

กำลังใจ ๑๕

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

| กัณฑ์ที่ | หน้า |
|--------------------------|------|
| ๑๙๖ พังกรรมให้เกิดผล | 3 |
| ๑๙๗ การพังกรรมเป็นของยาก | 11 |
| ๑๙๘ แพ้เป็นพระ | 20 |
| ๑๙๙ เบรกกใจ | 28 |
| ๒๐๐ ภาวนามยปัญญา | 36 |
| ๒๐๑ ชีวิตมีไว้ทำความดี | 44 |
| ๒๐๒ ใจเป็นประธาน | 52 |
| ๒๐๓ ศาสดา | 60 |
| ๒๐๔ มันเป็นอย่างนี้แหละ | 68 |
| ๒๐๕ โอกาสทองของชีวิต | 77 |

กัณฑ์ที่ ๑๙๖

ฟังธรรมให้เกิดผล

๑๒ เมษายน ๒๕๕๗

พอถึงวันพระพวกเราก็มาฟังเทศน์ฟังธรรมกัน เพราะการฟังเทศน์ฟังธรรมเป็นมงคลแก่ชีวิต การฟังให้เป็นมงคลแก่ชีวิตนั้น ต้องฟังด้วยความสำรวม สงบ ระวัง สงบกาย สงบวาจา และสงบใจ กายต้องนั่งนิ่งๆอยู่เฉยๆ ไม่ทำอะไร วาจาก็นิ่งสงบ ไม่พูดไม่คุยกับใคร ใจก็ต้องอยู่กับการฟัง ไม่ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องราวที่เกิดขึ้นในอดีตที่ผ่านมาแล้วก็ตาม หรือเรื่องราวที่ยังไม่เกิดขึ้นในอนาคตก็ตาม ในขณะที่ฟังเทศน์ฟังธรรมไม่ต้องไปสนใจ พยายามตั้งใจตั้งใจให้อยู่กับการฟัง เพราะการฟังเปรียบเหมือนกับการเทน้ำใส่แก้ว ถ้าแก้วไม่เต็ม ส่ายไปส่ายมา เวลาเทน้ำใส่แก้ว น้ำก็จะเข้าไปในแก้วบ้าง หกออกไปข้างนอกบ้าง เพราะแก้วไม่เต็ม ไม่อยู่เฉยๆ แต่ถ้าตั้งแก้วให้เต็มแล้ว ไม่ขยับเขยื้อนไปไหน เวลาเทน้ำใส่ลงไป ในแก้ว น้ำก็จะไม่หกออกนอกแก้ว สังเกตได้เวลาที่อยู่ที่บ้าน ตั้งแก้วน้ำไว้บนโต๊ะ เทน้ำเข้าไปก็จะเทง่าย เพราะแก้วอยู่เฉยๆ ไม่ขยับเขยื้อนไปไหน แต่ถ้าขยับอยู่ แล้วเอาแก้วน้ำไปตั้งไว้บนรถ แล้วลองเทน้ำใส่แก้วดู ดีไม่ดีน้ำก็จะหกหมด เพราะแก้วจะเลื่อนไปเลื่อนมา ดีไม่ดีก็คว่ำลงไป น้ำที่ใส่ไปในแก้วก็จะหกหมด

การฟังธรรมก็เป็นเช่นนั้น ใจเป็นผู้รับรู้เรื่องราวต่างๆ ถ้าไม่ได้อยู่กับการฟังแล้ว การฟังจะไม่เกิดประโยชน์อะไร จะเป็นเหมือนกับทัพพีในหม้อแกง ถึงแม้จะฟังอยู่ แต่ใจไม่ได้อยู่กับการฟัง กายนั่งฟังอยู่ หูรับฟังเสียงเข้าไปในใจ แต่ใจมันแต่ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ สิ่งที่เขาเข้าไปในใจก็เลยไม่รู้ว่าเป็นอะไร ลักษณะนี้ก็เหมือนทัพพีในหม้อแกง ทัพพีอยู่ในหม้อแกงนานสักเท่าไร ก็ไม่รู้จักรสชาติของแกง ว่าเป็นแกงจืดหรือแกงเผ็ด แต่ถ้าฟังแบบมีสติ รับรู้อยู่กับธรรมะ ที่เข้ามาสัมผัสกับใจ และพิจารณาตาม ก็จะเป็นเหมือนลิ้นกับแกง เวลาได้สัมผัสกับแกงแม่เพียงหยดเดียว ก็จรรู้รสชาติของแกง เป็นแกงเผ็ดหรือ

เป็นแกงจืด การฟังธรรมก็ต้องฟังแบบนี้ ฟังด้วยความมีสติ ฟังด้วยความสำรวมกาย วาจา ใจ ถ้าฟังอย่างนี้แล้วก็เป็นสิริมงคล เพราะจะปรากฏผลขึ้นมาแน่นอน ผลที่ฟังจะได้รับจากการฟังธรรมก็คือ ๑. จิตใจจะสงบ ๒. มีความเห็นที่ถูกต้อง ๓. ขจัดความสงสัยให้หมดไปได้ นี่คือผลที่ฟังจะได้รับจากการฟังธรรม

ถ้าฟังแล้วได้รับผลอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา ก็จะเป็นมงคลแก่ตน คือจิตมีความสงบ มีความเห็นที่ถูกต้อง หายสงสัยในเรื่องราวต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องนรกก็ดี สวรรค์ก็ดี เรื่องของกรรมก็ดี เรื่องของการเวียนว่ายตายเกิดก็ดี ถ้าฟังธรรมแล้วพิจารณาตาม ไม่ช้าก็เร็วก็จะเกิดความเข้าใจแล้ว ก็จะหายสงสัยในเรื่องราวต่างๆที่ยังไม่เข้าใจ ฟังไปเรื่อยๆ ฟังไปหลายๆครั้ง ฟังไปบ่อยๆเข้าใจ ความเข้าใจจะพอกพูนขึ้นมาอย่างต่อเนื่อง เวลาฟังธรรมจึงต้องฟังให้เกิดผล และการที่จะเกิดผลขึ้นมาก็ต้องมีการ**สำรวม**นั่นเอง กายต้องนั่งนิ่งๆ อยู่เฉยๆ ไม่ขยับเขยื้อน ไม่ทำอะไรกับร่างกาย วาจาก็ไม่ต้องพูด ไม่ต้องคุยอะไรกับใคร ใจก็ไม่ต้องไปนึกไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆนานา ถ้าฟังแบบนี้แล้ว รับรองได้ว่าอย่างน้อยที่สุดใจจะต้องสงบ ถ้าสามารถพิจารณาตามธรรมที่แสดงได้ ก็จะเกิดความเห็นที่ถูกต้องว่า **นรกมีจริง สวรรค์มีจริง กรรมมีจริง การเวียนว่ายตายเกิดมีจริง ตายแล้วต้องเกิด ตายแล้วไม่สูญ การทำความดีเป็นสิ่งที่จำเป็น เพราะนำความสุขความเจริญมาให้ การทำความชั่ว ทำบาป ทำกรรม เป็นสิ่งที่ต้องลด ต้องละต้องเลิก เพราะนำมาซึ่งความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความหายนะทั้งหลาย**

นี่คือความเห็นที่ถูกต้อง เมื่อฟังไปเรื่อยๆแล้ว จะเกิดความรู้สึกลักษณะนี้ขึ้นมา จะกลายเป็นคนมีศีลมีธรรมขึ้นมา เมื่อก่อนไม่รู้ไม่เข้าใจ คิดว่ามีเพียงชาตินี้ชาติเดียว ตายไปแล้วก็จบ ไม่มีอะไรตามมาอีกต่อไป เลยไม่ยำเกรงกับการกระทำบาปทั้งหลาย เพราะหวังเอาแต่ผลประโยชน์ในปัจจุบันเท่านั้น ต้องการอะไร อยากได้อะไร ก็คว่ำมา หามา โดยไม่คำนึงว่าจะผิดจะถูกศีลธรรมหรือไม่ แต่ถ้าได้ยินได้ฟังว่า คนเรานั้นตายเพียงครั้งเดียวเท่านั้น คือร่างกาย แต่จิตไม่ตายไปกับร่างกาย จิตต้องไปเกิดใหม่ ไปหาร่างใหม่ จะได้ร่างดีหรือไม่ดี จะเป็นร่างของมนุษย์หรือร่างของเดรัจฉาน จะเป็นร่างของเทพหรือของเปรต เป็นร่างของพรหมหรือของสัตว์นรกนั้น ก็ขึ้นอยู่กับบุญกรรมที่ทำอยู่ใน

ปัจจุบันนี้และในอดีตที่ผ่านมา ถ้าทำบุญทำแต่ความดี ก็จะได้รางวัลใหม่ที่ดี เช่น ได้รางวัล มนุษย์ที่ดีกว่าเก่า ได้รางวัลเทพ ได้รางวัลพรหม ได้รางวัลของพระอริยเจ้า เป็นพระอรหันตอรหันต์ ไป แต่ถ้าทำแต่บาป ทำแต่กรรม ก็จะได้รางวัลของเดรัจฉาน ได้รางวัลของเปรต ของผี ของ สัตว์นรก เพราะเป็นที่ไปของดวงจิตดวงใจ เมื่อออกจากร่างแล้ว ก็เรียกว่าดวงวิญญาณ จะไปสู่สุคติหรือทุกข์ ก็ขึ้นอยู่กับบุญกรรมที่ได้สะสมไว้

บุญกรรมก็เปรียบเหมือนกับเมล็ดพรรณพืชที่หว่านไว้ในดิน หว่านชนิดใดไว้ เมื่อถึงเวลา ก็จะออกดอกออกผลตามเมล็ดพรรณพืชชนิดนั้น ถ้าหว่านเมล็ดข้าว ต่อไปไม่นานต้นข้าวก็ จะต้องโตขึ้นมา ถ้าหว่านเมล็ดผลไม้ เช่นเงาะ ทุเรียน ต่อไปต้นทุเรียนต้นเงาะก็จะเจริญ ตามขึ้นมา เพราะเมล็ดที่หว่านไว้เป็นต้นเหตุ ผลก็คือต้นไม้ชนิดต่างๆ ก็จะปรากฏ ตามมา ภูษชาติต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นสวรรค์หรือนรก ความสุขหรือความทุกข์ ก็เกิดจาก เมล็ดพืชที่ได้ถูกหว่านไว้ในปัจจุบันนี้ ในชาตินี้ ด้วยการกระทำต่างๆ ทางกาย ทางวาจา และทางใจนั่นเอง ถ้าทำความดี ทำบุญทำทาน ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิเจริญปัญญา ภูษชาติ ที่ดีต่างๆก็จะตามมา แต่ถ้าไปเสพอบายมุขต่างๆ กินเหล้าเมายา เล่นการพนัน เที่ยว กลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน ทำบาปทำกรรม ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ โกหกหลอกลวง ก็เท่ากับการหว่านเมล็ดพืชของ เดรัจฉาน ของเปรต ของผี ของสัตว์นรกนั่นเอง และเมื่อถึงเวลาที่ผลจะปรากฏขึ้นมา ก็ ไม่มีใครในโลกนี้จะสามารถไปยับยั้ง ไปหยุดผลเหล่านี้ ไม่ให้เกิดขึ้นได้ ถ้าทำไปแล้วผล จะต้องตามมาอย่างแน่นอน ช้าหรือเร็วเท่านั้นเอง ถ้าไม่ต้องการให้ผลไม่ดีเกิดตามมา ก็ อย่าไปสร้างเหตุที่ไม่ดีเสีย ละเว้นจากการทำบาปทำกรรม ทำความชั่วทั้งหลาย ละเว้น จากอบายมุขทั้งหลาย แล้วผลไม่ดีทั้งหลายก็จะไม่ปรากฏตามมา

นี่จะเป็นสิ่งที่เราจะเข้าใจ คือเริ่มมีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง เมื่อเข้าใจแล้ว ก็ จะหายสงสัยในเรื่องนรก เรื่องสวรรค์ เรื่องเวียนว่ายตายเกิด นี่เป็นอนิสงส์ที่จะเกิดขึ้น ตามมา ทำให้ชีวิตของเรามีแต่ความสุขความเจริญ เพราะเมื่อรู้แล้วว่าอะไรเป็นคุณอะไร เป็นโทษ เราก็พยายามทำแต่สิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ อะไรที่เป็นโทษที่นำความทุกข์ ความเสื่อมเสียมาให้ ก็พยายามละเว้นเสีย เมื่อทำได้แล้ว ชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข

ความเจริญ เป็นมงคลของชีวิตนั่นเอง คำว่าเป็นมงคลก็หมายถึง การมีแต่สิ่งที่ดีๆงามๆ เกิดขึ้นกับชีวิตของเรา และสิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้จากการกระทำของเราเท่านั้น ไม่มีใคร มาเสกมาเป่า มาเนรมิตให้กับเราได้ แม้แต่พระบรมศาสดาหรือพระอรหันตสาวก ทั้งหลาย ก็ไม่มีอำนาจที่จะมาเสกมาเป่า มาเนรมิตความเป็นสิริมงคลให้กับชีวิตของเรา เรา มีพวกเราเท่านั้นแหละที่จะสามารถเสกเป่า เนรมิตความเป็นสิริมงคลให้กับตัวของเราได้ ด้วยการทำความดี ละเว้นการทำความชั่ว ไม่มีใครในโลกนี้จะทำให้กับเราได้ เราต้องเป็นผู้กระทำเอง ตามหลักบาลีที่แสดงไว้ว่า **อัตตาทิ อัตโน นาโถ** ตนเป็นที่พึ่ง ของตน

ตนต้องเป็นผู้สร้างสวรรค์ สร้างมรรคผลนิพพาน สร้างความสุข สร้างความเจริญให้กับ ตน ด้วยการทำความดี ทั้งทางกาย ทั้งทางวาจา และทางใจ คือคิดดี พูดดี ทำดี ถ้า คิดดี พูดดี ทำดีแล้ว สิ่งต่างๆอันประเสริฐเลิศโลกทั้งหลาย ก็จะปรากฏตามมา เพราะมี คนอย่างพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกได้พิสูจน์มาแล้ว ได้ทำมาแล้ว ท่านทำดี พูดดี คิดดี มาตลอด สิ่งที่ดีทั้งหลายจึงเป็นสิ่งที่ปรากฏตามขึ้นมา อย่างนี้เราจะหายสงสัย จะ ไม่ข้องใจอีกต่อไป ว่าทำไมคนเราเกิดมาจึงต้องทำความดีกัน ทำไมต้องละการกระทำ ความชั่วกัน ทำไมต้องลดละกิเลสตัณหาทั้งหลาย ลดความโลภ ลดความโกรธ ลดความ หลง ลดความอยากต่างๆทั้งหลาย เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้แสดงล้วนแต่เป็นโทษ เป็น เหมือนยาพิษ แต่ไม่เรารู้กัน เพราะยาพิษนี้มีน้ำตาลเคลือบอยู่นั่นเอง เวลาอมยาพิษ เคลือบน้ำตาลไปใหม่ๆ จะไม่รู้สึกรู้ว่ามีพิษเลย ก็จะคิดว่าคนที่บอกคนที่เตือนนั้น หลอก เรา แต่หารู้ไม่ว่าพอน้ำตาลที่อมไว้ได้ละลายหมดไปแล้ว ที่นี้ก็จะได้สัมผัสกับยาพิษ แต่ เมื่อถึงตอนนั้นแล้วมันก็จะสายเกินไป

เหมือนกับคนที่ติดยาเสพติด เวลาที่ยังไม่ติดยา ก็มีคนที่คอยเตือนคอยบอก คอยสอน คอยห้าม ว่าอย่าไปเสพยาเสพติดเป็นอันตราย เพราะเมื่อเสฟไปแล้ว จะต้องกลายเป็น ทาสของมัน แล้วก็ต้องถูกมันทำลายไปในที่สุด แต่ก็ไม่เชื่อกัน บอกว่าไม่เห็นจะเป็น อะไรเลย ลองครั้งสองครั้งก็สนุกดี แต่พอครั้งหนึ่งแล้ว มันก็มีครั้งที่สอง พอครั้งที่สอง มันก็มีครั้งที่สามที่สี่ตามมาเรื่อยๆ ทุกครั้งที่เสฟก็ลืมไปว่าเคยเสฟมาแล้วกี่ครั้ง ก็คิดว่า

เป็นเพียงครั้งเดียวอยู่นั้นแหละ เพราะเวลาเสฟที่ไรก็เสฟทีละครั้งเท่านั้นเอง ใจก็หลอกว่าเสฟครั้งเดียว ไม่เป็นไรหรอก ไม่ติดหรอก มันก็เสฟครั้งเดียวไปเป็นสิบ เป็นร้อยครั้ง จนในที่สุดถึงเวลาอยากจะเลิกก็เลิกไม่ได้ มีแต่จะต้องรอความตายอยู่โดยถ่ายเดียว นี่คือนิสัยของการกระทำความชั่วทั้งหลาย ของความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ จะเป็นเหมือนกับการเสพยาเสพติด เวลาโลภ อยากได้อะไร ก็บอกว่าไม่เป็นไรเพียงครั้งเดียวเท่านั้น ไม่ติดหรอก ก็โลภ ก็อยากไป พอผ่านไปได้วันหนึ่ง ก็เกิดความโลภ เกิดความอยากอีก ก็เหมือนกันอีก ก็ไม่เป็นไรครั้งเดียวเท่านั้น ไม่ติดหรอก ก็ทำไปเรื่อยๆ จนกลายเป็นนิสัยไป จะมารู้ก็ต่อเมื่ออยากจะเลิกเท่านั้นแหละ ถึงจะรู้ว่าเลิกไม่ได้ เพราะมันติด เพราะเวลาเลิกแล้วมันจะทุกข์ทรมานใจ

อย่างเวลาโกรธ ก็รู้ว่าไม่ดี เป็นความทุกข์ใจ เหมือนกับสุมไฟใส่หัวใจ แต่เลิกโกรธไม่ได้สักที เพราะเวลาใครมาทำอะไรให้ไม่พอใจ ความโกรธก็จะเกิดขึ้นมาทันที ก็เพราะไม่รู้จักเลิกความโกรธนั่นเอง แต่ถ้าศึกษาแล้วปฏิบัติตาม แนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่า เวลาโกรธก็อย่าไปมองคนที่เราโกรธ ต้องให้อภัยเขา อย่าไปสนใจ อย่าไปจองเวรจองกรรม ให้นำหน้าดูความโกรธว่าอยู่ที่ตรงไหน อยู่ที่ตัวเราหรืออยู่ที่ตัวเขา เหมือนกับเวลาไฟไหม้ ไฟมันไหม้ที่ไหน ก็ต้องดับไฟที่นั่น เวลาเกิดไฟไหม้ที่บ้านเรา แล้วเอาน้ำไปดับไฟที่บ้านของคนอื่น ทั้งๆที่ไม่ได้ไหม้ ก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ไฟที่ไหม้บ้านเราก็จะเผาบ้านเราจนหมดไป ฉะนั้นเวลาที่เกิดความโกรธ ก็เหมือนกับมีไฟไหม้ในหัวใจของเรา ต้องเอาน้ำธรรมะเข้ามาดับ ด้วยการให้อภัย ไม่จองเวรกัน ใครทำอะไร พุดอะไรที่ทำให้เราโกรธ เกิดความเสียใจ อย่าไปอาฆาตพยาบาท จองเวรจองกรรม อย่าไปสนใจเขา ให้นำหน้าดับไฟในหัวใจของเรา ด้วยการให้อภัย ด้วยการไม่จองเวรจองกรรม นี่แหละเป็นวิธีที่จะระงับดับความโกรธได้

ในเบื้องต้นอาจจะยากหน่อย เพราะไฟมันแรง น้ำมันน้อย น้ำธรรมะของเรามันน้อย คือการให้อภัยมันน้อย การไม่จองเวรมันน้อย เพราะเราไม่ได้สะสมเอาไว้ในตัวเอง ส่วนใหญ่เราชอบสะสมการจองเวรจองกรรม การอาฆาตพยาบาท การไม่ให้อภัยกัน ดังนั้นเวลาที่จะให้ให้อภัย ไม่จองเวรจองกรรม จึงเป็นสิ่งที่ยากลำบาก เพราะมีกำลังน้อย แต่เมื่อทำไป

เรื่อยๆ ทีละครั้งทีละคราว เวลาใครมาสร้างความโกรธ ก็ให้อภัยเขาไป ไม่ไปจองเวรเขา
ต่อไปก็จะดั่งง่ายขึ้น ตอนต้นอาจจะใช้วันหนึ่งกว่าจะดับได้ โกรธคนหนึ่งนี่ บางทีโกรธ
ตั้งแต่เช้าถึงเย็นกว่าจะดับได้ แต่ถ้าฝึกไปเรื่อยๆ ต่อไปก็ใช้เวลาเพียงครึ่งวันก็ดับได้
ต่อไปใช้เวลาเพียงชั่วโมงเดียวก็ดับได้ ต่อไปใช้เวลาเพียงนาทีเดียวก็ดับได้ หรือต่อไปไม่
โกรธเลยก็เป็นไปได้ เพราะอยู่ที่การฝึกฝนอบรมจิตใจของเรานั่นเอง จึงต้องเห็นโทษของ
ความโกรธ ว่าเป็นภัยยิ่งกว่าคนที่ทำให้เราโกรธ คนที่ทำให้เราโกรธนั้น ถ้าไม่ไปถือสาเสีย
อย่างแล้ว ทำอย่างไรก็ไม่เป็นภัยกับเรา แต่ความโกรธนี้มันเป็นภัย เพราะเวลาโกรธแล้ว
มันเหมือนเหมือนกับมีไฟเผาในหัวใจ จึงต้องเห็นโทษของความโกรธ

ถ้าเห็นโทษของความโกรธแล้ว ก็จะเห็นคุณของการให้อภัย เห็นคุณของการไม่จองเวร
กัน เราก็จะสามารถทำได้ เมื่อทำได้แล้ว ต่อไปรับรองได้ว่าในหัวใจของเราจะไม่มี
ความโกรธหลงเหลืออยู่เลย เพราะเป็นสิ่งที่สามารถกำจัดได้ พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก
ทั้งหลาย ท่านได้กำจัดมาแล้ว แล้วก็นำวิธีการกำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง มา
สั่งสอนให้พวกเราปฏิบัติกัน ถ้าพวกเราไม่ต้องการมีความทุกข์ มีไฟสุ่มหัวใจ ที่เกิดจาก
ความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็ต้องพยายามต่อสู้กับความโลภ ความโกรธ ความ
หลง อย่าปล่อยให้มันหลุดลากเราไป ในทางที่มันต้องการเป็นอันขาด เวลาโลกต้องระงับ
อย่าไปโลกตาม ใช้ปัญญาเข้ามาแก้ โลกไปทำไม ชีวิตของเราจะอยู่ไปสักกี่ปีกัน เดียวก็
ตายแล้ว ตายไปแล้วเอาอะไรติดมือไปได้ไหม แม้แต่บาทเดียวก็เอาไปไม่ได้ อย่าว่าแต่
เงินทองข้าวของเลย แม้แต่ร่างกายนี้ก็เอาไปไม่ได้ มีแต่จะเอาใส่เตา เผาทิ้งไป กลายเป็น
ขี้เถ้าขี้ถ่านไปในที่สุด จะโลกไปกับอะไรในโลกนี้ เอาอะไรไปไม่ได้เลยแม้แต่ชิ้นเดียว เอา
เท่าที่จำเป็นก็พอ ถ้าจำเป็น ถ้าไม่มีแล้วจะต้องตาย ก็ต้องมี เช่นถ้าไม่ได้กินข้าวแล้วต้อง
ตาย ก็ต้องกินข้าว ไม่มียารักษาโรคก็ต้องตาย ก็ต้องหายารักษาโรคมา อย่างนี้ไม่เรียกว่า
เป็นความโลภ มันเป็น**ความจำเป็น** ก็ต้องหามา

ความโลภนี้หมายถึงเอาสิ่งที่ไม่จำเป็น ถ้าไม่มีก็ไม่ตาย ก็ไม่ต้องมี ถ้าต้องการแล้วเอามา
อย่างนี้แสดงว่าเป็นความโลภ สิ่งใดที่ไม่มี**ความจำเป็น** ไม่ต้องเอามาก็ได้ ไม่ต้องมีก็ได้
เช่นตอนนี้มีรถอยู่คันหนึ่ง รถเก่าแต่ก็ยังวิ่งไปไหนมาไหนได้ แต่พอเห็นโฆษณาใน

โทรทัศน์ ในหนังสือพิมพ์ รถรุ่นใหม่ๆออกมา เห็นแล้วก็หือหาว ใจก็วอกแวก ใจก็ร้อน อยากจะได้ขึ้นมาทั้งๆ ที่ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องมี ได้มาอย่างนี้อย่าไปเอา ใช้ของเก่าไป ก็ได้เหมือนกัน เพราะรถก็มีไว้สำหรับพาเราจากจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่งเท่านั้น มันไม่ได้มีความวิเศษวิโสอะไรในตัวของมัน ชื่อมาใหม่ก็ไม่ได้สร้างความวิเศษวิโสให้กับตัวเรา มันก็พาเราจากจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่ง เหมือนกับรถคันเก่าของเรา แต่ปัญหาที่มันจะสร้างให้กับเรานั้นมีมากกว่า เพราะถ้ามีเงินไม่พอ ก็ต้องไปกู้หนี้ยืมสิน ถ้ากู้หนี้ยืมสินไม่ได้ก็อาจจะต้องไปทำการทุจริต ไปโกหกหลอกลวง ไปลักไปขโมยเงินทองของผู้อื่นมา เพื่อจะได้ซื้อรถคันใหม่มา ถ้าทำอย่างนี้แล้ว แทนที่จะได้กำไรกลับขาดทุน สิ่งที่ได้มาไม่คุ้มกับสิ่งที่เสียไป สิ่งที่ได้มาคืออะไร ได้รถยนต์คันใหม่มา แต่เสียศีลธรรมไป เสียความดีงามไป เสียความเป็นมนุษย์ไปส่วนหนึ่ง กลายเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นผีไป เพราะจิตใจเสียศีลธรรมที่มีไว้รักษาความเป็นมนุษย์ ความเป็นเทพของเรานั้นเอง

ดังนั้นมันจึงไม่คุ้มค่ากัน **ได้ของที่ถูกกว่าแล้วเสียของที่แพงกว่าไปทำไม** มันต้องเป็นตรงกันข้าม เสียของที่ไม่มีค่าไป แล้วรักษาความดีความงามที่มีคุณค่าไว้ไม่ดีกว่าหรือ เช่นรถของเราถ้ามันเก่า มันเสีย มันไม่สามารถวิ่งไปไหนได้แล้ว แล้วไม่มีเงินที่จะไปซื้อรถใหม่ หรือไม่มีเงินไปซ่อมรถคันเก่า แทนที่จะขโมยเงินขโมยทองของผู้อื่นมา เพื่อมาซ่อมรถคันเก่าหรือซื้อรถคันใหม่ ก็ขายรถคันเก่านี้ไปเสีย แล้วเดินเอาก็ได้ นั่งรถสองแถว นั่งรถเมล์ไปไหนมาไหนก็ได้ หรือซื้อรถจักรยานมาขี่ก็ได้ อย่างน้อยเราเสียสิ่งที่ไม่มีความค่าไป แต่ได้รักษาสิ่งที่ดีไว้คือคุณงามความดี ได้รักษาศีลธรรม ไม่ต้องไปทุจริต ไม่ต้องไปลักขโมย ไปโกหกหลอกลวงผู้อื่น เพื่อเอาเงินมาซื้อรถคันใหม่ หรือซ่อมรถคันเก่า นี่ต่างหากเป็นวิถีของคนฉลาด คนฉลาดจะต้องรู้จักวิธีรักษาสมบัติที่แท้จริงของตน นั่นก็คือ**ศีลธรรม** ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้อยู่เสมอว่า **ให้สละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ ให้สละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต และให้สละชีวิตเพื่อรักษาศีลธรรม** เพราะศีลธรรมมีค่ายิ่งกว่าสิ่งอื่นใดในโลก ภาพหน้าชาติหน้าจะไปดีไปสูง ไปต่ำไปเลว ก็ขึ้นอยู่กับจิตใจมีศีลธรรมหรือไม่ ถ้ามีศีลธรรมก็ได้ไปสูงได้ไปดี ได้ไปสู่สุคติ ถ้าขาดศีลธรรม มีแต่ทำบาปทำกรรมก็ต้องไปต่ำ อย่างนั้นมันคุ้มไหมกับความสุขเพียงไม่กี่ปีในโลกนี้ แล้วต้องไป

ตกนรก เป็นกับเป็นกัลป์ อย่างนี้มันไม่คุ้มค่าเลย สู้อดทนเอาไว้ดีกว่า ตายไปแล้วเกิด เป็นเทพ เป็นพรหม เป็นกับเป็นกัลป์ เสวยแต่ความสุขอย่างนี้ไม่ดีกว่าหรือ

พวกเราต้องคิดกันบ้าง อย่่ามองแต่เฉพาะภพนี้ชาตินี้เท่านั้น ชีวิตของเราในโลกนี้มันก็ไม่ ยาวนานอะไร อย่างมากก็ ๘๐ ปี ๙๐ ปี ก็ต้องตายไปแล้ว แล้วก็เื่ออยู่ถึงกันเสียส่วน ใหญ่ อย่างทุกวันนี้ในช่วงหยุดเทศกาลสงกรานต์นี้ เขาก็ทำนายกันไว้แล้วว่า จะต้องมีคน ตายวันละ ๓๐ ๔๐ ๕๐ ชีวิต แทนที่จะอยู่อย่างยาวนานก็ต้องมาสังเวยให้กับความโลภ ถ้าอยู่บ้านได้ก็ปลอดภัย แต่ถ้าอยู่บ้านไม่ได้ มีความโลภ มีความอยากที่จะต้องไปเที่ยวที่ โนน ไปเที่ยวที่นี้ ก็ต้องนั่งรถกันไป เดี่ยวก็ต้องไปชนกัน ไปเกิดอุบัติเหตุ ก็ต้องเสียชีวิต ไป ตายเพราะความโลภแก่ๆคนเรา ถ้าไม่มีความโลภแล้วอยู่กับบ้านก็จะปลอดภัย อายุก็ ยืนยาวนาน แล้วยังได้รักษาจิตใจด้วยศีลด้วยธรรม เมื่อตายไปได้ไปสู่สุคติ อย่างนี้ไม่ ดีกว่าหรือ ดีกว่าหลงไปกับความโลภ ความอยาก อยากจะไปกินเหล้าเมายาก็ไปกิน อยากจะไปเที่ยวไหนก็ไปกิน อยากจะเล่นการพนันก็ไปกิน

หลังจากนั้นเมื่อเงินทองหมด ก็ต้องหากันด้วยวิธีต่างๆ สุจริตบ้าง หุจริตบ้าง ถ้าหุจริต ต่อไปก็ต้องไปใช้กรรมอีก อย่างนี้เป็นการทำลายชีวิตของตนเอง ทั้งในปัจจุบันและใน อนาคต มีแต่สร้างความทุกข์ สร้างความเสื่อมเสียให้กับตน เพราะไม่มีกำลังที่จะ ต้านทาน ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ เพราะไม่ได้เข้าวัดเข้าวา ฟัง เทศน์ ฟังธรรมนั่นเอง ถ้ามาวัดทุกๆวันพระ วันเสาร์ วันอาทิตย์ แล้วฟังเทศน์ ฟังธรรม อยู่เสมอ เราจะมีสิ่งที่คอยเตือนสติคือธรรมะ คอยสอนใจให้รู้จักผิดจักถูก จักดีจักชั่ว แล้วยนำไปปฏิบัติ เมื่อรู้ว่าอะไรไม่ดี ก็ละเว้นเสีย อะไรดีก็ทำเสีย ต่อไปชีวิตของเราก็จะมี แต่สิ่งที่ดีงาม มีแต่ความสุขความเจริญตามมา นี่แหละเป็นอานิสงส์ที่จะเกิดขึ้นจากการ ได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้ว่า **กาลเน ธัมมัสวณัง เอตัมมัง คลमतัมมัง** การฟังธรรมตามกาลตามเวลา เป็นมงคลอย่างยิ่งแก่ชีวิต พวกเราจึงไม่ควร มองข้ามการเข้าวัดเข้าวากันอย่างสม่ำเสมอ การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้ เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๙๗

การพึงธรรมเป็นของยาก

๒๖ เมษายน ๒๕๕๗

พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้ว่า **การได้ยินได้ฟังธรรมเป็นของยาก** ยากพอๆกับการปรากฏขึ้นของพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ ยากพอๆกับการได้เกิดเป็นมนุษย์ เพราะการที่จะมีพระพุทธเจ้ามาปรากฏขึ้นแต่ละครั้งนั้น ไม่ใช่จะเกิดขึ้นได้ทุกๆ ๑๐๐ ปี ๑๐๐๐ ปี แต่นานๆจะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ และประกาศสอนธรรมะให้กับสัตว์โลกสักครั้งหนึ่ง เป็นกัปเป็นกัลป์ด้วยกัน คำว่ากัปว่ากัลป์นี้เป็นเวลาที่ยาวนานมาก โบราณจารย์ท่านยกตัวอย่างให้ฟังว่า เวลาหนึ่งกัปนี้เท่ากับเวลาทุกๆ ๑๐๐ ปี มีคนเอาผ้าไปลูบเขาพระสุเมรุสักหนึ่งครั้ง ทำอย่างนี้ทุกๆ ๑๐๐ ปี จนกว่าเขาพระสุเมรุจะสีกราบเป็นหน้ากลอง นั่นแหละถึงจะได้เวลาหนึ่งกัปหนึ่งกัลป์ การเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์จึงใช้เวลาอันยาวนานมาก เป็นของยากอย่างหนึ่ง

ของยากอีกอย่างหนึ่งก็คือการได้มาเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าไม่ได้บำเพ็ญบุญบารมี คือรักษาศีลมาอย่างเคร่งครัดแล้ว โอกาสที่จะได้มาเกิดเป็นมนุษย์นั้นก็ยาก เพราะการเกิดของมนุษย์ก็ไม่มากมายเหมือนกับการเกิดของเดรัจฉานทั้งหลาย เดรัจฉานเวลามีลูกที่ มีเป็นครอก มีเป็นฝูง แต่มนุษย์เรานี้มีทีละคน บางคนก็ไม่มีเสียด้วยซ้ำไป โอกาสที่จะได้เกิดเป็นมนุษย์แต่ละครั้ง จึงมีไม่มาก ถึงแม้จะได้สะสมบุญบารมีมากก็ตาม ถ้าไม่มีมนุษย์ที่จะตั้งครรรค์ ก็ไม่มีโอกาสที่จะได้เกิดเป็นมนุษย์ พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงตรัสไว้ว่า การเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นของยาก แล้วได้ทรงตรัสว่า**การได้ยินได้ฟังธรรมะก็เป็นของยาก** ถึงแม้ในสมัยนี้จะมีการแสดงธรรมอยู่อย่างสม่ำเสมอ อย่างเช่นที่วัดนี้ก็มีการแสดงธรรมทุกวันเสาร์วันอาทิตย์และทุกวันพระ แต่ความยากนั้นมันไม่ได้อยู่ที่ว่าไม่มีการแสดงธรรม ความยากนั้นอยู่ที่ใจของคนที่ไม่อยากจะฟังธรรมต่างหาก เพราะในใจของคนส่วนใหญ่ยังมีกิเลสครอบงำอยู่ กิเลสนี้ถ้าเปรียบเทียบกับเป็นเหมือนกับก้อนเมฆก้อนใหญ่ๆ ส่วน

ธรรมะก็เปรียบเหมือนกับแสงสว่างของดวงอาทิตย์ ถ้าดวงอาทิตย์ถูกก้อนเมฆมาบดบังไว้ แสงสว่างของดวงอาทิตย์ก็ไม่สามารถที่จะฉายลอดออกมาได้

ฉันได้จิตใจของผู้ที่มีกิเลสหนาที่บปกคลุมหุ้มห่ออยู่ จะเป็นจิตใจที่ไม่ชอบฟังธรรมะ ลองถามตัวเองดูสิว่าปีๆหนึ่ง เราฟังธรรมะกันมากน้อยสักเพียงไร พระพุทธเจ้าก็ทรงสอนไว้ว่า อย่างน้อยก็ควรฟังธรรมทุกๆวันพระ คืออาทิตย์หนึ่งก็ควรจะได้ฟังธรรมสักครั้งหนึ่ง ปีหนึ่งก็ต้อง ๕๒ ครั้งด้วยกัน ในหนึ่งปีเราได้ฟังธรรมถึง ๕๒ ครั้งหรือไม่ นี่เป็นจำนวนอย่างต่ำนะไม่ใช่อย่างสูง อย่างน้อยที่สุดควรจะได้ฟังสักอาทิตย์ละครั้ง เราลองถามตัวเองว่า ได้ฟังธรรมสัก ๕๒ ครั้งในหนึ่งปีหรือไม่ ถ้าพิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า ในปีหนึ่งอาจจะฟังธรรมได้ไม่ถึง ๕๒ ครั้งเลย ทั้งๆที่ธรรมะก็มีอยู่ทั่วไป เดี่ยวนี้ก็มีธรรมะไปถึงที่บ้าน เปิดวิทยุก็ฟังได้ โทรทัศน์ก็มีการแสดงธรรมกัน แต่ส่วนใหญ่เวลาโทรทัศน์ช่องไหนมีการแสดงธรรม คนดูมักจะย้ายช่องกัน กดรีโมทเปลี่ยนช่องกันเสียส่วนใหญ่ นี่จึงทำให้เป็นความยากขึ้นมา ทั้งๆที่ธรรมะเป็นของที่ประเสริฐเลิศโลกยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดในโลก

