

“มาเก้นก็ไม่ได้กำอะໄໄ ໄມ້ນີພິຮີກຣນ  
ພິຮີກຣນນີເປັນເໜືອນຜັກສໍໂຍໜ້າ  
ກົນນີມີແຕ່ເນື້ອກວດ ໄມ້ນີແຕງກວາໄມ້ນີຜັກສໍ  
ດ້ານວຍກົມໄມ້ຕ້ອງໄກວັກຮູ ຂຶ້ນເວັກກົດກັນເລຍ  
ຂັດກັນຮະຫວ່າງຮຽນມະກັບກີເລສ”

ທ່ານພະຈາຈາຍສຸຫາຕີ ອກິຫາໂຕ  
ຮຽມະບນເຫັນໂອນ ວັດຄູາແສ້ງວາຣາມ

# คำปรากร

ธรรมะบันเข้า เล่ม ๓

ท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต ได้พูดถึงสัมมาทิภูมิ ซึ่งเป็นปัญญาในทางธรรม และเป็นข้อแรกในมรรคเมืองค์แปด เพราะหากไม่ได้ปัญญาในทางธรรมอันเป็นสัมมาทิภูมิ ก็มิสามารถบรรลุถึงข้อปฏิบัติและผลแห่งข้อปฏิบัติอันเป็นจุดหมายปลายทางได้

สัมมาทิภูมินี้สอนให้เรารู้จักให้รอบคอบ รู้จักเมตตา เพราะเป็นความเห็นชอบเห็นตรง และด้วยเมตตาของท่านพระอาจารย์ท่านได้กล่าวเตือนสติบรรดาศิษย์ทั้งปวง ในกัณฑ์ที่ ๔๙ ว่า

“ถ้าเราต้องบอกเขา ก็บอกด้วยใจที่เป็นกลาง คือไม่มีอุปทานว่าจะต้องทำตามที่เราบอก เราเมื่อนำที่ต้องบอกเขา เช่น เราทำงานด้วยกัน เราเป็นหัวหน้า เราลั่งเข้าว่าต้องทำอย่างนี้นะ แต่เข้าไม่ทำนี่ เรายังอยู่ไปกราบเช้า แต่ถ้าเรามีอัตตาตัวตน มีความอยากว่าทำอะไรมีลั่งอะไรแล้วจะต้องทำตามที่เราลั่ง เรายังจะเกิดความโกรธขึ้นมาได้ เพราะฉะนั้น ปัญหาของความโกรธอยู่ที่ตัวเราเอง ไม่ได้อยู่ที่ผู้อื่น อยู่ที่การมีอัตตาตัวตน การที่มีความอยากให้คนหนึ่นคนนี้ ลิงนั้นลิงนี่ เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี่ เราต้องมาฝึกปล่อยวาง ต้องพิจารณาว่า ทุกลิงทุกอย่างเป็นอนัตตา เป็นเหมือนเดิน นำ ลม ไฟ เมื่ອันเดินฟ้าอากาศ พวกราไป ยังกับดินฟ้าอากาศใหม่ เราไม่ค่อยยกหักกับดินฟ้าอากาศใช่ไหม อากาศจะหนาจะร้อน ฝนจะตกไม่ตก แต่จะออกไม่ออก เรายังกับมันได้ เพราะเราไม่ไปเมื่อตัวตัวตนกับดินฟ้าอากาศ ฉันได้ เรารู้จะมองทุกลิงทุกอย่างทุกคนว่าเป็นเหมือนเดินฟ้าอากาศ ความจริงก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ เพราะทุกคนก็เป็นเดิน นำ ลม ไฟ ร่างกายของทุกคนก็มาจากดิน นำ ลม ไฟ และก็อารมณ์ของคนที่พาให้คนทำลิงนั้นลิงนี่มันก็เป็นอนัตตา ไม่มีใครไปควบคุมอารมณ์ได้ แต่ละคนก็มีอารมณ์ และตัวเองก็ยังควบคุมไม่ได้ แล้วคนอื่นจะมาควบคุมอารมณ์ของคนอื่นได้อย่างไร”

กราบมาด้วยความเคารพบูชาอย่างสูงสุด

ศิษยานุศิษย์ ธันวาคม ๒๕๕๗

# สารบัญ

พิธีกรรมเทศาและถาม-ตอบปัญหาธรรมะ

๒

กัณฑ์ที่ ๑๔

“บัว ๔ เหล่า”

๑๖๒

กัณฑ์ที่ ๑๙

“พบพระพุทธเจ้าผ่านพิธีกรรม”

๖๘

กัณฑ์ที่ ๑๕

“ทางพันทุกข์”

๑๐๔

กัณฑ์ที่ ๑๙

“พินัยกรรมจากพระพุทธเจ้า”

๑๒๒

กัณฑ์ที่ ๑๖

“ความสุขที่ยิ่งใหญ่”







# ธรรมะบันხา

## เล่ม ๓

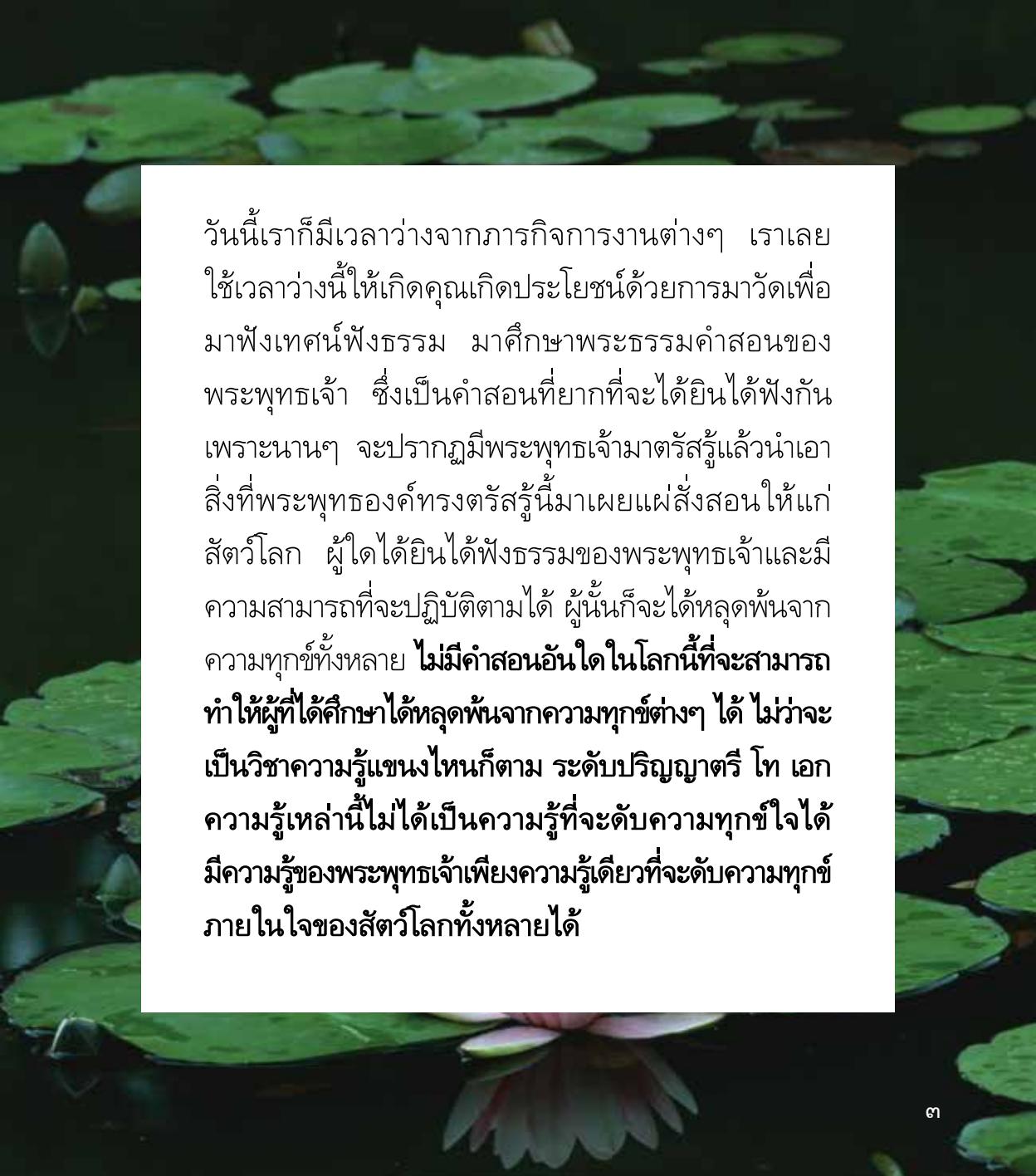
# ប៊ូ នៃ អេឡា

កំណត់ថ្ងៃ

១៤ នីមួយៗ

និស្សន៍បាបុដ្ឋា

១២ ពុធ ខែ មេសា ឆ្នាំ២០១៩



วันนี้เราก็มีเวลาว่างจากการกิจกรรมงานต่างๆ เราเลยใช้เวลาว่างนี้ให้เกิดคุณเกิดประโยชน์ด้วยการมาวัดเพื่อมาพัฒนาเทคโนโลยีฟังธรรม มาศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นคำสอนที่ยากที่จะได้ยินได้ฟังกัน เพราะนานๆ จะปรากฏมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้แล้วนำเอาสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้นี้มาเผยแพร่สั่งสอนให้แก่สัตว์โลก ผู้ใดได้ยินได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าและมีความสามารถที่จะปฏิบัติตามได้ ผู้นั้นก็จะได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย ไม่ว่าคำสอนอันใดในโลกนี้ที่จะสามารถทำให้ผู้ที่ได้ศึกษาได้หลุดพ้นจากความทุกข์ต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นวิชาความรู้แขนงไหนก็ตาม ระดับปริญญาตรี โท เอก ความรู้เหล่านี้ไม่ได้เป็นความรู้ที่จะดับความทุกข์ใจได้มีความรู้ของพระพุทธเจ้าเพียงความรู้เดียวที่จะดับความทุกข์ภายในใจของสัตว์โลกทั้งหลายได้



ดังนั้นการที่ได้มีพระพุทธศาสนา มีพระพุทธเจ้า มีพระธรรมคำสอน มีพระอรหันต์สาวก มาปรากฏให้พวกเราได้สัมผัสรับรู้ จึงเป็นเรื่องของ โชคვาสนาอันยิ่งใหญ่ออย่างยิ่งที่นานๆ จะเกิดขึ้นได้ลักษณะหนึ่ง เพราะว่า พระพุทธศาสนานี้จะปรากฏขึ้นมาได้แต่ละครั้งนั้น ใช้เวลาเป็นกัปเป็นกัลป์ คำว่ากัปนี้ก็หมายถึงว่าหลายล้านล้านปีด้วยกัน ยาวนานจนกระทั่งเราไม่สามารถเขียนได้ด้วยตัวเลข มีการเปรียบเทียบระยะเวลา กัปหนึ่งไว้ดังนี้ว่า ถ้าทุก ๑๐๐ ปี มีชายคนหนึ่งเอาผ้ามาลูบเข้าพระสุเมรุ ๑ ครั้ง ทุกๆ ๑๐๐ ปี

ให้มาลูบ ๑ ครั้ง ให้ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนกว่าขาพระสุเมรุจะลีกหายไปหมด นั่นแหลกคือเวลา ๑ ก้าวเดียวกัน ดังนั้นเป็นเวลาที่ยาวนานมาก ที่จะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ในแต่ละครั้ง ช่วงที่ไม่มีพระพุทธศาสนา ช่วงนั้น ก็จะไม่มีโอกาสที่สัตว์โลกจะสามารถปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ทั้งหลายได้ ต้องรอจนกว่าจะได้มีพระพุทธศาสนา มีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ และมาประกาศธรรมคำสอน

พระพุทธเจ้ามีอู่ ๒ แบบเดียวกัน คือแบบที่หลังจากตรัสรู้แล้วก็ไม่ประกาศธรรมคำสอน คือไม่เผยแพร่ไม่สั่งสอนให้เกิดผู้อื่น พระพุทธเจ้าแบบนี้ เรียกว่า **พระปัจเจกพระพุทธเจ้า** ส่วนพระพุทธเจ้าแบบที่ ๒ ก็คือ พระพุทธเจ้า ที่หลังจากได้ตรัสรู้แล้ว ก็ได้นำเอาความรู้ที่ได้ทรงรู้นี้มาเผยแพร่มาประกาศ ให้เกิดสัตว์โลก แบบที่ ๒ นี้เราก็เรียกว่า **พระอรหันตssามाश्मพุทธเจ้า** อย่างพระพุทธเจ้าของเราราประพุทธโโคดม ท่านก็เป็นผู้ที่นำธรรมะที่ได้ทรงตรัสรู้มาเผยแพร่ ตอนต้นพระองค์ก็มีความท้อพระทัยเหมือนกัน ไม่อยากที่จะนำเอาความรู้ที่พระองค์ได้ทรงตรัสรู้นี้มาเผยแพร่ให้แก่ผู้อื่น เพราะทรงเห็นว่าเป็นความรู้ที่ยากต่อการปฏิบัติตามได้ ทรงท้อพระทัย ทรงคิดว่าคงจะไม่มีใครสามารถที่จะปฏิบัติตามได้ เพราะเป็นความรู้ที่สอนให้คนต้องปล่อยวางความสุขต่างๆ ที่คนต่างๆ รักและชอบกัน นั่นก็คือความสุขทางลาก ยศ สรรเสริญ ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย



แต่ก็มีท้าวมหาพรหมได้มารាបอราชนาขอให้พระพุทธเจ้าได้ทรงเมตตา  
ต่อสัตว์โลก เพราะถ้าพระองค์ไม่สั่งสอน สัตว์โลกทั้งหลายก็จะไม่มีโอกาส  
ที่จะได้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้เลย

หลังจากที่ได้รับการอราชนาแล้ว พระองค์ก็ทรงพิจารณาดู ก็ทรงแยกแยะ  
สัตว์โลกไว้เป็น ๔ กลุ่มด้วยกัน เป็นเหมือนบัว ๔ เหล่า คือสัตว์โลก  
ทั้งหมดนี้มีภาวะความรู้สติปัญญาความสามารถที่จะปฏิบัติธรรมนี้ได้  
ไม่เท่ากัน เปื้องตันไม่ได้พิจารณา ทรงคิดว่าคงจะไม่มีใครที่จะสามารถ  
ปฏิบัติตามได้ แต่หลังจากได้ทรงพิจารณาแล้วก็เห็นว่าสัตว์โลกนี้มีอยู่  
๔ กลุ่มด้วยกัน เป็นเหมือนบัว ๔ เหล่า

กลุ่มแรกนี้คือกลุ่มที่เป็นบัวเหนือน้ำแล้ว เป็นบัวที่รอแสงตะวันของ  
พระอาทิตย์ พอพระอาทิตย์โผล่ขึ้นมาบนห้องฟ้า บัวนิดนี้ก็จะบานได้  
บัวนิดที่ ๑ ซึ่งเปรียบเหมือนกับคนที่ได้สะสมบุญการมีมาอย่าง祚โฉน  
เป็นผู้ที่มีทั้งคุล มีทั้งสมารถ เป็นนักบัวช แต่ยังไม่มีปัญญาความฉลาดที่  
จะเห็นธรรมที่จะทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ถ้าพระพุทธเจ้าทรงแสดง  
ธรรมนี้ที่พระองค์ได้ทรงตรัสไว้ บุคคลที่ฟังแล่นก็จะสามารถหลุดพ้นจาก  
ความทุกข์ได้ นี่คือบัวกลุ่มที่ ๑ บัวที่อยู่เหนือน้ำแล้วพร้อมที่จะบาน รอเพียง  
แต่แสงพระอาทิตย์เข้ามาฉาย ไม่ให้เท่านั้นเอง บัวนี้ก็จะบานขึ้นมา

บัวที่ ๒ นี้เป็นบัวที่ปริ่มน้ำ ยังไม่ได้อยู่เหนือน้ำ แต่ก็จะใช้เวลาอีกวันสองวัน ก็จะอยู่เหนือน้ำ และนานต่อไปได้ กลุ่มนี้ก็เป็นกลุ่มของนักบัวช ยังมี แต่คีล ยังไม่สามารถเจริญสมารถทำจิตให้รวมให้ส่งบได้ ยังเป็นผู้ที่ ทรงคีลอยู่แต่ยังไม่สามารถทำจิตให้ส่งบได้ พวgnี้ก็ต้องพยายามเจริญ สติให้มาก นั่งสมาธิให้มาก เพื่อทำจิตให้ส่งบ พojิตส่งบแล้วพอได้ยิน ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าก็จะสามารถบรรลุธรรมได้ นี่คือบัวกลุ่มที่ ๒ หรือบุคคลกลุ่มที่ ๒



บุคคลกลุ่มที่ ๓ ก็คือประชาชนทั่วไป ชาวราษฎร์โดยที่ยังไม่ได้ออกบวช แต่มีศรัทธาความเชื่อในการทำบุญ ในการรักษาศีล ในการภาวนาทำใจให้สงบ แต่เนื่องจากชีวิตของชาวส้มีเวลาที่จำกัด จึงไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างเต็มที่ ส่วนใหญ่ก็จะทำทาน ทำบุญให้ทาน และรักษาศีล ไปพรางๆ ก่อน พร้อมกับการฝึกทำสมาธิบ้างในเวลาที่ว่าง ก็จะไม่ค่อยได้ความสงบมากเท่าไหร่ ดีลักษณะไม่ได้บริสุทธิ์ ยังขาดบ้างเกินบ้าง แต่ท่านนี้ มีการทำอย่างต่อเนื่อง เช่น การไล่ป่าตรรไห้เก็บบัวทั้งหลายที่มาบินหาบาน

พวคนี้ก็ต้องอาศัยการทำทาน รักษาศีล และภาวนาไปจนกว่าจะมีกำลังมากขึ้น ถึงสามารถออกบวชได้ และสามารถทำใจให้สงบเป็นสมาธิได้อย่างต่อเนื่อง แล้วก็คือชาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะสามารถบรรลุได้ตามลำดับ นี่คือเป็นกลุ่มที่ ๓ นี่ก็เหมือนกับบัวที่อยู่กลางน้ำ บัวที่ได้เจริญเติบโต岀มาจากการโคลนตามแล้ว แต่ยังไม่ได้ผลลัพธ์หนึ่งหนึ่ง ต้องใช้เวลาอีกหลายวันด้วยกัน



ส่วนบัวชนิดสุดท้าย ก็บัวที่ยังอยู่กับโคลนตามอยู่ บัวชนิดนี้ทำนบกว่าจะไม่มีโอกาสจะผลิตขึ้นมาเหนือน้ำได้ เพราะจะกล้ายเป็นอาหารของปูของปลาไป ก็เปรียบเหมือนกับคนที่ไม่มีครั้ทความเชื่อในพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคนที่ไม่ชอบทำบุญ ไม่ชอบรักษาคีล ไม่ชอบภาวนา ไม่ชอบเข้าวัดปฏิบัติธรรม ชอบเสพสุรา咽มา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน มีความเกียจคร้าน คบคนชั่วเป็นมิตร บุคคลเหล่านี้เป็นบุคคลที่จะไม่มีวันที่จะเข้าถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ ไม่มีวันที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเรียนรู้ว่ายตายเกิดได้

นี่คือบุคคล ๔ ประเภทหรือบัว ๔ เหล่า ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงพิจารณาและแยกแยะ หลังจากนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้ทรงมุ่งไปหาบัวกลุ่มแรกก่อนบัวเหนือน้ำ บัวที่พร้อมจะบาน ก็คือไปหานักบัวที่มีคีลเมธีสมบูรณ์อยู่เต็มที่แล้ว ก็คือพระปัญจวัคคีย ผู้ที่เคยติดตามอุปถัมภะพระพุทธเจ้ามาจนระยะหลังได้แยกทางกันไป พระองค์ทรงเห็นว่าพระปัญจวัคคียทั้ง ๔ นี้ เป็นผู้ที่จะสามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ถ้าได้ยินได้ฟังธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้ พระพุทธเจ้าก็เลยมุ่งไปหาพระปัญจวัคคียเป็นกลุ่มแรกก่อน เป็นบัวที่อยู่เหนือน้ำแล้ว

หลังจากที่ได้ทรงแสดงธรรมที่ได้ทรงตรัสไว้ก็คือ **พระอริยสัจ** ๔ ทุกข์ สมุทัยนิโรธ มรรค ให้แก่พระปัญจวัคคีย หนึ่งในพระปัญจวัคคียคือพระอัญญา-

โภณทัณฑ์ภูษิต์ได้บรรลุธรรม ปรากฏมีด้วยตาเห็นธรรม เห็นความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอน เห็นว่าสิ่งใดที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมด้า สิ่งนั้นย่อมมีการดับไปเป็นธรรมด้า คือเห็นว่าร่างกายนี้มีการเกิดเป็นธรรมด้า ย่อมมีการแก่ มีการเจ็บ มีการตาย เป็นธรรมด้า ความทุกข์ก็เกิดจากความไม่ยอมรับความจริงอันนี้ ไม่ยอมรับว่าร่างกายจะต้องแก่ จะต้องเจ็บ จะต้องตาย จึงมีความอยาก อยากไม่ให้ร่างกายแก่ อยากไม่ให้ร่างกายเจ็บ ใช่ได้ป่วย อยากไม่ให้ร่างกายตาย พอก็เกิดความอยากขึ้นมาก็จะเกิดความทุกข์ใจขึ้นมา

ความทุกข์ใจนี้ต้นเหตุก็คือความอยากต่างๆ นั่นเอง ในกรณีของร่างกาย ก็คืออยากรักษา ไม่ให้ร่างกายแก่ ไม่ให้ร่างกายเจ็บ ใช่ได้ป่วย ไม่ให้ร่างกายตาย ไปแต่ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาดูก็จะเห็นว่าไม่มีความสามารถที่จะยับยั้งความแก่ ความเจ็บ ความตายของร่างกายได้ เกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย ด้วยกัน ผู้ที่มีปัญญา ก็จะยอมรับความจริงว่าร่างกายนี้ต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย ยอมให้ร่างกายแก่ ให้ร่างกายเจ็บ ให้ร่างกายตาย เพราะเห็นด้วยปัญญาว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ตน ร่างกายนี้เป็นเพียงธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ที่เกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บต้องตายไป พอก็พิจารณาด้วยปัญญา ก็หยุดความอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตายได้ ยอมให้ร่างกายแก่ ให้ร่างกายเจ็บ ให้ร่างกายตาย พอยอมเป็นความทุกข์หายไป ความทุกข์

ที่เกิดจากการไม่ยอม ไม่ยอมให้ร่างกายแก่ ไม่ยอมให้ร่างกายเจ็บ ไม่ยอมให้ร่างกายตายไป ก็หายไป พอไม่มีความอยากรึไม่ให้ร่างกายแก่ ร่างกายเจ็บ ร่างกายตาย ความทุกข์ใจก็หายไป นี่คือการทำงานของอริยสัจ ๔ ภายในใจของผู้ปฏิบัติทุกๆ คน อญญาที่ว่าจะมีสติ สมาริ ปัญญา มองเห็นความจริงเหล่านี้ที่กำลังปรากฏอยู่ภายในใจหรือไม่

พวกรานี้ก็มีพระอริยสัจ ๔ อญญาในใจของเราขณะนี้ เวลาที่เราคิดถึงความแก่ คิดถึงความเจ็บ คิดถึงความตาย ใจของเราเป็นอย่างไร รู้สึก愉悦 หรือรู้สึกไม่สบายใจ ถ้ารู้สึกไม่สบายใจก็แสดงว่าเรามีความอยากรอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย ถ้าเรามีความรู้สึก愉悦 ก็แสดงว่าเรามีปัญญา เราเห็นสัจธรรมความจริง เห็นอนิจจัง เห็นว่ามีเกิด ต้องมีแก่ มีเจ็บมีตายเป็นธรรมชาติ พอเห็นอย่างนี้ ใจก็ไม่มีความอยากรึจะไม่แก่ ไม่เจ็บไม่ตาย ก็จะไม่เดือดร้อนกับความแก่กับความเจ็บกับความตายของร่างกาย

นี่คือการฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าเป็นครั้งแรก แล้วก็ได้บรรลุธรรมขั้นแรก ก็คือ ขั้นพระโสดาบัน หลังจากนั้นพระพุทธเจ้าก็ทรงแสดงธรรมอีก ๒ ครั้ง ด้วยกัน ทรงแสดงให้พระปัญจวัคคีย์เกี่ยวกับเรื่องอนัตตา ความไม่มีตัวตน ทรงแสดงว่าขั้นนี้ ๕ นี้ไม่มีตัวตน รูปไม่มีตัวตน เวทนาไม่มีตัวตน ลัษณไม่มีตัวตน สังฆารไม่มีตัวตน วิญญาณไม่มีตัวตน เป็นสภาวะธรรมที่

เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วตับไป ถ้าผู้ใดไปยีดไปติดกับขันธ์ ๕ ผู้นั้นก็จะมีความทุกข์ใจ เพราะจะมีความอยากให้ขันธ์ ๕ นั้นเจริญอย่างเดียว ไม่มีความอยากให้ขันธ์ ๕ เลื่อม เช่น อยากจะให้ร่างกายอยู่ในป่านฯ ไม่อยากให้ร่างกายแก่ ร่างกายเจ็บ ร่างกายตาย ไม่อยากให้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เลื่อมไป คืออยากจะให้มีแต่สุขเวทนา อยากจะให้สังขาร วิญญาณ สัญญานี้ผลิตแต่ความสุขขึ้นมา แต่ธรรมชาตินี้เราไม่สามารถไปสั่งให้เข้าผลิตแต่ความสุขให้แก่เราได้ บางเวลาเข้าก์ผลิตความทุกข์ขึ้นมา พอเข้าผลิตความทุกข์ขึ้นมา เรา ก็อยากให้เข้าหายไป อยากให้ความทุกข์หายไป ยิ่งอยากก็ยิ่งทุกข์ขึ้นมาใหญ่ เพราะเราไม่เข้าใจว่าเข้าเป็นอนัตตา เขามีอนัตตาแต่อก เราไม่สามารถไปสั่งให้อนัตตาหรือไม่ตกล ไปสั่งให้เดดออกหรือไม่ออกได้ เขา มีเหตุ มีปัจจัยของเขาว่าที่ทำให้เขาตกลหรือไม่ตกล ออกหรือไม่ออก ฉันได รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เข้าก์มีเหตุ มีปัจจัยที่ทำให้เข้าเจริญหรือทำให้เขาเลื่อม ที่ทำให้เข้าผลิต ความสุขหรือผลิตความทุกข์ขึ้นมา ใจผู้ที่มาสัมผัสรับรู้กับขันธ์ ๕ นี้ ถ้าไม่มีปัญญา ก็จะเกิดตัณหาความอยาก อยากรักษา ให้ขันธ์ ๕ ผลิตแต่ ความสุข พอไม่ผลิตความสุข ก็จะเกิดความทุกข์ ความทุกข์ที่เกิดจาก ความอยาก อยากรักษา ให้ผลิตแต่ความสุข อยากรักษา ให้ร่างกายนี้สุขอย่างเดียว ไม่อยากให้ร่างกายทุกข์ อยากรักษา ให้เวทนา มีแต่สุขเวทนาอย่างเดียว ไม่อยากให้มีทุกข์เวทนา แต่วันเป็นไปไม่ได มันต้องเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย



“ บัวกล่อมแรก บัวที่อยู่เหนืออ่อน้ำ  
ส่วนมากแล้วจะเป็นพวงที่เป็นนักบวช ”



ผู้ที่มีปัญญาถ้าเห็นว่าเป็นอนัตตา ไม่สามารถที่จะไปสั่งไปควบคุม บังคับให้เป็นไปตามความต้องการได้ ก็จะหยุดความอยากให้ขันธ์ ๕ เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ หยุดอยากให้ขันธ์ ๕ มีแต่ความสุขอย่างเดียว ผลิตแต่ความสุขอย่างเดียว ยอมรับทั้งสุขและทุกข์ที่เกิดขึ้นจากการทำงาน ของขันธ์ ๕ เพราะเห็นว่าเป็นอนัตตา พอเห็นอย่างนี้ก็ปล่อยวางขันธ์ ๕ ได้ ละอุปทานความยึดมั่นถือมั่นในขันธ์ ๕ ว่า เป็นตัวเราเป็นของเราได้ ใจก็หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลายได้ พระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ก็ได้บรรลุ เป็นพระอรหันต์พร้อมๆ กันเลยหลังจากที่ได้ฟังธรรมที่พระพุทธเจ้าทรง ได้สั่งสอน

นี่คือพวກบัวกลุ่มแรก บัวที่อยู่เหนือน้ำ ส่วนมากแล้วจะเป็นพวกที่เป็น น้ำบัวช หลังจากนั้นก็ทรงไปสั่งสอนนักบัวชในสำนักอื่นๆ อีกเป็น จำนวนมาก และก็ปรากฏมีนักบัวชเหล่านั้นได้บรรลุเป็นพระอรหันต์กัน เป็นจำนวนมากในขณะที่ได้ยินได้ฟังธรรม หรือหลังจากที่ได้ยินได้ฟังธรรม พอบรรลุแล้วก็จะขออนุญาตพระพุทธเจ้าขออุปสมบทเป็นพระภิกษุ ใน พระพุทธศาสนา ก่อนหน้านั้นเป็นนักบัวชในลัทธิอื่น แต่พอได้ฟังธรรม ได้รับประโยชน์จากการฟังธรรม ได้บรรลุธรรม ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ ก็เกิดศรัทธาอย่างจะบัวตามพระพุทธเจ้า อย่างจะเป็นนักบัวชในสายเดียว ในสำนักเดียวในลัทธิเดียวกับพระพุทธเจ้า ก็เลยปรากฏมีนักบัวทาง พระพุทธศาสนาปรากฏขึ้นมาตามลำดับเป็นจำนวนมาก

ເພື່ອຢັນໃນຮະຍະ ລ ເດືອນແຮກຂອງການປະກາດພະຄາສນາຄືອີຕັ້ງແຕ່ວັນເພື່ອ  
ເດືອນ ລ ໄປລຶ່ງວັນເພື່ອເດືອນ ຕ ເປັນເວລາ ລ ເດືອນດ້ວຍກັນ ກົບປາກວູມື  
ພຣະອຣທິ່ນຕ່ອຍຢ່າງນ້ອຍກີ້ ១,២៥០ ຮູບ ໃນວັນເພື່ອເດືອນ ຕ ໄດ້ມາເຝຶ່າ  
ພຣະພຸຖົນເຈົ້າພຣ້ອມໆ ກັນໂດຍທີ່ໄມ້ໄດ້ນັດໝາຍກັນມາກ່ອນ ມາຈາກທຸກສາຮັກສີ  
ຫລັງຈາກທີ່ໄດ້ບຣລຸເປັນພຣະອຣທິ່ນຕ່ອຍແລ້ວພຣະພຸຖົນເຈົ້າກີ້ທຽບສັ່ງໃຫ້ແຍກກັນ  
ກະຈາຍກັນອອກໄປຕາມສຖານທີ່ຕ່າງໆ ເພື່ອຈະໄດ້ນຳເອາຄວາມຮູ້ທີ່ຈະທຳໃຫ້ລຸດ  
ພັນຈາກຄວາມທຸກໆນີ້ໄປແຍແພໍໃຫ້ແກ່ຜູ້ອື່ນນັ້ນເອງ ພອລຶ່ງວັນເພື່ອເດືອນ ຕ  
ກີ້ເກີດມີຄວາມອຍກະຈາກຮາບພຣະພຸຖົນເຈົ້າພຣ້ອມໆ ກັນ ກົບເລຍປາກວູມື  
ພຣະອຣທິ່ນຕ່ອຍຢ່າງນ້ອຍ ១,២៥០ ຮູບ ມາເຝຶ່າພຣະພຸຖົນເຈົ້າໃນວັນເພື່ອເດືອນ ຕ  
ທີ່ເຮົາເຮີຍກວ່າວັນມາພູ້ບູ້ນີ້ເອງ

ນີ້ແໜ່ລະຄືອີປັກລຸ່ມແຮກ ບັວທີ່ເໜືອນ້ຳ ຫລັງຈາກ  
ທີ່ໄດ້ທຽບສອນພວກບັວເໜືອນ້ຳຈັນໄມ້ມີເຫຼືອ  
ອຸໝ່ເລື່ວ ກີ້ທຽບສອນກາລຸ່ມທີ່ ២ ກາລຸ່ມນັກບວຊທີ່ຢັງ  
ໄມ້ມີສາມາຟີ ກີ້ທຽບສອນໃຫ້ເຈົ້າສົຕິໃຫ້ມາກ່າ  
ໃຫ້ນັ່ງສາມາຟີໃຫ້ມາກ່າ ທຳຈິຕິໃຈໃຫ້ຮົມໃຫ້ສົງບ  
ໃຫ້ເດີກ່ອນ ໃຫ້ຮັບຄວາມຄົດປຽງແຕ່ງຕ່າງໆ ກ່ອນ  
ຢັງໄມ້ຕ້ອງໄປຄົດໃນທາງບໍ່ມູນາພຣະຍັງໄມ້ມີ  
ກຳລັ້ງພອທີ່ຈະເອມາຕັດກີເລີສ ເຄມາຫຼຸດຕັ້ນຫາ



หยุดความอยากได้ ต้องให้จิตสงบก่อน มีกำลัง  
จึงควรเจริญสติควบคุมความคิดไม่ให้คิด เมمจะ  
เป็นความคิดทางด้านปัญญา ถ้าคิดทางปัญญา  
แล้วไม่สามารถหยุดความอยากได้ ไม่สามารถ  
ทำใจให้สงบได้ ก็อย่าไปคิดให้เสียเวลา ยกเว้น  
คนที่มีความสามารถในทางการใช้ความคิดใน  
ทางปัญญา ทำจิตให้สงบเป็นสมารธได้ อย่างนั้น  
ก็ใช่ได้ที่เรียกว่า **ปัญญาอบรมสมารธ** แต่ถ้าไม่  
สามารถใช้ปัญญาอบรมจิตให้เข้าสู่ความสงบได้  
ก็ต้องใช้การบริกรรม ใช้การควบคุมความคิด  
ไม่ให้คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ ให้ใจดลจ่ออยู่กับ<sup>กับ</sup>  
อารมณ์ได้อารมณ์หนึ่ง เช่น ถ้าอยู่กับบริกรรม  
ก็ให้บริกรรมพุทธๆ ไปตลอดเวลา ไม่ว่าจะทำ  
อะไรก็ตามตั้งแต่ตื่นจนหลับ ให้บริกรรมพุทธๆ  
ไปเรื่อยๆ ถ้าใช้ร่างกายเป็นอารมณ์ ก็ให้ผ่าดู  
การเคลื่อนไหวการกระทำของร่างกาย ของร่างกาย  
ตลอดเวลา ไม่ให้ใจไปคิดถึงเรื่องอื่น ให้อยู่กับ<sup>กับ</sup>  
การเคลื่อนไหวกับการกระทำของร่างกายไป



อย่างต่อเนื่องจนกว่าจะมีเวลาว่าง เแล้วนั่งหลับตา  
แล้วให้ฝึกดูลมหายใจเข้าออกของร่างกาย  
แล้วใจก็จะเข้าสู่ความสงบได้ หรือจะบริกรรมพุทธो  
กับบริกรรมพุทธไปเวลาทำกิจกรรมต่างๆ พอมี  
เวลาว่างก็นั่งหลับตาแล้วกับบริกรรมพุทธๆ ต่อ  
ใจก็จะรวมเข้าสู่ความสงบได้เช่นเดียวกัน

พอใจสงบแล้วจะมีอุบекษา ก็คือกำลังที่จะหยุด  
ความอยากต่างๆ ได้ ตอนที่ใจสงบนี้ ความอยาก  
ไม่สามารถอุตสาหะทำงานได้ แต่ความอยากนี้  
ยังไม่ตาย เพราะถูกกำลังของสติหรือสมารธิกิดเอา  
ไว้เหมือนกับหินทับหญ้า เวลาหญ้าถูกหินทับไว้  
หญ้าจะไม่สามารถอุตสาหะเยี่ยงขึ้นมาได้ แต่ถ้าเอาหิน  
ออกแล้วทึงไว้สักระยะหนึ่ง หญ้าก็จะงอก夷  
กลับคืนขึ้นมาได้ ฉันได ขณะที่อยู่ในสมาธิ  
ความอยากต่างๆ ก็จะไม่สามารถอุตสาหะทำงานได  
ไม่สามารถอยากดูรูป เลียง กลิ่น รส โผญัตพะ ได  
ไม่สามารถอยากมีอยากรเป็น ไม่สามารถอยาก  
ไม่มี อยากไม่เป็นได พอมีเมื่อความอยาก ใจก็มี



ความสงบ มีความเย็น มีความสุข มีความสบาย เป็นความสุขที่ตีกว่า  
จากการได้อะไรต่างๆ ตามความอยาก พอดีความสุขแบบนี้แล้วก็จะมี  
กำลังที่จะสู้กับความอยากได้ พ้ออกจากสามาธิมา ความอยากก็จะโผล่  
ตามอุปมา อยากจะดูรูป เลียง กลิน รถ โภภัจพะ อยากจะเสพรูป  
เลียง กลิน รถ โภภัจพะ ตอนนั้นก็ต้องใช้ปัญญาความสามารถใจว่าอย่างไร  
อยาก เพราะอยากรอแล้วจะทำให้เจทุกชีวิต แล้วก็จะไม่ได้หยุดความอยาก  
ทำตามความอยากเท่าไรก็ยังจะทำให้มีความอยากเพิ่มมากขึ้น วิธีที่จะทำ  
ให้มีความสุข ก็คือต้องไม่ทำตามความอยาก เพราะสิ่งที่อยากได้มานั้น  
ก็จะไม่ได้ให้ความสุขอย่างต่อเนื่องอย่างถาวร เป็นความสุขชั่วคราว เพราะ  
สิ่งที่ได้มานั้นจะต้องมีการเปลี่ยนไป มีความเสื่อมตามมา พอกลิ่งที่ได้มา  
เปลี่ยนไป เกิดความเสื่อมไป ความสุขที่ได้จากสิ่งนั้นก็จะหายไป  
ก็จะมีความทุกข์กลับคืนมา

ดังนั้น การไปทำตามความอยากนั้นไม่ได้ไปหาความสุขเพียงอย่างเดียว  
ไปหาความสุขแล้วก็มีความทุกข์แฝงมาด้วย ไม่ว่าจะเป็นความสุขใน  
รูปแบบไหนก็ตาม กับสิ่งไหนก็ตาม กับบุคคลก็ตาม ก็เป็นเหมือนกันหมด  
 เพราะสิ่งต่างๆ และบุคคลต่างๆ นั้น ย่อมมีความเสื่อมไปเป็นธรรมชาติ  
 เช่น ได้ดูครอบครัว เวลาได้มาใหม่ๆ ก็มีความสุข แต่ถ้าดูครอบครองไม่สบายไป  
เกิดเป็นอะไรไป เจ็บไข้ได้ป่วยพิกัดพิกัดไป หรือมีอุบัติเหตุทำให้เกิด

มีรูปร่างหน้าตาที่เลี้ยวไป ความสุขที่ได้จากคู่ครองนั้นก็จะหายไป ก็จะได้ความทุกข์มาแทน เพราะว่าทุกลิงทุกอย่างในโลกนี้ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่คงเส้นคงวา ต้องมีการเปลี่ยนแปลงไป จากใหม่ก็ถูกลายเป็นเก่า จากรวยงามกลายเป็นไม่สวยงามไป ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้วก็จะเห็นด้วยความอยากรู้ได้ พอเห็นด้วยไม่ทำตามความอยากรู้ ก็จะกลับเข้าสู่ความสงบได้ กลับเข้าสู่ความสุขที่ดีกว่าได้

นี่คือการใช้ปัญญาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนให้นักบวชที่ยังไม่มีสามาธิให้เจริญสามาธิกันให้มากๆ ด้วยการเจริญสติอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ตื่นจนหลับแล้วก็ให้นั่งสามาธิเดินจงกรมลับกันไปจนกว่าจะได้สามาธิ พ้อได้สามาธิแล้วก็ให้มาพิจารณาอธิบายสัก ๔ ให้เห็นว่าความทุกข์ใจนี้เกิดจากความอยากร่างๆ ถ้าอยากรู้ดับความทุกข์ใจ อยากจะมีความสุขใจ ก็ต้องหยุดความอยากร่างๆ ด้วยการพิจารณาอนิจฉัจ ทุกขั้ง อนัตตา พอทำอย่างนี้ได้ ก็บรรลุธรรมได้ นี่คือบัวเหล่าที่ ๒

ส่วนบัวเหล่าที่ ๓ ก็คือ ชาวสัญชาติโอม พระพุทธเจ้าก็จะทรงสอนให้ทำงานก่อน เพราะว่าชาวสัญมนีความผูกพันกับการทำเงินทอง กับการใช้เงินทองซื้อความสุขต่างๆ ออยู่ ต้องสอนให้เลิกหาความสุขจากการใช้เงินทอง ด้วยการเอาเงินทองที่จะไปซื้อความสุขนั้นเอามาทำบุญแทน

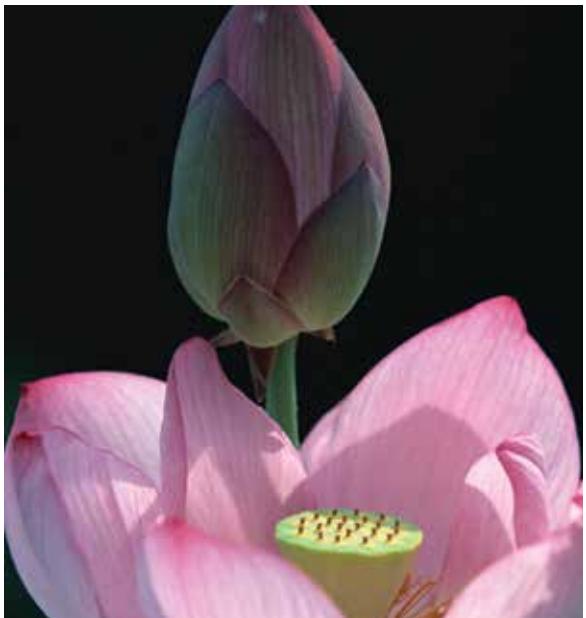
ເຄົາມາຊື້ອົດວ່າມສຸຂທີ່ຕີກວ່າຄືອົດວ່າມສຸຂທີ່ເກີດຈາກວ່າມສັບຂອງໃຈ ເວລາ  
ທຳຫານນີ້ກົດຈະໜະວ່າມໂລກ ຜະວ່າມສັບຫົນ໌ ຜະວ່າມຫວັງ ກົດທຳໃໝ່ໃຈ  
ສັບລົງໄດ້ ກົດວ່າມສຸຂໄດ້ໃນຮະດັບຫົນ໌ ເວລາມີວ່າມໂລກອຍກໄດ້ເຈິນ  
ມີວ່າມສັບຫົນ໌ຫວັງທັນພົມ ທຸກເງິນ ໄນຢ່າງຈະທຳບຸ້ນູ້ ອຳກຈະໄດ້ເຈິນ  
ອຳປ່າງເດືອນ ພອໄມ້ໄດ້ກົດເກີດວ່າມເຄື່ອຍດເກີດວ່າມທຸກໆຂຶ້ນມາ ພອປ່ລິ່ນ  
ການດຳເນີນຫົວໜາທີ່ອຳກຈະໄດ້ເຈິນກົດວ່າມຈະໃຫ້ເຈິນແທນບ້າງ ເວເຈິນ  
ທີ່ມີຢູ່ນີ້ໄປໃຫ້ຜູ້ອື່ນ ເຈິນທີ່ມີມາກເກີນວ່າມຈຳເປັນ ເກີນວ່າມຕ້ອງການຂອງ  
ຮ່າງກາຍ ເວໄປທຳຫານ ເວໄປແປ່ງປັນໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ຕັກທຸກໆໄດ້ຢ່າກເດືອດຮ້ອນ  
ພອໄດ້ເວເຈິນນີ້ໄປໃຫ້ຜູ້ອື່ນແລ້ວ ໄຈກົບເຍັນສຳບາຍ ແມ່ອນກັບທີ່ເວລາເຮົາເອ  
ຂ້າວຂອງເຈິນທອງຕ່າງໆ ມາທຳບຸ້ນູ້ທີ່ວັດກັນ ພອເຮົາໄດ້ທຳບຸ້ນູ້ແລ້ວແທນທີ່ເຮົາຈະ  
ເກີດວ່າມເລື່ອໃຈ ເຮັກລັບເກີດວ່າມສຸຂໃຈຂຶ້ນມາ ເພຣະເຮຍືນດີທີ່ຈະເລື່ອເຈິນ  
ເລື່ອທອງ ຕ້າເຮົາໄມ່ຍືນດີ ເປັນຄົນຕະຫຼາດນີ້ໄມ່ຂອບທຳບຸ້ນູ້ ເວລາເຈິນທອງ  
ຫາຍໄປນີ້ຈະເລື່ອກາລື່ອໃຈ ອຳກຈະໄດ້ເຈິນທອງທີ່ຫາຍໄປນັ້ນດືນມາ ແຕ່ຕ້າ  
ເປັນຄົນທີ່ຂອບທຳບຸ້ນູ້ໃຫ້ທານອູ້ແລ້ວ ທຳອຳປ່າງສົ່ນໍາເສມອ ພອເລື່ອເຈິນເລື່ອທອງ  
ໄປ ປົກຈະຄືດວ່າເປັນແໜ່ອນກັບການທຳບຸ້ນູ້ໃຫ້ທານໄປ ໂຄຣເວໄປເຂົາໄດ້ປະໂຍ່ນ  
ກົດໄປ ເຈິນຂອງເຮັກໄວ້ເຮັກໄມ້ໄດ້ເຊື້ອກະໄວ ເມື່ອເຂົາຕ້ອງການ ເຂົາມາເວໄປ  
ກົດໃຫ້ເຂົາໄປ

นี่คือการดับความทุกข์ในระดับเรื่องของเงินทองที่เป็นเรื่องของพระราชญาณติโภม ให้ญาณติโภมลดความโลภในการหาเงินหาทอง ให้ลดความตระหนึ่น ความคับแคบใจ ให้เปิดใจให้กว้าง เพาะใจแคบนี้เป็นทุกข์ ใจกว้างนี้ เป็นสุขนั่นเอง พอสามารถให้ได้แล้ว ก็จะสามารถมาดับความทุกข์ที่เกิดจากการกระทำบาปได้ ก็คือจะไม่ทำบาปนั่นเอง ผู้ที่ทำบุญให้ทานได้จะเป็นผู้ที่มีจิตเมตตากรุณา จะไม่ชอบสร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น จะไม่ชอบทำบาปนั่นเอง ก็จะสามารถรักษาศีล ๔ ได้ รักษาศีล ๕ ได้ ก็จะดับความทุกข์ที่เกิดจากการทำบาปได้ เพราะจะไม่มีการทำบาป เวลาทำบาปแล้วใจจะไม่สบาย ใจจะวิตกกังวล กลัวจะถูกจับไปลงโทษ กลัวจะมีวิบากกรรมตามมาแน่นอง ถ้าไม่ได้ทำบาป ใจก็ไม่มีความวิตกกังวล ก็ดับความทุกข์ของใจได้อีกรอบหนึ่ง ทำให้มีความสุข มีความสงบเพิ่มขึ้น อีกรอบหนึ่ง ทำให้พร้อมที่จะสามารถก้าวขึ้นสู่ความสุขความสงบระดับที่สูงขึ้นไปได้ ก็คือระดับของการวิเคราะห์ ของการเจริญสติและเจริญปัญญา ถ้าไม่มีการกิจจะไร ก็อาจจะออกบวชได้ ออกบวชก็จะเปลี่ยนจากดอกบัวกลุ่มที่ ๓ มาเป็นดอกบัวกลุ่มที่ ๒ แล้วพอปฏิบัติเจริญสماธิได้ ก็จะเจริญขึ้นไปเป็นดอกบัวกลุ่มที่ ๑ แล้วพอพิจารณาธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสสู่คือพระอริยสัจ ๔ ได้ ก็สามารถกล้ายเป็นบัวบานขึ้นมาได้ บรรลุธรรมขึ้นมาได้ภายในชาตินี้เลย แม้ขณะนี้จะเป็นพระราชก็ตาม แต่ถ้าสามารถ

ทำบุญทำทานได้จนกระทั่งไม่มีความโลภอยากได้เงินทอง ไม่มีความประณานที่จะใช้เงินทองซื้อความสุข อยากจะหาความสุขจากการรักษาศีลจากการภาวนา ทำจิตให้สงบ ก็จะสามารถออกบวชได้ พ้ออกบวชได้ก็มีเวลาที่จะปฏิบัติศีล สมารถ ปัญญาได้อย่างเต็มที่ ก็จะสามารถบรรลุธรรมได้นี่คือดอกบัวกลุ่มที่ ๓ บุคคลกลุ่มที่ ๓ ผู้ที่เป็นธรรมร่าสัญติโอมแต่เป็นผู้ที่ไฟบุญ ไฟกุศล ทำการทำงาน ทำการรักษาศีล ทำการภาวนา เพียงแต่ว่ายังไม่เวลามากพอที่จะภาวนานี้จะรักษาศีลได้อย่างเต็มที่ เพราะยังมีการกิจกรรมงานต่างๆ ที่ต้องทำอยู่ แต่พอได้ทำการมากขึ้นไป ஸละทรัพย์มากขึ้นไป แล้วเกิดความสุขใจมากขึ้นไป ก็จะไม่อยากที่จะหาความสุขจากการใช้เงินทองเป็นเครื่องมืออีกต่อไป ก็จะஸละทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทองที่มีอยู่ไปให้หมด แล้วก็ออกบวช

ส่วนบุคคลกลุ่มที่ ๔ นี้ เป็นกลุ่มที่จะไม่สนใจคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่สนใจเรื่องบุญเรื่องการกระทำการตามคำสอนของพระพุทธเจ้า บุคคลกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่พระพุทธเจ้าทรงต้องตัด คือไม่ไปสั่งสอนเผยแพร่ให้เสียเวลา เพราะเมื่อนักบุญเท่านั้นไล่เก็บที่คว้าไว้ เทเข้าไปเท่าไหร่นั้นก็จะไม่มีอยู่ ไม่เก็บไว้ในแก้วได้ เพราะแก้วไม่ได้หมายความนั้นเอง คือ **ไม่มีครัวเรือนเรื่องของการทำบุญ ทำการ รักษาศีลภาวนา**

