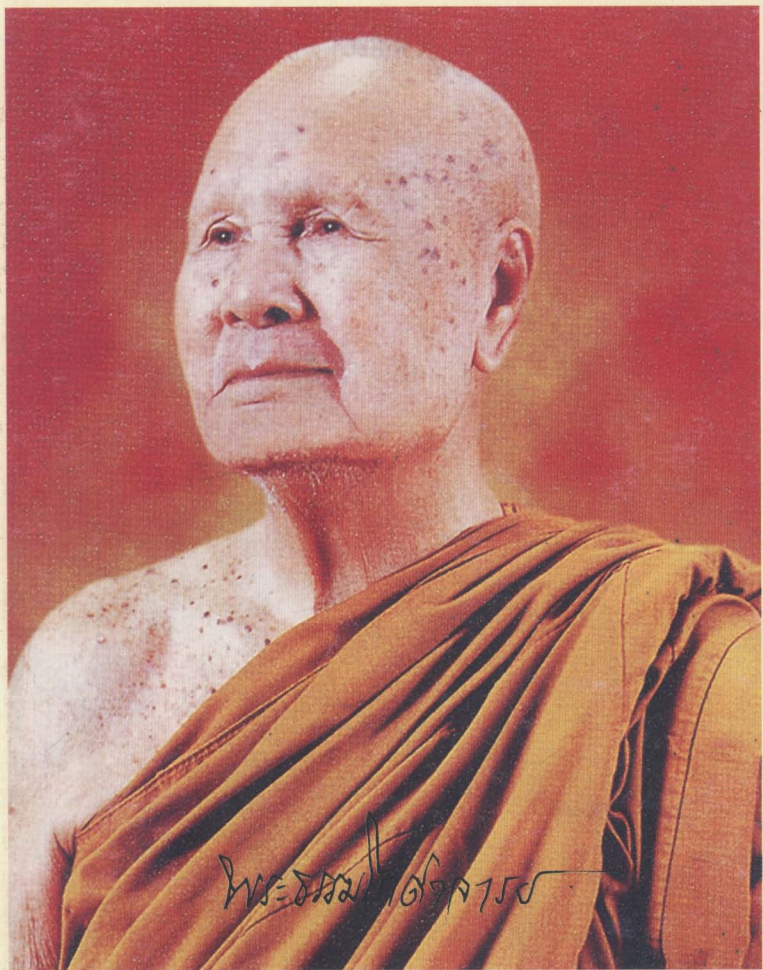




อริยสัจ

ความจริงอันประเสริฐของมนุษย์



ความจริงอันประเสริฐของมนุษย์

หลวงพ่อบุญญานันทะ



จัดพิมพ์เผยแพร่

สืบทอดพระธรรมคำสอนอันประเสริฐ

ที่ถ่ายทอดโดยพระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อบุญญานันทะ

เพื่อความเจริญแพร่หลายแห่งธรรมและความเจริญของแก่งปัญญา

อันจักทำให้พุทธศาสนิกชนดำรงชีวิตอยู่ด้วยความสงบสุขแก่ตนเองและมนุษยโลก

คำนำในการจัดพิมพ์

อจุเจนติ กาลา ตรยนิติ รตติโย วโยคุณา อนุพุทฺพํ ขนฺนติ
เอตํ ภยํ มรณํ เปกฺขมานํ ปุณฺณานิ กยิราถ สุขาวหานิ

กาลย่อมล่วงไป ราตรีย่อมผ่านไป

ชั้นแห่งวัยย่อมละลำดับไป

ผู้เล็งเห็นภัยในมรณะนั้น พึงทำบุญอันนำสุขมาให้

พุทธศาสนสุภาษิตข้างต้น มาจากพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕ ข้อที่ ๘๔ ยกขึ้นมากล่าวไว้ ณ ที่นี้ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงแห่งธรรมชาติ ซึ่งชีวิตทุกชีวิตล้วนถูกลิขิตด้วยความตายอย่างเสมอกัน การเพ่งพินิจภัยแห่งความตายนั้น พึงเจริญมรณสติ เพื่อระลึกถึงความตายให้เคยชิน หรือควรที่จะหัดตายเสียก่อนตาย โดยการรู้เห็นถึงอริยสัจ ๔ ประการ ซึ่งเป็นความจริง อันประเสริฐ เป็นธรรมชั้นสูงในพระพุทธศาสนา เป็นเนื้อแท้แห่งคำสอนของพระบรมศาสดา กล่าวคือ เห็นในทุกข์ เห็นเหตุให้เกิดทุกข์ เห็นความดับทุกข์ และสุดท้าย เห็นถึงหนทางแห่งความดับทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

หนังสือชุด 'ธรรมบารมี' เล่มนี้ ได้รวบรวมจาก
ปาฐกถาธรรม ของ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณหลวง
พ่อปัญญานันทะ ที่ได้เมตตาแสดงแก่ท่านสาธุชน ณ วัด
ชลประทานรังสฤษฎ์ ปากเกร็ด นนทบุรี

ธรรมสภาจัดพิมพ์หนังสือชุดนี้ เพื่อเป็นธรรม
สัการะ และแสดงกตเวทิตาแด่หลวงพ่อปัญญานันทะ
ในวโรกาสที่มีชนมายุครบ ๘๘ ปี ใน ปีพุทธศักราช ๒๕๔๓
และเพื่อเป็นการบูชาพระคุณแด่หลวงพ่อ ธรรมสภาขอ
ปวารณาถวายแก่ห้องสมุดของวัด หรือสถานปฏิบัติธรรม
ที่แจ้งความจำนงขอรับเป็นธรรมทานไปที่ธรรมสภา

บุญกุศลอันจักพึงมีพึงได้จากการจัดพิมพ์ครั้งนี้
ขอโน้มถวายแด่หลวงพ่อปัญญานันทะ องค์แสดงปาฐกถา
ที่ได้ถ่ายทอดพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมา
สัมพุทธเจ้าให้แพร่หลายไปทั่วทุกอณูแห่งจักรวาล

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข

• สารบัญเรื่องในเล่ม



ชุด ธรรมบารมี เรื่อง :

๑. ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ	๑
ความเป็นมาของอริยสัจ	๔
ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ	๕
ใจความสำคัญของอริยสัจ	๖
‘ทุกข์’ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง	๑๑
ทุกข์ที่เกิดจากความอยาก	๑๓
ทุกข์เพราะความยึดถือ	๒๔
กำหนดรู้ถึงความทุกข์ที่เกิด	๓๙
สมุทัย : เหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์	๔๐
นิโรธ : ความดับทุกข์	๕๓
มรรค : ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์	๕๔
อริยสัจ ๔ กับชีวิตประจำวัน	๕๘



ชุด ธรรมบารมี เรื่อง :

๒. วิธีดับเพลิงทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง ๖๕

หลักปฏิบัติเพื่อความดับแห่งเพลิงทุกข์ ๖๗

ละ : การละจากสิ่งที่ไม่ดีไม่งามในใจ ๖๘

เจริญ : การทำจิตใจให้เจริญงอกงาม ๖๙

ทางเกิดแห่งเพลิงทุกข์ ๗๕

จิตใจที่เต็มไปด้วยกิเลส ๗๖

จริตที่มีอยู่โดยปกติในจิตใจของมนุษย์ ๗๘

เหตุแห่งการเกิดของกิเลส ๘๓

จิตดั้งเดิมนั้น สะอาด สว่าง สงบ ๘๔

การระวังรักษาจิตใจ ๘๘

เพลิงทุกข์ เพลิงกิเลส ๙๐

ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์โดยสิ้นเชิง ๙๓



ชุด ชรรบบารมี เรื่อง :

๓. วิธีปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์	๑๐๓
ธรรมะ : ธรรมชาติ	๑๐๕
สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย	๑๐๖
หลักปฏิบัติเพื่อความถูกต้อง	๑๑๑
เนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา	๑๑๘
พระธรรมสร้างความสามัคคี	๑๒๒
ความเป็นตัวเองที่ถูกต้อง	๑๒๕
ความหลุดพ้นจากทุกข์	๑๒๘
มีธรรมะเป็นเครื่องกำกับจิตใจ	๑๒๙
ขจัดกิเลสได้ด้วยสติ	๑๓๑
ทุกสิ่งเกิดจากการกระทำของตัวเอง	๑๓๕
วิธีปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์	๑๔๒



ชุด ธรรมบารมี เรื่อง :

๔. แนวทางปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิต	๑๕๑
ทำจิตให้หมุนไปตามธรรมชาติ	๑๕๓
ธรรมะเป็นยาแก้ทุกข์	๑๕๗
ปัญหาเกิดเพราะชีวิตขาดธรรมะ	๑๕๘
ค้นหาสาเหตุของการเกิดทุกข์จากตัวเอง	๑๖๒
เหตุของความทุกข์อยู่ที่ตัวเราเอง	๑๖๕
ชั่วคืออยู่ที่ใจ	๑๖๙
ธรรมะเป็นกรอบของชีวิต	๑๗๔
ปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของศีลธรรม	๑๗๘
ภาวนา : ฝึกจิตให้สงบและเกิดปัญญา	๑๘๑
การเจริญภาวนา	๑๘๒
รู้ความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ	๑๘๗



ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ



ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาที่จะได้แสดงปาฐกถาธรรมะอันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ แล้วตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

วันนี้จะได้อธิบายถึงเรื่อง “อริยสัจ ๔ ประการ” อริยสัจ...เป็นธรรมชั้นสูงในทางพระพุทธศาสนา เป็นเนื้อแท้แห่งคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ได้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เพราะว่าได้ตรัสรู้อริยสัจทั้ง ๔ ประการ อริยสัจนี้เรียกว่าเป็นของใหม่ในวงการพระศาสนาของชาวโลก

ความเป็นมาของอริยสัจ

ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นในโลก ยังไม่มีใครพูดใครสอนในเรื่องอริยสัจ ๔ ประการ แม้ว่าประเทศอินเดียจะเป็นประเทศแห่งความสนใจในด้านนามธรรม มีฤาษีชีไพรจำนวนมากที่ออกไปอยู่ป่า ทำการศึกษาค้นคว้าในเรื่องเกี่ยวกับจิตใจ แต่ยังไม่ได้ค้นพบและพูดถึงเรื่องความจริง ๔ ประการนี้

ครั้นเมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าของเราทั้งหลายได้บวชค้นคว้าก็ได้ตรัสรู้หลักธรรม ๔ ข้อนี้ จึงนำมาประกาศแก่ชาวโลกทั้งหลาย ในการเทศนาครั้งแรกของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่เมืองพาราณสี ก็ได้พูดถึงเรื่องนี้

ถ้าเราไปอ่าน อัมมจักกัปปวัตตนสูตร อันเป็นสูตรแรกที่พระองค์แสดงแก่ปัญจวัคคีย์ พระองค์ก็ได้พูดถึงเรื่องนี้ให้ฟัง บอกให้รู้ว่าพระองค์ได้ค้นพบอะไร ได้รู้ในเรื่องอะไร เรื่องนั้นเป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างไร ท่านเหล่านั้นฟังแล้วก็เกิดความรู้ความเข้าใจ อริยสัจ ๔

จึงเป็นเรื่องที่ควรศึกษาสนใจ เพราะสามารถนำมาใช้ใน
ชีวิตประจำวันได้

ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ

ในพระสูตรมีจำนวนมากที่พระองค์ตรัสว่า ถ้า
ไม่เข้าใจอริยสัจ ๔ ประการแล้ว ความพ้นทุกข์ก็ย่อม
จะเป็นไปไม่ได้ อริยสัจ ๔ จึงเป็นวิชาที่จะทำให้คน
เป็น “พระอริยเจ้า”

อริย แปลว่า ประเสริฐ

สัจ แปลว่า ของจริง

อริยสัจ จึงแปลว่า ของจริงอันประเสริฐ

หรือจะแปลอีกอย่างหนึ่ง.... อริยสัจ ก็แปลได้ว่า
ของจริงที่ทำให้เป็นผู้ประเสริฐขึ้น ใครรู้แจ้งเห็นจริงใน
สิ่งทั้ง ๔ ประการนี้ก็จะกลายเป็น “อริยบุคคล” แปลว่า
“ผู้ประเสริฐ”

ใจความสำคัญของอริยสัจ

ธรรมที่จะทำให้คนเป็นผู้ประเสริฐ ก็คืออริยสัจ
มีอยู่ ๔ ประการด้วยกัน คือ

๑. เรื่องทุกข์...ความไม่สบายกายและใจ
๒. เรื่องสมุทัย...เหตุให้เกิดทุกข์
๓. เรื่องนิโรธ...ความดับทุกข์ได้
๔. เรื่องนิโรธคามินีปฏิปทา...ข้อปฏิบัติอันจะ เป็น
ทางให้ถึงความดับทุกข์ได้

คนโบราณเขาจะเรียนอะไร เขาก็มักจะย่อเอา
หัวใจไว้แล้ว ก็จำหัวใจนั้น เวลานึกก็นึกได้ง่ายๆ เช่น...
อริยสัจ ๔ ประการ ถ้าจะจำอย่างง่าย ๆ ก็คือ ทุ สะ นิ มะ

 ทุ....หมายถึง ทุกข์

 สะ....หมายถึง สมุทัย

 นิ...ก็คือ นิโรธ

 มะ...ก็คือ มรรค

เมื่อนึกได้เราก็ขยายความได้

ทุกข์ : ความไม่สบายกายและใจ

“ทุกข์” หมายถึงอะไร หมายถึง ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ เรียกว่า เป็นความทุกข์ อันนี้เป็นการพูดให้เข้าใจง่าย ให้เห็นง่าย อันความไม่สบายทางกายทางใจ ก็ไม่ต้องสงสัยละเป็นความทุกข์แน่ๆ

คำว่า “ทุกข์” นี้อาจแปลได้หลายอย่าง แปลว่า...ทนยากก็ได้ แปลว่า...ไม่น่าดูก็ได้ แปลว่า...ไม่สบายก็ได้ หลายแง่หลายมุม รวมความก็อยู่ในเรื่องไม่สบายกาย ไม่สบายใจทั้งนั้น

พระพุทธศาสนาในโลกในแง่ไหน?

เกี่ยวกับความทุกข์ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า โลกนี้มีแต่ทุกข์ ไม่มีความสุข

ถ้าหากว่าเรามาศึกษาในเรื่องอย่างนี้ หรือว่าคนต่างประเทศที่มาสนใจศึกษาเรื่องพระพุทธศาสนา เมื่อ

มาพบคำว่า “ทุกข์” เข้า อะไรก็เป็นทุกข์ไปทั้งนั้น ก็อาจ
จะนึกว่าพระพุทธศาสนามองโลกในแง่ร้าย คือเห็นอะไร
เป็นทุกข์ไปเสียทั้งหมด ความเข้าใจอันนี้ก็ไม่ได้ถูกต้องตาม
ความเป็นจริง คือว่า พระพุทธศาสนา ไม่ได้มองโลกใน
แง่ร้าย แล้วก็ได้มองโลกในแง่ดี

พระพุทธศาสนามองโลกในแง่ไหน?... ตอบได้ว่า
ไม่ได้มองในแง่ดีหรือร้าย แต่ว่ามองในแง่ที่มันเป็นอยู่
จริงๆ นั้น คือมันมีความทุกข์ เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้า
จึงตรัสว่า โลกนี้มีความทุกข์ หรือว่าเต็มไปด้วยความทุกข์
ก็เพราะว่าสภาพความเป็นจริงมันอยู่ในรูปนั้น มันไม่มี
อะไรที่เรียกว่าเป็นสุข ความสุขนั้นมันไม่ใช่ของจริง มัน
เป็นเพียงของที่เรียกว่า “ปลอม” เกิดขึ้น เนื้อแท้มันเป็น
ความทุกข์

ก็เหมือนกับความร้อนนั่นเอง นักวิทยาศาสตร์
บอกว่าโลกนี้มีแต่ความร้อน ความเย็นไม่มี ที่เรียกว่า
ความเย็นก็คือความร้อนมันลดลงไปเท่านั้น เช่น ร้อน

๑๐๐ องศา ลดเสีย ๕ องศา ก็ยังร้อนอยู่ ๙๕ องศา ลด
 ๑๐ องศา มันก็ร้อนอยู่ ๘๐ องศา ลดลงไป ๕๐ องศา
 มันก็เหลือร้อน ๕๐ องศา ลดลงไป ๙๙ องศา มันก็ยัง
 ร้อนอยู่ ๑ องศา เรียกว่าความร้อนทั้งนั้น ไม่มีความเย็น
 แต่ภาษาชาวบ้านก็มักจะเรียก “ความร้อน” ที่ลดลงไปว่า
 ความเย็น หมายความว่า มี “ความเย็น” และ “ความเย็น”
 เปรียบเทียบกับในทางธรรมก็คือ “ความทุกข์” และ
 “ความสุข” ซึ่งที่จริงความสุขนั้น เป็นเรื่องที่ความทุกข์
 มันลดลงไปเท่านั้นเอง เหมือนกับความร้อนความเย็น
 ที่ได้กล่าวมาแล้ว

‘โลก’ ที่มีใจครอง

เมื่อเราเห็นว่าโลกเต็มไปด้วยความทุกข์ เราก็
 ต้องหาวิธีว่าจะแก้ไขความทุกข์นั้นได้อย่างไร แต่ว่าโลก
 ที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงนี้ เราอย่ามองให้กว้างเกินไป มัน

จะว่านายพระองค์ต้องการให้เราศึกษา เข้าใจ โลกแคบๆ คือใน “ตัวเรา” นี้เท่านั้นเอง “กายยาววา หนาคืบ กว้างศอก” นี้ เรียกว่าเป็นโลกหนึ่ง

พระองค์ได้ตรัสบ่อยๆกับภิกษุทั้งหลายว่า “ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย ในกายยาววา หนาคืบ กว้างศอกนี้ เรา เรียกว่า เป็นโลกหนึ่ง โลกนี้มีใจครอง มีความรู้สึกนึกคิด อะไรก็ล้วนเกิดขึ้นในโลกนี้ทั้งนั้น...ความทุกข์ก็มีอยู่ใน โลกนี้ ความสุขก็มีอยู่ในโลกนี้ เหตุของทุกข์ก็มีอยู่ ความดับทุกข์ก็มีอยู่ ทางให้ถึงความดับทุกข์ก็มีอยู่ในนี้ในตัวเรานี่ทั้งนั้น”

มองโลกให้เห็นชัดตามความเป็นจริง

มองตัวเราให้รู้ให้เห็นชัดตามความเป็นจริง เขา เรียกว่ามองโลกถูกต้อง ถ้ามองโลกไม่ถูกต้องมันก็ว่านาย เป็นเหตุให้เกิดความยุ่งยาก เช่น เรามองเห็นเป็นความ

สุข เราก็ประมาทมัวเมา นึกว่าสุขแล้ว สบายแล้ว เลย
ไม่พยายามที่จะแก้ไขสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้น เพราะความ
มัวเมาติดอยู่ในความสุขความสบายนั้น แต่ถ้าเราเห็นว่า
ความสุขนี้มันเป็นเรื่องส่วนน้อย ทุกข์มีมากกว่า เราก็จะ
ได้คิดหาทางว่า จะทำอย่างไรจึงจะแก้ไขความทุกข์ แก้ไข
ความเดือดร้อนที่มีอยู่ในตัวเรานี้ให้หายไปได้ จุดมุ่งหมาย
ของการศึกษาธรรมมีในรูปเช่นนี้

‘ทุกข์’ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง

ที่นี้ทุกข์ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงนี้มีอะไรบ้าง?
...ที่เราสวตมนต์เช้าทุกๆวัน หรือในคัมภีร์ธรรมจักรฯ
ท่านก็สอนว่า “อิทัง ทุกขัง อริยะสัจจัง ทุกข่อริยสัจนี้
ได้แก่...

ชาติปิ ทุกขา ชราปิ ทุกขา มะณัมปิ ทุกขัง ฯลฯ
โสกะปริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา

อันนี้เราสวดมนต์ทำวัตรเช้าๆนะ คือ ความเกิด...
เป็นทุกข์ ความแก่...เป็นทุกข์ ความเจ็บ...เป็นทุกข์ ความ
ตาย...เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากของรักของชอบใจ
...เป็นทุกข์ ความที่เราไม่ได้สิ่งที่เราต้องการ...ก็เป็นทุกข์
ความโศก ความเหี่ยวแห้งใจ ความรำไรรำพัน ความทุกข์
ในทางกาย ความทุกข์ทางใจ...ก็เป็นทุกข์ทั้งนั้น นี่ท่าน
แจกทุกข์ออกไปอย่างนั้น

ทุกข์ตามธรรมชาติ

อันความทุกข์นี้เราเรียกว่าเป็นทุกข์ประจำ มีอยู่
ในตัวคนทั่วไปแต่เราไม่ค่อยเห็น เพราะว่าเราคอยแก้
กันอยู่เรื่อยๆไป เช่นตัวอย่างเห็นง่ายๆ พอเราหิวเราก็กิน
กินเสีย มันก็หายทุกข์ไป ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะนี่
มันก็เป็นทุกข์ละ แต่พอปวดขึ้นมา เราไปถ่ายเสีย ความ
ทุกข์มันก็หายไป

เรานั่งนานๆ...ปวดแข้งปวดขา ความปวดแสบ
ปวดขานี้ก็ทุกข์ เราลุกขึ้นยืดแข้งยืดขาเสีย ความทุกข์มัน
ก็หายไป นอนนานๆมีนหัวเพราะว่าเอาหัวไปทับกับหมอน
โลหิตเดินไปเลี้ยงสมองไม่สะดวก ไม่คล่อง เกิดมีนศีรษะ
เราก็ลุกนั่งเสีย ก้มหน้าก้มตาบิดหัวไปมา ลักประเดี๋ยว
เดียวเลือดเดินคล่องก็หายทุกข์ไป

นี่เราเรียกว่าทุกข์ตามธรรมดา ธรรมดา ที่มีอยู่
ในร่างกาย เป็นเรื่องของร่างกายที่มีอยู่อย่างนั้นตลอด
เวลา แต่ว่าเราแก้ยุ่งๆ แก้ด้วยการเปลี่ยนอิริยาบถ
แก้ด้วยการรับประทานอาหาร ด้วยการทำอย่างนั้นทำ
อย่างนี้ ความทุกข์อย่างนี้มันก็ไม่หนัก แก้ได้ง่าย ไม่ทำ
ให้เดือดร้อนอะไร

ทุกข์ที่เกิดจากความอยาก

ที่นี้ ความทุกข์ที่เกิดจากเรื่องอื่นนี้มันหนักใจ

แก้ยาก คือ “ความทุกข์ที่เกิดจากความอยาก” ซึ่งมีประเภทต่างๆ เป็นความทุกข์ที่แก้ยาก แต่ก็มียุทธวิธีที่จะแก้ไขความทุกข์นั้นให้สงบได้ โดยการศึกษาว่าประเภทของความทุกข์นั้นมีอะไรบ้าง ดังนี้

ทุกข์จาก ‘ความเกิด’

“ชาติปิ ทุกขา” ความเกิดเป็นทุกข์

ที่ว่าความเกิดเป็นทุกข์นี้ ทุกข์อย่างไร?...

