ธรรมะ

หน้ากุฏิ

เล่ม ๕

พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต
วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร จังหวัดชลบุรี

กิตติคุณสิ่งอุดมการณ์ กรมหาวิทยา

ธรรมะหน้ากุฏิ

เดิมทีก็อยากจะให้ฟังที่บ้านกัน เพราะมันก็เหมือนกันแหละ อันที่พูดมันก็ตรงไปที่บ้าน ตรงเข้าไปในเครื่อง อยู่ที่บ้านหรืออยู่ที่ไหน เวลาฟังก็ได้ธรรมอันเดียวกัน แต่อาจจะต่างที่บรรยากาศ เพราะที่บ้านของญาติโยมส่วนใหญ่ก็คงจะเป็นที่มีเรื่องราวต่างๆ มีเหตุการณ์ต่างๆ จึงจะไม่ค่อยสงบ พอไม่สงบ เวลาฟังก็ไม่ได้รสได้ชาติ ***การฟังธรรมนี้ต้องมีความสงบ มีสถานที่สงบ เป็นที่เสริมการฟังธรรมให้ได้รสได้ชาติได้คุณได้ประโยชน์ สถานที่สงบแล้ว กายวาจาใจก็ต้องสงบด้วย***

ธรรมะหน้ากุฏิ เล่ม ๕

พระธรรมเทศนาโดย **พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต**

วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร จังหวัดชลบุรี

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กันยายน ๒๕๖๓

จำนวน : ๑,๓๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย : คณะศิษยานุศิษย์

พิมพ์ที่ : บริษัท ศิลป์สยามบรรจุภัณฑ์และการพิมพ์ จำกัด

Tel. ๐-๒๔๔๔-๓๓๕๑-๒ Fax. ๐-๒๔๔๔-๐๐๗๘

E-mail: silpasiamprinting@hotmail.com

คำนำ

ท่านอาจารย์มักสอนบรรดาศิษย์บ่อยครั้ง ให้ลองกักขังตัวเองไว้ในห้องไม่ให้ออกไปไหนทั้งวัน ท่านว่าให้ต่อสู้กับกิเลสความอยากของใจ

เมื่อถึงคราวถูกกักล็อคดาวน์จากโควิด ไม่สามารถไปวัดได้ จึงเข้าใจถึงการฝึกฝนตนในข้อนี้ ภัยของใจจากโควิดจึงคลายร้อนรุ่มลงได้เมื่อได้ฟังธรรมหน้ากุฏิทุกๆ สี่วัน ประจักษ์ใจแล้วว่า ชื่อว่าธรรมของพระพุทธเจ้าแสดง ณ กาลใด สถานที่ใด ไม่ว่าจะเป็นศาลาใหญ่ จุลศาลา หรือหน้ากุฏิ **"รสแห่งธรรมย่อมชำนะรสทั้งปวง"**

คณะศิษยานุศิษย์

พิมพ์เผยแผ่เป็นธรรมทาน
ห้ามจำหน่าย

ตอนนี้เราจะมีการแสดงธรรมกันทุกวันเสาร์ วันอาทิตย์ วันหยุดราชการ วันหยุดชดเชย และวันพระ นี่คือตารางเวลาของการแสดงธรรมในปัจจุบัน ตอนนี้ยังขึ้นไปแสดงธรรมที่บนเขาชีโอนไม่ได้ เพราะทางราชการยังไม่อนุญาตให้ขึ้นไป เพราะกลัวว่าจะไปแพร่เชื้อไปติดเชื้อกัน ก็เลยมาพบกันที่นี่ (หน้ากุฏิ) แทน

การพบกันที่นี่ก็ตามมีตามเกิด ไม่ได้เตรียมอะไรไว้รับรอง ต้องหาเสื่อหาอะไรมาปูนั่งกันเอง ถ้านั่งเก้าอี้ก็เอาเก้าอี้พับมา ถ้าช่วงวันไหนมีฝนฟ้าก็ถือร่มมาด้วย เพราะเราจะนั่งอยู่กลางแจ้ง นั่งอยู่ตามร่มไม้ ก็มีที่หลบฝนได้บ้างแต่ไม่มาก ก็ขอให้เรายึดหลัก *“อัตตา หิ*

อัตตโน นาโถ” ตนเป็นที่พึ่งของตน แล้วเราจะสบายใจ จะได้ไม่ต้องไปมีปัญหากับใคร เพราะเราเตรียมพร้อมทุกอย่าง พร้อมที่จะรับกับเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น แล้วก็ขอความกรุณาว่าอย่ามาก่อสร้างที่มุงที่บังอะไร เพราะมันจะไม่เป็นธรรมชาติ สถานที่มีการก่อสร้างนี้มันจะทำให้ความเป็นธรรมชาติหายไป บรรยากาศการฟังธรรมนี้จะไม่ได้รสชาติถ้ามันไม่เป็นธรรมชาติ

นี่ก็เป็นความรู้เกี่ยวกับเรื่องของการมาฟังเทศน์ฟังธรรมที่นี่ ●●●

ที่มาของ วันเข้าพรรษา

วันเข้าพรรษาเป็นวันที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติหรือทรงกำหนดให้พระภิกษุสามเณรอยู่ประจำที่ตลอดระยะเวลา ๓ เดือน นับตั้งแต่วันนี้ คือวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ไม่ว่าจะอยู่ในที่ใดก็ตาม พอถึงวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ก็ต้องหยุดการเดินทางไปไหนมาไหน ให้อยู่กับที่ เนื่องจากในสมัยพุทธกาล เวลาที่พระเณรเดินทางไปหาสถานที่ปลีกวิเวก มักจะต้องเดินตัดทุ่งนา แล้วช่วงนี้เป็นช่วงฤดูฝน เป็นช่วงเพาะปลูก เวลาพระเณรเดินลัดทุ่งนาก็มักจะไปเหยียบต้นข้าวที่เขาเพิ่งปลูกใหม่ ทำให้เกิดความเสียหายต่อชาวนาชาวไร่ ชาวนาชาวไร่ก็เลยไปกราบทูลขอความเมตตาจากพระพุทธเจ้า เมื่อทรงพิจารณาเห็นความเดือดร้อนของชาวนาชาวไร่ ก็เลยทรงรับสั่งให้พระภิกษุสามเณร นักบวชภิกษุณี ที่อยู่ในศาสนาพุทธทั้งหมดนี้ ให้ระงับการปลีกวิเวก คือการเดินทางไปหาที่สงบเพื่อบำเพ็ญการภาวนา แล้วให้อยู่ในวัดวาอารามในสถานที่โดยให้อยู่ตลอดระยะเวลา

๓ เดือน แต่ก็ทรงมีข้อยกเว้นในกรณีฉุกเฉิน เช่น ถ้าบิดามารดาหรือครูบาอาจารย์เจ็บไข้ได้ป่วย ต้องออกไปดูแลรักษาท่านก็สามารถไปได้ แต่ไปได้ครั้งละไม่เกิน ๗ วัน ๗ คืน พอครบแล้วต้องกลับมาอยู่อย่างน้อยก็ ๑ คืน แล้วถ้าจำเป็นจะต้องกลับไปใหม่ก็กลับไปได้ แต่ไม่ให้ไปยาว ให้ไปเพียงครั้งละ ๗ วัน ๗ คืน กรณีที่ ๒ ถ้ามีเหตุการณ์ คือมีที่อยู่อาศัยหรือกุฏิวิหารชำรุด ต้องมีการซ่อมแซม ถ้าต้องออกไปเพื่อไปหาวัสดุเพื่อเอามาซ่อมแซมก็สามารถไปได้ ไปค้างคืนที่อื่นได้ แต่ก็ไม่เกิน ๗ วัน ๗ คืน เช่นเดียวกับ ถ้ามีกิจนิมนต์ เช่น ญาติโยมจะทำบุญนิมนต์พระที่ต้องเดินทางไกลไป กรณีไปเช้าเย็นกลับไม่ได้ก็อนุญาตให้ค้างแรมได้ นี่คือข้อยกเว้น ซึ่งมีอยู่หลายข้อด้วยกัน

นี่ก็เอาตัวอย่างมาให้ท่านได้พิจารณาให้ได้รับทราบเรื่องของการจำพรรษา โดยหลักก็คือเพื่อป้องกันความเสียหายที่จะเกิดขึ้นแก่ชาวนาชาวไร่ ที่พระสงฆ์องค์เจ้าท่านอาจจะไม่ได้พิจารณารอบคอบ เวลาท่านเดินทางไปไหนมาไหน ท่านอาจจะต้องการเดินให้มันระยะสั้นที่สุด ก็เลยต้องเดินข้ามทุ่งนากันแล้วช่วงฤดูฝนก็เป็นช่วงทำการเพาะปลูกของชาวนาชาวไร่ก็อาจจะไปเหยียบทำลายพืชที่กำลังเพาะปลูกใหม่จนเกิดความเสียหาย ●●●

ธรรมเนียม การบวชช่วง เข้าพรรษา

ช่วงเข้าพรรษา ชาวพุทธที่มีลูกผู้ชายก็อยากจะให้บวชเพื่อจะได้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อที่จะได้ตอบสนองพระคุณของบิดามารดา เพราะมีความเชื่อว่าการบวชของลูกนี้จะช่วยทำให้พ่อแม่ได้ไปสวรรค์ ไม่ต้องไปเกิดในอบายหลังจากที่ตายไปแล้ว ลูกก็ได้บุญจากการเสียสละมาบวช มาอยู่แบบอดอยากขาดแคลน มาศึกษามาปฏิบัติพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ลูกก็จะได้ธรรมะที่จะเป็นแสงสว่างนำพาชีวิตให้ไปสู่ที่สุขที่เจริญ

ชาวพุทธชาวไทยเราก็เลยถือธรรมเนียมบวชให้กับลูกผู้ชายที่มีอายุครบ ๒๐ ปี ก็เลยนิยมบวชกันในช่วงเข้าพรรษา เพราะเป็นช่วงที่พระท่านอยู่ประจำที่กัน ครูบาอาจารย์ทั้งหลายท่านไม่ต้องเดินทางไปโปรดญาติโยมที่อื่น ก็จะได้ศึกษากับครูบาอาจารย์ ก็เลยมีธรรมเนียมบวชเข้าพรรษากัน

เครื่องประดับของศาสนา

เนื่องจากสมัยโบราณไม่มีไฟฟ้าเหมือนสมัยนี้ ก็ต้องอาศัยแสงสว่างจากแสงเทียน เมื่อถึงช่วงเข้าพรรษาก็จะมีผู้มาบวชเป็นจำนวนมาก ก็จำเป็นที่จะต้องใช้เทียนเป็นจำนวนมาก จึงมีประเพณีถวายเทียนเข้าพรรษากัน เพื่อที่จะให้พระภิกษุสามเณรที่บวชในพรรษานั้นมีแสงสว่างไว้ใช้ในยามค่ำคืน คือใช้แสงเทียน

แต่สมัยนี้เรามีไฟฟ้ากัน วัดส่วนใหญ่ยกเว้นพระที่เป็นพระวัดป่าที่อยู่ในถิ่นกันดารที่ห่างไกลจากความเจริญ ก็ยังใช้แสงเทียนกันอยู่ **อย่างสมัยที่เราศึกษาที่วัดป่าบ้านตาด สมัยนั้นที่วัดป่าบ้านตาดก็ไม่มีไฟฟ้า ถึงแม้จะมีไฟฟ้าไปถึงแล้วก็ตาม เพราะหลวงตาท่านไม่ให้วัดใช้ไฟฟ้า เพราะไฟฟ้านี้มีทั้งคุณและมีทั้งโทษ คุณก็คือให้แสงสว่าง แต่โทษก็คือมันจะช่วยให้มีการใช้สื่อต่างๆ ที่เป็นโทษต่อพระเณร** เช่น ทีวี วิทยุ หรือเครื่องอำนวยความสุข เช่น ตู้เย็น เป็นต้น ซึ่งจะมาทำให้เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมมากกว่าส่งเสริม หลวงตาท่านก็เลยไม่ให้เอาไฟฟ้าเข้าวัด น้ำประปาก็ไม่ให้เข้าวัด เพราะจะทำให้ขี้เกียจสบายกันมากเกินไป น้ำก็ให้ใช้น้ำบ่อ ใช้สูบโยกน้ำขึ้นมาใส่ปี๊บแล้วก็ใส่รถเข็นเพื่อเข็นไปใส่ตามตุ่มต่างๆ เพื่อพระเณรจะได้มีความเพียร ได้ออกกำลังกาย ไม่ขี้เกียจกัน วัดป่าบ้านตาดสมัยนั้นจึงไม่มีไฟฟ้า ก็ต้องใช้เทียนกันเป็นหลัก อันนี้คือเรื่องของการใช้เทียน

พอถึงยุคปัจจุบันนี้ วัดส่วนใหญ่จะใช้เทียนเป็นเครื่องประดับ โดยจะตั้งอยู่ในโบสถ์ ตั้งอยู่ที่หน้าพระพุทธรูป แต่ไม่ได้ใช้ประโยชน์จริงๆ คือการให้แสงสว่าง เพราะเดี๋ยวนี้มีไฟฟ้าแล้ว เทียนก็เลยกลายเป็นเครื่องประดับไป และยิ่งสมัยนี้การจุดธูป

ก็ไม่มีแล้วภายในตัวอาคาร เพราะควันธูปนี้เป็นควันพิษ สูดเข้าไปมากๆ ก็ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่อร่างกายได้ ฉะนั้น การถวายธูปเทียนจึงหมดความสำคัญไป พวกญาติโยมก็เลยเปลี่ยนจากการถวายเทียนมาเป็นการถวายค่าน้ำค่าไฟแทน หรือถวายเป็นพวกหลอดไฟต่างๆ แทนถวายเทียน อันนี้ก็เป็นการเปลี่ยนแปลงส่วนประกอบของศาสนา ซึ่งก็ไม่เป็นปัญหาอะไรกับตัวของศาสนาโดยตรง ตัวศาสนานี้ไม่เปลี่ยนเปลี่ยนไม่ได้ ตัวศาสนาคืออะไร ก็คือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่สอนให้พุทธบริษัท ๔ ได้ศึกษาและนำเอาไปปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นการดับความทุกข์ใจต่างๆ ที่มีอยู่ในใจให้หมดสิ้นไปนั่นเอง อันนี้เป็นสิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลง

ธรรมะเป็นอกาลิโก ไม่เปลี่ยนไปกับกาลกับเวลา พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกบททุกบาทที่ได้ทรงแสดงไว้และมีบันทึกไว้ในพระไตรปิฎก ๘๔,๐๐๐ พระธรรมบทด้วยกันนี้เป็นธรรมที่เป็นความจริงล้วน ๑๐๐% **สวากขาโต ภควตา ธัมโม** แปลว่าเป็นธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว เป็นคำสอนที่ถูกต้องตามหลักความเป็นจริงที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปกี่ร้อยปีกี่พันปีกี่หมื่นปีกี่แสนปีกี่ล้านปีก็ตาม กี่กัปก็ตาม ความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้แล้วนำมาสอนให้แก่สัตว์โลกนี้เป็นความจริงที่ไม่มีวันเปลี่ยนแปลง เป็นความจริงที่เกี่ยวกับจิตใจของสัตว์โลกที่เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏอยู่ในไตรภพ ที่จำเป็นจะต้องอาศัยพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อเป็นพาหนะที่จะพาให้สัตว์โลกที่ติดอยู่ในการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏนี้ได้หลุดออกจากการเวียนว่ายตายเกิด ดังนั้น **คำสอนนี้จึงไม่มีการเปลี่ยนแปลง แต่สถานที่ของศาสนาหรือสิ่งที่มาเป็นเครื่องประดับของศาสนานี้ก็อาจจะเปลี่ยนไปได้ตามกาลตามเวลาตามเหตุการณ์ แต่สิ่งที่ไม่เปลี่ยนก็คือพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่สอนความจริงของการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์โลก** ●●●

ตั้งจิต อธิษฐานช่วง พรรษากาล

ในช่วงเข้าพรรษานี้ บางท่านก็อาจจะตั้งจิตอธิษฐานว่า เข้าพรรษานี้จะขอทำบุญทุกวัน บางท่านก็จะตั้งจิตอธิษฐานว่าจะขอรักษาศีล ๕ ทุกวัน บางท่านก็จะขอรักษาศีล ๘ บางท่านก็จะขอไปอยู่วัดเพื่อไปบวช บวชโกนหัวก็ได้ บวชชีก็ได้ บวชพระก็ได้ ในตลอดระยะเวลา ๓ เดือน เพื่อเป็นการพัฒนาจิตใจ เพื่อการตัดภพตัดชาติ ตัดการเวียนว่ายตายเกิด ลดความทุกข์ต่างๆ ที่มีอยู่ในใจให้มันน้อยลง ถ้าได้ผลดีก็อาจจะไม่สึกเลยก็ได้ บางทีบางท่านตั้งใจว่าจะบวชชั่วคราว แต่พอไปได้สัมผัสกับรสแห่งธรรมแล้ว มันชนะรสทั้งปวง ชนะรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็เลยตัดสินใจไม่สึกดีกว่า ได้ของดีแล้วไปเอาของไม่ดีมาทำไม เหมือนอย่างได้รถเบนซ์แล้วจะกลับไปขับรถกระบะทำไม

นี่คือผลที่จะเกิดขึ้นถ้าท่านมีความแน่วแน่ต่อการปฏิบัติธรรม ท่านจะต้องเจริญก้าวหน้าขึ้นไปตามลำดับอย่างแน่นอน เพราะได้มีผู้ที่ปฏิบัติมาแล้วและได้รับผลมาแล้ว คือพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายและพระพุทธเจ้าของพวกเรา ท่านปฏิบัติอย่างไม่ท้อถอย ไม่หยุดหย่อน จนในที่สุดท่านก็ได้รับผลอันสูงสุดอย่างพวกเรา พระพุทธเจ้าก็ทรงรับประกันไว้แล้วว่า ถ้าไม่ ๗ วัน ก็ ๗ เดือน ไม่ ๗ เดือน ก็ ๗ ปี ถ้ามีความตั้งใจที่จะปฏิบัติจริงๆ แล้วละก็ ต้องได้รับผลอย่างแน่นอน ●●●

การฟังธรรม สำหรับ ผู้เริ่มปฏิบัติ

การฝึกสติเพื่อให้เกิดความสงบเกิดความสุขนี้ จะต้องมีที่สงบที่เงียบๆ ไม่มีใครมารบกวนใจ แล้วก็มีเวลาว่างที่จะนั่งสมาธิ ดูลมหายใจเข้าออก พุทโธ หรือสวดมนต์ หรือฟังเทศน์ฟังธรรมไป แล้วแต่ระดับของการปฏิบัติของเราว่าเราทำได้ในระดับไหน เราก็ทำในระดับนั้นไปก่อน แล้วเราค่อยก้าวขึ้นสู่ระดับสูงขึ้นต่อไป

ระดับง่ายที่สุดก็คือการฟังธรรม ที่เรากำลังนั่งฟังกันอยู่นี้ นี่เวลาผ่านไปเกือบ ๔๕ นาทีแล้ว ยังนั่งกันเฉยๆ ได้ ไม่รู้สึกอึดอัด แต่ถ้าลองนั่งคนเดียวดูซิ ไม่มีการฟังธรรมอยู่อย่างนี้ นั่งได้สัก ๑๐ นาที ก็รู้สึกอยากจะลุกแล้ว เพราะมันไม่มีอะไรมาทำให้ใจเพลิดเพลิน เวลาฟังธรรมนี้มันมีเรื่องให้เราคอยติดตามเหมือนดูภาพยนตร์ เวลาดูภาพยนตร์นี้ บางทีปวดท้องฉี่ยังไม่อยาก

จะลุกเลย เพราะว่ามันมีเรื่องให้เราติดตาม อยากจะดูว่าจะเกิดอะไรขึ้นต่อไป มันก็เลยทำให้เรานี้มีความสนใจ มีสติคอยจดจ่อคอยดูภาพยนตร์อยู่

การฟังธรรมก็อย่างนี้ สำหรับผู้เริ่มต้นถ้ายังนั่งสวดมนต์ไม่ได้ นั่งพุทโธไม่ได้ นั่งดูลมไม่ได้ ก็ให้เปิดธรรมฟังไปก่อน สมัยนี้ก็มีธรรมอัดเป็นเสียงอัดเป็นภาพไว้ ไม่ต้องดูภาพก็ได้ ภาพไม่สำคัญ

เท่าเสียง ให้ฟังเสียง หลับตาฟังได้ยิ่งดีเพราะจะได้ไม่มีอะไรมาดึงใจให้ไปข้างนอก ถ้าลืมตาไว้ ฟังไปเดี๋ยวเห็นรูปคนนั้นคนนี้ แทนที่จะอยู่กับการฟังธรรม มันก็มุ่งไปหารูปแทน แล้วก็ไปคิดถึงรูปที่เห็นว่าเป็นรูปของใคร ดีหรือไม่ดีอย่างไร ดีชั่วอย่างไร วิพากษ์วิจารณ์ คิดปรุงแต่งไปอีก แล้วการฟังธรรมก็จะฟังไม่รู้เรื่อง จะขาดตอนไป ฉะนั้น **เวลาฟังธรรมถ้าอยากจะได้รับรู้เรื่องราวของธรรมที่เราฟังอยู่อย่างต่อเนื่อง ก็ให้นั่งแบบหลับตาจะดีกว่า**

อันนี้ก็เป็นวิธีฝึกสมาธิขั้นต่างๆ **สำหรับผู้ที่เริ่มต้น ถ้ายังนั่งไม่ได้เลย ดูลมไม่ได้ พุทโธไม่ได้ สวดมนต์ไม่ได้ ก็ฟังธรรมไปก่อน ฟังธรรมไม่ได้ก็บังคับฟังไปเรื่อยๆ เดี๋ยวก็ฟังได้เอง** ตอนต้นอาจจะฟังแล้วไม่เข้าใจ ก็ต้องหาธรรมะที่ฟังง่ายๆ อย่าไปฟังธรรมที่มันยาก บางทีธรรมะของอาจารย์บางรูปท่านสอนภาษาบาลีเป็นส่วนใหญ่ เราเป็นคนไทยฟังแล้วก็งง ท่านมีแต่บาลีออกมาตลอดเวลา แล้วบางทีออกมาแล้วก็ไม่แปลให้ฟังด้วยว่าแปลว่าอะไร เช่น **"อนิจฺจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน"** อย่างนี้แล้วก็ไม่ได้แปล ฟังแล้วมันไม่เข้าใจ ก็เลยจะทำให้ไม่มีความอยากจะฟัง ที่นี่จึงมักจะไม่มีบาลี พยายามใช้ภาษาไทยล้วนๆ เพราะมันเป็นธรรมอันเดียวกัน เพราะบาลี

ก็เป็นธรรม ภาษาไทยก็เป็นธรรม เพราะภาษาเป็นเพียงสื่อเท่านั้นเอง สื่อความหมาย ความสำคัญอยู่ที่คนฟัง ฟังเข้าใจหรือไม่ ฟังรู้เรื่องหรือไม่ ถ้าเอาบาลีมาพูดให้ฟัง ฟังไม่รู้เรื่องก็ไม่มีความสนใจ ดีไม่ดีเดี๋ยวก็เริ่มคุยกันแล้ว เห็นไหม สังเกตดูเวลาไปงานศพ มีใครฟังพระสวดไหม **"กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา"** ไม่รู้ว่าสวดอะไรใช่ไหม ความจริงเป็นคำเทศน์เป็นธรรมะทั้งนั้นแหละ แต่ในเมื่อเราไม่รู้ว่าท่านสวดอะไร เราก็เลยไม่ฟังดีกว่า คุยกันดีกว่า ถามคนข้างๆ ว่า ไปไหนมา วันนี้ทำอะไร มือก็พนมไป แต่ปากก็คุยกันไป

นี่เป็นสาเหตุจากการไปฟังธรรมที่ไม่รู้เรื่อง ต้องหาธรรมะที่ฟังรู้เรื่องที่เราเข้าใจ ที่ส่วนใหญ่จะเป็นธรรมะของพระป่าของครูบาอาจารย์ทั้งหลาย ท่านจะพูดภาษาคน ไม่ใช้ภาษาพระ เพราะพูดให้คนฟัง ไม่ได้พูดให้พระฟัง ก็ไม่จำเป็นจะต้องใช้ภาษาพระ ●●●

การเพิ่มพลังให้กับจิตใจ

การฟังธรรมตามกาลตามเวลาตามวาระ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเป็นมงคลอย่างยิ่ง เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เป็นประโยชน์สุขต่อจิตใจ เพราะการฟังธรรมนี้เหมือนกับการอัดฉีด เป็นการให้กำลังใจต่อผู้ศึกษาต่อผู้ปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งคำสอนของพระพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์ทางสายปฏิบัติท่านให้ความสำคัญต่อการแสดงธรรมอบรม

สั่งสอนอย่างมาก โดยเฉพาะหลวงตามหาบัว สมัยที่ไปอยู่กับท่าน ช่วงแรกๆ ช่วงนั้นท่านยังไม่มีญาติโยมไปรบกวนท่านมาก ท่านเลยมีเวลาอบรมสั่งสอนพระเณรอยู่อย่างสม่ำเสมอ ทุก ๔ – ๕ วัน ท่านก็จะเรียกพระเณรมาอบรมมาแสดงธรรมให้ฟัง ๑ ครั้ง ทุกครั้งที่ได้ยินได้ฟังธรรม หลังจากที่ได้ยินแล้วก็จะรู้สึกมีกำลังจิตกำลังใจที่จะปฏิบัติมากขึ้น ก่อนแสดงธรรมนี้เหมือนกับคนจะตาย คนหมดเรี่ยวหมดแรง ถ้าเป็นต้นไม้ก็กำลังจะเฉากำลังจะเหี่ยว พอฟังธรรมปั๊บนี่เหมือนกับต้นไม้ได้น้ำ จิตใจได้ธรรมนี้เหมือนจิตใจได้น้ำ ความหมดเรี่ยวหมดแรงนี้หายไปหมด กำลังวังชาไม่รู้มาจากที่ไหน มีศรัทธามีวิริยะขึ้นมาอย่างมากมาย พร้อมที่จะกลับไปสู้กับกิเลสต่อไป พอฟังธรรมเสร็จกลับไปก็เดินจงกรมต่อได้ นั่งสมาธิต่อได้ วันไหนที่ไม่ได้ฟังธรรมนี้ จะรู้สึกไม่ค่อยอยากจะปฏิบัติเท่าไร

นี่แหละคือประโยชน์ของการฟังธรรม เป็นการอัดฉีดเป็นการเพิ่มพลังให้กับจิตใจในการที่จะต่อสู้กับกิเลสตัณหาโมหะอวิชชา ผู้ที่คอยฉุดลากจิตใจให้ติดอยู่กับวัฏสงสาร วัฏฏะแห่งการเวียนว่ายตายเกิด คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่รู้จักจบจักสิ้น ●●●

มายา ของกิเลส

การฝึกสตินี้ตอนต้นมันจะยาก เพราะใจไม่ค่อยยอมอยู่กับพุทโธ ไม่ชอบฟังเทศน์ฟังธรรม ไม่ชอบสวดมนต์ ไม่ชอบดูลมหายใจเข้าออก พอดึงมันมาทำในสิ่งที่มันไม่ชอบ มันก็รู้สึกอึดอัดขึ้นมา สังเกตไหม พอจะนั่งสมาธิปั๊บนี้ โอ๊ย เกิดอาการแข็งตรงนั้น ขัดตรงนี้ อึดอัดตรงนั้น อึดอัดตรงนี้ขึ้นมา แน่นหน้าอกบ้าง แน่นหน้าผากบ้าง ปวดศีรษะบ้าง อันนี้เป็นผลจากการต่อต้านของกิเลส กิเลสมันไม่ชอบให้เราปฏิบัติธรรมกัน กิเลสมันชอบให้เราไปเที่ยวกัน แต่เราก็ต้องอดทน บอกว่ามันเป็นอาการหลอกลวง เป็นมายา มันไม่ได้เป็นความเจ็บจริงๆ ของร่างกาย พอเราไม่นั่งสมาธิ เปลี่ยนมานั่งดูหนังก็ไม่เป็นเลย เวลาดูหนังดูละครนี้ อาการอึดอัด แน่นหน้าอก แน่นหน้าผาก แน่นหน้าท้องทั้งหลายหายไปหมดเลย