“ ຕរាបໄດយធមប៉ា ៣ អេតានីវយូនិព្រះពុករភាសានា  
យធមជ្រួញកំសង្គម និងការកំបុណ្យ ការងារ រក្សាសិល រាយការ  
យធមជ្រួញសង្គម កំសង្គម និងការកំបុណ្យ ការងារ រក្សាសិល សារិក ប៊ូណ្ឌា  
យធមជ្រួញកំសង្គម និងការកំបុណ្យ ការងារ រក្សាសិល សារិក ប៊ូណ្ឌា ដៃ  
កើយចាប់យធមជ្រួញបន្ថែម និងការកំបុណ្យ ការងារ រក្សាសិល សារិក ប៊ូណ្ឌា ”



นี่คือบุคคล ๔ ประเกา ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงพิจารณา จึงทำให้พระองค์ไม่ได้กล้ายเป็นพระปัจเจกพระพุทธเจ้า ทรงกล้ายเป็นพระอรหันต์สัมมา-สัมพุทธเจ้า คือเป็นผู้ที่ตรัสรู้ธรรมแล้วก็นำเอารูมนี้มาเผยแพร่สั่งสอนให้แก่ผู้อื่นต่อไป จึงมีพระพุทธศาสนาอยู่คู่กับโลกมาจนถึงปัจจุบันนี้ ก็ ๒,๕๐๐ กว่าปีมาแล้ว และถ้าทราบโดยยังมีบัว ๓ เหล่านี้อยู่ในพระพุทธศาสนา ยังมีผู้ที่สนใจกับการทำการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ภาวนา ยังมีผู้สนใจที่จะอุกบวช ปฏิบัติศีล สมารถ ปัญญา ยังมีผู้ที่สามารถเจริญสมาธิและเจริญปัญญาได้ ก็ยังจะมีผู้บรรลุธรรม ยังมีพระอรหันต์สาวกที่จะมาสืบทอดพระพุทธศาสนา ให้อยู่กับโลกต่อไปได้อีกระยะหนึ่ง

พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าอย่างน้อยก็ ๕,๐๐๐ ปีด้วยกัน ศาสนาของพระพุทธเจ้านี้จะหมดกำลัง คือจะไม่มีใครสามารถที่จะปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ เพราะจิตใจนั้นจะไม่ไฟบุญไฟกุศลกัน จิตใจจะไฟแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลง ไฟแต่ความอยากในเรื่องของลาภ ยศ สรรเสริญ ในเรื่องของความลุขทางตา หู จมูก ลิ้น กายกัน ถ้าจิตใจของมนุษย์ส่วนใหญ่เป็นอย่างนั้น พระพุทธศาสนา ก็จะไม่มีความหมายสำหรับเขา ก็จะไม่มีใครสนใจเข้าวัด ไม่มีใครสนใจบวชกัน ไม่มีใครสนใจจะปฏิบัติกัน ต่อไปก็จะไม่มีใครเข้าใจถึงพระธรรมคำสอนว่ามีประโยชน์อย่างไรต่อจิตใจของลัทธิโลก

นี่คือเรื่องของพระพุทธศาสนา เริ่มต้นจากการอุกบาวชของพระพุทธเจ้า ก่อนจะอุกบาวชก็คือจากการที่ได้เห็นเทวทูต ๔ เห็นคนแก่ เห็นคนเจ็บ เห็นคนตาย และเห็นนักบวช อันนี้เหละเป็นเหตุที่ทำให้พระพุทธเจ้าทรง อุกบาวช เพราะตอนต้นก็เห็นว่าตนเองจะต้องแก่ จะต้องเจ็บไข้ได้ป่วย แล้วจะต้องตายไป พระองค์ก็อยากรู้สึกดีพ้นจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็เห็นว่าเป็นนักบวชนี่แหละเป็นทางเดียวเท่านั้นที่จะพาให้ไปสู่ การหลุดพ้นจากความแก่ ความเจ็บ ความตายได้ ก็เลยทรงอุกบาวช แล้วก็ทรงไปปฏิบัตรากษาศีล เจริญสมาริ แต่สมัยนั้นไม่มีพระพุทธศาสนา ไม่มีครรภ์พระอริยสัจ ๔ ไม่มีครรภ์วิธีที่จะดับความทุกข์ภายในใจให้หายไปอย่างถาวร รู้แต่วิธีหยุดความทุกข์ไว้ชั่วคราวคือให้เข้าไปในสมาริ ไปกดความทุกข์เอาไว้ ไปกดความอยากที่เป็นต้นเหตุของความทุกข์เอาไว้ เป็นเหมือนกับเอาหินไปทับหน้า สมัยนั้นมีคนรู้วิธีดับความทุกข์ได้เพียง เท่านั้น คือดับได้ชั่วคราวในขณะที่อยู่ในสมาริ แต่พอออกจากสมาริมา แล้วนี่ ความอยากก็จะโผล่ขึ้นมา ความทุกข์ที่เกิดจากความอยากก็จะ ปรากฏตามมา ไม่มีครรภ์จักรวิธีกำจัดความอยากว่ากำจัดอย่างไร จนมีพระพุทธเจ้ามาตรัสไว้ให้รู้ว่าความทุกข์นี่เกิดจากความอยากนี่เอง ถ้าไม่อยากจะทุกข์ก็อย่าไปทำตามความอยาก วิธีจะไม่ทำตามความอยากก็ให้เห็นว่า สิ่งที่อยากได้มันไม่สามารถให้ความสุขได้อย่างแท้จริง เพราะสิ่งที่ได้มานั้น

เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง และไม่อยู่ภายใต้อำนาจของเราระดับสั้นให้เข้าผลิตแต่ความสุขให้กับเรา บางเวลาเขาก็ไม่ผลิต บางเวลาเขาก็ผลิต พอเห็นอย่างนี้ก็จะได้มีอยากได้สิ่งต่างๆ มา พอมีอยากได้สิ่งต่างๆ มา ความทุกข์ก็หายไปอย่างถาวร

นี่คือเรื่องของพระพุทธศาสนาและเรื่องของพวกราทีบรรจุมาเจอกันในภพนี้ชาตินี้ จึงถือว่าเป็นบุญวานิชของพวกราทีเป็นอย่างยิ่งที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์และได้มาพบกับพระพุทธศาสนา เพราะถ้าไม่ได้เป็นมนุษย์ก็จะไม่สามารถรับประโภชน์จากพระพุทธศาสนาได้ เช่น มากิດเป็นลัตต์



ในปัจจุบันจะไม่รู้คำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะว่าคำสอนของพระพุทธเจ้านี่ต้องสอนด้วยภาษาของมนุษย์นั่นเอง แต่พอเราเกิดเป็นมนุษย์แล้วได้มาเจอพระพุทธศาสนา แล้วถ้ามีความสนใจมีความครั้งท่านในเรื่องของการทำบุญ ในเรื่องของการรักษาศีล ในเรื่องของการภาวนา พอดีมารับคำสอนของพระพุทธเจ้าก็จะได้ครบกระบวนการของการปฏิบัติ ถ้าไม่มีพระพุทธศาสนา ก็ยังไม่ครบเครื่อง มีแต่ศีล สมาริ แต่ไม่มีปัญญา แต่พอมีพระพุทธศาสนา ก็มีครบเครื่องมีทั้งศีล สมาริ และปัญญา ก็จะทำให้พวกเรานี้ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ ได้ดับความทุกข์ทั้งหลายให้หมดไปจากใจได้

ตอนนี้ก็อยู่ที่พวกเราเท่านั้นแหละว่าจะนำเอาคำสอนของพระพุทธเจ้านี้ไปปฏิบัติตามได้หรือไม่ ถ้าปฏิบัติได้ก็บรรลุธรรมได้ หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ เพราะมีผู้ที่ปฏิบัติตามและหลุดพ้นจากความทุกข์มาเป็นจำนวนมากแล้ว ไม่ได้อยู่ที่เพศหรือที่วัย ไม่ได้อยู่ที่ว่าเป็นหญิงหรือเป็นชาย เป็นชาวfasหรือเป็นนักบวช เป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ สามารถบรรลุธรรมได้ด้วยกันทุกคน ทุกเพศทุกวัยทุกสถานภาพ อยู่ที่ว่าจะสามารถปฏิบัติตามได้หรือเปล่า ที่เรียกว่าปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบได้หรือเปล่า ปฏิบัติดีก็ปฏิบัติเต็มร้อย ปฏิบัติเต็มที่ ปฏิบัติชอบก็คือปฏิบัติอย่างถูกต้องนั่นเอง ถ้าปฏิบัติเต็มร้อย ปฏิบัติอย่างถูกต้อง ผลก็จะต้องออกมากเต็มร้อย

ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่าน  
 ได้ทำหน้าที่ของท่าน  
 เลี้ยว ท่านนำเอาระรمه  
 มาเผยแพร่สั่งสอนให้แก่  
 พวกราแล้ว พวกราทำ  
 หน้าที่ของเราวิธีไม่ อันหนึ่งอยู่  
 ที่ตัวเรา เราต้องพิจารณา ต้องถาม  
 ตัวเราง เราย่างไปโทษใคร เพราะ  
 ว่าสิ่งที่เราขาดกันก็คือปฏิบัติดี  
 ปฏิบัติชอบนั้นเอง **ปฏิบัติศักดิ์คือ**  
**ปฏิบัติตลอด ๒๔ ชั่วโมงยกเว้น**  
**เวลาหลับ ปฏิบัติชอบก็ปฏิบัติ**  
**อย่างถูกต้อง ถ้าปฏิบัติดี ปฏิบัติ**



ชอบแล้ว ผลย่อมเป็นไป  
 ตามเหตุอย่างแน่นอน

ดังนั้นก็ขอฝากเรื่อง  
 ของพระพุทธศาสนาที่  
 พวกราทันทั้งหลายได้มาพบใน  
 ชีวิตนี้ ขอให้ท่านได้นำเอาไปพินิจ  
 พิจารณาและนำเอากลับใช้ให้เกิด  
 ประโยชน์สูงสุดเด็ด แล้วจะมีแต่  
 ความสุขและความเจริญเพียง  
 อาย่างเดียว

การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา  
 จึงขออุติไว้เพียงเท่านี้

“ ພູດ  
ທ້າຍເທສນ໌ ”

ของที่ญาติโยมนำมาถวายพระนี้  
มันมีหลายชนิดด้วยกัน ซึ่งตาม  
พระวินัยนี้บางอย่างก็รับประเคน  
กับมือได้ บางอย่างก็ไม่ควรจะรับ  
ประเคน เพราะว่าของที่รับประเคน  
นี้จะเป็นไว้ ๓ ชนิดด้วยกัน ของที่  
รับประเคนแล้วต้องใช้ให้หมด  
ภายในก่อนเที่ยงวัน เช่น อาหารสด  
ต่างๆ อาหารดาวหวานนี่ ถ้าถวาย  
แล้วก็จะเก็บไว้ได้ไม่เกินเที่ยงวัน  
หลังจากเที่ยงวันก็ต้องஸละให้  
ลูกศิษย์ลูกหาไป ถ้าเป็นสำนัก  
ที่ฉันมีอเดียว ก็จะไม่เก็บเอาไว้

หลังจากที่ฉันเลร์จแล้ว ก็จะต้องยกให้คนอื่นไปหมด ไม่ว่าจะเป็นข้าวสาร ของแห้ง เครื่องกระป่อง อะไรมีถือว่าเป็นอาหารหมดถ้าอยากจะให้พระเก็บไว้ใช้ในวันที่อดอยากขาดแคลน ก็ไม่ต้องถวายกับมือ ให้อewartไว้ แล้วพระจะให้ลูกคิชย์จัดการถวายให้ในวันที่ต้องการ อย่างนี้ก็จะเก็บไว้ได้ นี่คือเรื่องของอาหาร แล้วก็มีเรื่องของเภสัชที่เรียกว่าถ้ารับประเด็นแล้วเก็บไว้ได้ ๗ วัน เภสัชนี้ท่านแสดงไว้อยู่ ๔ ชนิดด้วยกัน ก็คือ นำ้อ้อย

น้ำผึ้ง น้ำมัน เนยขัน เนยไล ของอะไรก็ตามถ้ามีน้ำตาลผสมอยู่  
ถ้ารับประคุณแล้วนี่จะเก็บไว้จนได้ไม่เกิน ๗ วัน ถ้าหลังจาก ๗ วันยังมี  
เหลืออยู่ก็ไม่ให้เก็บเอาไว้ ให้สละไป ถ้าไม่ได้รับประคุณกับมือ เช่น  
เอามาวางไว้แล้วให้เก็บไว้ในคลัง อันนี้เก็บไว้ได้นาน เก็บไว้จนกว่าเวลา  
จะใช้ก็ให้ลูกคิชัยหยิบแบ่งเอามาประคุณถวายให้ตามที่ต้องการ อย่างนี้  
ก็จะสามารถเก็บของที่ญาติโยมนำมาถวายไว้ได้เกิน ๗ วัน แล้วก็มีชนิด  
ที่ ๓ ที่เมื่อรับประคุณแล้วนี่สามารถเก็บไว้ใช้ได้ตลอด ชนิดนี้เขาเรียก



ว่าพากยາต่างๆ ยาที่ไม่มีน้ำตาล ไม่มีน้ำผึ้งหรืออะไรผสมอยู่ ยาพากนี้รับประคณแล้วก็สามารถเก็บไว้ใช้ได้ตลอด เช่น ยาแก้ปวด ยาอะไรต่างๆ เหล่านี้ เมื่อจากบางทีของที่ญาติโอมนำมาถวายมันปนกันในถุงเดียวกัน มีทั้งของเป็นอาหาร มีทั้งของที่เป็นเภลัช ๗ วัน เป็นเภลัชที่ไม่มีอายุ มันก็เลยเลี้ยเวลาที่จะต้องมาแยกแยกกันตอนถวาย ก็เลยให้อ่าวงฯ ไว้แล้วเดียวพระกับลูกคิติชย์ทำนจะจัดการเอาเก็บเข้าคลัง แล้วเวลาต้องการ จะใช้อะไร ก็ให้ลูกคิติชย์ถวายแทนญาติโอมต่อไป ดังนั้น เวลาที่เราไปวัดป่านี้จะไม่นิยมถวายข้าวของกับมือพระ จะถวายก็เฉพาะของเบาๆ เช่น ปัจจัยกถวายแต่เฉพาะใบปารณา ใบปารนานี้ก็เป็นเหมือนเช็คนี้เอง ส่วนตัวเงินก็ใส่ซองแล้วก็แยกเอาไว้ แล้วท่านก็จะให้ลูกคิติชย์จัดการเอาไปเก็บไว้ในที่ปลอดภัย เวลาไม่ความจำเป็นจะต้องใช้เงินทองก็จะให้ลูกคิติชย์เป็นคนไปเบิก แล้วก็เอาไปใช้จ่ายตามความจำเป็น

นี่คือเรื่องของการถวายของให้กับพระป่า ซึ่งจะไม่เหมือนกับพระวัดบ้านพระวัดบ้านนี้เขาจะรับหมด ญาติโอมเอาสังฆทานมา มีของครบถ้วน ๔ ชนิด มีอาหาร มียา มีผ้า มีอะไรต่างๆ ท่านก็รับจนถือเป็นธรรมเนียม เวลาญาติโอมเอาของมาถวายแล้ว ถ้าพระบอกว่าให้อ่าวงไว้เฉยๆ แล้วเขาก็คิดว่าเขาจะไม่ได้บุญ ก็ต้องรับให้กับเขา เพราะบางทีไม่มีเวลาที่จะมาอธิบายให้ฟังว่าการถวายแบบว่างไว้เฉยๆ ก็ได้บุญเหมือนกัน และได้บุญ

มากกว่า เพราะช่วยส่งเสริมให้พระรักษาพระธรรมวินัยไว้ไม่ให้บกพร่อง ไม่ให้ด่างพร้อย เวลาบางที่พระรับของสังฆทานตอนป่ายนี้ ท่านก็ทำผิดพระวินัยแล้ว เพราะท่านไปรับของฉัน รับอาหารที่ห้ามไม่ให้รับหลังจากเที่ยงวันไปแล้ว

ดังนั้น ถ้าเวลาที่พระบอกให้ทำอะไร ญาติโยมก็ตามก็แล้วกัน และจะได้บุญมากกว่าที่จะทำตามใจของเรา ถ้ายاخ้าของต้องให้พระรับกับมือให้ได้ ถ้าไม่ได้รับกับมือแล้วเหมือนกับว่าจะไม่ได้บุญ บุญไม่ได้อยู่ที่พิธีกรรม มันอยู่ที่ใจที่เราปล่อยวางความหวง ความตระหนี่ เราหวงทรัพย์สมบัติ ข้าของเงินทองก็เลยมาตัดมัน มันหวงมากก็เอาไปเจกคนอื่นเสีย ใช่ไหม มันจะได้หายหวง พอยายหวงแล้ว ใจมันจะสบายมีความสุข ไม่ต้องมาวิตกกังวลว่าของหายไปหรือเปล่า อญjcครบหรือเปล่า หายก็หายไป หายก็คิดว่าเป็นการทำบุญไป ก็มีความสุขขึ้นมา

นี่คือเรื่องของการถวายของพระซึ่งบางท่านอาจจะไม่เข้าใจ มาแล้วก็ไม่ได้ถวายกับมือ กล่าวว่าจะไม่ได้บุญ บุญอยู่ที่การปล่อยวาง ถ้ามาแล้วถวายกับมือแล้วยังมาจ้องดูว่าจะเอาไปใช่หรือเปล่า ถ้าเอาไปให้คนอื่น ก็เกิดความเลี่ยใจ อย่างนี้ก็ไม่ได้บุญอีกเหละ เช้าใจใหม่ ให้เข้าไปแล้ว ก็ถือว่าไม่ใช่ของเราแล้ว เขาจะเอาไปโอนทิ้งก็เรื่องของเขา อย่างบางคน

ເອາເຟ່ອນິຈົວໝາດວາຍຫລວງຕາ ທ່ານກີຈະໂຢນທີ່ເຂົ້າປ່າ ພວກເຟ່ອນິຈົວໝາດວາຍຫລວງຕາ ເຊັ່ນ ເບານຸ່ມ່າ ເບານວມ ທີ່ນັ້ນ ທີ່ນອນ ທ່ານບອກວ່າຂອງພວກນີ້ມັນໄມ່ເໜາະ ກັບພະປົງບັດີ ມັນຈະທຳໃຫ້ພຣະຊື່ເກີຍຈ ໄນໄດ້ກາວນາ ໄນໄດ້ເດີນຈົກຮົມ ບາງທີ່ຄູາຕີໂຍມຈະເອາເຟ່ອນິຈົວໝາດວາຍຫລວງຕາ ທ່ານບອກເອາມາດວາຍ ທ່ານຈະເອາໂຢນເຂົ້າປ່າເລີຍ ຄ້າເຮົາແນ່ຈົງກົງກີໃຫ້ທ່ານແລ້ວ ທ່ານຈະເອາໄປທໍາອະໄຮກີເຮືອງຂອງທ່ານ ທ່ານຈະເອາໄປໂຢນເຂົ້າປ່າກີຄືວ່າເປັນຂອງທ່ານແລ້ວ ເພົ່າວ່າທ່ານກີຕ້ອງພິຈານາວ່າສິ່ງທີ່ທ່ານຮັບມານີ້ມັນເປັນຄຸນຫຼືອເປັນໂທໜັກບ້າທ່ານ ຄ້າເປັນໂທໜັກທ່ານກີໄມ່ເກັບເອາໄວ້ ຫຼືອມັນມີມາກເກີນໄປເກັບໄວ້ກີເກະກະ ຮກວັດ ໄນໄດ້ໃຊ້ເກັບໄວ້ທຳໄມ ຂອງທ່ານໃນວັດປຳນີ້ສ່ວນໃຫຍ່ທ່ານຈະຮະບາຍອອກໄປເຮືອຍໆ ພອມືຂອງເຂົ້າມາມາກ່າ ແລ້ວມັນມາກກວ່າທີ່ມັນຈະໃຊ້ໄດ້ ກີເອາໄປສົງເຄຣະໜີໂລກ ອູຍ່າງຫລວງຕາທ່ານກີເອາໄປສົງເຄຣະໜີ້ໜານນຳ ເອາໄປສົງເຄຣະໜີຕາມໂຮງພຍາບາລນຳ ແລ້ວແຕ່ຄວາມແໜາະສມ

ດັ່ງນັ້ນ ເວລາທຳນຸ່ມູນທີ່ຈະທຳໃຫ້ເກີດນຸ່ມູນນີ້ ເວລາຕ້ອງທຳແບບປລ່ອຍວາງ ດືອເວລາຕ້ອງກາຮສະຂອງທີ່ເຮົາຮັກໃຫ້ແກ່ຄົນອື່ນໄປ ພອເວລາສະໄໝໃດໆນີ້ໃຈເວລາຈະໂລ່ງຈະເຍັນ ຈະມີຄວາມສົບາຍ ຄ້າເຮົາຫວາງເວລາສະໄໝໄດ້ນີ້ເວລາຈະໄມ່ມີຄວາມສຸຂ ດັ່ງນັ້ນ ເວລາເວລາໃຫ້ໄວ້ໄປແລ້ວ ຕ້ອງຄືວ່າໄມ່ໄດ້ເປັນຂອງເວລາແລ້ວ ເປັນຂອງຄົນຮັບເຂົ້າໄປແລ້ວ ຄົນຮັບເຂົ້າຈະໄປທໍາອະໄຮກີບ້າທີ່ນັ້ນ ໄນໃຊ້ເປັນເຮືອງຂອງເວລາແລ້ວ ທ່ານຈະເອາ



ไปใช้เงงก์เรื่องของท่าน ท่านจะไปให้คนอื่นก็เป็นเรื่องของท่าน แล้วเรา จะมีความสุขใจ เราจะได้บุญมาก เพราะเราทำบุญด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่มีเงื่อนไขแน่นอง

การทำบุญที่มีเงื่อนไขนี้ถ้าไม่เป็นไปตามเงื่อนไขก็จะไม่สบายนิ ใจ เช่น ถ้าอย ให้ท่านใช้ ท่านไม่ใช้ ท่านให้คนอื่นไป ก็เสียใจ นี่เราต้องเห็นใจท่านบ้างซึ ท่านไม่ใช้มีคุณมาถาวรของคนเดียว มีคุณมาเป็นลิบเป็นร้อย แล้วจะให้ท่าน ใช้ผ้าจีวรทุกผืนที่ญาติโยมมาถาวรให้ท่าน และท่านจะทำอย่างไร ต้องมาหาก มาซักจีวรใหม่ พอใช้ได้วันหนึ่งแล้วก็ต้องมาซักผืนใหม่ มาใช้ใหม่อีกนี่ ก็ต้องซักจีวรกันทุกวัน ใช้ผืนใหม่กันทุกวัน ใช้ไปแล้วจะไปทำอะไร เอาไปให้คนอื่นก็ไม่ได้แล้ว ของมันใช้ไปแล้ว สู้เอามาให้คนที่เขาไม่มี ให้เข้าได้ใช้ของใหม่ไม่ดีกว่าหรือ และเราคนรับก็จะได้ไม่ต้องมาเหนื่อย กับการเอาผ้ามาซักมาใช้ ใช้เสร็จแล้วก็ต้องพับเก็บเอาไว้อีก

อันนี้คือเรื่องของการทำบุญให้ทาน เป็นการตัดอุปทานความยึดติดใน สมบัติข้าวของเงินทองต่างๆ ให้เราซ้อมไว้ เพราะว่าวันหนึ่งเราจะต้องจาก มันไป ถ้าเรายินดีที่จะจากมันไป เรายกจะไปอย่างมีความสุข ถ้าเราไปด้วย ความเสียดายนี้ เราจะไปด้วยความทุกข์ใจ อันนี้แหลกคือสิ่งที่ทำให้เรา ไปสร้วรค์หรือไปอบาย ก็อยู่ที่ใจของเรา สบายนิหรือไม่สบายนิ ถ้าสบายนิ

ไปสวรรค์ ถ้าไม่สบายก็ไปอบาย เช่น เศรษฐีเลี้ยดายหงวนเงิน มีเงินเท่าไหร่ ก็เอ้าไปผังดินไว้หมด ในสมัยพระพุทธกาลมีอยู่ในพระไตรปิฎก มีเงินเท่าไรก็ไม่ยอมให้ใคร ลูกหลวงก็ไม่ให้ ไม่บอกด้วยว่าเอ้าไปผังไว้ที่ไหน พอตายไปก็กลับมาเกิดเป็นสุนัข ในบ้านของตนเอง เพราะความหวังเงิน ความผูกพันกับทรัพย์สมบัติของตน ก็อยากจะกลับมาอยู่ใกล้สมบัติ และ วิธีที่จะกลับมาเร็วก็กลับมาเกิดเป็นสุนัข ในบ้าน พอดีพระพุทธเจ้าเสด็จ ผ่านมาก็ทรงเลิงถามเห็นว่า ใจของหมาตัวนี้ก็คือเจ้าของบ้านที่ตายไปนี่เอง ก็เลยบอกลูกหลวงของเจ้าของบ้านว่า หมาตัวนี้เป็นพ่อของพวกรهอนนะ เลี้ยงมันให้ดี อย่าให้มันตายไปก่อน เดียวมันจะพาไปชุดสมบัติที่พ่อของ พวกรหองผังเก็บเอาไว้ แล้วก็เป็นอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนไว้

นี่แหลกคือเรื่องของใจที่ไม่ได้ตายไปกับร่างกาย ถ้าเป็นเศรษฐีแล้วทำบุญให้ทานนี้ ไปแล้วก็จะไม่หวานกลับมาเกิดเป็นตุ๊กแกเป็นจึงจากหรือเป็นแมว ในบ้าน ไปก็จะไปรับผลบุญที่ได้จากการทำงาน ไปเกิดในโลกทิพย์เป็น เทวดาเหมือนกับได้ไปท่องเที่ยวโลก ท่องเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ เพราะ เรายังมีเงินที่จะซื้อตัวเรือบิน จ่ายค่าโรงแรม จ่ายค่าอาหาร จะไปเที่ยวที่ไหน ไปพักที่ไหน ไปได้หมดรอบโลก ฉันใด เวลาเราทำบุญนี้ก็เหมือนกับเรา จองทัวร์ซื้อตัวไว้แล้วว่าตายไปจะไปโลกทิพย์ล่ะ ไปเที่ยวที่โลกทิพย์กัน

พอเที่ยวเสร็จแล้วก็กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ใหม่ ก็กลับมาเกิดเป็นเศรษฐี รายกว่าเก้าล้านบาท จำนวนของบัญญัติที่เราได้ทำไว้ เมื่อันกับเราเอาเงินไปฝากไว้ในธนาคารของโลกของพหุชนชาติหนึ่งในเมือง พ่อเราได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ เราจะได้เกิดเป็นลูกของเศรษฐี เป็นลูกของคนรวย ไม่ต้องมาเกิดเป็นลูกขอทาน

อันนี้แหล่ะคือเรื่องของการทำบุญและอนิสัยของการทำบุญเป็นอย่างนี้ และก็ยังมีอาโนนิสัยอีกข้อหนึ่งคือทำให้เรารักษาศีลได้ คนที่ไม่หวงทรัพย์ คนที่ไม่โลภอยากได้ทรัพย์นี้จะรักษาศีลได้ คนที่หวงคนที่โลภนี้รักษาศีลไม่ค่อยได้ เพราะจะต้องคายรักษาป้องกันทรัพย์สมบัติของตนเอง หรือต้องการหาทรัพย์สมบัติมาเพิ่มมากขึ้น บางทีก็ต้องโกหก บางทีก็ต้องโง่ถึงจะได้ทรัพย์มากขึ้น แต่คนที่ไม่อยากจะได้ทรัพย์มากขึ้น ไม่หวงทรัพย์ เขาก็ไม่จำเป็นที่จะต้องโกหก ไม่ต้องโง่ ก็ทำให้เขายับขึ้นสู่การปฏิบัติธรรมขั้นสูงขั้นที่ ๒ ได้ ก็คือการรักษาศีลได้ แล้วต่อไปเขาก็จะออกบวชได้ เพราะเขาไม่ต้องใช้ทรัพย์เป็นการทำความสุข เขายังใช้ทาน ใช้การรักษาศีล และการหวานเป็นการทำความสุขให้กับใจ พ้ออกบวชได้ ได้ปฏิบัติได้เข้าถึงพระอริยสัจ ๔ ได้เข้าถึงแก่นของพระศาสนา ก็จะบรรลุธรรมได้ หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

นี่คือสาเหตุว่าทำไม่เรียบง่ายต้องทำทานอยู่ ผู้ที่มีทรัพย์สมบัติยังต้องทำอยู่  
ต้องทำจนกว่าไม่มีที่จะให้แล้วเท่านั้นแหล่งถึงจะหยุดทำได้ เช่น พากนกบัวช  
นี้เขาก็ไม่ทำงานแล้ว เพราะพอเข้าอกบัวชนี้ เขามีทรัพย์สมบัติติดตัว  
ไปแล้ว มีเต้อัจบริขาร มีเครื่องใช้อยู่ ๙ ชั้นด้วยกัน คือ บานา จีวร  
ประดดอวคือเข็มขัด ใบมีดโคน ที่กรองน้ำ และก็เข็มกับด้าย อันนี้ก็เป็น  
๙ ชั้นด้วยกัน พอกลัวสำหรับนักบัวช ไม่มีเงินจะต้องทำบุญให้ทานแล้ว  
แต่เมื่อเวลาที่จะเจริญสมາธ จะปฏิบัติธรรม จนบรรลุธรรมกันได้ นักบัวชนั้น  
จึงไม่ควรที่จะไปสนใจกับการไปเรียไรหาเงินหาของเพื่อมาสร้างกุฏิ สร้าง  
ศาลาหรือมาทำอะไรต่างๆ อันนี้ไม่ใช่หน้าที่ของนักบัวช **หน้าที่ของนักบัวช**  
ก็คือรักษาศีล เจริญสติ สมາธ และปัญญา ถึงจะบรรลุธรรมได้ ถ้ากลับมา  
ทำงานก็กลับไปเป็นเหมือนมาราภัตต่ออยู่ในคราบของนักบัวช หาเงิน  
ด้วยการเรียไร แจกของกฐินแจกของผ้าป่า อันนี้ไม่ใช่งานของนักบัวช  
เรื่องของเงินทองเรื่องของการแจกทานนี้เป็นเรื่องของผู้ที่มีทรัพย์ ก็คือ  
เรื่องของมาราภัตติโดยม ปล่อยเข้าทำ พอกลัวรู้ว่าทางวัดจะทำอะไร  
เขาก็จะมาร่วมมือกันเอง ไม่ต้องไปเรียไร ไม่ต้องบอก คนที่เขารอยากจะทำ  
เขาก็จะยินดีทำอย่างเต็มที่ นักบัวชมีหน้าที่ไปปลูกวิเวก ไปอยู่ในที่สงบสันด  
ห่างไกลจากแสงสีเสียงที่จะทำให้จิตฟุ้งซ่าน ทำให้จิตเกิดความอยากต่างๆ  
ขึ้นมา แล้วก็ให้ควบคุมใจด้วยการเจริญสติ ควบคุมความคิดไม่ให้คิดถึง



เรื่องราวต่างๆ เพื่อทำใจให้รวมเป็นสามัคชิ พ่อใจรวมเป็นสามัคชิจจะมีกำลังที่จะต่อสู้กับต้นเหตุความอยาก หยุดความอยากต่างๆ ได้ สามารถพิจารณาเห็นอนิจจัง ทุกขั้ง อนัตตาได้ เห็นว่าความทุกข์ใจเกิดจากความอยากที่จะทำให้อันนิจจังเป็นนิจจัง เกิดจากความอยากจะทำอนัตตาให้เป็นอัตตา คืออยากจะทำให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามความต้องการของตนซึ่งเป็นไปไม่ได้อย่างตอนนี้อย่างจะให้หากหยุดร้องก์หยุดไม่ได้ นกมันเรื่องก์ต้องปล่อยมันร้องไป ถ้าไปอยากให้มันหยุดร้องนี้ก็จะวุ่นวายใจขึ้นมาทันที

นี่แหล่ะคือเรื่องของการปฏิบัติที่มีความแตกต่างกัน เรื่องของงานนี้ก็เป็นเรื่องของชรา瓦สญาติโยม เรื่องของคีลสามัคชิปัญญาаницึ่ก็เป็นเรื่องของนักบวช แต่ชรา瓦สก์สามารถปฏิบัติได้เพียงแต่ว่าจะไม่ได้ปฏิบัติอย่างเต็มที่แต่ก็ต้องปฏิบัติ ถ้าอย่างจะก้าวสู่ขั้นนั้นตามลำดับต่อไป ก็ต้องทำการบ้านไปก่อน เตรียมตัวไว้ก่อน ขณะนี้เป็นชรา瓦สก์ทำบุญให้ทานไป แล้วก็รักษาศีลไปเท่าที่จะรักษาได้ ภารนาไปเท่าที่จะภารนาได้ ต่อไปพอได้ผลดีขึ้น มีกำลังมากขึ้น ก็จะஸละสมบัติข้าวของเงินทองไปได้หมดเลยแล้วก็ออกบวชได้ แล้วก็ไปปฏิบัติคีลสามัคชิปัญญาได้อย่างเต็มที่ต่อไป

ฉะนั้น อย่าเลียดายกับสมบัติข้าวของเงินทอง มันเป็นสมบัติชั่วคราว เป็นเครื่องมือที่จะส่งให้เราได้ไปบวชกัน ได้ไปปฏิบัติธรรมกัน ถ้าเรายieldติด

กับสมบัติข้าวของเงินทอง เราก็จะไม่มีโอกาสที่จะก้าวขึ้นสู่ธรรมขั้นสูงได้ เราจะไม่สามารถรักษาคีลให้บริสุทธิ์ได้ เราจะไม่สามารถเจริญสติสมาธิ ปัญญาได้

ดังนั้น การทำงานนี้จึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่มีทรัพย์สมบัติ ข้าวของเงินทองมากเกินความจำเป็น เพื่อที่จะได้ตัดวงจรอุบาทว์ดือการ หาเงินแล้วก็การใช้เงิน หากเงินมาเพื่อใช้เงิน พอกำหนดราก็หาเงินใหม่ มันกวนเวียนอยู่กับวงจรนี้ ไม่สามารถที่จะก้าวขึ้นสู่การรักษาคีล เข้าสู่ การภาวนาได้ เราต้องตัดวงจรนี้ด้วยการหยุดใช้เงินซึ่งความสุขต่างๆ พอเราไม่ใช้เงินซึ่งความสุข เราก็ไม่ต้องหาเงินมาซึ่งความสุข เพราะเราได้ ความสุขจากการเอาเงินมาทำบุญแทน แล้วก็จะสามารถรักษาคีลได้ ก็จะ ได้ความสุขเพิ่มมากขึ้นไป รักษาคีลได้ก็จะภาวนาได้ ก็จะได้ภารนามาก ขึ้นไป นี่คือการหาความสุขโดยที่จะไม่ต้องใช้เงินทองและเป็นความสุข ที่แท้จริง เป็นความสุขที่จะติดไปกับเราเวลาที่เราตายไปแล้ว ความสุขทาง ร่างกาย ความสุขทางเงินทองนี้ เราเอาไปไม่ได้ เงินทองแม้แต่บาทเดียว เราก้อเอาไปไม่ได้ แต่ความสุขที่ได้จากการทำงาน ความสุขที่ได้จากการ รักษาคีล ความสุขที่ได้จากการภาวนานี้ ติดไปกับใจเรา เราทำต่อได้ไม่กว่า เราชอบยูที่ได้ภาพใหม่ ไปเกิดเป็นเทวดาเราก็ปฏิบัติต่อได้ ถ้ามีพระพุทธเจ้า

มีพระอรหันต์แสดงธรรมที่ไหน เทว達เหล่านี้ก็จะไปกราบพระพุทธเจ้าไปฟังเทคโนโลยีฟังธรรมกัน ก็สามารถปฏิบัติธรรมในขณะที่เป็นเทพได้ เลื่อนจากเทพบุปผาไปเป็นพระมหาภูติ ใจจากพระมหาภูติไปเป็นพระอรหันต์ได้ ถ้ามีพระพุทธเจ้าหรือมีพระอรหันต์แสดงธรรมที่เทว達สามารถไปฟังได้ ผู้ที่จะแสดงธรรมเหล่านี้ได้ก็ต้องเป็นผู้ที่มีพลังจิต เช่น พระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์บางรูปพระอรหันต์บางรูปนี้ท่านไม่มีพลังจิตในการติดต่อกับกายทิพย์กับเทว達ต่างๆ ท่านก็จะไม่สามารถสั่งสอนเขาได้ แต่บางรูปนี้ท่านมีพลังจิต ท่านสามารถติดต่อกับกายทิพย์ได้ เช่น พระพุทธเจ้าของเรานี้ ทุกคืนจะทรงแสดงธรรมให้กับเทว達ทุกคืน ตอนหัวค่ำก็แสดงธรรมให้กับพระภิกษุสามเณรตอนดึกก็แสดงธรรมให้กับเทว達 ตอนบ่ายก็แสดงธรรมให้กับชาววัลญาติโยม นี่คือความสามารถของพระพุทธเจ้า

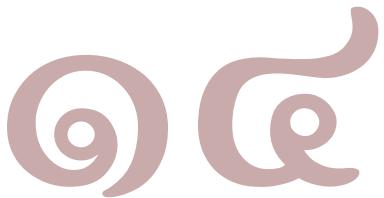
พระอรหันต์บางรูป เช่น หลวงปู่มั่นนี้ ท่านก็มีเทว達มาฟังเทคโนโลยีฟังธรรมกับท่าน ท่านสามารถติดต่อกับเทว達ได้ แต่พระอรหันต์ไม่ทุกรูปที่มีพลังจิตที่จะสามารถติดต่อกับกายทิพย์ได้ แต่ก็ไม่ได้เป็นปัญหาอะไร กับการปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นเพื่อบรรลุเป็นพระอรหันต์ เพราะการจะบรรลุหลุดพ้นให้เป็นพระอรหันต์นี้ไม่จำเป็นที่จะต้องมีพลังจิตที่จะติดต่อกับกายทิพย์ได้ เพียงแต่มีพลังที่จะหยุดความอယักษ์ได้เท่านั้นเอง ทำจิตให้รวมเป็นอุเบกษาได้เท่านั้นก็พอ

อันนี้ก็พูดเล่าให้ฟังๆ เวลาเกี่ยวกับเรื่องของการทำทานว่าทำอย่างไรถึงจะเป็นบุญ เป็นกุศล และทำเพื่ออะไร ทำเพื่อตัดความตระหนีตัดความโลภ ทำเพื่อก้าวขึ้นสู่ธรรมขั้นสูง คือขึ้นคีลขั้นภavaต่อไปนั่นเอง





ໂຍມອ່ານປະວັດຂອງຄຽບາອາຈາຣຍີກັ້ງຫລາຍ  
ສ່ວນໃຫຍ່ ບາງທີ່ເກີນກີ່ໄປອຸ່ຢາມປໍາຕາມເຫດຕາມກັ້  
ແຕ່ອ່ານໜຶ່ງສົວຂອງພຣະວາຈາຣຍີວ່າວູກີ່ວັດປາ  
ບັນຕາດໄມ້ໄປໃໝ່ເລີຍ ၃၅ ປີ ຖ່ານໃໝ່ເທິນິຄວຍ່າງໄຣຄະ  
ກັບກາຮວຍູ່ກັບກົງວຕຣທີ່ຂໍ້າຂາກທີ່ຈະກຳໃຫ້ເກີດກາຮ  
ພົມນາກາງຈົຕໃຈໄດ້



๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๒

ศิริปัทุม

พระอาจารย์ตอ卜

**คิชช์ย์ :** พระอาจารย์ครับพนมเปญหา คือช่วงนี้ พนมฟังเทศน์พระอาจารย์ทุกวันนะครับ พึ่งแล้วก็มี ศรัทธาอย่างมากประพฤติปฏิบัตินะครับ ครัวนี้ว่าพเนชwor พึ่งช่วงที่กำลังตอ卜เปญหา คือเมื่อสักเดือนก่อน มีญาติโยมมาจากสิงคโปร์มากันสัก ๔ คน มาวัน กุกรน์นะครับ แล้วก็อยู่คืนกุกร์คืนวันเสาร์ฯากิถือ สัก ๔ วันอาทิตย์ฯากิกลับสิงคโปร์ไปทำงานต่อ วันอันธร พนมรู้สึกว่าเขารักษาในคำสนาบี้แล้ว ก็อย่างจะให้เขามากราบมาคุยธรรมะกับพระอาจารย์ เพราะว่าพระอาจารย์น่าจะตอ卜คำดามเข้าได้ตี เพราะ

ก่านเก่งภาษาอังกฤษ บงนี้เขาก็ยังอยู่ที่สังคโปร์แต่พมก็มีอิเมลติดต่อ  
เขาได้ ถ้าเกิดพมอยากรู้ข่าวมา เพรว่าชั่วต้นปีนี้ไปแน่นอน ก็ไปรู้ว่า  
เขาจะมีโอกาสได้อีกครั้งที่ลามารถะตัวบคำตามในปัจจุบันที่เขางดด้วย  
อะไรต่อโดยที่ไม่ต้องมีล่าม พมควรจะแนะนำเขามาตีให้หน แล้วเห็นจะสมหรือเปล่า  
เลยอย่างไรยินดีตามพระอาจารย์

**พระอาจารย์ :** ถ้าเขายินดีก็ไม่เป็นปัญหาอะไร ถ้าเขามิ่ยินดีก็ต้อง<sup>จะ</sup>  
ปล่อยไป คือเราแนะนำได้ ส่วนเขาก็รับคำแนะนำของเรารึไม่นี่ เราอย่า  
ไปยึดติด คือเราเห็นลิงหนนดี เรายังแนะนำคนหนึ่นคนนี้ได้ แต่คนที่เขาก็ได้  
รับการแนะนำ เขายินดีรับไปทำตามที่เราแนะนำหรือไม่ อันนี้ก็เป็นเรื่อง  
ของเข้า เขาอาจจะมีวิธีอื่นหรือมีที่อื่นไปก็ได้ หรือเขาก็จะไม่สะดวก  
ที่จะมาก็ได้ จะนั่นเราก็อย่าไปมีความยึดมั่นถือมั่นว่าเขาจะต้องมาตามที่เรา  
บอกเข้า เราบอกเข้าไปแล้ว เขายังทำตามที่เราบอกหรือไม่ ก็ต้องเป็นลิทธิ  
ของเข้า

**คิชช์ย์ :** คือพมได้ฟังก่านเก่งนี้ภาคที่เป็นภาษาอังกฤษ  
พมก็ฟังรู้เรื่องบ้างไม่รู้เรื่องบ้าง แต่รู้สึกว่าถ้าไปได้มา เขายังต้องໂປคดี  
กี่สุดในชั่วต้นปีนี้ เขาก็ยังเนี่ยครับ



၁၂



**พระอาจารย์** : คุณส่งลิงค์ของเทศน์อันนี้ไปให้เขาหรือเปล่า

**คิชช์** : ยังครับ แต่ส่งไปก็ได้ทางอีเมล์

**พระอาจารย์** : ให้เข้าไปเปิดดูก่อนก็ได้ ถ้าเข้าดูแล้วถ้าเขานิจ  
เขามีปัญหา เขารอยกจะตาม เขามาเอง เราไม่ต้องไปบอกเขารอ ก คุณก็  
เข้าไปเปิดหน้าที่แสดงธรรมที่เป็นภาษาอังกฤษนี่ แล้วคุณก็ส่งที่อยู่ของหน้านี้  
ไปให้เขาเท่านั้นเอง พอเข้าเปิดดูแล้วเขาก็จะรู้เองว่าเขากำทำอย่างไรต่อไป

**คิชช์** : คืออยู่ในไฟล์พับนี้พึ่งก็ทำไปค่อยเป็น

**พระอาจารย์** : ในเว็บไซต์มี ถ่ายง่ายๆเดียวลองคุยกับคุณต่อหนึ่งก็ได้  
แกเป็นคนทำเว็บไซต์อยู่ แล้วจะบอกรายละเอียดให้ว่าจะส่งไปอย่างไร  
เขาก็จะสามารถดูได้ คุณไปได้ແเน່ມาอย่างไร

**คิชช์** : ไฟล์ภาษาไทยนี้ วันนี้บันพูมกราบเรียนพระอาจารย์ แล้วคุยก  
กับคุณ....ໂກรคุยกับเข้า เข้าส่องมาให้พูน ๒๐ กว่าไฟล์ พูดก็ฟัง พังกี่  
เป็นตัวยุบฯครับ พังวีก ๔-๕ เกี่ยวก็เกือบจะหมดแล้ว ไม่รู้ว่าจะมีอีกใหม

**พระอาจารย์ :** นี่คุณต่อ ก็กำลังเก็บรวบรวมแผ่นที่เทคโนโลยีที่แสดงไว้บนเขา ตั้งแต่เดือนมีนาคม (พ.ศ. ๒๕๕๖) มาแล้ว เดียว ก็จะได้ครบแผ่นอันนี้ ก็จะเป็นแผ่นเมื่อว่าธรรมะบนเขา ก็จะเก็บครบเต็มแผ่นแล้ว ตอนนี้ได้เก็บ ๔๐๐ กว่า MB. แล้ว แผ่นหนึ่งมัน ๓๐๐ MB. อีกสักสองอาทิตย์ ก็คงจะเต็ม เต็มแล้วเขาก็จะเอาไปผลิตแล้ว ก็จะนำมาเจกบันเขานี้ ส่วนเรื่องของที่เราแสดงไว้ในอินเทอร์เน็ตนี้ ก็มีที่อยู่ที่สามารถจะส่งไปให้เข้าได้ เดียวลองถามคุณต่อดูก็ได้ว่าทำอย่างไร ส่งไปทางอีเมล์ให้เขายกเข้าเห็นแล้ว เขาสนใจเขาก็จะสามารถค้นหาได้ในอินเทอร์เน็ต

**คิชช์ย์ :** เมื่อว่าคราวก็ฟังก์สบไปที่อย่างปฎิบัติ ครับฟังก์อย่าง ออกบวบนิรันดร์พระอาจารย์ มันก็ติดบั้นติดนี่กับบ้างแต่คนฟังก็คงคิดเหมือนกันว่าจะออกลักษณะไหน

**พระอาจารย์ :** คือเป้าหมายมันก็ต้องออกบัวซักกันทั้งนั้น หรืออย่างน้อย ก็ต้องอยู่แบบนักบวช เพราะว่าความสุขทางโลกนี้มันเป็นความสุขปลอม ความสุขที่มีความทุกข์ตามมา เวลาที่เราสูญเสียสิ่งที่เรารักไป สูญเสียคนที่เรารักไป ความสุขที่ได้ก็หายไปหมด มีแต่ความทุกข์กลับมาแทนที่ แต่ความสุขที่เราได้รับจากการปฏิบัติธรรมนี้มันไม่มีความทุกข์ตามมา

มันมีแต่ความทุกข์มาก่อน คือกว่าจะปฏิบัติได้แต่ละครั้งนี้รู้สึกว่ามัน  
ทรมานเหลือเกิน มันยากเย็นเหลือเกิน เขาเรียกว่าทุกข์ก่อนแล้วสุขที่หลัง  
ดีกว่าสุขก่อนแล้วทุกข์ที่หลัง ตอนนี้พวกเรามาทำล้างทำความสะอาดสุขแบบสุขก่อน  
ทุกข์ที่หลัง แต่เราไม่ทำความสะอาดสุขแบบทุกข์ก่อนแล้วสุขที่หลัง ทุกข์คือต้อง<sup>นี่</sup>  
ลำบากกับการถือคือ ต้องลำบากกับการนั่งสมาธิ เจ็บตรงนั้นปวดตรงนี่<sup>นี่</sup>  
อีกด้อดตรงนั้นอีกด้อดตรงนี่ แต่พอจิตสงบแล้ว แ hem มันคุ้มค่า คุ้มกับ<sup>นี่</sup>  
ความเหนื่อย คุ้มกับความทุกข์ที่เราต้องฟันฝ่าเข้าไป

**ศิษย์ :** ปรบปั้น สุข กำบังแทนบ่อ ทุกปั้นก่อนแล้วค่อยสุข บันไป่เหมือน  
ทางโลกที่สุบก่อนแล้วค่อยทุกปั้นกีหดัง

**พระอาจารย์ :** ใช่ มหาเศรษฐีระดับหมื่นล้านแสนล้านยังต้องทุกข์  
เวลาตายเวลาต้องจากลิ่งต่างๆ ไป แต่พระพุทธเจ้าพระอรหันต์นี้ไม่มี  
วันทุกข์กับการสูญเสียกับการจากลิ่งต่างๆ ไป แต่ท่านทุกข์ตอนที่ท่าน<sup>นี่</sup>  
ออกบวช เวลาออกบวชนี้ทุกข์ที่สุด เพราะต้องจากความสุขที่เคยมี เคยกินได้  
อย่างตลอดเวลา ก็ต้องมากินเพียงมื้อดีียว เคยอยู่กับหน้าไฟฟ้าความสะตวาก  
ความสบายนั้นในป่าไม้มีน้ำไม่มีไฟฟ้า ต้องอดอยาก  
ขาดเคลนลำบากลำบัน แต่เป็นการทำให้เราได้ความสุขที่ดีกว่าและที่ควร

พอเราได้ความสุขจากความสงบจากการปฏิบัติที่ยกลำบากนี้แล้ว มันคุ้ม  
เหนื่อย คุ้มค่า

