

กำลังใจ ๑๙

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

กัณฑ์ที่	หน้า
๒๑๖ พรหมวิหาร	3
๒๑๗ ที่พึ่ง	11
๒๑๘ กิจที่ต้องทำ	19
๒๑๙ มกน้อยสันโดษ	27
๒๒๐ หน้าที่ของมนุษย์	34
๒๒๑ คู่มือชีวิต	43
๒๒๒ ทางเลือก	51
๒๒๓ มงคล ๔ ชั้น	59
๒๒๔ องค์ประกอบของชีวิต	66
๒๒๕ ศีลปฏิบัติธรรม	74

กัณฑ์ที่ ๒๑๖

พรหมวิหาร

๒๕ มิถุนายน ๒๕๕๘

วันนี้เป็นวันที่ท่านทั้งหลาย มีเวลาว่างเว้นจากภารกิจการทำงาน จึงได้ใช้เวลาที่ว่างนี้ให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ ด้วยการมาวัด มาทำความดี เพราะมีความเชื่อว่า ความดีเป็นที่มาของความ สุขความเจริญทั้งหลาย จึงต้องหมั่นกระทำความดีกันอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการคิดดี พูดดี ทำดี ที่เกิดจากคุณธรรมความดีงาม ถ้าปราศจากคุณธรรมความดีงาม มีแต่กิเลส ตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลงแล้ว ก็ยากที่จะทำความดีได้ เพราะกิเลสตัณหา คือความโลภ ความโกรธ ความหลงนั้น ไม่ได้เป็นเหตุให้เราทำความดีกัน แต่จะเป็นเหตุให้ทำความชั่ว ทำบาปทำกรรมกัน ดังนั้นสิ่งที่ควรจะปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอก็คือ การปลูกฝังคุณธรรมอันดีงามให้เกิดขึ้นในจิตใจ และคอยกำจัดกิเลสตัณหาที่มีอยู่ภายในใจให้เบาบางลงไป จนหมดสิ้นไปในที่สุด เพราะถ้ามีกิเลสตัณหาอยู่ในใจ ก็ จะคอยสร้างความวุ่นวายใจ แล้วก็ระบายความวุ่นวายใจนี้ออกไปทางกาย ทางวาจาต่อไป

การบำเพ็ญจึงต้องทำทั้งสองส่วนด้วยกันคือ บำเพ็ญความดีงาม คือคุณธรรมที่ดีที่งามทั้งหลาย ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้บำเพ็ญ แล้วก็ลดละกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆให้เบาบางลงไป จนหมดไปในที่สุด เพราะถ้ามีคุณธรรมความดี ก็จะทำให้ความรุ่มเย็นเป็นสุขแก่จิตใจ ถ้าไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ ความรุ่มร้อนต่างๆภายในจิตใจก็จะหายไปหมด จะไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่ ที่จะมาสร้างความรำคาญใจ สร้างความวุ่นวุ่นหมัวให้กับจิตใจ จึงควรให้ความสนใจต่อการบำเพ็ญ เจริญคุณธรรมความดีงามทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณธรรมที่ทำให้จิตใจรุ่มเย็นเป็นสุข และทำให้ผู้อื่น มีความรุ่มเย็นเป็นสุขตามไปด้วย เพราะเมื่อใจเราเย็นแล้ว ก็จะส่งความเย็นออกไปสู่ผู้อื่น ความรุ่มเย็นนี้ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใคร จึงควรให้ความสนใจในการปลูกฝังคุณธรรมความดีงาม ที่ทำให้เกิดความ

ร่วมเย็นเป็นสุข ทั้งในจิตใจของเราและของผู้อื่น นั่นก็คือการบำเพ็ญ**พรหมวิหาร ๔** ได้แก่

๑. เมตตา ๒. กรุณา ๓. มุทิตา ๔. อุเบกขา

คุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ ถ้ามีอยู่ในจิตใจของผู้ใดแล้ว ผู้นั้นก็就会有ความสงบเย็นเป็นสุข เพราะคุณธรรมเหล่านี้เป็นตัวลบล้างกิเลสตัณหาตนเอง ถ้ามีพรหมวิหาร ๔ แล้ว ความโลภ ความโกรธ ความหลงก็จะไม่สามารถออกมาแสดงฤทธิ์ได้ เราจึงควรหมั่นเจริญคุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้อย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ในอิริยาบถใด จะทำอะไรกับใครก็ตาม ขอให้มีความ**เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา** อยู่กับจิตกับใจเสมอ เปรียบเหมือนอาวุธไว้ป้องกันความคิดที่ไม่ดี เช่นความโกรธต่างๆ ความไม่พอใจ ความเกลียดชัง ที่จะออกมาจากจิตใจ ความ**เมตตา**นี้หมายถึง ความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ และสัตว์ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็มนุษย์หรือเดรัจฉาน ก็ต้องการความเมตตาด้วยกัน ไม่มีใครต้องการความเกลียดชัง ไม่มีใครชอบความอาฆาตพยาบาท ทุกคนชอบความปรารถนาดี เวลาเจอกันก็ทักทายกัน ยิ้มแย้มแจ่มใส คืออยากให้ผู้อื่นมีความสุขนั่นเอง โดยคิดว่า ความสุขนี้เป็นสิ่งที่เราต้องการฉันใด ผู้อื่นก็ต้องการความสุขฉันนั้น

เราจึงควรให้ความสุขแก่กัน อย่าให้ความทุกข์แก่กัน เวลาเมื่ออะไรเหลือกินเหลือใช้ก็เอามาฝากกัน เอามาให้กัน เอามาแบ่งปันกัน อย่างนี้เรียกว่าเป็นการให้ความสุขต่อกัน นอกจากการให้ความสุขแล้ว ความ**เมตตา**ยังหมายถึง การไม่เบียดเบียนกัน ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ถึงแม้อยากจะได้สิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็ต้องไม่เอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้อนุญาต เช่นข้าวของเงินทองต่างๆ อยากจะได้ ก็ควรหามาด้วยกำลังสติปัญญา ความเพียรของตน ดีกว่าไปฉกไปฉวยของผู้อื่นมา เพราะเป็นการสร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่นนั่นเอง เพราะว่าข้าวของเงินทองของใครๆก็รัก ใครก็หวง ใครก็อยากจะให้อยู่กับตนไปนานๆ ไม่อยากให้สูญเสียไป เวลาเกิดสูญเสียไปแบบที่ไม่ทันได้ตั้งเนื้อตั้งตัว เช่นอยู่ๆก็มีคนมาขโมยโทรศัพท์มือถือหรือรถยนต์ของเราไป เราก็จะรู้สึกเสียใจ เศร้าใจ เป็นการกระทำที่ขาดความเมตตา สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น เป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำกัน ถ้าต้องการอะไรก็ขอให้หามาด้วยความสุจริตจะดีกว่า จะได้ไม่ไปสร้างความ

เดือดร้อนให้กับผู้อื่นและตนเอง ผู้อื่นก็ไม่เสียใจ ตนเองก็ไม่ต้องมาคอยหลบหนี
เจ้าหน้าที่บ้านเมือง ที่จะต้องคอยตามจับมาลงโทษต่อไป

ความหมายของความเมตตา ยังมีอีกอย่างหนึ่ง คือการให้อภัย ไม่จองเวรกัน เวลา
มีปัญหากับใคร เกิดจากการพูดก็ดี การกระทำก็ดี ที่ทำให้ไม่ชอบอกชอบใจ ก็จะเกิด
ความโกรธ ความเจ็บแค้นขึ้นมาในใจ ก็ต้องใช้ความเมตตา มารับความโกรธ อย่า
ปล่อยให้ความเจ็บแค้นงอกงามขึ้นมา จนกลายเป็นความอาฆาตพยาบาท จองเวรจอง
กรรม จนทำให้ต้องไปทำร้ายร่างกาย ทำร้ายชีวิตของคน ที่สร้างความไม่พอใจให้กับเรา
ให้เห็นเข้ามาดูใจเราว่า ความโกรธนี้เป็นเหมือนกับกองไฟที่ก่อกองไฟ ที่กำลังเผาผลาญใจ
ของเราอยู่ ควรดับกองไฟที่เสีย ด้วยการให้อภัย ด้วยการไม่จองเวร ซึ่งเป็นน้ำ
แห่งธรรมะนั้นเอง ถ้ามีธรรมะคือมีความเมตตา รู้จักให้อภัย รู้จักละเว้นจากการจองเวร
จองกรรมกันแล้ว เวลาเกิดความโกรธขึ้นมา ก็จะสามารถดับความโกรธนั้นได้ ซึ่งเปรียบ
เหมือนกับไฟกับไฟที่สร้างความทุกข์ให้กับใจของเรา ทุกข์ที่เกิดจากไฟแห่งความโกรธ
แค้นอาฆาตพยาบาทนี้ ไม่ได้ถูกระงับด้วยความอาฆาตพยาบาท จองเวรจองกรรม แต่
เกิดขึ้นจากการให้อภัย จากการระงับความอาฆาตพยาบาท การจองเวรจองกรรมต่อกัน
ดังในพุทธภาษิตที่ทรงตรัสไว้ว่า **เวรย่อมไม่ระงับด้วยการจองเวร แต่เวรย่อมระงับด้วย
การไม่จองเวร**

นี่แหละคือเคล็ดลับของการดำรงชีวิตอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ปราศจากความวุ่นวาย
ใจ ที่เกิดจากความโกรธแค้นอาฆาตพยาบาทต่างๆ ด้วยการมีความเมตตา ซึ่งเปรียบเป็น
เหมือนกับน้ำที่จะคอยดับไฟของกิเลสตัณหา คือความโลภ ความโกรธ ความหลงนั่นเอง
จึงควรหมั่นเจริญเมตตาธรรมอยู่เสมอ ถ้ายังไม่สามารถแผ่เมตตาไปสู่คนที่เราไม่ชอบได้
ในเบื้องต้นท่านสอนให้แผ่เมตตาให้กับคนที่เราชอบ คนที่เรารักก่อน เช่นเพื่อน พี่น้อง
พ่อแม่ สามเณร ภรรยา คนที่เรารัก รักใคร่เมตตาให้กับเขา แผ่ความรู้สึกที่ดี
ให้กับเขา แล้วก็เอาความรู้สึกที่ดีนี้แผ่ออกไป สู่คนที่ไกลตัวเรา คนที่เราไม่รู้จัก คนที่
ไม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับเรา แล้วก็แผ่ให้กับคนที่เราไม่ชอบ ถ้าสามารถรักษาความรู้สึกที่ดีไว้

ได้ ต่อไปเวลาเจอคนที่เราไม่ชอบ ก็จะไม่รู้สึกโกรธแค้น เกลียดชัง เพราะมีความรู้สึกที่ดีต่อเขาอยู่ในใจ

นี่เป็นวิธีแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลาย ดังที่ได้ทรงแสดงไว้ว่า **สัพเพ สัตตา อเวรา โหนตุ** ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงอย่ามีเวรต่อกัน **สัพเพ สัตตา อภัยาปัชฌา โหนตุ** ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงไม่เบียดเบียนกัน **สัพเพ สัตตา สุขี อัตตานัง ปรีหรันตุ** ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงมีความสุขรักชาติตนเถิด คำว่า**สัพเพ สัตตานิ** ก็หมายถึง สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง หมายถึงมนุษย์ เดรัจฉาน และพวกที่เราไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเนื้อ เช่นพวกเทพ พวกพรหมทั้งหลาย รวมไปถึงพวกเปรต อสุรกาย และสัตว์นรก เหล่านี้เรียกว่าสัตว์โลก คือผู้ที่ยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ใน**วัฏสงสาร** เป็นสัตว์โลกทั้งสิ้น ควรแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลาย ตั้งแต่ต่ำสุดคือนรกขึ้นไป จนถึงสูงสุดคือเทพ อินทร์พรหมทั้งหลาย ถ้าสามารถแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายได้แล้ว จิตใจจะอยู่อย่างสงบร่มเย็นเป็นสุข จะไม่มีไฟแห่งความทุกข์ ที่เกิดจากความโกรธ ความเกลียดชัง ความอาฆาตพยาบาท การจองเวรจองกรรมปรากฏขึ้นมาได้เลย นี่แหละคือสิ่งที่วิเศษ

ถ้าขาดเมตตาแล้ว ใจจะมีแต่ความรุ่มร้อน เวลาใครพูดอะไร ทำอะไร ไม่ถูกอกถูกใจขึ้นมา ก็จะทำให้เกิดความโกรธแค้นขึ้นมาทันที ทั้งๆที่เป็นคนที่เรารัก เช่นพ่อแม่ของเราก็ดี สามีภรรยาของเราก็ดี ลูกเต้าของเราก็ดี เราก็ยังอดโกรธไม่ได้ เวลาเมื่อไรมากระทบจิตใจ ที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจแล้ว ก็จะทำให้เกิดความโกรธขึ้นมา เพราะไม่มีเมตตาธรรมอยู่ในจิตใจ เพราะไม่เคยปลุกฝังไว้นั่นเอง เหมือนกับไร่นาที่มีแต่ความว่างเปล่า ไม่มีต้นไม้อะไร เพราะไม่สนใจต่อการปลูกต้นไม้ต่างๆไว้ เพื่อจะได้มีร่มเงาให้ความร่มเย็น ฉะนั้นเมตตาธรรมก็เป็นอย่างนั้น จึงขอให้เจริญเมตตาธรรมอย่างสม่ำเสมอ ทุกเวลาที่มีสติระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ ก็พยายามคิดถึงความเมตตาอยู่เรื่อยๆ เวลาเกิดความจำเป็นที่จะต้องใช้ความเมตตาขึ้นมา ก็จะช่วยดับไฟในใจได้ ถ้าไม่รำลึก ไม่เจริญให้มีอยู่ในจิตใจ ก็จะอยู่ห่างไกลจากใจ พอเวลาต้องการจะใช้ ก็ไม่สามารถเอาออกมาใช้ได้

จึงขอให้มองเมตตาเป็นเหมือนกับอาวุธ ควรติดไว้กับตัวอยู่เสมอ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เพราะเมื่อมีความจำเป็นที่จะต้องใช้ จะใช้ได้ทันทีนั่นเอง อานิสงส์ของการเจริญเมตตา นั้น ก็มีอยู่หลายประการด้วยกัน เช่นเป็นที่รักของมนุษย์และเทพทั้งหลาย คนที่มีความเมตตาเวลาอยู่กับใครที่ไหน ก็จะมีแต่คนชื่นชมยินดี อยากจะคบค้าสมาคม อยากจะให้อยู่ด้วย เพราะเป็นคนที่ไม่เป็นพิษเป็นภัยนั่นเอง นอกจากนั้นแล้วยังทำให้ผู้เจริญเมตตา อยู่เป็นสุข หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข เวลานอนหลับก็ไม่ฝันร้าย จะไม่ถูกทำร้ายด้วยสารพิษต่างๆ หรืออาวุธต่างๆ เพราะไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใครนั่นเอง จึงไม่มีพิษภัยอะไรที่จะมาทำร้ายได้ นี่คือวิธีป้องกันตัวที่ดีที่สุด คือไม่สร้างความเดือดร้อน เบียดเบียนผู้อื่น มีแต่ให้ความสุขกับผู้อื่น แล้วความสุขนั้นก็กลับมาหาเรา นี่คืออานิสงส์ของการเจริญเมตตา

คุณธรรมประการที่ ๒ ที่ควรเจริญก็คือ ความกรุณา คำว่ากรุณานี้แปลว่าความสงสาร เห็นผู้อื่นลำบากตกทุกข์ได้ยาก ก็มีความสงสาร อยากจะให้เขาพ้นจากความทุกข์นั้น ถ้ามีอะไรพอที่จะช่วยเหลือได้ ก็ไม่ควรดูตาย เห็นใครเดือดร้อนจริงๆ ไม่มีใครช่วยเหลือเลย ก็ควรจะยื่นมือยื่นมือไปช่วยเขา แต่การช่วยเหลือนี้ก็ต้องระมัดระวัง ไม่ให้เป็นการช่วยเหลือที่เกิดโทษตามมา เป็นอย่างไรการช่วยเหลือผู้อื่น ที่ทำให้เกิดโทษตามมา ก็คือช่วยเหลือในลักษณะที่ทำให้เขาต้องคอยมาพึ่งพาอาศัยเราอยู่ตลอดเวลา ช่วยเหลือแบบนี้ไม่ดี แต่ต้องช่วยให้เขาได้ช่วยตัวเองได้ต่อไป เช่นคนล้มลงไป ก็ช่วยพยุงเขาขึ้นมาให้เขายืนได้ แล้วให้เขาเดินต่อไป ไม่ให้อุ้มเขาไปตลอดเวลา เขาต้องการจะไปไหน ก็อุ้มพาเขาไป จนเขากลายเป็นคนพิการไป อย่างนี้ไม่เป็นการช่วยเหลือที่ถูกต้อง แต่เป็นการช่วยเหลือที่เกิดโทษนั่นเอง

การช่วยเหลือนั้นก็ควรช่วยเหลือในสิ่งที่สมควร เช่นถ้าเดือดร้อนทางด้านปัจจัย ๔ อย่างนี้ก็ควรช่วยเหลือกัน แต่ถ้าเดือดร้อนเรื่องเงินทอง เพราะต้องการจะเอาไปเสพสุรายาเมา ไปเล่นการพนัน ไปเที่ยวเตร่ อย่างนี้ไม่สมควรที่จะช่วย เพราะการช่วยแบบนี้ เป็นการส่งเสริมให้ไปตกนรกหมกไหม้ตนเอง เพราะการไปยุ่งเกี่ยวกับพวกอบายมุขต่างๆ เช่น การเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน อย่างนี้เป็นกรกระทำที่ไม่นำไปสู่

ความสุขความเจริญ แต่จะนำไปสู่ความทุกข์ ความหายนะ ที่จะตามมาต่อไป เพราะถ้าไปเสพสุรายามเมาแล้ว ก็จะต้องหมดเงินหมดทอง เสียเวลา ดีไม่ดีก็อาจจะต้องตกงานตก การ ถ้ามีงานมีการทำอยู่ เพราะเมื่อเสพไปแล้วก็เกิดความเมึนเมา จะนอนตื่นสาย ไม่สามารถไปทำงานตามเวลาที่ควรไปได้ ถ้าเล่นการพนัน ไม่ซำก็เร็วเงินทองที่ให้ไปก็ต้องหมด ไปเที่ยวก็ต้องหมดเหมือนกัน เพราะการกระทำเหล่านี้ไม่ใช่เป็นวิธีสร้างรายได้ แต่เป็นวิธีที่จะดูทรัพย์ต่างๆ ที่มีอยู่ในตัวให้หมดไป

การช่วยเหลือคนแบบนี้ จึงไม่ควรอย่างยิ่ง ควรจะช่วยในเรื่องปัจจัย ๔ ถ้าขาดแคลนเรื่องอาหาร ก็หาอาหารให้รับประทาน ขาดเสื้อผ้าใส่ ก็หาเสื้อผ้าให้ใส่ ขาดยารักษาโรค ขาดหมอ ก็พาไปหาหมอ หาหยูก หายา ขาดที่อยู่อาศัย ถ้าพอมือที่ให้พักพิงอาศัย ก็ให้พักพิงไป จนกว่าจะสามารถหาที่พักพิงของเขาเอง การช่วยเหลือแบบนี้ เป็นการช่วยเหลือที่ไม่เสียหายอะไร เพราะทำให้เขาได้ฟื้นฟูสภาพชีวิตของเขาที่ตกต่ำให้ดีขึ้น จนทำให้เขามีกำลังวังชาที่จะออกไปทำมาหากิน เลี้ยงปากเลี้ยงท้องของตัวเองได้ นี่คือการช่วยเหลือที่หมายของความกรุณา คือการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพราะมนุษย์เรานั้นน้อยๆ ไปคิดว่า จะอยู่เย็นเป็นสุขไปตลอดเวลา ในโลกที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน บางครั้งบางครั้งเราก็อาจจะต้องประสบกับเคราะห์กรรมต่างๆ ทำให้เดือดร้อน ขาดสิ่งนั้นขาดสิ่งนี้ ถ้ามีความสงสารต่อกันและกัน เวลาใครเดือดร้อนอะไร พอช่วยเหลือกันได้ก็ช่วยเหลือกันไป ก็จะช่วยให้สังคมอยู่กันได้ด้วยความร่วมมือเป็นสุข ทำให้สังคมไม่รู้สึกลัวว่าขาดที่พึ่ง ไรที่พึ่ง ทำให้ทุกคนอยู่แล้วมีความสุขใจ

คุณธรรมประการที่ ๓ ที่ทรงสอนให้เจริญก็คือ**มูทิตา** มูทิตาคือความยินดีในความสุข ในความเจริญ ของผู้อื่น เวลาผู้อื่นได้ดิบได้ดี มีความเจริญในทาง**ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** ก็ไม่ควรไปอิจฉาริษยา อย่าไปคิดว่าเขาไม่ควรที่จะได้สิ่งเหล่านั้น ควรที่จะคิดว่าเขาได้ทำความดีมา แล้วความดีของเขาเหล่านั้น ก็ส่งผลให้เขาได้รับสิ่งที่ดีตามมาต่อไป เพราะถ้าขาดมูทิตาแล้ว จิตใจก็จะถูกความอิจฉาริษยาเข้ามารุมเร้า ทำให้มีความรุ่มร้อนในจิตใจ ทั้งๆ ที่อยู่เฉยๆ อยู่ดีๆ แต่พอไปได้ยินข่าวว่า คนนั้นคนนี้ได้ดิบได้ดีขึ้นมา ก็เกิดความรุ่มร้อนจิตใจขึ้นมา ถ้าเป็นเช่นนั้นแสดงว่าขาดมูทิตานั่นเอง การมีมูทิตานี้จะทำให้ไม่รู้สึกรุ่ม

ร้อนจิตใจ เวลาที่ได้ยินได้ฟังว่า คนนั้นคนนี้ได้ดิบได้ดี จะกลับมีความสุขไปกับเขาด้วย เพราะมองว่าทุกคนก็ต้องการความเจริญก้าวหน้าด้วยกันทั้งนั้น

ดังนั้นเมื่อเขามีความเจริญก้าวหน้า เขาก็สมควรที่จะมีความสุข เมื่อเรารู้ว่าเขามีความสุข ซึ่งถ้าเรามีความเมตตาอยู่ในใจอยู่แล้ว คือชอบให้คนอื่นเขามีความสุข อยากให้คนอื่นเขามีความสุข เมื่อรู้ว่าเขามีความสุข เราก็แสดงมุทิตาจิตไป แสดงความยินดีไป เพราะดีใจด้วยที่เห็นเขามีความสุข ถ้ามีมุทิตาจิตอยู่ในใจแล้ว ไฟแห่งความอิจฉาริษยาก็จะไม่เกิดขึ้น อย่าไปเห็นว่าความอิจฉาริษยานี้ไม่ใช่เรื่องสำคัญ คนเราในโลกนี้ฆ่ากันตาย ก็เพราะความอิจฉาริษยากัน มีมาากต่อมากแล้ว จึงอย่าไปมองข้ามเรื่องมุทิตาเป็นอันขาด พยายามเจริญมุทิตาจิตอยู่เสมอ ถึงแม้ความสุขของบุคคลคนนั้น อาจจะไม่อยู่กับกองทุกข์ของเราก็ตาม เช่นเราอาจจะต้องสูญเสียสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่เรารักไป ไม่ว่าจะเป็สิ่งของหรือบุคคล ถ้าไม่มีมุทิตาจิตแล้ว จิตก็จะร้อนขึ้นมาด้วยไฟแห่งความโกรธแค้น ความอิจฉาริษยาอย่างแน่นอน

แต่ถ้ามีทั้งเมตตาและมุทิตาอยู่ในจิตแล้ว เวลาใครเขาได้ดิบได้ดี บนความสูญเสียของเรา เราจะไม่รู้สึกเศร้าโศกเสียใจหรือโกรธแค้น โกรธเคืองเลย เช่นเราอาจจะต้องสูญเสียตำแหน่งนี้ให้กับอีกคนหนึ่งเขาไป เจ้านายว่าเราทำงานไม่ดีพอ เขาเลยเลื่อนเราลงไปชั้นหนึ่ง แล้วเลื่อนอีกคนหนึ่งขึ้นมาแทนเรา อย่างนี้ถ้าเราไม่มีมุทิตาจิตอยู่ในใจแล้ว เราก็จะต้องเกิดความโกรธแค้น เกิดความอิจฉาริษยา แต่ถ้ามีเมตตาและมุทิตาแล้ว ก็จะไม่รู้สึกดีอกดีใจไปกับเขาด้วย นี่คือการมีมุทิตาจิตอยู่ในใจ ควรเจริญอยู่เรื่อยๆ เวลาเห็นใครเขาได้รับความสุข ได้รับความเจริญ ก็ควรแสดงความยินดีกับเขา ถึงแม้จะไม่อยากแสดงก็ตาม พยายามฝืนใจทำไปเรื่อยๆ ต่อไปก็จะกลายเป็นนิสัย ถ้าไม่ฝืน ไม่ทำ ก็จะไม่รู้สึกขัดๆอยู่ในใจอยู่เสมอ จึงต้องหัดฝืน ขอให้เชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ว่าเป็นสิ่งที่ดีที่งาม การมีมุทิตาจิตนี้เป็นสิ่งที่ดี ดีกว่าไม่มี ถึงแม้การเจริญในเบื้องต้นจะรู้สึกว่ายากลำบากก็ตามเถิด ก็ขอให้พยายามทำไปเรื่อยๆ

คุณธรรมประการสุดท้าย ทรงสอนให้มี**อุเบกขา** แปลว่าการวางเฉย คือทำจิตใจให้เป็นกลาง ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย เฉยๆกับทุกสิ่งทุกอย่างที่มาสัมผัสกับชีวิตของเรา ไม่ว่าจะเป็

สิ่งที่ดีก็ตาม หรือสิ่งที่ไม่ดีก็ตาม ขอให้ยอมรับว่า เราอยู่ในโลกอนิจจัง ที่มีทั้งสิ่งที่ดี และ
สิ่งที่ไม่ดี ปนกันมา มีทั้งมีดมีทั้งแจ็ก มีทั้งความเจริญ มีทั้งความเสื่อม ในเมื่อเราไม่
สามารถแก้ไขเหตุการณ์ที่จะต้องเผชิญได้ ก็ขอให้ทำใจวางเฉยเสีย ให้เป็นอุเบกขา จะได้
ไม่ทุกข์นั่นเอง การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๑๗

ที่พึ่ง

๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๘

วันนี้เป็นวันที่ท่านทั้งหลาย มีเวลาว่างจากภารกิจการทำงานต่างๆ จึงมาที่วัด เพื่อสร้างที่พึ่งให้กับชีวิตของตน เพราะถ้าขาดที่พึ่งแล้วชีวิตจะไม่สามารถดำเนินต่อไปได้อย่างร่มเย็นเป็นสุข จึงเป็นสิ่งที่จำเป็น เป็นหน้าที่ของทุกคน ที่พึ่งของชีวิตก็มีอยู่ ๒ ประเภทด้วยกันคือ ๑. ที่พึ่งทางกาย ๒. ที่พึ่งทางใจ ที่พึ่งทางกายก็ได้แก่ปัจจัย ๔ คืออาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ส่วนที่พึ่งทางใจก็คือ **พระรัตนตรัย** พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่เรากล่าวถึงอยู่เสมอว่า **พุทธัง ธัมมัง สังฆัง สรณัง คัจฉามิ** เรายึดพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา นี่คือนี่พึ่งทางใจ มีอยู่ ๒ ส่วนด้วยกันคือ ส่วนที่อยู่ภายนอกและส่วนที่อยู่ภายในใจ ส่วนที่อยู่ภายนอกก็คือ พระพุทธรูปต่างๆ ที่เรากราบไหว้บูชา หนังสือธรรมะต่างๆ ที่เราอ่าน พระอริยสงฆ์ก็คือพระสุปฏิปันโนทั้งหลาย ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ที่เรากราบไหว้บูชา เหล่านี้เป็น **สรณะ** ภายนอก ที่ยังไม่เป็นสรณะที่แท้จริง สรณะที่แท้จริงต้องเป็นสรณะภายใน คือ **พุทธะ ธัมมะ สังฆะ**

เปรียบเหมือนกับยาที่ยังไม่ได้รับประทาน ที่ยังไม่มียาประโยชน์อะไรนั่นเอง ถึงแม้จะมีคุณค่ามีประโยชน์มหาศาลเพียงไร ถ้ายังไม่ได้รับประทานเข้าไปในร่างกาย ก็ยังไม่เกิดประโยชน์กับร่างกาย จนกว่าจะรับประทานเข้าไปสู่ร่างกายแล้วเท่านั้น ที่จะทำหน้าที่ ทำประโยชน์ได้ คือรักษาโรคภัยไข้เจ็บที่มีอยู่ในร่างกายให้หมดไป สรณะที่พึ่งทางใจก็เป็นเช่นเดียวกัน ถ้ายังอยู่ข้างนอก ยังไม่ได้เข้ามาในใจ ก็ยังไม่มียาประโยชน์อย่างไร การมีพระพุทธรูปไว้กราบไหว้บูชา มีหนังสือธรรมะไว้อ่าน มีพระสงฆ์องค์เจ้า ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบไว้กราบไหว้บูชา จึงยังไม่เป็นที่พึ่งที่แท้จริง จนกว่าจะน้อมเอาท่านทั้งหลายเข้ามาสู่ใจ ด้วยการปฏิบัติกาย วาจา ใจ ให้เป็นไปตามแบบฉบับที่ท่านได้ปฏิบัติมา และได้นำมาสั่งสอนให้กับพวกเรา ท่านได้ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อมแล้ว พวกเราก็ต้องทำความ

ดีให้ถึงพร้อม ท่านได้ละบาปทั้งหมดแล้ว เราก็ต้องละบาปทั้งหมดให้ได้ ท่านได้ชำระ
จิตใจของท่านจนสะอาดหมดจดแล้ว เราก็ต้องชำระจิตใจของเราให้สะอาดหมดจด
เช่นเดียวกัน ถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติ ก็ยังไม่ได้เข้าถึงสรวง คือพุทธรูป ธรรมะ สังฆะ

แต่ถ้าได้น้อมเอาสิ่งที่ท่านสั่งสอน วิธีดำเนินชีวิตของท่านมาเป็นเยี่ยงอย่าง เอามาปฏิบัติ
กับกายวาจาใจของเรา ด้วยการทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ละการกระทำความ
ทั้งหลาย และชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด ละความโลภ ความโกรธ ความหลง ไป
ตามลำดับแล้ว สิ่งที่จะปรากฏขึ้นมามีภายในใจก็คือ**ธรรมะ**ขั้นต่างๆ ที่เราจะได้รับบรรลุตาม
เมื่อได้รับบรรลุเห็นธรรมแล้ว ก็จะได้เห็นพระพุทธรูปเจ้า และเห็นพระอรหันต์สาวก เพราะ
พระพุทธรูปเจ้าได้ทรงตรัสไว้ว่า **ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเราตถาคต ผู้ใดเห็นตถาคตผู้นั้น
เห็นธรรม** ผู้ที่จะเห็นตถาคตเห็นธรรมได้นั้น ต้องเป็น**สุปฏิปันโน** เป็นผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติ
ชอบ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คือปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธรูปเจ้าได้ครบถ้วนทุก
ประการ ท่านสอนให้ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม เราก็ต้องทำความดีทั้งหลายให้ถึง
พร้อม ท่านสอนให้ละบาปทั้งหลายเสีย เราก็ต้องละบาปทั้งหลาย ท่านสอนให้ชำระจิตใจ
ด้วยการลดละกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้หมดไปจากจิตจากใจ
เราก็ต้องชำระความโลภ ความโกรธ ความหลงให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจ ถ้าสามารถทำ
สิ่งเหล่านี้ได้แล้ว ก็จะมีดวงตาเห็นธรรมขึ้นมา เมื่อเห็น**ธรรมะ**แล้ว ก็จะได้เห็น**พุทธรูป** คือผู้รู้
ซึ่งมีอยู่ในใจของเรา แล้วก็จะเห็น**สังฆะ** ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ที่อยู่ในใจนี้เช่นเดียวกัน

ถ้าได้เข้าถึงพุทธรูป ธรรมะ สังฆะ ภายในใจแล้ว ก็ได้ถึงสรวงอย่างแท้จริง เพราะผู้ที่
พุทธรูป ธรรมะ สังฆะ อยู่ในจิตใจแล้ว ย่อมไม่กระทำการอันใดที่จะนำมาซึ่งความทุกข์
ความเสื่อมเสียให้กับตนเองนั่นเอง มีแต่จะทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม อันเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่ง
ความสุขความเจริญอย่างแท้จริง การที่มีพระไว้กราบไหว้บูชาหรือไว้ห้อยที่ค่อนั้น ถ้ามีไว้
กราบไหว้เฉยๆ มีไว้ห้อยคอเฉยๆ ก็ยังถือว่าไม่ถูกต้อง ยังไม่ถึงสรวง พระพุทธรูปที่มี
ไว้กราบไหว้บูชา มีไว้ห้อยค่อนั้น มีไว้สำหรับเตือนสติ เป็น**พุทธานุสติ** ให้ระลึกถึง
พระพุทธรูปเจ้า ระลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธรูปเจ้า ระลึกถึงพระอรหันต์สาวกของ
พระพุทธรูปเจ้า เมื่อได้ระลึกถึงแล้ว จะได้รับรู้ถึงประวัติอันดีงามของท่าน ว่าท่านได้ดำเนิน