อันนี้ต้องรู้ว่ามันเป็นมายา มันเป็นเล่ห์กลของกิเลสที่จะคอยขัดขวางการหาความสุขจากการเจริญสติ เราต้องอดทน ต้องมีความเพียรพยายาม ต้องหมั่นคิดว่า **"ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น"** สมาธิ คือความสุขที่ได้จากความสงบที่เป็นความสุขที่เหนือกว่าความสุขทั้งปวงนี้ มันต้องอาศัยความเพียร ความพยายาม ความตั้งอกตั้งใจ ความอดทน อดทนต่อความรู้สึกที่ไม่ดีต่างๆ ที่กิเลสมันคอยสร้างขึ้นมาเป็นอุปสรรคขวางกั้นเรา ฉะนั้นให้เราพยายามทำไป พุทโธไป ดูลมไป ฟังเทศน์ฟังธรรมไป ต้องบังคับมัน คือการตั้งใจนี่แหละคือการบังคับ เรียกว่า **"อธิษฐาน"** อธิษฐานว่าเวลานี้เราจะนั่งสมาธิ เราจะฟังธรรม พอถึงเวลาเราก็ต้องบังคับเพราะเราอธิษฐานไว้แล้ว เราตั้งใจไว้แล้ว ถ้าเราไม่บังคับ เดี๋ยวเราก็เถลไถลไปทำอย่างอื่นแทน เราก็จะไม่ได้ประโยชน์จากการนั่งสมาธิ

ดังนั้นเราต้องมีความตั้งใจที่แน่วแน่ แล้วก็มีความเพียรพยายามที่ต่อเนื่อง มีความอดทนต่อความรู้สึกต่างๆ ที่มันคอยมาขัดขวางการเจริญสมาธิของเรา อดทนไปทำไป จะรู้สึกอึดอัดยังไงก็อย่าไปสนใจ พุทโธไป ฟังธรรมไป ถ้าพุทโธไม่ได้ก็สวดมนต์ไป สวดมนต์ไม่ได้ก็ฟังธรรมไปก่อน ทำไปเรื่อยๆ แล้วอุปสรรคต่างๆ มันก็จะเบาลงๆ แล้วเดี๋ยวก็จะรู้สึกนั่งสบาย

ขึ้นมา ต่อไปก็ดูลมได้ ถ้าดูลมอย่างต่อเนื่องได้ เดี๋ยวใจก็จะเข้าไปในสมาธิได้ เข้าไปสู่ความสงบได้ พอสงบแล้วมันจะรู้สึกแปลกประหลาดมหัศจรรย์ใจว่าเจอความสุขที่ไม่เคยเจอมาก่อน ตั้งแต่เกิดมานี้ไม่เคยเจอความสุขแบบนี้เลย ความสุขที่เราได้จากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนี้ ต่อให้มันมีราคาแพงมากเพียงไรก็ตาม มันก็สู้ความสุขที่ได้จากความสงบไม่ได้ ต้องได้ความสุขแบบนี้ถึงจะเรียกว่าจิตสงบจริง จิตรวมเป็นสมาธิจริง พอได้ความสุขแบบนี้แล้วทีนี้มันจะติดใจ แล้วมันจะมีความยินดีที่จะปฏิบัติสมาธิอยู่บ่อยๆ อยู่เรื่อยๆ ต่อไปจะเปลี่ยนวิธีหาความสุข เพื่อนมาชวนไปเที่ยวก็บอกว่าไม่ไปล่ะ จะอยู่บ้านหรือไปวัดดีกว่า ไปฝึกสมาธิไปทำใจให้สงบดีกว่า เพราะเป็นความสุขที่มั่นคงกว่า แน่นอนกว่า ●●●

การหยุดการรักษาไม่ได้เป็นการฆ่าตัวตาย

พระพุทธเจ้าทรงบอกว่าร่างกายของพวกเราไม่เที่ยง มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย มีการพลัดพรากจากกัน เราก็ต้องหมั่นพิจารณาอยู่เนืองๆ ว่า เกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากกัน ล่วงพ้นสิ่งเหล่านี้ไปไม่ได้ อย่าให้มันลืมจากใจของเรา แล้วเวลาเกิดเหตุการณ์ขึ้นมา เช่น ถ้าเกิดความแก่แล้วเราสู้มันไม่ได้ ก็แสดงว่ายังไม่มีสมาธิ เราก็ต้องไปฝึกสมาธิให้มันมีอุเบกขาให้ได้ ถ้ามีอุเบกขาแล้วมีปัญญามาร่วมกัน พอเกิดความแก่ มันก็จะเฉยได้ พอเกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย หมอบอกว่าเป็นมะเร็งก็จะเฉยได้ ไม่ตื่นเต้นตกใจ ก่อนไปหาหมอเป็นอย่างไร หลังจากที่ได้ข่าวจากหมอแล้วก็เหมือนเดิม ที่ไปก็เพราะเห็นว่าถ้ายังพอรักษาร่างกายได้ก็รักษาไป ถ้าเรายังต้องใช้ร่างกายอยู่ แต่ถ้าเราไม่ต้องใช้ร่างกาย เราจะรักษาก็ได้ ไม่รักษาก็ได้ ไม่ถือว่าเป็นการฆ่าตัวตาย การไม่รักษาร่างกายนี้ไม่ได้เป็นการฆ่าตัวตาย การฆ่า

ตัวตายนี้ต้องเอายาพิษมากรอก เอาอะไรมาอุดจมูกทำให้มันหายใจไม่ได้ เอาอะไรมารัดคออย่างนี้เพื่อไม่ให้หายใจ ถึงจะเรียกว่าเป็นการฆ่าตัวตาย แต่การหยุดการรักษานี้ไม่ได้เป็นการฆ่าตัวตายหรือฆ่าผู้อื่น

หมอบางคนกลัว รักษาคนไข้แล้วรู้ว่ารักษายังไงก็ไม่มีวันหาย ทรมานคนไข้ไปเปล่าๆ แต่ก็ไม่กล้าถอดสายยาง ถอดเครื่องช่วยหายใจอะไรต่างๆ ออกไป เพราะคิดว่าจะเป็นการฆ่าผู้อื่น หรือถ้าคนไข้สั่งก็คิดว่าเป็นการฆ่าตัวตาย การหยุดการรักษานี้ไม่ได้เป็นการฆ่าตัวตาย ดังนั้นไม่ต้องไปกลัวนะ สมมุติว่าปู่ย่าตายายหรือพ่อแม่ของเราเขาป่วยอยู่ในโรงพยาบาล แล้วหมอเขาบอกว่ารักษาไม่หายแล้ว จะเอาสายยงสายยางอะไรช่วยมัน ก็เพียงแต่รักษาเหมือนกับรักษาต้นไม้ รักษาตุ๊กตาที่ไม่สามารถจะทำอะไรได้แล้ว ถ้าเราหยุดรักษานี้ไม่ถือว่าเป็นการฆ่า ดังนั้นไม่ต้องไปกังวล ถ้าไม่ต้องการรักษาไม่ถือว่าเป็นการฆ่าตัวตาย แสดงว่ามีปัญญา แสดงว่าไม่โง่ ไม่ต้องไปดิ้น ไม่ต้องไปทุกข์ ไม่ต้องไปกังวล ว่ามันจะหายหรือไม่หาย เพราะรู้ว่ารักษายังไงเดี๋ยวมันก็ต้องตายอยู่ดี รักษาโรคนี้หายเดี๋ยวมันก็มีโรคใหม่มารอรับเราอยู่ดี ในที่สุดมันก็ต้องตายไป

ผู้ที่พิจารณาความตายอยู่เรื่อยๆ แล้ว บางทีก็จะเบื่อหน่ายต่อการรักษา ขี้เกียจรักษา ว่าง่ายๆ เจ็บตัวไปเปล่าๆ แต่ละวันต้องฉีดยากี่เข็ม เดี๋ยวพยาบาลก็มาเจาะ เดี๋ยวหมอก็มาเจาะ โดนเจาะอยู่ทั้งวัน บางทีแขนขามีแต่รอยเจาะเต็มไปหมด แล้วมันหายไหม มันก็ไม่หายอยู่ดี แต่ถ้ามีปัญญาแล้วมันจะไม่ต้าน มันจะไม่สู้ มันจะไม่ฝืนความจริง มันจะยอมรับความจริง ปล่อยมันอยู่ไป ถ้ามันอยู่ได้ก็ให้มันอยู่ไป ปล่อยให้มันหายใจเอง ปล่อยให้มันกินเอง ถ้ามันกินไม่ได้ก็ไม่ต้องกิน มันดื่มไม่ได้ก็ไม่ต้องดื่ม ถ้ามันหายใจไม่ได้ก็ไม่ต้องหายใจก็เท่านั้นเอง แบบนี้ไม่เรียกว่าเป็นการฆ่าตัวตาย ไม่ได้เป็นการปาณาติบาต ไม่ได้เป็นการทำผิดศีลข้อที่ ๑ ไม่ไปนรก รับประกันได้ จะได้ไปสวรรค์ ดีไม่ดีไปเป็นพระโสดาบันเลย พระโสดาบันนี้ปล่อยวางร่างกายได้ เห็นว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นของพ่อแม่ พ่อแม่ปั้นให้เรามา สร้างให้เรามา เป็นตุ๊กตาเป็นของขวัญให้มาเป็นเพื่อนเรา พาเราไปไหนมาไหนด้วยกัน เป็นเหมือนฝาแฝด ร่างกายนี้เป็นแฝดน้อง ใจเป็นแฝดพี่ ไปไหนต้องไปด้วยกัน แต่เวลาแฝดน้องตาย แฝดพี่ไม่ได้ตายด้วย แฝดพี่นี้ไม่มีวันตายเพราะใจไม่มีวันตาย แฝดน้องตายไป เดี๋ยวแฝดพี่ก็ไปหาร่างกายอันใหม่ ไปหาพ่อแม่คนใหม่ต่อ ก็เท่านั้นเอง

ดังนั้นไม่ต้องไปยึดไปติดไปหวงไปห่วงร่างกายมากจนเกินไป ดูแลไปตามความเหมาะสม ตามเหตุตามผล ดูแลได้รักษาได้ก็ดูแลไป เพราะเรายังต้องใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติธรรมอยู่ เป็นเครื่องมือที่จะพาให้เราบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นต่างๆ อยู่ แต่ถ้าเราได้เป็นพระอริยบุคคลขั้นสูงสุดแล้ว เราก็ไม่ต้องไปกังวลกับมัน จะไม่รักษาก็ได้ ครูบาอาจารย์ที่ท่านบรรลุถึงธรรมขั้นสูงสุดแล้ว ท่านมักจะไม่ไปโรงพยาบาลกัน ท่านไม่อยากจะไปเสียเวลา พูดง่ายๆ แต่บางทีท่านก็ถูกบังคับ ญาติโยมผู้มีศรัทธาเคารพนับถืออยากจะช่วยรักษาท่าน ท่านก็เลย เอ้า เลยตามเลย มันอยากจะรักษาก็ยอมไป บางองค์ท่านก็ไปนอนคืนสองคืนแล้วก็ขอกลับวัด

อย่างหลวงตามหาบัวนี้ พระราชินีขอร้องให้ไปก็ต้องไป แต่พอไปอยู่แค่ ๒ คืนก็ขอกลับแล้ว ท่านไม่ได้มีความเยื่อใยอะไรกับร่างกาย ท่านกลับเห็นว่ามันเป็นภาระ เป็นกองทุกข์ **"ภารา หเว ปัญจักขันธา"** มันเป็นเหมือนกองไฟเวลาร่างกายไม่สบายเหมือนเป็นไข้ทั้งตัว มันร้อนอยู่ตลอดเวลา ไปอุ้มกองไฟไว้ทำไม สู้ให้มันดับไม่ดีกว่าหรือ ให้มันหยุดหายใจ พอหยุดหายใจปั๊บไฟไข้ต่างๆ มันก็ดับไปทันที ●●●

ทอดสมอเรือ เพื่อยุติการ เวียนว่ายตายเกิด

ผู้ที่มุ่งไปทางนิพพานแล้ว จะหันหลังให้กับทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง มีเงินทองเท่าไรก็ไม่เสียดายเลย จะทิ้งหมด ไม่อยากจะมีภาระเกี่ยวข้องกับมัน เพราะมันจะกลายเป็นเหมือนสมอเรือ เวลาที่จะเอาเรือออกจากท่าเรือไปในทะเลได้ เขาจะต้องถอนสมอเรือก่อน ไม่เช่นนั้นเรือจะลอยไปไม่ได้ เพราะมีสมอเรือดึงเอาไว้ ใจของผู้ที่ต้องการไปวิมุตติหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดจากไตรภพจากสังสารวัฏนี้ ก็ต้องถอนสมอก่อน สมอที่ทำให้ใจของสัตว์โลกติดอยู่กับการเวียนว่ายตายเกิดนี้ ก็คือทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทองนี่เอง แล้วก็ครอบครัว

พระพุทธเจ้านี้พอได้ยินข่าวว่าได้ลูก ทรงอุทานขึ้นมาว่า **"ราหุล"** ราหุล แปลว่า บ่วง บ่วงก็คือสมอเรือนี่เอง ถูกทอดสมอเรือแล้ว ท่านเลยต้องรีบถอนสมอทันที บอกว่าต้องออกจากวังแล้ว

