาธิลึกเข้าไปจนถึงความแน่วแน่นเป็นฌาน จิตสงบนิ่งแต่มีอารมณ์ของฌานปรากฏให้รู้ได้ แต่ละระดับของฌานมีอารมณ์ปรากฏดังนี้

ฌานที่หนึ่งมี ๕ อารมณ์ คือ มีวิตก (ความตรึก) มีวิจาร (ตรอง) มีปีติ (ความอิ่มใจ) มีสุข (สบายใจ) มีเอกัคคตารมณ์ (จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง) ผู้ได้รู้ว่าอารมณ์จิตตัวเองมีสภาพเป็นอย่างไร ก็รู้ได้ว่าตอนนี้สามารถนำจิตเข้าถึงฌานที่หนึ่ง สมมติผู้ฝึกตายไปตอนที่จิตอยู่ในฌานที่หนึ่ง จะไปเกิดเป็นพรหมชั้นที่หนึ่ง คือ พรหมปาริสุทธิชา ถ้าจิตเป็นฌานที่ละเอียดขึ้นอีกนิด จะเกิดเป็นพรหมชั้นที่สอง คือ พรหมบุโรหิตา ฌานละเอียดยิ่งขึ้นอีกตายแล้วไปเกิดเป็นพรหมชั้นที่สาม คือ มหาพรหมานี้เป็นผลที่เกิดจากการพัฒนาจิตจนเข้าถึงสมาธิ

แค่ฉันทหนึ่งเท่านั้นเอง

ฉันทที่สองพอจิตหนึ่งขึ้นไปอีกจะมีเพียง ๓ อารมณ์ คือ มีปีติ มีสุข และมีเอกัคคตา หากตายไปตอนที่อยู่ในระดับฉันทสอง จะไปเกิดเป็นพรหมหนึ่งในสามชนิดนี้ ได้แก่ ปริตตภาพรหม อัปปมาณาภาพรหม และอาภัสสราพรหม (เป็นพรหมที่มีแสงเป็นประกาย รุ่งโรจน์)

ฉันทที่สามมีอารมณ์สุขกับเอกัคคตา ชั้นพรหมที่จะได้ไปเกิดมีสามชนิด ได้แก่ ปริตตสุภาพรหม อัปปมาณสุภาพรหม และสุกัณหาพรหม

ฉันทที่สี่มีอารมณ์อุเบกขากับเอกัคคตา อุเบกขาคือวางเฉย ส่วนเอกัคคตา หนึ่งเป็นอารมณ์เดียว ตายในฉันทที่สี่จะไปเกิดเป็นพรหมชั้นวหฬปรมาภูมิกับอัสัญญีสัตตาภูมิตี่เรียกกันว่าพรหมลูกฟัก พวกนี้จะแข็งที่มีแต่รูปไม่มีนาม

ถามว่าพรหมมีอายุชั้นนานไหม ผู้มีปัญญาไม่ดีไม่ได้วิปัสสนาญาณ จะนี้กว่านิพพาน เพราะเวลามันยาวนานมาก มีความสุขมาก ผู้บรรยายไปฝึกกรรมฐานที่วัดมหาธาตุฯ ใต้นานไม่กี่วันจิตเข้าถึงฉันทสมาบัติ จิตหนึ่งไม่รับรู้อารมณ์อื่นใดนอกจากอารมณ์ฉันท จึงรู้ว่าสภาวะเช่นนี้มีจริง ผู้ใดเจริญพละธรรมห้าประการ คือ ศรัทธา วิริยา สติ สมาธิ ปัญญา ให้มากจนบรรลุอนาคามี ตายแล้วจะได้ไปเกิดเป็นพรหมมีรูปห้าชั้นสุดท้ายที่เรียกว่าสุทธาวาส ผู้ใดเข้าถึงสภาวะเช่นนี้ได้ไม่ตกนรก ไม่ต้องกลับมาเกิดในภพต่าอีกด้วย ที่เขาเรียกว่า

เป็นที่จัดตั้งไว้เพื่อที่จะไปต่อ สภาวะเช่นนี้มีจริงลงไปพิสูจน์ดู แค่จิตหนึ่งตายแล้วก็เกิดเป็นพรหมได้ไม่ยาก

### ๓. พลังปัญญา

จิตหนึ่งเป็นฉันทจะเกิดเป็นความรู้สูงสุด ภาษาพระเรียกว่า อภิญญา (Superknowledges) ความรู้ทางโลกที่เรียนไปจนถึงดอกเตอร์ หรือจนถึง post doctorate ไม่สามารถเข้าถึงความรู้นี้ได้ เป็นปัญญาที่สูงสุดจริงๆ

ความรู้ที่เราเรียนกันมายาวนานตั้งแต่อนุบาลจนถึงอุดมศึกษา แม้กระทั่งผู้บรรยายเองที่เรียนถึงระดับปริญญาเอก ข้อมูลที่อยู่ในสมองก็เอาไปคิดพิจารณาวิเคราะห์วิจัย ปัญญาขั้นที่สองก็จะเกิดขึ้น ไมโครโฟน ร่มกวด เสื้อผ้า โทรศัพท์มือถือ ดาวเทียม ฯลฯ เกิดขึ้นได้เพราะปัญญาขั้นที่สอง มนุษย์ส่วนใหญ่พัฒนาแค่ความรู้ขั้นที่สอง ยังมองไม่เห็นเทวดา ไม่เห็นพรหม ยังไม่ใช่ปัญญาสูงสุด ปัญหาหลายอย่างเมื่อเกิดขึ้นแล้วแก้ไขไม่ได้ เช่น ความโกรธ เป็นถึงระดับดอกเตอร์หรือศาสตราจารย์ยังแก้ไขไม่ได้ เพราะมีปัญญายังไม่ลึกซึ้ง

ผู้ใดฝึกจิตหนึ่งจนเกิดอภิญญา ซึ่งเป็นปัญญาที่ละเอียดลึกซึ้ง ทำจิตหนึ่งเป็นฉันทเพียงอย่างเดียว อภิญญาห้าตัวจะเกิดอภิญญาตัวที่หนึ่งภาษาพระเรียกว่าอิทธิวิธีคือแสดงฤทธิ์ได้ เช่น เณรหะหายตัว ทำคนเดียวให้เป็นสองคน ในครั้งพุทธกาลมีคนที่ปฏิบัติได้

ผู้ใดเข้าถึงขั้นนี้แล้ว รักษาสภาพนี้ให้คงอยู่แล้ว อาจไปพบอะไรแปลกๆ ที่อยู่ในป่า มนุษย์ที่แวบมาแวบไปมีจริงๆ นี่คืออิทธิวิธี

อภิญญาตัวที่สอง คือ หูทิพย์ (ทิพโอสถ) ใครพูดที่ไหนก็ได้ยิน เมื่อก่อนผู้บรรยายคิดว่าเป็นเรื่องมหัศจรรย์เดี๋ยวนี้เห็นเป็นเรื่องปกติ พูดที่อีกตึกหนึ่งพอเขาเดินมาจะถาม นึกจะพูดเรื่องอะไรก็ลืมไปแล้ว ผู้บรรยายถามว่าอยากรู้มั๊ยจะบอกให้ ในที่สุดก็บอกให้ เขาสงสัยว่าผู้บรรยายรู้ได้อย่างไร อ้าวก็ฝึกมา หูทิพย์มีจริงได้ยินลึกลงลึกไม่ดังตื่น เหมือนหูเนื้อหูหนัง มันดังเข้าไปถึงจิตไปลองพิสูจน์ดูสิ ใครพูดที่ไหนได้ยินหมด ขออย่างเดียวจิตต้องนิ่งเป็นฌาน

อภิญญาตัวที่สาม คือ เจโตปริยญาณ รู้ใจคน วิชานี้ได้มาจาก วัตมहाธาตุฯ ฝึกได้ไม่กี่วัน ประมาณสัปดาห์ที่สาม เขาไปทำอะไรมาเห็นแล้วรู้ทันที

อภิญญาตัวที่สี่ คือ ปุพเพนิวาสานุสติญาณ รู้ว่าก่อนมาเป็นมนุษย์เราเคยเกิดเป็นอะไร สุดตาทิพย์ยังมองไม่จบ วิธีชีวิตที่เราดำเนินมายาวนานมาก ไม่สงสัยเลยว่าร้องไห้มาในแต่ละชาติน้ำตาที่หลังออกมารวมแล้วมีมากกว่าน้ำในมหาสมุทรต้องไปเห็นด้วยตัวเอง จึงจะเชื่อผู้ใดเห็นอย่างนั้นแล้วมาฝึกวิปัสสนากรรมฐานจะไม่ปรารถนาที่จะมาเกิดอีก เพราะสิ่งที่ชีวิตผ่านภพชาติต่างๆ มา คือผลงานของ

ตัวเอง เกิดเป็นวัว ควาย มนุษย์ เป็นผลงานที่ไม่ดี เจอไอเอ็มเอฟ รอดติด น้ำท่วม เป็นมนุษย์ เป็นราชาที่ไม่ดี ทำทั้งดีทั้งชั่วได้ เห็นอย่างนี้ไม่เอาอีกแล้ว ต้องการทางสร้างปัญญาหนีให้พ้น

อภิญญาตัวที่ห้า คือ ตาทิพย์ (ทิพจักขุ) พระอนรุทธะตามดูว่าพระพุทธเจ้าว่าจะนิพพานเมื่อใดนิพพานอย่างไร จะรู้ได้ต้องทำเหตุให้ตรง พระอนรุทธะทำงานเกี่ยวกับแสงสว่าง จุดประทีป โคมไฟบูชาพระเจดีย์ ผู้ใดถวายเงินเป็นค่าน้ำมันจุดโคมไฟ ตัดแว่น แลกคนแก่ คนสายตาไม่ดี ถวายหลอดไฟวัด อานิสงส์ทำให้ตาสว่าง และยังมีปัญญาดีอีกด้วย คือ ต้องสร้างเหตุถูกต้องด้วย ตัวอย่างพระพาลุละชอบถวายยาและอาหารแต่พระพุทธเจ้า ท่านจึงไม่อาพาธ ต้องสร้างเหตุให้ถูกต้องก็จะได้สมปรารถนา เรียกว่า มโนมยา สำเร็จด้วยใจ

อภิญญาห้าตัวมีจริง มีเงื่อนไขเพียงฝึกจิตให้นิ่ง แต่ยังไม่เป็นผู้วิเศษยังเป็นคนปุถุชนพระเทวทัตต์เก่งทางอภิญญาห้าตัวนี้มาก ยังนำชีวิตไปเกิดในนรกได้ เพราะไม่มีปัญญาเห็นแจ้งจึงทำสิ่งที่ผิดพลาด ยังมีโลก โกรธ หลง ทำร้ายพระพุทธเจ้าเพราะโกรธ โทสะ นำไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรกต้องถามตัวเองว่ามีโทษะเกิดขึ้นบ่อยไหม มีโทษะมากไหม

## ๔. การทำหน้าที่ของจิต

ผู้บรรยายเป็นอาจารย์สอนชีววิทยา สอนเกี่ยวกับรูปธรรม คือ ร่างกาย ส่วนนามธรรมไม่ได้สอน มาเรียนต่อที่วัดมหาธาตุฯ หลังจากได้ปริญญาตรีที่สามมาจากวัดมหาธาตุฯ จึงได้ศึกษาเรื่องของจิต ซึ่งเป็นนามธรรม คนเรามีร่างกายกับจิตใจ ตายไปแล้วก็เอาร่างกายไปเผา จิตออกไปอยู่ที่ไหนนั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง ผู้บรรยายได้ศึกษาเรื่องของจิตจึงได้รู้ว่าคนทุกชาติ ทุกศาสนา ทุกภาษา มีจิตทำหน้าที่เหมือนกันหมดเพราะเป็นกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับจิตใจ (Psychic law) กฎธรรมชาติเกี่ยวกับจิตใจมีดังนี้

- ๔.๑ จิตรับสิ่งกระทบเข้าปรุงเป็นอารมณ์
- ๔.๒ จิตสั่งสมอง
- ๔.๓ จิตสั่งสมผลกรรมที่เกิดจากความคิด คำพูดและการกระทำ

### จิตรับสิ่งกระทบเข้าปรุงเป็นอารมณ์

สิ่งกระทบเข้าทางทวารทั้ง ๖ ได้แก่ หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งกระทบที่เข้าทางทวาร เมื่อกระทบจิตแล้วจะปรุงเป็นอารมณ์ นั่นคือหน้าที่ของจิต ฝรั่งเศส จีน ไทย มีจิตทำหน้าที่เหมือนกัน สิ่งกระทบดี อารมณ์ดี สิ่งกระทบไม่ดี อารมณ์ไม่ดี ทุกคนเป็นอย่างนี้เหมือนกันหมด เพราะเป็นกฎธรรมชาติ

### จิตสั่งสมอง

สมองเป็นเครื่องมือให้จิตใช้ทำงาน จิตสั่งให้พูดดี สมองมีประโยชน์ไปที่อวัยวะแสดงออกเป็นพฤติกรรม อารมณ์ดี จิตสั่งให้คิดดี จิตสั่งให้ทำดี อารมณ์ไม่ดี จิตสั่งให้คิดพูดทำไม่ดี คนและสัตว์ทุกชนิดเหมือนกันหมด

### จิตสั่งสมผลของความคิดคำพูดและการกระทำ

จิตสั่งสมผลของความคิดคำพูดและการกระทำอยู่ในจิตสำนึก คนเราทำทั้งดีและชั่ว จิตจึงสั่งสมทั้งดีและชั่ว ผลงานก็คือเวียนตาย เวียนเกิดยาวนาน พรหมลูกฟักหรืออัสถุญีสัตตาพรหมจึงเกลียดชังจิตมาก เกลียดชังจิตตัวเอง เวลานั่งกรรมฐานพร้อมกับภาวนาไม่มีจิต (อัสถุญี อัสถุญีปี) จนจิตตั้งมั่นเป็นฌานพอตายไปก็ไปเป็นพรหม มีแต่รูปไม่มีนาม เมื่ออายุขัยหมดจะกลับมาเกิดเป็นสัตว์มีรูปร่างใหม่ ยังต้องเวียนตาย-เกิดอยู่ในวัฏฏะ และมีสภาวะเป็นปุถุชน

จิตของคนเราสั่งสมทั้งดีทั้งชั่ว เมื่อกรรมให้ผลจึงต้องรับทั้งดีและชั่ว รับผลดีเราก็มีความสุขแต่รับผลที่ไม่ดีเราก็มีความทุกข์ สมัยก่อนผู้บรรยายชอบเอาเหล็กกลมๆไปโยนให้รถยนต์ทับแล้ววางแผนเมื่อมีรถยนต์ขับขี่เองจึงต้องเหนื่อยยากกับการถอดล้อรถปะยางเหนื่อยยากยาวนาน เพราะเป็นผลงานที่ไม่ดีของตัวเอง หลังจากไปฝึกพัฒนาจิตมาแล้ว กรรมต่างๆ จะตามมาให้ผล เมื่อมีบุญเจ้ากรรมนายเวรจะตามมาทวงหนี้จึงต้องชดใช้ ถ้าไม่ชดใช้ก็จะตามมาอีก

จะมาให้ผลร้ายบางครั้งมาขัดขวางการฝึกกรรมฐานของตัวเองให้  
เนิ่นช้า ตอนนี้อยู่ฟังลองพิจารณาตัวเอง ตั้งแต่เกิดจนถึงปัจจุบันดูสิว่า  
ระหว่างความสุขกับความทุกข์อย่างไหนมีมากกว่ากัน บางคนทุกข์  
มากสุขน้อย บางคนทุกข์น้อยสุขมาก นั่นคือผลงานที่แต่ละบุคคล  
ทำสะสมไว้ในจิตนั่นเอง

ไม่ต้องรอดูผลยาวนานดูผลที่เกิดขึ้นในชาตินี้ บางคนเล่นหุ้น  
เพราะผลตอบแทนดี หารู้ไม่ว่าความโลภความอยากได้ ในมุมมอง  
ของนักวิทยาศาสตร์ เมื่อได้มามันต้องพอกพูน แต่จริงๆ แล้วไม่ใช่  
ถ้ามองด้วยปัญญาตัวที่สามที่บุคคลพัฒนาได้แล้ว การไปเอามา  
เท่ากับการผลักมันทิ้ง มันจะหนีหายจากไป ผู้ใดเอาออกไปมันจะ  
กลับมาหา มองด้วยปัญญาที่สามนี่เป็นสิ่งถูกต้อง ผู้ใดไม่ยอมได้  
อะไรมันจะกลับมาหา แต่ถ้าอยากได้มันจะหนีจากไป คนที่มีปัญหา  
วิกฤตไอเอ็มเอฟนี่เป็นเพราะเขาอยากได้ และในที่สุดมันวิ่งหนีจาก  
เขาไป เงินสามหมื่นล้านบาทที่เขาเคยมี เดียวนี้เขาติดลบสามร้อย  
ล้านบาท ยากจนกว่าผู้ฟังใหม่ มองให้ออกนี่คือผลงานของตัวเอง  
จะเป็นคนเรียนเก่งจะเป็นคนดีมันอยู่ที่การกระทำของเขา

สิ่งที่ผิดพลาดมาแล้วในอดีตแก้ไขไม่ได้แต่สิ่งที่เป็นปัจจุบัน  
แก้ไขได้ ท่านทั้งหลายที่เข้ามาปฏิบัติธรรมอยู่ ณ ที่นี้ได้ไม่ใช่คน  
ธรรมดา คนธรรมดาเขาไม่เข้ามาปฏิบัติธรรมหรอก ต้องเป็นคนพิเศษ

ที่มีบุพเพกตบุญญตา เป็นพวกที่มีบุญสะสมไว้ก่อน จึงได้น้อมนำ  
ตัวเองมาสู่สถานที่ปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ซึ่งเป็นที่จะทำคนให้เจริญ  
ตลอดเวลาที่ท่านมาเจริญเนกขัมมะไม่มีการชี้หน้าท่านไปสู่ความเลื่อม  
มีแต่ชี้หน้าท่านสู่ความเจริญ ท่านมีโอกาสอันดีที่จะได้ฟังสิ่งถูกต้อง  
ดังงามเช่นนี้

## ๕. พลังกรรม

จิตหนึ่งทำให้เกิดอภิญญา พลังจิตมีดีตรงนั้น และสำคัญที่สุด  
ที่จะพูดในตอนนี้เป็น จิตหนึ่งเอาไปพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้น  
ทุกท่านที่มาเข้ารับการฝึกจะพัฒนาไปในแนวทางนั้น ได้พูดถึงพลัง  
ไปสามตัวแล้ว คือ พลังสติ พลังสมาธิ พลังปัญญา พลังตัวที่สี่ที่  
มนุษย์สามารถพัฒนาได้คือพลังกรรม

ที่มาเข้ารับการฝึกเนกขัมมะในภาคปฏิบัติ จะพัฒนากกรรมดี  
ให้ท่าน ตั้งแต่เริ่มเข้าปฏิบัติที่นี่มีแต่กรรมดีสั่งสมในดวงจิต ฟังแต่  
เรื่องดีๆ จิตสะสมกรรมดีมาแล้วก็ชั่วโง่ง ตั้งแต่ท่านมานั่งอยู่ที่นี้  
ท่านเอาบุญใส่ไว้ในดวงจิตทั้งนั้น ถ้ามองตัวเองว่าเป็นผู้มีบุญบารมีใหม่  
วันนี้ฟังธรรมได้สองชั่วโมง พรุ่งนี้อีกสองชั่วโมงก็เป็นสี่ชั่วโมง สะสม  
มากขึ้นเรื่อยๆ ความดีที่สะสมในดวงจิตคือบุญคือบารมี ส่วนความ  
ไม่ดีเรียกว่าบาปหรืออ้าวระ บุญบารมีทำให้เกิดเป็นความสุข ความ  
สบาย ความปราศจากโรคปราศจากอุปสรรคและปัญหา ความราบรื่น

สะดวกปลอดภัย คิดอะไรที่ชอบธรรมจะเป็นไปตามที่คิด คนมีบุญ  
คิดอะไรถูกต้องชอบธรรม จะเกิดเป็นผลดีเกิดโดยมหัศจรรย์โดย  
อิทธิวิธี เกิดอย่างนั้น

คนมีบาป (อาสวะ) มีปัญหาความทุกข์ คนที่กระโดดตึกฆ่า  
ตัวตาย หากทำสำเร็จถามว่าหมดปัญหาไหม ก็ยิ่งเจอปัญหาหนัก  
เข้าไปอีก ตอนเป็นมนุษย์เอาปัญหาของตัวเองให้กับพ่อกับแม่ พี่น้อง  
คนเป็นพ่อเป็นแม่ทำปัญหาทิ้งไว้กับลูกกับหลานทั้งปัญหาของตัวเอง  
ให้กับคนอื่นช่วยแก้ปัญหาก็มีชีวิตอยู่ก็มีปัญหา ถามว่าเมื่อตาย  
แล้วผู้นั้นหมดปัญหาไหม ปัญหายิ่งหนักกว่าตอนเป็นมนุษย์ต้องไป  
เกิดเป็นสัตว์นรกทุกราย เพราะคนตายในลักษณะนี้จิตเป็นอกุศล  
จิตเต สังกิลิฐฐะ ทุคติ ปาติกังขา จิตเศร้าหมองมีทุกคติเป็นที่หมาย  
คนที่ฆ่าตัวตายสำเร็จต้องลงไปเกิดในนรกหนักยิ่งกว่าตอนเป็นมนุษย์  
เสียอีก เป็นมนุษย์ยังมีโอกาสมานั่งฟังเพลงดูหนัง หรือปฏิบัติธรรมได้  
ลงไปอยู่ในนรกแล้วไม่มีโอกาสสวยทุกขวิบากอย่างเดียว โดนทิ่มแทง  
ถูกเผาถูกทรมานร้อยแปด ฟันขึ้นมาใหม่ก็ถูกทรมานอีก ผู้รู้จริง  
ไม่กล้าฆ่าตัวตาย มีอยู่คนหนึ่งคิดมาหลายครั้งแล้วว่า จะฆ่าตัวตาย  
ได้พูดความจริงในเรื่องเช่นนี้ออกไป เมื่อบรรยายเสร็จเขาเข้ามาหา  
ได้สติจึงเลิกคิดฆ่าตัวตาย เพราะตายแล้วไม่หมดปัญหา ปัญหา  
มากขึ้นไปอีก ยุคนั้นคนฆ่าตัวตายมีมาก ไม่ใช่ชีวิตที่ดี คนโง่ฆ่าตัวตาย  
เห็นแล้วน่าสงสาร ผู้ฝึกจิตนิ่งจนถึงระดับฌาน จะเห็นได้เองว่า