ชีวิตของท่านมาอย่างไร เมื่อได้เห็นท่านดำเนินชีวิตมาด้วยความดีงาม จนสามารถยกชีวิตของท่านนั้นให้หลุดพ้นจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงได้แล้ว ก็จะมีศรัทธาที่จะปฏิบัติตามที่ท่านได้บำเพ็ญมา เมื่อเริ่มปฏิบัติแล้ว ก็จะเริ่มเห็นสิ่งที่ดีที่งามปรากฏขึ้นมาในจิตใจ เห็นความสุขความเจริญของจิตใจค่อยปรากฏขึ้นมาตามลำดับแห่งการปฏิบัติ

เมื่อเห็นความสุขและความเจริญปรากฏขึ้นมาในจิตใจแล้ว ก็จะเกิด**ฉันทะ** ความยินดี ความพอใจ ที่จะตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติ ประกอบคุณงามความดีให้มากยิ่งขึ้นไป เมื่อมีฉันทะแล้ว **วิริยะ** ความพากเพียร ขยันหมั่นเพียร ความอดทนอดกลั้น ที่จะตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า และพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย ก็จะตามมา ถึงแม้ผู้อื่นที่เรา รู้จัก จะไม่สนใจ จะไม่ปฏิบัติ ก็จะไม่สามารถมาลบล้างความตั้งใจอันแน่วแน่ของเราที่จะปฏิบัติในสิ่งที่ดีที่งามได้ เขาจะทำตัวไปในทางที่ไม่ดี แล้วกลับได้ดิบได้ดี ก็จะไม่อิจฉา ริษยา แต่กลับจะสรรเสริญเขา เพราะรู้ว่าการทำความไม่ดีขึ้นนั้น ไม่ช้าก็เร็ว ก็จะต้องนำมาซึ่งความเสื่อมเสียอย่างแน่นอน เพียงแต่ว่าเวลาที่จะเกิดขึ้นนั้น ยังไม่ใช่เป็นเวลา

แต่ความจริงแล้ว จิตใจของเขาได้เสื่อมลงไปแล้ว ได้กระทำการที่ไม่ดีกับชีวิตของเขาแล้ว เราจึงไม่ห่วงใย ไม่ยอห่อเวลาทำความดีแล้ว ผู้อื่นไม่ทำตามด้วย เช่นเราขับรถมาถึง ๔ แยกไฟแดง เห็นไฟแดงเราก็หยุดรถ พอไฟเขียวแล้วค่อยไป แต่รถคันอื่นกลับไม่หยุด เพราะเห็นว่าไม่มีรถวิ่งมา จึงฝ่าไฟแดงไป ไม่เคารพกฎจราจร ถึงแม้จะไม่เกิดอะไรขึ้นมา ก็ตาม แต่จะติดเป็นนิสัยไป หากวันดีคืนดีไม่รอบคอบไม่เห็นรถวิ่งมา คิดว่าไม่มีรถวิ่งมา จึงฝ่าไฟแดงไปอีก ก็ต้องถูกรถชนเอาจนได้ หรือถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับไปเสียค่าปรับ เป็นสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้นมาอย่างแน่นอน ไม่ช้าก็เร็วเท่านั้นเอง แต่สิ่งที่ไม่ดีได้เกิดขึ้นกับเขาแล้ว คือนิสัยที่ไม่ดีนั่นเอง จะติดตัวไปกับเขา ทำให้เป็นคนไม่เคารพกฎเคารพกติกาของสังคม อยู่กับใครที่ไหนก็มักจะทำผิดกฎผิดกติกาอยู่เสมอ สังคมจะรังเกียจ ไม่มีใครคบค้าสมาคมด้วย

นี่คือเรื่องของคนที่ไม่มีหลักคิดนั่นเอง ไม่รู้จักคุณ ไม่รู้จักโทษ ว่าเป็นอย่างไร แต่พวกเราผู้มีการศึกษาดี เพราะได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างสม่ำเสมอ

จะรู้ว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ ท่านทรงสอนให้มีความเคารพในกฎกติกา ต้องอยู่ในกรอบของความดีงาม ไม่สร้างความเดือดร้อน สร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่น เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ถึงแม้คนอื่นจะไปทำอะไรที่ไม่ดีไม่งาม เพื่อผลประโยชน์ของเขา เราก็จะไม่ทำตามเขา เพราะเราเชื่อมั่นในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนั่นเองว่า ต้องทำความดี ต้องละการกระทำความชั่วทั้งหลาย ต้องกำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลงที่มีอยู่ในใจให้เบาบางและหมดสิ้นไปให้ได้ ถ้าสามารถปฏิบัติได้แล้ว สิ่งที่ดีทั้งมวลทั้งหลาย ที่พระพุทธเจ้าก็ดี พระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายก็ดี ได้รับนั้น ก็จะเป็นสิ่งที่เราจะได้รับเช่นเดียวกัน

นี่คือเรื่องที่เราควรให้ความสำคัญ พยายามหันเข้ามาสร้างที่พึ่งทางจิตใจให้ได้ เพราะถ้ามีที่พึ่งทางจิตใจแล้ว จะไม่หวั่นไหวกับสิ่งต่างๆ ที่มากระทบ ไม่ว่าจะมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายหรือทางใจก็ตาม เราจะไม่หวั่นไหวกับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ เพราะมีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์คอยดูแล คอยปกป้องอยู่นั่นเอง เวลาเห็นอะไร ได้ยินอะไรที่ไม่ถูกอกถูกใจ ก็จะไม่เกิดความโกรธขึ้นมา เพราะได้ชำระความโกรธแล้วด้วยความเมตตา ด้วยปัญญา ความเมตตาก็คือการให้อภัยกับผู้ที่ทำสิ่งที่ไม่ดีไม่งามกับเรา ไม่ถือโทษโกรธเคือง ไม่อาฆาตพยาบาท ไม่คิดร้ายกับเขา เพราะรู้ว่าความอาฆาต พยาบาท ความโกรธแค้นโกรธเคืองเป็นสิ่งที่ไม่ดีนั่นเอง เป็นไฟเผาจิตใจ ถ้าไปโกรธ ไปแค้น ไปเกลียดชังใครเข้า ก็เท่ากับจุดไฟเผาตัวเราเองนั่นเอง คนฉลาดจึงไม่จุดไฟเผาตัวเอง ถ้ามีไฟลุกขึ้นมาเผาตนเอง ก็ต้องรีบหาน้ำมาดับ ไม่ปล่อยให้มันลุกไหม้ไป โดยไม่ระงับดับมัน การให้อภัย การไม่จองเวรจองกรรมกันนี้แหละ เป็นการเอาน้ำมาดับไฟนรก ที่เกิดขึ้นในใจ ที่เกิดจากความโกรธ ความอาฆาตพยาบาท เป็นความเมตตาและปัญญา

จึงควรเจริญเมตตาไว้ให้มากๆ อย่าไปมีเวรมีกรรมกับใคร เพราะเมื่อมีแล้ว จะตามข้ามภพข้ามชาติไปไม่รู้จักจบจักสิ้น ตายจากกันชาตินี้แล้ว ชาติหน้ามาเจอกันอีก ก็ต้องมีเวรมีกรรมกันอีก ลองสังเกตดูคนบางคนเราไม่เคยรู้จักมาก่อนเลย แต่พอเห็นหน้าเห็นตาขึ้นมา ก็เกิดมีความรู้สึกเกลียดชังขึ้นมา ทั้งๆที่ยังไม่รู้เลยว่าใคร มาจากไหน แต่ใจของเราลึกลงนั้น รู้แล้วว่าเป็นเวรกันมา จึงมีความรู้สึกไม่ชอบหน้ากัน นี้แหละคือเรื่องของเวรของกรรม มันฝังลึกอยู่ในจิตในใจ ไม่ต้องมีใครมาบอกว่าเคยทำอะไรกันมาในอดีต

แต่พอมาเห็นกันบ่อย ก็เข้าถึงกันในเรื่องของเวอร์ของกรรม จึงไม่ควรจองเวรจองกรรมกัน แต่ควรเลิกจองเวรจองกรรมกัน ทำอะไรต่อกันแล้วเกิดการผิดพลาด ก็จงให้อภัยกันเสีย เพราะเมื่อให้อภัยแล้วทุกอย่างก็จบลง ถึงแม้ว่าเขายังไม่ยอม แต่เราหยุดแล้ว ก็จะไม่มีปัญหาอะไร ตบมือนั้นต้องตบ ๒ ข้างถึงจะดัง จะทะเลาะกัน ก็ต้องทะเลาะกันทั้ง ๒ ฝ่าย ถึงจะทะเลาะกันสนุก ถ้าฝ่ายหนึ่งทะเลาะแต่อีกฝ่ายหนึ่งนิ่งเฉย เดียวก็หยุดไปเอง เหมือนกับคนที่พูดกับกำแพง พูดไปต่อกำแพงไปจนวันตาย เดียวคนพูดก็เหนื่อยเอง ก็หยุดไปเอง ถ้าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดไม่ตอบโต้แล้ว เดียวอีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องยุติไปโดยปริยาย เพราะพูดไปก็เหมือนพูดกับฝาผนัง พูดไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะผู้ฟังก็มีแต่จะให้อภัย มีแต่นั่งยิ้มอยู่ภายในใจ อย่างนี้ไม่ดีกว่าหรือ

ทำไมจะต้องมาเต้นแร้งเต้นกา เวลาใครพูดอะไรไม่ถูกอกถูกใจ ก็เป็นเพราะไม่มีที่พึ่งนั่นเอง ยังขาดพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ยังขาดพระในใจ ถ้ามีพระแล้ว จะต้องรู้จักคำว่าแพ้เป็นอย่างไร เพราะว่าคำว่าแพ้ก็คือ **แพ้เป็นพระ ชนะเป็นมารนั่นเอง** คำว่าแพ้ไม่ได้หมายความว่า เป็นผู้อ่อนแอ หรือว่าเป็นผู้ที่โง่เขลาเบาปัญญา แต่ความจริงแล้วเป็นผู้ฉลาดต่างหาก เพราะบัณฑิตผู้ละบาศได้แล้ว ย่อมไม่วิวาทกับใคร เรื่องทะเลาะวิวาทเป็นเรื่องของสุนัขมากกว่า สังกตตสุนัขมักจะเห่ามักจะกัดกันเรื่อย ๆ แต่บัณฑิตเช่นพระสงฆ์องค์เจ้า จะไม่ทะเลาะวิวาทกัน ถ้ามีก็แสดงว่าพระสงฆ์องค์เจ้าเหล่านั้นขาดความเป็นพระไปแล้ว ไม่มีความเป็นพระอยู่ในจิตใจ ผู้ที่มีพระอยู่ภายในจิตใจแล้ว ย่อมรู้ว่าการทะเลาะวิวาทนั้น ไม่ใช่วิสัยของคนดี ไม่ใช่วิสัยของนักปราชญ์จะพึงกระทำ

เพราะคนเราพูดกันได้ด้วยเหตุด้วยผล แล้วก็ยอมรับกันได้ด้วยเหตุด้วยผล ไม่จำเป็นที่จะต้องมาทะเลาะวิวาทกัน เอาแพ้อะชนะกัน เพราะนักปราชญ์หรือบัณฑิตไม่ได้ดูที่ความแพ้อะหรือความชนะ แต่ดูที่ความจริงต่างหาก เช่นคนหนึ่งบอกว่าไก่ตัวนี้มี ๓ ขา อีกคนหนึ่งบอกว่าไก่ตัวนี้มี ๒ ขา ก็ไปดูให้รู้ซิว่ามันมีกี่ขา ถ้าเห็นว่ามันมี ๒ ขาก็ยอมรับว่ามี ๒ ขา ถ้าเห็นว่ามี ๓ ขาก็ยอมรับว่ามี ๓ ขา เรื่องมันก็จบ ไม่เห็นจะต้องมาทะเลาะวิวาทกันให้เสียเวลา แล้วก็โกรธเกลียดกันไปอีกทำไม นั่นก็เป็นเพราะจิตใจไม่มีพระไว้คอยยับยั้งความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่มีอยู่ภายในใจนั่นเอง พอมีอะไรมาสะกิดให้

เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็ไม่สามารถระงับยับยั้งได้ ปล่อยให้ระบายออกมาทางกายทางวาจา สร้างความเสื่อมเสีย ให้กับตนและกับผู้อื่น ซึ่งบางครั้งก็เป็นผู้ที่ตนเองรักและชอบพอ แต่พอเกิดอารมณ์ขึ้นมาแล้ว ก็จะมองข้ามความรัก ความชื่นชมยินดี และเหตุผลต่างๆได้ เพราะอำนาจของความโลภ ความโกรธ ความหลงมันเป็นอย่างนั้น ทำให้ผู้ที่ถูกรอบงำเป็นเหมือนกับคนตาบอด จะเอาแต่ใจของตนอย่างเดียว จะเอาชนะให้ได้ คนอื่นจะถูกจะผิดอย่างไร ไม่สนใจ เมื่อเกิดความโกรธขึ้นมา

นี่คือเรื่องของคนที่ยังไม่มีที่พึ่งอยู่ภายในใจ เป็นคนโลภโมโหโงก ทำอะไรก็ชอบทำตามอารมณ์ของตนเอง ไม่คิดถึงห้วงของคนอื่นว่าจะคิดอย่างไรบ้าง ไม่คำนึงถึงความผิดถูกดีชั่ว อยากจะทำอะไร อยากจะพูดอะไร ก็ทำไปพูดไป เมื่อเกิดผลเสียหายตามมา ก็ต้องรับเคราะห์กรรมไป ที่ต้องไปติดคุกติดตะรางกัน ก็เพราะความโลภโมโหโงกนี่เอง ที่ต้องฆ่าตัวตายก็เพราะความโลภโมโหโงก เมื่อมีอยู่ภายในจิตในใจแล้ว สามารถสั่งให้คนเราไปกระทำในสิ่งที่คนปกติจะไม่กล้าทำกัน แต่เมื่อความโลภ ความโกรธ ความหลงครอบงำจิตใจ คือลูแก่ความโลภ ลูแก่ความโกรธ ลูแก่ความหลงแล้ว สามารถทำอะไร ทุกสิ่งทุกอย่างได้ แล้วเป็นอย่างไร เมื่อทำไปแล้ว ผลเสียหายก็ตามมาทั้งกับตนเองและกับผู้อื่น

พระพุทธเจ้าจึงต้องสอนให้สร้างสรณะขึ้นมา ให้มีอยู่ในใจ สร้างพุทธะ ธรรมะ สังฆะให้เกิดขึ้นภายในจิตในใจ เพราะเมื่อมีพุทธะ ธรรมะ สังฆะอยู่ภายในใจแล้ว เวลาจะพูดอะไร จะทำอะไร จะมีผู้คอยกระชับ คอยเตือนว่า การกระทำเป็นไปในทางที่ถูกต้องดีงามหรือไม่ หรือไปในทางเสื่อมเสีย ถ้ามีพุทธะ ธรรมะ สังฆะอยู่ภายในใจแล้ว ก็เท่ากับมีเพื่อนที่ดีนั่นเอง มีกัลยาณมิตรคอยเตือนสติอยู่เสมอ ไม่ให้ไปกระทำในสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม เช่นเวลาจะทะเลาะวิวาทกับผู้อื่น ก็จะมีกัลยาณมิตรคอยเตือน คอยห้าม ว่าการทะเลาะวิวาทกันไม่ดี ไม่ใช่วิสัยของมนุษย์ ไม่ใช่วิสัยของคนดีพึงกระทำ แต่เป็นวิสัยของเดรัจฉาน เช่นสุนัขเป็นต้น เมื่อมีกัลยาณมิตรที่ดีอยู่ในใจคอยเตือนแล้ว ก็จะระงับดับความอยากไปทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นได้ เพราะมีเพื่อนที่ดีอยู่ติดกับใจ พอใจคิดอะไรไปในทางที่ไม่ดี เพื่อนที่ดีคือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็จะเตือนทันที ว่ากำลังคิดไป

ในทางที่ไม่ดี เมื่อยังเป็นเพียงความคิด เวลาจะระงับก็ง่าย แต่ถ้าปล่อยให้ระบายออกไป เป็นการกระทำแล้ว ก็ยากต่อการที่จะระงับได้

จึงขอให้เราทั้งหลาย จงให้ความสำคัญต่อการสร้างที่พึ่งทางใจ ที่พึ่งทางกายเรามีพอเพียงกันทุกคน ที่มีชีวิตอยู่จนถึงทุกวันนี้ได้ ก็เพราะมีที่พึ่งทางกายอย่างพอเพียงแล้ว แต่ส่วนที่ขาดกันมากๆ ก็คือที่พึ่งทางใจ โลกหรือสังคมจึงวุ่นวายกัน มีเรื่องกันอยู่อย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น เตือนร้อนถึงกับต้องมีตำรวจมาคอยเป็นกรรมการ เตือนร้อนถึงกับจะต้องมีศาลไว้ตัดสิน ก็เพราะจิตใจของพวกเรายังขาดที่พึ่ง ยังขาดพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นั่นเอง ถ้ามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อยู่ในใจแล้ว รับรองได้ว่าไม่มีความจำเป็นที่จะต้องมีการตำรวจมาคอยเป็นกรรมการ ไม่จำเป็นจะต้องมีศาลมาเป็นผู้ตัดสิน ว่าใครถูกใครผิด เพราะทุกคนจะรู้อยู่ในใจของตนว่าอะไรถูกอะไรผิด และทุกคนจะปฏิบัติตามกฎตามระเบียบ จะไม่มีการสร้างความเดือดร้อนให้กับใครทั้งสิ้นเลย นี่แหละคือสังคมอันประเสริฐ สังคมของนักปราชญ์เป็นอย่างนี้ ถ้าทุกคนในโลกนี้มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อยู่ภายในใจแล้ว จะอยู่กันอย่างร่มเย็นเป็นสุข จะไปไหนมาไหนเวลาใด ไปคนเดียวหรือไปหลายคน ก็จะไม่หวาดวิตกกังวลกับภัยต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นจากเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

แต่ทุกวันนี้มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น เพราะจิตใจของคนส่วนใหญ่ ไม่มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นกัลยาณมิตรนั่นเอง เป็นเพื่อนคอยเตือนสติ คอยสอน คอยบอก ว่าอะไรผิดอะไรถูก จึงมักจะทำอะไรไปในทางที่เสื่อมเสีย สร้างปัญหาให้กับบ้านเมือง ให้กับสังคมมาตลอด คนจึงสิ้นศุภ เพราะจิตใจของคนห่างเหินจากศีลธรรมความดีงาม ห่างเหินจากวัดจากวาที คนฉลาดจึงไม่ควรมองข้ามการเข้าหาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ด้วยการมาวัด จะได้ฟังเทศน์ฟังธรรม จะได้รู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรดีอะไรชั่ว เมื่อรู้แล้วก็เอาสิ่งที่รู้นี้มาคอยพร่ำสอนใจอีกต่อหนึ่ง เพราะถ้าฟังเพียงครั้งเดียวแล้ว ไม่เอามาพร่ำสอน มาเตือนตนอยู่เรื่อยๆ เตียวพอออกจากวัดไป มีอะไรมากระทบทำให้เกิดความโลภ เกิดความโกรธ เกิดความหลงขึ้นมา สิ่งที่ได้ยินได้ฟังที่วัดก็จะหายไปจากจิตใจ จะไม่สามารถระงับความโลภ ความโกรธ ความหลงที่ปรากฏขึ้นในจิตใจได้ แต่ถ้าพยายามน้อมเอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มาใคร่ครวญ มาทบทวนมาคิดอยู่เรื่อยๆ อย่าง

สม่ำเสมอแล้ว เวลาเกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง เกิดความอยากจะทำในสิ่งที่ไม่ดีไม่งามทั้งหลาย ก็จะมีกรรมะไว้คอยเตือนสติ มีกัลยาณมิตรไว้คอยเตือนเราอยู่เสมอ การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๑๘

กิจที่ต้องทำ

๒๙ มิถุนายน ๒๕๔๘

พระอรียสัจ ๔ เป็นธรรมะที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับพระพุทธศาสนา เพราะถ้าไม่มีพระอรียสัจ ๔ ก็จะไม่มีการบูชาพระพุทธรูป จะไม่มีพระพุทธรูป จะไม่มีพระอรหันต์ ไม่ว่าจะ เป็นพระพุทธรูปก็ดี พระอรหันต์ก็ดี จะต้องรู้จักพระอรียสัจ ๔ และต้องปฏิบัติกิจใน พระอรียสัจ ๔ ให้ครบถ้วนบริบูรณ์ จึงจะสามารถบรรลุผลนิพพานได้ พวกเราเป็น พุทธศาสนิกชน มีความศรัทธา มีความเลื่อมใส ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ใน มรรคผลนิพพาน จึงควรให้ความสนใจ ศึกษาทำความเข้าใจกับพระอรียสัจ ๔ นี้ เพราะ เมื่อรู้แล้ว จะได้ปฏิบัติตามแนวทางในพระอรียสัจ ๔ อันเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง **พระอรียสัจ ๔ ประกอบด้วย ๑. ทุกขสัจจะ ๒. สมุทัยสัจจะ ๓. นิโรธสัจจะ ๔. มรรคสัจจะ** นี่คือสัจจะความจริง ๔ ประการ ที่สัตว์โลกทั้งหลายต้องสัมผัส สัมพันธ์ เกี่ยวข้องด้วย เพียงแต่จะรู้จักวิธีปฏิบัติ กับสัจจะนี้หรือไม่เท่านั้น ถ้ารู้จักวิธีปฏิบัติ ตามเยี่ยงอย่างที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต สาวกทั้งหลาย ได้ทรงปฏิบัติมา ก็จะสามารถดำเนินชีวิตของตนไปในทางที่ดีที่งาม ที่สุขที่ เจริญ แคล้วคลาดปลอดภัยจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง

สัจจะข้อที่ ๑ **ทุกขสัจจะ** ได้แก่ การเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย การพลัดพรากจาก ของรักของชอบ การประสบกับของที่ไม่ปรารถนา โดยสรุปก็คืออุปาทานในขั้นที่ ๕ ความ ยึดมั่นถือมั่นในชีวิตจิตใจ ว่าเป็นเรา เป็นของเรา

สัจจะข้อที่ ๒ **สมุทัยสัจจะ** แปลว่าเหตุของทุกข์ มีอะไรบ้าง ก็มีอยู่ ๓ ประการด้วยกันคือ **๑. กามตัณหา ๒. ภวตัณหา ๓. วิภวตัณหา** กามตัณหา คือความอยากในกามรส ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทั้งหลาย ที่มาสัมผัสกับตา หู จมูก ลิ้น กาย ให้เกิด ความสุข ความยินดีขึ้นมา เรียกว่ากามตัณหา ความอยากในกาม **ภวตัณหา** คือความ

อยากมีอยากเป็น อยากร่ำอยากรวย อยากสวยอยากงาม อยากมีตำแหน่งสูงๆ เป็นเจ้า
ฟ้าเจ้าแผ่นดิน เป็นนายๆ เป็นประธานาธิบดี เรียกว่าภวตัณหา ความอยากมีอยากเป็น
วิภวตัณหา ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น เช่นอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย
อยากไม่พลัดพรากจากของรักของเจริญใจ อยากไม่ประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนาทั้งหลาย
เหล่านี้คือวิภวตัณหา ตัณหาทั้ง ๓ นี้ คือ**กามตัณหา** ความอยากในกาม **ภวตัณหา**
ความอยากมีอยากเป็น และ**วิภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น เรียกว่า**สมุทัย**
สังขะ เป็นเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา

สังขะข้อที่ ๓ **นิโรธสังขะ** คือความดับของทุกข์ ก็เป็นสังขะอย่างหนึ่ง ทุกข์มีได้ ทุกข์ก็
ดับได้ นิโรธสังขะก็คือความจริงของความดับของทุกข์ ทุกข์นี้ดับได้ ทุกข์มีได้ ทุกข์ก็ดับ
ได้เหมือนกัน

สังขะข้อที่ ๔ **มรรคสังขะ** คือวิธีปฏิบัติที่จะนำพาผู้ปฏิบัติไปสู่การดับทุกข์ มรรคสังขะ มี
องค์ ๘ เรียกว่า**มัชฌิมาปฏิปทา** มีอะไรบ้าง ก็มี ๑. มีความเห็นชอบ ๒. มีความดำริชอบ
๓. การกระทำชอบ ๔. วาจาชอบ ๕. อาชีพชอบ ๖. ความเพียรชอบ ๗. สติชอบ ๘.
สมาธิชอบ นี่คือองค์ประกอบของมรรค ผู้ที่ต้องการการดับทุกข์ให้หลุดพ้นจากการเวียน
ว่ายตายเกิด เข้าสู่มรรคผลนิพพาน จะต้องเจริญมรรคทั้ง ๘ ประการนี้ มรรคนี้บางครั้งก็
แสดงไว้เป็น ๓ คือ**ศีล สมาธิ ปัญญา** ศีลก็ประกอบด้วยการกระทำชอบ วาจาชอบ
อาชีพชอบ เรียกว่า**ศีล สมาธิ**ได้แก่ ความเพียรชอบ สติชอบ สมาธิชอบ **ปัญญา**
ประกอบด้วย ความเห็นชอบ ความดำริชอบ พวกเราคงเคยได้ยินได้ฟังกันว่ามรรคเป็น
มรรค ๘ บ้าง เป็นศีล สมาธิ ปัญญาบ้าง เป็น**ทาน ศีล ภาวนา**บ้าง ก็เป็นมรรคด้วยกัน
ทั้งนั้น **ภาวนา**ก็คือสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา **สมถภาวนา**ก็คือ**สมาธิ วิปัสสนา**
ภาวนาก็คือ**ปัญญา** ส่วน**ทาน**ก็เป็นการทำ ให้เป็นการทำบุญ เพื่อช่วยสนับสนุนให้มีศีล มี
สมาธิ มีปัญญาขึ้นมา

ดังนั้นมรรคทั้ง ๓ รูปแบบนี้ ไม่ว่าจะ เป็นมรรคที่มีองค์ ๘ ที่มีองค์ ๓ คือศีล สมาธิ
ปัญญา หรือทาน ศีล ภาวนา ล้วนเป็นมรรค เป็นวิถีทางแห่งการดำเนินเพื่อนำไปสู่การ
ดับทุกข์ทั้งสิ้น ในพระอริยสัจ ๔ นี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ ถึงภารกิจที่จะต้องปฏิบัติ

กับสี่จะทั้ง ๔ ประการนี้คือ ๑. **ทุกข์ต้องกำหนดรู้** ๒. **สมุทัยต้องละ** ๓. **นิโรธต้องทำให้แจ้ง** ๔. **มรรคต้องเจริญให้มาก** ถ้าได้ปฏิบัติภารกิจทั้ง ๔ ประการนี้ครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ก็จะบรรลุปะระอรหัตต์ เป็นพระพุทธเจ้าขึ้นมาได้ ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้หลังจากที่ได้ตรัสรู้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วว่า **ทุกข์ที่ต้องกำหนด ตถาคตได้กำหนดแล้ว สมุทัยที่ต้องละ ตถาคตได้ละแล้ว นิโรธที่ต้องทำให้แจ้ง ตถาคตได้ทำให้แจ้งแล้ว มรรคที่จะต้องเจริญให้ครบถ้วนบริบูรณ์ ตถาคตก็ได้เจริญจนครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว** เมื่อได้ทำภารกิจทั้ง ๔ ประการนี้ให้ครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว จิตของผู้นั้นก็หลุดพ้นจาก **อัสวะ กิเลส ตัณหา โมหะ อวิชชา** ซึ่งเป็นตัวเหนี่ยวรั้ง ให้จิตใจต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร ในภพน้อย ภพใหญ่ อย่างไม่รู้จักจบ จักสิ้น

ในการปฏิบัติภารกิจในพระอริยสัจ ๔ ทั้ง ๔ ประการนี้ เวลาปฏิบัติจริงๆแล้ว จะปฏิบัติที่มรรคสี่จะเป็นหลัก คือมรรคต้องเจริญให้มาก ต้องหมั่นทำบุญทำทาน หมั่นรักษาศีล หมั่นภาวนานั่นเอง เพราะเมื่อทำบุญแล้ว ก็จะมีเมตตา มีความกรุณา ทำให้ไม่อยากเบียดเบียนผู้อื่น เมื่อไม่เบียดเบียนผู้อื่น การกระทำของเราทางกาย ทางวาจา ก็จะเป็นปกติ เป็นศีลขึ้นมา จะเป็นศีล ๕ ก็ดี ศีล ๘ ก็ดี ศีล ๒๒๗ ก็ดี ก็ล้วนเป็นการกระทำที่ดีงาม ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นและตนเอง เมื่อจิตใจไม่มีความวุ่นวายกับการกระทำที่ไม่ดีไม่งามทางกาย ทางวาจา จิตใจก็จะเข้าสู่ความสงบ สุข ความร่มเย็นเป็นสุข ก็จะทำให้การบำเพ็ญสมาธิ คือการทำจิตใจให้สงบ เป็นไปได้ง่ายตายกำหนดจิตให้สงบนิ่ง จิตก็จะสงบนิ่ง เช่นบริการมพุทธโธฯไปเรื่อยๆ เดี่ยวเดียวจิตก็จะรวมตัวลงเป็นสมาธิ หลังจากทีจิตออกจากสมาธิแล้ว ก็เป็นการเจริญปัญญาหรือวิปัสสนาต่อไป เป็นการเข้าสู่ภารกิจในพระอริยสัจ ๔ ข้อที่ ๑ การเจริญปัญญา ด้วยการศึกษาลัทธิธรรมของชีวิตนั่นเอง

ลัทธิธรรมของชีวิตก็คือ อริยสัจข้อแรก ที่ว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากกัน ต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา เหล่านี้เป็นความจริงของสัตว์โลกทุกๆตัว ทุกๆบุคคล ที่เมื่อเกิดมาในโลกนี้แล้ว จะต้องสัมผัสกับสิ่งเหล่านี้ทั้งสิ้น มันเป็นความทุกข์ถ้าไปหลงยึดติดกับสิ่งเหล่านี้ คือไปหลงยึดติดกับชีวิต ถ้าเกิดมีความยึดติด

ในชีวิตแล้ว ก็จะไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย เพราะอยากจะมีความสุข จากการเสพกาม อยากจะมีสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นสมบัติของตน อยากจะเป็นอย่างนั้น อยากจะเป็นอย่างนี้ จึงทำให้ไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย จึงเกิดเป็นความทุกข์ขึ้นมา แต่ ถ้าได้ศึกษาพิจารณาสังขารความจริงของชีวิตแล้วว่า ไม่มีใครในโลกนี้ที่เกิดมาแล้ว จะไม่แก่ จะไม่เจ็บ จะไม่ตาย จะไม่พลัดพรากจากกัน จะไม่ประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา ถ้าได้ศึกษาวิเคราะห์อย่างแจ่มแจ้งแล้วว่า ไม่มีใครหนีสิ่งเหล่านี้พ้นไปได้ ก็ต้องทำใจยอมรับความจริง ยอมรับว่าต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย อย่างแน่นอน ต้องพลัดพรากจากกันอย่างแน่นอน ต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนาอย่างแน่นอน

เมื่อยอมรับความจริงอันนี้แล้ว จิตก็จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในชีวิต เมื่อปล่อยวางแล้ว ตัณหาทั้งหลายที่มีอยู่ในใจ ก็จะถูกลด ถูกละ ถูกตัดออกไป ความอยากในกาม ก็จะหายไป ความอยากมี อยากเป็นก็จะหายไป ความอยากไม่มี อยากไม่เป็นก็จะหายไป เพราะถ้ามีความอยากเหล่านี้อยู่ในจิตใจขึ้นมาเมื่อไหร่ ความทุกข์ก็จะปรากฏขึ้นมาทันที ไม่มีใครต้องการความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น เมื่อจิตมีสมาธิ มีความรุ่มเย็นเป็นสุขแล้ว และได้เจริญปัญญาแล้ว เห็นแล้วว่าเวลาเกิดความอยากนั้น ก็จะมีความทุกข์ผุดขึ้นมาในจิตใจทันที ก็จะเห็นเลยว่า ความอยากนี้เป็นโทษต่อจิตใจ จิตใจที่มีความสงบคือมีสมาธิ จะเห็นสิ่งเหล่านี้ได้ แต่จิตใจที่ยังไม่มีความสงบ จะไม่เห็นเวลาเกิดความทุกข์ขึ้นมาภายในใจ เพราะจิตใจนั้นไม่นิ่งนั่นเอง ถ้าเปรียบเหมือนกับน้ำที่ไม่นิ่ง เราจะไม่รู้ลึกอะไร เวลาเราโยนก้อนหินลงไปใต้น้ำ จะไม่เห็นลูกคลื่นที่เกิดจากการโยนก้อนหินลงไปใต้น้ำ แต่ถ้าน้ำนิ่ง ผิวหน้าน้ำนิ่งไม่มีลูกคลื่นเลย เราโยนแม่แต่ก้อนกรวดก้อนเล็กๆ ลงไปใต้น้ำ มันก็จะกระเพื่อมขึ้นมาเป็นลูกคลื่นให้เราเห็นทันที

จิตที่ไม่สงบก็จะเป็นเหมือนกับน้ำที่ไม่นิ่ง ซึ่งมีลูกคลื่นของมันอยู่แล้ว ดังนั้นเวลาโยนก้อนหินลงไป ไม่เห็นความแตกต่าง แต่ถ้าน้ำที่นิ่ง โยนแม่แต่ก้อนกรวดก้อนเล็กๆ ลงไป ก็กระเพื่อมให้เห็นทันที ฉะนั้นจิตของผู้ที่ไม่มีความสงบ ไม่มีสมาธิ ก็จะไม่รู้สึกเวลาเกิดความอยากขึ้นมา ก็จะไม่เห็นความทุกข์ เวลาอยากมี อยากเป็น มีแต่จะตะเกียกตะกาย วิ่งหาสิ่งที่ตนอยากได้ เวลาอยากจะเสพกาม ก็ต้องหาสิ่งเหล่านั้นมาเสพ