เมื่อเปรียบเทียบกับคุณค่าของธรรมะแล้ว ไม่มีอะไรจะมีคุณค่ายิ่งกว่าหรือดีเท่ากับธรรมะ แม้แต่ชีวิตของเราเองนั้น **พระพุทธเจ้าก็ยังทรงสอนให้สละเพื่อรักษารธรรมะ** เพราะธรรมะจะเป็นสิ่งที่ดูแลรักษาจิตใจให้เจริญรุ่งเรือง ให้ไปสู่สุคติ ให้มีแต่ความสุข ความเจริญ ชีวิตที่ปราศจากธรรมะนั้น อยู่ไปก็เปล่าประโยชน์ เพราะจิตใจที่ขาดธรรมะก็จะเป็นจิตใจที่มีแต่ความรุ่มร้อน มีแต่ความทุกข์ มีแต่กองเพลิงที่คอยเผาผลาญอยู่เสมอ ถ้ามีชีวิตอยู่โดยที่ไม่มีธรรมะ ก็สู้ไม่มีเสียดีกว่า ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนให้รักษารธรรมยิ่งกว่าชีวิต ถ้าจะต้องอดตายเพื่อรักษาศีล ก็ให้ตายไปดีกว่าที่จะเสียศีล แต่บางคนกลับคิดตรงกันข้าม คิดว่าชีวิตนี้สำคัญ จะต้องรักษาให้ได้ด้วยทุกวิถีทาง ถ้าจะต้องลักขโมยอาหารมาก็จะลักขโมยมา ถ้าจะต้องฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ยิงนกตกปลา เพื่อจะได้อาหารมาเลี้ยงชีพก็จะทำ

นี่ก็เกิดจากจิตใจที่มีกิเลสความมีดบอดครอบงำนั่นเอง ทำให้ไม่รู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่มีความค่าแก่ชีวิตจิตใจ กลับไปเห็นชีวิตเป็นสิ่งที่มีความค่ากว่าศีลธรรม แต่หาว่าไม่รู้ว่าจะอยู่แบบ

ไม่มีศีลธรรมนั้น ก็จะเป็นมนุษย์ได้เพียงชาตินี้เท่านั้น เพราะหลังจากที่ตายไปแล้ว จิตที่ไม่มีศีลธรรมนั้นย่อมต้องกลายเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นสัตว์นรกไปตามเหตุปัจจัย คือการทำบาปทำกรรมนั่นเอง แต่เป็นสิ่งที่ปุถุชนธรรมดาอย่างเราอย่างท่าน ที่มีกิเลส ตัณหาครอบงำจิตใจ จะรู้เห็นได้ เพราะไม่มีดวงตาเห็นธรรมอย่างพระพุทธเจ้า อย่างพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ท่านได้ปฏิบัติชำระกำจัดกิเลสตัณหา อวิชชาโมหะ ความมืดบอดที่ครอบงำจิตใจจนหมดสิ้นไป ทำให้ทรงรู้ทรงเห็นในสิ่งต่างๆ ที่บุคคลที่มีกิเลสตัณหา โมหะอวิชชาครอบงำอยู่ไม่สามารถเห็นได้ คือ**ทรงเห็นนรก เห็นสวรรค์ เห็นมรรคผล นิพพาน เห็นการเวียนว่ายตายเกิด เห็นกรรมและวิบาก เห็นว่าสัตว์ชนิดนี้ บุคคลชนิดนี้ ทำกรรมชนิดนี้จะต้องไปเกิด ไปเสวยวิบากกรรมชนิดนี้ๆเป็นต้น**

นี่เป็นสิ่งที่ผู้ที่ได้ชำระจิตใจจนสะอาดบริสุทธิ์แล้ว จะเห็นได้เหมือนกับคนที่ตาไม่มีตบอด คนตาดีกับคนตาบอดมีความสามารถแตกต่างกันในการมองเห็นสิ่งต่างๆ เห็นสิ่งต่างๆ แตกต่างกัน คนตาบอดจะเห็นแต่ความมืด เห็นแต่สีดำอย่างเดียว ส่วนคนตาดีก็จะเห็นทุกสิ่งทุกอย่าง อย่างที่พวกเราทั้งหลายเห็นกัน ถ้าอยากจะดูว่าคนตาบอดเห็นอย่างไร ก็ลองหลับตาดู ก็จะรู้ว่านั่นแหละคือลักษณะของคนตาบอด คนตาดีกับคนตาบอดจึงมีความสามารถในการมองเห็นแตกต่างกัน ฉะนั้นใครที่มีจิตใจสะอาดบริสุทธิ์อย่าง พระพุทธเจ้า และพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ก็มีความเห็น มีความรู้ ที่แตกต่างจากคนที่ มีโมหะอวิชชา ความมืดบอดครอบงำจิตใจอยู่ อย่างพวกเราทั้งหลายก็จะเห็นกลับตาลปัตรกัน เห็นสิ่งที่เป็นโทษว่าเป็นคุณ เช่นเห็นเงินทองเป็นสิ่งที่น่าหามาครอบครอง มี ยิ่งมากเท่าไรยิ่งดี ตำแหน่งฐานะต่างๆ ถ้าขึ้นไปยิ่งสูงเท่าไรยิ่งดี เป็นนายสิบก็อยากจะเป็นนายร้อย เป็นนายร้อยก็อยากจะเป็นนายพัน เป็นนายพันก็อยากจะเป็นนายพล เป็นนายพลก็อยากจะเป็นนายกา ถ้าเป็นพระเจ้าแผ่นดินได้ ก็อยากจะเป็นพระเจ้าแผ่นดิน

นี่เป็นความเห็นผิดเป็นชอบนั่นเอง เพราะคิดว่าเมื่อมีเงินมากๆ มีตำแหน่งสูงๆแล้ว จะมีความสุขมาก แต่หารู้ไม่ว่าเมื่อมีแล้ว กลับจะมีความสุขทุกข์ เพราะเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอนนั่นเอง เมื่อไปยึดไปติดแล้ว ก็เกิดความหวาดกลัวขึ้นมาว่า จะทำอย่างไรดี ถ้าวันดีคืนดี เงินทองหมดไป กลายเป็นคนหมดเนื้อหมดตัวไป เคยมีตำแหน่งสูงๆ ก็ถูก

ปลดออกไป จะทำอย่างไรดี เพียงแต่คิดเท่านั้น ings ที่เหตุการณ์ยังไม่เกิดขึ้นก็มีความ
ทุกข์ มีความกังวลใจแล้ว แล้วถ้าเกิดเหตุการณ์จริงๆขึ้นมาจะทำอย่างไร จะทำใจได้หรือ
เปล่า ลู้อยู่แบบคนธรรมดาสามัญไม่ดีกว่าหรือ ไม่มีตำแหน่ง ไม่มีเงินทองมากมาย แต่ก็
พออยู่พอกิน ไม่เดือดร้อน อย่างนี้ไม่ดีกว่าหรือ แต่เพราะความหลง ความมืดบอด จึง
ถูกกิเลสตัณหาคอยกระชากกระชากอยู่ในใจเสมอว่า หามาเถิด รวยแล้วดีเอง มีตำแหน่ง
มีอำนาจก็จะดีไปเอง อย่างนี้เป็นต้น ก็เลยหลงอยู่กับการไขว่คว้าหาความทุกข์เข้ามาใส่
ใจอยู่ตลอดเวลา วันๆหนึ่งก็คอยแต่หา แล้วก็คอยรักษา คอยป้องกัน คอยต่อสู้ เวลา
ใครมาจกแย่งชิงเอาไป ก็ต้องมีการต่อสู้กัน มีแต่ความเหนื่อย ความทุกข์ ความวุ่นวาย
ใจ ไม่รู้จักจบจักสิ้น แต่ก็ไม่รู้กัน เพราะถูกกิเลสปิดบังไว้

กิเลสจะเปิดให้เห็นเพียงแต่ส่วนที่ดีของการมีเงินมีทอง เช่นเวลาที่มีเงินมีทองอยากจะซื้อ
อะไรก็ซื้อได้ อยากจะไปไหนก็ไปได้ มันจะให้คิดให้เห็นอย่างนั้น เวลาที่มีตำแหน่งสูงๆ ก็
จะให้เห็นว่าจะทำอะไรก็ได้ จะสั่งใครก็ได้ จะชี้แจงบอกใครให้ทำอะไรก็ได้ แต่ไม่คิดถึง
เวลาที่หมดอำนาจหมดวาสนาไปแล้ว หมดบุญไปแล้ว จะทำอย่างไร จะอยู่อย่างไรต่อไป
ไม่คิดกันนั่นเอง จึงทำให้หลงผิด เห็นผิดเป็นชอบ ชีวิตแทนที่จะมีความสุขกลับมีแต่
ความวุ่นวาย มีแต่ความทุกข์ไม่รู้จักจบจักสิ้น ings ที่มีตัวอย่าง อย่างพระพุทธเจ้ากับพระ
อรหันตสาวกทั้งหลาย ที่อุทิศส่ำหัดดำเนินชีวิตมาเป็นตัวอย่างให้เราเห็น ทั้งสอน ทั้งพูด ทั้ง
ปฏิบัติตนเป็นตัวอย่าง ท่านสอนให้เราอยู่แบบเรียบง่าย อยู่แบบมัคน้อยสันโดษ
ไม่ให้ไปโลกไปอยากกับสิ่งต่างๆทั้งหลายในโลกนี้ เพราะไม่ใช่เป็นความสุข แต่เป็นความ
ทุกข์ ทุกข์เพราะเป็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**นั่นเอง

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนเป็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วต้องดับ
ไปเป็นธรรมดา เวลาได้มาก็ดีอกดีใจกัน แต่เวลาสูญเสียไปนี้ น้ำตาแทบกระเด็น ร้องไห้
ร้องไห้เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ บางคนถึงกับไม่สามารถทนอยู่ต่อไปก็
ต้องทำร้ายชีวิตของตนเอง เพราะไปหลงติดอยู่กับสิ่งที่**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**นั่นเอง
เพราะไม่มี**แสงสว่างแห่งธรรม** ไม่มี**ธรรมะ**มาคอยกระชาก คอยบอก คอยเตือน คอย
เหนี่ยวรั้งจิตใจ ว่าอย่าไปหลงกับสิ่งเหล่านี้ ซึ่งเป็นเหมือนกับงูพิษ จะกัดเอาเมื่อไรก็ไม่รู้

เมื่อโดนกัดแล้วก็มีแต่จะตายอย่างเดียวเท่านั้น ทำไม่ไม่เอาตัวอย่าง ที่พระพุทธรูปเจ้าทรง
ดำเนินมา ขนาดทรงได้เกิดเป็นราชโอรส เป็นลูกของพระเจ้าแผ่นดิน มี**ลาภยศสรรเสริญ**
สุขมากมายกายกอง แต่กลับไม่ทรงหลงยินดี เพราะพระองค์ไม่ใช่เป็นคนโง่เขลาเบา
ปัญญาแน่นอน ทรงเห็นว่ามีแต่ความทุกข์ มีแต่ความกังวลใจ ก็เลยสลัดตัดสิ่งเหล่านี้ทิ้ง
ไป แล้วออกมาอยู่แบบคนธรรมดาสามัญ อยู่แบบขอทานหาเช้ากินค่ำ หายอะไรมาได้จาก
การบิณฑบาตก็เสวยไปตามที่ได้มา ที่อยู่ อยู่ตรงไหนก็อยู่ได้ อยู่ในถ้ำบ้าง อยู่ตามโคน
ไม้บ้าง ก็อยู่ได้ เสื้อผ้าคือจีวร ก็หาเศษผ้าที่ถูกทิ้งไว้ตามกองขยะ ตามป่าช้า เก็บมาปะมา
เย็บให้เป็นผืน นำมาชกย้อมด้วยน้ำฝาด แล้วก็เอามาห่ม ก็ใช้ได้แล้ว เป็นจีวร
เครื่องนุ่งห่ม ส่วนยารักษาโรคก็ใช้ยาตองน้ำมูตรเน่า ก็ใช้น้ำปัสสาวะของตนนั่นแหละ
ดองกับสมอบ้าง ดองกับผลไม้ที่ใช้เป็นยาได้ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ฉันยาตองน้ำมูตรเน่า
เท่านั้นก็เพียงพอแล้วกับการดำรงชีพ ร่างกายก็ไม่ได้ต้องการอะไรมากไปกว่านี้

แต่สิ่งที่จิตใจต้องการนั้น คือ**ความสงบ** ปราศจากความวุ่นวายกับเรื่องราวต่างๆ จึงต้อง
แสวงหาที่**สงบสงัดวิเวก** ต้องออกจากบ้านจากเรือน เพราะอยู่ในบ้านในเรือนมีแต่เรื่อง
วุ่นวายต่างๆ ไม่รู้จักจบจักสิ้น หมดเรื่องนี้ก็มีเรื่องนั้นเข้ามา หมดเรื่องนั้นก็มีเรื่องนี้เข้า
มา เพราะเมื่ออยู่กับคนแล้วก็จะเป็นอย่างนี้ เพราะคนนี่แหละเป็นตัวยุ่งที่สุด คนที่มี
กิเลสนี้เป็นตัวยุ่ง มีปัญหาหนัก เพราะไม่รู้จักคำว่า**พอ**นั่นเอง เวลาร้อนก็อยากจะให้เย็น
เวลาหนาวก็อยากจะให้ร้อน เวลาพอมก็อยากจะอ้วน เวลาอ้วนก็อยากจะผอม มีแต่เรื่อง
ของความอยากร้อยแปดพันประการ ไม่รู้จักจบจักสิ้น ใครที่ต้องอยู่กับคนที่มีกิเลส
หนาๆแล้ว ต้องกลุ้มใจ เอาใจไม่ไหวหรอก ถ้าจะต้องเอาใจกิเลส ต่อให้เอาใจเท่าไร ก็ไม่
รู้จักคำว่า**พอ** เพราะเป็นธรรมชาติของกิเลส ไม่รู้จักคำว่าพอ มีแต่จะต้องการสิ่งแปลกๆ
ใหม่ๆอยู่เสมอ ถ้าสิ่งไหนมีแล้วก็ไม่สนใจ อยากจะได้ในสิ่งที่ไม่มี เมื่อไม่มีจะอย่างไร
ก็ต้องหากัน แล้วของมันหากันง่ายๆที่ไหน กว่าจะได้อะไรมาสักชิ้นสักอัน ก็ต้องทำงาน
ลำบากลำบากเหนื่อยยากมากเพียงไร กว่าจะได้มา เมื่อได้มาไม่ทันไร ก็เบื่อแล้วอยากจะ
ได้ใหม่อีกแล้ว นี่แหละคือสาเหตุของความวุ่นวายใจ

เมื่อจิตใจมีความวุ่นวายแล้ว ต่อให้มีอะไรมากมายเพียงไร ก็จะไม่มีความสุข เพราะความสุขใจไม่ได้เกิดจากการมีมากมีน้อย แต่เกิดจากความสงบเท่านั้น ถ้าใจสงบเมื่อไร เมื่อนั้นความสุขก็จะเกิดขึ้น ความพอก็จะเกิดขึ้น แต่ใจจะไม่ยอมสงบง่ายๆ ยิ่งมีอะไรไปคอยรบกวนใจอยู่เรื่อยๆแล้ว ยิ่งทำให้สงบได้ยาก พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนว่า **ถ้าต้องการความสุขที่เกิดจากความสงบของใจ ต้องปลีกวิเวก ต้องออกหาที่สงบสงัด** เช่น ไปอยู่วัดที่ไม่มีคนมาก วัดที่มีแต่นักปฏิบัติ ทุกคนที่อยู่ในสำนักปฏิบัติ จะอยู่กันแบบเรียบง่าย ไม่คลุกคลีกัน จะแยกกันอยู่ ต่างคนต่างคอยควบคุมใจของตนด้วยสติ ไม่ให้ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ในอดีตที่ผ่านมา หรือในอนาคตที่จะตามมา ให้คิดอยู่กับคำบริกรรมพุทโธ ใดๆไปในใจ หรือสวดมนต์ให้หัวใจอยู่ในใจไปเรื่อยๆ เพื่อไม่ให้ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ เพราะเมื่อไปคิดแล้วก็จะเกิดอารมณ์ขึ้นมา เกิดเรื่องราวขึ้นมา ทำให้จิตใจไม่สงบนั่นเอง จึงต้องออกหาที่สงบที่สงัดที่วิเวก เช่นมาอยู่วัดปฏิบัติธรรมกัน ๓ วันบ้าง ๕ วันบ้าง ๗ วันบ้าง ๑๕ วันบ้าง ๓๐ วันบ้าง ๓ เดือนบ้าง ๓ ปีบ้าง สุดแต่แต่ศรัทธาของแต่ละคน และบุญบารมีที่ได้สะสมไว้

ถ้าได้สะสมบุญบารมีมาทางนี้มาก การอยากออกหาที่สงบสงัดก็จะมีมาก แต่ถ้าสะสมบุญบารมีมาน้อย การอยากออกหาที่สงบสงัดก็จะมีน้อย กลับชอบอยู่ที่ที่มีความวุ่นวาย เพราะเวลาอยู่กับความวุ่นวายแล้ว มันไม่เหงา ถึงจะทุกข์ขนาดไหนก็ทนเอา แต่ถ้าอยู่คนเดียวแล้ว จะรู้สึกเหงา ว่าเหวเปล่าเปลี่ยวใจ ทรมานจิตมากกว่าอยู่กับคนหลายๆ แต่หาไม่รู้ไม่ว่าผลที่ได้จากการอยู่กับคนหลายๆนั้น ก็จะมีแต่ความว้าวุ่นวุ่นมัวอยู่ตลอดไป นอกจากชาตินี้แล้ว ชาติต่อไปก็จะเป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ไม่มีจบไม่มีสิ้น แต่ถ้าออกมาอยู่คนเดียว แล้วพยายามต่อสู้กับความว้าวุ่น ความเศร้าสร้อยหงอยเหงา ด้วยการบำเพ็ญจิตตภาวนา บริกรรมพุทโธ ใดๆไปเรื่อยๆ ในอิริยาบถทั้ง ๔ ไม่ว่าจะเดิน จะยืน จะนั่ง จะนอน ก็ไม่ปล่อยให้ใจไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ คอยควบคุมบังคับใจให้บริการพุทโธ ใดๆไปตลอดเวลา ถ้าทำได้แล้ว ไม่ช้าก็เร็วใจก็จะสงบตัวลง แล้วความรู้สึกว่าเหวเปล่าเปลี่ยวใจก็จะหายไป เพราะความว้าวุ่นเปลี่ยวใจเป็นผลที่เกิดจากกิเลสนั่นเอง

เวลาก็เลสอยากจะได้อะไรแล้วไม่ได้ตั้งใจ ก็จะสร้างความรู้สึกว่าเหวเปล่าเปลี่ยวใจ เศร้า ร้อยหงอยเหงาใจขึ้นมา แต่ถ้าเอาธรรมะคือคำบริกรรมพุทโธๆ เข้ามาปราบกิเลสอย่าง ต่อเนื่องด้วยสติแล้ว ไม่ช้าก็เร็วจิตก็จะรวมตัวสงบตัวลง เมื่อสงบลงแล้ว ก็จะพบ ความสุขอันแปลกประหลาดมหัศจรรย์ ที่ไม่เคยพบเคยเห็นมาก่อน ทั้งที่เมื่อสักครู่นี้จิต กำลังรู้สึกเปล่าเปลี่ยวใจ เศร้า ร้อยหงอยเหงา แต่พอจิตรวมลงบั้นเท่านั้น ความรู้สึก เหล่านั้นจะหายไปเลย เหลือแต่ความสงบ เหลือแต่ความนิ่ง ความสุข ความเบาใจ ความปิติ บางครั้งก็น้ำตาไหล ขนลุกซ่าขึ้นมา นี่แหละเป็นอันสงส์ที่จะเกิดขึ้นจากการ บำเพ็ญจิตตภาวนา บริกรรมพุทโธๆ อยู่ในอิริยาบถทั้ง ๔ ด้วยสติควบคุมไว้ พยายาม ทำไปเถิด พยายามอดทน ใช้ความเข้มแข็ง ใช้วิริยะความพากเพียร ไม่ช้าก็เร็วก็จะได้พบกับความสุข ที่พระพุทธรเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายท่านได้พบกัน และเมื่อได้พบ แล้ว ความเหนื่อยยากต่างๆ ความทุกข์ทรมานต่างๆ ที่เกิดจากการปฏิบัติก็จะหายไปหมดสิ้นเลย จะไม่มีความรู้สึกแบบนั้นหลงเหลืออยู่เลย มีแต่ความสุข ความสบาย ถึงแม้จะเป็นความสุขชั่วขณะหนึ่งก็ตาม

สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่จะเป็นอย่างนั้น จิตจะสงบได้เพียงชั่วขณะหนึ่ง เรียกว่า**ขณิกสมาธิ** แล้วก็ถอนออกมา แต่ความสุขที่ได้สัมผัสนั้นจะเป็นความสุขที่ดูดีเต็มใจ เป็นความสุข ที่จะคอยเรียกให้จิตใจกลับไปหาด้วยการพยายามปฏิบัติธรรมต่อไปเรื่อยๆ เมื่อได้ ปฏิบัติไปเรื่อยๆแล้ว ก็จะได้สัมผัสสัมผัสกับความสุขแบบนี้เพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ จนเป็น ความสุขที่ต่อเนื่องแบบไม่มีหมดสิ้นเลย จะสงบอยู่ตลอดเวลาในอิริยาบถ ๔ เดิน ยืน นิ่ง นอน มีแต่ความสุข ความอิ่ม ความพอ เมื่อเป็นอย่างนั้นแล้วจะไม่ยินดีกับสิ่งอื่นๆใน โลกนี้อีกเลย ไม่ว่าจะ**ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** แบบไหนก็ตาม จะไม่สนใจเลย เพราะ รู้ว่าลาภ ยศ สรรเสริญ สุขนั้น ถึงแม้จะมีความสุข มีส่วนดีอยู่ก็ตาม แต่ส่วนร้ายคือ ความทุกข์ที่ตามมาก็แสนสาหัสเหมือนกัน จึงไม่อยากจะเข้าไปเกี่ยวข้อง ไม่อยากจะไป แตะต้อง เพราะได้พบกับความสุขที่สะอาดบริสุทธิ์ ที่ไม่มีความทุกข์ ไม่มียาพิษเจือปน อยู่นั่นเอง

นี่แหละเป็นความสุขที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า **นัตถิ สันติ ปรัง สุขัง สุขอื่นใดเสมอ**
ความสุขที่เกิดจากความสงบนั้น ไม่มีในโลกนี้ จงอย่าไปหาอะไรในโลกนี้เลย อย่าไปคิด
ว่าสิ่งต่างๆ ในโลกนี้มีความวิเศษวิโส ตามที่กิเลสตัณหาคอยกระซิบคอยบอกเลย ต้องเอา
ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้ามากระซิบใจ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าความสุขที่แท้จริง
ความสุขที่ประเสริฐเลิศโลก ก็คือความสุขที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม ความสุขที่เกิดจาก
ความสงบนี้เอง ความสุขชนิดอื่นๆ ไม่ใช่ความสุข เป็นเหมือนกับความสุขที่ได้จากการ
เสพยาเสพติด เวลาได้เสพก็มีความสุข แต่เวลาไม่ได้เสพก็จะปวดรูดร้าวทรมานใจเป็น
อย่างยิ่ง จนทนอยู่ไม่ได้ ถึงกับจะต้องตายไปเลยก็มี นี่คือพิษของสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ อย่า
ไปหลงอย่าไปติดกับสิ่งต่างๆ พยายามถอยออกมา ถ้ายังมีความจำเป็นที่จะต้อง
เกี่ยวข้องอยู่ ก็ต้องมีสติระมัดระวัง คอยเตือนตนอยู่เสมอว่ามันเป็นของไม่เที่ยงนะ
ตำแหน่งยศต่าง นี้ อายุ ๖๐ ก็หมดแล้ว เดี่ยวเขาก็เอาคืนไปแล้ว ส่วนสมบัติข้าวของเงิน
ทอง จะหมดไปเมื่อไรก็ไม่รู้ บางทีอาจจะหมดไปก่อนตายก็ได้ คนที่ทำมาค้าขายแล้ว
หมดเนื้อหมดตัวไปก็มีอยู่เยอะ มันเกิดขึ้นได้เสมอ

เพราะฉะนั้นอย่าไปยึดอย่าไปติด อย่าไปอาศัยเงินทองมากจนเกินเหตุ อาศัยเท่าที่จำเป็น
พอซื้ออาหารมากินก็พอแล้ว ส่วนสิ่งอื่นๆ อย่านไปสนใจ เรื่องจะเอาเงินไปเที่ยวที่โน่นที่นี้
เอาเงินไปซื้อของฟุ่มเฟือยต่างๆ ซื้อแก้วแหวนจินดา เพชรนิลจินดา หรือสิ่งต่างๆ ไร
นั้น อย่าไปหลงอยาก อย่าไปหลงทำเลย เพราะเมื่อทำไปแล้วจะติดเป็นนิสัยขึ้นมา เวลา
ไม่ได้ทำจะเกิดความทุกข์ขึ้นมา แต่ถ้าฝึกหัดอยู่อย่างเรียบง่ายๆ อยู่อย่างมักน้อย
สันโดษ เอาเท่าที่จำเป็น ก็จะไม่ทุกข์ ไม่เดือดร้อน ไม่รุ่มรวยใจ ร่างกายต้องการอะไร
มากน้อยเพียงไรก็เอาเท่านั้นพอ ถ้าหาไม่ได้ตามความจำเป็นก็เอาตามมีตามเกิด วัน
ไหนได้มาน้อยก็ให้พอใจ วันไหนได้มากก็ให้พอใจเช่นกัน ถ้าได้มากเกินความจำเป็นก็
ให้เก็บไว้เผื่อวันข้างหน้า ถ้าหาได้น้อยก็เอาส่วนที่เก็บไว้มาชดเชย มาทดแทนกันไป ถ้า
ฝึกหัดให้อยู่แบบเรียบง่ายได้แล้ว ต่อไปจะไม่เดือดร้อนกับเรื่องเงินทอง เพราะจะ
สามารถหาเงินทองมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้องตามความจำเป็นได้ เพราะความจำเป็นนั้นมันไม่
มากเลย ความฟุ่มเฟือยต่างหากที่จะคอยดูดเงินดูดทอง ที่หามาด้วยความยากลำบาก
ให้หมดไปแล้วก็ไม่ได้อะไรขึ้นมา ได้เพียงแต่ความสนุกความเพลิดเพลินในขณะที่ใช้เงิน

ใช้ทองไปเท่านั้นเอง แต่ความอึดความพอจะไม่เกิดขึ้น มีแต่จะอยากใช้เงินเพิ่มขึ้นไปเรื่อยๆ แล้วในที่สุดก็ต้องสะดุดขึ้นสักวันหนึ่งเมื่อเงินทองไม่พอใช้ แล้วก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา แต่ถ้ารู้จักใช้แบบประหยัด ใช้เท่าที่จำเป็นแล้ว รับรองได้ว่าจะมีเงินทองเหลือใช้ จะไม่เดือดร้อนกับเรื่องเงินทอง แล้วจะมีเวลาไปปฏิบัติธรรม ทำจิตใจให้สงบ แทนที่จะต้องเสียเวลาไปกับการทำมาหากิน หาเงินหาทอง ได้เงินได้ทองมาแล้ว ก็ต้องเสียเวลาไปกับการใช้เงินใช้ทองอีก เลยไม่มีเวลามาทำจิตใจให้สงบเลย ไม่มีเวลาจะมาปฏิบัติธรรม จิตใจจึงมีแต่ความหิวความกระหาย เป็นเปรต เป็นผีอยู่ตลอดเวลา โดยไม่รู้สึกรู้สีก้าว ทั้ๆที่มีเงินมีทองมากมายกายกอง เพราะไม่ได้ฟังธรรมและปฏิบัติธรรม เพราะการฟังธรรมเป็นของยากนั่นเอง การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๙๘

แพ้เป็นพระ

๑๑ พฤษภาคม ๒๕๕๗

พวกเรามาวัดกันอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่อง เพราะเราเชื่อฟังในพระโอวาทของ พระพุทธเจ้า พระบรมศาสดาของพวกเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพระปัจฉิมโอวาท ที่ได้ ทรงแสดงไว้ก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพาน เป็นคำสั่งสอนครั้งสุดท้ายของพระพุทธเจ้า ทรงเตือนพวกเราว่า **สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยงหนอ จงยังประโยชน์ส่วนตนและ ส่วนท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด** สังขารก็คือทุกสิ่งทุกอย่างทั้งภายในและ ภายนอก เป็นสังขารทั้งสิ้น มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่ว่าจะเป็ร่างกายของเรา ทรัพย์สมบัติของเรา เพื่อนฝูงญาติสนิท มิตรสหาย ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราครอบครองอยู่ ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องพลัดพรากจากกันไป เพราะเป็นของไม่เที่ยงนั่นเอง

พระพุทธเจ้าทรงเป็นห่วง เพราะจิตของพวกเรายังถูกความหลงครอบงำอยู่ ทำให้หลง ระวังกับชีวิตโดยไม่คำนึงว่า **เราต้องแก่ ต้องเจ็บ และต้องตายไปในที่สุด** เรายังหลง ระวังอยู่กับการหาลาภ ยศ สรรเสริญ สุขกัน โดยไม่รู้ว่าลาภยศสรรเสริญสุขนี้ มีคุณมี ประโยชน์กับจิตใจเราหรือไม่ ส่วนใหญ่แล้วก็ให้ความสุขความเพลิดเพลินไปชั่วขณะหนึ่ง เท่านั้น แต่ในขณะที่เดียวกันก็สร้างอุปาทานความผูกพันให้เกิดขึ้นกับใจ ทำให้ใจต้องทุกข์ ต้องกังวล ต้องห่วงใย แทนที่จะมีความสุขกับสมบัติต่างๆ กลับกลายเป็นภาระแบกหาม ทุแลรักษา ภาระที่จะต้องคอยหามาเพิ่มอยู่เรื่อยๆ ภาระที่เกิดจากการพลัดพรากจากกัน เหล่านี้ล้วนเป็นความทุกข์ทั้งนั้น ไม่ใช่ความสุขเลย

แต่เนื่องจากว่าพวกเรายังขาด**แสงสว่างแห่งธรรม** คือความรู้ที่ทะลุทะลวงถึงธรรมชาติ ของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ล้วนเป็น**อนิจจัง** ไม่เที่ยง เป็น**ทุกข์** ถ้าไปยึดไปติด เป็น **อนัตตา** ไม่มีตัวตน ไม่ใช่สมบัติของผู้หนึ่งผู้ใด ไม่มีใครสามารถควบคุมครอบครอง ให้ อยู่กับตนไปได้ตลอดเวลา ถ้าไม่มีแสงสว่างแห่งธรรมแล้ว ก็จะต้องหลงยึดติด เมื่อหลง

ยึดติดก็ต้องมีความทุกข์ตามมา ดังที่ได้กล่าวไว้ในเบื้องต้น **ทุกข์เพราะอุปาทานความ** ยึดมั่นถือมั่น เมื่อยึดติดแล้วก็มีแต่ความกังวลใจ ไม่สบายอก ไม่สบายใจ ลองสังเกตดู ถ้าสิ่งใดที่เราไม่ยึดไม่ติด ไม่มีความเกี่ยวข้องด้วย สิ่งนั้นจะไม่มีปัญหากับเรา แต่ถ้าสิ่งใดเป็นสิ่งที่เราไปมีความผูกพัน ไปครอบครองว่าเป็นเรา เป็นของๆเราขึ้นมา ก็จะต้องมีความวุ่นวายใจ เมื่อสิ่งนั้นแปรปรวนเปลี่ยนแปลง หรือสูญหายจากเราไป ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้พวกเราระลึกเสมอว่า **ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้เป็นของไม่เที่ยง** อย่าไปยึดอย่าไปติด เพราะจะทำให้เราทุกข์ **อย่าไปถือว่าเป็นของๆเรา เพราะไม่มีอะไรในโลกนี้เป็นของเราทั้งสิ้น** เรามาตัวเปล่าๆ แล้วเมื่อเราตายไป เราก็ต้องไปตัวเปล่าๆ สิ่งที่เราเอามาได้และสิ่งที่เราจะเอาไปได้ก็คือ**บาปกับบุญ**เท่านั้น

ถ้าเรามีบุญมากกว่าบาป เกิดมาก็จะมีชีวิตที่มีความสุข มีความเจริญ มีความก้าวหน้า ถ้ามีบาปมากกว่าบุญ เกิดมาก็จะมีความทุกข์มากกว่าความสุข มีความวุ่นวายใจมากกว่าความสงบ มีความเสื่อมมากกว่าความเจริญ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เราคำนึงว่า ชีวิตของเรานั้นเกิดมาเพื่อสะสมบุญ เกิดมาเพื่อใช้บาปใช้กรรมเก่า เมื่อเราได้เข้าใจในหลักนี้แล้ว เราจะได้ไม่มีความหลงอยู่กับการสะสมสิ่งอื่นใดในโลกนี้ เราจะพยายามสะสมแต่บุญอย่างเดียว ส่วนบาปกรรมก็จะไม่สะสม ส่วนผลของบาปกรรมที่เคยทำไว้ในอดีต ถ้าถึงเวลาที่จะแสดงผลให้เกิดขึ้นกับเรา ทำให้เราต้องมีความทุกข์ มีความวุ่นวายใจ มีความเศร้าโศกเสียใจ เราก็พยายามทำใจไว้ อย่าไปท้อแท้กับชีวิต อย่าไปโกรธแค้น โกรธเคืองผู้หนึ่งผู้ใด อย่าไปโทษผู้อื่นว่าเป็นเหตุของความทุกข์ ของความไม่สบายใจของเรา ขอให้ถือเสียว่าเป็นวิบากกรรมของเราต่างหาก เพราะผู้ที่ไม่มีวิบากกรรมนั้น ถึงแม้จะมีใครมาสร้างความสะดวก ร้อน สร้างปัญหาให้กับตน ก็จะไม่มีความทุกข์ ไม่มีความวุ่นวายใจ เพราะใจไม่ไปยึดไปติด สามารถปล่อยวางได้ คือไม่ไปปรารถนา ไม่ไปต้องการให้เขาทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ หรือไม่ให้เขาทำสิ่งนั้นสิ่งนี้กับเรา เราปล่อยให้เขาทำไปตามเรื่องของเขา ถ้าเขามีอะไรกับเรามาในอดีตชาติ ถ้าเป็นส่วนที่ดีเขาก็จะทำความดีกับเรา ถ้าเป็นส่วนที่ไม่ดี เขาก็จะทำความไม่ดีกับเรา

คนในโลกนี้เวลาเจอกันจึงมีอยู่หลายแบบด้วยกัน คนบางคนเห็นกันก็รู้สึกถูกรังแกชดาดากัน มีความเมตตาต่อกัน คนบางคนเจอกันแล้วก็รู้สึกไม่ถูกรังแกชดาดากัน มีแต่จะมีเรื่อง มีปัญหาต่อกัน ทั้งๆที่ก็ไม่เคยรู้จักกันมาก่อนเลย แต่ทำไมถึงเป็นอย่างนั้นได้ นั่นก็เป็นเพราะผลของบุญของกรรมที่ได้เคยทำมาร่วมกันในอดีตนั่นเอง ดังนั้นเมื่อเราไปเจอกับเคราะห์กรรมต่างๆ อย่าไปแก้เคราะห์กรรมด้วยการสร้างเวรสร้างกรรมเพิ่มขึ้นมาอีก แต่ให้ใช้**อุเบกขาธรรม** คือให้วางเฉย ให้ปลงเสียเถิดว่า **สัตว์โลกทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆตน จักทำกรรมอันใดไว้ จะต้องรับผลของกรรมนั้น** เพียงแต่ทำใจให้เฉยให้หนึ่งไว้ แล้วเรื่องราวต่างๆ ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องผ่านไปหมดไป แต่ถ้าไปมีปฏิกิริยาตอบโต้ ต่อต้าน สร้างเรื่องสร้างราวเพิ่มขึ้นมาอีก เรื่องก็จะยืดยาวต่อไป และอาจจะต้องต่อไปถึงภพหน้าชาติหน้าอีก อย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น เราจึงต้องใช้**ขันติธรรม** ใช้ความอดทน ใช้**อุเบกขา** วางเฉย