อยู่ไม่ได้แล้ว ถ้าอยู่ต่อไป สมอเรือก็จะทำให้ใจของท่านไม่สามารถจะไปสู่การหลุดพ้นจากกองทุกข์แห่งการเวียนว่ายตายเกิดได้ ท่านจึงต้องตัดสินใจไปในคืนนั้น เพราะท่านมีปัญญาไม่เหมือนพวกเรา เวลาได้ลูกกลับดีใจเสียอีก ดีอกดีใจเลี้ยงฉลองกันใหญ่ หารู้ไม่ว่ามันเป็นบ่วง แล้วต่อไปอยากจะไปปฏิบัติธรรมก็ไปไม่ได้แล้ว ต้องเลี้ยงลูกแล้ว นี่ก็มีลูกศิษย์ทีมงานอยู่คนหนึ่งอยากจะไปบวช มีลูก ๒ คน แต่ยังไม่โต ยังเรียนอยู่ชั้นประถม ภรรยาก็ไม่ให้ไป บอกว่าแล้วใครจะเลี้ยงลูก ถ้าคุณไป ฉันเลี้ยงคนเดียวไม่ไหว เห็นไหม ก็เลยต้องรอไปก่อน **การรอนี้มันก็เลยมีความเสี่ยง เพราะเราไม่รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต มันไม่มีอะไรแน่นอน ชีวิตของเรานี้จะจบลงเมื่อไรก็ไม่มีใครรู้ อาจจะจบวันนี้ อาจจะจบพรุ่งนี้ อาจจะปีหน้า อาจจะ ๑๐ ปีข้างหน้า หรือ ๕๐ ปีข้างหน้า ก็ไม่มีใครรู้ ถ้าต้องรอไปก่อนอย่างนี้ ถ้าเกิดไปเจอแบบปีหน้าหรือเดือนหน้า โอกาสที่เราจะได้หลุดพ้นก็จะหมดไป และคราวหน้ากลับมาเกิดใหม่ก็ไม่รู้ว่าจะได้มาเจอพระพุทธศาสนาหรือไม่เพราะตายไปแล้ว นอกจากนี้เราก็ไม่รู้ว่าจะต้องไปรับผลบุญผลบาปที่ไหนมากมายเท่าไรกว่าจะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก และมาเกิดเป็นมนุษย์ก็ไม่รู้ว่าจะมาเกิดอยู่ในที่มีพระพุทธศาสนาหรือไม่**

ซึ่งถ้าไม่มีพระพุทธศาสนา ก็จะไม่มีใครจะมาสอนมาบอกวิธีการปฏิบัติให้เราหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

ดังนั้นสำหรับผู้ที่มีปัญญาจริงๆ เหมือนพระพุทธเจ้า ก็ต้องตัดสินในวันนั้นในเวลานั้นเลย พอได้ทราบข่าวว่าได้ลูกแล้ว ท่านรู้แล้วว่าถ้าอยู่ในวังต่อไปท่านจะไปไม่ได้ ท่านก็เลยต้องตัดสินหนีไปเลย ไม่บอกใครด้วย เพราะถ้าไปขออนุญาต เขาก็ไม่ให้ไปซิ ลองไปขออนุญาตแฟน แฟนก็ไม่ให้ไป ขออนุญาตพ่อพ่อก็ไม่ให้ไป แล้วดีไม่ดีอาจจะถูกกักขังด้วย จะถูกคุมแจเลย ก็เลยต้องไปแบบไม่บอกใคร นี่แหละปัญญาของพระโพธิสัตว์ พระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ ท่านมองเห็นธรรมซึ่งเหนือกว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ท่านสอนให้สละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ สละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต สละชีวิตเพื่อรักษาธรรม เพราะไม่มีอะไรที่จะมีคุณค่าประเสริฐเท่ากับธรรมนั่นเอง เพราะไม่มีอะไรที่จะทำให้จิตใจหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ มีแต่ธรรมเท่านั้นที่จะทำได้ ดังนั้นท่านจึงต้องตัดสินใจมุ่งไปหาธรรมก่อน แต่ท่านก็มั่นใจว่าเมื่อหลังจากที่ท่านได้ธรรมแล้ว ท่านจะสามารถกลับมาทำประโยชน์ให้กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับท่านได้มากกว่าตอนที่ท่านยังไม่ได้ไป ถ้าท่านอยู่ต่อไปท่านก็จะได้เป็นพระมหาจักรพรรดิ แต่ท่านจะไม่สามารถช่วยดับความทุกข์

เวลาเกิดความแก่ ความเจ็บ ความตาย ของญาติของท่านได้ ของภรรยา ของพ่อของท่านได้ ของลูกของท่านได้ เขายังจะต้องทุกข์ และหลังจากที่เขาตายไปแล้ว เขายังจะต้องกลับมาเกิด แก่ เจ็บ ตาย ใหม่ต่อไปอย่างไม่มีวันสิ้นสุด แต่ถ้าท่านหนีไปก่อน ไปศึกษาไปปฏิบัติเพื่อให้ได้พบกับโลกุตตรธรรม ที่จะพาให้จิตใจของท่านได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด หลุดพ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ได้แล้ว ทีนี้ท่านจะสามารถมาช่วยญาติพี่น้องของท่านได้ดีกว่าตอนที่ท่านยังไม่ได้ไปบวช

พอหลังจากที่พระองค์ตรัสรู้แล้วไม่นาน ก็ได้กลับไปโปรดในวัง ไปโปรดพระญาติ ไปแสดงธรรม ก็มีผู้ศรัทธาขอออกบวชตาม แล้วลูกก็มาขอมรดก ขอมรดกก็คือขอธรรมนี่เอง เพราะพระพุทธเจ้าไม่มีทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง มีแต่ธรรม คือ อริยธรรม มีโสดาบัน มีสกิทาคามี มีอนาคามี มีอรหันต์ เป็นมรดก ก็เลยจับบวชเป็นสามเณรเลย แล้วก็สอนให้ปฏิบัติ ศีล สมาธิ ปัญญา จนในที่สุดก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ขึ้นมา ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ของความแก่ ความเจ็บ ความตาย ได้หลุดพ้นจากการที่จะต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่มีวันสิ้นสุด อันนี้อย่างไหนจะดีกว่ากัน ถ้าอยู่เป็นจักรพรรดิก็อาจจะทำให้ลูกเป็นผู้ช่วยจักรพรรดิ มีทรัพย์สมบัติเงินทองข้าวของ

มากมาย มีความสุขทางโลกมากมาย แต่ไม่ช้าก็เร็วก็ต้องไปเจอความแก่ ความเจ็บ ความตาย แล้วทรัพย์สมบัติที่มีอยู่ในโลกทั้งหลายก็จะไม่สามารถมาดับความทุกข์ใจได้

ดังนั้น เวลาที่จะต้องเจอความแก่ความเจ็บ ความตาย นักปราชญ์ท่านถึงเลือกธรรม ท่านไม่เอาโลก โลกธรรมนี้ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ควรจะเลือกควรจะมี เราควรจะหาธรรม หาโลกุตตรธรรม หามรรคผลนิพพาน เพราะมรรคผลนิพพานนี้เป็นที่พึ่งของใจ เป็นที่ดับทุกข์ของใจ ใจถ้ามีมรรคผลนิพพานแล้ว ใจจะไม่มีความทุกข์อีกต่อไป ไม่ว่าร่างกายจะเป็นอย่างไรก็ตาม ร่างกายจะแก่ ร่างกายจะเจ็บ ร่างกายจะตาย ก็ไม่เป็นปัญหาต่อใจที่มี

มรรคผลนิพพาน ที่มีโลกุตตรธรรม ใจจะเพียงแต่รับรู้เฉยๆ เท่านั้น รู้ว่าร่างกายแก่ แต่ไม่ทุกข์กับความแก่ของร่างกาย รู้ว่าร่างกายเจ็บ แต่ไม่ทุกข์กับความเจ็บของร่างกาย รู้ว่าร่างกายจะตาย แต่ไม่ทุกข์กับความตายของร่างกาย เพราะใจมีธรรมปกป้องคุ้มครองรักษานั่นเอง นี่แหละนักปราชญ์ทั้งหลายจึงเห็นความสำคัญของธรรมยิ่งกว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหลายที่มีอยู่ในโลกนี้ ท่านถึงเป็นพระอรหันต์กันขึ้นมา

หากท่านไปเห็นโลกธรรม ๘ เป็นสิ่งที่สำคัญกว่า ถ้าท่านเห็นลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นสิ่งที่สำคัญกว่าโลกุตตรธรรม ท่านก็จะอยู่กับโลก เป็นมหาเศรษฐี เป็นพระราชามหากษัตริย์ เป็นประธานาธิบดี เป็นอะไรต่างๆ นานา แต่พอเวลาแก่ เวลาเจ็บ เวลาตายนี้ ก็ทุกข์เหมือนกับขอทานดีๆ นี่เอง **ความทุกข์ของพระราชามหากษัตริย์กับความทุกข์ของขอทานนี้ไม่ต่างกัน เวลาที่เจอความแก่ ความเจ็บ ความตาย มีทรัพย์สมบัติข้าวของมากน้อยเพียงไร ก็ไม่สามารถมากำจัดความทุกข์ต่างๆ ได้ แต่ถ้ามีโลกุตตรธรรมนี้สามารถกำจัดได้หมด** ●●●

งานที่มีวันสิ้นสุด

สมัยที่พระพุทธเจ้าทรงเป็นเด็ก โดยปกติแล้วจะต้องมีพี่เลี้ยงคอยเฝ้าดูคอยอยู่เป็นเพื่อนตลอดเวลา แต่พอดีวันนั้นมีกิจกรรมบางอย่างที่ทำให้พี่เลี้ยงต้องไปช่วยงานที่อื่น เลยปล่อยให้เจ้าชายสิทธัตถะประทับอยู่ใต้ต้นไม้ตามลำพัง พอใจกับร่างกายของเจ้าชายสิทธัตถะนี้อยู่ตามลำพัง ไม่มีใครมาคอยดึงไว้ ใจก็รวมเข้าสู่ความสงบโดยอัตโนมัติ เพราะเจ้าชายสิทธัตถะในอดีตชาติเคยบำเพ็ญสติมาแล้ว เคยฝึกสมาธิมาแล้ว เคยได้ฌานได้สมาธิมาแล้ว พอได้บรรยากาศที่เอื้อต่อความสงบเกิดขึ้นปั๊บ เมื่อกายวิเวก จิตก็วิเวกขึ้นมาทันที สำหรับผู้ที่มีของเก่านะ แต่พวกที่ไม่มีของเก่านี้ พอกายวิเวกแล้วใจเหงาขึ้นมาทันที ใจหงุดหงิดขึ้นมาทันที เพราะไม่เคยอยู่คนเดียว มีแต่เคยชินกับการอยู่กับคนนั้นคนนี้ พอต้องอยู่คนเดียวปั๊บ ก็เกิดอาการเหงาเกิดอาการว้าเหว่ขึ้นมาทันที ลองสังเกตดูว่าเราเป็น

ชนิดไหน ชนิดที่เหงาว้าเหว่เวลาอยู่คนเดียว หรือชนิดที่พออยู่คนเดียวแล้วรู้สึกเย็นสบาย มีความสุข อันนี้เป็นการตรวจสอบบุญในอดีตที่เราทำมาว่าเราเคยทำบุญแบบนี้มาหรือเปล่า เคยเจริญเนกขัมมะ เคยเจริญสติ เคยเจริญอุเบกขาบารมีมาหรือเปล่า ถ้าไม่เคยเจริญ มันก็จะไม่เกิด พอต้องอยู่คนเดียวเท่านั้น ก็จะรู้สึกเหงารู้สึกว้าเหว่ขึ้นมาทันที จะต้องรีบหาคนนั้นคนนี้มาอยู่เป็นเพื่อนทันที หาคนไม่ได้ก็อาจจะหาแมวหาหมามาอยู่แก้เหงาไปพลางๆ นี่คือจิตใจที่เกาะติดกับคนกับสิ่งภายนอก พอไม่มีสิ่งภายนอกให้เกาะติดก็รู้สึกเหงารู้สึกว้าเหว่ แต่คนที่ไม่เกาะติดกับคนภายนอก สิ่งภายนอก คนที่เข้าสมาธิเป็นนี้ พออยู่เฉยๆ ตามลำพังปั๊บ จิตมันจะเข้าไปข้างในทันที เพราะไม่มีอะไรคอยดึงมันไว้นั่นเอง ถ้ามีคนหรือมีสิ่งนั้นสิ่งนี้มันก็จะไม่เข้าไปเพราะมันจะต้องเกี่ยวข้อง ต้องคอยดู ต้องคอยทำอะไรกับเขา มันก็จะไม่เข้าไป แต่ถ้าไม่มีใครอยู่นี้ อยู่คนเดียวปั๊บ มันจะรู้สึกวิเวกขึ้นมาในใจเลย มันจะรู้สึกเงียบสงบสงัดขึ้นมาภายในใจทันที แล้วจะไม่มีความรู้สึกเหงา รู้สึกว้าเหว่แต่อย่างใด จะรู้สึกเบาอกเบาใจ สบายอกสบายใจ

นี่แหละความสุขที่มีอยู่ในตัวของพวกเราทุกคน เพียงแต่เราต้องเข้าไปให้ได้เท่านั้นเอง ตอนนี้เราถูกกิเลสตัณหาโมหะ

