

กำลังใจ ๗

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

คำนำ

กัณฑ์ที่	หน้า
๑๑๐ พุทธมามกะ	6
๑๑๑ ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว	14
๑๑๒ ข้อวัตรปฏิบัติ	22
๑๑๓ เชื่อพระพุทธเจ้า	31
๑๑๔ ปัญหาอยู่ที่ใจ	39
๑๑๕ แก่ทุกข์ที่ใจ	47
๑๑๖ ทัพพีในหม้อแกง	54
๑๑๗ ทำบุญให้ทาน	63
๑๑๘ กรรมลิติต	71
๑๑๙ ทดแทนคุณ	78
๑๒๐ เหยื่อปลายเบ็ด	87
๑๒๑ หยดน้ำบนใบบัว	95
๑๒๒ เห็นครกขึ้นภูเขา	104
๑๒๓ บาบล้างไม่ได้	112

๑๒๔	สถิติ	119
๑๒๕	ชี้นำ	128

คำนำ

ถ้าปุณฺณชนคนเราปรารถนาความก้าวหน้าในทางธรรม เราคงต้องมีความกล้าที่จะตัดสิน การกระทำของตนเองอย่างตรงไปตรงมา ว่าได้ดำเนินชีวิตมาถูกทางแล้วหรือยัง และถ้า ยังไม่ถูก ก็จะต้องยอมเสียสละความสุขทางโลก ให้ลดน้อยถอยลง และละความอยาก ความหลง ความไม่รู้จริง ให้ออกไปจากจิตจากใจให้ได้ในที่สุด

พวกเราแบก ลาม ยศ สรรเสริญและกามสุขไว้หนักเสียเหลือเกิน สิ่งนี้เหนี่ยวรั้งเราไว้ให้ เดินหลงทาง เชื่องช้า ล้มลุกคลุกคลาน มาหลายต่อหลายชาติแล้ว เราพบแต่ความทุกข์ใน ชีวิต มีแต่ความร้อนรน ความว้าวุ่นขุ่นมัวของจิตใจ แต่ก็หลงไปว่าเป็นธรรมดาของชีวิต จึงคิดผิดและหลงผิดอยู่ตลอดเวลา ก็เลสก็พอกพูนจิตใจมากยิ่งขึ้น

แม้เมื่อได้มีโอกาสเกิดมาเป็นพุทธศาสนิกชน ก็ไม่รู้ว่าการสะสมเสบียงบนเส้นทางแห่ง สายธรรมเป็นอย่างไร ไม่ศรัทธากับสิ่งที่เรารู้ ได้ยินได้ฟัง ได้อ่านได้เห็น เกี่ยวกับ พระพุทธศาสนา ปฏิบัติไม่ได้ตามคำสั่งสอนขององค์พระศาสดา เพราะกิเลสมันมีแรงดูด ใ้เราหลุดออกจากเส้นทาง มรรค ผล นิพพานอยู่ทุกขณะ เราควรจะทำอย่างไรดี

ถ้าวันนี้เราพร้อมเราจะบอกตัวเองได้ว่า เราจะหยุดความอยาก เราปรารถนาที่จะสัมผัส ความสุขที่แท้จริงของใจ เราจะลิ้มรสความอิ่มที่ใจได้รับจากการปฏิบัติซัดเกลา ทำความดี ละความชั่ว ทำให้ใจสะอาดสว่างไสว เราจะมีคามพอ เพื่อความสิ้นสุดของภพชาติ

เมื่อเรามีพระธรรมเป็นที่พึ่ง และถ้าได้อ่านมาก ได้ยินมาก ใคร่ครวญมาก และปฏิบัติ ภาวนาเสริมสร้างปัญญายิ่งขึ้นไป เราจะปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างได้ สติก็จะอยู่กับใจ ตลอดเวลา เมื่อนั้นกิเลสคงจะเข้าถึงใจเราได้ยาก ความดีที่ได้เริ่มสะสม จะเป็น บุญ บารมี เป็นเสบียงของทางธรรม ที่เป็นความโล่ง โปร่งสบาย สว่างไสว ไม่เหนี่ยวรั้งให้เรา อยู่ติดกับโลกนี้อีกต่อไป

เราจึงควร ปลด ปล่อย ภาระทางโลกเพื่อแลกกับความเป็นอิสระของใจ เมื่อนั้นเราจะ
เข้าถึง ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ใจจะพบกับสันติสุขที่แท้จริงในที่สุด

คณะผู้จัดทำ

กรกฎาคม ๒๕๕๖

กัณฑ์ที่ ๑๑๐

พุทธมามกะ

๑๙ เมษายน ๒๕๕๕

พุทธมามกะ แปลว่าผู้รับเอาพระพุทธเจ้าเป็นของตน ประกาศตนว่าเป็นผู้นับถือ พระพุทธศาสนา ถือนับถือ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ เป็นที่พึ่ง ประกอบด้วย **๑. อุบาสก ๒. อุบาสิกา ๓. ภิกษุ ๔. ภิกษุณี ๕. สามเณร ๖. แม่ชี** การถือนับถือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง หมายถึงการประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน และทรงประพฤติปฏิบัติมา หลักใหญ่ของพระพุทธศาสนา สอนให้เชื่อ**หลักกรรม** คือให้เชื่อในการกระทำ ทางกาย **วาจา ใจ** ว่าเป็นเหตุ ที่จะนำผลที่เราปรารถนาหรือไม่ปรารถนา คือ ๑.สุข ๒.ทุกข์ ให้เกิดขึ้นตามมา ถ้าปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ คือคิดดี พูดดี ทำดี ผลคือความสุขความเจริญก็จะตามมา ถ้าทำความชั่ว ทำบาป ทำกรรม ผลคือความทุกข์ความหายนะก็จะตามมา ดังในภาษิตที่ได้ยินกันเสมอว่า **ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว** นี่คือหลักของพระพุทธศาสนาที่สอนให้พุทธมามกะทุกคน เชื่อและปฏิบัติตาม เรื่องอื่นจะเชื่อก็ได้ ไม่เชื่อก็ได้ ไม่สำคัญเท่ากับหลักกรรมนี้ เรื่องอื่นจะเชื่อหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับกาลเทศะ ขึ้นอยู่กับความเหมาะสม ถ้าไม่เชื่อก็ไม่ต้องลบล้าง แต่ความเชื่อนั้นต้องไม่ขัดกับหลักพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่สอนว่า **ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว**

ถ้าเชื่อในฤกษ์ยาม แล้วก็ไปดูหมอ ให้ดูฤกษ์ดูยามให้ว่าจะไปขโมยข้าวของ เวลาไหนถึงจะดี ถึงแม้ฤกษ์ยามดี แต่การกระทำไม่ดี ถ้าทำไปผลก็ไม่ดี ถึงแม้จะขโมยข้าวของมาได้ แต่ทางพุทธศาสนาถือว่าเป็นผลเสีย จะนำมาซึ่งความทุกข์และความหายนะ ไม่ใช่จะนำมาซึ่งความสุขความเจริญ ต้องถือการกระทำเป็นหลัก ถ้าฤกษ์ยามดี แต่การกระทำไม่ดี ก็ต้องไม่ทำ ถ้าการกระทำดีแต่ฤกษ์ยามไม่ดี ทำไปแล้วผลก็ยังดีอยู่ เพราะผลขึ้นอยู่กับ การกระทำ การกระทำที่ดีจึงไม่ขึ้นกับกาลกับเวลา ทำเวลาไหนก็ดีเสมอ เพียงแต่ว่า ในบางกรณี เวลาจะทำอะไร ก็ต้องคำนึงถึงยามถึงเวลาเหมือนกัน เพื่อจะได้สำเร็จหรือ บรรลุผลที่ดีเลิศ เช่นเวลาจะมาทำบุญถวายอาหารให้กับพระวัดนี้ ก็ต้องรู้ว่าเวลาไหนเป็น

เวลาที่เหมาะ เวลาไหนเป็นเวลาที่ไม่เหมาะ เพราะว่าพระวัดนี้ท่านฉันเช้า ท่านถือ**ธุดงค์วัตร** คือฉันมื้อเดียว ถ้ามาหลังจากตอนนั้นไปแล้ว หลังจากที่พระท่านฉันไปแล้ว จะนำอาหารคาวหวานมาถวายพระ ท่านก็จะรับประเคนฉันให้ไม่ได้ นอกจากว่าถ้าเป็นของไม่เสีย ของที่เก็บไว้เนิ่นรุ่งขึ้นก็สามารถฝากไว้กับลูกศิษย์ เพื่อลูกศิษย์จะได้จัดนำมาถวายในวันรุ่งขึ้นต่อไป นี่ก็คือการดูฤกษ์ดูยาม ก็มีความจำเป็นเหมือนกัน

แต่ฤกษ์ยามไม่ใช่เป็นตัวชี้ขาด ตัวที่ชี้ขาดถึงผลอันดีเลิศ หรือผลที่เลวที่ไม่น่าปรารถนานั้น ขึ้นอยู่กับการกระทำทางกาย วาจา ใจ เป็นหลักสำคัญที่สุดของพุทธศาสนา **พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พุทธศาสนิกชนเชื่อในหลักกรรมเป็นสำคัญ** เวลาจะทำอะไร จึงต้องคำนึงเสมอว่า สิ่งที่จะทำนั้น ทำไปแล้วเกิดผลดีหรือไม่ หรือเป็นผลร้ายตามมา **การทำดี**คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่เมื่อทำไปแล้ว เกิดคุณเกิดประโยชน์ ไม่เกิดโทษกับตนก็ดี กับผู้อื่นก็ดี หรือทั้งกับตนและกับผู้อื่นก็ดี ถือว่าเป็นการทำความดี ทำไปแล้วจะมีผลดีตามมา ส่วน**การทำความชั่ว**หมายถึงการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่เมื่อทำไปแล้ว ไม่เกิดคุณ ไม่เกิดประโยชน์ มีแต่โทษ กับตัวเราก็ดี กับผู้อื่นก็ดี หรือทั้งกับตนและกับผู้อื่นก็ดี เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักทรัพย์ การประพฤตินิन्दประเวณี การพูดปดมดเท็จ การเสพสุรายาเมา การเล่นการพนัน การเที่ยวยามคำเค็น การคบคนชั่วเป็นมิตร ความเกียจคร้าน เมื่อกระทำไปแล้วจะนำมาซึ่งความเสื่อมเสียให้กับผู้ที่กระทำ และกระทบไปถึงผู้อื่นด้วย เป็นการทำความชั่ว ทำบาป ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสอนไม่ให้ทำถึงแม้ว่าฤกษ์ยามจะดีขนาดไหนก็ตาม ก็ไม่พึงกระทำ

อุบาสก อุบาสิกา คือคฤหัสถ์ชายและหญิงที่ใกล้ชิดพระศาสนา โดยประกาศถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะ มีคุณสมบัติ ๕ ประการคือ **๑. มีศรัทธา ๒. มีศีลบริสุทธิ ๓. ไม่ถือมงคลตื่นข่าว เชื้อกรรม ๔. ไม่แสวงหาบุญนอกหลักพระพุทธศาสนา ๕. ขวนขวายในการอุปถัมภ์บำรุงพระพุทธรักษา** คีลของอุบาสกและอุบาสิกาได้แก่**คีล ๕ และคีล ๘**

คีล ๕ ประกอบด้วย ๑. ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ๒. ละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓. ละเว้นจากการประพฤตินิन्दประเวณี ๔. ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ๕. ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา

ศีล ๘ ประกอบด้วย ๑. ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ๒. ละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓. ละเว้นจากการประพฤตินิยมนพรหมจรรย์ ๔. ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ๕. ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา ๖. ละเว้นจากการบริโภคอาหารในยามวิกาล คือหลังเที่ยงวันไปแล้ว ๗. ละเว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรี ดูการเล่นอันเป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์ การทัดทรงดอกไม้ ของหอมและเครื่องลูบไล้ ซึ่งใช้เป็นเครื่องประดับตกแต่ง ๘. ละเว้นจากที่นอนอันสูงใหญ่หรูหราฟุ่มเฟือย ศีล ๘ นี้มีไว้สำหรับฝึกตนให้ยิ่งขึ้นไป โดยรักษาในบางโอกาส หรือรักษาประจำอย่าง**แม่ชี** เพราะความสุขที่แท้จริงไม่ได้เกิดจากการกินนอนอย่างสุขสบาย การเสพงามไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง การเสพงามเปรียบเหมือนกับการเสพยาเสพติด เมื่อเสพงามแล้วต้องเสพไปเรื่อยๆ ต้องหามาเรื่อยๆ หามาเท่าไรก็ไม่รู้จักอิ่ม ไม่รู้จักพอ มีภรรยาหรือสามีคนเดียวก็ไม่พอต้องหามาเพิ่มเป็น ๒ เป็น ๓ เป็น ๔ ฯลฯ ไม่มีที่สิ้นสุด

นี่คือลักษณะของการแสวงหาความสุขจากการเสพงาม ซึ่งเมื่อเสพไปแล้วก็จะติด ถ้าไม่ได้เสพก็จะมีแต่ความทุกข์ความทรมานใจ แต่คนที่ฉลาด คนที่ได้ยินได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าแล้ว จะเห็นโทษของการเสพงาม แล้วก็หันมารักษาพรหมจรรย์ คือถือศีล ๘ หาความสุขจากการทำจิตใจให้สงบ ด้วยการเข้าวัด ภาวนาพระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ ฟังธรรม เป็นวิธีการหาความสุขภายในใจ เป็นความสุขที่ประเสริฐ เป็นความสุขที่ไม่มีพิษ ไม่มีภัย เป็นความสุขที่มีอยู่ในตัวเรา เป็นความสุขที่ไม่ต้องไปหาสิ่งหนึ่งสิ่งใดภายนอกตัวเรา มาบำรุงบำเรอ นี่คือลักษณะของพุทธมามกะ ที่มีความสนใจ มีความปรารถนาที่จะปฏิบัติธรรมให้ยิ่งขึ้นไป เพื่อการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เพราะเห็นว่าการเวียนว่ายตายเกิดเป็นกองทุกข์อันใหญ่หลวง เกิดมาก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย จึงปรารถนาที่จะไม่เกิด ด้วยการออกบวช เป็น**ภิกษุ ภิกษุณี สามเณร แม่ชี**

ในปัจจุบันนี้**ภิกษุณี**ได้สูญไปแล้ว คือขาดการสืบทอดมาหลายร้อยปีแล้ว ภิกษุณีในประเทศไทยจึงไม่มี สุภาพสตรีที่ปรารถนาจะบวชจึงบวชเป็น**แม่ชี** แม่ชื่อก็เป็นเหมือนกับอุบาสิกา คือถือศีล ๘ เหมือนกับอุบาสิกา ต่างกันตรงที่ปลงผม หนุนขาห่มขาว แล้วก็ออกจากบ้าน จะไม่อยู่ในบ้าน จะอยู่ที่วัดหรืออยู่ตามสำนักของแม่ชี และนอกจากการถือ

ศีล ๘ แล้วยังปฏิบัติตามศีลของพระบางข้อ เช่นหลังจากตอนกลางวันไปแล้ว ถ้าจะรับประทานอะไร ก็ต้องรับประทานในสิ่งที่พระท่านฉันได้ จะไม่รับประทานพวกนม อาหารเสริมทั้งหลาย เพราะพระท่านไม่ฉันกัน แต่ฉันในสิ่งที่พระท่านฉันกัน จะไม่อยู่สองต่อสองตามลำพังในที่ลับหูลับตากับผู้ชาย จะไม่รับของจากมือของผู้ชาย ถ้าจะรับของก็ให้ผู้ชายเขาเอาไว้บนฝ่า เหมือนกับเวลาที่พระรับของจากญาติโยมที่เป็นสีกา ก็จะทำให้วางไว้บนฝ่าแทนที่จะรับกับมือ อย่างนี้เป็นต้น นี่คือข้อวัตรปฏิบัติของแม่ชี ของสตรีที่ออกบวชปฏิบัติธรรม ส่วนผู้ชายถ้าออกบวชก็มีอยู่ ๒ ลักษณะ ถ้าอายุไม่ครบ ๒๐ ก็บวชเป็น**สามเณร**ก่อน ถือศีล ๑๐ และปฏิบัติตามข้อวัตรบางข้อ ที่พระท่านปฏิบัติ เหมือนกับที่แม่ชีปฏิบัติ ส่วนผู้ชายที่มีอายุครบ ๒๐ ขึ้นไป ก็จะบวชเป็น**พระภิกษุ** ถือศีล ๒๒๗ ข้อ คึกษาปฏิบัติธรรม คือ **ศีล สมาธิ ปัญญา** เช่นเดียวกับสามเณรและแม่ชี เพื่อมรรค ผล นิพพาน อันเป็นผลที่ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบจะพึงได้รับ ไม่ขึ้นอยู่กับเพศและวัย ไม่ว่าจะเป็ภิกษุ ภิกษุณี สามเณร แม่ชี อุบาสก หรือ อุบาสิกา เพราะพระพุทธรองค์ได้ทรงตรัสไว้ว่า **ตราบใดที่ยังมีผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ตราบนั้นพระอรหันต์จะไม่หมดไปจากโลก** จึงไม่ขึ้นอยู่กับการบวชหรือไม่บวช แต่ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบต่างหาก

นอกจากนั้นแล้วพุทธมามกะยังแยกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ **๑. ปุถุชน ๒. อริยบุคคล** ปุถุชนก็หมายถึงผู้ยังมีกิเลส มีความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่ ยังไม่มีดวงตาเห็นธรรม ส่วนพระอริยบุคคล เป็นผู้มีดวงตาเห็นธรรม มีอยู่ ๔ ประเภทด้วยกัน คือ **๑. พระโสดาบัน ๒. พระสกิทาคามี ๓. พระอนาคามี ๔. พระอรหันต์** ท่านเหล่านี้ล้วนเป็นผู้ที่ได้ชำระกิเลสไปตามลำดับแห่งการปฏิบัติธรรมของท่าน ในเบื้องต้นถ้าชำระกิเลสที่เรียกว่าสังโยชน์ ๓ ตัวแรกได้ คือ **๑. สักกายทิฏฐิ** ความเห็นว่ามีตัวตน **๒. วิจิกิจฉา** ความลังเลสงสัยในพระพุทธร พระธรรม พระสงฆ์ **๓. สีลัพพตปรามาส** ความลุ่มลุ่มในศีล ทั้ง ๓ นี้พระโสดาบันจะเป็นผู้ที่ละได้

สักกายทิฏฐิ คือการเห็นว่าร่างกายเป็นตัวตน แทนที่จะเห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นธรรมชาติ เป็นสภาวะธรรมที่ประกอบขึ้นจาก**ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ** เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้ว

ในที่สุดก็ต้องสลายดับไป ไม่มีตัวไม่มีตนในร่างกาย เรียกว่าสักกายทิฏฐิ **วิจิกิจฉา** คือ ความลังเลสงสัยในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ สำหรับ**พระโสดาบัน** ท่านจะไม่สงสัยในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เพราะเหตุใด เพราะท่านได้ปฏิบัติธรรมจนจิตของท่าน ได้หยั่งลงสู่กระแสธรรม ได้เห็นพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ อันเป็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม ตามที่พระพุทฺธเจ้าทรงแสดงไว้ เช่นทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว คือเห็นหลักกรรม เห็นว่าผู้ที่กระทำความบาปจะต้องรับความทุกข์ และก็ไม่ใช้ใครที่โทษ ก็คือใจนั้นแหละเป็นผู้ที่กระทำความบาป ก่อนที่จะพูดปดมดเท็จก็ดี หรือลักขโมยก็ดี ในเบื้องต้นใจต้องคิดเสียก่อน เมื่อใจคิดแล้วว่าวันนี้จะไปขโมยของ ก็เลยไปขโมยของ เมื่อขโมยของเสร็จแล้ว ใจก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา ทุกข์เพราะอะไร เพราะกลัวจะต้องถูกเขาจับเข้าคุกเข้าตะรางนั่นเอง

นี่แหละคือสิ่งที่พระโสดาบันเห็น คือธรรมที่ปรากฏขึ้นในใจ คือความสุขและความทุกข์ ถ้าไม่ลักขโมยใจก็ไม่มีความทุกข์ ถ้าลักขโมยใจก็มีความทุกข์ เมื่อเป็นเช่นนั้นพระโสดาบันก็จะไม่กระทำความบาป คือ จะรักษาศีล ๕ ไว้ตลอดชีวิต จะรักษาศีล ๕ ยิ่งกว่าชีวิต เพราะเห็นว่าการทำผิดศีลเป็นความทุกข์ เป็นความไม่สบายใจ ทำไปแล้วไม่คุ้มค่ากับสิ่งที่ได้มา ท่านจึงละสลัฟพตปรามาสาได้ คือการอุปคาลำในศีลนั่นเอง คือยังไม่มั่นใจว่ารักษาศีลไปทำไม รักษาศีลแล้วโง่หรือเปล่า คนอื่นเขาไม่รักษาศีล เขารำเขารวย เขาสนุกสนานเฮฮา เขาอยากจะทำอะไรเขาก็ทำได้ เขาอยากจะทำอะไรก็ไปทำสามเณรของผู้อื่น เขาก็ทำได้ เขาทำไปแล้ว เขามีความสุข เขามีความสนุกกัน แต่เรานี้โง่หรือเปล่าที่มาหลงถือศีล ๕ นี่คือลักษณะของผู้ที่มีสลัฟพตปรามาสาอยู่ในใจ แต่ถ้าได้ปฏิบัติธรรมตามแนวทางที่พระพุทฺธเจ้าทรงสั่งสอนแล้ว จนกระทั่งจิตหยั่งลงสู่พระธรรมเห็นอย่างชัดเจนว่าการทำผิดศีลทำให้เกิดความทุกข์ใจ ไม่ได้เป็นความสุขเลย และก็ไม่มีความทรมาณยิ่งกว่าความทุกข์ใจ

นี่แหละคือสิ่งที่พระโสดาบัน พระอริยบุคคลขั้นที่ ๑ จะบรรลุเห็น เมื่อเห็นแล้วท่านก็จะไม่สงสัยใน **พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์** ท่านจะไม่กลัวความตายที่จะเกิดขึ้นกับร่างกายของท่าน เพราะท่านเห็นว่าร่างกายของท่านไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เป็นตัวของท่าน เป็นสิ่งที่เกิดมาจากอาหารที่รับประทานเข้าไป อาหารก็ไม่ได้อมาจากที่โทษ ก็มาจากดิน น้ำ ลม

ไฟ เราบลูข้าว เราบลูไวกัโหน เราก็ปลุกในดินไม้ไช้หรือ มันก็ต้องมาจากดิน จากน้ำ จากลม จากไฟ และเมื่อกินเข้าไปในร่างกายของ มันก็กลายเป็นอาการ ๓๒ และเมื่อมัน แก่ มันตายไป มันก็แตกสลายกลับคืนสู่ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ นี่คือนิ่งที่พระโสดาบัน จะเห็นได้อย่างชัดเจนจากการปฏิบัติธรรมของท่าน เมื่อท่านเห็นแล้วท่านก็ไม่มี ความหวุ่นไหวกับการเป็นการตาย รู้ว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา **ธรรมอันใดมี การเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ธรรมอันนั้นย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา**

ต่อจากนั้นพระโสดาบันจะปฏิบัติต่อไป เพื่อบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นที่ ๒ คือ**พระ สกิทาคามี** ด้วยการทำให้ **ปฏิฆะ** กับ **กามราคะ** เบบางลงไป ปฏิฆะคือความหงุดหงิด ใจ กามราคะคือความยินดีในกาม คือยังยินดีในหญิง ในชายอยู่ ถ้าเป็นผู้หญิงก็ชอบ ผู้ชาย ถ้าเป็นผู้ชายก็ชอบผู้หญิง ถ้าเป็นกะเทยก็ยินดีในเพศเดียวกัน อย่างนี้เรียกว่ายังมี กามราคะอยู่ เพราะยังเห็นรูปร่างหน้าตาของคนว่ายังสวยงามอยู่ เพราะเห็นแต่เพียงผิว เฝินนั่นเอง เห็นแต่เพียงภายนอก ยังไม่เห็นภายใน ที่อยู่ภายในใต้ผิวหนังว่าร่างกายของ คนเรานั้นมีถึง ๓๒ อากาการด้วยกัน ที่เห็นๆกันนั้น เราเห็นเพียง ๕ อากาการภายนอก คือ **ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง** เท่านั้นเอง แต่ยังไม่เห็นอาการที่ซ่อนอยู่ใต้ผิวหนัง เช่น เนื้อ เอ็น กระดูก อวัยวะต่างๆ ตับ ไต ปอด หัวใจ ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ เยื่อในสมอง อาหารที่ รับประทานเข้าไป ที่อยู่ภายในลำไส้ ที่จะต้องถูกขับออกมาต่อไป น้ำเลือด น้ำหนอง ฯลฯ

นี่แหละคือนิ่งที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในใต้ผิวหนังของร่างกาย ถ้าไม่เคยได้ยั้งได้ฟังธรรมมาก่อน ก็จะไม่รู้ว่ายังมีสิ่งทีซ่อนเร้นอยู่ภายในใต้ผิวหนังอยู่ ถ้าใช้ปัญญาแยกแยะดูอยู่เรื่อยๆ ต่อไปก็จะเกิดความเบื่อหน่าย ไม่มีความยินดีในร่างกายนี้ ซึ่งเมื่อเจริญเติบโตเต็มที่ ก็ ต้องเริ่มมีการแก่ลงไป ผมเผ้าก็จะร่วงโรย จากสีดำก็จะกลายเป็นสีขาว เนื้อหนังก็จะ เที่ยวยุบลงไป และเมื่อตายไป ก็จะขึ้นอดีตเน่าเฟะ เป็นสิ่งที่ไม่น่าดูเสียเลย นี่แหละคือ สภาพของร่างกายของมนุษย์เราทุกคน ที่จะต้องเป็นไปอย่างนี้ และนี่ก็คือธรรมที่พระ โสดาบันจะต้องเจริญ คือจะต้องพิจารณาอยู่อย่างต่อเนื่องจนเห็นอยู่แจ่มแจ้งทั้งในใจ และนอกใจ คือหลับตาก็เห็นลืมตาก็เห็น เมื่อเห็นสภาพของร่างกายเป็นอย่างนี้แล้ว **กาม ราคะ**ก็จะถูกทำลายไป **ปฏิฆะ**คือความหงุดหงิดใจคือความไม่พอใจในบุคคลต่างๆก็จะ

ดับไปด้วย ถ้าทำให้**กามราคะ** กับ **ปฏิฆะ** เมื่อบางลงไปก็จะบรรลुเป็น**พระสภิกาคามี** พระอริยะบุคคลขั้นที่ ๒ ถ้าทำให้**กามราคะ** กับ **ปฏิฆะ** หดสิ้นไปจากใจ ก็จะบรรลुเป็น **พระอนาคามี** พระอริยะขั้นที่ ๓

พระอนาคามีเป็นผู้ที่จะไม่กลับมาเกิดในโลกนี้อีกต่อไป ถ้าปฏิบัติธรรมจนบรรลुถึงขั้นพระอนาคามีแล้ว แต่ยังไม่บรรลुเป็นพระอรหันต์ เกิดมีอันเป็นไปที่จะต้องตายไปก่อน เมื่อตายไปแล้วก็จะไปเกิดบนสวรรค์ชั้น**สุทธาวาส** คือพรหม ๕ ชั้นที่สูงสุดในชั้นรูปาวจร ได้แก่ **๑. อวิหา ๒. อตปปา ๓. สุทัสสา ๔. สุทัสสี ๕. อกนิฏฐา** แล้วจะบรรลुเป็นพระอรหันต์ในชั้นสุทธาวาสนั้นๆไป แต่ถ้ายังมีชีวิตอยู่แล้วปฏิบัติธรรมต่อไปก็จะต้องทำลายสังโยชน์เบื้องบนอีก ๕ ตัวด้วยกัน ได้แก่ **๑. รูปราคะ ๒. อรูปราคะ ๓. อุทธัจจะ ๔. มานะ ๕. อวิชชา** นี้คือสังโยชน์เบื้องบน ซึ่งเป็นธรรมอันละเอียดที่จะไม่นำมาขยายความในที่นี่ เพราะยากแก่การเข้าใจของญาติโยม และยากแก่การแสดงด้วย เพียงอยากแสดงให้ทราบว่า นี่คือกิเลสที่พระอนาคามีจะต้องทำลาย เพื่อบรรลुเป็นพระอรหันต์ ถ้าสามารถทำลายได้หมด ก็จะบรรลुเป็น**พระอรหันต์** บรรลुถึง**พระนิพพาน** ใจก็จะกลายเป็นใจที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยาก คือ ตัณหาทั้งหลายเหลืออยู่ในใจเลย

เมื่อไม่มีกิเลสตัณหาแล้ว ใจก็จะไม่เดินทางอีกต่อไป จะไม่ไปเกิดอีกต่อไป เปรียบเหมือนกับรถยนต์ เมื่อน้ำมันหมดถังแล้ว ก็ไม่มีเชื้อเพลิงที่จะขับให้รถยนต์วิ่งต่อไปได้ รถยนต์ก็ต้องจอดอยู่กับที่ ฉันทใจก็เช่นกันเมื่อใจไม่มีเชื้อเพลิงแห่งภพแห่งชาติแล้ว ใจก็ไม่ไปเกิดอีกต่อไป แต่การไม่ไปเกิดของใจ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่น่าเสียใจ หรือไม่น่ายินดี กลับเป็นสิ่งที่น่ายินดีอย่างยิ่ง เพราะใจที่ไม่มีการไปไหนมาไหนแล้วนั้นแหละเป็นใจที่นิ่ง เป็นใจที่สงบ เป็นใจที่มีความสุขที่ประเสริฐ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า **ไม่มีความสุขอันใดในโลกนี้จะเสมอเท่า หรือประเสริฐเท่า กับความสุขที่เกิดจากความสงบนิ่งของใจ** เมื่อถึงพระนิพพานแล้ว ก็เท่ากับได้เดินทางถึงจุดหมายปลายทางที่ปลอดภัยแล้ว เป็นบ้านที่แท้จริงของเรา เป็นบ้านที่มีทุกสิ่งทุกอย่างพร้อมบริบูรณ์ พร้อมที่จะให้

ความสุขกับเรา พร้อมที่จะให้ความอึดอึกับเรา พร้อมที่จะให้ความพอกกับเรา ❶ ไม่มี
ความทุกข์แม้แต่นิดเดียวแฝงอยู่ในบ้านหลังนี้เลย

นี่แหละก็คือความประเสริฐของพระนิพพาน ที่บรรดาพุทธมามกะทั้งหลายผู้มีจิตศรัทธา
ได้น้อมเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติ จนกระทั่งชำระใจของตนให้
สะอาดหมดจด จนกลายเป็นพระนิพพานขึ้นมาในใจของท่านเหล่านั้น นี่แหละก็คือสิ่งที่
ประเสริฐที่สุด เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนาสอนให้พุทธมามกะทั้งหลายปฏิบัติตาม เพราะไม่
มีอะไรจะดีได้เท่ากับการปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธเจ้า ที่สรุปลงใน ๓ หัวข้อใหญ่
ว่า ❶. ละการทำบาปทั้งปวง ❷. ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ❸. ชำระจิตใจให้สะอาด
หมดจดปราศจากกิเลสตัณหาทั้งหลาย เป็นวิถีทางที่พุทธมามกะทุกคนพึงประพฤติ
ปฏิบัติกัน เพราะเป็นการนำมาซึ่งความเป็นสิริมงคล ความสุข ความเจริญที่แท้จริง
ถึงแม้ว่าในขณะที่ปฏิบัติ ใจยังไม่สามารถบรรลุถึงพระนิพพานได้ แต่ภพชาติที่จะเกิด
ตามมาย่อมเป็นสุคติภพทั้งนั้น

เช่นพระโสดาบันจะมีสุคติภพเหลืออยู่เพียง ๗ ชาติเป็นอย่างมาก ถ้ายังไม่บรรลุพระ
อรหัตต์ก่อนหน้านั้น ท่านก็จะกลับมาเกิดอีกไม่เกิน ๗ ชาติ แต่จะเกิดอยู่ในสุคติภพ
เท่านั้น คือจะเกิดอยู่ในภพของมนุษย์ ของเทวดา ของพรหมเท่านั้น ท่านจะไม่ไปเกิด
เป็นเดียรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย หรือเป็นสัตว์นรก เพราะท่านมีธรรมของ
พระพุทธเจ้าคอยเหนี่ยวรั้งไว้ คอยปกป้องไม่ให้ไปเกิดในอบายทั้ง ๔ นั้นเอง นี่คือ
อานิสงส์ของผู้ปฏิบัติตามทางของพระพุทธเจ้า ถ้าปฏิบัติขึ้นไปอีกขั้นหนึ่งจนบรรลุเป็น
พระสกิทาคามี ภพชาติในสุคติภพก็จะเหลือเพียงชาติเดียว ถ้าบรรลุเป็นพระอนาคามี
ตายไปก็จะไม่กลับมาเกิดในกามภพ คือไม่กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ไม่กลับมาเกิดเป็น
เทวดา แต่จะไปเกิดเป็นพรหม อยู่บนสวรรค์ชั้นสุทธาวาส ๕ ชั้น แล้วจะบรรลุเป็นพระ
อรหัตต์ไปในที่สุด ถ้าปฏิบัติจนบรรลุเป็นพระอรหัตต์ในชาติปัจจุบัน เมื่อตายไปก็จะไม่
เกิดอีกต่อไป เพราะได้บรรลุถึงพระนิพพาน นี่แหละคือเรื่องราวของพุทธมามกะผู้ปฏิบัติ
ธรรมตามพระพุทธเจ้า การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๑

ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว

๒๖ เมษายน ๒๕๕๕

วันนี้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้ตั้งใจมาวัด เพื่อประกอบคุณงามความดี เสริมสร้างสิริมงคลให้กับชีวิต คนเราทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ ล้วนปรารถนาความสุขความเจริญ ความเป็นสิริมงคลด้วยกันทั้งนั้น สำหรับผู้ที่มาวัดอย่างสม่ำเสมอ ย่อมรู้ว่าความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคล ไม่ได้ขึ้นอยู่กับผู้อื่น ไม่มีใครจะหยิบยกความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคลให้กันได้ เพราะว่าความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคล เป็นผลที่เกิดจากการกระทำของแต่ละคน ที่ทำกันทางกาย ทางวาจาและทางใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการกระทำทางใจ เพราะการกระทำทางใจ เป็นต้นเหตุของการกระทำทางกายและทางวาจา ถ้าไม่มีการกระทำทางใจเกิดขึ้น การกระทำทางวาจาและทางกายย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะ **ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว**

ยกตัวอย่างเวลาคนตายไปแล้ว ร่างกายไม่มีใจสถิตอยู่ ไม่มีการทำงานของใจ ที่จะไปสั่งการให้ร่างกายพูดหรือทำอะไร ร่างกายจึงต้องนอนอยู่เฉยๆ แล้วก็ต้องแปรสภาพไปตามความเป็นจริงของเขา คือเมื่อร่างกายหยุดการสืบทอด ไม่มีลมหายใจแล้ว ก็จะมีแต่การแตก การแยก การสลายของธาตุ ๔ ที่มารวมกัน ทำให้เกิดเป็นร่างกายขึ้นมา เมื่อไม่มีใจที่จะควบคุมดูแล คอยสั่งให้ร่างกายทำสิ่งต่างๆแล้ว ร่างกายก็ต้องเสื่อมสลายกลับคืนสู่ **ดิน น้ำ ลม ไฟ** เพราะร่างกายมาจากดิน น้ำ ลม ไฟ ก็ย่อมเป็นธรรมดาที่จะต้องกลับคืนสู่ **ดิน น้ำ ลม ไฟ** ดังที่เห็นกันในคนตาย เมื่อเอาไปเผาไฟ น้ำก็แห้งหายไป ลมก็หมดไป ไฟก็หมดไป เหลือแต่ขี้เถ้า ขี้เถ้าก็เป็นธาตุดิน ถ้าทิ้งศพไว้เฉยๆ ไม่ได้เผา ต่อไปก็จะผุสลายกลายเป็นดินไปหมด

แต่ถ้าร่างกายยังมีใจสถิตอยู่ อย่างร่างกายของพวกเรา ขณะที่เรากำลังฟังเทศน์ ฟังธรรมอยู่นี้ เราทราบหรือไม่ว่าใครเป็นผู้ฟังเทศน์ ฟังธรรม เราอาจจะคิดว่าร่างกายเป็นผู้ฟัง

เทคนิค ฟังธรรม แต่ความจริงแล้วร่างกายฟังเทคนิค ฟังธรรมไม่ได้ เพราะร่างกายไม่รู้เรื่อง เหมือนเวลาไปเทศน์ให้คนตายฟัง เทศน์ไปจนคนตายสลายกลายเป็นขี้เถ้าไป คนตายก็
ไม่รู้เรื่อง เพราะร่างกายไม่มีธาตุรู้ที่อยู่ในร่างกาย **ผู้ที่รู้ที่เราเรียกว่าใจ คือธาตุรู้** โดยอาศัย
ร่างกายเป็นสื่อถ่ายทอด เป็นเครื่องมีรับเสียงจากผู้แสดง ผ่านหูของร่างกาย เพื่อเข้าไป
ไปสู่ใจอีกทีหนึ่ง **ใจเป็นผู้รู้ ใจเป็นผู้รับฟัง แล้วใจเป็นผู้คิด ผู้สั่งการต่างๆ** ให้ร่างกาย
ทำอะไรต่างๆ ให้ลุกขึ้น ให้เดินไป เดินมา ให้หมาที่วัด ให้ไปที่โน่น มาที่นี่ ให้พูดอย่างนั้น
อย่างนี้ เหล่านี้ใจเป็นผู้สั่งการ ใจเป็นทำงานก่อน ใจต้องคิดก่อนว่าจะพูดอะไรจะทำ
อะไร ถึงจะพูดได้ ถึงจะทำได้

ในทางพระพุทธศาสนา จึงถือใจเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เป็นสิ่งที่จะต้องได้รับการดูแลอบรม
เพราะว่าใจที่ได้รับการอบรมดีแล้ว จะนำความสุขมาให้ แต่ใจที่ไม่ได้รับการอบรม ก็
นำมาแต่ความทุกข์ ความวุ่นวายใจ เพราะใจเปรียบเหมือนกับเด็กๆ เวลาเกิดมาใหม่ๆ
ต้องให้พ่อแม่คอยอบรมสั่งสอน เพราะยังไม่รู้เรื่องผิดถูกดีชั่ว ไม่รู้ว่าอะไรควร อะไรไม่
ควร ไม่รู้ว่าอะไรเป็นเหตุของความสุข ไม่รู้ว่าอะไรเป็นเหตุของความทุกข์ ถ้าไม่มีใครสั่ง
สอนแล้ว ก็จะทำไปตามความไม่รู้ของตน เมื่อทำไปแล้วก็จะสร้างปัญหาต่างๆตาม
มากมายกายกอง ดังที่เห็นกันอยู่ทุกๆ วันนี่ในสังคม คนที่ไม่ได้เข้าวัด เข้าวา ฟังธรรม
ฟังธรรม ไม่ได้รับการอบรมสั่งสอนให้รู้จักเรื่องผิดถูกดีชั่ว เรื่องคุณ เรื่องโทษ ก็จะทำ
สิ่งต่างๆ ที่เป็นไปตามความอยากของตน ซึ่งมีความหลงครอบงำอยู่ คือจะเห็นผิดเป็นชอบ
เห็นสิ่งที่เป็นคุณว่าเป็นโทษ เห็นสิ่งที่เป็นโทษว่าเป็นคุณ เมื่อทำไปแล้วก็เลยต้องรับโทษ
ตามมา เพราะคิดว่าการกระทำนั้นๆเป็นคุณ คือตนเองมีความสุข แต่หารู้ไม่ว่ามัน
เป็นความสุขเพียงชั่วระยะสั้นๆ หลังจากนั้นแล้วโทษอันใหญ่หลวงก็จะตามมา

อย่างคนที่ไปคดโกง ไปลักทรัพย์ ไปประพฤติดิถีประเวณี เขาก็คิดว่าเขาทำแล้ว เขามี
ความสุข เพราะเมื่อเขาไปโกงมา เขาก็ได้เงินมาแบบที่ไม่ต้องเหนื่อยแรง ไม่ต้องเสียเวลา
มากกับการทำมาหากินโดยสุจริต กว่าจะได้เงินมาสักบาทหนึ่ง ก็เหนื่อยแทบแย่ ถ้าไป
โกงเขามาหรือไปขโมยเขามา จะได้เงินมาทีละหลายๆ และได้มาอย่างรวดเร็ว เมื่อได้เงิน
มาแล้ว ก็เอาไปใช้จ่ายซื้อสิ่งต่างๆที่ตนต้องการได้ ก็มีความสุขในขณะที่ได้ใช้เงินนั้น แต่

การกระทำผิดศีล ผิดกฎหมาย ย่อมมีโทษตามมา ทางบ้านเมืองก็ต้องตามจับ ทางใจก็
ไม่มีความสุข เพราะจะไม่สามารถนั่งอยู่เฉยๆ เป็นปกติได้ ต้องคอยหวาดระแวง มองไป
ข้างหน้า มองไปข้างหลังอยู่เสมอว่าจะมีใครมาตามจับ เอาเข้าคุกเข้าตะรางหรือเปล่า นี่ก็
เป็นเพราะว่าเวลาจะทำอะไร ไม่ได้คิดอย่างรอบคอบ ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา คือใจไม่ได้รับ
การอบรมมาก่อนนั่นเอง ถ้าได้รับการอบรมแล้ว จะรู้ว่าการกระทำอันใดเป็นคุณ การ
กระทำอันใดเป็นโทษ เมื่อรู้แล้วก็จะทำแต่สิ่งที่เป็นคุณ สิ่งที่เป็นโทษก็จะไม่ทำ เมื่อไม่ทำ
ในสิ่งที่เป็นโทษแล้ว ความทุกข์ความหายหนะทั้งหลายก็จะไม่ตามมา ถ้าทำแต่สิ่งที่เป็นคุณ
อย่างเดียว ก็จะมีแต่ความสุขความเจริญตามมา

นี่คือเรื่องสำคัญที่ใจจะต้องศึกษา จะต้องรู้ สาเหตุที่เราต้องเข้าวัดกัน ก็เป็นเพราะว่า วัด
เป็นสถานที่อบรมสั่งสอนใจ ให้อ่านเรื่องผิดถูกดีชั่ว ให้อ่านเรื่องนรก เรื่องสวรรค์ แต่ใจ
ของเราโดยปกติเป็นใจที่มีความริบร้อน เป็นใจที่ชอบชิงสุกก่อนห่าม คืออยากจะได้อะไร
เร็วๆ โดยไม่คำนึงถึงเหตุ ว่าการที่จะได้อะไรมาต้องใช้เวลา ไม่ใช่อยู่ๆอยากจะได้อะไร ก็
จะได้มาทันที เช่นความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคลนี้ เป็นสิ่งที่จะตามมาต่อเมื่อ
เราประพฤติตนในทางที่ดี คือทำแต่บุญ ทำแต่กุศลนั่นเอง และก็ต้องทำอย่างต่อเนื่อง
ทำแบบใช้เวลานานพอสมควร กว่าผลที่ดีจะปรากฏขึ้นมา ดังที่เราได้ยินได้ฟังเสมอว่า
ระยะทางเป็นเครื่องพิสูจน์ม้า เวลาเป็นเครื่องพิสูจน์คน คนเราก่อนจะดีได้ จะต้องทำ
ความดีอย่างต่อเนื่องเป็นเวลายาวนาน จนเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น จะทำความดีแค่ครั้ง
สองครั้ง แล้วหวังให้คนอื่นเขายกย่อง ว่าเป็นคนดี ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะเขายังไม่
แน่ใจ ว่าคนที่ทำความดีเพียงครั้งสองครั้ง จะทำความดีไปตลอดหรือไม่ แต่ถ้าทำความดี
ไปเรื่อยๆ เป็นปีๆ เป็นสิบๆปีไป จนไปที่ไหน เขาก็รู้ว่าเป็นคนดี ก็จะได้รับยกย่อง
ได้รับการสรรเสริญ ได้รับการสนับสนุน

อย่างพระพุทธศาสนาที่ได้ปรากฏขึ้นมาเป็นเวลาถึง ๒๕๐๐ กว่าปี เป็นศาสนาที่สอนให้
คนทำความดี เป็นศาสนาที่ไม่สร้างความเดือดร้อน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น อยู่ที่ไหนก็มีแต่
สร้าง ความร่มเย็นเป็นสุข ทำให้ทุกคนตายใจได้กับพระพุทธศาสนา เชื่อได้เต็มที่ว่า
พระพุทธศาสนาไม่เป็นพิษเป็นภัย มีแต่คุณ มีแต่ประโยชน์อย่างเดียว แต่ถ้า

พระพุทธศาสนาไปปรากฏขึ้นที่อื่น ที่ยังไม่เคยปรากฏขึ้นมาก่อน ก็ต้องใช้เวลากว่าจะเป็นที่ยอมรับกัน อย่างสมัยนี้มีพระนำพระศาสนาไปเผยแพร่ตามประเทศต่างๆ คนต่างชาติที่ยังไม่เคยได้สัมผัสกับพระพุทธศาสนา ก็ยังไม่มีความแน่ใจ ยังมีความสงสัยอยู่ ว่าศาสนานี้เป็นศาสนาที่ดีจริงหรือไม่ แต่ถ้าได้สัมผัสกับศาสนาไปเรื่อยๆ อยู่กับศาสนาไปเรื่อยๆ ต่อไปก็จะเห็นเองว่า ศาสนาเป็นคุณ เป็นประโยชน์ ไม่มีโทษเลยแม้แต่นิดเดียว เพราะศาสนาสอนให้คนเป็นคนดี สอนให้ละเว้นจากการกระทำความชั่ว สอนให้มีความเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน สอนให้มีความกตัญญู กตเวทิตะ เป็นผู้มีความรู้คุณค่าของผู้อื่น และตอบแทนคุณของผู้อื่น สอนให้มีความสามัคคี รู้จักที่สูงที่ต่ำ อันเป็นลักษณะของผู้ประเสริฐ

มนุษย์เรานี้ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้ประเสริฐ เพราะรู้จักที่สูงที่ต่ำ ต่างกับเดรัจฉานๆ ที่ไม่ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้ประเสริฐ เพราะไม่รู้จักที่สูงที่ต่ำ ไม่รู้จักผู้มีพระคุณ เช่น บิดา มารดา เดรัจฉานรู้้อย่างเดียวคือกำลัง ใครมีกำลังถือว่าเป็นใหญ่ มนุษย์ไม่ได้อยู่แบบเดรัจฉาน แต่อยู่กันด้วยความสงบ ด้วยสันติสุข ด้วยการเคารพในสิทธิของกันและกัน รู้ว่าคนเราทุกๆ คนต้องการความสุขด้วยกันทุกคน ไม่มีใครต้องการความทุกข์ ไม่ต้องการให้ใครเบียดเบียนตนฉันใด มนุษย์ก็ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกันฉันนั้น นี่คือฐานะของมนุษย์ มนุษย์มีสติ มีปัญญา สามารถแยกแยะได้ว่าอะไรถูก อะไรผิด อะไรดี อะไรชั่ว จะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ จึงต้องอาศัยพระพุทธศาสนาอบรมสั่งสอน ถ้าไม่มีศาสนา คอยอบรมสั่งสอน ก็จะไม่เป็นมนุษย์กัน จะเป็นเดรัจฉานกันเสียส่วนใหญ่ เพราะไม่รู้จัก **กฎแห่งกรรม** จึงประพฤติดีคือลผิดธรรมเป็นว่าเล่น เช่น ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ ซึ่งไม่ใช่ฐานะของมนุษย์จะทำได้ เพราะมนุษย์รู้ว่าการกระทำเหล่านี้ นำโทษมาให้กับตนและกับผู้อื่น จึงไม่ทำกัน

มนุษย์เป็นผู้ประเสริฐ เพราะมีสติ มีปัญญา สามารถแยกแยะได้ว่าอะไรถูกและอะไรผิด การที่สามารถแยกแยะได้ ก็เพราะคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง ถ้าไม่มีคำสอนก็จะไม่สามารถแยกแยะได้ ถ้าไม่เคยได้รับการอบรมมาก่อนในอดีตชาติ ถ้าเคยได้รับการอบรมมาแล้ว ก็จะเป็นสิ่งที่ติดมากับใจ เมื่อมาเกิดในโลกนี้ ถึงแม้จะไม่มีศาสนาสอนให้รู้จักผิด

ถูกตีซ้ำก็ตาม แต่ในใจจะรู้ว่าอะไรผิด อะไรถูก อะไรดี อะไรชั่ว แล้วก็จะไม่ทำในสิ่งที่ชั่ว จะทำแต่สิ่งที่ถูก ที่ดี ซึ่งเป็นมงคลอย่างหนึ่ง สำหรับผู้ที่ได้รับการอบรมมาในอดีตชาติ ได้ทำบุญมาในอดีตชาติ ได้ยินได้ฟังธรรม ได้รู้จักเรื่องบุญกุศล นรกและสวรรค์ เมื่อได้รับการอบรมมาแล้ว ก็จะติดมากับใจ เมื่อตายไปจากชาติก่อน ก็ทิ้งร่างกายไป ไม่ว่าจะ เป็นร่างกายชนิดไหนในอดีต ก็ทิ้งไป แล้วก็มาเกิดใหม่ แต่ใจที่มาก่อเกิดใหม่ ไม่ได้ เปลี่ยนไปจากชาติที่แล้ว ใจเคยเป็นอย่างไร เคยรู้สึกนึกคิดอย่างไร เคยชอบทำอะไร ก็จะติดเป็นนิสัยมา ถ้าเคยเป็นคนดี ก็จะเป็นคนดี ถ้าเคยเป็นคนไม่ดี ก็จะเป็นคนไม่ดี ถ้า เป็นครึ่งๆกลางๆ ดีบ้างไม่ดีบ้าง ก็จะเป็นในลักษณะนั้น ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง สลับกันไป

นี่คือลักษณะของใจ บุญกุศล บาปกรรมต่างๆ ที่ทำไว้ ไม่สูญหายไปไหน ถูกฝังอยู่ในใจ เหมือนกับปลูกต้นไม้ เอาเมล็ดพันธุ์ใส่ลงไปในดิน เมื่อดินได้รับน้ำ รับผิดชอบ รับผิดชอบ เมล็ดพันธุ์ก็จะงอกออกมาเป็นต้น และออกดอกออกผลในเวลาต่อมา บุญกุศล บาปกรรมที่ทำในชาติก่อนๆ ก็เป็นเช่นนั้น เป็นเหมือนเมล็ดพันธุ์พืชที่ฝังอยู่ในใจ จะค่อยเจริญงอกงาม จนออกดอกออกผล ทำให้เมื่อมาเกิดในแต่ละภพแต่ละชาติ มีนิสัย ใจคอเป็นไปตามบุญกรรมที่ได้ทำมาในอดีต คนเราเกิดมาจึงมีนิสัยใจคอไม่เหมือนกัน ถึงแม้จะมาจากพ่อแม่เดียวกันก็ตาม ถึงแม้จะเป็นฝาแฝดก็ตาม แต่นิสัยใจคอจะไม่ เหมือนกัน ถ้ามีเหมือนกันบ้าง ก็เป็นเหตุบังเอิญที่ใจทั้งสองมีนิสัยคล้ายคลึงกัน

พี่น้องในครอบครัวเดียวกัน จะมีนิสัยใจคอไม่เหมือนกัน เพราะใจของแต่ละคนไม่ได้ เกิดมาจากพ่อจากแม่ ใจเป็นสิ่งที่มียู่ดั้งเดิม เรียกว่าธาตุรู้ ที่เวียนว่ายตายเกิดใน วัฏสงสาร จากภพนี้ก็ไปสู่ภพหน้า ไปตามกำลังของบุญของกรรมพาไป ในแต่ละภพแต่ละ ชาติ ก็จะสะสมบุญ สะสมกรรมไปเรื่อยๆ จนกลายเป็นนิสัยดีบ้าง นิสัยไม่ดีบ้าง เมื่อ โศครมาเกิดในท้องแม่เดียวกัน คลอดออกมาเป็นพี่เป็นน้องกัน เหมือนกับญาติโยมที่อยู่ ในศาลานี้ ก็มาจากที่ต่างๆกัน มาเจอกันที่ศาลานี้ เราก็คือว่าเราไม่ได้เป็นพี่เป็นน้องกันฉัน ใด พี่น้องของเราก็เป็นแบบนี้ เป็นพี่น้องกันเพียงแต่ร่างกายเท่านั้น เพราะเกิดจากพ่อ แม่เดียวกัน จึงมีหน้าตาคล้ายคลึงกัน แต่นิสัยใจคอไม่เหมือนกัน เพราะเป็นเรื่องของใจ ที่ไม่ได้มาจากพ่อจากแม่ แต่มาจากชาติก่อน เป็นดวงวิญญาณที่ล่องลอยหาที่เกิด เมื่อมี

เหตุปัจจัยทำให้ปฏิสนธิได้ ก็จะเกิดการปฏิสนธิขึ้นมา คือเมื่อมีธาตุของพ่อและของแม่มา ผสมกัน ก็เป็นปัจจัยพร้อมที่จะให้มีการปฏิสนธิได้ ถ้ามีใจผ่านมาในขณะนั้น หรือจ้องรอ อยู่แล้ว ก็จะสามารถเข้าไปปฏิสนธิในครรภ์นั้นได้ทันที

นี่คือเรื่องของใจกับกาย ต้องเข้าใจและแยกแยะให้ออกว่า ใจและกายเป็นคนละส่วนกัน **ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว** ร่างกายเปรียบเหมือนเสื้อผ้าอาภรณ์ ที่เราสวมใส่ ไม่มี ความสำคัญอะไร มากกว่าเป็นเครื่องรับใช้ใจ ใจต่างหากที่เป็นตัวสำคัญ ใจเป็นผู้สร้าง ความสุขและสร้างความทุกข์ ใจเป็นผู้สร้างนรก ใจเป็นผู้สร้างสวรรค์ ถ้าใจคิดดีใจก็มี ความสุข ถ้าใจคิดร้าย ใจก็มีความทุกข์ ปัญหาทั้งหมดจึงอยู่ที่ใจ พระพุทธศาสนาจึง สอนให้ดูใจของเรา รักษาใจของเรา อบรมใจของเราให้ดี ด้วยการเข้าหาผู้รู้คือ พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวกทั้งหลาย เข้าหาพระธรรมคำสอน เพราะเรายังไม่รู้จักวิธี รักษาใจของเรา ยังไม่รู้จักแยกแยะ ว่าอะไรดีสำหรับใจ อะไรไม่ดีสำหรับใจ เราจึงต้อง อาศัยพระพุทธเจ้าเป็นผู้นำ เป็นผู้สอน เมื่อได้ยินได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะรู้ ว่า อะไรผิด อะไรถูก อะไรดี อะไรชั่ว อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ เมื่อรู้แล้ว ก็จะได้ นำ สิ่งที่เราปฏิบัติกับใจของเรา พยายามดำเนินตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ให้ **ทำความดี ละความชั่ว ชำระใจให้บริสุทธิ์** ด้วยการกำจัดโลภ โกรธ หลง กำจัดตัณหา ความอยากทั้งหลาย ให้ออกไปจากใจ เป็นวิธีที่จะทำให้เราเจริญรุ่งเรือง ทำให้เรามี ความสุข

ถ้าปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนแล้ว ความสุขและความเจริญ ความเป็น สิริมงคลทั้งหลาย ย่อมเป็นผลตามมาอย่างแน่นอน เพราะว่าพระพุทธเจ้าได้ทรงพิสูจน์ มาแล้ว ได้ปฏิบัติมาแล้ว ถ้าเปรียบเหมือนกับคนไข้ ก็เคยได้ทดลองยามาแล้ว รู้ว่าเวลา มีโรคนี้เกิดขึ้นแล้ว ถ้ากินยาชนิดนี้เข้าไปก็จะรักษาให้โรคนี้หายไปได้ ฉันทไตโรคของใจก็ คือความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ความว้าวุ่นขุ่นมัว ความเศร้าโศกเสียใจ ความวิตกกังวล ใจ ความหวาดกลัวต่างๆ จะถูกรักษาให้หายไปได้ด้วยธรรมโอสธ คือพระธรรมคำสอนของ พระพุทธเจ้า โดยอาศัยพระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง เราเชื่อพระพุทธเจ้าได้อย่างร้อย เปอร์เซ็นต์ เพราะว่าพระพุทธเจ้าได้ทรงทดลองยาเหล่านี้มาแล้ว จึงทรงนำมาเผยแพร่สั่ง

สอนให้กับพวกเรา ในอดีตก็มีคนอย่างพวกเรา ที่ได้ยินได้ฟังสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แล้วเกิดมีศรัทธาความเชื่อในพระพุทธเจ้า นำสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไปปฏิบัติ คือ ทำแต่ความดี ละความชั่ว ชำระใจ ด้วยการฝึกหัดนั่งทำสมาธิ เดินจงกรม เจริญวิปัสสนา จนชำระกิเลสตัณหา โลกโอรสหลง ความอยากต่างๆ ให้หมดไปจากใจ กลายเป็นใจที่สะอาดบริสุทธิ์ขึ้นมา เป็นพระอรหันตสาวกขึ้นมา เป็นผู้รับรองคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นผู้รับรองธรรมโอสถของพระพุทธเจ้า ว่าการรักษาโรคใจที่พระพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบนั้น เป็นยาที่วิเศษจริงๆ สามารถรักษาใจให้อยู่เหนือความทุกข์ได้

เมื่อได้รู้ ได้เห็น ได้พิสูจน์อย่างเต็มที่แล้วว่า สิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ล้วนแต่เป็นความจริง ท่านเหล่านั้นจึงกลายเป็นผู้รับรองพระพุทธเจ้า และช่วยพระพุทธเจ้าสั่งสอนผู้ต่อไป พระพุทธศาสนาจึงได้รับการสืบทอดมาในแนวนี้ คือจากผู้รู้ผู้ไม่รู้ ผู้ไม่รู้ก็รับมาด้วยความศรัทธา รับมาแล้วก็ลองปฏิบัติดู เมื่อปฏิบัติดูก็เห็นจริงเห็นจัง เพราะเป็นอย่างนั้นจริงๆ เหมือนกับเวลาไปหาหมอ หมอเขาบอกว่าเป็นโรคอย่างนี้ ต้องรับประทานยาอย่างนี้ หมอให้ยามา ก็รับประทานตามหมอสั่ง เป็นคนไข้ก็เชื่อหมอ ไม่มีคนไข้คนไหนที่ไม่เชื่อหมอ ถ้าไม่เชื่อหมอก็คงจะไม่ไปหาหมอ ทุกคนเวลาเป็นไข้ไม่สบายก็จะไปหาหมอกันทั้งนั้น เมื่อไปหาหมอ หมอให้ยาอะไรมา ก็รับยามารับประทานตามที่หมอสั่งทุกประการ ผลที่ปรากฏตามมาก็คือ หายจากโรคร้ายไข้เจ็บ