อุเบกขาจะเกิดขึ้นได้ถ้าเราฝึกทำจิตให้สงบ ฝึกนั่ง**สมาธิ** ฝึกไหว้พระสวดมนต์อยู่เรื่อยๆ ทำให้เป็นกิจวัตรประจำวัน เหมือนกับเราดูแลรักษาร่างกาย เราต้องออกไปวิ่งไปออกกำลังกาย เพื่อให้ร่างกายของเราแข็งแรงฉันใด เราก็ต้องฝึกออกกำลังกายให้กับจิตใจของเรา กำลังของจิตใจก็คือความสามารถอยู่หนึ่งๆ อยู่เฉยๆได้นี้แหละ เวลาเมื่อไรมากระทบก็เป็นเหมือนกับก้อนหิน ไม่เป็นเหมือนกับปุยนุ่น เวลาถูกลมพัดแผ่วมาเบาๆ ก็จะไม่ปลิวไปตามกระแสลม แต่ถ้าเป็นก้อนหินถึงแม้จะมีพายุพัดมาแรงขนาดไหน ก็ไม่สามารถไปเขย่า ไปเคลื่อนได้ เพราะมีความหนักแน่นนั่นเอง ใจของพวกเราก็สามารถทำให้มีความหนักแน่น ให้มีความแข็งแรงได้ ด้วยการฝึกทำ**จิตตภาวนา** คือนั่ง**สมาธิ** และเจริญ**วิปัสสนา** เพราะถ้าเราทำไปอยู่เรื่อยๆแล้ว จิตของเราจะมีความแกร่ง มีความแข็งแรง มีความกล้าหาญ ที่จะเผชิญกับทุกสิ่งทุกอย่าง แต่เผชิญแบบพระ ไม่ได้เผชิญแบบมาร ดังสุภาษิตที่เราได้ยินเสมอๆว่า **แพ้เป็นพระชนะเป็นมาร** คือเราจะแพ้ด้วยการนิ่งเฉย ไม่ตอบโต้ ใครจะพูด ใครจะด่า ใครจะกลั่นแกล้งอย่างไร จะไม่แยะ ไม่สนใจ ถ้าหลบได้หลีกเลี่ยง ก็หลบไปหลีกเลี่ยง ถ้าหลบไม่ได้ หลีกเลี่ยงไม่ได้ ก็ทำใจให้หนึ่งเฉยไว้ ไม่ช้าก็เร็วเรื่องราวต่างๆก็จะผ่านไป ทำใจให้เป็นเหมือนต้นเสา ไม่มีใครไปทะเลาะกับต้นเสาหรือออกไปด่ากับต้นเสาสักพักหนึ่ง เดี่ยวก็เบือเอง เดี่ยวก็เหนียวเอง เดี่ยวก็เดินหนีไปเอง แล้วก็จะไม่กลับมาอีก

แต่ถ้าไปต่อบั๊ตกัน ก็เหมือนการปรบมือ ถ้าปรบมือข้างเดียวก็ไม่ดัง ถ้าปรบมือ ๒ ข้างก็ดัง ถ้าเขาตำเรา เราก็ตำกลับไป เดียวเขาก็ทุบเรา เราก็ตีเขา เดียวเขาก็ฟันเรา เราก็แทงเขา เดียวก็ลงไปนอนในโลงหนึ่งคน อีกคนหนึ่งก็ไปอยู่ในคุกในตาราง นี่เป็นวิถีทางของมาร ที่เขาเรียกว่า**ชนะแบบมาร** ชนะแบบมารนี้ แพ้ด้วยกันทั้งคู่ เพราะเสียหายด้วยกันทั้งคู่ แต่คนที่**ชนะแบบพระ** ปลอดภัยด้วยกันทั้งคู่ คนที่หาเรื่องเมื่อไม่มีคนรับเรื่อง ก็ต้องยุติไปเอง ทุกสิ่งทุกอย่างก็ระงับผ่านไป อย่างเรียบร้อย อย่างสงบ อาจกลับมาเป็นมิตรกันก็ได้ เพราะเมื่อเป็นศัตรูกันไม่ได้ เมื่อยังต้องอยู่ด้วยกัน ก็เป็นมิตรกันเสีย ไม่ได้ดีกว่าหรือ เช่น แทนที่จะโกรธเขา เห็นเขาเดือดร้อน พอจะช่วยเหลือเขาได้ ก็ยื่นมือให้ความช่วยเหลือเขาไป ทั้งๆที่เขาพยายามจะทำร้ายเรา พยายามจะทำให้เราเกิดความเสียหายด้วยวิธีต่าง ๆ นานา แต่เราเป็น**ศิษย์ของตถาคต** เรามาวัดอยู่อย่างสม่ำเสมอ มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาฝึกปฏิบัติจิตใจให้สงบให้หนึ่ง ให้มีความหนักแน่น มีความกล้าหาญ มีความ**เมตตา** มีความ**กรุณา** เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นกับใคร ถึงแม้จะโหดร้ายทารุณกับเราเพียงไร ถ้าพอจะช่วยเหลือเขาได้ ก็ช่วยเหลือเขาไป

อย่าไปเสียดายเรื่องชีวิต เพราะชีวิตของคนเราทุกคน ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องเสียไป ชีวิตของเรามีไว้เพื่อใช้ให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ ไม่ได้มีไว้ให้เกิดโทษ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในพระปัจฉิมโอวาทว่า **จงยังประโยชน์ส่วนตนและส่วนท่านให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาทเถิด** ความไม่ประมาทก็คือ ต้องคำนึงเสมอว่า ชีวิตของเราจะหมดไปเมื่อไรเวลาใด ไม่มีใครรู้ แม้แต่ตัวเราเอง เราก็ไม่รู้ว่า พรุ่งนี้จะตื่นขึ้นมาหรือไม่ คืนนี้นอนหลับไปแล้ว พรุ่งนี้ก็ไม่ตื่นขึ้นมาเลยก็เป็นไปได้ หรืออาจจะอยู่ต่อไปอีก ๕๐ ๖๐ ๗๐ ๘๐ ปี ก็เป็นไปได้เหมือนกัน แต่สิ่งที่ควรคำนึงก็คือ เมื่ออยู่ จะอยู่อย่างไร ถ้าอยู่แล้วเป็นมาร เป็นเปรต เป็นยักษ์ อย่างนี้อาย่าอยู่ไปดีกว่า อยู่ไปแบบนี้ไม่เกิดประโยชน์ เพราะทำให้เกิดโทษกับตัวเรา อยู่ต้องอยู่แบบทำประโยชน์ เช่นดังที่ได้กล่าวไว้เมื่อสักครู่นี้ ให้มี**เมตตา** มี**ขันติ** มี**อุเบกขา** เวลาเกิดอะไรขึ้น ก็ให้มี**สติ** ปรัดระวังใจ ถ้าใช้**ปัญญา** แก้ไขเหตุการณ์ได้ ก็แก้ไป ถ้าแก้ไม่ได้ก็ปล่อยให้เกิดไป เพราะสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ ไม่ได้ อยู่ในการควบคุมบังคับของเรานั้นเอง เราอาจจะบังคับบางสิ่งบางอย่างได้ในบางเวลา แต่เราจะไม่สามารถไปควบคุมบังคับทุกสิ่งทุกอย่างได้ตลอดเวลา

แม้แต่จิตใจของเรา เรายังควบคุมไม่ได้เลย ร่างกายของเรา ก็ควบคุมไม่ได้ เวลาไม่
อยากให้ร่างกายแก่ มันก็ยังแก่จนได้ ไม่อยากให้เจ็บไข้ได้ป่วย มันก็เจ็บไข้ได้ป่วยจนได้
ไม่อยากให้ตาย มันก็ตายจนได้ ไม่อยากให้โกรธ มันก็โกรธ ไม่อยากให้โลภ มันก็โลภ
ไม่อยากให้หลง มันก็หลง เพราะสิ่งต่างๆเหล่านี้ ยังไม่อยู่ภายใต้การควบคุมของเรา
นั่นเอง บางสิ่งบางอย่างเราก็ไม่สามารถไปควบคุมได้เลย เช่นร่างกายนี้เราควบคุมไม่ได้
เลย เรื่องความแก่ ความเจ็บ ความตาย ส่วนเรื่องของความโลภ ความโกรธ ความหลง
ในจิตใจนี้ เราทำได้ เพราะมีคนทำมาแล้ว เช่น พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวก
ทั้งหลาย ท่านทำได้ ถ้าต้องการควบคุมใจของเรา ก็ต้องดำเนินชีวิตในแนวเดียวกับที่
พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้ดำเนินมา ในเบื้องต้นต้อง**เสียสละ** ต้อง
สละสิ่งต่างๆที่มีเหลือใช้เหลือกิน ที่เกินความจำเป็นต่อการดำรงชีพ อย่าเก็บสะสมไว้ให้
หนักอกรหนักใจ เพราะถ้ามีอะไรก็ต้องมีความกังวล ที่จะต้องคอยดูแลรักษานั้นเอง แต่
ถ้าสละไป ให้เป็นทานกับผู้เดือดร้อน เราก็จะได้ความสุข ได้ความเบาใจ หมดยาจะไป
อย่างหนึ่ง ไม่ต้องไปกังวลกับสิ่งของนั้นๆอีกต่อไป ถ้าสละได้มากเท่าไร ใจก็ยิ่งมีความ
สงบ มีความสุข มีความหนักแน่นมากขึ้นไป

ถ้าได้ฝึกฝนการเสียสละจนกลายเป็นนิสัยไปแล้ว ต่อไปเวลาสูญเสียบ้างอะไรไป จะไม่
เดือดร้อนใจเลย ใครจะมาเอาอะไรไป ไม่ว่าจะสมบัติข้าวของเงินทองต่างๆก็ดี คนที่
เรารักก็ดี หรือแม้แต่ชีวิตของเราก็ดี เราจะไม่เศร้าโศกเสียใจ ไม่หวาดวิตก ไม่กลัว
เพราะได้ฝึกการให้ การเสียสละมา จนเห็นคุณของการเสียสละแล้ว เพราะทุกครั้งที่
เสียสละ ใจจะสงบนิ่ง มีความสุข เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ก็ไม่คิดที่จะเบียดเบียนใคร เวลา
ต้องการอะไร ก็จะไม่ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น เพราะรู้ว่าเป็นโทษทั้งกับผู้อื่น
และกับตนเอง เวลาไปสร้างความเดือดร้อนให้กับคนอื่น ใจของเราก็จะต้องวุ่นวาย กังวล
ไม่สบายใจ เกรงว่าจะต้องได้รับผลตอบแทน เมื่อทำเขาแล้ว ถ้าเปลอเขาก็คงจะต้องมา
ทำเรา จะเป็นความรู้สึกที่มีอยู่ในใจ แต่ถ้าไม่ไปทำใคร ไม่ไปกลั่นแกล้งใคร ไม่ไป
เบียดเบียนใคร ไม่ไปสร้างความเดือดร้อนใจให้กับใครแล้ว จะมีความรู้สึกสบายอก
สบายใจ ทำอะไร ไปที่ไหน ก็จะไม่มีความหวาดระแวง เป็นการกระทำที่ทำให้เกิดศีล
ขึ้นมา เพราะไม่เบียดเบียนผู้อื่นด้วยวิธีการต่างๆ

เมื่อเห็นคุณของการเสียสละ เห็นคุณของการไม่เบียดเบียน เราก็จะเห็นผลที่เกิดขึ้นจากการไม่เบียดเบียน จากการเสียสละ คือจิตของเราจะมีความสงบ มีความสุข จะรู้ว่า **ความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่ที่จิตที่สงบต่างหาก** ไม่ได้อยู่ที่การได้ทรัพย์สินสมบัติ ได้สิ่งต่างๆ ที่ต้องการมาครอบครอง เพราะสิ่งต่างๆเราก็ได้มามากมายแล้ว แต่ก็ยังไม่เคยเจอความสุขแบบนี้สักที แต่เมื่อได้เสียสละ ได้ละเว้นจากการเบียดเบียนผู้อื่นแล้ว จิตของเราที่มีความสงบ มีความสุข จึงทำให้อยากจะทำจิตให้สงบมากขึ้น จึงทำให้คิดแสวงหาที่สงบ ปลีกวิเวกออกจากสังคม เพื่อสร้างความสงบให้มากยิ่งขึ้นไป ให้มีอยู่ตลอดเวลาเลย ตลอด ๒๔ ชั่วโมง เป็นสิ่งที่ทำได้ ถ้าปลีกวิเวกออกปฏิบัติหนึ่งสมาธิ เดินจงกรม ตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นขึ้นมาจนหลับไป ทำแต่กิจ ๒ ชนิดนี้ คือนั่งสมาธิสลับกับการเดินจงกรม ทำจิตให้สงบและเจริญวิปัสสนาปัญญา พิจารณาสังขารทั้งหลายว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด ไม่มีตัวไม่มีตน ไม่ใช่เป็นสมบัติของผู้ใดทั้งสิ้น

ถ้าพิจารณาอย่างนี้ไปเรื่อยๆแล้ว จนเห็นแจ้งชัดอยู่ในใจของเรา ใจก็จะปล่อยวางสังขารทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็ร่างกายของเรา หรือร่างกายของผู้อื่น ใจก็จะไม่ยึดไม่ติด เพราะรู้ว่าถ้าไปยึดไปติด เวลาเกิดการพลัดพรากจากกัน ก็จะเกิดความเศร้าโศกเสียใจ ไม่มีใครอยากจะทำทุกข์ เมื่อรู้ว่าต้นเหตุของความทุกข์ ก็คือความยึดมั่นถือมั่นในสังขารทั้งหลาย ก็ต้องปล่อยวาง จะปล่อยวางได้ ก็ต้องเห็นในความไม่เที่ยงของสังขารนั้นๆ เห็นว่าเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นความสุข เห็นว่าไม่ใช่เป็นสมบัติของเรา ไม่ใช่ตัวเรา ถ้าเห็นอย่างนี้แล้ว ก็จะไม่ยึดไม่ติด เมื่อไม่ยึดไม่ติดแล้ว ก็จะมีความสุข เมื่อก่อนนี้คิดว่า คนเราจะมีความสุขเพราะมีสมบัติ มีข้าวของเงินทอง มีบริษัทบริวาร มีเพื่อน มีสามี มีภรรยา ถ้ามีสิ่งเหล่านี้แล้ว คิดว่าจะมีความสุข แต่หารู้ไม่ว่าล้วนแต่เป็นความทุกข์ทั้งสิ้น เพราะเมื่อมีสิ่งต่างๆเหล่านี้แล้ว ก็ต้องมีความทุกข์ มีความกังวล มีความห่วงใย มีความเศร้าโศกเสียใจ เมื่อต้องพลัดพรากจากกัน

ถ้าไม่ยึดไม่ติดแล้ว จะไม่มีความทุกข์เลย จึงทำให้เห็นได้ว่าความสุขของคนเรานั้น ไม่ได้ อยู่ที่การมีอะไรมากมายกายกอง ความสุขอยู่ที่การไม่มีมากกว่า **ยิ่งไม่มีอะไรได้เลย ยิ่งมีความสุข** อย่างพระพุทธเจ้า หลังจากที่เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว กลับมีความสุขยิ่ง

กว่าขณะที่มีชีวิตอยู่ เพราะขณะที่มีชีวิตอยู่ ยังต้องดูแลรักษาอัตภาพร่างกาย ถึงแม้จะไม่
ยึดไม่ติด แต่ร่างกายก็ยังเป็นภาวะ ภาวะที่จะต้องเลี้ยงดู ภาวะที่จะต้องรักษา ต้องอาบน้ำ
อาบท่า เปลี่ยนเสื้อผ้า เจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องให้หยูกให้ยา ต้องรับประทานอาหารทุกวัน ต้อง
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จึงได้ทรงแสดงว่า ชั้นนี้ เป็นภาระหนักอย่างยิ่ง **ภาระหะเว**
ปัญจะ ชั้นที่ ๕ เป็นภาระ เมื่อปล่อยวางชั้นนี้ได้แล้ว จิตจะสบาย ไม่มีอะไรมา
เกี่ยวข้องอีกต่อไป เป็น**บรมสุขัง** ความสุขที่เลิศที่สุด นี่เป็นสภาพที่พระพุทธเจ้าได้ทรงได้
เข้าถึง คือความสุขหลังจากที่ได้ละสังขาร ได้ดับขันธเสด็จปรินิพพานไป แต่ก่อนไปทรงมี
ความห่วงใยพวกเรา ที่ยังไม่เข้าใจในเรื่องเหล่านี้อยู่ พวกเรายังมองเห็นตรงกันข้ามกับ
พระพุทธเจ้า เห็นว่าการมีชีวิตอยู่เป็นสิ่งที่วิเศษ ต้องอยู่ไปนานๆ แต่หารู้ไม่ว่าชีวิตมีแต่
ความทุกข์มากกว่าความสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งทุกข์ทางใจ

ถ้ายังไม่ได้ชำระ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง** ให้ออกไปจากจิตจากใจแล้ว ต่อให้มี
อะไรมาหน่อยเพียงไร ก็ยังมีความรู้สึกที่ไม่พอใจอยู่ดี ยังอยากจะมีเพิ่มขึ้นไปอีก เพราะนี่
เป็นธรรมชาติของความอยาก ของความโลภที่มีอยู่ในใจ ถ้ามีความโลภความอยากแล้ว
ต่อให้มีมากมายก่ายกองเพียงไร ก็ยังหาความสุขไม่เจอ เพราะ**ความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่**
ที่คำว่าพอ ถ้ายังไม่รู้จักคำว่าพอ ก็จะไม่รู้จักความสุขที่แท้จริงว่าเป็นอย่างไร
พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้พวกเรามาสร้างความเป็นพอให้เกิดขึ้น ด้วยการปฏิบัติตามคำ
สอนของพระพุทธเจ้า คือให้เสียสละ ให้ทาน ให้ละเว้นจากการเบียดเบียนผู้อื่น ให้
บำเพ็ญจิตตภาวนาทำจิตให้สงบ เมื่อจิตมีความสงบแล้วก็ให้เจริญวิปัสสนา ให้พิจารณา
ดูร่างกายว่าเป็นของไม่เที่ยง เกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เป็น**อสุภ** ไม่สวยไม่
งาม เป็น**ปฏิกูล** มีสิ่งสกปรกต้องขับถ่ายออกมาอยู่ตลอดเวลา เพื่อจะได้ปล่อยวาง
ร่างกายทั้งของตนเองและของผู้อื่น เหตุที่ทำให้เรามีความผูกพันกับผู้อื่น เพราะไม่เห็น
อสุภ ความไม่สวยงามของร่างกาย ไม่เห็นปฏิกูลในร่างกายนั่นเอง จึงทำให้หลงรัก
ร่างกายของผู้อื่น อยากได้มาเป็นสมบัติครอบครอง เมื่อได้มาแล้วก็ต้องมาทุกข์กับเขา
ทุกข์ด้วยความห่วง ทุกข์ด้วยความหวง เป็นความทุกข์มากกว่าความสุข เพราะไม่ได้
ศึกษาปฏิบัติธรรมนั่นเอง จึงต้องตกหลุมพรางอันนี้ไป แต่ถ้าได้ยินได้ฟังธรรมะของ
พระพุทธเจ้าอยู่อย่างสม่ำเสมอ จะเห็นว่าชีวิตคู่กับชีวิตเดิมนั้นเทียบกันไม่ได้ อยู่คน

ดีกว่าอยู่ที่ ๒ คน อยู่ ๒ คนแล้วรบกวนย ต้องมีเรื่องมีราว ทะเลาะเบาะแว้ง ชักออกขัด
ใจกันตลอดเวลา อยู่คนเดียวมีใจเป็นของตน ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ไม่ต้องแบ่งให้ผู้อื่น คิด
อยากจะทำอะไรก็ได้ตั้งใจ ไม่ต้องกังวลว่าผู้อื่นจะคิดอย่างไร การแสดงเห็นว่าสมควร
แก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๑๙๙

เบรกใจ

๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๗

การที่ญาติโยมมาวัดกันอย่างสม่ำเสมอ นั้น เป็นการมาติด**เบรก**ให้กับ**ใจ** เพราะใจก็เปรียบเหมือนกับรถยนต์ เวลาวิ่งไปไหนมาไหน ถ้าไม่มีเบรกย่อมเป็นอันตรายต่อรถและผู้ขับขี่ เพราะเมื่อถึงเวลาที่จะต้องหยุด ก็จะไม่สามารถหยุดได้ เช่นเวลามาถึงสี่แยกไฟแดงแล้วเจอไฟแดงเข้า ถ้าไม่มีเบรกก็ต้องฝ่าไฟแดงไป ก็ต้องเกิดอุบัติเหตุขึ้นมา หรือเวลาขับรถเร็วแล้วจำเป็นต้องหักเข้าทางโค้ง ก็จะไม่สามารถหักเข้าได้ ถ้าไม่มีเบรกไว้ชะลอให้รถวิ่งช้าลง ใจก็เหมือนกับรถยนต์ ต้องมีเบรกถึงจะปลอดภัย แต่ใจของพวกเราส่วนใหญ่ มักจะมีเบรกน้อย แต่จะมีคันเร่งมาก คันเร่งของใจก็คือ**ตัณหา**ชนิดต่างๆ เช่นความอยากในกาม เรียกว่า**กามตัณหา** ความอยากมีอยากเป็น เรียกว่า**ภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น เรียกว่า**วิภวตัณหา**

ในใจของปุถุชนคนธรรมดาอย่างเราอย่างท่านทั้งหลายนี้ จะมีคันเร่งที่จะคอยเร่งใจอยู่เสมอ คือความอยากต่างๆ อยากไปเที่ยว อยากไปดู อยากไปฟัง อยากไปรับประทาน เรียกว่า**กามตัณหา** ความอยากในกาม **ภวตัณหา** คือความอยากมีอยากเป็น เช่นอยากจะเป็นสามี อยากจะเป็นภรรยา อยากจะเป็นพ่อ อยากจะเป็นผู้ใหญ่ อยากจะมีตำแหน่งสูงๆ เป็นผู้จัดการ เป็นหัวหน้ากอง เป็นอธิบดี เป็นรัฐมนตรี เป็นนายกฯ เป็นประธานาธิบดี เป็นกษัตริย์ **วิภวตัณหา** คือความอยากไม่มีอยากไม่เป็น ได้แก่ความไม่ อยากเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่แก่ ไม่ตาย ไม่ลำบาก ไม่ยากจน ถ้าสังเกตดูภายในใจของเรา จะเห็นว่ามี**ความอยาก**ต่างๆ เหล่านี้อยู่ ที่จะเป็นตัวผลักดันให้ไปก่อกรรมทำเข็ญ ไปสร้างเรื่องสร้างราว สร้างความทุกข์ ความเดือดร้อน ความวุ่นวายใจ ให้กับเราอย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น เพราะใจขาดเบรก

แต่ถ้าได้มาวัดอย่างสม่ำเสมออย่างที่ท่านทั้งหลายทำกันอยู่นี้ ก็เท่ากับได้มาติดเบรคให้กับใจ เพราะเมื่อมาวัดก็จะได้ทำบุญถวายทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม เป็นการสร้างเบรคให้กับใจ เบรคของใจมีอยู่ ๕ ประการด้วยกัน คือ ๑. **ศรัทธา** ความเชื่อ ๒. **วิริยะ** ความพากเพียร ๓. **สติ** ความระลึกถึง ๔. **สมาธิ** ความตั้งมั่นของจิต และ ๕. **ปัญญา** ความฉลาดรอบรู้ นี่คือเครื่องมือหรือเบรคของใจ ถ้าได้มาวัดก็จะได้สร้างเบรคให้เกิดขึ้นภายในใจ เพราะจะมาวัดได้ก็ต้องมี**ศรัทธา** ความเชื่อ เชื่อในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เชื่อว่าสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนั้น เป็นคุณเป็นประโยชน์ ช่วยพัฒนาจิตใจให้เจริญรุ่งเรือง ให้มีความสุข มีความสบาย เราจึงมาวัดกัน มาทำบุญถวายทานรักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ถ้าพยายามมาอย่างต่อเนื่อง ก็จะมี**วิริยะ** ความอุตสาหะพากเพียรพยายาม พอถึงวันพระก็มากัน หรือวันเสาร์วันอาทิตย์ที่ว่างจากภารกิจการทำงาน ก็มากัน ต้องมีความพากเพียร มี**วิริยะ**ถึงจะมาได้

ถ้ามีแต่ความเกียจคร้าน ก็จะไม่อยากตื่นแต่เช้า ไม่อยากจะทำให้เสียเวลา อยู่กับบ้านนอนให้สบาย กินให้สบาย ไม่ดีกว่าหรือ แต่เพราะมี**ศรัทธา** ความเชื่อ มีความรักในการปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จึงทำให้มีความพากเพียร เมื่อมาประกอบสิ่งต่างๆที่วัด ก็ต้องมี**สติ** มีความระวัง รอบคอบ ระลึกถึงอยู่ทุกขณะที่กำลังทำอะไรอยู่ เวลาตัดบาตรก็ต้องมี**สติ** ขณะที่ตัดข้าวเข้าไปในบาตร ก็ต้องมีความระมัดระวัง ไม่ให้ทัพพีไปกระทบกับบาตร อย่างนี้ก็ต้องมี**สติ** คือการระลึกถึง ควบคุมจิตให้อยู่กับกิจกรรมต่างๆที่กำลังทำอยู่ในขณะนั้น กำลังตัดบาตรก็ให้มี**สติ**อยู่กับการตัดบาตร กำลังถวายทานก็ให้มี**สติ**อยู่กับการถวายทาน กำลังฟังเทศน์ฟังธรรมก็มี**สติ**อยู่กับการฟังเทศน์ฟังธรรม ให้ใจรับรู้คำเทศน์ที่มาสัมผัสที่หูเข้ามาสู่ใจ อย่าให้ใจลอยไปลอยมา คิดเรื่องราวต่างๆนานา เมื่อมี**สติ**ควบคุมใจ จิตก็จะมี**สมาธิ** คือจิตจะตั้งมั่น ตั้งอยู่ในปัจจุบัน ตั้งอยู่กับภารกิจการทำงานที่กำลังทำ

อย่างในขณะนี้จิตกำลังฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่ ไม่คิดถึงเรื่องอดีตที่ผ่านมา ไม่คิดถึงอนาคตที่จะเกิดขึ้นตามมา ขณะนี้กำลังฟังธรรม ก็มี**สติ**ควบคุมจิตให้รับรู้ ให้อยู่กับการฟัง เมื่อสามารถควบคุมจิตให้มี**สติ**อยู่อย่างต่อเนื่องกับการฟัง จิตก็จะตั้งมั่น แล้วก็จะ

สงบตัวลง การตั้งมั่นของจิต คือสมาธิ นั้น มีอยู่ ๒ ลักษณะด้วยกัน คือ ๑. **สมาธิ**ที่ตั้งอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เช่นลมหายใจเข้าออก หรือคำบริกรรมพุทโธๆ จนจิตรวมลงเป็นหนึ่งและสงบนิ่ง ถ้าสงบนิ่งอยู่ชั่วขณะหนึ่ง เรียกว่า**ขณิกสมาธิ** ถ้าสงบนิ่งอยู่นาน เรียกว่า**อัปปนาสมาธิ** ๒. **สมาธิ**ที่อยู่กับการทำงาน จิตไม่ส่ายแสไปทีไหนมาทีไหน เช่นเวลาอ่านหนังสือก็มี**สมาธิ**อยู่กับการอ่านหนังสือ เวลาทำงานทำกิจกรรมต่างๆ ก็มี**สมาธิ**อยู่กับการทำงานต่างๆเหล่านั้น ถ้ามี**สมาธิ**อยู่กับการทำงาน การทำงานย่อมเกิดผล ไม่ผิดพลาด เพราะมีความจดจ่อคอยเฝ้าดูอยู่ ผลดีก็เกิดขึ้นมา ถ้าฟังเทศน์ฟังธรรมก็จะเกิดปัญญา เกิดความฉลาดขึ้นมา รู้เรื่องราวต่างๆที่พระพุทธรเจ้าได้ทรงสั่งสอน

อย่าไปคิดว่าคนฟังธรรมทุกคนจะฉลาด เพราะถ้าฟังไม่เป็น ก็จะไม่รู้เรื่อง เช่นเวลาฟังก็นั่งคุยกัน อย่างนี้ก็จะไม่รู้เรื่อง หรือถ้าไม่ได้คุยกัน แต่ไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้อยู่ ก็จะไม่รู้เรื่องที่พระกำลังสอนกำลังเทศน์เช่นกัน แต่ถ้าตั้งใจฟังด้วยสติ ควบคุมจิตให้รับรู้กับธรรมะ ที่เข้ามาสัมผัสกับใจ แล้วก็พิจารณาตาม ก็จะเกิดปัญญาขึ้นมา เกิดความฉลาดขึ้นมา เพราะธรรมะสอนให้เป็นคนฉลาดนั่นเอง ธรรมะสอน**เหตุ** สอน**ผล** สอน**ความจริง** เมื่อรู้เหตุ รู้ผลแล้ว ก็จะสามารถแยกแยะได้ว่าเหตุอันใดเป็นเหตุที่สร้างความเจริญ เหตุอันใดเป็นเหตุที่สร้างความเสื่อมเสีย เมื่อรู้ก็จะได้ทำแต่เหตุที่สร้างความเจริญ ส่วนเหตุที่สร้างความเสื่อมก็ลดลงไป เช่นรู้ว่าการเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร ความเกียจคร้าน เป็นเหตุของความเสื่อมเสีย ก็พยายามลดละอบายมุขต่างๆเหล่านี้ พยายามเลิก พยายามไม่ไปคบกับคนที่มีพฤติกรรมแบบนี้ เพราะถ้าไปเกี่ยวข้องด้วย ก็จะต้องถูกชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับเรื่องเหล่านี้ **ถ้าเสียดายเพื่อน เราก็จะเสียดคน** ถ้าต้องพบกับคนที่ชักจูงให้ไปในทางที่ไม่ดี ก็ต้องเลือกตัวเราไว้ก่อน อย่าไปเลือกเพื่อน เพราะเพื่อนมีอยู่มากมายกายกอง มีเป็นล้าน เราสามารถเลือกได้ เพื่อนมีทั้งเพื่อนดีและเพื่อนไม่ดี ถ้าเพื่อนไม่ดีจะชวนไปในทางที่ไม่ดี ก็อย่าไป เบรคใจไว้ เบรคด้วยปัญญา ถ้าไปแล้วเสียดคน ต้องมาเสียดใจทีหลัง สู้อย่าไปดีกว่า อย่าคบกับเขาดีกว่า

นี่เรียกว่า**ปัญญา** ความฉลาด รู้ผิดถูกดีชั่ว รู้เหตุรู้ผลของความเจริญและความเสื่อมทั้งหลาย เมื่อรู้แล้วก็จะสามารถยับยั้งจิตใจไม่ให้ไปกระทำในสิ่งที่ไม่ดีได้ นี่คือ

ความหมายของ**เบรกลใจ** เราจึงต้องเจริญธรรมะทั้ง ๕ ประการนี้ คือต้องมีความเลื่อมใส **ศรัทธา** ศรัทธาจะเจริญก้าวหน้าได้ ก็ต้องเข้าหาบัณฑิต หาผู้รู้ หา**พระสุปฏิปันโน**ทั้งหลาย เมื่อได้ยินได้ฟังคำสอนของท่านแล้ว ก็จะเกิดความเข้าใจในสิ่งต่างๆที่ พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน จนในที่สุดก็จะรู้จะเห็นตามที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น เมื่อถึงขั้นนั้นแล้ว จะไม่สงสัยในธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนเลย ความเชื่อก็ไม่มี ความจำเป็นต่อไป เพราะเห็นความจริงแล้ว ความเชื่อเป็นตัวนำทางให้เข้าสู่ความจริง เมื่อเห็นความจริงแล้ว ก็ไม่ต้องอาศัยความเชื่ออีกต่อไป คนอื่นจะเชื่อหรือไม่เชื่อก็ไม่มีผลกระทบกับเรา เพราะเห็นด้วยตาของเราแล้ว รู้ด้วยใจแล้วว่าเป็นอย่างนี้จริงๆ

เวลาไปหาหมอ หมอก็วินิจฉัยโรคของเรา เสร็จแล้วก็สั่งจ่ายยาให้มารับประทาน ถ้าไม่มีศรัทธาความเชื่อในหมอ ก็จะไม่กล้ารับประทานยา ก็จะไม่รู้ว่ายาที่หมอให้มาจะรักษาโรคของเราได้หรือไม่ แต่ถ้าเชื่อหมอ ยอมเสี่ยงยอมตาย เชื่อว่าหมอไม่โกหกหลอกลวง เชื่อว่าหมอมีความเมตตา มีความหวังดี ก็รับประทานยาที่หมอให้มา เมื่อรับประทานไปแล้ว ถ้าโรคหายก็รู้ว่าเป็นยาที่ใช้ได้ผล สามารถรักษาโรคร้ายไข้เจ็บของเราได้ ต่อไปไม่ต้องเชื่อหมอก็ได้ เวลาเป็นโรคนี้อีก ก็ไปหายานี้มารับประทานเองก็ได้ นี่คือความหมายของความเชื่อ ไม่ได้ให้เชื่อเฉยๆ ไม่ได้ให้เชื่อแบบงมงาย แต่เชื่อแล้วต้องนำไปพิสูจน์ พระพุทธเจ้าสอนให้ละเว้นจากอบายมุขต่างๆ ก็ต้องพิสูจน์ดูว่าหลังจากได้ละเว้นจากอบายมุขต่างๆแล้ว ชีวิตดีขึ้นหรือเลวลง ทรงสอนให้ละเว้นจากการกระทำบาปทั้งปวง ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต จากการลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี โกหกพูดปดมดเท็จ ก็ลองไปประพฤติดู แล้วดูชีวิตจะเจริญขึ้นหรือเสื่อมลง

การดูความเจริญความเสื่อม ก็ได้ดูที่เงิน ว่ามีมากขึ้นหรือน้อยลง เพราะคนที่เป็นโกงมาก็มีเงินมากขึ้นได้ อย่างนี้ไม่ใช่ความเจริญ ความเจริญหมายถึงการไม่เบียดเบียนผู้อื่น จิตมีความเมตตากรุณามากขึ้น มีความสงบเย็นเป็นสุขมากขึ้นไปต่างหาก ที่เป็นความเจริญ เป็นอานิสงส์ของการรักษาศีล ดังที่ได้กล่าวไว้ในทำนองของศีลว่า **สี่เลน นินพุดัง ยันติ** ศีลเป็นเครื่องระงับดับความทุกข์ ความวุ่นวายใจ คนที่ไม่ไปก่อกรรมทำเข็ญสร้าง ความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น จิตใจจะสงบ ไม่วุ่นวาย แต่คนที่ไม่ไปสร้าง ความเดือดร้อน

ให้กับผู้อื่น จะต้องมีความหวาดระแวง มีความกังวล มีความวิตก กลัวว่าจะต้องถูกเรียกเอาคืนไป คือถูกทำร้าย เมื่อไปทำร้ายเขา ก็ต้องคิดว่าเขาจะต้องมาทำร้ายเรา แต่คนที่ไม่ไปทำร้ายผู้อื่น ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ย่อมอยู่เย็นเป็นสุข เพราะจิตใจไม่มีความหวาดระแวง ไม่มีความกลัวนั่นเอง

หลังจากที่ได้พิสูจน์เห็นความจริงแล้ว ต่อไปใครจะพูดอย่างไร เช่นว่าบาปบุญไม่มี ก็ไม่มีปัญหาอะไร เราจะไม่ได้เดือดร้อน ไม่กังวล เพราะรู้ว่าคนที่พูดแบบนั้นเป็นคนตาบอด เป็นคนที่ไม่ได้สัมผัสกับความจริง เหมือนกับที่ศรัทธาญาติโยมได้มาที่วัดญาณฯ ได้เห็นสภาพต่างๆของวัดญาณฯว่าเป็นอย่างไร เวลาใครมาพูดมาบอกว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เราจะเชื่อหรือไม่เชื่อก็ได้ เพราะรู้้อยู่แก่ใจแล้วว่าสภาพของวัดญาณฯนั้นเป็นอย่างไร แต่จะรู้ว่าเขาพูดจริงหรือไม่จริง เพราะเราเห็นความจริงแล้วนั่นเอง นี่ก็คือความหมายของการมี**ศรัทธา**ที่นำไปสู่การปฏิบัติด้วย**วิริยะ** ด้วย**สติ** ด้วย**สมาธิ** ด้วย**ปัญญา** เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงขึ้นมาภายในใจ เมื่อรู้แล้วก็เท่ากับมีเบรคไว้ระงับจิตใจ เวลาจะโกรธก็จะไม่โกรธ เพราะรู้ว่าเวลาโกรธเราเป็นผู้เดือดร้อน ใจจะร้อนเป็นไฟเป็นไฟขึ้นมา เวลาเห็นอะไรอยากจะได้ ก็ระงับความอยากได้ เพราะรู้ว่าความอยากเป็นตัวสร้างความทุกข์ ความวุ่นวายใจ

ถ้าไม่ได้มาวัด ไม่ได้มาฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่ได้มาทำบุญทำทาน รักษาศีลปฏิบัติธรรม เราจะไม่เบรคไว้เบรคใจ เวลาเกิดความอยากอะไรขึ้นมา ก็จะหยุดใจไม่ได้ อยากจะกิน เหล้าก็หยุดไม่ได้ อยากจะเล่นการพนันก็หยุดไม่ได้ อยากจะออกไปเที่ยวกลางคืนก็หยุดไม่ได้ ทั้งๆที่รู้้อยู่แก่ใจ เพราะเป็นเมืองพุทธ มีศาสนาคอยสั่งสอนอยู่เสมอว่าอย่ามัวซึบเป็นความเลื่อม เป็นสิ่งที่จะทำให้ลายเฉาผลาญความสุขความเจริญของเราให้หมดไป ทั้งๆที่ได้ยินได้ฟังและรู้้อยู่ แต่เมื่อเกิดความอยากขึ้นมา ก็หยุดไม่ได้ เพราะไม่มีเบรค ไม่ได้เข้าวัด ไม่ได้ปฏิบัติธรรม ไม่ได้สร้าง**ศรัทธา** **วิริยะ** **สติ** **สมาธิ** และ**ปัญญา**นั่นเอง เมื่อไม่มีเบรคก็เหมือนกับรถที่ไปถึงสี่แยกไฟแดง ก็ต้องชนเหล็กเท่านั้นแหละ เมื่อห้ามจิตใจไม่ได้ ก็ต้องทำในสิ่งที่นำความเลื่อมเสีย ความเดือดร้อนวุ่นวายมาให้ จนในที่สุดก็