พวกที่ฆ่าตัวตายไปอยู่กันที่ไหน เพราะฉะนั้นพลังกรรมนี้สำคัญ  
ผู้เพียรพยายามมาที่นี้เพื่อบวชเนกขัมมะ เพื่อมาปฏิบัติธรรม เพื่อ  
สั่งสมพลังกรรมที่เรียกว่าบุญหรือบารมี ส่วนเรื่องของบาป ครู  
อาจารย์ไม่สอนให้ทำสิ่งสม



## บทที่ ๓

# การพัฒนาศักยภาพของมนุษย์



## ๑. ปัจจัยที่ช่วยให้การพัฒนาพลังสำเร็จ

ปัจจัยที่ทำให้การพัฒนาพลังจิตได้สำเร็จ มีดังนี้

- ๑.๑ กัลยาณมิตร
- ๑.๒ คีล
- ๑.๓ สัจจะ
- ๑.๔ วิริยะ
- ๑.๕ มกัณ्हอย
- ๑.๖ เอาชีวิตเข้าแลกธรรม
- ๑.๗ เจริญสมถกรรมฐานให้เป็นฐานของวิปัสสนา
- ๑.๘ ศรัทธา
- ๑.๙ อุทิศบุญกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร

### ๑.๑ กัลยาณมิตร

กัลยาณมิตรคือมิตรที่ดั่งมโนในทางโลกมีลักษณะเป็นแบบหนึ่งแต่ในทางธรรมเป็นอีกแบบหนึ่ง ผู้มาปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี่ มีครูบาอาจารย์ที่ให้กรรมฐานเป็นกัลยาณมิตร มิตรประเภทนี้ไม่แนะนำให้ทำในสิ่งที่ให้ผลเป็นทุกข์เป็นโทษ สิ่งใดที่เป็นบาปอกุศลจะไม่แนะนำ



ไม่สั่งสอนให้ประพฤติ กัลยาณมิตรในทางโลกจะเห็นผิดไป เมื่อเพื่อนมาชวนไปดื่มเหล้า คิดว่านี่คือเพื่อนตายของเราจะไปดื่มเหล้า ยังนึกถึงเราอยู่ คิดนี้กว่าเขาเป็นเพื่อนดีโดยหาไม่รู้ไม่ว่า การดื่มเหล้าทำให้ศีลขาดศีลบกพร่อง ดื่มเหล้าแล้วทำให้ขาดสติ บาปเข้าสู่สมอยู่ในจิต เข้าสู่สมโดยไม่รู้ตัว อยู่ในวงเหล้านานสามชั่วโมงเป็นการเอาบาปใส่ทั้งสามชั่วโมง ไม่มีบุญเข้าสู่สม นานๆ จะมีบุญสักแวบเกิดขึ้น มิตรประเภทนั้นไม่เรียกกัลยาณมิตร เพื่อนอุตสาหไปซื้อตัวฟังเพลงมาให้ ต้องถามว่าเขาเป็นกัลยาณมิตรหรือไม่ เขาเป็นมิตรที่เอากิเลสมาใส่ให้เรา ไปวิเคราะห์ให้ดี เขาเป็นผู้เอาบาปมาเติมให้กับจิตใจของเรา

เรื่องกัลยาณมิตรเป็นเรื่องที่สำคัญ ไปฝึกเนกขัมมะหรือปฏิบัติกรรมฐานที่ใดต้องอธิษฐานพบกัลยาณมิตรแล้วจะมีบุญสั่งสมให้อธิษฐานว่าด้วยบุญของข้าพเจ้าที่ทำได้ตั้งแต่อดีตชาติยาวนานแสนไกลจนถึงปัจจุบันนี้ขอให้ข้าพเจ้าได้พบกับกัลยาณมิตร อธิษฐานแล้วให้ลืมไปเลยเพราะคำอธิษฐานจะฝังอยู่ที่จิตใต้สำนึก เมื่อใดที่มีเหตุปัจจัยลงตัว แรงอธิษฐานจะพาไปพบกับกัลยาณมิตร ดังตัวอย่างของผู้บรรยายได้ทำบุญสั่งสมไว้แต่ชาติปางก่อน จึงได้มาพบครูบาอาจารย์ที่ให้กรรมฐานที่ถูกต้อง ได้มรรคผลก้าวหน้ารวดเร็ว

คนที่ไม่มีกัลยาณมิตรเช่นมหาจกอุบาสก เป็นนักปรียัติศึกษาอภิธรรมจนแตกฉาน ไปไหนพูดธรรมะอย่างแคล่วคล่อง จึงได้

คิดว่าตัวเรารู้ธรรมะของพระพุทธเจ้าถ้าได้ปฏิบัติธรรมแล้วจะทำให้แตกฉานยิ่งขึ้น ในที่สุดได้ลงมือปฏิบัติธรรมด้วยตัวเอง ปฏิบัติกรรมฐานไปปีแล้วปีเล่าไม่เกิดมรรคผล ๑๐ ปี ๒๐ ปี ๓๐ ปี ๕๐ ปี ไม่ได้มรรคผลอะไรเลย ไม่มีใครกล้ามาเป็นครูบาอาจารย์เพราะตัวเองรู้ไปหมด ในที่สุด ๕๐ ปีผ่านไปจึงเกิดมิจฉาภิกขุ บอกว่าธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ดีจริงหรือ สอนได้แต่เฉพาะคนโง่ ถ้าดีจริงเราปฏิบัติมายาวนาน มรรคผลทางที่ติมั่นต้องเกิด นี้อุตสาหปฏิบัติมายาวนานแล้วไม่เห็นมีอะไรเกิดเลย แสดงว่าธรรมะของพระพุทธเจ้าหลอกลวง สอนได้เฉพาะคนโง่เท่านั้นว่า ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว ในที่สุดมหาจกอุบาสกตายไปด้วยจิตที่มีความหลง ไม่เชื่อเรื่องชาติหน้าชาติหลัง ไม่เชื่อเรื่องภพภูมิว่ามีจริง ตายขณะที่จิตหลงต้องลงไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เนื่องจากมีความรู้ จึงเกิดเป็นจระเข้อยู่ในบึงใหญ่ นี่เป็นเพราะเหตุไม่มีบุญเก่าสะสม จึงไม่ได้พบเจอกัลยาณมิตร มหาจกกับท่านทั้งหลายเป็นคนละคนกัน ท่านมีบุญเก่าสะสมจึงได้มาเจอกัลยาณมิตรผู้ที่จะชี้แนะกรรมฐานให้ผู้บรรยายเป็นกัลยาณมิตรชี้แต่หนทางดีให้ชีวิตได้ดำเนินไปสู่ความเจริญ

การทำท่านทั้งหลายอุทิศตัวมาปฏิบัติธรรมอยู่ในที่นี้แค่สองวัน มีอานิสงส์เกิดขึ้นมาก ท่านเจ้าคุณโชดกบอกว่า การปฏิบัติธรรมเป็นการกระทำที่มีค่ามาก เพราะการฝึกกรรมฐานนี้ให้ผลสูงสุดคือพระนิพพาน ใส่บาตรร้อยชาติไม่สามารถนำชีวิตเข้าสู่พระนิพพานได้ ทอดกฐินร้อยชาติก็ไม่สามารถเข้าพระนิพพาน แต่การฝึกกรรมฐานนี้



จะเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ที่จะทำให้กิเลสหมดหลุดเข้านิพพานได้ การนำตัวมาสู่ที่นี่เพื่อปฏิบัติธรรมจึงเป็นมหาอาณิสงส์ ท่านเป็นผู้ที่มีโชค มีโอกาสดี มีบุญเก่าสั่งสม ท่านต่างจากมหาวาจกอุบาสก หลังจากเกิดเป็นจระเข้แล้วตอนนี้ไปอยู่ที่ไหนไม่รู้

หลายปีมาแล้ว มีข้าราชการนั่งรถไปทำงานที่ต่างจังหวัด หน่วยงานนั้นไปกันหลายคนมีทั้งหัวหน้าและลูกน้อง ปรากฏว่าเกิดอุบัติเหตุรถชนกัน ตายไปหลายคน ในจำนวนที่ตายนั้น ผู้บรรยายรู้จักอยู่คนหนึ่ง มีจิตใจดีมากจึงไปรอจะแต่งงานศพให้เขา ศพกลับมาถึงที่ทำงานประมาณสี่ทุ่ม จึงได้บอกว่าเดี๋ยวจะแต่งงานศพให้ เขาบอกว่าเขาไปอยู่สวรรค์ชั้นยามา (สวรรค์ชั้นที่สาม) ไปเกิดเป็นเทวดา ผู้บรรยายงง เพราะคนที่จะไปอยู่สวรรค์ชั้นยามาได้มีเงื่อนไขว่าปัจจุบันต้องเข้าวัดฟังธรรม ไปนอนวัดในวันพระ พวกที่ชอบปฏิบัติธรรม พวกที่ศรัทธาในศาสนาใส่บาตรทำบุญ ฯลฯ ผู้ที่มาปฏิบัติอยู่ ณ ที่แห่งนี้ถ้าไม่เคลื่อนไปจากความดี อย่าไปทิ้งกรรมฐานที่เขาให้วันนี้ ถ้าสภาวะจิตไม่ขึ้นสูงกว่านี้ตายแล้วจะไปเกิดอยู่ในสวรรค์ชั้นยามา

พระกรรมฐานองค์หนึ่ง ท่านเข้าฌานแล้วไปพบนางฟ้าแต่งชุดสีเขียวอ่อนสวยงามมากอยู่ในสวรรค์ชั้นยามา นางฟ้ามากราบท่าน พระไม่รู้จักจึงถามว่าเธอเป็นใครจึงได้มากกราบเอาตมา นางฟ้าตอบว่า “ท่านจำดิฉันไม่ได้หรอกคะ ดิฉันเนนอยู่ที่วัดของท่าน” พระงง เพราะ

ที่วัดไม่เคยเห็นนางฟ้าสวยมาปรากฏกาย ไม่เคยมีใครสวยเท่ากับนางฟ้าองค์นี้ ในที่สุดนางฟ้าได้บอกว่า “สมัยที่ยังเป็นมนุษย์ ฉันเคยสร้างเจดีย์ไว้ที่วัดนี้ ชื่อของฉันก็ยังติดอยู่ที่เจดีย์นั้น” พระถึงบางอ้อ โอ้โฮ ต่างกับตอนที่ เป็นมนุษย์มาก ท่านทั้งหลายที่มาช่วยปฏิบัติธรรม อยู่ในที่นี้ขออนุโมทนาด้วย ทำแต่สิ่งดีแล้วจิตวิญญาณไม่ตกต่ำ คนที่ตายด้วยอุบัติเหตุ ไม่ได้ฝึกกรรมฐาน แค่เพียงรับกรรมฐานเท่านั้น ยังขึ้นถึงสวรรค์ชั้นยามา การได้พบเจอกัลยาณมิตรจึงคืออย่างนี้ ทำให้วิถีชีวิตของเราตายแล้วไม่ลงสู่อบายภูมิ นับตั้งแต่สัตว์เดรัจฉานลงไป เป็นเปรต อสุรกาย สัตว์นรก อย่างน้อยเกิดมาเป็นมนุษย์ก็ยังมี แต่นั่นเขาไปเกิดเป็นเทวดาอยู่ในสวรรค์ชั้นยามาเขาก็ปฏิบัติธรรมกัน

ครั้งหนึ่งได้ไปงานเผาศพของคุณยายทางภาคเหนือ ซึ่งไม่รู้จักกัน ก่อนที่ผู้บรรยายจะถวายผ้าบังสุกุล ถวายสังฆทาน ได้เอ่ยชื่อผู้ตายและพูดว่าอยู่ที่ไหนให้มาอนุโมทนาเมื่อพระมารับผ้าบังสุกุล “ฉันไปอยู่ยามา” ผู้บรรยายไม่รู้จักคนตาย ไปถามลูกหลาน ประพฤติแบบเดียวกัน คุณยายคนนี้ชอบเข้าวัดฟังธรรม นอนวัดวันพระ ตายแล้วขึ้นไปอยู่ในสวรรค์ชั้นยามา บางคนไปเกิดอยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ แม้จะสื่อกันไม่ได้เพราะเครื่องรับเครื่องส่งไม่สัมพันธ์กัน คนตายจึงได้ไปบอกคนอื่นมาบอกให้ได้ยินว่าอยู่ในดาวดึงส์ เพราะฉะนั้น การที่ท่านมีกัลยาณมิตรจึงเป็นผู้มีโชค การที่ท่านเกิดมาเป็นมนุษย์ในครั้งนี่จึงเป็นผู้มีโชคดี

ปัจจัยข้อที่หนึ่งที่จะทำให้การปฏิบัติกรรมฐานประสบผลสำเร็จคือต้องมีกัลยาณมิตร กัลยาณมิตรบอกให้ทำอะไรต้องทำตามให้ได้ ต้องทำตัวเองให้เหมือนเป็นแก้วน้ำที่ว่างเปล่า ความรู้ทั้งหมดที่เคยมีเททิ้งไปให้หมดก่อน ถ้าเป็นเครื่องคอมพิวเตอร์ ต้องเอาซอฟต์แวร์ตัวเดิมทิ้งแล้วเอาซอฟต์แวร์ตัวใหม่ใส่ กัลยาณมิตรชี้แนะให้แล้วต้องทำตามให้ได้โดยไม่สงสัย ครูบาอาจารย์บอกให้ทำอย่างไร ต้องทำเหมือนเป็นคนง่อกำทำได้ตามที่ท่านบอก เงื่อนไขอยู่ตรงนี้ ไม่ต้องไปคิดว่าทำแล้วอะไรจะเกิด เมื่อเราสร้างเหตุถูกต้อง ผลต้องเกิดตามมา หลักวิทยาศาสตร์ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ เช่นเดียวกัน ความโกรธของคน มิได้เกิดขึ้นลอยๆ คำว่า บังเอิญวันนี้ฉันโกรธ ไม่มีหรือบอกว่าบังเอิญ ต้องมีเหตุที่ชัดใจมันจึงโกรธ ด้วยเหตุนี้เมื่อมีเหตุไม่ชัดใจก็ไม่โกรธ ฉะนั้นกัลยาณมิตรบอกให้ทำอะไร ต้องทำตามให้ได้ แล้วผลดีเกิดแน่นอน

## ๑.๒ คีล

จิตจะนิ่งเป็นสมาธิได้ สิ่งที่จะขาดไม่ได้ คือ คีล ผู้บรรยายอนุโมทนาและดีใจที่พวกท่านได้สมาทานคีลแปด สมัยที่ผู้บรรยายบวชก็มีคีลแบบพระ พอลาสิกขาออกมาแล้วสมาทานเพียงคีลห้าข้อทำไม่จึงบอกว่าต้องมีคีลคумุจ คีลนี้เป็นเกราะเป็นเครื่องป้องกันให้จิตสงบ คนไม่มีคีลทำอย่างไรจิตไม่สงบ พระไม่มีคีล เณรไม่มีคีลปฏิบัติกรรมฐานไม่สำเร็จ คือเข้าไปไม่ถึงมรรคผลของธรรม

ไตรสิกขา ประกอบด้วย คีล สมาธิ ปัญญา พระพุทธเจ้าให้เอาคีลก่อน พอได้คีลแล้วสมาธิจึงเกิด สมาธิเป็นฐานของปัญญาสูงสุดต้องเป็นไปตามลำดับขั้นการปฏิบัติธรรมตามลำดับขั้นเรียกว่าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ธรรมใดที่ต้องงดเว้นก็ต้องงดเว้นไม่ปฏิบัติ ธรรมใดที่ให้ปฏิบัติต้องปฏิบัติ ธรรมใดที่ต้องทำให้ได้ก่อนต้องทำก่อน ธรรมใดให้ปฏิบัติทีหลังต้องปฏิบัติทีหลัง นั่นคือ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ในเรื่องของคีล สมาธิ ปัญญา ให้ปฏิบัติคีลให้ได้ก่อน คือให้มีคีลอยู่ในใจ ถ้าคีลมีอยู่ในใจได้แล้ว จิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ มีอยู่ครั้งหนึ่งผู้บรรยายได้ไปบรรยายธรรมให้ผู้มาปฏิบัติธรรมประมาณ ๑๐๐ คน มีทั้งนักเรียน เยาวชน ข้าราชการ มีทั้งอาจารย์ มีดอกเตอร์มานั่งอยู่ข้างหลังขณะกำลังบรรยายจิตของเขาไม่สงบ และได้บอกว่า คีลไม่มีทำอย่างไรจิตก็ไม่สงบ พอบรรยายเสร็จเขาลุกมาหาผู้บรรยายแล้วพูดว่า จริตรับอาจารย์ จิตไม่สงบเพราะคีลไม่มี เพราะฉะนั้นเรื่องคีลนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม

ผู้ที่สมาทานคีลแปด ต้องให้มีอยู่ในใจ ไม่ใช่รู้คีล รู้คีลช่วยไม่ได้ รู้คีลหมายถึงคีลที่มีอยู่ในตำรา ถ้ามีคีลอยู่ในใจได้แล้ว จิตไม่หวั่นไหว ผู้บรรยายได้พิสูจน์แล้วว่า เมื่อใดใจมีคีลจิตก็นิ่ง ปากคนพูดดีก็ได้พูดไม่ดีก็ได้ เขาพูดไม่ดี แสดงว่ามีสิ่งไม่ดีปรุงแต่งอยู่ในใจของเขา คนที่ชอบไปว่าคนอื่นเขามีอารมณ์ไม่ดีแล้วตอมนั้น คนขี้นบมีอารมณ์ดีไม่มีหรือ มีอารมณ์ขุ่นมัวแล้วถึงจะบ่น วันนี้ท่านทั้งหลาย

สามารถอ่านคนออก อ่านตัวเองออก ทั้งพระทั้งมารมีอยู่ในตัวเอง  
นี่แหละ เมื่อไรที่เรามีความสุขมีอารมณ์ดี จะคิดพูดทำอะไรก็เป็นพระ  
วันนี้มาฟังธรรมท่านเป็นพระ ถ้ามันแต่ไปคิดขุ่นมัว โกรธคนนั้น  
โกรธคนนี้ คนนั้นทำอะไรให้เราขัดใจ โกรธแล้วมารก็เข้ามาอยู่ในตัวเรา  
เพราะฉะนั้นเรื่องศีลนี้สำคัญ เพราะเป็นต้นเหตุให้ใจมีสติรู้ทันมาร

สี่เลนะ สุกติง ยันติ ไปสู่สุคติได้เพราะใจมีศีล สี่เลนะ โภาคะลัม  
ปะทา จะมีโภาคทรัพย์ได้ต้องใจมีศีล สมัยหนุ่มๆ เอาเงินไปซื้อเหล้า  
มาดื่ม ตอนนั้นไม่มีศีลเราก็เสียเงิน โภาคทรัพย์วิ่งหนีจากเราไป สี่เลนะ  
นิพพุตติง ยันติ จะไปนิพพานได้ต้องมีศีลเป็นพื้นฐาน เอาศีลคุมใจ  
อย่างเดียวไปนิพพานไม่ได้ เพราะมีศีลอย่างเดียวก่าจัดกิเลสไม่หมด  
มีบางสำนักเน้นหนักในเรื่องศีล จิตยังขุ่นมัว จิตยังยึดติดนั้น จิตยัง  
ยึดติดนี้ปฏิบัติธรรมได้ผลแล้วจิตต้องไม่ติดในสรรพสิ่ง พระพุทธเจ้า  
ท่านไม่ให้ติดในโลกธรรมและวัตถุ ไม่ให้ทุกข์ ไม่ให้หนัก ให้เบา ให้  
มีความสุข ให้ใจเป็นอิสระ ผู้ใดทำไม่เหมือนพระพุทธเจ้า มันก็เกิด  
ทุกข์ มีศีลเพียงอย่างเดียวช่วยไม่ได้ เพราะปัญญายังไม่่องแก่  
สู้กับกิเลสสู้กับมารไม่ได้ เพราะฉะนั้นศีลเป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่จะ  
ไปนิพพาน ต้องมีศีลอยู่ในใจแล้วปฏิบัติธรรมจิตมันถึงจะนิ่ง นั่น  
คือปัจจัยข้อที่สอง จงพยายามเถิด มโน มยา สำเร็จได้ด้วยใจ ผู้  
บรรยายทำได้สำเร็จด้วยใจมาแล้ว จึงมีศีลคุมใจอยู่ทุกขณะตื่น

