

กำลังใจ ๒๓

โดย พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต)

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร

ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

www.kammatthana.com

ท่านที่มีความประสงค์จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจกเป็นธรรมทาน
ท่านสามารถพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด
โดยให้ถือตามหลักธรรมที่แสดงไว้ว่า การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

สารบัญ

กัณฑ์ที่	หน้า
๒๕๔ ศรัทธา ปสาทะ จันทะ วิริยะ	3
๒๕๕ ไม่ได้ไม่เสีย	11
๒๕๖ รีบตัดดวงบุญกุศล	17
๒๕๗ ทางโลก ทางธรรม	25
๒๕๘ กิเลสไม่มีวันหยุด	32
๒๕๙ สัมมาทิฐิ	40
๒๖๐ ความอยากเป็นตัวปัญหา	48
๒๖๑ โอกาสที่วิเศษที่สุด	56
๒๖๒ บุญทำได้ตลอดเวลา	66
๒๖๓ การไม่เกิดเป็นสิ่งที่ดีที่สุด	74

กัณฑ์ที่ ๒๕๔

ศรัทธา ปสาทะ ฉันทะ วิริยะ

๑ ตุลาคม ๒๕๕๙

การที่เราจะมาวัดกันได้เนี่ย ต้องมีเหตุปัจจัยที่สนับสนุนส่งเสริม คือต้องมี**ศรัทธา** ความเชื่อ **ปสาทะ** ความเลื่อมใส **ฉันทะ** ความยินดี **วิริยะ** ความพากเพียร ถ้ามีเราก็จะมาวัดกันอย่างสม่ำเสมอ มาทำบุญทำทาน มารักษาศีล มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาปฏิบัติธรรม ถ้าไม่มีเราก็จะไม่มาวัดกัน ดังนั้นสิ่งที่เราควรปลูกฝังให้เกิดขึ้นในเบื้องต้นก็คือ ศรัทธา ความเชื่อ ด้วยการศึกษาระบบคำสอนของพระพุทธเจ้า ศึกษาพระประวัติที่โดดเด่น ดีเลิศของพระพุทธเจ้า และของพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย เมื่อได้ทราบถึงความวิเศษของพระพุทธเจ้า ของพระอริยสงฆ์สาวก ของพระธรรมคำสอนอันประเสริฐแล้ว ก็เกิดศรัทธาความเชื่อ ปสาทะความเลื่อมใส ฉันทะความยินดี ที่จะเดินตามทางที่พระพุทธเจ้า และพระอริยสงฆ์สาวกได้ดำเนินมา ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงสอนให้ทำความดี ละบาป และชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด ด้วยการชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง เหตุที่สร้างความทุกข์ ความวุ่นวาย ความเศร้าหมองให้กับจิตใจ ให้หมดสิ้นไป

การที่ได้ศึกษาได้ย่นได้ฟังพระธรรมคำสอนก็ดี ได้ศึกษาพระพุทธประวัติและประวัติของพระอริยสงฆ์สาวกก็ดี ก็เหมือนกับได้ดูโฆษณาสินค้าต่างๆทางโทรทัศน์หรือในหนังสือพิมพ์นั่นเอง เวลาที่บริษัทต่างๆต้องการจะขายสินค้าชิ้นใดชิ้นหนึ่ง ไม่ว่าจะป็นรถยนต์ก็ดี โทรทัศน์ก็ดี โทรศัพท์มือถือก็ดี ถ้าไม่โฆษณา คนก็จะไม่รู้ว่ามีขายอยู่ตามท้องตลาด แต่ถ้าได้โฆษณาตามสื่อต่างๆ คนที่ได้ดูได้เห็นก็จะเกิดความเลื่อมใส เกิดศรัทธา เกิดความยินดี อยากจะซื้อสินค้าเหล่านั้น นี่คือวิธีที่จะทำให้เกิดศรัทธาความเชื่อ เกิดปสาทะความเลื่อมใส เกิดฉันทะความยินดีที่จะซื้อสินค้าต่างๆ ฉันทะใด พระพุทธศาสนาก็เป็นสินค้า ที่เลิศที่วิเศษกว่าสินค้าต่างๆในโลกนี้ เพราะถ้าผู้ใดสามารถ

เอาธรรมะมาเป็นสมบัติของตนแล้ว ผู้นั้นจะอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข จะอยู่อย่างแคล้วคลาดปลอดภัยจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง จะมีแต่ความเจริญก้าวหน้าโดยถ่ายเดียว แต่ปัญหาของธรรมะก็คือ ไม่ค่อยมีการโฆษณากันเท่าไร เพราะไม่มีงบประมาณที่จะใช้โฆษณา หนังสือธรรมะที่พิมพ์แจกกันก็มีแต่ก็ไม่มาก ไม่เหมือนกับการโฆษณาสินค้าตามสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์หรือวิทยุ เพราะต้องใช้เงินใช้ทองมาก ธรรมะจึงไม่ค่อยปรากฏให้เห็นที่รู้จักของบุคคลทั่วไปเท่าไร

ถึงแม้จะเป็นพุทธศาสนิกชน ก็เป็นพุทธศาสนิกชนแต่ชื่อในทะเบียนบ้านเท่านั้นเอง แต่ไม่รู้ว่าเป็นพุทธศาสนิกชนต้องประพฤติปฏิบัติตนอย่างไร เพราะไม่โฆษณานั้นเอง ไม่ได้ยินไม่ได้ฟัง ว่าพุทธศาสนาวิเศษเลิศโลกอย่างไร มีคุณมีประโยชน์อย่างไร ถ้าเราจะรอให้มีการโฆษณาตามสื่อต่างๆ ก็จะไม่ทันการณ์ เพราะตั้งแต่เกิดมาก็ไม่ค่อยเห็นมีการโฆษณาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เหมือนกับการโฆษณาสินค้าต่างๆ จิตใจของพวกเราจึงมีแต่เรื่องสินค้าต่างๆ วันหนึ่งคืนหนึ่งก็คิดถึงแต่สินค้าต่างๆ ที่อยากจะได้ มีใครไม่อยากจะไ้รถยนต์บ้าง มีใครไม่อยากจะไ้โทรศัพท์มือถือบ้าง มีใครไม่อยากจะไปเที่ยวตามที่ต่างๆบ้าง ก็เพราะมีโฆษณาคอยประโคมใส่หูใส่ตาเราอยู่ตลอดเวลา จนฝังอยู่ในจิตใจ บางทีนอนหลับไปยังฝันถึงสิ่งเหล่านี้เลย ถ้าอยากจะมีธรรมฝังอยู่ในจิตใจเหมือนกับสินค้าต่างๆ เราก็ต้องเข้าหาธรรมะกันอย่ารอให้ธรรมะมาหาเราทางโฆษณา เพราะจะไม่มีโอกาสมา เพราะทางธรรมะไม่มีเงินที่จะมาทุ่มเทโฆษณาเหมือนกับสินค้าอื่นๆ เพราะธรรมะเป็นสินค้าที่ไม่เก็บเงินเก็บทอง ธรรมะเป็น**ธรรมทาน** เป็นการให้จากพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวก โดยไม่คิดเงินคิดทองแม้แต่บาทเดียว เมื่อไม่มีรายได้จากการแจกจ่ายธรรมะ ก็เลยไม่มีงบประมาณที่จะนำไปโฆษณา เพื่อสร้างศรัทธาปสาทะฉันทะวิริยะให้เกิดขึ้นมา

พุทธศาสนิกชนจึงต้องเป็นผู้เข้าหาธรรมะ เข้าหาวัดอยู่เรื่อยๆ มาฟังเทศน์ฟังธรรม ถ้ามีหนังสืออ่านก็หยิบขึ้นมาอ่านเรื่อยๆ พยายามหาหนังสือที่เกี่ยวกับประวัติของพระพุทธเจ้า หนังสือที่เกี่ยวกับประวัติของพระอรหันต์สาวก หนังสือที่เกี่ยวกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าโดยตรง เมื่อได้อ่านได้ศึกษาแล้วจะเกิดศรัทธาปสาทะ

ขึ้นมาอย่างแน่นอน เพราะไม่มีอะไรที่จะเลิศ ที่จะประเสริฐ เท่ากับพระพุทธเจ้า เท่ากับ พระอริยสงฆ์สาวก เท่ากับพระธรรมคำสอน เพราะสิ่งต่างๆที่ท่านได้ประพฤติได้ปฏิบัติ มาแล้ว ล้วนเป็นแบบฉบับอันดีงาม มีใครบ้างในโลกนี้ที่อยู่เหนือความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ มีใครบ้างที่อยู่เหนือความทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจได้ ไม่มี นอกจาก พระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกแล้ว ไม่มีใครในโลกนี้ที่จะไม่มีความโลภ ไม่มีความ โกรธ ไม่มีความหลง เมื่อมีแล้วก็ต้องมีความทุกข์ มีความวุ่นวายใจ มีความกังวลใจ ตามมา เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลงนี้แล คือ เหตุของความทุกข์ ของความ เศร้าหมอง ของความกังวล ของความวุ่นวายใจต่างๆนั่นเอง นี่คือนั่นสิ่งที่พวกเราไม่มีกัน แต่เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกมีกัน แต่เราไม่รู้ เพราะไม่ได้ศึกษากัน แต่ถ้าได้ศึกษาแล้วก็จะมีความยินดี มีความปรารถนาที่อยากจะเป็นอย่างเหมือนพระพุทธเจ้า เป็นเหมือนพระอริยสงฆ์สาวก

มีใครบ้างที่อยากจะร้องไห้ ร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจ กังวลใจ ทุกข์กับเรื่องราวต่างๆ ไม่มี ใครอยากจะทำทุกข์ ไม่มีใครอยากจะทำทุกข์ให้กัน แต่ทำไมเรายังต้องทุกข์ ยังต้องร้อง ไห้อีกกัน ก็เพราะยังมีความหลงอยู่ ขาดธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง ถ้าได้ ธรรมะเข้ามาสู่ใจแล้ว ต่อไปก็จะไม่หลงกับสิ่งต่างๆทั้งหลายในโลกนี้ เมื่อไม่หลงแล้วก็จะ ไม่ทุกข์กับสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นอย่างสมบัติข้าวของเงินทองหรือบุคคลต่างๆ ที่เรารักมีความ ผูกพันด้วย เพราะมีธรรมะคอยสอนคอยเตือนเราเสมอว่า ไม่ว่าจะเป็นอย่างอะไรในโลกนี้ ล้วนเป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอนทั้งนั้น ไม่มีอะไรเป็นสมบัติที่แท้จริงของเรา ไม่มีอะไรจะ อยู่กับเราไปตลอด นี่คือนั่นแสงสว่างแห่งธรรมที่พระพุทธเจ้านำมาสั่งสอน ให้พวกเราได้มี แสงสว่างนำทาง พาชีวิตของเราไปสู่ความสุขความสบาย ไกลจากความทุกข์ทั้งหลาย อยู่ ที่ธรรมะคำสอนและอยู่ที่เราจะนำเอามาปฏิบัติ ถ้านำเอามาปฏิบัติแล้ว จะอยู่ห่างไกลจาก ความทุกข์ต่างๆได้อย่างแน่นอน สิ่งที่เราต้องทำก็คือ น้อมเอาคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ ทรงสอนให้มีปัญญา มีความฉลาดมาใส่ใจเรา ให้รู้ทันกับสิ่งต่างๆที่มีอยู่ในโลกนี้ ที่เราไป เกี่ยวข้อง ไปสัมผัส ไปผูกพัน ไปหลงติดอยู่ ว่าไม่ได้ให้ความสุขที่แท้จริงกับเรา ล้วน เป็นความทุกข์ ที่เราจะต้องแบกต้องหาม อย่างไม่รู้จักจบจักสิ้น

สิ่งต่างๆในโลกนี้ที่เราควรรู้ทันก็คือ **โลกธรรม ๘** ธรรมที่พวกเราสัมผัสอยู่ตลอดเวลา มีอยู่ ๘ ชนิด หรือ ๔ คู่ด้วยกันคือ **ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข** ที่เจริญและเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีเจริญลาภก็มีเสื่อมลาภ มีทุกข์ก็มีสุข มีสรรเสริญก็มีนินทา มีเจริญยศก็มีเสื่อมยศ เป็นนายภรรยาวันนี้พรุ่งนี้ก็ได้เป็นแล้ว คนอื่นมาเป็นแทน เป็นอะไรก็ตาม ก็ไม่ได้เป็นไปตลอด เช่นวันนี้เป็นวันที่ ๑ ตุลาคม เป็นวันที่ข้าราชการที่มีอายุครบ ๖๐ ปี ตั้งแต่นายพลลงมาจนถึงพลทหาร ก็หมดสภาพจากการเป็นนายพล จากการเป็นพลทหารไป เพราะมีเจริญก็มีการเสื่อมเป็นธรรมดา มีการเจริญยศก็มีการเสื่อมยศ ตอนเริ่มต้นเป็นทหารใหม่ๆก็เป็นพลทหารบ้าง เป็นว่าที่ร้อยตรีบ้าง แล้วก็ไต่เต้าขึ้นไปเรื่อยๆ ตลอดระยะเวลา ๓๐ ๔๐ ปี พอถึงอายุ ๖๐ ปี ในวันที่ ๑ ตุลาคม ยศต่างๆ ที่ได้มาก็กลายเป็นอดีตไป กลายเป็นความทรงจำไป นี่ก็คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอน **มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป** มีมากก็มีไปเป็นธรรมดา ใจที่ต้องสัมผัสกับสิ่งเหล่านี้ ถ้าไม่รู้ทันก็จะไม่สบายอกไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กังวลใจ เสียใจ เวลาที่ต้องไปประสบกับความเสื่อมของสิ่งเหล่านี้ เช่นเวลาสูญเสียเงินทองไปก็เสียใจ สูญเสียตำแหน่งไปก็เสียใจ สูญเสียการสรรเสริญเยินยอ มีแต่คนด่าว่านินทาก็เสียใจ สูญเสียความสุขไปมีแต่ความทุกข์เข้ามารุมเร้าจิตใจ ก็เกิดความเสียใจตามมา

แต่คนที่มีปัญญา มีแสงสว่างแห่งธรรม ได้ศึกษา ได้เล่าเรียน ได้ยิน ได้ฟัง เรื่องของความเสื่อมของสิ่งต่างๆในโลกนี้ว่าเป็นธรรมดา เป็นเรื่องปกติ เป็นสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้นกับทุกคน ก็จะไม่เดือดร้อนแต่อย่างไร มีสุขก็ต้องมีทุกข์ มีสรรเสริญก็ต้องมีนินทา มีลาภยศก็ต้องมีการเสื่อมลาภเสื่อมยศไป ถ้ารู้ล่วงหน้าไว้ก่อนเตรียมตัวไว้ก่อนแล้ว เวลาลาภยศสรรเสริญสุขเสื่อมไป ก็จะไม่เสียใจวุ่นวายใจ เพราะใจเป็นธรรมชาติที่ไม่ได้เสื่อมไปกับลาภยศสรรเสริญสุขนั่นเอง ใจไม่ได้เสื่อมไปกับสิ่งต่างๆในโลกนี้ เพียงแต่ใจไปหลงไปยึดไปติดเท่านั้นเอง เมื่อมีความหลง มีความยึดติดก็มีความอยาก ที่จะให้สิ่งที่ยึดติดอยู่กับตนไปนานๆ อยู่กับตนไปตลอด แต่มันเป็นสิ่งที่ฝืนความจริง ฝืนธรรมชาติ เป็นไปไม่ได้ แม้แต่พระพุทธเจ้าหรือพระอรหันต์สาวกก็ยังจะต้องประสบกับความเสื่อมต่างๆเหล่านี้ ต่างกับพวกเราตรงที่ท่านไม่เสียใจ ไม่เศร้าโศก ไม่กังวล ไม่วุ่นวายใจ เพราะจิตใจของท่านมีธรรมะไว้คอยป้องกันนั่นเอง เปรียบเหมือนกับยาที่คอยป้องกันโรคต่างๆ

เช่นถ้าเรารู้ว่าจะมีโรคระบาดเกิดขึ้น เช่นโรคโควิด เราก็ไปฉีดยาป้องกันไว้ก่อน เมื่อฉีดแล้วเวลามีเชื้อโรคเข้ามาสู่ร่างกาย มันก็ไม่สามารถทำให้ร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วยได้ เพราะมียามีนภูมิคุ้มกันนั่นเอง

ธรรมะก็เป็นเหมือนยาเป็นภูมิคุ้มกันของจิตใจ ที่เราต้องคอยฉีดอยู่เรื่อยๆ ต้องคอยเอา มาเตือนสติอยู่เรื่อยๆ อย่าปล่อยให้ห่างไกลจากตัวเรา ให้เป็นเหมือนกับอาวุธคู่กายของเรา เช่นเดียวกับตำรวจกับทหารเวลาที่ออกปฏิบัติหน้าที่ ก็ต้องมีปืนมีอาวุธต่างๆไว้ใกล้ตัว เพื่อใช้ในเวลาที่เกิดเหตุการณ์ที่จะต้องใช้มัน ฉะนั้นธรรมะก็เป็นเหมือนอาวุธคู่ใจที่เราจะต้องมีไว้อยู่เสมอ การที่จะมีธรรมะไว้คู่กับใจได้ เราก็ต้องระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เรื่อยๆ ที่ทรงสอนให้เตือนสติเสมอๆว่า **เกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายเป็นธรรมดา ต้องพลัดพรากจากทุกสิ่งทุกอย่างไปเป็นธรรมดา** ซึ่งเป็นเหมือนอาวุธที่มีไว้ป้องกันตัว ป้องกันใจ ไม่ให้ทุกข์ไม่ให้วุ่นวาย เพราะถ้าไม่มีแล้วเวลาเกิดการพลัดพรากจากกัน เวลาเกิดความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็จะรับกับสภาพไม่ได้ จะต้องวุ่นวายใจ ต้องทุกข์ใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ เสียอกเสียใจ บางครั้งก็อาจจะทนอยู่ต่อไปไม่ได้ ถึงกับทำลายชีวิตของตนเองหรือทำลายชีวิตของผู้อื่นไปเลย ก็เพราะไม่มีธรรมะเป็นเครื่องป้องกันนั่นเอง เราจึงควรเจริญธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เสมอ ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ถ้าทำได้ทุกลมหายใจเข้าออกได้ยิ่งดีใหญ่ ทำไปจนติดอยู่กับใจของเรา เมื่อติดอยู่กับใจแล้วไม่ต้องเจริญก็ได้

แต่ในเบื้องต้นเราต้องอัดเข้าไปอยู่เรื่อยๆ จนไม่ลืมนั่นเอง ตอนนี้อะไรจะลืมกัน พอออกจากวัดไปก็ลืมแล้วว่าเราต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากกัน เราก็เริ่มไปหลงคิดอยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ อยากจะมีสิ่งนั้นสิ่งนี้ โดยไม่เคยคิดเลยว่า สักวันหนึ่งก็ต้องจากเราไป ถ้ามีธรรมะคอยเตือนสติเรื่อยๆแล้ว ก็จะไม่มีความหิวโหยอะไรเลย ถ้าไม่อยากจะมีความทุกข์ใจ ก็อย่าไปมีอะไรดีกว่า เพราะถ้ามีแล้วก็ต้องคอยดูแลรักษา ต้องห่วงต้องหวง เวลาจากไปก็ต้องเสียอกเสียใจ จะต้องเกิดขึ้นกับพวกเราทุกคน ต่างกันที่ใจของพวกเราเท่านั้นว่าจะมีปฏิกิริยากับเหตุการณ์ต่างๆอย่างไร ถ้ามีธรรมะเตือนสติอยู่เรื่อยๆ เวลาเกิดการเสื่อมขึ้นมาก็จะรู้สึกเฉยๆ ไม่วุ่นวาย ไม่เดือดร้อน แต่ถ้าไม่มีธรรมะ

คอยเตือนสติ คอยสอนใจอยู่เรื่อยๆ ก็จะหลงยึดติด อยากให้สิ่งต่างๆอยู่กับเราไปตลอด พอไม่อยู่กับเรา โศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ใครเป็นคนที่จะต้องรับภาระเหล่านี้ ก็คือตัวเราเอง ถ้าเราฉลาดเราก็ไม่ต้องมาทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ ถ้าเราโง่ เราซี้เกียจ ไม่สอนใจ เราอยู่เรื่อยๆ ด้วยธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า เมื่อถึงเวลาพลัดพรากจากกัน ก็จะต้องเศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ก็อย่าไปโทษใคร ต้องโทษตัวเราเอง

เพราะไม่เคยสนใจศึกษา เอาธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าเข้ามาสู่จิตใจ ด้วยการระลึกถึงอยู่เรื่อยๆ สอนใจอยู่เรื่อยๆ วันหนึ่งๆควรคิดอยู่เรื่อยๆว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บ ต้องตายเป็นธรรมดา หนีความแก่ หนีความเจ็บ หนีความตายไปไม่ได้ ต้องพลัดพรากจากทุกสิ่งทุกอย่างไปเป็นธรรมดา **หนีไม่พ้น ไปไม่กลับ กลับไม่คืน ฟื้นไม่มี** ต้องคอยสอนเราอยู่เรื่อยๆ เป็นการเอาแสงสว่างเข้ามาสู่ใจ ที่มีติดบอดด้วย**อวิชชา** ความไม่รู้ มีติดบอดด้วย**โมหะ** ความหลง ให้หายไปหมด ที่ไหนมีแสงสว่างที่นั่นก็จะเป็นความมืด ที่ไหนไม่มีแสงสว่างที่นั่นก็ต้องมีความมืด เช่นตอนกลางคืนก็จะมีแต่ความมืดถ้าอยู่ที่ไม่มีแสงไฟ ตอนกลางวันก็ไม่มีความมืดเพราะมีแสงสว่างอยู่ตลอดเวลา ความมืดและความสว่างจึงไม่อยู่ร่วมกัน ฉะนั้นความโง่กับความฉลาดก็ไม่อยู่ร่วมกัน ฉะนั้นคนฉลาดก็จะไม่โง่ คนที่โง่ก็จะไม่ฉลาด จะฉลาดที่แท้จริงก็ต้องฉลาดแบบพระพุทธเจ้า ฉลาดแบบพระอรหันตสาวกทั้งหลาย อย่าไปฉลาดแบบศรัทธาอวิชชา ฉลาดแกมโกง คนที่ฉลาดแกมโกงจะเอาตัวไม่รอด จะต้องทุกข์กับทุกสิ่งทุกอย่างที่ตนไปเกี่ยวข้องด้วย ฉลาดแบบพระพุทธเจ้า แบบพระอริยสงฆ์สาวก ก็จะไม่ทุกข์ไม่ห่วงวุ่นวายใจกับสิ่งต่างๆ ที่ตนไปสัมผัสไปเกี่ยวข้องด้วย เพราะรู้ทัน เพราะไม่ได้หวังอะไร

ปัญหาของพวกเราคือความหวังความอยากนั่นเอง พอเจออะไรก็อยากจะได้แล้ว พอได้มาแล้วก็อยากจะให้อยู่ไปนานๆ ให้ดีเสมอ ไม่ให้เสีย ไม่ให้เนา ไม่ให้สูญหายจากเราไป ถ้ามีความอยากเหล่านี้ก็จะมีเหตุที่จะสร้างความทุกข์ตามมาต่อไป แต่ถ้ามีธรรมะมีแสงสว่าง ก็จะมีปัญญาอยากไม่ได้ เพราะความจริงต้องเป็นอย่างนั้น อยากไม่แก่ไม่ได้ อยากไม่เจ็บไม่ได้ อยากไม่ตายไม่ได้ อยากไม่ให้คนที่เรารักไม่เจ็บไม่แก่ไม่ตายไม่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างต้องเป็นไปตามความเป็นจริงของมัน ถ้ามีธรรมะแล้วใจก็จะสงบนิ่งเฉย เวลาที่

สิ่งต่างๆเกิดขึ้นมา ไม่สะทกสะท้าน ไม่หวั่นไหว ไม่อยากกับอะไรทั้งสิ้น อะไรจะเกิดก็ต้องให้มันเกิด ถ้าป้องกันไม่ได้ แก้ไขไม่ได้ ก็ต้องปล่อยให้เป็นไปตามเรื่องของมัน แต่ถ้ายังสามารถดูแลรักษาป้องกันหรือแก้ไขได้ ไม่ให้เกิดขึ้นก่อนเวลาอันควรก็ดูแลกันไป เช่นร่างกายของเรา ถึงแม้ว่าสักวันหนึ่งจะต้องเจ็บไข้ได้ป่วยและจะต้องตายจากโลกนี้ไป เราก็ยังสามารถดูแลรักษาได้ คอยกินยา คอยรับประทานอาหาร คอยออกกำลังกาย คอยระมัดระวังไม่ให้ไปเกิดอุบัติเหตุ เป็นสิ่งที่ทำได้เราก็ควรทำ ไม่ใช่ว่าเกิดมาแล้วต้องตายก็เลยไม่สนใจ อยู่แบบประมาท กินเหล้าเมายา ขับรถเร็วๆ อย่างนี้ก็ต้องตายก่อนเวลาอันสมควร อย่างนี้ไม่ถูก ต้องยึดทางสายกลาง จะประมาทก็ไม่ใช้ จะไม่ประมาทก็ไม่เชิง ต้องมีความระมัดระวัง แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องยอมรับความจริง เมื่อถึงเวลาที่จะต้องเป็นไปก็ต้องยอมรับความจริง ก็ให้มันเป็นไป

ถ้าทำอย่างนี้ได้จิตใจจะไม่วุ่นวาย ทั้งในขณะที่มีชีวิตอยู่และขณะที่จะต้องตายไป จิตใจของเราจะรู้สึกเฉยๆ สบายๆ เป็นอยู่เท่ากัน เพราะไม่มีทางเลือก ต้องเป็นอย่างนั้น เมื่อยังอยู่ก็ต้องอยู่ เมื่อถึงเวลาไปก็ต้องไป ไม่เหมือนอย่างอื่นที่เราเลือกได้ เช่นวันนี้เลือกจะม่าวัดก็ได้ ไม่ม่าวัดก็ได้ แต่เรื่องความเป็นความตายนี้เรา**เลือกไม่ได้** เมื่อถึงเวลาที่จะต้องตายก็ต้องตาย เมื่อยังไม่ถึงเวลาก็ต้องอยู่ต่อไป มันเป็นอย่างนี้ นี่คือความจริง ถ้ามีธรรมะสอนใจอยู่เรื่อยๆแล้ว จะมีอาวุธไว้ป้องกันความทุกข์ต่างๆ ไม่ให้มารุมเร้า มาเบียดเบียน มาให้กังวลเดือดร้อนวุ่นวายใจ นี่คือนั่นที่เราจะได้รับจากพระพุทธเจ้า จากพระอริยสงฆ์สาวก จากพระธรรมคำสอน ถ้ามีศรัทธาความเชื่อ มีปสาทะความเลื่อมใส มีฉันทะความยินดี มีวิริยะที่จะศึกษาปฏิบัติ ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ตามเยี่ยงอย่างที่ดีงาม ตามแบบฉบับที่สวยงาม ของพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย จึงควรหมั่นเข้าหาธรรมะอยู่เรื่อยๆ ศึกษาธรรมะอยู่เรื่อยๆ ดูโฆษณาของธรรมะอยู่เรื่อยๆ แล้วจะเกิดความศรัทธาปสาทะฉันทะวิริยะขึ้นมา ที่จะทำให้เราได้ปฏิบัติ ได้นำเอาธรรมะคำสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าเข้ามาสู่ใจ เอามาเป็นสมบัติคู่ใจ เมื่ออยู่กับใจแล้วรับรองได้ว่าความทุกข์ ความวุ่นวายใจต่างๆ จะไม่มีหลงเหลืออยู่ในใจอย่างแน่นอน จึงขอฝากเรื่องของการม่าวัดอย่างสม่ำเสมอนี้ ให้ท่านทั้งหลายได้นำเอาไปประพฤติปฏิบัติ

เพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียง
เท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๕๕

ไม่ได้ไม่เสีย

๗ ตุลาคม ๒๕๕๗

วันนี้เป็นวันสุดท้ายของพรรษา เรียกว่าวันออกพรรษา เป็นวันที่พวกเราได้มาร่วมประกอบพิธีตักบาตรเทโวโรหณะ ที่มีความเป็นมาตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล เป็นวันที่สมเด็จพระบรมศาสดา พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เสด็จลงจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์หลังจากที่ประทับจำพรรษาอยู่ตลอดเวลา ๓ เดือน โปรดพุทธมารดาให้ได้รับรรลุเป็นพระอริยเจ้า เป็นพระโสดาบัน พวกเราฟังแล้วก็อาจจะไม่เข้าใจว่า มนุษย์จะขึ้นไปอยู่บนสวรรค์ได้อย่างไร มนุษย์อย่างพระพุทธเจ้านั้นมีฤทธิ์ มีบารมี คือร่างกายไม่ได้ขึ้นไปสวรรค์ แต่สิ่งที่ขึ้นไปสวรรค์ก็คือใจของพระพุทธเจ้า ใจที่ได้รับการพัฒนาด้วยการปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญวิปัสสนา จะมีอำนาจ มีพลัง ที่จะสามารถส่งกระแสจิตไปได้ทั่วไตรภพ ไม่ว่าจะอยู่ส่วนไหนก็สามารถส่งจิตไปได้ เหมือนกับสมัยนี้เราอยู่ที่นี้แต่สามารถส่งเสียงของเราไปกรุงเทพ ไปต่างจังหวัด ไปต่างประเทศได้ เพราะสมัยนี้เรามีเครื่องมือ ก็คือโทรศัพท์มือถือ เพียงแต่รู้ว่าผู้ที่เราต้องการจะติดต่อมีหมายเลขอะไร เราก็กดเข้าไปในเครื่อง เครื่องก็จะติดต่อกับผู้ที่เราต้องการจะติดต่อ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน แหงหนตำบลใด อยู่ในประเทศก็ได้ อยู่นอกประเทศก็ได้

ใจของพระพุทธเจ้าและของผู้ปฏิบัติธรรมก็เป็นอย่างนั้น เป็นเหมือนกับโทรศัพท์มือถือ สามารถที่จะส่งกระแสจิตไปสู่ภพภูมิต่างๆได้ ตั้งแต่ชั้นสูงสุดลงมาจนถึงนรกอเวจี สามารถส่งไปได้ว่า มีใครอยู่ที่ไหนบ้าง พระพุทธเจ้าก็ทรงมีความปรารถนา อยากจะโปรดพระพุทธมารดาที่ได้เสด็จสวรรค์ไปตั้งแต่ ๗ วัน หลังจากที่ทรงประสูติ พระพุทธเจ้ามา เนื่องจากทรงมีความเคารพรัก มีความกตัญญูกตเวที มีความปรารถนาที่จะโปรดพุทธมารดาให้ได้รับแสงสว่างแห่งธรรม จึงได้ส่งกระแสจิตของพระองค์ไปทั่วไตรภพ เพื่อดูว่าพระพุทธมารดาตอนนี้อยู่ที่ใด แล้วในที่สุดก็ได้ทรงทราบว่า

ประทับอยู่บนสวรรค์ จึงได้ทรงติดต่อทางกระแสนิจ ทรงโปรดพุทธมารดา ด้วยการสั่งสอนธรรมะ ที่เกี่ยวกับเรื่องจิตเรื่องใจ ให้เกิดความเข้าใจ เข้าใจ จนในที่สุดก็มีดวงตาเห็นธรรมขึ้นมา ได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน เป็นพระอริยบุคคลที่มีอยู่ ๔ ชั้นด้วยกันคือ **โสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี อรหันต์** ตามลำดับ ผู้ที่ได้บรรลุเป็นโสดาบันจะได้รับอย่างหนึ่งคือ ไม่ต้องไปเกิดในอบายอีกต่อไป ไม่ว่าจะเคยทำบาปทำกรรมมามากน้อยเพียงไร เมื่อตายไปแล้วจิตจะไม่ตกลงไปในอบาย ไม่ต้องไปใช้บาปใช้กรรมที่เคยได้ทำมา ได้สร้างมาแต่จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์หรือเทวดาไม่เกิน ๗ ชาติ ก็จะบรรลุถึงพระอริยะขั้นสูงสุด คือพระอรหันต์

เมื่อถึงขั้นนั้นแล้วภพชาติก็จะถูกทำลายไปหมด จิตไม่ต้องไปเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ไม่ต้องไปทุกข์กับความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดเหมือนพวกเรา ที่ยังมีติดบอด ยังมีความหลงความโลภในสิ่งต่างๆ มีความโกรธเวลาเมื่อไรไม่ถูกใจมาสัมผัส ทำให้ต้องไปสร้างเวรสร้างกรรม แล้วก็ต้องไปใช้เวรใช้กรรมในภพน้อยภพใหญ่ ตามกรรมที่ได้ทำกันไว้ พระพุทธเจ้าทรงมีความปรารถนาอยากจะช่วยพุทธมารดาให้หลุดพ้นจากการเกิดในอบายทั้ง ๔ คือ **เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย สัตว์นรก** จึงได้ทรงสอนพระพุทธมารดาให้เจริญวิปัสสนา ให้พิจารณาความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสิ่งต่างๆ ที่มาสัมผัสได้แก่ **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** ต่างๆ บุคคลต่างๆ สิ่งของต่างๆ ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป ไม่ได้ให้ความสุขกับเราอย่างแท้จริง ไม่ว่าจะได้อะไรมาสักวันหนึ่งก็ต้องเสียใจไปกับสิ่งที่ได้มา เมื่อสิ่งนั้นต้องจากเราไป นี่คือเรื่องของใจของพวกเราที่ยังมีความหลง ยังมีความยินดีกับสิ่งต่างๆ กับบุคคลต่างๆ แล้วก็ต้องมาร้องไห้ร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจกับสิ่งต่างๆ กับบุคคลต่างๆ แล้วก็ต้องทำบาปทำกรรม เพราะต้องรักษาสิ่งต่างๆ ที่มีอยู่ หรือแสวงหาสิ่งที่ไม่ใช่ เมื่อมีความโลภมีความอยากมาก แล้วก็ไม่สามารถหาได้ด้วยความถูกต้อง ด้วยความสุจริตได้ ก็ต้องหาด้วยวิธีที่ทุจริต ผิดศีลธรรม เช่น โกง หลอก ลวง ฉ้อโกง เพื่อได้มาในสิ่งที่ต้องการ

เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ต้องคลุกเคล้าไปกับความทุกข์ความทรมานอยู่เรื่อยๆ ไม่ว่าจะไปเกิดที่ภพไหนก็ต้องมีความทุกข์ตามมาอยู่เสมอ พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ทรงเห็นแล้วว่า อะไร

เป็นเหตุที่ทำให้พวกเราต้องไปเวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่ จึงทรงสั่งสอนพวกเรา อย่างพิธีตักบาตรในวันนี้ ก็เป็นการสอนให้รู้จักทำบุญให้ทาน ให้รู้จักปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติดกับข้าวของเงินทองของนอกกาย เพราะไม่ได้เป็นของเราอย่างแท้จริง ลักวันหนึ่งเราก็ต้องจากมันไปหรือมันก็ต้องจากเราไป แต่ถ้ารู้จักปล่อยวาง รู้จักให้ เวลาที่จะต้องจากมันไป จะไม่มีความเศร้าโศกเสียใจ อย่างวันนี้ญาติโยมเสียเงินเสียทอง เสียเวลา แต่ไม่รู้สึกเสียใจ เพราะตั้งใจที่จะเสีย ตั้งใจที่จะให้นั่นเอง ถ้าเราพร้อมที่จะเสียพร้อมที่จะให้ สิ่งต่างๆที่เรามีอยู่ เวลาที่ต้องเสียต้องให้ไป จะไม่รู้สึกเดือดร้อนใจ เศร้าโศกเสียใจ แต่ถ้าไม่พร้อม ยังมีความยึดติด มีความหวงแหนอยู่ เวลาที่จากไป เราจะมี ความทุกข์ทรมานใจมาก ใจจะตกนรกทั้งเป็น เพราะใจของเรานี้แหละเป็นผู้ที่ขึ้นสวรรค์ หรือตกนรก อยู่ที่ความสุขหรือความทุกข์ที่มีอยู่ในใจ ถ้าใจมีความสุขอย่างในขณะนี้ ใจกำลังอยู่บนสวรรค์ แต่ถ้าใจมีความทุกข์ ความวุ่นวาย ความเศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ใจก็ได้ตกนรกไปแล้วทุกอย่างที่ยังไม่ตาย เมื่อตายไปก็จะต้องไปตกนรกจริงๆต่อไปเป็นเวลาอันยาวนาน ถ้าใจยังมีความเศร้าโศกเสียใจ ความทุกข์ ความวุ่นวาย ใจอยู่