จะต้องหมดเนื้อหมดตัวหมดชีวิตไป เพราะเมื่อหมดเนื้อหมดตัวแล้ว ก็ไม่รู้ว่าจะอยู่ต่อไปทำไม ก็ฆ่าตัวตายเสียเลย

ถ้าไม่มีเบรคไว้คอยเบรคใจ เวลาเห็นอะไร อยากจะได้อะไร ถ้าหาด้วยลำแข้งลำขา ด้วยสติปัญญาของตนไม่ได้ ก็ต้องหามาด้วยวิธีอื่นโง่ ไปลักไปขโมย ไปโกหกหลอกลวง เวลาเห็นสามีภรรยาของผู้อื่นอยากจะได้มาครอบครอง ก็จะหักห้ามจิตใจไม่ได้ เพราะไม่มีเบรค ก็จะต้องไปเป็นชู้ เป็นเมียน่อย อยู่แบบไม่มีเกียรติ อยู่แบบหลบๆซ่อนๆ อยู่แบบขโมย อย่างนี้จะดีที่ตรงไหน แต่ก็ต้องเอา เพราะสู้ความอยากไม่ได้ ความอยากมันล้นอยู่ภายในใจ อยากจะสุข อยากจะสบาย อยู่กับเขาแล้ว เขาจะได้เลี้ยงดูเรา ถึงแม่จะเป็นบ้านเล็กบ้านน้อยก็ยอมเป็น นี่เป็นเพราะความเกียจคร้าน ถ้ามีความขยันแล้วรับรองได้ว่าความเลื่อมจะเข้าไม่ถึงตัวเรา เพราะเมื่อมีความขยัน ตอนเป็นเด็กก็จะขยันเรียนหนังสือ ขยันทำงานช่วยพ่อแม่ ขยันหาเงินหาทองเพื่อไปเรียนหนังสือ เมื่อเรียนจบ ก็ขยันทำมาหากิน มีเงินมีทอง มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิตการงาน มีคนชื่นชมยินดีระหว่างคนเกียจคร้านกับคนขยันนั้น ก็เหมือนกับสิ่งที่มีค่ากับไม่มีค่า เหมือนทองกับก้อนอิฐ อย่งไหนจะมีค่ากว่ากัน ทองย่อมมีค่ากว่าก้อนอิฐอย่างแน่นอน

คนก็เหมือนกัน คนขยันกับคนเกียจคร้านมีค่าแตกต่างกัน ไม่มีใครอยากจะคบกับคนเกียจคร้าน มีแต่ชอบคบกับคนขยัน เวลาคนขยันไปอยู่ที่ไหนกับใครมีแต่คนรัก ชื่นชมยินดี เวลาจากไปก็เสียดาย เวลากลับมา ก็ดีอกดีใจ ถ้าเป็นคนเกียจคร้าน ไปอยู่กับใครก็มีแต่คนสาปแช่ง มีแต่คนขับไล่ อยากให้ไปอยู่ไกลๆ อยู่ก็มีแต่จะดูดทรพม์ ดูดความเจริญ จึงไม่ยินดีที่จะให้คนเกียจคร้านอยู่ด้วย มีแต่อยากจะขับไล่ไสส่ง เวลาไปก็มีแต่ความโล่งอกโล่งใจ เวลากลับมาจะมีแต่ความเบื่อหน่ายอิดหนาระอาใจ นี่คือการแตกต่างระหว่างความเกียจคร้านกับความขยัน ถ้าไม่ได้มาวัดก็จะไม่รู้เรื่องเหล่านี้ ไม่เกิดปัญญา เพราะจะถูกความหลงคอยสอนให้เห็นผิดเป็นชอบ ทำไม่คนเราถึงเกียจคร้าน ก็เพราะมีความหลงครอบงำจิตใจ ไม่ได้มีปัญญาแสงสว่างคอยเตือน คอยสอน คอยบอกว่าความเกียจคร้านเป็นตัวทำลาย ไม่ใช่ตัวส่งเสริมให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง แต่ถ้ามาวัดมาฟังธรรม ก็จะเกิดความรู้เกิดปัญญา เกิดความฉลาดขึ้นมา

เมื่อรู้แล้วว่าความเกียจคร้านเป็นพิษเป็นภัย เป็นเหมือนยาพิษ ก็จะไม่เข้าไปใกล้ ไม่หยิบขึ้นมากินอย่างแน่นอน เพราะไม่ใช่ยา ไม่เหมือนปัญญา ซึ่งเป็นเหมือนกับยา มีปัญญามากน้อยเท่าไรก็จะสามารถรักษาโรคใจได้มากน้อยเพียงนั้น โรคใจคืออะไร ก็คือความทุกข์ที่เกิดจากความหวาดกลัวทั้งหลาย หวาดกลัวในความแก่ ความเจ็บ ความตาย หวาดกลัวในการพลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง แต่ถ้ามีปัญญาแล้วจิตจะมีความกล้าหาญ ไม่มีความกลัว เพราะปัญญาจะสอนจิตให้รู้ว่า สิ่งที่แก่ ที่เจ็บ ที่ตายไป ไม่ใช่ตัวจิต สิ่งที่แก่ ที่เจ็บ ที่ตาย เป็นร่างกายต่างหาก แต่ตัวจิตผู้กลัวความแก่ ความเจ็บ ความตายหาได้แก่ หาได้เจ็บ หาได้ตายไปกับร่างกายไม่ เมื่อปฏิบัติธรรมแล้วจะเห็น เมื่อจิตรวมลงเป็นสมาธิ จะเห็นว่ากายกับจิตเป็นคนละส่วนกัน เป็นเหมือนกับน้ำกับขวดน้ำ เวลาอยู่ในขวดจะรู้สึกว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แต่ถ้าเทน้ำออกจากขวดใส่ไปในแก้ว ก็รู้ว่าน้ำเป็นอย่างหนึ่ง ขวดเป็นอย่างหนึ่ง

เวลาปฏิบัติธรรมด้วยสติ ทำจิตให้สงบรวมลงเป็นสมาธิแล้ว กายกับใจก็จะแยกออกจากกัน กายก็อยู่ส่วนหนึ่ง ใจก็อยู่ส่วนหนึ่ง แล้วก็รู้ว่ากายไม่ใช่เรา กายไม่ใช่ใจ ใจกับกายเป็นคนละส่วนกัน เวลากายเจ็บไข้ได้ป่วย ใจก็ไม่ต้องเจ็บไข้ได้ป่วยตามไปด้วย คนที่มีปัญญาจึงไม่เจ็บเวลาเป็นโรคภัยไข้เจ็บ เจ็บเพียงแต่ร่างกายเท่านั้น แต่ใจไม่เดือดร้อนวุ่นวาย ไม่หวาดวิตกว่าโรคจะหายหรือไม่ จะตายหรือเปล่า อย่างนี้จะไม่มีในใจของคนที่มียาธรรมโอสถคือปัญญา นี่คือความหมายของการได้ยินได้ฟังธรรม แล้วนำธรรมที่ได้ยินได้ฟังไปปฏิบัติ ขอให้ลองนำไปปฏิบัติเถิด ด้วยวิริยะ อุทสาหะ ทำบุญทำทานได้มากน้อยเพียงไร ก็ขอให้ทำอย่างสม่ำเสมอ ทำทั้งที่วัดและที่บ้าน และที่อื่นๆ ทำได้ทุกแห่งทุกหน ไม่จำกัดสถานที่และเวลา **ศีล** ก็พยายามรักษาไว้ให้ดี อย่าไปเบียดเบียนผู้อื่น พยายามเจริญ**สติ**อยู่เสมอ เวลาคิดอะไรให้มีสติรู้อยู่ เวลาคิดทำในสิ่งที่ไม่ดี จะยับยั้งได้ เช่นจะเสพสุรายาเมา พอรู้ว่าคิดอย่างนั้น ก็ระงับได้ พอคิดว่าจะเล่นการพนัน ก็ระงับได้ จะพูดปดมดเท็จ ก็ระงับได้ จะห้อยโงง ก็ระงับได้ เพราะมีสติ และมีสมาธิ จิตตั้งมั่นอยู่กับปัจจุบัน มีปัญญารู้ผิดรู้ถูกรู้ดีรู้ชั่ว เมื่อรู้แล้วเวลาจิตจะคิดไปในทางที่ไม่ดี ก็เบรกจิตได้ เพราะมีเบรกนั่นเอง

นี่แหละคืออานิสงส์ผลอันดีงามที่จะได้รับกันเวลามาวัด มาสร้างเบรกาให้มีกำลังมาก ยิ่งๆขึ้นไป จนกระทั่งเป็นเบรกาที่เบรกาได้ ๑๐๐ เปอร์เซนต์ แม้กระทั่งภพชาติที่เบรกาได้ อย่างเบรกาของพระพุทธเจ้ากับของพระอรหันต์ คือ**ศรัทธา วิริยะ สติ สมภา ปัญญา**นั้น เต็มเปี่ยม ๑๐๐ เปอร์เซนต์ มีอำนาจพละมีพลัง ๑๐๐ เปอร์เซนต์ จึงสามารถหยุดตัณหาทั้ง ๓ ได้อย่างเด็ดขาด **หยุดกามตัณหา**ความอยากในกาม **หยุดภวตัณหา**ความอยากมีอยากเป็น **หยุดวิภวตัณหา**ความอยากไม่มีอยากไม่เป็นได้โดยสิ้นเชิง เมื่อหยุดได้โดยสิ้นเชิงแล้ว ภพชาติที่ต้องอาศัยความอยากทั้ง ๓ เป็นตัวพาไปก็ไม่มีอีกต่อไป พระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลายจึงไม่ไปเกิดอีกต่อไป จิตของท่านหยุดแล้ว เรื่องของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เมื่อไม่เกิด **ทุกข์ย่อมไม่มีกับผู้ไม่เกิด** เพราะเมื่อไม่เกิดแล้วจะเอาความทุกข์มาจากที่ไหน ความทุกข์มาได้เพราะมีการเกิด เมื่อเกิดออกมาจากท้องแม่ก็ร้องห่มร้องไห้แล้ว เมื่อแก่ก็ทุกข์ เจ็บไข้ได้ป่วยก็ทุกข์ ตายก็ทุกข์

แต่ถ้าไม่เกิดแล้วจะเอาความทุกข์มาจากที่ไหน และการที่จะไม่เกิดได้ก็ต้องมีเบรกาใจ นั่นเอง เบรกาความอยากทั้ง ๓ ไม่ไปอยากกับอะไรอีกต่อไปในโลกนี้ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ก็จะมีแต่ความสุขอยู่ภายในใจอย่างเดียว เพราะทุกข์ทั้งหลายที่เกิดจากความอยากนั้น ไม่สามารถเกิดขึ้นได้นั่นเอง เพราะมีเบรกาใจ มีศรัทธาเต็มเปี่ยม เต็ม ๑๐๐ มีวิริยะความพากเพียรเต็ม ๑๐๐ มีสติเต็ม ๑๐๐ มีสมภาเต็ม ๑๐๐ มีปัญญาเต็ม ๑๐๐ เมื่อมีธรรมเหล่านี้เต็มร้อยแล้ว ก็เท่ากับมีเบรกาเต็ม ๑๐๐ ในหัวใจ เมื่อมีเบรกาเต็ม ๑๐๐ ในหัวใจแล้ว เรื่องของการไปก่อเวรก่อกรรม สร้างภพสร้างชาติ ก็จะไม่มีการจิตดวงนั้นอีกต่อไป เพราะจิตดวงนั้นได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากภัยทั้งหลาย หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งหลายแล้วโดยสิ้นเชิง เป็นจิตที่มีแต่บรมสุขไปตลอดอนันตกาล นี่เป็นผลที่จะตามมา สำหรับท่านที่มีวิริยะอุตสาหะ มาวัดอย่างสม่ำเสมอ การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๐

ภาวนามยปัญญา

๑๐ มิถุนายน ๒๕๔๗

การที่ท่านทั้งหลายได้มาวัดกันอย่างสม่ำเสมอ นั้น ก็เป็นเพราะความเลื่อมใสใน พระพุทธศาสนา ที่เกิดจากศรัทธาความเชื่อ และปัญญาความเห็นชอบ แต่ความเลื่อมใส ที่เกิดจากศรัทธา ยังไม่แน่นแฟ้นคง มีโอกาสวันไหนลั่นกลอนจนลุ่มเลิกไปได้ ไม่ เหมือนกับความเลื่อมใสที่เกิดจากปัญญาความเห็นชอบ เป็นความรู้จริงเห็นจริง ตามที่ พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน เป็นความเลื่อมใสที่มีความแน่นแฟ้นคงถาวร ไม่ว่าจะอะไรจะ เกิดขึ้นก็ตาม จะไม่ทำให้ความเลื่อมใสชนิดนี้หวั่นไหวได้ ความเลื่อมใสที่เกิดจากศรัทธา เปรียบเหมือนคนตาบอด ที่ได้ยินได้ฟังสิ่งต่างๆจากผู้อื่น แต่ยังไม่ได้เห็นด้วยตนเอง จึง ไม่มีความแน่ใจ ไม่มีความมั่นใจ ส่วนความเลื่อมใสที่เกิดจากปัญญาความเห็นชอบนั้น เปรียบเหมือนคนตาดีที่มองเห็นสิ่งต่างๆทั้งหลาย เมื่อเห็นแล้วย่อมมีความมั่นใจ

สำหรับผู้ที่ยังไม่มีปัญญา มีแต่ความเลื่อมใสที่เกิดจากศรัทธา ขึ้นต่อไปที่ฟังกระทำก็คือ พยายามสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น ปัญญาในทางพระพุทธศาสนานั้น เกิดขึ้นได้ ๓ ลักษณะ ด้วยกัน คือ ๑. **สุดตมยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง ได้อ่านธรรมะคำสอน ของพระพุทธเจ้า ๒. **จินตามยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการคิดไตร่ตรอง เช่นบางท่าน อาจจะไม่เคยได้ยินได้ฟังธรรมะ หรือได้ศึกษาธรรมะมาก่อน แต่เป็นคนที่ชอบใคร่ครวญ ชอบคิดไตร่ตรองอยู่เรื่อยๆ ด้วยเหตุด้วยผล ก็จะทำให้เกิดปัญญาขึ้นมาได้ ๓. **ภาวนามยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม เจริญจิตตภาวนา ในปัญญาทั้ง ๓ ชนิดนี้ ๒ ชนิดแรกยังไม่เป็นมรรคเป็นผล ไม่เหมือนกับปัญญาชนิดที่ ๓ เป็นปัญญาที่ ทำให้เกิดมรรคผลได้เต็มร้อย

ในวันนี้ท่านกำลังเจริญ**สุดตมยปัญญา**กัน คือกำลังฟังธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ สอนให้ละเว้นจากอบายมุขต่างๆ เช่นการเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เทียวเตร่ คบคน

ชั่วเป็นมิตร ความเกียจคร้าน หลังจากได้ยินได้ฟังแล้ว ก็จะนำไปปฏิบัติต่อ แต่ยังไม่สามารถปฏิบัติได้ เช่นเคยเสพสุรยาเมาเป็นนิสัย ถึงแม้จะรู้ว่าการเสพสุรยาเป็นพิษเป็นโทษเป็นภัยกับตน แต่ก็ยังเลิกไม่ได้ นี่คือปัญญาที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง แต่นำเอาไปปฏิบัติไม่ได้ แต่ถ้าทุกครั้งที่อยู่จะเสพ ก็พยายามฝืน พยายามสอนตนเองว่า การเสพสุรามีแต่ความเสียหายตามมา เสียเวลา เสียเงิน เสียทอง เสียสุขภาพ ชีวิตจะสั้นกว่าคนที่ไม่ได้เสพ ถ้าคอยพรวด็สอนตนเองอยู่เรื่อยๆ อย่างสม่ำเสมอ ไม่ช้าก็เร็ว จิตก็จะมีพลัง ทำให้เลิกเสพสุรยาเมาได้ ถ้าเลิกได้ก็แสดงว่ามีปัญญาชนิดที่ ๓ คือ**ภาวนามยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติ เพราะเห็นโทษของการเสพและเห็นคุณของการเลิกเสพ เมื่อเห็นคุณเห็นโทษของการละและการเสพแล้ว ก็จะไม่เสพอีกต่อไป ถึงแม้ใครจะเอาสุราราคาแพงๆมาให้ดื่มฟรีๆ ก็จะไม่อยากดื่ม เพราะเห็นโทษ เหมือนกับคนที่เห็นพิษภัยของอสรพิษ เวลาใครจะให้งูพิษมาฟรีๆเปล่านั้น ก็ไม่อยากจะได้ เพราะไม่รู้ว่าจะเอามาทำอะไร มีแต่จะเกิดโทษ ถ้าเผลอก็จะถูกกัดตายได้ นี่ก็คือลักษณะของปัญญาที่เรียกว่า**ภาวนามยปัญญา** ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติ ถ้ามีปัญญาแบบนี้แล้ว จะสามารถละสิ่งต่างๆที่เป็นโทษได้ทั้งหมด จะทำแต่สิ่งที่มีคุณมีประโยชน์โดยถ่ายเดียว เพราะเห็นโทษของสิ่งที่เป็นโทษ และเห็นคุณของสิ่งที่เป็นคุณ

แต่การจะเห็นแบบนี้ได้ จะต้องเกิดจากการปฏิบัติ พรวด็สอนตนเองอยู่อย่างสม่ำเสมอ ถ้าไม่ได้พรวด็สอนแล้วจิตก็จะเผลอ แล้วก็หวนไปคิดแบบเดิมๆ ที่เคยคิดมาก่อน เวลาใครมาชวนไปเสพสุราก็บอกว่าไม่เป็นไร เสพเพียงครั้งเดียวแค่นั้นเอง มันก็เป็นการแก้ตัวไปแบบน้ำขุ่นๆ ทำให้ไม่สามารถเลิกเสพสุรยาได้ ทุกครั้งเวลาอยากจะดื่มก็บอกว่าไม่เป็นไรนิดๆหน่อยๆ จะพุดอย่างนี้ไปเรื่อยๆ นี่คือลักษณะของคนที่ยังรู้ว่าสุรยาเป็นโทษ แต่ยังไม่สามารถเลิกได้ เพราะไม่มี**วิริยะ**ความอุตสาหพยายาม ไม่มี**ขันติ**ความอดทน ไม่มี**สมานะ**ที่จะดึงจิตไว้ไม่ให้ไหลไปตามกระแสของความอยาก การที่จะให้เกิดปัญญาแบบ**ภาวนามยปัญญา**ได้ จึงจำเป็นต้องมีการ**ปฏิบัติธรรม** คือต้องฝึกทำจิตให้สงบให้ได้ก่อน เพราะการทำจิตให้สงบเป็นการดึงจิตไว้ จิตก็เปรียบเหมือนกับม้าตัวหนึ่ง ถ้าไม่มีวิธีบังคับควบคุมให้ม้าหยุด ม้าก็จะเดินไปเรื่อยๆ ไม่สามารถควบคุมม้าได้ เวลาม้าพยศก็

ไม่สามารถหยุดความพยศของม้ได้ แต่ถ้ารู้จักวิธีฝึกม้ ทำให้ม้หยุดตามคำสั่งได้ ต่อไปม้จะทำอะไรก็ไม่สามารถทำไปตามอำเภอใจได้

จิตก็เป็นอย่างนั้น ถ้ายังไม่ได้ฝึกทำสมาธิ จิตก็จะไม่อยู่ภายใต้อำนาจ ทำให้เราไม่สามารถควบคุมบังคับจิตให้หยุดนิ่งได้ ให้คิดในสิ่งที่ต้องการจะให้คิด เช่นโทษของสุรา จิตก็จะไม่อยู่กับความคิดนั้น อาจจะได้คิดได้เพียงครั้งสองครั้ง แล้วก็แวบไปคิดเรื่องอื่นต่อ เมื่อไปคิดเรื่องอื่นก็จะลืมนึกถึงโทษของสุรา แต่ถ้ามีสมาธิ เราก็จะสามารถควบคุมจิตให้หยุด ให้ทำตามคำสั่งได้ เวลาจะสอนจิตให้รู้เรื่องโทษของสุรา จิตก็จะคอยรับฟัง ไม่ช้าก็เร็วความรู้เรื่องโทษของสุราก็จะซึมซาบเข้าไปในจิต เมื่อถึงเวลาที่อยากจะเสพสุรา ก็จะมีปัญญาความรู้โทษของสุรา มาหักห้ามจิตใจ ไม่ให้ไปเสพสุรา เพราะไม่อยากจะรับโทษ ไม่อยากจะตายก่อนวัย แต่คนที่ยอมตายก่อนวัย ก็เพราะไม่มีกำลังหักห้ามจิตใจของตน ไม่มีกำลังหักห้ามความอยาก เมื่อเกิดความอยากแล้วก็ต้องคล้อยตามความอยากไป

เช่นเดียวกับการกระทำสิ่งอื่นๆที่เป็นโทษ ก็เกิดจากจิตที่ไม่มีภาวนามยปัญญา เพราะไม่ได้ฝึกฝนจิต ปลอ่ยให้จิตเป็นไปตามอหยาตัย ตามอำเภอใจ นี้ก็อยากจะทำอะไรก็ปลอ่ยให้ทำไป พอเวลาไปทำในสิ่งที่มันเป็นโทษก็หักห้ามไม่ได้ จนในที่สุดก็ต้องรับโทษนั้นไปด้วยวิธีต่างๆ บางคนถึงกับต้องเข้าคุกเข้าตะรางไป บางคนถึงกับถูกลงโทษประหารชีวิต หรือเสียชีวิตไปก่อนเวลาอันควร เช่นขับรถในขณะที่มีนเมา อาจประสบอุบัติเหตุถึงแก่ความตายได้ เหตุเหล่านี้เกิดขึ้นเพราะไม่มีปัญญาชนิดที่ ๓ คือภาวนามยปัญญา นั่นเอง ปัญญาชนิดแรกคือ **สุดตมยปัญญา** นี้ ส่วนใหญ่เราก็ได้ยินได้ฟังกันเสมอ มีคนคอยสอน คอยบอก คอยประกาศอยู่อย่างต่อเนื่อง เช่นเวลามีเทศกาลที่ ก็มีการรณรงค์บอกกัน ว่าอย่าไปขับรถในขณะที่เสพสุรายาเมา แต่เนื่องจากว่าฟังแล้วไม่เอาใจใส่ใจ ไม่เอามาทบทวน ไม่เอามาคอยเตือนใจ ฟังเข้าหูซ้ายออกหูขวา ปัญญาแบบนี้เลยไม่เกิดประโยชน์ แต่ถ้าเอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมาพรัมาสอนมาเตือนตนอยู่เรื่อยๆ อย่างต่อเนื่องแล้ว ไม่ช้าก็เร็วก็จะมีปัญญาที่จะหักห้ามต่อสู้กับความอยากต่างๆได้

แต่การที่จะทำให้เราสามารถพรัสอนจิตได้อย่างต่อเนื่อง เป็นเวลาอันยาวนานนั้น เราต้องฝึกทำจิตให้สงบก่อน คือต้องสามารถควบคุมจิตให้อยู่ใต้บังคับของเรา การทำสมาธิ

เป็นการทำจิตให้หนึ่ง เป็นการควบคุมจิต ถ้าไม่สามารถควบคุมจิตใจได้ ก็จะไม่สามารถ
อบรมสั่งสอนจิตให้เกิดปัญญาแบบ**ภาวนามยปัญญา**ขึ้นมาได้ ถ้าไม่สามารถสอนจิตได้
อย่างต่อเนื่อง ก็ต้องมาทำจิตให้สงบเสียก่อน พยายามหาเวลาทำจิตให้หนึ่ง ทำสมาธิด้วย
วิธีใดวิธีหนึ่งที่ถนัด ในเบื้องต้นอาจจะเป็นการสวดมนต์ไหว้พระไปก่อน ควบคุมจิตให้
อยู่กับบทสวดมนต์ ไม่ให้จิตไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ให้มี**สติ**ควบคุม ให้รู้อยู่ว่าขณะนี้กำลัง
สวดมนต์อยู่ ไม่ไปคิดเรื่องราวต่างๆ ให้สวดไปเรื่อยๆ แล้วจิตจะค่อยๆสงบตัวลง เพราะ
บทสวดมนต์จะกล่อมจิตให้สงบได้ หรือถ้าไม่รู้จักบทสวดมนต์ เพียงแต่ใช้คาบิกรรม
เพียงคำเดียวก็ได้ เช่นใช้คำว่า **พุทโธๆ** กำหนดจิตให้ระลึกอยู่กับคำว่าพุทโธๆอยู่ใน
ใจ อย่าให้จิตแวบไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ถ้าจิตเผลอไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ก็ให้ดึงจิต
กลับมา ให้คิดอยู่กับคำว่าพุทโธๆไปเรื่อยๆ

ถ้าสามารถทำได้อย่างต่อเนื่องแล้ว ไม่ช้าก็เร็วจิตก็จะรวมลงสู่สมาธิ จิตจะนิ่งจะสงบ
ในขณะนั้นจิตจะมีความสุข มีความเย็น มีความสบาย จะเห็นคุณของสมาธิขึ้นมาทันทีว่า
เวลาทำจิตให้สงบแล้วมีความสุข เป็นความสุขที่ไม่ต้องไปแสวงหาจากสิ่งต่างๆภายนอก
ไม่ต้องเสียเงินเสียทอง ไม่ต้องอาศัยผู้อื่นมาให้มีความสุขกับเรา เป็นความสุขที่เราสร้าง
ขึ้นมาให้กับตัวของเราเอง ด้วยการควบคุมจิตให้อยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งที่ถูกต้อง
ถ้าชอบสวดมนต์ก็สวดไป ถ้าชอบบริการพุทโธๆ ก็บริการไป ถ้าชอบดูลมหายใจ ก็
กำหนดดูลมหายใจเข้าออก ดูลมเข้าออกที่ปลายจมูก ไม่ต้องตามลมเข้า ไม่ต้องตามลม
ออก ให้รู้ที่อยู่จุดเดียวจุดที่ลมสัมผัส เวลาเข้าไปในจมูกก็รู้ที่อยู่ปลายจมูก เวลาออกมาก็
รู้ที่อยู่ปลายจมูก ให้รู้ที่อยู่เพียงเท่านั้น รู้ว่าลมกำลังเข้า ลมกำลังออก ลมจะสั้นหรือจะยาว
ก็ให้รู้ตามความเป็นจริง จะละเอียดหรือหยาบ ก็ให้รู้ตามความเป็นจริง ไม่ต้องไป
ควบคุมบังคับลม เพียงแต่ใช้ลมเป็นอารมณ์เกาะจิต ผูกจิตไว้ ไม่ให้ไปคิดเรื่องราวต่างๆ
เท่านั้น

นี่เป็นวิธีทำจิตให้สงบ ทำจิตให้หนึ่ง ทำจิตให้อยู่ภายใต้การควบคุมบังคับ ถ้าทำจิตให้เป็น
สมาธิได้แล้ว หลังจากที้ออกจากสมาธิ ก็จะสามารถอบรมสั่งสอนจิตให้เกิดปัญญาขึ้นมา
ได้ **ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาที่สำคัญ ที่จำเป็นอย่างยิ่งก็คือ ความรู้ในความไม่**

เที่ยงแท้แน่นอนของสังขารร่างกายของเรา พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เจริญมรณานุสติอยู่เสมอ ให้สอนตนอยู่เสมอว่า **เมื่อเกิดมาแล้วเราต้องมีความแก่ มีความเจ็บ มีความตาย เป็นธรรมดา ล่วงพ้นความแก่ ความเจ็บ ความตายไปไม่ได้** นี่แหละเป็นสิ่งที่ควรสอนตนอยู่เรื่อยๆ ถ้าคอยสอนตนให้รู้ว่า ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่ล่วงพ้นไปไม่ได้แล้ว ต่อไปจิตจะไม่กลัวความแก่ ความเจ็บ ความตาย เพราะรู้ว่าเป็นความจริงที่ทุกคนจะต้องประสบด้วยกันทั้งสิ้น กลัวไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร กลัวไปก็ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมาเปล่าๆ แต่ถ้าไม่กลัวความทุกข์ก็ไม่เกิด แต่ถ้าไม่เจริญธรรมะบพนั้นแล้ว เดียวก็จะมีแล้ว แล้วก็ไปคิดเรื่องราวต่างๆ คิดสร้างโน่นทำนี่ คิดว่าจะอยู่ไปตลอด กลายเป็นความหลงผิดไป เวลาเกิดความอยากความโลภก็ยับยั้งไม่ได้

แต่ถ้าหมั่นพยายามสอนใจอยู่เสมอ เตือนใจอยู่เสมอว่า เกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เวลาเกิดความโลภ เกิดความอยากก็จะรู้สึกเฉยๆ เพราะไม่รู้ว่าจะทำอะไร ถ้ามีอยู่พอเพียง มีความสุขอยู่แล้วกับสิ่งที่มีอยู่ จะไปหาทำอีกทำไม คนที่มีความโลภ มีความอยากมากๆ นี้ เป็นเพราะลืมความแก่ ความเจ็บ ความตายนั่นเอง เพราะขาดปัญญาทางพระพุทธศาสนา อาจจะไม่เก่งความรู้ทางโลก เป็นถึงดอกเตอร์ มีปริญญาตรีโทเอกก็ตาม แต่ความรู้ทางโลกไม่ใช่ความรู้ที่จะทำให้จิตใจหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ แต่เป็นเครื่องมือของกิเลสตัณหา ที่จะฉุดลากให้เข้าสู่กองทุกข์เสียมากกว่า **ดังนั้นอย่าไปคิดว่า เมื่อเรียนจบมาความรู้สูงๆ ในทางโลกแล้ว จะฉลาด จะเก่ง ถ้าฉลาดจริง เก่งจริง ต้องอยู่เหนือความทุกข์ได้ ต้องไม่กลัวความแก่ ต้องไม่กลัวความเจ็บ ต้องไม่กลัวความตาย ถ้าทราบโดยยังกลัวความแก่ กลัวความเจ็บ กลัวความตายอยู่ แสดงว่ายังไม่มีปัญญาที่แท้จริง**

พระพุทธเจ้ากับพระอริยสงฆ์สาวกเท่านั้นที่มีปัญญาชนิดนี้ ท่านไม่มีความอ่อนไหวกับความแก่ ความเจ็บและความตาย การใช้ชีวิตของท่านจึงเป็นแบบเรียบง่าย เพราะไม่รู้ว่าจะทำอะไรเรื่องความร่ำรวย ไม่รู้ว่าจะทำอะไรสมมติไปทำอะไรมากมายกายกอง เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เป็นที่พึ่งของใจนั่นเอง มีมากมายเท่าไรแทนที่จะทำให้ใจมีความสุข มีความสบาย กลับกลายเป็นเครื่องกดดันจิตใจ ให้มีความทุกข์เพิ่มมากขึ้นไปอีก เป็นความทุกข์ที่

เกิดจากความเสียหาย ที่เกิดจากความห่วงใย ที่ต้องคอยดูแลรักษา คนที่มีปัญญาแล้ว จะไม่สะสมทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง บริษัทบริวารต่างๆทั้งหลาย แต่จะหันมาสะสม อริยทรัพย์ คือทรัพย์ภายใน ได้แก่**ปัญญา**นี้เอง เพราะถ้ามีปัญญาแล้ว ปัญญาจะ ค้ำครองรักษาจิตให้อยู่เหนือความทุกข์ ความวุ่นวายใจทั้งหลายได้ ถ้ายังไม่มีปัญญา ชนิดนี้ ก็ควรพยายามสร้าง**สมาธิ**ให้เกิดขึ้นก่อน จะได้มีสมาธิในการอบรมพร้าสอนจิต เกี่ยวกับเรื่องความเป็นความตาย

แต่ถ้ายังไม่สามารถทำจิตให้สงบได้ ก็แสดงว่าขาด**สติ** ที่เป็นตัวควบคุมบังคับจิตให้สงบ นั้นเอง ถ้าไม่มีสติก็ต้องเจริญสติก่อน การเจริญสตินี้สามารถเจริญได้ทุกที่ ทุกแห่งหน ทุกเวลา ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนสามารถเจริญสติได้ทั้งนั้น เพราะสติหมายถึงการระลึก รู้ คือให้ รู้อยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่ ในขณะที่กำลังทำอะไรอยู่ กำลังฟังเทศน์ก็ฟังเทศน์ไป แต่ถ้าไป คิดเรื่องอื่น แสดงว่าไม่มีสติแล้ว ไม่มีสติอยู่กับการฟัง เวลาเขียนหนังสือ ก็ต้องมีสติอยู่ กับการเขียนหนังสือ ถ้าเผลอไปเดี๋ยวก็จะเขียนผิด แต่ถ้ามีสติอยู่กับการเขียน คำทุกคำ ที่เขียนก็จะไม่ผิดพลาด ฉะนั้นได้ไม่ว่ากำลังทำอะไรอยู่ ในอริยาบถทั้ง ๔ เดิน ยืน นั่ง นอน ก็ให้มีสติอยู่กับอริยาบถทั้ง ๔ คืออย่าส่งจิตไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาแล้วในอดีต ก็ดี เรื่องราวต่างๆที่ยังไม่เกิดขึ้นในอนาคตก็ดี ยกเว้นถ้ามีความจำเป็นต้องคิดก็ให้มีสติ อยู่กับการคิดนั้น โดยหยุดการกระทำอย่างอื่นเสียก่อน อย่าไปทำทั้งสองอย่างพร้อมๆ กัน เช่นรับประทานอาหารไปก็คิดถึงเรื่องต่างๆไปด้วย ถ้าอย่างนั้นแสดงว่าจิตไม่มีสติ จิตสลับไปสลับมา ไม่อยู่ภายใต้การควบคุม ถ้ารับประทานอาหารก็รับประทานอาหาร ไปอย่างเดียว อย่าไปคิด อย่าไปคุยกัน แต่เมื่อรับประทานอาหารเสร็จแล้วจะคิดเรื่อง อะไรก็หนึ่งคิดให้เสร็จเสียก่อน เมื่อคิดเสร็จแล้ว จะลุกไปทำอะไรต่อก็ทำไป แต่ให้มีสติ รู้อยู่ทุกขณะทุกเวลา ในขณะที่กำลังเคลื่อนไหว ทำอะไรก็ตาม ทางกาย วาจา ใจ ให้มีสติ รู้อยู่ทุกขณะ เช่นขณะนี้กำลังฟังก็ให้มีสติอยู่กับการฟัง ผู้พูดก็ให้มีสติอยู่กับการพูด แล้วการฟังการพูดก็จะไม่มีการผิดพลาด เป็นคุณ เป็นประโยชน์โดยถ่ายเดียว

ถ้าฝึกทำให้มีสติอย่างนี้แล้ว ต่อไปเวลานั่งทำจิตให้สงบ ให้จิตอยู่กับพุทโธก็ดี ให้อยู่กับ บทสวดมนต์ก็ดี จิตก็จะสามารถอยู่กับบทสวดมนต์ อยู่กับพุทโธได้ ไม่นานจิตก็จะสงบ

ลงเป็นสมาธิขึ้นมา แต่ถ้ารู้สึกว่าการเจริญสติไม่ค่อยเป็นไป สาเหตุก็เป็นเพราะว่าสถานที่ที่อยู่ไม่อำนวย เพราะสถานที่มีส่วนกระทบต่อการเจริญสติ ถ้าไปอยู่ในสถานที่ที่มีความจอแจ มีความพลุกพล่าน มีเรื่องมีราวมาก สติจะไม่สามารถอยู่กับตัวได้ เพราะจะมีเรื่องนั้นเรื่องนั้นมาคอยดึงไปอยู่เรื่อย อย่างเช่นเมื่อสักครู่นี้นั่งฟังเทศน์อยู่ พอมีเสียงดังขึ้นมา สติก็หลุดไปแล้วจากการฟัง จิตก็แวบไปดูสิ่งที่ทำให้เกิดเสียงขึ้นมา ดังนั้นถ้าต้องการเจริญสติให้ได้ผลดี ก็ต้องหาที่วิเวก ที่สงบ ที่สงบ ห่างไกลจากรูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะต่างๆ เพราะว่ารูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพะนี้ ถ้ามาใกล้จิตแล้ว ก็จะกระทบจิต สามารถทำลายสติได้