### ๑.๓ สัจจะ

ปัจจัยที่ ๓ ที่ทำให้การปฏิบัติธรรมประสบผลสำเร็จ คือ สัจจะ  
ตั้งใจไว้ว่ามาปฏิบัติธรรมสองวันนี้จะปฏิบัติเต็มที่ ตั้งใจ คือ อธิษฐาน  
กำหนดไว้ตั้งไว้ในบารมี ๑๐ มีอธิษฐานบารมี ต้องอธิษฐานว่าสอง  
วันนี้ทำเต็มที่ได้แค่ไหนเอาแค่นั้น ต้องรักษาสัจจะไว้ให้ดี แล้วการ  
ปฏิบัติธรรมจะได้ผลก้าวหน้า เรื่องสัจจะนี้สำคัญ การจะตรัสรู้เป็น  
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ต้องสั่งสมสัจจะบารมี อริยะบุคคลทั้งหลาย  
ต้องมีสัจจะบารมีจึงจะเข้าถึงความเป็นอริยะบุคคลได้ ฉะนั้นนอกจาก  
มีศีลแล้วยังต้องมีสัจจะ ในสมัยที่ผู้บรรยายไปปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัด  
มหาธาตุฯ ได้ตั้งจิตอธิษฐานไว้ว่า จะทำเต็มที่ ๓๐ วัน ได้แค่ไหน  
เอาแค่นั้น แล้วรักษาสัจจะ จึงได้เกิดมรรคเกิดผลรวดเร็ว นอนวันละ  
ประมาณ ๔ ชั่วโมง นอกนั้นปฏิบัติตลอด ถึงเวลาปฏิบัติธรรม แม้  
จะว่างก็ต้องลุกขึ้น เพราะมีสัจจะ

เดี๋ยวยังต้องรักษาสัจจะ บางเวลาที่ต้นไม้เขียวไม่ได้กินน้ำ  
คิดว่าจะต้องรดน้ำต้นไม้ ๑๐ กระบอง พอตกไปกระบองที่ ๖ ที่ ๗  
เริ่มเหนียวเริ่มล้าเริ่มไม่อยากทำแล้วแต่ด้วยสัจจะจึงต้องรดน้ำให้ครบ  
๑๐ กระบอง ๙ กระบอง ก็ไม่ได้ ๑๑ กระบอง ก็ไม่เอานี่คือสัจจะ

เวลาที่ขับรถไปติดไฟแดงหรือที่ห้ามจอด รักษาสัจจะว่าเรา  
จะเป็นคนดี ที่ห้ามจอดรถเราจะไม่จอดในที่ที่ละเมิดวินัย กลางคืน  
ขับรถไปบนถนนที่ไม่มีรถเมื่อถึงสัญญาณไฟแดง ต้องหยุด เพราะ

จะวัดใจตนเองดู ว่าใจของเรามันชนะเรื่องเล็กๆ เช่นนี้ได้หรือไม่ ถึงไฟแดงเราหยุด คนอื่นขับรถแข่งไป เขาจะว่าเราโง่ก็ช่าง เราก็จะหยุด เพราะเรามีสัจจะทำได้แบบนี้ เห็นเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่จริงแล้ว มีผลมาก มีศีลแล้วต้องมีสัจจะ มีสัจจะบารมีได้แล้วจะมีธรรม สัจจะอุปบารมีคือบารมีของสัจจะชั้นกลาง และสัจจะปรมาตถบารมีเป็น บารมีขั้นสูงสุดคือเอาชีวิตเข้าแลก ยอมตายเพื่อไม่ให้เสียสัจจะ คุณะ มันสู้ใจของเราไม่ได้ มโน มยา สำเร็จด้วยใจ แพ้กันที่ใจ มารทั้งหลาย แพ้ใจของผู้มีสัจจะ ตอนที่พระพุทธรูปเจ้าจะตรัสรู้ มารมาราวีก็แพ้ที่ใจ นั้นเอง เพราะพระโพธิสัตว์สั่งสมบารมีมายาวนาน การปฏิบัติธรรม ของท่านเดี๋ยวก็รู้ หนึ่งๆ ปวดๆ เดี่ยวคอยดูนะ กิเลสมารมาแล้ว ทุกขเวทนาเกิดขึ้นแล้ว ต้องไม่ยอมแพ้ต่อกิเลสมาร อริชฌานแล้ว ต้องรักษาสัจจะไว้ให้ได้

#### ๑.๔ วิริยะ

วิริยะ คือ ความเพียร ความเพียรนี้สำคัญ สำเร็จเป็นพระ พุทธเจ้าได้ ต้องมีความเพียร สำเร็จเป็นพระอรหันต์ได้ ต้องมี ความเพียร เปลี่ยนจากปุถุชนเป็นอริยบุคคลได้ ต้องสั่งสมวิริยะบารมี ความเพียรนำไปสู่ความสำเร็จ พระเจ้าอยู่หัวฯท่านพระราชนิพนธ์ เรื่องพระมหาชนก เป็นวิริยะบารมี พวกลูกเรือตายหมด ทำไมพระ มหาชนกไม่ตายมีชีวิตอยู่รอดได้ ผู้บรรยายเป็นนักวิทยาศาสตร์ต้อง ถามว่าทำไม อย่างไร ถามอยู่เสมอ ไปพิสูจน์ดู เรื่องเป็นอย่างนั้นจริง

ความพยายามคือการสร้างวิริยะบารมี การสร้างและสั่งสมความดี เป็นคุณธรรมของมนุษย์ การรักษามนุษย์ผู้ทำความดีเป็นคุณธรรม ของสวรรค์ ของเทวดา หากเทวดาไม่ทำหน้าที่เขามีความผิด

ปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี่ ต้องไม่ท้อถอยในความเพียร เพราะเป็น วิริยะบารมี เดี่ยวเทวดาช่วยเรา เทวดารักษาเรา ผู้บรรยายประสบเหตุ ประเภทนี้มามาก แต่ด้วยปัญญาจึงผ่านวิกฤตต่างๆ เหล่านั้นได้ จึง ทำให้ศรัทธาเพิ่มขึ้น มีจริงเป็นจริงพิสูจน์ได้จริง ไม่ต้องรอให้ถึงตายชาติปัจจุบันนี้ก็พิสูจน์ได้ นี่คือนิเวศ ทุกคนนั่งนานไปจะเมื่อย เหน็บกินบ้าง ปวดเข่า ปวดตาคุ่มบ้าง เป็นเหมือนกันเกือบทุกคน พยายามไปเรื่อยๆ ใช้ความอดทน เป็นการสร้างขันติบารมี มาวันนี้ เป็นโอกาสได้สั่งสมบารมี สร้างแล้วมันสั่งสมอยู่ในจิต ฟังผู้บรรยาย พุทธธรรมยังได้ปัญญาบารมีอีกด้วย เรื่องวิริยะบารมีบอกทางให้ทำ ต้องเพียรพยายามทำให้ได้

ขันติคือความอดทน จะปวด จะเมื่อย ต้องอดทน ขันติบารมี จึงจะเกิดขึ้นได้ ความเพียรที่ดี ที่ท่านเจ้าคุณโชดกบอกมี ๔ อย่าง

๑. เพียรไม่ทำบาปที่ยังไม่มีในใจของเรา อย่าให้มันเกิดขึ้น
๒. เพียรละบาปที่มีอยู่แล้วให้หมดไป
๓. ความดีใดๆ ที่ยังไม่เกิด เพียรสร้างให้มันเกิดขึ้น
๔. เพียรรักษาความดีที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่ตลอดไป

นี่แหละเป็นความเพียรที่ดีที่สุด เมื่อสั่งสมแล้วเพียรรักษา  
ความดีไว้ให้คงอยู่ เหมือนกับไปทำงานได้เงินมา ถ้าไม่รักษาไว้จะ  
หมดไป พอหมดแล้วเงินช่วยไม่ได้ อุตตาหิ อุตโน นาโถ ตนเป็นที่  
พึ่งแห่งตน จะพึ่งตัวเองได้ ต้องพึ่งความดีพึ่งบุญพึ่งบารมีที่มีเก็บ  
สั่งสมอยู่ในจิต แต่ถ้าความดีของเราไม่เพียรรักษาไว้มันหมดไป  
จะไม่มี ความดีช่วย หลายคนเข้าไปอยู่ในคุกในตาราง ทำงานจนมี  
ตำแหน่งใหญ่โต จนมีหน้ามีตาแต่ไม่เพียรรักษาความดีไว้ จึงนำตัวเอง  
เข้าไปอยู่ในคุกในตาราง เพราะความดีหมดไป แต่ถ้าเราพยายาม  
รักษาความดีให้คงอยู่จะไม่เป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นความเพียรที่ดีคือ เพียร ๔ อย่าง เป็นความเพียร  
ที่ดีที่สุด เน้นย้ำว่าบาปใดหรือสิ่งชั่วหมองใจ อย่าให้มันเกิดขึ้นอีก  
สิ่งชั่วหมองที่มีอยู่แล้วในจิตใจ ต้องทำให้หมดไป เช่น ความโกรธ  
เป็นสิ่งที่ไม่ดี ต้องพยายามทำให้มันหมดไป ความดีใดๆ ที่ยังไม่เคย  
เกิด ต้องทำให้มันเกิดขึ้น ใครที่มาปฏิบัติธรรมเป็นครั้งแรก ต้อง  
พยายามรักษาความเพียรตัวนี้ไว้ ว่าการปฏิบัติธรรมเป็นความดีเรา  
ไม่เคยทำมาก่อนต้องทำให้ได้ สองวันที่มาปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี้ไม่ใช่  
พฤติกรรมติดลบ เป็นพฤติกรรมทางบวกเป็นบุญเป็นบารมี ใคร  
ที่มาครั้งที่สองที่สามแล้วก็ทำให้มีมากยิ่งขึ้น และต้องรักษาให้มัน  
คงอยู่ เมื่อออกจากที่นี้ไปอยู่บ้าน ให้รักษาพฤติกรรมเช่นนี้ไว้  
อย่าให้หมดไป มาที่นี้ได้ยินแต่สิ่งดีงาม สิ่งที่เข้าทางตา หู จมูก ลิ้น  
กาย ใจ เป็นเรื่องดีเรื่องงามทั้งนั้น พอไปถึงบ้านไม่ได้ยินไม่ได้ฟัง

สิ่งดีงามอย่างนี้ บางที่ได้ยินคนที่บ้านพูดปน พูดไม่ดีเข้าหู เราจะ  
สั่งสมสิ่งไม่ดีไว้ไหม ทำอย่างไรจะให้คำพูดปนตกอยู่ที่ประตูหูไม่ให้  
มันเข้ามาไปถึงใจ มีวิธีแก้ปัญหานี้คือต้องเจริญสติให้มีกำลังมาก  
อาจารย์หรือกัลยาณมิตรจะบอกวิธีการสร้างสติให้ว่า ทำอย่างไร  
พองหนอ ยุบหนอ หรือพุทโธ นั่นแหละ คือวิธีการสร้างสติ การ  
ระลึกได้ นึกได้ไม่ลืมในอิริยาบถที่เป็นปัจจุบัน นั่นคือสติ

### ๑.๕ ความมักน้อย

คนมักมากปฏิบัติธรรมไม่สำเร็จ ธรรมะมีไว้เพื่อคนมักน้อย  
ได้เข้าถึง เจ้าชายสิทธัตถะมีปราสาทสามฤดูอยู่อาศัย ยังทิ้งหมด  
มีนางสนมจำนวนเท่าไร ทั้งหมด มีอาหารบริโภครูปอย่างดีทั้งหมด จาก  
พฤติกรรมมักมากเปลี่ยนมาเป็นพฤติกรรมมักน้อย

เจ้าชายสิทธัตถะออกบวชจริงไหมหรือเป็นเพียงตำนานนิทาน  
มาบอกเล่าหลอกกัน เรื่องนี้เป็นของจริงผู้บรรยายได้ไปดูมาแล้ว  
ประตู่วังที่ท่อกับม้ากัณฐกะออกบวชยังมีปรากฏเป็นหลักฐานอยู่จริง  
เจ้าชายสิทธัตถะพูดกับม้าอย่างไร แม้เป็นเดรัจฉานก็ฟังภาษามนุษย์  
รู้เรื่อง แต่ม้าพูดภาษามนุษย์ไม่ได้เท่านั้นเอง หมาฟังมนุษย์พูดรู้เรื่อง  
แมวก็นึก ไก่ก็รู้ แต่พูดไม่ได้ พระมหาโมคคัลลานะได้พบกับกัณฐกะ  
เทพบุตร ท่านจำไม่ได้ เห็นแต่ว่าเทพบุตรองค์นี้สง่างามทรงราชรถ  
เปรียบได้กับพระจันทร์วันเพ็ญในท่ามกลางหมู่ดาว ตอนนั้นท่าน  
เทพบุตรลงมาราบพระมหาโมคคัลลานะ พระมหาโมคคัลลานะ

เล่าให้พระอานนท์ฟังในส่วนที่เป็น ๒,๐๐๐ พระธรรมขันธ์เป็นคำบอกเล่าจากสาวกของพระพุทธเจ้า พระอานนท์เป็นผู้ที่มีความยอดเยี่ยม (เอตทัคคะ) ในด้านการจำ เพราะทำสังขมายาวนาน ท่านทั้งหลายที่ฝึกปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี่ ความจำมั่นเพิ่มขึ้น จิตหนึ่งมีความจำ เทพบุตรกัณฐกะบอกพระมหาโมคคัลลานะว่า ท่านจำข้าพเจ้าไม่ได้หรือ อดีตของข้าพเจ้าคือม้ากัณฐกะ ตายจากมาแล้วมาเกิดเป็นเทพบุตรอยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์

เจ้าชายสิทธัตถะได้พูดกับม้าในคืนที่ออกบวชว่าอย่างไร พระมหาโมคคัลลานะได้เล่าให้พระอานนท์ฟัง ท่านก็จำไว้แล้วถ่ายทอดให้คนรุ่นหลังได้มีโอกาสรู้ ท่านสามารถพิสูจน์ความจริงเหล่านี้ได้ในพระไตรปิฎก เมื่อเกิดปัญญาญาณแล้วเอาปัญญาตัวนั้น ไปใช้ตามเห็นย่อนอดีตได้ นำสงสารคนเมืองกบิลพัสดุ์ขณะนี้ เป็นปุโสมนเฝ้าแผ่นดินอยู่จำนวนมาก ประตุมืองกบิลพัสดุ์มีจริง อีฐที่ใช้สร้างเมืองกบิลพัสดุ์ก้อนใหญ่มากและแกร่งมาก อีฐที่ทำในบ้านเราไม่แกร่งเท่าประตูที่เจ้าชายเสด็จออกบวชไม่ได้กว้างมากและมีอยู่จริง

ธรรมะนี้เพื่อคนมักน้อย ธรรมะนี้ไม่ใช่เพื่อคนมักมาก กินมาก นอนมาก พูดมาก อ่านมาก ปฏิบัติธรรมยากปฏิบัติธรรมไม่สำเร็จ เพราะจิตไม่นิ่ง พัฒนาจิตให้เข้าถึงปัญญาตัวที่สาม ต้องมักน้อย กินน้อย นอนน้อย พูดน้อย แต่ปฏิบัติให้มาก

สมัยที่ผู้บรรยายไปปฏิบัติธรรม ฉันอาหารประมาณสิบช้อน เลิกฉันแล้ว นำหนักลดไปทำกิโลกัณฐกายในเดือนเดียว อาหารจะรสชาติพิเศษอย่างไรก็ฉันเพียงสิบช้อนพอแล้ว เจ้าคุณโชดกรู้หมดว่า คำไหนอร่อย “คุณ อร่อยหนอ” สอนกันแบบนั้นเลย ขนาดเราไม่ได้พูดว่ารสชาติอร่อย ท่านยังรู้ ต้องกำหนด “อร่อยหนอ ๆๆๆ” ขณะกำลังฉันข้าว สอนทุกอิริยาบถ ยืนเดินนั่งนอน การทำงานก็เป็นการฝึกกรรมฐาน การบรรยายก็เป็นการฝึกกรรมฐาน เพราะสติระลึกได้ถึงการพูด ดังนั้นการปฏิบัติธรรมจะสำเร็จได้ต้องมักน้อยในเรื่องต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น

ผู้บรรยายมีนักเรียนจากมหาวิทยาลัยวิสคอนซิน (Wisconsin) มาขอให้เป็นที่ปรึกษางานวิจัย เรียนสามปีที่อเมริกาและปีสุดท้ายเขามาเรียนวิชาต่อที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เขาได้คิดว่าคนอเมริกันชอบติดรสชาติอาหารกินมากจึงอ้วน และเป็นโรคหัวใจอันดับหนึ่ง เด็กนักศึกษาคนนี้เกิดมีสัมมาทิวียากฝึกสมาธิ เพราะได้ไปอ่านพบในวารสารว่าถ้าจิตหนึ่งเป็นสมาธิแล้ว ความอยากกินอาหารจะลดน้อยลง นี่เป็นสัมมาทิวี เมื่อจิตหนึ่งทุกอย่างจะดำเนินไปสู่มักน้อย เด็กนักศึกษาคนนี้จึงเขียนเสนอเค้าโครงเรื่องการทำวิทยานิพนธ์ เรื่องการทำสมาธิ (Meditation) มายืนให้อ่าน ผู้บรรยายอ่านแล้วจึงบอกว่าไม่สำเร็จหรอก จะเข้าถึงความจริงสมาธิได้ต้องไปฝึกภาคปฏิบัติ วิชาที่ครูบาอาจารย์จะให้ ต้องปฏิบัติทั้งสมถะและวิปัสณากรรมฐาน ต้องไปทำด้วยตัวเองจึงจะเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ได้ถาม

เด็กนักศึกษาว่ามีเวลาเดือนหนึ่งใหม่ เก็บเค้าโครงเรื่องการทำวิจัยไว้ก่อน แล้วไปฝึกกรรมฐานหนึ่งเดือน พอครบแล้วค่อยมาเขียนต่อ นักศึกษาเห็นด้วยผู้บรรยายจึงไปติดต่อก้าวัดให้ฝึกเด็กฝรั่งไม่เหมือนเด็กไทย ทำอะไรทำจริง มีหลักมีเกณฑ์ในที่สุดเมื่อเขาไปฝึกปฏิบัติแล้วจึงได้ปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้น วันที่ออกจากวัดได้มานั่งคุยกันถึงธรรมชาติและหน้าที่ของจิตมนุษย์ มาคุยกันถึงสภาพของจิตก่อนฝึกกรรมฐานและขณะมีกิเลสเข้าครอบงำจิต ทำไมเป็นอย่างนั้น และทำอะไรถึงจะหลุดจากกิเลสต่างๆได้ พุทธคุณซักถามนานชั่วโมงหนึ่งจนนักศึกษาเข้าใจถ่องแท้ในเรื่องของจิต จึงให้ไปเขียนประสบการณ์เรื่องจิตเพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ได้ พอคุยรู้เรื่องแล้ว นักศึกษาบอกว่า คำว่าสมาธิ (Meditation) ในพจนานุกรมภาษาอังกฤษนั้นเขียนไม่ถูกจริงๆ มีความหมายที่ละเอียดลึกซึ้งกว่านั้น นั่นคือปัญญาเห็นแจ้ง นักศึกษาได้เขียนรายงานเสนอมาเป็นตอนๆ ส่งตรวจแก้ไข ผลงานชิ้นนี้ได้คะแนนเกรดเอ (คะแนนดีเยี่ยม)

พอจบจึงจากเมืองไทยมหาวิทยาลัย Wisconsin ให้ปริญญาตรีเกียรตินิยม นักศึกษาเจียบหายไปนานสี่เดือน จึงได้เขียนจดหมายมาว่า ตอนนี้กำลังสมัครเรียนปริญญาเอกอยู่หลายมหาวิทยาลัย ต้องการให้ผู้บรรยายเขียนจดหมายนำเพื่อเอาไปสมัครเรียนต่อ จึงได้เขียนจดหมายแนะนำว่า ข้าพเจ้าเชื่อว่าผู้สมัครสามารถเรียนต่อในระดับสูงได้สำเร็จแน่นอน (Strongly recommend) เด็กนักศึกษาคนนี้เกิดปัญญา (Wisdom) ขึ้นกับตัวเองได้ แล้วจะเรียนอะไรก็

สำเร็จได้ ขณะนี้เป็นนักศึกษายูนิเวอร์ซิตีในมหาวิทยาลัยวอชิงตัน เมื่อได้ปัญญาเห็นแจ้งแล้วจะทำอะไรก็สำเร็จ มองอะไรก็มองออก เรียนก็เก่ง เพราะฉะนั้นเรื่องความมักน้อยนั้นสำคัญ และต้องมีความเพียรประกอบการพัฒนาจิตนั้นด้วย

## ๑.๖ เอาชีวิตเข้าแลกธรรม

ธรรมะของพระพุทธองค์จะได้มา ต้องเอาชีวิตเข้าแลก ตอนที่ไปฝึกกรรมฐานอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ ท่านเจ้าคุณโชดกบอกว่า “จะเข้าถึงธรรมของพระพุทธเจ้าได้ต้องเอาชีวิตเข้าแลก” ผู้บรรยายอยากพิสูจน์ความจริงในเรื่องนี้ จึงนำตัวเองเข้าไปฝึกกรรมฐานอยู่ในวิหารร้างของวัดมหาธาตุฯ คืนแรกเจอของจริง เทวบุตรตมมารมาทดสอบกำลังใจโดยเนรมิตสิ่งที่น่ากลัวให้เห็น ยอมรับว่ากลัวที่สุดในชีวิตแต่ด้วยเชื่อในคำพูดของครูบาอาจารย์จึงผ่านวิกฤต ถ้าเรามีศีลครบ มีสติดี ผ่านอุปสรรคได้ ศีลจึงเป็นเกราะกำบังใจ สติทำให้ระลึกได้

ที่เข้าอุปบาสสมาธิได้ เพราะนั่งแล้วปวดที่แข้งขา ประมาณวันที่เก้านี้แล้วปวด เมื่อสองสามวันที่ผ่านมาไม่ปวดเร็ว วันนี้ทำไมปวดเร็ว เหน็บชาเกิดขึ้นเร็ว จึงเปลี่ยนนั่งภาวนาไปเป็นเดินจงกรม เมื่อเปลี่ยนกลับมานั่งภาวนาก็ปวดอีก มานึกว่าคนนั่งกรรมฐานแล้วตายไม่มี และครูบาอาจารย์ก็บอกว่าต้องเอาชีวิตเข้าแลก จึงตัดสินใจว่าวันนี้เอาเลย จะไม่ขยับเขยื้อนหรือเปลี่ยนอิริยาบถจะบริการรรม พองหนอ ยุบหนอ ยอมตายไม่ยอมขยับเขยื้อน และ



