

กำลังใจ ๑๓

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

กัณฑ์ที่	หน้า
๑๗๖ กิเลสमार	3
๑๗๗ อวิชา	11
๑๗๘ สัปปายะ	19
๑๗๙ ความมกตอง	27
๑๘๐ ศรัทธา (๒)	34
๑๘๑ คีลธรรม	42
๑๘๒ สมมุติ	50
๑๘๓ อสรพิษ	58
๑๘๔ สุนัขขี้เรื้อน	66
๑๘๕ เวลา	74

กัณฑ์ที่ ๑๗๖

กิเลสमार

๑๐ กันยายน ๒๕๔๖

พวกเราที่มาวัดกันอย่างสม่ำเสมอตลอดทั้งพรรษาและนอกพรรษา ก็เนื่องจากว่าเรามีความเชื่อในพระพุทธเจ้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งในคำสอนครั้งสุดท้ายก่อนที่จะทรงจากเราไป ใน**พระปัจจิมโอวาท**ได้ทรงเตือนสติพวกเราไว้ว่า **สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยงหนอ จงยังประโยชน์ส่วนตนและส่วนท่านให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาทเถิด** คำว่า **ไม่ประมาท**นั้น ทรงหมายถึงการไม่ผัดวันประกันพรุ่ง ไม่เลื่อนเวลาในการทำคุณงามความดี ทำประโยชน์ ทั้งส่วนตนและส่วนท่านให้ถึงพร้อม การทำความดีที่ไม่มีโทษอันใดตามมานี้แหละ คือการทำประโยชน์ทั้งส่วนตนและส่วนท่าน อย่างที่เราทั้งหลายได้มากระทำกันอย่างต่อเนื่องทุกๆวันพระ ทุกๆวันเสาร์วันอาทิตย์ ด้วยการทำบุญทำทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ไหว้พระสวดมนต์ เจริญสมาธิ เจริญปัญญา เหล่านี้เป็นการทำประโยชน์ให้เกิดขึ้นทั้งกับตัวเราและผู้อื่น ด้วยความไม่ประมาท คือทำอย่างสม่ำเสมอ ไม่ผัดไปวันข้างหน้า เพราะรู้ว่าสังขารเป็นของไม่เที่ยง **ไม่รู้ว่าเมื่อไรจะเกิดอะไรขึ้นกับร่างกายของเรา**

ความแก่ ความเจ็บ ความตายนั้น เป็นเรื่องธรรมดา ที่ค่อยๆคืบคลานเข้ามา แต่เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอนจริงๆ ความตายอยู่แค่ปลายจมูกเท่านั้นเอง คืออยู่ที่ลมหายใจ ถ้าหายใจเข้าแล้วไม่ได้หายใจออก ก็แสดงว่าความตายได้มาถึงแล้ว หรือหายใจออกแล้วไม่ได้หายใจเข้า นั่นก็เป็นความตายเหมือนกัน ซึ่งไม่มีใครสามารถกำหนดได้ บังคับได้ ป้องกันได้ว่าจะให้เป็นไปในเวลาไหน ในตอนเช้า ตอนกลางวัน หรือตอนเย็น พรุ่งนี้ เดือนหน้า ปีหน้า หรือสิบปีข้างหน้า ความตายเป็นสิ่งที่ต่อรองไม่ได้ เมื่อถึงเวลาจะเกิดขึ้นก็จะเกิดขึ้นทันทีทันใด จึงไม่ควรประมาทในความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสังขารร่างกายนี้ **จงคิดเสมอว่าวันนี้อาจจะเป็นวันสุดท้ายของชีวิตของเราก็ได้** ถ้าไม่รีบฉวยโอกาสทำประโยชน์

ให้กับตัวเราและกับผู้อื่น ด้วยการทำความดี อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ทำอย่างสม่ำเสมอ คือทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม พຽງนี้อาจจะมีเวลาที่จะทำก็ได้ แล้วโอกาสอันดีที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ ได้มาเจอพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นมาได้ยากอย่างยิ่ง ก็จะหมดไป

พระพุทธศาสนาไม่ใช่จะมีปรากฏอยู่ทุกภพทุกชาติที่เราเกิด จะเกิดขึ้นมาแต่ละครั้งก็เป็นเวลาหลายกัปหลายกัลป์ และก็จะอยู่ได้ไม่นาน อย่างศาสนาพุทธของเรานี้ พระพุทธองค์ทรงทำนายไว้ว่าจะอยู่ได้เพียง ๕๐๐๐ ปีเท่านั้น หลังจากนั้นก็จะไม่มีใครรู้เรื่องของพระพุทธศาสนาอีกต่อไป โลกก็จะเป็นโลกที่มีแต่ความมืดบอด มีแต่ความหลง ไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ นรกสวรรค์ ไม่รู้จักเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องการระงับดับของการเวียนว่ายตายเกิด เพื่อเข้าสู่มรรคผลนิพพาน จะมีแต่ในสมัยที่มีพระพุทธศาสนาอยู่เท่านั้น พวกเราจึงถือว่าเป็นพวกที่มีโชค ๒ ชั้น คือ **๑. ได้เกิดเป็นมนุษย์ซึ่งเป็นสิ่งที่ยาก** **๒. ได้มาเกิดในสมัยที่ยังมีพระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองอยู่ มีคำสอนครบถ้วนบริบูรณ์ มีผู้ปฏิบัติ มีผู้คอยชี้บอกทางแทนพระพุทธเจ้า** จึงถือว่าเป็นโอกาสอันเลิศ อันประเสริฐ เป็นบุญเป็นวาสนาอย่างยิ่ง จึงไม่ควรปล่อยให้ล้าภอันประเสริฐนี้หลุดจากมือเราไป โดยไม่ได้มีอะไรติดตัวไป เวลาที่ตายไปจากภพนี้ชาตินี้

ถ้าเชื่อในพระพุทธศาสนา ในพระธรรมคำสอนแล้ว จะต้องเชื่อในเรื่องเวียนว่ายตายเกิดว่าภพนี้ชาตินี้เป็นเพียงแค่ชั่วขณะหนึ่งของชีวิตเท่านั้นเอง เพียงเสี้ยวเล็กๆของชีวิตอันยาวนานของเรา ที่ต้องเกิด ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ผ่านภพน้อยภพใหญ่มานับไม่ถ้วน และก็ต้องเป็นอย่างนี้ไปอีกหลายกัปหลายกัลป์ ถ้าไม่สะสมคุณงามความดี ภาวชาติของเราจะไม่หมดสิ้นไป แต่ถ้าได้ปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน เราก็จะตัดภพตัดชาติให้สั้นลงไป ภาวชาติที่เหลืออยู่ในแต่ละภพแต่ละชาติ ก็จะเป็นภพชาติที่ดีขึ้นไปเรื่อยๆ มีความสุขความเจริญมากขึ้นไปเรื่อยๆ อย่างชาตินี้เราเกิดมาเป็นมนุษย์ มีความรู้ความสามารถในระดับหนึ่ง มีรูปร่างหน้าตาในระดับหนึ่ง มีฐานะการเงินการทองในระดับหนึ่ง มีอายุขัยในระดับหนึ่ง ถ้าสะสมบุญกุศลที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้บำเพ็ญกันแล้ว ภาพหน้าชาติหน้า ก็จะได้กลับมาดีกว่าเดิม ฐานะจะดีขึ้นสูงขึ้น ไม่ว่าจะ

เป็นรูปร่างหน้าตา การเงินการทอง สติปัญญาเหล่านี้จะเป็นสิ่งที่เพิ่มพูนขึ้น จากการที่ได้
สะสมกันไว้ ในแต่ละภพแต่ละชาติ ไม่สูญหายไปไหน จึงเป็นสิ่งที่ควรชวนชวยสะสม
อยู่เสมอๆ

อย่าไปสะสมในสิ่งที่เอาติดตัวไปไม่ได้ เช่น **ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข** ซึ่งเป็นสมบัติ
ของโลกนี้ ของชาตินี้เท่านั้น ถ้ามันหลงติดอยู่กับลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข เมื่อตายไป
ก็จะไปตัวเปล่าๆ แต่ถ้าเอาเวลา สติปัญญา ความรู้ความสามารถ และเงินทองที่มีอยู่ มา
แปลงให้เป็นบุญเป็นกุศลจะดีเสียกว่า เพราะเมื่อจากโลกนี้ไป ก็จะได้มีสิ่งที่ดีที่งามรอรับ
อยู่ข้างหน้า ทำให้ภพชาติข้างหน้ามีแต่จะดีขึ้นเรื่อยๆ เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าได้ทรง
สะสมบุญบารมีมาทุกภพทุกชาติ ไม่ว่าจะเกิดมาในภพไหนชาติไหน ถ้าได้เป็นมนุษย์ก็
จะต้องมีการทำบุญทำทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรมอยู่อย่างต่อเนื่อง ไม่ทำบาปทำกรรม
ไม่สร้างเวรสร้างกรรมให้กับใคร ยอมเป็นผู้แพ้ คำว่า**ผู้แพ้**นี้ในความเป็นจริงแล้ว ก็คือ**ผู้
ชนะ**อย่างแท้จริง คือชนะ**กิเลส**ทั้งหลาย ที่เป็นตัวผูกมัดให้ต้องเวียนว่ายตายเกิด ใน
ภพน้อยภพใหญ่ไม่รู้จักจบจักสิ้นนั่นเอง เวลาที่เราแพ้ นั่น เราชนะกิเลส มาร คือชนะความ
โลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งไม่มีคุณไม่มีประโยชน์กับจิตใจเลย มีแต่จะสร้างความ
ทุกข์ ความวุ่นวายใจ ความเศร้าหมอง ให้เกิดขึ้นกับจิตใจเท่านั้น

ถ้าเราชนะแบบกิเลส คือชนะผู้อื่นด้วยการทำร้ายเขาก็ดี ด้วยการเบียดเบียนเขาก็ดี ด้วย
การแก่งแย่งชิงดีก็ดี ได้สมบัติ ได้ข้าวของมา แต่สิ่งที่เสียไปก็คือความเป็นพระที่มีอยู่ใน
ใจของเรานั้นเอง **พระต้องรู้จักแพ้ พระไม่ต้องการชนะใคร พระต้องการชนะตนเท่านั้น**
เพราะไม่มีการชนะอันใดจะประเสริฐเท่ากับการชนะตน เมื่อชนะตนแล้วทุกอย่างก็จบ
สงบลง เพราะกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในจิตใจ ที่สร้างความวุ่นวุ่นมั่วของจิต ก็จะสงบตัวลง
เมื่อสงบตัวลงแล้ว จิตก็จะสงบ มีความสุข มีความอิ่ม มีความพอ มีความภูมิใจ แต่ถ้า
ไปชนะภายนอก ชนะผู้อื่น ก็จะไปสร้างเวรสร้างกรรมให้กับเขา เมื่อเขาแพ้ ก็จะต้องเกิด
ความอาฆาตพยาบาท เกิดความโกรธแค้น ที่จะจองเวรจองกรรมกับเรา และก็ไม่ใช่ว่าเป็น
การชนะที่ถาวร เพราะคนในโลกนี้ไม่ได้มีเพียงคนเดียว มีเป็นล้านๆ ชนะคนนี้ เดี่ยวก็มี
อีกคนที่จะมาทำชิงตำแหน่งอีก ก็มียุไปเรื่อยๆ จนในที่สุดก็ต้องแพ้เขา เพราะไม่มีใครที่

อยู่ในโลกนี้ จะเป็นผู้ชนะไปได้ตลอด เพราะโดยธรรมชาติของสังขารร่างกาย ลักวันหนึ่ง ก็ต้องอ่อนลง แก่ลงไป กำลังวังชาก็จะต้องถดถอยน้อยลงไป จะเอาอะไรไปต่อสู้กับผู้อื่น ได้

แต่ถ้าเอาชนะพิษภัย คือกิเลสมาร ที่มีอยู่ภายในจิตใจของเราแล้ว สงครามในจิตก็จะสงบลง จะไม่มีการต่อสู้กัน ระหว่างความโลภกับความไม่โลภ ความโกรธกับความไม่โกรธ ความหลงกับความไม่หลง เพราะเมื่อความโลภ ความโกรธ ความหลง ถูกทำลายหมดสิ้นไปด้วยอำนาจแห่งธรรมแล้ว ก็ไม่มีอะไรที่จะมาสร้างความวุ่นวายให้กับจิตใจอีกต่อไป จิตใจก็จะอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ไม่มีความหิวความกระหาย ไม่มีความต้องการจากอะไรภายนอกอีกต่อไป มีความรู้ว่าคุณสมบัติที่แท้จริงนั้นอยู่ภายในใจ อยู่ในใจที่สงบระงับจากกิเลสมารทั้งหลาย ปัญหาทั้งหลายของใจจึงไม่ได้อยู่ที่การขาดแคลนสิ่งภายนอก เช่น ขาดแคลนทรัพย์ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข แต่อยู่ที่การขาดแคลนธรรมะ อันเป็นเครื่องมือหรืออาวุธ ที่จะใช้ทำลายกิเลสมาร ที่สร้างความทุกข์ ความวุ่นวายใจให้กับใจ ไม่รู้จักจบจักสิ้น นี่แหละจึงเป็นเหตุที่ทำให้พระพุทธเจ้าจึงต้องสอนพวกเราให้ทำความดี เพราะความดีนี่ก็คือธรรมะนั้นเอง การทำความดีก็หมายถึงการทำอะไรก็ได้ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ ที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ ไม่มีโทษกับตัวเราก็คือ กับผู้อื่นก็ดี หรือทั้งกับตัวเราและกับผู้อื่นก็ดี ถือว่าเป็นธรรมะ เมื่อทำไปแล้วจะเกิดประโยชน์ทั้งกับตัวเราและกับผู้อื่น

อย่างการให้ทานที่ญาติโยมมาทำกันในวันนี้ ญาติโยมก็ได้ทำคุณประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับผู้อื่น คือกับพระสงฆ์องค์เจ้า ท่านก็ได้รับปัจจัย ๔ คืออาหารบิณฑบาต จีวร ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย ส่วนที่ญาติโยมได้รับก็คือความสงบ ความสุขของจิตใจ ที่เกิดจากการระงับดับของกิเลส คือความโลภ ความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ความยึดมั่นถือมั่นในวัตถุข้าวของเงินทอง เมื่อเราคลาย เราปล่อยวางสิ่งเหล่านี้ ความทุกข์ความกังวลใจเกี่ยวกับสมบัติข้าวของเงินทอง ที่เคยเป็นภาระที่ต้องแบกต้องคอยดูแลอยู่ก็หมดไป แต่ ถ้าไม่ได้ทำ ไม่ได้เสียสละ ไม่ได้ให้ สมบัติข้าวของเหล่านั้นก็ยังอยู่กับเรา เราก็ต้องกลายเป็นผู้ดูแลรักษาสมบัติข้าวของชิ้นนั้นต่อไปจนวันตาย และก็ไม่ได้รับประโยชน์

อะไรจากสมบัติข้าวของอันนั้นหลังจากที่ตายไป เพราะไม่ได้เอามาแปลงมาเปลี่ยนให้ เป็นบุญเป็นกุศล คือธรรมะที่ไปดับกิเลสภายในจิตใจ เมื่อกิเลสยังไม่ดับเวลาไปก็ต้องไปแบบกิเลสพาไป คือไปด้วยความทุกข์ ไปด้วยความห่วงวายเป็น และก็ต้องถูกกิเลสหลอกให้เป็นอย่างนี้ไปอยู่เรื่อยๆ ต่อกันไปทุกภพทุกชาติ

แต่ถ้าเราปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ดังที่ได้มากระทำกันในวันนี้ เราตั้งใจยอมเสียสละ ยอมให้สิ่งที่มีค่าไป เมื่อให้ไปแล้วแทนที่ใจของเราจะทุกข์ กลับมีความสุข เพราะสบายใจ เบาใจ เพราะว่าสมบัติข้าวของเงินทองนี้ ก็เหมือนกับของที่เรแบกอยู่บนบ่า เวลาปลดเปลื้องออกจากบ่า ให้ผู้อื่นไป เราก็เบาใจ ผู้อื่นถ้าเขาโง่ เขารีบไปแล้ว เขาจะไปแบกมันต่อ มันก็เป็นกรรมของเขา แต่ถ้าเขาฉลาด เขาก็จะรับเอาไปทำประโยชน์ต่อไป เช่นเอาไปดูแลรักษาร่างกายของเขาให้อยู่ได้อย่างสุขสบาย ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย แล้วถ้ามีเหลืออยู่ ก็เอาไปจำหน่ายจ่ายแจก เอาไปช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป ไม่สะสมเก็บเอาไว้ให้กลายเป็นภาระ ที่จะต้องแบกหาม คอยเฝ้าดูแลอีกต่อหนึ่ง เมื่อให้ของนั้นไปแล้ว อย่าไปกังวลว่าบุคคลที่รับของนั้น เขาจะเอาไปทำอะไรต่อไปอย่างไร เพราะมันสุดวิสัยของเราแล้ว มันพ้นจากหน้าที่ของเราแล้ว หน้าที่ของเราคือเป็นผู้ให้ เมื่อให้ไปแล้ว เขาจะไปทำดี ทำชั่วอย่างไร ก็เป็นเรื่องของเขา แต่ถ้าเรารู้ที่หลังว่าเขาไปทำในสิ่งที่เกิดโทษ ไม่เกิดคุณ ไม่เกิดประโยชน์ ทั้งกับตัวเขาเองและกับผู้อื่น ต่อกันก็ไม่ต้องไปให้เขาอีก เพื่อเป็นการป้องกัน ไม่ส่งเสริมให้เขาไปทำสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม ซึ่งจะเกิดโทษกับตัวเขาเอง และกับผู้อื่นนั่นเอง

เวลาที่ให้ไปแล้ว ก็ขอให้ตั้งใจคิดเสียว่าของนั้นๆ ไม่ได้เป็นของเราเสียแล้ว อย่ากลับไปที่บ้านแล้วเกิดความรู้สึกเสียดายกับของชิ้นนั้น แล้วอยากจะได้กลับคืนมา อย่างนี้จะกลายเป็นกิเลส ไม่ใช่เป็นธรรมะ เพราะเกิดความโลภอีกแล้ว เพราะเดิมทีที่ให้ ก็เพื่อจะตัดความโลภ ความยึดติดในสมบัติชิ้นนั้นนั่นเอง เมื่อให้ไปแล้ว ขอให้ให้แบบขาดไปจากใจ อย่าไปถือว่ายังเป็นกรรมสิทธิ์ของเราอยู่ เมื่อให้ไปแล้ว ก็ถือว่าหมดสิทธิ์จากสมบัติชิ้นนั้นแล้ว เป็นสมบัติของผู้อื่นไปแล้ว ถ้าทำอย่างนี้ตั้งใจจะเบา จะมีความสุข แล้วถ้าเกิดจะต้องตายไปทันทีทันใด ก็จะไปสู่สุคติ แต่ถ้ายังมีความผูกพันกับสมบัติชิ้นนั้นอยู่

อาจจะต้องกลับมาเกิดในสถานที่ใกล้กับสมบัติหรือวัตถุชิ้นนั้น ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไร ก็ขอให้ได้เกิด เพราะมีความผูกพัน ถ้าต้องไปเกิดในท้องสุนัขก็ยินดี ต้องไปเกิดในท้องของจิ้งจอกตุ๊กแกก็ยินดี หน้าที่ได้ทำบุญและควรเสวยบุญ แต่กลับถูกรกรรมที่หนักกว่าที่หนักกว่าคือความห่วงใย ความอาลัยอาวรณ์ ความยึดติดในสมบัติชิ้นนั้น ทำให้ต้องกลับมาเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานชนิดใดชนิดหนึ่ง เพราะอยากจะอยู่ใกล้กับสมบัติชิ้นนั้นนั่นเอง

เพราะฉะนั้นเวลาทำบุญ ก็ขอให้ทำความเข้าใจว่า ทำบุญเพื่อปล่อยวาง เพื่อตัด เพราะความจริงแล้วไม่มีอะไรที่จิตใจต้องมียึด ถ้าจิตใจได้รับการชำระกิเลสตัดทอน ซึ่งเป็นตัวคอยดึงจิตใจให้ไปผูกติดอยู่กับสิ่งต่างๆแล้ว รับรองได้ว่าอยู่เฉยๆ ก็มีความสุข มีความสุขยิ่งกว่าตอนที่มียึดติดมากมายกายกองเสียดอีก เพราะถ้าไปยึดติดกับสมบัติแล้ว ก็จะเป็นเหมือนคนพิการ ที่ต้องอาศัยไม้เท้าหรือรถเข็นไว้เป็นเครื่องมือ ช่วยพาให้ไปไหนมาไหน หน้าที่ไม่ใช่เป็นคนพิการ สามารถเดินได้ด้วยตัวของเราเอง แต่เพราะความหลง ความเกียจคร้าน ทำให้คิดว่าถ้ามีรถเข็นหรือมีไม้เท้าแล้ว จะเดินได้สะดวกกว่า จะไปไหนมาไหนได้สะดวกกว่า แต่ถ้าเกิดวันหนึ่งไม้เท้านั้นหายไป หรือรถเข็นหายไป ก็จะต้องเดือดร้อนวุ่นวาย ฉะนั้นสิ่งต่างๆที่เราไปยึด ไปติด ไปพึ่งพาอาศัย เช่น สมบัติข้าวของเงินทอง ลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขทั้งหลาย ก็เป็นสิ่งที่ไม่มีความจำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยเลย แต่ถูกกิเลสตัดทอน โมหะอวิชชา ความหลงหลอกให้ไปคิดว่า ถ้ามีลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขแล้ว เราจะมีความสุขอย่างยิ่ง

แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ กลับมีความทุกข์เพิ่มขึ้นไปอีก เพราะต้องมีความห่วง ความกังวลว่าจะมีลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุข ไปอยู่ตลอดเวลาหรือไม่ วันดีคืนดีเกิดสิ่งเหล่านี้จะต้องสูญเสียลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขไป ซึ่งก็เป็นสิ่งที่อาจจะเกิดขึ้นได้ทันทีทันใด ถ้าจิตใจไม่มีธรรมะคอยดูแลรักษา วันดีคืนดีเกิดมีอารมณ์เบียดเบียนขึ้นมา เกิดความบ้าคลั่งขึ้นมา ไปฆ่าผู้อื่นเข้า ก็จะต้องสูญเสียทุกอย่างที่เคยให้ความสุข ต้องไปอยู่ในคุกในตาราง หมดอิสรภาพ หมดลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุข เพราะเรื่องของการเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน

นั่นเอง อะไรจะเกิดขึ้นเมื่อไรก็เกิดขึ้นได้ แต่ถ้าเข้าใจถึงหลักความจริงว่า สิ่งต่างๆ ภายนอกนั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะทำให้ความสุขที่แท้จริง ไม่ควรไปพึ่งสิ่งเหล่านั้น แต่ควรพึ่งสิ่งที่มียู่ภายในใจของเรา คือใจที่สงบ ใจที่สะอาด ใจที่ปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม เกิดจากการทำความดี ต่อสู้กับความโลภ ต่อสู้กับความอยาก อยู่แบบเรียบง่ายๆ พอมีพอกินก็พอแล้ว ไม่ไปหลงฟุ้งเฟ้อกับสิ่งต่างๆ ภายนอก มันเป็นของหลอก ไม่ใช่เป็นของจริง ไม่ได้ให้ความสุข แต่ให้ความทุกข์ ความวุ่นขุ่นมัว ความวุ่นวายใจอยู่ตลอดเวลา

ถ้าฝึกอยู่แบบเรียบง่ายๆ อยู่ตามมีตามเกิดได้ จะเป็นชีวิตที่มีความสุขภายในจิตใจ มีความสงบ มีความอิ่ม มีความพอ จะไม่ห่วงไหวกับการเจริญหรือการเสื่อมของลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข เพราะไม่ได้ไปยึดไปติด ไม่ได้ไปพึ่งสิ่งเหล่านั้นเป็นเครื่องให้ความสุข สมมุติว่าเราฝึกอยู่แบบเรียบง่ายๆ อยู่ตามมีตามเกิดได้ เช่นพระท่านอยู่กัน ถ้าเมื่อต้องไปเข้าคุกเข้าตะราง จะไม่รู้สึกเดือดร้อนเท่าไรเลย เพราะคุกตะรางกับการมาอยู่ในวัดนี้ ก็ไม่แตกต่างกันสักเท่าไร เวลามาบวชก็เหมือนติดคุกติดตะรางเหมือนกัน เพียงแต่เป็นในลักษณะของความพอใจ ความสมัครใจ ผู้ที่มาบวชนี้ ล้วนมาบวชด้วยความสมัครใจ ไม่มีใครเอาปืนจี้หลังบังคับมาให้บวช แต่มีอุปนิสัย มีศรัทธาความเชื่อว่าการอยู่แบบเรียบง่ายอย่างนักบวชนั้น เป็นวิถีทางที่ถูกที่ควร ที่จะให้ความสุขที่แท้จริง เป็นวิถีทางแห่งการดับทุกข์อย่างแท้จริง ถ้าสามารถอยู่แบบนักบวชได้ คือยินดีกับสภาพที่ตนเองมีอยู่ อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้ นอนที่ไหนก็นอนได้ ถ้าไม่กุฎิ มีโคนไม้ก็นอนที่โคนไม้ มีถ้ำก็นอนในถ้ำ มีเรือนร้างก็นอนในเรือนร้าง ที่ไหนก็ได้ พอหลบแดดหลบฝนได้ ก็อยู่ได้แล้ว ไม่กลัวโจรขโมยจะมาทำร้าย เพราะไม่มีสมบัติอะไร ผู้ที่จะถูกโจรขโมยมาทำร้าย มาปล้นมาจี้ เป็นคนที่มีสมบัติเงินทองต่างหาก ถ้าลองใส่เพชรใส่ทองให้เต็มตัวแล้วเดินไปคนเดียวในที่เปลี่ยว ระวังได้ไม่ช้าก็เร็ว ก็จะต้องถูกจี้ถูกปล้นอย่างแน่นอน

ดังนั้นเงินทองลาภยศถ้าไม่รู้จักดูแลรักษา ไม่รู้จักวิธีปฏิบัติให้ถูกต้อง ก็จะกลายเป็นโทษขึ้นมาได้ กลายเป็นเหตุที่ทำให้ตายไปก็เป็นได้ อย่างคนบางคนในสมัยนี้ กลัวคนอื่นจะดูถูกเหยียดหยาม ว่าไม่มีฐานะ จึงต้องตะเกียกตะกาย ไปหาซื้อเครื่องเพชรนิลจินดาต่างๆ

มาใส่ เพื่อให้คนอื่นเห็นว่าตนเองมีฐานะ มีเงินทอง แต่ในขณะที่เดียวกันก็กลายเป็นเป้าของอาชญากรไป ถ้าผลออกมาก็อาจจะต้องเสียชีวิตไปได้ นี่ก็เป็นเพราะความหลงนั่นเอง คิดว่าคนเราจะมีความสุข มีหน้า มีตา มีเกียรติ ก็ต่อเมื่อมีลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข แต่ความจริงไม่ได้เป็นอย่างนั้น เพราะพระพุทธเจ้าก็ได้ทรงพิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข นั้น ไม่ใช่เป็นเหตุที่จะทำให้พ้นทุกข์ ให้มีความสุข เพราะพระพุทธเจ้าก็เคยมีลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุขมากมาย ในฐานะของราชกุมาร ได้สัมผัสมาแล้ว รู้ว่าไม่ได้ให้ความสุขที่แท้จริง เพราะในจิตใจก็ยังมีความห่วง มีความกังวลอยู่ เกี่ยวกับฐานะของตนว่าจะหมดสิ้นไปในวันใดวันหนึ่ง เมื่อไรก็ไม่รู้ ความกังวลอันนี้ก็คือความทุกข์นั่นเอง แต่เมื่อได้สละราชสมบัติแล้วมาอยู่แบบนักบวช อยู่แบบเรียบง่าย ต่อสู้กับกิเลส มารที่คอยชักใยชักจูงให้ไปหาลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข จนกิเลสสารที่มีอยู่ในจิตใจถูกทำลายหมดสิ้นไป ก็เลยไม่มีอะไรที่จะมาคอยผลัก มาคอยดึง ให้ไปหาลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุขอีก เมื่อใจไม่มีตัวคอยผลักคอยดัน ก็อยู่อย่างสงบ อยู่อย่างสบาย

เพราะนี่คือธรรมชาติของใจที่สะอาดที่บริสุทธิ์ จะเต็มเปี่ยมไปด้วยบรมสุข **ปรมมังสุขัง** นี้คือสภาพหรือธรรมชาติของใจ ที่พวกเราทุกคนสามารถดัดแปลงให้เป็นได้ ถ้าตั้งใจประพฤติปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ด้วยความไม่ประมาท คือพยายามทำความเข้าใจเสมอว่า ชีวิตนี้เกิดมาเพื่อทำบุญทำกุศล ทำคุณทำประโยชน์เท่านั้น เพราะเมื่อทำไปแล้วประโยชน์จะเกิดขึ้นกับตัวเราเป็นหลัก และกับผู้อื่นเป็นรอง คือได้ชำระกิเลสตัณหา ที่เป็นตัวสร้างความทุกข์ สร้างภพสร้างชาติ ให้หมดสิ้นไป เมื่อหมดสิ้นไปแล้ว ก็จะอยู่อย่างสุขสบาย ไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล ไม่ต้องมีปัญหากับอะไรทั้งสิ้น เพราะจิตสามารถอยู่ตามลำพังได้ ไม่ต้องมีอะไรภายนอก มีความสุขแล้ว มีความพอแล้ว เมื่อเป็นเช่นนั้นปัญหาทั้งหมดไป ไม่ต้องไปแสวงหา ไม่ต้องไปทำอะไรอีก อยู่อย่างนี้ไปตลอดอนันตกาล นี่คือธรรมชาติของจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ ที่ได้รับการชำระจากการปฏิบัติธรรม ตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ปฏิบัติ คือทำประโยชน์ทั้งส่วนตนและส่วนท่านให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาท การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๗๗

อวิชา

๑๘ กันยายน ๒๕๕๖

วันนี้เป็นวันพระ เป็นวันธรรมสวนะ วันฟังธรรม จึงได้มีการสมาทานศีล ๕ ศีล ๘ ศีล อุโบสถ เพราะครัทธาญาติโยมมี**ศรัทธา** ความเชื่อ **ปสาทะ** ความเลื่อมใส ในพระธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ทรงแสดงไว้ว่า **ลีเลน สุกติ ยันติ ศีลเป็นเครื่องพาไปสู่สุคติ** ผู้ที่จะไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ดี เป็นเทพก็ดี เป็นพรหมก็ดี เป็นพระอริยเจ้าทั้งหลายก็ดี ต้องมีศีลเป็นผู้นำไป ถ้าไม่มีศีลแล้วจะไม่สามารถไปสู่ที่ได้กล่าวไว้ได้ แต่จะต้องไปตรงข้ามกับที่ๆได้กล่าวไว้ คือจะต้องไป**สู่อบายทั้ง ๔** ได้แก่**นรก เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย** ซึ่งเป็นที่อยู่ที่ไปของผู้ปราศจากศีลธรรม ส่วนผู้มีปัญญาที่มีความรู้อย่าง**พระโสดาบัน** ซึ่งเป็นพระอริยบุคคลเบื้องต้น **มีดวงตาเห็นธรรม** จึงไม่มองข้ามความสำคัญของศีลธรรมไปเป็นอันขาด เพราะได้เห็นแล้วว่าเมื่อสัตว์โลกตายไปแล้ว ถ้ายังไม่สิ้นกิเลส ก็ยังจะต้องไปเกิดใหม่ จะไปเกิดที่สูงหรือไปเกิดที่ต่ำ ก็ขึ้นอยู่กับ**ศีลธรรม**

ถ้ามีศีลเป็นเครื่องพาไป ก็จะได้ไปเกิดในที่ดีที่งาม ที่เรียกว่า**สุคติ** ได้เป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอริยเจ้า พระโสดาบันจึงตั้งมั่นอยู่ในการรักษาศีล ๕ จะไม่ละเมิดศีล ๕ โดยเด็ดขาด เพราะเห็นแล้วว่า การรักษาศีล ๕ ยิ่งกว่าชีวิต มีคุณมีประโยชน์กว่า เพราะชีวิตก็เป็นเพียงแค่ชั่วอายุขัยนี้เท่านั้น ไม่เกิน ๑๐๐ ปีก็ต้องล้มหายตายจากกันไป แต่จิตจะต้องไปเกิดต่อไป จะไปสุคติหรือไปสู่อบาย ก็ขึ้นอยู่กับว่ามีศีลธรรมเป็นเครื่องพาไปหรือไม่ ถ้ามีศีลธรรมก็จะได้ไปเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นพระอริยบุคคล ตามลำดับต่อไป ถ้าไม่มีศีลธรรมก็ต้องไปสู่อบายทั้ง ๔ พระโสดาบันซึ่งมีความรู้ คือมีแสงสว่างแห่งธรรม มีดวงตาเห็นธรรม มีปัญญา จึงรู้ชัดแจ้งว่าหลังจากที่ตนเองตายไปแล้ว ถ้ายังไม่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ก็จะต้องไปเกิดต่อ จึงไม่ละเมิดศีลข้อหนึ่งข้อใด เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักทรัพย์ การประพฤติผิดประเวณี การพูด

ปดมดเท็จ การเสพสุรายาเมา พระโสดาบันจะไม่กระทำโดยเด็ดขาด ถึงแม้จะเสียชีวิต เพื่อรักษาศีลก็ยอมเสีย ตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงสอนไว้ว่า **ให้สละชีวิตเพื่อรักษารธรรม** พระโสดาบันท่านเห็นแล้วด้วยปัญญา ว่าชีวิตกับธรรมนั้น มีคุณค่าแตกต่างกัน ชีวิตก็เป็นเพียงอัฐภาพร่างกายนี้ ประกอบขึ้นด้วยธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่มีสาระ ไม่มีคุณค่าอะไร นอกจากจะเป็นเครื่องมือที่จะนำมาใช้ ในการประกอบคุณงามความดี หรือ กระทำบาปเท่านั้น

เมื่อเป็นเช่นนั้นจึงเอาร่างกายนี้มาประกอบคุณงามความดี เช่นรักษาศีล ละเว้นจากการเบียดเบียนผู้อื่น แต่ถ้าจะต้องไปเบียดเบียนผู้อื่น เช่นต้องฆ่าผู้อื่นเพื่อรักษาชีวิตของตนไว้ พระโสดาบันก็จะไม่ทำ หรือจะต้องไปลักทรัพย์เพื่อหาอาหารมาเลี้ยงยารักษาร่างกาย ก็จะไม่ทำ ยอมอดตาย ดีกว่าจะต้องผิดศีลผิดธรรม ด้วยเหตุนี้พระโสดาบันจึงไม่ต้องไปเกิดในอบายอีกต่อไป ถึงแม้จะเคยทำบาปทำกรรมมานาน้อยเพียงไรในอดีตก็ตาม กรรมเหล่านั้นก็ไม่สามารถมาส่งผลให้พระโสดาบันต้องไปเกิดในอบายอีกต่อไป มีแต่จะไปเกิดในสุคติ และจะมีภพชาติเหลือไม่เกิน ๗ ชาติเท่านั้น หลังจากนั้นแล้วก็จะบรรลุเป็นพระอรหันต์ เป็นผู้สิ้นกิเลส แต่ในขณะที่ยังเป็นพระโสดาบันอยู่ ยังมีกิเลสที่ละเอียดที่ยังไม่สามารถกำจัดได้ เป็นบ่วงที่ผูกดึงให้พระโสดาบันยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่เพียงแต่เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสุคติ คือในภพที่ดีเท่านั้น