ขอให้เข้าใจเรื่องความเกิดเสียก่อน ถ้าไม่เข้าใจเรื่องความเกิดแล้วก็ไม่เข้าใจในเรื่องทุกข์ในแง่นี้

คำว่า “เกิด” เป็นทุกข์นี้ ไม่ได้หมายความว่าเกิดจากท้องแม่เป็นคน แล้วก็ตายเข้าโลงไป อันนั้นมันเป็นการเกิดตามธรรมชาติมันก็เกิดมาแล้ว เป็นอยู่แล้วตามเรื่องของมัน

ความเกิดที่เป็นทุกข์นั้นเป็นเรื่องของ “ใจ” คือ

จิตที่มีความยึดถือในเรื่องอะไรขึ้นมา ความรู้สึกยึดถือ
ว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา หรือว่า ความอยากมีอยากเป็น
ในเรื่องอะไรนั่นแหละคือความทุกข์ที่เรียกว่า “ชาติปิ
ทุกขา” หมายความว่า เกิดความคิดยึดถือในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
หรือว่าเกิดความคิดด้วยอำนาจกิเลสในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
เช่น คิดโลก...อยากได้ คิดด้วยความโกรธ ด้วยความหลง
ด้วยความริษยา ด้วยความอาฆาตพยาบาท คิดที่จะ
มีสิ่งนั้น มีสิ่งนี้ ด้วยความหลงใหลเข้าใจผิด ความคิด
อย่างนี้เรียกว่า “ชาติ” คือความเกิด มันเกิดขึ้นในใจ...
เมื่อเกิดขึ้นอย่างนี้ก็เป็นทุกข์

ใจ : ต้นเหตุของความทุกข์ทั้งปวง

ให้เราสังเกตดูตัวเรา เวลาที่เราเป็นทุกข์ก็เพราะ
เรื่องอย่างนี้แหละ คือ ใจ “อยาก” แล้วก็เป็นทุกข์ อยากไป
อยากเที่ยว อยากกิน อยากเล่น อยากมีนั้นอยากมีนี้ ถ้า

ไม่ได้สนใจมันเกิดทุกข์ขึ้นมาทันที

เพราะฉะนั้นในวันหนึ่งๆ เรามีชาติคือความเกิดทุกข์ เป็นหมื่น เป็นแสน เป็นล้านครั้ง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป โดยที่เราไม่รู้บ้าง ไม่รู้บ้าง ดับไปตามธรรมชาติบ้าง เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า “ทุกขา ชาติ ปุณฺณปุณฺหิ” เกิดแล้วเกิดอีก...เป็นทุกข์

ที่ว่า “เกิดบ่อยๆเป็นทุกข์” นี่มันเกิดที่ใจ ที่มีความอยากความยึดเกิดขึ้น “ความเกิด” ตัวนี้ขอให้เข้าใจว่าเกิด “ความยึด” ขึ้นในใจ ใจเราไปยึดถือว่าเป็นของกูเป็นตัวกูขึ้นมา นั่นแหละคือต้นเหตุของความทุกข์ที่เรียกว่า “ชาติ” ขอให้เข้าใจเช่นนั้น

ที่ว่า “เกิดจากท้องแม่เป็นทุกข์” นั้นมันเป็นเรื่องฝ่ายร่างกายเป็นเรื่องธรรมดา แล้วก็ไม่ว่าทุกข์อย่างไร เวลาเกิดก็ไม่รู้ว่าเอาหัวออกหรือเอาตีนออก เขาบอกทั้งนั้นว่าเอาหัวออก แต่บางคนเอาตีนออกมาก็ลำบากมันติดแขน แต่ว่าก็ออกจนได้ บางคนไม่ออกดีก็ต้องเอาคีมจับ

ลากออกมา อันนี้มันเป็นเรื่องเกิดตามธรรมชาติ คนที่เกิดออกมาไม่รู้เรื่องหรืออก แม้เกิดมาแล้ว ก็นึกไม่ออกว่าเกิดมาอย่างไรจำไม่ได้ การเกิดแบบนี้ไม่ใช่ต้นเหตุสำคัญ ไม่ใช่ตัว “ชาติปี ทุกขา”

“ชาติปี ทุกขา” อันเป็นปัญหาชีวิตที่เราจะต้อง แก่นัน้อยู่ที่ความยึดถือของใจ ขณะใดใจหลงผิด เข้าใจผิด ยึดไว้ผิดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็เป็นความทุกข์ ไม่ใช่เป็นทุกข์ เพราะการเกิดจากท้องแม่

เกิดจากท้องแม่เป็นทุกข์เหมือนกัน แต่ว่าเราเอง ไม่รู้เรื่อง คนที่เป็นทุกข์คือแม่ เป็นทุกข์เรื่องจะเกิดลูก ต้องเตรียมเนื้อเตรียมตัว เป็นทุกข์ว่าจะเจ็บป่วย ยิ่งถ้าท้องแรกละก็สงสัยว่าจะเป็นอย่างไร คลอดบุตรนี้เขาว่ามันเจ็บปวดขนาดไหนก็ไม่รู้ นี่มันเป็นทุกข์ของแม่

แต่ว่า “ความทุกข์ของแม่” ตัวนั้น มันก็เกิดจากความคิดในใจ ไม่ใช่เกิดจากร่างกายอะไร เกิดจากความคิดยึดถือว่า “ตัวกู” มีอยู่ พอ “ตัวกู” มีอยู่ ก็เกิดความ

ทุกข์ว่ากูจะตาย กูจะไม่สบายกูจะเดือดร้อน จากการเกิด
ลูกครั้งนี้ ก็คิดไป เกิดความทุกข์เพราะความคิดเหมือน
กับ “ชาติปี ทุกขา” ดังเช่นที่ได้กล่าวข้างต้น

ทุกข์จาก ‘ความแก่’

“ชะราปี ทุกขา” นี่เห็นง่าย ไม่เหมือน “ชาติ”
คือ “ความเกิด” ซึ่งเห็นยาก เพราะอะไรจึงว่า ชะราปี
ทุกขา เป็นทุกข์?

เพราะเรายึดถือว่า “ตัวเรา” ใ้ร่างกายทั้งหมด
นี้แหละ “ของกู” ยึดถือว่า “ของกู” เมื่อยึดถือว่าของกูแล้ว
ก็ไม่อยากให้แก่ ไม่อยากให้ผมหงอก ไม่อยากให้แก่้มตอบ
ไม่อยากให้หนังเหี่ยว ไม่อยากให้ฟันหลุด ไม่อยากให้
ทรุดโทรม

ความต้องการไม่ให้มันเป็นไปตามธรรมชาติ
ที่เรียกว่า “ชรา” นี้ ก็คือไม่อยากแก่ แต่มันก็ต้องแก่

ตามเรื่องของมัน เพราะว่าสิ่งทั้งหลายมีการเปลี่ยนแปลง
อยู่ตลอดเวลา ไม่มีความคงทน มันไหลเรื่อยไป ไม่มี
หยุดยั้ง การไหลเรื่อยไม่หยุดนี้ก็คือความแก่ เราไม่ยาก
แก่ก็เป็นการฝืนต่อธรรมชาติ พอผมหงอกสักเส้น ฟัน
หลุดสักซี่ ก็เป็นทุกข์ว่าไม่สวยแล้ว เตือนรื้อนด้วยประการ
ต่างๆ ก็เพราะความยึดถือนี้เอง ยิ่งยึดถือมาก ก็ยิ่งเป็น
ทุกข์มาก

อย่างคนที่ประกวดนางสาวไทยได้นี้ ถ้าแก่ลง
เห็นจะทุกข์มากกว่าคนธรรมดา เพราะเขาไปยึดว่าฉันเป็น
นางสาวไทย เป็นนางงามวชิราวุธ เข้าไปยึดอยู่อย่างนั้น
ถ้าสมมติว่าแก้มันเหี่ยวแห้งลงไป เขาก็คงเศร้าใจมาก
เป็นทุกข์มาก เอ! จะทำยังไงดีให้มันไม่เหี่ยวแห้ง?...ต้อง
ไปหาแพทย์ทำศัลยกรรมตึงนั่นตึงนี้ให้มันตึงๆ หลอก
เขาชั่วคราวชั่วคราว อันนี้แหละคือชราเป็นทุกข์ เป็นทุกข์
เพราะไม่ชอบความแก่ เราอย่าไปไม่ชอบมันเลย...เฉยๆ
ปล่อยไปตามเรื่องของมัน เพราะว่ามันจะต้องแก่เป็น

ธรรมดา คนเกิดมาไม่แก่มีที่ไหน? เราอย่าไปห้ามมันว่าอย่าแก่ ห้ามไม่ได้หรอก มันต้องเป็นไปตามเรื่อง แต่ให้รู้เท่าทันว่ามันต้องแก่เป็นธรรมดา เราจะได้ไม่เป็นทุกข์ เพราะความยึดถือนี้มากจนเกินไป นี่คือแง่หนึ่งของ “ชะราปี ทุกขา”

ที่นี้ถ้าพิจารณาอีกอย่างหนึ่งว่า ความแก่นี้มันลำบากแท้ มันก็เป็นความทุกข์เหมือนกัน ความแก่นี้ร่างกายไม่แข็งแรง จะลุกจะนั่งรับประทาน จะไปถ่ายอะไรต่ออะไรมันลำบากทั้งนั้น ไม่มีความคล่องแคล่วว่องไว เพราะร่างกายชำรุดทรุดโทรม เราไปเห็นคนแก่แล้วก็น่าสงสารที่อ้วยอ้ายในการจะลุกจะนั่ง มันก็เป็นทุกข์สำหรับคนในสภาพเช่นนั้น

แต่มูลฐานของความทุกข์นั้น ก็อยู่ที่ความยึดถือในตัวตนนี้เอง ถ้าปล่อยความยึดความถือได้เมื่อใด ความทุกข์นั้นก็จะบรรเทาไปได้ นี่คือเรื่องของ “ชะราปี ทุกขา” ...ความแก่เป็นทุกข์

ทุกข์จาก ‘ความตาย’

“มรณัมปิ ทุกขัง”...ความตายเป็นทุกข์

ที่ว่า “ความตายเป็นทุกข์” นี้ เป็นทุกข์อย่างไร?

...เป็นทุกข์เพราะกลัวตาย ถ้าตายมันก็หมดเรื่อง
กันไปไม่ทุกข์แล้วละ นอนเฉยๆอยู่ในโลงไม่ว่าอะไรแล้ว
ที่เรียกว่า “มรณัมปิ ทุกขัง” นี้เป็นทุกข์ก่อนจะตาย เพราะ
ว่าพอรู้ตัวจะตายมันก็เป็นทุกข์ขึ้นมาทันที ทุกข์เพราะรู้ว่า
ตัวจะตาย แต่ยังไม่อยากตาย อยากจะอยู่ต่ออีกไปนานๆ
แต่ว่ามันก็อยู่ต่อไปไม่ได้หรอก มันจะต้องตายตามเรื่อง
ของมัน แต่เรามักไม่อยากตาย...ไม่ยอมตาย

ทำไมจึงไม่ยอมตาย? เพราะว่าจิตยังยึดถืออยู่
ยังติดพันอยู่ในเรื่องต่างๆเยอะแยะ ติดในเรื่องลูก คิดใน
เรื่องเมีย ในเรื่องทรัพย์สินสมบัติ ในเรื่องความสุข ในสังคม
ของมนุษย์นี้ความติดพันมีมาก ไม่อยากจะจากสิ่งนั้นไป
เมื่อไม่อยากจะจากสิ่งนั้นไปเราก็เป็นทุกข์ เป็นทุกข์เพราะ
รู้ว่าจะตาย ตัวจะตายก็เป็นทุกข์ละ นี่เรียกว่า...ทุกข์

เพราะความตายมันหมายถึงอย่างนี้ เพราะกลัวตาย...จึงได้เป็นทุกข์ ไม่ยอมตาย...จึงได้เป็นทุกข์

ถ้าเราไม่กลัวตายเรายอมมันเสีย จะตายเมื่อไรก็ได้ เราก็ไม่มีความเดือดร้อนเพราะความตาย เพราะว่า จะตายเมื่อไรก็ได้ ก็จะได้ตายอย่างสบาย ไม่มีความทุกข์เกิดขึ้น

แต่ว่าอาการอย่างนี้ จะเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าเราไม่มีปัญญาพิจารณา อาการอย่างนี้จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อผู้นั้นมีปัญญาพิจารณา เห็นว่าร่างกายของเรานี้มันเป็นของเปราะ...หักง่าย แตกง่าย ไม่มีอะไรที่มันคงถาวร เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องผ่านความแก่ ความเจ็บ ความไข้ แล้วผลสุดท้ายก็ต้องตาย เราเคยเห็นคนอื่นแสดงจากนี้กันมาแล้ว ต่อไปก็ถึงตัวเราบ้าง คิดได้อย่างนี้แล้วก็เบาใจ ไม่ทำให้เป็นทุกข์ เพราะว่ารู้จักใช้ปัญญาพิจารณาในสิ่งนี้

ที่นี้ ความตายของคนหนึ่ง ทำให้อีกหลายคน

เป็นทุกข์ไปด้วย คนอื่นที่พลอยเป็นทุกข์ไปด้วย นี่ทุกข์เรื่องอะไรกัน?... ทุกข์เพราะความยึดอีกนั่นแหละ มันไม่ใช่เรื่องอะไรหรอก ยึดถือว่าพ่อฉันตาย แม่ฉันตาย เมียฉันตาย ลูกฉันตาย เมื่อมีความยึดถือขึ้นอย่างนี้ เราก็เป็นทุกข์ เพราะความตายของบุคคลนั้นๆ

พ่อตายแล้วยังทุกข์เรื่องการทำศพ ทำน้อยก็ไม่ได้กลัวคนเขาจะว่า เรามันเป็นคนมีชื่อเสียงก็ต้องทำให้นานๆ สวดสัก ๗ คืน แล้วก็ต้องเก็บไว้อีก เก็บไว้แล้วค่อยรื้อเอามาเผาอีก จะทำงานๆไม่เอา ตายแล้ว...พຽ່ງนี้ก็เก็บไว้สักคืนหนึ่ง แล้วก็เอาไปเผาเสียก็หมดเรื่องกัน มีเงินมีทองจะทำบุญสุนทาน ก็ทำไปตามฐานะเท่าที่จะทำได้ ไม่ต้องทำให้มันเอิกเกริกเฮฮามากเกินไป

แต่คนส่วนมากไม่คิดอย่างนั้น คิดแต่ว่าฉันใหญ่ มีชื่อเสียง ฉันเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้...เลยยุ่ง ยุ่งเพราะอะไร?...ยุ่งเพราะ “ตัวกู ของกู” นี่แหละเขากันเรียกว่า “อัตวาหุปาทาน” ความยึดถือในตัวตนนี้มันมีมาก พอยึดแล้วก็วุ่นวาย

ทุกข์เพราะความยึดถือ

เรื่องความตายของมนุษย์ในเมืองไทยนี้มันยุ่ง ไม่ใช่หน่อย ที่อื่นเขาไม่ยุ่งเท่าไหนๆ ตายเข้าก็พาไปเข้า ตายป่วยก็พาไปป่วย ตายเย็นก็พาไปเย็น เช่นชาวอินเดีย ตายปุ๊บพาไปเผาเลย เขาไม่เก็บศพไว้นานๆ ประเทศญี่ปุ่น เขาก็ไม่เก็บ มีกฎหมายบังคับตายแล้วต้องเผาภายใน ๒๔ ชั่วโมง...ต้องพาไปแล้ว ต้องเผาภายใน ๒๔ ชั่วโมง ต้องไปแล้ว แกจะใหญ่โตปานไหนก็ต้องพาไปละ ถ้าไม่เผาก็ฝัง เก็บไว้ในบ้านไม่ได้ เพราะบ้านเล็กๆลำบาก

ถ้ากฎหมายออกมาอย่างนั้น ก็ช่วยให้คนไม่ต้องยุ่งใจ เพราะว่ากฎหมายบังคับ แต่ถ้าไม่มีกฎหมายบังคับ บังคับ ทำไปคนก็ตีแหล่! ตายแล้วพาไปเผาเลย เหมือนกับไม่รักใคร่ ว่ากันไปเสียอย่างนั้นอีก เอาไปเผาเหมือนยังกับซากสัตว์ตรึงจาน มนุษย์เราชอบดีชอบว่า โอ้เนี่ยว่า ที่ดินะไม่ใช่เรื่องอะไรหรอก จะได้พลอยกินด้วยถ้าเขามีกานมีการหลายวันจะได้พลอยไปด้วย พลอยไปดื่มไปกิน-

กับเขาด้วย มันมีเท่านั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องอะไร ได้ดูลิเกบ้าง พलयสนุกกับเขาด้วย ที่นี้เฝ้าที่นินทากันมันก็เรื่อง เพราะไม่ได้กินนั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องอะไร เกิดจาก “ตัวกู” อีกแหละ เกิดจาก “ตัวกู ของกู” กูไม่ได้กิน กูไม่ได้เที่ยว ไม่ได้สนุกในงานศพนั้น แล้วก็เลยนินทากันไปตามเรื่อง

น่าจะออกกฎหมายเหมือนกันนะที่เมืองไทยนี้ บังคับเสียให้ได้เฉาไวๆ พระก็จะต้องไม่เสียเวลา...เสียเวลาไปนั่งสวดศพอยู่ สวดแล้วสวดอีกอยู่นั้นแหละ กุสลา ัมมา...คนสวดก็ไม่ว่าเรื่อง คนฟังก็ไม่ว่าเรื่อง ต่างคนต่างไม่ว่าเรื่อง พระไม่ว่า ชาวบ้านก็ไม่รู้ แต่อุตสาห์นั่งฟังอยู่ได้ตั้ง ๗ คืน มันเรื่องอะไร....ยียายดเสียเวลา

คนที่มีชื่อเสียงนี่ก็เสียเวลากับงานสังคมไม่ใช่ น้อยๆ แต่งงานเอย งานศพเอย ขึ้นบ้านใหม่เอย ร่วนวายหลายเรื่อง พบคนที่เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ ท่านต่างก็บอกว่า “ไม่ไหวหรอก...สังคมมันมากเกินไป จะให้ไปรดน้ำแต่งงาน ให้ไปรดน้ำศพ เอ้า! เวลาแต่งงานก็รดน้ำ ตายก็รดน้ำอีก

จะให้ไปขึ้นบ้านใหม่ละ นั้นละ นีละ ไม่ไปก็ไม่ได้ ไปแล้ว ก็ต้องไปนั่งอยู่นั้นแหละ เสร็จแล้วจึงจะกลับได้ เสียเวลา ทำให้ไม่ได้พักผ่อนเท่าที่ควร ดึกตื่นเที่ยงก็ต้องไปนั่งฟัง พระสวดต่างๆ ที่ไม่รู้เรื่อง อีกนั้นแหละ” อย่างนี้เป็นต้น

ไปงานแต่งงาน กว่าจะได้รดน้ำก็ต้องเข้าคิวกัน เหมือนเข้าคิวกันซื้อตั๋วเข้าโรงหนัง เจ้าบ่าวเจ้าสาวก็นั่งปวดเอวอยู่นั้นแหละ อันที่จริงเจ้าบ่าวสาวก็ไม่ค่อยชอบ หรือกรคนานๆ นะ เขาต้องการจะไปรู้จักกันมากกว่าจะต้องมานั่งทนหลังขดหลังแข็งอยู่อย่างนั้น มันเรื่องอะไรกัน...ต้องรดกันมากอย่างนั้น ไม่เห็นจำเป็นอะไร แค่นี้ผู้หลักผู้ใหญ่ปู่ย่าตายาย ๓-๔ คนรดนั้นก็พอแล้ว

บางทีเจ้าบ่าวจะแต่งน้อยๆ แต่เจ้าสาวบอกว่า “ไม่ได้...หนูไม่ยอม ต้องทำให้ใหญ่โต” อยากได้หน้าได้ตา มันก็โอ้ “ตัวกู ของกู” นั้นแหละไม่ใช่อะไร ใจตัวกูของกู มันหนักอยู่ในหัว ความยึดถือนี้แหละ...กูต้องใหญ่ กูต้องมีชื่อในการแต่งงานคราวนี้ คนจะได้รู้ว่าฉันแต่งงานแล้ว

แต่งงานเสร็จแล้วยังอุตส่าห์ถ่ายรูปไปให้หนังสือพิมพ์ลงให้อีกด้วย ความจริงหนังสือพิมพ์ไม่ได้มาถ่ายรูปเรา เจ้าตัวถ่ายเองแหละ แล้วก็ส่งไปให้เขาลงให้หน่อย ลงประกาศให้เขารู้ว่า “ฉันมีเจ้าของแล้วนะ ทีหลังอย่ามาเกี่ยวฉันอีกนะ” อย่างนี้เป็นต้น ใจความวุ่นวายนี้มันเกิดจากความยึดถือ ยึดถือในตัวตน ถ้าไม่ยึดถือ เรื่องมันก็น้อย

มีคนคนหนึ่งเขาแต่งงานไม่บอกใครหรอก เชิญเพื่อนมากินข้าวแกงธรรมดา ไม่มีเหล้าไม่มีอะไร...ไปงานใหญ่จะกินเป็นพิธีเท่านั้น นี่กินกันอย่างสบายใจไปเลย กินเสร็จแล้วถาม “นี่มันเรื่องอะไรกัน?”