รักษาสัจจะไว้ให้ได้ ปรากฏว่าพอเข้าวิกฤตเหวี่ยงออกมาเบียดข่ม  
จิ๋วเหมือนเอาไปซุบน้ำ ลูกับความเจ็บปวดที่หัวเข่าที่แข็งขา พอใกล้  
วิกฤต มีความรู้สึกเหมือนกระดูกสลายมากองอยู่กับพื้น รักษาัจจะ  
เอาชีวิตเข้าแลก พอผ่านวิกฤตด้านสุดท้ายไปได้ จิตเข้าอับปรณา  
สมาธิไม่รับรู้อะไรทั้งสิ้น เวทนาความปวดไม่มีอีก เปลี่ยนเป็นความ  
สุขดีกว่านิพพาน สัญญาไม่มีไม่ได้ยิน ไม่รู้สึก เป็นสุขที่ละเอียด  
ประณีต สองพุ่มอาจารย์มาสอบอารมณ์กรรมฐาน จึงได้รายงานว่า  
วันนี้ผมเข้านิพพาน อาจารย์บอกว่าไม่ใช่และได้บอกวิธีแก้ไขให้  
พอจิตกลับมาสู่ภาวะปกติ ได้เกิดปัญญาเห็นแจ้งว่า ความเจ็บปวด  
ทั้งหลายไม่ได้เกิดขึ้นที่ร่างกาย แต่อยู่ที่ใจของเราไปรับสิ่งกระทบที่  
ไม่ดีมาปรุงแต่ง เป็นอารมณ์ปวด ปัญญาเห็นแจ้งเห็นอย่างนี้ จากนั้น  
ได้วิเคราะห์ตามหลักวิทยาศาสตร์ สมมติว่าขณะปวดศีรษะและได้  
เห็นอุบัติเหตุรถชนกันข้างนอก จิตของเราจะรับสิ่งกระทบข้างนอก  
มาปรุงเป็นอารมณ์แล้วความปวดจะหายไป นี่แหละของจริง นี่คือ  
ความรู้เกี่ยวกับการทำหน้าที่ของจิต ไปรับสิ่งกระทบที่ไม่ดีมาปรุง  
เป็นอารมณ์ ผู้ใดเอาเอาชีวิตเข้าแลกธรรมถึงจะได้สัจธรรมตัวนี้ขึ้นมา

### ๑.๗ เจริญสมถกรรมฐานให้เป็นฐานของวิปัสสนา

การเจริญสมถกรรมฐานเป็นวิธีทำให้จิตนิ่ง แล้วจึงจะเจริญ  
วิปัสสนากรรมฐานต่อ จะทำให้จิตเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ปรชญาจัน  
กล่าวว่า “เมื่อใดจิตสงบนิ่งเป็นสมาธิ แก่นแท้ของความรู้จะเกิดขึ้น”

ความรู้ที่ละเอียดลึกซึ้งซึ่งจะเกิดได้มีเงื่อนไขจิตต้องนิ่ง ผู้บรรยายได้  
บอกถึงปัจจัยต่างๆ ลูกับความมีจิตนิ่ง ต้องปฏิบัติจนผ่านด่านเหล่านั้น  
ให้ได้ก่อน แล้วจึงจะมายืนทำหน้าที่อย่างผู้บรรยายได้

เมื่อใดที่จิตนิ่งได้แล้ว จึงมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่อ  
ทำตามครูบาอาจารย์ชี้แนะบอกให้ทำอะไรเราต้องทำให้ได้ ในขณะที่  
จิตนิ่งเป็นสมาธิระดับกลางหรืออุچارสมาธิ อะไรที่เข้ามาให้เกิด  
เป็นสัมผัสในดวงจิต ต้องกำหนดว่าหรือใช้จิตตามดูจนเห็นว่าสิ่ง  
กระทบเกิดขึ้นแปรเปลี่ยนแล้วดับไป (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) เป็น  
ไปตามกฎธรรมชาติ (กฎไตรลักษณ์) พิจารณาส่งกระทบที่ทำให้เกิด  
อารมณ์ปรุงแต่งพอขึ้นถึงจุดสูงสุดแล้วจะค่อยๆ อ่อนลงแล้วดับไป  
เมื่อดับแล้วยังเกิดขึ้นอีก พอเกิดอีกเราก็พิจารณาแบบเดิมอีก จะเห็น  
การเกิดแล้วดับ รอบแล้วรอบเล่า ต้องพิจารณาถี่ไม่ถอย ในที่สุด  
จะเห็นว่าผัสสะนี้มันเกิดแล้วดับ นี่คือการเห็นแจ้ง ว่าอะไรที่เกิดขึ้น  
มันต้องดับ ผัสสะที่สองเข้ามาอีกเราก็พิจารณาแบบนี้ถี่ แต่พอมีสติ  
ตั้งมั่นดี ผัสสะจะดับเร็วนี้คือกฎธรรมชาติ เมื่อผัสสะดับแล้วปัญญา  
เห็นแจ้งในเรื่องนั้นก็เกิดขึ้น และถูกเก็บสั่งสมอยู่ในดวงจิต ปัญญา  
เห็นแจ้งจะถูกสั่งสมเรื่อยๆ นี่คือนิพพานบารมี พอนำจิตกลับมาสู่  
สภาวะปกติ สติมีกำลังกล้าแข็งดีแล้วแค่ขณิกสมาธิ มันก็พิจารณา  
ให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์ได้ สติจึงเป็นยามอย่างดีมีสติแล้วไม่หลับ  
สิ่งกระทบที่ซัดใจจะเข้าไม่ถึงใจของผู้มีกำลังสติกล้าแข็ง มันกระทบ



ที่ลูกตา ที่หูแล้วมีสติรับทัน ปัญญาเห็นแจ้งสามารถดับสิ่งเหล่านี้ได้  
แท้จริงแล้วได้วิชาตัวนี้ตอนอยู่ที่ประเทศอังกฤษได้ทำจิตนิ่งอยู่นาน  
ถึงสี่ปี ลืมตาดูต้นไม้ได้เห็นวงจรของการเปลี่ยนแปลงของต้นไม้ ใบไม้  
ดูสวยในฤดูใบไม้ผลิในที่สุดใบไม้เปลี่ยนสีเป็นสีเขียวเข้มแล้วเปลี่ยน  
เป็นสีน้ำตาล ร่วงหล่นจากต้นไม้แล้วถูกย่อยสลาย สารที่ถูกย่อยสลาย  
แล้วถูกดูดเข้าสู่รากถูกส่งต่อไปสู่ก้านใบแตกหน่อใหม่ใบใหม่ ทำให้  
เจริญเติบโตขึ้นใหม่อีก เห็นวัฏจักรนี้อยู่สามรอบ ด้วยการลืมตา ดูเห็น  
การเกิดดับถึงสามรอบจิตที่นิ่งมันจะเห็นอย่างนั้น

สิ่งที่เข้ากระทบใจมีสองอย่าง ดีกับไม่ดี เสียงคนพูดมีทั้งดี  
และไม่ดี ผีก็จิตจนมีสติ และมีปัญญาเริ่มเห็นการเกิดการดับ เสียง  
ที่กระทบดี เป็นเพราะคนนั้นอารมณ์ของเขาดีจึงพูดดี เสียงที่พูดดี  
เข้าไม่ถึงใจก็จะนิ่ง อีกคนหนึ่งมีอารมณ์ในใจไม่ดี จึงพูดไม่ดี เสียง  
พูดที่ไม่ดีเมื่อเข้าถึงอนัตตา ความรู้แจ้งในเสียงก็เกิดขึ้นและถูกเก็บ  
สังขมอยู่ในดวงจิต ทุกการกระทบมีแต่ปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้นและ  
จิตเข้าสู่ความเป็นอนุเบกขา จิตวางเฉย ไม่ฟูไม่แฟบ จิตนิ่ง ไม่ดีใจ  
ไม่เสียใจไม่รู้สึกอะไรทั้งนั้น เพียงแต่รู้ทันและวางเฉย

เช่นเดียวกันคนนั้นที่เรา เราก็ฟังและวิเคราะห์ ว่าเราเป็น  
อย่างไรที่เขาว่าจริงไหม ถ้าจริงต้องแก้ไข ถ้าเราไม่ได้เป็นอย่างที่เขาว่า  
ก็แปลว่าเขาดูผิด น่าสงสารเขา เพราะปัญญาที่เรียนมาสูงขนาดดอกเตอร์  
ยังแก้ไขไม่ได้ คนบางคนเป็นถึงศาสตราจารย์ (Professor) ยังเห็นผิด

จากความจริงยังน่าสงสาร สิ่งกระทบที่ดีหรือไม่ดีเราก็ได้ปัญญา  
เห็นแจ้งเกิดขึ้น พอสติปัญญาดีของดีจะถูกเก็บสังขมในจิตตลอด  
เวลา ตักตวงบุญบารมีอยู่ตลอดเวลา บาปไม่ทำก็จะมีหลวงพ่อดีอยู่  
กับตัวตลอดเวลาเช่นกัน

ปัญญาเห็นแจ้งเห็นว่า เมื่อใดบุคคลทำจิตเป็นอกุศล ของไม่ดี  
จะเกิดขึ้นและถูกเก็บสังขมอยู่ในจิต จึงต้องทำจิตให้เป็นกุศล ด้วย  
การมีสติ เวลาจะมองอะไรต้องมองอย่างมีสติ เวลาจะพูดต้องมีสติ  
เวลาจะทำต้องมีสติ ผีก็ใหม่ๆ กำลังของสติยังไม่กล้าแข็งอาจจะ  
พลาดได้ ผีก็ไปเรื่อยๆ การขาดสติจะลดน้อยลง ผู้ใดมีสติ บุญบารมี  
สังขมตลอด บุญบารมีเป็นตัวทำให้เบาสบายเป็นอิสระ

ธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ได้เพื่อความอยากใหญ่ เป็น  
ตัวของตัวเองดีที่สุด ธรรมะของพระพุทธเจ้าปฏิบัติได้แล้วไม่เป็น  
ไปเพื่อการติดหมูติดพวกไม่เข้าหมู่เข้าพวก แต่แยกตัวเป็นอิสระ  
เพราะการเข้าหมู่เข้าพวกมีแต่กิเลสเข้าสังขมในจิต ฉะนั้นจึงแยกตัว  
เป็นอิสระจะเข้าหมู่รวมพวกต่อเมื่อคิดทำสิ่งเป็นประโยชน์ให้กับสังคม  
นี่คือธรรมะของพระพุทธเจ้า เมื่อมีปัญญากล้าแข็งก็นำปัญญามา  
วิเคราะห์ธรรมะของพระพุทธเจ้า ปฏิบัติได้แล้วเพื่อความเป็นอิสระ  
แล้วจะมีชีวิตอยู่กับอะไรอยู่กับสังคม แต่มันไม่ติดสังคม ไม่ติดโลก  
ธรรมไม่ติดวัตถุสิ่งต่างๆ จากเราไปหรือเราจากไปก่อน ก็สุดแท้แต่  
บางอย่างมันจากเราไปก่อน เช่น วันนี้เรามีเงินจำนวนเท่านี้ จ่ายเป็น

ค่าเทีกชี มันก็จากเราไปแล้ว ซึ่งเป็นธรรมดา ของจริงเป็นอย่างนั้น บางคนตายจากทรัพย์สมบัติของตัวเองไปก่อนก็มี จะเห็นสังขารม อยู่ตลอดเวลา เมื่อใดฝึกจิตจนได้ขนาดนี้ ชีวิตนี้ไม่เสียดชาติเกิด เกิดมาเป็นมนุษย์หนนี้ มีแต่บุญบารมีสั่งสม เกิดมาเพื่อทำประโยชน์ ให้กับสังคม

### ๑.๘ ศรัทธา

ผู้ใดประสงค์ความก้าวหน้าในธรรมของพระพุทธะต้องมีศรัทธา เชื่อฟังและปฏิบัติตามครูอาจารย์โดยไม่เคลือบแคลงสงสัย

### ๑.๙ อุทิศแผ่บุญกุศลให้แก่เจ้ากรรมนายเวร

การอุทิศบุญกุศลให้แก่เจ้ากรรมนายเวร จะทำให้อุปสรรคต่างๆ ที่เป็นตัวจุดรั้ง ขัดขวางก็จะลดน้อยลง มรรคผลของการ เข้าถึงธรรมจะก้าวหน้า นี่คือนโยบายปฏิบัติที่จะทำตัวเองให้ผ่านพ้น จากอุปสรรคและปัญหา จึงควรอุทิศบุญกุศลที่ตนมีให้กับเจ้ากรรม นายเวร อุทิศทุกครั้งหลังจากเลิกปฏิบัติธรรมในแต่ละวัน

## ๒. สร้างบารมีให้เสมือนเป็นต้นไม้ใหญ่

ผู้ใดมีบุญบารมีสั่งสมอยู่มาก คิดแต่จะตอบแทนคุณของ พระพุทธะของพระธรรม จะอยู่เฉยไม่ได้ คิดแต่จะเอาของดีคือ ธรรมะไปให้คนอื่น คนที่มีบุญบารมีน้อยอย่างปุถุชน จะให้ทั้งของดี และของไม่ดีแก่ผู้อื่น ปุถุชนเวลาเห็นรถชนกัน เมื่อกลับไปถึงบ้าน

จะไปบอกเล่าสิ่งไม่ดีให้ผู้อื่นฟัง ให้คนที่บ้านรับรู้แต่สิ่งไม่ดีเป็นการ เอาบาปไปถ่ายทอดให้คนอื่น ปุถุชนเขาทำกันอย่างนั้น ตรงกันข้าม คนที่มีปัญญาไม่เอาสิ่งไม่ดีเข้าบ้าน คือ ไม่เอาไฟเข้าบ้าน ไม่เอาขยะ เข้าบ้าน ไม่เอาบาปเข้าบ้าน เมื่อได้ยินได้ฟังเขานินทาให้ร้ายกันก็ฟังได้ แต่ผู้มีปัญญาจะวิเคราะห์ว่ามันเรื่องของเขา เขากำลังสะสมบาป ชีวิตของเขา กำลังจะเสื่อมลง ชีวิตของเขาจะมีปัญหา เมื่อตามดูไป ให้ถึงเวลาข้างหน้า คนพวกนี้จะมีชีวิตที่พบแต่อุปสรรคปัญหา เจ็บไข้ ได้ป่วย ทำอะไรติดขัด คนอื่นไม่ให้ความร่วมมือ เพราะเขาสั่งสม บาปอยู่ในใจด้วยตัวของเขาเอง ธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนไว้เป็นจริง แล้วศรัทธาในธรรมะจะเกิดขึ้น ได้ความเชื่อเพิ่มขึ้น เวลาที่หูได้ยิน คำกล่าวนินทาผู้มีสติดีแล้วเสียงจะตกอยู่แค่หูที่ได้ยินไม่เอาเข้ามาที่ใจ เพราะจะเป็นต้นเหตุทำให้บาปเกิดขึ้น ใจที่มีแต่ความดีสั่งสมแล้ว นำสิ่งดีงามไปมอบให้มวลชน คุณค่าของชีวิตอยู่ตรงนี้ คือ ทำตัวเอง เป็นผู้ให้ ทำตัวเองให้เหมือนต้นไม้ใหญ่

คนที่ทำเพื่อตัวเองไม่ให้คนอื่น เป็นคนที่ไม่มีความค่า เกิดมา โมฆะ มีบ้านหลังใหญ่โต มีรถยนต์ใช้หลายคัน เกิดมาเปล่าประโยชน์ เป็นโฆฆะ เพราะตายแล้วเอาอะไรไปไม่ได้เลย เอาแต่บาปไป บางคน เกิดมามีมนุษยสมบัติมาก แต่ใช้มนุษยสมบัติทำร้ายตัวเอง ทำร้าย ภรรยา ทำร้ายครอบครัว ทำร้ายลูกหลาน ทำร้ายคนในสังคม นั่นคือ คนบาป บางคนโง่มากทำลายครอบครัวจนล่มสลาย นั่นเป็นเพราะ เขาไม่รู้จริง เป็นความหลงของเขา ผู้มีสติปัญญาจะไม่ดำเนินชีวิต

แบบนั้น จะดำเนินชีวิตไปในทางที่เจริญ ทางที่อกงาม ดังที่เคยพูดไว้ในเทศน์ นั่นคือ “ทางสายเอก”

เมื่อเรามีบุญ มีบารมี แล้วใช้บุญบารมีไปสร้างคุณค่าให้กับชีวิต เกิดมาเพื่อให้คนอื่นได้ เพื่อช่วยคนอื่นให้ได้ นั่นคือคุณค่าของชีวิต ต้นไม้ใหญ่เปรียบกับต้นหญ้าแพรก ต้นหญ้าแพรก ใครไปใครมาก็เดินเหยียบย่ำ วัว ควาย หมู หมา ก็เดินเหยียบย่ำ ต้นไม้ใหญ่ ใครไปเหยียบมันได้ นกไม่เกาะอาศัยต้นหญ้าแพรก นกเกาะอาศัย ต้นไม้ใหญ่ ผนตาก็หลบเข้าไปต้นไม้ใหญ่ แดดออกคนก็ไปหลบ พักใต้ต้นไม้ใหญ่ ต้นไม้ใหญ่ออกลูกออกผล นก หนู หนอน ไปกิน ผลของต้นไม้ใหญ่ หลับนอนอยู่บนต้นไม้ใหญ่ เพราะต้นไม้ใหญ่มีแต่ให้ ให้ความร่มเย็น ให้ความสงบ ให้ความร่มรื่น ให้อาหาร ให้แต่สิ่งดีงาม ลองคิดดูว่าเกิดมาแล้วจะทำตัวให้เป็นเหมือนต้นไม้ใหญ่ หรือเกิดมาแล้วจะทำตัวให้เป็นเหมือนต้นหญ้าแพรก

ที่ประเทศอินเดียมีต้นไม้สำคัญ ต้นหนึ่งคือต้นไทร อีกต้นหนึ่งคือต้นโพธิ์ วันที่จะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า พระโพธิสัตว์ได้นั่งอยู่ที่ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ขณะนั่งอยู่ที่ต้นไทร นางสุชาดาเคยบพนาน เทวดาไว้ว่าขอให้ได้ลูก แล้วจะมาถวายอาหารให้กับเทวดา ปรากฏว่าวันนั้นสาวใช้มาวิ่งเล่น มาเจอพระโพธิสัตว์นั่งอยู่ใต้ร่มเงาของต้นไทร สาวใช้จึงรีบกลับไปบอกเจ้านายว่าเทวดามาแล้ว ที่เจ้านายบพนานไว้ มีตัวตนจริง สดใสมาก จึงบอกเทวดาให้รอก่อน แล้วได้ปรุงอาหาร

ไปถวาย หลังจากทีพระโพธิสัตว์ฉันอาหารเสร็จแล้ว พระโพธิสัตว์ได้ข้ามฝั่งแม่น้ำเนรัญชราไปนั่งที่โคนต้นโพธิ์ก่อนจะนั่งที่โคนต้นโพธิ์ มีพราหมณ์นำหญ้าคามายาถวายให้รองนั่ง ต่อมาได้ตรัสรู้ที่ต้นโพธิ์ ปรากฏว่าเดี๋ยวนี้ใครไปประเทศอินเดียก็ไปกราบไหว้ต้นไทรไปกราบไหว้ต้นโพธิ์สองต้นนี้ นั่นแหละเป็นต้นไม้ใหญ่ที่มีคุณค่า ไปเกิดอยู่ที่ไหน ต้นไม้ใหญ่เป็นสิ่งที่คนเขาฟัง เขาอาศัยได้

ดังนั้นเมื่อมีโอกาสได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ต้องถามตัวเองว่าจะทำตัวเป็นต้นหญ้าหรือทำตัวเป็นต้นไม้ใหญ่ ท่านทั้งหลายเหมือนต้นไม้ที่กำลังโต ต่างคนต่างโต ผู้บรรยายเป็นต้นไม้ใหญ่ที่โตอยู่ทางภาคเหนือของประเทศ ผู้ฟังเป็นเหมือนต้นไม้ที่กำลังจะโตอยู่ในที่ต่างๆ กัน หลายคนโตแต่กิ่งก้านสาขา ต่างคนต่างโต เมื่อเราต่างโตใหญ่แล้ว จะให้สิ่งดีงามกับสังคม ให้กับส่วนรวม เมื่อทำกันได้ในวงกว้าง ค่อยๆ โตกันคนละต้น กระจายกันในวงกว้าง ในที่สุดแผ่นดินของเราจะสงบและร่มเย็น เมื่อเป็นเช่นนี้ได้แล้ว เกิดมาชาตินี้ไม่สูญเปล่า เกิดมาอย่างมีคุณค่า

คนที่มิบุญ มีบารมี สั่งสมอยู่ในดวงจิตตายแล้วเขาไปไหน ผู้บรรยายจะบอกที่ไปให้ มนุษย์นี้เป็นยอดเก่งที่สุดในบรรดาสัตว์ในสังสารวัฏ นำตัวเองไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรกก็ได้ พัฒนาตัวเองให้เข้านิพพานสูงสุดก็ได้ พรหมยังไม่เก่งเท่ากับมนุษย์ จากประสบการณ์ของตัวเอง ยังไม่เคยเห็นพรหมรูปใดลงไปเกิดในภพนรก ลงมาเกิดได้