แต่ถ้าปฏิบัติธรรมไปเรื่อยๆ เจริญธรรมะไปเรื่อยๆ ต่อสู้กับกิเลสต่างๆ ที่เป็นเครื่องผูกจิตผูกใจ ให้ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก ภพชาติก็จะค่อยๆลดถอยน้อยลงไป จนหมดไปในที่สุด หน้าที่ของพระโสดาบันที่จะต้องปฏิบัติต่อไปอีก ก็คือการละ**กามตัณหา** ความอยากในกาม พระโสดาบันโดยปกติวิสัยจึงยังเป็นผู้ครองเรือนอยู่ ยังมีความยินดีกับการมีสามี มีภรรยาอยู่ แต่ถ้าต้องการที่จะเจริญขึ้นสู่ธรรมที่สูงขึ้นไปกว่านั้น จำต้องเจริญ**สุภกกรรมฐาน** พิจารณาดูความไม่สวยงามของร่างกายเพื่อคลายความกำหนัดยินดี เช่นพิจารณาดูร่างกายตั้งแต่ใต้ผิวหนังลงไป ความสวยงามของคนเรา มีอยู่บนผิวหนังนี้เท่านั้น ถ้าสามารถมองทะลุลงไปใต้ผิวหนังได้ ก็จะเห็นอวัยวะน้อยใหญ่ต่างๆ ก็จะเกิด

ความเบื่อหน่าย เกิดความไม่ยินดีกับความสวยงามของร่างกาย ซึ่งเป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น

ส่วนความไม่สวยงามคือ**อสุภ**นั้น ก็ถูกปกปิดด้วยหนัง ถูกปกปิดด้วยการดูแลรักษา อาบน้ำอาบท่า หวีเฝ้าหวีผม จึงทำให้ดูสวยงาม แต่ถ้าไม่ได้รับการดูแล เช่นไม่ได้อาบน้ำ อาบท่าสักกระยะหนึ่ง ไม่ได้หวีเฝ้าหวีผม อย่างคนที่เพิ่งตื่นนอนมาใหม่ๆ ต่อให้เป็น นางงามจักรวาลหรือเป็นดารารายหนึ่ง ต่อให้สวยหรือหล่อเหลาขนาดไหนก็ตาม เวลาตื่นนอนขึ้นมาใหม่ๆ หน้าตาก็จะดูไม่ได้ เพราะนั่นเป็นธรรมชาติของร่างกาย แต่ถูกปกปิดไว้ เพราะคนเราส่วนใหญ่จะไม่เห็นหน้ากันตอนที่เพิ่งตื่นนอนขึ้นมาใหม่ๆ จะเห็นหน้ากันก็ต่อเมื่อได้ซัดสีจิววรรณ แต่งหน้าทาปาก หวีเฝ้าหวีผม ใส่เสื้อผ้าให้เรียบร้อยเสียก่อน จึงจะออกมาเจอกัน จึงมักจะเห็นรูปร่างหน้าตาของคนว่าสวยงาม จึงมีความหลงติด มีความยินดีอยากจะได้มาเป็นคู่ครอง ดังนั้นถ้าต้องการตัดความหลงนี้ พระโสดาบันจึงต้องเจริญอสุภกรรมฐาน พิจารณาดูความไม่สวยงามของร่างกายไปเรื่อยๆ จนติดตาติดใจ หลับตาก็เห็น ลืมตาก็เห็น จนสามารถเอาชนะการเห็นความสวยงามของร่างกายนี้ไปได้ ถ้าทำให้กามตัณหาเบาบางลงไปได้ ก็จะบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นที่ ๒ เรียกว่า**พระสกิทาคามี** ผู้ทำให้ราคะตัณหาเบาบางลงไป คือเริ่มเห็นแล้วในความไม่สวยงามของร่างกาย แต่ยังไม่สามารถเห็นได้ตลอดเวลา เวลาเพลอก็ยังอดที่จะเห็นความสวยงามของร่างกายไปไม่ได้ เวลาที่มีสติปัญญาพิจารณา ก็จะเห็นว่าไม่สวยงาม ก็จะเกิดความเบื่อหน่าย เป็นลักษณะเบื่อๆอยากๆ อย่างนี้เรียกว่าเป็นขั้นของพระสกิทาคามี

ถ้ายังไม่บรรลุถึงธรรมที่สูงกว่านี้ พระสกิทาคามีก็จะมีภพชาติเหลือเพียงชาติเดียว คำว่าภพชาติของพระสกิทาคามี ของพระโสดาบันนี้หมายถึงภพชาติใน**กามภพ** คือภพของมนุษย์และเทวดา ผู้ยังเสพกามอยู่ แต่ถ้าสามารถเจริญอสุภกรรมฐาน คือเห็นความไม่สวยงามของร่างกายได้ตลอดเวลา จนคลายความกำหนัดยินดีได้โดยเด็ดขาด ก็จะบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นที่ ๓ เรียกว่า**พระอนาคามี** ไม่มีความยินดีในเรื่องการมีคู่ครองอีกต่อไป ถึงแม้จะเคยแต่งงานอยู่ด้วยกันมา ก็จะไม่มีการตั้งที่เคยกะทำมาในอดีตหรือไม่เช่นนั้นก็จะออกบวชไปเลย ถ้าตายไปก่อนบรรลุเป็นพระอรหันต์ ก็จะไปเกิดใน

สวรรค์ชั้นพรหม จะไม่ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์เป็นเทพอีก แต่จะไปเกิดเป็นพรหม แล้วก็จะบรรลุมันเป็นพระอรหันต์ในสวรรค์ชั้นพรหมนั้นๆต่อไป ไม่ต้องกลับมาเกิดแก่เจ็บตายอีกต่อไป

แต่ยังต้องกำจัดกิเลสที่ละเอียดที่ยังครอบงำจิตใจอยู่ เรียกว่า**อวิชชา** ความไม่รู้จริงให้หมดไปจากจิตจากใจ ด้วยการเจริญปัญญา พิจารณาให้รู้ทันอวิชชา ความไม่รู้สภาพความเป็นจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย ไม่ว่าจะข้างนอกหรือข้างใน เช่น**อายตนะภายนอก** คือ **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** หรือ**อายตนะภายใน** คือ **ตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือ ขันธ์ ๕** คือ**รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** หรือ**ธรรมารมณ์**ต่างๆที่ปรากฏอยู่ในจิต ไม่ว่าจะจะเป็นความสุข หรือความทุกข์ ล้วนเป็น**ไตรลักษณ์**ทั้งสิ้น คือ**ไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน** ไม่อยู่ภายใต้การควบคุม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามเหตุ ตามปัจจัย ถ้าไปหลงไปยึดติดอยากจะเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ก็จะเกิดความ**ทุกข์**ขึ้นมา ถ้ารู้ทันแล้วปล่อยวางตามสภาพความเป็นจริง ก็จะไม่ทุกข์ ก็จะหลุดพ้น นี่คือความหมายของอวิชชาและปัญญา

ปัญญาจะรู้ทันในสภาวะธรรมทั้งหลาย ทั้งส่วนหยาบ ส่วนกลาง และส่วนละเอียด ที่ปรากฏขึ้นมาสัมผัสกับจิตกับใจ รู้ทันอารมณ์เหล่านี้ว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมเท่านั้น ไม่ควรยินดียินร้าย รู้ทันว่าเป็นสภาวะธรรม เมื่อเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ต้องดับไปในที่สุด ถ้ารู้ทันแล้วปล่อยวางก็จะเป็นผู้ที่รู้ตามความเป็นจริง จะรู้ว่าทุกข์เกิดขึ้นเพราะความอยาก ถ้าปล่อยวางความอยากด้วยสติ ด้วยปัญญา ความทุกข์ก็จะดับไป ไม่ว่าจะมีความอยากกับสิ่งต่างๆภายนอกที่ผ่านมาจาก**ตา หู จมูก ลิ้น กาย** ในรูปของ**รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** ก็รู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรไปอยาก เพราะเมื่ออยากแล้ว ก็ต้องเกิดอุปาทานความยึดติด ถ้าเกิดการสูญเสีย การพลัดพรากจากกัน ก็ต้องเกิดความทุกข์ขึ้นมา ถ้ารู้ว่าเหตุของความทุกข์เกิดจากความอยาก แล้วก็ปล่อยวางความอยากนั้น ความทุกข์ก็จะดับไป นี่คือความหมายของการรู้ทันอวิชชา อวิชชาเป็นผู้ไม่รู้ใน**พระอริยสัจ ๔** ไม่รู้จัก**ไตรลักษณ์**ว่าเป็นอย่างไร

แต่ถ้าได้เจริญปัญญาตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอน ทรงมอบให้กับพุทธศาสนิกชนไว้ ให้เจริญอยู่อย่างสม่ำเสมอ ให้มีสติ รู้ทันกับสิ่งต่างๆที่มาสัมผัสกับใจ อย่าไปอยาก อย่า

ไปยินดี เพราะถ้ายินดีก็จะเกิดความอยาก ถ้ารังเกียจก็อยากให้สิ่งนั้นหายไป ให้พ้นไป จากตัวเอง เมื่อเกิดความอยากก็ต้องดิ้นรนทวนทวน กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา แต่ ถ้าเพียงแต่รับรู้ตามสิ่งที่มาปรากฏ ก็จะไม่มีความทุกข์ภายในใจ เพราะว่าสิ่งต่างๆที่มา สัมผัสปรากฏในใจนั้น ไม่สามารถไปทำร้ายทำลายใจได้ เพราะใจเป็นธาตุรู้ เป็น ธรรมชาติที่รับรู้ สามารถรับรู้ทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏขึ้นได้ ไม่ว่าจะสุขเวทนา ทุกขเวทนา ไม่สุขไม่ทุกข์เวทนา หรืออารมณ์ต่างๆ อารมณ์โกรธ อารมณ์หลง อารมณ์ โลก สามารถรับรู้สิ่งเหล่านี้ได้หมด เพียงแต่จะต้องรู้ทันแล้วปล่อยวาง

เวลาเกิดอารมณ์โลกก็อย่าไปโลกตาม เกิดอารมณ์โกรธ ก็อย่าไปโกรธตาม อย่าไปคิดว่า มีตัวมีตน ไปรู้ไปโกรธตามสิ่งเหล่านั้น ไปโลกตามสิ่งเหล่านั้น พยายามทำความเข้าใจว่า **ใจเป็นผู้รู้ ไม่ใช่ตัวตน** มีหน้าที่เพียงแต่รับรู้แล้วก็ปล่อยวาง ไม่ใช่เป็นผู้ที่ได้ตอบกับสิ่ง ต่างๆที่มาปรากฏขึ้นในใจ ถ้ามีสติมีปัญญาไว้คอยดูแลอยู่ตลอดเวลา ใจก็จะค่อยๆรู้ทัน แล้วก็จะปล่อยวาง **ตัวตนที่เคยเป็นตัวคอยโต้ตอบสิ่งต่างๆ ก็จะเบาบางลงไป จน กลายเป็นตัวรู้เฉยๆ** ใครจะพูดอะไรก็ไม่โต้ตอบเหมือนเมื่อก่อน เมื่อก่อนใครพูดอะไรมา ก็สวณหมัดไปทันที พูดไม่ดีก็ตอบโต้ไปอย่างไม่ดี พูดดีก็ตอบโต้ไปอย่างดี แต่ต่อไปเวลา ใครพูดอะไรก็จะเฉยเสียก่อน แล้วถ้าจะตอบโต้ก็ใช้ปัญญาใคร่ครวญเสียก่อน ว่าสมควร ที่จะตอบโต้หรือไม่ จำเป็นหรือไม่ ถ้าไม่จำเป็น ก็นิ่งเฉยเสีย จะไม่ตอบโต้อะไร ปล่อยให้ เขาพูดไปตามประสาของเขา เปรียบเหมือนกับเด็กๆ เวลาจะพูด จะร้อง จะขออะไร บาง ทีผู้ใหญ่ก็ไม่ต้องไปตอบไปโต้อะไรกับเด็กๆ ปล่อยให้ร้องไป ขอไป พูดไป เดี่ยวก็ลืม

แต่ถ้าไม่มีปัญญารู้ทันอวิชชาความหลง เวลาเมื่อไรมาสัมผัสกับจิต ใครพูดอะไรไม่ถูกใจ ก็เกิดความไม่พอใจ แล้วก็มีตัวตอบโต้ความรู้สึกนั้น พูดไม่ดีมาก็จะพูดไม่ดี กลับไป จนในที่สุดก็กลายเป็นเรื่องเป็นราวทะเลาะวิวาท ทำร้ายร่างกายกัน จนถึงฆ่ากัน ตายในที่สุด ก็เพราะเกิดจากอวิชชา ความไม่รู้ทันธรรมชาติของใจผู้รู้ตัวเอง แต่ถ้ารู้แล้ว อะไรจะปรากฏขึ้นมาก็เพียงแต่รับรู้ไว้แล้วก็ปล่อยให้ผ่านไป ไม่เห็นจะมีปัญหาอะไร เหมือนกับไมโครโฟนนี้ เวลาเมื่อเสียงมาสัมผัสกับไมโครโฟน ไม่ว่าจะเสียงดี หรือ เสียงไม่ดี จะเป็นสรรเสริญ หรือจะเป็นการตำหนิติเตียน ไมโครโฟนก็เพียงแต่รับเสียง

นั้นไป ทำหน้าที่ถ่ายทอดเสียงไปสู่เครื่องขยายเสียง เพื่อจะได้ขยายเสียงออกมาตาม ลำโพง เพียงทำหน้าที่ของเขา เพราะไม่มีตัวตนอยู่ในไมโครโฟนนั่นเอง

ฉันใดใจก็เป็นธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน แต่ถ้ามีวิชาแอบแฝงอยู่ในใจก็จะปรากฏมีตัวตน ขึ้นมา และจะเป็นตัวที่แสดงตอบโต้สิ่งต่างๆที่มาสัมผัสกับใจ ทำให้เกิดความดีอกดีใจ เกิดความเสียอกเสียใจ เวลาดีอกดีใจนั้นไม่ค่อยมีปัญหาเท่าไร แต่เวลาเกิดความเสียอก เสียใจ มันทรมาณ คนเราจะรำรวยมากมายขนาดไหน มีสมบัติมากมายเพียงไร มีบริษัท บริวารมากน้อยเพียงไร มียศถาบรรดาศักดิ์สูงส่งเพียงไรก็ตาม แต่เวลาเกิดความทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจภายในใจ สิ่งต่างๆที่ตนเองมีอยู่นั้นจะไม่สามารถช่วยกำจัดความ ทุกข์ ที่เผาผลาญจิตใจได้เลย นี่คือการไม่มีคุณ ไม่มีประโยชน์ของ **ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข**ทั้งหลาย ที่เราแสวงหากัน เวลาเกิดความทุกข์ ความโกรธแค้น ความเสียดาย อาลัย อารมณ์ ที่เป็นผลของอวิชา จะไม่มีอะไรมาแก้ไ้ได้นอกจากปัญญา คือธรรมะของ พระพุทธเจ้า ที่จะต้องเกิดจากการปฏิบัติ คือ สติ สมาธิ และปัญญา เท่านั้น ที่จะสามารถ ชำระ ต่อสู้ ทำลายอวิชา ตัวที่สร้างความรู้สึกรู้สึกว่ามีตัวตนอยู่ในใจให้หมดสิ้นไปได้

เมื่อความรู้สึกมีตัวตนนั้นสลายหมดไป ความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็จะสูญสลาย ไปพร้อมๆกัน มีแต่ตัวรู้อยู่เท่านั้นเอง **สักแต่ว่ารู้** เป็นตัวรู้อันสะอาดบริสุทธิ์ เป็นธรรมชาติ ของพระอรหันต์ ของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ที่หลังจากได้ปฏิบัติเจริญธรรมะอย่าง ต่อเนื่องตามลำดับ ก็จะสามารถกำจัดกิเลสต่างๆ ตัณหาต่างๆ อวิชาโมหะต่างๆ ที่มีอยู่ ภายในใจให้หมดสิ้นไป เมื่อหมดสิ้นไปแล้ว ใจก็จะเป็นใจที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีการตอบ โต้กับสิ่งต่างๆที่มาสัมผัส หรือปรากฏขึ้นภายในใจอีกต่อไป จะมีแต่เพียงรับรู้ไว้เท่านั้น รู้ ว่าเป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และก็ดับไป ถ้ามีความจำเป็นที่จะต้องแสดง เช่นพูด หรือทำอะไรก็ใช้ปัญญาพิจารณาเสียก่อน แล้วก็แสดง แล้วก็กระทำออกไปโดย ไม่มีกิเลสตัณหาเป็นตัวชักใย เป็นตัวผลักดัน เป็นเพียง **กิริยา**

พระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์นั้น เวลาท่านทำอะไร ไม่ได้ทำด้วยกิเลสตัณหา แต่ทำด้วย ปัญญา ทำไปเพียงสักแต่ว่าทำไป ตามความจำเป็น เวลาใครมาทักทายถามปัญหา ก็ตอบ ไปตามเรื่องตามราว แต่ในใจไม่ได้มีความยินดียินร้ายต่อการตอบคำถามปัญหานั้นๆ

เพียงแต่ทำหน้าที่ไป เวลาใครให้อะไรมาก็อนุโมทนาไป แต่ในใจไม่มีความดีอกดีใจกับสิ่ง
ที่ได้รับ หรือใครจะมาเอาส่วนหนึ่งส่วนใดไป ก็ไม่มีความรู้สึกเสียดายอาลัยอาวรณ์
เพียงแต่รู้ว่า มันมาแล้วก็ไปเท่านั้น นี่คือลักษณะของใจ ที่ได้กำจัดอวิชชาให้หมดไปแล้ว
จะเป็นเช่นนั้น ใจที่เมื่อก่อนนี้เป็นตัวตน ก็จะกลายเป็นตัวรู้ไปเท่านั้น ลักแต่ว่ารู้ มีอะไร
มาสัมผัสก็รู้ว่ามาสัมผัส รู้ว่ามาแล้วก็ไป ไปแล้วก็มา กลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้ แต่จะไม่มี
มีความยินดียินร้ายกับการมาหรือการไปของสิ่งต่างๆ

นี่เป็นสิ่งที่ทุกๆคนสามารถปฏิบัติได้ ถ้าเจริญสติปัญญาอย่างสม่ำเสมอ กำหนดให้มีสติ
อยู่กับใจ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างนั้นเกิดขึ้นในใจ ความดีต่างๆ ก็เกิดขึ้นในใจ ความชั่ว
ต่างๆ ก็เกิดขึ้นในใจ ถ้าใจมีสติปัญญารู้ทัน เวลาเกิดความดี ก็พิจารณาดูว่าควรจะทำ
หรือไม่ทำ เมื่อสมควรที่จะทำ ก็ทำไป เวลาเกิดความชั่วขึ้นมา ก็รู้ทัน ก็จะไม่ทำตาม
ความชั่วต่างๆ เช่นเกิดอารมณ์อยากจะเสพสุราขึ้นมา ก็รู้ทันอารมณ์นั้น ก็ละเว้นจากการ
เสพสุรา ถ้าอยากจะไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ก็รู้ทันในอารมณ์นั้นแล้วก็ปล่อยวาง ไม่หลงตาม
ทำตามอารมณ์นั้น ปล่อยให้เป็นไปตามความเป็นจริงของเขา รู้ว่าเขาเกิดขึ้นมา ตั้งอยู่
แล้วก็ต้องดับไปในที่สุด แล้วจิตใจก็จะว่าง ปราศจากความทุกข์ เพราะไม่มีความอยาก
กับสิ่งหนึ่งสิ่งใด

สังเกตดู เวลาเกิดความอยาก คนเราจะนั่งอยู่เฉยๆไม่ได้ จะต้องดิ้นรนไปหาสิ่งที่ตน
ต้องการ นี่ก็เป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง คือความอยุ่ไม่เป็นสุขนั่นเอง อยู่เฉยๆไม่ได้ พอ
เห็นอะไรอยากจะได้ ก็ต้องออกไปหาจนได้ แต่ถ้าไม่มีความอยากแล้ว อยู่เฉยๆก็มี
ความสุข นี่แหละคือผลที่จะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรม เริ่มตั้งแต่การรักษาศีลที่ท่าน
ทั้งหลายได้มากระทำกันในวันนี้ รักษาศีล ๕ ศีล ๘ ศีลอุโบสถ ศีล ๒๒๗ ก็เป็นการ
พัฒนาขึ้นไปตามลำดับ ในเบื้องต้นก็รักษาศีล ๕ ไปก่อน ต่อจากนั้นก็ไปศีล ๘ ศีล
อุโบสถ ถ้าเจริญมากขึ้นไปกว่านั้น ก็จะเกิดความอยากจะบวชเป็นสมณะนักบวช ถือศีล
๒๒๗ ข้อ ใช้เวลาส่วนใหญ่กับการต่อสู้กับกิเลสตัณหา ไม่ใช้เวลาไปในการทำมาหากิน
หาเงิน หาทอง หาลาภ หายศ แต่ใช้ไปกับการชำระกิเลสตัณหา ความโลภ ความอยาก

ต่างๆ ความหลงต่างๆ อวิชชาความไม่รู้ ที่มีอยู่ภายในจิตใจให้ค่อยๆหมดไปตามลำดับ จนหมดไปในที่สุด

นี่คือหน้าที่การงานของสมณะนักบวช เมื่อบวชมาแล้วถือว่าเป็นผู้สละสมบัติแล้ว สละความเป็นอยู่ของฆราวาสแล้ว ไม่มีสามี ไม่มีภรรยา ไม่มีบุตร ไม่มีธิดา ไม่มีพ่อ ไม่มีแม่ แล้ว มีพระธรรมเป็นครูบาอาจารย์ มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นพ่อแม่ มีเพื่อน สหธรรมิกทั้งหลาย คือพระภิกษุที่อยู่ร่วมกัน เป็นพี่เป็นน้องกัน มีเป้าหมายอันเดียวกัน คือการเจริญธรรมด้วยการปฏิบัติศีล สมาธิ และปัญญา เพื่อกำจัดกิเลสตัณหา โมหะ อวิชชา ที่เป็นต้นเหตุที่จะพาให้ไปเวียนว่ายตายเกิด ไปแบกความทุกข์ต่างๆ ในแต่ละภพ แต่ละชาติไม่รู้จักจบจักสิ้น เดียวนี้เราโชคดี ได้มาเจอพระพุทธศาสนา เริ่มเห็นแล้วว่า ทางเดินที่แท้จริง อยู่ตรงไหน ก็อยู่ที่การปฏิบัติธรรมนั่นเอง เริ่มต้นด้วยการทำบุญให้ทาน รักษาศีล แล้วก็เจริญภาวนา นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนา ตามสมควรแก่สมณสารูปของแต่ละคน แต่ละท่าน ปฏิบัติได้ด้วยกันทุกคนไม่ว่าจะเป็นฆราวาส หรือเป็นสมณะนักบวช และสามารถบรรลุธรรมอันประเสริฐได้ด้วยกันทุกคน จึงควรชวนชวนปฏิบัติธรรมกัน ด้วยศรัทธา วิริยะ สติ และปัญญา เพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ที่มีอวิชชาเป็นต้นเหตุ การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๗๘

สัปปายะ

๓ ตุลาคม ๒๕๕๖

ตั้งแต่เริ่มต้นพรหมชาลา มีศรัทธาญาติโยมได้มาบำเพ็ญบุญกุศลกันอย่างต่อเนื่อง จนถึงวันพระนี้ก็เกือบจะครบพรหมชาลา ๓ เดือน เหลืออีกเพียงวันพระเดียว การที่ท่านได้มาบำเพ็ญอย่างต่อเนือง อย่างสม่ำเสมอ ถือเป็นการบำเพ็ญบุญบารมี บารมีในเบื้องต้นก็คือ **อธิษฐานบารมี** ความตั้งใจ เวลาจะทำอะไรให้สำเร็จบรรลุประโยชน์ได้ จำต้องมีการตั้งใจเสียก่อน คือการตั้งเป้าหมายว่าจะทำอะไร อย่างเวลาจะมาวัด ก็ต้องกำหนดจิตใจไว้ล่วงหน้าก่อนว่า วันพระจะมาวัด เมื่อมีการกำหนดเป้าหมายแล้ว ก็ต้องมีการดำเนินการต่อไป เพื่อให้เกิดผลขึ้นมา จึงต้องมี**สัจจบารมี** ความจริงใจ เอาจริงเอาจังกับความตั้งใจที่ได้ตั้งใจไว้ ไม่ใช่สักแต่ว่าตั้งใจไปเฉยๆ พอถึงเวลาที่ไม่ได้ทำตามที่ได้ตั้งใจไว้ ถ้าขาดสัจจะก็จะไม่ได้ทำ หรือถ้าทำก็จะได้ครบถ้วนบริบูรณ์ ผลประโยชน์ที่พึงได้รับจากการปฏิบัติตามเป้าหมายนั้น ก็จะไม่ปรากฏ หรือปรากฏไม่สมบูรณ์ แต่ถ้ามีสัจจบารมี ความจริงจังแล้ว ย่อมดำเนินไปตามเป้าหมายได้ ลุล่วงสำเร็จประโยชน์ได้

การจะบรรลุถึงเป้าหมายที่วางไว้ได้ จำต้องมี**วิริยบารมี** ความพากเพียรอุทิศตน เมื่อถึงเวลาที่จะต้องทำในสิ่งที่ได้ตั้งใจไว้ ก็ต้องทำให้ได้ เช่นจะมาวัดทุกวันพระในช่วงเวลาเข้าพรรษา พอถึงวันก่อนวันพระ ก็ต้องเตรียมข้าวซื้อของต่างๆ ดูสภาพรถยนต์ ดูอะไรต่างๆที่จำเป็นต้องใช้เป็นเครื่องมือในการนำตนมาสู่วัด เมื่อถึงเวลาที่ตื่นแต่เช้าอาบน้ำอาบทำ แต่งกายแล้วก็นำสิ่งของต่างๆที่ตั้งใจจะนำมาที่วัด ถึงแม้จะมีอุปสรรคต่างๆนานา ฝนฟ้าจะตก ไฟจะดับ ก็ไม่ท้อถอย เมื่อได้ตั้งใจไว้แล้วด้วยความจริงใจ ก็จะอุทิศสัจจะพากเพียรมาให้ได้ ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ จะยากจะลำบากอย่างไร ก็จะใช้**ขันติบารมี** ความอดทน เป็นเครื่องมือต่อสู้ เมื่อได้กำหนดจิตใจไว้แล้วว่าจะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสิ่งที่ดีที่งาม ที่จะนำมาซึ่งประโยชน์สุขแก่ตนและผู้อื่น ก็ควรทำให้

สำเร็จ ซึ่งก็ต้องอาศัยบารมีที่ได้กล่าวไว้ คือ**อธิษฐานบารมี** **สัจบารมี** **วิริยบารมี** **ขันติบารมี** ถ้ามีบารมีทั้ง ๔ ประการนี้แล้ว การบำเพ็ญบารมีอย่างอื่นก็จะเป็นผลที่จะตามมาต่อไป

คือเมื่อได้มาที่วัดแล้ว ก็จะได้ทำบุญตักบาตร ถวายจตุปัจจัยไทยทาน ถวายสังฆทาน ให้กับพระสงฆ์ เรียกว่า**ทานบารมี** แล้วก็ยังได้สมาทานศีลต่างๆ เช่นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล อุโบสถ เรียกว่า**ศีลบารมี** และ**เนกขัมมบารมี** คือศีล ๕ เป็น**ศีลบารมี** ศีล ๘ เป็น**เนกขัมมบารมี** ละเว้นจากการหาความสุขทางกามารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ได้แก่การละเว้นจากการรับประทานอาหารหลังจากเที่ยงวันไปแล้ว ละเว้นจากการหาความสุขจากเครื่องบันเทิงต่างๆ เช่นดูหนังดูละคร ร้องรำทำเพลง ละเว้นจากการใช้เครื่องหอม ใช้เสื้อผ้าอาภรณ์ที่เป็นสีอันต่างๆ ไม่หาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย แต่จะมุ่งไปสู่ความสุขที่เกิดจากความสงบของจิตใจ ด้วยการปฏิบัติ**สมาธิ** และ **ปัญญา** นิ่งสมาธิ เดินจงกรม อันเป็นเหตุที่จะทำให้จิตได้รับความสงบ

เมื่อได้บำเพ็ญดังนี้แล้ว ผลที่จะปรากฏตามมาก็คือ**ปัญญาบารมี** ความรู้ความฉลาด **เมตตาบารมี** ความมีเมตตาริจิตต่อมวลสัตว์ทั้งหลาย และ**อุเบกขาบารมี** ความสงบตั้งมั่น เป็นกลางของจิต ที่เกิดจากการบำเพ็ญศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี ซึ่งล้วนเป็นเครื่องสนับสนุนกันและกัน เวลาปฏิบัติมักจะทำปฏิบัติไปพร้อมๆ กัน มากบ้าง น้อยบ้าง ขึ้นอยู่กับสติปัญญากำลังของแต่ละท่านจะปฏิบัติกัน เปรียบเหมือนกับรถยนต์ที่มีชิ้นส่วนองค์ประกอบหลายชิ้นด้วยกัน มีทั้งล้อ มีทั้งกระบะ มีทั้งเครื่องยนต์ มีทั้งพวงมาลัย มีทั้งเบรก มีทั้งที่นั่ง ถ้าจะใช้เป็นพาหนะเพื่อให้ไปถึงจุดหมายปลายทางได้ จำต้องมีองค์ประกอบที่ครบครัน ถึงจะดำเนินไปได้ด้วยความสะดวกราบรื่น ถึงจุดหมายปลายทางโดยสวัสดิภาพ การบำเพ็ญบุญบารมีของสาธุชนทั้งหลาย ก็เปรียบเหมือนกับการเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทางอันประเสริฐเลิศโลก ที่เหล่าบรรดานักปราชญ์ทั้งหลายได้ดำเนินไปถึง เช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย คือ**มรรค ผล นิพพาน** แดนที่ปราศจากความทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจ ที่สิ้นสุดแห่งการเวียนว่าย

ตายเกิด จะดำเนินไปถึงช้าหรือเร็ว ก็ขึ้นอยู่กับบารมีทั้ง ๑๐ ที่ทำนทั้งหลายได้มาบำเพ็ญกันอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่องนี้

ถ้าบำเพ็ญไปเรื่อยๆแล้ว ไม่ช้าก็เร็วก็จะนำท่านเข้าสู่**กระแสแห่งพระนิพพาน** ผู้ที่เข้าสู่กระแสแห่งพระนิพพานนี้เรียกว่า**พระอริยบุคคล** เริ่มต้นตั้งแต่**พระโสดาบัน** ตามด้วย**พระสกิทาคามี** **พระอนาคามี** และ**พระอรหันต์** นี่คือภูมิจิตภูมิธรรมต่างๆที่ผู้ปฏิบัติบำเพ็ญบุญบารมีทั้ง ๑๐ จะดำเนินไปถึง เปรียบเหมือนกับการเดินทางจากกรุงเทพฯมาสู่ที่วัด ก็จะต้องมีการขับรถขึ้นทางด่วนหรือมอเตอร์เวย์ ซึ่งเปรียบเหมือนกับกระแสแห่งพระนิพพาน คือเมื่อได้ขึ้นทางด่วน ได้ขับอยู่บนมอเตอร์เวย์แล้ว ก็จะไม่มียุบสรรคอะไร มาคอยกีดขวาง มากเหมือนกับขับอยู่ตามถนนทั่วไป เพราะถนนเหล่านี้ได้ถูกออกแบบไว้ให้วิ่งไปด้วยความเร็วสูง สามารถถึงจุดหมายปลายทางโดยไม่มีอุปสรรค ไม่มีอะไรมาขัดขวางให้เสียเวลา การปฏิบัติก็เช่นกัน เมื่อลงได้ปฏิบัติเข้าสู่กระแสแห่งพระนิพพานแล้ว ก็เปรียบเหมือนกับเข้าสู่ทางด่วนหรือมอเตอร์เวย์ แห่งพระนิพพานนั่นเอง มีแต่จะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางโดยถ่ายเดียว ไม่ช้าก็เร็ว ขึ้นอยู่กับความขยันหมั่นเพียร ขึ้นอยู่กับสติปัญญาความฉลาดของผู้ปฏิบัติ ถ้ามีความขยันหมั่นเพียรมาก มีความฉลาดมาก ก็จะสามารถบรรลุถึง**พระอรหันต์ผล พระนิพพาน**ได้ในเวลาอันสั้นและรวดเร็ว ถ้าฉลาดน้อยและมีความพากเพียรน้อย ก็จะใช้เวลายาวหน่อย แต่ก็ไม่เกิน ๗ ชาติเป็นอย่างมาก

เมื่อลงได้เข้าถึงพระอริยบุคคลเบื้องต้นคือเป็น**พระโสดาบัน**แล้ว ภพชาติที่จำต้องเวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่ ก็จะลดเหลือเพียง ๗ ชาติเป็นอย่างมาก คือถ้าปฏิบัติไปแล้วยังไม่ได้บรรลุธรรมที่สูงไปกว่านี้ เมื่อตายไปก็จะได้กลับมาเกิดในสุคติ เกิดเป็นเทพบ้าง เป็นพรหมบ้าง เป็นมนุษย์บ้าง และก็มาบำเพ็ญปฏิบัติธรรมต่อไป จนบรรลุขั้นสูงธรรมอีกขั้นหนึ่งคือขั้น**พระสกิทาคามี** ภพชาติก็จะเหลือเพียงชาติเดียว ถ้ายังไม่ได้บรรลุธรรมที่สูงกว่านั้น หลังจากที่ได้ตายไปแล้วก็จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกเพียง ๑ ชาติเท่านั้น ก็จะบรรลุธรรมที่สูงขึ้นไปคือขั้น**พระอนาคามี** ถ้ายังไม่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์

เมื่อตายไปก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์เป็นเทพอีกต่อไป แต่จะไปเกิดบนสวรรค์ชั้นพรหม แล้วก็จะบรรลุนั้นเป็นพระอรหันต์ในสวรรค์ชั้นพรหมนั้น เข้าสู่พระนิพพานไป

นี่ก็คือจุดหมายปลายทางคือ **มรรค ผล นิพพาน** ที่ผู้บำเพ็ญบุญบารมีทั้งหลายจะได้รับ เป็นสิ่งที่ตามมาต่อไป จะช้าหรือเร็วก็ขึ้นอยู่กับบุญบารมีที่บำเพ็ญกัน ถ้ามีสังขารมี มีอิริยาบถบารมี มีวิริยบารมี มีขันติบารมีแล้ว รับรองได้ว่าการบำเพ็ญจะไปได้อย่างรวดเร็ว จะช้าบ้างจะเร็วบ้างก็ขึ้นอยู่กับบุญกรรมบ้าง อาจจะมีอุปสรรคบางอย่างมาขัดขวาง เช่นบางทีก็มีธุระเรื่องราวต่างๆ กับทางบ้าน ทางครอบครัว บุคคลหนึ่งบุคคลใดต้องเจ็บไข้ได้ป่วย ทำให้ไม่สามารถมาบำเพ็ญที่วัดได้ ก็ต้องดูแลรักษาคนป่วยคนเจ็บไปพลางๆ ก่อน แต่ก็ยังสามารถบำเพ็ญได้ในสถานที่อยู่นั้น ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็สามารถบำเพ็ญบุญบารมีได้ ไม่จำเป็นว่าจะต้องมาที่วัดเสมอไป เพียงแต่ที่วัดเป็นที่พร้อมที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดการบำเพ็ญได้อย่างสะดวกสบาย อยู่ที่บ้านการบำเพ็ญอาจจะยากลำบากกว่า เพราะบุคคลที่อยู่ร่วมกันอาจจะไม่มีความคิดความเห็นที่เหมือนกัน แต่มีความคิดที่ตรงกันข้าม มีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน อาจจะไม่ใช่เป็นคนชอบทำบุญทำทาน ไม่ชอบรักษาศีล แต่ชอบเล่นการพนัน ชอบเที่ยวเตร่กินเหล้าเมายา อย่างนี้ก็จะเป็นสิ่งที่คอยขัดขวาง เป็นอุปสรรคขวางกั้น ทำให้การบำเพ็ญบุญกุศลบุญบารมีไม่เป็นไปได้อย่างสะดวกราบรื่น มีแต่จะคอยเหนี่ยวคอยรั้ง คอยชวนให้ไปทำในสิ่งที่เขาชอบทำ แต่เราไม่ชอบทำ