แกบอกว่า “แต่งงาน”

เพื่อนก็ว่า “อ้าว! แล้วทำไมไม่บอกล่ะ”

เขาว่า “ก็บอกแล้วไง” มีลูกเต๋าก็ออกมาเรียบร้อยเวลานี้ลูกหัวปีเรียน ม.ศ.๕ แล้ว นี่แต่งงานๆไม่มีพิธีรีตองอะไร แต่เป็นคนมีศีลธรรม เวลาจะแต่งงานก็ให้เจ้าสาวไปอยู่วัดถือศีลอุโบสถ ๑๕ วัน เจ้าบ่าวก็ถือเหมือนกัน

๑๕ วัน พอถือกันครบแล้วพากันไปจดทะเบียนที่อำเภอ ให้ผู้เฒ่าผู้แก่อวยพรนิดหน่อยตามธรรมเนียม หมดเรื่อง เชิญเพื่อนมากินนิดหน่อย พอสบาย ไม่ใช่กินกันเมามายอะไร ไม่ต้องไปว่าภักดาการนั้น ภักดาการนี้ กินกันตามเรื่อง มีแกง ๒ หม้อเท่านั้น แกงเหลืองหม้อหนึ่ง แกงเผ็ดอีกสักหม้อหนึ่ง แล้วก็กินในสนามหญ้านั้นแหละสบายดีอย่างนี้ไม่ยุ่งเลย แต่ว่าทำแบบนี้ไม่ได้หน้า หน้ามีอยู่แล้วมันไม่พอดึงหาหน้าใหม่มาใส่อีกหลายๆหน้า เลยหน้าเดิมก็พลอยหายไปเสียด้วยหายไป... เรื่องอะไร?...เรื่องดอกเบ๊ยะ เป็นหนี้เป็นสินเขา เพราะกู้เงินเขามาแต่งงานแพงๆ

วันก่อนเด็กที่มันเป็นญาติกันกับพระ มาบอกว่า “ผมจะแต่งงานละครับ”

ก็ถามว่า “ต้องเสียเงินเสียทองเท่าใดละ”

แกตอบว่า “ต้องเสียเงินค่าสินสอดทองหมั้นเป็นเงินสดหมื่นบาท ทองอีก ๕ บาท แล้วยังต้องเลี้ยงเขาอีก

สักหมิ่นนะแหละ”

เลยบอกว่า “ทำไมจึงทำบ้าๆอย่างนั้นล่ะ เอาเงินที่ไหนมา?” เพราะรู้ว่ากระเป๋ามันไม่มีสตางค์ “ต้องไปริดไปไถญาติพี่น้องเขากอีก ญาติพี่น้องก็ลำบากอยู่แล้ว ก็จะแต่งกันเฉยๆ จดทะเบียนไม่ได้หรือ เจ้าสาวอยู่นครนายก แคว้นไปทำงานสงขลา เจ้าบ่าวก็อยู่โนนแหละ แล้วทำไมไม่แต่งงานกันเสียทีโนนก็ได้หมดเรื่องกันไป”

แกก็ว่า “ไม่ได้หรอกเจ้าสาวเขาไม่ยอม เขาว่าต้องแต่งที่บ้านให้คนได้รู้ได้เห็นเป็นพยานว่าแต่งแล้ว”

เลยบอกว่า “พยานนั้นมันไม่สำคัญอะไรหรอก แต่งกันสักปี เตียวพยานมันก็ออกมาเองแหละ ไม่ต้องเดือดร้อนอะไรหรอก”

แต่ไม่ได้...ก็ความยึดถือนี้แหละ ความยึดถือในเรื่อง “ตัวกู ของกู” มันแรง เลยต้องให้มันใหญ่ สังคมมันเลยลำบาก เดือดร้อนเพราะเรื่องอย่างนี้แหละ คนไหนหน้าไม่ใหญ่ก็ต้องไปเพิ่มหน้าเข้า ไปพอกเข้าให้มันใหญ่

ที่นี้มันก็เดือดร้อนวุ่นวาย ปัญหามันมีมากอยู่เหมือนกัน
ไอ้เรื่องอย่างนี้นะ

ทุกข์จากความ ‘เจ็บ’

“พยาธิปี ทุกขา” ความเจ็บไข้ก็เป็นทุกข์

เรื่องนี้เห็นกันง่ายที่สุด เพราะว่าเราเคยเจ็บ
เคยไข้ เวลาป่วยแล้วมันก็เป็นทุกข์ ปวดแสบปวดซากให้
ทุกข์ เวลาเดินก็ปวด เวลานั่งก็ปวด นอนก็ปวด แต่ว่า
เป็นทุกข์ที่เบาหน่อย เพราะว่าคอยพิจารณาเอาไว้ เวลา
ปวดก็คอยพิจารณา “เฮ้อ เอ็งจะปวดก็ปวดไปตามเรื่อง
ของเอ็ง” พิจารณาเสียมันก็ค่อยยังชั่ว

ที่นี้ถ้าคนไม่มีปัญญาพิจารณา มันก็เจ็บปวดมาก
ทุกข์มาก กายเป็นทุกข์แล้ว ใจก็ยังพลอยเป็นทุกข์ไปด้วย
นี่แหละความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความเจ็บ
เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์

ทุกข์จากความ ‘พลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก’

“ปิเยหิ วิปปะโยโคทุกโข” ความพลัดพรากจาก
ของรักของชอบใจเป็นทุกข์

นี่เห็นง่าย...พวกเราคงเคยมีนาฬิกาใช้ ปากกา
รองเท้าของธรรมดาละ แต่ถ้าหายไปก็รู้สึกเป็นทุกข์ วัน
นั้นที่ศาลามีรองเท้าหายไปรายหนึ่ง...ก็เกิดเป็นทุกข์ละ
ไม่มีอะไรจะสวมกลับบ้าน แล้ววันนั้นรถมันชนกันเสียด้วย
ต้องเดินไปขึ้นรถถึงโน่น กระจกกก็แตกอยู่บนถนน เกรงมัน
จะบาดเท้านี้เป็นทุกข์ เป็นทุกข์เรื่องอะไร? เรื่องรองเท้า
หาย นี่เป็นความทุกข์เกิดจากการพรากจากของรักของ
ชอบใจ รักมากก็ทุกข์มาก รักน้อยก็ทุกข์น้อย ไม่รักก็
ไม่ทุกข์เลย หมาขี้เรื้อนตาย ไม่มีใครไปทุกข์กับมันหรอก
แต่ถ้าหมาตัวใดเราเลี้ยงมันด้วยใจเมตตา กรุณา สนใจ
กับมัน พอมันตายก็เป็นทุกข์ละ

เพื่อนพระองค์หนึ่งที่วัดสามพระยา สมัยก่อนนะ
เดินร้องไห้ เลยถามว่า “เป็นโรคอะไร...ร้องให้ทำไม?”

แกตอบว่า “แมวดาย”

อ้าว! ร้องให้เรื่องแมวดายก็ได้ เลยบอกว่า “แล้วแมวนะเกิดมาแล้ว มันไม่ต้องตายหรือ?”

แกว่า “มันก็ตายหรือ แต่มันตายเร็วเกินไป เอาข้าวให้มันกิน มันก็ไม่กิน แล้วมันก็ตาย”

ถามว่า “แล้วเอาไปไว้ในไหนล่ะ?”

แกว่า “ยังอยู่”

จึงบอกว่า “อ้าว! เดียวก็เหม็นนะซี เอาไปฝังเสียที่โคนโพธิ์ก็ได้ หรือจะนิมนต์พระมาบังสุกุลด้วยก็ได้”

แกก็ไม่เอาอีกกลัวเสียสตางค์ แต่ไปเสียตายว่าแมวดาย ร้องให้ร้องห่มแมวดายยังขนาดนี้ ถ้าเมียตายคงหนักขึ้นไปอีก

แต่ว่าผู้ชายนี้ไม่ร้องกันหรือ บางคนดีใจเสียอีกว่าตายเสียทีก็ดี จะหาใหม่ เป็นนั่นไป...นี่ก็กิเลส แต่ว่าความทุกข์ก็คงมีบ้างเพราะคนเคยอยู่ด้วยกัน เคยรักกัน ชอบกัน จากกันมันก็เกิดทุกข์เป็นธรรมดา พลัดพรากจาก

ของรักของชอบใจ มันก็เป็นทุกข์อย่างนั้นแหละ วัตถุที่เรารักหายไปเราก็เป็นทุกข์ ขโมยลักของไปนี่ก็เป็นทุกข์ละ คนในครอบครัวตาย พ่อตาย แม่ตาย เมียตาย เป็นทุกข์ทั้งนั้น ใจความทุกข์นี้ขึ้นอยู่กับความรัก รักมากก็ทุกข์มาก รักน้อยก็ทุกข์น้อย พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ว่า

“ปิยะ เต ชายะโต โสโก, ปิยะ โต ชายะเต ภาะยัง”

แปลว่า ความโศกเกิดจากความรัก ภัยก็เกิดจากความรัก คนเราถ้าไม่รักละก็ไม่ทุกข์หรอก

อันนี้เป็นความจริง ถ้าไม่รักละก็เฉยๆ บ้านของคนอื่น ถ้าเกิดไฟไหม้...เราก็เฉยๆ ไม่สนใจ ถ้าไหม้บ้านเรา เราก็เป็นทุกข์ เป็นทุกข์เรื่องอะไร?... ก็เพราะเรื่องความยึดถือนี้แหละ ว่าบ้านฉัน สุนัขของฉัน แมวของฉัน รถยนต์ของฉัน ถ้ารถคนอื่นชนกันเราก็คงไม่รู้สึกละไรนัก เกิดรถของเราชนกันกับคนอื่นเข้าบ้างก็คงบ่นรำพึงรำพันไปหลายวัน รถสวยๆของเราบุบยับี้หมด นี่เป็นทุกข์ เพราะว่าของรักเปลี่ยนสภาพไป...มันทำให้เกิดเป็นทุกข์อย่างนี้

เพราะฉะนั้น พระท่านจึงสอนให้พิจารณาว่า เราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจเป็นธรรมดา เราหนีจากเรื่องนี้ไม่พ้น เพราะสิ่งทั้งหลายไหลไปสู่ ความแตกดับตามธรรมชาติของมันเป็นธรรมดา เรา ต้องพิจารณาเรื่องนี้ไว้ล่วงหน้า การเตรียมตัวเตรียมใจไว้ ล่วงหน้าก็พอแก้ไขเรื่องนี้ได้ ถ้าไม่ได้เตรียมตัวไว้เลยก็ จะทุกข์มาก ท่านจึงสอนให้รู้ตัวไว้ ให้พิจารณาไว้บ่อยๆ ว่ามันเป็นอย่างนี้ มันต้องแตกต้องดับ ต้องสูญต้องเสีย ต้องจากเราไป ถึงมันไม่จากเรา เราก็กจากมัน ต้องจาก กันแน่ๆ ให้คิดอย่างนี้จะช่วยแก้ปัญหาได้

เรื่องความเจ็บไข้นี้ก็เหมือนกัน ยิ่งเราเป็นหมอ ละก็เห็นมามาก เห็นคนเจ็บมาเยอะ แต่บางทีตัวเจ็บเข้า บ้างก็เป็นทุกข์ เพราะไม่ได้เตรียมตัวไว้ ถ้าเราเตรียมตัว พิจารณา เห็นคนเจ็บป่วยมาหาเราก็คิดว่า “เออ! ร่างกาย มนุษย์นี้มันเป็นของเปราะบางของแตกง่าย มันเป็นของที่เกิด มาจากการผสมปรุงแต่ง มีความเจ็บความไข้อย่างนี้แหละ

เราจะต้องเป็นเข้าสักวันหนึ่ง แม้เป็นหมอกก็หนีไม่พ้น
จะต้องเจ็บไข้เหมือนกัน”

อย่างคุณหมอกคนหนึ่งเป็นไข้เหมือนกัน อาตมา
ไปเยี่ยมเขา พอเข้าไปถึงเขาก็ร้องไห้ ไม่รู้ว่าเพราะอะไร...
ดีใจที่ไปเยี่ยม หรือว่าเสียใจที่เขาเองก็แย่เหมือนกันก็
ไม่รู้ แต่ก็ไม่ได้ถามเรื่องนี้ พุทธธรรมะให้ฟัง ก็หยุดร้องไห้
พออาตมาลุกขึ้นจะลากลับ...เอาอีกแล้ว ร้องขึ้นมาอีก
นี่แสดงว่าเป็นทุกข์เพราะจะต้องพลัดพรากจากอะไร
ต่อ อะไรหลายอย่างหลายประการ มีปัญหาเรื่องลูกเต้า
ก็ยังไม่เติบโต ยังไม่มีเหย้ามีเรือน ยังเป็นห่วงแม่เขาก็ตาย
ไปก่อน อันนี้เป็นความทุกข์

นี่มันต้องหมั่นพิจารณาไว้ว่า จะต้องเป็นอย่างนั้น
อย่างนี้ แล้วเราก็เตรียมตัว เตรียมเรื่องไว้ให้เรียบร้อย
ทรัพย์สินเงินทองควรจะให้แก่ใคร ถ้าลูกเต้ายังเล็กอยู่
ก็ต้องมีผู้จัดการ จะให้ใครเป็นก็จัดการเสียให้เรียบร้อย
ทำพินัยกรรมไว้แล้วเราก็หมดกังวลใจ

เมื่อวานขึ้นไปเยี่ยมผู้ป่วยคนหนึ่ง คนนี้แกมีเงินมาก มีรถตั้ง ๗-๘ คัน แกบอกว่า “ยังไม่ได้จัดทำพินัยกรรม จะไปหาทนายมาทำหน่อย”

เลยบอกว่า “รีบทำเสียละโยม โรคหัวใจนี่ะไม่ได้หรอก กระทบนิดหน่อยมันก็วูบไป เพราะฉะนั้นรีบทำเสีย ลูกหลายคนเดี๋ยวจะยุ่งกันทีหลัง” คนเราน่ะมักจะประมาท มัวนึกว่าพรุ่งนี้ก็ได้ มันจะไม่ถึงพรุ่งนี้นะซีจะมองเสียก่อน...ก็จะเดือดร้อน เราจึงควรจะคอยเตือนตนเอง พิจารณาไว้แก้ไขต่อไป

ทุกข์ทางใจ

“โสกะปริเทวะ” คือความโศก คือความแค้นใจใจเหี่ยวแห้ง มันแห้งเพราะอะไร...

ความทุกข์นั้นแหละมันแห้งไปหมด เหมือนกับน้ำในกะทะมันแห้งเพราะความร้อน ไฟมันลุกอยู่ไม่ได้

เดิมน้ำลงไปอีกมันก็แห้ง นี่เรียกว่า...โศกคือแห่งใจ ร่ำไร
ร่ำพันคือปริเทวะ เพื่อบ่นออกมาคือความคับแค้นใจด้วย
ความทุกข์ที่เกิดขึ้นมากระทบอารมณ์ ที่เราไม่ชอบใจ เช่น
อยู่ๆคนรักเกิดตายขึ้นมา ก็เกิดโศกเหี่ยวแห่งใจ ร่ำไร
ร่ำพัน...ทุกข์ทางใจเกิดขึ้น

ทุกข์ทางกายคือโรคา ทุกข์ทางใจนั้นเกิดจากไป
ติดพันยึดถือสิ่งนั้นสิ่งนี้ ภาษาทางพระเรียกว่า โทมนัส

ถ้าว่า “ทุกข์” หมายถึง ทุกข์ทางกาย

“โทมนัส” หมายถึง ทุกข์ใจ

ความสุขเฉยๆ หมายความว่า สุขกาย

ถ้า “โสมนัส” ก็หมายความว่า สุขใจ

เราจึงพูดกันว่า สุขกับโสมนัส ทุกข์กับโทมนัส
คือทุกข์ทั้งกายและใจ แต่จะทุกข์อะไรก็ตาม สรุปแล้ว
ก็เกิดจาก “ความยึดถือ” นั้นเอง ถ้าวางได้มันก็ไม่เกิด
ทุกข์ ไม่ว่าจะเป็นทุกข์ประจำตัว ทุกข์จรเข้า หรือทุกข์
เบ็ดเตล็ดก็ตาม

ในตอนท้ายคำสวดมนต์ที่ว่า...

“สังขิตเตนะ ปัญฺจุปาทานฉนฺธา ทุกฺขา” ว่ากัน
โดยย่อ อุปาทานฉนฺธ เป็นตัวทุกข์

อุปาทานฉนฺธ นี่ก็คือการเข้าไปยึดถือฉนฺธว่า
เป็นตัวเป็นตน ฉนฺธ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร
วิญญาณ ที่เราสวดนะ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ
ความตาย ความร่ำไรร่ำพัน ความพลัดพรากจากของรัก
ของชอบใจ ต้องการสิ่งใดไม่ได้สมหวัง อยู่ร่วมกับคนที่
ไม่ชอบใจก็เป็นทุกข์

ทั้งหมดนี้ก็คือไปยึดเอาฉนฺธ ๕ เป็นตัวฉัน
ยึดถือ “รูป” เป็นตัวฉัน ยึดถือ “เวทนา” เป็นตัวฉัน
ยึดถือ “สัญญา” เป็นตัวฉัน ยึดถือ “สังขาร” เป็นตัวฉัน
“วิญญาณ” ก็เป็นตัวฉัน ถ้าพูดตามภาษาท่านเจ้าคุณ
พุทธทาสที่ว่า “ตัวกู ของกู” มีตัวกู ของกู....แล้วก็ทุกข์
ขึ้นมา ถ้าทำลาย “ตัวกู ของกู” เสียได้ มันก็หมดเรื่องกัน
ไป...ความทุกข์ไม่มี

กำหนดรู้ถึงความทุกข์ที่เกิด

ต่อไปคือควรกำหนดรู้ว่าทุกข์เกิดขึ้นและตั้งอยู่ในใจของเราเพราะอะไร?

