



“....พระพุทธศาสนานี้เป็นเหมือนกระจกส่องหน้า ถ้าเราไม่มีกระจกส่องหน้า เราก็จะไม่รู้ว่าหน้าตาของเราเป็นอย่างไร เราก็อาจจะคิดว่าหน้าตาของเราเหมือนกับหน้าตาของคนอื่น เพราะเราไม่เคยเห็นหน้าตาของเราเอง แต่ถ้าเรามีกระจกส่องหน้า เราก็จะรู้ว่าหน้าตาของเราเป็นอย่างไร ฉะนั้นใด พระพุทธศาสนาก็เป็นเหมือนกับกระจกส่องหน้าของเรา ให้เรารู้ว่าตัวเรานี้เป็นใคร เป็นอะไร ถ้าเราไม่มีพระพุทธศาสนา เราก็จะคิดว่าร่างกายนี้เป็นตัวเรา แต่ถ้าเรามีพระพุทธศาสนา เราก็จะรู้ว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ตัวเรา....”

“...ถ้าเรามีพระพุทธศาสนาไว้ส่องตัวเราคือใจของเรา เราก็จะรู้ได้ว่าใจของเรานี้เป็นตัวของเรา เราก็จะได้รู้ว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ตัวของเรา เราจะได้รู้ว่าความสุขของเราเกิดจากความคิดแบบไหน เกิดจากการพูด การกระทำแบบไหน ความทุกข์ของเราเกิดจากความคิดแบบไหน เกิดจากการพูด การกระทำแบบไหน เมื่อเรารู้แล้ว เราก็จะได้คิดและพูดและทำในแบบที่จะทำให้เรามีความสุข เราก็จะยุติการคิด การพูด การกระทำแบบที่ทำให้เราเกิดความทุกข์ขึ้นมา...”

โดย พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต



**ISBN**

๙๗๘-๖๑๖-๓๙๕-๓๐๐-๒

**พิมพ์ครั้งที่ ๑**

สิงหาคม ๒๕๕๘

**จำนวนพิมพ์**

๑๕,๐๐๐ เล่ม

**ผู้จัดพิมพ์**

คณะศิษย์ท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต

**ออกแบบรูปเล่ม**

นางสาวศิริกัญญา ชัยชนะทอง

นักศึกษาคณะการสื่อสารมวลชน ชั้นปีที่ ๓  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

**ออกแบบปก**

นางสาวทักษพร สารพฤษ

นักศึกษาคณะการสื่อสารมวลชน ชั้นปีที่ ๓  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

**จัดพิมพ์ที่**

บริษัท ศิลป์สยามบรรจภัณฑ์และการพิมพ์ จำกัด

### **แจกฟรีเป็นธรรมเนียมบรรณาการ**

"...ถ้าท่านผู้ใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน  
ท่านผู้นั้นกรุณาพิมพ์ได้ตามประสงค์โดยไม่ต้องขออนุญาตแต่อย่างใด  
นอกจากพิมพ์เพื่อจำหน่ายจึงขอสงวนลิขสิทธิ์..."





หนังสือกระจกส่องใจเล่มนี้เป็นผลงานของผู้ชนะเลิศในการประกวดออกแบบหนังสือธรรมะ “**กระจกส่องใจ**” ของนักศึกษาคณะกรรมการสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งจัดขึ้นโดยกองทุนเฉลี่ยวอยู่วิธานุสรณ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทุนการศึกษาและให้ธรรมะได้เข้าถึงเยาวชนคนรุ่นใหม่ไปพร้อมกัน จึงเปิดโอกาสให้เด็กได้นำเสนอแนวคิด มุมมอง และความเข้าใจในหัวข้อธรรม ซึ่งผลงานที่ออกมาเป็นที่น่าชมเชยและน่าประทับใจดังผลงานที่ท่านถืออยู่ในมือนี้

กองทุนเฉลี่ยวอยู่วิธานุสรณ์ ได้ก่อตั้งขึ้นเพื่อเป็นอนุสรณ์แด่คุณเฉลี่ยว อยู่วิทยา มีวัตถุประสงค์เพื่อสานต่อปณิธานความตั้งใจของคุณเฉลี่ยว ซึ่งท่านได้ให้ความสำคัญกับการศึกษาของเยาวชนไทย และท่านยังเป็นผู้ที่ให้ความเคารพและเทิดทูนพระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง

พระพุทธศาสนามีคุณมีประโยชน์มากมายสำหรับพวกเราทุกคน พระพุทธศาสนาเปรียบเสมือนกระจกที่ส่องใจของพวกเรา สะท้อนให้เห็นความจริงว่าปัญหาทุกอย่างอยู่ที่ใจเรา ความทุกข์อยู่ที่ใจเรา ไข้อยู่ในใจเรามีสิ่งเดียวเท่านั้นในโลกนี้ที่จะดับไฟ ดับความทุกข์ในใจเราได้ ก็คือธรรมะของพระพุทธเจ้า

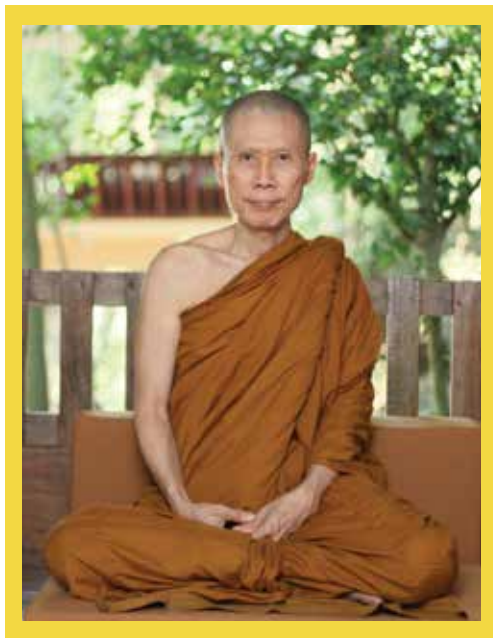
# สารบัญ



|                                                                                   |                                    |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----|
|  | ลูกปรึกษา .. เรื่องของพ่อแม่ ..... | ๑๑  |
|  | พ่อแม่ปรึกษา .. เรื่องของลูก ..... | ๑๓๖ |
|  | ธรรมชาติในครอบครัว .....           | ๒๔๖ |

ประวัติย่อ

## ท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต



**ท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต** ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่พระจุลนายก พระราชาคณะปลัดซ้าย ในสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) ได้รับพระราชทานพัดยศ เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๓๖



ท่านถือกำเนิดเมื่อเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๙๐ เมื่อท่านอายุได้ประมาณ ๒ ขวบ โยมพ่อได้นำท่านมาฝากกับคุณย่าที่จังหวัดสุพรรณบุรี ให้ช่วยเลี้ยงดูแทน เนื่องจากไม่สะดวกในการเลี้ยงดูเพราะต้องทำงานและย้ายที่ทำงานบ่อย ตัวท่านเองสนใจธรรมะตั้งแต่สมัยเรียนอยู่ที่โรงเรียนเซเว่นเดย์ แอดเวนติสต์ (Seven Day Adventist Ekamai School) ปัจจุบันเป็นโรงเรียนนานาชาติเอกมัย กรุงเทพฯ เมื่อเรียนจบเกรด ๑๒ (ม.๖) ได้ไปเรียนต่อด้านวิศวกรรมโยธา (Civil Engineering) ที่ State University มลรัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา เมื่อเรียนจบกลับมาเมืองไทยได้ทำงานเป็นผู้จัดการร้านไอศกรีมอยู่ระยะหนึ่ง กระทั่งคิดหาหนทางสู่ความสงบที่แท้จริง ก็คือการบวช หลังจากได้อ่านหนังสือธรรมะที่พระฝรั่งแปลจากพระไตรปิฎกเป็นภาษาอังกฤษที่เกี่ยวกับอนิจจัง ความไม่เที่ยง

ท่านได้ตัดสินใจบวชเมื่ออายุได้ ๒๗ ปี (วันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๘) ณ วัดบวรนิเวศวิหาร โดยมีสมเด็จพระสังฆราชฯ เป็นพระอุปัชฌาย์ ซึ่งโยมพ่อและโยมแม่ของท่านไม่ขัดข้องเพราะเป็นการตัดสินใจของท่านเอง ท่านพระอาจารย์สุชาติ ได้เคยกล่าวว่า

“เหตุผลที่ทำให้บวช ไม่ได้เพราะอกหักหรือ ไม่ได้เพราะมีแฟน ไม่เคยสูญเสียอะไร พ่อแม่ก็อยู่ ถ้าจะอกหักก็ไม่ว่าจะอกหักตรงไหน จะเสียใจก็ไม่ว่าจะเสียใจตรงไหน ถ้าจะถามว่าทุกข์หรือเปล่า ทุกข์อะไร เพราะมันไม่สุข เพราะสุขที่มีอยู่มันไม่ถาวร มันสนุกเฮฮาปาร์ตี้ เดี่ยวมันก็หมดแล้ว หมดแล้วมันก็เศร้าสร้อยหงอยเหงาอีกแล้ว ต้องเฮฮากันใหม่ มันก็เป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ มันถึงเบื่อ มันไม่มีอะไรที่มันดีกว่านี้หรือ พอได้อ่านหนังสือธรรมะก็พบว่ามันดีกว่านี้ (สมาธิ) คราวนี้ก็ตั้งใจอยากจะได้มากๆ อยากจะได้ทั้งวันทั้งคืน มันก็ต้องปฏิบัติทั้งวันทั้งคืน”

หลังจากที่บวชได้ประมาณ ๖ สัปดาห์ ท่านก็ได้เดินทางไปจำพรรษาอยู่กับหลวงตาพระมหาบัว ญาณสัมปันโน วัดป่าบ้านตาด จ.อุดรธานี รวมเป็นระยะเวลา ๙ ปี (ช่วงพรรษาที่ ๑-๙) โดยท่านได้เล่าชีวิตช่วงที่จำพรรษาที่วัดป่าบ้านตาดว่า

“ที่วัดป่าบ้านตาดก็อยู่ไป ปกติเราก็ไม่ชอบไปคุยกับใคร ไม่อะไร อยู่ก็พยายามทำหน้าที่ของเราไป ส่วนงานภาวนาเราก็ทำของเรา เวลาเสร็จจากหน้าที่เราก็กลับไปที่พักของเราไปเดินจงกรม นั่งสมาธิของเรา เวลาหลวงตาเรียกประชุมก็มานั่งฟังประชุมแต่ไม่เคยมีโอกาสดูคุยกับท่าน เพราะไม่ได้คิดว่าอยากจะคุยกับท่าน ท่านเทศน์ทุกอย่างครบถ้วนบริบูรณ์ ท่านเทศน์ตั้งแต่ศีล สมาธิ ปัญญา ขึ้นไปถึงวิมุตติหลุดพ้น แล้วเราก็อาศัยอ่านหนังสือธรรมะของท่าน ตอนนั้นมีอยู่ ๒ - ๓ เล่ม ประวัติหลวงปู่มั่น และก็ปฏิบัติฯ และก็อ่านแว่นดวงใจ อ่าน ๓ เล่มนี้เป็นหลักแล้วก็มีเล่มอื่น พอดีตอนนั้นท่านกลับมาจากลอนดอน ท่านก็มีภาษาอังกฤษเป็นหนังสือที่ท่านไปเทศน์ให้ชาวต่างประเทศฟัง ก็ใช้หนังสือของท่านอ่านหาเวลาอ่านประมาณวันละชั่วโมง เสริมความรู้ไปก็เลยไม่มีความจำเป็นที่จะต้องไปรบกวนท่าน แล้วตอนนั้นจิตของเราก็ไม่อยาก



จะยุ่งกับใคร มันชอบของมันอยู่คนเดียว ชอบลุยกับกิเลสตัณหา  
ของตัวเอง รู้กับเรื่องของตัวเอง ก็เลยไม่ไปสนใจใคร แม้แต่พระ  
ด้วยกันเราก็ไม่ไปยุ่งกับใคร”



หลังจากนั้นท่านก็กลับมาจำพรรษาที่วัดโพธิ์สัมพันธ์ เมืองพัทยา  
จ.ชลบุรี อยู่อีก ๑ ปี ก่อนจะเดินทางมาจำพรรษาที่วัดญาณสังวราราม ตั้งแต่  
ปี พ.ศ. ๒๕๒๗ จนถึงปัจจุบัน และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาส  
ในการดูแลการปฏิบัติธรรมของพระสงฆ์ รวมทั้งการรักษาพื้นที่ของวัดทั้งหมด

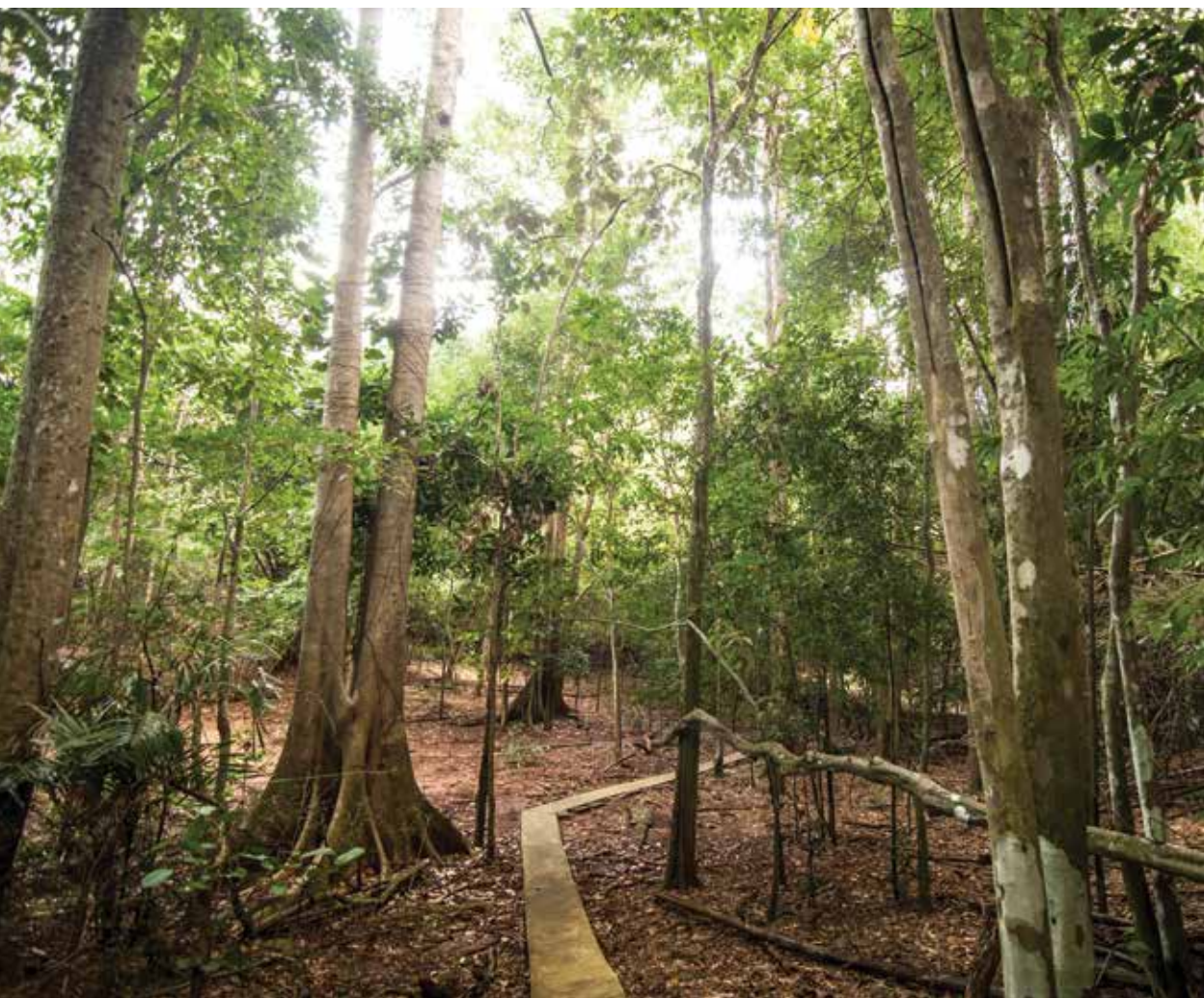
ปัจจุบันพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต เทศนาธรรมสอนศรัทธาญาติโยมที่  
สนใจการปฏิบัติธรรม ทุกเช้าก่อนฉัน ในวันเสาร์ อาทิตย์ วันหยุดตามประกาศ  
คณะรัฐมนตรี และวันสำคัญทางศาสนา ที่ศาลาเอนกกุศล สว.สก. (ศาลาฉัน)  
และเวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น. วันเสาร์และอาทิตย์ ที่จุลศาลา (ศาลาไม้)  
บนเขาชีโอน (เขตห้ามล่าสัตว์ป่าเขาชีโอน) โดยงดรับกิจนิมนต์ทุกกรณี



ท่านได้กล่าวถึงเหตุผลที่ท่านเทศนาธรรมโปรดญาติโยมจนทุกวันนี้ว่า

“มันเป็นปกติของผู้มีความรู้ ของผู้ที่เห็นคุณประโยชน์ของความรู้นี้จะสามารถช่วยเพื่อนมนุษย์ให้ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ เป็นเรื่องของความเมตตาของจิตใจที่บริสุทธิ์ที่สะอาดนี้ จะไม่ปรารถนาอะไรจากใคร ตนเองก็พอแล้ว ตนเองก็อิ่มแล้ว ก็อยากจะให้คนอื่นได้อิ่มได้พอเหมือนกับเรา เหมือนกับเรากินอาหาร เราเห็นขอทานมานี้ เราก็ส่งสารไข่มุข เราก็อยากจะแบ่งให้เขากิน เพื่อให้เขาได้อิ่มเหมือนเรา มันเป็นธรรมชาติของจิตใจของคน”





# ธรรมะเกี่ยวกับพ่อแม่ลูก (ครอบครัว)

โดย ท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต  
วัดญาณสังวราราม จ.ชลบุรี



“พระคุณของคุณพ่อคุณแม่ที่ให้ชีวิตเรา ก็มากเท่ากับ  
พระคุณของพระพุทธเจ้า ของพระอรหันต์ ท่านเป็น  
พระอรหันต์ในทางโลก ส่วนพระพุทธเจ้า พระอรหันต์  
เป็นพระอรหันต์ในทางธรรม ในทางจิตใจ ท่านให้  
พระนิพพานเรา ให้เราอยู่ในพระนิพพานได้”

ลูกปรึกษา

เรื่องของ

พ่อแม่





# ขอข้อมูล ให้แม่ที่กำลังป่วยหนัก



ถาม

ตอนนี้แม่ป่วยหนัก วันนี้หมอเข้ามาคุยกับแม่แล้วบอกว่าให้เลือกว่าจะรักษาต่อหรือไม่ ถ้าเลือกที่จะรักษาต่อก็ต้องทรมาณกับทุกขเวทนาทางกาย แต่ถ้าเลือกที่จะไม่รักษาต่อหมอก็จะหยุด และรักษาตามอาการและให้กลับบ้าน แต่เมื่อก่อนแม่เคยพูดเสมอว่าพร้อมที่จะตาย อยากจะตายเพราะทรมาณ แต่พอแม่ได้ยินหมอพูดแบบนั้น หนูเห็นแม่ซ็อกไปเลยกับคำพูดของหมอที่พูดประมาณว่าหมดทางที่จะรอดแล้ว ตอนนี้คือรอความตายอย่างเดียว ขอพระอาจารย์ให้ข้อคิดทางธรรมด้วยค่ะ

พระอาจารย์

มันก็เป็นธรรมอยู่แล้วคำถามนี้ ก็รู้อยู่แล้วว่าต้องปล่อย ปล่อยแล้วใจก็จะสงบ ใจก็จะไม่ทรมาณ ถ้าไม่ยอมปล่อย ใจก็ทรมาณไปเปล่าๆ และผลก็ไม่เปลี่ยนแปลง ผลก็เหมือนกัน ตายเหมือนกัน แต่ตายแบบสงบ ตายแบบสบายหรือตายแบบทุกข์ทรมาณ ก็อยู่ที่การจะปล่อยไม่ปล่อย

การจะปล่อยได้ก็ต้องเห็นว่าร่างกายไม่ใช่ตัวเรา เห็นว่าร่างกายไม่เที่ยงเกิด แก่ เจ็บ ตาย โดยเฉพาะการเห็นว่ามันไม่เป็นตัวเรานี้เป็นตัวที่สำคัญ ถ้าเราเห็นว่ามันไม่ใช่ตัวเรา เราก็จะไม่เดือดร้อน วิธีจะเห็นว่าไม่ใช่ตัวเรา เราก็ต้องแยกกายออกจากใจให้ได้



“วิธีที่จะแยกใจออกจากกายก็ต้องทำใจให้สงบ  
เจริญพุทโธๆ หรือดูลมหายใจเข้าออก อย่าให้คิดอะไร  
ตอนนี้อย่าไปคิดถึงเรื่องร่างกาย ให้อยู่กับพุทโธๆ ไป  
หรืออยู่กับลมหายใจไป เพื่อให้ใจเข้าสู่ความสงบ”

พอใจเข้าสู่ความสงบ ใจกับร่างกายก็จะแยกออกจากกัน ร่างกายก็จะ  
หายไปจากความรู้สึก จะเหลือแต่ตัวรู้ ผู้รู้อยู่ตัวเดียว ก็จะมีตัวนี้ไม่ได้ตาย  
ตัวนี้ไม่ได้เป็นร่างกาย ตัวนี้ไม่ต้องไปทุกข์กับร่างกาย ขอให้ตัวนี้ปล่อย  
เท่านั้นเอง

วิธีปล่อยก็ให้รู้เฉยๆ อย่างที่ขณะที่อยู่ในสมาธิ ขณะที่อยู่ในสมาธินี้  
ใจหยุดทำงาน ใจหยุดยึดหยุดติดหยุดอยากกับร่างกาย ดังนั้นวิธีที่จะปล่อย  
อย่างมีความสุข อย่างมีความสุข ก็ต้องพยายามทำสมาธิให้ได้ คนเราบางที

ถึงเวลาจนตรอกแล้วมันทำได้ เช่น คนเราเวลาจะจมน้ำตายนี้มีศพลอยมา  
ยังกอดศพไว้เลย ยอมกอดศพดีกว่ายอมตายเข้าใจไหม ตอนนี้จะตายแล้ว  
ก็ต้องกอดสมาธิเท่านั้นแหละถึงจะไม่ทรมาน กอดสมาธิกอดปัญญา มีสมาธิแล้ว  
ถ้าเห็นว่าไม่เป็นตัวเราของเราก็จะปล่อยได้อย่างง่ายดาย ถ้ายังไม่มีสมาธิ  
ถึงแม้ใครจะมาบอกว่าไม่ใช่ตัวเราของเราก็ไม่เชื่อ ก็มองไม่เห็นอีกแหละ  
ก็ยังคิดว่าเป็นตัวเราของเราอยู่

ดังนั้น จำเป็นจะต้องมีสมาธิก่อน พอมีสมาธิแล้วจะรู้ว่า อ้อ ไม่มีร่างกาย  
นี่กลับสบายกว่ามี เวลาไม่มีร่างกายนี้เหมือนแบกภูเขาไว้บนอก พอจิตเข้าไปใน  
ความสงบ ปล่อยวางร่างกายแล้วนี้ เหมือนกับยกภูเขาออกจากอก แล้วจะ  
รู้จักวิธีปล่อยร่างกายได้ ก็คือไม่แบกมัน ไม่ไปยึดไปติด ไม่ไปถือว่ามันเป็น  
ตัวเราของเรา แล้วใจก็จะอยู่อย่างสงบ อยู่อย่างสบาย ไม่เดือดร้อนกับ  
ความตายของร่างกาย นี่คือคำตอบ

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

“มรรคผลนิพพานในอุ้งมือ”)



วิธีที่จะทำให้แม่ลูก  
อยู่ด้วยกันอย่าง  
มีความสุข

## ถาม

ขอวิธีรับมือและการแก้ปัญหาความไม่เข้าใจกันระหว่างแม่กับลูก เนื่องจากใช้ชีวิตตั้งแต่เรียนและทำงานอยู่ที่เมืองนอกโดยตลอด จึงทำให้ซึมซับวัฒนธรรมและการใช้ชีวิตของคนตะวันตก โดยเฉพาะเรื่องการเคารพสิทธิส่วนบุคคล การไม่ยุ่งไม่ก้าวก่ายเรื่องส่วนตัวกัน แต่เมื่อต้องสูญเสียบุคคลในครอบครัว จึงทำให้ต้องเออรีรีไทร์ออกจากงานแล้วกลับมาดูแลแม่ซึ่งอายุมากแล้ว แต่ด้วยความที่แม่เป็นผู้หญิงเก่ง จึงทำให้แม่เข้ามาก้าวก่ายในชีวิตส่วนตัวต่างๆ ที่ลูกอายุมากแล้ว เกือบ ๗๐ แล้ว ทุกครั้งที่แม่เข้ามายุ่งเข้ามาวุ่นวาย ก็จะมีปัญหาทะเลาะกัน และถูกคุณแม่ดุดำใช้ถ้อยคำที่รุนแรงจนเครียดและมีปัญหาโรคกระเพาะ



## พระอาจารย์

วิธีที่จะทำให้สองคนอยู่กันอย่างมีความสุข ก็คือต้องรู้จักประสานส่วนเหมือนและ สงวนส่วนต่าง ถ้ามีความคิดเห็นไม่ตรงกันก็อย่าเอามาพูดกัน พูดกันก็ไม่วันจบ ไม่มีวันเข้าใจกัน พูดแต่ในเรื่องที่มีความเห็นตรงกัน ส่วนความเห็นที่ไม่ตรงกันก็อย่าพยายามที่จะน้อมให้เข้าหากัน ให้มันเข้าหากันเองถ้ามันจะเข้าหา ถ้ามันไม่ยอมเข้าหาก็คงคนต่างอยู่ไปไม่เป็นเรื่องสำคัญอะไร อยู่แบบนี้ก็ได้ อยู่แบบนั้นก็ได้ ตายเหมือนกัน ให้คิดอย่างนี้ เขาจะให้เราเป็นอย่างนี้ ถ้าเราไม่เป็น วิธีที่จะปฏิบัติกับเขาก็คือ

“เอาความสงบสยบความเคลื่อนไหว  
ก็คือปล่อยให้เขาพูดให้พอ ปล่อยให้เขาบ่นให้พอ  
เราก็ดูเฉยๆคนเดียว ไม่ต้องไปตอบโต้ไม่ต้องอะไร”

ถึงเวลาเราก็ทำไปตามเรื่องของเรา ถ้าการกระทำของเราไม่ได้ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับเขา ก็ไม่น่าจะมีปัญหาอะไร ถ้าเป็นการกระทำที่ทำให้เขาเดือดร้อนเสียหาย เราก็ควรจะหยุด

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

“มรรคผลนิพพานในอุ้งมือ”)

๓ ให้ถือว่า  
การดูดำดูว่ากล่าวนี้  
เป็นข้อสอบ

กาม

ช่วงที่กลับมาเมืองไทยแรกๆ ต้องปรับตัว  
แต่โชคดีที่เจอธรรมะ และได้ปฏิบัติ นั่งสมาธิ  
ก่อนนอนและหลังตื่น แต่สติก็ต้องกระเจิง  
ทุกครั้งหลังจากคุยกับแม่ เพราะทะเลาะกันและโดนแม่  
ด่าทุกครั้ง และทุกครั้งที่คุณแม่ดุ ด่า ก็จะเสียกำลังใจ  
รู้สึกเหมือนระอาชีวิต อยากจะหนีเข้าวัดหาที่สงบปฏิบัติธรรม  
แต่อีกใจก็เป็นห่วงแม่ สงสารแม่ กลัวบาป อยู่ใกล้ก็เป็นห่วง  
อยู่ไกลก็กลัวรัก จึงกราบขอพระอาจารย์เมตตาขอโอวาท  
พระอาจารย์

ก็ควรจะ**พลิกนรกให้เป็นสวรรค์ขึ้นมา**  
**ให้ถือว่าการดูดำว่าการนี่เป็นข้อสอบ**

พระอาจารย์

ไม่ว่าเราจะไปอยู่ที่ไหน ไปอยู่วัดก็ต้องเจอ ยิ่งไปอยู่กับวัดที่มีครูบาอาจารย์ ที่ดูเก่งว่าเก่งกว่านี้ยิ่งจะเจอหนักกว่าอยู่ที่บ้านเสียอีก ดังนั้นอย่าให้เราไป กลัวกับคำดูดำว่าการ เพราะว่ามันก็เป็นเพียงเสียงเป็นลมปากเท่านั้นเอง ปัญหามันไม่ได้อยู่ที่เสียง ที่ดูดำว่าการ ปัญหาอยู่ที่ใจเราต่อต้านการดูดำว่าการ ไม่ชอบการดูดำว่าการ ชอบแต่การสรรเสริญเยินยอ แต่พระพุทธเจ้า ก็ทรงตรัสสอนอยู่เสมอว่าเราอยู่ในโลกธรรม ๘ ต้องมีการเจริญและเสื่อม ทั้งของโลกธรรมทั้ง ๘ คือมีเจริญลามก็ต้องเสื่อมลาม มีเจริญยศก็ต้องเสื่อมยศ มีสรรเสริญก็ต้องมีนิินทาเป็นธรรมดา จะให้มีแต่สรรเสริญ อย่างเดียวนั้นเป็นไปได้

ดังนั้น เราควรจะดีใจที่มีคนมาคอยให้ข้อสอบเราอยู่เรื่อยๆ เพราะ ถ้าไม่มีใคร เราก็จะเหลิง เราก็จะคิดว่าเราเก่ง ถ้าเราเก่งจริงเราต้องให้ เขาได้ ได้ วิธีที่จะให้เขาได้ ได้ พระพุทธเจ้าก็สอนบอกให้ทำตัวเป็นเหมือน ผ้าขี้ริ้ว ทำเป็นเหมือนคนรับใช้ เจ้านายจะด่าอะไรจะว่าอะไรก็ปล่อยเขาไป ขอให้เขาจ่ายเงินเดือนก็พอ

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

“มรรคผลนิพพานในอุ้งมือ”)



อยากให้พ่อ  
ทำงาน  
และรักษาศีล

ถาม

หนูอยากจะให้พ่อของหนูทำงานแล้วก็รักษาศีลเจ้าค่ะ

ทำไมถึงจะไปให้พ่อทำ

พระอาจารย์

ถาม

เพราะกลัวพ่อตกนรกค่ะ

เขตก เราไม่ได้ตกนิ เราจะไปกลัวอะไร

เราควรจะน่ากลัวเรตกเสียมากกว่า ตกนรก

เพราะไม่อยากให้เขตกนรกรู้หรือเปล่า หนูกำลังตกนรกอยู่หรือเปล่า หนูสุขหรือหนูทุกข์

พระอาจารย์

ถาม

ไม่ค่อยสุขเท่าไร

ก็นั่นแหละไม่สุขมันก็ต้องทุกข์ ทุกข์มันก็นรกดีๆ นี่เอง หนูไม่อยากให้คนอื่นตกนรก หนูเลยตกนรกแทนเขาหรือ

พระอาจารย์

**ถาม**

ท่านอาจารย์พอมีอุปายอะไรไหมคะ หนูอยากให้อุปัฏฐา

ก็ดูพระพุทธเจ้า ถ้าท่านทำให้พวกเราไม่ตก  
นรกกันได้ ท่านก็คงทำให้พวกเราไม่ตกนรก  
กันแล้ว แม้แต่พระพุทธเจ้ายังทำไม่ได้ แล้ว  
เราจะไปทำอย่างไรได้ มันเป็น Mission Impossible

**พระอาจารย์**

**ถาม**

จะให้ปล่อยไปอย่างนี้หรือเจ้าคะ

หนูก็ทำตัวของหนูไป เอาหนังสือธรรมะ  
ไปทิ้งไว้ที่บ้าน มีเวลาก็ชวนพ่อมาทำบุญ  
ชวนพ่อมาเข้าวัด ถ้าเขามาก็ดี ถ้าเขาไม่มา  
ก็เรื่องของเขา หนูทำตัวเองของหนู หนูบวชชีได้หรือเปล่า

**พระอาจารย์**

**ถาม**

ยังไม่ได้เจ้าคะ

นั่นนะซี แล้วหนูจะไปทำให้พ่อทำทาน  
รักษาศีลได้อย่างไร ขนาดตัวหนูเอง หนูยัง

**พระอาจารย์**



บังคับให้ตัวเองทำไม่ได้ แล้วหนูจะไปบังคับให้คนอื่นเขาทำได้อย่างไร  
เข้าใจไหม แต่ละคนก็มีความสามารถมีความเห็นไม่เหมือนกัน เขามีความเห็น  
ว่าบุญไม่ต้องทำ ไม่ต้องรักษาศีลก็ได้ เขามีความสุขของเขาอย่างนั้น เราจะ  
ไปทุกข์กับเขาทำไมในเมื่อเขามีความสุข พ่อหนูทุกข์หรือสุขตอนนี้

ถาม

หนูไม่ทราบค่ะ สุขบ้างทุกข์บ้างมั้งคะ

แล้วใครเป็นคนทำให้เขาสุขหรือทุกข์ล่ะ

พระอาจารย์

ถาม

พ่อหนูเองค่ะ

แล้วหนูไปบอกให้เขาทำทานได้หรือเปล่า  
หนูไปบอกให้เขารักษาศีลได้หรือเปล่า

พระอาจารย์

ถาม

ทาน พ่อจะบอกให้ทำได้ แต่รักษาศีลคงบอกไม่ได้เจ้าค่ะ

ไม่ได้แล้วจะอย่างไร

พระอาจารย์

ถาม

หนูก็เลยมาถามท่านอาจารย์เจ้าค่ะ

เราก็เลยถามกลับไง

พระอาจารย์

ถาม

ทำอะไรไม่ได้เจ้าค่ะ

รู้จักคำว่าอนัตตาไหม นี่แหละ อนัตตา  
ก็คือไม่อยู่ในวิสัยของเราที่จะไปทำอะไรได้

พระอาจารย์

จึงเรียกว่าอนัตตา ของทุกอย่างในโลกนี้มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา  
พอเราอยากจะทำอนัตตาให้เป็นอัตตา มันก็ทุกข์ เพราะมันเป็นไปไม่ได้  
อยากให้ของต่างๆ มันเป็นไปตามใจเรามันไม่ได้หรอก บางอย่างก็ทำได้  
บางอย่างก็ทำไม่ได้ ทำได้ก็ทำไป ทำไม่ได้ก็ต้องหยุดทำ เหมือนตอนนี้ออก  
ให้ฟ้าหยุดร้องได้หรือเปล่า

ถาม

ไม่ได้เจ้าค่ะ

ทำไมไม่ขอให้ฟ้าหยุดร้องละ

พระอาจารย์

ถาม

มันก็ไม่ค่อยเกี่ยวกันเท่าไรหรอก

พ่อกับเราก็ไม่เกี่ยวกันเราไปเกี่ยวกับเขาเอง

ต่างหาก เขาก็เป็นคนรู้จักกันเท่านั้นเอง

พระอาจารย์

คนที่มีความสัมพันธ์กันแต่เขาก็เป็นเหมือนห้องฟ้านี้แหละ เราก็ไม่สามารถที่จะไปสั่งให้เขาเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ได้ เพราะความเกี่ยวกันมันเลยทำให้เราทุกข์ เพราะถ้าไม่เกี่ยวกันเราก็ไม่ทุกข์ใช่ไหม ถ้าเขาเป็นคนอื่นเราก็ไม่ทุกข์ไม่ใช่ นี่เราทุกข์เพราะอะไร เพราะเราอยากนี่เอง ถ้าเราไม่อยากเราจะทุกข์ไหม ก็อย่าไปอยากสิ อยากก็ไม่ได้ตั้งใจอยากแล้วไปอยากทำไม

“ทำดีที่สุดแล้ว ทำได้เท่าไรก็เท่านั้น อย่างตอนนี้นับมือ  
อยากจะทำให้มันสว่างได้ไหม ถ้าไม่ไปอยากให้มันสว่าง  
ก็ไม่เดือดร้อนใช่ไหม ถ้าอยากให้มันสว่างเราก็เดือดร้อน  
ต้องดูความอยากของเรา”

เวลาไม่สบายใจ ถามว่าตอนนี้เรากำลังอยากกับอะไร แล้วเราทำอะไรได้หรือเปล่า เราทำตามที่เราอยากได้หรือเปล่า ถ้าไม่ได้อย่าไปอยากไม่ดีกว่าหรือเมื่อไม่อยากแล้วเราก็จะเฉยๆ ไม่เดือดร้อนไม่ทุกข์ ถ้าอยากแล้วก็เดือดร้อน

แล้วก็ทำอะไรไม่ได้อยู่ดี ของทุกอย่างเขามีเหตุมีปัจจัยมีวาระของเขา เหตุปัจจัยทำให้เขาเป็นอย่างนี้ เขาก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าอยากจะแก้เขาก็ต้องไปแก้ที่เหตุปัจจัยของเขา ปัจจัยของพ่อก็คือความหลง เห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นว่านรกไม่มีสวรรค์ไม่มี เห็นว่ากรรมไม่มี ทำบุญก็เท่ากับทำบาป ไม่มีผลต่างกัน ทำบาปดีกว่าสวกกว่า หนูต้องไปแก้ที่ตรงนั้นซิ แก้ที่ความเห็นผิดเป็นชอบของเขา ทำบาปมันมีโทษ ทำบุญไม่มีโทษ แก้ได้ไหมละ

เหมือนพระพุทธเจ้าแก้ให้องคุลิมาล พระพุทธเจ้าแก้ได้ หรือเอาตัวอย่างองคุลิมาลไปใช้กับพ่อดูซิ เอาเรื่องตัวอย่างองคุลิมาลไปเล่าให้ฟังก็ได้ องคุลิมาลร้ายกว่าพ่ออีก ฆ่าคนมาแล้วตั้ง ๔๔๔ คน พอเจอพระพุทธเจ้า บอกนั้นไม่ใช่ทางไปสู่ความสุข ทางไปสู่ความทุกข์ ทางไปสู่นรก พองคุลิมาลได้ยินเท่านั้นก็ตกใจ ไปบอกพ่อบอกทำบาปเป็นทางไปสู่นรกนะพ่อ จะบอกได้หรือเปล่า เตียวบอกแล้วโกรธกลับมาจะอย่างไร เป็นลูกก็ไปสอนพ่อไม่ได้ อีกแหละ นอกจากพ่อถามก็บอกได้ ถ้าพ่อถามหนูมาวัดแล้วได้เรียนรู้อะไรบ้าง พุดไปเลยว่าเรียนรู้ว่าทำบาปแล้วทุกข์ ทำบุญแล้วสุข ถ้าไม่เชื่อเรื่องนรกเรื่องสวรรค์ก็เอาเรื่องสุขเอาทุกข์แทน ไม่ต้องไปพุดเรื่องนรกเรื่องสวรรค์ก็ได้ ถ้าทำบุญแล้วจะมีความสุข ถ้าทำบาปแล้วจะมีความทุกข์

ถ้าพ่อเขาบอกฉันทำบาปฉันก็มีความสุขจะอย่างไร ฉันกินเหล้าฉันก็มีความสุข ฉันโกหกเมียก็มีความสุข มันก็ต้องปล่อยเขาไปใช่ไหม ตัวหนูก็ต้องดูตัวหนูเอง หนูกำลังทุกข์ ทำไมหนูไม่แก้ความทุกข์ของหนูก่อน หนูไปแก้ความทุกข์ของคนอื่นทำไม ยิ่งแก้ความทุกข์ของคนอื่นความทุกข์ของตนยิ่งมีมากขึ้นไป ต้องแก้ความทุกข์ของตัวเองก่อนสิ เป็นหมอรักษาตัวเองไม่ได้แล้วจะไปรักษาคนอื่นได้อย่างไร ไข้ไหม หัดรักษาตัวเองให้ได้ก่อน รักษาตัวเองได้แล้วค่อยไปรักษาคนอื่น เข้าใจหรือยัง

(ธรรมะบนเขา (สนทนาธรรม) วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๗)



*ปรณนิบัติ  
พระอรหันต์*



กาม

ขออุบายวางใจเนื่องจากมีภาระที่ต้องเลี้ยงแม่ ซึ่งเป็นคนแก่  
เจ้าอารมณ์ เวลาถูกแม่ดุดำ มักคุมสติไม่อยู่ค่ะ

ก็ให้คิดว่าเรากำลังปรนนิบัติพระอรหันต์  
ก็แล้วกัน พ่อแม่ของเราพระพุทธเจ้าบอกว่า  
เป็นพระพรหม เป็นพระอรหันต์ของลูก ๆ เราต้องคิดถึงเวลาที่แม่เลี้ยงเราบ้าง  
เราปวดท้องฉี่ตอนกลางคืนก็โหมงกี้ยาม เราก็ร้องลั่นออกมาปลุกพ่อแม่ที่  
กำลังนอนหลับให้ตื่นขึ้นมาพาเราไปฉี่พาเราไปขับถ่าย ที่นี้ถึงเวลาที่พ่อแม่เขา  
เป็นแบบเราตอนที่เขายังเป็นเด็กๆ แล้ว เราก็ต้องทำหน้าที่ตอบแทนบุญคุณท่านไป  
ท่านเลี้ยงเราได้ เราก็ต้องเลี้ยงท่านได้

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘ “สักแต่ว่า”)



*ควรทำตามใจแม่  
อย่าทำตามใจเรา*



ถาม

คุณแม่ของเพื่อนตอนนี้ป่วยอยู่ หมอแนะนำให้บริหารร่างกาย  
เพื่อนก็พยายามจะให้แม่ทำ แต่แม่ไม่ยอมทำ เพื่อนจะบังคับแม่  
ตลอด ก็เลยกลุ้มใจ ฝากกราบเรียนถามว่าควรจะทำตัวอย่างไร

ควรทำตามใจแม่ อย่าทำตามใจเรา

พระอาจารย์

ถาม

แต่เพื่อนอยากให้คุณแม่หาย

อย่าไปอยาก ทำตามเหตุตามผล บอกให้แม่  
ทำแล้ว ถ้าไม่ทำก็จบ เป็นเรื่องของแม่ ไม่ใช่  
เรื่องของเร

พระอาจารย์

ถาม

จะเป็นกรรมกับแม่ไหมคะ

ถ้าบังคับแม่ มีเรื่องกับแม่ ก็เป็นเวรเป็น  
กรรมกัน ควรจะรับใช้แม่ ตามใจแม่ บอก  
แม่แล้ว ถ้าไม่ทำก็เรื่องของแม่ ถ้าเคี่ยวเข็ญแม่จะเป็นเวรเป็นกรรม ถึงแม่จะ

พระอาจารย์

อยากให้ท่านหาย แต่ความอยากเป็นกิเลส เรามีหน้าที่เลี้ยงดูท่านรับใช้ท่าน ต้องเอาใจท่าน เอาตัวท่านเป็นใหญ่ ไม่ใช่เอาความอยากของเราเป็นใหญ่ ต้องเอาความสบายใจของท่านเป็นใหญ่

ถาม

แต่คุณแม่จะเคียดแค้นเขา

เพราะต่างคนต่างจะเอาชนะกันก็เลยโกรธกัน

เกลียดกัน ถ้าต่างคนต่างถอย ต่างคนต่างอยู่

ไม่เคียดเข็ญบังคับกัน ก็จะไม่มีปัญหาต่อกัน แทนที่จะทำตัวเป็นลูก กลับทำตัวเป็นแม่ จะสอนแม่บังคับแม่ให้ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ ไม่ใช่หน้าที่ของเราหน้าที่ของเราเป็นคนรับใช้ แม่เป็นเจ้านาย แม่ต้องการอะไร ถ้าไม่ผิดศีลผิดธรรม ไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย ก็เอามาให้ท่าน ถ้าผิดศีลผิดธรรม เช่น เอาเบียร์มาลักขวิด ก็ไม่ต้องเอามาให้ ทำให้ท่านมีความสุขถึงจะเป็นบุญ ทำให้ท่านมีความสุขทุกข์ ถึงแม้จะถูกใจเราก็คือบาป

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๔๕๗ วันที่ ๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖)

“เติมกำลังใจ” (จุลธรรมนำใจ ๓๓)

คนที่ทุกข์ตอนนี้



ไม่ใช่แม่แล้ว

เรานั้นแหละ

เป็นคนทุกข์เอง

ถาม

แม่ป่วยหนักร้องไห้ตลอดเวลาเพราะได้รับทุกขเวทนาทางกายมาก ซึ่งแม่ไม่มีที่พึ่ง ไม่เอาธรรมะเลย บอกให้แม่สวดมนต์ในใจแม่ก็ไม่เอา เอาแต่ร้องไห้บ่นอยากตายอย่างเดียว ในฐานะที่เป็นลูกควรทำอย่างไรดี

ก็ทำใจนั้นแหละ คนที่ทุกข์ตอนนี้ไม่ใช่แม่แล้ว เรานั่นแหละเป็นคนทุกข์เอง ถ้าเราทำใจว่ามันเป็นเรื่องของเขา เราก็บอกวิธีเขาแล้ว ถ้าเขาไม่ทำเขาก็ต้องรับผลของการกระทำของเขาไป เราก็ทำอะไรไม่ได้ เรามาทุกข์แทนเขา เราก็ทุกข์ไปเปล่าๆ ถ้าเราทำใจเราก็จะไม่ทุกข์

พระอาจารย์

ถาม

แม่ไม่ปล่อยวางเลยคะ ยังบ่นยังอาละวาด ยังท้วงโน่นนี่นั่น โทสะแรงมาก แม่เป็นคนแบบนี้อยู่แล้ว แต่พอป่วยก็ยิ่งอาละวาดหนักกว่าเดิม หนูกลัวว่าถ้าแม่จากไปในสภาพแบบนี้คงไม่ดีแน่ หนูจะช่วยแม่ได้อย่างไรดีคะ

หนูว่าแม่ไม่ปล่อยวาง หนูก็ไม่ปล่อยวาง  
เหมือนกันแหละ ดังนั้นหนูปล่อยวางก่อน  
ส่วนแม่ก็ให้เขาปล่อยของเขา เขาไม่ปล่อยก็เรื่องของเขา แต่หนูปล่อยได้  
ทำไมหนูไม่ปล่อย

พระอาจารย์

ถาม

หนูสงสัยแม่ค่ะ โดยเฉพาะเวลาที่แม่ร้องไห้เพราะความ  
เจ็บปวด หนูรู้สึกแยที่ช่วยอะไรแม่ไม่ได้ ควรวางใจอย่างไรดีคะ

ก็นั่นแหละให้ปล่อยวางไป ให้พิจารณาว่าเป็น  
ลัทธิ รัมมา อนัตตา เป็นเรื่องกรรมของสัตว์  
อนัตตา ก็คือเราไม่สามารถที่จะไปทำอะไรได้  
ถ้าเราทำได้ก็ทำไป ถ้าทำไม่ได้ก็ต้องปล่อยไป

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๕๘ “ผลประกอบการชีวิต”)



อย่ากลัว  
แต่พ่อแม่ไม่อนุญาต

ถาม

ในชีวิตประจำวันของเราพยายามให้มีสติอยู่กับกาย ที่นี้ฆราวาส  
บางที่มันก็มีกิจการงานหน้าที่ มันก็อาจจะไม่อยู่กับกายตลอดเวลา  
อย่างนี้มีวิธีแก้

ก็ต้องไปบวชเท่านั้นแหละ เป็นฆราวาสทำไม  
บวชดีกว่าเยอะเยอะ คุณจะทำทั้ง ๒ อย่างด้วย  
ไม่ได้ จะเอาเงินด้วยและจะเอาธรรมะด้วย  
มันไปด้วยกันไม่ได้หรอก ต้องเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง

พระอาจารย์

ถาม

ต้องเลือกเอา

ถ้าจะเอาธรรมะก็ต้องทิ้งเงินทอง ทิ้งความสุข  
ทางโลกไป ถ้าจะเอาทั้ง ๒ อย่างก็ครึ่งๆ กลางๆ

พระอาจารย์

จะร้อนก็ไม่ร้อน จะเย็นก็ไม่เย็น คนเขาถึงบวชกันไง เข้าใจไหม ตอนต้นเขา  
ก็เป็นฆราวาสเขาก็ปฏิบัติในฐานะของฆราวาส พอปฏิบัติไปแล้วเขาก็จะรู้  
ขอบเขตว่ามันเต็มที่แล้ว อยู่อย่างนี้ก็จะไม่ก้าวหน้าไปมากกว่านี้ เหมือนกับเรา  
ปลูกต้นไม้ในกระถาง ปลูกไปแล้วต่อไปก็จะรู้ว่ามันจะไม่ใหญ่ไปกว่านี้หรอก  
ถ้าอยากจะทำให้ต้นไม้ใหญ่กว่านี้ก็ต้องเอาออกจากกระถางเอาออกไปลงดิน

ถาม

ที่นี้ปัญหาคือพ่อแม่อยากให้ดำเนินชีวิตทางโลก แต่เราก็คอย  
จะมาทางธรรม อย่างนี้มันค้านกันอยู่

ก็เราเป็นเรา พ่อแม่ก็เรื่องของพ่อแม่  
เรื่องของเราก็คือเรื่องของเราสิ

พระอาจารย์

ถาม

อย่างนี้ถ้าจะบวชก็ต้องให้พ่อแม่อนุญาต

ถ้าโตแล้วไม่ต้องก็ได้หรอก ที่เขาให้พ่อแม่  
อนุญาตนี้หมายถึงยังเด็ก กลัวจะถูกหลอก  
ลงไป