เรื่องทุกข์ต่างๆ เรื่องนรก เรื่องอบายนี้ เป็นสิ่งที่พวกเราทุกคนสามารถหลีกเลี่ยงได้ สามารถหลุดพ้นได้ ถ้านำเอาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติ เช่นวันนี้ทรงสอนให้เราทำบุญให้ทาน มีอะไรที่เหลือกินเหลือใช้ก็อย่าหวงเก็บเอาไว้ เอาไปแจก เอาไปจ่าย เอาไปช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ เพื่อนสัตว์ที่อยู่ในโลกนี้ด้วยกัน เวลาให้แล้วจะมีความสุขใจ มีความอิ่มใจ มีความพอใจ แล้วถ้ารักษาศีลได้ยิ่งทำให้จิตใจมีความสุขมากยิ่งขึ้นไปอีก เพราะเมื่อเราไม่เบียดเบียนผู้อื่น ใจของเราจะไม่วุ่นวาย ไม่มีความกังวลว่าจะต้องถูกนำไปลงโทษ เพราะไม่ได้ทำความผิดอะไร ใครจะพูดว่าเราไม่ดีอย่างไรก็ไม่เดือดร้อน เพราะเราไม่ได้เป็นอย่างที่เขาคิด คนมีศีลนี้แหละคือคนดี คนที่ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดประเวณี ไม่พูดปดมดเท็จโกหกหลอกลวง ไม่เสพสุรายาเมา เป็นคุณสมบัติของคนดี ถ้ารักษาความดีนี้ได้ ก็จะมี ความร่มเย็นเป็นสุข เมื่อมีแล้วก็จะรู้ว่าความสุขไม่ได้อยู่ที่การมีเงินมีทองมากมาย มีฐานะสูงๆ เพราะไม่ได้เป็นเหตุของความสุใจ

ศีลต่างหากที่เป็นเหตุ เมื่อเป็นอย่างนั้นเราก็จะไม่แสวงหาสิ่งต่างๆเกินความจำเป็น ทามาให้พออยู่พอกินก็พอแล้ว มาหาความสุขทางจิตใจดีกว่า

นอกจากการทำบุญให้ทาน รักษาศีลแล้ว ถ้าต้องการความสุขมากไปกว่านี้ ก็ต้องมาปฏิบัติธรรมกัน ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ เจริญปัญญา นี่คือวิธีที่จะทำให้จิตใจของเรามีความสุขเพิ่มมากขึ้น เพราะถ้าได้สวดมนต์ไหว้พระหรือนั่งทำสมาธิ กำหนดจิตให้อยู่กับพุทโธๆ โดยไม่ไปคิดถึงเรื่องราวต่างๆ จิตก็จะค่อยๆสงบตัวลง จิตสงบตัวลงมากน้อยเพียงไร ความอึด ความเย็น ความสุขก็จะมีเพิ่มมากขึ้นเพียงนั้น เมื่อได้สัมผัสกับความสงบแบบนี้แล้ว ก็จะเข้าใจถึงคำพูดที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า **ไม่มีสุขใดในโลกนี้ที่ดีจะเลิศเท่ากับความสุขที่เกิดจากความสงบของจิตใจ** นี่คือความสุขที่แท้จริง เพราะเป็นความสุขที่ไม่มีความทุกข์ตามมา ไม่เหมือนกับความสุขที่ได้จากสิ่งต่างๆภายนอก เวลาได้อะไรมาใหม่ๆ ก็ดีอกดีใจ ต่อไปก็เบื่อ ก็อยากโยนทิ้งไป อยากจะหาใหม่ ถ้าถูกทำลายไป ถูกขโมยไป ก็เสียอกเสียใจ เศร้าโศกเสียใจ ความสุขทางโลกเป็นอย่างนี้ความสุขที่ได้จากคนอื่นสิ่งอื่น มักจะมีความทุกข์ตามมาเสมอ แต่ความสุขที่ได้จากการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ทำจิตใจให้สงบ ด้วยการไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิ ด้วยการปลงอนิจจังทุกขังอนัตตา เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่ควรไปยึดไปติด

แม้แต่ร่างกายของเราก็ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ลักวันหนึ่งก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายไป แต่ใจผู้ที่ไม่ได้ตายไปกับร่างกายนี้ ถ้าไม่รู้ไม่เข้าใจ ก็จะต้องทุกข์ต้องวุ่นวาย ไปกับความแก่ ความเจ็บ ความตายของร่างกาย เพราะไม่ศึกษา ไม่เจริญปัญญา ไม่มีแสงสว่างแห่งธรรม ถ้านำเอาสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนมาสอนใจอยู่เรื่อยๆ ก็จะไม่ยึดไม่ติดไม่ทุกข์กับอะไร เพราะมีธรรมคอยเตือนใจอยู่เสมอว่า ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย แต่สิ่งที่แก่ที่เจ็บที่ตายไม่ใช่ตัวเรา เป็นเพียงร่างกายซึ่งเป็นเหมือนรถยนต์คันหนึ่ง ซึ่งเป็นคนละส่วนกันกับคนขับ ภัยกับใจก็คนละส่วนกัน ร่างกายเป็นอะไรแต่ใจไม่ได้เป็นไปด้วย ถ้าใจฉลาดก็จะไม่ทุกข์กับร่างกาย เพราะปล่อยวาง พร้อมทั้งจะให้ร่างกายเป็นไปตามสภาพของมัน เหมือนกับเราวันนี้ไม่ทุกข์กับการเสียเงินเสียทองไป เพราะเราพร้อมที่จะเสีย ฉันทิเดเวลา

ร่างกายเป็นอะไรไป ถ้าพร้อมให้มันเป็นไปก็จะไม่ทุกข์ใจเลย ไม่ห่วงวาย ไม่เสียอกเสียใจ แต่อย่างไร ถ้านำเอาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาสอนใจอยู่เรื่อยๆ แล้วหมั่นทำความดีเสมอๆ เช่นมีความกตัญญูกตเวทิตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงทำเป็นตัวอย่าง ทรงโปรดพระพุทธมารดาให้ได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน และได้โปรดพระราชบิดาทอนก่อนจะเสด็จสวรรคต ๗ วัน ให้ได้เป็นพระอรหันต์ ไม่ต้องไปเวียนวายตายเกิดอีกต่อไป ซึ่งไม่เป็นสิ่งที่ยากเย็นอย่างไร

เพราะเป็นการทำความเข้าใจเท่านั้นเอง พระพุทธเจ้าเพียงสอนให้เรารู้ว่าอะไรเป็นอะไร เมื่อก่อนนี้เราเห็นผิดเป็นชอบ เช่นเห็นช้างว่าเป็นวัว เห็นไม่ตรงกับความเป็นจริง พระพุทธเจ้าเพียงสอนให้เห็นว่า ช้างก็เป็นช้าง วัวก็เป็นวัว เมื่อรู้แล้วก็จะได้ปฏิบัติกับช้างกับวัวให้ถูกต้องเท่านั้นเอง เมื่อรู้จักวิธีปฏิบัติแล้วใจก็ไม่ห่วงวาย ไม่ทุกข์กับอะไร ใครจะมา ใครจะไปก็ไม่เดือดร้อน ใครจะชม ใครจะด่าก็ไม่เดือดร้อน เพราะไม่ได้ยึดติดกับคำชมคำด่า ไม่ได้ยึดติดกับสิ่งต่างๆ ที่มาสัมผัสเพราะรู้ว่าอยู่ในโลกนี้จะต้องสัมผัสทั้ง ๒ อย่าง ต้องสัมผัสกับความสุขและความทุกข์ สัมผัสกับการได้และการเสีย เป็นเรื่องปกติธรรมดา แต่ใจไม่ได้ไม่เสียกับอะไรทั้งสิ้น แต่ใจไม่รู้ธรรมชาติของตนเอง เลยไปหลงยึดติดกับสิ่งต่างๆ ที่มีการเกิด มีการดับ เวลาที่มีการเกิดก็ดีอกดีใจ เวลาที่มีการดับก็เศร้าโศกเสียใจ ก็มีเท่านั้น ใจไม่ตาย มีแต่สุขหรือทุกข์เท่านั้นเอง ส่วนใหญ่จะทุกข์กัน เวลาที่ต้องเสียสิ่งที่รักไป แต่คนที่ฉลาด ที่รู้ทัน จะไม่ทุกข์กับสิ่งที่เสียไป จะรู้สึกเฉยๆ รู้ว่าเป็นเรื่องธรรมดา

นี่คือสิ่งที่พระพุทธศาสนามอบให้กับพวกเราได้ คือการอยู่เหนือความทุกข์ทั้งหลาย ไม่ต้องทุกข์กับความแก่ ความเจ็บ ความตาย การพลัดพรากจากกัน ถ้ามีปัญญา ถ้าดำเนินชีวิตตามเยี่ยงอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ดำเนิน คือให้ทำความดี ละการกระทำบาปกรรมทั้งหลายและชำระความโลภ ความโกรธ ความหลง อันเป็นต้นเหตุที่จะทำให้ไปแบกไปหาม ไปยึดไปติด ไปอยากไปโลภ ไปโกรธ แล้วก็ไปทุกข์แบบไม่รู้จักจบจักสิ้น ถ้าสามารถดำเนินตามคำสอนของพระพุทธเจ้าได้แล้ว ไม่ว่าจะรวยหรือจน สูงหรือต่ำ ก็ จะอยู่อย่างมีความสุขในชาตินี้และชาติต่อไป และจะเป็นภพชาติที่ดีกว่าที่เป็นอยู่

หรือไม่ต้องไปเกิดอีกต่อไปเลยก็ได้ ถ้าทำใจให้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างได้ ไม่ว่าจะอะไรก็ตามมาสัมผัสกับใจ ก็เพียงแต่รู้เฉยๆเท่านั้น ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ คนจะชมก็ไม่ดีใจ ด่าก็ไม่เสียใจ ใครจะมาก็ไม่ดีใจ ใครจะไปก็ไม่เสียใจ เพราะใจไม่ได้ไม่เสียกับอะไรนั่นเอง เพียงแต่หลงคิดว่าได้ แต่ความจริงแล้วได้จริงๆหรือไม่ เวลาตายไปเอาอะไรติดกับใจไปได้บ้าง ไม่มีเลย แม้แต่ร่างกายก็ยังต้องทิ้งให้คนอื่นเอา ให้คนอื่นฝัง ใจก็ไปตามลำพัง ไปกับบุญกับบาป ไปกับความมืดกับความสว่าง ถ้าไปกับบาปไปกับความมืดก็ไปสู่ที่ต่ำ ถ้าไปกับบุญไปกับแสงสว่างก็ไปสู่ที่สูง ไปสู่ที่ที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายไปถึงกัน

นี่คือทางที่พวกเราจะต้องเดิน ทางที่พวกเราจะต้องเลือก จะไปทางไหนดี ไปทางสว่าง ไปทางบุญ หรือไปทางมืด ไปทางบาป ก็ไม่มีใครจะมาบังคับเราได้ นอกจากตัวเราเอง ถ้าอยากจะไปทางบุญ ไปทางสวรรค์ ไปทางสว่าง ก็ต้องเข้าหาศาสนา เข้าหาพระ เข้าหาพระธรรมคำสอนหมั่นฟังเทศน์ฟังธรรม หมั่นปฏิบัติอยู่เรื่อยๆ แต่ถ้าอยู่ห่างวัด ห่างศาสนา ใจก็จะถูกความมืดบอดคลุมดลาก็ไปหลงกับสิ่งต่างๆในโลกนี้ ที่จะสร้างความทุกข์ความวุ่นวายใจให้กับเรา อยู่ที่เรานี้ที่จะต้องเลือกทาง อย่างวันนี้ท่านทั้งหลายได้เลือกทางที่ถูกคือมาวัดกัน มาทำบุญทำทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม แล้วก็ให้นำเอาไปปฏิบัติอีกต่อหนึ่ง ถ้าทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆแล้ว รับรองได้ว่าจะมีแต่ความก้าวหน้า มีแต่ความเจริญรุ่งเรือง มีความสุขมากยิ่งขึ้นไป ความทุกข์จะน้อยลงไป แม้จะไม่มีเงินมาก ก็จะไม่เดือดร้อน แม้จะไม่มีสมบัติอะไร ก็จะไม่เดือดร้อน เพราะมีสมบัติที่แท้จริงอยู่ในใจอยู่แล้ว คือบุญกุศลและความดีงามทั้งหลายนั่นเอง ขอให้ยึดพระพุทธเจ้า พระธรรมคำสอน พระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายเป็นเยี่ยงอย่าง เป็นแบบฉบับ แล้วดำเนินตามด้วยความศรัทธา ด้วยความเข้มแข็ง ความกล้าหาญ แล้วความสุขความเจริญที่พวกเราทั้งหลายปรารถนา ก็จะเป็นผลที่ตามมาอย่างแน่นอน การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๕๖

รับตักดวงบุญกุศล

๘ ตุลาคม ๒๕๕๙

ตลอดระยะเวลา ๓ เดือนที่ผ่านมา เป็นช่วงเข้าพรรษา ศรัทธาญาติโยมก็ได้มุ่งมั่งงำมา
สะสมบ้ำเพ็ญบุญบารมีต่างๆกัน เพราะชีวิตจะสุข จะเจริญ จะมีความร่มเย็น ก็อยู่ที่บุญ
บารมีที่บุญกุศล ที่ได้บ้ำเพ็ญกันนั่นเอง เป็นสมบัติที่แท้จริงของพวกเรา เพราะเมื่อต้อง
จากโลกนี้ไปแล้ว ไม่มีอะไรที่เราจะเอาติดตัวไปได้ นอกจากบุญบารมีนี้ ซึ่งเป็น
เหมือนกับทรัพย์ภายนอก แต่บุญบารมีเป็นทรัพย์ภายใน ที่จะดูแลรักษาจิตใจให้อยู่
อย่างสุข อย่างสบาย ไม่เดือดร้อน ไม่อดอยากขาดแคลน หลังจากที่ได้ออกพรรษาแล้ว
เราก็ยังต้องทำบุญสร้างบารมีกันต่อไปอีก เพราะวันเวลาในแต่ละวันผ่านไปเรื่อยๆ เวลาที่จะมีไว้
สำหรับบ้ำเพ็ญบุญบารมี บุญกุศลต่างๆ ก็จะเหลือน้อยลงไปเรื่อยๆ เหมือนกับได้รับ
อนุญาตจากนายธนาคารให้เข้าไปในห้องเก็บเงินของธนาคาร ให้เวลา ๑๐ นาที ให้หยิบ
เอาเงินทองต่างๆ ที่มีอยู่ในตู้เซฟไปตามความพอใจ ถ้าไม่รีบเร่งมัวแต่โอ้อวดนั่นดูนี่
เปลืองไปเดี๋ยวเดียวเวลา ๑๐ นาทีก็จะหมดไป ก็จะได้ไม่ได้เอาเงินทองติดตัวไปด้วย แต่ถ้า
รีบหาธุระอะไรมาใส่ ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ก่อนที่เวลา ๑๐ นาทีจะหมดไป ก็
จะได้เงินทองไปอย่างมากมาย

ชีวิตของเราก็เป็นอย่างนั้น เราได้โอกาสมาขนทรัพย์ภายใน ขนอริยทรัพย์ไปกัน ซึ่งเป็น
ทรัพย์ที่ประเสริฐกว่าทรัพย์อื่นๆทั้งหมดที่มีอยู่ในโลกนี้ บุญบารมีที่ทำไว้ในอดีตได้ให้
โอกาสเรามาตักดวงบุญบารมี ให้มีมากขึ้นไปอีก แต่มีเวลาจำกัด แต่ละคนไม่รู้ว่าจะมี
เวลามากน้อยเพียงไร ที่จะได้ตักดวงบุญบารมี บางคนก็มีเวลาถึง ๘๐ ๙๐ ปี บางคนก็
มีแค่วันสองวันก็หมดเวลาแล้ว ในแต่ละคนจึงไม่รู้ว่าจะมีเวลาเหลือมากน้อยเพียงไร
พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนไม่ให้ประมาท ให้รีบตักดวงบุญกุศลด้วยการทำบุญเสียแต่เนิ่นๆ
รีบตักดวงไว้ก่อน พอหมดเวลาแล้วจะได้ไม่เสียใจทีหลัง รีบทำสิ่งที่ดีที่งามเสียก่อนดีกว่า

อย่ามัวมาเล่น มาเที่ยว มากิน มาดื่ม มาหาความสุขชั่วคราว ที่เอาไปไม่ได้กัน พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ถามตัวเองอยู่เสมอว่า **วันเวลาล่วงผ่านไป ล่วงผ่านไป เรา กำลังทำอะไรอยู่** กำลังทำบุญทำกุศลหรือกำลังสะสมโลภโกรธหลง สะสมเงินทองข้าวของต่างๆ ที่ไม่มีประโยชน์กับการเดินทางสู่ภพหน้าชาติหน้าของเราเลย ถ้าคอยเตือน คอยถามตัวเองอยู่เรื่อยๆ เราจะได้ไม่เพลินไม่ลืม แล้วจะได้หาเวลามาสร้างบุญ สร้างกุศล ให้มีมากยิ่งขึ้นไป

เพราะภพชาติของมนุษย์เป็นภพชาติเดียวเท่านั้น ที่จะสะสมบุญบารมีหรือสะสมบาปกรรมต่างๆได้ ภพชาติอื่นนั้นทำยากเรื่องบุญบารมี แต่เรื่องบาปนี้ทำง่าย ถ้าไปเกิดเป็นเดรัจฉานก็จะทำบาปทำกรรมอยู่เรื่อยๆ ต้องทำร้ายชีวิตของผู้อื่นเพื่อเอามาเป็นอาหาร หรือไปลักขโมยอาหารของผู้อื่นมารับประทาน หรือประพฤติดิฉิตประเวณี เพราะเป็นนิสัยของเดรัจฉาน เรื่องทำบุญตักบาตรถวายทานนี้เป็นไปได้ยาก ต้องเป็นมนุษย์ถึงจะได้มีโอกาสมาบำเพ็ญบุญ ภพชาติอื่นๆนั้นเป็นที่ไปเสวยบุญหรือไปใช้กรรม ถ้าไปเกิดเป็นเดรัจฉานไปตกนรก ก็ไปใช้กรรม ต้องไปทรมานทรมาน ไปทรมาน ถูกไฟนรกเผาไหม้ จนกว่าบาปกรรมที่ได้ทำไว้จะหมดไป ถึงจะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ถ้าได้ทำบุญมาก ก็จะได้ไปเกิดบนสวรรค์ เป็นเทพ เป็นพรหม ก็ไม่ค่อยมีโอกาสที่จะได้ทำบุญเท่าไร เพราะเป็นที่เสวยบุญ เป็นที่ไปรับรางวัล ไปฉลอง ไปอยู่อย่างมีความสุข มีความสบาย แต่ภพชาติต่างๆเหล่านี้ ก็มีอายุขัยเหมือนกัน เมื่อบุญหมดก็ต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก มาสร้างบุญใหม่หรือมาสร้างกรรมใหม่อีก ขึ้นอยู่กับความฉลาดหรือความโง่

ถ้าโง่ไม่ฉลาดก็จะคิดว่า เกิดมาแล้วก็ตาย แล้วก็จบ บาปบุญไม่มี กรรมไม่มี เวียนว่ายตายเกิดไม่มี ถ้าคิดแบบนี้ก็จะไม่สนใจต่อการทำบุญ ต่อการปฏิบัติธรรม ก็จะหาแต่ความสุขทางโลกต่างๆ ไปกินไปดื่มไปดูไปฟังอะไรต่างๆ ตลอดเวลาที่มีชีวิตอยู่ก็จะแสวงหาแต่สิ่งเหล่านี้ เพราะคิดว่าเมื่อตายไปแล้วก็หมดโอกาส จะไม่ได้หาความสุขแบบนี้อีก แต่ความสุขแบบนี้ในสายตาของคนฉลาดเช่นพระพุทธเจ้า ก็จะเห็นว่าไม่ใช่ความสุข ถ้าเป็นความสุขก็สุขของคนติดยาเสพติด ฉันทใดก็ฉันทนั้น เวลาได้เสพก็มีความสุข พอไม่ได้เสพก็เกิดความทุกข์ทรมานทรมาน ต้องดิ้นรนหามาเสพอีก สิ่งต่างๆที่พวก

เรากำลังเสพกันอยู่ไม่ว่าจะทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ก็ล้วนเป็นเหมือนกับ ยาเสพติดทั้งนั้น ไม่ใช่อาหารที่แท้จริงของจิตใจ ไม่ได้ให้ความสุขกับจิตใจอย่างแท้จริง เป็นความสุขชั่วขณะที่ได้เสพได้สัมผัส หลังจากนั้นแล้วก็เหลือแต่ความอ้างว้างเปล่า เปลี่ยวเดียวดาย ต้องไปหามาเสพอยู่เรื่อยๆ จนกลายเป็นทาสไป แต่ถ้าได้มาทำบุญทำ ทาน มารักษาศีล มาปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ เจริญวิปัสสนา เจริญ ปัญญา ใจของเราจะได้รับการดูแล ได้รับอาหาร ทำให้มีความสงบเย็น มีความสุข ที่จะ ติดอยู่กับจิตใจไปตลอดเวลา เป็นสิ่งที่ทำได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน

ถึงแม้จะไม่มีเงินก็ยังสามารถทำบุญได้ ไม่มีเงินซื้อข้าวซื้อของมาแต่มีกำลังกาย กำลังใจ สามารถทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นได้ เช่นดูแลคุณพ่อคุณแม่ ก็ไม่ต้องใช้เงินใช้ทอง อยู่บ้าน คอยช่วยคุณพ่อคุณแม่เวลาที่ท่านแก่เฒ่าแล้ว ไม่สามารถทำอะไรได้ เราก็หุงข้าว ทำกับข้าวเลี้ยงคุณพ่อเลี้ยงคุณแม่ อย่างนี้ก็เป็นการทำบุญเหมือนกัน คุณพ่อคุณแม่เป็น พระของลูกๆ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า พ่อแม่เป็นพระพรหมเป็นพระอรหันต์ของลูกๆ เรื่องการทำบุญทำความดีจึงเป็นสิ่งที่ง่ายมาก เป็นการสร้างความสุขที่ง่ายกว่าการไปหา ความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอก ที่ต้องมีเงินมีทอง เช่นอยากจะทำบุญไปเที่ยว ไปดูหนัง ไป ดื่ม ไปรับประทานอาหาร ก็ต้องมีเงิน ถ้าไม่มีเงินก็ไปไม่ได้ ถ้าไม่ได้ไปก็หงุดหงิดใจ เศร้าสร้อย หงอยเหงา ต่างกับคนที่ไม่ต้องออกไปหาความสุขภายนอก อยู่บ้านทำความดีกับคุณ พ่อคุณแม่ ช่วยทำอะไรต่างๆ ในบ้านให้เรียบร้อย ช่วยเฝ้าบ้านดูแลบ้าน ทำความสะอาด บ้าน ก็มีความสุขได้โดยไม่ต้องเสียเงินเสียทอง และทำได้ทุกวัน เงินทองก็ไม่หมด หายไปไหน กลับจะมีเงินทองเพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ เพราะเงินทุกบาทที่ไม่ได้ใช้ไป ก็เป็น เหมือนกับเงินที่หามาได้นั่นเอง เงินทุกบาทที่ใช้ไปก็เหมือนเงินที่ถูกลบไป

ถ้าจะอยู่อย่างมั่นคงเกี่ยวกับเรื่องเงินทองก็ต้องหัดอยู่ให้ติดบ้าน อย่าไปออกนอกบ้าน มากจนเกินไป นอกจากมีความจำเป็น เช่นออกไปทำงานทำการหาเงินหาทอง ไปซื้อของ ต่างๆที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ ถ้าไม่มีความจำเป็น ก็หาความสุขในบ้านดีกว่า อยู่ในบ้าน รักกัน มีความเมตตาต่อกัน ดูแลกัน ช่วยเหลือกัน ทุกคนมีความสุข ถ้าต่างคนต่าง อยากรออกไปข้างนอก เวลาต้องอยู่บ้านก็จะหงุดหงิด ระบายอารมณ์ต่างๆออกมา เวลา

ออกไปเที่ยวออกไปใช้จ่ายเงินทองนอกบ้าน ก็ต้องเสียเงินเสียทองที่หามาด้วยความยากลำบาก แล้วก็จะไม่พอใช้ ก็ต้องอยู่บ้าน ก็จะหงุดหงิด ไม่มีความสุข ระบายอารมณ์ต่างๆออกมา เพราะหาความสุขจากการใช้เงินใช้ทอง เมื่อเงินทองไม่พอใช้ความสุขก็ไม่มี มีแต่ความทุกข์ตามมา เพราะเราไม่ฉลาดนั่นเอง คิดว่าความสุขอยู่กับการได้ไปเที่ยว ได้ไปดื่ม ได้ไปรับประทาน ได้ไปดู ได้ไปฟังอะไรต่าง ๆ แต่หารู้ไม่ว่าเป็นความสุขแบบยาเสพติด ระหว่างคนติดยากับคนไม่ติด ใครจะมีความสุขมากกว่ากัน ใครจะมีความสุขทุกข์น้อยกว่ากัน คนติดยาเป็นเหมือนทาส ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้นาน เพราะเมื่อมีความอยากเสพมากมาย ก็ต้องไปหาเงินมาด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง ไปลักทรัพย์ ไม่ปล้น ไปจี้ แล้วไม่ช้าก็เร็วก็ต้องถูกเจ้าหน้าที่จับตัวหรือถูกยิงทิ้งไป

คนที่ติดการพนัน ติดเที่ยวกลางคืน ติดสุรายาเมา ก็เป็นแบบเดียวกัน คนที่ติดของฟุ่มเฟือยต่างๆก็เช่นกัน ซื้อข้าวซื้อของโดยไม่คิดเลยว่ามีเงินจำเป็นหรือไม่ พอเห็นอะไรถูกอกถูกใจก็ต้องซื้อมา จนเป็นหนี้เป็นสินท่วมตัว แล้วก็ไม่มีปัญญาที่จะใช้หนี้ ก็ต้องหลบหนีย้ายไปอยู่ที่อื่น เพราะมีเจ้าหน้าที่มาคอยทวงหนี้อยู่ตลอดเวลา มาข่มขู่เอาชีวิตก็อยู่ที่บ้านไม่ได้ ทั้งหมดนี้ก็เกิดจากความหลง หาความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอกนั่นเอง แทนที่จะหาความสุขจากการทำบุญ ทำความดีกัน กลับไปหาความสุขที่กลายเป็นความทุกข์ มาเหยียบย่ำทำลายชีวิตจิตใจ เพราะไม่มีปัญญา ไม่ได้เข้าวัด ไม่ได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่ได้อ่านหนังสือธรรมะกัน ชอบดูแต่หนัง ดูแต่โทรทัศน์ ดูแต่หนังสืออ่านเล่นต่างๆ ดูแล้วก็เพลิดเพลิน แล้วก็เกิดความโลภ เกิดความอยาก เปิดดูหนังสือแต่ละเล่มก็มีของต่างๆดี ๆ มาล่อใจ มาโฆษณา พอเห็นแล้วก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา ก็ต้องระงับด้วยการไปซื้อสิ่งที่อยากได้ เงินทองก็เลยไม่มีเหลือไว้เก็บ เวลาเดือดร้อนขึ้นมาเจ็บไข้ได้ป่วย ก็จะไม่มีความอดทนดูแลรักษาตัวเอง ทั้งนี้ทั้งนั้นก็เพราะหลงหาความสุขที่ผิดทางนั่นเอง ไม่หาความสุขในใจที่ไม่ต้องเสียเงินเสียทอง

เช่นรักษาศีล ๕ ก็เป็นความสุขแล้ว ถ้าไม่ไปเบียดเบียนผู้อื่น ไม่ไปฆ่าผู้อื่น ไม่ไปลักทรัพย์ ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสามีภรรยาของผู้อื่น ไม่ไปโกหกหลอกลวงผู้อื่น ไม่เสพสุรายาเมา เพียงแค่รักษาศีล ๕ ข้อนี้ ชีวิตก็สุขสบายแล้ว ไม่ต้องกังวล ไม่ต้องหวาดกลัวว่า จะ

มีใครมาจับไปลงโทษเพราะไม่ได้ทำความผิดอะไร จะมีจิตใจที่มั่นคง ที่สงบสบาย แล้ว ถ้านั่งทำสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ได้ ก็ยังจะได้ความสุขที่ดีขึ้นไปอีก เวลาสวดมนต์ไหว้พระแล้วไม่ไปคิดเรื่องอะไร ให้จิตมีสติอยู่กับบทสวดมนต์ สวดไปเรื่อยๆ แล้วจิตจะค่อยๆสงบลง ค่อยๆสบาย ค่อยๆมีความสุข มีความเย็นปรากฏขึ้นมาในใจ เพราะจิตไม่ได้ไปคิดเรื่องราวต่างๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์รุ่มรวยขุ่นมัวขึ้นมา ความสุขหรือความทุกข์ในใจนั้นเกิดจากความคิดของเรา ถ้าคิดมากก็ฟุ้งซ่านมาก ก็มีความสุขมาก ถ้าไม่คิดเลยจิตนิ่งสงบ ตอนนั้นแหละเป็นความสุขอย่างยิ่ง แต่พวกเราไม่ค่อยได้สัมผัสกับความสุขแบบนี้กัน เพราะหยุดคิดไม่เป็น ไม่รู้จักวิธีหยุด คิดตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้เคยหยุดคิดบ้างไหม แม้แต่เวลาที่นอนหลับไปก็ยังคิดอยู่ เวลาฝันนี้ก็กำลังคิดอยู่ จิตกำลังทำงานอยู่ จิตไม่หยุดนิ่ง จึงหาความสุขที่แท้จริงไม่ได้ เพราะความสุขที่แท้จริงต้องเกิดจากจิตที่สงบเท่านั้น

ความสุขอย่างอื่นมีแต่จะคอยกระตุ้นให้เกิดความอยากเพิ่มมากขึ้น ได้ความสุขจากสิ่งนั้นสิ่งนี้มา ก็อยากที่จะได้ความสุขจากสิ่งนั้นสิ่งนี้เพิ่มขึ้นไปอีก ถ้าเคยได้เงินจากใครก็อยากจะกลับไปหาอีกเพื่อขอเงินอีก ถ้าได้น้อยกว่าเดิมก็จะไม่พอใจ เคยได้ร้อยบาทพอครึ่งต่อไปได้เพียงยี่สิบบาท ก็จะไม่พอใจ เพราะอยากจะได้อย่างน้อยก็สักร้อยหนึ่ง หรือมากกว่านั้นถึงจะพอใจ นี่คือปัญหาที่พวกเราจะต้องแก้ไข ด้วยการหักห้ามจิตใจ ไม่ให้ไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอก ให้หันมาหาความสุขจากการทำความดี ไม่ว่าจะเป็นการทดแทนบุญคุณของผู้ที่มีพระคุณทั้งหลาย เช่นพ่อแม่ครูบาอาจารย์ มีเวลามีโอกาสก็ไปทำความดีกับท่าน มีอะไรพอที่จะเอาไปแจกเอาไปจ่าย เอาไปช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ก็เอาไปแจกเอาไปจ่ายกัน อย่าสะสมของต่างๆ ถ้าเก็บไว้เฉยๆจะไม่เกิดประโยชน์ นอกจากไม่เกิดประโยชน์แล้วยังเกิดโทษ เพราะจะเป็นภาระทางจิตใจ ทำให้มีความผูกพัน ทั้งห่วงและหวง เวลาไปไหนก็ต้องกังวล บางทีก็ไม่อยากจะไปไหน เพราะกลัวสมบัติข้าวของจะหายไป จะถูกขโมยไป แต่ถ้าเอาไปแจกจ่ายแล้ว ความหวงความห่วงก็จะไม่มีอยู่ในใจ ใจก็จะเย็นสบายมีความสุข เวลาให้ทานก็จะเกิดความอิ่มเอิบใจ ความภูมิใจ ที่ได้ชนะความห่วงความหวง ชนะความเห็นแก่ตัว เวลาทำอะไรให้กับผู้อื่นแล้ว ก็

จะชนะความเห็นแก่ตัว เมื่อความเห็นแก่ตัวถูกทำลายไป ความภูมิใจ ความสุขใจ ก็จะเพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ

นี่คือการสร้างความสุขที่แท้จริงด้วยการทำความดี ด้วยการเสียสละ ด้วยการไม่เบียดเบียนผู้อื่น ด้วยการทำจิตใจให้สงบ ไม่ว่าจะเป็นการสวดมนต์ก็ดี หรือนั่งทำสมาธิก็ดี นั่งขัดสมาธิหลับตาแล้วระลึกคำว่าพุทโธไปเรื่อยๆ ถ้าจิตไม่อยู่กับพุทโธ จะสวดมนต์ บทใดบทหนึ่งไปก่อนก็ได้ สวดบทสั้นๆที่จำได้ สวดซ้ำๆหลายๆรอบ สวดไปเรื่อยๆ อย่าไปคิดอะไร เมื่อสวดไปเรื่อยๆแล้ว ความคิดต่างๆก็จะหายไป อารมณ์ที่เกิดจากความคิดก็หายไปด้วย เวลาคิดถึงคนรักก็ห่วงกังวล คิดถึงสมบัติข้าวของเงินทองก็อดที่จะห่วงกังวลไม่ได้ คิดถึงหนี้สินก็ไม่สบายอกไม่สบายใจ แต่ถ้าไม่คิดได้ก็จะไม่เดือดร้อน ถึงแม้จะมีหนี้อยู่มากน้อยเพียงไรก็ตาม ก็ช่างมันปะไรยังไม่ถึงเวลาที่ต้องไปใช้คืน เมื่อถึงเวลาก็ใช้คืนไป ถ้าไม่มีก็ติดไว้ก่อน ถ้าไม่พอใจจะจับเข้าคุกเข้าตะราง ก็ไปอยู่ในตะราง ไม่ได้เดือดร้อนอะไร ถ้าใจไม่กลัวกับสิ่งต่างๆแล้ว ไม่มีปัญหาอะไร ใจเราชอบคิด ชอบเลือกนั่นเอง เลือกในสิ่งที่ชอบ เวลาได้ก็ดีอกดีใจ ถ้าได้สิ่งที่ไม่ชอบก็วุ่นวายใจ แต่ในชีวิตบางทีก็เลือกไม่ได้ มีขึ้นมีลง จะไปอยู่ที่ไหนเมื่อไรบางทีก็ไม่รู้ ถ้าใจไม่กลัวสักอย่างแล้ว ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ก็จะไม่มีความแตกต่างภายในใจ เพราะใจรับได้ทุกอย่าง ถ้ารับได้แล้วก็ไม่เดือดร้อนอะไร

คนที่เคยรวยแล้วต้องมาจน ถ้ารับไม่ได้ก็ต้องวุ่นวายใจ แต่คนที่จนอยู่แล้วไม่เห็นเดือดร้อนอะไร จนตั้งแต่เกิดจนถึงวันนี้ก็อยู่ได้ ไม่ได้เดือดร้อนอะไร แต่คนที่รวยแล้วต้องมาจน ถ้ารับความจนไม่ได้ ก็จะวุ่นวายใจเหมือนกับคนที่ติดคุกอยู่ตลอดเวลา ก็อยู่ได้ เพราะรับได้ แต่คนที่ไม่เคยติดคุก พอต้องติดคุกก็รับไม่ได้ วุ่นวายใจ ทรมานใจ แต่เมื่อต้องอยู่จริง ๆ อยู่ไปนานๆเข้าก็ชินไปเอง เมื่อต้องอยู่ก็อยู่ได้ เพราะใจรับกับทุกสภาพได้ จึงไม่ควรเลือก ไม่ควรจู้จี้จุกจิก ขอให้ทำแต่ความดีไว้ก็พอเพราะผลต่างๆเกิดจากการกระทำ ถ้าทำดีผลดีก็ต้องตามมาอย่างแน่นอน แต่ถ้าทำไม่ดี ผลไม่ดีก็ต้องตามมาอย่างแน่นอน ถ้าทำแต่บุญ ทำแต่กุศล ปัญหาต่างๆ เรื่องต่างๆ ก็จะไม่ติดตามมา แต่ถ้าไปมั่วสุ่มกับยาเสพติด กับอบายมุขต่างๆ กับความฟุ่มเฟือย รับรองได้ว่าจะต้องเจอปัญหา

