

กำลังใจ ๙

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

คำนำ

กัณฑ์ที่	หน้า
๑๓๖ ทำดี ละชั่ว	5
๑๓๗ การบวช	13
๑๓๘ เห็นทุกข์เป็นสุข	22
๑๓๙ กำลังทำอะไรอยู่	31
๑๔๐ ชัมมานุสติ	39
๑๔๑ ทำบุญ	47
๑๔๒ สะสมบารมี	56
๑๔๓ ความเห็นที่ถูกต้อง	65
๑๔๔ บริโภคนิยม	74
๑๔๕ ชัดเกลาลิขิตใจ	82

คำนำ

การเข้าถึงธรรมหรือสัจธรรมของชีวิต อาจทำได้ง่าย ถ้าเราหมั่นฝึกฝนการฟังการคิดและการปฏิบัติ ให้อยู่ในหลักคำสอนขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้า จากการที่ได้ยินได้อ่านเรื่องราวของธรรมะอยู่บ่อยๆ และใช้การพิจารณาไตร่ตรองในหลายๆเรื่อง ให้เข้ากับของจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของเรา เมื่อฟังคิดอ่านแล้ว ก็ต้องลงมือทำนั่นเอง จริงๆแล้ว เรื่องของธรรมะเป็นเรื่องของธรรมชาติ เป็นเรื่องราวที่มีอยู่ในโลกนี้มานานแล้ว และทุกคนก็ได้ประสบพบเห็นเหตุการณ์ต่างๆเหมือนกัน ช้ำชาก วนเวียน เรื่องเก่าเล่าใหม่ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ชีวิตขึ้นลง บอบบาทปรับเปลี่ยน แต่ทำไมทุกข์ยังเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ในวัฏวนของโลกเรา呢 หรือเป็นเพราะธรรมะยังห่างไกล จากจิตใจเราอย่างนั้นหรือ

ธรรมชาติก็อยู่ใกล้รอบๆตัวเรา สัมผัสได้อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก แต่ทำไมใจจึงดูเหมือนเข้าไม่ถึงธรรมะได้ยากเหลือเกิน ทั้งๆที่ถ้าเข้าใจมันแล้ว มันก็เป็นทั้งหมดของชีวิตจิตใจเราด้วยซ้ำ ใจที่พูดนี้คงเป็นใจที่ขาด “กำลัง” เป็นใจที่หลงผิด ติดอยู่ในโลกสมมุติ และไม่พยายามที่จะหาที่พึ่ง ที่จะตั้งใจให้ออกจากความยึดมั่นที่ผิดๆนี้ได้ ถ้าคิดถูก เข้าใจถูก ปฏิบัติถูก เราก็จะรู้ว่าที่แท้จริง ใจมีที่พึ่งที่ดีที่สุด คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่บังเกิดขึ้นในใจของผู้ปฏิบัตินั่นเอง เป็นที่พึ่ง เป็นหลักชัยของผู้ที่ชนะใจตนเอง เป็นกำลังเสริมให้ใจมีเร็ววามมีแรง จะต่อสู้กับอวิชชา ตัณหา ความมืดบอดได้

เพราะจิตที่มีกำลังเข้าถึงพุทธคุณ ย่อมก่อให้เกิดแสงสว่างและปัญญา จิตที่ลิ้มรสพระธรรม ช่วยเสริมสร้างรากฐานที่แข็งแกร่งของสมาธิ และจิตที่ระลึกถึง เคารพ บูชา พระอริยสงฆ์และอริยบุคคล ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นแบบอย่างผู้ทรงศีลอย่างเคร่งครัด ช่วยให้เกิดศรัทธาและยึดมั่นในศีลได้อย่างถาวร พระรัตนตรัยของชาวพุทธ จึงเป็นกำลังสำคัญ ที่ทำให้เราเข้าใจธรรมชาติของใจ และใจจึงได้รับประโยชน์ที่แท้จริงของการดำรงชีวิต ที่กายและใจมีใช้สิ่งเดียวกัน แต่อยู่กันได้อย่างสันติสุข เมื่อใจเข้าถึงธรรมะ ใจก็ปราศจากทุกข์ กายก็พลอยได้รับความสบายไปด้วย ชีวิตที่มีธรรมะหล่อหลอมจิต

จึงเป็นชีวิตที่ธรรมดา เป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ ไม่ยุ่งยาก ไมุ่่นวาย ไม่เรียกร้อง
เรียบง่าย รักสงบเมื่อนั้นเราจะเข้าถึงความเป็นธรรมดา ที่ความไม่มีอะไรเลยเป็นบรมสุข

คณะผู้จัดทำ

กรกฎาคม ๒๕๕๗

กัณฑ์ที่ ๑๓๖ ทำดี ละชั่ว

๑๔ ตุลาคม ๒๕๔๕

เหลือเวลาอีกประมาณ ๗ วันก็จะเป็นวันออกพรรษา แสดงว่าเวลา ๓ เดือน ที่พวกเราทั้งหลายได้มาร่วมกัน ประกอบคุณงามความดี ก็จะหมดไป ตลอดเวลา ๓ เดือนที่ผ่านมา เราได้กระทำในสิ่งที่ได้ตั้งใจกระทำกันหรือไม่ มากน้อยเพียงใด เพราะการกระทำของเรา เป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งผล ที่เราปรารถนาหรือไม่ปรารถนา กัน เพราะการกระทำมีทั้งที่เป็นคุณและที่เป็นโทษ ในตลอดเวลา ๓ เดือน พวกเราทุกคนก็ตั้งใจมากกระทำในสิ่งที่ เป็นคุณ และละในสิ่งที่ เป็นโทษ เราได้ทำกันมากน้อยแค่ไหนแล้ว เพราะว่าเวลาก็ผ่านไป แล้วและก็จะไม่กลับมาอีก ถ้ามีแต่ความตั้งใจ ที่จะทำแต่สิ่งที่ เป็นคุณ และละการกระทำที่เป็นโทษ โดยไม่ได้ทำตามที่ตั้งใจไว้ ผลที่ต้องการก็จะไม่ปรากฏขึ้นมา เราจึงต้องคอยสังเกตดูการกระทำของเราเป็นหลัก ถึงแม้จะมีความตั้งใจเป็นผู้นำหน้า แต่ถ้ามีแต่ความตั้งใจ ไม่มีการปฏิบัติตาม ผลที่ปรารถนาก็จะไม่ปรากฏขึ้นมา

ในขณะที่เวลาของพรรษานี้ใกล้จะหมดไป จึงควรมานั่งทบทวนดูว่าตลอดเวลาเกือบ ๓ เดือนที่ผ่านมา เราได้กระทำในสิ่งที่ เป็นคุณ เป็นประโยชน์ และได้ละการกระทำที่เป็นโทษกับเรามากน้อยแค่ไหน ถ้ายังไม่ได้ทำตามความตั้งใจไว้ ก็ไม่ต้องกังวล เพราะยังมีเวลาเหลืออยู่ นอกจากในพรรษาแล้ว เวลาออกพรรษาก็ยังปฏิบัติได้ ยังทำได้ ไม่จำเป็นจะต้องรอเวลาเข้าพรรษาถึงจะมาปฏิบัติกัน ตราบใดที่ยังมีลมหายใจเข้าออกอยู่ เรายังปฏิบัติได้ ยังทำความดีกันได้ ยังละการทำความชั่ว ละการกระทำบาปได้ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับเวลาเข้าพรรษาเพียงอย่างเดียว ตราบใดที่ยังมีเวลาอยู่ เรายังทำได้ ไม่จำเป็นจะต้องเป็นเวลาหนึ่งเวลาใด จะในพรรษาหรือออกพรรษา ก็ยังสามารถปฏิบัติได้ จะปฏิบัติตอนไหนของวันก็ปฏิบัติได้ ยามเช้าก็ปฏิบัติได้ กลางวันก็ปฏิบัติได้ ยามเย็นยามค่ำก็ปฏิบัติได้ ข้อสำคัญอยู่ที่ จะปฏิบัติหรือไม่เท่านั้นเอง ถ้ามีสติคอยดู คอยควบคุมการกระทำของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งความคิดของเรา เตือนสติให้เราปฏิบัติ ให้เราทำในสิ่งที่

ดี ละในการกระทำที่ไม่ได้อยู่เรื่อยๆแล้ว ก็ถือว่าได้ปฏิบัติแล้ว แต่ถ้าไม่สนใจ ไม่ใส่ใจ วันหนึ่งๆปล่อยให้เรื่องราวอย่างอื่น มาชักจูงพาไปทำโน่นทำนี่ ก็จะลืมเรื่องการปฏิบัติธรรมไปได้

เราจึงควรระลึกอยู่เสมอว่า หน้าที่ที่แท้จริงของเรา สิ่งที่เราควรจะทำที่เป็นคุณและเป็นประโยชน์กับเรานั้น ก็คือ**การทำความดี** และ **ละการทำความชั่ว** เพราะมี ๒ สิ่งนี้เท่านั้นแหละ ที่จะมีผลมากกับจิตใจของเรา มากกว่าอย่างอื่นทั้งหลายในโลกนี้ มี ๒ สิ่งนี้เท่านั้นแหละ ที่มีผลกระทบกับจิตใจของเรามาก เราจะมีความสุข มีความเจริญมากน้อยแค่ไหน ก็ขึ้นอยู่กับคุณงามความดี ที่เราสร้างสะสมไว้ในใจของเรา เราจะไม่มีความทุกข์ ไม่มีความเดือดร้อน ความเสื่อมเสีย ก็ขึ้นอยู่กับการละความชั่ว ละบาปทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจของเรา ให้ลดน้อยถอยลงไป มี ๒ สิ่งนี้เท่านั้นแหละ ที่มีผลกับชีวิตของเรา มาก มากกว่าสิ่งอื่นๆ ใดในโลก แต่เราอาจจะไม่รู้กัน เพราะเราไม่ค่อยสังเกตกัน ไม่ศึกษา ไม่เคยได้ยิน ได้ฟัง พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราจึงไปเห็นสิ่งที่ไม่มีคุณ มีประโยชน์ มีแต่โทษกับตัวเรา เป็นสิ่งสำคัญ คือการสะสม **ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** เราคิดว่าถ้ามีสิ่งเหล่านี้มากๆแล้ว เราจะมีความสุข ความเจริญกัน แต่ความจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ให้ความสุข ความเจริญกับเรา อย่างมากก็แค่ทำนุบำรุงรักษาชีวิตร่างกายของเรา ให้เป็นไปด้วยความสะดวกสบาย แต่จะไม่สามารถดูแลรักษาจิตใจของเราให้มีความสุข ไม่ให้มีความทุกข์ได้ สิ่งที่จะดูแลรักษาใจเราให้มีความสุข และไม่มี ความทุกข์นั้น ก็คือ**การทำความดี** และ**ละการทำความชั่ว** การกระทำบาป

ดังนั้นหน้าที่ที่แท้จริงของพวกเราทุกคน ผู้ปรารถนาความสุขและความเจริญ ผู้ไม่ปรารถนาความทุกข์ความเสื่อมเสียทั้งหลาย ก็คือ**การทำความดี** และ**การละการทำความชั่ว**ทั้งหลาย ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้เป็น ๔ ลักษณะด้วยกัน คือ ๑. ให้สร้างคุณงามความดี บุญกุศลที่ยังไม่มีในตัวเราให้เกิดขึ้นมา ๒. ให้รักษาคุณงามความดี บุญกุศลที่มีอยู่ในตัวของเราแล้วไม่ให้เสื่อมหายไป ๓. ให้ละการกระทำบาป การทำความชั่ว ความเลวทรามทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจให้ลดน้อยถอยลงไป จนหมดสิ้นไป ๔. ป้องกันไม่ให้บาปกรรมความชั่วที่ได้ละแล้ว ให้ฟื้นคืนกลับมาสู่จิตใจอีก

นี่คือหน้าที่หลักของพวกเรา เพราะอะไรจึงว่าเป็นหน้าที่หลัก เพราะการกระทำทั้ง ๔ ประการนี้ จะเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคล ความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงนั่นเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่พวกเราทุกคนปรารถนา กัน ไม่ใช่หรือ ผลเป็นสิ่งที่ตามมาจากการกระทำ เราจึงต้องมุ่งไปที่เหตุ ก็คือการกระทำ เมื่อได้กระทำแล้ว ผลที่ต้องการก็จะปรากฏขึ้นมา ตามลำดับแห่งการกระทำ จึงควรพิจารณาดูว่า เราได้ทำในสิ่งที่ควรกระทำ และละในสิ่งที่ควรละแล้วหรือยัง ถ้ายังไม่ได้ทำ ยังไม่ได้ละ ก็ควรรีบทำกัน เพราะวันเวลาจะค่อยๆหมดไปๆ ผ่านไปๆ เราไม่อยู่ไปตลอด ชีวิตของเรามีขอบมีเขต ลั้นหรือยาวก็ไม่แน่นอน ไม่เหมือนกัน ไม่เท่ากัน ทุกคน บางคนมีอายุยืนยาวนาน บางคนมีอายุไม่ยาวนาน จึงควรมองชีวิตว่าเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน ไม่มีใครสามารถกำหนดวันตายได้ วันเกิดเรายังพอกำหนดกันได้ แต่วันตายเรากำหนดกันไม่ได้ ไม่รู้ว่าจะตายวันนี้พรุ่งนี้ หรือจะตายอีก ๒๐ ปี ๓๐ ปี ๔๐ ปี ข้างหน้า

พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เจริญมรณานุสติอยู่เสมอ ให้คิดว่าเราอาจจะตายในอีกไม่กี่นาทีข้างหน้าก็ได้ ถ้าคิดอย่างนี้แล้ว เราจะมีความกระตือรือร้นที่จะกระทำแต่สิ่งที่ดี ที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ และละการกระทำบาปกรรม ความชั่วที่เป็นโทษกับเรา แต่ถ้าไม่คิดอย่างนี้อย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง เราก็จะลึ้ม แล้วก็คิดว่าเราจะอยู่ไปอีกนาน เมื่อคิดว่าจะอยู่ไปอีกนาน ก็จะคอยผัดวันประกันพรุ่ง เรื่องการทำความดี เรื่องการละความชั่วนั้น ก็จะไม่ค่อยทำกัน เพราะเหตุใด เพราะว่าใจถูกกิเลสตัณหาโมหะอวิชชาครอบงำอยู่ คอยขัดขวาง คอยห้ามปรามไม่ให้กระทำความดีละความชั่วนั้น เราจึงต้องเอาธรรมะของพระพุทธเจ้าเข้ามาปราบพวกกิเลสตัณหาทั้งหลาย ไม่มีธรรมะอะไรจะดีเท่ากับการเจริญมรณานุสติ คือการระลึกถึงความตายอยู่อย่างต่อเนื่อง อย่างสม่ำเสมอ เพราะถ้ามีความรู้สึกว่าจะต้องตายแล้ว เราจะเกิดความกระตือรือร้น จะเริ่มเห็นว่าจะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษกับเราอย่างแท้จริง

ถ้าไม่มีมรณานุสติ เราก็จะไปหลงติดอยู่กับสิ่งที่ไม่ดี ไม่มีคุณ ไม่มีประโยชน์ เช่นพวก **ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** ทั้งหลาย แต่ถ้ารู้ว่าจะต้องตายไปในชั่วแวบหนึ่งนี้ เราจะเริ่มเห็นเลยว่า

สิ่งเหล่านี้เราไม่สามารถพึ่งได้ เวลาคนตายไปนั้น สิ่งที่จะเอาไปได้ ก็มีแต่บุญกับบาป เท่านั้นแหละ ที่จะเอาไปได้ ถ้ามีบุญพาไปก็จะไปดี ไปสู่**สุคติ** ไปด้วยความสุขด้วยความสบายใจ แต่ถ้ามีบาปพาไป ก็จะไปด้วยความวุ่นวายใจ ด้วยความทุกข์ ก็จะไม่ดี ไปสู่**ทุคติ** ไปสู่**อบาย** นี่แหละคือสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับเราต่อไป ในอนาคตอันใกล้หรือไกล ไม่มีใครรู้ เมื่อไม่รู้ว่าจะใกล้หรือไกล เราจึงควรคิดว่าใกล้จะดีกว่า เพราะคนที่คิดแบบนี้ ถือว่าเป็นคนไม่ประมาท เมื่อคิดว่าเวลาเหลือน้อย เราก็ต้องรีบชวนชวายนสร้างบุญกัน ต้องรีบชวนชวายชำระบาปกัน แต่ถ้าไปคิดว่าวันตายของเรายังอยู่อีกไกล ยังอยู่อีกหลายสิบปี ก็จะไม่ทำให้เกิดความกระตือรือร้น ไม่คิดที่จะกระทำความบุญและละบาปกัน เมื่อเป็นเช่นนั้น เกิดมีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดปรากฏขึ้นมา ต้องตายไปในวันพรุ่งนี้ หรือในชั่วโมงหน้านี้ โอกาสดีที่จะได้สะสมบุญและกุศล ชำระบาปทั้งหลาย ก็จะหมดไป แล้วก็จะมาเสียใจภายหลัง เพราะจะต้องไปใช้เวรใช้กรรม ในเมื่อไม่ได้ทำบุญทำกุศล ไม่ได้ละการกระทำความบาปทำกรรม แล้วจะไปแสวงบุญได้อย่างไร จะหนีจากบาปจากกรรมได้อย่างไร ในเมื่อชีวิตของเราทุกๆวัน มีแต่สะสมบาปกรรมอยู่ตลอดเวลา ถ้าเป็นเช่นนั้นแล้ว เมื่อถึงเวลาที่จะต้องเดินทางไปข้างหน้า ก็จะไปด้วยความทุกข์ ไปด้วยความวุ่นวายใจ ไปสู่ที่ไม่ดีต่อไป

พระพุทธเจ้าจึงสอนพวกเราชาวพุทธ ให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท จงระลึกถึงความตายอยู่เสมอๆ พระพุทธเจ้าได้ทรงถามพระอานนท์ว่า อานนท์วันหนึ่งๆ เธอระลึกถึงความตายสักกี่ครั้ง พระอานนท์ก็กราบทูลพระพุทธเจ้าว่า ระลึกตอนเช้าบ้าง ตอนกลางวันบ้าง ตอนเย็น ตอนกลางคืนบ้าง พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า อานนท์เธอยังตั้งอยู่ในความประมาทอยู่ ถ้าเธอระลึกถึงความตายเพียงไม่กี่ครั้งต่อวันหนึ่ง ถ้าเธอไม่ประมาทแล้ว เธอต้องระลึกถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออกเลยทีเดียว จึงจะถือว่าไม่ประมาท คือเวลาหายใจเข้าก็ระลึกว่า เมื่อหายใจเข้าแล้ว ถ้าไม่หายใจออก เราก็ตาย ถ้าหายใจออกไปแล้ว ไม่หายใจเข้า เราก็ตายเช่นกัน ขอให้พวกเราทุกคนอย่าไปกลัวความตาย เพราะความตายเป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องปกติ และสิ่งที่ตายก็ไม่ใช่ว่าตัวตนอะไรทั้งสิ้น คือเราไม่รู้หรือกว่าธรรมชาติที่แท้จริงของร่างกายนี้ ไม่มีตัวไม่มีตน แต่เพราะใจมีความหลง มีความมืดบอด ครอบงำอยู่ เมื่อมาครอบครองร่างกายนี้ ก็เกิดความหลง เกิดความคิดว่า

ร่างกายนี้เป็นเรา เป็นตัวของเรา และเมื่อคิดว่าร่างกายนี้จะต้องแตกสลาย ต้องดับไป ก็
จะเกิดความกลัว เกิดความเศร้าโศกเสียใจ เกิดความทุกข์ขึ้นมา เพราะอำนาจของความ
หลง

แต่ถ้าได้ศึกษาปฏิบัติธรรมแล้ว เราจะเห็นว่าร่างกายกับใจ เป็นคนละส่วนกัน ร่างกาย
เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากอาหารที่เรารับประทานเข้าไป อาหารนี้ก็มาจาก **ดิน น้ำ ลม ไฟ**
กับข้าวกับปลาอาหารทุกชนิด ต้องมาจากดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้งสิ้น ข้าวก็ต้องปลูกในดิน
ต้องมีน้ำ ต้องมีแดด ต้องมีอากาศ ข้าวจึงจะโตได้ เมื่อรับประทานข้าวปลาอาหารเข้าไป
ก็จะแปลงสภาพ กลายเป็นอาการ ๓๒ มี **ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก** เป็น
ต้น เมื่อร่างกายเจริญไปถึงที่สุดแล้ว ก็จะเริ่มเสื่อมลง คนเราเมื่อเข้าสู่วัยกลางคน อายุ
ประมาณสัก ๔๐ ก็จะเริ่มแก่ชราลงไป ไม่หนุ่ม ไม่สาวเหมือนคนอายุ ๒๐ - ๓๐ ปี เพราะ
ยังเป็นวัยเจริญอยู่ แต่พอพ้นวัย ๔๐ ไปแล้ว ก็จะเริ่มเสื่อมลงไปเรื่อยๆ เข้าสู่ ๕๐ - ๖๐
ปี ก็จะแก่ ๗๐ - ๘๐ ปี ก็จะเริ่มทำอะไรไม่ไหว และในที่สุด ๙๐ หรือ ๑๐๐ ปีก็ต้องมี
แต่นอนอย่างเดียว นอนหายใจเข้า หายใจออก แล้วในที่สุดก็จะไม่หายใจเข้า หายใจ
ออก เราก็เรียกว่าตาย ก็จบกัน

นี่คือธรรมชาติของร่างกายนี้ จึงควรพิจารณาอยู่เรื่อยๆ พิจารณาตามแนวทางที่ได้สอนไว้
แล้วจะได้เกิดปัญญาขึ้นมา จะเริ่มเห็นว่า **ผู้ที่พิจารณาคือใจ และผู้ถูกพิจารณาคือกายนี้**
เป็นคนละส่วนกัน ใจเป็นผู้รู้ ใจรู้กาย แต่ใจมีความหลงครอบงำอยู่ เลยรู้ผิดไป แทนที่
จะรู้ว่าไม่ใช่ตัวตน กลับไปรู้ไปเห็นว่าเป็นตัวตน เมื่อรู้เมื่อเห็นว่าเป็นตัวเป็นตน และเมื่อ
เกิดร่างกายนี้จะต้องตายไป ใจก็เกิดความไม่ไหวหวั่นเกิดความกลัวขึ้นมา คิดว่าเมื่อ
ร่างกายตายไป ใจก็ต้องตายไปด้วย แต่ความจริงแล้ว **ใจนี้เป็นธรรมชาติที่ไม่เกิด ไม่**
ดับ ไม่ตาย มีแต่รู้้อย่างนั้น นี่คือธรรมชาติของใจ เมื่อกายดับสลายไป ใจก็ต้องแยก
ออกจากร่างกาย ร่างกายก็เปรียบเหมือนกับบ้าน ถ้าบ้านเกิดพังขึ้นมา ไฟไหม้ขึ้นมา คน
ที่อยู่ในบ้านก็อยู่ในบ้านไม่ได้ ก็ต้องย้ายบ้าน ต้องหาบ้านใหม่อยู่ จะไปหาบ้านใหม่อยู่ ก็
ขึ้นอยู่กับเงินในกระเป๋า ว่ามีมากน้อยแค่ไหน ถ้ามีเงินมาก ก็สามารถไปหาซื้อบ้านใหม่ๆ

สวยๆอยู่ได้ แต่ถ้าไม่มีเงิน ก็อาจจะต้องไปอาศัยวัดอยู่ หรือไปนอนตามข้างถนน ตามใต้สะพาน เพราะไม่ได้สะสมเงินไว้นั่นเอง

ใจของเราก็เป็นเช่นนั้น ในขณะที่มีชีวิตอยู่ในขณะนี้ แทนที่จะสะสมบุญกุศล ซึ่งเปรียบเหมือนกับเงินของใจ ที่ใจจะเอาไปซื้อบ้านใหม่ที่สวยๆได้ แต่กลับไม่สนใจสร้างบุญสร้างกุศลกัน กลับไปสร้างลาภ ยศ สรรเสริญ สุขกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ใจไม่สามารถนำเอาติดตัวไปได้ เมื่อจะต้องย้ายออกจากร่างกายนี้ เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็จะไปแบบขอทาน ไปแบบเปเรต ไปแบบเดรัจฉาน ไปแบบบอสุรกาย หรือไปแบบสัตว์นรก แต่ถ้าได้สะสมบุญกุศล กระทำแต่ความดี ละการกระทำบาปกรรมทั้งหลายอย่างต่อเนื่อง อย่างสม่ำเสมอ เวลาต้องจากร่างกายนี้ไป ก็จะไปดีเพราะมีเงินติดตัวไป ก็จะไปเกิดเป็นมนุษย์อีก เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอริยเจ้าทั้งหลาย

นี่แหละคือเรื่องราวของใจและกาย เป็นสิ่งที่เราไม่ค่อยให้ความสนใจกันเท่าไร เพราะกิเลส ตัณหา โมหะ อวิชชา ที่มีอยู่ในใจจะพยายามกีดกัน ชัดขวางไม่ให้เราคิด ไม่ให้เราศึกษาเรื่องเหล่านี้ เวลาจะเข้าวัดกันสักครั้ง ก็รู้สึกว่ายากลำบาก แต่เวลาไปเที่ยวกัน รู้สึกว่าง่ายเหลือเกิน ไปดูหนังดูละคร ไปกินเลี้ยง ไปเต้นรำเต้นกานัน แทบจะไม่ต้องมีคนมาเชิญเลย เพียงแต่นึกเท่านั้น ใจก็กระโจนรับความคิดนั้นแล้ว แต่เวลาจะเข้าวัดแต่ละครั้ง หรือเวลาจะฟังเทศน์ฟังธรรม อ่านหนังสือธรรมะแต่ละครั้ง รู้สึกว่ายาก แสนจะลำบาก รู้สึกว่ามีอุปสรรคมากมายก่ายกอง นี่ก็เป็นเพราะว่ามีอุปสรรคอยู่ในใจของเรานั่นเอง ไม่ใช่อะไร เราจึงต้องแก้ไขปัญหานี้ ด้วยการทำความเข้าใจว่า การเข้าวัด การศึกษาธรรมะ การฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นสิ่งที่ดี เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับตัวเรา เป็นเหมือนเพชรนิลจินดาเลยทีเดียว ส่วนการไปเที่ยวนั้น ก็เหมือนกับการเสพยาเสพติด

รู้ไหมว่าเวลาเสพยาเสพติดเข้าไปแล้ว เป็นอย่างไร ก็ต้องกลายเป็นทาสของยาเสพติด ถ้าติดการเที่ยวเตร่อยู้อย่างต่อเนื่องแล้ว ก็จะกลายเป็นทาสของการเที่ยวเตร่ ไม่มีที่สิ้นสุด และการเที่ยวเตร่ก็ไม่ได้ทำให้เราดีขึ้น ไม่ได้ทำให้เกิดความอิ่ม เกิดความพอ แต่กลับสร้างความหิว ความอยากไม่รู้จักจบจักสิ้น ถ้าคิดอย่างนี้ได้แล้ว ทุกครั้งที่อยากจะไป

เที่ยว ไปกินเหล้าเมายา ไปทำบาปทำกรรม ก็จะได้รู้จักหักห้ามจิตใจ ว่ากำลังวิ่งเข้ากองเพลิง กำลังจะกลายเป็นทาสของยาเสพติด ถ้าคิดอย่างนี้ได้ เราก็จะผิมนได้ ส่วนการเข้าวัด การฟังเทศน์ฟังธรรม การศึกษาธรรมเปรียบเหมือนกับการได้รับประทานยา ที่มีคุณค่ากับร่างกาย มีคุณค่ากับชีวิตจิตใจ เพราะใจยังมีโรคอยู่ นั่นก็คือโรคของความทุกข์ ของความว้าวุ่นขุ่นมัว ของความเศร้าโศกเสียใจ แต่ความทุกข์เหล่านี้ เราสามารถระงับดับได้ด้วยธรรมโอสธ คือธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ให้เราศึกษาและปฏิบัติกัน

ถ้าได้ศึกษาธรรมะและปฏิบัติธรรมมากขึ้นไปเรื่อยๆ ใจก็จะมี ความทุกข์ มีความเศร้าโศกเสียใจ น้อยลงไปตามลำดับ อย่างวันนี้เราได้ยินได้ฟังแล้วว่า ร่างกายของเราก็ดี ของผู้อื่นก็ดี ล้วนไม่มีตัวตน ถ้าสามารถปฏิบัติจนเห็นตามความเป็นจริงแล้ว ต่อไปเวลา ร่างกายของใครจะเกิดการชำรุดทรุดโทรม เกิดการเสื่อมสลายตายดับไป ก็จะไม่เกิดความเศร้าโศกเสียใจอะไร เพราะรู้ว่าไม่มีใครตาย เหมือนกับรถยนต์คันหนึ่ง เมื่อรถยนต์เสีย ก็ทิ้งไป ส่วนเจ้าของรถยนต์ก็ต้องเดินทางต่อไป จะไปสูงหรือไปต่ำ ไปดีหรือไปชั่ว ก็ไม่อยู่ในวิสัยของเรา ที่จะไปทำอะไรให้กับเขาได้ เพราะเป็นเรื่องเฉพาะตนที่เรียกว่า **อัตตา หิ อัตตโน นาโถ** **ตนเป็นที่พึ่งของตน** ใครทำความดี ก็มีความดีเป็นที่พึ่ง ใครทำบาปกรรม ก็มีบาปกรรมเป็นที่พึ่ง สิ่งที่จะช่วยกันได้ ก็เพียงแต่คอยบอก คอยเตือนกัน คอยชวนกัน ให้มาทำความดีกัน ให้ละเว้นการกระทำความบาปกรรมกันเท่านั้นแหละ แต่จะเชื่อจะฟังหรือไม่ ก็เป็นเรื่องของแต่ละคน เป็นสิ่งที่บังคับกันไม่ได้ อย่างวันนี้ก็ได้แสดงเรื่องราวเหล่านี้ให้ได้ฟังกัน จะนำไปปฏิบัติกันมากน้อยแค่ไหน หรือไม่ปฏิบัติเลย ก็ไม่มีใครสามารถมาบังคับได้ แต่ต้องจำไว้ล่ะว่า การกระทำนั้น มีผลที่จะตามมา ผลดีหรือชั่ว สุขหรือเจริญ อยู่ที่ตัวของผู้กระทำ อยู่ที่การกระทำ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ไม่มีใครสามารถหยิบยื่นความสุข ความเจริญ สวรรค์ มรรคผล นิพพาน ให้กับใครได้ เราต่างหากที่จะต้องเป็นผู้หยิบยื่นให้กับตัวเราเอง ด้วยการปฏิบัติ คือทำความดี และละการทำความชั่ว ซึ่งเป็นหน้าที่โดยตรงของเรา

จึงขอให้ท่านทั้งหลายจงระลึกอยู่เสมอว่า วันเวลาจะค่อยหมดไปๆ โอกาสที่จะได้ทำความดี ทำประโยชน์ทำความดี โอกาสที่จะได้ละการกระทำความบาปกรรม กระทำความชั่ว ก็จะมี

น้อยลงไปเรื่อยๆ น้อยลงไปเรื่อยๆ แต่ก็ไม่สายเลยทีเดียว เพราะการทำความดีไม่ต้องใช้เวลามาก ถ้าทุ่มเทชีวิตจิตใจให้การกระทำนี้ ดีไม่ดีเพียงไม่กี่เดือนหรือไม่กี่ปี ก็สามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ดังใน**สติปัฏฐาน ๔** พระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เกี่ยวกับการเจริญสติ ในตอนท้ายของพระสูตร ได้ทรงทำนายไว้ว่า ผู้ใดก็ตามถ้าปฏิบัติตามแนวทางนี้แล้ว ก็จะสามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ถ้าช้าก็ ๗ ปี ถ้าเร็วก็ภายใน ๗ วัน เพราะในตัวของเราแต่ละคน มีคุณงามความดีที่ได้สะสมไว้ รออยู่แล้ว รอให้เราเติมให้เต็มเท่านั้นเอง สำหรับคนที่มีอยู่น้อย ก็ต้องใช้เวลามากถึงจะเต็มเต็ม ถ้ามีอยู่มากแล้ว เพียงเติมอีกนิดเดียว ก็เต็ม ใช้เวลาสั้นๆ ก็สามารถบรรลุธรรมได้

จึงขอให้เราอย่าประมาทในตัวเรา อย่าประมาทในบุญกุศลที่ได้สะสมไว้ และอย่าประมาทในเวลา ขอให้รีบใช้เวลาที่มีอยู่นี้ ให้เกิดคุณและประโยชน์อันสูงสุด แล้วการได้มาเกิดเป็นมนุษย์และได้พบพระพุทธศาสนา จะได้ไม่สูญเปล่าไป จึงขอฝากเรื่องราวของการประพฤติปฏิบัติธรรม คือการทำความดี และละการกระทำบาปกรรมทั้งหลาย ให้ท่านนำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง แล้วบุญกุศลและสิ่งที่ดีที่งามทั้งหลาย คือความสุขความเจริญ ความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงย่อมเป็นของท่านอย่างแน่นอน การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๓๗

การบวช

๒๐ ตุลาคม ๒๕๔๕

วันนี้มีพระเป็นจำนวนมาก เนื่องจากมีข้าราชการตำรวจตะเวนชายแดน จำนวน ๕๔ นาย ได้อุปสมบทถวายเป็นพระราชกุศลแด่สมเด็จพระเจ้า อันเป็นกิจกรรมที่ได้ทำมาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่สมเด็จพระเจ้าสุริยวงศาธิบดี การบวชในพระพุทธศาสนา เป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างยิ่ง เป็นกิจกรรมที่มีคุณมีประโยชน์อย่างยิ่ง ทั้งกับตัวเองและกับพระพุทธศาสนา เพราะผู้บวชจะได้รับผลอันประเสริฐจากการบวช ถ้าสามารถปฏิบัติตาม อย่างที่พระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้ปฏิบัติกัน คือบรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นผู้สิ้นกิเลส สิ้นความทุกข์ สิ้นการเวียนว่ายตายเกิด นี่คือนิพพานที่พระพุทธศาสนาสามารถมอบให้กับเราทุกคน ไม่ว่าหญิงหรือชาย จะเป็นนักบวชหรือไม่ก็ตาม สามารถที่จะบรรลุมรรคผลที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้บรรลุล่วง เพียงแต่ถ้าได้บวช โอกาสที่จะได้บรรลุมรรคผลเหล่านี้ ย่อมเป็นไปได้ง่ายสะดวกกว่า เพราะไม่มีภารกิจอย่างอื่นมาคอยห่วงเหนี่ยว คอยถ่วงรั้งไว้ ชีวิตของนักบวชจึงเป็นชีวิต ที่สามารถทุ่มเทชีวิตจิตใจเวลาทั้งหมด ให้กับการปฏิบัติธรรมได้ แต่ถ้าเป็นฆราวาสญาติโยม ยังต้องมีภารกิจเกี่ยวกับครอบครัว เกี่ยวกับการเลี้ยงดูชีวิตของตนเอง เวลาที่จะมาศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงมีน้อย แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าไม่มีสิทธิ์ ที่จะได้รับผลอันประเสริฐจากพระพุทธศาสนา ถ้าสามารถศึกษาและปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงวางไว้ ก็สามารถบรรลุมรรค ผล นิพพาน ได้เช่นเดียวกับนักบวช

ในทางตรงกันข้าม ถ้าได้บวชแล้วแต่ไม่สนใจศึกษาปฏิบัติธรรม ต่อให้บวชเป็นเวลาหลายสิบปี ก็จะไม่สามารถบรรลุมรรคผลที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้บรรลุล่วงได้ ถ้าเปรียบเทียบก็เหมือนกับทัพพีในหม้อแกง ทัพพีนั้น ถึงแม้จะอยู่ในหม้อแกง ที่มีรสชาติอันวิเศษขนาดไหน ทัพพีก็ไม่สามารถรู้ได้ ถึงรสชาติของแกงในหม้อนั้นเลย เพราะทัพพีไม่มีใสตบประสาทที่จะรับรู้ ไม่เหมือนกับลิ้น ลิ้นนี้เพียงแต่มีหยดของน้ำแกง

มาสัมผัส ที่เปลี่ยนแปลงเพียงหยดเดียว ก็ารู้ทันทีเลยว่า มีรสชาติอย่างไร ดีหรือไม่ดี อย่งไร การได้เข้าสัมผัสกับพระพุทธศาสนา จึงสามารถสัมผัสได้ ๒ ลักษณะด้วยกัน คือสัมผัสแบบทัฬหีในหม้อแกง หรือสัมผัสแบบลิ้นกับรสแกง ถ้าสัมผัสแบบลิ้นกับรสแกงก็จะรู้ได้ทันที จะเข้าใจได้ทันทีในสิ่งต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน และสามารถนำเอาไปปฏิบัติ เพื่อทำให้จิตใจสะอาดหมดจด ทำให้จิตใจปลอดวาง ทำให้จิตใจหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย ที่เกิดจากอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น ไม่รู้ว่าสภาพของสิ่งต่างๆ ที่ไปยึดติดอยู่นั้น ว่าเป็นคุณหรือเป็นโทษ แต่ถ้าเป็นลิ้นแล้ว จะรู้ได้ทันทีเมื่อได้ลิ้มได้ฟังธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง

อย่างบทที่แสดงไว้ว่า **ธรรมอันใดที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ธรรมอันนั้นย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา** ถ้าเป็นผู้มีสติปัญญา เป็นผู้ที่มีลิ้นที่จะสัมผัสกับรสของธรรม จะเข้าใจความหมายของธรรมอันนี้โดยทันที ว่าทุกๆคนที่เกิดมาแล้ว ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายด้วยกันทุกคน ไม่มีข้อยกเว้น เมื่อเป็นเช่นนั้นทำไมจึงต้องไปเศร้าโศกเสียใจ ไปเสียดายกับสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้น กับสิ่งที่จะต้องเป็นไป ที่เรายังเศร้าโศกเสียใจ ยังมีความความอาลัยอาวรณ์อยู่ ก็เป็นเพราะว่าใจของเรายังมีติดบอดอยู่ ยังเปรียบเหมือนกับทัฬหีในหม้อแกง สัมผัสกับแกงที่อยู่ในหม้อเป็นเวลายาวนานขนาดไหน ก็ไม่สามารถรับประโยชน์จากแกงในหม้อนั้นได้เลยแม้แต่นิดเดียว

ฉันใดธรรมของพระพุทธเจ้าก็ฉันนั้น พวกเราทุกคนเป็นพุทธศาสนิกชน เราก็ได้ยินอยู่เสมอ เรื่องของ**อนิจจัง** ความไม่เที่ยง เรื่องของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ว่าเป็นเรื่องปกติของภพชาตินี้ ของมนุษย์ ของสัตว์ทั้งหลาย รวมไปถึงวัตถุสิ่งของต่างๆ ล้วนอยู่ในสภาพที่ไหลเวียน หนึ่ง ไม่คงที่ มีการเจริญแล้วก็เสื่อมไปตามลำดับ จะเร็วหรือช้าก็ขึ้นอยู่กับสิ่งของนั้นๆ บุคคลนั้นๆ แต่จะเป็นเหมือนกันทุกคนในลักษณะที่ว่า **มีการเกิดขึ้น มีการตั้งอยู่ แล้วมีการดับไป** ถ้าเป็นคนที่มีความสำเหนียก ได้ยินได้ฟังสิ่งเหล่านี้แล้ว ก็จะเอามาใคร่ครวญพิจารณา มาปฏิบัติกับชีวิตของตนเอง เมื่อรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับ มาสัมผัสด้วย ล้วนเป็นของไม่เที่ยงทั้งสิ้น มีมาแล้วก็มีไป ก็จะไม่ยึดไม่ติด อย่างวันนี้ญาติโยมมาที่ศาลานี้เพื่อทำบุญกัน เดี่ยวอีกสักครู่ ก็แยกกัน ไปคนละทิศ

คนละทาง เมื่อรู้ว่าจะต้องแยกจากกัน เราก็ไม่ยึดไม่ติด เราก็ไม่เศร้าโศกเสียใจ ในเวลาที่เราต้องแยกจากกันไป แต่ถ้าเราไปยึดไปติดกับสิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็แสดงว่าเราหลงแล้ว เราไม่รู้แล้ว เราลืมไปแล้วว่า สักวันหนึ่งเราจะต้องพลัดพรากจากทุกสิ่งทุกอย่าง ที่มีอยู่กับเรา

แม้กระทั่งร่างกายของเรา ก็ต้องมีการสูญสลายดับไปในที่สุด ถ้าเราสำเหนียก นำสิ่งที่ได้ ยินได้ฟังมาเตือนสติ มาสอนใจอยู่อย่างสม่ำเสมอทุกวัน ถ้าเป็นไปได้ทุกๆ ขณะ ที่มีเวลาว่างจากการกระทำอะไรก็ตาม ขอให้เตือนสติเสมอว่าชีวิตของเรา ชีวิตของผู้อื่น หรือ สิ่งของต่างๆ ในโลกนี้ ล้วนแต่จะต้องจากกันเป็นธรรมดา สอนกันอยู่เรื่อยๆ สอนใจไปเรื่อยๆ ถ้าไม่สอนเดี๋ยวจะลืม พอลืม ก็จะเกาะ จะติด จะยึดทันที แต่ถ้าสอนอยู่เรื่อยๆ เตือนอยู่เรื่อยๆ ต่อไปจะไม่กล้าไปเกาะ ไปยึดไปติดกับอะไร เพราะผลของการเกาะ ยึด ติด นั้น มีแต่ความทุกข์ ความกังวลใจ ความเศร้าโศกเสียใจตามมา เมื่อถึงเวลาที่จะต้องมีการพลัดพรากจากสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะป็นวัตถุหรือบุคคล มีสภาพเป็นเหมือนกันหมด คือ มีการเกิด มีการเจริญ มีการเสื่อม มีการสลายไปในที่สุด

นี่แหละคือสิ่งที่พุทธศาสนิกชนทุกคน ที่ได้มาสัมผัสกับพระพุทธศาสนา และปรารถนาที่จะได้รับผลอันประเสริฐจากพระพุทธศาสนา จำต้องนำไปศึกษา และเมื่อนำไปศึกษาแล้ว จำต้องนำไปปฏิบัติ ไม่ว่าจะป็นนักบวช หรือเป็นฆราวาส ก็จะต้องทำอย่างนี้เหมือนกัน เพียงแต่ว่าโอกาสเวลาที่จะทำนั้น ของนักบวชย่อมมีมากกว่า เพราะนักบวชไม่มีหน้าที่อย่างอื่น ไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับเรื่องการทำมาหากิน ไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับการดูแลครอบครัว ทรัพย์สินสมบัติต่างๆ มีเวลาเต็มที่ ที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรมได้ ถ้าประพฤติปฏิบัติตามแนวที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนแล้ว คุณประโยชน์ก็จะเกิดขึ้น ทั้งกับตนเองและกับพระพุทธศาสนา ตนเองก็หลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด พระพุทธศาสนาก็จะได้รับประโยชน์ จากบุคคลที่ได้บรรลุเป็นพระอริยบุคคล เพราะจะเป็นผู้ที่สามารถสืบทอด และถ่ายทอดพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้อย่างถูกต้องแม่นยำ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ศาสนาก็จะมีการสืบทอดไป

เรื่อยๆ เพราะการแสดงธรรมของผู้รู้จริงเห็นจริง จะไม่สร้างความสงสัยให้กับผู้ฟัง แต่กลับจะทำให้เกิดศรัทธาที่อยากจะศึกษา ปฏิบัติ และออกบวชตาม

เหมือนในสมัยพุทธกาล หลังจากที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้แล้ว และเริ่มประกาศพระศาสนาเป็นครั้งแรก ก็มีผู้ฟังได้บรรลุธรรม มีดวงตาเห็นธรรมขึ้นมา เห็นว่า **ธรรมอันใดที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ธรรมอันนั้นย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา** หนึ่งในปัญจวัคคีย์ คือ **พระอัญญาโกณฑัญญะ** หลังจากที่ได้ฟังธรรมแล้ว ก็ได้บรรลุเป็น **พระโสดาบัน** ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในสภาพของการอยู่ ยอมรับความจริงว่า ทุกสิ่งทุกอย่างมีการสูญสิ้นดับไปเป็นธรรมดา และหลังจากที่ได้ทรงแสดงธรรมอีกครั้งสองครั้ง พระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ รูป ก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ทั้งหมด เป็นผู้สิ้นกิเลสอาสวะ เป็นผู้หลุดพ้นจากกองทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด จึงขออนุญาตจากพระพุทธเจ้าบวชเป็นพระสงฆ์ และช่วยเหลือพระพุทธเจ้าประกาศพระศาสนาต่อไป ในสมัยพุทธกาล จึงมีผู้ได้รับประโยชน์อย่างมากจากพระพุทธศาสนา เพราะทุกๆคนที่มาสัมผัสกับพระพุทธศาสนา ล้วนปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนอย่างเคร่งครัด จึงมีผู้บรรลุธรรมเป็นจำนวนมาก เลยทำให้ศาสนามีรากฐานที่มั่นคง ทำให้มีอายุยืนยาวนานมาจนถึงปัจจุบันนี้

เพราะพระนักบวชทั้งหลาย ได้ปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ว่า ถ้าต้องการที่จะรับประโยชน์จากพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในฐานะนักบวชหรือไม่ก็ตาม ก็ต้องปฏิบัติตามแนวทางดังต่อไปนี้คือ **๑. ต้องศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า** **๒. หลังจากที่ได้ศึกษาแล้วต้องนำไปปฏิบัติ** **๓. เมื่อได้ปฏิบัติแล้วก็จะบรรลุถึงธรรมขั้นต่างๆ ตั้งแต่พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ ตามลำดับไป** เรียกว่า **มรรค ผล นิพพาน** **๔. หลังจากที่ได้บรรลุธรรมแล้ว จึงนำเอาธรรมที่ได้บรรลุมาเผยแผ่สั่งสอนผู้อื่นต่อไป** ถ้าไม่ได้ศึกษาแล้วไปปฏิบัติ ก็จะไม่รู้ว่าจะต้องปฏิบัติอะไรบ้าง การศึกษาจึงเปรียบเหมือนกับการดูแผนที่ หรือถามคนที่รู้ทางว่า จะเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทางที่ไม่เคยไปได้อย่างไร ถ้าไปโดยไม่มีแผนที่ หรือไม่มีคนบอกทาง

ก็จะหลงทางได้ เพราะไม่รู้ว่าจะจุดหมายปลายทางที่ต้องการจะไปนั้น อยู่ทางทิศเหนือหรือ
ทิศใต้ อยู่ทิศตะวันออกหรือทิศตะวันตก

แต่ถ้ามีแผนที่หรือมีคนบอกทาง จะรู้ว่าทางที่จะต้องไปนั้น ไปทางไหน ก็จะทำให้ไม่
เสียเวลาและไม่หลงทาง แต่หลังจากที่รู้แล้วว่า ทางที่จะไปนั้นอยู่ทางทิศไหน แต่ยังไม่
ออกเดินทางไป ก็จะไปไม่ถึงจุดหมายปลายทาง ถึงแม้จะรู้แล้ว แต่ไม่นำไปปฏิบัติ ก็
ไม่เกิดประโยชน์อะไร อย่างวันนี้ท่านทั้งหลายได้ยินได้ฟังว่า **ธรรมทั้งหลายมีการเกิดขึ้น
เป็นธรรมดา ย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา** ท่านรู้แล้วว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะต้องจากเราไป
จะต้องพลัดพรากจากเราไป แต่เราปล่อยวางกันได้หรือยัง ถ้ายังไม่ปล่อยวาง ก็แสดงว่า
ยังไม่ได้ปฏิบัติ หรืออยากจะทำปล่อยวางแต่ยังไม่ปล่อยไม่ได้ เราก็ต้องปฏิบัติ เพราะมี
เครื่องมือที่จะช่วยทำให้ปล่อยวางได้ เครื่องมือที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้คือ **ศีล สมาธิ
ปัญญา** หรือ **ทาน ศีล ภาวนา** ถ้าต้องการปล่อยวาง ก็ขอให้นำธรรมทั้ง ๓ นี้ มาปฏิบัติ
ทำบุญทำทาน รักษาศีล บำเพ็ญจิตตภาวนา เมื่อบำเพ็ญจิตตภาวนาแล้ว จิตก็จะมีกำลัง
ที่จะต่อสู้กับอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ แล้วก็ปล่อยวางได้

เมื่อปล่อยวางได้แล้ว ก็จะเกิดความสบายอกสบายใจ สิ่งที่เคยก่อนหน้านี้คอยห่วง คอย
กังวล คอยทุกข์ คอยว้าวุ่นซุ่นหมัวด้วย จะไม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรา เพราะเราไม่ไปสนใจดีเสีย
แล้ว แต่ไม่ได้หมายความว่าไม่มีความเมตตา ไม่มีความอาทรต่อสิ่งต่างๆ บุคคลต่างๆ
ทุกสิ่งทุกอย่างยังเป็นเหมือนเดิมอยู่ เคยปฏิบัติอย่างไรกับบุคคลต่างๆ กับสิ่งของต่างๆ
เราก็ปฏิบัติเหมือนเดิมอยู่ เพียงแต่หัวใจของเรา ไม่ได้หวังอะไรจากเขา ไม่ได้หวังให้เขา
อยู่กับเราไปนานๆ ไม่ได้หวังให้เขาเป็นไปตามที่เราต้องการให้เป็นไป เพราะใจเรารู้ว่ามัน
เป็นไปไม่ได้ มันสิ้นหลักของความจริงนั่นเอง เมื่อทำอย่างนี้ได้แล้ว ก็ถือว่าใจของเราได้
หลุดพ้น ได้บรรลุธรรม ธรรมก็มีหลายชั้น เพราะสิ่งที่เราติดอยู่ เรายึดอยู่ มีหลายอย่าง
หลายชนิดด้วยกัน เราต้องค่อยๆลด ค่อยๆละไปเรื่อยๆ ในเบื้องต้นก็ลดละสิ่งของ
ภายนอก บุคคลภายนอกไปก่อน ชั้นต่อมาก็มาลดละร่างกายของเรา อย่าไปยึดอย่าไป
ติด ร่างกายของเราที่แท้จริงไม่ใช่ตัวเรา เป็นเพียงแต่ธาตุ ๔ ที่มาทางอาหาร เมื่อ
รับประทานเข้าไปก็เจริญเติบโตงอกงาม กลายเป็น**อากาโร ๓๒** จิตผู้หลง ผู้มีกิเลส เวลา

มาครอบครอง ก็จะหลงคิดไปว่า ร่างกายนี้เป็นเราเป็นของเรา อันนี้ก็ต้องทำความเข้าใจ
ศึกษาไป แล้วค่อยๆปล่อยวางไป ต้องรู้ว่ามันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป

ต่อจากนั้นก็ยังมีความรัก ความชอบในสิ่งต่างๆ ที่ต้องปล่อยวางอีก เช่น **กามสุข**ที่เกิด
จาก**กามตัณหา**ความอยากในกาม เราก็ต้องปล่อยวาง ต้องเห็นว่าสิ่งที่เราไปรักไปชอบ
นั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่สวยงาม รูปร่างหน้าตาของคนเรานั้น พอดูได้แต่เพียงเฉพาะเปลือก
นอก คือผิวหนังเท่านั้นเอง ถ้ามองเห็นทะลุเข้าไปใต้ผิวหนังแล้ว ก็จะเห็นอวัยวะต่างๆ น้อย
ใหญ่ ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในของร่างกาย รวมถึงสิ่งที่เป็นปฏิถัมภ์ต่างๆ ที่ร่างกายจะต้อง
ขับถ่ายออกมา ถ้าพิจารณาอย่างสม่ำเสมอด้วยปัญญา ด้วยความแยบคาย ก็จะเห็นว่า
ร่างกายนี้ ไม่สวยงามเลย ไม่สะอาดหมดจด แต่เป็นร่างกายที่สกปรก มีความไม่สวยไม่
งามซ่อนเร้นอยู่ ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ก็ยังเป็นอย่างนี้ ในขณะที่ตายไป ยิ่งสกปรก ยิ่งน่า
เกลียด น่ากลัวขึ้นไปใหญ่

แต่เป็นสิ่งที่พวกเราไม่ค่อยพิจารณากัน ไม่ค่อยคิดกัน ก็เลยเกิดความรักความยินดีใน
ร่างกาย เห็นเพศตรงกันข้ามแล้ว เกิดความอยากจะอยู่ใกล้ด้วย อยากจะสัมผัสด้วย
เพราะเห็นเพียงแต่อาการภายนอก ไม่เห็นอาการภายใน จึงทำให้มีความยึดติดกับ
ร่างกายของเพศตรงกันข้าม แต่ถ้าได้ศึกษา ได้พิจารณาอย่างต่อเนื่อง อย่างสม่ำเสมอ
ต่อไปเวลาเห็นร่างกายของเพศตรงกันข้าม หรือเพศเดียวกันก็ตาม จะเห็นทะลุไปถึง
อาการทั้ง ๓๒ อาการ ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายความกำหนัดยินดีในร่างกายของ
ผู้อื่น เมื่อคลายความกำหนัดความยินดี จิตก็หลุดพ้นจากความเป็นทาส ของกามตัณหา
ความอยากในกาม สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ตามลำพัง โดยไม่ต้องมีคู่ครองอีกต่อไป คน
ที่อยู่ตามลำพังได้เป็นคนมีบุญมีกุศล เพราะไม่ต้องทุกข์กับคู่ครอง เพราะเวลามีคู่แล้ว
ถึงแม้จะมีความสุขบ้าง แต่ถ้าเปรียบเทียบกับความทุกข์ที่ได้มาแล้ว มันเปรียบเทียบกัน
ไม่ได้เลยทีเดียว เพราะเมื่ออยู่ด้วยกันก็ต้องมีการทะเลาะเบาะแว้งกัน มีการขัดใจกัน
มีความไม่พอใจกัน หรือถ้าไม่มีการทะเลาะกัน ไม่มีการขัดแย้งกัน มีแต่ความรักต่อกัน
ก็ต้องมีความห่วงใยกัน กลัวว่าเขาจะเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ไปเป็นต้น ล้วนแต่เป็น
ความทุกข์ทั้งนั้น แต่เนื่องจากว่าเรายังอยู่ตามลำพังไม่ได้ ยังมีความหลงอยู่ ยังมีความ

ยินดีในกามอยู่ จึงทำให้ไม่สามารถที่อยู่ตามลำพังได้ จึงต้องยอมรับความทุกข์ ที่มากับความ
ความสุขที่เกิดจากการเสพกาม

ถ้าเป็นคนฉลาด ก็จะเจริญธรรม ให้เห็นว่าร่างกายนี้ เป็นร่างกายที่ไม่สวยงาม เป็น
ปฏิภูลของสภปรก จนปล่อยวางได้ ก็จะไม่ยินดีกับการมีคู่ครองอีกต่อไป ก็จะสามารถ
อยู่ตามลำพังได้ เพราะจิตที่ไม่มีกามตัณหานั้น เป็นจิตที่สงบสงัดจากกาม เป็นจิตที่มี
ความสงบนิ่ง เป็นสมาธิ เป็นจิตที่มีความสุขโดยธรรมชาติของจิตเอง เป็นความสุขที่
ประเสริฐ เป็นความสุขที่เลิศกว่าความสุขที่ได้จากการเสพกาม ดังที่พระพุทธองค์ทรง
แสดงไว้ว่า **ไม่มีความสุขอันใดในโลกนี้ จะดีเท่ากับความสุขที่เกิดจากความสงบของจิต**
ที่เรียกว่า**สันติสุข** นี้แหละคือความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่อยู่กับเราไปตลอด เพราะ
อยู่ในจิตของเรา ไม่ต้องอาศัยสิ่งหนึ่งสิ่งใด มาทำให้จิตมีความสุข ไม่มีใครสามารถแย่ง
ชิงความสุขนี้จากเราไปได้ ไม่เหมือนกับกามสุข ที่ต้องอาศัยบุคคลอื่น เป็นเครื่องให้
ความสุขกับเรา ถ้าเปลวก็อาจจะถูกคนอื่นแย่งคนๆนั้นจากเราไปก็ได้ ถ้าถูกแย่งไป เราก็
จะต้องเศร้าโศกเสียใจ เป็นความทุกข์ขึ้นมาทันที

นี้แหละคือโทษของกามสุข กามสุขไม่ใช่เป็นความสุขที่แท้จริง กามสุขมีโทษซ่อนอยู่ มี
ความทุกข์ซ่อนอยู่ เปรียบเหมือนกับระเบิดเวลา ที่จะระเบิดขึ้นมา เวลาไหนเราก็ไม่รู้
สามีของเรา ภรรยาของเรา จะจากเราไปแบบไหน เมื่อไร เราก็ไม่รู้ จะหย่ากัน จะไปมี
สามีใหม่ ภรรยาใหม่ หรือจะตายจากเราไป อย่างไม่อย่างหนึ่ง เราก็ไม่รู้ แต่เมื่อเกิดขึ้น
แล้วถ้าเรายังหวง ยังยึด ยังติดอยู่กับเขา เราก็จะต้องเศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ร้องไห้ไป
เป็นธรรมดา นี่คือปัญหาของพวกเรา เพราะไม่ใช้สันของเราให้เป็นประโยชน์ กลับไปใช้
ทัพพี คือใจของเรานั้น เป็นได้ทั้ง ๒ อย่าง เป็นทัพพีก็ได้ เป็นลั่นก็ได้ ถ้าเป็นลั่นก็ต้อง
สำเหนียก เตือนสติสอนใจเราอยู่เสมอ ต้องเข้าหาธรรมอยู่เสมอ ฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่
เสมอ ถ้าไม่มีโอกาสได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ก็หาหนังสือธรรมะมาอ่านอยู่เสมอ เพราะเมื่อ
ได้อ่านแล้ว ก็จะได้จดจำ แล้วธรรมก็จะไม่ห่างจากใจของเรา

ธรรมเปรียบเหมือนกับอาวุธ ถ้าเก็บไว้ห่างตัวเรา เวลาที่ต้องใช้ก็จะไม่ทันการณ์ แต่ถ้า
มีอาวุธติดตัวอยู่ตลอดเวลา เวลาเมื่อมีข้าศึกศัตรูมาทำร้าย เราก็สามารถชักอาวุธออกมาต่อสู้

ได้ทันที ธรรมะก็เป็นเช่นนั้น ถ้าไม่สร้างให้มีอยู่ในใจของเราตลอดเวลา ด้วยการเจริญสติ เจริญปัญญา ระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อยู่อย่างต่อเนื่อง อย่างสม่ำเสมอ เราก็จะไม่มีกรรมอยู่ใกล้ตัวเรา เมื่อมีกิเลสตัณหาปรากฏขึ้นมา จะไม่สามารถต่อสู้ทำลายกิเลสตัณหาได้ ถ้าไม่ทำลายกิเลสตัณหา กิเลสตัณหา ก็จะพาเข้าสู่กองทุกข์อย่างที่เป็นกันอยู่ทุกวันนี้ เพราะยังใช้ใจแบบทักพื้ในหม้อแกง คือถึงแม้จะได้สัมผัสกับพระพุทธศาสนา แต่ไม่ค่อยเอาจริงเอาจังกับศาสนาเท่าไร ฟังเทศน์ฟังธรรม ก็ฟังไปพอเป็นพิธีไปเท่านั้นเอง ไม่เคยคิดว่า จะเอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มาทำให้เกิดประโยชน์ ฟังไปแล้วก็แล้วกันไป ห่างกันไป ชีวิตก็ยังดำเนินไปแบบเดิมๆอยู่ เวลาเห็นอะไร ชอบอะไร อยากได้อะไร ก็ยังต้องไปหาสนองความอยาก ความต้องการอย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น

ชีวิตก็เลยเป็นชีวิตที่มีแต่ความทุกข์อยู่ตลอดเวลา เพราะความอยากจะคอยเป็นเจ้านายคอยสั่งให้ไปหาสิ่งนั้นมา สิ่งนี้มา และเมื่อได้มาแล้ว ก็จะทำให้ไปหาสิ่งอื่นมา ต่อไปอยู่เรื่อยๆ แล้วเวลาสิ่งที่ได้มา เกิดสูญเสียไป เกิดหายไป เกิดหมดไป ก็ต้องร้องห่มร้องไห้ เสร้าโศกเสียใจ ก็เพราะไม่มี**ธรรมอาวุธ** ไม่มีธรรมะไว้คอยต่อสู้กับกิเลสตัณหา อย่างตอนนี้เรายังไม่มีคู่มือ เวลาไปเจอคนที่เราชอบขึ้นมา ถ้าเรามีสติ มีปัญญา ระลึกถึง**อสุภกรรมฐาน** ระลึกถึงความไม่สวยงามของร่างกาย ระลึกถึงความเป็นปฏิถูลของร่างกาย ก็จะทำให้คลายความกำหนัดยินดี อยากที่จะมีเขามาเป็นคู่มือได้ แต่ถ้าไม่มีกรรมอยู่ใกล้ใจเลย เราจะลืมไปเลย จะคิดแต่ว่า ทำอย่างไรจะได้อยู่กับเขา ให้ได้เข้ามาเป็นคู่มือของเรา จิตจะคิดแต่เรื่องเหล่านี้ไปตลอดเวลา เพราะนี่คือลักษณะของจิต ที่ถูกอำนาจของกิเลสตัณหาครอบงำอยู่

ถ้าต้องการรับประโยชน์จากพระพุทธศาสนา เราจำเป็นต้องนำแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน มาประพฤติปฏิบัติ ต้องเข้าหาพระศาสนาอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง พระศาสนาก็คือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่มาในหลายรูปแบบด้วยกัน มาในลักษณะของการฟังเทศน์ฟังธรรมก็มี ฟังที่วัดก็ได้ ฟังที่บ้านก็ได้ เปิดเทปฟัง ฟังเทศน์ทางสถานีวิทยุ ทางสถานีโทรทัศน์ก็ได้ หรืออ่านหนังสือธรรมะในหนังสือต่างๆก็ได้ เหล่านี้ล้วนเป็นการเข้าสู่พระศาสนา เข้าสู่การศึกษา เมื่อได้ศึกษาอยู่เรื่อยๆแล้ว ก็จะได้

นำเอาไปปฏิบัติต่อไป ไปทำบุญทำทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม เจริญจิตตภาวนา นั่งสมาธิ เจริญปัญญา คือไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นไตรลักษณ์ทั้งสิ้น เป็นของไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน ถ้าไปยึดไปติดก็จะเป็นทุกข์ ถ้าเห็นว่า เป็นของไม่เที่ยง เห็นว่าเป็นของไม่มีตัวตน ก็จะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางได้แล้ว ใจก็จะไม่ทุกข์ ใจก็จะหลุดพ้น การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๓๘

เห็นทุกข์เป็นสุข

๒๙ ตุลาคม ๒๕๔๕

วันพระเป็นวันที่ท่านทั้งหลายได้จัดสรรไว้ เพื่อทำประโยชน์ให้กับชีวิตจิตใจ ด้วยการ
ทำบุญทำทาน สมาทานรักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม เพื่อพัฒนาจิตใจให้ดีขึ้น ให้สะอาด
ขึ้น ให้เป็นจิตใจที่เต็มไปด้วยความสุข ความสงบ ความพอ ซึ่งเกิดจากการขัดเกลา โดย
นำเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า มาเป็นเครื่องชำระจิตใจ จิตใจเมื่อได้รับการ
ชำระด้วยธรรมแล้ว จะเป็นจิตที่สะอาด เป็นจิตที่ปราศจากเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย ที่
สร้างความรุ่มรวย สร้างความทิว สร้างความกระหายให้กับใจ ใจก็จะอยู่เป็นสุข โดยไม่
ต้องมีอะไรมากมาย แต่เพราะว่าใจส่วนใหญ่ของคนเรานั้น ขาดการดูแลรักษาด้วยธรรม
ของพระพุทธเจ้า เลยเป็นใจที่มีแต่ความทิว มีแต่ความกระหาย มีแต่ความอยาก อยาก
ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ เช่น อยากในกามสุข อยากได้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่
ถูกอกถูกใจ อยากมีข้าวของเงินทองต่างๆ อยากเป็นผู้ยิ่งใหญ่ มีคนเคารพนับถือ อยาก
ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่จน เหล่านี้ล้วนเป็นความหลงทั้งสิ้น เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ได้สร้าง
ความสุขให้กับใจเลยแม้แต่น้อยนิด แต่กลับสร้างความทุกข์ให้กับใจให้มากยิ่งขึ้นไป

ถ้าได้สัมผัสกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จะเริ่มเห็นว่า อะไรเป็นเหตุที่นำมา
ซึ่งความสุขความเจริญ อะไรเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความ
หายนะทั้งหลาย เพราะว่า**พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ตรัสรู้ธรรม มีดวงตาเห็นธรรม ทรงรู้**
ทรงเห็นทุกสิ่งทุกอย่างตามความเป็นจริง ทุกข์ก็รู้ว่าทุกข์ สุขก็รู้ว่าสุข รู้ว่าทุกข์เกิดจาก
อะไร รู้ว่าสุขเกิดจากอะไร เมื่อรู้อย่างแน่ชัด ก็นำมาประกาศสั่งสอนให้ผู้อื่นได้รู้กัน ผู้
ฉลาดเมื่อได้ยินได้ฟังแล้ว ก็น้อมเอาไปปฏิบัติ เมื่อน้อมเอาไปปฏิบัติแล้ว ก็จะมีดวงตา
เห็นธรรม เกิดปัญญา เกิดแสงสว่างขึ้นมาภายในใจ เห็นเหมือนกับที่พระพุทธเจ้าทรงรู้
ทรงเห็น เมื่อรู้เช่นนั้นแล้ว ก็เป็นผู้ที่หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง เพราะความทุกข์
ทั้งหลาย ไม่ได้เกิดจากอะไร นอกจากความมืดบอดในใจของพวกเราทุกๆ คนเท่านั้นเอง

ทำให้ไขว่คว้าหาแต่กองทุกข์เข้ามา แบบไม่รู้จักจบจักสิ้น เพราะ**ความเห็นผิดเป็นชอบ**
เห็นความทุกข์ว่าเป็นความสุข เราจึงกว้านเอาความทุกข์เข้ามาอย่างต่อเนื่อง

อย่างเวลาที่เรายากจะออกไปเที่ยว ดูหนัง ดูละคร ไปหาความสุขกับรูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะ สิ่งเหล่านี้พระพุทธรเจ้าทรงรู้อรรถเห็นแล้วว่า ไม่ใช่เป็นความสุขแต่เป็นความ
ทุกข์ เปรียบเหมือนกับยาเสพติด ยาเสพติดนี้ ถ้าผู้ได้ไปเสพเข้าไปแล้ว ถึงแม้จะมีสุข
บ้างในขณะที่เสพ แต่ความทุกข์ที่ตามมาจากการติดยาเสพติดนี้มีมาก เพราะจะต้อง
แสวงหายาเสพติดมาเสพอยู่ตลอดเวลา แล้วก็พาไปสู่การประพฤติดีศีลผิดศีลธรรม
เพราะคนที่ติดยาเสพติด จะไม่มีเวลาที่จะไปทำมาหากินด้วยความสุจริต เพราะจะเอา
เวลามาเสพแต่ยาเสพติด เมื่อเสพแล้วจะมึนเมา ก็จะนอนหลับสลบไสลไปเป็นเวลา
ยาวนาน เมื่อตื่นมาจากความสลบไสล ก็เกิดความอยากที่จะเสพยาอีก ถ้ามีเงินทองมี
ข้าวของ พอที่จะไปซื้อ ไปแลกยาเสพติดมาได้ ก็จะไปซื้อไปแลกยาเสพติดมาเสพอีก จน
หมดเนื้อหมดตัว เมื่อหมดเนื้อหมดตัวแล้ว ก็จะต้องไปหาเงินทองมาโดยทางมิชอบ เช่น
ไปลักขโมย ไปปล้นไปจี้ ไปโกหกหลอกลวง เพื่อจะได้นำเงินทองไปซื้อยาเสพติดมาเสพ
อีก นี่แหละคือพิษภัยของยาเสพติด

ฉันใดพิษของ**กามคุณ ๕** ที่เรียกว่ากามสุขก็เป็นเช่นนั้น กามคุณ ๕ เวลาได้เสพสัมผัส ก็
จะมีความสุข เช่น เวลาไปดูหนังดูละคร ได้อยู่ใกล้กับคนที่เรารักเราชอบ เราก็จะมี
ความสุข แต่ยามที่ต้องห่างจากสิ่งเหล่านี้ ใจของเราจะมีความว่าวุ่นซุ่นมัว มีความว่าเหว
มีความเศร้าสร้อยหงอยเหงา ก็ต้องสั่งให้ออกไปหาสิ่งเหล่านี้อยู่เรื่อยๆ เมื่อออกไปหาสิ่ง
เหล่านี้มากๆ เข้า ก็จะไม่มีความทำมาหากิน เลี้ยงปากเลี้ยงท้อง ด้วยความสุจริต เมื่อไม่มี
เงินทองที่จะเลี้ยงปากเลี้ยงท้องด้วยความสุจริต ก็จะนำไปสู่การทุจริต ดังที่เห็นกันอยู่ทุก
วันนี้ สมัยนี้คนเราวิ่งหาเงินทองกันเหมือนกับเป็นพระเจ้า เพราะรู้สึกว่ามีเงินทองแล้ว
จะสามารถบันดาลความสุขให้กับตนได้ จึงวิ่งหาเงินทองกัน แบบไม่คิดถึงว่าจะหามา
ด้วยวิธีใด ถ้าหามาได้ด้วยความสุจริตก็จะหามา ถ้าหาด้วยความสุจริตไม่ได้ ก็จะหาด้วย
ความทุจริต โดยไม่เกรงกลัวกับบาปกรรมที่จะตามมาต่อไป

การกระทำย่อมมีผลตามมา สุจริตก็มีผลตามมา ทุจริตก็มีผลตามมา สุจริตทำไปแล้ว ก็
ไม่มีความเสียหาย มีแต่ความเจริญตามมา แต่ถ้าทำด้วยความทุจริต ก็จะมีแต่ความ
เสื่อมเสีย มีแต่ความทุกข์ตามมา แต่เมื่อคนเราติดกับสิ่งต่างๆที่ไม่สามารถจะเลิกได้ ก็
จะไม่คำนึงถึงผลเสียที่จะตามมา เพราะผลเสียตามมาทีหลัง ไม่ได้มาก่อน แต่ความสุขที่
ได้จากการไปคด ไปโกง ไปลัก ไปขโมย เพื่อจะได้เอาเงินไปซื้อความสุขนั้น มันมาก่อน
เลยไม่คิดถึงความทุกข์ที่จะตามมาต่อไป เพราะคิดสั้น คิดแบบสุกเอาเผากิน ขอให้ได้
เสียก่อน ส่วนผลเสียที่จะตามมาทีหลัง จะเป็นอย่างไร ไม่ค่อยสนใจ แต่ในที่สุดผลก็
ตามมา ทั้งในปัจจุบันชาติและในชาติหน้า ในปัจจุบันเมื่อเริ่มประกอบการทุจริตแล้ว ใจก็
จะมีความวุ่นงันงัว มีควมวิตก มีความกังวล เพราะมีชนกติดหลังอยู่ ไม่ทราบว่าจะ
จะต้องถูกจับไปเข้าคุกเข้าตารางเมื่อไหร่ ก็จะไม่ได้อยู่ด้วยความสุขใจ กินไม่ได้นอนไม่
หลับ มีแต่ความหวาดผวา เดินไปไหนมาไหน เห็นเจ้าหน้าที่ตำรวจ ก็เกิดความตกใจ
กลัวขึ้นมา ทั้งๆที่เจ้าหน้าที่ตำรวจ ก็ไม่รู้เรื่องของเราเลยแม้แต่หน่อยนิด

นี่แหละคือธรรมชาติของการทำบาปทำกรรม เมื่อทำผิดไปแล้ว จะสร้างความวิตก ความ
กังวล ความหวาดกลัว ขึ้นมาในใจของผู้กระทำ ความสุขที่ได้จากการไปโกง ไปขโมยเงิน
ทองมา ก็หมดไปแล้ว เงินทองที่ได้มาก็เอาไปใช้ไปเสพหมดแล้ว ต้องคอยหลบเจ้าหน้าที่
ตำรวจ นอกจากนั้นแล้ว ความอยากที่มีอยู่ในใจก็ยังไม่หมดไป ก็ยังมีความอยากอยู่
เหมือนเดิม ก็ยังต้องออกไปหาความสุขอีก ต้องมีแต่ความหวาดระแวง ไม่รู้ว่าเมื่อ
ออกไปแล้ว จะถูกเจ้าหน้าที่จับตัวเมื่อไร นี่แหละคือความเห็นผิดเป็นชอบ คิดว่า
ความสุขอยู่กับความสุข อยู่กับการได้เสพงาม ได้เสพรูป ได้ยินเสียง ได้ลิ้มรส ได้ดมกลิ่น
ได้สัมผัสโผฏฐัพพะ ที่ถูกอกถูกใจ เวลาได้เสพก็มีมีความสุข แต่เวลาไม่ได้เสพ ก็มีความ
ว้าเหว มีความเศร้าสร้อยหงอยเหงา เป็นเครื่องผลักดันให้ต้องออกไปหามาเสพเพิ่มขึ้น
ไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุด

พระพุทธเจ้าทรงเห็นแล้ว ในฐานะที่เป็นราชกุมาร พระราชาบิดาผู้มีความปรารถนา ที่จะ
ให้พระพุทธเจ้าในครั้งที่ เป็นราชกุมาร อยู่สืบทอดพระราชสมบัติต่อไป จึงพยายามที่จะ
ห้อมล้อมพระราชกุมารด้วยความสุขชนิดต่างๆ เพื่อจะได้ไม่คิดหนีจากพระราชวัง เพื่อ

ออกไปแสวงหาความสุขที่แท้จริง ถึงแม้จะมีความสุขห้อมล้อม แต่ในพระทัยของพระองค์ ก็ทรงรู้ว่าเป็นความสุขชั่วประเดี๋ยวประด๋าว เมื่อได้สัมผัสมากๆ เข้า ก็เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาได้ เหมือนกับเวลารับประทานอาหารอย่างใดอย่างหนึ่ง ถึงแม้ว่าจะเป็นอาหารที่ถูกอก ถูกใจ ถูกปาก ถูกลิ้น เป็นอาหารจานโปรด แต่ถ้ารับประทานไปทุกมื้อทุกวันแล้ว ไม่ช้าก็เร็วก็จะเกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมา นี่ก็เป็นความทุกข์อีกแบบหนึ่ง ทั้งๆที่ได้เสพได้สัมผัสสิ่งที่ชอบ สิ่งที่ยาก แต่เมื่อเสพไปบ่อยๆ ก็เกิดความจำเจ เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมา ถ้าเป็นคนฉลาดก็จะเริ่มรู้แล้วว่า นี่ไม่ใช่ความสุขเลย แต่ถ้าเป็นคนโง่เขลาเบาปัญญา ก็จะหาวิธีใหม่ คือเมื่อเบื่อสิ่งนี้ ก็ไปหาสิ่งอื่นมาทดแทน ถ้าเมื่อคนนี้ ก็หาคนอื่นมาแทน แต่มันก็เหมือนกันแหละ คนเรามันก็เหมือนกัน สิ่งของต่างๆมันก็เหมือนกัน รูปก็รูปเหมือนกัน เสียงก็เสียงเหมือนกัน กลิ่น รส โผฏฐัพพะก็เหมือนกัน ต่างที่รูปลักษณะเท่านั้นเอง