อวิชชาหลอกให้เราไปหาความสุขข้างนอกกัน เราจึงไม่ได้เจอความสุขที่มีอยู่ในตัวเรา ความสุขข้างนอกเป็นความสุขปลอม ถ้าเป็นทองคำก็เป็นทองเก๊ ถ้าเป็นธนบัตรก็เป็นธนบัตรเก๊ เวลาได้มาก็คิดว่าเป็นของจริง พอเอาไปใช้ก็ใช้ไม่ได้ เอาธนบัตรเก๊ไปซื้อของ เขาบอกว่าใช้ไม่ได้เป็นของปลอม ความสุขที่เราได้จากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็แบบนั้น ได้มาเดี๋ยวเดียวเหมือนแบบควันไฟ ได้มาปั๊บแล้วก็จางหายไป พอหายไปแล้วก็ปล่อยให้เราเศร้าโศกเสียใจ เวลาที่เราสูญเสียคนที่เรารักไป สิ่งที่เรารักไป ใจเราก็จะวุ่นวายขึ้นมาทันที หรือถ้าไม่เศร้าโศกเสียใจ บางทีก็เกิดอาการโกรธแค้นขึ้นมา เช่น สมมุติว่าเรารักใครแล้วเขาทิ้งเราขึ้นมา ความสุขที่เคยได้จากเขาก็หายไป ความเคียดแค้นก็จะเกิดขึ้นตามมา หรือถ้าเขาไม่ทิ้งเรา แต่เขาจากเราไปเพราะเขาเจ็บไข้ได้ป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุ เราก็เกิดความเศร้าโศกเสียใจ ก็เป็นความทุกข์ ทุกข์เพราะรักหรือทุกข์เพราะชัง มันก็เป็นทุกข์เหมือนกัน ทุกข์เพราะรักก็เศร้าโศกเสียใจ ทุกข์เพราะชังก็โกรธแค้นอาฆาตพยาบาทขึ้นมา นี่คือผลที่จะได้รับจากการไปหาความสุขภายนอก เพราะความสุขภายนอกเขาเป็นอย่างนี้ เขาเป็นอนิจจัง เขาเป็นอนัตตา คือเราไม่สามารถควบคุมบังคับให้เขาเป็นนิจจัง เป็นสุขัง เป็นอัตตาได้ เขาจะต้องเปลี่ยนไปตามกาลตามเวลา ตามเหตุ

ตามปัจจัย มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วเดี๋ยวก็ต้องดับไป ขณะตั้งอยู่ก็มีการเปลี่ยนไป เปลี่ยนไปในทางที่ดีบ้าง เปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดีบ้าง พอมีการเปลี่ยนไปก็เกิดความไม่สบายใจขึ้นมา เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา นี่คือความหลง อวิชชาคือความหลง โมหะก็คือความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นความทุกข์จากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ว่าเป็นความสุข เพราะมองไม่เห็นความเที่ยงแท้แน่นอน มองไม่เห็นความเป็นธรรมชาติของสิ่งต่างๆ คือเป็นสิ่งที่เขาไม่ได้อยู่ภายใต้อำนาจของใคร เขาเป็นธรรมชาติ

พวกเราคงเข้าใจคำว่าธรรมชาติ เช่น ฝนนี้ก็เป็นธรรมชาติ เวลาฝนตกก็ไม่มีใครไปสั่งให้หยุดได้ เวลาอากาศร้อนจะไปสั่งให้มันเย็นก็สั่งไม่ได้ มันเป็นของมัน แล้วมันก็เปลี่ยนของมันไป มันมาแล้วเดี๋ยวมันก็ไป เรียกว่าไม่มีตัวตนในสิ่งเหล่านี้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่างๆ ที่เราหาจากสิ่งต่างๆ หรือจากบุคคลต่างๆ ก็เป็นอนัตตาเหมือนกัน เป็นธรรมชาติเหมือนกัน เพียงแต่เราไม่มองว่าเป็นธรรมชาติ เรากลับไปมองว่าเป็นสิ่งที่ควบคุมบังคับได้ แต่พอถึงเวลาจริงๆ ก็ควบคุมบังคับไม่ได้ เราเลยไม่เคยเข้าหาความสุขภายในกัน เพราะเราคอยถูกหลอกให้ไปหาความสุขภายนอก จนกลายเป็นเหมือนคนติดยาเสพติด

เหมือนที่วันก่อนเล่าว่า พวกนกที่เขาเลี้ยงอาหารด้วยยาเสพติดนี้ คือเอาอาหารผสมด้วยกัญชา นกที่เขาเอามาขายเพื่อให้คนเอาไปปล่อย พอปล่อยแล้วเดี๋ยวมันก็บินกลับมาหาเจ้าของอีก มันมากินอาหารที่มีกัญชาเพราะมันติดรสอาหาร มันเป็นยาเสพติด รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ นี่ก็เป็นเหมือนยาเสพติดที่เราเสพกันอยู่เรื่อยๆ เสพกันเท่าไรก็ไม่อิ่มไม่พอ ดูหนังมาไม่รู้กี่ร้อยเรื่องแล้ว ดูแล้วก็ไม่พอ ฟังเพลงมากี่ร้อยกี่พันเพลงแล้วก็ไม่พอ เสพรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชนิดไหนมากี่มากน้อยเพียงไรก็ไม่เคยมีความอิ่มความพอ มีแต่ความหิวความอยากที่จะเสพอยู่เรื่อยๆ แล้วพอต้องตกอยู่ในสภาพที่ไม่สามารถเสพได้ก็จะเกิดความทุกข์ใจขึ้นมา

ดังนั้นเราต้องพยายามฝืนเพื่อจะต่อสู้กับอำนาจของกิเลสตัณหาโมหะอวิชชาที่คอยดันส่งใจให้เราออกไปหารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่างๆ ในเบื้องต้นก็อาศัยกำลังของสติคอยดึงใจให้กลับเข้าข้างใน ถ้าเราหมั่นท่องพุทโธๆ ไปเรื่อยๆ อย่างนี้ต่อไปพุทโธจะมีกำลังมากกว่าความคิดปรุงแต่งที่จะไปคิดหาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะชนิดต่างๆ พอความอยากหาความสุขนี้มันสู้กำลังของพุทโธไม่ได้ มันก็จะดึงใจกลับเข้าข้างใน เดี๋ยวใจก็เข้าสู่ความสงบ สำหรับ

บางท่านก็จะเข้าเป็นขั้นๆ สงบทีละเล็กทีละน้อย แต่บางท่านก็เข้าแบบพรวดพราดก็มี เข้าแบบเหมือนตกจากที่สูง บริกรรมพุทโธอยู่แป๊บหนึ่ง เหมือนจิตนี้ตกจากที่สูง รวมเป็นหนึ่ง สงบนิ่ง ความคิดปรุงแต่ง ความอยากต่างๆ โมหะอวิชชากิเลสตัณหาหยุดทำงานชั่วคราว พอการทำงานของกิเลสตัณหาหยุดปั๊บนี่ความสุขอันมหัศจรรย์ใจก็ปรากฏขึ้นมาทันที นี่คืออำนาจของสติ แต่สตินี้มีกำลังไม่มากไม่นาน พอจิตสงบ สติก็หยุดทำงานไปด้วย พอสติหมดแรง กิเลสตัณหาก็จะมีกำลังโผล่ขึ้นมาใหม่ ก็จะผลักดันให้จิตออกไปหารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะใหม่ พอจิตสงบได้สักพักหนึ่งก็เกิดความอยากจะลุกแล้ว เริ่มคิดปรุงแต่งแล้ว เริ่มรู้สึกเจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้แล้ว แสดงว่าได้ออกมาถึงตา หู จมูก ลิ้น กายแล้ว พอเกิดความรู้สึกขึ้นมาก็อยากจะเปลี่ยนความรู้สึกแล้ว พอนั่งแล้วรู้สึกเจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ก็อยากจะขยับ พอลุกขึ้นมาแล้วก็จะรู้สึกอาการหิวน้ำ ก็อยากจะดื่มเครื่องดื่มชนิดต่างๆ ถ้าไม่ถือศีล ๘ ก็อาจจะอยากรับประทานขนมนมเนยต่ออีก เพราะความอยากเริ่มทำงาน

ถ้าต้องการจะเอาชนะสิ่งเหล่านี้ก็มี ๒ วิธี วิธีแรกก็ใช้พุทโธหยุดมันไว้ก่อน ให้จิตกลับเข้าไปข้างในเหมือนเมื่อก่อน อันนี้ก็ต้องทำอยู่เรื่อยๆ สลับกันไป ดันเข้าไปแล้วเดี๋ยวมันก็ดันออกมา

วิธีที่ ๒ เราเรียกว่าวิธีของปัญญาหรือวิปัสสนา ต้องสอนใจให้เห็นว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่ใจอยากไปเสพนี้เป็นทุกข์ เพราะไม่เที่ยง เพราะเป็นของธรรมชาติ เป็นของที่บางทีเราก็ควบคุมบังคับได้ บางทีก็ไม่ได้ บางทีก็อยู่กับเรา บางทีก็ไม่อยู่กับเรา ถ้าเวลาเขาไม่อยู่กับเรา เวลาเขาจากเราไป มันก็จะทำให้เราทุกข์ใจ เสียใจ เศร้าใจ ถ้าเราไม่อยากจะทุกข์ใจ เศร้าใจ เราก็อย่าไปหารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ มาเสพดีกว่า ถ้าเราตัดความอยากได้ ต่อไปเราจะไม่รู้สึกหิวโหยกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เหมือนคนที่ตัดความอยากสูบบุหรี่ได้ พอเลิกสูบบุหรี่ได้แล้ว ก็จะไม่รู้สึกหิวโหยกับการสูบบุหรี่ คนที่เคยหิวโหยกับการดื่มสุรา พอเลิกความอยากดื่มสุราได้ ต่อไปก็ไม่รู้สึกเดือดร้อนกับการไม่ได้ดื่มสุรา อันนี้เป็นเรื่องของปัญญาขั้นที่ ๒ ต่อจากสมาธิ

ถ้าเราชำนาญทางสมาธิแล้ว พอออกจากสมาธิมาก็ใช้ปัญญาสอนใจ เวลาอยากได้อะไรก็สอนให้เห็นไตรลักษณ์ เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือเห็นมุมกลับ ถ้าเห็นอะไรสวยงามก็มองให้เห็นว่ามันไม่สวยงาม เช่น ร่างกายเห็นสวยงามก็อยากจะได้เขาเป็นแฟน พอไปเห็นส่วนที่ไม่สวยงามของเขา เราก็กลัวเขาทันที ถ้าคิดว่าเกิดวันดีคืนดีเขาโกรธเรา เขาเกลียดเรา เป็นยังไงบ้าง

เขาซ้อมเรา เขาทุบตีเราอย่างนี้ ถ้าคิดถึงมุมกลับบ้าง มันก็ทำให้เราอาจจะหยุดความอยากได้ ไม่เสี่ยงดีกว่า เพราะไม่รู้ว่าเขาจะดีกับเราไปตลอดได้หรือเปล่า วันดีคืนดีเขาอาจจะกลายเป็นข้าศึกศัตรูขึ้นมาก็ได้ ให้คิดมุมกลับ ให้คิดถึงการเปลี่ยนแปลง คนเราคิดได้สิ่งต่างๆ คิดจากดีกลายเป็นไม่ดีได้ ถ้าเห็นความไม่แน่นอนของสิ่งต่างๆ มันก็จะทำให้เราไม่อยากที่จะได้สิ่งต่างๆ มา เพราะเราไม่รู้ว่ามันจะกลายเป็นยาพิษขึ้นมาเมื่อไร จะกลายเป็นพิษเป็นภัยต่อเราเมื่อไร **สู้อยู่ตามลำพังดีกว่า ปลอดภัยกว่า อยู่กับความสงบดีกว่า เราก็จะเลิกความอยากต่างๆ ได้ ต่อไปก็จะไม่มีความอยากหลงเหลืออยู่ในใจ ใจของเราก็จะมีแต่ความสงบ มีแต่ความสุขไปตลอด การปฏิบัติของเราก็ยุติลงตรงจุดนั้น เมื่อไม่มีความทุกข์หลงเหลืออยู่ในใจแล้วก็ไม่ต้องปฏิบัติต่อไป เมื่อไม่มีความอยากหลงเหลืออยู่ในใจก็จะไม่มีความทุกข์ ก็ไม่ต้องเจริญสติ ไม่ต้องนั่งสมาธิ ไม่ต้องเจริญวิปัสสนาอีกต่อไป** เพราะการเจริญธรรมเหล่านี้เป็นเหมือนการรับประทานยา ถ้าไม่สบายก็ต้องรับประทานยา แต่พอหายจากโรคภัยไข้เจ็บแล้ว ก็ไม่จำเป็นจะต้องรับประทานยา รับประทานไปก็ไม่ได้ทำให้มีผลอะไรต่างกัน เราก็เลิกรับประทานยาเวลาที่เราหาย เวลาใจพ้น

ทุกข์แล้วไม่มีความทุกข์แล้ว ไม่มีกิเลสตัณหาแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติธรรมอีกต่อไป

การปฏิบัติทางธรรมนี้มีวันสิ้นสุดลง งานทางธรรมมีวันสิ้นสุดลง แต่งานทางโลกนี้ทำไปเท่าไรก็ไม่มีวันสิ้นสุด เพราะมันจะต้องคอยมาเสริมมาเติมอยู่เรื่อยๆ เดี๋ยวมันเก่าก็ต้องมาซ่อมมาแซมใหม่อยู่เรื่อยๆ แต่งานทางธรรมนี้เหมือนกับการรักษาโรคภัยไข้เจ็บ เพราะพอหายแล้วก็ไม่ต้องกินยาอีกต่อไป

นี่คือผลที่เราจะได้จากการที่เรามาปฏิบัติธรรมกัน หัดเจริญสติ หัดนั่งสมาธิ หัดเจริญปัญญา หัดถือศีล ๘ กัน หัดอยู่ตามลำพังกัน แล้วต่อไปเราจะได้หลุดพ้นจากความทุกข์ แล้วก็จะมีแต่ความสุขอยู่ภายในใจตลอดเวลา ●●●