พระอาจารย์

ถาม

อย่างนี้ไม่ต้องก็ได้ แล้วอุปัชฌาย์จะว่าไหมครับ

ก็ลองไปดูสิ ที่เขาให้พ่อแม่อนุญาตก็กลัวว่า  
จะถูกหลอกหรืออะไรมา คุณบรรลุนิติภาวะ  
คุณเป็นพ่อเป็นแม่แล้วยังต้องให้พ่อแม่มาอนุญาตทำไม

พระอาจารย์



ถาม

บางทีอุปัชฌาย์บอกว่าถ้ายังมีพ่อแม่อยู่ต้องให้พ่อแม่อนุญาตก่อน เหมือนกับพระพุทธเจ้าก็สั่งไว้ว่าถ้าพ่อแม่ไม่อนุญาตก็คือไม่ยอมให้บวช

ถ้าคุณอยากจะบวชจริงๆ ปัญหานี้จะไม่ใช่เป็น

ปัญหาหรอก คุณอยากจะได้อะไร ปัญหา

ต่างๆ นี่คุณสามารถหาวิธีข้ามมันไปได้ ก็ลองไปถามถ้าผมโกหกนี้ ผมบวชแล้วจะจับผมสึกได้หรือเปล่า เขาก็จับเราสึกไม่ได้พอเราบวชแล้ว จะจับเราสึกได้ก็ต่อเมื่อเราไปทำปาราชิก ๔ เท่านั้นเอง

พระอาจารย์

ถาม

ที่วัดนี้ก็บวชได้ใช่ไหมครับถ้าพ่อแม่ไม่ยอม

ก็เรอบอกแล้วไง ซี้โพร่งให้กระรอกแล้วก็ยัง

ฟังไม่รู้เรื่อง จะให้เรอบอกตรงๆ มันไม่ได้หรอก

เข้าใจไหม อย่างที่เวลาไปโกหกเมียว่าไม่ไปเที่ยวอย่างนี้โกหกได้ เวลาจะโกหกเพื่อไปบวชนี้โกหกไม่ได้ แหมอยากจะรักษาศีลอย่างเต็มที่ขึ้นมา ไซ้ไหม คิดดูโกหกบางอย่างมันไม่เป็นโทษไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใคร เขาเรียกว่ากุศโลบาย

พระอาจารย์

ถาม

ทีนี้ปัญหาคือว่ากลัวพ่อแม่เสียใจอย่างนี้ครับ จะทำอย่างไรครับ



เราจะทำอะไรเขาก็เสียใจอยู่ดีนั่นแหละ  
ไปกินเหล้าเขาก็เสียใจ ไปเที่ยวเขาก็เสียใจ

**พระอาจารย์**

ไปมีเมียน้อยเขาก็เสียใจ ดังนั้นอย่าไปกังวลเรื่องใจของเขา ถ้าเราทำความดี  
พระพุทธเจ้า พ่อแม่ก็เสียใจไม่ใช่หรือ พ่อก็เสียใจไม่ใช่หรือ ลูกก็เสียใจ  
เมียก็เสียใจ ถ้าพระพุทธเจ้ากลัวคนอื่นเสียใจ ก็ไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้า เวลา  
จะทำความดีรู้สึกมันมีอุปสรรคเยอะเยอะเลย เวลาจะกินเหล้ามันมีอุปสรรค  
ไม่มีเลย ใครจะมาขวางมาพูดนี้ไม่สนใจเลยใช่ไหม พ่อแม่ขอร้องอย่างไรก็จะ  
กินอยู่ดี พ่อจะบวชพ่อจะทำความดีสักหน่อยมีเรื่องขึ้นมาทันทีเลย

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ “ส่วนประกอบของชีวิต”)



*พ่อแม่เป็นพระอรหันต์*

ถาม

วันก่อนเพื่อนเล่าให้ฟังว่าท่านอาจารย์ได้เมตตาอธิบายเรื่องพ่อแม่เปรียบเหมือนกับพระอรหันต์ แต่จิตพ่อแม่ต่างกันกับพระอรหันต์อย่างไร และเราต้องนึกถึงบุญคุณของพ่อแม่อย่างไร

ที่พูดตอนนั้นมันสด ตอนนี้อามาพูดจะเป็น  
สัญญาจะไม่เหมือนกันเขาถามว่าทำไมพ่อแม่

พระอาจารย์

ถึงเป็นเหมือนพระอรหันต์สำหรับลูกๆ เพราะพระอรหันต์เช่นพระพุทธเจ้า มีคุณประโยชน์กับเรามาก ท่านช่วยให้เราหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ไม่มีใครจะช่วยเราได้ นอกจากพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ พ่อแม่ก็เป็นเหมือนพระอรหันต์ มีคุณประโยชน์กับเรามาก ท่านให้กำเนิดเรา จะเกิดเป็นมนุษย์ได้ ต้องมีพ่อแม่ การได้เกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นคุณอย่างยิ่ง เพราะมีโอกาสหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ถ้าไม่ได้เป็นมนุษย์ก็ยากที่จะหลุดพ้นได้ เช่นเกิดเป็นสุนัข ก็จะไม่มีความหลุดพ้นได้เลย พระคุณของคุณพ่อคุณแม่ที่ให้ชีวิตเรา ก็มากเท่ากับพระคุณของพระพุทธเจ้า ของพระอรหันต์ ท่านเป็นพระอรหันต์ในทางโลก ส่วนพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ เป็นพระอรหันต์ในทางธรรม ในทางจิตใจ ท่านให้พระนิพพานเรา ให้เราอยู่ในพระนิพพานได้ พ่อแม่ก็ให้ร่างกายเรามา การมีร่างกายมนุษย์ก็เป็นสิ่งที่เลิศที่สุดแล้ว ไม่มีภาพไหนจะมีคุณค่าเท่ากับภาพของมนุษย์

พระพุทธเจ้าก็เป็นมนุษย์ พุทธภาษามนุษย์ ถ้าอยากจะฟังธรรมของพระพุทธเจ้า ก็ต้องเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าไปเกิดเป็นช้างเป็นลิงที่ไปอุปัฏฐากพระพุทธเจ้า ก็จะไม่สามารถรับธรรมที่ละเอียดได้ ไม่ได้รับประโยชน์เท่าที่ควร ถ้าได้เป็นมนุษย์ได้ไปอุปัฏฐากพระพุทธเจ้าอยู่ ๓ เดือน ถ้ามีบารมีพอที่จะรับธรรมได้ ก็จะหลุดพ้นได้ เช่น พระที่ได้ไปศึกษากับพระพุทธเจ้า ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์เป็นจำนวนมาก ในสมัยปัจจุบันนี้ พระที่ได้ไปอยู่ใกล้ชิดกับครูบาอาจารย์ที่เป็นพระอรหันต์ ได้ศึกษาได้เรียนรู้จากท่าน ก็จะหลุดพ้นได้ ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์ ก็จะไม่มีความหลุดพ้นได้ ปฏิบัติไปจนวันตายก็ไม่มีทาง เพราะกิเลสมันเหนือกว่าปัญญาของเรามาก จึงต้องอาศัยปัญญาของพระพุทธเจ้า ของพระอรหันต์ ถึงจะช่วยให้เราได้ นอกจากเป็นพระโพธิสัตว์เท่านั้นที่จะชนะกิเลสได้ หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ด้วยตนเอง นอกจากนั้นแล้วไม่มีใครจะทำได้ ผู้ที่จะเป็นพระโพธิสัตว์ก็มีน้อยมาก ถ้าเปรียบกับปุถุชนคนธรรมดาอย่างพวกเรา ก็เหมือนเขาวัวกับชนวัว วัวตัวหนึ่งมีเขาวัวอยู่คู่เดียว แต่มีชนเป็นร้อย คนที่เป็นโพธิสัตว์ก็เป็นเหมือนเขาวัว สูดยอดของมนุษย์มีแค่คน ๒ คนเท่านั้นเองในจำนวนหลายๆ ล้านคน

ที่นี้กลับมาตรงที่พระคุณของคุณพ่อคุณแม่ ถ้าไม่มีคุณพ่อคุณแม่ เราจะเกิดเป็นมนุษย์ได้อย่างไร ถ้าไม่ได้เป็นมนุษย์เราก็จะไม่ได้พบพระพุทธศาสนา

ไม่ได้รับประโยชน์จากพระพุทธศาสนา ไม่มีทางหลุดพ้นได้ ไม่ได้เป็น  
พระพุทธเจ้า ไม่ได้เป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าก็มีพ่อแม่เหมือนกัน ทรงเห็น  
พระคุณของพ่อแม่ จึงพยายามโปรดท่านให้บรรลुเป็นพระอริยะกัน  
พระพุทธมารดา ก็ได้เป็นพระโสดาบันทั้งหลายที่ท่านตายไปแล้ว แต่ยังอยู่ในฐานะ  
ที่จะรับธรรมได้ ท่านเป็นเทพ ทรงอุทิศให้โปรดสอนผ่านทางกระแสนจิต  
ทางสมาธิอยู่ ๑ พรรษา จนได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน ส่วนพระพุทธบิดา  
ก็ได้บรรลुเป็นพระอรหันต์ ๗ วันก่อนจะสวรรคต พระคุณของคุณพ่อคุณแม่  
จึงยิ่งใหญ่มา ไม่มีท่านแล้วจะมีเราได้อย่างไร ถ้าดูแลท่านก็เท่ากับได้  
อุปัฏฐากพระพุทธเจ้าหรือพระอรหันต์เลย เราจึงไม่ควรมองข้ามการดูแล  
คุณพ่อคุณแม่ ถึงแม้จะยากจะลำบากอย่างไรก็ต้องอดทน ท่านอาจจะจู้จี้จุกจิก  
บ่นเรื่องนั้นบ่นเรื่องนี้ หรือไม่ทำตามที่เราบอกให้ท่านทำ ก็อย่าไปถือสา บางที  
เราห่วงท่านมากจนเกินไปจนกลายเป็นลูกบงกชเกิดเกล้าไป บังคับพ่อแม่ให้  
ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ ถ้าท่านไม่ทำก็ไม่มีไร ให้ท่านกินยา ท่านไม่ยอมกิน  
ก็ไม่มีไร ให้เดินออกกำลังกาย ท่านไม่เดิน ก็ไม่มีไร ถ้าท่านอยากจะเดิน  
เราก็ช่วยประคับประคองท่าน เราต้องคอยสนับสนุน อย่าไปเป็นเจ้านายท่าน  
บางคนเวลาเลี้ยงพ่อเลี้ยงแม่ทำเหมือนกับเลี้ยงลูก ทำให้พ่อแม่อึดอัดใจ  
จนทนอยู่ด้วยไม่ได้ ไปอยู่บ้านคนชราสบายใจกว่าเพราะรักเกินไป แต่ไม่รู้จัก  
วิธีปรนนิบัติพ่อแม่ ต้องดูพระที่ปฏิบัติกับครูบาอาจารย์เป็นตัวอย่าง

ต้องเทิดทูนเคารพท่านอยู่เสมอ ถ้าไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ฟังธรรม ก็จะทำไปตาม  
อารมณ์ พอไม่ได้ตั้งใจก็โกรธ แล้วก็พาลปล่อยปละละเลย ไม่ดูแลเลย

(กัณฑ์ที่ ๓๓๕ วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๐  
(จุลธรรมหัวใจ ๙) “งานภายใน”)





เขตพัฒนา



คือตอนต้นอ่านหนังสือธรรมะแล้วก็เลย  
ได้รู้จักวิธีนั่งสมาธิก็หนึ่ง ก็ไม่คิดว่าจะบวช

พระอาจารย์

อะไรนะ ก็หนึ่งเพื่อหาความสุข หนึ่งแล้วก็มีความสุขก็อยากจะนั่งมากขึ้น อยากจะ  
นั่งมากขึ้นก็เลยต้องลาออกจากงาน ก็เลยลองนั่งสมาธิไปอยู่ปีหนึ่งไม่ทำงาน  
ปฏิบัติอยู่ปีหนึ่ง ตัดทางโลกไปทุกอย่าง อยู่เหมือนพระอยู่ปีหนึ่ง อยู่กระทั่ง  
เงินหมด เงินหมดก็ต้องถามตัวเองว่าแล้วจะทำอะไรต่อ เงินหมดแล้ว  
ถ้าจะอยู่แบบนี้ต่อไปมันต้องออกไปทำงาน ต้องไปหาเงินมาจ่ายค่าน้ำ ค่าไฟ  
ค่าอาหาร บ้านไม่ต้องเสียค่าเช่า แต่ถ้าไปทำงานมันก็ไม่ได้ปฏิบัติแบบนี้  
ถ้าปฏิบัติแบบนี้มันก็ต้องบวช มันก็เลยมีทางเลือก ๒ ทาง ถ้ายังอยากปฏิบัติ  
อยู่มันก็ต้องบวชก็เท่านั้นเอง บวชเพราะอยากปฏิบัติต่อ อยากจะปฏิบัติ  
ให้เต็มที่ทั้งวันทั้งคืนตั้งแต่ตื่นจนหลับ ปฏิบัติอย่างเดียว เติมน้ำมันบ้าง  
นั่งสมาธิบ้าง อ่านหนังสือธรรมะบ้าง กวาดบ้านถูบ้านบ้าง ทำอะไรจิตใจ  
เจริญสติไป ก็มีความสุขดีไม่วุ่นวาย ก็มีทุกข์ด้วยไม่ใช่ไม่มี เวลาเผื่อเวลา  
กิเลสออกฤทธิ์ มันก็แข็งเหมือนกัน มันก็อะไรเหมือนกัน บางทีมันก็ออกไป  
ข้างนอกบ้าง แต่มันไม่ได้ไปเที่ยว ไปเปลี่ยนบรรยากาศ ออกไปอยู่แถว

ชายทะเลบ้าง ตอนนั้นพักอยู่ที่นาเกลือที่ตลาดใหม่อยู่ซอยข้างไปรษณีย์ อยู่บ้านก็อึดอัด อยากออกไปข้างนอก บางทีก็ไปแช่น้ำอาบน้ำทะเล ไปนั่งสมาธิ กลางแดดอยู่ชายทะเล ทำไปอย่างนี้ แต่ไม่ไปหาทางตาหูกมูกลิ้นกาย เปลี่ยนที่บ้าง ครั้งหนึ่งก็เคยไปนอนที่เกาะล้านเลย ไปก็กะจะอด เอาส้มไป โลหนึ่งแล้วเอากล้วยไป อยากจะไปหาที่เงียบๆ อยู่ ทำอย่างนี้มาทั้งปี ได้ปีหนึ่ง เงินที่เก็บจากทำงานก็หมด มันก็ต้องเลือกทางแล้วว่าจะต้องทำยังไงต่อไป มันก็ต้องบวชแล้ว ที่นี้จะบวชที่ไหนดี เพราะวัดแถวบ้านมันก็ไม่มีใครปฏิบัติ มีแต่งานสวดงานศพงานอะไรต่างๆ แต่เขาก็แนะนำว่าให้ไปวัดช่องลม อยู่ใกล้บ้าน เป็นวัดที่มีความเคร่งครัดในพระวินัย มีการศึกษาปริยัติธรรม แต่ไม่มีการปฏิบัติ เราก็เลยกราบท่านเจ้าอาวาส ไปเล่าว่าเราได้ปฏิบัติได้ ศึกษามาอยู่ปีหนึ่งแล้ว อยากจะบวชเพื่อปฏิบัติ ไม่อยากที่จะต้องมาเรียน มาสวดมาทำพิธีอะไรต่างๆ

โชคดี พอดีท่านเจ้าอาวาสท่านเพิ่งไปกราบพระทางสายหลวงปู่มั่นมา ทางภาคอีสาน ไปกราบหลวงปู่ฝั้น ลูกศิษย์หลวงปู่มั่น ท่านก็ไปเห็นวัดป่า ท่านก็มีศรัทธาท่านก็กลับมาทำวัดป่า ท่านไปมีที่ชาวบ้านถวายให้เป็นสวน ท่านเลยไปปลูกกระต๊อบให้พระอยู่ ตัวท่านก็ไปอยู่ วันไหนที่ท่านไม่มีภารกิจ ที่วัดท่านก็จะไปปลีควิเวก ท่านก็บอกว่าถ้าอยากจะบวชปฏิบัติก็ต้องไปที่ ทางภาคอีสาน ถ้าบวชกับท่าน ท่านบอกว่าต้องอยู่กับท่านอย่างน้อย ๕ พรรษา

ตามหลักพระวินัย ไปไหนไม่ได้ก็ต้องอยู่ที่วัดท่าน ที่วัดท่านก็บอกว่าไม่มี  
ปฏิบัติ มีแต่ปริยัติ มีแต่การเรียนรู้ เรียนแล้วก็มีการกิจกรรมกิจกรรมต่างๆ งานศพ  
งานสวดอะไรต่างๆ ถ้าอยากจะปฏิบัติก็ต้องไปทางภาคอีสาน ไปหาพระสาย  
หลวงปู่มั่น ตอนนั้นเป็นครั้งแรกที่เราได้รู้จัก เพราะตอนที่เรปฏิบัติเราไม่ได้  
ใช้หนังสือของไทย เราได้หนังสือมาจากศรีลังกา เป็นหนังสือที่เขาคัดมาจาก  
พระไตรปิฎก สติปัฏฐาน ๔ พระสูตรของพระพุทธเจ้า ตอนนั้นมีพระพุทธเจ้า  
เป็นอาจารย์ ท่านบอกว่าถ้าอยากไปอยู่ทางภาคอีสานก็ไปบวชที่วัดบวรฯ ได้  
แล้วสมเด็จพระญาณฯ ท่านจะอนุญาตให้ไปอยู่กับอาจารย์สายหลวงปู่มั่น ก็เลย  
ต้องไปวัดบวรฯ ไปก็เลยไปขออนุญาตท่านก็เมตตาบวชให้ บวชเสร็จก็ตอนที่  
อยู่วัดบวรฯ ก็เจอพระชาวต่างประเทศ เขาก็แนะนำให้ไปวัดป่าบ้านตาด  
วัดหลวงตามหาบัว บอกว่าวัดนี้ดีมากแรงมาก ปฏิบัติอย่างเดียว ก็เลยไป  
เขียนจดหมายไปขออนุญาต เขียนไปหาพระชาวต่างประเทศที่อยู่ที่นี่ ท่านก็  
ไปกราบขอหลวงตาให้ หลวงตาอนุญาตให้ขึ้นไปได้ แต่ให้ไปอยู่ชั่วคราว  
ท่านไม่รับถาวร ก็ไป ไปถึงท่านก็บอกอยู่ได้ชั่วคราว ก็อยู่ไปเรื่อยๆ ตอนต้น  
ท่านก็ทำท่าว่าอยู่ไม่ได้จะ อยู่ชั่วคราวนะ ตอนหลังท่านก็บอกว่าอยากจะอยู่  
ก็อยู่ไปนะ ก็เลยอยู่ไป ๙ พรรษา อยู่ที่นี่ก็มีกฎ ๕ พรรษาแรกก็ไม่ให้ไปไหน  
นอกจากมีกิจเหตุจำเป็น พ่อแม่ตายหรืออะไรอย่างนี้ถึงจะไปได้ ถ้าอยากจะลา  
ไปเที่ยวที่นั่นที่นี้ ไปวิเวกที่โน้นที่นี้ ท่านไม่ให้ไป เพราะวัดท่านก็วิเวกดีอยู่แล้ว

วัดท่านก็เป็นสถานที่ปฏิบัติดีอยู่แล้ว เราก็ต้องการสถานที่อย่างนั้นที่เราไป  
อยู่บ้านตาต พอเราได้สถานที่แล้วเราก็โอเค เรื่องอย่างอื่นนี้เราปรับตัวได้  
อาหารอะไรต่างๆ กฎระเบียบต่างๆ เราปรับตัวได้ ขอให้มันมีที่ที่ทำให้เราสบายใจ  
เราก็โอเค มีที่ให้เราอยู่เงียบๆ ที่บ้านตาตสมัยก่อนก็เป็นแบบนี้ เงียบๆ อย่างนี้  
แล้วก็ได้อยู่กับครูอาจารย์ที่มีประสบการณ์มีความรู้ก็ได้รับประโยชน์มาก  
ไม่ต้องคลำทาง อ่านหนังสือนี้มันก็ยังเหมือนคลำทางอยู่ แต่ก็ยังดีกว่าไม่มี  
หนังสือเลย แต่อ่านหนังสือนี้ถ้าไม่เข้าใจก็อาจจะหลงทางได้ เหมือนคนดู  
แผนที่ไม่เป็น เอาทิศเหนือมาพลิกกลับเป็นทิศใต้อย่างนี้ เวลาดูแผนที่ตอนต้น  
มันก็ต้องดูลูกศรก่อนใช่ไหม ลูกศรเขาชี้ทิศเหนืออยู่ตรงไหน ไม่ใช่กลับหัว  
กลับหางดู แต่ถ้ามีครูบาอาจารย์นี้ พอเราเดินผิดทาง ท่านก็บอก พอไปติดไหน  
ท่านก็บอก ติดตรงนี้จะเป็นอย่างนี้ ติดตรงนี้จะเป็นอย่างนี้นะ

พอหรือยังเหตุผลที่ทำให้บวช ไม่ได้เพราะอกหักหรืออก ไม่เคยมีแฟน  
ไม่เคยสูญเสียอะไร พ่อแม่ก็อยู่ ถ้าจะอกหักก็ไม่ว่าจะอกหักตรงไหน จะเสียใจ  
ก็ไม่รู้จะเสียใจตรงไหน ถ้าจะถามว่าทุกข์หรือเปล่า ทุกข์อะไร เพราะมันไม่สุข  
เพราะสุขที่มีอยู่มันไม่ถาวร มันสนุกเฮฮาปาร์ตี้ได้ยามันก็หมดแล้ว หมดแล้ว  
มันก็เศร้าสร้อยหงอยเหงาอีกแล้ว ต้องเฮฮากันใหม่ มันก็เป็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ  
มันถึงเบื่อไง เอ..มันไม่มีอะไรที่มันดีกว่านี้หรือ พอได้อ่านหนังสือธรรมก็พบว่า

มีนี่หว่า ฝึกนั่งสมาธิดู ถึงรู้ว่า อ้อ นี่ของจริง มีแล้วเราสบายใจแล้วเราไม่ต้อง  
พึ่งใคร เงินไม่มีก็มีได้ แต่เฮฮาปาร์ตี้ี่มันต้องมีเงินใช้ใหม่ พอได้ (สมาธิ)  
คราวนี้ก็ติดใจอยากจะได้มากๆ อยากจะได้ทั้งวันทั้งคืน มันก็ต้องปฏิบัติ  
ทั้งวันทั้งคืน ชีวิตของเรามันไปเองนะ มันไม่มีใครสอน พ่อแม่ก็สอนเราไม่ได้  
ทางนี้ เพื่อนฝูง ครูบาอาจารย์ที่เรียนในมหาวิทยาลัย ใครเขาก็สอนเราทางนี้  
ไม่ได้ มันหาของมันเอง มันไปของมันเอง พอได้หนังสือธรรมะเล่มแรกนี้  
มันไปเลย ได้เล่มแรกมาติดใจเลยเขียนจดหมายไปขอเพิ่ม เล่มที่ต้องเสียเงิน  
ก็ซื้อ เล่มที่ฟรีไม่ต้องเสียก็เอามาอ่าน อ่านแล้วมันก็ได้ความรู้หลายมิติด้วยกัน

โยม

วันที่มาถามพระอาจารย์ครับ กลับไปก็คืนนั้นก็โทรไปหาแม่  
พูดถึงเรื่องบวชปรากฏว่ามีปัญหา คือผมเหลือแม่และ  
ลูกคนเดียว พ่อก็ไม่มี เขากลัวว่าเวลาแก่ไปเขาจะไม่มีคนดูแล

หลวงตาท่านก็ดูแลแม่ท่านได้ เป็นพระ  
ก็ดูแลได้ ไปอยู่วัดสบายจะตาย

พระอาจารย์

โยม

คราวนี้ผมจะออกอุบายว่าจะขอบวชพรรษาเดียวครับ เป็นการ  
หลอกเขาไหมครับ

กุศโลบายไม่เป็นไรนี่ หลอกไปทำบุญ ไม่ใช่

หลอกไปทำบาปเสียหายตรงไหน หลอก

เมียไปเที่ยวนี้มันบาปนะ ยังหลอกได้ ไซ้ไหม เวลาหลอกเมียไปเที่ยวนี้  
ไม่เป็นไร พอหลอกแม่ไปบวชนี่กลัวแล้ว กลัวบาปขึ้นมาแล้ว ทั้งๆ ที่ไม่ได้  
ทำบาปสักหน่อย บวชบาปตรงไหน ไซ้ไหม

พระอาจารย์

โยม

คิดอยู่ครับ คิดเมื่อไม่นาน

ก็หลวงตามหาบัวตอนท่านบวช ท่านคิดจะ  
บวชไปตลอดที่ไหน บวชเพราะจำใจบวช  
พ่อขอร้องให้บวช พ่อแม่ขอร้องให้บวช  
เพราะมีลูกหลายคน ไม่มีใครบวชให้สักคน  
ก็หลอกแม่ไปชีว่าบวชให้แม่ ไม่ได้บวชให้  
ใครหรอก แม่จะได้ขึ้นสวรรค์ พุทไม่เป็นเอง

พระอาจารย์

โยม

พูดหลายครั้ง แต่ว่าคือแม่ผมเขาจะชอบคิดถึงเวลาแก่

เวลาแก่ก็ดูได้นี้ไม่เห็นมีอะไรเลย

พระอาจารย์

โยม

เขากลัวว่าถ้าเขาอายุเยอะแล้วเกิดป่วยเกิดอะไรอย่างนี้แล้ว  
ไม่มีใครดูแล เขาจะชอบคิดและกังวลลักษณะนั้น

แล้วคนที่มียูกเยอะและเวลาป่วยและลูกทิ้ง  
ทำไมไม่คิดบ้างละ บางคนมีลูกตั้งหลายคน

พระอาจารย์

แต่เวลาแก่ไม่มีใครดูแลสักคน มันอยู่ที่เราต่างหากว่าเราอยากจะบวชจริง  
หรือเปล่าเท่านั้นเอง ถ้าบวชแล้วต่อให้ข้างมีจุดก็ไม่อยู่ อย่างพระพุทธเจ้า  
เห็นไหม พอท่านตัดสินใจบวชแล้ว มีอะไรมาจุดก็หยุดไม่อยู่ มันไม่ได้อยู่ที่  
ใคร มันอยู่ที่เรานั้นแหละ ถ้าเราจะบวชชะอย่าง ใครจะมาหยุดเราได้ใช่ไหม  
บวชแล้วเราก็ดูแลแม่ได้ไม่ใช่ว่าดูแลแม่ไม่ได้ พระพุทธเจ้าก็อนุญาตว่า  
อาหารที่บิณฑบาตมาก็แบ่งให้พ่อให้แม่ได้ ปกติอาหารบิณฑบาตที่ได้มานี้  
ต้องเอามาแบ่งกับพระก่อน ก่อนที่จะไปแบ่งให้ญาติโยมได้ แต่ถ้าเป็นพ่อ  
เป็นแม่ยกเว้น บิณฑบาตกลับมาแบ่งให้พ่อให้แม่ก่อนได้ เอาแม่ไปอยู่วัดได้

หลวงตามหาบัวท่านก็เอาแม่ไปอยู่วัด แล้วท่านตายไปจิตท่านไประดับไหน แล้วก็ไม่รู้ ถ้าคุณไม่บวช คุณก็ตกนรกด้วยกันทั้งคู่ ไม่ตกนรกก็ไปอบายอย่างนี้ ทำบาปทำกรรมกันอยู่ โอกาสที่จะไปสูงนี้มันมากไหม แต่เวลามาบวชแล้วโอกาสที่จะไปสูงนี้มันมากนะ บาปแทบจะไม่ได้ทำเลย ใช้ไหม ไม่มองทางนี้กัน มองแต่เรื่องร่างกาย กลัวร่างกายมันจะลำบากลำบากไม่มีใครดูแลมีคนดูแลมันก็ลำบาก มันก็ตายเหมือนกันแหละ มันก็เจ็บเหมือนกัน ไม่มีคนดูแลมันก็ตายเหมือนกัน เจ็บเหมือนกัน ขอบอกข้างถนนมันก็ตายพระเจ้าแผ่นดินในวังก็ตายเหมือนกัน มันต่างกันตรงไหน ต่อให้มีอะไรมากมายกายกองถึงเวลามันจะตายอะไรหยุดมันได้ละ อยู่ที่เรา เรามันยังไม่พร้อมที่จะไป ยังมีกิเลสอยู่

(ธรรมะบนเขา สันทนาธรรม วันที่ ๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗)





๑๑

พระพุทธรเจ้า  
เป็นตัวอย่างที่ดี  
ของการออกบวช

## กาม

ตอนนี้ใจอยากบวชอยากปฏิบัติ แต่ด้วยความเป็นลูกคนเดียวของพ่อแม่ จึงต้องทำงานหาเงินและเลี้ยงดูท่าน ท่านก็อยากให้เราแต่งงานมีครอบครัว แต่เราก็ปฏิเสธมาตลอด ท่านไม่ยอมให้เราบวช แล้วเราควรทำอะไรถึงจะเดินไปสู่เป้าหมายของเราได้

ก็มีตัวอย่างอยู่หลายตัวอย่างด้วยกัน พระพุทธเจ้าก็เป็นตัวอย่างหนึ่ง พระราชาบิดา

## พระอาจารย์

ก็ไม่ต้องการให้พระพุทธเจ้าบวช อุทิศให้สร้างปราสาท ๓ ฤดูห้อมล้อมด้วยความสุขทางร่างกายอย่างเต็มที่ แต่พระพุทธเจ้าก็ยังเสียดรودออกไปนอกกำแพงพระราชวัง แล้วก็ไปเห็นเทวทูต ๔ ถึงแม้มีครอบครัวแล้ว มีภรรยา มีลูก แต่ในที่สุดพระพุทธเจ้าก็ต้องออกบวชอยู่ดี นี่ก็กรณีหนึ่ง

อีกกรณีหนึ่งก็มีลูกของเศรษฐีลูกชายคนเดียวพ่อแม่มีสมบัติมากก็อยากจะให้ลูกอยู่สืบทอดสมบัติ แต่ลูกอยากจะบวช ขอบวชเท่าไรก็ไม่อนุญาต ลูกก็เลยอดข้าว ถ้าไม่ให้บวชก็จะไม่กินข้าว พออดไปหลายๆ วันเข้าพ่อแม่กลัวว่าจะตาย ก็ไปเรียกร้องให้เพื่อนฝูงมาช่วยกล่อม กล่อมอย่างไรก็ไม่ยอมฟัง ไม่ยอมเลิกอดอาหาร จนในที่สุดพ่อแม่ก็ต้องยอมอนุญาตให้ไปบวช อันนี้ก็เป็นกรณีศึกษาที่เราสามารถใช้เป็นแนวทางในการดำเนินของเราได้ อยู่ที่ว่าเรากล้าหรือเปล่า หรือเราอยากเฉยๆ อยากให้มัน thếๆ เท่านั้นเอง

ถาม

แต่ลูกบางคนก็กลัวบาป

พระพุทธเจ้าบาปตรงไหน

พระอาจารย์

ถาม

บาปตรงที่ทำให้พ่อแม่เสียใจ ทุกข์ใจ

ก็เพราะเขาโง่ เขาไม่ฉลาดไง คนฉลาดก็  
ไม่ได้ไปทำให้เขาทุกข์ เขาทุกข์ของเขาเอง

พระอาจารย์

เห็นสุนัขขี้ยังทุกข์เลยอย่าว่าแต่คนบวช ถ้าคนจะทุกข์เห็นอะไรมันก็ทุกข์  
ได้ทุกเรื่องแหละ ดังนั้นเราอย่าไปสนใจเรื่องของความทุกข์ของคนอื่น  
ถ้าตราบได้มันไม่เกิดจากการที่เราไปทำร้ายร่างกายเขา หรือไปทำผิดศีล  
ผิดธรรมกับเขาแล้วไม่ถือว่าผิด แต่ก็ต้องพิจารณาให้รอบคอบ สมมุติว่า  
พ่อแม่เป็นอัมพฤกษ์เป็นอัมพาตไม่มีใครเลี้ยงดู ถ้าเราไปบวชเขาตายแน่ๆ  
อย่างนี้เราก็ไปไม่ได้ หรือไปก็ต้องเอาเขาไปด้วย บวชแล้วพระพุทธเจ้า  
อนุญาตว่าอาหารที่ได้จากการบิณฑบาตนี้เอามาเลี้ยงพ่อแม่ได้ อย่างนี้  
ก็ยังไปได้อยู่แต่ก็ต้องเอาไปด้วยกัน เอาพ่อแม่ไปอยู่วัดแล้วก็เลี้ยงดูพ่อแม่  
ด้วยการเป็นพระนี้ พระพุทธเจ้าไม่ห้าม อนุญาต ไม่เสียหาย

ถาม

มันเกี่ยวกับเรื่องวิบากกรรมหรือเปล่า ที่มีคนหรือเหตุการณ์  
มาคอยขัดขวางไม่ให้บวช

มันก็มีหลายอย่างจะว่าเรื่องกรรมก็มี  
จะว่าเรื่องกิเลสของเราก็มี บางทีกิเลสเรา

พระอาจารย์

ก็มาขัดขวางก็อ้างโน้นอ้างนี่ไปร้อยแปดพันประการ เราก็ต้องถือพระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ เป็นหลัก พระพุทธเจ้าบวชได้ พระอริยสงฆ์สาวกบวชได้  
ทำไมเราจะบวชไม่ได้ ท่านก็มีพ่อแม่เหมือนเรา ท่านก็มีบุญมีกรรม  
เหมือนเรา ท่านก็มีกิเลสเหมือนเรา คิดแค่นี้มันก็จบไซ้ไหม เราไม่รู้จัก  
คิดกันเพราะว่าเรายังไม่ได้อยากจะบวชจริงๆ เทำนั้นเอง ถ้าอยากจะบวชจริงๆ  
แล้วจะมีอะไรมาขวางได้ เห็นไหมอยากจะได้ฟัว พ่อแม่ไม่ให้ ยังหนีตามเลย

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๗ “ความสำคัญของสติ”)

บาปก็คือ

๑๒

การกระทำร้ายผู้อื่น

ถาม

แล้วอย่างนี้เราจะบาปไหมครับ อย่างพ่อแม่อย่างนี้เหมือนกัน  
เดินสวนกันไปสวนกันมา

จะบาปได้ไง เราไม่ได้ฆ่าสัตว์ เราไม่ได้ไป  
ทำร้ายใคร ถ้าไปตีท่านนะบาป ไปด่าท่าน

พระอาจารย์

นะบาป แต่ถ้าถึงเวลาจะต้องทำหน้าที่ปรณินิบัติท่านไม่ทำอย่างนี้ถึงจะเรียกว่า  
ไม่ได้บุญ ไม่กตัญญู แต่ก็ไม่บาปอีกนะแหละ บาปก็คือการกระทำร้ายผู้อื่น  
แต่ไม่ปฏิบัติหน้าที่ตอบแทนบุญคุณนี่ก็เรียกว่าไม่กตัญญูเท่านั้นเอง คือว่า  
ไม่ได้บุญแต่ไม่บาป เพราะถ้าจั่งนี้เกิดคุณเป็นอัมพฤษ์อัมพาตแล้ว  
คุณไม่ได้ไปดูแลพ่อแม่ของคุณอย่างนี้ก็บาปสิ มันไม่บาป แต่ไม่กตัญญู  
เพราะมันทำไม่ได้

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๖)

๑๓

กรรมตัดไม่ได้  
และความสัมพันธ์กับพ่อแม่  
ก็ตัดไม่ได้

ถาม

วิธีตัดกรรมกับพ่อแม่อย่างไรครับ

กรรมนี้มันตัดไม่ได้ และความสัมพันธ์  
กับพ่อแม่ก็ตัดไม่ได้ เพราะว่าเป็นของที่

พระอาจารย์

มันเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเรา ตัดพ่อแม่ก็เหมือนกับตัดแขนตัดขาของเรา  
ซึ่งเราคงจะไม่กล้าที่จะตัดแขนตัดขา จันใด เราก็ไม่ควรที่จะไปตัดพ่อตัดแม่  
เพราะท่านเป็นบุคคลที่มีพระคุณกับเรามากที่สุดในโลกนี้ ต่อให้คนเขา  
ให้เงินเรามาเป็นร้อยล้านพันล้าน เงินร้อยล้านพันล้านนี้ก็ไม่มีคุณค่าเท่ากับ  
ชีวิตที่พ่อแม่ให้มากับเรา ถ้าเราไม่มีพ่อแม่ เราก็จะไม่มีชีวิตนี้ ดังนั้นอย่าไป  
คิดในทางนั้นเพราะเป็นความคิดทางกิเลสตัณหา พ่อแม่อาจจะทำให้เรา  
ไม่พอใจ ไม่สบายใจ แต่เราควรจะมีดวงใจที่ดี พ่อแม่ทุกคนนี้รักลูก  
อยากจะให้ลูกได้ดี เวลาพ่อแม่เห็นลูกทำอะไรไม่ถูกต้อง เห็นการกระทำ  
ของลูกจะนำไปสู่ความเสื่อมเสียต่อความวิบัติต่างๆ ของลูกๆ พ่อแม่ก็ต้อง  
ห้ามปราม ต้องคอยเตือน ต้องคอยสั่งสอน ถ้าเรามีกิเลสตัณหาเยอะ เราก็จะ  
ไม่ชอบคำเตือนคำสั่งสอน เพราะมันจะไปขัดกับกิเลสตัณหาของเรานั่นเอง



ดังนั้น เราต้องพยายามที่จะข่มใจเอาไว้ อย่าให้ความคิดที่ไม่ดีนี้  
เกิดขึ้นมากับเราเพราะว่าเป็นการเนรคุณ เป็นการไม่มีความกตัญญูทวดเวที  
ผู้ใดไม่มีความกตัญญูทวดเวทีมีแต่ความเนรคุณนี้ จะไม่สามารถเจริญก้าวหน้า  
รุ่งเรืองได้ เพราะคนอื่นถ้าเขารู้ว่าขนาดบิดามารดา ยังเนรคุณได้ แล้วคนอื่น  
ที่ไม่มีพระคุณอย่างนั้น ทำไมจะไม่เนรคุณต่อไป เขาก็จะไม่อยากคบค้าสมาคม  
หรือสนับสนุนช่วยเหลือคนที่ไม่มีมีความกตัญญูหรือคนที่เนรคุณ แล้วถ้า  
ไปคิดทำร้ายพ่อแม่ นี่ก็เป็นบาปหนักยิ่งกว่าการไปทำร้ายผู้อื่น การฆ่าพ่อฆ่าแม่  
นี้ถือว่าเป็นกรรมหนักที่สุด เทียบเท่ากับการฆ่าพระอรหันต์ เทียบเท่ากับการ  
ทำให้พระพุทธเจ้าห้อเลือด เทียบเท่ากับการยุยงให้สงฆ์แตกแยกขึ้นมา  
นี่คืออนันตริยกรรม ๕ ประการด้วยกัน ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าเป็นกรรม  
ที่หนักที่สุดที่มนุษย์เราจะสามารถทำได้

ดังนั้น เราต้องพยายามข่มใจและพยายามรำลึกถึงพระคุณของพ่อแม่  
อยู่เรื่อยๆ อย่างที่มีธรรมเนียมว่าให้เรากราบพ่อกราบแม่หลังจากที่เรากราบ  
พระแล้ว ทุกเช้าทุกเย็น ไม่ได้หมายความว่าต้องไปกราบที่หน้าพ่อหน้าแม่  
เราอยู่ที่ไหนเราก็กราบได้ การกราบนี้ก็เพื่อให้เราได้รำลึกถึงพระคุณ  
ของพ่อของแม่ เพื่อที่เวลาที่เรามีความโกรธ หรือมีความเกลียดขึ้นมา เราจะได้  
มีธรรมะอันนี้มาคอยระงับยับยั้งว่าบุคคลที่เรา กำลังโกรธ กำลังเกลียดนี้

เป็นบุคคลที่มีพระคุณกับเราล้นฟ้าล้นมหาสมุทร เพราะถ้าไม่มีบุคคลสองคน  
นี้แล้ว เราจะไม่มีตัวเราอยู่เป็นอย่างนี้ได้

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๕๘ “เติมพลังใจ”)





๑๔ *ทำให้ดีที่สุด  
เท่าที่เราจะทำได้*



ถาม

ดิฉันมีปัญหาชีวิต จนปัญญาจะแก้ไข ดิฉันแต่งงานแล้ว และแยกออกมาอยู่บ้านเป็นของตนเอง ส่วนแม่เลิกกับพ่อเลี้ยงและอยู่กับแฟนใหม่ ซึ่งขายของเล็กๆ น้อยๆ แม่จะมีปัญหาเรื่องเงินทองขาดมือบ่อยครั้งเพราะแฟนใหม่เขาชอบกินเหล้า ขายเอง กินเอง ทุนหายกำไรหมด ดิฉันก็จะช่วยเหลือท่านได้เดือนละพันห้า เพราะต้องส่งให้พ่อเลี้ยงอีกพันห้า บางครั้งหนักหนาก็ช่วยเป็นก้อน เคยให้ดิฉันค้าประกันเงินกู้เพื่อจะลงทุนขายของแต่ก็ส่งค่างวดไม่ได้ ธนาकरจึงมาเรียกเก็บกับดิฉัน หลังๆ มาทุกครั้งที่มาตลาดโทรหา ดิฉันรู้สึกหลอนไม่อยากจะรับโทรศัพท์ เพราะรู้ว่าต้องเดือดร้อนเงินทองแน่ๆ และที่สำคัญคือเขาหลงแฟนใหม่มาก พุดตะตะต้องแทบมิได้เลย หากมารดาเป็นเช่นนี้ต้องปฏิบัติต่อท่านอย่างไรดีค่ะ

พระอาจารย์

ก็ทำให้ดีที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ เรามีความสามารถมากน้อยเพียงไรที่เราพอจะทำได้

ก็ทำไป ถ้าเราไม่สามารถทำได้เราก็ต้องเจริญอุเบกขาธรรมว่าสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน จะทำบุญกรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่ว จะต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น เราก็ต้องมีความพอดี คือเราทำเท่าที่เราทำได้ ถ้าทำจนกระทั่งเราเสียหายเดือดร้อน มันก็เกินความพอดีไป นอกจากเราเป็นที่ต้องการที่จะอุทิศชีวิตของเราให้กับการทดแทนบุญคุณแก่พ่อกับแม่ อันนี้ก็เป็นอีกกรณีหนึ่ง ก็สามารถเลือกระดับการทดแทนบุญคุณได้ เอาเท่าที่เราทำได้พอเราไม่เดือดร้อนก็เป็นระดับหนึ่ง อีกระดับหนึ่งก็ยอมทนทุกข์ยากลำบาก หรือแม้กระทั่งยอมเสียชีวิตเพื่อทดแทนบุญคุณให้แก่บิดามารดา อันนี้ก็เป็นอีกระดับหนึ่ง

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๕๘ “เติมพลังใจ”)

๑๕

# การเลี้ยงดูพ่อแม่

ก็เป็นการปฏิบัติอย่างหนึ่งเหมือนกัน

ถาม

ภาระหน้าที่ที่ลูกต้องมีต่อบิดามารดา สมมุติว่าบิดามารดาแก่แล้ว แต่เราก็คอยจะออกมาปฏิบัติ ถ้าออกมาปฏิบัตินานๆ พ่อแม่ก็ต้องเหนื่อย คือต้องทำงานบ้านเอง อย่างนี้ถือว่าบาปไหมคะ เพราะจริงๆ ชีวิตมันไม่แน่นอน ถ้าจะรอเลี้ยงดูพ่อแม่ก่อนแล้วค่อยออกมาปฏิบัติ เราก็ไม่รู้ว่าเราจะตายไปเมื่อไร

พระอาจารย์

การเลี้ยงดูพ่อแม่ก็เป็นการปฏิบัติอย่างหนึ่งเหมือนกัน ถ้าเราไม่ดูแลพ่อแม่ แล้วใครจะดูแลท่านล่ะ ไซ้ไหม มันเป็นทางที่เราต้องดำเนินไป ไปทางตรงไม่ได้ ก็ต้องไปทางนี้ก่อน เพราะยังต้องเลี้ยงดูพ่อแม่ก่อน ถ้าไม่เลี้ยงท่าน เวลาไปปฏิบัติจิตก็จะเกิดปัญหาขึ้นมาอยู่ดี เกิดความรู้สึกไม่ดีกับตัวเองขึ้นมา แล้วก็จะไม่สามารถปฏิบัติได้ อาตมาคิดว่าการเลี้ยงดูพ่อแม่ไม่น่าจะเป็นอุปสรรคของการปฏิบัติ ถ้าเราฉลาดพอก็สามารถจัดการได้ หมายถึงจัดหาเวลาปลีกตัวไปได้บ้าง ไม่ต้องอยู่กับท่านไปตลอดเวลา นอกจากเป็นเหตุจำเป็นจริงๆ ท่านเลี้ยงดูตัวท่านเองไม่ได้ แล้วไม่มีใครทำหน้าที่แทนได้ ก็ใช้การเลี้ยงดูท่านนี้แหละเป็นเหตุสร้างบุญบารมีไปก่อน เช่น พระอานนท์ ท่านไม่เหมือนกับพระสาวกองค์อื่น ท่านได้ปรนนิบัติรับใช้พระพุทธเจ้าถึง ๒๕ ปี ไม่ได้บรรลุธรรมที่สูงกว่าที่มีอยู่ในช่วงที่รับใช้พระพุทธเจ้า เป็นแค่พระโสดาบันเท่านั้นเอง

แต่พระสาวกรูปอื่น พอบวชแล้ว ได้ฟังเทศน์ฟังธรรมแล้ว ไม่มีภาระที่จะต้องคอยปรนนิบัติพระพุทธรเจ้า ก็ออกไปปฏิบัติตามป่าตามเขาตามลำพัง ก็ได้บรรลุกันอย่างรวดเร็ว เยอะแยะไปหมด เป็นวิถีชีวิตของแต่ละคน แต่พระอานนท์ก็ได้ประโยชน์มาก การที่ได้อยู่กับพระพุทธรเจ้าได้ยินได้ฟังธรรมอยู่ตลอดเวลา เมื่อพระพุทธรเจ้าเสด็จปรินิพพานไปเพียง ๓ เดือน ก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ จึงอย่าไปคิดว่าการปรนนิบัติดูแลพ่อแม่เป็นอุปสรรค ถือว่าเป็นทางเดินของเราดีกว่า ต้องเดินไปทางนี้ก่อน จะทำให้เรามีความแน่วแน่มั่นคงต่อจุดหมายปลายทางของเรา ดีกว่าไปแบบซิงสุกก่อนห่ม เข้าใจไหม ถ้าไปแบบซิงสุกก่อนห่ม อาจจะไม่สุก แต่จะเละทะไปเลย เสียไปเลยก็ได้ ปัจจุบันเราอยู่ที่ไหน เราก็สามารถปฏิบัติได้ในที่นั้นๆ จะได้มากหรือน้อยเท่านั้นเอง แต่อย่าไปกังวล การทำความดีไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนเวลาไหน ถือว่าเป็นการนำพาให้ได้ไปสู่จุดหมายปลายทางที่ต้องการจะไปต่อไป

ถาม

ที่ท่านอาจารย์พูดอย่างนี้หมายถึงการทำทุกอย่างก็ถือว่าเป็นการปฏิบัติเหมือนกัน

ใช่

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๒๒๖ วันที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๔๘ (จุลธรรมนำใจ ๑) “ภาวนา”)





แม่จะภาวนาที่บ้าน  
ควรเริ่มอย่างไร

ถาม

คุณแม่อายุ ๗๖ แล้วไม่สะดวกไปอยู่วัด จะภาวนาที่บ้าน  
ควรเริ่มอย่างไร

ที่บ้านก็ต้องสงบ คือไม่มีอะไรมารบกวน  
ควรจะทำที่บ้านให้เหมือนวัด คือไม่มีแสงสี

พระอาจารย์

เสียง รูป เสียง กลิ่น รส มายั่วชวนกวนใจ แล้วก็เจริญสติอย่างต่อเนื่อง รักษา  
ศีล ๘ และก็เจริญสติ พุทฺโธๆ เดิน ยืน นั่ง นอน ก็เฝ้า ก็อาการ ๓๒ ดูร่างกาย  
หรือว่าจะบริกรรมพุทฺโธไปก็ได้ เวลานั่งก็หลับตาแล้วก็บริกรรมพุทฺโธไป  
หรือสวดมนต์ไป อย่าไปคลุกคลี อย่าไปคุยกับคนนั้นคนนี้ อย่าไปเปิดดูทีวี  
อย่าไปกิน ไปดื่ม ในเวลาที่ไม่ใช่ในเวลาที่กินจะดื่มแบบนี้ ถ้าทำอยู่ที่บ้านได้  
แต่มักจะเป็่็นสิ่งที่ยาก เพราะเวลาอยู่ที่บ้านคนเขาจะไม่ถือศีล ๘ กัน คนเขาจะ  
ดื่มจะกินกันตามอารมณ์ตามความอยาก อยากจะดื่มเมื่อไหร่ก็ดื่ม อยากจะ  
รับประทานเมื่อไหร่ก็รับประทาน อยากดูอยากจะทำอะไรก็ดูฟังไป มันก็จะ  
รบกวนผู้ที่จะแสวงหาความสงบ ถ้าเป็นเช่นนั้นเราต้องสร้างห้องให้แม่อยู่  
คนเดียว ห้องปรับอากาศ ไม่มีเสียงเข้าไปรบกวน แล้วก็ขังแม่ไว้ในนั้นเลย  
แม่อย่าออกมานะ แม่อยู่ในนั้นจนถึงวันพรุ่งนี้ ถ้ามาวัดไม่ได้ก็ต้องทำบ้าน  
ให้เป็นวัด เข้าใจไหม