นี่แหละคือเรื่องราวของพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นเหมือนยารักษาโรค รักษาโรคใจของเรา ไม่มีใครปฏิเสธได้ว่าใจของตนไม่มีโรคไม่มีภัย โรคภัยของใจก็คือ ความว้าวุ่นขุ่นมัว ความทุกข์ ความกังวลใจ นี่แหละคือโรคของใจ และไม่มีอะไรที่จะรักษาโรคใจได้ นอกจากพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า นี่แหละคือเหตุที่ต้องมาวัดกัน อย่างสม่ำเสมอ มาทำบุญทำทาน มารักษาศีล มาฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นทางที่พระพุทธเจ้าทรงกำหนดไว้ ให้ปฏิบัติกัน การทำบุญก็เป็นการกระทำความดี การรักษาศีลก็เป็นการละเว้นจากการทำความชั่ว การฟังเทศน์ฟังธรรม ก็เป็นการชำระกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจนั่นเอง เพราะว่ากิเลสตัณหาเกิดจากความหลง ความหลงก็คือความไม่รู้ ไม่รู้ผิดถูกดีชั่ว ไม่รู้ว่าอะไรทำให้ใจเป็นสุข ไม่รู้ว่าอะไรทำให้ใจเป็นทุกข์ แต่เมื่อได้

ยีนได้ฟังธรรมแล้ว ก็รู้ว่าอะไรทำให้ใจมีความสุข อะไรทำให้ใจมีความทุกข์ ใจสุขเพราะใจปล่อยวาง ใจทุกข์เพราะใจยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ

การที่ใจจะปล่อยวางได้ ใจจะต้องรู้ว่าสิ่งที่ตนไปยึดไปติดอยู่ เป็นสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัย เป็นเหมือนกับอสรพิษ คนเราถ้ารู้ว่าสิ่งต่างๆที่เราไปยึดไปติดเป็นงูพิษ เราก็จะไม่ยึดไม่ติดกัน เพราะรู้ว่างูพิษจะต้องกัดเรา ฉันทัดสิ่งต่างๆที่เราไปยึดไปติด ก็เป็นเหมือนกับงูพิษ เพราะเป็นของไม่เที่ยงหนึ่ง เป็นสิ่งที่เราไปครอบครองเป็นเจ้าของไม่ได้ ไปควบคุมไปบังคับให้เป็นไปตามที่เราต้องการไม่ได้ เช่นสามีเรา ภรรยาเรา ลูกของเรา บิดามารดาของเรา เพื่อนฝูงของเรา เราไปควบคุมเขาไม่ได้ เขาก็จะไม่อยู่กับเราไปตลอด เพราะเป็นของไม่เที่ยง เขาจะต้องไปตามเรื่อง ตามบุญ ตามกรรมของเขา เมื่อถึงเวลาที่เขาจะต้องจากเราไป เขาก็ต้องจากเราไป ถ้าเรามีปัญญา เราเข้าใจ เราก็จะไม่ไปยึดไปติด เราจะเห็นเขาเหมือนกับเป็นอสรพิษ จะอยู่กับเขาแบบเป็นเพื่อนกัน อยู่ไปตามมี ตามเกิด ตามอัฏฐภาพ เมื่อถึงเวลาจะต้องจากกัน ก็ต้องรู้ว่าเป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่องธรรมดา นี่แหละคือปัญญา นี่แหละคือธรรมะ ที่จะสอนให้เราปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางได้ ใจก็จะไม่ทุกข์กับอะไร การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๒

ข้อวัตรปฏิบัติ

๔ พฤษภาคม ๒๕๕๕

วันนี้เป็นวันหยุดไม่ต้องทำงาน และก็เป็นวันพระด้วย เป็นวันธรรมสวนะ วันฟังธรรม ญาติโยมจึงได้มาที่วัดเพื่อประกอบคุณงามความดี มีการบูชาพระรัตนตรัย ทำบุญให้ทาน ตักบาตร ถวายภัตตาหาร ถวายสังฆทาน สมาทานศีล ฟังเทศน์ฟังธรรมกัน ซึ่งเป็นวิถิทางปฏิบัติที่ดี ที่งาม ของพุทธศาสนิกชนทุกคน ที่พึงกระทำกันอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง ทุกๆครั้งที่ท่านมาที่วัดนี้ ท่านก็มักจะมากันในเวลานี้ ท่านก็จะพบกับพระที่นั้งอยู่ในบริเวณศาลาแห่งนี้เป็นประจำ แต่ตอนเวลาอื่นที่ท่านไม่ได้มาที่วัด ท่านก็คงอยากจะทำว่าพระเณร นอกจากที่มาปฏิบัติกิจที่ศาลานี้แล้ว ท่านปฏิบัติกิจอย่างอื่นบ้างหรือเปล่า วันๆหนึ่งท่านทำอะไรกันบ้าง วันนี้เลยขอถือโอกาสบอกให้ทราบว่ากิจวัตรของทางวัดนี้มีอะไรบ้าง

เริ่มตั้งแต่เวลาประมาณ ๔ นาฬิกา คือตี ๔ ก็จะมีการเปิดพระอุโบสถ สำหรับผู้ที่มีความต้องการจะเข้าไปนั่งสมาธิในโบสถ์ ก็จะเข้าไปได้ตั้งแต่ตอนตี ๔ แล้วก็จะนั่งถึงตี ๕ เวลาตี ๕ ก็จะเป็นเวลาร่วมกันไหว้พระสวดมนต์ ทำวัตรเช้า ไปจนกระทั่งถึงเวลาประมาณตีห้าครึ่ง ก็เตรียมตัวออกบิณฑบาต หลังจากบิณฑบาตเสร็จกลับมาที่วัดแล้ว ก็มารวมกันที่ศาลาแห่งนี้ ดังที่ท่านได้เห็น มารวมกันฉันอาหารที่ศาลาแห่งนี้ อาหารที่ได้มาจากบิณฑบาตก็มาจ่ายแจกแบ่งปันกัน ส่วนญาติโยมที่มาที่หลังก็นำอาหารคาวหวานมาตักบาตรเพิ่มอีก จนกระทั่งถึงเวลานี้ ก็มีการสมาทานศีล และฟังเทศน์ฟังธรรม เสร็จจากนี้แล้วพระสงฆ์ก็จะอนุโมทนาให้พร แล้วญาติโยมก็จะร่วมกันรับประทานอาหารตามอัธยาศัย พระท่านก็จะฉันอาหารตามกิจวัตรของท่าน จนกระทั่งท่านฉันเสร็จแล้ว ท่านก็จะนำภาชนะต่างๆ ที่ท่านใช้ฉันเช่นบาตร ฝาบาตร ช้อน แก้ว กระโถน นำไปล้างทำความสะอาด แล้วก็กลับมาเช็ดให้สะอาดให้แห้ง แล้วก็นำบาตรเข้าสู่ถลกบาตร เสร็จกิจเหล่านี้

แล้วก็ช่วยกันเก็บกวาดฤดูกาลให้เสร็จเรียบร้อย ปิดหน้าต่าง ปิดประตู ปิดไฟ ปิดพัดลม แล้วก็กลับสู่ที่พัก

เมื่อถึงที่พักก็เป็นเวลาว่างที่จะพักผ่อนตามอัธยาศัย ศึกษาอ่านหนังสือธรรมะ ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เดินจงกรม จนกระทั่งถึงเวลาประมาณบ่าย ๒ โมง ก็จะมีการร่วมกันฉันน้ำปานะ คือน้ำผลไม้หรือน้ำที่ฉันได้ในตอนบ่าย เช่นน้ำชากาแฟ น้ำอัดลมต่างๆ เสร็จแล้วประมาณบ่าย ๓ หรือบ่าย ๔ โมง ก็จะช่วยกันปิดกวาดลานวัด บริเวณรอบกุฏิทางเดิน ให้สะอาดเรียบร้อย เสร็จแล้วก็สร้งน้ำเตรียมตัวเพื่อจะลงศาลาในตอนค่ำ ใ้ไหว้พระสวดมนต์ทำวัตรค่ำ นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ฟังธรรม ไปจนกระทั่งถึงเวลาประมาณทุ่มครึ่ง ก็จะแยกกันกลับสู่ที่พัก แล้วก็ปฏิบัติธรรมกันต่อตามอัธยาศัย เดินจงกรม นั่งสมาธิ อ่านหนังสือธรรมะไปจนกระทั่งถึงเวลาประมาณ ๔ ถึง ๕ ทุ่มก็พักผ่อนหลับนอนประมาณ ๓ ถึง ๔ ก็ลุกขึ้นมาเพื่อปฏิบัติกิจต่อไป

นี่คือกิจกรรมหรือข้อวัตรปฏิบัติ ที่พระสงฆ์และสามเณรที่อยู่ที่วัดนี้ปฏิบัติกันเป็นประจำ ตั้งแต่มีการตั้งวัดนี้ขึ้นมา เป็นการปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงวางไว้ คือ **ไตรสิกขา** ได้แก่ **ศีล สมาธิ ปัญญา** ไตรสิกขาแปลว่าการศึกษา ๓ วิชา ไตรแปลว่า ๓ สิกขาแปลว่าการศึกษา ศึกษาศีล ศึกษาสมาธิ ศึกษาปัญญา ในเบื้องต้นก็ศึกษาจากหนังสือก่อน จากครูบาอาจารย์ที่ท่านสั่งสอน แล้วนำสิ่งที่ได้ศึกษามาปฏิบัติ เช่นศีลของพระมีอยู่ ๒๒๗ ข้อ ก็ต้องควบคุมดูแลไม่ให้ละเมิดศีลเหล่านี้ ส่วนสมาธิก็คือการทำจิตใจให้สงบ ด้วยการนั่งไหว้พระสวดมนต์ นั่งกำหนดจิตให้อยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ที่เป็นเครื่องผูกจิต ให้จิตเข้าสู่ความสงบ เช่นกำหนดบริกรรมคำว่า **พุทโธๆ** หรือกำหนดดูลมหายใจเข้าออก โดยมีสติควบคุมจิต ไม่ให้จิตลอยไปที่อื่น ให้อยู่อยู่กับงานที่จิตกำลังทำอยู่ แล้วจิตก็จะค่อยๆสงบตัวเองเข้าสู่ความสงบ

เมื่อสงบแล้วจิตก็จะสบาย มีความสุข มีความอิ่ม มีความปีติ เป็นความสุขที่มหัศจรรย์ เป็นความสุขที่เลิศกว่าความสุขทั้งหลาย ที่เราเคยได้สัมผัสกัน ไม่ว่าจะมีความสุขจากการเที่ยวเตร่ จากการรับประทานอาหารอันเลิศหรู หรือมีความสุขกับเพื่อนๆ เมื่อเทียบกับความสุขที่เกิดจากความสงบสุขของจิตใจแล้ว ไม่สามารถที่จะเปรียบเทียบกันได้

พระพุทธองค์ทรงยกย่องว่า **ไม่มีความสุขอันใดในโลกนี้ จะเสมอเท่ากับความสุขอันเกิดจากความสงบของใจ** คือความสุขที่เกิดจากการไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิจนกระทั่งจิตนิ่ง ไม่คิด ไม่ปรุงอะไร จะนิ่งอยู่ได้นานสักแค่ไหนก็สุดแท้แต่เหตุปัจจัย คือการปฏิบัติของจิตแต่ละดวง

หลังจากที่จิตออกจากความสงบแล้ว ท่านทรงสอนให้เจริญวิปัสสนา เจริญปัญญาเป็นลำดับต่อไป คือพิจารณาให้เห็นสภาพความเป็นจริงของทุกสิ่งทุกอย่างที่เราไปเกี่ยวข้องด้วย ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ ข้าวของ เงินทอง ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุขทั้งหลาย บุคคลต่างๆที่เราไปเกี่ยวข้องด้วย จะเป็นพ่อ แม่ พี่ ป้า น้า อา ปู่ ย่า ตา ยาย ลูก หลาน เพื่อนสนิทมิตรสหาย บุคคลเหล่านี้และสิ่งต่างๆที่ได้กล่าวมานี้ ล้วนเป็นของที่มีการ**เจริญขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ต้องดับไปเป็นธรรมดา** เป็นสิ่งที่ไม่มีการสามารถไปห้ามได้ เมื่อเกิดแล้วก็ต้องมีการแก่ มีการเจ็บไข้ได้ป่วย มีการตายเป็นธรรมดา มีการพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา ถ้าพิจารณาสິงเหล่านี้เรื่อยๆแล้ว ก็จะเกิดความเข้าใจว่าสิ่งต่างๆ ที่พิจารณาอยู่นี้กับผู้ที่พิจารณานั้น หาเป็นสิ่งที่อันเดียวกันไม่ คือเราจะเห็นว่าร่างกายของเรา ที่เรากำลังพิจารณาอยู่นี้ ต่างกับผู้ที่พิจารณา ผู้ที่พิจารณาคือ**ใจ** คือ**ผู้รู้** ส่วนผู้ที่ถูกพิจารณาก็คือ**กาย** กายกับ**ใจ**เป็นคนละส่วนกัน กายต้องเป็นไปตามสภาพของเขา แต่ใจไม่ได้เป็นไปกับกาย ใจก็เป็นไปตามเรื่องของใจ เมื่อกายแตกสลายไปแล้ว ใจก็ต้องไปตามสภาพของใจ ตาม**บุญตามกรรม**ที่ได้สะสมไว้ ถ้าสะสม**บุญ**ไว้มาก และเป็นวาระของบุญที่จะแสดงผล ก็จะได้ไปเกิดที่ดี สู่ที่ดี เรียกว่าไปสู่**สุคติ** ไปสู่ภพของ**มนุษย์** ของ**เทวดา** ของ**พรหม** ของ**พระอริยเจ้า**ทั้งหลาย ถ้าทำ**กรรม**ไว้มาก และถึงวาระของกรรมที่จะแสดงผล ก็จะต้องไปสู่**ทุคติ** ไปสู่**อบาย** ไปเกิดเป็น**เดรัจฉาน** เป็น**เปรต** เป็น**อสุรกาย** เป็น**สัตว์นรก**

นี่คือเรื่องราวของกายและใจ เมื่อพิจารณาอย่างนี้แล้ว ใจก็จะเกิดปัญญารู้นมา จะเห็นโทษของการไปยึดไปติดกับสิ่งต่างๆในโลกนี้ ถ้าเห็นว่าเป็น**โทษ** ก็จะ**ปล่อยวาง** เมื่อปล่อยวางใจก็จะหลุดจากเครื่องพันธนาการทั้งหลาย มีกิเลสตัณหาเป็นตัวผูกมัดให้อยู่กับสิ่งต่างๆ แต่เมื่อใจได้พิจารณาเห็นตามสภาพความเป็นจริงว่า สิ่งต่างๆทั้งหลายเป็น

สิ่งที่ไม่น่ายึด ไม่น่าครอบครองไว้เป็นของๆตน เพราะทุกสิ่งทุกอย่างนั้น หากเป็นตัวเป็นตนไม่ หากมีเจ้าของไม่ ล้วนเป็นธรรมชาติทั้งนั้น ธรรมชาติย่อมอยู่ตามธรรมชาติของเขา ใจผู้รู้เมื่อเข้าใจแล้วก็จะปล่อยวาง ถ้าไม่เข้าใจ ก็จะไปหลงยึดติดกับธรรมชาติทั้งหลาย ดังที่พวกเราทั้งหลายหลงยึดติดกัน เพราะใจของพวกเราไม่ได้รับการอบรม ไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ฟังเทศน์ฟังธรรม เมื่อเกิดมามีร่างกายอันนี้ ก็ยึดติดกับร่างกายอันนี้ว่าเป็นตัวเป็นตน ว่าเป็นเราเป็นของๆเรา และเมื่อโตขึ้น มีข้าวของ เงินทอง มีทรัพย์สินสมบัติ มีสามี มีภรรยา มีลูก ก็ไปครอบครอง ไปยึด ไปติดกับสิ่งเหล่านี้อีก ว่าเป็นเรา เป็นของๆเรา ทั้งที่สิ่งเหล่านี้เป็นของธรรมชาติล้วนๆ ธรรมชาติเป็นผู้สร้างขึ้นมา ธรรมชาติเป็นผู้เอากลับคืนไป เมื่อถึงเวลาที่สิ่งเหล่านี้จะถูกธรรมชาติเอาคืนไป ถ้าผู้ที่ยึดไปติดอยู่ไม่เข้าใจ มีความหลงครอบงำอยู่ ก็จะเกิดความเศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ร้องไห้ร้องไห้

แต่ถ้าได้ศึกษา ได้ยิน ได้ฟังธรรม ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน ให้พวกเราคอยเจริญสติ อยู่เสมอ เจริญปัญญาอยู่เสมอ เตือนตัวเราว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา ร่างกายนี้เป็นของธรรมชาติ เขาให้เราอาศัยอยู่เหมือนกับบ้านที่เราเช่าอยู่หลังหนึ่ง บ้านนั้นไม่ใช่เป็นของๆเรา เจ้าของเขาให้เราอาศัยอยู่ เช่าอยู่ เราก็จ่ายค่าเช่าไป เมื่อถึงเวลาที่เขาจะมาเอาคืนไป เขาจะมารื้อไป เราก็คืนให้เขาไป ถ้ารู้อยู่ตั้งแต่เริ่มต้นว่าสิ่งต่างๆเหล่านี้ ไม่ใช่เป็นของๆเรา เป็นของที่เขาให้เรายืมมาใช้ อยู่ไปวันๆหนึ่ง เราก็คอยเตรียมตัวเตรียมใจอยู่เสมอ ว่าวันใดวันหนึ่ง วันดีคืนดีเขาจะมาเอาคืนไป เมื่อพร้อมที่จะคืนให้เขาไปแล้ว เราก็ไม่เดือดร้อนอะไร เพราะรู้มาแต่ต้นแล้วว่า **เราเช่าตัวเปล่าๆ ในที่สุดเราก็ต้องไปตัวเปล่าๆ** คือเรานี้หมายถึงใจของเราที่แหละ ไปตัวเปล่าๆ สิ่งที่เขาไปได้ก็คือบุญกับบาปเท่านั้นเอง ส่วนสิ่งของต่างๆภายในโลกนี้ ย่อมอยู่ในโลกนี้ เพราะโลกนี้ไม่ใช่เป็นของๆเรา เป็นของธรรมชาติ เราเพียงแต่มาอาศัยอยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่งเท่านั้นเอง

ถ้าเราเข้าใจความจริงอันนี้แล้ว เราก็จะเตรียมตัวเตรียมใจไว้ เมื่อถึงเวลาที่จะต้องคืนสิ่งเหล่านี้ให้เขาไป เราก็จะไม่เดือดร้อน เหมือนกับเวลาเราไปยืมข้าวของๆใครเขามา เราก็รู้ว่าเราต้องคืนเขาไป เช่นวันนี้เราจะหุงข้าว หม้อข้าวของเราไว้ เราก็ต้องไปยืมหม้อข้าว

ของเพื่อนบ้านมาเพื่อที่จะใช้หุงข้าว แต่เรารู้ว่าเมื่อเราใช้หุงข้าวเสร็จแล้ว เมื่อเราไปหาซื้อหม้อข้าวใบใหม่มาแทนแล้ว เราก็ต้องเอาหม้อข้าวใบนี้ไปคืนเขา ฉะนั้นฉันก็นั่น ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้มันไม่ได้เป็นของๆ เราอย่างแท้จริง แต่เป็นของธรรมชาติให้เราืมมาใช้ ขณะที่เรายังอยู่ในโลกนี้ และเมื่อถึงเวลาที่เราจะต้องจากโลกนี้ไป เราก็ต้องคืนทุกสิ่งทุกอย่างที่เราที่มีอยู่ในโลกนี้ คืนกลับสู่ธรรมชาติ เราก็ต้องคืนอยู่เรื่อยๆ เราได้เงินมาเราก็ต้องใช้เงินไป มันมีการไหลเข้า ไหลออกอยู่ตลอดเวลา สิ่งไหนที่เรายอมให้มันไปเราก็ไม่เสียใจ แต่ถ้าสิ่งไหนเราไม่ยอมให้มันไป เราก็จะเสียใจ อย่างเช่นเงินทอง ถ้าเรายินดีให้มันไป เช่นเราเอาเงินไปซื้อข้าวซื้อของ เราก็ไม่มีความรู้สึกเสียใจเสียใจอย่างไรหรือเอาเงินมาถวายทำบุญ เราก็ไม่มีความรู้สึกเสียใจ เพราะเรายินดีที่ให้มันไปจากเรา แต่ถ้าเราไม่ยินดี เช่นเงินทองของเราถูกขโมยไป เราวางไว้แล้วมันหายไป อย่างนี้เราก็จะเกิดความเสียใจ

ปัญหามันไม่ได้อยู่ที่การไปหรือการมาของสิ่งของต่างๆ มันอยู่ที่ใจของเรา ว่าเรายินดีที่จะให้เขาไป หรือไม่ให้เขาไปต่างหาก ถ้าเรายินดี เราพร้อมที่จะให้สิ่งเหล่านี้ไปจากเรา เราก็จะไม่มีความรู้สึกเสียใจเสียใจ เราก็จะไม่มีความทุกข์ใจ แต่ถ้าเราไม่ยินดี เรายังต้องการให้สิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่กับเราอยู่ แต่ต้องจากเราไป เราก็จะเกิดความเศร้าโศกเสียใจเกิดความทุกข์ใจขึ้นมา ดังนั้นปัญหาจึงไม่ได้อยู่ที่การไปและการมาของสิ่งต่างๆ สิ่งต่างๆเขามีมา มีไปอยู่ตลอดเวลา ปัญหามันอยู่ที่ใจของเราต่างหาก ว่าเป็นใจที่โง่หรือเป็นใจที่ฉลาด ถ้าเป็นใจที่ฉลาดก็ต้องรู้ว่า สิ่งต่างๆ เหล่านี้จะถือว่าเป็นของเรา และจะให้อยู่กับเราไปโดยตลอดนั้น ย่อมเป็นไปได้ นี่เป็นคนฉลาดที่คิดอย่างนั้น เมื่อคิดอย่างนั้นแล้วก็เตรียมตัวเตรียมใจที่จะคืนสิ่งต่างๆที่มีอยู่กับเรา ให้กับธรรมชาติเขาไป จะไปแบบไหนก็สุดแท้ แต่ แต่ในที่สุดมันก็ต้องไป ถ้าไปด้วยความยินดีให้ไป เราก็ไม่มีความเสียใจ ถ้าไปโดยไม่ยินดี ก็จะมีแต่ความเศร้าโศกเสียใจตามมา

เราจึงควรตรวจดูใจของเราอยู่เสมอ ว่าขณะนี้เราพร้อม เรายินดีที่จะให้ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราที่มีอยู่ในตัวของเรา รวมทั้งร่างกายของเรานี้ ไปหรือไม่ ถ้าเราพร้อมเราก็จะสบายอกสบายใจ อยู่กับเราก็มีความสบายใจ เวลาจากเราไป ก็มีความสบายใจ เพราะเราไม่ได้

ผูกใจไว้กับสิ่งต่างๆ นั่นเอง แต่ถ้าเรายังมีความหลง มีความอยากที่จะให้สิ่งนั้นสิ่งนี้ บุคคลนั้นบุคคลนี้ หรือตัวของเรา ร่างกายของเรา อยู่กับเราไปตลอด เราก็จะอยู่ด้วยความทุกข์ใจ และเมื่อเกิดการพลัดพรากจากกันไป เราก็จะมีแต่ความเศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ทุกข์มาก ทรมานมาก เวลาเราต้องจากสิ่งที่เราไม่อยากจะให้สิ่งนั้นจากไป แต่เราต้องทำความเข้าใจว่าสิ่งต่างๆ เหล่านี้ เราไม่มีอำนาจที่จะไปบังคับ ไปรั้ง ไปเหนี่ยวเขาไว้ได้ เมื่อถึงเวลาที่เขาจะต้องจากเราไป เราห้ามเขาไม่ได้ **สิ่งที่เราห้ามได้ก็คือใจของเรา** เราห้ามใจของเราไม่ให้ทุกข์ได้ ห้ามใจของเราไม่ให้เศร้าโศกเสียใจได้

ถ้าเราเริ่มทำความเข้าใจตั้งแต่บัดนี้ไปว่า เราจะต้องพลัดพรากจากทุกสิ่งทุกอย่างที่เรามีอยู่ ที่เราถือว่าเป็นของเรา ไม่ว่าจะเป็นวัตถุสิ่งของต่างๆ หรือบุคคลต่างๆ ล้วนจะต้องมีการพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา ถ้าเราทำความเข้าใจ แล้วเตือนสติเตือนใจเราอยู่อย่างสม่ำเสมอ เราก็จะไม่ทุกข์กับการพลัดพรากจากกัน ต้องสอนใจอยู่เรื่อยๆ ถ้าไม่คิดไม่สอนอยู่เรื่อยๆ แล้วเราจะลืม แล้วก็ไปหลง ไปยึด ไปติดอีก แต่ถ้าคอยสอนใจอยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นขึ้นมาจนกระทั่งหลับเลย ทำอะไรกับอะไร ก็บอกว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นของชั่วคราว เป็นของที่อยู่กับเราไปเพียงสักระยะหนึ่งเท่านั้นเอง แล้วในที่สุดก็ต้องมีการจากกันไป ต้องสอนอยู่เรื่อยๆ ถ้าไม่สอนแล้วมันเพลิน มันลืม แล้วมันก็จะไปยึดไปติดอีก เมื่อไปยึดไปติดมันก็มีความกังวลใจ ถ้าเรารักสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ใจของเราก็จะพะวักพะวงถึงสิ่งนั้นบุคคลนั้น เวลาไม่เห็นหน้าเห็นตา ก็เริ่มเกิดความกังวลใจแล้วว่า **เอ๊ะหายไปไหน เป็นอะไรไปหรือเปล่า** อย่างนี้เป็นต้น

แต่ถ้าไม่ได้ไปยึดไปติด คิดว่าเราทำหน้าที่ของเราดีที่สุดแล้ว เราดูแลรักษาสิ่งต่างๆ หรือบุคคลต่างๆ ให้ดีที่สุด ตามกำลังความสามารถของเราแล้ว ถ้าเมื่อถึงเวลาที่จะต้องมีโอกาสอะไรเกิดขึ้นกับเขา อย่างใดอย่างหนึ่ง มันก็เป็นสิ่งที่สุวิสัย เป็นสิ่งที่เราไม่ควรที่จะมานั่งกังวล กินไม่ได้นอนไม่หลับ เพราะการกินไม่ได้นอนไม่หลับ กังวลใจก็ไม่สามารถไปเปลี่ยนแปลง เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ ดังที่เราได้ยืนยันเสมอว่า **อะไรมันจะเกิด มันก็ต้องเกิด** เราไปกังวลใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ก็ไม่สามารถที่จะห้ามไม่ให้มันเกิดได้ อันไหนถ้าเราห้ามได้เราก็ห้ามเสีย อันไหนเราป้องกันได้เราก็ป้องกันเสีย แต่อันไหนที่เราห้าม

ไม่ได้ ป้องกันไม่ได้ เราก็ต้องยอมรับว่ามันเป็นเรื่องของธรรมชาติ เป็นกฎของธรรมชาติ ที่จะต้องมีการเป็นไป อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือไม่เช่นนั้นก็เป็นกฎของกรรม

แต่ละบุคคลมีกรรมเป็นผู้พาไป บางทีเราอยากจะให้บุคคลนั้นบุคคลนี้อยู่ในกรอบของความดีงาม แต่ใจของเขานั้นไม่สามารถอยู่ได้ นั่นก็เป็นเพราะว่าใจของเขามีกรรมเป็นเจ้านาย เป็นผู้สั่งการ เราไม่อยากให้คนที่เรารักไปเสพยาเสพติด แต่บางทีเขาก็ไปเสพยาเสพติด นั่นก็เป็นเพราะว่ากรรมสั่งให้ใจของเขาไปกระทำสิ่งนั้นๆ เราไม่ปรารถนาให้เขาเป็นคนเกียจคร้าน ไม่ให้เขาเล่นการพนัน ไม่ให้เขาเที่ยวเตร่ แต่เขาก็จะไปแบบนั้นๆ นั่นก็เป็นเพราะว่าเขาเคยสะสมนิสัยแบบนั้นมาในแต่ละภพแต่ละชาติ ก็จะต้องเป็นไปตามนิสัยของเขา เรามีหน้าที่เพียงแต่สอนเขา บอกเขา ห้ามเขาเท่านั้นเอง แต่เราไม่สามารถที่จะไปควบคุมเขาได้ตลอดเวลา บางทีเมื่อลับจากสายตาของเราแล้ว สิ่งต่างๆ ที่เราบอกเขา เขาอาจจะไม่ทำตามก็ได้ เพราะใจของเขาไม่สามารถที่จะต่อสู้กับกรรมที่เขาทำไว้ในอดีตได้นั่นเอง กรรมจะผลักดันให้เขาไปทำในสิ่งต่างๆ ที่เขาเคยชอบ เขาชอบทำอะไรอย่างไร เขาก็จะทำอย่างนั้น ถ้าเขาเคยสะสมคุณงามความดี ชอบทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม มีความขยัน ชอบเรียนหนังสือ ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ชอบทำบุญทำทาน ไม่ชอบเสพสุรายาเมา ไม่ชอบเล่นการพนัน เขาก็จะทำตามจริตนิสัยของเขา ไม่ว่าจะต่อหน้าหรือลับหลัง นี่แหละคือเรื่องของหลักกรรม

ชีวิตของพวกเราอยู่ภายใต้กฎ ๒ ชนิดด้วยกัน คือ**กฎของธรรมชาติ** และ**กฎของกรรม** กฎของธรรมชาติก็คือความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงนั่นเอง ชีวิตของเรา ร่างกายของเรา ไม่นิ่งอยู่เฉย มันเคลื่อนไปเรื่อยๆ เกิดมาแล้วมันก็ต้องเจริญเติบโต เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่แล้ว ก็เริ่มชราภาพลง เสื่อมลงไป และในที่สุดก็ต้องแตกสลายดับไป นี่คือลักษณะของสิ่งต่างๆ ที่ใจมาเกี่ยวข้อง ถ้าเราเข้าใจกฎทั้ง ๒ กฎนี้แล้ว คือกฎแห่งกรรมและกฎของธรรมชาติ แล้วไม่ไปฝืน ไม่ไปขัด ไม่ไปต่อสู้แล้ว เราจะอยู่ได้อย่างสุขสบายใจ เพราะใจจะสุขหรือจะทุกข์ก็อยู่กับว่า รู้จักกฎทั้ง ๒ กฎนี้หรือเปล่า ถ้ารู้จักกฎทั้ง ๒ กฎนี้แล้ว ก็จะไม่ฝ่าฝืน แล้วก็จะอยู่ได้ด้วยความสะดวกสบาย อะไรเป็นอะไรก็รับได้ทั้งนั้น มา
ก็รับได้ ไปก็รับได้

แต่ถ้าไม่เข้าใจกฎของธรรมชาติ ใจของเราจะถูกความหลงครอบงำ เมื่อเกิดความหลงแล้ว ก็จะเกิดความอยากต่างๆ ขึ้นมา อยากให้สิ่งนั้นอยู่กับเรานานๆ ถ้าเป็นสิ่งที่เราชอบอยากจะให้สิ่งนั้นหายไปเร็วๆ จากเราไปเร็วๆ ถ้าเป็นสิ่งที่เราไม่ชอบ นี่ก็เป็นเพราะว่าเราไม่เข้าใจถึงกฎของธรรมชาตินั่นเอง และเมื่อเราต้องการให้สิ่งที่เราไม่ชอบ จากเราไปเร็วๆ ถ้าเขาไม่ไปเร็วๆ เราก็เกิดความวุ่นวายใจ หรือถ้าสิ่งที่เราชอบ เราอยากให้เขาอยู่กับเราไปนานๆ แต่เขาจากเราไปเสียก่อน นี่ก็จะทำให้เราไม่สบายใจ ทั้งๆ ที่สิ่งเหล่านี้เขาก็จะเป็นของเขาอยู่อย่างนี้ไปเรื่อยๆ ตั้งแต่ก่อนที่เราจะเกิดมา สิ่งต่างๆ เหล่านี้ก็เป็นอยู่อย่างนี้ และหลังจากที่เราตายไปแล้ว สิ่งต่างๆ เหล่านี้ก็ยังเป็นอยู่อย่างนี้อีก เขาจะต้องหมุนไปตามกฎแห่งกรรมและกฎของธรรมชาติ เราเป็นผู้ที่มาเกิด มาสัมผัสกับสิ่งเหล่านี้ ถ้าไม่ฉลาดไม่รู้จักปฏิบัติ ก็จะมีแต่ความทุกข์ใจ เหมือนกับที่เราไม่รู้ว่าไฟนี้มีโทษอย่างไร มีความร้อนอย่างไร เราเอามือไปจับไฟเข้า ไฟก็ต้องเผามือของเรา ฉันทใดก็ฉันทนั้น

การกระทำอะไรต่างๆ จึงต้องมีปัญญา มีความรู้ มีความเข้าใจที่ถูกต้องกับสิ่งต่างๆ ที่ใจเราไปเกี่ยวข้องด้วย ถ้ารู้ตามที่ได้แสดงไว้ คือรู้จักกฎของธรรมชาติ คือทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นของไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง เป็นสิ่งที่เอามาครอบครองเป็นตัวเรา เป็นของเราไม่ได้ แต่เป็นของธรรมชาติแท้ๆ นี้อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งก็คือกฎแห่งกรรม ใครทำกรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่วก็ต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น กรรมในอนาคตเรากำหนดได้ แต่กรรมในอดีตเราไปแก้ไขไม่ได้ เราเคยทำกรรมดีกรรมชั่วอย่างใดไว้ มันก็ต้องส่งผลของมัน เป็นสุขเป็นทุกข์ให้กับผู้กระทำกรรมนั้นๆ แต่ผลของกรรมในอนาคตสามารถกำหนดได้ด้วยการกระทำกรรมในปัจจุบัน ถ้าเรากระทำกรรมดี ผลที่จะตามมาในอนาคต ย่อมเป็นความสุขและความเจริญ ถ้าเรากระทำกรรมชั่ว ผลที่จะตามมาก็คือความทุกข์ ความทายนะ ความเสื่อมเสียทั้งหลาย

นี่เป็นหลักตายตัว เป็นหลักที่เราจะต้องทำความเข้าใจให้ถูกต้อง และพยายามประพฤติปฏิบัติ ด้วยการอบรมสั่งสอนใจของเราอยู่เสมอ ถ้าเราไม่สามารถสอนใจเราได้ เราก็ต้องคอยเข้าวัดอยู่อย่างสม่ำเสมอ ฟังเทศน์ฟังธรรม เพื่อเป็นเครื่องพรั่สอน ถ้าไม่มีโอกาส ไม่มีเวลาวางที่จะเข้าวัด ก็ขอให้เอาวัดมาไว้ที่บ้านของเรา ด้วยการเปิดหนังสือธรรมะอ่าน

เปิดวิทยุฟังเทศน์ฟังธรรมตามสถานีวิทยุโทรทัศน์ต่างๆ หรือหาเทปธรรมะที่ได้มีการอัดไว้มาฟัง ต้องฟังอยู่เรื่อยๆ เพราะถ้าเราไม่ฟังบ๊อบ เตียวใจก็ไปคิดเรื่องอื่นบ๊อบ เราก็ลืมแล้ว สิ่งที่ได้ฟังวันนี้พอญาติโยมออกจากศาลาขึ้นไป ก็จะลืมเรื่องที่ได้พูดกันในวันนี้แล้ว เพราะเตียวเรื่องอื่นก็จะเข้ามาแทนที่ คนนั้นก็จะมาพูดเรื่องนั้น คนนี้ก็จะมาพูดเรื่องนี้ให้ฟัง เราก็จะมัวยุ่งกับเรื่องนั้นเรื่องนี้ไปเรื่อยๆ จนลืมเรื่องที่ได้ยินได้ฟังในวันนี้

ดังนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงนำสิ่งต่างๆ ที่ท่านได้ยินได้ฟังในวันนี้ นำไปพิจารณาพิจารณาอยู่อย่างสม่ำเสมอ คิดอยู่เรื่อยๆ เวลาอยู่ว่างๆ ไม่รู้จะทำอะไร ก็ลองนึกว่าวันนี้เราจะคิดอะไรดี เราคิดธรรมะบ้างหรือยัง เรื่องที่เราได้ยินได้ฟังที่วัด เรื่องกฎของธรรมชาติ เรื่องกฎของกรรม เราเอามาคิดเสีย คิดอยู่เรื่อยๆ เตือนสติเราอยู่เรื่อยๆ แล้วเราจะได้ปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้วใจเราจะสบาย ทุกวันนี้ที่เราว่าวุ่นๆ วุ่นวายกับเรื่องราวต่างๆ ก็เพราะว่าเราไม่ปล่อยวางนั่นเอง เรายังมีความอยากอยู่ ยังอยากให้สิ่งนั้นสิ่งนี้ เป็นไปตามที่เราต้องการ แต่เราไม่เข้าใจว่าเราไปบังคับธรรมชาติไม่ได้ เหมือนกับฝนกับแดด เราไปบังคับเขาได้ไหม ฝนกับแดด เขาก็ต้องเป็นไปตามธรรมชาติของเขาฉันใด เรื่องราวต่างๆ รอบตัวเรา ส่วนใหญ่เราก็ไปบังคับเขาไม่ได้เหมือนกัน ส่วนไหนที่เราพอจะบังคับได้ ดูแลได้ เราก็ดูแลไป แต่ถ้าไม่อยู่ในวิสัย เราก็ต้องปล่อยวาง ถ้าปล่อยวางได้แล้วชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข ความสดชื่น ด้วย ความเบิกบาน ท่ามกลางการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย การเกิดการดับของสิ่งต่างๆ ใจของเราจะไม่มี ความกังวล ไม่มี ความวุ่นวาย เพราะใจเราปล่อยวาง เพราะใจเราเข้าใจว่า มันเป็นเรื่องที่เราต้องให้ เป็นไปตามเรื่องของเขา เหมือนกับการขึ้นกับการตกของตะวัน เราก็อยู่กับเขาได้ เราก็ไม่เดือดร้อนอะไร จึงขอฝากเรื่องราวของการฟังเทศน์ฟังธรรมเพื่อให้เกิดปัญญา ให้เกิดความรู้ที่แท้จริง มาพำรสอนใจของเรา เมื่อเราฟังแล้ว ก็เอาสิ่งที่เราได้ยินได้ฟังมาสอนเรา สอนไปเรื่อยๆ เตือนสติเราไปเรื่อยๆ แล้วจะได้ไม่หลง ไม่ลืม เมื่อไม่หลงไม่ลืม ก็จะไม่ยึดไม่ติด จะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้ว ใจจะสุข ใจจะสบาย ใจจะหลุดพ้นจากความทุกข์ความกังวลทั้งหลาย การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๓

เชือพระพุทธเจ้า

๑๑ พฤษภาคม ๒๕๕๕

ท่านทั้งหลายได้มาวัดเพื่อปฏิบัติศาสนกิจ ตามแนวที่พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงทรงสั่งสอนไว้ ให้ผู้ที่มีจิตศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาประพฤติปฏิบัติตาม เพื่อความเป็นสิริมงคล เพื่อความสุขและความเจริญของผู้ปฏิบัติ การฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นการรับถ่ายทอดสัจธรรมความจริง ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้เห็น เป็นความจริงที่จะทำให้ผู้ได้ยินได้ฟัง นำไปปฏิบัติเพื่อความเจริญรุ่งเรือง เพื่อความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง เหตุที่พวกเราทั้งหลายยังต้องฟังเทศน์ฟังธรรมกันอยู่นั้น เป็นเพราะว่าจิตใจของพวกเรายังเป็นปุถุชนอยู่ คำว่าปุถุชนนี้ หมายถึงเป็นผู้ที่ยังไม่มีความรู้ที่จะรักษาตนเอง ให้พ้นจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงได้ เพราะใจของปุถุชนยังเป็นใจที่มีติดบอดอยู่ มี**วิชชาโมหะ**ครอบงำจิตใจอยู่ จึงทำให้ใจมีติดบอด เปรียบเหมือนกับผู้ที่อยู่ในห้องมืด หรืออยู่ในสถานที่ที่ไม่มีแสงสว่าง เช่นในยามค่ำคืน จะเดินทางไปไหนมาไหนตามลำพัง โดยไม่มีแสงสว่างพาไป เช่นไฟฉายหรือตะเกียง ก็จะเป็นการลำบากยากเย็น เพราะไม่รู้ว่สิ่งต่างๆที่อยู่รอบตัวนั้นมีอะไรบ้าง มีอะไรที่เป็นพิษเป็นภัยบ้าง หรือไม่มี มีหลุมมีบ่อ มีขวากหนาม มีอุปสรรคอะไรที่ขวางกั้นอยู่ เพราะไม่สามารถมองเห็นได้

แต่ถ้ามีแสงสว่างของไฟฉายก็ดี หรือตะเกียงก็ดี ส่องทางไป ย่อมสามารถเห็นสิ่งต่างๆ ที่อยู่ข้างหน้าหรืออยู่ข้างๆรอบตัวได้ เมื่อเห็นแล้วก็จะสามารถที่จะหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นอันตรายได้ ไม่ต้องไปประสบกับภัยทั้งหลาย ที่มาสัมผัสกับตัวผู้เดินทางฉันใด ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าก็เปรียบเหมือนกับแสงสว่าง ของไฟฉายหรือของตะเกียง เพียงแต่ว่าธรรมนี้เป็นแสงสว่างของจิตใจ ถ้าใจมีธรรมแล้ว ใจจะสามารถแยกแยะได้ว่าอะไรเป็นภัย อะไรไม่เป็นภัย อะไรเป็นสุข อะไรเป็นทุกข์ อะไรเป็นนรก อะไรเป็นสวรรค์ อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ สิ่งเหล่านี้ ถึงแม้พระพุทธเจ้าจะได้ทรงตรัสรู้เห็นมา เป็น

เวลานานถึง ๒๕๐๐ กว่าปีแล้วก็ตาม แต่ความจริงทั้งหลาย ที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น นั้น ก็ยังเป็นความจริงอยู่ในสมัยปัจจุบันนี้ ความจริงเหล่านี้ท่านจึงแสดงว่าเป็น **อกาลิโก** ไม่ขึ้นกับกาลกับเวลา สิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น เกี่ยวกับเรื่องสุขทุกข์ต่างๆ เรื่องนรกเรื่องสวรรค์ เรื่องบุญเรื่องคุณ เรื่องบาป เรื่องกุศล เป็นความจริงในสมัยก่อน ใดๆ ในสมัยนี้ก็ยังเป็นความจริงอยู่อย่างนั้น

เราจึงมีความเชื่อมั่นได้ในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ยึดมาเป็นแนวทางดำเนิน เป็นผู้ นำพาเราไปสู่สิ่งที่ดีที่งาม สู่จุดหมายที่ดี คือความสุข สู่สภาพที่ไม่มีความทุกข์ได้ เราเชื่อ ได้อย่าง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ เพราะสิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนั้น ทรงสั่งสอน ออกมาด้วย **พระปัญญาคุณ** คือความเฉลียวฉลาด ความถูกต้องแม่นยำ ออกมาจาก **พระกรุณาคุณ** คือความสงสาร ออกมาจาก **พระบริสุทธิ์คุณ** คือความบริสุทธิ์ใจ ใจที่ใส สะอาดหมดจด ปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง สิ่งต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรง สั่งสอนจึงออกมาด้วยเจตนาที่บริสุทธิ์ ไม่ได้สั่งสอนเพื่อหวังสิ่งตอบแทนจากผู้ที่ได้ยินได้ ฟัง มีแต่ความปรารถนาที่จะให้ผู้ที่ได้ยินได้ฟังได้รับประโยชน์อันสูงสุด คือการหลุดพ้น จากการเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งหลายนั่นเอง

นี่คือเจตนาหรือความปรารถนาของพระพุทธเจ้า ที่ทรงประกาศพระศาสนาให้กับสัตว์ โลก ไม่ได้หวังอามิสสินจ้างผลตอบแทน การสรรเสริญเยินยอ หรือการเคารพนับถือ กราบไหว้บูชาเลยแม้แต่นิดเดียว เหตุที่พวกเรามีความเคารพนับถือ กราบไหว้บูชา พระพุทธเจ้านั้น ไม่ใช่เพราะว่าพระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ให้เรากราบไหว้บูชาท่าน แต่เป็น เพราะพระคุณอันใหญ่หลวงของท่าน ที่มอบให้กับพวกเรา ช่วยให้เราได้หลุดพ้นจากกอง ทุกข์ ทำให้มีความสำนึกในพระคุณอันใหญ่หลวงนี้ จึงได้ยกย่องพระพุทธองค์ให้อยู่ เหนือเกล้าของพวกเราทั้งหลาย พวกเรากราบไหว้บูชาได้อย่างสนิทใจ เพราะพระพุทธ องค์มีพระคุณอย่างยิ่งกับพวกเรานั้นเอง เราไม่ได้กราบไหว้เพราะว่าเราถูกบังคับให้กราบ ไหว้ และการกราบไหว้บูชาของเรานั้น ก็เป็นสิ่งที่ดี เพราะเป็นการขัดเกลากิเลส ความ หลงที่มีอยู่ในใจเรา ที่หลงยึดตัวตนว่าเราเป็นผู้สำคัญ เป็นผู้ยิ่งใหญ่ ที่ทุกคนจะต้องให้

ความสำคัญกับเรา นี่เป็นเรื่องของความหลง เพราะโดยความเป็นจริงแล้ว **ในตัวเราไม่มีตัวตน**

ตัวตนนี้เกิดจาก**อวิชชา** ความไม่รู้จริง เกิดจาก**โมหะ**ความหลงผิด ความเห็นผิดเป็นชอบ คือ**เห็นในสิ่งที่ไม่มีว่ามี** เห็นตัวตนในสิ่งที่ไม่มีตัวตน เห็นความเที่ยงแท้แน่นอนในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เห็นความสุขในสิ่งที่ เป็นทุกข์ **เมื่อเราเห็นกลับตรงกันข้ามแล้ว ชีวิตของเรา ก็เลยวิ่งเข้าหาสิ่งที่ผิด เมื่อวิ่งเข้าหาสิ่งที่ผิด ก็เลยประสบแต่ความผิดหวัง** เราทุกคนเกิดมาก็ปรารถนาที่จะมีแต่ความสุขความเจริญ ไม่มีใครต้องการความทุกข์เลย แม้แต่น้อยนิด แต่ทำไมเราจึงยังมีแต่ความทุกข์ใจอยู่ตลอดเวลา นั่นก็เป็นเพราะว่าความมืดบอดของเรา นั้น พาให้เราวิ่งเข้าหาสิ่งที่ เป็นพิษเป็นภัยนั่นเอง แทนที่จะถอยออกจากสิ่งที่ เป็นพิษเป็นภัย แต่กลับวิ่งเข้าหา เพราะความมืดบอดของเรา นั้นเอง แต่ถ้ามืดบอดมีแสงสว่างขึ้นมา ทำให้เราเห็นสิ่งต่างๆ ที่เราวิ่งเข้าหา เป็นเหมือนนอสรพิษ ที่คอยกัด คอยทำลาย เราก็จะไม่กล้าเข้าไปใกล้ แต่เราไม่รู้ เราจึงเข้าหาสิ่งเหล่านั้น เมื่อเราเข้าหาสิ่งเหล่านั้นแล้ว สิ่งเหล่านั้นก็ทำลายเรา สร้างความทุกข์ให้กับเรา เราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา เข้าหาพระธรรมคำสั่งสอน ยึดเอาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง เป็นผู้ นำพาเราไป

สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนแบ่งไว้เป็น ๒ ลักษณะ เป็นความจริง ๒ ชนิดด้วยกัน คือ ความจริงที่เป็น**เหตุ** และความจริงที่เป็น**ผล** เหตุและผลเป็นสิ่งที่ สอดคล้องกัน ผลจะเกิดขึ้นได้ ต้องมีเหตุเป็นผู้นำก่อน เมื่อมีเหตุแล้ว ผลก็จะเป็นสิ่งที่ตามมา ทั้งเหตุและผลนั้น เป็นความจริง เหตุที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ว่าเป็นเหตุที่สำคัญที่สุด ที่เกี่ยวกับตัวเรามากที่สุดนั้นก็คือ**ใจ** ใจเป็นต้นเหตุของการกระทำทุกสิ่งทุกอย่าง จะพูดก็ดี จะทำอะไรงี้ก็ดี จะคิดอะไรงี้ก็ดี จะต้อง มีใจเป็นผู้ริเริ่มก่อน เมื่อมีใจเป็นผู้ริเริ่มแล้ว ใจเริ่มคิดแล้ว จึงเริ่มพูด เริ่มทำตามมา เมื่อคิดแล้ว พูดแล้ว ทำแล้ว ผลก็จะตามมา ผลก็คือ ความรู้สึกในใจของเรา นั้นแหละ คือความรู้สึกสุขหรือทุกข์ เป็นผลที่จะตามมาต่อไป สิ่งที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อตัวเรา ต่อความสุขความทุกข์ของเรา ก็คือใจของเรา นั้นเอง และการที่จะทำให้ใจของเรามีสุขหรือมีทุกข์ได้ ก็ต้องอาศัยการอบรมสั่งสอนใจเรา เพราะ

ใจเราในขณะนี้ยังมีติดบอดอยู่ ยังไม่รู้ตามความเป็นจริง ยังหลงอยู่ ยังเห็นผิดเป็นชอบอยู่ เห็นตรงกันข้ามกับความเป็นจริง เราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา ฟังเทศน์ฟังธรรม อย่างที่ท่านทั้งหลายได้มากระทำกันในวันนี้ มาศึกษาให้รู้ถึงเหตุและผลที่จะตามมา ว่าเป็นอย่างไร แล้วจะได้ปฏิบัติให้ถูกต้องตามเหตุและผลนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ผลที่เราปรารถนา กัน คือความสุขและความเจริญ ความไม่มีทุกข์ ความไม่มีความเสื่อมเสีย ก็จะเป็นสิ่งที่จะได้รับกัน

เหตุที่พระพุทธเจ้าทรงสอนว่าเป็นเหตุที่สำคัญที่สุดก็คือใจ ดังในพระบาลีที่ทรงแสดงไว้ว่า **มโนปุพฺผังคมา ธัมมา มโนมยา มโนเศรษฐา** ใจเป็นประธาน ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นผู้สร้างทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นมา ไม่ว่าจะเป็นความสุขก็ดี ความทุกข์ก็ดี ไม่ว่าจะเป็นนรกเป็นสวรรค์ก็ดี ไม่ว่าจะเป็นการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารก็ดี หรือการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด คือการเข้าสู่มรรคผลนิพพานก็ดี ใจเป็นผู้กระทำ ใจเป็นผู้พาไป การดูแลอบรมจิตใจจึงเป็นสิ่งสำคัญ ต้องสั่งสอนให้รู้ว่าการกระทำอย่างไร คือความคิดแบบไหน เป็นความคิดที่จะนำไปสู่ความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ความคิดแบบไหน นำพาไปสู่ความทุกข์ความหายนะ ความคิดที่จะพาให้ไปสู่ความสุขความเจริญ คือการคิดดี ความคิดดีนั้นคิดอย่างไร ก็คิดเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น คิดเพื่อที่จะช่วยเหลือผู้อื่น คือให้มีความ**เมตตา** มีความ**กรุณา** มี**มุทิตา** มี**อุเบกขา** ไม่ให้คิดเบียดเบียนผู้อื่น ความคิดอะไรที่เป็นการคิดเบียดเบียนผู้อื่น คือความคิด**โลภ** คิด**โกรธ** คิด**หลง** ถ้ามีเกิดขึ้นมาแล้ว ก็จะทำให้เราต้องไปเบียดเบียนผู้อื่น เราจึงต้องคอยดูแลควบคุมจิตใจของเรา ให้คิดดี เมื่อเราคิดดีแล้ว คำพูดของเราก็จะดี การกระทำของเราก็ดี แต่ถ้าเราไม่ดูแล ปล่อยให้ใจคิดไปในทางที่ไม่ดี เช่นคิดโกรธขึ้นมา เมื่อโกรธแล้วคำพูดออกมาก็ไม่ดี การกระทำก็ไม่ดี เมื่อทำไปแล้วผลเสียก็จะตามมา เวลาโกรธใจจะร้อน จะวุ่นวาย แต่เวลาทำบุญ เวลาสงเคราะห์ช่วยเหลือผู้อื่น ใจจะเย็น ใจจะสบาย

นี่เป็นเรื่องที่เราจะต้องคอยดูแลรักษาใจของเรา ให้อยู่ในกรอบของการกระทำความดี ละการกระทำความชั่วทั้งหลาย ชำระใจของเรา คือชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่เป็นต้นเหตุของการกระทำความชั่วทั้งหลาย เป็นต้นเหตุที่ปิดกั้นไม่ให้มีการทำความ

ดีเกิดขึ้นได้ ถ้าเราไม่ได้กระทำความดี มีแต่การกระทำความชั่ว เราจะไปหาความสุขได้อย่างไร เมื่อกระทำแต่ความชั่ว ผลของความชั่วย่อมปรากฏขึ้นมา คือความทุกข์ในปัจจุบัน เมื่อตายไป ก็จะต้องไปเกิดในภพภูมิที่ต่ำต่อไป นี่เป็นความจริงที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้เห็นมาแล้ว เห็นว่าพวกเราทั้งหลายหลงทางกันอยู่ ก็สังสาร เพราะว่าถ้าไม่มีใครอบรม ไม่มีใครสั่งสอน พวกเราก็จะดำเนินไปตามวิถีทางเดิมๆของเรา เพราะสิ่งที่เราไปชอบไปรักนั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ให้ความสุขกับเราที่แท้จริง เป็นความทุกข์มากกว่าความสุข เป็นเพราะว่าเราไม่มีปัญญา ที่จะแยกแยะได้ว่า ความสุขที่แท้จริงนั้นเป็นอย่างไร เรามักจะเห็นความสุขที่ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริงเป็นความสุขที่แท้จริง เราจึงคว้าแต่ความสุขที่ไม่แท้จริง ซึ่งเป็นเหมือนกับน้ำตาลที่เคลือบยาขม

เช่นเป็นเพราะอะไร คนจึงเสพสุรากัน เพราะเขามีความสุข แต่มันเป็นความสุขที่เกิดขึ้นในช่วงขณะที่เขาเสพเท่านั้น เวลาเสพเขาก็มีความสุข แต่หลังจากที่เสพไปแล้ว ก็มีความสุขตามมาหลายประการด้วยกัน ประการแรก ถ้าเสพสุรามากๆ ก็จะทำลายร่างกาย อวัยวะต่างๆจะเสื่อมเร็ว ชีวิตจะสั้น อายุจะสั้น ประการต่อมา เมื่อเสพสุราไปแล้วจะไม่มีสติประคับประคองใจ เวลาใจจะคิดอะไรขึ้นมา ก็ไม่สามารถยับยั้งควบคุมได้ คนที่เสพสุราจึงมักจะมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม มีวาจาที่ไม่สุภาพ หยาบคาย พูดฟังไม่ได้ กิริยาไม่เรียบร้อย เบียดเบียนทำร้ายผู้อื่น ประพฤติผิดประเวณี ลักทรัพย์ของผู้อื่น นี่ก็คือผลที่เกิดจากการเสพสุรายาเมา เมื่อเสพไปแล้ว ก็ไม่มีสติที่จะควบคุมใจ ให้อยู่ในขอบเขตของความดีงามได้ เมื่อทำสิ่งที่ไม่ดีไป ก็มีผลตามมา มีความวุ่นวายใจตามมา จะต้องหลง ต้องช้อนตัว ในที่สุดก็ถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง ถูกลงโทษ

นี่เป็นเรื่องที่เกิดจากการที่ไม่รู้จักแยกแยะความสุข ว่าชนิดไหนเป็นความสุขที่แท้จริง ชนิดไหนเป็นความสุขที่ไม่แท้จริง กลับเห็นความทุกข์ว่าเป็นความสุข เช่นกรณีของการเสพสุรายาเมา ส่วนความสุขที่เป็นความสุขที่แท้จริงนั้น เรามักจะแยกแยะไม่ออก เพราะความสุขที่แท้จริงมักจะมีความสุขผสมไปด้วย อย่างเวลาจะทำความดี เราจะรู้สึกว่ามี ความลำบาก จะมาว่าวันนี้ ก็จะมีรู้สึกว่ามีลำบาก ไหนจะต้องตื่นแต่เช้า เพื่อเตรียมอาหารเช้าของต่างๆ มาถวายพระ ไหนจะเจอฝนฟ้าที่กำลังตกลงมา ก็เริ่มรู้สึกว่ามี ความลำบาก

ลำบาก ถ้าคนที่ไม่เข้าใจถึงผลของการกระทำความดี ว่าการที่เราได้ทำความดี ทำบุญให้ทานนั้นเป็นการชำระสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม ที่มีอยู่ภายในใจของเรา คือ**ความเห็นแก่ตัว** **ความตระหนี่** **ความโลภ** ซึ่งเป็นสิ่งที่คอยสร้างความทุกข์ความไม่สบายใจให้กับเรา เวลาเราทำบุญทำทาน ก็เท่ากับเราเอาชนะความเห็นแก่ตัว เอาชนะความตระหนี่ เอาชนะความโลภ และเมื่อชนะสิ่งเหล่านี้แล้ว ใจจะมีความสุข ความสงบ มีความปีติ มีความอิม มีความพอ