เราจึงต้องใช้ขันติบารมีเป็นเครื่องช่วยเหลือ อดทนอดกลั้น แม้เขาจะชวนไป ถ้าปฏิเสธได้ก็ปฏิเสธไป ถ้าปฏิเสธไม่ได้จริงๆ จำเป็นต้องไปก็ไป เพื่อไม่ให้เสีย ไม่ให้เกิดโทษกับตัวเขาและตัวเรา แต่ไม่ต้องไปทำแบบหลงงมงายตามเขา ทำไปสักแต่เพียงเป็นกิริยา แต่ใจไม่ได้มีความยินดีที่อยากจะทำด้วย ทำไปเพราะความเกรงอกเกรงใจ ทำไปเพราะรักษาน้ำใจของกันและกัน เมื่อมีเวลาว่างที่จะสามารถบำเพ็ญต่อไปได้ ก็บำเพ็ญต่อไป การบำเพ็ญจึงขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยภายนอกด้วย เรียกว่า **สัปปายะ** แปลว่าสะดวกสบาย เหมาะกัน เกื้อกูล เอื้ออำนวย มีอยู่ ๗ อย่าง ได้แก่ **๑. อาวาส** ที่อยู่อาศัย **๒. โจร** ที่บิณฑบาตหรือแหล่งอาหาร **๓. ภัตตะ** เรื่องพุดคุดยที่เสริมการปฏิบัติ **๔. บุคคล** ผู้ที่เกี่ยวข้องด้วยแล้วช่วยให้จิตใจผ่องใสสงบมั่นคง **๕. โภชนะ** อาหาร **๖. อุตุ** สภาพแวดล้อม

และอุณหภูมิต่ำ **๗. อิริยาบถ** บางคนถูกกับการนั่ง บางคนถูกกับการเดินจงกรม บางคนถูกกับการยืน การปฏิบัติการทำเพ็ญจะสะดวกจะสบาย จะง่าย จะยาก จะลำบาก จะไปช้าไปเร็ว จึงขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยทั้ง ๗ นี้ เป็นสัปปายะหรือไม่สัปปายะ

เช่นบุคคลต่างๆที่เราอยู่ด้วยเป็นสัปปายะหรือไม่ มีความคิดเห็นในทางเดียวกันหรือเปล่า ถ้าทุกคนในบ้านชอบทำบุญทำทาน ชอบบำเพ็ญเนกขัมมบารมี อย่างมีญาติโยมอยู่ครอบครัวหนึ่ง มีลูกเต้าอยู่หลายคน ลูกทุกคนก็ชอบบำเพ็ญบุญบารมี ไม่มีใครแต่งงานเลยแม้แต่คนเดียว ถึงแม่อายุจะปาเข้าไป ๔๐ หรือ ๕๐ แล้ว ก็ยังไม่แต่งงานกัน พ่อแม่ก็ชอบปฏิบัติธรรม ชอบไปวัด เวลาไปวัดก็ไปพร้อมๆกันทั้งบ้าน ทุกคนก็ช่วยสนับสนุนกัน ถึงเวลาเตรียมตัวก็ช่วยกันเตรียมข้าวเตรียมของ ไม่ต้องทำเพียงคนเดียว สมมุติว่าวันไหนเราไม่สบาย เราไม่ต้องทำก็ได้ มีคนอื่นเตรียมข้าวเตรียมของแทนเรา พอถึงเวลาก็กระโดดขึ้นรถแล้วก็มาปฏิบัติต่อเลย ส่วนวันอื่นถ้าคนอื่นเขาไม่สะดวกไม่สบาย เราก็ทำแทนเขา เตรียมข้าวเตรียมของแทนเขา เขาก็ไม่ต้องลำบากลำบาก เขาก็ยังได้มาบำเพ็ญบุญบารมีร่วมกัน

นี่คืออันสงฆ์หรือประโยชน์ที่ได้รับ จากการได้อยู่ร่วมกับคนที่มีความคิด ความเห็น การปฏิบัติที่คล้ายคลึงกัน ชอบสิ่งเดียวกัน การปฏิบัติก็จะเอื้อต่อกันและกัน ช่วยกันหนุนช่วยกันผลัก ช่วยกันดึง ทำให้การปฏิบัติเป็นไปได้อย่างรวดเร็วและราบรื่นสะดวกสบาย นี่คือ**บุคคลสัปปายะ** บุคคลที่อยู่ด้วยกันช่วยส่งเสริมกัน ทำให้สะดวกทำให้สบายในการปฏิบัติ นอกจากบุคคลแล้วสถานที่อยู่ก็มีส่วนมาก จะเอื้ออำนวยในการปฏิบัติหรือไม่ อยู่วัดกับอยู่บ้านจะเห็นได้ว่าแตกต่างกัน เวลาอยู่ที่บ้านการจะปฏิบัติทำบุญทำทานรักษาศีล ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ฟังธรรมจะไม่ค่อยเอื้ออำนวย เพราะที่บ้านจะมีทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ มีทั้งสิ่งต่างๆอะไรรอบบ้าน ที่มีแต่การส่งเสียง มีแต่เรื่องวุ่นวายอยู่ตลอดเวลา ทำให้การทำเพ็ญบุญบารมีเป็นไปได้ด้วยความลำบากยากเย็น แต่ถ้าได้มาอยู่ที่วัดก็จะเป็นสถานที่สงบ ผู้ที่อยู่ร่วมกันก็ตั้งอยู่ในความสงบ ปฏิบัติธรรมร่วมกัน มีข้อวัตรปฏิบัติอย่างเดียวกัน เช่นตื่นแต่เช้าก็ต้องลงโบสถ์ ไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิ ตอนสายก็ต้องมาที่ศาลาทำบุญตักบาตร ตอนกลางวันก็มีการไหว้พระ

สวดมนต์ ตอนเย็นก็มีการเข้าโบสถ์ ไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิ ซึ่งเป็นการ
เอื้ออำนวยในการบำเพ็ญบุญบารมี ทำให้สามารถดำเนินไปถึงจุดหมายปลายทางที่
ต้องการ ได้อย่างสะดวกรวดเร็ว ยิ่งกว่าเวลาอยู่ที่บ้าน

จึงไม่เป็นสิ่งที่แปลกเลย สำหรับบุคคลที่หลังจากได้บำเพ็ญบุญบารมีมาสักระยะหนึ่งแล้ว
จะเกิดมีความรู้สึกว่าการอยู่ที่บ้านเป็นอุปสรรคขวางกั้น มีแต่ความวุ่นวายรบกวนจิตใจ
รบกวนความสงบ ก็เกิดความรู้สึกอยากจะออกบวช แล้วก็เริ่มคิดเริ่มเตรียมการ
เริ่มมีอธิษฐานจิตว่าจะบวชให้ได้ เมื่อลองได้เริ่มตั้งจิตอธิษฐานแล้ว ขึ้นต่อไปก็จะเป็นการ
เตรียมการฝึกฝนชีวิต ให้อยู่เหมือนกับชีวิตของนักบวช ตั้งแต่ยังไม่ได้ออกบวช คือจะรักษา
ศีล ตั้งแต่ศีล ๕ ขึ้นไปสู่ศีล ๘ เช่นละเว้นจากการรับประทานอาหารหลังจากมือเที่ยงไป
แล้ว ไม่ดูหนังดูละคร ไม่ออกไปเที่ยวเตร่ ไม่แต่งกายด้วยเสื้อผ้าสีฉูดฉาดต่างๆ ไม่ใช้
น้ำหอม แต่จะอยู่แบบเรียบง่ายๆ เอาเวลาที่ว่างจากการงาน มาอ่านหนังสือธรรมะ มา
สวดมนต์ มานั่งทำสมาธิ เจริญปัญญา ปลง**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ
จนรู้สึกว่าพร้อมที่จะอยู่ในวัดเป็นเพศนักบวชแล้ว ก็จะลาจากการเป็นฆราวาส เข้าสู่การ
เป็นบรรพชิตนักบวชบำเพ็ญบุญบารมีต่อไป จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทางที่ปรารถนา

เวลาจะบวชก็จะเลือกดูว่าวัดที่จะบวชหรือวัดที่จะไปอยู่ปฏิบัติ นั้น เป็นวัดที่มีการปฏิบัติ
ตามแนวทางที่ตนเองได้ปฏิบัติมาหรือไม่ มีครูบาอาจารย์ผู้รู้ ที่สามารถช่วยเหลืออบรม
สั่งสอนให้ได้หรือไม่ มีสัทธิธรรมิกที่สนใจในการปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา มากน้อย
เพียงไร ถ้าไปเจอวัดที่ไม่มีสิ่งเหล่านี้แต่กลับมีเรื่องราวต่างๆ ที่ไม่ใช่เป็นการปฏิบัติ
บำเพ็ญบารมี เพื่อให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ก็ไม่ควรที่จะไปอยู่ในวัดนั้นๆ
เพราะจะเป็นการไปสู่สถานที่ที่ไม่สัปปายะนั่นเอง คือไม่เอื้ออำนวย ไม่ส่งเสริมให้การ
ปฏิบัติธรรมเจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้นไป แต่จะเป็นการถ่วงดิ่งไว้ไม่ให้เจริญก้าวหน้า เช่น
ไปบวชอยู่ในวัดที่มีการบำเพ็ญกุศลกันเยอะ ญาติโยมชอบมาถวายสังฆทาน มีงานศพมา
ให้สวดอยู่เรื่อยๆ มีกิจนิมนต์ให้ไปสวดตามบ้าน มีการก่อสร้าง มีการเสกเป่า มีการ
ประพรมน้ำมนต์ มีมหรสพต่างๆเข้ามาแบบไม่ขาดสาย ถ้าจะอยู่ในวัดอย่างนั้นก็ไม่ต่าง
กับอยู่ที่บ้าน เพราะถึงแม้จะมีคำว่าวัดอยู่ แต่พฤติกรรมนั้นไม่มีคำว่าวัดเหลืออยู่เลย มี

แต่พฤติกรรมของชาวบ้านทั้งสิ้น คือมีมหรสพ มีการทำกิจกรรมอะไรต่างๆมากมาย ที่จะคอยดึงจิตให้ออกข้างนอก ไม่ได้ผลักดันให้เข้าสู่ข้างใน ถ้าไปอยู่วัดอย่างนั้นโอกาสที่จะเจริญรุ่งเรืองในทางจิตใจ ก็จะเป็นไปได้ยากหรือเป็นไปได้ไม่ได้เลย

ดังนั้นเวลาจะบวช จะปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังแล้ว ผู้ปฏิบัติต้องใช้ปัญญาพิจารณาถึงสถานที่ ว่าเป็นสัปปายะหรือไม่ สถานที่ที่เป็นสัปปายะนั้น พระพุทธเจ้าทรงแนะนำต้องเป็นสถานที่วิเวกสงบสงัด ห่างไกลจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ที่เป็นเครื่องยั่วยวนกวนใจให้เกิดกิเลสตัณหา ความวุ่นวุ่นมั่วต่างๆ จำต้องหลีกเลี่ยงสถานที่เหล่านั้น เช่นพระบวชใหม่ทรงสอนไม่ให้ไปอยู่ตามวัดที่มีการก่อสร้าง ไม่ไปปักกลดอยู่ตามสี่แยกไฟแดง สถานที่มีคนพลุกพล่านสัญจรไปมา ให้ไปปลีกวิเวกตามสถานที่สงบ เช่นในป่าช้า ในป่าในเขา ตามเรือนร้างที่ไม่มีคนอยู่ ซึ่งเป็นสถานที่ที่จะเอื้ออำนวยต่อการบำเพ็ญบุญบารมี แม้แต่ในสถานที่เหล่านี้ก็ยังมีที่มีความแตกต่างกัน เพราะจิตนิสัยของแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนชอบที่โล่ง ที่ไม่มีอะไรปิดกั้น บางคนชอบที่ใน ถ้ำ ที่มีที่ปิดกั้น แล้วแต่จิตนิสัย เมื่อเวลาไปบำเพ็ญ ก็ต้องใช้ปัญญาวิเคราะห์ดูว่าสถานที่ที่ไปอยู่นั้น เวลาภาวนาเป็นอย่างไร จิตเจริญรุ่งเรืองมากน้อยเพียงไร มีความสงบมากน้อยเพียงไร มีความแยกกาย มีความฉลาด รู้ทันกิเลสตัณหามากน้อยเพียงไร ถ้าเป็นสถานที่ที่ได้รับประโยชน์ สถานที่นั้นก็ถือว่าเหมาะกับเรา แต่ถ้าไปอยู่แล้ว รู้สึกอึดอัดใจ บำเพ็ญภาวนาไม่ไปไหนเลย ถ้าเป็นอย่างนั้น ที่อย่างนั้นก็ไม่ได้เหมาะกับเรา

จึงต้องคำนึงถึงเรื่องเหล่านี้ว่า เป็นสัปปายะหรือไม่ บางคนไปอยู่ในถ้ำ ก็มีความรู้สึกว่างอากาศหนัก แต่ถ้าออกไปอยู่ตามหน้าผา ก็รู้สึกว่างสบายดี นี่ก็สุดแล้วแต่จิตของแต่ละคน จะต้องรู้จักพิจารณา นี่ก็คือความหมายของ**อตุสัปปายะ** นอกจากอากาศแล้ว สถานที่ที่จะไปอยู่ก็ต้องคำนึงถึงว่าอาหารที่รับประทาน เป็นสัปปายะหรือไม่ เพราะแต่ละที่แต่ละภูมิภาค อาหารก็ไม่เหมือนกัน คนภาคกลางถ้าไปอยู่ทางภาคอีสาน จะรู้สึกว่าอาหารจะกินลำบากหน่อย เพราะไม่เคยปากนั่นเอง หรือคนภาคอีสานถ้ามาอยู่ภาคกลาง ก็คิดอย่างนั้นเหมือนกัน แต่บางคนก็สามารถปรับตัวได้ ไม่มีปัญหาอะไร เรื่องอาหารนั้นข้อสำคัญอยู่ที่ว่า เมื่อรับประทานไปแล้ว ไม่เกิดความบกพร่องทางร่างกาย คือไม่เจ็บไข้

ได้ป่วย ท้องไม่เสีย ท้องไม่อืด อย่างนี้ก็ถือว่าใช้ได้ ไม่จำเป็นต้องถูกปากถูกใจเสมอไป อาหารอะไรก็ได้ เมื่อรับประทานเข้าไปแล้ว ทำให้มีความอึด สามารถบำเพ็ญปฏิบัติธรรมไปได้ โดยไม่มีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน อย่างนี้ก็ถือว่าใช้ได้แล้ว ไม่จำเป็นต้องเป็นอาหารที่ถูกปากถูกใจโดยถ่ายเดียว จึงจะถือว่าเป็นสัปปายะ แต่ถ้ารับประทานแล้วเกิดท้องเสีย ถ่ายอยู่เรื่อยๆ ก็จะไม่มีความแข็งแรง ไม่มีเวลา ไม่มีกำลัง ที่จะปฏิบัติธรรม มัวแต่มายุ่งกับการหายรักษาโรคที่เกิดจากอาการท้องเสีย การปฏิบัติก็จะเป็นไปด้วยความลำบาก เพราะมีอุปสรรค ดังนั้นเวลาไปอยู่ที่ใด รับประทานอาหารชนิดใด มีปัญหาหรือไม่อย่างไร ต้องรู้จักพิจารณาแยกแยะ ถ้าอาหารชนิดนี้กินเข้าไปแล้วทำให้เจ็บไข้ได้ป่วยไม่ถูกกับเรา ก็ต้องเลิกกินอาหารชนิดนั้น ทั้งๆที่ถูกปากถูกใจ แต่เมื่อกินเข้าไปแล้วทำให้เกิดการเจ็บไข้ขึ้นมา ก็ไม่ควรรับประทาน

นี่ก็คือเรื่องของเหตุปัจจัยรอบข้าง ที่จะเป็นเครื่องสนับสนุนหรือถ่วงรั้ง ให้การดำเนินการปฏิบัติเป็นไปด้วยความรวดเร็วหรือเชื่องช้า ง่ายตายหรือยากเย็น เต็มไปด้วยอุปสรรค ก็ขึ้นอยู่กับสิ่งเหล่านี้เหมือนกัน ผู้ปฏิบัติต้องวิเคราะห์ พิจารณาดูว่า คนที่อยู่ด้วยเป็นอย่างไร สถานที่ที่อยู่เป็นอย่างไร อากาศเป็นอย่างไร หนาวเกินไปหรือเปล่า ร้อนเกินไปหรือเปล่า ชอบอากาศแบบไหน บางคนชอบอากาศหนาว ถึงแม้จะหนาวอย่างไรก็ไม่รู้สึกหนาว บางคนชอบอากาศร้อน ถึงแม้จะร้อนอย่างไรก็ไม่รู้สึกว่าร้อน เป็นสิ่งที่ต้องวิเคราะห์พิจารณาดู พยายามหาความสัปปายะให้ได้ ที่สำคัญที่สุดก็คือบุคคลสัปปายะ ครูบาอาจารย์ ผู้รู้จริงเห็นจริง ผู้ได้บรรลุธรรมแล้ว ผู้มีความสนใจในการอบรมสั่งสอนลูกศิษย์ลูกหา ให้ได้บรรลุธรรมอันประเสริฐ สัปปายะอื่นๆถือเป็นเรื่องรองลงมา การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๗๗

ความถูกต้อง

๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๖

ชีวิตของพวกเราจะไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราปรารถนา คือความสุขและความเจริญ ได้หรือไม่ นั่นก็ขึ้นอยู่กับการดำเนินชีวิตของเราในแต่ละวัน ในแต่ละชั่วโมง ในแต่ละนาทีว่าจะดำเนินไปในทิศทางใด โดยหลักแล้วก็จะมีอยู่ ๒ ทิศทางด้วยกัน คือทางที่ไปสู่ความสุขความเจริญ และทางที่ไปสู่ความเสื่อม ไปสู่ความทุกข์ เหมือนกับขั้วรถยนต์ ก็มีทางเลือก เวลามาถึงทางแยก จะไปทางซ้ายก็ได้ ไปทางขวาก็ได้ ไปทางซ้ายก็จะไปสู่จุดหมายปลายทางหนึ่ง ไปทางขวาก็จะไปสู่จุดหมายปลายทางอีกที่หนึ่ง ชีวิตของเราที่เป็นเช่นนั้น เวลาจะทำอะไร ก็ต้องตัดสินใจว่าจะทำดีหรือไม่ทำดี สิ่งที่จะทำนั้นต้องรู้ว่าเมื่อทำไปแล้วจะเป็นเหตุให้ไปสู่ความสุขความเจริญ หรือไปสู่ความเสื่อมเสีย ไปสู่ความทุกข์ ชีวิตของเราจึงมีทางเลือก แต่บางทีเราไม่รู้จักเลือก เนื่องจากขาดปัญญา ความรู้ที่จะช่วยให้ตัดสินใจให้ถูกต้องได้ เราจึงต้องพึ่งพาอาศัยคนที่รู้อย่างพระพุทธเจ้าและพระสงฆ์สาวกทั้งหลาย

ต้องเข้าหาพระศาสนาเพื่อศึกษาฟังธรรม ฟังว่าพระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำเนินชีวิตอย่างไร เพื่อจะได้ไม่ต้องไปสู่ความเสื่อมเสีย ไปสู่ความทุกข์ แต่ไปสู่ความสุขและความเจริญ คำสอนของพระพุทธเจ้าก็มีอยู่มากมาย แต่ก็หนีไม่พ้นจากกรอบใหญ่ๆ ซึ่งมีอยู่ด้วยกัน ๘ ข้อ **เป็นความถูกต้อง ๘ ข้อ** ถ้าสามารถปฏิบัติตามคำสอนทั้ง ๘ ข้อนี้ได้ ชีวิตก็จะดำเนินไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม มีแต่ความสงบร่มเย็นเป็นสุข มีแต่ความเจริญอย่างแท้จริง สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำเนินตามทั้ง ๘ ข้อนี้ เริ่มต้นด้วยข้อที่ ๑ คือ **ให้มีความเห็นที่ถูกต้อง คือสัมมาทิฐิ** ให้รู้ว่าอะไรถูก อะไรผิด อะไรเป็นบาป อะไรเป็นนรก อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อย่างนี้เป็นต้น ถ้าไม่รู้ ก็จะไม่สามารถทำในสิ่งที่เป็นคนเป็นประโยชน์ได้ เหมือนกับคนที่ไม่รู้จักเลือกผลไม้ ว่าผลไหนเป็นผลสุก

ผลไหนเป็นผลดิบ ผลไหนเป็นผลดี ผลไหนเป็นผลเนา ถ้าไม่รู้จักเลือกก็จะหยิบไปตามความรู้สึกนึกคิด ก็จะต้องคว่ำมาทั้ง ๒ อย่าง คือทั้งสุกทั้งดิบ ทั้งดีทั้งเนา ปนกันไป เพราะไม่มีปัญญาที่จะแยกแยะ ว่าผลไม้แต่ละผลนั้นสุกหรือดิบอย่างไร ดีหรือเนาอย่างไร ถ้าจะไปซื้อผลไม้ ในเบื้องต้นก็ต้องศึกษาก่อนว่าผลไม้ต่างๆที่จะไปซื้อนั้น มีลักษณะอย่างไร ผลที่สุกเป็นอย่างไร ผลที่ดิบเป็นอย่างไร ผลที่ดีเป็นอย่างไร ผลที่เนาเป็นอย่างไร ถ้ารู้แล้วก็จะสามารถแยกแยะได้แล้ว ก็เลือกเอาแต่ผลที่ต้องการ ถ้าต้องการผลสุก ก็เลือกเอาแต่ผลสุก ผลดิบก็ไม่เอา ต้องการผลที่ไม่เนา เอาผลที่ดี ก็เลือกเอาแต่ผลที่ดี ผลที่เนาเสีย ก็ไม่เอามา

ฉันใดความเห็นที่เรียกว่าสัมมาทิฐิ คือความเห็นที่ถูกตองนั้น ก็ต้องมี เพราะถ้าไม่มีแล้ว ก็จะไม่รู้ว่าการกระทำอย่างไร เป็นการกระทำที่จะนำไปสู่ความสุขความเจริญ การกระทำอย่างไร จะนำไปสู่ความทุกข์ สู่ความเสื่อมเสีย จึงต้องรู้จักบาปรู้จักบุญ เพราะบาปและบุญเป็นการกระทำที่ตรงข้ามกัน การทำบุญพาไปสู่ความสุขความเจริญ การทำบาปพาไปสู่ความทุกข์ความเสื่อมเสีย จึงต้องรู้ว่าบุญเป็นอย่างไร บาปเป็นอย่างไร **บุญ** คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่มีแต่คุณไม่มีโทษ กับตัวเราก็คือ กับผู้อื่นก็ดี หรือทั้งกับตัวเราและกับผู้อื่นก็ดี บุญเมื่อทำไปแล้วจะมีแต่ผลดีตามมา ส่วน**บาป**คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่มีแต่โทษไม่มีคุณ กับตัวเราก็คือ กับผู้อื่นก็ดี หรือทั้งกับตัวเราและกับผู้อื่นก็ดี บาปเมื่อทำไปแล้วจะมีแต่ความทุกข์ มีแต่ความเสื่อมเสียตามมา จึงต้องละเว้นจากการทำบาป เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ เสพสุรายาเมา เที่ยวกลางคืน เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน ซึ่งล้วนเป็นเหตุที่จะพาไปสู่ความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ในทางตรงกันข้ามถ้าต้องการความสุขความเจริญ ก็ต้องทำบุญ คือละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ เสพสุรายาเมาและอบายมุขทั้งหลาย ถ้าละเว้นจากการกระทำเหล่านี้ได้ ผลเสียก็จะมีไม่ตามมา นี่ก็คือความหมายของสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ต้องรู้ต้องมีความเห็นที่ถูกตองตามความเป็นจริง คือการกระทำนั้น ทำได้ ๒ รูปแบบ ทำแล้วพาไปสู่ความสุขความเจริญก็ได้ หรือทำแล้วไปสู่ความเสื่อมเสีย ความทุกข์ก็ได้ จึงต้องรู้จักแยกแยะ

เมื่อรู้จักแยกแยะแล้ว ความถูกต้องข้อที่ ๒ ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ประพฤติปฏิบัติก็คือ ให้มีความคิดที่ถูกต้อง สัมผัสกับปะ เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้องแล้ว ความคิดที่ถูกต้องก็จะตามมา คือคิดทำแต่ความดี คิดทำแต่บุญ คิดไม่ทำบาป คิดละเว้นจากการกระทำบาป ถ้าคิดอย่างนี้แล้ว ต่อไปเวลาทำอะไร ก็จะไปตามความคิดนั้นๆ ถ้าไม่คิดหรือถ้าคิดในทางตรงกันข้าม เช่นคิดจะทำแต่บาป ไม่ทำบุญ ก็จะไปทำตามที่คิดนั้น คนที่ไม่รู้จักเรื่องบาปบุญคุณโทษ คือไม่มีสัมมาทิฐิ ความคิดของเขาก็จะต้องเป็นไปตามอารมณ์ ตามจิตนิสัยที่เคยเป็นมา ซึ่งส่วนใหญ่ในใจของคนเรานั้น มักจะมีความมืดบอดหรือความหลงพาให้คิดไปในทิศทางที่ไม่ดี การทำบาปเป็นสิ่งที่แทบจะไม่ต้องสอนกันเลย สังเกตดูแม้กระทั่งลูกๆ เด็กๆ ที่เลี้ยงจนโตขึ้นมา แทบจะไม่ต้องสอนเขาเลยในเรื่องการทำบาป เพราะมีปลูกฝังติดมาอยู่ในใจแล้ว เขามักจะคิดไปในทางนั้น เวลาอยากจะทำอะไร อยากจะได้อะไร เขามักจะไปไปในทางบาปเสมอ เช่นอยากจะได้อะไร ถ้าขอไม่ได้ ก็จะขโมยหรือหยิบมาตามอำเภอใจ ถ้าเห็นสัตว์เล็กสัตว์น้อยที่เขาไม่ชอบ ก็จะทำร้าย เพราะเป็นสิ่งที่ถูกปลูกฝังมาในจิตในใจของพวกเขาทุกคน

การทำความไม่ดีจึงเป็นสิ่งที่ง่ายและรวดเร็ว เพราะจิตใจขาดความเห็นที่ถูกต้องนั่นเอง ไม่รู้ว่าความคิด ความเห็น จะนำไปสู่การกระทำ การพูด ที่จะมีผลตามมา ก็ทำตามอำเภอใจ นี่ก็อยากจะทำอะไรก็ทำไป นี่คือการที่ยังไม่ได้รับความรู้จากพระศาสนา ยังไม่ได้ยินได้ฟังได้ศึกษาพระธรรมคำสอน ก็จะเป็นอย่างนั้น มักจะทำบาปทำกรรมกันตามอำเภอใจ ทำแต่สิ่งที่เสื่อมเสีย เล่นการพนัน เสพสุรายาเมา เทียวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน สิ่งเหล่านี้แทบจะไม่ต้องมีใครสอนเลย เป็นสิ่งที่ถูกปลูกฝังอยู่ในจิตในใจมาเป็นเวลายาวนาน ถ้าไม่ได้รับการอบรมสั่งสอนให้มีความเห็นที่ถูกต้อง ก็จะคิดไปในทางที่ไม่ดีไม่ถูกไม่ควรนั่นเอง คือจะทำบาปทำกรรมเรื่อยๆ ไป

แต่ถ้าได้ยินได้ฟังได้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว รู้ว่าบาปมีจริง บุญมีจริง เกิดจากการทำ เกิดจากความคิด ก็ต้องพยายามเปลี่ยนแปลงความคิด เวลาคิดจะทำบาป ก็ต้องหักห้ามยับยั้งไว้ เวลาคิดจะทำความดี ก็ต้องส่งเสริม ต้องผลักดัน อย่างวันนี้ที่มาวัดกัน ก็เพราะมีความคิดดี คิดจะมาทำบุญที่วัด ให้ทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟัง

ธรรม เป็นความคิดที่ดี ที่จะนำไปสู่การกระทำที่ดี ถ้าไม่เปลี่ยนใจเสียก่อน ที่มัววัดได้ก็ เป็นเพราะว่า เมื่อเริ่มคิดที่จะทำความดีแล้ว ก็ทำตามความคิดนั้น ไม่ได้เปลี่ยนใจ บาง คนคิดจะทำความดี แต่พอถึงเวลา ก็มีมารมาขัดขวาง มาหลอกล่อ ให้ไปทำในสิ่งที่ไม่ได้ ตั้งใจทำ จึงต้องมีความระมัดระวัง เมื่อคิดอะไรแล้ว ถ้าเป็นความคิดที่ดี ให้รีบทำเสีย อย่าให้มีความลังเลสงสัยเกิดขึ้นมา เพราะจะไม่ได้ทำความดี แล้วจะกลายเป็นนิสัยไป เวลาคิดจะทำความดีที่ไร ก็จะมีผัดวันประกันพรุ่งไปเรื่อยๆ จนในที่สุดก็จะได้ไม่ทำความ ดี มัวแต่ทำในสิ่งที่ไม่ดีให้กับชีวิตของตน แล้วผลก็จะค่อยๆทยอยปรากฏขึ้นมา เพราะ การกระทำไม่ทำให้เกิดผลขึ้นมาทันทีทันใด

การกระทำเป็นเหมือนกับการปลูกต้นไม้ ปลูกวันนี้ ต้นไม้จะไม่เติบโตขึ้นมาทันทีทันใด ต้องใช้เวลา รดน้ำพรวนดินให้ค่อยๆเจริญเติบโต ผลต่างๆที่เกิดจากการกระทำ ส่วน ใหญ่ก็ต้องใช้เวลา ถึงจะค่อยๆปรากฏเป็นผลขึ้นมา แต่ถ้าไม่กระทำเลย มัวแต่ไปทำใน สิ่งที่ไม่เป็นคุณเป็นประโยชน์ ชีวิตในเบื้องหน้าก็จะไม่ได้รับผลที่ดีที่งามที่ต้องการกัน ดังนั้นเมื่อมีความคิดที่จะทำความดี คิดละเว้นจากการทำความชั่วแล้ว ก็ขอให้รีบทำ เสีย และทำให้บ่อยๆ ทำให้มากๆ เพื่อจะได้ติดเป็นนิสัย เมื่อติดเป็นนิสัยแล้ว ต่อไปก็จะ ง่าย จะไม่มีอะไรมาขัดขวางได้ นี่คือสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้มี คือให้**มีความเห็นที่ ถูกต้อง ความคิดที่ถูกต้อง** เมื่อมีความคิดที่ถูกต้องแล้วก็จะนำไปสู่ข้อที่ ๓ คือ**การ กระทำที่ถูกต้อง สัมมากรรมันตะ** เมื่อรู้ว่าการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักทรัพย์ การประพฤติ ผิดประเวณี เป็นการกระทำที่ไม่ถูกต้อง ก็ละเว้นเสีย การละเว้นก็ถือว่าเป็นการกระทำที่ ถูกต้อง จะทำอะไรก็ได้แต่อย่าไปทำร้ายชีวิตผู้อื่น อย่าไปเอาทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่นมา เป็นของตน อย่าไปเอาสามีภรรยาของผู้อื่นมาเป็นของตน ถ้าทำได้แล้ว ชีวิตก็จะดำเนิน ไปได้ด้วยความราบรื่นดีงาม ด้วยความสุข ด้วยความเจริญ

ข้อที่ ๔ ทรงสอนให้**มีการพูดที่ถูกต้อง สัมมาวาจา** คือไม่พูดในสิ่งที่เกิดโทษกับตัวเราก็คือ เกิดโทษกับผู้อื่นก็ดี หรือเกิดโทษทั้งกับตัวเราและผู้อื่นก็ดี คือให้ละเว้นจากการพูดปด พูดคำหยาบ พูดเพื่อแฉ้อ พูดส่อเสียด เพราะการพูดทั้ง ๔ อย่างนี้ ไม่เกิดคุณเกิด ประโยชน์ มีแต่จะเกิดโทษตามมา จึงควรหลีกเลี่ยงเสีย อย่าไปพูด อย่าพูดปด ให้พูดแต่

ความจริง อย่าพูดคำหยาบ ให้พูดแต่คำที่สุภาพเรียบร้อย อย่าพูดเพื่อจ้องเรื่องไร้สาระ ให้พูดในสิ่งที่มีสาระ เช่น พูดคุยเรื่องธรรมะ เรื่องการปฏิบัติธรรม เรื่องการทำมาหากิน ทั้งหลาย ซึ่งเป็นคำพูดที่มีคุณมีประโยชน์ อย่าไปพูดส่อเสียด ยุยงให้เกิดความแตกแยก สามัคคี เวลาพูดอะไรควรพูดเพื่อรักษาความเป็นปึกแผ่นของสังคม ของคนที่อยู่ร่วมกัน อย่าไปยุยงให้เกิดความแตกแยก เกิดความเกลียดชังต่อกันและกัน เพราะจะนำมาซึ่ง ความวุ่นวายในสังคม ไม่ว่าจะเป็นสังคมเล็กหรือสังคมใหญ่ ในบ้านก็ดี ในวัดก็ดี ใน จังหวัด ในประเทศก็ดี ให้พูดกันเพื่อความสมัครสมานสามัคคี กลมเกลียวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อย่าพูดเพื่อให้เกิดความแตกแยกกัน

ข้อที่ ๕ ทรงสอนให้ประกอบอาชีพที่ถูกต้อง **สัมมาอาชีพะ** อย่าประกอบมิจฉอาชีพ สัมมาอาชีพะก็คือการประกอบอาชีพ ที่ไม่ผิดศีล ผิดธรรม ผิดกฎหมายของบ้านเมือง เช่นค้ายาเสพติด แม้บางอาชีพที่ถูกกฎหมายของบ้านเมืองแต่ก็เป็นอาชีพที่ไม่ควรจะไป เกี่ยวข้องด้วย ก็คือการค้าขายสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัยกับผู้อื่น เช่นขายสุรายาเมา ขายสิ่งที่เป็นพิษทั้งหลาย เช่นยาฆ่าสัตว์ฆ่าแมลง อย่างนี้เป็นต้น หรือค้าอาวุธต่างๆ ที่ทำร้ายชีวิตผู้อื่น รวมไปถึงพวกเบ็ด พวกกับดักสัตว์ทั้งหลาย ก็ไม่ควรขาย เพราะเป็นการส่งเสริมให้ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตต่อกันและกันนั่นเอง ถึงแม้จะไม่ผิดกฎหมายบ้านเมือง แต่ก็ไม่ได้ทำให้สังคมดีขึ้น ไม่ได้ทำให้สังคมสงบร่มเย็นเป็นสุข แต่ทำให้สังคมเบียดเบียนกัน ฆ่าทำร้ายกัน เอรัดเอาเปรียบกัน จึงไม่สมควรที่จะประกอบอาชีพเหล่านี้ ควรประกอบอาชีพที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ เช่นเป็นหมอ เป็นพยาบาล รักษาโรคภัยไข้เจ็บ เป็นชาวนาชาวไร่ ผลิตพืชพันธุ์อาหารเลี้ยงปากท้องผู้อื่น อย่างนี้เรียกว่าเป็นสัมมาชีพ คืออาชีพที่ไม่ทำร้ายชีวิตผู้อื่น

ข้อที่ ๖ ทรงสอนให้มีความเพียรที่ถูกต้อง **สัมมาวายามะ** คนเราจะเพียรไปในทางที่ถูกก็ได้ ในทางที่ผิดก็ได้ เช่นเพียรในการขโมย ปล้น จี้ เพียรฆ่าผู้อื่น อย่างนี้เป็นความเพียรที่ไม่ถูกต้อง ความเพียรที่ถูกก็คือ เพียรกระทำในสิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ เพียรละเว้นจากการกระทำที่เป็นโทษ เพียรรักษาการกระทำที่ดีที่งามที่ได้เคยทำไว้ ให้ได้ทำต่อไป เพียรป้องกันการกระทำที่ไม่ดีที่ได้เลิกไปแล้ว ไม่ให้หวนกลับคืนมาอีก เช่นเคยละเว้น

จากการเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เทียวกลางคืนแล้ว ก็ไม่ให้หวนกลับไปทำอีก นี่ก็คือความหมายของความเพียรที่ถูกต้อง คือเพียรทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม เพียรละเว้นการทำความชั่วทั้งหลายให้หมดสิ้นไป เพียรรักษาการทำความดีไม่ให้สูญหายไป และเพียรรักษาป้องกันไม่ให้ความชั่วการกระทำที่ไม่ดีที่ได้เลิกแล้ว ให้หวนกลับคืนมาอีก

ข้อที่ ๗ ทรงสอนให้**มีการระลึกที่ถูกต้อง สัมมาสติ** ไม่ว่าจะทำอะไรทรงสอนให้มีสติ ให้รู้เกี่ยวกับการกระทำ ขณะนี้กำลังคิดอะไร ก็ให้รู้ว่ากำลังคิดอะไรอยู่ เมื่อคิดแล้ว จะไปพูดไปทำอะไร ก็ให้รู้ว่ากำลังพูดกำลังทำอะไรอยู่ ให้รู้ว่าเป็นความคิดที่ถูกต้องหรือไม่ เมื่อรู้ว่าเป็นความคิดที่ไม่ถูกต้อง ก็ยกเลิกเสีย เช่นเคยเลิกเสพสุรายาเมามาแล้ว วันดีคืนดีเกิดความรู้สึกเปรี้ยวปากขึ้นมา อยากจะเสพสุราขึ้นมา ก็คิดจะไปหาสุรามาดื่ม อย่างนี้ต้องมีสติรู้แล้วว่า เวลานี้กำลังคิดไปในทางที่ไม่ถูกต้องไม่ดีไม่งาม ก็ควรยกเลิกความคิดนั้นเสีย เพราะถ้าไม่ยกเลิก ปล่อยให้ความคิดนั้นพาไป ก็ต้องไปหาสุราเมาเสพเมื่อเสพไปแล้วครั้งหนึ่ง ก็อยากจะเสพอีก ถ้าไม่หยุด ก็จะเสพจนกลายเป็นนิสัยขึ้นมาได้ แต่ถ้ามีสติรู้เกี่ยวกับการกระทำทั้ง ๓ คือความคิด การพูด การกระทำทางกายแล้ว รู้ว่ากำลังคิด กำลังจะทำอะไรอยู่ ก็จะหยุดได้ สมมุติว่าเพลอไป ไม่ทันความคิดที่อยากจะเสพสุรา แต่พอออกไปนอกบ้านเพื่อไปซื้อสุรา เกิดมีสติขึ้นมา รู้ว่ากำลังไปทำในสิ่งที่ไม่ถูก ก็ยังสามารถระงับยับยั้งได้ แต่ถ้าไปซื้อสุรามารินใส่แก้วแล้วก็ดื่มเข้าไป ถึงตอนนั้นยังไม่รู้สึกตัว ก็แสดงว่าไม่มีสัมมาสติ ความระลึกที่ถูกต้องแล้ว สิ่งที่จะตามมาต่อไป ก็คือความทุกข์ความเสื่อมเสีย

จึงต้องฝึกให้มีสติรู้อยู่กับกาย วาจา ใจอยู่เสมอ ขณะนี้กำลังนั่งอยู่ กำลังฟังธรรมะอยู่ แต่ในขณะเดียวกันใจกำลังคิดอะไรอยู่หรือเปล่า ถ้ามีสติก็จะรู้ ถ้าไม่มีสติก็จะไม่รู้ หูฟังไป แต่ใจก็จะคิดอะไรเรื่อยเปื่อยตามไปด้วย แต่ถ้ามีสติรู้ยู่ขณะที่กำลังฟังธรรม ไม่ควรคิดอะไร ก็สามารถระงับความคิดนั้นได้ แล้วหันมาตั้งใจฟังในสิ่งที่กำลังพูดอยู่แบบนี้เรียกว่ามีสติ ถ้ามีสติแล้ว จะสามารถระงับระครองความคิด การกระทำทางวาจาและทางกาย ให้เป็นไปในทำนองคลองธรรม อยู่ในความถูกต้องดีงาม แต่ถ้าไม่ได้

ฝึกสติ ใจก็เปรียบเหมือนกับรถยนต์ที่วิ่งไป โดยมีคนขับมันมาจากการเสพสุรา ไม่สามารถควบคุมรถให้วิ่งไปด้วยความปลอดภัย ชีวิตของเราก็เป็นเช่นนั้น จะดีจะงาม จะสุขจะเจริญ จะรุ่มรวย มีแต่เรื่องราว มีแต่ปัญหา หลักใหญ่ก็ขึ้นอยู่กับสตินี้ มีการควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิดหรือเปล่า ถ้ามีสติควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิด มีความเห็นที่ถูกต้อง รู้ว่าอะไรถูก อะไรผิด อะไรดี อะไรไม่ดีแล้ว ก็จะควบคุมการกระทำให้อยู่ในกรอบของความดีงามได้ ชีวิตก็จะมีเรื่องราวรุ่มรวย มาทำให้มีแต่ความทุกข์ ความเจ็บปวด จึงควรฝึกให้มีสติที่ถูกต้องอยู่เสมอ ตั้งแต่ตื่นขึ้นมาในตอนเช้า ก่อนที่จะลุก ก็ขอให้ตั้งสติก่อน ให้อยู่ที่ความคิดนั้นแหละ เพราะว่าก่อนที่จะลุกไปทำอะไรได้ ต้องคิดเสียก่อน เช่นพอตื่นขึ้นมาก็ลืมตาแล้วก็มองรอบๆ ตัว แล้วก็เริ่มคิดว่า เอ๊ะตอนนี้เวลาเท่าไร ตอนนี้อยู่ที่ไหน จะต้องไปทำอะไร ถ้าไม่มีสติบางทีอาจจะไปทำในสิ่งที่ไม่ต้องการจะทำก็ได้ แต่ถ้ามีสติคอยควบคุมอยู่ ก็จะรู้ว่าคิดไปในทางไหน ก็จะสามารถควบคุมการกระทำได้ ถ้าฝึกทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ทั่ววัน ต่อไปก็จะติดเป็นนิสัย จะมีสติคอยดูแลอยู่เสมอ ชีวิตก็จะดำเนินไปด้วยความราบรื่นดีงามปลอดภัย จึงควรฝึกตั้งสติอยู่เรื่อยๆ ทั่ววัน

ข้อที่ ๘ ทรงสอนให้มี**สมาธิที่ถูกต้อง สัมมาสมาธิ** ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในความสงบ ด้วยการเจริญสมถภาวนาอย่างต่อเนื่องในอิริยาบถทั้ง ๔ เดิน ยืน นั่ง นอน เพราะจิตที่มีความสงบจะมีพลังที่จะปฏิบัติตามความเห็นที่ถูกต้องได้ จะสามารถละเว้นจากการทำบาปทั้งปวงได้ เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ เสพสุรายาเมา เทียบกลางคืน เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน ซึ่งล้วนเป็นเหตุที่จะพาไปสู่ความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ถ้าจิตไม่มีความสงบ ก็จะไม่สามารถทำได้โดยเด็ดขาด จึงควรเจริญสมถภาวนาอยู่เสมอ เมื่อได้ปฏิบัติตามความถูกต้องทั้ง ๘ ข้อนี้แล้ว คือ **๑. ความเห็นที่ถูกต้อง ๒. ความคิดที่ถูกต้อง ๓. การกระทำที่ถูกต้อง ๔. การพูดที่ถูกต้อง ๕. อาชีพที่ถูกต้อง ๖. ความเพียรที่ถูกต้อง ๗. การระลึกรู้ที่ถูกต้อง ๘. สมาธิที่ถูกต้อง** ความสุขความเจริญที่แท้จริงก็จะเป็นสิ่งที่ตามมาต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลาขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๐

ศรัทธา (๒)

๑ พุทธจักายน ๒๕๔๖

พวกเราว่าวัดกันอย่างสม่ำเสมอโดยไม่ขาด ถ้าไม่ติดธุระจำเป็น ทั้งในพรรษาและนอกพรรษา เพราะ**ศรัทธา**ความเชื่อในพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าว่าเป็น **สวากขาโต ภควตา ธัมโม** คือเป็นธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว หมายความว่า เป็นความจริงทั้งสิ้น ในสิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอน เช่นทรงสอนว่า มีบาป มีบุญ มีนรก มีสวรรค์ มีกรรม มีการเวียนว่ายตายเกิด มีการสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด เหล่านี้เป็นคำสอนที่ออกมาจากความเป็นจริง ไม่ได้ออกมาจากจินตนาการแต่อย่างใด เพราะพระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติจนตรัสรู้เห็น คือมี**ดวงตาเห็นธรรมคือปัญญา** ว่าสิ่งต่างๆที่เราไม่สามารถเห็นกันได้ด้วยตาเนื้อ ยังมีอยู่ ต้องอาศัยการปฏิบัติธรรม ทำจิตให้ยังเข้าสู่ความสงบ เพื่อเข้าสู่ความจริงที่จะต้องรู้และสัมผัสได้ด้วยใจเท่านั้น

หลังจากที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้เห็นสิ่งต่างๆแล้ว ก็ทรงนำมาสั่งสอนพวกเรา เพราะสิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้นั้น เปรียบเหมือนกับสมบัติอันล้ำค่า ผู้ใดก็ตามถ้าได้ครอบครองสมบัติที่พระพุทธเจ้าได้ทรงครอบครองแล้ว จะเป็นคนที่มีความสุขอย่างยิ่ง จะไม่มีความทุกข์อยู่ภายในใจเลย หลังจากได้ทรงเสวยพระบรมสุขแล้ว ก็ทรงมีความ**กรุณา**สงสาร ที่เห็นสัตว์โลกทั้งหลายอย่างพวกเรา ยังต้องวนเวียนอยู่กับกองทุกข์แห่งการเกิด แก่ เจ็บ ตาย กองทุกข์แห่งการ**พลัดพรากจากกัน** กองทุกข์จากการ**ผิดหวัง** เป็นสิ่งที่พวกเราทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ยังต้องสัมผัส ยังต้องรับรู้รับทราบ แล้วก็รับเคราะห์รับกรรมไป แต่ถ้ามีคนฉลาดอย่างพระพุทธเจ้ามาบอกมาสอน พวกเราก็จะได้มีโอกาสหลุดพ้นจากกองทุกข์เหล่านี้

แต่คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นความจริง ที่เรายังไม่เห็น ยังไม่รู้กัน ถ้าเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนแล้วนำไปปฏิบัติ ก็จะสามารถครอบครองสมบัติอันล้ำเลิศ คือ

บรมสุข ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงครอบครองมาแล้วได้ เพราะสมบัติที่พระพุทธเจ้าได้ทรงครอบครองนี้ ไม่ได้เป็นสมบัติเฉพาะตน เป็นสมบัติกลางของทุกคน ของสัตว์โลกทุกๆ ตัว มีสิทธิครอบครองได้ แต่เป็นสมบัติที่ยังฝังอยู่ในดิน ต้องขุดคุ้ยขึ้นมาเอง ผู้อื่นไม่สามารถที่จะขุดคุ้ยขึ้นมาให้กับเราได้ พระพุทธเจ้าเองก็ไม่สามารถที่จะขุดคุ้ยสมบัติอันประเสริฐล้ำโลกนี้มาให้กับพวกเราได้ พระพุทธเจ้าทรงได้แต่เพียงบอกทาง บอกที่ตั้งของสมบัตินี้ ว่าอยู่ตรงไหน แต่พวกเราต้องเป็นผู้ขุดค้น ขุดคุ้ยเอาขึ้นมา

ดังนั้นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับพวกเราที่ยังไม่ได้สัมผัส ยังไม่ได้สมบัติอันล้ำเลิศนี้มาครอบครอง ก็คือ**ศรัทธา** ความเชื่อในพระพุทธเจ้า ถ้าไม่มี ก็จะไม่รู้ว่าสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนบอกเรา คือสมบัติอันล้ำค่านี้ ว่ามีจริงหรือไม่ เพราะเมื่อไม่เชื่อก็จะไม่สนใจที่จะไปขุดคุ้ยค้นหาสมบัตินี้มา ถ้าเป็นคนฉลาดถึงแม้ยังไม่เห็นกับตา แต่คิดว่าการเชื่อแบบนี้ไม่น่าจะเสียหายอะไร เพราะถ้าเชื่อแล้ว ก็จะได้ไปพิสูจน์ดู ไปที่ๆพระพุทธเจ้าทรงชี้บอกว่ามีขุมทรัพย์ฝังอยู่ แล้วก็ขุดคุ้ยขึ้นมา ถ้าขุดลงไปแล้วไม่เจอสมบัติ อย่างน้อยก็จะได้รู้ว่าไม่มี รู้ว่าคนที่บอก ไม่ได้บอกความจริง ก็ไม่ขาดทุนอะไร กลับได้ความรู้ขึ้นมาอย่างหนึ่ง รู้ว่าคนนั้นพูดโกหก ต่อไปไม่ต้องไปเชื่อเขาอีก แต่ถ้าขุดลงไปแล้วพบสมบัติอันล้ำค่า ก็ได้ประโยชน์อีกเหมือนกัน ได้ครอบครองสมบัติอันล้ำค่านั้น รู้ว่าคนที่บอกเป็นคนพูดจริง

อย่างนี้เป็นลักษณะของคนฉลาด คือไม่ปฏิเสธสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่ตนเองยังไม่ได้พิสูจน์ และไม่เชื่ออย่างเต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ในสิ่งที่ยังไม่ได้พิสูจน์เช่นกัน คือใครจะพูดอะไร ใครจะบอกอะไร ก็ฟังหูไว้หูก่อน คือไม่ปฏิเสธแต่ก็ไม่เชื่อทันทีทันใด ฟังแล้วก็นำไปพิสูจน์ ดูว่าสิ่งที่เขาพูดนั้นเป็นจริงเป็นเท็จอย่างไร นี่คือลักษณะของปัญญาชนหรือวิญญูชน เมื่อได้ยินได้ฟังอะไรก็นำมาพิจารณาใคร่ครวญดู แล้วนำไปทดลองปฏิบัติดู ถ้าสิ่งที่เขาพูดนั้นเป็นไปตามที่พูด ก็จะได้รับประโยชน์ ถ้าไม่เป็นไปดังที่พูด ก็จรรู้ว่าสิ่งนั้นไม่มี ก็จะได้ไม่ต้องไปสงสัยอีกต่อไป นี่คือหลักของการปฏิบัติ หลักการเข้าหาพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาทรงสอนให้มีทั้ง**ศรัทธา**และ**ปัญญา**ควบคู่กันไป ไม่ให้เชื่อแบบหลงมกมาย จุดรูป ๓ ดอกแล้ว อยากจะได้อะไร ก็อธิษฐานขอมาได้ อย่างนี้ไม่มีเหตุผลอะไรมา

รองรับ ยกเว้นเสียแต่ว่าบุญกุศลที่เคยทำมาในอดีต ได้ส่งผลขึ้นมาในชาตินี้ พอดีเป็นจังหวะที่ไปกราบพระจุตูปขอพร แล้วก็ได้ในสิ่งที่ปรารถนา แต่ไม่ได้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการขอกัน แต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ สร้างคุณงามความดี สร้างบุญสร้างกุศลมาก่อน อาจจะเป็นในหลายภพหลายชาติที่ผ่านมาในอดีต แต่ยังไม่ได้ออกดอกออกผลขึ้นมา พอดีมีโอกาสนี้ในชาตินี้ ในขณะที่กำลังต้องการสิ่งนั้นๆ อยู่พอดี สิ่งนั้นก็ปรากฏขึ้นมา อย่างนี้ก็เป็นไปได้ แต่ไม่ได้เกิดจากการไปกราบพระแล้วก็ขอพรจากท่าน ขอให้สิ่งนั้นสิ่งนั้นมา

ถ้าไม่ได้สร้างเหตุคือการกระทำที่ดีที่งามไว้ ผลที่ต้องการคือสิ่งที่ดีที่งามทั้งหลายย่อมไม่ปรากฏขึ้นมา ยิ่งถ้าทำแต่สิ่งที่ไม่ดีไม่งาม จะไปหวังผลที่ดีที่งามให้ปรากฏขึ้นมาได้อย่างไร เพราะขัดกับความจริงคือเหตุผลนั่นเอง **เหตุผล**เป็นสิ่งที่ไปควบคุมกัน **เหตุดี**ย่อมทำให้เกิด**ผลดี** เหตุร้ายย่อมทำให้เกิดผลร้าย เช่นไปไหนมาไหนต้องข้บรถยนต์ ถ้ารักษาสติไว้ให้ดี คือไม่มีเมินเมา ไม่เสพสุรายาเมา เวลาข้บรถยนต์ไปก็จะปลอดภัยเพราะจะข้บด้วยความระมัดระวัง ด้วยความไม่ประมาท รู้ว่าอะไรอยู่ข้างหน้า รู้ว่าควรจะข้บรถช้าหรือเร็วอย่างไร เพราะมีสติ สามารถควบคุมรถยนต์ได้ ในทางตรงกันข้ามถ้าไปเสพสุรายาเมา จนเกิดอาการเมินเมา ไม่สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของกาย วาจา ใจได้ ก็จะไม่สามารถควบคุมรถยนต์ได้ ผลที่จะตามมาต่อไป ถ้าข้บรถด้วยความเมินเมา ด้วยความประมาท ก็คืออุบัติเหตุ ความเจ็บไข้ได้ป่วย พิกุลพิการ จนถึงแก่การเสียชีวิต สูญเสียทรัพย์สมบัติ เงินทองข้าวของ ชีวิตร่างกาย เพราะเกิดจากเหตุที่ไม่ดีนั่นเอง เป็นเหตุร้าย ไปเสพสุราจนเกิดอาการเมินเมา ไม่สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของกาย วาจา ใจได้ แล้วก็ไปข้บรถยนต์ ไม่สามารถควบคุมรถยนต์ได้ เมื่อถึงเหตุการณ์ที่ประชันขีดขึ้นมา ก็ไม่สามารถแก้ไขสถานการณ์ได้ จึงต้องเกิดอุบัติเหตุขึ้นมา

นี่คือเรื่องของเหตุและผล แสดงให้เห็นได้ชัดอยู่เสมอ เหตุก็คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ ผลก็คือความสุข ความเจริญ หรือความทุกข์ ความเสื่อมเสียที่จะตามมา ขึ้นอยู่กับ การกระทำ ถ้ามีความคิดที่ดี การพูดก็จะดี การกระทำก็จะดี ถ้าคิดร้าย การพูดก็จะไม่ดี การกระทำก็จะไม่ดี เหตุที่จะทำให้คิดร้ายคืออะไร ก็คือ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง** นี้

เอง เวลาที่มีความโลภ ความโกรธ ความหลงเกิดขึ้นมาแล้ว จิตใจจะมีความร้อนรน มีความวุ่นวาย ถ้าไม่สามารถควบคุมความวุ่นวายภายในใจได้ ก็จะต้องระบายออกในการกระทำทางกาย ทางวาจา เช่นเวลาโกรธ ก็อดไม่ได้ที่จะต้องระบายความโกรธออกมาด้วยวาจาที่ไม่สุภาพเรียบร้อย ถ้ายังไม่สามารถระงับได้ ก็จะระบายออกมาในการกระทำทางกาย ด้วยการทุบตีกัน ทำร้ายร่างกายกัน

นี่ก็เกิดจากใจนั่นเอง ใจไม่ดี เกิดความโกรธขึ้นมา แล้วไม่รู้จักรงับ ปล่อยให้หลงไปตามความโกรธ อย่างเมื่อเข้าไปบิณฑบาต มีญาติโยม ๒ คน รอใส่บาตรอยู่คนหนึ่ง อีกคนหนึ่งยืนอยู่อีกฟากถนนหนึ่ง กำลังทะเลาะกัน กำลังว่ากัน ด่ากัน แม้กระทั่งเวลาพระมาบิณฑบาต คนที่ใส่บาตรก็ใส่บาตรไป แต่ในขณะที่เวทียากก็ยังคงด่า ยังว่าคนที่อยู่ตรงข้ามถนน นี่ก็เป็นเพราะไม่สามารถหักห้ามจิตใจได้ ขาดสติปัญญา ในขณะที่นั้นอยู่ในความหลง ไม่รู้ว่าควรจะทำปฏิบัติตนอย่างไรให้ดีงาม ทั้งๆที่มีเจตนาที่จะสร้างบุญสร้างกุศล อุทิศส่วนให้เตรียมอาหารคาวหวานไว้รอใส่บาตรพระ แต่พอดีไปเกิดมีเรื่องราวเข้าพอดี พระเดินมารับบาตรก็ไม่สามารถหักห้ามความโกรธที่มีอยู่ภายในใจได้ ก็เลยทำทั้งบุญและบาปไปพร้อมๆกัน มือก็ตักข้าวใส่บาตร ปากก็ด่าคนที่อยู่ตรงข้ามถนน

นี่ก็เป็นเพราะว่ายังไม่ได้ฝึกฝนอบรมจิตใจ ยังไม่รู้จักรงการเฝ้าดูแลจิตใจ เพราะขาดสติ นั่นเอง ไม่รู้ในขณะที่นั้นจิตใจของตนกำลังเป็นอะไรอยู่ แล้วก็รู้จักรงการระงับดับมันไป ผลที่ต้องการจึงไม่ดีเท่าที่ควร อย่างน้อยก็ยังได้ใส่บาตร ก็ยังเป็นบุญอยู่ แต่ก็เป็นขณะเดียวกันก็ไปสร้างเวรสร้างกรรมกับอีกคนหนึ่ง ด้วยการทะเลาะเบาะแว้งด่าว่ากัน ผลที่เกิดขึ้นเลยเป็นผลอยู่ ๒ ส่วนด้วยกัน ผลดีก็คือผลบุญที่เกิดจากการตักบาตร ผลเสียก็เกิดจากการทะเลาะวิวาทกัน ทำให้กลายเป็นคู่อริ เป็นศัตรูต่อกันมองหน้ากันไม่ติด ดีไม่ดีก็อาจจะจองเวรจองกรรมกันไปอีกเป็นเวลานานยาวนาน แต่ถ้าเคยได้เข้าวัดเข้าวา ได้ฟังเรื่องราวของการกระทำต่างๆ ว่า มีทั้งการกระทำที่ดีและไม่ดี จึงควรควบคุมดูแลการกระทำของตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความคิดอ่านในใจของตนเอง ว่า ในขณะนี้ใจของตนนั้นเป็นอย่างไร มีความโลภ โกรธ หลงอยู่หรือเปล่า ถ้ามีก็ควรระงับดับเสีย อย่าปล่อยให้ระบายออกมาทางกายและทางวาจา ถ้าเคยฝึกฝนอบรม คนที่ใส่

บาตรเห็นพระเดินมาก็ควรจะได้สติ แล้วก็ระงับความรู้สึกอันไม่ดีนั้น แล้วเตือนตนเองว่า ขณะนี้กำลังจะทำบุญ ไม่ได้มาทำบาป ไม่ต้องการที่จะมีเรื่องมีราวกับใคร ถึงแม้จะมี ความโกรธ มีความไม่พอใจอยู่ในใจ ก็ระงับดับมันเสีย ถือว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วประเดี๋ยว ประเดี้ยวเดียวมันก็ผ่านไป

อารมณ์ภายในใจเปรียบเหมือนกับเมฆฝน เวลาที่มีดีครึ้ม แต่สักพักหนึ่งหลังจากที่ฝน ตกไปแล้ว หรือลมพัดเมฆฝนให้ผ่านไปแล้ว ท้องฟ้าก็จะแจ่มใสขึ้นมาเหมือนเดิม ใจของ เราก็คือเช่นนั้น มีอารมณ์ต่างๆที่มาปกคลุมเหมือนกับเมฆฝนที่ปกคลุมท้องฟ้า บางวัน บางเวลาก็มีเมฆแห่งความโกรธ บางเวลาก็มีเมฆแห่งความโลภ บางเวลาก็มีเมฆแห่ง ความหลง เวลา**มีโลก โกรธ หลง**ครอบงำ จิตใจจะมีความรู้สึกที่ไม่ดี อยากจะพูดในสิ่งที่ ไม่ดี อยากจะทำในสิ่งที่ไม่ดีออกมา แต่ถ้ามีสติแล้วถอนหรือถอยออกมา แยกใจคือผู้รู้ ออกจากเมฆแห่งความโลภ โกรธ หลง ว่าเป็นเหมือนกับเป็นเมฆก้อนหนึ่งที่ไหลพัดมา เต็มๆไม่ช้าก็เร็วเมฆก้อนนั้นก็ต้องสลายหายไป อารมณ์ต่างๆก็เป็นเหมือนกับเมฆใน ใจ เต็มๆก็โลภ แล้วเต็มๆก็หายไป เต็มๆก็โกรธ แล้วเต็มๆก็หายไป เต็มๆก็หลง แล้ว เต็มๆก็หายไป

ถ้าฝึกใช้สติดูโลกโกรธหลงว่า เป็นสิ่งที่มาเยี่ยมเยียน เหมือนกับคนที่มาเยี่ยมเราที่บ้าน เขามาเต็มๆสักครู่หนึ่งเขาก็กลับไป ไม่ได้อยู่กับเราไปตลอด ไม่จำเป็นจะต้องไปหลงดี หลงชั่วไปกับเขา เขามาอย่างไรก็รู้ทันเขา รู้ว่าโลกแต่จะไม่โลกตาม ถ้าต้องการสิ่งหนึ่งสิ่ง ใด เราจะใช้เหตุใช้ผลเป็นเครื่องตัดสินใจ ว่าควรจะได้สิ่งนั้นมาหรือไม่ ถ้าจำเป็นต่อการ ดำรงชีวิต หรือเมื่อได้มาแล้วทำให้เราประพฤติดันดีขึ้น ทำให้สร้างบุญสร้างกุศลได้มาก ขึ้น อย่างนี้ก็เอามาได้ แต่การเอามาก็ต้องเอามาโดยไม่ผิดศีลผิดธรรม ไม่เป็นบาปเป็น กรรม ต้องเอามาด้วยความสุจริต เช่นถ้าเป็นสมบัติเป็นข้าวของ ถ้ามีเจ้าของก็ต้องขอ อนุญาตจากเจ้าของก่อน ถ้าเขาไม่อนุญาตก็ไม่เอา อย่างนี้เป็นต้น ถ้าใช้เหตุใช้ผลกับ อารมณ์ต่างๆที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับใจ ก็จะสามารถควบคุมการกระทำทางกาย ทางวาจาให้ อยู่ในทำนองคลองธรรมได้ ผลเสียหายต่างๆจะไม่ตามมา ไม่ปรากฏขึ้น เพราะมีสติมี ปัญญาเป็นเครื่องคอยดูแลควบคุม การเคลื่อนไหวของการกระทำของเรานั้นเอง

แต่ถ้าไม่เคยฝึก ไม่เคยได้เข้าวัดมาก่อน จะไม่รู้เรื่องราวเหล่านี้ที่มีอยู่ในตัวเรา ก็จะปล่อยให้การกระทำของเราเป็นไปตามยถากรรม เวลาจิตมีอารมณ์อะไรครอบงำอยู่ ก็จะปล่อยให้อารมณ์นั้นหลุดกระซากออกไป ให้กระทำในสิ่งต่างๆที่จะต้องมาเสียใจภายหลัง **คนที่ไม่เข้าวัดจึงเป็นคนที่ไม่เต็มไปด้วยความโลภโมโหสัน เป็นคนเจ้าอารมณ์ ปราศจากเหตุผล** เวลาที่มีอารมณ์อะไรเกิดขึ้นมา ก็ต้องระบายอารมณ์นั้นออกไป แล้วก็ผลเสียตามมา อย่างที่ปรากฏในสังคัมที่เห็นกันอยู่ทุกวันนี้ คนเราในสังคัมทุกวันนี้รุ่มรวยกัน ก็เพราะไม่ได้เข้าวัดกันนั่นเอง มัวแต่แสวงหาสมบัติข้าวของเงินทอง ความสุขในทางโลก โดยไม่มีสติปัญญาคอยกำกับให้รู้ว่า การแสวงหา นั้นแสวงหาได้ ๒ วิธีด้วยกัน คือ ๑. วิธีที่ถูกต้องไม่มีโทษตามมา ๒. วิธีที่ไม่ถูกต้องมีโทษตามมา คือคุกตะวาง ความทุกข์ ความรุ่มรวยใจ และความตาย ถ้าขาดสติ ขาดปัญญา

สติปัญญาจะเกิดขึ้นมาได้ก็ต่อเมื่อได้เข้าหาผู้รู้ ผู้ที่มีสติปัญญามากกว่าเรา เช่น พระพุทธเจ้ากับพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย ท่านเป็นผู้ที่มีปัญญาอย่างแท้จริง ถ้าได้มีโอกาสได้พบปะได้ยินได้ฟังธรรมะคำสอนของท่าน ก็จะได้ความรู้ ความฉลาด ถ้ามีศรัทธาความเชื่อในสิ่งที่ท่านได้สอน ได้บอก แล้วนำไปปฏิบัติ พยายามฝึกฝนอบรมจิตใจของตนให้มีสติเกิดขึ้นมา ให้ใช้ปัญญาคือเหตุผลทุกครั้ง ที่จะตัดสินใจทำอะไรลงไป ซึ่งเราสามารถปฏิบัติได้ ฝึกฝนอบรมได้ ในขณะที่สติเราน้อย จึงไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ควบคุมความคิดของเราได้มาก แต่ถ้าพยายามฝึกฝนสร้างสติให้เกิดขึ้นมาอยู่เรื่อยๆ คอยดูใจเป็นหลัก คือความคิดของเรา ดูอารมณ์ของเราอยู่เสมอๆ ให้มากกว่าดูสิ่งต่างๆภายนอก เราก็จะสามารถควบคุมอารมณ์ต่างๆได้ เช่นเวลาดูอะไรภายนอก เห็นคน เห็นสิ่งของต่างๆ ก็ต้องย้อนกลับมาดูที่ใจของเราพร้อมๆกันไปด้วยว่า ขณะนี้ใจมีความรู้สึกอย่างไรกับสิ่งที่เห็นอยู่ ยังมีความเป็นปกติอยู่หรือเปล่า คือไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลงอยู่หรือเปล่า หรือเริ่มเอนไปสู่ความโลภ ความโกรธ ความหลงแล้ว

ถ้าฝึกดูอย่างนี้ เราจะรู้ เพราะทุกครั้งที่เราเห็นอะไร ส่วนมากจะต้องเกิดอารมณ์ขึ้นมาทันที เห็นสิ่งที่ชอบ ก็จะเกิดความโลภขึ้นมาทันที เห็นสิ่งที่ไม่ชอบ ก็จะเกิดความรังเกียจ เกิดความโกรธขึ้นมาทันที เมื่อมีสติคอยดูใจอยู่เสมอแล้ว จะรู้ทันทีว่าขณะนี้ใจเริ่มไม่เป็น

ปกติแล้ว เริ่มเอนไปทางความโลภแล้ว เริ่มเอนไปทางความโกรธแล้ว เราต้องมา
แก้ปัญหาภายในใจ อย่าไปแก้ภายนอก เห็นสิ่งที่ไม่ชอบก็อย่าไปสนใจ คิดเสียว่าเป็น
เหมือนกับลมกับฝน เป็นสิ่งที่เราไปบังคับไม่ได้ ฝนตก แดดออกเราบังคับไม่ได้ คนนั้น
คนนั้นทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ที่เราไม่ชอบใจ เราก็บังคับไม่ได้ แต่สิ่งที่เราบังคับได้ ก็คือใจของเรา
ถ้ามีสติปัญญาสอนให้รู้ว่าอย่าไปยุ่ง สิ่งภายนอกเราควบคุมบังคับไม่ได้ ปล่อยให้มันเป็นไป
ตามเรื่องของเขา ใครทำอะไรเดี๋ยวก็ต้องไปเจอผลของเขาเอง เขาทำดีเขาก็ได้รับผลดีของ
เขาไป เขาทำไม่ดีเขาก็ต้องรับผลที่ไม่ดีอย่างแน่นอน อย่าไปสนใจ หันกลับมาทำใจของ
เราให้เป็นปกติดีกว่า ถ้าปล่อยวางได้ ยอมรับความจริงว่าเขาเป็นอย่างนี้ ทำอะไรเขา
ไม่ได้ ใจของเราก็จะกลับมาสู่จุดปกติ คือจะหายโกรธ

นี่ก็คือการดูแลรักษาการดำเนินชีวิตของเรา ทางกายวาจาใจ ให้เป็นไปตามทำนองคลอง
ธรรม ถ้ามีสติ มีปัญญา แล้วนำมาใช้ ก็จะสามารถควบคุมดูแลการเคลื่อนไหวการ
กระทำของเรา ให้ไปในทิศทางที่จะนำผลดีมาให้กับเรา หลีกเลี่ยงการกระทำที่จะนำ
ผลเสียมาให้กับเราได้ และสิ่งเหล่านี้ก็ไม่มีใครสามารถที่จะทำให้เราได้ เราเท่านั้นที่
จะต้องเป็นผู้กระทำเอง ในเบื้องต้นต้องเข้าหาผู้รู้ เข้าวัดฟังเทศน์ฟังธรรม ถ้าไม่มีเวลา
ไม่มีโอกาสมาวัด ก็หาธรรมะเก็บไว้ที่บ้าน หาหนังสือธรรมะไว้อ่าน หาเทปธรรมะไว้ฟัง
บ้าง หรือไม่เช่นนั้นก็เปิดวิทยุตามสถานีต่างๆ ที่มีการบรรยาย มีการแสดงธรรม
พยายามฟังอยู่เรื่อยๆ เมื่อฟังแล้วก็นำมาปฏิบัติ ชีวิตของเราก็จะดำเนินไปสู่ที่ปรารถนา
กัน คือความสุขความเจริญ

เราต้องการอะไรกันทุกวันนี้ ต้องการความสุข ความเจริญด้วยกันทั้งนั้น ไม่ใช่หรือ ไม่มี
ใครต้องการความทุกข์ ความเสื่อมเสีย ไม่มีใครสร้างหรือทำผลงานเหล่านี้ให้กับเราได้ มี
เราเท่านั้นที่จะเป็นผู้สร้างผลงานต่างๆ ให้กับตัวเอง ไม่ว่าจะมีความสุข ความเจริญ
หรือความทุกข์ ความเสื่อมเสีย เราเป็นผู้สร้างให้กับตัวเอง คนที่ไปติดคุกติดตะราง ก็ไป
ติดคุกติดตะรางเอง คนที่เป็นมหาเศรษฐี ก็เป็นคนสร้างตัวเองให้เป็นมหาเศรษฐี เป็น
นายกฯ เป็นพระเจ้าแผ่นดิน เป็นพระอรหันต์อรหันต์ เป็นพระพุทธเจ้า ก็เป็นผู้สร้างด้วย
ตัวของเขาเองทั้งสิ้น ไม่มีใครสร้างให้เขาได้ เพียงแต่ว่าสิ่งที่สร้างมานั้น ไม่ได้สร้างเฉพาะ

เพียงชาตินี้ชาติเดียว แต่สร้างมาหลายภพหลายชาตินับไม่ถ้วนแล้ว จึงจะปรากฏเป็นผล
ในชาตินี้ขึ้นมา ได้เป็นพระพุทธเจ้าที่ดี เป็นพระอรหันต์ที่ดี เป็นพระเจ้าแผ่นดินที่ดี เป็น
นายกฯที่ดี เป็นมหาเศรษฐี เหตุที่ทำให้มีการสร้างบุญบารมีเหล่านี้ ก็คือ**ศรัทธา** ความ
เชื่อ ในเรื่องบุญบารมีนี้เอง จึงขอให้เชื่อในบุญบารมีนี้เถิด แล้วสร้างบุญบารมีไว้ให้มากๆ
เพื่อผลอันประเสริฐที่จะตามมาต่อไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียง
เท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๑