ดังนั้นเวลาแสดงธรรมหรือฟังธรรม จึงมักต้องการสถานที่ที่สงบ เพราะเวลาแสดงธรรม ฟังธรรมในสถานที่ๆมีเรื่องราวม่วนวายแล้ว จะไม่สามารถพูดหรือฟังธรรมะให้เป็นเรื่องเป็นราวได้ เพราะจะมีเรื่องนั้นเรื่องนั้นมาคอยขัดจังหวะอยู่เสมอ ดังที่ไวยวัจการคอยเตือนอยู่เสมอว่า เวลาทำพิธีกรรมฟังเทศน์ฟังธรรม ขอให้ปิดเครื่องโทรศัพท์เสียก่อน เพราะมีเช่นนั้นแล้วเสียงเครื่องจะดังขึ้นมา แล้วก็จะไปทำลายสมาธิของผู้ฟังและผู้แสดงไปพร้อมๆกัน ดังนั้นถ้าคิดว่าที่ๆอยู่นั้น ไม่เหมาะกับการเจริญสติ ก็ควรหาเวลาไปอยู่ตามสถานที่สงบสงัด เช่นตามวัดตามวาต่างๆ ที่เป็นวัตรปฏิบัติ ที่มีความสงบ แล้วก็ฝึกเจริญสติเสียก่อน ถ้าเจริญสติได้แล้ว จะสามารถเจริญสติในที่ๆมีความวุ่นวายได้ เพราะมีพลังพอที่จะดึงจิตไว้ได้นั่นเอง แต่ถ้ายังเริ่มต้นใหม่ๆ ยังรู้สึกว่ายังเจริญไม่ได้ แล้วปรารถนาที่อยากจะได้สติ อยากจะได้สมาธิ อยากจะได้ปัญญา ก็ต้องกล้าที่จะเสียสละเวลาอันมีค่าที่ใช้ไปกับสิ่งอื่นๆ ทำสิ่งอื่นๆ มาให้กับการเจริญสติ

เพราะชีวิตของคนเราในวันหนึ่งๆ ก็มีเวลาเท่าๆกัน คือ ๒๔ ชั่วโมงเท่านั้นเอง ขึ้นอยู่ว่าจะใช้ไปในทางใด ถ้าใช้ไปกับการหาเงินหาทอง ก็จะได้เงินได้ทองมา ถ้าใช้เวลาไปหาเพื่อนหาฝูง ก็จะได้เพื่อนฝูงมา ถ้าใช้เวลาไปหาธรรมะ ก็จะได้ธรรมะมา เพราะฉะนั้นต้องซึ่งใจว่าอะไรมีคุณค่ามากกว่ากัน เงินทองเพื่อนฝูงหรือธรรมะ อะไรที่เป็นที่พึ่งให้กับจิตใจของเราได้ เงินทองอาจจะพึ่งได้เกี่ยวกับการดูแลรักษาร่างกาย แต่เวลาใจเกิดความทุกข์ขึ้นมาเงินทองก็พึ่งไม่ได้ เพื่อนฝูงก็พึ่งไม่ได้ มีสิ่งเดียวที่จะพึ่งได้ก็คือปัญญาหรือ

ธรรมะนี้เอง เพราะถ้ามีปัญญาแล้วรับรองได้ว่าความทุกข์ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเกิดขึ้นจากอะไรก็ตาม เช่นเกิดจากความแก่ เกิดจากความเจ็บไข้ได้ป่วย เกิดจากความตาย เกิดจากการพลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งหลาย จะไม่สามารถเข้ามาเหยียบย่ำจิตใจของเราได้เลย เพราะจิตของเรามีปัญญานั้นเอง เพราะปัญญาจะสอนให้จิตปล่อยวาง ให้รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในกายภาคหน้า เช่นถ้ารู้ว่าฝนจะตก เราเตรียมร่มไว้ ก็ไม่มีปัญหาอะไร เวลาไปไหนมาไหน ก็จะไม่เปียกฝน แต่ถ้าไม่รู้ล่วงหน้ามาก่อนว่าฝนจะตก แล้วไปไหนมาไหนโดยไม่ร่มติดตัวไปด้วย ก็อาจจะต้องเปียกฝนกลับมา

พระพุทธเจ้าจึงทรงสอน ให้เตรียมตัวเตรียมใจ ไว้รับกับสภาพเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะต้องเกิดขึ้นด้วยปัญญา ปัญหานี้ไม่ได้หมายถึงจะสาปจะแช่งให้เราแก่ ให้เราเจ็บ ให้เราตาย แต่จะเป็นตัวคอยเตือนเรา เตือนจิตให้พร้อมรับกับสภาพที่จะเกิดขึ้นนั่นเอง เมื่อพร้อมแล้ว ก็จะไม่หวั่นไหว เพราะผู้ที่รับรู้มันไม่ได้เป็นไปกับร่างกาย ผู้ที่จะแก่ จะเจ็บ จะตาย ก็คือร่างกาย ร่างกายไม่มีความรู้สึกตัว เวลาแก่ก็ไม่ว่าแก่ เจ็บก็ไม่ว่าเจ็บ ตายก็ไม่ว่าตาย ใจต่างหากที่ครอบครองร่างกายนี้ เป็นผู้รู้ แต่ไม่มีปัญญาก็เลยหลง หลงคิดว่าร่างกายเป็นใจ เวลาร่างกายเป็นอะไร ใจก็เดือดร้อนหวั่นไหวไปด้วย แต่ถ้าได้ฝึกฝนปฏิบัติธรรมแล้ว มีปัญญาแล้ว ใจจะไม่หวั่นไหว เพราะใจมีที่พึ่งนั่นเอง เวลาร่างกายเป็นอะไร ใจก็ไม่ทุกข์ตามไปด้วย เพราะสามารถรักษาใจให้สงบได้ ใจไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วิตก ไม่กังวล เพราะมีสติ มีสมาธิ มีภาวนามยปัญญา เป็นสรณะ เป็นที่พึ่งนั่นเอง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๑

ชีวิตมิใช่ทำความดี

๑๖ มิถุนายน ๒๕๔๗

เป็นที่ทราบกันดีว่า คนเราทุกคนเมื่อเกิดมาแล้ว ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องตายไปด้วยกันทั้งสิ้น ต่างกันตรงที่จะตายก่อนตายหลังเท่านั้นเอง บางคนมีอายุยืนยาวนาน บางคนอยู่ได้ไม่ถึง ชั่วโมงก็ตาย บางคนอยู่ได้ถึงร้อยปีก็มี แต่ในทางพระพุทธศาสนาไม่ถือว่า การมีอายุสั้น หรือมีอายุยืนเป็นเรื่องสำคัญ สำคัญอยู่ว่าในขณะที่มีชีวิตอยู่ ได้ทำอะไรกับชีวิตของตน ถ้าอยู่ ๑๐๐ ปีแต่ไม่ได้ทำความดีเลย ก็เปล่าประโยชน์ อยู่ไปเปล่าๆ ถ้าอยู่เพียงวันเดียว แต่ได้ทำคุณงามความดี อย่างนี้ถือว่าดี เพราะได้ทำไร่นั่นเอง การทำความดีนี้เรียกว่าเป็นการสร้างผลกำไรให้กับตน ส่วนการทำบาปทำกรรมเป็นการสร้างหนี้สร้างสิน คนที่ไม่ทำบาปทำกรรมไม่ทำบุญ ก็เป็นคนที่ไม่ได้และไม่เสีย

คนเราจึงควรทำความดีไว้ เพราะความดีเป็นเหตุของความสุขและความเจริญ ทั้งในปัจจุบันและในอนาคตที่จะตามมา ชีวิตของเราไม่ได้สิ้นสุดที่ความตาย เพราะเมื่อความตายมาถึงแล้ว จิตที่อยู่กับร่างกายก็ต้องเดินทางต่อไป จิตจะไปดีกว่าเดิมหรือแย่กว่าเดิม ก็อยู่กับบุญกรรมที่ได้ทำไว้ ถ้าได้สะสมความดีไว้ ไปข้างหน้าชีวิตก็จะดีขึ้นกว่าเดิม ถ้าสะสมบาปกรรมไว้ชีวิตก็จะแย่ลง และตราบใดที่ยังไม่ได้สะสมบุญบารมีถึงขั้นสูงสุดแล้ว ชีวิตก็ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดไปเรื่อยๆ เราจึงต้องพยายามสร้างความดี ทำความดีอยู่เสมอ วันๆหนึ่งไม่ควรปล่อยให้เวลาอันมีค่าผ่านไป โดยไม่ทำความดีเลย เพราะความดีมีคุณ ไม่มีโทษ อย่าปล่อยให้เวลาหมดไปกับการกระทำที่ไม่เป็นคุณ ไม่เป็นประโยชน์ เพราะชีวิตมิแต่จะหดลงไปเรื่อยๆ วันเวลาจะค่อยๆกลืนกินชีวิตไป ถ้าไม่รีบตัดดวงทำความดีแล้ว ไปข้างหน้าก็จะลำบากลำบาก

การเกิดของพวกเราที่ถือว่าดี ก็เป็นเพราะในอดีตเราได้เคยทำความดีมา จึงทำให้เราได้มาเกิดเป็นมนุษย์ แทนที่จะไปเกิดเป็นเดรัจฉาน ได้มาเกิดมีอายุ ๓๒ ครอบถ้วน

ปริบูรณ์ เพราะไม่ได้ไปทำบาปทำกรรมไว้ ได้มาเกิดมีรูปร่างหน้าตาสวยงามเพราะได้ทำบุญทำทานมา ได้มาเกิดมีความร่มเย็นเป็นสุขเพราะได้ปฏิบัติธรรมมาในอดีต นี่เป็นเหตุที่ทำให้ความเป็นอยู่ของเราเป็นอย่างนี้ และถ้าหมั่นทำต่อไป ภาพหน้าชาติหน้าก็จะดีขึ้นกว่าเดิมตามลำดับ รูปร่างหน้าตาก็จะดีขึ้นกว่าเดิม สติปัญญาความรู้ความฉลาดก็จะมึ่มากขึ้นกว่าเดิม ภาพชาติก็จะมีน้อยลงไปเรื่อยๆจนในที่สุดก็จะเป็นสุขอย่างไม่มีหลงเหลืออยู่เลย เมื่อถึงขั้นนั้นแล้ว ก็แสดงว่าได้ถึงจุดสูงสุดของชีวิตแล้ว ได้ถึงจุดที่มีแต่ความสุขล้วนๆ ที่เรียกว่า**ปรมมังสุขัง** ได้หลุดพ้นแล้วจากความทุกข์ทั้งหลาย ที่เกิดจากการเวียนว่ายตายเกิด นี่คือนั่นที่ความดีจะมอบให้กับเรา

แต่ถ้าไม่สนใจทำความดี มัวแต่หาความสุขเล็กๆน้อยๆ ที่มีอยู่กับ**รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** กับการแสวงหาตำแหน่งหน้าที่ต่างๆ แสวงหาความสรรเสริญเยินยอ หาทรัพย์สินเงินทอง ก็จะมีแต่ความสุขแบบสุขเอาเผากิน สุขชั่วประเดี๋ยวประด๋าว แต่เมื่อจะต้องไปเผชิญกับความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพรากจากสิ่งต่างๆแล้ว จิตใจก็จะมีแต่ความเศร้าโศกเสียใจ มีความทุกข์ มีความวุ่นวายใจ แต่ถ้าหมั่นทำความดีตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ดังที่ท่านทั้งหลายได้มากระทำกันอย่างต่อเนื่อง ทุกๆวันพระก็ดี หรือวันเสาร์วันอาทิตย์ก็ดี ท่านจะมีภูมิต้านทานความทุกข์ทั้งหลาย ที่จะโหมกระหน่ำใส่จิตใจ เมื่อมีเหตุการณ์ร้ายแรงเกิดขึ้นกับชีวิตของท่าน เมื่อมีภูมิคุ้มกันแล้ว เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาแก่ลงไป เวลาตายไป เวลาพลัดพรากจากสิ่งต่างๆไป จิตใจจะมีที่ยึดที่เกาะ มีความแน่วแน่นมั่นคง ไม่หวั่นไหว

นี่แหละทำไมเราจึงต้องมาทำความดีกัน เพราะเราทุกคนปรารถนาความสุขความเจริญ ไม่มีใครต้องการความทุกข์ความวุ่นวายใจ ความเศร้าโศกเสียใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่เราสามารถป้องกันได้ ไม่ควรปล่อยให้เวลาอันมีค่านี้ผ่านไป โดยไม่ได้สะสมคุณงามความดี เหมือนกับคนที่รู้ว่าสักวันหนึ่งจะต้องเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าเตรียมหยูกเตรียมยาไว้ก่อนล่วงหน้า เมื่อเวลาที่มีความเจ็บไข้ได้ป่วย ก็สามารถหยิบยาขึ้นมารับประทานได้ทันที โรคภัยก็จะไม่รุมเร้า จะหายขาดจากร่างกายไป แต่ถ้าไม่เตรียมหยูกเตรียมยาไว้ ก็ต้องถูกโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน สร้างความทุกข์ ความปวดร้าวให้กับชีวิต เราจึงต้องหมั่น

ทำบุญทำทาน หมั่นรักษาศีล หมั่นฟังเทศน์ฟังธรรม หมั่นปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ ไหว้พระ สวดมนต์ เจริญปัญญาวิปัสสนาอยู่เสมอ พิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ว่า ล้วนเป็น ของไม่เที่ยงทั้งสิ้น ล้วนเป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด ไม่เป็นสมบัติที่แท้จริงของเรา ลักวัน หนึ่งก็ต้องจากทุกสิ่งทุกอย่างไป สิ่งที่จะเอาติดตัวไปได้ก็คือบุญกุศล ที่จะทำให้เรามี ความสุข มีความมั่นคง ไม่มีความหวั่นไหว ถ้าไม่ได้สะสมบุญ สะสมแต่บาปแต่กรรม เวลาไปก็จะไปด้วยความร้อนรน ไปด้วยความว่าวุ่นซุ่มมัว ไปด้วยความหวาดกลัว

เกิดมาควรรู้ว่าหน้าที่ที่แท้จริงของเราคืออะไรกันแน่ จริงอยู่คนเราต้องทำมาหากิน หาเงิน หาทอง แต่หามาเพื่อเลี้ยงปากเลี้ยงท้องเลี้ยงชีวิต อย่าหาเงินหาทองมาเลี้ยงกิเลสตัณหา ความอยากต่างๆ ที่ไม่จำเป็นต่อการดำรงชีพ ต่อการสร้างบุญสร้างกุศล อย่าไปเลี้ยง กิเลสตัณหา เช่นอยากจะมีเงินทองไว้เยอะๆ เพื่อจะได้ซื้อบ้านหลังใหญ่ๆ เพื่อจะได้มีรถ ราคาแพงๆ เพื่อจะได้มีข้าวของต่างๆ ราคาแพงๆ ไว้ใช้ไว้เก็บ มีเพชรนิลจินดาเอาไว้ใส่ เอาไว้โชว์คนอื่น เหล่านี้ไม่ใช่เป็นสมบัติที่แท้จริง ไม่ใช่ที่พึ่งที่แท้จริงของจิตใจ มีมาก เท่าไรก็มีแต่จะสร้างความทุกข์ความวุ่นวายใจให้มีมากขึ้นไปเท่านั้น ไม่ได้สร้างความ สงบความสุข ความมั่นคงให้แก่จิตใจเลย แต่จะคอยสร้างความหวาดความกลัวอยู่เสมอ กลัวว่าลักวันหนึ่งสิ่งต่างๆที่ได้สะสมไว้ จะต้องสูญเสียไป จะต้องหมดไป จะต้องจากกัน ไป

การทำงานทำการเป็นหน้าที่ของเรา แต่ทำเพื่อดูแลร่างกายและจิตใจ ร่างกายก็ให้มีปัจจัย ๔ คืออาหาร ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่มให้พอเพียง ไม่จำเป็นต้องเป็นของที่มี ราคาแพงๆ มีไว้เท่าที่จำเป็น แล้วก็ไม่ต้องให้หรูหราจนเกินไป เพราะสิ่งเหล่านี้เขามีหน้าที่ ของเขา จะถูกหรือจะแพงเขาก็ทำหน้าที่ของเขาได้เหมือนกัน บ้านสิบล้านกับบ้านหนึ่ง แสนบาท ก็หลบแดดหลบฝนได้เหมือนกัน อาหารมื้อละ ๕๐ บาทกับอาหารมื้อละ ๕๐๐ บาท ก็อิ่มเหมือนกัน เสื้อผ้าชุดละ ๒๐๐ กับชุดละ ๒,๐๐๐ หรือ ๒๐,๐๐๐ ก็ใส่ปกปิด ร่างกายได้เหมือนกัน ยารักษาโรคก็เป็นเช่นเดียวกัน ถ้ากินแล้วหายจากโรค จะถูกหรือ จะแพง ก็ไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่โรคภัยไข้เจ็บหายหรือไม่ ถ้าหายก็ใช้ได้แล้ว นี่เป็นส่วน ของร่างกายที่ต้องดูแล

อีกส่วนหนึ่งที่จะต้องดูแลก็คือจิตใจ ด้วยการทำความดี ละเว้นจากการทำบาปทำกรรม ชัดเกลาลจิตใจอยู่เสมอ ชำระกิเลสตัณหา ความโลภความโกรธความหลงความอยากทั้งหลายให้หมดสิ้นไป เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นเหตุที่จะสร้างความทุกข์ สร้างความวุ่นวายให้กับใจอย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น ภพชาติที่จะตามมาก็เกิดจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ **กิเลสตัณหาทั้งหลายเท่านั้น ที่เป็นต้นเหตุของการเกิด** ถ้าได้ศึกษาธรรมะ ปฏิบัติธรรมตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน กิเลสตัณหาต่างๆก็จะค่อยๆหมดไป ทีละเล็กทีละน้อย เหมือนกับสิ่งสกปรกที่ชำระด้วยน้ำนั่นแหละ ค่อยๆชำระไปเรื่อยๆ ทีละเล็กทีละน้อย เช่นศาลาหลังนี้ถ้าอยู่คนเดียว ต้องทำความสะอาด ก็ค่อยๆกวาดค่อยๆถูไปเรื่อยๆ เดี่ยวก็สะอาด สะอาดจากความพากเพียร ที่พยายามทำอย่างต่อเนื่อง ไม่ท้อแท้ ไม่บ่นและไม่มองไปมากกว่าขอบเขตที่กำลังทำอยู่ อย่าไปมองว่าโอ้โฮกว่าจะไปถึงนิพพานได้ มันไม่ไหวแล้ว มันเกินความสามารถของเรา ถ้าคิดอย่างนี้แล้ว จะเกิดความท้อแท้ แล้วจะไม่มีความตั้งใจที่จะปฏิบัติเหมือนกับคนที่เดินทาง ถ้าต้องเดินทางสัก ๕ กิโลเมตร ๑๐ กิโลเมตร พอมองระยะทางก็จะรู้สึกว่ามันไกลเหลือเกิน คงจะเดินไม่ไหว แต่ถ้าบอกว่าเราเดินไปที่ละก้าวก็พอ เอาแค่นี้แหละ ขอให้ได้ก้าวไปที่ละก้าว เดินไปเรื่อยๆทีละก้าว ก้าวหนึ่งมันไม่ยากหรอก ถ้าเดินไปที่ละก้าว ในที่สุดก็จะไปถึง ๕ กิโลเมตร ๑๐ กิโลเมตร ของมันเอง

ฉันได้**มรรคผลนิพพาน**อันประเสริฐเลิศโลกนั้น ถึงแม้จะรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ไกลเกินเอื้อมสำหรับพวกเราก็ตาม แต่มันก็เกิดจากการกระทำวันต่อวันนั่นแหละ วันๆหนึ่งถ้าทำอย่างต่อเนื่อง ทุกวันถ้าได้ทำบุญใส่บาตร ทุกวันถ้าได้รักษาศีล ทุกวันถ้าได้ไหว้พระสวดมนต์ ได้นั่งทำสมาธิ ได้ปลง**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**อยู่เรื่อยๆ ก็จะค่อยๆสะสมขึ้นไปเอง จนถึงจุดที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกได้ไปถึง ก็คือ**พระนิพพาน** แดนแห่งความเกษมสำราญ แดนแห่งบรมสุข แดนแห่งการสิ้นสุดของการเวียนว่ายตายเกิด มันไม่เป็นที่สิ้นสุดวิสัยของพวกเราเลย ถ้าสุดวิสัยแล้วพระพุทธเจ้าจะไม่เสียเวลามาประกาศธรรมสอนพวกเรา เพราะพระพุทธเจ้าทรงทราบว่า พวกเรากับพระพุทธเจ้าก็เป็นมนุษย์ธรรมดาเหมือนกัน พระพุทธเจ้าไม่ได้เกิดมาเป็นพระพุทธเจ้าโดยอัตโนมัติ พระพุทธเจ้าเกิดมาก็เป็นปุถุชนเหมือนเรา มีกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่ในใจ

เหมือนๆกันทั้งนั้น แต่พระพุทธเจ้าเป็นพระพุทธเจ้าขึ้นมาได้ก็เพราะมี**วิริยะ** ความพากเพียรที่จะทำแต่ความดี ละการกระทำความชั่วทั้งหลาย มีความขยันหมั่นเพียรในการขัดเกลา ชำระกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลงทั้งหลาย ให้ออกไปจากจิตจากใจนั่นเอง จนกลายเป็นจิตที่บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง

พวกเราที่เหมือนกับพระพุทธเจ้า คือได้เกิดเหมือนกับพระพุทธเจ้า มีอายุ ๓๒ ครอบบริบูรณ์เหมือนกับพระพุทธเจ้า แต่กลับโชคดีกว่าพระพุทธเจ้าเสียอีก ตรงที่มีคนสั่งสอนมีคนคอยชี้ทาง คอยบอกว่าควรจะไปทางไหน พระพุทธเจ้าทรงลำบากกว่าพวกเรามาก เพราะไม่มีใครสอน ในสมัยที่พระพุทธเจ้ามาประสูตินั้น ไม่มีพระพุทธศาสนาหลงเหลืออยู่แล้ว จึงไม่มีใครรู้เรื่องของการดับทุกข์ การตัดภพตัดชาติ ตัดการเวียนว่ายตายเกิด พระพุทธเจ้าจึงต้องลำบากลำบากมากกว่าพวกเราอีก เป็นร้อยๆเท่า พันๆเท่า แต่ก็ไม่ทรงท้อแท้ ถ้าเป็นการเดินทาง พระพุทธเจ้าก็ต้องเดินทางไกลกว่าเราเป็นร้อยเป็นพันเท่า เราเดินทางไกลนิดเดียว เพราะมีแผนที่ ไม่ต้องวกไปเวียนมา ไม่ต้องหลงไปผิดทาง เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าต้องหลงไป เรามีคนเขียนแผนที่บอกเราแล้วว่า จากที่นี่ไปถึงที่นั่นไปอย่างไร ทางตรงเป๊ะเลย ไปอย่างนี้ ไปทางนี้เถิด แล้วเดี๋ยวเดี๋ยวก็ถึง แล้วก็ง่ายด้วยไม่ยากไม่ลำบาก

การที่จะไปถึงหรือไม่ถึงนั้น อยู่ที่ตัวเรา ว่ามี**ศรัทธา**ความเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนหรือไม่ มี**วิริยะ**ความขยันหมั่นเพียร ที่จะดำเนินตามแนวทาง ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนหรือไม่ มี**ขันติ**ความอดทนอดกลั้นหรือไม่ สิ่งเหล่านี้มีอยู่ในตัวของเราอยู่แล้ว แต่ไม่เอาออกมาใช้เท่านั้นเอง ส่วนใหญ่เราจะใช้ไปกับสิ่งที่ผิด เราจะมีความขยันถ้าไปทำอะไรสักอย่างหนึ่งที่ถูกต้องใจเรา เช่นเวลาโกรธใคร เกลียดใคร เราจะมีความขยันหมั่นเพียรที่จะทำลายล้างเขาให้ได้ นี่แสดงว่าเรามีความพากเพียร อดทน เราจรรอจ้องทำร้ายเขาจนกว่าจะได้ทำร้ายเขา แต่เรามีความขยัน อดทน ไปในทางของกิเลส ของตัณหาเท่านั้นเอง แทนที่จะเอาความขยันความอดทนมาใช้ในทางที่ถูกต้องดี ในทางที่จะนำไปสู่ความสุขและความเจริญ แต่กลับไม่ใช้กันเท่านั้นเอง

แต่วันนี้เราโชคดีที่ได้มาเกิด ในขณะที่ยังมีพระพุทธศาสนาหลงเหลืออยู่ในโลก มีการสอนมีการปฏิบัติธรรม มีผู้นำพา มีเพื่อนที่คอยจะชวน คอยจะดึงให้ไปในทิศทางที่ดี จึงไม่ควรปล่อยโอกาสอันดีงามนี้ให้ผ่านไป อย่าไปหลงกับการสะสมทรัพย์สมบัติ ข้าวของเงินทอง สะสมความสุขทางโลกนี้มากจนเกินไป หามาเท่าที่จำเป็นก็พอแล้ว เพื่อจะได้มีเวลามากๆเอาไว้ทำบุญทำทาน รักษาศีลปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนากัน จะดีเสียกว่า เพราะนี่เป็นทรัพย์สมบัติที่แท้จริง ที่จะเกิดขึ้นมาภายในใจของเรา เป็นทรัพย์ที่จะทำให้เรากลายเป็นมหาเศรษฐี เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายได้กลายเป็นเศรษฐีกัน ท่านเป็น**เศรษฐีธรรม** ซึ่งมีความสุขมากกว่าเศรษฐีทางโลกทางเงิน ซึ่งมีความสุขชั่วขณะที่ได้เอาเงินไปใช้เท่านั้นเอง แต่ในขณะที่เดียวกันก็ต้องกลายเป็นทาสของเงิน ต้องอาศัยเงินเป็นผู้ให้ความสุข ถ้าวันไหนไม่มีเงินไม่มีทอง วันนั้นก็จะมีแต่ความทุกข์ เวลาที่มีเงินก็ต้องคอยดูแลรักษา มีความกังวล กลัวจะสูญหายไป กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมาอีก

เศรษฐีเงินจึงไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง แต่เศรษฐีธรรมนี้เป็นความสุขที่แท้จริง เพราะเมื่อมีธรรมแล้ว ก็เลิกละความโลภความอยากทั้งหลาย ก็จะไม่ได้อยู่ในใจ เมื่อไม่มีความโลภ ความอยาก ความอึดความพอง ก็จะปรากฏขึ้นมา อยู่เฉยๆก็มีความสุขแล้ว ไม่ต้องหวาดกลัวว่าจะมีใครจะมาแย่งความสุขในใจของตนไป ไม่ต้องหวาดกลัวว่าจะมีใครมาขโมยธรรมะที่มีอยู่ในใจไป เพราะเป็นสมบัติที่อยู่ภายใน ไม่ได้อยู่ภายนอก ไม่มีใครจะมาฉุดกระชากลากไปจากใจได้ เป็นสมบัติที่แท้จริง และไปกับเราด้วยเมื่อตายไป อยู่กับใจ ใจไปที่ไหนธรรมะก็จะไปกับใจ ไม่เหมือนกับสมบัติข้าวของเงินทองทั้งหลายที่อยู่ในโลกนี้ มันเป็นของโลภนี้ เราเพียงยืมมาใช้ เมื่อตายไปก็ต้องคืนทุกอย่างทุกอย่างให้กับโลกนี้ไป ใครจะเอาไปก็เป็นเรื่องของเขา เราไม่มีสิทธิที่จะไปห้ามเขาได้ เวลาเราตายไปแล้วเราก็ไม่มีสิทธิแล้ว กลายเป็นคนขอทานไปก็ว่าได้ เพราะไม่มีสมบัติข้าวของเงินทองหลงเหลืออยู่เลย

แต่ถ้าได้สะสมบุญกุศลไว้ ได้สะสมธรรมะไว้ นี่แหละคือทรัพย์ที่แท้จริง เราจะเป็นเศรษฐีทั้งในขณะที่มีชีวิตอยู่ และในขณะที่ตายไป ถ้ายังไม่ถึงการสิ้นสุดแห่งการเวียน

ว่าตายเกิด ภพชาติที่รออยู่ข้างหน้าก็จะเป็นภพชาติที่เจริญรุ่งเรืองกว่าเดิม ร่ำรวยกว่าเดิม โอกาสที่จะสิ้นทุกข์ก็มีมากกว่าเดิม การทำความดีจึงไม่มีส่วนเสียเลย มีแต่กำไร ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต จึงไม่ควรปล่อยโอกาสอันดีนี้ให้ผ่านไป เพราะการได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์แต่ละครั้งนั้นเป็นของยาก ขึ้นอยู่กับบุญบารมีที่ได้สะสมไว้ ถ้าสะสมมาก โอกาสที่จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ก็มีมาก โอกาสที่จะได้กลับมาสะสมบุญบารมีก็มีมาก บุญบารมีก็จะมีมากยิ่งขึ้นไป ทำให้ภพชาติลดน้อยถอยลงไปอย่างรวดเร็ว แต่ถ้าไม่ใช้โอกาสอันดีที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ มาสะสมคุณงามความดีกัน มัวแต่ไปหาความสุขทางโลกแล้ว ชาติหน้าอาจจะไม่ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก หลายภพหลายชาติเลยทีเดียว อาจจะต้องไปใช้เวรใช้กรรมเป็นเดรัจฉานบ้าง หรือไปตกในนรก ก็ขึ้นอยู่กับบาปกรรมที่ได้ทำไว้ จึงอย่าประมาทในเรื่องของเวลา

คนเราเกิดมาแล้ว ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องตาย ไม่มีใครรู้ว่า จะตายเมื่อไหร่ ไม่มีใครรู้ว่า จะมีอายุยืนยาวนานสักเพียงไร แต่เราไม่ต้องไปกังวล ขอให้เอาวันต่อวันนี้แหละเป็นตัวสำคัญ ขณะนี้ยังมีชีวิตอยู่ อย่าปล่อยให้เวลาที่มีคุณค่าอย่างยิ่งนี้หมดไป กับการสะสมสิ่งที่ไม่ดีสาระเลย ขอให้พยายามสะสมสิ่งที่เป็นสาระ เป็นคุณเป็นประโยชน์ คือบุญกุศล คุณงามความดี ธรรมะที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนให้พวกเราศึกษาและปฏิบัติกัน พยายามทำให้มากๆ ทุกวันทุกเวลา เวลาใดที่มีเวลว่างก็ขอให้หันเข้าหาธรรมะกัน แทนที่จะไปเปิดฟังเรื่องราวที่สร้างความวุ่นวาย เรื่องราวที่ไม่มีสาระกับจิตใจ เปิดหาธรรมะฟังกัน หาเทศมาฟังก็ได้ หาหนังสือธรรมะมาอ่านก็ได้ หรือหาห้อง หาสถานที่สงบ สดชื่น ทำจิตใจให้สงบ หาความสงบให้มากๆ เพราะมีความสงบมากเท่าไร ก็แสดงว่าเรามีธรรมะมากเท่านั้น เมื่อมีธรรมะมากแล้ว กิเลสตัณหา ก็จะน้อยลงไป ความทุกข์ ความวุ่นวายใจก็จะน้อยลงไป

อย่าไปดับทุกข์ด้วยการหาความทุกข์มาเพิ่ม ด้วยการหาเงินทอง หาตำแหน่งหน้าที่ หาบริษัทบริวาร หาความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย เพราะมีความทุกข์ซ่อนเร้นอยู่พ่วงมาด้วย ไม่เชื่อลองพิจารณาดูเอาก็แล้วกัน คนที่เสพยาเสพติดนั้นมีความสุขหรือไม่ มีความสุข แต่มีความทุกข์หรือไม่ มีมากกว่าความสุขเสียอีก คนที่เสพสุรายาเมาก็เหมือนกัน สิ่ง

เหล่านี้มีความทุกข์ซ่อนอยู่ แต่คนที่ไม่ฉลาด คนที่ไม่ใช้**โยนิโสมนสิการ** คือใคร่ครวญพิจารณาด้วยความรอบคอบ ทั้งเหตุและผลแล้ว จะไม่เห็นความทุกข์ จะไม่เห็นโทษของอบายมุขทั้งหลาย จะเห็นแต่คุณอย่างเดียว เพราะเวลาได้เสพอบายมุขแล้วมีความสุข แต่เป็นความสุขที่ได้ในขณะที่เสพเท่านั้นเอง แต่โทษหรือทุกข์ที่จะตามมานั้นมองไม่เห็น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไม่รู้ว่ามีมาจากการเสพสิ่งต่างๆนั้นเอง จึงขอให้พยายามศึกษาให้เห็นซึ่งแก่ใจว่า อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นคุณ เพราะเมื่อรู้แล้ว จะได้แยกแยะได้ถูก สิ่งใดที่เป็นโทษจะได้ละเว้น ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับ สิ่งใดเป็นคุณเป็นประโยชน์ ก็ทำให้มากยิ่งขึ้นไป เมื่อทำได้แบบนี้แล้วโทษที่เกิดจากการกระทำที่ไม่ดีก็จะไม่ปรากฏ มีแต่ความสุขความเจริญอย่างเดียว การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๒

ใจเป็นประธาน

๒๔ มิถุนายน ๒๕๔๗

การมาวัดเพื่อทำบุญถวายทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม ฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นการมาทำนุบำรุงดูแลรักษาใจ เพราะ**ใจเป็นส่วนที่สำคัญที่สุดของชีวิต** ชีวิตจะดี จะก้าวหน้า จะสุข จะเจริญรุ่งเรือง ก็ขึ้นอยู่กับใจที่ดีนั่นเอง ถ้าไม่ได้รับการดูแลรักษา ด้วยการประพฤติปฏิบัติในศีลในธรรม ใจจะเป็นใจที่ดีไม่ได้ เพราะใจต้องอาศัยศีลธรรมเป็นเครื่องเชิดชู เป็นเครื่องส่งเสริม ให้เป็นใจที่ดี ถ้าไม่ได้รับการดูแล ใจก็จะเป็นใจที่ไม่ดี เมื่อใจไม่ดี ชีวิตก็จะไม่ดีตามมา ใจที่ไม่ดีก็คือใจที่ถูกอำนาจของ**กิเลสตัณหาโมหะอวิชชา**ครอบงำ ที่จะฉุดลากใจให้ลงไปสู่ที่ต่ำ ไปสู่ความเสื่อม ความทุกข์ทั้งหลาย พระพุทธเจ้าจึงทรงเน้นสอนพุทธศาสนิกชน ให้เห็นความสำคัญของใจ ว่า**ใจเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของชีวิต ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน** ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าใจดี ใจก็จะสร้างสิ่งที่ดี **ความสุขความเจริญ สวรรค์ มรรคผลนิพพาน การสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด** ก็เกิดจากใจที่ได้รับการทำนุบำรุงรักษา ด้วยคุณธรรมความดีทั้งหลายนั่นเอง ใจจะทุกข์ จะวุ่นวาย จะเดือดร้อนเพราะขาดคุณงามความดี ขาดบุญ ขาดกุศล ขาดธรรมะ ที่จะคอยฉุดลากใจให้ถอยห่างจากความเลวร้ายทั้งหลาย ที่เกิดจากการนำพาของ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความไม่รู้ในสิ่งที่ถูกต้องทั้งหลาย**

ถ้ามีธรรมะใจก็จะมีแสงสว่าง เมื่อมีแสงสว่างก็จะเห็นสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้องแม่นยำ เห็นว่าอะไรถูก เห็นว่าอะไรผิด อะไรเป็นเหตุของความสุข อะไรเป็นเหตุของความทุกข์ เมื่อเห็นได้อย่างชัดเจน ก็สามารถหลีกเลี่ยงเหตุของความทุกข์ทั้งหลายได้ ไม่ไปกระทำในสิ่งที่จะทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมา หลีกเลี่ยงจากความชั่ว ความเสียหายทั้งหลาย แต่ถ้าใจไม่มีธรรมะแสงสว่าง ก็เปรียบเหมือนกับคนที่อยู่ในที่มืด ย่อมไม่สามารถเห็นสิ่งต่างๆ ได้ ย่อมไม่สามารถเห็นผิดถูกดีชั่วได้ เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็จะทำให้กลับตาลปัตรไป มี

มิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นสิ่งที่ดีว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี เห็นสิ่งที่ไม่ดีว่าเป็นสิ่งที่ดี จะเห็นกลับกัน เมื่อเห็นกลับกัน แทนที่จะเดินถอยออกจากความทุกข์ ก็จะเดินเข้าหาความทุกข์ เหมือนกับเดินเข้าหากองไฟนั่นแหละ ถ้าเดินเข้าหากองไฟก็ต้องถูกไฟเผาผลาญไปในที่สุด เพราะความมืดบอดพาไป ทำไมคนเราจึงต้องเดินเข้าหาในสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย ก็เพราะความไม่รู้นั่นเอง คือขาด**ธรรมะ**แสงสว่าง ขาด**สัมมาทิฎฐิ** ความเห็นชอบ เห็นถูกต้อง จึงหลงอยู่กับสิ่งที่สร้างความทุกข์ให้กับใจ ไม่รู้จักหยุดจักหย่อนอะไรเล่าที่เป็นพิษเป็นภัยต่อใจ แต่ใจกลับไปเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี ก็พวก**อบายมุข**ทั้งหลาย เช่นสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร ความเกียจคร้าน รวมไปถึงการกระทำผิดศีลผิดธรรม เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ ซึ่งล้วนเป็นต้นเหตุของความทุกข์ทั้งสิ้น