อย่างมากก็แค่ภพมนุษย์ แต่จากมนุษย์สามารถไปได้ทั่ว พวกสัตว์  
ในอบายภูมิ ขึ้นได้ไม่ถึงนิพพาน อย่างน้อยจากเปรตมาเกิดเป็นมนุษย์  
หรืออย่างมากก็ผ่านจากเปรตขึ้นไปเป็นเทวดา เหมือนอย่างอดีต  
ญาติของขุนคลัง (พระเจ้าพิมพิสาร) ไม่ต้องมาเกิดเป็นมนุษย์ ขึ้นไป  
เกิดเป็นเทวดาได้เลย สัตว์จากภพเดรัจฉานไปเกิดเป็นเทวดาได้  
ไม่ต้องกลับมาเป็นมนุษย์ก่อน ดังตัวอย่างม้ากัณฐกะ ตายจากม้า  
ไปเป็นเทวดาเป็นกัณฐกะเทพบุตรอยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์

### ๓. เหตุที่ทำให้ไปเกิดในอบายภูมิ

#### ๓.๑ ความโกรธ - เหตุลงนรก

จิตที่สั่งสมความโกรธไว้ทีละนิดๆ หลายๆ ที จิตจะสั่งสม  
ความโกรธไว้มาก เมื่อใดที่กรรมตัวนั้นนี้ใหญ่และให้ผล ขณะจิต  
หลุดออกจากร่าง ตายแล้วมีโอกาสลงนรกได้ ดังตัวอย่างของพระ  
เทวทัต นางจิณจมาณวิกา ลงนรกให้เราดู นี่คือโทษของการสั่งสม  
ความโกรธจึงจองเวร และมีปฏิสัมพันธ์ติดลบกับผู้มีคุณธรรมสูง  
อดีตได้สั่งสมความโกรธมาแล้ว อย่าให้กรรมตัวนั้นนี้ใหญ่ เพราะถ้า  
ความโกรธใหญ่แล้วจะทำให้เดือดร้อนเมื่อถึงเวลาที่กรรมแสดงผล

#### ๓.๒ ความโลภ - เหตุเป็นเปรต

จิตที่สั่งสมความโลภตายแล้วมีโอกาสลงไปเกิดเป็นเปรต  
สัตว์พวกนี้ทุกข์ทรมานด้วยความหิว ดังตัวอย่างญาติของขุนคลัง

(พระเจ้าพิมพิสาร) ในครั้งที่เกิดเป็นเปรตประทัดตูปชีวี ได้พบพระ  
พุทธเจ้าถึง ๓ พระองค์ ยังไม่มีโอกาสได้กินอาหาร ทุกข์ทรมานด้วย  
เกิดความอยากกินอาหารอยู่ตลอดเวลา นับแต่ได้พบพระกกุสันธะ  
พระโกนาคมน์ พระกัสสปพุทธเจ้า ยังไม่ได้กินอาหารเลย จนข้าม  
พุทธันดรมาถึงสมัยของพระพุทธโคดมจึงได้มีญาติเก่าคือพระเจ้า  
พิมพิสารอุทิศบุญให้จึงได้กินอาหาร

#### ๓.๓ ความหลง - เหตุเป็นเดรัจฉาน

สงสารมนุษย์มองไปที่ไหนมีแต่ความหลง งูสองหัวยังไปตี  
เป็นเลขหอย ต้นกล้วยออกปลีกลางต้นก็ไปตีเป็นเลขหอย ใครเขา  
บอกกล่าวยังไม่ทันใช้ปัญญาคิดก็เชื่อเขาแล้ว นั่นแหละความหลง  
ลงไปดูที่บ้านของท่านมนุษย์มีอยู่ที่คนหนึ่งหนึ่งสองสามมดมีอยู่ที่ตัว  
ปลวกมีอยู่ที่ตัว ยุงมีอยู่ที่ตัว นก หนอน มีจำนวนเท่าไร เหล่านี้  
เป็นสัตว์เดรัจฉาน นี่แค่ตามมนุษย์เห็น แล้วที่ตามมนุษย์ไม่เห็นอีก ไป  
เกิดเป็นเทวดา ไปเกิดเป็นสัตว์นรก ไปเกิดเป็นเปรตเป็นอสุรกาย  
อีกเท่าไร นี่แค่จำนวนเดรัจฉานยังมากกว่าจำนวนมนุษย์มาก เขา  
ทำอะไรไว้จึงไปเป็นสัตว์เดรัจฉาน เพราะเขาสั่งสมความหลงเป็น  
ต้นเหตุ

มหาวาจากอุบาสกไม่เชื่อว่าบาปมีจริงบุญมีจริง ซาติหน้าชาติ  
หลังไม่เชื่อว่าจริง ตายแล้วจึงลงไปเกิดเป็นจระเข้ เพราะเขามี  
อริชาเป็นต้นเหตุให้ไปเกิด เป็นสัตว์เดรัจฉาน

วัสสการพราหมณ์ที่ไปกล่าววาจาดูหมิ่นพระมหากัจฉายณะระหว่างเดินสวนทางกัน ไปกล่าววาจาว่า “สมณะรูปนี้มีกิริยาเหมือนวานร” วัสสการพราหมณ์เป็นพราหมณ์ที่มีปัญญาในทางโลกเป็นเลิศ เป็นนักปราชญ์แห่งกรุงราชคฤห์ ไปไหนมาไหนมีแต่ประชาชนห้อมล้อมเพราะเป็นนักปราชญ์ พระเจ้าพิมพิสารยังนับถือ แต่ด้วยอหังการ ด้วยตัวตน ด้วยอีโก้ จึงเกิดเป็นความประมาทคิดว่า ตัวเองนี่เก่ง ไม่มีใครเก่งเท่า ไม่มีใครมีปัญญาเท่า เกิดไปปราชญ์พระมหากัจฉายณะซึ่งเป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้ารู้เรื่องนี้ จึงพยากรณ์ว่าวัสสการพราหมณ์เฒ่า เจ้าไม่รู้ว่าตายจากมนุษย์แล้วเจ้าจะไปเกิดเป็นลิงมีหางเหมือนโค อาศัยอยู่ในป่าไม้ไผ่ในกรุงราชคฤห์นี่ ความเรื่องนี้รู้ไปถึงหูของวัสสการพราหมณ์ ด้วยความเป็นนักปราชญ์เท่าที่วิเคราะห์มา พระพุทธเจ้าตรัสมาเป็นหนึ่งไม่มีสอง ท่านตรัสเรื่องอะไรเป็นหนึ่งเดียวและเป็นจริงอย่างนั้นทุกครั้ง ด้วยความเป็นนักปราชญ์ที่มีปัญญากว้างไกลแต่ไม่ลึกซึ้ง จึงได้สั่งให้บริวารปลูกต้นไม้ที่ออกผลกินได้ไว้ในป่าไม้จำนวนมาก สั่งให้บำรุงดูแลรักษาอย่างดี หากพลาดทำเสียที่ไปเกิดเป็นลิงจะได้มีผลไม้กิน วัสสการพราหมณ์ได้กินสมใจอยาก ตายแล้วไปเกิดเป็นลิงจริง เหตุเป็นเพราะอหังการตัวเอง ไปดูถูกพระอรหันต์ ไปดูถูกผู้มีคุณธรรมสูง ผู้มีบารมีสูง ไม่รู้ให้หนึ่งไว้ ไม่เชื่ออย่าลบหลู่ ต้องปฏิบัติธรรมจึงจะรู้อย่างชัดแจ้งได้

## ๔. เหตุที่ทำให้ไปเกิดเป็นมนุษย์เป็นเทวดา หรือเป็นพรหม

ต้องทำเหตุอย่างไรจึงจะเกิดเป็นมนุษย์ สัมมมมนุษย์ธรรมคือศีลห้า ให้มีศีลห้าอยู่ในใจให้ครบ ไม่ใช่ปากเป็นศีล กายเป็นศีลเท่านั้น ในใจต้องมีศีลห้าด้วยแล้วจึงจะเกิดเป็นมนุษย์ได้ เพราะฉะนั้นต้องรักษาใจให้มีศีลห้าให้ครบ มนุษย์มี ๕ ประเภท

(๑) มนุสสุฏโต - พวกนี้มีศีลห้าครบ ชวนเข้าวัดไม่เข้า ชวนทำบุญไม่ทำ แต่ใจมีศีลห้าครบ

(๒) มนุสสุสเทโว - พวกที่มีศีลชอบเข้าวัด ทำบุญให้ทาน มีความละอายชั่วเกรงกลัวบาป มีความกตัญญูกตเวที ฯลฯ

(๓) มนุสสุสเปโต - พวกนี้หิวกระหาย บ้านเมืองเกิดวิกฤติ เศรษฐกิจก็เพราะมนุษย์ที่มีพฤติกรรมแบบเปรต เรียกว่า มนุษย์เปรต เปรตหิวกระหาย เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็หิว โลภมาก ขนาลังคม วิกฤตอย่างนี้ก็ยังกินบ้านกินเมือง

(๔) มนุสสุตริจจानโน - มนุษย์เดรัจฉาน มีร่างกายเป็นคน แต่มีพฤติกรรมเหมือนสัตว์เดรัจฉาน มีให้เห็น เช่น พ่อไปข่มขืนลูก มนุษย์ประเภทนี้ชอบดื่มชอบเที่ยวชอบเสพเมถุน

(๕) มนุสสุสนเระยโก - เป็นมนุษย์ที่มีจิตใจหยาบกระด้าง พวกนี้โหดเหี้ยม เพราะจิตวิญญาณมาจากนรกมาเกิด เป็นมนุษย์ยังมีเศษกรรมจากนรกติดอยู่

ผู้ใดประสงค์จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก คีลห้าต้องครบ หากอยากไปเกิดเป็นเทวดา ต้องมีหิริมีโอตตปปะ สังขมไว้ ความ ละอายชั่ว ความเกรงกลัวต่อบาปต้องมี อยากไปเกิดเป็นพรหม ต้องฝึกจิตให้จิตหนึ่งเป็นสมาธิระดับ ฌาน ๑-๔ ตายในฌานจะขึ้นไปเกิดเป็นพรหม พรหมมี ๒๐ ชั้น เป็นรูปพรหม ๑๖ ชั้น เป็นอรูปพรหมอีก ๔ ชั้น พรหมชั้นที่ดีคือ พรหมที่อยู่ในสุทธาวาสภูมิ ได้แก่ พรหมมีรูปชั้นสูงสุด ๕ ชั้น ได้แก่ อวิหา อตปปา สุตัสสา สุตัสสี และ อกนิฏฐา บุคคลอนาคามีที่เข้าไปอยู่สุทธาวาสแล้วเข้านิพพานได้ที่นั้น ผู้ใดเจริญพละ ๕ ให้มีกำลังกล้าแข็งไว้คือเจริญศรัทธา วิริยา สติ สมาธิ ปัญญา บุคคลอนาคามีที่เจริญปัญญาให้มาก ตายในฌานจะไปเกิดเป็นพรหมมีรูปชั้นสุดท้ายเรียกว่าอกนิฏฐพรหม เห็นไหมว่าจะไปเกิดเป็นพรหมก็ง่าย เกิดเป็นเทวดาให้มีหิริโอตตปปะ สร้างมหากุศล ทอดกฐินสร้างโบสถ์สร้างวิหารบ้าง มีบางท่านที่นั่งอยู่ในที่นั่งกำลังสร้าง ทางขึ้นพระบาท ๔ รอย ซึ่งเป็นมหากุศลที่มีอานิสงส์เป็นเทวดานางฟ้า เหล่านี้จะพิสูจน์ได้ต้องสร้างเหตุให้ตรง แล้วจะเข้าถึงคำว่า สันติภูมิโก คือรู้ได้ด้วยตัวเอง ไม่ใช่ปัญญาชั้นที่หนึ่งหรือชั้นที่สอง แต่เป็นปัญญา ชั้นที่สาม คือ ภาวนามยปัญญาแล้วจึงสามารถเกิดเป็นสันติภูมิโกได้ ไม่เชื่อแต่พิสูจน์จึงได้พบของจริง

สิ่งที่พูดมาทั้งหมดนั้นคิดว่าจะมีประโยชน์ ทำให้ผู้ฟังเกิด กำลังใจ ทำให้ผู้ฟังได้เห็นทาง ว่าอะไรเป็นอุปสรรคขัดขวาง อะไร เป็นหลักเป็นต่อสะดุด เพื่อให้ท่านได้หลบหลีก เพื่อให้ก้าวไปสู่

จุดหมายที่ตั้งใจไว้ โดยไม่บาดเจ็บ ไม่ล้มลุกคลุกคลาน ในฐานะที่ ผู้บรรยายได้เดินมาก่อน ล้มมาก่อน จึงรู้เห็น จึงมาบอกกล่าวให้ ได้ยินได้ฟัง ขออนุโมทนาท่านทั้งหลายที่เป็นผู้มีบุญในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ คนเทศน์ธรรมได้บุญ คนฟังธรรมได้บุญ สองชั่วโมงที่พูดบรรยาย มานี้ ท่านสังขมแต่บุญ เห็นไหมครับว่าบุญทำได้ไม่ยากเลย ไม่ต้อง เอาเงินไปซื้อวัตถุไปใส่บาตร ไม่ต้องเอาเงินไปซื้อของถวายวัด เพียงแต่ท่านนั่งเจริญจิตตภาวนาก็ได้บุญ เพียงแต่ท่านฟังแล้วเกิด สติ มีปัญญาเห็นถูกตามธรรม ก็ได้บุญ อ่อนน้อมถ่อมตนก็ได้บุญ ช่วยคนอื่นในทางที่ชอบธรรมก็ได้บุญ เห็นคนอื่นเขาทำอะไรรักไว้ เราปิดกวด ทำความสะอาด จัดรองทำให้เป็นระเบียบ ก็ได้บุญ ผู้ใดทำผู้นี้ได้ คนอื่นไม่ทำก็ไม่ได้บุญ การช่วยคนอื่นได้บุญ การฟัง ธรรมได้บุญ การเทศน์ธรรมได้บุญ รู้ว่าใครไปทำความดีมาอนุโมทนา ด้วย ก็ได้บุญ ผู้ใดไปทำความดีมา เช่น มาฟังธรรมที่นี้สองวัน กลับ ไปบ้าน เจอลูก เจอหลาน บอกว่าไปปฏิบัติธรรมได้บุญมาขอแผ่ ส่วนบุญให้ทุกคน ก็ได้บุญ ขณะที่ฟังธรรมได้พิจารณาด้วยเหตุผล อันแยบคาย (โยนิโสমনสิการ) จะเกิดสัมมาทิฐิขึ้นโลกุตระ จะนำไป สู่สัมมาญาณ และสัมมาวิมุตติ ทำให้หลุดพ้นจากสมมุติเข้าสู่วิมุตติ คือนิพพานได้ นิพพานเป็นอย่างไร ต้องขอภัยที่พูดเรื่องนิพพาน ไม่ได้ เพราะไม่รู้ยังเข้าไม่ถึง กำลังเดินอยู่ แต่รู้แล้วว่าทางนี้ถูกต้อง ราบรื่น ปลอดภัย กว้าง สดใส ไม่มีหลุม ไม่มีบ่อ ทางนี้ดีแน่จึงชี้ ทางให้เดิน ท่านผู้ฟังทั้งหลายมีบุญ ผู้บรรยายก็มีบุญ ต่อไปนี้ให้ ท่านนึกตาม ด้วยบุญด้วยกุศล ที่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้บำเพ็ญเพียร

มาตั้งแต่อดีตชาติจนถึงปัจจุบัน ข้าพเจ้าทั้งหลายอุทิศส่วนบุญส่วนกุศล ถวายแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ให้ทรงมีพระพลานามัย สมบูรณ์แข็งแรง มีพระชนม์มายุยืนนาน มีพระสติสัมปชัญญะ สมบูรณ์ เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของพสกนิกรชาวไทย เพื่อความสงบ เพื่อความร่มเย็นของประเทศชาติตลอดไป ตราบนานเท่านาน



## บทที่ ๔

### ถามปัญหา - ตอบปัญหา



ผู้บรรยายไม่ได้ถือศีลแบบพระ ไม่ได้อดอตุตตริมนุสสรธรรม จึงพูดได้มากกว่าพระ จึงถามได้ตามสะดวกพระพุทธรูปเจ้าทรงตรัสกับสาวกในทำนองที่ว่า トラบใดที่เธอโคจรไป ยังไม่พบผู้ที่มีปัญญาเสมอตน หรือสูงกว่าตน ให้โคจรไปเรื่อยๆ トラบใดที่เธอพบผู้ที่มีปัญญาเสมอตนหรือสูงกว่าตน トラบนั้นเธอพบสหาย ให้อยู่และสนทนากัน จึงเป็นโอกาสอันดีที่ผู้บรรยายกับผู้ฟังจะได้พูดคุยซักถามปัญหากันได้

## ๑. กลัวเห็นผีเวลานั่งสมาธิ

**คำถาม :**

เวลานั่งสมาธิชอบคิดว่ากลัวที่จะไปเห็นผีเลยไม่เกิดสมาธิสักที คิดแต่ว่าถ้าเจอผีจริงๆ จะมีวิธีการแก้ไขปัญหาได้หรือเปล่า แล้วอีกอย่างใจกลัวเกินไป กลัวว่าสติแตก แล้วจะไม่เกิดผลขึ้นมา จะมีวิธีแก้ไขอย่างไรคะ

**คำตอบ :**

อยู่กับครูบาอาจารย์ อยู่กับกัลยาณมิตร ไม่ต้องกลัวอะไรทั้งสิ้น ครูบาอาจารย์ทั้งหลายเป็นผู้มีปัญญาบารมี ผีพวกนั้นเข้าไม่ได้

การฝึกกรรมฐาน ควรเริ่มครูบาอาจารย์ในระยะแรก เพราะว่าถ้าเราเดินผิดทางท่านแก้ไขให้ได้

ที่นี้มาพูดถึงเรื่องกลัวผี ไม่รู้ว่าผู้ถามหรือผู้พูดใครกลัวมากกว่าใคร จะเล่าให้ฟังถึงการกลัวผีของผู้บรรยาย ในสมัยที่เป็นเด็กอยู่ที่แปดริ้ว บ้านโบราณเป็นไม้กระดานแผ่นใหญ่ตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำบางปะกง บ้านโบราณมีร่องกระดาน กลางคืนพวกพี่ๆ ชอบเล่าเรื่องผี เวลานั้นนั่งฟังพี่ๆ เล่าเรื่องผีจะนั่งอยู่บนไม้กระดานแผ่นเดียว กลัวว่าผีจะล้วงมือขึ้นมาระหว่างร่องกระดานที่เปิดวางอยู่ และก่อนมืดของทุกวันต้องไปกางมุ้งและเปิดมุ้งไว้ ทั้งรู้ว่าเขาเล่าเรื่องผี ก็ต้องออกมาฟังเขาเล่า นั่งเบียดกัน ไม่ข้ามร่องกระดานกลัวว่าผีจะล้วงมือขึ้นมา ในที่สุด พองวงเต็มทีก็มุดเข้ามุ้งคลุมโปงแล้วก็หลับ กลัวถึงขนาดนั้น แม้กระทั่งวันที่ไปฝึกที่วัดมหาธาตุฯ ยังกลัวผี เดียวนี้รู้แล้วว่ากลัวเพราะอะไร กลัวเพราะไม่รู้จริงเรื่องผี กลัวจนเพราะไม่รู้จริงเรื่องความจน ถ้ารู้จริง จะไม่กลัว

ตอนที่ไปฝึกกรรมฐานอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ เข้าไปปฏิบัติกรรมฐานอยู่ในวิหารร้างองค์เดียว ขณะนั้นเป็นเวลาประมาณตีสอง ได้ยินเสียงเดิน แก๊กริก แก๊กริก เดินมาจากพระประธาน พื้นวิหารเป็นกระเบื้องมีเสียงดัง แก๊กริก แก๊กริก แก๊กริก ขนเริ่มลุก เสียงเดินดังเข้ามาใกล้ ขณะนั่งขัดสมาธิ อยู่เป็นความกลัวที่สุด พอเสียงเดินยิ่งเข้ามาใกล้ ในที่สุดความรู้สึกได้ยินเสียงมาหยุดตรงระดับที่มีมือเอื้อมถึง ตบะแตก



ลืมหมาดู เห็นหมาดำตาแดง มีดแต่เห็นได้ชัดหมดเป็นหมาดำตาแดง  
หมาก็จ้อง คนก็จ้องดูกันและกัน หมากลับคน หันกลับไปทางหลัง  
พระประธาน ผู้บรรยายเอาไฟฉายส่องตามไปดู เห็นประตูวิหารเปิดอยู่  
ตอนที่เข้ามาได้ลั่นดาลไว้แล้ว จึงสงสัยว่าประตูวิหารเปิดได้อย่างไร  
พอถึงตอนเช้าวันรุ่งขึ้นได้กลับไปทีละขณะ ๕ ผู้บรรยายไปอาศัยนอน  
อยู่ที่กุฏิของท่านมหาองค์หนึ่ง เมื่อกลับไปถึงขณะ ๕ ท่านมหาได้  
ถามเป็นคำแรกว่าเมื่อคืนนี้เจออะไรไหม จึงรู้ว่าคงมีคนมาปฏิบัติ  
ธรรมแล้วเจออย่างนี้ ผู้บรรยายเกรงว่าพระที่มาปฏิบัติที่วัดจะกลัว  
จึงไม่ตอบ เรื่องนี้ไม่ได้รายงานท่านอาจารย์