ศีลธรรม

๒ พุทธจิกายน ๒๕๔๖

วันนี้เป็นวันอาทิตย์ เป็นวันหยุดราชการ เป็นวันที่ศรัทธาญาติโยมไม่ต้องไปทำงานทำการเลยได้มาที่วัดกัน เพื่อบำเพ็ญคุณประโยชน์ที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญ โดยยึดหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า **อตฺตา หิ อตฺโน นาโถ** ตนเป็นที่พึ่งของตน สิ่งต่างๆที่เราปรารถนา เช่นความสุข ความเจริญ ความปราศจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงนั้นล้วนเป็น**ผล**ที่เกิดจาก**เหตุ** คือการกระทำของแต่ละบุคคล ดังนั้นบุคคลใดที่ปรารถนาความสุขความเจริญ จึงต้องอาศัยการกระทำของตนเป็นเหตุ นำพาไปสู่ความสุขความเจริญ ไม่ใช่จะอาศัยผู้อื่นมอบหมายให้ ความปรารถนาเฉยๆก็ดี การวิงวอนขอจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ก็ดี จะไม่สามารถสำเร็จประโยชน์ได้ จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อได้มีการกระทำทางกายวาจาใจ

เราจึงต้องยึดหลัก**อตฺตา หิ อตฺโน นาโถ** คือตนเป็นที่พึ่งของตน ปรารถนาสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ต้องบำเพ็ญเหตุ ให้เหตุเป็นตัวสร้างผลที่จะเกิดขึ้นมา เหมือนกับเวลาที่ปลูกต้นไม้ชนิดต่างๆ ต้องการผลไม้ชนิดใด ก็ต้องปลูกต้นไม้ชนิดนั้น ต้องการผลส้มก็ต้องปลูกต้นส้มแล้วหมั่นทำนุบำรุงดูแลรักษา ในไม่ช้าก็เร็ว ก็จะได้ผลส้มออกมาจากต้นส้มนั่นเอง แต่ถ้าปรารถนาเฉยๆ แล้วก็ไปนั่งวิงวอนขอจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ขอให้ผลส้มมาปรากฏ ย่อมเป็นไปได้ เพราะสิ่งต่างๆนั้นล้วนเกิดจากเหตุทั้งสิ้น ถ้าทำเหตุแล้วถึงแม้จะไม่ปรารถนา ถึงแม้จะไม่วิงวอนขอมา เมื่อสร้างเหตุนั้นแล้ว ผลที่เกิดจากเหตุนั้น ย่อมตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แม้กระทั่งสิ่งต่างๆที่ไม่ปรารถนากัน เช่นความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความหายนะ ก็เช่นกัน ถ้าไปสร้างเหตุที่ทำให้เกิดความเสื่อมเสียขึ้นมา มันก็ต้องเกิดความเสื่อมเสียขึ้นมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

การที่เราได้มาเกิดกันเป็นมนุษย์แล้วมาร่วมทำบุญกัน ก็ไม่ใช่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ ไม่ได้เกิดขึ้นจากความปรารถนา จากการวิงวอนขอจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์โดยถ่ายเดียว แต่เกิดขึ้นจากการสร้างเหตุ ที่จะทำให้เกิดเป็นมนุษย์ ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงไว้ว่า เหตุที่จะทำให้มาเกิดเป็นมนุษย์ได้นั้นก็คือ**ศีลธรรม** ดังในพระบาลีที่แสดงไว้ว่า **สีเลน สุกติง ยันติ** ศีลเป็นเหตุที่จะทำให้ไปสู่**สุคติ** ซึ่งเป็นที่อยู่หรือที่เกิดของมนุษย์ เทพ พรหม และพระอริยเจ้าทั้งหลาย ถ้าปรารถนาความเป็นมนุษย์ ความเป็นเทพ ความเป็นพรหม ความเป็นพระอริยเจ้า ก็ต้องเจริญเหตุคือการรักษาศีล ตั้งอยู่ในการไม่เบียดเบียนผู้อื่นทั้งทางกายและทางวาจา ได้แก่ ๑. การละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ๒. การละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓. ละเว้นจากการประพฤติผิดประเวณี ๔. ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ๕. ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา อันเป็นเหตุให้ขาดสติ เป็นที่ตั้งของความประมาท

นี่ก็คือเหตุที่จะทำให้บุคคลที่รักษาหรือเจริญเหตุทั้ง ๕ ข้อนี้ ได้ไปเกิดในสุคติ ถ้าไม่ได้เจริญเหตุคือไม่ได้รับรักษาศีลทั้ง ๕ ข้อนี้ มีการละเมิดข้อหนึ่งข้อใดมากน้อย ก็จะเป็นเหตุที่จะส่งให้ไปเกิดใน**อบาย**ทั้ง ๔ คือที่อยู่ของสัตว์นรก ของเปรต ของอสุรกาย ของเดรัจฉานทั้งหลาย ถึงแม้จะไม่ปรารถนาที่จะไปนรก ไปเป็นเดรัจฉาน ไปเป็นเปรต เป็นอสุรกาย แต่ถ้าละเมิดศีลแล้ว ก็จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ช้าก็เร็วเมื่อตายไปแล้ว ก็จะต้องไปเกิดในภพใดภพหนึ่งใน**อบาย**ทั้ง ๔ ถ้าผิดศีลละเมิดศีลด้วยการ**ไม่รู้เรื่อง ศีลธรรม** โดยอ้างว่าจำเป็น เช่นต้องเลี้ยงปากเลี้ยงท้องทำมาหากิน ด้วยการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ยิงนกตกปลา ฆ่าสัตว์ต่างๆมาขายเป็นอาชีพ อย่างนี้เมื่อตายไปก็ต้องไปเกิดเป็น**เดรัจฉาน** ถ้าละเมิดศีลเนื่องจาก**ความโลภ จากความอยาก** เช่นอยากมีเงินทอง มีตำแหน่งสูงๆ อยากจะได้คนนั้นคนนี่มาเป็นคู่ครอง แต่หามาด้วยความไม่ถูกต้อง คือผิดศีล ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี โทกหกหลอกลวง อย่างนี้เมื่อตายไปก็ต้องไปเกิดเป็น**เปรต** ถ้าละเมิดศีลเพราะ**ความกลัว** เช่นกลัวสิ่งนั้นหรือบุคคลนั้นจะมาทำร้าย ก็รีบป้องกันตัวด้วยการไปฆ่าเขาเสียก่อน ไม่ให้เขามีโอกาสได้มาทำร้ายเรา อย่างนี้เมื่อตายไปก็ต้องไปเกิดเป็น**อสุรกาย** เพราะละเมิดศีลเนื่องจากความกลัว ถ้าไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ละเมิดศีลข้อหนึ่งข้อใด อันเกิดจาก**ความโกรธแค้นอาฆาตพยาบาท** เมื่อตายไป

จะต้องไปเกิดใน**นรก** ยกตัวอย่าง**พระเทวทัตต์**ซึ่งได้บวชเป็นพระ เป็นญาติของ พระพุทธเจ้า แต่มีความปรารถนาใฝ่สูง อยากจะมีอำนาจปกครองสงฆ์ จึงกราบทูลขอให้ พระพุทธเจ้าทรงมอบอำนาจให้ตน แต่เนื่องจากว่าพระเทวทัตต์ยังเป็นปุถุชน จิตใจยังไม่ สะอาดบริสุทธิ์ พระพุทธเจ้าจึงไม่ได้มอบอำนาจนั้นให้กับพระเทวทัตต์ พระเทวทัตต์จึง เกิดความโกรธแค้น อาฆาตพยาบาท พยายามที่จะทำร้ายชีวิตของพระพุทธเจ้าถึง ๓ ครั้ง แต่ก็ไม่สามารถทำสำเร็จได้ แม้เพียงแต่ทำให้พระพุทธเจ้าห้อเลือด ก็ยังทำให้พระ เทวทัตต์ต้องไปตกนรก ถึงแม้จะไม่ได้ฆ่าพระพุทธเจ้า

นี่แหละคือเหตุหรือเมล็ดพันธุ์ของภพชาติแต่ละชนิด ปรารถนาที่จะไปเกิดในภพไหนชาติ ไหน ก็ต้องดูเรื่องศีลธรรมเป็นหลัก ถ้ารักษาศีลธรรมได้ ก็จะไปเกิดในที่ดี สู้สุดติ ถึงแม้ จะต้องตายไปในชาตินี้ เพราะถูกคนอื่นปองร้าย แต่ไม่ป้องกันตน ไม่ไปฆ่าเขาเสียก่อน ยอมเสียชีวิตในชาตินี้ไป แต่สิ่งที่ไม่เสียก็คือศีลธรรม เมื่อตายไปแล้ว ก็จะได้กลับมาเกิด เป็นมนุษย์อีก เป็นเทพ เป็นพรหมได้อีก แต่ถ้าไปฆ่าเขาก่อน ก่อนที่เขาจะฆ่าเรา หลังจากที่อยู่ในโลกนี้ต่อไปอีกไม่กี่ปี เราก็ตายไปเหมือนกัน แต่จะต้องไปเกิดเป็น อสุรกาย อย่างนี้เป็นต้น การดำรงชีวิตของเรา จึงต้องยึดมั่นอยู่กับหลักศีลธรรม คือ พยายามรักษาศีลไว้ให้ได้ยิ่งกว่ารักษาชีวิต ถ้ารักษาศีลได้ยิ่งกว่ารักษาสิ่งอื่นแล้ว ผลตอบแทนที่จะได้รับในอนาคตนั้น จะดีกว่าผลตอบแทนที่เราจะได้ในระยะสั้นๆ คือ การรักษาชีวิตของเรา ซึ่งไม่ช้าก็เร็วก็ต้องตายไปด้วยกันทุกคน ด้วยเหตุใดเหตุหนึ่ง เกิด มาแล้วทุกคนหนีความตายไปไม่พ้น แต่อย่าเอาความตายมาเป็นเหตุให้ต้องไปทำบาปทำ กรรม แล้วส่งเราไปสู่อบายอีกครั้งหนึ่ง ขอให้รักษาศีลไว้ให้มั่น ไม่ว่าในกรณีใดทั้งสิ้น ถึงแม้จะอดข้าว อดปลา อดอยากขาดแคลน ทำมาหากินไม่สะดวก ก็อย่าไปยึดอาชีพอ่า ลัทธิตัดชีวิต ถึงแม้จะไม่ร่ำรวย เงินทองจะไม่พอใช้ กินอยู่แบบอดๆอยากๆก็ตาม แต่ถ้า ทำอาชีพสุจริต เช่นเป็นคนเก็บขยะ อย่างน้อยก็ยังรักษาศีลธรรมความดีงามไว้ได้ เมื่อ ตายไปก็就不用ไปเกิดในอบาย แต่ถ้ายอมสละศีล ทำมาหากินบนชีวิตของผู้อื่น ฆ่า ลัทธิตัดชีวิต ร่ำรวยขึ้นมาได้ เช่นเป็นชาวประมงออกไปหาปลา ทำมาหากินได้คล่อง มี เรือหลายลำ มีฐานะ มีเงินทองร่ำรวย ก็มีความสุขชั่วขณะที่อยู่ในโลกนี้เท่านั้น แต่เมื่อ ตายไป ก็จะต้องไปเกิดเป็นเดรัจฉาน ใช้เวรกรรมที่ได้สร้างไว้ในชาตินี้ต่อไป

ถ้ามองระยะไกลมันก็ไม่คุ้ม จะทำอะไรก็ได้เพื่อรักษาชีวิต เพื่อให้อยู่ได้ด้วยความสุข แต่ถ้ามองระยะไกล มองถึงภพชาติที่จะต้องตามมาต่อไปมันก็ไม่คุ้ม เพราะจะไม่ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ แต่ไปเกิดเป็นเดรัจฉาน มันไม่สุขไม่สบายเหมือนกับได้เกิดเป็นมนุษย์ เพราะไม่มีภพชาติใดที่จะดีเท่ากับการได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เพราะมนุษย์สามารถสะสมบุญบารมี ที่สูงสุดของชีวิตเลยก็เดียว นั่นก็คือได้เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระอรหันตสาวก ก็เกิดจากการรักษาศีลแล้วก็ปฏิบัติธรรมเท่านั้น ถึงจะเป็นเหตุที่จะทำให้ไปสู่ที่ดีที่งามได้ จึงขอให้เห็นคุณค่าของศีลธรรม คือศีลทั้ง ๕ ข้อนี้ว่า มีคุณค่ายิ่งกว่าสมบัติข้าวของเงินทองต่างๆในโลกนี้ เพราะสมบัติข้าวของเงินทองแท้จริงแล้ว มันก็ไม่มีคุณค่าอะไร เป็นเพียงวัตถุเท่านั้น ทองก็ขุดออกมาจากในดิน เพชรก็ขุดออกมาจากในดิน ถ้าเอาไปให้ไก่ให้ลิง มันก็ไม่สนใจ เพราะมันไม่รู้คุณค่าของเพชรของทอง แต่ถ้าให้กล้วยให้อาหาร มันกลับเห็นว่ามีคุณค่ากว่า เพราะว่าเพชรก็ดี ทองก็ดี เป็นสิ่งที่เราสะสมติดกันขึ้นมา แล้วก็หลงติดกับสิ่งที่ได้สะสมติดกัน ว่าเป็นของมีคุณค่า พร้อมทั้งจะฆ่า พร้อมทั้งจะรักษา ทั้งที่เป็นเพียงวัตถุชิ้นหนึ่งเท่านั้นเอง แต่สิ่งที่มีคุณค่าเรากลับทำลายเสีย นั่นก็คือศีลธรรมอันดีงาม ที่จะเป็นเหตุให้เราอยู่ในปัจจุบันด้วยความสงบสุข ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข และเมื่อตายไปก็จะได้ไปสู่สุคติ

แต่เพราะความหลง ความไม่รู้ที่ครอบงำจิตใจ ทำให้เราไม่เห็นคุณค่าอันประเสริฐของศีลธรรม กลับเห็นคุณค่าของวัตถุต่างๆ ว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่า ยิ่งกว่าศีลธรรม จึงทำให้เรามีความกลัวต่อบาป ไม่มีความกลัวบาป ไม่มี**หิริ โอตตปปะ** ไม่มีความอาย ไม่มีความกลัวบาป กล้าที่จะทำบาปเพื่อที่จะรักษาวัตถุข้าวของต่างๆที่มีอยู่ไว้ หรือแสวงหามาด้วยวิธีที่ไม่ชอบด้วยการเบียดเบียนผู้อื่น เพราะเห็นว่าสิ่งต่างๆที่ปรารถนา ไม่ว่าจะป็นวัตถุหรือบุคคลนั้น มีค่ายิ่งกว่าศีลธรรมอันดีงามนั่นเอง จึงทำให้กล้าที่จะฆ่าสัตว์ตัดชีวิต กล้าที่จะลักขโมย กล้าที่จะประพฤติดิถีประเวณี กล้าที่จะโกหกหลอกลวง กล้าที่จะเสพสุรายาเมา เพราะมองเพียงแต่ในระยะสั้นๆ คือภพนี้ชาตินี้เท่านั้น คิดว่าถ้ามีสมบัติข้าวของเงินทอง มีบุคคลที่ชอบมาครอบครอง จะอยู่ด้วยความสุข แต่นั่นเป็นความหลงผิด ความจริงแล้วเวลาได้อะไรมาด้วยความมิชอบ จะต้องมีความรู้สึกไม่สบายอกไม่สบายใจ มีความหวาดระแวง ว่าจะต้องถูกจับได้ในวันใดวันหนึ่ง นี่ก็ไม่ใช่เป็นความสุขแล้ว ถึงแม้

จะมีทรัพย์สินสมบัติครอบงำ แต่เวลาไปไหนมาไหนกลับมีแต่ความหวาดกลัว กลัวจะถูก
ผู้อื่นมาปล้นมาจี้ มาเอาคืนไป

นี่คือผลที่เกิดจากการกระทำผิดศีลธรรมในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ เมื่อตายไปซึ่งเป็นสิ่งที่เรา
ไม่รู้กัน เพราะไม่ได้ปฏิบัติธรรม ไม่มีญาณ ไม่มีปัญญาหยั่งทราบได้ว่า ตายไปแล้วยังมี
ภพชาติตามมามาก เมื่อตายไปแล้วยังต้องไปเกิดอีก เราไม่รู้กัน จึงกล้าทำบาปทำกรรมกัน
แต่ถ้ารู้ว่าเมื่อตายไปแล้ว ยังต้องไปเกิดอีก ถ้าทำบาปทำกรรมจะต้องไปเกิดในอบายทั้ง ๔
ถ้ารู้อย่างนี้แล้ว รับรองได้ว่าจะไม่มีการกล้าทำบาปทำกรรมกันโดยเด็ดขาด อย่างพระ
อริยบุคคลชั้นต้นคือพระโสดาบัน ท่านมีดวงตาเห็นธรรมแล้ว จิตของท่านได้หยั่งลงสู่
กระแสของความจริงที่เรียกว่า**อริยสัจ** ท่านรู้แล้วว่าจิตเป็นสิ่งที่ไม่ตาย เมื่อร่างกายแตก
สลายไปแล้ว จิตยังต้องไปเกิดใหม่อีก จะไปเกิดสูงต่ำก็อยู่ที่การกระทำที่ได้ทำไว้นั่นเอง
พระอริยบุคคลตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไปจึงไม่กล้าที่จะละเมิด คือไม่กล้ากระทำบาปโดย
เด็ดขาด จะรักษาศีลไว้ยิ่งกว่าชีวิต เพราะเห็นคุณค่าของศีลว่ามีคุณค่ายิ่งกว่าชีวิต ชีวิตนี้
ก็เป็นเพียง**ธาตุ ๕** มารวมกันอยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง ๘๐ ปี ๑๐๐ ปี ก็ต้องแยก ต้องแตก
สลาย กลับคืนสู่ที่เดิม **ดิน น้ำ ลม ไฟ** ก็ต้องกลับคืนสู่ดินน้ำลมไฟไป แต่**จิต**ก็ต้องถูก
กรรมส่งไปเกิดอีกต่อหนึ่ง กรรมดีก็ไปสู่ที่ดี ไปสู่**สุคติ** กรรมชั่วก็ต้องไปเกิดใน**ทุคติ** ไปสู่
อบายทั้ง ๔

นี่แหละคือเรื่องของพระอริยบุคคล กับเรื่องของปุถุชนอย่างพวกเราทั้งหลาย เรามีความ
มืดบอด ส่วนพระอริยเจ้าท่านมีความสว่าง มีดวงตาเห็นธรรม เรียกว่า**ธรรมจักษุ** เห็น
เรื่อง**เวียนวายตายเกิด** เรื่อง**กรรม** กรรมดีกรรมชั่ว เรื่อง**วิบาก**ที่ตามมาว่าจะเป็นอย่างไ
ท่านจึงหลีกเลี่ยงในการกระทำบาปทั้งปวง กระทำแต่ความดี จนในที่สุดจิตของท่านได้
หลุดพ้นจากการเวียนวายตายเกิด บรรลุเป็นพระพุทธรเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย
ในเบื้องต้นก็เกิดขึ้นจากการได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนอันประเสริฐของพระพุทธรเจ้า
และของพระอริยสาวกทั้งหลาย หลังจากได้ยินได้ฟังแล้วก็มีศรัทธาอ่อนเอาไปปฏิบัติ
ตามกำลังแห่งสติปัญญาความสามารถที่มีอยู่ จะมีมากมีน้อยก็พยายามปฏิบัติไปเรื่อยๆ
ถึงแม้จะไม่ได้มีดวงตาเห็นธรรมในภพนี้ชาตินี้ก็ตาม แต่เพราะศรัทธาที่มีความแน่วแน่

ติดฝังอยู่ในจิตใจ เมื่อไปเกิดภพหน้าชาติหน้าได้เป็นมนุษย์อีก ก็จะทำเพ็ญคุณงามความดีต่อไปอีก ตามที่เคยได้กระทำมา เคยปลูกฝังมาจนติดเป็นนิสัย

คนที่เคยทำบุญทำทานมาอยู่แล้ว เมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกก็จะมีนิสัยชอบทำบุญทำทาน คนที่ไม่เคยทำบุญทำทานมาก่อน เมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ก็จะไม่ค่อยชอบทำบุญทำทาน ไม่ชอบเข้าวัดเข้าวา แต่จะไปชอบทำในสิ่งที่ตนเองเคยชอบทำ ถ้าชอบเสพสุรายาเมา ก็จะไปเสพสุรายาเมา ชอบเล่นการพนันก็จะไปเล่นการพนัน เพราะเป็นสิ่งที่ปลูกฝังมา เราเรียกสิ่งเหล่านี้ว่ากรรมและวิบาก การกระทำในแต่ละอย่างนั้น ส่งผลให้เป็นวิบากเป็นนิสัยฝังอยู่ในจิตใจ ถ้าทำมากก็เรียกว่าสันดาน ถ้าทำมากแล้วก็แก้ยาก ถ้าทำน้อยก็ยังไม่แก้ง่าย ดังนั้นเมื่อได้มาเกิดในชาตินี้ มีบุญมีวาสนาได้มาพบพระพุทธศาสนา พบพระธรรมคำสอนอันประเสริฐที่สอนให้สร้างแต่กรรมดี ละเว้นการทำความชั่ว ให้ปฏิบัติธรรมชำระกิเลสตัณหาทั้งหลาย อันเป็นเหตุที่จะจุดลากผลักดันให้ไปก่อกรรมทำเข็ญ จึงควรมีศรัทธาความเชื่อแล้วปฏิบัติตาม ถ้าปฏิบัติตามได้มากน้อยเพียงไร สภาพจิตก็จะดีขึ้นมากน้อยเพียงนั้นตามไป จนในที่สุดถ้ามีบารมีอันแก่กล้า ก็จะสามารถชำระจิตให้สะอาดหมดจดได้ แม้ในภพนี้ชาตินี้ เมื่อสามารถทำได้ถึงขั้นนั้นแล้ว ก็จะไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป เป็นจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ เป็นจิตของพระอรหันต์ เมื่อไม่มีสิ่งแปลกปลอมที่ซ่อนเร้นอยู่ในจิต คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลาย ก็จะไม่มีความเชื่อเพลิงแห่งภพชาติหลงเหลืออยู่ ก็ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป จะสถิตอยู่ในพระนิพพานไปตลอดอนันตกาล เป็นบรมสุข **ปรมมังสุขัง**

นี่แหละคือสิ่งที่พวกเราทั้งหลายต้องเป็นผู้สร้างขึ้นมา พระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ไม่สามารถสร้างพระนิพพานให้กับพวกเราได้ ไม่สามารถจุดดึงพวกเราให้ไปสู่พระนิพพานได้ ไม่สามารถปฏิบัติแทนพวกเราได้ พวกเราต้องเป็นผู้ปฏิบัติเอง ดังในหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า **อัตตา หิ อัตโน นาโถ** ตนเป็นที่พึ่งของตน เป็นผู้ปฏิบัติ เป็นผู้กระทำเหตุคือ**กรรม** แล้ว**วิบาก**ก็จะเป็นผลที่จะตามมา เราจึงต้องปฏิบัติธรรมกัน ต้องทำบุญกัน ต้องรักษาศีลกัน ดังที่พวกเราทั้งหลายได้มาประพฤติปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมออย่างต่อเนื่อง เป็นการทำนุบำรุงจิต หรือต้นไม้อันหนึ่งให้เจริญงอกงาม ให้

ออกดอกออกผลตามที่ปรารถนากัน แต่ถ้ามีแต่ความเชื่อ มีแต่ความปรารถนา แต่มีความเกียจคร้าน ไม่เคยคิดที่จะทำบุญ ไม่เคยคิดที่จะรักษาศีล ไม่เคยคิดที่จะปฏิบัติธรรม มีแต่จุดอุปเพินกราบไหว้บูชาพระ แล้วก็อธิษฐานวิงวอนขอให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์จงดลบันดาลให้ได้สิ่งนั้นสิ่งนี้มา ถ้าทำอย่างนี้ไปตลอด ไม่ว่าจะภพกี่ชาติ ก็จะไม่สำเร็จประโยชน์ตามที่ต้องการ เพราะประโยชน์ที่ต้องการนั้น จะต้องเกิดจากการประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่ในทำนองคลองธรรม ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ นั่นก็คือให้ละการกระทำบาปทั้งปวงเสีย ให้กระทำกุศลทั้งหลายให้ถึงพร้อม และให้ชำระกิเลสตัณหาให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจเท่านั้น

นี่คือหน้าที่ของพวกเรา ถ้าปรารถนาความสุขความเจริญที่จะตามมา ตั้งแต่ความเป็นมนุษย์ เป็นเทพ เป็นพรหม จนไปถึงเป็นพระอริยเจ้า เป็นพระอรหันต์ เป็นพระพุทธเจ้า ก็ล้วนเกิดจากการปฏิบัติตามธรรมะ ๓ ข้อใหญ่ๆ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงมอบให้กับพุทธศาสนิกชนทั้งหลายไว้ปฏิบัติตาม ถ้าเป็นลูกศิษย์ที่แท้จริง เป็นสาวกที่แท้จริงของพระพุทธเจ้า ก็ต้องเชื่อฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ต้องมีศรัทธาที่แน่วแน่ มีความมั่นใจว่าสิ่งต่างๆที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ปฏิบัตินั้น เป็นสิ่งที่ถูกต้อง เป็นสิ่งที่มีผลตามมา ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ปฏิบัติไปแล้วไม่เกิดผลอะไรตามมา ต้องมีความมั่นใจ ให้ดูพระสาวกทั้งหลายเป็นตัวอย่าง ก่อนที่ท่านจะเป็นอรหันตสาวกได้ ท่านก็เป็นปุถุชนธรรมดาสามัญอย่างเราอย่างท่าน แต่พอท่านได้ยินได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า ก็เกิดศรัทธาอย่างแรงกล้า กล้าที่จะสลัดทุกอย่างทุกอย่าง เพื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จนชำระกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในใจให้หมดสิ้นไป กลายเป็นจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ขึ้นมา เป็นจิตที่เป็นพระนิพพานขึ้นมา กลายเป็นพระอรหันตสาวกขึ้นมา

พวกเราก็เป็นแบบเดียวกันกับพวกพระอรหันตสาวกทั้งหลาย เราก็เป็นปุถุชนเหมือนท่าน เราก็ได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสั่งสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าเช่นกัน ถ้ามีศรัทธาความเชื่อ แล้วนำไปปฏิบัติด้วยความซื่อสัตย์ซื่อ ด้วยความเข้มแข็ง ด้วยความอดทน ด้วยความกล้าหาญ กล้าที่จะเสียสละทุกอย่างทุกอย่าง เพื่อพระธรรมอันประเสริฐนี้แล้ว รับรองได้ว่าไม่ช้าก็เร็ว ก็จะได้บรรลุถึงธรรมขั้นสูงสุดเช่นกัน เหมือนกับพระอรหันตสาวก

ทั้งหลายที่ได้บรรลุถึงกัน เพราะการบรรลุธรรมนี้ไม่มีอะไรจะมาปิดกั้นได้ เพราะการบรรลุธรรมเกิดจากการปฏิบัติธรรมนั่นเอง เกิดจากการปฏิบัติธรรมตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า **ถ้ามีการปฏิบัติธรรมแล้ว ตราบนั้นพระอรหันต์จะไม่สิ้นจากโลกนี้ไป** นี่ก็คือคำตอบของพระพุทธเจ้าที่ทรงมีแก่ผู้ถามว่า เมื่อไหร่พระอรหันต์จะหมดสิ้นไปจากโลกนี้ ทรงตอบไปว่า ตราบใดที่ยังมีการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมอยู่ ตราบนั้นพระอรหันต์จะไม่หมดสิ้นไปจากโลกนี้ เวลาพระพุทธเจ้านิพพานนั้น ไม่ได้เอาความเป็นพระอรหันต์ไปด้วย แต่ทรงฝากไว้อยู่กับธรรมวินัยที่ทรงตรัสไว้ชอบแล้วเท่านั้น ถ้านำธรรมวินัยอันประเสริฐมาปฏิบัติตามแล้ว **อรหัตตผล** ย่อมเป็นสิ่งที่ไม่ไกลเกินเอื้อม ไม่สุดวิสัยของผู้ที่มีความเข้มแข็งกล้าหาญอดทน ที่จะปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างต่อเนื่องจนกว่าชีวิตจะหาไม่ หรือจนกว่าจะได้บรรลุถึงผลอันประเสริฐนั้น นี่แหละคือเรื่องของพวกเรา เราต้องเป็นผู้ปฏิบัติ ต้องเป็นที่พึ่งของตัวเอง ผู้อื่นปฏิบัติให้เราไม่ได้ ปฏิบัติแทนเราไม่ได้ แต่เราต้องปฏิบัติเองโดยอาศัยคำสอนของพระพุทธเจ้า และของพระอรหันตสาวกทั้งหลายเป็นแนวทาง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๒

สมมุติ

๘ พุทธจักายน ๒๕๔๖

วันเพ็ญเดือน ๑๒ เป็นวันที่มีกิจกรรมสำคัญอย่างหนึ่ง คือการลอยกระทง เป็นการบูชา
ธาตุน้ำ คือแม่น้ำทั้งหลายที่ให้อาศัยกับพวกเรา หลังจากวันลอยกระทงไปอีก ๑๖ วัน ก็จะเป็น
วันขึ้นปีใหม่ในทางจันทรคติ ถ้านับทางจันทรคติ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒ ก็จะเป็น
วันสุดท้ายของปี พออีก ๑ วันก็จะเป็นวันขึ้น ๑ ค่ำเดือนอ้าย เป็นเดือนที่ ๑ แต่เราไม่ได้
นับเป็นวันปีใหม่กัน เพราะวันปีใหม่หรือวันส่งท้ายปีเก่า นั้น ขึ้นอยู่ที่เราจะกำหนดกัน
ไม่ได้เป็นสิ่งที่ตายตัว ของทางฝรั่งเขาก็กำหนดวันที่ ๑ มกราคม เป็นวันขึ้นปีใหม่ วันที่
๓๑ ธันวาคมเป็นวันสุดท้ายของปี ส่วนของไทยเราก็กำหนดขึ้นวันปีใหม่ในวัน
สงกรานต์ ของคนจีนเขาก็กำหนดวันขึ้นปีใหม่ในวันตรุษจีน ดังนั้นความจริงที่เกี่ยวกับ
เรื่องวันขึ้นปีใหม่นั้นไม่ใช่เป็นความจริงที่ตายตัว เป็นความจริงที่**สมมุติ**กันขึ้นมา อย่าง
เดือน ๑๒ นี้ เราจะสมมุติว่าเป็นเดือน ๓ เดือน ๕ ก็ได้ สุดแต่เราจะกำหนดขึ้นมา
แล้วก็นับต่อไปจนครบ ๑๒ เดือน เหตุที่เรานับ ๑๒ เดือนเพราะ ๑๒ เดือนจะได้ ๑ ปี
พอดี เป็นเวลาที่โลกได้โคจรรอบดวงอาทิตย์ครบ ๑ รอบ หรือพระจันทร์ได้โคจรรอบ
โลก ๑๒ รอบด้วยกัน วันเวลาจึงเป็นสิ่งที่เรากำหนดกันขึ้นมา ตามการโคจรของดวง
จันทร์กับของโลก

แต่ในความเป็นจริงแล้ว วันเดือนปีเป็นสิ่งที่ถูกสมมุติกันขึ้นมาเท่านั้นเอง เราสามารถ
เปลี่ยนแปลงได้ ถ้ามีความเห็นพ้องต้องกัน เช่นต่อไปนี้จะให้วันที่ ๓๐ พุทธจักายนเป็น
วันส่งท้ายปีเก่าก็ได้ เพราะสมมุติไม่ใช่เป็นสิ่งที่ตายตัวนั่นเอง สิ่งที่ตายตัวก็คือการโคจร
ของดวงจันทร์กับของโลก เมื่อโลกโคจรรอบดวงอาทิตย์ได้ ๑ รอบก็เป็นเวลา ๑ ปี แต่
เวลาเริ่มต้นของปี เราจะกำหนดให้เริ่มที่ตรงไหนก็ได้ เหมือนกับวงกลม จะกำหนดจุด
ไหนเป็นจุดเริ่มต้นก็ได้ เอาทางด้านซ้ายของวงกลมเป็นจุดเริ่มต้นก็ได้ เอาทางด้านขวา

ด้านบน หรือด้านล่างของวงกลมให้เป็นจุดเริ่มต้น ก็กำหนดกันได้ นี่ก็คือความหมายของ**สมมุติ** คือเป็นสิ่งที่ถูกกำหนดขึ้นมา บนพื้นฐานของความเป็นจริงอีกทีหนึ่ง อย่างชีวิตของเราก็เป็นการสมมุติเช่นกัน เราถูกสมมุติให้เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรา เป็นเขา เป็นหญิง เป็นชาย บนพื้นฐานของ**กายกับใจ**นั่นเอง ไม่ว่าจะสัตว์หรือบุคคลย่อมมีกายและใจด้วยกันทั้งนั้น ถูกสมมุติกันไปตามลักษณะ เป็นเดรัจฉานก็มีลักษณะอย่างหนึ่ง เป็นมนุษย์ก็มีลักษณะอีกอย่างหนึ่ง เป็นหญิงเป็นชายก็มีลักษณะอีกอย่างหนึ่ง ล้วนเป็นสิ่งที่สมมุติกันขึ้นมาทั้งสิ้น บนพื้นฐานของความเป็นจริงคือกายกับใจ

ความจริงของกายกับใจเป็นอย่างไร ก็คือ**ธาตุ**นั่นเอง ร่างกายก็มาจากธาตุ ๔ **ดิน น้ำ ลม ไฟ** ส่วน**ใจ**ก็เป็น**ธาตุ** เมื่อรวมกันขึ้นมาก็กลายเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเรา เป็นเขา เป็นตัวเป็นตนขึ้นมา เหล่านี้เกิดขึ้นจากสมมุติที่ออกมาจาก**อวิชชา** ความไม่รู้จริงในธรรมชาติที่แท้จริงของสิ่งต่างๆที่ถูกสมมุติขึ้นมา จึงปรากฏตัวตนขึ้นมา มีเรา มีเขาขึ้นมา ในธาตุรู้นั้นแหละที่มีตัวไม่รู้้อยู่เรียกว่า**อวิชชา** หรือ**ความหลง** จึงเกิดปรากฏการสมมุติต่างๆขึ้นมา ถ้าในธาตุรู้ออกมีปัญญาขึ้นมา ก็จรรู้ทันสมมุติทั้งหลาย เช่นธาตุรู้ออก พระพุทธเจ้ากับของพระอรหันตสาวกทั้งหลาย เกิดปัญญาขึ้นมา สามารถแยกแยะสมมุติออกจากความจริงได้ ความจริงก็รู้ว่ามันเป็นแค่ธาตุทั้งห้านี้เท่านั้น ร่างกายก็มีดิน น้ำ ลม ไฟ ใจก็มีธาตุรู้ออก ธาตุรู้ออกเป็นผู้คิด มีความรู้สึก เป็นผู้สั่งการให้ร่างกาย คือธาตุทั้ง ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ มีการเคลื่อนไหวไปมา มีการกระทำสิ่งต่างๆ ในธาตุทั้ง ๕ นี้มีการเปลี่ยนแปลง มีการผันแปรอยู่ตลอดเวลา

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในธาตุ ๔ คือดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อรวมกันเป็นรูปร่าง เป็นร่างกายแล้ว ก็มีการเจริญเติบโต จนถึงจุดสูงสุด แล้วก็มีการเสื่อมลงกลายเป็นความ**แก่**ความ**ชรา** จนในที่สุดก็หยุดทำงาน เรียกว่า**ตาย** หลังจากนั้นก็แยกสลายจากกันไป ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ก็แยกกลับคืนสู่ที่ของเขา แต่ในใจในธาตุรู้ออกของบุคคลที่ยังมีความหลงอยู่ แม้ร่างกายจะตายไปแล้ว นอนอยู่ในโลง ก็ยังคิดว่าเป็นบุคคลอยู่ ยังคิดว่าเป็นนาย ก. นาย ข. อยู่ ทั้งๆที่ความจริงแล้วร่างนั้นก็เหมือนก้อนไม้ก้อนหินไปแล้ว เป็นเชื้อไฟที่รอให้มีการเผาผลาญ กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่านไป ความจริงของธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ เขาเป็นอย่างนั้น