แต่ทำไมคนเราจึงยังหลงอยู่กับอบายมุขทั้งหลาย ก็กับการทำผิดศีลผิดธรรม เพราะใจมีความมืดบอด ขาดธรรมะแสงสว่างนั่นเอง จึงเห็นว่าอบายมุขและการทำบาปทำกรรม เป็นของที่ไม่เสียหายอะไร ทำได้ ทำแล้วมีความสุข มีความเพลิดเพลิน เวลากินเหล้าเรามีความสุข มีความเพลิดเพลิน เวลาลเล่นการพนันเขาก็มีความสุข มีความเพลิดเพลิน เวลาออกไปเที่ยวยามค่ำคืน เขาก็มีความสุข มีความเพลิดเพลิน เวลาเขามีความเกียจคร้าน เขาก็มีความสุข มีความเพลิดเพลินเหมือนกัน แต่เขาหา**รู้**ไม่ว่ามันเป็นความสุข ความเพลิดเพลินชั่วขณะเท่านั้นเอง แต่หลังจากนั้นแล้วเขาจะต้องลำบาก จะต้องทุกข์ เพราะการไปเกี่ยวข้องกับอบายมุขทั้งหลาย ไม่ได้ผลิตอะไรออกมาให้เป็นที่พึ่งพาอาศัยได้นั่นเอง มีแต่จะคอยดูเอาทรัพยากรต่างๆที่มีอยู่ให้หมดไป ทรัพย์สิ้นเงินทอง เวลาที่มีค่า สุขภาพร่างกาย ก็จะถูกอบายมุขดูไป ดูไป จนไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่ จนไม่สามารถเป็นที่พึ่งของตนได้ ก็เลยต้องไปทำในสิ่งที่เสียหายกับผู้อื่น ไปลักทรัพย์ ไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไปประพฤติผิดประเวณี ไปโกหกหลอกลวง

นี่คือผลที่เกิดขึ้น จากการไม่ทำนุบำรุงดูแลรักษาใจ ด้วยคุณธรรมความดีงามทั้งหลาย ดังที่ท่านทั้งหลายได้มากระทำกันอย่างสม่ำเสมอ มาทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม ฟังเทศน์ฟังธรรม เพราะเมื่อทำสิ่งเหล่านี้แล้ว ใจจะมีความดีไว้ต่อต้านสิ่งที่จะฉุดลากใจ

ให้ไปสู่ความชั่วทั้งหลาย คือ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง** เจ้า ๓ ตัวนี้แหละเป็นตัวการสำคัญที่สุด ที่มีอยู่ในใจของเรา ถ้าไม่ได้รับการชำระปลดเปลื้องด้วยการเข้าหาธรรมะ ด้วยการปฏิบัติธรรม เจ้าตัว**กิเลสต้นเหตุ**คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากทั้งหลาย จะมีอำนาจอยู่ภายในใจ จะเป็นตัวสั่งการ ให้ใจไปทำในสิ่งที่จะต้องมาเสียใจในภายหลัง แต่ถ้ามีธรรมะแสงสว่าง อย่างวันนี้ที่ได้ยินได้ฟังธรรมกัน เราก็จะรู้ว่าอะไรเป็นโทษ อะไรเป็นภัย อะไรเป็นตัวชักจูงเราไปสู่โทษ ไปสู่ภัยทั้งหลาย เราก็พยายามต่อสู้ขัดขืน ด้วยการปฏิบัติธรรม ธรรมนี้เท่านั้นแหละที่จะสามารถทำลายความชั่วร้ายทั้งหลาย ที่มีอยู่ภายในใจของเราได้

ธรรมก็เปรียบเหมือนกับน้ำกับผงซักฟอก ที่เราใช้ซักฟอกเสื้อผ้า ถ้าไม่มีน้ำ ไม่มีผงซักฟอก เสื้อผ้าจะไม่สะอาด แต่จะเปื้อนอยู่อย่างนั้น แต่ถ้าเอาเสื้อผ้าลงไปแช่ในน้ำกับผงซักฟอก ทิ้งไว้สักกระยะหนึ่ง แล้วก็เอามาขยี้ เอามาซัก เดี่ยวเดียวสิ่งสกปรกทั้งหลายที่ติดอยู่ในเสื้อผ้า ก็จะหลุดลอยออกมาหมดสิ้น ธรรมก็เป็นอย่างนั้น ถ้ามีธรรมะอยู่ภายในใจแล้ว ธรรมะก็จะชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ความไม่ดี ความเลวร้ายทั้งหลาย ที่มีอยู่ภายในใจให้หมดสิ้นไป เมื่อใจสะอาดหมดจดแล้ว จะเป็นใจที่มีแต่ความสุขโดยถ่ายเดียว **ความสุขความทุกข์ที่แท้จริงนั้นไม่ได้อยู่ที่ไหน อยู่ที่ใจ** ถ้ามีธรรมะใจก็มีสุข ถ้ามีกิเลสต้นเหตุใจก็เป็นทุกข์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความรวยความจน ไม่ได้อยู่กับฐานะสูงต่ำ เป็นพระหรือฆราวาส ไม่ได้อยู่กับสิ่งเหล่านี้ สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงองค์ประกอบเท่านั้นเอง แต่ไม่ได้เป็นเหตุที่จะให้เกิดสุขหรือเกิดทุกข์กับใจ **ตัวที่จะทำให้เกิดสุข เกิดทุกข์กับใจ ก็คือธรรมะกับกิเลสเท่านั้น** ธรรมะกับกิเลสจึงเป็นศัตรูกันอยู่เสมอ เป็นคู่ต่อสู้กันอยู่เสมอ ถ้ามีธรรมะกิเลสก็จะถอยออกไป ถ้าขาดธรรมะกิเลสก็จะฮึกเหิมมีกำลัง ธรรมะกับกิเลสเป็นเหมือนแสงสว่างกับความมืด ถ้าแสงสว่างมีมากกว่าความมืดก็จะหายไป ถ้าความมืดมีมากกว่า แสงสว่างก็จะหายไป ถ้าต้องการให้ใจมีความสุขมากๆ ก็ต้องสร้างธรรมะให้มากๆ แต่ถ้าไม่สร้างธรรมะ ด้วยการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม ฟังเทศน์ฟังธรรมอย่างสม่ำเสมอ ความมืดคือกิเลสก็จะครอบงำจิตใจ เมื่อครอบงำแล้ว การกระทำก็จะไปในทิศทางที่ไม่ดี ที่จะสร้างความเสียหาย ความ

เศร้าโศกเสียใจให้กับใจอย่างแน่นอน จึงไม่ควรประมาทในเรื่องการทำบุญทำทาน การ รักษาศีล การปฏิบัติธรรม

ถ้าปรารถนาความสุขความเจริญอย่างแท้จริง จะขาดสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ เพราะถ้าขาดแล้ว จะไม่มีความสุขใจ จิตใจจะไม่เจริญทั้งๆที่มีสิ่งอย่างอื่นมากมาย เช่นมีเงินทอง มีสมบัติ ข้าวของ มีบริษัท มีบริวารมากมาย แต่นั่นไม่ได้หมายความว่าใจจะมีความสุข ใจจะ เจริญ เพราะการได้สมบัติมากมายนั้น บางครั้งก็ไม่ได้มาด้วยความดี แต่ได้มาด้วย ความไม่ถูกต้อง เช่นจากการคดโกงเบียดเบียนผู้อื่น ด้วยวิธีการต่างๆ อย่างนี้เรียกว่า เป็นการสร้างความเสื่อมให้กับจิตใจ ใจไม่ได้เจริญ เพราะใจจะเจริญได้ ต้องเจริญด้วย ศีลธรรม ถ้าจะร่ำรวยก็ต้องร่ำรวยด้วยความถูกต้อง ด้วยการไม่เบียดเบียนผู้อื่น ด้วย การไม่ไปทำผิดศีลผิดธรรม อย่างนี้ใจจึงจะไม่เสื่อม แต่ถ้าได้สิ่งต่างๆมาด้วยการสร้าง ความเดือดร้อนเบียดเบียนผู้อื่นแล้ว ถึงแม้จะมีสมบัติเงินทองมากมาย แต่ใจกลับเสื่อม ทรามลงไป จากมนุษย์ก็กลายเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรกไป เพราะใจไม่ได้รับการรักษา ด้วยคุณธรรมความดีงามนั่นเอง เพราะความโลภมีอำนาจ ผลักดัน ให้กล้าทำบาปทำกรรม เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ตนต้องการ ต้องการสามีหรือภรรยา ของผู้อื่น ก็เอามาโดยไม่เกรงกลัวต่อบาปต่อกรรม ได้มาแบบนี้ไม่ดี เพราะจะเสียสิ่งที่มี คุณค่าในจิตใจไป คือเสียความเป็นมนุษย์ไปนั่นเอง

คนเราจะเป็นมนุษย์ได้สมบูรณ์ จะต้องมศีล ๕ บริบูรณ์ ขาดศีล ๕ เมื่อไหร่แล้ว แสดง ว่าใจได้เสื่อมลงไปสู่เดรัจฉานบ้าง เปรตบ้าง อสุรกายบ้าง สัตว์นรกบ้าง ขึ้นอยู่กับการ กระทำบาปกรรม ว่าจะมีมากน้อยเพียงไร และด้วยสาเหตุอันใด ถ้าทำมากและรุนแรงก็ จะต้องเสื่อมลงไปมาก เสื่อมลงไปถึงขั้นนรกเลยทีเดียว เช่นเกิดความโกรธแค้นแล้วไป ฆ่า ไปทำร้ายชีวิตของผู้อื่น ทั้งๆที่ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องฆ่าเลย แต่ฆ่าเพราะความ โกรธแค้น ขาดความเมตตา อย่างนี้ตายไปก็ต้องตกนรกไป แต่ถ้าฆ่าด้วยความจำเป็น เช่นมีอาชีพเป็นชาวประมง ต้องออกไปหาปลาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เพราะความจำเป็น คิดว่าไม่เป็นไร แต่ก็ยังเป็นบาปอยู่ เพราะความไม่รู้ความหลงพาไป ก็จะต้องตกไปเป็น เดรัจฉาน พวกเดรัจฉานเขาฆ่ากันเพื่อยังชีพ แต่ไม่ได้ฆ่าเพราะความโกรธแค้นเกลียดชัง

เขาจึงเป็นแค่เดรัจฉาน แต่ผู้ที่ฆ่าผู้อื่นด้วยความโกรธแค้นเกลียดชังนั้น จะต้องกลายเป็นสัตว์นรกไป ทั้งๆที่ยังเป็นคนอยู่ แต่ใจได้กลายเป็นสัตว์นรกไปแล้ว ถ้าฆ่าผู้อื่นเพื่อยังชีพ เช่นเป็นแพชฌฆาต เป็นทหาร เป็นตำรวจ เวลาต่อสู้กับผู้ร้ายทั้งหลาย ก็ต้องฆ่าเขา อย่างนี้ก็ไม่น่าเป็นบาปเป็นกรรม ทำให้จิตใจเสื่อมลงไปในชั้นเดรัจฉาน ถ้าแสวงหาสิ่งต่างๆมาด้วยความโลภ ด้วยความอยาก อยากจะรวย อยากจะมีสมบัติมากมายก่ายกอง ล้นฟ้า อย่างนี้ก็จะกลายเป็นเปรตไป ถ้าเบียดเบียนผู้อื่นด้วยความกลัว ก็จะกลายเป็นอสุรกายไป

นี่คือความเสื่อมที่จะตามมา ถ้าละเมียดศีล ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พวดปมดเท็จโกหกหลอกลวง เมื่อทำไปแล้วจะต้องกลายเป็นสัตว์ประเภทใดประเภทหนึ่ง ใน ๔ ประเภทนี้เท่านั้น ถ้าไม่ต้องการที่จะให้จิตใจเสื่อมลงไปในสภาพนั้น ก็ต้องฝึกความรู้สึกภายในใจ เวลาเกิดความโกรธก็ต้องเจริญเมตตา คือให้อภัย อย่าไปถือโทษโกรธเคืองกัน ถือว่าเป็นการใช้หนี้กันไป เราเคยไปทำอะไรเขา มา ตอนนั้นเขาก็เลยมาทำกับเรา ก็ถือว่าใช้หนี้คืนกันไป ผ่านไปแล้วก็ผ่านไป สิ่งที่เขาว่าเขาทำเรา มันก็ผ่านไปแล้วไปโกรธแค้นโกรธเคืองก็ไม่ได้ทำอะไรให้ดีขึ้น แต่กลับทำให้ใจร้อน ใจเป็นทุกข์ขึ้นมาเสียเปล่าๆ ถ้ามีความเมตตา ให้อภัยเขาได้ ใจก็สงบ ใจก็เย็น ถ้าเกิดมีความโลภ ความอยาก เพื่อรักษาชีวิตของตนไว้ ก็พยายามหาด้วย**สัมมาชีพ** ไม่เบียดเบียนสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ถึงแม้จะต้องไปเป็นขอทาน ก็ยังดีกว่าไปลักเล็กขโมยน้อย ถึงแม้จะต้องไปล้างส้วมเป็นภารโรง ก็ยังดีกว่าไปยิงนกตกปลา

ขอให้ยึดความถูกต้องเป็นเครื่องดำเนินชีวิต ถึงแม้จะยากจน จะต่ำต้อย แต่อย่างน้อยใจไม่ต่ำไปด้วย ใจยังสูงอยู่ เพราะรักษาใจด้วยคุณงามความดี ด้วยธรรมะนี้เอง ถ้าอยากให้มีใจเจริญสูงขึ้น เมื่อมีโอกาส มีเงินทองเหลือใช้ มีสมบัติข้าวของเหลือใช้ ก็ให้เอาไปแจกจ่ายผู้อื่นที่เดือดร้อน อย่างนี้ก็จะพัฒนาใจให้สูงขึ้น ให้กลายเป็นเทพ เป็นเทวดาขึ้นมา มันเกิดจากการกระทำของเรา การให้ทานจะทำให้กลายเป็นเทวดาขึ้นมา การรักษาศีลเป็นการรักษาความเป็นมนุษย์ การปฏิบัติธรรมนั่งสมาธิทำจิตใจให้สงบ เป็นการพัฒนาจิตให้กลายเป็นพรหม การเจริญวิปัสสนาพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่าง อย่างต่อเนื่อง

ให้เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติด ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของเรา ใจก็จะกลายเป็นพระอริยบุคคล เป็นพระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ไปในที่สุด

นี่คือความเจริญของใจ เจริญแบบนี้ต่างหาก สุขก็สุขแบบนี้ต่างหาก **ความสุขของใจก็คือความสงบ** ถ้าใจสงบเมื่อไหร่ความสุขก็จะเกิดขึ้นเมื่อนั้น เมื่อมีความสงบ มีความสุข ก็จะไม่มีความอึด มีความพอ จะไม่หิว ไม่อยาก ไม่ต้องการอะไร ถึงแม้จะเป็นขอทานอย่างพระพุทธรเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ก็เป็นขอทานที่ไม่หิว ไม่อยากจะเป็นอะไร ใครจะให้ก็เป็นอะไรก็ไม่อยากเป็น เพราะใจไม่หิวใจไม่อยาก ใจมีความสุขแล้ว เพราะใจมีปัญญา เห็นว่าไม่มีอะไรในโลกนี้ที่ไม่ใช่ความทุกข์ **ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข**ทั้งหลายก็เป็นความทุกข์ เพราะมีความเสื่อมเป็นเงาตามตัว มีเจริญก็ต้องมีความเสื่อม เจริญลาภก็ต้องเสื่อมลาภ เจริญยศก็ต้องเสื่อมยศ มีสุขก็มีทุกข์ มีสรรเสริญก็มีนินทา เป็นสิ่งที่ทุกคนในโลกนี้จะต้องสัมผัสด้วยกันทั้งนั้น อยู่ที่ว่าจะสัมผัสแบบไหน ถ้าสัมผัสแบบคนโง่เขลาเบาปัญญา ก็จะหลงติดอกติดใจเวลาเจริญในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข แต่จะต้องร้องห่มร้องไห้ เสร้าโศกเสียใจ เมื่อต้องสูญเสียลาภ ยศ สรรเสริญ สุขไป

แต่ถ้าเป็นคนฉลาดมีปัญญาอย่างพระพุทธรเจ้า อย่างพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ก็จะไม่ยินดีกับการเจริญในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เมื่อไม่มีความยินดี เวลาเกิดความเสื่อมก็ไม่มีความเศร้าโศกเสียใจ เพราะพอใจที่จะอยู่โดยปราศจากลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ทั้งหลายนั่นเอง อยู่เฉยๆตัวเปล่าๆ ก็ไม่เดือดร้อนอะไร เรื่องอะไรไปหาเหามาใส่หัว เหา ก็คือลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทั้งหลายนี้แหละ เป็นเหาทั้งสิ้น แต่คนที่ขาดปัญญา ขาดธรรมะ มีความมืดบอดครอบงำอยู่ ก็จะหลงติดอยู่กับลาภ ยศ สรรเสริญ สุข แล้วก็ต้องวุ่นวายกับการดูแลรักษา วุ่นวายกับการแสวงหา และวุ่นวายกับการสูญเสียไป นี่แหละเป็นทุกข์ทั้งสิ้น ถ้าไม่เคยได้ยินได้ฟังธรรมมาก่อน ไม่เคยปฏิบัติธรรมมาก่อน ไม่เคยเจอความสุขที่เกิดจากความสงบภายในใจมาก่อนแล้ว รับรองได้ว่าร้อยทั้งร้อย ก็จะต้องหลงติดอยู่กับลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทั้งหลาย เพราะเป็นสิ่งที่ดึงดูดจิตใจ ที่ยังมีความมืดบอด มีกิเลสตัณหาซ่อนเร้นอยู่ ตัวที่ดึงดูดลาภ ยศ สรรเสริญ สุขให้เข้าสู่ใจ หรือให้ใจ

เข้าสู่ลาม ยศ สรรเสริญ สุขก็คือ **ความโลภ ความโกรธ ความหลง** นั่นเอง ถ้าใจได้รับการชำระความโลภ ความโกรธ ความหลงจนหมดสิ้นไปแล้ว ก็จะไม่มีความติดใจไปยินดีกับลาม ยศ สรรเสริญ สุข ทั้งหลาย เมื่อไม่มีความยินดีแล้ว ความทุกข์ ความเศร้าโศก เสียใจที่เกิดจากการเสื่อม การสูญเสียของลาม ยศ สรรเสริญ สุขทั้งหลาย ก็จะไม่มีความห่วงใยอีกต่อไป

นี่แหละคือความพิเศษของใจ ที่ได้รับการดูแลรักษา ทำนุบำรุงด้วยธรรมะ อย่างที่ท่านทั้งหลายได้มาประพฤติปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอ มาทำบุญ มารักษาศีล มาปฏิบัติธรรม มาฟังเทศน์ฟังธรรม ขอให้ทำไปเรื่อยๆเถิด ขอให้มีความแน่วแน่ต่อธรรมะ คำสอนของพระพุทธเจ้า แล้วความสุข ความเจริญทั้งหลายที่ปรารถนา ก็จะเป็นผลที่จะตามมา ความทุกข์ทั้งหลาย ความเสื่อมเสียทั้งหลาย ก็จะอยู่ห่างไกลจากจิตจากใจ ชีวิตจะดำเนินไปด้วยความร่มเย็นเป็นสุข จะมีมากมีน้อยก็ไม่สำคัญ ถ้าทราบได้ใจได้รับการดูแลด้วยบุญ ด้วยกุศลแล้ว รับรองได้ว่าจะมีแต่ความสุข มีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข มีแต่ความเจริญก้าวหน้าอย่างแท้จริง ถ้ายังไม่สิ้นกิเลสในชาตินี้ ตายไปก็จะได้ไปเกิดในภพชาติที่ดีกว่าเดิม ถ้าได้ทำบุญทำทานรักษาศีลมาก ก็จะไปเกิดเป็น**เทพ** ถ้าได้ปฏิบัติธรรมหนึ่งสมาธิ ก็ไปเกิดเป็น**พรหม** ถ้าได้เจริญวิปัสสนาปัญญา ก็จะได้เกิดเป็น**พระอริยบุคคล** ตามลำดับแห่งภูมิธรรม ที่ได้เจริญไว้ในแต่ละภพแต่ละชาติ จนบรรลุเป็นพระอรหันต์ไปในที่สุด

นี่คือสิ่งที่จะได้รับจากการทำนุบำรุงดูแลรักษาจิตใจ ด้วยการมาวัดอย่างสม่ำเสมอทุกๆ วันพระ หรือวันที่ว่างจากภารกิจงาน เช่น วันเสาร์วันอาทิตย์ อย่าปล่อยให้เวลาอันมีค่านี้ผ่านไป โดยไม่แสวงหาบุญแสวงหากุศล ไม่ทำนุบำรุงดูแลรักษาใจ ไม่เช่นนั้นแล้วใจจะเหี่ยวแห้ง อ่างว่างเปล่าเปลี่ยวเดียวดาย มีแต่ความทิว มีแต่ความกระหาย เป็นเหมือนกับพวกเปรตพวกผีทั้งหลาย มีแต่ความโกรธแค้นโกรธชัง เหมือนกับพวกสัตว์นรกทั้งหลาย เพราะไม่ได้รับการดูแล ไม่ได้รับการกำจัดสิ่งที่สร้างความเลวร้ายทั้งหลาย ที่มีอยู่ภายในใจ คือกิเลสตัณหาทั้งหลาย ใจจึงมีแต่ความทิวโหย มีแต่ความทุกข์ มีแต่ความรุ่มรวยใจ แล้วก็ไม่แสวงหาสิ่งที่จะมาดับมัน กลับไปแสวงหาในสิ่งที่จะทำให้เกิด

ความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นไปอีก ทุกครั้งที่โลภแล้วทำตามความโลภ ความโลภจะไม่ลด
น้อยถอยลงไป แต่จะเพิ่มมากขึ้นเป็นทวีคูณ ทุกครั้งที่อยากอะไรแล้วแสวงหาตามความ
อยาก ความอยากจะเพิ่มมากขึ้นทวีคูณ เพราะนี่คือธรรมชาติของความอยาก ได้ดิบก็จะ
เอาศอก ได้ศอกก็อยากจะเอวา จะขยายออกไปเรื่อยๆ จึงต้องคอยกำจัดไปเรื่อยๆ
จนกว่าจะหมดสิ้นไป การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๓

คาสดา

๑ กรกฏาคม ๒๕๔๗

ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะทรงเสด็จดับขันธปรินิพพานจากพวกเราไป ได้ทรงตรัสไว้ว่า พวกเธอทั้งหลายจะไม่อยู่โดยปราศจากคาสดา เพราะ**ธรรมวินัย**ที่ตถาคตตรัสไว้ชอบแล้ว จะเป็นคาสดาของพวกเธอต่อไป เพราะ**ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรตถาคต ผู้ใดเห็นตถาคต ผู้นั้นย่อมเห็นธรรม** นี่คือคำสอนที่ได้ทรงตรัสไว้ เพราะทรงเป็นห่วงพวกเราจะคิดว่า หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้จากไปแล้ว จะไม่มีครูคอยอบรมสั่งสอน ถ้าพวกเราน้อมเอาคำสอนต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน มาประพฤติปฏิบัติ ไม่ช้าก็เร็วก็จะมี**ดวงตาเห็นธรรม** เมื่อมีดวงตาเห็นธรรมแล้ว ก็จะได้เห็นพระพุทธเจ้า จะมีพระพุทธเจ้าอยู่ในใจ ปกป้องคุ้มครองรักษา ให้พ้นจากภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง

การห้อยพระไว้ที่คานั้น เป็นการห้อยเพื่อเตือนสติ ปลุกจิตสำนึกให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ให้ระลึกถึงคำสั่งคำสอน เพื่อจะได้ประพฤติปฏิบัติตาม เพราะเมื่อได้ประพฤติปฏิบัติแล้ว จะมีสิ่งคุ้มครอง ถ้าห้อยพระไว้เฉยๆ แต่ไม่สนใจศึกษาปฏิบัติ ตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว พระที่ห้อยคอก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ต่อให้เป็นพระที่มีราคาแพงๆ หลายสิบล้านบาท ปลุกเสกโดยพระเกจิอาจารย์ชื่อดังขนาดไหนก็ตาม ถ้าไม่น้อมเอาพระธรรมคำสอนมาปฏิบัติ ทำความดี ละเว้นการทำความชั่วทั้งหลายแล้ว พระที่ห้อยคอ ก็จะไม่ช่วยเหลือเลย โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ายังไม่ละไม่เลิกจากอบายมุขทั้งหลาย เช่น**เสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เกียจคร้าน** รวมถึงการกระทำที่ไม่ดีไม่งามทั้งหลาย ได้แก่การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จ พุดคำหยาบ พุดเพ้อเจ้อ พุดส่อเสียดยุยงให้เกิดความแตกแยกสามัคคี มีความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่ในใจแล้วละก็ พระจะไม่คุ้มครองเลย เพราะเป็นสิ่งที่ตรงกันข้ามกับพระนั่นเอง

ถ้าเป็นพระแล้ว จะอยู่ห่างไกลจากอบายมุขทั้งหลาย ห่างไกลจากการกระทำความชั่วทั้งหลาย ห่างไกลจากความโลภ ความโกรธ ความหลงทั้งหลาย ถ้าได้อยู่ไกลจากสิ่งเหล่านี้แล้ว ภัยต่างๆที่เกิดจากสิ่งเหล่านี้ก็จะไม่สามารถปรากฏขึ้นมาได้ อย่าไปคิดว่าพิษภัยเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาเอง ความทุกข์ทั้งหลาย ความเสื่อมเสียทั้งหลายนั้น ล้วนเกิดจากการกระทำของเราทั้งสิ้น ถ้าไปยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข ยุ่งเกี่ยวกับการทำบาปทำกรรม ยุ่งเกี่ยวกับความโลภ ความโกรธ ความหลงแล้ว ความทุกข์ ความเสื่อมเสียที่ไม่ปรารถนา ก็จะเป็นผลตามมาอย่างแน่นอน ถ้าไม่ไปเกี่ยวข้องกับเรื่องเหล่านี้แล้ว รับรองได้ว่า ความทุกข์ ความเสื่อมเสียทั้งหลาย จะไม่เป็นสิ่งที่ตามมา ส่วนเหตุการณ์ที่เป็นธรรมดา คือความเสื่อมของสังขารร่างกาย ได้แก่**ความแก่ ความเจ็บ ความตาย**นั้น เป็นธรรมดาของโลก เป็นคติธรรมดา เป็นธรรมชาติของโลก เมื่อมีเกิด ย่อมมีแก่ มีเจ็บ มีตายเป็นธรรมดา มีการพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา

สิ่งเหล่านี้แม้แต่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ก็จะต้องเป็นด้วยกันทุกๆ พระองค์ เพราะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เหมือนกับเวลาที่ตกลงไปในน้ำ ก็ต้องเปียกด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครไม่เปียก เพราะธรรมชาติของน้ำย่อมให้ความเปียกขึ้นกับผู้สัมผัส ฉะนั้นใครเกิดในโลกนี้ ก็ต้องสัมผัสกับความเสื่อม เป็นธรรมดา คือความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่มีใครอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ได้ ไม่ว่าจะ เป็นพระเจ้าแผ่นดิน เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรี ก็ต้องเจอกับสิ่งเหล่านี้ด้วยกันทั้งนั้น สิ่งเหล่านี้จึงไม่ใช่เป็นความเสื่อมที่แท้จริง ความเสื่อมที่แท้จริงนั้น เกิดจากการกระทำของเรา ที่ได้แสดงไว้เมื่อสักครู่นี้ คืออบายมุขทั้งหลาย การทำบาปทำกรรมทั้งหลาย การสะสมความโลภ ความโกรธ ความหลงทั้งหลายนี้แหละ ที่จะเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อมขึ้นมา ไม่มี ความเจริญที่จะเกิดขึ้นได้กับบุคคลนั้นๆ ต่อให้เป็นนายกรัฐมนตรี เป็นประธานาธิบดี เป็นพระเจ้าแผ่นดิน ก็ไม่ถือว่าเป็นความเจริญ ต้องถือว่าเป็นความเสื่อม เพราะเป็นความเสื่อมของจิตใจนั่นเอง

การทำความดีนั้น ก็เพื่อรักษาจิตใจให้อยู่ดีนั้นเอง ให้เป็นสุคติ ให้เจริญให้รุ่งเรือง ถ้าทำบาปทำกรรม ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข มีแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลงแล้วละก็ ใจ

จะต้องเสื่อมไปเรื่อยๆ เสื่อมจากความเป็น**มนุษย์** ลงไปสู่ความเป็น**เดรัจฉาน** เป็น**เปรต** เป็น**นุสสุกาย** เป็น**สัตว์นรก** เพราะการกระทำเหล่านี้ล้วนเป็นเหตุของความเสื่อมทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้เห็นธรรม ว่ามีคุณค่ายิ่งกว่าสิ่งใดๆในโลก ทรงสอนให้สละทรัพย์สินสมบัติ เงินทองข้าวของและชีวิตเพื่อรักษาธรรม ดังที่ได้ทรงปฏิบัติมา ในเบื้องต้นก็ได้ทรงสละราชสมบัติของราชกุมาร เพื่อออกปฏิบัติธรรม ในขณะที่ปฏิบัติธรรมก็ทรงกล้าที่จะสละชีวิต เพื่อให้ได้ธรรมที่ทรงปรารถนา ทรงอดพระกระยาหารถึง ๔๙ วันด้วยกัน แต่เมื่อเห็นว่า การอดอาหารไม่ใช่วิถีทาง ที่จะทำให้จิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งปวงได้ จึงทรงย้อนกลับมานั่งสมาธิ ตั้งจิตอธิษฐานไว้ว่า จะไม่ลุกจากที่นั่งอันนี้ไปเป็นอันขาด ตราบใดถ้ายังไม่ได้บรรลุ ตรัสรู้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงแล้ว ถ้าร่างกายนี้จะต้องตายไปในขณะที่ปฏิบัติ ก็ขอให้ตายไป

นี่คือความสำคัญของธรรมะ เพราะถ้ามีอยู่ในใจแล้ว จะปลอดภัยจากทุกข์ทั้งหลาย ทุกข์ที่เกิดจากความแค้น จากความเจ็บ จากความตาย จากการพลัดพรากจากสิ่งที่รัก จากการประสบกับสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา เพราะธรรมะจะรักษาจิตใจให้อยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ได้ ไม่มีอะไรในโลกนี้จะทำให้อยู่เหนือความทุกข์ที่เกิดจากความเจ็บ ความแค้น ความตายได้ ต่อให้มีเงินเป็นร้อยล้าน พันล้าน เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ก็จะต้องรุ่นวายใจ เวลาใกล้จะตาย ก็ยิ่งรุ่นวายใจใหญ่ เวลาตายไปเงินทองก็ช่วยอะไรไม่ได้ ไม่สามารถยับยั้งความตายได้ ไม่สามารถยับยั้งความทุกข์ที่โหมกระหน่ำเข้าสู่จิตใจได้ แต่ธรรมะของพระพุทธเจ้านี้แหละ จะเป็นสิ่งเดียวเท่านั้นในโลกนี้ที่จะรักษาใจ ไม่ให้ไปทุกข์กับเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้น ที่มาสัมผัสกับใจ ถ้าใจมีธรรมะแล้ว จะรู้จักปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้ว ก็จะไม่มีความทุกข์เข้ามาครอบงำจิตใจ

ปัญหาของใจเกิดจากความไม่รู้ เกิดจากความหลง ที่ผลัดดันให้ไปยึดไปติด ไปรักไปชอบ ไปเกลียดไปชัง ไปทำสิ่งต่างๆ เวลาเมื่ออะไรเกิดขึ้นกับสิ่งที่ไปยึดไปติดไว้ ก็ต้องเกิดความทุกข์ขึ้นมา ลองสังเกตดู ถ้าเป็นสมบัติของคนอื่น เช่นบ้านของคนอื่น รถยนต์ของคนอื่น เวลาบ้านเกิดไฟไหม้ขึ้นมา หรือรถยนต์เกิดพลิกคว่ำเสียไป ถูกทำลายไป ถ้าเป็นของคนอื่น เราจะไม่รู้สึกละอายใจ และไม่เดือดร้อนเลยแม้แต่นิดเดียว แต่ถ้าเป็น

บ้านของเรา เป็นรถยนต์ของเรา จะต้องเกิดความทุกข์ เกิดความเศร้าโศกเสียใจขึ้นมาทันที เพราะอะไรทั้งๆที่ก็เป็นบ้านเหมือนกัน เป็นรถยนต์เหมือนกัน ต่างตรงที่ใจไม่ได้ไปยึดไปติด กับไปยึดไปติดเท่านั้นเอง บ้านของคนอื่น รถยนต์ของคนอื่น เราไม่ยึด เราไม่ติด เราก็ไม่ทุกข์ แต่บ้านของเรา รถยนต์ของเรา เรายึดเราติดว่าเป็นของเรา มันก็เลยเกิดความทุกข์ขึ้นมา แต่ถ้าเตรียมตัวเตรียมใจไว้ก่อนล่วงหน้าแล้วว่า บ้านนี้ก็ไม่ใช่ของเรา รถยนต์คันนี้ก็ไม่ใช่ของเรา เป็นของยืมมาไว้สำหรับใช้เท่านั้น ลักวันหนึ่งก็ต้องคืนเขาไป จะคืนไปเมื่อไหร่ก็ไม่มีใครรู้ เมื่อถึงเวลาจะเกิดขึ้น ก็ต้องเกิดขึ้น เมื่อจิตใจพร้อมที่จะจากสิ่งเหล่านี้แล้ว เวลาที่ต้องจากกัน ก็จะไม่เดือดร้อนอะไร ไม่ทุกข์อะไร

นี่แหละคือความหมายของธรรมะ คือปัญญา ความรู้ที่ถูกต้อง เรียกว่าสัมมาทิฐิ ขอให้รู้ ขอให้เห็น ขอให้มองว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้มาตั้งแต่ร่างกายของเรา รวมไปถึงสิ่งของต่างๆ บุคคลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นสามี ภรรยา บุตรธิดา บิดามารดา พี่น้อง ญาติสนิทมิตรสหายนั้น ไม่ใช่สมบัติของเราอย่างแท้จริง เป็นสมบัติชั่วคราว เหมือนกับของยืม ลักวันหนึ่งเขาก็จะต้องมาเอาคืนไป เวลาเขาเอาไป ถ้ารู้ล่วงหน้าไว้ก่อน เตรียมตัวเตรียมใจไว้ก่อน ก็จะไม่เศร้าโศกเสียใจ ไม่ทุกข์ แต่ถ้าไม่เตรียมตัวเตรียมใจไว้ก่อน เมื่อเหตุการณ์เกิดขึ้นมา จะทำใจไม่ได้ จะต้องร้องไห้ร้องไห้ให้เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ถ้าเป็นสิ่งที่รักมากกว่าตัวเรา ก็จะทำให้ทนอยู่ต่อไปไม่ได้ ถึงกับจะต้องฆ่าตัวตาย ตามไปกับสิ่งที่สูญเสียบอกก็มี นี่เป็นเพราะความหลง ทำให้ยึดติดกับสิ่งต่างๆทั้งหลาย ที่ได้มานั่นเอง โดยไม่มีธรรมะคอยกระชับ คอยบอกเลยว่า อย่าไปหลง อย่าไปยึด อย่าไปติด ลักวันหนึ่งก็ต้องจากกัน ลักวันหนึ่งก็ต้องคืนสิ่งเหล่านี้ไป ไม่มีใครเอาอะไรติดตัวไปได้ มาตัวเปล่าๆ เวลาไปก็ไปตัวเปล่าๆ ต้องทิ้งไว้หมด ทุกสิ่งทุกอย่าง สังขารร่างกายก็ปล่อยไปให้คนอื่นเผาให้ ทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง ก็ให้เขาจัดการกันไป เอาไปแบ่ง เอาไปแจก เอาไปจ่ายกัน ตามแต่สมควร

นี่คือความจริงของโลกนี้ ความจริงของชีวิตนี้ ถ้าไม่ต้องการให้ความทุกข์มาเหยียบย่ำจิตใจ ก็ต้องยึดเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติ การได้ยินได้ฟังธรรมะนั้นนั้น ยังไม่เพียงพอ เพราะยังไม่สามารถทำให้ใจมีกำลังที่จะทำตามทีพระพุทธเจ้าทรงสั่ง

สอนได้ เช่นทรงให้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง เรายังทำไม่ได้ แต่จะเริ่มทำได้ ถ้าเริ่มฝึกฝน
อบรมปฏิบัติ เริ่มให้สิ่งเล็กๆน้อยๆ ที่ไม่มีความจำเป็นต่อชีวิตไปก่อน อย่างวันนี้ท่านก็
สละเวลาเล็กๆน้อยๆของท่าน สละทรัพย์สินสมบัติเงินทองเล็กๆน้อยๆที่มีเหลือใช้ ชื่อ
ข้าวของมาถวายพระ อย่างนี้ก็เป็นการปล่อยวางแล้ว แต่ยังต้องทำไปอีกเรื่อยๆ ทำให้
มากยิ่งขึ้นไป เพราะถ้าสามารถให้ได้มากเท่าไร ใจก็จะมีความสุข มีความสงบมาก
ยิ่งขึ้นไปเท่านั้น แล้วความวุ่นวาย ความหลงยึดติดกับทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทอง ก็
จะลดน้อยถอยลงไปเรื่อยๆ ต่อไปจะเห็นว่า เงินทองที่มีเหลือใช้นี้ เก็บไว้ก็มีแต่ความ
ทุกข์ มีแต่ความวุ่นวาย มีแต่ภาระ ต้องคอยดูแลรักษา ถ้าเอาไปให้ไปช่วยเหลือผู้อื่น ก็
ทำให้ผู้อื่นเขามีความสุข แล้วเราก็มีความสุขด้วย