แต่ก่อนที่จะมาถึงจุดนี้ได้ เราก็จะต้องฟันฝ่าอุปสรรค ความยากลำบากในการกระทำสิ่งเหล่านี้ ไหนจะต้องต่อสู้กับเวลาที่จะต้องตื่นแต่เช้า ต่อกู้กับฝนฟ้าอากาศ แล้วเราจะต้องต่อสู้กับกิเลสภายในใจของเราอีก คือจะต้องต่อสู้กับความตระหนี่ ต่อกู้กับความเห็นแก่ตัว ต่อกู้กับความโลภที่จะพยายามกีดขวาง สร้างความรู้สึกอึดอัด สร้างความรู้สึกลำบาก ลำบากขึ้นมา เป็นอุปสรรคกีดขวางเราไว้ แต่ถ้าใช้ปัญญาใคร่ครวญแล้ว พิจารณาว่าการทำบุญให้ทาน เป็นคุณและเป็นประโยชน์กับเราจริงๆ เหมือนกับเวลาที่เรามีโรคร้ายไข้เจ็บ เราต้องไปรักษาตัว เราก็ไม่อยากจะไปรักษาตัว เพราะรู้ว่าจะต้องเจ็บ ไหนจะต้องถูกหมอฉีดยา หรือหมอผ่าตัด ไหนจะต้องรับประทานยาที่ขม ยาที่เราไม่ชอบรับประทาน แต่ถ้าเราใช้ปัญญาพิจารณาว่า ถึงแม้ว่าจะทรมาน ถึงแม้ว่าจะเจ็บ ถึงแม้ว่าเป็นสิ่งที่เราไม่ชอบทำ แต่ถ้าไม่ทำแล้ว โรคร้ายที่มีอยู่กับตัวก็จะไม่หาย นอกจากไม่หายแล้ว ยังอาจจะทำให้ตายได้ด้วย ถ้าได้ใช้ปัญญาแยกแยะแล้ว เห็นว่าถ้าไปหาหมอ ไปโรงพยาบาล ไปรักษาตัวแล้ว โรคที่มีอยู่ในตัวก็จะหมดไปหายไ้ เจ็บหน่อยก็ทนเอา อย่างนี้ถ้าใช้ปัญญาแยกแยะแล้ว ก็กล้าตัดสินใจ เพราะว่าสิ่งที่ทำไปในเบื้องต้น ผลอาจจะไม่ดี แต่ในขั้นปลายผลจะดี คือโรคร้ายไข้เจ็บจะหายไป

ฉันใดพวกเราทุกคนนั้น ดังที่ได้แสดงไว้ในเบื้องต้นแล้วว่า มีความทุกข์ใจด้วยกันทุกคน ไม่มีใครในกาลาหลังนี้จะไม่มีความสุขใจอยู่เลย ไม่ว่าจะมีความแตกต่างกันขนาดไหนก็ตาม บางคนมีฐานะดี ร่ำรวย มีเงิน มีทอง มีทรัพย์สมบัติ มีข้าวของ ทุกสิ่งทุกอย่างพร้อมบริบูรณ์ อีกคนหนึ่งไม่ค่อยมีทรัพย์สินเงินทอง ยังขาดนั้นขาดนี้อยู่ แต่ก็มีมีความสุขใจเหมือนกัน นั่นก็เป็นเพราะว่าใจไม่รับการดูเล่นนั่นเอง ใจไม่ได้รับการขัดเกลา

ชำระสิ่งที่ป็นต้นเหตุของความทุกข์ ที่มีอยู่ภายในใจ ใจของเราทุกคนจึงมีความทุกข์ เหมือนๆกัน ทั้งๆที่มีฐานะต่างกัน มีความรู้ความฉลาดต่างกัน มีความสามารถในการที่จะทำมาหากินต่างกัน แต่ถึงกระนั้นสิ่งที่ไม่ต่างกัน ก็คือใจที่ยังมีความทุกข์อยู่ เพราะว่า ในใจยังมีต้นเหตุของความทุกข์อยู่ คือความโลภ ความโกรธ และความหลงนั่นเอง การที่จะแก้สิ่งเหล่านี้ได้ เราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา เข้าหาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะว่าพระพุทธเจ้าเป็นพระองค์แรกที่สามารถกำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ออกไปจากจิตจากใจได้ เป็นใจที่สะอาดบริสุทธิ์ มีความสงบ มีความอิม มีความพอ เพราะอะไร เพราะตัวหิวไม่มีนั่นเอง ตัวหิวก็คือความโลภความอยาก ไปได้ถูกทำลายไป เมื่อไม่มีความหิวแล้ว ความอิมก็เข้ามาแทนที่ เมื่อมีความอิม ก็มีความสุข เมื่อมีความหิว ก็มีความทุกข์

นี่แหละคือปัญหา อยู่ที่ใจของเรา ปัญหาไม่ได้อยู่ที่ว่า เรามีมากหรือมีน้อย นั่นไม่ใช่เป็น ปัญหา เพราะว่าสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพของเรานั้น พวกเรามีกันทุกคน เพราะ ถ้าไม่มีหรือมีไม่พอ ชีวิตของเราก็จะอยู่ถึงวันนี้ไม่ได้ เมื่อชีวิตของเราอยู่มาถึงวันนี้ได้ ก็ แสดงว่าสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพของเรานั้น เรามีพอเพียงแล้ว เราจึงไม่มีความ จำเป็น ที่จะต้องไปหาอะไรเพิ่มขึ้นให้มากกว่านี้ เพียงแต่รักษาสิ่งที่เรามีอยู่ ไว้ดูแลรักษา ชีวิตของเราให้อยู่ไปได้วันๆหนึ่งก็พอแล้ว ต่อให้เรามีเพิ่มมากไปกว่านี้สักร้อยเท่าพันเท่า มันก็ยังไม่ไปกำจัดความทุกข์ที่มีอยู่ในใจของเราให้หมดไปได้ เพราะการที่จะกำจัดความทุกข์ให้หมดไปจากใจนั้น เราต้องกำจัดกิเลสตัณหา คือกำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ออกไปจากใจ และการที่เราจะกำจัดสิ่งเหล่านี้ได้ เราก็ต้องอาศัยแสงสว่าง แห่งธรรม คือคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นผู้พาเราไป เราจึงต้องศึกษาทำความเข้าใจ ว่า เราต้องทำอะไรบ้าง ทางศาสนาสรุปไว้ว่า เราต้องทำ ๓ อย่างด้วยกัน คือ ๑. ต้องละ ความชั่วทั้งหลาย ๒. ต้องทำแต่ความดี ๓. ชำระจิตใจ คือละความโลภ ความโกรธ ความหลงให้หมดไป

นี่แหละคือวิถีทางที่จะนำมาซึ่งความสุขความเจริญให้กับเรา การที่จะละความโลภ ความโกรธได้ ต้องมีปัญญา เพราะว่าความโลภ ความโกรธเกิดจากความหลงพาไป ความหลง

ที่เห็นว่าการได้อะไรมากๆ แล้วจะมีความสุข ซึ่งมันก็มีความสุข แต่มันเป็นความสุขที่
เจ็บปวดไปด้วยความทุกข์ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราแสวงหานั้น ไม่ว่าจะมาด้วยทางตา ทางหู
ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ในรูปของวัตถุสิ่งของต่างๆ ในรูปของบุคคลต่างๆ ในรูปของ
เครื่องบันเทิงต่างๆนั้น ล้วนให้ความสุขกับเราในเบื้องต้น แต่ให้ความสุขเพียงชั่ว
ขณะหนึ่งเท่านั้นเอง หลังจากนั้นแล้วก็ทำให้เราติดอยู่กับสิ่งเหล่านั้น เวลาใดที่เราขาดสิ่ง
นั้นไป เราก็จะเกิดความไม่สบายใจขึ้นมา เกิดความทุกข์ขึ้นมา เหมือนกับผู้ที่เสพรสุราที่
ได้แสดงไว้ในเบื้องต้น เวลามีสุราเสพเขาก็มีความสุข แต่พอวันไหนเขาไม่มีสุรา เขาขาด
สุรา เขาก็จะเกิดความวุ่นวายใจ เกิดความทุกข์ขึ้นมา ดินรนกวัดแกว่ง จะต้องไปหาสุรา
มาเสพให้ได้ ถ้าไม่มีสุราเสพก็ต้องดิ้นลงแดง มีความทุกข์มากที่สุดทีเดียว นี่ก็เป็นเพราะว่า
ความสุขที่พวกเราแสวงหากันนั้น เป็นความสุขส่วนน้อย ส่วนใหญ่ล้วนแต่เป็นความทุกข์
ทั้งนั้น เปรียบเหมือนกับยาขมเคลือบน้ำตาล จึงต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นตามความ
เป็นจริง เพื่อจะได้ไม่หลง ไม่โลภ ไม่โกรธ ต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติ
ไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๔

ปัญหาอยู่ที่ใจ

๑๙ พฤษภาคม ๒๕๕๕

วันนี้ท่านทั้งหลายได้มาที่วัดกัน เพื่อประกอบคุณงามความดี ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้า ได้ทรงสั่งสอน คือ **ละการทำบาปทั้งปวง ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ชำระจิตใจให้ สะอาดหมดจด** นี่เป็นพระโอวาทที่พระพุทธองค์ได้ทรงมอบไว้ ให้พุทธศาสนิกชนปฏิบัติ ตาม อันเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุข ความเจริญ เป็นเหตุที่จะดับทุกข์ภัยอันตราย ทั้งหลาย ไม่ให้มารบกวน ทำลายชีวิตจิตใจของพวกเราทุกคน ถ้าพวกเราทุกคน ประารถความสุข ความเจริญ ความไม่มีทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง เราก็ต้อง น้อมเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติ ด้วยการมาวัดอย่างสม่ำเสมอ เพราะเมื่อเรามาวัดแล้ว เราก็จะได้มาละบาปกัน ด้วยการสมาทานศีล มีศีล ๕ ศีล ๘ เป็นต้น ได้กระทำความดีกัน ด้วยการทำบุญให้ทาน บูชาพระรัตนตรัย มีสัมมาคารวะ มีความกตัญญูกตเวทิต์ ชำระใจของเราให้สะอาดหมดจด ด้วยการฟังเทศน์ฟังธรรม

ใจของเรามีปัญหา เพราะใจยังไม่มีความสุข ใจยังมีความทุกข์ มีความเศร้าหมองอยู่ ทั้งนี้เป็นเพราะว่ายังมี**เครื่องเศร้าหมอง**อยู่ในใจ เครื่องเศร้าหมองนี้ได้แก่อะไร ก็ได้แก่**กิเลสตัณหา**ทั้งหลาย คือ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง** ความอยากต่างๆ สิ่งเหล่านี้ทำให้ใจมีความทุกข์ ทำให้ใจต้องไปทำบาปทำกรรม ทำเรื่องต่างๆที่รู้ว่าไม่ดี แต่ไม่มีกำลัง ไม่มีอำนาจที่จะฝืนได้ เพราะไม่เคยฝึกตน ไม่เคยสร้างกำลัง ให้ต่อสู้ ให้ทำลาย กิเลสตัณหา ที่มีอยู่ในใจ เพราะไม่รู้จักรั้ว เพราะไม่ศึกษา ไม่เข้าหา**พระศาสนา** เราจึงไม่รู้จักรั้วที่จะเอาชนะกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลงที่มีอยู่ในใจของเรา แต่ ถ้าได้เข้าสู่วัดวาอาราม ได้**ฟังเทศน์ฟังธรรม**อย่างสม่ำเสมอ เราจะได้ยินได้ฟังวิธีการ ที่จะชำระหรือกำจัดกิเลสตัณหา เครื่องเศร้าหมองทั้งหลายภายในใจ ให้หมดสิ้นไปได้ ถ้า ไม่กำจัดกิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมองเหล่านี้ให้ออกไปจากจิตจากใจ ต่อให้เป็นมหา

เศรษฐี เป็นพระเจ้าแผ่นดิน หรือเป็นอะไรก็ตาม ที่คนทั้งหลายในโลกนี้อยากจะเป็นกัน ก็จะทำให้มีความสุขไม่เจอ

เพราะว่าความสุขไม่ได้ขึ้นอยู่กับความเป็นมหาเศรษฐี เป็นพระเจ้าแผ่นดิน เป็น นายกรัฐมนตรี หรือเป็นอะไรทั้งหลายทั้งสิ้น สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถมาจำกัด ขจัดความ เศร้าหมอง ความทุกข์ที่เกิดจากความเศร้าหมองให้หมดไปจากจิตจากใจได้ นอกจากไม่ จำกัดแล้ว ยังจะเพิ่มความเศร้าหมองให้มีมากขึ้นไปอีก เราจึงต้องอาศัย**พระธรรม**คำ สอนของ**พระพุทธเจ้า**เป็นเครื่องชี้ทาง บอกวิธีที่จะทำให้เราได้มีความสุขอย่างแท้จริง พระพุทธองค์จึงสอนให้ทำความดี ละความชั่ว จำกัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ด้วยวิธีการที่ท่านทั้งหลายได้มาปฏิบัติกันในวันนี้ คือ **ทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติ ธรรม** ทำจิตให้สงบในเบื้องต้น เมื่อมีความสงบแล้ว จึงอบรมสั่งสอนจิต ให้รู้จักเรื่องราว ต่างๆ เรื่องของความดี เรื่องของความชั่ว เรื่องของเหตุที่ทำให้เกิดความสุข เรื่องของเหตุ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ เมื่อเห็นตามความเป็นจริงแล้ว ก็จะทำลายเหตุของความทุกข์ และสร้างเหตุของความสุข

จะสังเกตได้ว่า คนเราเวลาปกติ จิตใจไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง จะมีความรู้สึกสบาย มี ความโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มองใครก็มองด้วยไมตรีจิต แต่เวลาเกิดความโลภ ขึ้นมา เกิดความโกรธขึ้นมา เกิดความหลงขึ้นมา จะมีความรุ่มร้อนใจ การแสดงออกมา ทางวาจา ทางกาย ทางสีหน้า จะเป็นไปได้ในทางที่ไม่ดี คนเวลาโกรธ จะเป็นคนที่ไม่น่า ชื่นชมยินดีเลย การพูดจาการกระทำของเขา ก็จะพูดและกระทำแต่สิ่งที่ไม่ดี สร้าง ความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นและตัวของเขาเอง เพราะในขณะที่มีความโลภ มีความโกรธ มีความหลงอยู่ในใจ ใจของเขาเปรียบเหมือนกับมีไฟเผาอยู่ ทำให้ไม่มีความสบายอก สบายใจ มีแต่ความวุ่นวายใจ นี่แหละจึงเป็นเหตุที่ทำไมเราจึงต้องดูแลใจของเรา ต้อง ชำระใจของเรา จำกัดความโลภ ความโกรธ ความหลง เพราะถ้าไม่จำกัดแล้ว ความโลภ ความโกรธ ความหลง จะฉุดลากพาเราไปสู่ความทุกข์ ความหายนะ

ความโลภ ความโกรธ ความหลงเป็นต้นเหตุของการกระทำ**อกุศลกรรม**ทั้งหลาย คือ อกุศลกรรมทางกายและทางวาจา เวลาที่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็จะนำไปสู่

การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักทรัพย์ การประพฤตินิดประเวณี การพูดปดมดเท็จ การพูดคำหยาบ การพูดเพื่อเจ้า และการพูดส่อเสียด เมื่อทำไปแล้วก็จะนำความทุกข์มาให้ผู้กระทำ อย่างเวลาเราไปทำอะไรไม่ได้ไว้ เราจะมีความรู้สึกไม่สบายใจ ความไม่สบายใจนี้แหละคือความทุกข์ เวลาไปโกหก ไปหลอกลวง ไปโก่ง ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับใคร เราจะมี ความไม่สบายอกไม่สบายใจ เพราะรู้ว่าจะต้องถูกจับมาทำโทษ ไม่ช้าก็เร็ว เราไม่อยากให้ใครรู้ว่าเรากระทำความผิดเหล่านี้ เพราะจะไม่มีใครยกย่องชื่นชมยินดี มีแต่จะประณาม ว่าเป็นการกระทำที่ไม่ดี ไปอยู่กับใครที่เหน็น ก็จะไม่ไม่มีใครอยากจะคบค้าสมาคมด้วย เพราะเป็นคนที่มีพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่มีศีล ไม่มีสัตย์ ไม่น่าไว้วางใจ เปรียบเหมือนกับบอสรพิษ ที่ไม่มีใครอยากจะทำใกล้ ถ้าจำเป็นจะต้องอยู่กับบอสรพิษ ก็จะต้องจับขังไว้ในกรง ไว้ในที่ปลอดภัย จะไม่ให้บอสรพิษออกมาพ่นพิษในบ้าน ฉะนั้นใครที่ไม่มีศีล ก็เปรียบเหมือนกับบอสรพิษ ไม่มีใครอยากจะทำใกล้ มีแต่จะต้องคอยจับเอาเข้าคุกเข้าตะราง เพื่อที่จะได้ไม่มาสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น

เมื่อถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง ก็จะได้รู้ว่าคุกตะรางเป็นอย่างไร ความสุขในคุกในตะรางแทบจะหาไม่ได้เลย มีแต่ความทุกข์ เพราะไม่มีอิสรภาพ ไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ ตามความต้องการ จะกินจะนอนจะทำอะไร ก็จะต้องถูกบังคับ ถูกควบคุม ไม่สามารถที่จะเลือกอาหารรับประทานได้ ทุกสิ่งทุกอย่าง ถูกจัดการให้หมด นี่แหละคือความทุกข์ที่เห็นได้จาก การที่ประพฤตินิดศีลผิดธรรม ในทางตรงกันข้ามถ้าไม่ทำผิดศีลผิดธรรม คือไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินิดประเวณี ไม่พูดปดมดเท็จ เราก็จะอยู่ได้อย่างปกติ ไม่มีใครจับไปเข้าคุกเข้าตะราง ไม่มีใครรังเกียจเดียดฉันท์ นอกจากไม่รังเกียจแล้ว ยังชื่นชมยินดี อยากจะคบค้าสมาคมด้วย เพราะคนที่มีศีลเป็นคนที่น่าเชื่อถือ เพราะไม่สร้างเวรสร้างกรรม ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไปอยู่กับใครที่เหน็น มีแต่ให้ความร่วมมือ ความสบายใจ

นี่แหละคือผลที่เกิดจากการ**มีศีล**และการ**ไม่มีศีล** ถ้ามีศีลแล้วก็จะอยู่ได้อย่างปกติสุข มีความเป็นอิสระ สามารถไปไหนมาไหนได้ ไม่ต้องถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง ขังไว้ในห้องขัง แต่ถ้าไม่มีศีลแล้ว ก็จะไม่ใครอยากเข้าใกล้ ถ้าเห็นหน้าก็จะต้องรีบไปแจ้งความกับ

ตำรวจ เพื่อจะได้กำจัด ความคุมไม่ให้ออกมาเฟ้นผ่าน มาสร้างความสะดวกร้อนกับตัวเอง และผู้อื่น นี่แหละทำไมเราจึงต้องรักษาศีลกัน เพราะว่าทุกคนที่เกิดมา ล้วนต้องการ ความสุข ไม่ต้องการความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ความสุขและความทุกข์นั้นมันเกิดขึ้นจากการกระทำของเราเอง มันไม่ได้เกิดขึ้นจากการกระทำของผู้อื่น การกระทำของผู้อื่นเป็นเหมือนชนวนเท่านั้นเอง เป็นตัวกระตุ้นให้เราทำความดีหรือทำความชั่วได้ แต่การกระทำ ความดีหรือการทำความชั่วนั้น เราเป็นผู้กระทำ อย่างเวลาเราเห็นคนอื่นหรือได้ยิน คนอื่นเขาพูดอะไร หรือทำอะไรที่ไม่ถูกใจเรา ถ้าเราไม่ไปสนใจ คือเห็นเขาทำอะไรหรือพูดอะไร ถึงแม้จะมีความไม่พอใจ เราก็ทำใจให้หนึ่งเฉยเสีย ไม่ไปสนใจ ไม่มีปฏิกิริยาตอบโต้ เราก็จะสามารถรักษาความดีของเราไว้ได้อยู่ แต่ถ้าไม่ยับยั้งใจไว้ ปล่อยให้แสดง ออกมาทางกาย ทางวาจา ก็จะนำไปสู่การกระทำที่ไม่ดีได้ เช่นพูดคำหยาบ ทะเลาะเบาะ แว้งกัน ต่อสู้ทุบตีกัน เมื่อทำไปแล้ว ใครเป็นคนรับผลละ ผู้ที่กระทำนั้นแหละเป็นคนรับ คนที่ทำในสิ่งที่เราไม่พอใจ เขาไม่ได้ทำอะไร ก็ไม่มีผลอะไรเกิดขึ้นกับเขา แต่ผลจะเกิดจากการกระทำของเรา

เวลาเห็นอะไร ได้ยินอะไรที่ไม่ถูกใจ ต้องใช้**สติปัญญา**เตือนสติ เตือนใจเราว่า สิ่งที่เขาทำ นั้น เราไปห้ามเขาไม่ได้ เขาจะอย่างไรมันก็เป็นเรื่องของเขา เราต่างหากที่จะต้องห้ามใจเรา ห้ามตัวเรา ไม่ให้ไปกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ไม่ดีงาม ต้องระมัดระวัง ไม่ไปทำอะไรที่ผิดศีลผิดธรรมเป็นอันขาด ถ้ารักษาการกระทำของเราได้ คือไม่ไปทำความชั่วแล้ว ผลของบาปกรรมทั้งหลายคือความทุกข์ ย่อมไม่เกิดตามมา เพราะนี่เป็นหลักของเหตุและผล เหตุก็คือการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ผลที่ตามมาก็คือความไม่สบายอกไม่สบายใจ การไปใช้กรรมด้วยวิธีการต่างๆ ไปติดคุกติดตะราง ก็จะไม่เกิดขึ้นกับเรา เวลาเห็นอะไร ได้ยินอะไร สัมผัสอะไร แล้วมีปฏิกิริยาตอบโต้ บางครั้งก็เป็นปฏิกิริยาที่ดี บางครั้งก็เป็นปฏิกิริยาที่ไม่ดี ก็ต้องระมัดระวัง คอยดูใจ เวลาเกิดความโกรธขึ้นมา ก็ต้องระงับ อย่าปล่อยให้ความโกรธระบายออกมาทางกาย ทางวาจา ถ้ารักษาความเป็นปกติของ กาย วาจา ใจได้ ชีวิตของเราก็จะดำเนินไปได้ด้วยความราบรื่น ดีงาม ไม่มีปัญหาตามมา แต่ในทางตรงกันข้าม เวลาได้ยิน ได้เห็นอะไรที่ไม่พอออกพอใจ สร้างความโกรธ ความคับแค้นใจ แล้วไม่ระงับ ไม่ควบคุม ปล่อยให้ระบายออกมาทาง

วาทะ ทางกายแล้ว ปัญญา ความวุ่นวาย เรื่องราวต่างๆก็จะตามมา ความทุกข์ก็จะต้อง
ตามมาอย่างแน่นอน จึงขอให้ทำความเข้าใจไว้ว่า เรื่องของ**ความสุขและความทุกข์ ความ
เจริญ ความเสื่อมนั้น ไม่ได้อยู่กับใครที่ไหน แต่อยู่ที่ตัวเราเอง**

ตัวเราเป็นเหมือนรถยนต์คันหนึ่ง เราเป็นคนขับรถยนต์ เวลาขับรถยนต์ ต้องมี
ความสามารถควบคุมรถยนต์ให้ไปในทิศทางที่ต้องการให้ไปได้ เมื่อถึง ๔ แยกไฟแดง
ต้องบังคับให้รถหยุดได้ จะไปทางซ้าย ไปทางขวา เดินหน้า ถอยหลัง ต้องควบคุมบังคับ
ให้ไปตามที่ต้องการได้ ถ้าควบคุมรถยนต์ได้ การขับรถยนต์ของเราก็จะปลอดภัย ไม่มี
อุบัติเหตุ ชีวิตของเราก็เป็นเช่นนั้น ชีวิตของเราก็เปรียบเหมือนกับรถยนต์ คันหนึ่ง เราก็
เป็นเหมือนกับคนขับรถยนต์ เราต้องดูการเคลื่อนไหวของชีวิตเรา การเคลื่อนไหวของ
ชีวิตเรา ก็คือการกระทำทางกาย ทางวาจาและทางใจนั้นแหละ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการ
กระทำทางใจ เพราะการกระทำทางใจ คือความคิดปรุง ความรู้สึก อารมณ์ต่างๆ เป็นตัว
ริเริ่ม เป็นตัวที่จะทำให้เกิดการกระทำทางวาจา ทางกายตามมา ถ้ามีสติคอยดู คอย
ควบคุมการเคลื่อนไหวของความคิดปรุง ของอารมณ์ ไม่ปล่อยให้ความคิดและอารมณ์
พาไปในทิศทางที่ไม่ดี ที่ไม่ถูกต้องแล้ว ชีวิตก็จะดำเนินไปได้ด้วยดี พาไปสู่จุดหมาย
ปลายทางที่ปรารถนา คือความสิ้นทุกข์ ความปราศจากภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง ซึ่ง
อยู่ในความสามารถของพวกเราที่จะทำได้

เพียงแต่เราต้องรู้จักดูแลชีวิตของเรา เหมือนกับเวลาขับรถยนต์ ถ้าขับรถยนต์ไม่เป็น
จะต้องทำอะไรก่อน ก็ต้องไปเรียนก่อน เรียนวิธีการขับรถยนต์ว่า จะขับเคลื่อนไปได้
อย่างไร จะต้องทำอะไรถึงให้เดินหน้าได้ ให้ถอยหลังได้ ให้เลี้ยวซ้าย เลี้ยวขวาได้ ให้
หยุดได้ ต้องเรียนรู้อีกก่อน ก่อนที่จะไปขับรถยนต์ ถ้าไม่เรียนแล้วไปขับ เวลารถวิ่งไป แล้ว
ไม่รู้จักวิธีหยุดรถก็จะต้องไปชนกับสิ่งนั้นสิ่งนี้อย่างแน่นอน ชีวิตของเราก็เช่นกัน การ
ดำเนินชีวิตก็คือการกระทำ ทางกาย วาจา ทางใจ ต้องรู้จักว่า เมื่อทำไปแล้วมีผลดี
ผลเสียอย่างไร การกระทำที่มีผลเสีย ก็ต้องหยุด คือไม่กระทำ ส่วนการกระทำที่มีแต่
ผลดีตามมา ก็พยายามทำให้มากขึ้นไป นี่แหละคือวิธีการดำเนินชีวิตของเรา ถ้า

ควบคุมการกระทำให้อยู่ในกรอบของศีลธรรม อยู่ในกรอบของความดีแล้ว ชีวิตของเรา จะมีแต่ความสุขความเจริญโดยถ่ายเดียว

ยกตัวอย่างพระพุทธเจ้าของเรา พระพุทธองค์ทรงมีสติปัญญาคอยเฝ้าดูแลการกระทำของพระองค์ ทางกาย วาจา ใจตลอดเวลา จึงทรงนำพาชีวิตของพระองค์ไปสู่จุดสูงสุดที่มนุษย์จะสามารถดำเนินไปได้ นั่นก็คือการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด การพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย พวกเรายังไม่เป็นเหมือนกับพระพุทธเจ้า เพราะยังไม่สามารถดำเนินไปถึงจุดนั้นได้ ชีวิตของพวกเราจึงเป็นชีวิตที่มีทั้งความสุข มีทั้งความทุกข์ ลุ่มๆดอนๆ ส่วนใหญ่จะมีแต่ความทุกข์รออยู่ข้างหน้าเสมอ เพราะเหตุใด เพราะเรายังเดินเข้าหากองทุกข์ แทนที่จะเดินถอยออกจากกองทุกข์ เรายังเดินเข้าสู่กองทุกข์อยู่ เพราะอะไรเราจึงเดินเข้าหากองทุกข์ ก็เพราะว่าเรายังเห็นทุกข์ว่าเป็นสุขอยู่ ยังเห็นตรงข้ามกับความเป็นจริง ไม่เห็นตามความเป็นจริง เราจึงเป็นเหมือนกับคนตาบอด คือมองไม่เห็นอะไรเลย ก็เลยคว้าโน่นคว้านี่มา คิดว่าสิ่งที่จับมา คว้ามานั้น เป็นสิ่งที่ดี แต่หารู้ไม่ว่าสิ่งที่คว้ามานั้น คืออสรพิษ เมื่อคว้าเอาอสรพิษมา ก็ต้องถูกมันกัด เมื่อถูกกัด ก็ต้องเจ็บปวดรวดร้าวแล้วในที่สุดก็ถึงกับตายได้

ฉันใดชีวิตของพวกเราก็เป็นลักษณะนั้น เพราะยังไม่มีความรู้ความฉลาดมีปัญญาที่จะมองเห็นความเป็นจริงของ**สภาวะธรรม**ทั้งหลายได้ ยังเห็นตรงกันข้ามอยู่ เพราะอะไร ก็เพราะความหลงผิดที่ เรียกว่า**โมหะ**นี้เอง ยังครอบงำใจอยู่ เลยทำให้มีความโลภ มีความโกรธอยู่ เราจึงต้องอาศัยพระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า **ทุกสิ่งทุกอย่างที่เรายึดเราติดกันอยู่ในโลกนี้ ล้วนเป็นสิ่งที่ให้ความทุกข์กับเราทั้งนั้น** ไม่ว่าจะเป็นอย่างบุคคลก็ดี เป็นวัตถุก็ดี ไม่เป็นความสุขเลย เป็นแต่ความทุกข์ แต่พวกเรายังเห็นดีเห็นชอบกับบุคคลต่างๆ เราจึงอยากจะมีแฟนกัน ยังอยากจะมีสามี มีภรรยา กัน แทนที่จะอยู่ตัวคนเดียวเหมือนกับพระพุทธเจ้า เรายังทำอย่างนั้นไม่ได้ เพราะเราายังคิดว่าการมีแฟน มีสามี มีภรรยา จะทำให้เรามีความสุข แต่เมื่อมีแล้ว เรามีความสุขจริงหรือเปล่า เราเคยถามตัวเราเองบ้างไหม หรือว่ายังมีความทุกข์อยู่ และดีไม่ดีกว่ามีความ

ทุกข์มากกว่าเดิมด้วยซ้ำไป เพราะเมื่อเรามีแฟนแล้ว เราก็ต้องมาทุกข์กับแฟนเรา ต้องมาห่วงแฟนเรา ห่วงสามี ห่วงภรรยาเรา อย่างนี้มันเป็นความสุขหรือเป็นความทุกข์กันแน่

ถ้าเราอยู่ตัวคนเดียว ไม่มีสามี ไม่มีภรรยา เราก็ไม่ต้องห่วงสามี ไม่ต้องห่วงภรรยา และก็ยังมีความสุขได้ เพราะความสุขไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่า จะต้องมียี่นั่นสิ่งนี้ มีบุคคลนั้น บุคคลนี้ แต่ความสุขนั้นเกิดจากการไม่โลภ ไม่โกรธต่างหาก และการที่จะไม่โลภ ไม่โกรธได้ ก็ต้องมีความรู้ คือปัญญา เพื่อที่จะเอาชนะความหลง ความหลงจะสอนให้เราคิดว่า ถ้าเรามีสิ่งนั้นสิ่งนี้แล้วเราจะมีความสุข แต่ความจริงแล้วกลับเป็นสิ่งที่ตรงกันข้าม ถ้ามีสิ่งนั้นสิ่งนี้แล้วเรากลับจะมีความทุกข์ เพราะว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนเป็นกองทุกข์ทั้งสิ้น มีอะไรก็ต้องเป็นทุกข์กับสิ่งนั้น ไม่มีเสียได้จะดีกว่า นี่แหละคือเรื่องที่เราจะต้องทำความเข้าใจ แล้วพยายามเอาชนะความหลงตัวนี้ให้ได้ พยายามฝึกหัดอยู่แบบไม่มีอะไรดู อย่างที่มาอยู่วัดกันนี้ ก็เป็นการมาฝึกหัดอยู่แบบไม่มีอะไร เวลามาอยู่วัด ก็ไม่ได้เอาสามี เอาภรรยามา ไม่ได้เอาทรัพย์สมบัติ ไม่ได้เอาอะไรมา เอาแต่ตัวมา มาฝึกหัดอยู่แบบง่าย ๆ ให้มีเครื่องเลี้ยงชีพก็พอ มีอาหารกิน มีที่อยู่อาศัย มีเสื้อผ้าใส่ มียารักษาโรค เท่านั้นก็พอแล้ว แล้วจะพบกับความสุขที่ไม่เคยพบมาก่อน จะไม่มีความทุกข์ ไม่มีความกังวลกับอะไรเลย

นี่แหละคือเรื่องที่เราควรคำนึงถึง คิดถึง ถ้ายังมีอะไรอยู่ ก็ขอให้ทำความเข้าใจว่า สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นกองทุกข์ทั้งนั้น ถ้าไม่มีเสียได้ จะดีกว่า ถ้าต้องสูญเสียสิ่งเหล่านี้ไปก็อย่าไปเสียอกเสียใจ ควรจะดีอกดีใจว่า กองทุกข์ได้ค่อยหมดไป ทีละเล็กทีละน้อย เพราะความสุขที่แท้จริงนั้น มันเกิดจากความสบายใจ ความที่ไม่ต้องไปวิตก ไม่ต้องไปกังวลกับเรื่องราวต่างๆ ไม่ต้องไปวิตกกับบุคคลนั้นบุคคลนี้ ถ้าไม่มีอะไร เราก็จะไม่มี ความวิตกกังวล นี่แหละทำไมจึงทำให้พระพุทธเจ้าถึงต้องสละราชสมบัติ จากการเป็นพระราชโอรสของพระเจ้าแผ่นดิน มาเป็นนักบวชสมณะเพศ อยู่แบบตามมีตามเกิด นั่นก็เป็นเพราะว่าทรงเห็นสัจธรรมความจริงนั่นเอง ว่าความสุขที่แท้จริงนั้น ไม่ต้องอาศัยอะไรให้มีความสุขกับเรา ถ้าตราบไถยังอาศัยสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้มีความสุขกับเราอยู่ เราก็จะต้องมีแต่

ความทุกข์ เพราะสิ่งที่เราอาศัยอยู่นั้น จะไม่อยู่กับเราไปตลอด **จึงต้องสละทุกสิ่งทุกอย่าง**
ถ้าต้องการความสุขที่แท้จริง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๕ แก้ทุกข์ที่ใจ

๒๕ พฤษภาคม ๒๕๕๕

วันวิสาขบูชา เป็นวันที่เรารำลึกถึงพระบรมศาสดา พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ ที่ประทับอยู่ในใจของพวกเราทุกคน เพราะพระองค์ทรงเป็นผู้ให้กำเนิดพระพุทธศาสนา ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้า ก็จะไม่มีการมีพระพุทธศาสนา เมื่อไม่มีพระพุทธศาสนาก็จะไม่มีการมีวัด ไม่มีพระ ไม่มีการมาร่วมกันทำบุญ ดังที่เราได้มากระทำกันในวันนี้ พระพุทธเจ้าจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย เมื่อวันสำคัญที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธองค์ ได้เวียนบรรจบมาอีกครั้งหนึ่ง คือวันคล้ายวันประสูติ วันตรัสรู้ และวันเสด็จดับขันธปรินิพพาน พวกเราจึงน้อมรำลึกถึงพระคุณอันใหญ่หลวง ที่ทรงมีแก่สัตว์โลกทั้งปวง เพราะสิ่งที่พระพุทธองค์ได้ทรงประทานให้กับสัตว์โลกนั้น เป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ มีคุณค่ามหาศาล ที่ไม่มีใครจะสามารถให้ได้ คือการประกาศพระศาสนา ประกาศพระธรรมคำสอน อันเป็นเหมือนกับแสงสว่าง ที่จะช่วยนำพาสัตว์โลกผู้มีตบอดด้วยกิเลสตัณหา โมหะอวิชชา ได้เดินทางไปโดยสวัสดิภาพ ไปสู่ที่ดีที่เจริญ ที่ปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง

พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นต่อปวงชนอย่างเราอย่างท่านเป็นอย่างยิ่ง เพราะพระธรรมคำสอนเปรียบเหมือนกับแสงสว่างในที่มืด เวลาเราอยู่ในที่มืด ไม่มีแสงสว่างเราจะไม่สามารถเห็นสิ่งต่างๆได้ การกระทำ การเคลื่อนไหวของเราย่อมเป็นไปด้วยความยากลำบาก ไม่สามารถเคลื่อนไหวโดยไม่มีปัญหา ไม่มีการสะดุดทักล้ม ไม่เตะ ไม่เหยียบสิ่งต่างๆ แต่ถ้ามีแสงสว่าง เราก็จะมองเห็นสิ่งต่างๆ สามารถเดินหลบหลีกสิ่งต่างๆ ที่ไม่ควรเตะหรือเหยียบได้ ฉะนั้น**พระธรรมคำสอน**ของพระพุทธเจ้า ก็เปรียบเหมือนกับ**แสงสว่างในจิตใจ**ที่มืดมิดของพวกเรา เพราะเรายังเป็นปุถุชนอยู่ เป็นจิตใจที่มีความ**มืดบอด**เหมือนกับอยู่ในที่มืด จึงต้องอาศัยแสงสว่าง เพื่อที่จะได้เห็นทาง ที่จะเดินไป ว่าเป็นอย่างไร ในการดำรงชีวิตเพื่อให้เป็นไป

ตามความปรารถนา คือให้มีความสุขความเจริญ ให้ห่างไกลจากความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความหายนะ ภัยอันตรายทั้งหลาย จึงต้องมีแสงสว่างแห่งธรรมเป็นเครื่องพาไป

แสงสว่างแห่งธรรมเป็นความรู้ ที่ไม่เหมือนกับความรู้ต่างๆที่เราเรียนรู้กันในโรงเรียน ในมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นความรู้ทางโลก เป็นความรู้เพื่อการทำมาหากินเลี้ยงชีพ ไม่ใช่ความรู้ที่จะป้องกันไม่ให้เราตกไปสู่ที่ต่ำ ไปเผชิญกับความทุกข์ ความหายนะทั้งหลาย ไม่ใช่ความรู้ที่จะส่งเราไปสู่ความสุขความเจริญที่แท้จริง จะเรียนสูงขนาดไหนก็ตาม จบปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก ก็ยังไม่สามารถที่จะรักษาตัวเองให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งหลายได้ ดังในภาษิตที่ว่า **ความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด** นี้คือลักษณะความรู้ในทางโลก เรียนจบปริญญาตรี โท เอก แต่ก็ไม่วายที่จะประสบกับปัญหาต่างๆ แล้วก็ไม่รู้จักวิธีที่จะแก้ไขปัญหาเหล่านั้นให้ถูกต้อง นำตนให้พ้นจากภัยปัญหาเหล่านั้นได้ บางคนถึงกับทำลายชีวิตของตนเอง ทั้งๆที่เรียนจบปริญญาเอก แต่ในที่สุดเมื่อประสบกับปัญหาชีวิต แล้วไม่รู้จักวิธีแก้ไข ก็เลยแก้ไขด้วยวิธีที่ผิด

เหมือนกับคนตาบอดแก้ไขปัญหา เมื่อมองไม่เห็นก็แก้ปัญหามาแบบสุ่มสี่สุ่มห้า ทำไปตามความรู้สึกนึกคิด เวลาเกิดมีความทุกข์มากๆ ไม่รู้จะหันหน้าไปพึ่งใคร ไม่รู้ว่าระดับความทุกข์ที่อยู่ภายในใจได้อย่างไร ก็คิดได้แต่เพียงคำเดียวว่า **ตายเสียดีกว่า** คิดว่าเมื่อตายแล้ว ความทุกข์จะหมดไป แต่นั่นเป็นความหลง ความเข้าใจผิด เพราะว่าความทุกข์ไม่ได้อยู่ที่ร่างกาย แต่อยู่ในใจต่างหาก **เวลาใจมีความทุกข์ ต้องแก้ความทุกข์ที่ใจ** ไม่แก้ด้วยการทำลายร่างกาย เพราะร่างกายไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหา กับความทุกข์ทางใจ ปัญหาความทุกข์ทางใจนั้น เกิดจากกิเลส ตัณหา โมหะ อวิชชา เครื่องเศร้าหมองทั้งหลายต่างหาก ที่เราจะต้องฆ่า ต้องทำลายให้หมดไปจากจิตจากใจ เพราะเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ของปัญหาทั้งหลายนั่นเอง

ดังนั้นเวลามีปัญหารุมเร้าจิตใจ ขอให้รำลึกเสมอว่า ปัญหาไม่ได้อยู่ที่กาย แต่อยู่ที่ใจ ตัวปัญหาก็คือกิเลส ตัณหา โมหะ อวิชชา เครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เป็นสิ่งที่ต้องกำจัด เป็นสิ่งที่ต้องลด ต้องละ ต้องทำลาย ต้องฆ่าให้หมดไป ไม่ใช่การฆ่าร่างกายแล้วจะแก้ปัญห เพราะเมื่อร่างกายถูกทำลายไปแล้ว ใจก็ยังทุกข์อยู่ เพราะยังมีกิเลส ตัณหา

โมหะ อวิชชา เครื่องสร้างหมอง อยู่ในใจอยู่ ที่ยังสร้างความทุกข์ความวุ่นวายให้กับใจ อยู่ และจะเป็นเหตุที่จะส่งให้เราไปสู่ที่ไม่ดี ไปเกิดในที่ต่ำ ไปเกิดในอบาย เพราะเวลา จิตเกิดความวุ่นงุ่นมัว จะเป็นจิตที่ไม่ดี เมื่อจิตไม่ดีก็ต้องไปเกิดในที่ที่ไม่ดี

การแก้ปัญหาที่ถูกต้อง จึงต้องแก้ด้วยธรรม ด้วยแสงสว่างแห่งธรรม เราเป็นชาวพุทธ จึงควรเข้าหาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะถ้ามีพระธรรมคำสอนเป็นเครื่อง นำพาไปแล้ว ชีวิตของเราจะเป็นชีวิตที่เป็นไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม ปราศจากทุกข์ ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง เพราะเราจะเห็นอะไรที่อยู่ข้างหน้าเรา อะไรเป็นเหตุที่จะ สร้างความทุกข์ให้กับเราๆ ก็หลีกเลี่ยง อะไรเป็นเหตุที่จะสร้างความสุขและความเจริญ ให้กับเราๆ ก็ทำมันเสีย เมื่อเราทำสิ่งที่เราควรจะทำ และละในสิ่งที่เราควรละแล้ว ผลที่ จะตามมาย่อมเป็นผลที่ดี เพราะเมื่อเราละการกระทำในสิ่งที่ไม่ดี ผลไม่ดีที่จะตามมา ก็จะไม่ปรากฏ ถ้าเราทำแต่สิ่งที่ดี ก็จะมีแต่ผลที่ดีตามมา นี่เป็นเรื่องของความจริงที่เรียกว่า **หลักกรรม** เป็นสิ่งที่ศาสนาสอนให้พวกเรารู้จักกัน ก็คือให้รู้จักเหตุและรู้จักผล ให้รู้ว่า เหตุและผลเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกัน เหตุเป็นต้น ผลเป็นปลาย เหตุเป็นอย่างไร ผลก็จะเป็น อย่างนั้นตามมา เหตุดี ผลก็จะดีตามมา เหตุไม่ดี ผลก็จะไม่ดีตามมา

สิ่งที่สำคัญที่สุดจึงอยู่ที่การดูแลตัวเหตุไว้ให้ดี อย่าให้เหตุเป็นเหตุที่ไม่ดี พยายามทำแต่ เหตุหรือสร้างแต่เหตุที่ดีไว้ แล้วผลที่ดีที่งามทั้งหลายที่เราปรารถนาทั้งนั้น ย่อมเป็นของเรา อย่างแน่นอน เป็นสิ่งที่จะตามมา โดยที่ไม่มีใครมาขวางกั้นได้ เพราะเป็นหลักตายตัว เป็นหลักของธรรมชาติ เหมือนกับเวลาที่ปลูกข้าว ผลที่จะได้รับก็คือรวงข้าว ปลูกผลไม้ ผลที่จะได้รับ ก็จะต้องเป็นผลไม้อย่างแน่นอน เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ สิ่งที่เราจะต้อง คอยดูแลอยู่เสมอตลอดเวลา ก็คือเหตุ เหตุคือการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ เรียกว่ากรรม การกระทำทางกายเรียกว่ากายกรรม ทางวาจาเรียกว่าวจีกรรม ทางใจ เรียกว่ามโนกรรม เมื่อทำไปแล้วก็จะมีผลตามมา เรียกว่าวิบาก มีทั้งสุข มีทั้งทุกข์ ทั้งไม่ สุขทั้งไม่ทุกข์ ขึ้นอยู่กับกรรมที่กระทำกัน กระทำกรรมดี ผลที่ตามมาก็คือความสุข กระทำกรรมชั่วผลที่ตามมาก็คือความทุกข์ กระทำสิ่งที่ไม่ดีไม่ชั่วผลที่ตามมาก็คือไม่สุข ไม่ทุกข์

นี่คือเรื่องของการทำงานและผลที่จะตามมา เป็นสิ่งที่แน่นอนตายตัว ไม่มีใครขัดขวางได้ ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ตาม จะเป็นบุญชุนธรรมดาอย่างเราอย่างท่าน หรือจะเป็นถึงพระอรหันต์ก็เช่นกัน ลองได้ทำกรรมอันใดไว้แล้ว กรรมอันนั้นย่อมส่งผลตามมาอย่างแน่นอน พวกเราทุกคนที่ปรารถนาความสุขกัน จึงควรกระทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม ที่เรียกว่า **กุศลกรรม** เราไม่ปรารถนาความทุกข์ความเสื่อมเสียกัน เราจึงต้องละเว้นจากการกระทำ **อกุศลกรรม** คือละเว้นจากการกระทำบาป กระทำความชั่วทั้งหลาย เมื่อได้ทำแล้ว ผลที่เราปรารถนา กัน ไม่ว่าจะเป็นการเจริญด้วยอายุ **วรรณะ สุข พละ** กิติ หรือการเจริญด้วย **ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข** กิติ ย่อมเป็นผลที่จะตามมาอย่างแน่นอน จะช้าหรือจะเร็วเท่านั้นเอง เพราะผลบางอย่างใช้เวลามากกว่าจะเกิดผลขึ้นมา ผลบางอย่างก็ใช้เวลาไม่นาน สิ่งต่างๆที่เรากระทำกันในภพนี้ชาตินี้ ไม่จำเป็นจะต้องแสดงผลในชาตินี้เสมอไป ครบทุกอย่างไป ทั้งดีและชั่ว ผลของกรรมชั่วที่ทำในชาตินี้ อาจจะไม่ส่งผลให้ปรากฏขึ้นในชาตินี้ก็ได้ เช่นเดียวกับผลของกรรมดีที่ทำไว้ อาจจะไม่ส่งผลให้เกิดขึ้นมาในชาตินี้ก็ได้ แต่อาจจะรอไปถึงภพหน้าชาติหน้าต่อไป ถึงจะค่อยปรากฏขึ้นมา เราจึงไม่ควรท้อแท้ในการทำความดี และละการทำความชั่ว เมื่อผลเหล่านั้นยังไม่ปรากฏขึ้นมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเราต้องประสบกับเคราะห์กรรม กับวิบากกรรมที่ไม่ดีทั้งหลาย ขอให้คิดเสียว่าวิบากกรรมที่ไม่ดีทั้งหลายที่ปรากฏขึ้นกับเราในขณะนี้ ในภพนี้ ในชาตินี้เป็นวิบาก เป็นผลที่เกิดจากการกระทำที่ได้กระทำมาในอดีตชาติ ซึ่งใช้เวลาส่งผล จึงตามมาส่งผลในชาตินี้

สิ่งที่เราควรมีความหนักแน่นมั่นใจ เชื่ออย่างสนิทใจได้เลย ก็คือเชื่อในหลักกรรมและวิบาก คือเชื่อในการกระทำว่าเมื่อกระทำอันใดไปแล้ว ไม่ว่าจะดีหรือชั่ว ย่อมมีผลตามมาอย่างแน่นอน เพียงแต่จะเร็วหรือจะช้าเท่านั้นเอง แต่จะต้องตามมาอย่างแน่นอน ในขณะที่มีวิบากกรรมที่ไม่ดีปรากฏขึ้นมา โหมกระหน่ำใส่ตัวเรา ชีวิตเรา ขอให้ยึดมั่นในคุณงามความดี ให้ตั้ง **สติ** ให้มั่น ให้มี **ขันติ** ความอดทน **ทมะ** ความอดกลั้น แล้วฝ่าวิบากกรรมเหล่านั้นไป วิบากกรรมจะแสดงผลอย่างไรก็ให้แสดงไป แต่อย่าให้วิบากกรรมผลักดัน ให้เราไปกระทำในสิ่งที่เลวร้าย สิ่งที่ไม่ดี ไปทำบาปทำกรรม สร้างเวรสร้างกรรมเพิ่มขึ้นมาอีก เพราะนั่นไม่ใช่วิธีแก้ปัญหา

วิธีที่แก้ปัญหาที่ดีที่สุด ถ้าไม่รู้ว่าจะแก้ยังไง ถ้าห้ามหรือหยุดยั้งสิ่งต่างๆที่โหมกระหน่ำใส่ตัวเราไม่ได้ คือการตั้งสติให้มั่น ควบคุมดูแลกายวาจาใจให้เป็นปกติ ให้เป็นอุเบกขา วางเฉย โดยยึดหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า **สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นผู้ให้กำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย จักทำกรรมอันใดไว้ดีหรือชั่ว จะต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น** ในขณะที่วิบากกรรมอันเลวร้ายปรากฏขึ้น ก็ขอให้ยอมรับอย่างกล้าหาญ ไม่ต้องไปหวน ไม่ต้องไปเหว กับอะไรทั้งสิ้น เพราะใจเป็นสิ่งประเสริฐ สามารถรับกับทุกสิ่งทุกอย่างได้ ไม่ว่าจะดีขนาดไหน หรือเลวร้ายขนาดไหน ใจจะอยู่เหนือสิ่งต่างๆได้เสมอ เพียงแต่ว่าใจจะสู้หรือไม่สู้เท่านั้นเอง ถ้าใจสู้แล้วในที่สุดทุกสิ่งทุกอย่างก็จะผ่านไป ถ้าใจเป็นเหมือนกับหิน ต่อให้มีมรสุม มีพายุพัดกระหน่ำมาขนาดไหน ก็จะไม่สามารถไปขยับให้หินเคลื่อนไหวได้ ฉันทใจที่มีสติ มีขันติ มีอุเบกขา ย่อมสามารถเผชิญกับมรสุมชีวิตได้อย่างสบาย เพียงแต่ขอให้ฝึกทำให้มีความแน่นหนา มั่นคง หนักแน่น อย่าปล่อยให้ใจเป็นเหมือนกับนุ่น ที่จะลอยไปได้อย่างง่ายดาย เมื่อมีลมเพียงแผ่วเบามาสัมผัส นั่นคือลักษณะของใจที่ไม่มีขันติ ไม่มีสติ ไม่มี ความกล้าหาญที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆ ที่มาสัมผัสกับตน แต่ถ้าได้ฝึกหัดจิตใจให้เผชิญกับสิ่งต่างๆ ที่เราไม่ชอบกัน คือความทุกข์ ความยาก ความลำบากแล้ว ต่อไปใจมีความแข็งแกร่ง มีพลังที่จะต่อสู้กับสิ่งที่ไม่ดีไม่งามทั้งหลาย แต่ถ้าไม่ฝึกใจให้ต่อสู้กับความทุกข์ ความยาก ความลำบาก มีแต่จะถอย มีแต่จะหนีโดยถ่ายเดียว เวลาเกิดปัญหาขึ้นมา ก็จะใช้วิธีตัดสินแก้ปัญหา ด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง คือไปสร้างบาปสร้างกรรมเพิ่มขึ้นมาอีก

อย่างเวลาไม่มีเงินทองใช้ แทนที่จะใช้ความอดทนอดกลั้น อยู่ไปตามฐานะ มีน้อยก็ใช้ไปน้อยๆ ถ้าไม่สามารถกินข้าวได้วันละสามมื้อ ก็ลดเหลือวันละสองมื้อ หรือมื้อหนึ่งก็ยังอยู่ได้ กินข้าวคลุกน้ำปลาให้มากหน่อย ก็ยังพอทนอยู่ได้ ดีกว่าไปฉ้อโกง ไปลักเล็ก ขโมยน้อย เพื่อหาอาหารมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เพราะไม่ใช่วิธีแก้ปัญหาที่ถูกต้อง วิธีที่ถูกต้องคือ ต้องมีความอดทน อดกลั้น มีความขยัน หมั่นเพียร ขยันหาเงินหาทอง ทำงานทำการ แบบไม่เลือกงานไม่เลือกการ งานชนิดไหนก็ได้ถ้าเป็นงานที่สุจริต ทำไปแล้วไม่เกิดโทษ ขอให้ทำไปเถิด ถึงแม้จะมีรายได้น้อยก็ตาม ก็ยังดีกว่าไม่มีรายได้เลย

อย่าเลิกงาน เมื่อถึงเวลาที่จนตรอกแล้ว ต้องสู้ สู้ด้วยกุศโลบาย สู้ด้วยความดี กุศโลบายนี้แหละจะเป็นเครื่องรักษาไม่ให้ตกไปสู่ที่ต่ำ เช่นความอดทน ความอดกลั้น ความขยันหมั่นเพียร ความยินดีตามอัธยาศัย ตามฐานะ ที่เรียกว่า **สันโดษ** และความ **มักน้อย** คือเอาเท่าที่จำเป็น กินน้อยๆ ใช้น้อยๆ แล้วชีวิตจะมีความสุขมั่นคง แต่ถ้างง ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา อ่อนแอ เกียจคร้าน แต่อยากจะได้มาก มีกิเลสมีตัณหา มาก ก็จะถูกผลักดันให้ไปก่อกรรมทำเวร สร้างปัญหาให้กับตนเองไม่มีที่สิ้นสุด เพราะเมื่อไม่มีคุณธรรม ที่ต่อสู้กับอกุศลกรรมทั้งหลายแล้ว ชีวิตก็จะถูกล้างผลักร้าง ทำให้ไปกระทำอกุศลกรรมให้มากยิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ แล้วก็ส่งให้ตกไปสู่ที่ต่ำไปเรื่อย จนกระทั่งไม่มีโอกาสโผล่ขึ้นมาอยู่ในที่ดีเลย

จึงขอให้คิดถึงธรรมอยู่เสมอ ธรรมนี้แหละเป็นที่พึ่ง เป็นสรณะ ต้องนำเข้าสู่จิตใจ เสริมสร้างให้เกิดขึ้นในใจ ให้มีขันติ มีความอดทน อดกลั้น มีสติปัญญา ที่จะคิดจะทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม การกระทำอันไหนเป็นอกุศลกรรม ก็จะไม่ทำ จะกระทำแต่กุศโลบายเท่านั้น เมื่อสามารถยับยั้ง ดำเนินชีวิต ไปตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้าได้แล้ว ชีวิตของเราจะมีแต่ความสุขความเจริญ จงจำไว้เสมอว่า สุขความเจริญที่แท้จริง ไม่ได้หมายความว่าต้องมีเงิน มีทอง มีฐานะร่ำรวย เป็นมหาเศรษฐี มีตำแหน่งยศถาบรรดาศักดิ์สูงส่ง เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี อย่างนี้ไม่ใช่เป็นผลที่เกิดจากการทำความดี ไม่ใช่เป็นความสุขความเจริญที่แท้จริง สุขความเจริญที่แท้จริงอยู่ในใจของเรา นั่นแหละ เป็นใจที่มีความอิ่ม มีความพอต่างหาก บุคคลนั้นแหละจะเป็นคนที่เจริญ เพราะถ้ามีความพอแล้ว มีความอิ่มแล้ว ก็ไม่มีความโลภ ไม่มีความอยาก ที่อยากจะมี อยากจะเป็นอะไรกับใครเขา มีอยู่มีกินไปวันๆหนึ่ง มีปัจจัย ๔ เลี้ยงอัธยาศัยชีวิตให้อยู่ไปได้วันๆหนึ่ง ก็พอแล้ว

ส่วนความต้องการทางด้านจิตใจ ก็ไม่ปรารถนา ไม่ต้องการอะไรเลย ไม่ต้องการเป็นมหาเศรษฐี ไม่ต้องการเป็นนายกรัฐมนตรี ไม่ต้องการเป็นประธานาธิบดี ไม่ต้องการให้ใครมาสรรเสริญ เยินยอ ยกย่อง ไม่ต้องการไปเที่ยวเตร่ ดูหนัง ดูละคร ไปหาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ผู้นั้นแหละคือผู้มีความสุข มีความเจริญที่แท้จริง

เพราะสามารถตั้งอยู่ในความปกติได้ ไม่ไปก่อกรรมทำเวร ทำบาปทำกรรม ให้กับผู้ใด ไม่เดือดร้อนกับปัญหาอะไรทั้งสิ้น เพราะปัญหาทั้งหลายเกิดมาจากความอยาก ความต้องการต่างๆ ถ้าไม่อยาก ไม่ต้องการแล้ว ปัญหาอันไหนจะเข้ามาหา ไม่มีหรอก ทุกวันนี้ ปัญหาของพวกเราอยู่ที่ตรงไหน รู้ไหม ก็อยู่ที่ความไม่พอนั่นแหละ คือความอยาก ต่างๆ นานา ยังอยากมี ยังอยากเป็น ยังอยากร่ำอยากรวย ยังอยากจะมีสมบัติ มีวัตถุข้าวของต่างๆ ยังอยากจะมีสามี มีภรรยา มีแฟน บางคนมีคนเดียวยังไม่พอ ต้องมี ๒ มี ๓ มี ๔ มี ๕ นี่คือลักษณะของปัญหาของพวกเรา อยู่ที่ความไม่พอที่เกิดจากความหลง ความไม่รู้จริง คิดว่าความสุขความเจริญอยู่ที่การได้มา ซึ่งลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข ซึ่งเป็นความหลง ไม่ใช่เป็นความจริง ความรู้จริงคือต้องรู้ว่า ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข ล้วนแต่เป็นกองทุกข์ทั้งนั้น เพราะเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง มีการเจริญขึ้นได้ ก็มีการเสื่อมได้เป็นธรรมดา มีมาก็ต้องมีไป รวยได้ในวันนี้ก็จนได้ในวันพรุ่งนี้ เราพร้อมที่จะพบกับความจนหรือยัง ถ้ารวยในวันนี้แล้วเกิดพรุ่งนี้ต้องจนลง จะรับกับสภาพนั้นได้หรือเปล่า

นี่แหละคือเรื่องราวของธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอน ให้รู้จักเหตุของความสุข เหตุของความทุกข์ ทรงสอนให้สร้างแต่เหตุของความสุข ละเหตุของความทุกข์ เหตุของความทุกข์ก็คือ **กิเลสตัณหา โลก โกรธ หลง** ความอยากความต้องการทั้งหลาย ขอให้ลดละแล้วสร้างเหตุที่ดี กุศลกรรม คือ **สติปัญญา** ความฉลาด **ขันติ** ความอดทน **ทมะ** ความอดกลั้น **วิริยะ** ความขยันหมั่นเพียร ที่จะนำพาเราไปสู่ความสุขความเจริญที่แท้จริง จึงขอฝากเรื่องราวของพระธรรมคำสอน ที่สอนให้เข้าใจถึงหลักเหตุและผล และนำไปปฏิบัติ เพื่อประโยชน์สุขอันแท้จริงต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๖ ทัพพีในหม้อแกง