**คิชช์ย์** : อย่างพระอาจารย์กิตติบุตรับ ค่อยๆ หยุดการทำงาน คือ  
ลักษณะค่อยๆ ถ้าไป

**พระอาจารย์** : ค่อยๆ ถ้าไป มันก็เหมือนกับเด็ก ก่อนที่เราจะวิงได  
เราก็ต้องเดินให้ได้ก่อน ก่อนจะเดินได้เราก็ต้องยืนให้ได้ก่อน ก่อนจะยืนได  
ก็ต้องคลานก่อน เราก็ต้องฝึกไปตามขั้นของเรา ถ้าเรามาลงคลานอยู่  
เราก็ต้องหัดยืนก่อน ไม่ใช่พรวดพรวดไปวิงเลย บางคนครัวชา ก็บวชเลย  
บวชได้ ๖ เดือน ๘ เดือนก็สึกเลย หมดกำลัง หมดศรีษะ อินทรีย์มัน  
ยังไม่แก่กล้าพอ มันต้องค่อยเสริมสร้าง ต้องดูกำลังของตัวเอง ทำไปต่อ  
ตามตัวเอง ไปเป็นขั้นว่าขั้นต่อไปทำได้หรือยัง ทำได้ไหม ทำได้ก็ทำ

**คิชช์ย์** : พระอาจารย์สอนนี้ยังมีทางเลือกที่พ่อจะเดินตามได้อยู่  
แต่อย่างพระอาจารย์บางองค์ท่านบอกให้บวชไม่สักเลย แต่ความจริง  
ครอบครัวเรา ก็มีแล้ว แล้วจะทำอย่างไร ถ้าไปอย่างนี้บันยะปีกุหาเหมือนกัน

**พระอาจารย์** : คือแต่ละคนก็มีภาวะไม่เหมือนกัน มีปัจจัยต่างๆ ไม่เหมือนกัน แต่ละคนก็จะต้องพิจารณาดู เสิร์ฟสร้างปัจจัยบาง แล้วมัน ก็จะพาให้เราไปตามจุดหมายปลายทางที่เราต้องการจะไปได้

**ศิษย์** : โดยว่าบุรุษของครูบาอาจารย์ก็หลายส่วนใหญ่ บางที่ กำนักไปอยู่ตามป่าตามเขาตามภูเขา แต่ในหนังสือของพระอาจารย์ว่าอยู่ ที่วัดป่าบ้านตาดไม่ไกลไหนเลย ๓๗ ปี กำนัลใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ กับการอยู่ กับกิจวัตรที่ซ้ำๆ มากก่อนจะทำให้เกิดการพัฒนาทางจิตใจได้

**พระอาจารย์** : คือจิตของแต่ละคนนี้มันไม่เหมือนกัน จิตของใคร ถ้าเข้าสู่ความสงบได้แล้วนี้ การทำอะไรต่างๆ นี้จะไม่มีความรู้สึกเบื่อหน่าย ถ้าไม่มีความสงบนี้กิเลสมันจะมีกำลังมาก มันก็จะมาสร้างอารมณ์ต่างๆ ให้เกิดขึ้นได้ แต่ถ้ามีความสงบหรือรู้จักการเข้าไปในความสงบได้เวลาที่ ต้องการ มันก็จะไม่มีปัญหาอุปสรรคมาก เพราะสมมติถ้าเกิดอารมณ์ เราถูกเข้าไปนั่งสมาธิเดียวเดียวมันก็หาย แต่ถ้ามันเกิดอารมณ์แล้วตับมัน ไม่ได้ อันนั้นล่ะมันลำบาก บางคนก็ต้องพล่าน而已 บางคนอยู่วัดไม่ได้ ก็ต้องออกไปเปลี่ยนที่ไป ไปที่นั่นมาที่นี่ ไปที่ไหนมันก็ยังเกิดอารมณ์อยู่

นั่นแหลก เพราะปัญหามันไม่ได้อยู่ที่สถานที่ ปัญหามันอยู่ที่อารมณ์ภายในใจ และวิธีแก้ก็คือต้องใช้สติ สมารธ หรือปัญญาเท่านั้นถึงจะแก้มันได้ ถ้าใช้สติสมารธิกแก้แบบชั่วคราว ก็ไปเป็นพักๆ แบบพิโนทับหญ้า ถ้าแก้ด้วยปัญญามันก็แก้ได้อย่างถาวร

ดังนั้น เราทำมาเป็นขั้นๆ เราเบื่อตั้งแต่ยังไม่บวชแล้ว เราสู้กับความเบื่อตั้งแต่เป็นฆราวาส เราบังคับซังตัวเองไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับลังคอมกับทางโลก เรายาแยมควบคุมพยายามทำใจให้สงบอย่างเดียว ควบคุมอารมณ์ต่างๆ ไม่ให้มันออกมากออกฤทธิ์ออกเดช เวลา มันออกฤทธิ์แต่ละทีนี่ โอบให้แบบจะเป็นบ้ำ บางทีก็เพ้มันก็ต้องออกไปเที่ยวบ้างก็มี พ้อไปเที่ยกลับมาก็รู้ว่าเลียท่ามัน กลับมาก็ต้องกลับมาเริ่มต้นใหม่ ถ้าเราชนะมันได้ไม่ออกไปได้ ต่อไปก็ไม่ต้องออกไป แต่นานๆ มันก็เพ้มันบ้างแต่ก็ไม่ป่วย อาศัยว่าเราชนะมันมากกว่าแพ้ถึงมาถึงจุดนี้ได้ ถ้าแพ้มากกว่าชนะมันก็มาถึงจุดนี้ไม่ได้ ป่านนี้ก็อาจจะกลับไปออยู่แล้วพัทยาไปเปิดร้านอาหารหรือ เปิดโรงเรเมก์ได้ แต่ถ้าเราจับเคล็ดได้จับประเด็นได้ว่าการปฏิบัตินี้สำคัญ ที่สุดก็คือ “สติ” ถ้ารู้ตัวนี้แล้ว จับตัวนี้ให้อยู่แล้ว ไปได้ เจริญสติให้มาก ควบคุมความคิดให้ได้ เพราะความคิดตัวนี้แหลกเป็นตัวที่ผลิตอารมณ์ต่างๆ พอใจไม่สงบมันก็คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ เห็นเรื่องนั้นก็เบื่อ เห็นเรื่องนี้



ก็เปื่อ เปื่อไปหมดเวลา มันจะเปื่อ เวลา มันจะชอบมัน ก็ชอบไปหมด  
เห็นอะไร มัน ก็ชอบไปหมด เพราะ มันไม่สนใจ พอกองบแล้ว มันเฉยๆ มันไม่เปื่อ  
มันไม่รัก มันไม่ซัง เฉยๆ เห็น ก็เฉยๆ ได้ยิน ก็เฉยๆ มันจะสนใจได้ ก็ต้อง  
มีสติ ควบคุม ความคิด ให้ได้ ถ้าพุทธ์ธุก์ พุทธ์ ใจ ทั้งวัน หรือ จะดูร่างกาย  
ก็ ผิดๆ แต่ร่างกาย อย่าไปคิดเรื่อง อื่น กำลัง ทำอะไร ก็บังคับให้รู้อยู่ กับ การ  
กระทำของร่างกาย อย่างเดียว พอกจะคิดเรื่อง อื่น ก็ตึง มัน กลับมา บากกว่า  
อย่าไป กำลัง อาบน้ำ ก็อาบน้ำ อย่าไปคิดถึงเรื่อง คนนั้น คนนี่ ถ้า ดึงมา  
ไม่ได้จริงๆ บางที ก็ต้องใช้ การบริกรรมช่วย ก็ได้ พุทธ์ ไป หรือ ลัดมั่น tert  
ไป ก็ได้ ดึง มัน กลับมา อย่าไปให้มันคิดถึงเรื่อง ราว ต่างๆ แล้ว พยายาม  
ทำ ใจ ให้รวม ให้สงบ ให้ได้ เวลา สงบ แล้ว แ hem มัน เบา กอก เปา ใจ เมื่อ นี้ ได้  
ขึ้น สวรรค์ เวลา ก่อน จะเข้าสู่ ความ สงบ นี้ เหมือน อยู่ นรก ใจ ฟุ้ง ซ่าน วุ่น วาย  
ไปหมด แต่ ถ้า เรา สร้าง ไม่ ถอย แล้ว เรายา ยาม เจริญ สติ อย่าง ต่อเนื่อง เรา จะ  
เอา ชัย ใจ เรา ได้

นี่ ขั้น ต้น ขั้น ของ สมารถ ขั้น ของ สถิ อัน นี้ ก็ เป็น การ ตัด กำลัง ของ กิเลส ต้น ทาง  
ความ อยาก แต่ มัน ไม่ ตาย พอก ออก จา สมารถ มาก มาก ก็ ออก มา สร้าง ความ  
อยาก ใหม่ ได้ ถ้า อยา กจะ ให้ มัน ตาย อย่าง ถาวร ก็ ต้อง ใช้ ปัญญา ต้อง สอน  
ให้ เห็น ว่า สิ่ง ต่างๆ ที่ เราก อยา กได้ นั้น มัน ไม่ เชื่อ เป็น ความ สุข เป็น ความ สุข  
นิด หน่อย แต่ เป็น ความ ทุกข์ มาก กว่า เป็น ความ ทุกข์ เพราะ ต้อง ติด ต้อง ทำ

อยู่เรื่อยๆ เช่น ดีมก้าแฟเนี่ย พอดีมก็มีความสุขที่ได้ดีม พอหมดแก้วแล้วก็เดียวอยากจะดีมใหม่ ถ้าไม่มีให้ดีม ใหม่ก็ทุกข์แล้ว ก็ต้องไปหามาดีมให้ได้ พอดีมได้ก็ต้องมาดีมไปเรื่อยๆ ไม่มีวันลืนสุด ถ้ายุดดีมได้ก็ไม่ต้องไปหา ไม่ต้องทุกข์กับความอยากจะดีมก้าแฟ ฝืนกับมันเพียง๔-๕ ครั้ง ความอยากมันก็จะเบาลงไป หายไปเอง แต่จะฝืนมันได้ก็ต้องมีสมานิ ต้องเข้าสมาธิได้ ต้องหยุดความอยากความคิดที่จะไปอยากก้าแฟได้อย่างสิ่งต่างๆ ได้ หรือต้องให้รู้ว่าสิ่งต่างๆ ที่ได้มานั้นแทนที่จะเป็นการให้ความสุขกลับกลายเป็นให้ความทุกข์มากกว่า พอรู้ว่าต้องไปหาความทุกข์ไม่ใช่ไปหาความสุข มันก็หยุดได้ ทุกคนต้องการความสุข ไม่มีใครต้องการความทุกข์ พอรู้ว่าสิ่งที่เราจะทำนี้เป็นการเพิ่มความทุกข์แล้วเราจะไปทำมันทำไม ใช่ไหม เราเก็บหยุดทำเลี้ยเท่านั้นเอง พอหยุดทำแล้วมันก็ไม่มีความทุกข์กับเรื่องนั้นอีกต่อไป

อันนี้เป็นปัญญา มันจะแก้ได้อย่างถาวร ต่อไปมันจะไม่อยากได้อะไรไม่กล้าอยากระมันกลัวความทุกข์ พ้อยกับบ้านใจสั่นล่ะ ใจไม่สบายล่ะ ใจระหว่างกระวายล่ะ เรายังไม่เห็นกันเวลาเรออยกันนี้ ใจระหว่างกระวายเรามองไม่เห็น เรากลับอยากจะให้มันได้มาเร็วๆ จะได้หายกระวายกระวายใช่ไหม แทนที่จะหยุดความอยากมันก็หายแล้ว ไม่ต้องรอให้ได้สิ่งที่อยากได้เพียงแต่หยุดความอยากได้เท่านั้นมันก็หายกระวายกระวายแล้ว แต่เรา

ไม่รู้จักวิธีแก้ปัญหา กลับไปเอาต้องเอาให้ได้ถึงจะหายกระวนกระวาย แต่หายเดียวเดียวแล้วเดียว ก็เกิดความอยากขึ้นมาใหม่อีก แต่ถ้าเราหยุดความอยากได้ทุกครั้งแล้ว ต่อไปมันจะไม่มีความอยากตามขึ้นมาใหม่

## คิชช์ย์ : บางทีบันอยากมาก

**พระอาจารย์ :** เพราะว่าบางที่เรามีสมารถ์น้อย เราทำน้อยมาก วันหนึ่ง เราเน้นสมารถ์ได้สักกี่ครั้ง ได้สักกี่ชั่วโมงกัน ถ้าเป็นนักบวชนี่เน้นทั้งวันเลย สลับกับเดิน ถ้านั่งเมื่อยก็ลุกขึ้นมาเดินควบคุมเจริญสติ พ่อเสร์จก็กลับไปนั่งใหม่ จิตมั่นก็จะสงบต่อเนื่องทั้งวันเลย โอกาสที่จะให้ความอยากโผล่มา มันมีน้อยมาก ถ้ามี เรายังมีกำลังที่จะสู้กับมันได้ แต่เมื่อเราสงบบุนิดเดียว ความอยากรอกรมาตลอดทุกเวลาที่ สู้ตัวนี้ได้ ตัวใหม่ก็ออกแบบมาอีก มันมีหลายตัวตามกันมาやすเหยียดเป็นเหมือนขบวนรถไป

ชีวิตของเราสิ่งปฏิบัติธรรมได้ยาก คนที่อยากจะปฏิบัติธรรมจริงๆ จึงต้องออกบวชกัน คนที่ออกบวชนี่เข้าจะพูดว่าการเป็นพระราษฎร์มันวุ่นวายหน่อยเรื่องมันมาก เรื่องทำมาหากินแล้วยังต้องเรื่องลูก เรื่องหลาน เรื่องภรรยา เรื่องสามี เรื่องบิดามารดา เรื่องญาติสนิทมิตรสหาย โอ้ย เรื่องร้าวต่างๆ

ร้อยแปด มันก็เลยต้องมาคอยแก้ปัญหากับเรื่องราวต่างๆ จนไม่มีเวลาที่จะมาจำจัดตัวการสำคัญ ก็คือความอยากร้าวซึ่งต้องการให้ได้ไปปลีกวิเวกอยู่คนเดียว ถึงแม้จะอยู่ในวัดก็อยู่แบบอยู่คนเดียว คือจะรวมกันก็เฉพาะเวลา มาทำกิจที่จำเป็นเท่านั้น แต่พอเลร์จกิจแล้วก็ต่างคนก็ต่างแยกกันไปอยู่ที่ของตน ก็เหมือนกับอยู่คนเดียว เวลาหนึ่งจะได้มีเวลาสร้างธรรมะ สร้างสติ สร้างสมานิ สร้างปัญญา ที่จะเป็นอาชญากรรมสำหรับในการต่อสู้กับคัตรุของใจ ก็คือความอยากร้าวต่างๆ ก็จะสามารถทำลายความอยากร้าวต่างๆ ให้หมดไปได้

**คิริย์ :** พร:อาจารย์ครับ พร:อรหันต์ ๔ ประเกกนี้ กำลังสามารถแสดงธรรมไปได้เหมือนกับหนูตัวหนึ่งครับ

**พระอาจารย์ :** ๔ พระเกกนี้ มีพระเกหหนึ่งที่ท่านสามารถในการแสดงธรรมได้อย่างกว้างขวาง พระอรหันต์บางท่านนี้ไม่มีความสามารถท่านก็แสดงได้แบบง่ายๆ สักนิด แบบ Kavanaugh เน้อ อย่างนี้ท่านก็แสดง ครูบาอาจารย์ท่านก็สอนภาษาเน้อ สติเน้อ ท่านก็พูดแคร์นี่ แต่ถ้าคนที่ท่านมีความสามารถ ท่านก็จะขยายความให้ละเอียดขึ้นให้คนฟังได้เกิดความเข้าใจได้ขึ้น

**គិច្ចី** : មែនមีការផែកផេងប្រើបាបទីយបអុំដោន្មរម

**พระอาจารย์** : อันนี้จะเป็นความสามารถพิเศษของพระอรหันต์

**គិច្ចីយ៍** : ប្រាកេកណើដែលប្រាកេកទាំងអស់នៃការគ្រប់គ្រងជាមួយ

**พระอาจารย์** : รู้สึกจะประগาทที่ ๔ ที่ท่านมีความสามารถในการแสดงอวراتในการแสดงธรรม ประเพาทแรกนี้คือแบบพื้นๆ ไม่มีความสามารถพิเศษ ท่านเพียงแต่สามารถทำกิจของท่านให้ดับความทุกข์ต่างๆ ได้

**គិម្យ** : សុកយុប់ដែលកិច្ចការបង្កើត

**พระราชารย์** : เอօ ขັ້ນທີ ๓ ແບບມືອິທີຖານທີ່ປາວີຫາຣີໍ່ ພວກທີ ๔  
ກີມີຄວາມສາມາດໃນກາຮແສດງອວຣາເສດງຮຽມຕ່າງໆ ໄດ້ ພວກທີ ๒ ນີ້ລື່ມໄປ  
ແລ້ວເປັນອະໄຣ ມີ ອ ຈຳພວກ ພວກເຮົາຈະໄດ້ຮັບປະໂຍ້ນກົງຈາກພວກທີ່ເສດງອວຣາ  
ເສດງຮຽມເກິ່ງ

**พระอาจารย์ :** โอ้ย อันนี้ไม่รู้แล้ว อย่าไปยกตน จะเป็นพระเก่าที่เห็น ก็ช่างมันเหอะ ก็มันเรื่องของบุญเรื่องของกรรมของแต่ละคนที่ได้ทำมา บุญบารมีของแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนก็เก่งไปในทางอิทธิฤทธิ์ ปฏิหาริย์ บางคนก็เก่งไปในทางแสดงธรรม อย่างพระสารีบุตรนี้ พระพุทธเจ้าก็ทรงยกย่องว่าเก่งในการแสดงธรรม ส่วนพระโมคคัลลานะ ก็ว่าเก่งในเรื่องการแสดงอิทธิฤทธิ์ปฏิหาริย์ พระอานันท์ก็เก่งในเรื่อง ความจำ จำธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าได้หมด แต่ละคนก็ได้ละเอียด บุญบารมีมาไม่เหมือนกัน เรื่องเหล่านี้ถือว่าเป็นของแणม ไม่สำคัญ สิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือการบรรลุเป็นพระอรหันต์ ขอให้ดับกิเลสดับทุกข์ยุติ การเวียนว่ายตายเกิดได้ อันนี้ก็พอแล้ว ส่วนความสามารถพิเศษนี้ก็เป็น เรื่องของการทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น ถ้ามีก็ทำไป ถ้าไม่มีก็ไม่ได้ทำ อย่างพระพุทธเจ้าบางรูปไม่มีความสามารถก็ไม่แสดงธรรม ก็เป็นพระ ปัจเจกพระพุทธเจ้าไป พระอรหันต์บางรูปท่านแสดงธรรมไม่ชำนาญไม่เก่ง ท่านก็ไม่แสดง ท่านก็ไม่ค่อยปรากฏเป็นที่รู้จัก อย่างหลวงปู่มั่นนี่ท่าน แสดงธรรมเก่งมาก จึงปรากฏว่ามีพระอรหันต์เป็นลูกศิษย์กันเยอะเลย ส่วนพระอาจารย์สาร์ท่านแสดงธรรมไม่เก่ง ท่านก็ไม่มีลูกศิษย์ที่เป็น พระอรหันต์มาก เพราะท่านสอนไม่เป็น เพราะการสอนนี่มันต้องใช้ความรู้ ความสามารถพิเศษ คือต้องรู้จักแยกแยะเปรียบเทียบอะไรต่างๆ ยกตัวอย่าง ต่างๆ มา



**“ เรื่องของกรรม การทำความดีความชั่ว**  
**ก่านก็เปรียบเหมือนกับรอยของล้อเกวียนกับตัวล้อเกวียน**  
**ล้อเกวียนนี้มันหมุนไปไหน**  
**มันก็ต้องมีรอยเท้าตามไปใช่ไหม จันได**  
**บุญที่เราทำก็ต้องมีผลตามนา**  
**บาปที่เราทำมา ก็ต้องมีผลตามนา ”**

**គិច្ចីយ៍** : គោលបណ្ឌិ៍ទេសនិភ័យវាជារួយ វរ៉ាវាជារួយមិនការព្រៃយុបកើយបីយេវា

**พระอาจารย์ :** มันก็เป็นไปตามธรรมชาติของเรา เรา ก็ไม่ได้ตั้งใจว่า จะเทศน์แบบนี้ แต่เวลาเราจะพูดอย่างไรก็พยายามอย่างไรให้คริฟัง เรายังอยากรู้ให้เข้าใจใช่ไหม เรา ก็ต้องยกตัวอย่างให้เข้าเห็น ถ้าเข้าเห็นแล้วเขาก็จะเข้าใจ เพราะเมื่อก่อนนี่เราก็อាណการดูตัวอย่างทำให้เราเกิดความเข้าใจอย่างสมัยเด็กๆ เราอยากรู้ว่าทำไม่ logic มันกลม มันไม่แบน เขาก็สอนบอกว่าให้ดูเวลาเรือวิ่งเข้ามาจากทะเล ดูว่าจะเห็นอะไรก่อน ถ้า logic มันแบน มันก็ต้องเห็นส่วนที่สูงก่อน นี่ยกตัวอย่าง ใช่ไหมเวลาเราเห็นเรือเข้ามานี่ เราเห็นทั้งลำพร้อมกันหรือเปล่า เราต้องเห็นล่างกระโดงก่อนใช่ไหม เหมือนคนที่มีความจำเขามานี่ เราจะเห็นอะไรก่อน เรายังต้องเห็นคนอีกคนหนึ่งใช่ไหม ก่อนจะเห็นตัวว่ามาระเพราพื้น มันไม่เรียบ ถ้าพื้น มันเรียบ มันก็ต้องเห็นพร้อมกันหมด อันนี้มันก็เป็นการยกตัวอย่าง

พระพุทธเจ้าเวลาแสดงธรรมท่านก็ยกตัวอย่าง ลองอ่านพระธรรมพระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง ทรงแสดงอะไรก็จะยกตัวอย่าง เช่น เรื่องของกรรม การทำความดีความชั่ว ท่านก็เปรียบเหมือนกับรอยของล้อเกวียนกับ

ตัวล้อเกวียน ล้อเกวียนเนี้มันหมุนไปไหนมันก็ต้องมีรอยเท้าตามไปใช่ไหม  
ฉันได้ บุญที่เราทำก็ต้องมีผลตามมา นาปที่เราทำมาก็ต้องมีผลตามมา  
ท่านเปรียบเทียบให้ฟัง เหมือนกับว่ามีไฟมันก็ต้องมีควันใช่ไหม มีควัน  
มันก็ต้องมีไฟใช่ไหม ของเปรียบเทียบกันได้ ถ้ามีการกระทำมันก็ต้อง  
มีผลตามมา ผลดีหรือผลชั่ว ก็อยู่ที่การกระทำดีหรือทำชั่วนั่นเอง



# ທາງພື້ນຖານ

ກັບນົກຕີ

ຮສສມະບາຍເມາ

ແລະ ພຣະຊາດນິມ ແຮງໝໍເຊື່ອ



คนที่ไม่เคยไป ไปก็ดี คนที่เคยไปแล้วก็เหมือนกัน ไปที่ไหน  
องค์ไหน ก็เห็นเหมือนกัน สอนเหมือนกัน สอนให้  
ทำบุญละบ้าป สอนให้ชั่วร้ายให้สะอาด แต่ถ้าคิดว่าไปแล้ว  
จะทำให้ตัวเองบรรลุเลยนี้ก็คงจะยาก เพราะว่าถ้าไม่ปฏิบัติ  
มันบรรลุไม่ได้ ถ้ามีการมืออยู่แล้ว ถ้าฟังธรรมแล้วบรรลุได้  
ก็หนังสือธรรมะของพระพุทธเจ้า呢อ่านกับบรรลุได้ หนังสือ  
ที่ทรงแสดงเรื่องอริยสัจ ๔ ทรงแสดงมรรคแปด อันนี้  
ก็พอเพียงต่อการปฏิบัติ ต่อการทำให้หลุดพ้น ต่อการบรรลุ  
มรรคผลนิพพานได้ ถ้าไปหาองค์นั้นแล้วก็ยังไม่บรรลุก็ไป  
หาอีกองค์หนึ่งก็ยังไม่บรรลุ หาอีกองค์ก็ยังไม่บรรลุ อันนี้  
ก็แสดงว่าตนเองไม่มีกำลังในการปฏิบัติ คือไม่มีปัญญา  
พอที่จะทำให้บรรลุได้ ปัญญายังไม่แก่ก่อถ้า ถ้าเป็นมีด  
ก็ยังไม่แหลมคม ต้องชำระ ก็ต้องเอามาลับมีดก่อน ต้องมา<sup>ก</sup>  
พิจารณาปัญญา พิจารณาอริยสัจสื่อยู่เรื่อยๆ ใหเข้าใจว่า  
ความทุกข์ของเรางิดจากความอยากของเรา



การจะดับความทุกข์ของเราราก็ต้องหยุดความอยากรถองเรา การจะหยุดความอยากรถองเรา ก็ต้องหยุดด้วยการเห็นความจริง เห็นว่าสิ่งที่เรารอยากนั้นเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นสุข ถ้าเราเห็นสิ่งที่เรารอยากได้เป็นเหมือนยาพิช เราก็จะไม่อยากได้ แต่ถ้าเราเห็นว่าเป็นเหมือนขนม เรา ก็อยากรถองได้ แต่พอเรารับประทานขนมเข้าไปแล้วก็ท้องเสีย ถ้าท้องเสียครั้งต่อไปเราก็ไม่อยากจะรับประทานขนมชนิดนั้น แต่ปัญหาคือเรามองไม่เห็นว่ามันเป็น

ยาพิษหั้งๆ ที่เรารับประทานมัน เรายังด่าว่ามันเป็นขันม เรารับประทานไปแล้วห้องเลียเราก็ไม่เข็ด เราก็ยังไปหาขันมนี้มากินอีก กินอยู่เรื่อยๆ แล้ว ก็ห้องเลียอยู่เรื่อยๆ จนเป็นเรื่องปกติไป

เราไม่เห็นว่าสิ่งที่เรายังด่าว่าให้ความสุขกับเรานั้นเป็นความทุกข์มากกว่าชีวิตของเราก็เลยมีแต่ความทุกข์อยู่ตลอดเวลา ทุกข์กับเรื่องที่เรายังด่าว่าให้ความสุขกับเรา ทุกข์กับลาง ยศ สวรรค์สูญ ทุกข์กับรูป เลียง กลืน รส โภภัตตาหาร พะเพรา ไม่จำ เวลาทุกข์นี้เราก็ไม่รู้สาเหตุว่าเกิดจากความหลง เกิดจากความอยากรถของเรา พอยาหยทุกข์เราก็ลืมไป แล้วเดียวเราก็ทุกข์ ใหม่อีก เวลาทุกข์ก็คือเวลาที่สิ่งที่ให้ความสุขกับเรานั้นจากเราไป พอยา ที่หายจากความทุกข์ที่เกิดจากการผลัดพรากจากกันแล้ว เราก็ไปหานคนใหม่ มาใหม่ คนที่สูญเสียคู่ครองไปหลังจากที่คู่ครองเสียไปแล้วไม่นาน เขายังไปหานคนใหม่มาเป็นคู่ครองใหม่ นี่ก็คือไม่จำ ก็จะเป็นเหมือนกันอีก เดียวเสียคู่ครองอีก ก็ต้องมาเตรา โศกเสียใจ แต่ก็ไม่รู้ว่าความสุขที่แท้จริง ความสุขที่ไม่มีความทุกข์นั้นอยู่ที่การทำใจให้สงบ อยู่ที่การหยุดความอยากรถๆ ตามๆ กัน ที่ไม่ได้ เรารู้ว่าความสงบนี้เป็นความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่ไม่มีความทุกข์ตามมา แต่เราก็ยังไม่มีความทุกข์นั้นอยู่ที่การทำใจให้สงบ อยู่ที่การหยุดความอยากรถๆ ตามๆ กัน

ปัญหา ก็คือเรารู้แล้วแต่บางที่เราก็ทำตามไม่ได้ เรารู้ว่าความสงบนี้เป็นความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่ไม่มีความทุกข์ตามมา แต่เราก็ยังไม่มี

กำลังที่จะเข้าหาความสุขแบบนี้ได้ เพราะการจะเข้าหาความสุขแบบนี้ เราต้องละความสุขที่เป็นความทุกข์ คือเราต้องไม่หาความสุขจากลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่หาความสุขจากรูป เสียง กลิ่น รส โภภูจັพພະ การที่เราต้องหยุดการหาความสุขจากความสุขต่างๆ เพล่านี้เป็น

ພຸກ



TS

ลิ่งที่ทำได้ยาก คือเหมือนกับผู้ที่ติดยาเสพติด  
หรือติดสุรา ติดบุหรี่ เวลาที่จะเลิกเสพลิ่งเหล่านี้  
มันทราบใจ มันหงุดหงิดรำคาญใจ ถ้าไม่มี  
ความตั้งใจที่แน่วแน่ ไม่มีความอดทน ไม่มี  
การควบคุมความคิดของตน ไม่ควบคุมใจของ  
ตนเอง ไม่ให้เป็นคิดถึงลิ่งที่อยากจะเสพก็จะไม่มี



กำลังที่จะหยุดความอยากรถเลพสิ่งต่างๆ เช่น บุหรี่ สูรา หรือยาเสพติดได้แต่ถ้าเรามีความพยายามมีความสามารถที่จะควบคุมใจไม่ให้เปิดดึงสิ่งที่เรารถอยากรถเลพได้ ใจของเราก็จะล้มไปได้ชั่วขณะะชั่วระยะหนึ่ง เช่น ถ้าเราบริการมพุทธฯ ไปได้ เวลาที่เกิดความอยากรถขึ้นมาเราก็บริการมพุทธฯ ไปไม่ให้คิดถึงสิ่งที่เรารถอยากรถเลพ ถ้าทำได้อย่างต่อเนื่อง ไม่นานเราก็จะล้มความอยากรถจะเลพลงนั้นลงนี้ไปได้ แต่การที่เราจะบริการมพุทธฯ ได้นั้นเราก็ต้องฝึกไว้ก่อน เราต้องหัดก่อน หัดบริการมพุทธฯ ไปเรื่อยๆ ก่อนให้มันเป็นนิสัย ถ้ายังไม่เป็นนิสัย ถึงเวลาที่จะใช้การบริการมพุทธฯ มาหยุดความอยากรถหยุดความคิดที่จะไปอยากรถเลพลงนั้นลงนี้ เราก็จะไม่มีกำลังที่จะบริการมพุทธฯ ได้ เมื่อนักบุญภารกิจถ้าไม่ได้ออกกำลังกาย เวลาที่จะต้องมาใช้แรงงานของร่างกายทำงานหนักก็จะไม่มีเรี่ยวแรงที่จะทำได้ เพราะไม่ได้ออกกำลังกาย

การบริการมพุทธฯ การเจริญสตินี้ ก็เป็นเหมือนการออกกำลังใจ ถ้าเรามั่นออกกำลังใจอยู่เรื่อยๆ ต่อไปเจก็จะมีกำลังที่จะหยุดความคิดต่างๆ ได้ พอยหยุดความคิดต่างๆ ได้แล้ว ก็จะหยุดความอยากรถต่างๆ ได้ เวลาเกิดความอยากรถสามารถที่จะบริการมพุทธฯ ให้หยุดไม่ให้เปิดดึงความอยากรถได้ พอยไม่ได้คิดถึงความอยากรถอีกสิ่งที่อยากรถความอยากก็จะหายไปชั่วคราวแล้วเจก็จะกลับมาสู่ความปกติ คือความหยุดหนิดรำคาญใจก็จะหายไป

แล้วถ้าเราทำบ่อยมากๆ เรายังจะได้รับความสงบมากขึ้นจนทำให้จิตนี้ สงบได้อย่างเต็มที่ เช่น เวลาที่เรานั่งหลับตาแล้วก็บริกรรมพุทธๆ ไปอย่างต่อเนื่อง ไม่นานใจก็จะเข้าสู่ความสงบ พ้อเข้าสู่ความสงบแล้วเรายังจะได้พบกับความสุขที่เหนือกว่าความสุขที่เราจะได้จากการเสพสิ่งที่เราเคยอยากรส เช่น รูป เลียง กลิ่น รส โภภูจັພພະ ชนิดต่างๆ หรือลาง ยศ สรรเสริญ พอเราได้รับความสุขที่ดีกว่า เรายังจะเป็นกับความสุขที่มีความทุกข์ตามมา ต่อไปเรายังจะละความอยากในลาง ยศ สรรเสริญ ความอยากในรูป เลียง กลิ่น รส โภภูจັພພະได้ และเราจะละความอยากในทุกสิ่งทุกอย่างได้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่ใจเราไปอยากได้นั้นเป็นเหตุที่ทำให้เราต้องทุกข์ใจไม่สบายนะ

นักปฏิบัติ ถ้าปฏิบัติไปแล้วก็จะละไปเรื่อยๆ เพราะมีสิ่งให้หันมายังอยากรสัมผัสรอยู่ สิ่งนั้นก็จะทำให้ไม่สบายนะ เพราะสิ่งที่อยากจะเสพอยากจะล้มผันนั่น เขาไม่เที่ยงแท้แน่นอน เขาไม่ตั้งอยู่ตลอดเวลา เขายังมีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป มีการเจริญมีการเสื่อมไป หันสิ่งที่อยู่ภายนอกของใจ แล้วสิ่งที่มีอยู่ภายนอกใจ สิ่งที่อยู่ภายนอกของใจคือร่างกาย และสิ่งที่อยู่ภายนอกของร่างกายอีกทีก็คือข้าวของต่างๆ บุคคลต่างๆ ที่ใจไปมีความหลง มีความรัก มีความชอบ มีความอยากได้ ถ้าได้รับความสงบแล้ว จะจะรู้ว่าสิ่งต่างๆ ในโลกนี้สู่ความสงบไม่ได้ เพราะสิ่งต่างๆ ในโลกนี้ให้ความสงบชั่วคราวแล้วก็ให้ความทุกข์ตามมาต่อไป

เวลาเราได้ลิ่งที่เรารอมา เราก็มีความสุขในเบื้องต้น แต่ต่อมาเราก็จะต้อง มีความทุกข์กับสิ่งที่เราได้มา เพราะเราจะต้องมีความห่วงใย มีความหวัง ห่วงใย เพราะไม่อยากจะให้เข้าเป็นของไรไป ห่วง เพราะไม่อยากจะให้เข้า จากเราไป ความห่วงใยความหวังนี้ก็เป็นความไม่สบายใจ นี่คือความทุกข์ ความไม่สบายใจที่ตามมากับความสบายนอกความสุข จากการ ที่ได้ลิ่งที่เรารอยากได้ แล้วเวลาลิ่งที่เราได้มานั้นจากเราไปหรือเปลี่ยนไป เราก็จะเลี่ยอกเลี้ยใจ ไม่สบายใจ คนที่เคยดีกับเราแล้วเขามาไม่ดีกับเรา หรือคนที่เข้าดีกับเราแต่เข้าต้องจากเราไป อันนี้ก็จะทำให้ใจของเราหนัก มี ความไม่สบายใจ มีความเลี่ยอกเลี้ยใจ แต่ถ้าเราไม่ได้ไปเอาลิ่งที่เรารอยาก ได้มา เราก็จะไม่มีความไม่สบายใจกับลิ่งนั้น เพราะเราไม่มีลิ่งนั้นจะต้อง มาห่วง ไม่มีลิ่งนั้นจะต้องมาห่วง ไม่มีลิ่งนั้นจะต้องมาเครีย์โศกเลี้ยใจเวลา สิ่งนั้นจากเราไป จะนั่นถ้าเรามีปัญญา เราก็จะสามารถถูติดความอยากร่างๆ ได้ เพราะปัญญาจะสอนว่า การที่จะไปอย่างได้ลิ่งนั้nlิ่งนี้นั้นเป็นการเข้าหา ความทุกข์ ไม่ใช่เข้าหาความสุข การจะเข้าหาความสุข หนีออกจากความ ทุกข์ ก็คือต้องไม่อยากได้อะไร ต้องไม่อยากมีอะไร ต้องไม่อยากเป็นอะไร ต้องไม่อยากเสริฐป เสียง กลืน รส โภภูร์พะ ชนิดต่างๆ

นี่แหล่ะคือกุญแจสู่พระนิพพาน สู่ปรัมพ สุข ก็คือการละตัณหาทั้ง ๓ คือการตัณหา ความอยากรูป เสียง กลืน รส โภภูร์พะ ภาตัณหา

“มรรค ก็คือเครื่องมือ<sup>๑</sup>  
ที่จะนำมาใช้กับการดับความอยากร้าย<sup>๒</sup>  
หยุดความอยากร้ายต่างๆ”<sup>๓</sup>



ความอยากมีอยากรเป็น และวิภาตันหา ความอยากไม่มีอยากรเป็น ถ้าใจไม่มีความอยากรเหล่านี้แล้ว ใจก็จะไม่มีความทุกข์ การที่จะทำให้ใจไม่มีความอยากรได้ ก็ต้องอาศัยเครื่องมือที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรสเรยกว่ามรรคนี้เอง

มรรค ก็คือเครื่องมือที่จะนำมาใช้กับการดับความอยากร หยุดความอยากรต่างๆ

มรรคนี้ทรงแสดงไว้ ๘ ข้อด้วยกัน ที่เรียกว่ามรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมา-  
ทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปि ความดำรงชอบ สัมมาภัมมันโトイ  
การกระทำชอบ สัมมาวาจา วาจารชอบ สัมมาอาชีโว อาชีพชอบ สัมมาวายาม  
ความเพียรชอบ สัมมาสติ ความระลึกชอบ สัมมาสมาธิ ความตั้งมั่นชอบ  
นี่คือเครื่องมือที่เราจะใช้ในการหยุดความอยากรทั้ง ๘ คือ การตัณหา  
ภวตันหา และวิภาตันหา

ดังนั้น หน้าที่ของเราก็คือเราต้องมาสร้างเครื่องมือนี้ก่อน ก่อนที่เราจะไป  
หยุดความอยากรได้ เราต้องมีเครื่องมือก่อน เมื่อนอกับเวลาที่รดยางแตก  
เราต้องการที่จะเปลี่ยนยาง เรายังต้องหาเครื่องมือมา เราไม่สามารถเปลี่ยน  
ยางได้ด้วยมือเปล่าๆ เราต้องมีแม่แรง ต้องมีเครื่องมือที่จะถอดหัวตอก  
ออกจากล้อ เราถึงจะสามารถเปลี่ยนยางรถยนต์ได้ ฉันได้ การที่เราจะหยุด

ความอยากร่างๆ ได้ เราก็ต้องมีเครื่องมือ เครื่องมือที่พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้ในการหดความอยากร่างแล้วก็คือมรณฑ์มีองค์ ๙ นี้เอง

เราต้องสร้างสัมมาทิฏฐิ สร้างสัมมาสังกัดปโข้นมา สัมมาทิฏฐิกับสัมมาสังกัดปโขนนี้เป็นองค์ปัญญา ปัญญาคือการที่มีความเห็นที่ถูกต้อง และมีความคิดที่ถูกต้อง ความเห็นที่ถูกต้อง ความคิดที่ถูกต้อง ก็คือเห็นว่าความทุกข์เกิดจากความอยากรของเราร้าเรออยากจะหลุดพ้นจากความทุกข์ เราก็ต้องหดความอยากร การหดความอยากร เราก็ต้องทำตามมรณฑ์ เจริญมรณฑ์ มรณฑ์คือลิงที่เมื่อก็ได้แสดงไว้ เราก็ต้องมีคีล สัมมาภัมมันโต สัมมาวาจา เป็นองค์ประกอบของคีล และสัมมาอาชีวะ อันนี้เรียกว่า คีล สัมมาภัมมันโต ก็คือการไม่กระทำปาทกาย สัมมาวาจาก็คือการไม่กระทำปาทกาย สัมมาอาชีวะ ก็คือการไม่ทำบาปในการทำมาค้าขาย นี่คือเครื่องมือที่เราจะต้องสร้างขึ้นมา

กลุ่มแรกก็คือคีลนี้เอง เราต้องละเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ละเว้นจากการลักทรัพย์ ละเว้นจากการประพฤติผิดประเวณี นี่คือสัมมาภัมมันโต สัมมาวาจา ก็คือจะละเว้นจากการพูดปด ละเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ ละเว้นจากการพูดคำหยาบ ละเว้นจากการพูดส่อเลียด คำว่าส่อเลียดนี้ ไม่ใช่เลียดสี ส่อเลียดนี้เปล่าว่าพูดยุยงให้เกิดความแตกแยกสามัคคี



คำพูดเหล่านี้ไม่เป็นคุณ เป็นโทษกับผู้พูดและกับผู้อื่น ทำไปแล้วก็จะทำให้เกิดมีปัญหา เกิดมีเรื่องราวต่างๆ ตามมา เช่นเกี่ยวกับการกระทำการป่า คือการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี ทำแล้วก็จะนำความทุกข์มาให้แก่ผู้กระทำ

นี่คือวิธีดับทุกข์ในเบื้องต้น ต้องดับด้วยการรักษาศีล แล้วพอเรา.rักษาศีลได้แล้ว เรา ก็จะยับไปสุขขึ้นต่อไป ก็คือ สัมมาวายาโม คือความเพียรชอบสัมมาสติ สัมมาสมารถ ขันต่อไปเราก็ต้องเพียรทำใจให้สงบให้ได้ เรียกว่า เป็นการกระทำในความเพียรที่ถูกต้อง อย่าไปเพียรหาทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง อย่าไปเพียรหาความสุขต่างๆ ในโลกนี้ อันนี้ไม่ใช่เป็นความเพียรที่ถูก ความเพียรที่ถูกนั้นต้องเพียรหาความสุขที่เกิดจากความสงบ การที่เราจะมีความสุขที่เกิดจากความสงบได้ ก็เกิดจากการเจริญสติอย่างต่อเนื่อง เจริญสัมมาสติ คำว่าสัมมาสติ ก็คือให้จิตลงอยู่ในปัจจุบัน ไม่ให้จิตลอยไปอีก ลอยไปในอนาคต ให้อยู่ในปัจจุบัน การที่จะให้จิตดำเนรงอยู่ใน



ปัจจุบันก็จำเป็นจะต้องมีอะไรดึงเอาไว้ผูกเอาไว้ สิ่งที่เราใช้ในการดึงจิตให้อยู่ในปัจจุบันไม่ใช่ห้อยไปลอยมา ก็คือกรรมฐาน ๔๐ ชนิดนี้เอง

กรรมฐาน ๔๐ นี้ เป็นอารมณ์ที่เราสามารถใช้ดึงใจไม่ให้ลอยไปลอยมา ให้ใจตั้งมั่นเป็นสมาธิ ให้ใจสงบให้ได้ กรรมฐาน ๔๐ ก็แบ่งไว้เป็นกลุ่ม

กลุ่มแรกเรียกว่า อนุสติ ก็มีอยู่ ๑๐ ประการด้วยกัน เช่น พุทธานุสติ รัมมานุสติ สังขานุสติ アナปานสตि มรณะนุสติ เทวทานุสติ นี่เป็นกรรมฐานหรืออารมณ์ที่เราสามารถเอามาใช้ในการผูกใจให้ตั้งมั่น ไม่ให้ลอยไปลอยมา ให้เป็นสมาธิ ให้สงบ ให้เป็นสัมมาสมาธิ มีอีกหลายอย่าง เช่น ในกลุ่มของอสุภะก็มี ๑๐ ประการ ให้เราดูภาพ นึกถึงภาพของร่างกายที่ตายไปแล้วในลักษณะต่างๆ เช่น เพิงตายใหม่ ตายสามวัน อีดพองขึ้นมา ตายแล้วไปถูกปล่อยไว้ในป่า ทิ้งไว้ในป่า มีสุนัขมีสัตว์มากัดเทะทำให้เขนขากระเจยไปตามทิศต่างๆ มองให้เห็นจนกระทั้ง





“ไม่ว่ากำลังทำอะไร  
ให้ใจเราอยู่กับการ  
ทำงานของร่างกาย  
ให้เป้าดูร่างกาย  
ให้รู้อยู่ว่าร่างกาย  
กำลังทำอะไรอยู่  
โดยที่ไม่ไปคิดถึง  
เรื่องนั้นเรื่องนี้  
คนนั้นคนนี้  
สิ่งนั้นสิ่งนี้  
อย่างนี้เรียกว่า  
เป็นการเจริญสติ  
เรียกว่าสัมมาสติ”

ร่างกายเน่าเปื่อย แห้งกรอบ ผุ กลairy เป็นดินไป อันนี้ก็เป็นการที่จะผูกใจให้ตั้งอยู่ในความสงบ ไม่คิดปรงแต่งตั้งได้ หรือการใช้ร่างกายเป็นที่ผูกใจได้ เช่น ให้จดจ่อเฝ้าดูการเคลื่อนไหวของร่างกายในทุกอิริยาบถในทุกเวลา naï ที่ร่างกายมีการเคลื่อนไหว เช่น กำลังเดิน ก็ต้องรู้ว่าร่างกายกำลังเดิน ไม่ใช่เดินอยู่ก็ไม่รู้ว่าเดิน กลับไปรู้เรื่องนั้นเรื่องนี้ เรื่องสามี เรื่องภรรยา เรื่องงานเรื่องการอย่างนี้เรียกว่าไม่มีสติ ถ้ามีสติต้องรู้ทุกอย่างก้าว เวลา ก้าวเท้าซ้าย ก็รู้ว่า ก้าวเท้าซ้าย เวลา ก้าวเท้าขวา ก็รู้ว่า ก้าวเท้าขวา ให้รู้อยู่อย่างนี้ เวลาทำอะไรกับร่างกาย ก็ให้เฝ้าดูตลอดเวลา กำลังแปร่งฟัน กำลังล้างหน้า กำลังหวีเฝ้าหวีผม กำลังแต่งเนื้อแต่งตัว กำลังรับประทานอาหาร กำลังดื่มน้ำ ไม่ว่ากำลังทำอะไรให้ใจเรารู้กับการทำงานของร่างกาย ให้เฝ้าดูร่างกาย ให้รู้อยู่ว่าร่างกายกำลังทำอะไรอยู่ โดยที่ไม่ไปคิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้ คนนั้นคนนี้ สิ่งนั้นสิ่งนี้ อย่างนี้เรียกว่า เป็นการเจริญสติ เรียกว่าสัมมาสติ

แต่การที่จะเจริญสติอย่างนี้ได้อย่างต่อเนื่องนั้น ผู้ที่จะเจริญนี้จำเป็นจะต้องตัดภารกิจต่างๆ ออกไปให้หมด เช่น มาบวชเป็นพระนี้จะทำให้ไม่ต้องไปคิดถึงเรื่องภารกิจต่างๆ ไม่ต้องไปทำการกิจต่างๆ การที่เราทำการกิจต่างๆ ก็เพื่อเราจะได้มีรายได้มาใช้กับการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่เพื่อที่จะได้ปฏิบัติธรรมได้ ถ้าเราต้องการใช้ร่างกายเพื่อมาปฏิบัติธรรมเพียง

อย่างเดียว เรายังสามารถทำให้เราสามารถทำงานให้กิน  
ควบคู่กับการเจริญสติได้ เช่น เวลาไปบินทบานี้เรายังไม่ต้องคุยกับใคร  
ไม่ต้องใช้ความคิด เพียงแต่ให้รู้ว่าถึงเวลาเปิดฝาปาตร ถึงเวลาปิดฝาปาตร  
เท่านั้นเอง กลับมาเราก็มีอาหารพอที่จะจุนเจืออยู่ไปได้ ๑ วัน แล้วเรายังได้  
มีเวลาเจริญสติอย่างต่อเนื่อง

ถ้าเรายังต้องทำงานให้มืออาชีพต่างๆ นี่ เราจะไม่สามารถที่จะควบคุมใจ  
ให้ไม่คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ได้ การเจริญสติกจะเป็นไปไม่ได้ เมื่อไม่มีสติ  
การจะทำใจให้สงบเป็นสมาธิก็เป็นไปไม่ได้ นักปฏิบัติที่เป็นผู้รู้จัง  
มัจฉะเลี่ยงการนั่งสมาธิไป เพราะมีผู้สอนว่าไม่ต้องนั่งสมาธิก็ได้ ให้ใช้  
ปัญญาเลย แต่ถ้าใช้ปัญญาได้จริงแล้วก็ต้องบรรลุกันหมดแล้ว ถ้ามีปัญญา  
ก็ต้องหยุดตัณหาความอยากได้ แต่ถ้าใช้ปัญญาแล้วหยุดตัณหาความอยาก  
ไม่ได้ก็บรรลุไม่ได้ ที่บรรลุไม่ได้ก็เพราะว่าปัญญานั้นไม่มีกำลังที่จะหยุด  
ตัณหาความอยาก ลิ่งที่จะให้กำลังแก่ปัญญาคือสมาธินี้เอง คือความสงบ

ดังนั้น สำหรับผู้รู้จังมีความต้องการที่สนใจที่จะปฏิบัติธรรมแต่ยังติดกับ  
การกิจกรรมงานต่างๆ มันก็เลยเป็นปัญหาขึ้นมาว่าปฏิบัติมาไม่รู้กี่ปีแล้ว  
ยังไม่เห็นผลลัพธ์ นั่นก็เป็นเพราะว่าไม่สามารถปฏิบัติเจริญสติได้อย่าง  
ต่อเนื่อง สตินี้ต้องเป็นสัมปชัญญะ ก็คือไม่ผลลัพธ์ ต้องรู้อยู่ตลอดเวลา  
อยู่ในปัจจุบันตลอดเวลา

ถ้าอยาจจะได้ผลจากการปฏิบัติ การบวชนี้แหลกเป็นช่องทางที่ดีที่สุด ผู้ที่บรรลุมรคผลนิพพานนี้ส่วนใหญ่ ๙๙ เปอร์เซนต์นี้เป็นนักบวชทั้งนั้น และผู้ที่บรรลุตอนที่ยังไม่ได้เป็นนักบวช พอบรลุแล้วก็อยาจจะบวชอยู่ดี ก็ไม่รู้ว่าจะอยู่เป็นժราวาสไปหาอะไร ในเมื่อไม่มีความอยาจได้ลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่อยากได้ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย อยู่กับพวกที่เขารอยาจได้ลาภ ยศ สรรเสริญ อยาจได้ความสุข มั่นคง เป็นจิตกับเขา อยู่กันแล้วก็จะไม่มีความสุข อยู่กันแล้วก็จะมีปัญหา เช่น เขาจะไปงานเลี้ยง เราไม่ไป เขายจะไปดูภาพยนตร์ เราไม่ไป เขายจะไปทำอะไร เราไม่ไปทั้งนั้น อย่างนี้แล้วเราจะไปอยู่กับเขาได้อย่างไร