ให้ได้ เวลาเกิดความกลัว เกิดความไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย ก็พยายามหาวิธีการต่างๆ ไปหาหมอ ไปหายา เพื่อดูแลไม่ให้แก่ ไม่ให้เจ็บ ไม่ให้ตาย จึงไม่เห็นความทุกข์ที่เกิดจากการดิ้นรนกวัดแกว่งของใจ เป็นการแก้ไขปัญหาไม่ถูกทาง เพราะแก้ อย่างไรก็ตามก็แก้ไม่ได้ เรื่องของความแก่ ความเจ็บ ความตาย การพลัดพรากจากกัน การประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา เหล่านี้เป็นเหมือนเงาตามตัว เป็นเงาของชีวิต ชีวิตอยู่ตรงไหน คือความทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย การพลัดพรากจากกัน การประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา ก็จะติดตามตัวไป

มีทางเดียวเท่านั้นที่จะทำลายเงา คือความทุกข์นี้ได้ ก็คือต้องเจริญ**ปัญญา** ให้เห็นถึงความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดา การพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา การประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนาเป็นธรรมดา เมื่อเป็นธรรมดาก็ยอมรับได้ ปล่อยให้เป็นไปตามเรื่องของเขา เหมือนกับยอมรับความมืดความสว่าง ยอมรับกลางวันกลางคืน ไม่รู้สึกเสียอกเสียใจ เวลาที่กลางวันกลายเป็นกลางคืนไป ฉันใดก็ควรยอมรับความแก่ ความเจ็บ ความตายเช่นเดียวกัน เมื่อยอมรับได้แล้ว จิตใจก็จะไม่วุ่นวุ่นหมัว ไม่มีความอยากต่างๆ ที่จะไปฝืนกับความจริง เมื่อตัดความอยากได้ คือความอยากในกาม ความอยากมี ความอยากเป็น ความอยากไม่มี ความอยากไม่เป็น หหมดไปจากจิตจากใจแล้ว จิตใจก็เข้าสู่**นิโรธ** คือความดับของทุกข์ เข้าสู่สัจจะข้อที่ ๓ นิโรธที่ต้องทำให้แจ้ง ทำให้แจ้งด้วยวิธีอะไร ด้วยการละตัณหา ตัณหาจะละได้อย่างไร ก็ต้องใช้ปัญญากำหนดดูทุกข์นั่นเอง เมื่อกำหนดดูทุกข์เห็นทุกข์แล้ว เห็นแล้วว่าเกิดจากตัณหา ก็ละตัณหา ไม่มีความอยากกับอะไรอีกต่อไป เพราะอยากแล้วก็ต้องมีความทุกข์ตามมา อยากไม่แก่ก็ต้องทุกข์ อยากไม่เจ็บก็ต้องทุกข์ อยากไม่ตายก็ต้องทุกข์ อยากจะเที่ยวแล้วไม่ได้เที่ยวก็ต้องทุกข์ ได้เที่ยวแล้วก็อยากจะไปเที่ยวอีก มันเป็นอย่างนี้ ความอยากไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อเห็นแล้วว่า ความอยากต่างๆล้วนเป็นปัญหาทั้งนั้น เป็นตัวสร้างความทุกข์ให้กับจิตใจ ก็ละเสีย เมื่อละแล้วก็เท่ากับทำนิโรธให้แจ้งนั่นเอง ทำให้ความทุกข์ดับหมดสิ้นไปจากจิตจากใจ นิโรธก็แจ้งขึ้นมาตามลำดับ แจ้งขึ้นมาเรื่อยๆ เหมือนกับแสงจันทร์ที่ค่อยๆสว่างขึ้นมาเรื่อยๆ จากวันขึ้น ๑ ค่ำไป ก็จะค่อยสว่างขึ้นไปเรื่อยๆ จนสว่างเต็มที่

ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ ฝนใด การปฏิบัติกิจในพระอริยสัจทั้ง ๔ ก็จะเป็นอย่างนั้น เมื่อเราได้บำเพ็ญเจริญมรรคไปเรื่อยๆแล้ว ก็จะกำหนดพิจารณาทุกข์ไปเรื่อยๆ รู้ทุกข์ไปเรื่อยๆ เมื่อรู้ทุกข์ว่าเกิดจากอะไร ก็สามารถละเหตุของความทุกข์ได้ ก็คือตัณหา เมื่อละได้ นิโรธคือความดับทุกข์ก็ค่อยๆ ปรากฏขึ้นตามกำลังของการละ ตามกำลังของการกำหนดรู้ทุกข์ ตามกำลังแห่งการเจริญมรรคนั่นเอง เมื่อมรรคเจริญได้เต็มที่ครบร้อยเปอร์เซ็นต์ นิโรธก็จะปรากฏขึ้นมาร้อยเปอร์เซ็นต์ เป็นการจบสิ้นของทุกข์ทั้งปวง จิตใจก็สะอาดหมดจด บริสุทธิ์ผุดผ่อง เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระอรหันตสาวกขึ้นมา

นี่คือภารกิจในพระอริยสัจ ๔ ผู้ใดได้บำเพ็ญได้ดำเนินตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนแล้ว ย่อมจะได้รับผลอันประเสริฐเลิศโลก เหมือนกับที่พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวกได้รับ เราจึงต้องบำเพ็ญมรรคให้มาก เจริญมรรคให้มากทุกเวลานาที ในขณะที่มีชีวิตอยู่ ไม่ควรปล่อยเวลาอันมีค่านี้ผ่านไป โดยไม่ได้เจริญมรรค เริ่มตั้งแต่ทาน คือการให้ เข้าสู่การรักษาศีล เข้าสู่การภาวนา นั่งสมาธิ เดินจงกรม เจริญปัญญา สมณะและวิปัสสนาภาวนาไปเรื่อยๆ จนกว่าชีวิตจะหาไม่ ถ้าสามารถประพฤติปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่องแล้ว ดีไม่ดีการดับทุกข์ ความสิ้นทุกข์ อาจเกิดขึ้นในชาตินี้ได้ เพราะถ้าปฏิบัติถูกต้องตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนแล้ว จะไม่หนีพ้นไปจากผลอันนี้ไปได้เลย ในสมัยพระพุทธกาลมีคนบรรลุมรรคผลนิพพานได้เป็นจำนวนมาก เขาก็เป็นคนเหมือนเรา เขาก็มีปัญหาเหมือนเรา เหมือนๆกัน ต่างกันตรงที่ว่าเขาเจริญมรรคมากนั่นเอง

เขาหมั่นศึกษาปฏิบัติธรรมกันอย่างต่อเนื่อง มีครูบาอาจารย์ที่เลิศที่วิเศษคือพระพุทธเจ้า เป็นผู้แสดงธรรมให้กับพวกเขาได้ฟังกัน เมื่อได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ทรงรู้ถึงความสามารถของผู้ฟังว่า สามารถที่จะรับธรรมบทไหนได้ ก็ทรงแสดงธรรมบทนั้นไป จึงเข้าประเด็น เข้าเป้า ถ้ายิ่งป็นก็ยิ่งเข้าเป้าเลย ไม่ต้องยิงหลายนัด ยิงนัดเดียวก็จะทะลุหัวใจเลย จึงเป็นเหตุให้คนในสมัยพุทธกาลนั้น สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก เพราะมีพระพุทธเจ้าเป็นพระบรมศาสดา มีศรัทธา ความเชื่อ มีความขยันหมั่นเพียร ที่จะตั้งหน้าตั้งตา ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างจริงจัง

จึงทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้อย่างรวดเร็ว บางคนฟังเทศน์เพียงครั้งเดียวก็บรรลุ
มรรคผลนิพพานได้แล้ว บางคนก็ฟังอีกไม่กี่ครั้งก็สามารถบรรลุได้

เราจึงต้องทำความเข้าใจว่า การบรรลุมรรคผลนิพพานนี้ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่สุดวิสัยของพวก
เรา พวกเราทุกคน มีสิทธิ์ที่จะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ด้วยกันทุกคน และไม่ต้องรอถึง
ชาติหน้าภพหน้า หรือรอให้พระศรีอารยเมตไตรยมาตรัสรู้ก่อน แล้วจึงจะค่อยบรรลุกัน
เพราะตอนนี้พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าก็ยังมีอยู่ เป็นตัวแทนของพระพุทธเจ้า
นั่นเอง เพราะพระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้ว่า **ธรรมวินัยที่ตถาคตตรัสไว้ชอบแล้วนี้แล จะ
เป็นศาสดาของพวกเธอ หลังจากที่ตถาคตจากพวกเธอไปแล้ว** ตถาคตก็จากไปแล้ว แต่
พระบรมศาสดา คือพระธรรมวินัยอันเลิศอันประเสริฐนี้ยังไม่ได้จากเราไป ยังอยู่กับเรา
จึงถือว่าเราไม่ได้อยู่โดยปราศจากพระบรมศาสดา อยู่ที่ว่าเราจะน้อมจิตน้อมใจ เข้าหา
พระบรมศาสดาหรือไม่ น้อมจิตน้อมใจเข้าสู่พระธรรมคำสอนหรือไม่เท่านั้นเอง

ถ้าเราน้อมจิตน้อมใจเข้าสู่พระธรรมคำสอน หมั่นฟังเทศน์ฟังธรรม หมั่นศึกษาเล่าเรียน
คำสอนต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน แล้วนำไปปฏิบัติกับกาย วาจา ใจ การบรรลุ
ธรรมก็จะเป็นสิ่งที่ตามมาอย่างแน่นอน วันนี้เราก็ได้ยืนยันแล้วว่า การที่จะบรรลุมรรคผล
นิพพานได้ ต้องเจริญมรรค มรรคมืองค์ ๘ หรือมืองค์ ๓ ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา หรือ
ทาน ศีล ภาวนา ก็ขอให้หมั่นบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา อย่าไปเสียดายเงินทองที่เหลือกิน
เหลือใช้ เอามาทำทานเสียให้หมด เมื่อทำทานแล้วจิตใจจะได้มีความอ่อนโยน มีความ
เมตตา มีความกรุณา ทำให้ไม่อยากจะเบียดเบียนผู้อื่น ก็จะทำให้ดำรงอยู่ในศีลในธรรม
เมื่อมีความเมตตากรุณา การกระทำทางกาย ทางวาจาย่อมไม่ผิดศีลผิดธรรม ย่อมไม่
สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น เมื่อจิตใจไม่มีปัญหากับการประพฤติดิถีต่างๆ ทางด้าน
ศีลธรรมแล้ว จิตใจก็ไม่ว่าวุ่นงุ่นมัว มีความสงบร่มเย็นเป็นสุข ทำให้การทำจิตใจให้สงบ
หนึ่งเป็นสมาธิ เป็นสิ่งที่ไม่ยากเลย เป็นสิ่งที่ง่ายตายมาก เพราะมีทานมีศีลคอยสนับสนุน
เมื่อจิตสงบแล้ว ก็จะได้เห็นทั้งความสุข เห็นความทุกข์ ที่ปรากฏขึ้นในจิตใจ

เวลาที่ต้นหญ้าไม่ทำงาน จิตจะนิ่ง จิตจะมีความสุข แต่พอต้นหญ้าเริ่มทำงาน ก็จะเป็น
เหมือนกับไฟที่ลุกฟุ้งขึ้นมา เหมือนกับเวลาที่จุดไม้ขีด ฉันทัดลักษณะของต้นหญ้าก็จะเป็น

อย่างนั้น ขณะที่ไม่มีตัณหาจิตก็จะเย็นจะสบาย แต่พอเกิดความอยากขึ้นมาปั๊บ ก็จะร้อนขึ้นมาทันที จิตของผู้มีสมาธิจะเห็นได้ทันที แล้วจะรู้เลยว่านี่แหละคือตัวตัณหา ตัวปัญหา ตัวกิเลส ตัวที่จะต้องระงับดับให้ได้ จึงพยายามละตัณหาทั้ง ๓ เพราะได้ศึกษาแล้ว ได้เห็นแล้วว่าชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน สักวันหนึ่งเราก็ต้องจากโลกนี้ไป สิ่งต่างๆที่ได้มาจากตัณหาทั้ง ๓ ก็จะหมดไป ไม่ได้มีอะไรติดไปกับจิตกับใจเลย นอกจากมีตัณหา ความหิว ความกระหายที่จะติดตามไปกับจิตกับใจ ทำให้ต้องไปเกิดในอบาย เป็นเปรต เป็นผี เป็นสัตว์นรก เป็นสัตว์เดรัจฉาน ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ก็จะเห็นชัดเป็นการเจริญปัญญา เป็นการกำหนดทุกข์นั่นเอง กำหนดรู้ทุกข์จะ เมื่อรู้แล้วว่าทุกข์นี้เกิดจากสมุทัย คือตัณหา ก็ต้องละตัณหา ละสมุทัย เมื่อละสมุทัยได้แล้ว นิโรธ ความดับทุกข์ ก็ปรากฏแจ้งขึ้นมา

นี่คือแนวทางแห่งการบำเพ็ญในพระอริยสัจ ๔ ถ้าผู้ใดได้น้อมเอาพระอริยสัจ ๔ ทั้ง ๔ ประการนี้มาประพฤติปฏิบัติแล้ว ผลที่จะตามมาก็คือการหลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ได้เข้าถึงพระนิพพานแดนอันเกษม แดนอันประเสริฐ ซึ่งไม่อยู่เหนือวิสัยของพวกเราทั้งหลาย จึงควรปฏิบัติกิจในพระอริยสัจ ๔ ให้ครบถ้วนบริบูรณ์ แล้วความสุขอันประเสริฐเลิศโลก ก็จะเป็นสมบัติของเราอย่างแน่นอน การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๑๗

มักน้อยสันโดษ

๒ กรกฎาคม ๒๕๔๘

ใจเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดของชีวิต จะสุขจะทุกข์ก็อยู่ที่ใจ ใจนี้แหละเป็นผู้สร้าง ความทุกข์และสร้างความสุข แล้วก็เป็นผู้รับความทุกข์และรับความสุข เหมือนกับ ร่างกาย ถ้าเอาอะไรมาทุบตีร่างกาย ร่างกายก็ต้องรับความเจ็บปวดจากการทุบตี ฉันทใจ ก็เป็นเหมือนกับร่างกาย แต่ไม่ต้องใช้การทุบตี เพราะใจไม่ใช่รูปธรรม ไม่ใช่วัตถุ จึง ไม่สามารถเอาวัตถุมาทำให้ใจทุกข์ได้ แต่สิ่งที่จะทำให้ใจทุกข์หรือสุข อยู่ที่ความคิดของ ใจเอง ถ้าคิดดีใจก็มีความสุข ถ้าคิดไม่ดีคิดชั่ว ใจก็มีความทุกข์ นี่เป็นเรื่องของใจที่ต่าง กับร่างกาย ร่างกายเป็นส่วนย่อยของชีวิต ส่วนสำคัญของชีวิตอยู่ที่ใจ เพราะถ้าไม่มีใจ แล้ว ชีวิตก็ไม่สามารถดำเนินต่อไปได้

ถ้าไม่มีใจเป็นผู้สั่งการ ร่างกายก็จะกลายเป็นซากศพไป คนที่ตายไปแล้วเป็นร่างที่ไม่มีใจ เหลืออยู่แล้ว ใจได้ทิ้งร่างไปแล้ว ใจได้ไปที่อื่นแล้ว ร่างกายจึงไม่รู้อะไรเลย นอนอยู่ เฉยๆ แล้วก็ค่อยๆ เสื่อมสลายไป เพราะไม่มีใจคอยดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ต่อไป คน ที่ยังมีใจอยู่กับร่างกาย จึงสามารถอยู่ต่อไปได้ ยังทำอะไรได้ จะเดิน จะวิ่ง จะนั่ง จะ นอน จะรับประทานอาหาร จะไปทำอะไร ก็ยังสามารถทำได้ แต่ต้องมีใจเป็นผู้ควบคุม เป็นพี่เลี้ยง ถ้าเปรียบเทียบร่างกายก็เหมือนกับเด็กทารก ที่ยังไม่สามารถดูแลตนเองได้ ต้องอาศัยผู้หลักผู้ใหญ่ เช่นพ่อแม่คอยดูแลเลี้ยงดู จนกว่าจะโตเป็นผู้ใหญ่ แล้วสามารถ ช่วยเหลือตัวเองได้ แต่ร่างกายไม่เป็นเช่นนั้น เป็นทารกตลอดชีวิต ถ้าไม่มีใจดูแลรักษา ร่างกายก็จะกลายเป็นซากศพไปทันที ปล่อยทิ้งไว้ก็ต้องเน่าเปื่อยไป จนไม่มีอะไร หลงเหลืออยู่ นี่เป็นเรื่องของร่างกาย

ใจมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิต ที่ทำอะไรได้อยู่ทุกขณะนี้ เพราะมีใจเป็นผู้สั่งการ การศึกษาเรียนรู้ธรรมชาติของใจจึงเป็นสิ่งสำคัญ กว่าการศึกษาธรรมชาติของร่างกาย

เรื่องของร่างกายเราก็พอจะรู้ว่าทำอะไรให้ร่างกายอยู่ได้ ก็ไม่มีอะไรมาก ให้หายใจ อยู่เรื่อยๆ อย่าไปหยุดหายใจ ร่างกายก็จะไม่ตาย นอกจากหายใจแล้ว ก็ต้องให้อาหาร อย่างต่อเนื่อง ให้น้ำอย่างต่อเนื่อง แล้วก็ต้องปกป้องรักษาด้วยเสื้อผ้า ด้วยที่อยู่อาศัย ไม่ให้แดดให้ฝน ไม่ให้แมลงสัตว์มากัดมาต่อย มาทำลายร่างกายได้ ถ้าเจ็บไข้ได้ป่วย ก็ ต้องพยายามดูแลรักษา เท่านี้ร่างกายก็สามารถอยู่ไปได้ จนกว่าจะหมดอายุขัย แต่ใจเป็น สิ่งที่เราไม่ค่อยรู้จักกันเท่าไร ไม่รู้ว่าจะรักษาใจอย่างไร ทำอย่างไรไม่ให้ใจมี อารมณ์ขุ่นมัว ทำอย่างไรให้มีแต่ความสบายอกสบายใจ เป็นสิ่งที่ยากมาก เพราะไม่เคย ศึกษา ไม่รู้ว่าอะไรทำให้ใจมีอารมณ์ขุ่นมัว ไม่ทราบว่าจะอะไรทำให้ใจทุกข์ ใจกังวล เพราะไม่มีใครสอนนั่นเอง เกิดมาพ่อแม่ก็ไม่รู้เรื่องของใจ พ่อแม่จึงไม่สามารถสอนไม่ให้ มีความโกรธ ไม่ให้มีความโลภได้

เพราะพ่อแม่ก็ไม่รู้เหมือนกันว่า ความโลภความโกรธเป็นสิ่งที่ไม่ดี ต้องอาศัยคนฉลาด อย่างพระพุทธเจ้าท่านนั้น ที่จะเข้าใจได้เป็นอย่างดี รู้ว่าจะอะไรทำให้สงบเย็นเป็นสุข สบายอกสบายใจ รู้ว่าจะอะไรทำให้ขุ่นมัว มีความทุกข์ มีความเดือดเนื้อร้อนใจ นี่คื สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ศึกษามา และได้ปฏิบัติมา จนสามารถทำให้ใจของท่านมีแต่ความ สงบ มีแต่ความสบาย มีแต่ความเย็น ปราศจากความทุกข์ ความรุ่มร้อน ความขุ่นมัว ทั้งหลาย เพราะได้ทรงศึกษาจนเห็นชัดแจ้งแล้วว่า เหตุที่ทำให้ใจขุ่นมัว ก็คือ **กิเลสตัณหา**นี่เอง กิเลสคือความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัณหาก็คือความอยาก ต่างๆ **ความอยากในกาม ความอยากมีอยากเป็น ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น** เหล่านี้ ถ้ามีปรากฏขึ้นมาในใจแล้ว จะทำให้ใจขุ่นมัว รุ่มร้อน ไม่สบายอกไม่สบายใจ แล้ว ยังทรงรู้ด้วยว่าอะไรเป็นเหตุให้เกิดความโลภ ความโกรธ ให้เกิดความอยากต่าง ๆ นานา ขึ้นมา ก็คือ**ความหลง**นั่นเอง หรือ**อวิชชา**ความไม่เข้าใจในธรรมชาติของใจ ว่าอะไรทำให้ ใจมีความสุข มีความทุกข์

พระพุทธเจ้าได้ทรงศึกษาทดลองจนเห็นแล้วว่า ใจจะมีความสุขได้นั้น ใจต้องไม่โลภ ต้องไม่โกรธ ต้องไม่อยากในสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย ต้องระงับดับกิเลสตัณหา เพราะเมื่อสงบ ระงับจากความโลภ ความโกรธ ความอยากต่างๆ แล้ว ใจก็จะนิ่งสงบ มีความสุข ความ

อิม ความพอ มีปีติอยู่ในตัวเอง นี่คือการที่พระพุทธเจ้าได้ทรงศึกษาและทำความเข้าใจจนเห็นได้อย่างแจ่มชัดแล้วว่า ทำอย่างไรจึงจะมีความสุขได้อย่างแท้จริง คือต้องทำให้สงบสงัดจากกิเลสตัณหาทั้งหลายนั่นเอง หน้าที่ที่แท้จริงของพวกเรา เพื่อความร่มเย็นเป็นสุข เพื่อความเจริญ จึงอยู่ที่การต่อสู้กับกิเลสตัณหาทั้งหลาย ไม่ปล่อยให้กิเลสตัณหาออกมาพ่นพ้าน เพราะทุกครั้งที่ออกมา ก็เหมือนกับปล่อยให้คนติดคุกติดตะรางหนีออกมา สร้างความเดือดร้อน ความเสียหายให้กับผู้อื่น

กิเลสตัณหาจึงเป็นเหมือนนักโทษ ที่หนีออกมาจากคุก เราจึงต้องทำหน้าที่ตำรวจ คอยจับ คอยทำลาย พวกกิเลสตัณหาทั้งหลาย ไม่ให้มีอำนาจวาสนา ถ้ามีแล้ว จะสร้างความวุ่นวาย สร้างความเดือดร้อนแบบไม่มีที่สิ้นสุด ถึงแม้จะสั่งให้เราไปหาสิ่งต่างๆ มาครอบครองเป็นสมบัติ เป็นจำนวนมาก หาเงินหาทองได้เป็นหมื่นล้านแสนล้าน ทำให้เราเป็นผู้ยิ่งใหญ่มีตำแหน่งสูงๆ เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกรัฐมนตรีก็ตามเถิด แต่ถ้ายังมีกิเลสมีตัณหาอยู่ในใจแล้ว จะทำให้เราต้องตะเกียกตะกายอยู่ตลอดเวลา จะไม่สามารถนั่งอยู่เฉยๆ ได้เลย พออยู่เฉยๆ ก็จะเกิดความอึดอัดใจ เกิดความเบื่อหน่าย จะต้องออกไปทำอะไรทำ จะต้องออกไปหาอะไรมา ใจถึงจะมีความสุขได้ ต้องชวนขวยตะเกียกตะกายอยู่รำไป เพราะไม่ว่าจะได้อะไรมาอย่างน้อยเพียงไร จะไม่อิ่ม จะไม่พอ แต่จะรู้สึกหิว รู้สึกว่าขาดสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่เสมอ พอเห็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมา ก็เกิดความอยากได้ขึ้นมา

นี่คือปัญหาของพวกเรา กิเลสตัณหาคือตัวสร้างปัญหาทั้งหลายให้กับเรา เราจึงต้องดำเนินชีวิตตามแบบที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พวกเราดำเนิน ต้องเจริญธรรมะที่เรียกว่า **มักน้อยสันโดษ** มักน้อยก็คืออย่าไปโลภมาก อย่าไปอยากได้อะไรมากๆ เอาเท่าที่จำเป็นก็พอ คำว่าน้อยก็คือ เอาเท่าที่พอเพียงต่อการดำรงชีพ รับประทานอาหารก็รับประทานพอประมาณ อย่าไปรับประทานมากจนเกินความต้องการของร่างกาย เพราะถ้ามากกว่าความต้องการแล้ว ก็จะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นมากเกินความจำเป็น จะกลายเป็นคนอ้วนไป กลายเป็นคนที่มีรูปร่างไม่สวยงาม กลายเป็นคนมีโรคภัยรุมเร้า ที่เกิดจากมีน้ำหนักเกินนั่นเอง นี่คือการปัญหา เราจึงต้องใช้ความมักน้อยเป็นหลักในการดำเนินชีวิต เอาเท่าที่

จำเป็นเท่านั้น เพราะมีมากเกินไปจนความจำเป็นไม่เกิดคุณ ไม่เกิดประโยชน์ ไม่ได้ทำให้มีความสุขมากขึ้น แต่กลับจะทำให้มีความสุขมากขึ้น ร่างกายก็จะต้องทำงานหนักขึ้น จะต้องมีปัญหาเกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บที่ตามมา นี่ยกตัวอย่างเกี่ยวกับร่างกาย แต่จะครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตเลยทีเดียว

ถ้ามีความจำเป็นที่จะต้องทำอะไรสิ่งหนึ่งสิ่งนั้นก็ทำได้ แต่ให้อยู่ในกรอบของเหตุของผล คือของความจำเป็นเท่านั้น จำเป็นจะต้องมีอะไรไว้เพื่อดำเนินชีวิตก็มีไป เช่นต้องทำงานทำการ เพราะถ้าไม่ทำก็จะมีรายได้ เมื่อไม่มีรายได้ ก็จะไม่ทำอะไรมาจุนเจือดูแลรักษาอัตภาพร่างกาย ให้อยู่อย่างปกติสุข ก็ต้องทำงานทำการกัน เวลาทำงานทำการก็ต้องมีเครื่องมือ เครื่องมือ ต้องมีรถยนต์ไว้ขับไปทำงาน มีเสื้อผ้าไว้ใส่ไปทำงาน มีเครื่องมือเครื่องมือต่างๆ ที่จะต้องใช้ในการทำงาน สิ่งเหล่านี้เรียกว่าเป็นสิ่งที่มีความจำเป็น อย่างนี้ต้องหามา ต้องมีไว้ แต่ให้มีพอกับความจำเป็นของงานก็พอ ส่วนอย่างอื่นที่ไม่มีความจำเป็น ก็อย่าไปหามาจะดีกว่า เพราะไม่เกิดประโยชน์ แต่จะเกิดโทษกับใจ เพราะจะล่อลวงให้หามาอยู่เรื่อยๆ ได้อะไรมาใหม่ๆ ก็มีความสุข มีความพอใจอยู่ได้สักระยะหนึ่ง พอเห็นสิ่งใหม่ๆ ออกมาอีก ก็เกิดความอยากได้ขึ้นมาอีก สิ่งที่มีอยู่แล้วก็ไม่มี ความหมาย ต้องเอาสิ่งใหม่ ทั้งๆ ที่ไม่มีสิ่งใหม่ ก็ไม่เดือดร้อนอะไร ก็ยังสามารถอยู่ได้

แต่ถ้าใจมีความโลภมีความอยากเกิดขึ้นแล้ว ก็จะสร้างความรุ่มร้อน ให้เกิดขึ้น จนกระทั่งทนอยู่เฉยๆ ไม่ได้ ต้องออกไปหาไปซื้อสิ่งที่ต้องการมาแล้วก็เป็นแบบเดิมอีก พอได้มาแล้วสักพักหนึ่งก็เบื่อ ก็อยากจะได้สิ่งใหม่ๆ อีก นี่คือสิ่งที่ไม่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ เช่นพวกของสวยๆ งามๆ ของฟุ่มเฟือยทั้งหลาย เครื่องประดับประดาต่างๆ เครื่องเพชรต่างๆ หรือเสื้อผ้าที่มีเกินความจำเป็น เพราะเสื้อผ้ามีไว้สำหรับสวมใส่ปกปิดร่างกาย เราก็มีพอเพียงแล้ว แต่เวลาเห็นเสื้อผ้าชุดใหม่ๆ มีสีสันแปลกๆ ดูแล้วก็เกิดความอยากจะได้มา อย่างนี้เป็นของฟุ่มเฟือยเหมือนกัน พยายามเอาความมกน้อย เอาเหตุผลมาสกัดจะดีกว่า ถ้ามองตัวเองว่า ถ้าไม่มีเสื้อผ้าชุดใหม่นี้แล้ว จะตายไหม เสื้อผ้าที่มีอยู่ ยังใส่ได้หรือไม่ ถ้ายังใส่ได้ ไม่ทำให้เราต้องตายไป ก็อย่าไปอยากได้มา จะดีกว่า เพราะอยากได้แล้ว จะไม่ได้หยุดอยู่ตรงนั้น เดียวก็อยากได้ชุดใหม่อีกตามมาเรื่อยๆ นี่

เป็นธรรมชาติของความอยาก ที่เกิดจากความหลง คือความไม่มีเหตุไม่มีผลนั่นเอง ไม่มี
ความมกน้อย ไม่มีความสันโดษ

ความสันโดษ หมายถึงความยินดีตามมีตามเกิด มีอะไรได้อะไรมาก็พอใจกับสิ่งที่ได้มา
เป็นเหมือนนักบวช เวลาไปบิณฑบาตใครจะใส่อะไรมาให้รับประทาน ก็พอใจกับสิ่งที่
ได้รับมา จะไม่บ่น จะไม่มีความรู้สึกอึดหนาระอาใจ เมื่อได้สิ่งที่ไม่ชอบ ไม่ถูกกับกิเลส
ตัณหา เป็นเรื่องที่นักบวชพยายามควบคุมบังคับจิตใจ ถ้าเป็นอาหารที่รับประทานได้ ทำ
ให้ร่างกายอึด มีความสุข ไม่ทุกข์ ไม่หิว ก็ใช้ได้แล้ว ไม่จำเป็นต้องเป็นอาหารที่ถูกกับ
ปากถูกกับใจ ถ้ามีความมกน้อยสันโดษอยู่ในใจแล้ว จะสามารถระงับดับกิเลสตัณหา
ต่างๆได้มาก จนดับได้หมดเลยทีเดียว ถ้าดับกิเลสตัณหาได้หมดแล้ว จะไม่มีอะไรวิเศษ
เท่า เพราะเมื่อดับไปแล้วใจจะมีแต่ความสุข ไม่ทุกข์ ไม่หิว ไม่กระหาย เหมือนนักโทษที่
หนีออกมาจากคุก ได้ถูกเจ้าหน้าที่ทางบ้านเมืองจับไปทำลายจนหมดสิ้นแล้ว ประชาชน
สามารถไปไหนมาไหนได้อย่างปลอดภัย ไม่ต้องหวาดกลัวว่าจะมีใครมาทำร้าย เพราะ
พวกที่หนีออกมาจากคุกได้ถูกตำรวจจับหรือถูกฆ่าทั้งหมดแล้ว จึงไม่มีใครมาสร้างความ
ทุกข์ สร้างความเดือดร้อน ให้กับสังคมอีกต่อไป

กิเลสตัณหาก็เหมือนคนติดคุกที่หนีออกมานั่นเอง เมื่อออกมาแล้วก็จะสร้างความวุ่นวาย
ให้กับเรา แต่ถ้าไม่มีกิเลสตัณหาแล้ว เราจะอยู่เฉยๆได้ เช่น วันนี่วันเสาร์ ถ้าไม่มีความ
อยากแล้ว ก็อยู่บ้านได้อย่างสบาย ไม่ต้องวุ่นวายแต่งตัว ไม่ต้องวุ่นวายกับการออกไป
ข้างนอก ไม่ต้องวุ่นวายกับการหาเงินหาทอง เพื่อเอามาใช้จ่ายกับการออกไปข้างนอก นี้
แหละคือความวิเศษของพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าสามารถนำเอามาปฏิบัติได้
แล้ว จะมีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข ไม่ต้องตะเกียกตะกายแสวงหาความสุขจากสิ่งต่างๆ
ภายนอก **เพราะความสุขที่แท้จริงนั้น อยู่ที่ใจที่สงบระงับจากกิเลสตัณหาทั้งหลาย
นั่นเอง** เราจึงต้องใช้ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า มาสร้างความมกน้อยสันโดษให้
เกิดขึ้นให้ได้ แต่จะทำโดยไม่มีเครื่องไม้เครื่องมือ นั้น เป็นสิ่งที่ยาก ต้องมีเครื่องมือ
เครื่องมือในการทำให้เกิดความมกน้อยสันโดษขึ้นมา คือต้องมีการ**เสียสละ** มีอะไรเหลือ

กินเหล้าใช้ คาร์สละให้ผู้อื่นไป มีเวลาอยู่ว่างๆ ไม่ได้ทำอะไรให้เกิดประโยชน์ คาร์สละเวลาไปทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นบ้าง

นี่เป็นวิธีที่จะสกัดความโลภ ความอยากต่างๆได้ พระพุทธเจ้าจึงสอนให้มี**จาคะ** การเสียสละ พยายามใช้เวลาและสิ่งของต่างๆ ที่มีอยู่แต่ไม่มีความจำเป็นกับเรา เอาไปทำให้เกิดประโยชน์กับผู้อื่น แล้วก็ให้ดำรงอยู่เป็นปกติ ไม่ว่าจะทำอะไร ต้องระวังไม่ให้ไปสร้างความเดือดร้อนกับผู้อื่น เพราะถ้าไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นแล้ว ความเดือดร้อนนั้นก็จักกลับมาที่ตัวเรา เช่นอย่าเอาทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทองของผู้อื่นที่เขาไม่ได้อนุญาตมา อย่าทำร้ายชีวิตของผู้อื่น เพราะชีวิตเป็นสิ่งที่มีความค่า ที่ทุกคนรักและสงวน ไม่ต้องการให้ใครมาทำร้าย เมื่อชีวิตนั้นถูกทำร้ายไป ก็จะต้องสร้างความทุกข์ให้ทั้งกับคนที่ตายไป และคนที่รักเขา เช่นญาติสนิทมิตรสหาย จะต้องมีผู้ตามจับ เพื่อนำตัวไปลงโทษ เพราะถ้าปล่อยให้อยู่ในสังคม จะสร้างความเดือดร้อน ทำร้ายชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่นอีก ทำให้สังคมไม่สงบ ไม่มีความสุข มีแต่ความทุกข์ ความกังวลใจ จึงต้องตามจับเพื่อเอาไปกักขัง ไปลงโทษ หรือเอาไปทำลายเลยก็ได้ ขึ้นอยู่กับความร้ายกาจของเรา