เฮ้อ..ไม่ได้บังคับกันไง หมายถึงว่าแม่ต้องสมัครใจก่อน ถ้าแม่  
ไม่สมัครใจเขาไม่ทำหรอก ไม่ต้องกลัวหรอก แต่ถ้าแม่สมัครใจ แม่ไปวัดไม่ได้  
แม่อยากจะภาวนา อยากที่มีสงบ ก็ให้ลูกสร้างห้องสร้างเรือนรับรองแยกออก  
จากบ้านอีกส่วนหนึ่ง ไม่ให้คนมาวุ่นวาย มีโยมบางคนลูกศิษย์หลงตา  
นี่แหละ เขาไปอยู่วัด พอเขาออกจากวัดมา เขาก็ไปทำกุฏิในบ้านเขา แล้วก็  
เขียนป้ายว่านี่เป็นวัด แล้วเขาก็จะขังตัวเองอยู่ในบ้านนั้น ภาวนาอยู่ในบ้านนั้น  
ถือศีล ๘ ในบ้านนั้น ก็จะเป็นเหมือนกุฏิวัดเลย จะไม่มีทีวีไม่มีอะไรต่างๆ  
อันนี้ก็อยู่ที่เรา ถ้าเราไปวัดไม่ได้ เราก็สร้างวัดขึ้นมาในบ้านเราก็ได้ ไม่มี  
กฎหมายห้าม ถ้าเราไม่ไปตั้งชื่อวัดเท่านั้นเอง



วัดก็คือที่สงบ วัดในสมัยพระพุทธเจ้าก็คือป่าเขาเ็นเอง สมัยพระพุทธเจ้านี้ ไม่มีวัดวาอารามเหมือนสมัยนี้ วัดที่แท้จริงต้องเป็นวัดแบบนั้น วัดป่าวัดเขา ป่าเขาเ็นแหละคือวัดของพระอริยเจ้าทั้งหลาย ครูบาอาจารย์ พระอริยเจ้าทั้งหลายมักจะไปบรรลุมรรคผลนิพพานในวัดแบบนั้น หลวงปู่เ็นก็ไปบรรลุที่ป่าในเชียงใหม่ ไม่มีใครที่จะไปบรรลุในบ้านกันหรอก น้อยคน ดังนั้น ถ้าเราอยากจะบรรลุ อยากจะปฏิบัติธรรม ก็ต้องหาที่เป็นวัดจริงๆ ถ้าหาไม่ได้ ก็ต้องสร้างวัดจริงๆ ขึ้นมาในบ้านเราก็ได้ สร้างห้องขึ้นมา แล้วก็ปิดการรับรู้ เรื่องราวต่างๆ ทั้งหมด แล้วก็คอยควบคุมใจของเรา ควบคุมความอยากของเรา ทำใจให้สงบให้ได้ ดับความอยากให้ได้ ก็จะบรรลุได้

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๕๖ “คัตุรของนักบวช”)



ดูแลแม่  
ในขอบเขตของ  
ความจำเป็น

กาม

ความสัมพันธ์ระหว่างข้าพเจ้าพี่น้องกับแม่ไม่ดีเท่าที่ควรตลอด ๒๐-๒๕ ปีที่ผ่านมา ข้าพเจ้าและพี่น้องต่างมีครอบครัวกันหมดแล้ว แยกบ้านอยู่กับแม่เพราะกลัวว่าจะทะเลาะกับแม่ แต่ก็ส่งเสียเลี้ยงดูแม่เดือนละ ๒๐,๐๐๐ บาท แม่มีกิเลสมาก ยังอยากได้ อยากมี อยากเป็น และชอบเปรียบเทียบกับบ้านอื่นที่เขารวยกว่า ข้าพเจ้ากับพี่น้องฟังแล้วก็ได้แต่เงยบ เพราะกลัวจะเป็นบาป ปกติเราก็จะพาแม่ไปเที่ยวต่างประเทศปีละ ๒ ครั้ง แต่เป็นรอบๆ ประเทศไทย แต่แม่เห็นเพื่อนบ้านจะไปเที่ยวยุโรปและขอเขาไปด้วย โดยบอกบริษัททัวร์ให้มาเก็บค่าใช้จ่ายที่ลูก ซึ่งภาระมาตกหนักที่ข้าพเจ้า ลูกๆ ไม่มีใครชอบที่แม่ทำแบบนี้ อยากเรียนถามพระอาจารย์ว่า ข้าพเจ้าและพี่น้องควรทำอย่างไร ปฏิบัติอย่างไรกับแม่ไม่ให้เป็นบาปกรรมต่อกัน ไม่ทุกข์ใจต่อกัน

คือการจะดูแลช่วยเหลือผู้อื่นนั้นท่านสอนว่า  
ให้อยู่ในขอบเขตของความจำเป็นและความ

พระอาจารย์

เป็นไปได้ ความจำเป็นก็คือการดูแลด้วยปัจจัย ๔ นี่เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีพที่ทุกคนจะต้องมี ถ้าคุณแม่ขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่งในปัจจัย ๔ เราก็ควรที่จะหามาให้ท่าน แล้วหามาตามความเหมาะสมกับฐานะของเรา เรามีฐานะ

ที่จะซื้อของในระดับไหนก็ซื้อมาในระดับนั้น ไม่จำเป็นว่าจะต้องซื้อในระดับดีที่สุด ถ้ามันเหนือความสามารถของเรา

การไม่ได้ทำให้ดีที่สุดเกินความสามารถของเราไม่ได้เป็นบาปแต่อย่างใด ไม่ได้เป็นความไม่กตัญญูกตเวทีแต่อย่างใด แต่เป็นธรรม ก็คือเป็นเหตุเป็นผล เพราะรู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักความสามารถของตน และรู้จักความต้องการของผู้อื่นว่าสิ่งไหนให้กับเขาแล้วเขาอยู่ได้ เขาไม่เดือดร้อน ก็ถือว่าใช้ได้ ส่วนอื่นนี้ถ้าเราไม่สามารถทำให้เขาได้ แล้วเขาไม่พอใจ เขาไม่สบายใจ เขาโกรธเรา เขาตำราเรา เราก็ทำใจเฉยๆ ไว้ ถ้าเขาเป็นบุคคลที่มีพระคุณกับเรา เราก็นิ่งเฉยไว้ ยกให้เขาคนหนึ่ง ถือว่าเขาเป็นผู้มีพระคุณกับเรา การไปพูดไปว่าไปเถียงกันนี้จะทำให้เสียความกตัญญูไป

กาม

ข้าพเจ้าปฏิบัติธรรมมาได้ ๗ ปี แต่ไม่ก้าวหน้า อยู่แค่เบื้องต้น เคยได้ยินคำกล่าวว่าจะต้องอโหสิกรรมล้างเท้ามารดาถึงจะมีดวงตาเห็นธรรม อยากเรียนถามพระอาจารย์ว่าจริงเท็จประการใด

ไม่จริงหรอก เพราะว่าถ้าล้างเท้าแล้วบรรลุได้  
ปานนี้ก็บรรลุกันหมดแล้ว ง่ายจะตายไป

พระอาจารย์

ล้างเท้ามันจะไปยากตรงไหน ที่มันยากก็คือมันต้องไปปลีกวิเวกไปภาวนากัน  
เรายังไม่ได้ปฏิบัติอย่างเต็มที่นั่นเอง จึงทำให้เรายังไม่สามารถบรรลุถึงผลได้  
ถ้าเราปลีกวิเวกแล้วปฏิบัติอย่างเต็มที่แล้ว รับรองได้ว่าภายใน ๗ ปีนี้จะ  
ไม่เป็นสิ่งที่เกินเลยเถิดไป สามารถได้ผลอย่างแน่นอน ผลอยู่ที่เหตุ เหตุก็คือ  
การปฏิบัติสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๔ มกราคม ๒๕๕๘ “ทางเลือก”)





ทำแบบที่พระพุทธเจ้า  
ทำกับพระพุทธรูปมารดา

ถาม

วันนี้เป็นวันครบรอบ ๑๑ ปีที่แม่โยมเสียชีวิต ป่วยด้วยโรคอัลไซเมอร์และเสียชีวิตด้วยอาการสำลักอาหาร ในตอนที่แม่มีชีวิตอยู่แม่เป็นคนขี้เหนียวมากและมีมิจฉาธิภูมิไม่ชอบเข้าวัด ไม่ชอบทำบุญ แต่ช่วงท้ายของชีวิตก็เปลี่ยนไป ลูกๆ พาเข้าวัดทำบุญทำทานมากพอสมควร โดยเฉพาะถวายเงินและทองคำบหลวงตา บัดนี้แม่ก็ได้เสียชีวิตไปแล้ว ไม่รู้ว่าตอนนี้เป็นอย่างไร อยู่ที่ไหน คำถามข้อที่ ๑ ในฐานะที่โยมเป็นลูก โยมทำทาน รักษาศีล และปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังมาโดยตลอด โยมจะสามารถช่วยเหลือตอบแทนบุญคุณของแม่ให้ดีที่สุดได้อย่างไรคะ

ก็ต้องทำตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงทำให้กับพระพุทธมารดา คือเบื้องต้นก็ต้องปฏิบัติ

พระอาจารย์

ให้ตนเองได้บรรลุธรรม มีพลังจิตที่สามารถจะหยั่งทราบได้ว่าตอนนี้แม่อยู่ตรงไหน เมื่อรู้ว่าแม่อยู่ตรงไหนก็ส่งกระแสจิตไปติดต่อกับแม่และก็สอนธรรมให้กับแม่ ถ้าแม่มีสัมมาทิฐิ มีศรัทธาเชื่อฟัง ก็จะสามารถบรรลुเป็นพระโสดาบันได้ ก็จะสามารถตอบแทนบุญคุณของแม่ได้หมดเลย คือการทำให้แม่ได้หลุดพ้นจากการไปเกิดในอบาย และได้เข้าสู่กระแสของพระนิพพานจะสามารถบรรลुถึงพระนิพพานได้ไม่เกินภายใน ๗ ชาติ



ถาม

กราบขออนุญาตถามว่า ถ้าปัญหานี้เป็นปัญหาของพระอาจารย์  
พระอาจารย์จะปฏิบัติอย่างไรจึงจะถือว่าตอบแทนพระคุณ  
ของแม่อย่างดีที่สุดเจ้าคะ

ก็ทำตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติมา

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๔ มกราคม ๒๕๕๘ “ทางเลือก”)



*ควรคุยกันก่อน*

ถาม

ถ้าคนป่วยไม่อยากจะรักษาต่อเพราะจะสิ้นเปลืองเงินทอง ทำให้ลูกหลานลำบาก อย่างนี้เป็นการทำลายตัวเองไหมคะ

เป็นกิเลสถ้าเสียตายนเงินทอง

พระอาจารย์

ถาม

แล้วลูกหลานที่เห็นว่าสมควร

กิเลสเหมือนกัน เพราะเสียตายนเงินเหมือนกัน

พระอาจารย์

ถาม

ก็ต้องปล่อยให้รักษาต่อ

ควรพูดกันก่อนจะดีกว่า จะเอาอย่างไรเวลาไม่สบาย จะให้รักษาถึงขั้นไหน จะให้จ่าย

พระอาจารย์

เท่าไร พูดกันให้รู้เรื่องไปเลย แต่ก็ไม่กล้าพูดกัน พอพูดก็หาว่าสาปแข่งกัน พอถึงเวลาก็มีปัญหา อย่างครูบาอาจารย์ท่านบอกไว้เลยว่าเป็นอะไรไม่ต้องเอาเข้าโรงพยาบาล ท่านสั่งไว้ล่วงหน้าก่อน อยู่ที่คนเจ็บคนที่จะตายว่าต้องการ

อย่างไร ถ้าต้องการรักษา มีปัญญารักษาก็รักษาไป ถ้าไม่ต้องการรักษา ก็ไม่ต้องรักษา ควรจะคุยกันก่อน จะให้ส่งโรงพยาบาลไหม จะให้ผ่าไหม จะรักษาถึงขั้นไหน พูดกันเลย อย่าไปคิดเรื่องเงินเรื่องทอง ส่วนใหญ่พอพูดถึงเรื่องเงินเรื่องทองก็เป็นกิเลสไป ถึงเวลาจริงๆ เงินทองไม่น่าจะเป็นเหตุ ท่านสอนให้สละทรัพย์เพื่อรักษาชีวิต สละชีวิตเพื่อรักษาธรรม ครูบาอาจารย์ท่านสละชีวิตเพื่อรักษาความสงบของจิตใจ ไม่ต้องวุ่นวาย เข้าโรงพยาบาลเหมือนเข้าโรงฆ่าสัตว์ ทั้งผ่าทั้งตัด ทั้งทิ่มทั้งแทง วุ่นไปหมด สู้นอนสงบอยู่ในกุฏิดีกว่า ให้หมดลมหายใจไป กินไม่ได้ก็ไม่ต้องกิน

(กัณฑ์ที่ ๓๖๔ วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๕๐  
(จุลธรรมนำใจ ๑๐) “เวทนา”)



ถูกความมืดบอด  
ครอบงำจิตใจ

ถาม

คุณพ่อของเพื่อนเพิ่งเสียไป คุณแม่ทำใจไม่ได้ ไม่รู้จะช่วย  
อย่างไร

บางอย่างเราก็ช่วยเขาไม่ได้ เพราะเป็นการ  
กระทำของเขาเอง ถูกความมืดบอดความหลง

พระอาจารย์

ครอบงำจิตใจ ทำให้มองไม่เห็นความจริงของชีวิตว่ามีการพลัดพราก  
จากกันเป็นธรรมดา จิตไม่อยู่ในปัจจุบัน ไม่เริ่มต้นชีวิตใหม่ ยังไขว่คว้า  
อดีตที่หอมหวานอยู่ อยากจะให้เป็นอย่างนั้นอีก ถ้าตัดอดีตได้ ทำใจให้อยู่  
ในปัจจุบันได้ ก็จะดำเนินชีวิตไปตามปกติอย่างที่เคยได้ อย่าไปคิดถึงอดีต  
ที่ผ่านไปแล้ว เราอยากจะช่วยเขาแต่เขาไม่คิดหาความช่วยเหลือจากผู้อื่น  
มันก็ยาก ถ้าเขาอยากหาความช่วยเหลือมันก็ง่าย ปัญหาอยู่ที่ทำอย่างไร  
ให้เขาอยากหาความช่วยเหลือ มีนิทานในสมัยพุทธกาลที่มีแม่ที่สูญเสีย  
ลูกทารกไป ก็อยากจะให้ลูกฟื้น ไม่ยอมเอาไปเผา ไม่ยอมเอาไปฝัง เก็บไว้  
ในบ้าน ร้องไห้ร้องให้ เพื่อนบ้านก็สงสารก็เลยแนะนำว่ามีคนที่จะช่วยเขาได้  
ก็คือพระพุทธรูป เพื่อนบ้านมีอุบายหลอกให้เขาหาความช่วยเหลือ เขาก็ไป  
หาพระพุทธรูปเพราะคิดว่าพระพุทธรูปจะทำให้ลูกเขาฟื้น แต่ความจริง  
จะทรงช่วยให้เขาหายทุกข์ ทรงตรัสว่าถ้าอยากจะให้ลูกฟื้นก็ไปหาเมล็ดงา  
มาสักกำมือหนึ่ง แต่ต้องมาจากบ้านที่ไม่มีคนตาย ไม่มีญาติพี่น้องตาย ไม่มี



ปูย่าตายายตาย ไม่มีพี่ป้าหน้าอาตาย ไม่มีลูกหลานตาย ถึงจะใช้ได้ เอามาทำพิธีปลุกให้ลูกฟื้นจากความตาย เขาก็ดีใจมีความหวัง รีบวิ่งเข้าไปในหมู่บ้าน ไปเคาะประตูบ้าน ถามว่ามีเมล์ดงาไหม ทุกบ้านก็ตอบว่ามี แต่ทุกบ้านก็มีคนแก่คนเจ็บคนตายเหมือนกัน เคาะทุกประตูบ้านเลยก็ไม่มีบ้านไหนที่ไม่มีคนตาย ก็ทำให้เกิดปัญญาขึ้นมาว่าไม่เฉพาะแต่ลูกเขาเท่านั้นที่ตาย คนตายมีทุกแห่งหน รวมทั้งตัวเขาเองด้วย ลักวันหนึ่งก็ต้องตาย ทุกคนต้องตายหมด ถ้าตายแล้วก็ไม่มีการฟื้นขึ้นมา ตายแล้วก็ต้องตายเลย ก็เลยได้สังขารมความจริง ได้ปัญญา ก็หายเศร้าโศกเสียใจ ยอมรับความจริง ยอมเอาลูกไปฝังไปเผา เรื่องก็จบ ปัญหายู่ตรงที่คนที่เดือดร้อนเขาต้องการความช่วยเหลือหรือเปล่า เห็นเขาสงสารเขา ถ้าเขาไม่ต้องการความช่วยเหลือ ก็ทำอะไรไม่ได้ ก็ต้องปลงอนิจจัง ทำใจให้เป็นอุเบกขาว่าเป็นกรรมของเขา ถ้าเขามีปัญญามีธรรมะก็จะไม่เป็นแบบนี้ ก็จะผ่านไปได้อย่างสบาย ไม่รู้สึกละเลยตายก็เอาไปเผา ชีวิตก็ดำเนินต่อไป

เขาได้บุญ

๒๑

จากการดูแลเรา

ถาม

อย่างคุณพ่อคุณแม่ที่เขาจะต้องมาดูแลเรา

พระอาจารย์

เป็นกรรมของเขา เราไม่ได้บังคับเขา เขาจะดูแลเราก็เรื่องของเขา เขาได้บุญจากการดูแลเรา ถ้ามองในแง่ดี เรากลับเป็นเหตุที่ทำให้เขาได้ทำบุญ ส่วนเรื่องความเจ็บก็ต้องเจ็บด้วยกันทุกคนไม่ว่าจะเจ็บมากเจ็บน้อย แต่ความเจ็บนี้เราสามารถจะรับมือได้ด้วยการฝึกนั่งสมาธิไปนานๆ เวลาเจ็บก็พยายามทำใจให้นิ่งให้สงบ อย่าไปวุ่นวายกับความเจ็บ จะไม่เจ็บมาก จะเจ็บเพียงครั้งเดียวคือเจ็บที่ร่างกายแต่ไม่เจ็บที่ใจ ถ้าใจไม่เจ็บแล้ว ร่างกายจะเจ็บมากขนาดไหนก็ไม่สำคัญ ความเจ็บที่ใจรุนแรงกว่าเจ็บที่ร่างกาย เวลาใจกลัวความเจ็บนี้จะทรمانมากกว่าร่างกายเจ็บ ถ้าไม่กลัวความเจ็บเสียอย่างจะไม่ทรمانใจความเจ็บนี้เราสามารถแก้ไขได้ด้วยการฝึกนั่งสมาธิ แล้วก็ปล่อยให้มันเจ็บไปอย่าไปสนใจ ยอมรับมันเหมือนกับยอมรับเสียงที่กำลังดังอยู่นี้ถ้าไม่ไปรำคาญกับเสียงนั้น มันก็จะไม่สร้างความทุกข์ใจให้กับเรา ความเจ็บของร่างกายก็เป็นเหมือนกับเสียงนี้ จะเจ็บอย่างไรก็ตามถ้าไม่ไปรำคาญกับมัน ไม่ไปกลัวมัน ไม่ไปอยากให้มันหาย มันก็จะไม่ทำให้เราทุกข์ใจทรมานใจ ถ้ารู้จักวิธีปฏิบัติกับความเจ็บของร่างกายได้แล้ว จะไม่กลัวความเจ็บที่จะเกิดขึ้นในขณะที่จะตายเพราะเคยผ่านมาแล้ว รู้จักวิธีปฏิบัติกับมันแล้ว เรามองกับความเจ็บ

ทางร่างกายหายไม่ได้ แต่เราห้ามความทุกข์ทรมานใจไม่ให้เกิดขึ้นได้ ถ้าทำให้  
ให้สงบนิ่ง ให้อยอมรับความเจ็บของร่างกาย ไม่ปฏิเสธ ไม่รังเกียจ ไม่อยากให้  
ความเจ็บหายไป ความทุกข์ทรมานใจที่รุนแรงกว่าความเจ็บของร่างกายอีก  
หลายเท่าก็จะไม่เกิดขึ้น จะตายได้อย่างสบาย ถ้าเห็นด้วยปัญญาว่าร่างกาย  
นี้ไม่ใช่ของเรา เป็นเหมือนสมบัติชิ้นหนึ่ง เป็นเหมือนเสื้อผ้าชุดหนึ่ง เมื่อถึง  
เวลาที่ต้องโยนทิ้งไปก็ทิ้งมันไป ร่างกายเป็นเหมือนเสื้อผ้าชุดหนึ่งเท่านั้นเอง  
เมื่อมันเก่าแล้วมันจะขาดก็ทิ้งมันไป ใจเราไม่ได้ตายไปกับร่างกาย แล้วเราจะ  
ไปกลัวทำไม ไปทุกข์ทำไม นี่คือนิพพาน เห็นว่าร่างกายกับใจเป็นคนละส่วนกัน

ต้องแยกใจกับร่างกายให้ออกจากกันให้ได้ ต้องรู้ว่าเราไม่ใช่ร่างกาย  
เราเป็นใจ เป็นผู้ดูแลรักษา เป็นผู้ปกครองของร่างกาย เราพามันไปทำกิจ  
ต่างๆ พาไปอาบน้ำ ไปกินข้าว พาไปหลับนอน ทำอย่างนี้อยู่ทุกวันทุกวัน  
แต่เราไม่รู้ที่เราพามันไป เรากลับไปคิดว่าเราเป็นมัน ปัญหาอยู่ตรงนี้ ต้องแยก  
ให้ออกมาว่ามันไม่ใช่เรา เราคือใจ เป็นผู้สั่งการ เป็นผู้ปกครอง ร่างกาย  
เป็นเหมือนลูกเรา ลักวันหนึ่งก็ต้องตายจากเราไป แต่เราไม่ได้ตายไปกับมัน  
ถ้าเข้าใจหลักนี้แล้วจะไม่กลัวตาย แต่เราไม่มีใครสอน เกิดมาก็คิดว่าร่างกายนี้  
เป็นตัวเราของเรา มีพระพุทธรูปเจ้าเท่านั้นที่สอน แต่ขนาดสอนแล้วยังไม่เข้าใจ  
ต้องปฏิบัติถึงจะเข้าใจ สามารถอธิบายให้ผู้อื่นได้ ไม่อย่างนั้นก็เป็นการพูด  
ที่ไม่มีน้ำหนัก ลัทธิเพ ธัมมา อนัตตา รูปัง อนัตตา เป็นคำพูดที่ว่างเปล่า

ฟังอย่างไรก็ไม่เข้าใจ ร่างกายไม่ใช่ของเราได้อย่างไร เป็นของเราตั้งแต่เกิดมา มีร่างกายอยู่กับเรามาตลอด เพราะไม่เห็นใจของเรา ไม่รู้ว่าใจเป็นอีกส่วนหนึ่ง เป็นเหมือนน้ำที่อยู่ในขวด เป็นคนละส่วนกัน

ใจนี้มันละเอียดจนไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า ถ้าไม่มีใจจะไม่มี ความคิด ไม่มีผู้สั่งการให้ทำอะไรต่างๆ กับร่างกาย ที่เราไปไหนมาไหนได้ เพราะมีใจเป็นผู้พาไป เป็นผู้ปกครอง เป็นผู้สั่งการ สั่งผ่านทางร่างกาย พุดออกมาทางปาก นึกกันไว้ว่าจะมาที่วันนี้ พอถึงเวลาใจก็พาร่างกาย ขึ้นรถมา ก่อนจะมาก็ตื่นอาบน้ำอาบทำล้างหน้าล้างตาแปรงฟัน แต่งเนื้อแต่งตัว แล้วก็ออกเดินทางมา ใจเป็นผู้พามา เป็นผู้ปกครอง ใจไม่ได้เป็นร่างกาย แต่ใจไม่รู้ ไปหลงคิดว่าร่างกายเป็นใจเป็นตัวเป็นตน พอร่างกายเป็นอะไรไป ใจก็วุ่นวาย เพียงแต่คิดว่าร่างกายต้องแก่ต้องเจ็บต้องตาย ใจก็วุ่นวายแล้วยังไม่ทันเป็นเลยเพียงแต่คิดเท่านั้น พอได้ยินพระเทศน์ว่าเกิดมาต้องแก่ ต้องเจ็บต้องตายเท่านั้น ใจก็ไม่สบายแล้ว กระสับกระส่าย จะกระสับกระส่ายทำไมใจไม่ได้เป็นอะไรไปกับร่างกายเลย แต่ไม่มีใครไปพุดอย่างนี้ให้ฟัง ให้แยกแยะให้เห็นว่าใจกับกายเป็นคนละส่วนกัน

(กัณฑ์ที่ ๓๘๐ วันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑ (จุลธรรมนำใจ ๑๓) “ไปถูกทาง”)



ต้องให้  
พิจารณา  
ความเลื่อมอยู่เรื่อยๆ

ถาม

พี่สะใภ้เจ็บหนักมาก หลานที่ดูแลอยู่ หลังจากที่แม่เจ็บหนัก และคิดว่าอายุได้อีกไม่นาน ได้อ่านหนังสือท่านอาจารย์เป็นเครื่องจรรโลงใจตลอดมา เขาขอธรรมะมาว่าถ้าวันไหนแม่รู้สึกดีขึ้นนิดหนึ่งใจเขาจะพุดมาก ถ้าวันไหนแม่ไม่พุดเลย ไม่พูดเลย ไม่ลืมตาก็จะเป็นทุกข์มาก ตรงนี้ยังทำใจไม่ได้ ถึงแม้จะได้พิจารณาตามท่านอาจารย์ว่าเป็นไตรลักษณ์ แต่ยังเป็นทุกข์มากเหลือเกิน

พระอาจารย์

ใจยังตัดไม่ขาด ตัดได้เป็นช่วงๆ เวลาที่มีสติ มีปัญญา ก็จะปล่อยวางได้ พออาการดีขึ้น สติหายไปเลย ดีใจจนลืมไปแล้วว่าดีขึ้นเพื่อที่จะเลวลงไปอีก ไม่มีอะไรดีไปตลอด ดีแล้วเดี๋ยวก็ต้องไม่ดี เพราะต้องไปสู่จุดจบอยู่ดี ไม่มองไปตรงจุดจบ มองอยู่ตรงจุดที่ขึ้นๆ ลงๆ เวลาขึ้นก็ดีใจ เวลาลงก็เสียใจ ไม่รู้ว่าในที่สุดก็ต้องลงไปที่ศูนย์ มันกำลังดิ่งลงไป ขณะที่ดิ่งลงก็ยังมีขึ้นมาบ้าง ลงไปบ้าง แต่ในที่สุดแล้วก็ต้องลงไปจุดนั้นทุกคน ไม่ว่าใครก็ตาม มีสุขภาพดีขนาดไหนขณะนี้ก็ตาม อาจจะไปถึงก่อนคนที่กำลังนอนไถ่ตายอยู่ก็ได้ ไม่มีอะไรแน่นอน ต้องให้พิจารณาความเสื่อมอยู่เรื่อยๆ เป็นปัญญา



พวกเราส่วนใหญ่ชอบพิจารณาความเจริญกัน ทำอะไรก็อยากให้มันเจริญ ไม่เคยคิดเลยว่าอะไรที่เจริญก็ต้องเสื่อม ธรรมที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ย่อมมีการดับไปเป็นธรรมดา สร้างกรุงศรีอยุธยาขึ้นมาก็เสื่อมหมดไป สร้างกรุงโรมขึ้นมาก็เสื่อมหมดไป ตอนนี้ไปสร้างที่ประเทศดูไบ เดียวก็เสื่อมหมดไป ไม่มีอะไรที่จะอยู่ถาวร เพราะสิ่งต่างๆ เมื่อรวมตัวแล้ว โดยธรรมชาติก็จะกลับไปสู่ที่เดิมเสมอ น้ำก็กลับไปหาน้ำ ไม่อยู่กับดิน สังเกตดูเวลาซักผ้าเสร็จแล้ว พอเอามาผึ่งเดี๋ยวก็แห้ง น้ำระเหยไปแล้ว น้ำไม่ยอมอยู่กับดิน



ผ้าเป็นดิน อยู่กันเดียวเดียวก็หนีไปแล้ว จากไปแล้ว เป็นธรรมชาติของทุกสิ่งทุกอย่างจะกลับไปที่ดินของเขาเสมอ เวลาพลังทางธรรมชาติทำให้มารวมกัน ก็มารวมกัน เช่น ต้นไม้ เกิดขึ้นมาได้เพราะน้ำฝนลงมาจากท้องฟ้า พอมาสัมผัสกับดินกับเมล็ดก็เริ่มเจริญเติบโตขึ้นมา ในทะเลทรายไม่มีน้ำ ก็ไม่มีต้นไม้ ถ้าทะเลทรายมีฝนตกอยู่เป็นประจำ ทะเลทรายก็กลายเป็นป่าขึ้นมาได้ เพราะเมล็ดพันธุ์ต่างๆ จะถูกลมพัดไป เวลาที่พายุมา เมล็ดพืชพันธุ์ต่างๆ ก็จะถูกพัดไปด้วยหรือลอยไปในน้ำก็มี ต้นมะพร้าวอยู่ๆ ก็ไปโผล่อยู่ที่เกาะนี้เกาะนั้น ทวีปนี้ทวีปนั้น พอมีปัจจัยที่ทำให้เจริญเติบโตได้ ก็จะเจริญเติบโตขึ้นมา พอเจริญเติบโตเต็มที่แล้วก็แตกตายไป ธรรมชาติของธาตุ ๔ จะแยกกัน ไม่รวมกัน นอกจากมีพลังอย่างอื่นมาทำให้รวมกัน เช่น ลมพัด ฝนตก

จึงควรทำความเข้าใจไว้ว่า *ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้มีการเกิดขึ้นแล้วมีการดับไปเป็นธรรมดา* อย่าไปหลงอยากให้อยู่ไปนานๆ เป็นไปไม่ได้ ไม่เป็นความจริง เห็นกันชัดๆ อยู่ ทุกคนก็รู้ว่าเกิดมาแล้วต้องแก่ต้องเจ็บต้องตายกันทุกคน แต่ไม่ยอมรับกัน เพราะไม่รู้ว่าการยอมรับความจริงจะทำให้สบายใจ การไม่ยอมรับความจริงจะทำให้ทุกข์ใจ เช่นวันก่อนมีโยมคนหนึ่งแม่อายุ ๕๐ กว่าแล้ว ตอนนี้นำกำลังเข้าโรงพยาบาล จะนิมนต์ให้เราไป

เราบอกไม่ไปหรอก บอกว่าควรทำใจ เพราะคนเราเกิดมาไม่ช้าก็เร็วก็ต้องไป เธอบอกว่าตอนนี้ยังทำใจไม่ได้ ทำไม่ไม่ทำละ ทำแล้วสบายใจ ถ้าไม่ทำจะทรมานใจ เธอไม่รู้ว่าจะทำใจได้แล้วจะสบายใจ พวกเราบางทีก็รู้บ้าง ไม่รู้บ้าง พอเพลอปั๊บก็ไม่ยอมทำใจทันที

*ต้องบิสิตี๊ต๊อบตนอยู่เรื่อย ๆ* ต้องทำใจให้ยอมรับความจริง อะไรจะเกิดก็เกิด ทำได้เมื่อไรก็จะสบายเมื่อนั้น ทำก่อนมันเกิดได้ยิ่งดี เหมือนที่ท่านสอนให้ตายก่อน ตายก็แบบนี้ คิดเสียว่าเราตายไปแล้ว ของในโลกนี้จะเป็นอย่างไร ไม่มีผลกระทบกับเราแล้ว อยู่แบบคนตายอยู่ อยู่แบบไม่หวังอะไร ไม่ต้องการอะไร อะไรจะเป็นอย่างไรก็ได้ คนตายไม่ออกมาประท้วง ถ้าอยู่แบบคนตายได้แล้วใจจะสบาย เพราะดับความอยากได้ ความอยากเป็นสมุทัยในพระอริยสัจ ๔ ต้นเหตุของความทุกข์ก็คือความอยาก จึงต้องทำใจ เครื่องมือที่จะใช้ทำใจก็คือ ทาน ศีล ภาวนา จะไปบังคับให้ทำใจไม่ได้ ต้องทำใจจากง่ายไปหายาก ทานคือการให้นี้ทำาง่ายที่สุด มีอะไรเหลือกินเหลือใช้ก็เอาไปแจกจ่าย เพราะอย่างไรก็ต้องจากเราไปอยู่ดี เก็บไว้ก็ต้องคอยดูแลรักษา ต้องทุกข์กับมัน ถ้าให้ไปแล้วก็หมดภาระไปหมดปัญหาไป ใจก็เบาไประดับหนึ่ง สบายไประดับหนึ่ง ศีล คือการไม่เบียดเบียนผู้อื่น จะหาอะไรมาเพิ่มอีกทำไม ไม่ต้องเอาแล้ว พอแล้ว มีเท่านี้ก็พออยู่ได้แล้ว ดูพระเป็นตัวอย่าง

มีสมบัติเพียง ๘ ชิ้น ก็อยู่ได้แล้ว พวกเรามีมากกว่าท่านตั้งหลายเท่า ทำไมจะ  
อยู่ไม่ได้ ต้องคิดแบบนี้แล้วจะได้ไม่ยาก เมื่อไม่ยากจะได้ไม่ไปทำผิดศีล  
ไปเบียดเบียนผู้อื่น ถ้าไปเบียดเบียนผู้อื่นก็เป็นความทุกข์ทางด้านจิตใจ  
จิตใจต้องหวาดระแวงกลัวกับผลที่จะตามมา

(กัณฑ์ที่ ๓๘๖ วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๕๑  
(จุลธรรมนำใจ ๑๕) “ยินดีกับการเป็นคนจน”)



ต้องเข้าใจ

๒๓

สถานการณ์ของแม่

กาม

แม่เป็นโรคสมอง ใช้เหตุผลไม่ได้

ต้องหาอุบายให้เขาทำตามให้ได้ เขาตั้ง  
นาฬิกาให้เร็วขึ้น เราแอบตั้งใหม่ หรือซื้อ

พระอาจารย์

อีกเรือนที่เหมือนกัน พอเขาเผลอก็สลับเปลี่ยนนาฬิกา กัน ต้องใช้อุบาย  
ใช้ปัญญาให้ทันกัน ข้อสำคัญอย่าไปเครียด อย่าไปโกรธ ต้องเข้าใจสภาพภาพ  
ของท่าน ต้องปรับใจให้รับกับสภาพเหตุการณ์ให้ได้ ถ้าให้กินตามเวลาไม่ได้  
อยากจะกินก่อนเวลาก็กินไป เท่านั้นก็จบ แต่ต้องดูใจเราเป็นหลัก อย่าเป็นทุกข์  
กับเหตุการณ์ต่างๆ ใช้สติปัญญาเพื่อปรับรับกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ปรับได้  
เท่าไรก็เท่านั้น ต้องมองภาพรวมด้วยว่าทำอย่างไรในที่สุดท่านก็ต้องตาย  
อยู่ดี มาเครียดกันทำไม เราก็เพียงแต่ประวิงเวลาหรือยืดเวลาออกไป  
เท่านั้นเอง ในที่สุดก็ตายเหมือนกัน ตายช้าตายเร็ว ถ้ามองภาพรวมแล้วก็จะ  
ปล่อยวางได้ ทำได้ก็ทำไป ทำไม่ได้ก็ถือว่าเป็นเหตุสุดวิสัยไป จะไม่เครียด  
จะสบายใจอยู่ตลอดเวลา ส่วนใหญ่เราจะหลงไปกับร่างกาย หุ้มทุกสิ่ง  
ทุกอย่างไว้กับร่างกาย ปล่อยให้ใจเครียด ทุกข์ทรมานใจกับเรื่องของร่างกาย  
ถ้ามีธรรมชาติคอยสอนใจว่าร่างกายนี้ไม่ใช่สาระที่สำคัญ สาระสำคัญคือใจ  
ต้องรักษาใจมากกว่ารักษาร่างกาย ใจรักษาได้แต่ร่างกายรักษาไม่ได้ รักษาได้  
เพียงชั่วคราว ในที่สุดก็รักษาไม่ได้

แต่ใจนี้เรารักษาให้เป็นปกติให้อยู่อย่างสุขสบายได้ตลอดเวลา แต่เราไม่รักษากัน เรากลับสร้างความทุกข์สร้างความเครียดให้กับใจอยู่ตลอดเวลา เพราะหลงไปให้ความสำคัญกับสิ่งที่ไม่สามารถจะรักษาได้ ไม่ใช่แต่เฉพาะร่างกายของเรา ร่างกายของคนอื่นก็รักษาไม่ได้ สมบัติข้าวของเงินทองสถานภาพต่างๆ เราก็รักษาไม่ได้ ไม่อยู่ภายใต้การควบคุมบังคับของเราเสมอไป มันเปลี่ยนแปลงเลื่อนไหลไปอยู่เรื่อยๆ เหมือนปลาไหล จับแล้วก็ลื่นหลุดมือไป ได้ลาภยศสรรเสริญสุขมาแล้วก็ลื่นหลุดไป ต้องไปจับตัวใหม่ พอจับมาแล้วก็ลื่นหลุดมือไปอีกก็ไปจับใหม่อีก แก้อันยากก็วิ่งจับกันได้นิ่งแล้วเดี๋ยวก็ลื่นตกลงมา ตำแหน่งนั้นตำแหน่งนี้ก็เช่นเดียวกัน ไม่มีอะไรที่เที่ยงแท้แน่นอน อย่าไปรักษาพวกนี้เลย ได้มาก็ดูแลไปตามอัธภาพ จะอยู่ก็อยู่ ไม่อยู่ก็ไป ต้องรักษาใจให้สบายให้รับกับทุกสภาพให้ได้ จะรับได้ก็ต้องรู้ทัน รู้ว่าต้องจากไป จะได้เตรียมตัวเตรียมใจไว้ก่อน พอเตรียมตัวเตรียมใจแล้วเวลาจากไปก็ไม่เดือดร้อน พอมันทำท่าจะไปก็ไม่เดือดร้อน ต้องรู้วิธีที่จะรักษาใจให้สุขให้สบาย ต้องรู้ทันกับสิ่งต่างๆ ที่ใจไปเกี่ยวข้องด้วย อย่าไปยึดอย่าไปติด ต้องรู้ว่าต้องจากเราไปไม่ช้าก็เร็ว ถ้ารู้อย่างนี้แล้วจะอยู่อย่างสุขอย่างสบายท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงการไปการมาของทุกสิ่งทุกอย่าง

(กัณฑ์ที่ ๔๐๐ วันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๕๒ (จุลธรรมนำใจ ๑๘)

“ตายแล้วไปเกิดใหม่”)





ถึงพ่อแม่จะทิ้งให้เป็นเด็กกำพร้า  
ท่านก็มีบุญคุณกับเรา



ถาม

พ่อหรือแม่ หากทิ้งลูกไปแล้ว ลูกมีโอกาสดอแทนบุญคุณ แล้วควรจะดอแทนตามกำลังหรือปล่อยไป คิดว่าเวรกรรมใคร เวรกรรมมัน

คือเขาทิ้งไม่ทิ้งเรา เขาก็มีบุญคุณกับเรา อยู่แล้ว เพราะการให้กำเนิดกับเรานี้ ให้ชีวิต

พระอาจารย์

กับเรานี้ ก็เป็นบุญคุณอย่างใหญ่หลวงแล้ว ถึงแม้ว่าเขาจะไม่มีปัญญา เลี้ยงเรา เขาทิ้งให้เราเป็นเด็กกำพร้านี้ บุญคุณที่เขาให้กำเนิดกับเรานี้ก็ยังเป็นบุญคุณที่ใหญ่หลวง อยู่ที่เรศวรที่จะดอแทนทุกโอกาสทุกเวลาที่เราสามารถที่จะทำได้

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๘ “บำเพ็ญเพียร”)

๒๕

ถือว่าต้องใช้หนี้

กาม

ดิฉันได้ตัดสินใจลาออกจากงานเพื่อเข้ามาช่วยกิจการของบิดาซึ่งอายุแก่ชรามากและสุขภาพไม่ดีจึงไม่ได้บริหารงานมานาน ให้ลูกน้องทำแทน ส่งผลให้มีผลขาดทุนต่อเนื่องและมีปัญหาทุจริตเรื้อรัง ดิฉันไม่มีความสุขกับการทำงานเท่าไรเนื่องจากเข้ากับบิดาไม่ได้ ไม่มีความสนิทสนม บิดามีภรรยาน้อย และธุรกิจยังเป็นธุรกิจต้องห้ามตามศาสนาพุทธ เหตุผลหลักที่เข้ามาช่วยคือเพื่อตอบแทนบุญคุณที่บิดาให้การศึกษาและเลี้ยงดูมา แต่เนื่องจากปัญหาดังกล่าวจึงมีโทษและปากเสียงบ่อยครั้ง เนื่องจากมีความขัดแย้งมากมายและดิฉันคงจะไม่มีทางเลือกอื่นคือยังต้องช่วยต่อไป จึงขอพระอาจารย์ช่วยชี้แนะธรรมะที่จะนำมาใช้ในกรณีนี้ด้วยนะคะ ขอบพระคุณค่ะ

ก็คิดว่าเราเป็นหนี้เขา เราต้องใช้หนี้เขา  
เราก็ใช้ไป เมื่อหมดหนี้เมื่อไหร่ก็จบเมื่อนั้น  
เมื่อยังไม่หมดหนี้ก็ใช้ไปเรื่อยๆ

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๘ “บำเพ็ญเพียร”)

๒๖

ถ้าพ่อแม่ไม่ให้บวช  
ต้องอดข้าว

ถาม

ได้ฟังท่านอาจารย์แล้วก็อยากจะออกบวช  
แต่ไม่รู้จะเจรจากับคุณพ่อคุณแม่อย่างไร

ต้องอดข้าวถ้าไม่ให้ออกบวช มีท่ามาแล้ว

ในอดีต มีชายคนหนึ่งอยากจะบวช แต่พ่อแม่

ไม่ยอมให้บวช ก็เลยอดข้าว พ่อแม่ให้เพื่อนมากล่อมก็ไม่ยอม

ในที่สุดพ่อแม่ก็ต้องยอมเพราะเห็นว่ายอมตายจริงๆ ถ้าไม่ได้บวช

พระอาจารย์

ถาม

อ่านหนังสือพระอาจารย์ที่ให้ลองซังตัวเองอยู่ในห้อง  
๓ วัน ๗ วัน

เหมือนไปอยู่วัด ไม่หาความสุขจากรูป  
เสียงกลิ่นรส จะใช้เวลาทั้งหมดควบคุม

พระอาจารย์

ความคิดปรุงแต่งเจริญสติให้ใจอยู่ในปัจจุบัน สลับกับการนั่งสมาธิ เดินจงกรม  
ในห้อง กินมื้อเดียว ดื่มน้ำเปล่า บังคับให้นั่งนานๆ ถ้านั่งขัดสมาธิ  
ไม่ได้ก็นั่งบนเก้าอี้ก็ได้ ไม่ต้องลุกไปไหน นั่งควบคุมใจด้วยการบริกรรม  
พุทโธๆ ถ้าใจคิดแล้วก็จะเกิดความอยากต่างๆ ขึ้นมา อยากจะทำนั่นทำนี่  
เพราะอยู่เฉยๆ ไม่เป็น อยู่ไม่เป็นสุข ต้องมีอะไรทำถึงจะมีความสุข

เพราะความอยากทำ ต้องหยุดความอยากด้วยการหยุดความคิด หยุดร่างกาย ความอยากจะใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือก็ต้องหยุดร่างกาย ถ้าหยุดที่ใจไม่ได้ก็หยุดที่ร่างกายก่อน อยากจะลูกก็จะไม่ยอมลูก ไม่ช้าก็เร็ว ความอยากจะสงบตัวลงไปเอง ถ้ารู้ว่าอยากจะลูกแล้วลูกไม่ได้ก็จะยอมแพ้ไปเอง พอความอยากยอมแพ้แล้วก็จะหายเครียดหายทุกข์ แต่จะทรมานมาก ถ้าใช้ขันติอย่างเดียว ไม่ได้ใช้พุทโธ เป็นเหมือนชักเย่อกัน ตอนนั้นใจจะปั่นป่วนมากเลย พอความอยากยอมแพ้ปั๊บ ความปั่นป่วนก็จะหายไปเลย ถึงแม้จะไม่รวม แต่หายจากความปั่นป่วน หายจากความเครียด จะเฉยๆ สบายๆ ถึงรู้ว่าปัญหาคือความอยากนี้เอง ถ้าทำตามความอยากปัญหาก็จะไม่วันหมด อยากจะไปตรงนั้นก็ไป พอไปตรงนั้นแล้วก็อยากจะทำตรงนี้

เวลาสู้กับความอยากจะทรมานใจมาก เหมือนสู้กับความอยากดื่มสุราอยากสูบบุหรี่ อยากเสพยาเสพติด ก็เป็นความทุกข์แบบเดียวกัน ถ้าไม่ได้ทำตามความอยากใจจะปั่นป่วนมาก ถ้าใช้พุทโธก็จะช่วยผ่อนคลายความปั่นป่วน ถ้าไม่ใช้พุทโธก็ต้องใช้ขันติ อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า **ขันติ ประมัตตไป ตีติกา** ขันติเป็นเครื่องดับความทุกข์ เป็นเครื่องแผดเผากิเลสตัณหา ถ้าไม่มีสติสมาธิปัญญาก็ต้องสู้ขันติ จะไม่ยอมทำตามความอยากจะนั่งตรงนี้ จะไม่ยอมลูกจนกว่าความอยากจะหายไป ถ้านั่งขัดสมาธิไม่ได้

ก็นั่งบนเก้าอี้ไปก่อน อย่าลุกไปไหนจนกว่าความอยากจะหายไป หายแล้ว  
ค่อยลุก หรือจนกว่าจะถึงเวลาที่กำหนดไว้ ทำจากน้อยไปหามาก นั่ง  
๑ ชั่วโมงก่อน แล้วก็เพิ่มเป็น ๒ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมง ขยับขึ้นไปเรื่อยๆ นั่งจนกว่า  
จะหายอยากจะลุกขึ้นมา พอหายอยากแล้วก็จะรู้ว่าต่อสู้กับความอยาก  
ได้แล้ว ทางที่ดีควรบริกรรมพุทโธๆ ไปด้วย จะดีกว่าใช้ขันติความอดทน  
อย่างเดียว ถ้าไม่มีความอดทนก็จะทนไม่ได้ ถ้ามีการบริกรรมพุทโธก็จะช่วย  
ผ่อนคลายความเครียดได้

ต้องสู้กับความอยาก ถ้าไม่สู้ การปฏิบัติจะไม่ก้าวหน้า เพราะจะตกอยู่  
ภายใต้อำนาจของความอยากที่จะสั่งให้ไปโน่นมานี่อยู่เรื่อยๆ พอมาอยู่วัด  
ก็อยากจะออกไปนอกวัด พออยู่นอกวัดก็อยากจะกลับวัด เข้าๆ ออกๆ อย่างนี้  
ต้องปักหลักสู้ ทรงบัญญัติให้พระบวชใหม่อยู่กับครูบาอาจารย์ ๕ พรรษา  
พระที่ไปอยู่กับหลวงตาก็รู้กันว่าถ้าเข้าไปแล้วไม่ต้องไปไหน ๕ ปี เหมือน  
ติดคุก ๕ ปี ออกไปได้เฉพาะตอนไปบิณฑบาตเท่านั้น ไม่มีกิจกรรมอื่น ถ้าอยู่  
ได้แล้วก็จะสบาย จึงต้องเจริญสติให้มาก ทำจิตให้รวมให้ได้ ถ้ารวมได้แล้ว  
ก็จะก้าวหน้า พอออกทางปัญญาก็จะไปได้เร็ว ถ้าพิจารณาไตรลักษณ์ อนิจจัง  
ทุกขัง อนัตตา พิเคราะห์ว่าทุกข์เกิดจากความอยาก พระพุทธเจ้าทรงรับประกัน  
ว่า ๗ วัน หรือ ๗ เดือน หรือ ๗ ปี ก็จะมีบรรลุได้

ต้องเริ่มต้นที่การเจริญสติก่อน พอได้สติก็จะเข้าสมาธิได้ พอออกจากสมาธิก็จะเจริญปัญญาได้ ตัดความหลงที่ผลิตความอยากได้ ความหลงก็คือการไม่เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นว่าเป็นนิจจัง สุขัง อตฺตา ใจของพวกเราส่วนใหญ่จะมองว่าเป็นสุข เป็นของเรา จะอยู่กับเราไปนานๆ จะคิดอย่างนี้กันทั้งนั้น เวลาแต่งงานก็จะอวยพรให้อยู่กันไปนานๆ ให้มีความสุขมากๆ เป็นของกันและกัน แล้วเป็นหรือเปล่า ดีไม่ดีเพียง ๖ เดือน ก็ไปกันคนละทางแล้ว ถ้าคิดว่าเป็นไตรลักษณ์ก็จะไม่อยากแต่งงาน จะไม่อยากได้อะไร อยู่คนเดียวสบายกว่า ถ้าต่อสู้กับความอยากได้ เวลาอยู่คนเดียวจะเหงาว้าเหว่ ก็ต้องอดทนปล่อยให้เหงาว้าเหว่ไป พอความอยากรู้ว่าไม่ได้จริงๆ แล้วก็จะหยุดอยาก จะหายเหงาหายว้าเหว่ เหมือนการหยุดสูบบุหรี่ อยากจะสูบบุหรี่ก็ไม่ไปสูบต่อไป ก็จะหายอยาก

*พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ว่าปัญหาทั้งหมดเกิดจากสมุทัย คือ ความอยาก และเครื่องมือที่จะหยุดความอยากก็คือ มรรค คือสติ สมาธิ ปัญญา สนับสนุนด้วยขันติ ด้วยวิริยะ ด้วยทาน ด้วยศีล*

ทรงสอนให้เจริญมรรคให้มาก หน้าที่ของพวกเราก็คือ การเจริญมรรคนี้เอง ถ้าจะถามว่าเกิดมาทำไม คำตอบก็คือเกิดมาเพื่อเจริญมรรค เจริญ



ทาน คีล ภาวนา เจริญสติ สมาธิ ปัญญา เจริญวิริยะ ชันติ รับรองได้ว่าปัญหาทั้งหมดจะหมดไปจากใจ ตอนนี้ใจเป็นเหมือนคนเป็นโรคมะเร็ง ต้องรักษาโรคมะเร็ง เชื้อโรคก็คือความอยาก การใช้คีโมฉายแสงผ่าตัดก็คือมรรค ต้องเจริญมรรคให้มาก พอมรรคมีกำลังมากกว่าความอยากแล้ว ความอยากก็จะหายไปหมด ความทุกข์ก็จะหายไปหมด จะเป็นจะตายก็ได้ เพราะใจไม่ได้เป็นร่างกาย ใจเป็นเพียงผู้รับรู้เหตุการณ์ต่างๆ เท่านั้นเอง เหมือนคนดูภาพยนตร์ ในภาพยนตร์จะฆ่ากันตายด้วยระเบิดนิวเคลียร์ ก็จะได้ฆ่าคนดู ถ้าคนดูหลงก็จะตื่นเต้นตกใจหวาดกลัวไปกับภาพยนตร์ ถ้ามีสติ สมาธิปัญญาก็จะไม่หลง จะดูเฉยๆ รู้เฉยๆ

อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสกับคนที่มาถามธรรมะตอนที่ทรงบิณฑบาตว่าไม่สะดวก เขาก็กราบทูลให้ทรงสอนสั้นๆ ทรงตรัสว่าเวลาเห็นอะไรก็สักแต่ว่าเห็น รู้อะไรก็สักแต่ว่ารู้ ให้สักแต่ว่าเท่านั้น อย่าไปอยู่ในเหตุการณ์ ให้เป็นเพียงผู้รับรู้ คนดูไม่ได้อยู่ในจอภาพยนตร์ อยู่นอกจอ เป็นเพียงผู้ดู ใจไม่ได้อยู่ในโลกนี้ ใจอยู่ในโลกทิพย์ ร่างกายอยู่ในโลกธาตุ เหตุการณ์ที่เกิดในโลกธาตุนี้ไปไม่ถึงโลกทิพย์ อยู่คนละที่กัน เหมือนคนที่ควบคุมยานอวกาศอยู่ที่หอบังคับการ ส่วนยานอวกาศอยู่อีกที่หนึ่ง ถ้ายานอวกาศระเบิด ก็ไม่ได้ไปกระเทือนคนที่อยู่ที่หอบังคับการ ความจริงใจไม่ได้ไม่เสียกับอะไร ไปหลง

กับเขาเอง ไปสุขไปทุกข์กับเขาเอง เวลาสัมผัสรับรู้รูปเสียงกลิ่นรสที่ถูกต้องก็สุข พอสัมผัสรับรู้กับรูปเสียงกลิ่นรสที่ไม่ถูกต้องก็ทุกข์ ประดังประดังขึ้นมาเอง ถ้าใจเป็นอุเบกขาก็จะเป็นกลาง ไม่สุขไม่ทุกข์ รูปเสียงกลิ่นรสจะมาในรูปแบบไหน ใจก็จะเฉยๆ ร่างกายจะเจ็บปวด ใจก็จะเฉยๆ ร่างกายจะหิวจะอิ่ม ใจก็จะเฉยๆ เพราะใจไม่ได้ไม่เสียกับร่างกายเลย ถ้าใจหลงก็จะไม่นิ่งไม่เป็นกลาง จะแกว่งไปกับความยินดียินร้าย ถ้ายินดีก็สุข ยินร้ายก็ทุกข์ เพราะใจไปมีปฏิกริยากับสิ่งต่างๆ เอง ถ้าทำใจให้นิ่งให้เป็นกลางให้เป็นอุเบกขาได้ ก็จะไม่มามีปฏิกริยา ไม่ยินดียินร้าย ไม่สุขไม่ทุกข์กับการสัมผัสรับรู้ แต่มีความสุขที่เหนือกว่าความสุขทั้งหลายอยู่ภายในใจ ความสุขที่เกิดจากความว่าง เกิดจากความนิ่ง ที่ทำให้ใจรับรู้กับสิ่งต่างๆ ได้อย่างไม่สะทกสะท้าน เช่นรับรู้กับความเจ็บปวดของร่างกาย จึงต้องเจริญมรรคให้มาก เป็นหน้าที่ของพวกเรา

(กัณฑ์ที่ ๔๔๐ วันที่ ๑๑ มิถุนายน ๒๕๕๕ (จุลธรรมนำใจ ๒๙)

“ทำใจให้สงบ”)



เราเป็นหนี้พ่อแม่  
มานานแล้ว

โยม

พาลูกสาวมากราบพระอาจารย์ค่ะ

เรียนที่ไหน จบหรือยัง

พระอาจารย์

โยม

จบแล้วค่ะ

จบที่ไหนมา

พระอาจารย์

โยม

เกษตรศาสตร์ค่ะ

คณะไหน

พระอาจารย์

โยม

อุตสาหกรรมเกษตรค่ะ

แล้วได้งานหรือยัง

พระอาจารย์

โยม

ได้แล้วค่ะ

ก็พยายามเก็บเงินเก็บทองไว้ ส่วนหนึ่งก็ต้อง  
คืนให้พ่อให้แม่ นะ เราเป็นหนี้พ่อแม่มา

พระอาจารย์

มากแล้ว ต้องชดใช้บุญคุณบ้าง ท่านจะเอาไม่เอาอีกเรื่องหนึ่ง แต่หน้าที่ของเรา  
เราต้องให้ท่านไป อย่าใช้เงินมาก เอาไว้ใช้เลี้ยงปากเลี้ยงท้องก็พอ ของฟุ่มเฟือย  
ปัจจัยห้าหกเจ็ดแปดนี้ไม่ต้องมี เอาแค่ปัจจัยสี่ก็พอ แล้วเราจะเป็นคนดีได้  
เราจะเป็นคนทดแทนบุญคุณพ่อแม่ได้ ถ้าเราอยากได้สิ่งนั้นสิ่งนั้นมาก เราจะ  
ไม่มีโอกาสไม่มีวันที่จะทดแทนบุญคุณของพ่อแม่ได้เลย พยายามศึกษา  
ธรรมะบ้าง เอาซีดีไปฟังนะ เอาหนังสือไปอ่าน แล้วเราจะรู้ความจริงว่า  
เราควรจะต้องทำอะไรที่จะทำให้ชีวิตของเรานี้เจริญก้าวหน้า ทำให้เราเป็น  
คนดีจริงๆ

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ “สัมมาชีพ”)



พวกเรานั้นยังห่วง  
พวกเหยียบเรือสองแคมอยู่

ถาม

เมื่อสักครู่นี้ท่านเทศน์ตอนต้นนี้ บอกว่าการปฏิบัติเป็นเรื่องของเราคนเดียว เรื่องพ่อเรื่องแม่เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องไปกังวล บางครั้งมันรู้สึกเหมือนห่วง

อ้อ นี่เรื่องของคนที่เขาปฏิบัติเต็ม ๑๐๐ แล้ว  
ออกบวชแล้ว เหมือนพระพุทธเจ้านี้ไปแล้ว

พระอาจารย์

ไม่ห่วงบ้านห่วงเมืองแล้ว ๖ ปี ไม่เคยกลับไปในวังเลย อยู่ตามป่าตามเขา  
บำเพ็ญ ไม่ติดต่อกับใครทั้งนั้นจนบรรลุตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า แล้วจึง  
รับนิมนต์กลับไปโปรดในวังต่อไป

พวกเรายังไม่ถึงขั้นนั้นหรอก พวกเรายังยังห่วง พวกเหยียบเรือ  
สองแคมอยู่ พุดกันคนละเรื่องกัน พวกเรายังห่วงพ่อห่วงแม่ห่วงพี่ห่วงน้อง  
ได้ กลัวไม่ห่วงละชิ กลัวจะไปห่วงเที่ยวห่วงกินมากกว่า พอจะมาปฏิบัติหน่อย  
ก็ห่วงขึ้นมาทันที เวลาไปเที่ยวไม่ห่วงเลย พอมาอยู่วัด ๓ วัน ๗ วัน  
เริ่มห่วงขึ้นมาทันที แต่เวลาไปเที่ยวเมืองนอก ๓ วัน ๗ วันนี้ไม่เคยคิดถึงพ่อ  
คิดถึงแม่เลย

ถาม

กิเลสเขาแยบยล

ใช่ มันพยายามที่จะสะกิดก้นทางเดิน  
ของเรา ถ้าไปทางกิเลสนี้มันจะไม่แย่งเลย

แต่ถ้าไปทางสวนทางกับมันนี้มันจะหาเรื่องทันที พาลทันที ห่วงพ่อห่วงแม่  
ห่วงพี่ห่วงน้อง ห่วงลูกห่วงหลานกัน

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๕๖ “รักษาโรคใจ”)







อยากปฏิบัติธรรม  
แต่มีภาระเลี้ยงดูพ่อแม่

## ถาม

ถ้าเราอยากจะทำกิจกรรมปฏิบัติธรรมมันต้องใช้เวลา ที่นี้เราก็กังขาว่า เช่นต้องทำมาหากิน หรือว่าเลี้ยงดูพ่อแม่ ที่นี้ถ้าเกิดเราไปเจอธุรกิจอะไรก็ตามที่มันสามารถสร้างรายได้ ในลักษณะเชิงลิขสิทธิ์ คือทำแล้วมันจบ แต่ระหว่างทางกว่าที่มันจะมีรายได้แบบนั้นมันต้องดิ้นรนมาก ดิ้นรนกว่าปกติ ที่นี้จะถามว่าการที่เราทำตรงนั้นเพื่อให้จบมีรายได้เพียงพอในระดับที่เราพอใจ แล้วเราก็กินเวลาจากนั้นในการศึกษาและปฏิบัติธรรมไปเลย อาจจะละทางโลกแล้วไปทางธรรมเลย อันนี้ควรจะทำอย่างนั้นหรือว่าควรจะไม่ต้องดิ้นรนมาก แต่ว่าปฏิบัติไปเรื่อยๆ แค่ว่าเราทำได้แต่ละวันก็พอแล้ว

ก็แต่ละคนก็คงจะมีทางของตนไปไม่เหมือนกัน ทางไหนก็ได้ที่ทำให้เราได้ศึกษาได้ปฏิบัติ

## พระอาจารย์

จะทำแบบเต็มที่เลย ไปบวชชีเลยก็ได้ หรือว่าถ้ายังไปไม่ได้ ยังต้องมีการอะไรอยู่เราก็กังขาว่าไป แล้วก็ในช่วงเวลาที่มีเวลาว่างเราก็กินปฏิบัติไป คือขอให้เราตั้งเป้าไว้ว่าการศึกษาและปฏิบัติไว้เป็นหลักก็แล้วกัน ส่วนหน้าที่การงานอย่างอื่นนี่ถือว่ามันเป็นภาระหน้าที่ผูกพันที่เราจะต้องค่อยๆ ปลดมันไปที่ละเปราะๆ จนกว่าเราจะปลดมันได้หมดแล้วเราก็กินไปปฏิบัติกัน

อย่างเต็มที่ คือเราต้องเดินออกจากจุดที่เรากำลังยืนอยู่ ขณะนี้เรามีภาระผูกพันอะไรบ้างหรือเปล่า ไปได้หรือเปล่า หรือว่าไม่มีภาระผูกพัน ไปได้แต่ไม่มีกำลังจะไปที่ไปไม่ได้ ถ้าใจไม่สู้ใจไม่พร้อม กลัว ยังติดอยู่กับความสุขที่เคยมีอยู่ จะไปที่ไปไม่ได้ ก็ต้องค่อยๆ พัฒนาไป ค่อยๆ ละ ละการหาความสุขที่เคยทำให้มันน้อยลงไป แล้วก็เพิ่มการปฏิบัติให้มีมากขึ้น ถ้าจิตมีความสงบมากขึ้นเท่าไรก็จะมีกำลังที่จะทำให้เราลดละหรือหยุดการหาความสุขในรูปแบบเดิมๆ ได้ และเราก็จะสามารถไปปฏิบัติได้เต็มรูปแบบต่อไป

ในเบื้องต้นก็ทำจากน้อยไปหามากก่อน ถ้าเรามีมากอยู่แล้วก็สบาย คนบางคนมีบุญบารมีมากในอดีต พอได้มาศึกษาได้ฟังเทศน์ฟังธรรมเพียงครั้งสองครั้งก็สละทุกอย่างได้ ออกบวชได้เลยก็มี ดังนั้นในเรื่องของการดำเนินชีวิตมันขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยหลายประการด้วยกัน ทั้งบุญบารมีทั้งภาระ ทั้งกรรมเก่า มันอาจจะมาขัดมาขวาง ถ้าเป็นกรรมเก่ามันก็จะมาขัดมาขวาง ถ้าเป็นบุญวาสนาบารมีมันก็จะมาสนับสนุน แต่ละคนมีกรรมมีบุญมาไม่เท่ากัน เพราะในอดีตชาติเราทำบุญทำบาปมาไม่เท่ากัน มันจึงส่งผลมาให้ไม่เหมือนกัน

ดังนั้น รูปแบบของแต่ละคนจึงไม่เหมือนกันในการที่จะเข้าสู่ทางธรรมของพระพุทธเจ้านี้ไม่เหมือนกัน พระพุทธเจ้ากว่าจะออกบวชได้ก็ต้องอายุ

๒๙ ไปแล้ว แต่สมัยนี้ครูบาอาจารย์บางรูปท่านก็บวชได้ตั้งแต่ยังเป็นเณรเลย สมเด็จพระสังฆราช นี่ท่านก็บวชตั้งแต่เป็นเณรมา ทีนี้แต่ละคนนี้มีภาระ ไม่เหมือนกัน หลวงปู่มั่นท่านก็บวชเป็นเณรก่อนเสร็จแล้วท่านก็ต้องสึกออกไป ช่วยที่บ้านไปทำงานทำไร่ แล้วพอโตขึ้นอีกหน่อยท่านก็สามารถออกมาบวชได้ บวชแล้วท่านก็ไม่สามารถที่จะไปบำเพ็ญตามลำพังได้ เพราะท่านมีลูกศิษย์ ลูกหาเยอะ ท่านก็คอยสงเคราะห์จนอายุเกือบ ๖๐ มั้ง ท่านถึงไปปลีกวิเวกอยู่ที่เชียงใหม่นั่นคนเดียว ระยะเวลา ๖๐ - ๗๐ นี่ท่านไปบำเพ็ญตามประวัตินี้ ท่านก็ไปบรรลุนั่นในช่วงนั้น ตอนที่ท่านไปปฏิบัติอยู่ที่เชียงใหม่ ท่านก็ต้องใช้เวลานานพอสมควรกว่าจะบรรลุได้

ดังนั้นแต่ละคนนี้มีวิธีการดำเนินเพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์นี้ มีไม่เหมือนกัน เพราะวาสนา บุญบารมี หรือกรรมที่ได้ทำมานี้มีไม่เหมือนกัน นั่นเอง เราก็ต้องไปตามวิถีของเรา ดูที่ตัวเรา ดูที่ความสามารถของเรา ดูที่ภาระ ความผูกพันที่เราต้องรับผิดชอบอยู่นี้ว่าเราปลดเปลื้องได้ช้าหรือได้เร็ว ก็ทำไปตาม ข้อสำคัญอย่าไปทุกข์กับมัน เราต้องยอมรับสภาพของเรา บางที ความอยากของเรา อยากจะไปได้เร็ว อยากจะไปได้มาก แต่มีอุปสรรค มันก็จะทำให้เราทุกข์ไปเปล่าๆ โดยไม่เกิดประโยชน์อะไร เหมือนกับเราขับรถ แล้วไปติดตามไฟแดง ไปติดตามสี่แยก เราอยากจะรีบไปให้ถึงจุดหมาย

ปลายทาง มันก็ไปไม่ได้อยู่ดี ก็ต้องขยับไปตามเขาไปจนกว่าเราจะขยับขึ้นทางด่วนได้ พอขึ้นทางด่วนได้ทีนี้ก็ไม่มีใครมาเป็นอุปสรรคแล้ว มีแต่ตัวเราเท่านั้นแหละจะผลักดันตัวเราได้มากน้อยเท่าไร อย่างพอบวชได้แล้วทีนี้อยู่ที่ตัวเราแล้วแหละ พอบวชได้แล้วมีเวลาที่จะภาวนาได้ทั้งวันทั้งคืนแล้วจะเร่งความเพียรอย่างไรก็ได้ หรือจะกินจะนอนไปก็แล้วแต่ อันนี้อยู่ที่ตัวเราแล้วเราขับรถได้ขึ้นทางด่วนแล้วจะเหยียบให้มันสุดเลยก็ได้ หรือจะเหยียบมันไปเล็กๆ น้อยๆ วิ่งไปเรื่อยๆ ตามสบายก็สุดแท้แต่

อันนี้เป็นเรื่องที่เราจะต้องพิจารณาเอา แต่ข้อสำคัญอย่าทำให้เกิดความทุกข์เกิดความท้อแท้ใจขึ้นมา แล้วมันจะพาให้เราไม่ศึกษาไม่ปฏิบัติเลย และก็อาจจะขอเลื่อนไปเป็นชาติหน้าภพหน้าต่อไป อันนี้ก็ตกหลุมอุบายของกิเลส ต้องคิดว่าไม่มีภพไหนชาติไหนที่จะดีเท่าภพนี้ชาตินี้แล้วถ้าเป็นรถไฟก็เป็นเที่ยวสุดท้ายแล้วที่จะพาเราไปพระนิพพาน ถ้าเราไม่รีบกระโดดขึ้น เดี่ยวชาติหน้ากลับมาจะไม่ได้เจอรถไฟขบวนนี้อีกนะ รถไฟก็คือพระพุทธรูปศาสนาตัวเอง เราไม่รู้ว่าจะมีพระพุทธรูปศาสนาปรากฏขึ้นมาใหม่อีกเมื่อไหร่ แล้วพระพุทธรูปศาสนาที่เรารู้จักกันอยู่ที่นี่ก็จะมีอายุไม่เกิน ๕,๐๐๐ ปี เราตายไปแล้วอาจจะต้องใช้กรรมใช้บุญอีกหลายพันปีกว่าจะกลับมาเกิดใหม่เป็นมนุษย์อีกก็ได้ กลับมาแล้วอาจจะไม่มีพระพุทธรูปศาสนา ไม่มีรถไฟให้เราเกาะขึ้นแล้วเราก็ต้องเดินไป เดินไปกับนั่งรถไฟ อันไหนมันจะเร็วกว่ากัน

ดังนั้น ตอนนี้มีรถไฟขบวนสุดท้ายแล้วรีบกระโจนขึ้นไปให้ได้นะ  
รีบตีตัวกัน ไม่ใช่มีวแต่ไปเที่ยว ไปเล่น ไปกิน ไปดื่ม ไปสนุกสนานเฮฮากัน  
เข้าใจไหม

(ธรรมะบนเขาวัววันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๕๖ “มหาเศรษฐีที่แท้จริง”)



๓๐

อยากหยุดเรียน  
แล้วไปแสวงบุญ

## ถาม

แล้วถ้าเกิดว่าเราหยุดเรียนเพื่อจะมาปฏิบัติ แล้วเราจำเป็นต้องเดินทางไปปฏิบัติตามต่างจังหวัดที่เรียกว่าแสวงบุญตามสถานที่ต่างๆ จะเป็นการได้บุญมากกว่าที่เราปฏิบัติอยู่ที่บ้านหรือเปล่าคะ

คือบุญมันมี ๒ ลักษณะ ๑. การที่เราไปแสวงบุญ ก็หมายถึงว่าเราไปหาคำสอน ไปหาธรรมะ

พระอาจารย์

หาผู้สอนที่รู้จักวิธีปฏิบัติ ถ้าเรารู้แล้วว่าวิธีปฏิบัติเป็นอย่างไร เรามีคำสอนแล้ว เราก็ไม่ต้องไป เราปฏิบัติที่ไหนก็ได้ ขอให้มันเป็นสถานที่สงบไม่มีอะไรมารบกวนใจเราเท่านั้นเอง แต่ที่เราต้องไป ที่ปฏิบัติที่บ้านเราอาจจะไม่ดีเท่ากับที่วัดที่อยู่ตามชนบท ที่อยู่ห่างไกลจากแสงสีเสียง ไปอยู่ที่นี่แล้วมันเหมือนกับปลุกข้าวในที่มันมีดินดีน้ำดี อยู่บ้านเราเหมือนกับปลุกข้าวบนภูเขาอย่างนี้ ดินก็ไม่ได้ น้ำก็ไม่ค่อยดี ผลมันก็ไม่น่าค่อยออก

ดังนั้น การปฏิบัตินี้บางทีเราต้องหาที่ปฏิบัติ เพราะว่ามันมีที่ที่จะเอื้อต่อการปฏิบัติ กับที่ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติได้ อันนี้จึงเป็นเหตุที่ทำให้เราต้องออกจากบ้านเราไปกัน เพราะโดยปกติแล้วที่บ้านนี้ไม่ใช่เป็นที่เหมาะต่อการปฏิบัติ เพราะว่าเราอยู่ในท่ามกลางแสงสีเสียงของรูปเสียงกลิ่นรส



ของเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะมาครอบงำการปฏิบัติของเรา แต่ถ้าเราไปอยู่ตามป่าตามเขา ที่ห่างไกลจากเหตุการณ์ต่างๆ นี่ก็จะมีอะไรมารบกวนใจเรา ที่นี้เราก็ต้องดูว่าสิ่งที่เราต้องการคืออะไร ถ้าเราต้องการคำสอน เราก็ต้องไปหาผู้ที่มีความรู้สอนเรา ถ้าเราต้องการปฏิบัติที่สงบ เราก็ต้องไปหาที่ปฏิบัติที่สงบ แต่ถ้าเราปฏิบัติที่บ้านได้ เรายังไม่สามารถที่จะออกจากบ้านไปได้ เพราะเรามีภารกิจหน้าที่ความผูกพันอะไร เราก็ต้องปฏิบัติที่บ้านเราไปก่อน อันนี้ขึ้นอยู่กับตัวเราเอง เหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับเราว่าเราจะทำอะไรได้อย่างไรมากน้อยเพียงไร เข้าใจนะ

(ธรรมะบนเขาวัววันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๕๖ “มหาเศรษฐีที่แท้จริง”)

๓๑

ต้องชั่งน้ำหนัก

ระหว่างใกล้พ่อกับธรรมะ

## กาม

ที่บ้านสั่งหนูว่าให้มาวัดให้น้อยลง เดือนละครึ่งก็พอ เนื่องจากพ่อเป็นโรคซึมเศร้า หนูควรจะอยู่กับพ่อ แล้วที่บ้านบอกว่าพ่อเป็นหนักขึ้นเพราะหนูไปแต่วัด ไม่สนใจพ่อ ไม่ยอมอยู่บ้าน ทำให้พ่อเป็นห่วง เพราะวัดที่หนูไปไกลบ้าน ปกติที่บ้านก็ญาติอยู่กันเยอะ และหนูก็กลับบ้านทุกวัน จะมาวัดก็แค่ช่วงวันหยุด แต่ที่บ้านก็บอกวาม่าบ่อยเกินไป กราบขอพระอาจารย์ให้คำแนะนำด้วยค่ะ

เราก็ต้องชี้แจงน้ำหนักดูว่าความสำคัญมันอยู่ตรงไหน น้ำหนักควรจะไปด้านไหน ถ้าเรา

## พระอาจารย์

ต้องการธรรม เราก็ต้องไปวัด ถ้าเราต้องการอยู่ใกล้พ่อ เราก็อยู่บ้าน คือว่าถ้าเราลืwcำครหานินทา กลัวเขาว่าเราต้องทำตามที่เขาพูด เราก็ต้องอยู่บ้าน แต่ถ้าเราไม่สนใจ คิดว่าคำพูดของเขาเป็นคำพูดที่ไม่มีเหตุไม่มีผล คือเราอยู่หรือเราไป มันก็ไม่ได้เปลี่ยนแปลงอะไร พ่อก็มีคนดูแลอยู่ เราก็ไม่ได้ทำอะไร ดังนั้นการไปของเราก็ไม่น่าจะเป็นเรื่องเสียหายอะไรที่เสียหายก็เป็นความทุกข์ของพ่อที่อยากจะให้เราอยู่ใกล้ อันนี้มันก็เป็นกิเลสของพ่อ ความอยากให้ลูกอยู่ใกล้ตน แต่อยู่ใกล้มันก็ไม่ได้ทำประโยชน์อะไรให้กับพ่อ เพราะฉะนั้นเราดูที่ประโยชน์ดีกว่าว่าการอยู่ใกล้นั้นทำให้เกิดประโยชน์หรือไม่ ถ้าไม่เกิดประโยชน์ อยู่ก็เท่านั้น ไม่อยู่ก็เท่านั้น ก็ไปดีกว่า แต่ถ้าอยู่ใกล้แล้วเป็นประโยชน์



ช่วยดูแลพ่อเพราะไม่มีใครดูแล อย่างนี้ก็ต้องอยู่ใกล้ แต่ถ้าอยู่แล้วไม่ได้ทำอะไร เหมือนกับไม่ได้อยู่ ก็ไปไม่ดีกว่าหรือ ไปจะได้ธรรมะ ได้ไปบำเพ็ญ ได้ไปฟังเทศน์ฟังธรรม ได้ไปปฏิบัติธรรม

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๕๘ “สะพานไปสู่นิพพาน”)

๓๒

*กรรมของพ่อ  
ที่ไม่สนใจธรรมะ*

ถาม

พ่อเป็นโรคซึมเศร้าหลังจากแม่เสียชีวิต อาการพ่อหนักมากถึงขั้นต้องไปหาจิตแพทย์ พ่อไม่สนใจธรรมะเลยและไม่มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา หนูรู้สึกไม่ดีที่ช่วยพ่อไม่ได้ ทั้งๆ ที่เราก็ก็นมอซึ่งก็คือครูบาอาจารย์ และเห็นโรงพยาบาลก็คือวัดที่สามารถให้ยาพ่อได้ แต่หนูกลับพาพ่อมารักษาไม่ได้ ขอพระอาจารย์ช่วยแนะนำวิธีวางใจค่ะ

ก็ให้คิดว่าสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของ  
ของตนจะทำความอันใดไว้ดีหรือชั่ว ก็จะต้อง

พระอาจารย์

เป็นผู้รับผลของกรรมนั้น ตอนนี้พ่อกำลังรับผลของการไม่เชื่อ ของการมี  
มิจฉาทิฎฐิ ก็เลยต้องรับผล ต้องซึมเศร้าไปเรื่อยๆ เพราะไม่เชื่อว่าพระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ นี้สามารถที่จะรักษาความซึมเศร้าของตนให้หายไป

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๔ เมษายน ๒๕๕๘

“น้อมเอาพระรัตนตรัยเข้าสู่ใจ”)

พ่อแม่ปรึกษา

เรื่องของ

ลูก

កុកស

៣៣

ពេទ្យាស្ថាន



ถาม

ท่านอาจารย์คะ ลูกดื้อเหลือเกิน น้องเขาเป็นทุกข์มาก

ก็นั่นแหละ เมื่อเราทำอะไรไม่ได้แล้วเราจะไป  
ทุกข์ทำไม ทุกข์ไปก็ไม่ไปเปลี่ยนแปลงอะไร

ใช่ไหม ถ้าเปลี่ยนได้ก็คงเปลี่ยนไปนานแล้ว ความทุกข์ไม่ได้ไปเปลี่ยนแปลง  
อะไร เราทุกข์ เขาก็ยังเป็นเหมือนเดิม ไม่ทุกข์ก็เป็นเหมือนเดิม จะเอายังไง  
จะเอาไม่ทุกข์หรือจะเอาทุกข์

พระอาจารย์

ถาม

เอาไม่ทุกข์

ก็อยู่ตรงนั้น

พระอาจารย์

ถาม

ก็ปล่อยให้เขาเป็นไป

ถ้าเราพิจารณาด้วยปัญญาแล้วรู้ว่าแก้ไม่ได้  
มันเป็นเรื่องของเขา เป็นกรรมของเขา ก็ต้อง

พระอาจารย์

ปล่อยให้เขาไปตามกรรมของเขา ถ้าแก้ได้ก็แก้ไป แก้ไปเรื่อยๆ ทำไปเรื่อยๆ แต่ไม่ต้องไปทุกข์กับมัน ได้เท่าไรก็เท่านั้น ถ้าคิดว่ายังสู้กับมันไหว ทำได้ก็ทำไป

**ถาม**

น้องเขาจะหาวิธีแก้ด้วยเจ้าค่ะ

ก็ดูที่เหตุสิ คนจะไปเล่นเกมนี้มันต้องมีเงิน ถ้าไม่มีเงินแล้วจะไปเล่นได้อย่างไร

**พระอาจารย์**

**ถาม**

คืออย่างนี้ค่ะ เขาเล่นที่บ้าน แต่ว่าเขาไม่ดูหนังสือเลยคะ ลูกเขาเป็นเหมือนยามคะ กลางคืนเล่นเกม กลางวันนอน ไม่ได้ไปเรียน เขาก็เป็นกังวลอยู่คะ

จะอย่างไร มั่นตัวเขา ไม่ใช่ตัวเรา

**พระอาจารย์**

**ถาม**

เขาทำใจไม่ได้เพราะลูกนี่คะ

เอาดอกไม้รูปเทียนไปกราบเท้าเขาลักรั้งซี  
ทำอะไรแปลกๆ ให้เขาได้สติบ้าง เพื่อจะได้  
สติก็ได้ บอกแม่ขอร้องเถอะ ทำให้แม่เหนื่อย เลิกเล่นเถอะ แม่ขอกราบเท้า  
ลูกเลย เป็นอุบาย

พระอาจารย์

ถาม

ทำอย่างนั้นแล้วจะเป็นบาปสำหรับตัวเขาไหมคะท่าน

ไม่หรอก เขาอาจจะได้สติก็ได้ ขนาดแม่ยัง  
มากราบเท้าเรานี่ ถ้ามีจิตสำนึกก็จะแก้ได้

พระอาจารย์

ถ้าไม่มี ก็ตัดหางปล่อยวัดได้แล้ว ขนาดแม่เอาดอกไม้รูปเทียนมากราบ  
ยังไม่ได้สติตั้งเลย ก็ต้องปล่อยไป ถือว่าเป็นพวกบัวได้น้ำ เราทำดีที่สุดแล้ว  
ขนาดกราบเท้ายังไม่เอา ก็ไม่รู้จะทำอะไรแล้ว นอกจากทำใจ

ถาม

ก็ต้องทำใจ

ก็ต้องทำใจ ถือเสียว่าเป็นกรรมของเขา  
สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน

พระอาจารย์

ถาม

กรรมของเราด้วยหรือเปล่าคะ

กรรมของเราที่ไปทุกข์กับเขา ถ้ามีปัญญาบิ๊  
ก็ตัดได้ กรรมที่มีกับเขาก็หมด เขาก็ต้องเป็น

พระอาจารย์

คนทุกข์ทรมานเอง อาจจะมีเวรมีกรรมกันมา เคยสร้างเวรสร้างกรรมกันมา  
ในอดีต เขาเลยกลับมาสร้างความทุกข์ให้กับเรา ก็ต้องทนเอาเท่านั้นเอง  
อย่าไปสร้างเวรสร้างกรรมใหม่ให้เกิดขึ้น ให้ความเมตตา ให้ความสงสาร  
ก็ทำไปเท่าที่จะทำได้ แต่อย่าไปทุกข์ ทุกข์ไปก็ไม่ได้ไปแะอะไร

ถาม

สงสารเขาอะ เขาเป็นทุกข์มากอะ

ตอนนั้นไม่ทุกข์แล้วละ ตอนนั้นเข้าใจแล้วนี่

พระอาจารย์

ถาม

กำลังทำใจอยู่อะ

ในเมื่อทุกข์แล้วก็ยังเป็นเหมือนเดิม ไม่ทุกข์  
ก็เป็นเหมือนเดิม ไปทุกข์แล้วจะเกิดประโยชน์  
อะไร ท่องคาถานี้ไว้ จำเอาไว้เตือนเรา

พระอาจารย์

ถาม

คือเขากลัวว่าลูกจะเรียนไม่จบ จะไม่มีอาชีพ แล้วต่อไป  
ถ้าเขาตายไปลูกจะอย่างไร

เป็นกรรมของเขา ในเมื่อเขาไม่ชวนชวายเป็นกรรมของเขา  
เหมือนกับพวกเรา พระพุทธเจ้าทรง

พระอาจารย์

สอนเราแทบเป็นแทบตาย แต่ทำไมเราไปไม่ถึงพระนิพพานกัน พระพุทธเจ้า  
ไม่เห็นมาร้องห่มร้องไห้เป็นทุกข์กับพวกเราเลย ท่านก็อยากจะให้พวกเรา  
ถึงนิพพานเหมือนกัน แต่พวกเราก็ยังอยากจะอยู่ของเรอย่างนี้ ก็เหมือนกับ  
ลูกเรา บางทีเราก็คิดมากไปเอง เด็กอยู่ในวัยนี้ก็เป็นอย่างนี้แหละ เพราะเท่าที่  
ได้ฟังมาเด็กพวกนี้พอโตขึ้นก็ได้ดีจากเกมส์ก็มี มาจัดรายการวิทยุเกี่ยวกับ  
เรื่องเกมส์ เรื่องคอมพิวเตอร์ เขาได้ความรู้จากการเล่นเกม

ถาม

แต่หลานเป็นผู้หญิงนะคะท่านอาจารย์คะ

นั่นแหละ ผู้หญิงผู้ชายมันไม่เกี่ยวกันหรอก  
มันอยู่ที่จิต จิตไม่มีเพศ จิตก็เป็นจิต มีกิเลส

พระอาจารย์

มีความหลงเหมือนกัน ลักรวันหนึ่งอาจจะได้สติสตั้งขึ้นมา ลักรวันก็ต้องอิมตัว  
ถ้าเราไม่ไปจู้จี้จุกจิกกับเขา เขาจะอิมตัวเร็วขึ้น พอเราไปจู้จี้จุกจิกกับเขา

ก็เหมือนกับยิ่งห้ามก็เหมือนยิ่งยุ เขาจะเอาชนะเรา จึงอย่าไปยุ่งกับเขา  
มากจนเกินไป ปล่อยให้เขาบ้าง ทำเป็นไม่แยแสดู เดี่ยวเขาก็จะคิดได้เอง  
แม่ไม่แยแสจริงๆ บางที่เขาต่อต้านเรา จะเอาแพ้อาชนะกับเราเท่านั้นเอง  
ตอนนี้เขาโตแล้ว เขาอยากจะเป็นตัวของเขาเอง แต่เรายังไปครอบงำเขาอยู่  
เขาจึงเกลียดชังเรา ทำไปก็เพื่อให้เราทุกข์ใจเท่านั้นเอง บางทีเขาก็ไม่อยากจะ  
ทำ เราอยู่เฉยๆ บ้าง ปล่อยให้เขาไปตามเรื่องตามราว ไม่แยแส เฉยๆ ไว้  
เดี๋ยวสักพักเขาก็จะเห็นความผิดพลาดที่ไม่มีเหตุที่คอยสร้างความรู้สึกลึก  
ที่อยากจะต่อสู้กับเรา ในเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งไม่ตอบโต้แล้วมันก็จบ ตบมือ  
ข้างเดียวไม่ดังหรอก ลองทำใจเฉยๆ เป็นอุเบกขาดูบ้าง

**กาม**

จะลองละ ก่อนข้างทำยาก บางทีเราก็ออยากจะทำเขา

ยิ่งเตือนเหมือนยิ่งยุ ยิ่งเตือนยิ่งแย เราเตือน  
มาพอแล้วไม่ใช่หรือ ถ้าจะได้ผลก็ควรจะได้  
มานานแล้ว ที่นี้เราต้องใช้วิธีอื่นบ้าง ใช้วิธีไม่เตือนบ้าง เหมือนกับหมอให้ยา  
มาตั้งเยอะแล้ว อาจจะดีอย่า หรือให้ยามากเกินไป ก็ลองหยุดยาสักพักหนึ่ง  
เพื่อจะดีขึ้นมาก็ได้

**พระอาจารย์**



กาม

เขาเป็นแม่ที่ดีมากเลยนะคะ ดีหนึ่ง ดีสอง ยังไปซื้อกล้วยเตี๋ย  
ให้ลูกเลยคะ

รักลูกมากจนเกินไปอาจจะทำให้ลูกเสีย  
คนได้ รักวัวให้ผูก รักลูกให้ตี คนสมัยใหม่

พระอาจารย์

ไม่ค่อยชอบตีลูกเท่าไร เขาก็เลยไม่เชื่อฟังเรา รักไปในทางที่ผิด เขาก็เลย  
ได้ใจ ทำอะไรก็ได้ เมื่อถึงตอนนั้นแล้วก็มีทางเดียวคือพูดบ้างสอนบ้าง  
แต่ไม่จู้จี้จ๋าย โพอให้รู้ว่านี่ไม่ดีนะลูกนะ ถ้าทำแบบนี้ไปเรื่อยๆ อนาคต  
มันจะแย่นะ เขาก็รู้ แต่เขาอยากจะทำอะไรของเขาเอง ก็บอกเขาว่าแม่ช่วยลูกไม่ได้นะ  
เวลาที่แม่ตายไป ถ้าลูกไม่มีความรู้ก็ต้องลำบากลำบาก ถ้าไม่ชวนชวายน  
หาวิชาความรู้ใส่ตัวในตอนนี้ ต่อไปลูกก็จะแย่นะ พูดได้แค่นี้แหละ พูดมาก

ก็ไม่ดี พุดมากเขาก็เบื่อ เจอหน้ากันที่ใครก็จะสอนจะว่าอยู่อย่างเดียว เขาก็เกิดความเบื่อหน่ายได้เหมือนกัน รักมากเกินไปก็ทำให้เสียได้

กาม

เขาบอกรำคาญค่ะ

ก็แสดงว่าเราพุดมากเกินไป ถ้าเป็นหมอก็ให้ยามากเกินไป

พระอาจารย์

กาม

ดื้อยา

ไม่ใช่ดื้อยา แต่จะตายเพราะยา คนไข้จึงต่อต้าน ลองไปทำดูนะ ใช้ทางสายกลาง

พระอาจารย์

ไม่ปล่อยยาก็เดียว แต่ก็ไม่คุมแฉเลยทีเดียว เด็กที่มีวัยโตขึ้นไม่ต้องการให้เลี้ยงดูเขาเหมือนกับตอนที่เขาเป็นเด็กๆ เขาอยากจะทำให้เราปฏิบัติกับเขาเหมือนกับเป็นผู้ใหญ่ ให้เขาตัดสินใจของเขาเอง

(กัณฑ์ที่ ๒๒๙ วันที่ ๙ ตุลาคม ๒๕๔๘ “ความผิดหวัง”

(จุลธรรมนำใจ ๒)





ปล่อยลูก  
ให้เป็นไปตาม  
เรื่องของเขา

“ปัญญาคืออะไร คือการเห็นว่าสิ่งต่างๆ ที่เราไปทุกข์ด้วยนี้  
มันไม่เที่ยง มันไม่ใช่ของเรา เราไปสั่งมันไม่ได้  
เราไปอยากให้มันเที่ยงไม่ได้  
อยากจะให้มันเป็นไปตามความต้องการของเราไม่ได้”

เช่น ลูกของเรา เราทุกข์กับลูกของเรา เราอยากจะทำให้เขาดี แต่เขาไม่ดี แต่เราไม่รู้ที่เราไม่สามารถที่จะไปสั่งให้เขาดีได้เพราะเขาไม่แน่นอน บางวันก็ดี บางวันก็ไม่ดี เราอยากให้เขาดี เราก็จะเสียใจ ก็จะทุกข์ใจ ถ้าเรารู้ว่าเขาเป็นอย่างนี้ เขาไม่มีความแน่นอน เขามีการเปลี่ยนไปเรื่อยๆ สามวันดี สี่วันไข้ เวลาเขาไม่ดี เราก็อย่าไปอยากให้เขาดี เพราะถ้าอยากให้เขาดีแล้ว เขาไม่ดี เราก็จะทุกข์ใจ แต่ถ้าเรารู้ว่าเขาเป็นอย่างนี้ เขาเปลี่ยนไปเปลี่ยนมาแล้วเราก็ไปห้ามเขาไม่ได้ ไปสั่งเขาไม่ได้ เราก็จะไม่ไปยุ่งกับเขา ก็ปล่อยเขาไปตามเรื่องของเขา เขาอยากจะทำดีก็ไป เขาไม่อยากจะดีก็ไม่ดีไป คนที่จะรับโทษรับคุณก็คือตัวเขาเอง เราไม่ได้ไปรับคุณรับโทษจากความดีจากความไม่ดีของเขา แต่เรากลับไปทุกข์กับเขา เพราะเราไปหลงคิดว่าเขาเป็นลูกเรา พอเราคิดว่าเขาเป็นลูกเรา เราก็อยากจะให้เขาได้ดิบได้ดีมีแต่ความสุข แต่ความจริงเขาไม่ได้เป็นลูกเราหรอก เขาเพียงแค่มาอาศัยร่างกายที่เราผลิตขึ้นมาในห้องนี้เท่านั้นเอง เขามาอาศัยร่างกายที่เราสร้างขึ้นมานี้แล้วพอเขา

โตขึ้นเขาก็ไปตามทางของเขา เขาไปหาลูกหาเมียไปมีชีวิตของเขา แต่เราก็ไปหลงรักเขาไปหลงคิดว่าเขาเป็นลูกเรา เราก็อดห่วงอดใยเขาไม่ได้ ทั้งๆ ที่เขาไม่สนใจกับเรื่องของเราเลย นี่แหละคือความหลง เพราะเราไม่รู้ว่าความจริงแล้วเขาไม่ได้เป็นของเรา เขาเป็นเพียงแต่ผู้มาอาศัยบ้านเราอยู่ อาศัยห้องเราอยู่ พอออกจากมาห้องก็อาศัยบ้านเราอยู่ อาศัยเราเลี้ยงเขา ความหลงทำให้เราต้องเลี้ยงดูเขาอย่างดีเลย ถ้าเป็นคนอื่นนี้รับรองได้ว่าเราจะไม่เลี้ยงเขา ถ้าคนอื่นมาอาศัยอยู่บ้านเรา เราจะไม่รับเขาเข้ามา แต่ถ้าเขามาในห้องเรา เราหลงคิดว่าเขาเป็นลูกเรา เราก็เลยเลี้ยงเขาอย่างเต็มที่ แต่ความจริงก็เป็นเหมือนกับคนที่มาขออาศัยบ้านเราอยู่ดีๆ นี่เอง

ถ้าเราเห็นความจริงอย่างนี้ เราก็จะได้ไม่ไปต้องไปกังวลกับเขามากจนเกินไป ก็เลี้ยงไปแบบเอานุญ เหมือนเราเลี้ยงสุนัข มีสุนัขมีแมวมาขออาศัยอยู่ เราก็เลี้ยงมันไปตามมีตามเกิด มีอาหารก็ให้มันกินไป มีอะไรพอให้มันได้ก็ให้มันไป แต่ไม่ต้องไปทุกข์กับมัน เวลาแมวกับหมามันทำตัวไม่ดี เราไปทุกข์กับมันหรือเปล่า ก็ช่างหัวมัน มันอยากจะกัดกันก็ปล่อยมันกัดกัน มันจะไปขโมยข้าวของ ไปกินโน่นกินนี่ ถ้าเราจับมันได้ดีมันได้ดีมัน แต่เราจะไม่มาทุกข์มากังวลกับมัน เพราะเรารู้ว่ามันเป็นธรรมชาติของมัน ฉะนั้นใด ลูกของเรามันก็มีธรรมชาติของเขา เขามีศีลหรือไม่มีศีลก็เป็นธรรมชาติ



ของเขา เพราะแต่ละคนมาเกิดนี้มีศีลธรรมไม่เท่ากัน บางคนก็มีศีลมาก บางคนก็มีศีลน้อย บางคนก็เป็นคนดี บางคนก็เป็นคนไม่ดี เราไปเปลี่ยนเขา ไม่ได้ นอกจากเพียงแต่สอนเขาได้เท่านั้น บอกเขาว่าอะไรดี อะไรไม่ดี แต่ถ้าเขาไม่ฟังเราไม่เชื่อเรา เราก็อย่าไปทุกข์ให้เสียเวลาเปล่าๆ ถ้าเรามีปัญญา เราก็จะปล่อยวางได้ เราจะรู้ว่าเราไปเปลี่ยนเขาไม่ได้ อย่างมากก็บอกเขาได้ เท่านั้นเอง แต่เขาจะเป็นคนเปลี่ยนตัวเขาเอง ถ้าเขาเห็นว่าการกระทำไม่ดี เป็นโทษกับเขา เขาก็จะเปลี่ยนเอง ถ้าเขารู้ว่าการกระทำดีเป็นคุณประโยชน์ กับเขา เขาก็จะทำเอง เหมือนกับเราเมื่อก่อนตอนเราเป็นเด็ก เราก็ไม่รู้ดีรู้ชั่ว

ว่าเป็นอย่างไร ก็อาศัยพ่ออาศัยแม่คอยสอนคอยบอก แต่บางทีเราก็ก็นั่งทำชั่ว  
ทำไม่ดีอยู่ แต่พอเราไปรับผลของการไม่ดี เราเห็นโทษของมัน ต่อไปเราก็กะ  
ไม่กล้าทำความชั่วทำความไม่ดีไปเอง

นี่คือปัญญา คือเราต้องเห็นว่าสิ่งต่างๆ นี่ มันไม่แน่นอน มีขึ้นมีลง  
มีเกิด มีดับ มีเปลี่ยนไปเปลี่ยนมา เราห้ามมันไม่ได้ มันจะเป็นอย่างไร  
มันก็ต้องเป็นไปตามเรื่องของมัน เราไปอยากให้มันไม่เป็น เราก็กะทุกข์  
ขึ้นมาเปล่าๆ วุ่นวายใจไปเปล่าๆ แต่ถ้าเรามีปัญญา เราก็กะดูว่าเราทำได้  
หรือไม่ได้ ทำได้เราก็กะทำ ทำไม่ได้เราก็กะต้องปล่อย แล้วเราก็กะได้ไม่ทุกข์ไป  
กับมัน นี่คือการรักษาโรคใจ ดับความทุกข์ได้ทุกชนิด เรามีความทุกข์อะไร  
ลองใช้ปัญญาอันนี้ดู รับรองได้ว่าเราจะดับความทุกข์ได้หมดเลย

(ธรรมะในศาลา วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๘)

ชีวิต

๓๕

มันถอยหลังไม่ได้

กาม

พอดีเพื่อนของลูกสาวเขาแต่งงานได้ประมาณ ๔-๕ ปี แล้วสามีเขาเป็นเส้นเลือดในสมองโป่งแล้วแตก ตอนนี้อันตรายอะไรทั้งนั้น ที่นี้เพื่อนลูกสาวเขามีความทุกข์มากเลย เขามีความรู้สึกเหมือนอนาคตมืดมนอะไรอย่างนี้ค่ะ เขาก็โทรมาปรึกษาลูกสาว ลูกสาวก็โทรมาหาภักพยายามคัดหนังสือคำสอนท่านอาจารย์จากจุลธรรมนำใจ ที่นี้ก็ยังคิดว่ามันยังไม่ตรงมาก ก็อยากจะขอธรรมะจากท่านอาจารย์ แต่เขาก็บอกว่ามีคนพูดธรรมะให้เขาฟังเยอะแล้ว เพื่อนสนิทก็พูด แต่ก็รู้สึกว่าเป็นเพื่อนๆ เขาก็ยังเด็กๆ อยู่ ยังไม่ลึกซึ้ง จึงอยากจะได้ธรรมะท่านอาจารย์เพื่อเขาจะได้สบายใจขึ้นค่ะ