แต่โดยธรรมชาติของกามคุณ ๕ แล้ว ย่อมสร้างความเบื่อหน่ายให้กับทุกคน เมื่อได้สัมผัสอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งเกิดความชินชาขึ้นมา ทำไมคนเราจึงต้องไปเที่ยวกัน เพราะเมื่อความจำเจ เห็นบ้านเรา เห็นสถานที่ของเราทุกๆวัน ก็เกิดความเบื่อหน่าย ก็เลยอยากจะไปสถานที่อื่นๆ จึงเกิดมีการท่องเที่ยวขึ้นมา เราเมื่อบ้าน เมื่อเมืองของเรา เราก็ไปท่องเที่ยวเมืองนอกเมืองนา กัน พวกที่อยู่เมืองนอกเมืองนา เขาก็เมื่อบ้านของเขา เขาก็มาเที่ยวบ้านเรา ทั้งๆที่เราเมื่อแสนเมื่อ ไม่เห็นจะมีอะไรดี แต่เขากลับเห็นว่า บ้านเรามีอะไรดีเยอะเยอะไปหมด ในทางตรงกันข้ามเขาก็เมื่อบ้านเขา เขาก็ไม่เห็นที่บ้านเขามีอะไรดี แต่เรากลับไปเห็นว่ามีการดีดี นี่แหละคืออำนาจของความหลง ที่ครอบงำจิตใจ แล้วก็สร้างความรู้สึกว่าจะต้องมีอะไรดีกว่าที่มีอยู่ เป็นอยู่ จึงทำให้ต้องดิ้นรนขวานขวาย เปลี่ยนที่อยู่เรื่อยๆไป เปลี่ยนสิ่งนั้นเปลี่ยนสิ่งนี้ไปเรื่อยๆ ใส่เสื้อผ้าชุดไหนจำเจ ก็เมื่อ ก็ต้องหาเสื้อผ้าชุดใหม่มาใส่ มีทรงผมแบบไหน อยู่ไปสักพักก็เมื่อ ก็ต้องเปลี่ยนทรงผมใหม่

นี่แหละคือลักษณะของกามคุณ ๕ ไม่ได้สร้างความอิ่ม สร้างความพอ มีแต่จะสร้างความเบื่อหน่าย ถ้าได้สัมผัสมากเกินไป ถ้าสัมผัสน้อยไป ก็จะไม่พอ ก็เกิดความหิว เกิดความ

กระหาย อยากจะเสพเพิ่มขึ้นไปอีก ก็เลยหาจุดอิ่มจุดพอไม่เจอ เพราะ**ความอึดความพอไม่มีอยู่ในกามคุณ ๕** พระพุทธเจ้าผู้มีปัญญา ทรงรู้จักคิด เมื่อคิดแล้วก็ทรงเห็นว่า กามคุณ ๕ เป็นอย่างนี้เอง จะไปเอาความสุขที่แท้จริงจากเขา ย่อมเป็นไปไม่ได้ มีแต่จะให้ความทุกข์กับผู้ไปหลง ไปยึด ไปติด ไปเสพ เมื่อเป็นเช่นนั้น พระพุทธเจ้าจึงแสวงหาความสุขอีกชนิดหนึ่ง ที่เรียกว่าสันติสุข ความสุขที่เกิดจากความสงบของใจ ใจจะสงบได้ ใจจะต้องสลัดกามคุณทั้ง ๕ คือต้องไม่ไปแสวงหา ต้องงด ต้องระงับ เคยดูหนังดูละคร ก็ต้องหยุดดู เคยไปเที่ยวก็ต้องหยุดเที่ยว เคยกินเหล้าเมายา ก็ต้องหยุดกิน เคยมีคูครองก็ต้องละเว้นจากการมีคูครอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากมากสำหรับคนทั่วไป เพราะยังถูกอำนาจของความหลงครอบงำอยู่ ยังคิดว่าเป็นสิ่งที่ดีอยู่ หรือถ้ารู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี แต่ก็ไม่มีกำลังพอที่จะสลัดให้หลุดพ้นไปจากใจของตนได้

มีคนเพียงไม่กี่คน ที่มีความสามารถ มีขันติความอดทน มีวิริยะความพากเพียร พอที่จะต่อสู้กับการยึดติดในกามคุณ ๕ เมื่อทำได้แล้วจะประสบกับสิ่งที่ไม่เคยพบ เคยสัมผัสมาก่อน คือความสุขที่แท้จริง ความสุขที่ประเสริฐ ความสุขที่ดีเลิศ พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า **ไม่มีความสุขอันใดในโลกนี้ ที่จะประเสริฐ จะดีเลิศ เท่ากับความสุข ที่เกิดจากความสงบของใจ** ก็คือสันติสุขนั่นเอง สันติสุขจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องละกามสุขก่อน พยายามลดละกามสุขไปเท่าที่จะทำได้ ไม่จำเป็นที่จะต้องเลิกไปเลยในทีเดียว เพราะเป็นสิ่งที่ยาก เหมือนกับการตัดต้นไม้ จะไม่สามารถฟันต้นไม้ให้ขาด ด้วยการฟันเพียงครั้งเดียว แต่ต้องค่อยๆ ฟันไปเรื่อยๆ ฟันไปที่ละเล็กทีละน้อย ไม่ช้าก็เร็วต้นไม้ต้นนั้น ก็จะต้องถูกตัดขาดอย่างแน่นอน ถ้ามีความอดทน มีความขยันหมั่นเพียร

พระพุทธเจ้าทรงกำหนดอุโบสถศีลให้ไว้รักษาอาทิตย์ละ ๑ ครั้ง อุโบสถศีลก็เป็นศีลที่เพิ่มจากศีล ๕ ที่เป็นปกติของชาวพุทธเราอยู่แล้ว คือผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาที่แท้จริง ที่เรียกตนเองว่าเป็นพุทธศาสนิกชน จะต้องมียศ ๕ ประจำใจ จะต้องรักษาศีล ๕ เป็นปกติทุกๆ วัน เมื่อถึงวันพระ วันอุโบสถ ก็จะต้องถือศีลเพิ่มอีก ๓ ข้อ ได้แก่ ๑. ละเว้นจากการรับประทานอาหารในยามวิกาล คือตั้งแต่หลังเที่ยงวันไปแล้ว ๒. ละเว้นจากการหาความสุขจากเครื่องบันเทิงต่างๆ จากการแต่งกายด้วยเครื่องนุ่งห่มที่มีสีสันทัน จากการใช้

เครื่องสำอางที่มีกลิ่นหอม ๓. ละเว้นจากการนอนบนเตียง พูกที่หนา นอนแล้วหลับสบาย คือต้องการให้ละกามสุขนั่นเอง จึงได้ทรงกำหนดอุโบสถศีลขึ้น เพื่อให้เราได้อรรถจักเข้าหาความสุขที่เกิดจากความสงบบ้าง

เช่น เวลารับประทานอาหาร เราจะรับประทานอาหารด้วยเหตุผล ๒ ประการด้วยกัน เหตุผลอันแรกก็คือร่างกายขาดอาหาร ต้องรับประทานอาหารเพื่อเลี้ยงดูร่างกาย ร่างกายจึงจะอยู่ต่อไปได้ แต่ในขณะเดียวกันเราก็เลี้ยงดูความอยากไปด้วย คือความอยากในรสชาติ กลิ่นของอาหาร เวลารับประทานอาหาร เราจะเลือกอาหารที่ถูกปาก ถูกใจ ถูกคอ เพื่อความสุขใจ นี่เป็นสิ่งที่เราไม่ต้องทำก็ได้ การรับประทานอาหารที่แท้จริงนั้น ควรรับประทานอาหารด้วยเหตุผลเดียว คือรับประทานอาหารเพื่อรักษาร่างกายให้อยู่ต่อไป ไม่ให้หิวอาหารจะเป็นชนิดใดไหนก็ไม่สำคัญ เมื่อรับประทานอาหารเข้าไปแล้ว ขอให้อึดท้องก็เป็นอันใช้ได้ นี่ต่างหากคือเหตุผลของการรับประทานอาหาร แต่คนส่วนใหญ่ยังมีความหลงอยู่ ก็เลยเห็นการรับประทานอาหาร เป็นการให้ความสุขกับตน เวลารับประทานอาหารจึงมีความพิถีพิถันมาก จะต้องเลือกเฟ้นอาหาร ที่ถูกปาก ถูกคอ ถูกใจมารับประทาน เลยกลายเป็นปัญหา ทำให้ต้องร่นววยกับการรับประทานอาหาร

แต่สำหรับคนที่ไม่รับประทานอาหาร ด้วยความอยากในกามรสแล้ว จะรับประทานอาหารแบบง่าย ๆ และไม่ต้องรับประทานอาหารบ่อย บางคนรับประทานอาหารวันละมื้อเดียวก็อยู่ได้ แต่คนที่รับประทานอาหารเพื่อกามรสนั้น บางทีรับประทานอาหารเพ็งเสร็จไปหยกๆ ท้องยังแน่นอยู่เลย แต่ใจเกิดนึกถึงอาหารหรือขนมที่ตนโปรดขึ้นมา ก็ยังเกิดมีความอยากที่จะรับประทานต่อไปอีก จึงทำให้เกิดเป็นโรคน้ำหนักเกินขึ้นมา เป็นโรคอ้วนกันขึ้นมา แล้วเวลาที่จะลดน้ำหนักนี้ ก็จะรู้สึกลำบากยากเย็น เพราะเป็นการฝืนใจมากทีเดียว คนเราจึงมีปัญหาเพราะการไม่รู้จักรักความพอดี ไม่มีเหตุผลในการกระทำ ทำอะไรมักจะกระทำไปด้วยอารมณ์ คือความอยาก เลยทำให้กลายเป็นทาสของความอยาก แล้วความอยากนี้ก็กลายเป็นเครื่องมือมาทำลายตน คนที่รับประทานอาหารมากๆ เกินความจำเป็น ก็จะเป็นโรคอ้วนขึ้นมา แล้วก็จะมีโรคต่างๆตามมา โรคเบาหวาน โรคความ

ดัน โรคไขมันอุดตัน โรคหัวใจ เป็นต้น ก็ล้วนเกิดจากการรับประทานอาหารมากจนเกินไป แล้วไม่ซำก็เร็ว ก็จะต้องตายก่อนวัยอันควร เพราะอำนาจของความหลง

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้พวกเราในวันพระ วันอุโบสถ มาสมาทานศีลอุโบสถกัน ถ้าอยู่ที่วัดไม่ได้ ก็ให้สมาทานศีล ๘ ศีลอุโบสถกับศีล ๘ ต่างกันตรงที่ ถ้าสมาทานศีลอุโบสถ ก็จะต้องอยู่ในพระอุโบสถ คืออยู่ในโบสถ์ อยู่ในบริเวณวัด ไม่กลับไปที่บ้าน เพราะเวลากลับไปที่บ้าน จะมีเครื่องยั่วใจเยอะ คนในบ้านที่ไม่ถือศีล ก็จะกินเหล้ากัน จะกินอาหารเย็นกัน ก็จะดูหนังดูละครกัน ฟังเพลงกัน อะไรอย่างนี้เป็นต้น เมื่อไปอยู่ที่บ้าน ใจก็จะถูกสิ่งเหล่านี้รบกวน แล้วดีไม่ดีก็จะไม่สามารถรักษาศีล ๘ ไปได้ เพราะเวลาคนในบ้านเห็นเราไม่กินข้าว ก็เกิดความสงสัย เกิดความห่วงใย ก็จะมารบเร้า มาขอร้องให้เรากิน เลยกลายเป็นเรื่องใหญ่ขึ้นมา ถ้าไม่กิน ก็จะวุ่นวาย ในที่สุดก็เลยต้องกิน เพื่อระงับความวุ่นวาย การถือศีล ๘ กับศีลอุโบสถจึงต่างกันตรงนี้ ศีลอุโบสถหมายถึงให้หาที่สงบ ที่สงบวิเวก ไม่จำเป็นจะต้องเป็นวัดก็ได้ ไม่จำเป็นจะต้องเป็นในบริเวณพระอุโบสถก็ได้ เช่น ไปอยู่ตามป่าตามเขา ที่ไม่มีใครมารบกวน อยู่ตามลำพัง อย่างนี้ก็ใช้ได้ เพราะถ้าอยู่ในสถานที่อย่างนั้นแล้ว กิเลสคือความอยากในกาม จะไม่เกิดง่าย ถ้าเกิดก็ไม่รุนแรง เพราะไม่มีสิ่งมาล่อตา ล่อหู ล่อจมูก ล่อลิ้น ล่อกาย แต่ถ้าไปอยู่ในบ้านแล้ว ครอบงำการรักษาศีล ๘ จะลำบากมาก

การที่จะรักษาศีล ๘ ได้ เราต้องฉลาด ต้องรู้จักวิธี ต้องรู้ว่าอะไรเป็นเครื่องช่วยส่งเสริม ต้องมีสถานที่สงบสงัด วิเวก ห่างไกลจากกามคุณทั้งหลาย พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้พระหาที่สงบสงัด ตามป่าตามเขา เพราะเป็นสถานที่เอื้ออำนวย ที่จะทำให้จิตสงบ ทำให้จิตเย็น จิตสบาย จิตมีความสุข มีความอิ่ม มีความพอ ผู้ปรารถนาความสุขภายในใจ คือความสงบ จึงต้องคำนึงถึงสถานที่ ควรจะหาสถานที่ที่สงบสงัด ที่ห่างไกลจากกามคุณทั้งหลาย ที่เป็นเครื่องยั่วยวนกวนใจ ถ้ามาอยู่ที่วัดได้ก็ควรมา ถ้ามีที่ที่ดีกว่าวัด ก็จะไปใหญ่ เพราะบางวัดอาจจะไม่ค่อยสงบ อาจจะต้องไปหาวัดที่ไกลจากบ้านจากเมือง วัดที่อยู่ตามชนบท วัดที่อยู่ตามป่าตามเขา เพราะโอกาสที่จะทำให้จิตสงบจะมีมาก การรักษาอุโบสถศีล ก็จะเป็นไปได้โดยง่าย แล้วจะเห็นสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อนในชีวิตของเรา

คือเมื่อจิตของเราสงบตัวลง เราจะรู้ว่าความสุขต่างๆที่เราเคยสัมผัสมาก่อนหน้านั้นนั้น จะไม่ดีเท่ากับความสุขที่เกิดจากการสงบของจิต ความนิ่งของจิต เป็นความสุขที่เกิดจากการรวมตัวลงของจิต เพราะได้ตัดความอยากในกามคุณทั้งหลาย

นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง เป็นสิ่งที่เราไม่ค่อยรู้จักกัน ไม่ค่อยได้ยินได้ฟังกัน เพราะในสังคมจะพูดกันแต่ความสุข ที่เกิดจากการมีสมบัติข้าวของเงินทอง ความสุขที่เกิดจากการได้ไปเที่ยว ไปกิน ไปเสพกัน เมื่ออยู่ในแคววงแบบนี้ ได้ยินเรื่องแบบนี้ เราก็จะหลงเชื่อตามเขาไป เพราะในใจของเราก็มีเชื่ออยู่แล้ว ก็คือความหลง ใจของเราก็มีความชอบสิ่งเหล่านี้อยู่แล้ว ก็เลยหลงตามเขาไป วันๆหนึ่งก็มัวแต่่วนกับการหาเงินหาทอง เมื่อได้เงินทองมาแล้ว ก็เอาเงินทองนี้ไปซื้อ ไปแลกพวกความสุขทั้งหลายมาเสพ เมื่อเสพเสร็จแล้วก็เพลีย ก็นอนหลับ รุ่งขึ้นก็ต้องตื่นไปทำงานหากิน เลี้ยงปากเลี้ยงท้อง หาเงินหาทองอีก ชีวิตก็วนเวียนอยู่ในวัฏจักรแบบนี้ ก็ไม่ต่างจากเดรัจฉานสักเท่าไร เพราะเดรัจฉานก็มีชีวิตแบบนี้ เข้าเขาก็ออกไปหาอาหารมากิน เมื่อมีกำลังวังชา ก็หาคู่มาเสพหาความสุขทางกาม เมื่อเสพเสร็จแล้ว ก็อ่อนเพลียก็นอนหลับไป ตื่นขึ้นมาก็ออกไปทำแบบเดิมๆอีก ชีวิตก็จะวนเวียนไปอย่างนี้ ไปจนถึงวันตาย

แม้กระทั่งคนอายุมากๆแล้ว ก็ยังมีความกระหาย มีความอยาก อย่างที่มีข่าวว่ามีชายคนหนึ่งอายุ ๗๒ ปี เป็นฝรั่งอยู่ประเทศเยอรมัน มีเงินอยู่ประมาณ ๖-๗ ล้านบาท ประกาศออกมาเลย ว่าถ้ามีหญิงสาวคนใดที่อายุต่ำกว่า ๓๐ สามารถให้เขามีความสุขจนตายในอ้อมกอดของเธอได้ เขาจะมอบมรดกที่มีอยู่ทั้งหมด ให้กับหญิงสาวคนนั้นเลย นี่แหละอำนาจของกามตัณหาความอยากในกาม มันไม่ได้อ่อน มันไม่ได้หมดไปตามวัยของคนเลย เพราะว่าใจของคนเราไม่มีอายุขัย ไม่เสื่อม ไม่แก่ ไม่ชรา ใจเป็นสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง เป็นอย่างนั้นมาแต่ดั้งเดิม เมื่อร่างกายนี้แตกสลายไป ใจก็เคลื่อนออกไป แล้วก็ไปหาร่างกายใหม่ เมื่อได้ร่างกายใหม่มา ก็เสพกามต่อ ถ้าเป็นเดรัจฉานก็เสพกามแบบเดรัจฉาน ถ้าเป็นมนุษย์ก็เสพกามแบบมนุษย์ ถ้าเป็นเทพก็เสพกามแบบเทพ ไปไม่มีที่สิ้นสุด แต่ถ้าเริ่มลดละแล้ว ต่อไปก็จะเริ่มเสพความสุขที่เกิดจากความสงบของจิต ถ้าตายไปก็จะไปเกิดเป็นพรหม เพราะพรหมก็คือผู้ที่เสพความสุข ที่เกิดจากความนิ่ง

ความสงบของใจ แล้วถ้าได้พบพระพุทธศาสนา ได้ปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน คือเห็นโทษของกามสุข แล้วตัดกามสุขได้ ด้วยปัญญาหรือวิปัสสนา ก็จะกลายเป็นพระอรหันต์ไป เป็น**พระอนาคามี** เป็นผู้ตัดความยินดีในกามสุขได้ ไม่มีความต้องการที่จะเสพกามอีกต่อไป ไม่ต้องกลับมาเกิดในกามภพอีกต่อไป การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียง

กัณฑ์ที่ ๑๓๗

กำลังทำอะไรอยู่

๒ พุทธจิกายน ๒๕๔๕

ใกล้เวลาสิ้นปีเข้ามาแล้ว วันเวลาก็ค่อยๆผ่านไปๆ เดี่ยวปีหนึ่งก็หมดไป อายุก็เพิ่มมากขึ้นไปอีกหนึ่งปี วันเวลามีแต่จะผ่านไปๆ เหมือนกับกระแสน้ำ ที่ไหลไปแล้ว ไม่ไหลกลับ เวลาเป็นสิ่งที่มีความค่า กับชีวิตจิตใจของพวกเราทุกคน เพราะว่าทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นอยู่กับเวลา การที่เราจะมีอะไรขึ้นมาได้ ก็ต้องมีเวลาที่จะทำ เพื่อให้มีสิ่งนั้นๆเกิดขึ้นมา ถ้าเวลาไม่มี ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราปรารถนา ที่เราต้องการกัน ก็จะไม่มีความเป็นไปได้เลย เวลาจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่ง เป็นสิ่งที่มีความค่าอย่างยิ่ง ยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดในโลกนี้ เพราะถ้าไม่มีเวลาแล้ว เราจะไปหาสิ่งต่างๆในโลกนี้ได้อย่างไร ไม่ว่าจะเป็นทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง บุคคลต่างๆ ก็ต้องมีเวลาเป็นเครื่องรองรับ ต้องมีเวลาที่จะกระทำในสิ่งต่างๆ เพื่อให้ผลที่เราต้องการปรากฏขึ้นมา เวลาจึงเป็นสิ่งที่มีความค่ามากๆ เราจึงไม่ควรมองข้ามคุณค่าของเวลาไป ไม่ควรที่จะปล่อยให้เวลาผ่านไปๆ โดยไม่ได้ทำอะไร ทำประโยชน์ให้เกิดขึ้น เพราะเวลาของเราจะมีเหลือน้อยลงไปเรื่อยๆ ไม่ใช่จะมีมากเพิ่มขึ้นไป เพราะชีวิตของเราถูกควบคุมด้วยเวลานั่นเอง

เมื่อเกิดแล้ว ชีวิตก็ต้องมีการแก่ มีการเจ็บ มีการตาย ตามลำดับต่อไป และเมื่อถึงเวลาตาย เวลาที่จะทำอะไรก็หมดไปเช่นกัน ชีวิตของเราจึงเปรียบเหมือนกับต้นเทียนต้นหนึ่ง เวลาเกิดออกมาก็เหมือนกับเวลาที่จุดต้นเทียน เมื่อจุดแล้ว ไฟก็จะเริ่มไหม้ต้นเทียนไปตามลำดับ จนหมดไปในที่สุด ฉันทิชีวิตของเราก็เป็นเช่นนั้น เมื่อเกิดมาแล้ว ก็จะมาดำเนินตามวิถีทางของเขา คือ มีการเจริญเติบโต เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่แล้ว ก็จะเริ่มมีการเสื่อมตามมา แล้วความเจ็บไข้ได้ป่วย ความชรา ความตายก็จะตามมาในที่สุด ชีวิตของเราจึงมีขอบเขต มีเวลาที่จำกัด แต่ละคนมีเวลาอยู่ไม่เท่าเทียมกัน บางคนก็มีอายุยืนยาวนาน อยู่ได้ถึง ๙๐ ปี ๑๐๐ ปี บางคนก็อยู่ไม่ได้ยาวนาน บางคนเกิดมาเพียงวันเดียวก็ตายไปก็มี ชีวิตจึงเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน จึงควรทำความเข้าใจกับธรรมชาติของ

เวลา ของชีวิต ว่าไม่รู้ว่าจะอยู่ต่อไปได้อีกนาน มากน้อยแค่ไหน อาจอยู่ต่อไปได้ถึง อายุ ๘๐ ปี ๙๐ ปีก็ได้ หรืออาจจะตายในวันนี้ ในบ่าวันนี้ ในเย็นนี้ ในคืนนี้ก็ได้อีก เพราะไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน นี่คือธรรมชาติของชีวิตร่างกายของเรา จะต้องเป็นไปเช่นนี้

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้พวกเรามีสติ คือไม่ให้ประมาท ให้รู้ถึงความไม่แน่นอนของชีวิต ถึงความไม่แน่นอนของเวลา ที่จะมีไว้ทำในสิ่งที่ต้องการกัน จึงทรงสอนให้คอยถามตัวเราอยู่เสมอว่า **วันคืนล่วงไปๆ ในบัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่** ถ้าไม่ถาม เราจะไม่รู้ เรา กำลังทำอะไรอยู่ เพราะเราทำอยู่หลายอย่างด้วยกัน ทำในสิ่งที่ทำให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ นำมาซึ่งความสุขความเจริญก็มี ทำในสิ่งที่นำมาซึ่งความเสื่อมเสีย ความหายนะ ความทุกข์ ความเดือดร้อน ก็มี แต่เราไม่ค่อยรู้กัน ว่าเรากำลังทำอะไรกันอยู่ หรือถ้ารู้ ก็รู้แบบผิดๆ เข้าใจผิด คิดว่าสิ่งที่ทำเป็นสิ่งที่ดี เป็นสิ่งที่มีคุณ มีประโยชน์ ในสายตาของพวกเขา แต่ความจริงแล้วไม่ใช่เป็นสิ่งที่ดี ที่เป็นคุณ เป็นประโยชน์ เป็นสุขกับเราเลย เพราะว่าใจของเรายังมีความหลง มีความมืดบอดอยู่ ยังไม่รู้จริงเห็นจริง ว่าการกระทำของเราจะนำมาซึ่งความสุขความเจริญที่แท้จริงหรือไม่ หรือเป็นความสุขความเจริญ ที่แฝงด้วยความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความหายนะที่จะตามมาต่อไป

เราจึงต้องศึกษา ทำความเข้าใจ ให้รู้ว่า อะไรคือความดี อะไรคือความไม่ดี แล้วพยายาม หลีกเลียงการกระทำสิ่งที่ไม่ดี ทำแต่สิ่งที่ดี เราจะรู้ได้ ก็ต่อเมื่อได้ศึกษา หาความรู้ จากผู้รู้จริงเห็นจริงอย่างพระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ซึ่งจะหาได้ใน พระพุทธศาสนา นี้ ถึงแม้พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ส่วนใหญ่ ก็ได้ผ่านไป แล้ว ได้นิพพานไป ชีวิตร่างกายของท่านไม่มีอยู่ในโลกนี้แล้ว แต่คำสอนของท่านยังมีอยู่ คำสอนนี้แหละ ที่เป็นองค์แทนพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสสั่งไว้ก่อนที่จะเสด็จดับขันธปรินิพพานว่า **พวกเธอทั้งหลาย จะไม่ได้ อยู่ปราศจากศาสนา เพราะศาสนาของพวกเขา ที่จะมาทำหน้าที่แทนตถาคตต่อไป ก็คือ พระธรรมวินัย ที่ตถาคตได้ตรัสไว้ชอบแล้ว** พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ได้มีการจดจำ และจารึกลงเป็นตัวอักษรนี้แหละ คือพระศาสนาของพวกเขา เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นศาสนาของพวกเขา

เราจึงควรเข้าหาธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบใด ที่สะดวก สำหรับเรา ถ้ามาวัด มาฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นสิ่งที่สะดวก ก็มากัน ถ้ามาวัดไม่สะดวก อยู่บ้านก็หาหนังสือธรรมะไว้ในบ้าน เอาไว้อ่าน หาเทศธรรมะของครูบาอาจารย์ ไว้เปิด ฟัง หรือเปิดวิทยุฟัง หรือดูโทรทัศน์ ซึ่งมีการแสดงธรรมอยู่อย่างสม่ำเสมอ ตามกาลตาม เวลา เช่น ในวันพระ วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ก็จะมีการแสดงธรรมกันตามสื่อ ต่างๆ เหล่านี้ก็เป็นวิธีที่จะทำให้เราเข้าถึงพระพุทธศาสนา เข้าถึงพระศาสนา เข้าถึงพระ ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าได้ และเมื่อได้เข้าถึงพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จะได้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ดี อะไรเป็นสิ่งที่ไม่ดี อะไรเป็นเหตุที่นำมาซึ่งความสุขความเจริญ อะไรเป็นเหตุที่นำมาซึ่งความทุกข์ความเสื่อมเสีย ความทายนะ เมื่อรู้แล้ว จะได้นำมา ปฏิบัติ กับกาย วาจา ใจ ที่เป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญ หรือความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ความทายนะทั้งหลาย

จึงต้องมีสติระลึกอยู่เสมอว่า ในขณะที่เรากำลังทำอะไรอยู่ เช่น ในขณะที่เราไม่ได้พูด เราไม่ได้เคลื่อนไหวร่างกาย แต่ใจของเรากำลังคิดอะไรอยู่ ใจนี้เป็นตัวที่สำคัญที่สุดใน การกระทำ ใจเป็นผู้สั่งการก่อน การกระทำทางวาจา และทางกายจึงจะตามมาได้ เวลาใจ คิดให้ทำอะไรสักอย่างหนึ่ง ก็จะส่งไปที่วาจา ส่งไปที่ร่างกาย ให้พูดอย่างนั้น ให้ทำอย่าง นี้ ความคิดจึงเป็นเป็นต้นเหตุของการกระทำทั้งปวง การกระทำดี ก็ออกมาจากความคิด ที่ดี การกระทำไม่ดี ก็ออกมาจากความคิดที่ไม่ดี เราจึงต้องมีสติอยู่กับความคิดอยู่ทุก ขณะ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ถามตัวเองอยู่เสมอว่า **วันเวลาล่วงไปๆ ในบัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่** กำลังคิดในสิ่งที่ดี หรือกำลังคิดในสิ่งที่ไม่ดี กำลังคิดที่จะทำบุญ หรือ กำลังคิดจะทำบาป กำลังคิดจะสะสมความโลภ ความโกรธ ความหลง หรือกำลังคิดจะ ลดละความโลภ ความโกรธ ความหลง เพราะความคิดเหล่านี้จะนำไปสู่การกระทำที่ จะมีผลต่อไป

ผลที่จะตามมาก็คือความเจริญ หรือความเสื่อม อย่างการกระทำที่จะนำมาซึ่งความเสื่อม ก็ได้ทรงแสดงไว้ใน**อบายมุข ๔** คือ ๑. เล่นการพนัน ๒. เสพสุรายาเมา ๓. คบคนชั่ว เป็นมิตร ๔. เทียบกลางคืน นี่คือการกระทำที่จะนำมาซึ่งความเสื่อมเสีย ไม่ได้นำมาซึ่ง

ความเจริญ และก่อนที่จะไปกระทำสิ่งเหล่านี้ได้ ก่อนที่จะไปเสพสุรายามา ไปเล่นการพนัน ไปเที่ยวกลางคืน ไปคบคนชั่วเป็นมิตร ใจต้องคิดก่อน เช่นคิดว่า วันเสาร์วันอาทิตย์นี้จะไปทำอะไรดี คินนี้ออกไปเที่ยวดีไหม ไปกินเหล้าดีไหม ไปเล่นการพนันดีไหม ไปหาเพื่อนที่ไม่ดีจะดีไหม นี่เป็นสิ่งที่เริ่มคิดแล้ว ถ้าไม่มีสติ ก็จะถูกความคิดนี้พาไปโดยไม่รู้สึกตัว เพราะใจมักจะชอบคิดทำในสิ่งที่เคยติดมาเป็นนิสัย และนิสัยของพวกเขาส่วนใหญ่นั้นยังเป็นปุถุชน ยังมีความมืดบอดอยู่ ก็มักจะคิดไปในทางที่เสื่อมเสีย มักจะชอบทำในสิ่งที่เสื่อมเสีย แต่ในใจกลับคิดว่าเป็นความสุข เลยทำกันไปโดยไม่รู้สึกตัว เพราะไม่เคยได้ยินได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่สอนถึงความเสื่อมเสียของเรื่องเหล่านี้ เราจึงไม่รู้กัน

อย่างเวลาไปกินเหล้าเมายา ก็จะมองแต่ด้านดีด้านเดียว คือความสนุกสนานเฮฮา ได้ไปเจอเพื่อนฝูง คุยกัน เล่นกัน มีความสุข แต่ไม่รู้ถึงโทษของสุรา เวลาติดสุราแล้ว จะเป็นอย่างไร จะต้องหาสุรามาสงพอยู่ตลอดเวลา เป็นเหมือนยาเสพติด และเมื่อเสพสุราไปมากๆ ก็จะไปทำลายร่างกาย ทำลายอวัยวะต่างๆ ทำให้ชีวิตไม่เป็นปกติ มีโรคภัยไข้เจ็บ เบียดเบียน มีอายุสั้น เวลาเสพสุราเข้าไป ก็จะทำให้เกิดความมึนเมา ไม่มีสติ ไม่สามารถควบคุมใจได้ ความคิดความอ่านเป็นอย่างไร ก็จะไม่รู้ ไม่สามารถที่จะยับยั้งได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาที่เกิดความมึนเมา พวกความคิดที่ไม่ดี ความคิดที่เป็นอับมงคลทั้งหลาย ที่เป็นอกุศลทั้งหลาย มักจะเกิดขึ้น ทำให้ต้องไปกระทำสิ่งที่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นและกับตัวเรา เช่น พุดจาหยาบคาย เบียดเบียน สร้างความรำคาญใจให้กับผู้อื่น ทำให้เกิดการตอบโต้กัน ตอบโต้กันไป ตอบโต้กันมา ก็นำไปสู่การทะเลาะวิวาท นำไปสู่การทุบตีทำร้ายร่างกายกัน จนถึงฆ่ากันตาย ผู้ที่เสียชีวิตก็สูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างไป ผู้ที่ยังอยู่ก็ต้องถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับเข้าคุกเข้าตะราง และอาจจะต้องถูกประหารชีวิตให้ตายตามกันไป นี่ก็คือผลของการเสพสุรายามา แต่ไม่ค่อยคิดกัน คิดแต่ที่ว่า กินเหล้าเข้าไปแล้ว จะมีความสุข สบายอก สบายใจ ลืมเรื่องราวต่างๆ ลืมความทุกข์ต่างๆ จึงทำให้เสพสุรายามากัน แต่ผลเสียที่ตามมา กลับไม่รู้กัน

นี่แหละคือสิ่งที่จะต้องศึกษาให้เห็นโทษ เมื่อเห็นโทษแล้ว เวลาที่จิตเริ่มคิดที่จะทำสิ่งเหล่านี้ จะได้ยับยั้งได้ เพราะไม่มีใครต้องการความทุกข์ ไม่ต้องการปัญหาต่างๆ แต่ถ้าไม่คิดไว้ก่อน ไม่ศึกษาไว้ก่อน แต่ปล่อยให้ทำไปตามนิสัย ก็จะติดนิสัย เวลาแก้ก็ยาก แต่ก็ไม่สุดวิสัย ถ้าเห็นสิ่งที่ไปหลงดีหลงชอบอยู่ว่า ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ดี แต่เป็นพิษเป็นภัยกับชีวิต ก็จะสามารถลดละเลิกได้ สามารถทำได้ถ้ามีสติ คอยดูความคิดอ่าน ถ้าคิดไปในทางที่ไม่ดี ก็ต้องบอกตัวเองว่า นี่เป็นทางที่ไม่ดี คิดไปแล้วจะนำไปสู่การกระทำที่ไม่ดีต่อไป จะนำมาซึ่งโทษทั้งหลายที่ไม่ปรารถนา กัน ควรคิดทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม ทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ทำและได้ทรงประพจน์ปฏิบัติมา สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ทำอยู่เสมอคือ ๑.ให้ทำความดีเสมอ ๒.ให้ละการกระทำบาปเสมอ ๓.ให้ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด

สิ่งที่ทำให้จิตใจเปราะเปื้อนมีมลทิน ก็คือกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ เป็นสิ่งที่จะคอยทำร้ายจิตใจ คอยฉุดลากผลักไส ให้ไปกระทำ ความชั่วทั้งหลาย คนเราถ้าไม่มีความโลภแล้ว จะไปทำบาปได้อย่างไร ถ้าไม่มีความโกรธแล้ว จะไปทำบาปได้อย่างไร อย่างในขณะนี้พวกเรานั่งอยู่ในศาลานี้ จิตก็ตั้งมั่นอยู่กับการฟัง เทศน์ฟังธรรม ในขณะที่ความโลภก็ไม่ปรากฏขึ้นมา ความโกรธก็ไม่ปรากฏขึ้นมา เราก็นั่งอยู่ที่นี่ได้ แต่ถ้ามีความโลภเกิดขึ้นมา มีความโกรธเกิดขึ้นมา เราจะทนนั่งอยู่เฉยๆ ไม่ได้ จะต้องไปทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ถ้าเราเคยฝึกใจ เคยหักห้ามใจ ด้วยการปฏิบัติธรรม ได้ศึกษาวิธีการหยุดใจ ตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ ก็จะมีสติ รู้ว่ากำลังคิดอะไร เพียงแต่รู้เท่านั้น ความคิดนั้นก็หยุดไป หายไป แต่ถ้าไม่รู้ ก็จะคิดตามไป เวลาเกิดความโลภ ก็จะคิดตามความโลภนั้นไป ก็จะวิพากษ์วิจารณ์สิ่งที่ยากได้ว่าเป็นสิ่งที่ดีอย่างนั้นอย่างนี้ ต้องเอามาให้ได้ เวลาโกรธ ก็จะวิพากษ์วิจารณ์คนที่เราโกรธว่า เขาเลวอย่างนั้น เขาไม่ดีอย่างนี้ ควรจะต้องถูกทำร้าย ทำลาย อย่างนั้นอย่างนี้เป็นต้น

นี่แหละคือสิ่งที่เกิดขึ้นจากการไม่มีสติดูใจ ถ้ามีสติดูใจแล้ว ในขณะที่เกิดความโลภขึ้นมา จะรู้ขึ้นมาทันทีเลยว่า กำลังโลภ กำลังอยาก ก็จะสามารถระงับได้ ด้วยเหตุด้วย

ผล คือปัญญา ควรถามตัวเราเองว่า สิ่งในโลกที่อยากได้นั้น มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพหรือไม่ ถ้าไม่มีความจำเป็น เราไม่มี เราก็ไม่เดือดร้อนอะไร เพราะสิ่งของบางอย่างที่เราอยากได้นั้น ไม่ได้ออกมาจากปัญญา ออกมาจากเหตุผล ไม่ได้ออกมาจากความจำเป็น แต่ออกมาจากอารมณ์ เพียงแต่เห็นแล้วก็เกิดอารมณ์อยากได้ขึ้นมา ทั้งๆที่ไม่มีสิ่งนั้นก็ไม่ตาย และดีไม่ดีไม่มีสิ่งนั้นกลับสบายกว่าอีกตั้งเยอะแยะ แต่เราไม่รู้กัน เพราะเหตุใด เพราะเราไม่ใช้ปัญญา ไม่ใช้เหตุผลเข้ามาคิด เวลาต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใด พอมีความอยากได้บ้าง ก็อ่อนตามความอยากนั้นแล้ว จะต้องทำตามความอยากนั้น ถ้าไม่ได้ทำตามความอยากแล้ว จะเกิดความทุกข์ ความเสียอกเสียใจขึ้นมาทันที