อย่างแน่นอน คือเงินทองไม่พอใช้ ก็ต้องไปกู้หนี้ยืมสิน ไปโกหกหลอกลวง เมื่อยืมเงินแล้วไม่มีปัญญาที่จะใช้คืน ก็ต้องถูกทวงหนี้อยู่เรื่อยๆ ทนไม่ได้ก็ต้องหนีไปอยู่ที่อื่น ถ้าหนีไม่พ้นก็ต้องถูกจับเข้าคุกเข้าตะราง เรื่องราวต่างๆ ล้วนเกิดขึ้นจากการกระทำของเราทั้งสิ้น ไม่ได้เกิดขึ้นจากใครเลย เหตุที่ทำให้เกิดขึ้นมาก็คือความหลงหรือความไม่รู้นั่นเอง ถ้ามีปัญญามีความรู้ ก็ไม่มีปัญหาตามมา

อย่างวันนี้ได้ยินได้ฟังธรรมก็รู้แล้วว่า การดำเนินชีวิตที่จะพาให้ไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุขไม่รุ่มรวยใจ ไม่เดือดร้อนใจนั้นทำอย่างไร และการดำเนินชีวิตที่จะพาให้ไปสู่ความทุกข์ ความรุ่มรวยใจนั้นทำอย่างไร วันนี้เราก็ได้ยินได้ฟังแล้ว แสดงว่าฉลาดแล้วมีปัญญาแล้ว มีความรู้แล้ว อยู่ที่ว่า จะมีความกล้าหาญมีกำลังใจ ที่จะทำตามที่รู้หรือไม่ หรือยังอ่อนแอเหมือนคนติดยาเสพติดอยู่ คนที่ติดยาก็รู้ว่าไม่ดี แต่ไม่มีกำลังใจพอที่จะหยุดได้ อยู่ที่กำลังใจเท่านั้นเอง ถ้าไม่มีกำลังใจก็ต้องสร้างขึ้นมาด้วยการทำสมาธิ เพราะการทำสมาธิเป็นการสร้างกำลังใจให้เกิดขึ้น วิธีที่จะทำก็ง่าย ให้สวดมนต์ไปก่อน ให้มีสติอยู่กับการสวดมนต์ สวดให้นานๆ เวลานั้นดูหนังทีละ ๒ ชั่วโมงก็ยิ่งดูได้เลย ลองมานั่งสวดมนต์สัก ๒ ชั่วโมงดูซิว่าจะทำได้ไหม ถ้าทำได้จะได้กำลังใจมาก แล้วจะตัดสิ่งต่างๆ ที่ติดที่ชอบได้อย่างสบาย ถ้าสามารถนั่งสวดมนต์ได้นานๆ แล้ว ต่อไปก็จะตัดเรื่องต่างๆ ได้หมด เรื่องสุรยาเมา เรื่องบุหรี เรื่องยาเสพติด เรื่องของฟุ่มเฟือยต่างๆ รับรองได้ว่าจะไม่ยากเลยถ้ามีกำลังใจ การนั่งสมาธิก็เป็นเหมือนกับการออกกำลังกายนั่นเอง ถ้ามีแต่ นั่งๆ นอนๆ ไม่ได้ออกกำลังกาย ร่างกายจะไม่มีเรี่ยวแรง จะทำอะไรก็ทำไม่ไหว

แต่ถ้าได้ออกกำลังกายอยู่เสมอ ไปวิ่ง ไปยกน้ำหนัก ไปทำอะไรต่างๆ ก็จะมีกำลังทำอะไรได้มาก ใจก็เหมือนกับร่างกายที่ต้องออกกำลังกายเหมือนกัน การออกกำลังกายของใจก็คือการทำสมาธินั่นเอง เริ่มต้นด้วยการไหว้พระสวดมนต์ไปก่อน สวดไปในใจก็ได้ไม่ต้องออกเสียง นั่งขัดสมาธิหลับตาแล้วสวดไปเรื่อยๆ สวดไปจนลืมเรื่องราวต่างๆ สวดได้นานเท่าไรยิ่งดี ยิ่งมีกำลังใจ ยิ่งมีพลังมาก แล้วต่อไปเวลาอยากจะได้อะไรจะมีกำลังต่อต้าน ถ้าสิ่งที่ยากไม่เป็นสิ่งที่จำเป็น ก็จะตัดได้ ละได้ เพราะมีกำลัง ตอนนี้พวกเรา ยังทำกันไม่ได้ เพราะไม่ได้ออกกำลังกายกันเลย มีแต่ใช้ใจอย่างเดียว เวลาโลกแล้วไป

แสวงหาสิ่งต่างๆ ก็เท่ากับทำให้ใจอ่อนกำลังลงไปเรื่อยๆ จนไม่มีเรี่ยวแรงที่จะต่อสู้กับความอยากต่างๆ เลยกลายเป็นทาสของความอยากไป แต่ถ้าได้ฝึกนั่งสมาธิ สวดมนต์อยู่เรื่อยๆ แล้ว ทำให้มากขึ้น ยิ่งมากเท่าไรยิ่งดี รับรองได้ว่าใจจะมีกำลังมาก พอที่จะต่อต้านกับความอยากต่างๆ ได้ จนในที่สุดก็就不用ไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆเลย เพราะมีความสุขที่ดีกว่าอยู่ในใจนั่นเอง คือความสุขที่เกิดจากการสวดมนต์ ความสุขที่เกิดจากการนั่งสมาธิ นี่แหละคือความสุขที่แท้จริง ความสุขที่เลิศ ที่ประเสริฐกว่าความสุขอื่นๆ ทั้งหมดในโลกนี้ อยู่ในใจเรา อยู่ที่ความสงบ อยู่ที่ใจไม่ว้าวุ่นขุ่นมัว วุ่นวาย ไม่อยากได้อะไรเลย

จึงขอให้พวกเราทั้งหลาย จงอย่าปล่อยให้เวลาที่มีค่าให้ผ่านไป โดยไม่ได้สะสมบุญสะสมกุศลกัน วันเวลามันมีแต่หมดไปๆ โอกาสหรือเวลาที่จะได้สะสมคุณงามความดี สะสมความสุข ความเจริญที่แท้จริง ก็จะมีน้อยลงไปเรื่อยๆ จนหมดไปในที่สุด เมื่อตายไปแล้วตอนนั้นก็ทำบุญไม่ได้แล้ว คนที่อยู่ก็ทำแทนเราไม่ได้ เวลาที่เราตายไปถึงแม่เขาจะจัดงานศพให้เรา นิมนต์พระมาสวดให้กับเรา ความจริงคนที่ได้ก็คือคนที่นิมนต์พระมานั้นแหละ คนที่เสียเงินทำบุญเป็นคนที่ได้บุญ คนตายไม่ได้บุญอะไรจากการทำบุญของคนเป็น จึงอย่าไปรอให้คนอื่นทำบุญให้กับเรา มันจะสายเกินไป จะไม่ได้รับประโยชน์จากการเป็นมนุษย์และได้มาพบพระพุทธศาสนา ขอให้ถามตัวเองอยู่เสมอๆว่า วันเวลาล่วงผ่านไป ล่วงผ่านไป กำลังทำอะไรอยู่ กำลังทำบุญหรือกำลังทำบาป กำลังสะสมธรรมะหรือกำลังสะสมกิเลส ถ้าถามอยู่เรื่อยๆแล้ว จะได้มีเพื่อนที่ดีคอยเตือนใจ คอยชวนให้ทำความดี เพราะเมื่อคิดอย่างนี้แล้วก็ต้องรู้ว่าสักวันหนึ่งจะต้องจากโลกนี้ไป จึงต้องรีบสะสมสิ่งที่เขาติดตัวไปได้ คือบุญและกุศลนั่นเอง จึงขอฝากเรื่องของวันเวลาที่มีน้อยนิดนี้ ให้ท่านทั้งหลายได้นำไปพิจารณา นำไปปฏิบัติ เพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๔๗

ทางโลก ทางธรรม

๑๔ ตุลาคม ๒๕๕๗

วันนี้เรามาวัดเพื่อปฏิบัติธรรม ตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ากัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากมาก เพราะโดยปกติแล้วเราจะมีภารกิจมาก แทบจะไม่มีเวลาปลีกตัวมาทำกิจอย่างนี้เลย โดยปกติเราจะไปเกี่ยวข้องกับแสวงหาสิ่งต่างๆมาให้กับตัวเรา ไม่ว่าจะป็นวัตถุหรือบุคคล เพื่อให้เรามีความสุข แต่ไม่ค่อยมีเวลาทำอะไรให้กับผู้อื่นเลย เช่นทำบุญให้ทาน ชำระกายวาจาให้สะอาด ด้วยการละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จและเสพสุรายาเมา เรามักจะไม่ค่อยมีโอกาสได้ทำกัน เพราะในขณะที่แสวงหาความสุขจากสิ่งต่างๆ นั้น บางทีก็เผลอทำให้กายวาจาเปราะเปื้อน เช่น บางทีเราก็ก่อกบ บางทีเราก็ก้อโกง เอาสิ่งต่างๆที่เขาไม่ได้อนุญาตมา หรือไปยุ่งเกี่ยวกับสามีภรรยาของผู้อื่น มีเพศสัมพันธ์โดยที่ยังไม่ได้แต่งงานกัน เหล่านี้เป็นความเปราะเปื้อนของกายและวาจา แต่ถ้าได้มาวัดเราก็จะได้มาชำระกายวาจาที่เปราะเปื้อนด้วยการรักษาศีล ละเว้นจากการกระทำที่จะทำให้กายวาจาสกปรก คือละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปดมดเท็จโกหกหลอกลวง เสพสุรายาเมา ที่เป็นการรักษากายวาจาให้สะอาด ทำให้เป็นคนสวยงามน่ารัก น่าคบค้าสมาคมด้วย

เหมือนกับได้อาบน้ำอาบท่า ประแป้ง แต่งหน้า ทาปาก ใส่น้ำหอม ใส่เสื้อผ้าสวยๆ ทำให้อยากอยู่ใกล้ชิด แต่ถ้าเกียจคร้านไม่ชอบอาบน้ำ ปล่อยให้ร่างกายสกปรก มีกลิ่นเหม็นไปอยู่ใกล้ใครก็ไม่มีใครอยากอยู่ใกล้ด้วย มีแต่จะเดินหนี เพราะทนกับกลิ่นที่ไม่พึงปรารถนาได้ นี่เป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย แต่ยังมีอีกส่วนหนึ่งคือพฤติกรรม การกระทำที่ทำให้คนไม่อยากจะอยู่ใกล้ชิดเรา เช่นชอบลักเล็กขโมยน้อย เวลาใครเผลอวางอะไรไว้ ก็หยิบของเขาไป อย่างนี้ก็จะไม่มีใครอยากคบค้าสมาคมด้วย หรือไม่มีสัจจะ พุดไปแล้วก็ไม่รู้ว่าพุดจริงหรือพุดไม่จริง พุดโกหกหรือไม่โกหก ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ไม่มีการคบค้า

สมาคมด้วย นี่คือการไม่สวยงามทางพฤติกรรม ทางกายและทางวาจา เราจึงต้องมีความสวยงามทั้งสองประเภท คือสวยงามทางรูปร่างหน้าตา ต้องอาบน้ำอาบท่า หวีแผ้ว หวีผม แปรงฟัน ไม่ให้ส่งกลิ่นเหม็นออกมา แล้วก็ต้องมีพฤติกรรมที่สวยงาม คือต้องเป็นคนดีนั่นเอง ซื่อสัตย์สุจริต ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ด้วยการลักทรัพย์ โกงหนี้ยกโกงต เป็นสิ่งที่เราจะไม่ค่อยได้มีโอกาสทำกัน ในขณะที่แสวงหาเงินหาทอง หาความสุขทางโลกกัน จึงต้องหาเวลาวางเช่นวันนี้เป็นวันหยุด ไม่ต้องไปทำงานกัน แทนที่จะไปหาความสุขด้วยการไปดื่มเหล้าเมายา ยิงนกตกปลา ก็มาหาความสุขที่เกิดจากการให้ ความสุขที่เกิดจากการละเว้นการกระทำสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย ที่ทำให้เรามีความสุขใจ อิ่มเอิบใจ เพราะได้ชำระกิเลสเครื่องเศร้าหมอง ความโลภความเห็นแก่ตัว ให้ออกไปจากใจ

การได้ปฏิบัติธรรมตามพระธรรมคำสอนอย่างในวันนี้ จึงไม่ใช่เป็นสิ่งที่ง่าย ถ้าไม่มีความมุ่งมั่นตั้งใจแล้วก็จะไม่ได้มาวัดกัน ถ้ามาก็เป็นกรณีพิเศษ เช่นวันนี้อาจจะเป็นวันเกิด วันครบรอบวันแต่งงาน วันครบรอบวันตายของผู้มีพระคุณ จึงจะได้นึกถึงสิ่งที่ดั่งมลักครั้งหนึ่ง ไม่เช่นนั้นแล้ว จิตใจที่อยู่ภายใต้อำนาจของความหลง ความอยาก ความโลภ ก็จะถูกจุดลากพาไปหาความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย ทางรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะต่างๆ ซึ่งไม่ได้ให้ความสุข ความอิ่มเอิบใจ แต่จะกลับทำให้หิวกระหายอยากเสพสิ่งต่างๆเพิ่มมากขึ้นไป ทำให้ต้องดิ้นรนหาความสุขตลอดเวลา ทั้งๆที่ความสุขที่แท้จริงไม่ได้อยู่กับสิ่งต่างๆที่แสวงหากัน แต่อยู่ที่ความสงบของใจที่เกิดจากการทำความดี จากการเอาชนะกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลงต่างๆ ด้วยการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ปฏิบัติธรรม การได้มาวัดจึงเป็นบุญเป็นวาสนาของเรา อาจจะเป็นเพราะเคยทำมาแล้วในอดีต ในชาติก่อนๆ ทำให้ติดเป็นนิสัยมา ชอบทำบุญ ไม่ชอบทำบาป แต่คนที่ไม่เข้าวัดจะชอบทำบาป ยิงนกตกปลา เล่นการพนัน เสพสุรายาเมา เทียบกลางคืน คนพวกนี้ไม่มีบุญไม่มีวาสนาเพราะมีแต่บาปคอยจุดลากให้ไปทำบาป ที่นำความทุกข์ต่างๆมาให้อย่างไม่รู้จักรับจักสิ้น

การได้ทำบุญมาในอดีตจึงเป็นบุญ เป็นประโยชน์ เพราะจะช่วยผลักดันให้ทำบุญต่อไป ทำให้จิตใจได้รับอาหาร ได้รับการดูแล มีความสุข อิ่มเอิบใจ อยู่เฉยๆก็มีความสุข ไม่

ต้องไปแสวงหารูปเสียงกลิ่นรสโณสัมผัสต่างๆมาให้ความสุข สิ่งต่างๆเราก็ได้สัมผัสมา
มากแล้ว ตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้ เราเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้สัมผัส
กับสิ่งต่างๆ ทางร่างกายมายาวนาน แต่เราเคยพบความสุข ความอึด ความพอบ้างไหม
หรือใจก็ยังหิว ยังอยาก ยังต้องการสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่ ถ้าเป็นเช่นนั้นก็แสดงว่าสิ่งที่เราได้
สัมผัสมานั้น ไม่ได้ทำให้เราถึงความสุข ถึงความพอเลย ถ้ายังแสวงหาอย่างนี้อยู่ ก็
จะต้องแสวงหาไปเรื่อยๆ ไม่มีวันสิ้นสุด ตายไปจากชาตินี้ก็จะต้องไปแสวงหาต่อไป ต้องไป
เกิดใหม่อีก เพราะใจยังไม่อึด ยังไม่พอนั่นเอง แต่ถ้าได้แสวงหาความสุขตามที่
พระพุทธเจ้าทรงสอนให้แสวงหากัน รับรองได้ว่าจิตใจจะมีความสุข มีความอึดเพิ่มมาก
ขึ้นไปเรื่อยๆ ทำให้ไม่ต้องไปดิ้นรนแสวงหาสิ่งต่างๆภายนอก เช่นวันนี้ถ้าไม่ได้มาวัดอยู่
บ้านเฉยๆ ก็อยู่ได้ เพราะมีความสุข มีความพอ ไม่หิว ไม่กระหายกับสิ่งต่างๆภายนอก
กาย ภายนอกใจ แต่คนส่วนใหญ่จะอยู่บ้านเฉยๆกันไม่ได้ อยู่แล้วหงุดหงิดใจ รำคาญใจ
อึ้งว่างเปล่าเปลี่ยวใจ ต้องออกไปหาสิ่งต่างๆ ภายนอก ที่ให้เพียงความเพลิดเพลิน
เท่านั้น

พอลกลับมาบ้านก็เหมือนเดิม ต้องออกไปอีก บ้านจึงไม่ได้เป็นที่อยู่อย่างแท้จริง เป็นเพียง
ที่หลบนอน ที่อาบน้ำอาบทำ ที่เปลี่ยนเสื้อผ้าเท่านั้นเอง พอได้หลบนอนตื่นขึ้นมามีกำลัง
วังชา ก็อาบน้ำอาบทำแต่งเนื้อแต่งตัวออกจากบ้านอีก เคยอยู่บ้านจริงๆสักกี่วันกัน คือ
ตื่นขึ้นมาแล้วก็อยู่ที่บ้านไม่ต้องออกไปข้างนอก แทบจะทำกันไม่ได้เลย เพราะใจไม่ได้รับ
อาหารที่จะทำให้ใจอึด ใจพอ เพราะไปแสวงหาสิ่งที่ทำให้มีความหิว มีความอยาก มีความ
ต้องการมากขึ้นไปอีก จึงต้องเข้าวัดเพื่อศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้รู้จริง
เห็นจริง ไม่มีใครในโลกนี้ที่รู้จริงเห็นจริงได้เท่ากับพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าได้พบ
ความสุขที่แท้จริง ได้พบความอึด ความพอในจิตใจแล้ว จึงได้นำมาเผยแผ่สอนให้กับ
สัตว์โลกทั้งหลาย ผู้ที่ฉลาดฟังแล้วเกิดศรัทธาก็จะสามารถนำเอาไปปฏิบัติ ให้ได้รับ
ประโยชน์เช่นเดียวกับที่พระพุทธเจ้าได้รับมา เช่นพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ที่อาศัยการ
ได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วก็นำไปปฏิบัติ พวกเราจึงควรลอง
ปฏิบัติดู เพราะชีวิตของพวกเราก่อนที่จะมาเจอพระพุทธศาสนา ก็เป็นแบบลุ่มๆดอนๆ
ไม่เคยได้เจอความสุขความอึดความพอสักที เจอแต่ความสุขแบบควันไฟที่ลอยมาแล้วก็

ลอยหายไป ไปเที่ยวก็มีความสุข พอกลับบ้านความสุขก็หมดไป ฟุ้งนี้ก็ต้องออกไป
เที่ยวอีก

แต่ความสุขที่ได้จากการปฏิบัติธรรม ตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จะอยู่กับ
จิตกับใจไปเรื่อยๆ และจะมีเพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ จนมีเต็มหัวใจ เมื่อเต็มหัวใจแล้วก็ไม่
ต้องปฏิบัติธรรมอีกต่อไป งานเพื่อความสุขทางด้านจิตใจมีวันสิ้นสุด เมื่อจิตใจเต็มเปี่ยม
ไปด้วยความสุขแล้วก็ไม่ต้องทำอีกต่อไป อย่างจิตของพระพุทธเจ้ากับของพระอรหันต
สาวก ไม่ต้องไปแสวงหาความสุขอีกต่อไป เพราะมีอยู่ในจิตอยู่ในใจตลอดเวลาและจะ
ไม่สูญหายไป ไม่มีใครจะแย่งชิงไปได้ ขโมยไปได้ ไม่เหมือนกับสิ่งอื่น ๆ ที่เรามีกัน ไม่ว่าจะ
จะเป็นวัตถุ ข้าวของ เงินทองหรือบุคคลต่างๆ ไม่ช้าก็เร็วสักวันหนึ่งก็ต้องจากเราไป
อาจจะถูกขโมยไป ถูกแย่งชิงไป ตายไปหรือหนีจากเราไป ด้วยความตั้งใจหรือไม่ก็ตาม
เมื่อเกิดแล้วก็จะทำให้มีความทุกข์ใจมาก เศร้าโศกเสียใจมาก และอาจจะทำให้ไม่
สามารถอยู่ต่อไปได้ อาจจะต้องฆ่าตัวตายตามสิ่งที่รักไป นี่คือทางของคนที่ไม่ฉลาด ทาง
ของความหลง จะเป็นอย่างไร ถ้ายังแสวงหาความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอกอยู่ ก็จะต้องมี
ความทุกข์เป็นของแถมมาตลอดเสมอเลย แต่ถ้าทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ก็
จะได้สุขที่ไม่มีทุกข์เจือปน ไม่ว่าจะสูญเสียอะไรไป เช่นทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง บุคคล
ที่รักเคารพไป จะไม่ทำให้เราเศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ เพราะใจมีความสุข
หล่อเลี้ยงอยู่นั่นเอง ไม่อาศัยความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอก จากบุคคลต่างๆ

จึงควรหันเข้ามาสร้างความสุขในใจดีกว่า เป็นความสุขที่ถาวร ที่ให้ความอิ่มความพอใจ
ตลอดอนันตกาล จิตของพระพุทธเจ้าและจิตของพระสาวกเป็นจิตที่เต็มเปี่ยมไปด้วย
ความสุขความพอใจ จึงไม่ต้องไปแสวงหาความสุขในภพต่อไป จิตอยู่ในพระนิพพาน จิต
เป็นพระนิพพาน เป็นจิตที่เต็มไปด้วยความสุข ไม่มีความหิว ความอยาก จึงไม่ต้องไป
เกิดอีกต่อไป ไม่ต้องไปแก่ ไปเจ็บ ไปตาย ถ้ามีเกิดก็ต้องมีแก่เจ็บตายตามมา มีทุกข์
ตามมา นี่คือที่ไปของผู้ที่ยังไม่ได้ชำระจิตใจ ไม่ได้ชำระความหลง ไม่ได้ปฏิบัติธรรม จน
ทำให้จิตใจมีความสุขอย่างเต็มทีนั่นเอง จึงต้องปฏิบัติธรรมกัน ทำบุญให้ทาน รักษาศีล
นั่งสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ ศึกษาธรรมะ เพื่อให้เกิดความฉลาด เกิดปัญญา เพื่อจะได้

ตัดความหลงต่างๆ ที่สร้างความโลภ ความโกรธ ความอยากให้กับจิตกับใจ เมื่อได้ปฏิบัติแล้วจิตใจจะมีอาวุธที่จะทำลายความหลง ความโลภ ความโกรธ ความอยากต่างๆ ให้หมดไป เมื่อถูกทำลายหมดไปแล้วใจก็จะไม่หิว ไม่อยาก ไม่ต้องการอะไร มีแต่ความอิ่ม ความสุข ความพอ นี่คือทางเลือกของเรา เราจะเลือกไปทางไหน ไปทางภายนอกก็ได้ คือไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอก แล้วก็ต้องทุกข์ไปกับสิ่งต่างๆ เมื่อจากเราไป

หรือไปทางธรรม ตัดสิ่งต่างๆภายนอก ไม่เอาแล้วความสุขที่ได้จากการไปเที่ยว ไปดื่ม ไปกิน ไปดู ไปฟัง มาหาความสุขจากการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิ ฟังเทศน์ฟังธรรม เจริญปัญญา ให้รู้ทันว่าสิ่งต่างๆในโลกนี้ ล้วนเป็นไตรลักษณ์ทั้งสิ้น คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ถ้ารู้ตามความเป็นจริงแล้วก็จะไม่หลงกับสิ่งต่างๆ จะไม่อยากให้สิ่งต่างๆอยู่ไปนานๆ เพราะไม่มีอะไรอยู่ไปได้ตลอด ร่างกายก็อยู่ไปไม่ตลอด ๘๐ ๙๐ ปีก็ต้องตายไป ร่างกายของคนอื่นก็เช่นเดียวกัน ทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทองต่างๆ ก็ต้องหมดไปเมื่อเราตายไป นี่คือการไม่เที่ยงของสิ่งต่างๆ ที่เรามองไม่เห็นกัน เพราะไม่คิดกัน ไม่กล้าคิด เพราะกลัวว่าคิดแล้วจะตายตามความคิดไป นี่เป็นความคิดของคนโง่ คนจะตายไม่ตายไม่ได้อยู่ที่คิดหรือไม่คิด มีใครไม่ตายบ้างจากการไม่คิดถึงความตาย ก็ตายด้วยกันทั้งนั้น มีแต่คนที่คิดนี้แหละที่จะไม่ตายเพราะจะไม่ไปเกิดอีกต่อไป คนที่คิดจะรู้ว่าเกิดมาแล้วต้องตาย ก็จะไม่ยึดไม่ติดกับร่างกาย จะไม่ไปแสวงหาร่างกายใหม่อีก เพราะรู้ว่าไม่ว่าจะได้มาก็ร่วง ก็ต้องตายทุกร่าง จึงไม่ไปหาร่างใหม่ เช่นพระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกทั้งหลายท่าน หลังจากร่างกายของท่านตายไปแล้ว ท่านก็ไม่ไปหาร่างใหม่อีกต่อไป เพราะท่านคิด ท่านรู้ทันว่า เกิดมาแล้วต้องตาย ถ้าเป็นเช่นนั้นก็อย่าไปเกิด ถ้าไม่อยากจะตายก็อย่าไปเกิด

แต่พวกเราไม่คิดกัน เวลาตายไปแล้วก็ยังอยากจะไปเกิดอีก พอไปเกิดแล้วก็อยากจะตาย แต่ก็หนีความตายไม่พ้น พอตายแล้วก็อยากจะไปเกิดอีก ก็จะเป็นอย่างนี้อยู่ๆไป เพราะไม่กล้าคิดถึงเรื่องความตาย แต่ถ้าคิดถึงความตายอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกแล้ว สอนเราอยู่เสมอว่าเกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความตายไปไม่ได้ คิดอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ต่อไปจะไม่กลัวตาย ไม่ยึดไม่ติดกับร่างกาย จะเป็นจะตายก็จะไม่ห่วงวายนี่

คือวิธีทำให้เราฉลาด เมื่อฉลาดแล้วก็จะไม่ทุกข์ สาเหตุที่เราทุกข์ก็เพราะเราโง่ หลงไปยึดไปติดกับสิ่งต่างๆ แล้วก็อยากไม่ให้จากเราไป พอจากไปก็ร้องไห้ร้องไห้ เศร้าโศกเสียใจ กินไม่ได้นอนไม่หลับ ในขณะที่อยู่ก็มีแต่ความกังวล ความหวาดกลัว กลัวว่าจะจากเราไป กลัวว่าจะเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ นี่ก็เป็นเพราะไม่คิดนั่นเอง ไม่คิดถึงความจริง ถ้าคิดแล้วใจจะรับได้ เพราะใจไม่ได้เป็นร่างกาย ไม่ได้เป็นสิ่งต่างๆ เพียงแต่ไปหลงไปยึดไปติดเท่านั้นเอง แล้วก็อยากจะให้อยู่กับใจไปตลอด แต่พอไม่เป็นไปตามที่ต้องการ ก็เกิดความทุกข์ ความหวาดกลัว ความวุ่นวายใจขึ้นมา ถ้าคิดแล้วใจจะฉลาด จะไม่ทุกข์ ไม่วุ่นวายใจ มีอะไรก็ได้หมดก็หมดไป ไม่วุ่นวาย เพราะรู้ว่าเป็นเรื่องธรรมดา มีมา มีไป เหมือนวันนี้เรามาเจอกัน เดี่ยวก็ต้องจากกัน ก็ไม่วุ่นวายใจ เพราะไม่ได้อยากให้อยู่ด้วยกันไปตลอด ถ้าอยาก พอต้องแยกทางกันไป ก็จะเสียอกเสียใจ วุ่นวายใจ ก็มีอยู่เท่านี้ ความสุขความทุกข์ของใจ อยู่ที่ความโง่หรือความฉลาด ถ้าโง่ก็จะทุกข์ เพราะจะยึดจะติดจะอยากกับสิ่งต่างๆอยู่เรื่อยๆ อยากแล้วก็ไม่ได้สมใจอยาก เพราะตรงข้ามกับความ เป็นจริง แต่ถ้าฉลาดก็จะไม่อยาก จะยินดีตามมีตามเกิด มีอะไรก็ยินดี เวลาไม่มีก็ไม่เสียใจ คนฉลาดจะเป็นอย่างนี้

ถ้าอยากจะอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข ไม่วุ่นวายใจ ก็อย่าไปยึด อย่าไปติด ให้รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างมาได้ไปได้ ต้องการอะไรที่จำเป็นก็หามา เมื่อหมดไปก็ทำใหม่ ถ้าหาไม่ได้ก็อยู่แบบไม่มีก็ได้ อยู่แบบไม่มีก็อยู่ได้ อย่างพระสงฆ์องค์เจ้าก็ไม่มีอะไรมากมายเหมือนกับเรามากัน ก็มีเพียงปัจจัย ๔ เท่านั้น คือมีกุฏิไว้อาศัยอยู่ มีบาตรไว้รับณฑาท มียาไว้รักษาโรค มีจีวรไว้ห่มห่ม เท่านั้นที่อยู่ได้แล้ว อยู่ที่ใจเท่านั้นเอง ถ้าใจโง่ใจก็หลงอยากจะได้สิ่งต่างๆ คิดว่าได้มาเยอะๆ ยิ่งมีความสุขมากขึ้นเท่านั้น แต่หาว่ายิ่งมีมากเท่าไรก็ยิ่งมีความทุกข์มากขึ้นไป เพราะห่วงกังวล ยึดติดกับสิ่งต่างๆนั่นเอง แต่ถ้าไม่มีเลยก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะไม่มีความจำเป็นต้องทำอะไรมากมาย ถึงแม้ไม่มีร่างกายใจก็อยู่ได้ เช่นตายไปแล้วบางทีก็ไม่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ ไม่ได้เกิดเป็นเดรัจฉาน ถ้าเป็นอนิสงส์หรือเป็นวาระของบุญที่จะส่งผล ก็เกิดเป็นเทวดา เป็นเทพ เป็นพรหม ที่ไม่มีร่างกายเหมือนกับมนุษย์และเดรัจฉานทั้งหลาย ใจนี้แหละเป็นตัวเทพ เป็นตัวพรหม เพราะบุญเป็นผู้สร้างเทพ สร้างพรหมให้เกิดขึ้นในใจ หรือถ้าเป็นวาระของบาปที่จะต้องส่งผล ใจก็จะต้องไป

เป็นสัตว์นรกบ้าง เป็นเปรตบ้าง ก็ใจตัวเอง โดยมีบาปเป็นผู้สร้างนรกขึ้นมาในใจ สร้างเปรตขึ้นมาในใจ เวลาที่หิวที่ยากอยู่ตลอดเวลา กินเท่าไรไม่รู้จักพอ นั่นแหละกำลังมีเปรตอยู่ในใจ หรือเวลาที่มีความรุ่มร้อน อาฆาตพยาบาท มีความโกรธ มีความเกลียด อย่างนี้ก็ใจกำลังเป็นนรกเพราะบาปที่ทำไว้

เรื่องของใจจึงไม่เหมือนเรื่องของกาย ถ้าเป็นเรื่องของกายมีปัจจัย ๔ ก็พอแล้ว มากกว่านั้นก็เป็นเรื่องของกิเลส มีปัจจัย ๔ แล้วยังไม่พอ ต้องมีสามี มีภรรยา มีโทรทัศน์ มีวิทยุ มีเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ ซึ่งเป็นอาหารของกิเลส ของความโลภ ของความอยากต่างๆ มีมากเท่าไรก็ยิ่งสร้างความทุกข์ให้กับใจมากขึ้นไปเท่านั้น ทุกวันนี้เรามีความสุขหรือมีความทุกข์กัน ถ้ามองตัวเราดูก็รู้ เรามีอะไรต่างๆมากมายกายกอง แต่ก็ยังต้องร้องห่มร้องไห้ ต้องโกรธ ต้องเสียใจ ต้องวุ่นวายใจ ต้องกลัว ต้องห่วง เป็นความทุกข์ทั้งนั้น แต่เราไม่ดูกันเลย ไม่รู้ว่ามီးอะไรอยู่ในใจของเรา แทนที่จะแก้มันกลับไปเสริมสร้างให้มันมีมากยิ่งขึ้นไป เวลาที่ทุกข์ก็ออกไปเที่ยว ออกไปซื้อข้าวซื้อของอีก ก็ยิ่งสร้างความทุกข์เพิ่มมากขึ้นไปอีกโดยไม่รู้ตัว แทนที่จะเข้าวัดทำจิตใจให้สงบ ด้วยการทำบุญทำทาน รักษาศีล ไหว้พระสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม นั่งสมาธิ ปลงอนิจจังทุกขังอนัตตา ก็ไม่ทำกัน ความทุกข์ความวุ่นวายใจต่างๆ จึงไม่หมดไปจากจิตจากใจของเรา แต่วันนี้เราไ้ได้มาวัดแล้ว ได้ยินได้ฟังแล้ว ก็อยู่ที่เราว่าจะฉลาดพอที่จะเอาไปปฏิบัติได้หรือไม่ หรือยังแพ้วความโง่อยู่ ยังถูกความโง่จุดลากให้ไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆภายนอกอยู่ ถ้ายังเป็นอย่างนี้อยู่ก็ถือว่าเป็นกรรมของสัตว์ ถ้ายังไม่รู้จักแก้ไขปัญหาของตนเอง ปล่อยให้หมักหมมอยู่ต่อไป เวลาทุกข์ เวลาเศร้าโศกเสียใจ เวลาวุ่นวายใจ ก็ไม่มีใครช่วยเราได้ เราต้องเป็นผู้ช่วยตัวเอง **อตฺตา หิ อตฺตโนนาถ** **ตนเป็นที่พึ่งของตน** ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเท่านั้น ถึงจะพึ่งตัวเองได้ ถึงจะหลุดพ้นจากความทุกข์ ความวุ่นวายใจทั้งหลายได้ อย่างอื่นทำไม่ได้ ต้องมาทางนี้ทางเดียวเท่านั้น ทางของท่าน คีล ภาวนา ของการทำความดี ละเว้นความชั่ว ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด ทางนี้เท่านั้นที่จะพาเราไปสู่ความสุข ความหลุดพ้นจากความทุกข์อย่างแท้จริง จึงขอฝากทางเลือกทั้ง ๒ ทางนี้ให้ท่านได้นำไปพิจารณาพิจารณาและไปปฏิบัติ เพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๕๘

กิเลสไม่มีวันหยุด

๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๙

ถึงแม้ตอนนี้จะออกพรรษาแล้ว แต่การปฏิบัติของพวกเราก็ต้องทำกันต่อไปอย่างต่อเนื่อง เนื่องจาก**กิเลส** คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่ได้หยุดทำงานหลังจากออกพรรษาแล้ว กิเลสทำงานตลอดเวลา ๒๔ ชั่วโมง ทั้งในเวลาตื่นและในเวลาหลับ เราจึงต้องมาที่วัดกันอย่างน้อยอาทิตย์ละ ๑ ครั้ง เพื่อกำจัดปราบปรามกิเลสความเศร้าหมองทั้งหลาย ให้ออกไปจากจิตจากใจ อย่างน้อยที่สุดก็คอยควบคุมไม่ให้เจริญเติบโต กิเลสก็เป็นเหมือนต้นไม้ การทำบุญทำทาน รักษาศีล ก็เป็นเหมือนกับการตัดกิ่งตัดก้านของต้นไม้ ถึงจะไม่มีกำลังพอที่จะตัดลำต้นและขูดรากถอนโคนได้ ก็ยังดีกว่าปล่อยให้เจริญเติบโตไปเรื่อยๆ อย่างน้อยก็ยังคอยปราบ คอยปราม คอยป้องกัน ไม่ให้กิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง เจริญใหญ่โตจนไม่สามารถที่จะต่อสู้กับมันได้ การมาที่วัดอย่างน้อยอาทิตย์ละ ๑ ครั้ง จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง ต่อการปราบปรามต่อสู้กับความเศร้าหมอง ที่เกิดจากกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลงทั้งหลาย ถ้ามาได้มากกว่าครั้งหนึ่งยิ่งดีใหญ่ เพราะการมาวัด มาทำบุญทำทาน มารักษาศีล ก็เหมือนกับการตัดกิ่งตัดก้านของต้นไม้ ถ้าได้ปฏิบัติธรรม เช่นนั่งสมาธิ ก็เหมือนกับการตัดลำต้น ถ้าได้เจริญปัญญา คือวิปัสสนา ก็เท่ากับได้ขูดรากถอนโคนของต้นไม้ คือกิเลสตัดหา ความโลภ ความโกรธ ความหลงต่างๆให้หมดสิ้นไป จนไม่สามารถเจริญออกงามได้อีกต่อไป