พระอาจารย์

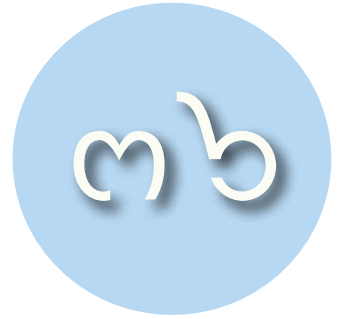
ก็มันเกิดขึ้นแล้ว เหตุการณ์เกิดขึ้นแล้ว มันเป็นอย่างนี้แล้ว เราไม่สามารถที่จะไปเปลี่ยนมันได้ เราไม่สามารถที่จะย้อนกลับไปเหมือนเก่า เหมือนกับเราดูภาพยนตร์ ดูเทป แล้วเราสามารถเลือกว่าช่วงนี้ไม่ดี ไม่น่าดู ก็ย้อนกลับไปสัก ๕ ปี ตอนที่แต่งงานกันใหม่ๆ ชีวิตมันถอยหลังไม่ได้ ชีวิตมันมีแต่จะเลื่อนไปเรื่อยๆ

ดังนั้นตอนนี้เราเจอเหตุการณ์อย่างนี้ เราก็ต้องยอมรับเหตุการณ์นั้น  
อย่าไปผีน อย่าไปอยากให้มันเป็นอย่างอื่น ชีวิตของเรา เรายังดำเนินต่อไปได้  
เพราะว่าเราไม่ได้เป็นอะไร เขาต่างหากที่เป็น เขาเป็นก็ปล่อยเขาเป็นไป  
เราก็ยังสามารถอยู่อย่างมีความสุขได้ และเราควรจะใช้บทเรียนอันนี้เป็น  
การสอนใจเราให้เราเลือกทางใหม่จะดีกว่า เพราะว่าถ้าเราเลือกทางเดิม เช่น  
ไปหาคนใหม่ เดียวเราก็จะเจอปัญหาแบบเดียวกันอีก แต่ถ้าเราอยากไปแบบ  
ที่ไม่เจอปัญหาแบบนี้ เราก็ต้องเลือกทางของพระพุทธเจ้า ทางของพระพุทธเจ้า  
ที่ไม่ต้องใช้ร่างกายของเราหรือของคนอื่นมาเป็นเครื่องมือให้มีความสุขกับเรา  
ก็คือการภาวนานี้เป็นการทำให้สงบ เพราะว่าถ้าเราได้รับความสงบ เราจะได้รับ  
ความสุขที่ยิ่งใหญ่กว่าที่เราได้รับจากการแต่งงานกับแฟนกับสามีของเรา  
แล้วเราก็จะไม่ต้องมาทุกข์เวลาที่สามีหรือคู่ครองของเรานั้นเป็นอะไรไป  
ให้พลิกวิกฤตให้เป็นโอกาส เพราะว่ามันๆ เราจะได้เห็นสัจธรรมความจริง  
ชัดเจน คนเราต้องทุกข์ก่อนมันจึงจะเกิดปัญญาได้ เพราะถ้าไม่ทุกข์ ไปบอก  
อย่างไรก็ไม่เชื่อ เหมือนเด็กไปบอกว่าอย่าไปแตะอย่าไปเล่นกับไฟ เด็กก็ไม่เชื่อ  
เพราะไม่รู้ว่าผลของการเล่นกับไฟมันจะเป็นอย่างไร ต้องปล่อยยให้เขาไป  
โดนไฟไหม้เสียก่อน ไปจับไฟเข้าหรือจับไฟฟ้าและโดนไฟช็อตโดนไฟดูด  
ทีนี้ไม่ต้องไปบอกไม่ต้องไปสอน เช็ดแห้งๆ กลัวแน่ๆ



ตอนนี้เขาเจอความทุกข์แล้วจากการที่เขาไปเล่นกับไฟ จากการที่ไปหาความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ดังนั้นควรจะเอาอันนี้มาเป็นบทเรียนสอนใจว่ากำลังเดินไปในทางที่ผิด ตอนนี้เรายังมีโอกาสนี้ที่จะเปลี่ยนทิศทางการเดินของเราได้ เรามีพระพุทธศาสนาที่จะชี้ทางให้เราไปสู่ความสุขที่แท้จริง ความสุขที่จะไม่มีความทุกข์ตามมา เอาไปสอนเขาไปบอกเขาอย่างนี้

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๕๘ “เติมพลังใจ”)



ความพยายามอยู่ที่ไหน  
ความสำเร็จก็อยู่ที่นั่น

ถาม

ในฐานะผู้เป็นแม่ พยายามพาลูกมาวัด บางครั้งลูกก็เต็มใจ บางครั้งลูกก็ไม่เต็มใจ ควรจะพยายามต่อไปหรือไม่อย่างไรคะ



ก็ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จก็อยู่ที่นั่น ถ้าไม่สำเร็จก็อย่าไปโทษตัวเรากัน

พระอาจารย์

โทษว่ามันเป็นการทำในสิ่งที่มันสุดวิสัย เช่น พยายามที่จะปั้นน้ำให้เป็นตัวขึ้นมา ถ้ามันทำไม่ได้ก็ต้องยอมรับว่ามันสุดวิสัยที่อยากจะดึงใจดึงลูกให้เข้าสู่ธรรม ถ้าเขาไม่ยอมเข้า เมื่อเรารู้แล้วว่าทำอย่างไรมันก็ไม่เข้า เราก็ต้องยอมรับความจริงนั้นไป

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘ “พระพุทธเจ้า”)

๓๗

มีลูกแล้ว

ก็ต้องเลี้ยงลูกให้ดีนะ

พระอาจารย์สุชาติ แสดงธรรมสอนญาติโยมโดยเฉพาะ  
คนที่ เป็นพ่อแม่ว่า "มีลูกแล้วก็ต้องเลี้ยงลูกให้ดีนะ อย่าไปเลี้ยง  
แต่ร่างกาย ร่างกายไม่สำคัญนะ สำคัญเรื่องจิตใจ ต้องพยายาม  
สอนให้มันทำบุญใส่บาตร อย่าฆ่าสัตว์ตัดชีวิต มีความซื่อสัตย์  
สุจริต พยายามสอนเขา"

ถาม

ดวงจิตที่จะมาเกิด สิ่งใดจะเป็นตัวกำหนดว่าเขาจะได้เกิด  
ในครอบครัวที่ดี หรือครอบครัวที่แร้นแค้น เหมือนที่เรา  
ชอบพูดกันว่าครอบครัวคนรวยอยากมีลูกก็จะมี ครอบครัว  
หาเช้ากินค่ำกลับมีลูกเยอะแยะ อะไรที่จะเป็นตัวกำหนดว่าดวงจิตดวงไหน  
จะได้ไปเกิดในที่ที่ดี หรือที่สูง หรือในที่ต่ำ

ก็บอกว่าบุญกรรมนี่แหละ บุญกับบาป  
ที่เราทำนี่แหละเป็นตัวกำหนด บุญมันก็จะ

พระอาจารย์

ดีไปหาคนใจบุญ บาปมันก็จะดีไปหาพวกใจบาปด้วยกัน เหมือนน้ำกับ  
น้ำมัน น้ำจะเข้าหาแต่น้ำ น้ำมันมันก็จะวิ่งเข้าหาน้ำมัน พวกคนใจบุญก็จะ  
เดินเข้าหาพวกใจบุญด้วยกัน พวกใจบาปก็จะไปหาพวกใจบาปด้วยกัน

ถาม

ถ้าอย่างที่พระอาจารย์ว่าก็คือ ถ้าพวกที่เป็นโง่มาก่อน เป็นโง่ใจร้ายใจหมิพม่า แล้วจะได้มาเกิดในครอบครัวที่ดี ครอบครัวที่เป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีก็จะยาก

คือมันมีทั้งสองส่วน บุญกรรมส่วนหนึ่ง แล้วอีกส่วนหนึ่งก็คือมันมีที่เกิดหรือเปล่า

บางที่หาคนใจบุญเกิดไม่ได้ มันก็ต้องไปเกิดกับคนใจบาปก็ได้ แต่ถ้าคนไหนมาเกิดเป็นคนใจบุญ ถึงแม้จะเกิดกับครอบครัวใจบาปก็ไม่ไปทำบาปตามเขา

พระอาจารย์



ก็ได้ มีบุญเก่าคอยหนุนอยู่ในทางตรงกันข้าม คนที่ใจบาปแล้วไปเกิดในบ้าน  
ของคนใจบุญก็มี แต่ก็ยังติดอยู่กับการทำบาปอยู่ สอนเขาอย่างไรเขาก็ไม่เอา

มันมีเหตุหลายปัจจัยด้วยกัน แต่โดยหลักนี้บุญกรรมเป็นเหตุหลัก  
แต่เหตุอย่างอื่นคือมันอาจจะมีจังหวะ มีอุบัติเหตุ มีความผิดพลาดอะไร  
อย่างนี้มันไม่แน่นอน ดั่งนั้นไม่ว่าใครมาเกิดในครอบครัวเรา เราก็ต้องมองเขา  
ว่าเป็นเหมือนอาคันตุกะ อย่าไปคิดว่าเขาเป็นเนื้อหนังมังสา เป็นชีวิตจิตใจ  
ของเรา มาจากชีวิตจิตใจของเรา เขามาเพียงทางร่างกาย ทางร่างกายนี้มาจาก  
ของเรา แต่ทางจิตใจนี้เขามาตามบุญตามกรรม อย่างที่เราสวดกันทุกวันว่า  
ลัทธิทั้งหลายมีกรรมเป็นของของตน มีกรรม กัมมะพันธู กัมมะโยนิ มีกรรม  
เป็นผู้ให้กำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ กรรมตัวนี้แหละเป็นพ่อแม่ของดวงจิต  
ดวงใจ

ทำบุญใจก็เป็นใจบุญ ทำบาปก็จะเป็นใจบาป จันขอให้เราทำบุญกันไว้  
อย่าทำบาป ไม่ว่าเราจะไปเกิดที่ไหน บุญของเรานี้แหละจะคุ้มครองเราไปเอง  
ถึงแม้จะต้องไปตกกระทาลำบากอยู่กับคนไม่ดี เราก็จะไม่ถูกเขาจุตลากไป  
ในทางที่ไม่ดี แล้วบุญนี้แหละจะช่วยเราเอง เพราะคนที่ใจดีคนที่ใจบุญมักจะ  
มีคนเมตตาสงสาร มีคนที่อยากจะช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลา แต่คนที่ใจบาปนี้  
ถึงแม้จะไปอยู่กับคนใจบุญ คนดีเขาก็ไม่อยากจะช่วยเหลือ ถ้ารู้ว่าเป็นคน

ไม่ดี ทั้งๆ ที่เขาเป็นคนใจบุญชอบช่วยเหลือ แต่เขาก็ไม่อยากจะช่วยเหลือ  
อยู่ดี ขอให้ทำบุญ ละบาป แล้วชำระใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ถ้าทำได้เพียง ๒  
ข้อแรกก็ยังไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิด แต่ถ้าทำข้อที่ ๓ ได้คือชำระใจให้สะอาด  
บริสุทธิ์ก็ไม่ต้องกลับมาเกิดใหม่ เพราะเชื้อของภพชาติถูกทำลายไปหมด  
คือความอยากทั้งสาม

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗)







*ยังหลงยึดติด*

## กาม

เวลาอยู่กับครอบครัว ดูลูกๆ น่ารักมีความสุข แต่ลึกๆ มันทุกข์ เพราะรู้ว่าวันหนึ่งต้องจากกัน ยิ่งรักเขามากก็ยิ่งทุกข์มาก บางทีผมบอกแฟนว่าอย่ารักกันมากเกินไปนะ บางทีเขาก็รับไม่ได้ เขาก็ว่ามันไม่ควรจะเป็นอย่างนั้น อย่างลูกของผม พอเห็นเขาแล้วผมก็สงสาร ถ้าเกิดวันหนึ่งต้องจากกัน จะจากกันในรูปแบบใด ก็รู้สึกทุกข์จะเป็นอย่างนี้อยู่เรื่อยๆ มันเกิดจากความคิดปรุงแต่ง

## พระอาจารย์

เกิดจากที่เรายังหลงยึดติดอยู่ เกิดจากกิเลส พอคิดถึงเรื่องแก่เจ็บตายแล้วก็จะทำให้หดหู่ใจ เพราะไม่รู้ว่าจะยืนอยู่ตรงจุดไหน ถ้ามีความสงบแล้วเราจะมีจุดยืน เวลาที่ทุกสิ่งทุกอย่างจากเราไปก็สงบนิ่งเฉย เพราะทำอะไรไม่ได้เหมือนฝนตก บังคับให้มันหยุดได้ไหม สิ่งที่เราทำได้คือนั่งอยู่เฉยๆ ตอนนี้ฝนกำลังตกก็ปล่อยให้ตกไป ไม่เดือดร้อนอะไร ต้องหาจุดยืนนี้ให้เจอ จุดที่อยู่เฉยๆ ได้ เวลาเกิดเหตุการณ์ต่างๆ เรียกว่าอุเบกขา ต้องเป็นเอกัคคตารมณ์ จิตต้องรวมลงเป็นหนึ่งก่อน เป็นเอกัคคตารมณ์ จึงจะรู้ว่าเป็นอุเบกขาจริงๆ พอเกิดเหตุการณ์ต่างๆ ก็ไปตรงจุดนั้นได้ทันที เป็นเหมือนหลุมหลบภัย ถ้าจิตยังไม่รวมก็จะแกว่งไปแกว่งมาระหว่างดีใจกับเสียใจ ต้องพิจารณา

จนกว่าจะรับความจริงได้ว่าเป็นเหตุการณ์ที่จะต้องเกิดขึ้น พอเหตุการณ์นั้นปรากฏขึ้นมาก็ปล่อยให้มันเป็นไปตามเรื่องของมัน ไม่ต้องไปตีโพยตีพาย ไม่ต้องไปเสียอกเสียใจ เพราะไม่ได้เปลี่ยนแปลงอะไร เราไม่มีอำนาจที่จะยับยั้งกฎแห่งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ ยับยั้งการเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไปได้

ถ้าไม่มีจุดยืนก็จะทำใจไม่ได้ ถ้าใจสงบแล้วจะมีจุดยืน เป็นที่พึ่งได้ เวลาเกิดเหตุการณ์ต่างๆ ขึ้นมาก็นิ่งเฉยเสีย เพราะรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างต้องไปหมด ร่างกายเราก็ต้องไป มีสิ่งเดียวที่ไม่ไปก็คือใจ ถ้าใจนิ่งสงบก็จะมีความสุข ไม่หวั่นไหว ถ้าใจไม่นิ่งก็จะทุกข์วุ่นวายตามไปด้วย ทุกข์มากกว่าร่างกายเสียอีก ความเจ็บป่วยทางร่างกายไม่รุนแรงเท่ากับความเจ็บป่วยทางจิตใจ จึงต้องรักษาใจให้สงบให้ได้ด้วยสมาธิด้วยปัญญา ถ้ารักษาได้แล้วจะมีความมั่นใจ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ จะไม่หวั่นไหวกับอะไรทั้งสิ้นที่จะเกิดขึ้น

(กัณฑ์ที่ ๓๓๘ วันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๕๐ “ความสุขที่แท้จริง”

(จุลธรรมนำใจ ๙)

ສູກຮ່າຍ

໓໔

ມີປັນຍາສຸຂກາຟ

ถาม

อยากถามหลวงพ่อกะว่าลูกชายมีปัญหารื่องสุขภาพกะ  
แล้วพ่อกับแม่นี้พอจะทำอะไรที่จะช่วยลูกได้บ้างกะ

ช่วยรักษา พาไปหาหมอหายา ดูแลไป

พระอาจารย์

ตามเหตุตามผล ร่างกายของคนทุกคนก็ต้อง

เจ็บไข้ได้ป่วยเหมือนกัน เจ็บมากเจ็บน้อย เจ็บเร็วเจ็บช้าก็รักษาไปดูแลไป  
ถ้าจะปฏิบัติวิปัสสนาก็เตรียมซื้อโลงไว้ทั้งของเราทั้งของเขา ไม่ใช่แต่เฉพาะ  
ของทุกคนนะ ในนี้ทุกคนจะต้องมีโลงคนละ ๑ โลง ถ้าคิดตามวิปัสสนานะ ก็ให้  
คิดว่าร่างกายมันเป็นที่อยู่อาศัยชั่วคราว เป็นเหมือนกับหุ่นยนต์ที่เราใช้อาศัย  
ทำงานให้เรา แต่ในที่สุดมันก็จะหมดเร็วหมดแรงทำไมไหว อยู่ต่อไปไม่ไหว

แต่เราไม่ได้เป็นร่างกาย เราไม่ต้องไปกลัว ไม่ต้องไปห่วงวาย เราเป็นใจ  
ใจเป็นผู้รู้ผู้คิดผู้สั่งการให้ร่างกายทำอะไรต่างๆ ก็ใช้มันไปให้เกิดประโยชน์  
กับใจ ถ้าใช้ให้มันเกิดประโยชน์กับใจ มันก็ทำให้ใจมีที่พึ่งมีความสุขแล้ว  
ก็จะไม่เดือดร้อน ไม่ต้องอาศัยร่างกาย ตอนนี่ที่เรายังเดือดร้อนกันอยู่  
ก็เพราะเรายังไม่มีที่พึ่งให้กับใจ ใจยังต้องพึ่งร่างกาย พอร่างกายพึ่งไม่ได้  
เราก็ตีเดือดร้อนขึ้นมา เราต้องมาสร้างที่พึ่งให้กับใจ ถ้าใจมีที่พึ่งแล้วใจจะได้  
ไม่ต้องพึ่งร่างกาย พอร่างกายเป็นอะไร เราก็ตีได้ไม่เดือดร้อน นี่คือเป้าหมาย  
ของพระพุทธศาสนา ให้เราเปลี่ยนที่พึ่งกัน

ตอนนี้เราพึ่งร่างกายหาความสุขต่างๆ หาความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย ได้ไปดูได้ยินได้ฟังได้ดีมีได้รับประทาน มันก็มีความสุข ถ้าไม่ได้ทำก็มี ความทุกข์ ที่นี้ร่างกายมันไม่สามารถรับใช้เราไปได้ตลอด เพราะใจเรานี้อายุ มันยาวกว่าร่างกาย ใจนี้มันไม่มีวันตาย แต่ร่างกายนี้มันก็ต้องหมดสภาพไป ๑๐๐ ปี อย่างมากก็ทำอะไรไม่ไหวแล้ว ถ้าเรายังต้องใช้ร่างกายอยู่ พอร่างกายนี้ ตายไป เราก็ต้องไปหาร่างกายอันใหม่ ต้องไปเกิดใหม่ เวลาเกิดใหม่ร่างกาย ที่เราได้มาเราก็ไม่รู้ว่าจะได้ร่างกายดีหรือไม่ดี เพราะส่วนหนึ่งมันก็อยู่กับพ่อแม่ ส่วนหนึ่งก็อยู่ที่บุญกรรมที่เราทำมา มันก็ต้องเป็นไปตามบุญ ตามกรรม เขาก็ได้ร่างกายของเขาแบบนั้น เขาก็ต้องอยู่กับมันไปใช้มันไป จะอยู่ได้นานหรือไม่นานก็ไม่มีใครรู้ แต่จะอยู่ไปตลอดนี่เป็นไปได้

พระพุทธเจ้าถึงได้สอนให้เราคิดอยู่เรื่อยๆ ว่าเราเกิดมาแล้วย่อมมีความแก่เป็นธรรมดา ย่อมมีความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นธรรมดา ย่อมมีความตาย เป็นธรรมดา ย่อมมีความพลัดพรากจากกันไปเป็นธรรมดา ล่วงพ้นสิ่งเหล่านี้ไปไม่ได้ ถ้าเราคอยสอนใจเราจะได้หาวิธีอย่าไปพึ่งร่างกาย พระพุทธเจ้าให้ มาพึ่งธรรมของพระพุทธเจ้า พุทธัง ธัมมัง สังฆัง สละสลึง คัจฉามิ พึ่งคำสอน ของพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าได้ปฏิบัติค้นพบที่พึ่งอันใหม่ที่ไม่ต้องใช้ ร่างกาย คือให้พึ่งการภาวนา พึ่งการรักษาศีล เช่นวันนี้เราจะรักษาศีล ๘ กัน แล้วก็ภาวนาทำให้สงบ ใจสงบแล้วก็จะไม่ต้องพึ่งร่างกาย มีความสุขแล้ว

ก็ไม่ต้องออกไปหาความสุขข้างนอก ตอนนี้อใจเราไม่มีความสุขในตัวของมันเอง  
เลยต้องออกไปหาความสุขข้างนอก ไปหาความสุขจากลาภยศสรรเสริญ  
ไปหาความสุขจากรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะ แต่ความสุขเหล่านี้มันเป็น  
ความสุขชั่วคราว สุขประเดี๋ยวประด๋าว สุขแล้วก็หมดไป ได้ดูได้ยินได้ฟัง  
ได้ดื่มได้รับประทานก็มีความสุข เสร็จแล้วมันก็ผ่านไปๆ ก็อยากจะได้อีก  
ก็ต้องไปหาอีก ก็ต้องใช้ร่างกาย แต่ร่างกายมันไม่สามารถที่จะหาตาม  
ความอยากของเราไปได้ตลอด แต่ความอยากของเรามันไม่ได้หมดไปจากการ  
ที่เราได้อะไรมา เพราะสิ่งที่เราได้มามันไม่ได้มากำจัดความอยาก มันมาเพิ่ม  
ความอยาก มาต่อความอยาก มันก็เลยอยากไปเรื่อยๆ มันก็เลยวุ่นวายเวลา  
ร่างกายไม่สามารถที่จะทำตามที่เราอยากได้ เราจึงต้องมาหาที่พึ่งใหม่ อย่าไป  
ใช้ร่างกาย เพราะร่างกายพึ่งได้ไม่แน่นอนไม่ถาวร มาพึ่งในสิ่งแน่นอนถาวร  
ดีกว่า ก็คือพึ่งใจนี่แหละ

ใจสามารถผลิตความสุขให้กับตัวเองได้โดยไม่ต้องใช้อะไร ให้นั่งสมาธิ  
ทำใจให้สงบ จะนั่งสมาธิได้ก็ต้องกำจัดความอยากทางตาหูจมูกลิ้นกาย เช่น  
วันนี้ถ้าอยากจะนั่งสมาธิก็ต้องถือศีล ๘ จะได้ไม่ต้องไปหาความสุขทางตา  
หูจมูกลิ้นกาย ต้องห้ามต้องเบรคไว้เพื่อจะได้เอาเวลามาหาความสุขทางใจ  
มานั่งสมาธิกัน นั่งเยอะๆ นั่งบ่อยๆ นะ ไม่ใช่ นั่งแค่วันละครั้งสองครั้ง ครั้งละ  
๑๐ นาที ๑๕ นาที มันไม่พอ มันต้องนั่งทั้งวัน ตื่นขึ้นมาก็นั่ง เมื่อยก็ลุกขึ้นมาเดิน

สลับกันไปไม่ต้องไปทำอะไร พยายามสร้างความสงบให้เกิดขึ้นภายในใจให้ได้ แล้วเราทำไปเรื่อยๆ ต่อไปเราก็จะชำนาญ เราก็จะสามารถสร้างความสุขได้ตลอดเวลา ไม่ต้องนั่งก็ได้ ถ้ารู้จักวิธีสร้างความสุขแล้วไม่ต้องนั่งทำอะไรอยู่ที่ไหนเวลาใดก็ทำให้ใจสงบได้ ทำให้ใจมีความสุขได้ก็ไม่ต้องเดือดร้อนกับเรื่องของร่างกาย ก็เลี้ยงร่างกายไปตามอัธภาพ ถึงเวลาก็ให้มันกิน ถึงเวลาก็ให้มันดื่ม ถึงเวลาก็นอน แต่ก็รู้ว่าเดี๋ยวสักวันหนึ่งมันก็ต้องหยุดทำงานไม่ว่าจะเป็นของใครก็ตาม แต่เราไม่เดือดร้อนนะ เพราะเราไม่ต้องใช้มัน มันเจ็บไข้ได้ป่วยใจเราก็มีความสุข แก่ก็มีความสุข ตายก็มีสุข แล้วก็ไม่ต้องกลับมาหาร่างกายอันใหม่เพราะว่ามีความสุขในตัวเราแล้ว

ความสุขที่ได้ผ่านทางร่างกายก็สุขที่ได้จากความสงบของใจไม่ได้ นี่ก็คือคำตอบสั้นๆ ก็ดูไปรักษาไป ถ้าเราไม่รู้จักรักษาไปหาหมอหายาให้เขาช่วยรักษาให้ ก็ถือว่าเป็นบุญเป็นกรรมของเขาที่เขาเกิดมาได้ร่างกายอันนี้ ส่วนหนึ่งก็เป็นเรื่องของบุญของกรรม ส่วนหนึ่งก็เรื่องของกรรมพันธุ์ พ่อแม่เป็นอย่างไรก็ให้อย่างนั้นมากับลูก พ่อแม่มีโรคติดตัวมามันก็ส่งมาผ่านทางลูกได้ แล้วอีกส่วนหนึ่งก็เป็นเรื่องของกรรมที่เขาทำมา บางทีพ่อแม่ไม่มีอะไรเสียหายแต่ลูกกลับมีความเสียหาย อันนี้ก็อาจจะเป็นเรื่องกรรมของเขา ทำอย่างไรได้ อยากจะมากเกิดอยากจะมีร่างกาย มันก็อย่างนี้แหละ ต่อให้มันดีอย่างไรเดี๋ยวมันก็ต้องแก่ต้องเจ็บมันก็ต้องตายอยู่ดี ก็มองคนที่เขาแย่



กว่าลูกเราก็แล้วกัน เด็กที่เป็นดาวน์ก็มี เด็กที่เป็นออทิสติกก็มี เด็กที่พิการ พิการแขนขาตาหูหนวกตาบอดก็มี มันก็เป็นเรื่องของร่างกาย ถ้าไม่อยากจะต้องมาทุกข์กับร่างกายก็อย่าใช้ร่างกายเป็นที่พึ่ง พยายามปฏิบัติธรรมเพื่อจะได้สร้างที่พึ่งทางใจ แล้วต่อไปจะได้ไม่ต้องพึ่งร่างกาย ถ้ายังพึ่งร่างกายอยู่ มันก็ต้องเจอแบบนี้ อยู่คนเดียวไม่ได้ก็ต้องแต่งงาน แต่งงานก็ต้องมีลูก ลูกก็ได้ลูกมาอย่างนี้ บางทีดีทางร่างกายแต่จิตใจไม่ดีก็มี เกเร มีเรื่องมีราว เลี้ยงมาโตขึ้นก็มีแต่เรื่องแต่ราวให้ปวดหัวอยู่ตลอดเวลา ก็เพราะว่าเราพึ่งร่างกายกัน พอพึ่งร่างกายมันก็มีผลต่อเนื่องตามมาเป็นลูกโซ่

ดังนั้น ทำตามพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าท่านเห็นแล้วว่ามันเป็นทางไปสู่ความทุกข์ ทางที่พวกเราอยู่กันนี้เดินกันนี้ มันเป็นทางที่พาเราไปสู่ความทุกข์ ไม่ได้สู่ความดับทุกข์ ทางแห่งลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทางตาหูจมูกลิ้นกายนี้เป็นทางสู่ความทุกข์ เป็นลูกโซ่ ต้องตัดมันหยุดมัน อย่าไปหาลาภยศ สรรเสริญ อย่าไปหาความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย มาหาความสุขทางใจด้วยการทำทาน รักษาศีล ภาวนา แทนที่จะเอาเงินไปซื้อความสุขก็เอาเงินไปทำทานแทน จะได้ตัดความอยาก อยากจะดู อยากจะดื่ม อยากจะฟังอะไรที่ไม่จำเป็นต้องดู ต้องฟังก็เอาเงินที่จะใช้หนี้เอาไปทำบุญทำทาน หรือเก็บเอาไว้ใช้กับสิ่งที่มีประโยชน์ก็ได้ เก็บเอาไว้สำหรับดูแลร่างกาย เราจะได้หยุดทำงานได้ ถ้ามี

เงินก้อนหนึ่งก็หยุดทำงานได้ แล้วจะได้มีเวลามาหาที่พึ่งทางใจได้ มาอยู่วัด  
ถือศีล ๘ ปฏิบัติธรรมได้ทั้งวันทั้งคืน พอมีความสุขในใจแล้วมันก็จะ  
ไม่ต้องการอะไร นี่แหละคือทางของพระพุทธเจ้า ทางของพระพุทธศาสนา  
เป็นทางออกจากกองทุกข์ ต้องหยุดการแสวงหาลาภยศสรรเสริญสุข แล้วมาหา  
มรรคผล นิพพาน ด้วยการทำทาน ด้วยการรักษาศีล ด้วยการภาวนา ถ้าไม่มีเงิน  
ทำทาน ต้องเก็บเงินไว้กับการปฏิบัติธรรม ก็ไม่ต้องทำทาน รักษาศีลไป  
ถ้าจะปฏิบัติธรรมภาวนาก็ต้องรักษาศีล ๘ เพราะมันจะได้กินความอยาก  
ที่จะไปหาความสุขทางตาหูจมูกลิ้นกาย จะได้ไม่เสียเวลา จะได้มีเวลามา  
ภาวนาอย่างเต็มที่ คนมาอยู่วัดนี้เขาก็หาความสุขแบบอยู่บ้านไม่ได้ จะดูหนัง  
ฟังเพลงก็ไม่ได้ จะกินอาหารหลังเที่ยงวันก็ไม่ได้ จะไปเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ  
ก็ไม่ได้ จะร่วมหลับนอนกับใครก็ไม่ได้ นอนบนฟูกหนาๆ ก็ไม่ได้ อันนี้เป็น  
การตัดกิกรรมที่มันไม่เกิดประโยชน์กับใจ เพราะมันเป็นกิกรรมที่ต้องอาศัย  
ร่างกายเป็นเครื่องมือ ต้องหยุดกิกรรมที่ต้องใช้ร่างกาย แล้วมาใช้ธรรมะเป็น  
เครื่องมือ มาใช้สติ เจริญสติเพื่อทำใจให้สงบ ใจสงบแล้วก็จะมีสุขแล้ว  
ก็ใช้ปัญญารักษาความสงบนี้ เพราะว่าสตินี้ไม่สามารถที่จะทำลายความอยาก  
ที่คอยทำลายความสงบได้ ต้องใช้ปัญญา



ถ้ามีปัญญาทุกครั้ง อยากกับอะไรก็รู้ว่ามันเป็นการเดินเข้าหาองค์ทุกข์  
อยากกับรูปเสียงกลิ่นรส ก็เข้าหาความทุกข์ อยากกับลาภยศสรรเสริญ  
ก็เข้าหาความทุกข์ มันก็จะไม่ยาก หยุดความอยากได้ พอไม่มีความอยาก  
ใจก็ไม่วุ่นวาย ใจก็จะสงบของมันเอง เหมือนน้ำที่ไม่มีใครไปตัก มันก็จะนิ่ง  
ถ้ามีคนไปตักไปเล่นอยู่เรื่อยๆ ก็ไม่นิ่ง น้ำ ถ้าเราปล่อยมันทิ้งไว้เฉยๆ มันก็จะนิ่ง  
ใจของเรา ถ้าเราปล่อยไว้เฉยๆ ไม่ไปกวนมันๆ ก็นิ่ง เราชอบกวนมันด้วย

ความอยาก พออยากแล้วมันก็กระเพื่อม กระสับกระส่าย กระวนกระวาย  
หงุดหงิดรำคาญใจ ความอะไรต่างๆ นี่มันเกิดจากความอยากเท่านั้นเอง  
ดังนั้นถ้าเห็นโทษของการอาศัยร่างกายก็จะได้พยายามเปลี่ยนวิถีทางใหม่  
หันมาใช้ในการพึงธรรมชาติ ธัมมัง สละสลึง คัจฉามิ พึ่งการทำทาน พึ่งการรักษาศีล  
พึ่งการภาวนา ถ้าเราทำได้เราก็จะมีที่พึ่งไปตลอด เข้าใจไหม ก็อย่าไปวิตก  
ไม่มีใครรู้อนาคตว่าจะเป็นอย่างไร เราจะไปก่อนเขาหรือเขาจะไปก่อนเรา  
เราก็ไม่รู้ ทำให้ดีที่สุดก็แล้วกัน

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๘ สันทนาธรรมวันพระ)



*ความรับผิดชอบ  
กับความเมตตา*

ถาม

ในส่วนที่เป็นพ่อแม่ละเจ้าคะ

นั่นแหละเพราะเราไม่เห็นว่าคุณของเราไม่ใช่  
ลูกของเรา เราเห็นว่าเป็นลูกของเรา ก็เลย  
มีความผูกพันขึ้นมา ถ้าเห็นว่าเป็นเหมือน  
แค่ต้นไม้ต้นหนึ่ง ก็จะไม่มีความผูกพัน

พระอาจารย์

ถาม

มันก็ยาก ความรับผิดชอบกับความเมตตา  
ขอให้ท่านอาจารย์อธิบายตรงนี้

จะว่าเป็นความเมตตาที่ไม่ใช่หรอก เราเรียก  
ว่าความเมตตา ความจริงเป็นความหลง  
มากกว่า ทำไมเด็กอื่นเราไม่เมตตาละ ทำไมต้องมาเมตตาเฉพาะเด็กคนนี้ละ  
เด็กอื่นมีตั้งเยอะแยะเต็มไปหมด ใช่ไหม ถ้าความเมตตาที่แท้จริงมันต้อง  
เสมอภาค ต้องไม่มีฝักไม่มีฝ่าย ถึงจะเรียกว่าเป็นความเมตตา อย่างนี้เรียกว่า  
เป็นความหลง เป็นความรัก เป็นความรักที่เกิดจากอุปาทาน ความยึดมั่นว่า  
เป็นสมบัติของเรา ถ้าไม่เป็นสมบัติของเรา เช่น ลูกของชาวบ้านเขาจะเป็น

พระอาจารย์

อย่างไร ไม่เห็นร้องห่มร้องไห้ไปกับเขา แต่ถ้าลูกของเราเกิดไปติดยาเสพติดขึ้นมา เราก็เดือดร้อนวุ่นวาย แต่ถ้าลูกชาวบ้านไปติดคุกติดตะราง เราไม่เดือดร้อน ลูกของคนอื่นเราไม่เดือดร้อน เพราะเราไม่ได้ถือว่าเป็นลูกเรา ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเรา แต่คนนี้ออกจากห้องเรา เราก็เลยมีความผูกพันกับเขา ความจริงส่วนที่มีความผูกพันกับเราก็เป็นแต่เพียงร่างกายเท่านั้น แต่จิตใจนี้เป็นใครมาจากไหน เราก็ไม่รู้ ดวงวิญญาณเข้ามาครอบครองร่างกายนี้ตอนที่อยู่ในห้องของเรา ไม่รู้ว่าเป็นใครมาจากไหน อาจจะเคยเป็นศัตรูกันมาในอดีตก็ได้ เป็นเจ้ากรรมนายเวรของเราก็ได้ จึงต้องมาทุกข์กับเขา

ถาม

ในส่วนของความรับผิดชอบ  
ท่านอาจารย์ก็ให้อย่างเต็มที่ใช่ไหมคะ

ก็เลี้ยงเขาไปตามความสามารถของเรา  
ให้อาหารเขารับประทาน ส่งเขาเรียนหนังสือ

พระอาจารย์

สอนให้เขารู้จักบาปบุญคุณโทษ ก็ทำไป เป็นหน้าที่ของผู้ปกครอง ถ้าเขาจะไปติดยา ไปกินเหล้าเมายา ก็เรื่องของเขาแล้ว เราไปทุกข์กับเขาทำไม เราไปห้ามเขาได้ที่ไหน ก็ห้ามไม่ได้อยู่ดี เหมือนกับได้แอบเปิดมา แต่อยากจะให้แอบเปิดเป็นลั้ม เป็นไปได้ไหม เป็นไปไม่ได้หรอก จะร้องห่มร้องไห้อย่างไร

ก็เป็นไปไม่ได้ แอปเปิ้ลย่อมเป็นแอปเปิ้ลอยู่นั่นแหละ คนเราก็เหมือนกับผลไม้ แต่ละคนมีจิตนิสัยไม่เหมือนกัน บางคนก็เหมือนกับส้ม บางคนก็เป็นเหมือนมะนาว บางคนก็เป็นเหมือนกล้วย เขาเป็นของเขาอย่างนี้ ตามบุญตามกรรม ดังบทสวดที่ว่าเรามีกรรมเป็นของๆ ตน จะทำกรรมอันใดไว้ ก็ต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น

ลูกของเรา เขาก็ทำบุญทำกรรมของเขา มา เวลาเขามาเกิด เขาก็อาศัยท้องเราเกิดเท่านั้นเอง แต่ใจของเขามีกรรมเป็นพ่อแม่ มีกรรมเป็นของเขา ถ้าเป็นคนดี เขาก็เป็นคนดีอยู่แล้ว ไม่ต้องไปสั่งสอนเขาก็ดี อย่างพระพุทธเจ้านี้ ไม่ต้องมีใครไปสั่งไปสอน ท่านก็ดีของท่าน มีแต่จะพยายามไม่ให้ดีเสียอีก พระราชาบิดาไม่อยากจะให้ท่านออกบวช แต่ท่านก็ออกบวช เพราะบุญที่ท่านสร้างมามีพลังมาก ไม่มีใครจะต้านบุญได้ เช่นเดียวกับกรรม ถ้าสร้างกรรมมาอย่างพระเทวทัต เห็นไหมสร้างกรรมไว้มาก ถึงแม้ได้บวช ได้อยู่กับพระพุทธเจ้า ก็ยังต้องมาก่อเวรก่อกรรมกับพระพุทธเจ้าอีก นี่เป็นเรื่องของบุญของกรรมที่มีติดตัวมา เราทำได้ก็เพียงแค่ดูแลเลี้ยงดูเขาตอนที่เขายังช่วยตัวเองไม่ได้ อย่างตอนที่ยังเป็นเด็กอยู่ ก็ต้องเลี้ยงดูเขาด้วยปัจจัย ๔ เมื่อโตขึ้นก็ส่งเรียนหนังสือ สอนเรื่องบาปบุญคุณโทษ เท่าที่จะสอนได้ ก็เท่านั้น เขาจะรับได้หรือไม่ก็อยู่ที่ตัวเขา



อย่างพ่อของอาตมาก็ไม่อยากจะให้บวช แต่ก็ได้มาบวช ไข้ไหม  
มันเป็นเรื่องของบุญของกรรมของแต่ละคน พ่อแม่บางคนก็เสียใจที่ลูกบวช  
พ่อแม่บางคนก็ดีใจที่ลูกบวช มันก็อยู่ที่จิตใจของพ่อแม่ว่ามีบุญมีกรรม  
มากน้อยเพียงไร ถ้าพ่อแม่มีบุญมากเข้าใจถึงเรื่องบุญ เวลาเห็นใครบวช  
ก็ตืออกดีใจ พ่อแม่ที่ไม่มีบุญก็ไม่เข้าใจเรื่องบุญหรือกลัวลูกของตนเองไปบวช  
ก็เกิดความเสียใจขึ้นมา ทำไมลูกเราไม่เอาดีทางโลก ก็คิดไปต่างๆ นานา  
นี่เป็นเรื่องของบุญของกรรมของแต่ละคน โดยหลักแล้วก็คืออย่าไปยึด  
อย่าไปติด ต้องทำความเข้าใจว่าเราทุกคนมีชีวิตเป็นของเรา มีทางเดินของเรา  
ถ้าต้องเกี่ยวข้องกับใครก็ให้ใช้ความเมตตาแบบที่ไม่มีความผูกพัน คือ  
ช่วยเหลือกันไปตามอัธยาศัย เช่น ลูกของเรา ก็เลี้ยงดูเขาไป เสร็จแล้วเขา  
จะไปทางไหนก็เป็นเรื่องของเขา ถ้าไปอยากให้เขาบวช เขาไม่บวช เราก็จะ  
เสียอกเสียใจ ถ้ายอมรับว่าถ้าเขาไม่อยากบวชก็เป็นเรื่องของเขา เราก็ได้  
ให้โอกาสเขาแล้ว เมื่อเขาไม่ต้องการก็ช่วยไม่ได้ เหมือนกับให้เงินเขา  
ก้อนหนึ่ง เขาไม่เอา เราจะไปเสียใจทำไม ไข้ไหม ในเมื่อเขาไม่อยากจะได้อะไร  
ก็เรื่องของเขา เขาอยากจะไปทางไหนก็เป็นเรื่องของเขา การปล่อยยให้เขา  
ไปตามทางของเขาก็เป็นความเมตตาอย่างหนึ่งเหมือนกันนะ ดีกว่าการ  
ดัดให้เขาไปตามทางที่เราต้องการให้เขาไป อันนี้กลับไม่ใช่เป็นความเมตตา  
แต่จะกลายเป็นความเกลียดชังกันขึ้นมา เราไปบังคับเขา เขาก็ไม่ชอบขึ้นมา

ก็อาจจะทะเลาะกัน โกรธชังกันเกลียดชังกัน เราต้องรู้ว่าเราเป็นเหมือนกับคนพายเรือเท่านั้นแหละ เหมือนครูบาอาจารย์สอนเด็ก พาให้เด็กข้ามฟากไปเท่านั้นเอง เด็กจะกระโดดลงจากเรือไปกลางทางก็ช่วยไม่ได้ เรามีหน้าที่เลี้ยงดูให้ลูกได้รู้จักผิดถูกดีชั่ว ให้เขาพึ่งตัวของเขาเองได้ ก็หมดหน้าที่ของเราแล้ว ถ้าจะเลือกไปทางดีก็เป็นบุญของเขา ถ้าจะไปทางไม่ดีก็เป็นกรรมของเขา ไม่มีใครบังคับจิตใจของใครได้ ในที่สุดเราก็ต้องตายจากเขาไป เวลาเราตายไปแล้วใครจะมาบังคับเขาละ เขาก็ต้องไปตามทางของเขาอยู่ดี

ถาม

ท่านอาจารย์ขอออกบวช โยมพ่อโยมแม่ท่านห้ามไหมคะ

โยมแม่เขาก็อนุโมทนา แต่โยมพ่อไม่เห็นด้วย  
ความเห็นไม่ตรงกัน โยมพ่อคิดว่าเราไม่มี

พระอาจารย์

ทางไปแล้วหรือถึงจะต้องไปบวชอาศัยผ้าเหลืองกิน ท่านคิดอย่างนั้น คิดว่าคนไปบวชเป็นคนไม่มีทางไป แล้วท่านก็ว่าเราไม่ใช่เป็นคนแบบนั้น ได้ไปเรียนหนังสือมา มีความรู้ความสามารถ ทำไมต้องมาท้อแท้กับชีวิต ท่านคิดแบบนั้น คิดว่าคนที่ไปบวชเป็นคนท้อแท้ต่อชีวิต คนลืมหา ไม่มีปัญญาที่จะต่อสู้กับชีวิต ท่านคิดอย่างนั้น อยากให้อยู่สู้ต่อไป อย่าไปท้อแท้

ถาม

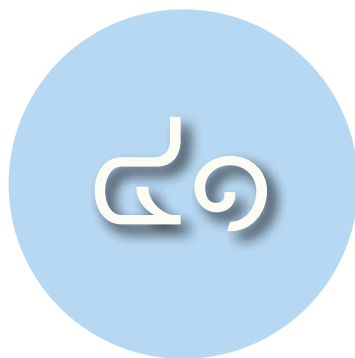
แล้วคนที่ เป็นพ่อแม่ลูกกัน  
ต้องมีความผูกพันกันมาก่อนหรือเปล่าคะ

เรื่องนี้อาตมาก็ไม่ทราบ ถ้าให้พูดก็คิดว่า  
เป็นไปได้ทั้ง ๒ อย่าง มีความผูกพันกันมากก็มี

พระอาจารย์

ไม่มีความผูกพันกันมากก็มีเหมือนกัน ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์  
ของกันและกัน โอกาสที่มีก็ย่อมมีได้ เพราะเราเวียนว่ายตายเกิดกันมานับภพ  
ไม่ถ้วน ก็คงเคยเจอกันหลายครั้งหลายหนแล้ว เวลาเจอกันนี้ก็รู้เลยว่า  
ชอบคนนี้ รู้เลยว่าไม่ชอบคนนี้ เป็นความรู้สึกที่ฝังอยู่ในใจของเรา  
ถ้าจะให้รู้จริงต้องระลึกชาติได้อย่างพระพุทธเจ้า จะทรงรู้ว่าคนนี้เมื่อก่อนนี้  
มีอะไรกันมา อย่างพระเวททัตตีก็ทรงเล่าประวัติความเป็นมาตั้งแต่เริ่มต้นเลย  
ว่าเคยมีอะไรกันมา อย่างพระมหาลีของพระองค์ก็ทรงทราบว่าได้เคยร่วมสุข  
ร่วมทุกข์กันมาอย่างไร ต้องมีความสามารถยังทราบถึงอดีตชาติถึงจะรู้ได้

เขาไม่เปลี่ยน  
แต่เราเปลี่ยน



## ถาม

ครั้งที่แล้วที่ถามเรื่องลูกคะ เขาก็ยังเหมือนเดิม ถามเขาๆ ก็บอกว่าเพราะตอนเล็กๆ คุณแม่ทำงาน ก็ไม่ได้สนใจเขา ดูแลเขา ตอนนี้อโตแล้วก็เลยพยายามทำตามที่ท่านอาจารย์ แนะนำ พยายามปล่อยวาง

## พระอาจารย์

เขาไม่เปลี่ยนแต่เราเปลี่ยน คือเราปรับลด บทบาทลง บางทีให้ยามากเกินไปก็ทำให้ ดื้อยา หรือแพ้ยาก็ได้ เป็นหมอก็ต้องรู้จักให้ยา เขาโตแล้ว ไปพูดซ้ำๆ ซากๆ เขาก็รำคาญ เพราะเราเป็นห่วง ปัญหาของเราก็คืออยู่ที่ความเป็นห่วง และความอยากให้เขาเป็นเหมือนเรา แต่เราไม่เคยอยากในตัวเราเอง ทำไมเรา ไม่อยากให้ตัวเราเป็นอย่างนั้นอย่างนี้บ้าง ชอบไปอยากในเรื่องของคนอื่น เราน่าจะอยากในตัวเรา อยากจะให้เราดี อยากจะให้เราพอ อยากในเรื่องของคนอื่นแล้วไม่ได้อะไร มีแต่ความทุกข์ แต่ถ้าอยากในตัวเราแล้วทำได้ เรา ก็จะได้ประโยชน์ เรื่องอย่างนี้ธรรมะจะช่วยได้ คนที่อยากมาพึ่งธรรมอาตมา ก็เพราะเข้าใจคำว่าปล่อยวางว่าเป็นอย่างไร



กาม

โดยเฉพาะหนังสือของท่านอาจารย์ชอบมากเลยคะ

ปล่อยวาง แต่ไม่ได้ปล่อยทิ้ง ต้องดูแลรักษา  
เลี้ยงดูกันไป เขาจะได้มากน้อยเท่าไรก็ให้เขา

แค่นั้น คนเราเหมือนภาชนะ บางคนมีถ้วยเล็กๆ ใส่ไปเยอะๆ มันก็ล้น บางคน  
มีถ้วยใหญ่ก็รับได้เยอะ เราจึงต้องดูภาชนะคือความสามารถของแต่ละคน

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๒๓๐ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘)

ศาสนาสอนให้เห็นความจริง (จุลธรรมนำใจ ๒)



*ทฤษฎีกับความจริง*

ถาม

มีครั้งหนึ่งที่ลูกโกรธ แล้วก็คิดว่าที่โกรธนี้เป็นเพราะเขาทำไม่ได้เหมือนกับใจเรา แต่แยกไม่ได้ว่าเป็นความหลงอย่างไร เพราะยังไม่เห็นความไม่เที่ยงหรือไม่ใช่ตัวตน ตรงนี้ยังเทียบ กับชีวิตจริงๆ ไม่ได้ค่ะ

ยังไม่เห็นว่าสิ่งที่เราคิดกับสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น เป็นคนละอย่างกัน สิ่งที่เราคิดเป็นทฤษฎี

พระอาจารย์

สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นความจริง ยังไม่เห็นความไม่แน่นอนของความจริง สิ่งที่เราคิดว่าจะเกิดอาจจะเกิดก็ได้ ไม่เกิดก็ได้ นี่คืออนิจจัง ไม่แน่นอน เราสั่งให้ทำอย่างนี้ เขาก็ต้องทำตามทุกประการ แต่สติการรับรู้คำสั่งของเขา กับของเราอาจจะต่างกัน เขาอาจจะฟังไม่เข้าใจ ก็เลยไปทำตรงข้ามกับที่เราสั่ง ผลที่เราต้องการจึงไม่เกิด พอไม่เกิดเราก็โกรธ สั่งให้ทำอย่างนี้ ทำไมไม่ทำอีกอย่าง เพราะเวลาสั่งเขาฟังเป็นอีกอย่างหนึ่ง เช่น สั่งให้ไปปิดน้ำ กลับไป ปิดไฟเสีย กำลังวุ่นวายอยู่กับปัญหาของเขา ไปสั่งงานเขา เขาก็ค่ะๆ เพราะเขากลัว ถ้าตอบว่าไม่เข้าใจจะโดนตำ โง่ขนาดนี้หรือ จึงไม่กล้าถาม ไม่แน่ใจว่า ได้ยินอะไรเพราะความกลัวก็เลยค่ะไว้ก่อน เราคิดว่าเขาเข้าใจก็เลยไม่ทบทวน ความจริงควรให้เขาทบทวนคำสั่งเพื่อความมั่นใจ ดูซิว่าเขาได้ยินตามที่ เราสั่งหรือเปล่า โอกาสที่จะทำตามคำสั่งก็จะมีมาก แต่ไม่ร้อยเปอร์เซ็นต์