ลบล้างมิจฉาทิฏฐิ เพื่อก่อให้เกิดสัมมาทิฏฐิ

พระธรรมเทศนาโดย **พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต**

วันที่ ๒๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓

ครึ่งหนึ่งของชีวิตของพวกเราคือร่างกายที่พวกเรารู้จักกันเห็นกัน เรารู้เรื่องของร่างกายเราดีมาก พวกหมอพวกแพทย์นี่เขารู้เรื่องราวต่างๆ ของร่างกาย แต่ไม่มีใครรู้เรื่องราวของจิตใจ เพราะการที่จะรู้เรื่องราวของจิตใจได้นี้ ต้องมีตาในต้องมีตาทิพย์ ต้องเปิดตาทิพย์ พวกเราทุกคนมีตาทิพย์กัน มีตาใน มีกายทิพย์ กายทิพย์นี่ก็มีตาทิพย์ มีหูทิพย์ สามารถที่จะเห็นสิ่งที่มีอยู่ในโลกทิพย์ได้ สามารถได้ยินเสียงที่หูธรรมดาได้ยินไม่ได้ ได้ยินเสียงของเทวดาของกายทิพย์ต่างๆ เห็นภาพเห็นรูปของกายทิพย์ต่างๆ **การที่จะมีตาทิพย์หรือเปิดตาทิพย์ของเราขึ้นมานี้ เราต้องใช้การปฏิบัติที่เรียกว่าการภาวนานี้เอง**

การภาวนานี่แหละเป็นวิธีที่จะทำให้เราเปิดตาทิพย์ เปิดตาในของเรา ให้เราได้เห็นกายทิพย์ของเราว่า นอกจากร่างกายของเรา กายหยาบของเราแล้ว เรายังมีกายทิพย์อีกกายหนึ่ง กายทิพย์นี้จะไม่มีรูปร่างหน้าตาเหมือนกับกายหยาบ กายทิพย์นี้จะมีความรู้สึกนึกคิด มีผู้รู้ผู้คิด นี่คือตัวของกายทิพย์ กายทิพย์นี้เป็นผู้รู้สึกนึกคิด และเป็นผู้ที่มาสั่งการให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ ร่างกายนี้เป็นบ่าว กายทิพย์นี้เป็นนาย ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว ผู้รู้ผู้คิดนี้เป็นผู้สั่งให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ อย่างวันนี้ผู้รู้ก็รู้ว่ามีการแสดงธรรมที่นี่ ผู้รู้ก็สั่งด้วยความคิด สั่งให้ร่างกายออกเดินทางมาที่นี่เพราะจะมาทำหน้าที่ สำหรับผู้ที่มีหน้าที่ถ่ายทอดก็มาทำหน้าที่ถ่ายทอดการแสดงธรรม สำหรับผู้ที่ต้องการฟังธรรมก็มาฟังธรรม ผู้รู้ผู้คิดนี้เป็นผู้สั่งให้ร่างกายออกเดินทางมาจากบ้าน จากที่พัก ถ้าอยู่ในวัดก็มาจากที่พักในวัด บางท่านก็เดินมา บางท่านก็ขับรถมา นั่งรถมา มาแล้วก็มาทำหน้าที่ ผู้ที่ทำหน้าที่จริงๆ คือใจ คือกายทิพย์หรือผู้รู้ผู้คิด ร่างกายนี้เป็นเพียงเครื่องมือของใจ เป็นเหมือนรถยนต์ รถยนต์นี้เป็นเครื่องมือของคนขับรถ คนที่ขับรถนี้ไม่ใช่เป็นรถ คนที่ขับรถนี้เป็นคนขับ คนที่ใช้ร่างกายก็ไม่ใช่ร่างกาย **คนที่ใช้ร่างกายให้ทำงานต่างๆ ก็คือกายทิพย์นี่เอง กายทิพย์นี่แหละเป็นตัวที่จะไม่ตายไปกับกายหยาบ เวลาที่ร่างกายนี้ตายไปแล้ว**

กายทิพย์นี้ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย เพราะเป็นคนละคนกัน กายทิพย์ไม่ได้แก่ไม่ได้เจ็บไม่ได้ตายไปกับกายหยาบเพราะว่า กายทิพย์นี้ไม่ได้มีส่วนประกอบเหมือนกับกายหยาบนั่นเอง

กายหยาบมีส่วนประกอบคือ ธาตุ ๔ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ เราจึงเรียกร่างกายนี้ว่า **"สังขาร"** สังขารคือสิ่งที่เกิดขึ้นจากการผสมปรุงแต่งของธาตุ ๔ คือ ของดิน น้ำ ลม ไฟ เหมือนกับอาหารต้องมีการผสมปรุงแต่ง การจะทำอาหารจานหนึ่งขึ้นมาได้ เราก็ต้องมีส่วนประกอบต่างๆ คือ มีผัก มีเนื้อ มีน้ำมัน มีน้ำ มีผงชูรส มีน้ำปลา มีอะไรต่างๆ เป็นการผสมปรุงแต่งของส่วนประกอบ ทำให้เกิดอาหารขึ้นมา แต่อาหารที่เราทำเสร็จนี้ ถ้าเรารับประทานเข้าไปในร่างกาย มันก็ไปแยกตัวออก มันก็กลายเป็นส่วนประกอบส่วนหนึ่งของร่างกายต่อไป ไปเสริมอาการ ๓๒ ต่างๆ ของร่างกาย ทำให้ผมของเรายาวขึ้น ทำให้เล็บของเรายาวขึ้น ทำให้อวัยวะต่างๆ ที่จะเสื่อมไม่เสื่อม เพราะเหมือนกับมีอะไหล่ชิ้นส่วนเข้ามาเสริมอยู่เรื่อยๆ นี่เรียกว่าสังขาร **อะไรที่เป็นสังขารนี้แสดงว่ามันไม่ได้เป็นของแท้ดั้งเดิม มันเป็นของที่เกิดจากการผสมปรุงแต่ง ส่วนธาตุที่มาผสมปรุงแต่งนี้เป็นของแท้ดั้งเดิม** ธาตุดินนี้เป็นของแท้ของดั้งเดิม มีมาตลอดทุกยุคทุกสมัย ธาตุน้ำก็มีอยู่ทุกยุคทุกสมัย

ธาตุดินก็มีทุกยุคทุกสมัย ธาตุลม ธาตุไฟ ก็มีทุกยุคทุกสมัย ธาตุเหล่านี้มันก็เป็นธาตุเหมือนเดิม น้ำในสมัยพุทธกาลกับน้ำในสมัยนี้ก็เป็นน้ำอันเดียวกัน ดินในสมัยพุทธกาลกับดินในสมัยนี้ก็เป็นดินอันเดียวกัน ธาตุเหล่านี้เขาเรียกว่าเป็นธาตุแท้ ธาตุดั้งเดิม ที่ไม่มีวันแตกไม่มีวันดับ ไม่มีวันหมดสิ้นไปจากโลก แต่มันชอบไปผสมรวมกันแล้วไปปรุงแต่งให้เป็นสิ่งต่างๆ ขึ้นมา สิ่งต่างๆ ที่เราเห็น เช่น ต้นไม้ ใบหญ้า คน หรือสัตว์เดรัจฉานนี้ ก็ล้วนเป็นผลที่เกิดจากการผสมปรุงแต่งของธาตุทั้ง ๔ นี่เอง

ดังนั้นร่างกายของเรานี้ ความจริงไม่มีตัวเรา ไม่มีตัวเราอยู่ในร่างกาย **"สัพเพ ธัมมา อนัตตา"** ***ธรรมทั้งหลายไม่มีตัวตน*** ดิน น้ำ ลม ไฟ ก็ไม่มีตัวตน พอมารวมตัวกันให้เป็นร่างกายเป็นอาการ ๓๒ ขึ้นมา ก็ไม่มีตัวตนเหมือนกัน ก็เป็นเพียงอาการ ๓๒ ร่างกายของเรานี้มีผม มีขน มีเล็บ มีฟัน มีหนัง มีเนื้อ มีเอ็น มีกระดูก มีเยื่อในกระดูก มีม้าม มีหัวใจ มีตับ มีพังผืด มีปอด มีไส้น้อย มีไส้ใหญ่ มีอาหารใหม่ มีอาหารเก่า มีสมอง แล้วก็มีน้ำชนิดต่างๆ น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำดี น้ำเสลด น้ำมันเหลว น้ำตา น้ำมันข้น น้ำเหงื่อ น้ำมูตร น้ำคูตร น้ำมูก น้ำลาย อันนี้เป็นสังขารที่เกิดจากการผสมปรุงแต่งของธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ เหมือนกับขนมต่างๆ ที่เรารับประทานก็เกิดจาก

การผสมปรุงแต่งของน้ำตาล ของแป้ง ของส่วนผสมต่างๆ ส่วนประกอบต่างๆ นี่เรียกว่าสังขาร สังขารทั้งหมดไม่เที่ยง สังขารมันมารวมตัวกันแล้วเดี๋ยววันหนึ่งมันก็จะต้องแยกตัวออกจากกัน แล้วมันก็จะดับ ร่างกายมารวมตัวกันแล้วเดี๋ยวมันก็ดับ มันก็จะแยกกลับคืนสู่ธาตุเดิม ธาตุน้ำก็กลับไปสู่ธาตุน้ำ ธาตุลมก็กลับไปสู่ธาตุลม ธาตุไฟก็กลับไปสู่ธาตุไฟ ธาตุดินก็กลับสู่ธาตุดิน

ดังนั้น **สิ่งที่เราเห็นสิ่งที่เราไปว่าเป็นตัวเป็นตนนี้ เรียกว่าเป็น "มิจฉาทิฏฐิ" ไม่มีตัวตน ไม่มีเราในร่างกาย เป็นเพียงมิจฉาทิฏฐิที่มีอยู่ในใจ อยู่ในกายทิพย์ อยู่ในผู้รู้ผู้คิด ที่ไปนึกคิดขึ้นมาเอง** เรานึกคิดกันขึ้นมาเองว่าร่างกายนี้เป็นตัวเรา แต่ถ้าเราศึกษาจริงๆ แล้ว เราก็จะเห็นว่าไม่มีตัวเราอยู่ในร่างกาย เราลองแยกเอาอาการต่างๆ ของร่างกายออกมาซิ เอามาแยกกันเหมือนชำแหละ เอาผมออกมาก่อน แล้วดูที่ผมว่า ตัวเราอยู่ที่ผมไหม มีตัวเราอยู่ในผมหรือเปล่า เอาขนออกมากองไว้ เอาเล็บออกมากองไว้ เอาฟันออกมากองไว้ แล้วดูไปในแต่ละอาการ ดูว่าเรามีตัวเราอยู่ตรงไหนบ้าง ก็ไม่มี มันเป็นเพียงความคิดเท่านั้นเอง เหมือนคนสมัยก่อนที่คิดว่าโลกนี้แบน พอคิดว่าโลกแบนก็เลยเชื่อกันใช่ไหม เชื่อว่าโลกนี้แบนก็เลยกลัวกัน กลัวว่าถ้าเดินทาง

ไปสุดขอบโลก มันก็จะตกออกจากโลกไป เพราะคิดว่าแบนเหมือนโต๊ะ โต๊ะนี่มันมีขอบใช่ไหม ถ้าเอาของกลิ้งออกนอกขอบไป มันก็ต้องตกลงไปที่อื่น อันนี้ก็เป็นความคิดเฉยๆ ไม่ได้ตรงกับความจริง ความจริงโลกมันไม่แบน โลกมันกลม ต่อให้เดินทางไปสุดขอบฟ้า มันก็จะไม่เจอขอบอยู่ดี เพราะยิ่งเดินไปขอบมันก็เหมือนหนีเราไปอย่างนั้น มันก็ไปอยู่ข้างหน้าเราอยู่เรื่อยๆ เพราะโลกมันกลมนั่นเอง มันถึงเป็นอย่างนี้

ฉันใด เรื่องของอัตตาตัวตนที่เรามาคิดว่ามีอยู่ในร่างกายของเรานี้ มันก็ไม่มี ถ้าเรามาวิเคราะห์ด้วยปัญญาของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนให้เรามาวิเคราะห์ดูว่าร่างกายของเรานี้เป็นเราที่ตรงไหน เราอยู่ที่ตรงไหนบ้าง เวลาเราตัดผมไปนี่ ตัวเราหายไปกับผมหรือเปล่า ส่วนหนึ่งของเราหายไปกับผมหรือเปล่า เช่น มีเราอยู่ ๑๐๐% พอตัดผมออกไปสัก ๒% เราเหลือ ๙๘% หรือเปล่า เราก็ยังเหลือ ๑๐๐% อยู่ ความรู้สึกนึกคิดก็ยังเหมือนเดิมอยู่ **ถ้าเราได้ยินได้ฟังธรรม ได้ศึกษาได้ปฏิบัติ ได้พิจารณา จะทำให้เราเริ่มเห็นความจริงว่า ในตัวร่างกายนี้ไม่มีเราหรอก แล้วก็ไม่ได้เป็นเราด้วย เพราะตัวที่เป็นเราก็คือตัวรู้ตัวคิดนี้เอง ที่เราจะเห็นได้ต่อเมื่อเรามาฝึกภาวนากัน มาฝึกนั่งสมาธิกัน เพราะเวลาเรานั่งสมาธินี้ เราจะใช้สติ**

ถอนใจที่ส่งกระแสมาเกาะติดที่ร่างกาย กระแสที่มาเกาะติดกับร่างกายเหมือนกับแสงไฟของรถยนต์นี่เอง เวลาเราเปิดไฟรถยนต์นี้ แสงมันจะพุ่งออกไปข้างหน้า เวลาเราปิดไฟปั๊บแสงมันก็กลับเข้ามาข้างในทันที กลับเข้ามาที่หลอดไฟ ใจของเราก็เหมือนกัน ใจเราส่งกระแสรับรู้ไปที่อายตนะของร่างกาย ร่างกายมีอายตนะอยู่ ๕ ส่วนด้วยกันที่เราเรียกว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี่เอง และการที่ใจอยากจะรู้เรื่องราวที่เข้ามาทางอายตนะ ใจก็ต้องส่งกระแสไปรับสิ่งที่จะเข้ามาทางอายตนะต่างๆ สิ่งที่จะเข้ามาทางอายตนะคืออะไร ก็คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนี่เอง รูปที่เห็นด้วยตา เสียงที่ได้ยินด้วยหู ลิ้มรสด้วยลิ้น ได้กลิ่นด้วยจมูก และโผฏฐัพพะด้วยร่างกาย คำว่า **"โผฏฐัพพะ"** ก็คือการสัมผัสต่างๆ เช่น หนาว เย็น แข็ง นุ่ม พอมาสัมผัสกับตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจก็จะรับรู้ขึ้นมาทันที เพราะใจส่งกระแสรับรู้มารอรับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะที่จะเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นั่นเอง คือเรียกว่า **"วิญญาณทั้ง ๕"** วิญญาณที่อยู่ในขันธ์ ๕ นี่แหละเรียกว่าเป็นตัวที่จะมาทำหน้าที่รับเอารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะต่างๆ ที่เข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย พอตาเห็นรูปปั๊บ รูปมันก็จะวิ่งมาที่วิญญาณทันที วิญญาณก็จะส่งมาที่ใจ