กิเลสก็เช่นเดียวกัน เมื่อถูกทำลายด้วยอำนาจของปัญญาแล้ว ก็จะไม่ฟื้นกลับคืนมาอีก ไม่กลับมาสร้าง ความโลภ ความโกรธ ความหลงให้กับเราเมื่อไม่มีโลภโกรธหลงแล้ว ความเศร้าหมอง ความทุกข์ ความเสียใจ ความเศร้าโศก ความวุ่นวายใจต่างๆ ก็จะไม่มีความหลงเหลืออยู่ในจิตใจ กลายเป็นจิตของพระพุทธเจ้า ของพระอรหันต์ ผู้สิ้นกิเลสแล้ว

เป็นรางวัลที่เราจะได้รับตามลำดับแห่งการมาวัด มาทำบุญทำทาน มารักษาศีล มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาปฏิบัติธรรมกัน เราจึงต้องมีความขยันหมั่นเพียร เพราะความขยันหมั่นเพียรนี้เท่านั้นที่จะพาให้เราไปถึงจุดหมายปลายทาง ที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ได้ไปถึงกัน ถ้ามีแต่ความเกียจคร้าน ไม่อยากจะมาวัด ไม่อยากจะทำบุญ ไม่อยากจะรักษาศีล ไม่อยากจะฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่อยากจะนั่งสมาธิไหว้พระสวดมนต์ ไม่อยากจะพิจารณา อนิจจังทุกขังอนัตตา เราก็จะไม่สามารถยกตัวของเราให้อยู่เหนือความทุกข์ทั้งหลาย ที่จะตามมากับความแก่ กับความเจ็บ กับความตาย กับการพลัดพรากจากกันได้ เราจึงต้องสร้างความขยันหมั่นเพียรขึ้นมาให้ได้ ถึงแม้จะลำบากลำบากอย่างไร ก็ต้องคอยสอนตัวเราว่า สิ่งที่เรา กำลังตะเกียกตะกายกำลังทำกันอยู่นี้ จะทำให้จิตใจของเราอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข อยู่ไกลจากความทุกข์ความวุ่นวายทั้งหลาย

ต้องคอยเตือนสติ คอยรำลึกถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า รำลึกถึงพระพุทธเจ้า และพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย ผู้เป็นแบบฉบับที่ดีเลิศ ว่าท่านก็ไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า ไม่ได้เป็นพระอริยสงฆ์ แบบนอนกับหมอนอยู่ตลอดเวลา เพราะเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่เป็นสิ่งที่จะต้องตะเกียกตะกาย ต้องขวนขวาย ต้องพากเพียร ต้องขยันทำความดี ขยันละความชั่ว ขยันชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด กำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง กิเลส ตัณหาความอยากต่างๆ ที่มีอยู่ภายในใจให้หมดสิ้นไป เราจึงต้องมีความขยันหมั่นเพียร ในการสร้างสิ่งที่ดีทั้งหลายให้เกิดขึ้น กำจัดสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายให้หมดไป **รักษาความดีที่มีอยู่ในใจไว้ และป้องกันไม่ให้ความไม่ดีทั้งหลายที่ได้กำจัดไปแล้วให้หวนกลับคืนมาอีก** ถ้ายังไม่เคยทำบุญตักบาตรอย่างจริงจัง ก็ควรมาทำบุญทำทานตักบาตรกัน ถ้าได้ทำบุญทำทานตักบาตรอยู่แล้วก็ต้องรักษาไว้ให้ได้ อย่าหยุด ต้องทำต่อไป ถ้าทำเฉพาะช่วงเข้าพรรษา พอออกพรรษาแล้วก็หยุดทำ ก็จะไม่ได้อะไรอันเท่าที่ควร เพราะจิตใจก็เหมือนกับต้นไม้ที่ต้องมีน้ำหล่อเลี้ยงอยู่ตลอดเวลา ถ้าขาดน้ำแล้วก็ต้องเฉาตายไป จิตใจก็เช่นเดียวกัน ต้องอาศัยความดี เช่นการทำบุญให้ทานเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง ถ้าหยุดทำบุญ หยุดตักบาตร หยุดให้ทาน จิตใจก็จะขาดน้ำหล่อเลี้ยง ก็จะเหี่ยวแห้ง ไม่มีความสุข มีแต่ความวุ่นวายใจ ความรุ่มร้อน มีความทุกข์ใจ ถ้าได้ทำอยู่แล้วเราก็ต้องทำต่อไป ต้องรักษาให้คงไว้

ส่วนบาปความไม่ดี เช่นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พุดปด
มดเท็จโกหกหลอกลวง เสพสุรายาเมา ถ้ายังไม่ได้ละก็ต้องละกัน วันนี้ก็ได้สมาทานศีล
๕ ได้ตั้งใจว่าอย่างน้อยที่สุดวันนี้จะต้องรักษาศีลทั้ง ๕ ข้อนี้ให้ได้ จะละเว้นจากการฆ่า
สัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณีพุดปดมดเท็จโกหกหลอกลวง เสพสุรายา
เมา ซึ่งเป็นการละบาปการกระทำที่ไม่ดี ถ้าวรรณศีลอยู่เป็นประจำแล้ว ก็ต้องรักษาไว้ให้
ดี อย่าให้ขาดหายไป ให้เห็นศีลเป็นเหมือนกับเพชรนิลจินดาเป็นแก้วแหวนเงินทองที่มี
คุณค่ามาก ความจริงแล้วศีลมีคุณค่ายิ่งกว่าทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทองต่างๆในโลกนี้
ถ้ามีศีลแล้วจะได้ไปสู่ที่ดี ได้อยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข การมีแก้วแหวนเงินทอง เพชรนิล
จินดา ไม่ได้เป็นเครื่องรับประกันให้เราอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข ให้ไปสู่ที่ดีได้ เพราะส่วน
หนึ่งก็ขึ้นอยู่กับการทำสมบัติต่างๆมา ถ้าหากมาด้วยความสุจริตก็ไม่มีไร ไม่มีโทษ
ตามมา ถ้าหากมาด้วยวิธีทุจริต เช่นไปฉ้อโกง โกหกหลอกลวง เพื่อให้ได้ทรัพย์ ข้าวของ
ต่างๆมา ก็จะต้องขาดทุนเพราะผิดศีลผิดธรรม เมื่อตายไปก็จะได้ไม่ไปสู่สุคติ ไม่ได้ไปเกิดที่
ดี แต่จะต้องไปสู่อบายภูมิได้อบายภูมิหนึ่ง เพราะการกระทำที่ผิดศีลธรรมเป็นเหตุ
นั่นเอง ดังในทำยศีลที่ได้แสดงไว้สักครู่นี้ว่า **ศีลนะ สุคติง ยันติ** ศีลเป็นเหตุให้ไปสู่
สุคติ คือภพของมนุษย์ ของเทวดา ของพรหม ของพระพุทธรเจ้าพระอรหันต์ ของพระ
อริยเจ้าทั้งหลาย ที่ต้องมีศีลพาไป

ถ้าปรารถนาความเจริญของจิตใจ ก็ต้องหมั่นรักษาศีลไว้ให้ดี ถ้ายังไม่เคยรักษาก็ควร
เพียรรักษา เพียรสร้างใหม่ขึ้นมา ถ้ามีอยู่แล้วก็เพียรป้องกันไม่ให้สูญหายไป เหล่านี้คือ
ความพากเพียรที่จะทำให้เราก้าวหน้าเจริญรุ่งเรือง ร่มเย็นเป็นสุขอย่างแท้จริง นอกจาก
การทำบุญให้ทานรักษาศีลแล้ว ก็ยังต้องปฏิบัติธรรมอีกด้วย เพราะการรักษาศีลกับการ
ให้ทาน เป็นเพียงการตัดกิ่งก้านสาขาของกิเลสต้นหาเครื่องเสร้านมอมทั้งหลายเท่า
นั่นเอง ยังไม่ได้ทำลายมัน ถ้าเผลอปล่อยไว้สักกระยะหนึ่ง ก็จะงอกงามออกมาอีก
เหมือนกับต้นไม้ที่ถูกตัดกิ่งก้านต่างๆทิ้งไป แล้วถูกทิ้งไว้สักกระยะหนึ่ง ก็จะงอกงาม
ออกมาอีก เพราะรากและต้นยังไม่ได้ถูกทำลายไป กิเลสต้นหาที่เป็นเช่นเดียวกัน ราก
และต้นของกิเลสต้นหาไม่ได้ถูกทำลายไปด้วยการทำบุญให้ทานรักษาศีล แต่จะถูก
ทำลายด้วยการเจริญสมาธิและปัญญาเท่านั้น ถ้ายังไม่ได้นั่งสมาธิ ยังไม่ได้เจริญปัญญา

ก็ควรเริ่มทำกัน ได้ทำบุญทำทานรักษาศีลกันแล้ว ขึ้นต่อไปก็ต้องนั่งทำสมาธิ ซึ่งมีหลายวิธีด้วยกัน วิธีไหนก็ได้ที่ถูกต้องกับเรา เหมือนกับทางที่มาที่วัดก็มาได้หลายทาง มาทางด้านหน้าวัดก็ได้ มาทางด้านหลังวัดก็ได้ ก็มาถึงวัดเหมือนกัน

การทำสมาธิเป็นการทำจิตใจให้สงบ ให้ตั้งมั่น ให้หนึ่ง ไม่ให้แกว่งไปแกว่งมาตามอารมณ์ต่างๆ ก็ทำได้หลายวิธีด้วยกัน สำหรับคนส่วนใหญ่ในเมืองต้น วิธีที่ง่ายที่สุดก็คือการไหว้พระสวดมนต์ จะนั่งขัดสมาธิหลับตาแล้วก็สวดมนต์ไปภายในใจเลยก็ได้ สวดมนต์บทไหนก็ได้ที่จำได้ขึ้นใจ ก็สวดไปในใจไปเรื่อยๆ ข้อสำคัญเวลาสวดต้องมีสติอยู่กับการสวด อย่าให้ใจเผลอไปคิดถึงเรื่องต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่เกิดมาแล้วในอดีตก็ดี ที่ยังไม่เกิดขึ้นมาในอนาคตก็ดี ตอนที่นั่งสวดมนต์อยู่นั้น อย่าไปคิดถึงอะไรทั้งสิ้น ถ้ามีสติจะรู้ว่ากำลังอยู่กับบทสวดมนต์หรือไม่ ถ้าไม่อยู่พอรู้ตัวก็ต้องดึงจิตกลับมาสวดต่อ อย่าสวดไปแล้วคิดไปด้วยเพราะจิตจะไม่นิ่ง ไม่ตั้งเป็นสมาธิ จะไม่สงบ **เวลาทำสมาธิสิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือการมีสติ** สติก็คือการระลึก รู้ว่ากำลังทำอะไรอยู่ รู้ว่ากำลังอยู่ที่ไหน รู้ว่ากำลังสวดมนต์อยู่หรือไม่ หรือสวดไปแล้วก็คิดไปด้วย ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ต้องหยุดคิด และหันกลับมาสวด สวดไปเรื่อยๆ ๆ การสวดมนต์นี้จะต้องใช้เวลานานน้อยกว่าจิตจะนิ่ง กว่าจิตจะสงบได้ แต่เป็นวิธีที่ง่าย สวดไปเรื่อยๆ ๆ อย่าไปคิดอะไรสักครึ่งชั่วโมง สักชั่วโมงหนึ่ง แล้วจะรู้สึกมีความสุข อิ่มใจ สบายใจ

ถ้ารู้สึกอยากหยุดสวดตอนนั้น จะหันมาดูลมหายใจเข้าออกต่อก็ได้ ดูลมหายใจเข้าลมหายใจออก โดยไม่ต้องบังคับลมให้หายใจสั้นหรือหายใจยาว หายใจสั้นก็รู้ว่าหายใจสั้น หายใจยาวก็รู้ว่าหายใจยาว ลมหายาก็รู้ว่าหายาบ ลมละเอียดก็รู้ว่าละเอียด แม้มลมจะหายไปหมด ก็ไม่ต้องวิตกไม่ต้องกลัว อย่าไปคิดว่าไม่มีลมหายใจแล้วร่างกายจะตาย เพราะไม่มีใครตายจากการกำหนดดูลมเข้าออก เป็นความละเอียดของลมและจิต จนทำให้รู้สึกว่ามีลมหายใจ แต่ความจริงยังหายใจอยู่ แต่นานๆจะหายใจสักครึ่งหนึ่ง ไม่เป็นปัญหาอะไร ถ้ากลัวจิตจะถอนออกมา แทนที่จะดึงลงสู่ความสงบอย่างเต็มที่ จะไม่กลับปฏิบัติต่อ ก็จะไปไม่ถึงจุดที่ต้องการไป คือความสงบนิ่ง ตั้งมั่นอยู่ในความสุข อยู่ในความ**อุเบกขา** คือปล่อยวาง เหลือแต่**สักแต่ว่ารู้** อยู่ตามลำพังของจิต เป็น**เอกัคคตา**

รมณ์ นี่คือการเป้าหมายของการนั่งทำสมาธิ ต้องการให้จิตเข้าไปสู่จุดนั้น เพื่อจิตจะได้พักผ่อน ได้เติมน้ำมัน เติมอาหาร ที่ได้จากความสงบ เมื่อจิตได้พักเต็มที่ในสมาธิแล้ว เมื่อถอนออกมาจะมีกำลัง มีพลัง มีความสดชื่นเบิกบาน มีกำลังใจ ในขณะที่จิตสงบนิ่งอยู่นั้น อย่าดึงจิตออกมา ปล่อยให้พักให้เต็มที่ เหมือนกับคนนอนหลับ อย่าไปปลุก ปล่อยให้หลับให้เต็มที่ เมื่อนอนพอแล้วก็จะตื่นขึ้นมาเอง จิตก็เช่นเดียวกัน ถ้าสามารถเข้าไปสู่จุดของความสงบได้อย่างเต็มที่แล้ว ในขณะที่นั้นจิตจะไม่คิดไม่ปรุงถึงเรื่องอะไรทั้งสิ้น ไม่รับรู้ ไม่สนใจกับเรื่องต่างๆ จะอยู่กับความสงบ อยู่กับความอุมะกขาวางเฉย จะไม่มีอะไรมารบกวนจิตใจได้เลยในขณะนั้น ก็อย่าไปดึงจิตออกมา ปล่อยให้อยู่อย่างนั้นจนกว่าจะอิมจะพอ แล้วก็ถอนออกมาเอง นี่คือผลที่จะได้รับจากการสวดมนต์จากการกำหนดดูลมหายใจเข้าออก

เมื่อจิตถอนออกมาแล้ว ขั้นต่อไปก็ต้องดึงจิตมาเจริญปัญญา อย่าปล่อยให้คิดไปตามนิสัยเดิม เพราะจะไปคิดเรื่องโลกาทรหลง คิดถึงเรื่องคนนั้นคิดถึงเรื่องคนนี้ แล้วก็เกิดความห่วงใย เกิดความกังวลขึ้นมา ต้องบังคับจิตให้คิดไปในทางที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้คิด ให้พิจารณาร่างกายว่าไม่เที่ยงแท้แน่นอน เกิดแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องตายเป็นธรรมดา ต้องพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา พิจารณาร่างกายของเราแล้ว ก็พิจารณาร่างกายของคนอื่น ซึ่งเป็นเช่นเดียวกัน ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ตาม จะรู้จักหรือไม่รู้จัก ก็ต้องแก่เจ็บตายเหมือนกัน ถ้าไปหลงยึดติดเข้า เวลาเขาแก่เจ็บตายไป ก็จะเสียอกเสียใจ แต่ถ้าไม่ได้ยึดก็จะไม่รู้สึกอะไร ปัญหาของพวกเราที่อยู่ตรงที่ความยึดติดที่เกิดจากความหลงนี่เอง ไม่รู้ความจริงของร่างกายว่าเป็นอย่างไร ไม่รู้ว่าร่างกายต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายไป เพราะไม่เจริญปัญญาอยู่เรื่อยๆ ไม่พิจารณาอยู่เรื่อยๆ ก็เลยแผลงไปอุปาทานความยึดติด ตัณหาความอยากก็จะตามมา รักใครชอบใครก็อยากจะให้อยู่ไปนานๆ เป็นการสร้างทุกข์ให้เกิดขึ้น เพราะฝืนความจริง ฝืนธรรมชาติ เช่นไม่อยากจะฝืนตกมันก็ฝืนธรรมชาติ เวลามันจะตก มันไม่ฟังใครทั้งสิ้น เวลามันจะตกมันก็ตก เวลามันจะท่วมมันก็ท่วม สิ่งที่เราทำได้ก็คือเตรียมตัวป้องกันไว้ก่อน ถ้ารู้ว่าน้ำจะท่วมบ้านก็ขนของขึ้นที่สูง เวลามันท่วมก็ไม่เดือดร้อนอะไร

ร่างกายก็เช่นเดียวกัน ถ้ารู้ว่าต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากกัน ก็เตรียมตัวเตรียมใจไว้เท่านั้นเอง แล้วใจไม่เสียใจ ไม่วุ่นวายใจ เพราะใจไม่ได้ตายไปกับร่างกาย แต่เพราะความหลงทำให้ใจไปยึดไปติดกับร่างกาย แล้วอยากให้ร่างกายเป็นไปตามความอยาก อยากจะให้อยู่ไปนานๆ อยากไม่ให้แก่ อยากไม่ให้เจ็บไข้ได้ป่วย ซึ่งเป็นการฝืนธรรมชาติ เหมือนกับไม่อยากจะฝนตกนั้นแหละ ถ้าไม่ได้ไปกังวลกับเรื่องของฝน ปล่อยให้ตกไปตามเรื่องของเขา เราก็ไม่เดือดร้อน แต่ถ้าจะทำอะไรข้างนอกบ้าน ก็ไม่อยากจะให้ฝนตก พอฝนตกขึ้นมา ก็วุ่นวายใจ เดือดร้อนใจ ดังนั้นความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ความเดือดร้อนใจนั้น ไม่ได้อยู่ที่ฝนฟ้า ไม่ได้อยู่ที่ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่ได้อยู่ที่การพลัดพรากจากกัน แต่อยู่ที่ความหลงที่ไปอยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่พลัดพรากจากกัน วิธีที่จะแก้ความหลงนี้ในเบื้องต้นต้องทำสมาธิก่อน ทำจิตให้สงบให้หนึ่งให้เย็นสบาย เมื่อจิตออกมาแล้วจะมีกำลังพิจารณาความแก่ความเจ็บความตาย จะพิจารณาไปได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน จนติดเป็นนิสัยไป เมื่อติดเป็นนิสัยไปแล้ว ก็ไม่ต้องไปบังคับ จะรู้อยู่ตลอดเวลาว่าตัวเราก็น่าดี คนอื่นก็น่าดี จะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น แล้วเวลาที่ความแก่ ความเจ็บ ความตายปรากฏขึ้นมา ก็จะรู้สึกเฉยๆ ไม่ตื่นเต้น ไม่หวาดเสียว ไม่รู้สึกอะไรเพราะเข้าใจแล้ว ไม่มีความอยาก ไม่มีความหลงมาหลอกใจแล้ว

ปัญหาของพวกเราอยู่ที่การขาดปัญญา เพราะไม่เจริญกัน ไม่นั่งสมาธิกัน ไม่เจริญปัญญา ไม่พิจารณาความไม่เที่ยงของร่างกายกัน พอเวลาเกิดอะไรกับร่างกายขึ้นมา จิตใจก็กระสับกระส่าย ว้าวุ่นงุ่นมัว กินไม่ได้นอนไม่หลับ จึงต้องมีความพากเพียรในการปฏิบัติธรรม หลังจากที่ได้ทำบุญให้ทาน รักษาดีอย่างต่อเนื่องแล้ว ก็ควรนั่งสมาธิกัน ในเบื้องต้นก็ไหว้พระสวดมนต์ไปก่อน แล้วถ้าจิตรู้สึกอยากจะหยุดสวดก็ดูลมหายใจต่อไปด้วยสติ เวลาลมหายใจเข้าออกก็รู้อย่างนั้น ไม่ต้องตามลมออกไป ไม่ต้องตามลมเข้ามา ให้เพ่งอยู่ที่ตรงจุดลมสัมผัสแถวปลายจมูก หรือถ้ารู้สึกชัดเจนที่กลางหน้าอก ก็กำหนดรู้อยู่ตรงกลางหน้าอกก็ได้ แล้วแต่จุดที่เราเห็นว่ามันชัด สามารถดูลมได้ ก็ให้ดูอยู่ตรงนั้น อาศัยลมเป็นเครื่องผูกใจ ไม่ให้ใจลอยไปลอยมา เป็นเหมือนสมอเรือ ถ้าอยากจะให้เรือจอดอยู่หนึ่งๆ ไม่ให้ลอยไปตามกระแสน้ำ ก็ต้องทอดสมอไว้

ถ้าไม่เช่นนั้นแล้วเวลาน้ำพัดมาก็จะพัดเรือไปด้วย ฉันทใจก็เป็นเหมือนเรือลำหนึ่ง ถ้าไม่ทอดสมอไว้ด้วยการสวดมนต์ หรือเฝ้าดูลมหายใจเข้าออก ก็จะลอยไปตามอารมณ์ต่างๆ พอมีอารมณ์อะไรมาสัมผัสก็ลอยตามไป พอมีเรื่องนั้นเข้ามา ก็คิดตามไปเรื่อยๆ ต่อกัน เป็นลูกโซ่ แต่ถ้ามีลมหายใจเข้าออกหรือบทธสวดมนต์เป็นเครื่องผูกใจไว้ อะไรจะมาจุดมาลาก ก็ไม่สามารถจุดลากไปได้ เพราะมีสติ จะรู้อยู่ตลอดเวลา พอจิตแวบไปคิดเรื่องนั้นคิดเรื่องนี้ ก็รู้ทัน ก็จะหันกลับมาหาลมหายใจ กลับมาที่บทธสวดมนต์

ถ้าทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆแล้ว ต่อไปจิตจะมีกำลัง จะลงเข้าสู่ความสงบ พอสงบแล้ว กระแสอารมณ์ต่างๆก็จะไม่สามารถมาจุดลากจิตไปได้ ในขณะที่นั้นก็ไม่ต้องเฝ้าดูลม ไม่ต้องสวดมนต์ เพราะในขณะที่จิตสงบก็เหมือนกับเอาเรือขึ้นฝั่ง พอจอดอยู่บนฝั่งแล้วน้ำก็ไม่สามารถพัดเรือไปไหนได้ ใจที่สงบ ใจที่รวมลงเป็นสมาธิ เป็นเอกัคคตารมณ์ ก็เป็นเหมือนกับเรือที่ไต่ขึ้นฝั่งแล้วนั่นเอง อารมณ์ต่างๆจะไม่สามารถมาจุดลากจิตไปได้ ตอนนั้นจิตจะมีความสุขอย่างมาก เป็นความสุขที่เราไม่เคยสัมผัสมาก่อนทั้งชีวิต ความสุขต่างๆที่ได้สัมผัสจากสิ่งต่างๆ จะไม่มีอำนาจ ไม่มีคุณค่า ไม่มีพิเศษเท่ากับความสุขที่ได้จากความสงบของจิตเลย พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ความสุขอื่นๆในโลกนี้ ไม่เลิศไม่ประเสริฐเท่ากับความสุขที่เกิดจากความสงบ ผู้ใดได้พบกับความสุขแบบนี้แล้ว จะสามารถสลัดสิ่งต่างๆในโลกนี้ไปได้ เช่นพระพุทธเจ้า ที่ทรงเคยสัมผัสความสุขแบบนี้มาบ้างแล้ว ในสมัยที่ยังไม่ได้สละราชสมบัติ พอมีโอกาสมีเวลาก็ทรงสละราชสมบัติได้หมด เพื่อจะได้ไปสร้างสุขแบบนี้ให้มีมากยิ่งขึ้นไป ให้มีอยู่ตลอดเวลา นี่คือนั่นที่พระพุทธเจ้าปรารถนาและได้ในที่สุด หลังจากทรงปฏิบัติธรรม ทรมานกิเลส ต่อสู้กับกิเลสตัณหาอยู่ถึง ๖ ปีด้วยกัน จนในที่สุดก็สามารถทำลายกำจัดกิเลสตัณหาต่างๆให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจได้ จิตใจสงบระงับอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใด จะเดิน จะยืน จะนั่ง จะนอน ก็ไม่มีความฟุ้งซ่าน ไม่มีความวุ่นวาย ไม่มีความทุกข์กับอะไรทั้งสิ้น ไม่ต้องหลับตานั่งสมาธิ ก็สงบอยู่อย่างนั้น เพราะเป็นความสงบของจิตโดยธรรมชาติ ที่ได้รับการชำระจนสะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีตัวที่จะสร้างความวุ่นวายใจให้เกิดขึ้น คือกิเลสตัณหา ความโลภ ความอยากต่างๆ เมื่อถูกกำจัดไปหมดแล้ว ก็ไม่มีอะไรมาทำให้จิตต้องทุกข์วุ่นวายใจอีกต่อไป นี่คือการชำระการกำจัดกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย

ที่พวกเราได้มากระทำกันอย่างต่อเนื่อง ได้ทำกันมาตลอดทั้งพรรษา แล้วก็ยังจะทำกันต่อไป ขอให้มีความแน่วแน่มั่นใจกับทางนี้ ว่าเป็นทางที่ถูกต้อง เป็นทางที่จะนำมาซึ่งความร่มเย็นเป็นสุข ความเจริญก้าวหน้าอย่างแท้จริงขอให้เชื่อในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วจะไม่ผิดหวัง การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๔๙

สัมมาทิฐิ

๒๓ ตุลาคม ๒๕๕๙

วันนี้เป็นวันปิยมหาราช วันน้อมรำลึกถึงพระคุณอันใหญ่หลวงของพระบาทสมเด็จพระเจ้า
พระอยู่หัวรัชกาลที่ ๕ พระปิยมหาราช ในพระบรมราชวงศ์จักรี จึงใช้โอกาสนี้มาวัด มา
ทำสิ่งที่ดีที่งาม ตามเยี่ยงอย่างที่ได้ทรงบำเพ็ญไว้ เพื่อประโยชน์สุขแก่ชีวิตจิตใจ ถ้าไม่ได้
รับการทำนุบำรุงดูแลรักษาด้วยบุญด้วยกุศลแล้ว ก็จะเป็นเหมือนกับต้นไม้ที่ขาดน้ำ
จะต้องเหี่ยวแห้งเนตายไปในที่สุด ชีวิตจิตใจคนเราก็เป็นเหมือนต้นไม้ ที่ต้องมีบุญมี
กุศลหล่อเลี้ยง ทำให้สดชื่นเบิกบานร่มเย็นเป็นสุข เราจึงอยู่อย่างปราศจากการทำบุญทำ
กุศลไม่ได้ พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงกำหนดวันทำบุญขึ้นมาอาทิตย์ละ ๑ ครั้ง เพื่อจะได้มา
วัดมาบำเพ็ญบุญกุศลต่างๆ เช่นทำบุญให้ทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม โดยเฉพาะ
การฟังเทศน์ฟังธรรม เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับจิตใจ ที่ยังมีติดขัดด้วย**อวิชชา**
ความไม่รู้ ด้วย**โมหะ**ความหลง จึงต้องอาศัยแสงสว่างแห่งธรรม ที่พระพุทธเจ้าได้
ประทานให้กับพวกเรา ด้วยการฟังเทศน์ฟังธรรมอย่างสม่ำเสมอ เมื่อได้ยินได้ฟังธรรม
แล้วจะได้มีความเห็นที่ถูกต้อง เห็นว่าอะไรเป็นเหตุของความสุขที่แท้จริง อะไรเป็นเหตุ
ของความทุกข์ความวุ่นวายใจต่างๆ เมื่อรู้แล้วก็จะสามารถแยกแยะได้ สิ่งที่ดีก็บำเพ็ญ
สิ่งที่ไม่ดีก็ละเว้น เมื่อได้ทำสิ่งที่ดีและละเว้นสิ่งที่ไม่ดีแล้ว ความสุขก็จะเป็นผลที่ตามมา
ความทุกข์ต่างๆก็จะหายไปจากจิตจากใจ

การฟังเทศน์ฟังธรรมจึงเป็นจุดเริ่มต้น ของการกระทำความดีงามทั้งหลาย เหมือนกับ
การเดินทาง ที่จะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางได้ ก็ต้องมีผู้บอกทางหรือมีแผนที่ชี้ทาง ถ้า
ไม่มีแผนที่ ไม่มีผู้ชี้ทาง ก็จะหลงทางได้ จะไปไม่ถึงที่ต้องการจะไป จึงทรงตรัสว่า **กา
เลน ธัมมัสสวนัง เอตัมมังคลมุตตมัง** การได้ยินได้ฟังธรรมตามกาล เป็นคุณเป็น
ประโยชน์ เป็นมงคลอย่างยิ่งแก่ชีวิต เพราะเมื่อได้ยินได้ฟังแล้วก็จะมีความเห็นที่ถูกต้อง

ซึ่งเหมือนกับมีแสงสว่างนำทาง หรือมีตาที่ใสสว่างไม่มีดบอดนั่นเอง คนที่ตาใสสว่างกับคนที่ตามืดบอดย่อมมีความแตกต่างกันเหมือนฟ้ากับดิน คนที่มีตาดีจะไปไหนมาไหนก็ไปได้อย่างสะดวกสบายปลอดภัย แต่คนที่ตามืดบอดถ้าจะไปตามลำพังของตนย่อมเป็นอันตรายแก่ตนเอง เพราะไม่รู้ว่สิ่งที่อยู่ข้างหน้าเป็นอะไรมีอะไรบ้าง มีคุณสมบัติประโยชน์มีโทษมีภัยอย่างไรก็จะไม่รู้ แล้วในที่สุดก็ต้องประสบกับเคราะห์กรรมต่างๆ เพราะมองไม่เห็นนั่นเอง ฉะนั้นใจที่มีดบอดกับใจที่มีแสงสว่างแห่งธรรม ก็เป็นอย่างนั้น ใจที่มีดบอดคือใจที่มี**มิจฉาทิฐิ**ความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว ใจที่มีแสงสว่างแห่งธรรมคือใจที่มี**สัมมาทิฐิ**ความเห็นชอบ เห็นตามความเป็นจริง เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นสุขเป็นสุข เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง เห็นสิ่งที่ไม่มีตัวตนว่าไม่มีตัวตน เมื่อเห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงก็จะไม่มีความหลง ความยึดติด ความอยากจะได้สิ่งต่างๆ

เพราะเมื่อมองด้วยธรรมะ มองด้วย**สัมมาทิฐิ**ความเห็นชอบแล้ว ก็จะเห็นว่าไม่มีอะไรในโลกนี้ที่จะให้ความสุขอย่างแท้จริง ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ล้วนมีความทุกข์แถมติดมาด้วย เป็นเหมือนเงาตามตัว ได้อะไรมาในเบื้องต้นก็มีความสุข แล้วต่อไปก็กลายเป็นภาระที่ต้องคอยดูแลรักษา ต้องห่วง ต้องกังวล ต้องร้องไห้ร้องไห้ เสียอกเสียใจ เมื่อพลัดพรากจากกันไป แต่เรามักจะไม่ค่อยคิดกัน มักจะไม่เห็นกัน เพราะไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ยินได้ฟังธรรมะ คำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างสม่ำเสมอ การฟังเทศน์ฟังธรรมเพียงครั้งเดียวจึงไม่พอ เหมือนกับการรับประทานอาหารเพียงคำเดียว ไม่พอให้เกิดความอิ่มขึ้นมาได้ ต้องฟังอยู่เรื่อยๆ ฟังอยู่บ่อยๆจนจำฝังอยู่ในจิตในใจ แล้วจะไม่ลืมจะเป็นประโยชน์ แต่ถ้าฟังแล้วผ่านไป เข้าหูซ้ายแล้วก็ออกหูขวา สิ่งที่ดีที่งามต่างๆที่ได้ยินได้ฟังก็จะเหมือนควันไฟที่จางหายไป จึงต้องฟังอยู่เรื่อยๆ ในขณะที่ฟังก็ต้องมีความสงบกาย สงบวาจา สงบใจ สงบกายสงบวาจาคือ**ศีล** สงบใจคือ**สมาธิ** เมื่อมีศีลมีสมาธิรองรับธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะเกิด**ปัญญาเกิดสัมมาทิฐิ** เมื่อมีปัญญามีสัมมาทิฐิ จิตก็จะหลุดพ้นจากความหลงความมกมายความยึดมั่นถือมั่นต่างๆ หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง นี่คือการปฏิบัติของการฟังเทศน์ฟังธรรมอย่างสม่ำเสมอ

จึงไม่ควรมองข้ามไป ควรกำหนดให้มีเวลาฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ ถึงแม้จะไม่ได้มาวัดก็สามารถฟังหรืออ่านธรรมะที่บ้านได้ หนังสือดีๆก็มีมาก เทปธรรมะก็มีมาก ซีดีก็มีมาก ถ้าสนใจสักอย่างแล้วรับรองได้ว่าจะไม่ขาดธรรมะ จะมีธรรมะหล่อเลี้ยงจิตใจตลอดเวลา ในเบื้องต้นก็ต้องพยายามอัดธรรมะเข้าไปในใจ เพราะภายในใจจะมีสิ่งที่คอยต่อต้านอยู่ คือกิเลสตัณหาต่างๆ ที่ไม่ชอบฟังเทศน์ฟังธรรม แต่ชอบดูหนังฟังเพลง ชอบออกไปเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ ถ้าให้ฟังธรรมะก็จะง่วงเหงาหาวนอน ไม่มีรสไม่มีชาติ ฟังแล้วก็หงุดหงิดใจรำคาญใจ ต้องฝืนต้องพยายาม เพราะสิ่งที่ไม่เคยทำจะรู้สึกยากลำบาก แต่เมื่อได้ฝืนทำไปเรื่อยๆแล้ว ต่อไปก็จะง่ายไปเอง การฟังธรรมก็เหมือนกับการรับประทานยา ไม่มีใครอยากจะกินยากันถ้าไม่จำเป็น แต่ก็รู้คุณค่าของยาว่ามีคุณมีประโยชน์มากน้อยเพียงไร เพราะเวลาเจ็บไข้ได้ป่วยสิ่งที่คิดถึงก่อนเพื่อนก็คือยา คิดถึงหมอ ฉันใดจิตใจก็เป็นเหมือนคนไข้ที่ต้องอาศัยยาคือ**ธรรมโอสถ** คำสอนของพระพุทธเจ้า ที่เป็นเหมือนยารักษา**โรคจิตโรคใจ** โรคฟุ้งซ่าน กังวล หวาดกลัว โรคอยากต่างๆ ที่คอยฉุดลากจิตใจให้ไปก่อกรรมทำเข็ญไม่รู้จักจบจักสิ้น ตายแล้วก็ต้องไปเกิดใหม่ เวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่ เหมือนกับคนที่ทำผิดกฎหมายแล้วถูกจับไปขังไว้ในคุกในตาราง ถูกจับไปลงโทษประหารชีวิต เพราะอยู่เฉยๆไม่ได้