จะทำอะไรจึงต้องระมัดระวัง ไม่ให้ไปกระทบ ไปเบียดเบียน ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็ชีวิต เป็นทรัพย์สิน ที่เป็นวัตถุก็ดีเป็นบุคคลก็ดี เช่นสามภรรยาของผู้อื่น ไม่ควรไปยุ่ง ไม่ควรไปเกี่ยวข้องด้วย นอกจากนั้นก็ต้องมีสัจจะ มีความจริงใจ พูดอะไรต้องเป็นความจริงไม่พูดในสิ่งที่ไม่จริง เพราะจะทำให้ผู้อื่นเกิดความเข้าใจผิดขึ้นมา จะทำให้เกิดความเสียหาย เช่นไปหลอกยืมเงิน แล้วสัญญาว่าจะเอามาคืน ทั้งๆ ที่ไม่เคยคิดว่าจะเอามาคืนเลย พอเขาหลงเชื่อให้เรายืมเงินไป เขาก็ต้องมาเสียใจภายหลัง เพราะไม่ได้รับเงินคืนนั่นเอง เป็นการโกหกหลอกลวง ไม่มีสัจจะ เป็นการเบียดเบียนสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ถ้าประพฤติแบบนี้แล้ว สังคมจะรังเกียจ จะไม่สามารถอยู่อย่างปกติเหมือนผู้อื่นได้ ถ้าไม่ถูกจับไปขังไว้ในคุกในตาราง ก็จะต้องถูกประหารชีวิตเลยทีเดียว จึงต้องระมัดระวังในการกระทำของเรา ถ้าอยากอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข

ประการสุดท้าย ต้องควบคุมจิตใจให้สงบนิ่ง เพราะเวลาสงบนิ่งแล้ว กิเลสตัณหาจะไม่ปรากฏ จะไม่สามารถทำงานได้ ในขณะที่จิตมีความสงบ มีความนิ่ง จิตจะมีความ**มักน้อย** มีความ**สันโดษ** จะไม่หิวไม่กระหาย ไม่อยากได้อะไรสิ่งนั้นสิ่งนี้ พอใจกับสิ่งที่มีอยู่ แล้วจะรู้สึกว่ามีอยู่ มันมากมายเกินความจำเป็นต่อการดำรงชีพเสียด้วยซ้ำไป แล้วจะทำให้ไม่อยากเอาส่วนที่เกินนี้ไปช่วยเหลือผู้อื่น ไปแจกจ่าย ไปทำบุญทำทาน ทำให้ใจมีความสุข มีความพอ เป็นการดำเนินชีวิตที่จะทำให้มีความสุขอย่างแท้จริง การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๐

หน้าที่ของมนุษย์

๓ กรกฎาคม ๒๕๔๘

วันนี้เป็นวันที่พวกเราใช้เวลาว่างจึงได้มาวัดกัน เพื่อปฏิบัติหน้าที่ของมนุษย์ พวกเราอาจจะไม่ทราบว่ามนุษย์มีหน้าที่อะไรบ้าง มีแต่พระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกเท่านั้นที่รู้ และได้ทำหน้าที่ของมนุษย์อย่างสมบูรณ์เต็มที่ จนได้รับประโยชน์อันสูงสุด ที่สัตว์โลกคือมนุษย์อย่างพวกเราจะรับได้ คือพัฒนาจิตใจของตน ให้ขึ้นไปถึงจุดสูงสุดคือพระนิพพาน นี่แหละคือหน้าที่ของมนุษย์ เกิดมาเพื่อมากระทำหน้าที่ ๓ ประการด้วยกัน ที่พระพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ ที่ได้มาตรัสรู้ จะทรงสอนให้กับสัตว์โลกทุกครั้งไป คือ ๑. ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ๒. ละการทำความชั่วทั้งหลายเสีย ๓. ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ กำจัดกิเลสตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจให้หมดสิ้นไป

เพราะไม่มีสัตว์โลกในภาพไหน ในบรรดาภาพที่มีอยู่ทั้งหมด ที่จะทำสิ่งเหล่านี้ได้ มีภาพของมนุษย์เพียงภาพเดียวเท่านั้น ที่สามารถจะทำความดี ละความชั่ว และชำระจิตใจของตนให้สะอาดบริสุทธิ์ได้ ภาพอื่นนั้นเป็นภาพสำหรับไปเสวยบุญ เสวยกรรม ถ้าไปเกิดในสวรรค์ เป็นเทพ เป็นพรหมก็ได้แต่เสวยบุญ คือความสุขที่ตนได้ทำไว้ในสมัยที่เกิดเป็นมนุษย์ ถ้าไปเกิดเป็นเดรัจฉาน ไปตกนรก ก็ต้องไปเสวยกรรม ที่เคยทำไว้ แต่จะไม่สามารถทำบุญ ละบาป ชำระจิตใจในภาพเหล่านั้นได้เลย เพราะไม่ใช่วิสัยที่จะทำได้นั่นเอง มีภาพเดียวภูมิเดียวในไตรภพนี้ คือภาพของมนุษย์นี่เท่านั้น ที่จะสามารถสร้างบุญสร้างกุศล ละเว้นจากการกระทำบาปทั้งหลาย ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจดได้ มีภาพของมนุษย์นี้เพียงภาพเดียวเท่านั้น

ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว ไม่ได้ทำบุญ ไม่ได้ละบาป ไม่ได้ชำระจิตใจของตนให้สะอาด ก็เสียชาติเกิด ไม่ได้รับประโยชน์อันพึงจะได้รับ เป็นประโยชน์ที่ดีที่สุด ที่เลิศที่สุด ไม่มี

อะไรในโลกนี้จะมีคุณค่า มีความประเสริฐเลิศโลก เท่ากับการได้บรรลุถึงพระนิพพาน ได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่ในวิสัยของพวกเรา ที่จะสามารถทำกัน ได้ ถ้าไม่ทำ ก็เท่ากับปล่อยโอกาสอันดีงาม ให้หลุดจากมือไป เป็นการเสียชาติเกิด เหมือนกับเวลาที่ได้เข้าไปในร้านเพชร ร้านพลอย ร้านขายทอง แล้วเจ้าของอนุญาตให้หยิบทุกสิ่งทุกอย่าง ที่มีอยู่ในร้านไปได้ แต่เรากลับไม่สนใจ กลับไปสนใจกับของสกปรก สิ่งต่างๆ ที่ถูกทิ้งไว้ในถังขยะ ไปซูดคุ้ยหาแต่ของที่สกปรก แทนที่จะเปิดตู้เก็บเพชร เก็บพลอย เก็บเงิน เก็บทองไว้ กลับไปสนใจกับเรื่องขยะทั้งหลาย อย่างนี้เป็น การเสียโอกาสที่ดี เจ้าของร้านอุตสาหกรรมมีจิตใจกว้าง อยากจะให้เราได้อาของดีๆ ไปกัน แต่ความโง่เขลาเบาปัญญาของเรา กลับเห็นเพชร พลอย เงิน ทอง เป็นของไม่มีคุณค่า กลับเห็นสิ่งที่อยู่ในกองขยะนั้น มีคุณค่า

ชีวิตของพวกเราจึงไม่ค่อยได้ดิบได้ดีสักเท่าไร ไม่ได้รับประโยชน์เท่าที่ควร ในฐานะที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เพราะภพภูมิของมนุษย์มีไว้สำหรับเติมน้ำมันให้กับชีวิต เหมือนกับสถานีบริการ ที่มีไว้สำหรับเติมน้ำมัน เติมนม เติมน้ำให้กับรถยนต์ เพื่อจะได้เดินทางไป ถึงจุดหมายปลายทางที่ดีได้ เช่นเรากำลังจะเดินทางกลับบ้าน น้ำมันใกล้จะหมด ก็ต้องมองหาปั้มน้ำมัน เมื่อเจอปั้มน้ำมันก็ต้องรีบเลี้ยวเข้าไป รีบเติมน้ำมัน เติมน้ำ เติมอะไรเสียก่อน เมื่อรถมีน้ำมัน มีน้ำ มีนม ก็พร้อมที่จะพาเราเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทาง ที่ต้องการไปได้ แต่ถ้ากลับมัวโอ้อ้อ ถึงปั้มน้ำมันแล้วแทนที่จะไปซื้อน้ำมัน กลับไปซื้อสุรามาดื่ม ซื้อบุหรี่ยาสูบ ซื้อขนมมารับประทาน จนไม่มีเงินเหลือซื้อน้ำมันเติมใส่รถ พอขับรถออกไปได้ไม่กี่ไกล น้ำมันหมดก็ต้องจอด ไปไม่ถึงจุดหมายปลายทาง

นี่คือภพชาติของมนุษย์เป็นอย่างนี้ เป็นที่มาเติมน้ำมันของชีวิต เราเป็นนักท่องเที่ยว นักเดินทาง ในภพน้อยภพใหญ่ ใน **สังสารวัฏ** เวียนว่ายตายเกิด เกิด แก่ เจ็บ ตาย ถ้าไม่มีผู้วิเศษอย่างพระพุทธเจ้า มาบอกเราว่าควรจะทำอะไร ควรจะตั้งเป้าไว้ที่ไหน เราก็จะไม่รู้ เราก็จะใช้ชีวิตของเราแบบสุ่ซู่ซู่ซาย แบบไม่มีสาระ ใ้ไปตามอำนาจของกิเลส ตัณหา ความโลภ ความอยากทั้งหลาย ถ้าปล่อยให้เป็นไปอย่างนี้ ผลก็คือการเวียนว่ายตายเกิด ในภพน้อยภพใหญ่ แบบไม่รู้จักจบจักสิ้น แต่ถ้ามีโอกาส มีวาสนา ได้เกิดมาเจอ

พระพุทธเจ้าก็ดี พระศาสนาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศไว้ก็ดี ได้ยื่นได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จนรู้ว่าสิ่งที่ดีที่สุดในมนุษย์ก็คือ **การทำความดี ละความชั่ว** **ชำระจิตใจของตนให้สะอาดหมดจด** เมื่อรู้แล้ว ก็ควรรีบนำไปปฏิบัติ เพราะเมื่อได้ปฏิบัติแล้ว ผลอันดีเลิศที่พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลายได้บรรลุถึง ก็จะกลายเป็นผลที่พวกเราจะได้บรรลุกัน

พวกเรากำลังแสวงหาความสุข พยายามหนีความทุกข์ด้วยกันทุกคน แต่ไม่รู้จักวิธีที่ถูกต้อง จึงมักเดินไปพบกับความทุกข์อยู่เรื่อยๆ ความสุขจะไม่ค่อยได้เจอเท่าไร ถ้าเป็นความสุขก็เป็นแบบจอมปลอม เป็นความสุขที่มีความทุกข์ซ่อนเร้นอยู่ภายใน ได้มาใหม่ๆ ก็มีความสุข แต่หลังจากนั้นแล้ว สิ่งที่ได้มาก็กลายเป็นความทุกข์ไป ไม่ว่าจะ เป็นวัตถุหรือบุคคล ล้วนเป็นเช่นนั้นทั้งสิ้น เวลาได้ใครมาใหม่ๆ เป็นสามี เป็นภรรยา เป็นคู่ครอง เราจะมีความสุขดีใจ มีความสุข แต่หลังจากอยู่กันไปได้สักระยะหนึ่งแล้ว ก็จะเกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมา เกิดความจำเจ เกิดความชินชา เกิดการทะเลาะเบาะแว้ง เกิดการขัดใจกันขึ้นมา คนที่เคยรักก็เลยกลายเป็นคนที่น่าเกลียด น่าชังไป คนที่ให้ความสุข ก็กลายเป็นคนที่ไม่ให้ความทุกข์ไป เพราะนี่คือธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่าง ที่พวกเราเข้าไปเกี่ยวข้อง ไปแสวงหา

แต่เนื่องจากเรามีความมืดบอด คือ **โมหะ** ความหลง **อวิชชา** ความไม่รู้จริง จึงทำให้เห็นผิดเป็นชอบ เห็นความทุกข์ว่าเป็นความสุข เห็นว่าสิ่งต่างๆ ในโลกนี้จะให้ความสุขกับเรา จึงตะเกียกตะกายพยายามแสวงหากัน แบบแทบเป็นแทบตาย เกือบแทบทุกลมหายใจก็ได้ พยายามจะหาสิ่งนั้นมา สิ่งนี้มา หาบุคคลนั้นมา หาบุคคลนั้นมา เพราะคิดว่าเมื่อได้มาแล้ว จะทำให้มีความสุขนั่นเอง แต่เราไม่มีปัญญา ไม่พิจารณา ไม่รู้ถึงธรรมชาติที่แท้จริงของสิ่งต่างๆ ที่เราอยากได้มาครอบครองว่า เป็น **ไตรลักษณ์** คือ ๑. เป็น **อนิจจัง** ไม่เที่ยง ๒. เป็น **ทุกข์** ๓. เป็น **อนัตตา** ไม่ใช่ตัวตน ไม่สามารถควบคุมบังคับ ให้เป็นไปตามความต้องการของเราได้ พอได้อะไรมานี้ ก็จะเริ่มเปลี่ยนแปลงไปทันที เปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะ จากของใหม่ก็จะกลายเป็นของเก่า จากของดีก็จะกลายเป็นของชั่วร้าย เมื่อชั่วร้ายแล้ว จะให้ความสุขได้อย่างไร มีแต่จะกลายเป็นภาระ ที่เราจะต้องหาเงิน

หาทองมาซ่อมแซม เวลาซื้อรถยนต์มาใหม่ๆ ขับไปไหนมาไหนก็สะดวกดี เมื่อใช้ไปเรื่อยๆ ก็เริ่มชำรุดขึ้นมา ต้องเสียเงินเสียทองไปซ่อมแซม บำรุงรักษา กลายเป็นภาระ กลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา นี่เป็นธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่าง เราห้ามไม่ได้ ไม่อยู่ในความควบคุมของเรา จะไปอธิษฐานจิตขอกับพระว่า ขอให้ได้สิ่งที่ดีมา แล้วขอให้สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง ให้เป็นไปตามความต้องการของเราเสมอ ไม่ใช่วิสัยที่จะขอได้ เพราะโดยธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่าง ที่เราเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย ไม่ว่าจะเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นข้าวของต่างๆ ล้วนอยู่ในกรอบของ**ไตรลักษณ์**ทั้งสิ้น ล้วนเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ควบคุมบังคับให้เป็นไปตามความต้องการได้

แต่พวกเราขาดปัญญากัน ไม่เห็น**ไตรลักษณ์** ผู้ที่จะเห็น**ไตรลักษณ์**ได้ ต้องเป็นคนระดับ พระพุทธเจ้าเท่านั้น คนที่มีบุญบารมีแก่กล้า พอที่จะมองเห็นสิ่งเหล่านี้ได้เท่านั้น ถึงจะเห็นได้ แล้วรู้ว่าควรจะทำปฏิบัตินับกับสิ่งเหล่านี้อย่างไร รู้ว่าต้องหักห้ามจิตใจ ไม่ให้ไปหลงไปชอบ ไปยินดีกับสิ่งต่างๆทั้งหลาย ที่มีอยู่ในโลกนี้ อย่าไปหวังหาความสุขจากสิ่งต่างๆเหล่านี้ แต่ให้หันเข้ามาหาความสุขภายในจิตใจของตน นี่แหละจึงเป็นเหตุที่มาของหน้าที่ของพวกเรา ที่มีอยู่ ๓ ประการด้วยกัน คือ **ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ละการกระทำบาปทั้งหลาย แล้วก็ชำระจิตใจ ชำระกิเลสตัณหาทั้งหลาย ให้หมดออกไปจากจิตจากใจเสีย** เพราะถ้าได้ทำแล้ว จิตใจจะเข้าสู่ความสงบ เข้าสู่ความร่มเย็นเป็นสุข เข้าสู่ความอิมหันต์สำราญใจ เข้าสู่ความพอ

นี่คือธรรมชาติของจิตใจ เป็นอย่างนี้ ไม่ได้อึด ไม่ได้สุขกับวัตถุข้าวของ เงินทอง กับสัตว์กับบุคคลต่างๆ แต่สุขเพราะทำความดี ละความชั่ว ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด เราจึงต้องทำหน้าที่ของเราให้ครบถ้วนให้จงได้ ถ้าไม่ได้ทำ ก็เท่ากับเกิดมาเสียชาติเกิดนั่นเอง ชาติอันดีชาติอันวิเศษ แต่กลับไม่เอามาใช้ ให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ เหมือนกับไก่ที่ได้พลอย แต่ไม่สนใจเพราะกินไม่ได้ จะหาแต่ตัวหนอนกินอย่างเดียว เวลาคุ้ยเขี่ยไปเจอเพชรเจอปวยเข้า ก็เขี่ยทิ้งไป เพราะไม่มีปัญญาที่จะเห็นคุณค่าของเพชรของพลอย แต่พวกเราไม่ใช่ไก่ ถึงแม้จะเป็นไก่มาก่อน แต่ก็เป็นไก่ที่ฉลาด เพราะมีครูมีอาจารย์ มีพระพุทธเจ้า มีพระอริยสงฆ์สาวกคอยสั่งคอยสอน ให้รู้ว่าอะไรเป็นเพชร อะไรเป็น

พลอย อะไรเป็นไส้เดือน อะไรเป็นตัวหนอน ให้รู้จักแยกแยะ แล้วจะได้สมบัติอันวิเศษ
อันประเสริฐติดตัวไปตลอดอนันตกาล คือความสุขที่เรียกว่า **ปรมัง สุขัง**นั่นเอง

การสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด การอยู่เหนือความทุกข์ทั้งหลาย นี่แหละคือสิ่ง
วิเศษ สิ่งที่มีมนุษย์ทั้งหลายใฝ่ฝัน ใฝ่หากัน แต่ไม่รู้ว่ายู่ที่ไหน เป็นอย่างไร มีแต่
ความเห็นผิดเป็นชอบ เพราะขาดครู ขาดอาจารย์ที่จะมาชี้บอก กลับชอบหาของในกอง
ขยะ แทนที่จะหยิบเพชรพลอยเงินทองในตู้ กลับไม่สนใจ กลับไปสนใจคู้ยเขี่ยหาเศษหา
เดน ที่มีอยู่ในถังขยะนั้นแหละ นี่แหละคือสิ่งที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ ผู้ที่ยังมีความมืดบอด
มีความลุ่มหลง ไม่ได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอน อันประเสริฐของพระพุทธเจ้า จึงเห็น
ขยะทั้งหลายเป็นสิ่งมีคุณค่า จึงพยายามแสวงหาแต่ขยะ แล้วในที่สุดก็ต้องมาร้องท่อม
ร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจ ว่าวุ่นขุนมัว มีแต่ความทุกข์รุมเร้าจิตใจอยู่ตลอดเวลา เพราะไม่มี
ของดีของวิเศษมาปกป้อง มาทำลายความทุกข์ ความรุ่มร้อนของจิตใจ

สิ่งที่พวกเราทั้งหลายเห็นว่าเป็นสิ่งที่เลิศ ที่วิเศษ แต่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวก
ทั้งหลายกลับเห็นเป็นเศษขยะ ก็คือ**ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** เป็นสิ่งที่พวกเราทั้งหลาย
อุตล่ำท่าหากันแทบเป็นแทบตาย อยากจะร่ำ อยากจะรวย อยากจะใหญ่อยากจะโต
อยากจะให้คนยกย่องสรรเสริญเยินยอ อยากจะมีเงินไว้ไปเที่ยวเตร่อย่างเต็มที่ อยากจะ
ดู อยากจะฟัง อยากจะกิน อยากจะดื่ม สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นขยะทั้งสิ้น ในสายตาของ
นักปราชญ์อย่างพระพุทธเจ้า และพระอรหันตสาวกทั้งหลาย เพราะเหตุใด เพราะไม่เป็น
ความสุขที่จีรังถาวร แต่เป็นความสุขที่ซ่อนเร้นด้วยยาพิษ คือความทุกข์อย่างรุนแรง
สังเกตดูมีใครในโลกนี้บ้างที่ไม่ร้องท่อมร้องไห้ ไม่เศร้าโศกเสียใจ ไม่กระโดดตึกตาย ฆ่า
ตัวตายกัน คนพวกนี้ก็ล้วนมีลาภ ยศ สรรเสริญ สุขด้วยกันทั้งนั้น แต่เมื่อถึงเวลาที่ลาภ
ยศ สรรเสริญ สุข เลื่อมไป สูดไป หมดยุบไป ก็เหมือนกับตกรอกทองแดง ไม่สามารถอยู่
อย่างปกติสุขได้ ทนอยู่ไม่ได้

คนเคยรวยแล้วต้องมาจน จะอยู่สู้หน้าชาวบ้านไม่ได้ คนที่เคยเป็นใหญ่เป็นโต ต้อง
กลายเป็นคนธรรมดาสามัญ จะรู้สึกว่าย่ำอายขายหน้า ทนที่จะไปเผชิญหน้ากับคนอื่น
ไม่ได้ คนที่เคยมีแต่คนยกย่องสรรเสริญเยินยอ แล้วอยู่ดีๆก็ไม่มีใครยกย่องสรรเสริญ

ยินยอม จะมีความรู้สึกว่าเหว เปลาเปเลี้ยวใจ คนที่เคยได้กิน ได้เที่ยว ได้ใช้เงินใช้ทอง
อย่างสุขุ่ยสุขร้าย อย่างเต็มที่ เมื่อขาดเงินขาดทองแล้ว จะไม่สามารถอยู่ต่อไปได้ นี่แหละ
คือความทุกข์ คือยาพิษ ที่ซ่อนเร้นอยู่ในความสุข แห่งลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นี่เอง
พวกเราถ้าไม่คิดกัน จะไม่เห็น ต้องอาศัยคนช่างคิด ช่างพิจารณาอย่างพระพุทธเจ้า
เท่านั้น ที่จะมองเห็นยาพิษที่ซ่อนเร้นอยู่ในกองขยะ ที่พวกเราทั้งหลายกำลังหลง
ระเริงกันอยู่

นี่แหละคือความแตกต่างระหว่างพวกเรากับพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้ามีปัญญา มีดวงตา
เห็นธรรม ไม่มีเมฆหมอกปิดบัง เหมือนกับสายตาของพวกเรา ที่มีโมหะอวิชชา เมฆ
หมอกแห่งความมืดบอด ปกปิดใจของเรา ทำให้เห็นทุกสิ่งทุกอย่างกลับตาลปัตรไป เห็น
สิ่งที่ดีกลายเป็นสิ่งที่ไม่ดีไป เห็นสิ่งที่ไม่ดีกลายเป็นสิ่งที่ดีไป เราจึงตะครุบแต่สิ่งที่ไม่ดี
อยู่เรื่อยไป เมื่อมันแต่ไปทำสิ่งที่ไม่ดี ทำตรงกันข้ามกับสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แล้ว
เราจะดีขึ้นได้อย่างไร พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ทำความดี กลับไปทำความชั่ว
พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ละการทำความชั่ว กลับไปทำความชั่วมัน พระพุทธเจ้าทรง
สอนให้ชำระกิเลสตัณหา กลับไปส่งเสริมกิเลสตัณหา ให้มีมากยิ่งขึ้นในจิตใจ แล้วจะ
ไปหาความสุขความเจริญมาจากที่ไหน เพราะสิ่งต่างๆที่ประพฤติปฏิบัตินั้น ล้วนเป็นการ
สร้างความทุกข์ สร้างความเสื่อมเสียให้กับเราทั้งนั้น แล้วจะไปเอาความสุขความเจริญมา
ได้อย่างไร

ถ้าต้องการความสุขความเจริญ ก็ต้องทำหน้าที่ของมนุษย์ให้สมบูรณ์ คือต้องทำความดี
ให้ถึงพร้อม ต้องละความชั่ว ละบาปกรรมทั้งหลาย ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด เวลา
โลกก็อย่าไปโลกตาม เวลาอยากก็อย่าไปอยากตาม ให้ใช้เหตุใช้ผล ว่าสิ่งที่ต้องการนั้น
มีความจำเป็น ต่อการดำรงชีพหรือไม่ ถ้าเป็นสิ่งที่จำเป็น ก็ไม่เป็นความโลภ ไม่เป็นความ
อยาก แต่เป็นความจำเป็น เช่นอาหารที่รับประทานเป็นสิ่งที่จำเป็น ต้องมีอาหารไว้
รับประทาน แต่ต้องรู้จักประมาณ อย่าไปรับประทานมากเกินไปเกินความจำเป็น เกินความ
ต้องการของร่างกาย ถ้าเป็นเช่นนั้นก็กลายเป็นความโลภขึ้นมาได้เหมือนกัน เวลาที่จะใช้

สอยอะไร ที่เกี่ยวกับเรื่องปัจจัย ๔ ที่เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ ก็ยังต้องมีความ**รู้จัก
ประมาณ** อย่าใช้เกินความจำเป็น

เช่นอาหารไม่จำเป็นจะต้องมีราคาแพงๆ อาหารทุกอย่างก็มาจากที่เดียวกัน มาจากไร่จากนาจากสวน แล้วก็มาขายที่ตลาด แล้วก็เอาไปทำที่บ้าน ที่ร้าน ที่โรงแรม เป็นอาหารชนิดเดียวกันทั้งสิ้น ต่างกันตอนรับประทานตามสถานที่ต่างๆ มีค่าใช้จ่ายอย่างอื่นบวกเข้าไปด้วย เลยทำให้มีราคาแพงขึ้นมา แต่คุณค่าไม่ได้แพงขึ้นตามราคา คุณค่าก็เท่าเดิม กินไข่เจียวที่บ้าน กับกินไข่เจียวที่โรงแรม ก็เป็นไข่เจียวเหมือนกัน แต่ไข่เจียวที่บ้านจานละสิบบาท แต่ที่โรงแรมกลายเป็นจานละร้อยบาท ขึ้นที่ราคาแต่ไม่ได้ขึ้นที่คุณค่า ถ้าคนไม่มีปัญญา ก็จะหลงคิดว่า กินไข่เจียวที่โรงแรมนี่มันวิเศษเลิศโลก ยิ่งมีเซฟฝรั่งมาทำให้กินด้วยแล้ว โอ้ย!ยิ่งวิเศษใหญ่ ที่แท้ก็ไข่เจียวเหมือนกัน กินเข้าไปในท้อง ออกมามันก็เป็นของที่ไม่มีใครปรารถนาเหมือนกันทั้งนั้น ไม่ว่าจะกินที่ไหนมันก็เป็นเหมือนกันทั้งสิ้น

จะกินอะไรจึงต้องใช้ปัญญา อย่าไปหลง หลงแล้วจะกลายเป็นทาสของความหลง จะต้องเหนื่อยยากกับการหาเงินหาทอง เพื่อซื้อของแพงๆกิน ที่ไม่มีคุณค่าราคาอะไรเลย เพียงแต่มนุษย์สมมุติกันขึ้นว่า มีคุณค่า มีราคา ก็หลงตามสมมุติไปเท่านั้นเอง แต่ความจริงแล้ว คุณค่าก็เท่ากัน ถ้ามีปัญญาแล้ว จะสามารถมองเห็นทะลุสิ่งเหล่านี้ได้ ก็จะไม่หลงตาม เมื่อไม่หลงตาม ก็ไม่ต้องเหนื่อย เพราะว่าสิ่งต่างๆนั้น ต้องใช้เงินใช้ทอง ของยิ่งแพงก็ต้องใช้เงินมาก ใช้เงินมากๆ ก็ต้องหามากๆ หามากๆก็เหนื่อยมากนะสิ นี่คือปัญหา ถ้าไม่มีปัญญา ก็จะถูกหลอกให้ไปวุ่นอยู่กับสิ่งที่ไร้ค่า อย่างที่ได้พูดไว้ในเบื้องต้นว่า เป็นเหมือนกับเศษขยะในถังขยะนั้นแหละ เรากำลังไปยุ่งกับพวกเศษขยะ กับถังขยะกัน แต่พวกเพชรนิลจินดา พวกเงิน พวกทอง กลับไม่สนใจกัน กลับปล่อยให้ปละละเลยชีวิตของเราจึงไม่ค่อยมีคุณค่าเท่าไร มองดูตัวเองที่ไรก็ไม่มีความรู้สึกรู้สึกภูมิใจเลย เพราะมองเข้าไปก็มีแต่กิเลส มีแต่ตัณหา มีแต่ความเห็นแก่ตัว มีแต่ความเกียจคร้าน มีแต่ความซัวซ่าต่างๆ ไม่มีศีล ไม่มีธรรมอยู่ในจิตใจของตนเลย มองเข้าไปที่ไร ก็ไม่มีความสุข

ไม่เหมือนกับคนที่ปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า คอยทำแต่ความดี ละ การกระทำบาปความชั่วทั้งหลาย ชำระกิเลสตัณหา ความเห็นแก่ตัว ความเกียจคร้าน ทั้งหลายที่มีอยู่ในจิตใจ ให้เบาบาง ให้หมดไป เวลามองดูตัวเอง ก็อดที่จะภูมิใจไม่ได้ ถึงแม้จะไม่มีใครมายกย่องสรรเสริญเยินยอ แต่ก็อดที่จะสรรเสริญตัวเองไม่ได้ เพราะ เป็นอย่างนั้นจริงๆ มีอย่างนั้นจริงๆ อยู่ในตัว ทำไมจะยกย่องสรรเสริญตัวเองไม่ได้ เมื่อเป็นความจริง ไม่ต้องให้คนอื่นมายกยอปอขึ้น ถ้าไม่มีอะไร แล้ว ให้เขามายกยอปอ ขึ้น เท่ากับหลอกตัวเอง โทกตัวเอง หลงตัวเองนั่นเอง เพราะถ้าไม่มีความดี แล้วมีคน บอกว่าเรามีความดี แล้วไปหลงเชื่อ ก็เท่ากับเป็นคนตาบอดสอนคนตาบอด คนตาบอด นำคนตาบอด จะพาไปไหน ถ้าไม่พาไปตกหลุมตกบ่อตกเหว

ฉันใด**โมหะอวิชชา** ความมืดบอด ก็เป็นอย่างนั้น คนมืดบอด กับคนมืดบอดมาชมกัน โอ๊ย! เธอตัวอย่างนั้น เธอตัวอย่างนี้ ทั้งๆที่ทำแต่ความชั่วอยู่ตลอดเวลา ถ้าเป็นอย่างนี้จะ พาไปไหนกัน เมื่อไปยกย่องสรรเสริญว่าเขาดีเพราะทำความชั่ว เขาก็ยิ่งได้ออกได้ใจ ที่จะ ทำความชั่วต่อไป ทำความชั่วมากๆแล้วเวลาตายไป จะไปไหนถ้าไม่ไปตกนรกหมกไหม้ นี่แหละเป็นเรื่องของมนุษย์ที่ขาดศีลธรรม ขาดปัญญา ขาดธรรมะคำสอนของ พระพุทธเจ้า จะต้องมุ่งไปทางนั้นโดยถ่ายเดียว จะต้องมุ่งไปสู่สิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย ไม่ว่าจะ เป็นอบายมุขต่างๆ เช่นการเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน การคบคนชั่วเป็น มิตร เกียจคร้าน เหล่านี้แหละเป็นทางเดินของคนชั่ว เป็นทางเดินที่จะพาไปสู่รกต่อไป เพราะถ้าได้เกี่ยวข้องกับอบายมุขแล้ว สิ่งที่จะตามมาต่อไปก็คือการลักทรัพย์ การ ประพฤติผิดประเวณี การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การพูดปดมดเท็จโกหกหลอกลวง

จะเป็นสิ่งที่ถูกเรียกขึ้นมารับใช้ เพราะเมื่อเดือดร้อนจากการสูญเสียเงินทอง เช่นแพ้พนัน เมื่อไม่มีเงินทองแล้วจะทำยังไง ก็ต้องไปโกหกหลอกลวง ขอยืมเงินผู้อื่นมาก่อน แล้วจะ เอาไปใช้ที่หลัง แต่ก็ไม่มีโอกาสใช้เพราะ เมื่อได้เงินมาแล้วก็เอาไปเล่นพนันต่อ เล่นจน หมดแล้วจะเอาเงินไปใช้ได้อย่างไร หนักๆเขาก็ต้องไปลักขโมย แล้วก็ต้องไปฆ่าผู้อื่น เพราะเวลาไปจี้ ไปปล้น แล้วมีการต่อสู้กับเจ้าหน้าที่ตำรวจ ก็ต้องต่อสู้ จนถูกเขาฆ่า หรือ ต้องฆ่าเขา นี่คือนั่นที่จะเกิดขึ้นตามมา ถ้าไปเกี่ยวข้องกับพวกอบายมุขทั้งหลาย ไป

เกี่ยวข้องกับภาระทำความชั่ว จึงต้องระมัดระวัง ต้องพยายามยึดเอาสิ่งที่พระพุทธเจ้า
ทรงสั่งสอนมาปฏิบัติกับชีวิตให้ได้ เพราะเป็นสิ่งที่ดี มีแต่กำไรอย่างเดียว รับรองได้ว่าไม่
ขาดทุน ถ้าเดินตามแนวทางของพระพุทธเจ้าแล้วไม่มีการขาดทุน มีแต่จะกำไรเพิ่มมาก
ขึ้นไปเรื่อยๆ จนกลายเป็นมหาเศรษฐีอย่างพระพุทธเจ้าขึ้นมาเป็นเศรษฐีธรรม เป็นผลที่
เกิดจากการปฏิบัติหน้าที่ของมนุษย์อย่างสมบูรณ์ การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติ
ไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๑