แต่เนื่องจากใจที่มีวิชาความไม่รู้จริงครอบงำอยู่ จึงทำให้หลงติดอยู่กับสมมุติต่างๆ ว่า ชาติก่อนนี้เป็นบุคคลคนนี้ ชาติก่อนนั้นเป็นบุคคลคนนั้น แล้วก็มี ความหลงยึดติดกับ ชาติก่อนนั้นๆ ในยามที่เกิดการเปลี่ยนแปลงในชาติ เกิดการพลัดพรากจากชาติ ก็เกิด ความเศร้าโศกเสียใจ เกิดความทุกข์ขึ้นมา

แต่ถ้าชาติผู้รู้คือใจมีปัญญา ได้ศึกษาถึงความจริงของทั้งสมมุติ และความจริงของสิ่งที่ สมมุติตั้งอยู่ คือชาติทั้ง ๕ แล้ว ก็จะเข้าใจ จะสามารถอยู่เหนือการผันแปรของชาติได้ คือรู้ว่าโดยธรรมชาติของชาตินั้น เขาไม่อยู่นิ่งเฉย แต่ผันไปผันมา ไหลมารวมกันแล้วก็ แยกกันออกไป แม้ในขณะที่ร่างกายนี้ยังมีชีวิตอยู่ การไหลเข้าไหลออกของชาติก็ปรากฏ อยู่ทุกขณะ เช่นธาตุลมก็มีการหมุนเวียนไหลเข้าไหลออกอยู่ตลอดเวลา ชาตินั้นก็มีการ ไหลเข้าไหลออกอยู่ตลอดเวลา เช่นเวลาเรารับประทานอาหารหรือของเหลวเข้าไป สักครู่หนึ่ง ก็ต้องระบายขับถ่ายน้ำออกมา อาหารคือธาตุดินที่มีธาตุไฟแฝงอยู่ด้วย เมื่อรับประทานอาหาร เข้าไป ร่างกายก็มีความร้อนมีความอบอุ่น แล้วไม่นานธาตุดินกับธาตุไฟก็ถูกระบาย ออกมา ขับถ่ายออกมา นี่ก็คือเรื่องราวของความจริงของชีวิตเรา ชีวิตของเราที่แท้จริง ก็ คือการประกอบขึ้นของชาติทั้ง ๕ นั่นเอง คือธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ และธาตุที่ ๕ คือ ชาติผู้รู้ ก็คือใจนี่เอง เมื่อมารวมกันก็กลายเป็นมนุษย์บ้าง เป็นเดรัจฉานบ้าง ตามสมมุติ นิยม แต่ตามความเป็นจริงก็เป็นเพียงธาตุเท่านั้นเอง

ชาติผู้รู้ถ้าฉลาดก็จะสามารถปลีกตัวแยกตนออกจากชาติทั้ง ๔ ได้ คือดิน น้ำ ลม ไฟ รู้ว่า ร่างกายเป็นการรวมกันเข้ามาของชาติทั้ง ๔ แล้วในที่สุดชาติทั้ง ๔ ก็ต้องแยกทางกันไป ร่างกายก็จะหายไป ลองสังเกตดูคนที่ตายไปแล้ว เวลาเอาไปเผาก็ไม่มีอะไรเหลืออยู่ เหลือแต่เถ้าถ่านและเศษกระดูก ถ้าทิ้งต่อไปอีกสักกระยะหนึ่ง เศษกระดูกเหล่านั้นก็จะผุ เปื่อยกลายเป็นดินไป ถ้านำร่างกายของคนที่ตายไปแล้วไปฝังไว้ในดินก็จะกลายเป็นดิน ไปในที่สุด ความเป็นมนุษย์ ความเป็นเดรัจฉาน จึงไม่ได้หลงเหลือติดอยู่กับชาติเลย เพราะความจริงแล้ว ความเป็นเดรัจฉานหรือมนุษย์ก็เป็นเพียงการสมมุติขึ้นมาเท่านั้นเอง เป็นการรวมตัวของชาติทั้ง ๕ นี่เป็นเรื่องของชีวิตเรา ถ้าเราได้ศึกษาและทำความเข้าใจแล้ว ยามที่ชาติทั้ง ๔ เกิดการแตกแยกขึ้นมา ก็จะไม่มีความทุกข์ ความเศร้าโศก

เสียใจ อาลัยอาวรณ์ เพราะรู้ว่าสิ่งที่เราไปยึดไปติดว่าเป็นสัจธรรม เป็นบุคคล เป็นเพื่อน เป็นญาติ เป็นพี่น้องนั้น แท้จริงแล้วก็เพียงวัตถุเท่านั้นเอง เป็นวัตถุ ๔ ชนิด คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มารวมตัวกันขึ้นมา แล้วมีธาตุรู้มาเป็นผู้รับผิดชอบ เป็นผู้ครอบครอง

แต่ธาตุรู้ผู้ครอบครองธาตุทั้ง ๔ นั้น ไม่มีอำนาจที่จะไปบังคับให้ธาตุทั้ง ๔ เป็นไปตาม ความปรารถนาของธาตุรู้ได้ ธาตุรู้ที่ไม่รู้จริงก็จะหลงยึดติด จะมีความปรารถนาให้ธาตุ ทั้ง ๔ อยู่ไปนานๆ อยู่ไปอย่างปกติ ไม่ชำรุดทรุดโทรม ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ไม่พลัดพราก จากกัน แต่นี่เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ คือฝืนความเป็นจริงนั่นเอง เพราะความเป็นจริงก็ดังที่ ได้แสดงไว้แล้วว่า ธาตุทั้ง ๔ นั้นเขาไหลเวียนของเขาอยู่ตลอดเวลา แม้ในขณะนี้ก็มีการ ไหลเวียนเข้าออกของธาตุลม ของธาตุไฟ ธาตุน้ำ เช่นธาตุน้ำก็ระเหยออกจากร่างกาย เป็นเหงื่อออกไป เหล่านี้เราต้องศึกษาทำความเข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้ว จะได้ไม่หลงไปคิดว่า เป็นสัจธรรม เป็นบุคคล เป็นตัวเรา เป็นตัวเขา แท้จริงแล้วก็เป็นการไหลเวียนของธาตุทั้ง ๔ นั้นเอง ถ้าศึกษาปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติแล้ว ก็จะสามารถ อยู่เหนือการเปลี่ยนแปลงหมุนเวียนของธาตุทั้ง ๔ ได้ คือใจธาตุรู้จะมีปัญญาคอย ค้ำครองรักษา ไม่ให้ไปหลง ไปยึด ไปติดกับธาตุทั้ง ๔ เมื่อไม่หลงไม่ยึดไม่ติดแล้ว ธาตุ ทั้ง ๔ จะเป็นอย่างไรก็จะไม่ห่วงวุ่นวายใจ

ทุกวันนี้ที่มีความวุ่นวายใจกันอยู่ ก็อยู่ที่การดูแลรักษาธาตุทั้ง ๔ นี้เอง ตื่นขึ้นมาก็ต้องหา ธาตุมาเติมให้แล้ว คืออาหาร ต้องมีอาหาร มีข้าว มีน้ำ มีอะไรต่างๆมาคอยเยียวยา เพราะเวลาร่างกายขาดอาหารก็จะแสดงอาการหิวขึ้นมาให้รู้ แสดงว่าถึงเวลาต้องเติมธาตุ แล้ว ธาตุเหล่านี้ก็ไม่ได้ไหลมาหาเราเอง เป็นสิ่งที่เราต้องแสวงหากัน ชีวิตของเราจึงเป็น ชีวิตที่มีแต่การแสวงหาธาตุทั้ง ๔ เป็นพื้นฐาน นอกจากนั้นแล้วใจที่มีความหลงครอบงำ อยู่ ยังแสวงหาสิ่งต่างๆเพิ่มเติมขึ้นมาอีก ทั้งๆที่ไม่มีความจำเป็นต่อการอยู่อย่างสุขสบาย ของใจเลย แต่เนื่องจากมีความหลงอยู่ จึงเกิดความรู้สึกอยากในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ซึ่งก็เป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะของธาตุทั้ง ๔ นั้นเอง รูปที่ เราเห็นทั้งหมดก็เป็นรูปของธาตุทั้ง ๔ เสียงที่ได้ยินก็เป็นเสียงของธาตุทั้ง ๔ รส กลิ่น หรือ โผฏฐัพพะที่สัมผัสก็ล้วนเป็นธาตุทั้ง ๔ ทั้งสิ้น คือดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อผสมกันเข้า

มากี่มีรูปร่างลักษณะต่างๆ ศาลาหลังนี้ก็เป็นารผสมรวมกันของธาตุทั้ง ๔ ต้นไม่รอบ ศาลานี้ก็เป็นารผสมของธาตุทั้ง ๔ รกนดท์ที่จอดอยู่ด้านข้างๆของศาลา ก็เป็นการรวมกันของธาตุทั้ง ๔ ทั้งสิ้น ใจที่มีความหลง ก็คิดว่าถ้าได้สัมผัสธาตุทั้ง ๔ ในรูปแบบต่างๆของรูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะแล้ว ใจจะมีความสุข

แต่เนื้เป็นความเข้าใจผิด เพราะหลังจากที่ได้สัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะมาก น้อยเพียงไรแล้ว ใจก็ยังไม่มีความอิมความพออยู่นั้นเอง ความสุขที่ได้รับจากการสัมผัส ก็เป็นเพียงชั่วขณะที่ได้สัมผัสเท่านั้น เวลาที่ไม่ได้สัมผัสก็เกิดความทิวโหย เกิดความอยากที่จะสัมผัสอีก จึงทำให้ต้องมีการดิ้นรนชวนหาารูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะ คือธาตุทั้ง ๔ น้อยอยู่ตลอดเวลา เป็นเหมือนผู้ติดยาเสพติด คือติดในธาตุทั้ง ๔ นี้ ถ้าวันใดไม่ได้เสพ ไม่ได้สัมผัสธาตุทั้ง ๔ ในรูปแบบต่างๆ ของรูป ของเสียง ของกลิ่น ของรส ของโภฏฐัพพะแล้ว ก็จะมีคามรู้สึกหงุดหงิดใจ ไม่สบายอกไม่สบายใจ เพราะใจหลงติดอยู่กับสมมุติ หลงติดอยู่กับธาตุ ๔ โดยไม่รู้ความจริงของธรรมชาติของใจคือธาตุฐฐนี้ว่า จะมีความสุขยิ่งกว่า ถ้าไม่มีอะไรเข้ามาเกี่ยวข้องเลย ถ้าสามารถดับความอยากต่างๆที่มี อยู่ในใจในธาตุฐฐนี้ได้แล้ว ธาตุฐฐนี้ก็สงบตัวลง เมื่อมีความสงบตัวลง ก็จะเกิดความอิม เกิดความสุข เกิดความพอขึ้นมา

แต่เนื้เป็นสิ่งที่ปุฎุชนอย่างเราอย่างท่านจะไม่มีโอกาสได้รู้เลย เพราะถูกอำนาจของความหลง ความไม่รู้ครอบงำอยู่ตลอดเวลา เปรียบเหมือนกับคนที่อยู่ในที่มีดหรือคนที่ตาบอด จะไม่มีโอกาสที่จะเห็นแสงสว่าง เห็นสิ่งต่างๆที่เห็นได้ด้วยสายตาเลย ฉันทใจที่ถูกโมหะ อวิชชาครอบงำอยู่ก็เป็นเช่นนั้น จะหลงอยู่กับสิ่งต่างๆ เช่นรูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะ หลงอยู่กับธาตุทั้ง ๔ คือร่างกายนี้และสิ่งต่างๆที่ประกอบกันขึ้นมาจากธาตุ ๔ ที่สร้าง ความสุขชั่วขณะหนึ่งให้กับใจเท่านั้นเอง แต่ถ้าเกิดมาแล้วโชคดี ได้มาเจอคำสอนของ พระพุทธเจ้า ก็ถือว่าเป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่ง เพราะนานๆจะมีคนอย่างพระพุทธเจ้า ปรากฏขึ้นมาในโลกสักครั้งหนึ่ง เป็นผู้มีความเฉลียวฉลาด ไม่ยอมรับความหลงความไม่รู้ที่ปรากฏอยู่ภายในใจ ให้มีอำนาจสั่งการให้ไปหาความสุขจากธาตุทั้ง ๔ คือเมื่อได้ไปสัมผัสความสุขจากธาตุทั้ง ๔ แล้ว ก็รู้ว่าเป็นความสุขที่ไม่ถาวรนั่นเอง จึงเกิดมีความ

ปรารถนาอยากจะทำความสุขที่ไม่ใช่เป็นแบบนี้ มีไหม ความสุขที่ไม่ต้องพึ่งธาตุทั้ง ๔ นี้ ไม่มีร่างกายนี้แล้วมีความสุขได้ไหม ไม่มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะแล้ว จะมีความสุขได้ไหม

นี่เป็นโจทย์ที่คนฉลาดอย่างพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย จะริเริ่มคิดขึ้นมา เมื่อคิดขึ้นมาแล้วก็มี การแสวงหาการศึกษา พระพุทธเจ้าก็ทรงศึกษาจากนักบวชที่แสวงหาทางเดียวกัน เหมือนกัน แต่ก็แสวงหาได้ในเพียงระดับหนึ่งเท่านั้น คือสามารถควบคุมจิตใจให้สงบได้ เป็นครึ่งเป็นคราว เช่นเวลานั่งสมาธิแล้วจิตรวมลงเกิดฌานขึ้นมา ขณะนั้นจิตก็มีความสุข สงบนิ่ง มีความสุข มีความอิม มีความพอ แต่ก็มีความสุขชั่วในขณะที่อยู่ในฌาน อยู่ในสมาธินั้น แต่หลังจากที่ออกจากสมาธินั้นแล้ว จิตก็จะปรุ่งแต่ง มีความคิด แล้วก็มี ความอยากตามมา เห็นสิ่งนั้นที่ถูกลอกถูกใจก็อยากจะได้ เห็นสิ่งไหนที่ไม่ชอบอกชอบใจ ก็อยากจะบดให้พังไป ก็กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา ความสุขที่ได้จากการสัมผัสในสมาธิ ก็หมดไป เพราะเป็นอดีตไปแล้ว ในปัจจุบันจิตก็ยังทุกข์กับความรักความชังอยู่ นี่คือ เรื่องของนักบวชในสมัยที่พระพุทธเจ้าทรงออกแสวงหา หากคำตอบของความสุขที่แท้จริง ว่าอยู่ที่ไหน ก็ได้เพียงในระดับหนึ่ง คือรู้ว่าถ้าทำจิตให้สงบเป็นสมาธิก็มีความสุข แต่ เป็นความสุขที่ไม่ถาวรอยู่นั่นเอง

แล้วจะทำอย่างไร จึงทำให้จิตมีความสุขได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องเข้าไปอยู่ในสมาธิ นี่ก็ คือโจทย์ที่พระโพธิสัตว์ต้องศึกษาต่อไป และหลังจากที่ได้ศึกษาไป พิจารณาไป ก็เกิด ความเข้าใจขึ้นมาว่า ปัญหาทั้งหมดนั้นเกิดขึ้นจากความไม่เข้าใจในสิ่งต่างๆที่ได้สัมผัส ผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กายนัย ล้วนเป็นธาตุทั้ง ๔ ทั้งสิ้น ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มี ตัวตน และธาตุรู้ผู้สัมผัสธาตุทั้ง ๔ นี้ ก็ไม่ใช่ตัวตนเช่นกัน เป็นเพียงธาตุอย่างหนึ่ง เหมือนกับธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุรู้ในความเป็นจริงก็ไม่มีตัวตนเหมือนกัน นี่คือคำตอบ ที่พระโพธิสัตว์ได้ค้นพบ หลังจากได้บำเพ็ญภาวนาพิจารณาสິงต่างๆที่มาเกี่ยวข้องกับจิต แล้วก็สรุปเห็นว่า **สัพเพ ธัมมา อนัตตา** ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ไม่มีตัวตน เป็นธาตุ ทั้งสิ้น เป็นดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นธาตุรู้ ถ้ารู้อย่างนี้แล้วก็ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่อยากจะไปเสพ ไม่อยากจะได้มาครอบครอง เพราะรู้ว่าไม่สามารถครอบครองสิ่งต่างๆ

ได้ ครอบครองได้ก็เป็นเพียงชั่วเวลาหนึ่งเท่านั้นเอง เช่นธาตุ ๔ ที่รวมกันเป็นร่างกายนี้ ก็มีอายุขัยไม่เกิน ๘๐ ปี ๑๐๐ ปีก็ต้องแยกสลายออกไปจากไป สมบัติข้าวของเงินทอง หรือบุคคลต่างๆ ก็เป็นธาตุ ๔ ที่ถูกรวมครอบครองอยู่ ก็ต้องแตกสลาย แยกกันไปหมดไป เช่นกัน

ถ้าฝากความสุขไว้กับสิ่งเหล่านี้ เมื่อถึงเวลาที่เกิดการแตกสลาย เกิดการจากกันไป ก็ต้องเกิดความเสียใจ เกิดความทุกข์ขึ้นมา แต่ถ้าไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งเหล่านี้ เพราะรู้ว่าเมื่อไม่ยึดไม่ติด เมื่อปล่อยวางแล้ว กลับมีความสุขยิ่งกว่า เพราะใจรวมตัวลงเข้าสู่ความสงบ เป็นความนิ่งนิ่งเองอยู่ภายในใจ โดยที่ไม่ต้องนั่งทำสมาธิก็ได้ สังเกตดูในชีวิตของเรา ในบางครั้งบางคราว เวลาจิตใจของเราเกิดความวุ่นวุ่นขึ้นมา เพราะมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องหนึ่งเรื่องใด ถ้าเกิดมีปัญญาขึ้นมา ปลงตก ตัดสินใจไม่ไปหวังกับสิ่งที่กำลังวุ่นวายใจด้วย คือสิ่งนั้นจะอยู่จะไป จะเป็นอย่างไร ก็ไม่สนใจเสียแล้ว ช่างหัวมัน ถ้าตัดสินใจได้อย่างนั้น ใจก็จะถอนจากความวุ่นวายทันที ถอนจากเรื่องราวที่ไปยุ่งเกี่ยว ไปกังวลทันที เมื่อตัดใจได้แล้ว ใจก็จะดึงลงเข้าสู่ความสงบทันที จะรู้สึกโล่งใจ รู้สึกสบายใจ

ในชีวิตของเรา บางครั้งบางคราวเชื่อว่าเราก็คงเคยได้สัมผัสกัน ความโล่งอกโล่งใจ หลังจากทีปลงได้แล้ว ตัดได้แล้ว ช่างมัน จะไปก็ไป จะไม่ได้ ก็ไม่เดือดร้อน บางทีอยากจะได้สิ่งหนึ่งสิ่งใด พยายามอย่างเต็มที่ ลุ้นอย่างเต็มที่ จนแทบจะหัวใจวายไปกับการลุ้น แต่ในที่สุดก็เกิดปัญญาขึ้นมาว่า เรากำลังทุกข์ กำลังวุ่นวายใจกับเรื่องเหล่านี้ไปทำไม ไม่มีเราก็อยู่ได้ พอดคิดอย่างนี้ได้ ก็ตัดสินใจไม่สนใจแล้ว จะมาหรือไม่มา จะได้หรือไม่ได้ ก็ไม่สนใจ ในขณะที่ความวุ่นวายใจก็จะหายไป เพราะจิตได้ถอน ได้ปล่อยวาง ความยึดมั่น ปล่อยวางความอยากความต้องการสิ่งเหล่านั้นไปนั่นเอง แล้วจิตก็จะสบาย มีความสุขทั้งๆที่ไม่ได้สิ่งนั้นมา แต่กลับมีความสุขยิ่งกว่าอีก เพราะถ้าได้สิ่งนั้นมาแล้ว ก็ยังต้องกังวล ต้องคอยดูแลรักษา กังวลว่าจะจากไปเมื่อไร เพราะโดยธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน เดียวก็ต้องจากไปอยู่ดีนั่นเอง นี่แหละคือการทำ ความเข้าใจ ถึงความสุขที่แท้จริงว่าอยู่ที่ไหน

ถ้าเป็นคนช่างสังเกต คอยดูความรู้สึกที่มีอยู่ภายในใจ จะเห็นว่าความวุ่นวายใจนั้น เกิดขึ้นจากใจไปเกี่ยวข้องกับ ไปยึดไปติดกับเรื่องราวต่างๆ ทั้งหลายภายนอกนั่นเอง ถ้าสามารถตัดความเกี่ยวข้องไปได้มากน้อยเพียงไร ความสงบภายในใจก็จะมีมากน้อยเพียงนั้น นี่แหละจึงเป็นสาเหตุว่า ทำไมคนเราแม้จะเป็นกษัตริย์ เป็นมหาเศรษฐี ก็ยังสามารถสละฐานะของตนได้ สละความเป็นกษัตริย์ สละความเป็นมหาเศรษฐี แล้วออกมาอยู่แบบคนไม่มีอะไร อย่างนักบวชทั้งหลายที่อยู่กันในสมัยพุทธกาล มีมากที่เป็นกษัตริย์เป็นเศรษฐี ที่หลังจากได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้รู้ซึ่งถึงความสุขที่แท้จริงว่าอยู่ที่ไหนแล้ว ก็มีพลังจิตที่จะกล้าสละสิ่งต่างๆที่มีอยู่ เพื่อความสุขที่แท้จริง ที่เกิดจากความสงบของจิตใจ จิตใจจะสงบได้ก็ต้องตัดความเกี่ยวข้องกับเรื่องราวต่างๆทั้งสิ้น ให้หมดไปนั่นเอง ถ้ามาบวชแล้วแต่ยังรักษาฐานะของตนอยู่ ยังมีบริษัท ยังมีกิจการอยู่ ทุกวันยังมีลูกน้องมาติดต่อขอรับฟังคำสั่งอยู่ รับรองได้ว่าบวชแบบนั้นจะไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะจิตใจยังมีความเกี่ยวข้องกับเรื่องราวต่างๆภายนอกอยู่ จิตใจยังต้องมีความวุ่นวุ่นนั้นมันไม่มีความสุข จึงต้องตัดทุกสิ่งทุกอย่างให้หมดไปจากใจ ถ้าต้องการความสงบสุข การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๓

อสรพิษ

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

วันนี้ได้มีคณะศิษย์กรรมฐานของพุทธสมาคม ในพระบรมราชูปถัมภ์ มาร่วมกันปฏิบัติธรรม ขัดเกลาจิตใจ สะสมบุญบารมีที่ประเสริฐ อันเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุขและความเจริญอย่างแท้จริง เนื่องจากชีวิตที่ได้ผ่านทางโลกมาพอสมควรแล้ว ได้สัมผัสกับเรื่องราวต่างๆทางโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องของ **ลาม ยศ สรรเสริญ สุข**ทั้งหลาย ก็ได้สัมผัสมาพอสมควร ได้เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของ ลาม ยศ สรรเสริญ สุขว่า ไม่ได้เป็นความสุขที่แท้จริง เพราะเป็นไตรลักษณ์ **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** มีความไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีความทุกข์ถ้าไปยึดไปติด เป็นอนัตตาปราศจากตัวตน ไม่มีใครเป็นเจ้าของ ไม่มีใครสามารถควบคุมบังคับให้เป็นไปตามความปรารถนาได้ ถ้าไม่รู้ แล้วไปหลงยึดติดอยู่กับลาม ยศ สรรเสริญ สุข ยามที่เกิดการเสื่อม เกิดการพลัดพรากจากลาม ยศ สรรเสริญ สุข ก็จะต้องมีความทุกข์อย่างแสนสาหัส เหล่านี้เชื่อว่าทุกๆท่านที่ได้อยู่ในโลกนี้มาพอสมควรแล้ว ย่อมได้สัมผัส ได้เห็นแล้วว่าลาม ยศ สรรเสริญ สุข โดยแท้จริงแล้วหาเป็นสุขไม่ แต่เป็นทุกข์ ทุกข์เพราะอนิจจัง ทุกขัง อนัตตานั่นเอง

เมื่อได้มาสัมผัส ได้พบกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ได้ทรงสั่งสอนถึงความสุขที่แท้จริง คือความสงบสุขของจิตใจ ก็ทำให้เกิด**ศรัทธา** ความเชื่อ เกิด**ฉันทะ** ความพอใจที่จะปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้ปฏิบัติมา เพราะว่าพระพุทธเจ้าก็ดี หรือพระอรหันตสาวกทั้งหลายก็ดี ก็เคยเป็นเหมือนพวกเรามาก่อน คือเป็นปุถุชนธรรมดา เกิดมาในโลกก็อยู่ในท่ามกลางลาม ยศ สรรเสริญ สุข แต่หลังจากได้สัมผัสกับลาม ยศ สรรเสริญ สุข ระยะเวลาหนึ่งแล้ว ก็เริ่มเห็นว่าไม่ได้เป็นสิ่งที่น่าพึงพอใจเลย เพราะมีแต่จะนำความวุ่นวาย ความกังวล ความว้าวุ่นวุ่นมาอยู่เสมอ เพราะโดยธรรมชาติของลาม ยศ สรรเสริญ สุขนั้น เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอนนั่นเอง วันนี้มีลาม

พรุ่งนี้ก็อาจจะเลื่อนมาได้ วันนี้มียศพรุ่งนี้ก็อาจจะเลื่อนยศได้ วันนี้มีสรรเสริญพรุ่งนี้ก็อาจจะมึนหนาท่าได้ วันนี้มีสุขพรุ่งนี้ก็อาจจะมึนหนาท่าได้ ถ้าไม่ฉลาด ไปหลงยึดติดอยู่กับลาภยศ สรรเสริญ สุข เวลาเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นมา พลิกหน้ามือเป็นหลังมือแล้ว ก็จะได้รับสภาพนั้นไม่ได้

ดังที่เราเห็นกันอยู่ในโลกนี้ คนที่ต้องประสบกับความสูญเสียในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นั้น มีความทุกข์แสนสาหัส บางคนไม่สามารถทนอยู่ในโลกต่อไปได้ ถึงกับต้องทำร้ายชีวิตของตนเอง เพราะคิดว่าชีวิตนี้ไม่มีความหมายแล้ว เพราะจะมีแต่ความทุกข์อยู่อย่างเดียวเท่านั้น นี่เป็นเพราะว่าไม่เคยได้ยินได้ฟัง พระธรรมคำสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้า ที่ทรงชี้ให้เห็นถึงความสุขที่แท้จริง ในท่ามกลางโลกของความทุกข์นี้ว่ายังมีความสุขอยู่ สามารถมีความสุขที่อยู่เหนือความทุกข์แห่งลาภ ยศ สรรเสริญ สุขได้ ถ้ารู้จักวิธีดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง ปฏิบัติทางกาย วาจา ใจให้เป็นไป เพื่อเป็นเหตุที่จะสร้างความสุขนี้ให้ปรากฏขึ้นมา เมื่อได้รับความสุขนี้แล้วจะเป็นความสุขที่พอ ไม่มีความหิวกระหายตามมา ไม่เหมือนกับความสุขที่ได้สัมผัสในทางโลก ไม่ว่าจะป็นรูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พะชนิดใดก็ตาม เวลาที่ได้สัมผัสก็มีความสุข มีความสบายใจ ถ้าไม่ได้สัมผัสก็จะเกิดความว่าเหว่ อยากจะเสพสัมผัสอีก เพราะโดยธรรมชาติของลาภ ยศ สรรเสริญ สุข รูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พะนั้น ล้วนเป็นของที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอนนั่นเอง ไม่สามารถให้ความอึดความพอกกับผู้เสพ จำต้องแสวงหาใหม่อยู่ตลอดเวลา

แต่สภาพของร่างกายคือชีวิตก็เป็นของที่ไม่เที่ยงเช่นกัน เป็นอนัตตาเช่นกัน คือไม่อยู่ในการควบคุมของผู้หนึ่งผู้ใด ไม่มีตัวตนในร่างกาย ร่างกายก็ต้องดำเนินไปตาม**วัฏจักร**ของเขา คือวัฏจักรแห่งการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่มีใครสามารถที่จะไปหยุดยั้งได้ และเมื่อร่างกายเข้าสู่สภาพชรา เข้าสู่สภาพของความเจ็บไข้ได้ป่วย ความสุขที่จะต้องแสวงหาด้วยร่างกาย ก็จะเป็นไปด้วยความยากลำบาก ทำให้ไม่สามารถหาความสุขได้ เหมือนกับตอนที่ยังเป็นหนุ่มเป็นสาว ยังไม่มีความเจ็บไข้ได้ป่วย ผู้ฉลาดที่เห็นสภาพของร่างกายนี้จะต้องเป็นอย่างนี้แล้ว แม้สภาพของตนเองยังไม่ได้เป็นก็ตาม แต่ก็รู้ยู่่ว่าไม่ช้าก็เร็วจะต้องเดินทางไปถึงจุดนั้นเหมือนกัน จึงเริ่มคิดหาทางออก คือหาทางที่ไม่ต้องพึ่งพา

อาศัยร่างกายเป็นเครื่องมือให้ความสุข ไม่ต้องการพึ่งพาอาศัยตา หู จมูก ลิ้น ภายให้ เป็นเครื่องมือหาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย เพราะเริ่มเห็นด้วย ปัญญาแล้วว่า ลาก ยศ สรรเสริญ สุขก็ดี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลายก็ดีนั้น หาเป็นความสุขไม่ เป็นความทุกข์ต่างหาก

เพียงแต่เมื่อก่อนนี้ถูกโมหะความหลง **อวิชา**ความไม่รู้ในธรรมชาติของสิ่งเหล่านี้ ผลักดันให้จิตใจเกิดความอยากต่างๆกับสิ่งเหล่านี้ ทำให้หลงยึดติดอยู่กับสิ่งเหล่านี้ เพราะยามที่ได้ใส่ไฟได้สัมผัสก็มีความสุข มีความสบายใจ แต่หารู้ไม่ว่าเป็นความสุขความ สบายใจของยาเสพติดนั้นแหละ ผู้ใดก็ตามถ้าไปหลงไปติดกับยาเสพติดแล้ว ย่อมต้อง ติดแบบถอนตัวไม่ขึ้น ยาเสพติดนี้เราก็ทราบอยู่ว่า ไม่มีความจำเป็นที่ต้องไปเสพเลย ชีวิตของเราก็อยู่ได้ มีความสุขได้ แต่คนโง่เขลาเบาปัญญา กลับหลงไปเห็นว่า ยาเสพติด เป็นสิ่งที่ให้ความสุขกับตน จึงหลงไปเสพเข้า เมื่อเสพเข้าไปแล้ว ก็เกิดความยึดติด ต้อง เสพอยู่เรื่อยๆ วันใดเวลาใดไม่ได้เสพยา ก็จะมีอาการหงุดหงิด มีอาการคลื่น มี อาการบ้ำขึ้นมา จนทำให้ไม่สามารถอยู่ได้ ถ้าไม่ได้ยาเสพติดนั้นมาเป็นเครื่องให้ความสุข นี้ก็เกิดจากความโง่เขลาเบาปัญญา ที่ไปทดลองเสพจนติดขึ้นมา คนฉลาดถ้าเห็น ตัวอย่างของคนที่ติดยาเสพติดแล้ว ย่อมเห็นว่าเป็นเหมือนกับ**อสรพิษ** ไม่ควรที่จะเข้าไป โกล้อ่างเด็ดขาด

ถึงแม้ว่าอสรพิษในขณะที่เราเห็นอยู่นั้นจะสงบนิ่งอยู่ ไม่แสดงกิริยาอาการดุร้ายขึ้นมาให้ เห็นก็ตาม แต่เรารู้้อยู่ว่า ถ้าหากถูกอสรพิษกัดเข้า พิษของเขาสามารถทำร้ายชีวิตของ เราได้ สิ่งเสพติดก็เป็นเช่นนั้น เช่นเดียวกับลาก ยศ สรรเสริญ สุข และรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ก็เป็นเหมือนกับอสรพิษนั้นแหละ เพียงแต่ว่าบุุณชน ธรรมดาสามัญอย่างเราอย่างท่านทั้งหลายนั้น ไม่มีปัญญาเหมือนพระพุทธเจ้าและพระ อรหันตสาวกทั้งหลาย จึงทำให้เราไม่เห็นความเป็น**อสรพิษ**ของลาก ยศ สรรเสริญ สุข ของรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชีวิตของพวกเราจึงใช้เวลาทั้งหมดทุ่มเทไปกับการหา ความสุขจากลาก ยศ สรรเสริญ สุข จากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ โดยไม่รู้สึกรู้ตัว

เลยว่า ถูกความทุกข์ครอบงำอยู่ตลอดเวลา ทุกข์ที่เกิดจากการแสวงหา ทุกข์ที่เกิดจากการรักษา ทุกข์ที่เกิดจากการพลัดพรากจากสิ่งเหล่านี้ไป

เพราะโมหะอวิชชาจะไม่ให้เราเห็นสิ่งเหล่านี้ จะให้เห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ของสัตว์ทั้งหลาย เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องเสพลีสิ่งเหล่านี้ ต้องมีลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ต้องเสพลี รูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พะพะเป็นธรรมดา จิตใจก็เลยต้องวนเวียนอยู่ภายใต้อำนาจของความหลงนี้ ผลักดันให้ไปแสวงหาความทุกข์ไม่รู้จักจบจักสิ้น นานๆที่จะได้มีคนฉลาดอย่างพระพุทธเจ้า ที่สามารถมองเห็นทะลุผ่านหมอกของโมหะความหลงนี้ได้ ทำให้เห็นสภาพความเป็นจริงของรูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พะพะ ของลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ว่าล้วนเป็นความทุกข์ทั้งสิ้น เป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาเลย เป็นเหมือน**อสรพิษ** และทรงรู้ทรงเห็นถึงความสุขอันแท้จริงที่มีอยู่ในจิตใจของเราแล้ว เพียงแต่รอโอกาสให้ได้แสดงออกมาเท่านั้นเอง ขณะนี้ความสุขของปุถุชนส่วนใหญ่ ที่มีอยู่ในจิตคือความสงบนั้น ยังไม่ปรากฏขึ้นมา ก็เป็นเพราะว่าปุถุชนทั้งหลายไม่เคยให้ความสนใจในการทำจิตให้สงบนั้นเอง มัวแต่ใช้จิตไปทำสิ่งต่างๆในการแสวงหาความสุขจากสิ่งภายนอก หาลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หารูป เสียง กลิ่น รส โภกฐิ์พะพะมาเสพลี จนทำให้จิตไม่มีโอกาสได้สงบตัวนิ่งเลย แม้แต่วินาทีเดียว

ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากความสงบนิ่งของจิต จึงไม่เคยปรากฏให้เห็นเลย ทำให้ไม่รู้ว่าคุณสุขที่แท้จริงนั้นมีอยู่ในตัวของเราแล้ว ต้องมีคนอย่างพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายที่ได้ปฏิบัติจิต ได้ทำจิตใจให้สงบแล้ว ชำระเหตุที่ทำให้จิตมีแต่ความวุ่นวาย ให้หมดออกไปจากจิตจากใจ เหลือแต่ความบริสุทธิ์สะอาดของจิต แล้วก็จะเห็นถึงความสุขอันประเสริฐที่เรียกว่าบรมสุข **ปรมมัง สุขัง** ความสุขของพระ**นิพพาน** คือจิตที่สิ้นจาก**ความโลภ ความโกรธ ความหลง** ท่านเหล่านี้ได้สัมผัสได้เห็นแล้ว ถึงความสุขอันประเสริฐนี้ จึงได้นำมาประกาศเผยแผ่ให้กับปุถุชนผู้ยังมีความมืดบอด มีโมหะความหลง มีอวิชชาความไม่รู้จริงในสภาพธรรมชาติของสิ่งต่างๆรอบตัว เมื่อได้ประกาศแล้ว ถ้าปุถุชนคนใดได้ยินได้ฟังแล้วเกิดปัญญา คือเห็นพ้องตามที่ท่านทั้งหลายได้แสดงไว้ ก็จะเกิดมีความกล้าหาญขึ้นมา เกิดศรัทธาที่จะกล้าต่อสู้กับการยึดติดอยู่กับ

ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ยึดติดอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ พยายามตัด พยายามลดละให้ห้อยลงไป