ต้องไปหาสิ่งนั้นมาหาสิ่งนี้มา ถ้าหาด้วยความสุจริตไม่ได้ก็ต้องหาด้วยวิธีทุจริต ผิดกฎหมายผิดศีลธรรม ก็ต้องไปใช้กรรมที่ได้ก่อไว้ ทั้งในทางโลกและในทางธรรม ทางโลกก็ต้องติดคุกติดตาราง ทางธรรมก็ต้องไปตกนรกหมกไหม้ ไปเกิดในที่ไม่ดีเช่น ไปเป็นสุนัข เป็นแมวเป็นต้น เป็นผลที่เกิดจากการไม่สามารถควบคุมจิตใจไม่ให้อยากได้ ปล่อยให้ความอยากหลุดออกไป ซึ่งก็รู้อยู่แล้วว่าไม่มีขอบไม่มีเขต ไม่มีฝั่งไม่มีฝา ได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ ได้ศึบก็อยากจะได้ศอก ได้ศอกก็อยากจะได้ว่า เป็นนายสิบก็อยากจะเป็นนายร้อย เป็นนายร้อยก็อยากจะเป็นนายพัน เป็นนายพันก็อยากจะเป็นนายพล เป็นแล้วก็อยากจะเป็นไปนานๆ ไม่อยากถูกปลดออก แต่โลกนี้เป็นโลกของความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีใครเป็นอะไรไปได้ตลอด สักวันหนึ่งก็ต้องหมดไป เมื่อชีวิตม้วยมรณไป ไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่เลย ไม่ว่าจะ เป็นประธานาธิบดี เป็นนายกฯ เป็นกษัตริย์ เป็นขอทาน ข้างถนน ก็ต้องหมดสิ้นไปเหมือนกันหมด แต่สิ่งที่จะไม่หมดไปก็คือ บาปกรรมและบุญ

กุศลที่ทำกันไว้ในแต่ละวันๆ จะไม่หมดไป จะอยู่ติดไปกับใจ จะถูกฝังอยู่ในใจ จนกลายเป็นนิสัยขึ้นมา ถ้าทำบุญทำกุศลก็จะมีนิสัยดี ทำบาปทำกรรมก็จะมีนิสัยไม่ดี การปลูกฝังนิสัยที่ดีก็สามารถทำได้เสมอ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนเวลาใด การถอดถอนนิสัยที่ไม่ดีก็เช่นเดียวกัน ขอให้**สัมมาทิฐิ**เท่านั้น ขอให้รู้ว่าอะไรดีอะไรไม่ดี เมื่อรู้ว่าอะไรไม่ดีก็ถอนออกไป เช่นถ้าเป็นคนเกียจคร้าน รู้ว่าไม่ดีก็พยายามถอนออกไป ถ้ารู้ว่าความเห็นแก่ตัวไม่ดีก็พยายามถอนออกไป ถ้ารู้ว่าการเสพสุรายาเมา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืนไม่ดี ก็ต้องพยายามถอนออกไป

ส่วนสิ่งที่ดีก็ควรพยายามปลูกฝัง เช่นความขยันหมั่นเพียร เป็นสิ่งที่ดีเพราะไม่ว่าจะทำอะไรให้สำเร็จได้ ก็ต้องมีความพากเพียร **ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น** ไม่ว่าจะเส้นทางโลกหรือทางธรรม จะเรียนหนังสือให้จบได้ก็ต้องมีความพากเพียร จะปฏิบัติธรรมให้บรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ ก็ต้องมีความพากเพียรเช่นเดียวกัน ถ้ารู้ว่าความพากเพียรเป็นสิ่งที่ดี ก็ต้องพยายามปลูกฝังให้เกิดขึ้นมา อย่าอยู่เฉยๆโดยไม่ทำอะไรที่เป็นประโยชน์ ถามตนเองอยู่เสมอว่า ขณะนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ เวลาผ่านไปๆ มีเวลาเหลือน้อยลงไปเรื่อยๆที่จะทำอะไรได้ อย่าปล่อยให้ผ่านไปกับการกระทำที่ไร้สาระหรือเป็นโทษ เช่นไปเกี่ยวข้องกับอบายมุขต่างๆ ทำไปแล้วไม่ได้นำความสุขความเจริญมาเลย แต่การฟังเทศน์ฟังธรรม นั่งทำสมาธิ เดินจงกรม เจริญวิปัสสนา พิจารณาดูความไม่เที่ยงในทุกอย่างๆไปเรื่อยๆ เป็นการกระทำที่มีประโยชน์มาก ทำไปเรื่อยๆ ทำให้ติดเป็นนิสัย แล้วจะไม่ลุ่มหลงกับอะไรจะมีอะไรที่รู้ว่ามีได้เพียงชั่วระยะเวลาหนึ่งเท่านั้นเอง ชีวิตของเราที่มีเพียงชั่วระยะเวลาหนึ่งเท่านั้นเอง จะมัวไปวุ่นวาย มัวไปสร้างอะไรให้มันมากมายก่ายกองไปทำไม เดียวก็ต้องทิ้งให้คนอื่นไปหมด ทำในสิ่งที่เอาติดตัวติดใจไปได้ดีกว่า คือบุญกุศล เพราะเมื่อทำแล้วก็มีความสุขเป็นผลตามมา บุญและความสุขเป็นของคู่กัน เป็นเหตุและเป็นผล บุญเป็นเหตุความสุขเป็นผล เหมือนน้ำแข็งกับความเย็นเป็นของคู่กัน มีน้ำแข็งก็มีความเย็น ไฟกับความร้อนก็เช่นเดียวกัน มีไฟย่อมมีความร้อน ไฟเป็นเหตุความร้อนเป็นผล บาปเป็นเหตุความทุกข์เป็นผล เป็นของคู่กันมาตลอด

นี่คือสิ่งที่นักปราชญ์ทั้งหลาย เช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้รู้ได้เห็น แล้วก็นำมาสั่งสอนให้สัตว์โลกให้รู้กัน เพราะสัตว์ที่ไม่รู้จักจะหลงไปสร้างบาปสร้างกรรม สร้างความทุกข์ให้กับตนเอง ทั้งที่ไม่ปรารถนาความทุกข์ อยากจะหนีให้พ้นจากความทุกข์ แต่แทนที่จะหนีจากความทุกข์กลับเดินเข้าหาความทุกข์ กลับเดินเข้ากองไฟ เพราะไม่รู้ตัวเอง คิดว่าในกองไฟจะมีความเย็น แต่ที่ไหนได้กลับมีแต่ความร้อน มีแต่ความทุกข์ เพราะไม่ได้ยินได้ฟังคำสอนของนักปราชญ์นั่นเอง พวกเราถือว่ามิบุญมีกุศลที่ได้มา วัดกันอย่างสม่ำเสมอ ได้มาปฏิบัติธรรม ได้ยินได้ฟังธรรมะอยู่เรื่อยๆ จึงรู้ว่าอะไรเป็นอะไร รู้ว่าอะไรทำให้มีความสุข อะไรทำให้มีความทุกข์ ก็อยู่ที่เราจะทำได้มากน้อย เพียงใด จะต่อสู้ความมืดบอด ต่อสู้ความหลง ได้มากน้อยเพียงไร ถ้าเอาชนะความหลง ได้เราก็สบาย ถ้ายังแพ้ความหลงอยู่ก็ยังคงทุกข์ ต้องวุ่นวายต่อไป เวลาที่มีความทุกข์ มีความวุ่นวายใจ ไม่ต้องไปหาตัวต้นเหตุที่อื่น เพราะอยู่ที่ความลุ่มหลงของเราเอง ขาดธรรมะแสงสว่าง จึงต้องมาศึกษาหาฟังเทศน์ฟังธรรมกัน นี่คือนิเวศน์ที่จะแก้ปัญหาของเราได้อย่างแท้จริง เพราะปัญหาทั้งหมดนั้นเกิดจากความเห็นผิด **มิจจาทิฏฐิ** จึงต้องศึกษาให้มีความเห็นถูก **สัมมาทิฏฐิ** เพราะสิ่งที่จะแก้ความเห็นผิดได้ก็คือความเห็นที่ถูกต้อง คือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

เราจึงต้องหมั่นฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ มาวัดได้ก็มา ถ้ามาไม่ได้ก็อยู่ที่บ้านเปิดเทป ฟัง เปิดซีดีฟัง เปิดหนังสืออ่าน ถ้ามีโอกาสได้เจอนักปราชญ์คนฉลาด ก็หาเวลาสนทนาธรรมกัน หาความรู้ใส่ตัวอยู่เรื่อยๆ จะได้สะสมความสุขความร่มเย็นเป็นสุขในใจให้มีมากยิ่งขึ้นไป แม้ร่างกายจะเป็นอะไรไป ก็จะไม่สามารถเข้าไปลบล้างความร่มเย็นเป็นสุขได้ เช่นจิตของพระพุทธเจ้าและของพระอรหันต์ แม้ร่างกายจะเจ็บไข้ได้ป่วยมากน้อยเพียงไรก็ตาม ความทุกข์ทรมานของร่างกายจะไม่สามารถเข้าไปลบล้างหรือลบความสุข ความร่มเย็น ความสบายของใจได้ ใจจะไม่รู้สึกเจ็บไข้ได้ป่วยเลย เพียงแต่รู้ว่าร่างกายเป็นอย่างนั้น รู้ว่าเจ็บตรงนั้นปวดตรงนั้น แต่ใจไม่ได้เจ็บไม่ได้ป่วยตามร่างกายไปเลย นี่คือนิเวศน์แห่งการศึกษา ได้ยินได้ฟังธรรมแล้วนำไปปฏิบัติ เพราะเมื่อนำไปปฏิบัติแล้ว จิตก็จะปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างได้ จะถอนออกมา ถ้าอยู่ในกองไฟก็จะเดินออกจากกองไฟ ถ้าอยู่ในหลุมในบ่อก็จะปีนขึ้นมา ถ้าหลงทางอยู่ในป่า ก็จะหาทางออกจากป่าได้ นี่คือนิเวศน์

อาณิสสหรือประโยชน์ของการฟังเทศน์ฟังธรรม ของการปฏิบัติธรรม เป็นสิ่งที่เราต้องทำ
กันเอง ทำแทนกันไม่ได้ เหมือนกับการหายใจ ไม่มีใครหายใจให้กันได้ต้องหายใจเอง ถ้า
อยากจะพ้นทุกข์ก็ต้องศึกษาต้องปฏิบัติ ถ้าไม่ศึกษาไม่ปฏิบัติแต่อยากจะพ้นทุกข์ ย่อม
เป็นไปไม่ได้ เพราะขัดกับหลักความจริง

เหตุที่จะทำให้พ้นทุกข์ก็คือการเจริญมรรคที่มีองค์ ๘ หรือศีลสมาธิและปัญญา ถ้าไม่
เจริญก็จะไม่หลุดพ้นจากความทุกข์ไปได้ จะปฏิบัติได้ก็ต้องฟังเทศน์ฟังธรรมก่อน ให้รู้
ว่าศีลมีอะไรบ้าง สมาธิที่ถูกและผิดนั้นเป็นอย่างไร จะเจริญปัญญาอย่างไร จะเจริญตอน
ไหน ถ้าไม่รู้ก็就会有ความสับสน ทำไปก็ทำไม่ถูก ทำไม่ถูกก็จะได้ไม่ผล เวลาทำสมาธิก็ไม่รู้
ว่าผลของสมาธิเป็นอย่างไร ทำเพื่อให้เกิดอะไรขึ้นมา ผลที่ต้องการจากการทำสมาธิก็คือ
ให้จิตสงบนิ่ง ไม่ให้ไปคิดอะไร ให้นิ่งอยู่เฉยๆ ให้มีอารมณ์เดียวคือ**สักแต่ว่ารู้** ให้มี
อุเบกขาอยู่ในใจ คือความนิ่งเฉยเท่านั้นแต่ถ้าจะมีอย่างอื่นแถมมาด้วยก็ไม่ต้องไปกังวล
ให้รู้ว่าสิ่งที่ปรากฏขึ้นมาแล้วดับไป ไม่ใช่ตัวสำคัญ ตัวสำคัญก็คือความสงบนิ่งของจิต
เพราะถ้าสามารถรักษาความนิ่งของจิตได้มากน้อยเพียงไร ก็จะมีกำลังใจมีพลังมากขึ้น
เพียงนั้น เวลาต่อสู้กับความโลภ ความอยากต่างๆ ต้องอาศัยความนิ่งเฉยเป็นอาวุธ ถ้า
ไม่มี ก็เลสคือความโลภความอยาก ก็ยังจะฉุดลากให้จิตไปทำสิ่งต่างๆได้ แต่ถ้าใจมี
ความนิ่งเฉยมาก ก็จะเป็นเหมือนก้อนหินก้อนใหญ่ๆ ที่ความโลภความโกรธความหลง
จะไม่สามารถฉุดลากใจ ให้ไปทำในสิ่งที่ไม่ดีคุณไม่มีประโยชน์ได้

การทำสมาธิเพื่อให้จิตสงบนิ่ง เช่นเวลาบริการรถพุ่มพุ่มๆ ก็บริการไปจนจิตรวมลง การ
บริการก็จะหยุดไปเอง เมื่อหยุดแล้วจิตจะนิ่งอยู่นานเท่าไร ก็ปล่อยให้นิ่งไป ถ้ามีอะไร
ปรากฏขึ้นมาให้เห็น เป็นภาพต่างๆก็ดี ความรู้สึกต่างๆก็ดี เช่นมีปีติ ความปลาบปลื้ม
น้ำตาลไหล ขนลุกซ่า มีแสงสว่างปรากฏขึ้นมา ก็ให้รู้ว่าเป็นอย่างนั้น รู้ว่าเป็นผลพลอยได้
ที่ตามมาในเวลาจิตสงบ อย่าไปหลงไปยึดไปติด อย่าไปยินดียินดีอยากให้เกิดขึ้นทุกครั้ง
บางครั้งหนึ่งไปแล้วก็จะไม่มีความรู้สึกอย่างนี้เกิดขึ้นก็ได้ บางคนหนึ่งไปแล้วก็ไม่มีอะไร
ปรากฏขึ้นมาเลย นอกจากความนิ่งสงบ ความสบาย เท่านั้นก็พอแล้ว เพราะนี่คือผลที่
ต้องการ ควรปล่อยให้นิ่งไปให้นานที่สุด ตอนนั้นยังไม่ต้องเจริญปัญญา ยังไม่ต้อง

พิจารณาอะไร รอให้จิตถอนออกมาจากความสงบก่อน เมื่อจิตเริ่มคิดเริ่มปรุงแล้ว ที่นี้จึงจะถึงเวลาเจริญปัญญาต่อไป กำหนดดูร่างกายว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เป็นของไม่เที่ยง ไม่มีตัวไม่มีตน เป็นกองทุกข์ มีร่างกายก็เหมือนแบกกองทุกข์ไว้ เพราะต้องคอยดูแลรักษา ต้องห่วง ต้องกังวล ต้องหวาดกลัวกับสิ่งต่างๆ ที่เป็นพิษเป็นภัยกับร่างกาย การไปหลงยึดติดกับร่างกายก็เหมือนกับการไปกอดอสรพิษไว้นั่นเอง มีใครบ้างอยากจะอยู่กับงูพิษ พอเห็นงูพิษก็อยากจะวิ่งหนีแล้ว แต่เห็นร่างกายกลับไม่เห็นเป็นงูพิษ กลับเห็นเป็นของวิเศษไป พยายามกอดไว้แน่น ยิ่งกอดไว้เท่าไรเวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ยิ่งทุกข์ทรมานขึ้นเท่านั้น เวลาแก่เวลาตายจะทรมานมาก ถ้าไปกอดไปยึดไปติดกับร่างกาย

แต่ถ้าพิจารณาแล้วปล่อยวางได้ จะเป็นอย่างไรก็ให้เป็นไป มีหน้าที่ดูแลรักษาก็ดูแลไป เหมือนกับรถยนต์คันหนึ่ง ถ้าเสียก็เอาไปซ่อม ถึงเวลาเติมน้ำมันก็เติมไป เมื่อพังก็โยนทิ้งไป ร่างกายก็เป็นอย่างนี้ จิตใจเป็นเหมือนคนขับรถ ร่างกายเป็นเหมือนรถยนต์ จิตใจไม่ต้องไปหลงยึดติดกับร่างกาย เพราะถ้ายึดติดแล้วจะทุกข์มาก เวลาเป็นอะไรไป นี่คือการเจริญปัญญา เป็นสิ่งที่จะต้องทำหลังจากออกจากสมาธิ จะนั่งพิจารณาต่อไปก็ได้ หรือจะลุกขึ้นมาเดินจงกรมพิจารณาก็ได้ แล้วแต่ความเหมาะสม แล้วแต่อัธยาศัย เมื่อพิจารณาไปพอสมควรแล้วรู้สึกว่าจะหยุด รู้สึกว่าเหนื่อย ก็ย้อนกลับมาทำสมาธิต่อ ทำจิตให้หนึ่งให้สงบ สมาธิเป็นที่พักจิต ส่วนปัญญาเป็นที่ทำงานของจิต สิ่งที่จิตต้องการก็คือความเห็นที่ถูกต้องนั่นเอง คือวิปัสสนาเห็นตามความเป็นจริง เห็นอนิจจังเป็นอนิจจัง เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นอนัตตาเป็นอนัตตา นี่คือการเห็นตามความเป็นจริง ไม่ได้เห็นอย่างพวกเราเห็นกัน ที่เห็นอนิจจังเป็นนิจจัง เห็นทุกข์เป็นสุข เห็นอนัตตาเป็นอัตตา ชีวิตของเราจึงสับสนอลหม่าน เห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว ก็เลยคว่ำแต่ความทุกข์มาครอง

แต่ถ้าได้เจริญปัญญาอยู่เรื่อยๆแล้ว ต่อไปจิตจะรู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว อะไรสุข อะไรทุกข์ ก็จะคว่ำแต่สิ่งที่ดี ที่เป็นสุขมาอย่างเดียว ส่วนที่ไม่ดีที่เป็นทุกข์ก็จะโยนทิ้งไป จิตใจก็จะอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข ปราศจากความทุกข์ต่างๆ นี่คือนิสงส์ที่จะได้รับจากการฟัง

เทศน์ฟังธรรมอย่างสม่ำเสมอ แล้วนำไปปฏิบัติจนมีดวงตาเห็นธรรม มีสัมมาทิฐิความเห็นชอบ เมื่อเห็นแล้วก็จะดำเนินชีวิตไปอย่างถูกต้องดีงาม มีแต่ความสุขความเจริญโดยถ่ายเดียว จึงอยากจะให้ท่านทั้งหลายให้ความสำคัญต่อการฟังเทศน์ฟังธรรม และการปฏิบัติธรรม อย่าเห็นอะไรสำคัญกว่าการฟังเทศน์ฟังธรรม การปฏิบัติธรรม เพราะสิ่งต่างๆในโลกนี้ไม่สามารถให้ความสุขกับเราอย่างแท้จริง มีแต่จะให้ความทุกข์กับเราเสมอ แต่การฟังเทศน์ฟังธรรม การปฏิบัติธรรมนี้เท่านั้น ที่จะให้ความสุขและความหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างแน่นอน จึงขอฝากเรื่องของการมาวัด มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาปฏิบัติธรรม ให้ท่านนำไปปฏิบัติกัน เพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๖๐

ความอยากเป็นตัวยัญหา

๒๘ ตุลาคม ๒๕๕๙

วันนี้ท่านทั้งหลายได้ใช้เวลาที่มีคุณค่าด้วยการมาวัด มาเติมความสุขความเจริญให้กับชีวิต ตัดภพชาติให้สั้นลง ทำภพชาติที่เหลือให้เป็น**สุดติ** ไม่ไปตกระกำลำบากใน**ทุกติ** ด้วยการทำความดี ละบาป ชำระใจให้บริสุทธิ์ ตัดความโลภ ความโกรธ ความหลงให้เบาบางลงไปจนหมดไป เป็นวิธีที่จะนำมาซึ่งความดีงามที่ปรารถนา กัน เราจึงต้องบังคับตัวเราให้เข้าวัดให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ถ้าไม่บังคับแล้วจะมีสิ่งอื่นมาฉุดลากให้ไปที่อื่นอยู่เรื่อยๆ ให้ไปทำในสิ่งที่ไม่เสริมสร้างความสุขความเจริญ แต่สร้างความเสื่อม สร้างภพสร้างชาติ ให้มีมากขึ้นไป เพราะการกระทำตามความโลภตามความอยาก เป็นการสะสมภพชาติให้มีมากขึ้น เหตุที่จะพาให้ไปเกิดก็ไม่ใช่อะไรที่เหน็บ ก็คือความโลภความอยากต่าง ๆ นี้เอง โลกเท่าไรอยากเท่าไร ก็ไม่รู้จักอึดไม่รู้จักพอ ได้มามากน้อยเพียงไรก็ไม่อึดไม่พอ เมื่อตายไปก็ต้องทิ้งไปหมด ไปเกิดใหม่ก็ต้องไปเริ่มต้นใหม่ เป็นการกระทำของคนโง่ที่ชอบสะสมสิ่งต่างๆที่ไม่สามารถนำติดตัวไปได้ เหมือนกับการก่อกองทรายไว้ที่ชายทะเลเวลาที่น้ำลง ก่อให้สลายอย่างไรพิสดารอย่างไร พอน้ำขึ้นมาก็ซัดพังทลายไปหมด ไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่เลย ชาติที่เราเกิดมาแล้ว ก็มาสะสมลาภยศสรรเสริญสุขต่างๆ ที่ได้จากการเสพรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะกัน ได้มามากน้อยเพียงไรในที่สุดก็ต้องจากมันไป เอาติดไปกับใจไม่ได้ สิ่งที่ดีติดไปกับใจก็มีแต่ความโลภความอยากความต้องการต่างๆ ที่สร้างความทุกข์ความไม่พอใจให้เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ใจจึงต้องเวียนว่ายตายเกิดในภพน้อยภพใหญ่มาเป็นเวลาอันยาวนาน

ถ้าอยากจะทราบว่ภพชาติที่เราได้ผ่านมานั้น มีมากน้อยเพียงไร ก็ลองคิดดูตามที พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า ในแต่ละภพแต่ละชาติที่เราเกิด ก็ต้องหลั่งน้ำตากัน ต้องร้องไห้กัน เวลาที่สูญเสียสิ่งที่รักไป เวลาที่ต้องเผชิญกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา ก็ร้องไห้ร้องไห้

กัน ถ้าเอาน้ำตาที่หลังในแต่ละภาพในแต่ละชาติมารวมกัน ก็จะมีมากกว่าน้ำในมหาสมุทร คิดดูก็แล้วกันว่าจะต้องเกิดตายๆสักกี่ครั้งด้วยกัน ถึงจะหลังน้ำตาให้ได้มากเท่ากับน้ำในมหาสมุทร นี่แหละคือจำนวนภพชาติที่พวกเราได้ผ่านมากัน ได้เกิดได้ตายมา และจะเกิดจะตายต่อไปอย่างไม่มีวันสิ้นสุด ถ้าไม่ทำลายเหตุที่ผลักดันให้ใจต้องไปเกิดใหม่ คือความอยากต่างๆ ได้แก่**กามตัณหา** ความอยากในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะต่างๆ **ภวตัณหา** ความอยากมีอยากเป็น **วิภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่ เป็น ที่มีอยู่ในใจของสัตว์โลกทั้งหลาย เมื่อเกิดความอยากแล้วก็ต้องไปทำ เช่น อยากจะไปดูหนังฟังเพลงก็ไป ไปแล้วก็ไม่พอ ก็ต้องไปอยู่เรื่อยๆ จนเงินทองไม่พอใช้ ก็ต้องไปหาหาด้วยวิธีที่มีชอบ เพราะหาด้วยวิธีที่สุจริตไม่พอใช้ ก็ต้องไปหาด้วยวิธีที่ทุจริต ไปลัก ขโมย ไปฉ้อโกง ไปปล้น ไปจี้ ไปทำร้ายผู้อื่น เพื่อจะได้เอาเงินมาเที่ยวต่อไป เมื่อทำอย่างนี้ก็เป็น การสร้างความเสื่อมให้กับใจ เสื่อมจากมนุษย์ไปสู่เดรัจฉาน ไปสู่สัตว์นรก ไปสู่เปรต

ความอยากมีพลังมีอำนาจมาก สามารถผลักดันให้คนเราไปทำในสิ่งที่ไม่ดีได้ เวลาเกิดความอยากแล้วไม่ได้ดังใจ ก็เกิดความโกรธ ใครขวางทางก็สามารถทำร้ายหรือฆ่าผู้ นั้นได้ เพราะอำนาจของความอยากมีความรุนแรงมาก ถ้าปล่อยให้ความอยากไปตามเรื่องของมัน ก็จะหลุดลากพาเราไปสู่ทุกคติ ไปสู่ที่ต่ำ ในปัจจุบันก็อาจจะต้องถูกจับเข้าคุก เข้าตาราง หรือถูกจับไปประหารชีวิต ถ้าปล่อยให้ความอยากพาไปทำสิ่งที่ไม่ดี หน้าตาของเราที่เกิดมาในแต่ละภพแต่ละชาติ จึงอยู่ตรงที่การต่อสู้กับความอยากต่างๆ คนเราไม่มี ความอยากก็อยู่ได้ ไม่อยากไปเที่ยวก็ไม่ตาย ไม่อยากเป็นสามี ไม่อยากเป็นภรรยา ไม่อยากเป็นสส. ไม่อยากเป็นนายๆก็ไม่ตาย เพราะความอยากไม่ได้ทำอะไรให้ดีเลย มีแต่ความไม่อยากต่างหากที่จะทำให้ดี เพราะเวลาที่ไม่อยากแล้วเราสบาย อยู่เฉยๆก็เป็นสุข อยู่บ้านเฉยๆก็มีความสุข ไม่ต้องดิ้นรนไปหาความสุขจากสิ่งต่างๆ แต่เราไม่มีกำลังพอที่จะต่อต้านกับความอยากได้ มันจึงพาเราไปหาสิ่งนั้นหาสิ่งนี้อยู่เรื่อยๆ แต่เมื่อเราเริ่มฝึกฝนจิตใจ มาวัดมาปฏิบัติธรรม มาฟังเทศน์ฟังธรรม แล้วเกิดความเข้าใจว่า ความอยากเป็นอันตรายที่สุด เราก็มาต่อสู้กับความอยากกัน มาอยู่วัดถือศีล ๘ กันนี่ก็เป็นวิธี

หนึ่งที่จะต่อสู้กับความอยากต่างๆ เวลาอยู่วัดถือศีล ๘ ก็จะไม่กินข้าวเย็น คนที่อยากกินข้าววันละหลายๆ ครั้ง ก็ต้องตัดมันไป กินได้ถึงเวลาเที่ยงวันเท่านั้น

ถ้าจะให้เคร่งกว่านั้นก็กินวันละครั้งเดียว กินวันละมื้อเดียว เหมือนกับพระภิกษุสงฆ์ที่อยู่ในอารามนี้ ท่านสมาทานธุดงค์วัตรกัน ฉันทข้าววันละมื้อเดียว เป็นวิธีปราบความอยากกินอาหาร แบบไม่รู้จักจบไม่รู้จักสิ้น กินเข้าไปเท่าไรก็ไม่พอ อยากจะกินไปเรื่อยๆ ใหม่ๆ ที่ร่างกายไม่ต้องการอาหารที่เราพยายามยัดเยียดให้ จนมีน้ำหนักมากเกินไป ทำให้มีโรคร้ายไข้เจ็บต่างๆ เบียดเบียนอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโรคหัวใจ ที่เกิดจากการรับประทานอาหารมากเกินไปความต้องการของร่างกาย รับประทานตามความอยาก แต่มาอยู่วัดถือศีล ๘ ก็ต้องอดอาหารกัน หลังจากเที่ยงวันแล้วก็ไม่กินกัน กินมื้อเดียวไม่ตาย พระบางรูปเวลาที่ท่านปฏิบัติต่อสู้กับกิเลสอย่างเข้มข้น บางครั้งท่านอดอาหารถึง ๗ วัน ๑๐ วันหรือ ๑๕ วันก็มี ก็ยังอยู่ได้ เพราะร่างกายไม่ตายจากการอดอาหารเพียง ๑๕ วัน แม้แต่พระพุทธเจ้าก็ทรงเคยอดถึง ๔๙ วันด้วยกัน แต่การอดอาหารมากเกินไปเกินความจำเป็น ก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร การอดอาหารเพื่อปราบหรือปราบความอยาก แต่ในขณะที่เดียวกันร่างกายก็ยังต้องการอาหารอยู่ ถ้าไม่ให้อาหารเลยร่างกายก็จะอยู่ไม่ได้ อย่างนี้ก็เกินความพอดีไป อดอาหารเพื่อปราบความอยากปราบกิเลส แต่ต้องมีอาหารพอให้ร่างกายอยู่ได้ เพราะยังต้องอาศัยร่างกายไว้ต่อสู้กับกิเลส ถ้าตราบได้กิเลสและความอยากต่างๆ ยังไม่หมดไปจากจิตจากใจ ก็ยังต้องอาศัยร่างกายนี้

อยู่

เช่นพระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า หลังจากที่ได้อดพระกระยาหารถึง ๔๙ วันแล้ว กิเลสก็ยังไม่หมดไปจากใจ ความอยากก็ยังมีอยู่ในใจ จึงเห็นว่าถ้าอดต่อไปร่างกายก็จะตายไป จะไม่สามารถปฏิบัติธรรมต่อสู้กับความอยากต่างๆ ได้อีกต่อไป ไม่ได้เป็นการชนะแต่เป็นการแพ้ เพราะทำผิดทางนั่นเอง พระพุทธเจ้าจึงทรงย้อนกลับมาเสวยพระกระยาหารตามปกติ เสวยวันละครั้งหนึ่ง พอให้ร่างกายมีกำลังวังชา แล้วก็เอาร่างกายมานั่งขัดสมาธิต่อสู้กับกิเลส ต่อสู้กับความอยากที่มีอยู่ในใจ ปกติคนเราถ้าจะให้หนึ่งอยู่เฉยๆ ไปนานๆ จะนั่งไม่ได้กัน นั่งไปเดี๋ยวก็ต้องเกิดความอึดอัดใจ ต้องทำนั่นต้องทำนี่ ต้องดู

นั่นต้องดูนี้ ไม่เคยนั่งอยู่เฉยๆได้เลย เพราะ**กามตัณหา** ความอยากในรูป ในเสียงต่างๆ นั้นเอง ถ้านั่งเฉยๆ แล้วไม่มีอะไรให้ดูก็เบื่อ แต่ถ้ามีอะไรให้ดูก็นั่งไปได้นาน เช่นถ้ามี โทรทัศน์ให้ดู มีหนังสือให้ดู ก็นั่งดูไปได้เป็นชั่วโมงๆ เพราะมีสิ่งมาคอยเลี้ยงความอยาก ไม่ให้สร้างความอึดอัดใจขึ้นมา แต่ถ้าปิดโทรทัศน์แล้วให้นั่งเฉยๆ ก็จะนั่งไม่ได้ เพราะความอยากจะคอยผลักดันให้ไปหาอะไรมาดู หาอะไรมาฟัง พระพุทธเจ้าทรงเห็นแล้วว่า **ความอยากนี่แหละเป็นต้นปัญหา** ที่ทำให้พระองค์เองและสัตว์โลกทั้งหลายไม่มีความสุข อยู่เฉยๆ ไม่ได้ อยู่ไม่เป็นสุข แต่พระพุทธเจ้าทรงคิดว่า ถ้าทำลายความอยากได้แล้ว ก็ จะสบาย จะอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข

จึงทรงตัดสินพระทัยตั้งจิตอธิษฐาน ในขณะที่นั่งอยู่ที่โคนต้นโพธิ์ว่า ตั้งแต่นี้ไปจะนั่ง ต่อสู้กับกิเลสตัณหา ด้วยการเจริญสมถภาวนา เจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อกำจัดความ อยากร่างกาย ให้หมดไปจากจิตจากใจ ถ้าตราบได้ยังมีความอยากอยู่ในพระทัย จะไม่ลุก จากที่ประทับโดยเด็ดขาด ถึงแม้ร่างกายจะตายไปก็จะไม่ลุกขึ้นอย่างแน่นอน นี่คือการ ตั้งสัจจาธิษฐานของพระพุทธเจ้าในคืนวันเพ็ญเดือน ๖ คืนที่ได้ทรงตรัสรู้เป็นพระอรหันต สัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เพราะทรงต่อสู้กับความอยากที่มีอยู่ในพระทัยของพระองค์นั่นเอง ต่อสู้ในเบื้องต้นด้วยการทำจิตให้สงบ กำหนดดูลมหายใจเข้าออก หายใจเข้าก็รู้ หายใจ ออกก็รู้ มีสติรู้เกี่ยวกับการหายใจอย่างเดียว ไม่ให้จิตไปคิดเรื่องราวต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็น เรื่องในอดีตที่ผ่านมาก็ดี เรื่องในอนาคตที่จะเกิดขึ้นต่อไปก็ดี เรื่องของคนนั้นเรื่องของ คนนี้ จะไม่ให้จิตไปคิดเลย จะให้รู้อยู่กับลมหายใจเข้าออกเพียงอย่างเดียว ทรงควบคุม จิตให้อยู่กับลมหายใจ แล้วจิตก็ค่อยสงบตัวลงไปๆ จนสงบเต็มที่ เป็นสมาธิขึ้นมา มี ความสุข มีความเย็น มีความสบาย เป็น**อุเบกขา** คือวางเฉย ไม่หิว ไม่อยาก ไม่ต้องการ อะไรทั้งสิ้นในขณะนั้น แต่อยู่ได้ไม่นาน อยู่ได้ชั่วคราว เมื่ออยู่ได้สักกระยะหนึ่งแล้วก็จะ ถอนออกมา จิตก็จะเริ่มคิด เริ่มปรุงถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้ แล้วก็เกิดตัณหาความอยาก ขึ้นมา อยากจะไปดู อยากจะไปฟัง อยากจะไปเห็น อยากจะไปดื่ม อยากจะไปลิ้มรส อยากจะไปสัมผัสกับรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะต่างๆ ถ้าไม่มีวิปัสสนาปัญญาจะไม่ สามารถทนนั่งอยู่ต่อไป

พระพุทธเจ้าจึงทรงเจริญวิปัสสนาปัญญา เพื่อกำจัดความอยากในรูปในเสียงในกลิ่นในรสต่างๆ ด้วยการพิจารณาว่ารูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงต่างที่อยากจะเสพ อยากจะสัมผัสนั้น ก็เคยเสพ เคยสัมผัสมากมายนานแล้ว ก็ไม่เห็นจะทำให้พระทัยของพระองค์วิเศษขึ้นมาแต่อย่างใด แต่กลับทำให้เป็นทาสของความอยากไป ถ้าอยากจะให้พระทัยของพระองค์วิเศษก็ต้องไม่ทำตามความอยาก เพราะทำตามได้มากน้อยเพียงไรก็ไม่พออยู่นั้น ได้มาเท่าไร ได้ดูเท่าไร ได้ฟังเท่าไร ก็หมดไป แล้วก็ต้องไปดูใหม่ ไปฟังใหม่ เป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ เมื่อได้ทรงพิจารณา ก็เห็นว่า รูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงต่างที่อยากจะเสพ ไม่ได้ให้ความสุข ไม่ได้ให้ความอิ่มความพอกับใจ มีแต่จะให้ความทุกข์อยู่เรื่อยๆ อยู่รำไป จึงทรงตัดความอยากได้ในที่สุด ด้วยการพิจารณาจนเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโณภูมิจึงต่าง ไม่ควรยินดี ไม่ควรอยากได้มา ได้มาแล้วก็จะกลายเป็นทาสไป เหมือนยาเสพติด เสพแล้วจะเลิกไม่ได้ จะต้องเสพไปเรื่อยๆ จนร่างกายไม่สามารถอยู่ต่อไปได้ เพราะพิษของยาเสพติดจะทำลายร่างกายไปในที่สุด ฉะนั้นทุกรูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงต่างที่พวกเราชอบแสวงหากันก็เป็นอย่างนั้น เป็นเหมือนยาเสพติด จะทำลายใจ ทำให้ใจกลายเป็นทาสของความอยาก เมื่อเป็นทาสแล้วก็ต้องรับใช้ความอยากไปเรื่อยๆ เวลาความอยากสั่งการมาให้ไปซื้อข้าวเตี๋ยวก็กต้องไป ให้ไปเที่ยวที่นั่นก็คต้องไป ให้ไปดื่มที่โน่นก็คต้องไป ทำมากน้อยเพียงไรก็ไม่พอ ต้องคอยถูกลังอยู่เรื่อยๆไป ตายจากชาตินี้ไปเกิดชาติหน้า ก็คต้องไปทำตามความอยากอีก