คู่มือชีวิต

๖ กรกฎาคม ๒๕๔๘

วันนี้จะได้ฟังเรื่องชีวิตของพวกเขา ซึ่งเปรียบเหมือนกับการเดินทาง เวลาเดินทางไปไหน มาไหน ถ้ามีข้อมูลล่วงหน้าก่อนว่า สถานที่ที่จะไปอยู่ในสภาพอย่างไร ถนนหนทางที่จะไปเป็นอย่างไร ถ้ารู้สภาพต่างๆว่าเป็นอย่างไร ก็จะสามารถเตรียมการ เตรียมตัว เตรียมข้าวเตรียมของ ไว้รับกับสถานการณ์ได้ ถ้ารู้ว่าถนนหนทางที่จะไป เป็นแบบขึ้นเขาลงห้วย เป็นถนนที่ขรุขระ ไม่ราบเรียบ ไม่ได้ลาดยาง ก็ต้องคิดถึงรถยนต์ที่จะเอาไป ว่าควรจะเอารถยนต์ชนิดไหนไปดี สถานที่ที่จะไป อุทกสมบูรณ์ หรือแห้งแล้ง อดอยากขาดแคลน ถ้ารู้ล่วงหน้า จะได้เตรียมเสบียง เตรียมอะไรไปให้พร้อม สภาพอากาศเป็นอย่างไร รู้ไว้ก็ดี ว่าร้อนหรือหนาว ฝนตกน้ำท่วม หรือแห้งแล้ง ถ้ามีข้อมูลแล้ว จะได้เตรียมตัวเตรียมสิ่งของต่างๆ ไว้รับกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น เมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ จะได้ไม่เดือดร้อน ไม่ลำบากลำบาก เพราะมีทุกสิ่งทุกอย่าง ไว้รับกับสถานการณ์นั่นเอง

ชีวิตของพวกเขาที่เช่นเดียวกัน เป็นการเดินทางเหมือนกัน เราต้องเดินทางต่อไปข้างหน้า ถ้ารู้ล่วงหน้าก่อนว่า จะมีอะไรเกิดขึ้น ถ้าได้เตรียมตัวรับไว้ก่อน เวลาเกิดขึ้นก็จะไม่เดือดร้อน จะรับได้ พันฝ่าไปได้โดยไม่สะทกสะท้าน อย่างไม่เดือดร้อนใจแต่อย่างใด **คู่มือของชีวิตที่ดีที่สุดก็คือ พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า** เป็นเหมือนแผนที่ เป็นข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวกับสิ่งต่างๆที่จะเกิดขึ้นในกายภาคหน้า ถ้าได้ศึกษาดีแล้ว จดจำดีแล้ว ไม่หลงไม่ลืม เราก็จะพร้อมรับกับเหตุการณ์ต่างๆที่จะเกิดขึ้น แต่ถ้าไม่มีข้อมูลเตือนไว้ล่วงหน้า ก็จะไปแบบคนตาบอดไป ไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นข้างหน้า ก็เลยไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจ ไว้รับกับเหตุการณ์ต่างๆที่จะต้องเกิดขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็จะต้องว่าอุ่นชุ่มมัว ระล่ำระสาย เกิดความทุกข์อย่างมากตามมา

ชีวิตของเราจะดำเนินไปได้ด้วยดีหรือไม่ ก็ขึ้นอยู่กับ การเตรียมตัวเตรียมใจ รับกับ เหตุการณ์ต่างๆ ได้หรือไม่ มีข้อมูลพร้อมเพียง พอที่จะบอกให้รู้ว่า ควรทำตัวอย่างไร เตรียมตัวอย่างไร ให้รับกับสภาพต่างๆ เช่น ถ้ารู้ว่าฝนจะตก ก็เตรียมร่มไว้ เตรียมเสื้อ ฝนไว้ เตรียมที่กักเก็บน้ำไว้ เพื่อจะได้มีน้ำใช้ ถ้ารู้ว่าไปข้างหน้าจะแห้งแล้ง ก็เตรียมเอา น้ำเอาทำติดตัวไปด้วย จะได้ไม่เดือดร้อน ชีวิตของเราก็เป็นเช่นเดียวกัน ข้างหน้าจะมี เหตุการณ์ต่างๆ รอเราอยู่ ที่จะต้องพบ จะต้องเผชิญ ถ้ารู้แล้วและเตรียมตัวไว้ก่อน ก็ เท่ากับมีอาวุธไว้ต่อสู้กับศัตรู ศัตรูก็จะไม่สามารถทำลายเราได้ พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ ว่า พวกเราทุกคนเมื่อเกิดมาแล้ว ย่อมมีความแก่เป็นธรรมดา หลีกเลี่ยงความแก่ไป ไม่ได้ ย่อมมีความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นธรรมดา หลีกเลี่ยงความเจ็บไข้ได้ป่วยไปไม่ได้ ย่อมมีความตายเป็นธรรมดา หลีกเลี่ยงความตายไปไม่ได้ ย่อมมีการพลัดพรากจาก ของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง ย่อมมีการประสพพบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา เป็นเรื่อง ที่รอเราอยู่ข้างหน้า

เมื่อรู้แล้วว่า จะต้องเกิดขึ้น ถ้าได้เตรียมตัวเตรียมใจรับกับเหตุการณ์ต่างๆ ก็จะไม่ทำให้ เราเดือดเนื้อร้อนใจ เช่นรู้ว่าสักวันหนึ่งเราอาจจะต้องอยู่ตามลำพัง อยู่คนเดียว เราก็ ฝึกหัดอยู่คนเดียวไปก่อน อย่าไปหวังพึ่งอะไรมากเกินไป หัดพึ่งตนเองที่ เรียกว่า **อัตตา หิ อัตตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งของตน** อย่าไปหวังพึ่งใคร แต่ถ้ามีใคร ยินดีที่จะให้ความอุปการะ ให้การช่วยเหลือ ก็ไม่ขัดข้อง แต่ต้องพร้อมเสมอที่จะยืนหยัด บนลำแข้งลำขาของเราให้ได้ ถ้าได้เตรียมตัวไว้แล้ว ไม่ว่าเหตุการณ์อะไรจะเกิดขึ้น ก็จะไม่เดือดร้อน เพราะมีที่พึ่งอยู่ในตัว แต่ถ้าหวังพึ่งคนอื่น หวังพึ่งสิ่งอื่น มาให้ความสุขกับ เรา เมื่อบุคคลอื่น สิ่งอื่นนั้นเกิดมีการสูญเสีย เกิดมีการแยกจากเราไป เราก็จะลำบากลำบน เพราะเราไม่เคยอยู่ด้วยลำแข้งลำขา ด้วยกำลังของเรานั้นเอง เราเคยแต่พึ่งพาอาศัย ผู้อื่นมาอย่างต่อเนื่อง เมื่อผู้ที่เราได้พึ่งพาอาศัย เกิดมีความจำเป็นที่จะต้องจากเราไป เรา ก็จะไม่รู้จะทำอย่างไร ถ้าเป็นคนอ่อนแอมากๆ ก็อาจจะไม่มีกำลังจิตกำลังใจที่จะอยู่ ต่อไป ถึงกับต้องทำลายชีวิตของตนเลย ก็มีอยู่เป็นจำนวนมาก เพราะไม่รู้ว่า จะอยู่ อยากรุ่นตนเอง ทำมาหากินก็ไม่มี เป็นอยู่คนเดียวก็รู้สึกเศร้าสร้อยหงอยเหงา ไม่รู้ว่า จะอยู่ ไปทำไม ชีวิตแทบจะไม่มีจุดหมายเลย อยู่ไปก็มีแต่ความทุกข์ร้อนอยู่ตลอดเวลา

เลยเกิดความเห็นผิดขึ้นมา คิดว่าการทำลายชีวิตของตนเอง จะเป็นวิธีพาให้ตนพ้นจาก
ความทุกข์

แต่ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงไว้ว่า การทำลายชีวิตของตนเอง เป็นการส่งตนเองให้
ไปตกนรกอย่างยาวนาน เมื่อได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ก็จะต้องทำลายชีวิตของตนอีก
เพราะเป็นนิสัยติดตัวมา เกิดภาพไหนชาติไหนก็จะไม่รู้จักวิธีแก้ปัญหา เพราะไม่รู้จักวิธี
ฟังตนเอง ชอบฟังคนอื่น ชอบอาศัยคนอื่นอยู่เรื่อยๆ เมื่อถึงเวลาที่ไม่มีที่พึ่งแล้ว ก็
จะต้องแก้ปัญหาแบบเดิมๆ คือทำลายชีวิตของตนเองเสมอ ไม่มีโอกาสที่จะ
เจริญก้าวหน้ารุ่งเรือง แต่จะวนเวียนอยู่กับการตกนรกหมกไหม้ กับการมาเกิดเป็น
มนุษย์ มาฆ่าตัวเองอยู่อย่างนี้ แล้วก็ไปตกนรกต่อ วนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้ ไม่รู้จักจบ
จักสิ้น แต่ถ้าเป็นคนที่มีสติถึงเหตุการณ์ต่างๆ ของชีวิต ว่าไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน จะไป
หวังพึ่งพาทุกสิ่งทุกอย่าง ไปตลอดเวลาไม่ได้ ชีวิตมีขึ้นมีลงเป็นธรรมดา มีได้มีเสียเป็น
ธรรมดา ก็จะฝ่าฝืนจรรยาบรรณนี้ไปได้

เราจึงต้องหัดรับมือกับเหตุการณ์ต่างๆ อย่าไปคิดว่าจะต้องสุขเสมอไป ชีวิตมีทั้งความทุกข์
มีทั้งความสุขควบคู่กันไป มีความสุขได้ก็หมดได้ เมื่อความสุขหมดไป ความทุกข์ก็เข้า
มาแทนที่ ความทุกข์เข้ามาแทนที่ไม่นาน เดียวก็ออกไปอีก ความสุขก็กลับมาอีก ชีวิต
ของเราเป็นอย่างนี้ ส่วนของใจผู้ดำเนินชีวิตนี้ ความจริงแล้วก็ไม่มีอะไรสามารถทำลายได้
จะมีความทุกข์ขนาดไหนก็ตาม ก็ไม่สามารถทำลายใจนี้ได้ แต่สิ่งที่จะทำลาย หรือสร้าง
ความทุกข์ให้กับใจได้ก็คือ ความหลงนั่นเอง ไม่รู้ล่วงหน้าก่อนว่า จะมีเหตุการณ์อะไร
เกิดขึ้น เพราะเมื่อไม่รู้แล้วก็จะไม่เตรียมตัว ไม่รู้ว่าใจเป็นธรรมชาติอย่างไร ถ้ารู้ว่าใจเป็น
ธรรมชาติอย่างไร จะรับมือกับเหตุการณ์ได้อย่างไร ก็จะเตรียมตัวเตรียมใจรับมือกับสภาพ
เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ เพราะใจเป็นธรรมชาติที่รู้เท่านั้น

ถึงแม้จะสัมผัสรับรู้ความทุกข์มากน้อยเพียงไร หรือความสุขมากน้อยเพียงไร ก็ไม่ได้
เปลี่ยนแปลงไป ไม่ได้ทำให้ใจใหญ่ขึ้นหรือเล็กลง หรือหายไป ใจก็เป็นใจอยู่อย่างนั้น
ตลอดเวลา เป็นธรรมชาติที่ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่สูญหาย เป็นเพียงแต่รับรู้เรื่องราว
ต่างๆ ที่มากระทบกับใจเท่านั้นเอง ถ้าเป็นใจที่ฉลาด ก็จะรับรู้เฉยๆ แล้วก็ปล่อยวาง คือ

อะไรมาสัมผัสก็รู้ว่าได้สัมผัส สัมผัสแล้วก็ผ่านไป เหมือนกับโลหะเหล็ก เวลาเอาค้อนไปทุบ ก็ทุบไปหน่อย แต่เหล็กก็ไม่สูญหายไปไหน เอาอะไรนี่ๆ ไปทุบไปทา ก็ยังคงสภาพเดิมอยู่ ใจก็เป็นอย่างนั้น ถ้ามีปัญญารู้ว่าธรรมชาติของใจเป็นอย่างไร ก็จะไม่วิตก ไม่หวาดผวา เวลาที่จะต้องสัมผัสกับสิ่งต่างๆ ที่เลวร้าย ก็จะไม่สัมผัสรับรู้อันนั้น รู้แล้วก็ผ่านไป เช่นวันนี้มีความทุกข์มาก มีเรื่องวุ่นวายมาก มีไฟไหม้บ้าน มีขโมยขึ้นบ้าน มีคนคอยทำร้าย ใจก็รับรู้ตามความเป็นจริง พอเหตุการณ์ผ่านไป ใจก็ยังเป็นใจอยู่เหมือนเดิม

แต่ถ้าใจไม่ฉลาด ไม่มีปัญญา ไม่รู้ล่วงหน้าก่อนว่าจะมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น พอเกิดขึ้นมาก็ตกอกตกใจ คิดว่าจะต้องตาย จะต้องสูญเสียนั้นสิ่งนี้ไป ทั้งๆ ที่ความเป็นจริงแล้วใจเป็นสิ่งที่ไม่ตาย ใจไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะถูกทำลายให้หายไปได้ แต่เพราะใจมีความหลง จึงหลงยึดติดกับร่างกาย ว่าเป็นตัวเป็นตนขึ้นมา พอมีใครจะมาทำร้ายร่างกาย ก็เกิดความหวั่นวิตก เกิดความกลัวขึ้นมา จนเกิดความทุกข์ขึ้นมาอย่างมากมาย แต่ถ้าได้รับการศึกษา ได้รับการอบรม จากพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จะรู้ว่าใจเป็นธรรมชาติที่รับรู้เรื่องราวต่างๆ เท่านั้น ส่วนร่างกายก็เป็นเพียงสมบัติชิ้นหนึ่งของใจ เหมือนกับสมบัติชิ้นอื่นๆ เช่นรถยนต์ บ้าน สามี ภรรยา ลูก หลาน ล้วนเป็นสมบัติที่ไม่จีรังถาวร มีการเปลี่ยนแปลง มีการเจริญ มีการเสื่อม มีการเกิด แล้วมีการดับไปเป็นธรรมดา

แต่ใจผู้รู้ ผู้เป็นเจ้าของสมบัติเหล่านี้ ไม่ได้สูญหาย ไม่ได้เกิด ไม่ได้ดับไปกับสมบัติต่างๆ เหล่านี้ ใจก็ยังอยู่เหมือนเดิม สมบัติต่างๆ ถึงแม้จะมีมากมายกายกอง ก็ไม่ได้ทำให้ใจใหญ่ขึ้น หรือวิเศษขึ้น เวลาสูญเสียมบัติอะไรไป มากน้อยเพียงไร ก็ไม่ได้ทำให้ใจเสื่อมลง เล็กลงแต่อย่างใด ใจก็ยังคงเดิมอยู่อย่างนั้น นี่เป็นธรรมชาติของใจ ใจมีหน้าที่อย่างเดียว คือรับรู้เรื่องราวต่างๆ ถ้ามีปัญญาก็จะทำหน้าที่นี้ได้สมบูรณ์ แต่ถ้าขาดปัญญามีความหลงแล้ว ก็จะเริ่มยึดติดกับสมบัติชั่วของเงินทอง ต่างๆ รวมถึงร่างกาย ว่าเป็นตัวตน เป็นของตน แล้วก็เกิดความวิตก เกิดความกังวล เมื่อร่างกายจะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เพราะไม่ได้ศึกษา ไม่มีข้อมูลคอยสอน คอยบอก คอยเตือนไว้ล่วงหน้าก่อนว่า เวลาดำเนินชีวิตไปแล้ว จะต้องมียะไรเกิดขึ้น

แต่ถ้ามีโอกาสได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะได้ยินเรื่องเหล่านี้ เรื่องสมบัติข้าวของเงินทอง ไม่ว่าจะป็นวัตถุ หรือบุคคล ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่มีความจริง ยั่งยืน เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาแล้วต้องดับไปเป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่ไม่มีใครสามารถควบคุม บังคับให้เป็นของของตน ให้อยู่กับตน ให้เป็นไปตามความต้องการของตนได้ตลอดไป เพราะเป็นของธรรมชาตินั่นเอง ธรรมชาติเช่นฝนฟ้า เราก็รู้ที่อยู่จะไปควบคุมบังคับไม่ได้ ฝนจะตกก็ห้ามไม่ได้ เวลาฝนหยุด อยากให้ฝนตก ก็ไม่ตก เพราะไม่ได้อยู่ในอำนาจของเรา ที่จะไปควบคุมบังคับได้นั่นเอง ฉันทใด ทุกสิ่งทุกอย่างที่ใจเข้าไปเกี่ยวข้อง เข้าไป ครอบครองก็เป็นเหมือนกัน แต่สิ่งเดียวที่ใจสามารถควบคุมได้ บังคับได้ ก็คือใจของตนเอง

ถ้ารู้จักควบคุมบังคับใจ ไม่ให้หลงระเหิงไปกับสิ่งต่างๆ ที่ได้มาเป็นสมบัติแล้ว ก็จะไม่ทุกข์ จะไม่วุ่นวาย จะไม่เศร้าโศกเสียใจ เมื่อสิ่งต่างๆ เหล่านั้นต้องพลัดพรากจากใจไป นี่แหละคือเรื่องราวของชีวิตของพวกเรา ที่เราต้องเผชิญ ต้องประสบ ต้องพบเห็น ถ้าไม่มีใครมาสอน มาบอก ก็จะเดินไปแบบคนลุ่มหลง คนไม่มีปัญญา ได้อะไรมาก็ดีอกดีใจ แทนจะตัวลอยขึ้นสวรรค์ แต่พอสูญเสียอะไรไป ก็เศร้าโศกเสียใจแทนจะตกนรกไป เพราะใจไปหลง ไปยึด ไปติด กับสิ่งต่างๆ ไม่รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นของชั่วคราว ทั้งนั้น ไม่ได้มีอะไรที่จะอยู่กับเราไปได้ถาวรตลอดเลย มีมาแล้วเดี๋ยวสักวันหนึ่งก็ไป เขาไม่ไปเราก็ไป เรื่องก็มีอยู่เท่านี้ ถ้าได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอน แล้วนำมาสอนจิตสอนใจ พยายามปรับใจ ให้ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง คือไม่ลุ่มหลง ให้รู้เฉยๆ ให้รู้ว่ามีอะไรแล้ว สักวันหนึ่งก็ต้องหมดไป

รู้เท่าแล้วใจก็จะปล่อยวาง จะไม่ยึดไม่ติด ไม่อยากให้เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ เพราะรู้ว่าบังคับควบคุมไม่ได้ เราไม่ควบคุมบังคับฝนฟ้า ดินฟ้าอากาศฉันทใด ก็ไม่ควรไปควบคุมบังคับสิ่งต่างๆ ที่ครอบครองอยู่ ถ้ายังมีหน้าที่ต้องดูแลรักษา ก็ดูแลไป รักษาไป เท่าที่จะสามารถทำได้ แต่ถ้าถึงเวลาที่จะเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ตามเรื่องของเขา เราก็อย่าไปวิตก อย่าไปกังวล ปล่อยไปตามความเป็นจริง เช่นสามีหรือภรรยาเกิดนอกใจ อยากจะทิ้งเราไป ก็ปล่อยเขาไป ไปห้ามเขาไม่ได้ แต่สิ่งที่ห้ามได้ก็คือใจของเรา เมื่อก่อน

นี่ไม่มีสามีคนนี้ ไม่มีภรรยาคนนี้ เราก็ออยู่ได้ ไม่เห็นเดือดร้อนอะไรเลย แล้วเมื่อเขาจะจากไป ทำไม่จะต้องเดือดร้อนด้วย คนในโลกนี้ไม่ใช่มีอยู่คนเดียว มีอยู่เป็นล้านๆ คนด้วยกัน คนนี้ไป หาใหม่ก็ได้ ถ้ายังอยากจะมีใหม่

ถ้าเป็นคนฉลาดก็จะคิดว่า หากคนใหม่มาเดี๋ยวก็เหมือนคนเก่าอีก ใหม่ๆก็ดีทั้งนั้น พออยู่กันไปสักพักหนึ่งแล้ว สันดานเก่าก็จะออกมา ชาติเก่าก็จะออกมา ซึ่งคนเราส่วนใหญ่แล้ว ชาติเก่าก็เป็นของไม่ดีทั้งนั้น เป็นคนขี้เกียจ เห็นแก่ตัว อย่างนี้เป็นต้น ไปอยู่กับใครที่ไหนดก็จะสร้างความเอือมระอา ให้กับผู้อยู่เสมอ ถ้าคิดได้อย่างนี้แล้ว อยู่คนเดียวดีกว่า เรื่องอะไรเอาเหมาใส่หัวทำไม ในเมื่ออยู่คนเดียวก็อยู่ได้ ในโลกนี้ก็มีความสุขอยู่ ๒ แบบด้วยกัน ความสุขที่เกิดจากสิ่งของบุคคลต่างๆ กับความสุขที่เกิดจากการปล่อยวาง คืออยู่คนเดียว ไม่ต้องมีอะไรก็อยู่ได้ อยู่ตามความเป็นจริงของใจ ถ้ารู้ว่าใจสามารถอยู่ตามลำพังได้ โดยไม่ต้องมีอะไร และจะอยู่อย่างมีความสุข มากกว่าการมีอะไรมาครอบครองเสียอีก เพราะเมื่อมีแล้ว ก็ต้องห่วง ต้องกังวล ต้องพลัดพรากจากกัน ต้องเศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ ร้องให้ แต่ถ้าอยู่คนเดียว จะไม่มีอะไรมาให้ความทุกข์กับเรา อยู่ตามลำพังก็มีความสุขได้

ถ้ารู้จักทำใจให้ปล่อยวาง อย่าไปอยากในสิ่งนั้นสิ่งนี้ เห็นอะไร อยากอะไร ก็ต้องสอนตนเองว่า เป็นของไม่เที่ยงทั้งนั้น ใต้อะไรมาเดี๋ยวก็เปลี่ยนไป ดีเดี๋ยวเดียว แล้วก็กลายเป็นของไม่ดีไป ได้มาไม่นาน เดียวก็จากไป ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างนี้ทั้งนั้น ถ้ามีปัญญาสอนใจอยู่เสมอ ว่าเรื่องราวต่างๆมันเป็นอย่างนี้ มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วดับไป ไม่มีอะไรคงเส้นคงวา ควบคุมบังคับไม่ได้ ใต้อะไรมา อยากจะให้อยู่กับเราไปนานๆ แต่เขาไม่อยากจะอยู่ เราจะทำอย่างไร ถ้าทำใจได้ก็ไม่มีปัญหาอะไร ไปก็ไป อยู่ก็อยู่ ต้องพยายามทำใจให้ได้ เพราะใจเป็นสิ่งที่ทำได้ แต่ไม่ค่อยชอบทำกัน เพราะไม่รู้ว่าการทำใจเป็นสิ่งที่เลิศ ที่วิเศษ เป็นการสร้างสรรณะที่พึงให้กับตน เพราะถ้าสามารถยืนหยัดอยู่ตามลำพังได้แล้ว ไม่ว่าจะอะไรจะมา อะไรจะไป ก็จะไม่มาสร้างความเดือดร้อนให้กับเรา จะไม่ตืออกดีใจ เหมือนกับคนที่มีความลุ่มหลง เวลาใต้อะไรมาก็จะตืออกดีใจ เพราะมองด้านเดียว มองแต่ด้านใต้ ไม่คิดถึงด้านเสียที่จะตามมา

แต่คนฉลาดจะมองทั้ง ๒ ด้าน มองด้านได้ด้วยและมองด้านเสียด้วย เพราะเป็นของคู่กัน ได้อะไรมากน้อยเพียงไร เมื่อตายไปแล้วก็ต้องเสียทุกอย่างไป เกิดมาก็ไม่ได้เอาสมบัติอะไรมาเลยแม้แต่ชิ้นเดียว เสื้อผ้ายังไม่มีติดตัวมาเลยเวลาเกิด เวลาตายไปก็ให้เราไว้ชุดเดียวเท่านั้นเอง เพื่อจะไม่ดูอุจาดตาเท่านั้น นอกจากนั้นแล้วก็ไม่ได้อะไรไป ในบรรดาสมบัติข้าวของเงินทองต่างๆ สิ่งที่จะได้ไปก็มีแต่บุญกับบาป ความโง่กับความฉลาดเท่านั้นเอง ถ้ามีบุญมีความฉลาดติดตัวไป ก็จะทำให้เราดำเนินชีวิตไป อย่างแคล้วคลาดปลอดภัย จนถึงจุดหมายปลายทางที่ประเสริฐเลิศโลก ที่บรรดานักปราชญ์ผู้ฉลาดทั้งหลาย ได้ดำเนินไปถึง นั่นก็คือพระนิพพานนั่นเอง นั่นแหละคือจุดหมายปลายทางของพวกเราทุกคน

ถ้ามีปัญญา มีบุญ มีความฉลาด ก็จะพาเราไปสู่จุดนั้น ถ้ามีความโง่เขลาเบาปัญญา ก็จะพาเราวนเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพน้อยภพใหญ่ เมื่อมีความโง่ เกิดความทุกข์ก็ฆ่าตัวตาย ก็ต้องไปตกนรกหมกไหม้ กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ก็จะใช้หนี้เสียเต็มๆ ดำเนินชีวิตเต็มๆ ฟุ้งสิ่งนั้นฟุ้งสิ่งนี้อยู่เรื่อยไป พอขาดสิ่งนั้นขาดสิ่งนี้ก็อยู่ไม่ได้ ก็ต้องทำลายชีวิตของตนเอง นี่คือการอยู่แบบโง่เขลาเบาปัญญา อยู่แบบไม่มีความรู้ ไม่สนใจที่จะศึกษาว่าเรียน ฟังเทศน์ ฟังธรรม ฟังคำสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้า ถ้าหมั่นฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ แล้วนำสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนมาใคร่ครวญพิจารณาอยู่เรื่อยๆ ก็จักเกิดปัญญาขึ้นมา เป็นอาวุธไว้ต่อสู้กับความหลง ที่ชอบหลงกให้ใจ ไปยึดไปติด ไปอยากสิ่งนั้น ไปอยากสิ่งนี้ แล้วก็ต้องไปทุกข์ ไปเศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ร้องไห้

ถ้ามีปัญญาคอยสอนจิตสอนใจแล้ว ก็จักบอกว่าอย่าไปอยาก อย่าไปเอาอะไรมากทั้งสิ้นใจไม่ต้องมีอะไรก็อยู่ได้ ทำใจให้สงบเท่านั้นก็พอ เพราะเมื่อสงบแล้วจะมีความอิมเอิบใจ มีความสุข มีปีติ การที่จะทำให้ใจให้อิมเอิบ มีความสุข มีความฉลาดรอบรู้ ก็ต้องทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ให้ปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอ นั่นก็คือ ๑. ให้หมั่นทำบุญให้ทานอยู่เรื่อยๆ ๒. ให้รักษาศีล ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ทำอะไรก็ต้องคำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น ชีวิตของผู้อื่น สมบัติของผู้อื่นเป็นสิ่งที่รักที่สงวน ถ้าไปทำลายหรือไปแย่งชิงมา เขาก็จะต้องเศร้าโศกเสียใจ วุ่นวายใจ แล้วเขาก็จะต้องมาชำระแค้นกับเรา จะทำให้เราไม่

สามารถอยู่อย่างสงบร่มเย็นเป็นสุขได้ การดูแลรักษาร่างกายของเรา ต้องทำด้วยวิธีที่
สุจริต ทำมาหากินด้วยสัมมาอาชีพ ๓. ให้ปฏิบัติธรรม พยายามฝึกฝนอบรมจิตใจของ
ตนให้สงบ สอนจิตสอนใจให้เกิดปัญญา

คอยเตือนตนเองอยู่เรื่อยๆว่า เกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจาก
ของรัก ของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง ต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา เป็นคติธรรมตา
ของโลก ไม่ว่าใครก็ตามเมื่อเกิดมาในโลกนี้แล้ว จะต้องเจอกับสิ่งเหล่านี้ทั้งนั้น ถ้าเจอ
ด้วยปัญญา ก็จะไม่ทุกข์ ถ้าเจอด้วยความโง่เขลาเบาปัญญา ก็จะต้องทุกข์ ต้องเศร้าโศก
เสียใจ ถ้าต้องการดำเนินชีวิตอย่างร่มเย็นเป็นสุข ไม่มีความทุกข์มารุมเร้าจิตใจ ก็ต้อง
หมั่นประพฤติปฏิบัติ ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า สอนจิตสอนใจอยู่เรื่อยๆ เพราะถ้าไม่
สอนแล้ว ก็จะลืมความแก่ ความเจ็บ ความตาย อย่าไปคิดว่าจะไม่ลืม พอออกจากวัดไป
บ๊ีบ เห็นอะไรสวยงามๆ ก็อยากได้แล้ว โดยไม่คิดเลยว่า สักวันหนึ่งสิ่งที่ได้มาก็ต้อง
จากเราไป ถ้าเคยสอนตนอยู่ตลอดเวลาว่า เดียวก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายแล้ว ได้
อะไรมาเล็กน้อยเพียงไร ก็ต้องทิ้งหมด ต้องจากกันไป ลู้อยาเอามาดีกว่า อยู่เฉยๆ อยู่
ตามลำพัง ไม่มีสมบัติอะไร เป็นการอยู่ที่สบายที่สุด เป็นการอยู่ที่สุขที่สุด เพราะไม่ต้อง
เป็นภาระกับการดูแลรักษา ไม่ต้องทุกข์ ไม่ต้องเศร้าโศกเสียใจ เมื่อต้องพลัดพรากจาก
สิ่งต่างๆไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๒

ทางเลือก

๙ กรกฎาคม ๒๕๔๘

พวกเราทำบุญที่วัดกัน เพราะเราเชื่อ เรามั่นใจ ในความเป็นนักปราชญ์ เป็นบัณฑิต ของพระพุทธเจ้า เราเชื่อว่าวิถีทางที่ได้ทรงดำเนินมา ได้นำมาเผยแผ่สั่งสอน ให้พวกเรา ได้ดำเนินตามนั้น เป็นวิถีทางของนักปราชญ์ เป็นทางที่จะนำไปสู่ความสุข และความ เจริญอย่างแท้จริง เรียกว่าเป็นกุศล เป็นความฉลาด คำว่า**กุศล** แปลว่า**ฉลาด** ส่วน**อกุศล** แปลว่า**ไม่ฉลาด** ทางดำเนินชีวิตของพวกเรา ก็มีอยู่ ๒ ทางด้วยกัน คือกุศลและอกุศล อยู่ที่เราจะเลือก กุศลเป็นทางที่พระพุทธเจ้าได้ดำเนินไป ส่วนอกุศลเป็นทางที่กิเลส ตัณหากำลังพาพวกเราไปกัน ถ้าไปทางพระพุทธเจ้า ก็จะไปแต่ที่ดี ได้รับผลที่ดีที่งาม ถ้า ไปทางอกุศล ทางกิเลสตัณหา ก็จะพาไปสู่ที่ต่ำ พาไปสู่ความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ความ เสื่อมเสีย

ทางดำเนินจึงเป็นเรื่องของพวกเราที่จะเลือกกัน ไม่มีใครเดินให้ใครได้ เราต้องเป็นผู้เดิน เอง เป็นผู้เลือกเองว่า จะเดินไปในทิศทางใด เพราะเป็นหลักธรรมชาติ ไม่มีใครเดินแทน กันได้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า **อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งของตน** ตนต้อง เป็นผู้ตัดสินใจเลือกทางเดินเอง จะไปในทางของนักปราชญ์ราชบัณฑิตอย่างพระพุทธเจ้า หรือจะเดินไปตามทางของคนพาล คน**โลภโมโหสัน** ทางของกิเลสตัณหา ก็เป็นทางเลือก ที่จะเลือกกันได้ แต่ถ้าได้ยินได้ฟังได้ศึกษา ถึงผลที่จะเกิดขึ้นตามมา ของทั้ง ๒ ทางแล้ว ว่าจะเป็นอย่างไร ก็จะรู้ว่าจุดหมายปลายทางของกุศลนั้น เป็นอย่างหนึ่ง จุดหมาย ปลายทางของอกุศล เป็นอีกอย่างหนึ่ง มีความแตกต่างกัน อย่างฟ้ากับดิน ร้อนกับเย็น สวรรค์กับนรก

ถ้าปล่อยให้ชีวิตของเรา ดำเนินไปตามทางของกิเลสตัณหา ตามทางของคนพาล ก็จะพา เราไปสู่**อบาย** นำพาเราไปสู่**นรก** แต่ถ้าดำเนินไปตามทางของนักปราชญ์มหาบัณฑิตอย่าง

พระพุทธเจ้า ก็จะไปสู่**สุดคติ** ไปสู่ภพภูมิที่มีแต่ความเจริญ มีแต่ความสุข ตั้งแต่มนุษย์
ขึ้นไป จากมนุษย์ก็ขึ้นไปเป็นเทพ เป็นพรหม ไปสู่**อริยมรรค อริยผล** เป็นทางของ
นักปราชญ์ อยู่ที่ว่าเชื่อหรือไม่ เป็นสิ่งที่ต้องพิสูจน์เอง ไม่มีใครพิสูจน์ให้เรา
ได้ เหมือนกับอาหารที่มีการโฆษณาไว้ว่า เป็นอาหารเลิศรสที่สุดในโลก ใครรับประทานแล้ว
จะต้องยอมรับว่าเป็นอาหารที่วิเศษจริงๆ แต่ถ้าเราไม่ได้ลิ้มรส ไม่ได้รับประทาน จะไม่รู้
เลยว่ารสชาติเป็นอย่างไรที่โฆษณาไว้หรือไม่ เพียงแต่ดูเฉยๆ มองเฉยๆ จะไม่รู้ว่าเป็น
อาหารเลิศโลก หรือเป็นยาพิษที่จะทำลายเรา