อยู่ที่เขาจะทำตามได้มากน้อยเพียงไร บางทีสั่งแล้วก็ลืม ดูโทรทัศน์เพลิน ถึงเวลาต้องทำตามคำสั่งก็ไม่ได้ทำ จึงไม่ควรมึนเมาไปทาบคำสั่งว่าจะต้องเป็นไปตามคำสั่งเสมอไป ต้องเผื่อไว้บ้างว่าจะไม่เป็นไปตามคำสั่ง เพราะไม่แน่นอน มีเหตุมีปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้องที่จะทำให้สิ่งที่เราต้องการปรากฏขึ้นมา

(กัณฑ์ที่ ๒๓๐ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๔๘)

ศาสนาสอนให้เห็นความจริง (จุลธรรมหัวใจ ๒)

၄၃

ခုပာယဗၢ်လုကမာ်သ်

ถาม

โยมมีลูก ๓ คน อายุ ๒๒ ปี ๑๖ ปี และ ๑๒ ปี เขาทั้ง ๓ คน  
ทำบุญทำทาน รักษาศีล แต่ชวนมาฆาวนาไม่ค่อยอยากมา  
มีข้ออ้างต่างๆ นานา โยมควรที่จะมีกุศโลบายอย่างไรเพื่อให้เขา  
มาฟังเทศน์พระอาจารย์และเพื่อมาฆาวนาเจ้าคะ

ก็ชวนเขามาเป็นเพื่อนซี้ บอกว่าแม่เป็นผู้หญิง  
มาวัดคนเดียวไม่ได้ ต้องมีเพื่อนมาด้วย

พระอาจารย์

ถาม

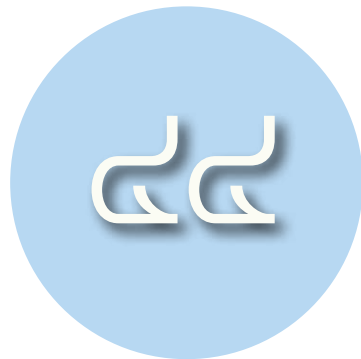
การที่เรามาวัดตลอดโดยที่ไม่ได้พาเขามาด้วย จะเป็นการกระทำ  
ที่ถูกต้องสมควรหรือไม่คะ เป็นการบกพร่องต่อหน้าที่และ  
สมควรหรือไม่คะ

มันก็ขึ้นอยู่กับเหตุผลและที่เจตนาของเรา  
ถ้าเราอยากจะมีคนเดียว ไม่สนใจที่จะพา  
เขามา อันนี้ก็เป็นความเห็นแก่ตัว แต่ถ้าเรา  
ชวนเขาแล้วเขาไม่อยากมาก็ช่วยไม่ได้

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๔ มกราคม ๒๕๕๘ “ทางเลือก”)

ເດັກດົວ



## ถาม

วันนี้ท่านอาจารย์เมตตาเทศน์เรื่องลูก ลูกก็มีคำถามว่าที่ท่านอาจารย์บอกว่าลูกที่เป็นอย่างนี้เพราะเราให้แต่ร่างกายเขาเลยไม่แน่ใจว่าที่ลูกดื้อเป็นเพราะกรรมที่เขาทำมา หรือเพราะเลี้ยงลูกไม่เก่ง

ความดีติดมากับเขา การปฏิบัติกับ  
เด็กดีอยู่ที่ตัวเรา ถ้าฉลาดก็จะรู้จักวิธี

## พระอาจารย์

ปฏิบัติ รู้จักวิธีสอนเด็กดี อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอนพระราहुลให้รักษาลังจะ ทรงดักน้ำขึ้นมาชั้นหนึ่ง แล้วก็ทรงเหน้าทิ้งไปนิดหนึ่ง ทรงตรัสว่า ทุกครั้งที่ราहुลพูดปกติเหมือนกับเหน้าคือความดีในใจทิ้งไป ก็ทรงเหน้าทิ้งไปเรื่อยๆ จนไม่มีน้ำเหลืออยู่ในขัน ถ้าพูดไปเรื่อยๆ ต่อไปลังจะ จะไม่มีเหลือ จะไม่มีใครเชื่อถือ อยู่ที่คนสอนว่าจะมีปัญญาที่จะสอนให้หายดีได้หรือไม่ มีบางคนสอนไม่ได้ เช่น นายฉันทะ ที่เป็นคนเอามากลับไปในวัง ตอนที่พระพุทธเจ้าทรงออกผนวช ทรงตรัสสั่งสงฆ์ว่า หลังจากที่เราทรงละชั้นนี้ไปแล้ว ไม่ต้องไปสอนเขา ปล่อยเขาไปตามเรื่อง ให้เป็นไปตามบุญตามกรรม นายฉันทะถึงกับร้องไห้ที่ทรงปรารภอย่างนี้ คนนี้สอนไม่ได้ก็อย่าไปสอนเขา ถ้าสอนจะเกิดทิลุขึ้นมากันที จะดีไม่ฟังใครทั้งนั้น จะฟังแต่พระพุทธเจ้าเพียงองค์เดียว ถือว่าเป็นคนสนิทใกล้ชิดที่สุด

ใครเป็นลูกศิษย์มีขอวามักจะมีวิธีแบบนี้ทั้งนั้น คนอื่นเตะไม่ได้ มีแต่อาจารย์องค์เดียวเท่านั้นที่จะพูดจะว่าได้ สอนคนดื้อไม่ได้ก็ต้องปล่อยเขา เป็นการสอนเหมือนกัน ให้เกิดสำนึกว่าดื้อจริงๆ พ่อแม่รักขนาดไหนก็ยังสอนไม่ได้ ถ้าสอนแล้วไม่เชื่อฟัง ก็ลองหยุดสอนสักพักหนึ่ง ปล่อยเขาไปตามเรื่อง บอกเขาไปเลยว่าต่อไปนี่ไม่สอนแล้วนะ จะทำอะไรก็ทำไป จะติดคุกติดตะรางก็ติดไป ไม่ไปเยี่ยม ไม่ทำอะไรทั้งนั้น อย่างนี้อาจทำให้เขาได้สติขึ้นมาก็ได้ ถ้าไม่เด็ดขาด ยังยอมเขาไปเรื่อยๆ เขาก็ได้ใจดื้อไปเรื่อยๆ

(กัณฑ์ที่ ๓๗๒ วันที่ ๒ กันยายน ๒๕๕๐ (จุลธรรมนำใจ ๑๐)

“คู่มือปฏิบัติธรรม”)



វ៉ុំមុល្យ

ถาม

ลูกสาวฝากมาถามคะ เกี่ยวกับเรื่องอัมบุญตะ ว่าเป็นการ  
เปิดโอกาสให้กับธุรกิจค้ามนุษย์หรือเปล่า กลัวจะผิดศีล

อัมบุญนี้เป็นอย่างไร

พระอาจารย์

ถาม

อัมทองแทน

แล้วทำไมหรือ

พระอาจารย์

ถาม

รับจ้างทองแทนคนที่มีบุตรยาก

มันเรื่องของกิเลส การเกิดมันดีที่ไหน  
คิดอยากจะมีลูกก็เป็นทุกข์แล้ว

พระอาจารย์

ถาม

เป็นบาปไหม เหมือนเป็นการค้ามนุษย์

ก็ไม่ได้ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตตรงไหน ไม่บาป  
ก็เหมือนกับรับลูกเขามาเลี้ยง อย่างแม่ที่ต้อง

พระอาจารย์



ไปทำงาน ก็ฝากลูกไว้ที่โรงเรียนเด็ก ตอนเย็นๆ ก็ไปรับกลับบ้าน นี่ก็ฝากลูกไว้ในห้องเขาให้เขาเลี้ยงแทน ไม่ต่างกัน เป็นธุรกิจการค้า ถ้าทำหน้าที่เป็นผู้ตั้งครมให้โดยไม่เรียกผลตอบแทน ก็เป็นการทำบุญ แต่มักจะมีปัญหาตามมาเพราะความผูกพัน พอคลอดออกมาแล้วจะไม่ยอมคืนให้แม่ ปัญหา ก็จะตามมา พอคลอดลูกแล้วก็พาลูกเขาหนีไปเพราะเป็นลูกของเราแล้ว

ถาม

พ่อแม่ปกปิดไว้ ไม่บอกความจริงว่าไปอุ้มบุญมา พอเด็กโตขึ้น ก็ไม่ทราบว่าคนนี่คือแม่เขา ถ้าไปปราชญ์แม่คนนี้จะบาปไหม

ถ้าไม่รู้ก็ไม่บาป เพราะไม่มีเจตนา ถ้ารู้ก็บาป

รู้ว่าเป็นแม่แล้วก็ไปเนรคุณก็บาป แต่ถึงแม่

จะไม่ใช่แม่ เป็นคนอื่น ถ้าไปทำไม่ดีกับเขาก็บาปเหมือนกัน แต่บาปไม่หนักเหมือนทำกับพ่อแม่ เช่น อนันตริยกรรม เป็นบาปที่หนักที่สุด ได้แก่ การฆ่าพ่อ ฆ่าแม่ ฆ่าคนอื่นไม่บาปเท่าฆ่าพ่อฆ่าแม่ ถ้าไม่รู้ว่าพ่อแม่เป็นแม่ก็ไม่ได้เป็นอนันตริยกรรม เพราะคิดว่าเป็นคนอื่น ต้องรู้ว่าเป็นคนที่ถูกฆ่าเป็นใคร ถ้าเป็นอุบัติเหตุเผลอไปเนี่ย

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๓๗๕ วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๐ (จุลธรรมนำใจ ๑๑)

“ทางสู่ความยิ่งใหญ่”)



แม่ทำงาน  
แทนลูก

ถาม

ถ้าแม่ทำทานให้ลูกโดยไม่ใช้เงินของลูก เขาจะได้ไหม

ไม่ได้เลย

พระอาจารย์

ถาม

แต่ถ้าลูกเขาอนุโมทนาด้วย

เขาก็จะได้ตรงที่อนุโมทนา คนละเรื่อง  
คนละบัญชีกัน การให้ทานนี้ต้องให้ของ  
ที่เป็นของเรา เราถึงจะได้ ถ้าเอาเงินค่าขนมของลูกมาทำบุญ ถ้าลูกอนุโมทนา  
ด้วยความยินดี เขาจะได้เต็มที่แล้วเพราะเป็นเงินของเขา แต่ถ้าเอาเงินของแม่  
ไปทำบุญให้กับลูก ลูกจะรู้สึกอะไรเลยเพราะไม่ได้เสียอะไร

พระอาจารย์

ถาม

แต่ถ้าอนุโมทนา

ได้ตรงที่อนุโมทนา

พระอาจารย์

ถาม

คนละบัญชีกัน

เขาไม่มีความรู้สึกว่าได้เสียอะไรไป บางคน  
ตัวเองไม่ได้ทำแล้วยังไม่พอ ไม่อยากให้  
คนอื่นทำด้วย เงินของตัวเองก็หวงแล้วยังไปหวงเงินของคนอื่นอีก ก็จะไม่  
สุขใจไปกับการทำบุญของผู้อื่น

พระอาจารย์

ถาม

ถ้าให้เงินแม่ แล้วแม่อธิษฐานแล้วเอามาถวาย อย่างนี้จะ  
ได้ไหมคะ เอาเงินตัวเราเองให้แม่

ถ้าให้เงินแม่ไปอย่างไม่มีเงื่อนไข แล้วแม่  
บอกให้เอาไปทำบุญ ท่านก็ได้ แต่ถ้าบอก  
ว่าจะเอาเงินที่ให้แม่นี้ไปทำบุญ ถ้าแม่อนุโมทนา ก็จะได้ตรงที่อนุโมทนา  
แม่ไม่ขัดขวาง ชื่นชมยินดีกับการทำบุญของเรา

พระอาจารย์

ถาม

ถ้าบอกแม่ว่าจะไปทำบุญ แล้วแม่ฝากเงินไปทำบุญด้วย จะได้  
หรือไม่คะ

ได้

พระอาจารย์

ถาม

แต่ถ้าไม่ได้ฝากอะไรเลยก็ไม่ได้เลย

ถ้าแม่อนุโมทนา ก็จะได้บุญที่เกิดจากการ  
อนุโมทนา แต่ต่างจากบุญที่เกิดจากการ  
ให้ทาน ถ้าไม่อนุโมทนาจึงจะไม่ได้ เพราะจะไม่สบายใจ เสียหายเงินแทนเรา

พระอาจารย์

ถาม

ถ้าทำให้คุณแม่ แต่ไม่ได้บอกให้คุณแม่ทราบ แม่ก็ไม่ได้  
อนุโมทนา ก็จะได้บุญไหมคะ

ไม่ได้เลย

พระอาจารย์

ถาม

เวลาอุทิศส่วนกุศลให้พวกเปรต ผี เทวดา

เป็นบุญอีกบัญชีหนึ่ง บุญที่เกิดจากการ  
อนุโมทนา กับบุญที่เกิดจากการอุทิศบุญ  
เป็นคนละส่วนกัน

พระอาจารย์

ถาม

เวลาเราทำบุญอุทิศให้แม่ แม่ก็ต้องได้สิคะ

ถ้าแม่อยู่ในฐานะที่จะรับได้ก็จะได้ ถ้าไม่อยู่ในฐานะก็ไม่ได้ ถ้าจิตของท่านสูงกว่าเปรตท่านก็ไม่รับบุญนี้

พระอาจารย์

ถาม

ถ้าทำทานจำนวนเท่ากันให้กับคนเดียวกันอย่างสม่ำเสมอ แต่ความรู้สึกปลาบปลื้มใจไม่เท่ากัน ผลจะแตกต่างกันไหมคะ

ถาม

เป็นความรู้สึกที่ผมเคยถามท่านอาจารย์ว่าทำไมทำกับหลวงตาแล้วมันปลาบปลื้ม

ถ้าทำด้วยอุपाทาน ความรู้สึกก็จะต่างตามอุपाทาน ถ้าทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ ความรู้สึกจะไม่ต่างกัน

พระอาจารย์

ถาม

แล้วความสุขใจกับบุญนี้เป็น

อันเดียวกัน

พระอาจารย์

ถาม

ท่านบอกว่าบุญผู้ทำเป็นผู้ได้ เวลาเราแผ่ส่วนกุศลไปนั้น หากประมาณมิได้ จะแผ่ไปมากแค่ไหนก็ไม่มีที่สิ้นสุด อย่างนั้นใช่ไหมคะ

มันเป็นโวหาร คำว่าไม่สิ้นสุด คือแผ่บุญไปได้ทุกแห่งหน ไม่ว่าผู้รับอยู่ตรงไหนก็ไปถึงหมด แต่ผู้รับจะรับได้เพียงนิดเดียวตามฐานะของเขา ที่เป็นเหมือนกับภาชนะ คือจิตของเขาจะรับบุญได้เพียงเลี้ยวเดียวของบุญที่เราทำ เช่น เราทำ ๑๐๐ แล้วเราก็อธิไปนี้ เขารับได้เพียงหนึ่งส่วนเท่านั้นเอง อีก ๙๙ ส่วน เขารับไม่ได้ เพราะเขาไม่มีฐานะ ไม่มีภาชนะรองรับบุญ

พระอาจารย์

ถาม

แม้กระทั่งบุญไปรษณีย์ที่ดีก็เหมือนกัน

ไม่ได้อยู่ที่บุญไปรษณีย์ อยู่ที่ผู้รับ อยู่ที่ฐานะของผู้รับว่ามีภาชนะรองรับได้มากน้อยเพียงไร

พระอาจารย์

ถาม

อย่างท่านอาจารย์แผ่ไปกับลูกแผ่ไป เปรตผีเทวดาก็ต้องรับจากท่านอาจารย์ได้มากกว่าลูกแผ่ไปอย่างแน่นอนหิคะ

ไม่จำเป็น ไม่เกี่ยวกัน ควรทำในขณะที่มีชีวิตอยู่ จะได้มากกว่าให้คนอื่นอุทิศไปให้

พระอาจารย์

ถาม อยากให้พ่อแม่

ให้เขาทำตอนที่มีชีวิตอยู่

พระอาจารย์

ถาม เขาตายไปแล้ว

ก็ต้องเป็นไปตามบุญตามกรรม ตามฐานะของเขา คนส่งดีขนาดไหน แต่คนรับไม่มี

พระอาจารย์

ภาชนะรองรับก็รับไม่ได้ เช่น ไปตกรราก็รับไม่ได้ ไปเกิดเป็นอย่างอื่นก็ไม่ได้รับทั้งนั้น มีพวกเปรตพวกเดียวนั่นที่รับได้ที่รอรับอยู่ แต่พวกอื่นไม่รอรับ เป็นเครื่องจานก็หากินเองได้ อยากจะเสพกามก็หาเสพเองได้ เป็นมนุษย์ก็หาความสุขเองได้ เป็นเทพก็มีความสุขอยู่แล้ว ถ้าตกรราก็มีแต่ความทุกข์จมนองไม่เห็นความสุข ส่งความสุขไปให้ก็ 모르เรื่อง เพราะทุกข์อยู่ตลอดเวลา เหมือนชวนคนที่ทุกข์ไปเที่ยว เขาก็ไม่อยากจะไป ไม่มีความสุข



ที่จะเที่ยว พวกเปรตนี้เหมือนพวกเร่ร่อนไม่มีบ้านอยู่ ที่เพิ่งถูกปล่อยออกมาจากคุก เพิ่งออกมาจากนรก ไม่มีบุญเก่าพอที่จะส่งให้ไปเกิดใหม่ จึงต้องอาศัยบุญอุทิศประทัั้งชีฟไปพลงๆ ก่อน

ถาม

พวกเปรตนี้ก็มีกรรมมากชิคะ

เป็นเปรตเพราะไม่ทำบุญ ไม่เสียสละ มีแต่ความโลภอยากได้ของผู้อื่น และได้มาด้วยวิธีที่มีชอบ ผิดศีลผิดธรรม ต้องไปใช้กรรมในนรกก่อน เพราะอยากจะได้เงินของคนอื่นแล้วก็ต้องไปฆ่าเขา จึงต้องไปใช้โทษในนรกก่อน พอออกมาก็เป็นเปรต แต่ถ้าทำบุญให้ทานอยู่เสมอ ใจกว้างไม่เสียดายเงิน ถ้ามีใครทำให้โกรธมากจนฆ่าเขาตาย ตายไปแล้วก็ต้องไปใช้กรรมในนรกเหมือนกัน แต่พอออกจากนรกก็ไม่ต้องเป็นเปรต เพราะได้ทำบุญอย่างสม่ำเสมอ ก็ส่งให้ไปเกิดในสวรรค์เลย เป็นเทพเลย หรือมาเกิดเป็นมนุษย์เลย ไม่ต้องรอนบุญอุทิศของผู้อื่น ไม่ต้องไปเคาะประตูบ้านคนนั้นคนนี้ให้เขาต้องตกอกตกใจ เหมือนในเรื่องที่มีเปรตมาสร้างเสียงอึกทีกครึกโครมจนทำให้พระเจ้าแผ่นดินทรงบรรทมไม่หลับ ต้องมากราบทูลถามพระพุทธเจ้า

พระอาจารย์

พระพุทธเจ้าก็ทรงบอกไปว่าเป็นอำมาตย์เก่าในชาติก่อนๆ มีจิตใจที่ไม่บริสุทธิ์  
ยักยอกเงินของพระเจ้าแผ่นดินที่ให้ไปทำบุญทำทาน ก็ยักยอกเอาไว้  
บางส่วน เมื่อตายไปก็ไปตกนรกก่อน พอออกมาจากนรกก็ไม่มีที่ไป จึงคิด  
ถึงเจ้านายเก่า ก็เลยมาขอความช่วยเหลือ

(กัณฑ์ที่ ๓๗๖ วันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๐  
(จุลธรรมนำใจ ๑๒) “สังเวชนียสถาน”)

รักชาติ



ถาม

กับลูกเรายังเป็นห่วงยังกังวลอยู่ เขายังเรียนหนังสืออยู่

อย่าไปห่วง ดูแลเขาไปแต่อย่าเป็นห่วง  
ความห่วงเป็นความทุกข์ แต่การดูแลเป็น  
หน้าที่

พระอาจารย์

ถาม

เป็นห่วง ไปเรียนหนังสือก็ต้องไปรับ กลับเองไม่ได้ อันนี้  
ตัดไม่ได้

ถ้าเป็นหน้าที่ก็ไม่ต้องตัด แต่ความห่วงนี้  
ต้องตัด ไม่ต้องกังวล ทำไปตามหน้าที่

พระอาจารย์

ถึงเวลา就去รับไปส่ง เวลาไม่เห็นหน้าตากก็ไม่ต้องกังวลว่าเกิดอะไรขึ้น  
กับเขาหรือเปล่า ทำตามหน้าที่ไป ให้เขาช่วยเหลือตัวเองให้ได้มากที่สุด พอทำ  
อะไรเองได้ก็สอนให้เขาทำเอง อย่าให้เขาพึ่งเรามากเกินไป จะกลายเป็น  
คนพิการไป สอนให้เขาพึ่งตนเองดีกว่า พ่อแม่บางคนรักลูกมากเกินไป  
อยากให้ลูกสบาย แต่ไม่รู้ว่าเป็นการทำให้ลูกพิการไม่สามารถพึ่งตนเองได้  
เวลาขาดพ่อขาดแม่แล้วทำอะไรไม่เป็น ให้เขาลำบากบ้าง ให้เขาทุกข์บ้าง

ให้เขาอดทนบ้างเพื่อจะได้แข็งแกร่ง จะได้พึ่งตนเองได้ ถ้าคิดอยู่เสมอว่า  
สักวันเขาก็ต้องตาย หรือคิดว่าสักวันหนึ่งเราก็ต้องตายจากเขาไป เราก็จะ  
ไม่กังวล ทำตามหน้าที่แต่ไม่หวาดวิตกกังวล ตอนนี้อยู่ที่ไหน มีอะไร  
เกิดขึ้นกับเขาหรือเปล่า ถ้ามีอะไรต้องสอนเขาก็สอนเขาไป ให้เขามี  
ภูมิคุ้มกันไว้ ยาเสพติดก็สอนเขา เพื่อนไม่ดีก็สอนเขา การประพฤติดีชั่ว  
ศีลธรรมก็สอนเขาไป เมื่อเราทำหน้าที่เต็มที่แล้ว เขาไม่ทำตามก็ช่วยไม่ได้  
ไปห่วงใยก็ทำอะไรไม่ได้ถ้าเขาจะทำ ถ้าเขาไม่ฟังเรา ถ้าเขาฟังแล้วเขารับไม่ได้  
เพราะเขาไม่มีภาชนะที่จะรับคำสอนของเราได้ เข้าหูซ้ายอุดขวาไป เราห่วง  
เราก็ทุกข์ไปเปล่าๆ เขาไม่ได้ทุกข์กับเรา เขากลับสบาย ไปกินเหล้าไปเที่ยว  
หนีโรงเรียน มีความสุขจะตายไป เรากลับเป็นทุกข์กับเขาเพราะรู้ว่าต่อไป  
เขาจะต้องลำบาก หรือจะต้องมาพึ่งเรา เลี้ยงเท่าไรๆ ก็ไม่โต ถ้าสอนให้เขา  
ช่วยตัวเองได้แล้ว ต่อไปเราจะสบาย เขาจะไม่มารบกวนเรา

เรามีหน้าที่ก็ทำหน้าที่นั้นไป แต่ไม่ต้องแบก ไม่ต้องไปทุกข์แทนเขา  
เขาจะตกทุกข์ได้ยากก็เป็นกรรมของเขา เราไม่ได้สั่งให้เขาไป เขาเลือกทาง  
ของเขาเอง เรามีหน้าที่บอกแล้วว่าทางนั้นอย่าไปนะ มีแต่หลุมแต่บ่อ มีแต่  
โจรผู้ร้าย ไปแล้วถูกปล้น ช่วยไม่ได้นะ ถ้าเขาไปทางนั้น ถูกปล้นก็ช่วยไม่ได้  
เป็นเรื่องของเขา ต้องดูใจเรา อย่าไปทุกข์กับใคร กินไม่ได้นอนไม่หลับ

กับเรื่องโน้นเรื่องนี้ แม้กระทั่งเรื่องของเราเองก็อย่าทุกข์ อะไรที่ทำได้ก็ทำไป  
แก้ได้ก็แก้ไป ป้องกันได้ก็ป้องกันไป ถ้าทำไม่ได้ อะไรจะเกิดก็ให้มันเกิด  
จะเสียอะไรก็เสียไป แต่อย่าไปเสียใจ ใจไม่ต้องเสีย รักษาใจไว้ ไปติดคุก  
ติดตะรางก็ยังมีความสุขได้ถ้ารักษาใจได้ อยู่ที่ไหนก็มีความสุขได้ เพราะใจ  
ไม่ขึ้นกับกาลสถานที่ เป็นอากาลิโก ใจขึ้นอยู่กับธรรมกับอธรรม ถ้ามีธรรม  
ก็จะสงบเย็นสบาย ถ้ามีอธรรมมีกิเลสก็จะร้อนวุ่นวาย ที่พระพุทธเจ้าทรงมา  
สั่งสอนก็เพื่อให้เราสร้างธรรมะขึ้นมา สร้างกุศลขึ้นมา สร้างปัญญาขึ้นมา  
แต่มันกลับกลายเป็นธรรมนิยมสวดศพไปเสียแล้ว จะให้ไปกุสลาตอนตาย  
ตอนนั้นคนตายไม่ได้ยินแล้ว ไม่รู้เรื่องแล้ว ตอนนี้เรากำลังกุสลากัน กำลัง  
มาทำใจให้ฉลาดด้วยการฟังเทศน์ฟังธรรม แต่นี่เป็นเพียงเลี้ยวเดียวของ  
การสร้างฉลาด เพราะในวันหนึ่งเรามีถึง ๒๔ ชั่วโมง แล้วใจเราก็ทำงาน  
ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ถ้าเราทำกุสลาตอนฟังธรรมเท่านั้น ส่วนเวลาอื่นปล่อยให้  
ให้ไปทางกิเลส มันก็ยังโง่เหมือนเดิม พอฟังแล้วเราต้องเอามาเป็นเชื้อ  
มาขยายความ เอามาติดต่อ เอามาพิจารณาต่ออยู่เรื่อยๆ อย่าปล่อยให้คิด  
ไปตามที่เคยคิด ให้มีทุกขังอนิจจังอนัตตาสอดแทรกอยู่กับทุกความคิด  
ใหม่ๆ ก็อาจจะยากหน่อยเพราะไม่ค่อยถนัด แต่พอหัดคิดไปเรื่อยๆ ต่อไป  
จะเป็นเหมือนอาวุธคู่มือเลย เวลาอยากจะได้อะไรมันจะมาคอยเตือนเลย  
อนิจจังทุกขังอนัตตา จำเป็นหรือไม่จำเป็นจะคิดทันที ถ้าไม่จำเป็นไม่เอาดีกว่า

อยู่อย่างนี้ก็สบายอยู่แล้ว หาเหมาใส่หัวทำไมได้ไม่คุ้มเสียได้อะไรมาก็สนุก  
เฟลิดเฟลินไปกับมัน แล้วก็กลายเป็นภาระต้องมาคอยดูแลรักษา ถ้าได้ยิน  
ได้ฟังธรรมเนียมนี้ก่อนแต่งงาน ก็อาจจะไม่ได้แต่งงาน

(วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๕๑ (จุลธรรมนำใจ ๑๕)

“ยินดีกับการเป็นคนจน”)





เห็นพิด



ถาม

มีน้องคนหนึ่งคุณแม่เขาเสียแล้ว เขาก็เก็บศพไว้ ถึงเวลาจะเผา ก็มีความคิดไม่อยากจะเผา ถ้าเผาไปแล้วคุณแม่จะไม่กลับมา  
วนเวียน

บอกเขาว่าเป็นความเห็นผิด  
เก็บไว้ก็ไม่กลับมา

พระอาจารย์

ถาม

เขารู้สึกว่าคุณแม่ยังมาวนเวียนอยู่

เป็นความรู้สึกเท่านั้นเอง เป็นอุปาทาน  
ไม่ได้เป็นความจริง เก็บไว้ก็ได้ถ้าอยากจะ

เก็บไว้ ไม่เกิดประโยชน์อะไร อยากจะเป็นภาระเผ้าดูแลก็เก็บไป ถ้าตายไป  
ใครจะดูแลศพคุณแม่ต่อ

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๓๘๙ วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๑ (จุลธรรมหัวใจ ๑๕)  
“ปัจฉิมอุบาย”)



*มีพัชระ*

ถาม

แต่ถ้ามันเกิดมีพันธะขึ้นมალະคะพระอาจารย์

ก็ตัดมันซิ

พระอาจารย์

ถาม

ลูก

ลูกก็ยกให้เขาไปซิ เขาอยากได้ก็ให้เขาไป  
ก็จบเรา เราสบายไม่ต้องเลี้ยง ถ้าเขาไม่เอา

พระอาจารย์

เราก็เลี้ยงก็ไม่ต้องไปแย่งกันเลย มันเป็นถ่านไฟแท้ๆ ไปแย่งถ่านไฟกันทำไม  
ถ้าเขาอยากจะได้ก็เอาไป ไม่มีปัญหาอะไรเลยถ้าเราไม่มีความอยาก ความอยาก  
คือเราอยากเอาแพ้อาชนะกัน ก็เลยเอาเรื่องสมบัติ เอาเรื่องลูกมาเป็นตัว  
ที่จะมาข่มกันเพราะอยากจะเอาแพ้อาชนะกันเท่านั้นเอง ถ้าฝ่ายหนึ่งยอมแพ้  
แล้วก็จบ คุณอยากจะได้ก็เอาไปเลย เอาไปให้หมดเลย เรามาตัวเปล่าๆ  
เดี่ยวเราก็ไปตัวเปล่าๆ ให้คิดอย่างนี้บ้าง มีใครเอาอะไรไปได้บ้าง ลูกก็เอาไป  
ไม่ได้ ทรัพย์สินสมบัติก็เอาไปไม่ได้เวลาตายไป แล้วมาทุกข์กับมันทำไม เราไม่มี  
ปัญญาไม่คิดกัน คิดว่าจะอยู่กันไปตลอด ให้คิดถึงอนิจจังบ้าง ไม่เที่ยง มีมา

มีไป มีเกิดมีดับ เมื่อถึงเวลาเขาจะไปก็ปล่อยเขาไปมันก็จบแล้ว ถึงเวลา  
เราไปเราก็ไปนะ เข้าใจแล้วนะ

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๕๖  
“วันเกิดของพระพุทธศาสนา”)





อยากพาลูกหลาน  
มาปฏิบัติธรรม

ถาม

อยากพาลูกหลานมาปฏิบัติธรรม จะมาได้วันไหนบ้างครับ

คือที่บนเขาที่ไม่มีที่ปฏิบัติธรรม นอกจาก  
มีเป็นที่แสดงธรรมฟังธรรมกันอย่างที่

พระอาจารย์

ญาติโยมมากันในวันนี้ ส่วนที่จะอยู่ปฏิบัติธรรมนี้ต้องไปพักที่วัดญาณฯ  
ที่อยู่ข้างล่างเขา เขาจะมีที่พักให้อยู่ได้ครั้งละไม่เกิน ๗ วัน ๗ คืน ถ้าอยาก  
จะมาสำรองที่พักก็โทรไปที่หมายเลข ๐๓๘-๓๔๓๖๑๔-๑๕ เบอร์หนึ่งจะเป็น  
เบอร์แฟกซ์ ไม่รู้ว่าเบอร์ไหนจำไม่ได้ ลองโทรไป ๒ เบอร์นี้ดู ๐๓๘ - ๓๔๓๖๑๔  
- ๖๑๕ และก็ต้องโทรในเวลาราชการ เพราะถ้าเย็นแล้วเขาจะปิดสำนักงาน  
จะไปไหว้พระสวดมนต์ลงโบสถ์กัน จะไม่มีคนรับสาย

(ธรรมะบนเขา กัณฑ์ที่ ๑๑ วันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๕๖)

“ศัตรูของนักบวช”

๕๑

ความห่วงใย  
เป็นตัวกัณร่อนจิตใจ

ถาม

แต่ความจริงมันยาก เพราะความผูกพันสายโลหิต

ความห่วงใยเป็นตัวกัดกร่อนจิตใจ ถ้าเห็นว่า  
เราทุกข์ทรมานเพราะไปยึดติดกับร่างกาย

พระอาจารย์

ของคนอื่น เราก็จะตัดความยึดติดเพราะไม่อยากจะทุกข์ทรมานใจ ถ้าไม่เห็น  
ความทุกข์ทรมานใจของเรา กลับไปเห็นว่าเป็นสายเลือดเป็นของเรา ก็  
จะไม่ยอมตัดความยึดติด ถ้าสามารถทำให้สงบได้เพียงครั้งเดียวจะเห็น  
ความแตกต่างระหว่างความสงบกับความวุ่นวายใจที่เกิดจากการไปกังวล  
กับเรื่องสายเลือด เรื่องของเราของเขา ก็จะทำให้เห็นโทษของความเห็นผิดและ  
จะตัดได้เพราะรู้ว่าเป็นต้นเหตุที่จะทำให้ทุกข์ทรมานใจ

ต้องปฏิบัติถึงจะเห็นถึงจะรู้ รู้ว่าความเห็นผิดนี้เป็นผู้สร้างความทุกข์  
ให้กับเรา ไม่ได้ทำให้เรามีความสุขเลย เพราะเป็นความเห็นผิดเป็นชอบ  
เห็นกงจักรเป็นดอกบัว ต้องเอาความรู้จริงเห็นจริงของพระพุทธเจ้ามาใช้  
ถึงจะถูก คือสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ได้แก่ ลัทธิ พุทธ อัมมา อนัตตา ลัทธิ  
สังขาร อนิจจา ลัทธิ ลัทธิ สังขาร ทุกขา ที่เป็นความเห็นที่ถูกต้อง ต้องเห็น  
แบบนี้ ต้องปฏิบัติถึงจะเข้าถึงความจริงนี้ได้ ตอนนี้เรายืนดูอยู่ปากนี้



ความจริงอยู่ปากโน้น สิ่งที่ขวางกั้นเราอยู่ก็คือแม่น้ำที่เราต้องว่ายข้าม แต่เรา  
ไม่ยอมว่ายกัน กลับจมน้ำ

(กัณฑ์ที่ ๔๒๙ วันที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๕๔ (จุลธรรมหัวใจ ๒๗)  
“รักษาร่างกายและใจ”)



*ประเด็นอยู่ที่การปล่อย*

ถาม

วิญญานที่เข้าไปฝังในท้อง เริ่มตั้งแต่ตอนปฏิสนธิหรือหลังจาก  
๓ เดือนไปแล้วคะ



ไม่เป็นประเด็นสำคัญในเชิงปฏิบัติ ประเด็น  
สำคัญอยู่ที่ปล่อยได้หรือเปล่า ยึดแล้ว  
ปล่อยได้หรือเปล่า เหมือนไปซื้อบ้าน พอผ่อนไม่ไหวแล้วจะถูกยึด ปล่อยให้  
ยึดไปได้หรือเปล่า จะไปซื้อตอนไหนไม่สำคัญ สำคัญตอนปล่อยมากกว่า  
ยึดมาแล้ว เป็นอดีตไปแล้ว เรายึดร่างกายมาแล้ว เราปล่อยร่างกายได้  
หรือเปล่า อย่าไปหลงประเด็น ประเด็นอยู่ตรงนี้ ประเด็นอยู่ในปัจจุบันนี้

พระอาจารย์

เวลาร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วยปล่อยได้หรือเปล่า ร่างกายจะตายปล่อยได้หรือเปล่า ไปรู้ทำไมว่ายึดตอนปฏิสนธิหรือตอน ๓ เดือน

ความจริงต้องมี ๓ ส่วนถึงจะปฏิสนธิได้ ยึดง่าย แต่ปล่อยยาก ปล่อยได้หรือยัง ยึดมาหลายสิบปีแล้วปล่อยได้หรือยัง อย่าไปหลงประเด็น พวกเราชอบหลงประเด็นกัน ชอบไปคิดเรื่องอจินไตย เรื่องไม่อจินไตยไม่ชอบคิดกัน เรื่องง่ายๆ ไม่คิดกัน ชอบไปคิดเรื่องยากๆ ให้ปวดหัว พระพุทธเจ้าทรงบอกไม่ให้ไปสนใจ เหมือนคนที่ถูกยิงด้วยลูกธนูไม่ยอมให้ดึงออก ไม่ยอมรักษาแผล กลับอยากไปรู้ว่าคนยิงเป็นใคร เป็นหญิง เป็นชาย เป็นชนชั้นใด ไปรู้ทำไม ไม่เกิดประโยชน์อะไร ความรู้นี้เป็นเพียงส่วนประกอบเพื่อให้เห็นภาพของการมาการไปของร่างกาย ประเด็นสำคัญอยู่ที่การตัดอุปาทาน ด้วยการหาמידคมๆ คือสติ สมาธิ ปัญญา มาตัดให้ขาดไปเลย ตัดแบบสมุจเฉทเลย

(กัณฑ์ที่ ๔๔๔ วันที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๕  
(จุลธรรมนำใจ ๓๐ “ทำใจให้ถูกต้อง”)



มีลูก

ก็มีกองทุกข์เพิ่มขึ้นอีกกองหนึ่ง

กาม

เดี๋ยวนี้คนสมัยใหม่อยากแต่งงานแต่ไม่อยากมีลูก ปู่ย่า  
ตายายต้องเอาเงินมาล่อ ให้ ๑ ล้านบ้าง ๒ ล้านบ้าง เป็นผู้หญิง  
ผู้ชายก็ได้

เกิดมาแล้วก็ต้องมีปัญหาต่างๆ ตามมา  
ถ้าไม่เกิดก็จะสบาย ถ้ามีลูกก็มีกองทุกข์

พระอาจารย์

เพิ่มขึ้นอีกกองหนึ่ง ร่างกายนี้เป็นกองทุกข์ เราอยู่ตามลำพังก็ทุกข์พอ  
สมควรแล้ว ต้องไปหากองทุกข์มาเพิ่มอีกกอง ทหารรบยาพิษมีมาแบกทุกข์  
แล้วก็ต้องหาลูกมาเพิ่มอีก แล้วก็หาหลานมาเพิ่มอีก เป็นกองทุกข์ตามมา  
เพราะไม่มีปัญญา ไม่รู้ว่าการเกิดนี้เป็นทุกข์ พอเกิดแล้วก็ต้องแก้ต้องเจ็บ  
ต้องตาย เกิดแล้วก็ต้องดิ้นรนต่อสู้เลี้ยงดูร่างกาย มีแต่ภาระ มีแต่เรื่อง  
ให้ทำอยู่ตลอดเวลา ความสุขที่ได้จากร่างกายก็เป็นความสุขชั่วคราว  
สุขประเดี๋ยวประด๋าว ต้องคอยเติมอยู่เรื่อยๆ ถ้ามีความสุขกับการสูบบุหรี่  
ก็ต้องสูบเรื่อยๆ มีความสุขกับดื่มสุราก็ต้องดื่มเรื่อยๆ มีความสุขกับการกระทำ  
อะไรก็ต้องทำอยู่เรื่อยๆ เวลาไม่ได้ทำก็ทุกข์ อยู่ไม่เป็นสุข อยู่เฉยๆ ไม่ได้  
เพราะไม่รู้วิธีอยู่ให้เป็นสุขอยู่อย่างไร ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้ามาทรงสอน  
ก็จะอยู่อย่างนี้ ต้องดิ้นรนต่อสู้ตะเกียกตะกาย เข้าก็ออกจากบ้านเพื่อไปหาเงิน  
พอได้เงินมาก็ตะเกียกตะกายใช้เงินกัน พอเงินหมดก็หาอีก หาเงินใช้เงินไป

จนวันตาย ก็มีเท่านั้น ไม่มีความสุขที่แท้จริง เพราะไม่รู้ว่าคุณสุขที่แท้จริงอยู่ตรงไหน เกิดขึ้นได้อย่างไร ความสุขที่ถาวรนี้มีอยู่แต่หากันไม่เจอ หากันไม่เป็น

ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้ามาทรงสอนก็จะไม่มีใครหาพบ ถึงแม้ได้ทรงสอนแล้วก็ยังไม่สามารถปฏิบัติตามได้ มีเพียงไม่กี่คนที่จะสามารถปฏิบัติตามได้ เพราะจะต้องเปลี่ยนวิถีชีวิตใหม่ พลิกหน้ามือเป็นหลังมือ เคยกินอยู่แบบนั้นต้องเปลี่ยนไปอีกแบบหนึ่ง เช่น เคยอยู่ในวังก็ต้องไปอยู่ในป่า เคยมีอาหารครบถ้วนบริบูรณ์ก็ต้องออกไปขอเขา อาศัยความเมตตาของผู้อื่น แล้วแต่เขาจะให้อะไรมา ก็กินเพื่ออยู่ ไม่ได้อยู่เพื่อกิน กินไปตามมีตามเกิด ที่ต้องไปอยู่ในป่าก็เพราะว่าเป็นที่ที่จะทำให้เกิดความสงบทางจิตใจ ถ้าอยู่ในบ้านเมืองนี้จะมีเรื่องราวต่างๆ คอยกวนใจ ทำให้ใจไม่สงบ ใจไม่สงบก็谈不上มีความสุขที่แท้จริง ก็ต้องอาศัยความสุขแบบยาขมเคลือบน้ำตาล สุขเดียวเดียว แล้วก็มีความทุกข์ตามมา เวลาอยากจะมีสุขแต่ไม่สามารถจะมีได้ เช่น สุกนุหรือเวลาบวชหรือหมด ไม่มีบวชหรือสูกจะหงุดหงิด สุกนุไปก็จะทำให้ชีวิตล้นลง มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน เป็นความทุกข์ที่จะตามมา จึงต้องพยายามปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติให้ได้ อยู่แบบพระพุทธเจ้า ลองซ้อมอยู่แบบคนจนสักวันหนึ่ง ถือศีล ๘ อดข้าวเย็น ปิดโทรทัศน์ปิดเครื่องบันเทิงต่างๆ ให้อยู่กับความว่างกับความไม่มีอะไร ไม่ต้องทำอะไรทั้งวัน ให้ดูแลรักษาร่างกายอย่างเดียว แล้วก็ควบคุมใจทำให้สงบ

อุปายของการทำให้ใจสงบก็มีหลายวิธี สวดมนต์ไปก็ได้ บริกรรมพุทโธๆ ไปก็ได้ ใจจะคิดได้ทีละอย่าง ถ้าบังคับให้คิดเรื่องนี้ก็จะไปคิดเรื่องอื่นไม่ได้ ถ้าสวดมนต์ไปเรื่อยๆ จะไปคิดเรื่องอื่นไม่ได้ ก็จะสงบได้ เพราะการสวดมนต์จะทำให้ใจสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน สวดมนต์ไปหรือบริกรรมพุทโธไป ไม่เช่นนั้นก็จะบังคับใจให้อยู่ในปัจจุบัน อย่าให้ไปอดีตไปอนาคต ไปที่โน่นไปที่นี่ ให้อยู่ในปัจจุบัน อยู่ที่ร่างกาย อยู่กับการทำงานของร่างกาย อย่าไปคิดเรื่อยเปื่อย ถ้าหยุดความคิดได้แล้ว เวลานั่งสมาธิก็จะสงบง่าย นั่งหลับตาแล้วก็ลูมหายใจ อย่าไปคิดเรื่องอื่น ลมหายใจก็จะพาใจเข้าสู่ความสงบ พอสงบแล้วก็ไม่ต้องทำอะไร สงบได้นานก็ยิ่งดี ถ้าสงบไม่นานก็ต้องทำให้สงบให้นานให้ได้ ใหม่ๆ แรกๆ จะสงบเดี๋ยวเดียว วูบลงไปแล้วก็ถอนออกมา เดี๋ยวออกมาแต่จะได้สัมผัสกับความสงบความว่าง จะทำให้มีศรัทธามีความยินดีที่จะหาความสุขแบบนี้ให้มากขึ้น เพราะเป็นความสุขที่เหนือกว่าความสุขทั้งหลาย

พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า **ความสุขที่เกิดจากความสงบ เป็นความสุขที่เหนือกว่าความสุขทั้งหลาย** พอได้พบกับความสงบแล้วก็จะตั้งใจจะพยายามทำให้มีมากขึ้น ก็ต้องถือศีล ๘ บ่อยขึ้น ตอนต้นก็ถืออาทิตย์ละวัน พอได้สัมผัสกับความสงบแล้วก็จะถือไปทุกวันเลย มีภารกิจงานอะไรที่ไม่สำคัญก็ตัดไป ถ้าพอมีพอกินแล้วก็หยุดทำงาน ถ้าบวชได้ก็บวช บวชแล้ว



จะได้ปฏิบัติอย่างเต็มที่ ทำให้สงบได้ตลอดเวลา ถ้าทำอย่างนี้อยู่ไปก็ทำไร  
ทำไปจนกว่าความสุขจะมีเต็มเปี่ยมภายในใจและมีอยู่ตลอดเวลา

ตอนต้นความสุขจะได้เป็นพักๆ เพราะไม่ได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง  
ถ้าปฏิบัติอย่างต่อเนื่องความสุขก็จะต่อเนื่องจนมีความสุขตลอดเวลา พอถึง  
เวลานั้นก็จะสบาย หมดปัญหา ไม่มีความทุกข์ ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น เพราะ  
มีความสงบรักษาใจไม่ให้ถูกเหตุการณ์ต่างๆ มาทำให้ทุกข์ ถ้ามีความสงบ  
ที่เกิดจากการนั่งสมาธิ แล้วก็มีปัญญามาคอยรักษา ความสงบก็จะคงอยู่ไป  
ตลอด ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นมาก็จะเฉยได้ ใครชมก็เฉยได้ ใครด่า  
ก็เฉยได้ ได้สมบัติมาก็เฉย สูญเสียสมบัติไปก็เฉย ได้อะไรมาก็เฉย เสียอะไรไป  
ก็เฉย ร่างกายจะแก่จะเจ็บจะตายก็เฉย เฉยแล้วสบาย ไม่ต้องไปยุ่งกับ  
ร่างกาย ถึงเวลาจะตายก็เฉย ถ้าไม่ยุ่งกับร่างกายแล้วใจจะไม่เดือดร้อน  
อย่าไปอยากให้ร่างกายอยู่ต่อไป อย่าไปอยากให้ร่างกายหายเจ็บ อยู่กับ  
ความเจ็บไป เจ็บก็อยู่กับเจ็บไป ตายก็อยู่กับตายไป ถ้าเฉยได้แล้วไม่เป็น  
ปัญหา ปัญหาอยู่ตรงที่เฉยไม่เป็น

พระพุทธเจ้าจึงต้องทรงสอนให้เฉย ทำทานก็เหมือนเสียทรัพย์ไป  
เสียเงินไป เวลาเสียเงินไปจะเสียใจ เวลาได้เงินมาจะดีใจ ตอนนั้นก็มาฝึกให้  
เสียเงิน ถ้าเสียด้วยความสมัครใจ เสียด้วยความยินดีจะไม่เสียใจ ทำไมเวลา

ซื้อข้าวของที่เรายากได้ เราเสียใจไหม วิธีที่จะแก้ปัญหาเรื่องการใช้เงินที่ไม่จำเป็น ก็คือเวลาที่อยากจะซื้ออะไรก็ซื้อ มาแล้วก็เอาไปให้คนอื่น ถ้าอยากซื้อเสื้อผ้าชุดใหม่ ซื้อมาเลย แล้วก็เอาไปให้คนอื่น จะได้มีความสุข ๒ ต่อเวลาซื้อก็มีความสุข เวลาเอาไปให้คนอื่นก็มีความสุข แต่มักจะไม่คิดอย่างนั้นกัน ถ้าซื้อให้เราจะยินดี ถ้าซื้อให้คนอื่นไม่ยอมซื้อ นอกจากมีเหตุการณ์ เช่น วันปีใหม่ วันเกิดอย่างนี้ จึงต้องหัดเคยกับการสูญเสียสิ่งที่เรารัก สิ่งที่เรารักมากสิ่งหนึ่งก็คือเงินทอง สิ่งที่เรารักมากกว่าเงินทองคืออะไร ก็คืออวัยวะต่างๆ แล้วสิ่งที่เรารักมากกว่าอวัยวะคืออะไร ก็คือชีวิต

พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้สละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ สละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต แล้วก็ให้สละชีวิตเพื่อรักษาความสงบ รักษาธรรมะ ธรรมะก็คือความสงบ เพราะความสงบมีคุณค่ายิ่งกว่าทุกสิ่งทุกอย่าง ผู้ที่มีความสงบแล้วสละทุกสิ่งทุกอย่างได้ สละทรัพย์ได้ สละอวัยวะได้ สละชีวิตได้ เพราะความสงบจะทำให้ไม่สะเทือนใจกับการสูญเสียสิ่งต่างๆ ไปจึงต้องมาหัดทำให้เคยกับการสูญเสียด้วยการสละทรัพย์ แล้วก็มารักษาศีล อย่าทำบาป เพราะทำบาปจะทำให้ใจวุ่นวาย ทำบาปแล้วจะมีความหวาดกลัว ไม่สบายใจ กลัวจะต้องไปรับผลบาป ถ้าไม่ทำบาปก็就不用มีความหวาดกลัว ไม่วิตกกังวล ใจก็จะสงบ ทำให้นั่งสมาธิได้ไม่ยาก ก่อนจะนั่งสมาธิก็ต้องเจริญสติก่อน