คืนแรกเจอหมาดำ คืนที่สองที่เดียวกัน เป็นผู้หญิงมาบีบคอ  
กลัวจนขนลุกยิ่งกว่ากลัวหมาอีก ผีใช้มือทั้งสองบีบคอ ผู้บรรยาย  
เคยยอมตายเพื่อธรรมะของพระพุทธะจนสามารถนำจิตเข้านิโรธ  
สมาบัติได้มาแล้ว จึงมานึกว่ายอมตายผีอีกสักครั้งจะเป็นไรความกลัว  
นี่กลัวสุดขีด แต่เชื่อว่าอาจารย์จะคุ้มครองได้ ครัทธานี่สำคัญมาก  
จึงได้ภาวนาพองหนอ ยุบหนอ พองหนอ ยุบหนอ ไปเรื่อยๆ มา  
วิเคราะห์ตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) ในที่สุดคิดว่า  
มือผีจะต้องเมื่อย แล้วมือของผีที่บีบคอจะต้องเข้าสู่อนัตตา ขณะที่  
บีบแน่นอย่างนั้น ลมหายใจยังสามารถเข้าออกได้ จิตมีสติละเอียด  
จึงรู้ได้ แรงที่บีบคอก่อยๆ อ่อนลงๆ จนผีเลิกบีบคอ เมื่อคลาย  
สมาธิแล้วลืมหมาองดู ผีหายไปไหนไม่รู้ จึงได้แผ่เมตตาให้กับผี  
การปฏิบัติธรรมทุกครั้ง เมื่อแล้วเสร็จ ต้องแผ่เมตตาทุกครั้ง

แต่แรกคิดว่าเขาเป็นผี แต่จริงๆ ไม่ใช่ เขาเป็นเทวดามาทดสอบ  
กำลังใจ

## ๒. แผ่เมตตาหรืออุทิศบุญ

**คำถาม :**

การแผ่เมตตาต้องทำก่อนนั่งสมาธิหรือหลังนั่งสมาธิ

**คำตอบ :**

ต้องแผ่เมตตาหลังการนั่งสมาธิทุกครั้ง เห็นผีเป็นภาพ ผู้หญิง  
ไม่ใช่เจอคนเดียวยังมีหลวงพ่อกจากจังหวัดอุดรธานีมานั่งปฏิบัติธรรม  
พระองค์อื่นกลับไปแล้ว เย็นวันนั้นท่านอยู่กับผู้บรรยาย รวมเป็น ๒  
องค์ เมื่อเลิกปฏิบัติ ท่านเข้ามาใกล้และถามว่าเห็นอะไรไหม ท่าน  
บอกว่ามีคนมานั่งอยู่ที่นี่ ผู้บรรยายได้บอกลักษณะให้ หลวงพ่อบอก  
ว่าใช่ แล้วจึงได้ถามหลวงพ่อกว่ากลัวไหม ท่านตอบว่าไม่กลัว จึง  
ถามว่าแล้วหลวงพ่อกทำอะไร ท่านก็ตอบว่าแผ่เมตตาให้เขาไป เป็น  
ผีตัวเดียวกัน

ต้องเชื่อครูบาอาจารย์ ผู้ใดรู้จริง ผีทำอะไรไม่ได้ เพราะมนุษย์  
มีบุญบารมีมากกว่าผี ที่สำคัญต้องเชื่อครูบาอาจารย์ เมื่อท่านบอก  
ให้ภาวนาพองหนอ ยุบหนอ ต้องปฏิบัติตาม ผีจะแสดงอย่างไร  
ก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติวิเคราะห์ดูแล้วทำให้เกิดปัญญาด้วย ฉะนั้น  
เดี๋ยวนี้ไปนอนที่ไหนนอนคนเดียวได้ ไปนอนในป่าคนเดียว นอน  
ในป่าไปเจอเทวดามาคุยธรรมะด้วย ผู้บรรยายคุยธรรมะกับท่าน



แต่พอผ่านการทดสอบกำลังใจตรงนั้นมาได้จึงรู้จริง เดียวนี้ไปไหน มีแต่เพื่อน เพราะผู้รู้จริงไม่คิดเบียดเบียนใครจึงมีแต่เพื่อน เพราะ ฉะนั้นผู้บรรยายได้ทำเป็นตัวอย่างให้ดูควรเอาอย่างและทำตามให้ได้

### ๓. ปฏิบัติธรรมทางลัด

**คำถาม :**

ปฏิบัติธรรมอย่างไรจะได้ผลไว

**คำตอบ :**

สติปัญญา ๔ เร็วที่สุด อย่าไปหลงเล่นข้างทางอย่างที่เจ้าคุณ อาจารย์สอน ช่วงที่ผู้บรรยายไปฝึกที่วัดมหาธาตุฯ แล้วเห็นเทวดา ท่านเจ้าคุณให้ทิ้ง ท่านบอกวิธีกำหนดและให้เดินสายตรง ปฏิบัติ ธรรมจน ๓๐ วันผ่านไป มรรคผลเกิดเต็มที่ เจโตปริยญาณเกิดใน สัปดาห์ที่ ๓ ส่วนบุพเพนิวาสานุสติญาณมาเกิดทีหลัง หลังจากนั้น วันที่ผู้บรรยายไปลาสิกขา ท่านเจ้าคุณบอกว่า “*สิ่งที่ได้ไปนี้เป็นของดี ของวิเศษ ให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต*” ผู้บรรยายได้เก็บมาตลอด และมีมากขึ้นกว่าเดิม

### ๔. นั่งกรรมฐานครั้งละไม่นาน

**คำถาม :**

ในการนั่งกรรมฐาน นั่งครั้งละไม่นานแต่นั่งบ่อยๆ จะถึง นิพพานหรือไม่ เพราะยังไม่ได้ให้สังขจะว่าจะยอมตาย

**คำตอบ :**

ถึงครับ แต่ว่าถึงเมื่อไรนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง นั่งฝึกกรรมฐาน ช่วงเวลาสั้นๆ แต่ต้องทำบ่อยๆ หรือทำยาวนานไม่ต้องทำบ่อยก็ได้ หลังจากที่อยู่เห็นสิ่งที่ผ่านมาในอดีต จึงเปลี่ยนพฤติกรรม เดียวนี้ ทุกขณะตื่นมีแต่บุญสั่งสม เพราะรู้แล้วว่าช้าแล้วไม่ดี

ในครั้งพุทธกาล สาวกของพระพุทธเจ้า พระอนุรุทธะ ตอน นั้นท่านยังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าตรัสว่าทำอะไรที่เน้นช้า ไม่เป็นประโยชน์ไม่ควรปฏิบัติ ควรปฏิบัติเสร็จกิจให้เร็ว ท่านเชื่อ แล้วทำตามจึงเข้านิพพานได้ เพราะฉะนั้นทำไปเถอะครับ เพราะว่า ทำแล้วมันสั่งสม เหมือนเราตักน้ำใส่โอ่ง ใส่ทีละแก้ว แต่ตักไม่หยุด น้ำยังเต็มโอ่งได้ ตักน้ำใส่โอ่งวันละกระป๋องตักไม่หยุดน้ำจะเต็มโอ่ง เร็วจะนั้นเลือกเอาตามกำลังของตัวเอง มีอย่างเดียวคือรักษาสัจจะว่าจะทำไม่หยุด พวกที่เขาฝึกจิตเข้าสู่อภิญญา มาเร็ว ไปเร็ว เดียวนี้ ไปอยู่ป่าหิมพานต์ บางคนฝึกจิตนิ่งเพื่อเข้าสู่นิโรธสมาบัติ ฝึกจิต อยู่บนยอดเขา อาจารย์ให้กระโดดลงเหว ต้องรีบเข้าสมาบัติให้ทัน ก่อนที่ตัวจะตกถึงพื้น คนที่เข้านิโรธสมาบัติไม่ทันก็ตายแล้วค่อย มาฝึกกันใหม่ในชาติหน้า

ด้วยเหตุนี้จึงให้ตั้งสังขจะว่าจะทำไม่หยุด วันละแค่ไหนก็แค่นั้น ขออย่างเดียวขอให้ทำไม่หยุด แล้วมรรคผลจะก้าวหน้าขึ้น ต้องไม่ลืม เจ้ากรรมนายเวรต้องอุทิศบุญให้เขา เมื่อเอาบุญให้เขาไปแล้วจะ

ปฏิบัติได้สะดวกสบาย ไปไหนมาไหนมีเพื่อน ไปตามป่าตามเขาก็มีเพื่อน การให้สิ่งดีงามผู้ให้จะได้ผู้รับเป็นเพื่อน อยู่ที่ใดอย่าเป็นศัตรู ให้เป็นเพื่อน อย่าเบียดเบียน การเบียดเบียนเป็นศัตรู แล้วหากเราต้องชดใช้วิบากกรรมเก่า วิบากของอกุศลกรรมเก่า อย่าไปตอบโต้ ยอมชดใช้หนี้กรรมเก่าให้หมดไป สำคัญอยู่ที่ว่าอย่าได้ไปก่ออกุศลกรรมขึ้นใหม่ ถ้าก่ออกุศลกรรมขึ้นมาใหม่ก็จะเดือดร้อนได้อีก เข้าป่าแล้วอย่าประพฤติดนเป็นผูเบียดเบียนเพราะในป่าเขามีเจ้าป่า เจ้าเขา มีเทวดา มีรุกขเทพ อยู่ที่ใดต้องมีทุกรูปนามเป็นเพื่อน

## ๕. วิธีแก้กรรม

### คำถาม :

เราไม่ทราบที่เราเคยทำกรรมใดไว้บ้างและตั้งแต่ชาติปางไหน ไม่ทราบว่ากรรมนั้นจะเป็นกรรมหนัก กรรมเบา เรามีวิธีการแก้ไขกรรมอย่างไร

### คำตอบ :

ไม่จำเป็นต้องไปรู้ เพราะผลกรรมบางอย่างเกิดจากเหตุอันยาวไกล คนที่จะไปรู้กรรมได้ ขอยกตัวอย่างให้ฟัง ในสมัยครั้งพุทธกาล มีภิกษุหนึ่งองค์หนึ่ง ตอนสาว ๆ เป็นลูกเศรษฐีชาวเมืองอุชเชณี เป็นลูกสาวคนเดียว หน้าตาสะสวย มีลูกชายของเศรษฐีเมืองสาเกตุมาสู่ขอ อยู่กันได้ไม่นาน สามีก็บอกกับพ่อและแม่ว่า ฉันอยู่ร่วมกับบ้านกับผู้หญิงคนนี้ไม่ได้ ถ้าจะบังคับให้อยู่ร่วมกันจะหนีออกไปจากบ้าน ไม่ขออยู่ร่วมกัน มาวิเคราะห์ว่าหญิงสาวมีข้อบกพร่อง

อะไรปรากฏว่า ไม่มีเลย มีแต่ข้อดีทั้งนั้น ปฏิบัติตัวสมเป็นกัลยาณี ในที่สุดพ่อแม่อ้วจะเสียลูกชาย จึงได้อาภูกสะใภ้ไปคืนเศรษฐีเมืองอุชเชณี ลูกสาวเศรษฐีได้สามีกคนที่สองด้วยการแต่งงานกับคนมีเงิน อยู่กินกันได้เดือนเดียวถูกสามีไล่ออกจากบ้าน เสียใจมาก จึงกลับมาอยู่บ้านตัวเอง วันหนึ่งมีขอมานเดินมาขอมานที่หน้าบ้าน ท่านเศรษฐีผู้เป็นพ่อของผู้หญิงก็เลยจับขอมานลอกคราบ เอาเสื้อผ้ากระรุ่งกระริงทิ้ง อาบน้ำแต่งตัวขัดสีฉวีวรรณ แล้วกลูกสาวให้เป็นภรรยา อยู่ได้แค่สองสัปดาห์หรือ ๑๕ วัน ขอมานคนนั้นบอกว่าจะไม่เอาแล้ว ขอกลับไปเป็นขอมานอย่างเดิมเป็นอิสระดีกว่า

ลูกสาวเศรษฐีต้องเป็นหม้ายถึง ๓ ครั้ง ท่านคิดอยู่ ๒ อย่าง คือ ฆ่าตัวตายหรือไปบวชเป็นพระ (สมัยนั้นมีภิกษุณี) แต่ด้วยบุญเก่าที่ทำสั่งสมมานาน อยู่มาวันหนึ่งมีภิกษุณีองค์หนึ่ง เดินมาบิณฑบาตที่หน้าบ้าน พอลูกสาวเศรษฐีเห็นภิกษุณีก็ดีใจ รีบเชิญภิกษุณีองค์นั้นเข้าไปในบ้าน จัดที่จัดทางเพื่อถวายอาหาร เมื่อภิกษุณีฉันอาหารแล้วเสร็จ จึงได้คุยกับภิกษุณี เล่าเรื่องของตัวเองเป็นหม้ายสามีกิ่งถึงสามคน ภิกษุณีองค์นั้นเลยให้บวชเป็นภิกษุณี และสำเร็จเป็นอรหันต์ พอสำเร็จเป็นอรหันต์ที่ทรงอภิญญาจึงได้รู้กรรมเก่าว่าที่ ต้องเป็นหม้ายสามีกิ่งถึงสามครั้งนั้น เป็นเพราะอะไร

ท่านย้อนระลึกไปในชาติหนหลังได้ ๗ ชาติ

ชาติที่ ๑ เกิดเป็นผู้ชายเป็นช่างทำทอง แต่ไปเป็นชู้กับภรรยาคนอื่น

ชาติที่ ๒ ตกนรกยาวนาน

ชาติที่ ๓ เกิดเป็นลิง อายุได้แค่ ๗ วันถูกสิงจ่าฝูงกัดลูกอันทะแตกตาย

ชาติที่ ๔ เกิดเป็นแพะ ถูกเด็กซี้หลังเล่นกว่า ๑๒ ปี

ชาติที่ ๕ เกิดเป็นวัว พออายุครบปีก็ถูกตอน และถูกใช้งานเมื่อเข้าสู่วัยชราว่าตัวนั้นก็ตาบอด

ชาติที่ ๖ เกิดเป็นกะเทยมีอายุอยู่ ประมาณ ๓๐ ปีก็ตาย

ชาติที่ ๗ เกิดเป็นลูกสาวช่างทอเสื่อ เป็นคนยากจนแต่สวย เป็นหนี้เป็นสินมาก จนพ่อแม่ต้องขายลูกสาวให้เจ้าของกองเกวียน ผู้เป็นเจ้าของเงิน เจ้าของเกวียนมีลูกชายที่แต่งงานมีภรรยาอยู่แล้ว ในที่สุดลูกสาวคนนี้ก็เลยกลายเป็นเมียของลูกชายนายกองเกวียน กรรมที่กระทำมี ๒ อย่าง คือ

๑. ด้วยความที่ตนเองเป็นคนสวยและสามีรักมากกว่า ภรรยาหลง ในชาตินั้นจึงยุสามีให้ไล่ภรรยาหลงออกจากบ้าน

๒. ตัวผู้หญิงก็ออกปากไล่ภรรยาหลงซึ่งเป็นคนที่มีคุณธรรมสูง ตายจากชาตินั้นแล้ว จึงได้มาเกิดแล้วเป็นหม้ายสามีถึง ๓ ครั้ง เพราะเหตุนี้ จึงไม่จำเป็นต้องรู้ว่าทำกรรมอะไรไว้ เพราะรู้แล้วไม่ทำให้นี้กรรมหมดไป ท่านเพียงแต่รู้ว่านี้กรรมจะทยอยกันมาขออย่างเดียวให้มีสัมมาทิฐิในการชดใช้หนี้กรรม อย่าไปทำทนายเจ้ากรรมนายเวรให้มาทวงหนี้ ตัวไหนมาก่อนใช้ไปก่อน การใช้หนี้

ทั่วไปที่คนธรรมดาทำคือถวายสังฆทานแล้วแผ่กุศลให้เจ้ากรรมนายเวร เป็นการชดใช้หนี้ได้น้อย การปฏิบัติกรรมฐานเป็นบุญใหญ่ อุทิศบุญกุศลแล้วชดใช้ได้มากกว่า

เมื่อถึงเวลาที่เจ้าหนี้เวรกรรมมาทวงหนี้จะสัมผัสได้ เช่น เป็นอุปสรรคมาทำให้ล่าช้ามาทำให้เราเขินหักขาหักจึงต้องใช้หนี้ให้เขาไปหมดกรรมแล้วเมื่อใดเหตุการณ์เหล่านี้จะหมดไป ตัวไหนมาก่อนต้องให้ตัวนั้นก่อน เจ้าหนี้ตัวแรกหมดไปก็แผ่ให้เจ้าหนี้ตัวที่สองต่อเขาไม่หยุดทวงเราก็ไม่หยุดอุทิศบุญกุศลให้ แผ่อุทิศให้ไปเรื่อยๆ อุปสรรคปัญหาจะลดน้อยลง น้อยลง ความสบายความสุขจะเพิ่มมากขึ้น เมื่ออยู่สุขสบายแล้ว ก็แผ่เมตตาให้ทั่ว แล้วเราอย่าไปสร้างกรรมต่อเพราะจะเป็นการสร้างหนี้ใหม่ เมื่อหนี้เก่าเราชดใช้หนี้ใหม่ไม่สร้างเพิ่ม ตัวอย่างเช่น โรงเรียนโน้นยกพวกมาราวี นักเรียนในโรงเรียนนี้ต้องนั่งสวดมนต์ อย่าได้มีเวรมีกรรมและทำจิตให้เป็นกุศล อย่าไปก่อหนี้ แล้วการราวีให้เกิดบาตเจ็บจะไม่เกิดขึ้น

เมืองกบิลพัสดุ์ถูกเผาจนมอดไหม้ตั้งแต่สมัยที่พระพุทธเจ้ายังมีชีวิต จนเดี๋ยวนี้ยังไม่ฟื้นเพราะเวรยังไม่ระงับ วิชุกุฑะซึ่งเป็นกษัตริย์ครองกรุงสาวัตถี แคว้นโกศล ยกทัพไปทำหั้นฆ่าล้างโคตรชาวเมืองกบิลพัสดุ์ ยกทัพไปครั้งที่หนึ่งพระพุทธเจ้าห้ามทัพ ครั้งที่สองพระพุทธเจ้าห้ามทัพ ครั้งที่สามพระพุทธเจ้าไม่ไปห้ามทัพ พระอานนท์ถามว่าทำไมตถาคตไม่เข้าไปห้ามญาติจะรบกัน พระพุทธเจ้า

ตรัสตอบว่าเป็นนิบาตเก่าที่เขาต้องใช้หนี้กัน พระอนนทเถรถามว่าแล้วใครจะชนะ พระพุทธเจ้าตรัสว่า “แพ้ทั้งคู่” กบิลพัสดุ์ล่มคนตายหมด กองทัพของวิฑูทภะชนะแล้วตีเมถุนมามายข่มขืนผู้หญิง ในที่สุดยกทัพกลับมายังไม่ถึงเมือง เกิดฝนตกหนักมีพายุใหญ่เกิดขึ้น ทำให้น้ำท่วม แม่น้ำในอินเดียสมัยนั้นกว้างมาก เวลานั้นไหลบ่ามาอย่างรวดเร็วพัดพาทหารจมน้ำตายหมดทั้งกองทัพ ผลจึงปรากฏว่าแพ้ทั้งคู่

ฉะนั้นเวลาใช้หนี้เวรกรรม ให้จิตเป็นกุศลแผ่เมตตาแผ่บุญกุศลให้เขาไป มาปฏิบัติกรรมฐานเป็นบุญใหญ่หลังปฏิบัติเสร็จต้องอุทิศบุญให้เจ้าหนี้เวรกรรม ไม่ไปก่อกรรมที่ไม่ดีขึ้นอีก การทำร้ายคนอื่นหาว่าไม่เป็นการทำร้ายตัวเอง เวลาใช้หนี้ให้ถือว่าเป็นโชค เพราะมีโอกาสชดใช้เขา ขณะเดียวกันอย่าไปก่อกรรมดำขึ้นใหม่ แล้วหนี้เก่าก็จะหมดไป แล้วจะมีความสุขความสบายเพิ่มมากขึ้น เจ้าหนี้เวรกรรมไม่เลิกทวง เราก็ไม่เลิกชดใช้หนี้ การสร้างบุญทำได้ง่ายทำได้หลายวิธี เช่น บุญกิริยาวัตถุ ๑๐

การที่ท่านมาปฏิบัติธรรมเป็นการสั่งสมบารมี ๑๐ ได้แก่

๑. ทาน การสละเวลามาปฏิบัติธรรมถือว่าเป็นทาน การสละความสุขส่วนตัวที่บ้านมาทำความดีถือว่าเป็นทานได้
๒. ศีล ในที่นี้ท่านได้รักษาศีล ๘ กัน

๓. เนกขัมมะ เพื่อทำจิตให้หลุดจากสิ่งร้อยรัด ทำจิตให้ออกห่างจากกามค่อยๆ ฝึกให้จิตหลุดไปจากกิเลสที่ละเรื่องละเรื่อง

๔. ปัญญา เช่นวันนี้ท่านมาปฏิบัติธรรม ปัญญาสูงสุดจะเกิดที่ตัวท่านเอง

๕. วิริยะ ก็คือความเพียร

๖. ขันติ ทนปวด ทนเมื่อย ท่านอดทนได้แล้วบารมีจะถูกเก็บสั่งสมแล้วในจิต

๗. สัจจะ คือความจริงกาย จริงวาจา จริงใจ ตั้งสัจจะก็มีแล้ว

๘. อธิษฐาน กำหนดไว้ว่าเราจะทำอะไรไม่หยุด หรือเราจะปฏิบัติธรรมสองวันต้องทำให้ได้ ทำได้แค่ไหนเอาแค่นั้นตั้งไว้แล้ว