๓ มิถุนายน ๒๕๔๕

วันนี้เป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา คือวันวิสาขบูชา เป็นวันถวายพระเพลิงพระบรมศพของพระบรมศาสดา คือหลังจากที่พระพุทธองค์ได้ทรงเสด็จดับขันธปรินิพพานไปในวันวิสาขบูชา ที่ผ่านมา ๘ วันแล้ว ได้มีการเก็บพระบรมศพไว้ให้พุทธศาสนิกชนกราบไหว้ สักการบูชาเป็นครั้งสุดท้าย ก่อนที่จะมีการถวายพระเพลิง ซึ่งตรงกับวันนี้ พวกเราชาวพุทธจึงถือเป็นวันสำคัญอีกวันหนึ่ง ที่จะมารำลึกถึงเหตุการณ์อันมหัศจรรย์ที่เกิดขึ้นในอดีตอีกครั้งหนึ่ง เพื่อเป็นการเตือนสติให้รู้ว่า เมื่อ ๒๕๐๐ กว่าปีมาแล้ว มีมหาบุรุษผู้พิเศษได้ปรากฏขึ้นมาในโลกนี้ ได้ปฏิบัติตนจนบรรลุเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้นำสิ่งที่ทรงตรัสรู้มาเผยแผ่ให้กับสัตว์โลก สร้างคุณสร้างประโยชน์อย่างใหญ่หลวง

ธรรมที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสรู้ เป็นธรรมที่ไม่มีใครจะรู้ได้นอกจากพระโพธิสัตว์เท่านั้น พระโพธิสัตว์อย่างพระพุทธเจ้าที่มาตรัสรู้ธรรมได้ นานๆจะมีมาปรากฏสักครั้งหนึ่ง จึงเป็นสิ่งมหัศจรรย์อย่างยิ่ง เพราะสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ เป็นสิ่งที่พวกเราทั้งหลาย ที่เป็นปุถุชน มีความหลง มีโมหะอวิชชาครอบงำจิตใจ จะไม่สามารถรู้ได้เลย ต้องมีคนอย่างพระพุทธเจ้ามาบอกมาสอนเท่านั้น ถึงจะรู้ได้ เมื่อมีพระพุทธเจ้ามาปรากฏขึ้นแล้ว ได้อุทิศเวลาทั้งหมดที่เหลืออยู่ในชีวิตของพระพุทธองค์ ไว้สั่งสอนสัตว์โลกทุกๆ วัน เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงถึงสัจธรรมความจริงของชีวิต ว่าเป็นอย่างไร ควรดำเนินด้วยวิธีใด เพื่อนำพาชีวิตไปสู่จุดหมายปลายทางที่ปรารถนา กัน คือความสุขความเจริญ ความปราศจากความทุกข์ ความเสื่อมเสียทั้งหลาย เราจึงควรน้อมเอาพระธรรมคำสอนอันประเสริฐ มาศึกษาปฏิบัติด้วยศรัทธาที่แน่นแน่ว ด้วยวิริยะที่หนักแน่น

ถ้าไม่มีคนอย่างพระพุทธเจ้ามาสั่งสอนแล้ว ชีวิตพวกเราก็จะดำเนินไปแบบลุ่มๆดอนๆ ไม่มีโอกาสที่จะเดินทางไปถึงจุดหมายปลายทางอันประเสริฐ อันวิเศษได้ คือการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากกองทุกข์อันใหญ่โตที่เรียกว่า**วัฏสงสาร** ไม่มีใครจะทำได้นอกจากพระพุทธเจ้าเป็นพระองค์แรก แต่หลังจากที่ได้ทรงปฏิบัติจนสำเร็จแล้ว ดัชนีรจนสุดเหวี่ยง จนพ้นจากกองทุกข์ของวัฏสงสารแล้ว จึงทรงนำเอาวิธีการปฏิบัติที่ได้ทรงปฏิบัติมาสั่งสอน เผยแผ่ให้กับผู้ที่สนใจ ผู้ที่มีความศรัทธาเลื่อมใส เมื่อได้นำพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ไปปฏิบัติกับกาย วาจา ใจแล้ว ผลที่ตามมาก็คือการหลุดพ้นจากกองทุกข์เหมือนกับที่พระพุทธองค์ได้ทรงหลุดพ้น กลายเป็นผู้รับรองพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า รับรองการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า รับรองความวิเศษของพระพุทธเจ้า เป็นผู้สืบทอด เผยแผ่ พระพุทธศาสนามาจนถึงทุกวันนี้

พวกเราผู้มาเกิดภายหลังจึงเป็นผู้มีโชคความสนา ที่ได้มาเจอพระพุทธศาสนา ที่ยังอยู่ในสภาพครบถ้วนบริบูรณ์ สามารถยังประโยชน์ให้กับพวกเราได้อย่างเต็มที่ เหมือนกับในสมัยที่พระพุทธองค์ทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ เพราะไม่ได้ทรงฝากพระธรรมคำสอนที่วิเศษของพระพุทธองค์ไว้กับบุคคลหนึ่งบุคคลใด แต่ทรงมอบไว้กับพระธรรมวินัย **ธรรมวินัยนี้แล จะเป็นศาสดาของพวกเราทั้งหลาย หลังจากที่เราได้ผ่านไปแล้ว** นี่เป็นคำสั่งที่พระพุทธองค์ทรงสอน ภิกษุสามเณรให้ทราบไว้ว่า พระพุทธเจ้ากับพระธรรมวินัยที่ได้ทรงตรัสไว้ชอบแล้ว เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นตัวแทนกันได้ ทดแทนกันได้ ดังในบทธรรมที่ว่า **ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเราตถาคต** ถึงแม้ในปัจจุบันนี้ พระสิริระว่างกายของพระพุทธองค์ ได้สลายกลายเป็นพระบรมสารีริกธาตุไปหมดแล้ว แต่พระธรรมอันวิเศษยังอยู่กับพวกเราอยู่ พระบรมศาสดาก็ยังอยู่กับพวกเราอยู่ อยู่ในร่างของพระธรรมวินัยนี้เอง

พวกเราจึงไม่ได้อยู่โดยปราศจากพระศาสดาเลยแม้แต่นิดเดียว ขณะใดที่เราระลึกถึงพระธรรมคำสอน ก็ถือว่าเราได้ใกล้ชิดพระบรมศาสดาแล้ว ต่างกับบุคคลที่แม้จะได้เกาะชายผ้าเหลือง ได้อยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธองค์ แต่ไม่เคยสนใจคำสอนของพระพุทธองค์เลย ก็เปรียบเหมือนกับอยู่ห่างไกลเป็นร้อยเป็นพันโยชน์ เปรียบเหมือนกับ**ทัพพีในหม้อ**

แกง ทัฟพีถึงจะอยู่ในหม้อแกง สัมผัสกับแกงอยู่ตลอดเวลา แต่ทัฟพีจะไม่รู้จักรสชาติของแกงเลย ว่าเป็นแกงชนิดไหน เป็นแกงเผ็ด แกงจืด แกงหวาน หรือแกงอะไร ซึ่งต่างกับลิ้นที่สัมผัสกับรสของอาหาร แม้แต่อาหารเพียงหยดเดียว ลิ้นก็สามารถรู้ได้ทันทีว่าอาหารชนิดนั้นเป็นอะไร นี่คือลักษณะของพุทธศาสนิกชนที่ได้อยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธองค์ ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา ขอให้ใกล้ชิดแบบลิ้นกับแกง อย่าใกล้ชิดแบบทัฟพีในหม้อแกง ถึงแม้จะมีพระพุทธรูปสร้างไว้เต็มวัด เต็มบ้านเต็มเมือง แต่ใจไม่เคยระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์เลยแม้แต่ครั้งเดียว ก็ผู้คนที่อยู่ต่างประเทศ อยู่ไกลแสนไกลจากศาสนา อยู่ในสถานที่ๆ ไม่มีแม้แต่พระพุทธรูปแม้แต่องค์เดียว แต่ใจของเขากลับระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่อย่างสม่ำเสมอ เพราะเขามีหนังสือธรรมะ เขาศึกษาธรรมะ

นั่นแหละคือวิธีอยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธเจ้า ต้องอยู่ใกล้ชิดด้วยการเข้าหาพระธรรมวินัย พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ด้วยการศึกษาล่าเรียนอย่างสม่ำเสมอ จะด้วยวิธีการฟังเทศน์ฟังธรรมดั่งที่ท่านทั้งหลายกำลังทำกันอยู่ขณะนี้ก็ได้ หรืออ่านหนังสือธรรมะที่มีอยู่ตามสถานที่ต่างๆ หรือฟังเทศน์ที่อัดไว้ในเทป หรือเผยแพร่ผ่านทางสื่อต่างๆ ทางวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ก็ได้ ถ้ารู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์ ก็จะเป็นเหมือนลิ้นกับแกง แต่ถ้าไม่รู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์ ก็จะเป็นเหมือนกับทัฟพีในหม้อแกง จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรเลย นี่แหละคือเรื่องของพระพุทธศาสนา ที่เน้นอยู่ที่การศึกษาเป็นหลัก เน้นอยู่ที่การศึกษาและนำสิ่งที่ได้ศึกษามาปฏิบัติกับกาย วาจา ใจ ของตน การศึกษาทางพระพุทธศาสนาเพียงอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ เปรียบเหมือนกับการอ่านหนังสือเกี่ยวกับอาหารชนิดต่างๆ แต่ไม่เคยได้ลิ้มรส ไม่ได้รับประทานอาหารที่ได้อ่านจากหนังสือนั้นเลย จะไม่รู้ว่าอาหารต่างๆ ที่ได้อ่านนั้น มีรสชาติอย่างไร มีคุณมีประโยชน์อย่างไร

เช่นเดียวกับการได้ศึกษา ได้ยินได้ฟังเรื่องบาปบุญคุณโทษ เรื่องนรกเรื่องสวรรค์ เรื่องการทำตนให้เป็นคนดี เรื่องการพยายามละเว้นจากการกระทำความชั่วทั้งหลาย เรื่องการเอาชนะกิเลสชนะใจของตน เมื่อได้ปฏิบัติไปแล้วผลจะเป็นอย่างไร ถ้าไม่นำมาปฏิบัติกับ

ตัวเรา ก็จะไม่รู้ จะไม่เห็นคุณค่าของพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราจึงต้องเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ได้ยินได้ฟังได้ศึกษามาประพฤติปฏิบัติกับกายวาจาใจของเรา แล้วกายวาจาใจของเราจะเปลี่ยนไปในทิศทางที่ดี นำความสุขและความเจริญอย่างแท้จริงมาให้ ชีวิตของเราเปรียบเหมือนกับการเดินทาง เป็นพาหนะอย่างหนึ่ง เหมือนกับรถยนต์คันหนึ่ง เวลาที่จะขับรถยนต์ ในเบื้องต้นจะต้องรู้จักองค์ประกอบของรถยนต์เสียก่อนว่ามีอะไรบ้าง คือต้องรู้จักวิธีขับรถนั่นเอง ต้องรู้ว่าพวงมาลัยมีไว้ทำอะไร เบรคมีไว้ทำอะไร คันเร่งมีไว้ทำอะไร เกียร์มีไว้ทำอะไร ต้องรู้จักใช้อุปกรณ์เหล่านี้ นอกจากนั้นแล้ว ยังต้องรู้จักกฎกติกา มารยาทของการขับรถ รู้จักกฎจราจร รู้จักเครื่องหมายต่างๆ ที่ติดไว้ตามทาง เวลาไปถึงสี่แยกเห็นไฟเขียวไฟแดงไฟเหลือง ต้องรู้ว่าไฟเขียวมีความหมายอย่างไร ไฟแดงมีความหมายว่าอย่างไร ถ้าขับรถไปโดยที่ไม่รู้เรื่องเหล่านี้ โอกาสที่จะไปชน ไปประสบอุบัติเหตุย่อมเป็นไปได้มากที่สุดทีเดียว แต่ถ้ารู้จักกติกา กฎจราจร รู้วิธีการขับรถยนต์แล้ว การขับรถยนต์จากจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่ง ย่อมเป็นไปได้ด้วยความปลอดภัยราบรื่น

ฉันใดชีวิตของเราก็เปรียบเหมือนกับรถยนต์คันหนึ่ง มีองค์ประกอบหลายอย่าง ที่จะต้องศึกษา ทำความเข้าใจ ทำความรู้จักให้ถูกต้อง แล้วรู้จักวิธีปฏิบัติกับองค์ประกอบต่างๆ ที่มาเกี่ยวข้องกับชีวิต เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต สิ่งที่มาเกี่ยวข้องกับชีวิตนั้น พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้มีอยู่ ๗ ประการด้วยกันคือ **๑. เหตุ ๒. ผล ๓. ตน ๔. บุคคล ๕. สังคม ๖. การประมาท ๗. กาลเทศะ** การดำเนินชีวิตให้เป็นไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม มีแต่ความสุขความเจริญ จึงต้องทำความเข้าใจ ทำความรู้จักสิ่งที่ได้กล่าวมานี้ คือ **ต้องรู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้บุคคล รู้สังคม รู้ประมาท และรู้กาลเทศะ** ซึ่งเปรียบเหมือนอุปกรณ์ของรถยนต์ และเครื่องหมายจราจรต่างๆ ที่จะกำกับการเคลื่อนไหวของรถยนต์ให้เป็นไป โดยไม่มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นมา ให้รถยนต์ทุกคันที่อยู่บนถนนวิ่งด้วยความปลอดภัย เราจึงต้องรู้สิ่งทั้ง ๗ ประการนี้ว่ามีอะไรบ้าง

๑. รู้เหตุ ๒. รู้ผล เหตุในที่นี้หมายถึงการกระทำที่เรียกว่า**กรรม** การกระทำในชีวิตมีอยู่ ๓ คือกระทำทางกาย เรียกว่า**กายกรรม** กระทำทางวาจา เรียกว่า**วจีกรรม** กระทำทางใจ

เรียกว่า**มโนกรรม** กรรมทั้ง ๓ นี้ เมื่อทำไปแล้วย่อมมีผลตามมา มีสุขบ้าง ทุกข์บ้าง **ไม่** **สุขบ้างไม่ทุกข์บ้าง** ขึ้นอยู่กับกรรมที่ทำ มีอยู่ ๓ ชนิด คือ**กรรมดี** **กรรมชั่ว** **กรรมที่ไม่ดี** **ไม่ชั่ว** ทำกรรมดี ผลที่ตามมา คือความสุขความเจริญ ทำกรรมชั่ว ผลที่ตามมา คือ ความทุกข์ความเสื่อมเสีย ทำกรรมที่ไม่ดีไม่ชั่ว ผลที่ตามมาคือไม่สุขไม่เจริญ

นี่คือเรื่องของเหตุและผล เป็นสิ่งที่ใกล้ชิดกับตัวเราทุกคน เพราะเป็นสิ่งที่เราต้องทำกัน ทุกคน ตั้งแต่ตื่นขึ้นมา พอลืมตาขึ้นก็เริ่มทำกรรมกันแล้ว การลืมตาถือว่าการกระทำ กรรมอย่างหนึ่งแล้ว เพียงแต่ว่าเป็นการกระทำที่ไม่ใช่เป็นกรรมดีและกรรมชั่ว เมื่อลืมตา ขึ้น ใจก็เริ่มคิดแล้ว มโนกรรมก็ปรากฏขึ้นมาแล้ว ตอนต้นก็ต้องคิดว่า **เอ๊ะตอนนี้เราอยู่ที่ไหน** มองไปรอบตัวก็รู้ว่าอยู่ในห้องนอน เรานอนอยู่ แล้วก็นึกต่อไปว่า **วันนี้วันอะไร** **ตอนนี้เวลากี่โมง** **ต้องทำอะไร** **มีธุระอะไร** นั่นเป็นเรื่องของมโนกรรมแล้ว เมื่อคิดแล้วก็สั่งงานต่อไปที่กายและวาจา เช่นเมื่อรู้ว่าวันนี้จะต้องออกไปทำมาหากิน เมื่อตื่นแล้วก็ต้องสั่งให้ลุกขึ้นมา เมื่อลุกขึ้นมาก็ทำกิจธุระส่วนตัว ล้างหน้าล้างตา อาบน้ำอาบท่า แต่งกายเพื่อที่จะได้เตรียมตัวไปทำงาน หาข้าวหาอาหารรับประทาน

นี่ก็เป็นเรื่องกรรมทั้งนั้นที่เราทำอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเราต้องรู้ว่าการกระทำอะไร ทำไปแล้ว ไม่เกิดปัญหาขึ้นมา ไม่เกิดความทุกข์ขึ้นมา ทำไปแล้วทำให้เกิดแต่ความสุขความเจริญ จึงต้องศึกษา ต้องรู้จักการกระทำว่าอันไหนทำไปแล้วเป็นสิ่งที่ดี อันไหนทำไปแล้วเป็นสิ่งที่ไม่ดี อันไหนทำไปแล้วดี นำมาซึ่งความสุขความเจริญ ก็ทำไป อันไหนทำไปแล้ว นำมาซึ่งความทุกข์ความเสื่อมเสีย ก็อย่าไปทำ ผลก็ต้องศึกษาเช่นกัน เนื่องจากเรามีปัญญาน้อย อาจเห็นเพียงแต่ผลในระยะสั้นๆ ไม่มองผลในระยะยาว ผลที่ให้ความสุขในระยะสั้นๆ แต่กลับมีทุกข์ตามมาในระยะยาว ก็ต้องเข้าใจว่านั่นไม่ใช่ความสุขแล้ว แต่เป็นความทุกข์ เช่นเวลาเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เทียวเตร่กัน จะรู้สึกมีความสุข แต่มันเป็นความสุขในเมืองต้น เป็นความสุขที่ไม่ยาวนาน สุขชั่วประเดี๋ยวประด๋าว หลังจากนั้นก็มีปัญหา มีความทุกข์ตามมา เวลาดื่มสุรา ก็ดื่มกันไป สนุกสนานเฮฮากันไป ก็ดื่มกันแบบไม่รู้จักประมาณ พอเวลากลับบ้านกลับช่องกัน ต่างคนก็ต่างขับรถกลับกัน แต่ไม่มีสติที่จะระมัดระวังควบคุมการขับรถยนต์ ก็อาจจะต้องไปประสบอุบัติเหตุ

เจ็บไข้ได้ป่วย พิกุลพิการ หรือเสียชีวิตไป ก็เป็นได้ นี่ก็เป็นผลที่ตามมา จากการเสพสุรยาเมา ที่เราคิดว่าเป็นความสุข แต่หารู้ไม่ว่ามีความสุขที่ตามมา ที่มีความสุขมากกว่าความสุข

เราจึงต้องเข้าใจว่าความสุขที่แท้จริงเป็นอย่างไร ความทุกข์ที่แท้จริงเป็นอย่างไร เพราะสุขกับทุกข์บางทีไปด้วยกัน เราทำอะไรจึงมีผลทั้ง ๒ อย่าง มีทั้งสุขและมีทั้งทุกข์ เราจะต้องชั่งน้ำหนักระหว่างสุขกับทุกข์ ว่าอันไหนมีน้ำหนักมากกว่ากัน ถ้าความสุขมีน้ำหนักมากกว่า อย่างเวลาเสพสุรยาเมา เล่นการพนัน หรือออกไปเที่ยวเตร่ ในเบื้องต้น จะมีความสุข แต่ผลที่เป็นความทุกข์ที่จะตามมามีมากกว่า มีน้ำหนักมากกว่า เราก็ต้องสรุปว่ามันเป็นความทุกข์ เมื่อเป็นเช่นนั้น เราก็ต้องละเว้นจากอบายมุขทั้งหลาย ละเว้นจากการเสพสุรยาเมา ละเว้นจากการเล่นการพนัน ละเว้นจากการเที่ยวเตร่ เพราะเป็นทุกข์ ไม่ใช่สุข ส่วนเวลาที่เรามาทำบุญให้ทานที่วัดก็ดี หรือสงเคราะห์ผู้อื่นก็ดี เอาข้าวของไปเลี้ยงดูผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นคนที่เรารักเราชอบ เรามีความเคารพ เช่นบิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย เพื่อนสนิท มิตรสหาย หรือคนที่ตกทุกข์ได้ยาก เรามีความรู้สึกลงสารเมตตาอยากจะช่วยเหลือบุคคลนั้นให้ได้มีความสุข เราก็ต้องสละเวลา สละทรัพย์ เงินทอง เวลาที่จะควักเงินออกมาซื้อของ เวลาที่จะต้องเจียดเวลาที่มีค่า จากการที่จะเอาเวลานั้นไปเที่ยวไปหาความสุข ก็ต้องเจียดเวลานี้มาให้กับผู้อื่น มันก็เกิดความรู้สึกทุกข์ เกิดความยากลำบากขึ้นมา

แต่ความทุกข์ความยากลำบากนี้ จะน้อยเมื่อเปรียบถึงผลที่จะได้รับจากการที่ได้ไปช่วยเหลือผู้อื่น เพราะเวลาที่เราไปพบเห็นคนที่ตกทุกข์ได้ยากลำบากลำบาก แล้วได้ช่วยเหลือให้เขาได้มีชีวิตที่ดีขึ้น จะรู้สึกว่าจะมีความปลาบปลื้ม มีความสุขใจ มีความอิ่มใจ ถ้าคิดว่าถ้าเขาเป็นเราและเราเป็นเขา แล้วเขาทำอย่างที่เราทำกับเขา เราจะรู้สึกอย่างไรบ้าง เช่นวันนี้เกิดเราเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่มีเงินทองที่จะรักษา ไม่มีข้าवरับประทาน แล้วอยู่ดีๆก็มีคนมาช่วยเหลือ พาไปโรงพยาบาล ไปหาหมอ หาอาหารมาเลี้ยงดู อย่างนี้เราจะเกิดความรู้สึกที่มีความสุขมาก เช่นเดียวกับคนที่ได้ช่วยเหลือคนอื่น ก็เป็นความรู้สึกที่ดี เป็นความรู้สึกที่มีสุขเป็นสุข นี่ก็คือการรู้จักผล รู้จักสุข รู้จักทุกข์ ว่าอันไหนเป็นสุขที่

แท้จริง อันไหนเป็นทุกข์ที่แท้จริง เมื่อรู้แล้ว ต่อไปก็จะทำแต่สิ่งที่เป็นสุข อันไหนที่เป็นทุกข์แต่มาในคราบของความสุข เราก็จะไม่หลงกับมันอีกต่อไป

๓. รู้ตน คือรู้จักตัวเราเอง ว่าเราเป็นคนหรือเป็นอะไร เป็นหญิงหรือเป็นชาย ถ้าเป็นผู้หญิงก็ต้องประพฤติตัวแบบหนึ่ง ถ้าเป็นชายก็ต้องประพฤติตัวอีกแบบหนึ่ง การประพฤติตนต้องเป็นไปตามฐานะของตน ไม่ใช่เป็นผู้หญิงแล้วไปทำตัวเป็นผู้ชาย หรือเป็นผู้ชายแล้วไปทำตัวเป็นผู้หญิง ก็จะกลายเป็นคนที่สังคมรังเกียจ เพราะจะคิดว่าสติไม่ดี ไม่รู้จักตน ไม่รู้จักว่าตัวเองควรวางตัวอย่างไร แสดงว่าเป็นคนไม่มีสติ ไม่มีปัญญาเลยเป็นคนที่ไม่มีใครอยากคบค้าสมาคมด้วย นอกจากต้องรู้ว่าเราเป็นหญิงหรือเป็นชายแล้ว ยังมีอีกหลายอย่างในฐานะของเราต่อสังคม คือเป็นผู้ใหญ่ เป็นเด็ก การทำตัวก็ต่างกัน เป็นผู้ใหญก็ต้องวางตัวอย่างหนึ่ง เป็นเด็กก็ต้องวางตัวอย่างหนึ่ง เป็นฆราวาส หรือเป็นนักบวชก็วางตัวไม่เหมือนกัน นักบวชก็ต้องวางตัวอย่างหนึ่ง เป็นฆราวาสก็ต้องวางตัวอย่างหนึ่ง ถ้าเป็นนักบวชแล้วไปวางตัวเป็นฆราวาสจะไม่มีใครเขาให้ความเคารพนับถือ แต่ถ้าเป็นฆราวาสแล้วไปทำตัวเป็นนักบวช คนเขาก็จะหาว่าทะเล้ง ไม่รู้จักฐานะของตัวเอง ถ้าต้องการให้คนเขามองเราดี มองเราด้วยความนับถือ ด้วยความเลื่อมใสด้วยความมั่นใจว่า เราไม่ใช่เป็นคนเสียสติเสียสติง ก็ต้องรู้จักตัวว่าเป็นอะไร แล้วประพฤติตนให้เหมาะสมกับฐานะของตน

๔. รู้บุคคล เราอยู่ในโลกนี้เราไม่ได้อยู่ตัวคนเดียว แต่อยู่กับคนหลายคนด้วยกัน เกิดมาปั๊บเราก็มีพ่อแม่แล้ว เราก็ต้องรู้จักคนที่เกี่ยวข้องกับเรา เพราะแต่ละคนที่เกี่ยวข้องกับเรามีฐานะไม่เหมือนกัน มีคุณกับเราไม่เหมือนกัน อย่างพ่อแม่ นี่ เป็นบุคคลสองคนในโลกที่มีพระคุณอย่างยิ่งกับเรา เป็นคนที่เราราบไหว้ได้ด้วยความตายใจ เป็นคนที่เราเชื่อได้ด้วยความตายใจ เพราะท่านมีแต่ให้เราอย่างเดียว มีแต่สงเคราะห์เราอย่างเดียว มีแต่ความเมตตา ความกรุณาให้กับเรา ฉะนั้นเวลาที่ท่านสั่งสอนเรา บอกอะไรเรา เราก็ต้องฟังด้วยความเคารพ แม้ว่าสิ่งที่ท่านสอน ที่ท่านบอกเรานั้น อาจจะเป็นสิ่งที่ไม่ถูกอกถูกใจเรา เราก็ต้องฟังไว้ก่อน แล้วนำไปคิดพิจารณาที่หลัง ไม่ควรจะแสดงอาการไม่เคารพออกมา เช่นเถียงพ่อแม่ หรือด่าพ่อแม่กลับไปอย่างเสียๆหายๆ ถ้าเป็นอย่างนี้แล้ว

แสดงว่าเราไม่รู้จักับบุคคล พวกที่ไม่รู้จักับบุคคลก็เหมือนพวกเดรัจฉาน เดรัจฉานเขาไม่
รู้จักับพ่อรู้จักับแม่เขา ฉันใดถ้าเรา ยังอยากจะเป็นมนุษย์อยู่ ก็ควรรู้จักับบุคคลที่เราเกี่ยวข้อง
ด้วย รู้ว่าเขาสูงกว่าเรา เท่าเรา หรือต่ำกว่าเรา แล้ววางตัว ปฏิบัติตัว ให้ถูกต้องตามฐานะ
ของเขากับของเรา ถ้าประพฤติได้แล้ว ก็จะเป็นคนที่ไม่ทำในสิ่งที่ผิด จะทำแต่ในสิ่งที่ดีที่
งาม เป็นคนน่ารักน่าเอ็นดู เป็นที่ชื่นชอบของคนทั้งหลายที่ได้มาเกี่ยวข้องกับเรา

๕. รู้สังคม มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ไม่ได้อยู่กันตามลำพังคนเดียว หรือสองคน หรือ
ครอบครัวเดียว แต่อยู่ในสังคม ต้องร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่น เวลาไปในสถานที่ต่างๆ
เขามีกฎมีระเบียบ มีประเพณีที่ปฏิบัติกันมา เขาทำอย่างไรเราก็ต้องทำแบบนั้น ถ้าเราไม่
ทำแบบนั้นเราก็จะไม่สามารถอยู่ในสังคมของเขาได้ เราก็จะลำบาก เพราะคนเราต้องอยู่
ด้วยกัน ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ก็ต้องรู้จักับขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงามและ
ปฏิบัติตาม อย่างคนไทยเวลาเราเจอกันก็จะยกมือไหว้ แต่ถ้าเป็นฝรั่งเขาก็จะยื่นมือมา
จับกัน เราจึงต้องรู้จักับขนบธรรมเนียม เวลาเราไปอยู่ในสังคมใด เขาปฏิบัติอย่างไร เราก็
ต้องทำตามสังคมนั้น ถือว่าเป็นการให้ความเคารพต่อกันและกัน ถ้าเราให้ความเคารพ
ต่อขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคมนั้นแล้ว เขาก็จะให้ความเคารพ ให้การต้อนรับเรา
แต่ถ้าเข้าไปในสังคมนั้นแล้ว ไม่ปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณีของเขา เขาก็จะไม่
รับเราเข้าไปในสังคมนั้นของเขา

๖. รู้ประมาณ คือรู้จักับความพอดีในการจับจ่ายใช้สอยในปัจจุบัน ๔ ทุกสิ่งทุกอย่าง
มีความพอดีของเขาอยู่ กินมากเกินไปก็ทำให้อ้วน เป็นโรคอ้วน ถ้ากินน้อยเกินไป ก็ทำ
ให้เป็นโรคผอมแห้งแรงน้อย ต้องกินให้พอดีกับความต้องการของร่างกาย อย่ากินตาม
อารมณ์ กินให้พอดี ถ้ากินให้พอดีแล้ว ร่างกายก็จะดำเนินไปได้ด้วยความปราศจาก
โรคภัยไข้เจ็บทั้งหลาย คนเราที่เจ็บไข้ได้ป่วยกันนี้ ส่วนหนึ่งก็เกิดจากการไม่รู้จักับความ
พอดีในการบริโภคอาหารนั่นเอง รับประทานอาหารมากเกินไป จึงเกิดโรคต่างๆ
ตามมา รับประทานอาหารน้อยไปก็กลายเป็นคนผอมแห้งแรงน้อย มีโรคภัยเบียดเบียน
จึงต้องรู้จักับประมาณในการใช้ปัจจุบัน ๔ ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหาร การใช้เสื้อผ้า

ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค ต้องใช้ให้เหมาะกับความเป็น ถ้ารู้จักใช้แล้ว ปัจจัย ๔ ก็จะเป็นคุณ แทนที่จะเป็นโทษ ช่วยดูแลรักษาชีวิตร่างกายให้อยู่ไปยาวนาน

๗. รู้กาลเทศะ คือรู้จักเวลาและสถานที่ เวลาไปงานศพต้องแต่งกายแบบหนึ่ง มีกิริยาอาการอย่างหนึ่ง เวลาไปงานมงคลสมรสก็แต่งกายและมีกิริยาอาการที่เหมาะสมกับงาน จึงจะถือว่าเป็นผู้รู้จักกาลเทศะ โดยสรุป ถ้าต้องการชีวิตที่มีแต่ความสุขความเจริญ ก็ต้อง**รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้บุคคล รู้สังคม รู้ประมาณ และรู้กาลเทศะ** เมื่อรู้แล้วจะได้ปฏิบัติอย่างถูกต้อง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๗ ทำบุญให้ทาน

๘ มิถุนายน ๒๕๔๕

วันนี้เป็นวันเสาร์ เป็นวันที่ท่านทั้งหลายว่างจากภารกิจการงาน การทำมาหากิน หาเงินหาทอง ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญ เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ แต่ก็รู้ว่าเงินทองไม่ใช่เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด นอกเหนือจากเงินทองที่ต้องอาศัยไว้ดูแลรักษาอวัยวะชีวิตร่างกายแล้ว เรายังต้องมีที่พึ่งทางใจด้วย เพราะคนเราประกอบขึ้นด้วย ๒ ส่วนด้วยกัน คือกายและใจ กายต้องอาศัย**ปัจจัย ๔** อาศัยเงินทองเป็นเครื่องแลกเปลี่ยน เพื่อจะได้มาซึ่ง**อาหาร ที่อยู่ อาศัย ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม** ถ้ามีปัจจัย ๔ ครบสมบูรณ์ การอยู่เป็นปกติสุขของร่างกายย่อมเป็นไปได้ด้วยดี แต่ถ้าขาดปัจจัย ๔ อย่างไม่อย่างหนึ่งไป การอยู่เป็นปกติของร่างกายย่อมเป็นไปได้ด้วยความยากเย็น ด้วยความลำบาก เราจึงต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ของเรา ทุ่มเทไปในการทำมาหากิน เพื่อจะได้เงินทองมาซื้อข้าวของ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ คือปัจจัย ๔ ให้มีครบบริบูรณ์

แต่นี้เป็นเพียงครึ่งเดียวของการดูแลรักษาตัวเรา เพราะนอกจากร่างกายแล้ว ยังมีจิตใจที่ต้องดูแลด้วย จิตใจนี้ต่างกับร่างกาย สิ่งที่จะต้องดูแลจิตใจ ไม่เหมือนกับสิ่งที่ไว้ใช้สำหรับดูแลร่างกาย สิ่งที่จะใช้ดูแลจิตใจเรียกว่าบุญกุศล บุญกุศลนี้แลเป็นที่พึ่งของใจ ถ้ามีบุญมีกุศลแล้ว ใจจะเป็นปกติสุข จะมีความอิ่ม มีความสบายใจ แต่ถ้าขาดบุญ ขาดกุศลแล้ว ใจจะมีแต่ความว้าวุ่นขุ่นมัว มีความทุกข์ใจ ความกังวลใจ ไม่สบายอก ไม่สบายใจด้วยเหตุต่างๆนานัปการ แต่ถ้าเราพยายามดำเนินตามทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน คือให้ทำบุญอย่างสม่ำเสมอแล้ว ใจของเราจะมีเครื่องดูแลรักษาให้อยู่เป็นปกติสุข จึงมีความจำเป็นที่ในวันเวลาที่ว่างจากภารกิจการงาน การทำมาหากิน ก็ต้องมาวัดเพื่อแสวงบุญ มาทำบุญกัน การทำบุญมีหลายวิธีด้วยกัน การให้ทานก็เป็นการทำบุญอย่างหนึ่ง บุญนั้นมิได้อยู่หลายประเภท เปรียบเหมือนกับอาหารที่รับประทาน มีหลายรูปแบบ มีทั้งข้าว มีทั้งผัก มีทั้งผลไม้ มีทั้งเนื้อสัตว์ มีทั้งน้ำ มีทั้งขนมหวานต่างๆ อาหารของใจคือ

บุญก็มีอยู่หลายชนิดด้วยกัน ส่วนใหญ่ที่รู้จักกันคือการทำบุญให้ทาน การให้ทานเป็นการทำบุญอย่างหนึ่ง เรามักจะได้ยินคำว่า**ทำบุญให้ทาน** พูดติดกันเสมอ แล้วเราก็ไปเข้าใจว่า การ**ทำบุญ**เป็นการถวายของให้กับพระ ส่วนการให้ข้าวของกับผู้อื่น เช่นญาติโยม เรียกว่าเป็นการ**ทำทาน**

ความจริงแล้วเป็นทั้ง**บุญ** เป็นทั้ง**ทาน**ด้วยกันทั้ง ๒ อย่างนั้นแหละ คือการทำทานก็คือการให้ ให้สิ่งของแก่บุคคลอื่น ไม่ว่าจะ เป็นพระหรือไม่ก็ตาม เป็นฆราวาส เป็นพระ ก็ถือว่าเป็นทานเหมือนกัน **ทานก็คือการให้** อย่างที่วันนี้ท่านทั้งหลายนำกับข้าวกับปลา อาหารคาวหวาน เครื่องใช้ไม้สอยต่าง ๆ มาถวายพระ อย่างนี้ก็เรียกว่าเป็น**ทาน**อย่างหนึ่ง เป็น**วัตถุทาน** ทานเป็นเหตุให้เกิด**บุญ**ขึ้นมา บุญคือความสุขใจ เวลาเราได้ช่วยเหลือผู้อื่น ที่ตกทุกข์ได้ยากลำบาก ให้ได้มีความสุข มีความสบาย ก็ทำให้เราเกิดความสุขใจ สบายใจขึ้นมา ความสุขใจสบายใจนี้เรียกว่า**บุญ** ดังนั้นเวลาที่เราให้ทาน จึงเป็นการสร้างเหตุที่จะทำให้เกิดบุญขึ้นมา การ**ให้ทาน**จึงเป็นเหตุ **บุญ**ก็คือผลที่จะตามมาจากการให้ทาน การให้ไม่ได้เลือกว่าจะต้องให้กับพระถึงจะเป็นบุญ ให้กับบุคคลอื่นหรือแม้กระทั่งเดรัจฉาน เช่น นก ปลา ก็เป็นบุญด้วยกันทั้งนั้น เพราะการได้ช่วยเหลือผู้อื่น จะเป็นใครก็ตาม แม้กับพวกเดรัจฉาน ก็เป็นบุญ เวลาให้อาหารเขา เราก็มีความสุขใจ สบายใจ นั่นแหละคือบุญ การทำบุญจึงไม่ได้หมายความว่า จะต้องทำกับนักบวชผู้ทรงศีลเท่านั้นถึงจะได้บุญ การทำบุญนั้น ทำกับใครก็ได้ ข้อสำคัญอยู่ที่ใจ ว่าทำด้วยความบริสุทธิ์ใจหรือไม่ ถ้าทำด้วยความบริสุทธิ์ใจร้อยเปอร์เซ็นต์ ก็จะเป็นบุญร้อยเปอร์เซ็นต์ แต่ถ้าทำไปด้วยความไม่บริสุทธิ์ใจ คือยังมีความปรารถนาอามิสสิ่งตอบแทนจากผู้รับ อย่างนี้เรียกว่าไม่บริสุทธิ์ใจ เช่นเวลาจะให้ของใคร แล้วยังต้องการให้เขามีความสำนึกในบุญคุณ หรือต้องการให้เขากล่าวคำขอบอกขอบใจ หรือต้องการให้เขาเป็นผู้ว่านอนสอนง่าย เวลาเราบอก เราสอน เราสั่งอะไรเขา ก็อยากจะทำให้เขาทำตามคำสั่งคำสอนของเรา เราจึงให้ของเขาไปเพื่อเป็นเครื่องล่อใจ

ถ้าอย่างนี้ไม่เรียกว่าเป็นการทำบุญ อย่างนี้เป็นการค้าขายมากกว่า เพราะเป็นการแลกเปลี่ยนกัน เรายื่นหมูให้เขา เขาก็ยื่นแมวให้เรา อย่างนี้ไม่ใช่เป็นการทำบุญ ถ้าทำ

แบบนี้ใจจะไม่ได้รับบุญเต็มที่ เพราะรอการตอบสนองจากผู้รับ ถ้าเขาไม่ตอบสนองตามความต้องการของเรา แทนที่จะเกิดความสุข กลับเกิดความทุกข์ขึ้นมา เกิดความไม่พอใจ เกิดความเสียใจขึ้นมา อย่างนี้แสดงว่าทำบุญไม่ถูก คือไม่ได้ทำบุญนั่นเอง แต่กำลังทำการแลกเปลี่ยน คำขายกัน ถ้าปรารถนาความสุขที่เป็นบุญจริงๆแล้ว เราต้องไม่ปรารถนาสิ่งตอบแทนอะไรจากผู้รับ เราให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่มีเงื่อนไข ไม่มีพันธะอันใดผูกพัน ติดไว้กับการให้ของเราเลย ถ้าให้แบบนี้แล้ว จะมีความสุขใจ เพราะไม่หวังอะไรจากคนรับ เขาจะชอบอกชอบใจเราหรือไม่ เขาจะแสดงกิริยาอาการเคารพเราหรือไม่ ก็ไม่สำคัญอะไร เพราะได้พิจารณาเห็นแล้วว่า การให้เขานั้นเป็นสิ่งจำเป็น เพราะเขาเดือดร้อน เขามีความทุกข์ เขามีความลำบาก เราก็อยากจะสงเคราะห์เขา อยากจะช่วยเหลือเขา ให้เขาได้มีความสุขบ้าง นี่คือนี่สิ่งที่เราต้องการจากการให้ทาน คือต้องการให้เขามีความสุข

ถ้าให้เขาไปแล้ว เขาต่างกลับมา ถ้าเป็นความสุขของเขา เราก็ยินดีให้เขาต่างไป เพราะหลักของการให้ก็คือการให้เขามีความสุขนั่นเอง ถ้าทำอย่างนี้ได้แล้ว แสดงว่ามีเจตนาที่บริสุทธิ์จริงๆ ไม่ได้หวังอะไรจากการให้เลยแม้แต่นิดเดียว ถ้าให้แบบนี้แล้วจะมีความสุขมาก แต่พวกเราส่วนใหญ่มักจะไม่ได้ให้แบบนี้กัน เวลาให้อะไร มักอยากจะให้คนรับตอบสนองในทางที่ดี ถ้าไม่ตอบสนองในทางที่ดี ก็เกิดความเสียใจ อย่างนี้เรียกว่าไม่ใช่เป็นการทำบุญ เรียกว่าเป็นการทำบาปก็ว่าได้ เพราะมีอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น มี **ตัณหา** ความอยาก อยากให้เขาเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ อยากจะให้เขาปฏิบัติกับเราอย่างนั้น อย่างนี้ ถ้าไม่ปฏิบัติ ก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา นี่แหละความทุกข์ก็คือผลของบาป บาปก็คือความอยากความต้องการต่างๆ

ดังนั้นเวลาทำบุญ ขอให้ยึดหลักการให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ให้โดยที่ไม่หวังผลตอบแทนจากผู้รับ แล้วการให้ของเรา จะเป็นการให้ที่พร้อมสมบูรณ์ด้วยบุญที่แท้จริง ถ้าให้แบบนี้แล้วใจจะมีความสุข ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับคนที่เราให้สิ่งของไป ถ้าเขาแสดงกิริยาอาการที่ไม่น่าดู แสดงความไม่มีความสำนึกในบุญคุณ มันก็เป็นเรื่องของเขา มันก็เป็นกรรมของเขา แสดงว่ายังต้องพัฒนาตัวเองอีกมาก ยังต้องใช้เวรใช้กรรมอีกมากอยู่ แต่

ถ้าเป็นคนที่น่าสนใจในบุญคุณ พยายามทำตัวให้ดี ประพฤติตัวเองไม่ให้เสื่อมเสีย ทำแต่สิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ มันก็เป็นบุญเป็นกุศลของเขาอีกนั่นแหละ เพียงแต่ว่าเราเป็นผู้มีส่วนที่ได้ช่วยสนับสนุนให้เขาได้ประกอบทำคุณงามความดี เราก็ได้บุญ ๒ ต่อ คือบุญต่อแรกก็เกิดจากการที่ได้ช่วยเขาด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่หวังผลตอบแทนอะไรจากเขา แต่เมื่อเขานำสิ่งที่เราให้เขาไปใช้ ทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นมาอีก มันก็ทำให้เรามีความสุขใจเพิ่มขึ้นไปอีก ที่เห็นว่าเราได้ช่วยสนับสนุนคนดี

อย่างเวลาศรัทธาญาติโยมมาทำบุญกับพระที่วัด ญาติโยมจะมีความรู้สึกมีความสุขมากกว่าไปทำบุญให้ท่านกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่เป็นพระ นั่นก็เป็นเพราะว่าบุคคลที่เราไปช่วยที่ไม่ใช่เป็นพระนี้ เขายังเป็นคนที่ไม่ดีศีล หรือยังไม่ได้พัฒนาตัวเองให้ดีเท่ากับพระ เมื่อไปช่วยเหลือเขา เขาก็ยังไปประพฤตินในทางที่มีดีมีชอบได้ ถ้าเราได้ยินหรือเห็นความประพฤติของเขา ก็ทำให้เรามีความรู้สึกไม่ค่อยสบายใจ แต่ถ้าได้ไปทำบุญกับพระพระที่เป็นพระจริงๆ หมายถึงท่านที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นผู้มีศีลไม่ต่างพร้อย เวลาเห็นท่านแล้ว เราก็จะเกิดความสบายอกสบายใจ เห็นท่านประพฤติในทางที่ดีที่งาม ทำทานให้เป็นคนเป็นประโยชน์กับผู้อื่น ก็ทำให้เรามีความสุขใจ แม้กระทั่งเวลาผ่านไป แล้ว ทุกครั้งที่ได้นึกถึงการที่ได้ทำบุญกับท่าน หรือนึกถึงท่าน ก็ทำให้เรามีความสุขใจแล้วยังทำให้เกิดมีกำลังจิตกำลังใจ ที่อยากจะทำบุญให้มากยิ่งขึ้นๆ ขึ้นไปอีก

นี่แหละคือเรื่องของการทำบุญ ที่จะให้ได้บุญเต็มที มากน้อยแค่ไหนนั้นขึ้นอยู่กับใจของเราเอง ว่ามีความบริสุทธิ์มากน้อยแค่ไหน ถ้าใจมีความบริสุทธิ์มาก เราก็จะมีความสุขมาก ถ้าใจยังมีความอยากได้อามิสสิ่งตอบแทน จากผู้ที่เราไปทำบุญด้วย เราก็จะประสบกับความไม่สบายใจขึ้นมาก็ได้ ถ้าไม่ได้รับตอบสนองตามที่ต้องการ ถ้าต้องการทำบุญให้เป็นบุญครบถ้วนร้อยเปอร์เซ็นต์ ก็ขอให้ทำบุญด้วยความบริสุทธิ์ใจ ให้เขาไปแล้ว เขาจะไปทำอะไร ก็ถือว่าเป็นเรื่องของเขา ของที่เราให้ไปนั้นไม่ใช่เป็นของๆเราแล้ว เป็นของๆเขาไปแล้ว เมื่อเป็นของๆเขา เขาก็มีสิทธิ์เต็มที ที่จะทำอะไรกับสิ่งของนั้นก็ได้ ถ้าเขานำเอาไปทำเป็นคนเป็นประโยชน์มันก็ดี ถ้านำเอาไปทำให้เกิดเป็นโทษขึ้นมา มันก็เป็นโทษกับเขา มันไม่ได้มาเกิดเป็นโทษกับเราแต่อย่างใด แต่ถ้าเราเอาใจไปคอย

กังวล ไปคอยห่วง ว่าสิ่งที่เราให้เขาไปนั้น เขาจะเอาไปทำอะไรอย่างไร ดีหรือไม่ ก็ทำให้เราเกิดมีความกังวลใจ ไม่สบายอก ไม่สบายใจ ยิ่งถ้าได้ยินว่าเขานำไปทำในทางที่เสื่อมเสีย ก็ทำให้เราเกิดความสงสัยขึ้นมาเสียอีก ว่าบุญที่เราทำไปนั้น เป็นบุญหรือเปล่า

จึงขอให้ทำความเข้าใจว่า เวลาที่เราทำบุญด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่ว่าจะทำกับใคร แล้วเขาจะเอาไปทำอะไรต่อ มันก็ยังเป็นบุญอยู่นั่นเอง เพราะบุญคือการชนะใจเรา ชนะสิ่งที่ต่ำ สิ่งที่ยึดติดทำให้ไปสู่ความทุกข์ สู่ออกไปจากความไม่สบายใจ คือ**ความตระหนี่ ความโลภ ความเห็นแก่ตัว** เวลาที่ได้ให้ทาน แสดงว่าได้ชนะความโลภ ได้ชนะความตระหนี่ เราได้ชนะความเห็นแก่ตัวแล้ว นี่แหละคือผลที่เราได้ เป็นบุญแล้ว บุญนั้นเกิดขึ้นในใจของเรา เราได้ชนะสิ่งที่ไม่ดี ได้ชำระขัดเกลาใจของเราให้สะอาดขึ้น เมื่อได้ชำระขัดเกลาสิ่งเหล่านี้ให้เบาบางลงไป ก็ทำให้ใจของเรามีความสุขมากขึ้น เหตุของความไม่สบายใจ ก็คือกิเลส ตัณหา เครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย มีความโลภ มีความตระหนี่ มีความเห็นแก่ตัวเป็นต้นนั่นเอง ถ้าชำระสิ่งเหล่านี้ออกไปจากใจแล้ว ก็จะทำให้ใจมีความสุข ความสุขนี้ ก็คือบุญนั่นเอง จึงขอให้ทำความเข้าใจทุกครั้ง ที่ทำบุญให้ทานว่า เราทำเพื่อชำระเครื่องเศร้าหมองที่มีอยู่ภายในใจของเรา โดยอาศัยความดีดร้อนของผู้อื่นเป็นเหตุ ให้เราได้รับโอกาสได้ทำบุญ ถ้าไม่มีคนดีดร้อน ถ้าทุกคนมีแต่ความสุขความสบาย เราก็ไม่รู้ว่าจะไปทำบุญช่วยเหลือใครได้อย่างไร เราจึงต้องเห็นคุณค่าของคนที่มีความดีดร้อน ที่เป็นเหตุให้เราได้รับโอกาสทำบุญ หรือจะมองว่า เขาเป็นคนไม่ดีดร้อนแต่เป็นคนดี เราอยากจะสนับสนุนในการประพฤติที่ดีของเขา อย่างนี้ก็บุญ อย่างเวลาที่เราสนับสนุนพระสงฆ์องค์เจ้า ช่วยเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อย่างนี้ก็บุญ เป็นโอกาสได้ทำบุญเช่นกัน คือได้ช่วยส่งเสริมให้คนได้ประกอบคุณงามความดี

เวลาที่ทำบุญจึงต้องเลือกคนเหมือนกัน เพราะคนมีคุณภาพไม่เหมือนกัน คนดีมากๆ ก็มี คนเลวมากๆ ก็มี คนครึ่งดีครึ่งเลวก็มี เวลาทำบุญสนับสนุนช่วยเหลือคนดี ก็เท่ากับช่วยส่งเสริมให้คนดีทำประโยชน์ให้กับสังคมต่อไป ถ้าไปช่วยเหลือสนับสนุนคนเลว ก็เท่ากับสนับสนุนให้คนเลวไปสร้างความดีดร้อนให้กับสังคม เวลาที่จะทำบุญให้เกิดคุณเกิดประโยชน์เต็มที่ จึงต้องเลือกทำบุญกับคนที่ดีมากๆ ที่สุดในโลกนี้พระพุทธองค์ทรงแสดง

ว่า บุคคลที่มีความดีมากที่สุดก็คือพระอรหันต์สัมมาสัมพุทธเจ้า รองลงมาก็คือพระปัจเจกพุทธเจ้า รองลงมาก็คือพระอรหันต์ และพระอริยบุคคลชั้นต่างๆ จนกระทั่งถึงบุคคลธรรมดาที่มีศีล ๒๒๗ ศีล ๑๐ ศีล ๘ ศีล ๕ ตามลำดับ จนถึงคนที่มีศีลน้อย มีศีลขาดตกบกพร่อง ไปถึงคนไม่ดีและเดรัจฉาน ถ้าจะทำบุญให้เกิดประโยชน์มากที่สุด จึงต้องทำกับพระพุทธรูป ถ้าไม่สามารถทำกับพระพุทธรูปได้ พระพุทธรูปก็บอกให้ทำกับสงฆ์ คือถวาย**สังฆทาน**

การถวายสังฆทานเป็นการทำบุญให้ทานกับสงฆ์ สงฆ์นี้หมายถึงพระภิกษุที่อยู่รวมกันในอาวาสใดอาวาสหนึ่ง อย่างน้อยต้องมี ๔ รูปขึ้นไปจึงจะครบองค์สงฆ์ คือไม่ได้ถวายให้กับบุคคลหนึ่งบุคคลใด ไม่ได้ถวายให้กับพระภิกษุรูปหนึ่งรูปใด แต่ถวายให้เป็นสมบัติส่วนกลางของพระสงฆ์ ของวัด ของศาสนา เพราะศาสนาจะเจริญได้ ก็ต้องอาศัยพระสงฆ์เป็นหลัก เป็นผู้ช่วยเผยแผ่พระศาสนา เวลาที่จะบวชกุลบุตร พระภิกษุรูปหนึ่งรูปใด ไม่สามารถทำพิธีบวชตามลำพังได้ การบวชต้องมีพระภิกษุ ๑๐ รูปขึ้นไป คือต้องมีสงฆ์นั่นเอง ถ้าไม่มีสงฆ์ก็ไม่สามารถบวชได้ สมมุติว่าโลกเราที่เหลือพระอยู่เพียงรูปเดียว แล้วมีศรัทธาญาติโยมต้องการจะบวช ก็ไม่สามารถบวชได้อีกแล้ว เพราะว่าพระพุทธรูปได้ทรงกำหนดไว้เช่นนั้น เวลาจะบวชพระจะต้องมีพระภิกษุ ๑๐ รูปขึ้นไป ถ้าอยู่ในที่ๆเจริญ ที่มีพระมากก็ต้องใช้ ๑๐ รูป แต่ถ้าไปอยู่ในที่ๆกันดารที่ห่างไกลจากพระ ก็อนุโลมให้มีเพียง ๕ รูป ก็บวชได้ พระพุทธรูปจึงทรงเน้นความสำคัญของการทำบุญบำรุงสงฆ์ เน้นให้สนับสนุนสงฆ์ มากกว่าสนับสนุนพระรูปหนึ่งรูปใด เพราะว่าสงฆ์จะทำประโยชน์ให้กับศาสนาให้กับโลก ได้มากกว่าพระภิกษุรูปหนึ่งรูปใด ญาติโยมเวลามาวัด จึงนิยมถวายสังฆทานกัน คำว่าสังฆทานก็คือทานที่ถวายให้กับสงฆ์ สงฆ์นี้ต้องมีพระภิกษุตั้งแต่ ๔ รูปขึ้นไป ถึงจะเป็นสงฆ์ได้ แล้วของที่ถวายนั้น ไม่ใช่เป็นสมบัติของพระภิกษุรูปหนึ่งรูปใด ต้องเป็นของพระภิกษุทุกรูป นั่นแหละคือเจตนาธรรมณ์ คือมีให้อามาแบ่งกัน มีอะไรก็ให้อามาแบ่งกัน เพื่อจะได้อยู่ด้วยกันด้วยความผาสุก ถ้าคนหนึ่งมีมาก อีกคนหนึ่งมีน้อย คนที่มีน้อยก็จะอยู่ด้วยความยากลำบาก คนที่มีอยู่มากก็อยู่ด้วยความสบาย ก็ไม่มีความสม่ำเสมอกัน คนที่อยู่ยาก อยู่ลำบากก็อาจจะทนอยู่ไม่ได้ ก็อาจจะต้องลาสิกขาไปก็ได้

เวลาดูแลทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา จึงควรทำนุบำรุงสงฆ์ทั้งหมด พระภิกษุทุกรูป ไม่สำคัญว่าจะมีของมากน้อยแค่ไหน มีเท่าไรก็ทำไปตามกำลัง ถวายให้เป็นส่วนกลางของสงฆ์ไป อย่างเวลาถวายปัจจัยให้กับทางวัด ก็ไม่ได้ถวายให้กับพระภิกษุรูปหนึ่งรูปใด แต่ถวายให้กับกองกลางสงฆ์ อย่างนี้เป็นต้น เมื่อพระภิกษุรูปหนึ่งรูปใดมีความจำเป็น ที่จะต้องใช้สิ่งหนึ่งสิ่งใด ที่เป็นประโยชน์กับส่วนรวม เช่นไม้กวาดหรือผงซักฟอก ที่จะต้องใช้ดูแลความสะอาด กุฏิ วิหาร ศาลา อย่างนี้ก็เอาปัจจัยที่ญาติโยมถวายเป็นกองกลางสงฆ์ หาซื้อมาใช้ได้ แต่ถ้าจะเอาไปใช้ส่วนตัว ย่อมทำไม่ได้ เพราะปัจจัยนี้ถวายไว้สำหรับส่วนกลางเท่านั้น ถ้าใครต้องการอะไร แล้วมาขอเบิกไปใช้ส่วนตัวได้ อย่างนี้ก็ไม่ถือว่าเป็นของส่วนกลาง เช่นต้องการซื้อบุหรี่ ซื้อขนมมาฉัน ก็มาขอเบิกเงินกองกลางไปใช้ อย่างนี้ก็ไม่ถูกต้อง เพราะเอาเงินนี้ไปใช้ส่วนตัว อย่างนี้ก็ไม่เป็นสังฆทาน เจตนาธรรมณ์ของสังฆทาน ก็เพื่อทำนุบำรุงศาสนา บำรุงส่วนรวมของสงฆ์ ถ้าศาสนามีสงฆ์อยู่ ก็จะมีการศึกษา มีการปฏิบัติธรรม มีการบวรลัทธิธรรม หลังจากบวรลัทธิธรรมแล้ว ก็มีการเผยแผ่ธรรม สั่งสอนญาติโยม ที่ไม่รู้จักเรื่องราวทางศาสนา ไม่รู้จักเรื่องราวของบาปบุญคุณโทษ นรกสวรรค์ เรื่องของกรรม เรื่องของการเวียนว่ายตายเกิด ให้รู้จัก ถ้ามีคนคอยสั่งคอยสอนอยู่อย่างนี้ คนที่ไม่รู้ เมื่อได้ยินได้ฟัง ก็เกิดความเข้าใจ สามารถนำสิ่งที่ดีที่งาม คือธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ไปประพฤติปฏิบัติกับตัวของเขา ทำให้ชีวิตของเขาดำเนินไปด้วยความร่มเย็นเป็นสุข

ทุกวันนี้เหตุที่พวกเรา ไม่ค่อยมีความสุขสบายอกสบายใจกันนั้น ก็เป็นเพราะว่าเราไม่รู้จักวิธีดำเนินชีวิตให้ถูกต้องนั่นเอง แทนที่จะทำในสิ่งที่ให้เกิดความสุข เราก็กลับไปทำในสิ่งที่เกิดความทุกข์กัน เช่นเล่นการพนัน เที่ยวเตร่ เสพสุรายาเมา สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมา แต่เรากลับไปคิดว่าเป็นความสุขกัน เราก็เลยไปติดกับการเที่ยวเตร่ ไปติดกับการเล่นการพนัน ไปติดกับการเสพสุรายาเมา เมื่อทำไปแล้วเป็นอย่างไร ก็เงินทองที่เราหามาได้ด้วยความลำบากยากเย็น ก็ต้องค่อยๆหมดไป จนหมดไปในที่สุด และเมื่อหมดไปแล้วจะทำอย่างไรต่อไป ถ้ายังติดการพนันอยู่ ยังติดการเสพสุรายาเมาอยู่ ยังติดการเที่ยวเตร่อยู่ ก็ต้องไปหาเงินมาด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง ในเบื้องต้นก็อาจจะไปโกหกหลอกลวงผู้อื่น ไปขอยืมเงินผู้อื่นเขามา ทั้งๆที่รู้ว่าไม่มีปัญญาจะเอาไปใช้

เขาได้ นี่ก็เป็นการเริ่มทำผิดศีลข้อที่ ๔ แล้ว คือการพูดคำเท็จ เมื่อหลังจากที่ไปโกหก
หลอกหลวงเขาแล้ว ครั้งต่อไปจะไปหลอกเขาก็กยอมหลอกไม่ได้ แล้วจะหาเงินมาอีก
อย่างไร ชั้นต่อไปก็ต้องไปลักเล็กขโมยน้อย คอยดูว่าใครเปลืองข้าวของเงินทองไว้ ก็
ฉกฉวยเอา เวลาใครไม่อยู่บ้านก็เข้าไปงัดแงะ เพื่อจะขโมยข้าวของไปแลกเปลี่ยนเป็นเงิน
ทอง เพื่อจะได้เอาไปซื้อเหล้ากิน ไปเที่ยวเตร่ ไปเล่นการพนัน เป็นการสร้างความทุกข์
ความเสื่อมเสียให้กับตน ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ก็มีแต่ความรุ่มร้อนใจ ตายไป ก็ไปสู่อบาย
เราจึงต้องยึดหลักธรรมคำสอนพระพุทธเจ้า เป็นเครื่องพาดำเนิน เพื่อความสุขความ
เจริญที่แท้จริง เราจึงต้องทำนุบำรุงสงฆ์ เพราะสงฆ์จะได้ทำหน้าที่ศึกษา ปฏิบัติ เผยแผ่
พระธรรมคำสอน เพื่อประโยชน์สุขของโลกต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติ
ไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๘