ควบคุมความคิดไม่ให้คิดเรื่องราวต่างๆ คิดแต่บทสวดมนต์ หรือคิดแต่  
พุทโธๆ ไป หรือให้ให้คิดอยู่กับเหตุการณ์ที่กำลังเกิดขึ้น คือเฝ้าดูร่างกาย  
ทุกเวลาขณะที่ เฝ้าดูการกระทำของร่างกาย พอมีเวลาวางก้นลงหลับตาเพื่อให้ใจ  
เข้าสู่ความสงบได้อย่างเต็มที่ พอสงบแล้วก็ปล่อยให้สงบไปให้นานที่สุด  
เท่าที่จะนานได้ พอถอนออกมา ถ้าอยากจะรักษาความสงบต่อไปก็ทำได้ ๒ วิธี  
คือ ๑. ควบคุมความคิดต่อไป อย่าให้คิดอะไร พุทโธๆ ต่อไป สวดมนต์ต่อไป  
หรือเฝ้าดูการกระทำของร่างกายต่อไป ๒. ใช้ปัญญาควบคุมใจไม่ให้กระเพื่อม  
ถ้ามีปัญญาจะรู้ว่าเหตุที่ทำให้ใจกระเพื่อมก็คือความอยากต่างๆ เวลาเกิด  
ความอยากใจจะไม่สงบ จะกระวนกระวายกระสับกระส่าย ตอนนั้นก็ต้อง  
ใช้ปัญญาเข้ามาหยุดความอยาก ให้เห็นว่าสิ่งต่างๆ ที่อยากได้ไม่เป็นความ  
สุข เป็นความทุกข์ ถ้าเห็นว่าเป็นความทุกข์ก็จะไม่อยากได้ แต่จะไม่เห็นกัน  
เพราะไม่เห็นความไม่เที่ยง ได้มาแล้วเปลี่ยนไป เวลาเปลี่ยนไปก็ไม่สุขแล้ว เวลา  
ได้ของมาใหม่ๆ จะสุข เวลาเปลี่ยนไปหรือเสียไปก็ไม่สุขแล้ว เราไม่เห็นตรงนั้น  
จึงต้องพิจารณา ถ้าเขาจากไปก่อนที่จะพร้อมให้เขาจากไป เราก็จะทุกข์ใจ  
ตอนนี้ไม่มีอะไรก็อยู่แบบไม่มีอะไรดีกว่า ทุกข์แบบไม่มีอะไรดีกว่า ถ้ามีปัญญา  
ก็จะหยุดความอยากได้ ก็จะหายทุกข์ จะตั้งอยู่ในความสงบได้

นี่คือการปฏิบัติเพื่อรักษาความสงบของใจให้อยู่กับเราไปตลอด ลองไป  
ทำดู พระพุทธเจ้าทำมาแล้ว พระสาวกทำมาแล้ว ได้ผลเหมือนกัน คือได้  
ความสบายใจ ไม่ทุกข์กับเรื่องอะไร ไม่ต้องกลับมาเกิดใหม่ เพราะไม่มีตัว  
ผลักดันให้ไปเกิด ตัวผลักดันก็คือความอยากนี้เอง ไม่มีความอยากแล้ว  
อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้ ไม่อยากจะไปไหน ถ้ามีความอยากจะอยู่ไม่ได้ ต่อให้อยู่ใน  
วังก็อยู่ไม่ได้ ต่อให้มีคฤหาสน์มีทุกอย่างครบถ้วนบริบูรณ์ก็จะเบื่อ อยากจะ  
ออกไปข้างนอก ถ้าใจสงบแล้วจะไม่อยาก จะเฉยๆ ไปก็ได้ แต่ไม่ได้ไปเพราะ  
ความอยาก ถ้ามีเหตุให้ไปก็ไป เช่น ไปหาหมอ มีธุระต้องไปก็ไป แต่ไม่ได้ไป  
ด้วยความอยาก นี่คือเหตุผลที่เราควรจะอยู่กัน อยู่เพื่อทำใจให้สงบ ถ้าอยู่  
เพื่อทำตามความอยากก็อย่าอยู่ จะขาดทุน เพราะมีแต่จะเพิ่มความทุกข์ให้ม  
มากขึ้น ไม่ใช่ลดลง

ปัญหาของพวกเราคือปฏิบัติกันน้อยไป ผลก็เลยไม่ค่อยปรากฏ  
ถ้าปฏิบัติให้มากขึ้น ผลก็จะมากขึ้นไปตามลำดับ ต้องหุ่มเหตุชีวิตจิตใจให้ก  
ับการปฏิบัติ อย่างที่พระพุทธเจ้าที่ได้ทรงหุ่มเห พระพุทธเจ้าเป็นแบบฉบับ  
ที่ดีที่สุดของพวกเรา พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ถ้ายึดแบบฉบับของพระพุทธเจ้า  
มาปฏิบัติก็จะได้ผลเช่นเดียวกับที่พระพุทธเจ้าทรงได้รับ แต่พวกเราไม่เอา  
พระพุทธเจ้าเป็นแบบฉบับกัน ชอบเอากิเลสเป็นแบบฉบับกัน ยังอยากเที่ยว

ยังอยากกิน ยังอยากดื่ม ยังอยากหาความสุขจากสิ่งต่างๆ ทั้งหลายในโลกนี้ พระพุทธเจ้าก็ทรงมีมาแล้ว มีปราสาท ๓ ฤดู มีทุกสิ่งทุกอย่างในทางรูปเสียง กลิ่นรสโผฏฐัพพะ อันประณีตอันละเอียดอันวิเศษที่มนุษย์สามารถจะสรรหา มาได้ ทรงมีมาแล้ว แต่ทรงสละไปหมด เพราะทรงเห็นว่าเป็นยาพิษมากกว่า เป็นยารักษาใจ ทำให้ใจเป็นทุกข์มากกว่าเป็นสุข เป็นเหมือนยาขมเคลือบ น้ำตาล เวลาอมเข้าไปใหม่ๆ ก็หวาน พอน้ำตาลที่เคลือบหายไปก็เหลือแต่ ความขม รูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะเป็นอย่างนี้ เพราะไม่เที่ยง เป็นความสุข ที่ไม่เที่ยง สุขเดี๋ยวเดียว สุขแล้วก็หายไป เหลือแต่ความว่าเหวอ้างว้าง เปล่าเปลี่ยว ทำให้ต้องหาความสุขแบบนี้ใหม่ เช่น มีสามีมีแฟนเวลาเลิกกันแล้ว ทำอย่างไรต่อไป ก็ต้องหาแฟนใหม่ หาสามีหาภรรยาใหม่ แทนที่จะเข็ด ว่าเวลาจากกันแล้วมันทรมานใจเหลือเกิน กลับไม่เห็นอย่างนั้น กลับไป เห็นว่าถ้าไม่มีคนนี้ก็ต้องหาคนใหม่มาทดแทน หาก็คอนก็เหมือนกัน หากคนใหม่มาเดี๋ยวเขาก็จากเราไปอีก นี่คือความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นอย่างนี้ ต้องหามาทดแทนอยู่เรื่อยๆ เพราะไม่เที่ยงแท้แน่นอน เกิด แล้วดับไป หากมาก็ภพก็ชาติแล้วก็หารูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะนี้กัน พวกที่มาจากในโลกมนุษย์นี้ เป็นพวกที่ยังติดกามคุณ ๕ ติดรูปเสียง กลิ่นรสโผฏฐัพพะ แล้วก็ไม่ต้องสอนด้วย เรื่องอย่างนี้ไม่ต้องสอนเลย เรื่องทำทานนี้ต้องสอน เรื่องรักษาศีลนี้ต้องสอน เรื่องภาวนานี้ต้องสอน

แต่เรื่องหาแฟนนี้ไม่ต้องสอน เดี่ยวนี้เด็กอายุ ๑๒ ขวบก็หาแฟนกันแล้ว เพราะมันฝังอยู่ในใจ คือกามตัณหา ความอยากในรูปเสียงกลิ่นรสนี้ มันฝังอยู่ในใจ ติดมากับใจ เวลาตายจากร่างกายร่างก่อน ความอยากนี้ก็ยังฝังอยู่ในใจ พอมีโอกาสมือไหวก็จะหาแฟนทันที หาแล้วก็มีความสุข ตามมา เวลาอยู่ด้วยกันถ้ามีความเห็นไม่ตรงกัน ก็จะทุกข์ จะทะเลาะกัน ถ้ามีแฟนคนนี้แล้วแต่ยังอยากจะได้อีกคนหนึ่ง ก็แอบไปหาอีกคนหนึ่ง พออีกคนรู้เข้าก็เสียใจ ก็อาจจะฆ่ากันตายหมด นี่คือความสุขที่ตามมา

ถ้าไม่มีแฟนอยู่คนเดียวได้ก็จะสบาย ถ้าอยากจะมีแฟนก็ต้องทำใจให้สงบ ต้องภาวนา สวดมนต์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม บริกรรมพุทโธๆ ไป ก็จะควบคุมความอยากได้ พอใจสงบแล้วก็จะเย็นสบายมีความสุข ไม่หิว ไม่อยาก ก็ต้องพยายามรักษาความสงบต่อไปด้วยการนั่งสมาธิต่อ หรือใช้ปัญญาสอนใจ ให้เห็นว่าความสุขแบบอื่นไม่ดี ความสุขที่เกิดจากความสงบนี้ ดีที่สุด ความสุขที่ได้จากความอยากต่างๆ นี่ไม่ดี เพราะมีความสุขที่ตามมา มีปัญหาต่างๆ ตามมา พอมีครอบครัวก็จะมีลูก มีภาระต้องเลี้ยงลูก ต้องเหนื่อยยาก ถ้ามีความสงบแล้วก็จะอยู่คนเดียวได้ ได้ทำอะไรไม่ขาดทุน ถ้ามีครอบครัวก็จะขาดทุน ต้องดิ้นรนหาเงินหาทองมาเลี้ยงดูกัน ต้องทุกข์ ต้องผิดหวังเวลาลูกไม่ดี จึงควรเห็นโทษของรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะ ให้เห็นว่าเป็นยาพิษ ไม่ใช่เป็นขนมหวาน เป็นยาขมเคลือบน้ำตาล หวาน

เดียวเดียว ใหม่ๆ ก็หวานดี พอทานเข้าไปความหวานก็จางหายไป อยู่กันแบบทนกันอยู่ ถ้าอยู่กันไม่ได้ก็ต้องหย่าร้างกันไป ไปหาคนใหม่ หาคนใหม่ก็แบบเดียวกัน ถ้าหาความสุขแบบนี้ ก็จะต้องเจอกับความทุกข์แบบนี้ไปเรื่อยๆ ตายจากชาตินี้ก็ต้องไปเกิดใหม่เพื่อไปหาความสุขแบบนี้ใหม่อีก ถ้าทำใจให้สงบได้ก็จะหยุด ไม่ต้องไปหาอะไร มีความสุขในตัวเอง ไม่ต้องไปหาความสุขข้างนอก

ความสุขในตัวเองนี้เป็นความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่จะอยู่กับเราไปตลอด การไม่กลับมาเกิดก็ไม่ได้หมายความว่าเราหายไปไหน เรายังอยู่เหมือนเดิม เพียงแต่เราไม่ต้องมีร่างกายมาเป็นภาระ มาเป็นเครื่องมือหาความสุขให้กับเรา เหมือนคนที่ไม่ต้องออกนอกบ้านก็ไม่ต้องมีรถ ถ้ามีทุกสิ่งทุกอย่างครบถ้วนบริบูรณ์อยู่ในบ้าน มีความสุขกับการอยู่ในบ้านแล้ว ก็ไม่ต้องมีรถ คนที่มีรถเพราะว่ายังต้องออกไปนอกบ้าน คนที่ไม่ออกไปนอกบ้าน ไม่มีรถ ก็ไม่ได้สูญเสียหายไปไหน พระพุทธเจ้าพระอรหันต์ทั้งหลาย ท่านก็ไม่ได้สูญเสียหายไปไหน ท่านก็ยังอยู่ อยู่เหมือนกับเราอยู่นี้แหละ เพียงแต่ท่านไม่มีร่างกายมาเป็นภาระ ท่านไม่ต้องใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือ จึงไม่ต้องกลัวว่าปฏิบัติไปแล้วพอไม่มีความอยากแล้วเราจะอันตรธานหายไป สูญไปไม่ใช่อย่างนั้น

ถาม

เป็นดวงจิตที่อยู่ไซ้ใหม่คะ

เหมือนดวงจิตของเราที่อยู่เดี๋ยวนี

พระอาจารย์

ถาม

แล้วจะอยู่ส่วนไหนของโลก

อยู่ในโลกทิพย์ จิตอยู่ในโลกทิพย์ ร่างกาย

อยู่ในโลกธาตุ อยู่คนละโลกกัน เหมือนยาน

ที่ไปสำรวจที่ดาวอังคาร ร่างกายเหมือนอยู่ที่ดาวอังคาร แต่ผู้ควบคุมยานนี้

อยู่ที่โลกนี้ สมมุติว่ายานนั้นเกิดเสียหายไป ติดต่อกันไม่ได้ คนควบคุม

ก็ยังอยู่ตรงนี้อยู่ ดวงจิตแต่ละดวงนี้ไม่มีวันสูญไม่มีวันดับ ของใครของมัน

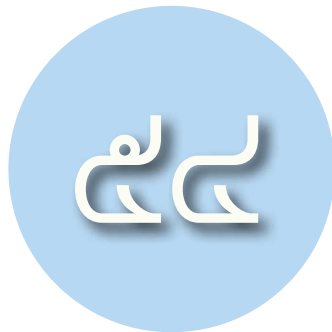
อยู่ในโลกทิพย์ด้วยกันทุกดวง

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๔๔๘ วันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๕๕ (จุลธรรมนำใจ ๓๑)

“ความหลงทำให้ยึดติด”)





แนวทางที่พระพุทธเจ้า  
ได้ทรงสอนเป็นสิ่งที่ดีที่สุด  
สำหรับชีวิตเรา

ถาม

แม่คิดว่าอะไรที่น่าสนใจต่อการมีชีวิตอยู่ เหมือนกับว่า

อยู่ไปทำไม อยู่ไปเพื่อทำอะไรใช่ไหม  
ก็ที่เทศน์มา ๔๕ นาที นี่ก็เพื่อการบำบัดทุกข์

พระอาจารย์

บำรุงสุขตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนนี้แหละเป็นสิ่งที่ดีที่สุด  
สำหรับชีวิตเรา ถ้าเราเกิดมาเพื่อทำอะไรก็เกิดมาเพื่อทำสิ่งนี้ คือบำเพ็ญตาม  
ที่พระพุทธเจ้าทรงสอน การทำทาน การรักษาศีล การภาวนา เพราะเป็น  
วิธีบำบัดทุกข์บำรุงสุขที่ถูกที่แท้จริงและจะทำให้เกิดผลที่ปรารถนา  
ก็คือความหมดทุกข์ การมีแต่ความสุขที่ถาวรต่อไป ถ้าไม่บำเพ็ญตาม  
ทางนี้ก็ต้องกลับมาถามคำถามนี้ไปเรื่อยๆ ทุกภพทุกชาติ กลับมา  
เกิดใหม่ก็จะถามว่าเกิดมาทำไม แล้วก็ไม่มีใครให้คำตอบได้เพราะว่าทุกคน  
ก็ไม่รู้เหมือนกันว่าเกิดมาทำไมกัน จนกว่าจะได้พบกับพระพุทธศาสนา  
พบผู้ที่ได้บำเพ็ญทางนี้มาแล้ว ถึงจะรู่ว่านี่แหละคือสิ่งที่เป็นคนเป็น  
ประโยชน์กับชีวิตจิตใจอย่างแท้จริง เป็นสิ่งที่ควรจะทำให้มากที่สุดเท่าที่  
จะทำได้ เพราะเป็นคนเป็นประโยชน์โดยถ่ายเดียว ไม่มีโทษแก่จิตใจเลย  
มีคำถามเดียวหรือ

ถาม

ผมเข้าใจว่าเขาเป็นเด็กครับ คงอยู่ในวัยที่เรียนหนังสือด้วย และพอพามาวัด คงจะคิดว่า เอ๊ะ การเรียนหนังสือก็ส่วนหนึ่ง การปฏิบัติธรรมมาฟังธรรมก็ส่วนหนึ่ง อะไรคือสิ่งที่ดีที่สุด

ดีที่สุดก็คือการศึกษาทางธรรม แต่ถ้าเรายังไม่มีความสามารถพอที่จะเข้าสู่อการศึกษา

พระอาจารย์

ทางธรรมได้ เราก็ต้องศึกษาทางโลกไปก่อน เพราะว่าการศึกษาทางโลกนี้ เป็นการมีเครื่องมือ เครื่องมือที่จะได้ประกอบสัมมาชีพ เพราะว่าเราต้องดูแลชีวิตของเราเลี้ยงชีวิตของเราคือร่างกายของเรา เราก็ต้องมีอาชีพ การที่จะมีอาชีพที่ดีก็ต้องมีความรู้ทางโลก ก็ต้องเรียนทางโลกไปก่อน พอเราจบวิชาทางโลก ได้ความรู้ เราก็ไปสมัครงาน ได้งานทำที่ดี มีรายได้ที่ดี จนทำให้เรามีเวลาว่างที่เราจะได้เข้ามาศึกษาทางธรรมต่อไป

ถ้าเรามีอาชีพที่ไม่ดี มีความรู้ไม่ดี เราจะต้องทำงานหนักมาก เวลาที่จะมีเวลาว่างมาศึกษาธรรมะก็อาจจะไม่มี ก็เลยต้องเรียนทางโลกไปก่อน แต่ถ้าเราเป็นคนที่สามารถเรียนทางธรรมได้เลยอย่างเช่นสมเด็จพระสังฆราชฯ ที่ทรงสิ้นพระชนม์ไป พระองค์ก็ทรงเรียนทางธรรมตั้งแต่ทรงพระเยาว์วัย บวชเป็นสามเณรเลย สมัยก่อนเขาก็มักจะให้ลูกๆ บวชเณรกัน เพื่อที่จะทดสอบภูมิของเด็กว่าจะมีปัญญาที่จะไปในทางธรรมได้หรือไม่ ถ้ามี

ทางธรรม ก็จะไม่บวชไปเรื่อยๆ ไม่สึก หลวงปู่มั่นนี้ท่านก็บวชเป็นเณรมาก่อน เพียงแต่ว่าท่านต้องสึกออกมาเพราะทางบ้านยากจน บิดามารดาทำไร่ไถนา ต้องการมีผู้ช่วยทำงาน ก็เลยต้องออกมา แต่พอท่านมีอายุที่จะบวชพระได้ ความปรารถนาที่จะไปทางในธรรมของท่านนั้นก็มีกำลังมาก จึงทำให้บวชและศึกษาทางธรรมต่อไปโดยไม่ไปศึกษาทางโลกเลย หรือศึกษาเพียงไม่กี่ปีเท่านั้น ครุบาอาจารย์ส่วนใหญ่นี้รู้สึกว่าคุณจะไม่ได้อ่านหนังสือในทางโลกกัน บางท่านก็จบ ป.๑ หรือบางท่านไม่ได้เรียนหนังสือเลยก็มี บางท่านอ่านหนังสือไม่ออกก็มี แต่จิตใจของท่านนี้สนใจกับการศึกษาทางธรรมกัน พอท่านก็มีโอกาสที่จะบวชได้ท่านก็บวชกันเลย แล้วท่านก็ดำเนินตามที่พระพุทธเจ้าทรงดำเนิน ทรงสอนให้ดำเนิน จนในที่สุดก็ได้รับผลอย่างที่พระพุทธเจ้าได้รับกัน กลายเป็นสัณณะที่พึงของประชาชนชาวไทยเราเป็นจำนวนมาก

อันนี้แหละเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา น่าศึกษา น่าแสวงหามาเป็นสมบัติให้ได้ เพราะเป็นสัณณะเป็นที่พึงที่แท้จริง ผู้ที่มีธรรมะเป็นอัมมัง สรณัง คัจฉามิ แล้วจะเป็นผู้ที่ไม่ต้องมีอะไรเป็นสัณณะอีกต่อไป เพราะ อัมมัง สรณัง คัจฉามิ จะสามารถปกป้องคุ้มครองรักษาจิตใจไม่ให้มีความทุกข์เข้ามาเหยียบย่ำทำลายได้เลย

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ “ทางที่พระพุทธเจ้าทรงสอน”)



พระพุทธรเจ้าว่า  
มีลูกแล้วเป็นบ่วง

ถาม

คุณนี้เป็นถ้าแก่ใหญ่ เลยไม่มีลูกเหมือนผม แต่งมา ๒-๓ ปี  
แล้วยังไม่มีเลย

ไม่มี ดีแล้ว

พระอาจารย์

ถาม

นึกว่าจะขอท่านพระอาจารย์สักคน

เราก็ไม่มีเหมือนกัน มีแล้วเป็นบ่วงนะ

พระพุทธรูปเจ้าบอกรบวง ราชูลแปลว่าบ่วง

อย่ากลับมาเกิดเลย กลับมาแล้วก็ต้องทุกข์ใหม่อีก ไปดีกว่า ไปให้หลุดพ้น  
อย่างหลวงตาดีกว่า สุกโต ไปสบาย ไม่สูญหายรับรองได้ นิพพานไม่สูญ  
นิพพานเป็นบ้าน เป็นบ้านที่ถาวร เป็นบ้านที่ปลอดภัย บ้านที่ไม่มีความทุกข์  
บ้านอื่นยังมีความทุกข์อยู่ เพราะยังมีความเสื่อมอยู่ มีพระนิพพานเท่านั้น  
ที่ไม่มีวันเสื่อม ขอให้พวกเราตั้งเป้าไปที่นิพพานกันเถิด

พระอาจารย์

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ “กุญแจออกจากวัฏฏะ”)



ลูกโตแล้ว  
ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้

ถาม

ทุกข์เรื่องลูก คือโตแล้วบางทีเราก็อทุกข์เพราะเขายังช่วยเหลือตัวเองไม่ได้

ความอยากโง่ อยากให้มันดี ก็ต้องดูเหตุผล

ดูว่าจำเป็นต้องช่วยไหม ถ้าจำเป็นต้องช่วย

ก็ช่วย ถ้าไม่จำเป็นต้องช่วยก็อย่าไปช่วย เพราะบางทีช่วยแล้วทำให้เขาไม่พึ่งตัวเองก็อย่าไปช่วย เขาต้องรู้จักพึ่งตนเอง แก้ปัญหาของเขาเอง ถ้าเราไปคอยแก้ปัญหาให้เขา เขาก็จะโยนปัญหามาให้เราแก้อยู่เรื่อย

พระอาจารย์

ถาม

แต่ตัวเราไม่ค่อยทุกข์แล้วเพราะเราก็มีปฏิบัติธรรมบ้าง แต่แฟนเขาจะทุกข์อยู่เรื่อยๆ ว่าเขาตายไปลูกจะทำอะไร ก็บอกว่าต้องเป็นไปตามเวรตามกรรม คนเรามีเวรกรรมคนละแบบ

ในที่สุดก็ต้องตายกันไปหมดแหละ ถ้าเขา

ได้ที่พึ่งได้ศาสนา เขาก็จะได้วิธีแก้ปัญหา

ที่ถาวร ถ้าไม่ได้พุทธศาสนาก็แก้แบบยาหม่อง ไม่ได้ไปแก้ที่รากของปัญหา เดี่ยวกลับมาเกิดชาติหน้าก็มาสร้างปัญหาเดิม ปัญหาของเราที่เราสร้างมันขึ้นมาทั้งนั้นแหละจากความอยากของเราเอง ไม่พอใจกับสิ่งนั้นสิ่งนี้

พระอาจารย์



ก็ทุกข์แล้ว พอใจกับสิ่งนั้นสิ่งนี้ก็ทุกข์อีก พอพอใจแล้วก็กลัวมันจะจากเราไปอีกแล้ว เวลามันจากไปจริง ๆ ก็ทุกข์อีก

มันมาสร้างปัญหากันเอง ของต่างๆ เขาก็เป็นของเขายู่อย่างนี้แหละ เขาก็มาตั้งอยู่แล้วเขาก็ดับไป เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไป เราไปยุ่งกับเขาเองไปพอใจ พอพอใจก็ไม่อยากจะ让他ดับไป พอไม่พอใจก็อยากจะ让他ดับเร็วๆ เขาก็ยังไม่ดับ ใจร้อนไปหน่อย ใจเย็นๆ อะไรที่เราไม่พอใจเดี๋ยวมันก็ดับ อะไรที่พอใจมันก็ดับเหมือนกัน ต้องทำให้เป็นกลางแล้วจะสบาย ถึงต้องมาฝึกสมาธิกันไง วิธีฝึกสมาธิทำให้ใจเราเป็นกลาง วางเฉยกับทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ไม่ได้เฉยเฉย วางเฉยด้วยเหตุผล วางเฉยด้วยสติด้วยปัญญา อันไหนทำได้ก็ทำไปแต่ใจไม่มีความรักความชังกับสิ่งต่างๆ เพราะรักก็ทุกข์แบบหนึ่ง ชังก็ทุกข์แบบหนึ่ง รักก็ทุกข์ตอนที่เขาจากเราไป ชังก็ทุกข์ตอนที่เขามาหาเรา แต่ถ้าเฉยๆ ไม่รักไม่ชังก็สบาย เขามาหาเราเราก็ไม่ทุกข์ เขาไปเราก็ไม่ทุกข์

**ถาม**

อย่างนี้เหมือนใจดำไหมคะ

ดำตรงไหนล่ะ

**พระอาจารย์**

ถาม

ก็เฉยๆ อย่างนี้

ไม่ได้เฉยๆ แบบไม่มีเหตุไม่มีผล มีเงินแบ่ง  
ให้เขาก็ได้ มีอะไรให้เขาก็ได้ ช่วยเหลือเขา

พระอาจารย์

ก็ได้ แต่ใจเฉยๆ กับเหตุการณ์ต่างๆ ที่เราจะต้องเจอ ไม่ใช่พอต้องเสียเงิน  
นี่เมื่อแล้ว พอเวลาได้เงินนี่ชอบ อย่างนี้เรียกว่าใจดีหรือ ใจเฉยๆ ก็คือว่า  
ได้มากก็ไม่ดีใจ เสียไปก็ไม่เสียใจ ความหมายอยู่ตรงนี้ เพราะรู้ว่าได้มาเท่าไร  
ก็ต้องเสียไปเท่านั้นแหละ คุณคิดว่าของต่างๆ ที่คุณมีอยู่นี้คุณจะไม่เสียไปหรือ  
ไม่เสียวันนี้ก็ต้องเสียพรุ่งนี้ เวลาตายไปกลายเป็นของใครล่ะ คุณเอาไปได้  
หรือเปล่า ไม่คิดถึงตอนนี้กันบ้างหรือ ไม่คิดถึงตอนที่จะต้องทิ้งทุกอย่าง  
ทุกอย่างไป ถึงบอกอยากให้เป็นโรคมะเร็งไหม แล้วหมอบอกอยู่ได้ ๓ เดือน  
แล้วมันจะได้ทิ้งทุกอย่างได้ มันจะไม่อยากได้อะไรแล้ว มันอยากจะได้บุญ  
แล้วอยากจะทำอะไรแล้ว

พระพุทธเจ้าถึงบอกให้คิดถึงความตายอยู่เรื่อยๆ ถ้าคิดได้ ความตายนี้  
ยวาทิเศษ ยาทัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ได้อย่างทันทีทันใดเลย ถ้าไป  
หาหมอๆ บอกเป็นมะเร็ง เหลืออีก ๓ เดือน คุณมีอะไรก็อยากจะให้คนโน้น  
คนนี้ไปแล้ว ยกให้เขาไปแล้ว กลัวว่าตายไปแล้วเดี๋ยวคนอื่นมาแย่งไป

ก่อนตายให้ไปก่อนดีกว่า ให้คิดถึงความตายแล้วปัญหาต่างๆ มันก็จะหมด แต่ถ้าคิดไม่ได้ก็อย่าไปคิดเลย เดี่ยวจะฆ่าตัวตายหรือไปฆ่าคนอื่นตาย เพราะบางคนถ้าจิตยังไม่มีความสะดวก มันจะต่อต้านหรือต่อสู้ พอคิดแล้ว ก็จะเกิดอาการหดหู่ใจขึ้นมา แล้วอาจจะไปทำร้ายคนอื่นหรือทำร้ายตัวเอง ไหนๆ ก็จะต้องตายแล้วก็ตายเสียตอนนี้เลย อันนี้ก็ไม่ใช่อีก

การเจริญมรณานุสติไม่ได้ให้ฆ่าตัวเราหรือฆ่าคนอื่น ให้เราปล่อยวาง เขาว่าไม่ช้าก็เร็วเราก็ต้องตาย เขาก็ต้องตาย ไม่ต้องไปทำอะไรให้เหนื่อยยาก ไปเปล่าๆ ทำแล้วก็เป็นเวรเป็นกรรม เป็นบาปเป็นกรรมกันไปเปล่าๆ จะได้มีความเมตตา มีอะไรใครเดือดร้อนพอแบ่งให้กันได้ก็แบ่งกันไป เพราะเดี๋ยวตายไปก็เอาไปไม่ได้ แต่ก็ต้องให้แบบมีเหตุมีผล ไม่ได้ให้แบบเหน็บไส้ถึงรู้ อย่างนี้ให้อย่างนั้นก็อย่าไปให้ ให้มันเท่าไรก็หมด ไปกินเหล้าเล่นการพนัน หมดแล้วมันก็มาขอใหม่ ถ้าให้แบบนี้ก็อย่าไปให้ ให้แบบคนที่รู้จักใช้เงิน รักษาเงิน รู้จักเอาเงินไปต่อยอดให้อย่างนี้ก็ดี แต่ถ้าให้เท่าไรก็ไม่พอ กลับมาหาเราอยู่เรื่อย ก็ต้องให้ส่วนหนึ่งที่เราคิดว่าเป็นของเขาที่เราต้องให้เขา พอหมดส่วนนี้ไปแล้วจะมาขออีกก็ไม่ให้แล้ว หรือวิธีง่ายๆ ก็ให้ทีละนิดทีละหน่อย เพราะเรารู้ว่าจะมาขออยู่เรื่อยๆ ให้ไปวันละนิดวันละหน่อย แล้วก็คอยเตือนว่าใกล้จะหมดแล้วนะ จะได้บอกให้เขานับถอยหลังได้ว่าขอได้อีกกี่ครั้ง หมดแล้วนะ เขาจะได้เตรียมตัวเตรียมใจได้

ต้องฝึกทำใจนั่งทำสมาธิ ใจสงบแล้วจะมีความสุขแล้วจะปล่อยได้หมด เสียได้หมด เสียเงินเสียทองเสียอะไรก็ได้เพราะเราไม่ต้องใช้มันแล้ว เพราะเราได้ความสุขที่ดีกว่าจากการได้เงินทอง ไม่ต้องพึ่งเงินทอง นอกจากเอาไว้สำหรับเลี้ยงดูร่างกายเท่านั้นเอง แต่ไม่ต้องเอาเงินไปซื้อนู่นซื้อนี่ ไปเที่ยวไปกินไปดื่ม เพราะความสุขที่ได้จากความสงบนี้มันดีกว่า

พยายามปฏิบัติให้ได้นะ ของดีอยู่ในตัวเรานี่แหละ พวกเราเป็นเหมือนไก่ได้พลอยของดีมีไม่เอา ตัวพลอยนี้เขี่ยทิ้งหมดเลย จะเอาแต่ตัวหนอน ตัวไล่เดือน แล้วได้เท่าไรก็ไม่อึด ไม่พอ ได้เงินมาเท่าไรก็ไม่พอ ได้ตำแหน่ง ได้เลื่อนยศได้อะไรมาเท่าไรก็ไม่พอ อยากจะให้สูงขึ้นไปเรื่อยๆ ใหญ่ขึ้นไปเรื่อยๆ พอไม่ได้ก็เสียใจ โกรธ ทุกข์ แต่ถ้าได้ความสงบแล้วไม่อยากจะอะไร จะไม่เสียใจ ได้ก็ดีใจ เสียก็ไม่เสียใจ เป็นเหมือนของแถมอย่างนี้ อย่งไป เติมน้ำมันนี้เขาจะแถมอะไรให้เรา ได้ก็ได้ ไม่ได้ก็ไม่ใช่ไร สิ่งที่เราต้องการคือน้ำมันเท่านั้นเอง ใจถ้าเราได้น้ำมันคือความสุขใจแล้วจะได้อะไร อย่างอื่นก็ไม่สำคัญ จะเสียอะไรอย่างอื่นไปก็ไม่สำคัญ หวานนี้ให้ได้เถอะ อันนี้แหละเป็นของเรา ของแท้ ของจริง ของถาวร อยู่กับเราไปตลอด มีใครอยากจะถามอะไรอีกไหม

(สนทนาธรรมะบนเขา วันพระที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๘)

ธรรมา

ใน

ครอบครัว

๕๗

พ่อแม่เป็นกัลยาณมิตร  
เป็นเพื่อนที่ดีของลูก



*พ่อแม่เป็นกัลยาณมิตร เป็นเพื่อนที่ดีของลูก* เป็นอาจารย์  
ของลูก เป็นครูของลูก มีหน้าที่สอนก็สอนไป เป็นเหมือนคนพายเรือ  
ส่งคนข้ามฟาก เมื่อเขาลงจากเรือแล้ว จะไปทางไหนก็บังคับเขาไม่ได้  
แต่อย่างน้อยเราก็คงได้ให้ในสิ่งที่ดีกับเขาไป ลักวันหนึ่งเขาได้สติ เขาก็จะเห็น  
คุณค่าในสิ่งที่เขาได้เรียนรู้จากเรา เมื่อเขาเอาไปใช้ประโยชน์ได้ จินตนาการ  
กังวลกับเขามากจนเกินไป เป็นเรื่องของเขา เรื่องที่ควรสนใจก็คือเรื่องของ  
ตัวเรา เราไปทุกข์กับคนอื่นจนเราไม่มีความสุขเลย ทั้งๆ ที่ไม่จำเป็นจะต้องไป  
ทุกข์กับเขาเลย เพราะไม่ฉลาด ยังมีความหลง มีความผูกพันอยู่กับสิ่งต่างๆ  
ที่เราเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย พอได้อะไรมาเป็นสมบัติแล้วก็อยากครอบงำ

อยากเป็นเจ้าของทันที อยากให้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เมื่อเป็นไปตาม  
ที่ตนต้องการก็มีความสุขใจ ถ้าไม่เป็น ก็มีความสุขใจ ว่าวุ่นวุ่นมั่ว

.. ในที่สุดชีวิตของคนเราก็ต้องจบลง  
จะสุขขนาดไหน จะทุกข์ขนาดไหน  
เมื่อถึงเวลาก็ต้องจากกันไป ..

ถ้ามองชีวิตอย่างครบถ้วนบริบูรณ์ตั้งแต่ต้นจนจบแล้ว ก็จะเป็นเหมือน  
เหมือนกับการเข้าโรงหนังไปดูหนัง พอหนังจบ เรื่องราวต่างๆ ในหนังก็ผ่านไป  
แล้วก็หายไปจากความทรงจำ จากนั้นก็ไปดูเรื่องใหม่ต่อ ชีวิตก็เป็นแบบนี้  
เวียนว่ายตายเกิดในภพต่างๆ ก็เหมือนกับการออกจากโรงหนังโรงหนึ่ง  
แล้วก็ไปเข้าอีกโรงหนึ่ง เป็นทั้งคนดู เป็นทั้งคนแสดง ถ้าฉลาดก็จะได้ดูทุกซี่  
เพราะรู้ว่าเป็นการแสดงเท่านั้นเอง ถ้าโง่ดีมีวาสนาได้เจอคนฉลาดที่สอน  
ให้รู้ว่าชีวิตเป็นเหมือนโรงละครที่ต้องจบลงในที่สุด ไม่ว่าจะวิเศษขนาดไหน  
ก็ตามเมื่อจบแล้วก็จบ ไม่ต้องมาเศร้าโศกเสียใจเพราะชีวิตเป็นอย่างนี้  
มีแต่ความทุกข์ถ้ารู้ไม่เท่าทัน

มีอยู่สิ่งหนึ่งที่ดีกว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหมดในโลกนี้ที่เราจะมอบให้กับตัวเรา  
ได้ สิ่งนั้นก็คือใจของเรา ทำให้ใจสะอาดบริสุทธิ์เท่านั้นแหละ แล้วจะได้สิ่ง  
ที่ประเสริฐเลิศโลกมาเป็นสมบัติ ที่จะทำให้ใจไม่ทุกข์อีกเลย เราจึงต้อง



มาศึกษาดูว่าอะไรทำให้ใจทุกข์ อะไรทำให้ใจหายทุกข์ ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้า มาทรงสั่งทรงสอน เราจะไม่รู้ เพราะไม่มีปัญญาพอที่จะวิเคราะห์ได้ด้วยตนเอง จะไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นเหตุทำให้เราทุกข์ จะต้องทำอะไรให้ทุกข์หายไป ต้องมีคนอย่างพระพุทธเจ้าเท่านั้นหรือพระอริยสงฆ์สาวกที่ได้เรียนรู้จากพระพุทธเจ้าอีกทอดหนึ่งที่จะสอนพวกเราได้ ถ้าเป็นเรื่องของจิตใจแล้ว พวกเราเป็นเหมือนคนตาบอด ไม่รู้วิธีแก้ปัญหของใจทั้งที่อยู่กับใจตลอดเวลาแต่ไม่รู้จักวิธีแก้ ไม่รู้เลยว่าทุกข์เกิดขึ้นได้อย่างไร แล้วจะแก้ได้อย่างไร เหมือนกับเวลามีโรคระบาดขึ้นมา เช่น ไข้หวัดนก ตอนต้นก็ไม่รู้ว่าเกิดขึ้นมาได้อย่างไร จึงต้องศึกษาวิเคราะห์ดูว่าอะไรเป็นเหตุที่ทำให้เกิดโรคนี้ขึ้นมา เมื่อได้ศึกษาแล้วก็พบว่า เป็นเพราะเชื้อโรคชนิดนี้ ขึ้นตอนต่อไปก็ต้องหาวิธีทำลายเชื้อโรคนี้ให้ได้ ถ้าทำลายได้แล้ว โรคที่ระบาดอยู่ก็จะหมดไป

(กัณฑ์ที่ ๒๒๗ วันที่ ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๔๘

“หัวใจของคำสอน” จุลธรรมนำใจ ๑)

มรดกอันเลิศ  
จากพ่อแม่

๕๘

ที่ท่านทั้งหลายได้ตั้งใจมาวัดเพื่อมาสร้างบุญสร้างกุศลเพราะบุญและกุศลเป็นเหตุปัจจัยที่สำคัญต่อการอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุขต่อความเจริญก้าวหน้า ต่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ความวุ่นวายใจทั้งหลาย พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้พุทธศาสนิกชนหมั่นสร้างบุญสร้างกุศลอยู่เสมอ

“บุญและกุศลนี้เป็นคำพูดที่ใช้คู่กัน  
แต่มีความหมายที่ต่างกัน  
บุญนี้แปลว่าความสุขใจ  
กุศล นี้แปลว่าความฉลาด แปลว่าปัญญา”

ดังนั้นเวลาเราทำอะไร เราต้องเข้าใจว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ ทำบุญหรือสร้างกุศล ถ้าบุญนี้ก็หมายถึงการสร้างความสุขให้กับใจของเรา การที่ใจของเรจะมีสุขได้ก็ต่อเมื่อเราได้ให้ความสุขแก่ผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น สงเคราะห์ผู้อื่น ถึงจะทำให้ใจของเรามีความสุข เช่น การดูแลบิดามารดา ผู้มีพระคุณ เลี้ยงดูลูกหลาน ช่วยเหลือผู้ที่ด้อยโอกาส ผู้ที่มีวัยสูงอายุที่ไม่สามารถพึ่งตนเองได้ การช่วยเหลือบุคคลเหล่านั้นโดยที่เราไม่ได้เรียกร้องสิ่งตอบแทนเลย ถึงจะเรียกว่าเป็นบุญ เป็นความสุขใจ แต่ถ้าเราทำแล้วเราหวังผลตอบแทน เช่น เลี้ยงดูพ่อแม่เพราะอยากจะได้มรดก

อย่างนี้ ถ้าเกิดพ่อแม่ไม่ให้มรดกก็จะเสียใจ หรือพ่อแม่จะเอาเงินไปทำบุญ ก็ไม่อนุโมทนา ดิอกดีใจ มีความสุขใจไปด้วย เพราะเสียตายนเงิน เพราะคิดว่า เงินของพ่อแม่ นั้นเป็นของตนเอง อยากจะให้พ่อแม่เก็บเอาไว้ พอพ่อแม่ ตายไปแล้วได้เป็นของตน ถ้าดูแลพ่อแม่ในลักษณะนี้ ไม่ถือว่าเป็นการทำบุญ ยังไม่ถือว่าเป็นความกตัญญูทวดที่

ถ้าจะให้เป็นบุญเป็นความกตัญญูทวดที่ ต้องทำโดยไม่หวังผลตอบแทน จากพ่อแม่เลย เพราะคิดว่าพ่อแม่ก็ให้มามากแล้ว ให้ชีวิตเรามา นี้ ก็เหลือเพื่อแล้ว เลี้ยงดูเรามาจนเจริญเติบโตเป็นรูปเป็นร่างเป็นคนมีความสุข อยู่อย่างปัจจุบันนี้ ก็ถือว่าให้มามากเกินความปรารถนาแล้ว

ดังนั้นไม่ควรที่จะคิดไปถึงเรื่องมรดกที่พ่อแม่มีอยู่ ถ้าพ่อแม่มีความ ยินดีที่จะยกมรดกให้กับการทำบุญ ก็ควรจะอนุโมทนาด้วย เพราะเราจะได้ บุญไปกับท่านด้วย แต่ถ้าเราไม่ยินดี เรามีความรู้สึกน้อยอกน้อยใจ เสียอก เสียใจที่อุทิศส่ให้เลี้ยงดูพ่อแม่อย่างดี แต่พ่อแม่กลับไม่ให้เงินให้ทองกับ ตนเลย อย่างนี้ก็ไม่เป็นบุญ เป็นความทุกข์ขึ้นมา

ดังนั้นเวลาเราทำบุญ ขอให้เราทำด้วยการเสียสละจริงๆ ทำเพื่อช่วยเหลือ ผู้อื่น ไม่หวังผลตอบแทนจากผู้หนึ่งผู้ใด ไม่ว่าจะเป็นในลักษณะใดก็ตาม

แม้กระทั่งคำว่าขอบคุณก็ไม่ปรารถนา แต่ก็ไม่ปฏิเสธถ้าผู้อื่นเขามีจิตเมตตากรุณา เขาอยากจะให้อะไรเป็นสิ่งตอบแทน เราก็รับไว้เพื่อไม่ให้เป็นการเสียมารยาท ถ้าเราไม่ต้องการจริงๆ เราก็เอาไปทำบุญทำทานต่อก็ได้ แต่ไม่ควรปฏิเสธความปรารถนาดี ความเมตตากรุณาของผู้อื่น เพราะจะทำให้เขาไม่ได้บุญ และทำให้เขาเสียใจ และจะไม่ได้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

ดังนั้น ถึงแม้เราจะทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ เราไม่ต้องการผลตอบแทน แต่เมื่อได้รับ เมื่อมีผู้ให้ ก็ขอรับไว้เพื่อเป็นการฉลองศรัทธาของผู้ให้ เช่น พระภิกษุที่ญาติโยมนำข้าวของกับข้าวกับปลาต่างๆ มาถวายพระ ความจริงรับไว้แล้วก็ฉันเองใช้เองไม่ได้หมด แต่ก็ต้องรับไว้เพื่อเป็นการอนุโมทนาบุญของศรัทธาญาติโยม เป็นการฉลองศรัทธาเพื่อให้ญาติโยมได้มีบุญได้มีความสุข ส่วนสิ่งที่ได้รับมานั้นก็เอาไปทำประโยชน์ต่อได้ เอาไปทำบุญอีกต่อหนึ่งก็ได้ มีคนอื่นเดือดร้อนก็สงเคราะห์กันไป ช่วยเหลือกันไป นี่คือลักษณะของการทำบุญ ทำเพื่อความพอใจ ไม่ได้ทำเพื่อผลตอบแทนจากผู้อื่น ถ้าเราทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่ต้องการหวังสิ่งตอบแทนเลย เช่น เราเลี้ยงดูพ่อแม่เราอย่างเต็มที่โดยไม่หวังรับมรดกเลย ถ้าพ่อแม่อยากจะให้มรดกกับพี่กับน้องคนอื่นก็จะไม่เสียใจเลย จะอนุโมทนายินดีด้วย จะมีความสุขด้วย เพราะทำเพื่อตอบแทนบุญคุณที่ท่านให้ชีวิตเรามา ไม่มีอะไร

จะมีคุณค่ายิ่งกว่าชีวิต ถ้าไม่มีชีวิตแล้ว ต่อให้มีสมบัติกองเท่าภูเขาก็ไม่มีประโยชน์อะไร ดังนั้นขอให้เราคิดว่าเราได้รับมรดกอันเลิศแล้วจากพ่อจากแม่มา ก็คือการมีชีวิตอยู่จนถึงทุกวันนี้ ดังนั้นเราไม่ควรที่จะหวังอะไรจากพ่อจากแม่อีก ในการที่เราจะตอบแทนบุญคุณของท่าน ขอให้เรารู้ว่าการตอบแทนบุญคุณของท่านนั้นเป็นการสร้างบุญสร้างกุศลให้กับเรา เป็นการพัฒนาตัวเราให้สูงขึ้นให้ดีขึ้น

(ธรรมะในศาลา วันที่ ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๐ “สร้างบุญ สร้างกุศล”)

๕๓

เป็นพระอรหันต์  
ง่ายกว่าสอบเข้าจุฬาร  
ทุกคนมีโอกาส



## พระอาจารย์

เมื่อฉันมีญาติโยมเอาลูกของลูกชายมาขอให้ช่วย เขาจะสอบเข้าวิเศษ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เราบอกว่าสอบเป็นพระอรหันต์ยังง่ายกว่านะ เพราะว่าสมัครเท่าไรก็รับเท่านั้น สอบจุฬาฯ นี้ สมัคร ๑,๐๐๐ เขารับเพียงร้อยเดียวจะเก่งขนาดไหนก็รับได้เพียงร้อยคนเท่านั้น แต่ถ้าเก่งพันคน เขาก็รับเพียงร้อยคน แต่ถ้าสมัครเป็นพระอรหันต์ ถ้าเก่งพันคนก็ได้เป็นพระอรหันต์ทั้งพันคน ไม่มีจำนวนจำกัด เราถึงบอกเขาว่าการเป็นพระอรหันต์นี้มันง่ายกว่าการสอบเข้าจุฬาฯ โอกาสก็เป็นของทุกคน ทุกคนมีโอกาส

(กัณฑ์ที่ ๔๔๕ วันที่ ๒๖ สิงหาคม ๒๕๕๕ เรื่องพระธาตุคงค์)





ไม่หวั่นไหว  
ไม่เดือดร้อน  
กับความตาย

ถาม

เคยอ่านประวัติของครูบาอาจารย์ท่านหนึ่ง เมื่อคราวที่ท่านอยู่ในกุฏิ ที่นี้โยมแม่ท่านอยู่นอกกุฏิ แล้วโจรมาปล้นและทำร้ายแม่ท่านจนเสียชีวิตแต่ท่านก็ไม่ได้ออกมาช่วย อันนี้ไม่ทราบว่าเป็นข้อคิดยังไงเจ้าคะ

พระอาจารย์

ท่านปล่อยวาง เกิดมาแล้วก็ต้องตายเป็นธรรมดา ถือว่าเป็นกรรมของบุคคลนั้นไป

เช่น พระโมคคัลลานะนี้ ท่านก็ไม่ใช้อิทธิฤทธิ์มาปกป้องรักษาร่างกายของท่าน ท่านว่าถ้าป้องกันวันนี้ได้ เดี่ยวพรุ่งนี้เขาก็ตามมาใหม่ กรรม ถ้ามันยังไม่ส่งผล มันก็จะคอยตามมาอยู่เรื่อยๆ จนกว่ามันจะส่งผลแล้วมันก็จะหมดกันไป ท่านมีอิทธิฤทธิ์ที่สามารถจะใช้อิทธิฤทธิ์ช่วยป้องกันท่านได้ แต่ท่านไม่ใช้เพราะท่านบอกว่าใช้วันนี้เดี๋ยวพรุ่งนี้เขาก็ตามมาใหม่ ต้องใช้ไปเรื่อยๆ ต้องหนีไปเรื่อยๆ แล้วก็หนีไม่ได้อยู่ดี เพราะในที่สุดก็ต้องตายอยู่ดี ไม่มีใครเกิดมาแล้วไม่ตายกัน

ผู้ที่บรรลुแล้วท่านไม่ห่วงไหวกับความตาย ท่านไม่เดือดร้อนกับความตาย เพราะสิ่งที่ตายไม่ใช่ตัวท่าน ท่านเป็นเหมือนคนขับรถ ส่วนร่างกายของท่านเป็นเหมือนรถ รถมันจะพัง รถมันจะถูกยัดคินไป ก็ปล่อยเขายัดคินไป



ธนาการจะมาเอาคืนไปก็ปล่อยเขาเอาคืนไป มันไม่ใช่ของเรา เขาไม่ได้เอา  
ตัวเราไปด้วย เขาเอาแต่รถไปก็ให้เขาเอาไป ร่างกายตายไป เราไม่ได้ตายไป  
กับร่างกาย