๙. เมตตา โครนอนกรณ ขวางหูขวางตาก็ช่างเขาเถอะ อภัยกัน เมตตาก็เกิด

๑๐. อุเบกขา ก็คือการวางเฉย

ที่ท่านได้มาปฏิบัติธรรมนี้ก็เป็นคำสั่งสมบารมีครบทั้ง ๑๐ ข้อ ประพฤติตนตาม บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประพฤติตนตาม มงคล ๓๘ ผู้ใดทำตามมงคล ๓๘ ได้แล้วจะเป็นมงคลเกิดขึ้นกับจิตใจ การสวดมนต์บทพาหุงฯ จะช่วยป้องกันเวลาคนยกพวกมาตีกัน สวดพาหุงฯ บ่อยๆ ดีมากป้องกันศัตรูที่จะมาราภิ พระนเรศวรมหาราชชนะศึกก็เพราะมนต์บทพาหุงฯ พระเจ้าตากมหาราชชนะศึกก็เพราะมนต์บทพาหุงฯ มีพระองค์หนึ่งอยู่แถวเมืองกาญจน์ ถูกหัวหน้าโจร

จับได้จะฆ่าหาว่าเป็นสายลับให้บ้านเมือง ลังให้ลูกน้องเฝ้าไว้ พระ  
กลัวตายได้ท่อมนต์บพทพหุงฯรอบแล้วรอบเล่า พอหัวหน้าโจร  
กลับมาจึงสั่งลูกน้องให้ปล่อยพระเป็นอิสระ

ผู้บรรยายได้มีโอกาสไปเจอลุงคนหนึ่งเป็นมรรคนายกตัวเล็ก  
แก่แล้ว มีคนซื้อฝิ่นจากเมืองลาวมาขายทางภาคอีสานตอนบน  
ตอนนั้นการค้าขายฝิ่นกำลังเจริญประมาณปี พ.ศ.๒๕๒๓ ลุงไปว่า  
คนค้าฝิ่น คนค้าฝิ่นจะฆ่าลุง ผู้บรรยายถามลุงว่าทำอะไรจึงรอดมา  
ลุงตอบว่า “สวดมนต์บพทพหุงฯ” ลุงสวดดั่งๆ เทรอ ลุงบอก  
สวดในใจ สวดรอบแล้วรอบเล่าแล้วเขาก็ปล่อยตัวไม่ถูกฆ่า

ตอนที่ผู้บรรยายได้เดินทางไปประเทศอินเดีย มัคคุเทศก์ได้  
แนะนำก่อนออกเดินทางให้สวดมนต์บพทพหุงฯ แล้วแผ่เมตตา  
การเดินทางจึงเป็นไปด้วยความราบรื่นสะดวกปลอดภัย เดี่ยวนี้จึง  
ไม่วุ่นที่จะสวดพหุงฯ แทบจะทุกวัน สวดให้คล่องแล้วไม่ต้องดูตำรา  
ของดีมันฝังไว้ พวกบุญนี้ทำได้หมด ก่อนนอนทุกวันให้สวดแล้ว  
แผ่เมตตาให้กับเจ้ากรรมนายเวร ทำเช่นนั้นได้ศัตรูจะไม่เข้ามารวี  
บพทพหุงฯ เป็นคาถาที่อ้างถึงการที่พระพุทธองค์ทรงชนะมาร  
มีด้วยกัน ๘ บท ส่วนมงคลสูตรเป็นบพทพหุงฯที่ไพเราะมาก  
(ผู้เรียบเรียง: โปรดดูบพทพหุงฯ ท้ายเล่ม)

## ๖. กลิ่นหอมขณะกำลังสอนหนังสือธรรมจักร กับปวัตตสูตร

**คำถาม :**

ขณะกำลังสอนหนังสือธรรมจักรกับปวัตตสูตร ได้กลิ่นหอม  
หอมมาก ที่ห้องจริยธรรม ให้เด็กลงมาดูข้างล่างก็ไม่มีดอกไม้ดอก  
มะลิ จนกว่าพระธรรมจักรกับปวัตตสูตรแปลจบ อันนี้หมายความว่า  
อย่างไรคะ

**คำตอบ :**

เทวดาสรรเสริญท่านลงมาร่วมอนุโมทนาด้วย คนที่มีศีล  
เท่านั้นที่เทวดาจะมา คนไม่มีศีลเทวดาจะเหม็น ศีลมีกลิ่นหอม เวลา  
เทวดามักจะเอาดอกไม้สวรรค์ลงมาด้วย ทำให้มีกลิ่นหอม คนมี  
ศีลเวลาปฏิบัติธรรมคุยถึงเทวดาองค์ไหนองค์นั้นจะมา บางทีเทวดา  
ติดตามไปไกลเป็นร้อยกิโลเมตรมีกลิ่นหอมตามไปตลอดการเดินทาง  
ธรรมจักรฯเป็นบพทพหุงฯที่พระพุทธเจ้าเทศน์ให้ปัญจวัคคีย์ ที่อยู่ใน  
ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เป็นป่าที่ศักดิ์สิทธิ์ พระปัจเจกพุทธเจ้าที่อยู่  
ป่าหิมพานต์ เวลาที่จะเข้ามาที่ชมพูทวีปจะมาลงที่นี้ หลังจากนั้นจึง  
ไปบิณฑบาต และหากประสงค์จำพรรษาจะอยู่ที่ป่าอิสิปตนมฤค  
ทายวัน พอหมดฤดูฝนจึงจะเข้าป่าหิมพานต์ พวกนี้มาเร็วไปเร็ว  
พวกนี้ชอบเล่นฤทธิ์ เป็นฤาษีมีมาก เป็นปัจเจกพุทธะมีมาก พวกนี้  
ประพาศิตนคล้ายเทวดา คนบางคนเท่านั้นที่จะทำได้ หลักก็คือ  
ต้องมีศีลเป็นพื้นฐาน

## ๗. การปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องรับศีล

### คำถาม :

การที่จะปฏิบัติธรรมเราต้องรับศีลทุกครั้งหรือเปล่า ถ้าอยู่ที่บ้านใครจะให้ศีล ถ้าคนที่ผิดศีลบ้างจะปฏิบัติธรรมได้ผลไหม

### คำตอบ :

การปฏิบัติธรรม ควรรับศีลทุกครั้งไม่เช่นนั้นจิตใจจะไม่นิ่ง หากอยู่ที่บ้านต้องทำให้มีศีลได้ด้วยตัวเอง ไม่จำเป็นต้องรับจากคนอื่น ให้ใจของเรามีศีลด้วยตัวของเราเองก็สามารถทำได้

คนที่ผิดศีลบ้างในบางครั้งมีผลต่อการปฏิบัติธรรม เพราะศีลเป็นเบื้องต้นของใจ การมีศีลจะทำให้ใจสงบ คนไม่มีศีลสามารถปฏิบัติธรรมได้แต่ไม่ก้าวหน้าพื้นฐานของจิตต้องมีศีลคุณใจจึงจะสงบ พอจิตสงบปัญญาเกิด พอปัญญาเกิดบุญบารมีจะถูกสั่งสม ต้องพยายามให้ผิดศีลน้อยลง ผิดศีลจะเกิดเป็นความไม่ดี ต้องฝึกให้ผิดศีลน้อยลงๆ จนไม่ผิดเหตุที่ผิดศีลเป็นเพราะขาดสติ ไม่ขาดสติจะไม่ผิดศีล

มีคนหนึ่งเขาเป็นคนอยู่ในสังคมพูดว่า อยากเกิดเป็นสุนัข เขาให้เหตุผลว่า สุนัขมีคนอาบน้ำเลี้ยงดูแต่งตัวให้อย่างดี นอนที่นอนอย่างดีมีคนเอาเครื่องประดับให้ใส่ความคิดเช่นนี้เป็นมิจฉาทิฐิ เพราะสุนัขเป็นสัตว์เดรัจฉาน สุนัขเวลาหิวข้าว หุงข้าวกินเองไม่ได้

เป็นภพที่อยู่ต่ำกว่ามนุษย์ เนื่องจากไม่รู้จักผู้พูดไม่รู้จะพูดแนะนำอย่างไร ให้เขาหลุดจากความคิดนี้ ได้ตัดสิ้นใจใช้คำพูดที่แรงแต่มีเจตนาดีว่า หนอนที่ชอนไชกินหมาเนา ดุมนกินอย่างเอร็ดอร่อย ให้คนไปกินหมาเนาคงไม่กิน ผู้ใดมีปัญญาผู้นั้นจะเลือกของที่ดีกว่าให้กับตน ด้วยคำพูดที่รุนแรง ทำให้เขาเปลี่ยนแนวคิด กลายเป็นคนปฏิบัติธรรม และยังนำคนอื่นเข้าปฏิบัติธรรมด้วย ถ้าเป็นสิ่งที่ผิดก็ทำให้น้อยลง แล้วสั่งสมความดีเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ

เคยถามพระว่าเวลาท่านไปบิณฑบาตมีผู้นำรับข้าวหมากใส่บาตร ท่านจะฉันหรือไม่ พระตอบว่า “ฉัน” ถามว่าผิดศีลไหม พระบอกไม่ผิดเพราะข้าวหมากไม่ใช่สุรา ผู้ที่เรียนมาทางสายวิทยาศาสตร์จะรู้ว่า เป็นสิ่งเดียวกันคือเป็นแอลกอฮอล์ ถ้าท่านรู้จริงต้องไม่ฉันอย่างพระอรหันต์เห็นกล้วยสุกในป่า หิวก็หิวไม่ได้ฉันอาหารมาสามวันเห็นกล้วยสุกอยู่บนต้นก็ฉันไม่ได้ เพราะกล้วยมีเจ้าของต้องรอคนมาประเคนก่อน แต่พระที่รู้จริงจะฉันโดยไม่ต้องมีการประเคน

## ๘. คนมีมิจฉาชีพทำบุญ

### คำถาม :

คนบางคนทำงานเป็นมิจฉาชีพจนร่ำรวย ในขณะที่เดียวกันเขาก็ทำบุญมากด้วย ปัจจุบันก็ยังทำอาชีพนี้อยู่ เป็นเพราะเหตุใดเขายังคงร่ำรวยอยู่ทุกๆ ที่ทำอาชีพที่ไม่ถูกต้อง

## คำตอบ :

บุญก็ส่วนบุญ บาปก็ส่วนบาป ต้องแยกออกจากกัน ต้องซึ่งนำหน้ากว่าตัวไหนให้ผลก่อน ถ้าเป็นกุศลวิบากให้ผล เขาก็ยังสุขสบายอยู่ เมื่อกุศลวิบากหมดไป แล้วอกุศลวิบากให้ผล จะเกิดเป็นความเดือดร้อน ด้วยเหตุนี้เขายังคงรำรวยอยู่ได้ เป็นเพราะเขาให้ทรัพย์เป็นทานมากกว่าบาปที่ทำอยู่เสมอ กรรมไม่ดีจึงยังตามให้ผลไม่ทัน

พระพุทธเจ้าตรัสไม่ให้ประมาท ด้วยการประกอบความเพียร ๔ อย่าง คือ ความชั่วใดที่ยังไม่เกิด ต้องเพียรไม่ให้เกิดขึ้น ความชั่วที่มีอยู่แล้วต้องเพียรทำให้หมดไป ความดีใดที่ยังไม่มีต้องเพียรทำให้เกิดมีขึ้น และเพียรรักษาความดีให้คงอยู่ตลอดไป

ฟังธรรม เทศน์ธรรม มีอยู่ในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ผู้ฟังได้บุญ ผู้บรรยายธรรมได้บุญ แล้วผู้ฟังรีบไปบอกต่อให้ผู้อื่นฟัง ผู้ฟังก็จะได้บุญเพิ่มขึ้นอีกด้วย ดังนั้นก่อนฟังเทศน์ธรรมะให้ชวนเทวดาที่อยู่รอบตัวฟังด้วย ชวนเพื่อนที่มองไม่เห็นตัว (อมนุษย์) จะได้เพื่อนตอบกลับมาไม่ใจแคบฟังธรรมะคนเดียว คนมีธรรมจึงเผื่อแผ่ถึงเทวดา สัตว์เดรัจฉาน ให้ได้บุญด้วย

ที่ผู้บรรยายพูดมาตั้งแต่ต้นให้เอาไปคิดดู คำพูดคำแนะนำใดทำแล้วเป็นการสั่งสมบาป หรือทำแล้วต้องเวียนว่ายตายเกิดใน

วัฏฏะไม่ดี ทำแล้วต้องเป็นบุญเป็นบารมีสะสมแล้วดี ให้วิเคราะห์ดูที่มีการเรียไรสร้างโน่นสร้างนี่ ไม่ใช่หนทางที่จะนำสู่ความหลุดพ้น ชวนให้ใจหลุดจากวัตถุ คือ เนกขัมมะ นั่นแหละคือของดีจริง พระพุทธเจ้าให้สละไม่ให้อึดติด ให้ทำใจเป็นอิสระให้มีความสุขไปทำตรงกันข้ามถือว่าผิด เพราะผู้บรรยายไม่เชื่อมาก่อน เมื่อพิสูจน์ได้แล้วจึงรู้ว่าเป็นของจริง บาปใดที่มีอยู่ก่อนแล้วต้องลดละ เลิก จนหมดไป แล้วทำความดี ให้ยิ่งใหญ่ ยิ่งๆ ขึ้นไป

คนหนึ่งมาคุยที่บ้านและพูดว่าตอนนี้ อฉันไม่ทำความชั่วแล้ว ทำแต่ความดี สร้างโน่นสร้างนี่ให้วัด ผู้บรรยายได้ฟังเขาคุยไปเรื่อยๆ เมื่อเขาหยุดคุย จึงบอกว่า ทำแต่ความดีไม่ทำความชั่ว ก็จงอย่าให้ความชั่วเกิดขึ้น เขางงและถามว่าความชั่วอะไร จึงได้บอกเขาว่า คุณยังมีความโกรธอยู่ การโกรธเป็นความดีหรือความชั่ว เขาจึงเข้าใจ ผู้ใดฝึกมาผู้นั้นก็รู้ด้วยตัวเอง เพราะผู้บรรยายไม่เชื่อจึงไปพิสูจน์ตามหลักวิทยาศาสตร์ อ่านพระไตรปิฎกยังหาข้อผิดพลาดไม่ได้ เป็นเรื่องจริงทั้งนั้น เหตุผลที่เริ่มอ่านพระไตรปิฎกเพราะเมื่อ ๓ ปีที่แล้วมีโอกาสได้ไปประเทศอินเดีย เจอคุณอาจารย์ อาริราชกูร์ มีความแตกฉานมากในเรื่องพระธรรมวินัย ไก่ล้นวันท้ายๆ ของการเดินทาง เขาให้ทุกคนในรถบัสพูดว่าประทับใจอะไรบ้างในประเทศอินเดีย สำหรับผู้บรรยายบอกว่าไม่ได้ตื่นเต้น ไม่ได้ประทับใจอะไร รู้สึกเฉยๆ แต่สิ่งที่คิดว่าจะทำเมื่อกลับไปถึงเมืองไทยแล้วก็คือ ศึกษา





พระไตรปิฎกตามอย่างคุณอนาถะ และ คึกษาพระไตรปิฎกให้รู้มาก ยิ่งขึ้น จึงมีเรื่องต่างๆ มาเล่าให้ฟัง เช่น เรื่องมหาเวทกอบาสก เรื่อง วัสสการพราหมณ์ เรื่องโตเทยยพราหมณ์ ฯลฯ

โตเทยยพราหมณ์ร่ายเป็นมหาเศรษฐีและขี้นเหียว ไม่เชื่อใน พระพุทธศาสนา หวงสมบัติ ตายแล้วไปเกิดเป็นลูกหมาในบ้านเฝ้า สมบัติตัวเอง ลูกชายเห็นลูกหมาตัวนี้รักมาก ให้กินอย่างดี จัด ที่นอนให้อย่างดีสะอาด อยู่มาวันหนึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรวจสอบดู ว่าเช้าวันนี้จะไปโปรดใครดี ได้เห็นลูกชายของโตเทยยพราหมณ์ ว่า เขาพร้อมแล้วที่จะเปลี่ยนความเห็นและหันมานับถือพระพุทธศาสนา เช้าวันนั้นพระพุทธเจ้าเสด็จองค์เดียวออกบิณฑบาตโดยไม่ชวนใคร แม้แต่พระอานนท์ก็ ไม่ชวนไม่ได้คาดหวังว่าจะได้รับอาหารจากการ บิณฑบาต แต่หวังที่จะสอนลูกชายของโตเทยยพราหมณ์ จึงไปยืน อุ้มบาตรอยู่หน้าบ้าน ลูกหมาตัวนั้น (อดีตโตเทยยพราหมณ์) มา เฝ้าโฮงๆ อยู่หน้าบ้าน พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า

“โตเทยยพราหมณ์เมื่อชาติก่อนที่เจ้าเป็นมนุษย์เจ้าก็ทำพลาด มาแล้ว ชาตินี้เจ้ายังมาเฝ้าไล่เรอีกหรือ ตายจากสุนัขไปแล้วจะไป เกิดในนรก”

หมาฟังรู้เรื่องเสียใจมากกลับไปคลุกขี้เถ้า ไม่นอนบนที่นอน แล้ว พอลูกชายกลับมาเห็นหมาเปลี่ยนพฤติกรรม จึงถามคนใช้ว่า

“ทำไมพฤติกรรมของลูกหมาผิดแปลกไป”

คนใช้บอกว่า

“วันนี้พระพุทธเจ้าเสด็จมายืนอยู่หน้าบ้านแล้วพูดกับลูกหมาในทำนองที่ว่า โตเทยยพราหมณ์มาเกิดเป็นลูกหมา”

ลูกชายคือสุภมาณพโกรธมาก ไปหาพระพุทธเจ้าที่มหาวิหาร เชตวันด้วยประสงค์ไปต่อว่า

“ท่านเถิดดีอย่างไรมาว่าพ่อข้าพเจ้ามาเกิดเป็นลูกหมาพราหมณ์ ทั้งหลายบอกว่าพ่อไปเกิดเป็นพรหม”

พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่าอยากพิสูจน์ใหม่ว่าพ่อมาเกิดเป็นสุนัข จะบอกวิธีให้ สุภมาณพพูดว่าดีถ้าพระพุทธเจ้าพูดไม่จริงจะได้ไป โพนทนาให้คนอื่นไม่เชื่อศาสนาพุทธปรากฏว่าสุภมาณพยอมพิสูจน์ พระพุทธเจ้าบอกให้หุงข้าวมธุปายาสมีน้ำน้อยแล้วให้สุนัขกิน พอ กินแล้วปล่อยให้สุนัขนอนหลับแล้วไปกระซิบที่หูของสุนัขพูดว่า

“พ่อ สมบัติก่อนจะตายยังมีอีกไหม ถ้ามีเก็บไว้ตรงไหนช่วย บอกด้วย”

สุภมาณพทำตามคำแนะนำ ปรากฏว่าลูกหมาดีใจ ที่ลูกชายรู้แล้วว่าเรามาเกิดเป็นหมา ดีใจลุกขึ้นไปตะกุยพื้นดินตรงที่ฝังสมบัติ ไว้ ขุดขึ้นมาจริง สุภมาณพจึงศรัทธาในพระพุทธเจ้า หันมานับถือ ศาสนาพุทธตั้งแต่นั้นมา

เพราะความหลงสมบัติ เลยไปเกิดเป็นสุนัข บางคนความหลง เป็นเหตุไปเกิดเป็นงู เป็นพญานาค บางคนมาหาผู้บรรยายจะยก

สมบัติให้ สมบัติปฏิเสธพวกนั้น ผู้บรรยายไม่สนใจ คินวันหนึ่งฝันเห็นงูประหลาดตัวใหญ่มาก พอรุ่งเช้าขับรถไปดูคนที่จะยกสมบัติให้ได้ตายและไปเกิดเป็นพญานาคเฝ้าสมบัติเก่าๆของตัวเอง นั่นคือความหลง ความหลงมีโทษมาก เดียวนี้โตเทยยพราหมณ์คงลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรกแล้ว

ใครแสวงหาอะไรก็ได้เช่นนั้น แสวงหาทรัพย์ก็ได้ทรัพย์ แสวงหาความดีก็ได้ความดี แสวงหาความชั่วก็ได้ความชั่ว มโน มยา สำเร็จด้วยใจสำเร็จดีสำเร็จไม่ดีอยู่ที่ตนเองเป็นผู้ทำ ไปพิจารณาดูนะ ปฏิบัติภาวนาเป็นบุญใหญ่สุด สาวกของพระพุทธเจ้ายอมรับว่า อามิสฺสุชาทั้งหลายไม่ใหญ่เท่าปฏิบัติบูชา

ทานคือการให้ การสละ การบริจาค ผู้ใดมั่นคงในการให้ทาน อานิสงส์คือกิเลสจะหลุดเร็ว การให้โอกาส อย่างท่านทั้งหลายให้โอกาสตัวเอง เขาฟังบรรยายก็เป็นทานอย่างหนึ่ง คนที่เกิดมาแล้วไม่ทำทานไม่รวย คนที่ทำทานอย่างยิ่งยวด ได้แก่พระเวสสันดรยก ลูกทั้งสองเป็นทานแก่ชูชก เป็นทานปรมัตถบารมี ผู้อื่นที่บารมีไม่ถึงให้ลูกเป็นทานไม่ได้ ผู้ใดบำเพ็ญบารมีทานถึงให้ลูกเป็นทานได้ การให้อภัยเป็นทาน ดีกว่าให้วัตถุอีก ผู้ใดถูกเบียดเบียนคิดว่าช่างมันเถอะ ให้อภัย เจอกันไม่นานเดี๋ยวก็ต่างคนต่างไป เขามารวิเรา ทำให้เราเดือดเนื้อร้อนใจ ช่างมันเถอะ ไม่เป็นไร