กรรมลิขิต

๙ มิถุนายน ๒๕๔๕

เดือนมิถุนายนเป็นเดือนที่ ๖ ของปี แสดงว่าเวลาได้ผ่านมาเกือบครึ่งปีแล้ว จึงเป็นเวลาที่ดีที่จะได้มาทบทวนดูเหตุการณ์ต่างๆที่ผ่านมา ประเมินดูผลที่เกิดขึ้นกับเรา ตั้งแต่ต้นปีมาจนถึงวันนี้ ว่าเป็นไปอย่างไรบ้าง การประพฤติ การปฏิบัติ การดำเนินชีวิตของเรา ได้เป็นไปตามความตั้งใจที่ได้ตั้งไว้ในตอนต้นปีหรือไม่ ได้มากน้อยแค่ไหนอย่างไร ถ้าไม่เป็นไปตามที่ได้ตั้งใจไว้ จะได้รับปรับปรุง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การปฏิบัติ การดำเนินชีวิตของเรา ให้เป็นไปในทิศทางที่ควรจะเป็น เพราะทราบกันดีว่าผลที่ปรารถนา กัน คือ ความสุขความเจริญ ความปราศจากทุกข์ภัยอันตราย ความเสื่อมเสีย ความหายนะทั้งหลายนั้น ขึ้นอยู่กับการกระทำของเรา ทางกาย ทางวาจา และทางใจ เราจึงเป็นผู้กำหนดชะตากรรมของเรา ไม่มีพรหมที่ไหนจะมาลิขิตชะตากรรมของเราได้ แต่ชะตากรรมของเราเกิดจากกรรมลิขิต กรรมก็คือการกระทำของเรา ทางกาย วาจา ใจ เป็นเหตุที่จะสร้างผลที่จะตามมาต่อไป ไม่ว่าจะ เป็นผลที่ดี คือความสุขและความเจริญ หรือผลที่ไม่ดี คือความทุกข์ ความหายนะ ก็ล้วนเกิดจากการกระทำของเราทั้งนั้น เมื่อเรารู้ว่าผลเป็นสิ่งที่ตามมาจากเหตุ เราจึงต้องสร้างเหตุที่ดี ระวังเหตุที่ไม่ดี เพราะเราไม่ต้องการผลของการกระทำที่ไม่ดี เราต้องการผลที่เกิดจากการทำความดี เพราะผลที่เกิดจากการทำความดี ก็คือความสุขความเจริญนั่นเอง และผลที่เกิดจากการทำความชั่ว ก็คือความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ความหายนะทั้งหลาย

เราจึงต้องถามตัวเราเองว่า ตั้งแต่ต้นปีมาจนถึงวันนี้ เราได้ทำตามเจตนารมณ์ที่ได้ตั้งใจไว้หรือไม่ เช่นในตอนต้นปีเราได้ตั้งใจไว้ว่า ต่อไปนี้จะทำบุญอย่างสม่ำเสมอ มาวัดทุกวัน พระ ใส่บาตรทุกเช้า รักษาศีล อย่างน้อยก็ต้องให้ได้สักหนึ่งข้อ สองข้อ หรือสามข้อขึ้นไป สุดแต่กำลังความสามารถที่จะทำได้ และจะพยายามทำให้มากยิ่งขึ้นไป ตอนนี้เวลา ๖ เดือนก็ผ่านไปแล้ว เราได้ทำตามที่เราต้องการจะทำหรือไม่ หรือยังปล่อยให้ชีวิต

ของเราเป็นไปตามแบบเดิมๆอยู่ เคยทำอะไร เคยคิดอะไร เคยพูดอะไร ก็ยังทำอย่างนั้นอยู่ ถ้ายังปล่อยให้การกระทำ ความประพฤติของเรา วนเวียนตามรูปแบบเดิมอยู่ ผลที่ตามมา ก็จะเป็นผลแบบเดิมอยู่ เพราะผลเป็นสิ่งที่ตามมาจากเหตุ คือการกระทำของเรา

แต่ถ้าเราต้องการให้ผลดีขึ้นกว่าเดิม เราก็ต้องแหวกแนวการประพฤติปฏิบัติแบบเดิมๆ สิ่งไหนที่เราเห็นว่าเป็นการกระทำที่ไม่ดี เป็นการหวังรั้งความเจริญ เราก็ต้อง**ลดต้องละ** สิ่งไหนเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมความสุขความเจริญ เราก็ต้องพยายามทำให้มากยิ่งขึ้นไป สิ่งที่รั้งความเจริญก็คือพวกอบายมุขทั้งหลาย เช่น**การเสพสุรายาเมา การเล่นการพนัน การเที่ยวเตร่ ความเกียจคร้าน คบคนชั่วเป็นมิตร** สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นเครื่องถ่วงความเจริญ เป็นเครื่องที่จะนำไปสู่ความเสื่อมเสีย ถ้าลองได้พิจารณาเกี่ยวกับอบายมุขแล้ว ก็จะถูกจุดเข้าสู่ความประพฤติที่เสื่อมเสียต่อไป คือ**การพูดปดมดเท็จ ประพฤติผิดประเวณี ลักทรัพย์ ข่าสัต์ว์ตัดชีวิต** เพราะนี่คือผลที่จะตามมา เมื่อเรารู้ว่าอบายมุขย่อมจุดลากเราลงไปสู่ที่ต่ำ ลงไปสู่ที่ไม่ปรารถนาทั้งนั้น คือความทุกข์ ความวุ่นวายใจ เราก็ต้องฝืน ไม่กระทำสิ่งเหล่านี้ เช่นฝืนการเสพสุรายาเมา ถ้าเคยเสพมากก็ลดลงมาให้มันน้อยลงไปก่อน ถ้ายังไม่สามารถที่จะตัดได้โดยเด็ดขาด ก็พยายามลดลงมาเรื่อยๆ ลดมาทีละครั้ง เคยกินวันละ ๒ ขวดก็ลดลงมาเหลือขวดเดียว ถ้าเคยกินวันละขวดก็ลดลงมาเหลือสักครึ่งขวด แล้วก็ค่อยลดลงไปเรื่อยๆ แล้วมันก็จะหมดไปเอง

สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เป็นสิ่งที่สุดวิสัย ที่เราจะทำกันไม่ได้ แต่เป็นสิ่งที่อยู่ในวิสัยของเรา ถ้าไม่อยู่ในวิสัยของเราแล้ว พระพุทธเจ้าจะไม่เอามาสั่งสอน พระพุทธเจ้าไม่ได้สั่งสอนพวกเดรัจฉาน เพราะทรงรู้ว่ามันไม่อยู่ในวิสัยของเดรัจฉานที่จะกระทำได้ แต่มนุษย์นี่ทรงเห็นว่าเป็นผู้มีวิสัย มีสติปัญญา ที่สามารถแยกแยะ อะไรผิดอะไรถูก อะไรดีอะไรชั่ว อะไรคือเหตุ อะไรคือผลได้ จึงนำมาสั่งสอนพวกเรากัน อยู่ที่ว่าพวกเราพร้อมที่จะนำไปปฏิบัติหรือไม่ หรือว่ายังเสียดายชีวิตแบบเดิมๆอยู่ ยังเสียดายการเสพสุรายาเมา ยังเสียดายการเล่นการพนัน เสียดายการเที่ยวเตร่ เสียดายความเกียจคร้านอยู่ เสียดายมิตรชั่วทั้งหลายอยู่ ถ้ายังเสียดายอยู่ แล้วจะไปหวังเอาความสุขความเจริญมาได้อย่างไร เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นเหตุของความเสื่อม ความเสียหายต่างหาก เปรียบเหมือนกับหวัง

ความเย็นจากไฟ ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะไฟย่อมร้อนเสมอ เวลาเราจุดธูปจุดเทียน แล้ว
นี้พลาดไปถูกเปลวไฟเข้า ไฟก็จะไหม้เนื้อเรา สร้างความเจ็บปวดให้กับเรา เพราะนั่นคือ
ธรรมชาติของไฟ ไฟต้องร้อน ต้องเผาผลาญเป็นธรรมดา

ฉันใดบาปกรรม อบายมุข ก็เป็นของร้อน เป็นสิ่งที่จะสร้างความทุกข์ความเดือดร้อน
ให้กับเรา ถ้าไม่ต้องการความทุกข์ความเดือดร้อนแล้วทำไมเรายังไปข้องเกี่ยวกับสิ่ง
เหล่านี้อยู่ ทำไมไม่ถอยออกให้ห่าง เหมือนกับเวลาเราเห็นไฟไหม้ เราจะไม่วิ่งเข้าไปใน
กองเพลิง เพราะเรารู้ว่า ถ้าวิ่งเข้าไปในกองเพลิง ไฟก็ต้องเผาเราให้ไหม้เป็นจุลไป เรา
ก็ต้องถอยออกมา ฉันใดบาปกรรม อบายมุขทั้งหลายก็เช่นกัน เป็นเหตุที่นำมาซึ่งความ
เสื่อม เป็นเหตุที่นำมาซึ่งความทุกข์ ความหายนะ เป็นสิ่งที่เราไม่ปรารถนาอีก เราก็ต้อง
ถอยออกให้ห่าง พยายามหลีกเลี่ยงจากสิ่งเหล่านี้ อย่าเข้าไปใกล้กับคนที่ชอบเสพ ชอบทำ
สิ่งเหล่านี้ เวลาคบคนท่านจึงสอนให้รู้จักเลือกคบคน อย่าไปคบคนโง่ คนพาล คนชั่ว ให้
คบคนดี คนฉลาด คนที่เสพสุรยาเมา เล่นการพนัน เทียวเตร่ มีความเกียจคร้าน ถือ
เป็นบุคคลที่ไม่น่าคบหาสมาคมด้วย แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะต้องไปรังเกียจ
เด็ดจันท์เขา เราต้องเข้าใจเขา และสงสารเขา ว่าเขายังมีดบอดอยู่ ยังลุ่มหลงอยู่ แต่ใน
ขณะเดียวกันเราก็ต้องระมัดระวังไม่ให้เขาจุดลากเราไป ในทิศทางที่เราไม่ต้องการจะไป
เมื่อเป็นเช่นนั้น ถ้าจะคบกับเขา ก็ต้องคบแบบพอสมควร ให้มีประมาณไว้ คบกับคนทุก
คน คบได้ เราไม่รังเกียจเด็ดจันท์ใครทั้งสิ้น แต่เมื่อถึงเวลาที่จะต้องสมาคมกัน ทำ
กิจกรรมร่วมกัน อันนี้เราจะต้องใช้ปัญญาแยกแยะแล้ว ถ้าเขาชวนไปกินเหล้าเมายา ไป
เทียวเตร่ เราก็ต้องปฏิเสธเขาไป เราไม่ต้องไปกลัวว่าเขาจะโกรธเรา หรือเกลียดเรา หรือ
จะเลิกคบกับเรา ถ้าเป็นสิ่งที่เขาต้องการ เราก็ไม่เสียหายอะไร เพราะความจริงแล้ว เราก็
ไม่อยากจะคบกับเขาอยู่แล้ว ถ้าคบกับคนแบบนี้ ก็จะมีแต่ขาดทุนอย่างเดียว เพราะเขา
จะชวนเราไปกระทำแต่สิ่งที่ไม่ดีไม่งามตลอดเวลา ถ้าไปทำกับเขาแล้ว เราก็ต้องรับ
เคราะห์กรรมไปกับเขาด้วย

แต่ถ้าเรามีความแน่วแน่นคงอยู่กับความดี เราก็ต้องเลือกเอาความดีไว้ก่อน แทนที่จะ
เลือกคบกับเพื่อนที่ไม่ดี เพื่อนไม่ดีนั้นมิเป็นร้อย เป็นพัน เป็นหมื่น เป็นแสน และเขาก็

ไม่สามารถที่จะช่วยเหลืออะไรเราได้ มีแต่จะหลุดลากเราไปสู่กองเพลิง กองทุกข์เท่านั้น แต่ความดีนี้แหละ จะเป็นสิ่งที่จะรักษาเรา ดูแลเรา ให้อยู่ด้วยความสุขความเจริญ เราจึงต้องยึดความดีไว้ ต้องยอมเสียสละ ยอมตัดสิ่งที่ไม่ดีให้ออกไปจากชีวิตของเรา ถ้าเรามีความแน่วแน่นมั่นคงแล้ว ชีวิตของเราจะดำเนินไปในทิศทางที่ดี ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงดำเนินมา ที่พระอริยสงฆสาวกได้ปฏิบัติกันมา นี่คือทางที่เราควรจะไปกัน เพราะเป็นทางที่ประเสริฐ เป็นทางที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญ ความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย เราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา ศึกษาพระประวัติของพระพุทธเจ้า ศึกษาประวัติของพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย ว่าท่านดำเนินชีวิตอย่างไร ชีวิตของท่านนั้นก็ดำเนินไปตามแนวทางที่ถูกต้อง ที่ควร ก็คือท่านทำแต่ความดีเสมอ ความชั่วทั้งหลายท่านไม่กระทำ ต้นเหตุของการกระทำ ความชั่ว ต้นเหตุของความทุกข์ คือกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจของท่าน ท่านก็ตัด ท่านไม่ส่งเสริมให้มันเกิดขึ้น เวลาเกิดความโลภท่านก็ไม่โลภตาม เวลาเกิดความโกรธท่านก็ไม่โกรธตาม เวลาเกิดความหลงก็ไม่หลงตาม เวลาเกิดความอยากมีอยากเป็น ก็ไม่อยากมีอยากเป็นตาม แต่จะพยายามต่อสู้ขัดขืนอยู่เสมอ เพราะรู้ว่าถ้าลองได้ถูกเขาชักนำไปแล้ว เขาจะนำไปสู่ความหายนะในที่สุด เพราะความโลภก็ดี ความอยากก็ดีนั้น มันไม่มีขอบ ไม่มีเขต มหาสมุทรนั้นจะกว้างใหญ่ไพศาลขนาดไหน ก็ยังมีฝั่ง มีขอบ มีเขตอยู่ แต่ความโลภ ความอยาก คือตัณหาทั้งหลายนั้น หาขอบหาเขตไม่ได้ อยากเท่าไร ได้มาเท่าไร ก็ไม่เคยมีคำว่าพอเกิดขึ้น

เหมือนกับนั่งเรือไปในมหาสมุทรเพื่อจะไปสู่ฝั่ง แต่นั่งเรือไปเท่าไร ก็จะไม่เจอฝั่งเลย เพราะฝั่งของตัณหาไม่มี ฉะนั้นถ้าเรายังปล่อยใจของเราให้ไหลไปตามกระแสของความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลาย เราก็จะโลภ เราก็จะโกรธ เราก็จะหลง เราก็จะอยากไปอยู่เรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุด เพราะว่าความพอนั้น ไม่มีอยู่กับสิ่งเหล่านี้ แต่ความพอจะเกิดขึ้นได้ ก็ต้องเกิดจากการฝืนความโลภ ความโกรธ ความหลง ฝืนความอยากต่างหาก ความอยากนี้ไม่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตที่สุข ที่สบาย ที่เป็นปกติ แต่เนื่องจากความหลงที่มีอยู่ในใจของเรา เป็นเหตุที่สร้างความรู้สึกว่า ถ้าได้สิ่งนั้นสิ่งนั้นมา ถ้าได้เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนั้นแล้ว จะมีความสุข ถ้าไม่ได้แล้ว จะรู้สึกมีความเว้งว่าง

ขาดอะไรไป ถ้าได้สิ่งต่างๆที่ใจอยากแล้ว จะเกิดความสุข ความอึดขึ้นมา แต่นี่คือความ
เข้าใจผิด เพราะเราทราบกันดีอยู่แล้ว ตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้ เราก็มโกลม เราก็มโกรธ เราก็ม
หลง เราก็มอยากกับอะไรมามากมายกายกอง ได้อะไรมามากมายกายกอง แต่ความรู้สึก
ในใจของเรา ยังเป็นอย่างไรอยู่ มันก็ยังเป็นเหมือนเดิมอยู่ มันก็ยังอยาก ยังโกลม ยังโกรธ
ยังหลงอยู่ เพราะความโกลม ความโกรธ ความหลง ความอยาก มันไม่หายไปด้วยการ
ตอบสนอง ด้วยการทำตาม แต่จะหมด จะหายไปได้ ก็ต่อเมื่อเราฝืนมัน ต่อสู้กับมัน
เวลาโกลมก็อย่าไปโกลมตาม เวลาโกรธก็อย่าไปโกรธตาม เวลาหลงก็อย่าไปหลงตาม เวลา
อยากก็อย่าไปอยากตาม ให้ใช้เหตุใช้ผล

คนเรามีความจำเป็นที่จะต้องทำอะไรบางอย่างเป็นธรรมดา เพราะชีวิตของเราต้องดำเนินไป
ต้องมีเครื่องอาศัย เช่นปัจจัย ๔ ถ้ามีความต้องการอะไรให้ใช้**เหตุผล** อย่าใช้**อารมณ์** คือ
เราต้องถามว่า สิ่งที่ต้องการนั้น มีความจำเป็นหรือไม่ ถ้าไม่ได้มาแล้ว ชีวิตของเราจะ
ดำเนินไปได้หรือไม่ จะตายหรือไม่ ถ้าจะต้องตายถ้าขาดสิ่งนั้น ก็ไปเอาสิ่งนั้นมา เพราะมี
ความจำเป็น อย่างเช่นอาหาร ถ้าไม่ได้รับประทานอาหารหลายๆวัน ชีวิตก็ต้องหมดสิ้นไป
จะต้องตายอย่างแน่นอน หรืออากาศที่ใช้หายใจอยู่ ถ้าไม่มีลมหายใจ เราก็ต้องตาย
อย่างนี้เราต้องมีแน่นอน เราไม่มีไม่ได้ แต่สิ่งอย่างอื่นล่ะ เช่น ลาภ ยศ เราจำเป็นต้องมี
ไหม ต้องมีตำแหน่งสูงๆ เป็นนายพลนายพันไหม จะต้องเป็นนายกๆ เป็นประธานาธิบดี
หรือไม่ ไม่จำเป็นหรอก แม้ไม่ได้เป็นสิ่งเหล่านี้ เราก็มยังสามารถมีความสุขได้ และจะมี
ความสุขมากกว่าการที่มีตำแหน่งสูงๆ เสียอีก เพราะ**สัจธรรม**ความจริงนั้น ได้แสดงไว้
แล้วโดยพระพุทธเจ้าว่า **ความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่ที่ใจที่เกิดจากความพอต่างหาก** เกิด
จากใจที่ชนะความโกลม ความโกรธ ความหลง เกิดจากใจที่ชนะกิเลสตัณหาความอยาก
ทั้งหลาย นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง ใจของเราเวลาไม่อยาก ไม่โกลม ไม่โกรธ ไม่หลง
แล้ว ใจเราสบาย อย่างในขณะนี้เรานั่งอยู่ที่นี้ เรามีความรู้สึกสบายใจ เพราะขณะนี้ความ
โกลม ความโกรธ ความหลง ไม่แสดงตัวขึ้นมา ความอยากไม่ได้แสดงตัวขึ้นมา เราจึงอยู่
เป็นสุข นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง

ขอให้เราทำความเข้าใจไว้ว่า **ความสุขนั้นมิได้อยู่พร้อมในตัวของเราแล้ว เป็นความสุขที่ประเสริฐ เป็นความสุขที่พิเศษ** เพียงแต่ว่าในขณะที่ความสุขนี้ถูกกิเลสตัณหาหมากัดกันขวางไว้ มาสร้างปัญหาให้เกิดความรู้สึกว่าใจของเราไม่มีความสุขเลย ต้องหาสิ่งต่างๆ มาบำรุงบำเรอ เช่นออกไปเที่ยว ไปดูหนังดูละคร ไปหาเพื่อนหาแฟน หาครุมาครอง หาสมบัติข้าวของเงินทองมาไว้เยอะๆ แล้วจะมีความสุข แต่แทนที่จะเกิดความสุขก็กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา เพราะเมื่อมีอะไรแล้ว ก็ต้องมีความรัก มีความห่วงใย มีความกังวล ว่าสิ่งที่เรารักที่เราชอบนั้น จะอยู่กับเราไปเสมอหรือไม่ จะตายจากเราไปเมื่อไรก็ไม่รู้ แทนที่จะมีความสุขกับสิ่งนั้นๆ กลับกลายเป็นภาระทางด้านจิตใจขึ้นมา ทำให้เกิดความรู้สึกไม่แน่นอนใจเสียแล้ว ว่าคนที่เรารักนั้นจะซื่อสัตย์กับเราไปตลอดหรือไม่ เขารักเราวันนี้ พรุ่งนี้เขายังจะรักเราหรือไม่ นี่ก็เป็นปัญหาขึ้นมาแล้ว เป็นทุกข์ขึ้นมาแล้ว เพราะเราวิ่งไปหาปัญหาเอง ถ้าเราเอาชนะความโลภ ความอยากได้ เราก็ไม่ต้องมีอะไร อยู่เฉยๆคนเดียวเราก็มีความสุขได้ เป็นความสุขที่เลิศที่สุดด้วย เพราะไม่ต้องไปห่วง ไม่ต้องไปกังวลกับสิ่งต่างๆ ความสุขมันมีอยู่ในใจของเราแล้ว คือความสงบของใจ แล้วใจของเราจะสงบได้ ก็ต่อเมื่อเราชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลายให้ออกไปจากใจของเรา

จึงขอให้พวกเราจงมองที่ใจของเราเป็นสำคัญ **พยายามชำระใจของเราเถิด** นี่แหละเป็นงานที่พวกเราทุกคนจะต้องทำกัน ไม่มีใครจะทำให้เราได้ เพราะว่าใจของเราเป็นสิ่งที่อยู่กับเราเอง คนอื่นเขามาชำระให้เราไม่ได้ เราต้องชำระเอง เวลาคนอื่นเขามาชำระให้เราเรากลับไปโกรธเขาเสียอีก เวลาใครเขาบอกเรา สอนเรา ว่านิสัยเราไม่ดีนะ ทำอย่างนั้น ทำอย่างนี้ แทนที่เราจะยกมือไหว้ ขอบอกขอบใจ เรากลับไปโกรธเขาอีก เพราะนี่คือลักษณะของกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจ มันจะไม่ยอมให้ใครมาชำระสะสางได้ง่ายๆ แต่จะมีคนเดียวเท่านั้นที่จะชำระสะสางได้ก็คือตัวเราเอง เราสามารถชำระได้ ถ้าเรามีความพยายาม ถ้าเรามีความเชื่อ มีความศรัทธา ในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ว่าการชำระใจของเรานั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง และจะเป็นสิ่งที่ให้ผลที่ดีกับเราอย่างยิ่งด้วย ถ้าเรามีความเชื่อมั่นอันนั้นแล้ว เราก็จะมีกำลังที่จะปฏิบัติ ดังที่เมื่อสักครูได้กล่าวไว้ในเบื้องต้นว่า เวลาต้นปีที่หนึ่ง เราก็มักจะคิดในสิ่งที่ดี ว่าเราอยากจะทำให้ชีวิตของเรานั้นดี เมื่อมีปีใหม่

แล้วก็อยากให้ชีวิตของเราเป็นชีวิตที่ใหม่ ที่นั่นมันจะเป็นชีวิตที่ใหม่ที่ดียิ่งก็ได้ ก็ต่อเมื่อเราเริ่มลงมือ กระทำการเปลี่ยนแปลงชีวิตของเรา ด้วยการชักพอกจิตใจของเรา ชำระสิ่งที่สกปรก สิ่งที่เป็นมลทิน เป็นเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย ให้ออกไปจากใจให้หมด ถ้าเราทำได้มากน้อยแค่ไหน ความรู้สึกสบายอกสบายใจ ความเบาใจ ความสุขใจที่มีอยู่ในตัว ก็จะปรากฏขึ้นมาตามลำดับ เปรียบเหมือนกับแสงสว่างของดวงอาทิตย์ ที่ถูกเมฆหมอกไปหุ้มห่อไว้ ทำให้แสงสว่างไม่สามารถเล็ดลอดออกมาได้ แต่ถ้ามีลมมาพัด ให้เมฆหมอกเหล่านั้นลอยออกไปจากการบดบังดวงอาทิตย์ แสงอาทิตย์ก็จะไหล่ออกมา ฉะนั้นได้ความสุขอันเลิศอันประเสริฐที่มีอยู่ในใจของเรานั้น ก็มีโอกาสไหล่ออกมาแสดงผลให้เราเห็น ถ้าเราใช้ธรรมะของพระพุทธเจ้า มาชำระสะสาง ขจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆทั้งหลาย ให้ออกไปจากใจของเรา

จึงขอให้พวกเราทั้งหลายจงหันมาดูงานที่สำคัญอันนี้ และพยายามทำให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ งานภายนอกนั้นขอให้ถือว่าเป็นงานรอง คืองานทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เมื่อเราทำพอสมควรแล้ว พอกินพอใช้แล้ว อย่าไปสะสมให้มากจนเกินไป เอาเวลาที่เหลืออยู่ มาสร้างประโยชน์ที่แท้จริง ที่ให้ความสุขกับเราอย่างแท้จริงจะดีกว่า คือการมา **ขัดเกลาชำระจิตใจ**ของเรา ด้วยการ**ทำบุญให้ทาน** ด้วยการ**รักษาศีล** และด้วยการ**ปฏิบัติธรรม** **นั่งสมาธิ** **เจริญวิปัสสนา** นี่แหละเป็นงานที่แท้จริงของเรา เป็นงานที่จะทำให้เราไปสู่จุดที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายดำเนินไปถึง คือการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด การสิ้นสุดของความทุกข์ทั้งหลายนั้น อยู่ที่การชำระใจของเราเท่านั้น จึงขอฝากเรื่องราวเหล่านี้ ให้ท่านทั้งหลายนำไปพิจารณาพิจารณาและปฏิบัติ เพื่อความสุข ความเจริญที่แท้จริง ที่ท่านทั้งหลายปรารถนา กัน จะได้เป็นของท่านอย่างแน่นอนต่อไป การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๑๗

ทดแทนคุณ

๑๗ มิถุนายน ๒๕๕๕

เหลือเวลาอีกประมาณเดือนเศษๆ ก็จะเป็นช่วงเทศกาลเข้าพรรษา ตามธรรมเนียมประเพณีของชาวพุทธ เมื่อถึงเวลาเข้าพรรษาก็จะมีการปฏิบัติธรรมกันเป็นกรณีพิเศษ ผู้ชายที่มีอายุ ๒๐ ปีขึ้นไป ก็จะหาเวลาว่างลาพักงาน เพื่อออกบวชเป็นพระภิกษุตลอดพรรษา คือตลอดเวลา ๓ เดือน นี่เป็นประเพณีของชาวพุทธไทย ที่ได้มีการปฏิบัติกันมาตั้งแต่สมัยโบราณกาล โดยมีความเชื่อว่าการได้บวชเป็นพระภิกษุ ได้ศึกษา ได้ปฏิบัติธรรม ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนนั้น ถือว่าเป็นการทดแทนบุญคุณบิดามารดา ผู้มีพระคุณอย่างยิ่งต่อบุตร เพราะเมื่อบวชแล้วก็จะได้ศึกษาปฏิบัติ ตามแนว **ไตรสิกขา** คือ **ศีล สมาธิ ปัญญา** ซึ่งเป็นเหตุ เป็นมรรคาปฏิบัติที่จะนำผู้ปฏิบัติไปสู่การหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เข้าสู่**มรรคผลนิพพาน** อันเป็นผลที่ประเสริฐอย่างยิ่งที่มนุษย์จะสามารถปฏิบัติถึงได้

เมื่อได้ปฏิบัติธรรมจนได้บรรลุเป็นพระอริยบุคคลแล้ว ก็จะมีปัญญา มีความรู้ ที่จะนำมาอบรมสั่งสอนผู้อื่น เช่นบิดามารดาผู้มีพระคุณอย่างยิ่ง ถ้าบิดามารดามีจิตศรัทธา มีปัญญาพอที่จะรับธรรม ที่กุลบุตรนำมาสั่งสอน และนำไปประพฤติปฏิบัติ จนบรรลุมีดวงตาเห็นธรรมขึ้นมา บรรลุเป็นพระอริยบุคคลเบื้องต้น คือ**พระโสดาบัน** ก็จะเป็นผู้ที่ไม่ต้องไปเกิดใน**อบาย**ต่อไป พระโสดาบันจะมีภพชาติเหลือไม่เกิน ๗ ชาติ และแต่ละภพแต่ละชาตินั้น ก็จะไม่เกิดใน**อบาย** ไม่ต้องไปเป็น**เดรัจฉาน** เป็น**เปรต** เป็น**อสุรกาย** หรือเป็น**สัตว์นรก** และจะปฏิบัติธรรมต่อไปเรื่อยๆ จนบรรลุเป็น**พระอรหันต์** บรรลุ**พระนิพพาน** อันเป็นผลอันสูงสุดแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เป็นจุดที่ประเสริฐที่สุด เพราะเป็นจุดที่ไม่มีการเกิด แก่ เจ็บ ตายอีกต่อไป มีแต่บรมสุข เป็นความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่ไม่มีความทุกข์เจือปนอยู่เลย

ถ้าจะบวชเพื่อทดแทนบุญคุณบิดามารดา ก็ต้องศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง ตามอย่าง พระพุทธเจ้า ที่ได้ทรงออกผนวช ศึกษาปฏิบัติธรรม จนได้บรรลุเป็นพระอรหันต สัมมาสัมพุทธเจ้า หลังจากนั้นแล้วก็ได้ทรงเสด็จไปโปรดพระพุทธบิดาในพระราชวัง ทรง อบรมสั่งสอนจนได้บรรลุเป็นพระโสดาบันขึ้นมา ถือได้ว่าการที่บุตรได้อบรมสั่งสอนบิดา มารดาให้ **มีดวงตาเห็นธรรม** ให้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล ตั้งมั่นอยู่ในธรรมปฏิบัติ ที่ดีที่งาม คือทำบุญให้ทานอย่างสม่ำเสมอ รักษาศีล ๕ โดยไม่ขาด และปฏิบัติธรรม เจริญสมาธิ และวิปัสสนาอย่างต่อเนื่อง ก็ถือว่าได้ช่วยให้บุญคุณอันใหญ่หลวงของบิดา และมารดา เพราะโดยปกติแล้ว บุญคุณของบิดามารดานั้น เป็นบุญคุณที่มากกว่าที่บุตร และธิดาจะสามารถทดแทนได้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า ต่อให้บุตรและธิดาเลี้ยงดู บิดามารดาอย่างดี อุ้มท่าน แบกท่านไว้บนบ่าทั้งสองข้าง ให้ท่านขับถ่ายรดร่างกายของ ตน ก็ยังไม่สามารถที่จะทดแทนบุญคุณอันยิ่งใหญ่ของบิดามารดาได้ ยกเว้นเสียแต่ว่า สามารถทำให้บิดามารดา บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลขึ้นมาได้เท่านั้น จึงจะถือว่า บุญคุณได้ทดแทนหมดสิ้นแล้ว เพราะถ้าสามารถส่งให้บิดามารดาเข้าสู่กระแสพระ นิพพานได้ ก็จะไม่ต้องไปเกิดใน **อบาย** อีกต่อไป มีแต่จะไปเกิดใน **สุคติภพ** เป็นมนุษย์ เป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นพระอริยบุคคลเท่านั้น

นี่คือฐานะของพระอริยบุคคลเบื้องต้นที่เรียกว่าพระโสดาบัน พระโสดาบันมีความแน่ว แน่มั่นคงกับพระพุทธศาสนา ไม่มีความสงสัยใน **พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์** ไม่สงสัย ในเรื่อง **กรรม** ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่ามีจริง กรรมคือการกระทำ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ ชั่ว ทำบุญได้ไปสวรรค์ ทำบาปยอมไปนรก นี่เป็นสิ่งที่พระโสดาบันเห็นได้ด้วยปัญญา ของท่าน เมื่อเห็นแล้วก็จะไม่กล้ากระทำความป จะรักษาศีล ๕ อย่างมั่นคง ยิ่งกว่าชีวิตของ ตนเสียอีก ระหว่างชีวิตกับศีลแล้ว ท่านจะเลือกศีล ดังในธรรมบทที่แสดงไว้ว่า **ให้สละ ทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ ให้สละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต ให้สละชีวิตเพื่อรักษาธรรม** นี้แหละคือเรื่องที่พระโสดาบันสามารถปฏิบัติได้ ท่านจะรักษาธรรมยิ่งกว่าชีวิตของท่าน เรื่องที่ท่านจะไปทำผิดศีลผิดธรรม ไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไปลักเล็กขโมยน้อย ไปโกหก หลอกลวง ไปประพฤติผิดประเวณี ไปเสพสุรายาเมา จะไม่อยู่ในฐานะของพระโสดาบัน ที่จะทำให้ได้ ในเมื่อท่านมีศีลอันบริสุทธิ์อย่างนี้แล้ว เมื่อท่านตายไปย่อมไปสู่สุคติโดย

ถ่ายเดียว ไม้มีกรรมอันใดที่เคยทำไว้ในอดีต จะมีอำนาจพอที่จะส่งให้ท่านไปเกิดใน
อบายอีกต่อไป

ถ้าผู้ใดสามารถทำให้บิดามารดาที่มีความเลื่อมใส มีความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย คือ **พระ
พุทธ พระธรรม พระสงฆ์** ตั้งมั่นอยู่ในศีล ๕ ตั้งมั่นอยู่ในการปฏิบัติธรรมอย่าง
สม่ำเสมอแล้ว บุคคลนั้นถือว่าได้ทดแทนบุญคุณให้กับบิดามารดาอย่างบริบูรณ์แล้ว นี่
แหละทำไมจึงเป็นธรรมเนียมของชาวพุทธเรา เมื่อมีอายุครบบวช จะบวชเพื่อทดแทน
บุญคุณให้กับบิดามารดา เพราะว่าเมื่อได้บวชแล้วก็จะรู้จักธรรม รู้จักเรื่องบาปบุญคุณ
โทษ รู้จักเรื่องนรกเรื่องสวรรค์ จากการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติเท่านั้นที่จะทำให้เห็นสิ่ง
ต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนได้ สิ่งที่เราได้ยินได้ฟังนั้น เป็นการศึกษา คือเหมือนกับ
มีคนบอกทางเราว่า ถ้าเราต้องการที่จะเดินทางจากจุดนี้ไปสู่จุดนั้น เราจะต้องไปอย่างไร
คนที่เขาเคยไปมาแล้วเขาก็จะบอกเราได้ เช่นบอกว่าให้เดินตรงไป พอถึงสี่แยกก็ให้เลี้ยว
ขวา และให้ตรงไปอีก ถึงสี่แยกก็ให้เลี้ยวซ้ายอีกที ก็จะถึงจุดหมายปลายทางนั้น

แต่การรับฟังเฉยๆ โดยไม่เดินไป ก็จะไปไม่ถึงจุดหมายปลายทางที่เขาบอก ถ้าเขาบอก
ว่าให้ไปทางนั้นๆ แต่เราไม่ไป กลับนั่งอยู่เฉยๆ จนวันตายเราก็จะไปไม่ถึงจุดหมายที่
ต้องการจะไป แต่ถ้าเขาบอกเราแล้ว เราก็เดินไปตามที่เขาบอก ในที่สุดเราก็ต้องไปถึง
จุดหมายปลายทางนั้นอย่างแน่นอน ถ้าเดินไปตามที่เขาบอก ไม้มีการแวะ หรือไปใน
ทิศทางอื่น ในที่สุดเราก็ต้องไปถึงจุดหมายปลายทางนั้น ยกเว้นเสียแต่ว่า คนที่บอก
นั้น บอกผิดทาง ถ้าเขาบอกผิดเราก็จะไปไม่ถึง อย่างคนที่ศึกษาธรรมะอย่างเดียว แต่ไม่
ปฏิบัติ แล้วมาสั่งสอนผู้อื่น อย่างนี้อาจจะสอนให้คนไปผิดทางได้ เพราะคนที่ศึกษาอย่าง
เดียว แล้วไม่ปฏิบัติ ย่อมไม่รู้จริงเห็นจริง ย่อมไม่สามารถที่จะบอกความจริง ให้กับผู้ที่
ต้องการที่จะไปในจุดที่เขาต้องการจะไปได้ ต้องเป็นผู้ที่ได้ศึกษา แล้วปฏิบัติ ปฏิบัติไป
จนกระทั่งบรรลุถึงจุดหมายปลายทาง ผู้นั้นแหละจะเป็นผู้ที่บอกได้อย่างชัดเจน อย่าง
ถูกต้อง ว่าทิศทางที่จะไปนั้น ไปอย่างไร

การศึกษาเล่าเรียนอย่างเดียว จึงไม่เพียงพอกับการที่จะทำให้มีดวงตาเห็นธรรม บรรลุ
ธรรมขึ้นมา มีปัญญาเห็น ดังที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายเห็นได้ จำต้อง

ปฏิบัติตามแนวทางแห่งไตรสิกขาคือศีล สมาธิ และ ปัญญา ต้องรักษาศีลอย่างเคร่งครัด ไม่ว่าจะเป็นศีล ๕ กัถี ศีล ๘ กัถี ศีล ๑๐ กัถี หรือศีล ๒๒๗ กัถี ต้องรักษาอย่างเคร่งครัด สมาธิก็ต้องปฏิบัติต้องเจริญ ต้องหาที่สงบสงัด ปลีกวิเวก ห่างไกลจาก **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** ทั้งหลาย ที่เป็นเครื่องยั่ววนกวนใจ ให้เกิดความโลภ ความอยาก เกิดตัณหาขึ้นมา มีสติควบคุมจิตใจ ให้ใจอยู่กับปัจจุบัน ไม่ให้ลอยไป ลอยมา ในอดีตหรือในอนาคต ไม่ให้คิดถึงเรื่องไกลหรือเรื่องใกล้ทั้งหลาย ให้ใจอยู่ในปัจจุบัน ให้มีสติอยู่กับการกระทำต่างๆ เช่นกำลังเดินบิณฑบาต ก็ให้รู้ว่ากำลังเดินบิณฑบาตอยู่ ถ้ากำลังนั่งขบฉัน ก็ให้รู้ว่ากำลังนั่งขบฉันอยู่ ถ้ากำลังปิดกวาด ทำความสะอาด ก็ให้รู้ว่ากำลังปิดกวาด ทำความสะอาดอยู่ ถ้านั่งขัดสมาธิหลับตา ก็ให้กำหนดดูรู้อยู่กับลมหายใจเข้าออก ให้จิตรู้อยู่กับการหายใจเข้า หายใจออก ไม่ต้องไปบังคับลมหายใจ ลมหายใจจะเป็นอย่างไรก็ปล่อยให้ลมหายใจเป็นไปตามธรรมชาติของเขา หายใจยาวก็รู้ว่าหายใจยาว หายใจสั้นก็รู้ว่าหายใจสั้น ถ้ามหายาบก็รู้ว่าลมหายาบ ถ้ามละเอียดยก็รู้ว่าลมละเอียดย ถ้ามหายไปจากความรู้สึก ก็ให้รู้ว่าลมหายไปจากความรู้สึก แต่ไม่ต้องเกิดความวิตก เกิดความกลัวขึ้นมา

โดยมากผู้ปฏิบัติอานาปานสติ รู้ลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์แห่งการควบคุมจิตใจ ให้เข้าสู่ความสงบนั้น เวลาไปถึงขั้นที่ลมหายใจหายไป ก็จะทำให้เกิดความวิตก เกิดความกลัวขึ้นมา เริ่มคิดว่า **เฮ้ลมหายใจหายไปแล้วเราจะไม่ตายหรือ คนเราต้องหายใจถึงจะอยู่ได้ไม่ใช่หรือ ถ้ามหายใจหายไปแล้วเราจะไม่ตายหรือ** ก็เลยรีบถอนจิตออกมา เข้าหาลมหายใจ ที่เป็นส่วนหยาบซึ่งยังมีอยู่ ความจริงแล้วในขณะที่จิตได้รวมตัวเข้าสู่ความสงบ จิตจะไม่รับรู้ลมหายใจ แต่เมื่อจิตเกิดมีความวิตกกังวลขึ้นมา ความวิตกกังวลนี้เลยดึงจิตให้ถอนออกมาสู่ระดับจิตที่หยาบเพื่อจะได้รับการรู้ลมต่อไป ถ้าปฏิบัติแบบนี้แล้วปฏิบัติไปก็ครั้ง ก็จะไม่เข้าสู่ความสงบ ไม่เข้าสู่สมาธิ คือการรวมตัวของจิตเป็นหนึ่ง ที่เรียกว่า**เอกัคคตารมณ์** สักแต่ว่ารู้ รู้อยู่ตามลำพังของตน โดยไม่รับรู้กับเรื่องอะไรทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นความคิดปรุงแต่งกัถี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะกัถี ในขณะที่จิตรวมลงเป็นสมาธิแล้ว จะไม่รับรู้เรื่องราวเหล่านี้ แต่จิตจะไม่รวมลงไป ถ้าจิตเข้าสู่จุดที่ละเอียดแล้ว กำลังจะรวมลงสู่ความสงบ สู่ความเป็นหนึ่ง เกิดมีความวิตกขึ้นมา ว่าลมหายไ

ไหนด แล้วคิดว่าต้องคว่ำหาลมให้ได้ ถึงจะอยู่ได้ กลัวตายนั่นเอง กลัวว่าจะตาย ถ้าคิดอย่างนั้นแล้ว จิตก็จะถอนออกจากความละเอียด กลับสู่ความหยาบ เพื่อจะรับรู้ลมที่ยังมีอยู่ เพราะเวลาที่จิตละเอียดมากๆแล้ว การรับรู้ลมจะหายไป

จึงขอให้ทำความเข้าใจไว้ว่า ถ้าใช้อานาปานสติ คือการกำหนดดูลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์แห่งสมถะ เป็นอารมณ์แห่งความสงบ เราไม่ต้องกังวล ตราบใดถ้ามีผู้รู้ผู้อยู่ ตราบนั้นจะไม่ตาย ถ้ามีผู้รู้ผู้อยู่ จะไม่ตายอย่างแน่นอน เพราะว่าขณะนั้นผู้รู้กำลังจะปล่อยวางกายนั่นเอง คือกายกับใจจะแยกออกจากกัน ในขณะที่ใจรวมลงสู่ความสงบเป็นหนึ่ง เป็นเอกัคคตารมณ์ เหลือสักแต่ว่ารู้เท่านั้น จึงขอให้ทำความเข้าใจว่า การทำอานาปานสติไปจนถึงเวลาที่ไม่มีลมหายใจ คือไม่รับรู้ลมหายใจแล้ว ไม่ต้องกลัวว่าจะตาย ไม่ตาย เพราะนี่เป็นลักษณะของการรวมลงของจิต จิตเมื่อละเอียดแล้ว จิตจะปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง ที่เป็นส่วนหยาบ ส่วนหยาบที่พูดถึงนี้ก็คือรูป เสียง กลิ่น รส โสภณรูปพละ คือ กามคุณทั้ง ๕ รวมถึงลมหายใจซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโสภณรูปพละ เป็นสัมผัสที่สัมผัสได้ด้วยร่างกาย อันนั้นมันจะหายไปจากใจ เราไม่ต้องกังวล ให้มีสติกำหนดรู้อยู่กับตัวรู้นั้นแหละ ถ้าลมไม่รู้ว่าจะอยู่ตรงไหนแล้ว ก็ไม่ต้องไปสนใจลมจะเหลือแต่ตัวรู้อย่างเดียว ให้รู้อยู่กับผู้รู้นั้น ผู้รู้นั้นก็จะรวมลงเข้าสู่ความสงบ แล้วก็จะมี จะตั้งอยู่นานหรือไม่นาน ก็สุดแท้แต่การปฏิบัติ เมื่อตั้งอยู่ได้สักระยะหนึ่งแล้วก็จะถอนออกมาสู่จิตปกติ

การตั้งอยู่นั้นก็เป็นอยู่ ๒ ลักษณะ ถ้าตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่งไม่นาน เรียกว่า **ขณิกสมาธิ** คือสงบอยู่ ตั้งอยู่ได้สักพักหนึ่งก็ถอนออกมา ถ้าตั้งอยู่ได้นานเป็นชั่วโมง เรียกว่า **อัปนาสมาธิ** สมาธินี้ก็มียุ ๓ ลักษณะ คือ **ขณิกะ อัปนา อุปลาระ อุปลารสมาธิ** เป็นสมาธิที่รวมลงแล้ว แต่ไม่ตั้งอยู่ในขณิกะหรืออยู่ในอัปนา เมื่อสงบตัวรวมตัวอยู่สักครู่หนึ่ง ก็จะถอนออกมาหน่อย แต่ไม่ถอนออกมาเต็มที่ คือไม่ถอนออกมาสู่จิตปกติ อย่างขณะนี้จิตของพวกเราเป็นจิตปกติ จิตที่รับรู้เรื่องราวต่างๆ ที่เข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้ เป็นจิตปกติ แต่จิตที่รวมลงไปแล้ว ถอนออกมาหน่อย แล้วไปรับรู้เรื่องราวที่ละเอียดต่างๆ เช่น รูปทิพย์ เสียงทิพย์ หรือรู้เรื่องราวต่างๆ ของตนเองก็ดี หรือของผู้อื่นก็ดี อย่างนี้เรียกว่าอุปลารสมาธิ เป็นสมาธิที่จะไปรู้เรื่องราวต่างๆ ที่จิตปกติจะไม่สามารถรู้ได้

เช่นระลึกชาติได้ ระลึกว่าในอดีตชาตินั้นเคยทำอะไรมา เคยเป็นอะไรมา ชาติก่อนนั้น เป็นอะไรมาอย่างนี้เป็นต้น หรือเห็นกายทิพย์ ได้ยินเสียงทิพย์ เห็นสิ่งต่างๆที่ในจิต ธรรมดาจะไม่สามารถเห็นได้ นี่ก็คือลักษณะของอุปจารสมาธิ

อุปจารสมาธินี้ ไม่เป็นประโยชน์ ต่อการเจริญ**วิปัสสนา** เพื่อชำระขจัดเกลากิเลสเครื่อง เสร้าหมอง **ตัด**หาความอยากทั้งหลาย ให้หมดไปจากจิตจากใจ เพื่อบรรลุ **มรรค ผล นิพพาน** อุปจารสมาธิจะไม่ช่วยส่งเสริมในการปฏิบัติวิปัสสนา แต่ขณิกสมาธิกับอัปปนาสมาธิเป็นสมาธิที่จะช่วยส่งเสริม เพราะจิตที่สงบอยู่ในขณิกสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ แล้ว ถอนออกมา จะมีความสดชื่น มีความอิม มีความสบาย มีความเบา ในขณะที่นั้นกิเลสต่างๆ ความอยากต่างๆ จะถูกตัดทอนกำลังลงไป ไม่ให้มีกำลังมาก ที่จะคอยผลักใสให้ จิต ไปแสวงหาสิ่งต่างๆภายนอก จะเป็นจิตที่ตั้งมั่นอยู่ในปัจจุบัน พร้อมทั้งจะศึกษา เรื่องราวต่างๆ ที่ควรรู้ เพื่อจะได้เข้าใจถึงธรรมชาติของสิ่งต่างๆ ที่จิตหลงไปยึด ไปติด อยู่ ว่าเป็นอย่างไร ว่าเป็นคุณหรือเป็นโทษ ว่าเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ถ้ามีสมาธิแบบนี้แล้ว ก็จะสามารถเจริญวิปัสสนา ได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน ทำให้เข้าอกเข้าใจถึงเรื่องราว ต่างๆ สิ่งต่างๆ บุคคลต่างๆ ที่จิตไปเกี่ยวข้อง ไปรัก ไปชอบ ไปยินดียินร้าย ทั้งๆที่สิ่ง เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่น่ายินดียินร้าย ไม่เป็นสิ่งที่น่ารักน่าชังเลย แต่เพราะ**โมหะ**ความ หลง **อวิชชา**ความไม่รู้ จึงทำให้จิตมัวไปหลงติดพันอยู่กับสิ่งต่างๆ เห็นอะไรเป็นสิ่งที่ชอบ ออกชอบใจ ก็อยากจะได้ อยากจะมี อยากจะเป็นเจ้าของ ครอบครองสิ่งนั้น และอยากให้ สิ่งนั้นอยู่กับตนไปนานๆ เห็นอะไรเป็นสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา ไม่ยินดี ก็อยากให้สิ่งนั้น หายไปจากหูจากตาเร็วๆไวๆ แต่สิ่งเหล่านี้เขามีอยู่ เป็นอยู่ ตามเหตุ ตามปัจจัยของเขา เขามี เขาเป็นไป ตามธรรมชาติของเขา เขาไม่ได้มีอยู่เพื่อความต้องการของเรา หรือหมด ไปเพราะความไม่ต้องการของเรา เขามี เขามา เขาไป ตามเรื่องของเขา เราต้องเข้าใจหลัก นี้

ถ้าเรามีจิตที่เป็นสมาธิตั้งมั่น มีปัญญาคอยอบรมพร่ำสอนให้รู้ว่า สิ่งเหล่านี้ที่เรียกว่า **สภาวะธรรม**นั้น ล้วนไม่ได้อยู่ในวิสัยที่จะไปควบคุม ไปบังคับให้เป็นไปตามที่เราต้องการ ได้ เขามีการเปลี่ยนแปลง หมุนเวียน เปลี่ยนไป เป็นปกติของเขา เขามีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่

แล้วในที่สุดเขาก็จะต้องดับไป จิตที่มีปัญญาเข้าใจถึงหลักของไตรลักษณ์ คือ**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**แล้ว ย่อมไม่กล้าที่จะไปมีความผูกพัน ไปยึดมั่นถือมั่น ผูกติดอยู่กับสิ่งนั้นๆ ถ้ามีความจำเป็นที่จะต้องเกี่ยวข้องกับเขา เช่นเมื่อเกิดมาแล้ว ก็ต้องมีพ่อแม่ มีพี่น้อง มีเพื่อนฝูง แต่ผู้มีปัญญาจะไม่หลงติดอยู่กับบุคคลเหล่านี้ เพราะรู้ว่าล้วนเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงทั้งนั้น เขาเกิดมาแล้ว เขาต้องแก่ ต้องเจ็บ และในที่สุดเขาก็ต้องตายจากไป เป็นเรื่องปกติธรรมดา แต่สำหรับคนที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ ไม่มีปัญญาอบรมสั่งสอน จะไม่เข้าใจเรื่องเหล่านี้ เพราะจะไม่เคยคิด จะไม่เคยพิจารณา ก็เลยถูกอำนาจของ**โมหะ**ความหลง**อวิชชา**ความไม่รู้ครอบงำไป คิดว่าสิ่งที่ชอบนั้นจะอยู่กับเราไปตลอด คิดว่าบุคคลต่างๆที่อยู่รวมกัน จะอยู่กับเราไปตลอด พอเกิดเหตุการณ์ที่เขาจะต้องจากเราไปอย่างกะทันหัน เช่นประสบอุบัติเหตุ หรือเป็นโรคร้ายขึ้นมา เราก็จะเกิดความวุ่นวายใจ เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ เพราะอะไร เพราะว่าจิตใจของเราไม่ได้ถูกขัดเกลา ไม่ได้รับการอบรมสั่งสอน อย่างต่อเนื่องอย่างสม่ำเสมอ

การอบรมสั่งสอนทางด้านธรรมะ เป็นสิ่งที่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง ตลอดเวลาเลย ถ้าจะว่าทุกลมหายใจเข้าออกก็ได้ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงสอนพระอานนท์ ให้พิจารณาความตายอยู่อย่างสม่ำเสมอ ทุกลมหายใจเข้าออก ถ้าพิจารณาเพียงแต่วันละคืนวันละหนอย วันละครึ่ง สองครั้ง สามครั้ง พระพุทธองค์ทรงถือว่ายังประมาทอยู่ เพราะว่าเวลาที่ไม่นับพิจารณา เราก็จะลืม จะเผลอ จะไปคิดเรื่องอื่นต่อไป คิดเรื่องงานเรื่องการ เรื่องหาเงินหาทอง ลืมไปว่าสักวันหนึ่งเราจะต้องตาย อุทิศสำหรับเสียเวลาไปหาเงินหาทองหาสมบัติต่างๆมาเพื่ออะไร เพื่อทิ้งมันไปในที่สุดนั่นเอง ถ้าพิจารณาอยู่อย่างสม่ำเสมอ แทบทุกลมหายใจเข้าออกแล้ว เราจะไม่กล้าไปหาเงินหาทอง มากเกินความจำเป็น หาเงินทองมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง อัดภาพร่างกายก็พอแล้ว จะได้มีเวลาเหลือไว้มากๆ เพื่อจะได้มาปฏิบัติธรรม รักษาศีล นั่งสมาธิ พრაณโอบใจให้รู้ถึงธรรมชาติของสิ่งต่างๆ ที่ใจไปเกี่ยวข้องกับด้วย เพื่อใจเมื่อรู้แล้วจะได้ปล่อยวาง จะได้ตัดใจไม่ผูกพันเขา และพร้อมที่จะจากเขาไป เมื่อเหตุการณ์หรือเวลามาถึง ก็จะไม่มีความเศร้าโศกเสียใจ ไม่มีความรู้สึกว่าจะอยู่ไม่ได้ต่อไปในโลกนี้

แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้ามีแต่ห่วงวายเป็นใช้เวลาทุ่มเทไปกับการทำมาหากิน หาเงินหาทอง เมื่อได้เงินทองมาแล้ว ก็เอาเงินทองนี้ไปจับจ่ายใช้สอย ตามอำนาจของกิเลสคือความโลภ ความอยากแล้ว ชีวิตของเราจะผ่านไปอย่างรวดเร็ว ผ่านไปแบบคนตาบอด คือจะไม่รู้เรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับตัวเรา จะไม่มีอาวุธหรือมียา คอยรักษาจิตใจ เวลาที่จะต้องไปเจอกับสิ่งที่สร้างความทุกข์ ความปวดร้าวให้กับใจ ก็จะต้องทุกข์ทรมานกับความทุกข์ ความปวดร้าวของใจ จนกระทั่งมันหมดฤทธิ์ของมันไปเอง หรือถ้าทนไม่ไหว ก็ต้องถึงกับฆ่าตัวตายไป นี่ก็เป็นเพราะว่าไม่ได้เรียนรู้ทางด้านพระศาสนา ไม่ได้เรียนรู้ถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเลย มีแต่ทุ่มเทเวลาไปกับการหาเงินหาทอง แล้วก็ใช้เงินใช้ทองนั้นไป พอถึงเวลาประสบความทุกข์ ก็มีแต่ความทุกข์เขารุนแรงจิตใจไป จนไม่สามารถจะทนอยู่ได้ แต่ถ้าได้เข้าวัดอย่างวันนี้ที่ท่านมา ท่านก็จะได้ยินได้ฟังเรื่องราวที่ได้แสดงนี้ ก็อาจจะทำให้ท่านนึกคิดขึ้นมาว่า ชีวิตของเราเนี่ย เราน่าจะปรับเปลี่ยนเสียใหม่ ควรพิจารณาดูว่า อะไรเป็นสิ่งสำคัญ อะไรเป็นสิ่งที่ไม่สำคัญ อะไรเป็นที่พึ่งที่แท้จริง และอะไรไม่ใช่เป็นที่พึ่งที่แท้จริง แล้วนำเอาไปประพฤติปฏิบัติ ต่อไปชีวิตของเรา ก็จะมีแต่ความสดชื่นเบิกบาน มีแต่ความสุข ทั้งๆที่ไม่มีสมบัติข้าวของเงินทอง มากมายกายกอง เหมือนสมัยก่อนเลย ก็เพราะว่าข้าวของเงินทองไม่ใช่เป็นที่พึ่งของใจ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะนำมาซึ่งความสุข ความสดชื่น ความเบิกบาน ปราศจากความทุกข์ ความกลัวทั้งหลาย แต่การศึกษา ประพฤติปฏิบัติธรรม ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ต่างหาก ที่ทำให้ใจของเรามีที่พึ่ง มีอาวุธต่อสู้กับความทุกข์ทั้งหลาย ที่มารุมเร้าจิตใจ

จึงขอฝากให้ท่านทั้งหลาย จงพิจารณาถึงคุณค่าของพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ขอให้เห็นว่า **ไม่มีอะไรในโลกนี้จะวิเศษ ที่จะดีเลิศ เท่ากับธรรมะของพระพุทธเจ้า** เป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องน้อมเอาธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาประพฤติปฏิบัติ เพราะธรรมะเป็นเหมือนกับอาหาร ถ้าตั้งอยู่เฉยๆ ไม่รับประทาน ก็จะไม่รู้จักรสชาติของอาหาร และจะไม่ได้รับประโยชน์จากอาหารนั้น คือความอึดของร่างกาย ฉะนั้นใดธรรมะของพระพุทธเจ้าก็เช่นกัน ถ้าเพียงแต่ได้ยินได้ฟัง พอกลับไปจากวัด ก็ลืมเสียแล้ว ไม่ได้ นำเอาไปพิจารณาพิจารณา นำเอาไปปฏิบัติต่อ ประโยชน์ที่จะได้รับจากธรรมะก็ไม่เกิด

ดังนั้นหลังจากที่ได้ยินได้ฟังแล้ว ขอให้ท่านเอาไปคิดอย่างสม่ำเสมอ เพื่อประโยชน์สุขที่จะ
ตามมาต่อไป การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๐ เหยื่อปลายเบ็ด