นี่แหละคือโทษของความอยาก เมื่อเกิดความอยากแล้ว ถ้าไม่ระงับ ก็จะสร้างความทุกข์ให้กับเรา ทุกข์ ๒ อย่าง คือ ๑. ทุกข์ที่อยู่เฉยๆไม่ได้ ต้องดิ้นออกไปหาสิ่งนั้นๆมา ๒. ถ้าหาไม่ได้ ก็เกิดความเสียใจ เกิดความผิดหวังขึ้นมา แต่ถ้าระงับความอยาก ความโลภได้ ด้วยเหตุผล ก็สามารถอยู่ได้โดยปกติ นี่แหละเป็นสิ่งที่จะต้องรู้จักแก้ไข ความโลภ ความอยากนี้ แก้ไขได้ด้วยเหตุผล ใช้ปัญญาถามตัวเราเองว่า จำเป็นไหม ถ้าไม่จำเป็น ไม่มีก็ไม่เดือดร้อนอะไร ก็ไม่ต้องไปมีสิ่งนั้น เพราะถ้าไม่จำเป็นแล้วไปหามา ก็สร้างความเดือดร้อนให้กับตัวเรา คือ ๑. จะต้องเสียเงินเสียทอง ซึ่งเป็นสิ่งที่หายาก ถึงแม้จะมีเงินทองเหลือใช้ก็ตาม แต่ต้องมองถึงอนาคตข้างหน้าว่า อาจจะต้องอาศัยเงินทองที่มีเหลือใช้อยู่นี้ เอาไว้ใช้กับสิ่งที่จำเป็น เพราะตราบิเดชีวิตยังมีลมหายใจอยู่ ก็ยังต้องอาศัยเงินทอง เพื่อเอาไว้ใช้แลกเปลี่ยนปัจจัย ๔ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ คือ อาหาร ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ถ้าเอาเงินทองที่มีความจำเป็น ถึงแม้จะไม่จำเป็นในขณะปัจจุบันนี้ แต่อาจจะมีความจำเป็นต่อไปในภายภาคหน้า เอาไปใช้กับสิ่งที่ไม่จำเป็น เวลาเกิดความจำเป็นขึ้นมา ก็จะเดือดร้อน แต่ถ้าไม่เอาเงินทองที่มีเหลือใช้อยู่นี้ ไปใช้กับสิ่งที่ไม่จำเป็น ก็จะมีเงินทองเหลือใช้มาก ก็จะมีอารมณ์บอບอูนใจ มีความมั่นใจ จะไม่ค่อยกังวลกับเรื่องในอนาคตเท่าไร เพราะรู้ว่ามียังสิ่งรองรับอนาคตไว้อยู่แล้ว จะไม่อดอยากขาดแคลนในเรื่องอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค

ถ้าชนะความโลภความอยากได้แล้ว แทนที่จะมีความทุกข์ กลับจะมีความสุข ความสุขที่เกิดจากความมั่นใจ ความมั่นคงกับชีวิต รู้ว่าชีวิตจะดำเนินไปด้วยความสุข ความสบาย มีปัจจัย ๔ ไร่ค่อยดูแล เท่านั้นก็จะทำให้มีความสุขแล้ว แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าใช้เงินไปเรื่อยๆ เห็นอะไรอยากได้ก็ซื้อไปๆ โดยไม่ได้เสริมสร้างความมั่นคงให้กับชีวิตเลย แต่กลับบั่นทอนความมั่นคงของชีวิต เพราะเงินทองที่จะต้องอาศัยในภายภาคหน้า จะมีน้อยลงไปเรื่อยๆ และถ้าไม่ระมัดระวัง ดีไม่ดีก็อาจจะหมดไป นอกจากหมดไปแล้ว ยังอาจจะเป็นหนี้เป็นสินขึ้นมาอีก เพราะในปัจจุบันนี้ เราสามารถซื้อข้าวของได้ โดยไม่ต้องจ่ายเงินทั้งหมด จ่ายเงินเพียงบางส่วน เราก็ได้ของมาแล้ว แต่ต้องเป็นลูกหนี้ ต้องหาเงินทองมาใช้หนี้สินที่ไปสร้างไว้ นี่แหละคือโทษของการไม่ดูแลใจของเรา ไม่ดูแลความคิดของเรา เวลาเกิดความโลภ เกิดความอยาก ก็ปล่อยให้ความโลภความอยากจุดลากพาหลงเหวโดยไม่รู้สึกตัว มารู้สึกตัวอีกทีก็อยู่ที่กันเหวแล้ว ไม่รู้จะหาวิธีขึ้นจากเหวอย่างไร

บางคนเมื่อถึงจุดนั้นแล้ว ก็เกิดความท้อแท้ในชีวิต ไม่อยากจะมีชีวิตอยู่ต่อไป ดังที่ได้ยินได้ฟังกันทุกวันนี้ ที่ต้องทำร้ายชีวิตของตัวเอง ก็เพราะถูกความโลภ ความอยากนี้แหละ จุดลากให้ลงสู่กันเหว เมื่ออยู่ในกันเหวแล้ว ก็เกิดความทุกข์ เกิดความทรมาน จนกระทั่งไม่สามารถที่จะทนอยู่ได้อีกต่อไป ทั้งที่ร่างกายก็ยังเป็นปกติอยู่ ยังเป็นคนหนุ่มคนสาว มีกำลังวังชา ทุกสิ่งทุกอย่างยังสมบูรณ์ สามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้ แต่เพราะความหลง ความมืดบอด ไม่รู้จักวิธีแก้ปัญหาชีวิต ก็เลยเกิดความท้อแท้ เกิดความมืดแปดด้านขึ้นมา ไม่รู้จะหาใครเป็นที่พึ่ง เพราะตอนที่เรามีเวลา ตอนที่ เป็นปกติ ไม่เคยคิดสร้างที่พึ่งขึ้นมาไว้ก่อน พอถึงยามยากเข็ญ ก็เลยงงเป็นไก่ตาแตก ไม่รู้จะพึ่งอะไร แต่ถ้าเป็นคนฉลาด จะรู้ว่าพระศาสนา คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งของเราได้ ถ้าเข้าหาพระศาสนาอยู่เรื่อยๆ พังเทศน์ฟังธรรมอยู่เสมอ แล้วนำไปปฏิบัติ อย่างที่ได้สอนในวันนี้ คือให้ดูใจเรา ให้เตือนสติถามตัวเราเองอยู่เสมอว่า **วันคืนผ่านไปๆ ในบัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่** กำลังดูใจของเราอยู่หรือเปล่า กำลังต่อสู้กับความโลภ กับความอยากอยู่หรือเปล่า ถ้ากำลังทำอะไร ก็ถือว่าเรากำลังใช้ชีวิตให้เป็นคุณเป็นประโยชน์ เพราะการต่อสู้กับความโลภ ความอยากนี้ เท่ากับเป็นการดึงตัวเราให้ออกจากเหวลึก

นั่นเอง แต่ถ้าปล่อยใจให้คิดไปในทางโลก ความอยาก แล้วทำตามความโลก ความอยาก เราก็จะถูกดูดลึกลงไปเรื่อยๆ ในแหวน จนไม่มีทางออก

จึงขอให้พวกเราทั้งหลาย จงอย่าตั้งอยู่ในความประมาท จงมีสติดูการกระทำของเราอยู่เสมอ ตั้งแต่ตื่นขึ้นมา จนถึงเวลาหลับเลย ขอให้ดูกาย วาจา ใจของเรา เหมือนกับเจ้าหน้าที่ตำรวจดูแลนักโทษ อย่าให้พลาดจากสายตา แล้วจะเห็นการกระทำทั้ง ๓ ว่า เป็นไปในทิศทางใด ถ้าเป็นไปในทิศทางที่ดีก็ส่งเสริม รีบทำเสียเลย อย่างวันนี้ก็อยากจะทำบุญ ก็รีบมาวัด มาทำบุญเลย อย่าไปเลื่อนวันเวลา เพราะว่าพรุ่งนี้อาจจะไม่มีสำหรับเราก็ได้ แต่ถ้าทำในวันนี้แล้ว เราจะไม่เสียใจ แต่จะได้รับประโยชน์จากการกระทำ ความดี เพราะจะเป็นที่พึงนิยามยากของเราต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอ ยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๔๐

ธัมมานุสติ

๔ พุทธจิกายน ๒๕๔๕

วันนี้ เป็นวันพระ วันธรรมสวนะ วันฟังธรรม ญาติโยมผู้มีจิตใจแน่วแน่มั่นคงกับ พระพุทธศาสนา จะถือวันพระเป็นวันสำคัญมาก จะต้องมาวัดเพื่อประกอบศาสนกิจ ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ เพราะทราบกันดีว่าผลต่างๆ ที่ปรารถนา กัน เช่น สุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคล ความสำเร็จในชีวิต ความปราศจากทุกข์ภัย อันตรายทั้งหลายทั้งปวงนั้น ย่อมเกิดจากการกระทำของเรา เกิดจากการกระทำตามพระ ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราจึงยึดถือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นผู้นำ ทาง เมื่อถึงเวลาที่จะต้องประกอบกิจต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงกำหนดไว้ เราก็มา ประกอบกิจนั้นๆ กัน ถ้ากระทำกิจเหล่านั้นได้อย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดตอน เราก็จะได้รับ ผลดีงามที่จะตามมาต่อไป เราจึงควรชวนชวายปฏิบัติ ตามพระธรรมคำสอนของ พระพุทธเจ้าอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง ถึงแม้จะมีอุปสรรคกีดขวาง ก็ต้องพยายาม ต่อสู้ กำจัดสิ่งกีดขวางทั้งหลายให้หมดไป เหมือนกับเวลาที่เราเดินทาง ไปสู่จุดหมาย ปลายทาง จุดใดจุดหนึ่ง ถ้ามีเครื่องกีดขวางทางอยู่ เราก็ต้องหาวิธีผ่านเครื่องกีดขวางนั้น ไปให้ได้ ถ้ายกสิ่งกีดขวางออกได้ก็ยกออกไป ถ้ายกออกไม่ได้ จำเป็นจะต้องหาทิศทาง ใหม่เพื่อไปให้ถึงจุดหมายปลายทาง เราก็ต้องทำ ถ้ามีความอดุทธสาหัส วิริยะ ความอดทน ความขยันหมั่นเพียร ที่จะดำเนินตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ ในไม่ช้าก็ เร็ว เราก็จะไปถึงจุดหมายปลายทางที่พวกเราทุกคนปรารถนา กัน คือความสุข ความ เจริญ ความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติตาม แนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน

สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้เจริญอยู่อย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง ก็คือการเจริญ **ธัมมานุสติ** เจริญพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเปรียบเหมือนแสงสว่าง ถ้าทำได้ ก็ เท่ากับเป็นการจุดแสงสว่างให้เกิดขึ้นภายในใจที่ยังมีความมืดบอดอยู่ เพราะฉะนั้น

ความไม่รู้จริง โมหะ ความหลง ซึ่งเปรียบเหมือนกับความมืดครอบงำอยู่ ทำให้จิตใจไม่สามารถเห็นความจริงตามความเป็นจริงได้ แต่กลับจะเห็นตรงกันข้ามกับความเป็นจริง เช่น เห็นสุขเป็นทุกข์ เห็นทุกข์เป็นสุข เห็นว่าบาปบุญคุณโทษ นรกสวรรค์ไม่มี อย่างนี้เป็นต้น นี่คือการเห็นผิด ที่เห็นผิดก็เพราะไม่มีแสงสว่างนั่นเอง เหมือนเวลาที่เรายู่ในที่มืดสนิท ในยามค่ำคืน เราจะไม่สามารถมองเห็นสิ่งต่างๆ ในบริเวณนั้นได้เลย ถ้าไม่มีแสงสว่าง แต่ถ้ามีแสงสว่าง เราก็จะสามารถเห็นสิ่งต่างๆ ที่อยู่ภายในบริเวณนั้นได้ ถ้าไม่มีแสงสว่างเราก็ต้องอาศัยการเดาไป คาดคะเนไป คิดว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้น คิดว่าสิ่งนี้เป็นอย่างนี้

อย่างพระที่ไปอยู่ในป่าตอนกลางคืน ถ้าไม่เคยไปอยู่ป่ามาก่อน แล้วมีความกลัวอยู่ในใจ เวลาเห็นอะไร ก็คาดคะเนไปต่างๆ นานา เช่น คาดว่าเป็นผีบ้าง เป็นสัตว์ร้ายบ้าง แต่ความจริงแล้ว เป็นเงาของกิ่งไม้ ของต้นไม้ แต่เพราะว่ามีมืด มองไม่เห็นชัด ก็เลยทำให้เกิดการเดาขึ้นมา และเมื่อมีความกลัวประกอบอยู่ในใจแล้ว ก็จะคิดไปในสิ่งที่น่ากลัวทั้งหลาย แต่ความจริงแล้ว หากใช้เป็นดังที่ได้คาดคิดไว้ไม่ นั่นก็เป็นเพราะว่าใจมืดบอด ไม่มีสติไม่มีปัญญานั่นเอง ฉะนั้นจิตใจของเรา ถ้าไม่มีธรรมะอยู่ในใจแล้ว ก็จะมีแต่ความลุ่มหลง จะมองไม่เห็นความจริงตามความเป็นจริง เราจึงต้องเจริญธัมมานุสติกัน ซึ่งเจริญได้หลายวิธีด้วยกัน อย่างในขณะนี้ท่านกำลังฟังธรรมอยู่ ก็เป็นการเจริญธัมมานุสติอย่างหนึ่ง แต่เป็นการเจริญเป็นช่วงๆ เป็นครั้งคราว ไม่บ่อยนัก คืออาทิตย์หนึ่ง ก็จะมีการแสดงธรรมในวันธรรมสวนะกันสักครั้งหนึ่ง อย่างวันนี้ท่านก็ได้ยินได้ฟังธรรมกันก็เปรียบเหมือนกับเปิดไฟในใจของท่านให้สว่างขึ้นขณะหนึ่ง แต่หลังจากเสร็จจากการฟังธรรมแล้ว ก็เหมือนกับการปิดไฟในใจไป

ถ้าต้องการมีไฟส่องแสงสว่างอยู่ในใจอยู่ตลอดเวลา เราก็ต้องเจริญธัมมานุสติอย่างต่อเนื่อง คือนอกจากการฟังธรรมที่วัดแล้ว เวลากลับไปที่บ้าน ถ้ามีเทปธรรมะ ก็ควรเปิดเทปธรรมะฟังต่อ หรือถ้ามีหนังสือธรรมะ ก็เปิดหนังสือธรรมะอ่านต่อ ถ้ามีความสามารถที่จะเจริญธัมมานุสติภายในใจ โดยนำธรรมะที่ได้ยินได้ฟังมาเจริญ คือคิดถึงธรรมะอยู่เรื่อยๆ ก็เท่ากับเป็นการจุดไฟ เปิดไฟให้มีแสงสว่างภายในใจอยู่เรื่อยๆ ใน

เวลาค่ำคืน ถ้าเปิดไฟไว้เราก็จะเห็นสิ่งต่างๆ ได้ ถ้าปิดไฟเราก็จะไม่เห็นอะไร ในเวลากลางคืนเราก็จะเปิดไฟกันเสมอ ยกเว้นในขณะที่ยอนหลับ เราก็จะปิดไฟ เพราะว่าในขณะที่นั้นไม่มีความจำเป็นที่ต้องใช้แสงสว่าง แต่ในขณะที่ตื่นในยามค่ำคืน ก็ต้องเปิดไฟเสมอ ถ้าไปในที่ที่ไม่มีแสงสว่าง ไม่มีไฟ เราก็ต้องนำไฟฉายหรือเทียนติดตัวเราไป เมื่ออยู่ในที่มืดก็จะได้จุดไฟ เพื่อจะได้เห็นทาง เห็นสิ่งต่างๆ รอบบริเวณที่เราอยู่ ที่เราเดินไป การเจริญธัมมานุสสติภายในใจก็เป็นเช่นนั้น เปรียบเหมือนกับมีไฟฉาย มีเทียน มีโคมไฟติดตัวไป ไปที่ไหนก็จะมีแสงสว่างอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่เจริญธัมมานุสสติ ก็เปรียบเหมือนกับกำลังเดินอยู่ในที่มืด ก็จะต้องถูกอำนาจของโมหะความหลง อวิชชาความไม่รู้จริงมาครอบงำ แล้วก็จะทำให้เราดำเนินไปในทางที่ไม่ถูก ไม่ต้อง ไม่ดี ไม่งาม พาให้เราไปทำบาปทำกรรม ที่ทำให้มีผลเสียตามมาต่อไป

นี่ก็เป็นเพราะว่าใจของเรา ไม่ได้เจริญธัมมานุสสติอย่างต่อเนื่อง พอเพลอบีบ ความมืดก็จะเข้ามาครอบงำ แล้วความโลภ ความโกรธ ก็จะปรากฏตามขึ้นมา เมื่อมีความโลภ ความโกรธแล้ว ก็จะมีการกระทำบาปทำกรรมขึ้นมา ทำให้เกิดผลเสียตามมาต่อไป เราจึงควรระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่อย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง อย่างน้อยที่สุด ถ้าไม่รู้จะนึกอะไร ในขณะที่ใจไม่มีภารกิจที่จะต้องคิดเรื่องอื่น ไม่ต้องคิดเกี่ยวกับเรื่องการทำงานทำการ การทำธุรกิจต่างๆ เวลาที่ใจว่าง เช่น เวลานั้นรถไปไหนมาไหน เราก็หันมาเจริญธัมมานุสสติ ถ้าไม่รู้จะคิดถึงธรรมะบทใด ก็ให้เจริญพุทธานุสสติ ให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้า คือ พุทธโชนๆ อย่างน้อยที่สุดถ้าระลึกถึงพุทธโชนๆ โดยที่ไม่ไปคิดอะไร ใจก็จะสงบ ใจจะนิ่ง ใจจะเย็น ดีกว่าปล่อยให้ใจไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ที่คิดไปแล้ว เกิดอารมณ์ต่างๆ ตามมา มีอารมณ์โกรธบ้าง เสียใจบ้าง ดีใจบ้าง ความเศร้า โศกเสียใจต่างๆ ซึ่งล้วนเกิดจากความคิดของเราทั้งสิ้น

ถ้าสามารถควบคุมความคิดของเราให้อยู่กับธรรมะ อยู่กับสิ่งที่ดีที่งาม เช่น อยู่กับบทสวดมนต์ อยู่กับพระพุทธเจ้า จิตของเราก็จะสงบ เพราะธรรมเหล่านี้ไม่ได้เป็นเครื่องที่จะทำให้จิตวุ่นวาย ส่ายสั่น แต่เป็นเครื่องกล่อมเกลาจิตใจให้มีความสงบ มีความร่มเย็น ถ้าระลึกถึงคติธรรมต่างๆ ก็จะทำให้เกิดสติปัญญา เกิดความฉลาดขึ้นมา สามารถนำพา

ชีวิตของเราไปได้ด้วยดี มีแต่ความสุข ความเจริญ เราจึงต้องเจริญธรรมะคำสั่งสอนของ พระพุทธเจ้าอย่างสม่ำเสมอ ควรตั้งสัจจาธิษฐานไว้ว่า ในวันๆหนึ่ง ถ้ามีเวลาว่าง ไม่ต้อง ไปคิดเรื่องราวต่างๆ ขอให้เราหันมาคิดถึงพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าไม่ตั้งสัจ จาธิษฐานไว้ก่อน ไม่ได้กำหนดเป้าหมายว่าควรจะคิดอะไร เราก็จะปล่อยให้ใจคิดไป เรื่อยเรื่อย แม้ในขณะที่กำลังทำงานอยู่ ใจก็ยังมีเวลาที่จะไปคิดเรื่องราวที่ไม่เกิดคุณ ไม่ เกิดประโยชน์ แต่กลับเกิดโทษให้กับเรา

แต่ถ้าได้ตั้งสัจจาธิษฐานไว้แล้ว อธิษฐานคือความตั้งใจ สัจจะคือความจริงใจ เวลาจะทำ สิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็จะมีเครื่องเตือนสติ เครื่องผูกมัดให้ทำในสิ่งที่ได้ตั้งใจไว้ แต่ถ้าไม่ตั้งใจก็ เปรียบเหมือนกับเรือที่ไม่มีหางเสือ หรือรถที่ไม่มีพวงมาลัย เวลาให้เรือ ให้รถวิ่งไป ก็จะ วิ่งไปแบบสะเปะสะปะ ไม่มีจุดหมายปลายทาง เพราะไม่มีการควบคุม ให้รถหรือเรือนั้น ไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ใจของเราก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน ถ้าไม่ตั้งสัจจาธิษฐานคือ ความตั้งใจจริง ให้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ใจของเราก็จะไม่มีเป้าหมาย ก็จะไม่ทำในสิ่งนั้นๆ แต่ ถ้าได้ตั้งสัจจาธิษฐานไว้ว่า จะทำสิ่งนั้นทำสิ่งนี้แล้ว เราก็จะมีสติคอยเตือนเราอยู่เสมอ ใน เวลาที่ไม่มีเวลาจำเป็น ที่จะต้องคิดเรื่องราวที่สำคัญ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ ต่อการทำ มาหากิน ต่อการปฏิบัติภารกิจอันใดอันหนึ่ง เราก็จะได้เอาเวลาที่ว่างมาคิดในสิ่งที่ดี คิด ในสิ่งที่ทำให้เกิดความฉลาด เกิดความรู้ขึ้นมา เพราะธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น ถ้าไม่นำมาคิดบ่อยๆ เราก็จะลืม จะไม่เข้าใจเท่าที่ควร เวลาฟังธรรมครั้งหนึ่ง เราก็จำได้ เข้าใจได้เพียงบางส่วนเท่านั้นเอง ไม่สามารถจำได้หมด เข้าใจได้ทั้งหมด แต่ถ้านำมาคิด อยู่เรื่อยๆอย่างต่อเนื่องแล้ว ก็จำได้มากขึ้น เข้าใจได้มากขึ้น เมื่อจำได้มากขึ้น เข้าใจ ได้มากขึ้น ก็จะได้นำมาใช้ให้มากขึ้น ถ้าไม่คิดอยู่บ่อยๆ ธรรมะก็จะอยู่ห่างไกลจากใจเรา เราก็จะไม่ได้นำธรรมะมาใช้

ธรรมะก็เปรียบเหมือนกับอาวุธ ถ้าเรามีอาวุธอยู่ที่ใกล้ตัวเรา เวลาที่มีความจำเป็นที่จะต้อง ใช้อาวุธนั้น เราก็จะสามารถหยิบขึ้นมาใช้ได้ทันทีเลย อย่างเจ้าหน้าที่ตำรวจ เวลาออกไป ปฏิบัติราชการ ตามจับผู้ร้าย จะต้องมียาอาวุธอยู่กับตัวอยู่เสมอ เพราะถ้ามีความจำเป็นที่ จะต้องใช้ทันทีทันใด ก็จะได้ใช้ทันที แต่ถ้าไม่มีอาวุธติดตัวไป เวลาไปเจอผู้ร้าย ถ้าผู้ร้าย

ต่อสู้อย่างเต็มที่แล้วเจ้าหน้าที่ตำรวจไม่มีอาวุธ ก็ไม่สามารถที่จะต่อสู้กับผู้ร้ายได้ ใจของเราก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน ผู้ร้ายของใจก็คือความมืดบอด ความหลงผิดนั่นเอง ที่เรียกว่าโมหะ อวิชชา ถ้าไม่มีธัมมารูธ คืออาวุธแห่งธรรม มีแสงสว่างแห่งพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่ใกล้ตัวเรา เวลาที่ความหลง ความมืดบอดแสดงตัวขึ้นมา เราจะไม่มีอาวุธไว้ต่อสู้ เราจะไม่มีแสงสว่างไว้ทำลายความมืด **เมื่อไม่มีแสงสว่างทำลายความมืดแล้ว ความมืดก็จะทำให้เรามีความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นทุกข์เป็นสุข เห็นบาปว่าไม่ใช่บาป เห็นบุญว่าไม่ใช่บุญ แล้วเราก็จะทำแต่บาป ทำแต่กรรม แล้วเราก็จะต้องประสบกับผลของการกระทำของเรา ซึ่งเป็นสิ่งที่เราไม่ปรารถนาทั้งสิ้นเลย แต่เราก็ต้องรับเคราะห์กรรมอันนั้นไป**

ดังที่เราเคยได้ยินข่าวคราวอยู่ทุกวันในหน้าหนังสือพิมพ์ นั่นเป็นผลของความมืดพาดำจิตใจไป ถ้ามีธรรมะมีแสงสว่างอยู่ในใจแล้ว จะไม่ทำในสิ่งเหล่านั้น เพราะรู้ว่าเมื่อทำไปแล้ว มีแต่โทษ ไม่มีคุณเลย ในเบื้องต้นเมื่อทำไปแล้ว ก็ทำให้จิตมีความวุ่นงันมัว มีความทุกข์มีความกังวลใจ เพราะว่าเมื่อทำความผิดไปแล้ว ย่อมมีความกลัวที่จะต้องถูกจับไปลงโทษ หรือถูกประณาม ความทุกข์ก็เกิดขึ้นมาแล้วภายในใจ ถ้าถูกจับไป ก็ต้องถูกลงโทษตามความผิดที่ได้กระทำไว้ ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ตาม เมื่อทำบาปไปแล้ว ก็ต้องใช้กรรม เพียงแต่ว่าผลที่ตามมา จะช้าหรือเร็วเท่านั้นเอง นี่หมายถึงผลภายนอก คือถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง ถูกประณาน จะช้าหรือจะเร็ว ไม่แน่นอน แต่เรื่องที่จะปรากฏขึ้นมาอย่างรวดเร็วทันตาเห็น ก็คือความรู้สึกภายในใจของเรา เมื่อทำความผิดไปแล้ว ใจของเราจะมีอาการกระสับกระส่าย มีความวุ่นวาย มีความกังวล มีความวิตก เวลาเดินไปเจอใคร ก็จะมีแต่ความหวาดระแวง ว่าเขาจะรู้ เขาจะเห็น แล้วจะไปแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจให้มาจับเรา นี่แหละคือความทุกข์ที่เกิดขึ้นแล้วในใจของเรา

แต่ถ้ามีแสงสว่างแห่งธรรมคือธรรมะ รู้ว่าการทำบาปมีผลตามมา เราก็จะไม่กล้าทำบาป เพราะเราไม่ต้องการที่จะมีความรู้สึกไม่ดี ไม่ต้องการถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง ถูกประณาน ความชั่ว เมื่อมีแสงสว่างแห่งธรรม เราก็จะระงับการกระทำสิ่งที่ไม่ดี คือบาปกรรมที่เกิดจากความมืดบอดในใจของเราได้ การเจริญธรรมะ คือคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่าง

ต่อเนื่อง จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นเสมอ คิดอยู่เสมอว่าพระพุทธเจ้าสอนให้เราทำอะไร สอนให้ เราละจากการกระทำอะไร แล้วพยายามทำไป เช่น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เจริญเมตตา อยู่อย่างสม่ำเสมอ ให้มีความรู้สึกที่ดีต่อคนทุกๆคน มองเขาเป็นเหมือนเพื่อน เป็นพี่ เป็นน้อง เป็นคนที่เรารักที่เราชอบ ถึงแม้จะไม่รู้จักเขา ก็ขอให้มองเขาแบบนั้น เพราะเมื่อ มองเขาแบบนั้นแล้ว เราจะไม่มีความโกรธแค้นอาฆาตพยาบาท เราจะไม่คิดเบียดเบียน เขา แต่จะมีแต่ความปรารถนาดีกับเขา อยากให้เขามีความสุข อยากให้เขาพ้นทุกข์

แต่ถ้าไม่ได้เจริญเมตตา ปล่อยให้จิตใจถูกความมืดบอดครอบงำ เวลาเห็นการกระทำของ ผู้อื่นที่ไม่ถูกใจ ก็จะเกิดความขุ่นมัวขึ้นมา เกิดความพยาบาทขึ้นมา เกิดความไม่พอใจ ไม่ชอบใจขึ้นมา แล้วก็เริ่มคิดร้ายกับเขาขึ้นมา เพราะไม่ได้เจริญเมตตาตนเอง ถ้า เจริญเมตตาแล้ว เราจะมีแต่ความรู้สึกที่ดีต่อเขา นอกจากการเจริญเมตตาแล้ว ทรงสอน ให้เจริญอุเบกขาควบคู่ไปด้วย คือให้มองว่าสัตว์ทั้งหลายนั้น มีกรรมเป็นของตน จะดี จะชั่ว ก็เป็นเรื่องของเขา เขาดีเขาก็จะได้รับผลดีของเขา เขาชั่วเขาก็จะต้องได้รับผลชั่ว ของเขา ไม่ใช่หน้าที่ของเราที่จะต้องไปเป็นผู้ตัดสิน เป็นผู้ให้คุณให้โทษกับเขา เขาดีได้ยว เขาก็ได้รับผลดีไปเอง เขาชั่วเขาก็ได้รับผลชั่วของเขาไปเอง ยกเว้นว่าเขาเป็นคนที่อยู่ ภายใต้อาณัติของเรา เป็นลูกจ้างของเรา ถ้าเขาเป็นคนดี ทำงานมีความขยันหมั่นเพียร มีความซื่อสัตย์สุจริต เราก็ควรให้รางวัลเขา ถ้าเราอยู่ในฐานะที่จะให้เขาได้ ถ้าเขาเป็นคน ไม่ดี คนเกียจคร้าน คนทุจริต มีแต่จะคอยลักเล็กขโมยน้อย เราก็จะต้องทำโทษเขา ใน เมืองต้นเราอาจจะเตือนเขาไว้ก่อน ว่าไม่ควรทำสิ่งเหล่านี้ แล้วก็คาดโทษไว้ว่า ถ้าทำ ต่อไปจะต้องมีการทำโทษ ต้องมีการตัดเงินเดือน ถ้าเป็นโทษร้ายแรง ก็จะต้องให้ออก จากงานไป อย่างนี้ก็เป็นสิ่งที่จำเป็นที่จะต้องทำ

แต่ไม่ได้เป็นการกระทำที่เกิดจากการขาดความเมตตา แต่เกิดจากความจำเป็นที่จะต้อง ทำอย่างนั้น ถ้ามีความเมตตา มีอุเบกขา เวลาเห็นคนอื่นที่เราไม่มีความเกี่ยวข้องด้วย เขาจะชั่วอย่างไร เขาจะดีอย่างไร ใจของเราจะเป็นปกติ คือจะไม่โกรธแค้นโกรธเคืองกับ เขา อยากให้เขาต้องเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ไป เราถือว่าเป็นเรื่องของกรรม เพราะการที่ เราไปโกรธแค้นโกรธเคือง ก็เป็นการสร้างความทุกข์ให้กับใจของเราเอง สร้างความร้อน

ให้กับใจของเรา เป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นผลที่เกิดจากความมืดบอดนั้นแหละ
ขาดปัญญา ขาดธรรมะ ผู้ที่มีธรรมะแล้วย่อมไม่โกรธแค้นโกรธเคืองผู้ใดเลย แม้ผู้นั้นจะ
ทำสิ่งที่ไม่ดีกับเรา สร้างความทุกข์ทั้งทางกายและทางใจให้กับเรา เราจะไม่อาฆาต
พยาบาท เพราะความโกรธความอาฆาตพยาบาท เป็นเหมือนไฟที่จะเผาจิตใจของเราให้มี
แต่ความร้อนร้อน เราถูกเขาทำร้ายทางกายแล้ว ทำไมจึงให้เขาทำร้ายทางใจอีกด้วย ทางใจ
นี้เราจะรับได้ด้วยธรรมะ ด้วยน้ำของธรรมะ คือต้องยอมรับสภาพความเป็นจริงว่า ตราบ
ใดที่เรายังอยู่ในโลกนี้ เรายังจะต้องรับเคราะห์กรรม ที่เราเคยทำไว้ในอดีต แม้ไม่ใช่เป็น
กรรมในชาตินี้ ก็มีกรรมที่เราเคยทำไว้ในอดีตชาติ เราอาจจะจำไม่ได้ทำนั้นเอง แต่เมื่อ
เกิดเคราะห์กรรมแล้ว ก็ขอให้เราทำใจให้สงบ ทำใจให้เป็นปกติ เป็นอุเบกขา ดังในบท
ธรรมที่ได้เจริญไว้ว่า **สัตว์ทั้งหลาย มีกรรมเป็นของๆตน** เขาก็มีกรรมของเขา เราก็มี
กรรมของเรา ในเมื่อวิบากกรรมคือผลของกรรมได้ตามมาถึงแล้ว เราจะไปปฏิเสธวิบาก
กรรมเหล่านั้นได้อย่างไร เราก็ต้องอดทน ใช้ขันติ ยอมรับกรรมอันนั้นไป แต่เราจะไม่ไป
สร้างกรรมอันใหม่ขึ้นมา ด้วยการไปตอบโต้ ไปทำร้ายเขา อย่างนี้เป็นการสร้างเวรสร้าง
กรรมให้เพิ่มมากขึ้นไปอีก เมื่อทำเช่นนั้นแล้ว เวรกรรมก็จะไม่มีหมดสิ้น ดังในพุทธภาษิต
ที่แสดงไว้ว่า **เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร เวรไม่ระงับด้วยการจองเวร**

นี้แหละคือธรรมะ ถ้ามีธรรมะอยู่ในใจแล้ว เราจะระงับความโกรธได้ ระงับความอาฆาต
พยาบาทได้ ไม่ว่าเขาจะทำอะไรกับเรา รุนแรงขนาดไหนก็ตาม การไปตอบโต้มัน เป็นการ
กระทำที่โง่เขลาเบาปัญญา ของความมืดบอด เพราะจะไปสร้างกรรมที่เล็กที่น้อย ให้
กลายเป็นกรรมที่ใหญ่ขึ้นมา ดังที่เราได้ยืนยันกันว่า **น้ำผึ้งหยดเดียว** บางทีน้ำผึ้งหยดเดียว
นี้สามารถทำให้เกิดสงครามขึ้นมาได้ ก็เพราะแต่ละฝ่ายไม่รู้จักการให้อภัย ไม่รู้จักการทำ
ใจให้เป็นอุเบกขา ไม่รู้จักกฎแห่งกรรมนั่นเอง เมื่อใครมาทำในสิ่งที่เราไม่พอใจ เราก็จะ
ตอบโต้ไป แล้วก็ทำให้ลามปาม ทำให้ผู้อื่นที่ไม่รู้โอหน่อเห็น ต้องมารับเคราะห์กรรมตาม
ไปด้วย เพราะความเห็นอกเห็นใจกัน เห็นว่าเป็นพรรคเป็นพวกกัน เป็นญาติเป็นพี่เป็น
น้องกัน ก็เลยกลายเป็นสงครามระหว่างครอบครัว ระหว่างประเทศไป เพราะความมืด
บอด ขาดธรรมะในใจนั่นเอง

ถ้ามีกรรมอยู่ภายในใจแล้ว เราจะเห็นว่าในที่สุดคนเราก็ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น เพียงแต่ว่าจะตายแบบไหน จะตายด้วยการทำบาป หรือตายด้วยการทำบุญ เพราะว่าถ้าตายด้วยการทำบาปก็ต้องไปเกิดในอบายต่อไป แต่ถ้าตายด้วยการทำบุญ คือมีอุเบกขา ธรรม มีเมตตาธรรม มีความนิ่งเฉย มีการให้อภัย ตายแบบนี้แล้ว ไปดี ไปสู่สุคติ ได้ไป เกิดเป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอริยบุคคล เป็นพระอรหันต์ อรหันต์ อย่างนี้ไม่ดีกว่า หรือ ดีกว่าตายเพราะฆ่าฟันกัน เพราะจะต้องไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็น อสุรกาย เป็นสัตว์นรก เพราะว่ากรรมนี้แหละ เป็นเหตุที่จะทำให้สัตว์ไปเกิดในที่ต่างๆ กรรมคือการกระทำ ทำบาปก็จะไปสู่อบาย ไปนรก ทำบุญก็ไปสู่สุคติ ไปสวรรค์ ดังนั้น อย่าไปเสียดายชีวิตของเรา ขอให้รักษาธรรมะยิ่งกว่าชีวิต แล้วธรรมะจะรักษาเรา ให้ แคล้วคลาดจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลาย การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียง เท่านั้น

กัณฑ์ที่ ๑๔๑

ทำบุญ

๑๒ พุทธจิกายน ๒๕๔๕

วันนี้ศรัทธาญาติโยมได้มาทำบุญกัน ทำไมจึงต้องมาทำบุญกันอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง เพราะการทำบุญเป็นเหตุที่จะทำให้สิ่งต่างๆ ที่เราปรารถนาทั้งปวงปรากฏขึ้นมา คือความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ความเป็นสิริมงคล ความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง เราจึงต้องมาทำบุญกันอย่างต่อเนื่อง ดังที่ท่านได้มากระทำกันในวันนี้ บุญที่เราทำก็มีอยู่หลายชนิดด้วยกัน บุญก็เปรียบเหมือนกับอาหาร อาหารก็มีอยู่หลายชนิด ถ้าเรารับประทานอาหารอย่างเดียว เช่น รับประทานข้าวอย่างเดียว ร่างกายก็จะได้ไม่ได้รับสารอาหารพอเพียง ที่จะรักษาให้ร่างกายมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ฉันทัดจิตใจของเราก็เป็นเช่นนั้น จิตใจของเราก็ต้องการบุญ ซึ่งเป็นเหมือนกับอาหารไว้คอยดูแลรักษา ให้จิตใจของเรามีความสุข มีความสบาย มีความพอ มีความอิ่ม ซึ่งจะเกิดได้จากการทำบุญ บุญจึงมีหลายชนิดด้วยกัน