อะไรเป็นสิ่งที่หล่อเลี้ยงความทุกข์ให้ลูกโพลงอยู่ในใจของเราอย่างไร จึงจะดับทุกข์ได้

ในเบื้องต้นนี้ให้รู้ว่าตัวเป็นทุกข์ก่อน บางคนไม่รู้ตัวว่ามีทุกข์ โหลหลงอยู่ในทุกข์นั้น และหาว่าทุกข์นั้นเป็นสุขไปเสียด้วย นี่เรียกว่า วิปัสสคลาดเคลื่อน เห็นทุกข์เป็นสุข เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี เห็นของไม่เที่ยงว่าเที่ยง เห็นความไม่ใช่ตัวตนเป็นตัวตนไป เข้าใจผิดไปเสียอย่างนี้ เรื่องมันจึงยุ่งกันใหญ่

เพราะฉะนั้นต้องกำหนดรู้ว่า ใจเราเวลานี้มีความทุกข์เกิดขึ้นอยู่ แล้วศึกษาต่อไปว่ามันมาจากที่ไหน จะไปอย่างไร จะแก้ไขความทุกข์นั้นโดยวิธีใดต่อไป อันเป็นทางที่จะช่วยให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน

สมุทัย : เหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์

ทุกข์เกิดได้เพราะมีเหตุ คือ ‘สมุทัย’

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสอนผลก่อน แล้วจึงสอนเหตุคือตัวทุกข์เป็นผล แล้วเมื่อเห็นตัวผลของมันแล้วก็ทรงสอนตัวเหตุของมันต่อไป เหตุของความทุกข์ คือ “สมุทัย” สมุทัยนี้แปลว่า เกิดพร้อม ตั้งขึ้นพร้อมเป็นตัวเหตุให้เกิดความทุกข์ขึ้นมา

ตัณหา...เป็นตัวเหตุให้เกิดทุกข์

สมุทัยมี ๓ ประการ เรียกว่าตัณหานั่นเอง ตัณหา ๓ อย่าง ตัณหาก็คือความอยาก อยากในเรื่องอะไรต่างๆ

ที่นี้การอยากข้าวอยากน้ำนี้เขาไม่จัดว่าเป็นตัณหา แต่ถ้าจะกินให้มันอร่อย จะกินขนมจีบซาลาเปาที่ภัตตาคารนั้น ภัตตาคารนี้ นี่เป็นตัณหาขึ้นมา...เป็นความทุกข์ได้เหมือนกันถ้าไม่ได้กิน

ตัณหา ๓ ประการ

ที่ว่าตัณหา ๓ ประการนั้น คือ

๑. กามตัณหา คืออยากจะมี

๒. ภวตัณหา คืออยากจะเป็น เช่นอยากจะเป็น
ผู้แทนฯ อยากจะเป็นรัฐมนตรี

๓. วิภวตัณหา คืออยากไม่มี อยากไม่เป็น แต่
ไม่ใช่ด้วยปัญญาอะไร เช่น คนผูกคอตาย โดดน้ำตาย
นี้ด้วยตัณหาหนึ่ง คือวิภวตัณหา

วิภวตัณหาตัวนี้เกิดเพราะเบื่อ ไม่สนใจก็คิดว่าอยู่
ไปทำไม แผ่นดินนี้มันเล็กเหลือเกิน เช่นว่าผู้ชายหนุ่มๆ
ผู้หญิงสาว ๆ รักกันนี่นะ ไม่สนใจแล้วจะอยู่ไปทำไม
วิภวตัณหาเกิดขึ้นแล้วก็เลยฆ่าตัวตาย กินยาตาย กระโดด
น้ำตาย นี่คือตัณหาของมนุษย์คนหนึ่ง ในสามจำพวกของ
ตัณหาที่กล่าวมา

แล้วก็เรื่องตัณหานี้เป็นเรื่องที่เรียกว่าไม่จบ เป็น
เรื่องเพลิดเพลิด เป็นเรื่องสร้างภพ สร้างชาติต่อไป

อาการของตัณหา มันทำให้เพลิดเพลิดผ่นไปตามอำนาจ
 ตัณหา แล้วก็ไม่อึด ได้ ๑ อยากได้ ๒-๓-๔-๕-๖ เรื่อยไป เช่น
 พวกกามคุณ ไม่รู้จักอึด อยากมี ๒-๓-๔ เรื่อยไป มีเงิน
 มีทองแล้วก็ไม่อึด...อยากได้เรื่อยไป เกิดความทุกข์เพราะ
 ความอยากที่ไม่รู้จักอึดจักพอ แล้วก็สร้างภพ สร้างชาติ
 คือคิดผ่นอยู่ในใจ...กลางคืนเป็นควัน กลางวันเป็นเปลว

กลางคืนเป็นควัน ก็หมายถึงว่า กรุ่นอยู่ด้วย
 ความคิดนึกจนนอนไม่หลับกลายเป็นโรคประสาท

กลางวันเป็นเปลว ก็ให้วิ่งว่อนไปเลยทีเดียวน เพื่อ
 แสวงหาสิ่งที่ตัวต้องการ ถ้าไม่ได้ก็กลุ้มใจ มีความทุกข์
 ความเดือดร้อน

นี่แหละตัณหาพาให้วิ่งเต้นไปอย่างนี้ให้หลงไหล
 มัวเมาในเรื่องอะไรต่างๆหลายประการ จนเป็นเหตุให้
 มีความทุกข์ความเดือดร้อนต่างๆ ตัวตัณหานี้เป็นตัวจักร
 สำคัญเรียกว่า เป็นตัวเหตุให้เกิดความทุกข์ขึ้นมาในใจ
 ของเรา ความทุกข์เกิดจากตัณหา ๓ อย่างดังกล่าวนี้นี้

ที่นี่เราจะจัดการอย่างไรกับมัน?... ตอบได้ว่า ต้องละตัณหาอย่าให้มันเกิดขึ้น คนเรานี้อยากไม่เข้าเรื่อง อยู่บ่อยๆ ไม่ถึงเวลาก็ไปอยากเข้า ไม่ถึงเวลาก็ไปทำเข้า ไม่ถึงเวลาที่จะรู้ก็อยากจะรู้ เลยเกิดความทุกข์ขึ้นเพราะ ความอยากโน้นอยากนี่

ส่วนที่ว่า... คนทำงานทำการนี้มันเป็นตัณหา หรือไม่?... ถ้าทำอย่างเป็นทุกข์ มันก็มีตัณหา ถ้าไม่ทุกข์ ก็ไม่มีตัณหา เราทำงานด้วยความรู้เท่าทัน ทำด้วยความ สบายใจ ไม่มีความต้องการอะไรที่จะเกิดขึ้นจากงานนั้น รุนแรงเกินไป เราทิ้งผลที่จะเกิดจากงานนั้นไว้กับเรื่อง ของงาน สดแล้วแต่ว่ามันจะเกิดอะไรขึ้น แต่เราทำตาม หน้าที่ ให้ทำอย่างนี้ก็ไม่เป็นทุกข์ แสวงหาข้าวของเงินทองนี้ พระท่านไม่ห้าม แต่ว่าอย่าแสวงหาให้เป็นทุกข์ อย่าทำ จนต้องเป็นทุกข์เดือดร้อน คนที่เป็นทุกข์เดือดร้อนนะ เพราะอยากรุนแรงในเรื่องเช่นนั้น ทำด้วยความอยาก รุนแรง เมื่อไม่ได้สมใจ ก็เป็นทุกข์โทมนัสรุนแรงเหมือนกัน

เช่นลงทุนการค้ากะว่าจะได้กำไรสักแสน อยากได้กำไรเต็มแก...แต่ว่าทำไปแล้วไม่ได้ ได้เพียงสักห้าหมื่น ก็ไม่พอใจหัวฟัดหัวเหวียง อย่างนี้เรียกว่าทุกข์ไม่เข้าเรื่อง เป็นความเขลาชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นในใจ แล้วก็ทำลายตนเองด้วยความทุกข์โดยไม่เข้าเรื่อง เพราะไม่มีปัญญาจะคิดว่า สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ไม่มีอะไรที่จะได้เหมือนใจเสมอไปหรอก แม้ว่าจะมีแผนการอันวางไว้เรียบร้อยก็ตาม เพราะอะไร?... เพราะว่าสิ่งทั้งหลายมันเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา สภาพการณ์ ความเป็นอยู่ทั้งหลายของโลกนี้เป็นอนิจจังคือเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา แล้วงานที่เราทำนี้มันจะเที่ยงได้หรือ? มันก็ต้องเป็นไปตามเหตุการณ์ ตามสิ่งแวดล้อม ได้เท่าไรก็ควรจะพอแล้ว ความสบายใจก็เกิดขึ้นได้ คือมันเกิดขึ้นตรงที่ว่า “พอแล้ว”

ไอ้ตัว “พอแล้ว” นี่แหละ เป็นศิลปะของการครองชีวิต มันช่วยให้สบายใจ แต่ถ้าเรารู้สึกว่ามันน้อยไป มันไม่สมใจ มันก็เป็นทุกข์ กินไม่ได้นอนไม่หลับ แล้วยังคิด

ละอายคนโน้นคนนี้ว่าเขาจะคิดดูหมิ่น เขาจะเหยียดหยาม
คิดนอกเรื่อง มากเรื่องซึ่งเป็นการสร้างความทุกข์ ความ
เดือดร้อนให้แก่ตนเองทั้งนั้น ทางแก้ในเรื่องนี้ก็คือว่า
พอใจเท่าที่ได้

‘พอดี’ ศิลปแห่งการครองชีวิต

สมมติว่าเราทำนา ๒๐ ไร่ ตามปกติถ้าได้ข้าวดี
ทำดี ฝนดี เราก็คงต้องได้ข้าวไร่ละ ๘๐ ถึง ถ้าดินเช่นที่
เพชรบูรณ์ก็ได้ ๑๐๐ ถึง แต่ทางภาคกลางนี้เห็นจะไม่ไหว
๑๐ ไร่ได้ ๘๐๐ ถึง นี่เรานึกเอาอย่างนั้น แต่ถ้าพอถึงเวลา
เก็บเกี่ยวเข้าจริงๆมันได้เพียง ๔๐๐ ถึง หรือ ๓๐๐ ถึง
ถ้าคนไม่มีปัญญาเป็นเครื่องปลอบโยนจิตใจก็เป็นทุกข์มาก
เป็นทุกข์ระทมขมขื่นเอาทีเดียว เพราะมันได้น้อยไป
คนที่ปัญญาก็จะบอกว่า “อ้อ...เท่านี้ก็ดีแล้ว ดีกว่ามันจะ
ไม่ได้เสียเลย จะขาดทุนมากกว่านี้ นี่ยังได้มาบ้าง เพราะ

ว่าฝนมันไม่อานวย ศัตรูพืชมันก็มาก ผลที่ได้มันจึงมีเพียงเท่านี้ ได้เท่านี้ก็ดีแล้ว” แล้วเรากียอมรับต่อเหตุการณ์ เรา ก็ไม่เป็นทุกข์ใจมากเกินไปเพราะเรื่องอย่างนั้น

ในเรื่องอื่นๆก็เหมือนกัน เราตั้งความหวังไว้ ๑๐๐ ได้ ๗๐ ก็ควรจะพอใจ ได้ ๖๐ ก็ควรจะพอใจ พอใจว่า ยังดีกว่าไม่ได้เสียเลย ความพอใจ อันนี้แหละเรียกว่า “สันโดษ” มันเป็นศิลปช่วยให้มีความสุขในจิตใจ ที่นี้คนเราที่เป็นทุกข์มีความเดือดร้อนใจอะไรต่างๆนี้เพราะว่า “ไม่รู้จักพอ” ในสิ่งที่เราได้ จึงควรรู้จักบังคับตัวเองเอาไว้ ให้ “รู้จักพอ” ในสิ่งที่มิได้

ถ้าเราจะไปรถไฟ แต่ว่ารถไฟมันเสียกลางทาง ก็อย่าไปเที่ยวเดินเป็นชมมดติดจั่นอยู่บนรถ นั่งให้สบายๆ นึกว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องเกิดขึ้น เพราะสิ่งทั้งหลาย มันไม่เที่ยง นี่เอาคำพระไปคิด มันไม่เที่ยง ไม่อยู่ในอำนาจ บังคับบัญชาของใครๆ มันอาจจะเกิดอะไรขึ้นเมื่อใดก็ได้ ให้คิดอย่างนี้แล้วจะสบายใจไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะรถช้า

คนที่คอยก็ควรจะรู้ว่าคงมีเหตุจึงมาไม่ได้ ไม่ต้องเป็น
ทุกข์อะไรทั้งสองฝ่าย ถ้ารู้จักทำให้สบายแล้วเรื่อง
มันก็ไม่ยุ่ง ตัวตณหาที่จะพาใจให้วุ่นวายนั้นมันเบาไป
เพราะว่าเราคอยควบคุมตัวเอง ไม่ให้เกิดความวุ่นวายใน
สิ่งเหล่านั้นมากเกินไป นี่คือวิธีแก้

อะไรเหมาะ อะไรควรอะไรไม่ควร กาลเทศะ
สิ่งแวดล้อม เราต้องพิจารณาเพื่อเอาเป็นเครื่องปลอมโยน
จิตใจให้คลายความยึดถือในเรื่องนั้นๆ ให้เบาบางลงไป
อันนี้เป็นความคิดชอบเพื่อเป็นการแก้ตณหา...ต้องแก้กัน
อย่างนี้

อะไรที่ยังมาไม่ถึงก็อย่าไปนึกให้มันมากเกินไป
เราเกิดทุกข์เพราะอะไร...เพราะ “ไม่พอใจ” ในสิ่งที่อยู่
เฉพาะหน้า แต่จะไปเอาในสิ่งที่ยังมาไม่ถึง นี่มันเป็นทุกข์
ด้วย เหมือนเขาเขียนภาพไว้เป็นภาพลึงอยู่บนต้นไม้ ลึง
นี่มันกินผลไม้ในปากสองแฉับต๋อยทีเดียว มือก็ถือไว้ ๒ ผล
เท้าก็อีก ๒ ผล แล้วเขาก็เขียนให้ตามันมองไปที่ข้อ

ผลไม้อีก นี่เป็นภาพปริศนาธรรมที่เขาเขียนไว้ก็เพื่อให้เห็นว่า เป็นทุกข์เพราะเรื่องไม่พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ยังจะแสวงหาต่อไป

การทำงานการณะเป็นหน้าที่ที่เราจะต้องทำ แต่ว่าทำอะไรมันจึงจะไม่ทุกข์นะ มันเป็นหน้าที่ที่เราจะต้องคิดต่อไป ทำอย่างไรจึงจะไม่เป็นทุกข์ ทำอย่างไรจึงจะไม่เกิดไฟเผาใจ นี่เป็นปัญหาที่ควรคิดควรค้น ถ้าเราทำงานอยู่ด้วยการเผาตัวเองให้ร้อนอยู่ตลอดเวลาแล้ว เห็นจะไม่ได้การ เพราะมีตัณหาคอยแผดเผาให้เราอยู่ด้วยความทุกข์ความเดือดร้อน

คนเป็นทาสของตัณหา นี่มันเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา แต่ว่าทำอะไรมันจึงจะไม่ทุกข์นะ มันเป็นหน้าที่ที่เราจะต้องคิดต่อไป ทำอย่างไรจึงจะไม่เป็นทุกข์ ทำอย่างไรจึงจะไม่เกิดไฟเผาใจ นี่เป็นปัญหาที่ควรคิดควรค้น ถ้าเราทำงานอยู่ด้วยการเผาตัวเองให้ร้อนอยู่ตลอดเวลาแล้ว...เห็นจะไม่ได้การ เพราะมีตัณหาคอยแผดเผาให้

เราอยู่ด้วยความทุกข์ความเดือดร้อน คนเป็นทาสของ
 ตัณหานี้เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา แต่ว่าถ้าเป็นไทแก้ตัว
 เมื่อใดก็หมดทุกข์เมื่อนั้น

ท่านพูดไว้ว่า “นัตถิ ตัณหาสะมา นที” แม่น้ำ
 ไม่เสมอด้วยตัณหา คือแม่น้ำยังมีเต็ม แต่ว่าตัณหาไม่เต็ม
 มันพร่องอยู่ตลอดเวลา ก็เป็นเหตุให้เกิดความวุ่นวายทาง
 ด้านจิตใจ เช่น กามตัณหา อยากจะมี อยากจะได้เรื่อง
 กามนั้นแหละ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ใจของโลก
 มันก็มีอยู่ ๕ อย่างเท่านั้นแหละที่เราอยากได้ อยากได้
 ไม่รู้จักพอ ก็อยู่อย่างไม่เป็นสุข แม้จะมีเงินทองเท่าไร
 ก็ไม่เป็นสุขเพราะใจอยากได้อยู่เรื่อยไป สู้กระยาจก
 เชิญใจก็ไม่ได้ เพราะว่าเขาพอใจในสิ่งที่เขามีเขาได้

พระราชองค์หนึ่ง มีความทุกข์ความเดือดร้อน
 ตลอดเวลา จึงถามอำมาตย์ว่า “ทำอย่างไร เราจะคลาย
 ความทุกข์ ความเดือดร้อนได้บ้าง?” อำมาตย์ก็ทูลตอบ
 ว่า “ได้พระเจ้าข้า พระองค์จะต้องออกจากพระราชวัง

เดินไปด้วยพระบาท แล้วไปเที่ยวหาคนที่เขาเป็นสุข พอพบคนที่เขาเป็นสุขก็เอาเสื้อคนที่เป็นสุขนั้นมาสวม”

พระราชาก็ออกเดินไป พบใครก็ทักเขาเรื่อยไปว่า “เป็นไง สบายดีหรือ?” เขาตอบว่า “แย่...ภาวี่ขึ้นอย่างนี้ลำบาก เสียกันย่าแย่” ใครก็เป็นทุกข์ทั้งนั้นแหละ ไม่มีใครมีสุขสักคนเดียว

เดินต่อไปก็เจอคนๆหนึ่ง ชุดดินอยู่ในนาข้างถนน ไม่มีเสื้อใส่ พระราชาก็ร้องถามว่า “เป็นไง?” แกตอบว่า “สบายดี เพลินอยู่กับงานนี้แหละ” พระราชาพอพระทัยอยากจะได้เสื้อของคนนั้นไปใส่ จะได้สุขบ้าง แต่ว่าแกก็ไม่มีเสื้อจะใส่ มีผ้าเตี่ยวพันเอวชนิดเดียวเท่านั้น ก็เลยได้ความคิดว่า “อ้อ ไอ้ความสุขนี้มันอยู่ที่ความพอใจ มันไม่ได้อยู่ที่ความอยากได้ไม่รู้จักจบ” ปุโรหิตคนนั้นสอนธรรมแก่พระราชาโดยวิธีให้เรียนเอาเอง ครั้นจะสอนตรงๆก็ลำบาก...ผู้ใหญ่นี้พูดยากก็เลยให้ไปศึกษาเอง

อีกเรื่องหนึ่ง เขาเล่าว่า เจ้านายพระองค์หนึ่ง

อยู่วังเสวยพระกระยาหารไม่ได้ จึงเสด็จไปหิวหินเพื่อไปเที่ยว ท่านก็ไปเจอตาแก่คนหนึ่งนั่งกินข้าวอยู่กลางแจ้งข้างเกวียนน้อย แก่พวยกินอย่างน่าอร่อย เหมือนอย่างที่เราเห็นกรรมกรเขากินกันนั่นแหละ ไม่มีอะไรหรอก... น้ำพริกผักบุ้งที่เก็บเอาแถวๆนั้นเอง

เจ้านายเห็นเข้าก็ถามว่า “แกกินข้าวได้จริงๆ กินยาอะไรนะ?” ตาคนนั้นก็บอกว่า “ยามี่ ยามี่” แกว่า “ยานะมี ท่านอยากได้ไหมล่ะ?” เจ้านายพระองค์นั้นก็ว่า “เออ...ฉันอยากได้ยากินข้าวได้” ชายคนนั้นจึงบอกว่า “เอาไว้พรุ่งนี้ไปด้วยกัน เอาข้าวห่อไปด้วยนะ”

ท่านก็เอาข้าวใส่ปิ่นโตไป ตาแก่ก็ขึ้นขับเกวียนไปในป่า ไปเรื่อยๆ ๑๐ โมง ก็ไม่หยุด เทียงก็ไม่หยุด เหงื่อไคลย่อยทีเดียว เจ้านายนั้นก็หิวเต็มที่แล้ว พอแกเห็นว่าหิวแล้วก็หยุดเกวียนไว้ได้ต้นไม้ใกล้ธารน้ำน้อย แล้วก็กินข้าว แหม...กินอร่อย เจ้านายนั้นก็เลยกินใหญ่ ข้าวทั้งปิ่นโตกินหมดเลย บอกว่า “อือ รสชาติมันดีนะ ข้าว

วันนี้ละ” ตาแก่ก็บอกว่า “รสชาติมันดีตรงที่หิวพะยะค่ะ”
ก็เลยได้ความรู้ว่า ไอ้เรานี้นะอยู่แต่ในวัง มีแต่นั่งกับนอน
ไม่ทำอะไรจะไปหิวได้ยังไง พอเดินทางไกลเสียบ้าง เหงื่อ
ไหลไคลย้อยแล้วก็กิน พอหิวเข้าก็อร่อยไปเอง นี่มันสบาย
ตรงนี้จึงได้พบความจริงว่ามันอยู่ตรงนี้เอง อันนี้เป็น
ตัวอย่าง คือชีวิตคนเรานี้มันต้อง “พอดี” เสียบ้าง “พอใจ
เท่าที่มีที่ได้” ไอ้ความพอใจนี่เป็นยอดสุขละ

ความสุขที่แท้อยู่ที่ใจ

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า “สันตุฎฐี ปรมัง ธนัง”
ความสันโดษเป็นบรมทรัพย์ เป็นทรัพย์อย่างยิ่ง

ทีนี้ คนเรานี้จะอยู่ให้มันเป็นทุกข์ดีหรือจะให้
เป็นสุขดี?... ลองตั้งปัญหาถามตัวเราเอง เราก็ตอบได้ว่า
อยากอยู่อย่างเป็นสุข ทีนี้จะทำอย่างไรจึงจะเป็นสุข? ก็
อยู่ที่ใจ... ไม่ใช่อยู่ที่สิ่งแวดล้อมข้างนอก ไอ้สิ่งแวดล้อม

ข้างนอกนั้นมันไม่ช่วยอะไรเราได้มากนักหรอก ถ้าเรา
ไม่รู้จักหมุนจิตใจของเราให้เหมาะสมกับเหตุการณ์ เรา
ก็เป็นทุกข์เรื่อย เพราะฉะนั้นต้องทำใจอย่าให้ตกเป็น
ทาสของความอยาก ให้เป็นไทแก่ตัวไว้ก็จะได้พ้นไปจาก
ความทุกข์ได้พอสมควร

นิโรธ : ความดับทุกข์

“นิโรธ” หมายความว่าดับตัณหาได้สิ้น ทุกข์ดับ
ไปหมด ชื่อว่านิโรธ “อัยม ทุกขนิโรธ อริยสัจจัง ฯลฯ”
หมายความว่า ดับตัณหาได้ ทุกข์ก็ดับได้ ก็เป็นนิโรธ ซึ่ง
เป็นตัณพลอันเกิดจากการปฏิบัติตามข้อปฏิบัติอีกอันหนึ่ง

ทุกข์เกิดจากเหตุคือ...ตัณหา ที่นี้ตัณหาดับได้
นิโรธมันก็เกิดขึ้นมา เป็นความดับทุกข์ นิโรธก็เหมือนกับ
ว่าไฟดับลงไป ความร้อนหายไปความเย็นมันก็มีขึ้นเป็น
ตัณพล เป็นความดับทุกข์ได้