๒๔ มิถุนายน ๒๕๔๕

วันนี้เป็นวัน**ธรรมสวนะ** เป็นวัน**พระ** เป็นวัน**ฟังธรรม** เป็นวัน**ประเสริฐ** เพราะคำว่า**พระ**นี้ แปลว่า**ประเสริฐ** มาจากคำบาลี **วร** แปลว่า**ประเสริฐ** วันพระจึงเป็นวัน**ประเสริฐ** แต่ความประเสริฐนี้ ไม่ได้อยู่ที่วัน คือไม่ได้อยู่ที่ว่าเป็นวันพระแล้วจะ**ประเสริฐ** แต่ความหมายของความ**ประเสริฐ**ก็คือ เป็นวันที่เรามา**ร่วมปฏิบัติธรรม**กัน เพื่อให้เกิดความ**ประเสริฐ**ขึ้นมา เพราะความ**ประเสริฐ**เป็นผลที่เกิดจากการ**ปฏิบัติความดี**ทั้งหลาย เช่น **ไหว้พระ สวดมนต์ บูชาพระรัตนตรัย ทำบุญตักบาตร สมาทานศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม และ ปฏิบัติธรรม** สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งผลคือความ**ประเสริฐ** ซึ่งในที่นี้หมายถึง ความสุข ความสงบของจิตใจ ความปราศจากทุกข์ ความวุ่นวายใจทั้งหลาย และถ้าได้ปฏิบัติไปจนถึงจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ คือปฏิบัติเพื่อชำระจิต ชำระเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายที่มีอยู่ภายในใจ ที่เป็นสาเหตุให้สัตว์โลกทั้งหลาย ไปก่อกรรมทำเวร สร้างความทุกข์ให้กับตนและผู้อื่น ถ้าได้ชำระเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายคือกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจ จนใจสะอาดบริสุทธิ์ ใจก็จะไม่ไปก่อกรรมทำเวรต่อไป สิ้นเวรสิ้นกรรม ถึงจุดที่ไม่ต้องไปไหนอีกต่อไป เพราะถึงเมืองพอแล้ว ถึงความอิ่มและความพอ

นี่แหละคือความหมายของคำว่า**ประเสริฐ** หมายถึงจุดนี้ จุดที่จิตได้ไปถึงจุดอันสูงสุด คือ **ความบริสุทธิ์ของจิต** เรียกว่า**วิมุตติหลุดพ้น** หลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง หลุดพ้นจาก **กิเลส**ทั้งปวง หลุดพ้นจาก**ตัณหา**ความอยากทั้งปวง หลุดพ้นจาก**โมหะ**ความหลง **อวิชชา** ความไม่รู้จริง ซึ่งเป็นเหตุที่ทำให้สัตว์โลกทั้งหลาย ต้องผันตัวเองไปในทางที่ไม่ดี ทำแต่ความเสื่อมเสีย แต่ถ้าได้ทำลายสิ่งเหล่านี้ ให้หมดไปจากจิตจากใจแล้ว สัตว์โลกนั้นก็ถึงจุดที่**ประเสริฐที่สุด** เพราะเป็นจุดที่ไม่มีความต้องการอะไรทั้งสิ้น เพราะในจิตนั้นมีความสมบูรณ์ มีความพอเพียงอยู่แล้ว ไม่หิว ไม่กระหาย ไม่อยากที่จะมี อยากจะเป็นกับอะไรทั้งสิ้น จิตของผู้ที่มีความอิ่ม ความพอ ย่อมไม่ไปก่อกรรมทำเวรให้กับใคร

เพราะว่าไม่มีความจำเป็นที่จะต้องไปมีเรื่องมีราวกับใคร เพราะไม่มีความอยากจะได้
อะไร ก็เลยไม่ต้องไปแก่งแย่งชิงดีกัน นี่แหละคือความหมายของคำว่าประเสริฐ
ประเสริฐในใจ

คนเรานั้น จะดีจะชั่ว ไม่ได้อยู่ที่ความร่ำรวย หรือยากจน มีความรู้ เรียนจบปริญญา
หรือไม่จบปริญญา มีรูปร่างหน้าตาที่สวยงามหรือไม่สวยงาม ไม่ได้อยู่ที่สิ่งเหล่านี้ สิ่ง
ที่ทำให้คนประเสริฐ คือการประพฤติปฏิบัติตน ในทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงวางไว้ และ
ปฏิบัติไปจนถึงขีดสูงสุด คือความบริสุทธิ์ของจิตใจ ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ตัด
ความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัดความอยากทั้งหลายให้หมดสิ้นไป นี่แหละคือจุดที่
พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้ดำเนินไปถึง เมื่อดำเนินไปถึงแล้วก็หมด
ภารกิจ หมดการที่จะต้องไปแสวงหาอะไรอีกต่อไป เพราะได้สิ่งที่เป็นเหมือนกับแก้ว
สารพัดนึก ต้องการอะไรก็มีอยู่ในนั้นแล้ว เพียงแต่นึกขึ้นมาก็ปรากฏขึ้นมา ไม่ต้องไปหา
อะไรมาเพิ่มมาเติมอีก นี่แหละคือความมหัศจรรย์ของดวงจิต ที่ได้รับการชำระขัดเกลา
จนกระทั่งกลายเป็นจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ ปราศจากกิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย

เมื่อพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกได้บรรลุถึงจุดสูงสุดนี้แล้ว ท่านก็ใช้เวลาที่
เหลืออยู่ของท่าน นำสิ่งเหล่านี้มาเผยแผ่ให้กับสัตว์โลกทั้งหลาย เพื่อสัตว์โลกผู้ที่ยังมี
ความมืดบอดอยู่ ด้วยอำนาจของ**โมหะ**ความหลง ด้วยอำนาจของ**อวิชชา**ความไม่รู้ จะได้
มีแสงสว่างพาไป สู่ทิศทางที่ดีได้ พวกที่ได้ยินได้ฟังแล้วเกิด**ศรัทธา**ความเชื่อขึ้นมา ถือว่า
เป็นพวกที่มีบุญ มีวาสนา เคยได้สะสมบุญมาก่อน เคยได้ยินได้ฟังธรรมมาก่อน จึงมี
ความเข้าใจในใจ ในเรื่องที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้สั่งสอน แต่
สำหรับผู้ที่ได้ยินได้ฟังธรรมแล้วไม่เกิดศรัทธา แสดงว่ายังมีความมืดบอดอยู่ แสงสว่าง
แห่งธรรมไม่สามารถที่จะเจาะทะลุเข้าไปสู่ดวงจิตดวงใจได้ ทำให้จิตใจนั้นไม่สามารถรับ
ประโยชน์จากพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ ฟังธรรมไปเท่าไร ก็ไม่รู้ ไม่เข้าใจ
ความหมาย ของธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้

ต่างกับคนที่เคยได้ขัดเกลากิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมอง ขัดเกลาความมืดบอดแห่ง**โมหะ**
และ**อวิชชา**ให้เบาบางลงไป พอมีแสงสว่างแห่งธรรมที่แสดงโดยพระพุทธเจ้าหรือพระ

อรหันตสาวกหรือพระอรหันต์บุคคลชั้นต่างๆ จิตก็จะสามารถรับได้ทันที เพราะความมืดบอดที่หุ้มห่อจิตใจนั้น มีไม่มากพอที่จะกั้นแสงสว่างแห่งธรรม ไม่ให้เข้าไปในจิตใจได้ เมื่อจิตใจได้รับแสงสว่างแห่งธรรมแล้ว ก็เกิดศรัทธา เกิดความเชื่อ เชื่อว่าสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนั้น เป็นสิ่งที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริง เป็นสิ่งที่พึงปฏิบัติ ตาม เพราะจะนำมาซึ่งประโยชน์อันสูงสุด จะนำมาซึ่งความสุขที่แท้จริง จึงทำให้มีความกล้าหาญ ที่จะเสียสละทรัพย์สมบัติข้าวของต่างๆ ที่คนในโลกถือว่าเป็นสิ่งที่ประเสริฐ เป็นสิ่งที่มีคุณค่า แต่ในสายตาของผู้ที่ได้ยิน ได้ฟังธรรม และเข้าใจธรรมของพระพุทธเจ้าแล้ว จะเห็นว่าสมบัติเหล่านี้ล้วนแต่เป็นกองทุกข์ทั้งนั้น ล้วนแต่เป็นอุปสรรคที่จะพัฒนาจิตใจให้ไปสู่จุดสูงสุดได้ จึงกล้าที่จะสละสมบัติเงินทองข้าวของ หรือตำแหน่ง คือยศถาบรรดาศักดิ์ต่างๆ ที่ตนมีอยู่ ยินดีที่จะสละสิ่งเหล่านี้ และดำเนินชีวิตตามเยี่ยงอย่างที่พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้ประพฤติปฏิบัติกันมา

ในเบื้องต้นอาจจะยังไม่ถึงกับออกบวชเป็น**ภิกษุ** เป็น**ภิกษุณี** เป็น**แม่ชี** แต่ปฏิบัติอยู่ในฐานะของฆราวาส แทนที่จะใช้เวลาทุ่มเทกับการหาเงินหาทอง หาความสุขจากกามคุณทั้งห้า คือ**รูป** **เสียง** **กลิ่น** **รส** **โผฏฐัพพะ** กลับจะใช้เวลาที่ว่างจากภารกิจการทำมาหากิน มาสร้างธรรม สร้างบุญสร้างกุศล เพราะบุญและกุศลคือเครื่องกำจัดกิเลสตัดทอนหาเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เป็นเครื่องชักฟอกจิตใจให้บริสุทธิ์ และจะปฏิบัติไปเรื่อยๆ จนเห็นว่าชีวิตของฆราวาสเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจิตใจ ต่อการขัดเกลาจิตใจ เมื่อถึงเวลานั้นแล้ว ก็พร้อมที่จะออกบวช เพื่อจะได้มีเวลาปฏิบัติขัดเกลาจิตใจได้อย่างเต็มที่ ชีวิตของฆราวาสมีการะอย่างอื่นมาเกี่ยวข้อง เพราะต้องทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง ดูแลครอบครัว ไม่เหมือนกับการออกบวช ซึ่งถือว่าได้ตายจากการเป็นฆราวาสแล้ว ได้ตายจากสามี จากภรรยา ได้ตายจากบิดามารดา ได้ตายจากบุตรธิดา ญาติสนิทมิตรสหาย มาเกิดใหม่ เป็นบุคคลใหม่ ในเพศของสมณะนักบวช ผู้มีความตั้งใจที่จะทุ่มเทชีวิตจิตใจ กำลังสติปัญญาไปกับการปฏิบัติขัดเกลาจิตใจให้สะอาดหมดจด นั่นแหละคือขั้นที่จะเป็นต่อไป

พวกเราทุกคนในเบื้องต้นก็เป็นฆราวาสกันทั้งนั้น แต่หลังจากที่ได้ยินได้ฟังธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็เกิดศรัทธา เกิดความเชื่อว่าคุณสมบัติแห่งความสุขที่แท้จริงนั้น ไม่ได้อยู่ที่สมบัติเงินทองข้าวของ ไม่ได้อยู่ที่ตำแหน่งยศถาบรรดาศักดิ์ต่างๆ ไม่ได้อยู่ที่การสรรเสริญเยินยอ ไม่ได้อยู่ที่การได้เสพกามคุณทั้งห้า สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนแต่เป็นโทษทั้งนั้น เพราะเปรียบเหมือนเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด เวลาที่ปลาไม่ฉลาดฮุบเหยื่อนั้นเข้าไป ก็จะต้องถูกเบ็ดนั้นเกี่ยวที่คอ จนได้บุคคลที่ไม่ฉลาด ไม่พิจารณา เวลาที่เสพกามคุณทั้งห้า ก็จะเกิดความชอบ เกิดความติดพันขึ้นมา ทำให้ต้องมีกามคุณห้าหลอเลี้ยวจิตใจอยู่อย่างสม่ำเสมอ ในเวลาหนึ่งเวลาใดที่ขาดกามคุณทั้งห้านี้ ก็จะเกิดความทุกข์ เกิดความทรมานใจขึ้นมา ยกตัวอย่างผู้ที่ติดยาเสพติด ติดสุรา ติดบุหรี่ เวลาใดถ้าได้สูบได้เสพสิ่งเหล่านี้ ก็จะมีความสุข แต่ถ้าเวลาหนึ่งเวลาใด ถ้าขาดสิ่งเหล่านี้ไป ก็จะเกิดความทุกข์ ความทรมานใจขึ้นมา เพราะจิตใจได้ไปผูกไว้กับสิ่งเหล่านี้ ผากความสุขไว้กับสิ่งเหล่านี้ เวลาต้องการความสุขก็จะวิ่งเข้าหาสิ่งเหล่านี้ เมื่อไม่มีสิ่งเหล่านี้ให้เสพ ก็ต้องเกิดความทุกข์ขึ้นมา เกิดความทรมานใจขึ้นมา เหมือนกับปลาที่ไปฮุบเหยื่อที่ปลายเบ็ด เมื่อเบ็ดติดที่คอแล้ว ก็จะมีแต่ความทรมานใจ อย่างนี้เป็นต้น

คนฉลาดจะเห็นโทษของความสุข โทษของการสรรเสริญเยินยอ โทษของการมีตำแหน่ง มียศ โทษของการติดพันอยู่กับทรัพย์สินสมบัติเงินทอง ซึ่งล้วนเป็นเหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด ถ้าไม่ระมัดระวังจะต้องถูกเบ็ดนั้นเกี่ยวคอ แต่เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาในโลกยังปฏิเสธไม่ได้ เพราะเป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องสัมผัสกัน ไม่มากก็น้อย เพราะส่วนหนึ่งก็เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ คือต้องมีเงินทองไว้ซื้อของจำเป็น เช่นซื้ออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย ที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ ก็ต้องอาศัยเงินทอง และเมื่อประกอบคุณงามความดี ย่อมเป็นปกติที่จะได้รับการยกย่องสรรเสริญ ได้รับยศ ได้รับตำแหน่งต่างๆ เรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องปกติ แต่เวลาที่ได้สัมผัสหรือมีสิ่งเหล่านี้ คนฉลาดจะระมัดระวัง รู้ว่าสิ่งเหล่านี้เป็นเหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด จะต้องสัมผัสด้วยความระมัดระวัง ไม่ให้เบ็ดติดคอ

คนฉลาดจะปฏิบัติกับ **ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข ด้วยสติ ด้วยปัญญา** คือไม่ยึดติด นั่นเอง พร้อมที่จะให้หมด พร้อมที่จะให้ไป เมื่อถึงเวลาที่จะหายไปหมดไป เตรียมตัว เตรียมใจไว้ก่อน ไม่เคยหลงคิดว่าจะอาศัยสิ่งเหล่านี้ เป็นที่พึ่ง เป็นที่อาศัย เป็นเครื่องให้ความสุขที่แท้จริง มีก็ใช้ไปให้เกิดประโยชน์ ทั้งกับตนเองและผู้อื่น เช่นถ้ามีทรัพย์สินทองก็เก็บไว้ใช้ส่วนหนึ่ง ไว้ดูแลตัวของเรา ชีวิตของเรา ส่วนที่เหลือก็นำไปทำบุญผู้อื่น ผู้ที่มีบุญมีคุณ เช่นบิดา มารดา ครูบาอาจารย์ พระสงฆ์องค์เจ้า และบุคคลอื่นที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เช่นคนพิการ คนแก่ คนชราหรือเด็ก ที่ยังไม่สามารถทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้องได้ เช่นลูกหลานทั้งหลายของเรา แทนที่จะหวังเงินหวังทอง เก็บไว้คนเดียว ไม่ยอมเอาไปแจกจ่าย ไม่เอาไปช่วยเหลือผู้อื่น ใครจะเดือดร้อนอย่างไรก็ไม่สนใจ อย่างนี้เป็นการยึดติดอยู่กับทรัพย์สินเงินทอง เลยไม่ได้รับประโยชน์จากทรัพย์สินเงินทองนั้น

นอกจากไม่ได้รับประโยชน์แล้วยังได้รับโทษอีก เพราะผู้ที่มีความหวังในทรัพย์สินเงินทองนั้น ย่อมต้องมีความทุกข์กับทรัพย์สินเงินทอง เวลาทรัพย์สินนั้นเกิดหายไปหมดไป หรือในขณะที่ยังไม่หายไปหมดไป ก็มีแต่ความกังวลว่าจะหายไปหรือเปล่า จะหมดไปหรือเปล่า เลยกลายเป็นคนที่มีแต่ความวุ่นวายใจ มีแต่ความทุกข์ใจกับสมบัติข้าวของ แทนที่จะให้สมบัติข้าวของเหล่านี้มารับใช้ตน มาสร้างความสุขให้กับตน กลับกลายเป็นไปรับใช้ทรัพย์สิน เป็นยามเฝ้าทรัพย์สินไป นี่คือลักษณะของคนไม่ฉลาด หรือคนที่มีโมหะความหลงครอบงำจิตใจ มีวิชาความไม่รู้ครอบงำจิตใจอยู่ เลยทำให้มีอุปาทานยึดมั่น กับลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข เลยมีแต่ความทุกข์กับลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข เพราะโดยธรรมชาติของลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุขนั้น เขามีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป มีเจริญและมีการเสื่อมไปเป็นธรรมดา นี่คือธรรมชาติของ **โลภธรรมทั้งแปด** คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุขนั้น มีทั้งส่วนที่เจริญและมีส่วนที่เสื่อม มีการเจริญลาภ เจริญยศ มีสรรเสริญ มีสุข และมีการเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์

นี่เป็นสิ่งที่คนทุกคนที่อยู่ในโลกนี้จะต้องสัมผัส จะต้องเจอกัน คนฉลาดจะไม่ยึด ไม่ติด จะรู้ถึงธรรมชาติของสิ่งเหล่านี้ รู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน รู้ว่าจะต้องพลัดพราก

จากกันในวันใดวันหนึ่ง ไม่ช้าก็เร็ว เขาไม่จากเราไป เราก็ต้องจากเขาไป ถ้ารู้แล้วก็เตรียมใจไว้ ปล่อยวางไม่ยึด ไม่ติด พร้อมที่จะให้ไป พร้อมที่จะจากไป แล้วเวลาเกิดขึ้นก็จะไม่เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา ในทางตรงกันข้าม คนที่ยังโง่เขลาเบาปัญญาอยู่ จะไม่เข้าใจ จะไม่รู้ถึงธรรมชาติของโลกธรรมทั้งแปดนี้ เวลาได้สิ่งเหล่านี้มา คือเวลาสิ่งเหล่านี้เจริญขึ้นมา ก็จะมีความดีอกดีใจ แต่เวลาที่สิ่งเหล่านี้เกิดการเสื่อมขึ้นมา เกิดการสลายไปหมดไป ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ใจ เกิดความเศร้าโศกเสียใจเป็นอย่างมาก นี่ก็เป็นเพราะว่าไม่มีสติ ไม่มีปัญญา ไม่ได้รับการอบรมสั่งสอน ไม่ได้ยินได้ฟังธรรมเหมือนกับญาติโยมที่เข้าวัดอย่างสม่ำเสมอ

ทุกๆวันพระ ทุกๆวันเสาร์วันอาทิตย์ ที่วัดนี้จะมีการแสดงธรรมอย่างสม่ำเสมอ เป็นการสอนเพื่อเตือนสติ ให้รู้ถึงธรรมชาติของโลกนี้ ว่าเป็นอย่างไร ให้รู้ว่าสิ่งต่างๆที่ใจมาเกี่ยวข้องด้วย ไม่ว่าจะเป็นบุคคลหรือเป็นวัตถุ ล้วนจะต้องมีการเปลี่ยนแปลง ล้วนจะต้องมีการดับ มีการสลายไป ถ้าได้ยินได้ฟังแล้วนำไปใคร่ครวญ พิจารณาใจอยู่เสมอ เหมือนกับการท่องมนต์ มนต์นี้เวลาหัดท่องเพียงครั้งแรกแล้วไม่ท่องต่อ ไม่ท่องซ้ำๆอยู่เรื่อยๆ ถ้าทิ้งไว้สักพักหนึ่งก็จะลืม เวลาจะสวดมนต์ก็จะจำไม่ได้ เรื่องธรรมะที่ได้ยินได้ฟังก็เหมือนกับมนต์บทหนึ่ง ที่จะต้องนำเอาไปพิจารณาตัวเอง คือต้องนึกต้องคิดอยู่เสมอ อย่างวันนี้พูดถึงเรื่องของการเจริญและเสื่อมของโลกธรรมทั้งแปด เราก็ต้องเอาไปพิจารณาใจของเราอยู่เสมอ เพื่อจะได้ไม่ลืม ถ้าฟังแต่เฉพาะในเวลานี้แล้ว เวลาออกจากเวลานี้ไป แล้วกลับไปสู่ที่พักของเรา หรือไปบ้าน ไปทำงาน แล้วไม่คิดถึงเรื่องเหล่านี้อีก เรื่องเหล่านี้ก็จะค่อยๆจางหายไปจากใจของเรา เมื่อจางหายไปแล้ว อะไรจะเข้ามาแทนที่ ถ้าไม่ใช่อุปาทานความยึดมั่นถือมั่น เพราะอะไร เพราะความหลงจะกลับเข้ามาแทนความรู้ที่ตนเอง

สิ่งที่ท่านได้ยินได้ฟังในขณะนี้เรียกว่าความรู้ เพราะเป็น**ธรรมะ** เป็น**ปัญญา** แต่ถ้าท่านไม่นำเอาไปรักษาไว้ ด้วยการใคร่ครวญพิจารณาอย่างต่อเนื่อง มันก็จะค่อยๆจางไปๆ แล้วสิ่งที่เข้ามาทดแทนก็คือความหลง อุปาทานความยึดมั่นถือมั่น ก็จะกลับเข้ามา ก็จะทำให้กลับเข้าไปหลงติดอยู่กับลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข และเมื่อเกิดการเสื่อมขึ้นมา

ก็จะเกิดความทุกข์ใจขึ้นมา แม้กระทั่งยังไม่เสื่อมก็มีความทุกข์ใจ มีความกังวล มีความห่วง กลัวว่าจะไม่มีสิ่งเหล่านี้ไปตลอดนั่นเอง ทั้งๆที่ไม่มีสิ่งเหล่านี้เราก็ออยู่ได้ มีความสุขได้ และมีความสุขยิ่งกว่าเวลาที่มีสิ่งเหล่านี้เสียอีก แต่เพราะว่าเราไม่รู้ เราไม่เคยปฏิบัติ เราจึงไม่รู้ แต่ถ้ามีความศรัทธาหลังจากที่ได้ยินได้ฟังธรรมในวันนั้นแล้ว ก็นำไปปฏิบัติกับตัวของเราเอง พยายามลดละความผูกพัน กับลาภยศ สรรเสริญ กามสุข พยายามตัดใจให้น้อยลงไป เคยมีความผูกพันอยู่ ๑๐๐เปอร์เซ็นต์ก็ค่อยๆตัดลงไป ตัดไปที่ละ ๑๐ เปอร์เซ็นต์ ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ตัดลงไปเรื่อยๆ ทีละเล็กทีละน้อย อย่าไปยึดติดกับสิ่งต่างๆที่ได้มา เอาเท่าที่จำเป็น เงินทองเอาเท่าที่จำเป็น เท่าที่จะรักษาอรรถภาพชีวิตร่างกายของเราให้อยู่ได้ก็พอแล้ว

ส่วนความสุขนั้น ขอให้หันมาหาความสุขจากความสงบของจิต จะดีกว่า คือสันติสุข ใช้เวลาหาที่สงบในมุมใดมุมหนึ่งในบ้านของเราก็ได้ ยามมีเวลาว่าง ก็หลับตากำหนดจิตให้หนึ่ง ไม่ให้ล่องไปลอยมา ไม่ให้ไปคิดเรื่องราวต่างๆ ให้อยู่กับคำว่าพุทโธ พุทโธ พุทโธ ไปก็ได้ หรือจะสวดมนต์ไปก็ได้ สวดบทที่จำได้ เช่นบท **อิติปิโส อรหังสัมมาฯ** สวดไปซ้ำแล้วซ้ำอีกหลายครั้ง ให้จิตอยู่กับบทสวดมนต์นั้น ไม่ใช่สวดไปก็คิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนั้นไป ถ้าเป็นเช่นนั้นจิตจะไม่สงบ จะไม่นิ่ง แต่ถ้าสวดไปเรื่อยๆโดยไม่คิดเรื่องอะไรเลย ให้จิตอยู่กับบทสวดมนต์ แล้วจิตจะค่อยๆสงบ จะค่อยๆเย็น จะค่อยๆสบาย แล้วจะรู้ว่าความสุขที่แท้จริงนั้น มีอยู่ในตัวของเราแล้ว เพียงแต่เราไม่ดึงออกมาใช้เท่านั้นเอง เหมือนกับมีสมบัติอันประเสริฐแต่กลับทอดทิ้ง ปล่อยทิ้งไว้ ไม่เหลียวแล ไม่สนใจ ไม่ให้ความสำคัญ กลับไปหาสมบัติที่ไม่ใช่เป็นความสุขที่แท้จริง สมบัติที่เป็นกองทุกข์ สมบัติที่เป็นเหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด ก็เลยมีแต่ความทุกข์กันอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

นี่แหละคือเรื่องของการขาดธรรมะ ขาดแสงสว่าง เพราะไม่ค่อยสนใจฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่ค่อยสนใจศึกษาปฏิบัติธรรมกัน แต่หลังจากที่ได้ยินได้ฟังธรรมกันในวันนั้นแล้ว เกิดศรัทธาเกิดความเชื่อขึ้นมา ก็ขอให้ทุ่มเทชีวิตจิตใจของเรา ที่สามารถแยกตัวออกมาได้จากภารกิจการงานในชีวิตประจำวันของเรา แทนที่จะเสียเวลาไปกับการเที่ยวเตร่ ดูหนัง ดูละคร ซึ่งไม่ใช่เป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ แต่กลับมอมเมาให้เกิดความหลง เกิดความเผลอ

เขลาเบาปัญญาเพิ่มขึ้นไปอีก ให้หันมาพึ่งเทคนิ ฟังธรรม อ่านหนังสือธรรมะกัน แล้วก็
พินิจพิจารณาอยู่เรื่อยๆ แล้วก็นำไปปฏิบัติ สลับกับการทำจิตใจให้สงบ แล้วจิตใจ
ของเราจะค่อยๆพัฒนาขึ้นไป จะสะอาดขึ้น จะเบาขึ้น กิเลสตัณหาจะน้อยลงไป อุปาทาน
ความยึดมั่นต่างๆก็จะเบาบางลงไป เบาบางลงไป ความสุขก็จะมีมากขึ้นไป มากขึ้นไป
จนกระทั่งไม่ต้องไปหาความสุขจากสิ่งภายนอกเลย ไม่ว่าจะป็นวัตถุหรือบุคคลต่างๆ

ขอให้เราจงเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน และนำเอาไปพร่ำสอนตัวเราอย่าง
สม่ำเสมอ และปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน พยายามตัดอุปาทาน ความยึดมั่นถือ
มั่นในสิ่งที่ไม่ใช่เป็นความสุขที่แท้จริง คือลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข เอาเงินทองที่เหลือ
ใช้มาทำคุณทำประโยชน์ดีกว่า มาช่วยเหลือผู้อื่น แล้วจะทำให้จิตใจของเรามีความสุข ทำ
ให้เราสามารถรักษาศีลได้ ทำให้มีเวลาปฏิบัติ ทำจิตใจให้สงบ มีเวลาเจริญวิปัสสนา
เจริญปัญญาให้เห็นสภาวธรรมทั้งหลาย ว่าเป็นของ **ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ปราศจากตัวตน**
ถ้าทำอย่างนี้ได้อย่างสม่ำเสมอแล้ว จะไม่ต้องไปหาความสุขจากที่ไหน ไม่ต้องไปหาความ
เจริญจากที่ไหน ไม่ต้องไปหาความประเสริฐจากที่ไหน มันอยู่ที่นี้แหละ อยู่ที่การปฏิบัติ
ของเรา เพราะมันเป็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติ จึงขอฝากเรื่องราวของความประเสริฐที่
พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ให้กับพวกเรานำไปพินิจพิจารณา และประพฤติปฏิบัติ เพื่อ
ความประเสริฐ เพื่อความสุข ความเจริญที่แท้จริงต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา
ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๑ หยดน้ำบนใบบัว

๒ กรกฎาคม ๒๕๕๕

ทุกๆวันพระ ซึ่งเป็นวัน**ธรรมสวนะ** วัน**ฟังธรรม** จะมีศรัทธาญาติโยม ผู้มีจิตใจแน่วแน่ มั่นคงกับพระพุทธศาสนา เดินทางมาที่วัดเพื่อประกอบศาสนกิจ ที่พุทธศาสนิกชนพึงกระทำอย่างต่อเนื่อง อย่างสม่ำเสมอ คือการทำบุญตักบาตร ถวายสังฆทาน สมาทานศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรมตามแต่สมควรแก่ฐานะของแต่ละท่าน ที่จะสามารถจะปฏิบัติได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจที่สำคัญที่สุด ที่พึงกระทำอย่างสม่ำเสมอ คือ**การฟังธรรม** ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก พระพุทธองค์จึงได้กำหนดวันธรรมสวนะขึ้นมาทุกๆ ๗ วัน ๖ วันหรือ ๘ วัน ญาติโยมควรปล่อยวางภารกิจการทางโลก การทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง หาเวลามาวัดเพื่อประกอบกิจที่สำคัญอันนี้ คือการฟังธรรม ถ้าไม่สามารถมาที่วัดได้ ก็ขอให้ฟังธรรมที่บ้านก็ได้ เพราะเดี๋ยวนี้มีการแสดงธรรมผ่านทางสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นทางวิทยุ ทางโทรทัศน์ มีการอัดบันทึกไว้ในหลายรูปแบบด้วยกัน มีทั้งเทปเสียง แผ่นซีดี แผ่นวีซีดีเป็นต้น

จึงไม่ควรที่จะห่างไกลจากธรรม เพราะธรรมเป็นสิ่งที่สำคัญต่อการดำรงชีพ ธรรมเป็นแสงสว่าง ถ้าไม่มีแสงสว่างแล้ว ชีวิตของเราก็จะถูกความมืดบอดครอบงำ จะไม่สามารถเห็นสิ่งที่ถูกหรือผิดได้ เปรียบเหมือนกับตาที่ไม่มีแสงสว่าง ยามค่ำคืนถ้าไม่มีแสงไฟ จะไม่สามารถเห็นสิ่งต่างๆในที่มืดได้ ฉันทใจก็เช่นกัน ถ้าไม่มีแสงสว่างแห่งธรรม ใจจะไม่สามารถแยกแยะ ความ**ผิดถูกดีชั่วบาปบุญคุณโทษนรกสวรรค์**ได้ แต่ถ้ามีแสงสว่างแห่งธรรมแล้ว ย่อมสามารถแยกแยะได้ ย่อมรู้ว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นสุข อะไรเป็นทุกข์ อะไรเป็นเหตุของความทุกข์ และอะไรเป็นเหตุของความทุกข์ แสงสว่างแห่งธรรมนี้จึงเปรียบเหมือนกับแสงสว่างที่สายตาใช้อาศัยดูสิ่งต่างๆ ดังวลีที่ว่า **ตาสว่างด้วยแสงไฟ ใจสว่างด้วยแสงธรรม** ถ้าไม่มีธรรมะอยู่ในใจแล้ว ใจจะเป็นใจที่มีความมืดบอด

มีติดบอดด้วย **โมหะ** ความหลง มีติดบอดด้วย **อวิชชา** ความไม่รู้จริง เมื่อมีความมีติดบอดครอบงำแล้ว ใจจะมีแต่ความลุ่มหลง เห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว

อย่างคนที่เห็นว่าการเสพอบายมุขทั้งหลายเป็นความสุข เป็นสิ่งที่น่ากระทำ เช่น **เสพสุรกายาเมา** **เที่ยวค้าค้าย** **เล่นการพนัน** **คบคนชั่วเป็นมิตร** **มีความเกียจคร้าน** ในการทำมาหากิน สิ่งเหล่านี้ถ้าใครไปเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี แล้วไปเสพ ไปกระทำในสิ่งเหล่านี้ แสดงว่าใจของคนนั้นเป็นใจที่มีติดบอด เป็นใจที่ไม่รู้จัก **เหตุและผล** ไม่รู้ว่าเหตุคือการกระทำของเรา อันใดเมื่อทำไปแล้ว นำมาซึ่งความเสื่อมเสีย ความทุกข์ความหายนะ อันใดเมื่อทำไปแล้ว นำมาซึ่งความสุขความเจริญ คนที่ยังลุ่มหลงอยู่กับการเสพอบายมุขทั้งหลาย กระทำ ความชั่วทั้งหลาย กระทำบาปทั้งหลาย เช่น **ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต** **ลักทรัพย์** **ประพฤติผิดประเวณี** **พูดปดมดเท็จ** **โกหกหลอกลวง** ซึ่งล้วนเป็นผลที่เกิดจากใจ ที่มีความมีติดบอดครอบงำอยู่ ขาดแสงสว่างแห่งธรรม ที่จะคอยชี้บอกว่า อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ และเมื่อทำไปแล้ว ผลก็ย่อมตกกับผู้ที่กระทำนั้นๆ

ผู้ที่กระทำบาปก็ดี หรือเสพอบายมุขทั้งหลายก็ดี ย่อมหาความเจริญรุ่งเรืองไม่ได้ ชีวิตจะมีแต่ความรุ่มรวย มีแต่ความทุกข์อยู่ตลอดเวลา เพราะนี่คือ **สังขาร** ความจริง ความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้เห็น แล้วจึงนำเอามาสั่งสอนให้กับสัตว์โลกทั้งหลาย ผู้ที่ฟังแล้วเกิดความเชื่อหรือเห็นตาม แสดงว่าเป็นผู้มีบุญมีกุศล สามารถรับธรรมของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติ เพื่อพัฒนาจิตใจให้เจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้นไป จนกระทั่งกลายเป็นจิตของ **พระอรหันต์** จิตของ **พระพุทธเจ้า** ขึ้นมา หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย อันเกิดจากความมีติดบอด ที่จะสูญสลายไปได้ ก็ต่อเมื่อมีแสงสว่างแห่งธรรมเข้าไปสู่ใจ เปรียบเหมือนความมืดกับความสว่าง ถ้ามีแสงสว่างอยู่ที่ไหน ความมืดตรงนั้นก็จะหายไปหมด ถ้าไม่มีแสงสว่าง ความมืดก็จะเข้ามาแทนที่ เพราะความมืดกับความสว่าง เป็นของตรงกันข้าม อยู่ด้วยกันไม่ได้ ถ้ามีแสงสว่างก็ไม่มี ความมืด ถ้ามีความมืดก็ไม่มีแสงสว่าง ถ้ามีความหลงก็แสดงว่าไม่มีธรรมะ ถ้ามีธรรมะก็แสดงว่าไม่มีความหลง

นี่แหละคือเหตุผล ที่ทำไมเราจึงต้องพึ่งเทศน์ฟังธรรมกัน อย่างสม่ำเสมอ เพราะใจของพวกเราทุกคนยังเป็นใจของปุถุชนอยู่ คำว่า**ปุถุชน**นี้หมายถึงใจที่ยังมีกิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมองครอบงำอยู่ คือ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลาย** ที่เปรียบเหมือนกับดวงอาทิตย์ที่มีเมฆหมุ้มท้อ จนแสงสว่างของดวงอาทิตย์ไม่สามารถฉายทะลุออกมาได้ ฉันทใจที่มีกิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมองอยู่ ก็เป็นใจที่มีติดบอด ที่ไม่สามารถประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ดีที่งามได้ เพราะไม่เห็นว่าเป็นสิ่งที่ดีที่งามนั้น เป็นสิ่งที่ดีที่งามนั่นเอง กลับเห็นว่าเป็นสิ่งที่ลำบากยากเย็น เป็นสิ่งม่งาย เป็นสิ่งที่ไม่ดีผลตามมาดังที่คนสมัยนี้มักจะปฏิเสธกัน **เรื่องนรก เรื่องสวรรค์ เรื่องเวียนว่ายตายเกิด** เพราะอะไร ก็เพราะใจของเขาไม่มี**ปัญญา** ไม่มี**แสงสว่างแห่งธรรม** เขาจึงไม่สามารถมองเห็นผลดีต่างๆได้เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น

พระพุทธเจ้ามีดวงตาเห็นธรรม จึงทรงสามารถเห็นย้อนไปในอดีตก็ได้ มองไปในอนาคตก็ได้ จึงเห็นทั้งอดีตคือชาติก่อน เห็นทั้งอนาคตคือชาติหน้าที่จะตามมาว่าจะเป็นอย่างไรมลที่จะเกิดขึ้นในชาติหน้านั้น มันก็เกิดจากการกระทำของเราในปัจจุบันและในอดีตชาติ เป็นเหตุที่จะส่งผลตามมาต่อไปในอนาคต สิ่งเหล่านี้พวกเราผู้เป็นปุถุชนไม่สามารถมองเห็นได้ เพราะยังมีติดบอดอยู่ เปรียบเหมือนคนตาบอด คนตาบอดจะมารู้ จะมาเห็นเหมือนกับคนที่ตาไม่บอดได้อย่างไร ไม่เชื่อลองหลับตาดูก็ได้ วันไหนว่างๆลองเอาผ้าพันตา ปิดตาให้มิด แล้วลองเดินไปทำอะไรต่างๆ ดำเนินชีวิตไปตามปกติ ดูซิว่าจะสามารถดำเนินไปตามปกติได้หรือไม่ สามารถเห็นสิ่งต่างๆเหมือนกับคนที่ตาไม่มีติดมิดเห็นได้หรือไม่ นั่นแหละคือความแตกต่างระหว่างปุถุชนกับพระอรหันต์ พระอรหันต์ท่านเป็นคนตาดี ท่านเห็นทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัวของท่านหมด คำว่า**รอบนี้**หมายถึง **ทั้งอดีต ทั้งปัจจุบัน ทั้งอนาคต** อดีตชาติก็รู้ ปัจจุบันชาติก็รู้ อนาคตชาติหน้าก็รู้ ไม่มีอะไรจะมาปิดบังผู้ที่มีดวงตาเห็นธรรมได้

ผู้ที่มีความมิดบอดย่อมไม่สามารถเห็นได้ เพราะว่าตาของเขามีสิ่งปกคลุมหมุ้มท้ออยู่ คือ**โมหะอวิชชา**ความไม่รู้ความหลงทั้งหลาย มันมาครอบงำใจ เลยไม่รู้ไม่เห็น เมื่อไม่รู้ไม่เห็นก็เลยปฏิเสธไป ว่าสิ่งเหล่านั้นไม่มี คนในสมัยปัจจุบันนี้จึงไม่ค่อยเชื่อเรื่องนรก เรื่อง

สวรรค์ ไม่ค่อยเชื่อเรื่องอดีตชาติ ไม่เชื่อเรื่องชาติหน้าที่จะตามมาต่อไป เลยไม่มีความเชื่อในเรื่องกรรม ไม่คิดว่าทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว แต่กลับคิดว่าทำชั่วได้ดีมีถมไป เราจึงเห็นคนในสมัยนี้ทำบาปทำกรรมกันมาก มีการกด มีการโกงกันเป็นปกติวิสัย เพราะต้องการความสุขในปัจจุบัน เวลาทำมาหากินโดยสุจริตนั้น รายได้จะไม่เป็นกอบเป็นกำ เหมือนกับคนที่ทำมาหากินโดยทุจริต เช่น ค้ายาเสพติด หรือคอร์รัปชัน เมื่อทำไปแล้วจะได้เงินมาเป็นกอบเป็นกำ เมื่อได้เงินมาเป็นกอบเป็นกำแล้ว ก็เอามาใช้อย่างสนุกสนาน เพราะเงินทองนี้สามารถซื้อความสุขได้ในระดับหนึ่ง ความสุขที่เรียกว่ากามสุข เช่น อยากจะไปเที่ยว ไปดูหนังดูละคร มีสามี มีภรรยาสักกี่ร้อยคน ก็สามารถหาได้ด้วยเงินทองนี้แหละ

แต่ความสุขเหล่านี้เป็นความสุขที่มีโทษตามมา มีความทุกข์ซ่อนเร้นอยู่ เปรียบเหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด เวลาสูบเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ดเข้าไป ก็ต้องสูบเบ็ดไปด้วย เมื่อสูบเบ็ดไปแล้ว เวลาที่เขากระตุกเบ็ดแล้ว จะรู้สึกเจ็บปวดทรมานอย่างยิ่ง นั่นแหละคือเรื่องของกามสุข เวลามีเพศก็มีความสุข แต่ถ้าเกิดวันใดไม่ได้เพศดังใจขึ้นมา ก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมาอย่างใหญ่หลวง อย่างเคยกินเหล้าอยู่ทุกวัน ทุกเย็น ทุกค่ำ พอเย็นวันไหนเกิดไปอยู่ในสภาพ ที่ไม่สามารถจะหามาเสพได้ หามาดื่มได้ ก็เกิดความหงุดหงิดใจ การสูบบุหรี่ก็เช่นกัน ถ้าได้สูบอยู่ทุกขณะ ทุกเวลาที่ต้องการสูบ ก็มีความสุข แต่ถ้าวันใดเวลาใด ที่ต้องการจะสูบ แล้วไม่ได้สูบขึ้นมา ก็จะเกิดความอึดอัด เกิดความทุกข์ขึ้นมา นี่แหละคือทุกข์หรือโทษของกามสุข มันไม่ใช่เป็นความสุขที่แท้จริง ไม่ใช่เป็นความสุขที่ทำให้หลุดพ้น แต่เป็นความสุขที่ทำให้กลายเป็นทาส เราอยากจะเป็นทาสหรืออยากจะเป็นคนที่มีอิสรภาพ พระพุทธเจ้าทรงชี้ไว้ว่า ในโลกนี้มีความสุขอยู่ ๒ ชนิดด้วยกัน คือ ๑. **ความสุขที่ติดอยู่** เป็นทาสของสิ่งต่างๆ ๒. **ความสุขที่หลุดพ้น** ไม่เป็นทาสกับอะไร เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาสิ่งใด เป็นเครื่องทำให้เกิดความสุขขึ้นมา ความสุขนี้ก็คือ**สันติสุข** คือความสุขที่เกิดจากความสงบของใจ ใจจะสงบได้ก็ต้องขัดเกลาชำระสิ่งที่สร้างความไม่สงบให้กับใจ คือ**กิเลสตัณหา**เครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย อันมี**โมหะ**ความหลง มี**วิชชา**ความไม่รู้เป็นต้นเหตุ ทำให้โลก ทำให้เกรง ทำให้อยาก

ไม่มีที่สิ้นสุด และสิ่งที่จะทำให้ลายความหลง ความไม่รู้ได้ ก็คือพระธรรมคำสอนของ พระพุทธเจ้าเท่านั้น

นี่แหละทำไมพวกเราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา ทำไมจึงต้องเข้าวัดกันทุกวันพระ ก็ เพราะที่วัดมีการแสดงพระธรรมเทศนา พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ให้เราได้ยิน ได้ฟังกันทุกวันพระ เพื่อจะได้รู้ถึงเรื่องราวต่างๆที่เราไม่รู้มาก่อน ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง **อดีตชาติ เรื่องชาติหน้า เรื่องกรรม เรื่องการเวียนว่ายตายเกิด** ว่าการทำกรรมอะไรไว้ นั้น ถึงแม้ชาตินี้จะไม่ได้ใช้กรรมนั้น แต่อย่าไปคิดว่ากรรมนั้นจะไม่มีผล เพราะยังมีชาติ หน้าที่จะตามมาต่อไป เช่นเดียวกับชาตินี้ ชีวิตของพวกเขาที่มีความแตกต่างกัน บางคน ทำแต่ความดี แต่ทำไมมักจะถูกเคราะห์ต่างๆรุมเร้าอยู่เสมอ นั่นก็เป็นเพราะว่ามันเป็น ผลของกรรมไม่ดี ที่ได้ทำไว้ในอดีตชาตินั่นเอง มันตามมาถึงชาตินี้ได้ ถึงแม้ว่าชาตินี้จะ อุตส่าห์ทำความดี รักษาศีลปฏิบัติธรรม แต่ก็ยังต้องประสบกับเคราะห์กรรมต่างๆ ความ ทุกข์ความเดือดร้อนทั้งหลาย เพราะไม่มีดวงตาเห็นธรรม ที่จะย้อนระลึกกลับไป ใน อดีตชาติได้ ว่าไปทำอะไรมา จึงต้องมาเจอปัญหาเหล่านี้ มาเจอคนเหล่านี้ มารับเคราะห์ กรรม รับทุกข์กับคนแบบนี้ ต้องให้เขามาทำร้าย ให้เขามาสร้างความทุกข์ให้กับเรา แต่ถ้า ปฏิบัติธรรมไปเรื่อยๆ เอาการที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมาปฏิบัติแล้ว ต่อไปใจก็จะเกิด แสงสว่างขึ้นมา เข้าอกเข้าใจในเรื่องของ**กรรม** เข้าใจในเรื่องของ**วิบาก** คือผลของกรรม ว่าเป็นสิ่งคู่กัน หนีกันไม่ได้ แยกกันไม่ได้ มีเหตุก็ต้องมีผล เป็นเรื่องปกติ มี**กรรม** ก็ ต้องมี**วิบาก**

กรรมและวิบากมีทั้งฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดี ฝ่ายดีเรียกว่าการทำบุญทำกุศล ผลของการ ทำบุญทำกุศล ก็คือความสุขความเจริญ ตายไปก็ได้ไปเกิดที่ดี ไปสู่**สุคติ** ไปเป็น**มนุษย์** อีก เป็น**เทพ** เป็น**พรหม** เป็นพระ**อริยบุคคล** ถ้าทำความ**ชั่ว** ทำ**บาป** ทำ**กรรม** เช่นเสพ สุรายาเมา เสพพวกอบายมุขทั้งหลาย แล้วก็ไปทำ**ผิดศีลผิดธรรม** ตายไปก็ต้องไปเกิด ใน**อบาย** เป็น**เดรัจฉาน** เป็น**เปรต** เป็น**อสุรกาย** เป็น**สัตว์นรก** นี่คือนิเวศน์ของผู้ที่กระทำ บาป ในปัจจุบันชีวิตก็มีแต่ความวุ่นวายใจ มีแต่ความทุกข์ใจ หากความสงบในจิตใจไม่ได้ เพราะจิตใจจะวุ่นวายกับเรื่องที่เราไปสร้างมา คือความชั่วทั้งหลาย เวลาทำไปแล้ว ใจจะมี

ความวิตก มีความกังวล เปรียบเหมือนกับ**วัวสันหลังหะ** เวลาอะไรมาเตะมาต้องหนอย ก็เกิดความรู้สึกเจ็บปวดขึ้นมา นั่นแหละคือลักษณะของผู้ที่กระทำบาป

เวลากระทำบาปไปแล้ว ใจจะไม่มีความสุขสบายใจ มีแต่ความวิตก ความเกรงกลัว ว่าใคร จะมารู้เข้า และเมื่อรู้แล้วจะทำนิเรา ประณามเรา จับเราไปลงโทษ จับเราเข้าคุกเข้า ตะราง จึงสร้าง ความวิตก ความกังวลใจขึ้นมา ใจจึงไม่มีความสุข ในทางตรงกันข้ามคน ที่ไม่ได้ทำผิด ไม่ได้ทำบาปทำกรรม ใจจะไม่มีความรู้สึกวิตกกังวล ใจจะนิ่งสบาย นี้แหละคือเรื่องของการกรรมและวิบาก **กรรมก็คือเหตุ วิบากก็คือผล** กรรมคือการกระทำทาง **กาย ทางวาจา และทางใจ** ทำอะไรไปแล้ว ผลที่จะตามมาก็จะปรากฏขึ้นมา ถ้าคิดดี พูดดี ทำดี ใจจะเย็น ใจจะสบาย มีแต่สิ่งที่ดีตามมาภายหลัง ถ้าคิดไม่ดี พูดไม่ดี ทำไม่ดี ก็ จะเกิดความวุ่นวายใจ เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา อย่างเวลาเราเห็นใครเขาทำอะไร แล้วเรา เกิดความไม่พอใจขึ้นมา เกิดความโกรธขึ้นมา นี่ก็แสดงว่าใจเราคิดไม่ดีแล้ว เราไปโกรธ เขา เวลาเกิดความโกรธขึ้นมา จะเกิดความร้อนใจขึ้นมา

ในทางตรงกันข้าม ถ้าเราเห็นอะไรที่ถูกใจ หรือไม่ถูกใจก็ตาม ถ้าเรามี**สติ มีปัญญา มีแสงสว่างแห่งธรรม** คอยกำกับใจอยู่ ก็จะสอนใจไม่ให้ไปโกรธ ไม่ให้ไปยุ่งกับเขา ชีวิตของเขาไม่ใช่ชีวิตของเรา เขาจะทำดีมันก็เป็นความดีของเขา เขาจะทำความชั่ว มันก็เป็น ความชั่วของเขา เราไม่ต้องไปยินดียินร้ายกับการกระทำของเขา ถ้าทำได้ ใจของเราจะ เป็น**อนุเบกขา** เป็นกลางวางเฉย ใครดีเราก็อนุโมทนาด้วย ใครไม่ดีเราก็กรวดน้ำให้เขาไป สงสารเขา อย่าไปโกรธเขา เพราะอะไร เพราะเรารู้ว่า คนที่ทำไม่ดี ไม่ช้าก็เร็ว ผลของการ กระทำไม่ดีของเขา ย่อมตามมาอย่างแน่นอน ช้าหรือเร็วเท่านั้นเอง เช่นเดียวกับผลของ การทำความดี เราก็ไม่ต้องไปเชียร์เขา ไม่ต้องไปอยากให้เห็นได้ดิบได้ดีทันทีทันใด เพราะไม่ช้าก็เร็ว ผลของการทำความดีของเขา ก็จะตามมาอย่างแน่นอน มันเป็น ธรรมชาติ ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ต่างที่เวลา ช้าหรือเร็วเท่านั้นเอง แต่ผลอย่างหนึ่งที่จะ เกิดขึ้นได้ทันที ก็คือผลที่เกิดขึ้นในใจ เวลาทำความดีใจจะมีความสุข ถึงแม้จะไม่มีใคร เห็นก็ตาม เหมือนปิดทองหลังพระ เราทำความดี แต่ไม่มีใครรู้ ไม่มีใครเห็น ไม่มีใครมา สรรเสริญยินยอมยกย่อง ไม่มีใครให้รางวัลกับเรา ก็ไม่เห็นแปลกอะไร เพราะใจของ

เรามีความสุขแล้ว ทำไปแล้วเกิดความสุขขึ้นมา นี่เป็นผลที่เกิดขึ้นทันที **อะยมพะทันตา** เห็นทันทีทันใด เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ไม่ต้องรอถึงภพหน้าชาติหน้า นี่เป็นผลแรกที่จะได้รับจากการกระทำความดี ส่วนผลอย่างอื่นนั้น ที่หลังก็จะตามมาเอง ถ้าทำดีไปเรื่อยๆ ไม่ช้าก็เร็ว สวรรค์หรือเทวดาหรือมนุษย์หรือคนที่มีดวงตา ย่อมเห็นการกระทำความดีของเรา และในที่สุด ความสรรเสริญ หรือลาภสักการะทั้งหลาย ก็จะตามมาเอง

แต่คุณค่าของสิ่งเหล่านี้ั้น เทียบไม่ได้กับความสุขที่เกิดขึ้นภายในใจของเรา เพราะความสุขในใจ ทำให้เกิดความสุข เกิดความพอใจ เมื่อเกิดความสุข เกิดความพอใจแล้ว ก็ไม่หิวกับลาภสักการะทั้งหลาย ใครจะให้อะไรมา ใครจะสรรเสริญเยินยอ ก็ไม่เห็นสำคัญอะไร หรือไม่ให้อะไร ไม่สรรเสริญ หรือจะตำหนิ จะประณาม ก็ไม่เห็นจะเดือดร้อนอะไร ถ้าสิ่งที่เขาตำหนิ สิ่งที่เขาประณาม ไม่เป็นความจริงเสียอย่าง ถ้าเราไม่ได้ทำสิ่งที่เขาตำหนิ สิ่งที่เขาประณาม เราจะไปเดือดร้อนทำไม เหมือนกับเขาบอกว่าเราเป็นสุนัข แต่เราไม่ได้เป็นสุนัข เราจะไปเดือดร้อนทำไม เราไปห้ามปากเขาได้หรือเปล่า เราไปห้ามเขาไม่ได้ เขาจะว่าเราเป็นสุนัข เป็นวัว เป็นควาย มันก็เป็นสิทธิ์ของเขา แต่มันเป็นหน้าที่ของเรา ที่จะต้องรู้จักว่าอะไรเป็นอะไร รู้จักความจริง ต้องแยกแยะได้ ความจริงจากความเท็จ ถ้าเราเป็นมนุษย์ แล้วเขาจะมาว่าเราเป็นสุนัข มาเสกมาเป่าให้เราเป็นสุนัขได้อย่างไร นอกจากเราเียงเองต่างหาก เมื่อเราเียงนั่นแหละ เวลาเขาว่าเราเป็นสุนัข แล้วเราก็โกรธขึ้นมา เถ่ากลับไป นั่นแหละเราเป็นสุนัขขึ้นมาแล้ว ทั้งๆที่ร่างกายของเรายังเป็นมนุษย์อยู่ แต่เพราะความโกรธนี้แหละ ที่ทำให้เรากลายเป็นสุนัขไป

มนุษย์หรือคนดีย่อมไม่โกรธ ย่อมรักษาจิตให้เป็นปกติได้ ไม่ว่าจะอยู่ท่ามกลางการสรรเสริญเยินยอ หรือการตำหนิติเตียน เพราะถือว่าเป็น**โลกธรรม** ไม่ว่าใครก็ตามที่เกิดมาในโลกนี้แล้ว ย่อมจะต้องสัมผัสด้วยกันทุกคน ตั้งแต่พระอรหันต์ลงมาจนถึงปุถุชนธรรมดา และสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย ต้องสัมผัสกับสรรเสริญและนินทาเป็นธรรมดา แต่อยู่ที่ใจของแต่ละบุคคล ที่จะปฏิบัติกับสิ่งเหล่านี้้อย่างไร ผู้ที่ฉลาดอย่างพระพุทธเจ้าพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านก็ทำใจของท่านเป็นปกติ ไม่ยินดีไม่ยินร้าย เพราะว่าใจของท่านนั้นอิ่มแล้ว เต็มแล้ว ถ้าเป็นน้ำในแก้วก็เต็มแล้ว จะเทน้ำเข้าไปอีก ก็จะล้นออกมา

จะไหลออกมา ใจของท่านอยู่เหนือสรรเสริญและนิินทาแล้ว ใจไม่ซึมซาบ ไม่รับทั้งสองอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการสรรเสริญหรือนินทา เปรียบเหมือนกับหยดน้ำบนใบบัว จะกลิ้งไป กลิ้งมา จะไม่ซึมซับเข้าไปในใบบัว

ต่างกับใจของปุถุชน ซึ่งเปรียบเหมือนกระดาษซับกระดาษซึม เวลาหยดน้ำลงไปบนกระดาษซับกระดาษซึม น้ำก็จะซึมเข้าไปในกระดาษเลย ใจของปุถุชนเวลาได้สัมผัสกับสรรเสริญ ก็จะมีอาการดีอกดีใจทั้งที่ตนเองไม่ได้เป็นอย่างที่เขาพูดเลย เขาชมเราสวยอย่างกับนางงามจักรวาล แต่นี้ก็ยิ้มแป้นไปแล้ว หน้าที่เราไม่ได้เป็นนางงามจักรวาลสักหน่อย และชาตินี้ทั้งชาติก็คงจะไม่ได้เป็น แต่ถ้ามีใครมาพูดอย่างนั้น ก็เกิดความดีอกดีใจขึ้นมา ในขณะที่เดียวกัน ถ้าเกิดใครมาตำหนิ มาว่าเรา ว่าหน้าตาเหมือนกับวัว เหมือนกับควาย เราก็เกิดความโกรธแค้นโกรธเคืองขึ้นมา หน้าที่เราไม่ได้เป็นวัวเป็นควายแต่อย่างไร แต่เพราะความหลงของเรานั้นเอง การไม่มีสติไม่มีปัญญา ไม่สามารถแยกแยะเสียงคำพูดของคน ว่าเป็นคำพูดเฉยๆ คำพูดไม่ใช่เป็นความจริง คำพูดจะมาเสกให้ความจริงเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้ จะมาทำให้ก้อนกรวดก้อนทราย กลายเป็นเพชรนิลจินดาขึ้นมาไม่ได้ เราจึงไม่ควรไปวิตก ไม่ควรไปกังวล ไม่ควรไปยินดียินร้ายกับคำพูดของคนอื่น เขาจะสรรเสริญมันก็ปากของเขา เขาจะตำหนิมันก็ปากของเขา แต่เราควรฟังด้วยปัญญา คือควรพิจารณาดูว่าสิ่งที่เขาพูดนั้น เท็จจริงอย่างไร ถ้าเป็นความจริง เราก็บอกว่า เออคนนี้เขาพูดดี มีเหตุมีผล เป็นความจริง เราควรแก้ไข ถ้าเป็นสิ่งที่บกพร่อง ถ้าฟังแบบนี้ ก็จะได้รับคุณ ได้รับประโยชน์ แต่ถ้าฟังแบบใช้อารมณ์ ดีอกดีใจหรือโกรธแค้นโกรธเคืองขึ้นมา อย่างนี้เป็นความคิดที่ผิด เป็นความคิดที่จะสร้างความทุกข์ให้กับเรา

เราจึงต้องใช้ปัญญาตลอดเวลา ถ้าไม่มีปัญญา ก็ต้องศึกษาจากผู้อื่น ด้วยการฟังเทศน์ ฟังธรรม ด้วยการอ่านหนังสือธรรมะ ดังที่ท่านทั้งหลายได้มากระทำกันในวันนี้ นี่คือการเสริมสร้างปัญญาขึ้นมา และเมื่อได้ยินได้ฟังแล้ว ก็อย่าลืม ต้องเอาไปคิดต่อ ต้องเอาไปใคร่ครวญต่อ พินิจพิจารณาต่อ เหมือนกับทองสุตรคุณ ถ้าไม่ทอง ทั้งไว้สักพักหนึ่ง ก็ลืมได้ การฟังเทศน์ฟังธรรม เรื่องราวต่างๆที่ได้ยินได้ฟังในวันนี้ ถ้าไม่เอาไปคิดต่อ เดี่ยว

ก็ลืมได้ พอลืมแล้ว เวลาใครสรรเสริญ ก็จะไม่ดีใจ เวลาใครด่า ก็จะไม่โกรธแค้นโกรธเคืองขึ้นมา แต่ถ้าเอาไปคิด เอาไปเตือนตนอยู่เสมอว่า ต่อไปนี้ใครจะชม ก็ต้องวางเฉย ใครจะด่า ก็ต้องวางเฉย เพราะห้ามเขาไม่ได้ ปากของเขา แต่เราห้ามใจของเราได้ ห้ามไม่ให้ดีใจได้ ห้ามไม่ให้โกรธแค้นโกรธเคืองได้ ต้องมีสติไว้คอยเตือนใจอยู่เสมอ ถ้าคอยเตือนคอยสอนอยู่เสมอแล้ว ต่อไปใจจะไม่เดือดร้อนกับคำพูดของใครทั้งสิ้น ใครจะพูดยังไง มันก็เรื่องของเขา แต่ใจของเราจะอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ จึงขอฝากเรื่องราวของการเข้าวัดอย่างสม่ำเสมอเพื่อฟังเทศน์ฟังธรรม ให้เกิดปัญญาความรู้ความฉลาด ที่จะได้ นำเอาไปปฏิบัติ ให้คิดดี พูดดี ทำดี ละความคิดที่ไม่ดี การพูดที่ไม่ดี การกระทำที่ไม่ดี เมื่อได้ทำอย่างนี้แล้ว ชีวิตของเราก็จะดำเนินไปในทิศทางที่ดี สุขความ สุขความเจริญอย่างแท้จริง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๒ เข็นครกขึ้นภูเขา