ผู้ที่บรรลุแล้วมักจะต้องบวชกันทั้งนั้น ไม่ใช่เพราะว่ากลัวว่าถ้าไม่บวชภายใน ๗ วันจะตาย อันนี้ไม่ใช่เป็นเหตุและผล แต่เป็นความเข้าใจผิด ที่คนไม่ได้ปฏิบัติมาเข้าใจกัน เนื่องจากได้เห็นตัวอย่างของคนที่บรรลุแล้ว ต้องตายไปก่อนที่จะได้บวช เช่น คนหนึ่งได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้า ในขณะที่ทรงบินทapaT เขากับบรรลุได้ เขาก็ไปเตรียมตัวที่จะไปหาอัฐบริหารเพื่อมาขอวชกับพระพุทธเจ้า แต่ระหว่างทางก็ถูกกระทิง ชวดตายไปเสียก่อน หรือเช่นพระพุทธบิดาของพระพุทธเจ้าก็ทรงบรรลุ ๗ วันก่อนจะเสด็จสวรรคต ก็เลยคิดว่าที่เสด็จสวรรคตนี้องจาก ไม่ได้บวช ความจริงมันไม่เกี่ยวกัน การบวชหรือไม่บวชนี้ไม่ได้ทำให้

“มรรคต้องเจริญให้มาก  
ถ้ามีมรรคแล้ว  
ผลก็จะตามมา  
ผลก็คือการบรรลุธรรมขั้นต่างๆ  
ตั้งแต่ขั้นโลสตานขึ้นไป  
จนถึงขั้นพระอรหันต์”



เราตายหรือไม่ตาย ถ้าอย่างนั้น คนที่ไม่เป็นมาตรฐานที่ไม่ได้บวชนี้ ทำไม่ได้ตายกันไปหมดแล้ว หรือ คนที่เป็นพระทำไม่ถึงยังต้องตาย กันอยู่ มันไม่เกี่ยวกับเรื่องของการบรรลุหรือไม่บรรลุ เรื่องของร่างกาย ก็เรื่องของร่างกาย เรื่องของการบรรลุ เป็นเรื่องของใจ ใจนี้เมื่อวันตาย การบรรลุแล้วจะไปทำให้ร่างกายตายได้อย่างไรถ้าไม่ได้บัวภัยใน ๗ วัน อันนี้ไม่ใช่เป็นเหตุที่ทำให้ผู้ที่บรรลุแล้วอยากจะขอบัวกัน

การที่บวรลุแล้วอยากจะขอบัว ก็ เพราะว่าไม่รู้จะอยู่เป็นมาตรฐานไปทำไม อยู่กับพวกรึบวรลุดีกว่า อยู่กับพวgnกับบัวดีกว่า เพราะว่าชีวิตนี้เหมือนกัน ผู้ที่บรรลุแล้ว อยู่กับผู้ที่ไม่บรรลุนี้อยู่กันลำบาก

โดยเฉพาะถ้ายังเป็นสามีภรรยา หรือเป็นญาติสนิทมิตรสหายกัน เพราะผู้ยังไม่บรรลุนี้เขายังต้องหาความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ยังต้องหาความสุขจากลาภ ยศ สรรเสริญอยู่ แต่ผู้ที่บรรลุแล้วนี้ จะไม่มีความอยากได้ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จะไม่มีความอยากได้ลาภ ยศ สรรเสริญนั่นเอง นี่คือเรื่องของการเจริญมารด ๙

มารด ๙ นี่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้กับนักบวชตอนที่ทรงแสดงพระธรรมเทศนาครั้งแรก ทรงแสดงอริยสัจ ๔ ทรงแสดงมารด ๙ ผู้ที่ฟังก็เป็นนักบวช ก็คือพระปัญจวัดคีรี เป็นผู้ที่มีคีลแล้ว มีสมาริแล้ว พอมีคีลเมื่อสมาริแล้ว พ่อได้ฟังความจริงได้รับสัมมาทิภูมิจากพระพุทธเจ้า

ได้รับสัมมาสังกับปโจกพระพุทธเจ้า ก็สามารถน้อมเอาไปเป็นสัมมาทิฏ្យลูขิของตน เป็นสัมมาสังกับปโจกของตนได้ พอน้อมเข้ามาเป็นสัมมาทิฏ្យลูขิของตน สัมมาสังกับปโจกของตน ใจก็หยุดความอยากต่างๆ ได้ ใจบรรลุเป็นพระอรหันต์ เมื่ອនกับที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบรรลุได้

นี่คือเรื่องของมรรค ๘ เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ผู้ที่ปรารถนาที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ ผู้ที่ต้องการจะหยุดความอยากต่างๆ ที่เป็นต้นเหตุของความทุกข์ต่างๆ มรรคต้องเจริญให้มาก ถ้ามีมรรคแล้ว ผลก็จะตามมา ผลก็คือการบรรลุธรรมขั้นต่างๆ ตั้งแต่ขั้นโสดาบันชีไปจนถึงขั้นพระอรหันต์ ไม่ได้เกิดจากพระพุทธเจ้า ไม่ได้เกิดจากพระธรรมคำสอน ไม่ได้เกิดจากพระอริยสงฆ์สาวก แต่เกิดจากครัวatha ความเชื่อของผู้ปฏิบัติที่จะน้อมเอาคำสอนของพระพุทธเจ้า คำสอนของพระอริยสงฆ์สาวกไปปฏิบัติ ที่จะน้อมเอาตัวอย่างของพระพุทธเจ้า และของพระอริยสงฆ์ไปเป็นแบบฉบับ พระพุทธเจ้าทรงดำเนินอย่างไร พระอริยสงฆ์สาวกดำเนินอย่างไร ผู้ปฏิบัติตามก็จะดำเนินอย่างนั้น ท่านสละราชสมบัติ สละทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง สละครอบครัว สละทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่แล้วก้ออกบวชกัน ผู้ที่อยากจะได้ผลเมื่อんกับที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายได้ผลก็ต้องทำเหมือนกัน เพราะเหตุกับผลมันเป็นอย่างนั้น เมื่อんกับผู้ต้องการที่จะหายจากโรคภัย

ใช้เจ็บ ผู้ที่เข้าหา yapare เขากินยาชนิดนี้ ถ้าเราเป็นโรคชนิดเดียวกับเขา ถ้าเรารอยากจะหายจากโรคเหมือนกับเขา เรา ก็ต้องกินยาชนิดเดียวกับที่เขา กินนั่นเอง ถ้า กินยาชนิดเดียวกัน กับโรคชนิดเดียวกัน เดียวโรค ก็จะต้องหาย เช่นเดียวกัน ไม่มีทางที่จะเป็นอื่นได้ ฉันได้ ถ้าเราต้องการมารัก ผลงานพานเหมือนกับที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสังฆสาวกได้บรรลุกัน เราก็ต้องปฏิบัติเหมือนกับที่พระพุทธเจ้าและพระอริยสังฆสาวกทั้งหลาย ปฏิบัติกัน ก็คือต้องสละสมบัติ สละลาภ ยศ สรรเสริญ สละความสุข ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้วก็อกบัวช เพื่อจะได้รักษาศีลให้บริสุทธิ์ ตลอดเวลา เพื่อที่จะได้เจริญสติอย่างต่อเนื่อง เพื่อที่จะได้นั่งสามารถทำใจ ให้สงบ เพื่อที่จะได้เจริญปัญญาให้เห็นว่าความทุกข์นี้เกิดจากความอยาก และสิ่งที่อยากรได้นั้นก็ไม่ได้ให้ความสุข กลับให้ความทุกข์ ถ้าเห็นอย่างนี้ ก็จะไม่อยากได้สิ่งต่างๆ มีครออย่างจะได้ความทุกข์บ้าง ที่เรา หากันทุกวันนี้ หางเงินหาทอง หาลาภหาຍศ หารูป เสียง กลิ่น รส โภณจพะ ก็ เพราะว่าเราคิดว่าให้ความสุขกับเรานั่นเอง แต่เรามองไม่เห็นความทุกข์ ที่เราได้ติดมากับความสุข ความสุขที่เราได้จากการ ยศ สรรเสริญ จากรูป เสียง กลิ่น รส นี้ ก็เป็นเหมือนเหยื่อชั้นเล็กๆ ที่ติดอยู่ปลายเบ็ดที่เกี่ยวปากเรานั่นเอง อันนี้เรามองไม่เห็น มันถูกซ่อนอยู่ภายในตัว เรายังไงที่ติดอยู่ปลายเบ็ด เราเห็นแต่เหยื่อแต่เราไม่เห็นเบ็ด

นี่แหลกคือความทุกข์ที่พากเรา  
เข้าไปหากันโดยไม่รู้สึกตัว เพราะ  
คิดว่าเป็นความสุข การหาเงินหาทอง  
นี้มันสุขหรือเปล่า กว่าจะได้เงินทอง  
มานี่แสนจะเหนื่อยแสนจะยาก  
และเวลาได้มาแล้วก็ต้องมาทุกข์กับ  
การรักษาดูแล กลัวจะหาย กลัวจะหด  
กลัวจะหมดไป และเวลาหายไป  
หมดไปก็ต้องเครียดโศกเสียใจ บางคน  
ถึงกลับฆ่าตัวตายก็มีเวลาที่หมด  
เนื้อหมดตัว ทำมาหากินแล้วหมด  
เนื้อหมดตัว ไม่มีที่พึ่งแล้ว เพราะว่า  
ไปพึ่งในลิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน  
ลิ่งที่มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป  
นั่นเอง พอเวลาดับไปก็ไม่รู้ว่าจะ  
พึงอะไรได้ ก็เลยต้องฆ่าตัวตาย

อันนี้แหลกเป็นความทุกข์ที่มอง  
ไม่เห็นกัน เต็ถ้าใช้ปัญญาพิจารณา



เรื่องเหล่านี้อยู่รีอยๆ แล้ว ต่อไปก็  
จะเห็นว่าลาภ ยศ สรรเสริญ สูป เลี่ยง  
กลืน รถ โภชนา พะนี เป็นความทุกข์  
มากกว่าความสุข ความสุขนี้เป็น  
เพียงเสี้ยวเดียวเดียวเดียวเดียวตอนที่  
ได้มาเท่านั้น ตอนที่ได้เสพได้

สัมผัส แต่พอผ่านไปแล้วก็จางหายไปหมด ทำให้หิว ทำให้อยากต้องหาใหม่ มาเสพอยู่เรื่อยๆ ความหิวความอยากนี้ก็เป็นความทุกข์แล้ว เพราะอยู่ไม่เป็นสุข ต้องหาอะไรมาฟัง หาอะไรมาดีมห้ามอะไรรับประทานอยู่เรื่อยๆ ถึงจะมีความสุข พอไม่ได้มีไม่ได้รับประทาน ไม่ได้ดูไม่ได้ฟัง ก็หงุดหงิดรำคาญใจ อันนี้เหละคือความทุกข์ใจ เพราะว่าเราไปอยากได้ กับสิ่งที่มันเป็นความทุกข์นั่นเอง สิ่งที่เป็นความสุขเรากลับไม่อยากได้กัน สิ่งที่เป็นความสุขก็คือความสงบของใจที่เกิดจากการรักษาศีล ที่เกิดจากการเจริญสติ เกิดจากการนั่งสมาธิ เกิดจากการเจริญปัญญา อันนี้เหละ เป็นความสุขที่แท้จริงแต่เราไม่เข้าหากัน ถ้าเราเข้าหาแล้วเราไม่ย่อท้อต่อ ความยากลำบาก ลักษณะนี้เราก็จะสามารถได้รับผลจากการปฏิบัติของเราอย่างแน่นอน เมื่อกันที่พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายได้รับผลมา

แต่ก่อนที่ท่านจะได้รับผล ท่านก็ยากลำบาก คิดดูก็แล้วกันการที่จะต้องออก จากพระราชวังแล้วมาอยู่ตามป่าตามเขา อยู่แบบขอทาน เช้าก็ต้องถือบาตรเข้าไปในหมู่บ้านเพื่อรับบิณฑบาต อาหารก็ไม่ใช่เป็นอาหารที่ลذيذอร่อยด 产品经理อย่างที่เคยได้ слыш ในพระราชวัง อาหารก็เป็นอาหารของชาวบ้านอาหารพื้นๆ คิดดูก็แล้วกันว่ามั่นยากลำบากลำบากแล้วพระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายขนาดไหน แต่ทำไมท่านสามารถทำได้ นั่นก็เป็นเพราะว่า ท่านมีความแน่วแน่ต่อความสุขที่แท้จริงนั่นเอง ท่านไม่หลงกับความสุข

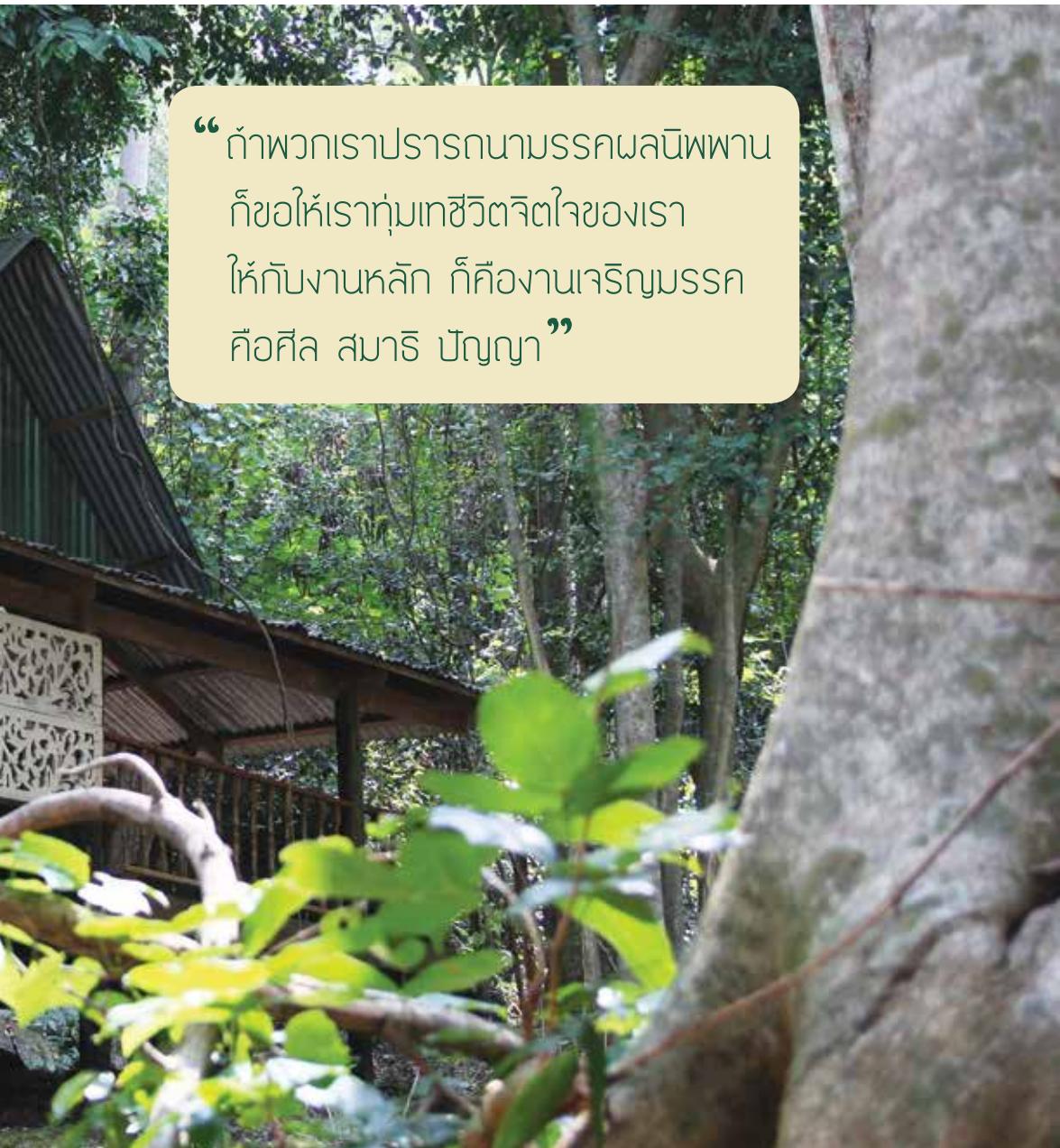
ที่เป็นความทุกข์ เพราะท่านได้เสพลัมผ์สผ่านมาพอแล้ว ท่านไม่ทรงไม่ลีบ ทุกครั้งที่ใจคิดอยากจะกลับไปหาความสุข ท่านก็คิดถึงความทุกข์ที่ได้จากความสุขเหล่านั้นทันที ก็ทำให้ท่านไม่กลับไปหา แล้วท่านก็นึกถึงความสุขที่ได้จากเวลาที่ใจสงบ เวลาใจสงบแต่ละครั้งนี้มันมีความสุขเหมือนกับขึ้นสวรรค์ทั้งเป็น แล้วเวลาเกิดความท้อแท้เบื่อหน่ายก็จะคิดถึงความสุขอันนี้ พอก็คิดถึงความสุขอันนี้ ก็จะทำให้เกิดมีกำลังใจที่จะพยายามปฏิบัติต่อไป เมื่อไอนกับคนที่ทำงานแล้วเกิดความท้อแท้ แต่พอนึกถึงสิ่งเดือนเวลาที่เงินเดือนออก ก็จะทำให้เกิดมีกำลังใจที่จะทำงานต่อไป เพราะว่าอย่างน้อยรู้ว่าเดียวสิ่งเดือนก็จะได้รับเงินเดือนได้ผลตอบแทน ตอนนี้จะท้อแท้เบื่อหน่ายจะยากลำบากอย่างไร ก็ต้องกัดฟันเอาไว้สู้ต่อไป สู้ไปจนกว่าจะได้รับรางวัลได้รับผล

นี่คือสาเหตุที่ทำให้พระพุทธเจ้าและพระสาวกหั้หลายได้เป็นพระพุทธเจ้าได้เป็นพระสาวก ก็ เพราะท่านมีความแน่แน่ต่อมรรคผลนิพพาน ต่อความสุขที่เกิดจากความสงบของใจ ท่านไม่ท้อถอย ไม่ย่อท้อ ไม่หวั่นไหวกับอุปสรรคต่างๆ ที่จะต้องผ่านฝ่า

อุปสรรคก็มีหลายอย่างด้วยกัน เช่น นิวรณ์ ๕ นี้ก็เป็นอุปสรรค นิวรณ์ก็คือ การฉันทะ ความอยากในรูป เลียง กลิ่น รส โผฏฐพะ ความฟุ้งซ่าน ความง่วงเหงาหวานนอน ความไม่มั่นใจ ความลังเลยังสัย ความเลื่อม



“ ถ้าพวกเราปราดนามบรรดาลินพพาน  
ก็ขอให้เราทุ่มเทชีวิตจิตใจของเรา  
ให้กับงานหลัก ก็คืองานเจริญมั่นคง  
คือศีล สมาร์ต ปัญญา ”



ครัวท่าที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในบางเวลา ตอนต้นก็อาจจะมีครัวท่าเร่งกล้า แต่พอปฏิบัติไป เจօความทุกข์ความยากลำบาก ก็อาจจะเกิดความเลื่อม ครัวท่าได้ เหล่านี้ก็ต้องหาวิธีแก้ให้ได้ การเลื่อมครัวท่าก็ต้องให้ระลึกถึง พระพุทธ พระธรรม พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็จะทำให้ฟื้นคืนครัวท่าขึ้นมาได้ ถ้าเกิดความง่วงเหงาหวานอน ก็ต้องไปหาสถานที่น่ากลัวอยู่ หรือต้องผ่อนอาหาร อุดอาหาร ไม่วับประทานอาหารมากจนเกินไป ถ้าเกิดการฉันทะ เกิดการรามณ์ ก็ต้องพิจารณาอสุภะหรือ พิจารณาความทุกข์ที่ได้จากการไปเสพความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ถ้าเกิดความฟุ่งซ่านก็ต้องหมั่นเจริญสติ ควบคุมความคิดไม่ให้คิดเรื่องนั้น เรื่องนี้ ให้อยู่กับเรื่องเดียว เช่น ให้บริกรรมพุทธศาสนา ไป อย่างนี้ก็จะฟันฝ่า อุปสรรคที่ขวางกั้นการที่จะทำใจให้เข้าสู่ความสงบได้

นี่คือเรื่องของการปฏิบัติที่จะต้องเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ ถ้าผู้ปฏิบัติไม่มี ความแห่แหน่ ไม่มีสักจะ ไม่มีความเออาจริงเออาจังต่อการปฏิบัติ เวลาเริ่มต้น มีความกระฉับกระเฉง แต่พอทำไปแล้วไปเจออุปสรรคก็เกิดความท้อแท้ เปื่อยหน่าย แล้วก็อาจจะยอมแพ้เลิกปฏิบัติไป เช่น ผู้ที่มabaวช บ瓦ชไป สักระยะหนึ่งแล้วก็ทอนอยู่ต่อไปไม่ได้ ก็ลาลิกขาไป

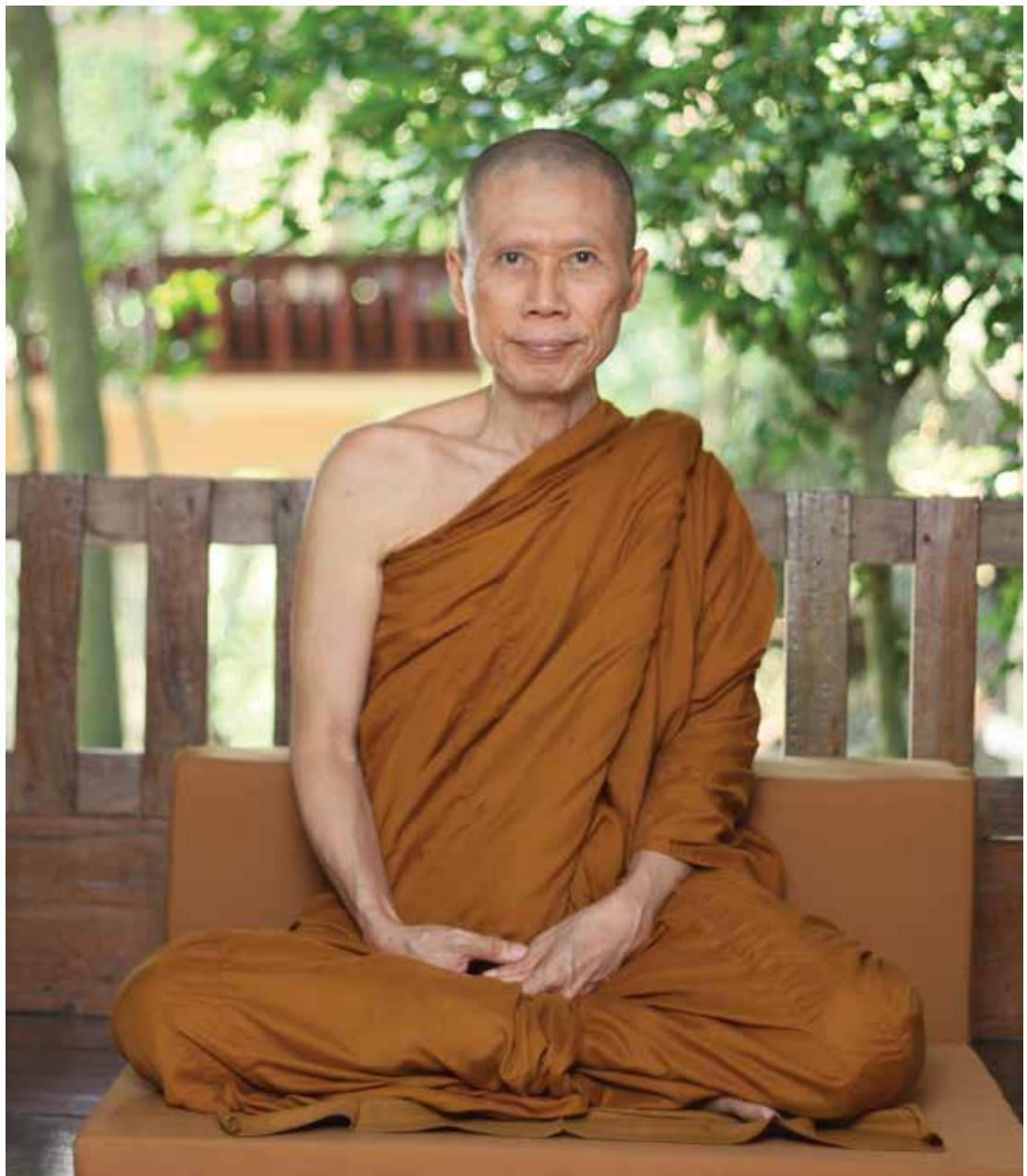
ดังนั้น ถ้าเรารอยากที่จะบรรลุถึงผลที่เราต้องการได้ เราต้องมีความตั้งใจ ที่แน่วแน่ มีความจริงใจต่อการปฏิบัติ มีความอดทนต่อความยากลำบาก

ต่ออุปสรรคต่างๆ โดยให้ยกพระพุทธ พระธรรม พระสังฆ์ เป็นแห่งชัย ให้ระลึกถึงว่าท่านก็เป็นมนุษย์เหมือนเรา ท่านก็มีอุปสรรคเหมือนเรา แต่ท่านไม่ถอย ท่านฟันฝ่าสู้ไปเรื่อยๆ ข้าบ้างเร็วบ้าง วันนี้อาจจะปฏิบัติ ได้มาก พรุ่งนี้อาจจะปฏิบัติได้น้อย ได้มากหรือได้น้อยก็ขอให้ปฏิบัติไปเรื่อยๆ ไม่ช้าก็เร็ว ก็จะได้สิ่งที่ต้องการได้อย่างแน่นอน

นี่คือเรื่องของการดำเนินชีวิตของเรา เรื่องของการเจริญมรรค ขอให้เรา ถือการเจริญมรรคนี้เป็นภารกิจที่สำคัญ คือการเจริญคีล สมารธ ปัญญา การทำงานอย่างอื่นนั้นขอให้คิดว่าเป็นงานรอง เป็นงานสนับสนุนงานหลัก ของเรา งานหลักของเราก็คือการเจริญคีล สมารธ ปัญญา งานสนับสนุนก็ คือการทำหากินเลี้ยงปากเลี้ยงห้อง ดูแลรักษาร่างกายให้มีกำลังวังชาที่ จะปฏิบัติรักษาคีล สมารธ ปัญญา ถ้าเราถือการเจริญมรรค ๙ หรือ คีล สมารธ ปัญญานี้เป็นงานหลักแล้ว ผลก็จะต้องเกิดขึ้นตามลำดับอย่างแน่นอน แต่ถ้า เราไปถือการทำงานสนับสนุนเป็นงานหลัก คืองานทำทรัพย์ หาปัจจัย และ เป็นงานหลัก จะเราหาแบบทุ่มเทื่อเพื่อให้เพิ่ม หาแบบเกินความพอดี เช่น บ้านก็ต้องมีราคาหลายล้าน หลังให้ปูโต เลือผ้าอาภรณ์ก็ต้องประณีต วิจิตรพิสดาร อาหารก็ เช่นเดียวกัน ยารักษาโรคก็ เช่นเดียวกัน ถ้าอย่างนี้ เราก็จะเสียเวลาไปกับการทำงานที่มาสนับสนุนงานหลัก จะทำให้เราไม่มี เวลามาทำงานหลักของเรา ก็คือการปลดใจของเราให้หลุดพ้นจากความทุกข์

ทั้งหลาย ให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เราต้องพยายามเตือนใจ  
เราเสมอว่างานหลักของเราก็คือการรักษาศีล การเจริญสมาริ และปัญญา  
ส่วนงานทำมาหากินนี้ก็ทำพอประมาณ อย่างเป็นพระนี้ก็ทำวันละครึ่งเดียว  
ตอนเช้าก็ออกบิณฑบาตเวลาเดียวกันพอ ไม่ใช้ออกบิณฑบาต ๓ เวลา เช้า  
กลางวัน เย็น แต่บางแห่งก็มี ตอนเช้าก็เอาบาตรไปหาอาหาร บ่ายก็ออกไป  
หาเงินกัน เอาบาตรไปเรี่ยไรเงินทองต่างๆ ถ้าอย่างนี้ก็ถือว่าทำมากเกิน  
ไปแล้ว ทำมาหากินมากเกินไป ไม่ไปปลีกวิเวก ไม่ไปอยู่ตามสถานที่  
สงบสังดิเพื่อจะได้เจริญสติ สมาริ ปัญญา ผลจึงไม่เกิดกับพระเหล่านี้  
พระที่มัวแต่ไปเรี่ยไรเงินทองเพื่อไปสร้างโบสถ์ สร้างเจดีย์ สร้างกุฏิ  
สร้างวิหารต่างๆ ผลที่ได้รับก็คือได้โบสถ์ ได้เจดีย์ ได้กุฏิ ได้วิหาร เดียววนี้  
เมืองไทยเรานี้มีเจดีย์กันเต็มไปหมด มีโบสถ์เต็มไปหมด มีวิหารมีกุฏิ  
เต็มไปหมด แต่ไม่มีมรรคผลนิพพานให้มาอวดกันบ้างเลย ก็เพราะว่า  
ไม่ได้ทำงานหลักกัน ไปทำงานรองกันเลีย งานสนับสนุนกัน

ดังนั้น ถ้าพากเราปราบนานมารรคผลนิพพาน ก็ขอให้เราหุ่มเหวี่วิตจิตใจ  
ของเราให้กับงานหลัก ก็คืองานเจริญมรรคคือศีล สมาริ ปัญญา แล้วก็  
ทำงานรองทำงานที่สนับสนุนงานหลักนี้เท่าที่จำเป็น แล้วสักวันหนึ่งเราก็  
คงจะได้ลิ้มรสธรรมอันเลิศของพระพุทธเจ้าอย่างแน่นอน การแสดง  
ก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอพักไว้เพียงเท่านี้ก่อน





ຕອນນີ້ກັ້ງກາຍກັ້ງເວກນາກີ່ເກີດຈາກກາຍນີ້ ມັນຈະເຫັນຮັດ  
ກາງຈົຕເຖິງໄມ້ໃໝ່ເປັນຂອງເຮົາ ໃນສັນບູຄູາເຮົາຄວຣຈະ  
ແກ້ໄປຍອຍ່າງໄສ



๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

# ศิป์ย์กາມ    |    ພຣະອາຈາරຍ්ຕອບ

**ພຣະອາຈາරຍ් :** ປັນຫາສ່ວນໃຫຍ່ຂອງເຮືອງ  
ການປົງປັບຕິວ່າທໍາມ່ານໍ້າສາມາຝີແລ້ວໄຈໄມ່ສົງລັກທີ່ ດຳຕອນ  
ງ່າຍໆ ກົດຍູ້ທີ່ສຕິນີ້ເອງ ສຕິເປັນເຫດຖືທີ່ທໍາໄຫ້ເກີດສາມາຝີ  
ເກີດຄວາມສົງບັນຊື້ນາ ຄ້າສຕິອ່ອນ ຄວາມສົງບົກົກ່ອ່ອນ  
ຄ້າສຕິແກ່ກໍລ້າ ຄວາມສົງບົກົຈະແກ່ກໍລ້າ

**ຄື່ງໝຍໍ :** ທ່ານອາຈາරຍ් ການສົວດມນຕໍ່ແລະ ກົມສົວດມນຕໍ່  
ແປດ ອຍາກຈະກາບບາຍລະເວີຍດໃນຄໍາສົວດມນຕໍ່  
ຄຮັບວ່າ ການສົວດມນຕໍ່ດີຍ່ກ່ຽວກັບຄວາມໜາຍເຮືອ  
ກາພຽບນີ້ເປັນອຍ່າງໄຮ

**พระอาจารย์ :** คือการสอดมณฑ์นี้เป็นอุบَاຍของการทำใจให้สงบ คือถ้าเราไม่สวัด เดียวเรา ก็นั่งคิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนี่ หรือเราไปนั่งดูโทรทัศน์ ไปอ่านหนังสือพิมพ์อย่างนี้ ใจ ก็จะไม่สงบ แต่ถ้าเรา manipulate นั่งสอดมณฑ์นี้ ก็จะ เป็นการเจริญรัมมานุสติ เพราบpathสอดมณฑ์นี้ ก็คือคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่นี่ถ้าเราสวัดไปโดยที่เราไม่เข้าใจความหมาย เรา ก็จะได้ผลอย่างเดียว ก็คือความสงบ ใจไม่ไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี่ อัญกับบทสอดมณฑ์ ใจ ก็จะ เข้าสู่ความสงบในระดับหนึ่ง อาจจะไม่สงบรวมเต็มที่เต็มร้อยเพียงแต่ ว่าทำให้ไม่ผุ้งช้าน ไม่รุ่นราวยกับเรื่องนั้นเรื่องนี่ กับคนนั้นคนนี้ แต่ถ้า เราสวัดแล้วเราเข้าใจความหมาย ก็เป็นเหมือนกับอ่านหนังสือธรรมะดีๆ นี่เอง เพราบpathสอดมณฑ์นี้ ก็เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าเราสวัดแล้ว เราเข้าใจความหมาย ก็ทำกับเราได้ทบทวนคำสอนของพระพุทธเจ้าเพื่อ ให้เราจะได้ไม่หลงไม่ลืม อย่างนี้ ก็เรียกว่าเป็นการเจริญปัญญาควบคู่กับ การเจริญสมารธ

**คิษย์ :** พมกราบรียนก่านครับว่า มีประโยชน์ ๑ ประโยชน์ว่าศักดิ์ษา ภาษาบาลีไปพร้อมกับสวดมนต์ เช่น พุทธ สรุสุทธิ์ กรุณาหันหน้าไว้ลังกัง:สวดคำแปลภาษาไทย และก็กลับไปสวดภาษาบาลีกลับกันไป

**พระอาจารย์** : เป็นการหลงทาง ถ้าตามเรา เป็นการสร้างความวุ่นวายใจแทนที่จะให้ความสงบ มันก็ต้องมาบาลีแล้วก็ต้องมาไทย สลับกันไป มันไม่ต่อเนื่องกัน บาลีมันก็ไม่ต่อเนื่อง ไทยมันก็ไม่ต่อเนื่อง

**คิชช์** : ป่าหลายสำนักเปาทำกัน

**พระอาจารย์** : กันนั้นแหล่งเป็นความหลงทางกัน เดินหลงทางกันไม่เข้าใจถึงจุดหมายของการสวดมนต์ว่าทำเพื่ออะไร สวดมนต์เพื่อผ่อนคลายความคิดปุรุ่งแต่ง เพื่อใจจะได้เย็นจะได้สบายนะจะได้สงบ จะได้ไม่คิดฟุ่มซ่าน

พระที่บัวชนีพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าถ้าบัวแล้วท่องปฎิโมกข์ได้นี้ จะมีอานิสงส์มาก เพราะการสวดปฎิโมกข์ท่องปฎิโมกข์นี้ต้องใช้เวลาอย่างน้อยนี่ประมาณ ๔๕ นาที อย่างน้อยนะถ้าเร็ว ถ้าช้าหน่อยก็ ๕๐ นาที หรือช้าโมงหนึ่ง ก็เหมือนกับนั่งสมาธิอยู่ชั่วโมงหนึ่ง ปกติถ้านั่งสมาธิไม่เป็นนึ่งไม่ได้ช้าโมงหนึ่ง แต่ถ้าต้องสวดปฎิโมกข์นี้นั่งสวดได้ เพราะใจไม่ไปคิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนี่ ใจสงบ ถึงแม้ร่างกายจะเจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ ก็ไม่รู้สึกเจ็บ แต่ถ้านั่งเฉยๆ นี่ให้นั่ง ๑๐ นาที ก็เจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ขึ้นมา



“ ถ้ามีแต่พระไตรปิฎกมีแต่ตัวหนังสืออยู่นี้  
จะไม่ดีเท่ากับการที่มีผู้บรรลุธรรม  
มีพระอรหันต์มาแสดงธรรม  
มันก็เป็นธรรมอันเดียวกันนี้แหละ  
แต่มีการแสดงรายละเอียดต่างๆ  
ที่ไม่ได้มี Jarvis ไว้ในพระไตรปิฎก ”



ฉะนั้น มันเป็นอุบาย การที่เข้าสวดกันในสมัยพุทธกาลนี้ก็มีสองเป้าหมาย นั่นเอง ก็คือสามารถและปัญญาและการรักษาอนุรักษ์คำสอนของพระพุทธเจ้า เอาไว้ เพราะสมัยก่อนไม่มีหนังสือที่จะบันทึกเอาไว้ ก็ต้องอาศัยการท่องจำ ของพระนี้เอง พระท่านก็ท่องกันแบบเป็นสายๆ ไป สายหนึ่งท่านก็ท่องพระวินัย สายหนึ่งก็ท่องพระสูตร แล้วเวลาสังคายนากันลักษณะรึเปล่า ก็มาค่อยทบทวนกัน มาดูว่าสวดครบหรือไม่ ถูกหรือไม่ านิสังส์ที่ได้ ก็คือเวลาท่องเวลาสวดถ้าไม่เข้าใจความหมายก็จะได้ความสงบ แต่สมัย ก่อนนั้นเข้าใจความหมาย เพราะเป็นภาษาของเชื้อไหเม เขาก็จะได้ ปัญญา จะได้ความรู้ แล้วก็จะได้ออนุรักษ์พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า แต่การที่จะอนุรักษ์ได้อย่างถูกต้องแม่นยำก็ต้องเกิดจากการปฏิบัติ เพราะ การท่องคำสอนนี้ก็ยังเป็นเหมือนปริศนาอยู่ บางที่ผู้ใดอ่านได้ฟังคำสอนนี้ ก็ยังจะไม่เข้าใจลึกซึ้งถ้าไม่มีปัญญาที่ลึกซึ้งเท่ากับผู้ที่แสดงคือพระพุทธเจ้า คนที่มาฟังก็จะไม่มีความสามารถที่จะบรรลุได้อยู่ดี แต่ถ้ามีผู้ที่บรรลุแล้ว มาสอนมากยกตัวอย่างมากข่ายความ อันนี้จะทำให้ผู้ฟังที่มีภูมิปัญญาที่ด้อย ที่ต่ำกว่าก็สามารถที่จะเข้าถึงได้

ฉะนั้น ถ้ามีแต่พระไตรปิฎกมีแต่ตัวหนังสืออยู่นี้ จะไม่ได้เท่ากับการที่มี ผู้บรรลุธรรม มีพระอรหันต์มาแสดงธรรม มันก็เป็นธรรมอันเดียวกัน

นี้แหลก แต่เมื่อการแสดงรายละเอียดต่างๆ ที่ไม่ได้มี Jarvisไว้ในพระไตรปิฎก เนื่องจากว่ารายละเอียดนี้มันมากมายก่ายกอง อุบَاຍวิธีของแต่ละคน ปัญหาของผู้ปฏิบัติแต่ละคนนี้มันหลากหลาย จึงไม่สามารถที่บรรจุรายละเอียดต่างๆ เหล่านั้นไว้ในพระไตรปิฎกได้ ก็จะบรรจุแต่คำสอนหลักๆ เช่น สัมมาทิฏฐิสำคัญอย่างนี้ ก็สามารถเขียนหนังสือเป็นหลายเล่มได้ ถ้าจะอธิบายความหมายอะไรต่างๆ ส่วนภูมิภาคกับอรรถกถา ก็จะเป็นพระอรหันต์ที่ท่านบรรลุแล้ว ท่านมาแจกแจงมาขยายความอีกทีหนึ่ง

แล้วก็อาจจะมีกรณีศึกษา เช่น ผู้มีปัญหา ก็ใช้กรณีศึกษานั้นมาเป็นตัวอย่าง อย่างนั้นถึงต้องมีการสอนพนธธรรมไป เป็นกาเลนะ ขั้มมัสสาวันห์ กับกาเลนะ ขั้มมสากัจชา ไม่ใช่ฟังอย่างเดียว กาเลนะ ขั้มมัสสาวันห์ แปลว่า การฟังธรรม กาเลนะ ขั้มมสากัจชา แปลว่า การสอนพนธธรรม ตอบปัญหา ตามตอบปัญหากัน เพราะบางครั้งผู้แสดงก็อาจจะแสดงไม่ทั่วถึง ไม่ครอบคลุมทุกกระบวนการ ผู้ฟังฟังแล้วก็ยังรู้สึกว่าขาดอะไรไปบางอย่าง ก็ต้องถาม พอถามผู้แสดงก็จะได้เติมให้เต็มได้ แต่ถ้าผู้แสดงเก่งๆ นี่ บางทีไม่ต้องถาม มันครอบคลุมสมบูรณ์ ผู้ฟังได้อรรถรสได้ทุกสิ่งทุกอย่าง ครบถ้วนก็จะสามารถบรรลุได้

บางครั้งผู้แสดงอาจจะแสดงครอบคลุม แต่ผู้ฟังอาจจะไม่มีภูมิปัญญาที่จะเข้าถึงได้ อันนี้ก็มีอยู่ แม้แต่ในสมัยพระพุทธกาลพระพุทธเจ้าก็ต้อง

ตอบปัญหาของคนที่มีภูมิปัญญาต่าง ๆ บางคนไปตามปัญหาที่ทรงไม่ตอบ ก็เลยไปคิดว่าพระองค์ไม่ใช่เป็นพระพุทธเจ้า อย่างที่คงเคยได้ยิน นิทานที่มีชาดกหนึ่งเดินทางจะไปหาพระพุทธเจ้า แล้วก็ไปพบกับ พระพุทธเจ้าที่ไปพักนอนอยู่ที่เดียวกัน ก็ได้สัมภาษณ์ธรรมกัน แต่คำถาม ที่คุณถามนี้มันเป็นคำถามที่เรียกว่า **อจินไ泰ย** พระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงตอบ เขาก็เลยไม่ประทับใจต่อคำตอบของพระพุทธเจ้า แต่ก็ไม่รู้ว่าได้คุยกับ พระพุทธเจ้า คิดว่าคุยกับพระรูปหนึ่ง เพราะพระพุทธเจ้าก็ไม่ได้ทรง ประกาศตนว่าเป็นพระพุทธเจ้า พอตอนเช้าก็แยกทางกันไป พระพุทธเจ้า ก็เดินไปอีกทางหนึ่ง ชายคนนั้นก็มุ่งไปสู่สถานที่สู่เมืองที่คิดว่าพระพุทธเจ้า ทรงประทับอยู่ ไประหว่างทางก็เดินสวนกับพระสาวีบุตร พระสาวีบุตร ก็ถามว่าไปไหน กับกว่าจะไปหาพระพุทธเจ้า พระสาวีบุตรก็ว่าไม่ได้ เจอพระที่เดินอยู่ข้างหน้านี้หรือ กับกว่าเจอ เลยถามว่าเจอแล้วไม่ได้ คุยกันหรือ กับกว่าคุยก คุยกแล้วเป็นยังไง เขาว่าคุยกแล้วไม่ได้เรื่อง พระสาวีบุตรแทนที่จะบอกว่าตนคือพระพุทธเจ้า ท่านก็ไม่บอก เพราะ ท่านนั้นลَاด ท่านรู้ว่าชายคนนี้มันไม่มีภูมิ เป็นพวกหัวพพีในหม้อแกง เจอแกง ก็ไม่รู้ว่าเป็นชนิดไหน พระสาวีบุตรก็ไม่ได้ห้าม และบอกว่า เอ้าไป จะเดิน ไปหาพระพุทธเจ้าก็ไป

**คิชช์ย์** : เรื่องนี้เป็นตัวบานของความบีตให้ใหม่

**พระอาจารย์** : ใช่ ก็ตามมาเขียนเป็นนิทานเรื่องการนิตกับวาลีสุเราะไม่ได้เคยอ่านเรื่องตลอดเลยไม่กล้า เพียงแต่ได้ฟังเรื่องนี้ท่านนั้นเอง ส่วนเรื่องการนิตนี้ไม่ได้เคยอ่าน ก็เลยไม่ทราบ เพราะตอนที่เข้าหาธรรมะ ตอนนั้นไม่ค่อยสนใจเรื่องอะไรมาก สนใจแต่แก่นของธรรม

**คิชช์ย์** : ได้จากเรียนเบื้องต้นภาษาไทย เป็นหนังสืออ่านนอกเวลา

**พระอาจารย์** : ไม่ได้อ่านเลย เพราะคึกข่ายเรียนโรงเรียนนานาชาติ ก็จะเรียนหลักสูตรของการคึกข่ายของสหรัฐฯ เขา ก็จะให้คึกข่ายประวัติศาสตร์ ของสหรัฐฯ ประวัติศาสตร์โลก ไม่มีภาษาไทย ไม่มีวรรณคดีไทย ไม่มี อะไรเลย จบถึงไม่สามารถเข้าต่อที่จุฬาฯ หรือธรรมศาสตร์ได้ เพราะว่า เขายังไม่รับรอง ก็เลยต้องไปต่อที่ต่างประเทศ

**คิชช์ย์** : พระอาจารย์ดูแลโครงสร้างของศึกษาเองหรือเปล่าครับ

**พระอาจารย์** : ไม่หรอง โครงสร้างนี้เราไม่ต้องดูแลก็ได้ ซึ่งที่ไม่จบ วิศวฯเขา ก็ทำได้ ของพกนี้มันไม่ต้องหรอง นี่ พระเขาร้างกัน ก็ไม่ต้อง

มีวิเคราะห์มาดู เห็นไหมเล่ามันคดอย่างไรก็ยังทำให้มันอยู่ได้ ถ้าเป็นวิเคราะห์บอกว่าไม่ได้ฯ

**คิชช์ย์** : แล้วจะย้ายไปอยู่ที่บ้าน (ศาลาสองชั้น) ใหม่ครับ

**พระอาจารย์** : ในกรณีที่มีคนมากมาเป็นสองเท่าของที่นี่ ในกรณีที่คนมากแล้วฟันฟ้าอากาศไม่ได้ แต่ถ้าฟันไม่มี คนส่วนใหญ่เชาซื้อบรังแบบนี้กัน เมื่อวานนี้ก็มีคนบอกว่าเหมือนกับในสมัยพระพุทธกาล

**คิชช์ย์** : เปาอาจจะเคยเกิดใบสเมียพุทธกาล

**พระอาจารย์** : เขารากจะเดินดูภาพวาด เห็นพระพุทธเจ้าแสดงธรรม เช่นเขามีภาพวาดอยู่ใช่ไหมเวลาที่พระพุทธเจ้าแสดงธรรมในวันมาฆบูชา อย่างนี้ ก็เห็นพระนั่งอยู่ตามที่นั่น ตามโคงไม่ มีศาลา ไม่มีอะไร อันนี้ ก็ถึงๆ คล้ายอย่างนั้น ก็ถึงไม่รู้หลังนี้ไปก็จะพยายามรักษาไว้ ถ้าต้องซ้อม ก็จะซ้อม แต่ตอนนี้ยังเห็นว่าไม่จำเป็นต้องซ้อม ไม่อยากจะให้มีงานภายนอกมากเกินไป งานภายนอกนี้จะมาทำลายงานภัยใน ถ้ามีการก่อสร้าง อย่างเมื่อกี้เห็นไหมมีการทำงาน ก็ต้องมีญาติโยมท่านหนึ่งต้องไปขอร้อง เขากล่าวว่าให้หยุดก่อน เพราะเวลาส่งเสียงดังนี้จะรบกวนความสงบ



ท่านที่มาที่หลังแล้วยังไม่ได้หนังสือ ซีดี และธรรมะวิดีโอ ก็ขอเชิญเข้ามา  
หยิบได้ ให้เขามาหยิบเองนะ เพื่อบางที่เขาไม่อยากได้ แล้วเราไปหยิบให้เข้า  
ถ้าใครอยากได้ให้เขามาหยิบเลือกเองจะดีกว่า

**คิชช์ย์ :** กราบจากคุณ...!ebaokwà พrovationย์มีคำริว่าจะไปพิมพ์  
หนังสือจุลธรรมแล้ว

**พระอาจารย์ :** ก็คิดว่ากำลังทำเล่มสุดท้ายอยู่เนี่ย ก็คิดว่าคงอยาก  
จะหยุดแล้ว เพราะว่ามันมีภารกิจมาก มันเหนื่อย และก็ทำมามากแล้ว  
ถ้ารวมทั้งข้างล่างข้างบนนี้ก็ ๖๐ กว่าเล่ม ตอนนี้ก็ฟังสุดๆ พังแล้วก็ตู้ไป  
มีดูมีฟัง

**คิชช์ย์ :** กี่พระอาจารย์แสดงไว้ตั้งแต่เล่นหนึ่งถึงเล่นสุดท้ายนี้ก็ครบถ้วน

**พระอาจารย์ :** มันก็ครบอยู่แล้ว เพราะเวลาแสดงมันก็ซ้ำไปซ้ำมา ลับไป  
ลับมา

**คิชช์ย์ :** เห็นว่าจะรับวนปัญหาค้าใจว่าเล่น แต่เนื้อหาสาระมันยังบ้อยไป

**พระอาจารย์** : กลัวคนที่เอาหนังสือไปแล้วก็เอาไปวางไว้เสียมากกว่าเห็นเยอะๆ ก็กลัวแล้ว มีตั้งห้าหกสิบเล่มไม่รู้จะอ่านแล่งไหนดี ก็เหมือนเราเห็นพระไตรปิฎกแล้วเรารอยากจะเปิดใหม่ เห็นตู้พระไตรปิฎกนี้ก็กลัวแล้ว

**คิชช์** : ต้องเวลาเป็นเรื่องๆ พนคุยกับเพื่อน เข้ามาจากอินเทอร์เน็ตให้อย่างว่าบลส่วนสุดท้ายก็เป็นมหาสติปัฏฐาน ๕ พุตถึงเรื่องการพิจารณาธรรมในธรรม ไม่เคยได้ฟังที่ไหนมาก่อน เริ่มต้นด้วยนิวรณ์ ๕ จบกับอริยสัจ ๕ แล้วมีแคมปานสูตรอีก ๕ ประการ