บุญที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ใน**บุญกิริยาวัตถุ**ก็มีอยู่ ๑๐ ประการด้วยกัน คือ ๑. บุญที่เกิดจากการให้ เรียกว่า**ทานมัย** ๒. บุญที่เกิดจากการรักษาศีล รักษากาย วาจา ให้เป็นปกติ ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน เรียกว่า**ศีลมัย** ๓. บุญที่เกิดจากการพัฒนาจิตใจ ให้เป็นจิตใจที่สะอาดหมดจด ปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง เรียกว่า**ภาวนามัย** ๔. บุญที่เกิดจากการประพฤติดอ่อนน้อมถ่อมตน เรียกว่า**อปจายนมัย** ๕. บุญที่เกิดจากการช่วยขวนขวายรับใช้ เรียกว่า**เวยยาวัจจมัย** ๖. บุญที่เกิดจากการอุทิศส่วนบุญส่วนกุศล เรียกว่า**ปัตติทานมัย** ๗. บุญที่เกิดจากการอนุโมทนาบุญ ยินดีกับความดีของผู้อื่น เรียกว่า**ปัตตานุโมทนามัย** ๘. บุญที่เกิดจากการฟังเทศน์ฟังธรรม เรียกว่า**ธัมมัสสวนมัย** ๙. บุญที่เกิดจากการให้ธรรมะ สั่งสอนธรรมะ เรียกว่า**ธัมมเทศนามัย** ๑๐. บุญที่เกิดจากการทำความเห็นให้ถูกต้อง เรียกว่า**วิภูจฺจุกัมม**

บุญทั้ง ๑๐ นี้ เราควรทำให้มาก เท่าที่จะทำได้ ตามกาลเทศะ ตามเหตุการณ์ อย่างวันนี้ ญาติโยมได้มาทำทาน ได้ทำบุญตักบาตร พอดีเป็นวันพระ ก็มีการสมาทานรักษาศีลกัน ยามค่ำหรือเวลาที่เรากลับไปสู่ที่พักของเรา ถ้าไม่มีภารกิจงานอย่างอื่น เราก็บำเพ็ญภาวนา นั่งสมาธิ เจริญปัญญา เวลาที่พระสงฆ์อนุโมทนา ญาติโยมก็รวดน้ำอุทิศส่วนบุญ ส่วนกุศล ให้กับผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เวลามีผู้อื่นทำบุญ เราก็ร่วมอนุโมทนาบุญไปกับเขา เวลาที่พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนา เราก็ฟังเทศน์ฟังธรรมไปด้วย เวลาผู้อื่นมีความเดือดร้อน มีความทุกข์ใจ เรามีธรรมะที่พอจะแบ่งปันให้กับเขาได้ เราก็แบ่งปันให้เขาไป สั่งสอนให้แสงสว่างกับเขา เพื่อเขาจะได้หายกลุ่มอกกลุ่มใจ หายทุกข์ นี่คือลักษณะของการทำบุญทั้ง ๑๐ ประการ ที่เรากระทำกัน สุดแต่แต่กาลเทศะ แล้วแต่เหตุการณ์ ที่จะให้เรากระทำในบุญนั้นๆ เราก็ทำกันไป

อานิสงส์ของบุญแต่ละอย่างก็มีไม่เหมือนกัน อย่างอานิสงส์ของการให้ทาน ก็จะทำให้เรามีความมั่งคั่ง สมบูรณ์ในเรื่องทรัพย์สินสมบัติ เงินทอง ข้าวของ เครื่องใช้ไม่สอยต่างๆ ไม่ว่าจะไปเกิดที่ไหนภพไหนชาติไหน เราก็จะมีพร้อมในเรื่องของเครื่องใช้สอย เครื่องอุปโภคบริโภคต่างๆ แต่การให้ทานไม่สามารถกำหนดภพชาติของเราได้ว่าจะไปสูงหรือไปต่ำ เราทำบุญให้ทานมากๆ แต่เราไม่รักษาศีล เราก็มีสิทธิที่จะไปเกิดเป็นเดรัจฉาน ไปอบายได้ เพราะเหตุที่จะทำให้เราไปเกิดในสุคติ คือไม่ไปเกิดในอบาย จะต้องเกิดจากการรักษาศีล ดังในอานิสงส์ของศีลที่ได้แสดงไว้สักครู่นี้ว่า **ศีลนะ สุคติง ยันติ ศีลเป็นเหตุที่จะนำไปสู่สุคติ** สุคติก็คือภพภูมิของมนุษย์ ของเทพ ของพรหม ของพระอริยบุคคลทั้งหลาย ดังนั้นถึงแม้ว่าเราจะทำบุญให้ทานอย่างมากมายนาน กายกอง บริจาคทรัพย์เป็นเงินถึงร้อยล้าน พันล้าน แต่ยังไม่ทำศีล ฉ้อโกง คอรัปชั่น ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ถ้าตายไปเราก็ยังต้องไปเกิดในอบาย เพียงแต่ว่าบุญที่เราทำไว้จากการให้ทานนี้ ก็จะทำให้เราไปเกิดในอบายที่มีความสมบูรณ์

เช่น ถ้าไปเกิดเป็นสุนัข ก็จะเป็นสุนัขที่มีรูปร่างหน้าตาสวยงาม มีราคาแพงๆ มีคนปรารถนาที่จะเอาสุนัขแบบนั้นไปเลี้ยงดู ไปสร้างบ้าน สร้างเรือน ที่มีเครื่องปรับอากาศให้อยู่อย่างสุขสบาย นี่คืออานิสงส์ของผู้ที่ได้ทำบุญให้ทานไว้ในอดีต คือจะมีพร้อมด้วย

โรคทรัพย์ทั้งหลาย มีรูปร่างหน้าตาที่สวยงาม แต่ถ้าเราไม่ให้ทานเลย มีแต่รักษาศีลอย่างเดียว เราก็ไม่ไปเกิดในอบาย จะมาเกิดเป็นมนุษย์ แต่ยากจน ถึงแม้ได้เป็นมนุษย์แต่ไม่ร่ำรวย เพราะไม่เคยทำบุญให้ทาน นี่คือเรื่องราวของอานิสงส์ของการทำบุญชนิดต่างๆ จึงมีความจำเป็นที่เราจะต้องทำบุญชนิดต่างๆ ให้ครบ ให้มาก เท่าที่จะทำได้ สุดแท้แต่เหตุการณ์ สิ่งแวดล้อม กาลเทศะ ความพอใจที่จะทำ ควรทำให้มากกว่า เพราะบุญเท่านั้นแหละ ที่เป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญ แม้การหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ก็ต้องเกิดจากการทำบุญทั้ง ๑๐ ประการนี้

ในบุญ ๑๐ ประการนี้ ถ้าถามว่าบุญอันไหนเป็นบุญที่สำคัญในเมืองต้น ต้องขอบอกว่าบุญที่เกิดจากการฟังเทศน์ฟังธรรม เพราะถ้าไม่เคยฟังเทศน์ฟังธรรมมาก่อน เราจะไม่รู้จักเรื่องบาป เรื่องบุญ เรื่องคุณ เรื่องโทษ เรื่องนรก เรื่องสวรรค์ เรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องมรรค ผล นิพพาน เราก็จะเป็นเหมือนกับคนหูหนวกตาบอด การกระทำของเราย่อมเป็นไปตามอารมณ์ที่มีอยู่ในใจ ถ้ามีอารมณ์ดีเราก็ทำความดี ถ้ามีอารมณ์ร้ายเราก็จะทำความชั่ว สุดแท้แต่อารมณ์จะพาไป เพราะไม่รู้จักรว่าการกระทำของเรานั้น มีผลทำให้เกิดความสุขก็ได้ เกิดความทุกข์ก็ได้ เกิดความเจริญก็ได้ เกิดความเสื่อมก็ได้ ดังนั้นถ้าเรายังไม่เคยได้ยินได้ฟังธรรม ยังไม่เคยพบพระพุทธรูปศาสนา ไม่ได้ยินคำสอนของผู้ประเสริฐ ผู้รู้จริงเห็นจริงอย่างพระบรมศาสดา พระพุทธเจ้าของเรา เราก็จะยังตกอยู่ในห่วงของความมืดบอด เราก็จะทำความสลับกันไป สุดแท้แต่อารมณ์จะพาไป บางวันอารมณ์ดีก็ทำดี พูดดี วันไหนอารมณ์ไม่ดีก็ทำร้าย คิดร้าย

แต่เมื่อได้ยินได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าแล้ว เราก็จะเริ่มเข้าใจว่า ความสุขความเจริญหรือความทุกข์ความเสื่อมเสีย นั้น เกิดจากการกระทำของเราทางกาย ทางวาจา และทางใจ เมื่อเป็นเช่นนั้น เราก็จะมีสัมมาทิฏฐิ คือความเห็นที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นหนึ่งในบุญ ๑๐ ประการนี้ การที่จะมีความเห็นให้ถูกต้องได้ เราต้องหมั่นฟังเทศน์ฟังธรรม หมั่นศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะจากการได้ยินได้ฟังจากพระสงฆ์องค์เจ้า หรือถ้าอยู่ในสถานที่ที่ไม่มีพระสงฆ์องค์เจ้าเทศนาสั่งสอน เราก็อ่านหนังสือธรรมะ เช่น หนังสือพระไตรปิฎก หรือหนังสือของพระเกจิอาจารย์ทั้งหลาย ถ้าอ่านศึกษาอยู่เรื่อยๆ ก็จะเกิด

ความเข้าใจ เริ่มเห็นความจริงตามที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น แล้วเราจะไม่ปฏิเสธสิ่งต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน เมื่อรู้แล้ว ก็จะทำบุญกัน เพราะรู้ว่าการทำบุญเท่านั้นแหละ ที่จะเป็นเหตุนำมาซึ่งความสุขความเจริญ ความปราศจากทุกข์ภัยทั้งหลายให้กับเรา ไม่มีอะไรในโลกนี้แม้แต่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ท่านก็ไม่สามารถที่จะทำให้เราสุข ให้เราเจริญ ให้เราไม่มีทุกข์ได้ ท่านเพียงแต่เป็นผู้ชี้ทาง ให้แสงสว่าง บอกสอนเรา ให้รู้ถึงบาป บุญ คุณ โทษ ให้รู้จักนรก รู้จักสวรรค์ แล้วให้เราเนาเอาไปปฏิบัติ เมื่อเรารู้แล้ว เราก็จะทำบุญทำทานกัน

อย่างวันนี้ท่านก็มาทำบุญทำทานกัน รักษาศีล พังเทศน์ พังธรรม บำเพ็ญจิตตภาวนากัน บุญสิ่งที่มีพระคุณ คือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นการทำตนเป็นผู้อ่อนน้อมถ่อมตน ไม่มีทิฏฐิหยิ่งยโส อย่างนี้เป็นการทำบุญ ถ้าทำอยู่เรื่อยๆ พังเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ ปฏิบัติไปเรื่อยๆ ผลก็จะเริ่มปรากฏขึ้นมา ทำให้เราได้เริ่มสัมผัสกับผลนั้นๆ คือจิตใจของเราจะเริ่มมีความสงบ มีความร่มเย็นเป็นสุข เมื่อเห็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม จากการทำบุญแล้ว เราก็จะเริ่มมีกำลังใจที่จะประกอบคุณงามความดี ทำบุญทำกุศลให้มากยิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ แล้วเราก็จะไม่กังวลกับการกระทำของผู้อื่น ถึงแม้ผู้อื่นเขาจะทำบาปทำกรรมอย่างไร เราก็จะไม่มีความท้อแท้ เรายังตั้งมั่นอยู่ในการทำความดี ถึงแม้ว่าเราจะไม่มีรางวัล ไม่มีตำแหน่ง ไม่มียศถาบรรดาศักดิ์อันสูงส่ง ไม่มีคนสรรเสริญเยินยอ ไม่มีกามสุข ไม่ได้มีเครื่องอำนวยความสะดวกทางด้านตา หู จมูก ลิ้น กาย เราก็จะไม่รู้สึกเดือดร้อนใจ เพราะว่าใจของเรามีความอิ่ม มีความสุข มีความพอ อยู่ในตัวแล้ว

นี่แหละคืออานิสงส์ที่แท้จริง ผลที่แท้จริงที่เกิดจากการทำบุญทั้ง ๑๐ ประการนี้ เป็นการสร้างความสุขให้กับใจ ใจจะสุขได้ก็ต่อเมื่อใจชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง อันเป็นเหตุที่สร้างความเศร้าหมองให้กับใจ ตราบใดที่ยังมีกิเลสตัณหาอยู่ในใจ ต่อให้เป็นถึงเป็นพระมหากษัตริย์ เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี เป็นมหาเศรษฐี มีเงินเป็นแสนล้านก็ตาม ใจก็ยังจะมีความวุ่นขุ่นมัว มีความกังวล มีความวิตก มีความเศร้าโศกเสียใจ เพราะไม่ได้ไปกำจัดต้นเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกเหล่านี้ขึ้นมา เราจึงต้องอาศัยการทำบุญเป็นเครื่องกำจัด ชำระกิเลส ตัณหา เครื่องเศร้าหมองที่มีอยู่ภายในใจของเรา

ให้หมดไป นั่นแหละเป็นเหตุที่เราต้องมาทำบุญกันอย่างต่อเนืองทุกๆวันพระ หรือทำมากกว่านั้นได้ก็ยิ่งดี ถ้าไม่ได้มาที่วัด ในสถานที่อยู่ของเรา เราก็สามารถทำบุญได้ ทำทานได้ เราควรทำบุญทำทานกับคนที่อยู่ใกล้ตัวเราก่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่มีพระคุณกับเรา เช่น บิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย ถ้าไม่มีท่านเหล่านี้ ก็จะไม่มีความปรารถนาได้ เราต้องมีปู่ ย่า ตา ยาย มีพ่อ มีแม่ ผู้ให้กำเนิด ท่านจึงเป็นผู้ที่มีพระคุณอันใหญ่หลวงต่อชีวิตของเรา เราจึงไม่ควรมองข้ามท่านไป

พระพุทธองค์ทรงเปรียบบิดามารดาเป็นเหมือนกับพระอรหันต์ เป็นพระพรหมของลูกๆ การที่ได้เลี้ยงดูบิดามารดา ทดแทนบุญคุณของบิดามารดาด้วยวิธีการต่างๆ ทำให้ท่านอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข มีความสุขกายสุขใจ ถือว่าเป็นการทำบุญกับพระอรหันต์ ทำบุญกับพระพรหม มีอานิสงส์มากมีบุญมาก ต่อจากนั้นแล้วก็ยังมีบุคคลอื่น ที่เรามีความเกี่ยวข้องด้วย เช่นสามี ภรรยา บุตร ธิดา ญาติสนิทมิตรสหาย บุคคลเหล่านี้ถ้าเราช่วยเหลือเขาด้วยวิธีหนึ่งวิธีใด ก็ถือว่าเป็นการทำบุญให้ท่านเหมือนกัน ไม่จำเป็นจะต้องรอให้มาที่วัด แล้วจึงค่อยทำบุญทำทานกัน เหมือนกับเวลาที่เราหิว อยากจะรับประทานอาหาร เดินไปที่ไหน เจอร้านอาหารที่ไหนก่อน ก็แวะรับประทานอาหารก่อน ไม่ต้องบัดไปก่อนว่าไว้ค่อยไปกินที่ร้านนั้น เพราะถ้ารอไปกินที่ร้านนั้น เมื่อไปถึงที่ร้านนั้นแล้ว อาหารอาจจะหมดไปก่อน ก็เป็นได้ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ก็จะไม่ได้รับประทานอาหาร เราก็จะมีแต่ความหิวโหย

เวลาที่จะช่วยเหลือใคร ทำบุญกับใคร ก็อย่าไปเลือกมาก อย่าไปคิดมาก บางทีคิดว่าเขามีพอแล้ว มีมากกว่าเรา เขาไม่เดือดร้อน หรือว่าเขาไม่ดีพอที่เราจะทำบุญกับเขา ถ้าคิดอย่างนี้ ก็เหมือนกับเราปฏิเสธ การรับประทานอาหารตามร้านต่างๆ ไปร้านนี้ก็บอกว่าไม่อร่อย ไปร้านนั้นก็บอกว่าไม่สะอาด ไปร้านโน้นก็บอกว่าแพงไป ถ้าปฏิเสธไปเรื่อยๆ ก็จะไม่มีความปรารถนาจะรับประทานอาหารกัน แต่ถ้าเราบอกว่า เมื่อถึงเวลาเมื่อไรปรารถนาต่อหน้า เช่นเดินไปเจอขอทาน ก็ให้เงินเขาไป อย่าไปคิดว่าเขาเสแสร้ง มาหลอกเอาเงิน ถ้าเขาเสแสร้ง หลอกเรา มันก็เป็นเรื่องของเขา เป็นบาปเป็นกรรมของเขา ถ้าเราให้ด้วยเจตนาที่

สะอาดบริสุทธิ์ คือมีความเมตตา มีความสงสาร ที่จะช่วยเหลือสงเคราะห์เขา ให้เขาไป
เราก็มีความอิ่มเอิบใจ มีความสุขใจ

นี่แหละคือการทำบุญทำทาน อย่าไปเลือกวัน เลือกเวลา เลือกสถานที่มากจนเกินไป ถ้า
เลือกได้ดี เพราะการเลือกบุคคล เลือกสถานที่ ก็มีส่วนทำให้บุญเพิ่มพูนมากยิ่งขึ้นไป
เหมือนกับเลือกรับประทานอาหารตามร้านต่างๆ บางทีเลือกได้ก็เลือก เพราะเมื่อเลือกได้
แล้วอาหารที่รับประทานก็จะเป็นอาหารที่มีคุณภาพ ทำให้เรามีความอิ่มกายอิ่มใจ เวลา
จะทำบุญ ส่วนใหญ่เราก็อยากจะเลือกทำบุญกับพระที่ดี พระที่เป็นพระอริยบุคคล ถ้าได้
เจอพระพุทธเจ้า ได้ทำบุญกับพระพุทธเจ้า ก็จะมีอานิสงส์มาก เป็นบุญมาก เพราะ
นอกจากได้ทำบุญกับพระพุทธเจ้าแล้ว ยังได้ยินได้ฟังธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า
อาจจะบรรลุดุจธรรม กลายเป็นพระอริยบุคคลขึ้นมาเลยก็ได้ นี่แหละคือเหตุที่ควรเลือก
ทำบุญกับคนดี คนฉลาด คนเก่ง อย่างพระพุทธเจ้า พระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย เพราะ
จะช่วยทำให้เราพ้นทุกข์ได้อย่างรวดเร็ว

ต่างกับเวลาที่เราไปทำบุญกับพระที่ไม่รู้เรื่องราว ไม่เคยศึกษาธรรมะ มีแต่ความมืด
บอด ท่านก็จะสอนเราไปในทางที่ผิด แทนที่จะสอนให้ปฏิบัติธรรมชำระจิต กลับไปสอน
ให้เราหลงมกมาย ไปทำพิธีกรรมสะเดาะเคราะห์ต่างๆ ไม่รู้เรื่องราว ทำไปก็ไม่เกิด
ประโยชน์อะไร เพราะการสะเดาะเคราะห์กรรมนั้น เป็นสิ่งที่ทำไม่ได้ เคารพกรรมคือ
กรรมที่เราได้กระทำไว้ เป็นสิ่งที่สำเร็จแล้ว เมื่อทำแล้ว วิบากกรรมย่อมจะต้องตามมาไม่
ช้าก็เร็ว เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่เวลาที่เรามีเคราะห์กรรม พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ใช้
ขันติ ใช้ความอดทน ให้ใช้อุเบกขา ให้ใช้ปัญญา ต้องฉลาด ต้องยอมรับความจริงว่า เรา
ในอดีตได้เคยทำบาปทำกรรมมามากมายก่ายกอง เมื่อถึงเวลาที่ผลของบาปกรรมจะ
แสดงผลขึ้นมา ก็ไม่มีทางที่จะไปบดไปเป่าให้หายไป แต่ถ้าใจของเรามีความแน่วแน่
มั่นคง ไม่หวั่นไหว เราก็จะผ่านเคราะห์กรรมเหล่านั้นไปได้อย่างไม่มีปัญหาอะไร
เพราะว่าไม่มีอะไรในโลกนี้จะสามารถมาทำลายใจของเราได้ มีแต่กิเลสตัณหา โมหะ
อวิชชา ความมืดบอด ความไม่รู้เรื่อง การขาดธรรมะแสงสว่างต่างหาก ที่ทำให้ใจเกิด

ความว้าวุ่นขุ่นมัว เกิดความทุกข์ เกิดความเศร้าโศกเสียใจ เวลาที่จะต้องประสบเคราะห์กรรมต่างๆ

แต่สำหรับคนที่มีความสว่างแห่งธรรมอยู่ภายในใจแล้ว มีปัญญาแล้ว จะรู้สึกเฉยๆกับเรื่องเหล่านี้ **อะไรจะเกิดก็เกิด อย่างมากก็แค่ตาย** คนเราหนีตายไม่พ้นหรอก ไม่ว่าจะทำบุญทำบาปมากน้อยแค่ไหน ก็หนีตายไม่พ้นด้วยกันทั้งนั้น แม้กระทั่งพระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก ก็ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น **แต่ท่านตายด้วยจิตใจที่แน่วแน่มั่นคง สงบนิ่ง ไม่หวั่นไหว เป็นจิตที่ตายด้วยความสุข ไม่ได้ตายด้วยความทุกข์ อยู่ก็มีความสุข ไม่มีความทุกข์** ซึ่งต่างกับใจของพวกเรา ที่ยังมีกิเลสตัณหาอยู่ ยังไม่ได้ชำระกิเลสตัณหา ไม่ได้ขัดเกลา ไม่ได้ทำบุญทั้ง ๑๐ ประการอย่างสม่ำเสมอ เราก็เลยขาดที่พึ่ง ขาดสิ่งที่จะมาช่วยรักษาใจของเราไม่ให้หวั่นไหว ไม่ให้วิตก ไม่ให้กลัว การตายของพระพุทธเจ้า กับการตายของพวกเรา ไม่แตกต่างกันเลย ร่างกายเมื่อไม่หายใจก็ตาย ก่อนจะตายก็ต้องมีทุกข์เวทนา มีความเจ็บปวดรวดร้าวตามร่างกาย ตามส่วนต่างๆ ร่างกายของเรากับของพระพุทธเจ้าก็เป็นเหมือนกัน ไม่มีอะไรแตกต่างกัน แต่ใจของพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ ต่างกับใจของพวกเรา เพราะใจของท่านไม่ได้ยึดติดอยู่กับร่างกายนี้ ท่านเห็นร่างกายนี้เป็นเหมือนกับร่างกายของคนอื่น เวลาเราเห็นคนอื่นเขานอนตาย เราก็รู้สึกเฉยๆ ไม่ได้ไปรู้สึกเจ็บปวดรวดร้าว กับความเจ็บไข้ได้ป่วย กับการตายของเขา

ฉันใดจิตของผู้ที่มีความสว่างแห่งธรรม ได้กำจัดขัดเกลากิเลสตัณหา อันเป็นเครื่องเศร้าหมอง ให้หมดสิ้นไปจากใจแล้ว ก็จะเป็นอย่างนั้น ใจจะรู้สึกเฉยๆ ไม่ยินดียินร้ายกับการเป็นไปของร่างกาย ร่างกายจะแก่ จะเจ็บไข้ได้ป่วย จะตาย จะเป็นอย่างไร ก็ไม่เดือดร้อน และนับประสาอะไรกับสิ่งภายนอก เช่น ลม ฝน หนาว ร้อน สุข ท่านยังไม่รู้สึกเดือดร้อนอะไรกับสิ่งเหล่านั้นเลย มีลมมาจะสูญลมก็ไม่เดือดร้อน มีลมมาจะสูญ ยศไปก็ไม่เดือดร้อน มีการสรรเสริญแล้วมีการนินทาตามมาก็ไม่เดือดร้อน มีสุขมีทุกข์ มากน้อยเพียงไรก็เฉยๆ เพราะใจของท่านได้ปล่อยวางหมดแล้วในเรื่องเหล่านี้ การที่ใจจะปล่อยวางได้ ก็ต้องอาศัยการทำบุญทั้ง ๑๐ ประการนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุญที่สำคัญ

ที่สุด ก็คือการฟังเทศน์ฟังธรรม เมื่อได้ฟังเทศน์ฟังธรรมแล้ว เราก็จะรู้ว่า เราจะต้องมาชำระใจของเรา ชำระกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจ ให้หมดสิ้นไป

และสิ่งที่จะชำระขัดเกลาได้ก็คือการภาวนา นั่งสมาธิ เจริญปัญญา โดยอาศัยบุญส่วนอื่น เป็นเครื่องสนับสนุน เช่นทาน ศีล เป็นต้น เพราะทาน ศีลนี้ เปรียบเหมือนกับการต้อนกิเลสให้เข้ามาอยู่ในคอก เวลาที่เราจะจับกิเลส ซึ่งเปรียบเหมือนกับสัตว์ เช่น วัว ควาย เวลาเราจะจับวัวควายนี้อะไร เราต้องต้อนมันเข้ามาในคอกก่อน ถ้ามันอยู่นอกคอกเวลาจะจับมัน ก็จะลำบากเพราะที่มันกว้าง มันวิ่งหนีได้ เราจึงต้อนเอาวัวควายคือกิเลสตัณหา นี้เข้ามาในคอกก่อน ต้อนเข้ามาในใจ ด้วยการทำบุญ ทำทาน รักษาศีล และบุญอื่นๆ ล้วนจะช่วยต้อนกิเลสตัณหาให้เข้ามาสู่ใจ เมื่อเข้ามาสู่ใจแล้ว เราก็ทำใจให้สงบ เมื่อใจสงบ กิเลสตัณหาที่จะต้องสงบตัว เหมือนกับเวลาเราจับวัวควายเข้ามาในคอกแล้ว เราก็จับมันผูกมัดไว้ มัดขามัดเท้าไว้ มันก็จะเดินไม่ได้ ก็จะต้องนั่งอยู่เฉยๆ กิเลสตัณหาที่เป็นอย่างนั้น เมื่อเราทำสมาธิแล้ว กิเลสตัณหาที่จะต้องสงบตัวลง แสดงอาการโภภ โกรธ หลงไม่ได้

แต่การอยู่ในสมาธิยังไม่สามารถ ที่จะฆากิเลสให้ตายหมดสิ้นซากไปได้ เพราะสมาธิเพียงแต่ผูกมัดตัวกิเลส ไม่ให้ออกไปสร้างความวุ่นวาย แต่เราไม่สามารถที่จะอยู่ในสมาธิไปได้ตลอด เมื่อออกจากสมาธิแล้ว กิเลสก็จะเริ่มทำงานต่อไป เพียงแต่ว่าจะไม่รุนแรง และอยู่ไม่ไกล มันจะอยู่แต่ในคอก อยู่ในใจ เราจึงต้องใช้ปัญญาเข้าไปทำลาย ปัญญาที่เปรียบเหมือนกับมีด หรือธนูที่ไว้ใช้ยิงวัวควาย ใช้มีดไว้ตัดคอ มันถึงจะตาย ปัญญาที่เป็นลักษณะนั้น ปัญญาจะเข้าไปทำลายต้นเหตุของกิเลสตัณหา คือโมหะอวิชชา ความมืดบอด ความหลงผิด ความไม่เข้าใจในสภาพความเป็นจริงของสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย สภาวะธรรมทั้งหลาย ว่าเป็นอย่างไร เวลาเจริญปัญญา เราจะเจริญด้วย**ไตรลักษณ์** คือ **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** ทุกสิ่งทุกอย่าง สภาวะธรรมทั้งหลาย ล้วนเป็นไตรลักษณ์ทั้งสิ้น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งที่ไม่ควรไปยึดไปติด เพราะไปยึดไปติดแล้วจะต้องเศร้าโศกเสียใจ จะต้องทุกข์ ถ้าปล่อยวางแล้ว ก็จะไม่ทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ เช่น ร่างกายของเราที่เป็นของไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน เกิดมาแล้ว ก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เมื่อตายไป

ร่างกายก็สลายกลับไปสู่ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ใช่ตัวตนเลย มีแต่ดิน น้ำ ลม ไฟ เท่านั้น
แหละ เมื่อได้พิจารณาอย่างต่อเนื่องแล้ว ต่อไปเราก็จะไม่โลภ ไม่อยากกับอะไร เพราะรู้
ว่าเวลาไปโลภไปอยากกับอะไร ก็จะมีแต่ความทุกข์ มีแต่ความเศร้าหมอง ถ้าไม่โลภ ไม่
อยากแล้ว จิตใจก็จะเป็นปกติ เป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่สบาย ไม่ได้รนกวัดแกว่ง มีความ
อิม มีความพอ มีความสุขอยู่ในตัวของจิต นั่นแหละคือจุดหมายปลายทางของการ
ทำบุญ คือให้ถึงจุดที่มีความอิมตัว การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๔๒

สะสมบารมี

๑๙ พุทธจิกายน ๒๕๔๕

วันนี้ญาติโยมผู้มีความเลื่อมใส มีความแน่วแน่ ต่อพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้มาสู่วัดตามเวลาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงกำหนดไว้ คือทุกๆวันพระ จะเป็นวันขึ้นหรือวันแรมก็ตาม ประมาณทุกๆ ๘ วัน ๗ วัน ๖ วัน ก็จะมาร่วมกันทำบุญสะสมบารมี เพื่อประโยชน์ที่จะตามมาต่อไป คือความเจริญในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขก็ดี ความเจริญในอายุ วรรณะ สุขะ พละก็ดี ก็ล้วนเกิดจากการกระทำของเราในแต่ละวันพระและวันอื่นๆ ถ้ามีโอกาสเราก็ทำ เพียงแต่ว่าวันพระเราถือเป็นวันสำคัญ เป็นวันที่จะต้องทำให้ได้ ถึงแม้จะมีภารกิจอย่างอื่นที่จำเป็น ที่สำคัญ เราก็พยายามที่จะเจียดเวลามาวัด เพื่อจะได้สะสมบุญบารมี เพราะเชื่อในคำสอนของพระพุทธเจ้า เชื่อว่าการสะสมบุญบารมี เป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งผลที่เราทั้งหลายปรารถนากัน

เหมือนกับการปลูกต้นไม้ ถ้าเราปลูกต้นไม้ไปเรื่อยๆ ต่อไปอีกไม่นานเราก็จะมีต้นไม้ใหญ่ออกดอกออกผลให้กับเรา แต่ถ้าเราไม่ปลูกต้นไม้เลย ปล่อยให้ที่ดินของเราว่างเปล่า อีก ๑๐ ปี อีก ๒๐ ปีข้างหน้า ที่ดินก็ยังว่างเปล่าอยู่อย่างนั้น จะไม่มีต้นไม้ นอกจากไม่มีต้นไม้แล้ว ยังมีพวกวัชพืชต่างๆ งอกขึ้นมาสร้างความรุงรังให้กับที่ดินของเรา จิตใจของเราก็เปรียบเหมือนกับพื้นที่ผืนหนึ่ง ถ้าไม่ได้รับการดูแลรักษา ไม่ได้รับการพัฒนาด้วยการทำบุญสะสมบารมี คือปลูกสิ่งที่ดีที่งามไว้ แต่ ปล่อยให้พวkvัชพืชที่ไม่พึงปรารถนาเจริญงอกงาม เช่น กิเลสตัณหาทั้งหลาย ใจของเราก็จะเป็นเหมือนกับที่ดินที่ไม่มีค่า นอกจากไม่มีค่าแล้วยังสร้างปัญหา สร้างภาระ สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนให้กับใจด้วย

พระพุทธเจ้าผู้ทรงมีพระคุณอันประเสริฐ ผู้ได้ตรัสรู้ธรรม ได้เห็นเรื่องราวของพระทัยของพระองค์มาแล้ว ได้เห็นพระทัยของพระองค์ที่มีทั้งวชพืชคือกิเลสตัณหา และมีต้นไม้

น้อยใหญ่สลับกันขึ้นมา จึงทรงทำการพัฒนาพระทัยของพระองค์ ด้วยการชำระพวก
วัชพืชคือกิเลสตัณหาทั้งหลาย ที่ไม่มีคุณไม่มีประโยชน์ แล้วก็ปลูกต้นไม้ที่มีคุณมี
ประโยชน์ให้เต็มพื้นที่ พื้นที่ของพระองค์คือพระทัยของพระองค์จึงเต็มไปด้วยบุญบารมี
เมื่อมีบุญบารมีเต็มอยู่ในใจแล้ว ผลของบุญบารมีย่อมส่งผลให้ปรากฏขึ้นมา ให้มีฐานะดี
ให้เจริญในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ อย่างที่พระพุทธ
องค์ได้ทรงปฏิบัติมาอย่างต่อเนื่อง หลายภพหลายชาติด้วยกัน จนในภพสุดท้ายเมื่อทรง
ประสูติเป็นเจ้าชายสิทธัตถราชกุมาร ก็มีใครได้ทำนายทายทักไว้ว่า มหาบุรุษอย่าง
พระพุทธเจ้านี้ ได้ทรงบำเพ็ญบารมีมาอย่างต่อเนื่อง อย่างมากมาย ผลที่พระพุทธองค์จะ
ทรงได้รับก็มีอยู่ ๒ นัยด้วยกัน คือถ้าไม่ได้ออกบวชก็จะได้เป็นพระมหากษัตริย์ แต่
ถ้าได้ออกบวชก็จะได้เป็นพระบรมศาสดา เป็นพระอรหันต์สัมมาสัมพุทธเจ้า

นี่แหละคือผลที่เราทั้งหลายจะได้กัน ถ้าเราตั้งใจตั้งใจพยายามสะสมบุญบารมีไว้อย่าง
ต่อเนื่อง อย่างที่ทำนทั้งหลายได้มากกระทำกันในวันนี้ คือมาทุกๆวันพระ ถึงแม้ว่าจะรู้สึก
ลำบากยากเย็นบ้าง ต้องตื่นเช้าก็ยังมี เพราะเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน เชื่อใน
สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติ และเชื่อว่าการได้เป็นพระพุทธเจ้านั้น ไม่ได้มาจากการ
ปรารถนาโดยอย่างเดียว คือไม่ได้อยู่ที่การตั้งจิตอธิษฐานอย่างเดียว ว่าขอให้เราเป็น
พระพุทธเจ้า ให้เป็นพระอรหันต์ หรือขอให้เราเป็นพระมหากษัตริย์ มหากษัตริย์ เป็น
ประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี หรือเป็นมหาเศรษฐี ความปรารถนาเป็นเพียงการ
ตั้งเป้าหมายไว้เท่านั้นเอง แต่การที่จะไปถึงจุดหมายปลายทางที่ตั้งเป้าไว้ เราต้องเดินไป
ต้องมีการทำกิจกรรมเพื่อจะไปให้ถึงเป้าหมายอันนั้น ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประกอบ
บำเพ็ญบุญบารมีมาอย่างต่อเนื่อง นั่นแหละคือการดำเนิน การเดินทางไปสู่จุดหมาย
ปลายทางที่เราทุกคนปรารถนา

ถ้าการอธิษฐานอย่างเดียวแล้วสามารถนำสิ่งต่างๆ ที่เราปรารถนามาได้ พวกเราทุกคน
ปานนี้ก็จะเป็นมหากษัตริย์กันไปหมดแล้ว หรือไม่เช่นนั้นก็เป็นพระบรมศาสดากันไป
หมดแล้ว แต่เหตุที่พวกเรา ยังไม่ได้เป็นดังที่เราปรารถนากัน ก็เพราะว่าเรามีแต่ความ
ปรารถนา มีแต่จิตอธิษฐานตั้งเป้าหมายไว้ แต่ไม่ได้เดินไปตามเป้าหมายนั้น อย่างวันนี้ถ้า

ญาติโยมได้ตั้งเป้าหมายว่าจะมาที่วัด แล้วพอตื่นเช้าขึ้นมา แทนที่จะลุกขึ้นมาก็ล้มกลับลงไปนอนต่อ ตื่นขึ้นมาอีกทีก็สายโदง ก็จะไม่ได้อมาถึงที่วัดนี้ได้ เพราะการตั้งจิตอธิษฐานอย่างเดียวนั้นไม่เพียงพอ แต่การตั้งจิตอธิษฐานนี้ก็สำคัญ เพราะเราจะต้องรู้เป้าหมายว่าเราจะทำอะไร ทุกๆวันนี้เราต้องรู้ก่อนล่วงหน้าแล้วมีใช้หรือ ว่าวันนี้หรือพรุ่งนี้เราจะต้องทำอะไรบ้าง คนที่มีงานมีการเขาก็รู้ว่า เดียววันนี้เขาต้องไปทำงานแล้ว ตื่นขึ้นมา ก็แต่งตัวใส่เสื้อผ้า รับประทานอาหารให้เรียบร้อย แล้วก็ออกไปทำงาน แล้วก็จะได้ประสบผลจากการทำงาน คือถ้าเป็นคนทำงานอย่างต่อเนื่องไม่ขาดงาน เวลาสิ้นเดือนก็จะได้รับเงินเดือน แล้วก็ไม่ต้องถูกเขาไล่ออก แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้ามีงานทำ แต่พอถึงเวลาตื่นขึ้นมา ก็เกิดความรู้สึกเกียจคร้าน เลยนอนต่อ วันนั้นก็เลยโทรศัพท์ไปบอกเขาว่าปวดหัวเป็นไข้ ไม่สบาย ถ้าเป็นเช่นนี้ แล้วทำอย่างนี้บ่อยๆเข้า คนที่เขาจ้างเรา เขาก็จะเกิดความเบื่อหน่าย เพราะงานการที่เขาต้องการให้เราทำนั้น มันไม่เป็นไปดังที่เขาต้องการ ในที่สุดเขาก็ต้องบอกให้เราไปทำงานที่อื่นทำ เพราะว่าอยู่กับเขาก็ไม่เจริญด้วยกันทั้งคู่ เขาก็ไม่เจริญ เราก็อไม่เจริญ นี่ก็เป็นเพราะว่าเราไม่กระทำหน้าที่ของเรา ที่เราควรกระทำกันนั่นเอง