มรรค : ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

“มรรค” เราก็มารู้ข้อสุดท้ายว่า ตัณหาจะดับด้วยอะไร? ...อันนี้สำคัญ

ตัณหาจะดับได้ด้วยมรรคมืองค์ ๘ นี่เป็นทางแก้ไขความทุกข์ ทางไปสู่ความดับทุกข์นั้นแหละ ทุกข์จะดับได้ก็เพราะตัณหาดับ ตัณหาจะดับไปได้ก็เพราะปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘

มรรคมืองค์ ๘ ได้แก่ สัมมาทิฎฐิ ความเห็นชอบ, สัมมาสังกัปปะ ความคิดชอบ, สัมมาวาจา การพูดชอบ, สัมมากัมมันตะ การกระทำการงานชอบ, สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ, สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ, สัมมาสติ ความระลึกชอบ, สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ, รวมเป็นความชอบ ๘ ประการ

มรรค ๘ นี้แหละ เรียกว่าเป็นทางสายกลาง เป็นทางเอก เป็นทางเดียวที่จะนำบุคคลไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ เครื่องมือสำหรับขจัดปัญหา

ขอให้เข้าใจว่ามรรค ๘ นั้น รวมตัวกันเข้าเป็น
หนึ่ง เป็นทางสายเดียวที่ประกอบด้วยสิ่งต่างๆ ๘ อย่าง
เขาเรียกว่ามืองค์ คือหมายความว่ารวมกันเข้าเป็นอัน
เดียวนั้นแหละแต่ว่ารวมกันเข้าด้วยของ ๘ อย่าง เหมือน
กับเชือก ๓ เกลียว เขาเรียกว่าเชือกมืองค์ ๓ ถ้าเชือก
๘ เกลียว เขาเรียกว่าเชือกมืองค์ ๘

ปัญญา คือ สมาริ

“ทาง” นี้ก็เหมือนกันเรียกว่าทางมืองค์ ๘ องค์
อวัยวะของทางนั้นมันประกอบด้วยเรื่อง ๘ เรื่อง มารวม
กันเข้าเป็นทางสายเดียวเขาเรียก “มัคคสมังคี”

มัคคสมังคี...คือว่ามรรค ๘ อย่าง นี้มารวมกัน
เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงจะเป็นกำลังนำไปสู่ความ
พ้นทุกข์ ถ้าเราทำเพียงอันเดียวมันไม่พร้อมมันไปสู่ความ
พ้นทุกข์ได้ แต่ก็ได้ประโยชน์ตามสมควรแหละ ทว่าไม่มี

กำลังที่จะดันไปสู่ความพ้นทุกข์ ต้องพร้อมกันทั้ง ๘ รวมกันเป็นอันเดียว มีพร้อมกัน เกิดขึ้นพร้อมกัน

สัมมาทิฏฐิ กับ สัมมาสังกัปปะ นี่เป็นตัวนำขอให้เข้าใจว่าในมรรคมืองค์ ๘ นี้ เอาปัญญาขึ้นหน้าแล้วก็เอาศีลไว้ต่อ เอาสมาธิไว้ต่อไป เป็นปัญญา ศีล สมาธิ นี่ในรูปของการปฏิบัติ ท่านวางไว้ในรูปการปฏิบัติ ไม่ใช่รูปของทฤษฎี

รูปของการปฏิบัตินั้นต้องเริ่มต้นด้วยปัญญาคือ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ แล้วต่อไปก็สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะนี่เป็นศีล สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี่เป็นตัวสมาธิ มรรคมืองค์ ๘ นี่ก็คือปัญญา ศีล สมาธิ หรือว่า ศีล สมาธิ ปัญญา นั่นแหละ แต่ว่าเรียงเอาปัญญาขึ้นหน้า

ที่เราเรียกที่อื่นนะ เราว่า ศีล สมาธิ ปัญญา นั่นเขาเรียงโดยหลักทฤษฎี ไม่ใช่เรื่องการปฏิบัติ แต่ว่าจะทำการปฏิบัติกันจริงๆแล้วก็ต้องเอาปัญญาขึ้นหน้า

เพราะว่าปัญญานี้เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดการเข้าใจถูก ไม่มี
ปัญญาแล้วก็เขวหมด ฉะนั้นต้องเอาปัญญานำจะได้ทำให้
ไม่ไขว่เขวไปทางอื่น ต้องเอาตัวสัมมาทิฐิเป็นตัวนำ

สัมมาทิฐิ หมายความว่า เห็นชอบ เห็น
อะไร?...เห็นแจ้งในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค
นี้แหละ เรียกว่า เห็นแจ้งในอริยสัจ ๔ คือการเห็นชอบ

คิดชอบ...คิดจะออกจากกาม คิดจะไม่พยายาทำ
ใคร คิดที่จะไม่เบียดเบียนใคร ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน ใน
ชีวิตของเรา

พูดจาชอบ...คือไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูด
คำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ

ทำงานชอบ...ก็คือ ไม่ฆ่า ไม่ลักขโมย และ
ไม่ประพฤตินอกกาม

เลี้ยงชีวิตชอบ...ก็คือ ทำมาหาเลี้ยงชีพชนิดที่
ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ทำให้ใครเดือดร้อนเพราะการเลี้ยง
ชีวิตของเรา

เพียรชอบ...ก็คือเพียรในที่ ๔ สถาน เพียรระวัง
ไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้วให้
หมดไป เพียรสร้างกุศลให้เกิดขึ้นในจิต เพียรรักษากุศล
ที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม เรียกว่าเพียรชอบ

ระลึกรชอบ...คือเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่มีสติ
ตามดูกาย...เวทนา...จิต...ธรรม

สัมมาสมาธิ หรือตั้งใจมั่นชอบ...หมายความว่า
เจริญฌาณ ๔ คือ ปฐมฌาณ ทุติยฌาณ ตติยฌาณ และ
จตุตถฌาณ

นี่มรรคมารวมตัวกันเข้า เป็นมรรคมงคล ๘
นำไปสู่ความพ้นทุกข์ได้

อริยสัจ ๔ กับชีวิตประจำวัน

นี่คือเรื่องของอริยสัจ ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญ
ของพระธรรมในพุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าของเราที่เรียกว่า “ตรัสรู้” คือตรัสรู้
 สิ่งนี้ได้ค้นพบสิ่งนี้ รู้ว่า ทุกข์นี้เป็นสิ่งควรกำหนดรู้, สมุทัย
 เป็นสิ่งควรละ, นิโรธควรทำให้เกิด, มรรคควรทำให้เจริญ
 ทำให้มีขึ้น พระองค์ก็ได้ทำสมบุรณ์ในน้ำพระทัย จึงได้หมด
 จากความทุกข์ด้วยประการทั้งปวงเป็นพระสัมมาสัมพุทธโธ
 คือผู้รู้แจ้งด้วยพระองค์เอง เพราะว่ารู้ในเรื่องอริยสัจ
 ๔ ประการนี้

ที่นี้หลักอริยสัจ ๔ นั้นะ เราจะเอาไปใช้ในชีวิต
 ประจำวันได้หรือไม่?... บอกได้ว่าควรเอาไปใช้ในชีวิต
 ประจำวัน ใช้อย่างไร?... คือว่าเมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้น
 เรารู้ว่าทุกข์เกิดขึ้นแล้ว ที่นี้เราจะต้องใช้หลักอริยสัจ ๔
 ว่าทุกข์นี้เกิดจากอะไร ให้รู้เหตุของความทุกข์ เมื่อรู้เหตุ
 ของความทุกข์แล้วอยากให้ทุกข์นั้นเกิดซ้ำอีกไหมล่ะ?...
 ไม่อยากก็ต้องตัดเหตุคือเลิกจากสิ่งนั้น

การตัดเหตุนั้นก็เรียกว่าใช้มรรค ๘ แล้ว คือ
 ปัญญาเพราะพิจารณาเห็นว่า การกระทำอย่างนั้นเป็น

การสร้างความทุกข์ ความเดือดร้อน ให้กับตัวเอง...ไม่ดี
เราก็กเลิกละ

ตัวอย่างเห็นง่ายๆว่าเราถูกตำรวจจับตัวไป การ
ถูกตำรวจจับนี่มันเป็นทุกข์เกิดขึ้นแล้ว เราก็กคิดว่าทำไม
จึงถูกตำรวจจับ? อ้อ เราดื่มเหล้าเมาขับรถเปะปะไปชน
เสาไฟฟ้าเขาหักเป็นต้น จึงได้ถูกตำรวจจับ ที่ถูกตำรวจ
จับนี้ก็เพราะเมาเหล้า เรารู้ว่าสาเหตุอยู่ที่ดื่มเหล้า แล้ว
ก็เมา ไปนั่งอยู่โรงพักก็ต้องพิจารณาว่า เรื่องมันเป็น
มาอย่างไร เมื่อมันไม่ดีก็เลิกเสีย...อาจลำบากหน่อยก็
เพราะเป็นของชอบ แต่ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็น
เป็นทุกข์เห็นเป็นโทษของการดื่มของเมา ให้เห็นด้วยตัว
ของเราเอง แล้วก็เบือนหน้าในการที่จะดื่ม เมื่อเลิกเสีย
ได้ก็จะพ้นจากความทุกข์ อันนี้เห็นได้ง่าย

ถ้าเราเป็นทุกข์เพราะมีเพื่อนชั่วๆ ไอ้เพื่อนชั่ว
มันมีแต่จะนำไปทางเสื่อม เราพิจารณาแล้วก็เห็นว่า
ไอ้เรื่องนี้มันมาจากเรื่องอื่น สิ่งทั้งหลายในชีวิตเกี่ยว

เนื่องกันเป็นสายไปเรื่อยๆตามลำดับ เราต้องคล่าถอยไป
ให้พบต้นตอว่ามีเหตุมาจากอะไร เราก็ต้องแก้ที่ต้นเหตุ
ของเรื่องนั้น

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ
จะดับได้ก็เพราะดับเหตุ” เหตุมันยังอยู่ ผลมันก็ยังอยู่
เรื่องมันก็ไม่จบสิ้น เพราะฉะนั้นเราจะต้องดับที่เหตุ
สาวไปจนกระทั่งพบเหตุว่าอยู่ตรงนี้ แล้วก็ตัดมัน ตัดมัน
ด้วยวิธีใด?...ใช้ปัญญา ปัญญาในองค์มรรคนั้นแหละ
คิดตรองให้รอบคอบ พิจารณาให้เห็นว่ามันเป็นทุกข์เป็น
โทษอย่างไร แล้วเราก็เลิกมันเสีย เรื่องมันก็หมดไป

ในปัญหาอื่นๆก็เหมือนกัน ไล่เรื่องความทุกข์นี้มัน
ร้อยแปดละ...เยอะแยะ วันหนึ่งมันเกิดทุกข์ขึ้นหลายครั้ง
หลายหน ต้องพยายามที่จะเรียนรู้ว่าทุกข์นี้มันจะเกิดขึ้น
แก่เรา ตั้งอยู่ในใจของเรา เราควรจะคิดว่าทุกข์นี้มันร้อน
หรือเย็น มันสงบหรือว่ามันวุ่นวาย มันทำประโยชน์ให้หรือ
ว่าทำลายตัวเรา เราก็มองเห็นด้วยตาของเราเองว่ามัน

ร้อนรุ่มอยู่ในใจ คิดไปหาสาเหตุของเรื่องเพื่อจะได้
เข้าใจเรื่องตามความเป็นจริง

แก้ไขความทุกข์จากใจของตน

แต่ว่าการที่จะแก้ไขความทุกข์นี้ละ ต้องมีหลัก
คือรากฐานอันหนึ่ง อันนี้สำคัญสิ่งทั้งหลายเกิดจากภายใน
ใจของเราเอง ภายนอกล้วนเป็นตัวประกอบเท่านั้น
เนื้อแท้อยู่ในเรา อยู่ในใจของเราแน่ละ อันนี้สำคัญ
จะเป็นเครื่องช่วยให้เราคิดค้นหาความทุกข์ในตัวเรา คน
ที่เขวออกไปนอกทาง คือไปนึกว่าสิ่งนั้นทำให้เป็นทุกข์
สิ่งนี้ทำให้เป็นทุกข์ สิ่งนั้นดลบันดาล อันนี้ผิดหลักของ
พระพุทธศาสนา...ยุ่งละ ไม่มีทางแก้ไข ถ้าคิดอย่างนั้น
เพราะเราไปจัดสิ่งภายนอกนี้จัดไม่ได้ เราไปจัดเขาไม่ได้
ทำเขาไม่ได้

เช่นว่าเป็นทุกข์เพราะดวงไม่ดี นี่มันก็แก้ไม่ได้

มันเกิดมาแล้ว เราจะถอยเข้าไปใหม่ก็ไม่ได้ เกิดแล้วนี่ จะแก้ได้ยังไง ดาวดวงนั้นโคจรมาใกล้ดาวดวงนี้ แหม กระทบกระเทือนมาถึงเราเสียวะ...มันไกลนัก เราจะไป ดึงดาวดวงนั้นออกมาหน่อยก็ไม่ได้ จัดอะไรก็ไม่ได้ อันนี้ เรียกว่า “เขว” พระพุทธเจ้าไม่ให้ไปอย่างนั้น แต่ให้ มองที่ตัวเอง ค้นหาจากภายใน เราผิดอะไร เราพลาด อะไร จึงได้เกิดอย่างนี้ขึ้น มันอยู่ในตัวทั้งนั้นแหละ

อย่างน้อยที่สุดความยึดถือไว้ผิด...มันก็อยู่ใน ตัวเรา ก็เรายึดไว้ผิดมันจึงเกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ขึ้นมา เมื่อรู้ว่าอะไรทั้งหมดเกิดจากภายในตัวเอง ก็แก้ที่ ตัวเรานะซี อย่าไปแก้ที่อื่นแก้ที่ตัวเราก่อน โดยการค้นให้พบ ว่าอะไรเป็นเหตุของสิ่งนี้ ความคิดในเรื่องอะไรเป็นเหตุ ให้เกิดสิ่งนี้ขึ้น ค้นในตัวเราให้มันเจอ...พอเจอแล้วก็เลิก มันเสีย ไอ้ตอนเลืกันี้แหละ ใจแข็งดี แล้วใจจะแข็งพอไหม ละ?...คนเราที่เลิกอะไรไม่ได้นี่ เพราะว่าใจอ่อนยอมแพ้ แก่กิเลส ไม่พยายามเอาชนะมันเสีย...เลยเลิกไม่ได้

คนที่เสียคนนี่เพราะเหตุว่าจิตใจอ่อนแอ ไม่มีกำลังใจ ต้องหาเพื่อนที่เข้มแข็งคอยบอกคอยเตือน ให้กำลังใจ จึงจะสามารถตั้งตัวไปต่อสู้กับสิ่งร้ายได้ อริยสัจนี้เอาไปใช้ได้ดังนี้ จึงจะเกิดประโยชน์แก่ตัวเรา ถ้าเราไม่ใช่แล้วมันก็ไม่ได้เรื่องอะไร อยู่อย่างนั้นแหละ ไม่มีทางก้าวหน้า จมปลักจมเลน เขาเรียกว่าเป็นตอเป็นหลักของโลก พระพุทธเจ้าท่านว่าไว้ว่า เป็นหลักเป็นตอของโลก เป็นหลักตอนี้คือจมอยู่ในโลกตลอดเวลา ไม่สามารถจะพ้นตัวขึ้นมาได้ เพราะไม่ได้พิจารณา ไม่ปรับปรุงตัวเอง ให้มันก้าวหน้าก็กลายเป็นหลักตอกีดขวางโลกตลอดไป ใต้ตอกีดนี้มันพอเอาออกไปได้ คนกีดนี้มันลำบากแท้ๆ... จึงต้องคิดหาหนทางแก้ไขปัญหาชีวิตของเราด้วยตัวเราเอง สิ่งทั้งหลายก็ค่อยดีขึ้นโดยลำดับ

ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา
ขอจบการแสดงปาฐกถาไว้แต่เพียงนี้





วิธีดัดแปลงทุกข้อได้โดยสิ้นเชิง



วิธีดับเพลิงทุกข้อได้โดยสิ้นเชิง

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาที่จะได้แสดงปาฐกถาธรรมะอันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ แล้วตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

หลักปฏิบัติเพื่อความดับเพลิงแห่งทุกข์

ปกติที่เรามาที่วัดชลประทานนี้ เมื่อมาถึงก็นั่งพัก ๕ โมงก็เริ่มสวดมนต์ สวดมนต์แปลที่เราสวดกันอยู่นั้น นับว่าให้ประโยชน์มาก เพราะได้รู้ความหมายของคำที่

เราสวด ไม่ใช่สวดไปอย่างชนิดนกแก้ว นกขุนทอง ที่ท่อง
ภาษาคนได้ แต่เราสวดด้วยคำแปล คำแปลนั้นเป็นภาษา
ที่ฟังรู้เรื่อง เข้าใจความหมาย เราก็จะได้เอาความหมาย
ที่เราได้รู้นั้นไปพิจารณา เพื่อจะได้สร้างสิ่งนั้นให้เกิดขึ้น
ในใจของเรา หรือเพื่อกำจัดขัดปเปาส่งที่ไม่ถูกต้องให้
ออกไปจากจิตใจของเรา หลักการปฏิบัติธรรมะนั้นก็มีอยู่
๒ ประการ เรียกว่าละอย่างหนึ่ง เจริญอย่างหนึ่ง

ละ : การละจากสิ่งที่ไม่ดีไม่งามในใจ

ละ คือละสิ่งที่มันไม่ถูกไม่ดีที่มีอยู่ในใจของเรา
เพราะเราเพลินไป เราประมาทไป สิ่งนั้นจึงเกิดขึ้นมาจับ
อยู่ที่ใจ ทำให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนใจ

อันนี้เราต้องละ ไม่ให้อยู่กับใจของเราต่อไป
คล้ายกับสิ่งโสโครกมาเป็นร่างกาย เมื่อเราเห็น เราก็
ต้องชำระล้างทันที ฉันทิ

สิ่งที่เปื้อนใจสำคัญกว่าเปื้อนร่างกาย ถ้าเราปล่อยไว้ก็จะไปกันใหญ่ ทำให้เราเสียผู้เสียคน เพราะฉะนั้นเมื่อรู้ว่ามียะไรเปื้อนอยู่ที่ใจของเรา เราก็ต้องรีบขูดเกลาเอาสิ่งนั้นออกไป ไม่ให้เปื้อนยะเปื้อน อยู่ที่ใจของเราเป็นอันขาด เราจึงต้องมีการชำระชะล้าง เรียกว่าการละ อันเป็นกิจที่ควรทำประการหนึ่ง

เจริญ : การทำจิตใจให้เจริญอกงาม

อีกประการหนึ่ง ก็คือการทำให้เจริญอกงามในด้านคุณงามความดี เช่น เจริญด้วยศีล เจริญด้วยสมาธิ เจริญด้านปัญญา หรือเจริญด้วยสติปัญญา ด้วยคุณธรรมประเภทต่างๆ ที่เราควรจะสร้างสรรค์ให้เกิดขึ้นในจิตใจของเรา เท่าที่เราสามารถจะสร้างมันได้ บางทีเมื่อเราสร้างขึ้นแล้ว อาจจะล้มไปเสียก็ได้ เพราะฉะนั้นจึงต้องระมัดระวัง

คล้ายกับการปลูกต้นไม้ เมื่อได้เอาฝังลงไป在地แล้ว ไม่ได้หมายความว่าหมดภาระหน้าที่ เราจะต้องคอยรดน้ำพรุนดินใส่ปุ๋ย ดูไม่ให้ตัวหนอนมากัดเจาะต้น ใบ ทำให้เสียหาย ฉะนั้น ในเรื่องคุณธรรม คุณงามความดีในตัวเรานี้ก็เหมือนกัน เราจะต้องคอยทูลถนอมรักษาไว้ให้คงทนอยู่ในจิตใจตลอดไป การกระทำอย่างนั้นเรียกว่า เป็นการเจริญคุณธรรมให้เกิดขึ้นในจิตใจของเรา

เครื่องมือที่ใช้ในการละ และทำให้เจริญ

การละเป็นเรื่องที่ต้องทำ การเจริญ ก็เป็นเรื่องที่ต้องทำ ทำความเพียรในการละ ทำความเพียรในการเจริญ อันนี้เป็นกิจเป็นหน้าที่ ที่จะต้องปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นเรามาวัดก็เพื่อกิจอย่างนั้น

เครื่องมือสำหรับให้ละ เครื่องมือทำให้เจริญ ก็คือการศึกษา ให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ในข้อธรรมะ

นั้นๆ เมื่อรู้แล้วเข้าใจแล้วเราก็นำไปใช้ในชีวิตประจำวันของเราต่อไป สิ่งทั้งหลายก็จะเป็นไปในทางที่ดียิ่งขึ้นตามแนวทางที่ถูกที่ชอบตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

ควรบูชาบุคคลที่ควรบูชา

คำสวดทุกบททุกตอนเป็นเรื่องที่น่าคิด และนำพิจารณา เช่นว่าเราเริ่มต้น เราสวดคำบูชาพระรัตนตรัย บูชานั้นก็หมายถึง การกราบไหว้การเคารพต่อสิ่งที่เรานับถือ เรานับถือพระพุทธเจ้าในฐานะที่ทรงค้นพบพระธรรม เรานับถือพระธรรมในฐานะเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ และเป็นสิ่งที่ประโยชน์แก่ชีวิตของเรา เรานับถือพระอริยสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ได้ช่วยงานพระองค์ ช่วยสืบต่อพระพุทธศาสนา รักษาพระศาสนาให้เป็นประโยชน์ต่อโลกมาจนกระทั่งถึงทุกวันนี้ เราก็บูชาสิ่งนั้น

การบูชาที่เราทำด้วย ๒ อย่าง เรียกว่า บูชา ด้วยอามิส ได้แก่เอาดอกไม้ ธูปเทียน เครื่องสักการะไป บูชา เหมือนญาติโยมมาวัดที ก็เอาดอกไม้มา ความจริง ก็ไม่ต้องเอามากมายอะไรหรอก ไม่ต้องลงทุนซื้อหา มากมายเกี่ยวกับดอกไม้ เครื่องสักการะ เพราะว่ามันไม่ จำเป็นที่จะต้องใช้มากมายอย่างนั้น เอามาตามสมควร เอามาประดับดูให้มันสวยงาม พระพุทธรูปไม่ต้องการ ความสวยความงามอะไร แต่ว่าเราดูแล้วมันสบายใจ เช่นเราจัดดอกไม้ใส่แจกันนี้แล้วก็ดูมันสบายใจ ถ้าไปดู ไม่มีอะไรเป็นเครื่องประดับบูชา ก็รู้สึกว่ามันขาดอะไรไป ก็เลยต้องเอามาประดับประดาตกแต่ง ให้ดูเป็นระเบียบ เรียบร้อยพอสมควร แล้วก็มิธูปมีเทียนสำหรับจุดสักการะ สิ่งเหล่านี้เรียกว่าเป็นอามิสบูชา...บูชาด้วยวัตถุสิ่งของ

การบูชาอีกอย่างหนึ่งนั้น เรียกว่า การบูชาด้วยการปฏิบัติ บูชาด้วยการทำกาย ทำวาจา ทำใจของเรา ให้ถูกต้องตรงตามหลักศีลธรรมคำสอนในทางพระศาสนา

เรียกว่าเป็นการบูชาด้วยการปฏิบัติ

การบูชาด้วยดอกไม้ธูปเทียนเครื่องสักการะ
กับบูชาด้วยการปฏิบัตินั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าทรง
สรรเสริญการปฏิบัติบูชา ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในสมัยที่
ใกล้จะปรินิพพาน คือเมื่อพระองค์ประจวบหนักนอนพัก
อยู่ที่ใต้ต้นสาละ ในสวนของพวกมัลลกะชัตริย์ ที่เมือง
กุสินารา ประชาชนรู้จักเอาดอกบัวบ้าง ดอกไม้นั้นดอกไม้
นี้เท่าที่หาได้มาวางบูชาพระองค์ พระผู้มีพระภาคทรงเห็น
แล้ว ทรงบอกกับพระอานนท์ว่า การบูชาด้วยดอกไม้
มากมายอย่างนี้ ยังไม่ชื่อว่าเป็นการบูชาที่แท้จริงต่อ
ตถาคต ต่อองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า

แล้วพระองค์ตรัสว่า...

ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาใด เป็นผู้
ประพฤติธรรม สมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติ
ตามธรรมะอยู่ ผู้นั้นแหละได้ชื่อว่าสักการะเคารพนับถือ
บูชาตถาคตด้วยการบูชาสูงสุด

การบูชาสูงสุดนั้น คือการบูชาด้วยการปฏิบัติด้วย
เอากาย วาจา ใจ ของเรานี้ เป็นเครื่องบูชา ด้วยการ
ปฏิบัติกาย วาจา ใจ ให้ดีให้งาม ตามหลักคำสอนของ
พระผู้มีพระภาคเจ้า

เช่น เรายกาศิลก็เชื่อว่าเราบูชาด้วยการรักษาศิล
ฝึกจิตให้เป็นสมาธิก็เรียกว่าการบูชาด้วยการทำ
สมาธิ คิดค้นให้เกิดปัญญา รู้จักสิ่งทั้งหลายตามสภาพ
ที่เป็นจริง แล้วไม่หลงไม่มัวเมาอยู่ในสิ่งเหล่านั้น มอง
สิ่งเหล่านั้นตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริงๆ ก็เรียกว่าเป็นบูชา
ด้วยการปฏิบัติ

การบูชาด้วยการปฏิบัตินั้นแหละ ทำให้พระ
ศาสดาคงอยู่ในชีวิตของเราต่อไป ตัวพระศาสนาก็คือตัว
การปฏิบัติ เมื่อเราปฏิบัติก็เรียกว่าเรามีศาสนา เรามี
ธรรมะ เรามีพระพุทธรูปเจ้า มีพระธรรม มีพระสงฆ์ อยู่
ในจิตใจของเรา ก็เท่ากับว่าเราช่วยสืบศาสนาไว้ จึงชื่อ
ว่าเป็นการบูชาที่ถูกต้อง

อันนี้ขอให้ญาติโยมได้เข้าใจ จะได้ทำการบูชา
ถูกต้องเรื่องตามราวต่อไป และในการบูชาเรามุ่งบูชาต่อ
พระผู้มีพระภาคเจ้า เราจึงได้กล่าวคำบูชาว่า

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา ก็แปลว่า
พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิง
ทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

พุทฺธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ ข้าพเจ้าอภิวาท
พระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน พระองค์นั้น

ทางเกิดแห่งเพลิงทุกข์

พระผู้มีพระภาคนั้น เป็นพระอรหันต์ เป็นผู้
บริสุทธิ์ เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง เป็นผู้ไม่มีพระ
ปัญญา เป็นผู้มีความกรุณาปราณีต่อชาวโลกทั้งหลาย
เราจึงได้กล่าวพระคุณทั้งสาม คือ ความกรุณา ปัญญา
บริสุทธิ์ เป็นสิ่งที่เรานึกถึง นึกถึง ๓ อย่างนั้น แล้วพระองค์

เป็นผู้ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง เพลิงกิเลสก็คือ ความเร่าร้อน อันเกิดจากกิเลสประเภทต่างๆที่เกิดขึ้นในใจของเรา

จิตใจที่เต็มไปด้วยกิเลส

กิเลส นั่นคือสิ่งที่ทำให้เศร้าหมอง ให้เร่าร้อน ให้ผิดไปจากหน้าตาดั้งเดิม หน้าตาดั้งเดิมของใจนั้น คือ ความสะอาด สงบ แล้วก็สว่างอยู่ด้วยความรู้แจ้งเห็นจริง ในเรื่องนั้นๆ แต่ว่าเรามีกิเลสเกิดขึ้นมาจับ คล้ายกับ ดวงจันทร์ที่มีแสงเวลากลางคืน แต่ถ้าเมฆมาบัง เราก็ไม่เห็นแสงจันทร์นั้น หรือดวงอาทิตย์ที่ส่องแสงกลางวัน ถ้ามีเมฆฝนหนามาบัง แสงนั้นก็ส่องไม่ถึงชาวโลก เราพูดว่าอากาศครึ้มๆมืดๆมัวๆ ไม่เห็นแสงตะวัน เพราะเมฆหนาบังไว้ ฉะนั้นใด

จิตใจของคนเรานี้ก็เหมือนกัน เราไม่รู้ไม่เข้าใจ

เพราะว่าวิธีการที่เป็นอยู่ในสังคมของเราทั้งหลายนั้น สอนแต่เรื่องไม่ให้อ่านไม่ให้อ่าน สอนให้ยึดถือในเรื่องอะไรต่างๆให้หลงผิดในเรื่องอะไรต่างๆมาตั้งแต่เริ่มต้นของชีวิตให้ยึดถือในเรื่องเล็กๆน้อยๆเช่นเด็กๆนี้ เราจะเห็นว่า แยกยึดถือตุ๊กตาของเล่นว่าเป็นของตัวเอง เด็กได้ตุ๊กตาดูตัวนั้น แล้วก็ต้องเอามาแขวนคอไว้ แขนงคอแล้วใครอย่าไปยุ่งนะ แม้เอาไปวางก็อย่าไปจับไปต้อง แล้วก็เขานึกว่าตุ๊กตาของฉัน เครื่องเล่นของฉัน ใสนี้ของฉัน ใสนี้ยึดว่าเป็นของฉันนั้นใครสอนให้...ผู้ใหญ่แหละสอน ใสนี้ของหนูนะ ใสนั้นของหนูนะ อะไรก็ของหนู นี่สอนให้มีความเป็นเจ้าของ หลักการของเรามันเป็นอย่างนั้น คือสอนให้มีความเป็นเจ้าของในสิ่งต่างๆ เด็กก็มีความยึดถือในสิ่งนั้น

โตขึ้นก็สอนความยึดถือมากขึ้นไปอีก เช่นสอนให้ยึดถือในเรื่องชาติ ในเรื่องประเทศ เรื่องภาษา เรื่องวัฒนธรรม อะไรว่าเป็นของตัวเอง นี่คือวิธีการ แล้วก็สอนให้ไม่เอาใจไปชอบของคนอื่น ให้ชอบแต่ของๆตัวอะไร

ต่างๆ ล้วนแต่เป็นการสร้างปัญหาให้เกิดขึ้นแก่เด็ก ทำให้
 นึกคิดในทางที่เรียกว่า เป็นตัวเป็นตนอยู่ตลอดเวลา จิตใจ
 จึงมืดมัว เราร้อน ด้วยอำนาจกิเลสประเภทต่างๆ ที่เกิด
 ขึ้นในจิตใจ สุดแล้วแต่ผู้ใหญ่จะเพาะให้เกิดขึ้น

ถ้าเราเพาะในทางที่ปล่อยวาง เด็กก็รู้จักปล่อย
 รู้จักวาง ถ้าเราเพาะจิตใจให้ยึดมั่นถือมั่น ว่าอะไรเป็น
 ของตัว มันก็มีความยึดมั่นถือมั่น แล้วเขาก็จะเป็นทุกข์
 เมื่อสิ่งนั้นสูญหายไป สิ่งนั้นแตกสลายไป ก็จะต้องร้องไห้
 ร้องห่ม ต้องหาตัวใหม่มาให้แทน ตัวใหม่ที่เอามาให้แทน
 ถ้าไม่เหมือนตัวเดิมก็ไม่พอใจ เขาจะต้องมีตัวอย่างนั้น
 ยึดตัวนั้นอยู่ตลอดเวลา

จิตที่มีอยู่โดยปกติในจิตใจของมนุษย์

อันนี้คือการพอกพูนความนึกคิดในทางความ
 เป็นตัวตนให้เกิดขึ้นแก่เด็กด้วยกันทั้งนั้น เด็กเหล่านั้นก็

ค่อยเจริญขึ้นด้วยความเห็นแก่ตัว ความยึดถือในสิ่งที่ตัว
ได้ไว้ แล้วก็เกิดการแข่งแย่งแข่งดีกันในระหว่างสังคม
มนุษย์ ระหว่างคนต่อคน ต่อครอบครัว ต่อวงศ์สกุล
ต่อประเทศชาติ เรียกว่าปัญหามากมายก่ายกอง สร้าง
ความทุกข์ความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นเพราะเรื่องอย่างนั้น
นี่เรียกว่ากิเลสมาหุ้มห่อจิตใจ บ่อยๆเข้ามันก็ชินกับสิ่ง
เหล่านั้น มีปกติเป็นคนอย่างนั้น เช่นบางคนมีปกติโลภ
มีปกติขี้โกรธ ใจร้อนใจเร็ว มีปกติเป็นคนหลงมัวเมา
ในเรื่องอะไรๆต่างๆ เขาจึงจัดจำแนกจริตของคนไว้ คือ
คนเราที่ประพฤติปฏิบัติในเรื่องอะไรก็เป็นไปตามนิสัยนั้น
หรือเป็นไปตามจริตที่มีอยู่โดยปกติ เช่น

ราคะจริต

พวกราคะจริต ชอบสวยชอบงาม ชอบตกแต่ง
เนื้อตัว เสื้อผ้า บ้านช่อง ที่ทำงานทุกสิ่งทุกอย่างสะอาด

มีระเบียบเรียบร้อย เป็นพวกที่มีราคะจริตครอบงำจิตใจ
 คนอย่างนั้นชอบสวยชอบงาม เข้าไปในบริเวณบ้าน บ้าน
 ก็สะอาดมีระเบียบ บนเรือนก็สะอาด ข้าวของวางเป็นที่
 ดูไม่เกะกะ แล้วก็ชอบซื้อสิ่งสวยงามมาประดับบ้าน มี
 บ้านอยู่แล้วไม่พอ ต้องมีของอย่างนั้นของอย่างนี้ เอามา
 ประดับให้เกิดความสวยงามมากยิ่งขึ้น อย่างนี้สอนนัย
 ว่าเป็นพวกราคะจริต...ราคะจริตเป็นอย่างนั้น

โทสะจริต

พวกโทสะจริต เป็นพวกใจร้อนใจเร็ว หุนหัน
 พลันแล่น ทำอะไรก็มักจะเอาแต่อารมณ์ ไม่ค่อยมีเหตุ
 มีผล ลักษณะแสดงออกของคนประเภทนี้ก็คือ ไม่ค่อยจะ
 มีระเบียบเท่าใด ทำอะไรง่าย ๆ ถ้าไปดูบนโต๊ะทำงานแล้ว
 ของเต็มโต๊ะเลย พระรุพระรังไปหมด วางข้าวของไม่มี
 ระเบียบเรียบร้อย ทำอะไรก็ทำทิ้งๆขว้างๆ ได้อะไรมาก็

โยนไว้ตรงนั้นไว้ตรงนี้ ไม่รู้จักเก็บจัดให้มันเป็นที่ เป็นทาง
 อย่างนั้นเป็นพวกโทสะจริต นี่พวกใจร้อนใจเร็ว คนใจร้อน
 ใจเร็วนี้ จะทำอะไรให้เป็นระเบียบได้ยาก มักทำอะไร
 ลวกๆ พอสักแต่ทำให้ผ่านพ้นไป การแต่งเนื้อแต่งตัวก็
 ไม่ค่อยจะพิถีพิถันอะไรก็ได้ นี่คือพวกโทสะจริต

โมหะจริต

พวกโมหะจริต เป็นไปในทางที่เรียกว่า เป็น
 คนที่เชื่อง่ายตายในเรื่องอะไรต่างๆ ไม่ค่อยมีความคิด
 ไม่ค่อยมีปัญหาพวกโมหะนี้ เช่นเขาให้อะไร บอกให้ก็รับ
 เอาทั้งนั้น เชื่อทั้งนั้น บางคนก็เป็นคนชอบคิดชอบนึก
 มากเกินไป ใช้เหตุผลมากจนไม่เข้าเรื่อง จะกินอาหาร
 จะดื่มน้ำก็ลังเล จะไปซื้ออะไรกินตรงไหนก็ลังเล...กลัว
 วิตกังวลจนถึงขนาดต้องล้างสตางค์ ใครมาซื้อข้าวของ
 ไม่กล้าจับสตางค์วางไว้ตรงนั้นแหละ วางไว้แล้วก็ใช้

คนใช้ว่าเอาสตางค์ใส่กาละมัง เอาไปล้างด้วยแป็บเสีย
ก่อน แล้วจึงมาให้จับให้ต้องได้ นี่พวกกลัววิตกกังวล
มากไป เป็นคนเจ้าความคิดนึก วุ่นวาย มีปัญหามาก

ศรัทธาจริต

พวกศรัทธาจริต พวกนี้เรียกว่าเชื่ออะไรเชื่อง่าย
กระต่าย ๓ ขาก็เชื่อ ต้นไม้เอาปลายลงงอกขึ้นได้ก็เชื่อ
สุดแล้วแต่ใครบอกอะไรเชื่อทั้งนั้น เขาปลูกเอาโคนลง
พอบอกเอาปลายลงก็ขึ้นว่าอย่างนั้น ก็เชื่อเหมือนกัน
ฉะนั้นจึงถูกหลอกถูกต้มง่าย ๆ พวกศรัทธาจริตนี้ถูกต้ม
ได้ง่าย เพราะว่าเชื่อง่าย

พุทธะจริต

พวกพุทธะจริต นี่เป็นพวกคนเจ้าปัญญา ชอบ

คิดอ่านในทางเหตุผล นั่งคิดนั่งตรองในเรื่องต่างๆ คนพวกนี้รู้อะไรก็ช้า แต่ารู้แล้วมันคงเพราะคิดมาก เหมือนพระสารีบุตร กว่าจะได้บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นพระอรหันต์นี่นานเพราะคิดมาก ฟังอะไรก็ต้องเอามาคิดมาตรอง เป็นคนมีปัญญาละเอียดอ่อน ไม่เชื่อง่ายในเรื่องอะไรต่างๆ แต่พอได้รู้แล้วมันคง...เป็นอย่างนั้น

เรื่องอย่างนี้รู้ไว้ก็ดีเหมือนกัน เราจะได้ติดต่อกับคนได้ง่าย แล้วเราก็ตัดต่อให้มันถูกกับนิสัยของคนเหล่านั้น มันก็เป็นเครื่องประกอบเหมือนกัน เพราะว่าทำให้เราติดต่อกับคนได้ง่าย ก็เรียกว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับจิตวิทยา เข้ากับคนด้วยอาศัยการศึกษานิสัยคน ตามหลักธรรมะในทางพระพุทธศาสนา

เหตุแห่งการเกิดของกิเลส

คนเราโดยปกตินั้น ถ้าว่ากันตามความจริงแล้ว

ไม่มีกิเลสอยู่ตลอดเวลา กิเลสมันเกิดเป็นครั้งคราว ไม่ได้เกิดอยู่ตลอดเวลาหรอก เราไม่ได้โกรธอยู่ตลอดเวลา เราไม่ได้นั่งเกลียดคนอยู่ตลอดเวลา เราไม่ได้นั่งริษยาใครอยู่ตลอดเวลา ไม่ได้เกิดตลอดเวลาอย่างนั้น แต่มันเกิดเป็นครั้งคราว เมื่อมีสิ่งมากระทบอะไรมากระทบทำให้เกิดสะท้อนใจแล้วให้นึกถึงสิ่งนั้น กิเลสมันเกิดขึ้นมาอย่างนี้ เพราะมีสิ่งไปกระทบ

เหมือนน้ำที่อยู่ในโอ่ง...มันใส สะอาด แต่ว่ามีตะกอนนอนอยู่ก้นโอ่ง ถ้าเราไม่เอาไม้ไปกวณเข้า ตะกอนมันก็ไม่ลอยขึ้นมา...น้ำก็ใสดี แต่ถ้าเราเอาไม้เอาอะไรไปกวณเข้า ตะกอนมันก็ขึ้นมา น้ำนั้นก็สกปรก...ดื่มไม่ได้

จิตดั้งเดิมนั้น สะอาด สว่าง สงบ

ใจคนเรานั้นก็มีสภาพอย่างนั้น ไม่มีอะไรมากระทบมันก็เฉย ไม่มีอะไร สงบ สะอาดอยู่ สงบอยู่

ปกติมันเป็นอย่างนั้น ธรรมชาติของจิตเป็นของสะอาด สงบอยู่โดยธรรมชาติ ไม่มีเรื่องอะไรเกิดขึ้นมันก็ไม่มีอะไร คล้ายกับแมงมุมตัวใหญ่ๆ เราไม่ค่อยเห็นในเมือง แมงมุม นั้นตัวใหญ่ ในป่ามีเยอะ...มันขึงใยไกล บริเวณกว้างตั้ง ๒๐ เมตร ซึ่งกับต้นไม้ต้นนี้ไปต้นโน้นมากมาย ซึ่งเป็น ตาข่ายรอบๆไปหมด แล้วมันมาเกาะอยู่ที่ตรงกลาง...เกาะ สงบนิ่ง ถ้าหากมีอะไรมากระเทือนใยตรงโน้น ใยนั้นมัน ก็กระเทือนมาถึงมัน มันก็วิ่งปรวดไปดูว่ามีอะไร ถ้ามีตัว แมลงมาติดมันก็จับ แล้วก็ดูดกินเป็นอาหาร มันดูดกิน เนื้อใน...คราบทิ้งไว้ พอกินเสร็จแล้วกลับมานอนหมอบนิ่ง พอมีอะไรกระเทือนก็ปรวดไปดูเป็นอย่างนั้น เพราะมัน ขึงสายใยเป็นเรดาร์ไว้แล้ว

จิตคนเราก็เป็นอย่างนั้น สงบนิ่งอยู่ พอมีอะไร มากระทบตา วิ่งไปที่ตา กระทบหู ปรวดไปที่หู กระทบ จมูก ไปที่จมูก กระทบลิ้น ไปที่ลิ้น กระทบกายก็ไปที่ กาย ไปรับรู้ รับรู้ว่ารูป รับรู้ว่าเสียง รับรู้กลิ่น รับรู้รส

รับรู้สิ่งที่มากระทบร่างกายวิ่งปรี๊ดไปอย่างนั้น แล้วนำเอาไปปรุงแต่งให้น่ารัก พอรับแล้วก็...อ้อ! น่ารัก ชอบอก ชอบใจ...เกิดราคะ เรียกว่าเกิดความพอใจ เรียกว่าเกิดราคะหรือว่าเกิดตัณหา ความอยากมียากได้ขึ้นมา ถ้าสิ่งนั้นเป็นที่น่าพอใจ เกิดโทสะ...ใจร้อนขึ้นมา ไม่ชอบ เกิดความโกรธ ความเกลียด ความพยายาบท เกิดความไม่อยากจะมีส่วนนั้น ก็เป็นตัณหาประเภทหนึ่งเหมือนกัน เพราะไม่ชอบใจ