คำว่าไม่เป็นไรเป็นคำที่ลึกลับซึ่งมาก มีฝรั่งคนหนึ่งมาช่วยพัฒนาการศึกษาตอนที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เปิดใหม่ๆ มาช่วยสร้างระบบการศึกษาจนมันคงอยู่เดี๋ยวนี้ ชาวต่างชาติคนนี้พูดไทยได้ และซึ่งใจในคำว่า “ไม่เป็นไร” ความหมายยิ่งใหญ่นะ วิเคราะห์ให้ดี เป็นภูมิปัญญาทางพระพุทธศาสนา ในที่สุดเขาตีความหมายได้แตก เขาจึงเอาชื่อนี้ไปตั้งชื่อบ้านว่า “ไม่เป็นไร” อยู่ที่ประเทศอังกฤษ นักเรียนไทยไปเห็นนี่เป็นบ้านคนไทยนี่ พอเข้าไปดูเป็นบ้านฝรั่ง คุณกันรู้เรื่องเพราะเขาพูดภาษาไทยได้ เพราะฉะนั้นการทำทานมีอยู่ทุกโอกาส ให้เราทำ วัตถุทานได้อานิสงส์แค่นี้ อภัยทานได้อานิสงส์ใหญ่ ให้ปัญญาเป็นทานได้อานิสงส์สูงสุด

## ๙. ความสุขที่แท้จริง

**คำถาม :**

ความสุขที่แท้จริงของคนอยู่ที่ไหน

**คำตอบ :**

ความสุขที่มนุษย์ทั่วไปแสวงหาเรียกว่า “กามสุข” กามสุขเป็นความสุขที่เกิดจากการสัมผัสด้วยตาหูจมูกลิ้นกายใจตาเห็นรูปสวยๆ กินอาหารอร่อยๆ เป็นกามสุข กามสุขมีความละเอียดน้อย หยาบระยะเวลาลั้น และมีความสุขขุ่นปน จะมีความสุขมากก็มีทุกข์ตามมาด้วย สุขกับทุกข์ในโลกีย์เป็นของคู่กัน เอาสุขอย่างเดียวทุกข์ไม่เอา เป็นไปไม่ได้ผิดกฎธรรมชาติ จะเอาความสุขความทุกข์ก็มาด้วย เช่น

ไปกินอาหารอร่อย ขับรถไปกว่าจะถึงก็เหนื่อยก็หิว ไปถึงคนมากิน  
กันมากต้องไปรอต่อคิว ต้องมีทุ๊กก่อน คนส่วนใหญ่ แสวงหากาม  
สุขจากการดูหนังฟังเพลง จากการท่องเที่ยวไปดูนั่นดูนี่ เหล่านี้  
เป็นกามสุข

สุขที่ยิ่งใหญ่กว่ากามสุข คือสุขที่เกิดจากจิตสงบ อย่างความ  
สุขที่เกิดจากการได้มาฝึกกรรมฐานมาฝึกเนกขัมมะ สุขตัวนี้ยิ่งใหญ่  
เป็นสุขที่ละเอียดประณีตและยืนยาวกว่า กลับไปที่บ้านไม่สุขอย่างนี้  
อยู่ที่นี้มีความสุขมากกว่า เพราะไม่มีสิ่งกระทบที่เลวร้าย มีแต่สิ่ง  
กระทบดี ๆ จิตสงบ พอจิตสงบก็มีความสุข บางสำนักที่มีคนไปฝึก  
กันมาก ทำให้จิตสงบได้เพราะมีศีล วินัยดี หรือบางสำนักที่มั่นคง  
เหนียวแน่นอยู่กับธรรมะ แม้จะอภิปรายปัญหาหรือปัญญาทางพุทธะ  
ไม่ถูกต้อง แต่ยังมีศีลมีความสงบมีความสุข สุขที่เกิดจากใจสงบ  
เรียกว่าทิพย์สุขแต่สุขสุดท้ายนี้พูดไม่ได้ “วิมุตติสุข” เพราะยังเข้าไม่ถึง  
แก่น้ำจิตเข้าสมาบัติได้ ยังหลงคิดว่าเป็นนิพพาน มีความสุขเป็น  
ร้อยเท่าของความสุขที่เราอยู่ในปัจจุบัน



## บทสวดมนต์บทพาหุงฯ

(พุทธชัยมงคลคาถา)<sup>1</sup>



## บทสวดมนต์บทพาหุงฯ (พุทธชัยมงคลคาถา)<sup>1</sup>

ตั้งนะโม ๓ จบ

### บทสวดมนต์ คำแปล

- พาหุง สหัสสละมะภินิมิตะสาวุธันตัง  
ครีเมชะลัง อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง  
ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ได้เอาชนะพระยามารผู้เนรมิตแขนมากตั้งพัน  
ถืออาวุธครบมือ ชีข้างครีเมชะละ มาพร้อมกับเหล่าเสนามาร  
ซึ่งโหดร้ายก็กำบัง ด้วยวิธีอธิษฐานถึงทานบารมี เป็นต้น,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ

- มาราคิเรกะมะภิชุฉิตะสัพพะรัตติง  
โฆรัมปะนาฬะวะกะมักกะมะถัถะยักขัง  
ขันตีสุทนต์ะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
- อนึ่งพระจอมมุนี ได้เอาชนะยักษ์ชื่อ อาฬวกะ ผู้มีจิตหยาบ  
กระด้าง ผู้ไม่มีความอดทน มีความพิลึกน่ากลัวกว่าพระยามาร  
ซึ่งได้เข้ามาต่อสู้อย่างยิ่งยวดจนตลอดคืนยันรุ่ง ด้วยวิธี  
ทรมานอันดี คือ ขันติ ความอดทน,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ
- นาฬาคีริง คะชะวะรัง อะตัมัตตะภูตัง  
ทาวักคิจักกะมะสะนีวะ สุทาร์อุณตัง  
เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ได้เอาชนะช้างตัวประเสริฐ ชื่อ นาฬาคีรี ที่เมา  
ยิ่งนัก และแสนจะดุร้าย ประดุจไฟป่าจักรวาลและสายฟ้า ด้วย  
วิธีรดลงด้วยน้ำ คือ ความมีพระทัยเมตตา,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ



- อุกขิตตะชัคคคะมะตีหัตถะสุทธารุณันตัง  
ธาวันตีโยชะนะปะถังคูลิมาละวันตัง  
อิทธิภิสังชะตะมะโน ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ทรงคิดจะแสดงอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์ จึงได้  
เอาชนะโจรชื่อ องคูลิมาล ผู้แสนจะดุร้าย มีฝีมือ ถือดาบวิ่ง  
ไล่พระองค์ไปสิ้นระยะทาง ๓ โยชน์,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ
- กัตวานะ ภัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินิยา  
จิฏฺญายะ ทุฏฐะวะจะนัง ชะนะกายะมัชเฌ  
สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ได้เอาชนะคำกล่าวใส่ร้ายของ นางจิฏฺฐมาณวิกา  
ซึ่งทำอาการเหมือนดั่งตั้งครรภ์ เพราะเอาท่อนไม้กลมผูกไว้  
ที่หน้าท้อง ด้วยวิธีทรงสมาธิอันงาม คือ ความกระทำพระทัย  
ให้ตั้งมั่นหนึ่งเฉย ในท่ามกลางหมู่ชน,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ

- สัจจัง วิหายะ มะตีสัจจะกะวาทะเกตุง  
วาทากิโรปิตะมะนัง อะตื้อนธะภูตัง  
ปัญญาปะทีปะชะลิตโต ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ผู้รุ่งเรืองด้วยแสงสว่าง คือ ปัญญา ได้เอาชนะ  
ลัจจกะนิครนถ์ ผู้มีความคิดมุ่งหมายในอันจะละทิ้งความสัตย์  
มีใจคิดจะยกถ้อยคำของตนให้สูงประดุกยกธง และมีใจ  
มีตมยึ่งนัก ด้วยการใช้อุทธานแสดงเทศนาให้ถูกใจ,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ
- นันโทปะนันทะภุชะคัง วิพุทฺธัง มะหิทฺธิง  
ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต  
อิทธิปะเทสะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ได้เอาชนะพญานาคราช ชื่อ นันโทปะนันทะ ผู้มี  
ความรู้ผิด มีฤทธิ์มาก ด้วยวิธีบอกอุบายให้พระโมคคัลลาน  
เถระพุทธชินนโรส แสดงฤทธิ์เนรมิตกายเป็นนาคราช ไป  
ทรมานพญานาค ชื่อ นันโทปะนันทะ นั้น,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ



- ทศคาหะทิมุขุชะเคนะ สุกุฏฐะหัตถัง  
พรหมัง วิสุทธิชุตติมิทธิพะกาภิธานัง  
ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท
- พระจอมมุนี ได้เอาชนะพระพรหมผู้มีนามว่า ท้าวพกาพรหม  
ผู้มีฤทธิ์ คิดว่าตนเป็นผู้รุ่งเรืองด้วยคุณอันบริสุทธ์ มีมืออัน  
ท้าวภุชงค์คือทิมุขุที่ตนถือผิดร์ดิ่งไว้แน่น เพราะมีจิตคิดถือ  
เอาความเห็นผิด ด้วยวิธีวางยา คือ ทรงแสดงเทศนาญาณ  
ให้ถูกใจ,
- ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ
- ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแต่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธ  
ชัยมงคลนั้นเถิดฯ
- เอตปิ พุทธะชะยะมังคะละอัฏฐะคาถา  
โย วาจะโน ทินะทีเน สระเต มะตันที  
หิตวานะเนกะวิวิธานิ จุปัททะวานิ  
โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร สะปัญโญ ฯ
- บุคคลใดมีปัญญา ไม่เกียจคร้าน สวดและระลึกถึงพระพุทธ  
ชัยมงคล ๘ คาถาเหล่านี้ทุกๆ วัน บุคคลนั้นจะพึงละความ  
จัญไรอันตรายทั้งหลายทุกอย่างเสียได้ และเข้าถึงความหลุด  
พ้น คือ พระนิพพานอันบรมสุข นั้นแลฯ

1 - ที่มา: เว็บไซต์ของสำนักหอสมุดกลางมหาวิทยาลัยรามคำแหง

## รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือธรรมปฏิบัติ

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณสุภาพ แก้วมณี	๑๕,๙๐๐
๒	คุณดาริน ตั้งทรงจิตรกุล	๖,๘๒๐
๓	คุณลิตสม สงวนวงศ์	๔,๑๐๐
๔	คุณสุมาลี จิตตารมย์	๔,๐๐๐
๕	คุณชื่นจิตร	๔,๐๐๐
๖	คุณพฤดี แสงกระจ่าง	๔,๐๐๐
๗	คุณนันทพงษ์ มีน้อย	๓,๑๕๐
๘	คุณวราภรณ์	๓,๐๐๐
๙	ดร.สนอง-คุณทวีศรี วรอุไร	๓,๐๐๐
๑๐	คุณชิตชม	๒,๙๐๐
๑๑	คุณศิริอร ไบทางวิจิตรนุช	๒,๘๐๐
๑๒	คุณอรุณี ตันติไพจิตร	๒,๖๙๐
๑๓	คุณตา	๒,๖๐๐
๑๔	คุณมาลี พีรพิสุทธ์	๒,๕๐๐
๑๕	คุณวีรวรรณ เหมทานนท์	๒,๔๐๐
๑๖	คุณสมภาพ แนวฤทธิกุล	๒,๑๘๐
๑๗	คุณวิดา เงินนำโชค	๒,๑๕๐
๑๘	คุณมานะ คงลิทธิวงศ์	๒,๐๐๐
๑๙	ภ.ญ.ดวงกมล จันทรางศุ	๒,๐๐๐
๒๐	คุณอรพิน บุญลาภ	๒,๐๐๐
๒๑	คุณแม่เลี่ยมฮั่ว แซ่ลี	๒,๐๐๐
๒๒	คุณอาภรพรรณ	๒,๐๐๐
๒๓	คุณขวัญชนก	๒,๐๐๐
๒๔	คุณภาวิณี โชคทวีโชค	๒,๐๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๕	คุณมะหะมิต เจริญสุข	๒,๐๐๐
๒๖	คุณยงยุทธ-คุณวารุณี ชูเกียรติวัฒนากุลและพ่อแม่	๒,๐๐๐
๒๗	พลตรีหญิงจินตนา อัตนวานิช	๑,๗๒๐
๒๘	คุณนมาดล สันติภากรณ์	๑,๗๑๐
๒๙	คุณภาวณา มาลา	๑,๖๐๐
๓๐	คุณมานะ คงสิทธิวงศ์	๑,๔๒๐
๓๑	คุณเพชรลดา เหมะจันทร์	๑,๔๒๐
๓๒	คุณสุภาพร เกษวิริยการ	๑,๔๐๐
๓๔	คุณพวงทิพย์ หวังหลี่	๑,๓๗๐
๓๕	คุณรมิดา วราวิรกุล	๑,๓๓๐
๓๖	คุณญาณนท์ เลิศประสิทธิ์วงศ์	๑,๒๘๐
๓๗	คุณไพวัลย์ เข้มภัก	๑,๒๔๐
๓๘	คุณอนุชา เผ่าพงศ์ช่วง	๑,๒๑๐
๓๙	คุณนันทินันท์ ฉัตรหลวง	๑,๒๐๐
๔๐	คุณจิราภรณ์	๑,๒๐๐
๔๑	คุณจันทร์วิไล	๑,๐๖๐
๔๒	คุณบุญชู วิงวรรณ	๑,๐๕๐
๔๓	คุณอรทัย อินทวงศ์	๑,๐๐๐
๔๔	คุณสว่าง จิตต์มัน	๑,๐๐๐
๔๕	คุณพลขจร พลละคร	๑,๐๐๐
๔๖	คุณโชคชัย	๑,๐๐๐
๔๗	คุณพรพรรณ อภิชิตวิทยา	๑,๐๐๐
๔๘	คุณเรวัต-คุณวัลยา แสงนิลและครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๙	คุณคันสนีย์ สวันตร์จัน	๙๗๐
๕๐	คุณปรีดา ประทุมมา	๙๒๐
๕๑	คุณเยาวลักษณ์ กัตัญญเสริมพงศ์	๘๘๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๕๒	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๘๑๐
๕๓	พ.ต.ท.ชินวร โบราณินทร์	๘๐๐
๕๔	คุณวันศิริ ลิ้มศิลา	๗๘๐
๕๕	คุณพันดวงค์ ธรรมรัตน์กุล	๗๖๐
๕๖	คุณประไพพิศ สุปรารภ	๗๖๐
๕๗	คุณนุชสรนา นุชาติ	๗๕๐
๕๘	คุณแสนสุข ปิยธิรกุล	๗๕๐
๕๙	บจก.นีโอแอนด์ แอสโซซิเอทส์	๗๒๐
๖๐	คุณประไพพิศ สุปรารภ	๖๘๐
๖๑	คุณประกอบ มานะจิตต์	๖๕๐
๖๒	คุณศิริบุญญาณี พงษ์พิทักษ์โสภณ	๖๒๐
๖๓	คุณสุวิดา เงินนำโชค	๖๒๐
๖๔	คุณพนารัตน์ ทองกรณ์	๖๑๐
๖๕	คุณชอ-คุณอารีย์ มงคลสวัสดิ์	๖๐๐
๖๖	คุณพัชระ ศิริชัยวัฒน์	๕๘๐
๖๗	คุณอนันต์ อุดมสุข	๕๖๐
๖๘	คุณวิรัตน์ รัตน์รังสีโรจน์	๕๕๐
๖๙	คุณอรนุช ลิ้มเทียมเจริญ	๕๒๐
๗๐	คุณราเชนทร์ อินทร์ยา	๕๑๐
๗๑	คุณภาวณา มาลา	๕๐๐
๗๒	พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๕๐๐
๗๓	คุณนิภา นิคมชัยประเสริฐ	๕๐๐
๗๔	คุณอรวรรณ-คุณสุขชัย-ต.ญ.เบญจลดา กอประเสริฐศิริ	๕๐๐
๗๕	คุณทรงวิฒิ-คุณวรรณมา	๕๐๐
๗๖	คุณบำเพ็ญ พลละคร	๔๙๐
๗๗	คุณพรทิพย์ นาที่ทอง	๔๘๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๗๘	คุณไพบูลย์ นิเมิตยงสกุล	๔๖๐
๗๙	คุณวดี จันทนภุมมะ	๔๕๐
๘๐	คุณฐิติพงษ์ พิณจักษ์	๔๕๐
๘๑	นพ.เมธี พงษ์กิตติหัตถ์	๔๔๐
๘๒	คุณณัฐฐารมย์ เอกสมุทรรักษ์	๔๓๐
๘๓	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๔๒๐
๘๔	คุณชัยพร แซ่เอ็ง	๔๐๐
๘๕	คุณสมร จิตรแหง	๔๐๐
๘๖	คุณธัญญาพร แซ่เอ็ง	๔๐๐
๘๗	คุณอภิพร ตติยาวิบูลย์	๔๐๐
๘๘	คุณประนอม ทรัพย์สาร	๓๘๐
๘๙	คุณชูศรี คงสกุล	๓๘๐
๙๐	คุณชนาภา กิ่งไพรงาม	๓๗๐
๙๑	รศ.ดร.สุภัณฑิตา นิมรัตน์	๓๗๐
๙๒	คุณรมิดา วราวีรกุล	๓๗๐
๙๓	คุณอำภามารณ์ เรืองอนุสรณ์	๓๗๐
๙๔	คุณสุรณี จันทจำปา	๓๖๐
๙๕	คุณนวรรตน์ เหล่าชวลิตกุล	๓๕๐
๙๖	คุณอมรลักษณ์ ศรีมุขดา	๓๔๐
๙๗	คุณภาณุวัชร เป่าหุทธรรักษ์	๓๓๐
๙๘	คุณชนัญญา ปิ่นแก้วประเสริฐ	๓๒๕
๙๙	คุณรมณ ชาทะศิริกุล	๓๒๐
๑๐๐	คุณอุษา ส่ง่างาม	๓๒๐
๑๐๑	คุณเสรีภาพ ชาธิพา	๓๐๐
๑๐๒	คุณเอกบุญ ปลั่งศิริ	๓๐๐
๑๐๓	คุณฐานิตา จันทร์วิวัฒน์กุล	๓๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๐๔	คุณชวลี-คุณเกียรติชาย ไมตรีวงษ์	๓๐๐
๑๐๕	พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๓๐๐
๑๐๖	คุณเสาวลักษณ์ บัวพัฒน์กุล	๓๐๐
๑๐๗	คุณภรภัทร กาญจนกุล	๓๐๐
๑๐๘	คุณจอมพงษ์ ศิริยะวงษ์	๒๖๐
๑๐๙	คุณทิพย์นิยนา แซ่แต้	๒๖๐
๑๑๐	คุณชาญชัย ทรรษมนตรี	๒๕๐
๑๑๑	คุณคณิตา ยอดบริบูรณ์	๒๕๐
๑๑๒	คุณกาญจนา ทิลภานากุล	๒๕๐
๑๑๓	คุณสุรางค์ พงษ์	๒๕๐
๑๑๔	คุณเบญญาภา	๒๕๐
๑๑๕	คุณมานพ อภิวานิชยพงศ์	๒๕๐
๑๑๖	คุณวิมลรัตน์ เจนจรัสสกุล	๒๔๐
๑๑๗	คุณศิริธร ประทุมมาภรณ์	๒๓๐
๑๑๘	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๒๒๐
๑๑๙	คุณเรณู พิณจักษ์	๒๑๕
๑๒๐	คุณณัฐกานก สีนะบรรจง	๒๑๐
๑๒๑	คุณณิชาภา วิจิตรเดชากุล	๒๐๐
๑๒๒	คุณจิตต์วรา ฐานวรกุล	๒๐๐
๑๒๓	คุณศรีวรรณ สุขแสนไกรศรี	๒๐๐
๑๒๔	คุณพยอม มณีพิทักษ์	๒๐๐
๑๒๕	คุณวนารี สม่ใจดี	๒๐๐
๑๒๖	คุณวิโรปรีชา ศรีประเสริฐภาพ	๒๐๐
๑๒๗	คุณมาลี ศรีสดสุข	๒๐๐
๑๒๘	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๒๐๐
๑๒๙	คุณธันยพร แซ่ลิ้ม	๒๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๓๐	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๑๙๐
๑๓๑	คุณประยูร อาทิต	๑๘๐
๑๓๒	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๑๖๐
๑๓๓	คุณสุพัชรี จันทปัญญา	๑๕๐
๑๓๔	คุณณัฐเอก ดุษฎีประเสริฐ	๑๕๐
๑๓๕	คุณอรุณรัตน์ ตันติวงษ์	๑๔๐
๑๓๖	คุณรุจนา บรรจงศิลป์	๑๔๐
๑๓๗	คุณกนกวลัย เลขรัตน์	๑๔๐
๑๓๘	คุณกุลธิดา ภัทรโชคช่วย	๑๐๐
๑๓๙	คุณนาถดา มีฤกษ์งาม	๑๐๐
๑๔๐	คุณชวนสม ศุภวรรณแจษฎ์	๑๐๐
๑๔๑	คุณภาณุวัชร เผ่ายุทธธรรม	๑๐๐
๑๔๒	คุณบุปผา บุญสม	๑๐๐
๑๔๓	คุณเอกลักษณ์ กัญญาประสิทธิ์	๘๐
๑๔๔	คุณสุรีย์ บุญยสสมนพงศ์	๘๐
๑๔๕	คุณรัชนีวรรณ วงศ์พิพัฒน์ทวีป	๖๐
๑๔๖	คุณจารุวรรณ เขียวมณี	๖๐
๑๔๗	คุณตู๋	๖๐
๑๔๘	คุณอำพัน ลีลาภรณ์	๖๐
๑๔๙	คุณทิพย์สุดา แก้วบัว	๕๐
๑๕๐	คุณชัชชนก เกาเทพฤฒาราม	๓๐
๑๕๑	คุณเน่งน้อย อนันต์จรุญสุข	๓๐
๑๕๒	คุณวรรณนา มุฑิตาภรณ์	๒๐
๑๕๓	คุณเพิ่มพงศ์-ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สัจจา	๒๐
	<b>รวม</b>	<b>๑๔๖,๑๔๐</b>