ดังนั้นความปรารถนา ความตั้งจิตอธิษฐาน จึงไม่พอเพียง เมื่อเราตั้งจิตอธิษฐานแล้ว เราก็ต้องบำเพ็ญ ต้องดำเนินต่อไป อย่างในวันนี้พวกท่านทั้งหลายก็มาบำเพ็ญบุญบารมีกัน การมาวัดนี้ทำให้เราได้สะสมบุญบารมีได้หลายอย่างหลายชนิด เกือบจะครบทั้ง ๑๐ ชนิดเลยทีเดียว เช่น มาถึงก็มีการทำบุญตักบาตรถวายทาน นี่ก็เป็น**ทานบารมี**แล้ว ต่อมาก็มีการสมาทานศีล เป็น**ศีลบารมี** ถ้าสมาทานศีล ๘ ก็จะเป็น**เนกขัมมบารมี** เนกขัมมะแปลว่า การละเว้นจากการหาความสุขทางกามคุณทั้ง ๕ คือ **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** คือจะไม่หาความสุขจากสิ่งภายนอกตัวเรา เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ไปเที่ยวรับประทานอาหารในยามวิกาล หาความสุขจากการแต่งกาย ใช้เครื่องสำอาง ใช้เครื่องหอมต่างๆโลมตัว นอนในที่นอนที่มีพูกหนา ที่นุ่ม ที่สบาย มีเครื่องปรับอากาศ นอนแล้วหลับได้เป็น ๑๐ ชั่วโมง อย่างนี้เป็นต้น เหล่านี้คือกามสุข

แต่ถ้ามาวัดแล้ว บางท่านก็จะถือศีล ๘ ศีลอุโบสถ ก็จะละเว้นจากการรับประทานอาหาร ในยามวิกาล คือหลังจากเที่ยงวันไปแล้ว จะไม่รับประทานอาหาร จะไม่แต่งกายด้วย เสื้อผ้าสีฉูดฉาด จะไม่ใช่เครื่องหอมต่างๆ แต่งหน้าทาปาก หาความสุขจากดูเครื่องเล่น เล่น เครื่องบันเทิงต่างๆ เพราะว่าความสุขเหล่านี้เป็นความสุขที่ฉาบฉวย เป็นความสุข เหมือนกับความสุขที่ได้จากยาเสพติด เวลาเสพเข้าไปก็มีความสุข แต่เมื่อหมดฤทธิ์ของ ยาเสพติดแล้ว ก็เกิดความอยากที่จะต้องเสพต่อ เป็นเหมือนกับปลาติดเบ็ด กามสุขเป็น เหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด เมื่อปลาที่ไม่ฉลาดไปสูบเหยื่อเข้า ก็จะต้องถูกตะขอ ของเบ็ดเกี่ยวติดปากติดคอ ฉันทิใดผู้ใดที่ยังมีความยินดี มีความติดพันอยู่กับกามคุณ ๕ คือกามสุขแล้ว ก็จะเป็นเหมือนกับปลาติดเบ็ด จะต้องแสวงหากามสุขอยู่รำไปไม่มีที่ สิ้นสุด วันไหนไม่ได้สัมผัสกับกามสุข ก็เกิดความรู้สึกกระวนกระวาย กินไม่ได้ นอน ไม่หลับ เกิดความเบื่อเซ็งขึ้นมา เพราะว่าใจติดอยู่กับกามสุข

แต่คนฉลาดย่อมรู้ว่ากามสุขเป็นเหมือนกับสิ่งเสพติด จึงพยายามต่อสู้ พยายามที่จะละ ด้วยการสมาทานศีล ๘ ถ้าอยู่ในวัดได้ก็จะอยู่ในวัด คิณหนึ่งก็ยังมีดี เพราะว่าถ้ากลับไป ที่บ้านแล้ว จะไปเจอของล่อใจยั่วใจมาก เพราะคนรอบข้างไม่ได้ถือศีลอุโบสถ ถือศีล ๘ เหมือนเรา เขาก็จะกินอาหารในยามวิกาล เวลาเราได้กลิ่นอาหารที่เขารับประทาน เราก็จะ เกิดความรู้สึกหิว เกิดความอยากขึ้นมา ก็จะทำให้เราไม่สามารถรักษาศีลข้อ ๖ ไม่ได้ หรือถ้าเห็นเขาเปิดโทรทัศน์ดูละคร ดูหนัง ก็จะอดใจห้ามใจไม่ได้ ก็จะขอต่อรองว่า วันนี้ เอาแค่ศีล ๕ ก็พอ ศีล ๘ คงจะไม่ไหวแล้ว แต่ถ้าอยู่ที่วัดก็จะมีโอกาสรักษาศีล ๘ ได้ ดีกว่า เพราะว่าเวลาอยู่ที่วัด เราจะได้อยู่กับคนที่ไม่กินข้าวเย็น ไม่ดูโทรทัศน์ ไม่ดูหนัง มี แต่เข้าโบสถ์ ไหว้พระ สวดมนต์ นั่งทำสมาธิ เราก็จะได้ทำไปกับเขาด้วย

แล้วเราก็จะได้พบกับความสุขอีกแบบหนึ่ง นั่นก็คือความสุขที่เกิดจากความสงบของ จิตใจ เรียกว่าสันติสุข เป็นความสุขที่ประเสริฐ เป็นความสุขที่ดีกว่าความสุขของกาม เพราะเป็นความสุขที่ไม่มีโทษตามมา เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยสิ่งภายนอก เรามี ใจของเรา เรามีที่สงบ เราทำใจของเราให้สงบ เราก็มีความสุขแล้ว นี่แหละคือความสุขที่ แท้จริง เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยสิ่งภายนอกต่างๆ เช่น รูป เสียง กลิ่น รส

โกฎิ์พะพะ เป็นความสุขที่พระพุทเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้พบ ได้เสวย ได้เสพอยู่ตลอดเวลาตลอดอนันตกาล เพราะความสุขนี้อยู่ในใจ และใจก็เป็นสิ่งที่ไม่ตาย เมื่อมีความสุขนี้อยู่ในใจแล้ว ก็จะเป็นความสุขไปตลอด ดังในคุณของพระนิพพานที่ทรงแสดงไว้ว่า **นิพพานัง ปรมัง สุขัง นิพพานเป็นความสุขสุดยอด** นี้แหละคือความสุขที่เกิดจากความสงบสงัดจากกาม ปราศจากกามตัณหาทั้งหลาย ผู้ฉลาดจึงพยายามเจริญบารมีข้อนี้ คือเนกขัมมบารมี ด้วยการสมานรักษาอุโบสถศีล อยู่ในวัด หรือไม่เช่นนั้น ก็ไปอยู่ตามป่าตามเขา ตามสถานที่ที่มีความสงบสงัดวิเวก

ในการเจริญบารมีทั้ง ๓ นี้ คือทานบารมี ศีลบารมี และเนกขัมมบารมีจำต้องมีบารมีอื่นช่วยสนับสนุน คือต้องมี**ขันติบารมี**ความอดทน **วิริยบารมี** ความขยันหมั่นเพียร ต้องขยันมาวัด ขยันรักษาศีล ขยันทำบุญทำทาน แล้วก็ต้องอดทน เพราะการทำความดีไม่ใช่เป็นของง่าย เป็นการต่อสู้กับความไม่ไฝด่าที่มีอยู่ในใจของเรา เวลาจะเสียเงินทำบุญสักครั้งนี่ ใจจะต่อต้าน กิเลสจะต่อต้าน บอกว่าเก็บไว้ซื้อเสื้อผ้าสวยๆมาใส่ไม่ดีกว่าหรือ เอาไปเที่ยวลอยกระทงไม่ดีกว่าหรือ กว่าจะต่อสู้กับความรู้สึกเหล่านี้ได้ ก็ต้องใช้ความอดทนมาก ถ้าไม่มีความอดทนจริงๆก็จะสู้ไม่ได้ นอกจากนี้แล้ว ยังต้องมี**อธิษฐานบารมี** คือความตั้งใจ ต้องตั้งใจตั้งใจไว้ก่อนแล้วว่า วันนี้ยังงี้ๆจะต้องมาทำบุญที่วัดให้ได้ จะเสียเงินเสียทองมากน้อยแค่ไหนก็ยอมเสีย ยอมเสียเงินเพื่อบุญบารมี มากกว่าเสียเงินเพื่อความสุข เช่นวันนี้เราอาจจะต้องเลือกว่า เราจะมาวัดในตอนเช้า หรือไปเที่ยวในคืนนี้ ถ้าเรามีความแน่วแน่ต่อการสะสมบุญบารมี ได้ตั้งใจตั้งใจไว้แล้วว่า เกิดมาในชาตินี้ ถ้ามีโอกาสมากน้อยเท่าไร ก็จะขอสะสมบุญบารมีไปตลอด อธิษฐานบารมีก็จะเป็นเครื่องผลักดันให้ได้กระทำในสิ่งที่ได้ตั้งใจไว้ โดยอาศัย**สัจจบารมี**เป็นตัวควบคุมอีกชั้นหนึ่ง สัจจบารมีก็คือความจริงใจ เมื่อได้ตั้งใจว่าจะทำอะไรแล้ว ต่อให้อะไรเกิดขึ้น ถ้าไม่สุดวิสัยจริงๆแล้ว ไม่ตายหรือเจ็บไข้ได้ป่วยก็จะต้องทำในสิ่งที่ได้ตั้งใจไว้ นี่คือสัจจบารมี

ถ้าเรามีทั้งสัจจบารมี อธิษฐานบารมี วิริยบารมี ขันติบารมีแล้ว สิ่งต่างๆที่เราปรารถนา ที่เราต้องการจะทำ เราก็จะสามารถทำได้ อย่างในวันนี้เราก็ได้มาบำเพ็ญทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี รวมไปถึง**เมตตาบารมี** เพราะการทำบุญทำทาน ต้องออกมาจาก

จิตที่มีความปรารถนาดี ความปรารถนาดีของจิตก็คือความเมตตา ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่อาฆาตพยาบาทจองเวรผู้อื่น นี่คือเมตตาบารมี เวลาเราทำงาน รักษาศีล ก็เท่ากับเราได้สะสมเมตตาบารมีควบคู่ไปด้วย และเมื่อเราได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม ก็เท่ากับได้เสริม**ปัญญาบารมี** เพราะว่าเวลาฟังธรรมเราจะได้ฟังเรื่องราวที่มีคุณ มีประโยชน์ เป็นความรู้ทางพระพุทธศาสนา ความรู้ที่เกี่ยวกับเหตุและผลในตัวเอง คือใจของเรานั้นเป็นทั้งเหตุ เป็นทั้งผล เป็นเหตุก็คือเป็นผู้กระทำความดีทั้งดีและชั่ว เมื่อกระทำความดีไปแล้ว ก็เป็นผู้รับผลของการกระทำความดีและชั่วนั้น ถ้าทำความดีก็จะมีความสุขใจ มีความเจริญรุ่งเรือง ถ้าทำความชั่วก็จะมีความทุกข์ ความเดือดร้อนใจ ความวุ่นวายใจ

แต่ถ้าเราไม่ฟังเทศน์ฟังธรรม เราก็จะไม่รู้ หรือถ้าเคยฟังมาแล้ว แต่ไม่ฟังบ่อยๆ ทิ้งไป ลักพักหนึ่งก็จะลืม เพราะจะถูกกระแสของโลก ซึ่งเป็นกระแสของ**อวิชชา** ความไม่รู้จริง **โมหะ** ความหลง ความมืดบอด คอยเกลี้ยกล่อมให้เราลืมถึงเรื่องบาปบุญคุณโทษ เรื่อง นรกสวรรค์ ให้เราคอยแต่ตบสนองกิเลสตัณหาของเรา โดยไม่กลัวบาป กลัวนรกกัน ดังที่เห็นกันอยู่ทุกวันนี้ ทำผิดศีลผิดธรรมกันอย่างว่าเล่น ไม่เคยกลัวบาปกรรมเลย เพราะถูกอวิชชาความไม่รู้จริง โมหะความหลง ความมืดบอดกล่อมจิตใจ หลอกว่าบุญกรรมไม่มี ตายไปแล้วสูญ อย่างเช่นร่างกายนี้ เมื่อตายไปแล้ว ก็กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่าน กลายเป็นดินไป แล้วจะมีใครมารับผลของบาปของบุญกัน นี่เป็นกระแสของความหลง ความไม่รู้จริง เพราะไม่เห็นอีกส่วนหนึ่งของชีวิตเรา ชีวิตของเรามีอยู่ ๒ ส่วนด้วยกัน มีทั้งร่างกายและจิตใจ ร่างกายที่เราเห็นกันได้ เพราะเป็นรูปธรรม เรารู้ว่าร่างกายนี้เกิดมาแล้วในที่สุดก็ต้องตาย และเมื่อเอาไปเผา ก็กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่านไป แต่เราไม่เห็นจิตใจ จิตใจเป็นนามธรรม เหมือนกับกระแสวิทยุโทรทัศน์ที่มีอยู่รอบตัวเราในขณะนี้ แต่เรามองไม่เห็น แต่ถ้าเราเอาวิทยุหรือเอาโทรทัศน์มาเปิด เราก็จะรับภาพ รับเสียงได้ แต่ตาของเราไม่สามารถมองเห็นกระแสวิทยุหรือโทรทัศน์นี้ได้

ฉันใดตาของเราที่ไม่สามารถมองเห็นจิตใจของเราได้ เราจึงไม่รู้ว่าเมื่อร่างกายนี้ตายไปแล้ว จิตใจยังต้องไปเกิดอีก ไปเกิดเป็นอะไรก็สุดแท้แต่บุญกรรมที่เราทำไว้ มีแต่

พระพุทธเจ้าพระองค์แรกเท่านั้น ที่รู้สิ่งเหล่านี้ พระพุทธองค์ทรงปฏิบัติธรรม ทรงชำระใจที่มีติดบอดให้สว่างด้วยแสงสว่างแห่งธรรม เมื่อมีแสงสว่างแห่งธรรมคือปัญญาแล้ว ก็ จะเห็นในสิ่งที่ตาเนื้อมองไม่เห็น เห็นจิตวิญญาณ เห็นดวงจิตดวงใจของเรา รู้ว่าจิต วิญญาณเป็นของไม่ตาย เมื่อออกจากร่างนี้ไปแล้ว ก็ต้องไปเกิดใหม่ จะไปสูงไปต่ำ ไป สุกติหรือไปทุคติ ก็ขึ้นอยู่กับบุญกรรมที่ทำไว้ในปัจจุบันนี้และในอดีตชาติก่อนๆ วิชา กกรรมที่ยังไม่ได้แสดงผลขึ้นมา ก็จะสะสมไปเรื่อยๆ รอเวลาที่จะแสดงผล เหมือนกับการ ปลูกต้นไม้ ต้นไม้บางต้นบางปีก็ไม่ออกดอกออกผล แต่จะรอไปอีกปี ๒ ปี ถึงค่อยออก ดอกออกผล กรรมเก่าหรือบุญเก่าที่เราเคยทำไว้ในอดีตชาติก่อนๆ ก็เป็นแบบนั้น อาจ จะยังไม่มีโอกาสได้แสดงผล ก็เลยรอโอกาสแสดงผลในภพต่อไป เวลาที่เราตายจากร่างนี้ ไปแล้ว ดวงวิญญาณของเราก็จะต้องออกจากร่างนี้ แล้วก็ต้องถูกวิบากกรรม คือบุญ หรือกรรมผลักดันให้ไปเกิดอีก

นี่เป็นสิ่งที่พวกเราไม่รู้ไม่เห็นกัน มีแต่พระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์สาวกเท่านั้นที่จะเห็น เรื่องของจิตวิญญาณได้ เมื่อท่านเห็นแล้วท่านก็นำเอามาสั่งสอนพวกเรา ถ้าพวกเราเป็น คนฉลาด ฟังแล้วก็คิดว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่าจะปฏิเสธ เพราะว่าคนเราถ้ายังไม่รู้ยังไม่เห็นอะไร ก็ไม่ควรที่จะปฏิเสธ ในขณะที่เดียวกันก็ยังไม่ต้องรับไปทั้งหมดเลย ไม่ต้องไปเชื่อแบบม าย เพราะพระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้เชื่อแบบมาย สอนให้เชื่อเพื่อนำไปพิสูจน์ สิ่ง ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนพวกเรานี้ พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้ให้นำเอาไปปฏิบัติ เอาไปทดลอง แล้วจะเห็นผล ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า เปรียบเหมือนกับยารักษาโรค เป็นยาที่ พระพุทธเจ้าได้ทรงทดลองแล้ว แล้วก็ได้ออกจากโรคไปแล้ว จึงทรงนำมาให้พวกเราลอง ทดลองดู พวกเราอย่าไปปฏิเสธ เพราะถ้าปฏิเสธ เราก็จะไม่รู้ว่ายานั้น ดีหรือไม่ดีอย่างไร แต่ถ้าเรารับมาแล้ว ก็ทดลองดู ถ้าไม่ดีไม่หาย ก็ไม่ขาดทุนอะไร แต่จะรู้ว่ายานี้ใช้ได้ ถ้ายานี้กินเข้าไปแล้ว ทำให้โรคภัยไข้เจ็บหายไปได้ เราก็จะได้กำไร ได้ประโยชน์

ฉันใดจิตใจของพวกเราก็เป็นเช่นนั้น จิตใจของพวกเราส่วนใหญ่มักจะมีแต่ความทุกข์ มี ความว้าวุ่นขุ่นมัว มีความวุ่นวายใจ ส่วนความสุขวันๆหนึ่งแทบจะไม่ค่อยมีเลย มีนิดมี หน่อย แล้วก็ถูกความทุกข์ความกังวลใจมาครอบงำเสียส่วนใหญ่ นี่แหละคือโรคของใจ

ที่จะรักษาเยียวยาให้หายขาดได้ด้วยธรรมโอสธ คือพระธรรมคำสอน เมื่อเราเชื่อว่าสิ่งที่พระพุทธรเจ้าทรงสั่งสอนเป็นสิ่งที่ถูกต้อง มีเหตุและมีผล ผู้ใดนำไปปฏิบัติแล้ว ย่อมได้รับความสุขความเจริญตามที่ปรารถนา กัน จึงเกิดความเชื่อขึ้นมาและเกิดปัญญาตามมา เพราะเมื่อนำสิ่งที่พระพุทธรเจ้าทรงสั่งสอนมาประพฤติปฏิบัติแล้ว อย่างวันนี้เรามาทำบุญทำทาน มารักษาศีล มาฟังเทศน์ฟังธรรมกัน จิตใจของเราก็จะมีความสงบ มีความเย็น มีความสุข มีปีติขึ้นมา มากน้อยก็ขึ้นอยู่กับกำลังความสามารถของแต่ละท่านที่จะนำเอาเข้าไปสู่จิตใจ ถ้านำเข้าไปได้มาก ก็เหมือนกินยา มาก กินยา มาก โรคก็จะหายเร็ว ถ้ากินยาน้อย โรคก็จะหายช้า ถ้านำธรรมไปปฏิบัติได้มาก ความทุกข์ก็จะหายไปมาก ถ้าปฏิบัติได้น้อย ความทุกข์ก็จะหายไปน้อย

เราจึงต้องพยายามนำเอาธรรมะของพระพุทธรเจ้า เข้ามาในใจของเรา เอามาชำระความโลภ ความอยาก กิเลสตัณหาทั้งหลาย เวลาอยากจะทำอะไร เราก็ต้องเอาชนะความอยากให้ได้ ต้องบอกตัวเองว่า การไปเที่ยวมีแต่สูญเสีย ไม่ได้กำไรเลย ได้ความสุขชั่วประเดี๋ยวประด๋าว เปรียบเหมือนกับเหยื่อที่ติดอยู่ปลายเบ็ด ถ้าเราไม่ไปสูบเหยื่อนั้นแล้ว เราก็ไม่ต้องไปติดอยู่กับเบ็ด ใจของเราก็ไม่ต้องทุกข์ ไม่ต้องวุ่นวาย นี่แหละคือการนำเอาธรรมะของพระพุทธรเจ้ามาปฏิบัติ เวลาจะพูดโกหก ก็ต้องบอกว่าพูดโกหกไม่ดี เป็นบาป เป็นโทษ สร้างความทุกข์ให้กับเรา เราต้องฝืน ไม่ต้องพูด ถ้าพูดความจริงไม่ได้ ก็ไม่ต้องพูด นิ่งอยู่เฉยๆ ก็ได้ ไม่มีใครบังคับให้เราพูด ถ้าเราไม่พูดเสียอย่าง ใครจะทำอะไรเรา ได้ ดูคนไปสิ มีใครไปบังคับให้คนไปพูดมั่งหรือไม่ ไม่มีหรอก เพียงแต่ว่าเรายังมีกิเลสอยู่ในใจอยู่ เรากลัวว่าถ้าเราไม่พูดแล้ว คนที่เขาอยากจะทำอะไร เขาอาจจะไม่พอใจเรา แล้วเขาจะไม่คบค้าสมาคมกับเรา เราต้องมีความแน่วแน่มั่นคงกับความดี ถ้าเราปฏิบัติความดีแล้ว ไม่มีใครเขาอยากจะทำคบค้าสมาคมกับเรา ก็ปล่อยให้เขาไปคบกับคนอื่นเถิด คนแบบนี้ก็ไม่เหมาะที่จะมาคบค้าสมาคมกับเรา พระพุทธรเจ้าบอกไว้ให้คบคนดีอย่าไปคบคนชั่ว ถ้าเป็นคนดีแล้วเขาจะไม่รังเกียจเรา ถ้าเรานิ่งเฉย ถ้าเราไม่พูดอะไร แต่เขากลับจะรังเกียจเรา ถ้าเราไปโกหกเขา เมื่อที่หลังเขามารู้เข้า ว่าเราไปโกหกเขาแล้ว เขาก็จะไม่คบกับเราอยู่ดีนั่นแหละ

นี่แหละคือวิธีที่นำเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เข้าสู่ใจของเรา เมื่อเข้าสู่ใจแล้ว ใจก็จะมีคุณงามความดีปกป้องรักษา ทำให้จิตใจของเรามีความแน่วแน่นมั่นคง ไม่หวั่นไหวกับสภาวะธรรมต่างๆ กับเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น เพราะเรามีปัญญา เรารู้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ เป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีเกิดขึ้นก็ต้องมีการดับไป แม้แต่ร่างกายของเราในที่สุดก็ต้องสลายไป เราก็จะไม่หวั่นไหวกับอะไร เวลาคนอื่นเป็นอะไร จะเป็นจะตายอย่างไร ถ้าไม่อยู่ในวิสัยของเราที่จะไปช่วยเหลือได้ ใจเราก็ไม่ว่า รุ่ร่น รุ่ร่น มัว ไม่รู่ร่นวาย เพราะเรามีปัญญา เมื่อมีปัญญาก็ทำให้ใจของเรามีอุเบกขา วางเฉยได้ เป็น **อุเบกขาบารมี** เมื่อเรามีอุเบกขาบารมีแล้ว เราก็จะปล่อยวางได้ ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะรู้ว่าไม่อยู่ในวิสัยของเรา ที่จะไปทำไปแก้ทุกสิ่งทุกอย่าง อันไหนแก้ได้ ทำได้ เราก็แก้ไป ทำไป อันไหนแก้ไม่ได้ ทำไม่ได้ ก็ต้องปล่อยให้เป็นไปตามบุญตามกรรม อย่างคนที่เรารักเราชอบ กระทำตัวไม่ดี ไม่เป็นไปตามที่เราต้องการ เช่น ชอบกินเหล้าเมายา เล่นการพนัน เทียวผู้หญิง เราก็ได้แต่ขอร้องเขา บอกเขา สอนเขาว่า ทำไปแล้วไม่ดีนะ แต่ถ้าเขาไม่เชื่อ เขาอยากจะทำ ก็ปล่อยเขาไปตามเรื่องของเขา เราไม่ต้องไปเดือดร้อนกับเขา เพราะเรามีปัญญา เพราะเรารู้ว่าเป็นสิ่งที่ห้ามกันไม่ได้นั่นเอง เป็นเรื่องของบุญของกรรม ใครทำกรรมอันใดไว้ก็ต้องรับผลของกรรมอันนั้นไป ไม่ช้าก็เร็ว นี่แหละคือเรื่องของบารมีทั้ง ๑๐ ที่พวกเราได้สะสมกันโดยไม่รู้ตัว ทุกครั้งที่เรามาวัด เราได้สะสมบุญบารมี ถ้าสะสมไปเรื่อยๆ ก็จะค่อยเจริญเติบโตไป เหมือนกับต้นไม้ แล้วไม่ช้าก็เร็วก็จะนำมาซึ่งผลที่เราทั้งหลายปรารถนา กัน การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๔๓ ความเห็นที่ถูกต้อง

๒๗ พุทธจักกายน ๒๕๔๕

การที่ญาติโยมได้มาประกอบภารกิจทางศาสนา เป็นประจำอย่างต่อเนื่อง เป็นการเสริมสร้างความเป็นสิริมงคลให้กับตน เพราะเวลาที่มาทำบุญที่วัด ก็จะได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม ซึ่งพระพุทธองค์ทรงแสดงว่าเป็นมงคลอย่างยิ่ง ดังในพระบาลีที่ตรัสไว้ว่า **กาลเน อัมมัสสวณัง เอตัมมังคลมุตตมัม** การฟังธรรมตามกาลตามเวลา เป็นมงคลอย่างยิ่ง มงคลก็คือความผาสุก ความเจริญรุ่งเรือง ความสงบของจิตใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่พวกเราทุกคนปรารถนา กัน ไม่มีใครต้องการความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ไม่มีใครต้องการความเดือดเนื้อร้อนใจ แต่สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่มิเหตุที่ทำให้เกิดขึ้น ไม่ว่าจะ เป็นเหตุทางด้านดี คือความเป็นมงคล หรือเหตุทางด้านไม่ดีคือความอับมงคล ความเสื่อมเสียทั้งหลาย ก็ล้วนเกิดจากเหตุด้วยกันทั้งสิ้น ถ้ามีเหตุที่ดีพาไป ก็จะนำมาซึ่งสิ่งที่ดี ถ้ามีเหตุที่ไม่ดีพาไป ก็จะมีสิ่งที่ไม่ดีตามมา เราจึงควรสร้างเหตุที่ดีไว้อย่างสม่ำเสมอ อย่างการมาฟังเทศน์ ฟังธรรมทุกวันพระ หรือทุกวันเสาร์วันอาทิตย์ หรือมากกว่านั้นได้ก็ยิ่งดี

ถ้ามีเวลว่างเราควรฟังเทศน์ฟังธรรมกัน เราจะได้รับประโยชน์ เพราะอันประสงค์ของการฟังเทศน์ ฟังธรรมนั้น จะทำให้เรามี**ความเห็นที่ถูกต้อง มีสัมมาทิฐิ** ความเห็นชอบ ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับจิตใจ เพราะจะเป็นผู้นำพาจิตใจให้กระทำในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม ถ้าไม่มีความเห็นที่ถูกต้อง ก็จะทำในสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตรงกันข้ามกับที่เราปรารถนา คือไปทำในสิ่งที่สร้างความทุกข์ สร้างความเดือดร้อนให้กับเรา เราจึงต้องมีความเห็นที่ถูกต้องเป็นเครื่องนำพาไป เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้องแล้ว ความคิดของเราก็จะถูกต้องการพูด การกระทำของเรา ก็จะถูกต้องการ ความถูกต้องนี้ หมายถึงถูกต้องตามหลักของความเป็นจริง ที่เกี่ยวกับความสุขและความทุกข์ของเรา ความทุกข์ก็เป็นความจริงอย่างหนึ่ง ความสุขก็เป็นความจริงอย่างหนึ่ง ทั้ง ๒ เป็นผลที่เกิดจากการกระทำทางกาย ทาง

วาทะ และทางใจ และการกระทำที่จะทำให้เกิดทุกข์หรือสุขก็ขึ้นอยู่กับความเห็น ที่จะเป็นผู้สั่งให้คิด แล้วก็มี การกระทำทางวาทะและทางกายตามมาต่อไป

ความเห็นจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เห็นผิดก็จะทำให้เกิดผิด พุตผิด กระทบผิด เห็นถูก ก็ทำให้เกิดถูก พุตถูก และกระทำถูก เราจึงต้องแสวงหาความเห็นที่ถูกต้อง และไม่มีใครที่จะสามารถให้ความเห็นที่ถูกต้องได้ดีเท่ากับพระพุทธเจ้า กับพระอรหันตสาวกทั้งหลาย เพราะท่านเหล่านี้เป็นผู้บรรลุธรรม ท่านได้ปฏิบัติได้ศึกษา เกี่ยวกับความจริงทั้งหลาย ที่มีอยู่ในโลกนี้ ทั้งที่เป็นส่วนที่เห็นได้ สัมผัสได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย และสิ่งที่ไม่สามารถเห็นได้ สัมผัสได้ ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่จะต้องสัมผัสได้ด้วยใจ คือความคิดที่คิดไปตามเหตุ ตามผล คือปัญญาเท่านั้นจึงจะสามารถเห็นได้ หรือเข้าใจได้ สิ่งต่างๆในโลกนี้ มีส่วนที่เราทุกคนเห็นได้ด้วยตาเปล่า ได้ยินด้วยหู ลิ้มรสได้ด้วยลิ้น ดมกลิ่นได้ด้วยจมูก สัมผัสได้ด้วยร่างกายของเรา สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่เราพอจะรู้ พอจะเข้าใจกันได้ เพราะมีผู้ที่รู้เรื่องเหล่านี้มาก บิดา มารดาเรา ก็รู้เรื่องเหล่านี้ พอเราเกิดมา พ่อแม่ก็จะสอนเราในเรื่องต่างๆ ที่เราเห็น ได้ยิน ได้ดม ได้ลิ้มรส ได้สัมผัสทางกาย ว่า สิ่งไหนเป็นคุณ สิ่งไหนเป็นโทษ

นอกจากสิ่งที่เราเห็นได้ สัมผัสได้ ด้วยอายตนะทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้ว ยังมีสิ่งที่ละเอียดไปกว่านั้น ที่ไม่สามารถสัมผัสได้ด้วยอายตนะทั้ง ๕ ก็คือนามธรรมทั้งหลาย มีนามธรรมบางส่วนที่มนุษย์ธรรมดาอย่างเราอย่างท่าน สามารถที่จะเข้าถึงได้ เข้าใจได้ เช่นความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ อย่างความรู้เกี่ยวกับกระแสแม่เหล็กไฟฟ้า ทำให้เราสามารถผลิตเครื่องมือสื่อสารต่างๆได้ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ โทรศัพท์มือถือ ก็ล้วนใช้กระแสแม่เหล็กไฟฟ้าเป็นสื่อ ไว้สำหรับถ่ายทอดข้อมูลต่างๆ จากเครื่องส่งไปสู่เครื่องรับ แต่เป็นสิ่งที่ละเอียดไม่สามารถเห็นได้ด้วยตาเปล่า ทั้งๆที่ขณะนี้ก็มีอยู่รอบตัวเรา กระแสแม่เหล็กไฟฟ้ามีอยู่รอบตัวเรา แต่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ของเรา ไม่สามารถที่จะสัมผัสรับรู้ได้ เพราะเป็นสิ่งที่ละเอียดกว่า ต้องใช้ปัญญาเป็นผู้แยกแยะศึกษา เมื่อได้ศึกษาแล้วก็สร้างเครื่องส่ง เครื่องรับขึ้นมา เราจึงมีเครื่องส่ง เครื่องรับ วิทยุ โทรทัศน์ โทรศัพท์มือถือ และเมื่อมีเครื่องมือเหล่านี้แล้ว เราก็สามารถรับ สัมผัส ได้กับ

กระแสของแม่เหล็กไฟฟ้า ถ้าเรามีโทรศัพท์มือถือ แล้วเปิดเครื่องไว้ ถ้ามีใครส่งสัญญาณ มาเข้าเครื่องของเรา เราก็จะรับได้ เราก็รู้ว่าต้องมีอะไรสักอย่างหนึ่งในอากาศ ในรอบตัว เรา ที่เข้าไปในโทรศัพท์มือถือของเรา ทำให้โทรศัพท์มือถือของเราส่งเสียงร้อง ส่งเสียง สัญญาณบอก ว่ามีคนต้องการติดต่อกับเรา แต่ถ้าเรามองด้วยอายตนะ ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย เราจะไม่สามารถเห็นได้เลย เพราะเป็นสิ่งที่ละเอียดขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง

สิ่งที่ละเอียดขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง ที่ไม่มีเครื่องไม้เครื่องมืออันใดจะสามารถมาวัด มารับรู้ ได้ ก็คือจิตใจของเรา ที่ละเอียดยิ่งกว่ากระแสของแม่เหล็กไฟฟ้าเสียอีก เป็นสิ่งที่วัดได้ ด้วยจิตใจเท่านั้น จิตใจจะเป็นตัววัดหรือรับรู้จิตใจของเรา **เครื่องมือที่จะทำให้จิตใจ สามารถรับรู้เรื่องราวของจิตใจได้ ก็คือการปฏิบัติธรรม นิ่งสมาธิ เจริญปัญญา** ที่จะทำให้เราเข้าถึงภาวะหรือธรรมชาติของจิตใจของเรา ซึ่งมีพระพุทธเจ้าเป็นพระองค์แรก ที่สามารถเข้าถึงธรรมชาติที่แท้จริงของจิตใจได้ พระพุทธองค์ทรงเห็นว่าร่างกายกับจิตใจ เป็นคนละส่วนกัน อย่างพวกเรานี้ เรายังไม่รู้จักจิตใจของเรา เรายังคิดว่าจิตใจของเรา เป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย ถัร่างกายนี้ดับสลายไป จิตใจก็สลายไปด้วย คือเห็นว่าไม่มีการเกิดใหม่ เป็นสิ่งที่ไม่น่าจะเป็นไปได้ เพราะเมื่อร่างกายดับสลายไปแล้ว การรับรู้ต่างๆ ก็สูญไปด้วย เพราะเวลาไปงานศพ เราจะเห็นคนตายนอนนิ่งอยู่เฉยๆ เราจะพูดอะไร เขาก็ไม่ได้ยิน จะไปจับเนื้อต้องตัวเขา เขาก็จะไม่มีปฏิกิริยารับรู้ เราก็เลยคิดว่า ความรับรู้ก็หมดไปกับการดับสลายของร่างกาย แต่นี่เป็นความเข้าใจผิด เป็นมิจฉาทิฐิ ความเห็นผิด ถ้ามีความเห็นผิดแบบนี้แล้ว ก็จะปฏิเสธการไปเกิดใหม่ เพราะไม่เห็น ธรรมชาติของจิต ซึ่งความเป็นจริงแล้ว จิตใจไม่ได้ตายไปกับร่างกาย เมื่อร่างกายดับ สลาย จิตใจก็ไปสู่ร่างใหม่ ไปหาร่างใหม่ ไปเกิดใหม่ สุดแต่บุญกรรมจะพาไป ถ้านุญ พาไป ก็ไปเกิดในภพชาติที่ดี เกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอริยเจ้า ทั้งหลาย ถ้านาปกรรมพาไป ก็ต้องไปเกิดในภพภูมิที่ต่ำ ในอบาย ไปเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรก

นี่เป็นวิถีของจิตใจ ที่หลังจากแยกออกจากร่างกายแล้ว จะต้องดำเนินต่อไป แต่สำหรับ คนทั่วไปแล้ว จะไม่มีความสามารถที่จะรู้ จะเข้าใจเรื่องราวของจิตใจได้เลย เพราะไม่

เคยปฏิบัติธรรมนั่นเอง ไม่มีเครื่องมือที่จะทำให้เห็น ให้เข้าใจถึงธรรมชาติของจิตใจ เลย ทำให้เกิดการปฏิเสธเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องบุญเรื่องกรรม เรื่องนรก เรื่องสวรรค์กัน นี่เป็นเพราะความเห็นผิด มิจฉาทิฎฐิ ทำให้คิดไปอย่างนั้น เมื่อคิดไปอย่างนั้นแล้ว ก็เลยปฏิเสธการทำบุญ การรักษาศีล การปฏิบัติธรรม เพราะเห็นว่าเป็นเรื่องมมาย ก็เลยทำแต่สิ่งที่ตนเองต้องการ สุดแต่แต่อารมณ์จะพาไป วันไหนอารมณ์ดีก็จะทำดี พุทธดี คิดดี วันไหนอารมณ์ไม่ดีก็จะคิดร้าย พุทธร้าย ทำร้าย โดยที่ตัวเองไม่รู้ว่าการกระทำทั้ง ๒ ชนิดนี้ ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ล้วนมีผลที่จะตามมาต่อไป เป็นการสะสมผลดีและผลชั่วที่จะตามมา