**พระอาจารย์** : ก้อยในสติปัฏฐานสูตร ถ้าเข้าไปอ่านดู ท่านก็เจอกะเจงรายละเอียดไว้ว่ากายมีอะไรบ้าง การพิจารณากายเป็นอย่างไร

**คิชช์** : กาย เวทนา จิต และกิธรรม ธรรมในธรรมเริ่มต้นจากนิวรณ์ ๕

**พระอาจารย์** : มีโพษณะ๗ ๗ ด้วยในนั้น สุดท้ายก็คือเห็นอริยสัจ ๕ ภายในจิต แต่ของพวคนี้เวลาปฏิบัติไปมันจะเห็นเอง มันจะเกิดขึ้นเองเพียงแต่ว่าเรามาอ่านนี้ก็เหมือนกับว่าเรามาเปิดแผนที่ดูทีหลัง เราเคยไป

ถึงสถานที่เหล่านั้นแล้ว แต่เราไม่รู้ว่าเขารอเรียกชื่อว่าอะไร พอดีมาเปิดหนังสือดูถึงรู้ว่า อ้อ เรายังขันนั้นๆ แล้ว แต่เวลาปฎิบัติมันไม่ได้บอกว่าในถึงขันนี้แล้วจะ ถึงขันนั้นแล้วจะ มันเหมือนกับรถที่ไม่มีมาตรวัดความเร็ว ไม่รู้ว่าเร็วเท่าไหร่

**ศิษย์ :** อยากร้าบเรียนตามต้านการปฏิบัติ เมื่อเจริญสติไปพอก็ถึงความสงบพอก็จะเจริญปัญญา การที่จะเห็นจะแจ้งในธาตุขันธ์ และเกี่ยวกับไตรลักษณ์ของขันธ์ แต่ก็จะต้องไม่เหมือนกัน เป็นไปได้ให้ครบ เรื่องกาย เวทนา บางคนก็จะรับรู้แล้วก็เลยไปสักปัญญา สังหารซึ่งจะมีประเดินที่พิจารณาซึ่งอาจต้องใช้บันดาลปัจจามาก่อน อนันต์เป็นแต่ละบุคคลก็จะพิจารณาให้

**พระอาจารย์ :** แต่ละบุคคลอาจจะมีวิธีการพิจารณาที่แตกต่างกันไป แต่เป้าหมายโดยหลักก็คือการเห็นไตรลักษณ์ในขันธ์ ดัง คือให้เห็นว่า รูป เวทนา สัญญา สัขาร วิญญาณ นี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ถ้าไปยึดไปติดมันไม่เมื่อตัวมีตน เป็นเพียงสภาพธรรมที่มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป สอนใจเพื่อไม่ให้ไปยึดไปติด เช่น ร่างกายก็ไม่ให้ไปยึดไปติด ร่างกายจะเกิดจะดับ

ก็ปล่อยให้ร่างกายเกิดให้ร่างกายดับไป เวทนาจะเกิดจะดับก็ปล่อยให้เวทนาเกิดและดับไป เราอย่าไปจัดการ ตอนนี้เรายังติดอยู่กับเวทนาติดอยู่กับร่างกาย เวลา.r่างกายเป็นอะไรเราก็พยายามไปจัดการไปแก้ให้หาย เช่น ไม่สบายก็ไปหาหมอรับประทาน เป็นอะไรก็พยายามที่จะทำให้มันเป็นปกติ ซึ่งในบางกรณีการทำได้ก็ควรทำ อันนี้ไม่ได้ห้าม แต่เนี่ยผุดถึงในกรณีที่มันทำไม่ได้ อันนี้ทำไปอย่างจะให้มันหายมันก็ไม่หาย มันก็จะเป็นสมุทัย เป็นความทุกข์ขึ้นมา เป็นต้นหากความอยากรู้ขึ้นมา อันนี้เป็นจุดที่เรา จะต้องหยุดถ้าเราไม่อยากจะเกิดความทุกข์ใจ เช่น คนที่ไม่ชอบความแก่ ก็พยายามหารือที่จะไม่ให้แก่อย่างนี้ ก็อาจจะทำได้ในระยะแรกๆ เช่น ชื่อยามารับประทาน ทำศัลยกรรมอะไรต่างๆ แต่ทำไปเรื่อยๆ มันก็ต้องถึงขีดหนึ่งที่มันไม่สามารถที่จะปกปิดความแก่ได้ ตอนนั้นถ้ายังไม่อยากแก่ ตอนนั้นก็จะไม่สบายใจ แต่ถ้ายอมรับความแก่ได้ มันก็จะไม่มีปัญหากับความแก่ อันนี้คือยกตัวอย่างเรื่องของการพิจารณาร่างกาย เวทนา ก็เหมือนกัน เวลาเกิดสุขเวทนาเราก็มักจะเกิดความอยากให้สุขอย่างเดียว ไม่อยากให้ทุกข์ ไม่อยากให้หมดไป แต่พอเวลาหมดไปเราก็ไม่สบายใจ หรือเวลาเกิดทุกข์เวทนาขึ้นมา เราก็อยากรจะให้มันหายไป เวลา.mันยังไม่หาย เราก็ไม่สบายใจเหมือนกัน



วิธีปฏิบัติก็คือเราต้องทำใจ ลุขก็อยู่กับสุขไป ทุกข์ก็ต้องอยู่กับทุกข์ไป ต้องยอมรับว่าเข้าเป็นสภាពธรมที่เราไปสั่งเขาไม่ได้ เป็นเหมือนกับฝนฟ้าอากาศที่เราจะไปสั่งว่าวันนี้ฝนตกนะ พรุ่งนี้ไม่ตกนะ วันนี้เดดօอกนะ นี่เราไปสั่งไม่ได้ เวทนา ก็เหมือนกัน เราจะไปสั่งว่าวันนี้สุขอย่างเดียวนะ ทุกข์ไม่ได้นะ ถ้าเพื่อไปรับประทานของแสงขึ้นมา ก็เกิดอาการปวดท้องขึ้นมาได้ หรือไปติดเชื้อเป็นไข้หวัดขึ้นมาได้ อันนี้เราจะไปสั่งไปห้ามเขาไม่ได้ สิ่งที่เราต้องทำก็คือทำใจไม่ให้ไปวุ่นวาย ไม่ให้ไปทุกข์กับการเปลี่ยนแปลงของเวทนานี้เอง

อันนี้คือเรื่องของการปฏิบัติเพื่อปล่อยวาง ปล่อยให้เข้าเป็นไปตามเรื่องของเขา ปล่อยให้ร่างกายเป็นไปตามเรื่องของเขา ปล่อยให้เขาก่อ ให้เขารืบ ให้เขاتายไป ปล่อยให้เวทนาเปลี่ยนไป ลับกันไป สุขบ้าง ทุกข์บ้าง ไม่สุข ไม่ทุกข์บ้าง เราไม่ต้องไปสั่งให้สุขอย่างเดียว ไม่ให้ทุกข์ ส่วนสัญญาสัมภารมัน ก็เกี่ยวเนื่องกับเรื่องความจำความคิด ให้มันจำให้มันคิดในทางที่ถูก ให้จำว่ามันเป็นไตรลักษณ์ ให้คิดว่ามันเป็นไตรลักษณ์ ให้คิด ปล่อยวาง อย่าไปยุ่งกับมัน

**ศิษย์ :** สัญญา ก็เคยตามพระอาจารย์รูสึกว่าเป็นเมืองเยอรมันด้วยไปได้ แต่เราสามารถให้มันเรียบร้อยก็จะหายไปได้ใหม่

**พระอาจารย์ :** เราเปลี่ยนลักษณะได้ เพราะลักษณะของเรานี้เป็นลักษณะที่ไม่ตรงกับความจริง เช่น เราเห็นว่าร่างกายนี้เป็นตัวเราของเรา อันนี้เราก็ต้องเอาปัญญามาเปลี่ยนลักษณะมาสอนใจให้เห็นว่าร่างกายนี้เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ มาจากชาติ ๔ มาจากอาหาร ถ้าเราสอนใจอยู่เรื่อยๆ ต่อไปใจก็จะเปลี่ยนลักษณะจากความคิดว่าเป็นตัวเราของเราได้ มาเป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ มาเป็นเพียงอาการ ๓๒ เหมือนกับเวลาที่สมัยก่อนเรารอยากจะสอนใจให้เห็นว่าโลกนี้มันกลม มันไม่แบน เราก็ใช้การดูเรือที่วิ่งเข้ามายังทะเล เวลาเรือวิ่งเข้ามา ส่วนไหนของเรือที่เราเห็นก่อน เราจะเห็นเสากระโดงก่อน ทำไมเราไม่เห็นเรือทั้งลำพร้อมกัน นั่นก็เป็นเพราะว่าพื้นที่เรือวิ่งมานี้มันไม่เรียบ มันไม่แบน มันโค้งมันเว้า ก็แสดงว่าโลกนี้มันก็ต้องกลม มันไม่แบน หรือคนที่เข้าข้ามเขามา เราจะเห็นคนนี้ก่อนที่จะเห็นตัวมา เราจะเห็นส่วนที่สูงกว่า อันนี้ก็เป็นการแก้ลักษณะความเข้าใจว่าโลกนี้แบนได้

ก็เช่นเดียวกับการที่จะแก้ลักษณะว่าร่างกายนี้เป็นตัวเราของเรา เป็นสิ่งที่จะอยู่กับเราไปตลอด มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น เราก็ต้องใช้ปัญญานี้มาสอนใจ มาแก้ลักษณะ ลักษณะมันก็เกิดดับเกิดดับ เราต้องแก้ลักษณะที่ไม่ถูกนี้โดยการเอาลักษณะที่ถูกมาแทนที่ โดยทุกครั้งที่มองถึงร่างกาย

ก็มองว่ามันเป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ มันต้องแก่ เจ็บ ตาย ถ้าเห็นอย่างนี้ มันก็จะไม่ทำให้สังขารป่วยแต่งไปในทางตันหาความอยากรู้ อยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย ปัญหาของเราอยู่ตรงที่สัญญา กับสังขารนี้จำไป ในทางที่ผิด คิดไปในทางที่ผิด ถ้าจำไปในทางที่ถูก คิดไปในทางที่ถูก ความทุกข์ก็จะไม่มี

**คิชช์ย์ :** ตอนนี้กังการยกเวกนาที่เกิดจากภายนี้ มันจะเป็นบัณฑิตทางจิต ที่ว่าไปใช่เป็นของเรา ในสัญญาและควรจะแก้ไขอย่างไร

**พระอาจารย์ :** ก็อย่างเดียวกัน ภัยในจิตนี้ก็ยังมีสัญญาผิด สัญญาที่ผิด คืออุจิตรคิดว่ามีตัวมีตนในจิต คิดว่าเราคืออุจิต เราเป็นนั่นเป็นนี่ เช่น เราเป็นชาย เป็นหญิง



**គិច្ចៀវ** : ទោសមុនពីបញ្ជូណ្ឌទៅក្នុងការបង្ហាញដែលមានការរំលែករំលែក

**พระอาจารย์** : เอօ เခາອກໄປໃຫ້ມາດ ແລ້ວຮູ້ວ່າເປັນເພີຍງແຕ່ຜູ້ເຈົ້າ  
ໄໝເມື່ອຕົວຕານ ໄໝ່ມີມານະອຸ່ນໃໝ່ ອັນນີ້ກີ່ຕ້ອງໃຫ້ປໍ່ຜູ້ມາຈອຍສອນ ໂຈ

**គិច្ចី** : រោយទានកិច្ចីបើបងផ្ទុយ ឱ្យបែកឯណាត្វូកកំពង់

**พระอาจารย์ :** เราก็ต้องไปทดสอบดูเวลาภารรยาต่าเรานี่จะกรีด  
หรือเปล่า บังถือว่าเราเป็นสามี เขาเป็นภารรยา เข้าต่าเรานี่ได้ หรือเราเป็น  
ผู้ว่าแล้วลูกนัองมาต่าเรานี่ ไม่ให้ความเคารพเราอย่างนี้ ดูถูกดูแคลนเรา  
อย่างนี้ เรายังเป็นผู้ชายๆ ได้หรือเปล่า สักแต่ว่ารู้หรือเปล่า อันนี้ตัวนี่  
มั่นมากกว่าการมา藻สักกายทิฐิ ละร่างกาย ละความแก่ ความเจ็บ  
ความตาย มันเป็นขั้นเป็นตอน มันต้องผ่านไปแต่ละขั้นก่อน อันนั่น  
มันขั้นปริญญาเอกแล้วขั้นนั้นนะ ขั้นจิตนี่มันเป็นขั้นระดับปริญญาเอก  
ส่วนขั้นขั้นธี ๕ นี่เป็นระดับปริญญาโท ส่วนลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุข  
ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นี่ระดับปริญญาตรี เราต้องผ่านเป็นขั้นๆ ไปก่อน  
ขั้นปริญญาตรีก็ต้องออกบวชให้ได้ก่อนถึงจะจบปริญญาตรี เข้าใจไหม  
ถึงจะไปทำปริญญาโทได้ ก็ต้องไปแล้วไปปล่อยวางขั้นธี ๕ ได้ พอดีปริญญาโท

มาก็ปล่อยว่างมานะกิเลสที่มีอยู่ในจิต มานะกับอวิชชาที่ยังมีอยู่ในจิตนี้ อันนี้มันเป็นความละเอียดของกิเลสที่สติปัญญาจะดับต่ำกว่าไม่สามารถเข้าถึงได้ เหมือนกับกล้องจุลทรรศน์ที่จะต้องขยายให้มันมีแรงขยายมากขึ้นถึงจะเห็นเชือโรคที่มันเล็กลงไป มันเล็กลงไปมาก กล้องขยายก็ต้องมีกำลังขยายเพิ่มมากขึ้นไป แต่ก่อนจะไปถึงตรงนั้นได้ก็ต้องไปจากขั้นหยาบไปก่อน ขั้นตัวใหญ่ไปก่อน แล้วขยายไปเรื่อยๆ สติปัญญาของเราก็ต้องพัฒนาจากขั้นละลาก ยก สรรเสริญ ขั้นละรูป เลียง กลิน รถ โผภลักษพะ แล้วก็ไปสู่ขั้นละขันธ์ ๔ รูป เวทนา ลัณญา ลัง哈尔 วิญญาณ แล้วถึงเข้าไปในขั้นของจิตอิกทีหนึ่ง พอเข้าถึงขั้นจิตแล้วที่นี่จิตก็จะสะอาด บริสุทธิ์ ชำระกิเลสที่ละเอียดที่สุดที่อยู่ภายในจิตก็คือลังโโยชน์เบื้องบน ๔ ประการ คือ รูปราคະ อรูปราคະ อุธົຈຈະ มาณะ อวิชชาที่





# ความสุขที่ยิ่งใหญ่

ก้อนหินที่

๑๖

ธรรมะบูรพา

๑๙ พฤษภาคม ๒๕๕๖

มาทำประโยชน์ให้กับจิตใจของเรา เพราะว่าไม่มีอะไร  
จะมีความสำคัญเท่ากับจิตใจของเรา เพราะไม่มีอะไร  
จะถาวรจะอยู่ไปย่างตลอดนอกจากจิตใจของพวกรา  
ของต่างๆ ที่พวกรามีกันและดูแลรักษา กันอยู่ และ  
แสวงหา กันอยู่ล้วนเป็นของที่ไม่ถาวรหั้งนั้น เป็นของ  
ชั่วคราว เป็นของที่มีการเจริญและมีการเสื่อมหมดไป  
เป็นธรรมด้า มีของอย่างเดียวที่ไม่มีวันเสื่อมหมดไป  
มีแต่จะเจริญหรือเสื่อมตามการกระทำของเรา ถ้าเราดูแล  
รักษาใจของเรา ใจของเรา ก็จะเจริญขึ้นไปตามลำดับ  
แต่ใจนี้จะไม่มีวันที่จะสูญหายหรือหมดไปเหมือนกับ  
ร่างกายที่ต้องมีวันหมดไปในที่สุด

ดังนั้น พากเราจะจึงไม่ควรที่เลี่ยเวลา กับ การดูแลรักษา กับ การแสวงหาสิ่งที่ไม่ถาวร เช่น ร่างกายของเรา เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ เช่น ความสุข ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เราก็จะให้เวลา กับ การมาดูแลรักษา และ สร้างความเจริญให้แก่ใจของเราระดีกว่า เพราะใจของเรานี้ ไม่มีวันหมดไป ถ้าเราทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ใจของเราก็จะเจริญรุ่งเรืองขึ้นไป ตามลำดับ มีความสุขเพิ่มมากขึ้นไปตามลำดับ มีความทุกข์น้อยลงไปตาม ลำดับ จนไม่มีความทุกข์หลงเหลืออยู่เลย ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามพระธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้า เราปฏิบัติตามความโลภ ความโกรธ ความหลง ตามความอยากต่างๆ ของเรา เราก็จะได้ของที่เป็นของชั่วคราวและจะ ต้องสูญเสียหมดไปหลังจากที่ร่างกายนี้ตายไปแล้ว และในขณะเดียวกัน ก็จะทำให้จิตใจของเราเสื่อมลงไปตามลำดับด้วย เพราะว่าเวลาที่เรา มีความโลภ ความโกรธ ความหลง เราก็มักจะทำบาปทำกรรม พอเรา ทำบาปทำกรรม จิตใจของเราก็จะเสื่อมลงไป สถานภาพของจิตใจที่ตอนนี้ เป็นมนุษย์อยู่ ก็จะเสื่อมลงไปเป็นเดรัจฐานบ้าง เป็นปรตบ้าง ไปตกนรกบ้าง เป็นสัตว์นรกบ้าง เพราะนี้เป็นผลที่เกิดจากการกระทำของเราว่าเราที่ เราทำบาป เช่น เวลาที่เราฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ลักทรัพย์ ประพฤติผิดประเวณี พูดปด เสพสุรา咽มา และอบายมุขต่างๆ การกระทำเหล่านี้เป็นการทำลาย จิตใจของเราให้เสื่อมลงให้มีความทุกข์มากขึ้น แต่ถ้าเราทำตามคำสอน

ของพระพุทธเจ้าที่ทรงสอนให้เราให้ทาน ให้เรารักษาศีล ให้เรารាយนา เจริญสมถภាពานาและวิปัสสนาภานา ใจของเราก็จะมีความเจริญขึ้นไปตามลำดับ จากมนุษย์ก็จะขึ้นไปสู่เทพ จากเทพก็ไปสู่พระมหา จากรหمة กไปสู่อริยมรรคอริยผล สู่พระนิพพานในที่สุด

นี่คือที่ไปของใจของเรา ไปด้วยการกระทำของเรา ไม่ได้ไปด้วยการกระทำของผู้อื่น ผู้อื่นไม่สามารถส่งเราไปนรกหรือส่งเราไปพระนิพพานได้ เราไปด้วยการกระทำการของเราเอง

ดังนั้น เราจึงควรให้ความสนใจต่อการปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตใจ เพื่อสร้างความสุขให้แก่จิตใจ และดับความทุกข์ให้แก่จิตใจ มากกว่าการหาทรัพย์สมบัติข้าวของเงินทอง หาลาภ ยศ สรรเสริญ หาความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เพราะเป็นความสุขชั่วคราวและเป็นความสุขที่มีความทุกข์ตามมาเสมอ เนื่องจากเวลาที่ความสุขหมดไป ความทุกข์ก็จะตามมา เพราะเวลาที่เรามีความสุขกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เวลาสิ่งนั้นเปลี่ยนไปหรือจากเราไป เวลาันนี้เราจะเกิดความเครียดโศกเสียใจ

นี่คือความสุขที่พวกเรามักจะหากัน เราไม่ค่อยเข้าหาความสุขที่แท้จริง ความสุขที่ถาวร ความสุขที่ไม่มีความทุกข์ตามมา นั่นก็คือความสุขที่เกิด

จากการทำบุญให้ทาน ความสุขที่เกิดจากการ  
รักษาศีล ความสุขที่เกิดจากการภาวนา

ถ้าเราไม่ได้มารับกับพระพุทธเจ้า เราจะไม่มีรู้  
ความสุขชนิดนี้ ความสุขที่เกิดจากการทำบุญ  
ให้ทาน รักษาศีล ภาวนา เราจะรู้เต็มความสุขที่ได้

# ความ



# ສຸປ

ຈາກລາງ ຍຄ ສຣເລຣີຢ ໄດ້ຈາກຮູບ ເລືຍ ກລິນ  
ຮລ ໂພງສັ້ພພ ແລະເຮັກໄດ້ຄວາມທຸກໝາເປັນ  
ຂອງແຕມດ້ວຍ ເພຣະຄວາມສຸຂຂອງທາງລາກ ຍຄ  
ສຣເລຣີຢ ຂອງທາງຕາຫຼຸງ ຈມູກ ລິ້ນ ກາຍນີ້ມີຄຸນສມປັຕິ  
ຄືອຄວາມໄມ່ເຖິງໜັນເອງ ແລະຄວາມເປັນອນຕຕາ  
ກົດືອໄມ້ໄດ້ອູ້ໃນກາຣຄວບຄຸມປັດຈຸບັນຂອງເຮົາ ໄມ້ໄດ້



เป็นของๆ เรากะจะสั่งให้เข้าให้ความสุขกับเราไปตลอดนั้นเราสั่งไม่ได้ เพราะเขามีการเปลี่ยนแปลงไปอยู่เรื่อยๆ เขายืนอนิจัง ไม่เที่ยง เช่น ลาภ ยศ สรรเสริฐ และสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้มีการเจริญและมีการเลื่อมเวลาเจริญเราก็ดีอกดีใจ เช่น เวลาเราเจริญลาก ได้เงินทองมาเป็น ก้อนใหญ่ๆ เราก็ดีอกดีใจ เวลาเราได้รับเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง เราก็ดีอก ดีใจ เวลาเราได้รับการสรรเสริฐ เราก็ดีอกดีใจ เวลาเราได้ฉลองได้ไปเที่ยว ได้ไปเสพความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เราก็มีความสุข แต่เราไม่สามารถ ที่จะให้การเจริญของลาภ ยศ สรรเสริฐ ของความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้เจริญไปอย่างเดียว เพราะก็ต้องมีเวลาที่จะมีวันเลื่อม มีเวลาที่จะ เลื่อมลากาเลื่อมยศ จากสรรเสริฐก็จะได้รับการนินทา จากสุขก็ได้รับทุกข์ เช่น เวลาเราสูญเสียสิ่งที่เรารักหรือบุคคลที่เรารักไป ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่เราได้จากบุคคลนั้นหรือสิ่งนั้นก็จะกล้ายเป็นความทุกข์ไป เวลาเราสูญเสียลากา เราก็จะเกิดความทุกข์ เวลาเราสูญเสียยศสูญเสีย ตำแหน่ง เราก็จะเกิดความทุกข์ เวลาเราถูกนินทาถูกตำแหน่งว่ากล่าวตีียน เราก็จะเกิดความทุกข์ขึ้นมา

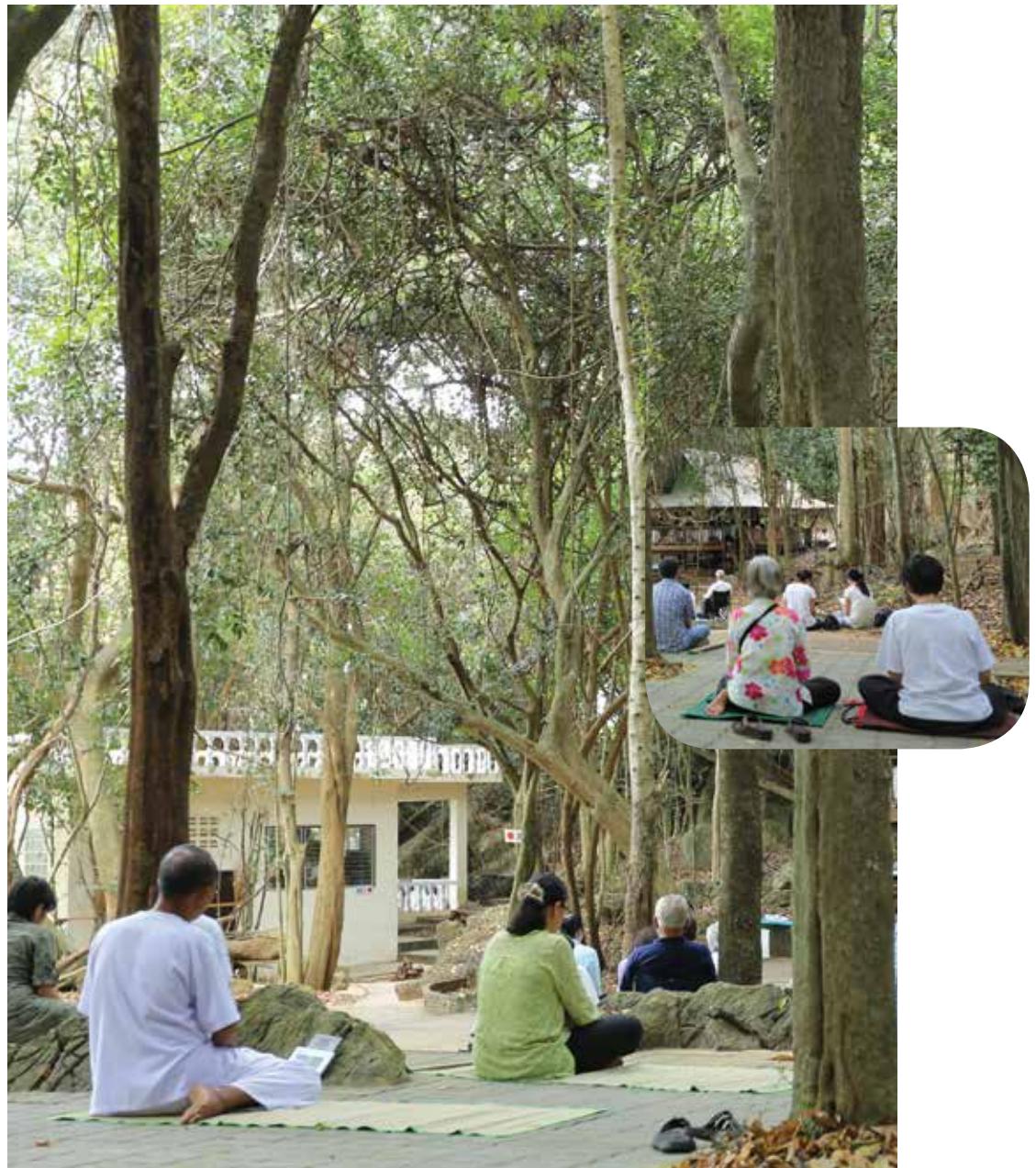
โลกธรรมทั้ง ๙ นี้เป็นสิ่งที่เราไม่สามารถไปควบคุมบังคับไปปลั้งให้เข้าเจริญ อย่างเดียวได้ เช่น เราไม่สามารถสั่งให้เรามีรายได้เพิ่มขึ้นทุกปีๆ จะไม่มี

การขาดทุน การทำการค้าของเรา เราจะมีกำไรแต่เพียงอย่างเดียว อย่างนี้ เรายังไม่ได้ เราจะเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งขึ้นไปเรื่อยๆ เรา ก็สั่งไม่ได้ บางเวลา ก็เลื่อนขึ้น บางเวลา ก็เลื่อนลง ก็มี เราไม่สามารถไปสั่งให้คน เขารับรู้ภัยอย่างเยินยอมเราอยู่เพียงอย่างเดียว เราจะสั่งไม่ให้เขารา ดูด่า ว่า กล่าวติเตียนเราไม่ได้ เราจะสั่งให้รูป เลี้ยง กลืน รถ โผล่ฉุพะ ชนิดต่างๆ ให้บริการ ให้ความสุขกับเราอยู่ตลอดเวลา ก็ทำไม่ได้ เวลาที่เราสั่งเขามาได้แล้วเขามาได้ให้ความสุขกับเรา เวลาหนึ่นเราจะจะมี ความทุกข์

ถ้าเราไม่ได้มีธรรมะที่ค่อยสอนใจให้เตรียมตัวรับกับการเลื่อมของลาก ยศ สรรเสริฐ ความเลื่อมของความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เราอาจจะทนอยู่ไม่ได้ เวลาที่หมดเนื้อหมดตัว เวลาที่ไม่มียศถาบรรดาศักดิ์ ไม่มีตำแหน่ง อะไร เวลาหนึ่นอาจจะไม่อยากอยู่ในโลกนี้ก็ได้ คนที่ช่าตัวตายส่วนใหญ่ ก็ เพราะหนรับกับสภาพของความเลื่อมของลาก ยศ สรรเสริฐ ความเลื่อม ของความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่ได้ เช่น คนที่เป็นโรคร้าย โรคที่ไม่สามารถทำอะไรได้ เป็นอัมพฤกษ์อัมพาต มีแต่ความเจ็บปวดร้าวไปตลอดเวลา เวลาหนึ่นเขาก็จะไม่มีความอยากที่จะอยู่ต่อไป ถึงกับต้องให้หมอช่วยฉีดยาพิษให้เพื่อจะได้ตายจากโลกนี้ไป ทั้งๆ ที่การตายของร่างกายนี้

ก็ไม่ได้ไปดับความทุกข์ทางใจ เพราะความทุกข์นี้ไม่ได้เกิดที่ร่างกายเพียงอย่างเดียว ความสุขส่วนใหญ่เกิดที่ใจ เวลาใจสูญเสียสิ่งที่รักไป เวลาอันนั้นใจจะเกิดความอယกได้สิ่งที่สูญเสียไป พ้อไม่ได้สิ่งที่สูญเสียไปก็จะเกิดความทุกข์ทรมานใจ เป็นเหตุที่ทำให้อยากจะตายหรือเป็นเหตุที่ทำให้ฆ่าตัวตาย แต่ร่างกายตายไปแล้วก็ยังไม่ดับความทุกข์ที่มีอยู่ในใจได้ และใจไม่ได้ตายไปกับร่างกาย ใจก็ต้องไปทุกข์ต่อในนรก ทุกข์ต่อในอบาย

ในทางตรงกันข้าม ถ้าได้มีโอกาสได้ยินได้ฟังได้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า และได้ปฏิบัติเพื่อปล่อยวางไม่ยึดติดกับลักษณะ ยศ สรรเสริญ กับความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เวลาที่ลาก ยศ สรรเสริญ และความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เสื่อมลงไป เวลาอันจะไม่รู้สึกเจ็บปวด เสียใจ ทุกข์ทรมานใจ เพราะว่าไม่ได้ยึดติด เพราะรู้ว่าสักวันหนึ่งจะต้องมีวันเสื่อมหมดไป แล้วก็มีความสุขอื่นมาสำรอง ผู้ที่เชื่อฟังพระพุทธเจ้า ก็จะฝึกการภาวนा ฝึกการทำใจให้สงบ ฝึกการหาความสุขโดยที่ไม่ต้องใช้ร่างกาย ไม่ต้องใช้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ไม่ต้องใช้ลาก ยศ สรรเสริญ เป็นสิ่งให้ความสุขกับตน สามารถใช้ใจคือการภาวนาด้วยการเจริญสติ เช่น การบริกรรมพุทธศาสนา เพื่อทำให้ใจหยุดคิดป魯แต่ง เพื่อทำให้ใจสงบ พ้อใจสงบแล้วก็จะเกิดความสุขที่ยิ่งใหญ่ที่ดีกว่าความสุขที่ได้จากลาก ยศ สรรเสริญ ได้จากรูป เสียง กลิ่น รส โภภัตตาหาร พอมีความสุข



แบบนี้แล้ว เวลาเกิดความเสื่อมทางลาง ยศ สรรเสริฐ ความเสื่อมทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็จะไม่ได้เดือดร้อน ไม่ต้องฝ่าตัวตาย เช่น ร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วย เป็นโรคร้ายไม่สามารถรักษาได้ ไม่สามารถทำอะไรได้ เป็นอัมพฤกษ์และเป็นอัมพาต ก็ปล่อยให้ร่างกายเข้าเป็นไปตามเรื่องของเข้าใจไม่ได้เป็นอย่างไรไปกับร่างกาย ใจก็ยังมีความสุขได้เหมือนเดิมเหมือนกับเวลาที่ร่างกายไม่ได้เจ็บไข้ได้ป่วย

อันนี้คือคุณประโยชน์ที่เราจะได้รับถ้าเราเข้าหาพระพุทธศาสนาและเราปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่น หมั่นให้ทานอยู่เรื่อยๆ การให้ทาน ก็คือการตัดการใช้ลาภคือเงินทองเพื่อเป็นเครื่องมือในการหาความสุขต่างๆ เป็นการตัดการใช้ตา หู จมูก ลิ้น กาย เพื่อหาความสุขต่างๆ แล้วมาหาความสุขทางความสงบแทน

เวลาเราทำบุญ เรา slash ทรัพย์ ใจของเราจะสงบไปในระดับหนึ่ง เพราะว่าเราได้รับเหตุที่ทำให้ใจไม่สงบนั่นเอง ก็คือความโลภ ความอยากได้ความสุขทางลาง ยศ สรรเสริฐ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย แทนที่เรออยากจะได้ทรัพย์ เราเก็บยอนครอบกว่าไม่อยากได้ อยากรจะเลี้ยง เพราะตอนนี้เรามีทรัพย์มากเกินไปอยู่แล้ว ทรัพย์ที่เราต้องการมีนั้น ที่จำเป็นต้องมีนั้น มีไม่มากเลย ตอนนี้เรามีมากเกินไปแล้ว ที่มีมากก็เพราะว่าเราไม่รู้ว่าเรา

ไม่ต้องมีความอยากรู้สึกนั้นลิ่งนี้ อย่างไรมากๆ เพราะเราคิดว่ามีมากๆ แล้วเราจะมีความสุข แต่หากลับไม่มีความสุข เราจะลับมีความทุกข์เพิ่มมากขึ้น เพราะเกิดมีความอยากรู้สึกนั้นเพิ่มมากขึ้น นั่นเอง พอเรารู้สึกพากเพียร กับพระพุทธศาสนาแล้วได้รับคำสอนให้เราลดฝากเงินทองของเรามาลงมาอยู่กับระดับที่เราจำเป็นจะต้องใช้ก็พอถ้ามีมากก็จะทำให้อยากได้มากขึ้น

วิธีที่จะตัดความอยากรู้สึกต้องไม่หาย แล้วก็ต้องใช้มันให้น้อยลงไป เวลาใช้แล้วแทนที่จะเกิดความทุกข์ใจกลับเกิดความสุขใจ เกิดความอิ่มใจที่ได้ละความโลภ ความอยากรู้สึกเงินมากขึ้น ได้ละความอยากรู้สึกเงินเป็นเครื่องมือชื่อความสุข ได้ลดความตระหนี่ ความหวังในเงินทอง ทำให้เบาอกเบาใจสบายใจ เวลามีความตระหนี่นี้จะมีความหวังเห็นห่วงใยเงินทอง จะไม่อยากให้จำนวนเงินทองนี่ลดน้อยลงไป แต่ถึงแม้ว่าเราจะไม่ได้ใช้หรือไม่ได้ทำบุญให้ทาน เงินทองโดยธรรมชาติของมันมันก็หาดตัวลงอยู่เรื่อยๆ เพราะเรื่องของเศรษฐกิจเราก็คงจะรู้กันว่าค่าของเงินนี้มันจะลดลงไปเรื่อยๆ เพราะว่ามีเรื่องของเงินเพื่อ เรื่องของดอกเบี้ยเข้ามาเกี่ยวข้อง เงินของเราวันนี้ ๑ บาท ปีหน้าก็จะเหลือแค่ ๙ บาท ๕๐ สตางค์ เพราะค่าของเงินเพื่อ ค่าของดอกเบี้ยต่างๆ มันเกิดขึ้น

“ ถ้าเรายังไม่ได้ทำการ ยังไม่ได้รักษาสีล  
ใจของเราจะไม่พร้อมที่จะเข้าสู่ระดับของการวิเคราะห์  
 เพราะจะไม่สามารถดำเนินการ ”



“ การที่เราจะทำใจให้สงบเป็นสما主任ได้  
ก็ต้องเกิดจากการเจริญสติ  
อย่างต่อเนื่อง ”

แต่ถ้าเราไม่ได้โลภอย่างได้เงินและไม่กลัวที่เราจะสูญเสียเงินทองไป เพราะเรามีใจกว้างพอที่จะสะสมเงินทองให้แก่ผู้ที่เขารีดื่อครัวน์ได้ เพราะเรารู้ว่าความจำเป็นที่จะต้องใช้เงินทองของเรานั้นมันน้อยมาก ถ้าเราใช้ด้วยเหตุด้วยผล คือถ้าเราใช้เพื่อดูแลรักษาร่างกายของเรา เรา ก็ใช้เงินทองเพื่อให้มีปัจจัย ๔ ที่พอดีอย่างกับแล้ว ถ้าเราใช้เงินทองด้วยเหตุด้วยผลแล้ว เราจะไม่ต้องใช้เงินทองมาก เรายังไม่ต้องโลภอย่างได้เงินทองมากฯ เราจะไม่ต้องกังวลกับการเลือมของเงินทอง ใจของเราก็จะมีความสุข ความสบายนี้ รื่องเงินทองก็จะไม่เป็นปัญหา เพราะว่าเรารู้จักหาความสุขที่ไม่ต้องใช้เงินทองหรือหาความสุขที่ใช้เงินทองด้วยการทำบุญให้ทาน

นี่แหลกคือเหตุผลที่ทำไม่เราจึงต้องการทำบุญให้ทานกันอยู่ ถ้าเรามีมากเกินไป ถ้าเราไม่ทำบุญให้ทาน เราก็จะเอาเงินทำบุญให้ทานไปซื้อของฟุ่มเฟือย ต่างๆ ไปซื้อความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็จะทำให้เราต้องใช้เงินทองเพิ่มมากขึ้นอยู่เรื่อยๆ เพราะว่าพอใช้ไปแล้ว ความสุขที่ได้จากการใช้เงินทองนั้นก็หมดไป แล้วก็เกิดความอยากที่จะใช้เงินทองเพื่อซื้อความสุข ต่างๆ เพิ่มขึ้นอีก เราก็จะต้องดิ้นรนหาเงินทองให้มีเพิ่มกลับขึ้นมาอีก ชีวิตของเราก็จะวุ่นวายกับการหาเงินทอง กับการใช้เงินทองเพื่อซื้อความสุข ต่างๆ เราก็จะไม่มีโอกาสที่จะได้มาหาความสุขจากการทำใจให้สงบ

ด้วยการให้ทาน ด้วยการรักษาคีล ด้วยการภาวนा แต่ถ้าเราใช้เหตุใช้ผล ในเรื่องของการหาเงินทองและใช้เงินทอง เรายังจะไม่ต้องหาเงินมากและเรายังไม่ต้องใช้เงินมาก เรายังจะได้มีเวลาที่เราจะได้มาทำใจให้สงบ มารักษาคีล มาภาวนา มาทำบุญให้ทานตามกำลังของเรา ถ้าเรามีเงินทองเหลือมากเกินความจำเป็นเราก็ทำมาก ถ้าเรามีเหลือน้อยเราก็ทำน้อย ถ้าเรามีเงินที่จะแบ่งมาทำบุญให้ทาน เรายังไม่ต้องทำบุญให้ทานก็ได้ เรายังมารักษาคีลกัน ถ้าเรามีความโลภอย่างใดเงินทองมากๆ อย่างใดเงินทองอย่างง่ายดายและรวดเร็ว เราจะไม่ต้องทำบ้าปทำกรรม การที่เราทำบ้าปทำกรรมก็เพราะว่าเรามีความโลภอย่างใดเงินมาก อย่างใดมาอย่างรวดเร็ว และง่ายดาย วิธีใดที่ทำแล้วทำให้เราได้มาอย่างนั้นเราก็จะทำ ซึ่งส่วนใหญ่ก็ต้องทำบ้าปกัน ต้องจ้อโงต้องโภกหลอกลงถึงจะได้เงินทองมากง่ายและเร็ว

แต่เมื่อเรามีความจำเป็นที่จะต้องหาเงินทางของมากมาย และเรามีความเมตตาใจบุญใจกุศล ชอบให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นด้วยการทำทาน เรายังไม่ชอบการทำบ้าป จะไม่ชอบเบียดเบี้ยนผู้อื่น จะไม่ชอบสร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น เวลาเราจะทำอะไร เรายังจะระมัดระวังคำนึงเสมอว่าจะไปสร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นหรือไม่ เรายังจะรักษาคีล

ได้อย่างง่ายดาย ถ้าเรารักษาคีลได้ เราก็จะได้รับความสุขที่เกิดจาก ความสงบในระดับของการรักษาคีลที่เป็นความสงบมากกว่าระดับของการให้ทาน เมื่อเรามีความสุขจากการดับท่านและระดับคีล เรายังพร้อมที่จะก้าวขึ้นสู่ความสุขความสงบระดับของการภาวนาได้

ถ้าเรา yangไม่ได้ทำงาน ยังไม่ได้รักษาคีล ใจของเราจะไม่พร้อมที่จะเข้าสู่ระดับของการภาวนा เพราะจะไม่สามารถทำได้ เพราะใจจะค่อยๆ นิ่งลง วิตกกังวลกับเรื่องของการหาเงินหาทอง กับเรื่องของการทำงาน ใจก็จะไม่สามารถที่จะสงบเป็นสมานิธิได้ แต่เมื่อเราไม่มีปัญหาเรื่องที่จะต้องไปหาเงินหาทอง ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องของการทำงาน ใจของเราก็จะสงบพอที่จะทำจิตให้สงบลึกไปกว่านั้นได้ ก็คือความสงบระดับของสมณภาวะ หรือการทำใจให้สงบเป็นสมานิธินั้นเอง

การที่เราจะทำใจให้สงบเป็นสมานิธิได้ ก็ต้องเกิดจากการเจริญสติอย่างต่อเนื่อง สตินี้เป็นผู้ที่จะดึงใจไม่ให้ออกไปข้างนอก จะดึงใจให้เข้าข้างใน จะดึงใจไม่ให้ออกไปทางแสง ลี เลียง รูป เลียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไม่ให้ออกไปทางลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่ให้ออกไปทางเรื่องราวต่างๆ จะดึงใจให้เข้าข้างใน เพราะว่าความสงบนี้จะต้องเข้าข้างในถึงจะสงบได้ ถ้าใจยังออกไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ หรือคิดเรื่องหาเงินหาทอง คิดเรื่องหาลาภ หายศ

หาสรรเริญ หาความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจก็จะไม่สามารถเข้าข้างในได้ เข้าสู่ความสงบได้ ก็จะไม่ได้พบกับความสุขที่ยิ่งใหญ่ที่ดีกว่าความสุขทั้งหลายในโลกนี้ แต่ถ้าเรามีสติค่อยควบคุมใจไม่ให้คิดถึงเรื่องราวต่างๆ ได้ ใจก็จะเข้าสู่ความสงบตามลำดับที่ละเอียดทีละน้อยตามกำลังของสติ ถ้าสติมีกำลังมากก็จะเข้าสู่ความสงบที่ลึกและมากขึ้นไปตามลำดับ จนถึงความสงบเต็มที่เลยที่เรียกว่า “อัปปนาสนา” คือใจจะหยุดระงับความคิดปรงแต่ง จะไม่มีอารมณ์โลภโกรธหลง ไม่มีความอยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ ไม่มีความอยากไปเห็นมาไหน ใจพอใจกับการนั่งอยู่เฉยๆ มีความสุขจากความเป็นอุเบกษาของใจ

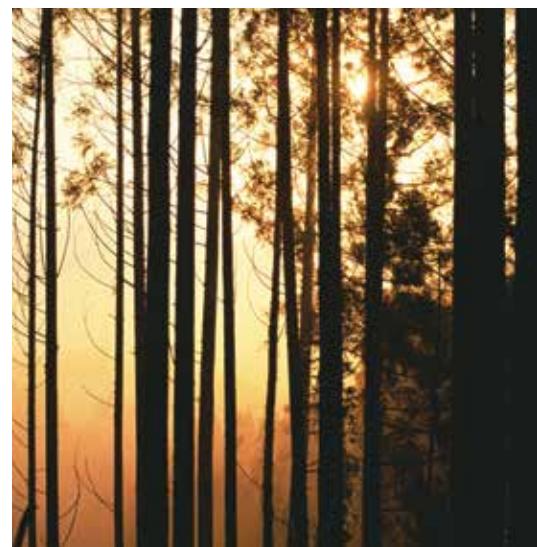
นี่คือผลที่เราจะได้รับถ้าเรามีเวลามาเจริญสติอย่างต่อเนื่องเพื่อทำใจให้เข้าสู่ภายใน ให้เข้าสู่ความสงบ ถ้าเราไม่มีภารกิจการทำงานที่จะต้องหาเงินหาทองหรือต้องไปใช้เงินใช้ทองซื้อความสุขต่างๆ เรา ก็จะมีเวลามาเจริญสติ

การเจริญสติจะให้ผลดีก็ต้องไม่มีภารกิจการทำงานอย่างอื่นและต้องไม่มีบุคคลต่างๆ มาเกี่ยวข้อง คือเราต้องปลีกวิเวกอยู่คนเดียวและให้อยู่ห่างไกลจากรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพะ ที่ทำให้เกิดความโลภ ความอยากรต่างๆ ขึ้นมา ก็ต้องปลีกวิเวกไปอยู่ตามป่าตามเขา หรือถ้าไปไม่ได้ ก็ขึ้นตัวเองไว้ในห้องแล้วก็ปิดรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพะ ทุกชนิด



ไม่มีหนังสือ ไม่มีอะไรมาค่อยล่อใจให้ออกไปหา และเราก็ใช้เวลาที่อยู่คนเดียวในห้องนั้น หรือเวลาที่เราอยู่ตามสถานที่สงบสัจวิเวกในป่าในเขา เจริญสติตั้งแต่ตื่นจนหลับในอธิษฐาน ถ้าเราทำกิจ เราก็เจริญพุทธฯ ไป ถ้าเราไม่มีกิจจะทำ เราก็เดินลงกรມไป ถ้าเราเดินเมื่อย เราก็กลับมานั่ง นั่งหลับตาแล้วก็เจริญสติพุทธฯ ไป จิตก็จะเข้าสู่ความสงบได้ในที่สุด

นี่คือเรื่องของการหาความสุขที่ยิ่งใหญ่ ที่ดีกว่าความสุขทั้งหลาย ในโลกนี้ ถ้าเราได้พบกับความสุขอย่างนี้แล้ว เราจะเป็นหน่วยกับความสุขที่เราเคยได้лепได้สัมผasma คือความสุขที่ได้จากลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขที่ได้จากรูป เสียง กลิ่น รส โภภูจิพะ เพราะเป็นความสุขที่ไม่อิ่มไม่พอนั่นเอง



เป็นความสุขที่กลับไปกระแสตุนสร้างความอยากให้มีเพิ่มมากขึ้นไปเลี้ยอีก แทนที่จะมีความอยากน้อยลงไปหลังจากที่เราได้รับทรัพย์เพิ่มมากขึ้น แต่กลับอยากได้เพิ่มมากขึ้นไปอีก ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วเมื่อไหร่มันถึงจะพบกับความสุข พบกับความพอ เพราะถ้าไม่มีความพอ จะหาความสุขได้อย่างไร

ดังนั้น การหาความสุขทางลาง ยศ สวรรค์ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จึงไม่ใช่ เป็นทางที่ไปสู่ความอิ่มความพอ แต่เป็นการไปสู่ความอยากได้เพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ ถ้ายังมีความอยากอยู่ก็จะไม่มีวันที่จะมีความอิ่มความพอได้ ก็จะต้องดื่นวนหาไปจนวนตาย ตายไปแล้วก็จะดื่นวนไปเกิดใหม่เพื่อจะได้ไปหาลาง ยศ สวรรค์ หาความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใหม่ ชีวิตของเราก็จะมีแต่การเวียนว่ายตายเกิดไปอย่างไม่มีวันลิ้นสุด แต่ถ้าเราเข้าหาความสุขคือความสงบได้ เราจะได้หยุดความอยาก เราจะได้ความพอ ความอิ่ม และเราก็จะได้ยุติการดื่นวนไปเกิดใหม่ได้ เราก็จะไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิด กลับมาแก่ มาเจ็บ มาตาย มาวุ่นวายกับชีวิตอย่างที่เราเป็นอยู่กันทุกวันนี้

นี่คือทางของพระพุทธเจ้า ทางสู่ความสงบ ทางสู่ความสุขที่แท้จริง ทางสู่ความลิ้นสุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด ต้องเกิดจากการทำงาน รักษาศีล

และการภาวนา แต่ขั้นสมถภาวนานี้ก็ยังไม่ได้เป็นการลิ้นสุตที่ถาวร ไม่ได้เป็นการลิ้นสุตของการวีชนว่าatyเกิดของความทุกข์ที่ถาวร เพราะขณะที่อยู่ในสมาริธน์จะอยู่ได้ไม่นานนั่นเอง ไม่ช้าก็เร็ว ก็จะต้องออกจากสมาริธมา พ้อออกจากสมาริธมา ก็จะต้องมีความคิดปุ่งแต่ง เแล้วถ้าไม่มีสติปัญญาค่อยควบคุม ก็จะเกิดความอยากต่างๆ ขึ้นมาได้ เพราะสมาริธนี้ไม่ได้ทำให้ความอยากหายไป สมาริธเพียงแต่กัดความอยากไว้ชั่วคราว หยุดความอยากไว้ชั่วคราว เหมือนหินทับหญ้า หญ้าเวลาที่ถูกหินทับอยู่หญ้าก็จะไม่生长 แต่เมื่อ時間がผ่านมา เวลาที่ยกหินออกจากหญ้า ไม่นานหญ้าก็จะงอกงามขึ้นมาใหม่ ฉันได เวลาที่อยู่ในสมาริธ ความอยากความโลภ ความโกรธความหลงก็ทำงานไม่ได แต่พอออกจากสมาริธไม่นาน พ้อไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้หรือไปเห็นสิ่งนั้นลิ่งนี้ ความอยากความโลภที่เคยมีมา กับสิ่งนั้นสิ่งนี้ ก็จะผลขึ้นมาทันที เช่น เห็นที่วิธีอยากจะเปิดทันที เห็นตู้เย็นก็อยากจะเปิดทันที เห็นเครื่องดื่มก็อยากจะดื่มทันที เพราะความอยากไม่ได้ตายไปกับสมาริธ ถ้าอยากจะทำลายความอยาก จะต้องใช้การภาวนาขั้นวิปัสสนาภาวนा คือเวลาออกจากสมาริธมาแล้วก็ต้องใช้สติปัญญาค่อยควบคุมความอยาก พอก็จะเกิดความอยากก็ต้องสอนใจว่าอย่าทำตามความอยาก เพราะทำแล้วแทนที่จะดับความอยาก จะกลับทำให้มีความอยากเพิ่มมากขึ้น และขณะที่มีความอยาก ก็จะเป็นเวลาที่ใจจะ