ถ้าเราไม่ปฏิบัติ เราจะไม่รู้ ถ้าเราปฏิบัติแล้วเราจะรู้ เราจะเห็นใจ  
กับร่างกายนี้เป็นคนละส่วนกัน พอเราเห็นว่าเป็นคนละส่วนกัน เราก็เลย  
ไม่เดือดร้อนกับความเป็นความตายของร่างกาย

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๕๖ “ปรับใจให้เป็นกลาง”)



ลูกนี้เขามาจากที่ไหน  
เราก็ไม่รู้

ลองศึกษาประวัติของคนที่ร่ำรวยกันว่าเขาร่ำรวยขึ้นมาได้อย่างไร  
คนบางคนเวลามาเกิดนี้เขาไม่มีเงินมีทองมาเลย พ่อแม่เขาก็ยากจน แต่เขา  
เป็นคนที่มีความขยัน มีความขวนขวายที่จะศึกษาแนวทางของการหาเงิน  
หาทอง ดูว่าควรจะทำอาชีพอะไร ควรจะค้าขายอะไร พอทำแล้วพอได้เงิน  
ได้ทองมา เขาก็ไม่เอาไปใช้เอาไปจ่าย ใช้เท่าที่จำเป็น ใช้เพื่อดูแลรักษา  
ร่างกาย เช่น เอาไปซื้ออาหารมารับประทาน ซื้อเสื้อผ้ามาสวมใส่ แต่เขา  
จะไม่เอาเงินไปกินเหล้าเมายา ไปเล่นการพนันเอาไปเที่ยวกลางคืนหรือเอาไป  
ซื้อกระเป๋าสตางค์ รองเท้าต่าง ๆ เป็นสิบ ๆ คู่ ของเหล่านี้ รองเท้า เข้าวราก็มีเพียง  
คู่เดียว ทำไมเราต้องมีรองเท้าเป็นสิบ ๆ คู่ กระเป๋าเราก็ใช้ทีละใบเท่านั้น  
ทำไมเราต้องใช้ที่เป็นสิบ ๆ ใบ ถ้าเราใช้แบบนี้รับรองได้ว่าไม่มีวันที่จะร่ำรวยได้  
เพราะหามาได้เท่าไรก็ต้องใช้มันหมดไป แต่ถ้าเราใช้แบบประหยัด  
มัธยัสถ์ ใช้เท่าที่จำเป็น เราจะมีเงินเหลือจากรายได้ และเราสามารถเอาเงินนี้  
มาลงทุนขยายกิจการ ทำให้เรามีรายได้เพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ และไม่นานเพียง  
ไม่กี่ปีก็จะทำให้เราเป็นมหาเศรษฐีได้ ลองไปศึกษาประวัติของมหาเศรษฐี  
ในเมืองไทยดู เขาทำกันอย่างไรทั้งนั้นเขาจึงร่ำรวยกัน เขาไม่เสียเวลาไปกับการ  
เอาเวลาไปเที่ยวไปกินไปดื่ม เขาเอาเวลาทั้งหมดมาทำมาหากินหาเงิน  
หาทอง ศึกษาแนวทางของการขยายกิจการให้กว้างใหญ่ไพศาลขึ้นไปเรื่อยๆ  
เขาจึงกลายเป็นมหาเศรษฐีของเมืองไทย

นี่คือเหตุของการที่จะทำให้เราร่ำรวย ไม่ใช่ไปหาพระธาตุมาบูชาแล้ว  
ก็มานั่งขอเช่าขอเย็น ขอให้ร่ำขอให้รวย หรืออยากจะได้ลูก ก็ขอให้ได้ลูก  
ถ้าลูกไม่ดี ก็ขอให้ลูกดี ถ้าสามีภรรยาไม่ดี ก็ขอให้สามีภรรยาดี การขอ  
เหล่านี้เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ถ้าเป็นไปได้พวกเราก็จะร่ำรวยกันเป็นมหาเศรษฐี  
กันทุกคน มีลูกที่ดี มีสามีที่ดี มีภรรยาที่ดีกันหมด แต่มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น  
สิ่งที่จะเกิดขึ้นนั้นอยู่ที่เรา อยู่ที่เรากระทำของเรา อยากจะได้สามีดีก็ต้องหา  
คนดีมาเป็นสามี อย่าไปหาคนไม่ดีมาเป็น ถ้าหาคนไม่ดีมาเป็นสามี เขาจะ  
เป็นสามีที่ดีได้อย่างไร คนที่ดีต้องเป็นคนอย่างไร ก็เป็นคนที่มีศีลมีสัตย์  
นั่นเอง มีความขยันหมั่นเพียร มีความประหยัดมัธยัสถ์ มีความมักน้อยสันโดษ  
ถ้ามีคนอย่างนี้มาเป็นสามีหรือมาเป็นภรรยา ก็จะได้สามีที่ดี ภรรยาที่ดี



ที่จะให้ความสุขกับเรา ถ้าไปได้คนไม่ดี คนที่กินเหล้าเมายา ชอบเที่ยวกลางคืน ชอบเล่นการพนัน ชอบคบคนไม่ดีเป็นมิตร มีความเกียจคร้าน ถ้าไปได้ คนอย่างนี้มาเป็นสามี มาเป็นภรรยา ก็จะได้ภรรยาและสามีที่ไม่ดี

**ส่วนลูกเป็นเรื่องที่เราเลือกไม่ได้** เพราะว่าลูกนี้เขามาจากที่ไหนเราก็ไม่รู้ พอเราตั้งท้อง ดวงวิญญาณที่ไม่มีร่างกายเขาก็มาขออาศัยท้องที่เราตั้งนี้ พอเขาออกมา เราก็ไม่รู้ว่าเขาเป็นคนอย่างไร ชาติก่อนเขาเป็นคนดีหรือไม่ดี แต่เราจะรู้ได้จากพฤติกรรมของเขา ถ้าเขาโตขึ้นแล้วเขาเริ่มแสดงพฤติกรรม เราก็จะรู้ว่าเขาเป็นคนดีหรือไม่ดี เช่น ถ้าเขาชอบกินเหล้า ชอบเล่นการพนัน ชอบเที่ยวเตร่ ชอบคบคนไม่ดี มีความเกียจคร้าน ก็ขอให้เรารู้ไว้ว่านี่แหละ เขาเป็นคนไม่ดี เป็นกรรมของเราที่ได้ลูกที่ไม่ดีมา สิ่งที่เราสามารถทำได้ ก็เพียงแต่สอนเขาบอกเขาว่าการกระทำเหล่านี้ไม่ดี ไม่ควรจะทำ เราสอนให้เขาทำให้สิ่งที่ดี ถ้าเขาเปลี่ยนนิสัยเขาได้ก็เป็นบุญของเขาและเป็นบุญของเรา แต่ถ้าเขาเปลี่ยนไม่ได้ก็ถือว่าเป็นกรรมของเขาและเป็นกรรมของเรา สิ่งที่เราต้องทำก็คือต้องทำให้เขาเป็นอย่างนี้ เราสอนเขาแล้ว บอกเขาแล้วแต่เขาไม่เชื่อไม่ฟัง เขาไม่ยอมเปลี่ยน เราก็อย่าไปทุกข์กับเขา คิดเสียว่าเขาไม่ได้เป็นลูกของเราอย่างแท้จริง เขาเป็นเพียงคนมาอาศัยท้องของเราอยู่เท่านั้นเอง และไม่ช้าก็เร็วเราก็ต้องตายจากกันไป





เพราะฉะนั้นอย่าไปทุกข์กับลูกมากจนเกินไป ถ้าเขาไม่ได้เป็นไปตามที่เราต้องการ เพราะว่ามันเป็นเรื่องบุญเรื่องกรรมที่เราไม่สามารถที่จะไปเปลี่ยนได้ นอกจากตัวเขาเองเท่านั้นที่จะเปลี่ยนได้ ถ้าเขารู้ว่าการประพฤติของเขาไม่ดี แล้วเขาไม่กระทำ แล้วเปลี่ยนมากระทำในสิ่งที่ดี เขาก็จะกลายเป็นคนดีได้ หน้าที่ของเรามีตรงที่คอยสอนคอยบอกเขาเท่านั้น ให้เขารู้ว่าอะไรดี อะไรไม่ดี เช่น ลูกเราที่เราให้มาบวชเณรนี้ก็เป็นการให้เขามาศึกษา ให้เขาได้มาเรียนรู้ว่าอะไรดีอะไรไม่ดี เพราะบางทีเราก็ไม่รู้ด้วยตัวเอง สอนเขาบางทีเขาก็ไม่เชื่อ เพราะการกระทำของเรามันบอก เราทำตัวไม่ดี แต่เราสอนให้ลูกทำดีนี้เขาก็จะไม่เชื่อ เช่น เรากินเหล้า แล้วเราไปสอนลูกไม่ให้กินเหล้า เขาเห็นเรากินเหล้า เขาก็จะไม่เชื่อเรา เราจึงต้องมาฝากวัดไว้ให้มาอยู่กับพระ เพราะพระท่านไม่กินเหล้า พอสอนลูกไม่ให้กินเหล้า ลูกเขาก็เชื่อพระ



ดังนั้น ถ้าเราไม่สามารถที่จะสอนลูกได้ เราก็ควรที่จะเอามาฝากวัดไว้  
เอามาบวชเป็นเณร เอามาบวชเป็นพระ เพื่อให้เขาได้เรียนรู้ เมื่อเขาเรียนรู้  
ว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรดีและชั่ว เขาก็จะได้ปรับตัวเขาเองได้ เขาก็จะได้  
เปลี่ยนตัวเขาเองจากคนไม่ดีกลายเป็นคนดีได้ ถ้าเขาไม่เปลี่ยนก็อย่าไป  
ทุกข์กับเขา เพราะมันเป็นเรื่องกรรมของเขา เป็นเรื่องความหลงของเขาที่  
เราไม่สามารถที่จะไปทำอะไรได้

(ธรรมะในศาลา วันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๘)



หน้าที่หลักของเรา  
คือดูแลรักษาร่างกายและใจ

กาม

ก็แต่งงานมีสามีไปแล้วนี่เจ้าคะ

พระอาจารย์

ก็ตัดใจซีว่าเขาไม่ใช่ลูกเรา ไม่ใช่สามีเรา เป็นเพียงเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายเท่านั้น อยู่ร่วมกันด้วยความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รักกันได้แต่อย่าไปยึดติด อย่าไปอยากให้เป็นตามที่เราต้องการ ก็คนอื่นเขาเป็นอะไรเราไม่เห็นเดือดร้อนเลย พอมาเป็นสามีเป็นลูกเราเท่านั้น ต้องเป็นเรื่องทันที ก็เพียงแต่ ทำใจ หัดทำใจว่าเป็นเหมือนคนอื่นก็แล้วกัน แต่อยู่ด้วยกันอย่างเพื่อน เพื่อนร่วมหอเพื่อนร่วมบ้าน ช่วยดูแลกัน อยู่คนเดียวอาจจะมีความอื่น ครอบครองเราได้ ก็มีเพื่อนไว้คอยช่วยปกป้องคุ้มครองก็มีความสุขได้ เพียงแต่ เปลี่ยนทัศนคติของเราเท่านั้นเอง อย่าไปครอบครอง ส่วนใหญ่พอได้อะไร มาแล้วจะเป็นตัวกูของกูขึ้นมาทันที จะต้องทำตามที่เราสั่งที่เราต้องการทันที พอไม่ได้ดังใจ ความรักที่เคยมีก็กลายเป็นความเกลียดชังขึ้นมาทันที เพราะความหลง ไม่มีปัญญา ไม่รู้จักคิดกัน ปล่อยใจให้ไหลไปตามอารมณ์ ความอยากที่เป็นตัวร้ายกาจที่สุด ได้อะไรมาก็ไม่เคยพอใจสักที ให้ทำ อย่างนี้ก็ไม่พอใจ ทำอย่างนั้นก็ไม่พอใจ ถ้าชอบอาหารชนิดนี้ก็ทำให้กิน

ทุกวันนี้เมื่อ ก็ว่าเขาก็ก เขาก็ตอบว่าเห็นว่าชอบไม่ใช่หรือ ก็เลยทำให้กิน  
ทุกวัน ความอยากจะเป็นอย่างนี้ ไม่เคยอยากได้ในสิ่งที่มี สิ่งที่มีเหมือนกับ  
ของตายแล้ว ชอบของเป็นๆ ชอบลุ่น จะได้หรือไม่ได้หนอ มีความสุข ตื่นเต้น  
พอได้มาแล้วก็หมดความอยากแล้วก็หาของใหม่อีก นี่คือการค้นหาความอยาก  
ต้องเห็นโทษของมัน อย่าไปหลงตามมัน ให้ใช้เหตุผลทุกครั้งที่ยากจะได้  
อะไร ให้พิจารณาว่ามีความจำเป็นไหม ถ้ามีความจำเป็นต่อการดูแลรักษา  
ร่างกายก็หามา มีความจำเป็นต่อการดูแลจิตใจก็ทำไป เช่น ต้องนั่งสมาธิ  
ต้องเดินจงกรม เจริญปัญญา จำเป็นไหม ถ้าจำเป็นต่อจิตใจก็ไม่ต้องหา  
เป็นมรรค เป็นเครื่องดับทุกข์ดับปัญหาต่างๆ ทางร่างกายก็เช่นกัน ถ้าต้อง  
กินอาหาร ก็ต้องมีอาหาร แต่ให้รู้จักประมาณ ไม่น้อยเกินไป ไม่มากเกินไป  
ให้พอดีกับความต้องการของร่างกาย เสื้อผ้าก็เช่นเดียวกัน ก็ให้พอดีกับ  
ความจำเป็นความต้องการ บำบัดรักษาโรคก็เช่นกัน ถ้ามีความจำเป็น  
ก็ต้องมี เพราะหน้าที่ของเราที่แท้จริงก็มีอยู่ ๒ อย่างเท่านั้น คือดูแลรักษา  
กายกับใจของเรา กายก็ต้องดูแลรักษาให้อยู่ได้ ไม่ให้ชำรุดทรุดโทรมก่อนเวลา  
ที่ควร ใจก็ต้องรักษาใหญ่ เป็นงานหลัก เป็นงานหนักด้วย เป็นงาน  
ที่สำคัญที่สุด เพราะถ้ารักษาใจได้แล้วปัญหาต่างๆ จะหมดสิ้นไป เช่น  
พระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ ที่เป็นพระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ขึ้นมาได้  
ก็เพราะท่านดูแลรักษาใจ กำจัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยาก

ต่างๆ จนหมดไปจากจิตจากใจ เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากต่างๆ นี่แหละ เป็นต้นเหตุของปัญหาของใจที่สร้างความทุกข์ สร้างความวุ่นวายใจ กระวนกระวายใจ เวลาร่างกายเป็นอะไรก็เกิดจาก ตัณหา จากความอยากทั้งนั้น เรายังมีชีวิตอยู่เพียงแต่คิดถึงความตาย ก็ทุกข์แล้ว ก็เกิดจากตัณหาทั้งนั้น ถ้ากำจัดได้แล้วจะไม่มีปัญหาอีกต่อไป

หน้าที่หลักๆ ของเราจึงมี ๒ หน้าที่เท่านั้น คือดูแลรักษาร่างกายและใจ จะดูแลรักษาร่างกายก็ต้องมีรายได้ ก็ต้องทำงานทำการ แต่อย่าไปทำ จนหลงผิดไป หาเงินหาทองร่ำรวยใช้ไป ๑๐ ชาตาก็ไม่หมด อย่างนี้ไม่รู้จะหา ไปทำไม หามาพอดูแลสุขภาพร่างกาย แล้วให้มีเวลาได้ทำบุญปฏิบัติธรรม มีเงินทำบุญทำทาน มีเวลาปฏิบัติธรรม จึงต้องมีร่างกายไว้ทำงานทางด้าน จิตใจ ไม่มีร่างกายก็ปฏิบัติธรรมไม่ได้ ไปเกิดในอบายก็ทำอะไรไม่ได้ ไปเกิด บนสวรรค์ก็ทำอะไรไม่ได้ เพราะอบายเป็นที่ใช้บาปใช้กรรม สวรรค์ก็เป็น ที่รับรางวัลของบุญกุศล มีภพชาติของมนุษย์เท่านั้นที่สามารถทำภารกิจ ทางด้านจิตใจให้เสร็จสิ้นไปได้ เมื่อได้เกิดเป็นมนุษย์แล้วจึงควรทำ ความเข้าใจให้ถูกต้องว่าเกิดมาทำไม คนส่วนใหญ่ไม่รู้ว่าจะเกิดมาทำไม ถ้าไม่ได้ เจอพระพุทธศาสนาจะไม่รู้ ถ้าไม่ได้ยินได้ฟังธรรมะจะไม่รู้ ก็จะไหลไป ตามความอยากในลาภยศสรรเสริญสุขกัน แล้วก็ทุกข์วุ่นวายกัน เพราะมี

ทั้งเจริญและเสื่อม เวลาเจริญก็ดีอกดีใจ เวลาได้งานได้การได้เงินเดือน  
เพิ่มก็ดีใจ พอถูกปลดออกก็เสียใจ จึงไม่ควรกังวลกับเรื่องตงงาน หะอะไร  
ทำได้ก็ทำไป ถ้าต้องล้างชามก็ล้างไป เป็นงานที่มีศักดิ์ศรี ดีกว่าไปลักไปขโมย  
ไปโกหกหลอกลวงผู้อื่น

(กัณฑ์ที่ ๒๗๕ วันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๔๙ (จุลธรรมนำใจ ๗)

“พ่อแม่ครูอาจารย์”)

๖๓

พ่อแม่ต้องสอนลูก  
ด้วยเหตุด้วยผล



ลูกของเรา<sup>นี้</sup>จะถูกอารมณ์ครอบงำ จะชอบทำอะไรตามอารมณ์ พ่อแม่เคยมีประสบการณ์มาแล้ว รู้ดีรู้ชั่วแล้ว ก็อยากจะให้ลูกอยู่ในทำนองคลองธรรม อยู่กับการกระทำที่เกิดคุณเกิดประโยชน์ เช่น อยากจะให้ลูกเรียนหนังสือเก่งๆ ไม่อยากให้ลูกเล่นมากจนเกินไป ดูโทรทัศน์มากจนเกินไป เทียวมากจนเกินไป แต่ใจของลูกถูกความอยากเหล่านี้ครอบงำ จึงชอบเที่ยว ชอบเล่น ชอบสนุกสนานเฮฮา ไม่ชอบอ่านหนังสือ ไม่ชอบเรียนหนังสือ พ่อแม่ก็เลยหนักอกหนักใจ ไม่รู้จะอย่างไร ถ้าสามารถสอนให้ลูกปฏิบัติตามแนวพระมหาสติปัฏฐานสูตรได้ ก็จะเป็นคุณเป็นประโยชน์มาก สอนให้ลูกมีสติคอยควบคุมอารมณ์ ให้ใช้เหตุใช้ผลเวลาจะทำอะไรว่าจะ



เกิดคุณหรือโทษ ถ้าเกิดโทษก็ให้หักห้ามจิตใจ อย่าไปทำ ถ้าเกิดคุณเกิดประโยชน์ก็ให้ทำไปเลย พ่อแม่จึงต้องสอนลูกด้วยเหตุด้วยผล แต่บางที่พ่อแม่ก็สอนด้วยอารมณ์ ก็ทำให้เป็นปัญหาเพิ่มขึ้นมา เพราะอารมณ์ต่ออารมณ์จะรับกันไม่ได้ ต่างฝ่ายต่างมีทิฐิตัวกัน อารมณ์ของฝ่ายหนึ่งก็บอกว่าดี อารมณ์ของอีกฝ่ายหนึ่งก็ว่าไม่ดี ฝ่ายที่สอนก็บอกว่าต้องเชื่อฟังพ่อแม่เพราะรู้มากกว่า แต่อารมณ์ของลูกไม่ยอมรับ ต้องให้เห็นเหตุเห็นผลเห็นโทษจริงๆ บางทีก็ยากที่จะทำให้เห็นได้ ก็ต้องใช้มาตรการเด็ดการบังคับ มีการลงโทษถ้าไม่ปฏิบัติตาม ถ้าอยู่ในวัยที่ยังควบคุมบังคับด้วยกฎด้วยระเบียบได้ก็ต้องทำ ถ้าฝืนก็ต้องมีการลงโทษ

เด็กบางคนห้ามอย่างไรก็ไม่เชื่อ พ่อแม่ก็ไม่มีปัญญาที่จะลงโทษได้ก็ต้องให้ตำรวจช่วยจับไปอยู่โรงเรียนดัดสันดานเลย มีอยู่รายหนึ่ง พ่อแม่ห้ามอย่างไรก็ไม่เชื่อ ไม่ชอบเรียนหนังสือ ไม่ชอบทำงาน ชอบเอาเพื่อนมาเล่นการพนัน กินเหล้ากันในบ้าน จนพ่อแม่ต้องขอให้ตำรวจมาช่วยจับไปส่งโรงเรียนดัดสันดาน ที่ราชบุรีมีโรงเรียนของคาทอลิกที่รับเด็กที่ไม่เอาไหนไปอยู่ ให้อยู่ภายใต้กฎระเบียบ ให้เรียนหนังสือ มีกฎเคร่งครัดมาก ไม่ให้กลับไปเยี่ยมบ้าน พ่อแม่ไปเยี่ยมได้เดือนละครั้ง พออยู่ได้สักพักหนึ่งก็ดีขึ้น ต้องมีประสบการณ์ถึงจะเห็นโทษว่าทำไปแล้วจะต้องรับผลอย่างนี้ ถ้าสามารถ

วาดภาพให้ลูกเห็นได้ว่าถ้าทำอย่างนี้ต่อไปอนาคตจะเป็นอย่างไร ถ้าเขาเห็น  
เขาเชื่อ และปฏิบัติตามได้ก็ดีไป ถ้าเขาไม่เชื่อก็ต้องใช้มาตรการการลงโทษ  
ใช้กฎระเบียบ ถ้ายังห้ามปรามไม่ได้ ก็ต้องอาศัยเจ้าหน้าที่ตำรวจ แต่พ่อแม่  
บางคนก็ใจอ่อน ทำไม่ลง รักลูก กลัวลูกจะโกรธจะเกลียด กลัวจะขาดจาก  
การเป็นพ่อเป็นแม่เป็นลูกกัน ทั้งนี้ทั้งนั้นก็อยู่ที่ใจของเด็กเป็นหลัก ถ้ามี  
อวิชา โมหะ ตัณหา มาก มีความโลภโมโห สิ้นมาก ก็เหมือนมีเมฆปกคลุม  
หุ้มห่อใจมาก จนแสงสว่างของเหตุผลของธรรมะเข้าไม่ถึง อธิบายด้วยเหตุ  
ด้วยผลก็ไม่ชอบ ไม่ถูกอารมณ์ ไม่ยอมฟัง ถ้าพ่อแม่มีความแน่วแน่ มีความ  
กล้าหาญ ไม่กลัวว่าลูกจะโกรธจะเกลียดอย่างไร เชื่อว่าทำเพื่อลูกจริงๆ แล้ว  
ก็ต้องใช้มาตรการเข้มงวดกวดขัน ลูกก็จะยอม จะเห็นคุณต่อไป เพราะทำ  
เพื่อให้เขาได้เห็นคุณเห็นโทษ ให้เขาฉลาด พอโตขึ้นเขาก็จะเข้าใจว่าเราทำ  
เพื่อเขา ถึงแม้เขาจะไม่ชอบ

พวกเราทุกคนชอบทำอะไรตามใจ ถ้าถูกบังคับ จะโกรธจะเกลียดคน  
ที่มาบังคับ พอโตขึ้นได้พัฒนาทางด้านสติปัญญา ก็จะเข้าใจ ไปอยู่วัดกับ  
ครูบาอาจารย์ก็แบบเดียวกัน ท่านเข้มงวดกวดขันมากจนดูเหมือนว่า  
ท่านโหดร้ายทารุณ เป็นเผด็จการ แต่ท่านมีความมั่นใจในมาตรการของท่าน  
และสิ่งที่ท่านอบรมสั่งสอนว่าเป็นทางที่ถูกต้องดีงามที่สุด เราไปหาท่าน

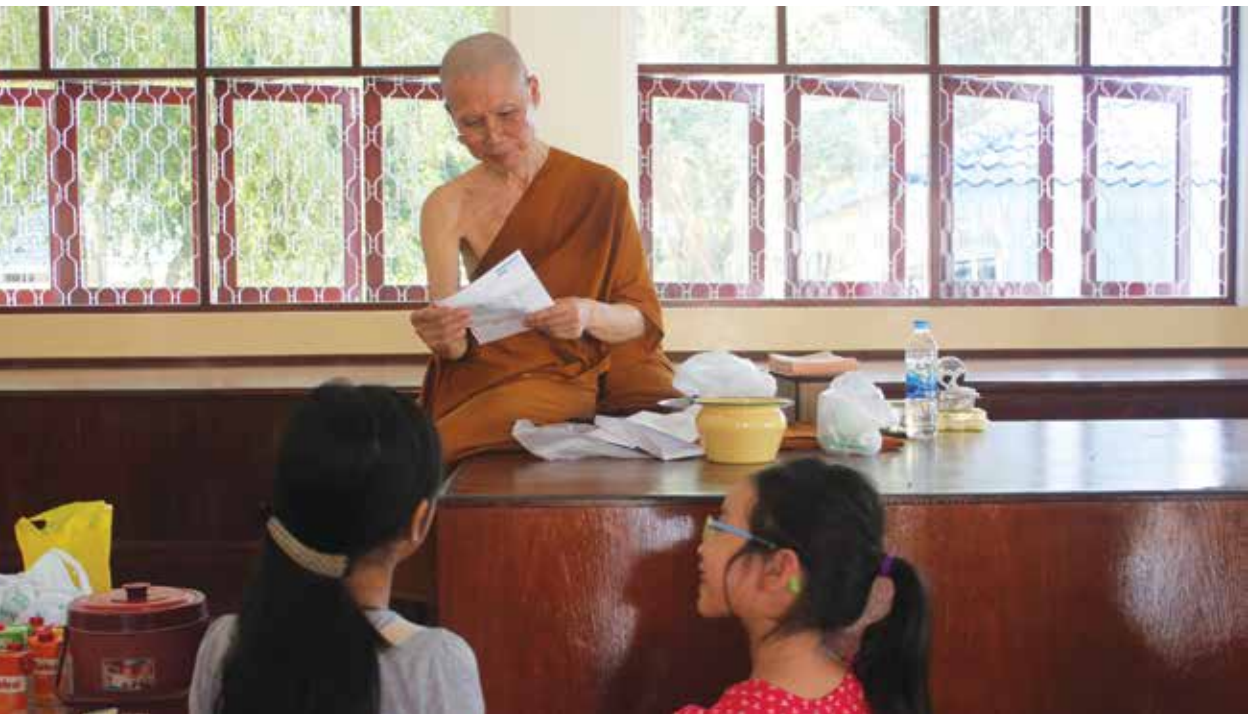
ก็เพื่อไปรับสิ่งเหล่านี้จากท่าน แต่กิเลสก็ชอบมาดึงมาลากให้ไปอีกทางหนึ่ง ไปชนกับมาตรการที่ดั่งามของท่าน ถ้าท่านทราบ ท่านก็ต้องตักเตือน ถ้าเราฝืน ท่านก็ต้องใช้มาตรการเด็ดขาด เช่น วัดป่าบ้านตาดนี้ ท่านห้ามทะเลาะกัน ถ้าทะเลาะกันก็ถือว่าผิดด้วยกันทั้งคู่ ที่วัดป่าบ้านตาดจะไม่มีศาลตัดสินว่าใครผิดใครถูก ถ้าใครมาฟ้องก็ให้ออกไปเลยไปด้วยกันทั้งคู่ ทุกคนฟ้องทุกคน ถูกฟ้อง การทะเลาะกันมันเสียหาย เกิดจากทิฐิ ความไม่ยอมกัน

(กัณฑ์ที่ ๓๗๒ วันที่ ๒ กันยายน ๒๕๕๐ (จุลธรรมนำใจ ๑๐)  
“คู่มือปฏิบัติธรรม”)



*ความเคยชิน*

คนเราถึงแม้จะเกิดมาจากพ่อแม่คนเดียวกัน พอโตขึ้นมาก็มีความแตกต่างกัน บางคนก็เจริญรุ่งเรืองก้าวหน้า บางคนก็กลายเป็นโจรไป ไม่ได้มาจากพ่อจากแม่ เพราะพ่อแม่ก็สอนให้ลูกเป็นคนดีเหมือนกัน แต่กรรมของเขากลายเป็นตัวที่ผลักดันให้เขาไปในทิศทางที่เขาได้สะสมมา ถ้าสะสมในทิศทางที่ไม่ดี ก็จะผลักดันให้เขาไปทำในสิ่งที่ไม่ดีต่อไป เพราะเป็นความเคยชิน ทำแล้วง่าย เหมือนคนที่ถนัดมือซ้ายก็จะใช้มือซ้าย คนที่ถนัดมือขวาก็จะใช้มือขวา แต่เปลี่ยนได้ถ้าเห็นว่าไม่ถูกไม่เกิดประโยชน์ ถ้าเห็นว่าใช้มือซ้ายแล้ว ลู้นคนใช้มือขวาไม่ได้ ก็หันไปใช้มือขวาไป ใหม่ๆ จะรู้สึกไม่ถนัด พอใช้ไปเรื่อยๆ ก็จะถนัด เช่นเดียวกับการทำความดีหรือทำความชั่ว คนที่เคยทำความชั่วมา



จะทำความชั่วง่าย พุดโกหกนี้จะเร็ว สะดวก หยิบข้าวของๆ คนอื่นโดยไม่ขออนุญาตก่อน จะทำได้ง่าย ทำได้รวดเร็ว ถ้ามารู้ในภายหลังว่าไม่ดี ไม่เจริญ อยากจะเป็นคนดี อยากจะเจริญ ก็ต้องฝึกนิสัยใหม่ เวลาพุดอะไรก็ต้องระมัดระวัง มีสติมีปัญญาคอยกลั่นกรองว่าสิ่งที่พุดนั้นถูกผิดอย่างไร จริงหรือเท็จ ถ้าพุดความจริงไม่ได้ก็พุดเรื่องอื่นแทน หรือไม่พุดเลยก็ได้ไม่ต้องพุดปด ข้าวของๆ คนอื่นก็เช่นเดียวกัน ไม่ถือวิสาสะ ถ้าอยากได้ก็ต้องคิดก่อนว่าของนี้มีเจ้าของ ถ้าอยากได้ก็ต้องขออนุญาตก่อน ทำให้ถูกต้อง ฝึกทำได้ ต่อไปก็จะเป็นนิสัย ก็จะทำง่าย ดังมีคำพุดว่า คนดีทำได้ง่าย คนชั่วทำได้ยาก คนดีทำชั่วยาก คนชั่วทำชั่วง่าย เพราะความเคยชิน ถ้าเคยชินกับการทำความชั่ว ย่อมทำชั่วง่าย ถ้าเคยชินกับการทำความดี ย่อมทำได้ง่าย ชีวิตของเราก็อยู่ตรงนี้เอง อยู่ที่ทำดีละบาป กำจัดโลภโกรธหลงที่เป็นต้นเหตุของความวุ่นวาย ของความทุกข์ ของความชั่วทั้งหลาย ถ้ารู้ว่ายังทำดีไม่ครบ ก็พยายามทำให้ครบ ถ้ารู้ว่ายังทำบาปอยู่ ก็ต้องพยายามตัด ถ้ารู้ว่ายังมีโลภโกรธหลงอยู่ ก็ต้องพยายามกำจัด

(กัณฑ์ที่ ๓๗๒ วันที่ ๒ กันยายน ๒๕๕๐ (จุลธรรมนำใจ ๑๐)

“คู่มือปฏิบัติธรรม”)



อย่าไปยุ่งกับเขา

ถาม

เขาก็พยายาม แต่ดูเหมือนจะไม่ดีขึ้นเลย

เป็นชีวิตของเขา อย่าไปยุ่งกับเขา จะไป  
สร้างความทุกข์ให้มากขึ้นไปอีก บางทีความ

พระอาจารย์

ปรารถนาดีของเรากลับเป็นโทษกับเขาก็ได้ เวลาจะช่วยใครต้องดูกาลเทศะ  
ดูความหนักเบา ดูความสามารถว่าช่วยเขาได้หรือไม่ ถ้าช่วยไม่ได้ก็เฉยๆ  
ดีกว่า ปล่อยเขาไปตามเรื่องของเขา แทนที่จะช่วยให้ดีขึ้น กลับทำให้เลว  
ลงไปก็ได้ ปัญหาไม่ได้อยู่ที่เขา ปัญหาอยู่ที่เรา อยู่ที่เราทำใจไม่ได้ เห็นคนอื่น  
ทุกข์ ก็ทุกข์ตามไปด้วย มองในแง่หนึ่งก็ดี เพราะมีความเมตตาสงสาร แต่มอง  
อีกแง่หนึ่งก็ไม่ดี เพราะเมตตาสงสารเกินขอบเขตจนเราทุกข์ไปด้วย เมตตา  
สงสารแล้วไม่ทุกข์ถึงจะถูก ถ้าช่วยได้ก็ช่วย แต่จะไม่ทุกข์ถ้าช่วยไม่ได้  
ต้องดูแลทั้ง ๒ ส่วน ดูแลคนอื่นและดูแลใจของเราด้วย บางทีเราห่วงคนอื่น  
จนลืมดูแลใจเรา ใจเราจึงทุกข์มากกว่าคนที่เราห่วง

ถาม

มีกรณีที่คล้ายๆ อย่างนี้ สามิเสียแล้วทำใจไม่ได้ แต่อีก  
๓ เดือน ก็แต่งงานใหม่



แผลใจก็เหมือนแผลกาย เวลาไปสะกิด

มันเข้า มันก็เจ็บ แผลใจก็เหมือนกัน เวลา

เกิดเหตุการณ์ขึ้นมาใหม่ๆ ก็ทำใจไม่ได้ พอเวลาผ่านไปก็หายไปตามกาลเวลา

ถ้ามีธรรมโอสธรักษาแผลใจก็จะหายเร็ว แทนที่จะ ๓ เดือน ๓ วัน ก็แต่งงานใหม่ได้

พระอาจารย์

ถาม

เขาคงเสียใจ แต่จริงๆ แล้วเขายากมีเพื่อนมากกว่า

เพราะเหงา พอมีคนอื่นมาแทนที่ก็หายเหงา

ส่วนใหญ่ก็เป็นอย่างนี้กันทั้งนั้น ที่มีคู่ครองกัน

ก็เพราะอยู่คนเดียวไม่ได้ พอคนนี้ตายไป ถ้าหาใหม่ได้ก็ลืมคนเก่าไป

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๓๗๘ วันที่ ๒๐ มกราคม ๒๕๕๑)

(จุลธรรมนำใจ ๑๒) “เชื้อบุญกรรม”)



พี่น้องไม่ได้มาจาก  
พ่อแม่เดียวกัน

ถาม

ต่างจากพี่จากน้องไหมคะ

ต่างกัน มีน้องสาวคนเดียว เขาไม่ค่อยรู้  
เรื่องธรรมะ เขาไม่เข้าใจ เพราะไม่ได้มาจาก

พระอาจารย์

พ่อจากแม่ มาจากบุญจากกรรมที่ได้สะสมมาแต่ละคน ไม่ได้เป็นพี่น้องกัน  
อย่างแท้จริงหรอก เพียงแต่อาศัยครรภ์เดียวกันมาเกิด ออกมาจากท้องแม่  
คนเดียวกัน แต่ที่มานี้มาจากคนละที่

ถาม

ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเรามีกรรมเป็นของตนเอง

ใช่ ตอนที่ใจกับกายมาเจอกัน ใจไม่ได้มา  
จากพ่อจากแม่ มันมาจากภพก่อน มันตาย

พระอาจารย์

จากภพก่อน พอถึงเวลาที่จะได้มาเกิดเป็นมนุษย์ก็หากรรม พอได้กรรม  
ก็เข้าไปอยู่ในครรภ์นั้น ไม่ได้มีความเกี่ยวข้องกับพ่อกับแม่เจ้าของครรภ์  
หรือกับพี่กับน้องที่เกิดก่อนหรือเกิดหลัง ยกเว้นถ้ามีอะไรกันในอดีตชาติ  
นั่นก็อีกเรื่องหนึ่ง อาจจะมาเป็นพี่เป็นน้องกันก็ได้ อย่างนี้ก็มียอยู่ อาจจะ

เคยเป็นญาติกันมาก่อนก็ได้ ไม่ใช่ว่าพ่อเป็นพี่เป็นน้องกันแล้วจะต้องเป็นเหมือนกัน พ่อแม่เป็นอย่างนี้แล้วลูกจะต้องเป็นอย่างนี้ด้วย ก็ไม่ใช่ แต่ก็เป็นที่ได้ในบางกรณี พ่อดีพ่อแม่ก็เป็นแบบนี้ จิตของลูกก็เป็นแบบนี้ด้วย แต่ไม่ได้มาจากพ่อจากแม่ มาจากบุญกรรมที่ทำไว้ในอดีต และที่กำลังทำกัน อยู่ในปัจจุบันที่จะติดไปกับเรา ถ้าไฟธรรม ไปเกิดชาติหน้าก็จะไฟธรรมต่อ

(กัณฑ์ที่ ๔๐๒ วันที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๕๒ (จุลธรรมนำใจ ๑๘)

“ใจไม่มีอายุขัย”)



# ธรรมชาติของ กิเลสตัณหา

ถาม

พระอาจารย์ครับ ที่สุดของทุกข์ของพระพุทธเจ้าก็คงเป็น พระราहुล แล้วพระราहुลที่เป็นบุตร ถือว่าเป็นวิบากของ พระพุทธเจ้าไหมครับหรืออย่างไรครับ

เราก็ไม่เคยคิดว่าพระพุทธเจ้าทุกข์กับ พระราहुล เพราะท่านรู้ทันก่อนไง พอรู้ว่า

ลูกออกมาก็ไม่ไปดู ไม่ไปรับรู้ ไม่ไปยอมเห็นหน้า เพราะรู้ว่าโดยธรรมชาติ ของกิเลสตัณหา นี่ พออะไรเป็นของตนแล้วก็จะรักจะหวงจะห่วง ก็ออกก่อน เท่านั้นเอง ท่านฉลาด ท่านถึงอุทานว่าบ่วง ึง บ่วงได้เกิดขึ้นแล้ว คำว่าราहुลนี้ แปลว่าบ่วง ลูกชาย พระราहुล จึงมีชื่อว่า พระราहुล แปลว่าบ่วง

พระอาจารย์

ถาม

เพราะดูแล้วตลอดชีวิตท่าน ถ้าจะทุกข์ที่สุดก็ต้องพระราहुล

พ่อแม่ก็ต้องทุกข์กับลูกมากที่สุด คือรักลูก คือรักสิ่งไหนมากที่สุดก็จะทุกข์กับสิ่งนั้น

มากที่สุด เพราะรักแล้วก็อยากจะให้เขาดี พอเขาไม่ดีก็ทุกข์แล้ว พอเขา จากเราไปก็ยิ่งทุกข์ใหญ่ แต่พระพุทธเจ้าท่านฉลาด ท่านรู้ทัน รู้ว่ามีบ่วง

พระอาจารย์

มาดักแล้ว เหมือนกวาง กวางที่ฉลาดเห็นบ่วง ก็ไม่ไปเหยียบบ่วง ก็ไม่  
ติดบ่วงไม่ติดกับ ถ้าไปดูลูกบับเดียวใจอ่อน เดียวไปไม่ได้เสียแล้ว มีภาระ  
ต้องเลี้ยงลูกแล้ว ห่วงลูกห่วงเมียเสียแล้ว เลยไม่ยอมไปดู หินไปเลยคืนนั้น  
ไม่บอกใครด้วย ไปแบบเงียบๆ มีคนไปส่งคนเดียว นายฉั่นนะ อันนี้แหละ  
เป็นนักปราชญ์ จึงทำให้ท่านหลุดพ้นจากวัฏจักรแห่งการเวียนว่ายตายเกิดได้  
โดยที่ไม่มีใครสอนไง ท่านมีปัญญา มีความฉลาดมาก ท่านรู้ว่าอะไร  
เป็นอุปสรรค ท่านรู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่เอื้อต่อการบำเพ็ญ พวกเราถ้าไม่มี  
พระพุทธรเจ้ามาสอนมาเป็นตัวอย่างให้เห็นนี้ ไม่มีวันที่จะหลุดได้หรอก  
ขนาดมียังไม่หลุดเลย ยังไม่ยอมหลุดเลย

(ธรรมะบนเขา วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๖ “ความรู้ที่พาเอาตัวรอด”)

ເປັນສະມຸຕິ





กาม

เวลาเพื่อนตายไป จะใช้ปัญญาพิจารณาอย่างไรให้เป็น  
โลกุตตรธรรม ต้องพิจารณาลงสู่ไตรลักษณ์ใช่ไหมคะ

ใช่ ต้องพิจารณาความจริงของร่างกายว่า  
ไม่เที่ยง เป็นดินน้ำลมไฟ แต่ไม่พิจารณากัน

พระอาจารย์

กลับไปคิดว่าเป็นนาย ก. นาย ข. เป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นสามี เป็นภรรยา  
เป็นลูก ไม่รู้ว่าเป็นสมมุติ เป็นชื่อที่ติดอยู่กับดินน้ำลมไฟ ในโลกนี้มีความจริง  
อยู่ ๒ ชนิด คือสมมุติสัจจะ กับ ปรมัตถสัจจะ สมมุติสัจจะ ก็คือเป็นหญิง  
เป็นชาย เป็นนาย ก. นาย ข. ปรมัตถสัจจะ ก็คือเป็นดินน้ำลมไฟ เป็นผม  
ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เป็นอาการ ๓๒ แต่พวกเราไม่ดู  
ปรมัตถสัจจะกัน ดูแต่สมมุติสัจจะ ว่าเป็นพ่อเราเป็นแม่เรา พ่อเป็นของเรา  
ก็อยากจะให้อยู่ไปนานๆ พ่อไม่อยู่ก็ทุกข์ใจ ถ้าพิจารณาว่าเป็นไตรลักษณ์  
ไม่อยู่ไปตลอด เป็นเพียงดินน้ำลมไฟ ก็จะหยุดความอยากได้ เวลาเขา  
เป็นอะไรไปก็จะไม่ทุกข์ ต้องเห็นปรมัตถสัจจะ อย่าเห็นสมมุติสัจจะเพียง  
อย่างเดียว เพราะปรมัตถสัจจะเป็นความจริงที่แท้จริง ถ้าเห็นปรมัตถสัจจะ  
ก็จะรู้ว่าเหมือนกันหมด เป็นดินน้ำลมไฟหมด

(กัณฑ์ที่ ๔๒๖ วันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๕ “กามฉันทะ”)



ทำแบบหลวงปู่ขาว  
ยกให้เขาไปเลย

ถาม

น้องคนหนึ่ง เขาจับได้ว่าสามีมีกิ๊ก เขามีความรู้สึกลอยๆ ไปจัดการฆ่าผู้หญิงคนนั้น แต่ความที่เขาได้อ่านหนังสือ ท่านอาจารย์ มีสติ ก็เลยไม่ได้ไปทำร้ายผู้หญิงคนนั้น แต่ก็ยังทำใจไม่ได้เท่าไรค่ะ

พระอาจารย์

ให้อ่านประวัติหลวงปู่ขาว ภรรยาท่านก็มีชู้ ท่านก็อยากจะฆ่าเขา พอดีท่านได้สติ ถ้าท่าน

ฆ่าเขา ท่านก็เร็วกว่าเขา ท่านก็เลยเห็นโทษของการยึดติด การหึงหวง ท่านก็เลยตัด ไม่เอาแล้ว ต่อไปนี้จะไม่หาความสุขกับร่างกายของคนอื่นแล้ว ไปทางพระพุทธเจ้าดีกว่า ท่านก็เลยประกาศยกภรรยาให้กับชู้ไปเลย ทำบุญ อันยิ่งใหญ่ ถ้าอยากจะทำบุญอันยิ่งใหญ่ บอกเขาให้ยกสามีให้กิ๊กไปเลย จะมีความสุขมาก มีอิสรภาพ จะทำอะไรก็ไม่ต้องขออนุญาต

ถาม

ทำสามีเล็ก สามีไม่ยอมเล็ก ถามว่าเลือกเขาหรือเลือกผู้หญิงคนนั้น สามีก็บอกเลือกเขา พออีกอาทิตย์หนึ่งก็จับได้ว่าไปติดต่อกันอีก



ตัดเขาไม่ขาดเอง ใจอ่อนแอเอง ต้องเป็น  
แบบหลวงปู่ขาว ยกให้เขาไปเลย

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๔๔๔ วันที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๕  
(จุลธรรมนำใจ ๓๐ “ทำใจให้ถูกต้อง”)



ข้อสอบ

ถาม

สามีของลูกศิษย์คนหนึ่งหัวใจวายตายที่เชียงใหม่ เป็นทุกข์มาก  
เขาให้มากราบเรียนว่าตั้งแต่เขาเริ่มเข้าวัดมาพึ่งท่านอาจารย์  
๒ ปี ทำให้เขาเข้มแข็งมาก เขาเข้มแข็งจริงๆ ค่ะ

ถ้ารู้ว่าอะไรเป็นอะไร ก็จะไม่ร้องไห้ร้องให้

พระอาจารย์

ถาม

เขาบอกวันที่รดน้ำศพ เขาเข้าไปกราบสามี แล้วก็นึกถึง  
ท่านอาจารย์ เพราะได้เห็นร่างกายซึ่งบวมมาก ได้เห็นอสุภะ  
ในวันนั้น ก็กราบขอบพระคุณมากค่ะ

ต้องกราบขอบพระคุณพระพุทธรูปเจ้า  
ถ้าไม่มีพระพุทธรูปเจ้า พวกเราก็จะไม่รู้

พระอาจารย์

ถาม

เขาให้กราบเรียนด้วยค่ะว่า ท่านอาจารย์ส่งข้อสอบยากที่สุดเลย  
ไม่ให้เขาสอบซ่อมเลย ให้สอบใหญ่เลย

จะได้ทำข้อสอบเลย ไม่อย่างนั้นจะไม่ยอม

ทำกัน พอทำจริงๆ ก็จะได้ ทุกคนต้องเจอ

ข้อสอบนี้ ช้าหรือเร็ว ไม่ต้องกลัว พวกเราทำได้เพราะมีธรรมะ ทำไม

จะทำไมไม่ได้ถ้ามีธรรมะ จะมีข้อสอบที่ข้อก็สอบผ่านหมด ปลงไปเรื่อยๆ ปลงไป

ทุกวันๆ คนนั้นก็ตาย คนนี้ก็ตาย คนนั้นก็ไป คนนี้ก็ไป ให้คิดอย่างนี้ ถ้าปลง

ตัวเราได้แล้ว ปลงคนอื่นได้อย่างสบายเลย ปลงตัวเราให้ได้ก่อน ถ้ามัวตัวเรา

ว่าวันนี้เราพร้อมที่จะตายหรือยัง ถ้าพร้อมแล้วก็จะสบาย

พระอาจารย์

(กัณฑ์ที่ ๔๕๑ วันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๖ (จุลธรรมนำใจ ๓๒)

“ร่างกายเป็นของไม่เที่ยง”)





“...เวลาที่พ่อแม่จะสั่งสอนลูกนั้น ขอให้ทำในขณะที่ที่มีความสบายใจ อย่าไปดุ อย่าไปตำลูกในขณะที่ที่มีความโกรธ เพราะตอนนั้นจะเป็นการเอาแพ้อาชนะกัน ลูกจะไม่ยอมรับ เพราะรู้ว่ากำลังใช้อารมณ์อยู่ ไม่ได้ใช้เหตุผล สิ่งที่พ่อแม่พูดจะไม่มีน้ำหนัก เพราะไม่มีเหตุไม่มีผล มีแต่อารมณ์ เวลาสอนจึงต้องสอนด้วยเหตุด้วยผล คำสอนของพ่อแม่จะมีน้ำหนักต่อเมื่อมีเหตุมีผล และการกระทำของผู้สอนก็ต้องสอดคล้องกับสิ่งที่สอนด้วย...”

โดย พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต





สามารถดาวน์โหลดพระธรรมเทศนา  
ของท่านพระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต ได้ที่

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

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

[www.facebook.com/PhraAjarnSuChart](https://www.facebook.com/PhraAjarnSuChart)

พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต

## แผนที่เส้นทางเดิน



**เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.** ฉันทะ ฌ ศาลาฉันทะ วัดญาณสังวราราม  
หลังฉันทะ สันทนากับฌาติโยม

**เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.** แสดงธรรม ในวันเสาร์ วันอาทิตย์  
และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ส่วนวันอื่นจะสันทนาธรรมกับฌาติโยม  
ฌ จุลธรรมศาลา เขตปฏิบัติธรรมบนเขา

**ทุกวันพระ วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์**

พระอาจารย์สุชาติจะแสดงธรรมประมาณ ๓๐ นาทีก่อนฉันทะ  
ฌ ศาลาฉันทะ เวลา ๐๘.๐๐ น. โดยประมาณ

**\*\*ขอความกรุณาดเข้าพบนอกเวลาตามที่กำหนด\*\***

**\*\*สุภาพสตรีงดใส่กระโปรงหรือกางเกงสั้นบริเวณวัดและเขตปฏิบัติ  
ธรรม ยกเว้นแบบสามส่วน เมื่อเข้าพบหรือฟังธรรม\*\***

**\*\*งดรับกิจนิมนต์ในทุกกรณี\*\***