เช่นเดียวกับหนทางทั้งสองทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน ทางของบัณฑิตและทางของ
คนพาล มีผลแตกต่างกัน ทางของคนพาลก็จะพาไปสู่อบาย ไปสู่นรก ไปสู่ความทุกข์
ความเดือดร้อน ความเสื่อมเสีย ทางของบัณฑิต ก็จะพาไปสู่ความสุข ไปสู่ความ
เจริญรุ่งเรือง ไปสู่สวรรค์ ไปสู่การสิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด แห่งความทุกข์
ทั้งหลาย นี่เป็นทาง ๒ ทางที่พระพุทธเจ้าได้นำเสนอ อยู่ที่พวกเราจะเลือกไปทางไหนกัน
เหมือนกับอาหาร ๒ ชนิดให้เราเลือก ชนิดหนึ่งเอร็ดอร่อย อีกชนิดหนึ่ง เป็นอาหารที่บูด
รับประทานเข้าไปแล้วท้องจะเสีย ให้เลือกเอาว่าจะรับประทานชนิดไหน เพราะไม่มีใคร
บังคับ อยู่ที่เราจะตัดสินใจ จะเชื่อคนที่บอกเราหรือไม่

พระพุทธเจ้าก็เช่นเดียวกัน ทรงเสนอความจริงทั้ง ๒ ส่วน ส่วนที่ดีและส่วนที่ไม่ดี ให้
เลือกให้ตัดสินใจ แต่พระพุทธเจ้าไม่สามารถพิสูจน์ ความดีหรือความชั่วของทางทั้งสอง
ทางนี้ให้กับเราได้ เพียงแต่ได้พิสูจน์มาแล้วด้วยพระองค์เอง ทั้งทางดีและทางไม่ดี จนมี
ความมั่นใจพระทัยร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะได้สัมผัสกับผลอันเลิศ ที่เกิดจากการปฏิบัติดี
และได้สัมผัสกับผลที่เกิดจากการปฏิบัติไม่ดี จึงรู้ทั้งผลดีและผลร้ายของทั้งสองทาง จึง
ได้นำมาประกาศ มานำเสนอให้กับพวกเราได้รับรู้ เพื่อพวกเราจะได้มีทางเลือก เพราะใน
สมัยก่อนที่พระพุทธเจ้าทรงประกาศพระธรรมคำสอนให้กับสัตว์โลก พวกเราร้อยทั้งร้อย
ก็จะเลือกไปในทางไม่ดีทั้งนั้น เพราะเหตุใด เพราะจิตใจของเราถูกอำนาจของ**กิเลส**
ตัณหา โมหะ อวิชชาครอบงำอยู่นั่นเอง

เวลาทำอะไร ส่วนใหญ่จะทำตามอำนาจของความเป็นโลก ของความอยากทั้งสิ้น ไม่ได้คำนึงถึงเหตุถึงผลเลยว่า สิ่งในโลก ที่อยากนั้น ให้ผลดีหรือเสีย เช่นอยากดื่มสุรา อยากเที่ยว อยากเล่นการพนัน อยากอยู่เฉยๆ งอมือ งอเท้า เกียจคร้าน ไม่ชอบทำอะไร ไม่ขยันทำงาน ไม่ขยันเรียนหนังสือ แต่อยากจะได้อะไรเยอะๆ แต่ไม่มีความสามารถ ก็เลยต้องหาด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง ไปลัก ไปขโมย ไปฉ้อโกง ไปหลอกลวงผู้อื่น เพื่อจะได้มาในสิ่งที่ต้องการ อย่างนี้เป็นทางของคนที่ถูกกิเลส ตัณหา โมหะ อวิชชา ครอบงำจิตใจ ผลเสียจึงตามมา คือความทุกข์ ความรุ่มร้อนจิตใจ ถูกจับไปลงโทษ ไม่ถูกกักขังก็ถูกเขียนตีหรือถูกทำลายชีวิตไป เพราะถ้าปล่อยให้ทำอย่างที่เคยทำมา ก็จะต้องสร้างความทุกข์ สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น จึงไม่ปล่อยให้อยู่อย่างอิสระ ทำอะไรตามอำเภอใจ เพราะเมื่อไปปล่อยแล้ว ก็มักจะไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น

คนแบบนี้เป็นคนแต่ร่างกาย แต่จิตใจเป็นเดรัจฉาน เช่นสัตว์ร้ายทั้งหลาย พวกเสือสิงห์กระทิงแรด จึงต้องขังไว้ในคอกในกรง ไม่ปล่อยให้ออกไปเฟ้นฟ่านตามอำเภอใจ เพราะถ้าปล่อยให้อยู่นอกคอกนอกกรง จะไปสร้างความเดือดร้อน ให้กับผู้อื่นอย่างแน่นอน คนที่ไม่รู้ผิดถูกดีชั่ว ขาดกุศลความฉลาด ก็จะเป็นคนลักษณะนี้ มักจะ สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น เพราะไม่มีโอกาสได้พบกับนักปราชญ์ ไม่มีโอกาสได้พบกับบัณฑิต เช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ผู้รู้ดีเกี่ยวกับเรื่องผิดถูกดีชั่ว เรื่องการกระทำต่างๆ ว่าทำไปแล้ว จะมีผลอย่างไรตามมา ถ้ามีโอกาสได้พบ ก็จะได้ยินได้ฟังถึงทางทั้งสองทาง คือทางที่ดี ทางที่เจริญ ที่เรียกว่า**กุศล** และทางที่ไม่ดีทางที่เสื่อม ที่เรียกว่า**อกุศล** เมื่อรู้แล้ว จะได้เอามาเปรียบเทียบกับทางที่เราดำเนินอยู่ ว่ากำลังก้าวไปในทางใด ถ้าไปในทางที่ไม่ดี ก็จะได้แก้ไขปรับปรุง เพราะมีข้อมูลที่ต้องการ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนให้พวกเราได้รับรู้จัก เราจึงควรให้ความสำคัญกับสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ไม่ควรมองว่าธรรมะเป็นเรื่องล้าสมัย เป็นเรื่องโบราณ เป็นเรื่องงมงาย เพราะธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคำสอนของจอมปราชญ์เลยทีเดียว ไม่ใช่คนธรรมดา สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แม้ฟังไปแล้วอาจจะรู้สึกว่าเป็นเหมือนนิยาย ที่ไม่น่าจะเป็นไปได้ เพราะพวกเรายังขาดภูมิปัญญา ขาดความสามารถที่จะเข้าถึง สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ทรงรู้ทรงเห็นนั่นเอง

ถ้าเปรียบเทียบพวกเราก็เหมือนกับคนตาบอด ส่วนพระพุทธรูปเจ้าเป็นคนตาดี ย่อมเห็นสิ่งต่างๆ ได้เต็มที่ แต่คนตาบอดย่อมไม่เห็นอะไรเลย เมื่อไม่เห็นอะไรเลย เวลาคนตาดีมาบอกว่า มีสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่ ก็ไม่สามารถเห็นตามที่คนตาดีบอกได้ ก็จะคิดว่าเป็นสิ่งที่เหลือเชื่อก็ได้ นี่คือลักษณะของจิตใจของ **ปุถุชน** อย่างพวกเราทั้งหลาย เป็นอย่างนี้ จิตใจของพวกเรามีติดบอดด้วย **โมหะ อวิชชา** โมหะคือความหลง ความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นกลับตาลปัตร เหมือนกับคนตาบอด ถึงแม้จะมีแสงสว่างอยู่รอบตัว ก็จะเห็นแต่ความมืด เห็นความสว่างว่าเป็นความมืดไป ใครจะบอกว่าขณะนี้เป็นเวลากลางวันก็ไม่เชื่อ เพราะเขาอยู่ในความมืด เห็นแต่ความมืด ก็ต้องคิดว่าเป็นเวลากลางคืน

นี่คือจิตใจของพวกเรา ที่ถูกโมหะ ถูกอวิชชาความไม่รู้จริงครอบงำอยู่ ก็จะเห็นอย่างนี้ เห็นไม่ตรงกับความจริง เช่น **เห็นความเที่ยงแท้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน** **เห็นความสุขในสิ่งที่เป็นทุกข์** **เห็นตัวตนในสิ่งที่ไม่ตัวตน** พวกเราตั้งแต่เกิดมาก็ไม่เคยคิดเลยว่า ลักรวันหนึ่งจะต้องตาย มีแต่คิดจะอยู่กันไปตลอด ไม่เคยคิดเลยว่าจะต้องจากโลกนี้ไป นี่คือการเห็นความเที่ยงในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ส่วนการเห็นความสุขในสิ่งที่เป็นทุกข์ ก็คือการเห็นว่าความสุข เกิดจากการมีสมบัติข้าวของเงินทอง มีตำแหน่งใหญ่โต มียศถาบรรดาศักดิ์ มีคนสรรเสริญเยินยอ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะชนิดต่างๆ ที่ถูกอกถูกใจ ให้เสพตามความต้องการ เช่น ไปเที่ยว ไปดูหนังฟังเพลง ไปรับประทาน ไปดื่ม

แต่ความจริงแล้วกลับเป็นความทุกข์ เพราะอะไร เพราะวันไหนที่อยากไปเที่ยวแล้วไม่ได้ไป จะรู้สึกอย่างไร จะมีความสุขหรือไม่ ไม่มีความสุขแล้ว เพราะไม่ได้ไปเที่ยวดังใจ อยากจะไปดูหนังฟังเพลง ไปดื่ม ไปกิน แต่ไม่มีเงินไป ก็จะต้องเศร้าสร้อยหงอยเหงาอยู่กับบ้านกับช่อง เป็นความทุกข์ขึ้นมาแล้ว ทุกข์ที่เกิดจากการไม่ได้เสพสิ่งที่อยาก แต่คนที่รู้ว่าสิ่งเหล่านี้เป็นความทุกข์ เขาก็หักห้ามจิตใจ ไม่เสพสิ่งเหล่านี้ ไม่ดูหนังก็ไม่ตาย ไม่ไปเที่ยวก็ไม่ตาย ถ้าจะดื่มจะกิน ก็ดื่มกินเพราะความจำเป็น เพื่อรักษาอัตรภาพร่างกายเท่านั้น แต่ไม่ได้ดื่มกินเพื่อความสนุกสนาน เพื่อความสุขอะไร เมื่อสามารถฝึกจิตใจ

ไม่ให้ไปติดพันได้แล้ว ความอยากก็ไม่มาผลักดัน ให้ออกไปดื่ม ไปกิน ไปเที่ยว เมื่อไม่มีความอยากมาผลักดันให้ออกไป ก็ไม่มีความทุกข์ใจ อยู่บ้านเฉยๆก็มีความสุข

การเห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข คือการเห็นว่าการมีเงินมากๆ มีตำแหน่งสูงๆ มีคนสรรเสริญเยินยอแล้ว จะมีความสุข แต่ไม่เคยมองในมุมกลับ เวลาเงินทองหมดไปจะทำอย่างไร เมื่อมีความสุขกับการมีเงิน พอไม่มีเงินขึ้นมาก็ต้องกลายเป็นความทุกข์ขึ้นมาทันที เมื่อเคยมีความสุขกับการมีตำแหน่งใหญ่ๆโตๆ พอถึงเวลาถูกปลด จะรู้สึกอย่างไร จะต้องรู้สึกทุกข์มากแน่นอน ทั้งๆที่เมื่อก่อนเคยไม่มีตำแหน่ง ก็อยู่ได้ ไม่เห็นทุกข์อะไรเลย แต่พอไปมีตำแหน่งเข้า แล้วถูกปลดไป ก็ต้องทุกข์จนเกือบจะทนอยู่ต่อไปไม่ได้เลย อย่างนี้จะเป็นความสุขได้อย่างไร มันเป็นความทุกข์ที่รอเราอยู่ทั้งนั้น รอตอนที่ไม่มีเงิน ตอนที่ถูกปลดออกจากตำแหน่ง ตอนที่ไม่มีคนสรรเสริญชื่นชมยินดี ตอนที่มีคนตำหนิติเตียนด่าว่า ความสุขก็จะกลายเป็นความทุกข์ขึ้นมา เพราะเคยกับการได้เงินได้ทอง ได้ตำแหน่งสูงๆ ได้รับการสรรเสริญเยินยอ พอเปลี่ยนหน้ามือเป็นหลังมือ ก็ทนรับกับสภาพนี้ไม่ได้

ถ้ารู้ว่าเป็นความทุกข์ ไม่เป็นความสุข ก็จะไม่ยินดีกับสิ่งเหล่านี้ ได้เงินมาก็เอาไวใช้เท่าที่จำเป็น ไม่ต้องมีมาก พอเลี้ยงปากเลี้ยงท้องได้ พออยู่พอกินก็พอแล้ว จะได้ตำแหน่งอะไรก็ไม่ยึดไม่ติด ได้มาก็รับไว้ ต้องการจะเอาคืน ก็คืนเขาไป การสรรเสริญก็เช่นเดียวกัน เป็นปากของคนอื่น บังคับเขาไม่ได้ จะชม จะด่า ก็ห้ามเขาไม่ได้ แต่สิ่งที่เราห้ามได้คือใจของเรา อย่าไปหลง ต้องคอยเตือนใจเสมอว่า มันเปลี่ยนแปลงได้ ชมเราวันนี้ พรุ่งนี้ก็ด่าเราได้ ด่าเราวันนี้ พรุ่งนี้ก็ชมเราได้เหมือนกัน ไม่มีอะไรแน่นอนตายตัว ถ้าไม่ไปยึดไปติด ไม่ไปยินดียินร้ายแล้ว ก็จะเป็นแต่ลั๊กแต่ว่า เป็นลมปากเฉยๆเท่านั้นเอง เพราะเราเข้าใจถึงความจริงของสิ่งเหล่านี้ จึงได้เตรียมตัวเตรียมใจ ไว้หักห้ามจิตใจไม่ให้ไปหลงไปยินดี เวลาถูกใครชม เพราะถ้ายินดีแล้ว ก็จะต้องเกิดความทุกข์ตามมา เมื่อเขาไม่ชมหรือด่าเรา

นี่แหละคือการเห็นกลับตาลปัตร เป็นความหลง เห็นผิดเป็นชอบ เห็นความเที่ยงแท้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เห็นความสุขในสิ่งที่เป็นทุกข์ เห็นตัวตนในสิ่งที่ไม่มีความตัวตน เรา

เห็นอะไรเป็นตัวตนบ้าง ก็เห็นร่างกายของเรานี้เป็นตัวเป็นตน เป็นเรา เป็นของเรา แต่พระพุทธรูปเจ้ากับพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย กลับเห็นตรงกันข้ามกับเรา กลับเห็นว่าไม่มีตัวไม่มีตน อยู่ในร่างกายนี้ ลองพิจารณาดู แยกแยะอาการต่างๆออกมา ผมก็สักแต่ว่าเป็นผม ผมมีตัวตนไหม เวลาตัดผมทิ้งไป มันกลายเป็นอะไรไป ก็กลายเป็นดินไป เล็บตัดทิ้งไป ก็เหมือนกัน หนังเนื้อเอ็น กระดูก อวัยวะต่างๆ ก็ไม่มีตัวไม่มีตน เป็นเพียงอวัยวะเท่านั้นเอง เวลาไปตลาดเห็นเขาเอาเนื้อสัตว์มาฆ่าแหละขาย ก็ไม่เห็นมีตัวตนอยู่ในเนื้อสัตว์ เวลากินเข้าไป เราก็ไม่ได้กลายเป็นสัตว์ เราก็ยังเป็นเราอยู่เหมือนเดิม

เพราะไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนนั่นเอง เป็นสิ่งที่เกิดมาจากธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ข้าวมาจากอะไรก็ต้องปลูกในดิน ต้องมีน้ำ ต้องมีแดด ต้องมีลม ข้าวถึงจะเจริญงอกงามได้ พวกผักพวกใบหญ้าต่างๆที่สัตว์ทั้งหลายกิน ก็กินใบหญ้า เมื่อกินใบหญ้าแล้วก็กลายเป็นสัตว์ขึ้นมา กลายเป็นหมู เป็นวัว เป็นควาย เมื่อเอามารับประทาน ก็กลายเป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ฯลฯ ที่มีอยู่ในตัวของเรา แต่ไม่มีตัวไม่มีตนอยู่ในนั้นเลย เป็นการรวมกันเข้ามาของดิน น้ำ ลม ไฟ มาในรูปของอาหารต่างๆ ที่เรารับประทานกัน เรารับประทานข้าว เนื้อ ผัก ผลไม้ ซึ่งล้วนเกิดมาจากดิน น้ำ ลม ไฟทั้งนั้น ถ้าไม่มีดิน ไม่มีน้ำ ไม่มีลม ไม่มีไฟ สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นมาได้ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ต้องมีดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นส่วนประกอบทั้งนั้น เมื่อประกอบกันขึ้นมาแล้ว ก็มีรูปร่างลักษณะแตกต่างกันไป เป็นต้นไม้บ้าง เป็นคนบ้าง เป็นสัตว์บ้าง ล้วนมาจากดิน น้ำ ลม ไฟทั้งสิ้น ไม่มีตัวไม่มีตนเลย แล้วตัวตนมาจากอะไร

หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้ทรงศึกษาค้นคว้าดู ก็ทรงเห็นว่าออกมาจากความหลงนั่นเอง **สมมุติ**กันขึ้นมา สมมุติว่าร่างกายนี้เป็นตัวฉันนะ ร่างกายนั้นเป็นตัวเธอ แล้วก็ยึดติดกับร่างกายกัน ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นของเรา พอเมื่อถึงเวลาที่ร่างกายจะต้องแตกสลาย แยกกลับสู่ธาตุเดิม สู่ดิน น้ำ ลม ไฟ ใจผู้มีความหลงครอบครองอยู่ ก็เกิดความว้าวุ่นขุ่นมัว เกิดความทุกข์ เกิดความระส่ำระสาย เพราะความหลง หลงไปยึดไปติด ร่างกาย ว่าเป็นเรา เป็นของเรานั้นเอง แต่ถ้าได้ฝึกฝน ได้ศึกษาจนเกิดความเข้าใจอย่างแท้จริงจนเห็นว่า ร่างกายนี้เกิดจากการรวมตัวของดินน้ำ ลม ไฟ ในรูปของกับข้าวกับ

ปลาอาหาร แล้วก็กลายเป็นร่างกายนี้ กลายเป็นผม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง ฯลฯ ไม่มีตัวไม่มีตน เหมือนกับกระแ่งที่เราเอาข้าวเอาของมาใส่รวมกัน มันไม่มีตัวไม่มีตนฉันใด ร่างกายก็ไม่มีตัวไม่มีตนฉันนั้น

ถ้ามันสอนอยู่เรื่อยๆแล้ว ต่อไปก็จะเห็นเอง จะเข้าใจเอง เมื่อเข้าใจแล้วว่าไม่ใช่ตัวใช้ตน ก็ไม่เดือดร้อนอะไร เพราะรู้ว่าสักวันหนึ่ง ก็ต้องกลับไปสู่สภาพเดิม กลับไปสู่ ดิน น้ำ ลม ไฟ เวลาคนตายไป ไฟก็จะออกจากร่างกายก่อน ไปจับร่างกายก็จะรู้สึกเย็น ลมก็จะออกไป น้ำก็จะไหลออกมา เหลืออยู่แต่ส่วนแข็ง เช่นพวกกระดูก พวกเนื้ออะไรต่างๆ ที่ไว้ต่อไปก็แห้งกรอบ แล้วในที่สุดก็จะผุจะเปื่อย แล้วก็กลายเป็นดินไปในที่สุด ไม่มีอะไรเป็นตัวเป็นตนในร่างกายของเราเลย ล้วนเป็นธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้งนั้น นี่คือนี่สิ่งที่เราจะต้องมาแก้ไข ต้องพยายามสอนตัวเราอยู่เรื่อยๆ อย่าไปเห็นกลับตาลปัตร ให้เห็นตามความเป็นจริง อย่างที่พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลาย ทรงรู้ทรงเห็น คือ เห็นความไม่เที่ยงในสิ่งที่ไม่เที่ยง เห็นความทุกข์ในสิ่งที่เป็ทุกข์ เห็นความไม่มีตัวตนในสิ่งที่ไม่มีความมีตัวตน ด้วยการนำเอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟังในวันนี้ ไปสอนตัวเรา อย่าสักแต่ว่าฟังฟังแล้วไม่พิจารณา ไม่คิดถึงมันอีก ก็จะลืม จะหายไปจากใจ

แต่ถ้านำไปคิดพิจารณาอยู่เรื่อยๆ นำไปสอนใจอยู่เรื่อยๆ ต่อไปเวลาความหลงจะมา หลอก ก็จะหลอกไม่ได้ จะมาบอกว่าร่างกายนี้เป็นเรา ก็หลอกไม่ได้ เพราะเรามีความรู้จริงอยู่ในใจ จะมาบอกว่าเป็นความสุข ก็หลอกไม่ได้ เราจะเห็นจะรู้ว่า ไม่เป็นความสุข จะมาบอกว่ายั่งยืนแน่นอน ก็หลอกไม่ได้ เพราะรู้ว่าสักวันหนึ่งเราก็ต้องตาย ร่างกายนี้ไม่อยู่ไปตลอด แต่ในขณะที่พวกเราไม่มีข้อมูลเหล่านี้อยู่ในใจเลย เวลาคิดอะไร จะทำอะไร ก็คิดว่าจะอยู่ไปตลอด ไม่ตาย ไม่แก่ ไม่เจ็บเลย เวลานั้นก็อยากจะได้อะไรมา ก็ไม่เคยคิดเลยว่ากำลังจะเอาความทุกข์มาให้ใจ เราไม่เคยคิดอย่างนี้กัน มักจะคิดว่าเป็นความสุขทั้งนั้น เวลามองเห็นอะไร ก็ให้เห็นเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัว เป็นตน ไม่เคยคิดเลยว่าเป็นดิน น้ำ ลม ไฟ เพราะไม่ได้สร้างกุศลให้เกิดขึ้นในใจ ด้วยการศึกษาร่ำเรียนพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า แล้วนำพระธรรมคำสอนมาสอนใจอยู่เรื่อยๆ ภาวนาอยู่เรื่อยๆ ภาวนาก็คือการสอนใจ เรียกว่า**วิปัสสนาภาวนา** คือสอนให้รู้ตามความ

เป็นจริงของสิ่งต่างๆทั้งหลาย ที่มีอยู่เป็นอยู่ ไม่ปล่อยให้ความหลงมาหลอกว่า เป็นตัว
เป็นตน เป็นสุข เป็นสิ่งที่เที่ยงแท้แน่นอน การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียง
เท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๓

มงคล ๔ ชั้น

๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๘

วันนี้เป็นวันอาทิตย์ มีเวลาว่างจึงได้มาวัด เพื่อมาเสริมสิริมงคลให้กับชีวิต เพราะเมื่อมาวัดแล้ว ก็จะได้บูชาสิ่งหรือบุคคล ที่สมควรแก่การบูชา คือพระพุทธรูปเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์สาวก อันเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต ดังในพระบาลีที่แสดงไว้ว่า **บูชา จะ บูชานิยานัง เอตัมมังคลมุตตมัม** การได้บูชาบุคคลที่สมควรแก่การบูชา เป็นมงคลอย่างยิ่งแก่ชีวิต การบูชาในพระพุทธศาสนานั้น ได้ทรงแสดงไว้เป็น ๒ ลักษณะด้วยกันคือ ๑. **อามิสบูชา** การบูชาด้วยเครื่องสักการะ เช่นดอกไม้ รูป เทียน ๒. **ปฏิบัติบูชา** คือ การบูชาด้วยการประพฤติทางกาย วาจา ใจ ให้ดีให้งาม ได้ทรงยกย่อง **ปฏิบัติบูชา** ว่าเป็นการบูชาที่แท้จริง

ผู้ที่มีความเลื่อมใสศรัทธาและเคารพในพระพุทธรูปเจ้า ในพระธรรม ในพระสงฆ์ พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ ถ้าจะบูชาพระคุณของท่าน ก็ให้บูชาด้วย**ปฏิบัติบูชา** ตั้งตนอยู่ในความดีทั้งหลาย ละเว้นจากการประพฤติบาปกรรมทั้งหลาย ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด ชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ ที่มีอยู่ในจิตใจ ให้เบาบางลงไป และให้หมดไปในที่สุด เพราะนี่แหละคือมงคลที่สูงที่สุดของชีวิต มงคลนี้มีอยู่ ๔ ชั้นด้วยกันคือ ๑. **โสดาบัน** ๒. **สกิทาคามี** ๓. **อนาคามี** ๔. **อรหัตต์** เป็นสภาวะของจิตใจที่พัฒนาขึ้นไปเรื่อยๆ ด้วยการปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธรูปเจ้า ด้วยการทำบุญทำทานอย่างสม่ำเสมอ รักษาศีลอย่างเคร่งครัด บำเพ็ญจิตตภาวนา เจริญสมาธิ และปัญญา เพื่อให้เกิดดวงตาเห็นธรรมขึ้นมา เพื่อจิตจะได้หลุดพ้นจากความลุ่มหลง อันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ เป็นเหตุที่ทำให้เกิด แก่ เจ็บ ตาย เวียนว่าย ตายเกิด ในสังสารวัฏ อย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น

เมื่อได้ปฏิบัติ **ทาน ศีล ภาวนา**อย่างสม่ำเสมอแล้ว มงคลทั้ง ๔ ชั้นก็จะปรากฏขึ้นมาตามลำดับ ชั้นแรกบรรลुเป็น**พระโสดาบัน** อาณิสสรของพระโสดาบันมีอะไรบ้าง จะมีภพชาติเหลือไม่เกิน ๗ ชาติ จะเวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีกไม่เกิน ๗ ชาติ และจะไม่ไปเกิดในอบาย ไม่ต้องไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรกอีกต่อไป จะไปเกิดเป็นมนุษย์หรือเทพเท่านั้น แล้วก็จะได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ในที่สุด ถ้าได้ปฏิบัติต่อเนื่องไปอีก ก็จะบรรลुถึงมงคลชั้นที่ ๒ คือ**พระสกิทาคามี** เมื่อได้ถึงชั้นที่ ๒ แล้ว ภพชาติจะเหลือเพียงชาติเดียว แล้วก็จะได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ได้ ถ้าปฏิบัติได้ยิ่งๆขึ้นไปอีก ก็จะบรรลुถึงมงคลชั้นที่ ๓ คือ**พระอนาคามี** เป็นผู้ที่ไม่กลับมาเกิดในโลกของมนุษย์ และโลกของเทวดาผู้เสพกามอีกต่อไป แต่จะไปจุติอยู่บนพรหมโลกชั้นสุทธาวาส แล้วก็จะได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ในลำดับต่อไป ถ้ายังปฏิบัติได้สูงขึ้นไปอีก ก็จะบรรลुเป็นพระอรหันต์ในชาตินี้เลย ไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไป

ถ้าหมั่นปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนาอย่างต่อเนื่อง จนกว่าชีวิตจะหาไม่แล้ว จะทำให้บรรลुมงคลทั้ง ๔ ชั้นได้ในชาตินี้ ไม่ต้องรอถึงชาติต่อไป แต่ถ้าเกิดหมดบุญไปเสียก่อน และได้เป็นพระโสดาบันแล้ว ก็จะมีภพชาติเหลืออีกไม่เกิน ๗ ชาติ ต้องกลับมาเกิดอีก เพื่อมาบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา ต่อไปอีก เช่นเดียวกับพระสกิทาคามี ที่มีภพชาติเหลืออีกเพียงชาติเดียว ถ้าได้บรรลुเป็นพระสกิทาคามีแล้ว แต่ยังไม่ได้บรรลुมงคลที่สูงกว่านี้ ต้องตายไปเสียก่อน ก็จะกลับมาเกิดอีกครั้งเดียวเท่านั้น จะมีบุญบารมีคอยผลักดันให้เข้าวัด ให้ปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง บรรลุธรรมขั้นสูงขึ้นไป จนถึงชั้นพระอรหันต์ในที่สุด ถ้าได้บรรลुเป็นพระอนาคามีแล้ว แต่ต้องตายไปเสียก่อน ก่อนจะได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ ก็จะไปเกิดอยู่บนพรหมโลกชั้นสุทธาวาส จะไม่กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ไม่เกิดเป็นเทพผู้เสพกามอีกต่อไป แล้วก็ปฏิบัติต่อไปจนบรรลुเป็นพระอรหันต์

ส่วนผู้ที่มีบุญมีวาสนา ที่ยังมีชีวิตอยู่ ยังปฏิบัติธรรมได้อย่างต่อเนื่อง ก็สามารถบรรลुเป็นพระอรหันต์ได้ในชาตินี้ ดังที่มีปรากฏในสมัยพุทธกาล มีผู้ที่ประพฤติปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง จนได้บรรลुเป็นพระอรหันต์กันเป็นจำนวนมาก นี่คือนิคมงคลที่จะเกิดขึ้น กับผู้ที่บูชาบุคคลที่สมควรแก่การบูชา จะได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ในที่สุด การเป็นพระ

อรหัตต์เป็นอย่างไร ก็เป็น**จิตใจที่สะอาดหมดจด ปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ** เมื่อไม่มีสิ่งเหล่านี้แล้ว ก็ไม่มีเชื้อที่ทำให้ไปเกิดในภพน้อยภพใหญ่อีกต่อไป การเวียนว่ายตายเกิดก็หมดสิ้นลง มีแต่ความสุขอย่างเดียว เพราะตราบได้ที่ยังมีการเกิดอยู่ ตราบนั้นก็ยังมีการแก่ การเจ็บ การตาย ยังมีความทุกข์อยู่ แต่ผู้ที่ไม่ไปเกิดอีก ก็จะไม่มีความทุกข์อีกต่อไป ดังที่ทรงตรัสไว้ว่า **ทุกข์ย่อมไม่มีกับผู้ไม่เกิด**

แต่การไม่เกิดไม่ได้หมายความว่า สูญหายไป เป็นจิตที่บริสุทธิ์ที่ไม่ต้องไปเป็นเทพ เป็นพรหม เป็นมนุษย์ เป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์นรกอีกต่อไปเท่านั้นเอง แต่จิตก็ยังเป็นจิตอยู่อย่างเดิม เป็นกายทิพย์ที่อยู่ในชั้น**นิพพาน** ชั้นที่สะอาดหมดจด เหมือนกับห้องฟ้าที่ไม่มีเมฆ ไม่มีหมอก ไม่มีควันหลงเหลืออยู่ในห้องฟ้า แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า ห้องฟ้าสูญหายไปด้วย ห้องฟ้าก็ยังอยู่เหมือนเดิม เพียงแต่ไม่มีเมฆ ไม่มีหมอก ไม่มีควันเท่านั้นเอง จิตของพระพุทธเจ้าของพระอรหัตต์ก็เป็นแบบนี้ เป็น**จิตใจที่สะอาดบริสุทธิ์** ไม่มีกิเลสตัณหาหลงเหลืออยู่ในจิต แต่ไม่ได้สูญหายไปไหน เพราะยังเสวยบรมสุขอยู่ ดังที่ได้ทรงตรัสไว้ว่า **นิพพานัง ประมังสุญญัง นิพพานเป็นความว่างอย่างยิ่ง สูญจากกิเลส สูญจากตัณหาทั้งหลาย นิพพานัง ประมังสุขัง นิพพานเป็นบรมสุข คือมีความสุขอย่างยิ่ง** ไม่มีความสุขของภพไหนๆ จะเท่ากับความสุขของพระนิพพาน เพราะเป็นความสุขที่ถาวร ตลอดอนันตกาล ไม่เสื่อม ไม่หายไป

ไม่เหมือนกับความสุขของพวกเรา ที่สุขแล้วเดี๋ยวก็หายไป แล้วก็มีความทุกข์เข้ามาแทนที่ ถ้าตราบได้ยังอยู่ในภพน้อยภพใหญ่อยู่ ความสุขก็จะเป็นในลักษณะอย่างนี้ มีแล้วก็หายไป แล้วก็กลับมาอีก ขึ้นอยู่กับภพที่ไปอยู่ ถ้าเป็นภพที่ดีที่เรียกว่า**สุคติ** ก็จะมีความสุขมากกว่าความทุกข์ ถ้าเป็นภพที่เรียกว่า**อบายหรือทุคติ** ก็จะมีความทุกข์มากกว่าความสุข ถ้าไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นผี เป็นสัตว์นรก ก็จะมีความทุกข์มากกว่าความสุข แต่ถ้าได้เกิดเป็นมนุษย์ ได้เป็นเทพ เป็นพรหม ก็จะมีความสุขมากกว่าความทุกข์ แต่ก็ยังหนีไม่พ้นจากความทุกข์ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงนั่นเอง ยังอยู่ภายใต้กฎของ**ไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** แต่จิตที่ได้หลุดพ้นถึงขั้นพระนิพพานแล้ว จะอยู่เหนือกฎของไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