สิ่งที่ท่านทั้งหลายได้มาปฏิบัติกันในวันนี้ แทนที่จะไปเที่ยวหาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เช่นไปดูหนังดูละคร ฟังเพลง ไปเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ กลับมาที่วัดกัน มาสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่ให้ไปดู ไม่ให้ไปฟังสิ่งต่างๆ ที่เคยดูเคยฟังมา แล้วก็ สร้างความทิว สร้างความกระหายให้ไม่รู้จักจบจักสิ้น ตอนนี้จะมาฝึกจิตไม่ให้ไปยึดไป ติด ไปอาศัยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นเครื่องบันเทิง เป็นเครื่องบำรุงบำเรอ จิตใจ แต่จะหันมาทำจิตใจให้สงบด้วยการเจริญ**สติ** เพราะเมื่อมีสติแล้ว จิตจะไม่สามารถไปคิดเรื่องราวต่างๆ ได้ ถ้าจิตไม่คิดเรื่องราวต่างๆ ลักพักหนึ่งจิตก็จะสงบตัวลง **รวมลงเป็นหนึ่ง** เวลาที่จิตรวมลง จิตจะขาดจากความคิดปรุงแต่งต่างๆ ที่มีอยู่ภายในจิต รวมลงนิ่งสงบอยู่เป็น**เอกัคคตารมณ์** เหลืออยู่แต่**สักแต่ว่ารู้** นี่คือธรรมชาติของจิตเมื่อ อยู่ตามลำพัง **จิตคือตัวรู้** แต่เมื่อจิตเริ่มคิดเริ่มปรุงก็จะมี**สังขาร** ความคิดปรุงแต่ง มี **เวทนา** ความรู้สึกสุขทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ปรากฏขึ้นมาภายในจิต ถ้าจิตไม่รู้ทัน ก็จะถูก ทุกข์สุขของเวทนาเป็นตัวผลักดันให้ไปทำสิ่งต่างๆ เช่นเวลาที่มีความ**ทุกข์**ไม่สบายใจ ก็ ต้องการวิธีดับทุกข์กัน ซึ่งส่วนใหญ่ถ้าไม่รู้จักวิธีดับทุกข์ที่ถูกต้อง ก็ระดับทุกข์แบบที่เคย ทำกัน เช่นออกไปหาความสุขกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะชนิดต่างๆ

แต่นี้ไม่ใช่เป็นวิธีดับทุกข์ที่แท้จริง เพราะว่าทุกข์ที่จะดับได้อย่างแท้จริงนั้นต้องใช้**ปัญญา** ต้องรู้ว่าเวทนาที่ปรากฏขึ้นมาภายในจิตนั้น ไม่ว่าจะสุขก็ดีเป็นทุกข์ก็ดี ไม่สุขไม่ทุกข์ ก็ดี ก็เป็นเพียงสภาวะธรรมอันหนึ่ง เป็น**ไตรลักษณ์**เหมือนกัน คือเป็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** มีเหตุมีปัจจัยที่ทำให้ปรากฏขึ้นมา ตั้งอยู่ได้สักระยะหนึ่งก็หมดไปเปลี่ยนไป ใน จิตของเราในวันๆหนึ่งนี้ เราจะสังเกตได้ว่า มีความรู้สึกคือเวทนานี้เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา อยู่เรื่อย เดียวก็ดีใจเดี๋ยวก็เสียใจ เดียวก็เฉยๆ สลับกันไป จิตของผู้ที่ไม่ได้รับการ ฝึกฝนอบรม ก็จะต้องกลิ้งไปกลิ้งมา ตามสภาพของอารมณ์นั้นๆ เวลาเกิดทุกข์เวทนา ขึ้นมาก็เกิดความไม่พอใจไม่พอใจ เกิดความดิ้นรนกวัดแกว่ง ที่จะหนีให้พ้นจาก ทุกขเวทนานั้น เวลาเกิดสุขเวทนาขึ้นมาก็มีความยินดี คืออกดีใจ คราวเอาเวทนานั้นมา

ครอบมาครอบงำ แล้วก็อยากให้สุขเวทนานั้นอยู่กับตนไปนานๆ แต่หาว่าไม่ไม่สามารถที่จะไปควบคุมบังคับได้ เพราะโดยธรรมชาติของเวทนานั้น ก็เป็นอนัตตาเช่นกัน คือไม่มีใครเป็นเจ้าของนั่นเอง เขาเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป ตามเหตุตามปัจจัย

เหตุก็มีหลายอย่างด้วยกัน เหตุภายนอกก็เป็นเหตุที่ทำให้เกิดเวทนาต่างๆ ได้ เช่นเสียงที่ได้ยิน หรือรูปที่เห็น เวลาสัมผัสก็จะทำให้เกิดเวทนาขึ้นมาภายในใจได้ เวลาเห็นรูปที่ชอบ ก็จะเกิดความสุขขึ้นมา เวลาเห็นรูปที่ไม่ชอบ ก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา เวลาได้ยินเสียงที่ชอบออกชอบใจ ก็เกิดความสุข เวลาได้ยินเสียงที่ไม่ถูกอกถูกใจ ก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา เป็นสิ่งที่เราห้ามไม่ได้ เพราะในชีวิตของเราวันๆ หนึ่งนั้นเราต้องเห็นรูป ต้องได้ยินเสียงนานาชนิดอยู่ทั้งวัน แต่สิ่งที่ห้ามได้ก็คือจิตของเรา เราสามารถห้ามจิตไม่ให้ไปติดอกดีใจ ไม่ให้ไปเสียอกเสียใจกับเวทนาต่างๆ ที่เกิดขึ้นมาภายในใจ เช่นเวลาไปเห็นรูปที่ไม่ถูกอกถูกใจแล้วเกิดความหงุดหงิดใจ ก็ขอให้มึสติตั้งมั่น แล้วทำความเข้าใจว่า นี่ก็เป็นอารมณ์อันหนึ่ง คือเวทนาอย่างหนึ่ง เป็นทุกข์เวทนา เขาอยู่ของเขา ไม่ช้าก็เร็ว เขาก็ต้องจากเราไป เขาก็เปลี่ยนไป พอไม่ได้เห็นรูปที่ไม่ถูกอกถูกใจ ไปเห็นรูปที่ถูกอกถูกใจเข้า อารมณ์ก็เปลี่ยนไปแล้ว เปลี่ยนเป็นติดอกดีใจขึ้นมา เกิดความสุขขึ้นมาภายในใจ ก็ไม่ต้องไปติดอกดีใจกับความสุขนั้น ต้องทำความเข้าใจว่าความสุขนี้ เดียวก็ต้องผ่านไปเหมือนกัน นี่คือเรื่องราวที่เกิดขึ้นภายในจิต

ในขณะที่จิตไม่สงบ เวลาออกจากสมาธิ จิตจะต้องสัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ แล้วก็จะเกิดเป็นอารมณ์สุขบ้าง ทุกข์บ้าง ไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง ถ้าไม่มีปัญญา เวลาสัมผัสกับความทุกข์ ก็จะเกิดความปรู้งแตง คือสังขาร ให้คิดไปในทางที่ทำให้เกิดความวุ่นวายใจขึ้นมา เพราะต้องการที่จะหลีกเลี่ยงหนีให้พ้นจากความทุกข์นั้น ถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้ก็ยิ่งเกิดความหงุดหงิดใจ เกิดความทุกข์ใจเพิ่มขึ้นมาอีกหลายเท่าทีเดียว แต่ถ้าเป็นคนฉลาดมีปัญญา เคยฝึกฝนอบรมจิตใจ ก็จะต้องทำจิตให้หนึ่ง ให้เป็น**อุเบกขา** คือปล่อยวางรูปที่เห็นเสีย ว่าเราไปควบคุมบังคับรูปนั้นไม่ได้ ไปควบคุมเวทนาที่เกิดจากเห็นรูปนั้นไม่ได้ แต่สิ่งที่ควบคุมได้ก็คือจิตของเรา เหมือนกับขณะที่เราทำจิตให้สงบด้วยการบริการรรมพุทฺธๆ ก็ดี ด้วยการสวดมนต์ก็ดี หรือด้วยการกำหนดดูลมหายใจเข้า

ออกก็ดี เราก็ใช้วิธีนี้มาเป็นเครื่องสนับสนุนให้จิตปล่อยวางรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่มาสร้างอารมณ์ต่างๆให้กับจิตใจของเรา

ถ้าเราฝึกทำสมาธิอย่างต่อเนื่องแล้ว ต่อไปการทำสมาธินี้ สามารถทำได้ในอิริยาบถต่างๆ ไม่ว่าจะเดิน จะยืน จะนั่ง จะนอน ก็สามารถทำจิตให้สงบได้ แต่ในเบื้องต้นวิธีที่จะทำจิตให้สงบได้ง่ายและรวดเร็ว ก็คือวิธีนั่ง เราจึงฝึกนั่งสมาธิกันในระยะเริ่มแรก แต่หลังจากที่เริ่มได้สมาธิแล้ว ก็ควรฝึกทำสมาธิในอิริยาบถต่างๆ ไม่ว่าจะเดิน จะยืน จะนั่ง หรือจะนอน หรือเวลาที่ทำกิจกรรมอะไรต่างๆ ก็ยังสามารถทำจิตให้เป็นสมาธิได้ คือให้มีสติรู้อยู่กับการกระทำในกิจกรรมนั้นๆ เวลาเดินก็ให้มีสติอยู่กับการเดิน เวลารับประทานอาหารก็ให้อยู่กับการรับประทานอาหาร แต่คนส่วนใหญ่ที่ไม่ได้ฝึกจิต จะไม่ได้ทำอย่างนั้น มักจะปล่อยจิตให้เพนพ่านไปตามเรื่องตามราวต่างๆ เวลาเดินไปก็ไม่ค่อยได้อยู่กับการเดิน แต่จะไปอยู่กับความคิด คิดถึงเรื่องนั้นคิดถึงเรื่องนี้ เวลารับประทานอาหารก็เช่นกัน ไม่ได้อยู่กับการรับประทานอาหาร รับประทานอาหารไป แต่ใจก็คิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้อยู่ จิตก็เลยไม่เคยมีความสงบเลย จิตก็เลยไม่เคยอยู่ภายใต้การควบคุมของสติ ถึงเวลาที่ยากจะควบคุมก็ไม่สามารถควบคุมได้ อย่างที่เรียกกันว่า เกิดอาการสติแตกขึ้นมา

คนที่เขินขี้เขินเพราะไม่มีสติ สติไม่สามารถควบคุมจิตใจให้ตั้งอยู่ในความสงบ ให้ดำเนินไปในทำนองคลองธรรมได้นั่นเอง เพราะขาดการฝึกฝนอบรม ปล่อยให้จิตใจเป็นไปตามอัธยาศัย นึกอยากจะคิดอะไรก็คิด นึกอยากจะพูดอะไรก็พูด นึกอยากจะทำอะไรก็ทำ เมื่อปล่อยให้ทำตามอัธยาศัยแล้ว ผลเสียที่จะต้องเป็นสิ่งที่ตามมาต่อไป เป็นที่ตำหนิติเตียน เป็นที่รังเกียจเดียดฉันท์ของผู้อื่น ถ้าไปสร้างความวุ่นวาย สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่นจนเขาทนไม่ได้ ก็จะต้องถูกจับเข้าขังอยู่ในคุกอยู่ในกรง เพราะเป็นผู้สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นนั่นเอง เพราะอะไร เพราะขาดการฝึกฝนอบรม จิตใจด้วยสตินั่นเอง แต่ถ้าบุคคลใดก็ตามได้รับการฝึกฝนอบรมจิตใจ ด้วยการเจริญสติอยู่อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ตื่นขึ้นมาจนถึงหลับไปเลยแล้ว รับรองได้ว่าจิตจะอยู่ภายใต้การควบคุม ถ้าจิตอยู่ภายใต้การควบคุมของสติได้แล้ว จิตจะไม่สร้างความวุ่นวายให้เกิดขึ้นกับตนเอง จะตั้งมั่นอยู่ในความสงบ เป็นอุเบกขา

ถ้ามีปัญหาเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ล้วนเป็นสิ่งที่ไปยึด ไปติด ไม่ได้ ไปเอามาครอบครองเป็นสมบัติของตนไม่ได้ เป็นสิ่งที่เอามาให้ความสุขกับตนเองอย่างแท้จริงไม่ได้ ก็จะเกิดความเบื่อหน่าย เมื่อเกิดความเบื่อหน่าย ก็จะเกิดการปล่อยวาง ไม่หลง ไม่ยึด ไม่ติด ไม่หวังอะไรกับสิ่งต่างๆภายนอกอีกต่อไป ไม่หวังอะไรจากลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ไม่หวังอะไรจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ แต่จะหวังอยู่อย่างเดียวก็คือความสงบของจิต เพราะเวลาจิตใจสงบนั้น มันแสนจะสบาย แสนจะสุขอย่างยิ่ง ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า **ไม่มีสุขใดในโลกนี้ จะเสมอเท่ากับสุข ที่เกิดจากความสงบของจิต นัตถิ สันติ ปรัง สุขัง** นี้แหละคือความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้บรรลุถึงด้วยการปฏิบัติธรรม

อย่างที่เราทั้งหลายมาร่วมกันปฏิบัติ มีการ**ทำบุญทำทาน รักษาศีล ภาวนา** ทำจิตใจให้สงบด้วยอุบายแห่งสมาธิ ทำจิตใจให้เกิดปัญญาความแยกคาย ด้วยการพิจารณาสภาวะธรรมทั้งหลายให้เห็นว่าเป็นไตรลักษณ์ เป็นอนิจจังไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด เป็นอนัตตาปราศจากตัวตน ไม่มีเราไม่มีเขา ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ของใครทั้งสิ้น เป็นธรรมชาติเหมือนกับลมกับแดด เป็นสิ่งที่ไม่มีการควบคุมบังคับได้ ต้องเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย จิตเพียงแต่มาสัมผัสสัมผัส ก็เพียงแต่รับรู้ไป สัมผัสไปเท่านั้น แต่อย่าไปเกิดอาการดีอกดีใจ เสียอกเสียใจ กับการมากับการไปของสภาวะธรรมต่างๆ ถ้าเจริญสติและปัญญาในลักษณะนี้ไปเรื่อยๆแล้ว ต่อไปสติปัญญาจะทัน จะเร็วกว่าโมหะ ความหลง ในจิตของเราจะเป็นการแข่งขันระหว่างความรู้กับความหลง ถ้ามีความรู้ คือรู้ทันในธรรมชาติว่าเป็นไตรลักษณ์แล้ว ก็จะไม่ยึดไม่ติด ถ้ารู้ไม่ทันก็จะไปยึดไปติด จึงต้องพัฒนาสติปัญญาให้เร็วกว่าโมหะอวิชชา เพื่อจะได้รู้ทันแล้วปล่อยวาง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๔

สุนัขขี้เรื้อน

๑ ธันวาคม ๒๕๕๖

วันนี้เราได้มาที่วัดกันเพื่อปฏิบัติศาสนกิจ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงมอบให้ไว้ เพราะการประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนเท่านั้น ที่จะเป็นเหตุพาให้ผู้ปฏิบัติไปสู่ความสุข ความเจริญและสิริมงคลทั้งหลาย ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ยากนักที่จะหวังให้สิ่งที่ดีที่งามทั้งหลายปรากฏขึ้นกับชีวิตของตน เพราะสิ่งที่ทุกคนปรารถนา คือความสุข ความเจริญ ความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิตนั้น ล้วนเป็นผลที่เกิดจากกระทำของตนเองทั้งสิ้น คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการกระทำทางใจ ที่เป็นผู้ริเริ่ม เป็นผู้สร้างผลทั้งหลายให้ปรากฏขึ้นมา ถ้าใจเป็นใจที่ฉลาด รู้เหตุรู้ผล รู้ความจริงของความสุขของความทุกข์ ว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร ย่อมสามารถนำการกระทำทางกายและทางวาจา ที่จะตามมาต่อไป ให้เป็นไปในทิศทางที่ดีที่งามได้

ถ้าใจเป็นใจที่ขาดปัญญา มีแต่ความหลง มีความไม่รู้จริง คืออวิชชาอยู่ในใจเป็นเครื่องผลักดันแล้ว ใจจะไม่รู้จักแยกแยะว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นเหตุของความสุข อะไรเป็นเหตุของความทุกข์ มักจะหลงผิด คือจะมองกลับตาลปัตร มองตรงกันข้ามกับความเป็นจริง มักจะเห็นความทุกข์เป็นความสุข เห็นความสุขเป็นความทุกข์ คือเห็นว่าการกระทำดีไม่ได้เป็นเหตุที่จะนำความสุขมาให้ แต่กลับเห็นว่าการกระทำ ความชั่วเป็นเหตุที่จะนำความสุขมาให้กับตน ยกตัวอย่างคนที่ไม่ประพฤติผิดมิชอบ ทุจริตด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อจะได้สิ่งที่ตนปรารถนามา เช่น ลาภยศถาบรรดาศักดิ์ต่างๆ เขามีความเห็นผิด เพราะไม่รู้ว่าการกระทำทุจริตรี้ ไม่ใช่เหตุที่จะนำมาซึ่งความสุข และความเจริญ แต่เพราะความหลง ความเห็นผิดเป็นชอบ ทำให้เขากลับเห็นว่าทำการทุจริตแล้ว จะได้สิ่งที่ตนปรารถนามา เช่น ได้เงินได้ทอง เมื่อได้เงินได้ทองก็สามารถนำไปซื้อตำแหน่งยศถาบรรดาศักดิ์ ซื้อบริษัทบริวาร ซื้อความสุขต่างๆในโลกนี้ได้ เขาจึง

กล้าที่จะกระทำบาป กระทำผิด อันเป็นเหตุที่จะนำความเสื่อมเสียมาให้กับตน โดยคิดว่า เขาสามารถทำโดยไม่มีใครรู้ได้ ไม่มีใครสามารถจับเขาเข้าคุกเข้าตะรางได้ เขาจึงมีความกล้าที่จะกระทำสิ่งเหล่านี้

แต่เขาเห็นโลกนี้เพียงชีวิตนี้เท่านั้น เขาไม่เห็นถึงโลกในภพภาคหน้าที่จะตามมาต่อไป โลกที่เขาจะต้องไปเกิดต่อไปนั้นว่ามีจริง เขาคิดว่าชีวิตนี้ก็มีเพียงโลกนี้เท่านั้น เมื่อตายไปแล้วทุกอย่างก็จบ จะทำบุญทำความดีขนาดไหนก็ไม่มีผลตามมา จะทำความชั่วทำบาป ทำกรรมขนาดไหนก็ไม่มีผลตามมา จึงไม่มีเหตุผลอันใดที่จะต้องทำความดีให้เสียเวลาเปล่าๆ เพราะการทำความดีนั้นมีแต่เสีย เสียทั้งเวลา เสียทั้งทรัพย์สินเงินทองต่างๆ อย่างที่ท่านทั้งหลายมากระทำกันเป็นประจำทุกๆ วันพระ ต้องเสียเวลาทำมาหากิน เสียเงินทองซื้อข้าวของต่างๆ มาถวายพระ แต่สิ่งที่ได้นั้นเป็นสิ่งที่คนตาบอด คนที่มีไมหะ อวิชชา ไม่สามารถเห็นได้ สิ่งนั้นก็คือ **ความเจริญความสุขทางด้านจิตใจ** จิตใจได้รับการพัฒนาให้สูงขึ้น มีความสุขมากขึ้น เพราะได้รับการขัดเกลา ได้รับการชำระสิ่งที่เปื้อนมลทินเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เช่น **ความโลภ ความโกรธ ความหลง** ให้เบาบางลงไปในที่สุดคือ **ความเจริญที่แท้จริง**

ความเจริญนี้ก็คือจิตที่มีความสะอาด ปราศจากมลทินเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เพราะเมื่อไม่มีมลทินเครื่องเศร้าหมองแล้ว ก็ไม่มีอะไรที่จะมารบกวนจิตใจ ไม่มีอะไรมากระตุ้นให้จิตใจต้องไปกระทำในสิ่งที่เป็นโทษ เป็นบาป เป็นกรรม เพราะจิตใจที่ไม่มี ความโลภ ความโกรธ ความหลง ย่อมอยู่เย็นเป็นสุขเป็นปกติ ไม่ต้องมีอะไรมากมายมา ทำให้มีความสุข เพราะมีความสุขอยู่ในตัวของตนเองอยู่แล้ว อยู่ในจิตที่ไม่มี ความโลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งเปรียบเหมือนกับหนามยอกอก เวลาที่มีหนามอยู่ในอกนี้ จะ ขยับสักนิดสักหน่อยก็จะรู้สึกเจ็บขึ้นมา ฉะนั้นใดเวลามีกิเลสตัณหาอยู่ภายในใจแล้ว ถึงแม้จะมีอะไรมากมายก่ายกองเพียงไร มีทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทอง มียศถาบรรดาศักดิ์อันสูงส่ง มีบริษัทมีบริวารที่คอยยกย่องสรรเสริญเยินยออยู่เสมอ แต่ภายในใจก็ยังมี ความรู้สึกเจ็บแสบเหน็บนี้ คือรู้สึกขาดโน่นขาดนี้ รู้สึกอยากได้นั้นอยากได้นี้ คืออยู่เฉยๆ ไม่เป็นสุข ต้องหาอะไรมาเพิ่มให้กับชีวิตถึงจะมีความสุข เปรียบเหมือนกับ **สุนัขขี้เรื้อน**

ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็ตาม จะหาความสุขไม่ได้ เพราะความสุขไม่ได้อยู่กับสถานที่ ถึงแม้จะจับสุนัขขี้เรื้อนไปอยู่ในพระราชวัง แต่ถ้าไม่ได้รับการดูแลรักษาขี้เรื้อนให้หายไป ก็ยังต้องเกาต้องคันอยู่อย่างนั้น ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน อยู่ในพระราชวัง อยู่ในกระท้อบ ก็ยังคันอยู่อย่างนั้น

ฉันได้จิตของคนเราก็เป็นอย่างนั้น ถ้าตราบไต่ยังมีกิเลสต้นหาความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆอยู่ในใจแล้ว ต่อให้มีสมบัติข้าวของเงินทองกองเท่าภูเขา มีตำแหน่งสูงๆ เป็นนายกรัฐมนตรี เป็นประธานาธิบดีหรือพระมหากษัตริย์ ถ้าจิตใจยังไม่ได้รับการปลดเปลื้องหรือได้รับการชำระ ไม่ได้รับการเอาหนามที่อยู่ในอกออกไป ก็ยังมีแต่ความเจ็บ มีแต่ความทุกข์อยู่เสมอ มีแต่ความทิว มีแต่ความอยากอยู่เสมอ ทั้งๆที่สิ่งต่างๆที่มีอยู่รอบตัวนั้น ใช้ไปลิบๆชาติก็ใช้ไม่หมด แต่ความรู้สึกของใจก็ยังรู้สึกไม่สบายอกไม่สบายใจ ไม่พอใจ ไม่อึดใจ เพราะนี่คือธรรมชาติของกิเลสต้นหาทั้งหลายเป็นตัวสร้างความรู้สึกทิว ความรู้สึกอยาก ความรู้สึกไม่พอใจให้กับใจของสัตว์โลกทั้งหลาย ถ้าไม่มีคนอย่างพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้เห็นถึงปัญหาอันนี้ เห็นถึงโทษของกิเลสต้นหา และเห็นวิธีการชำระถอดถอนกิเลสต่างๆ ให้ออกไปจากจิตจากใจได้แล้ว สัตว์โลกทั้งหลายจะไม่มีโอกาสได้พบกับความสุขเลย จะเป็นเหมือนกับสุนัขขี้เรื้อน ถึงแม้จะรำรวย ถึงแม้จะมีตำแหน่งสูงๆ แต่ภายในใจก็ยังเป็นเหมือนกับคนอื่นๆทั่วไป ยังมีความทิวมีความอยากอยู่เหมือนกับขอทานข้างถนน เพราะการมีทรัพย์มากมายเพียงไรก็ตาม มีตำแหน่งสูงขนาดไหนก็ตาม ไม่ได้เป็นตัวแก้ปัญหาคือสร้างความทิว สร้างความอยากอยู่ภายในใจ

สิ่งที่แก้ปัญหาคือใจได้ ก็คือการทำจิตใจให้สะอาดหมดจด การจะทำให้จิตใจปราศจากความทิวความอยากนั้น ต้องใช้ธรรมะของพระพุทธเจ้าเท่านั้น เพราะธรรมะนี้แหละเป็นเครื่องชักฟอกจิตใจ เป็นเครื่องถอดถอนกิเลสต้นหาความอยากทั้งหลาย ให้ออกไปจากจิตจากใจได้ เพราะพระพุทธเจ้าได้ใช้มาแล้ว ได้ประสบความสำเร็จจากการประพฤติปฏิบัติตามธรรมอันประเสริฐแล้ว ใช้ธรรมะเป็นเครื่องมือต่อสู้ถอดถอนกิเลสต้นหาทั้งหลายให้ออกไปจากจิตจากใจได้แล้ว นอกจากธรรมะอันประเสริฐนี้แล้ว ไม่มี

อะไรในโลกนี้ที่จะสามารถถอดถอนชำระกิเลสตัณหาที่มีอยู่ภายในใจ ให้หมดสิ้นไปจากใจได้ พระพุทธเจ้าทรงเป็นบุคคลแรกในโลก ที่ค้นพบพระธรรมอันประเสริฐนี้ แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติ ชำระพระทัยของพระองค์จนสะอาดหมดจด กลายเป็นจิตที่บริสุทธิ์ เรียกว่า**บริสุทธิ์พุทธ** **พุทธ**ก็คือ**ผู้รู้** บริสุทธิ์ก็คือความสะอาด **ผู้รู้**ก็คือ**ใจ** ใจที่สะอาดก็หมายถึงใจที่ได้รับการชำระด้วยพระธรรมอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าแล้ว

ความจริงแล้ว **ธรรม**นี้ก็ไม่ใช่เป็นธรรมของพระพุทธเจ้า ธรรมนี้เป็นธรรมที่มีอยู่ในโลกนี้อยู่แล้ว ไม่ว่าจะมียุทธเจ้ามาตรัสรู้หรือไม่ก็ตาม เพียงแต่ว่าพระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ค้นพบพระธรรมอันประเสริฐนี้ เมื่อทรงได้พิสูจน์กับพระองค์เองแล้วว่าเป็นสิ่งประเสริฐ สามารถชำระกิเลสตัณหา หนามต่างๆที่อยู่ใจได้ จึงนำมาสั่งสอนผู้อื่น คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเราจึงเรียกว่า**ธรรม** แต่ความจริงแล้วธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงนำมาสั่งสอนนี้ มีอยู่มาตั้งแต่ดั้งเดิม เป็นธรรมชาติที่มีอยู่เดิม ขึ้นอยู่กับว่าจะมีคนฉลาดที่จะสามารถค้นพบได้หรือเปล่า เปรียบเทียบก็เหมือนกับเพชรนิลจินดาอันมีค่าที่ฝังอยู่ในดิน ถ้าคนฉลาดรู้จักหา รู้จักขุด ก็จะสามารถขุดคุ้ยเพชรนิลจินดาอันมีคุณค่านี้ขึ้นมาเป็นสมบัติครอบครองได้ ธรรมก็เป็นเช่นนั้น ถ้าเป็นคนฉลาด รู้จักใช้เหตุใช้ผล อยู่ตลอดเวลา ก็จะสามารถขุดคุ้ยนำพระธรรมอันประเสริฐนี้มาเป็นสมบัติของตนได้ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงขุดคุ้ยแสงสว่างมา

เมื่อได้มาแล้ว ได้สัมผัสสรอันประเสริฐของธรรมแล้ว จึงได้นำมาเผยแผ่ให้กับผู้อื่นต่อไป ผู้คนที่เมื่อก่อนนี้ไม่เคยรู้จักพระธรรมอันประเสริฐ ก็เลยได้มีโอกาสสัมผัสกับพระธรรมอันประเสริฐนี้ แล้วนำเอาไปใช้ในการชำระกิเลสตัณหาเครื่องเศร้าหมอง ต้นเหตุของความทุกข์ทั้งหลายให้หมดสิ้นไปได้ ทำให้จิตใจของท่านเหล่านั้นกลายเป็นจิตใจที่สะอาดบริสุทธิ์ขึ้นมา เหมือนกับจิตของพระพุทธเจ้า บุคคลเหล่านี้เราเรียกท่านว่า**พระอรหันตสาวก** ท่านเป็น**สาวก** หมายความว่าท่านเป็นผู้ฟัง คำว่าสาวกนี้ภาษาบาลีแปลว่าผู้ฟัง คือได้ยินได้ฟังคำสอนจากพระพุทธเจ้าก่อน แล้วจึงนำคำสอน คือสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนนั้นมาประพฤติปฏิบัติ เพราะว่ธรรมนี้เป็นสิ่งที่ยากต่อคนธรรมดาสามัญทั่วไป ที่จะสามารถขุดค้นพบได้ด้วยตนเอง ต้องเป็นคนอย่างพระพุทธเจ้า คือเป็นพระ**โพธิสัตว์** ผู้

ได้ตั้งจิตอธิษฐานที่จะแสวงหาความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลายที่ครอบงำจิตใจ ด้วยการสะสมบุญบารมีทุกภพทุกชาติ ที่มีโอกาสได้เกิดเป็นมนุษย์ และเมื่อบุญบารมี ซึ่งเปรียบเหมือนกับยานพาหนะ ที่จะนำพาพระโพธิสัตว์ให้ไปถึงจุดหมายปลายทางที่ปรารถนาคือ**พุทธภูมิ** มีครบถ้วนบริบูรณ์ ก็สามารถนำพาให้พระโพธิสัตว์ได้บรรลุเป็นพระพุทธเจ้าขึ้นมาได้

ในแต่ละพุทธสมัยจะมีพระพุทธเจ้าเพียงพระองค์เดียวเท่านั้น เพราะยากที่จะมีคนอย่างพระพุทธเจ้า มาปรากฏขึ้นในโลกได้ทีเดียวพร้อมๆกัน แต่พระอรหันตสาวกสามารถมีเป็นจำนวนมากนับไม่ถ้วนได้ เพราะพระอรหันตสาวกไม่จำเป็นต้องเป็นผู้จุดค้นหาธรรมะด้วยตนเอง มีพระพุทธเจ้าเขียนแผนที่บอกไว้ให้แล้ว บอกว่าถ้าต้องการธรรมะอันประเสริฐนี้ ก็จงเดินไปในทางนี้เถิด แล้วก็จะพบกับธรรมะอันประเสริฐนี้ เมื่อมีแผนที่ที่จะเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทาง จึงไม่ยากเย็นอะไรนัก ถ้าเปรียบเทียบกับคนที่ไม่มีแผนที่อย่างพระพุทธเจ้าแล้ว แตกต่างกันมาก คนที่ไม่รู้ว่าสิ่งที่ตนเองต้องการนั้นตั้งอยู่ตรงไหน ก็เปรียบเหมือนกับคนตาบอดที่ต้องใช้มือคลำทางไป ไม่รู้ว่าสิ่งที่ตนเองต้องการนั้นตั้งอยู่ตรงไหน แต่คนที่มีคนบอกว่สิ่งที่ตนเองต้องการนั้น ตั้งอยู่ตรงไหน ขอให้เดินไปตรงนั้น ก็จะพบกับสิ่งที่ต้องการ นี่ก็คือลักษณะของพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านเหล่านี้ก็เป็นผู้ที่แสวงหาความพ้นทุกข์เหมือนกัน แต่โดยลำพังท่านเองนั้นท่านไม่มีบุญบารมีแก่กล้า พอที่จะหลุดพ้นได้ด้วยตัวของท่านเอง ท่านต้องอาศัยการปรากฏขึ้นของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า มาประกาศสั่งสอนธรรมะให้ทราบ ถึงจะสามารถปฏิบัติตนให้หลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

นี่คือความแตกต่างระหว่างพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า กับพระอรหันตสาวก แต่เป็นพระอรหันต์ด้วยกัน คำว่าพระอรหันต์นี้หมายถึงผู้สิ้นกิเลส ผู้ไกลจากกิเลส คือผู้สิ้นแล้วในความโลภ ความโกรธ ความหลง ด้วยการปฏิบัติชำระจิตใจด้วยธรรมะอันประเสริฐนี้ แตกต่างกันตรงที่ว่า พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชำระจิตด้วยพระองค์เอง ศึกษาด้วยพระองค์เอง จากธรรมชาติที่มีอยู่ในตัวและรอบตัวพระองค์ จนเข้าถึง**พระอรียสัง ๔** เห็น**ทุกข์**และ**เหตุของทุกข์** เห็น**มรรค**คือวิธีการที่จะนำไปสู่**ความดับทุกข์** ด้วยการถอด

ถอนกิเลสตัณหาอันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ นี่เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงชูดคัมพบ
ขึ้นมาด้วยพระองค์เอง โดยอาศัยพระบารมีอันแก่กล้าที่ได้ทรงสะสมมานับไม่ถ้วนใน
อดีตชาติต่างๆ และเมื่อถึงเวลาที่บารมีเหล่านี้พร้อมที่จะแทงทะลุเมฆหมอกแห่ง**อวิชชา**
ที่ครอบงำพระทัยของพระองค์ จึงทำให้พระองค์ทรงเห็นใน**พระอรียสัง ๔** เห็น
ความสัมพันธ์ของ**ทุกข์**ที่เกิดจากเหตุคือ**สมุทัย** เห็นความสัมพันธ์ของ**นิโรธ**คือความดับ
ทุกข์ที่เกิดจาก**มรรค** การปฏิบัติ**ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา**

พระพุทธเจ้าทรงเห็นแล้วจึงได้ปฏิบัติ**ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา** ตั้งจิตตั้งใจให้อยู่ในกรอบ
ของ**ศีล สมาธิ ปัญญา** **ศีล**ก็คือการประพฤติที่ดึงามทางกาย ทางวาจา ไม่สร้างความ
เดือดร้อนให้กับผู้อื่นและตนเอง เช่น ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติ
ผิดประเวณี โทกทหลอกลวง เสพสุรายาเมา นี่ก็คือ**ศีล** ถ้าเป็นศีลของนักบวชก็มีละเอียด
เข้าไปถึง ๒๒๗ ข้อ แต่ศีลข้อใหญ่ๆ ก็อยู่ที่**ศีล ๕** เป็นหลัก ถ้าเป็นนักบวชแล้วละเมิด
ศีล ๕ ซึ่งถือว่าเป็นศีลที่ร้ายแรง เช่น การฆ่ามนุษย์ก็ต้องถือว่าเป็นผู้ที่สิ้นจากความเป็น
พระไปทันที นี่ก็คือศีลที่นักบวชต้องรักษากันหรือนักปฏิบัติธรรมจะต้องรักษา เพราะ
ศีลเป็นส่วนสำคัญในการปฏิบัติ ศีลเป็นเครื่องสนับสนุนให้เกิด**สมาธิ** เพราะผู้ที่มีศีลย่อม
สงบกาย สงบวาจา เมื่อกายวาจาสงบ ใจก็สงบตามไปด้วย ทำให้การทำจิตให้สงบที่
เรียกว่าสมาธาวนาหรือการเจริญสมาธิ ก็จะเป็นไปได้ง่ายตาย ต่างจากคนที่ไม่มีศีล

คนที่ไม่มีศีลกายวาจาจะไม่สงบ เมื่อกายวาจาไม่สงบ ใจก็จะไม่สงบ เพราะใจเป็นตัวที่
ต้องทำงานนั่นเอง เวลาจะเคลื่อนไหวทางกายทางวาจา ต้องใช้ใจเป็นผู้สั่งการ ใจต้องคิด
ก่อน เช่นจะไปขโมย ก็ต้องวางแผนก่อน จะไปทำอะไรก็ต้องใช้ใจเป็นผู้กระทำ ผู้ที่ไม่มี
ศีลจึงมีความยากลำบากในการทำจิตให้สงบ สังเกตดูคนที่เป็นมิจฉาชีพ คนที่ชอบ
ประพฤติตนผิดศีลผิดธรรม จะไม่ชอบความสงบ จะไม่สามารถทำจิตใจของตนให้สงบ
ได้ เพราะจิตของตนเป็นเหมือนกับก้อนหินที่กลิ้งลงมาจากภูเขา มันจะกลิ้งไปเรื่อยๆ ไม่
ยอมหยุด แต่ถ้าเป็นคนที่มีศีล มีความสงบกาย สงบวาจา ก็เปรียบเหมือนกับมีเบรค
หรือมีเครื่องกีดขวางก้อนหินที่ไหลลงมาจากภูเขาให้หยุดได้นั่นเอง ถ้ามีศีลคือความสงบ
ทางกายทางวาจาแล้ว ความสงบทางใจก็จะตามมาต่อไป และเมื่อได้ใช้สติควบคุม