ทุกข์ทรมาน ใจจะกราวนกราวย  
กราบกราบล่าย จะหงุดหงิด  
รำคาญใจ เวลาอยากได้อะไร  
อยากจะทำอะไร จะหงุดหงิด  
รำคาญใจถ้ายังไม่ได้ทำ แต่ถ้าได้  
ทำแล้ว ความหงุดรำคาญใจนั้นก็  
จะหายไปชั่วคราว ไม่นานก็จะเกิด  
ความอยากใหม่ขึ้นมา ความหงุดหงิด  
รำคาญใจก็จะเกิดขึ้นมาใหม่อีก  
ดังนั้น การทำตามความอยากจึง

ไม่ได้เป็นวิธีที่จะดับความหงุดหงิด  
รำคาญใจ ความกราวนกราวยใจ  
ความทุกข์ใจต่างๆ ได้

การที่จะดับความกราวนกราวย  
ความทุกข์ใจต่างๆ ได้นี้ ต้องดับ  
ด้วยการไม่ทำตามความอยาก  
ด้วยการสอนใจว่าสิ่งที่อยากนี้เป็น<sup>\*</sup>  
ความสุขเดียวเดียว และเดียวแก่<sup>\*</sup>  
เจงหายไปหมดไป แล้วก็ต้องเกิด



ความอยากรึ่ง ถ้าไม่อยากจะทุกข์กับการหา ทุกข์กับการดูแลรักษา ทุกข์กับการสูญเสียสิ่งที่ได้มา ก็อย่าไปหามา อย่าไปเอามา สอนใจอย่างนี้ แล้วใจก็จะหยุดอยากร แล้วก็จะหยุดอย่างถาวร เพราะว่าสอนด้วยเหตุ ด้วยผล ความหลงนี้เกิดจากอารมณ์ เกิดจากความหลง เกิดจากการไม่เห็น เหตุและผลของความสุขและความทุกข์ของใจว่าเกิดจากอะไร ไม่เห็น ว่าความทุกข์ใจเกิดจากความอยากร ไม่เห็นว่าการตั้งปัญญาด้วยสติ ความสุขใจนี้เกิดจากการหยุดความอยากร พอพิจารณาด้วยปัญญาอย่างนี้ ความอยากรนั้นก็จะหายไปและจะไม่กลับมาอีก เพราะกลับมาที่เราก็จะ ไม่สามารถโน้มน้าวใจให้ไปทำตามความอยากรได้ เพราะใจมีสติปัญญา ค่อยรักษาไว้ ค่อยเตือนใจอยู่ตลอดเวลาหนึ่งสอง

อันนี้แหลกเป็นการรักษาความสงบที่ได้รับจากสมถภาพนาให้อยู่ต่อไปอย่าง ถาวร พอเราจำจัดความอยากรุกวนนิดที่โผล่ขึ้นมาด้วยสติด้วยปัญญาได้ ต่อไปใจของเราก็จะไม่มีความทุกข์หลงเหลืออยู่ในใจ เพราะเหตุที่ทำให้ เจทุกข์ ทำให้หยุดหึงดรามณ์เจน้ำหายไปหมดแล้วนั่นเอง ก็คือความอยากร หายด้วยอำนาจของสติปัญญาที่เห็นว่าทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์ ทุกอย่าง ที่ใจอยากได้เป็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ของเรา ใจไม่ สามารถไปสั่งไปควบคุมบังคับให้เป็นไปตามความต้องการของใจได้

เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จะไปสั่งให้เจริญอย่างเดียวไม่ได้ เพราะของเหล่านี้เขามีธรรมชาติควบคุมเข้าอยู่ก็คือ มีเจริญก็ต้องมีเลื่อมเป็นธรรมด้วย

นี่คือการรักษาใจ สร้างความสุขทางใจ ดับความทุกข์ทางใจที่เป็นสิ่งที่ถาวร พอดับความทุกข์ได้แล้ว ก็จะไม่มีความทุกข์หวานกลับคืนมาอีก ไม่เหมือนกับการดับความทุกข์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ดับได้เดียวเดียว แล้วเดียว ก็กลับคืนมาใหม่ เวลาอยากจะดื่ม อยากจะรับประทานอะไร ก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา พอดีดื่มได้รับประทาน ความทุกข์นั้นก็หายไป แล้วเดียว ก็กลับมา มีความอยากใหม่ขึ้นมา อยากดื่มใหม่ อยากรับประทานใหม่ ก็เกิดความทุกข์ใหม่ขึ้นมาอีก ไม่ว่าเราจะทำอย่างไร เราก็ไม่มีวันที่จะดับความทุกข์ทางความอยากได้ นอกจากไม่ทำความอยากรهานนั้น ถ้าเราจะดื่ม เราจะรับประทานก็ต้องดื่มและรับประทานด้วยเหตุด้วยผลด้วยความจำเป็น เช่น ถึงเวลาต้องรับประทานต้องเติมอาหารให้กับร่างกาย ก็รับประทานไปตามต้องการของร่างกาย แต่ไม่รับประทานตามความอยาก เช่นเดียวกับการดื่มน้ำ ถ้าจำเป็นจะต้องดื่มน้ำ ก็ต้องน้ำตามความต้องการของร่างกาย ถ้าต้องการดื่มน้ำให้กับร่างกาย ก็ต้องน้ำเปล่า ก็พอ ถ้าดื่มน้ำที่มีรสชาติ มีสี มีกลิ่นนี้ เราไม่ได้ดื่มเพื่อร่างกาย แต่เราดื่มเพราะความอยาก อยากกลิ่มรส



“ เรื่องของการหาความสุขที่แท้จริง  
มีพระพุทธศาสนาเท่านั้น  
ที่จะสอนให้เราเข้าถึงได้  
ไม่มีใครในโลกนี้ที่รู้จักวิธี  
หาความสุขที่ถาวรที่แท้จริง  
มีเพียงพระพุทธเจ้า  
เพียงพระองค์เดียว ”

อยากดมกลิ่น อยากระหันลีของเครื่องดื่มที่เราตีม ถ้าดีมแบบ  
ความอยากรู้จะไม่มีวันอิ่ม ไม่มีวันพอ ถ้าดีมตามเหตุผล ตามความต้องการ  
ของร่างกายก็จะมีความอิ่ม มีความพอ พอร่างกายอิ่ม ก็จะหยุดรับประทาน  
จะรับประทานอีกครั้งก็ต่อเมื่อร่างกายทิว จะดีมอีกครั้งก็ต่อเมื่อร่างกาย  
ทิวน้ำ ถ้าทำอย่างนี้แล้วจะไม่เป็นความทุกข์ใจ

นี่คือเรื่องของการหาความสุขที่แท้จริง มีพระพุทธศาสนาเท่านั้นที่จะสอน  
ให้เราเข้าถึงได้ ไม่มีในโลกนี้ที่รู้จักวิธีหาความสุขที่ถาวรหีแท้จริง  
มีเพียงพระพุทธเจ้าเพียงพระองค์เดียว เป็นพระองค์แรกในโลกนี้ พ่อรู้แล้ว  
พระองค์ก็ทรงนำเอามาเผยแพร่สั่งสอนให้แก่ผู้ที่ไม่รู้ พ่อผู้ที่ไม่รู้นำเอาไป  
ปฏิบัติ ก็จะได้รับผลเช่นเดียวกับที่พระพุทธเจ้าได้ทรงรับผล ก็จะมีผู้รู้  
มากขึ้น ผู้รู้เหล่านี้เราเรียกว่า พระอรหันต์สาวกนั้นเอง ท่านเหล่านี้ก็จะทำ  
หน้าที่เผยแพร่ความรู้อันนี้แทนพระพุทธเจ้าต่อไป หลังจากที่พระพุทธเจ้า  
ได้เสด็จจากโลกนี้ไปแล้ว ก็เป็นหน้าที่ของพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย  
ที่จะเผยแพร่สร้างพระอรหันต์องค์ใหม่ขึ้นมาเรื่อยๆ อย่างที่ได้ทำกันใน  
ศาสนาญี่ปุ่นนี่มาจนถึง ๒,๕๐๐ กว่าปีแล้ว ก็ยังมีผู้ที่รู้ความจริงอันนี้ แล้วได้  
นำความจริงอันนี้มาเผยแพร่ให้แก่ผู้ที่ไม่รู้ ผู้ที่ไม่รู้สามีศรัทธา และมี  
ความสามารถที่จะปฏิบัติตามความรู้นี้ได้ ก็จะกลายเป็นผู้รู้ต่อไป กลายเป็น  
ผู้ที่จะเผยแพร่ความรู้ให้แก่ผู้อื่นต่อไป

ศาสนาพุทธของเราจะอยู่ได้นานหรือไม่นาน ก็อยู่ที่การสร้างผู้รู้ใหม่ขึ้นมาเรื่อยๆ นี่เอง ถ้าไม่มีผู้รู้ใหม่ ก็จะไม่มีผู้ที่จะเอาความรู้ที่ถูกต้องนี้มาสอนให้แก่ผู้อื่นได้ ความรู้ที่ถูกจารึกไว้ในหนังสือนั้น เป็นความรู้ที่ไม่มีกำลังพอที่จะทำให้ผู้ไม่รู้นั้นสามารถถกลายเป็นผู้รู้ได้ นอกจากผู้ที่ศึกษานั้นเป็นผู้ที่มีปัญญาarmีที่แก่กล้า ถ้าเป็นผู้ที่ไม่มีปัญญาarmีที่แก่กล้า จะไม่สามารถเข้าถึงความจริงของความรู้ที่อยู่ในหนังสือนั้นได้ ไม่เหมือนกับได้รับการถ่ายทอดจากผู้ที่รู้ด้วยตนเอง เพราะผู้ที่รู้ด้วยตนเองนี้สามารถตอบคำถาม ตอบข้อสงสัยต่างๆ ให้แก่ผู้ที่กำลังศึกษาได้ ถ้าอ่านในหนังสือถ้าไม่เข้าใจก็ไม่รู้ว่าจะไปตามใด เพราะหนังสือไม่สามารถจะตอบคำถามของเราได้นั่นเอง

ดังนั้น ถ้าพากเรอยากจะได้รับประโยชน์ทั้งสำหรับตัวเราเองและรักษาพระพุทธศาสนา ให้มีประโยชน์แก่ผู้อื่นต่อไป ก็เป็นหน้าที่ของพากเราที่จะต้องเข้าหาพระพุทธศาสนาตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เข้าหา ก็คือให้ศึกษาแล้วก็ให้นำเอาสิ่งที่ได้ยินได้ฟังได้ศึกษานี้ไปปฏิบัติ เช่นวันนี้เรา ก็ได้ยินแล้วว่าการที่เราจะได้เข้าสู่ความสุขที่แท้จริงที่ถาวร การที่เราจะได้เป็นพระอรหันต์สาวก ก็คือการทำทาน การรักษาศีล การภาวนา ถ้าเราปฏิบัติตามไปเรื่อยๆ ไม่ซักก็เร็วสักวันหนึ่ง ภัยในชาตินี้แหละ เราก็จะ

ได้รับความสุขที่แท้จริงที่ยิ่งใหญ่และเรา ก็จะกล้ายเป็นผู้รู้ที่จะช่วยสืบทอด  
พระพุทธศาสนา ให้แก่ผู้อื่นได้อีกขั้นหนึ่ง อีกต่อหนึ่ง

ดังนั้น ก็ขอให้ท่านทั้งหลาย จงมีคุรรัทธาที่เนื่องแน่ต่อพระพุทธศาสนา มีความ  
พากเพียรที่แก่กล้า มีความเลียลละที่กล้าจะเลียลละความสุขเล็กๆ น้อยๆ  
ของลาก ยศ สรรเสริญ ของรูป เลียง กลิน รถ โภภูต ฯ ข้ามาหาความสุข  
ที่ยิ่งใหญ่ด้วยการทำทาน ด้วยการรักษาศีล และด้วยการภาวนา

การแสดงก์เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขออุติวิเวเพียงเท่านี้





“ ពួន  
ការងារបែងចែកជាមុន ”

ข้างล่างได้ยินหรือเปล่า ได้ยินชัด  
ดีนะ

สมัยก่อนไม่ทราบว่าเข้าใช้อะไร  
เวลาพระพุทธเจ้าแสดงธรรมให้  
คนเป็นพันคนนี้ไม่รู้เข้าได้ยินกันยังไง  
หรือว่าเลียงของพระพุทธเจ้าดัง  
หรือคนตั้งใจฟังแล้วเกิดความสงบ

การพัฒนาระบบจึงต้องมีสถานที่ที่  
สงบ ผู้พักอาศัยต้องนิ่งสงบ ไม่พูดกัน  
ไม่คุยกัน ไม่ทำอะไรไว้กัน ตั้งใจพั่ง  
เพียงอย่างเดียว ถ้าฟังด้วยภายใน

ว่าจ้า ใจ ที่ไม่สงบ ก็จะไม่รู้เรื่อง  
จะไม่เข้าใจ ใจความหมาย เพราะใจ  
จะไม่เข้าใจ ใจความหมาย ใจ  
ไม่ได้จดจ่อฟังพิจารณาตามเสียงที่  
ได้ยิน มัวแต่ไปคิดกับเรื่องที่กำลัง  
ทำอยู่ หรือเรื่องที่กำลังคุยกันอยู่  
ถ้าฟังธรรมแบบนั้นฟังไปก็เสีย  
เวลาเปล่าๆ ไม่เกิดประโยชน์อะไร

เวลาฟังธรรมจะให้เกิดประโยชน์  
กาย วาจา ใจ ต้องนิ่ง กายต้องนิ่ง  
เฉยๆ ไม่ทำอะไร วาจาก็ไม่พูดคุยกัน



ใจก็ไม่คิดถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้ ใจจะกล่อ  
เผาอยู่กับเสียงที่เข้ามาล้มผัส และ  
ถ้ามีความสามารถพิจารณาตาม  
เหตุตามผลได้ ก็จะเกิดปัญญา  
เกิดลัมมาทิญ្យ เกิดการบรรลุธรรม  
ขึ้นมาได้

ถ้าฟังแล้วไม่สามารถพิจารณาด้วย  
เหตุด้วยผลได้ ก็ไม่เกิดปัญญา  
แต่จะได้สมารธิก็คือได้ความสงบ  
 เพราะใจไม่ได้ไปคิดเรื่องต่างๆ

ใจคิดอยู่กับเรื่องธรรมที่แสดงอยู่  
ดังนั้น ถ้าเราฟังธรรมด้วยกาย  
ว่า ใจ ที่สูบบุหรี่ ใจจะได้อันสั่งส์  
ต่างกัน ถ้าเรามีปัญญาพิจารณา  
ตามได้ เรา ก็จะได้ปัญญา ได้ความ  
เข้าอกเข้าใจ จัดความลังเลงสัย  
ไปได้ มีความเห็นที่ถูกต้อง ถ้าเรา  
ไม่มีปัญญาที่สามารถจะพิจารณา  
ตามได้ เรา ก็จะได้ความสงบ  
ความผ่องใส่ของใจ



นี่คืออานิสส์ของการ  
พังทេស្ស พังธรรมที่  
พระพุทธเจ้าทรงตรัส  
ว่าเป็นมงคลอย่างยิ่ง  
การพังธรรมจะให้

เป็นมงคลต้องพังด้วยกาย วาจา  
ใจ ที่ส่งบ ผู้ที่พังด้วยกาย วาจา ใจ  
ที่ส่งบนี้ แสดงว่าเป็นผู้ที่มีความ  
เคารพในธรรม ผู้ที่ไม่มองอยู่ในกาย  
วาจา ใจ ที่ส่งบนี้ ถึงแม้จะยกมือ<sup>ก</sup>  
ให้ ก็ไม่ถือว่ามีความเคารพใน  
ธรรม เพราะนอกจากไม่ได้รับ  
ประโยชน์ของตนแล้ว ยังไปทำลาย  
ประโยชน์ของผู้อื่น ผู้ที่นั่งอยู่ข้างๆ

เขาก็จะไม่สามารถรับพังธรรม  
ได้อย่างสذดวก เพราะจะมีเลียง  
หรือมีการกระทำต่างๆ มากบกวน  
สามัชชของผู้ฟังนั่นเอง ดังนั้น ถ้าเรา  
อยากจะเคารพในธรรม อยากจะ  
ได้มงคลที่เกิดจากการพังทេស្ស  
พังธรรม เวลามีการแสดงธรรม  
ที่ไหน ขอให้เราตั้งอยู่ในความสงบ  
สงบกาย สงบวาจา และสงบใจ



ມີບົນທບາຕໍ່ໄໝນຄຮັບ

၈၇ ပြည့်ကမ်းမြို့၏ အနေ

# គិចយ៉ាតាម

## พระอาจารย์ตอบ

เดี่ยวนี้มีคนเข้าไปทางอินเทอร์เน็ตแล้วจะฝากร่องรอย  
ทางเฟซบุ๊ก เนื่องจากเขามีความสามารถมากที่ได้ด้วย  
ตนเอง เขาก็ฝากร่องรอยไว้ แล้วท่านที่ดูแลเว็บไซต์  
ก็จะเอา:r่องรอยนี้มาลบ แล้วอัดบันทึกภาพและเสียง  
ใส่กลับคืนไปในอินเทอร์เน็ต คนที่เขารอคอย  
เขาก็จะได้รับร่องรอย แต่ก็ยังไม่ได้เท่ากับมาหาด้วย  
ตัวเอง เพราะร่องรอยไปแล้วก็อาจจะยังไม่เข้าใจ หรือ  
ยังติดข้อความอยู่บางส่วน ก็ยังไม่สามารถร่องรอยได้ทันที  
ก็ต้องรออีกระยะหนึ่ง แต่ถ้ามาได้ก็จะสามารถร่องรอย  
ตوبกันได้อย่างรวดเร็ว



**គិច្ចី** : មេបុណ្យការបាត់ឱ្យក្រប់

แล้วถ้าเป็นวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันพระ ก่อนจะนั่งก็จะมีการแสดงธรรมเทศนา ประมาณ ๓๐ นาที ระยะนี้ก็ช่วงเวลาประมาณ ๐๙.๐๐ น. กลับมาจากการบินจากที่ประมาณ ๑๐ นาทีก่อน ๐๗.๐๐ น. ญาติโยมก็มาด้วยข้าวของกัน ถ้าเป็นวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันพระ ญาติโยมจะมีมากกว่าจะเสร็จเรียบร้อย กว่าจะแสดงธรรมได้ก็ประมาณ ๐๙.๐๐ น.



**គិច្ឆេទ** : ព្រះវាសារយ៍ករណ ॥តើវព្រះកង់អបដមីក់ទូរករណ

**พระอาจารย์** : พระในวัดตอนนี้มีประมาณ ๔๐ กว่ารูปในช่วง  
ออกพรรษา แต่ในช่วงเข้าพรรษา ก็จะมีประมาณ ๗๐ กว่ารูป แต่พระ  
ที่อยู่บันเขานี้มีอยู่ประมาณ ๑๒ รูป เพราะบันเขานี้มีที่อยู่จำนวนจำกัด  
และก็เป็นที่อยู่สำหรับผู้ที่ชอบความสงบ เพราะบันเขานี้เรามีไฟฟ้า ไม่มี  
น้ำประปา ไม่เหมือนกับที่อยู่ข้างล่าง ข้างล่างจะมีน้ำไฟพร้อมและก็จะอยู่  
ใกล้ตลาด ไม่ต้องเดินไกล ที่นี่ต้องเดินไกล ต้องลงแต่เช้ามืด ๐๕.๐๐ น.  
ก็ต้องเตรียมตัวเดินลงไปเพื่อที่จะให้ไปทันกับการบิณฑบาต แต่ผู้ที่ขึ้นมา  
บันเขานี้เขาไม่กลัวกับความลำบาก สิ่งที่เข้าต้องการก็คือความสงบและวิเวก  
ของสถานที่เพื่อที่จะได้อธิบายลักษณะและวิถีสันนา瓦นา

**គិច្ចីយ៍** : ព្រះវាជារិយ៍ នៅវរដៃយោងចាប់ពីការតាមប្រជាពលរដ្ឋបានកំណត់ឡើង

**พระราชทาน** : ประมาณ ๓ กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณสัก ๔๕ นาที ด้วยกันถ้าเดินแบบสบายๆ แต่หากลับบินจะมีรถเข้ามาส่ง เพราะว่าตอนสายๆ ที่วัดมีรถและมีคนขับรถ ก็จะบริการรับส่ง แต่เช้ามืดนี่คนขับรถเขยงๆ ไม่ตื่น พระก็เลยต้องเดินกัน ก็อีกว่าเป็นโอกาสในการปฏิบัติไป เป็นการทดสอบ

จิตใจไปที่จะต้อง เดินไปในที่มีด เพราะบางทีก็จะต้องเจอลิงสารสัตว์ สัตว์เล็กสัตว์น้อย ส่วนใหญ่ก็จะเจอพากยูอะเรอย่างนี้ ก็จะสอนให้มีสติ ให้มีความระมัดระวัง สอนให้ปลงว่าเกิดมาแล้วมันต้องตาย ก็จะได้ทั้งสติ ได้ทั้งปัญญา





# ພບພຣະພຸຖນເຈົ້າ

# ຜ່ານພຣະນຣມ

ກັບສະຫຼື່ງ  
๑๗

ຮສສມະບປເປາ

ແຫຊ ພິເສດຖານີ ແຫຊເຊີ

วันนี้เป็นวันวิสาขบูชา เป็นวันที่เราได้มารำลึกถึงบุคคลผู้ประเสริฐที่เป็นหนึ่งไม่มีสอง บุคคลนั้นคือพระพุทธเจ้า ผู้ทรงตรัสรู้ธรรมด้วยพระองค์เอง นานๆ จะได้มีบุคคลอย่างพระพุทธเจ้ามาปรากฏให้เป็นที่พึ่งของโลกได้สักครั้งหนึ่ง ผู้ใดที่ได้มาพบกับพระพุทธศาสนา ได้พบกับพระธรรมคำสอน ถึงแม้ว่าจะไม่ได้พบกับพระพุทธเจ้าโดยตรง พระองค์ก็ทรงตรัสว่า ธรรมวินัยที่ตถาดต ได้ตรัสไว้ขอบแล้วนี้แล จะเป็นศาสตรของพากເຮອຕ່ອໄປ ทรงตรัสไว้ตอนก่อนที่จะเสด็จดับขันธปรินิพพานจากพากเราไป พระองค์ทรงตรัสว่า ไม่ต้องกังวลว่าไม่มีเราแล้วจะไม่มีที่พึ่ง ที่พึ่งของพากເຮອກคือ ธรรมวินัยที่

ตถาคตได้ตรัสไว้ขอบเล่านั่นเอง ก็คือ สาวกขาโต ภาคราช ขัมโม ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้นี้เป็นอภิลิโก คือ ไม่เลื่อมไม่หมดไปตามกาลตามเวลา ประสิทธิภาพ คุณภาพของพระธรรมคำสอนก็ไม่เลื่อม มีความสามารถที่จะดับทุกข์ นำพาผู้ปฏิบัติให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ในสมัยพระพุทธกาล ฉันใด ก็สามารถที่จะนำพาผู้ปฏิบัติในสมัยนี้หรือสมัยไหนให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ เช่นเดียวกัน

นี่คืออภิลิโก ไม่เข็นกับกาลกับเวลา ไม่เหมือนกับลิ่งต่างๆ ทั้งหลายในโลกนี้ ที่ต้องเลื่อมไปตามวันตามเวลา เช่น อาหารหรือยาที่เราใช้กันทุกวันนี้ จะมีผลลัพธิติดไว้บวกกับวันหมดอายุ บอกวันหมดประสิทธิภาพ ถ้าหลังจากวันนั้นไปแล้วถ้าใช้ยาหรือใช้อาหารก็อาจจะเกิดโหงไนได้ เพราะได้เลื่อมคุณภาพไปแล้ว แต่ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าไม่ได้เลื่อมหมดไปตามวันตามเวลา ยังสามารถยังประโภชน์ให้แก่ผู้ปฏิบัติตามได้เหมือนในสมัยที่พระพุทธเจ้าทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ พากเราจึงไม่ต้องมีความรู้สึกน้อยใจว่าไม่ได้พบกับพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ถ้าได้พบพระธรรมคำสอนก็เหมือนกับได้พบพระพุทธเจ้า ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเราตถาคต ผู้เห็นตถาคตก็คือผู้เห็นธรรมนั่นแล

นี่คือเรื่องของพระพุทธเจ้ากับเรื่องของพระธรรมคำสอนที่เป็นองค์แทนกันได้ไม่มีพระพุทธเจ้า แต่มีพระธรรมคำสอน ก็เหมือนกับมีพระพุทธเจ้า ความสำคัญไม่ได้อยู่ที่ว่าอยู่ใกล้หรืออยู่ไกลจากพระพุทธเจ้า ความสำคัญอยู่ที่ว่าปฏิบัติดีปฏิบัติชอบหรือไม่ ถ้าอยู่ใกล้พระพุทธเจ้าแต่ไม่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ก็เหมือนอยู่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้า แต่ถ้าอยู่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้าแต่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ก็เหมือนได้เกาะชายฝั่งเหลืองได้ประทับอยู่ข้างๆ พระพุทธเจ้าเลยที่เดียว นี่คือสาระสำคัญของพระพุทธธรรม พระสังฆ

พระสังฆคือใคร ก็คือผู้ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบนั่นเอง ผู้ใดปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ผู้นั้นย่อมเข้าถึงพระธรรมของพระพุทธเจ้า ย่อมได้เห็นพระพุทธเจ้าผ่านการเห็นพระธรรม

ดังนั้น พากเราจึงต้องไม่ให้กาลและเวลา มาเป็นอุปสรรค อย่าให้กิเลส ตัณหาหลอกให้เราคิดว่าพระพุทธเจ้าได้เสด็จจากพากเราไปแล้ว พากเราไม่มีที่พึ่งแล้ว พากเราไม่สามารถที่จะปฏิบัติเพื่อให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว อันนี้ไม่ใช่เป็นความคิดที่ถูกต้อง เราต้องคิดว่าธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นօการลีโ哥 สามารถที่จะยังลัตต์โลกทั้งหลายให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ถ้าสัตว์โลกมีการปฏิบัติ ปฏิบัติชอบ



อย่างที่หลวงตาเคยพูดไว้เสมอว่า ทราบได้ที่ยังมีผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ ธรรมอยู่ ทราบนั้นพระอรหันต์จะไม่ปราศจากโลกนี้ไป จะมีพระอรหันต์เสมอ ถ้ามีผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม นั่นก็คือ สุปฏิปันโน อชุปฏิปันโน ญาปฏิปันโน สามีจิปฏิปันโน

นี่คือเหตุที่จะทำให้เกิดมรดกผลนิพพานขึ้นมา ไม่ได้อยู่ที่กาลและเวลา ไม่ได้ว่าจะต้องบรรลุมรดกผลนิพพานในสมัยที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่ สมัยไหนก็ได้ถ้ายังมีพระธรรมคำสอนเป็นผู้นำทาง และมีผู้รักษาปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบตามอยู่ ดังนั้น ลิงที่ผู้ปฏิบัติพึงกระทำก็คือหมั่นปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบไว้ ด้วยการรำลึกถึงพระประวัติอันดีงามของพระพุทธเจ้า เป็นตัวอย่าง ศึกษาว่าทำไม่พระพุทธเจ้าจึงต้องเสด็จออกจากพระราชนิเวศ ออกจากความสุขระดับสูงสุดของมนุษย์ และต้องไปอยู่แบบขอทาน อยู่แบบ นักบวชที่ต้องอาศัยการบินนาตามเลี้ยงชีพ อาศัยการให้ของผู้มีรักษาเลี้ยงดู ให้อยู่ไปได้ ทำไม่ท่านเจ้าจึงต้องออก ก็เพราะว่าก่อนที่ท่านจะเสด็จออกจากบวช ท่านเคยเสด็จออกจากประพานอกราชวังโดยลักษณะออกไป เพราะพระราชนิเวศ ไม่ปราณາให้ออกไปเห็นลิงที่จะทำให้พระพุทธเจ้าจะต้องเสด็จออกจากบวช พระราชนิเวศน์เอง ลิงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงพบทรงเห็นที่เป็นลิงที่ทำให้ พระองค์จะต้องเสด็จออกจากพระราชนิเวศคืออะไร ก็คือเทวทูต ๔ นั่นเอง

ໃຫວ

ເຫວູຕ ແລະ ກີ່ຄືອຜູ້ທີ່ນໍາສາຮຈາກສວຣຄໍຈາກ  
ພຣະນິພພານມາໃຫ້ແກ່ພຣະພຸທທເຈົ້າວ່າຄ້າອຍາກ  
ຈະໄປນິພພານ ຕ້ອງຮໍາລຶກຄື່ງເຫວູຕທັ້ງ ແລະ ນີ້  
ເພົ່າຮໍາລຶກຄື່ງເຫວູຕທັ້ງ ແລະ ນີ້ແລ້ວ ຈະທຳໃຫ້  
ເຮົາໄໝ່ທັນກັບຄວາມສຸຂທີ່ເປັນຄວາມສຸຂປລອມທີ່ເຮົາ  
ໄດ້ຈາກລາກ ຍຄ ສຣເລຣີຢ ຈາກຮູ່ປ ເສີຍງ ກລິນ  
ຮສ ໂພງສູ້ພະ ນີ້ເອງ



۱۰۷

ดังนั้น พ่อพระองค์ได้เห็นเทวทูตทั้ง ๔ ก็คือ  
ทรงเห็นคนแก่ ทรงเห็นคนเจ็บ ทรงเห็นคนตาย  
และทรงเห็นสมณะนักบัวช์ พระองค์ก็เลยได้  
ความรู้ที่จะทำให้พระองค์ได้เสด็จออกจาก  
พระราชวัง เพียงแต่ตอนนั้นยังต้องรอเวลา  
ซึ่งพระองค์ยังไม่ได้ตัดสินพระทัยว่าจะออก  
เมื่อไหร่ เมื่อพระองค์ได้รับข่าวจากพระราชวังว่า



พระมเหสีได้ประสูติพระราชโอรส เวลาหนึ่งพระองค์จึงต้องตัดสินพระทัย  
ออกจากพระราชวัง เพราะถ้าอยู่ต่อไปก็จะไม่สามารถที่จะเสด็จออกได้  
เนื่องจากพระราชโอรสนี้เป็นเหมือนป่วงที่จะผูกมัดให้พระองค์อยู่ใน  
พระราชวังต่อไป ทรงอุทานอุกมาในขณะที่ได้ทราบข่าวว่าพระมเหสี  
ได้คลอดพระราชโอรส ทรงอุทานว่า “ราชูล” คำว่า “ราชูล” เป็นภาษาบาลี  
แปลว่า “ปวง” พระราชโอรสจึงได้สมนามชื่อว่า “ราชูล” แต่นั่นมา

ตอนที่พระองค์ได้เสด็จออกไปประทับนอกพระราชวังแล้วเห็นคนแก่  
คนเจ็บ คนตาย และเห็นนักบวช พระองค์ทรง **โอปนยิก** ทรงย้อนกลับ  
เข้ามาที่ตัวของพระองค์เอง ทรงเห็นว่าร่างกายของพระองค์ก็จะต้องแก่  
เหมือนกับร่างกายของคนแก่ที่ได้ทรงเห็น ร่างกายของพระองค์จะต้องเจ็บ  
ไข้ได้ปวยเหมือนกับร่างกายของคนเจ็บไข้ได้ปวยที่ทรงเห็น แล้วจะต้อง<sup>ไข้</sup>  
ตายไปเหมือนกับร่างกายของคนที่ตายไปที่ทรงเห็น แล้วก็ทรงเห็นสมณะ  
นักบวชว่าเป็นผู้แสวงหาการหลุดพ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย

เมื่อเห็นดังนี้แล้ว พระองค์ก็ทรงรู้ว่าพระองค์จะต้องเสด็จออกไปเป็น  
สมณะนักบวช เพียงแต่รอโอกาสจังหวะให้ตัดสินพระทัย ซึ่งการตัดสิน  
พระทัยอย่างนี้เป็นการตัดสินพระทัยที่ยากมากสำหรับทุกๆ คนถ้ายังไม่มี  
บุญการมีที่แก่ก้าพอ ความผูกมัดกับความสุขทางลากา ยศ สรรเสริญ

ทางรูป เลียง กลืน รถ ໂພງຈູ້ພະ ຈະມີກຳລັງມາກກວ່າກຳລັງທີ່ຈະຫຼຸດລາກໃຫ້ອອກຈາກລາກ ຍສ ສරເສຣີຢ ອອກຈາກຄວາມສຸຂາທາ ຫຼື ຈມູກ ລິ່ນ ກາຍແລ້ວໄປປໍເພື່ອຈົບວິວຕະແບບສມຜະນັກບວ່າໄດ້ ແຕ່ລຳຮັບຜູ້ທີ່ໄດ້ປໍເພື່ອບຸ່ນດຸກນາມມີໂດຍເລັກພະປ່ານໆມາອ່າງແກ່ລ້າເຊັ່ນພະພູທົບເຈົ້າແລ້ວນີ້ ຈຶ່ງໄມ້ໄດ້ເປັນອຸປະກອດລຳຮັບພະອອງດໍາລັງ ພອລິ່ນເວລາພະອອງຄົກທຽບເສັດຈອກຈາກພະຮາຊວັງໄດ້ອ່າຍ່າຍດາຍ

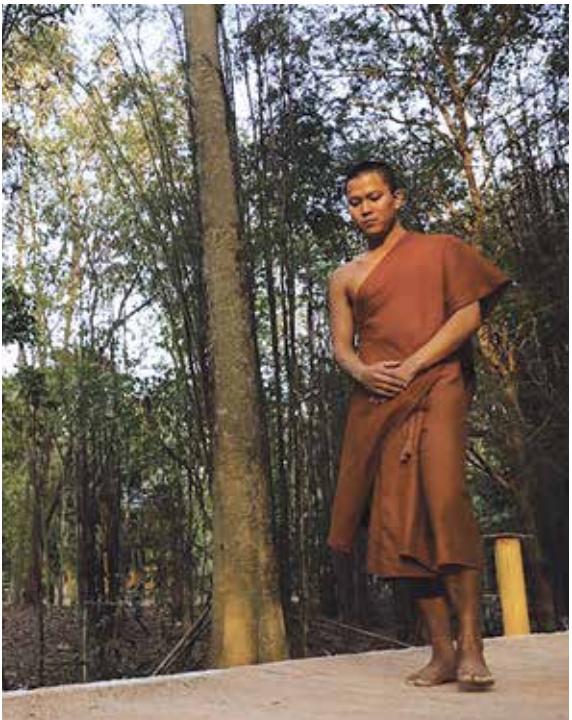
ນີ້ຄືອພູທົບປະວັດຂອງພະພູທົບເຈົ້າຕອນທີ່ທຽບເສັດຈອກຈາກພະຮາຊວັງເພະທຽບເຫັນວ່າການປະທັບອູ້ນໃນພະຮາຊວັງນີ້ຈະໄມ່ສາມາດຖື່ກະໜີພັນຈາກຄວາມແກ່ ດວມເຈັບ ດວມຕາຍໄດ້ ເພະການທີ່ຈະໜີພັນຈາກຄວາມແກ່ ດວມເຈັບ ດວມຕາຍໄດ້ ຈະຕ້ອງໄມ່ເກີດນັ້ນເອງ ແລະການທີ່ຈະຫຼຸດການເກີດກົດທີ່ອັນຫຼຸດເຫດຸຂອງການເກີດ ກົດຄືອຄວາມອຍກທັ້ງໝາຍນັ້ນເອງ ແລະສິ່ງທີ່ຈະດັບຫຼືຫຼຸດເຫດຸຂອງການເກີດຄືອຕັ້ນຫາຄວາມອຍກໄດ້ ກົດຄືອກາຮງວານາ

ກາຮງວານາກົດຈະຕ້ອງອາຄີຍສຖານທີ່ສົງບສັດ ວິເວກ ອາຄີຍເວລາທີ່ໄດ້ປໍເພື່ອອ່າງເຕີມທີ່ ຄ້າປະທັບອູ້ນໃນພະຮາຊວັງ ກົດຈະຕິດກາງກິຈຕ່າງໆ ຂອງພະຮາຊວັງ ກົດໄໝ່ມີເວລາມາກພອທີ່ຈະເຈີ້ນກາງນາໄດ້ ແລະສຖານທີ່ໃນພະຮາຊວັງ ກົດໄໝ່ໃໝ່ເປັນສຖານທີ່ວິເວກສົງບສັດ ແຕ່ເຕີມໄປດ້ວຍຂອງບັນເທິງຕ່າງໆ ເຄື່ອງບັນເທິງຕ່າງໆ ເຕີມໄປດ້ວຍແສງ ສີ ເລື່ຍ ເຕີມໄປດ້ວຍຄວາມສຸຂາທາ



ลาก ยศ สรรเสริญ ซึ่งเป็นภัยต่อผู้ที่จะบำเพ็ญสมถภาพนาเพื่อทำใจให้สงบ  
พระพุทธเจ้าจึงทรงเสด็จออกจากพระราชวัง แล้วก็ทรงบำเพ็ญชีวิตของ  
สมณะนักบวช ทรงพยายามคึกขานปฏิบัติกับครูบาอาจารย์ต่างๆ แต่ครูบา  
อาจารย์ที่ทรงคึกขานก็สอนได้เพียงระดับสมถภาพนา ดือการทำใจให้สงบ  
ดับความทุกข์ได้ชั่วคราว ดับความอโยగได้ชั่วคราว แต่ไม่สามารถที่จะดับ  
ความทุกข์ดับความอโยగได้ถาวร

เพราะเวลาที่้อยู่ในสามาธินี้ จะต้องอยู่ไม่ได้นานนั้นเอง อยู่ได้ระยะหนึ่งแล้วจิตก็จะ ถอนออกมา พอถอนออก จากสามาธิมา จิตก็เริ่มคิด ปรุ่งแต่งไปกับเรื่องต่างๆ ก็จะเกิดตัณหาความอยาก กับเรื่องต่างๆ นั้นตามมาก็ จะเกิดความภรรณะภราภัย เกิดความวิตกกังวล เกิด ความวุ่นวายกับเรื่องต่างๆ ในขณะที่อยู่ในสามาธิ จิตจะ ระงับการรับรู้เรื่องราวต่างๆ ระงับการคิดถึงการปรุ่งแต่งถึงเรื่องราวต่างๆ เรื่องราวจะเป็นอะไรมากันน้อยก็จะไม่เป็นปัญหา เช่น เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ร่างกายเป็นโรคเจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ เวลาจิตเข้าสู่ความสงบก็จะไม่รับรู้ เรื่องของความเจ็บของร่างกาย แต่พอออกจากสามาธิมา ก็ต้องมารับรู้ กับความเจ็บของร่างกาย แล้วก็เกิดกิเลสตัณหาขึ้นมาอย่างให้ความเจ็บ หายไป ไม่อยากจะอยู่กับความเจ็บ แต่ไม่รู้ความจริงว่าความเจ็บนี้เป็น



อนัตตา คือไม่สามารถไปล้างเขาได้ ไม่สามารถล้างให้เขายาวยไปได้ เขาจะอยู่หรือเขายาวยไปนี่ เขายังเหตุมีปัจจัยของเข้า ถ้ามีความอยากให้เขายาวยไป ก็จะเป็นการช้าเติมความเจ็บที่มีอยู่ในร่างกายให้มีมากขึ้นภายนอก ใจ คือ เจ็บกายแล้วยังไม่พอ ยังมาสร้างความเจ็บใจที่มีความรุนแรงกว่าความเจ็บของร่างกายหลายลิบเท่าด้วยกัน

นี่คือเรื่องของความอยาก อยากไม่เจ็บนั้นเอง พอกเกิดความอยากไม่เจ็บ ก็จะเกิดความทุกข์ทรมานใจขึ้นมาอีกชั้นหนึ่ง ซึ่งเป็นความทุกข์ทรมานใจที่รุนแรงกว่าความเจ็บของร่างกาย สิ่งที่ใจหายไม่ได้ไม่ใช่เป็นความเจ็บของร่างกาย แต่ความทุกข์ทรมานใจที่เกิดจากความอยากให้ความเจ็บของร่างกายหายไป เพราะไม่รู้ความจริงว่าความอยากนี้เป็นเหตุที่สร้างความทุกข์ทรมานใจให้กับตน ถ้ารู้แล้วทำได้ ถ้ายุติความอยากได้ จะรู้สึกว่าความเจ็บของร่างกายนี้ไม่ยิ่งใหญ่เลย ไม่ถึงกับจะทำให้ทุกข์ทรมานใจแต่อย่างใด ถ้าใจสงบ ใจจะไม่ผลิตความอยากให้ความเจ็บนั้นหายไป

นี่คือเรื่องของสมถภาพนา จะระงับความทุกข์ใจได้ชั่วคราว ในขณะที่ใจอยู่ในความสงบ ไม่รับรู้เรื่องของร่างกาย แต่พอออกจากสมานิมิตร ต้องรับรู้เรื่องของร่างกาย รับรู้ว่าร่างกายต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย และถ้ามีความอยากไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย ก็จะมีความทุกข์ทรมานใจ นี่คือ

ลิ่งที่ไม่มีใครทรงสอนพระพุทธเจ้า  
ได้ว่าจะทำอย่างไร ให้ระงับความ  
ทุกข์ทรมานใจหลังจากที่ออกจาก  
สมถภาพนานมาแล้ว ออกจากสามาชิ  
มาแล้ว เพราะไม่มีใครรู้ นักปฏิบัติ  
สมัยนั้น สมณะนักบวชสมัยนั้น  
รู้เพียงแต่วิธีเข้าสماชิเข้ามานเพื่อ  
หลบความทุกข์ใจ เพื่อระงับความ  
ทุกข์ใจไว้ชั่วคราว แต่พอออกจาก  
สามาชิมา ก็มาผลิตความทุกข์ใจ  
ด้วยการผลิตความอยากต่างๆ  
**ผลิตภัณฑ์ความอยากในรูป**  
เลียง กลิ่น รส โภณฑ์พะ ผลิต  
**ภัณฑ์ความอยาก** ความอยากมีอยากเป็น<sup>๑</sup>  
และผลิตภัณฑ์ความอยาก  
ไม่มีอยากไม่เป็น จึงเกิดความทุกข์  
ทรมานใจช่วงเวลาที่ไม่ได้อยู่ใน  
สามาชิ จึงต้องกลับเข้าไปในสามาชิ

อยู่เรื่อยๆ สมณะนักบวชบางท่าน  
ท่านสามารถเข้าสماชิได้เป็นวันก็มี  
เข้าทีละ ๓ วัน ๕ วัน ๗ วัน ท่าน  
มีความสุขกับการเข้าสماชิ แต่พอ  
ท่านออกมากลับสามาชิ ท่านก็มาเจอ  
ความทุกข์ที่เกิดจากความคิดปรงแต่ง  
ของท่าน โดยที่ท่านไม่รู้ตัวว่าท่าน<sup>๒</sup>  
เองเป็นผู้ผลิตความทุกข์ต่างๆ  
ขึ้นมา พระพุทธเจ้าเองก็เป็น ดังนั้น  
ทรงคือกษัติก็ได้รู้จักวิธีเข้าสماชิ  
ทำใจให้สงบ แต่พอออกจาก  
สามาชิทีไร ก็ต้องเกิดความทุกข์ใจ  
ไม่สบายนะ ใจ เวลาคิดถึงความแก่  
เวลาคิดถึงความเจ็บไข้ได้ป่วย  
เวลาคิดถึงความตายเสมอ เพราะ  
ทุกครั้งที่คิดก็จะมีความอยาก  
ไม่แก่ อยากไม่เจ็บ อยากไม่ตาย  
ແงออกมากด้วยนั้นเอง

พระพุทธเจ้าจึงต้องทรงคึกข่าคันควาทาวิธีที่จะดับความทุกข์อันนี้ จนในที่สุดก็ทรงคันพบว่าความทุกข์ทรมานใจที่เกิดขึ้นนั้นก็เกิดจากต้นเหตุความอยากนี่เอง ถ้าใจไม่คิดไปในทางความอยากแล้ว จะจะไม่ทุกข์กับสิ่งต่างๆ จะไม่ทุกข์กับความแก่ จะไม่ทุกข์กับความเจ็บไข้ได้ป่วย จะไม่ทุกข์กับความตาย เพราะใจก็รู้อยู่ว่าร่างกายนี้เป็นของไม่เที่ยง ร่างกายนี้ต้องเกิดแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายเป็นธรรมชาติ ร่างกายนี้ก็เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ อันนี้ก็ทรงรู้อยู่ ทรงเห็นอยู่ แต่ไม่เห็นความทุกข์ที่เกิดจากการที่ไม่พยายามให้ร่างกายแก่ ไม่ให้ร่างกายเจ็บ ไม่ให้ร่างกายตาย

แต่หลังจากที่ทรงพิจารณาแล้ว ในที่สุดก็ได้คำอุบัตร ความทุกข์นี้เกิดจากความอยากนั้นเอง และการจะดับความทุกข์ได้ก็ต้องเกิดจากการละความอยาก การจะละความอยากได้ก็ต้องสอนใจให้ฉลาด เพราะความอยากนี้เกิดจากความโง่ เกิดจากความหลง หลงที่ไปคิดว่าร่างกายนี้เป็นตัวเราของเรารู้ว่าเราสามารถลั่นให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ ได้ คิดว่าร่างกายเป็นตัวเราของเรารู้ว่าความจริงแล้วร่างกายนี้เป็นเพียงดิน น้ำ ลม ไฟ เรา呢ี่คือใจ ผู้มารครอบครองร่างกายชั่วคราว เรายังให้ร่างกายทำนั้นทำนี่ได้ในบางอย่างบางเวลา แต่บางอย่างบางเวลา ก็ไม่สามารถที่จะลั่นได้ เช่น สั่งไม่ให้แก่ สั่งไม่ให้เจ็บ สั่งไม่ให้ตาย ไม่ได้ เป็นเรื่องของร่างกายของเขานะ



ที่จะต้องเป็นไป ถ้ามองพิจารณา rāga ตามความเป็นจริงของร่างกาย ให้เห็นว่าร่างกายนี้ไม่เที่ยง เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมชาติ ร่างกายเป็นอนัตตา ไม่อยู่ภายนอก ให้อำนาจของเราว่าจะให้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ได้ เสมอไป ถ้าอยากให้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ก็จะเกิดความทุกข์ ใจขึ้นมา

นี่คือปัญญาที่จะต้องนำมาสอน ใจอยู่เรื่อยๆ สอนให้ปล่อยวางร่างกาย เพราะไปทำอะไรกับเขามิได้นั่นเอง ไปห้ามเขามิได้ ไปสั่งเขามิได้ ไปห้ามไม่ให้เขาแก่ ไม่ให้เขาเจ็บ ไม่ให้เขายายไม่ได้ พอปล่อยได้แล้ว ใจก็จะหายทุกข์ ธรรมานิจ เพราะเวลาปล่อยก็เท่ากับหยุดความอยากนั่นเอง ไม่อยากให้เขามิแก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย อีกต่อไป เพราะเห็นด้วยปัญญาแล้ว ว่าเป็นไปไม่ได้ เราสั่งเขามิได้ แล้วเราไปทุกข์กับเขารามไม่ ตัวร่างกายเอง เขามิเห็นทุกข์เดือดร้อนกับความแก่ ความเจ็บ ความตายของเขายังไง แต่ผู้ที่ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย คือใจ กลับไปเดือดร้อนแทนร่างกาย ก็เพราะว่าใจหลง ใจไม่มีปัญญา ใจไม่มีความรู้ ความจริงนั่นเองว่าร่างกายไม่ใช่ใจ

ใจเป็นผู้รู้ ผู้คิด ผู้มีความคุณ หรือผู้มีครอบครองร่างกายไว้ชั่วคราว แต่ไม่สามารถที่จะไปกำหนดชะตากรรมของร่างกายได้ จะไปกำหนดให้ร่างกายนี้ไม่แก่ไม่ได้ กำหนดไม่ให้เจ็บไข้ได้ป่วยไม่ได้ กำหนดไม่ให้ตายไม่ได้ ร่างกายนี้ไม่มีใครกำหนดได้ แม้แต่พระพุทธเจ้าผู้ทรงพระคุณ

อันประเสริฐ หรือพระที่มีอิทธิฤทธิ์ปักษิหาริย์ทั้งหลาย ก็ไม่มีความสามารถ  
ที่จะไปกำหนดให้ร่างกายไม่แก่ไม่เจ็บไม่ตายได้

ร่างกายของทุกคนเหมือนกันหมด ที่ต่างกันก็ต่างกันที่ใจของแต่ละคน  
ที่ได้พัฒนาภัยมาแต่ละคนไม่เหมือนกัน ผู้ที่ได้พัฒนามากก็มีความ  
สามารถมาก ผู้ที่พัฒนานาน้อยก็มีความสามารถน้อย แล้วก็พัฒนาไป  
ในทางที่ถูกหรือในทางที่ไม่ถูก พัฒนาไปทางที่ไม่ถูกก็จะสร้างความทุกข์  
ให้กับใจมีเพิ่มมากขึ้น พัฒนาไปในทางที่ถูกก็จะทำให้ความทุกข์มีน้อย  
ลงไปจนหมดไปในที่สุด อย่างพระพุทธเจ้าที่ทรงพัฒนาจิตใจไปในทางที่ถูก  
พัฒนาไปสู่ความสงบ แต่ถ้าพัฒนาไปทางของความโลภ ความโกรธ ความหลง  
ความหลง ถึงแม้จะสามารถหาสิ่งต่างๆ ที่ความโลภ ความโกรธ ความหลง  
อย่างได้มา เช่น ได้ลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่างๆ หรือได้อิทธิฤทธิ์ปักษิหาริย์  
ความสามารถต่างๆ มา แต่สิ่งต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้ทำใจให้สงบ ให้อิ่มให้พอ  
ให้ดับความทุกข์ต่างๆ ที่มีอยู่ภายในใจได้ เราต้องพัฒนาจิตใจไปในทาง  
ไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่อยาก เท่านั้นถึงจะนำพาจิตใจให้ไปสู่ความ  
หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