นี่คือสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ทำในเบื้องต้น อย่าสะสม อย่าตระหนี่ อย่าหวงสิ่งต่างๆ
ที่ไม่มีความจำเป็นต่อชีวิต สิ่งที่มีความจำเป็นต่อชีวิต ก็ไม่มีอะไรมาก มีปัจจัย ๔ ก็
พอเพียงแล้ว มีอาหารรับประทาน มียารักษาโรค มีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มไว้ใส่ มีบ้านไว้อยู่
แค่นี้ก็พอแล้ว สิ่งอื่นๆนั้นล้วนเป็นของฟุ่มเฟือยทั้งสิ้น ไม่มีก็ไม่มีปัญหาอะไร ไม่มีก็กลับ
ดีกว่าเสียอีก เพราะจะได้ไม่ต้องมาเป็นภาระ มีเพชรนิลจินดา มีทองเก็บไว้ในบ้าน ก็ต้อง
กังวล เวลาไปไหนมาไหนก็ต้องคอยดูแลรักษา ต้องคอยห่วง บางทีก็ไม่อยากจะทำออกจาก
บ้าน กลัวขโมยขึ้นบ้าน เอาสมบัติที่มีอยู่ในบ้านไป แต่ถ้าเอาไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ก็ไม่
ต้องมากังวลกับเรื่องข้าวของเงินทอง นี่คือการปล่อยวางในเบื้องต้น ปล่อยวางสิ่งที่เหลือ
ใช้เกินความจำเป็น

แล้วก็ปล่อยวางเรื่องราวอย่างอื่นที่ไม่จำเป็น อย่าไปยุ่งเกี่ยวกับถ้าไม่มีความจำเป็น
เรื่องของคนอื่น เขาจะเป็นอย่างไร จะดีจะชั่ว ก็เรื่องของเขา คอยดูแลใจเราก็พอ ไม่ให้
ไปยุ่งไปแบกภาระของคนอื่น ถ้าจะเกี่ยวข้องกับคนอื่น ก็ให้ใช้ปัญญาว่าจะสามารถ
ช่วยเหลือได้หรือไม่ เขายินดีที่จะรับความช่วยเหลือหรือไม่ ถ้าช่วยได้ ก็ช่วยไป ถ้ายินดี
ให้ช่วย ก็ช่วยไป ถ้าไม่ยินดี ไม่ต้องการให้ว่ากล่าวตักเตือน ก็อย่าไปเสียน้ำลายเสียเวลา
เพราะการว่ากล่าวตักเตือน การสั่งสอนผู้อื่นด้วยธรรมะนั้น เป็นเหมือนกับทำให้ทรัพย์สิน
ที่ประเสริฐ คนฉลาดเท่านั้นที่จะยินดียอมรับเข้ามา ยกมือไหว้ผู้ให้โอวาท เวลาใครว่า

กล่าวตักเตือน เหมือนกับเป็นการชี้มุมทรัพย์ให้รู้ว่าอยู่ตรงไหน เวลาบกพร่อง ทำตัวไม่ดี ถ้ามีคนบอกให้รู้ แล้วได้สติ แก้ไขเสีย ความบกพร่อง ความไม่ดีก็จะหมดไป ก็จะกลายเป็นคนดีขึ้นมา

แต่ถ้าปฏิเสธคำว่ากล่าวตักเตือนของผู้ปรารถนาดี ก็เท่ากับปฏิเสธทรัพย์ที่ประเสริฐ ที่เขา ชี้บอกว่าจะอยู่ตรงไหนนั่นเอง คนที่ขาดทุนก็คือคนที่ไม่ต้องการให้คนอื่นมาว่ากล่าว ตักเตือน แต่คนที่ฉลาดย่อมยินดีที่จะฟังคำว่ากล่าวตักเตือนของผู้อื่นเสมอ ถ้าช่วยเหลือ เขาได้ อบรมสั่งสอนเขาได้ ก็ช่วยสอนไป แต่ถ้าเขาไม่ยินดี ก็อย่าไปสอนให้เสียเวลา เพราะจะกลายเป็นการเกลียดชังกัน เพราะมัวไปจู้จี้จั่วไซ้ เขาก็จะโกรธเรา ถึงแม้จะเป็น ลูกเรา ถ้ามีหน้าที่สอน ก็พูดไปเพียงครั้งสองครั้งก็พอ ให้รู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรดี อะไรชั่ว แต่ถ้าเขาไม่ยินดี ไม่อยากจะปฏิบัติตาม ก็เป็นกรรมของเขา ช่วยอะไรไม่ได้ แต่ถ้าเป็นคนฉลาดมีสำนึก ยินดีรับฟังแล้วนำไปปฏิบัติ ตัวเขาก็จะดีขึ้นไปตามลำดับ

ดังนั้นพยายามปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่ใกล้ตัว อย่าไปทุกข์กับเรื่องของคนอื่นโดย ไม่จำเป็น แต่ไม่ได้หมายความว่าไม่แยแส ไม่ใยดี ไม่เมตตากรุณา เพราะต้องมีอยู่เสมอ ต้องยินดีที่จะช่วย ยินดีที่จะสงเคราะห์ผู้อื่นอยู่เสมอ แต่ต้องมีปัญญา ว่าการสงเคราะห์ การช่วยเหลือนั้น เป็นไปได้หรือไม่ ถ้าเป็นไปไม่ได้ ก็ต้องวางใจเป็นอุเบกขา คือต้องวาง เฉย ถือเสียวว่าคนๆนี้ เป็นเหมือนกับคนหูหนวกตาบอด พูดไปจนวันตายก็ไม่ได้ยิน ชี้ไป อย่างไรก็มองไม่เห็น เสียเวลาเปล่าๆ จะได้ไม่ต้องมาหนักอกหนักใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พ่อแม่ นั้น โดยปกติย่อมมีความรักลูกเสมอ มีความปรารถนาดีต่อลูกเสมอ อยากให้ลูก ได้เป็นคนดี พยายามพรั้สอนอยู่เสมอ แต่บางทีลูกก็เป็นเหมือนกับคนหูหนวกนั้นแหละ พูดไปอย่างไร ก็เหมือนกับเข้าหูซ้ายออกหูขวา ไม่มีหลงเหลืออยู่ภายในจิตใจเลย ถ้าพูด มากๆ ก็อาจจะโกรธ เกลียดชังบิดามารดาขึ้นมาเสียอีก เป็นการสร้างบาปสร้างกรรม ให้แก่กัน ทำให้ขาดความกตัญญูกตเวทิตะ

เวลาที่จะสั่งสอนลูก ก็ขอให้สอนพอประมาณ ดูว่าเขายินดีที่จะฟังหรือไม่ฟัง ถ้าไม่ยินดีก็ ถือว่าจบกัน ทำใจเสียเถิดว่า คนเราไม่ช้าก็เร็วก็ต้องจากกัน เกิดมาในโลกนี้ ไม่ได้ได้อยู่ ด้วยกันไปตลอด ต่างคนต่างมีกรรมเป็นของๆตน ทำอะไรไว้ ก็ต้องรับผลของกรรมนั้น

การที่เขาไม่สามารถรับสิ่งดีๆ ที่เรามอบให้กับเขาได้ ก็เป็นเพราะจิตใจของเขาในอดีต ได้สะสมบาปกรรมเอาไว้มาก ยังติดอยู่กับสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย เช่นติดอยู่กับอบายมุข การเสพสุรายาเมา เที่ยวกลางคืน เล่นการพนัน เขาเคยสะสมนิสัยอย่างนี้มา เมื่อมาเกิดในโลกนี้ นิสัยนี้ก็ติดตัวมาด้วย ไม่ได้เอาจากพ่อ จากแม่ แต่มาจากกรรม ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า **เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์** เผ่าพันธุ์ที่แท้จริงของเราคือกรรม ไม่ใช่บิดามารดา ผู้ให้เพียงแต่ร่างกายเท่านั้น แต่ร่างกายไม่ใช่จิตใจ ร่างกายจะทำอะไรได้ต้องมีจิตใจเป็นผู้สั่งการ ถ้าจิตใจชอบเล่นการพนัน ชอบเสพสุรายาเมา จิตใจก็จะสั่งให้ร่างกายไปเล่นการพนัน ไปเสพสุรายาเมา

พ่อแม่จึงต้องทำความเข้าใจว่า ลูกเรานั้นเป็นลูกเราเพียงครั้งเดียวเท่านั้น คือเป็นที่ร่างกาย ร่างกายนี้เป็นของเรา เราเป็นผู้ให้เขา แต่ใจของเขานั้นมาจากที่อื่น ใจของเขามาจากภพก่อนชาติก่อน เขาสะสมบุญกรรมอันใดไว้ เขาก็จะเป็นไปตามบุญตามกรรมที่ได้สะสมมา ถ้าได้สะสมบุญมากพอสมควร และสะสมกรรมไม่มาก เวลาบรมสั่งสอนให้ไปในทางบุญ ในทางที่ดี เขาก็จะน้อมรับไปได้ง่าย แต่ถ้าสะสมกรรมมากกว่าบุญ เวลาสอนให้ทำบุญ เขาจะน้อมรับไม่ได้มากเท่าที่ควร แต่จะไปทำกรรมเสียมากกว่า อย่างพระพุทธเจ้านั้น ได้สะสมบุญบารมีมากมายหลายภพหลายชาติด้วยกัน พอมาเกิดเป็นราชาโอรส ถึงแม้พระราชบิดาอยากจะให้อยู่เป็นกษัตริย์ เพื่อจะได้เป็นพระมหาจักรพรรดิต่อไป แต่ใจได้โน้มเอียงไปทางบุญทางกุศล อยากจะปฏิบัติเป็น**พระบรมศาสดา** เป็นพระอรหันต์ เป็นพระพุทธเจ้าเท่านั้น จึงไม่มีอะไรที่จะหยุดยั้งพระพุทธเจ้าได้ ถึงแม้พระราชบิดาพยายามสร้างปราสาท ๓ ถูดูไว้ เพื่อเป็นเครื่องล่อใจให้พระพุทธเจ้าได้อยู่ในโลก อยู่เป็นฆราวาส เพื่อจะได้เป็นพระมหาจักรพรรดิต่อไป ก็ไม่สามารถดึงพระพุทธเจ้าไว้ได้ เพราะบุญบารมีที่พระพุทธเจ้าได้สะสมมานั้นมีมาก มีกำลังแรงมากจนไม่มีอะไรจะหยุดยั้งได้

เช่นเดียวกับบุญบารมีและบาปกรรม ที่พวกเราได้กระทำกันในแต่ละวันก็เป็นเช่นนั้น ถ้าทำบุญ บุญก็จะดึงไปในทางที่ดี ถ้าทำบาป ก็จะถูกดึงไปในทางที่ไม่ดี อย่างวันนี้เรามาทำบุญกัน ก็จะดึงให้มาทำบุญอยู่เรื่อยๆ ทำกันอย่างต่อเนื่อง เพราะได้สะสมมาทางนี้ เมื่อสะสม

มาดังนี้ เมื่อถึงเวลาที่จะมาทางนี้โดยอัตโนมัติ เป็นไปตามกำลังบุญที่ได้สะสมไว้ จึงขอให้เชื่อพระพุทธเจ้า ถึงแม้จะไม่ได้อยู่กับพวกเราแล้ว ถ้าเชื่อฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า และปฏิบัติตาม ก็เหมือนกับได้อยู่กับพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าไม่ได้อยู่ที่สี่ร่าร่างกาย ทรงเคยตรัสไว้ว่า **ต่อให้เธอเกาะชายผ้าเหลืองของเรา แต่ถ้าเธอไม่สนใจใยดีต่อคำสอนของเราแล้ว เธอก็ยังอยู่ห่างไกลจากเราเป็นหลายร้อยโยชน์ ในทางตรงกันข้าม ถึงแม้เธอจะอยู่ห่างไกลจากเรา ก็ร้อยโยชน์ก็ตาม แต่ถ้าเธอระลึกถึงคำสอนของเราอยู่เสมอ และนำไปปฏิบัติ เธอก็ไม่ได้อยู่ห่างไกลจากเราเลยสักน้อยนิด เพราะเธอจะได้รับประโยชน์จากเราอย่างเต็มที่ เหมือนกับอยู่ข้างหน้าเรา**

นี่แหละคือความหมายของคำว่า **ธรรมวินัยที่ตถาคตตรัสไว้ชอบแล้ว จะเป็นศาสดาของพวกเขาต่อไป** อย่าไปคิดว่า เราอยู่ห่างไกลจากศาสดา ถ้าระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราก็อยู่ใกล้พระพุทธเจ้า และเมื่อปฏิบัติจนจิตมีดวงตาเห็นธรรมขึ้นมาแล้ว ก็จรรู้ว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้อยู่ที่ไหนเลย แต่อยู่ในใจของเราที่แหละ รอให้เราเข้าไปหา ท่าน ท่านรอเราอยู่ในใจ ดังที่ได้ทรงตรัสไว้ว่า **ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเราตถาคต** ถ้าปฏิบัติธรรม ชำระกิเลสอาสวะ ความมืดบอด ความหลงทั้งหลาย ให้หมดไปจากจิตจากใจแล้ว ความสว่างไสวของ**พุทธะ**ก็จะปรากฏขึ้นมาภายในใจ ความสว่างไสวของ**ธรรมะ**ก็จะปรากฏขึ้นมาภายในใจ ความสว่างไสวของ**สังฆะ** ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ก็จะปรากฏขึ้นมาภายในใจของเราที่แหละ ประเด็นสำคัญที่จะทำให้เรา ได้เข้าสู่ความประเสริฐของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็อยู่ที่**สุปฏิปันโน**นี้เอง คือปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๔

มันเป็นอย่างไรแหละ

๙ กรกฎาคม ๒๕๔๗

วันนี้พวกเราได้มารวมตัวกัน เพื่อประกอบคุณงามความดี ทำบุญทำทาน รักษาศีลปฏิบัติธรรม ฟังเทศน์ฟังธรรม หลังจากนั้นแล้ว เราก็แยกกันไป คราวหน้าก็มารวมตัวกันอีก แล้วก็แยกกันอีก นี่คือลักษณะของสิ่งต่างๆที่มีอยู่ในโลกนี้ มีการรวมตัวกันเข้ามา แล้วก็แยกกันออกไปอยู่เสมอ ศาลาหลังนี้ก็เช่นแบบเดียวกัน เป็นที่รวมของอิฐ หิน ปูน ทราย เหล็ก กระจก และสิ่งต่างๆ ทั้งวัสดุกระยะหนึ่งอาจจะสัก ๕๐ ปี ๑๐๐ปี ก็ต้องแยกจากกันไป สิ่งต่างๆที่ติดตั้งไว้ในนี้ ก็จะเสื่อมสภาพลงไป หล่นลงมา ฎกทิ้งไป ถ้าไม่มีการบูรณะซ่อมแซม ทั้งวัสดุกระยะหนึ่ง ก็จะไม่มื่ออะไรหลงเหลืออยู่ เพราะเป็นเรื่องปกติของธรรมชาติ ของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ที่จะต้องเป็นไปอย่างนี้ **มีการรวมตัวกันเข้ามาแล้วก็แยกตัวกันออกไป**

ร่างกายของเราก็เหมือนกัน ของคนอื่นก็เช่นกัน ไม่ว่าจะ เป็นมนุษย์หรือเป็นสัตว์เดรัจฉาน ก็เป็นแบบเดียวกันทั้งนั้น ต้นไม้ภูเขา ก็เป็นแบบเดียวกัน ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนมีการรวมตัวกัน แล้วก็แยกออกจากกัน เป็นปกติ ผู้ที่รู้เรื่องราวเหล่านี้แล้ว ย่อมไม่หลงยึดติด ไม่คิดว่าสิ่งต่างๆจะต้องอยู่รวมตัวกันไปตลอด เมื่อเกิดมีการแยกตัวกัน ผู้รู้ ผู้ที่ไม่ยึดติด ก็จะไม่ทุกข์ ก็จะไม่เศร้าโศกเสียใจ ส่วนผู้ที่ไม่รู้ ผู้ที่ยังมีความหลงอยู่ ยังมีความยึดติดอยู่ ยังต้องการให้สิ่งต่างๆรวมตัวกันอยู่ไปตลอดเวลา เมื่อสิ่งต่างๆ เกิดการแยกตัวกันขึ้นมา ก็จะไม่เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ รับไม่ได้กับความเป็นจริง ที่เกิดขึ้นกับตนเอง นี่คือการแตกต่างระหว่างบุคคล ๒ คน **คนที่รู้กับคนที่ไม่รู้** คนที่รู้ ย่อมไม่เห็นว่า เป็นเรื่องผิดปกติอะไร ย่อมไม่เห็นว่า จะต้องมาเศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ ร้องไห้ไปทำไม แต่คนที่ไม่รู้นั้น เมื่อเกิดเรื่องราวเหล่านี้ขึ้นมาแล้ว ก็อดรันทนใจไม่ได้ ทำ

ใจไม่ได้ ก็ต้องร้องไห้ร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ถ้าเป็นชนิดที่รุนแรง ก็ถึงกับต้องทำลายชีวิตของตนไปด้วย เพราะมีความรู้สึกว่าจะไม่รู้จะอยู่ต่อไปได้อย่างไร

นี่ก็เป็นเพราะความหลงตัวเอง ความไม่รู้ ไม่เคยศึกษาธรรมชาติรอบตัวของตนเอง ว่า เป็นอย่างไร มัวแต่ปล่อยให้ความหลงหลอก ให้หาสิ่งนั้นสิ่งนี้มาครอบครอง เพราะเมื่อ ได้มาครอบครองแล้ว จะมีความสุข แต่ไม่เคยคิดถึงด้านเสีย คือด้านความทุกข์บ้างเลย ที่มีอยู่กับทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะไม่ช้าก็เร็วก็ต้องพลัดพรากจากกันไป นี่ก็คือความทุกข์ที่จะ ตามมาต่อไป คนที่ไม่รู้ คนที่ไม่เคยสำเหนียก รับฟังคำสอนของนักปราชญ์ อย่างพระ อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ได้สนใจศึกษาจากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตน แล้วเวลา เกิดสิ่งต่างๆที่ไม่ปรารถนาขึ้นมา ก็จะต้องมีความเสียใจ มีความทุกข์ พระพุทธเจ้าจึงทรง สอนพวกเรา จงอย่าประมาท จงพิจารณาอยู่เนืองๆว่า **สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง** สังขารก็คือสิ่งต่างๆที่รวมตัวกันเข้ามานั่นเอง เช่นร่างกายของเรา ก็เป็นสังขารชนิดหนึ่ง เป็นการรวมตัวกันเข้ามาของดิน น้ำ ลม ไฟ คือธาตุ ๔ มาในรูปแบบของอาหาร เมื่อ รับประทานอาหารเข้าไป ร่างกายก็เจริญเติบโตขึ้นมา ทำให้มีอวัยวะครบบริบูรณ์ ๓๒ ประการด้วยกัน

ร่างกายนี้ ถ้าไม่มีอาหาร จะเจริญเติบโต เป็นอย่างที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ได้หรือไม่ ย่อม เป็นไปไม่ได้ ถ้าไม่ได้รับการทำนุบำรุงด้วยอาหาร คือธาตุ ๔ แล้ว ร่างกายนี้ย่อมอยู่ไม่ได้ ย่อมต้องดับไป แตกสลายไปก่อนเวลาอันควร แต่ถ้าได้รับการทำนุบำรุงดูแลรักษาด้วย อาหาร คือธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่มาในรูปแบบของอาหารแล้ว ก็จะสามารถอยู่ไปได้ จนกว่าจะถึงวัยอันสมควร เมื่อถึงเวลานั้นแล้ว อาหารคือธาตุ ๔ ก็จะไม่สามารถดูแล เยียวรักษา ให้ร่างกายอยู่รวมตัวกันต่อไปได้ เมื่อถึงเวลานั้นแล้ว ธาตุทั้ง ๔ ก็ต้อง แยกสลายออกจากกันไป เอาไปเผาก็กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่านไป นี่ก็คือการรวมตัวแยกตัว ของธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ รวมตัวกันเข้ามาก็กลายเป็นบุคคลต่างๆ เป็นหญิง เป็นชาย เป็นนก เป็นแมว เป็นสุนัข เป็นอะไรต่างๆ ที่เห็นกันอยู่ แต่ทุกสิ่งทุกอย่างเมื่อรวมตัวกัน แล้ว ไม่ช้าก็เร็ว ก็ต้องแยกออกจากกันเป็นธรรมดา ถ้าเราพยายามสนใจเราอยู่เสมอ

ให้รู้ ไม่ให้ลืม เวลาได้อะไรมา ก็ต้องเตือนสติตนเองว่า ได้มาไว้เพียงชั่วคราวเท่านั้น ไม่ว่าจะไร้อะไรทั้งสิ้น ลักวันหนึ่งก็ต้องแยกจากกันไป เขาไม่จากเราไป เราก็ต้องจากเขาไป

ถ้าคอยพร่ำสอนคอยเตือนอยู่เรื่อยแล้ว จะไม่หลง จะมีภูมิคุ้มกัน คือมี**ปัญญา** มีความรู้ที่จะทำลาย**อุปาทาน**ความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ ทำลายความอยาก ที่จะให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามความต้องการ เพราะรู้ด้วยปัญญาว่า สิ่งต่างๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้ เขาไม่ได้อยู่เพื่อเรา เขาไม่ได้เป็นเพื่อเรา เขาอยู่เขาเป็นไปตาม**เหตุตามปัจจัย** ถ้ามีเหตุปัจจัยทำให้เขาตั้งอยู่ได้ เขาก็จะตั้งอยู่ ถ้าไม่มีเหตุปัจจัยที่จะทำให้เขาอยู่ได้ เขาก็ต้องล้มลงไป ต้องสลายไป นี่คือความจริง ถ้ารู้ความจริงนี้แล้ว จะไม่ยึดไม่ติด จะไม่อยากให้สิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นไปตามความต้องการ แต่จะพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง กับการล้มหายตายจากเมื่อใจพร้อมแล้ว รับรองได้ว่าจะไม่มีความทุกข์เลย จะไม่มีความห่วงหวั่นเลย นี่เป็นสิ่งที่ใจของแต่ละคนสามารถทำกันได้ อยู่ที่ว่าจะทำหรือไม่ทำเท่านั้นเอง

ขณะที่ฟังนี้บางทีใจยังรับไม่ได้เลย จะคิดว่าทำไมมาสอนให้ปลงให้วาง เพราะใจของเราส่วนใหญ่ยังไม่อยากปลง ยังไม่อยากวาง ยังอยากได้ ยังอยากมี ยังอยากเป็น ยังอยากให้สิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นไปตามความต้องการ ตามความอยาก ซึ่งเป็นการฝืนความจริงแท้ๆ เห็นอยู่แท้ๆ แต่กลับมองไม่เห็น เพราะถูกอำนาจของความหลงครอบงำอยู่ ซึ่งจะพยายามป้องกันไม่ให้คิดถึงเรื่องราวเหล่านี้ โดยให้คิดว่าไม่เป็น**มงคล** นี่ก็เป็นความเห็นผิดอีกอย่างหนึ่ง เพราะทุกสิ่งทีพระพุทธรเจ้าทรงสอนนั้น ล้วนเป็นมงคลทั้งสิ้น ไม่เป็น**อัปมงคล**เลย เพราะจะทำให้ฉลาด ให้อยู่เหนือความทุกข์ได้นั่นเอง ถ้าไม่คิดนั้นแหละจะเป็นอัปมงคลที่แท้จริง ถ้าไม่คิดถึง**ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ถึงการพลัดพรากจากกัน** ที่รออยู่ข้างหน้า แสดงว่ากำลังสะสมความอัปมงคลทั้งหลายให้กับตนเอง เหมือนกับสะสมลูกระเบิดไว้ให้กองเท่าภูเขา พอถึงเวลาเมื่อใครไปจุดชนวนระเบิดเข้า ก็จะระเบิดขึ้นมาอย่างรุนแรง สร้างความทุกข์อย่างหนักหนาสาหัส จนถึงกับรับไม่ได้ ถึงกับจะต้องฆ่าตัวตายไป ก็มีอยู่หลายรายด้วยกัน นั่นก็เป็นเพราะไม่ยอมสะสมความคิดที่เป็นมงคลนั่นเอง คิดแต่สิ่งที่เป็นอัปมงคล คือคิดว่าขอให้อยู่ไปนานๆ ขอให้ร่ำขอให้รวย ขอให้มั่งมีตำแหน่งสูงๆ ขอให้คนรักอยู่กับเราไปนานๆ อยู่กับเราไปตลอด ไม่ให้ทิ้งจากเรา

ไป เหล่านี้ล้วนเป็นความคิดที่เป็นอุปมงคลทั้งสิ้น เพราะเกิดจากความหลง เมื่อคิดแบบ
เหล่านี้แล้ว จะสร้างความเครียดสร้างความทุกข์ให้กับตน เมื่อไม่เป็นไปตามความ
ปรารถนา

จึงต้องทำความเข้าใจว่า ความคิดส่วนใหญ่ของเรานั้น เป็นความคิดที่ฝืนความจริง
ความคิดอันใดที่ฝืนความจริง ต้องถือว่าเป็นอุปมงคลทั้งสิ้น ความคิดที่เป็นมงคลนั้น
ต้องเป็นไปตามความเป็นจริง คืออะไรจะเกิด ก็ให้มันเกิดไปเถิด ถ้าแก้ไขไม่ได้ หักห้าม
ไม่ได้ ป้องกันไม่ได้ ก็ให้มันเกิดไปเถิด เพราะไม่มีใครต้านความจริงของธรรมชาติได้
อาจจะดูแลรักษาสิ่งต่างๆได้ชั่วระยะหนึ่ง ในระดับหนึ่ง แต่จะไม่สามารถดูแลรักษาสิ่ง
ต่างๆไปได้ตลอด เพราะไม่อยู่ไปได้ตลอดนั่นเอง ทำอย่างไร ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องหมดไป เสื่อม
ไป จากไป เสื้อผ้าที่เราใส่ก็เหมือนกัน เราเปลี่ยนมาก็ชุดแล้ว เพราะมันเก่าบ้าง มันขาด
บ้าง เล็กลงไปบ้าง เพราะร่างกายใหญ่ขึ้นบ้าง แต่เราจะไม่ค่อยเศร้าโศกเสียใจกับเสื้อผ้า
เท่าไร เพราะอะไร ก็เพราะความยึดมั่นถือมั่น มีไม่มากนักเอง ไม่เหมือนกับความยึดมั่น
ถือมั่นในสิ่งอื่นๆ

ดังนั้นจงดูว่า เรายึดอะไรมาก เราติดอะไรมาก ก็ขอทำความเข้าใจไว้ว่า เรากำลังสะสม
ลูกกระเบิดไว้มากนั่นเอง ถ้ามีความยึดมั่นถือมั่นมากเพียงไร ก็เท่ากับสะสมลูกกระเบิดให้มี
มากขึ้นมาในหัวใจ เพราะเมื่อถึงเวลาระเบิดแล้ว จะระเบิดด้วยความรุนแรง คือความ
ทุกข์จะมีมากมีน้อย ก็อยู่ที่อุปาทานความยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง **ถ้ายึดมากก็ทุกข์มาก ถ้ายึด
น้อยก็ทุกข์น้อย ถ้าไม่ยึดไม่ติดเลยก็ไม่ทุกข์เลย** จะเลือกเอาอะไร ความทุกข์หรือความ
ไม่ทุกข์ เป็นสิ่งที่จะต้องตัดสินใจ พระพุทธเจ้าตัดสินใจให้เราไม่ได้ พระอรหันตสาวก
ทั้งหลายตัดสินใจให้เราไม่ได้ ครูบาอาจารย์ต่างๆ ตัดสินใจให้เราไม่ได้ แม้แต่คนที่รักเรา
ก็ตัดสินใจให้เราไม่ได้ เราต้องเป็นผู้ตัดสินใจเอง จะตัดสินใจได้ไม่ได้ ก็อยู่ที่ว่า เห็น
ความจริงนี้หรือไม่

ถ้าเห็นความจริงของการรวมตัวกัน แล้วก็แยกตัวกัน อย่างชัดเจนแล้ว รับรองได้ว่า
จะต้องเลือกทางที่ไม่ทุกข์อย่างเด็ดขาด เพราะไม่มีใครอยากจะทุกข์หรือความทุกข์
ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ดีเลย เวลาทุกข์แล้ว มันทรมาณจิตใจมาก เหมือนกับไฟที่เผาผลาญหัวใจ

นั่นแหละ อยู่อย่างไร มีฐานะอย่างไร จะรวยจะจนอย่างไร ก็ทุกข์ทรมานด้วยกันทั้งสิ้น ความรวยก็ดับความทุกข์ไม่ได้ ความจนก็ดับความทุกข์ไม่ได้ สิ่งเดียวที่จะดับความทุกข์ได้ก็คือ**ปัญญา** คือ**ธรรมะ**คำสอนของพระพุทธเจ้า ที่น้อมเอาเข้ามาปฏิบัติ ทำให้กลายเป็นธรรมะของเรา ทำให้กลายเป็นปัญญาของเรา ด้วยการใคร่ครวญพิจารณาอยู่อย่างสม่ำเสมอ วันๆหนึ่งอย่าลืมหันมาคิดถึงเรื่องราวเหล่านี้ ตื่นขึ้นมาก็บอกตนเองว่า วันนี้ก็อีกวันหนึ่งของชีวิต แต่จะจบอย่างไรก็ไม่รู้ จะมีพรุ่งนี้หรือไม่ก็ไม่รู้ ถ้าคิดอย่างนี้เรียกว่าเป็นมงคล เพราะไม่ยึดไม่ติดนั่นเอง

ต้องเตือนสติอยู่เสมอว่า ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน วันนี้จะออกไปทำอะไร ก็ไม่รู้ว่าจะได้ดังใจหรือไม่ ได้ก็ดีไป ไม่ได้ก็แล้วไป ไม่เห็นจะเสียหายอะไร จะได้ไม่ต้องมากังวล เพราะใจสามารถอยู่ได้กับทุกสภาพ ทุกเหตุการณ์ ส่วนร่างกายอาจจะอยู่ได้ หรืออาจจะอยู่ไม่ได้ ถ้าไปเจอเหตุการณ์ที่ทำร้ายร่างกาย ร่างกายก็อาจจะตายได้ ชาติสิ่งต่างๆมาเหยียวยาก็ตายได้เหมือนกัน แต่ยังไงๆในไม่ช้าก็เร็ว ก็ต้องตายอยู่ดี เรื่องความตายของร่างกายไม่ใช่ปัญหาสำคัญ ปัญหาสำคัญคือความรู้สึกของใจ ว่ามีความรู้สึกอย่างไรกับเหตุการณ์ต่างๆ ถ้าใจนิ่งเฉยไม่วุ่นวาย ไม่เดือดร้อนกับเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น แสดงว่าใจสบาย ใจไม่ทุกข์ ใจจะไม่ทุกข์ใจจะสบายได้ ก็ต้องมีปัญญานั้นเอง คือต้องยอมรับความจริงของชีวิตว่า **มันเป็นเป็นอย่างนี้แหละ**

วันนี้มันเป็นเป็นอย่างนี้ จะให้มันเป็นอย่างอื่นไปได้ได้อย่างไร วันนี้ออกไปหาเงินแทบเป็นแทบตาย หาไม่ได้เลยสักบาทหนึ่ง ก็ช่างมันปะไร เมื่อทำดีที่สุดแล้ว มันหาไม่ได้ มันก็หาไม่ได้ มาร้องไห้ร้องไห้ มาเศร้าโศกเสียใจ มันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร จะไปหาแบบทุจริตมันก็ไม่ดี เพราะมันเป็นโทษ ทำไปแล้วไม่ช้าก็เร็ว ก็ต้องใช้กรรม ต้องติดคุกติดตาราง จิตใจมีแต่ความว้าวุ่นซุ่นมัว อย่าไปหาเงินหาทองด้วยวิธีที่ทุจริตเลย หาไม่ได้ก็ยอมอดเอาดีกว่า อดข้าววันหนึ่งไม่ตายหรอก พระพุทธเจ้าเคยอดมาแล้วถึง ๔๙ วันด้วยกัน トラบได้ไม่อมมือเท้าแล้ว รับรองได้ว่าไม่อดตาย ในโลกนี้มีอาหาร มีอะไรทุกอย่าง ที่ทำได้ด้วยลำแข้งลำขา ขอให้อย่าขี้เกียจเท่านั้น เพราะฉะนั้นอย่าไปกลัวความอดความอยาก อย่าไปกลัวความเป็นความตาย เพราะเป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่องธรรมดา

เพราะเวลากลับแล้วมันสร้างความทุกข์ นอกจากนั้นแล้วยังจะผลักดันให้ไปสร้างความไม่ดี ไปสร้างบาปสร้างกรรม สะสมความทุกข์ให้มีมากยิ่งขึ้นไปใหญ่ แต่ถ้าไม่กลัวความอด ความอยาก ไม่กลัวความยากความลำบาก ไม่กลัวงานกลัวการแล้ว รับรองได้ว่าชีวิตจะไม่ถูกความทุกข์รุมเร้าอย่างแน่นอน

นี่คือหัวใจสำคัญของการดำเนินชีวิต จะต้องมีความกล้าหาญ มีความอดทน มีความเข้มแข็ง มีความขยันหมั่นเพียร อย่าไปหวังพึ่งผู้อื่น อย่าไปหวังพึ่งสิ่งหนึ่งสิ่งใดในโลกนี้ มาให้ความสุขกับเรา เพราะความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่ที่ใจที่ปล่อยวางต่างหาก อยู่ที่ใจไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งต่างๆ ใจสามารถอยู่ได้ด้วยความสุขอย่างยิ่ง ถ้าไม่ไปแบกไปหาม ไม่ไปยึดไปติดกับสิ่งต่างๆ ยิ่งมีมากยิ่งมีความทุกข์มาก ยิ่งมีน้อยยิ่งมีความทุกข์น้อย พระพุทธเจ้าทรงเห็นด้วยปัญญาแล้ว จึงได้ปฏิบัติดังที่ได้ทรงปฏิบัติ คือได้ทรงสละราชสมบัติ สละความเป็นราชกุมาร ที่พร้อมด้วยทรัพย์สินเงินทอง พร้อมด้วยความสุข ที่เกิดจากสิ่งของต่างๆ แต่ทรงเห็นความทุกข์ที่มีอยู่ติดกับสิ่งเหล่านั้น ทรงเห็นว่าสิ่งต่างๆ เหล่านั้นล้วนเป็นของไม่เที่ยงทั้งสิ้น ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องพลัดพรากจากสิ่งต่างๆ เหล่านั้นไป เมื่อถึงเวลานั้นก็ต้องเกิดความทุกข์ขึ้นมาอย่างแน่นอน จึงมีความกล้าหาญที่จะตัด ที่จะละในสมบัติต่างๆ แล้วออกแสวงหาความสุขที่เกิดจากความสงบของจิตใจ นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง จิตจะสงบได้ก็ต้องปล่อยวางนั่นเอง ต้องไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย

ถ้ายังมีความผูกพัน ก็ยังต้องมีความกังวลใจ ถ้ามีสามี มีภรรยา แล้วมีความผูกพันกับสามีกับภรรยา ก็ต้องมีความกังวลกับสามีกับภรรยาอย่างแน่นอน แต่ถ้าไม่มีสามีไม่มีภรรยา จะไปเอาความกังวลกับสามีกับภรรยาได้อย่างไร หรือถ้ามี แต่อยู่แบบไม่ผูกพัน ไม่ยึดไม่ติดแล้ว จะมีความทุกข์ มีความกังวลกับสามีกับภรรยาได้อย่างไร มันไม่มี แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า จะขาดความเมตตาากรุณาต่อกัน ยังอยู่ด้วยกันได้อย่างมีความสุข แต่ในขณะที่เดียวกันก็ต้องรู้อยู่เสมอว่า สักวันหนึ่งก็ต้องไปกันคนละทิศคนละทาง นี่คือวิธีดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ขอให้ทำความเข้าใจว่า ความสุขไม่ได้ขึ้นอยู่กับการมีมาก มีน้อย แต่อยู่กับการปล่อยวาง ว่ามีมากน้อยเพียงใด มีความยึดมั่นถือมั่นมากน้อย

เพียงไร ถ้าปล่อยวางหมดไม่ยึดมั่นถือมั่นเลย ก็จะไม่มีความทุกข์เลย จะมีแต่ความสุข เพราะจิตใจสงบนั่นเอง จิตใจจะไม่ว่าวุ่นวายน่วมกับเรื่องราวต่างๆ กับคนต่างๆ กับสิ่งต่างๆ เพราะยอมรับความเป็นจริงของเขานั้นเอง เขาจะดีก็ดีไป เขาจะชั่วก็ชั่วไป เขาจะอยู่ก็อยู่ไป เขาจะตายก็ตายไป แต่จะไม่หวังไม่ปรารถนา ไม่ต้องการอะไรจากเขาเลย เพราะสามารถหาความสุขได้ในตัวเราเอง ความสุขมีอยู่แล้วในใจของเรา เพียงแต่รอให้เราทำให้มันเกิดขึ้นมาเท่านั้น และวิธีที่จะทำให้เกิดขึ้นมา ก็คือการปล่อยวางนั่นเอง ปล่อยวางด้วยปัญญา เพราะเห็นแล้วว่า ทุกสิ่งทุกอย่างนั้น เราไปควบคุมบังคับ ให้เป็นไปตามความต้องการของเราไม่ได้นั่นเอง ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ช้าก็เร็ว ก็จะต้องมีการจากกันไปเป็นธรรมดา