ใจนี้เป็นเหมือนศูนย์กลางของการรับข้อมูลต่างๆ เหมือนกับสมัยนี้ เราคงเคยเห็นระบบควบคุมการจราจร เขาจะมีศูนย์ควบคุมระบบการจราจร แล้วเขาจะมีกล้องไปติดตามถนนต่างๆ ตามแยกต่างๆ แล้วกล้องเหล่านี้ก็จะถ่ายภาพของสถานภาพของถนนในเวลานั้นว่าตอนนี้ถนนเส้นนี้รถแน่นไหม สี่แยกตรงนี้รถติดไหม ที่กล้องก็จะมีสายหรือมีเครื่องส่งสัญญาณส่งภาพเหล่านี้ไปที่ศูนย์กลางควบคุมการจราจร แล้วก็มีคนอยู่ที่ศูนย์ได้รายงานให้กับผู้สื่อข่าวทางสถานีวิทยุ เพื่อที่จะได้แจ้งให้ผู้ที่ขับรถบนท้องถนนให้ได้รู้ว่า สถานการณ์บนท้องถนนตอนนี้เป็นอย่างไร ถนนไหนติดมาก ที่ติดเพราะมีอุบัติเหตุ หรือติดเพราะมีรถเสียทำให้ขวางทางการจราจร ทำให้รถไม่สามารถวิ่งไปได้ ผู้ที่ขับขี่ยวดยาน พอรู้ว่าถนนเส้นนี้มันมีปัญหาก็จะได้หลีกเลี่ยงเปลี่ยนไปใช้เส้นอื่นแทนได้

ฉันใด **ใจก็เป็นศูนย์กลางของการรับข้อมูลต่างๆ ที่เข้ามาทางวิญญาณรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่มาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย มันก็จะถูกวิญญาณรับแล้วก็ส่งมาที่ศูนย์กลาง ศูนย์กลางก็จะมีผู้ที่คอยมาวิจัยมาวิเคราะห์รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เข้ามาว่าเป็นรูปอะไรบ้าง** เช่น พอเห็นภาพ เห็นรูปของคนคนนี้ บางทีเราอาจจะเคยเห็นเพราะเรามีความจำ คือ **"สัญญา"**

ถ้าเรามีความจำ เราเคยเห็นคนนี้ พอเห็นอีกครั้งหนึ่งเราก็จะรู้ว่าเป็นใคร แต่ถ้าเขาไม่เคยอยู่ในระบบของความจำของเรา เราก็จะไม่รู้ว่าเขาเป็นใคร ในเมื่อเราไม่รู้ว่าเขาเป็นใคร เราก็ต้องหาข้อมูลเพิ่มเติม ด้วยการถามเขาก็ได้ว่า "คุณเป็นใคร มีชื่ออะไร มาจากไหน" อันนี้เป็นการทำงานของสัญญากับสังขาร ในขันธ์ ๕ เรามีร่างกายคือรูป เป็นขันธ์ที่ ๑ แล้วก็มีวิญญาณ เป็นขันธ์ที่ ๒ วิญญาณนี้เป็นขันธ์ของใจ เป็นส่วนของใจที่จะไปรับเอารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ส่งเข้ามาที่ศูนย์กลางของใจ เพื่อให้ใจได้วิเคราะห์ว่าเป็นรูปอะไร เป็นเสียงอะไร เป็นกลิ่นอะไร ดีไม่ดีอย่างไร อันนี้เป็นหน้าที่ของสัญญาและสังขาร เวลาอะไรเข้ามานี้บางทีไม่ต้องเคยเห็นมาก่อนด้วยซ้ำไป จะรู้แล้วว่าดีหรือไม่ดี เพราะมันจะทำให้เกิด **"เวทนา"** ขึ้นมาในใจ เกิดความรู้สึกขึ้นมา บางอย่างเข้ามาแล้ว ก็ทำให้เกิดสุขเวทนา บางอย่างเข้ามาแล้ว ก็ทำให้เกิดทุกขเวทนา เช่น เสียงนี้ ถ้าเสียงเบา เสียงนุ่ม ฟังแล้ว ก็เกิดสุขเวทนาขึ้นมา ถ้าเป็นเสียงด่า เสียงหยาบคาย ฟังแล้ว ก็เกิดทุกขเวทนาขึ้นมา หรือเสียงดังเสียงค่อยก็เหมือนกัน ถ้าเสียงดังมากๆ มันก็ทำให้เกิดทุกขเวทนาขึ้นมาได้ พอรู้ว่าอะไรเป็นทุกขเวทนา ใจก็จะพยายามหลีกเลี่ยง เพราะใจถูกสอนไม่ให้ชอบทุกขเวทนา ให้ชอบแต่สุขเวทนา ก็เลยมีปฏิกิริยาต่างๆ

ต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาทางอายตนะทั้ง ๕ คือจะมีปฏิกิริยากับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไปตามเวทนาที่เกิดขึ้น ถ้าเป็นสุขเวทนาก็จะมีปฏิกิริยาอย่างหนึ่ง คือมีความยินดี มีความต้องการอยากได้ขึ้นมา ถ้าเป็นทุกขเวทนาก็จะเกิดความรังเกียจขึ้นมา เกิดความอยากจะปฏิเสธ ไม่อยากจะไปเกี่ยวข้องด้วย ไม่อยากจะเข้าใกล้ด้วย นี่คือเรื่องของใจคือกายทิพย์นี้ เป็นผู้ที่มีปฏิกิริยาต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย

การทำงานของขันธ์ ๔ คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้ เราจะเห็นได้ต่อเมื่อเราเปิดตาทิพย์ขึ้นมา วิธีที่จะเปิดตาทิพย์ก็คือ เราต้องถอนวิญญาณออกจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ด้วยการเจริญสติ คือการเจริญกรรมฐานชนิดใดชนิดหนึ่ง พุทธานุสสติก็ได้ อานาปานสติก็ได้ ถ้าเรามีการเจริญกรรมฐาน เราก็จะเจริญสติ สติก็จะค่อยๆ ดึง ค่อยๆ ถอดปลั๊ก ถอดวิญญาณที่ไปเกาะที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ให้กลับเข้าไปในใจ **ถ้าสติมีกำลังมาก สามารถถอดวิญญาณทั้ง ๕ ออกจากตา หู จมูก ลิ้น กายได้ จิตก็จะรวมเป็นหนึ่ง เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ทำหน้าที่ต่างๆ ก็จะหยุดทำงานชั่วคราว แล้วจิตก็จะนิ่งสงบ แล้วก็จะเหลือแต่ผู้รู้ หรือสักแต่ว่ารู้ ตอนนั้นการรับรู้ผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้จะยุติไป ก็เลยทำให้รู้สึกว่าตอนนั้น**

ไม่มีร่างกาย ร่างกายหายไปจากการรับรู้ของวิญญาณ เพราะวิญญาณถูกสติดึงให้ออกจากตา หู จมูก ลิ้น กายไป ตอนนั้นเราเรียกว่าจิตเป็นสมาธิ จิตรวมเป็นหนึ่ง รวมเข้ามาที่ผู้รู้ ถ้าเป็นแสงไฟ พอเราปิดสวิตช์ ก็เหมือนกับมันวิ่งกลับมาที่หลอดไฟ ตอนนั้นสิ่งที่อยู่ข้างนอกก็จะมองไม่เห็น พอเราปิดไฟปั๊บ แสงสว่างที่ไปฉายให้เห็นสิ่งต่างๆ มันก็หายไป

นี่คือวิธีที่เราจะเปิดตาในหรือเปิดตาทิพย์ของเราขึ้นมา เพื่อเราจะได้เห็นกายทิพย์ของเรา เราจะได้เห็นผู้รู้ แล้วก็เห็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่อยู่ในผู้รู้นี้ ตอนที่มันสงบ เราจะไม่เห็นมัน แต่พอจิตออกจากความสงบ ทีนี้เราก็จะเห็นนามขันธ์ทั้ง ๔ เริ่มทำงาน เห็นวิญญาณรับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะเข้ามา เห็นสัญญาคือความจำได้หมายรู้ว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนั้นเป็นอะไรเป็นอย่างไร แล้วก็จะเห็นเวทนาขึ้นมาทันที เห็นสุข เห็นทุกข์ เห็นไม่สุขไม่ทุกข์ เวทนาปรากฏขึ้นมา แล้วก็จะเห็นสังขารทำการสั่งการ สังขารนี้เป็นผู้สั่งการให้ปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ต่อไป ถ้าชอบก็สั่งการให้ไปจัดหามา ถ้าไม่ชอบก็ให้เดินหนีไป เห็นไหม เวลาเราไปเดินช้อปปิ้งนี้ ถ้าเราเห็นอันไหนเราชอบ เราจะหยุด จะดูแล้วดูอีก จับแล้วจับอีก พลิกไปพลิกมา ลองไปลองมา สังขารกำลังทำหน้าที่เลือกเฟ้น

สิ่งที่เราชอบ ถ้าเราไม่ชอบ เราก็เดินหนีไปเลย เห็นปั๊บ เอ๊ย ไม่ชอบสิ่งนี้ ก็เดินไปเลย เป็นสังขารสั่ง ไม่ใช่ร่างกายสั่ง ร่างกายไม่มีคำสั่งในตัว ร่างกายไม่มีสังขาร

สังขารนี้มี ๒ อย่าง ร่างกายนี้เราเรียกว่า "สังขาร" แต่เป็นสังขารที่เกิดจากการผสมปรุงแต่งของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ แต่สังขารในใจนี้เป็นสังขารที่เป็นความคิดปรุงแต่ง ที่เราเรียกว่าพิจารณา วิเคราะห์ ใคร่ครวญ นี่เรียกว่าสังขาร ใคร่ครวญว่าควรจะทำอะไร ควรจะทำอย่างไรดีกับเหตุการณ์ตอนนี้ เช่น ถ้าตอนนี้ฝนตก ก็ต้องเร่งเก็บข้าวเก็บของ ถ้าฝนหยุดก็เอาข้าวเอาของออกมาตั้งใหม่ อันนี้เป็นหน้าที่ของสังขาร เป็นความคิดปรุงแต่ง ถ้าเราไม่รู้เรื่องกายทิพย์ของเรา เราก็จะไปรู้เรื่องเพียงเรื่องเดียวคือร่างกาย แล้วเราก็จะพยายามที่จะคอยดูแลรักษาร่างกายของเราให้ดีที่สุด เพราะว่าเราต้องใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือในการหาสุขเวทนาให้กับเรา พาเราไปสัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่ทำให้เกิดสุขเวทนาขึ้นมา แล้วก็พาให้ร่างกายหนีเวลาไปเจอกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่ทำให้เกิดทุกขเวทนาขึ้นมา แต่บางครั้งชีวิตมันก็ไม่ได้เป็นไปตามคำสั่งของสังขารเสมอไป บางทีอยากจะได้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เป็นสุขเวทนา ก็อาจจะไม่ได้ก็ได้

บางทีอยากจะหนีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เป็นทุกขเวทนา ก็หนีไม่ได้ก็มี เช่น คนไปติดคุกนี้ ก็ไปเจอกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เป็นทุกขเวทนา แต่จะหนีมันก็หนีไม่ได้เพราะว่าถูกกักขังเอาไว้ บางทีเห็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เป็นสุขเวทนา ก็ไปเอามาไม่ได้เพราะไม่มีกำลังซื้อ เช่น เราไปช้อปปิ้งไปดูร้านเพชรนี้ มีเพชรสวยๆ งามๆ มีตุ้มหู มีแหวน เห็นแล้วก็น้ำลายไหล อยากจะได้ขึ้นมา แต่พอดูเงินในกระเป๋าแล้วมันไม่พอซื้อ มันก็ซื้อไม่ได้ ทีนี้มันจะมีผลตามมาอีกอย่างที่เราไม่รู้กันก็คือ นอกจากเวทนาที่เห็นของสวยๆ งามๆ แล้ว แต่ไม่ได้ของสวยๆ งามๆ ตามที่เราอยากได้ อะไรเกิดขึ้นมา ก็คือความทุกข์ใจ ความเสียใจเกิดขึ้นมา อันนี้เป็นอีกตัวหนึ่งที่ต่างจากสุขเวทนากับทุกขเวทนา สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือไม่สุขไม่ทุกข์เวทนาเกิดจากเวลาที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ได้สัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ พอสัมผัสกับของสวยๆ งามๆ ที่เราชอบก็เกิดสุขเวทนาขึ้นมา พอสัมผัสกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เราไม่ชอบ ก็เกิดทุกขเวทนาขึ้นมา อันนี้เป็นเพียงเวทนา แต่ยังไม่ได้เป็นสุขเป็นทุกข์ของใจ สุขทุกข์ของใจนี้เกิดอีกตอนหนึ่ง ตอนที่เกิดสังขารความคิดปรุงแต่งขึ้นมา พอเจอสุขเวทนา สังขารความคิดปรุงแต่งก็ปรุงแต่งว่าอยากจะได้ขึ้นมา แล้วพอไม่ได้ขึ้นมาก็เกิดความเสียใจ เกิดทุกขเวทนาขึ้นมา หรือเวลาไปเจอ

รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เป็นทุกขเวทนา แล้วสังขารความคิดปรุงแต่งก็ปรุงแต่งว่าให้หนี อย่าอยู่ ทีนี้มันหนีไม่ได้ เช่น ไปถูกเขาจับขังคุกขังตะราง เขามีลูกกรงมีอะไรกั้นไว้ จะออกไปก็ไปไม่ได้ ตอนนั้นก็เกิดอะไรขึ้นมา เกิดทุกข์ใจขึ้นมา มีทุกขเวทนาทางตา หู จมูก ลิ้น กายแล้ว ก็ยังมีทุกข์ใจอีกที่เกิดจากสังขารความคิดปรุงแต่งซึ่งคิดไปในทางความอยาก พอเกิดมีสังขารความคิดปรุงแต่งไปในทางความอยาก คืออยากได้หรืออยากไม่ได้ก็ตาม พอไม่ได้ดังใจอยากก็จะเกิดทุกข์ขึ้นมาทันที

นี่เป็นเรื่องของจิตใจที่เราจะเห็นได้อย่างชัดเจน แล้วเราก็จะได้มาแก้ปัญหาของจิตใจได้ **สิ่งที่เราแก้ไม่ได้ก็คือเวทนา เวทนาที่เข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กายนี้ มันเป็นสิ่งที่เป็นไปตามเรื่องของมัน รูปก็มีทั้งสุขเวทนา ทั้งทุกขเวทนา มีทั้งไม่สุขไม่ทุกข์เวทนา เสียงก็มีเหมือนกัน กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็มีเหมือนกัน แต่สิ่งที่เราจะทำให้ไม่เกิดขึ้นมาในใจของเราได้ ก็คือความทุกข์ใจ ความเสียใจ ถ้าเราเข้าถึงตัวสังขารได้ เข้าถึงตัวอริยสัจได้** ตัวอริยสัจคือเราจะเห็นสัจธรรมความจริงว่า ความทุกข์ใจของเรานี้มันเกิดจากความอยากของเรา คือความอยากของใจ พออยากแล้วไม่ได้ดังใจอยากก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา ซึ่งความทุกข์ใจนี้พอเรารู้จากการปฏิบัติของเรา จากการเปิด

ตาในของเรา จะทำให้เราเห็นการทำงานของเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เราก็จะเห็นตัวที่เป็นปัญหา ตัวที่สร้างความทุกข์ใจให้กับเรานี้ก็คือสังขารความคิดปรุงแต่งนี่เอง ที่คิดไปในทางความอยาก โดยเฉพาะไปอยากในสิ่งที่เราไม่สามารถที่จะทำได้หรือมีได้นั่นเอง เช่น ความอยากไม่แก่ ความอยากไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ความอยากไม่ตาย อันนี้มันเป็นสิ่งที่เราไปห้ามมันไม่ได้ เพราะร่างกายนี้มันเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ เป็นเหมือนกับดินฟ้าอากาศ ดินฟ้าอากาศนี่เรายอมรับว่าเป็นส่วนของธรรมชาติที่เราไปยุ่งด้วยไม่ได้ เราจะไปสั่งให้ฝนตกไม่ได้ จะไปสั่งให้แดดออกไม่ได้

ฉันใด ร่างกายของเราก็เป็นเหมือนดินฟ้าอากาศนี่แหละ แต่โมหะอวิชชาความหลงความไม่รู้ของเรา ทำให้เราไปคิดว่าร่างกายนี้เป็นสิ่งที่เราสามารถควบคุมได้สั่งได้ เพราะเราสั่งให้มันทำอะไรได้หลายอย่างนั่นเอง เราสั่งให้มันเดิน ให้มันยืน ให้มันวิ่ง ให้มันทำอะไรต่างๆ ให้กับเราได้ แต่เราไม่รู้ว่ามันมีบางอย่างที่เราสั่งไม่ได้ สิ่งที่เราสั่งร่างกายไม่ได้ก็คือสั่งให้มันไม่แก่ไม่ได้ ร่างกายของพวกเราทุกคนนี้ มันกำลังเดินทางไปหาความแก่กัน ตอนต้นก็เป็นเด็ก แล้วก็เป็นหนุ่มเป็นสาว เป็นผู้ใหญ่ แล้วเดี๋ยวมันก็ไปเป็นคนแก่ ห้ามยังไงก็ห้ามไม่ได้

ทำศัลยกรรมกี่ครั้งกี่รอบก็ห้ามไม่ได้ ไปดึงให้มันตึงไม่ให้มันหย่อน มันก็ทำได้ชั่วไม่กี่ปี เดี๋ยวมันก็เริ่มหย่อนอีกอยู่ดี ในที่สุดก็ต้องยอมรับความจริง แต่ก่อนที่จะยอมรับความจริงได้นี้มันก็เหนื่อย ต้องทุกข์กับมันหลายปีด้วยกัน แต่ถ้าเราได้มาฟังเทศน์ฟังธรรมจากผู้มีสัมมาทิฏฐิ คือผู้ที่เห็นความจริง เห็นว่าร่างกายนี้มันต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย อย่าไปฝืนมันดีกว่า เตรียมตัวรับมันดีกว่า มาหัดสอนใจให้ยอมรับความแก่ ความเจ็บ ความตายดีกว่า สอนใจด้วยการคอยหยุดสังขารความคิดปรุงแต่ง **ทุกครั้งที่มันคิดปรุงแต่งไปในทางความอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย เราก็ต้องเอาปัญญา เอาสัมมาทิฏฐิที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า ร่างกายนี้มันต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ไม่ว่าจะทำอย่างไรกับมันก็ห้ามมันไม่ได้ อาจจะมีการผัดวันประกันพรุ่งได้ เลื่อนความแก่ไปหน่อยได้ เลื่อนความเจ็บไข้ได้ป่วยได้ด้วยการรับประทานยาป้องกัน ด้วยการออกกำลังกาย ด้วยการดูแลอะไรให้ดี ร่างกายก็อาจจะไม่ค่อยเจ็บไข้ได้ป่วย แต่ไม่ว่าจะดูแลกันอย่างไรให้ดีขนาดไหนก็ตาม ในที่สุดมันก็หนีความเจ็บไข้ได้ป่วยไปไม่ได้**

ดังนั้นพระพุทธเจ้าผู้มีสัมมาทิฏฐิก็ทรงรู้ว่า ความทุกข์ใจของพวกเรานี้เกิดจากความคิดปรุงแต่งไปในทางความอยากต่างๆ

นี่เอง อยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย อยากอยู่ไปนานๆ อยากเป็นหนุ่มเป็นสาวไปนานๆ อยากสวยไม่สร่าง อยากบานไม่รู้โรย **เวลาใครให้พรว่า *"สวยไม่สร่าง บานไม่รู้โรย"* นี่สาธุ สาธุกัน แสดงว่ายังมองไม่เห็นความจริง ยังไม่เห็นว่าร่างกายนี้ไม่ว่าจะเป็นของใคร ไม่ว่าใครจะให้พรอย่างไรก็ตาม มันก็เปลี่ยนความเป็นจริงของมันไม่ได้ ความเป็นจริงของมันก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ถ้าเราได้ภาวนาและสามารถเข้าถึงตัวสังขารได้ เราก็มาเปลี่ยนสังขารเสีย เปลี่ยนให้มันอย่าไปคิดไปในทางความอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย ด้วยการเอาสัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้องของพระพุทธเจ้ามาคอยสอนใจว่า *"เฮ้ย ต้องแก่นะเว้ย ต้องเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องตายนะ"* มาเตรียมตัวเตรียมใจรับกับความแก่ ความเจ็บ ความตายดีกว่า แล้วใจจะไม่ทุกข์** เวลามันจะคิดก็หยุดมันด้วยสติ ด้วยปัญญา ปัญญาก็บอกว่าอย่าไปคิดไปในทางความอยาก เพราะคิดไปในทางความอยากแล้วมันเป็นสมุทัย เป็นต้นเหตุของความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ ถ้าไม่คิดไปในทางความอยาก คิดเฉยๆ คิดไปตามความเป็นจริง เออ มันจะต้องแก่ก็ให้มันแก่ไป เออ มันจะต้องเจ็บก็ให้มันเจ็บไป เออ มันจะต้องตายก็ให้มันตายไป ยอมแก่ ยอมเจ็บ ยอมตาย

พอยอมได้มันก็จะหยุดฝืนความจริงได้ แล้วพอแก่มันก็เฉยๆ ไม่เดือดร้อน พอเจ็บไข้ได้ป่วยมันก็จะเฉยๆ ไม่เดือดร้อน พอตายมันก็ไม่เดือดร้อน เพราะว่ามันทำอะไรไม่ได้ ห้ามมันไม่ได้ อย่างวันนี้เราจะมีการถ่ายทอดสด ต้องห้ามไม่ให้ฝนมันตกนะ แต่มันห้ามไม่ได้ พอเรารู้ว่าห้ามไม่ได้ เราก็เลยไม่ทุกข์กับมัน เราก็เตรียมรับมาตรการ เราก็เตรียมร่มเตรียมอะไรมาไว้ ถ้าฝนตกเราก็กางร่มหรือเข้าที่ร่มเสีย ก็หมดเรื่อง อันนี้ก็เหมือนกัน เราต้องมองเห็นความจริงของร่างกายของเราว่ามันจะต้องเข้าสู่ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ถ้าเราไม่ต้องการที่จะทุกข์กับมัน เราก็ต้องยอมรับความจริงของมัน ถ้าเรายอมรับความจริงแล้ว ความคิดปรุงแต่งที่จะคิดไปในทางไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย มันก็จะไม่เกิด แล้วความทุกข์ใจก็จะไม่เกิดขึ้นมา เวลาแก่ก็ยิ้มแย้มแจ่มใส เห็นไหมครูบาอาจารย์นี่ท่านแก่แต่ท่านยิ้มแย้มแจ่มใส เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยท่านก็ไม่โอดร้องครวญคราง ไม่โวยวาย ไม่หงุดหงิด ท่านก็เฉย เวลาตายท่านก็ดูลมของท่านไป ดูลมจนกว่ามันจะหยุดหายใจ

อันนี้แหละคือประโยชน์ที่เราจะได้รับจากการที่เรามาฟังเทศน์ฟังธรรม เพื่อเราจะได้เรียนเรื่องสัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้อง

ว่าชีวิตของพวกเรานี้ไม่ได้มีเพียงร่างกาย และชีวิตของพวกเรานี้ไม่ได้สิ้นสุดลงที่ความตายของร่างกาย ชีวิตของเรานี้ยังไม่สิ้นสุด ยังไปต่อ ยังไปได้หลายทางอยู่ ไปทางต่ำก็ได้ ไปทางสูงก็ได้ หรือไปทางที่จะไม่ต้องกลับมาเกิดก็ได้ มี ๓ ทางไป ถ้าทำบาป มันก็จะดึงจิตใจของเราให้ไปทางต่ำ ให้ไปอยู่ในอบาย ถ้าทำบุญ มันก็จะดึงให้เราไปทางสูง ให้ไปอยู่ในสวรรค์ไปเป็นเทพ แล้วถ้าเรามีปัญญา มีวิปัสสนา เห็นอริยสัจ ๔ แล้วเรามาหยุดความอยากทั้งหลายที่มีอยู่ในใจของเราให้มันหมดไปได้ เราก็จะไปนิพพาน เราก็จะไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดกันอีกต่อไป เพราะสิ่งที่จะดึงให้ดวงวิญญาณของแต่ละท่านกลับมาเกิดก็คือความอยากนั่นเอง ถ้ายังมีความอยากมีความสุขผ่านทางร่างกาย ยังอยากดูรูป ฟังเสียง ลิ้มรส ดมกลิ่นอยู่ ก็จำเป็นที่จะต้องมามีร่างกายใหม่ พอมีร่างกายใหม่ก็จะต้องมาแก่ มาเจ็บ มาตาย กับร่างกายใหม่ต่อไป

นี่คือสัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้อง ที่จะทำให้เรานี้เปลี่ยนวิธีดำเนินชีวิตของเรา แทนที่จะพุ่งเป้าไปที่ร่างกาย แต่เราจะเปลี่ยนไปพุ่งเป้าที่จิตใจ เพราะจิตใจนี้เป็นผู้ที่จะต้องไปรับผลบุญผลบาป ผลแห่งการกระทำต่างๆ ของเราต่อไป

สิ่งต่างๆ ที่เราหามาได้ผ่านทางร่างกาย มันเป็นของชั่วคราว **พอร่างกายตายไปแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราหามาได้นี้ เราเอาติดตัวไปไม่ได้เลย พวกลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่างๆ ที่เราหากันได้ ที่เรามีกันอยู่ในตอนนี้ พอร่างกายสิ้นสุดลง สิ่งเหล่านี้มันก็สิ้นสุดลงไปกับร่างกาย ใจก็เอาไปไม่ได้ สิ่งที่ใจเอาไปได้ก็คือบุญและบาป หรือสัมมาทิฏฐิหรือมิจฉาทิฏฐินี่เอง ถ้ามีมิจฉาทิฏฐิก็จะพาเราไปเวียนว่ายตายเกิดต่อไป ถ้ามีสัมมาทิฏฐิก็จะพาเราออกจากการเวียนว่ายตายเกิด ได้ไปสู่พระนิพพาน**

นี่คือเป้าหมายของการฟังเทศน์ฟังธรรม ฟังเพื่อให้ได้ความรู้ให้รู้จักตัวของเราว่าเรามีอะไรบ้าง นอกจากมีร่างกาย อาการ ๓๒ แล้ว เรายังมีจิตใจ มีนามขันธ์ มีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่เราจะต้องมารู้จักมาศึกษาวิธีที่จะทำให้มันไม่มาผลิตความทุกข์ให้กับใจของเรา เพื่อที่จะไม่ให้มันมาดึงให้เราต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดกันอยู่เรื่อยๆ ●●●

รับชมการแสดงธรรมโดย พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต ได้ทุกวัน
เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น. รับชมได้ทาง

Youtube: Phrasuchart Live

Facebook: พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต

สามารถรับฟังผ่านวิทยุธรรมะออนไลน์ที่

Phrasuchart.com

และสามารถถามปัญหาธรรมะได้ทาง

Facebook และ Youtube