นี่คือจิตใจของสัตว์โลกทั้งหลายมีความแตกต่างกันอย่างนี้ น้อยคนน้อย  
ดวงจิตใจของสัตว์โลกที่จะพัฒนาไปในทางที่ถูก คือทางที่นำไปสู่การไม่โลภ

ไม่กรธ ไม่หลง ไม่อยาก ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น ไม่อยากหาความสุข  
ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย แต่ผู้ที่พัฒนามาทางนี้ได้จะเป็นผู้ที่จะได้พบกับ<sup>๔</sup>  
ความสุขที่ยิ่งใหญ่กว่า ความสุขของพระนิพพาน ที่เรียกว่า ปรัม สุข<sup>๕</sup>  
นี้เอง นี่คือจิตใจของพระพุทธเจ้าและจิตใจของพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย  
นี่คือตัวอย่างของจิตใจที่พัฒนาไปในทางไม่โลก ไม่อยากได้

ตัวอย่างของผู้ที่พัฒนาไปในทางความโลก ความอยากได้ ก็คือพระเทวทัต  
นี้เอง พระเทวทัต์กับชรากษาศีลปฏิบัติธรรม เจริญสมถภาวะจนได้  
อิทธิฤทธิ์ปานภิหาริย์ มีความสามารถมีฤทธิ์มีเดช แต่พัฒนาไปในทาง  
ความโลก ความอยาก อยากเป็นใหญ่เป็นโต อยากจะเป็นศรัสดาแทน  
พระพุทธเจ้า อยากจะเป็นผู้ปกคลองสงฆ์แทนพระพุทธเจ้า ก็เลยทำให้ต้อง<sup>๖</sup>  
ไปทำบำเพ็ญกรรม ตอนที่พระพุทธเจ้าไม่ทรงมอบอำนาจให้เป็นผู้ปกคลอง  
สงฆ์แทนพระพุทธเจ้า ก็เกิดความกรธเด็นถึงกับพยายามปลงพระชนม์  
ถึง ๓ ครั้งด้วยกัน แต่ก็ไม่สามารถที่จะทำสำเร็จ จนในที่สุดก็ต้องไป  
ใช้กรรม ถูกแผ่นดินสูบ เพียงแต่ว่าโซดดิตรังที่ก่อนจะถูกแผ่นดินสูบ  
ก็เกิดความลำบากผิดแล้ว<sup>๗</sup> ได้ขอมาลาโทษต่อพระพุทธเจ้า ความลำบากผิดนี้  
เป็นเหตุที่จะทำให้บุญกุศลที่พระเทวทัตได้บำเพ็ญมาหนึ่นไม่สูญเปล่าไป  
เพราหลังจากที่พระเทวทัตต้องไปใช้กรรมในราชนหมดแล้ว ก็จะได้  
กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ใหม่ และได้ปฏิบัติจนบรรลุเป็นพระพุทธเจ้าขึ้นมา

เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้าต่อไป นี่คือตัวอย่างของการพัฒนาจิตใจไปในทางความโลภ ความอယากต่างๆ

ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องค่อยระมัดระวัง ค่อยสังเกตดูว่าพวกรากำลังปฏิบัติเพื่อความโลภ ความโกรธ ความหลง เพื่อความอယากเป็นใหญ่เป็นโต หรือว่าเราปฏิบัติเพื่อตัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัดความอယาก ต่างๆ ให้หมดไปจากใจ อันนี้เป็นสาระสำคัญในการปฏิบัติ ไม่ใช่ว่าเราปฏิบัติแล้วเราเห็นโน่นเห็นนี่ เรามีความรู้ดับนั้น ความรู้ดับนี้ สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เป็นผลหลักที่เราต้องการ สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงเครื่องมือที่จะเอื้ออำนวย ต่อการทำลายความโลภ ความโกรธ ความหลง เอื้ออำนวยต่อการกำจัด ความอယากต่างๆ ให้หมดไปจากใจ เป้าหมายของการปฏิบัติหรือคัตรุของผู้ปฏิบัติก็คือกิเลสตัณหา呢ี่เท่านั้น

ดังนั้น เวลาเราปฏิบัติ เราเห็นนั้นเห็นนี่ เราได้ความสุขจากสิ่งนั้นสิ่งนี้ เราต้องถามตัวเราเองว่า เราโลภ เรายากหรือเปล่า เราติดหรือเปล่า เราอยาก จะได้สิ่งเหล่านี้ อยากจะอยู่กับสิ่งเหล่านี้ไปเรื่อยๆ หรือเปล่า เช่น ได้ความแล้วก็อยากจะให้มีความอยู่ไปเรื่อยๆ หรือเปล่า หรือว่าเราไม่รู้ว่าความมีไว้เพื่อเป็นเครื่องมือเพื่อจะใช้ในการต่อสู้กับความอယากต่างๆ ถ้าเราติดมานั่นติดสามาธิ เรายังจะไม่สนใจที่จะออกเจริญวิปัสสนา เราจะไม่สนใจเจพินิจ



“ สมารีน  
เป็นเครื่องมือที่สำคัญ  
แต่ไม่ได้เป็นผลสุดท้าย  
ของการปฏิบัติ ”



“ ทำไม่ให้เก็บ  
อริยสัจ ๕ ภายในใจ  
ก็ เพราะว่าใจไม่ชอบมอง  
เข้ามาข้างในนั้นเอง ”



พิจารณาอนิจจัง ทุกขั้ง อนัตตา เรายังจะเข้ามาอีกเข้ามานอยู่เรื่อยๆ เวลาไม่สบายใจ เวลาใจฟุ้งกึกลับเข้าไปในสมารถ อายานี้ถึงจะเรียกว่าติดสมารถ เพราะไม่รู้เป้าหมายของการปฏิบัติว่าไม่ได้ปฏิบัติเพื่อให้ได้สมารถเท่านั้น ปฏิบัติเพื่อให้ได้สมารถเพื่อจะได้เอกสารสมารถมาเป็นเครื่องมือไว้ต่อสู้กับกิเลส ตัณหาต่อไป เพราะถ้าไม่มีสมารถนี่ จะจะไม่มีกำลังต่อสู้กับกิเลสตัณหา ความโลภ ความอยากต่างๆ นั่นเอง เวลาเกิดความโลภนี้จะต้องคล้อยตาม ความโลภไปทันที เวลาเกิดความอยากนี้จะต้องทำตามความอยากทันที เพราะไม่มีแรงต้าน แต่ถ้ามีสมารถแล้วจะมีแรงต้าน เพราะมีความสุขที่ได้จากสมารถที่ทำให้ใจสามารถสู้กับความอยากได้ คือไม่ทำตามความอยาก ก็ยังมีความสุขได้เหมือนกัน แต่ถ้าไม่มีสมารถก็จะไม่มีความสุขสำรองที่จะเอ้าไว้รับกับความอยาก พอก็เกิดความอยากก็ต้องไปทำตามความอยากทันที เช่น คนที่ติดบุหรี่ ติดสุราฯ เวลาเกิดความอยากก็หยุดไม่ได้ ต้องดื่มสุรา ต้องสูบบุหรี่ แต่ถ้าได้ทำใจให้สงบแล้ว เวลาเกิดความอยากดื่มสุราหรือสูบบุหรี่ จะสามารถใช้ปัญญาสอนใจให้หยุดได้ ให้เห็นโทษของการสูบบุหรี่ ให้เห็นโทษของการดื่มสุรา�ามา ว่าเป็นทุกข์มากกว่า เป็นสุข เป็นสุขเดียวเดียวแต่ทุกข์มากกว่า ทุกข์ เพราะจะต้องเกิดการเจ็บไข้ได้ป่วยตามมา สูบบุหรี่ไปเรื่อยๆ ต่อไปก็จะต้องมีปัญหากับปอด ดื่มสุรา ก็ต้องมีปัญหากับตับกับไต จะต้องเจ็บไข้ได้ป่วย แล้วเวลาดื่มหรือเวลา

ลูบหนี๊กๆได้ความสุขเพียงเดียวเดียว หลังจากนั้นก็เกิดความทิว เกิดความอยากที่จะดีมจะลูบใหม่ ก็ต้องดีมต้องลูบไปเรื่อยๆ พอดีมพอลูบไปเรื่อยๆ ก็จะไปทำลายร่างกาย ทำให้เจ็บไข้ได้ปวยและตายไปก่อนวัยอันควร

นี่คือการใช้ปัญญาสอนใจ ถ้ามีสมารถแล้วจะมีกำลังที่จะคิดทางเหตุทางผลได้ แต่ถ้าไม่มีสมารถนี้ อารมณ์อยากมันจะมีกำลังมาก ทำให้ไม่สามารถพิจารณาให้เห็นโทษของสิ่งต่างๆ ที่เกิดอยากได้ ดังนั้น สมารถนี้เป็นเครื่องมือที่สำคัญ แต่ไม่ได้เป็นผลสุดท้ายของการปฏิบัติ สมารถเป็นเพียงผลแรกที่เราต้องการใช้เป็นบันไดเพื่อจะได้ก้าวขึ้นสู่ผลสุดท้ายต่อไป ผลสุดท้ายนี้ต้องเกิดจากการระับดับความอยากต่างๆ ให้หมดไปจากใจ เท่านั้น จะระงับดับได้ก็ต้องมีสมารถเป็นผู้สนับสนุน และมีปัญญาเป็นผู้ทำลาย เพราะว่าความอยากเกิดจากความหลง หลงที่ไม่เห็นว่าสิ่งที่อยากนั้นเป็นโทษเป็นทุกข์นั่นเอง ต้องใช้ปัญญามาแยกแยะมาชี้แจงให้เห็นชัดเจนว่าสิ่งที่อยากได้นั้นจะต้องสร้างความทุกข์กับผู้ที่ได้มาแล้ว เพราะสิ่งที่อยากได้นั้นจะต้องเปลี่ยนไป จะต้องดับไปในที่สุด เวลาสิ่งที่ได้มาเปลี่ยนไปหรือดับไป ก็จะไม่ได้ให้ความสุขกับผู้ที่ได้สิ่งนั้นมาแล้ว แทนที่จะได้ความสุข ก็จะได้ความทุกข์ เวลาที่เราเห็นคนร้องห่าร้องไห้ เคร้าโกรกเลียใจนึงก็พระอาทิตย์ ก็พระอนิจานิเอง ความไม่เที่ยง สูญเสีย

ลิ่งที่รักไป สูญเสียบุคคลที่รักไป ก็ทำให้เคราโศกเสียใจ กินไม่ได้นอน  
ไม่หลับ และบางครั้งบางท่านบางคนก็ถึงกับต้องฆ่าตัวตายไป นี่คือความ  
ทุกข์ที่ได้จากความหลงไปอย่างได้สิ่งนั้นลิ่งนี้ อย่างได้บุคคลนั้นบุคคลนี้  
มาเป็นสมบัติของตน มาให้ความสุขกับตน เพราะไม่เคยมองถึงความ  
ไม่เที่ยงของบุคคลและสิ่งต่างๆ ที่ได้มานั้นเองว่าจะต้องมีการเสื่อมและ  
มีการหมดไปในที่สุด นี่คือปัญญา

ถ้าเรารออย่างที่จะหยุดความอยากรู้ เรายังต้องพิจารณาความเลื่อมอยู่เรื่อยๆ  
ความเลื่อมของทุกลิงทุกอย่างที่เรารออย่างได้หรือที่เรามีอยู่ แล้วเรายัง  
หวังยังห่วงยังยึดติดอยู่ เราต้องพิจารณาอยู่เรื่อยๆ แล้วเราจะเห็นความทุกข์  
ที่เกิดจากความหวัง ความห่วง ความยึดติด เราจะเห็นว่าเราไม่สามารถ  
ที่จะไปล้างให้เขาไม่เลื่อมไม่ได้ เขาต้องเลื่อมไป เขาเป็นอนัตตา เขาเป็น  
อนิจจา เขายังให้ความทุกข์กับเรา เพราะเราไปหลงรักเขายังไง  
และอยากรู้ให้เขายังกับเราไปนานๆ อยากจะให้เขายังให้ความสุขกับเรา  
ไปเรื่อยๆ นี่คือความหลงที่เราต้องใช้ปัญญามาแก้มาสอนให้เห็นว่า  
ไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันไม่ใช่ตัวเราของเราระ ไม่สามารถไปล้างเขาให้  
เป็นไปตามความต้องการของเราได้ พอเห็นอย่างนี้ก็จะหยุดความอยากรู้ได้  
สิ่งที่อยากรู้ได้ก็ไม่อยากได้ สิ่งที่มีอยู่ก็ไม่ห่วงไม่ห่วง ยอมให้เปลี่ยน ยอมให้  
ดับไป เช่น ร่างกาย ยอมให้แก่ ยอมให้เจ็บไข้ได้ป่วย ยอมให้ตายไป

ถ้ายอมแล้ว ใจจะหยุดความอยาก  
จะไม่อยาก เมื่อไม่อยากแล้วใจก็จะยืน

นี่เขามีสูตรที่เรียกว่า ๓ ย คือ ยอม  
หยุด เย็น

ยอมรับความจริงว่าทุกอย่างไม่เที่ยง  
เป็นทุกชีวิตรู้ตัวเราไม่ใช่ของเรา  
พยายามรับความจริงแล้วก็จะหยุด  
ความอยากรู้ได้ พยายามหยุดความอยากรู้ได้  
ใจก็จะสงบเย็นสบายท่ามกลาง  
ความแก่ ความเจ็บ ความตายของ  
ร่างกาย ท่ามกลางความเสื่อมของทุกสิ่ง  
ทุกอย่าง ท่ามกลางการพลัดพรากจาก  
ไปของสิ่งที่รักที่ชอบ ใจจะยืนจะเฉยๆ  
เหมือนกับไม่มีอะไรเกิดขึ้น

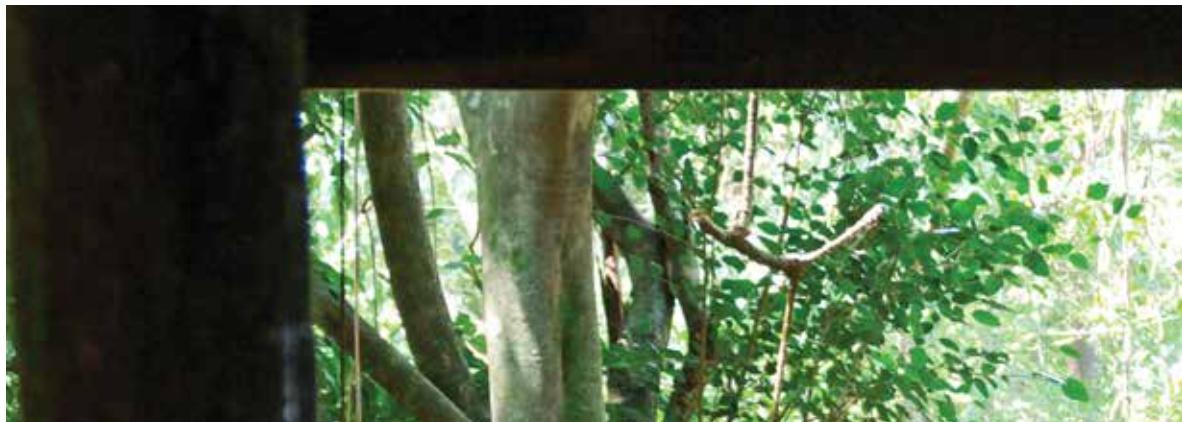
นี่คือปัญญาที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้  
ในวันเพ็ญเดือนหน้าที่เป็นเหมือนกับ



วันนี้ อันนี้เป็นความวิเคราะห์ของพระพุทธเจ้า เพราะว่าเป็นของที่มีอยู่ในใจของสัตว์โลกทุกคนทุกตัว แต่ไม่มีสัตว์โลกตัวใดหรือคนใดรู้ความจริงอันนี้เลย ไม่รู้ว่าความทุกข์ภัยในใจของตนนั้นเกิดจากความอยากของตนเอง ไม่รู้จักวิธีดับความทุกข์ภัยในใจของตนว่าต้องดับด้วยการใช้สมถะวนานา ใช้การทำใจให้สงบ แล้วก็ใช้ปัญญาสอนใจให้เห็นว่าสิ่งที่ตนอยากได้นั้นไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่อยู่ภัยใต้อำนาจของตนที่จะไปครอบครุ่นบังคับให้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ได้เสมอไป มีพระพุทธเจ้าเพียงพระองค์เดียวที่สามารถรู้ได้ด้วยตนเอง ท่านจึงเป็นพระอรหันต์ล้มมาสัมพุทธเจ้า เป็นผู้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ บุคคลอื่นที่ได้มาฐานะมอันนี้ภัยหลังไม่ได้เรียกตนเองว่าพระอรหันต์ล้มมาสัมพุทธเจ้า แต่จะมีชื่อเรียกว่าพระอรหันต์สาวก คือผู้ที่เป็นพระอรหันต์ด้วยการเป็นสาวก สาวกแปลว่าอะไร สาวกนี้แปลว่าผู้ฟังนั้นเอง ต้องฟังจากพระพุทธเจ้าก่อน ต้องได้ยินเรื่องพระอริยสัจ ๔ จากพระพุทธเจ้า เพราะไม่خلافพอที่จะมองเห็นพระอริยสัจ ๔ ที่มีอยู่ในใจของตนได้ ต้องมีพระพุทธเจ้าเป็นผู้บอกผู้สอน

ทำไม่ไม่เห็นอริยสัจ ๔ ภัยในใจ ก็เพราะว่าใจไม่ชอบมองเข้ามาข้างในนั้นเอง จะชอบมองออกไปข้างนอก ชอบมองออกไปกับรูป เลี่ยง กลืนรถ โผภูมิพพะ ชอบมองลาก ยศ สรรเสริญ จึงทำให้สิ่งที่มีอยู่ภัยในใจ

กลับมองไม่เห็น เหมือนกับร่างกายของเรา ที่เรามองร่างกายของเราไม่เห็น ถ้าไม่มีกระจากรส่องนี้เราจะไม่เห็นร่างกายของเรา เราจะเห็นร่างกายของคนอื่น เพราะตาของเรานอนอกไปข้างนอก ตาของเราไม่สามารถหันกลับเข้ามาดูร่างกายของเราได้ ฉันใด ใจของเรา ใจของผู้ที่ยังมีความหลงอยู่ ก็เป็นอย่างนั้น ไม่มองกลับเข้ามาข้างใน มองออกไปข้างนอก มองไปเห็นลากา ยศ สรรเสริญ เห็นรูป เสียง กลิ่น รส โภภูจັพພະ แล้วก็เลยเกิดความหลงเกิดความอยากว่าสิ่งที่เห็นนั้นจะให้ความสุขกับตน ก็เลยอยากได้ลากา ยศ สรรเสริญ อย่างได้รูป เสียง กลิ่น รส โภภูจັพພະ แต่ไม่พิจารณาถึงธรรมชาติของสิ่งเหล่านี้ว่าเขาเที่ยงหรือไม่เที่ยง เขาให้ความสุขแท้หรือให้ความสุขปลอม เขายังให้ความทุกข์หรือไม่ให้ความทุกข์ เขายังคงของเราตามที่เราคิดหรือไม่ เราลังให้เขาเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ได้หรือไม่ ไม่เคยคิดกัน พอเห็นลากา ยศ สรรเสริญ เห็นรูป เสียง กลิ่น รส โภภูจັพພະ ก็จะเกิดความอยากได้ทันที เพราะหลงคิดว่าเป็นลิงที่วิเศษ เป็นลิงที่จะให้ความสุขกับตน แต่พอได้มาแล้วเวลาที่เขามาเลือมหรือหมดไป เวลาันั้นก็จะได้เห็นความทุกข์ที่เกิดจากการสูญเสียลิงที่ได้มายังนี่คือเรื่องของพระพุทธเจ้า ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ในวันเพ็ญเดือนหากพากเราจะไม่มีวันที่จะได้รู้ความจริงอันนี้ เราไม่มีความสามารถพอที่



“ ป้าจัยลำคัญ  
ที่จะทำให้ได้บรรลุธรรม  
ของพระพุทธเจ้านี้  
อยู่กีการปฏิบัติเด  
ปฏิบัติชอบเท่านั้น ”





จะรู้ได้ด้วยตนเอง เรายังสามารถพาที่ฟังแล้วนำเอาไปปฏิบัติได้ เราสามารถเป็นพระอรหันต์สาวกได้ แต่เราไม่สามารถเป็นพระอรหันต์-สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ เพราะการจะเป็นพระอรหันต์สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ จะต้องบำเพ็ญบุญบำรุงมีมาอย่างโซกโชน ถ้าเราเป็นได้ป่านนี้เราก็คงเป็น กันไปแล้ว

การที่เราเป็นไม่ได้ ไม่ได้เป็น ก็เพราะว่าเรายังไม่ได้มีบุญบำรุงมีสะสมมาอย่างพอเพียงนั่นเอง เราจึงต้องอาศัยบุญบำรุงมีของพระพุทธเจ้าที่ได้สะสมมาพอเพียงแล้ว ทำให้พระองค์เห็นพระอวิยสัจ ๔ ได้ด้วยพระองค์เอง พอพระองค์เห็นแล้วที่นี้ก็ง่ายลำบากรับผู้อื่น พอดียินได้ฟังจากพระองค์ เราก็สามารถที่จะปฏิบัติบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ เราสามารถดับความทุกข์ ดับการเวียนว่ายตายเกิดได้ในชาตินี้เลย ไม่ต้องมาบำเพ็ญบำรุงมีอย่างโโซกโชนเหมือนกับพระพุทธเจ้า แต่ถ้าเราไม่ได้พบกับพระพุทธศาสนานั้นไม่ได้พบกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือไม่ได้พบกับพระพุทธเจ้า เราก็จะวนไปเวียนมาในวัฏจักรแห่งการเวียนว่ายตายเกิดนี้ เพราะเราจะถูกความหลงหลอกให้เราหาแต่ลาง ยศ สรรเสริญ หาแต่ความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และก็ต้องมาทุกข์กับความเสื่อมของลาง ยศ สรรเสริญ ทุกข์กับความเสื่อมของตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็คือร่างกายของเรานี่เอง

ดังนั้น วันนี้จึงเป็นวันที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับชาวพุทธเรา เพราะถ้าไม่มีวันตรัสรู้ ก็จะไม่มีพระพุทธศาสนา ก็จะไม่มีธรรมะมาสอนพวกเราให้ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ แต่นี่เรามีวันนี้ มีวันวิสาขบูชา มีวันตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า มีวันที่ทำให้พวกเรารู้สึกว่าโลกทางที่จะนำพาพวกเรายังไปสู่การลั่นสุดของการเวียนว่ายตายเกิด สู่การตัวของความทุกข์อย่างถาวร

พวกเรاجึงถือว่ามีโชคเมื่อวันนี้ คือวันวิสาขบูชา จึงขอให้พวกเรางดห้อมรำลึกถึงพระคุณอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าที่ได้ทรงนำเอาความรู้ที่มหัศจรรย์ใจนี้มาเผยแพร่สั่งสอนให้แก่พวกเรา ทำให้พวกเรามีโอกาสที่จะได้หลุดพ้นจากความทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ภายในชาตินี้เลย แต่ก็อยู่ที่เราอิกเพื่อกันว่าเราจะปฏิบัติตามได้หรือเปล่า การจะหลุดพ้นหรือไม่หลุดพ้นนี้ไม่ได้อยู่ที่พระพุทธเจ้าแล้ว พระพุทธเจ้าทรงทำหน้าที่ของพระองค์แล้ว คือค้นหาความจริงแล้วก็อาความจริงนี้มาเผยแพร่ให้แก่ผู้ที่ไม่รู้แล้ว ผู้ที่ได้ยินได้ฟังแล้ว ซึ่งจะสามารถนำเอาไปปฏิบัติได้หรือไม่ อันนี้อยู่ที่ผู้ปฏิบัติเอง แต่ถ้ามีความศรัทธา มีวิริยะความพากเพียรที่จะเจริญสติที่จะเจริญสมាជิปัญญาตามที่ทรงได้สั่งสอนให้ปฏิบัติ รับรองได้ว่าสักวันหนึ่งไม่ช้าก็เร็วจะได้บรรลุถึงพระธรรมอันประเสริฐของพระพุทธเจ้าอย่างแน่นอน ไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือ

เป็นชาย เป็นนางสาวสหรือเป็นนักบวช เป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ เป็นชาวไทย หรือชาวต่างประเทศ เป็นชนชั้นสูงหรือชนชั้นต่ำ อันนี้ไม่ได้เป็นปัจจัยสำคัญในการที่จะบรรลุธรรมของพระพุทธเจ้า ปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ได้บรรลุธรรมของพระพุทธเจ้านี้อยู่ที่การปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเท่านั้น ก็คือ สุปฏิบัณโโน อุชุปฏิบัณโโน ญาญปฏิบัณโโน สามีจิปฏิบัณโโน ขอให้พากเราลง พุ่งเป้าไปที่การปฏิบัติดีปฏิบัติชอบนี้ถูก แล้วรับรองได้ว่ามารดาคนนี้พาน การบรรลุเป็นพระอรหันต์นี้ จะเป็นผลที่จะตามมาอย่างแน่นอน

การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขออุต্তิใจเพียงเท่านี้ ขออุณากรุศลและ คุณพระคริรัตนตรัยที่ท่านได้มาราบให้วับูชาและมาบำเพ็ญ จงปกป้อง คุ้มครองรักษา ส่งเสริมการปฏิบัติของท่านให้เจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าตาม ลำดับจนถึงขั้นสูงสุดต่อไป

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้





พระอาจารย์ค: จะขออนุญาตเรียนถาม ถ้าเมื่องไหน  
ที่ரามไม่มีความเพียรสนใจเรียน ॥แล้วก็ขาดการ  
ปฏิบัติบ้าง ทำน้อยลง ॥แล้วถ้ามาทำ มันจะกลับ  
เหมือนเดิมไหมค: ॥แล้วเวลาลากลับมาทำ॥แล้วทำ  
ไม่สนใจเรียน พอทำได้แค่แป๊บเดียวก็เบื่อสิบ  
॥แล้วรู้สึกตัวค่อยๆ แบบว่าไroyอย่างนี้ เหมือนมีแรง  
เยอะๆ เราฟังช่านหรือเป็นพระอาจารย์ค:

ၬၭ

## ၁၄ ပရုံးချကမ ၂၅၅၁

# គិចិយកាម នរោត្តមន្ត្រី

**พระอาจารย์** : มีครออยากจะถามอะไร่ไหม

**พระอาจารย์** : ความผันก็เป็นความผัน ไม่ใช่ความจริง ดูความจริงอย่าไปปดูความผันเป็นหลัก ความผันอาจจะตรงกับความจริงก็ได้ ไม่ตรงกับความจริงก็ได้ ความผันก็ให้รู้ไว้ใช่ว่าไม่ได้เป็นทาง ให้รอพิสูจน์ก่อนถ้าผันแล้วจริงผันแล้วเม่นก็แสดงว่าเราผันเม่น ถ้าผันแล้วไม่เม่นก็ถือว่าไม่เม่น ก็เท่านั้นเอง

**คิชช์** : หนุว่าหนุฟันแม่น ใบฟันเนี้ยหนุนอนตีลังกาเลย หนุคิดว่าหนุตายไปแล้ว

**พระอาจารย์** : ยังไม่ตายนิ ยังมาได้นิ ยังมาเล่าได้ แสดงว่าไม่เม่น

**คิชช์** : พระอาจารย์ค่ะ จะขออนุญาตเรียนถาม ถ้าบ่วงไหนที่เราไม่มีความเพียรส์มาก่อน แล้วก็ขัดการปฏิบัติบ้าง ทำน้อยลง แล้วถ้ามาทำ มันจะกลับเหมือนเดิมไหมค่ะ แล้วเวลาลากลับมาทำแล้วทำไม่สู้มาก่อน พอทำได้แล้วก็ปีบเดียวก็นิ่งสงบ แล้วรู้สึกตัวค่อยๆ แบบอะไรอย่างนี้ เหมือนมีแรงเยอะๆ เราพึ่งซ่านหรือเป็นพระอะไรค่ะ

**พระอาจารย์** : ถ้าเราปฏิบัติมั่นก็จะสงบ ถ้าเราไม่ปฏิบัติมั่นก็จะฟุ่มซ่าน เพราะเราไม่ควบคุมความคิดของเรา ความคิดของเรานี้จะสงบ ก็ต่อเมื่อเรามีสติค่อยควบคุม เช่น ถ้าเราบริกรรมพุทธ道 ไปเรื่อยๆ เราก็จะไม่สามารถไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ได้ ใจก็จะสงบได้ พอเราไม่บริกรรมพุทธ道 เดียวแก้ไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ แล้วก็จะเป็นเรื่องยากไป แล้วก็จะเกิดอาการฟุ่มซ่านตามมาได้

ดังนั้น อยู่ที่การปฏิบัติของเรา อยู่ที่การเจริญสติของเรา เหมือนกับรักษาตัววิ่งลงเขา ถ้าเราไม่เหยียบเบรค มันก็จะวิ่งเร็วขึ้นไปเรื่อยๆ ความคิดของเราก็เหมือนรักษาตัววิ่งลงเขา ถ้าเราไม่เหยียบเบรค เราไม่ใช้พุทธเบรคไว้ มันก็จะคิดไปมากขึ้นๆ จนในที่สุดมันก็จะฟุ่มซ่านขึ้นมาได้ เพราะจะนั้น ถ้าเราอยากจะให้เราสงบ ใจเราเย็นสบายนะ เราก็ต้องพุทธโดยอยู่เรื่อยๆ ถ้าเราชอบพุทธ道教ให้พุทธโดยอยู่เรื่อยๆ ถ้าเราไม่ชอบพุทธ道教ชอบสวดมนต์ก็สวดมนต์ไปเรื่อยๆ เราชอบอะไรเราก็ใช้วิธีหยุดใจวิธีนั้นมีหลายวิธีด้วยกัน

กรรมฐาน ๔๐ นี้เป็นวิธีหยุดความคิดปรงแต่งของใจ แต่ที่เราหักันทั่วๆ ไป ก็คือบริกรรมพุทธ道教 หรือถ้าร่างกายก็ผ่าดูการกระทำของร่างกาย ร่างกายกำลังเดินก็ให้ผ่าดูการเดิน อย่าให้ไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ เวลาหันก็ดูลม



หายใจเข้าออก ต้องมีอะไรคือความคิดของเรา คือหยุดความคิดของเราร้าเราไม่หยุดความคิดมันก็จะคิดเรื่อยเปื่อย คิดไปจนบางทีนอนไม่หลับ

ดังนั้น เราต้องใช้อุปายของกรรมฐานไม่ว่าจะเป็นชนิดใดก็ตาม ใช้ได้ทั้งหมดเลย แล้วแต่จะถูกจริตกับเรา ถ้าเราขี้เกียจเราก็จะไม่พุทธ พอก็ไม่พุทธใจก็จะรุ่มร้อนขึ้นมา ใจก็จะวุ่นวายขึ้นมา ถ้าเรายังยังห่องพุทธๆ ไปเรื่อยๆ ใจก็จะว่างจะเย็นจะสงบ ดังนั้น อยู่ที่ตัวเรานะ ผลมันเกิดจาก การกระทำของเรา ไม่ได้เกิดจากความอยากของเรา เรายากจะได้ผลแต่ถ้าเราไม่ทำเหตุที่จะทำให้เกิดผล มันก็จะไม่เกิด ถ้าเราต้องการความร่มเย็นเป็นสุข ความสงบใจ เราก็ต้องเจริญสติ ต้องบริกรรมพุทธ ต้องสวดมนต์ หรือต้องควบคุมความคิดด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง จะนับ ๑ ๒ ๓ ไปก็ได้ นับไปเรื่อยๆ เพื่อจะหยุดความคิด ไม่ให้คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ ใจก็จะสงบได้ เย็นได้เหมือนกัน

ขอให้เรามีความเพียรเท่านั้น สิ่งที่เราดักกันมากก็คือความเพียร เพียรกันได้สัก ๒-๓ นาที พุทธ ๒-๓ นาที ก็ไปแล้ว กลับไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ ต่อแล้ว ไม่ทำอย่างต่อเนื่อง ใจไม่จดจ่อ ไม่ค่อยเฝ้าดูว่าถลถลไปทำเรื่องอื่นหรือเปล่า เริ่มต้นก็ดี พุทธไปลักษพกเดียว ก็ลายเป็นเรื่องคนนั้น

คนนี้ สิ่งนั้นสิ่งนี้ไปแล้ว ต้องค่อยผ่านๆ อย่าเพลオ ตามตัวเองว่าตอนนี้พุทธ  
อยู่หรือเปล่า ต้องทำ พยายามทำไป ฝึกไป ใหม่ๆ มันก็จะเพลอเรื่อยๆ  
 เพราะนิสัยเราไม่ชอบถูกบังคับให้คิดไปเรื่องที่มันไม่เกิดอารมณ์ เราชอบ  
คิดในเรื่องที่ทำให้เกิดอารมณ์ขึ้นมา

ดังนั้น เรายังต้องพยายามบังคับมัน บังคับให้คิดในเรื่องที่จะทำให้ใจเย็น<sup>๑</sup>  
ให้ใจสงบ พอดีผลครั้งเดียวแล้วจะติดใจ จะเห็นคุณของการบังคับให้  
บริกรรมพุทธ แล้วต่อไปไม่ต้องบังคับ มันจะถือเป็นสรณะเป็นที่พึงเลย  
 เพราะเวลาใจสงบแล้วมันไม่ต้องไปหาอะไรมาให้ความสุข ถ้าใจไม่สงบนี่  
ต้องไปหาโน่นมานี่ ต้องหานั่นมารับประทาน ต้องหาสิ่งนั้นมาดู สิ่งนี่  
มาฟัง หาไปหาได้เท่าไรก็ไม่อิ่มไม่พอ ต้องหาอยู่เรื่อยๆ แต่ถ้าหากพุทธเจอ  
ได้พุทธแล้วที่นั่นจะไม่ทิวไม่อายากกับอะไร อยู่เฉยๆ ก็มีความสุข ไม่ต้อง<sup>๒</sup>  
ดื่นرن ไม่ต้องมาเสียอกเสียใจ เพราะสิ่งที่ได้มามาไม่ซักเร็วมันก็ต้อง<sup>๓</sup>  
เปลี่ยนไป มันก็ต้องหมดไป เวลาเปลี่ยนไปหมดไปก็เสียอกเสียใจ  
ร้องห่มร้องให้กัน แต่พุทธนี้ไม่มีวันหมดไม่มีวันเลื่อมจากใจ ถ้าเรา  
สามารถสร้างพุทธขึ้นมาได้แล้ว เราก็จะสามารถสร้างมันไปได้เรื่อยๆ  
รักษาพุทธให้อยู่กับเราไปได้ตลอดไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับร่างกายของเรา  
ก็ไม่เป็นปัญหา

ขอให้เรามีความพากเพียร ท่านบอกว่าหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ด้วย  
ความเพียร ไม่ได้หลุดพ้นด้วยความอยาก ดังนั้น ขอให้พยายามหมั่นเพียร  
เจริญสติตั้งแต่ตื่นจนหลับ ลองทำดู ถ้าทำได้วันเดียวก็บรรลุได้ ที่ไม่บรรลุ  
ก็เพราะไม่ทำกัน



# พินัยกรรมจาก พระพุทธเจ้า

กัณฑ์ที่

## ๑๙

ธรรมะบุนเดา

๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖

## จะพูดธรรมะแล้วนะ ขอให้ตั้งอยู่ในความสงบ

ทุกวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันพระ จะมีญาติโยมขึ้นมาบ่นเข้า มาฟังเทคนิคฟังธรรมตั้งแต่เวลาประมาณป่ายสองโมง ในวันธรรมดาวกิจ มีขึ้นมาเหมือนกันแต่ขึ้นมาไม่มากเหมือนกับวันเสาร์ วันอาทิตย์ กับวันพระ

มาที่นี่ก็ไม่ได้ทำอะไร ไม่มีพิธีกรรม พิธีกรรมนี้เป็นเหมือนผักชีโรยหน้า ที่นี่มีแต่เนื้อหอด ไม่มีแต่งกาวไม่มีผักชี ถ้ามวยก็ไม่ต้องไหว้ครู ขึ้นเวทีก็ซัดกันเลย ซัดกันระหว่างธรรมะกับกิเลส ชีวิตของพวกรานีเป็นการต่อสู้ระหว่างฝ่ายธรรมะกับฝ่ายกิเลส ถ้าฝ่ายธรรมะมีกำลังมากกว่า เราก็มีความสุขมากกว่าความทุกข์ ถ้าฝ่ายกิเลสมีกำลัง

มากกว่าธรรมะ เรายังมีความทุกข์มากกว่าความสุข แต่ความสุขความทุกข์ของเราทุกวันนี้ไม่ได้อยู่ที่ว่ามีเงินมากขึ้นหรือน้อยลง มีตำแหน่งสูงขึ้นหรือต่ำลง มีคนสรรเสริญมากขึ้นหรือน้อยลง มีรูป เสียง กลิ่น รส โภภัตตาหารต่างๆ ให้เราได้สัมผัสมากน้อย ไม่ได้เป็นตัวสำคัญที่จะสร้างความสุขหรือความทุกข์ให้กับเรา เพราะถ้าสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สร้างความสุข สร้างความทุกข์ให้กับเรา คนที่มีเงินมากๆ มีตำแหน่งสูงๆ จะต้องมีความสุขมากกว่าคนที่ไม่มีเงินมากๆ ไม่มีตำแหน่งสูงๆ เพราะว่าคนที่ไม่มีตำแหน่งสูงๆ ไม่มีเงินมากๆ กลับมีความสุขมากกว่า เช่น คนอย่างพระพุทธเจ้า คนอย่างครูบาอาจารย์ที่เป็นพระปฏิบัติดีปฏิบัติชอบทั้งหลายที่เราให้ความเคารพนับถือกราบไหว้บูชา ท่านเป็นคนที่มีความสุขมากที่สุด ที่ท่านไม่มีทรัพย์สมบัติเลย ไม่มีตำแหน่งอะไรเลย แต่ใจของท่านมีความสุขที่เรียกว่า “ปรัมั่ง สุข” นั่นก็เป็นพระราชนิคของท่านมีแต่ธรรมะ มีธรรมะมากกว่า กิเลส หรือไม่มีกิเลสเลย มีแต่ธรรมะล้วนๆ ใจเป็นธรรมล้วนๆ อันนี้แหลก เป็นเหตุที่จะให้มีความสุขหรือมีความทุกข์

ดังนั้น พວกเรารอย่าหลงทางกัน อย่าไปหลงทางคิดว่าการมีเงินทองมากๆ มีตำแหน่งสูงๆ มีผู้สรรเสริญเยินยอดกยองมากๆ มีรูป เสียง กลิ่น รส โภภัตตาหารต่างๆ ให้เสพให้สัมผัส จะเป็นเหตุที่จะทำให้เรามีความสุข กันมากๆ ความสุขมากๆ น้อยที่การมีธรรมะมากๆ ความทุกข์นี้เกิดจาก

การมีกิเลสตัณหามากๆ ดังนี้ ถ้าเรออยากจะมีความสุขมากๆ เรายังต้องสร้างธรรมะให้เกิดขึ้นมากๆ ถ้าเรออยากจะไม่มีความทุกข์ภายในใจ เรายังต้องดับกิเลสตัณหาให้หมดไป

นี่แหล่ะคือความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้ ทรงรู้แล้วบางส่วนตอนที่ยังไม่ได้ตรัสรู้เต็มที่เต็มรูปแบบ ถ้าไม่รู้เลยก็คงจะไม่ทรงแสดงจิตออกจากพระราชนิพัทธ์ จะไม่สละลภากา ยศ สรรเสริญ จะไม่สละความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และก็มาสร้างธรรมะด้วยการเป็นสมณะนักบวช ปฏิบัติธรรมรักษาศีล เจริญจิตตภาวนา ในเบื้องต้นก็ทรงเจริญได้เพียงระดับสมณภาวะนาก็คือการทำพระทัยของพระองค์ให้สงบ เวลาพระทัยสงบแล้ว กิเลสตัณหาจะถูกผูกมัดไว้หรือถูกกดไว้ ถูกระงับการทำงานไว้ชั่วคราว ตอนนั้นพระทัยของพระองค์มีความสุขเพียงอย่างเดียว ตอนนั้นมีธรรมะอย่างเดียวก็คือความสงบนี่เอง

ความสงบที่เกิดจากการเจริญสติควบคุมความคิดไม่ให้คิดไปในทางกิเลสตัณหา คิดไปในทางความโลภ ความอยากต่างๆ พอจิตหยุดการคิด ปruzแต่งไปในทางกิเลสตัณหาความโลภความอยาก กิเลสตัณหาก็หยุดทำงานชั่วคราว ใจก็เลยมีความสุขเต็มที่อยู่ชั่วคราว ใจเป็นธรรมล้วนๆ อยู่ชั่วคราว อันนี้เป็นสิ่งที่พระองค์ได้ทรงคือภาษาจากพระอาจารย์ แต่มี

อีกอย่างหนึ่งที่พระอาจารย์ยังไม่สามารถที่จะรู้หรือเข้าถึงได้ ก็คือวิธีรักษาความสงบนี้ให้อยู่อย่างถาวร เพราะเวลาออกจากสมาชิกมาแล้ว ความคิดปรุงแต่งก็จะเริ่มทำงานต่อ พ่อเริ่มคิดปรุงแต่งก็จะถูกกิเลสตัณหาซักนำไปคิดในทางความโลภความอยาก พอดีดไปในทางความโลภความอยาก ก็เกิดความรุ่มร้อนใจขึ้นมา เกิดความกระวนกระวายใจ เกิดความกระเลือกกระสนใจ เกิดความวิตกภั่งกลขึ้นมา อันนี้เป็นผลงานของกิเลสตัณหาความโลภความอยากต่างๆ

ตอนนี้ก็ไม่มีครรภ์วิธีที่จะหยุดความโลภความโกรธความอยากต่างๆ ได้ พระพุทธเจ้าจึงทรงต้องศึกษาด้านควัตอไปด้วยพระองค์เอง เพราะไม่มีครรภ์วิธีใดจะสามารถดับกิเลสตัณหาได้ในขณะที่ไม่ได้อยู่ในสมาชิก จนในที่สุดพระองค์ก็ทรงค้นพบวิปัสสนา คือความรู้แจ้งเห็นจริงของต้นเหตุของกิเลสตัณหาความโลภความอยากได้ต่างๆ ว่าเกิดจากความหลง

ความหลง คือ ความเห็นผิดเป็นชอบ เห็นในลักษณะที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริงเห็นว่าลิงต่างๆ เป็นลิงที่เที่ยงแท้แนอน เห็นว่าลิงต่างๆ ให้ความสุขกับใจได้เห็นว่าลิงต่างๆ เป็นสมบัติของใจ สามารถควบคุมมั่งคับสามารถลังให้เป็นไปตามความต้องการของใจได้ เพราะเมื่อได้ทรงศึกษาดูลิงต่างๆ แล้วก็ทรงเห็นว่าไม่มีอะไรเที่ยงแท้แนอน ทุกลิงทุกอย่างมีการเปลี่ยนแปลงอยู่

“ ความหลง

คือความเห็นผิดเป็นชوب  
เห็นในสิ่งที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริง ”



ตลอดเวลา ทุกขณะทุกเวลานี้มีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ เช่น อาการตอบนี้ ก็เปลี่ยนไปทีละเล็กทีละน้อย แสงตะวันก็เปลี่ยนไปทีละเล็กทีละน้อย เห็นไหม ขณะนี้เมื่อกี้ความสบมืออยู่ แล้วเดี๋ยวก็มีลมพัดมา แล้วก็มีไปไม่หล่นใส่หลังคา ทำให้ปรากฏมีเสียงขึ้นมา ปรากฏขึ้นมาแล้วก็หายไปด้วยไป นี่คือการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ ที่ใจเข้ามาล้มผัสรับรู้ เม้มเติ่ร่างกายที่นั่งฟังเห็นฟังธรรมที่แสดงธรรมอยู่นี้ ก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ถ้าเป็นเด็กก็มีการเจริญเติบโตขึ้นไปตามลำดับ ถ้าเป็นผู้ใหญ่ที่ได้เจริญเติบโตเต็มที่แล้วก็มีการเลื่อมไปตามลำดับทุกขณะทุกเวลานาที แต่เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ซ้ำมาก เหมือนกับการเดินของหอยทาก ถ้าไม่ลังเกตดูอาจจะคิดว่าหอยทากนี้ไม่ได้เดินไปไหนเลย แต่ถ้าทิ้งไว้สัก ๕ นาที ๑๐ นาที แล้วมาดูหอยทากอีกทีก็จะเห็นว่าเดินไปหลายก้าวหลายดีบด้วยกัน

นี่คือการเปลี่ยนแปลงของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ไม่มีอะไรอยู่นิ่งๆ อยู่เหมือนเดิม ทุกขณะมีการเปลี่ยนแปลงไป จะว่าร่างกายของเราขณะนี้ กับขณะที่เพิ่งผ่านไปเมื่อกี้นั้นไม่เหมือนกันแล้ว แก่ลงไปอีกหนึ่งขณะแล้ว

นี่คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยงของทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ถ้าไม่คึกขาไม่ลังเกตดู ก็จะคิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างคงเลี้นคงว่าเหมือนเดิม แต่ถ้าพิจารณาแล้ว

จะเห็นว่าทุกลิงทุกอย่างไม่เฉพาะแต่ว่างกายของเรา บ้านช่องข้าวของต่างๆ เครื่องใช้ไม้สอยต่างๆ มันก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ของใหม่ก็จะค่อยๆ กลับเป็นของเก่าไปทีละเล็กทีละน้อย ของดีของที่ใช้ได้จะค่อยๆ เลื่อมไป และเดียว ก็เกิดการชำรุด เกิดการเสียหายที่ต้องมีการซ่อมแซม ต้องมีการแก้ไขเพื่อ ที่จะทำให้ใช้งานต่อไปได้

นี่คือความไม่เที่ยงของทุกลิงทุกอย่างที่ไม่สามารถรับรู้ แต่ถ้าใจไม่ฉลาด จะไม่เห็นความจริงอันนี้ จะคิดว่าทุกลิงทุกอย่างเที่ยงแท้แน่นอน ทุกลิง ทุกอย่างจะคงไว้ตามแบบเดิมอยู่ จึงมีความรู้สึกที่จะต่อต้านในเวลา มีการเปลี่ยนแปลง สังเกตดูความคิดของเรา ทำอะไรก็อยากจะให้อยู่อย่างถาวร อยู่ไปอย่างนานๆ อันนี้เป็นความคิดที่ออกจากความหลง ถ้าผู้ที่เห็น ความจริงแล้วว่าไม่มีอะไรอยู่อย่างถาวร ก็จะไม่คิดที่จะรักษาให้ทุกลิง ทุกอย่างอยู่ไปอย่างถาวร เพราะมันเป็นไปไม่ได้ แล้วถ้าเกิดความอยาก จะให้ทุกลิงทุกอย่างอยู่อย่างถาวร ใจก็จะต้องเกิดความกระวนกระวาย กระลับกระล่าย เกิดความวิตกกังวลต่างๆ เพราะกลัวจะไม่อยู่อย่างถาวร ตามความอยากรู้นั้นเอง ความอยากให้ทุกลิงทุกอย่างอยู่อย่างถาวรไม่มี การเปลี่ยนแปลงนี้เป็นต้นเหตุของความทุกข์ใจของความไม่สงบใจ แล้วทุกลิงทุกอย่างที่เรารู้สึกจะให้อยู่คงเส้นคงวาให้ดีเหมือนเดิม ก็ไม่สามารถอยู่ภายใต้คำสั่งของเราได้ ทุกลิงทุกอย่างเขามีเหตุมีปัจจัย

ทำให้เขามีการเปลี่ยนแปลงไป บางครั้งก็เปลี่ยนไปในทางเจริญ บางครั้งก็เปลี่ยนไปในทางเสื่อม ไม่ว่าจะไรก็ตามถ้ามีการเจริญแล้วก็ต้องมีการเสื่อมตามมาเสมอ ไม่มีความสามารถยับยั้งความจริงอันนี้ได้

นี่แหล่ะคือสัจธรรมความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ความรู้แจ้งเห็นจริงในความจริงของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่อยู่ภายใต้การควบคุมบังคับของผู้ใด พอพระพุทธเจ้า ทรงเห็นอย่างนี้ก็เลยยุติความคิด ความโลภ ความอโยగที่จะไปครอบครอง ที่จะไปควบคุมบังคับให้สิ่งที่พระองค์ทรงรักทรงชอบให้ทรงอยู่กับพระองค์ ต่อไปตลอด พระองค์ทรงปล่อยวาง ยอมรับความจริงว่ามีเกิดย่อมมีดับ เป็นธรรมชาติ มีการเจริญมีการเสื่อมเป็นธรรมชาติ ทุกลิงๆทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่ว่าจะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ไม่ว่าจะเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูป ก็คือร่างกาย เวทนา ก็คือความรู้สึกทางร่างกาย เช่น ความรู้สึกว่าสุขบ้าง ทุกข์บ้าง ไม่สุข ไม่ทุกข์บ้าง สุขตอนที่ได้สัมผัสถกับความรู้สึกสัมผัสดี เช่น รับประทานอาหาร ดื่มน้ำ หรือสัมผัสถกับอากาศที่เย็นสบาย ก็เกิดสุขเวทนาขึ้นมา เวลาสัมผัสถกับอากาศร้อน เวลาที่ร่างกายหิวน้ำ หิวอาหาร เวลาหนึ่งก็สัมผัสถกับทุขเวทนา เวลาที่ร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วยก็สัมผัสถกับทุขเวทนา ทุกข์เวทนาบางครั้งก็