นี่คือโทษของความอยากและสิ่งทีไปอยาก ไม่มีประโยชน์เลย ไม่มีความสุขเลย ถ้าพิจารณาก็จะเห็นโทษ ก็จะเลิกได้ เหมือนกับเห็นโทษของยาเสพติด เราก็ไม่เสพกัน ก็อยู่ได้ ไม่ตาย ไม่กินเหล้าก็ไม่ตาย ไม่สูบบุหรี่ก็ไม่ตาย ไม่ไปดูหนังฟังเพลงก็ไม่ตาย ไม่มีปัญหาอะไรทั้งสิ้น การไม่ได้ทำอะไรตามความอยาก ไม่ทำให้เราทุกข์ เหตุที่เรากุ้ทุกข์ก็เพราะความอยากต่างหาก ถ้าไม่มีความอยากอย่างพระพุทธเจ้า อย่างพระอรหันตสาวกแล้ว จะไม่มีความทุกข์ใจเลย ทั้งๆทีไม่ได้เสพรูปเสียงกลิ่นรสโณภูมิจึงต่างที่พวกเราเสพกัน นี่คคือสิ่งทีพระพุทธเจ้าพิจารณาเรียกว่าเจริญวิปัสสนา เจริญปัญญา ให้เห็นอนิจจังทุกขังอนัตตาในทุกสิ่งทุกอย่าง เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่อยู่กับเราไปตลอด ไม่ใช่สมบัติของเรา มีแต่จะให้ความทุกข์กับเราเวลาได้มาครอบครอง

เวลาที่มีลูก ก็ต้องทุกข์กับลูก ห่วงลูก กังวล เพราะอยากจะให้ลูกได้ดีได้ดี อยากจะให้ลูกมีความสุข พอมีอะไรเกิดขึ้นกับลูกก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา ก็เพราะความอยากนั่นเอง พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ตัดความอยากต่างๆ **ภาวตัณหา**ความอยากมี อยากจะมีสามี อยากจะมีภรรยา อยากจะมีลูกก็ตัดไป ถ้ายังไม่แต่งงานก็อย่าไปริ ถ้ามีแล้วก็ต้องอดทนพยายามดูแลกันไป แต่อย่าไปอยาก ดูแลให้ดีที่สุดก็แล้วกัน แต่อะไรจะเกิดก็ต้องยอมรับ ลูกจะดีจะชั่วก็ต้องยอมรับ ในเมื่อได้ทำหน้าที่ของเราดีที่สุดแล้ว สามีภรรยาจะดีจะชั่วก็ต้องยอมรับ เพราะเราไปทำอะไรไม่ได้มันเป็นเรื่องของเขาเป็นตัวของเขา ไม่เช่นนั้นเราจะทุกข์ไปอย่างมากกับคนนั้นกับคนนี้

ถ้ามีปัญญามีวิปัสสนาแล้วจะไม่ทุกข์ แต่ส่วนใหญ่จะไม่มีปัญญากัน ไม่มีวิปัสสนากัน จึงทุกข์กันอยู่ทุกวันนี้ เพราะไม่พิจารณา พอเห็นอะไรชอบอะไรก็อยากจะได้ อยากเอามาครอบครอง ไม่เคยคิดเลยว่าสิ่งที่อยากจะได้นั้นเป็นเหมือนกับงูพิษ เอามาแล้วมีแต่จะคอยกัด คอยทำลายจิตใจอยู่ตลอดเวลา ด้วยความห่วง ด้วยความหวง ด้วยความกังวล ด้วยความเสียใจ นี่คือนั่นที่เราจะได้รับจากสิ่งต่างๆทั้งหลายในโลกนี้ พระพุทธเจ้าจึงสอนให้พิจารณาให้เห็นว่า เป็นความทุกข์ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นอย่างใด เป็นสามีก็ทุกข์ เป็นภรรยา ก็ทุกข์ เป็นลูกก็ทุกข์ เป็นตำแหน่งต่างๆก็ทุกข์ เป็นนายภคาก็ทุกข์ เป็นสส.ก็ทุกข์ เป็นรัฐมนตรีก็ทุกข์ มันทุกข์ทั้งนั้น ไม่มีอะไรที่ไม่ทุกข์ ให้พิจารณาให้เห็นอย่างนี้ เพื่อจะได้ตัดความอยากให้หมดไปจากใจเพราะถ้าเห็นว่าเป็นทุกข์ เป็นเหมือนยาพิษ เป็นเหมือนงูพิษ ก็จะไม่เข้าไปใกล้ แต่พวกเรามันพวกมีติดบอด ไม่มีปัญญา ไม่เคยคิดกัน คิดไม่เป็น มองอะไรก็ดีไปหมดไม่เคยเห็นความทุกข์ที่จะตามมาเลย ก็เลยต้องทุกข์กันอยู่ร่ำไป แล้วเวลาทุกข์ก็ไม่รู้จักวิธีแก้ แทนที่จะตัดมันไป ก็ตัดไม่ได้ แทนที่จะปล่อยมันไป ก็ปล่อยไม่ได้ เช่นสามีหรือภรรยาถ้าเกิดไม่ดีขึ้นมาก็ตัดไม่ได้ อยากจะเปลี่ยนเขาให้ดีให้ได้ ยิ่งอยากเท่าไรก็ยิ่งทุกข์ยิ่งทรมานใจขึ้นไปเท่านั้น

แต่ถ้ายอมรับความจริงว่าสักวันหนึ่งก็ต้องจากกัน ถ้าจะจากกันวันนี้เพื่อให้เรามีความสุข เพื่อไม่ให้เราทุกข์ ก็จากกันวันนี้ดีกว่า เรื่องอะไรจะต้องทนอยู่กันไป แล้วก็ต้องทุกข์กันไปด้วยกันทั้งสองฝ่าย เมื่ออยู่ด้วยกันไม่ได้ก็อย่าอยู่ด้วยกันดีกว่า ต่างคนต่างไป แต่ถ้าไม่

อยากอะไรกับเขาแล้ว เราก็จะอยู่กับเขาได้ เขาจะดีจะชั่วอย่างไร เราก็ไม่ไปอยากให้เขาเป็นอย่างอื่นไป ดีก็ได้ ชั่วก็ได้ ถ้าอย่างนี้ก็อยู่ร่วมกันได้ แต่ถ้าอยากให้ดีแล้วไม่ดี อยู่ร่วมกันก็จะทุกข์ จึงต้องทำให้ได้ ไม่ให้ไปมีความอยากกับสิ่งต่างๆ มีอะไรก็ได้ ถ้ามีความจำเป็นต้องมี เช่นต้องมีเสื้อผ้า มีบ้าน มียารักษาโรค มีอาหารก็มีไว้ แต่ไม่ต้องไปทุกข์กับมัน ถ้ามีมากก็ไม่เป็นไร มีน้อยก็ไม่เป็นไร อดบ้างก็ไม่เป็นไร ถ้าไม่มีกินเลยก็ไม่เป็นไร มันก็ตายเท่านั้น ไม่ช้าก็เร็วคนเราก็ต้องตายอยู่ดี ต่อให้มีมากขนาดไหน ได้กินมากขนาดไหน เมื่อถึงวันหนึ่งก็ต้องตายอยู่ดี ถ้าทำความเข้าใจได้แล้ว ใจจะไม่ทุกข์ไม่เดือดร้อนกับอะไร เพราะไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งต่างๆ ไม่อยากกับสิ่งต่างๆนั้นเอง ถ้าใจเป็นอย่างนั้นแล้วก็หลุดพ้น ไม่ต้องไปทุกข์กับอะไรอีกต่อไป เป็นใจที่มีความสุขอย่างยิ่ง เพราะเมื่อไม่หิว ไม่อยาก ไม่ทุกข์กับอะไร ธรรมชาติที่แท้จริงของใจก็จะถูกเปิดเผยขึ้นมา คือความสุขที่เลิศ ที่ประเสริฐที่สุด ที่เรียกว่า **ปรมมังสุขัง** นั่นเอง คือ**พระนิพพาน**

ใจที่ได้ชำระตัดความอยากต่างๆให้หมดไปแล้ว ก็จะกลายเป็นพระนิพพานไป เป็นจิตนิพพาน เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วก็หมดปัญหาเกี่ยวกับเรื่องความทุกข์ทั้งหลาย หมดปัญหาเกี่ยวกับเรื่องความเกิดแก่เจ็บตาย เพราะจะไม่ไปเกิดอีกต่อไป เมื่อไม่เกิดก็ไม่ต้องตาย **ทุกข์ย่อมไม่มีกับผู้ไม่เกิดเท่านั้น** ถ้าตรานใดยังมีการเกิดอยู่ตรานั้นก็ยังมีทุกข์อยู่ เพราะต้องไปแก่ ไปเจ็บ ไปตาย ต้องไปอยากกับสิ่งนั้นกับสิ่งนี้ เหมือนกับที่พวกเรากำลังอยากกัน ทุกวันนี้ยังอยากกันอยู่ ยังลำบากกันอยู่ เพราะกังวล เวลาอยากแล้วไม่มีเงินไปทำตามความอยาก ก็วุ่นวายใจ เดือดร้อนใจ แต่ถ้าไม่อยากแล้วไม่มีเงินก็ไม่เดือดร้อนอะไร อยู่เฉยๆ ได้ อยู่บ้านเฉยๆก็ได้ อยู่บ้านไหว้พระสวดมนต์ นั่งทำสมาธิ อ่านหนังสือธรรมะไปก็มีความสุขได้ เป็นความสุขที่ดีกว่าความสุขที่ได้จากการไปหารูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะต่างๆ นี่คือนิเวศน์ชีวิตของพวกเราชาวพุทธ มีหน้าที่คอยกำจัดความอยากต่างๆ ด้วยการทำความดี ละบาปทั้งหลาย ด้วยการปฏิบัติธรรม ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด ถ้าดำเนินชีวิตไปในทางนี้แล้ว รับรองได้ว่าไม่ช้าก็เร็วก็จะพ้นทุกข์ จะพบกับความสุขที่แท้จริง ที่จะอยู่กับเราไปตลอดอนันตกาล ไม่ต้องไปเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป นี่คือนิพพานที่จะตามมา จึงขอฝากเรื่องการมาวัด มาบำเพ็ญ มาเสริมบำรุงความสุขให้กับจิตใจ มาตัดภพตัดชาติ

ให้เบาบาง ให้น้อยลงไป ให้หมดไปในที่สุด ให้ทำหน้าที่ไปพิจารณาและปฏิบัติต่อไป
การแสดงให้เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๖๑

โอกาสที่วิเศษที่สุด

๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

วันนี้ท่านทั้งหลายได้มาวัดกัน เพื่อตัดดวงประโยชน์ที่มนุษย์จะพึงได้ เพราะมนุษย์เท่านั้นในบรรดาสัตว์โลกทั้งหลาย ที่สามารถตัดดวงประโยชน์ได้อย่างสูงสุด ถ้าไปเกิดในภพอื่นก็จะมีโอกาสตัดดวงประโยชน์คือบุญกุศล เพื่อมรรคผลนิพพาน เพื่อความหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เป็นฐานะของมนุษย์เท่านั้นที่จะสามารถทำได้ ถ้าไปเกิดในภพอื่นถึงแม้จะดีกว่ามนุษย์ เช่นไปเกิดเป็นเทพ เป็นพรหม ก็เพียงแต่ไปเสวยบุญเท่านั้น ไม่มีโอกาสได้สร้างบุญสร้างกุศลเพิ่มขึ้นมาใหม่ เมื่อได้เสพได้เสวยบุญกุศลที่ได้สะสมไว้จนหมดไปแล้ว ก็จะต้องกลับลงมาเกิดเป็นมนุษย์ หรือไปเกิดที่ต่ำกว่า ขึ้นอยู่กับบุญกรรมที่ได้ทำไว้ที่ยังไม่ได้ส่งผล ถ้าเป็นวาระของผลกรรม ก็จะต้องไปเกิดในอบายภูมิใดภูมิหนึ่ง ต้องใช้กรรมในภูมินั้นจนหมดสิ้นไป เมื่อหมดแล้วถ้าเป็นวาระของบุญที่จะส่งผล ก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ได้มาทำบุญทำกรรมอีก ภพของมนุษย์นี้ทำได้ทั้ง ๒ อย่าง ทำบุญก็ได้ ทำบาปทำกรรมก็ได้ ไม่มีใครบังคับ ไม่มีใครเคี่ยวเข็ญ ถ้าเป็นคนฉลาด มีศรัทธาในเรื่องบุญเรื่องกุศล เชื่อบาป เชื่อบุญ เชื่อนรก เชื่อสวรรค์ ก็จะหลีกเลี่ยงการกระทำความผิด พยายามทำแต่บุญทำแต่กุศล อย่างท่านทั้งหลายที่ได้มาวัดกัน อย่างสม่ำเสมอเพราะมีความเชื่อในเรื่องบาป เรื่องบุญ เรื่องนรก เรื่องสวรรค์ เรื่องเวียนว่ายตายเกิด จึงได้ใช้เวลาที่ว่างจากภารกิจการงานมาสะสมบุญ สะสมกุศล เพื่อพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นเรื่อยๆ จนหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง บรรลุถึงพระนิพพาน เป็นพระอรหันต์ไป

นี่คือเป้าหมายที่แท้จริงของมนุษย์ทั้งหลาย เพียงแต่จะรู้หรือไม่เท่านั้นเอง ถ้ามีโอกาสได้มาเจอพระพุทธศาสนา ก็จะได้รู้ว่าหน้าที่ของตนที่แท้จริงนั้นคืออะไร ก็คือ**การสะสมบุญ ละบาป ชำระจิตใจให้สะอาดหมดจด** ที่เป็นเหตุให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย

ที่เกิดจากการเกิดแก่เจ็บตาย เวียนว่ายตายเกิดแบบไม่รู้จักจบจักสิ้น นี่คือน้ำที่ที่แท้จริงของมนุษย์เรา ส่วนหน้าที่รองลงมาก็คือการดูแลรักษาอัตรภาพร่างกาย เลี้ยงดูชีวิตของตน เพื่อจะได้มีกำลังวังชา มีเวลามาทำบุญทำกุศลกัน คือ ร่างกายต้องมีการดูแลรักษา ต้องมีอาหารรับประทาน มียารักษาโรค มีเครื่องนุ่มห่ม มีที่อยู่อาศัย เมื่อมีครบบริบูรณ์แล้ว ถ้ามีเวลาว่างจากการเลี้ยงดูร่างกาย ก็ควรมาสะสมบุญกุศล ละเว้นจากการกระทำบาป มาปฏิบัติธรรม เพื่อมาชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ นี่คือน้ำที่ที่แท้จริง การทำมาหากินเลี้ยงปากเลี้ยงท้องเป็นหน้าที่รองลงมา แต่ก็มีคามจำเป็นเช่นเดียวกัน เพราะเวลาจะทำบุญ จะปฏิบัติธรรม ก็ต้องมีร่างกาย ต้องมีเวลาว่างพอที่จะมาปฏิบัติได้ จะมีเวลาว่างได้ก็ต้องทำมาหากินจนมีฐานะที่ดีพอ มีเงินทองเก็บไว้พอสมควร พอที่จะเอื้อกับการปฏิบัติธรรม นี่คือน้ำที่ของมนุษย์ น้ำที่หลักก็คือการสะสมบุญกุศล ปฏิบัติธรรม เพื่อให้ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ดังนั้นในวันหยุด เช่นวันเสาร์วันอาทิตย์ จึงเป็นเวลาเหมาะที่จะทำบุญ ฟังเทศน์ฟังธรรม ปฏิบัติธรรมกัน เพราะนี่คืองานที่แท้จริงของเรา

มนุษย์เป็นชาติที่ประเสริฐที่สุด เพราะเป็นชาติเดียวภูมิเดียวในสังสารวัฏ ที่จะสามารถพัฒนาตนเอง ให้ถึงจุดสูงสุดของการพัฒนาได้ เช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านก็เกิดมาเป็นมนุษย์และได้ใช้ชีวิตของมนุษย์มาบำเพ็ญบุญ บำเพ็ญกุศล เนื่องจากในชาติก่อนๆท่านได้สะสมบุญมามาก มีบารมีมาก จึงไม่ยึดไม่ติดกับความสุขเล็กๆน้อยๆ อย่างที่พวกเรายึดติดกัน พวกเรายังยึดติดอยู่กับความสุขที่ได้จากการมีสามีภรรยา จากการดูหนังฟังเพลง ไปเที่ยวที่นั่นที่นี้ พวกเรายังติดความสุขเหล่านี้ อยู่ จึงไม่สามารถออกบวชเป็นพระเป็นชีได้ เพราะยังมีความผูกพันกับความสุขทางโลกที่เรียกว่า**กามสุข**อยู่ ยังอยากดู ยังอยากได้ยีน ยังอยากลิ้มรส ยังอยากดมกลิ่น ยังอยากสัมผัสสิ่งต่างๆทางกาย เพื่อให้มีความสุขกับตน แต่ในขณะเดียวกันก็กลายเป็นทาสของสิ่งที่ตนชอบไป เมื่อติดอยู่กับสิ่งเหล่านี้ก็จะไม่สามารถออกบวชได้ ไม่สามารถมาบำเพ็ญจิตตภาวนา คือ**สมถภาวนา**และ**วิปัสสนาภาวนา** อันเป็นเหตุที่จะทำให้จิตหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ เพราะยังไม่มีบารมีพอ เราจึงต้องมาบำเพ็ญบารมีกันต่อ เหมือนกับผลไม้ เมื่อยังไม่สุกก็ต้องบ่มไปเรื่อยๆ อย่างชาตินี้ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เราสามารถทำบุญได้หลายระดับ จะทำแค่ทำบุญให้ท่านรักษาศีลก็ได้หรือจะทำบุญทำทาน

รักษาแล้วก็ภาวนาไปด้วย ในขณะที่เป็นฆราวาสก็ได้ หรือถ้าอยากจะทำปฏิบัติให้เต็มที่
เลยก็ออกบวชกัน ก็ทำได้ จะทำได้ไม่ได้ก็ขึ้นอยู่กับกำลังบารมีของแต่ละคน ถ้าบารมีแก่
กล้าก็เป็นเหมือนผลไม้ที่สุกงอมเต็มที่ ก็จะหลุดจากตัวเอง

ฉันใดจิตใจของพวกเราก็เป็นอย่างนั้น ถ้าได้บำเพ็ญบุญบารมีมาเต็มที่แล้ว ก็จะหลุดออก
จากโลกของกามสุขไป จะไม่ยึดไม่ติดกับความสุขอย่างที่เราเคยติดติดกัน ความสุขที่ได้
จากสามี ภรรยา บุตร ธิดา สมบัติข้าวของเงินทองต่างๆ เกียรติยศต่างๆ ความสุขที่ได้
สัมผัสกับรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะต่างๆ ความสุขเหล่านี้จะไม่มี ความหมายกับจิตใจที่
ได้บำเพ็ญบุญบารมีมาจนเต็มที่แล้ว เช่นจิตของพระพุทธเจ้า ที่ได้ทรงประสูติในสกุลของ
กษัตริย์ มีสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างมากมายกายกอง แต่ก็ไม่สามารถเหนี่ยวรั้งผูกมัด ให้
เจ้าชายสิทธัตถะหลงติดอยู่กับความสุขแบบนี้เลย เมื่อถึงเวลาพระองค์ก็ทรงผนวชออก
บวช แล้วก็มุ่งไปสู่การปฏิบัติศีลสมาธิปัญญาอย่างเต็มที่เลย ไม่ทำอะไรอะไรอย่างอื่น
ตลอดเวลา ๖ ปีด้วยกัน มีหน้าที่เดียวเท่านั้นก็คือ**ปฏิบัติธรรม** ชำระจิตใจ กำจัดกิเลส
คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็น ความอยากในรูป ใน
เสียง ในกลิ่น ในรส ความอยากมีอยากเป็น ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น เช่นความ
อยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย เป็นสิ่งที่ต้องตัดให้หมดไป จะแก่ก็ให้มันแก่ จะเจ็บก็ให้
มันเจ็บ จะตายก็ให้มันตาย เพราะอยากอย่างไรก็ไม่พ้น เวลาอยากไม่แก่ไม่เจ็บไม่
ตายก็ต้องทุกข์ทรมาน เวลาคิดถึงความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็จะเกิดความ
หวาดกลัว เกิดความทุกข์ขึ้นมา

แต่ถ้าสามารถเอาชนะความอยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายได้ เวลาแก่เจ็บหรือตาย จะไม่มี
ความรู้สึกอะไรกับความแก่ ความเจ็บ ความตายเลย จิตจะรู้สึกเฉยๆ เพราะไม่มี ความ
อยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายนั่นเอง ปล่อยให้เป็นไปตามความจริง แก่ก็ได้ เจ็บก็ได้ ตายก็
ได้ แต่จิตไม่ตายชะอย่าง ไม่เห็นจะต้องไปเดือดร้อนอะไร เนื่องจากไม่ได้ปฏิบัติภาวนา
ไม่ได้เจริญวิปัสสนา จึงไม่เห็นว่าการจิตกับกายเป็นคนละส่วนกัน จิตมีความมืดบอด
ครอบงำ มีความหลงครอบงำ หลอกให้ไปคิดว่าร่างกายเป็นจิต เมื่อคิดอย่างนั้นเวลา
ร่างกายเป็นอะไร จิตก็คิดว่าจะเป็นตามไปด้วย แต่ความจริงแล้วจิตไม่ได้แก่ ไม่ได้เจ็บ

ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย แต่จิตไม่รู้ เนื่องจากไม่ได้ปฏิบัติ ไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง ถ้าได้ยินได้ฟังและนำไปปฏิบัติ ก็จะเห็นว่าจิตกับกายเป็นคนละส่วนกัน นี่คือน้ำที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบำเพ็ญอยู่ตลอด ๖ ปีด้วยกัน จนในที่สุดก็ตัดความอยากทั้ง ๓ ไปได้ คือ ความอยากในกาม **กามตัณหา** ความอยากมีอยากเป็น **ภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น **วิภวตัณหา** เมื่อทำลายความอยากทั้ง ๓ ชนิดนี้หมดไปได้ จิตก็ไม่มีเชื้อของภพชาติหลงเหลืออยู่ ภพชาติจึงไม่มีอีกต่อไป หลังจากพระพุทธเจ้าดับสลายไปแล้ว จิตของพระองค์ก็ไม่ไปเกิดที่ไหนอีกต่อไป จิตเป็นนิพพานไป ได้บรรลุพระนิพพาน ที่เป็นที่อยู่ของจิตอย่างแท้จริง เป็นบ้านที่เต็มไปด้วยความสุข เรียกว่า **ปรमมังสุขัง**

ความสุขทั้งหลายในโลกนี้ เมื่อเปรียบกับความสุขที่ได้จากพระนิพพานแล้ว จะเป็นเหมือนฟ้ากับดิน ความสุขที่พวกเราสัมผัสกันอยู่นี้ กับความสุขของพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ เป็นเหมือนฟ้ากับดิน ถ้าเป็นวัตถุก็เป็นเหมือนก้อนหินกับเพชรนิลจินดา มีคุณค่าต่างกันมาก เป็นสิ่งที่มนุษย์จะทำได้ แต่ต้องพบกับพระพุทธศาสนาด้วย ถ้าไม่พบก็จะไม่รู้ว่าจะเกิดมาทำไม เกิดมาเพื่ออะไร ก็จะหลงอยู่กับการหาความสุขเล็กๆน้อยๆ จากการมีสามี มีภรรยา มีตำแหน่งต่างๆ มีสมบัติข้าวของเงินทอง จากการได้ไปเที่ยว ไปดู ไปฟัง ไปดื่ม ไปรับประทานเท่านั้นเอง แต่เมื่อถึงเวลาแก่เวลาตาย ก็จะไม่ได้อะไรความสุขเหล่านี้ เมื่อตายไปแล้วสมบัติต่างๆ ข้าวของเงินทองต่างๆ สามีภรรยาบุตรธิดาก็ต้องทิ้งไปหมด เอาไปไม่ได้ ไปเกิดใหม่ก็ต้องไปเริ่มต้นใหม่ จะไปอยู่ที่ไหนก็ยังไม่รู้ เพราะไม่รู้ว่าจะสร้างบุญ สร้างกรรมไว้มากน้อยเพียงไร เพราะบุญกรรมนี้แหละที่จะเป็น ผู้ส่งให้ไปเกิดสูงหรือต่ำ แต่ถ้าได้มาเกิดเป็นมนุษย์และพบกับพระพุทธศาสนา ก็จะได้ยินได้ฟังได้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จนรู้ว่าหน้าที่ของตนมีอยู่ ๓ ประการคือ **๑. ทำบุญ ๒. ละบาป ๓. ขำระจิตใจให้สะอาดหมดจด** ขำระกิเลสตัณหา ความโลภความโกรธความหลงต่างๆ ด้วยการปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เจริญปัญญา นี่คือน้ำที่ของสัตว์โลกที่แท้จริง โดยเฉพาะของพวกมนุษย์ ผู้มีฐานะมีสิทธิ์ที่จะบรรลุถึงเป้าหมายที่ประเสริฐนี้ได้

เพียงแต่ขอให้รู้เท่านั้น รู้แล้วจะได้ศึกษาแล้วก็ปฏิบัติ ถ้ารู้แล้วแต่ไม่สนใจที่จะศึกษา ไม่สนใจที่จะฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่สนใจที่จะนำสิ่งที่ได้ยินได้ฟังไปปฏิบัติ ก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร การได้เกิดเป็นมนุษย์กับการได้มาพบพระพุทธศาสนา ก็เหมือนกับมีรถยนต์และมีน้ำมันให้เติมน้ำมัน ถ้ามีรถยนต์แต่ไม่มีน้ำมันก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร รถยนต์ก็วิ่งไปไหนมาไหนไม่ได้ ถ้าไม่มีน้ำมันให้เติม ถ้ามีน้ำมันแต่ไม่มีรถยนต์ก็ไม่มีประโยชน์อะไร เช่นเดียวกัน รถยนต์ก็เหมือนกับการได้มาเกิดเป็นมนุษย์ ส่วนน้ำมันก็เหมือนกับพระพุทธศาสนา ที่ให้แสงสว่างนำทาง เป็นเหมือนเชื้อเพลิงให้กับรถยนต์ ถ้ามีพระพุทธศาสนาแต่ไม่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ เช่นมาเกิดเป็นนก เกิดเป็นแมว เกิดเป็นสุนัข ถึงแม้จะอยู่ในวัด ก็จะไม่ได้รับประโยชน์อะไรจากพระศาสนา เพราะไม่สามารถเข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้าได้นั่นเอง จึงต้องมีทั้ง ๒ ส่วนควบคู่กันไป คือต้องได้มาเกิดเป็นมนุษย์แล้วได้มาพบพระพุทธศาสนาด้วย ถ้าได้ทั้ง ๒ อย่างนี้ถือว่าเป็น**โอกาสที่พิเศษที่สุด** โอกาสดีที่จะพิเศษเท่ากับโอกาสนี้ไม่มีอีกแล้ว จึงไม่ควรผัดวันประกันพรุ่ง อย่าผัดไปถึงภพหน้าชาติหน้า ชาตินี้ขอเที่ยวขอกินขอเล่นไปก่อน ไว้ชาติหน้าค่อยกลับมาวช คิดอย่างนี้ก็ไม่มีความหลุดพ้นไปได้ เพราะถ้าได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ก็อาจจะไม่ได้เจอศาสนาพุทธอีกก็ได้

เพราะพุทธศาสนามีอายุไม่ยาวมาก เพียง ๕,๐๐๐ ปีเท่านั้น พระพุทธเจ้าทรงทำนายไว้ว่าศาสนาพุทธจะอยู่ในโลกนี้ได้ไม่เกิน ๕,๐๐๐ ปี ตอนนี้ก็ผ่านมากกว่าครึ่งหนึ่งแล้ว ผ่านมา ๒,๕๔๙ ปีแล้ว เหลืออีก ๒,๔๐๐ กว่าปีก็จะมีพระพุทธศาสนาเหลืออยู่ในโลกนี้แล้ว ถ้าว่าได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกใน ๒,๕๐๐ กว่าปีข้างหน้า ก็จะไม่ได้พบกับพระพุทธศาสนา เมื่อไม่ได้พบก็เหมือนกับมีรถแต่ไม่มีน้ำมันให้เติมน้ำมัน จะไม่รู้ว่าจะเกิดมาทำไม นี่ขนาดรู้แล้วยังไม่ปฏิบัติ ยังไม่สนใจเลย ขอผัดไปชาติหน้าก่อนอย่างนี้เกิดมาชาติหน้าก็จะติดนิสัยผัดไปอีก ก็จะผัดไปเรื่อย ชาติก่อนๆก็เคยผัดมาแล้ว เพราะติดเป็นนิสัย เคยทำอะไรมาอย่างไร ก็จะติดนิสัยทำอย่างนั้นไปเรื่อยๆ ถ้ามีความคิดอย่างนี้อยู่ในใจ ก็ควรเปลี่ยนความคิดนี้เสีย ให้หันมาศึกษาและมาปฏิบัติธรรมกันดีกว่า มาบำเพ็ญบุญบารมีกัน จะได้มากได้น้อย ก็ขอให้ได้ทำไป อย่างน้อยที่สุดก็ได้ปลุกฝังนิสัยที่ดีไว้ ถ้ายังไม่อยากบรรลुเป็นพระอรหันต์ในชาตินี้ อย่างน้อยก็ให้บำเพ็ญบารมีกัน

เช่น**ทานบารมี ศีลบารมี** ควรรักษาศีลกันบ้าง ศีล ๕ ข้อนี้ ถ้ารักษาไม่ได้ทุกวัน อย่างน้อยก็วันพระสักวันหนึ่งก็ยังมี หรือรักษาได้บ้างข้อในบางวันก็รักษาไป อย่าปล่อยปละเลย ไม่สนใจไม่เหลียวแลเลย พยายามรักษาให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ก็แล้วกัน แล้วก็พยายามรักษาให้มากขึ้นไปเรื่อยๆ พยายามทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ก็จะติดเป็นนิสัยไป

มาอยู่วัดบ้าง เพื่อบำเพ็ญ**เนกขัมมบารมี**กัน มาละ**กามสุข** ความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย ทุ่งข้าวหอมข้าวถือศีล ๘ ไม่กินข้าวเย็น ไม่ดูหนังฟังเพลง ไม่นอนกับสามีภรรยา ตัดกามสุขนั่นเอง เรียกว่าเนกขัมมบารมี ทำกันอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ดีกว่าจะผิดไปเรื่อยๆ รอไว้แก่ก่อนแล้วค่อยมาทำกันก็ได้ พอเวลาแก่เข้าจริงๆก็จะทำไม่ไหว คนแก่ส่วนใหญ่เวลาไปอยู่วัดจะอยู่ไม่ได้นาน อยู่ลำบาก ไม่เหมือนคนหนุ่มคนสาว บวชตอนหนุ่มกับบวชตอนแก่นี้ต่างกัน เวลาบวชตอนหนุ่มสามารถปฏิบัติกิจวัตรต่างๆได้ครบถ้วนบริบูรณ์ บวชตอนแก่แล้วสังขารไม่เอื้ออำนวย จะปฏิบัติกิจให้ครบถ้วนบริบูรณ์เป็นสิ่งที่ยากเย็นมาก เมื่อไม่สามารถปฏิบัติให้ครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ผลที่จะเกิดขึ้นก็ไม่ครบถ้วนบริบูรณ์เช่นเดียวกัน เพราะทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นอยู่กับเหตุเป็นหลัก คือการกระทำของเรา ถ้าทำแล้วผลก็จะตามมา เหมือนกับการรับประทานอาหาร ถ้าไม่รับประทานอาหารจะอิมได้อย่างไร ต้องรับประทานอาหารเข้าไปจนกว่าจะอิม ถึงจะหยุดรับประทาน ถ้ารับประทานไปเพียงครึ่งเดียวก็อิมเพียงครึ่งเดียว ถ้ารับประทานเต็มทีก็อิมเต็มที ฉะนั้นได้อานิสงส์ที่จะได้รับจากการปฏิบัติกายวาจาใจ ก็อยู่ที่การปฏิบัตินั้นแหละ ถ้าทำบุญทำทานอย่างสม่ำเสมอ รักษาศีลอย่างต่อเนื่อง ไม่ให้ต่างพร้อย แล้วก็บำเพ็ญจิตตภาวนา นั่งสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ เจริญปัญญา พิจารณา**นิจจังทุกขังอนัตตา** พิจารณาว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้ ล้วนไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

เช่นพิจารณารูปร่างกายของเรา มันก็เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จากเด็กก็เป็นผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่ก็เป็นผู้เฒ่า จากผู้เฒ่าก็เป็นผู้ตาย นี่คือการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างกาย มันเป็นอย่างนี้ พิจารณาไปเรื่อยๆ เมื่อเข้าใจแล้วใจก็จะปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติด ถ้าไปยึดไปติดก็จะทุกข์ทรมานใจ เวลาแก่แล้วจะทุกข์ เวลาตายจะทุกข์ หรือเพียงแต่คิดว่าแก่ จะตายก็

ทุกข์แล้ว เพราะไม่มีใครอยากแก่ ไม่มีใครอยากตาย ถ้าพิจารณา ก็จะเห็นว่าความทุกข์ เกิดจากความไม่อยากแก่ ไม่อยากตายนั่นเอง เมื่อรู้อย่างนั้นถ้าไม่อยากจะทุกข์ ก็ต้องละ ความไม่อยากแก่ ไม่อยากตาย เมื่อละได้แล้วความทุกข์ก็จะไม่มี ต่างกันตรงนี้ ระหว่าง พวกเรากับพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ ต่างกันตรงนี้เท่านั้นเอง พระพุทธเจ้าพระอรหันต์ ท่านเห็นแล้วว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป ร่างกายเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย ฝืนธรรมชาติไม่ได้ ฝืนความจริงนี้ไม่ได้ อยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายไม่ได้ เพราะรู้เพราะเห็นแล้วว่า ถ้าอยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ก็จะต้องทุกข์ทรมานใจ ต้องว่าวุ่นขุ่นมัว แต่พอละความไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตายได้แล้ว ใจก็สงบนิ่งสบาย จะทำให้สงบนิ่งได้ก็ต้องนั่งสมาธิไปก่อน นั่งไปเรื่อยๆจนจิตสงบ

เมื่อสงบแล้วจะรู้อย่างนี้แหละเป็นที่ปลอดภัยที่สุดของจิต คือการปล่อยวางเป็นอุเบกขา จะเกิดขึ้นถ้านั่งสมาธิ เมื่อรู้แล้วว่าจุดที่ปลอดภัยที่สุดของจิตอยู่ตรงนี้ เวลาไปคิดถึง ความแก่ ความเจ็บ ความตาย แล้วเกิดความว่าวุ่นขุ่นมัวขึ้นมา ก็ดึงจิตให้กลับมาสู่จุดที่ ปลอดภัยได้ ด้วยการปลง ด้วยการปล่อยวาง ปลงอนิจจังทุกขังอนัตตา ยอมรับว่าหนีไม่ พ้น ห้ามไม่ได้ของอย่างนี้ต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน แต่สิ่งที่ห้ามได้ก็คือความทุกข์ใจ เราสามารถห้ามความทุกข์ใจได้ ด้วยการทำให้สงบ ด้วยการปล่อยวาง อะไรจะเกิดก็ ให้มันเกิด อะไรจะเป็นก็ให้มันเป็น อะไรจะตายก็ให้มันตาย ถ้าสามารถทำได้จิตใจก็จะ สบาย จะไม่ทุกข์กับอะไร เรียกว่าเจริญปัญญา เจริญวิปัสสนา เพื่อรู้แจ้งเห็นจริง ไม่ไป ฝืน ไม่ไปอยากให้เป็นอย่างอื่น เช่นร่างกายนี้พระพุทธเจ้าทรงสอนว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ มาจากอาหารที่รับประทานเข้าไป แล้วก็มาเปลี่ยนเป็นผม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง เป็นเนื้อ เป็นเอ็น เป็นกระดูก เป็นอวัยวะต่าง ๆ เมื่อถึงเวลา ก็จะแยก จากกันไป กลับคืนสู่ดิน น้ำ ลม ไฟ ร่างกายเมื่อตายไปแล้ว ถ้าปล่อยทิ้งไว้ น้ำต่างๆก็จะ ไหลออกมาจนเหือดแห้งกลายเป็นดินไป เอาไปเผา ก็กลายเป็นขี้เถ้ากลายเป็นดินไป นี่คือ ความจริงของร่างกาย เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่หนายสมศักดิ์ ไม่ใช่นางสมศรี เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ ที่จิตมาครอบครอง มายึดมาอาศัยอยู่เท่านั้น