เหมือนกับนำเงินไปฝากไว้ในธนาคาร เมื่อฝากไปเรื่อยๆ จำนวนเงินในธนาคารย่อมมีมากขึ้นไปเรื่อยๆ ในทางตรงกันข้ามถ้าไปกู้หนี้ยืมสินจากธนาคารไปเรื่อยๆ ยอดของหนี้ก็จะมีมากขึ้นไปเรื่อยๆ เราก็รู้อยู่แล้วว่าผลของการมีเงินฝาก กับผลของการมีหนี้สินต่างกันอย่างไร คนที่มีเงินฝากในธนาคารมาก ย่อมมีความสุขใจ มีความมั่นใจ มีความสบายใจมาก แต่คนที่มีหนี้มากในธนาคาร ย่อมมีความทุกข์ใจ มีความกังวลใจ มีความเดือดเนื้อร้อนใจมาก นี่ก็เป็นเช่นเดียวกันกับการกระทำของเรา เวลาทำความดี เช่น ทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม เราก็จะมีความสุขใจ มีความสบายใจ มีความอímเอิบใจ ในทางตรงกันข้าม ถ้าไปทำความชั่ว ทำบาป เราก็จะมีความวุ่นวายใจ กังวลใจ เดือดร้อนใจ นี่เป็นผลที่เราสามารถรับรู้ได้ในปัจจุบัน ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ แต่อีกส่วนหนึ่งนั้น เราจะไม่รู้ได้เลย เพราะเราไม่มีปัญญาพอ ที่จะไปรับรู้เรื่องของการเวียนว่ายตายเกิดของดวงจิตดวงใจของเรา เราจึงต้องอาศัยคนอย่างพระพุทธรเจ้า อย่างพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ผู้ปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงธรรมชาติที่แท้จริงของใจ คือสามารถมองเห็นตัวของจิตใจได้อย่างชัดเจน เห็นพฤติกรรมของจิตใจว่า เมื่อทำอะไรไปแล้ว ผลอันใดจะเกิดขึ้นกับจิตใจดวงนั้น และเมื่อร่างกายแตกสลายไปแล้ว จิตใจจะไม่สลายไปกับร่างกาย แต่จะต้องเดินทางต่อไป ไปสู่ภพหน้าชาติหน้าต่อไป เป็นสิ่งที่พระพุทธรเจ้าและพระอรหันตสาวกเห็นได้อย่างชัดเจน ไม่มีอะไรเคลือบแคลงสงสัยอยู่ในใจ ท่านถึงกลายเป็นผู้รู้ขึ้นมา

พุทธะแปลว่าผู้ พระพุทธเจ้าหลังจากที่ทรงตรัสรู้แล้ว ก็ทรงประกาศว่าพระพุทธองค์คือ พุทธะ คือผู้ รู้อะไร ก็รู้เรื่องจิตใจนี้แหละเป็นตัวสำคัญ แล้วก็เรื่องอย่างอื่นที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ เป็นเรื่องรองลงมา เมื่อรู้เรื่องจิตใจแล้ว รู้ว่าจิตใจเป็นต้นเหตุอันสำคัญ ที่จะนำมาซึ่งภพชาติต่างๆ ไม่ว่าจะสูงหรือต่ำ และความทุกข์และความสุข ที่มีอยู่ในใจ ทรงรู้วิธีที่จะทำให้ใจผลิตหรือสร้างแต่ภพชาติที่ดี สร้างแต่ความสุข เพราะจิตใจเป็นสิ่งที่เราสามารถควบคุมได้ สามารถบังคับได้ ให้เป็นไปในทิศทางที่เราต้องการจะไปได้ แต่เราต้องมีความเห็นที่ถูกต้องเสียก่อน ต้องเห็นว่าหลังจากที่ตายไปแล้ว ร่างกายก็จะสลายไป กลับคืนสู่ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ แต่จิตใจของเรายังต้องไปต่อ จะไปสูง ไปต่ำ ก็ขึ้นอยู่กับกรรมที่เราปฏิบัติกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรรม ๓ ประการ ก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา กรรมทั้ง ๓ นี้จะเป็นตัวชี้ ว่าเราจะไปสูง หรือไปต่ำ ถ้าเราไม่มีศีล ไม่รักษาศีล ๕ เลย เวลาตายไป ก็ต้องไปสู่อบาย คือไปเกิดในภพของเดรัจฉาน ของเปรต ของอสุรกาย และของสัตว์นรก แต่ถ้าเรารักษาศีล ๕ กัน ก็จะไม่ต้องไปเกิดในอบาย แต่จะไปเกิดในสุคติ ได้แก่ภพของมนุษย์และสวรรค์ ที่อยู่ของเทวดาทั้งหลาย

นี่คืออานิสงส์ของการรักษาศีล ดังที่ได้แสดงไว้เบื้องต้น ตอนที่ญาติโยมขอศีลกัน เวลาให้ศีลเสร็จพระจะต้องแสดงอานิสงส์ของศีลให้ฟัง และหนึ่งในอานิสงส์ของศีลนั้นก็คือ **ศีลนะ สุขดิ้ง ยันติ ศีลเป็นเหตุที่จะนำไปสู่สุคติ** ไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทวดา แต่ศีลอย่างเดียวจะไม่สามารถทำให้ไปเกิดในภพที่สูงกว่านั้นได้ คือภพของรูปพรหม และอรูปพรหม และภพของพระอริยเจ้าทั้งหลาย ถ้าต้องการจะขึ้นไปสูงกว่านั้นก็ต้องปฏิบัติกรรมอีก ๒ ชั้น คือชั้นสมาธิและปัญญา ถ้าปฏิบัติชั้นสมาธิ ได้สมาธิ ได้ฌาน ก็จะไปเกิดในสวรรค์ชั้นพรหม ๒ ชั้นด้วยกัน ชั้นรูปพรหม และอรูปพรหม ขึ้นอยู่กับสมาธิที่ได้ปฏิบัติถึง ถ้าได้บรรลุถึงรูปฌานทั้ง ๔ เมื่อตายไปก็จะได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นรูปพรหม ถ้าได้บรรลุถึงอรูปฌานทั้ง ๔ ก็จะได้ไปเกิดในชั้นอรูปพรหม แต่ถ้าปฏิบัติเพียงศีล และสมาธิ ก็จะไปได้สูงสุดแค่ชั้นอรูปพรหมเท่านั้น

ภพทั้ง ๓ นี้คือ ภพของมนุษย์กับเทวดาก็ดี รูปพรหมก็ดี อรูปพรหมก็ดี ก็ยังอยู่ภายใต้กฎของความไม่เที่ยง เมื่อได้ทำบุญ ก็เหมือนกับได้เติมน้ำมันใส่รถยนต์ เมื่อรถยนต์มี

น้ำมัน เราก็สามารถขบถยนต์ให้พาเราไปในที่ๆต้องการจะไปได้ แต่เมื่อน้ำมันหมด เราก็ไม่สามารถที่จะขบรถคันนั้นต่อไปได้ บุญที่เราทำ เช่น การรักษาศีลที่ดี หรือการนั่งสมาธิที่ดี ก็เป็นบุญที่มีการเสื่อมสลาย มีหมดไปได้ ถ้าไม่ทำอย่างต่อเนื่อง เมื่อเราได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นพรหม และได้เสวยบุญของสวรรค์ชั้นพรหมหมดไป จิตก็จะเสื่อมลงมาลงมาสู่สวรรค์ชั้นเทพ และเมื่อบุญของสวรรค์ชั้นเทพหมดไป ก็จะเสื่อมลงมาในภพของมนุษย์ ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก และเมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ก็เหมือนกับขบรถเข้าไปในสถานีบริการ ที่จำหน่ายน้ำมัน ภพของมนุษย์ก็เป็นเหมือนกับสถานีจำหน่ายน้ำมัน เป็นที่ที่เราสามารถเติมบุญเติมกุศล เพื่อจะได้กลับไปขึ้นไปสู่ภพที่สูงขึ้นไปได้อีก

นี่เป็นเรื่องที่มีขึ้นมาก่อนที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ แล้วทรงนำธรรมที่พิเศษกว่าศีลกับสมาธิมาสั่งสอน ในสมัยก่อนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ คนเราจะบรรลุได้สูงสุดก็เพียงชั้นอรุปรหมเท่านั้นเอง แล้วยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้ง ๓ นี้ต่อไปอีก คือในกามภพรูปภพ และอรุปรภพ เพราะว่าสมาธิไม่ได้เป็นตัวที่จะไปทำลายเชื้อ หรือต้นเหตุที่ทำให้ไปเกิด ไปเวียนว่ายในภพต่างๆ ศีลกับสมาธิเป็นเพียงแต่เป็นเครื่องช่วยหนุนให้ไปเกิดในสุดติ ให้ไปเกิดในภพของมนุษย์ ของเทวดา ของพรหมทั้งหลาย แต่ไม่สามารถพาให้ไปสู่ภพที่สูงกว่านั้น หรือสภาพของจิตที่เหนือกว่านั้นได้ ที่เรียกว่า**โลกุตตรธรรม** คือธรรมที่อยู่เหนือโลก อยู่เหนือการเวียนว่ายตายเกิด อันนี้จะต้องอาศัยปัญญาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ ที่ทรงเห็นว่าสมาวรรณทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง ปราศจากตัวตน เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด เช่น **ขั้น ๕** ที่มีอยู่กับเรา คือ **รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** นี้ ถ้าเป็นปุถุชนคนธรรมดา ก็จะยึดติดกับขั้น ๕ และหลงคิดว่าขั้น ๕ นี้เป็นตัวเป็นตน เช่นร่างกายของเราก็คิดว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา **สังขาร** ความคิดปรุงแต่ง ก็คิดว่าเป็นความคิดของเรา **เวทนา** ความรู้สึก สุข ทุกข์ ก็เป็นความรู้สึกของเรา อย่างนี้เป็นต้น

เราก็เลยหลงยึดติดอยู่กับสิ่งเหล่านี้ ไม่ปล่อยไม่วาง เมื่อตายไปจากร่างกายนี้ เราก็ไปหาร่างกายอันใหม่อีก เพราะความผูกพัน ความยึดติดกับสิ่งเหล่านี้ เหมือนกับคนที่ติดยาเสพติด เมื่อเสพยาเสร็จแล้ว เมื่อฤทธิ์ยาหมดแล้ว ก็เกิดความอยากที่จะเสพอีก ก็ต้องไปหายาใหม่มาเสพอีก ขั้น ๕ ก็เป็นสิ่งที่จิตของพวกเรายึดติดกัน เพราะไม่มีปัญญา ถ้า

ได้พบพระพุทธรูปศาสนา ก็จะได้รับคำสั่งสอนให้พิจารณาให้เห็นว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่ใจเข้าไปเกี่ยวข้องกับด้วย ไม่ว่าจะเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่ว่าจะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทั้งหลาย สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่ให้ความทุกข์กับเราถ้าไปยึดไปติด เป็นสิ่งที่ไม่ตัวไม่มีตน ไม่มีใครเป็นเจ้าของ เป็นธรรมชาติ เหมือนกับ ดิน น้ำ ลม ไฟ

ร่างกายของเราก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง แต่เพราะความหลงเลยทำให้เราไปยึดไปติด มีอุปาทานยึดติดอยู่ในขั้น ๕ เมื่อมีอุปาทาน มีความยึดติดแล้ว ก็เลยมีความทุกข์ มีความว่าอุ่นอุ่นมัวอยู่ตลอดเวลา เพราะต้องคอยรักษาในสิ่งที่รักษาไม่ได้ ก็คือร่างกายของเรา ทุกคนเกิดมาอยากจะทำไปตลอด ไม่อยากจะทำตาย แต่ไม่มีใครสามารถรักษา ร่างกายนี้ไม่ให้ตายได้ ก็เลยต้องมีแต่ความทุกข์ ทุกข์ทั้งในขณะที่มีชีวิตอยู่ และทุกข์ในขณะที่กำลังจะตาย เมื่อตายไปแล้วก็ทุกข์อีก เพราะยังจะต้องไปเกิดอีก เมื่อไปเกิดอีกก็ต้องไปแก่ ไปเจ็บ ไปตายอีก เป็นวัฏฏะ เป็นแบบนี้ไปไม่มีที่สิ้นสุด เพราะไม่มีความเห็นที่ถูกต้อง ก็คือไม่เคยได้ยินได้ฟังธรรม ไม่มีปัญญาในระดับโลกุตตรธรรม ที่เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่าง คือสภาวะธรรมทั้งหลายในโลกนี้ ล้วนเป็นไตรลักษณ์ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด ไม่มีตัวตน

นี่แหละคือสิ่งที่พระพุทธรูปเจ้าทรงตรัสรู้ แล้วนำมาสั่งสอนพวกเรา คำสอนของพระพุทธรูปเจ้าจึงเป็น**โลกุตตรธรรม เป็นธรรมเหนือโลก** เพราะถ้าผู้ใดเข้าถึงธรรมนี้ได้แล้ว จะหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ในเบื้องต้นก็จะตัดภพชาติให้สั้นลง เช่นระดับพระอริยเจ้าขั้นแรกที่เรียกว่า**โสดาบัน** จะเป็นผู้มีดวงตาเห็นธรรม คือเห็นว่าขั้น ๕ เป็นไตรลักษณ์ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีตัว ไม่มีตน เมื่อเห็นแล้วก็ปล่อยวาง ร่างกายจะเป็นอย่างไร ก็ยอมรับสภาพของความเป็นจริงของร่างกาย ถึงเวลาจะตายก็ยอมรับว่าเป็นธรรมดา เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็เป็นธรรมดา เวลาแก่ก็เป็นธรรมดา ไม่ได้เดือดร้อน ยอมรับความเป็นจริงเหมือนกับเรายอมรับ เวลาที่ฝนตกแดดออก เราก็ไม่ไปร่นวายกับฝนตกแดดออก เราก็ไม่เดือดร้อน แต่คนที่ไปร่นวายกับเรื่องฝนตกแดดออก เขาก็ต้องเดือดร้อน

นี่คือลักษณะของการปล่อยวาง ปล่อยวางได้ด้วยความเข้าใจ คือปัญญา คือเห็นไตรลักษณ์ในขั้น ๕ เห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ว่าเป็นไตรลักษณ์ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อเห็นแล้วก็จะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้วก็จะบรรลุเป็นพระโสดาบัน ขึ้นมา พระโสดาบันนี้ก็จะมามีภพชาติเหลือไม่เกิน ๗ ชาติเป็นอย่างมาก และจะไม่ไปเกิดในอบายเลยในภพชาติทั้ง ๗ นี้ ไม่ว่าจะเป็นครีฑาน เปรต อสุรกาย หรือสัตว์นรก ไม่ใช่เป็นภพที่พระโสดาบันจะไปเกิดอีกต่อไป และถ้าได้ปฏิบัติธรรมขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง คือลดละความยินดีในกาม ในกามสุข คือพิจารณาดูร่างกายของคนเรา ว่าเป็นของไม่สวยงาม ใต้ผิวหนังยังมีสิ่งแปลกๆ ที่เรายังไม่เห็นกันอีกเยอะ เช่น อวัยวะต่างๆ ซึ่งเรามักจะไม่ค่อยมองกัน ถ้าเราพิจารณาอยู่เรื่อยๆ ต่อไปก็จะเกิดความเบื่อหน่าย คลายความกำหนัดยินดีในร่างกาย ก็จะปล่อยวางกามราคะ คือความยินดีในกาม จะไม่แสวงหาความสุขจากการเสพกามอีกต่อไป

ถ้าเป็นเช่นนั้นก็จะบรรลุธรรมขั้น**อนาคามี** ก็จะไม่กลับมาเกิดในกามโลกอีกต่อไป เพราะจิตของพระอนาคามีได้เข้าสู่ขั้นรูปฌานแล้ว ถ้าท่านตายไปและยังไม่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ท่านก็จะไปเกิดในสวรรค์ชั้นสุทธาวาส มีอยู่ ๕ ชั้นด้วยกัน แล้วก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ต่อไป สิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิดในสวรรค์ชั้นพรหมนั้น แต่ถ้ายังเป็นมนุษย์อยู่และปฏิบัติธรรมต่อไป คือเจริญให้เห็นว่าไม่มีอะไรเป็นตัวตน แม้กระทั่งจิตของผู้ที่กำลังแสดงธรรมนี้อยู่ หรือผู้ที่กำลังรับฟังอยู่นี้ ก็ไม่ใช่ตัวตน ลักแต่ว่าเป็นธรรมชาติ เป็นธาตุรู้อย่างหนึ่ง จิตเป็นธาตุรู้ เพียงแต่รู้ แต่เพราะความหลงจึงทำให้จิตคิดว่าเป็นตัวเป็นตน ถ้าสามารถรู้ทันความหลงนี้ได้ ก็เท่ากับได้ทำลาย**อวิชชา**ความไม่รู้จริง ไม่รู้ธรรมชาติที่แท้จริงของจิตว่าเป็นอย่างไร ถ้าทำได้ก็จะบรรลุเป็นพระอรหันต์ เมื่อทำลายอวิชชาที่มีอยู่ในใจได้แล้ว ก็จะไม่มีความจะไปสร้างเหตุ คือความอยากให้เกิดในภพชาติต่างๆ ภพชาติก็จะหมดสิ้นไป

นี่แหละก็คือธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ ซึ่งไม่มีสอนในศาสนาอื่น มีอยู่ในศาสนาเดียวเท่านั้น ก็คือพระพุทธศาสนา เพราะสอนในเรื่องของไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถ้าผู้ใดได้เข้าถึงไตรลักษณ์นี้แล้ว และเข้าใจไตรลักษณ์ที่มีอยู่ในสภาวะธรรม

ทั้งหลาย ทุกสัต์ทุกส่วน ก็จะสามารถตัดการยึดมั่นถือมั่นในตัวในตนได้ เมื่อไม่มีตัวมี
ตนแล้วก็จะไม่มีเหตุที่จะพาให้ไปเกิดอีกต่อไป ผู้นั้นก็หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด
หลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงได้อย่างราบคาบ ไปได้อย่างถาวร นี่แหละก็คือผลที่เราจะ
สามารถประสบพบเห็น บรรลุถึงได้ จากการศึกษาล่าเรียน ฟังเทศน์ฟังธรรม คำสอน
ของพระพุทธเจ้า เพราะจะทำให้เกิด**ความเห็นที่ถูกต้อง** เรียกว่าสัมมาทิฐิ เมื่อมี
ความเห็นที่ถูกต้องแล้วก็จะนำพาเราไปสู่การคิด การพูด การกระทำที่ถูกต้อง จะพาไปสู่
การทำบุญให้ทาน การรักษาศีล การนั่งสมาธิ การเจริญปัญญา การหลุดพ้นจากความ
ทุกข์ทั้งปวง การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๔๔

บริโภคนิยม

๔ ธันวาคม ๒๕๔๕

วันนี้เป็นวันพุธ แรม ๑๕ ค่ำเดือน ๑๒ เป็นวันสิ้นปีมะเมีย วันส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ ตามปฏิทินทางจันทรคติ พรุ่งนี้ก็เป็นวันปีใหม่ วันแรกของปีมะแม แต่คนส่วนใหญ่ในสมัยนี้จะไม่ทราบกัน จะไม่รู้กันว่าวันนี้เป็นวันส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ เพราะสมัยนี้เราใช้วิธีนับวันปีใหม่อีกระบบหนึ่ง คือทางปฏิทินทางสุริยคติ เป็นการนำเข้ามาจากต่างประเทศ พร้อมกับการเข้ามาของ**ลัทธิบริโภคนิยม วัตถุนิยม** ซึ่งเป็นเหตุทำลายจิตใจของพุทธศาสนิกชน ผู้มีความเชื่อใน**ธรรมนิยม**มาแต่ดั้งเดิม แต่เมื่อถูกกระแสของวัตถุนิยม บริโภคนิยมไหลเข้ามา เลยทำให้กระแสของธรรมนิยมค่อยๆอ่อนแรงลงไป เพราะว่าจิตใจของคนเราทุกคน มีเครื่องรองรับกระแสของบริโภคนิยม ของวัตถุนิยมกันอยู่แล้ว นั่นก็คือ**กิเลสตัณหา โมหะอวิชชา** ซึ่งมีความยินดี มีความชอบในเรื่องของการบริโภคคามต่างๆ การมีวัตถุสมบัติข้าวของต่างๆ จึงเป็นการง่ายที่ธรรมนิยม คือความยึดมั่น อยู่ในคุณธรรมคุณงามความดีทั้งหลายเริ่มเสื่อมไป เริ่มอ่อนไป

ดังที่เราสามารถเปรียบเทียบเห็นได้ อย่างในสมัยปู่ยาตาดายของเรา กับในสมัยนี้ จะเห็นถึงความเสื่อมเสียในด้านศีลธรรม มีอยู่มากเลยทีเดียว ในสมัยโบราณทุกๆวันพระ จะมีการมาวัดทำบุญทำทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ชำระขัดเกลากิเลสตัณหา โมหะ อวิชชา ให้เบาบางลงไป แล้วดำเนินชีวิตไปตามแนวทางของธรรมะ คือมีความจริงใจ มีความอดทนอดกลั้น มีการเสียสละ ซึ่งเป็นธรรมประจำจิตใจของผู้ที่มีธรรมะอยู่ในใจ แต่ทุกวันนี้ธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ คือ**สัจจะ** ความจริงใจ ความซื่อตรง **ขันติ** ความอดทน **ทมะ** ความอดกลั้น และ**จาคะ** ความเสียสละ เริ่มสูญสลาย ห่างออกไปจากจิตจากใจ ของคนสมัยนี้ เพราะอำนาจของวัตถุนิยม บริโภคนิยม ได้เข้ามาครอบงำจิตใจ ทำให้ไม่เห็นความสำคัญของคุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้

คนเราสมัยนี้เวลาคบค้าสมาคมกัน จึงไม่ได้คบกันด้วยความจริงใจ แต่คบกันด้วยผลประโยชน์มากกว่า ถ้ามีผลประโยชน์ก็จะคบด้วย ดังนั้นคนที่มีเงินมีทอง มีตำแหน่ง มีอำนาจวาสนา จึงกลายเป็นของหอมไป ทั้งๆที่ไม่แน่ใจว่าการขึ้นมาสู่ความมั่งคั่ง ความมีอำนาจวาสนานั้น เขาขึ้นมาด้วยวิธีใด ถ้าขึ้นมาด้วยวิธีที่ทุจริต ก็ไม่น่าจะเป็นคนที่มีกลิ่นหอม เป็นคนที่สะอาดบริสุทธิ์ ที่เราควรจะชื่นชมยินดีด้วย แต่เพราะอำนาจของ ความหลง ความไม่รู้ถึงความดีงามว่าเป็นอย่างไร ว่าคนดีที่แท้จริงเป็นอย่างไร เราจึงมัก แสวงหาคนที่มีความอำนาจวาสนา มีเงินทองบารมีทั้งหลาย โดยไม่คำนึงว่าเขาได้ก้าวขึ้นมาสู่ ตำแหน่งนี้ได้ได้อย่างไร เขาฆ่า เขาโกง เขาทำลายชีวิตของผู้อื่น เบียดเบียนผู้อื่น สร้าง ความเจ็บช้ำน้ำใจให้กับผู้อื่นมากน้อยเท่าไร เราไม่รู้กัน เพราะเราไม่มองที่เหตุ ที่นำมาสู่ ความมั่งคั่ง ความมีอำนาจของเขา เรามองเพียงแต่ว่าเขามีอำนาจ เขามีเงินทอง ถ้าได้อยู่ ใกล้ชิดเขา ก็จะได้รับส่วนบุญจากเขาบ้างเท่านั้นเอง

นี่เป็นการคิดของคนที่มีติดบอด มีความหลงครอบงำจิตใจ ไม่เห็นคุณธรรมว่าเป็นสิ่ง สำคัญ สังคมในโลกเราทุกวันนี้ จึงมีแต่ความวุ่นวาย มีแต่ความเดือดร้อน มีแต่การ เบียดเบียนกัน เพราะทุกคนก็มุ่งแสวงหาเงินทอง หาอำนาจวาสนากัน เพื่อเป็นเครื่อง ดึงดูด ให้มีบริษัท มีบริวาร มีการสรรเสริญเยินยอ เลยกลายเป็นสังคมที่มีแต่การเอาวัด เอาเปรียบกัน มีแต่การเห็นแก่ตัว แทนที่จะมีจาคะการเสียสละ กลับกลายเป็นสังคมปาก กัดตีนถีบ ตัวใครตัวมัน ปลาใหญ่กินปลาเล็กไป เป็นสังคมที่ไม่ค่อยมีความสุขเท่าไร ทั้งๆที่มีวัตถุ ข้าวของ เงินทองมากมายกายกอง แต่ไม่มีความสุข เพราะว่สิ่งเหล่านี้ ไม่ได้เป็นเหตุที่จะนำความสุข มาให้ นอกจากไม่ได้นำความสุขมาให้แล้ว ยังกลับนำ ความทุกข์ ความ วุ่นวายใจมาให้เสียอีก เพราะเมื่อลองได้ไปยึดติดกับวัตถุข้าวของแล้ว ก็จะเป็นเหมือนคนพิการไป ต้องอาศัยสิ่งเหล่านี้ไปเรื่อยๆ ซึ่งมีแต่จะสูญหมดไปเรื่อยๆ ตามกาลตามเวลา ตามการใช้งาน กลายเป็นเครื่องผลัดกัน กัดฟัน ให้ไปแสวงหามาใหม่ อีก เมื่อแสวงหาด้วยความสุจริตไม่ได้ ก็ต้องหาด้วยความทุจริต ทั้งๆที่ความสุขที่แท้จริง ของคนเรานั้น ไม่จำเป็นจะต้องมีวัตถุข้าวของ อำนาจวาสนา บารมีมากมายกายกองเลย **เพียงแต่มีปัจจัย ๔ วัสดุแลกรักษาร่างกาย แล้วก็มีคุณธรรมความดีไว้รักษาจิตใจ ให้**

การปฏิบัติตนหา ความอยาก ความโลภทั้งหลายให้เบาบางลงไป เท่านั้นชีวิตของ คนเราก็มีความสุขแล้ว

แต่เพราะสมัยนี้ตกอยู่ในกระแสของลัทธิวัตถุนิยม บริโภคนิยม ที่แรงมาก จึงทำให้
กระแสธรรมดำนไม่อยู่ในสมัยโบราณ วันหยุดราชการ จะตรงกับวันพระ วันโกน เพื่อ
จะได้ให้พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ได้เข้าวัด เพื่อประกอบคุณงามความดี ชำระขัดเกลา
กิเลสตัณหา อันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ของความวุ่นวายใจ ให้เบาบางลงไป และเมื่อ
ได้ขัดเกลาแล้ว จิตใจก็จะมีความสุข มีความปิติ มีความอิ่ม จึงไม่มีความจำเป็น ที่
จะต้องดิ้นรนทรมานทรมาย แสวงหาวัตถุข้าวของต่างๆ หาอำนาจวาสนาต่างๆ มาเป็นเครื่อง
ให้ความสุขกับใจ เหมือนในสมัยนี้ เพราะไม่ใช่เป็นเครื่องที่ให้ความสุข แต่เป็นยาพิษที่
จะคอยทำลายจิตใจ ให้มีแต่ความวุ่นวุ่นมัว มีแต่ความทุกข์ ความกังวลใจ ความ
กระหาย ความอยาก ที่จะมีให้มากเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ ส่วนหนึ่งก็เป็นเพราะว่าเราไปเปลี่ยน
วันหยุดงานของเรา แทนที่จะหยุดวันโกนวันพระ เรากลับไปหยุดวันเสาร์วันอาทิตย์ เพื่อ
ตามกระแสของโลกาภิวัตน์ ของประเทศอื่น ที่นับถือศาสนาอื่น เราไปตามเขา เราจึง
ขาดทุน แต่เขาไม่ขาดทุน เพราะเขาหยุดวันเสาร์วันอาทิตย์ เขาก็ยังเข้าโบสถ์เข้าวัดของ
เขาได้ ยังไปฟังเทศน์ฟังธรรม ไปทำบุญไปทำทานได้ สังคมของเขาจึงไม่ค่อยละเห
เหมือนสังคมเรา ถึงแม้ว่าเขาจะมีความเจริญรุ่งเรืองทางด้านวัตถุ แต่เขาก็มีระเบียบ มี
วินัย เรื่องการคดโกงคอร์รัปชันของเขา ก็ไม่มากมายก่ายกองเหมือนสังคมบ้านเรา

นี่ก็เป็นเพราะว่าเขายังได้เข้าหาคำสอนของศาสนาเขา ซึ่งส่วนใหญ่ก็สอนเหมือนกัน คือ
สอนให้คนเรามีความซื่อสัตย์สุจริต ให้ตั้งมั่นอยู่ในการประกอบสัมมาชีพ ไม่ทำผิดศีล
ผิดธรรม ให้มีความเมตตาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความจริงใจต่อกัน ให้คบกันด้วยน้ำใจ คบ
กันด้วยความเมตตากรุณา ไม่ได้คบกันเพื่อผลประโยชน์ต่างๆ สังคมเขาถึงแม้จะเจริญ
ทางด้านวัตถุ เจริญทางด้านบริโภคนิยม เขาก็ยังมีสิ่งที่คอยควบคุมการเจริญเติบโตของ
บริโภคนิยม วัตถุนิยมนี้ ให้อยู่ในขอบเขตที่ติงาม คือสังคมยังอยู่กันได้ด้วยความร่วมมือ
เป็นสุข แต่สังคมของเรากลับเป็นตรงกันข้าม เพราะว่าเดี๋ยวนี้วันพระ วันโกนก็ไม่ได้ตรง
กับวันหยุดงาน คนที่จะมาวัดเพื่อขัดเกลากิเลสตัณหา มาฟังเทศน์ฟังธรรมเพื่อให้เกิดสติ

เกิดปัญญาขึ้นมา ก็มาได้ และเมื่อถึงวันหยุดวันเสาร์อาทิตย์ ก็ไม่ค่อยมีวัดที่จะทำกิจกรรมเหล่านี้กัน เพราะวัดส่วนใหญ่จะทำแต่วันพระวันเดียว

เวลาญาติโยมมีเวลาว่างในวันเสาร์วันอาทิตย์ อยากจะเข้าวัดเพื่อไปขัดเกลากิเลสตัณหา ไปฟังเทศน์ฟังธรรม ก็จะไม่ค่อยมีที่ไปมากนัก เพราะวัดส่วนใหญ่จะไม่มีกิจกรรมทางศาสนา ในวันหยุด วันเสาร์ วันอาทิตย์ ยกเว้นถ้าวันเสาร์วันอาทิตย์ ไปตรงกับวันพระเข้า ถึงจะมีกิจกรรมทางศาสนา เมื่อเป็นเช่นนั้นการอบรมบ่มนิสัยจิตใจ การขัดเกลาจิตใจ ชำระกิเลสตัณหาในใจของชาวพุทธเรา จึงน้อยลงไปเรื่อยๆ และในทางตรงกันข้าม การสะสมกิเลสตัณหา ก็มีเพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ เลยทำให้จิตใจของคนสมัยใหม่นี้ กลายเป็นจิตใจที่มีแต่กิเลสตัณหา แต่เขาไม่ได้บอกว่าเป็นกิเลสตัณหา เขากลับว่าเป็นความทะเยอทะยาน เป็นความขยัน ความก้าวหน้า เพราะคนเราถ้าไม่โลภ ไม่อยากแล้ว สังคมจะก้าวหน้าได้อย่างไร เมื่อทุกคนอยู่เฉยๆ ไม่ค้ำค้ำ ไม่ประดิษฐ์ สิ่งต่างๆ ใหม่ๆ ขึ้นมา ซึ่งเป็นความเข้าใจผิด เป็น**มิจฉาทิฎฐิ** ความเห็นผิดเป็นชอบนั่นเอง เพราะไปยึดติดอยู่กับความเจริญของวัตถุข้าวของต่างๆ คิดว่าถ้ามีวัตถุต่างๆ มาก เช่น มีรถยนต์ มีเครื่องใช้ไม้สอยต่างๆ มีเครื่องปรับอากาศ พัดลม วิทยุ โทรทัศน์ สิ่งของต่างๆ เหล่านี้แล้ว หมายถึงว่ากำลังมีความเจริญ ซึ่งเป็นเพียงความเจริญทางด้านวัตถุ แต่จิตใจของเราเป็นอย่างไรบ้าง จิตใจของเรายังรักษาความเป็นมนุษย์ได้หรือไม่ จิตใจของเรายังละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ละเว้นจากการลักทรัพย์ ละเว้นจากการประพฤติดิถีประเวณี ละเว้นจากการพูดปด มดเท็จ ละเว้นจากการเสพสุรา ยาเมา และอบายมุขต่างๆ ได้หรือไม่ หรือว่าจิตใจของเราเดี๋ยวนี้ไม่มีความสนใจในเรื่องเหล่านี้แล้ว

โดยเห็นว่าศีลธรรมเป็นของสร้างขึ้นมา เพื่อหลอกให้คนทำความดี แต่ผลดีผลเสียที่จะตามมาต่อไป ในภพหน้าชาติหน้านั้นไม่มี เพราะไม่เห็นว่าเป็น เมื่อตายไปแล้ว จะไปเกิดในภพหน้าชาติหน้าได้อย่างไร เพราะเห็นเพียงแต่ร่างกายของเราเท่านั้นเอง เลยเห็นว่าร่างกายเมื่อตายไปแล้ว เมื่อเอาไปเผา ก็กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่าน เหลือแต่เศษกระดูกอยู่เล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น แล้วก็เอาไปใส่ผอบหรือเอาไปลอยอังคารในทะเล ก็เป็นอันจบกัน บาปกรรมทั้งหลาย หรือบุญกุศลความดีงามทั้งหลายที่ทำได้ ก็ไม่มีผลกับคนๆ นั้นอีก

ต่อไป นั่นเป็นเพราะว่าเป็นคนตาบอด มองเห็นเพียงครึ่งเดียวของชีวิต คือเห็นเพียงแต่ร่างกาย ไม่เห็นจิตใจ เปรียบเหมือนกับเห็นต้นไม้ เห็นส่วนที่โผล่ขึ้นมาจากดิน แต่ไม่เห็นส่วนที่อยู่ใต้ดิน คือรากไม้ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่จะคอยซึมซับอาหารหล่อเลี้ยงต้นไม้ให้มีชีวิตอยู่ได้ ฉะนั้นใครคนเราหรือชีวิตของเราก็เป็นเช่นนั้น เรามีทั้งร่างกายและมีจิตใจ จิตใจนี้เป็นตัวสำคัญ เป็นผู้สั่งการให้ร่างกายกระทำการต่างๆ เพื่อสนองตอบความต้องการของจิตใจ

ถ้าไม่เคยเข้าหาพระพุทธศาสนา ไม่เคยได้ยินได้ฟังธรรมะแล้ว จะไม่รู้เรื่องของจิตใจเลย จะคิดว่าเมื่อร่างนี้ตายไป สัตว์สลายไป ก็จบกัน ก็เลยทำให้เกิดความกลัวขึ้นมาในเรื่องความตาย ทั้งๆที่ผู้ที่กลัวความตายคือจิตใจนั้น หาดตายไปกับร่างกายไม่ จิตใจเป็นสิ่งที่ทำลายไม่ได้ มีแต่จะต้องไปต่อ คือเมื่อร่างกายนี้แตกสลายไปแล้วก็ต้องไปหาร่างใหม่ เพื่อที่จะใช้ร่างใหม่นั้นเป็นเครื่องมือหาความสุขให้กับกิเลสตัณหา คือหากมีความสุขให้กับจิตใจดวงนั้น ผู้ที่ยังมีความอยากในกามตัณหาอยู่ มีความอยากในกามอยู่ จึงต้องไปหาร่างใหม่ จึงต้องไปเกิดใหม่ จะไปเกิดในร่างแบบไหน ก็ขึ้นอยู่กับบุญกรรมที่ทำไว้ ถ้ารักษาศีล ๕ ไว้ได้ ก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม แต่ถ้าไม่ได้รับรักษาศีล ๕ มีการประพฤตินิสิตอยู่อย่างต่อเนือง เมื่อตายไปก็ต้องไปเอาร่างของเดรัจฉานของเปรต ของอสุรกาย หรือของสัตว์นรก มาครอบครอง เพราะการผิดศีลผิดธรรมนี้เป็นต้นเหตุที่จะนำไปสู่อบายนั้นเอง เปรียบเหมือนกับเราปลูกต้นไม้ไว้ ถ้าเพาะเมล็ดพันธุ์ชนิดไหน ก็จะต้องได้พืชผลของเมล็ดพันธุ์ชนิดนั้น ถ้าปลูกต้นส้ม เมื่อต้นไม้โตขึ้นก็จะต้องออกผลส้มออกมา ถ้าปลูกมะม่วง ก็จะได้ผลมะม่วง

ฉันใดถ้าสร้างอบายไว้ในใจ ด้วยการทำผิดศีลผิดธรรมอย่างสม่ำเสมอ ก็เท่ากับเป็นการปลูกเมล็ดพืชแห่งอบายไว้ในใจ เมื่อถึงเวลาที่เมล็ดพันธุ์จะออกดอกออกผล ก็จะส่งให้ไปเป็นดังที่ได้เพาะพันธุ์ไว้ ไปเกิดเป็นเดรัจฉานบ้าง เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรกบ้าง ก็เกิดจากการกระทำของเรา คือ การกระทำผิดศีลผิดธรรม ด้วยเหตุที่เกิดจากความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นว่าภพชาติไม่มี คือมีอยู่ชาติเดียว ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิด กรรมไม่มี ทำไปแล้วไม่มีผลตามมา ตามมาได้ก็เพียงแค่ชาตินี้เท่านั้นเอง เช่น เวลาไปฆ่า