อันนี้เราจะต้องศึกษาจากตัวเราเอง ว่าเวลาเราเห็นอะไร ได้ยินอะไร ได้กลิ่นอะไร ได้รสอาหารประเภทใด มีอะไรมาถูกตัวเรา แล้วเรารู้สึกอย่างไร เราต้องคอยสังเกต แล้วความรู้สึกนั้น ถ้าเราไม่มีสติคอยกำหนดมันจะมากขึ้น เช่นจะเกลียดนานๆ จะโกรธนานๆ ชอบนานๆ อยากจะได้ สิ่งนั้นผ่านไปแล้วก็อยากจะได้ ยังเอามาฝัน เอามาคิดถึงเรื่องนั้น มานั่งคิดนั่งฝันอยู่คนเดียว มีอาการเหม่อๆลอยๆ

เราจะเห็นได้ เด็กๆ รุนๆ วัยรุ่น ให้สังเกตเถอะ ถ้ามันนั่งเหม่อๆ ลอยๆ มันเป็นโรคแล้ว...มันเป็นโรค ผันหวาน ผันไม่หวานก็มีเหมือนกัน มันผันแล้วมันนั่ง คิดถึงใครสักคนหนึ่ง นั่งคิ๊งนึ่งนิกไปอยู่คนเดียว เห็นรูป ลอยมาเฉพาะหน้า แล้วก็นั่งคิดอยู่ ถ้ามีโทรศัพท์ก็เรียกว่า พุดแบบมาราธอน โทร.อยู่นั้นแหละมันเป็นโรคแล้ว ก็เลสมันครอบงำจิตใจ ต้องโทรศัพท์ ต้องไปคุยด้วย นี่ มันมีอาการเกิดขึ้นในใจ คือ...ความพอใจนั่นเอง ไม่ใช่ อะไร พอใจอยากมี อยากได้

และเมื่อความพอใจ อยากมีอยากได้เกิดมีขึ้น อย่างนั้น เมื่อสิ่งนั้นสลายไป ห่างไป หรือว่าไม่ยินดีแล้ว จันไม่อยากจะพุดกับเธอแล้ว ทีนี้แหละนั่งซึม ใจน้อย น้อยใจตัวเอง หาวว่าเรานี่เป็นคนอาภัพอัปวาสนา ไม่มี ใครไยดีด้วย หงุดหงิดงุ่นง่าน ถ้าเป็นนักศึกษาก็...ตำรา โยนแล้ว ไม่อ่านหนังสือแล้ว ใครพุดไม่ได้ยินแล้ว หูอื้อ ตาลาย จิตใจปั่นป่วน มันเป็นโรค โรคกิเลสเกิดขึ้นในใจ

การระวังรักษาจิตใจ

ถ้าเราไม่สังเกต ไม่รับรักษา มันจะไปกันใหญ่ ฟุ้งเฟ้อไป แล้วที่นี้มันกลุ่มหนักเข้า ไม่รู้จะแก้อย่างไร คนนั้นไม่เคยมาวัด ไม่ฟังธรรม ก็นึกถึงภาพยนตร์ หนังสือ อ่านเล่น พระเอกกลุ่มใจ...ไปตี้มเหล่า นางเอกกลุ่มใจก็ ตี้มเหล่าเหมือนกัน แล้วก็ร้องให้ 'หมอนอาบไซกไปด้วย น้ำตา น้ำตาที่เธอหลั่งออกมาในยามราตรี' เขาเขียนไว้ในเรื่องอ่านเล่นอย่างนั้นแหละ เด็กมันอ่านแล้วก็...อ้อ ถ้าเป็นทุกข์แล้วเขาร้องให้ แล้วก็ร้อง...กอดหมอนร้องให้ แล้วถ้าเป็นทุกข์นี้เขาไปตี้มเหล่า...ไปซื้อเหล้ามานั่งกิน กินคนเดียว กินจนกระทั่งเมาหลับคาโต๊ะไป เวลาเมามันก็ลืมความทุกข์ไปชั่วคราว พอหายเมาแล้วมันก็ทุกข์ต่อไป เลยอดต่อไปเลยกลายเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง เสียผู้เสียคนไปตามๆกัน หรือว่าบางทีไปพบเพื่อนเสเพล อ้อ... กลุ่มใจอะ เอาไอ้นี้สักบ้อง สอนให้สับกัญชา พอสับกัญชาก็นั่งยิ้มอยู่กับใบไม้ เห็นลมพัดใบไม้ก็ยิ้ม ยิ้มอยู่

คนเดียว มันไม่ใช่ด้วยความสุขอะไรหรอก มันยิ้มด้วยความบ้ากัญชา เลยเสียผู้เสียคนไป

เรื่องอย่างนี้ต้องระวังเหมือนกัน กิเลสนี้ถ้ามันเกิดแล้วเราไม่รู้...ไม่รู้จักมัน ไม่รู้โทษของมัน เราก็ไม่ได้คิดแก้ไข เมื่อไม่คิดแก้ไขตัวก็ตกอยู่ในกองกิเลส เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ให้สังเกตตัวเรา บางครั้งบางครั้งวณังใจลอยไป ลอยไปคิดถึงเรื่องอะไรก็ไม่รู้ ฟุ้งไปในเรื่องนั้นเรื่องนี้ เรื่องเก่าๆเก่าๆเอามานั่งคิดนั่งฝัน ทอดถอนใจนั่งเป็นทุกข์ นี่ไม่ใช่เรื่องที่เราควรจะเอามาคิด สิ่งใดที่มันทอนกำลังกาย กำลังใจ ทำให้เสียกำลัง เสียสมอง เราจะไปคิดทำไม เราคิดด้วยปัญญาด้วยอะไรต่างๆเสียดีกว่า

กิเลสมันเกิดอย่างนี้ เราจึงต้องระวัง ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายได้ถูกต้องอะไรก็ต้องระมัดระวัง อย่าให้เกิดยินดียินร้าย ให้เพียงแต่ว่ามันมาแล้วก็ผ่านไปเฉยๆ อย่ายินดีกับมัน อย่ายินร้ายกับมัน

เหมือนเรายืนอยู่ข้างถนน รถผ่านไปผ่านมา มันไม่ใช่รถ
 ของเราลักคันหนึ่ง เราจะไปยืนตีมันก็ได้ จะไปยืนร้าย
 มันก็ได้ เราเพียงแต่ยืนดูมันเฉยๆ ดูรู้ว่า อ้อ...มันผ่าน
 มาผ่านไป เราอย่าไปเดินตัดหน้ากระชั้นชิด มันจะบดร่าง
 ของเราแหลกไป รู้อย่างนั้นมันก็ไม่เป็นอันตรายแก่ตัวเรา
 ...เพราะเรารู้เท่าทัน

เพลิงทุกซ์ เพลิงกิเลส

แต่คนเราไม่ค่อยจะได้คิด เพราะไม่ได้ศึกษา
 ธรรมะ ไม่รู้เรื่องทางเกิดของกิเลส ไม่รู้เหตุของมัน แล้ว
 ไม่รู้ว่าโทษของมันเป็นอย่างไร ไม่รู้วิธีการที่จะแก้ไขก็เอา
 ตัวไม่รอด คนที่เคยบวชอยู่วัด เรียนหนังสือ รู้ธรรมะมา
 นานๆนี่ เขาออกไปอยู่ในโลก เขาพอลงพอลวง คือเอา
 ธรรมะไปใช้ พอมีอะไรเกิดขึ้นก็ปลงได้วางได้ ไม่เป็นทุกข์
 มากเกินไป ญาติโยมที่มาวัดบ่อยๆนี่ ก็ได้ประโยชน์อยู่

เหมือนกัน คือมีอะไรเกิดขึ้นก็พอลงพอลงไม่วุ่นวายใจ ไม่เดือดร้อนใจ ไม่สร้างปัญหาอะไรให้กับตัวเองมากเกินไป นี่ก็ผลที่เราได้จากการศึกษา จากการพิจารณา สิ่งเหล่านั้น

กิเลสเมื่อเกิดขึ้นในใจแล้วมันร้อนทั้งนั้น ไม่ว่าประเภทใด...ความโลภก็ร้อน ความโกรธก็ร้อน ความหลงก็ร้อน ความริษยา ก็ร้อน มานะถือตัวแข่งดีทุกประเภท ซึ่งมีชื่อมากมายก่ายกองนั้น มันก็อยู่ในประเภทไฟกิเลสทั้งนั้น ไฟกิเลสนี้มันไหม้ให้ใจร้อน ให้กระวนกระวาย แล้วก็ทำให้ร่างกายเหี่ยวแห้ง

ไฟถ้ามันเผาไหม้มันแห้งนะ เหมือนไม้ที่เราเอาเข้าอบในเตา...น้ำมันออกหมด ไม้ก็แห้งสนิทแล้วก็เบาด้วย ร่างกายนี้ถ้าถูกไฟกิเลสเผาไหม้บ่อยๆ มันก็จะชุบชืดลงไป ผอมลงไป อาการเปลี่ยนแปลงไปในทางร่างกาย เพราะจิตใจถูกเผาไหม้ด้วยอำนาจกิเลส คือ ราคะ โทสะ โมหะ

พระพุทธเจ้าเรียกว่า เป็นไฟ ๓ กอง ที่เผาไหม้ อยู่ตลอดเวลา ที่มันเผาไหม้เพราะว่าเราให้เชื่อกับมัน เชื่อนั่นก็คือ...สิ่งที่มากระทบรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่มากระทบตัวเรา เรียกว่าเป็นเชื้อไฟ เป็นน้ำมันอีกแทน อย่างดีที่เข้ามาในร่างกาย แล้วก็ทำให้เกิดการเผาทางใจ ให้เราร้อน

ที่นี้เราร้อนแล้วก็เกิดความทุกข์ เพราะฉะนั้น เพลิงกิเลสกับเพลิงทุกข์นี้มันเกี่ยวข้องกัน เพราะมีเพลิง กิเลส จึงได้เกิดเพลิงทุกข์ขึ้นมา ถ้าไม่มีเพลิงกิเลส เพลิงทุกข์มันก็จะไม่เกิด เหมือนไฟกับควันนี้มันของคู่กัน มีไฟ มันก็มีควัน ไม่ว่ามีไฟอะไร มันก็มีควันทั้งนั้น มีความร้อน แล้วก็มีความ เเผาไหม้เป็นควันขึ้นไป เราสูดเข้าไปแล้วก็ เป็นพิษแก่ร่างกาย ความร้อนของกิเลสก็ทำให้เกิดความร้อนเป็นทุกข์ ทุกข์นี้ก็เป็นของร้อนเหมือนกัน...ร้อนขึ้น ในใจ

เราสังเกตตัวเรา ว่าเวลาเรามีความทุกข์นี้ มัน

ร้อนใจ ไม่สบายใจ มีความกระวนกระวาย ร่างกายก็ผิดปกติ กินอาหารก็ไม่ได้ อาหารไม่ย่อย ระบบขับถ่ายก็ไม่ดี นอนก็ไม่หลับ...มันเปลี่ยนไปหมด เปลี่ยนไปเพราะว่าเราเป็นทุกข์ ทุกข์เพราะอะไร เพราะกิเลสมันเกิดขึ้นในใจ แล้วมันก็ลุกลามไปเผาไหม้ใจเรา เราก็นั่งเป็นทุกข์อยู่ด้วยสิ่งเหล่านั้น นี่คือเพลิงร้าย เรียกว่าเพลิงกิเลส เพลิงทุกข์

ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์โดยสิ้นเชิง

พระพุทธเจ้าของเราทั้งหลายนั้น พระองค์ดับหมดแล้ว นี่เรียกว่าเป็นพุทธะ หรือสัมมาสัมพุทธะ หรือว่าพระอรหันต์หรือว่าพระตถาคต อะไรก็ตามใจ...ชื่อมากเป็นชื่อที่มีความหมายทั้งนั้น ท่านดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง เมื่อท่านดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง พระทัยของพระองค์ก็สงบเย็น...เย็นอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะมียะไร

เกิดขึ้น น้ำพระทัยของพระองค์ก็สงบเย็นอยู่ตลอดเวลา ในบุคคลที่น่ารักเช่นพระราहुล คนน่าเกลียดเช่นพระเทวทัตหรือพระองค์สิมมาล...น้ำพระทัยของพระองค์มีให้เหมือนกัน พระองค์มีน้ำพระทัยเสมอกัน ในพระเทวทัต ซึ่งเป็นภิกษุใจพาล จะทำร้ายพระองค์อยู่ตลอดเวลา ในองค์สิมมาลโจรซึ่งฆ่าคนมามาก ช้างธนบาลที่เทวทัตได้ปล่อยให้ไปแทงพระพุทธเจ้า แล้วกับพระราहुลซึ่งเป็นพระโอรสของพระองค์ก่อนเป็นพระพุทธเจ้าเหมือนกัน ๔ อย่างนี้เห็นเหมือนกัน ไม่แตกต่างกัน

จิตใจของพระอริยเจ้า

จิตใจของพระอริยเจ้า ที่เรียกว่าเป็นพระอรหันต์นั้น ท่านมองอะไรเท่ากันหมด เหมือนกันหมด คือมองไปแล้วเห็นเป็นอันเดียวกัน เห็นเป็นอันเดียวกันในแง่ว่ามันไม่เที่ยงเหมือนกัน เป็นทุกข์เหมือนกัน เป็นอนัตตา

เหมือนกัน ไม่มีที่เรียกว่าเป็นเนื้อเป็นตัวเป็นสสาระ เป็น
แก่นเป็นสาร...ท่านมองเห็นอย่างนั้น เมื่อเห็นอย่างนั้น
ความรักก็ไม่มี ความชังก็ไม่มี ความอยากได้ใคร่มีในสิ่ง
เหล่านั้นมันก็ไม่มี ไม่มีอะไร...เพียงสักแต่ว่าเห็น สักแต่
ว่าได้ยิน สักแต่ว่าได้กลิ่นได้รส ไม่มีอะไรเกิดขึ้นมากไป
กว่านั้น อันนี้คือน้ำใจ ของพระอริยเจ้าทั้งหลาย ซึ่งหมด
เพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง

หมดเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์เพราะอะไร? เพราะ
ได้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ตรัสรู้ในเรื่องอะไร ตรัสรู้ใน
เรื่องต่างๆ ที่เรียกว่า ความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความ
ดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงซึ่งความดับทุกข์ หรือพูดสั้นๆว่า
รู้ในเรื่องความทุกข์ และการดับทุกข์ได้ เมื่อพระองค์รู้ใน
สิ่งเหล่านี้ เพลิงมันก็วูบหายไป...ดับไปเลย ไม่มีอะไรที่
มันจะลุกโพล่งขึ้นมาเผาไหม้พระองค์อีกต่อไป เราจึง
เรียกว่า ดับเพลิงกิเลส เพลิงทุกข์ สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้
ด้วยพระองค์เอง...

คำว่าตรัสรู้นี้ ขอให้เข้าใจไว้ให้ดี ไม่ใช่ว่ามีใคร มาทำให้พระองค์รู้ หรือว่าดลบันดาลให้รู้ พระพุทธ ศาสนานี้ ไม่เหมือนกับศาสนาอื่นๆ ไม่เหมือนกับศาสนา อื่นๆ ซึ่งมาสอนโลกแล้วก็อ้างว่าสิ่งที่มาสอนนี้ได้มาจาก เทพเจ้าบนสรวงสวรรค์ คือพระผู้เป็นเจ้าที่เรียกใน ภาษาไทย ฝรั่งเขาเรียก ก๊อด เป็นผู้ดลบันดาลมาบอก มาให้รู้ให้เข้าใจแล้วก็นำไปสอน นั่นเป็นพวกที่นับถือ ศาสนาที่มีพระผู้เป็นเจ้า เช่นศาสนาพราหมณ์ ศาสนา คริสต์ ศาสนาอิสลามอะไรต่างๆ...เขาเข้าใจอย่างนั้น

แต่ว่าในทางพุทธศาสนาของเรานั้น ไม่มีสิ่ง เหล่านั้น ไม่มีสิ่งนั้น อะไรที่พระองค์ได้ทรงค้นพบนี้ ทรง ค้นพบด้วยความเพียร ด้วยความตั้งใจมั่น ด้วยความ อุตทน ด้วยการทำจริง ด้วยปัญญาของพระองค์แท้ๆ พระองค์จึงกล่าวกับใครๆว่า เราเป็นสมมภู ผู้รู้เองในโลก ไม่มีใครมาเป็นครูเป็นอาจารย์ มาบอกมาสอน เรียกว่า ตัดปัญหาอำนาจเบื่องบนไปหมด ไม่มีอำนาจอะไรจะมา

ช่วยใครให้เป็นอะไรไปภูเสถสิ่งนั้น ก็เป็นการรับรองว่า
 คนนี้มีความสามารถในตัวที่จะเรียน ที่จะรู้ ที่จะเข้าใจ
 ในเรื่องอะไรต่างๆได้ โดยไม่ต้องอาศัยอำนาจศักดิ์สิทธิ์
 พระพุทธศาสนา เรานั้นไม่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ตามแบบนั้น
 เรามีแต่ว่า การได้รู้ ได้เข้าใจ ด้วยอาศัยการกระทำด้วย
 ตนเองด้วยความเพียร ด้วยความพยายามอย่างแท้จริง
 อดทนตั้งใจมั่น ในเรื่องนั้นก็สำเร็จได้ จึงเรียกว่าเป็น
 ผู้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง รู้ได้ด้วยพระองค์เอง ไม่มีใคร
 เป็นครูเป็นอาจารย์สั่งสอน

พวกคริสเตียน...โดยเฉพาะพวกคาทอลิก เขา
 ตีขลุ่ยเอาไว้ว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ประกาศคำสอนของ
 พระผู้เป็นเจ้า พระผู้เป็นเจ้ามาประกาศไว้ก่อน เตรียม
 ทางให้พระเยซูมาประกาศทีหลัง เรียกว่าจะชุบเอา
 พระพุทธศาสนาไปในรูปอย่างนั้น นั่นเป็นการกล่าวที่
 ไม่ถูกต้อง เป็นการดูคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ผิด
 หลักการของพระพุทธศาสนา พุทธศาสนาไม่มีอำนาจ

เบื้องบนที่จะดลบันดาลให้ใครเป็นอะไร ใครจะเป็นอะไร
ก็ด้วยความคิด การพูด การกระทำของบุคคลผู้นั้นเอง

ดับทุกข์ได้ด้วยตนเอง

คนเราต่างสร้างอนาคตของตนเอง ไม่มีคำว่า
พรหมลิขิตตามแบบศาสนาพราหมณ์ หรือไม่มีคำว่า
พระเจ้าเป็นเจ้าดลบันดาลตามแบบฉบับศาสนาใดๆที่มี
พระเจ้าเป็นเจ้า เพราะในทางศาสนาเรานั้นไม่ได้มีอำนาจ
อะไรอย่างนั้น เรียกว่า ‘อำนาจมีอยู่ในตัวคน’ ตัวคนนี้
สามารถจะทำอะไรได้ด้วยตัวเอง ได้ใช้ความเพียรพยายาม
ให้บรรลุความสำเร็จได้ พระองค์จึงเรียกว่า ตรัสรู้ด้วย
พระองค์เอง แล้วใช้เวลามากถึง ๖ ปีจึงได้พบความจริง
ต้องศึกษาค้นคว้าปฏิบัติทดสอบ เอาชีวิตของพระองค์
ลองทดสอบ ห้องทดลองก็คือพุทธคยา อันเป็นสถานที่
ตรัสรู้ เรียกว่าเป็นห้องทดลองของพระองค์ จนกระทั่งได้

ความรู้ความเข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้ง เพลิงกิเลสเพลิงทุกข์
ดับหมด จิตใจสงบตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว โยงโคลงด้วย
อารมณ์ใดอีกต่อไป เราเรียกว่า สัมมาสัมพุทธะ ผู้ตรัสรู้
ชอบด้วยพระองค์เอง ตรัสรู้ชอบด้วย ไม่ใช่ว่าตรัสรู้ผิด
และด้วยพระองค์เองด้วย ไม่มีใครมาสอน ไม่มีใครมาบอก
ปฐิเสธอำนาจเบื่องบนไปหมด อันนี้ก็สำคัญมากที่เรา
ควรจะได้ยึดไว้เป็นหลัก เราจะได้พึ่งตัวเองช่วยตัวเอง
ไม่ต้องไปขอร้องให้ใครมาช่วยเรา ไม่ต้องไปบนบานกับ
เทวดาอารักษ์สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ไหนให้มาช่วยเรา...ใครก็ช่วย
เราไม่ได้ เราต้องช่วยตัวเอง อัดดาหิ อัดตโน นาโถ...ตน
เป็นที่พึ่งแห่งตน ตนต้องสร้างชีวิตของตน ต้องสร้าง
อนาคตของตน

เราต้องสอนเด็กให้เข้าใจเรื่องนี้ ให้เด็กรู้ว่า
อนาคตของลูกอยู่ที่ลูก พ่อเป็นแต่เพียงผู้ช่วยเหลือ แม่
เป็นแต่เพียงผู้ช่วยเหลือ ชี้นำแนวทาง ให้ปัจจัยสำหรับ
เอาไปใช้ ในการที่จะแสวงหาความรู้ ให้เขาเป็นคนมี

ความรู้ความสามารถ มีความฉลาดรอบคอบ เป็นหน้าที่
 ของลูกเอง ต้องพูดให้เด็กฟังเสียบ้าง สอนให้เด็กเข้าใจ
 อย่าให้เด็กเป็นคนเพ้อฝัน อย่าให้มีความคิดไปในทางที่
 ว่า สิ่งนั้นจะช่วย สิ่งนี้จะช่วย แต่ให้มีความคิดว่า...เรา
 ต้องช่วยตัวเอง ต้องพึ่งตัวเอง ต้องทำอะไรด้วยตัวเอง
 แล้วหัดให้เขาทำอะไรด้วยตัวของเขาเอง