จิตของพระอรหันต์ จิตของพระพุทธเจ้า เป็นจิตที่ไม่มี**ไตรลักษณ์**หลงเหลืออยู่แล้ว ไม่มี**อนิจจัง** ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีความ**ทุกข์** ไม่มีการถือ**อัตตา**ตัวตน หลงเหลืออยู่ในจิตนั้นๆ เป็นจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ เป็น**ปรหม์สุขขัง** เป็นสุขอย่างยิ่ง เป็นผลที่จะได้รับจากการปฏิบัติบูชา จึงไม่ควรมองข้าม การประพฤติปฏิบัติบูชา ด้วยกายวาจาใจของเรา พยายามน้อมเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ได้ทรงสั่งสอนมาปฏิบัติอย่างเคร่งครัด เพราะได้ทรงตรัสไว้ว่า **ผู้ใดประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรม ผู้นั้นแลคือผู้บูชาเราตถาคต** เป็นการบูชาตถาคต ต้องบูชาด้วยการปฏิบัติบูชา ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ที่เรียกว่าสุปฏิปันโนนั่นเอง จึงต้องให้ความสำคัญต่อการปฏิบัติ อย่าสักแต่ว่าฟังเทศน์ฟังธรรม เสร็จแล้วก็ไม่สนใจที่จะนำไปปฏิบัติ อย่าสักแต่ว่าสมาทานศีล แล้วก็ไม่รักษา สมาทานศีล ๕ แล้วตกเย็นก็ไปดื่มสุรา อย่างนี้ใช้ไม่ได้

ถ้าสมาทานศีลแล้วต้องรักษาให้ได้ ถ้าสมาทาน **ปาณาติปาตา เวรมณี** ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ก็ต้องละเว้น ถึงแม้จะถูกมดกัด ถูกยุงกัด ก็จะไม่ตบมด ตบยุง อย่างมากก็จะสลัดไป บัดไป แต่จะไม่ทำลายชีวิตของเขา ถ้าสมาทาน **อทินนาทานา เวรมณี** ละเว้นจากการลักทรัพย์ ก็จะไม่ไปเอาทรัพย์สมบัติของผู้อื่นที่เขาไม่อนุญาต ถ้าเขาให้ เขาบอกว่าเอาไปเถิดไม่เป็นไร อย่างนี้รับไปก็ไม่ถือว่าเป็นผิดศีลข้อ ๒ ละเว้นจากการลักทรัพย์ ถ้าสมาทาน **กาเมสุ มิจฉาราวา เวรมณี** ละเว้นจากการประพฤติผิดในกาม ก็จะต้องไม่ไปยุ่งกับสามีภรรยาของผู้อื่น ไม่ไปมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่ใช่เป็นภรรยาหรือสามีของเรา ถ้ายังไม่แต่งงานก็อย่าเพิ่งไปริ อุดรันทนใจไว้ก่อน รอให้โตเสียก่อน เมื่อสมควรแก่เวลาพ่อแม่ก็จะจัดการสู่ขอ จัดพิธีแต่งงานแต่งงานให้ เมื่อเป็นสามีเป็นภรรยากันแล้ว จะร่วมหลับนอนกัน ก็ไม่ถือว่าเป็นการผิดศีลข้อ ๓ แต่ถ้ายังไม่แต่งงานแต่งงาน เป็นโสดอยู่แล้วไปร่วมหลับนอนกับผู้อื่น อย่างนี้ก็เรียกว่าเป็นการผิดศีล หรือไปยุ่งกับสามีภรรยาของผู้อื่น ทั้งๆที่ตนเองก็มีสามีภรรยาอยู่แล้ว ก็เป็นการผิดศีลเหมือนกัน

ถ้าสมาทาน **มุสาวาหา เวรมณี** ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ก็จะต้องพูดแต่ความจริง ไม่พูดโกหกโดยเด็ดขาด ถ้าพูดไม่ได้ก็อย่าพูด นิ่งเสีย ไม่ต้องพูด ไม่มีใครว่าเราหรอกถ้าเราไม่พูด คนไปเขาไม่พูดยังไม่มีใครไปว่าเขาเลย แล้วเราทำไมจะทำเป็นคนไปบ้างไม่ได้

หรือ ทำไม่ต้องไปอวดฉลาด อวดพูด แต่พูดในสิ่งที่ไม่เป็นความจริง ยิ่งแยกว่าคนใบ้ อีก คนใบ้อย่างน้อยเขาก็ไม่โกหก แต่เราเป็นคนไม่ใบ้ แต่กลับใช้ปากของเราไปในทางที่ไม่ดี อย่างนี้ฉลาดหรือโง่กันแน่ ถ้าเป็นคนฉลาดต้องรู้ว่ากำลังพูดอะไร ถ้าพูดไม่จริง ถ้ามีสติ รู้ อยู่ รู้ว่าไม่ดี ก็อย่าไปพูด ก็เท่านั้นเอง ส่วนคนอื่นจะคิดอย่างไรก็ห้ามเขาไม่ได้ เขาอาจจะคิดว่า ถ้าไม่พูดก็แสดงว่าไม่ได้ทำใช่ไหม ก็แล้วแต่คุณจะได้คิด แต่เราไม่ได้พูดว่า ทำหรือไม่ได้ทำ เราอยู่เฉยๆ คุณจะคิดอย่างไรก็ได้ แต่จะมายังบังคับให้พูดในสิ่งที่ไม่อยากจะทำไม่ได้

ถ้าสมาทาน **สุราเมรยัมชชปมาทัญญานา เวรมณี** ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา หรือสิ่งที่เสพเข้าไปแล้ว ทำให้ขาดสติควบคุมกายวาจาใจ ให้เป็นปกติ ก็ควรหลีกเลี่ยง อย่าไปเสพ ถึงแม้มีงานเลี้ยงที่ต้องไป ก็ดื่มอย่างอื่นก็ได้ น้ำหวาน น้ำเปล่าก็ได้ ถ้าใครบังคับให้ดื่ม ก็บอกเขาว่า กำลังทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ทำไมคนที่นับถือศาสนาอื่น เช่น ไม่กินหมู ทำไมไม่บังคับให้เขากินหมู เป็นชาวพุทธไม่ดื่มเหล้า ทำไมปล่อยให้เขาบังคับให้ดื่ม ไม่ต้องไปกลัวว่าจะเสียเพื่อน เพื่อนแบบนี้เสียไปได้ก็ดี มีไว้ทำไมเพื่อนแบบนี้ มีแต่จะพาให้ล่มจมเท่านั้นเอง ชวนไปกินเหล้าเมายากัน เดี่ยวก็มึนเมา เดี่ยวก็ไปขับรถคว่ำ ขับรถชนกันตาย อย่างนี้ดีหรือไม่ ลูไม่กินเหล้าไม่ดีกว่าหรือ มีสติสัมปชัญญะ ครอบถ่วงบริบูรณ์ จะได้ควบคุมการพูดการกระทำให้ดีให้งาม คนที่เสพสุรายาเมาแล้ว จะไม่มีสติควบคุมกายวาจาใจ ให้อยู่ในกรอบของความดีงาม คิดจะพูดอะไรออกมา ก็พูดออกมา ทั้งๆที่เป็นสิ่งที่ไม่น่าพูด พูดไปแล้วก็ทำให้คนอื่นไม่พอใจ ไม่ชอบใจ ทำให้ต้องโต้ตอบกัน ทะเลาะวิวาททุบตีกัน เพราะการเสพสุรายาเมาเป็นเหตุ ไม่มีสติควบคุมกายวาจาใจ ให้เป็นปกติ

นี่คือการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ตั้งตนอยู่ในศีล ๕ คือ ๑. ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ตัดชีวิต ๒. ละเว้นจากการลักทรัพย์ ๓. ละเว้นจากการประพฤตินิन्दประเวณี ๔. ละเว้นจากการพูดปดมดเท็จ ๕. ละเว้นจากการเสพสุรายาเมา นี่คือการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ คนเราจะเป็นคนที่น่าเคารพเลื่อมใส ก็ต้องมีศีล คนที่ไม่มีศีล ไม่มีใครอยากจะทำบุญบูชา ไม่มีใครอยากจะทำมือไหว้ มีแต่อยากจะทำเงินหนี้ แต่คนที่ไม่มีศีล แม้จะเป็นลูก พ่อ

แม่ก็ยังกราบลูกได้ เช่นเมื่อลูกบวชเป็นพระ มีศีล ๒๒๗ ข้อ เวลาพ่อแม่กราบ ก็ไม่ได้กราบผ้าเหลือง ไม่ได้กราบเพราะโกนหัว แต่กราบเพราะมีศีล ๒๒๗ ข้อต่างหาก ถ้าโกนหัวหมดผ้าเหลืองแล้ว แต่ทำตัวเหมือนลิง ใครจะกราบลง มีแต่จะเดินหนี ถ้าเห็นกิริยาอาการที่ไม่สมกับความเป็นสมณะ ไม่สำรวม กายวาจา ก็ไม่มีใครอยากจะเข้าไปใกล้ ไม่มีใครอยากจะทำบุญด้วย เพราะไม่มีอะไรดึงดูดใจ ความสวยงามของคนอยู่ที่ความประพฤติดี มีศีลธรรม ไม่ใช่อยู่ที่เสื้อผ้าอาภรณ์ ไม่ได้อยู่ที่การตกแต่งหน้าตา ใส่ น้ำหอม สิ่งเหล่านี้อาจจะหลอกคนที่ไม่รู้จักแยกแยะ ว่าคนสวยกับคนไม่สวยที่แท้จริงอยู่ที่ตรงไหน

ถ้าเป็นคนฉลาดมีปัญญา จะหลอกไม่ได้ จะแต่งตัวสวยงามขนาดไหนก็ตาม จะใส่น้ำหอมให้หอมขนาดไหนก็ตาม ถ้าไม่มีศีล ชอบพูดปดมดเท็จโกหกหลอกลวง ฉ้อโกงผู้อื่น ก็จะไม่คบค้าสมาคมด้วย ไม่หลงรักว่าเป็นคนสวย เป็นคนงาม ถ้ายังไม่รู้จักนิสัยยังไม่เห็นความประพฤติ ก็ต้องรอไปก่อน คนเราเวลาคบกันใหม่ๆ ยังไม่รู้ว่าเป็นคนดีหรือไม่ แต่ถ้าได้อยู่ร่วมกันแล้ว จะเห็นนิสัย จะรู้ว่าเป็นคนแบบไหน เป็นคนลึกลับ ขโมยน้อย พูดปดมดเท็จ ประพฤติผิดประเวณีหรือไม่ จะไม่พ้นสายตาของผู้ที่อยู่ร่วมกัน จะต้องเห็น ไม่ช้าก็เร็ว ปิดบังกันไม่ได้ แต่ถ้ารู้จักกันแบบผิวเผิน เช่นไปเจอกันในงานเลี้ยง ได้ทักทายกัน จะไม่รู้ว่าเป็นคนอย่างไร เพราะจะแสดงบทที่สวยงามออกมา พูดจาหวาน ค่ะขา แต่งตัวสวยงาม แต่จะรู้ว่าธาตุแท้เป็นอย่างไร จนกว่าจะได้อยู่ร่วมกัน

เวลาที่จะเลือกคนมาเป็นคู่ครอง จึงไม่ควรรีบร้อน พอได้เห็นหน้าตาแล้วถูกอกถูกใจ ก็อย่าเพิ่งตัดสินใจอยู่ร่วมกันเลย ใช้เวลาทำความรู้จักกันก่อน ให้รู้ถึงแก่นแท้ก่อน อย่ารู้เพียงผิวเผิน ต้องศึกษาให้รู้ถึงแก่นแท้ ให้รู้นิสัยสันดานว่าดีจริงหรือไม่ มีศีลทั้ง ๕ ข้อหรือไม่ ถ้ามีก็ถือว่าเป็นคนดี นำใช้ชีวิตร่วมกัน ถ้าจะให้เลือกระหว่างคนที่ร่ำรวยแต่ไม่มีศีลธรรม กับคนที่มีศีลธรรมแต่ไม่ร่ำรวย ก็ขอให้เลือกคนที่มีศีลธรรมจะดีกว่า จะไม่ผิดหวัง จะไม่เสียใจ ถ้าเลือกคนที่ร่ำรวยแต่ไม่มีศีลธรรม สักวันหนึ่งอาจจะทิ้งเราไปมีใหม่ก็ได้ เพราะเขามีเงินทอง เขาต้องการทำใหม่เมื่อไหร่ก็ทำได้ จึงต้องใช้ปัญญา วิเคราะห์ศึกษา จะมีปัญญาได้ ก็ต้องมีศีล มีสมาธิ มีทานเป็นผู้ให้การสนับสนุน

เราจึงต้องปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ต้องทำบุญทำทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญปัญญา ใช้เหตุใช้ผล เวลาต้องการอะไร ต้องใช้เหตุใช้ผล ถามตัวเองว่าสิ่งที่อยากได้ เป็นสิ่งที่ดีจริงหรือไม่ เวลาไปซื้อของเช่นผลไม้ ยังเลือกกัน เลย ว่าสดหรือไม่สด เน่าหรือไม่เน่า ไม่ซื้อมาแบบสุ่มสี่สุ่มห้าฉันใด เวลาจะเลือกใครมาเป็นคู่ครอง ก็ต้องพิถีพิถัน ต้องเลือกให้ดีเสียก่อน การที่จะเลือกได้ดีก็ต้องมีปัญญา แล้วจะรู้จักแยกแยะ ว่าคนดีเป็นอย่างไร คนไม่ดีเป็นอย่างไร จะได้คนดีมาเป็นคู่ครอง เป็นเพื่อน ก็จะมีความสุข เพราะคนดีจะไม่สร้างความทุกข์ให้กับใคร

ถ้าได้คนไม่ดีมาเป็นเพื่อน มาเป็นคู่ครอง ก็จะมีแต่ความซ้าอกซ้าใจไปตลอด เพราะคนไม่ดีย่อมไม่คำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น จะเป็นคนเห็นแก่ตัว อยากจะทำอะไรก็ทำ โดยไม่สนใจว่าจะไปสร้างความเดือดร้อนใจให้กับผู้อื่นหรือไม่ แต่คนที่มีศีลมีธรรมจะคิด อยู่เสมอว่า การกระทำทางกายวาจา จะสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นหรือไม่ ถ้าสร้างก็ จะไม่ทำ จะไม่ทำลายชีวิตของผู้อื่น จะไม่เอาทรัพย์สินของผู้อื่น จะไม่ยุ่งกับสามีภรรยาของผู้อื่น จะไม่โกหกหลอกลวง จะไม่เสพสุรายาเมา เมื่อไม่ทำสิ่งเหล่านี้แล้ว จะสร้างความ เดือดร้อนให้กับใครได้อย่างไร จึงเป็นคนที่น่าชื่นชมยินดี มีคนอยากจะทำคบค้าสมาคม ด้วย เพราะมีความสุขใจ มีความปลอดภัย

จึงอยากจะให้ท่านทั้งหลาย น้อมจิตน้อมใจ เข้าสู่พระธรรมคำสั่งสอน น้อมเอามาประพฤติ ปฏิบัติ เพื่อจะได้เป็นคนดี เป็นคนฉลาด จะทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างราบรื่นดี งาม มีแต่ความสุขความเจริญ เป็นสิริมงคล ถ้ายังไม่ได้ออกบวชปฏิบัติธรรม ก็จะมี ความสุขกับเพื่อนฝูง มีความสุขกับคู่ครอง มีความสุขกับญาติพี่น้อง เมื่อได้ออกบวช ปฏิบัติธรรม ก็จะยกระดับของจิตเข้าสู่มณฑลทั้ง ๔ ชั้นตามลำดับคือ ๑. พระโสดาบัน ๒. พระสกิทาคามี ๓. พระอนาคามี ๔. พระอรหันต์ เมื่อได้เข้าถึงขั้นพระอรหันต์แล้ว ก็จะ ถึงมณฑลชั้นสูงสุด การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๔

องค์ประกอบของชีวิต

๑๔ กรกฎาคม ๒๕๕๘

ชีวิตของพวกเราทั้งความสุข มีทั้งความทุกข์เคล้ากันไป มีขึ้นมีลง มีได้มีเสีย มีหัวเราะมีร้องไห้ เป็นสิ่งที่แปลกสำหรับพวกเรา เพราะบางสิ่งที่เกิดขึ้น เป็นสิ่งที่เราไม่ปรารถนา ไม่ชอบ ไม่ต้องการ แต่ก็ เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะเหตุใด เพราะไม่รู้จักวิธีปฏิบัติให้ถูกต้อง ยังไม่รู้เลยว่า องค์ประกอบของชีวิตมีอะไรบ้าง ต้องอาศัยคนฉลาดอย่างพระพุทธเจ้ามาสั่งมาสอน ว่าอะไรเป็นองค์ประกอบ มีลักษณะอย่างไร พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ในพระอริยสัจ ๔ ทรงเห็นว่าชีวิตประกอบขึ้นด้วย **ขันธ์ ๕** ได้แก่ **รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ผู้ที่ไม่รู้ความจริงของขันธ์ ๕ ก็จะมี ความหลง ทำให้ยึดมั่นถือมั่นในขันธ์ ๕ ว่าเป็นตน เป็นเรา เป็นของของเรา เมื่อมีความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ก็มี **ตัณหา** ความอยาก อยากจะอยู่ไปนานๆ มีแต่ความสุข เป็นไปตามความปรารถนาความต้องการของตน

แต่ชีวิตนี้ไม่ได้เป็นสมบัติของเรา ไม่เป็นไปตามความต้องการของเรา เราจึงมัก ประสพกับความผิดหวัง เพราะอยากจะมีแต่ความสุข แต่มันไม่ยอมให้ความสุขกับเรา มักจะสร้างความทุกข์ให้กับเราอยู่เรื่อยๆ เช่นแก่ เจ็บ ตาย ที่เราไม่ปรารถนากัน เมื่อไม่ปรารถนา เวลาเกิดขึ้นมา ก็สร้างความทุกข์ให้กับเรา พระพุทธเจ้าจึงทรงสอน ให้ทำความรู้จักกับชีวิต รู้จักธรรมชาติของชีวิต ให้รู้จักองค์ประกอบของชีวิต ว่ามีอะไร เป็นอย่างไร แล้วควรปฏิบัติอย่างไร ถ้ารู้จักวิธีปฏิบัติอย่างถูกต้อง ความทุกข์ต่างๆก็จะไม่สามารถเข้ามาเหยียบย่ำทำลาย สร้างความทุกข์ ความวุ่นวายใจให้กับเราได้ ถ้าไม่มีความรู้และวิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง มีแต่ความหลงที่ยากให้ เป็นไปตามความต้องการของเรา มีแต่ความสุข ไม่เสื่อม ไม่เจ็บ ไม่ตาย ถ้ามีความปรารถนาอย่างนี้ ก็จะมีแต่ความทุกข์

อยู่ต่อไป พระพุทธเจ้าทรงได้ศึกษาเรื่องของชีวิตมาอย่างถ่องแท้แล้ว รู้ว่าควรปฏิบัติ
อย่างไร

คือต้องยอมรับความจริงว่าเกิดมาแล้ว ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายเป็นธรรมดา ถ้า
ยอมรับความจริงแล้ว ใจก็จะไม่ทุกข์ ถ้ายังมีอุปาทาน มีความยึดมั่นถือมั่นว่า จะต้องดี
จะต้องเจริญ จะต้องอยู่ไปตราบชั่วฟ้าดินสลายแล้ว ใจก็ต้องผิดหวัง แล้วก็จะมี ความ
วุ่นวายใจอยู่ตลอดเวลา เพราะชีวิตเหมือนกับเขavnอยู่บนเส้นด้าย จะขาดเมื่อไหร่ ไม่มี
ใครรู้ จึงควรหันมาทำความรู้จัก ทำความเข้าใจกับชีวิตว่าเป็นอย่างไร มีอะไรบ้าง แล้ว
ควรปฏิบัติอย่างไร พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า ชีวิตของมนุษย์ประกอบขึ้นด้วย
องค์ประกอบ ๕ ส่วนด้วยกัน ทรงเรียกว่า **ขันธ์ ๕** แบ่งเป็น ๒ ส่วนคือ ๑. **รูปขันธ์** ๒.
นามขันธ์ รูปขันธ์คือร่างกายของเราที่มี **อาการ ๓๒** เช่น **ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น
กระดูก** เป็นต้น ส่วนนามขันธ์มีอยู่ ๔ ส่วนด้วยกันคือ ๑. **เวทนา** ความรู้สึก ได้แก่สุข
ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ๒. **สัญญา** ความจำได้ หมายถึง เช่นเวลาเห็นรูป ก็รู้ว่าเป็นรูปอะไร
เป็นชาย เป็นหญิง เป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ มีชื่อว่าอะไร ๓. **สังขาร** ความคิดปรุงแต่งต่างๆ
คิดจะทำอะไรดีวันนี้ ไปวัดดีหรือไม่ ไปทำสิ่งนั้นหรือสิ่งนี้ ๔. **วิญญาณ** การรับรู้รูปที่มาสัมผัสกับตา เสียงที่มาสัมผัสกับหู กลิ่นที่มาสัมผัสกับจมูก รสที่มาสัมผัสกับลิ้น และ
โผฏฐัพพะ สัมผัสร้อนเย็น แข็งอ่อน ที่มาสัมผัสกับร่างกาย รวมกันเป็น ๕ ส่วนด้วยกัน

ทั้ง ๕ ส่วนนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า เป็น**อนิจจัง** ไม่เที่ยง เช่นร่างกาย รูปขันธ์ที่มี
อาการ ๓๒ นี้ ไม่เที่ยง มีการเกิด การเจริญเติบโต มีการเสื่อม คือแก่ เจ็บไข้ได้ป่วย
แล้วในที่สุดก็ดับ แตกสลายกลับคืนสู่ธาตุเดิม คือ**ดิน น้ำ ลม ไฟ** เพราะมาจากดิน น้ำ
ลม ไฟ ที่มาทางอาหาร ที่เรารับประทานกันทุกวัน น้ำที่เราดื่ม อากาศที่เราหายใจ ล้วน
เป็นธาตุทั้งสี่นี้ คือดิน น้ำ ลม ไฟ เมื่อเข้ามาสู่ร่างกาย ก็เปลี่ยนสภาพเป็นอาการ ๓๒
เป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เป็นต้น มีการเจริญ มีการเสื่อม มีการชำรุด มีการเจ็บไข้
ได้ป่วย มีแก่ชรา มีการดับคือตายไป เมื่อดับแล้ว ธาตุที่อยู่ในร่างกายก็แยกตัวกันไป จน
ในที่สุดก็ไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่ในร่างกายเลย

จึงทรงสอนว่าร่างกายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ถ้าไปหลงไปยึดไปติดว่า เป็นตัวเรา เป็นของเรา ถ้ารู้ว่าไม่ใช่ตัวเราของเรา ก็จะไม่ทุกข์ เช่นร่างกายของคนอื่น ไม่ไปหลงว่า เป็นของเรา ก็ไม่ทุกข์ แต่ถ้าไปหลงว่าเป็นของเรา เป็นลูกเรา เป็นสามีเป็นภรรยา เป็นพ่อ เป็นแม่ของเรา ก็จะไม่ทุกข์ แม้ความเป็นสามีเป็นภรรยา เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นลูก จะเป็นความจริงอย่างหนึ่งก็ตาม แต่ไม่ใช่ความจริงที่แท้จริง เป็นความจริงที่สมมุติกันขึ้นมา เช่นร่างกาย ๒ คนมาอยู่ร่วมกัน ก็สมมุติว่าเป็นสามี เป็นภรรยา กัน เมื่อมีบุตรมีธิดา ก็สมมุติว่าเป็นลูกเป็นพ่อเป็นแม่กัน แต่ความจริงก็เป็นเพียงร่างกาย เป็นรูปขันธ์ เป็นธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่กลายเป็นคนที่มีอาการ ๓๒ ขึ้นมา

แต่เนื่องจากขาดปัญญา ขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เราจึงหลงยึดติดกับรูปขันธ์ ถ้าเป็นรูปขันธ์ที่จิตเราอาศัยอยู่ ก็เรียกว่าร่างของเรา ตัวเรา ถ้าเป็นรูปขันธ์ของสามี ของภรรยา ของลูก ก็เป็นลูก เป็นสามี เป็นภรรยาของเรา เมื่อมีความยึดติดว่าเป็นของเรา เวลามีอาการแปรปรวน มีการเสื่อมไป ก็จะต้องเกิดความทุกข์ขึ้นมา จึงทรงตรัสว่า รูปขันธ์เป็นทุกข์ เพราะมีความหลง มีอุปาทานไปยึดมั่นถือมั่น ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเรา เป็นของเรา ถ้าไม่มีก็จะไม่ทุกข์ เช่นรูปขันธ์ของคนอื่นที่เราไม่รู้จักร เราก็ไม่ไปยึดไปติดว่า เป็นของเรา เมื่อไม่ยึดไม่ติด เวลารูปขันธ์นั้นมีการเสื่อมไป มีการตายไป เราก็ไม่ทุกข์กับรูปขันธ์นั้น สังเกตดูคนที่เราไม่รู้จักร ไม่ได้คิดว่าเป็นญาติ เป็นมิตรสหาย เป็นเพื่อน เป็นสมบัติของเรา เวลาเป็นอะไรไป จะไม่รู้สึกละเลย แต่เวลาคนที่เรายึดติดว่าเป็นเพื่อน เป็นสามี เป็นภรรยา เป็นบุตร เป็นธิดา พอมีอะไรเกิดขึ้นกับร่างกายของเขา เราจะมี ความทุกข์ มีความวุ่นวายใจทันที

จึงทรงสอนให้ปล่อยวางด้วยปัญญา ต้องศึกษาอยู่เรื่อยๆ สอนตนอยู่เรื่อยๆ จนเห็นชัดว่า รูปขันธ์เป็นสักแต่ว่ารูป เป็นดิน น้ำ ลม ไฟเท่านั้น ไม่มีใครเป็นเจ้าของดิน น้ำ ลม ไฟได้ เขาต้องเป็นไปตามเรื่องของเขา ไม่มีใครบังคับให้ดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นไปตามความต้องการของเขาได้ ถ้าเข้าใจแล้วอมรับความจริงนี้ ก็จะปล่อยวางได้ รับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายได้ จะแก่ จะเจ็บ จะตาย ก็รับได้ เพราะรู้ว่า ถ้ารับไม่ได้ก็จะต้องทุกข์ จะต้องวุ่นวายใจ จะต้องเสียอกเสียใจ เศร้าโศกเสียใจ แต่ถ้าเห็นว่าเป็นดิน

น้ำ ลม ไฟ ที่มาแล้วเดี๋ยวก็ไป อย่างนี้เรียกว่ามีปัญญา มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับรูปขันธ์ เห็นว่าร่างกายเป็นอนิจจังไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปหลงไปยึดไปติดว่าเป็นเราเป็นของเรา แท้จริงแล้วมันไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของของเรานั่นเอง นี่คือนิยามที่ควรจะพัฒนาให้เกิดขึ้น

การจะเกิดปัญญาขึ้นมาได้ ต้องภาวนา ต้องระลึกถึงเรื่องเหล่านี้อยู่เรื่อยๆ วันๆหนึ่งควรระลึกอยู่เสมอว่า ร่างกายนี้ไม่ใช่เรา ร่างกายนี้เป็นของไม่เที่ยง ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ถ้าไม่อยากจะทุกข์กับร่างกายนี้ ก็อย่าไปยึดไปติด พยายามมองให้เห็นว่าเป็นเหมือนเสื้อผ้าชุดหนึ่งเท่านั้นเอง ถ้าไปติดก็ทุกข์ได้เหมือนกัน เช่นชอบเสื้อผ้าชุดนี้ มันสวยดี ใส่ที่รู้สึกว่ามีบุคลิกดี มีคนชมว่าสวย ถ้าเสื้อผ้าชุดนี้ถูกใครขโมยไป ก็จะเสียใจ เพราะไปยึดไปติด แต่ถ้าไม่ยึดไม่ติด เวลาใครขโมยไป ก็จะไม่รู้สึกอะไร รู้ว่ามาได้ก็ต้องไปได้ รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนเป็นอย่างนี้ทั้งสิ้น มาแล้วก็ต้องไปในที่สุด จะไปอย่างไรเท่านั้นเอง จะไปช้า จะไปเร็ว จะไปเพราะเรายอมให้ไปหรือไม่ ถ้ายอมก็ไม่ทุกข์ เช่นเวลาเมื่อชุดนี้แล้ว ก็อยากจะให้ไปเร็วๆ เสียด้วยซ้ำไป มีใครมาขอก็ยินดีให้ไปเลย อย่างนี้ก็ไม่ทุกข์ แต่ถ้ายังชอบชุดนี้อยู่ มีใครมาขอ ก็เสียดายไม่อยากจะให้ไป เพราะยังมีความยึดติดอยู่

โทษจึงอยู่ที่ความยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง เรียกว่าอุปาทาน ถ้ามีความยึดมั่นถือมั่นแล้ว ไม่ว่าจะยึดติดกับอะไร ก็จะต้องทุกข์กับสิ่งนั้นเสมอ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ใช้ปัญญาพิจารณาอยู่เสมอว่า ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งสิ้น ไม่ควรไปยึดไปติด ถ้าไปยึดไปติดแล้วก็ต้องเศร้าโศกเสียใจ จะต้องทุกข์ ถ้าไม่ยึดไม่ติดก็จะไม่ทุกข์ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า สิ่งต่างๆที่เรามีอยู่นี้ เราต้องโยนทิ้งไปทันที เช่นร่างกายนี้เมื่อเราไม่ยึดไม่ติดแล้ว ก็ไปโดดตึกตายทันที อย่างนี้ไม่ใช่ เพียงแต่ทำความรู้ไว้ว่า ลักวันหนึ่งร่างกายก็ต้องมรณะ ต้องหมดไป ให้รู้ไว้ล่วงหน้าก่อนเท่านั้นเอง แล้วเตรียมตัวเตรียมใจไว้ พร้อมทั้งจะให้เกิดขึ้น เมื่อพร้อมแล้ว จะไม่หวั่นไหว จะไม่ว่าวุ่น จะไม่ทุกข์

นี่คือนิยามที่เกิดจากการภาวนา ภาวนาคือการสร้างความรู้ขึ้นในจิตใจให้ได้ อย่าลั้ลล่าแต่ว่าฟัง พอออกจากศาลาไปแล้วก็ลืม ถ้าลืมแล้วอุปาทานก็จะกลับมาทันที ก็จะยึด

จะติดทันที อยากจะได้สิ่งนั้น อยากจะมีสิ่งนี้ อยากจะให้สิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นไปตามความต้องการของตน เพราะไม่มีภาวนาอยู่ในใจนั่นเอง ถ้ามีภาวนา คือภาวนามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการภาวนา คิดอยู่ทุกขณะ คิดอยู่เสมอ คิดอยู่เรื่อยๆ ไม่ให้ห่างไกลจากจิตจากใจ เมื่อไม่ห่างแล้ว ความหลงก็ไม่สามารถหลอกให้ไปยึดไปติด เพราะถ้าจะมาหลอก ก็จะมีปัญญามาคอยหักห้ามทันที เช่นสมมุติว่าเราเห็นอะไรสวยงามๆ แล้วเกิดความชอบ ก็อยากจะได้มาครอบครอง ถ้ามีปัญญาก็เตือนทันทีว่า ไม่เที่ยงนะ เป็นทุกข์นะ ไม่ใช่ความสุข ไม่ใช่สมบัติของเรา ไม่สามารถควบคุมให้อยู่กับเราไปได้อย่างตลอด ถึงแม้จะได้มาในวันนี้ พรุ่งนี้อาจจะสูญเสียบ้าง แล้วก็ต้องเศร้าโศกเสียใจอย่างยิ่ง สู้ไม่มีดีกว่า ตัดใจเสีย ถ้าตัดได้ ใจก็จะสงบลง เมื่อสงบ ใจจะมีความเย็น มีความสุข มีความสบาย สาเหตุที่ใจไม่มีความเย็น ไม่มีความสุข ก็เพราะมีความหลงอยู่ในใจ ความหลงที่คอยหลอกล่อให้เกิดความอยากต่าง ๆ นานา เมื่อมีแล้ว ก็ดิ้นรนทรมานทรมาย ต้องพยายามแสวงหาสิ่งที่ต้องการมาให้ได้ ไม่สามารถนั่งอยู่เฉยๆ ได้ อยู่ไม่เป็นสุข เพราะมี**ตัณหา**ที่เกิดจาก**โมหะ**ความหลง

ถ้ามีปัญญาแล้ว จะดับความทุกข์ได้ เพราะมองไปที่ไหน เห็นอะไร ก็จะรู้ว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นสมบัติของเรา ล้วนแต่จะสร้างความทุกข์ให้กับเราทั้งสิ้น จะเห็นอย่างนี้ถ้ามี**ภาวนามยปัญญา** ปัญญาที่มีอยู่ในใจตลอดเวลา ไม่ใช่ไม่นานๆ ผุดขึ้นมาที เช่นเวลาไปงานศพถึงจะนึกได้ว่าอ้อ คนเราเกิดมาแล้วต้องตายนะ ต้องจากทุกสิ่งทุกอย่างไปอย่างนี้ไม่เรียกว่าภาวนามยปัญญา ภาวนามยปัญญาต้องรู้ทุกลมหายใจเข้าออกเลย หายใจเข้าก็รู้ว่าเกิดมาแล้วต้องตาย หายใจออกไปก็รู้ว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ หายใจเข้ามา ก็รู้ว่าเกิดมาแล้วต้องเจ็บไข้ได้ป่วย หายใจออกไปก็รู้ว่าจะต้องพลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง ถ้ามีปัญญาแบบนี้อยู่ในใจแล้ว รับรองได้ว่าจะไม่ยึดไม่ติด ไม่ต้องการอะไร เพราะเห็นด้วยปัญญาแล้วว่า เป็นความทุกข์ทั้งสิ้น นี่เป็นเรื่องของรูปขันธ์