๙ กรกฎาคม ๒๕๕๕

วันนี้เป็นวันพระ วันธรรมสวนะ วันฟังธรรม เป็นวันประกอบคุณงามความดี ท่านทั้งหลายผู้มีศรัทธาและปัญญา ผู้รู้ถึงเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญอย่างแท้จริง จึงได้เดินทางมาที่วัดเพื่อสร้างเหตุอันๆให้มีผลเกิดขึ้นมา ด้วยการบูชาพระรัตนตรัย ตักบาตร ถวายทาน สมาทานศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม และถ้ามีเวลาว่างเมื่อกลับไปบ้านก็จะปฏิบัติธรรมต่อ นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนา นี่คือเหตุของความสุขและความเจริญ เป็นสิ่งที่ไม่มีใครจะทำให้กับใครได้ เป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องทำด้วยตัวของตัวเอง เหมือนกับการรับประทานอาหาร ไม่มีใครจะรับประทานอาหารให้เราได้ เราต้องเป็นคนรับประทานอาหารเอง และเมื่อเรารับประทานอาหารแล้ว ความอึดย้อมตามมา ความอึดนี้ก็ไม่ใช่เป็นของใคร เป็นของคนที่รับประทานอาหารนั้นแหละ คนอื่นจะมาอึดแทนไม่ได้

ฉันใดความสุขและความเจริญของเรา ก็เป็นสิ่งที่เราต้องสร้างกันขึ้นมา ต้องทำกันขึ้นมา ไม่มีใครจะมอบให้กับเราได้ นอกจากวัตถุข่าวของต่างๆ ซึ่งหาเป็นความสุขความเจริญไม่ เขาก็เป็นของเขาอยู่อย่างนั้น เขาเป็นวัตถุ ไม่มีความเจริญในตัวของเขา ความเจริญนั้นอยู่ในใจคน อยู่ในใจของสัตว์โลกทั้งหลาย ผู้ใดมีคุณธรรมความดีงามอยู่ในใจ ผู้นั้นจึงจะเป็นผู้เจริญ ผู้ใดไม่มีคุณธรรมที่ดีงามอยู่ในใจ ผู้นั้นจะหาความเจริญไม่ได้ ถึงแม้จะมีฐานะร่ำรวย มีฐานะสูงส่ง เป็นถึงพระราชามหากษัตริย์ เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี รัฐมนตรี หรือเป็นนายพลนายพันก็ตาม สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เป็นเครื่องวัดความเจริญของมนุษย์ ไม่ใช่เป็นเครื่องวัดความประเสริฐของคน ความประเสริฐ หรือความเจริญของคนนั้นอยู่ที่คุณธรรมความดี เช่นความกตัญญูกตเวที มีสัมมาคารวะ มีความเมตตาโอบอ้อมอารีเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักให้อภัย อย่างนี้เป็น

ต้น เรียกว่าคุณงามความดี คุณงามความดีนี้แหละเป็นเหตุที่จะทำให้บุคคลเป็นผู้ดี เป็นผู้ประเสริฐ

ความประเสริฐของคนไม่ได้อยู่ที่ชื่อ บางคนเกิดมาพ่อแม่ตั้งชื่อให้ ต่อมามีความรู้สึกว่าจะไม่ค่อยเจริญ เลยไปหาหมอดู หมอดูบอกว่าต้องเปลี่ยนชื่อถึงจะเจริญ เลยต้องใช้ชื่อใหม่ แต่ชื่อมันไม่ทำให้คนเจริญหรอก คนเราที่ชื่อดีๆ อยู่ในคุกในตารางก็มีตั้งเยอะแยะไป นายบุญ นายวาสนา อยู่ในคุกก็มี ถูกโทษประหารชีวิตก็มี มันไม่ได้อยู่ที่ชื่อ ชื่อเป็นเพียงสมมุติเท่านั้นเอง สมมุติว่าเป็นอย่างนั้น สมมุติว่าเป็นอย่างนี้ แต่ความเป็นจริงจะเป็นหรือไม่เป็นนั้น อยู่ที่คุณสมบัติในตัวของเราต่างหาก เช่นเขาจะมาสมมุติว่าเราเป็น **เดรัจฉาน** เป็น **สุนัข** เป็น **โค** เป็น **กระบือ** แต่ถ้าเราไม่ได้มีคุณสมบัติของเดรัจฉาน ของโค ของกระบืออยู่ในใจของเรา ต่อให้เขาเสกเขาเป่าอย่างไร เขาก็ไม่สามารถทำให้เราเป็น สุนัข เป็นโค เป็นกระบือได้ แต่ถ้าเรามีคุณสมบัติของเดรัจฉานอยู่ในใจของเรา เขาไม่ต้องมาเสกมาเป่ามาว่าเราว่าเราเป็นสุนัข เป็นโค เป็นกระบือ เราก็เป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว เพราะเป็นความจริง

คุณสมบัติที่ทำให้สัตว์เป็นเดรัจฉาน เป็นโค เป็นกระบือ เป็นสุนัขก็คือการไม่มี **ศีลธรรม** นั้นเอง คือถ้ายัง **ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต** **ลักทรัพย์** **ประพฤติผิดประเวณี** **โกหกหลอกลวงอยู่** ต่อให้ใครมาตั้งให้เป็นเจ้าฟ้าเจ้าคุณ ก็จะไม่ลบล้างความเป็นเดรัจฉานที่มีอยู่ในใจได้ การที่จะลบล้างความเป็นเดรัจฉานได้ จะต้องลบล้างเหตุที่สร้างความเป็นเดรัจฉานให้เกิดขึ้น เหตุของความเป็นเดรัจฉานก็อย่างที่ได้อธิบายไปแล้ว คือการไม่มีศีลธรรมนั้นเอง ถ้ายังฆ่า สัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี โกหกหลอกลวงอยู่ ก็ยังถือว่าเป็นเดรัจฉานอยู่ เพราะนี่คือเหตุที่ทำให้จิตของสัตว์โลกเป็นเดรัจฉาน ไม่ใช่ชื่อเสียงเรียงนามที่ทำให้คนเราเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เราจึงควรให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมพัฒนาให้ เกิดมีคุณธรรมอันดีงามในใจของเรา เพราะถ้ามีคุณธรรมที่ดีงามในใจแล้ว จะนำมาซึ่งความสุขความเจริญ ความประเสริฐเลิศโลกอย่างพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระอรหันตสาวก ไม่ใช่เพราะท่านสมมุติตัวของท่านขึ้นมาเอง ว่าท่านเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระอรหันตสาวก แต่เป็นผลที่เกิดจากความ

ประพาศิตที่ดั่งงามของท่ำนต่างหาก ท่ำนไม่เบียดเบียนผู้อื่น ตั้งตนอยู่ในความดั่งงาม มี
ลัษณะการระวะ มีความกตัญญูกตเวทิตี มีความเมตตาการุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี
มีมุทิตาจิต มีอุเบกขา ซึ่งเป็นคุณธรรมที่จะส่งเสริมให้เป็นคนดี เป็นผู้ประเสริฐ

เมื่อเป็นผู้ที่ประเสริฐแล้ว ไปอยู่ที่ไหนยอมสร้างแต่ประโยชน์ ย่อมสร้างแต่คุณ ย่อมเป็น
บุคคลที่ทุกๆคนอยากจะเข้าใกล้ มีแต่คนสรรเสริญเยินยอ ชื่นชมยินดี อันเกิดจาก
คุณสมบัติที่มีอยู่ในใจของบุคคลนั้นนั่นเอง เช่นพระพุทธรเจ้าและพระอรหันตสาวก
ทั้งหลาย ถึงแม้ท่านจะได้เสด็จดับขันธปรินิพพานไปเป็นเวลายาวนานถึง ๒๕๐๐ กว่าปี
แล้วก็ตาม แต่คุณงามความดีของท่านยังปรากฏอยู่ในใจของพวกเรา เวลาได้เห็น
พระพุทธรูปก็อดที่จะกราบไหว้บูชาไม่ได้ นี่แหละคือพลังหรืออำนาจของคุณงามความดี
ซึ่งมีแต่จะให้คุณให้ประโยชน์ ให้ความสุข เพราะเปรียบเหมือนกับน้ำเย็น น้ำเย็นเวลา
รับประทานเข้าไปก็จะทำให้ร่างกายมีความสดชื่นเบิกบาน ไม่เหมือนกับไฟซึ่งเปรียบ
เหมือนกับความชั่ว เวลาทำความชั่วเข้าไปแล้ว เปรียบเหมือนกับอมถ่านหินก้อนร้อนๆ
เข้าไปในร่างกาย ที่จะสร้างแต่ความเจ็บปวดรวดร้าวให้กับร่างกาย เวลาทำความชั่ว ทำ
ไม่ดี ทำบาป ใจจะมีความร้อนรน มีแต่ความทุกข์ มีแต่ความกังวลใจ แต่ถ้าทำแต่ความ
ดี ใจจะมีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข เช่นเวลาที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น ได้ทำบุญให้ท่าน เสียสละ
ทรัพย์ เสียสละเวลา เสียสละความสุขให้กับผู้อื่น เราจะเกิดความรู้สึกอิ่มเอิบใจ มีความ
ปีติ มีความสบายใจ เพราะนี่เป็นธรรมชาติของความดีกับใจ เหมือนกับน้ำกับต้นไม้ ถ้า
ต้นไม้ได้น้ำอยู่อย่างสม่ำเสมอ ต้นไม้ก็จะมีความชุ่มชื้นมีความเจริญงอกงาม ในทาง
ตรงกันข้าม ธรรมชาติของไฟหรือความชั่วก็เปรียบเหมือนกับไฟ ถ้าไปถูกกับต้นไม้ ก็
เผาให้ต้นไม้ไหม้สูญสลายหายไป กลายเป็นขี้เถ้าไปได้ ฉะนั้นใดความชั่วหรือบาปกรรมกับ
ใจ ก็เป็นเหมือนไฟกับต้นไม้

เวลาเราทำความชั่ว ทำบาป เช่นเบียดเบียนผู้อื่น โทกหกหลอกลวงผู้อื่น โกงผู้อื่น ทำ
ความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ประพาศิตผิดประเวณี ผิดสามี ผิดภรรยา ผิดลูกของผู้อื่น
เราจะมี ความวุ่นวายใจตามมา ในเบื้องต้นเราอาจจะมีความสุข ในขณะที่ได้เสพหรือได้
กระทำในสิ่งนั้นๆ เพราะว่าในขณะที่นั้นจิตกำลังเผลอ มัน กำลังมีความหลงครอบงำอยู่ เลย

ทำไมไม่เห็นความทุกข์ที่จะตามมาต่อไปภายหลัง แต่หลังจากที่ได้กระทำบาปนั้นแล้ว เมื่อจิตสงบตัวลง เราจะเริ่มมีความสำนึกผิดขึ้นมา จะเกิดความไม่สบายอกไม่สบายใจขึ้นมา มีความทุกข์ตามมา ซึ่งเป็นผลที่ปรากฏขึ้นมาที่เห็นได้ทันทีทันใดในใจของเราทุกคน **ทำดีใจย่อมเย็นใจย่อมมีความสุข ทำชั่วใจย่อมร้อนใจย่อมมีความทุกข์** นอกจากนั้นแล้วยังมีผลที่ตามมาจากภายนอกอีก เวลาไปทำบาปทำกรรม ก็จะต้องถูกเขาคอยจ้องล้างจ้องผลาญ จ้องเวรจ้องกรรม จะต้องถูกเขามาเอาคืนไป เราทำเขาอย่างไร เขาก็จะต้องกลับมาทำเราอย่างนั้น ถ้าให้ความสุขกับเขา เขาก็จะให้ความสุขกับเรา ถ้าให้ความทุกข์กับเขา เขาก็ต้องให้ความทุกข์กับเรา นี่คือสิ่งที่ตามมา แต่สิ่งนี้อาจจะมาช้ามาเร็วก็ได้ ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยหลายอย่างด้วยกัน แต่จะต้องมาแน่นอน ไม่ช้าก็เร็ว ถ้าไม่มาในชาตินี้ก็มาในชาติหน้า เช่นเดียวกับสิ่งที่เราทำไว้ในชาตินี้ ไม่ว่าจะดีหรือชั่วก็ตาม จะเป็นเหตุเป็นปัจจัย ที่จะส่งให้เราไปเกิดในชาติหน้าต่อไป จะไปที่สูงหรือต่ำ ไปสู่ **สุคติหรือทุคติ** ก็ขึ้นอยู่กับการกระทำของเราในชาตินี้ ถ้าทำแต่บุญกุศล ทำแต่คุณงามความดี ถึงแม้ผลของความดียังไม่ปรากฏขึ้นมาในชาตินี้ ก็จะเป็นเหตุเป็นปัจจัย ที่จะส่งให้ไปเกิดในชาติหน้า ในภพชาติที่ดีต่อไป ไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นพระอริยบุคคล นี่คือการไปของผู้ที่ทำความดี ทำบุญทำกุศล ในทางตรงกันข้าม ถ้ากระทำแต่บาปแต่กรรม เบียดเบียนผู้อื่น สร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่น กลั่นแกล้งผู้อื่นด้วยวิธีการต่างๆ เมื่อตายไป เหตุปัจจัยของบาปของกรรม ก็จะส่งให้ไปเกิดในทุคติ เกิดในอบาย ต้องไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย และเป็นสัตว์นรก

นี่แหละคือเรื่องชีวิตจิตใจของเรา ไม่มีใครเป็นผู้สร้างสวรรค์สร้างนรกให้กับเรา ไม่มีใครสามารถจะเสกจะเป่าให้เราเป็นพระอริยบุคคล เป็นเดรัจฉานได้ เราเท่านั้นแหละที่จะเป็นผู้เสกผู้เป่า ให้เป็นเดรัจฉาน เป็นเทวดา เป็นสัตว์นรก เกิดจากการกระทำของเราในปัจจุบันชาตินี้ ทางกาย **วาจา ใจ** ทางใจก็คือความคิด ในเบื้องต้นใจจะต้องเป็นผู้คิดก่อน เมื่อคิดแล้วถึงจะสั่งงานไปสู่วาจาและกายต่อไป อย่างวันนี้ที่ท่านมาที่วัดนี้ได้ ในเบื้องต้นใจท่านจะต้องคิดเสียก่อน ว่าพรุ่งนี้เป็นวันพระ ควรจะไปทำบุญทำทานเสียบ้าง ก็เลยสั่งการไปที่วาจา ไปที่เพื่อนญาติสนิทมิตรสหาย ชวนกันไปว่า พรุ่งนี้เราไปทำบุญที่วัดกันไหม และเมื่อเขาได้ยินได้ฟังแล้ว เขาก็ตอบตกลงว่า เออไปที่วัดไปทำบุญกันก็ดี

ไม่ได้ทำมาเสียตั้งนาน มัวแต่ทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เลี้ยงกิเลสตัณหาความอยาก
ทั้งหลาย จนลืมนิใจของเราไป ทำให้ต้องไปพัวพันกับสิ่งต่างๆที่ไม่ดีไม่งาม จุกตอกให้หลัง
ไปสู่ที่ต่ำ พຽ່ນนี้ไปวัดกันสักวันก็ดี เพื่อจะได้ไปชำระกิเลสตัณหา ชำระสิ่งสกปรกเครื่อง
เศร้าหมองทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจ เพื่อใจจะได้มีความสดชื่นเบิกบาน

หลังจากใจได้สั่งการไปแล้ว วาจากับการกระทำทางกายก็จะตามมา ก็จะมีการเตรียมข้าว
ของต่างๆ เตรียมตัวเตรียมใจตั้งสติไว้ว่า พຽ່ນนี้เข้าต้องตื่นเช้าๆ ตื่นหาฬิกาปลุกไว้ ถ้า
เป็นคนที่มีความแน่วแน่มั่นคงต่อความคิดของตนแล้ว เมื่อถึงเวลาที่จะตื่นก็จะลุกขึ้นมา
ไม่ว่าจะมีอะไรมาทำให้ไม่อยากจะตื่น เช่นเมื่อคืนนี้อาจจะออกไปข้างนอกดึกไปหน่อย
นอนดึกไปหน่อย แต่เมื่อได้ตั้งใจไว้อย่างแน่วแน่ว่าจะมาวัดให้ได้ ก็ต้องโงหัวขึ้นมา
ให้ได้ ตะเกียกตะกายขึ้นมาให้ได้ ไม่ปล่อยให้ความง่วงเหงาหาวนอนมาทำลายเจตนาที่ดี
ได้ ต้องพยายามทำให้ได้ เพราะรู้ว่าเราเท่านั้นแหละเป็นผู้ที่จะทำให้เราดีได้ ทำให้เราสุข
ให้เราเจริญได้ และการที่จะทำได้ ก็ต้องมีความอดทน มีความขยัน ต้องต่อสู้กับ
อุปสรรคต่างๆ ที่คอยขวางหน้า เพราะการทำดี การทำบุญนั้น เปรียบเหมือนกับ**เข็นครก
ขึ้นภูเขา** ไม่ใช่เป็นของง่าย เพราะอะไรถึงเปรียบเหมือนกับเข็นครกขึ้นภูเขา เพราะว่า
โดยปกติใจของพวกเราะนั้น มีนิสัยที่ชอบไปในทางที่ไม่ดี คือตรงกันข้ามกับความดี
นั่นเอง ดังนั้นเวลาจะต้องทำอะไรที่ฝืนนิสัยของเรา จึงเปรียบเหมือนกับการเข็นครกขึ้น
ภูเขา มันยาก ต้องใช้พลัง ใช้กำลัง ใช้ความอดทน ใช้ความพยายามอย่างมาก ถึงจะ
สามารถเข็นครกขึ้นภูเขาได้ แต่ถ้าพยายามทำไปเรื่อยๆจนกลายเป็นนิสัยแล้ว การกระทำ
ความดีต่อไป ก็จะเปรียบเหมือนกับการเดินลงเขา ถ้าได้เข็นครกขึ้นไปถึงยอดเขาแล้ว ก็
ไม่มีที่จะสูงกว่ายอดแล้ว มีแต่การเดินลง มันก็สบาย

เพราะฉะนั้นการที่จะทำความดีในเบื้องต้น จึงรู้สึกยากลำบาก เพราะว่าถ้าทำความดีได้
ง่ายแล้ว เราคงจะไม่ต้องมาเกิด มาทรมาน อย่างที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ เพราะจะเป็นคนที่มี
บุญมีกุศล ได้ทำบุญมามาก ซึ่งเป็นส่วนน้อย ส่วนใหญ่แล้วจะเป็นคนที่ทำบุญมาไม่ค่อย
มาก จึงมีความรู้สึกว่าการทำความดี ทำบุญนั้น เป็นสิ่งที่ยาก ที่พูดนี้หมายถึงคนส่วน
ใหญ่ แต่ก็มีคนที่ได้ทำบุญมามากแล้วเหมือนกัน ซึ่งเป็นส่วนน้อย การทำบุญของเขาจึง

เป็นเรื่องปกติ วันไหนถ้าเขาไม่ได้ทำความดี เขาจะรู้สึกว่าเขาทำอะไรไปสักอย่าง นี่คือลักษณะของคนที่ได้ทำบุญมามากแล้ว ในทางตรงกันข้าม สำหรับคนที่ยังทำความดีทำบุญมาไม่มากพอ ถ้าวันไหนเขาไม่ได้ทำความชั่ว ทำบาปแล้ว เขาจะรู้สึกว่าเขาไม่ปกติ ถ้าวันไหนไม่ได้กินเหล้า ไม่ได้โกหกหลอกลวง ไม่ได้โกงคนอื่น เขาจะมีความรู้สึกว่าเขาไม่ปกติ รู้สึกว่าเขาไม่สบายใจ นี่เป็นเรื่องใจของแต่ละคน ใจที่ดีและใจที่ไม่ดี จะมีลักษณะต่างกัน จึงสรุปได้ว่า **ใจที่ดีนั้น ทำความดีง่าย ทำความชั่วยาก ใจที่ไม่ดีนั้น ทำความดียาก แต่ทำความชั่วย่าง**

ขอให้สังเกตดูใจของเราว่าเป็นลักษณะไหน ถ้าเป็นลักษณะที่ทำความดียาก ทำความชั่วย่าง ก็ขอให้ระมัดระวัง บอกตัวเราว่า กำลังเข้าสู่ขีดแดง คือใกล้ล้มรกลงไป ใกล้ความเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกายเข้าไป ควรชวนชวายเป็นหาคุณงามความดีให้มาก เพื่อจะได้ไม่ต้องไปเกิดในที่ไม่ดี มีใครอยากจะเป็นเดรัจฉานบ้าง มีใครอยากจะเป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรกบ้าง ไม่มีใครหรอก ทุกคนก็อยากจะเป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอรหันต์ทุกคนทั้งนั้น แต่ความอยากเฉยๆนั้น ไม่เป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งผลที่เราปรารถนา ที่เราต้องการกัน **ผล**ที่เราปรารถนานั้น ต้องเกิดจาก**เหตุ**คือการกระทำของเรา เริ่มต้นที่ความคิด เพราะก่อนที่เราจะพูดหรือทำอะไร เราต้องคิดเสียก่อน **ใจเป็นนายกายเป็นบ่าว** ใจเป็นผู้สั่งการ กายเป็นผู้รับคำสั่ง ใจเป็นเจ้านาย กายเป็นผู้รับใช้

เราจึงต้องอบรมใจให้คิดไปในทางที่ดี ให้รู้จักผิดถูกดีชั่ว เราจึงต้องเข้าหาพระศาสนา เพราะไม่มีใครจะรู้เรื่องของบาปบุญคุณโทษ เรื่องนรกเรื่องสวรรค์ เรื่องดีเรื่องชั่ว ได้ดีเท่ากับพระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลาย และไม่มีที่ไหนที่จะมีพระพุทธเจ้า มีพระอรหันตสาวกอยู่ นอกจากในพระพุทธศาสนา คือตามวัดวาอารามต่างๆ เราจึงต้องมาวัดกัน อย่างวันนี้เป็นวันธรรมสวนะ เป็นวันที่พระพุทธเจ้าได้ทรงกำหนดไว้ เพื่อเป็นอุบายที่จะดึงให้พวกเรา ได้เข้ามาฟังเทศน์ฟังธรรม มาอบรมปมนิสัย มาฟังเรื่องบาปบุญ คุณ โทษ นรก สวรรค์ จะได้รู้จักแยกแยะ ว่าอะไรคือนรก ถ้ารู้ว่าการกระทำนี้เป็น

เหตุที่จะนำไปสู่นรก ก็จะได้หลีกเลี่ยงเสีย ไม่กระทำ ถ้ารู้ว่าการกระทำนี้เป็นเหตุที่จะนำไปสู่สวรรค์ ไปสู่ความสุขความเจริญ เราจะได้ทำให้มากๆ

ขอให้มองผลในระยะยาว อย่าเอาแต่ผลในระยะสั้น คนบางคนชอบดูแต่ผลในระยะสั้น คือทำอะไรขอให้ทำได้ดังใจ ทำแล้วมีความสุขก็จะทำอย่างนั้น โดยไม่คิดว่า ผลระยะยาวที่จะตามมาภายหลังจะเป็นอย่างไร เช่นเวลาอยากจะทำสมาธิขึ้นมา ก็หามาทำ โดยไม่คิดเสียก่อนว่าผลที่จะตามมาต่อไปในระยะยาวจะเป็นอย่างไร จริงอยู่ในขณะที่ทำสมาธิ ในขณะที่มีความอยาก จะรู้สึกมีความสุข เพราะดับความอยากได้ชั่วขณะหนึ่ง แต่เป็นการดับไฟโดยเทน้ำมันเข้าไปในกองไฟ เวลาเทน้ำมันเข้าไปในกองไฟ ไฟก็ทำท่าจะดับลง เพราะน้ำมันยังไม่ได้อะไร ยังเป็นเหมือนน้ำอยู่ คล้ายๆไปช่วยดับไฟให้สงบตัวลงสักระยะหนึ่ง แต่พอน้ำมันเริ่มร้อนขึ้นมา ไฟก็จะปะทุขึ้นมา ทำให้ร้อนยิ่งกว่าตอนก่อนที่เทน้ำมันลงไป ในกองไฟเสียอีก ฉะนั้นได้ก็ฉนั้น เวลาก็อยากเสพสุรา แล้วได้เสพ ในเบื้องต้นจะรู้สึกสบาย โล่งอก เพราะความอยากได้สงบตัวลงไป แต่ต่อมาความอยากกลับจะเพิ่มทวีคูณขึ้นมา ทำให้ต้องเสพสุรามากขึ้นไปเรื่อยๆ ตอนต้นก็เสพวันละแก้ว สองแก้ว ต่อไปก็กลายเป็นวันละครึ่งขวด ต่อไปก็กลายเป็นวันละขวด

นี่คือโทษของการเสพสุรายาเมาในระยะยาวที่จะตามมาต่อไป ความสุขที่ได้ในเบื้องต้นนั้น ไม่คุ้มค่างับความทุกข์ความหายนะที่จะตามมาต่อไปในบั้นปลาย คนที่เสพสุรายาเมาเป็นอาชิตน์ จะมีสุขภาพไม่ดี และจะต้องตายไปก่อนวัยอันควร นี่คือผลที่เกิดจากการเสพสุรายาเมา ไม่นับกับผลอย่างอื่นที่จะตามมาอีกมากมาย เช่นเวลาเสพสุรายาเมาเข้าไปแล้ว ก็จะไม่มึสติประคับประคองใจ ใจคิดอะไรก็จะพูดออกมา จะทำออกมา ซึ่งส่วนใหญ่ก็จะเป็นความคิดที่ไม่ดี เวลาคิดไม่ดี พูดไม่ดี ทำไม่ดี คนที่ต้องได้ยินได้ฟัง ต้องรับผลจากการกระทำของคนนั้น ก็จะต้องเดือดร้อนกันทั่วไหมด คนที่เสพสุรายาเมาจึงเป็นคนที่ไม่ค่อยมีใครอยากจะเข้าใกล้ เป็นคนที่สังคมรังเกียจ หน้าที่สังคมเองก็ใช้สุราเป็นเครื่องเข้าหากัน แต่เมื่อเกินความพอดี เสพไปจนกระทั่งกลายเป็น**สุรากินคน** ไม่ใช่**คนกินสุรา** คนก็เลยไม่ใช่คนไป เป็นเดรัจฉานไป สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น นี่ก็

คือโทษของการเสพสุรา ที่ผู้เสพไม่ได้คิดถึงโทษที่จะตามมาภายหลัง คิดเพียงแต่ในระยะสั้นๆ ว่ากินเข้าไปแล้วมันสนุก มันสบาย แต่ไม่คิดถึงผลร้ายผลเสียที่จะตามมาต่อไป

เวลาที่จะทำอะไร จึงขอให้คิดให้ดีเสียก่อนว่า ความสุขที่ได้กับความทุกข์ที่จะตามมานั้นคุ้มกันไหม จะเอาอย่างไร จะเอาทุกข์เบื้องต้นแล้วสุขในบั้นปลาย หรือจะเอาสุขเบื้องต้นแล้วทุกข์ในบั้นปลาย มีอยู่ ๒ อย่าง อย่างเวลาเราทำความดีนี้เหมือนกับเป็นความทุกข์ อย่างเมื่อเช้านี้ว่าจะตะเกียกตะกายตื่นขึ้นมาได้ก็ลำบากลำบาก แต่เมื่อเอาชนะความเกียจคร้านได้ ใจก็สบาย เพราะความเกียจคร้านไม่สามารถถ่วงความเจริญของเราได้ เวลาจะทำงานทำการ ทำสิ่งที่ดี ก็จะทำได้อย่างง่ายดายเพราะไม่มีความเกียจคร้านมาคอยถ่วง ความเกียจคร้านเปรียบเหมือนกับมีคนที่คอยเราอยู่ คิดดูเวลาเราจะทำงานทำการ แล้วมีคนมาขี้อเรา เราจะทำงานทำการได้สะดวกอย่างไร แต่ถ้าเราสลัดคนที่ขี้อออกไปได้ ตัวเราจะเบา เราจะทำอะไร ก็จะทำได้อย่างสะดวกง่ายดาย นี่แหละคือลักษณะของความเกียจคร้าน เป็นเครื่องถ่วงความเจริญของเรา ถ้าวันนี้เราชนะความเกียจคร้านได้ ในวันพรุ่งนี้การต่อสู้กับความเกียจคร้านก็จะง่ายขึ้น และก็จะง่ายขึ้นต่อไปเรื่อยๆ ถ้าเราต่อสู้แบบไม่ยอมแพ้ ในที่สุดจะไม่มีความเกียจคร้านเหลืออยู่เลย แล้วการที่จะทำอะไรที่ดีที่งาม ก็จะสะดวก ก็จะง่าย จึงขอให้พิจารณาให้ดีทุกครั้งก่อนที่จะทำอะไร ว่าสิ่งที่ทำนั้นเป็นสุขที่แท้จริงหรือเป็นทุกข์ที่แท้จริง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๓ บาปล้างไม่ได้

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๕

การทำบุญทำทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ไหว้พระสวดมนต์ ไม่ใช่เป็นการล้างบาป **บาปเป็นสิ่งที่ล้างไม่ได้** บาปที่ได้ทำไปแล้วย่อมมีผลตามมา ไม่ช้าก็เร็ว การทำบุญทำทาน การรักษาศีลไม่ใช่เป็นการชำระบาป แต่เป็นการชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด จิตใจที่สกปรก มีมลทินแปดเปื้อนด้วยกิเลสตัณหาทั้งหลาย คือ **ความโลภ ความโกรธ ความหลง กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา** ความอยากในกาม ความอยากมีอยากเป็น ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น เป็นสิ่งที่สร้างความแปดเปื้อน สร้างความเศร้าหมอง สร้างความทุกข์ สร้างความเสื่อมเสียให้กับใจ ถ้าต้องการความสะอาดหมดจด ก็ต้องชำระสิ่งเหล่านี้ให้หมดไป แล้วใจจะมีแต่ความสุข มีความอิ่ม มีความพอ การทำบุญทำกุศลจึงไม่ใช่เป็นการชำระบาป แต่เป็นการชำระใจ บาปชำระไม่ได้ เพราะเมื่อทำบาปไปแล้ว ก็มีแต่ผลที่จะตามมา เหมือนกับแก้วที่แตกไปแล้ว เราไม่สามารถที่จะต่อกันให้เป็นเหมือนแก้วใบเดิมได้ มันแตกไปแล้ว มันเสียหายไปแล้ว ฉะนั้นใดการกระทำบาป การกระทำ ความชั่ว ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ทางใจก็ดี เมื่อทำไปแล้วมันก็ส่งผลขึ้นมา

ผลที่ส่งมามีอยู่ ๓ ลักษณะด้วยกัน **๑. ผลที่ปรากฏขึ้นในใจ** เมื่อทำไปแล้วก็จะเกิดความไม่สบายอกไม่สบายใจ **๒. ผลที่เกิดจากภายนอก** เกิดจากบุคคลอื่นที่จะตอบแทนสิ่งที่เรากับเขา เราสร้างความทุกข์ สร้างความเดือดร้อนให้กับเขา ย่อมสร้างความอาฆาตพยาบาท สร้างเวรสร้างกรรมไว้ เมื่อเขามีโอกาส เขาย่อมตอบแทนบาปกรรมที่เราทำไว้กับเขา การตอบแทนนี้ อาจเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว หรือช้านาน ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับเหตุและปัจจัย บางอย่างอาจจะไม่เกิดขึ้นในชาตินี้เลย แต่จะตามไปในภพหน้า ชาติหน้า บาปที่เราเคยทำไว้แล้วในอดีต แต่ยังไม่ได้อะไรมาแสดงผล ก็อาจจะตามมา ปรากฏผลขึ้นในชาตินี้ก็เป็นได้ บางครั้งบางครั้งเราแย้งแปลกใจว่า ชีวิตของเรามีแต่ทำแต่ความดี แต่ทำไมเราจึงรับผลกรรมต่างๆนาๆ ที่เราคิดว่าไม่ได้กระทำไว้เลย แต่ความ

จริงแล้วเราเคยทำไว้แล้วในอดีต เพียงแต่ว่าเราจำไม่ได้เท่านั้นเอง ผลของกรรมทั้งหลายที่ปรากฏขึ้นในชาตินี้ ถ้าเราไม่ได้สร้างไว้ในชาตินี้ ก็ต้องถือว่าเป็นกรรมเก่า เป็นเวรเก่าที่ได้สร้างไว้ในอดีต เมื่อถึงเวลา เมื่อเหตุปัจจัยพร้อม เขาก็แสดงผลของเขาขึ้นมา นี่แหละคือเรื่องของบาปกรรมและบุญกุศล เป็นสิ่งที่เราหนีไม่ได้ **ทำดียอมได้ดี ทำชั่วยอมได้ชั่ว** เป็นหลักตายตัว เพียงแต่ว่าจะช้าหรือเร็วเท่านั้น **๓. จะเป็นนิสัยไม่ดีติดตัวไป** เวลาพูดปดมดเท็จ ลักเล็กขโมยน้อย ฯลฯ ก็ติดนิสัยนี้ไป เวลาที่ต้องไม่พูดปดมดเท็จ ไม่ลักเล็กขโมยน้อย ฯลฯ ก็จะมีสติว่ายากลำบาก มันฝืน มันไม่ง่ายเหมือนกับการพูดปดมดเท็จ ไม่ง่ายเหมือนกับการลักเล็กขโมยน้อย ฯลฯ นั่นเป็นเพราะว่าเวลาทำบาปไปแล้ว ก็ติดนิสัย ทำให้ง่ายต่อการกระทำบาปในครั้งต่อไป และทำให้ยากต่อการเลิกกระทำ

เช่นเดียวกับการทำความดีหรือทำบุญ ก็มีผลแบบเดียวกับบาป เพียงแต่ว่าเป็นไปในทางตรงกันข้าม คือเป็นผลดี เวลาทำดีในใจเราก็มีความสุข เวลาทำดีต่อผู้อื่น ผู้อื่นยอมมีความชื่นชมยินดีในตัวเรา เวลาเห็นเราเดือดร้อน มีความจำเป็นที่จะต้องช่วยเหลือ เขาก็ยินดีที่จะช่วยเหลือเรา เวลาเราทำความดี มันก็จะเป็นนิสัยติดตัวไป ทำให้ทำความดีได้ง่าย ทำความชั่วได้ยาก นี่แหละคือเรื่องราวของการกระทำ ทั้งดีและชั่ว ไม่สามารถที่จะไปลบล้างได้ การทำความชั่วในวันนี้ ก็ไม่สามารถไปลบล้างผลของการทำความดีในอดีตได้ การทำความดีในวันนี้ ก็ไม่สามารถไปลบล้างผลของการทำความชั่วในอดีตได้ เพราะเป็นคนละอันกัน ต่างฝ่ายต่างมีหน้าที่ของมันและกัน ทำแล้วก็ต้องมีผลตามมา เราจึงไม่ควรประมาท ถ้าไม่ยอมรับผลของการกระทำบาปทำกรรม ก็อย่าไปคิดว่าทำบาปไปแล้ว เดียวไปสารภาพบาป หรือไปทำบุญให้ทานแล้ว บาปนั้นจะถูกลบล้างไปอย่างนี้เป็นความเข้าใจผิด บาปเมื่อทำไปแล้ว จะต้องมิวิบากกรรมตามมา ต้องมีเวรมีกรรมตามมา บุญทำไปแล้วย่อมมีผลของบุญตามมา ย่อมมีความสุขมีความเจริญตามมา ต่างกรรมต่างวาระกัน ชีวิตของเราจึงผสมผลไปกับผลของบุญและผลของบาป บางคนอาจจะคิดว่า ตัวเองทำความดีอยู่เสมอ แต่ทำไมจึงต้องรับผลไม่ดีต่าง ๆ นานา นั่นก็เป็นเพราะว่าเวลาทำบาปไปแล้ว มักจะจำไม่ได้กัน ส่วนเวลาทำความดีนิดเดียว มักจะจำไปจนวันตายเลย เวลาทำบาปแล้ว มักจะลืมกัน แต่พอผลของบาปปรากฏขึ้นมา ก็โวยวายหาว่าอุตุลสำหรัทำความดีแทบเป็นแทบตาย กลับไม่ได้รับผลของความดีเลย เลยพาลไปว่า

ต่อไปนี่ไม่ไปทำความดีให้มันเสียเวลาแล้ว ทำบาปให้มันสนุกสนาน ให้สัมพันธ์กับความต้องการของกิเลสตัณหาจะดีกว่า **เลยมีความเห็นผิดไป เห็นว่าทำดีไม่ได้ดี ทำชั่วได้ดีมีถมไป**

นี่คือสิ่งที่เรามักจะได้ยินอยู่เสมอ ในวงของผู้ที่ไม่เคยเข้าวัด ผู้ที่ไม่เคยทำความดี หรือถ้าทำความดีก็ทำเพียงแต่เล็กน้อย ส่วนใหญ่แล้วจะทำแต่บาปแต่กรรม นี่คือลักษณะความเห็นของคนเหล่านี้ เราต้องไม่ให้เขามีอิทธิพล มาโนมน้าวใจของเรา ให้เห็นตามที่เขาเห็นกัน เพราะจะจุดลากเราไปสู่บาปสู่กรรม สุนทรภู่อธิบายต่อไป ถ้าเราต้องการความสุขความเจริญ สุขในชาตินี้และสุขในชาติต่อไป ไปเกิดที่ดี เป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม เราต้องเชื่อพระพุทธเจ้า ต้องเชื่อพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ต้องเชื่อพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย ที่สั่งสอนให้เราทำแต่ความดี ละเว้นจากการกระทำชั่ว ชำระจิตของเราให้สะอาดหมดจด ด้วยการละความโลภ ความโกรธ ความหลง ละความอยากในกาม ละความอยากมีอยากเป็น ละความไม่อยากมีไม่อยากเป็นทั้งหลายเสีย แล้วชีวิตของเรา จิตใจของเรา จะพัฒนาขึ้นไปเรื่อยๆ สู่ความสุขความเจริญที่แท้จริง

ถ้าอยากจะทำอะไรก็ขอให้ชำระกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจของเรา อย่าไปชำระบาป บาปนั้นชำระไม่ได้ ถ้าไม่อยากจะรับผลของบาป ก็อย่าไปทำบาปเสียตั้งแต่วันนี้ไป ส่วนผลของบาปในอดีต ก็จะค่อยๆ แสดงออกมาแล้วจะค่อยๆ หมดไป เหมือนกับการใช้หนี้ เรามีหนี้ถ้าเราไม่ไปสร้างหนี้ใหม่ หนี้เก่าเราก็ทยอยใช้คืนไปเรื่อยๆ ทีละเล็กทีละน้อย ผ่อนไปเดือนละเล็กเดือนละน้อย เดียวหนี้เก่ามันก็หมด ต่อไปก็จะมีหนี้เหลืออยู่ แต่ถ้ายังไปกู้หนี้ยืมสินอยู่ เช่นไปทำบาปทำกรรมอยู่อีก หนี้ใหม่ก็จะเพิ่มขึ้นมาอีก เวย์ใหม่ก็จะเกิดขึ้นมาอยู่เรื่อยๆ ก็ไม่มีที่สิ้นสุดกัน ถ้าไม่ต้องการรับผลบาปต่อไป ก็ต้องละเว้นจากการกระทำบาปเสียตั้งแต่วันนี้ ทำแต่ความดี แล้วความดีนี้แหละจะเป็นเครื่องพญูรักษาใจให้มันพลัง ให้มันสติมีปัญญา ที่จะสามารถรับผลของบาปของกรรมได้ โดยไม่หวั่นไหว โดยไม่มีความสะทกสะท้านแต่อย่างใด เช่นจิตของพระพุทธเจ้ากับจิตของพระอรหันต์ ท่านได้สร้างคุณงามความดีไว้เต็มเปี่ยม มีสติมีปัญญา มีความกล้าหาญ ไม่มีความหวั่นไหวกับวิบากกรรมต่างๆ ที่จะตามมา เพราะใจของท่านได้หลุดพ้นจากกรรมทั้งหลายแล้ว

มีแต่กายเท่านั้นที่ยังหนีไม่พ้นวงจรกรรม เกิดมาแล้วร่างกายก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เป็นธรรมดา ต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา ต้องพลัดพรากจากของที่รักที่ชอบ แต่สิ่งเหล่านี้จะไม่ไปทำให้จิตของพระพุทธเจ้า จิตของพระอรหันต์หวั่นไหว เพราะจิตของท่าน ได้ตัดออกจากเรื่องเหล่านี้แล้ว เป็นเหมือนกับเกิดขึ้นกับคนอื่น ไม่ได้เกิดขึ้นกับท่าน ท่านมองกายว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ตัวของท่าน เหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นกับกายของท่าน หรือเกิดขึ้นกับสมบัติข้าวของเงินทองต่างๆของท่านนั้น ท่านไม่ได้ยึดไม่ได้ติดว่าเป็นของๆท่านแล้ว ท่านได้ตัด ได้ปล่อยวางอุปาทานจนหมดสิ้นแล้ว ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นกับร่างกายของท่าน หรือสมบัติของท่าน ท่านจะไม่มี ความหวั่นไหว เพราะท่านมองว่ามันไม่ใช่เป็นของๆท่าน เหมือนกับญาติโยม เวลาญาติโยมเห็นสมบัติของคนอื่นถูกทำลายไป เช่นบ้านเขาถูกไฟไหม้ รถเขาไปคว่ำ หรือถูกขโมยไป ญาติพี่น้องของเขาถึงแก่ความตายไป ญาติโยมจะไม่เดือดร้อนอะไรเลย เพราะว่าใจของโยมไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้นๆ หรือในบุคคลนั้นๆ ว่าเป็นของๆโยมเอง ไม่ได้เป็นเรา ไม่ได้เป็นของๆเรา เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็ไม่มีความเดือดร้อนอะไร นั่นเป็นเพราะว่าจิตไม่ได้ไปยึดไปติดกับสิ่งเหล่านั้น ว่าเป็นเรา เป็นของๆเรา

ในทางตรงกันข้าม กับร่างกายของโยมเอง สมบัติข้าวของ ญาติสนิทมิตรสหาย พ่อแม่พี่น้องของโยม ถ้าไปยึดไปติด ไปหลงว่าเป็นของๆโยมแล้ว เวลาเกิดการพลัดพรากจากกัน ก็จะเกิดความวุ่นวายใจ เกิดความทุกข์ใจ ทุกข์เพราะอะไร ทุกข์เพราะไปหลง ไปยึด ไปติด ว่าเป็นเรา เป็นของๆ เรานั้นเอง ทั้งๆที่ความจริงแล้ว ไม่มีอะไรในโลกนี้เป็นของๆใครทั้งสิ้น ทุกอย่างเป็นของธรรมชาติล้วนๆ มีดวงจิตที่มีความหลง มีวิชชาครอบงำอยู่มายึดมาครอบครอง ในเบื้องต้นก็มาครอบครองร่างกายนี้ตั้งแต่ยังอยู่ในครรภ์ของแม่เรา เมื่อออกมาจากท้องแล้ว ก็เจริญเติบโต แล้วก็เริ่มสะสมสมบัติเงินทองข้าวของต่างๆ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ มีสามี มีภรรยา มีบุตร มีธิดาเป็นสมบัติของตน แล้วก็มาทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ เวลาที่จะต้องพลัดพรากจากสิ่งเหล่านี้ เวลาที่สิ่งเหล่านี้ บุคคลเหล่านี้ ไม่ได้เป็นไปตามที่จิตของเราต้องการให้เป็นไป คืออยากให้สิ่งเหล่านี้ สมบัติเหล่านี้ บุคคลเหล่านี้ อยู่กับเราไปนานๆ แต่เราไม่เข้าใจถึงธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกสัตว์ ทุก

บุคคลในโลกนี้ว่า อยู่ภายใต้กฎของ**ไตรลักษณ์**ทั้งนั้น ไตรลักษณ์ก็คือลักษณะ ๓ ได้แก่ **อนิจจัง**ความไม่เที่ยง **ทุกขัง**ไม่ใช่สุข **อนัตตา**ปราศจากตัวตน

ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้ล้วนมี ๓ ลักษณะนี้ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นวัตถุข้าวของหรือบุคคลต่างๆ เช่นบิดามารดา ปู่ย่าตายาย พี่น้อง ญาติสนิทมิตรสหาย บุตรธิดา ล้วนเป็น **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**ทั้งนั้น เราทุกข์เพราะอะไร เราทุกข์เพราะว่าเราไม่รู้จักปล่อยวาง เราไม่เข้าใจถึงหลักของความเป็น**อนิจจัง อนัตตา** เราจึง**ทุกข์** แต่พระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกท่านไม่ทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ เพราะท่านเข้าใจในหลักของ**ไตรลักษณ์** ในหลักของ**อนิจจัง** ในหลักของ**อนัตตา** ท่านรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีเกิดและมีดับเป็นธรรมดา ท่านรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่เป็นสมบัติที่แท้จริงของตน เพราะไม่สามารถที่จะไปควบคุมบังคับให้อยู่ ให้เป็นไปตามที่ใจปรารถนาได้ เขาจะต้องเป็นไปตามเรื่องของเขา ร่างกายของเรา เราไปบังคับไม่ได้ อยากจะให้ร่างกายเราหยุดเปลี่ยนแปลงในขณะนี้ เพราะตอนนี้เรากำลังสวย กำลังหนุ่มแน่น กำลังสาว ไม่อยากให้แก่ ไม่อยากให้เจ็บ ไม่อยากให้ตายไป นี่เราไปห้ามไม่ได้ เราไม่ช้าก็เร็วก็ต้องแก่ หน้ของเราก็จะต้องเหี่ยวเห่น ผมเผ้าของเราก็ต้องขาว หลังของเราก็ต้องค่อม ร่างกายของเราต้องมีโรคภัยเบียดเบียน จะเดินจะเหินจะทำอะไร ก็รู้สึกว่ามันเมื่อย มันขัด มันลำบากไปหมด และในที่สุดก็ต้องล้มลงนอนบนเตียง ไม่สามารถลุกขึ้นมาได้ เพราะถูกโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน ทำให้ไม่สามารถดำเนินชีวิตไปได้อย่างปกติ และในที่สุดก็ต้องหมดลมหายใจ ล้มตายไป

นี่คือธรรมชาติของร่างกายของเราและของผู้อื่น ของทุกๆคน แม้กระทั่งร่างกายของเดรัจฉานก็เป็นแบบเดียวกัน ไม่มีข้อยกเว้น เป็นเหมือนกันหมด ถ้าเป็นคนฉลาดจะต้องมองให้เห็นความเป็น**อนิจจัง** จะต้องมองเห็นความเป็น**อนัตตา**ให้ได้ ถ้าเห็นแล้วก็จะไม่กล้าไปยึดไปติด จะปล่อยวาง จะอยู่แบบเป็นเพื่อนกัน อยู่ด้วยกันไป เมื่อถึงเวลาต้องจากกัน ก็ต้องจากกันไป เป็นเรื่องธรรมดา เวลาอยู่ด้วยกันก็มีความ**เมตตา**ต่อกัน ดูแลกัน รักกัน มีความ**กรุณา** เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ สงเคราะห์ช่วยเหลือกัน มี**มุทิตา** ความยินดีในความสุขในความเจริญของผู้อื่น ไม่อิจฉาริษยา และมี**อุเบกขา** ใจให้เป็นกลาง วางเฉย ปล่อยวาง เมื่อถึงเวลาที่จะต้องพลัดพรากจากกัน เมื่อไม่สามารถที่จะช่วยเหลือ

เขาได้ ก็ต้องทำใจเป็นกลาง คือไม่ไปเศร้าโศกเสียใจ ไม่ร้องไห้ ร้องไห้ให้ ไม่มีความรู้สึก โกรธแค้นเกลียดชังใครทั้งสิ้น ถือว่าเป็นปกติของธรรมชาติ ถือเป็นเรื่องของกรรมของ เหว ใครทำกรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่ว ก็ต้องรับผลของกรรมของเขานั้นไป ใครทำดีก็ต้อง รับผลของการกระทำความดีไป

เราต้องรักษาใจของเราให้เป็นปกติ คือต้องวางเฉยให้ได้ ถ้าเราเห็นสิ่งที่เราไม่พอใจ แล้ว เกิดความเศร้าโศกเสียใจขึ้นมา เช่นเวลาสูญเสียคนที่เรารัก คนที่เราชอบ แล้วเราก็ร้องไห้ ร้องไห้ กินไม่ได้นอนไม่หลับ บางครั้งถึงกับไม่สามารถทนอยู่ต่อไปได้ จะต้องฆ่าตัว ตาย นี่ก็เป็นสิ่งไม่พึงกระทำอย่างยิ่ง เป็นความโง่เขลาเบาปัญญา ไม่เข้าใจในธรรมชาติ ของทุกสิ่งทุกอย่าง ที่จะต้องมีการพลัดพรากจากกัน **มีเกิดขึ้นแล้วก็ต้องมีการดับไปเป็น ธรรมดา** เป็นสิ่งที่ไม่สามารถควบคุมให้อยู่ภายใต้ความต้องการของเราได้ ดังนั้นจงอย่า ไปอยาก อย่าไปต้องการกับอะไรทั้งสิ้น เอาตามมีตามเกิดดีกว่า มีอย่างไรเป็นอย่างไรก็ เอาอย่างนั้น ขณะนี้เป็นอย่างนี้ก็เอาอย่างนี้ มันเย็นอย่างนี้ก็โอเค ถ้ามันร้อนก็โอเค ไม่ต้อง ไปดิ้นรน อย่าไปอยากว่าต้องเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เพราะถ้าปล่อยให้อยากแล้ว ความ อยากรมันจะหลอกเรา มันไม่มีความพอ ไม่มีที่สิ้นสุดของความอยาก ได้อย่างนี้มา ก็ อยากรจะได้ อย่างนั้น ได้คนนั้นมาอยู่ไปสักพักก็เบื่อแล้ว อยากรจะได้คนนั้น เมื่อก่อนนี้ชอบ คนผมสั้น เดี่ยวนี้ชอบคนผมยาว เมื่อก่อนนี้ชอบคนเตี้ย เดี่ยวนี้ชอบคนสูง

นี่คือความอยาก มันจะหลอกเราไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุด มันเหมือนกันทั้งนั้น ทุกสิ่งทุก อย่าง เป็นไตรลักษณ์ทั้งนั้น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น เวลาได้มาใหม่ๆ ก็มี ความสุข แต่เดี๋ยวก็เกิดความเบื่อหน่าย เกิดความทุกข์แล้ว หรือรักเขามากแต่เขาไม่รัก เรา ก็เกิดความทุกข์ขึ้นมาแล้ว อย่างนี้เป็นต้น มันมีแต่เรื่องของความทุกข์ทั้งนั้นเลย ไม่มีอะไรที่สุขแท้จริง ทุกสิ่งทุกอย่างถ้าเป็นสุข ก็สุขแบบยาขมเคลือบน้ำตาล ใหม่ๆก็หวาน ดี แต่พอน้ำตาลที่เคลือบยาขมละลายไปหมด ก็เหลืออยู่แต่ความขมขื่น ชีวิตของคนเรา ก็เหมือนกัน ชีวิตคู่เวลาอยู่ด้วยกันใหม่ๆก็หวานจ๋อย แต่พออยู่กันไปสักพัก ความหวาน ก็หายไป เหลือแต่ความจืดชืด ต่อไปก็กลายเป็นขมขื่นขึ้นมา เราจึงควรทำความเข้าใจถึง ธรรมชาติของสิ่งเหล่านี้

ถ้าเป็นคนฉลาด ก็ต้องต่อสู้กับความอยาก พยายามอย่าไปอยากกับอะไร เพราะความจริงแล้ว เราสามารถอยู่ตามลำพังของเราได้ ไม่ต้องมีอะไรก็อยู่ได้ ไม่ต้องมีสามี ไม่ต้องมีภรรยา ไม่ต้องมีสมบัติ ข้าวของ เงินทอง มากมายก่ายกองเราก็อยู่ได้ และอยู่ได้ด้วยความสุขที่มากกว่าด้วยซ้ำไป ดูพระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวกเป็นตัวอย่าง ท่านไม่มีอะไรเลย ท่านอยู่ของท่านตามลำพัง เพียงแต่มีปัจจัย ๔ คอยเลี้ยงดูอัฐภาพร่างกายของท่าน ก็พอเพียงแล้ว แต่ใจของท่านเป็นใจที่มี**ปรหม์สุขขัง** คือบรมสุข เพราะท่านไม่ได้ไปยึดไปติดกับอะไร ไม่ได้อยากกับอะไรนั่นเอง ถ้าเราอยากจะมีความสุขที่แท้จริง ขอให้ต่อสู้กับความอยากของเรา ความอยากมีอยากเป็น อยากไม่มีอยากไม่เป็น ความอยากในกามทั้งหลาย เหล่านี้ล้วนเป็นต้นเหตุของความทุกข์ เราต้องชนะสิ่งเหล่านี้ให้ได้ ถ้าเราชนะสิ่งเหล่านี้ได้แล้ว ใจของเราจะสบาย ใจของเราจะสุข ใจของเราจะเป็นอิสระ ไม่มีใครจะมาสั่งการ ให้เราไปหาสิ่งนั้นสิ่งนี้ มาสร้างความสุขให้กับเรา เพราะความสุขนั้นมีอยู่เสมออยู่แล้ว ในใจที่ปราศจากตัณหาทั้งหลาย ปราศจากกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา

นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง นี่แหละคือจุดหมาย เป้าหมาย ที่พระพุทธศาสนาสอนให้พุทธศาสนิกชนทั้งหลายดำเนินไปถึง ด้วยการปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้ คือ ทำแต่ความดี ละการกระทำบาปทั้งหลาย ซ้ำระจิตใจให้หมดจด ด้วยการปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนา เพื่อชำระความอยากทั้งหลายให้หมดไปจากใจ ให้เป็นใจที่สะอาดหมดจด เป็นใจที่เต็มเปี่ยมด้วยความสุข นี่แหละคือความเจริญที่แท้จริง ขอให้ท่านทั้งหลายจงนำธรรมะที่ท่านได้ย่นได้ฟังในวันนี้ไปประพฤติปฏิบัติ ตามกำลังสติปัญญาศรัทธาของท่าน แล้วผลคือความสุขและความเจริญ ความปราศจากความทุกข์ทั้งหลาย ย่อมเป็นของท่านอย่างแน่นอน การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๔

สติ

๑ สิงหาคม ๒๕๔๕

ธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้เจริญให้มาก ให้ปฏิบัติให้มาก และทรงแสดงว่าเป็นธรรมที่สำคัญอย่างยิ่งก็คือ**สติ** ทรงเปรียบสติเหมือนกับรอยเท้าช้าง ซึ่งเป็นรอยเท้าที่ใหญ่กว่ารอยเท้าของสัตว์อื่นๆทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็รอยเท้าของเสือ สิงห์ กระติง แรด ก็จะไม่ใหญ่เท่ากับรอยเท้าช้าง รอยเท้าช้างจะครอบรอยเท้าของสัตว์อื่นๆทั้งหมด ฉันใดสติก็เปรียบเหมือนกับรอยเท้าช้าง มีความสำคัญ มีความยิ่งใหญ่กว่าธรรมอื่นๆทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็ธรรมชนิดใดก็ตาม จะต้องมืสติเป็นผู้นำเสียก่อน ธรรมอื่นๆถึงจะเกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็**ทาน ศีล ภาวนา สมาธิ ปัญญา วิมุตติหลุดพ้น** ธรรมเหล่านี้ล้วนต้องมีสติเป็นผู้นำ จึงไม่มีธรรมอันใดที่จะมีความสำคัญเท่ากับสติ ถ้าไม่มีสติแล้ว จะทำอะไรอย่างอื่นยอมเป็นไปไม่ได้ อย่างคนที่เสียสติ จะไม่รู้จักผิดถูกดีชั่ว ไม่รู้ว่าตัวเองกำลังทำอะไร อยู่ คนที่**ไม่มีสติ**ที่เราเรียกว่า**คนบ้า** ก็ต้องอยู่ภายใต้การดูแลของผู้อื่น ของคนที่มีสติ ต้องคอยเลี้ยงเขา ต้องอาบน้ำให้เขา ต้องดูแลเขาเหมือนกับเป็นเด็กทารก เพราะเขาไม่มีสติ ไม่มีความสามารถที่จะทำอะไรได้ด้วยตนเอง

ถ้าปราศจากสติแล้ว ย่อมไม่สามารถเจริญคุณธรรมความดีทั้งหลายได้ จึงควรให้ความสำคัญกับสติเป็นอย่างยิ่ง ควรเจริญสติอยู่ทุกเมื่อ ทุกกรณี ดังในพระบาลีที่ทรงแสดงไว้ว่า **สติมีความสำคัญในทุกกรณี** ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตาม จะคิดก็ดี จะพูดก็ดี จะทำอะไรก็ดี ล้วนต้องมีสติเป็นผู้นำกำกับ เป็นผู้ดูแล เป็นผู้นำ ถ้าไม่เช่นนั้นแล้วการกระทำจะไปในทิศทางที่ไม่ดี อย่างเวลาที่เสพสุรายาเมา ก็จะขาดสติ ไม่มีสติควบคุมความคิด การพูด การกระทำ ความคิด การพูด และ การกระทำ จึงไปในทิศทางที่ไม่สวยงาม ไม่เรียบร้อย เป็นไปเพื่อเบียดเบียนผู้อื่น แต่ถ้ามีสติแล้วจะมีความยับยั้งชั่งใจ จะคิดดูก่อนว่าควรจะทำอะไร ควรจะพูดอะไรหรือไม่ สิ่งที่คิดเป็นสิ่งที่ดี หรือเป็นสิ่งที่ไม่ดี ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ดีก็ระงับความคิดนั้นเสีย ถ้าระงับความคิดนั้นได้ การที่จะต้องไปกระทำ หรือไปพูด

ตามความคิดนั้นก็หมดไป อย่างเวลาโกรธคนอื่น ก็คิดว่าจะต้องไปทุบตีเขา ไปด่าว่าเขา แต่ถ้ามีสติระลึกอยู่ ว่าเป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำ เพราะสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น และกับตัวเอง ก็จะระงับความคิดนั้นได้ เมื่อความคิดนั้นถูกระงับไปแล้ว ก็ไม่มีตัวที่จะสั่งการ ไปสู่การกระทำทางวาจาและทางกาย ก็เลยไม่มีการพูดจาด่าว่าคนอื่น ด้วยคำพูดต่างๆ นานาที่ไม่น่าฟัง เช่น คำพรุสวาทเป็นต้น ก็จะไม่ออกมาจากปากของผู้ที่มีสติ การที่จะไปทุบตี ไปทะเลาะ ไปมีเรื่องมีราว ทำร้ายร่างกายของกันและกัน ย่อมไม่เกิดขึ้น เพราะมีสติระงับ ดับที่ต้นเหตุ คือที่ใจ