สัตว์ตัดชีวิต ถ้าถูกตำรวจจับก็ต้องเข้าคุกเข้าตาราง แต่ถ้าไม่ถูกจับก็ถือว่ารอดตัวไป แต่
จะไม่มีผลตามมาอีกต่อไป หลังจากที่ตายไปแล้ว ซึ่งเป็นความเห็นของปุณฺณคนธรรมดา
อย่างเราอย่างท่าน เพราะไม่มีปัญญาญาณ ไม่มีดวงตาเห็นธรรม ที่จะเห็นสิ่งที่ละเอียด
ไปกว่าร่างกาย คือจิตใจ ทั้งๆที่อยู่กับเราตลอดเวลา เป็นผู้กำลังรับฟังธรรมเทศนาที่
แสดงอยู่ที่นี่ และเป็นผู้แสดงธรรมเทศนาด้วย นี่แหละคือใจ ใจเป็นผู้คิด เมื่อคิดแล้วก็
พูดออกมา เมื่อเสียงออกไปก็ไปกระทบกับหู หูได้รับเสียงแล้ว ก็ส่งเข้าไปสู่ใจอีกที ใจก็
เป็นผู้รับทราบ เรื่องทั้งหมดนี้จึงเป็นเรื่องของใจล้วนๆ **แต่ใจไม่เคยศึกษาเรื่องของใจ
เลย เลยไม่รู้จักใจ รู้จักแต่ร่างกาย ใจอยู่กับร่างกายมานาน จนคิดว่าร่างกายเป็นใจไป
ด้วย** เลยทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อร่างกาย คอยรักษาร่างกายไว้ให้ดี เพราะร่างกายเป็นตัวที่
จะนำความสุขมาให้กับใจ คือความสุข ต้องมีร่างกายนี้ คือต้องมีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มี
กายไว้สัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย

จึงต้องดิ้นรนดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ไปนานๆ ต้องแสวงหาเงินทองด้วยวิธีต่างๆ เพื่อที่
ดูแลรักษาร่างกาย แล้วเอาเงินทองที่มีเหลือจากการดูแลรักษาร่างกาย ไปแลกเปลี่ยนกับ
รูป เสียงกลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชนิดต่างๆ ที่ถูกอกถูกใจ เช่น ไปเที่ยว ไปดูหนังดูละคร
เดินทางไปต่างประเทศ ซื้อข้าวของต่างๆ เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม รองเท้า เครื่องใช้ไม้สอย
ต่างๆ วิทยุ โทรทัศน์ วีดีโอ โทรศัพท์มือถือ ซึ่งล้วนเป็นเครื่องล่อจิตใจของผู้ที่มีความ
มีติดบอด ถูกกิเลสตัณหาครอบงำ ให้กระเสือกกระสนออกไปแสวงหาทรัพย์สินเงินทอง
เพื่อจะได้ซื้อสิ่งของเหล่านี้ โดยไม่คำนึงถึงการแสวงหาเงินทองว่าจะได้มาด้วยวิธีใด จะ
ผิดศีลผิดธรรมหรือไม่ก็ไม่สนใจ เพราะเชื่อว่าไม่มีผลเสียอันใดตามมา คือไม่มีบาป
ตามมา ทำผิดศีล ทำบาป ทำกรรมแล้ว เมื่อตายไปก็จบ เพียงแต่ว่าในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่
ก็ระวังตำรวจไว้หน่อยก็แล้วกัน โกงเขาก็อย่าให้เขาจับได้ก็พอแล้ว ขอให้มั่งเงินทอง มี
อำนาจวาสนา เพื่อจะได้มีความสุข

แต่เป็นความสุขที่ฉาบฉวย เป็นความสุขที่ไม่สร้างคามอึด สร้างความพอ เป็นความสุข
ที่ร้อน ไม่ใช่ความสุขที่เย็น เพราะจะสร้างให้เกิดความร้อนรน ที่จะต้องไปหาความสุข
เหล่านี้มาต่อเติมอยู่เรื่อยๆ ไม่รู้จักจบสิ้น ตายไปจากชาตินี้ ความอยากนี้ก็ยังคงฝังอยู่ในใจ

เมื่อไปเกิดในชาติใหม่ก็ไปทำอย่างเดียวกันอีก อยู่ร่ำไปไม่มีที่สิ้นสุด ในทางตรงกันข้าม ถ้าหากเอาวิถีทางธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นเครื่องพาไป ก็จะไปดี ถึงแม้ยังอยากจะมีโภคิณามอยู่ ยังอยากจะมีวัตถุต่างๆอยู่ พระพุทธศาสนาไม่ได้ห้ามไว้เลย ที่เดียว เพียงแต่สอนให้พามาด้วยความสุจริตก็แล้วกัน คืออย่าไปทำบาปทำกรรมเพื่อไ้ได้มา เพราะถ้าพามาด้วยความสุจริตแล้ว เงินทอง ข้าวของที่พามาได้ จะไม่เป็นโทษ เพราะไม่เป็นเหตุที่จะให้ต้องไปใช้บาปใช้กรรมในภพชาติหน้าต่อไป และยังจะรักษาความเป็นมนุษย์ไว้ได้ด้วย ให้ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก

แต่พระพุทธศาสนาสอนให้ไปที่สูงกว่านั้นอีก เพราะภพชาติแต่ละภพชาตินั้น จะเป็นภพชาติของมนุษย์ก็ดี ของเทพก็ดี ของพรหมก็ดี ก็ยังมีความเสื่อมเป็นธรรมดา คือมีการเกิดแล้วก็ต้องมีการตายตามมา เป็นเทพ เป็นพรหม เมื่อหมดบุญของเทพ หมดบุญของพรหม ก็ต้องสูญสลายจากความเป็นเทพ เป็นพรหม ก็ต้องไปเกิดใหม่ สุดแต่แต่บุญกรรมที่ทำไว้จะส่งให้เป็นไป พระพุทธศาสนาจึงสอนสภาพที่สูงกว่านั้นอีก คือสภาพที่ไม่ต้องเกิด ที่เรียกว่า**พระนิพพาน** เป็นสภาพของจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีกิเลสตัณหา ที่ได้รับการชำระด้วยการปฏิบัติธรรม คือการทำบุญทำทาน รักษาศีล นั่งสมาธิ และเจริญปัญญา เพื่อให้เกิด**วิมุตติ** หลุดพ้นจากอำนาจของกิเลสและตัณหา มีเครื่องมือนี้เท่านั้นที่จะสามารถชำระ**กิเลสตัณหา โมหะอวิชชา** ที่มีอยู่ในใจของสัตว์โลกให้หมดไปได้ ด้วยการปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน

ถ้าเพียงแต่ทำอย่างที่ทำกันอยู่ คือทำบุญทำทานกับรักษาศีล ก็ยังจะต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อีก เพียงแต่ว่าจะได้ไปเกิดในสุคติ คือเกิดในภพของมนุษย์ ของเทพ แทนที่จะไปเกิดในอบาย แต่ถ้าได้ปฏิบัติธรรมด้วย ก็จะบรรลุถึงพระนิพพานเลย เช่น วันนั้นก็มาถึงศีล ๘ กัน ละเว้นจากการเสพกามสุข คือไม่ไปเที่ยว ไปดูหนังดูละคร อย่างที่ผู้ถือศีล ๘ เขาถือกัน แล้วก็หันมาหาความสุขทางด้านจิตใจ ทำจิตให้สงบ ให้เป็นสมาธิ เพราะเมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้ว จิตจะมีความสุข มีความสบาย เพราะความคิดปรุงต่างๆ ที่สร้างอารมณ์ต่างๆ ให้เกิดภายในใจ ได้หยุดไป เมื่อไม่มีความคิดปรุงที่สร้างอารมณ์ต่างๆให้มื่ออยู่ในใจแล้ว อารมณ์ต่างๆก็หายไป จิตก็ว่าง มีแต่ความสงบนิ่ง เหมือนกับน้ำ

ที่ได้รับการแกว่งด้วยสารส้มจนใสสะอาด สิ่งเจือปนต่างๆที่อยู่ในน้ำ ก็จะตกตะกอนไป กลายเป็นน้ำที่ใสสะอาดขึ้นมา กิเลสตัณหาที่เป็นเหมือนกับสิ่งเจือปนทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจ เมื่อได้รับการแกว่งสารส้ม ด้วยการทำสมาธิ โดยการไหว้พระสวดมนต์ก็ดี การกำหนดดูลมหายใจเข้าออกก็ดี การบริการรพฺพุทโธๆก็ดี ก็เป็นเหมือนกับการแกว่งสารส้มในใจ เมื่อใจได้รับการแกว่งสารส้มด้วยการปฏิบัติสมาธิแล้ว กิเลสตัณหา ก็จะเกาะตัวกัน แล้วก็ตกตะกอนแยกออกจากน้ำ ทำให้น้ำใจใสสะอาด ทำให้เบาอกเบาใจ มีแต่ความอึด ความปีติ ความสุข ความพอ

นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง ที่พวกเราทุกคนแสวงหากันอยู่แทบทุกวัน แต่เราไม่รู้ว่าจะอยู่ที่ไหน เราไปหลงติดอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย คิดว่าสิ่งเหล่านั้นคือความสุข เหมือนกับคนที่วิ่งตะครุบเงา วิ่งไปเท่าไรก็ไม่เคยเจอความอึดความพอ เพราะเมื่อได้สัมผัสได้เสพแล้ว ก็เกิดความอยากที่จะไปเสพไปสัมผัสอีก อย่างวันนี้ถ้าได้ออกไปเที่ยวแล้ว เดี่ยวพรุ่งนี้ก็อยากจะออกไปเที่ยวอีก เราเที่ยวมาตั้งแต่เด็ก จนเดี๋ยวนี้ แก่จะตายอยู่แล้ว ใจก็ยังไม่ว่างจะหยุดเที่ยว นั่นก็เป็นเพราะว่าไม่ได้ไปกำจัดตัวยากนั่นเอง กลับไปส่งเสริมตัวยากให้มีกำลังมากขึ้นไป ทุกครั้งที่อยากจะเที่ยวแล้วออกไปเที่ยวตามความอยาก ก็จะทำให้ความอยากเที่ยวในครั้งหน้า มีความรุนแรงมากยิ่งขึ้นไปอีก ในทางตรงกันข้าม ทุกครั้งที่อยากจะเที่ยวแล้วไม่ไป แทนที่จะไปเที่ยวกลับมาอยู่วัด มาอยู่จำศีลปฏิบัติธรรมกัน ก็ชำระความอยากให้เบาบางลงไป ทำให้ความอยากออกไปเที่ยวเบาบางลงไป ถ้าพยายามชำระอยู่เรื่อยๆ เอาชนะอยู่เรื่อยๆ ไม่ยอมทำตามความอยากที่จะไปเที่ยว ต่อไปความอยากเที่ยวก็จะหายไปจากใจ จะไม่มีความยินดี อยากจะไปเที่ยวอีกต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๔๕

ขัดเกลาจิตใจ

๑๒ ธันวาคม ๒๕๕๕

วันนี้เป็นวันพระ วันธรรมสวนะ เป็นวันฟังธรรม เป็นวันที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้ให้ศาสนิกชน อุบาสก อุบาสิกา ได้มีเวลาว่างเว้นจากภารกิจการงาน เพื่อจะได้มาวัดเพื่อประกอบคุณงามความดี สร้างสิ่งที่ดีงามคือความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคลให้กับตัวเอง ซึ่งจะเกิดขึ้นมาได้ เมื่อมาที่วัดกัน เพราะที่วัดมีเหตุมีปัจจัย มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อเพื่อให้ประกอบคุณงามความดีกัน ในวัดมีพระสงฆ์องค์เจ้าผู้ทรงศีลทรงธรรม ผู้ที่สมควรแก่การรับสิ่งของบริจาคต่างๆ เพราะพระสงฆ์องค์เจ้าไม่มีอาชีพ ไม่มีรายได้อะไร เพราะพระพุทธเจ้าไม่ทรงอนุญาตให้พระสงฆ์องค์เจ้าออกไปทำมาหากินเลี้ยงชีพ แต่ได้มอบไว้ให้กับครุฑาญาตีโยมเป็นผู้ดูแลเลี้ยงดู ไม่ต้องมากังวลเกี่ยวกับเรื่องการทำมาหากิน จะได้มีเวลาทุ่มเทไปกับการศึกษาและปฏิบัติธรรม เพื่อจะได้บรรลุถึงธรรมอันประเสริฐ ที่พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลาย ได้ทรงบรรลุถึง เพื่อจะได้นำธรรมอันวิเศษ อันประเสริฐนี้ มาเผยแผ่ให้กับผู้ที่ยังไม่รู้ ยังไม่เห็น เพราะธรรมของพระพุทธเจ้าที่ประเสริฐนี้ สามารถนำพาสัตว์โลกทั้งหลายให้ไปสู่ความสุขความเจริญ สู่อารมณ์ที่พ้นทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง ไม่มีอะไรในโลกนี้ ที่จะสงเคราะห์ช่วยเหลือสัตว์โลก ได้เท่ากับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าจึงทรงให้ความสำคัญต่อการศึกษา การปฏิบัติ การบรรลุ และการเผยแผ่ธรรมยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดในโลกนี้ สิ่งต่างๆ อย่างอื่นเพียงแต่เป็นเครื่องสนับสนุนเท่านั้น เช่น ที่อยู่อาศัยของพระ ที่ญาติโยมได้ร่วมกันบริจาคทรัพย์สร้างขึ้นมา เป็นถาวรวัตถุต่างๆ มีกุฏิ วิหาร ศาลาต่างๆ เหล่านี้ ล้วนเป็นเครื่องสนับสนุน แต่ไม่ใช่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ถึงแม้จะไม่มีกุฏิ วิหาร ศาลา โบสถ์ ต่างๆ ศาสนาก็ยังสามารถดำรงอยู่ได้ ถ้าตราบใดมีผู้ศึกษาปฏิบัติธรรม บรรลุธรรม แล้วนำธรรมนั้นมาเผยแผ่ นี่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของพระพุทธศาสนา ยิ่งกว่าสิ่งอื่นใด ด้วยเหตุผลดังนี้พระพุทธเจ้าจึงไม่ทรงอนุญาตให้

พระสงฆ์องค์เจ้าออกไปทำมาหากินเลี้ยงชีพ ทำการซื้อขายต่างๆ แต่ให้ทุ่มเทเวลาชีวิต จิตใจให้อยู่กับการศึกษา การปฏิบัติ และการบรรลุนิพพานเป็นหลัก และเมื่อได้บรรลุนิพพานแล้ว จะได้นำเอาไปเผยแผ่สั่งสอนผู้อื่นต่อไป เพื่อเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เป็นเครื่อง พากิจจิตใจให้ไปสู่ความสุขและความเจริญ ความเป็นสิริมงคลทั้งหลาย

ดังนั้นเวลาที่มาวัด ญาติโยมก็จะได้ทำบุญ ได้ทำนุบำรุงพระสงฆ์องค์เจ้าด้วยการนำ อาหาร ยารักษาโรค จีวร มาถวายพระ เพราะเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ นี่ เป็นหน้าที่ที่พระพุทธรูปเจ้าทรงมอบหมายให้กับศรัทธาญาติโยม ฆราวาสผู้ยังครองเรือนอยู่ ผู้มีความอุดมสมบูรณ์พร้อมด้วยปัจจัย ๔ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ เมื่อมีมากเกินไปจน ความจำเป็น คือมีเหลือเฟือ ก็ควรนำเอาไปสงเคราะห์ผู้อื่น โดยทรงให้เลือกสงเคราะห์คนดี ก่อน เพราะการสงเคราะห์คนดี เป็นการส่งเสริมคนดีให้ประกอบคุณงามความดี คนดีมี มากน้อยเท่าไรในสังคม ย่อมนำความเจริญ ความสุข ความสงบมาแก่สังคม ในทาง ตรงกันข้าม ถ้ามีคนไม่ดีมีมากน้อยเท่าไร ย่อมนำมาซึ่งความเดือดร้อนวุ่นวายในสังคม เวลาที่จะทำบุญสงเคราะห์ผู้อื่น ในเบื้องต้นจึงควรเลือกคนดีไว้ก่อน เพราะคนดีจะทำ คุณทำประโยชน์ให้กับสังคม เหมือนกับการมีที่ผืนหนึ่ง ถ้าปลูกต้นไม้ที่มีคุณค่า ดอกผล ที่ออกมาจะมีคุณค่า มีประโยชน์ แต่ถ้าปล่อยให้วัชพืชรบกวนต่างๆ ที่ไม่มีประโยชน์ เจริญเติบโตขึ้นมา ก็จะทำให้ที่สกปรกรกรงรังไร้คุณค่า ฉะนั้นใครคนเราก็เป็นอย่างนั้น คนดี ย่อมสร้างคุณสร้างประโยชน์ให้กับสังคม คนไม่ดีย่อมมีแต่จะทำลาย สร้างความ เดือดร้อนวุ่นวายให้กับสังคม การได้มีโอกาสมาทำบุญสงเคราะห์คนดี จึงเป็นบุญ เพราะ จะได้รับประโยชน์จากการทำบุญสงเคราะห์คนดี

ประโยชน์ในเบื้องต้นที่จะได้รับก็คือ จิตใจได้รับการชำระ ได้รับการขัดเกลาให้มีความ โลกน้อยลงไป ให้มีความเห็นแก่ตัวน้อยลงไป ให้มีความตระหนี่น้อยลงไป ทำให้จิตใจ มีความสะอาดขึ้น มีความเป็นสุขเพิ่มขึ้นมา เพราะความตระหนี่ก็ดี ความโลภก็ดี ความเห็นแก่ตัวก็ดี เป็นเหตุของความเศร้าหมองของจิตใจ ทำให้จิตใจไม่มีความสดชื่น เบิกบาน เมื่อได้กำจัดสิ่งเหล่านี้ออกไปจากใจด้วยการทำบุญให้ทานแล้ว ก็จะทำให้มี ความปิติ มีความสุข มีความสบายใจ อย่างที่ท่านทั้งหลายมีอยู่ในปัจจุบันนี้ ท่านได้

เอาชนะสิ่งเลวร้าย สิ่งที่จะสร้างความทุกข์ให้กับตัวท่าน คือความโลภ ความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัวให้เบาบางลงไป ถ้าท่านสามารถทำไปเรื่อยๆแล้ว ต่อไปจิตใจของท่านจะมีความสุขเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ จากการทำบุญให้ท่านนี้ นี่คือประโยชน์แรกที่จะได้รับในการทำบุญให้ท่านสงเคราะห์พระสงฆ์องค์เจ้า

ประโยชน์ในลำดับที่ ๒ ที่ท่านจะได้รับกลับไปก็คือ เมื่อได้มาวัดแล้วยอมได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า การได้ยินได้ฟังธรรมนี้ ก็คือการศึกษาระบบคำสอน ศึกษาแนวทางที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับชีวิต พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าก็เปรียบเหมือนกับแผนที่ ที่ชี้บอกทางไปสู่จุดหมายที่ดีที่งามให้กับเรานั่นเอง พวกเราทุกคนล้วนมีความปรารถนาที่จะมีความสุข มีความเจริญรุ่งเรือง ไม่ปรารถนาที่จะต้องตกทุกข์ได้ยาก พบกับความเสื่อมเสีย ความหายนะทั้งหลาย แต่ถ้าไม่มีผู้บอกทาง ก็จะไม่สามารถดำเนินไปสู่ความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคลตามที่ต้องการได้ เพราะไม่รู้จักทาง เมื่อไม่รู้จักทาง ก็ต้องอาศัยผู้รู้บอกทางให้กับเรา การฟังเทศน์ฟังธรรม ก็เป็นการฟังการบอกเล่า ถึงทิศทางที่จะนำไปสู่จุดหมายปลายทางที่ทุกคนปรารถนา กัน นี่ก็คือประโยชน์ที่จะได้รับ

ประโยชน์ในลำดับที่ ๓ ที่จะได้รับจากการสงเคราะห์คนดีก็คือ เมื่อคนดีได้รับการดูแล ก็จะมีเวลาปฏิบัติธรรม ประกอบคุณงามความดี เพื่อเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นได้เลียนแบบ คนเราเวลาเห็นคนอื่นทำอะไร ที่เห็นว่าดี ก็จะทำตาม ทำให้มีคนดีเพิ่มขึ้นมา เมื่อมีคนดีมากขึ้นในสังคม สังคมก็就会有ความสงบร่มเย็นเป็นสุขมากเพิ่มขึ้น ลองคิดถึง ถ้าพวกเราทุกคนตั้งอยู่ในศีลธรรม คือศีล ๕ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ละเว้นจากการลักทรัพย์ ละเว้นจากการประพฤตินิโคตประเวณี ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา แล้วสังคมจะเป็นอย่างไร ย่อมเป็นสังคมที่อยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข เพราะไม่มีภัยอะไรมาสร้างความเดือดร้อน เวลาออกจากบ้านก็ไม่ต้องกังวลว่า จะมีใครเข้ามาขโมยของในบ้าน เวลาไปไหนตามลำพังก็ไม่ต้องกลัวว่า จะมีใครมาจี้ มาปล้น มาทำร้ายชีวิต มาข่มขืน นี่แหละคือสิ่งที่จะเกิดขึ้นในสังคม ถ้าคนในสังคมทุกคนทำความดีกัน การที่คนจะทำความดีกัน ก็ต้องมีคนนำหน้า ทำเป็นตัวอย่างให้เห็นก่อน เมื่อเห็น

แล้ว ก็จะเกิดศรัทธา เห็นว่าการทำความดีนี่ดีจริงๆ ก็จะทำให้ทุกคนทำตาม เมื่อทำตามกันแล้ว ทุกคนในสังคมก็จะอยู่กันด้วยความร่มเย็นเป็นสุข นี่แหละคือความเจริญที่แท้จริงของมนุษย์เรา คือได้อยู่ร่วมกันด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ไม่มีภัยต่อกันและกัน นี่คือความเจริญของมนุษย์ ไม่ใช่การมีวัตถุสิ่งของต่างๆ มากมายก่ายกอง อย่างที่มีกันอยู่ทุกวันนี้ รอบตัวเรามีวัตถุข้าวของมากมาย แต่กลับไม่มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ไม่มีความสุข ก็เป็นเพราะว่าคนในสังคมยังไม่มีคนดีมากพอ ยังมีคนไม่ดีในสังคมอยู่มาก ที่สร้างความเดือดร้อน สร้างความวุ่นวายให้กับผู้อื่น

ถ้าต้องการให้สังคมของเราเป็นสังคมที่เจริญอย่างแท้จริง จึงต้องหันมาพัฒนาตัวเราก่อน เมื่อพัฒนาตัวเราแล้ว เราก็จะได้รับประโยชน์จากการเป็นคนดี เพราะจะไม่ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น เมื่อไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ผู้อื่นก็ไม่มาสร้างความเดือดร้อนให้กับเรา เราก็จะอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุขในระดับหนึ่ง และจะเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นเห็นถึงประโยชน์ของคุณของความคิด ทำให้ผู้อื่นได้ทำตาม และเมื่อทุกคนเริ่มทำตามแล้ว ต่อไปทุกคนก็จะกลายเป็นคนดีหมด สังคมก็จะอยู่กันด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ถึงแม้จะไม่มีสมบัติ วัตถุข้าวของ มากมายก่ายกองก็ตาม ก็ไม่ใช่เป็นสิ่งสำคัญ トラบได้ ถ้ามีสิ่งจำเป็นต่อการดำรงชีพเพียงพอ คือมีปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยา รักษาโรค และที่อยู่อาศัย

จึงควรหันมาสร้างคุณงามความดีกันดีกว่า เพราะเมื่อได้ทำความดีแล้วใจจะมีความสุข เพราะความดีนี้แหละจะทำให้ใจสงบ เหตุที่ใจไม่สงบก็เพราะขาดความดี ขาดบุญขาดกุศล ที่จะเข้าไปชำระขจัดเกลาลจิตใจให้สะอาดหมดจดนั่นเอง เพราะว่าสิ่งที่มีอยู่ภายในใจที่เรียกว่ากิเลสตัณหา นั้น เป็นต้นเหตุของปัญหาทั้งปวง คนเราถ้าไม่มีกิเลสตัณหาแล้ว จะไม่มีปัญหาอะไรกับใครเลย อยู่เฉยๆ ก็มีความสุขแล้ว แต่เหตุที่ยังอยู่เฉยๆ ไม่ได้ ก็เพราะว่ายังมีกิเลสตัณหาอยู่ ทั้งๆที่สิ่งที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพก็มีครบบริบูรณ์แล้ว มีบ้านอยู่ มีอาหารรับประทาน มีเสื้อผ้าใส่ มียารักษาโรค แต่ใจกลับมีความหิว มีความกระหายอยากในสิ่งต่างๆ อยากจะได้สิ่งต่างๆ อยากจะเที่ยว อยากจะเป็นนั้น อยากจะเป็นนี้ อยากจะเป็นเศรษฐี อยากจะเป็นรัฐมนตรี อยากจะเป็นนายก อยากจะมี

อำนาจวาสนาบารมี มีตำแหน่งสูงๆ อยากจะให้ผู้อื่นสรรเสริญยกย่อง อยากจะมีความสุขจากการเที่ยว จากการเสพงามคุณทั้งหลาย คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ

นี่คือปัญหาของใจที่ยังไม่ได้รับการขัดเกลา เพราะไม่ได้ให้ความสนใจกับการทำความดีเท่าที่ควร ถ้าหันมาทำความดีให้มากยิ่งขึ้นไปแล้ว ต่อไปใจจะสงบเย็น มีความอึด มีความพอ เมื่อมีความอึด มีความพอแล้ว ก็จะไม่ต้องการอะไรมาก พวกเราทุกคนก็แสวงหาความสุข คือความอึดและความพอ แต่ไม่รู้ว่าจะอยู่ที่ไหน ไปคิดว่าอยู่ที่การสะสมเงินทองข้าวของ สมบัติต่างๆ ตำแหน่งสูงๆ การสรรเสริญเยินยอ การมีกามสุข ซึ่งเป็นความเข้าใจผิด เพราะไม่เคยได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง ถ้าได้ฟังก็จะทราบว่า ความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่ในใจของเรา ไม่ได้อยู่กับสิ่งต่างๆภายนอก พระพุทธเจ้าทรงได้พิสูจน์ความจริงข้อนี้มาแล้ว ในสมัยที่ยังไม่ได้เสด็จออกบวช ยังไม่ได้ปฏิบัติธรรม ก็ทรงเป็นเหมือนพวกเรา และดีกว่าด้วยซ้ำไป เพราะทรงมีพร้อมทุกอย่าง ในเรื่องของลาภ ยศ สรรเสริญ สุข แต่ทรงเป็นคนฉลาด คอยสังเกตดูพระทัยอยู่เสมอ จึงทรงเห็นว่า ถึงแม้จะอยู่ท่ามกลางลาภ ยศ สรรเสริญ สุข แต่ภายในพระทัยก็ยังทรงมีความทุกข์ มีความเศร้าหมอง มีความวิตก มีความกังวล มีความกลัวอยู่ นี่ต่างหากคือปัญหาของใจ เมื่อทรงเห็นแล้วว่า สิ่งต่างๆที่พระพุทธองค์ทรงมีอยู่ คือลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ไม่สามารถมาทำให้จิตใจมีความสุขได้ มีความอึด มีความพอได้ จึงได้ทรงตัดสินพระทัยสละ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ของราชโอรส ออกบวชเพื่อแสวงหาความสุขที่แท้จริง ด้วยการปฏิบัติธรรม

การปฏิบัติธรรมเป็นการทำความดีอีกระดับหนึ่ง เมื่อสักครู่นี้ได้แสดงเรื่องการทำบุญให้ทาน สงเคราะห์ผู้อื่น ซึ่งเป็นการทำความดีในเบื้องต้น เมื่อทำบุญทำทานแล้ว ในลำดับต่อไปก็ควรรักษาศีลปฏิบัติธรรม เพราะเป็นการทำความดีที่สูงขึ้นไป เป็นการชำระทำลายกิเลสตัณหา เครื่องเศร้าหมอง ที่มีอยู่ภายในใจให้หมดสิ้นไป เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติอยู่ถึง ๖ ปีด้วยกัน หลังจากที่ได้อสละราชสมบัติแล้ว เงินทองข้าวของต่างๆ ที่ทรงมีอยู่ ทรงสละหมดสิ้น แล้วมาอยู่แบบนักบวช เป็นขอทาน ออกบิณฑบาตทุกวัน อาศัยผู้อื่นเป็นผู้เลี้ยงดู ที่อยู่ก็อยู่ตามมีตามเกิด ตามโคนไม้บ้าง ในถ้ำ

บ้าง ยารักษาโรคก็ใช้ยาตองน้ำมูตรเน่า ส่วนผ้าครองคือจีวร ก็หาเศษผ้าที่ถูกทิ้งไว้ตามสถานที่ต่างๆ ตามกองขยะ ตามป่าช้า แล้วนำมาปะติดปะต่อให้เป็นผ้าผืนใหญ่ เป็นจีวรขึ้นมา แล้วใช้นุ่งห่ม ความจำเป็นของนักบวชก็มีอยู่เท่านี้ แต่สิ่งที่นักบวชสนใจมากกว่าปัจจัย ๔ ก็คือ การปฏิบัติชำระจิตใจ เพราะตราบใดถ้ายังมีกิเลสตัณหา มีความโลภ โกรธ หลง มีความอยากต่างๆ อยู่ในใจ ต่อให้มีสมบัติเงินทองกองเท่าภูเขา ต่อให้เป็นพระมหาจักรพรรดิ ก็จะไม่มีความสุข ยังมีความหิว มีความกระหาย มีความวิตก มีความหวาดกลัวอยู่อย่างนั้นไปเสมอ เพราะสิ่งเหล่านี้เกิดจากกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจ เราจึงต้องปฏิบัติธรรมกัน เพราะการปฏิบัติธรรมเป็นการกำจัดกิเลสตัณหา ให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจ พระพุทธเจ้าก็ได้ทรงปฏิบัติมาแล้ว จนสามารถชำระพระทัยของพระองค์ให้สะอาดหมดจด ล้วนความโลภ ความโกรธ ความหลง ล้วนความอยากทั้ง ๓ คือ ความอยากในกาม ความอยากมีอยากเป็น ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น

การปฏิบัติธรรมก็คือการทำจิตให้สงบในเบื้องต้น เมื่อจิตสงบแล้วก็สอนจิตให้รู้ถึงเหตุถึงผลของสุขและทุกข์ ว่าเกิดจากอะไร เมื่อรู้แล้วว่าเหตุของสุขเป็นอะไรก็เจริญเหตุนั้น เมื่อรู้ว่าเหตุของทุกข์เป็นอะไร ก็ลดละเหตุของความทุกข์นั้น เหตุของความทุกข์ก็คือความอยากทั้ง ๓ นี้เอง ก็ต้องต่อสู้ต้องฝืน ทุกครั้งที่อยากจะมีกามสุข ก็ต้องฝืนไม่ไปแสวงหากามสุข ทุกครั้งที่อยากจะมี อยากจะเป็น ก็ต้องฝืนไม่ให้มี ไม่ให้เป็น ทุกครั้งที่ไม่อยากจะมี ไม่อยากจะเป็นก็ต้องฝืน การไม่อยากมีไม่อยากเป็นก็หมายถึง การไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย ไม่อยากพลัดพรากจากของรัก นี่เป็นความไม่อยาก ต้องระงับดับความไม่อยากนี้ให้ได้ ด้วยการยอมรับความจริงว่า **เป็นธรรมดาของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดาก็ต้องมีการดับไปเป็นธรรมดา** พวกเราทุกคนที่อยู่ใต้อาณัติ ไม่มีใครที่ไม่ตายกัน เมื่อเกิดมาแล้วทุกคนก็ต้องตายกัน เมื่อเราทำความเข้าใจแล้ว ยอมรับความจริงนี้ได้แล้ว ก็จะระงับดับความอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตายได้ เมื่อระงับได้แล้ว ใจก็จะไม่วุ่นวายกับความแก่ กับความเจ็บ กับความตาย เพราะเห็นแล้วว่าเป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องปกติ

นี่แหละคือวิธีที่ใช้ต่อสู้ชำระต้นหาความอยากทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจของเรา ด้วยการปฏิบัติธรรม เวลาอยากจะทำอะไร ถ้าพิจารณาด้วยเหตุด้วยผลแล้วว่า ไม่มีความจำเป็นจะต้องทำ ก็ไม่ต้องทำ ถ้ายังอยากจะทำอยู่ ก็นั่งสมาธิเสีย ทำสมาธิแทนที่จะไปทำในสิ่งที่อยากทำ เช่น สมมุติว่าอยากจะทำอะไรก็แล้วแต่ แล้วพิจารณาว่า การออกไปเที่ยวไม่เกิดประโยชน์อะไร ไม่มีความจำเป็นจะต้องทำ ไม่ได้เที่ยวก็ไม่ตาย เมื่อเป็นเช่นนั้น สู้เอาเวลาที่จะออกไปเที่ยวมานั่งทำสมาธิดีกว่า บังคับใจให้อยู่ในบ้าน ให้นั่งทำสมาธิ ให้อายุยืนยาว มนต์ก็ได้ กำหนดจิตให้อยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งก็ได้ นั่งไปนานๆ เท่าที่จะทำได้ เมื่อทำไปแล้ว ถ้าจิตเกิดความสงบขึ้นมา ความอยากจะทำอะไรก็หายไป เพราะความอยากเกิดขึ้นได้ก็ดับได้เหมือนกัน ไม่ได้เป็นสิ่งที่ถาวร เป็นเหมือนทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นอารมณ์อย่างหนึ่ง

อารมณ์ต่างๆ ในใจล้วนแต่มีการเกิดดับๆ เป็นธรรมดา ถ้าเราฉลาดรู้ทัน ก็ปล่อยให้เกิดไป ปล่อยไว้สักพักก็ดับไปเอง ถ้าไม่ฉลาด ก็จะกระโดดรับความอยากทันที เวลาอยากจะทำอะไร ก็ต้องออกไปทันที เวลาอยากจะทำกิน ก็ต้องออกไปทันที โดยไม่ใช้ปัญญาคือเหตุผล มาพิจารณาก่อนเลยว่า จำเป็นหรือไม่ที่จะต้องไปเที่ยว จะต้องไปกิน ถ้าไม่จำเป็น สู้รู้ๆ อยู่เฉยๆ ดีกว่า รู้ว่าความอยากก็สักแต่เป็นอารมณ์อย่างหนึ่ง เมื่อเกิดขึ้นมาได้ ไม่ช้าก็เร็วก็ดับไปได้เหมือนกัน ไม่ต้องไปวิ่งตามคำสั่งของความอยาก นี่คือวิธีที่จะใช้ต่อสู้กับความอยาก เป็นการทำลายความอยากให้เบาบางลงไป จนหมดไปในที่สุด เมื่อไม่มีความอยากแล้ว จะมีอะไรมาสร้างความทุกข์ให้กับเรา จะมีอะไรมาสร้างความหิว ความกระหายให้กับเรา ไม่มี ใจของเราจะมีความอิ่ม มีความพอ มีความสุข เมื่อมีความสุข มีความพอแล้ว จะไปหาอะไรอีก ไม่มีความจำเป็นจะต้องไปหาอะไรทั้งสิ้น

ดูพระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง หลังจากได้ทรงชำระกิเลสต้นหาให้หมดไปจากพระทัยแล้ว ก็ไม่ได้ไปแสวงหาอะไรอีกเลย ไม่ได้อยากจะเป็นอะไรทั้งสิ้น ไม่ได้อยากจะมีอะไรทั้งสิ้น อยู่ก็อยู่ทำประโยชน์ ช่วยเหลือผู้อื่น สั่งสอนเรื่องราวที่ได้ทรงสัมผัสมา ให้ได้รู้ได้เห็นถึงความสุขที่แท้จริง ว่าอยู่ที่ไหน พวกเราทุกคนในขณะนี้ยังอยู่ในท่ามกลางความหลงอยู่ ถูกความหลงหลอกให้ออกไปหาความทุกข์ แทนที่จะหาความสุข ไปหาความทุกข์เหมือน

คนที่ติดยาเสพติด ที่คิดว่ากำลังหาความสุข เวลาที่เสพยาก็คิดว่ามีความสุข แต่เป็นความสุขที่เป็นส่วนน้อย เพราะหลังจากที่ได้เสพยาไปแล้ว ก็ต้องติดยา วันไหนเวลาไหนไม่มียาให้เสพ ก็จะต้องทุกข์ทรมานอย่างยิ่ง อยู่เฉยๆไม่ได้ พวกเราก็เช่นกัน พวกเราก็ออกไปวิ่งหาเงินทอง หาลาภ ยศ สรรเสริญ สุขกัน เวลาหามาได้ ก็มีความสุขกัน แต่เวลาไม่มี เช่น เงินทองขาดมือไป ก็มีความสุขทุกข์กัน เวลาที่อยากจะทำอะไรก็ทำไม่ได้ ไปเที่ยว ก็มีความสุขทุกข์กัน นี่แหละจึงบอกว่าเรากำลังวิ่งหาความสุขทุกข์กัน ไม่ได้วิ่งหาความสุขกัน ถ้าจะวิ่งหาความสุขกันจริงๆ เราต้องทำใจให้หนึ่ง ต้องหยุดใจให้ได้ ถ้าชนะใจเราได้แล้ว เราอยู่เฉยๆที่บ้าน ก็มีความสุข ถึงแม่ไม่มีเงินทอง ก็ไม่เดือดร้อน ถึงแม่จะไม่มีข้าวกินบางมื้อ ก็ไม่เดือดร้อน เพราะใจมีกำลังต่อสู้กับความอยาก ด้วยความสงบสุข ความอึด ความพอนั่นเอง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้