นี่คือสิ่งที่จะต้องคอยสอนใจอยู่เสมอ ถ้าสอนแล้ว ต่อไปใจจะหดเข้ามาข้างใน ไม่นึกอยากมีอะไรเหมือนเมื่อก่อนนี้ เพราะเวลาที่มีความหลง เห็นอะไรก็อยากจะได้ไปหมด เห็นอะไรก็อยากจะมีไปหมด นี่คือเป็นผลของความหลง คือขาดปัญญานั่นเอง แต่ถ้ามีปัญญาแล้วพอเกิดความอยากจะได้อะไร มันก็จะกระซิบเตือนบอกว่า ระวังนะได้มาแล้วเดี๋ยวจะต้องทุกข์กับมันนะ เดี่ยวจะต้องร้องห่มร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจ เพราะจะไม่เป็นไปตามความต้องการของเราเสมอไป แล้วมันก็ต้องจากเราไปในที่สุด ถ้าคอยกระซิบคอยเตือนอยู่ตลอดเวลาแล้ว ไม่ว่าจะเห็นอะไร จะได้ยินอะไร จะต้องการอะไร เราจะไม่กล้า จะไม่อยาก เพราะรู้ว่าความจริงนั้น เราอยู่เฉยๆเราก็มีความสุขแล้ว ไม่เห็นจะต้องไปหาอะไรมาสร้างความทุกข์ให้มันเพิ่มขึ้นไปอีกเลย นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง ถ้าสามารถชนะใจได้ ชนะอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น ชนะความอยากต่างๆที่มีอยู่ในใจได้แล้ว จะอยู่ได้ด้วยความสะดวก ด้วยความสบาย ถึงแม้จะไม่มีอะไรเลย แต่จะสบาย เพราะไม่เป็นภาระ มีรถยนต์คันหนึ่ง มันก็เป็นภาระแล้ว ต้องคอยดูแลรักษา ต้องคอยหาน้ำมันมาเติมอีก นี่ก็เป็นภาระแล้ว แต่ถ้าไปไหนมาไหนด้วยเท้า ๒ เท้าของเรา ภาระมันก็ไม่มาก เพราะต้องดูแลร่างกายนี้อยู่แล้ว ทำไม่ไม่ใช้ร่างกายให้เกิดประโยชน์ ทำไม่ต้องไปหาภาระมาเพิ่ม เพิ่มความทุกข์ให้กับเราไปทำไม

นี่แหละคือปัญหาของเรา คือขาดปัญญาความรู้นั่นเอง ถูกความหลงครอบงำ ถูกความหลงลุ่มหลง ให้มีมากมายแล้วจะมีความสุข แต่เป็นความสุขที่มีความทุกข์ซ่อนตัวอยู่ แต่มองไม่เห็น จะมาเห็นก็ตอนที่ต้องสูญเสียสิ่งต่างๆที่ได้มา แต่ตอนนั้นมันก็หายไปเสียแล้ว เพราะตอนนั้นก็เหมือนกับไฟที่ไหม้บ้านไปแล้ว ไม่มีทางที่จะดับมันได้ จึงขอให้พยายามพร่ำสอนตนอยู่เสมอ ทุกวันทุกเวลา เวลาเห็นอะไรก็พยายามมองว่ามันไม่เที่ยง มองตั้งแต่เริ่มต้นจนจบไป อย่างที่เมื่อสักครู่นี้พูดถึงเรื่องกาลาหลังนี้ เมื่อไม่กี่ปีก่อนที่ตรงนี้ก็ไม่มีกาลาหลังนี้ตั้งอยู่ แต่เมื่อมีการเอาหิน เอาทราย เอาปูน เอาอิฐ เอาเหล็ก เอาน้ำ เอาอะไรมารวมตัวกัน มาก่อมาสร้าง ก็กลายเป็นกาลาขึ้นมา ถ้าพวกเราอีกสัก ๑๐๐ ปี ๒๐๐ ปีกลับมาที่นี่อีก กาลาหลังนี้อาจจะไม่ได้ตั้งอยู่ที่นี้แล้วก็ได้ นี่คือสภาพของทุกสิ่งทุกอย่าง ร่างกายของเรา ก็เริ่มจากหยดน้ำสองหยดในครรภ์ของมารดา แล้วก็ก่อตัวขึ้นมาจากอาหารของมารดาที่หล่อเลี้ยงก็คือเลือดนั่นเอง เลือดของมารดาที่หล่อเลี้ยงทารกที่อยู่ในท้อง ให้ค่อยๆเจริญเติบโต เมื่อเต็มที่แล้วก็ต้องคลอดออกมา ก็ต้องมีการให้อาหารเพิ่มเติมขึ้นไปอีก ให้นม ให้ข้าว ให้ปลา ให้น้ำ ให้ผัก ให้สิ่งต่างๆ ร่างกายก็เจริญเติบโตขึ้นไปเรื่อยๆ แล้วต่อไปก็จะเริ่มแก่ลงไป แก่ลงไป ผมเผ้าก็จะกลายเป็นสีขาว หนังก็จะเหี่ยวยุบ หลังก็จะโก่ง แล้วในที่สุดก็เดินไม่ได้ไหว ต้องนอนอยู่บนเตียง จนในที่สุดลมหายใจก็จะหมดไป ก็จะถูกจับใส่ไปในโลง ตั้งไว้บนเมรุ แล้วก็จุดไฟเผา กลายเป็นขี้เถ้าขี้ถ่านไปในที่สุด

นี่คือลักษณะของร่างกายของเรา และของทุกๆคน ที่จะต้องเป็นอย่างนี้ เป็นสิ่งที่ควรพิจารณาดูอยู่เรื่อยๆ เพราะถ้าไม่พิจารณาแล้วจะเปลว จะลี้ม เมื่อเปลวลี้ม ก็จะเกิดความอยากได้ อยากมี อยากเป็น เมื่ออยากแล้วก็ต้องไปชวนชวาย ไปแบกความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ชีวิตจึงไม่ค่อยมีความสุขเท่าไร มีแต่ความเครียด มีแต่ความกังวลใจอยู่ตลอดเวลา เพราะความหลงครอบงำจิตใจ ทำให้เกิดความอยาก เกิดอุปาทาน แต่ถ้าพิจารณาด้วยปัญญาอย่างที่สอนไว้ว่า **ทุกสิ่งทุกอย่างมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป มีการพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดาแล้ว จะไม่อยากจะได้อะไรอีกต่อไป เพราะรู้ว่าสิ่งต่างๆที่ได้มานั้นจะต้องสร้างความทุกข์ให้กับเราอย่างแน่นอน** ถ้าไม่ต้องการความทุกข์แล้ว ไปเอามาทำไม ในเมื่ออยู่เฉยๆ ไม่มีสิ่งต่างๆเหล่านี้ เราก็อยู่ได้ พระพุทธเจ้าก็อยู่แบบนี้

มาแล้ว พระอรหันตสาวกทั้งหลายก็อยู่แบบนี้มาแล้ว ครูบาอาจารย์ท่านก็อยู่แบบนี้
มาแล้ว เอามาทำไม การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๐๕

โอกาสทองของชีวิต

๑๖ กรกฎาคม ๒๕๔๗

การได้มาเกิดเป็นมนุษย์และได้พบกับพระพุทธศาสนา ถือว่าเป็นบุญอันประเสริฐ เป็น โชค ๒ ชั้นด้วยกัน เป็นโอกาสดี เป็นโอกาสทองของชีวิต ที่ว่าเป็นบุญหรือเป็นโชค ๒ ชั้นนั้น ก็หมายถึง การได้เกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นโชคชั้นที่ ๑ การได้เจอพระพุทธศาสนาก็ เป็นโชคชั้นที่ ๒ เพราะโดยปกติแล้วการจะมาเป็นมนุษย์ก็เป็นสิ่งที่ยากลำบาก การ ปรากฏขึ้นของพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ เพื่อมาประกาศสอนพระพุทธศาสนา ก็เป็นสิ่ง ที่ยากลำบากกว่าอีกหลายล้านเท่าด้วยกัน แต่พวกเราต้องถือว่าเป็นพวกมีบุญมีวาสนา มีโชคอย่างยิ่ง ที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ และได้เจอพระพุทธศาสนา เพราะถ้าได้เกิดเป็น มนุษย์ แต่ไม่ได้พบพระพุทธศาสนา การเกิดเป็นมนุษย์ก็จะได้คุณประโยชน์ มาก เท่ากับการที่ได้เจอพระพุทธศาสนา

ถ้าไม่มีพระพุทธศาสนาเป็นผู้นำทาง สอนให้ไปสู่ความดี ความประเสริฐ คือการหลุดพ้น จากการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว เราก็จะไม่มีทางที่จะหลุดพ้นได้โดยตัวของเราเอง สิ่งที่เรา จะทำได้อย่างมากก็แค่อาศัยบุญบารมีเก่า ถ้าเคยทำบุญทำทานรักษาศีลมา ก็จะทำบุญทำ ทานรักษาศีลต่อ ถ้าเคยนั่งสมาธิก็จะนั่งสมาธิต่อ แต่จะไม่มีโอกาสที่จะเจริญวิปัสสนา ปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาที่จะมองเห็นทะลุ รู้แจ้งตามสภาพความเป็นจริงของทุกข์ที่มีอยู่ใน โลกนี้ ถ้าไม่เห็นทุกข์ก็ยังคงหลงยึดติดอยู่กับสิ่งต่างๆ ก็จะไม่หลุดพ้นจากความทุกข์ไป ได้ แต่ถ้ามีพระพุทธศาสนา คือมีพระพุทธเจ้ามาประกาศพระธรรมคำสอน สอน ถึง ความเป็นจริงของโลกนี้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนเป็นความทุกข์ทั้งสิ้น ก็จะทำให้เรา มีโอกาสหลุดพ้นจากความทุกข์ได้

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า **ความเกิดก็เป็นความทุกข์ ความแก่ก็เป็นความทุกข์ ความเจ็บ ก็เป็นความทุกข์ ความตายก็เป็นความทุกข์ ความพลัดพรากจากของรักก็เป็นความ**

ทุกข์ การเผชิญกับสิ่งที่ไม่ชอบก็เป็นความทุกข์ เหล่านี้ล้วนเป็นความทุกข์ที่พวกเราทุกคนต้องเผชิญกัน และไม่ใช่แต่เฉพาะภพชาติเท่านั้น เพราะเมื่อตายไปแล้ว ก็ยังต้องกลับมาเกิดอีก แต่อาจจะไม่ได้เป็นมนุษย์ อาจจะเป็นอย่างอื่นไปก่อน สลับกันไป นานๆ จะได้มาเกิดเป็นมนุษย์สักครั้งหนึ่ง เมื่อได้เกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นโอกาสเดียวที่จะสามารถสะสมบุญบารมีได้ ถ้าเกิดเป็นอย่างอื่น เช่น เป็นเดรัจฉาน โอกาสที่จะสะสมบุญบารมีก็ไม่มี เพราะเดรัจฉานขาดปัญญาที่จะรู้จักแยกแยะเรื่องบาปบุญคุณโทษได้ มีแต่จะทำตามความต้องการ ตามความหิว ตามความอยาก จะผิดศีลอย่างไร ก็ไม่ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญ ขอให้ได้มาตามความต้องการเท่านั้น นั่นคือวิสัยของเดรัจฉาน มีมนุษย์เท่านั้นที่สามารถแยกแยะได้ว่า อะไรดี อะไรชั่ว อะไรถูก อะไรผิด อะไรเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุขความเจริญ อะไรเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความทุกข์ความเสื่อมเสียทั้งหลาย

นี่คือความแตกต่างของภพชาติ ภพชาติของมนุษย์จึงเป็นภพชาติที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง พระพุทธศาสนาเป็นคำสอนที่ประเสริฐ ที่มนุษย์เท่านั้นที่สามารถประพฤติปฏิบัติตามได้ ถ้าเกิดเป็นเดรัจฉาน เช่น เป็นสุนัข แล้วมาพบพระพุทธศาสนา เช่นสุนัขที่มาอยู่ในวัดนี้ ก็จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรมากมายจากศาสนา อย่างมากก็ได้อาศัยความร่มเย็นของศาสนา คือความเมตตา อาศัยอยู่อาศัยกินไปวันๆหนึ่งเท่านั้น แต่จะไม่มีโอกาสได้สะสมบุญบารมี ไม่มีโอกาสที่จะได้ปฏิบัติธรรม ยกจิตของตนให้อยู่เหนือความทุกข์แห่งการเวียนว่ายตายเกิด นี่คือความหมายของโชค ๒ ชั้น เป็นทั้งมนุษย์และได้พบกับพระพุทธศาสนา จึงเป็นสิ่งที่น่าจะยินดี เป็น**โอกาสทองของชีวิต** ไม่ควรปล่อยให้หลุดลอยไป โดยไม่ได้ตัดดวงประโยชน์จากการได้เป็นมนุษย์ จากการได้พบกับพระพุทธศาสนาเลย เปรียบเหมือนกับคนที่เดินหลงทางอยู่ในป่า แล้วไปเจอนายพราน ผู้รู้ผู้ชำนาญทาง อาสาจะพาให้พ้นออกจากป่า ถ้าเขื่อนายพราน เดินตามนายพรานไป ก็มีโอกาที่จะหลุดพ้นจากการหลงวนเวียนอยู่ในป่าไปได้ แต่ถ้าไม่เชื่อ ก็ต้องหลงวนเวียนอยู่ในป่าไปเรื่อยๆ

นี่คือความสัมพันธ์ของพวกเรากับพระพุทธศาสนา พวกเราเป็นเหมือนกับคนที่หลงวนเวียนอยู่ในป่าแห่งการเวียนว่ายตายเกิด **วิฆเนสสาร** เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิดมา นับ

ภาพไม่ถาวร แล้วยังต้องดำเนินต่อไปอีก ถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติจนหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดนี้ พระพุทธศาสนาก็เป็นเหมือนกับนายพรานผู้ชำนาญทาง ผู้รู้วิธีที่จะพาให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ถ้าเชื่อคำสอนของพระพุทธศาสนา แล้วนำไปปฏิบัติ เราก็จะหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้อย่างแน่นอน แต่ถ้าไม่เชื่อ เราปฏิเสธคำสอนของพระพุทธเจ้า แล้วดำเนินชีวิตไปตามความต้องการของเรา เราก็ยังจะต้องวนเวียนอยู่ในวัฏฏะแห่งการเกิดตายแบบไม่รู้จักจบจักสิ้น จึงอยู่ที่เราจะต้องตัดสินใจว่าจะมีศรัทธา ความเชื่อในพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่ ถ้ามีศรัทธาความเชื่อ แล้วนำสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไปปฏิบัติ รับรองได้ว่าจิตของเราจะค่อยๆเจริญขึ้น จะค่อยๆอยู่เหนือความทุกข์ของการเวียนว่ายตายเกิด ภาพชาติของเราจะค่อยๆถูกจำกัดไปตามลำดับแห่งการปฏิบัติ จนในที่สุดก็จะปฏิบัติจนถึงธรรมขั้นสูงสุด คือพระ**นิพพาน** เมื่อถึงขั้นนั้นแล้วภพชาติก็จะมีไม่ตามมาอีกต่อไป จิตไม่จำเป็นต้องไปหาความสุขที่ไหนอีกแล้ว

เพราะความสุขใน**ไตรภพ**นี้ ล้วนเป็นความสุขที่มีความทุกข์ซ่อนเร้นอยู่ด้วยกันทั้งสิ้น ไปอยู่ภพไหน ไปเกิดภพไหน ก็ต้องมีความแก่ ความเจ็บ ความตายตามมาทั้งสิ้น แม้แต่ภพของเทวดา ภพของพรหมก็เป็นเช่นนั้น เกิดเป็นเทวดาลักระยะหนึ่ง เมื่อหมดบุญก็จะต้องสิ้นจากความเป็นเทวดา กลับลงมาสู่ภพที่ต่ำลงมา เช่นเดียวกับภพของพรหมทั้งส่วนสถานภาพของจิตที่ไม่เสื่อมก็มีอยู่ ถ้าได้ปฏิบัติจิตจนถึงขั้น**อริยมรรคอริยผล** ขั้นของ**พระอริยบุคคล** **พระอริยเจ้า**ทั้งหลาย ตั้งแต่**พระโสดาบัน**ขึ้นไปจนถึง**พระอรหันต์** ถ้าปฏิบัติธรรมตามคำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ละเว้นการกระทำความชั่วทั้งหลาย ชำระจิตใจของตนให้สะอาดหมดจด ตัดกิเลสคือความโลภ ความโกรธ ความหลงให้หมดสิ้นไปจากใจ ใจก็จะสะอาดบริสุทธิ์ กลายเป็นใจของพระอรหันต์ไป กลายเป็นจิตนิพพาน เมื่อถึงขั้นนั้นแล้วก็จะเข้าสู่**ปรमัตสุข** คือบรมสุข ความสุขที่ประเสริฐที่สุด ไม่มีความสุขอันใดที่จะเสมอเท่า เพราะเป็นความสุขที่บริสุทธิ์ปราศจากความทุกข์ ปราศจากความเสื่อม จะเป็นอย่างไรไปตลอดอนันตกาล

นี่แหละคือสิ่งที่พระพุทธศาสนาสามารถมอบให้กับเราได้ พระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้ามอบให้กับเรา ถ้าเปรียบเทียบกับสิ่งต่างๆในโลกนี้ จะเปรียบคุณค่ากันไม่ได้

พระศาสนามีคุณค่าเหนือกว่ามากมายทีเดียว เพราะการไม่มีความทุกข์นี้แหละเป็นสิ่งที
ประเสริฐที่สุด ต่อให้เป็นมหาเศรษฐี มีสมบัติเงินทองเป็นหมื่นล้านแสนล้าน ก็ยังไม่
สามารถหนีพ้นความทุกข์ไปได้ และเงินทองที่มีมากมายก่ายกองก็จะไม่สามารถกำจัด
ความทุกข์นั้นได้ แต่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านี้แหละ ที่จะสามารถกำจัดความ
ทุกข์ทุกชนิด ให้หมดไปจากจิตจากใจได้ ไม่ให้ความทุกข์ต่างๆมาเหยียบย่ำทำลายจิตใจ
ได้อีกต่อไป คุณค่าของธรรมะจึงมีคุณค่ามากยิ่งขึ้นกว่าสิ่งต่างๆ ที่เราให้คุณค่ากับมัน เช่น
เพชรนิลจินดา เงินทองทั้งหลาย ถ้ามีเจ้าของร้านเพชรร้านพลอย เปิดโอกาสให้เราเข้าไป
ในร้าน แล้วบอกว่าต้องการอะไรให้หยิบไปเลย แต่ให้เวลาเพียง ๕ นาทีเท่านั้น เราจะยืน
อยู่เฉยๆ ใจเย็นๆ หรือว่าจะรีบหยิบรีบเก็บสิ่งต่างๆที่เราต้องการ คนฉลาดต้องไม่ยืน
เฉยๆอย่างแน่นอน เพราะรู้ว่าเวลาน้อย เมื่อเจ้าของร้านเขาอนุญาต ให้หยิบเพชรนิล
จินดาที่มีอยู่ในร้านไป โดยไม่ต้องเสียสตางค์ จะมายืนรื้ออยู่ได้อย่างไร ก็ต้องรีบหยิบ
กันอย่างชะมัดเขม้นอย่างแน่นอน เพราะรู้ว่าสิ่งที่เขาให้เรา นั้น เป็นสิ่งที่มีค่านั่นเอง

สิ่งที่พระพุทธานุญาตให้กับพวกเรา ยังมีคุณค่ายิ่งกว่าสิ่งที่เจ้าของร้านเพชรพลอยจะ
ให้กับเรา เพราะ**สิ่งที่พระพุทธานุญาตให้กับเรา ก็คือการหลุดพ้นจากความทุกข์
ทั้งหลาย** หลุดพ้นจากความทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความทุกข์ที่
เกิดจากการเวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่ การหลุดพ้นจากความทุกข์เหล่านี้ คือ
สิ่งที่พระพุทธานุญาตให้กับเรา พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า มาเลยมาเอากันไปเลย
มรรคผลนิพพาน อย่ามัวรื้อรอ ชีวิตของท่านทั้งหลายมีเวลาน้อยมาก เพียงไม่กี่ปีชีวิตก็จะ
หมดแล้ว ส่วนหนึ่งของชีวิตก็จะทำอะไรไม่ได้ เมื่อเวลาเราแก่ เราเจ็บ เราตายนั้น ทำ
อะไรไม่ได้เลย แต่เวลาที่เรายังไม่แก่ ยังไม่เจ็บ ยังไม่ตาย ยังมีกำลังวังชา ยังมี
ความสามารถอยู่ อย่าปล่อยให้เวลาอันมีคุณค่านี้ ผ่านไปโดยไม่ตักตวงประโยชน์จาก
พระพุทธานุญาต โบราณท่านสอนว่า **น้ำขึ้นให้รีบตัก** เพราะน้ำก็เป็นเหมือนกับสิ่งอื่นๆ มี
ขึ้นมีลง ในฤดูฝน น้ำจะมีมากในแม่น้ำลำคลอง ในช่วงนั้นถ้าไม่รีบเก็บกักสะสมไว้ในตุ่ม
ในบ่อ ในไห เวลาถึงหน้าแล้ง น้ำก็จะลด แล้วก็จะไม่มีน้ำเหลืออยู่เลย เวลานั้นถ้า
ต้องการน้ำก็จะลำบาก ถ้าไม่ได้กักเก็บสำรองไว้

ฉันได้ชีวิตของเราก็เป็นอย่างนั้น ชีวิตของเราจะค่อยๆหมดไปเรื่อยๆ เหมือนกับระดับน้ำในปลายฤดูฝน หลังจากฝนหยุดตกแล้ว ระดับน้ำก็จะค่อยๆลดลงไปเรื่อยๆ ชีวิตของเราก็เป็นเช่นนั้น เมื่อเกิดมาแล้วก็นับถอยหลังได้แล้วว่า วันที่จะอยู่ในโลกนี้มีน้อยลงไปเรื่อยๆไปแต่ละวันๆ วันนั้นหมดไป โอกาสทองก็หมดไปวันหนึ่ง พรุ่งนี้หมดไป โอกาสทองก็หมดไปอีกวันหนึ่ง มะรืนนี้หมดไป โอกาสทองก็หมดไปอีกวันหนึ่ง แล้ววันต่อไปจากวันนั้น ก็ไม่แน่ว่าจะมีหรือไม่ เพราะชีวิตของคนเรานั้น สั้นยาวไม่เท่ากัน บางคนโชคดีมีบุญวาสนา ก็มีอายุยืนยาวนาน บางคนบุญวาสนาน้อยทำบาปทำกรรมมาก ชีวิตก็สั้น แต่ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ในขณะนี้ เรามีความเท่าเทียมกัน สามารถตัดดวงผลประโยชน์จากพระพุทธรูปศาสนาได้เท่าเทียมกัน อยู่ที่ว่าจะทำหรือไม่ทำเท่านั้นเอง

เราต้องพยายามปลุกฝังศรัทธาให้เกิดขึ้น ต้องเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน เชื่อว่าเราไม่ได้เกิดมาเพียงชาตินี้ชาติเดียว ยังเกิดอีกต่อไปอีกหลังจากที่ตายไปแล้ว และจะเกิดตาย เกิดตายอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ไม่มีจบสิ้น ภพชาติที่จะไปเกิดก็ไม่ได้หมายความว่า จะเป็นภพชาติที่ดีเสมอไป ภพที่ไม่ดีก็มีอยู่ เช่นภพของ**อบาย** ได้แก่**เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย สัตว์นรก** เป็นภพที่จะต้องไปกัน ถ้าทำบาปทำกรรมไว้ ส่วนภพที่ดี ก็คือภพ**ของมนุษย์ ของเทพ ของพรหม** เป็นผลที่เกิดจากการทำบุญทำความดี ละเว้นการกระทำบาปทั้งหลาย ส่วน**มรรคผลนิพพาน** ก็เป็นผลที่เกิดจากการ**ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนา** ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ด้วย**ปัญญา** เพราะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนเป็นความทุกข์ทั้งสิ้น ทุกข์เพราะความไม่เที่ยง ทุกข์เพราะเป็นสิ่งที่ไม่อยู่ใน การควบคุมของผู้หนึ่งผู้ใด มีอะไรในวันนี้ พรุ่งนี้ก็อาจจะหมดไปได้ ไม่มีใครควบคุมบังคับให้อยู่กับตนไปได้เสมอ

แม้แต่ชีวิตนี้ คือสังขารร่างกายอันนี้ก็เป็นอย่างนั้น จะหมดไปเมื่อไรก็ไม่มีใครยับยั้งได้ ต่อให้เทวดาก็ไม่สามารถมาหยุดยั้งได้ อย่าว่าแต่พวกหมอดูที่ไปหาเลย เวลาคิดว่าเราจะตาย ก็รีบวิ่งหาหมอดูกันใหญ่ ขอให้หมอดูช่วยต่ออายุให้ การต่ออายุนี้ต่อไม่ได้ เพราะขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยคือบุญกรรมที่ได้ทำมา ถ้าอยากจะมีอายุยืนก็ต้องทำบุญไปเรื่อยๆ ทำบุญให้มากๆ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า ทำบุญในชาตินี้แล้ว จะอายุยืนทันทีในชาตินี้

เพราะบุญที่ทำในวันนี้ ยังต้องใช้เวลาก่อนที่จะแสดงผล เพราะร่างกายที่ได้มาในภพนี้ ชาตินี้ เป็นผลของบุญกรรมที่ได้ทำมาในอดีต จึงไปกำหนดชีวิตอายุขัยในชาตินี้ไม่ได้ แต่สามารถกำหนดได้ในภพหน้าชาติหน้า เราสามารถกำหนดภพชาติหน้าได้ อยู่ที่การกระทำของเราในวันนี้

ชีวิตของเรา จะสั้นจะยาวนั้น ถูกกำหนดไว้แล้ว ด้วยบุญด้วยกรรมที่ทำมาในอดีต รวมทั้งบุญกรรมที่ทำในปัจจุบัน ก็มีล้วนด้วย เช่นถ้าประมาท เสพสุราเมา แล้วไปขับรถ อย่างนี้ก็เป็นกรรมอีกอย่างหนึ่ง จะทำให้ชีวิตของเราสั้น ถ้าขับรถด้วยความมีเมตตาด้วยความประมาท ก็จะต้องประสบกับอุบัติเหตุ ทำให้ถึงแก่ชีวิตได้ แต่ถ้าฉลาดมีปัญญา ละเว้นจากการเสพสุราเมา ไม่แตะต้องของมีนเมาทั้งหลาย เวลาขับรถก็ขับด้วยความระมัดระวัง อย่างนี้โอกาสที่จะไปประสบอุบัติเหตุ ก็แทบจะไม่มีเลย อายุก็จะอยู่ได้ยืนยาวนาน เพราะบุญกุศลที่ได้ทำไว้ คือความไม่ประมาทนั่นเอง ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนขึ้นอยู่กับตัวเราทั้งสิ้น อยู่ที่การกระทำของเรา ทำดีผลก็จะดีตามมา ทำไม่ดีผลก็จะไม่ดีตามมา ไม่มีใครสามารถแก้การกระทำของเราได้ คือถ้าทำไปแล้ว จะไปกำหนดให้ผลเป็นอีกอย่างหนึ่งนั้น ย่อมเป็นไปไม่ได้

จึงขอให้มีความเชื่อมั่นในเรื่องบุญกรรม ในเรื่องเวียนว่ายตายเกิด ในผลของการปฏิบัติธรรม ว่าจะนำพาเราไปสู่การหลุดพ้น จากความทุกข์ทั้งปวง ได้อย่างแน่นอน จึงไม่ควรมองสิ่งต่างๆที่มีอยู่ในโลกนี้ ว่ามีคุณค่ายิ่งกว่าการปฏิบัติ ตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะสิ่งต่างๆในโลกนี้ล้วนเป็นของไม่เที่ยงแท้ทั้งสิ้น มีสมบัติชั่วคราวของเงินทองมากน้อยเพียงไร ลักวันหนึ่งก็ต้องจากสมบัติเหล่านั้นไป หรือสมบัติเหล่านั้นจะจากไปก่อนก็ได้ เพราะไม่เที่ยงแท้แน่นอนนั่นเอง แต่สมบัติที่พระพุทธศาสนามอบให้กับเรานั้น เป็นสมบัติที่เที่ยงแท้แน่นอน เป็นสมบัติที่จะอยู่ติดใจของเราไปตลอด เป็นสมบัติที่แท้จริงของเรา ที่ไม่มีใครจะสามารถมาแย่งชิงจากเราไปได้ ไม่มีใครจะมาขโมยสมบัติที่สร้างไว้ในใจได้

นี่แหละคือความประเสริฐของสมบัติ ที่เรียกว่า**อริยทรัพย์ อริยสมบัติ** คือการทำบุญทำทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ทำจิตใจให้สงบ เจริญปัญญา

พิจารณาสังขารร่างกายว่าเป็นของ**ไม่เที่ยงแท้แน่นอน** มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป
ในที่สุด ไม่มีใครสามารถควบคุมบังคับได้ **ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของเรา** ถ้าพิจารณาเห็น
แล้วด้วย**ปัญญา** จิตก็จะปล่อยวาง เมื่อปล่อยวางแล้ว ร่างกายจะเป็นอะไรก็จะมี
ปัญหา จะไม่สามารถมาสร้างความทุกข์ให้กับใจได้ เวลาร่างกายแก่ใจก็ไม่เดือดร้อน ไม่
ทุกข์กับความแก่ เวลาร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วย ใจก็จะไม่ทุกข์ ไม่เจ็บไปกับความเจ็บไข้ได้
ป่วยของร่างกาย เวลาร่างกายแตกดับสลายไป ใจก็ไม่แตกดับสลายตามไปด้วย
เพราะ**ใจเป็นธรรมชาติที่ไม่แตกไม่ดับ**นั่นเอง เพียงแต่ว่าจะเวียนว่ายตายเกิดใน
วัฏสงสารต่อไปหรือไม่เท่านั้น นี่คือการแตกต่างของใจ ถ้ามีธรรมะคำสั่งสอนของ
พระพุทธเจ้า ก็สามารถทำให้ใจไม่ต้องไปเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ถ้าจิตใจได้รับการ
ชำระด้วยการปฏิบัติธรรม ตัดความโลภ ความโกรธ ความหลงจนหมดสิ้นไป เวลาตาย
ไปก็ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป เมื่อไม่ไปเกิดก็ไม่ต้องไปแก่ ไปเจ็บ ไปตาย เมื่อไม่แก่ ไม่
เจ็บ ไม่ตาย ก็ไม่มีความทุกข์อีกต่อไป

พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงไว้ว่า **ทุกข์ย่อมไม่มีกับผู้ไม่เกิด** ตราบใดที่ยังมีการเกิดอยู่
ตราบนั้นก็ยังมี**ความทุกข์**อยู่ ทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย จึงควรเห็น
โทษของการเกิด เพราะมันเป็นการพาไปสู่**ความทุกข์**นั่นเอง และต้องเห็นโทษของต้นเหตุ
ที่จะทำให้ไปเกิด คือ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยาก**ต่างๆทั้งหลายนั้น
แหละ คือสิ่งที่ต้องชำระ ที่จะต้องตัดให้ได้ ด้วยการทำบุญทำทาน รักษาศีล ปฏิบัติ
ธรรม เพราะเป็นเครื่องมือที่จะกำจัดชำระ**ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยาก**
อวิชชาความไม่รู้ ให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจ เมื่อไม่มีสิ่งเหล่านี้แล้ว ก็จะไม่**มีเหตุ**ที่จะทำ
ให้ไปเกิดอีกต่อไป เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว จิตก็จะเป็นจิตที่มีแต่**ความสุข**ไปตลอดอนันต
กาล

คิดดูซิว่าระหว่างอยู่เฉยๆแล้วมีความสุข กับการดิ้นรนขวนขวายหาความสุข ที่มีแต่
ความทุกข์ติดมาด้วย เราจะเอาอย่างไหน อยู่เฉยๆมีความสุขไม่สบายกว่าหรือ หาอะไร
มาแล้วก็ต้องมาร้องไห้ร้องไห้เมื่อสูญเสียไป อย่างนี้จะเกิดประโยชน์อะไร จะเป็น
ความสุขได้อย่างไร นักปราชญ์ได้พิจารณา ได้เห็นแล้วว่า การ**ไม่มีอะไรเลย**นั้นแหละ คือ

ความสุขที่แท้จริง และเป็นธรรมชาติของจิตที่สามารถอยู่ได้อย่างเป็นสุข จิตไม่ต้องมีอะไรเลย ไม่ว่าจะป็นวัตถุข้าวของต่างๆ หรือบุคคลต่างๆ จิตไม่มีความจำเป็น ที่จะต้องมีสิ่งเหล่านั้น เพื่ออำนวยความสะดวก แทนที่จะมีความสุขกับสิ่งเหล่านั้น กลับจะมีแต่ความทุกข์ ความกังวล ความวุ่นวายใจ เวลาอยู่คนเดียว ไม่มีความทุกข์กับใคร พอไปแต่งงาน มีสามี มีภรรยา ก็ต้องไปทุกข์กับสามีกับภรรยา เวลามีลูกก็ต้องทุกข์กับลูก อย่างนี้มันสนุกหรือ เป็นความฉลาดหรือความโง่กันแน่ อยู่เฉยๆ อยู่ตัวคนเดียว ทำไม่ไม่เอา เพราะอยู่ไม่ได้นั่นเอง เพราะใจยังมีความโลภความอยากอยู่ คอยหลอกคอยล่อ ทำให้เกิดความรู้สึกเหงาว่าเหว มีความหิว มีความกระหาย อยากจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้มา เป็นการหลอกล่อของกิเลสตัณหา

มีพระพุทธเจ้าท่านหนึ่งที่ฉลาด ที่สามารถมองเห็นถึงปัญหาอันนี้ได้ ว่า ความทุกข์ของมนุษย์เรา นี้ เกิดจากจิตที่มีกิเลสตัณหา และความสุขของมนุษย์ก็เกิดจากการชำระกิเลสตัณหาให้หมดสิ้นไป พระพุทธเจ้าจึงได้ปฏิบัติและต่อสู้จนสามารถกำจัดกิเลสตัณหา ให้หมดสิ้นไปจากพระทัยของพระองค์ได้ พระพุทธเจ้าจึงได้บรรลุถึงบรมสุข **ปรมมังสุขัง** คือ จิตที่สะอาดบริสุทธิ์นั้นแหละ เป็นจิตที่มีความสุขอย่างยิ่ง หลังจากนั้นแล้วจึงได้นำมาเผยแผ่สั่งสอนให้กับสัตว์โลกทั้งหลาย สัตว์โลกที่ฉลาด ที่ฟังแล้วเข้าใจ เกิดศรัทธาขึ้นมา ก็นำไปปฏิบัติ ด้วย**วิริยะ** ความอดุสาหะ ความพากเพียร **ขันติ** ความอดทน ความกล้าหาญ ที่จะลด ที่จะละ ที่จะตัดทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นพิษเป็นภัย ที่เป็นทุกข์ให้หายไป จนในที่สุดก็หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลายไปได้

พวกเราเหมือนกัน ถ้าต้องการที่จะพบกับความสุขที่แท้จริง ต้องการที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ ก็ต้องเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนและได้ปฏิบัติมา ต้องมีความขยันที่จะปฏิบัติธรรม มีขันติความอดทน มีความกล้าหาญ กล้าที่จะตัด ที่จะลด ที่จะละสมบัติข้าวของเงินทองที่เหลือกินเหลือใช้ พร้อมทั้งจะเสียสละ ยกให้กับผู้อื่นไป ถ้ามีความกล้าหาญแบบนี้แล้ว ก็จะสามารถเข้าถึงธรรมอันประเสริฐ ที่พระพุทธเจ้าได้เข้าถึงอย่างง่ายดาย แต่ถ้ายังมีความเสียดาย ยังกลัวความทุกข์ ความยาก ความลำบาก กลัวอด กลัวอยากอยู่ อย่างนี้รับรองได้ว่า ยังจะต้องติดอยู่ในคุกของการเวียนว่ายตายเกิดไป

แบบไม่รู้จักจบจักสิ้น ผู้ที่จะหลุดพ้นได้ จะต้องเป็นผู้ที่มีความกล้าหาญ มีความเข้มแข็ง ไม่กลัวความอด ความอยาก ความลำบากทั้งหลาย ที่เกิดจากการปฏิบัติ ถ้ามีความกล้าหาญแล้วสิ่งต่างๆเหล่านี้ จะไม่เป็นอุปสรรคเลย จะทำให้บรรลุถึงธรรมอันประเสริฐได้อย่างรวดเร็วง่ายดาย การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้