จิตต้องฉลาดต้องรู้ทัน ถ้ารู้ทันแล้วก็จะไม่มีปัญหา มีปัญหาก็ปล่อยวางได้ ไม่ยึดไม่ติด ตัดอุปาทาน ตัดความหลง ที่ไปคิดว่าร่างกายเป็นตัวเราของเราได้ เพราะความจริง ร่างกายนี้ก็เป็นเหมือนศาลาหลังนี้ ไม่ได้เป็นตัวตนอย่างไร ไม่ได้เป็นของของใคร ทิ้งไว้ ลัก ร้อยปี สร้อยปี ก็พังลงมา เช่น โบสถ์วิหารต่างๆ ในสมัยสุโขทัยก็ดี ในสมัยอยุธยาก็ดี ก็ไม่มีอะไรหลงเหลืออยู่เลย เป็นไปตามความเป็นจริงของมัน คนที่อยู่ในสมัยสุโขทัย ใน สมัยอยุธยา ก็ไม่มีหลงเหลืออยู่แล้ว กลายเป็นขี้เถ้า กลายเป็นดินไปหมด มีแต่ตัวจิต ของคนที่อยู่ในสมัยนั้น ที่ยังมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่ พวกเราก็อาจจะเป็นพวกที่เคยเกิด อยู่ในสมัยอยุธยา ในสมัยสุโขทัยก็ได้ ถึงได้กลับมาเกิดในสมัยนี้อีก สมัยก่อนเคย เข้าวัดเข้าวา สมัยนี้ก็มาเข้าวัดเข้าวาอีก ไม่มีใครสั่ง ไม่มีใครบังคับ มีกรรมมีบุญเป็นตัว คอยสั่ง ถ้าเคยทำบุญก็จะสั่งให้ไปทำบุญต่อ ถ้าเคยทำกรรมก็จะสั่งให้ไปทำกรรมต่อ คน ที่เคยทำกรรมก็จะชอบไปทำกรรม เคยดื่มสุราก็จะไปดื่มสุรา เคยเล่นการพนันก็จะไป เล่นการพนัน คนที่เคยใส่บาตร เคยปฏิบัติธรรม เคยรักษาศีล ก็จะมาใส่บาตร มาปฏิบัติ ธรรม มารักษาศีล บุญกรรมเป็นผู้สั่งเรา ที่มากขึ้นในวันนี้ก็เป็นเพราะบุญเป็นผู้สั่งให้มา ถ้าสะสมบุญไปเรื่อยๆ บุญที่ทำในวันนี้ก็จะสั่งเราต่อไปในวันข้างหน้า จนในที่สุดสักวัน หนึ่งข้างหน้า เราก็จะสะสมบารมีจนมากพอ ที่จะหลุดจากการยึดติดกับความสุขต่างๆ ใน โลกนี้ได้ เหมือนกับผลไม้ที่สุกเต็มที่แล้ว ก็จะหลุดจากขั้วไปเอง

เหมือนกับพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ที่หลุดจากการติดอยู่กับความสุข ทางโลก ติดอยู่กับกามสุข ติดอยู่กับสามภรรยา ติดอยู่กับตำแหน่งฐานะเงินทองต่างๆ ด้วยการบำเพ็ญบุญบารมีอยู่เรื่อยๆ เช่น ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญา บารมี พังเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ ศึกษาอยู่เรื่อยๆ แล้วก็ปฏิบัติไปเรื่อยๆ นั่งสมาธิไหว้ พระสวดมนต์ พิจารณาความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีตัวตนของสังขารร่างกาย ถ้า ปัญญาบารมีมีความแก่กล้าพอ ก็จะสามารถตัดความยึดติดในความสุขทางโลกได้ ตัด ตัณหาต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา จะถูกตัดทำลายไปหมด เมื่อมีปัญญาแก่กล้าแล้ว ปัญญาจะเกิดได้ก็ต้องบำเพ็ญเนกขัมมบารมี ถือศีล ๘ นั่ง สมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ ทำจิตใจให้สงบ เมื่อจิตสงบเต็มที่แล้วก็จะมีความสุข มีความ หนึ่ง เป็นอุเบกขา ก็ปล่อยให้หนึ่งอยู่อย่างนั้นไป จนกว่าจิตจะถอนออกมาเอง เมื่อถอนออก

มาแล้วก็มาเจริญปัญญาต่อ ด้วยการพิจารณาความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย เห็นอะไรก็ต้องรู้ว่าสิ่งที่เห็นนั้น ต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เสียงที่ได้ยินก็เช่นเดียวกัน มีการเปลี่ยนแปลง ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เมื่อรู้แล้วจะได้ไม่ไปยึดไม่ไปติด เห็นรูปที่ชอบก็ไม่ยินดี เห็นรูปที่ชังก็ไม่เกลียด รู้แล้วก็เฉยๆ รู้แล้วก็ปล่อยวาง ถ้าทำอย่างนี้ได้แล้วจิตจะมีความสุข ไม่ยึดไม่ติด ไม่ทุกข์กับอะไร นี่คือนิยามของสมาธิที่ควรบำเพ็ญอยู่เรื่อยๆ

มีเวลาว่างก็ควรเข้าวัด ถ้ามาอยู่วัดไม่ได้ อย่างน้อยก็มาทำบุญใส่บาตร ฟังเทศน์ฟังธรรมกันแล้วค่อยกลับไป เอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟังไปคิดพิจารณาต่อ อย่าให้เข้าหูซ้ายแล้วออกหูขวาไป ให้เข้าไปฝังอยู่ในใจ จะเป็นประโยชน์มาก จะช่วยเราได้ในยามที่มีความทุกข์ เพราะความทุกข์ของพวกเราส่วนใหญ่เกิดจากการสูญเสียบ เวลาเสียสิ่งนั้นสิ่งนี้ไปเราจะทุกข์ใจกัน แต่ถ้าวัดถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า ไม่มีอะไรอยู่กับเราไปตลอด ต้องจากเราไปสักวันหนึ่งไม่ช้าก็เร็ว หรือเราก็ต้องจากมันไป ถ้าจำคำสอนนี้ได้อยู่ในใจ ตลอดเวลา เวลาเมื่อไรจากเราไป หรือเวลาที่เราต้องจากอะไรไป จะไม่รู้สึกรุ่นวายใจ จะไม่ทุกข์ใจ จะรู้สึกเฉยๆ เป็นเรื่องธรรมดาเหมือนกับเวลาที่พระอาทิตย์ตกดินจากเราไป เราก็ไม่ร่นว้ายกับการจากไปของพระอาทิตย์ เวลาโผล่ขึ้นก็ไม่ได้ไปดีใจกับการมาของพระอาทิตย์ เพราะไม่ได้ไปยึดไปติดกับพระอาทิตย์นั่นเอง ฉะนั้นถ้าเราไม่ไปยึดไม่ไปติดกับสิ่งต่างๆ ที่เรามีอยู่ ไม่ว่าจะบุคคลหรือวัตถุก็ตาม เป็นสามีเป็นภรรยา เป็นบุตร เป็นธิดา เป็นข้าของเงินทองต่างๆ เวลามาก็ไม่ดีใจ เพราะรู้ว่าไม่ช้าก็เร็วก็ต้องจากเราไป เวลาจากไปก็ไม่เสียใจ นี่คือนิยามของสมาธิที่จะเจริญอยู่เรื่อยๆ บำเพ็ญอยู่เรื่อยๆ ระลึกถึงอยู่เรื่อยๆ อย่าให้พระต้องมาคอยสอนทุกวี่ทุกวันซ้ำๆ ซากๆ

ควรจะสอนตัวเราเองอยู่เรื่อยๆ เพราะถ้าไม่สอนแล้วเราจะลืม เพราะว่าจะมีเรื่องอื่นเข้ามาลบไปหมด พอออกจากวัดไปเห็นอะไรก็อกอกอกใจก็อยากจะได้แล้ว ลืมว่าสิ่งที่จะได้มาเดี๋ยวก็ต้องเสียมันไป เดียวก็ต้องจากเราไป แต่ถ้าเรานึกได้และถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ลืมไม่เอาดีกว่า เพราะจะได้ไม่ต้องมาเสียใจทีหลัง เวลาเห็นโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ก็อยากจะได้ พอซื้อมาแล้วสองวันเกิดหายไป ก็เสียใจร้องไห้ร้องไห้ ถ้าไม่มีความจำเป็นอย่าไปเอา

มันดีกว่า อย่าไปซื้อมันมาดีกว่า จะได้ไม่ต้องไปทุกข์ ถ้ามีความจำเป็นต้องมี ก็มีได้ แต่ต้องคอยเตือนใจอยู่เสมอว่าสักวันหนึ่งก็ต้องจากกันไป ถ้าไม่จำเป็นก็อยู่แบบไม่มีดีกว่า อยู่คนเดียวได้ก็อยู่ไป ถ้ายังไม่มีสามี ไม่มีภรรยา ก็อย่าไปมีจะดีกว่า เพราะมีแล้วเดี๋ยวก็ต้องเสียใจทีหลัง ต้องร้องไห้ร้องให้ กลุ่มอกกลุ่มใจ นี่คือปัญญาบารมี เป็นการบำเพ็ญบารมี ขอให้พยายามทำไปเรื่อยๆ มาบ่อยๆ มาวัดอยู่เรื่อยๆ ในวันเวลาว่าง มาฟังเทศน์ฟังธรรม มาทำบุญให้ทาน มาบำเพ็ญเนกขัมมบารมี ถือนศีล ๘ อยู่วัด ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิเจริญปัญญา แล้วไม่ช้าก็เร็วบารมีเหล่านี้ก็จะแก่กล้า พอที่จะจุด พอที่จะผลัด ให้เราหลุดพ้นจากการยึดติดกับความสุขต่างๆ พอที่จะส่งให้เราได้ออกบวชอย่างเต็มที่ ได้ปฏิบัติอย่างเต็มที่ จนหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ได้ไปถึงที่เดียวกับที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกได้ไปถึง คือพระนิพพานนั่นเอง นี่คือน้ำขิงที่เราควรตัดวงให้มากที่สุด ในฐานะของมนุษย์ที่ได้มาพบพระพุทธศาสนา เพราะโอกาสอย่างนี้จะไม่ค่อยมีอีก ถ้ามีอีกก็อีกนานแสนนานเลยทีเดียว ต้องเวียนว่ายตายเกิด ร้องไห้ร้องให้เศร้าโศกเสียใจ ทุกข์กับการแก่การเจ็บการตายอีกนับไม่ถ้วน กว่าจะได้โอกาสอย่างนี้อีก นี่คือน้ำขิงที่เราควรตัดวงให้มากที่สุดจริงๆ อย่าปล่อยให้หลุดมือไป โบราณท่านสอนว่า น้ำขิงให้รีบตัด นี่คือน้ำขิงแล้วสำหรับพวกเรา ให้รีบตัดวงเสีย ประโยชน์ที่เราจะได้รับจากการเป็นมนุษย์ จากพระพุทธศาสนาอย่าปล่อยให้ผ่านไป จะได้ไม่ต้องมาเสียใจในภายหลัง การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๖๒

บุญทำได้ตลอดเวลา

๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

วันนี้เป็นวันพระ วันธรรมสวนะ วันฟังธรรม วันลอยกระทง วันอาทิตย์ เป็นวันที่มีเหตุ
ให้ศรัทธาญาติโยมมาทำบุญกันถึง ๓ กรณีด้วยกันคือ เป็นวันพระ เป็นวันอาทิตย์ เป็น
วันลอยกระทง แต่ละท่านที่มาวัดก็มีความดำริ มีเหตุผลที่จะมาต่างกัน บางท่านก็มา
ประจำทุกวันพระ บางท่านก็มาทุกวันอาทิตย์ บางท่านก็มาเฉพาะวันสำคัญๆ เช่นวันลอย
กระทงเป็นต้น จึงได้ใช้โอกาสอันดีงามนี้มาทำบุญทำกุศลกัน เพราะบุญกุศลเป็นอาหาร
ของจิตใจ เป็นที่พึ่งของจิตใจ ถ้าขาดบุญแล้วจิตใจจะไม่มีคามอึด ไม่มีความสุข ไม่มี
ความปลอดภัย การทำบุญอย่างสม่ำเสมอจึงเป็นสิ่งที่ควรกระทำอย่างยิ่ง สำหรับท่านผู้ที่
ได้ทำเป็นประจำจนเห็นผลของบุญแล้ว ก็จะทำอย่างสม่ำเสมอตลอดเวลา ไม่ได้เลือกวัน
และไม่ได้เลือกเวลา เพราะเห็นคุณค่าของบุญแล้วว่า เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับ
จิตใจ ผู้มีบุญมากๆ อยู่อย่างสุขอย่างสบาย แคล้วคลาดปลอดภัยจากทุกข์ภัยต่างๆ ที่
เกิดจากภายนอกและที่เกิดจากภายในเพราะบุญกุศลเป็นเหมือนกับเกราะคุ้มครองจิตใจ
ไม่ให้ความทุกข์ต่างๆ เข้ามาเหยียบย่ำทำลาย ถ้าได้ทำบุญไปเรื่อยๆ จนเห็นผลแล้ว จะไม่
ต้องบังคับอีกต่อไป เหมือนกับเห็นคุณค่าของการรับประทานอาหาร ถึงเวลารับประทานอาหาร
อาหารก็ไม่ต้องบังคับกัน มีแต่จะเรียกร้องกัน มีแต่จะขอไปรับประทานกันมากกว่า ฉัน
ใดถ้าได้ทำบุญกันอย่างสม่ำเสมอจนเห็นผลของการทำบุญแล้ว จะไม่รอเวลา จะไม่รอ
โอกาส เพราะเราสามารถทำบุญได้ทุกแห่ง ทุกที่ ทุกเวลา เพียงแต่ไม่รู้กันเท่านั้นเอง

เพราะขาดการศึกษา ขาดการได้ยินได้ฟัง ขาดการฟังเทศน์ฟังธรรม จึงไม่เข้าใจถึงคำว่า
บุญว่าเป็นอย่างไร บุญแปลว่าความสุขใจ ความอึดเอิบใจ ความสบายใจ ความรู้สึก
ปลอดภัย เป็นผลเกิดขึ้นจากการกระทำ ที่มีหลายแบบหลายชนิดด้วยกัน เช่นวันนี้ญาติ
โยมได้นำเอากับข้าวกับปลาอาหาร ของคาวของหวานต่างๆ รวมทั้งจตุปัจจัยไทยธรรม

ต่างๆมาถวายพระ เป็นการให้ ในภาษาบาลีท่านเรียกว่า**ทาน** เมื่อให้แล้วก็จะเกิดความสุขใจ ความพอใจ ความสบายใจขึ้นมา เพราะได้กำจัดสิ่งที่สร้างความหวอหอย สร้างความวุ่นวายให้กับจิตใจได้แก่ ๑. ความโลภ ๒. ความตระหนี่ ๓. ความเห็นแก่ตัว หลังจากที่ให้ทานแล้วก็จะเป็นบุญขึ้นมา เป็นความสุขใจสบายใจ นอกจากการให้ทานแล้ว บุญยังเกิดขึ้นได้อีกหลายทางด้วยกัน เช่นเกิดจากการรักษาศีล เมื่อสักครู่นี้เราก็ได้สมาทานศีล ๕ กัน ทำให้จิตใจมีความสงบเย็นเป็นสุข เพราะเราไม่ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นนั่นเอง ถ้าไม่ไปฆ่าผู้อื่น ไม่ได้ไปลักทรัพย์ของผู้อื่น ไม่ได้ไปประพฤติดีประเวณี ไม่ได้ไปโกหกหลอกลวง ไม่ได้ไปเสพสุรายาเมา จิตใจจะมีแต่ความสบายใจ ไม่หวาดกลัวว่าจะมีใครมาจับไปลงโทษ จะมีใครมาประณาม ว่าได้ทำสิ่งที่ไม่ดี เพราะไม่ได้ทำ นี่ก็เป็นบุญอีกอย่างหนึ่งเรียกว่า**ศีล**

ประการต่อมาบุญก็เกิดขึ้นได้จากการ**ภาวนา** คือการพัฒนาจิตใจ สร้างความสงบให้กับจิตใจ ปกติจิตใจของคนเราจะไม่ค่อยสงบกันเท่าไร จะมีแต่เรื่องราวต่างๆเข้ามาอยู่ตลอดเวลา มาสร้างความวุ่นวาย สร้างความทุกข์ สร้างความกังวล ถ้าภาวนาทำจิตใจให้สงบได้ จิตใจก็就会有ความสบาย มีความสุข เพราะไม่มีเรื่องราวต่างๆเข้ามารบกวนจิตใจ เรียกว่า**สมถภาวนา** ทำให้จิตใจสงบ ส่วนการภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญา เรียกว่า**วิปัสสนาภาวนา** ผู้ที่ไม่มีปัญญาก็จะไม่รู้จักแก้ปัญหามากมาย ที่รุมเร้าเข้ามาใส่จิตใจ แต่ผู้ที่มีปัญญา จะรู้จักวิธีจัดการกับปัญหาต่างๆ ไม่ให้ปัญหาต่างๆมาสร้างความทุกข์ สร้างความวุ่นวายใจได้เลยนี่คือบุญที่เกิดขึ้นจากการภาวนา สมถภาวนา ทำจิตให้สงบ วิปัสสนาภาวนา ทำให้เกิดปัญญา ให้เป็นคนฉลาด รู้จักแก้ไขปัญหามากมาย ที่มารุมเร้าจิตใจ ผู้ที่มีปัญญาแล้ว จะไม่มีความทุกข์กับเรื่องราวต่างๆ เพราะรู้ทัน ไม่ยึดไม่ติด อะไรจะเกิดก็เกิด อะไรจะมากี่มา อะไรจะไปก็ไป ไม่ยึดติดกับสิ่งต่างๆ เมื่อถึงเวลาเขาจะมาก็ห้ามเขาไม่ได้ เมื่อถึงเวลาเขาจะไปก็ห้ามเขาไม่ได้ เมื่อถึงเวลาจะตั้งท้องออกลูกก็ห้ามไม่ได้ เมื่อถึงเวลาจะตายก็ห้ามไม่ได้ เรื่องอะไรจะต้องไปวุ่นวาย ไปทุกข์ไปกังวลกับเรื่องราวต่างๆ ก็เพราะเราขาดปัญญานั่นเอง

พอมีลูกก็คิดว่าเป็นลูกของเรา พอเป็นลูกของเราก็อยากจะให้อยู่อย่างปลอดภัย อยู่อย่างสบาย อยู่ด้วยความสุข อยู่ไปนานๆ แต่ถ้าเป็นลูกของคนอื่น เป็นลูกของชาวบ้าน จะเป็นอะไร จะไม่เห็นเดือดร้อนเลย ความแตกต่างกันอยู่ตรงไหน ก็อยู่ตรงที่ไปหลงคิดว่าเป็นลูกของเรา กับลูกของคนอื่นเราไม่หลงว่าเป็นลูกของเรา แต่ความจริงแล้วถ้ามีปัญญาจะเห็นว่าไม่เป็นของใครเลย ร่างกายนี้ไม่ได้เป็นของใคร มาจากดินน้ำลมไฟ เป็นของดินน้ำลมไฟ เมื่อตายไปก็กลับสู่ดินน้ำลมไฟ ใจผู้มาครอบครองก็เดินทางต่อไป ไปหาร่างใหม่ตามบุญตามกรรม ทำบุญไว้มากก็จะได้ร่างที่ดี ทำบาปไว้มากก็จะได้ร่างที่ไม่ดี นี่คือนิยาม ถ้าเจริญปัญญาอยู่เรื่อยๆแล้ว จะไม่ลุ่มหลง จะไม่ยึดไม่ติดกับอะไร จะไม่มีปัญหาอะไรทั้งสิ้น ใครต้องการอะไร ใครอยากจะได้อะไร ถ้ามีปัญญาเอาไปได้ก็เอาไป ถ้าเรามีปัญญารักษาไว้ได้ก็รักษาไป ถ้าไม่มีปัญญาที่จะรักษาได้ ก็ต้องยอมรับ ยอมให้มันไป เท่านี้มันก็จบ ไม่มีความทุกข์ ไม่มีปัญหาอะไรทั้งสิ้น นี่คือนิยามคือความสุขที่เกิดจากการมีปัญญา

นอกจากนั้นแล้วยังมีบุญที่เกิดจากการอุทิศส่วนบุญส่วนกุศล วันนี้เรามาทำบุญ ก็ทำให้เรามีบุญอยู่ในใจ มีความสุข ก็สามารถแผ่บุญคือความสุขให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายได้ ถ้ามีผู้รับอยู่ก็จะได้รับ จะมีความสุข เราก็ได้ความสุขเพิ่มขึ้นไปอีก เพราะได้ทำให้ผู้อื่นมีความสุขถึงแม้จะไม่ได้เป็นมนุษย์เหมือนกับเรา แต่เขาก็เป็นสัตว์โลกเหมือนกับเรามีจิตมีใจเหมือนกับเรา ต้องการความร่มเย็นเป็นสุขเหมือนกับเราเมื่อให้ความร่มเย็นเป็นสุขกับเขา เขาก็มีความสุข ก็ทำให้เรามีความสุขเพิ่มขึ้นไปอีก นี่คือนิยามที่เกิดจากการอุทิศส่วนบุญส่วนกุศล บุญอีกอย่างหนึ่งที่เรทำได้คือ บุญที่เกิดจากการรับใช้ผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น ก็ทำให้เรามีความสุข เวลาเห็นผู้อื่นเดือดร้อน ทุกข์ยากลำบาก เราพอที่จะช่วยเหลือได้ มีข้าวให้เขากิน มีเสื้อผ้าให้เขาใส่ มียาให้เขารักษาโรคภัยไข้เจ็บเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าไม่มีที่อยู่พอจะหาที่อยู่ให้เขาได้ก็จัดหาให้เขา ให้เขาอยู่อย่างสุขสบายบ้างถึงแม้จะเป็นชั่วคราวชั่วคราว ก็ยังดีกว่าเมินเฉยไม่ดูแลกัน เวลาได้รับใช้ผู้อื่น ได้รับใช้สังคมแล้ว เราจะมีมีความสุขใจ จึงมีมูลนิธิต่างๆเกิดขึ้นมา ทำหน้าที่เก็บศพของคนที่ยาในอุบัติเหตุ มีการบริจาคโลงศพให้กับผู้ยากไร้ เพราะคนเราทุกคนเกิดมาแล้วก็ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น เมื่อตายแล้วก็ต้องมีโลงไว้เก็บ เอาไว้ฝัง เอาไว้เผา จะปล่อยให้นอน

เหมือนสุนัขขังถนน ก็จะเสียดักดีศรีของมนุษย์ เสียดักดีศรีของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ที่
ไม่มีความเมตตากรุณาต่อกันเลย นี่คือวิธีสร้างความสุขให้กับเรา ด้วยการรับใช้สังคม
รับใช้ผู้อื่น ทำได้ตลอดเวลา เวลาไปเจอเหตุการณ์ที่ต้องการความช่วยเหลือ ก็ให้ช่วย
โอกาสเพราะจะได้มากกว่าเสีย รับใช้ผู้อื่นอาจจะเสียเวลาบ้าง เช่นเรากำลังรีบแล้วมี
เหตุการณ์ ที่ทำให้ต้องหยุดช่วยเหลือผู้อื่น เราเสียเวลาไปหน่อย แต่สิ่งที่ได้นั้นมีคุณค่า
มากกว่าเวลาที่เสียไป คือความสุขใจ ความภูมิใจ ที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น นี่คือนี่ที่เราควร
ทำเมื่อมีโอกาสเพราะเป็นบุญเหมือนกัน ทำให้เรามีความสุข มีความภูมิใจ มีความพอใจ

บุญต่อมาที่เราทำได้ก็คือ **เป็นผู้อ่อนน้อมถ่อมตน** มีสัมมาคารวะ รู้ที่สูงที่ต่ำ เจอผู้ใหญ่ก็
รู้จักไหว้รู้จักกราบ ให้ความเคารพ ไม่ว่าจะเจอใครก็จะไม่ยกตนข่มท่าน จะไม่ถือว่า
ตนเองวิเศษกว่าผู้อื่น จะคิดเสมอว่า ถึงแม้เราจะฉลาด จะเก่ง จะดีขนาดไหนก็ตาม ก็ยังมี
คนที่เก่งที่ฉลาดที่ดีกว่าเราอีก การมีความอ่อนน้อมถ่อมตนก็จะทำให้ผู้อื่นรักเรา ชื่นชม
ยินดีในตัวเรา ต่างกับคนที่ไม่มี ความอ่อนน้อมถ่อมตน เป็นคนถือตัว จะไม่ค่อยมีใคร
อยากคบค้าสมาคมด้วย เมื่อไม่มีคนชื่นชมยินดีในตัวเรา ไม่คบค้าสมาคมกับเรา ก็
จะรู้สึกเศร้าสร้อยหงอยเหงา ไม่มีความสุขแต่ถ้ามีคนชื่นชมยินดี มีคนคบค้าสมาคม เราจะ
มีความสุขใจ นี่คือนี่บุญที่เกิดจากการมีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีสัมมาคารวะ

บุญประการต่อมาก็คือนี่บุญที่เกิดจากการ**ได้ยืนได้ฟังธรรม** วันนี้เรามาวัดมาฟังเทศน์ฟัง
ธรรมกัน ได้ฟังในสิ่งที่ไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน เช่นได้ยินได้ฟังเรื่องของการทำบุญ ว่า
ทำได้ตลอดเวลาไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน อยู่ในวัดก็ทำได้ อยู่นอกวัดก็ทำได้ อยู่บ้านก็ทำได้ อยู่
ที่ไหนก็ทำได้ บุญอะไรที่ทำได้ตลอดเวลา ก็**การระลึกถึงความตาย**นี้เอง ถ้าเราระลึก
เสมอว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย เราจะได้ไม่ประมาท จะได้รับทำบุญทำกุศล
กัน เพราะเมื่อตายไปเราจะได้ไปสู่ที่ดี ไปสู่สุคติ แต่ถ้าไม่รีบทำ มัวแต่หลงกับความสุข
เล็กๆน้อยๆ จากการได้กิน ได้เที่ยว ได้ดื่ม พอตายไปก็จะไปแบบขอทาน ไม่มีทรัพย์สิน
สมบัติคือบุญติดตัวไปเลย บุญและบาปเท่านั้นที่จะไปกับใจของเรา แต่สิ่งอื่นๆ เช่น
สมบัติข้าวของเงินทอง สามี ภรรยา บุตรธิดา พ่อแม่ปู่ย่าตายาย เราเอาไปไม่ได้ ถ้า
พิจารณาอยู่เรื่อยๆ ก็จะไม่ตั้งอยู่ในความประมาท จะทำให้รับกับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น

เวลาจะตายก็จะไม่วุ่นวายใจ ไม่เดือดร้อนใจ เพราะเตรียมรับมือกับเหตุการณ์แล้ว เวลาแก่ก็ไม่เดือดร้อน เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่เดือดร้อน ไม่วุ่นวาย เพราะรู้ล่วงหน้าแล้วว่า จะต้องแก่ ต้องเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาต้องพลัดพรากจากกัน ก็ไม่วุ่นวายใจเพราะเตรียมตัวเตรียมใจแล้ว อย่างวันนี้ญาติโยมมาที่นี้กัน ก็มาเจอกัน พอถึงเวลาแยกจากกัน ก็ไปอย่างสบาย ไม่วุ่นวายเสียอกเสียใจแต่อย่างไร เพราะเตรียมตัวที่จะแยกจากกันแล้วนั่นเอง

เพราะความทุกข์เกิดจากการไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจไว้ ถ้าเตรียมตัวเตรียมใจแล้ว รับรองได้ว่าจะไม่ทุกข์อย่างแน่นอน เวลาแก่ก็ไม่ทุกข์ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่ทุกข์ เวลาตายก็ไม่ทุกข์ นี่คือนิยามที่เราสามารถทำได้ตลอดเวลาไม่ว่าจะอยู่ที่ใดเวลาใด ถ้ามีสติระลึกอยู่เสมอมานี้คือสิ่งที่เราควรทำอยู่เรื่อยๆ ทำแล้วมีความสุข ทำให้กล้าหาญ ไม่กลัวอะไรทั้งสิ้น เพราะกลัวไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ไม่ได้ไปห้ามความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่ให้เกิดขึ้น มีแต่จะสร้างความทุกข์ให้กับจิตใจ ความไม่กลัวต่างหากที่จะทำให้อัจฉริยะมีความกล้าหาญ มีความสบายใจ ไม่วุ่นวาย ไม่เดือดร้อน ไม่กังวลกับอะไรทั้งสิ้น นี่คือนิยามที่เราสามารถทำได้ตลอดเวลา ซึ่งจะรู้ได้เมื่อได้ฟังเทศน์ฟังธรรมกัน เพราะโดยปกติแล้ว เรื่องความตายไม่มีใครอยากคิดถึงกัน เวลาพูดเรื่องความตายกับคนที่ไม่รู้ธรรมะ จะหาว่าพูดเรื่องอัปมงคล พูดเรื่องไม่ดี แต่คนที่รู้ธรรมะเข้าใจธรรมะจะรู้ว่านี่แหละคือเรื่องที่ดี เรื่องที่ประเสริฐ เรื่องที่วิเศษ พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลาย ที่ได้บรรลุมรรคเป็นพระพุทธเจ้า ได้เป็นพระอรหันตสาวกขึ้นมา เพราะได้ระลึกถึงความตายอยู่เสมอๆนั่นเอง เพราะเมื่อระลึกแล้วจะได้เตรียมตัวเตรียมใจไว้ จะได้ปล่อยวาง ไม่ยึดไม่ติดกับสิ่งต่างๆ เมื่อถึงเวลาจากกัน จิตก็จะไม่วุ่นวาย ไม่ทุกข์กับอะไร

นี่คืออานิสงส์ที่จะได้รับจากการฟังเทศน์ฟังธรรม จะได้ยินได้ฟังในสิ่งที่ไม่เคยได้ฟังมาก่อน สิ่งที่เคยได้ยินได้ฟังแล้วก็จะได้ออกเข้าไปอีก ฟังคนเดียวพอออกจากวัดไปก็ลืมแล้ว อย่างวันนี้เราได้ยินได้ฟังตั้งหลายเรื่องด้วยกัน พอออกจากวัดไปแล้ว ไปคุยกันเรื่องนั้นเรื่องนี้ ก็ลืมแล้วว่าได้ยินได้ฟังอะไรไปบ้าง จึงต้องกลับมาฟังอยู่เรื่อยๆ ฟังบ่อยๆ จะได้เป็นมงคลขึ้นมา ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า **กาเลน ธัมมัสสวนัง เอตัมมังคละ**

มุตตมัง การฟังธรรมตามกาลตามเวลาเป็นมงคลอย่างยิ่ง อย่างน้อยอาทิตย์หนึ่งก็ต้องฟังธรรมกันสักครั้งหนึ่ง วันพระ วันศีล วันฟังธรรมนี้ เป็นวันที่เราควรมาฟังในเรื่องที่ดีที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ ดีกว่าฟังเรื่องไร้สาระตามสถานีวิทยุต่างๆ พุดไปก็มีแต่ินหา กาล มีแต่โฆษณา ขายข้าวขายของ เพื่อไปกระตุ้นให้เกิดกิเลสเกิดตัณหาเกิดความอยาก แล้วก็เกิดความทุกข์ตามมา เมื่ออยากแล้วไม่ได้สิ่งที่ตนอยาก แต่ฟังธรรมะแล้วจะสอนให้ละความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ เพราะไม่มีความจำเป็นที่จะต้อง มีข้าวของมากมายก่ายกอง มีปัจจัย ๔ คืออาหาร ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่มก็พอแล้ว อยู่ได้ มีความสุขได้แล้ว ไม่จำเป็นจะต้องมีอะไรมากไปกว่านี้

แต่เนื่องจากความหลง พอได้ยินเขาโฆษณาวา สิ่งนั้นดีสิ่งนี้ดี ก็อยากจะได้ พอได้มาแล้วมันเป็นอย่างไร ดีตามที่โฆษณาหรือไม่ หรือกลับมาสร้างความทุกข์ให้กับเรา อย่างน้อยที่สุดก็ทำให้เราจนลงไป เพราะต้องหมดเงินทองไป ถ้าไม่ระมัดระวังก็จะมีเงินเหลือใช้ ผู้ฟังเทศน์ฟังธรรมไม่ได้ เพราะมีประโยชน์มีสาระ ต้องฟังบ่อยๆ ฟังหนเดียวยังไม่พอ ต้องฟังเรื่อยๆ ถ้าอยู่ที่บ้านมีการแสดงธรรมผ่านทางโทรทัศน์ทางวิทยุ ก็ควรดูกันฟังกัน ส่วนใหญ่มักจะเปลี่ยนสถานีกัน เวลาพระออกมาเทศน์ก็จะกดรีโมทกัน ชอบดูหนึ่งมากกว่า ชอบดูคนอื่นกันมากกว่า เบียดเบียนทำลายกัน ดูแล้วสนุก แต่ไม่เคยคิดว่าถ้าเราถูกเขากล่าวเขาทำร้ายบ้างจะเป็นอย่างไร แทนที่จะดูธรรมะที่สอนไม่ให้เบียดเบียนกัน ให้มีความเมตตาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน สังคมเราจึงมีแต่การฆ่ากันทำลายกันเบียดเบียนกันตลอดเวลา เพราะรับจากสื่อต่างๆ ที่ฟังเข้าไปในจิตในใจของเรา พอเกิดความเสียใจเกิดความโกรธขึ้นมา ก็จะทำตามสิ่งที่ได้เห็นได้ดูกัน ผลร้ายจึงเกิดขึ้นกับตัวเรา ถ้าไม่ถูกจับเข้าคุกเข้าตะรางก็จะถูกฆ่าตายไป เพราะไม่ชอบฟังเทศน์ฟังธรรมกัน เราจึงควรบังคับตัวเราให้ฟังเทศน์ฟังธรรมกันอยู่เรื่อยๆ จะได้เกิดปัญญา มีความฉลาด รู้จักวิธีดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง รักษาจิตใจให้สงบ ไม่ให้วุ่นวายกับเรื่องราวต่างๆ นี่คือนุญที่เราสามารถทำได้ตลอดเวลา

บุญประการต่อมาคือ**การมีความเห็นที่ถูกต้อง** เห็นว่าบาปมีจริง บุญมีจริง นรกมีจริง สวรรค์มีจริง ตายแล้วต้องไปเกิด เกิดแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เวียนว่ายตาย

เกิดไปอยู่เรื่อยๆ ในภาพน้อยภาพใหญ่ ขึ้นอยู่กับบุญกับกรรมที่ทำไว้ ถ้าทำบุญก็ได้ไปสู่
สุคติทำบาปก็ไปสู่ทุคติ นี่คือการเห็นที่ถูกต้อง เป็นสิ่งที่ควรทำความเข้าใจอยู่เสมอ
ให้มีความเชื่อมั่นว่าเป็นความจริงอย่างแท้จริง เมื่อเชื่อจริงๆแล้วจะได้ไม่กล้าทำบาป จะ
ทำแต่บุญอย่างเดียว เมื่อทำแต่บุญอย่างเดียวก็จะมีแต่ความสุขตามมา นี่ก็คือบุญที่
เกิดขึ้นจากการมีความเห็นที่ถูกต้อง

ประการสุดท้ายก็คือบุญที่เกิดจากการ**เผยแผ่ธรรม** อย่างวันนี้เรามาฟังธรรมะแล้ว เราก็
ได้รู้อะไรดีๆ ถ้าไปเจอคนที่มีความทุกข์ใจ มีความวุ่นวายใจ เศร้าโศกเสียใจ ก็เอาธรรมะ
ที่ได้ยินได้ฟังไปสอน ไปแจกจ่ายให้กับเขา ให้เขารู้จักปลง รู้จักวาง รู้จักลดละความโลภ
ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ ที่เป็นต้นเหตุของความทุกข์ ความวุ่นวายใจ ถ้า
รับไปทำได้อะไรก็จะเกิดความสุขขึ้นมา เราก็จะดีใจ มีความสุขด้วย นี่คือการทำบุญด้วยการ
เผยแผ่ธรรมะ