ส่วนนามขันธ์ก็มีลักษณะเหมือนกัน เป็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา**เช่นเดียวกัน เช่น**เวทนา** ความสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี ไม่สุขไม่ทุกข์ก็ดี ก็ล้วนเป็นของไม่เที่ยง ไม่ได้ตั้งอยู่ตลอด วันนี้มีความสุข เดี่ยวสักครู่หนึ่งความสุขก็หายไป มีความทุกข์ก็กลับเข้ามาแทนที่ เดี่ยวก็มี

ไม่สุขไม่ทุกข์เข้ามาแทนที่ หมุนเวียนสลับกันไป ถ้าไม่ฉลาดไม่รู้ทัน ก็จะวุ่นวายใจ เวลา มีความสุขก็วุ่นวายแบบหนึ่ง วุ่นวายรักษาให้อยู่ไปนานๆ เวลา มีความทุกข์ก็มีความ วุ่นวายที่จะกำจัดให้หายไป ทั้งๆที่ไม่ต้องไปทำอะไร เพียงแต่อยู่เฉยๆรู้ตามความเป็น จริง เดี่ยวก็หายไปเอง ทุกข์ได้ก็หายได้ สุขได้ก็หายได้เหมือนกัน ถึงแม้อยากจะให้สุขไป ตลอด พยายามรักษาอย่างไร ก็ไม่สุขไปตลอด ถึงเวลาก็จะต้องจากไป เปลี่ยนไป

ถ้ามีปัญญารู้ทันเวทนา ก็ปล่อยวางเวทนาได้ เวลาสุขก็รู้ว่าสุข เวลาทุกข์ก็รู้ว่าทุกข์ รู้ว่า เดี่ยวก็เปลี่ยนไป ไม่อยู่กับที่ ไม่มีใครสามารถบังคับ ให้อยู่ตามความต้องการได้ อยากจะให้สุขไปตลอดก็ไม่ได้ อยากจะให้ทุกข์หายไปทันทีก็ไม่ได้ เดี่ยวก็หายไปเอง ถึง เวลาหายก็หาย ถึงเวลามา ก็คือปัญญาที่เราต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับเวทนา ที่ต้อง รู้ทันให้ได้ ถ้ารู้ทันแล้ว ก็จะปล่อยวางได้ ไม่ต้องไปดิ้นรนวุ่นวาย เวลาสุขก็เสวยความสุข ไป เวลาทุกข์ก็เสวยความทุกข์ไป ให้รู้แบบอุเบกขา รู้แล้วปล่อยวาง สุขก็รู้ว่าเดี๋ยวก็หมด ไป ทุกข์ก็รู้ว่าเดี๋ยวก็หมดไป ถ้าเข้าใจหนึ่ง ให้เป็นปกติ ให้เป็นอุเบกขาได้ สุขทุกข์เหล่านี้ ก็จะไม่สามารถมาสร้างความสุขใจให้เกิดขึ้นได้

จึงต้องหมั่นทำจิตให้หนึ่ง ให้สงบให้ได้ ด้วยการทำสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ นั่งขัดสมาธิ หลับตา บริกรรมพุทโธๆไปเรื่อยๆ อย่าให้จิตไปคิดเรื่องราวต่างๆ ให้อยู่กับคำบริกรรม พุทโธๆ มีสติรู้ทันตลอดเวลาว่า กำลังอยู่กับคำบริกรรมพุทโธหรือไม่ ถ้ามีสติจะรู้ที่อยู่ทุก ขณะว่า กำลังบริกรรมอยู่หรือเผลอไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนั้นแล้ว ถ้าไม่มีสติจะไม่รู้ เพราะ บริกรรมพุทโธๆไป ก็เผลอไปคิดเรื่องอื่นไปด้วยพร้อมๆกัน พุทโธไปคำก็คิดว่า ตอน กลางวันจะกินอะไรดี พุทโธไปอีกคำ ก็คิดว่าพรุ่งนี้จะไปไหนดี สุดท้ายก็จะไม่สงบ แต่ถ้า มีพุทโธๆอยู่อย่างเดียว ไม่มีความคิดอย่างอื่นเข้ามาแทรก เดี่ยวจิตก็จะสงบ จะตั้งมั่น เป็นสมาธิขึ้นมา เป็นอุเบกขามาขึ้นมา เมื่อมีอุเบกขาแล้วเวลาเกิดเวทนาขึ้นมา ก็จะเฉยๆ สุขก็สักแต่ว่าสุข ทุกข์ก็สักแต่ว่าทุกข์ แต่จะไม่ทำให้ใจทุกข์ไปด้วย

เพราะใจได้ปล่อยวางด้วยความนิ่งเฉยนั่นเอง ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญา รู้ว่าอยากไม่ได้ ต้องการให้เป็นอย่างอื่นไม่ได้ เวลาสุขอยากจะให้สุขไปนานๆก็ไม่ได้ เวลาทุกข์อยากจะให้ หมดไปทันทีทันใดก็ไม่ได้ มีทางเดียวเท่านั้นที่จะทำให้ใจไม่ทุกข์ ก็คือเข้าใจหนึ่งเฉย ให้

รู้ตามความเป็นจริง ถ้าสามารถควบคุมจิตใจให้นิ่งอยู่ได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเผชิญกับอะไร อย่างไร ก็จะไม่มีความว้าวุ่นงุ่นมัว เวลาไปเจอกับสิ่งที่ดีที่งามทั้งหลาย ก็ไม่คิดอยากจะเป็นอย่างนี้ไปตลอด เพราะรู้ว่าเป็นไปไม่ได้ ดีวันนี้เดี๋ยวพรุ่งนี้ก็ไม่ดีได้ ฝนยังมีตกได้หยุดได้เลย พระอาทิตย์ยังมีขึ้นมีตกได้เลย แล้วสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ทำไมจะไม่ขึ้น ไม่มีลง ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างนี้ทั้งสิ้น เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป หมุนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้มาตลอด ถ้ามีความฉลาดรู้ทัน มีภาวนามยปัญญาอยู่ภายในใจแล้ว เวลาไปเจอสุขก็ดี เจอทุกข์ก็ดี ก็จะไม่ยึดกับสุข ไม่ยึดกับทุกข์ แต่จะปล่อยให้สุขทุกข์ เป็นไปตามเรื่องของเขา มีหน้าที่ทำอะไรก็ทำไป

หน้าที่ของพวกเราคือทำความดี ละความชั่ว เพราะความดีจะสร้างความสุขขึ้นมา ถ้าไปทำความชั่วก็จะสร้างความทุกข์ขึ้นมา เมื่อสร้างแต่ความดีอยู่เรื่อยๆ ไม่สร้างความทุกข์ต่อไปความสุขก็จะมาอยู่เรื่อยๆ จะไม่มีความทุกข์ตามมา เพราะสุขและทุกข์ก็เกิดขึ้นจากการกระทำ ทางกาย วาจา ใจ ถ้าคิดดี พูดดี ทำดี ความสุขก็จะตามมาเสมอ ถ้าคิดไม่ดี พูดไม่ดี ทำไม่ดี คิดพูดทำในสิ่งที่เป็นบาปเป็นกรรม ก็จะพาความทุกข์มา นี่คือน้ำที่ของพวกเรา คือทำดี ละเว้นจากการกระทำความชั่ว แต่เราไปควบคุมผลที่เกิดจากการกระทำไม่ได้ คือความสุขหรือความทุกข์ เมื่อมีการกระทำแล้ว ก็จะต้องมีผลเกิดขึ้นตามมา มีสุขบ้าง มีทุกข์บ้าง ตามมาเป็นธรรมดา

แต่ถ้ามีปัญญา มีสมาธิ ก็สามารถรับกับผลบุญกรรมที่ได้ทำไว้อย่างไม่สะทกสะท้าน ไม่ว่าจะเคยทำมานานสักเท่าไรก็ตาม เมื่อถึงเวลาที่จะปรากฏขึ้นมา ก็จะไม่ทำให้จิตใจหวั่นไหว เพราะรู้จักวิธีปฏิบัติแล้ว ไม่กลัวความทุกข์ แต่ไม่วิ่งเข้าหาความสุข จะอยู่เฉยๆ รับกับทุกสิ่งทุกอย่าง มาอย่างไรก็รับได้ เพราะไม่มีอะไรจะทำลายใจได้ ทุกขเวทนาก็ไม่สามารถทำลายใจได้ ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็ไม่สามารถทำลายใจได้ ใจเป็นนามธรรม เป็นสิ่งที่ไม่ตาย ใจจะสุข ใจจะทุกข์ ก็อยู่ที่มีปัญญาหรือมีโมหะเท่านั้น ถ้ามีโมหะความหลง ก็จะมีแต่ความทุกข์ ถ้ามีปัญญาก็จะมีแต่ความสุข จึงควรให้ความสำคัญกับการศึกษาเรื่องชั้น ๕ ให้เห็นชัดแจ้งตามที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น ว่า

เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เป็น
ทุกข์ถ้าไปยึดไปติด การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๒๕

ศึกษาปฏิบัติธรรม

๑๖ กรกฎาคม ๒๕๕๘

ในช่วงเทศกาลเข้าพรรษาที่จะมาถึงนี้ เป็นเวลาที่พุทธศาสนิกชน จะให้ความสำคัญต่อการบำเพ็ญปฏิบัติธรรม ตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ เพราะเป็นเวลาที่พระภิกษุสงฆ์จะอยู่ประจำที่ตลอดเวลา ๓ เดือน ไม่จาริกไปไหน เป็นคำสั่งของพระพุทธเจ้า ที่ทรงห้ามไม่ให้พระภิกษุเดินทางไปไหนมาไหนในช่วงเวลา ๓ เดือนนี้ ให้อยู่ประจำที่ เพื่อจะได้ศึกษาเล่าเรียนพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ตลอดเวลา ๔ เดือนที่ผ่านมา ก็ได้จาริกไปตามสถานที่ต่างๆ ที่สงบที่สงบที่วิเวก ตามป่าตามเขา เพื่อบำเพ็ญสมณธรรม เจริญวิปัสสนา เจริญสมถภาวนา พอถึงเวลาเข้าพรรษา ก็ให้อยู่กับที่ เพื่อจะได้ศึกษาเล่าเรียนกับครูบาอาจารย์

การดำเนิน การประพฤติ การปฏิบัติของพระพุทธศาสนา ที่จะนำไปสู่ความเจริญ ไปสู่ความสุข มีอยู่ ๓ ชั้นด้วยกันคือ ๑. **ปริยัติ** ศึกษาเล่าเรียนพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เมื่อได้ศึกษาเล่าเรียนพระธรรมคำสอนแล้ว รู้แล้วว่าพระพุทธเจ้าทรงสอนให้ทำอะไร โดยสรุปก็คือ ให้ทำความดีทั้งหลายให้ถึงพร้อม ให้ละการกระทำบาปความชั่วทั้งหลายเสีย ให้ชำระจิตใจของตนเองให้สะอาดหมดจด ชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้หมดสิ้นจากจิตจากใจ เมื่อรู้แล้วว่าจะต้องทำอะไร ก็ดำเนินการขั้นต่อไป คือ ๒. **ปฏิบัติ** นำเอาคำสอนของพระพุทธเจ้า มาปฏิบัติกับกายวาจาใจของตน โดยแสวงหาที่สงบสงัดที่วิเวก เพื่อจะได้บำเพ็ญปฏิบัติธรรม ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงพาดำเนินมา เมื่อได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะก้าวเข้าสู่ขั้นที่ ๓. ปฏิเวธ คือการบรรลุธรรม เป็นพระอรหันต์บุคคลขั้นต่างๆ ตั้งแต่**พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี** จนถึง**พระอรหันต์** หลังจากที่ได้บรรลุธรรมแล้ว ก็เป็นไปตามอัธยาศัยของแต่ละท่านว่า จะนำสิ่งที่ท่านได้รู้ได้เห็น มาเผยแผ่สั่งสอนให้กับญาติโยมมากน้อยเพียงไร

ก็เป็นไปตามอัธยาศัยของแต่ละท่านแต่ละองค์ บางองค์บางท่านก็ถนัดในการอบรมสั่งสอนเผยแผ่ สามารถอบรมสั่งสอนเผยแผ่ไปได้อย่างกว้างขวาง บางองค์บางท่านก็ไม่ถนัด ก็จะไม่ค่อยรู้จักกันว่า ท่านได้บรรลุธรรมแล้ว

นี่คือขั้นตอนการดำเนินของพระพุทธศาสนา เพื่อประโยชน์ของผู้ปฏิบัติเอง เพื่อผู้ปฏิบัติจะได้บรรลุธรรมอันวิเศษ ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบรรลุมาแล้ว ก็ยังได้ทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น นำธรรมที่ตนเองได้บรรลุ ได้รู้ได้เห็นมาเผยแผ่ มาสั่งสอนอบรมผู้อื่นอีกต่อหนึ่ง ทำให้ผู้อื่นที่มีความลุ่มหลง มีความมืดบอด จะได้มีดวงตาสว่าง มีปัญญา จะได้ประพฤติตนให้อยู่ในทำนองคลองธรรมที่ดีงาม นำไปสู่ความสุขความเจริญ ตามรอยพระบาทของพระพุทธเจ้าต่อไป เป็นประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติและกับผู้อื่น และกับพระศาสนาด้วย เพราะเป็นวิธีรักษาพระพุทธศาสนา ให้คงอยู่กับโลกไปอีกยาวนาน พระพุทธศาสนาจะอยู่ไปได้อีกนานเพียงไร ก็อยู่ที่พุทธศาสนิกชน จะสามารถสืบทอดถ่ายทอดคำสอนของพระพุทธเจ้าได้หรือไม่ ถ้าไม่มีการศึกษา ไม่มีการปฏิบัติ ไม่มีการบรรลุธรรม การเผยแผ่ถ่ายทอดพระธรรมคำสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้า ไปสู่ลูกหลานที่จะตามมาต่อไป ย่อมเป็นไปได้ยาก หรือเป็นไปได้โดยที่เดียว เพราะเมื่อไม่รู้แล้วจะไปสอนผู้อื่นได้อย่างไร ต้องรู้เสียก่อนด้วยตนเอง เมื่อรู้แล้วถึงจะสามารถบอกผู้อื่นได้ว่าเป็นอย่างไร

เหมือนกับเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องไปหายามารักษาโรค ก็ลองรับประทานยานั้นยานี้ดู จนในที่สุดก็ได้ยาที่สามารถรักษาโรคที่เป็นอยู่ให้หายได้ เมื่อหายแล้ว ก็รู้ว่ายาชนิดนี้เป็นยาที่ถูกต้องกับโรคนี้ ก็สามารถบอกผู้อื่นได้อย่างมั่นใจ รู้ว่าไม่ผิดอย่างแน่นอน แต่ถ้ายังไม่ได้ทดลองยา แล้วไปบอกผู้อื่นว่า ยานี้รักษาโรคนี้ได้ ก็จะไม่มีความมั่นใจ เพราะไม่รู้ว่าจะรักษาได้จริงหรือไม่ เพราะยังไม่ได้ทดลอง พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็เปรียบเหมือนกับยารักษาโรคจิตใจของสัตว์โลก โรคที่รุมเร้าจิตใจคืออะไร ก็คือความทุกข์ใจนั่นเอง ความทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจ ความวุ่นวายใจ ความเดือดเนื้อร้อนใจ ต่างๆเหล่านี้ ล้วนเป็นโรคของจิตใจทั้งสิ้น และสิ่งที่จะสามารถเยียวยารักษา ให้โรคจิต

โรคใจนี้หายไปได้ ก็คือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเปรียบเหมือนยา เรียกว่า **ธรรมโอสถ**

ถ้านำธรรมโอสถนี้มารับประทาน มาปฏิบัติกับกาย วาจา ใจ ของตนแล้ว ก็จะสามารถ ทำลายเชื้อโรค ที่มีอยู่ในจิตใจที่เป็นตัวสร้างความทุกข์ สร้างความวุ่นวายใจให้หมดไปได้ แต่การที่จะเอาธรรมะมาเผยแพร่ให้กับผู้อื่นนั้น ผู้เผยแพร่ต้องเป็นผู้รู้จริงเห็นจริงเสียก่อน อย่างพระพุทธเจ้าของเรา ไม่เคยสั่งสอนใครเลยตลอดเวลา ๖ พรรษา ที่ทรงบำเพ็ญ ปฏิบัติเพื่อชำระจิตใจ รักษาจิตใจให้หายขาดจากความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ความเศร้า โศกเสียใจ แต่หลังจากที่ได้รักษาจนโรคของความทุกข์ได้หายอย่างปลิดทิ้งแล้ว ไม่มีหลงเหลืออยู่แล้ว จึงได้นำเอาธรรมโอสถ ยาวิเศษนี้มาเผยแพร่ มาแจกจ่ายให้กับสัตว์โลก ทั้งหลาย ผู้ที่ได้ยินได้ฟังแล้วเกิดศรัทธา มีความเชื่อว่าเป็นยาวิเศษจริง สามารถรักษา โรคใจได้อย่างแท้จริง ก็น้อมนำเอาไปประพฤติปฏิบัติกัน จนบรรลุธรรมขั้นต่างๆ ตามลำดับต่อไป

เมื่อได้บรรลุแล้วจึงนำเอาธรรมะที่ได้บรรลุ มาเผยแพร่ให้กับผู้อื่นอีกทอดหนึ่ง จึงทำให้ พระพุทธศาสนา มีอายุยืนยาวนานจนถึงทุกวันนี้ ก็ ๒๕๐๐ กว่าปีแล้ว แล้วก็มีอายุยืน ยาวนานต่อไป ถ้ามีการศึกษาพระธรรมคำสอน มีการนำเอาไปปฏิบัติ มีการบรรลุธรรม มีการเผยแพร่ธรรมตามลำดับต่อไป ศาสนาก็จะอยู่คู่กับโลกนี้ไปตลอด มีศาสนาอยู่ที่ไหน ก็มีความร่มเย็นเป็นสุขอยู่ที่นั่น ศาสนาเปรียบเหมือนร่มโพธิ์ร่มไทรที่ให้ความร่มเย็น ศาสนาไม่ได้สอนให้ฆ่ากัน ไม่ได้สอนให้เบียดเบียนกัน แต่สอนให้รักกัน มีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน มีการให้อภัยต่อกันและกัน ไม่ให้เบียดเบียน ไม่ให้ทำร้ายกัน ที่ ไหนมีศาสนา ที่นั่นก็จะมีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข ที่ไหนไม่มีศาสนา ที่นั่นก็จะมีแต่ความ วุ่นวาย มีแต่ความเดือดร้อน

จึงควรให้ความสำคัญต่อการดำเนิน ตามขั้นตอนของพระพุทธศาสนา เพราะเมื่อได้ ดำเนินตามแล้ว ก็จะได้รับประโยชน์กับตนเองในเบื้องต้น มีความร่มเย็นเป็นสุข ต่อจากนั้นก็เอาไปแจกจ่ายให้กับผู้อื่นอีกทอดหนึ่ง ทำให้ผู้อื่นมีความร่มเย็นเป็นสุขตาม ไปด้วย นี่คือการปฏิบัติของพุทธศาสนา ซึ่งมีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบัน

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเวลาเข้าพรรษา ชาวพุทธจะถือเป็นเวลาที่จะตั้งหน้าตั้งตาตั้งใจประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมคำสอน ให้เคร่งครัดยิ่งกว่าปกติ ผู้ใดมีเวลาว่างพอที่จะสละเวลา ๓ เดือนได้ ก็จะออกบวชกัน ออกบวชเป็นพระภิกษุบ้าง เป็นสามเณรบ้าง เป็นแม่ชีบ้าง เป็นอุบาสก อุบาสิกาบ้าง ใช้เวลาทั้ง ๓ เดือนนี้อยู่กับวัด เพื่อศึกษาพระธรรมคำสอน แล้วก็ปฏิบัติตามพระธรรมคำสอน เพราะเป็นวิธีเดียวเท่านั้น ที่จะชำระความเศร้าโศกเสียใจ ความทุกข์ ความวุ่นวายใจให้หมดไปได้ เป็นวิธีเดียวที่จะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นไปได้ เป็นกิจที่ต้องบำเพ็ญ ต้องปฏิบัติ

ไม่ได้เกิดจากความปรารถนาอย่างเดียว หรือจากการวิงวอนขอจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายอย่างนี้เป็นไปไม่ได้ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายไม่สามารถทำให้เราเป็นผู้เจริญได้ ไม่สามารถมอบความสุขให้กับเราได้ สามารถทำได้อย่างเดียวก็คือ ชี้ทางให้เราเท่านั้น เช่น พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นผู้ชี้ทางสู่สวรรค์ สู่พระนิพพาน สู่ความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย แต่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ไม่สามารถลากพวกเราไปสวรรค์ ไปนิพพานได้ เราต้องลากตัวเราเอง ด้วยความศรัทธาในเบื้องต้น เชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แล้วก็ให้มีวิริยะ ความพากเพียร ที่จะน้อมเอาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติกับกาย วาจา ใจของตน ด้วยการทำความดี ที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนและผู้อื่น มีการทำบุญให้ทานเป็นต้น เมื่อทำแล้วก็มีแต่สิ่งที่ดีตามมา ผู้รับก็ได้รับสิ่งที่ขาดแคลน สิ่งจำเป็นต่อการดำรงชีพ เขาได้รับประโยชน์ เขาก็มีความสุข ผู้ให้ก็ได้ประโยชน์ เพราะเมื่อให้แล้วก็มีความสุข มีความอิมเอิบใจเกิดขึ้นมา อย่างนี้เรียกว่าเป็นการทำความดี จึงควรหมั่นทำบุญทำทานอย่างสม่ำเสมอถ้ามีโอกาส เพราะการทำบุญทำทานเป็นการให้อาหาร ให้ความสุขกับจิตใจ จิตใจจะมีความสุขอิมเอิบ จะมีความสุขก็ต่อเมื่อได้ทำบุญทำทาน

จากนั้นก็ทรงสอนให้ละเว้นจากการกระทำบาปกรรมทั้งหลาย คือการกระทำที่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นและตนเอง ไม่ได้สร้างคุณ ไม่ได้สร้างประโยชน์ ให้กับผู้อื่นหรือตนเองเลย เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักทรัพย์ การประพฤตินิดประเวณี การพูดปดมดเท็จ การเสพสุรายาเมา เป็นสิ่งที่ไม่ควรทำไปเสียแล้ว ไม่ได้สร้างคุณสร้างประโยชน์

ให้กับผู้กระทำเอง ไม่ได้สร้างคุณสร้างประโยชน์ให้กับผู้ที่ถูกกระทำ แต่กลับสร้างความทุกข์ สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้กระทำ และผู้ที่ถูกกระทำ จึงไม่ควรทำบาปทำกรรม ควรละเว้น

แล้วก็ทรงสอนให้ชำระจิตใจ ชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ออกไปจากจิตจากใจ เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นสิ่งที่สร้างความทุกข์ให้กับตนเองและผู้อื่น เวลาที่มีความโลภก็อยู่ไม่เป็นสุข ต้องดิ้นรนชวนขวายหาสิ่งที่ตนเองต้องการมา ในขณะที่ชวนขวายก็ต้องมีเรื่องมีราวกับผู้อื่น มีการแก่งแย่งชิงดีกัน มีการทะเลาะวิวาทกัน มีการโกรธกัน มีการอาฆาตพยาบาทกัน มีการทำร้ายร่างกาย ทำร้ายชีวิตของกันและกัน ด้วยเหตุนี้ความโลภจึงเป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นพิษเป็นภัย ทั้งกับผู้ที่โลภเอง และผู้ที่เกี่ยวข้องด้วย เวลาเกิดความโลภใจจะร้อนเป็นไฟเป็นไฟขึ้นมา อยู่ไม่เป็นสุข ต้องไปทำในสิ่งที่ความโลภสั่งให้ไปทำ เช่นเดียวกับความโกรธ เมื่อเกิดความโกรธแล้ว ใจก็รุ่มร้อนเป็นไฟเป็นไฟขึ้นมา ปกติเวลาไม่โกรธใจจะเย็น ใจจะสบาย แต่พอเกิดความโกรธขึ้นมาแล้ว ใจจะมีแต่ความรุ่มร้อน แทนที่จะระงับดับความโกรธ กลับระบายความโกรธด้วยการกระทำในสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม เช่นไปพูดจาต่อว่าผู้อื่น ไปทำร้ายผู้อื่นด้วยวิธีการต่างๆ ด้วยเหตุนี้ความโกรธจึงเป็นสิ่งที่ไม่ดี จึงทรงสอนให้ละเสีย

ความโลภและความโกรธเกิดมาจากอะไร พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่ามาจากความหลง คือความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นสิ่งที่ไม่ดีว่าเป็นสิ่งที่ดี เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วก็ทำให้คนเราต้องไปกระทำในสิ่งที่ไม่ดี สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่น เช่นอบายมุขทั้งหลาย ทรงสอนว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นเหมือนกองไฟกองไฟ ถ้าไปเกี่ยวข้องกับอบายมุขแล้ว ก็เท่ากับเผาตัวเอง นอกจากนั้นแล้วยังนำเอาไปเผาผู้อื่นอีกต่อหนึ่งด้วย สร้างความเดือดร้อน สร้างความสูญเสียให้กับตนเอง และกับผู้อื่น เวลาเสพสุรายาเมาเข้าไป ก็เกิดอาการมึนเมา แล้วก็ออกอาละวาด ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น จนในที่สุดตัวเองก็ต้องถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับ เข้าไปสงบสติอารมณ์ในคุกในตาราง ไม่มีผลดีเกิดขึ้นจากการเสพสุรายาเมาเลย เช่นเดียวกับการเล่นการพนัน ก็ไม่ใช่วิธีหาเงิน ไม่ทำให้ร่ำรวย มีแต่จะขาดทุน มีแต่จะหมดเนื้อหมดตัว

โบราณท่านสอนไว้ว่า เวลาขโมยขึ้นบ้านอย่างมากก็ขโมยได้แต่ข้าวของในบ้านเท่านั้น แต่บ้านกับที่ดินเอาไปไม่ได้ เวลาไฟไหม้ อย่างมากก็ไหม้ได้แต่บ้านกับข้าวของเท่านั้น แต่ไม่สามารถไหม้ที่ดินได้ แต่การพนันสามารถเอาไปได้หมดเลย ทั้งข้าวของ ทั้งบ้าน ทั้งที่ดิน เพราะเวลาเสียพนันแล้ว ก็อยากจะได้คืน เมื่ออยากจะได้คืนก็ต้องหาเงินมาเล่นอีก มีข้าวของในบ้านมากน้อยเท่าไร ก็ขนไปขาย ขนไปจำหน่าย เอาไปเล่น เมื่อเล่นได้ก็ดีใจก็อยากจะได้เพิ่มขึ้นไปอีก ก็เล่นอีก เล่นไปเล่นมาเดี๋ยวก็เสียอีก เมื่อหมดอีกก็ต้องมาขายบ้านเพื่อเอามาเล่นต่อ เล่นจนหมดแล้ว ก็ต้องเอาที่ดินไปขายอีก ขายหมดแล้วที่นี้ไม่รู้ว่าจะขายอะไร ก็ขายตัวเอง ด้วยการกู้หนี้ยืมสิน เมื่อไม่มีปัญญาใช้หนี้ ก็ต้องถูกฆ่าตายในที่สุด นี่คือเรื่องราวที่เกิดจากการเล่นการพนัน

ทำไมคนเราจึงเห็นการพนัน ว่าเป็นวิธีที่จะนำความร่ำรวยมาให้กับตนเอง ก็เพราะความหลงนี่เอง เมื่อหลงแล้วก็เกิดความโลภ เกิดความอยากได้เงินได้ทองแบบง่ายๆ ไม่ต้องไปทำงานทำการให้เหน็ดเหนื่อย แต่ไม่รู้หรอกว่า ทุกคนที่ไปเล่นการพนันก็คิดแบบเดียวกันทั้งสิ้น ทุกคนก็คิดว่าน่าจะได้กัน แต่ในที่สุดก็เสียกันหมด คนที่ได้ก็คือเจ้าของสถานที่ที่คอยเก็บค่าเช่าค่าบริการ แต่คนเล่นกลับหมดเนื้อหมดตัวกันไปหมด นี่แหละคือความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นทุกข์ว่าเป็นสุข จึงวิ่งเข้าหาความทุกข์ วิ่งเข้าหาความรุ่มรวยใจ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ใช้ปัญญา เวลาจะทำอะไร ต้องการอะไร ต้องพิจารณาให้ดีว่าเป็นไปตามที่คิดหรือไม่ เป็นสุขจริงหรือไม่ เจริญรุ่งเรืองจริงหรือไม่ ถ้าไม่รู้ก็ให้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะว่าพระพุทธเจ้าทรงรู้มาก่อน จึงทรงสั่งสอนไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับพวกอบายมุขทั้งหลาย ได้แก่การเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร และความเกียจคร้าน เหล่านี้ล้วนเป็นเหตุที่จะนำมาซึ่งความเสื่อม ความหายนะอย่างแน่นอน ไม่ช้าก็เร็วเท่านั้น

ถ้าไม่ต้องการที่จะพบกับความเสื่อมความหายนะ พบกับความทุกข์ ก็ต้องพยายามหักห้ามจิตใจ เวลาที่มีความอยากไปยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทั้งหลาย ต้องหักห้ามจิตใจไว้ ให้เชื่อพระพุทธเจ้าไว้ เชื่อแล้วจะปลอดภัย จะมีแต่ความสุข มีแต่ความเจริญ ถ้าอยากจะมีเงิน มีทอง ก็ให้ขยันทำมาหากินด้วยความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดออม ได้มาเล็กน้อย

เพียงไรต้องสามารถเก็บไว้ได้ ต้องสามารถหาได้มากกว่าที่ใช้ไป ถ้าใช้ไปมากกว่าหามาได้ อีกร้อยชาติ พันชาติก็ไม่มีทางที่จะร่ำรวยได้ แต่ถ้าหามาได้มากกว่าที่ใช้ไป เพียงไม่กี่ปีก็ ร่ำรวยเป็นเศรษฐีขึ้นมาได้ อยู่ที่การหาการใช้หนี้แหละ หาให้มากกว่าที่ใช้ไป หามาได้ เท่าไรต้องสามารถเก็บไว้ได้ อย่าหามาได้เท่าไรก็ใช้ไปหมด ทำมาหากินมากก็ปีก่ชาติก็ จะไม่ร่ำรวยกับเขา เพราะไม่รู้จักหาไม่รู้จักเก็บนั่นเอง ถ้ารู้จักหา รู้จักเก็บ รู้จักใช้แล้ว ก็จะมี ความมั่นคงในเรื่องเงินทอง จะเป็นคนดีมีฐานะ ที่จะสร้างบุญสร้างกุศลให้สูงขึ้นไปได้อีก เพราะเมื่อมีเงินเหลือใช้ ก็สามารถนำเงินไปทำบุญทำทานได้ เมื่อทำแล้วก็จะทำให้ภพ ชาติข้างหน้าดีขึ้น ได้ไปเกิดบนกองเงินกองทอง มีเงินทองที่จะเอาไปทำบุญทำทานได้อีก เรื่อยๆ

เหมือนกับพระพุทธเจ้าที่ได้ทรงบำเพ็ญมาในแต่ละภพแต่ละชาติ ได้เกิดเป็นเศรษฐี เป็น กษัตริย์ ก็มีแต่ทำบุญให้ทานอยู่เสมอๆ จึงทำให้เกิดบนกองเงินกองทองมาตลอด จนทำ ให้ได้บรรลุนั้นพระพุทธเจ้าขึ้นมา ก็เกิดจากการบำเพ็ญทานบารมี ในเบื้องต้นนั่นเอง เมื่อ ได้บำเพ็ญทานบารมีแล้ว ก็ทรงบำเพ็ญศีลบารมีต่อไป แล้วก็ปัญญาบารมี จนได้บรรลุ เป็นพระพุทธเจ้า หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เป็นประโยชน์อันสูงสุดที่มนุษย์จะ สามารถไขว่คว้าได้ ถ้ามีปัญญา มีความเห็นชอบ รู้ว่าอะไรเป็นเป็นคุณ เป็นประโยชน์ อย่างแท้จริง ถ้าไม่รู้ ก็จะไขว่คว้าแต่โทษกับทุกข์ไปตลอด พวกเรายังไม่รู้กันว่า มรรคผล นิพพานนี่แหละ คือสิ่งที่เลิศที่วิเศษที่สุด แต่กลับไปเห็นพวกलग ยศ สรรเสริญ สุข ว่า เป็นสิ่งที่เลิศ เป็นสิ่งที่วิเศษ

แต่ในสายตาของพระพุทธเจ้านั้น ทรงเห็นว่าเป็นเหมือนเศษขยะ ไม่มีคุณ ไม่มีประโยชน์ อะไรเลย มีแต่จะสร้างความทุกข์ สร้างความวุ่นวายใจให้ไม่รู้จักจบจักสิ้น จึงได้ทรงสละ लग ยศ สรรเสริญ สุข ที่ทรงมีอยู่ไปหมด แล้วออกแสวงหาความหลุดพ้นจากความ ทุกข์ ด้วยการบำเพ็ญ **ทาน ศีล ภาวนา** จนได้บรรลุนั้นพระพุทธเจ้าขึ้นมา ได้สมบัติอัน เลิศอันประเสริฐ คือ **มรรค ผล นิพพาน** หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ที่เกิดจากการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่ เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าไม่ต้อง เพลิดเพลินอีกต่อไป เพราะได้บรรลุถึงธรรมขั้นสูงสุด คือพระนิพพานแล้ว มีความสุขสมบูรณ์

อย่างเต็มๆ เรียกว่า **ปรมงส์ซัง** แล้วจึงนำเอาพระธรรมที่วิเศษนี้มาเผยแผ่ให้กับพวกเรา เพื่อพวกเราจะได้หลุดพ้นตามไปด้วย การแสดงเห็นว่าสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงเท่านี้