ดับໄได้ด้วยการกระทำของเรา เช่น ทุกข์เหตนาที่เกิดจากการทิวน้ำ หิวอาหาร พอดีมน้ำ พอรับประทานอาหารเข้าไป ทุกข์เหตนา ก็จะหายไปชั่วคราว เดียว ก็กลับคืนขึ้นมาใหม่ เรื่องการเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้ามียารักษา ก็ดับความทุกข์เหตนาได้ แต่จะไม่สามารถดับได้ทันทีทันใด บางทีต้องใช้เวลา ๒-๓ วัน หรือ ๔-๕ วัน หรือนานกว่านั้น กว่าทุกข์เหตนาที่เกิดจากการเจ็บไข้ได้ป่วย จะหายไปได้ไม่สามารถสั่งให้หายไปทันที พอเป็นหวัดบีบ ก็ออกให้หายบีบอย่างนี้มันไม่หาย แล้วก็มีทุกข์เหตนาบางชนิดที่ทำยังไงก็ไม่หาย ก็คือทุกข์เหตนาที่เกิดจากความชรา

คนชราที่จะมีความเจ็บตามกล้ามเนื้อ ตามเอ็น ตามกระดูก ตามหัวเข่าหัวข้อ อะไร์ต่างๆ รักษาอย่างไร กินยาอย่างไร มันก็ไม่หาย มันก็เป็นส่วนที่จะต้องอยู่กับมันไป ผู้ที่จะลัดถ้าเห็นความจริงว่า เป็นอนัตตา เป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ ก็จะต้องปล่อยวาง ต้องอยู่กับเขาไป ไม่ไปวุ่นวายใจด้วยความอยากให้มันหายไป อยู่กับมันไปตามสภาพ รักษาได้ ก็รักษาไป รักษาไม่ได้ ก็ต้องอยู่กับมันไป ถ้าอยู่โดยที่ไม่ได้มีความอยากให้มันหาย ก็จะอยู่ได้อย่างสบาย ใจจะสบายจะเย็นจะเป็นปกติ เมื่อก่อนกับเวลาที่ร่างกายไม่ได้มีทุกข์เหตนา นี่คือการปล่อยวางของผู้ที่มีวิปัสสนา



พอเมื่อวิปัสสนาแล้วก็จะปล่อยวาง ความโภคความอยากก็จะยุติการทำงานไป พอไม่มีความโภคความอยาก ความสบายนี่ความสงบใจก็จะกลับคืนมา จะอยู่กับความทุกข์ยากลำบากต่างๆ ได้อย่างไม่เดือดร้อน จะไม่รู้น่วยกับการสูญเสียสิ่งต่างๆ ไป ไม่ว่าจะเป็นวัตถุข้าวของหรือบุคคล ใจไม่มีความอยากที่จะให้เข้าหานกลับคืนมา หรือไม่มีความอยากไม่ให้เข้าจากเราไป พ่อเจ้าไม่มีความอยากรเหล่านี้ ความทุกข์ใจก็จะไม่เกิดขึ้น ความสงบใจก็จะเป็นผลที่ปรากฏขึ้นมาแทน ความสงบก็คือความสุขใจนี้เอง

นี่คือวิปัสสนาภูณที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ได้ค้นพบ จึงทำให้พระองค์สามารถตับความทุกข์ทั้งหลายให้หมดไปจากใจได้อย่างถาวร เพราะความทุกข์นี้เกิดจากความโภคความอยากที่เกิดจากความหลง พอเห็นความจริงแล้ว ความจริงก็จะทำลายความหลงไป พ่อไม่มีความหลงแล้ว ความโภคความอยากต่างๆ ก็จะเกิดขึ้นมาไม่ได้ อันนี้เป็นการทำลายความโภคความอยากอย่างถาวร ไม่เหมือนกับการเข้าสมารธ ซึ่งเป็นเพียงการกดความโภคความอยากไม่ให้ทำงานเชื้วร้าไว่นั้น เหมือนกับหินทับหญ้า เวลาหินทับหญ้านี้หญ้าจะไม่สามารถเจริญงอกงามขึ้นมาได้ แต่ถ้าเวลาที่ยกหินออกจากหินทับหญ้าแล้ว หญ้าก็จะเจริญงอกงามกลับคืนขึ้นมาใหม่ได้ ถ้าไม่อยากให้หญ้าเจริญเติบโตก็ต้องถอนรากถอนโคน นี่แหละวิปัสสนาภูณก็คือการถอนรากถอนโคนของกิเลสตันหา ก็คือความหลง

ความที่เห็นผิดเป็นชอบ เห็นว่าสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง เห็นว่าสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า เป็นสุข เห็นว่าสิ่งที่ไม่ใช่ตัวเราของเราว่าเป็นตัวเราของเรา พอเห็นความจริง แล้วก็จะไม่มีความโลภความอยากได้ เพราะเห็นแล้วว่าทุกสิ่งทุกอย่าง ในโลกนี้ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นของคนอื่น เป็นของธรรมชาติ เราจึงไม่เกิด ความโลภ ตอนนี้เราก็ไม่โลภหรือไม่อยากกับเรื่องของคนอื่น ลักษณะคนอื่น สมบัติของคนอื่น เราจะไม่มีความโลภอย่างใดให้อยู่ในนานๆ อย่างจะให้มี มากขึ้นไป สมบัติของคนอื่นจะมีมากมีน้อย เราไม่มีความสนใจ เพราะ เรารู้ว่ามันไม่ใช่เป็นของเรา ตอนนี้เรารู้แล้วว่าแม้แต่สมบัติที่เราคิดว่าเป็น ของเรา มันก็ไม่ใช่เป็นของเรา ร่างกายนี้ที่เราคิดว่าเป็นของเราเป็นตัวเรา มันก็ไม่ใช่เป็นตัวเราเป็นของเรา เรา ก็ไม่ป่ออยากรักปรารถนาอันนี้ ไม่ได้ป่ออยากรักมันไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย มันจะแก่ มันจะเจ็บ มันจะตาย ก็เรื่องของมัน เมื่อนักบุญร่างกายของคนอื่นที่เราไม่รู้จักที่เราไม่มีความ ลัมพันธ์ด้วย ร่างกายของเขาก็จะแก่ จะเจ็บ จะตาย เราไม่เดือดร้อน ฉันได ร่างกายของเราที่เราหลงคิดว่าเป็นของเรา ถ้าเรามีวิปัสสนาญาณแล้ว เราจะไม่หลงอีกต่อไป เราจะรู้ว่ามันไม่ใช่ตัวเราของเรา จะนั้น มันจะแก่ จะเจ็บ จะตาย ก็เป็นเรื่องของมัน ไม่ใช่เรื่องของเรา

เราคืออะไร เราก็คือ “ใจผู้รู้” นี่เอง ผู้รู้ ผู้คิดนี่แหล่ะคือเราที่มาหลงติด ออยู่กับร่างกายอันนี้ แล้วก็มายieldติดกับร่างกายอันนี้ว่าเป็นตัวเราของเรา





เราคืออะไร  
เราเก็บ “ใจผู้รู้” นี่เอง



พอหlongว่าเป็นตัวเราของเราก็เกิดความอยากรู้ตัวเราของเรานี้ดี ให้มีแต่ความสุข มีแต่ความเจริญ ไม่ให้เสื่อม ไม่ให้ทุกข์ ไม่ให้แก่ ไม่ให้เจ็บ ไม่ให้ตาย พอก็เกิดความอยากรู้ตัวเราของเรานี้ขึ้นมา ก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา ความทุกข์ใจนี้เกิดจากความอยากรู้ตัวเรา คือ การตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ความอยากรู้ตัวเรา ลียง กลิน รส โพภูรุ๊พะ ก็เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา เช่น เวลาอยากรู้ตัวเรา นี่ก็เป็นความอยากรู้ตัวเรา ลียง กลิน รส โพภูรุ๊พะแล้ว พออยากรู้ตัวเรา ไม่ได้เลข ใจก็จะระวังกระวาย ใจก็จะหงุดหงิดรำคาญ แต่พอได้เลขแล้ว ความกระวังกระวาย ความหงุดหงิดรำคาญ ก็จะระงับตัวลงไปชั่วคราว จะกลับคืนมาอีกเมื่อมีความอยากรู้ตัวเรา อยู่หนึ่ง แล้วก็จะกลับมาอย่างแน่นอน เพราะว่าความอยากรู้ตัวเรา ไม่ได้หายไปด้วยการตอบสนองความอยากรู้ตัวเรา ให้มีอายุยาวขึ้นไปอีกและมีกำลังมากขึ้นไปอีก ความอยากรู้ตัวเรา จะพัฒนาใหญ่ขึ้นไปเรื่อยๆ มากขึ้นไปเรื่อยๆ ทุกครั้งที่ได้รับการสนับสนุน ได้รับการตอบสนอง เช่น ตอนต้นอาจจะตื่มสุราเพียงแก้วเดียว แล้วต่อไปก็จะลึกลึกลึกว่าแก้วเดียวไม่อิ่มใจ ต้องสักสองแก้ว แล้วครั้งต่อไปก็สักสามแก้วสี่แก้วไปจนกระทั่งร่างกายดีมไม่ไหวเท่านั้นถึงจะหยุดดีม นี่แหลกคือตัณหาความอยากรู้ตัวเรา วิธีเจริญเติบโตของกิเลสตัณหา



ถ้าเราอยากที่จะกำจัดทำลาย เรายังต้อง  
ไม่ทำตามความอยากร ทุกครั้งที่เราฝืน  
การกระทำความอยากร ความอยากร  
ครั้งต่อไปก็จะอ่อนกำลังลงไป จนใน  
ที่สุดก็จะหมดกำลังไป การที่เราจะหยุด  
ความอยากรได้ เราต้องมีวิปสนาญาณ  
นี้เอง เพราะไม่มีอะไรที่จะสามารถหยุด  
ความอยากรนี้ได้ นอกจากความรู้ที่ว่า  
ทุกสิ่งทุกอย่างที่ใจอยากได้นั้นไม่เที่ยง  
เป็นทุกๆ ไม่อยู่ภายนอกให้การควบคุมบังคับ  
นี่คือปัญญาหรือวิปสนาญาณที่  
พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้

พอเมื่อพระพุทธเจ้ารู้แล้วที่นี่ ผู้อื่นก็  
สามารถรู้ตามได้อย่างง่ายดาย ไม่ต้อง  
ลองผิดลองถูกอย่างพระพุทธเจ้า เพียง  
แต่ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว  
นำเอาไปปฏิบัติเท่านั้น ก็สามารถหยุด  
ความอยากรได้ จึงปรากฏมีพระอรหันต์สาวก



ขึ้นมาเป็นจำนวนมากมายเหมือนดอกเห็ด  
เหมือนกับรอให้ฝนตกเท่านั้นเอง พอฝน  
ตกไม่กี่วัน เหตุก็จะโผล่ขึ้นมาเต็มไปหมด  
พระพุทธเจ้านี้ก็เป็นเหมือนฝนดีๆ นี้เอง  
ถ้าไม่มีฝน เหตุก็จะไม่มีวันที่จะโผล่  
ออกมากขึ้นมาได้ อันได้ ถ้าไม่มี  
พระพุทธเจ้ามาทรงตรัสรู้ ก็จะไม่มีพระ  
อรหันต์สาวกปรากฏขึ้นมา ไม่มีผู้ที่จะ  
หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้  
แต่พอ มีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้แล้วนำเอา  
ความจริงที่ได้ทรงค้นพบนี้มาเผยแพร่  
สั่งสอนให้แก่ผู้อื่น ผู้อื่นก็สามารถนำเอา  
ความรู้นี้มาปฏิบัติ มาถอดถอนกิเลส  
ตัณหาที่มีอยู่ภายในใจให้หมดไปได้  
หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

อันนี้แหลกเป็นความประเสริฐของ  
พระพุทธเจ้าและเป็นบุญของสัตว์โลก  
ที่ได้มาก็มาพบกับพระพุทธศาสนา



ถึงเมื่จะไม่มีพระพุทธเจ้าประทับอยู่สั่งสอนด้วยพระองค์เอง แต่พระองค์ได้ทิ้งพินัยกรรมเอาไว้ คือทิ้งตัวแทนเอาไว้ ก็คือพระธรรมคำสอนที่ได้รับการสืบทอดมาตั้งแต่สมัยที่พระพุทธเจ้ายังทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ มีการศึกษา มีการปฏิบัติ มีการบรรลุธรรมมาอย่างต่อเนื่อง และมีการเผยแพร่ธรรมกันมาจนถึงปัจจุบันนี้ ทราบได้ที่ยังมีพระพุทธศาสนาอยู่ ทราบนั้นก็ยังมีพระธรรมคำสอนอยู่ ถ้ามีผู้ศรัทธาสามารถปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าได้ ก็สามารถดับความทุกข์ภัยในใจได้ สามารถหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้

ดังนั้น ผู้ที่ได้มาพบกับพระพุทธศาสนาเป็นผู้ที่มีบุญมีวاسนามาก เพราะสามารถที่จะปฏิบัติทำให้ตนได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย ได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ เพราะถ้าไม่ได้พบกับพระพุทธศาสนาจะไม่สามารถที่จะหลุดพ้นได้ ถ้าพบกับศาสนาอื่นก็จะไม่มีคำสอนระดับวิปัสสนานญานที่จะสอนให้ถอดถอนกิเลสตัณหาให้หมดไปจากใจเพื่อดับความทุกข์ที่มีอยู่ภายนอกในใจให้หมดไปได้ มีศาสนาพุทธเพียงศาสนาเดียวเท่านั้นที่สอนเรื่องของวิปัสสนานญาน เรื่องของอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ศาสนาอื่นศาสตร์ใดไม่มีความรู้ความสามารถที่จะเข้าถึงวิปัสสนานญานได้ รู้ได้เพียงระดับสามัญสมบัติเท่านั้น คือรู้จักวิธีเข้ามาธิทำใจให้สงบ เชาก็เรียกว่าเป็นการเข้าหาพระเจ้า

ความสงบนี้ก็เป็นเหมือนพะเจ้านั่นเอง เวลาใจสงบแล้วใจจะเย็นใจจะมีความสุข ใจได้พบรกับความสุขที่สูงสุด เพียงแต่ว่าเป็นความสุขชั่วคราวเท่านั้น เป็นพะเจ้าชั่วคราว พ้ออกจากสามาธิมาก็กลับมาเป็นปุถุชนคนธรรมดามัณฑ์มีกิเลสตัณหา มีความโลภ ความโกรธ ความหลง มีความอยากได้ลาก ยศ สรรเสริฐ มีความอยากระพรูป เสียง กลืนรสน้ำผึ้งพะ

นี่คือความแตกต่างของพระพุทธศาสนา กับศาสนาอื่นๆ ในโลกนี้ มีศาสนาพุทธเพียงศาสนาเดียวเท่านั้นที่จะนำพาสัตว์โลกไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ศาสนาอื่นพาสัตว์โลกไปได้เพียงสวรรค์ชั้นเทพและสวรรค์ชั้นพรหมเท่านั้น คือพาไปสู่เทวโลกและพรหมโลก แต่ไม่สามารถพาไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ต้องเป็นพระพุทธศาสนาเท่านั้น ศาสนาอื่นจึงยังไม่สามารถนำพาสัตว์โลกให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ เพราะการไปถึงเทวโลกถึงพรหมโลกนั้นเป็นการไปชั่วคราว เพราะหลังจากไปแล้วไม่นาน กำลังที่พาให้ไปสู่เทวโลกสู่พรหมโลกนั้นก็จะเลื่อนหมดไป ก็เหมือนกับจรวดที่ขึ้นไปในอากาศ หรือเครื่องบินที่ขึ้นไปบินในท้องฟ้า เวลาหน้ามันหมดก็จะต้องจอด ต้องตกลงมา ถ้าไม่ลงมาด้วยการควบคุมบังคับ ปล่อยให้บินจนกระทั่งไม่มีหน้ามันเหลืออยู่ ก็จะไม่สามารถควบคุมบังคับเครื่องบินได้



เครื่องบินก็จะต้องตกลงมา แต่ถ้ารู้ว่าน้ำมันจะหมดแล้วก็ควบคุมบังคับให้เครื่องบินร่อนลงมาจอดในที่ปลอดภัยเพื่อมาเติมน้ำมันต่อ แต่ก็ต้องลงมาไว้ชั่วคราวหนึ่ง เพราะน้ำมันหมดแล้ว ฉันได้บุญที่ส่งให้ผู้ปฏิบัติได้ไปสู่เทวโลกไปสู่พรหมโลกก็ย่อมมีวันเลื่อมมีวันหมดไปเช่นเดียวกัน พอหมดแล้วก็เลื่อมลงมาจากพรหมโลกก็ลงมาสู่เทวโลก จากเทวโลกก็กลับลงมาสู่มนุษย์โลกต่อไป กลับมาเติมน้ำมันใหม่ มาเติมบุญใหม่

บุญคืออะไร ก็คือการบำบูญให้ทาน การรักษาศีล การเจริญสติ เดินจงกรมนั่งสมาธิ อันนี้คือบุญระดับโลกียะ บุญระดับที่มีการเสื่อม บุญที่ไม่สามารถพำนิชให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ในวัฏสงสารได้ ถ้าอยากจะหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดของวัฏสงสารก็ต้องสร้างบุญอีกรอบด้วยหนึ่ง ก็คือบุญระดับวิปัสสนา ต้องพิจารณาให้เห็นความจริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นสุข ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่ตัวเราของเราเท่านั้น ถ้าเห็นความจริงอันนี้แล้วก็จะยุติความอยากยุติความโลภได้ พอยุติความโลภความอยากได้ ก็จะยุติการเวียนว่ายตายเกิดได้ ยุติความทุกข์ทั้งหลายได้หมด

อันนี้แหลกเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าเป็นผู้ทรงค้นพบด้วยพระองค์เอง ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ไม่มีอยู่ มีอยู่ตลอดเวลา เพียงแต่มองไม่เห็น หรืออนกับมีเส้นผม

บังตาทำให้มองไม่เห็นภูเขาอันใหญ่โตที่อยู่ข้างหน้าของเรานี่เอง พอดีง เส้นผมออกไปเท่านั้นเอง ก็จะเห็นภูเขาอันใหญ่โตที่ตั้งอยู่ข้างหน้า อนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา มันมีอยู่ตลอดเวลา ไม่มีวันหายไปไหน มีอยู่ทุกแห่งทุกหน ในสากลโลกนี้ ไม่ใช่แต่เฉพาะโลกนี้เท่านั้น ทั้งจักรวาลนี้เป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา ทั้งหมดเลย แต่ไม่มีปัญญาที่มาดึงเส้นผมที่บังภูเขานี้ออกไป จึงมองไม่เห็นความจริงว่าทุกลิงทุกอ่าย เป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา นั่นเอง พอมีวิปสนา มาดึงเส้นผมนี้ออกไปเท่านั้น ก็เห็นหมดเลย เห็นภูเข อันใหญ่โตที่ตั้งอยู่ข้างหน้า ภูเขานี้ก็คือ อนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา นี่เอง เห็น ลาภ ยศ สรรเสริญ รูป เสียง กลิ่น รส โผภูส្តพะ ว่าเป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา เห็นร่างกายว่าเป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา เห็นเวทนาความรู้สึกว่า เป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา เห็นทุกลิงทุกอ่ายทั้งข้างนอกทั้งข้างใน ใจ เป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา หมด มีสิงเดียวที่ไม่เป็นอนิจจัง ทุกข้าง อนัตตา ก็คือใจที่เห็นทุกลิงทุกอ่ายนี่เอง

ใจนี้แหลกคือผู้รู้ ผู้ที่ไม่มีวันเกิด วันแก่ วันเจ็บ วันตาย ผู้ที่ไม่มีวัน สูญหายไป แต่ใจนี้ถูกเส้นผมบังภูเข้าไว้อยู่ บังตาไว้อยู่ จึงทำให้หลงไป ยึดติดกับสิ่งต่างๆ ว่าเป็นตัวเราของเรา แล้วพอสูญเสียสิ่งต่างๆ ที่คิด ว่าเป็นตัวเราของเราก็ทำให้เกิดความทุกข์ใจขึ้นมา เกิดการต่อต้านต่อสู้





ดิ้นرنพยายามรักษาสุกดำลังในลิ่งที่ไม่ใช่ของเราว่าเป็นตัวเรา ต่อสู้อย่างไร ดิ้นรอนอย่างไร พยายามรักษาอย่างไร ก็ไม่สามารถที่จะรักษาได้ ในที่สุด ก็ต้องสูญเสียทุกลิงทุกอย่างไปหมด สูญเสียลาก ยศ สรวารีญ สูญเสียรูป เสียง กลิ่น รส โภภัตตาหาร สูญเสียบิดามารดา สูญเสียสามีภรรยา สูญเสียบุตรธิดา สูญเสียญาติลินิทมิตรสาย สูญเสียทุกลิงทุกอย่าง ก็ เพราะว่าทุกลิงทุกอย่างมันไม่ใช่เป็นของเรานั่นเอง ทุกลิงทุกอย่างมันไม่ถาวร มันไม่คงเส้นคงวา มันมีการลิ้นสูดมีการหมดไปเป็นธรรมด้า

อันนี้แหล่ผู้ที่ฉลาดจึงไม่ดิ้นรนต่อสู้รักษาสิ่งที่รักษาไม่ได้ รักษาไปให้เห็นอยู่ไปเปล่าๆ แต่ดูแลไปตามอัตภาพได้อยู่ อยู่ได้ก็อยู่ ต้องการให้



ทำอะไรพอจะทำได้ก็ทำไป เช่น ร่างกายนี้ยังกินได้ก็กินไป ไม่สบายไปทางมอรักษาได้รักษาไป แต่พอถึงเวลาที่กินไม่ได้รักษาไม่ได้ จะไปบังคับให้มันกินได้อย่างไร จะรักษาให้มันหายได้อย่างไร ก็ต้องปล่อยมันไป ผู้ที่ปล่อยนี้ไม่ได้เป็นอะไรไปกับร่างกาย ทำไม่ไปปล่อย ร่างกายเป็นเหมือนถ่านไฟท่อนร้อนๆ ที่จับอยู่ในมือ ไปจับมันไว้ทำไม่ปล่อยมันไปเชิญปล่อยมันไปแล้วมันจะได้ไม่ไหม้เมื่อเราถ้าเราปล่อยทุกสิ่งทุกอย่างแล้วมันจะไม่ทำให้เราทุกข์ใจ ถ้าเราไม่ปล่อย เราจะจะทุกข์ใจไปไม่มีวันสิ้นสุด พอก้อนนี้หลุดจากมือไป ก็ไปหยิบก้อนใหม่มาใหม่ พอร่างกายนี้ตายไป ก็ไปหาร่างกายอันใหม่มาจับมาหยิบ มาயืดมาติดอีก มาทุกข์ใหม่อีก

นี่แหล่ะคือเรื่องของเรากับของพระพุทธเจ้า ต่างกันตรงที่พระพุทธเจ้า มีวิปัสสนาญาณแล้ว พระพุทธเจ้าได้ปล่อยวางหมดแล้ว ไม่ยึดไม่ติด ไม่อยากได้อะไรอีกแล้ว พระพุทธเจ้าจึงไม่ต้องกลับมาทุกข์มาเกิด มาแก่ มาเจ็บ มาตาย อีกต่อไป พวกรถ้าทำตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน พวกรักษ์จะเป็นเหมือนพระพุทธเจ้าเช่นเดียวกัน พวกรักษ์ไม่ต้องกลับ มาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ไม่ต้องมาเก่ามาเจ็บมาตาย ไม่ต้องมาทุกข์ กับสิ่งต่างๆ ทั้งหลายในโลกนี้อีกต่อไป

ดังนั้น หน้าที่ของรักษ์คือปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า มี ๓ ขั้นตอน คือการทำงาน รักษาศีล ภารนา ทั้งสมถภารนาและวิปัสสนาภารนา ถ้าเรา ทำได้แล้ว เราก็จะปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างได้ เราก็จะหยุดความโลภ ความอยากต่างๆ ได้ เราก็จะดับความทุกข์ทั้งหลายให้หมดไปจากใจได้ เราก็จะไม่กลับมาเกิดแก่เจ็บตายอีกต่อไป

การแสดงก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขออุต্তิเสวีเพียงเท่านี้ ขอคุณพระคริรัตนตรัย และบุญกุศลที่ท่านได้มารับเพ็ญกันในวันนี้ จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ท่าน มีแต่ความรุ่งเย็นเป็นสุข แคล้วคลาดจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวง โดยทั่วหน้ากันเทอญ





การที่เราทำบุญกับพระปล่อง ถ้าเราไม่รู้  
ได้บุญหรือบำเพ็ญบุญ

ଶ୍ରୀ

໨໬ ພັຊກາຄນ ແລະ ສິນ

# គិចយ៉ាតាម

## พระอาจารย์ตอบ

**พระอาจารย์ :** ไดรที่ยังไม่ได้หนังสือ ซีดิ ก็เชิญมาหยอดได้ตามสบาย ไดรอยากจะเอาของเจ้าอะไร เข้ามาด้วยก็เข้ามาได้ ไดรอยากจะถามปัญหา ก็ถามได้

**គិច្ចី** : ព្រះវាជារមួយក្នុងមីត្តភាពបានតឱ្យលើ ការការងារ  
នៃបណ្តុះបណ្តាល ការការងារនេះក្នុងមីត្តភាពបានតឱ្យលើ ការការងារ  
នៃបណ្តុះបណ្តាល ការការងារនេះក្នុងមីត្តភាពបានតឱ្យលើ ការការងារ  
នៃបណ្តុះបណ្តាល ការការងារនេះក្នុងមីត្តភាពបានតឱ្យលើ ការការងារ

**พระอาจารย์ :** ถ้าเราทำบุญเพื่อส่งเคราะห์ผู้รับทานจากเรานี่ก็ได้บุญแต่ถ้าเราทำบุญด้วยความหลงคิดว่าเราได้ทำกับพระอริยะแล้วหังผลประโยชน์จากพระอริยะ เรายังจะไม่ได้บุญ เพราะเขามาไม่ได้เป็นพระอริยะเขา ก็จะไม่มีธรรมของพระอริยะมาให้กับเรา แต่ถ้าเราทำ เพราะเราเห็นว่าท่านเป็นมนุษย์ เห็นว่าท่านเป็นนักบัว เห็นว่าท่านต้องอาศัยการทำบุญให้ทานของเราราเพื่อเป็นการดูแลรักษาอัตภาพร่างกายของท่าน เราทำแบบนี้เราก็ได้บุญ ดังนั้นอยู่ที่เจตนาของเราว่าเราทำเพื่ออะไร

การทำบุญเป็นการส่งเคราะห์ผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือ ให้ความสุขแก่ผู้อื่น แม้แต่ทำกับเดรัจจันก์ได้บุญ บุญก็คือความสุขใจ เช่น เวลาเราปล่อยนกปล่อยปลาอย่างนี้ เรายังมีความสุขใจที่เราได้ช่วยเหลือให้เขามีชีวิตอยู่ได้อีกด้วยไป การให้อาหารก็เป็นเหมือนการต่ออายุของบุคคลที่เราให้อาหารนั่นแหล่ะ ถ้าเราทำอย่างนี้เราก็ได้บุญ แต่ถ้าเราทำ เพราะเราคิดว่าท่านเป็นพระอริยะ พอเราทำกับท่านแล้วเราจะได้บรรลุอย่างนี้ เรายังจะไม่ได้บรรลุ เพราะท่านไม่มีธรรมที่จะทำให้เราบรรลุได้นั่นเอง เพราะฉะนั้นก็ต้องอยู่ที่ว่าใจของเรายังต้องการอะไรจากบุคคลนั้น ไม่ว่าจะเป็นพระจริง พระปลอมหรือเป็นปุถุชนธรรมดากรก็เหมือนกัน อยู่ที่ว่าเวลาเราให้ความช่วยเหลือกับบุคคลนั้น เราต้องการอะไรเป็นผลตอบแทนหรือไม่ ถ้าหวังอย่างนั้น

ກົມໂຄກາສທີ່ຈະເລືຍໄຈໄດ້  
ຜົດຫວັງໄດ້ ພອຜົດຫວັງ  
ໄມ່ໄດ້ດັ່ງໃຈກີ່ເກີດຄວາມ  
ທຸກໆໃຈ ຄວາມທຸກໆໃຈນີ້  
ກີ່ໄໝໃໝ່ເປັນຄວາມສຸຂແລ້ວ  
ໄມ່ໃໝ່ເປັນບຸນູມແລ້ວ ຄວາມ  
ທຸກໆໃຈກີ່ເປັນບາປ ທີ່ວີ່  
ເປັນອຸກຸຄລທີ່ເກີດຈາກກິເລສ  
ຕັນຫານີ້ເອງ

ດັ່ງນັ້ນ ເວລາທີ່ເຮົາທຳບຸນູມ  
ໄສ່ປາຕົກໃໝ່ກັບພຣະ ຈະເປັນ  
ພຣະຈຣິງ ພຣະປລອມ  
ພຣະປຸຖຸ່ຈນ ທີ່ວີ່ພຣະ  
ອຣີຍເຈົ້ານີ້ ເຮົາຕ້ອງແຍກເປັນ  
ເຂ ປະເດີນວ່າ ປະເດີນ  
ຂອງຮ່າງກາຍທ່ານ ເຮົາໃໝ່  
ອນຸເຄຣະທ່ານ ກີ່ພຣະວ່າ



จะเป็นพระอริยะหรือพระบุตุชน ก็ต้องมีอาหารมีปัจจัย ๔ ไว้สำหรับดูแลรักษาอัตภาพร่างกาย เราให้ส่วนนี้ไปเราไม่กังวลว่าท่านจะเป็นพระอริยะหรือไม่เป็นพระอริยะ ท่านมีหน้าที่บินทبات เรามีหน้าที่เล่นบท เรายกทำหน้าที่ของเราไป ส่วนการที่ท่านเป็นพระอริยะหรือไม่นี่ ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่เราจะต้องติดตามดู ถ้าเราต้องการประโยชน์จากการเป็นพระอริยะของท่าน เรายกต้องฟังเทคโนโลยีฟังธรรมฟังคำสั่งสอนของท่าน หรือถ้าเรามีปัญหา เราติดขัดในการปฏิบัติ แล้วเรายกไปสอบถามท่าน



ถ้าท่านเป็นพระอริยะ ท่านก็จะตอบปัญหาในระดับของท่าน ที่เป็นอยู่ได้ แต่ถ้าเป็นปัญหาที่สูงกว่าในระดับที่ท่านเป็นอยู่ ท่านก็จะไม่สามารถตอบคำถามหรือแก้ปัญหาของเราได้

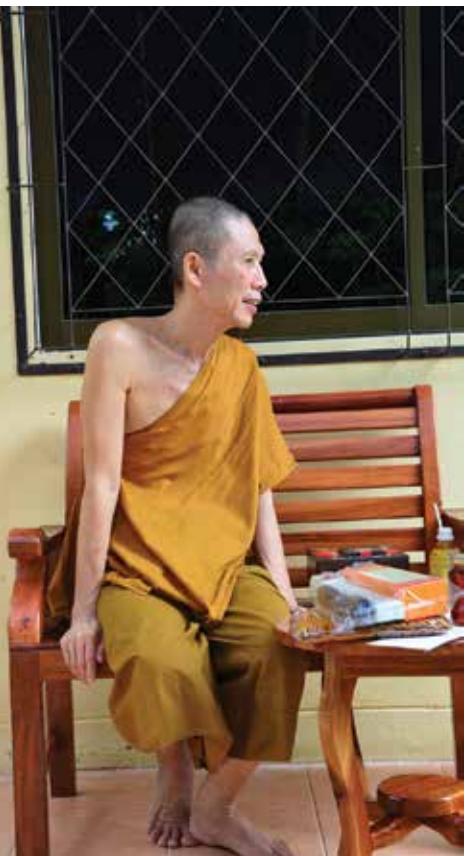
การที่เราเข้าหาพระอริยะก็เพื่อเราจะได้รับธรรมะระดับของ พระอริยานี้มาสั่งสอนมาให้เราปฏิบัติ เพื่อเราจะได้เป็น พระอริยะเหมือนท่าน แต่ถ้าเราเพียงแต่ไปบารัลล์เรา ไม่สนใจที่จะฟังเทคนิคธรรม ไม่ปฏิบัติไม่ศึกษา ต่อให้ทำบุญ



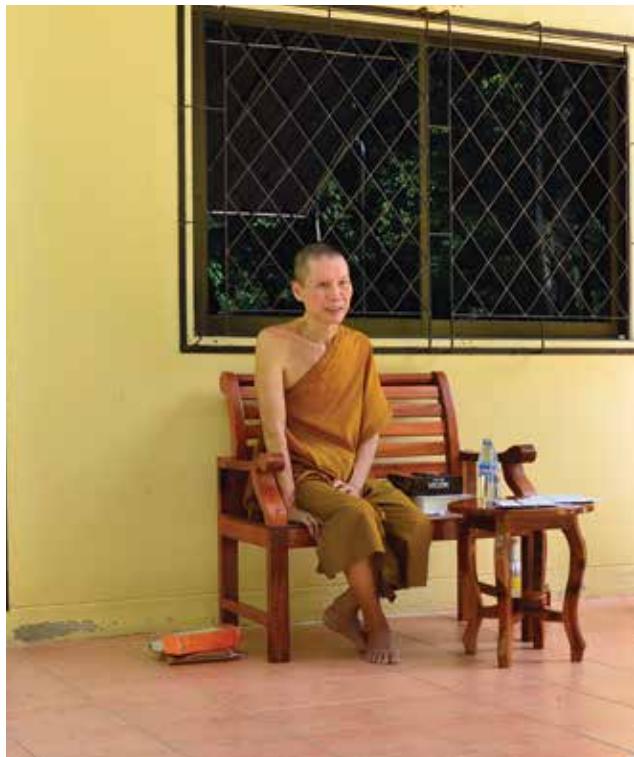
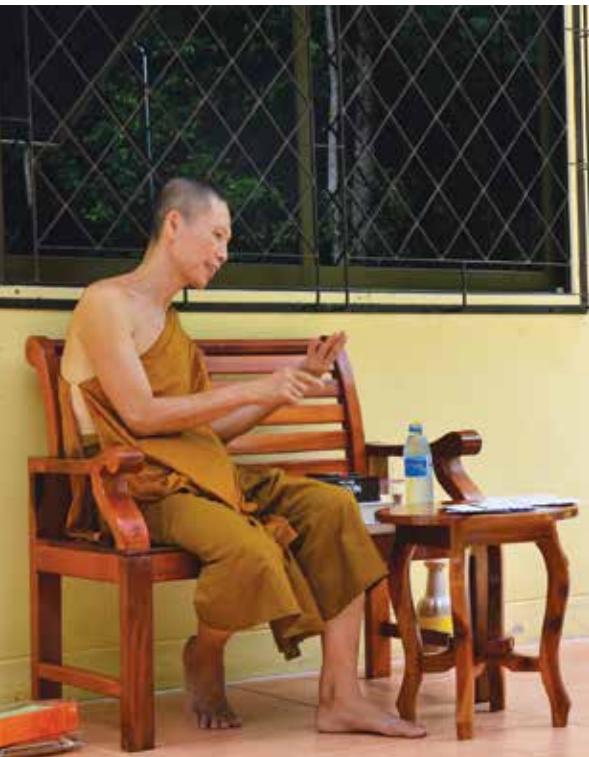
กับพระแท้ระดับพระพุทธเจ้า เรายังไม่ได้อะไรมากไปกว่าการทำบุญใส่บาตรเท่านั้น เพราะเรามีสันใจที่จะศึกษาและนำเอาไปปฏิบัตินั่นเอง

ดังนั้น อย่าไปคิดว่าได้ทำบุญกับพระพุทธเจ้าแล้วจะทำให้เราบรรลุเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาทันทีทันใด ถ้าเราทำบุญแล้วแต่เราไม่ฟังเทศน์ฟังธรรมแล้วเราไม่นำเอาไปปฏิบัติ เรายังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ แต่ถ้าเราทำบุญทำงานไปแล้ว เราอยู่นั่งฟังเทศน์ต่อแล้วพอได้ฟังแล้วก็นำเอาสิ่งที่เราได้ฟังไปปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติได้ครบถ้วนตามที่ท่านทรงสอนไว้ เรายังจะบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้

นี่คือเรื่องของการทำบุญกับพระต้องแบ่งเป็น ๒ ส่วนด้วยกัน ส่วนแรกก็คือ



សំវានរំភាយ គឺជារំពេកតួងអាកាសយុត្តិធម៌មេឡើងទូ យុត្តិធម៌មេនៅព្រះទីនេះ  
ក៏គរចាយតាមបាតរសក្រារព្រះបី និងយុត្តិធម៌កិដែបុណ្យរបស់ការបាតរ  
ធាបុណ្យ សំវានតាមឈានក៏ដែបុណ្យរបស់ការបាតរ កិច្ចិកវិបត្តិសាស្ត្រយុត្តិធម៌  
កិច្ចិកវិបត្តិសាស្ត្រយុត្តិធម៌តាមបាតរសក្រារព្រះបី តាមពាណិជ្ជកម្ម គឺជាពិសេសនាយុត្តិធម៌  
កិច្ចិកវិបត្តិសាស្ត្រយុត្តិធម៌តាមបាតរសក្រារព្រះបី ពាណិជ្ជកម្ម នៅព្រះទីនេះ



## ไปได้ยังคำราม

**พระอาจารย์ :** ให้ເຂາດວາມຕາຍຂອງພ້ອຂອງແມ່ເຮົາມາສອນເຮັນະວ່າເຂາໄປແລ້ວເດືອນເຮັກໄປເໜີອນເຂາ ແຕ່ລຶ່ງທີ່ໄປນັ້ນໄໝໆໃຊ້ຕົວເຮັນຂອງເຮົາຮ່າງກາຍນີ້ເປັນເພີຍຕຸກຕາຕົວໜຶ່ງທ່ານັ້ນເອງ ເຮົາເປັນເຈົ້າຂອງຕຸກຕາ ໄນໆໄດ້ຕາຍໄປກັບຮ່າງກາຍ ພອຕຸກຕາເຮົາໄໝໆ ຕາຍໄປເຮັກຕົ້ນໄປຫາຕຸກຕາຕົວໃໝ່ ຄ້າເຮົາຢັ້ງອຍກະທຳໂນັ້ນທຳນີ້ອຟ່ງ ຍັ້ງອຍກາດູ້ຢັ້ງອຍກຳຟ້ອງອຟ່ງ ເຮັກຕົ້ນມີຕາ ຫຼູ ຈມູກລື້ນ ກາຍ ກົດຕົ້ນໄປເກີດໃໝ່ ໄດ້ຕຸກຕາຕົວໃໝ່ ແຕ່ຄນທີ່ຕາຍໄປນັ້ນຕົວເຂາ ໄນໆໄດ້ຕາຍສ່ວນທີ່ຕາຍນັ້ນເປັນຕຸກຕາຂອງເຂາ ພ່ອໄໝໆໄດ້ຕາຍ ແມ່ໄໝໆໄດ້ຕາຍພ່ອກົງຢັ້ງອຟ່ງ ແມ່ກົງຢັ້ງອຟ່ງ ແຕ່ເຂາໄໝໆສາມາດຕິດຕ່ອກັບເຮົາໄດ້ ເຮົາໄໝໆສາມາດຕິດຕ່ອກັບເຂາໄດ້ ເຮັກໄປຫາຮ່າງກາຍອັນໃໝ່ ເຮັກໄປມີຄຣອບຄຣວໃໝ່ ໄປມີພ່ອແມ່ຄນໃໝ່ ມີເພື່ອນໃໝ່ ມີອະໄຣໃໝ່ຕ່ອໄປ ຕ່ອໄປເຮັກເປັນເໜີອນເຂາຕ່ອໄປເຮັກໄປຄ້າຢູ່ຕົວມອຍກ ໄນໆໄດ້ ຢູ່ຕົວເວີຍນວ່າຍຕາຍເກີດໄໝໆໄດ້ເຮັກຕົ້ນໄປຫາຮ່າງກາຍອັນໃໝ່ຕ່ອໄປອົກ ຂອໃຫ້ເຮົາສອນໃຈເຕືອນສົຕິເພື່ອເຮົາຈະໄດ້ຮັບທຳບຸນ ຮີບຮັກໜາຄືລ ຮີບປົງປົງບົດທິຮຣມ ເພື່ອທີ່ເຮົາຈະໄດ້ໄປອຍ່າງສົບໄປອຍ່າງສົບ ອູ້ກົງອູ້ອູ້ຍ່າງສົບ ອູ້ອູ້ຍ່າງສົບ ໄນໆເດືອດຮ້ອນກັບຄວາມຕາຍຂອງຮ່າງກາຍຂອງເຮົາຫີ່ອຂອງ ດີຮັ້ງນັ້ນ ແມ່ອນກັນໜົດ ຕ້ອງໄປດ້ວຍກັນທຸກຄນ

ໄດ້ໜັງລືອ ໄດ້ສີດີຫົວຍັງ ຕ້ອງກັບທີ່ຢູ່ໄປ ເຄີ່ມເປົ້ານເຄີ່ມໄປຟ້ານະ ຈະໄດ້  
ຫຼູຕາສ່ວ່າງ ເສັ້ນຜມປັ້ງກູເຂານະ

**ຕິ່ງໝໍ** : ຕອນປົາຈະເສີຍ ເກົກສົ່ງລາບັາຍບາຍດ້ວຍ ກ່ອນຖີ່ເປົາຈະເສີຍ  
ເບາຍັງຍັນ||ຢັບ

**ພຣະອາຈາຣຍ໌** : ແສດວ່າເຂົ້າໄມ່ກລ້ວ ເຂົ້າຮູ້ວ່າເຂົ້າໄມ່ໄດ້ຕາຍ

**ຕິ່ງໝໍ** : ອຸ່ງໂຮງພຍາບາດ ຄະ ວັນ ເປັນນ້ຳກ່ວມປອດ ເປັນໂຮຄເຮຣາ ວາຍ  
ແຮງ ທີ່ວັນ ດົວ ນີ້||ແລດ:

**ພຣະອາຈາຣຍ໌** : ດັນທີ່ອຸ່ງເກີນ ສອງ ກົດື່ວ່າກໍໄຮແລ້ວ ເກີນວ່າ  
ພຣະພຸທົມເຈົ້າແລ້ວ ພຣະພຸທົມເຈົ້າຍັງອູ້ໄດ້ແດ່ ສອງ ເທົ່ານັ້ນອອງ ຕ້ອງຄືດວ່າ  
ຕ້ອງໄປກັນທຸກຄົນນະ ຈະໄດ້ໄມ່ເສີຍໃຈ

**ຕິ່ງໝໍ** : ພຸດເລັ່ນບະຄວ່າ ຮວແມ່ນາ ແມ່ຍັງໄປມາຮັບເລຍ ຮອກວຸນ ຮວແມ່  
ນາກວຸນ

**พระอาจารย์** : ก็ตามกันไป เขาคงจะนัดกันไปเจอกันข้างหน้าต่อ

**คิชัย** : หนดาวาระ

**พระอาจารย์** : ดีแล้วล่ะไปเปลี่ยนร่างกายใหม่ ของเก่าแล้วเปลี่ยนรถใหม่ ถ้าคิดไปในทางที่ดีก็คือได้เปลี่ยนร่างกายใหม่ ร่างกายเก่าแล้ว มันชำรุดแล้ว ถ้าคิดไปในทางที่ไม่ดี ก็คิดว่าต้องกลับมาแก่ มาก็เป็นมาตายใหม่ แล้วแต่จะคิด

**คิชัย** : ซื้อประกันยังไงมีขายเลย

**พระอาจารย์** : ประกันเขาไม่ประกันคนไม่ตาย เขายังกันว่าถ้าตายแล้วเขามีเงินชดเชยให้

**คิชัย** : ประกันที่ไม่ตาย



**พระอาจารย์** : ต้องเตรียมตัวเตรียมใจไว้นะ เตรียมร่มชูชีพไว้ พอดีนั่ง เวลา ก็การร่มชูชีพ公然โดยอกไปเลย บุญกุศลนี้ วิปัสสนา呢 คือร่มชูชีพ คิดอยู่เรื่อยๆ ว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เป็นธรรมชาติ อย่างนี้ เวลาไปนี่จะตกจากเครื่องบินก็จะมีร่มชูชีพจะไม่เจ็บ เพราะเราเตรียมตัว เตรียมใจแล้วเราจะไม่เจ็บ ถ้าไม่เตรียมตัวเตรียมใจ เวลาไปนี่ โอมห มันเครียด

**ศิษย์** : ป้าไปสบายน้า

**พระอาจารย์** : ไปแบบนั้นมีร่มชูชีพไป ไปไม่เจ็บ ดีแล้วละไปแบบนั้น ต้องไปแบบนั้นนะ

**ศิษย์** : กิหลับไปเลย

**พระอาจารย์** : เอาแค่นี้ก่อน แล้วกันนะ ขอให้ทุกคนมีความร่มเย็น เป็นสุข แคล้วคลาดปลอตภัยนะ



ໄປໄດຍັນຄໍາດາມ

**ພຣະອາຈາຣຍ໌ :** ກົດໄປ ຈະຄືອະໄຮກີຄືອສິ່ງທີ່ເຮັດວຽກແລະ ດືວ  
ອນີຈັງ ທຸກໜັງ ອັນຕາ ເຫັນອະໄຮກີວ່າມັນເປັນອົບອົບຈັງ ທຸກໜັງ ອັນຕາ  
ອຢ່າໄປຄືດວ່າມັນເປັນອ່າງອື່ນ ຄືດວ່າມັນເກີດຂຶ້ນຕັ້ງອູ່ແລ້ວດັບໄປ ຄໍາໄປອຍາກ  
ໄທ້ມັນກັບຄືນມາໃໝ່ກີຈະເກີດຄວາມຖຸກໝີໃຈໜີ້ມາ ໄປສັ່ນມັນໄທກັບມາໄໝໄດ້  
ເຫັນອະໄຮກີສັກແຕ່ວ່າເຫັນ ຮູ້ອະໄຮກີສັກແຕ່ວ່າຮູ້ ຮູ້ວ່າມັນເກີດຂຶ້ນຜ່ານໄປແລ້ວ  
ກີຜ່ານໄປ ຄໍາມັນໄມ້ໄດ້ທຳໄທເວົວເສີ່ງ ເຮັກໄມ້ຕ້ອງໄປຢູ່ງກັບມັນ ຄໍາມັນທຳໄທ  
ເວົວເສີ່ງ ເຮັກວິເສີ່ງແລ້ວ ຄໍາໄມ້ວິເສີ່ງກີໄມ້ວິເສີ່ງ ດັນນີ້ໄມ້ຕ້ອງໄປອະໄຮກັບມັນ

**ຄື່ງໝໍ :** ເກີບແລ້ວໄປຢົດຕິດໃບໄຫບຄະ ເກີບກົງຮູວ່າເກີບ



**พระอาจารย์** : ถ้าเห็นแล้วทำให้เราปลงได้ก็ดี ถ้าเห็นแล้วทำให้เราหลงก็ไม่ดี ถ้าเห็นแล้วทำให้เราปลง ปล่อยวางทุกอย่างได้ ไม่เอาแล้ว เงินทอง สามี จะออกบวชซีแล้ว ถ้าเห็นอย่างนี้ดี ถ้าเห็นแล้วยังโลภ ยังอยากได้เงินทองอยู่ อย่างนี้ไม่ดีนะ ถ้าดูแล้วไม่ได้ปล่อยวาง เฉยๆ ก็ ช่างมันไป ของบางอย่างมันเห็นแล้ว ก็เหมือนกับเห็นตันไม่ไปหนำอย่างนี้ เห็นแล้วไม่เกิดอะไรขึ้นมา ก็ไม่ต้องไปสนใจ เหมือนไปดูเข้าจุดพลุ จุดดอกไม้ไฟอย่างนี้ เห็นมันก็สามารถตระการตาดี เห็นแล้วแล้วมันก็ ผ่านไปหมดไป กิเลสมีเท่าไรในใจก็ยังมีอยู่เหมือนเดิม





## ສວາກຫາໂຕ ກຄວຕາ ຮັນໂມ

ຮຽນທີ່ພະພຸທະເຈົ້າຕັດສ້ໄວ້ນີ້ເປັນອກາລິໂກ  
ດີອໍາໄມ່ເລື່ອມໍາໄມ່ໜົມດໍາປົຕາມກາລຕາມເວລາ

# ຕາຮາງເວລາ

## ພະອາຈານຍົດໝາຕີ ອົກີບາໂຕ

ເວລາ ۰۵.۴۵-۰۶.۴۰ ນ. (ໂດຍປະມາດ) ເຕີນປິນທປາຕພ້ອມຄະນະສົງໝູ  
ວັດຖຸານຸ່າ ປະຊາທິປະໄຕ

## ||ພົນຖີ່ເສັນທາງເດີນ





เวลา ๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น. ฉันเช้า ณ ศากาจัน วัดญาณสังวราราม  
หลังจันสนหนา กับญาติโยม

เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น. เสดงธรรมในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ  
วันหยุดนักขัตฤกษ์ ส่วนวันอื่นจะสนหนาธรรมกับญาติโยม ณ จุลธรรมศala  
เขตปทุมบดีธรรมบันเขา

**ทุกวันพระ วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์**  
พระอาจารย์สุชาติจะแสดงธรรมประจำเดือน ๓๐ นาทีก่อนจัน ณ ศากาจัน  
เวลา ๐๙.๐๐ น. โดยประมาณ

\*\*ขอความกรุณางดเข้าพบรอกเวลาตามที่กำหนด\*\*

\*\*สุภาพสตรีดีเล็กประโยชน์หรือการเงงล้มเบรเวนวัดและเขตปทุมบดีธรรม  
ยกเว้นแบบสามส่วน เมื่อเข้าพบรหรือฟังธรรม\*\*

\*\*งดรับกิจ尼ม耐 ในทุกกรณี\*\*

สามารถดาวน์โหลดพระธรรมเทศนา  
ของท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต ได้ที่

[www.kammathana.com](http://www.kammathana.com)

[www.PhraSuchart.com](http://www.PhraSuchart.com)

[www.facebook.com/PhraAjarnSuchart](http://www.facebook.com/PhraAjarnSuchart)