บุญทั้งหมดนี้เราสามารถทำได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่สถานที่ใดเวลาใด จึงไม่ควรรอวัน
ลอยกระทง รอวันพระ รอวันอาทิตย์ ควรจะทำตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ทำได้
ตลอดเวลา ตอนนี้อยู่ทำอะไรก็ระลึกถึงความตายไปเรื่อยๆ เกิดมาแล้วต้องแก้ต้อง
เจ็บต้องตาย ถ้าเจอคนเดือดร้อนพอจะช่วยให้ก็ช่วยไป ดิ้นเข้าขึ้นมาเห็นพระเดิน
บิณฑบาตก็หาอะไรมาใส่บาตร อย่างนี้ก็ได้ทำบุญตลอดเวลา เพราะการทำบุญเป็น
เหมือนกับการหายใจ ถ้าไม่หายใจเพียงไม่กี่วินาทีร่างกายก็ตาย ฉะนั้นบุญก็เป็น
เหมือนกับลมหายใจของใจ ถ้าไม่ได้รับบุญแล้วใจก็จะเหี่ยวแห้ง เศร้าสร้อยหงอยเหงาน
ไม่มีความสุข แม้จะมีเงินทองกองเท่าภูเขาก็ตาม มีตำแหน่งสูงขนาดไหนก็ตาม ถ้าไม่มี
บุญมาหล่อเลี้ยงแล้ว จิตใจจะมีแต่ความเศร้าหมอง นี่คือการสำคัญขงบุญที่เราไม่
ควรจะมีมองข้ามไป ถ้าอยากอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข อยู่อย่างอิมอย่างพอ อยู่อย่าง
แคล้วคลาดปลอดภัย ก็ต้องหมั่นทำบุญอยู่เรื่อยๆ จะได้ไม่ต้องไปขอความสุขจากใคร

เพราะเมื่อมีบุญแล้ว จะทำให้จิตใจมีความอิม มีความพอ ถึงแม้จะไม่มีสมบัติข้าวของ
เงินทอง จะเป็นจะตายอย่างไร ก็ไม่เดือดร้อน เพราะใจไม่ได้เป็นร่างกาย จะตายก็ไม่ไป
ขอความเมตตาจากใคร จะเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่ต้องไปขออะไรจากใคร เพราะใจไม่หวั่นไหว

กับเรื่องเหล่านี้ รู้ว่าอย่างไรก็ต้องเกิดขึ้นอยู่ดี เป็นมหาเศรษฐีก็หนีไม่พ้นความเจ็บไข้ได้ป่วย ความตาย จะมีเงินทองรักษามากมายเพียงไร ก็รักษาไม่หาย เมื่อเจอโรคที่ไม่มียาอะไรในโลกนี้จะรักษาได้ มีแต่พินกับไฟเท่านั้นที่จะรักษาโรคนี้ได้ จึงอยากให้ท่านทั้งหลายจงเห็นความสำคัญของบุญและกุศล มากกว่าสิ่งต่างๆทั้งหลายในโลกนี้ นี่คือการเห็นที่ถูกต้อง ถ้ามีความเห็นอย่างนี้แล้วก็จะพาไปสู่การทำบุญทำกุศล เมื่อได้ทำแล้วก็จะนำมาซึ่งความสุข ความอิ่ม ความพอ ความปลอดภัยจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลาย จึงขอฝากเรื่องการทำบุญอย่างสม่ำเสมอ ให้ท่านนำไปพิจารณาและปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้

กัณฑ์ที่ ๒๖๓

การไม่เกิดเป็นสิ่งที่ดีที่สุด

๑๑ พุทธจิกายน ๒๕๔๙

วันนี้ท่านทั้งหลายได้สละเวลาอันมีค่ามาวัดกัน เพื่อประกอบคุณงามความดี เสริมสร้างสติปัญญาศรัทธาความเพียรให้เกิดขึ้น เพื่อผลักดันให้ดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูก ที่ต้อง ที่ควร ที่ดี ที่งาม ที่เจริญ ที่นำมาซึ่งความร่มเย็นเป็นสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฟังเทศน์ ฟังธรรม เป็นสิ่งที่มีคุณมีประโยชน์มาก เพราะเป็นการศึกษาหาความรู้ สติปัญญาความฉลาด ถ้าได้ฟังเทศน์อยู่เรื่อยๆ ก็จะมีปัญญา มีความฉลาด ทำให้รู้ทัน**อวิชา**ความไม่รู้ ที่คอยหลอกล่อจิตใจให้ไปในทางที่ไม่ถูก ไม่ต้อง ไม่ดี ไม่งาม **ปัญญา**เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิต ระหว่างคนที่ไม่มีความรู้กับคนที่มีปัญญานั้น มีความแตกต่างกันมาก คนที่มีปัญญาจะอยู่อย่างสุข อย่างสบาย ไม่มีปัญหา ไม่มีเรื่องราวมาสร้างความทุกข์สร้างความวุ่นวายใจ แต่คนที่ไม่มีความรู้ คนที่ไม่ฉลาด มีแต่ความลุ่มหลง จะถูกความทุกข์ต่างๆครอบงำจิตใจอยู่ตลอดเวลา การศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของพุทธศาสนิกชน เพราะเมื่อมีการศึกษา มีความรู้ ก็จะมีความเห็นที่ถูกต้อง **สัมมาทิฐิ** ที่จะลบล้าง**มิจฉาทิฐิ** ความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นผิดเป็นถูก เห็นถูกเป็นผิด ดีเป็นชั่ว ชั่วเป็นดีได้ ถ้ามีความหลงแล้วก็คือไม่มีปัญญาก็จะมีมิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดเป็นชอบ ที่ติดกับเรามาตลอด แต่เราไม่รู้กัน

นานๆจะมีคนฉลาดอย่างพระพุทธเจ้ามาศึกษาและแก้ปัญญา ที่มีอยู่ในใจของมนุษย์จนเห็นอย่างแจ่มชัดว่า ปัญหาทั้งหมดของมนุษย์นั้น ไม่ได้อยู่ที่ไหน อยู่ที่ตัวมนุษย์เอง อยู่ที่ความโง่เขลาเบาปัญญา อยู่ที่**โมหะ**ความหลง อยู่ที่**อวิชา**ความไม่รู้ความเป็นจริงของชีวิต ไม่รู้ว่าสุขทุกข์เกิดขึ้นได้อย่างไร นี่คือนิยามของมนุษย์ทุกคน ความหลงเป็นตัวผลักดันให้ไปเกิดไปแก่ไปเจ็บไปตาย ไปเวียนว่ายตายเกิดไม่รู้จักจบจักสิ้น นี่คือนิยามปัญหาของสัตว์โลกทั้งหลาย ที่เกิดกันก็เพราะความหลงพาให้มาเกิด เมื่อเกิดแล้วก็ต้อง

ต่อสู้กับความทุกข์ต่างๆ ความทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บไข้ได้ป่วย ความตาย การพลัดพรากจากกัน ที่มีอยู่ในทุกภพทุกชาติ พระพุทธเจ้าผู้มีปัญญาแหลมคม ได้ สะสมปัญญาบารมีมาอย่างต่อเนื่องหลายกัปหลายกัลป์ จนสามารถมองเห็นถึงปัญหาที่ แท้จริงของพวกเรา ว่าอยู่ที่ความหลง หลงทาง แทนที่จะไปทางสวรรค์มีชัย มีความ ร่วมเย็นเป็นสุข กลับเดินไปทางที่มีแต่ศัตรูข้าศึก มีแต่ปัญหา มีแต่ความทุกข์ต่างๆ รุมเร้า อยู่ตลอดเวลา เพราะไม่รู้ตัวเอง เมื่อพระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้แล้ว ก็ทรงสรุปได้ว่า ปัญหา ของมนุษย์นั้นอยู่ที่ไม่รู้ ว่า **การไม่เกิดเป็นสิ่งที่ดีที่สุด** การไม่เกิดเป็นการดับปัญหาต่างๆ ได้หมด เพราะเมื่อไม่เกิดแล้วก็ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่พลัดพรากจากสิ่งต่างๆ ไม่ต้อง เผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่พวกเรากำลังเผชิญกันอยู่ในขณะนี้ ปัญหาต่างๆของพวกเราจะ ถูกกำจัดได้หมดสิ้นไป ถ้าเราไม่กลับมาเกิดอีก

ถ้าเราตายไปแล้วไม่กลับมาเกิดอีก เราก็ไม่มีปัญหากับความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่ ต้องมาร้องท่มร้องไห้เวลาคนรักจากเราไป ไม่ต้องมาเสียใจเวลาสิ่งที่เรารักสูญหายไป ไม่ ต้องมาวุ่นวายใจเมื่อต้องเจอในสิ่งที่เราไม่ปรารถนาไม่ชอบกัน สิ่งเหล่านี้เกี่ยวกับการเกิด ทั้งสิ้น มีความเกิดเป็นต้นเหตุ นี่คือนสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็น และทรงรู้ด้วยว่าอะไร เป็นเหตุที่พาให้พวกเราเกิดกัน ก็คือความอยากต่าง ๆ นั้นเอง ได้แก่ ๑. **กามตัณหา** ความอยากในกาม ๒. **ภวตัณหา** ความอยากมีอยากเป็น ๓. **วิภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น ลองสังเกตดูว่าในตัวของเรามีตัณหาทั้ง ๓ ชนิดนี้หรือไม่ ถ้ายังอยากดู อยากฟัง อยากลิ้มรส อยากรับประทานสิ่งนั้นสิ่งนี้ อยากจะไปเที่ยวที่นั่นที่นี้ที่อยู่ ก็แสดง ว่ายังมีกามตัณหาความอยากในกาม กามนี้ก็คือ **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ** เรียกว่า **กามคุณ ๕** ที่มาสัมผัสกับตา หู จมูก ลิ้น กาย เพราะใจของเรายังมีความอยากกับสิ่ง เหล่านี้ที่อยู่ เราจึงต้องไปแสวงหากันแทบทุกวันเลย พอตื่นขึ้นมาก็แต่งเนื้อแต่งตัวออก จากบ้านกันไปแล้ว ไปทำงานเพื่อจะได้มีเงินมาซื้อสิ่งต่างๆ ที่ใจอยากจะได้ อยากจะดู อยากจะฟัง ที่ทำให้ใจอยู่หนึ่งเฉยไม่ได้ เมื่ออยู่หนึ่งเฉยไม่ได้ก็จะไม่มีความสุข ไม่มีความ สบาย ต่อให้ได้มามากน้อยเพียงไร ความอยากก็ไม่ได้หมดกับสิ่งที่ได้มา เราได้ไปเที่ยว ได้ไปกิน ได้ไปดื่มมาเมื่อคืนนี้ เดี่ยวคืนนี้เรายังอยากจะทำออกไปอีก เพราะความอยากนี้ ไม่ได้หมดไปกับสิ่งที่เราได้มา นี่คือนความอยากในกาม ลองถามตัวเราเอง ลองพิจารณาดู

ว่ายังมีอยู่หรือไม่ ถ้ายังมีอยู่นี้แหละคือตัวปัญหา ถ้าต้องการจะตัดความทุกข์ ก็ต้องพยายามระงับดับความอยากนี้ให้ได้ นี่คือการอยากชนิดหนึ่ง

ความอยากอีกชนิดหนึ่งเรียกว่า **ภวตัณหา** ความอยากมีอยากเป็น เรายังมีความอยากนี้หรือไม่ ยังอยากจะได้สิ่งนั้น อยากจะได้สิ่งนี้หรือไม่ อยากจะได้รถคันใหม่ อยากจะได้บ้านใหม่ อยากจะได้สามีใหม่ อยากจะได้ภรรยาใหม่ อยากจะได้ลูก อยากจะได้หลานหรือไม่ ความอยากนี้จะผลักดันให้จิตอยู่นิ่งเฉยไม่ได้ ต้องไปแสวงหาอยู่เรื่อยๆ เมื่อได้มาแล้วก็จะไม่อึดไม่พอ ก็จะมี ความอยากอย่างอื่นขึ้นมาแทนที่ ได้สิ่งนี้แล้วก็เพื่อสิ่งนี้ ก็อยากจะได้สิ่งใหม่มาทดแทนอยู่เรื่อยๆ ปัญหาต่างๆ จึงตามมา เพราะไม่รู้ว่ามีปัญหาอยู่ที่ความอยาก แทนที่จะต่อสู้ระงับดับความอยาก กลับทำตัวเป็นทาสของความอยาก ส่งเสริมให้ความอยากมีกำลังมากขึ้น เมื่อมีกำลังมากขึ้นก็จะสร้างปัญหาให้มากขึ้น สมัยที่เป็นเด็กๆ ก็มีความอยากแบบเด็กๆ ปัญหาที่น้อย อย่างเด็กๆก็อยากจะทำนั่นเอง แต่พอโตขึ้นมาเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ ความอยากก็ใหญ่ขึ้น ทำให้มีปัญหามากขึ้นตามมา เช่น อยากใช้เงินใช้ทอง ก็ใช้กันแบบไม่รู้จักหยุดจักหย่อน ใช้จนไม่พอใช้ เมื่อไม่พอใช้ก็ไปกู้หนี้ยืมสิน แล้วก็ไม่มีปัญญาไปใช้ ในที่สุดก็มีปัญหาตามมา ต้องถูกจับเข้าคุกเข้าตะรางไป หรือหนีหัวซุกหัวซุน หนีเจ้าหนี้ ไม่ให้มาทวงหนี้

นี่คือปัญหาที่เราสร้างขึ้นมาจากตัวของเราเองโดยไม่รู้ตัว คิดว่ากำลังสร้างความสุขให้กับเรา แต่หารู้ไม่ว่าเป็นความสุขที่บังความทุกข์ เป็นความสุขที่มาก่อน คือความสุขที่ได้จากการใช้เงินใช้ทอง แต่เมื่อเงินทองหมด ไม่พอใช้ ก็ต้องไปกู้หนี้ยืมสินมาใช้ต่อ เพราะเมื่อเคยใช้เงินแล้วก็หยุดไม่ได้ มันติดเป็นนิสัย เมื่อไปกู้หนี้ยืมสินมาก็ไม่มีปัญญาใช้คืน ก็ต้องมีปัญหาตามมา มีเรื่องมีราวตามมา ต้องหลบหนี ถ้าหนีไม่พ้นก็ถูกจับเข้าคุกเข้าตะรางไป นี่คือนิยามของปัญหาที่เกิดจากความอยากมีอยากเป็น ทำให้ไม่มีความสุขกัน อยู่เฉยๆไม่ได้ อยู่ไม่เป็นสุข หนึ่งที่สิ่งที่จะต้องดำรงชีพก็มีพอเพียงอยู่แล้ว คือปัจจัย ๔ ข้าวก็มีกิน เสื้อผ้าก็มีใส่ ยาก็มีรักษาโรค บ้านก็มีอยู่ แต่ไม่พอ มีแค่นี้ไม่พอ ต้องมีปัจจัย ๕ ปัจจัย ๖ ปัจจัย ๗ ปัจจัย ๘ ต้องมีรถยนต์ มีโทรศัพท์มือถือ มีโทรทัศน์ มีวิทยุ มีตู้เย็น มีเครื่องปรับอากาศ มีอะไรร้อยแปดพันประการ แล้วเป็นอย่างไรชีวิตของ

เรา มันดีขึ้นกว่าเดิมไหม หรือเหมือนเดิม หรือแย่กว่าเดิม แย่ตรงที่จิตที่กลายเป็นจิตใจ
ที่อ่อนแอ ไม่สามารถอยู่แบบเรียบง่ายได้ ต้องอยู่แบบคนพิการอยู่ ต้องมีสิ่งต่างๆคอย
สนับสนุน อยู่แบบไม่มีแอร์ก็อยู่ไม่ได้ ไม่มีรถก็อยู่ไม่ได้ ไม่มีตู้เย็นก็อยู่ไม่ได้ ไม่มี
โทรศัพท์มือถือก็อยู่ไม่ได้ เพราะความอยากผลักดันให้ไปหามานั่นเอง

ผลักดันให้อยากมีอยากเป็น อยู่คนเดียวก็อยู่ไม่ได้ ต้องมีสามี ต้องมีภรรยา ต้องมีเพื่อน
มีอะไรต่างๆ อยู่แบบธรรมดาเป็นราษฎรเต็มขั้นก็อยู่ไม่ได้ ต้องมีตำแหน่ง มียศมีเกียรติ
อยากจะเป็นสส. อยากจะเป็นนายกฯ อยากจะเป็นรัฐมนตรี อยากจะเป็นหัวหน้า
อยากจะเป็นผู้จัดการ อยากจะเป็นอธิบดี เหล่านี้เรียกว่าความอยากมีอยากเป็นทั้งนั้น
เป็นตัวสร้างปัญหาให้กับใจ ที่เป็นเหมือนกับทาสคอยรับใช้ความอยาก คนที่เป็นทาสกับ
คนที่ไม่เป็นทาสต่างกันไหม เวลาเจ้านายเรียกเจ้านายสั่งก็ต้องไปทำตามคำสั่ง จะบอกว่า
ผมขออนอนเฉยๆ ผมกำลังพักผ่อน อย่างนี้ทำไม่ได้ พอเจ้านายสั่งแล้วก็ต้องทำตามคำสั่ง
ทันที แต่คนที่ไม่เป็นทาสเป็นอย่างไร เขาสบาย มีอิสระ ไม่มีใครมาสั่ง อยู่ได้อย่างสบาย
นี่คือสิ่งที่เราไม่คิดกัน เพราะความอยากเมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้ไม่มีสติปัญญา คิดไม่เป็น
มีแต่จะต้องทำตามคำสั่งของความอยากเท่านั้น ถ้าไม่ได้ทำแล้วมันทรมานใจ เวลา
อยากจะได้อะไรแล้วไม่ได้ตั้งใจ คิดดูซิว่าเป็นอย่างไร พอไม่ได้ก็เสียใจ ขณะที่พยายาม
หามาก็มีความวุ่นวายใจอีกแบบหนึ่ง พอไม่ได้ก็เกิดความเสียใจอีกแบบหนึ่ง ล้วนเป็น
ความทุกข์ทั้งนั้น แต่ถ้าไม่อยากเลยนี้เป็นอย่างไร แส่นจะสบาย นั่งอยู่เฉยๆก็สบาย ไม่
ต้องไปดิ้นรนกับอะไรทั้งสิ้น

ความอยากอีกอย่างหนึ่งก็คือ **วิภวตัณหา** ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น อยากไม่มีหนี่
อยากไม่มีปัญหาต่างๆ อยากไม่มีความทุกข์ อยากไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่จน ไม่ติดคุก
ติดตาราง เรียกว่าวิภวตัณหา ก็เป็นปัญหาเหมือนกัน เพราะคนเราเกิดมาแล้วก็ต้องแก่
ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากกัน เมื่อเกิดมีความอยากไม่มีขึ้นมา ก็ทำให้เกิด
ความทุกข์ขึ้นมา เวลาคิดถึงความแก่เป็นอย่างไรบ้าง ดีใจไหม คิดว่าต่อไปเราจะแก่นะ ดี
ใจไหมที่ต่อไปจะแก่ แต่ถ้าอยากจะแก่พอได้แก่ ก็จะได้ดีใจใช่ไหม เหมือนกับอยากจะได้
สามี อยากจะได้ภรรยา พอได้มาก็ดีใจดีใจ แต่ถ้าไม่อยากจะมีสามีมีภรรยา แล้วเกิดไป

ทำอะไรผิดพลาดต้องมีสาส์มรยาขึ้นมา ก็จะไม่สบายใจ นี่คือการอยากที่สร้างความทุกข์ต่างๆให้กับเรา เป็นตัวผลักดันจิตใจ ทำให้อยู่เฉยๆไม่ได้ หลังจากที่ร่างกายนี้แตกดับไปแล้ว ความอยากก็จะผลักดันให้จิตใจไปภพใหม่ภูมิใหม่ชาติใหม่ ไปเกิดอีก เพื่อจะได้ทำตามความอยากอีกนั่นเอง

ร่างกายนี้ก็เปรียบเหมือนกับรถยนต์คันหนึ่ง ที่เราใช้อยู่ทุกวัน เราต้องออกจากบ้านไปทำโน่นทำนี่ ไปที่นั่นไปที่นี้ เราก็ต้องใช้รถยนต์ พอรถยนต์พังไป แต่เรายังต้องออกไปนอกบ้าน อยู่เฉยๆไม่ได้ ก็ต้องไปหารถยนต์คันใหม่ ถ้ามีเงินก็ซื้อรถใหม่มา ถ้าไม่มีก็ขึ้นรถเมล์ขึ้นรถแท็กซี่ แต่จะให้หยุดไปไหนมาไหนหยุดไม่ได้ เพราะติดเป็นนิสัยแล้ว เคยสังเกตกันไหมว่าวันๆหนึ่ง เคยอยู่บ้านเฉยๆได้บ้างไหม เช่น วันหยุดวันเสาร์วันอาทิตย์ เคยบอกกับตัวเองว่าวันนี้จะไม่ไปไหน ไม่ทำอะไร นอกจากเวลาไม่สบายเท่านั้นแหละที่ไม่ไป ถ้าสบายดี เดี่ยวต้องหาเรื่องไปจนได้ เพราะมีความอยากฝังอยู่ในใจ เป็นเหมือนเครื่องยนต์ที่คอยผลักดันให้รถวิ่ง นี่คือปัญหาของพวกเราที่เราไม่รู้กัน มีคนอย่างพระพุทธเจ้ากับพระอรหันตสาวกเท่านั้น ที่รู้เรื่องราวเหล่านี้ดี เพราะได้ศึกษาจนเห็นแล้วว่าปัญหาคือความอยาก และก็รู้จักวิธีที่ดับความอยากนี้ได้ เป็นสิ่งที่ดับได้ ไม่ได้เป็นสิ่งที่สุดวิสัย ถ้าตั้งใจจะดับแล้ว ต้องดับได้ เช่นสูบบุหรี่ ถ้ารู้ว่าบุหรี่เป็นโทษ ทำให้ตายก่อนเวลาอันควร ทำให้เจ็บไขได้ป่วย ก็เลิกสูบเสีย ตอนทีเลิกใหม่ๆก็ทรมานใจบ้าง แต่ไม่นานเดี๋ยวก็หายไป เป็นเหมือนการรักษาแผล ก็เจ็บบ้าง ใล่ยาไปเรื่อยๆ ทนไปสักหน่อยเดี๋ยวแผลหาย ความเจ็บก็หายไป เหมือนกับเวลาที่มีหนามตำอยู่ที่เท้า ก็ต้องบ่งออก ก็ต้องเจ็บบ้าง เวลาที่เข็มทิ่มแทงเข้าไป แต่ถ้าไม่เอาออก เวลาเดินไปไหนมาไหน ก็เจ็บอยู่ตลอดเวลา จะไม่มีทางหายได้ จนกว่าจะเอาหนามออกมา ถ้ายอมเจ็บตัวบ่งหนามสักหน่อย พอออกมาแล้วความเจ็บก็หายไป พอแผลหายก็ไม่มีอาการหลงเหลืออยู่เลย

ความอยากต่างๆ ก็เป็นเหมือนเสี้ยนหนามที่ฝังอยู่ในจิตใจ ที่เราต้องพยายามบ่งออกมาให้ได้ อย่าปล่อยให้ฝังอยู่อย่างนั้น เพราะไม่ใช่วิธีแก้ปัญห การทำตามความอยากก็ไม่ได้ทำให้ปัญหาหายไป แต่กลับทำให้เสี้ยนหนามคือความอยาก ฝังลึกเข้าไปในจิตใจมากยิ่งขึ้น ทำให้เวลาที่จะต้องบ่งต้องถอนออกมา ยิ่งทรมานยิ่งเจ็บมากยิ่งขึ้น เรา

จึงไม่ควรผัดวันประกันพรุ่ง ในการละความอยากต่างๆ เพราะถ้าปล่อยให้อยู่ไปนานๆ ทำตามความอยากไปเรื่อยๆ ก็จะมีอารมณ์รุนแรงมากยิ่งขึ้น เวลาที่จะถอนจะละ ก็จะมีทรมานจิตใจมากยิ่งขึ้นไป ถ้าเราต้องการพบกับความสุขที่แท้จริง ก็ต้องละความอยากต่างๆ ด้วยปัญญาเป็นหลัก เพราะไม่มีอะไรจะถอดถอนกิเลส ถอดถอนตัดหนาคความอยากต่างๆ ได้นอกจากปัญญาเท่านั้น **สมาธิ** เป็นเครื่องสนับสนุน **ปัญญา** **ศีล** เป็นเครื่องสนับสนุน **สมาธิ** **ทาน** เป็นเครื่องสนับสนุน **ศีล** ถ้ายังไม่มีศีลก็ต้องทำบุญทำทานไปก่อน เมื่อทำบุญทำทานแล้วก็มีศีล เมื่อมีศีลก็จะสามารถปฏิบัติให้เกิดสมาธิขึ้นมาได้ เมื่อมีสมาธิแล้วก็จะสามารถใช้ปัญญาถอดถอนความอยากได้ เช่นเรารู้ว่าการสูบบุหรี่เป็นโทษ ถ้าไม่มีสมาธิเราจะเลิกมันไม่ได้ จะสู้มันไม่ไหว ไม่มีกำลัง แต่ถ้ามีสมาธิแล้วใจจะมีกำลัง จะสามารถละความอยากสูบบุหรี่ได้ ความอยากทั้งหมด จะเป็นกามตัณหาก็คือ ภวตัณหาก็คือ วิภวตัณหาก็คือ จะต้องดับด้วยปัญญา จะต้องถอดถอนด้วยปัญญา โดยมีสมาธิเป็นเครื่องสนับสนุน มีศีลเป็นเครื่องสนับสนุนสมาธิ มีทานเป็นเครื่องสนับสนุนศีล มีสัมมาทิฐิความเห็นชอบเป็นเครื่องสนับสนุนทานอีกที

การที่เราจะรู้ว่าการทำบุญทำทานจะพาไปสู่การเจริญศีล การเจริญสมาธิ การเจริญปัญญา เพื่อนำไปสู่การดับทุกข์ ด้วยการละตัดหนาคความอยากทั้งหลายให้หมดไปจากจิตจากใจ ก็เกิดขึ้นจากการมีสัมมาทิฐิความเห็นชอบ ที่เกิดจากการได้ยินได้ฟังธรรมะอยู่เรื่อยๆ ฟังเทศน์ฟังธรรม ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เรื่อยๆ เราจะได้เข้าใจว่าทำไมต้องมาทำบุญทำทาน ทำไมต้องรักษาศีล ทำไมต้องเจริญสมาธิ ทำไมต้องเจริญปัญญา พิจารณาให้เห็นโทษของสิ่งต่างๆ เพราะสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ล้วนเป็นโทษทั้งนั้น ล้วนเป็นทุกข์ทั้งนั้น เป็นเหมือนยาพิษ อยู่คนเดียวไม่มีปัญหาอะไร พออยู่กับอีกคนหนึ่งก็มีปัญหาตามมา มีสามี มีภรรยา ก็มีปัญหามีความทุกข์ตามมา ทุกข์เพราะความห่วงใย ทุกข์เพราะความกังวล ทุกข์เพราะทะเลาะเบาะแว้งกัน ทุกข์เพราะจากกัน นี่คือการทุกข์ที่เกิดขึ้นตามมา กับทุกสิ่งทุกอย่างที่ไปแสวงหามา เพราะไม่ใช้ปัญญากัน ทำตามความอยากกัน คิดว่ามีสามี มีภรรยา จะมีความสุข ก็ไปหามาโดยไม่คิดว่าจะได้ทั้งความสุขและความทุกข์ปนกันมา เป็นเหมือนกับเหรียญที่มีอยู่ ๒ ด้าน มีหัวมีก้อย ฉันทใดทุกสิ่งทุกอย่างที่เราอยากได้มาครอบครอง ก็เป็นเหมือนกับเหรียญที่มี ๒ ด้าน มีทั้งคุณมีทั้ง

โทษ มีทั้งทุกข์มีทั้งสุข แต่ไม่เห็นกัน เห็นเพียงด้านเดียว เห็นด้านความสุข แต่ไม่เห็นด้านความทุกข์ที่ตามมา

โดยเฉพาะอย่างยิ่งความทุกข์ที่จะตามมาอย่างยาวนาน คือการเวียนว่ายตายเกิด ที่เกิดจากความอยากต่างๆ เราไม่เห็นกัน ก็เลยต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอย่างที่เป็นอยู่กันทุกวันนี้ ภพชาติต่างๆที่เราเคยผ่านมาแล้ว นับไม่ถ้วน นับไม่ได้ ประมาณไม่ได้ มากมาย กายกอง และจะเป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ถ้าไม่ถอดถอนความอยากต่างๆ ให้หมดไปจากจิตจากใจ มันก็จะจุดลากพาเราไปแบบลุ่มๆดอนๆ สุขบ้างทุกข์บ้าง เวลาสุขก็ไม่มีปัญหาอะไร แต่เวลาทุกข์นี้ทรมานมาก ดีไม่ดีอาจจะทนอยู่ไม่ได้ เวลาที่มีความทุกข์มากๆ ถึงกับทำร้ายชีวิตของตนเองไปก็มี เพราะคิดว่าเมื่อทำลายชีวิตแล้วความทุกข์ก็จะถูกทำลายไปด้วย แต่ความทุกข์ไม่ได้อยู่ที่ร่างกายแต่อยู่ที่ใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำลายไม่ได้ ทำลายร่างกายก็ไม่ได้ทำลายความทุกข์ที่มีอยู่ในใจ เพราะความทุกข์ที่มีอยู่ในใจเกิดจากความอยากต่างๆ ถ้าอยากจะทำลายความทุกข์ก็ต้องทำลายความอยาก ต้องลดความอยาก ละความอยากทั้ง ๓ ประการ คือ ความอยากในกาม กามตัณหา ความอยากมีอยากเป็น ภวตัณหา ความอยากไม่มีอยากไม่เป็น วิภวตัณหา นี่คือเป้าหมายของชีวิตที่แท้จริง เป็นคัมภีร์ที่แท้จริง ที่เราจะต้องทำลายให้ได้

ขอให้ใช้เหตุผลเวลาต้องการอะไร ให้ถามว่ามีความจำเป็นไหม ถ้าไม่มีแล้วจะอยู่ได้ไหม ถ้าคำตอบคืออยู่ได้ ก็แสดงว่าไม่จำเป็น แต่ถ้าไม่มีแล้วอยู่ไม่ได้ก็ถือว่าจำเป็น สิ่งที่ทำมาด้วยความจำเป็นไม่ถือว่าเป็นความอยาก เช่นลมหายใจมีความจำเป็นไหม ถ้าไม่มีลมหายใจจะอยู่ได้หรือไม่ อยู่ไม่ได้ อย่างนี้มีความจำเป็น ต้องมีลมหายใจ แต่รถยนต์มีความจำเป็นไหม ถ้าไม่มีรถยนต์อยู่ได้หรือไม่ ถ้าอยู่ได้และถ้าไม่มีปัญญาไม่มีเงินทองที่จะไปซื้อมา ไปดั้นรบนานทำไม ให้เหนื่อยยากไปเปล่าๆ ความสุขที่ได้จากรถไม่คุ้มกับความทุกข์ที่ตามมา ทุกข์ที่จะต้องคอยผ่อนหนี้ ทุกข์ที่จะต้องคอยซ่อมแซม ทุกข์ที่จะต้องคอยเติมน้ำมัน มีแต่ความทุกข์มีแต่ปัญหาต่างๆตามมา เราไม่คิดกัน ถ้าหยุดคิดกันสักหน่อย ก็จะตัดปัญหาต่างๆได้ ตัดความอยากต่างๆได้ เราสามารถทำได้ทุกคน เมื่อตัดความอยากได้มากน้อยเพียงไร ความทุกข์ก็จะหมดไปมากน้อยเพียงนั้น ถ้าตัด

ความอยากได้หมดเลยก็ว่าจะไม่มีความทุกข์หลงเหลืออยู่ในจิตใจเลย นี่คือสิ่งที่เราควร พุ่งเป้าไป คือการตัดความอยาก ละความอยากทั้ง ๓ ให้หมดไปจากจิตจากใจ เพราะไม่มีอะไรเป็นโทษมากกว่าความอยากทั้ง ๓ นี้

เราจึงต้องศึกษาพึ่งเทศน์ฟังธรรมให้เกิดความเข้าใจ ให้รู้อย่างแจ่มชัดเจนาว่า ปัญหาของ พวกเราอยู่ที่ความหลง ที่ไม่รู้ว่าคุณอยากเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ทุกวันนี้ที่เราทุกข์ กันก็ทุกข์เพราะความอยาก เราจึงต้องเข้าพึ่งเทศน์ฟังธรรมอยู่เรื่อยๆ เพื่อจะได้ค่อย เตือนสติ คอยสอนเราไม่ให้ไปอยากกับอะไรในโลกนี้ เพราะไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง เป็น ความทุกข์มากกว่าความสุข ไม่มีกลับสบายกว่า กลับมีความสุขมากกว่าเหมือนกับคนที่ ติดยาเสพติด กับคนที่ไม่ติดยาเสพติดนี้ ใครจะมีความสุขมากกว่ากัน คนที่ไม่เสพนั้น แหะเลยมีความสุขน้อยกว่าคนที่เสพ ฉะนั้นใครที่ไม่มีอะไรเลย มีความทุกข์น้อยกว่าคนที่ มีสิ่งนั้นสิ่งนี้ คนที่ไม่มีสามีไม่มีภรรยาเป็นคนที่สบายกว่า ทุกข์น้อยกว่าคนที่ไม่มีสามี มี ภรรยา แต่ถ้าไม่มีปัญญา ก็จะมองไม่เห็น จะคิดว่ามีสามี มีภรรยา แส่นจะสุขกัน นี่คือ ความหลง เราจึงต้องเข้าวัดมาศึกษา มาพึ่งเทศน์ฟังธรรม อย่างที่ท่านทั้งหลายได้มาทำ กันอย่างสม่ำเสมอ มากันอย่างต่อเนื่อง ควรทำต่อไปเรื่อยๆ แล้วปัญญาจะเจริญออกมา ทำให้เห็นผิดเป็นผิด เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นสุขเป็นสุข ไม่ได้เห็นตรงกันข้ามอย่างที่พวก เราเห็นกันทุกวันนี้

เรายังเห็นทุกข์เป็นสุขอยู่ จึงวิ่งไปหาความทุกข์อยู่ไม่รู้จักจบจักสิ้น ไม่รู้จักเบื่อ พอทุกข์ ขึ้นมาก็ร้องห่มร้องไห้ โทษคนนั้นโทษคนนี้ แต่ไม่เคยโทษตัวเองเลย ไม่โทษความหลง ความโง่เขลาของตน ที่วิ่งไปหาความทุกข์ต่างๆ เราก็มีตัวอย่างที่ดีแล้ว เช่นพระพุทธเจ้า พระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลาย ท่านได้ดำเนินชีวิตสู่ความสุขอย่างแท้จริงให้พวกเราดูกัน เรา ก็ไม่ยึดเอามาเป็นแบบเป็นฉบับ กลับไปยึดแบบของคนโง่ ที่ต้องมีสมบัติข้าวของเงินทอง มีอะไรต่อมีอะไรมากมายก่ายกอง แล้วก็มาร้องห่มร้องไห้ มาทุกข์มา รุนวายใจ ไม่รู้จัก จบจักสิ้น เพราะไม่มีปัญญา คิดไม่เป็น ถ้ายึดพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นแบบ เป็นฉบับแล้ว รับรองได้ว่าชีวิตของเราจะเดินไปสู่ความสุข ไกลจากความทุกข์อย่าง แน่นนอน จึงขอฝากเรื่องการศึกษาเพื่อจะได้เกิดปัญญา เพื่อจะได้เอาไปทำลายความหลง

ที่มีอยู่ในจิตใจ ทำลายความอยากที่เป็นต้นเหตุของความทุกข์ต่างๆ ให้หมดสิ้นไปจากจิตจากใจ ให้นำไปพิจารณาพิจารณาและปฏิบัติ เพื่อประโยชน์สุขที่จะตามมาต่อไป การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้เพียงเท่านี้