ใจเป็นผู้คิด ถ้ามีสติดูอยู่ที่ใจอยู่ตลอดเวลาแล้ว จะเห็นสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏขึ้นมาในใจ แล้วจะสามารถแยกแยะได้ว่า สิ่งไหนเป็นสิ่งที่ดี สิ่งไหนเป็นสิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่ดีก็ส่งเสริมให้เกิดขึ้น ให้เป็นไป อย่างวันนี้ญาติโยมก็คิดกันว่า จะมาทำบุญกัน เพราะวันนี้เป็นวันพระ จะมาไหว้พระสวดมนต์ รักษาศีล ถวายทาน ฟังเทศน์ฟังธรรม อย่างนี้เป็นความคิดที่ดี ควรส่งเสริมให้คิดอยู่บ่อยๆ ให้คิดอยู่แต่เรื่องเหล่านี้ เมื่อคิดอยู่บ่อยๆ แล้ว ก็จะไม่หลงลืม แล้วก็นำไปสู่การกระทำและการพูดที่ดีต่อไป เมื่อได้ทำสิ่งที่ดี พูดในสิ่งที่ดี คิดในสิ่งที่ดี ผลที่จะตามมาก็คือความสุขความเจริญ ในทางตรงกันข้าม ถ้าปล่อยให้ความคิดที่ไม่ดีออกมาเพ่นพ่านอยู่เรื่อยๆ ไม่ช้าก็เร็ว ก็ต้องถูกความคิดที่ไม่ดี ส่งไปสู่การกระทำทางวาจา และทางกาย ทำให้ไปพูดในสิ่งที่ไม่ควรพูด เช่น พูดปด พูดคำพรุสวาท พูดเพ้อเจ้อ พูดล้อเสียด เป็นต้น เมื่อพูดไปแล้วก็จะเกิดปัญหาตามมา เกิดการทะเลาะเบาะแว้งกัน เกิดการลงไม้ลงมือกัน ในที่สุดถ้าไม่รู้จักยับยั้งก็จะนำไปสู่การฆ่ากัน แล้วก็ต้องถูกเจ้าหน้าที่ทางบ้านเมือง จับเข้าคุกเข้าตะราง จับลงโทษ ถ้าโทษหนักก็ถึงกับประหารชีวิตเลย

สิ่งเหล่านี้ล้วนเกิดจากการที่ไม่มีสติยับยั้งนั่นเอง ถ้ามีสติคอยดูความคิดของใจแล้ว ก็จะยับยั้งได้ ถ้ารู้ว่าเป็นความคิดที่ไม่ดี ออกมาจากอารมณ์ที่ไม่ดี เช่น ออกมาจากความโกรธ ก็ต้องระงับเสีย ไม่ว่าจะพูดหรือจะทำอะไรในเวลาโกรธ ถึงแม้ว่าจะถูกอย่างไรก็ตาม ก็ไม่ถูกอยู่นั้นแหละ เพราะความโกรธเป็นอารมณ์ที่ไม่ดี เป็น**อกุศลกรรม** ที่จะนำไปสู่คำพูดที่เป็น**บาป** การกระทำที่เป็น**บาป** เวลาที่มีความโกรธจึงควรระงับความโกรธ

ให้หมดไปเสียก่อน ให้จิตกลับเป็นปกติเสียก่อน แล้วจึงค่อยพูด ค่อยทำไป อย่างจิต
ของท่านทั้งหลายในขณะนี้ เป็นจิตที่ปกติ มีความสงบ ไม่มีอารมณ์ ไม่มีอคติต่างๆมา
ครอบงำ ไม่มีความรัก ความชัง ความหลง ความกลัวครอบงำอยู่ ถ้าจิตเป็นจิตที่ว่างจาก
อคติแล้ว เวลาจะพูด จะทำอะไรก็จะเป็นไปด้วยเหตุและผล เวลาพูดด้วยเหตุด้วยผล
คนที่ฟังก็จะสามารถรับได้ เพราะเป็นเหตุเป็นผล แต่ถ้าพูดออกมาจากอารมณ์โกรธ
อารมณ์ที่อยากจะเอาชนะผู้อื่น พูดไปแทนที่คนที่ฟังจะเชื่อ กลับมีปฏิกิริยาตอบโต้
ต่อต้านขึ้นมา เพราะรู้ว่าไม่ได้พูดตามหลักเหตุและผล พูดแบบมีอคติ เอาตัวตนเป็นที่ตั้ง
จะต้องเอาชนะผู้อื่นให้ได้

ถ้าต้องการที่จะพัฒนาชีวิตให้เจริญรุ่งเรือง มีแต่ความเป็นสิริมงคล มีแต่ความสุข มีแต่
ความเจริญ จึงต้องเจริญสติอย่างสม่ำเสมอ ควรฝึกเจริญสติอยู่อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ตื่น
ขึ้นมาเลย พอตื่นขึ้นมาปั๊บนี้ ขอให้ตั้งสติไว้ก่อน ให้ดูก่อนว่ากำลังคิดอะไร กำลังจะไปทำ
อะไร แล้วก็แยกแยะดูว่าควรหรือไม่ควรอย่างไร ดีหรือไม่ดีอย่างไร ถ้าดีก็ทำไป ถ้าไม่ดี
ก็ต้องระงับ แล้วก็ดูต่อไปเรื่อยๆ ฝึกดูกิริยาอาการของใจ ของวาจา ของกาย ไปตลอด
ทั้งวันเลย อย่าส่งใจไปสู่ที่อื่น ถ้าควบคุมดูแลความประพฤติทางกาย ทางวาจา ทางใจ
ด้วยสติแล้ว ชีวิตในวันนั้น จะดำเนินไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม เปรียบเหมือนกับ
คนขับรถที่มีสติ คนที่มีสติกับคนที่ไม่สติ เวลาขับรถจะรู้ว่าขับไม่เหมือนกัน คนที่
ไม่มีสติก็เหมือนกับคนที่กินเหล้ามาแล้ว ไปขับรถ ก็จะขับแบบส่วืดส่ววด ขับแบบไม่มี
ความระมัดระวัง ไม่รู้จักว่าควรจะช้าหรือควรจะเร็วอย่างไร อย่างนี้ก็ต้องสร้างปัญหา
ให้เกิดขึ้น กับรถคันอื่นอย่างแน่นอน ฉะนั้น ชีวิตของเราก็เช่นกัน ก็เหมือนกับรถยนต์
คันหนึ่ง ที่เราต้องขับ ต้องดูแล เวลาที่เราตื่นขึ้นมา ก็เท่ากับเราได้สตาร์ทรถแล้ว เวลาลุก
ขึ้นจากเตียงนอน ก็เท่ากับได้ขับรถออกไปแล้ว เดินไปทำโน่น ไปทำนี่ ก็ต้องมีสติ ถ้าไม่
มีสติ เดี่ยวก็เดินไปชนโน่น ชนนี่ เหยียบโน่น เหยียบนี่เข้าได้ บางคนเวลาตื่นขึ้นมา ก็
พรวดพราดลุกขึ้นมา รีบทำโน่นทำนี่ โดยไม่ใช้สติ บางทีก็ไปเตะโน่น ทำสิ่งนั้นตก ไป
เหยียบสิ่งนั้น ทำสิ่งนั้นเสียได้ ทั้งนี้ทั้งนั้นก็เกิดจากการไม่มีสตินั่นเอง

เราจึงควรฝึกสติไว้ให้ดี เมื่อมีสติแล้ว การจะทำอะไรทั้งหลาย จะไม่ผิดพลาด เพราะรู้ที่อยู่ ทุกอย่างก้าวว่า กำลังจะเดินไปตรงไหน จะเหยียบอะไรที่อยู่ข้างหน้าหรือไม่ เป็นลักษณะ ของการมีสติ ควรมีสติอยู่กับตัวอยู่เสมอ ไม่ว่าจะทำอะไร ในอิริยาบถใด จะนั่งก็รู้ว่า กำลังนั่งอยู่ ยืนก็รู้ว่ากำลังยืนอยู่ เดินก็รู้ว่ากำลังเดินอยู่ นอนก็รู้ว่ากำลังนอนอยู่ กำลังทำ อะไรอยู่ ก็ให้รู้อยู่กับการกระทำนั้นๆ เช่น กำลังรับประทานอาหาร ก็ให้รู้อยู่กับการ รับประทานอาหาร อย่ารับประทานไป ใจก็หนีคิดเรื่องอื่นๆไป บางทีก้างติดคอโดยไม่ รู้สึกตัว บางคนถึงกับสำลักข้าวตายไปก็มี เพราะกินไป ก็คุยไป หัวเราะไป ข้าวที่อยู่ใน ปากก็เลยไปสำลักติดคอ ทำให้หายใจไม่ออก ตายไปได้ทันที นี่ก็เป็นเพราะว่าไม่มีสติ นั้นเอง แต่ถ้ามีสติแล้ว อาหารทุกคำที่เอาเข้าไปในปาก เราจะรู้ และรู้อยู่ขณะที่กำลัง เคี้ยว และขณะที่กำลังกลืนเข้าไป นี่คือลักษณะของการมีสติ ถ้ามีสติอย่างนี้แล้ว จะ สามารถควบคุมชีวิตให้ดำเนินไปในทิศทางที่ดีที่งามได้ เวลาที่ใจจะคิดอะไรไม่ดี ก็หัก ห้ามเสีย ระวังเสีย สอนตัวเองว่าความคิดที่ไม่ดีนั้น นำไปสู่โทษ นำไปสู่ภัย นำไปสู่ความ เสื่อมเสีย ถ้าไม่ต้องการความเสื่อมเสีย ไม่ต้องการความทุกข์ ก็ต้องฝืน ต้องระวัง ความคิดที่ไม่ดีนั้น อย่าปล่อยให้เป็นตัวชักจูงเราไป เพราะเมื่อปล่อยให้ชักจูงไปแล้ว ก็ จะพาไปสู่เรื่องราวปัญหาต่างๆ ไม่มีที่สิ้นสุด

ปัญหาของคนเราทุกวันนี้ ก็อยู่ที่มีสติมากหรือน้อยนั่นเอง **คนที่มีสติมากปัญหาก็น้อย คน ที่มีสติน้อยปัญหาก็มาก** อย่างเวลาเกิดความอยากขึ้นมา อยากได้สิ่งหนึ่งสิ่งใด บุคคล หนึ่งบุคคลใด โดยไม่มีสติยับยั้ง ทั้งๆที่ตัวเองก็มีพออยู่แล้ว เนื่องจากว่าใจยังมีกิเลส มี ตัณหาอยู่ เช่น มีสามีอยู่คนแล้ว มีภรรยาอยู่คนแล้ว แต่พอไปเห็นอีกคนหนึ่งเข้า ก็เกิด ชอบขึ้นมา อยากจะได้เขามาครอบครอง ถ้าไม่มีสติคอยยับยั้ง บอกว่านี่เป็นสิ่งที่ไม่ดี ทำ ไปแล้วเป็นบาป ทำไปแล้วจะนำมาซึ่งปัญหาเรื่องราวต่างๆไม่มีที่สิ้นสุด ความสุขที่ได้ อาจจะมีบ้าง ชั่วประเดี๋ยวประด๋าว ชั่วขณะหนึ่งเท่านั้น แต่ความทุกข์ที่จะตามมาจะมี มากกว่าหลายเท่า เมื่อคนหนึ่งมี ๒ ภรรยา หรือมี ๒ สามี ย่อมมีปัญหาตามมาอย่าง แน่นนอน ดังที่เราได้ยินได้ฟังอยู่เสมอ ถึงเรื่องปัญหาต่างๆของคนเรา ไม่ว่าจะเป็นการ ประพฤติผิดประเวณีก็ตาม หรือการไปโกหกหลอกลวงต้มตุ๋นผู้อื่นก็ตาม หรือไปลัก ทรัพย์ ไปลักขโมย หรือไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ซึ่งล้วนเกิดจากการกระทำที่ขาดสติ ไม่มีสติ

ยับยั้งชั่งใจ คอยตั้งใจไว้ คอยบอกใจไว้ว่า เป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำเป็นอย่างยิ่ง ถ้าทำไปแล้ว จะมีแต่โทษ มีแต่ปัญหาตามมาไม่มีที่สิ้นสุด

ถ้ามีสติแล้วก็จะยับยั้งได้ เมื่อยับยั้งแล้ว การกระทำที่สร้างปัญหาเหล่านั้น ก็จะไม่เกิดตามมา เรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องใกล้ตัว เป็นเรื่องที่เราทุกคนสามารถทำกันได้ แต่ที่ไม่ทำกัน ก็อาจจะเป็นเพราะ ๒ สาเหตุด้วยกัน คือ **๑. การไม่รู้โทษของการกระทำบาปทั้งหลาย** **๒. รู้แต่ไม่มีสติ** คือเมื่อใจคิดอะไรขึ้นมา ก็ไม่สามารถยับยั้งเบรคใจได้ เปรียบเหมือนกับรถยนต์ที่ไม่มีเบรค ขับไปถึงสี่แยกไฟแดง เห็นไฟแดงก็รู้ว่าต้องหยุด แต่รถไม่มีเบรค จะทำอย่างไร เมื่อรถไม่มีเบรค ก็ต้องฝ่าไฟแดงไป เมื่อฝ่าไฟแดงไปแล้ว อะไรจะเกิดขึ้น เมื่อมีรถสวนทางมาจากอีกด้านหนึ่ง ก็ต้องไปชนกันที่สี่แยกนั้น นี่ก็เปรียบเหมือนกับใจของคนที่ไม่มีความระมัดระวัง คนไม่มีสติก็เปรียบเหมือนกับรถที่ไม่มีเบรค ไม่มีใครกล้าขับรถที่ไม่มีเบรคออกไปกลางถนน เพราะรู้ว่าถ้าขับไปก็จะต้องมีเรื่องอย่างแน่นอน ฉะนั้นคนที่ไม่มีความระมัดระวัง เวลากินเหล้าเมาแล้ว ก็อย่าออกไปนอกบ้าน นอนเสีย ก็ไม่มีปัญหาอะไร แต่ถ้ากินแล้วยังอยู่นอกบ้านอยู่ เดี่ยวก็ต้องมีเรื่องมีราวกับคนนั้นคนนี้ เวลาจะขับรถกลับบ้านก็ต้องมีอุบัติเหตุ ไปชนกับรถคันนั้นรถคันนี้อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะนี่แหละคือเรื่องของการไม่มีสติ สติจึงเป็นธรรมที่สำคัญอย่างยิ่ง ที่เราทุกคนควรจะทำให้ความสนใจดูแล เพราะคุณงามความดีทั้งหลาย ไม่ว่าจะทานก็ดี ศิลป์ก็ดี สมบัติ ปัญญา วิมุตติการหลุดพ้นก็ดี ล้วนมีสติเป็นผู้ริเริ่ม เป็นผู้นำพาไป

ถ้าเราดูใจเรา เวลาเกิดความโกรธขึ้นมา เรามีสติระลึกไว้ว่า ความโกรธนี้ไม่ดี เราก็ไม่ควรโกรธ ควรให้อภัย **สัพเพสัจจตา อะเวราโหนตุ** ขอให้สัตว์ทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่มีเวรเถิด หมายถึงว่า เราจงอย่าไปมีเวรกับสัตว์กับคนทั้งหลายนั่นเอง เมื่อเรามีสติ เราจะนึกถึงธรรมบทนี้ แล้วก็จะระงับความโกรธได้ นี่ก็เท่ากับมี**อภัยทาน**แล้ว เท่ากับว่าได้ให้ทานแล้ว ไม่ต้องไปเสียเงินเสียทองซื้อข้าวของมาให้คนนั้นคนนี้ เพียงแต่ให้อภัยเขา ก็เหมือนกับได้ให้ทานแล้ว **ให้อภัยนั้น** ใจ การให้อภัยมีคุณ มีประโยชน์ ทั้งกับผู้ที่ถูกเราโกรธและตัวผู้โกรธเอง ผู้ที่ถูกเราโกรธ ก็ไม่ต้องรับเคราะห์จากคำพูดที่ดูตันของเรา หรือจากการกระทำอันชั่วร้ายของเรา เขาก็ไม่ต้องรับอันนั้นไป ส่วนเราผู้เกิดความโกรธ ก็จะ

สบายใจ ก็จะเย็นใจ เพราะเมื่อเราสงบความโกรธแล้ว ความร้อนรนใจที่เกิดจากความโกรธนั้น ก็หายไป กลับมาคือความเย็น ความสงบของใจ นี่ก็เกิดจากการที่เรามีสติดูใจเรา

หรือเวลาที่เกิดความโกรธ แล้วอยากจะไปฆ่าเขา หรือจ้ำให้คนอื่นไปฆ่าเขา เพราะนายคนนี้สร้างความโกรธแค้นให้กับเรามาก เขาไม่ควรที่จะอยู่ในโลกนี้ต่อไป นี่ก็เป็นความคิดของความโกรธที่เกิดขึ้นมา แต่ถ้าเรามีสติระลึกได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรามีเมตตา สัพเพ สัตตา อัพพะยาปัชฌา โหนตุ ขอให้สัตว์ทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกันเถิด ถ้าเราไปฆ่าเขา ก็เท่ากับเป็นการไปเบียดเบียนกัน เป็นการขาดความเมตตา ถ้าเรามีสติรู้ว่า เป็นการกระทำที่เลวร้าย ที่โหดร้ายแล้ว เราสงบได้ ก็เท่ากับมีศีลขึ้นมา การไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ก็เป็นศีลข้อหนึ่งในศีลห้า และศีลอื่นๆทั้งหลาย รวมไปถึงศีล ๒๒๗ ข้อ ก็มีข้อห้ามฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเหมือนกัน ถ้าเป็นพระภิกษุแล้วไปฆ่าผู้อื่น จ้างให้ผู้อื่นฆ่าก็ดี สั่งให้ผู้อื่นฆ่าก็ดี เป็นโทษหนักมาก เรียกว่า**ปาราชิก** ขาดจากความเป็นพระภิกษุทันที ปิดทางสวรรค์และนิพพาน แต่ถ้ามีสติระลึกได้อยู่ เวลาใจเกิดความโกรธขึ้นมา เพราะมีคนทำอะไรให้เราไม่พอใจ ด้วยความตั้งใจหรือไม่ก็ตาม เราก็จะระงับความโกรธนั้นได้ ด้วยความเมตตา ไม่ทำอะไรเขา คิดเสียว่าเป็นการใช้เวรใช้กรรมกันไปก็แล้วกัน ในอดีตเราอาจจะเคยไปสร้างความเจ็บช้ำน้ำใจ สร้างความเคียดแค้นให้กับเขา มา เมื่อเขามีโอกาสเขาก็เลยขอทวงคืน ก็คิดเสียว่าใช้หนี้กันไป อีกอย่างหนึ่ง สิ่งที่เขาทำไปแล้ว พูดยไปแล้ว มันก็ผ่านไปแล้ว ถ้าทำเป็นไม่รู้ไม่ชี้เสีย มันก็ไม่เห็นมีอะไร มันก็ผ่านไป แต่ถารู้แล้ว เกิดความโกรธขึ้นมา ก็ต้องเอาสติมาเบรกใจให้ได้ เบรกใจว่าอย่าไปโกรธ โกรธไม่ได้ ทำอย่างนี้ได้เราก็มีศีลแล้ว

ถ้ารู้สึกว่ายังไม่มีเบรก คือสติยังไม่ดีพอ เวลาเกิดอารมณ์ขึ้นมาแล้ว ยังเบรกใจไม่ได้ ยังไหลไปสู่วาจา ไหลไปสู่การกระทำทางกาย เราก็ต้องฝึกตั้งสติบ่อยๆ วิธีที่จะช่วยทำให้มีสติมากที่สุดก็คือ การหามุมไหน มุมหนึ่งในบ้านของเรา ที่สงบ ปิดประตูห้องแล้วก็นั่งขัดสมาธิหลับตา กำหนดจิตให้อยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ไม่ให้ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ จะเป็นเรื่องราวในอดีตก็ดี เรื่องราวในอนาคตก็ดี เรื่องของคนนั้น เรื่องของคนนี้

ที่อยู่ใกล้หรือที่ไกลก็ตาม ในขณะที่นั้นขอให้ลืมเรื่องราวต่างๆทั้งสิ้นในโลกนี้ ขอให้มึสติอยู่กับ**กรรมฐาน** คืออารมณ์ผูกจิต บทใดบทหนึ่ง ถ้าชอบ**พุทโธ** ก็กำหนดรู้อยู่กับคำว่า**พุทโธ** ถ้าชอบดูลมหายใจเข้าออก ก็กำหนดดูลมหายใจเข้า หายใจออก ถ้าชอบใช้ทั้งพุทโธ และลมหายใจควบคู่กันไป เราก็บิรกรรมคำว่า**พุทธ** เวลาหายใจเข้า **โธ** เวลาหายใจออก หรือหายใจเข้าก็ว่าพุทโธ หายใจออกก็ว่าพุทโธ กำกับไปก็ได้

วิธีที่ใช้ควบคุมจิตใจนั้น มีหลากหลายวิธีด้วยกัน พระพุทธองค์ทรงแสดง**กรรมฐาน**ไว้ถึง **๔๐ ชนิด**ด้วยกัน แต่เวลาใช้ ควรใช้เพียงชนิดเดียว ชนิดไหนที่ถูกกับจริตของเรา เราทำแล้วรู้สึกสบายใจ จิตเกาะอยู่กับอารมณ์นั้น ก็ให้ใช้อารมณ์นั้นเป็นเครื่องผูกใจไว้ ให้มี**สติ**คือการระลึกรู้ ให้รู้อยู่กับอารมณ์นั้นๆ รู้ขยับไปเรื่อยๆ แล้วต่อไปสติก็จะพัฒนาขึ้นไป เราก็จะมีกำลังที่จะเบรกลใจให้อยู่ได้ ถ้าทำมากๆแล้ว ต่อไปเราจะสามารถควบคุมความคิดปรุง ควบคุมอารมณ์ของเราได้ เวลาอารมณ์โกรธขึ้นมา ก็ระงับได้ เวลาอารมณ์โลภขึ้นมา ก็ระงับได้ เวลาอารมณ์หลงขึ้นมา ก็ระงับได้ เพราะเรามีเบรกลเหมือนกับรถยนต์เวลาเราขับรถไป ถ้าเรารู้ว่าเบรกลของรถเราเริ่มไม่มีประสิทธิภาพแล้ว ไม่สามารถหยุดตามที่เรากำลังต้องการได้ สิ่งที่เราต้องทำก็คือ ต้องนำรถเข้าอู่ให้ช่างเขาซ่อมให้ ถ้าเบรกลเก่าหมดสภาพ ก็ต้องเปลี่ยนเบรกลใหม่

ฉันใดสติก็เป็นเหมือนกับเบรกลของใจเรา ถ้าเราไม่พัฒนาให้มีขึ้น ไม่มีเบรกลใจแล้ว ชีวิตของเราก็จะต้องร่นวายเป็นไม่มีที่สิ้นสุด เพราะว่าอารมณ์ของเรามีหลากหลาย และส่วนใหญ่มักจะเป็นอารมณ์ที่จะฉุดลากเราไปในทางที่ไม่ดี จะฉุดลากให้ไปกระทำในสิ่งที่เสื่อมเสีย ในสิ่งที่เราทุกคนไม่ปรารถนาอีก แต่เราหักห้ามใจของเราไม่ได้ เพราะขาดเบรกลนั่นเอง การนั่งสมาธิจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งทีเดียว เพราะว่า**สมาธิ**จะทำให้**ปัญญา** ความรู้ของเราขึ้น เป็นปัญญาที่เรียกว่า **ภาวนามยปัญญา** เป็นปัญญาที่ตัดกิเลสตัณหาได้ ในขณะที่พวกเราทุกคนก็รู้ว่า อะไรเป็นสิ่งที่ผิด อะไรเป็นสิ่งที่ถูก อะไรดี อะไรชั่ว แต่เรายังไม่สามารถละความชั่วทั้งหลายได้ และทำความดีทั้งหลายได้ ก็เพราะว่า ความรู้ที่เราอยู่ขณะนี้ ขาดการสนับสนุนของสมาธิ ใจไม่มีกำลังที่จะทำในสิ่งที่ดี และละในสิ่งที่ไม่ดี เพราะขาดกำลัง ปัญญาเปรียบเหมือนกับมิดที่คม แต่คนที่จะใช้มิด กลับไม่มีเรียวไม่มี

แรง ก็ไม่สามารถที่จะเอามัดไปตัดไม้ให้ขาดได้ เพราะไม่มีแรง แต่ถ้าเอาคนที่ไม่มี
เรียวแรงนี้ มารับประทานอาหาร มาพักผ่อนหลับนอน มาออกกำลังกาย ฝึกให้มีกำลัง
เสียก่อน เมื่อมีกำลังแล้ว ทีนี้เอามัดไปพันกับอะไร ก็จะขาดทันทีเลย เพราะว่าคนพันก็มี
กำลัง มีดก็คม

ปัญญาทางพุทธศาสนา เราได้ยินได้ฟังกันอย่างสม่ำเสมอ ตั้งแต่เราเกิดมา เพราะเราอยู่
ในเมืองพุทธ เราได้ยินได้ฟังเสมอว่า อะโรคือบาป อะโรคือบุญ แต่ทำไมเราจึงไม่
สามารถปฏิบัติตามที่พระพุทธรเจ้าทรงสอนให้เราปฏิบัติกันได้ นั่นก็เป็นเพราะว่าใจของเรา
ไม่มีกำลังนั่นเอง ขาดกำลังที่จะต่อสู้กับความชั่วร้ายทั้งหลาย ขาดกำลังที่จะทำความดี
ทั้งหลายให้ถึงพร้อม เพราะไม่ได้สร้างพลังให้เกิดขึ้นมา พลังนี้จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเราฝึก
ทำสมาธิกัน จึงควรฝึกทำสมาธิกันอย่างสม่ำเสมอทุกวัน อย่างน้อยวันหนึ่งต้องมีแล้ว
๒ เวลา เช้าและเย็น วันละชั่วโมงก็จะดี ในเบื้องต้นเราก็ไหว้พระสวดมนต์ไปก่อน การ
ไหว้พระสวดมนต์ก็เป็นการทำสมาธิในเบื้องต้น ทำให้ใจเราลืมเรื่องราวต่างๆ เหตุการณ์
ต่างๆที่ผ่านมา เมื่อสวดมนต์ไปสักกระยะหนึ่งแล้ว เรารู้สึกหัวใจเราค่อยสบาย ค่อยว่าง
ค่อยเบา เราก็หยุดสวด แล้วก็นั่งกำหนดดูลมหายใจเข้าออก หรือบริกรรมคำว่าพุทโธ
พุทโธ ด้วยสติระลึกอยู่กับอารมณ์นั้นๆ ถ้าจะใช้ลมก็ให้อยู่กับลม เช่นลมเข้าก็ให้รู้ว่าลม
เข้า ลมออกก็รู้ว่าลมออก หายใจสั้นก็รู้ว่าหายใจสั้น หายใจยาวก็รู้ว่าหายใจยาว ลม
หายบก็รู้ว่าลมหายบ ลมละเอียดก็รู้ว่าลมละเอียด ลมหายไปจากความรู้สึก ก็ให้รู้ว่าลม
หายไปจากความรู้สึก โดยที่ไม่ต้องไปกลัวว่า เมื่อไม่มีลมหายใจแล้วจะตาย ตราบใดมี
สติระลึกอยู่ จะไม่ตาย ขอให้รู้ไว้อย่างนี้ แล้วจิตจะสงบ จิตจะนิ่ง เมื่อจิตนิ่งแล้ว จิตจะ
มีความสุข มีความอิ่ม มีความสบายใจ อารมณ์ต่างๆ ความโลภโมโหสันจะสงบตัวลง
ในขณะที่จิตมีสมาธิ มีความสงบ

นี่แหละจะทำให้จิตมีพลังที่จะเบรคใจต่อไป หลังจากที่จิตออกมาจากสมาธิแล้ว เวลาเกิด
อารมณ์อยากขึ้นมาก็จะระงับได้ง่าย เกิดอารมณ์โกรธขึ้นมาก็จะระงับได้ง่าย จะไม่ไปตาม
อารมณ์นั้นๆ เพราะจิตเคยถูกเบรคอยู่แล้ว เรามีกำลังที่จะเบรคใจของเราแล้ว เรา
สามารถระงับกิเลสตัณหาได้ ในขณะที่เราดำเนินชีวิตของเราไปตามปกติ เวลาใจของเรา

คิดไปในทางที่ดี เราก็ส่งเสริม เวลาคิดไปในทางที่ไม่ดีเราก็ระงับได้ ต่อไปชีวิตของเราจะมีแต่สิ่งที่ดีที่งาม สิ่งที่ไม่ดีไม่งาม ก็จะถูกระงับ ถูกตัดไปเรื่อยๆ จนในที่สุด สิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายที่มีอยู่ในใจของเรา ไม่ว่าจะ เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่ว่าจะ เป็น ตัณหาความอยากต่างๆ ก็จะหมดไปจากใจ เมื่อใจไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่มี ตัณหาความอยากต่างๆ แล้ว ใจจะสงบ มีแต่ความสุข เพราะว่าสิ่งที่สร้างปัญหาให้กับใจนั้น ไม่ใช่เรื่องราวภายนอก ไม่ใช่สิ่งของภายนอก แต่สิ่งที่มีอยู่ในใจของเรา นั่นแหละ ก็คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ นั้นเอง ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้แล้ว ใจก็จะอยู่เป็นสุข ไม่หิวไม่อยากกับอะไร นี่แหละคือผลที่จะตามมา จากการเจริญสติอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๒๕

ชีเปลือย

๓ สิงหาคม ๒๕๔๕

เทศกาลเข้าพรรษาที่ผ่านมาได้ประมาณ ๑๐ วันแล้ว ในช่วงเทศกาลเข้าพรรษา จะมีการถวายของพิเศษอยู่ ๒ รายการด้วยกัน คือถวายเทียนกับถวายผ้าอาบน้ำฝน การถวายเทียนก็เพื่อให้พระภิกษุ ที่อยู่จำพรรษาในอาวาส ได้มีแสงสว่างไว้ใช้ในยามค่ำคืน เพราะในสมัยโบราณไม่มีไฟฟ้าใช้ จึงต้องอาศัยแสงเทียนเป็นเครื่องให้แสงสว่าง จึงเป็นธรรมเนียมประเพณีที่พุทธศาสนิกชน ตั้งแต่ปู่ย่าตายายมาในครั้งก่อนๆ ได้ปฏิบัติกันมา ได้สืบทอดกันมาจนถึงทุกวันนี้ อีกรายการหนึ่งที่ถวายกันในช่วงเข้าพรรษา ก็คือผ้าอาบน้ำฝน มีไว้เพื่อให้พระสงฆ์ใช้เวลาฝนตก แล้วท่านอยากจะอาบน้ำฝน ท่านจะได้มีผ้าไว้นุ่งอาบ ไม่ต้องเปลือยกาย

เรื่องของการถวายผ้าอาบน้ำฝนนั้น มีความเป็นมาตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล คือมีนาง **วิสาขา** เป็นอุบาสิกาที่มีความศรัทธาเลื่อมใสในพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก ได้ทำนุบำรุงพระพุทธรูป ด้วยการสร้าง **วัดบุพพาราม** ณ พระนครสาวัตถี ถวายให้กับพระพุทธรูปเจ้าและภิกษุสงฆ์อยู่จำพรรษา ดูแลทำนุบำรุงภิกษุสามเณรด้วยปัจจัย ๔ อย่างสม่ำเสมอ ได้บรรลุโสดาปัตติผล ตั้งแต่อายุ ๗ ขวบ พระศาสดาทรงยกย่องว่าเป็นเอตทัคคะ ในบรรดาทายิกาทั้งปวง อยู่มาวันหนึ่งเธอมีความปรารถนาที่จะทำน้ำปานะคือน้ำผลไม้คั้น ไปถวายพระให้ท่านได้ฉันในตอนบ่าย จึงได้ส่งสาวใช้ไปที่วัด เพื่อให้ไปดูว่ามีพระอยู่จำนวนเท่าไร ขณะที่สาวใช้เดินทางไปที่วัด ก็เกิดฝนตกใหญ่มาก แรงแมาก ช่วงนั้นพระที่อยู่ในวัดเห็นว่ามีฝนตก ก็เลยอยากจะอาบน้ำฝนกัน ที่นี่ในสมัยนั้นเป็นสมัยที่มีผ้าห้อย ผ้าหาได้ยาก พระท่านไม่มีผ้าห้อยไว้อาบน้ำฝน ท่านจึงเปลือยกายอาบน้ำฝนในกลางลานวัดกัน พอสาวใช้เดินเข้าไปในวัด เห็นพระอาบน้ำเปลือยกาย ก็ตกใจก็เลยกลับไปเล่าให้นางวิสาขาฟังว่า ที่วัดไม่มีพระเลย มีแต่พวก **ชีเปลือย** นางวิสาขาเธอเป็นคนฉลาด มีปัญญา ก็ทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เมื่อมีโอกาสอันเหมาะสมอันควร ก็

เลยได้เข้าไปกราบทูลเล่าเรื่องนี้ให้พระพุทธรเจ้าได้ทรงทราบ และขอปวารณาถวายผ้าอาบน้ำฝน ให้กับพระภิกษุไว้ใช้สำหรับอาบน้ำฝน เวลาที่เกิดฝนตกลงมา พระพุทธรองค์ทรงวินิจฉัย ทรงอนุญาต จึงมีธรรมเนียมการถวายผ้าอาบน้ำฝนตั้งแต่กาลนั้นมา จนถึงปัจจุบันนี้

เรื่องของผ้านี้ พระในสมัยพุทธกาลจะอยู่ด้วยความแร้นแค้น เพราะสมัยที่บุกเบิกเริ่มต้นสร้างพระศาสนาใหม่ๆ ยังไม่มีผู้มีศรัทธามาก และไม่ทราบว่าจะถวายอะไรให้กับพระ พระจึงต้องหาผ้าที่เขาทิ้งไว้ตามป่าช้า ผ้าที่ทิ้งไว้ตามกองขยะ เก็บได้ชิ้นเล็กชิ้นน้อย ก็เอามาสะสมไว้ เมื่อได้จำนวนพอที่จะนำมาทำเป็นผ้าห่ม ผ้าจีวร ก็จะเย็บปะ แล้วก็ตัดให้ได้สัดส่วนตามที่ต้องการ แล้วจึงนำไปย้อมด้วยน้ำฝาด ที่ทำมาจากน้ำที่ต้มกับแก่นไม้ ที่จะออกเป็นสีกาสาบพัสดร์ ผ้าในสมัยนั้นจึงมีความเป็นมาอย่างนี้ ผ้ามีน้อย พระจึงต้องหาเศษผ้าที่เขาทิ้งไว้ในระยะแรกๆ ก็จะมีใช้เพียง ๒ ผืน คือผ้านุ่งที่เรียกว่าผ้า**สบง** และผ้าห่มคือผ้า**จีวร** ต่อมาเมื่อพระไปกราบทูลพระพุทธรเจ้าว่า เวลาหน้าหนาว ผ้าห่มผืนเดียวไม่พอกันหนาว พระพุทธรเจ้าจึงทรงอนุญาตให้มีผ้าผืนที่ ๓ ขึ้นมา เรียกว่าผ้า**สังฆาฏิ** เป็นผ้าที่ทำเป็น ๒ ชั้น เพื่อที่จะได้หนาพอไว้ห่มกันหนาว ผ้าสังฆาฏินี้ ญาติโยมจะเห็นเวลาพระท่านประกอบพิธีกรรม ท่านจะพาดไว้บนบ่าของท่าน นั่นแหละคือผ้าสังฆาฏิ ญาติโยมอาจจะไม่เข้าใจว่าทำไมท่านถึงต้องเอาผ้าพาดไว้บนบ่า คือเนื่องจากในสมัยพุทธกาล พระท่านจะมีผ้า ๓ ผืน คือผ้า**ไตรจีวร** ได้แก่ สบง จีวร สังฆาฏิ ไว้ใช้ประจำตัว เป็นสมบัติที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับพระ เวลาจะไปไหนมาไหน พระพุทธรองค์ทรงบัญญัติไว้ในพระวินัย ให้พระสงฆ์ต้องนำผ้าทั้ง ๓ ผืนนี้ ติดตัวไปด้วย แม้กระทั่งเวลาออกบิณฑบาตก็ให้ซ้อนผ้าจีวรกับสังฆาฏิไป เพราะว่าเวลาอยู่ในป่านั้น ไม่มีที่เก็บที่มิดชิด ถ้าเกิดทิ้งผ้าผืนใดผืนหนึ่งไว้แล้ว เวลาไปบิณฑบาตกลับมาอาจจะไม่เจอผ้าผืนนั้นก็ได้อีก เพราะผ้าเป็นสิ่งที่หายาก อาจจะขโมยมาลักไปก็ได้ จึงได้บัญญัติให้พระต้องรักษาผ้าครอง คือผ้าไตรจีวรทั้ง ๓ ผืนนี้ไว้ให้อยู่ติดตัวเสมอ ไม่ว่าจะไปไหนก็ตาม จะต้องติดไปกับตัวเสมอ

ดังนั้นเวลาท่านประกอบพิธีกรรมต่างๆ เช่น การอุปสมบท การลงอุโบสถฟังปาฏิโมกข์ ทุกกึ่งเดือน ก็จะต้องมีผ้าทั้ง ๓ ผืนนี้ติดตัวไว้เสมอ นี่จึงเป็นเหตุที่ทำให้ญาติโยมเห็น

พระท่านมีผ้าผืนที่ ๓ พาดอยู่ที่ป่าของท่าน อาจจะไม่ทราบความหมายว่า ทำไมจะต้องเอาผ้าผืนที่ ๓ นั้นพาดไว้ เนื่องจากเป็นธรรมเนียมที่จะต้องรักษาผ้าครองนั่นเอง ส่วนผ้าอื่นๆ นอกเหนือจากผ้า ๓ ผืนนี้แล้ว เราเรียกว่า**ผ้าอติเรกจีวร** คือเป็นผ้าที่เกินความจำเป็น แต่ถ้ามีศรัทธาญาติโยม มีจิตศรัทธาที่จะถวายให้พระ พระก็รับมาใช้ได้ แต่ไม่ต้องดูแลรักษาเหมือนกับผ้าครองทั้ง ๓ ผืน นี่ก็คือเรื่องราวของความเป็นมาเกี่ยวกับเรื่องผ้าในสมัยพุทธกาล พระในสมัยพุทธกาลนั้น ท่านอยู่ด้วยความลำบากยากเย็นเกี่ยวกับเรื่องปัจจัย ๔ เพราะในสมัยพุทธกาลยังไม่มีเหรียญทางด้านวัตถุนั้นเอง จึงไม่ค่อยมีเครื่องใช้ไม่ส่อยเท่าไร เหมือนกับในสมัยนี้ ที่มีความเจริญทางด้านวัตถุมาก มีเครื่องใช้ไม่ส่อย มีปัจจัย ๔ พร้อมบริบูรณ์ สภาพที่เป็นอยู่ในอดีตกับปัจจุบันจึงไม่เหมือนกัน เราจึงไม่เข้าใจว่าทำไมจึงต้องมีบัญญัติต่างๆ ให้พระท่านปฏิบัติตาม

เหตุที่พระยังต้องรักษาธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้อยู่ ก็เพราะว่าธรรมวินัยนี้เป็นศาสนาแทนพระพุทธเจ้า คือหลังจากที่พระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว ไม่ได้ทรงตั้งให้พระภิกษุรูปหนึ่งรูปใดเป็นศาสนาแทน แต่ทรงมอบไว้กับพระธรรมวินัยที่ได้ทรงตรัสไว้ชอบแล้ว คือดีแล้ว เหมาะสมแล้ว ถ้าผู้ใดยึดถือพระธรรมวินัย ปฏิบัติตามธรรมวินัยแล้ว จะมีแต่ความสุขและความเจริญ สามารถบรรลุถึง**มรรคผลนิพพาน** ได้อย่างแน่นอน นี่เป็นเหตุที่ทำให้พระภิกษุในอดีตและในปัจจุบัน ยังคงรักษาพระธรรมวินัยไว้อย่างเคร่งครัด ถึงแม้ว่าเหตุการณ์ในอดีตกับเหตุการณ์ในปัจจุบันจะแตกต่างกันไปแล้ว และข้อบัญญัติบางข้อ ดูไปก็เหมือนกับว่าไม่จำเป็นก็ตาม แต่เพื่อเป็นการรักษาธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า ให้อยู่ยืนยาวนาน เป็นสรณะเป็นที่พึ่งของพระ และเป็นสรณะเป็นที่พึ่งของพุทธศาสนิกชนทุกๆ ไป

บรรดาพระเถระทั้งหลายที่ได้ทำสังคายนาครั้งแรก ๓ เดือนหลังจากที่พระพุทธเจ้าได้เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว ล้วนเป็นพระอรหันต์ทั้งสิ้น มีอยู่ ๕๐๐ รูป ได้มีมติเป็นเอกฉันท์ว่า พระพุทธบัญญัติคือธรรมวินัยทุกบททุกบาท ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้ จะรักษาไว้ต่อไป ถึงแม้ว่าพระพุทธรองค์ได้ทรงกล่าวกับพระอานนทที่ไว้ ก่อนที่จะเสด็จปรินิพพานไปว่า ธรรมวินัยข้อใดที่เป็นข้อเล็กน้อย ถ้าสงฆ์เห็นว่าต้องการที่จะ

เปลี่ยนแปลง หรือต้องการจะยกเลิก ถ้าสงฆ์มีมติเป็นเอกฉันท์ ก็สามารถที่จะทำได้ แต่พระอานนท์เวลารับฟังจากพระพุทธเจ้า ก็ไม่ได้ทูลถามว่า บทบัญญัติที่เป็นข้อเล็กข้อน้อยนั้นเมื่อไรบ้าง จึงเลยไม่ทราบว่าจะข้อไหน เป็นข้อที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ยกเลิกได้ ไม่ต้องปฏิบัติตามได้ เมื่อเป็นเช่นนั้นจึงมีความเห็นว่า ถ้าไปเลิกข้อใดข้อหนึ่งที่เราคิดว่าเป็นข้อเล็กข้อน้อย แต่พระพุทธเจ้ากลับเห็นว่าเป็นข้อใหญ่ข้อสำคัญ ถ้าไปเลิกเสียก็จะไม่ดี

จึงมีมติให้รักษาพระวินัยทุกๆข้อ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้ เพราะขณะที่พระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์ชีพอยู่ พระภิกษุสามเณรก็สามารถรักษาวินัยทุกบททุกบาทที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ได้ จึงเชื่อว่าไม่น่าจะเป็นสิ่งที่สูญวิสัย ที่ผู้ที่จะมาบวชต่อไปในภายภาคหน้าจะไม่สามารถปฏิบัติตามได้ และเหตุผลอีกข้อหนึ่งก็คือ เพื่อเป็นการกันการครหาของผู้ที่นับถือลัทธิอื่น ที่จะตำหนิติเตียนพระภิกษุสามเณรของพระพุทธศาสนาได้ว่า พอสวดตายไปไม่กี่วัน ข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ ที่ศาสดาได้กำหนดไว้ ได้ว่างไว้ ก็เริ่มเสื่อมไปแล้ว นี่เองจึงเป็นเหตุที่ทำให้มีการลงมติที่จะรักษาพระธรรมวินัยไว้ทุกข้อไป และได้มีการปฏิบัติกันมาจนถึงทุกวันนี้ จึงเป็นเหตุที่ทำให้ไม่สามารถจะทำบางสิ่งบางอย่างได้ เช่นการบวชสตรีให้เป็นภิกษุณี เพราะในสายเถรวาทของไทยเรา ได้รับการสืบทอดมาจากประเทศอินเดีย โดยพระอรหันต์ ๒ รูป ที่ได้จาริกมาเผยแผ่พระศาสนาในประเทศไทยในอดีต ได้นำพระธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้ และพระอรหันต์ ๕๐๐ รูป ได้ลงมติรับรองที่จะรักษาไปตลอด มาปฏิบัติตาม

ซึ่งมีบทบัญญัติอยู่ข้อหนึ่งที่ว่า เวลาจะบวชภิกษุณี จะต้องมียोगทั้ง ๒ ฝ่ายเป็นผู้บวชให้ คือต้องมีภิกษุสงฆ์ คือพระที่เป็นชาย และภิกษุณีสงฆ์ คือพระที่เป็นหญิง ต้องบวชทั้ง ๒ สงฆ์เสียก่อน ถึงจะถือว่าการบวชเป็นภิกษุณีนั้น ถูกต้องตามหลักธรรมวินัย แต่ภิกษุณีสงฆ์มีอายุได้ประมาณพันกว่าปี ก็หมดไป คือไม่มีหญิงที่สนใจจะบวชเป็นภิกษุณีอีกต่อไป ภิกษุณีสงฆ์จึงได้หมดไป หลังจากนั้นแล้ว ถ้ามีหญิงหรือสตรีคนหนึ่งคนใด เกิดมีจิตศรัทธาที่จะบวชเป็นภิกษุณี ก็จะไม่สามารถบวชเป็นภิกษุณีได้แล้ว เพราะไม่มีภิกษุณีสงฆ์ที่จะทำการบวชให้ ในประเทศไทยจึงไม่มีการบวชภิกษุณี มาตั้งแต่สมัยเริ่มก่อตั้ง

ศาสนาเลยที่เดียว จึงต้องทำความเข้าใจให้ทราบว่า ทำไมจึงบวชภิกษุณีไม่ได้ เพราะถ้าไปบวชแล้ว เท่ากับไปขัดหลักธรรมหลักวินัย ที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า **ไม่ควรบัญญัติในสิ่งที่พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงบัญญัติไว้ และไม่ควรรยกเลิกในสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้แล้ว**

ถ้าพุทธศาสนิกชน คือพุทธบริษัท ๔ ปวารณาความเจริญในชีวิตของการเป็นนักบวช เป็นนักปฏิบัติ ก็จะต้องดำเนินตามธรรมวินัย ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้เท่านั้น ถึงจะหวังความสุขความเจริญได้ ถ้าไม่เช่นนั้นแล้วก็จะเกิดมีปัญหามาต่าง ๆ นานา ซึ่งเคยปรากฏขึ้นแล้วตั้งแต่หลังจากที่พระพุทธเจ้า ได้ทรงเสด็จดับขันธปรินิพพานไป ก็จะมีกลุ่มภิกษุบางกลุ่ม เกิดมีความคิดเห็นที่แตกต่างออกไป จากพระธรรมวินัย บ้างก็ว่าเป็นสิ่งที่ยากเย็นต่อการปฏิบัติ บ้างก็ว่าไม่จำเป็นสำหรับเวลานั้นแล้ว ก็เลยไม่ปฏิบัติตาม จึงเกิดความย่อหย่อนในการประพฤติปฏิบัติ ทำให้พระที่ปฏิบัติด้วยความเคร่งครัด เกิดมีความรังเกียจกัน เลยทำให้อยู่ร่วมกันไม่ได้ เพราะมีศีลไม่เท่ากันเสียแล้ว คนหนึ่งรักษา ๒๒๗ ข้อ แต่อีกคนหนึ่งรักษาไม่ครบ ๒๒๗ ข้อ ก็เลยทำให้ไม่สามารถอยู่ร่วมกันได้ จึงเกิดการแตกออกไปเป็นนิกายต่างๆขึ้นมา พวกที่แตกออกไป ก็อยู่ได้ไม่นาน ก็สูญสลายหายไปหมด

นี่คือเรื่องราวความเป็นมาของพระธรรมวินัย ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้ ให้พระภิกษุสงฆ์ปฏิบัติ ในประเทศไทยก็ยังมีปฏิบัติตามธรรมตามวินัยที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้อยู่ จึงมีภิกษุสงฆ์อยู่กันมาจนถึงปัจจุบันนี้ และจะอยู่ไปได้อีกตลอดอายุขัยของพระศาสนา คือ ๕๐๐๐ ปี ถ้าพุทธบริษัทมีความเคารพ มีความศรัทธา มีความเชื่อที่ปฏิบัติตามธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า แต่ถ้าเปลี่ยนแปลงพระธรรมวินัยแล้วต่อไปพระศาสนาก็จะไม่มีอะไรเหลือ เพราะโดยปกติแล้ว ใจของปุถุชนอย่างเราอย่างท่าน ล้วนมีกิเลส มีตัณหา ซึ่งไม่ชอบปฏิบัติตามธรรมวินัย เพราะธรรมวินัยมีไว้เพื่อปราบกิเลสตัณหาตนเอง มีไว้เพื่อกำจัด มีไว้เพื่อชำระกิเลสตัณหา กิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจของปุถุชนอย่างพวกเรา จึงมีความรู้สึกอึดอัดใจ เวลาที่จะต้องปฏิบัติตามกฎ ตามระเบียบ กิเลสชอบทำอะไรตามอำเภอใจ ตามอารมณ์ นึกอยากจะทำก็ทำ นึกอยากจะทำ

นอนก็นอน นึกอยากจะทำอะไรก็ทำ โดยไม่คำนึงถึงว่าการกระทำนั้นๆ จะนำมาซึ่งความ เลื่อมเสียหรือไม่อย่างไร ซึ่งก็คล้ายๆ กับเดรัจฉานนั่นเอง

มนุษย์เป็นมนุษย์ได้เพราะมีศีลมีธรรม มีระเบียบมีวินัย ผู้ใดก็ตาม ถึงแม้จะมีรูปร่างเป็น มนุษย์ แต่ถ้าจิตใจขาดศีลขาดธรรม ขาดวินัย ก็ไม่ต่างกับเดรัจฉาน นึกอยากจะทำอะไร ก็ทำตามอำเภอใจ จะสร้างความเดือดร้อน เบียดเบียนผู้อื่นสักเท่าไร ก็ไม่สนใจ จึงควร ทำความเข้าใจว่า ถึงแม้จะเกิดมามีรูปร่างเป็นมนุษย์ แต่ไม่ได้หมายความว่า จะเป็นมนุษย์ เสมอไป ถ้าต้องการจะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ก็ต้องมีศีล ๕ เป็นอย่างน้อย และปฏิบัติ ตามกฎ ตามระเบียบที่ดีที่งาม เพราะถ้าไม่มีศีล ๕ แล้ว จิตก็จะตกลงไปสู่ที่ต่ำ เป็นจิต ของเดรัจฉาน ของเปรต ของอสุรกาย ของสัตว์นรก ถ้าต้องการที่จะรักษาความเป็น มนุษย์ รักษาความเป็นผู้ประเสริฐ เป็นคนดี ก็ต้องรักษาศีลทั้ง ๕ ข้อไว้ให้ดี คือ ต้องละ เว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ละเว้นจากการลักทรัพย์ ละเว้นจากการประพฤตินิโคตประเวณี ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ และละเว้นจากการเสพสุรายาเมา ถ้ารักษาศีลทั้ง ๕ ข้อนี้ได้ แล้ว ถือได้ว่าเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือเป็นมนุษย์ทั้งกาย และเป็นมนุษย์ทั้งใจ และเมื่อ ถึงเวลาที่ร่างกายนี้จะแตกดับจะสลายไป ใจก็ยังรักษาความเป็นมนุษย์ได้อยู่ ใจที่รักษา ความเป็นมนุษย์ได้ ก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก แต่ถ้าไม่สามารถรักษาความเป็น มนุษย์ได้ ก็จะต้องไปเกิดในอบาย ภูมิใดภูมิหนึ่ง ขึ้นอยู่กับศีลที่ขาดไปนั้น มีมากน้อย แค่ไหน

จึงขอให้พวกเราทั้งหลายจงเชื่อ**เวรเชื่อกรรม** นี้เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาเลยก็ว่าได้ ที่สอนเกี่ยวกับเรื่องเวรเรื่องกรรม กรรมคือการกระทำของเราในปัจจุบันนี้ และในอดีตที่ ผ่านมา เมื่อทำไปแล้วก็จะมีผล คือวิบากตามมา ผลจะดีจะชั่ว จะสุขจะเจริญ จะทุกข์จะ เลื่อม จะเกิดในสุคติหรือจะเกิดในอบาย ก็ขึ้นอยู่กับกรรมที่เราทำกันไว้ ทั้งในปัจจุบัน และในอดีตที่ผ่านมา เพราะกรรมที่ทำไว้ในอดีต อาจะยังไม่มีโอกาสได้ส่งผล เพราะยัง ไม่สุกงอมพอ เมื่อถึงเวลาถึงกาลของเขา ก็จะส่งผลตามมา ถ้าทำดี รักษาศีลรักษาธรรม ไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีแต่ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความเมตตากรุณา มีจิตที่สงบระงับ ดับ กิเลสและตัณหาอยู่เสมอๆ ไม่ปล่อยให้ใจถูกอำนาจของกิเลสตัณหาครอบงำพาไป ก็

เป็นจิตที่ดี เมื่อตายไปก็จะได้ไปสู่สุคติ คือจะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก หรือไม่เช่นนั้น ก็จะได้เป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นพระอริยบุคคลอย่างพระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านเหล่านี้ล้วนทำแต่สิ่งที่ดีที่งามทั้งสิ้น ท่านมีความเชื่อในกรรม ท่านรู้ว่า ท่านเห็นว่า ทำดียอมได้ดี ทำชั่วยอมได้ชั่ว นี่เป็นหลักตายตัว จะเชื่อหรือไม่เชื่อก็ตาม ก็ไม่สามารถปฏิเสธ**หลักการ** **สัมมัชฌธรรม**ความจริงอันนี้ได้ เมื่อได้ทำกรรมอันใดไว้แล้ว ไม่ว่าจะดีหรือชั่ว จะต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น เราจึงไม่ควรประมาทในเรื่องกรรมเป็นอันขาด ควรเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ขอให้เชื่อพระพุทธเจ้าเหมือนกับเชื่อบิดามารดาของเรา ที่สอนเราด้วยความเมตตา ด้วยความกรุณา ด้วยความปรารถนาดี ต้องการให้เรามีความสุข มีแต่ความเจริญรุ่งเรือง

ฉันใดพระพุทธเจ้าก็เปรียบเหมือนกับเป็นบิดามารดาของพวกเรา พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้พวกเราทำความดี ไม่ให้ทำความชั่ว ให้ละกิเลสทั้งหลาย คือความโลภ ความโกรธ ความหลงให้ออกไปจากจิตจากใจ เพราะเมื่อทำไปแล้ว จะนำมาซึ่งความสุข และความเจริญอย่างแท้จริง พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติมาแล้ว ได้เห็นผลมาแล้วอย่างประจักษ์ ไม่สงสัยเลย จึงได้นำมาประกาศสอนให้กับพวกเราทั้งหลาย ผู้ใดที่มีความศรัทธา มีความเชื่อแล้ว ผู้นั้นยอมจะได้รับประโยชน์โดยถ่ายเดียว จะไม่มีโทษตามมาเลย ถึงแม้ว่าเราจะไม่สามารถเห็นถึงอดีตชาติที่ผ่านมา หรืออนาคตชาติที่จะตามมา ก็ตาม แต่อย่างน้อยที่สุด ในปัจจุบัน เราก็เห็นกันแล้วว่า คนที่ทำดี มีศีลมีธรรม ย่อมอยู่ด้วยความสงบร่มเย็นเป็นสุข ไม่มีทุกข์ไม่มีภัย ไม่มีความเสี่ยงเสียดังตามมา

อย่างน้อยที่สุดก็ขอให้เรามองปัจจุบันชาตินี้ และเชื่อในการทำความดี ถึงแม้ว่าการทำความดีของเรา จะไม่ทำให้เรา ร่ำรวยหรือเจริญด้วยยศถาบรรดาศักดิ์อย่างรวดเร็ว แต่ขอให้ทำความเข้าใจว่า ความร่ำรวยก็ดี ยศถาบรรดาศักดิ์ก็ดี ไม่ใช่สรณะ ที่พึงพอใจ เพราะไม่สามารถดับทุกข์ ดับความกังวลใจได้ แต่ความดีต่างหาก ถ้าทำไปแล้วจะทำให้จิตของเรามีแต่ความสงบ มีแต่ความสุข มีแต่ความสบายใจ เพราะนี่คือธรรมชาติของ ความดีกับใจ เปรียบเหมือนกับอาหารกับร่างกาย เวลารับประทานอาหารเข้าไปในร่างกาย ก็จะทำให้ร่างกายมีความอิมหนำสำราญ สบายกายสบายใจตามมาด้วย ซึ่งต่างกับยาพิษ ที่

รับประทานเข้าไปแล้ว ก็จะต้องไปทำลายร่างกาย ฉันทไฉนการกระทำความชั่ว ก็เปรียบ
เหมือนกับยาพิษ ที่จะสร้างความวุ่นวาย สร้างความทุกข์ให้กับเรา สังเกตดู คนที่ทำบาป
ทำกรรม จะไม่ค่อยมีความสุขเลย มีแต่ความวุ่นวาย มีแต่ความทุกข์ มีแต่ความเสื่อม
เสียตามมา นี่เป็นเหตุ เป็นผล ที่เราเห็นได้ในปัจจุบันชาตินี้ เหตุผลก็คือกรรมและวิบาก
นั่นเอง

ถ้าพวกเราปรารถนาความสุขและความเจริญ เราก็จะต้องทำแต่ความดี ถ้าไม่ต้องการ
ความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ความหายนะทั้งหลาย ก็จะต้องละเว้นจากการกระทำบาป
การกระทำความชั่วทั้งหลาย แล้วชีวิตของเราจะดำเนินไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม มีแต่
ความสุขความเจริญ ขอให้เราประพฤติปฏิบัติ ตามธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า ซึ่งเปรียบ
เหมือนกับพระศาสดาแทนพระพุทธองค์ ถ้าเราปฏิบัติตามธรรมวินัย ก็ถือว่าเราปฏิบัติ
ตามพระพุทธเจ้า ถ้าเราปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า ก็ถือว่าได้บูชาพระพุทธเจ้า เมื่อได้บูชา
แล้ว สิ่งที่เราหวังได้ก็คือ ความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิตที่จะตามมา ดังในพระบาลีที่แสดงไว้
ว่า **บูชา จ บูชานียานัง เอตัมมังคลมุตตมัม** การบูชาบุคคลที่สมควรแก่การบูชา เป็น
มงคลอย่างยิ่งแก่ชีวิต จึงขอฝากเรื่องราวเหล่านี้ให้ท่านทั้งหลายนำไปพิจารณา และ
ปฏิบัติ เพื่อความเป็นสิริมงคลต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้