กำหนดบังคับไม่ให้จิตไปคิดเรื่องราวต่างๆ แต่ให้คิดอยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่งเป็นเครื่องล่อ เป็นเครื่องดึงจิตให้รวมเข้าสู่ความเป็นหนึ่ง เมื่อสามารถดึงเข้าไปสู่ความเป็นหนึ่งได้ จิตก็จะสงบตัวนิ่งลง แล้วก็จะไม่คิดไม่ปรุงอะไรชั่วขณะหนึ่ง หรือนานกว่านั้น ก็สุดแท้แต่กำลังของสติที่จะดึงจิตไว้ ถ้าสติมีกำลังมากก็จะสามารถดึงจิตให้อยู่ในความสงบเป็นเวลานาน

เมื่อจิตมีความสงบแล้ว ก็เลสตัณหาทืออาศัยการทำงานของจิตก็ไม่สามารถทำงานได้ ก็เลสตัณหาก็เปรียบเหมือนกับคนที่อาศัยรถยนต์ไปไหนมาไหน ถ้ารถยนต์จอดนิ่งอยู่ไม่ไปไหนมาไหน คนที่นั่งอยู่ในรถก็ไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ ก็ต้องนั่งรออยู่ในรถ จนกว่ารถจะขับเคลื่อนต่อไป ถึงจะไปไหนมาไหนได้ ก็เลสความโลภ ความโกรธ ความหลงก็เช่นกัน ในขณะที่จิตรวมตัวลง สงบตัวลง ก็จะไม่สามารถทำงานได้ ไม่สามารถไปโลภไปโกรธได้ เมื่อไม่มีความโลภ ไม่มีความโกรธ ความหลงอยู่ภายในใจ ใจก็ว่าง ใจก็มีความสุข แต่จะเป็นความว่างชั่วคราว ไม่ถาวร เพราะสมาธิโดยลำพังไม่สามารถทำลายหรือถอดถอนกิเลสตัณหาคือความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากให้ออกไปจากจิตจากใจได้ จำต้องอาศัยเครื่องมืออีกชนิดหนึ่งซึ่งเรียกว่า**ปัญญา** คือความรู้แจ้งเห็นจริงในความเป็นจริงของสิ่งต่างๆทั้งหลาย ที่จิตยังไม่เห็น เพราะถูกความหลงครอบงำอยู่

ทำให้เห็นกลับตาลปัตร เห็นตรงกันข้าม เช่น เห็นความเที่ยงแท้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ เห็นความสุขในกองทุกข์ เห็นตัวตนในสิ่งที่ไม่มิตัวตน นี่คือการเห็นของจิตที่มีความหลงครอบงำอยู่ แต่ถ้านำปัญญาซึ่งพระพุทธเจ้าทรงเห็นแล้ว แล้วนำมาถ่ายทอดให้กับพวกเรา ทรงสอนให้เราเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่จิตไปยึดไปติดอยู่ เช่น **ร่างกายของเรา หรือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** ทั้งสิ้น คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด ไม่มีตัวไม่มีตน นี่เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ผู้ที่มามีสมาธิแล้วให้เจริญปัญญาต่อไป ให้พิจารณาขั้นที่ ๕ นี้ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่า เป็น**ไตรลักษณ์** เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้ปล่อยวาง อย่าไปยึดอย่าไปติด ให้มองขั้นที่ ๕ นี้เป็นเหมือนกับต้นไม้ต้นหนึ่ง หรือเมฆก้อนหนึ่งที่ไหลมาไหลไป มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป เมฆก็เกิดขึ้นจากการรวมตัวของไอน้ำ เมื่อก่อนเมฆมีน้ำหนักมากก็ตก

ลงมาเป็นน้ำฝน น้ำฝนก็จะระเหยกลับกลายเป็นก้อนเมฆอีก นี่คือวัฏฏะของธรรมชาติ
ทั้งหลาย ร่างกายหรือชั้น ๕ ก็เป็นเช่นนั้น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็เป็น
คล้ายๆกับเมฆ มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป **ร่างกาย**ก็มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย สลาย
กลับคืนสู่ดิน น้ำ ลม ไฟ **เวทนา** ความรู้สึก สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ก็หมุนเวียน
ผลัดเปลี่ยนกันมา เดี่ยวสุขบ้าง เดี่ยวทุกข์บ้าง ไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง **สังขาร** ความคิดปรุง ก็
คิดไป คิดไปแล้วก็ดับไป แล้วก็คิดใหม่อีก หมุนเวียนไป ไม่มีตัวตนในสิ่งเหล่านี้ เมื่อ
เห็นว่าไม่เที่ยง ไม่มีตัวตน จิตก็จะปล่อยวาง แล้วก็หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง การ
แสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๘๕

เวลา

๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๖

วันเวลาก็ผ่านไปอย่างรวดเร็ว เหลืออีกเพียง ๒ วันพระก็สิ้นปีแล้ว **เวลา**ไหลไปเรื่อยๆ เหมือนกับกระแสน้ำ **เวลา**ไม่คอยใคร ถ้ารู้จักใช้ก็เกิดประโยชน์ ถ้าไม่รู้จักใช้ก็ไม่เกิดประโยชน์ เหมือนกับน้ำที่เปิดออกมาจากก๊อก ถ้าเอามาชำระร่างกาย ชำระภาชนะต่างๆ ก็เป็นประโยชน์ แต่ถ้าปล่อยให้ไหลทิ้งไป โดยไม่ทำอะไรกับน้ำ ก็มีแต่เสียประโยชน์ไป ชีวิตก็เป็นอย่างนั้น **เวลา**เป็นสิ่งที่มีความค่ากับชีวิตอย่างยิ่ง ยิ่งกว่าสิ่งใดในโลกนี้ เพราะถ้าไม่มีเวลา ย่อมไม่สามารถสร้างหรือทำอะไรที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ได้ เมื่อเกิดมาแล้วยังมีเวลาอยู่ จึงควรชวนชวนใช้เวลาให้เกิดคุณ ให้เกิดประโยชน์ เพราะเวลามีทั้งคุณและโทษ ถ้าใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ ก็เป็นคุณกับเรา ถ้าปล่อยเวลาให้ผ่านไปเฉยๆ เวลาที่จะกลืนกินเราไป ดังในพุทธภาษิตที่ได้ตรัสไว้ว่า **กาลเวลากลิ่นสรพสิ่งทั้งหลาย** เวลาจะค่อยๆ กลืนกินชีวิตของเราไปที่ละเล็กทีละน้อย เผลอแบบเดียวอายุก็ปาเข้าไป ๗๐ ๘๐ หรือถึงแก่กรรมไป นี่เป็นเรื่องของเวลา มีทั้งคุณและมีทั้งโทษ

ถ้ารู้จักใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ ก็จะได้รับประโยชน์จากเวลา แต่ถ้าปล่อยให้เวลาไหลไปโดยไม่สนใจที่จะทำอะไรให้เป็นประโยชน์ ก็จะเป็นโทษกับเรา เพราะเวลาจะกลืนกินเราไปที่ละเล็กทีละน้อย เหมือนกับงูที่กลืนกินสัตว์เล็กสัตว์น้อยเข้าไป พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ถามตัวเองอยู่เสมอว่า **วันคืนผ่านไปๆ เราทำอะไรอยู่** เราทำประโยชน์หรือเปล่า หรือปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยไม่เกิดประโยชน์อะไร ประโยชน์นั้นก็มียู่ ๒ ลักษณะด้วยกัน คือ **ประโยชน์ทางโลกกับประโยชน์ทางธรรม** หรือ **ประโยชน์ทางกายและประโยชน์ทางใจ** ประโยชน์ทางกายก็หมายถึงการทำมาหากินเลี้ยงชีพ ดูแลรักษาอวัยวะร่างกายให้อยู่ไปได้ ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย เพื่อจะได้เอาอวัยวะมาสร้างคุณประโยชน์ที่สำคัญ คือประโยชน์ทางใจ เพราะใจเป็นสิ่งที่ต้องรับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการกระทำ

ของเรา ถ้าทำดี ใจก็จะได้รับความสุขความเจริญ ถ้าทำชั่ว ใจก็ต้องรับความทุกข์ความ
เสื่อมเสีย ดังนั้นประโยชน์ที่สำคัญที่สุด ก็คือประโยชน์ทางใจ แต่ประโยชน์ทางกายก็
มองข้ามไปไม่ได้เพราะต้องอาศัยร่างกายเป็นเครื่องมือทำประโยชน์ให้กับใจ

ในเบื้องต้นจึงต้องดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ได้ สามารถนำร่างกายไปใช้ทำประโยชน์ทางใจ
ต่อไป ประโยชน์ทางกายถ้ามีพอเพียงแล้ว ก็ไม่ต้องไปชวนชวายเป็นมากจนเกินไป ถ้ามีเงิน
ทองพอที่จะดูแลรักษาอวัยวะร่างกาย ก็พอแล้ว ไม่จำเป็นต้องมีเงินทองกองเท่าภูเขา มี
สมบัติมากมายกายกอง แทนที่จะเป็นเครื่องส่งเสริมจิตใจให้มีความสุข กลับเป็นเครื่อง
กีดกันให้มีความทุกข์ เพราะภาระที่จะต้องคอยดูแลรักษาสมบัติชั่ววอกของเงินทองต่างๆ
ถ้ามีพอเพียงต่อการดูแลอวัยวะร่างกาย ก็พอแล้ว จะได้มีเวลาไว้คอยดูประโยชน์ทางใจ
ก็คือการชำระจิตนั่นเอง ชำระสิ่งที่เป็นเครื่องเศร้าหมอง ที่ปกคลุมหุ้มห่อจิตใจ ทำให้จิต
มีความทุกข์ มีความวุ่นวุ่นมัว เครื่องเศร้าหมองเหล่านี้เราเรียกว่ากิเลสตัณหา เป็นสิ่ง
ที่จะต้องชำระด้วยธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงมอบให้กับพวกเรา คือทาน ศีล ภาวนา

เราจึงต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ของชีวิตมาบำเพ็ญทาน รักษาศีล เจริญภาวนา เพราะทาน ศีล
ภาวนานี้ ก็เปรียบเหมือนกับน้ำที่ใช้ชำระซักฟอกสิ่งสกปรกทั้งหลาย ถ้าปล่อยไว้เฉยๆไม่
มีน้ำมาชำระ ย่อมไม่สะอาดไปด้วยตนเอง จึงต้องอาศัยน้ำธรรมะเป็นเครื่องชำระ
มลทินเครื่องเศร้าหมอง คือกิเลสตัณหาที่อยู่ในใจของพวกเราทุกคน เพราะจะไม่หลุด
ลอยออกไปจากจิตจากใจตามลำพัง จำต้องมีเครื่องชำระ เครื่องชำระนี้ก็คือทาน ศีล
ภาวนา ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติมาก่อน จนเห็นผลอันประเสริฐเลิศโลกแล้ว คือได้
ทรงทำให้จิตเป็นจิตที่บริสุทธิ์ เป็นจิตที่ปราศจากกิเลสตัณหา โสภ โกรธ หลง เป็นจิตที่
ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป เป็นจิตที่อยู่เหนือความทุกข์ทั้งหลาย นี่แหละคือประโยชน์อัน
สูงสุด ที่จะได้รับจากการฝึกฝนอบรมปฏิบัติในทางแห่งทาน ศีล ภาวนา เป็นประโยชน์ที่
มีคุณค่ากว่าประโยชน์อื่นๆใดในโลกนี้ เพราะสิ่งต่างๆในโลกนี้ล้วนอยู่ภายใต้กฎของ
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งสิ้น ไม่ว่าจะมียะไรเป็นสมบัติครอบครอง จะเป็นวัตถุข้าวของ
เงินทองก็ดี เป็นบุคคลบริษัทบริวารต่างๆก็ดี ล้วนเป็น**ไตรลักษณ์**ทั้งสิ้น ล้วนจำต้องพลัด

พรากจากกันไป เพราะไม่ได้อยู่ในการควบคุมของผู้หนึ่งผู้ใด ถ้าหลงยึดติดอยู่ ก็จะมีแต่ กัดดันจิตใจ ให้มีแต่ความทุกข์ความเศร้าหมอง

คนฉลาดจึงไม่ควรไปหลงยึดติดกับวัตถุข้าวของบุคคลต่างๆ เพราะไม่ได้เป็นความสุขที่ แท้จริง ไม่ได้เป็นความเจริญที่แท้จริง ไม่เป็นประโยชน์ที่แท้จริง ประโยชน์ที่แท้จริงก็คือ จิตใจที่หลุดพ้นจากความกตัญญูที่กัดดันของกิเลสตัณหาทั้งหลายเท่านั้น ถ้าตราบได้กิเลส ตัณหา ยังไม่ได้รับการชำระ ก็เปรียบเหมือนกับสุนัขขี้เรื้อน ไม่ว่าจะไปอยู่ที่ไหนก็ยังคงต้อง เกาต้องคันอยู่ตลอดเวลา จะไปอยู่ในกระท้อก็ยังต้องเกาต้องคัน ไปอยู่ในพระราชวังก็ ยังต้องเกาต้องคัน เพราะการไปอยู่ที่ไหนก็ตามไม่ได้แก้ความคันของสุนัขขี้เรื้อนได้ แต่ สิ่งที่จะแก้ความคันของสุนัขขี้เรื้อนได้ ก็คือยารักษาโรคเรื้อนเท่านั้น ถ้าได้รับยารักษาโรค เรื้อนจนหาย ความคันก็จะหายไป จิตของคนเราก็เป็นเช่นนั้น ต่อให้เป็นคนสูงศักดิ์ ใหญ่โตขนาดไหน เป็นพระมหากษัตริย์ เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี เป็นมหา เศรษฐี หรือเป็นอะไรก็ตาม ถ้ายังไม่ได้รับการขัดเกลาจิตใจ ชำระจิตใจให้สะอาด ไม่ว่าจะ อยู่ในฐานะใด ก็ยังจะต้องทุกข์อยู่เสมอ เพราะต้นเหตุของความทุกข์ไม่ได้อยู่กับสิ่ง ภายนอก แต่อยู่กับสิ่งภายในใจ คือกิเลสตัณหา

ทุกครั้งที่กิเลสตัณหาแสดงอาการออกมา ก็จะต้องมีความว่าวุ่นขุ่นมัว มีความไม่สบาย อกไม่สบายใจ ต่อให้เป็นพระเจ้าแผ่นดินก็มีความทุกข์ได้ เป็นประธานาธิบดีก็มีความ ทุกข์ได้ เป็นขอทานข้างถนนก็มีความทุกข์ได้เหมือนกัน เพราะความทุกข์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับ ฐานะของแต่ละบุคคล แต่ขึ้นอยู่กับกิเลสตัณหาที่มีอยู่ภายในจิตใจเท่านั้น ถ้ามีมากก็มี ทุกข์มาก ถ้ามีน้อยก็มีทุกข์น้อย ดังนั้นถ้าเราต้องการความสุขความเจริญที่แท้จริง เราไม่ ควรมองข้ามกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในจิตใจของเรา และไม่ควรมองข้ามกรรมอันประเสริฐ ที่พระพุทธเจ้าทรงนำมาประกาศสั่งสอนสัตว์โลกทั้งหลาย คือทาน ศีล ภาวนา ว่าเป็น เครื่องมือที่สามารถชำระกิเลสตัณหาได้อย่างมีประสิทธิภาพประสิทธิผล คือถ้าใครนำไป ปฏิบัติแล้วรับรองได้ว่ากิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัณหาความอยากต่างๆ เช่น ความอยากในกาม ความอยากมีอยากเป็น ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น จะต้อง

หลุดลอยออกไปจากจิตจากใจอย่างแน่นอน เพราะจะไม่สามารถต่อสู้หรือต้านทาน
อำนาจชำระล้างของท่าน คีล ภาวนาได้

ในชีวิตของเราแต่ละวัน จึงไม่ควรมองข้ามการทำบุญทำทาน การรักษาศีล การบำเพ็ญ
ภาวนา เพราะนี่แหละคือหน้าที่ของเราที่แท้จริง ประโยชน์ที่แท้จริงของเราก็คือการชำระ
จิตใจ เพราะเมื่อจิตใจได้รับการชำระจนสะอาดหมดจดแล้ว ถึงแม้จะไม่มีสมบัติเงินทอง
อะไรเลย แต่เราจะมีความสุขมากยิ่งขึ้นกว่ามหาเศรษฐีในโลกนี้เสียอีก เพราะไม่มีอะไรจะมา
สร้างความทุกข์ความกังวลใจให้ได้ เพราะใจได้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้
แล้ว เพราะรู้ว่าไปหลงยึดติดไม่ได้ หลงยึดติดก็ต้องทุกข์ขึ้นมาทันที ลองสังเกตดูคนที่
มีอะไรกับคนที่ไม่มีอะไรนั้น ใครจะสบายใจกว่ากัน คนมีสิ่งของก็ต้องมีความกังวลกับ
สิ่งของนั้นๆ เพราะความรัก ความผูกพัน คนที่ไม่มีก็ไม่ต้องทุกข์กับสิ่งนั้นๆ แต่คนที่ไม่
มีก็ต้องหมายถึงคนที่ไม่ยึดติดกับอะไรด้วย แต่ถ้าเป็นคนยากคนจนที่ยังมีกิเลสตัณหา
อยู่ คนนั้นก็ไม่ได้แตกต่างจากคนที่มี เพราะคนที่มีเขาก็ทุกข์อย่างหนึ่ง ทุกข์เพราะความ
กังวลความหวงแหน ความเสียดายอาลัยอาวรณ์ แต่คนที่ไม่มีก็ทุกข์จากความอยาก
ความต้องการ เห็นคนอื่นมีอะไรก็อยากจะมีเหมือนกับเขา จึงพูดได้ว่าการที่จะมีหรือไม่มี
นั้นไม่สำคัญ มีมากมีน้อยไม่สำคัญ เพราะว่าจะทุกข์ไม่ทุกข์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับมีมากหรือมี
น้อย การที่คนเราจะทุกข์นั้น อยู่ที่กิเลสตัณหาเท่านั้น ถ้ามีกิเลสตัณหาแล้ว มีน้อยก็ทุกข์
ไปอย่างหนึ่ง มีมากก็ทุกข์ไปอีกอย่างหนึ่ง แต่คนที่ไม่มีกิเลสตัณหาจะไม่ทุกข์ทั้ง ๒
สภาพ มีมากก็ไม่ทุกข์กับสิ่งที่มีอยู่ ไม่มีก็ไม่ทุกข์กับสิ่งที่ไม่มี เพราะเวลามีมากก็ไม่ได้
หวง ไม่ได้ยึดติดอยู่กับสิ่งที่มีอยู่ เวลามีน้อยก็ไม่ได้ทุกข์กับความอยากได้ เพราะไม่มี
ความอยากในสิ่งต่าง ๆ นั้นเอง จิตสามารถอยู่ตามลำพังของตนได้ เพราะไม่มีอะไรไปคอย
กดขี่บังคับให้เกิดความทิว ความกระหาย ความอยากขึ้นมา

นี่แหละคือเรื่องราวของชีวิตของพวกเราทุกคน ซึ่งถือว่าเป็นพวกที่มีบุญมีกุศลมีวาสนา
ที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ แล้วได้มาพบพระพุทธศาสนา เพราะถ้าไม่มีทั้ง ๒ อย่างนี้แล้ว
โอกาสที่จะบำเพ็ญประโยชน์อันประเสริฐนี้จะเป็นไปไม่ได้ เพราะถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์แต่
ไม่ได้พบพระพุทธศาสนา ก็จะไม่รู้เรื่องราวเหล่านี้ ก็จะถูกอำนาจของความหลงความ

อยากของกิเลส หลอกล่อให้ไปหาความสุขต่างๆ จากสิ่งที่ไม่ใช่เป็นความสุข แล้วก็ต้องวนเวียนอยู่กับวัฏฏะแบบนี้ไปเรื่อยๆ เวลาอยากได้ก็แสวงหามา พอหามาได้แล้วก็เกิดความอยากใหม่ขึ้นมา ก็ต้องไปแสวงหามาใหม่ วนเวียนไปอยู่อย่างนี้ ไม่มีที่จบสิ้น เพราะไม่รู้ว่ามีปัญหาของใจเราก็คือความอยาก เราคิดว่าเมื่อมีความอยากต้องการอะไร เราก็หาสิ่งที่เราอยากเราต้องการมา แล้วความอยากนั้นก็หายไป แต่มันหาหายไปไม่ เพราะหลังจากนั้นอีกไม่นาน มันก็โผล่กลับคืนขึ้นมาอีก ก็อยากจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้อีก และก็จะเป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุด แม้จะสิ้นชีวิตไป แต่จิตดวงนี้ไม่ตายไปกับร่างกาย ก็จะไปต่อ

จิตดวงนี้เป็นที่อยู่ของกิเลสตัณหาทั้งหลาย เมื่อไปเกิดใหม่ก็จะสร้างขันธ์ 5 ความอยากขึ้นมาใหม่ และก็ต้องทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ วัฏฏะวนคือการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร จึงไม่มีที่สิ้นสุด ตราบใดที่ไม่ได้ไปเกิดเป็นมนุษย์แล้วได้เจอพระพุทธศาสนา หลังจากที่ได้เจอแล้วเกิดศรัทธาขึ้นมา เชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แล้วนำสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไปปฏิบัติ เพื่อชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด เท่านั้นแหละถึงจะแก้ปัญหาของดวงจิตดวงใจได้ ถ้าไม่ได้นำมาปฏิบัติ ไม่ได้นำ **ทาน ศีล ภาวนา** มาปฏิบัติ ชีวิตของเราก็จะเป็นแบบนี้ไป เหมือนตั้งแต่ที่เราเกิดมา เป็นแบบลุ่มๆดอนๆ มีความหิว มีความอยาก พอได้สิ่งที่ตนเองอยาก ก็พอใจไปสักระยะหนึ่ง หลังจากนั้นก็เกิดความอยากขึ้นมาใหม่ แล้วก็ต้องหาใหม่ เวลาสูญเสียสิ่งที่ตนเองหามาได้ ก็ลุ่มอกลุ่มใจร้องไห้

นี่แหละคือชีวิตของพวกเราซึ่งไม่ใช่วิถีทางที่ถูกต้อง เพราะยังถูกรุมล้อมด้วยความทุกข์ชนิดต่างๆนั่นเอง ความทุกข์เหล่านี้เราสามารถดับได้ เราสามารถอยู่เหนือความทุกข์เหล่านี้ได้ ถ้าปฏิบัติ **ทาน ศีล ภาวนา** ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติ อย่าไปเสียสายสัมพันธ์ข้าวของเงินทอง ที่มีเกินความจำเป็นต่อการดำรงชีพ นำมาใช้ให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ คือนำมาทำทานเสียจะดีกว่า ดีกว่านำไปซื้อข้าวของตามความต้องการของกิเลสตัณหา เพราะจะสร้างความต้องการความอยากเพิ่มขึ้นไปอีก เงินทองที่มีเหลือใช้เหลือกิน จะไม่เหลือพอต่อไป ถ้าไม่รู้จักควบคุมความอยากตัวนี้ เวลาอยากอะไรถ้าไม่ใช่

เหตุใช้ผลมาต่อสู้อันแล้ว ความอยากจะหลอกให้ใช้เงินใช้ทอง เผาผลาญจนหมดไป โดยไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย แต่ถ้าใช้เหตุผลทุกครั้งที่ต้องการอะไร ถามตัวเองว่า สิ่งที่ต้องการนั้น มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพหรือไม่ มีความสำคัญต่อการทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้องหรือไม่ ถ้าเป็นสิ่งที่สำคัญที่จำเป็น ก็ถือว่าเป็นการลงทุน ลงทุนเพื่อจะได้ผลกำไรกลับมา อย่างนี้ก็ไม่เป็นไร

แต่ถ้าไม่ใช่เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ หรือต่อการทำมาหากินแล้ว ถ้าใช้ไป ก็จะหมดไป เช่นเอาไปเที่ยว ไปซื้อของฟุ่มเฟือยทั้งหลาย อย่างนี้ไม่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ มีแต่จะดูทรัพย์ของเราให้หมดไปเรื่อยๆ จนทำให้เราต้องเดือดร้อนต่อไป เมื่อเวลาที่เงินทองขาดมือ ไม่พอใช้ขึ้นมา ก็จะกดดันให้ไปหาเงินทองด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง ไม่ได้ไม่งาม สร้างเวรสร้างกรรมให้เกิดขึ้น ทำให้ภพชาติที่จะต้องตามมาต่อไป เป็นภพชาติที่ต่ำที่เลว เป็นภพชาติที่เราทั้งหลายไม่ปรารถนาอีก แต่ในทางตรงกันข้ามทุกครั้งที่เราต้องการอะไร เราใช้เหตุใช้ผลต่อสู้อันกับความต้องการ ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ก็ไม่ต้องไปเอามา อย่างนี้แล้วเงินทองก็จะมีเหลือใช้ ก็จะไม่มีความกดดันให้ไปทำในสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม เช่นทำการทุจริตที่จะมีผลต่อการไปเกิดในภพภาคหน้าต่อไป เราก็จะสามารถรักษาศีลได้สะอาดบริสุทธิ์ เราจะรักษาศีล ๕ ได้ ถ้าใช้เหตุใช้ผลต่อสู้อันกับกิเลสตัณหา เมื่อมีเงินทองเหลือใช้ เราก็จะได้นำไปสะสมเป็นบุญเป็นกุศล เพื่อจะได้เป็นบารมีรองรับในภพหน้าชาติหน้า ไปเกิดภพหน้าชาติหน้าก็จะได้มีกินมีใช้ ได้เป็นเศรษฐี ก็เพราะว่าเราได้ทำบุญไว้ในชาตินี้นั่นเอง เมื่อเราไปเกิดภพหน้าชาติหน้า เราก็จะได้ประพฤติปฏิบัติธรรมให้เจริญยิ่งขึ้นไป มากขึ้นไปเรื่อยๆ ถ้าการปฏิบัติธรรมในชาตินี้ยังไม่ถึงจุดสูงสุด แต่ถ้าถึงจุดสูงสุดแล้ว เราก็ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป

นี่แหละคือประโยชน์ที่แท้จริง ที่ไม่ควรมองข้ามกัน คือการปฏิบัติทาน ศีล ภาวนา เมื่อทำบุญทำทานอย่างสม่ำเสมอ รักษาศีลอย่างสม่ำเสมอแล้ว สิ่งที่ต้องทำต่อไปคือภาวนา ภาวนาคือการปฏิบัติธรรม มี ๒ ส่วนด้วยกัน ส่วนแรกเรียกว่าสมถภาวนา ส่วนที่ ๒ เรียกว่าวิปัสสนาภาวนา สมถภาวนา คือการทำจิตให้สงบ ทำจิตให้นิ่ง เพราะเวลาจิตสงบนิ่งแล้ว จิตจะมีความสุข มีความอิ่ม กิเลสตัณหาจะถูกระงับไปชั่วขณะหนึ่ง จะได้เป็น

พื้นฐานสำหรับการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป **วิปัสสนาภาวนา** คือการเจริญปัญญา พินิจพิจารณา**สภาวธรรม**ทั้งหลาย ให้เห็นถึงความไม่เที่ยงแท้แน่นอน คือเป็น**อนิจจัง** ทุก **ขัง อนัตตา** ในทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็**นรูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุ**พระกิติ ไม่ว่าจะ เป็น**ลาภ ยศ สรรเสริญ กามสุข**กิติ ไม่ว่าจะเป็**น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ**กิติ สิ่งต่างๆเหล่านี้ล้วนเป็นไตรลักษณ์ทั้งสิ้น ไม่ควรไปยินดี ไปยึดไปติด เพียงแต่ให้รู้ไว้ แล้วก็ปล่อยวาง เวลาเห็นรูปก็ให้รู้ว่าเป็นรูปแล้วก็ปล่อยวาง อย่าไปเกิดความยินดีเกิดความยินร้ายขึ้นมากับรูปกิติ กับเสียงกิติ กับกลิ่น กับรส กับโสภณวัตถุพระกิติ เราต้อง สัมผัสอยู่ตลอดเวลา ก็ให้สัมผัสด้วยปัญญา คือให้รู้ว่าอย่าไปหลงยึดติด เพราะหลงยึดติดแล้วจะต้องทุกข์อย่างแน่นอน

เวลาไปยึดกับสิ่งที่ชอบแล้ว ถ้าสิ่งนั้นหมดไป ก็จะเกิดความว่าเหวห่างหงอยขึ้นมา เวลาไปยึดติดกับสิ่งที่ไม่ชอบ ก็จะเกิดความทุกข์ความกังวลใจขึ้นมา เวลาเห็นอะไรก็จะเกิดความหงุดหงิดใจกับสิ่งที่ไม่ชอบ เพราะไม่ใช่ปัญญา ไม่เคยพิจารณาว่ารูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุทั้งหลาย มาจากอะไร ทำจากอะไร ถ้าพิจารณาแล้ว จะรู้ว่ารูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุทั้งหลาย ก็มาจาก**ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ** นี้เอง รูปที่เห็นก็มาจากธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้งสิ้น จะรูปสวย รูปไม่สวย ก็มาจากดิน น้ำ ลม ไฟเหมือนกัน ดังนั้น เวลาไปรัก ก็ไปรักดิน น้ำ ลม ไฟ เวลาไปชัง ก็ไปชังดิน น้ำ ลม ไฟเหมือนกัน แต่เพราะไม่รู้จักใช้ปัญญาแยกแยะ จึงหลงอยู่กับรูป รูปที่ชอบก็เกิดความยินดีขึ้นมา รูปที่ไม่ชอบ เราก็เกิดความยินร้ายขึ้นมา จิตก็เลยต้องแกว่งไปแกว่งมา การแกว่งของจิตก็เป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง

แต่ถ้ามีปัญญาแล้วจะรู้ว่า ไม่ว่าจะเป็**นอะไร** ก็มาจาก**ดิน น้ำ ลม ไฟ**เหมือนกัน เหมือนกับขนมที่ทำขึ้นมาเป็นรูปร่างต่างๆ มีรสชาติต่างๆ ก็ทำมาจากแป้ง จากไข่ จากน้ำตาลทั้งสิ้น ก็เหมือนๆกัน เพียงแต่วิธีที่ทำแตกต่างกันไปเท่านั้นเอง ไม่ได้มาจากอะไรที่วิเศษวิโสแตกต่างกันเลย แต่เพราะความไม่รู้ไม่เข้าใจที่มีแฝงอยู่ในจิตเสมอ ขาดปัญญาไม่รู้จักการแยกแยะวิเคราะห์ ให้เห็นถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ก็เลยทำให้หลงอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุชนิดต่างๆ ที่มาแล้วก็ไป ไม่ได้วิเศษวิโสอะไร

ไม่ได้ทำให้จิตใจดีขึ้นสะอาดขึ้น ความโลภ ความโกรธ ความหลงเบาบางลงไป แต่ถ้ามี
ปัญญาทุกครั้งที่เราเห็น ได้ยิน ได้สัมผัสกับสิ่งต่างๆ ปัญญาจะคอยสอน คอยเตือนสติว่า
อย่าไปยุ่งอย่าไปเกี่ยว มากี่รู้ว่มา เวลาไปจะได้ไม่เสียอกเสียใจ อย่างนี้เป็นต้น

นี่คือเรื่องของวิปัสสนา คือต้องพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างที่มาเกี่ยวข้องกับจิตใจ ไม่ว่าจะ
เกิดขึ้นภายนอกก็ดี หรือเกิดขึ้นภายในก็ดี ก็จะต้องรู้ทันกับสภาวธรรมทั้งหลาย เมื่อ
รู้ทันแล้วก็จะได้ปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติด ถ้าปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติด ก็ไม่มีความทุกข์
เรียกว่า**หลุดพ้น** คนเราจะหลุดพ้นก็หลุดพ้นด้วยปัญญา คือวิปัสสนาภาวนา สมถภาวนา
ไม่สามารถทำให้หลุดพ้นได้ เพราะสมถภาวนาเพียงแต่ทำจิตให้สงบนิ่ง เวลาที่จิตสงบนิ่ง
กิเลสตัณหาที่ไม่แสดงอาการอะไรออกมา ก็คิดว่าไม่มีกิเลสตัณหาเหลืออยู่แล้ว แต่ความ
จริงกิเลสตัณหาที่เพียงสงบตัวลง เพราะถูกอำนาจของสมถภาวนากดไว้เท่านั้นเอง
เหมือนกับหญ้าที่ถูกหินทับไว้ จะงอกขึ้นมาไม่ได้ แต่ถ้ายกหินออกไป ทิ้งไว้สักพักหนึ่ง
หญ้าได้รับแดดรับน้ำ เดียวก็งอกงายขึ้นมาใหม่ได้ กิเลสก็เช่นกัน **กิเลสไม่ได้ตายเพราะ
อำนาจของสมถภาวนา** หลังจากที้ออกจากสมถภาวนาแล้ว เมื่อจิตได้ไปสัมผัสกับรูป
เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย กิเลสก็จะออกมาทำงานทันที
จะเกิดความยินดียินร้าย เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากขึ้นมาทันที

การบำเพ็ญสมถภาวนาโดยลำพัง จึงไม่พอเพียงต่อการทำจิตให้หลุดพ้น จิตจะหลุดพ้น
ได้ก็ต่อเมื่อมีวิปัสสนาภาวนา คือการกำหนดสอนจิตให้รู้ว่า**สภาวธรรมทั้งหลายล้วนเป็น
ไตรลักษณ์ทั้งสิ้น** เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สิ่งที่เราไปยึดไปติดว่าเป็นความสุขนั้น
ความจริงมันเป็นความทุกข์ เป็นทุกขัง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เป็นสิ่งที่ควรไปหลงยึด
ติดเลย เพราะว่ามีอะไรแล้วจะต้องทุกข์กับสิ่งเหล่านั้นทั้งสิ้น มีสามีก็ทุกข์กับสามี มี
ภรรยา ก็ทุกข์กับภรรยา มีลูกก็ทุกข์กับลูก มีอะไรก็ต้องทุกข์กับสิ่งเหล่านั้นทั้งสิ้น
นักปราชญ์อย่างพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย จึงไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งต่างๆ
ท่านอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ได้ ไม่มีสิ่งเหล่านี้ท่านก็อยู่ได้ เพราะท่านไม่ต้องการความทุกข์
จากการเกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านั้นนั่นเอง ท่านจึงปฏิบัติธรรม ปฏิบัติสมถภาวนา วิปัสสนา
ภาวนา เพราะเมื่อมีทั้งสมถะทั้งวิปัสสนาแล้ว จิตก็จะหลุดพ้นจากความยึดติดในสิ่ง

ทั้งหลายได้ หลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งหลายที่เกิดจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลายได้ นี้แหละคือความวิเศษของพระพุทธศาสนา ของพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะสามารถพาให้พวกเราไปถึงความสุขความเจริญที่แท้จริงได้ เป็นความสุขที่ไม่มีความทุกข์แฝงอยู่เลย จึงขอให้พวกเราทั้งหลายจงพยายามเตือนสติถามตัวเองอยู่เสมอว่า **วันเวลาผ่านไปๆ เราทำอะไรอยู่** เมื่อถามตัวเองอย่างนี้แล้ว เราจะไปไม่ปล่อยเวลาอันมีค่านี้ให้ผ่านไป โดยไม่ได้ทำอะไรให้เป็นคุณเป็นประโยชน์ การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้