เช่น จะเขียนหนังสือ...ก็สอนให้เขียนด้วยตัวของ
 เขาเอง อย่าไปช่วยทำการบ้านให้ลูก... เพราะรักลูก
 ทำการบ้านให้เสร็จเลย แต่ทำให้ลูกโง่ดักดานไปเลย
 เพราะเด็กไม่ได้ใช้ความคิดแล้วจะช่วยตัวได้อย่างไร เรา
 เพียงแต่แนะแนวให้เขาคิด ตั้งปัญหาให้เขาคิด ล่อถาม
 ให้เขาคิดในปัญหานั้นๆแล้ว เขาก็เกิดความรู้ความเข้าใจ
 ให้เขาคิดด้วยตัวเขาเอง ให้เขาทำ ให้รู้จักช่วยตัว ให้เขา
 พยายามที่จะทำอะไรด้วยตนเองอยู่ตลอดเวลา นี่ก็
 เท่ากับว่า สอนให้เขาพึ่งตัวเองตามอุดมการณ์ของพระ
 ผู้มีพระภาคเจ้า ตามอุดมการณ์ของพระพุทธศาสนา

ท่านมหาตมะคานธี ท่านก็เอาหลักพระพุทธศาสนาไปใช้มาก แกพยายามช่วยตัวเองทุกอย่างในการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน สอนคนที่มาอยู่ใกล้ให้คิดช่วยตัวเอง คิดพึ่งตัวเอง สอนคนในชาติให้เอาทรัพยากรในแผ่นดิน มาใช้ช่วยตัวเองพึ่งตัวเอง อินเดียวต้องพึ่งตัวเอง หลักการของท่านอย่างนั้น แล้วคนอินเดียก็พยายามพึ่งตัวเอง ช่วยตัวเอง เขาทำอะไรได้หลายอย่าง เขาอยู่กันมาได้สร้างชาติสร้างประเทศมาได้ด้วยการอย่างนี้...พึ่งตัวเอง เขามีอุดมการณ์อย่างนั้น เขาก็ช่วยตัวเองได้มาก

เราก็ควรจะคิดทำตามแบบนั้น คือเอาหลักของพระผู้มีพระภาคเจ้าไปใช้ ทำให้ความคิดมันก้าวหน้าดีขึ้น สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่จะต้องแก้ไขปรับปรุงขึ้นในตัวเรา เอาหลักการของพระพุทธศาสนาเรามาใช้ในชีวิตประจำวัน พยายามช่วยตัวเองให้มากขึ้น เช่นเราคิดค้าคิดขาย ขึ้นแรกมันก็ขาดทุนบ้าง ทำไปบ่อยๆแล้วเราก็ค่อยเก่งขึ้น มีความเข้าใจมากขึ้น ผลที่สุดยืนด้วยขาของตัวเองได้ ด้วย

สติด้วยปัญญา ด้วยความรู้ความสามารถ ก็เอาตัวรอด
ปลอดภัยได้ด้วยประการทั้งปวง...นี่มันเป็นประโยชน์

เพราะฉะนั้นสิ่งที่เราสดนั้น เอาไปนั่งคิดนั่งตรอง
แล้วเอามาใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ
ที่เกิดขึ้น แล้วเราก็จะได้ประโยชน์จากสิ่งนั้นทุกประการ

ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา
ขอจบการแสดงปาฐกถาไว้แต่เพียงนี้





วิธีปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์



วิธีปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาที่จะได้แสดงปาฐกถาธรรมะอันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ แล้วตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

ธรรมะ : ธรรมชาติ

วันนี้อากาศแจ่มใสสบายดี อากาศแจ่มใสนี้ก็ไม่ใช่ดีเหมือนกันเพราะว่ามันไม่มีฝน ชาวนาต้องการฝน แต่คนในกรุงนี้ไม่ต้องการฝน คนในกรุงอยากให้ฝนไปตก

ที่อื่น แต่วามันเป็นดังที่เราต้องการไม่ได้ เพราะสิ่งทั้งหลาย ไม่อยู่ในอำนาจของใครๆ เราจะไปบังคับว่าจงเป็นอย่าง นั้น จงเป็นอย่างนี้ไม่ได้ มันเป็นไปตามเรื่องของธรรมชาติ เรื่องของธรรมชาติมันก็ปรุงแต่งไปตามภาวะของมัน

เรื่องของ ‘ธรรมชาติ’ คือเรื่อง ‘ธรรมะ’ นั่นเอง ธรรมะคือตัวธรรมชาติ คือกฎของธรรมชาติ ธรรมะ คือหน้าที่อันเราจะต้องกระทำ แล้วมันก็เกิดผลตามหน้าที่ เราทำอย่างไรมันก็เกิดผลขึ้นตามเหตุตามปัจจัยเครื่อง ปรุงแต่ง

สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย

พระพุทธเจ้าสอนเราว่า สิ่งทั้งหลาย...เป็นไป ตามเหตุตามปัจจัย...ตามเหตุนะ “ปัจจัย” เป็นคำบาลี แปลว่า “เครื่องปรุงแต่ง” อะไรๆมันก็เกิดขึ้นจากเครื่อง ปรุงแต่ง ถ้าไม่มีเครื่องปรุงแต่งก็เรียกว่าไม่มีเหตุ เมื่อไม่มี

“เหตุ” “ผล” มันก็ไม่มี มีผลอันใด ก็ต้องมีเหตุให้เกิด พอมีเหตุเกิด ผลมันก็เกิดขึ้น เวลาเราได้รับผลต้องนึกถึงเหตุ อย่าไปนึกว่ามัน “บังเอิญ” เป็นเช่นนั้นเช่นนั้น คำว่า “บังเอิญ” นั้นมันไม่มี เป็นภาษาที่เราพูดเลื่อนๆลอยๆ แต่มันต้องมี “เหตุ” ให้เกิดเสมอ ไม่ว่าเรื่องอะไร

ความทุกข์ก็มีเหตุให้เกิด ความสุขก็มีเหตุให้เกิด ความมั่งมีก็มีเหตุ ความยากจนก็มีเหตุ ความเป็นผู้ที่มีคนอื่นรักใคร่ชอบใจก็มีเหตุ ความเป็นผู้ที่ใครๆเกลียด ไม่อยากเข้าใกล้มันก็มีเหตุทั้งนั้น ไม่มีอะไรในโลกนี้ที่จะเกิดลอยๆโดยไม่มีเหตุ อันนี้พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชัดเจนว่า...สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ ไม่มีเหตุจะมีผลขึ้นมาไม่ได้... นี่เป็นหลักใหญ่ เป็นหลักสำคัญที่พระองค์นำมาสอนแก่พวกเราทั้งหลาย

การประกาศปฐมเทศนาเมื่อวันเพ็ญเดือน ๘ ที่เราเรียกว่า วันอาสาฬหบูชา ก็ประกาศเรื่องนี้ ประกาศเรื่องเหตุ เรื่องผล ให้คนเกิดปัญญา เกิดความรู้ความ

เข้าใจ ทำไมจึงนำเรื่องนี้มาประกาศ? เพราะพระองค์
ได้ค้นคว้าจนพบเรื่องนี้ด้วยพระองค์เอง แล้วเมื่อพบ
เรื่องนี้ด้วยพระองค์เองแล้ว ก็ได้พิจารณาเรื่องเหตุผล
ต่างๆจนเข้าใจแจ่มแจ้ง ความทุกข์ที่เคยเกิดมันก็หายไป
เรื่องเหตุเรื่องผลคือเรื่อง บัณฑิตการ ที่เราได้ยิน
พระสวดในงานศพว่า...อภิขณาปจฺจยาสงฺขารา สงฺขารา
ปจฺจยาวิญญาณั.. ว่าไปโดยลำดับ เรื่องที่สวดนั้นเป็นหลัก
ของธรรมะที่สูง ถ้าเข้าใจถูกต้องแล้วก็จะแก้ไขปัญหาของ
ชีวิตได้ แต่เราฟังโดยไม่เข้าใจ เพราะเราสวดเป็นภาษา
บาลี สวดกันไปเป็นพิธี ไม่มีใครอธิบายความหมายให้เกิด
ความรู้ความเข้าใจ ทำอะไรก็ทำตามพิธี อย่างนั้นมันก็
ไม่ถูกต้อง แต่ว่าทำกันมาอย่างนั้นเพราะไม่มีผู้แก้ไข
ไม่มีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง ก็เลยสวดกันอยู่อย่างนั้น
ตลอดเวลา

มาในสมัยนี้มันเป็นยุคแห่งการพัฒนา ความจริง
ยุคของพระพุทธเจ้านั้นแหละเป็นยุคการพัฒนาแท้จริง

พระพุทธเจ้าของเราทั้งหลายนั้น เป็น “นักพัฒนา”
ชั้นยอด พัฒนาความคิดความเห็นหรือเรียกว่าพัฒนาให้
มีสัมมาทิฐิ ให้มีความเห็นชอบ เห็นถูกเห็นตรง

สิ่งที่พระองค์นำมากล่าวแต่ละเรื่องเป็นเครื่อง
ส่งเสริมสัมมาทิฐิ ให้คนมีความเห็นถูกต้อง แล้วจะได้
มีความคิดถูกต้อง มีการพูดถูกต้องมีการกระทำที่ถูกต้อง
มีการเลี้ยงชีวิตที่ถูกต้อง มีความเพียรที่ถูกต้อง มีความ
ตั้งใจถูกต้อง ไปตามลำดับ เป็นความถูกต้องทั้งหมด มัน
ก็เกิดขึ้นที่ตัวสัมมาทิฐิอันเป็นตัวนำ เพราะฉะนั้น
พระองค์จึงประกาศตัวสัมมาทิฐิให้คนเข้าใจ คือประกาศ
ให้คนรู้ว่า... สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ ไม่มี “เหตุ” “ผล”
จะปรากฏขึ้นมาไม่ได้

สมัยก่อนยุคพระพุทธเจ้าหรือหลังพระพุทธเจ้า
คือสมัยพวกเราเดี๋ยวนี้ คนก็ยังไม่เข้าใจเหตุผลที่พระองค์
นำมาประกาศ ยังไม่ยอมรับด้วยน้ำใจ ยังมีความเชื่อเก่าๆ
ที่รับไว้ผิดมากมาย เช่นมีอะไรเกิดขึ้นในชีวิต ก็คิดว่ามัน

เป็นเรื่องอะไรมาดลบันดาลให้เป็นไปบ้าง เป็นเรื่องโชคชะตาราศีบ้าง เป็นเรื่องดวงไม่ดีบ้าง อยู่ในวัยเบญจเพส บ้างเรื่องเหลวไหลทั้งนั้น เอามายึดมาถือไว้ มาปฏิบัติกันอยู่ในชีวิตประจำวัน แล้วมีผู้ส่งเสริมสนับสนุน ในสิ่งที่มันไม่ถูกต้องให้กระทำกันทั่วไป

ทำไมจึงได้สนับสนุนสิ่งเหล่านั้น? มันเป็นทางให้เกิดลาภเกิดผล เกิดสิ่งที่ต้องการ ลาภผลสักการะนี้มันทำลายบางสิ่งบางอย่างเหมือนกัน โดยเฉพาะทำลายสิ่งที่ถูกต้อง ทำลายสัจธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าให้หายไป ให้มาติดอยู่ในสิ่งนั้น

วัดวาอารามเราก็ไปส่งเสริมสิ่งอย่างนั้นอย่างนั้น ส่งเสริมแต่เรื่อง “พิธีกรรม” “ไสยศาสตร์” ทำให้คนไม่รู้ไม่เข้าใจความจริงของสิ่งต่างๆตามที่เป็นจริง แต่วามันก็ได้ลาภได้ผล คนมาทำบุญในรูปอย่างนั้น ไม่ทำบุญเพื่อเป้าหมายที่ถูกต้อง เพราะว่าไม่มีสัมมาทิฐิ ไม่เข้าใจเรื่องที่เป็นพื้นฐานของชีวิตอย่างถูกต้องตรงไปตรงมา

หลักปฏิบัติเพื่อความถูกต้อง

มันถึงเวลาแล้วที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข ให้มันถูกต้องกันเสียที เพราะถ้าไม่ทำกันเวลานี้แล้ว ก็ไม่รู้ว่า จะไปทำเวลาไหน “ความมืดความบอด” ก็จะครอบคลุม พุทธบริษัทมากขึ้น ความหลงโหลความเข้าใจผิดก็จะมีมากขึ้น แล้วก็จะไม่มีเนื้อแท้ของพระพุทธศาสนาเหลืออยู่ในจิตใจของคนที่เรียกตนเองว่าเป็น “พุทธบริษัท” เป็นไปอย่างนั้นแหละ เป็นไปโดยชื่อ แต่ไม่เป็นโดยการปฏิบัติ โดยหลักการปฏิบัติแล้วมันตรงกันข้ามไปหมด เพราะไม่เข้าใจพื้นฐานอันถูกต้องตามหลักการของพระพุทธเจ้า

ดังนั้นจึงต้องพูดจาทำความเข้าใจกันในเรื่องอย่างนี้บ่อยๆ ให้คนได้เข้าใจถูกต้องขึ้น เมื่อเข้าใจถูก...การกระทำมันก็ถูกต้องขึ้น แล้วถ้าทำถูกต้องแล้วประหยัดหลายเรื่อง เงินทองก็ประหยัดเหมือนกัน ไม่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่าย

เช่น เราจะมาวัดนี้ ถ้าเรารู้จุดหมายของการมาว่ามาเพื่ออะไร มาวัดเพื่อศึกษาธรรมะ มาปฏิบัติธรรมะ

กันก็ไม่ต้องมีอะไรมากมายกายกอง เช่นจะไปซื้อดอกไม้
ซื้อธูปซื้อเทียนหอบมาด้วย มันไม่จำเป็นอะไร ซื้อดอกบัว
มาห่อหนึ่งมัดหนึ่ง ราคา ๑๒ บาท “เอามาทำอะไร?
ดอกบัวนั้นเอามาทำอะไร?”...ถามเขาว่าเอามาทำอะไร
เขาบอกว่า “จะเอามาทำสังฆทาน” “แล้วมีอะไร
บ้างล่ะ ถวายสังฆทาน?”

“เขาบอกว่าที่วัดนี้มีอยู่พร้อม ไปถึงถวายได้เลย”
บอกเขาว่า “ที่วัดนี้ไม่ได้หากินกับเรื่องสังฆทาน
ไม่ได้เตรียมไว้อย่างนั้น” วัดอื่นเขามีเขาเตรียมไว้เป็นชุดๆ
ถวายเกาอย่างนั้นแหละ...หมุนไปหมุนมา พระไม่ได้เอา
ไปกินใช้สักที ใครมาก็เอาชุดนั้นไปถวาย ถวายแล้วก็เก็บ
วางไว้ แล้วก็เอามาถวายอีก ถวายไปมาอยู่อย่างนั้นแหละ
ก็เป็นอาชีพอย่างหนึ่งขึ้นมา เรียกว่า “อาชีพ
สังฆทาน” มีคนจัด ไ้คนจัดมันก็ขาย...ขายแกโยม
สมมติว่า ๑๐๐ บาท ถวายพระเท่าไรก็ไม่รู้ เอาไปใช้
กันเสียบ้าง ก็เพราะว่าเราไม่รู้ว่าทำทำไม ทำเพื่ออะไร?

ที่นี้มาถวายสังฆทาน ไม่ต้องมีอะไรก็ได้ เอา
แต่ปัจจัยมาถวายบำรุงวัดก็พอแล้ว เอามาเข้าบัญชี เขา
ออกใบเสร็จให้เขียนบอกว่าบำรุงวัด บำรุงวัดนั้นมันเป็น
สังฆทานอยู่แล้ว เพราะสังฆทาน คือ ถวายแก่ส่วนกลาง
ไม่ถวายเจาะจงองค์ใดองค์หนึ่ง ถวายเป็นกองกลางแก่
พระสงฆ์...สงฆ์นั้นเป็นหมู่ หมายความว่า รวมกันเข้าเป็น
สงฆ์ องค์เดียวก็ไม่ใช่สงฆ์ อันนี้เราถวายสงฆ์เป็นกอง
กลาง เอาปัจจัยมาถวายเป็นกองกลางไม่ต้องซื้ออะไรมา
ก็ได้ เพราะว่าบางที่มันซ้ำๆ ซากๆ ถึงพลาสติกนะ...ซื้อ
กันมา...ซื้อกันมา ในนั้นก็มีการดาบซาระมันหนึ่ง มีกล่อง
ผงซักฟอก มีอะไรนิดๆ หน่อยๆ เขาทำไว้ขาย เราก็ไปซื้อ
ยกมาหิ้วกันมาทุกวัน ที่นี้เอาใหม่ ใครจะมาถวายสังฆทาน
ที่วัดนี้ไม่ต้องซื้ออะไรมา เอาปัจจัยมาถวายบำรุงวัดก็
พอแล้ว มาถึงก็บอกว่า “ท่านุญปัจจัยบำรุงวัด บำรุง
กิจการพระศาสนา” มันก็เกิดประโยชน์มากกว่าที่จะเอา
ของเหล่านั้นมา

ถ้าจะถวายอะไร ก็ถามเสียก่อนก็ได้ว่า “วัดนี้ ต้องการอะไรบ้าง?” ที่นี้ต้องการอะไร โยมไม่ต้องห่วง หรอก...อาตมาบอกเอง ต้องการจานสัก ๑๐๐ ใบ ก็จะเป็นบอกเอง แล้วก็ซื้อจานมาถวาย ต้องการแก้วสักกี่โหล ก็จะเป็นบอก ถ้าพระไม่มีผ้าจะห่ม ก็ค่อยบอกเอง...ว่าเวลานี้พระไม่มีจีวรจะห่มแล้ว โยมก็ซื้อมาถวาย จะบอกให้รู้...ไม่ต้องกังวลห่วงใย เพราะคอยสังเกตว่ามีอะไรขาด มีอะไรยังไม่มีอะไร...จะบอกโยมเอง แล้วช่วยกันซื้อสิ่งนั้นมา ถ้ายังไม่บอกไม่ต้องซื้ออะไร ถ้าอยากจะทำบุญอะไร ก็เอาปัจจัยมาถวายเป็นกองกลาง คือถวายวัด วัดก็จะได้ใช้จ่ายเรื่องอะไรต่ออะไรกันไปตามเรื่อง บำรุงกิจการในพระศาสนา

ข้าวของ...ดอกบัวนี่กองเยอะในวันอาทิตย์ ไปดูที่ลานหิน...ดอกบัวเป็นกอง ไม่รู้จะเอาไปทำอะไร ก็เอาไปทิ้งแหละ กองๆไว้ก็เอาไปทิ้ง ไม่รู้จะเอาไปประดับบูชาตรงไหน เอาใส่แจกันก็กองอยู่หน้าพระ...รุงรังอีก เป็นที่

จับของฝุ่นละอองทั้งหลาย ไม่รู้จะเอาไปทำอะไร ก็เลย
เอาไปทิ้ง ทิ้งก็เสียดาย...ไม่ใช่เสียดายดอกบัว เสียดายเงิน
ที่โยมซื้อมา...ซื้อมาก็เพราะว่าไม่รู้ตัวเอง ซื้อมาอย่างนั้น
ไปวัดต้องซื้อดอกบัวไปถวายพระ...มันไม่จำเป็นอะไร

รูปเทียนที่วัดนี้ก็ไม่ต้องการ เวลาจุดก็ไม่ได้จุด
มากมายอะไร จุดเทียน ๒ เล่ม ถ้ามีงานมีการ ในโบสถ์
นี้ก็ไม่ค่อยได้จุดเลย ไปไหว้พระก็ไหว้เฉยๆไม่ได้จุดรูป
จุดเทียน แต่ก็ติดเอาไว้เพื่อความสวยงาม แต่ก็ไม่
ได้จุดบูชา ไปถึงก็นั่งไหว้พระสวดมนต์กันตามปกติ

โดยเฉพาะรูปนี้ไม่ชอบจุด เพราะว่าควันมันเป็น
พิษ...มันเป็นมลพิษ ถ้าจุดมากมายนี้ไม่ไหว ไปเทศน์งานศพ
ที่ไรก็ต้องบอกคนงานให้ยกกระถางออกไป เพราะว่า
ควันมันมาก เวลานั่งบนธรรมาส์นควันมันลอยขึ้นไปเข้า
จมูกแล้วก็จามอยู่นั้นแหละ...ไม่ต้องเทศน์กันละทีนี้ ต่อไป
อาจจะไม่ตั้งกระถางรูปให้โยมจุดเสียที เตี่ยวนี้ยังจุด
อยู่...กระถางยังมี ต่อไปก็จะยกออก...ไม่ต้องจุด

เรามาถึงที่ตั้งศพก็นั่งสงบจิตสงบใจ ดูศพแล้ว
เอามาเตือนตัวเอง บอกตัวเองว่า...ระวังไว้เถอะ ไม่กี่วัน
ก็จะเป็นอย่างนี้กับเขาบ้าง...อย่างนี้มันก็ได้ประโยชน์มาก
กว่าที่จะไปจุตฐูปตามธรรมเนียม คนมา ๑๐๐ คน จุต
๑๐๐ ก้านนี้ ศาลาดำแล้ว เพดานดำเหมือนกับเตาไฟ...
มันทำลายวัตถุ

บางทีโบสถ์เขาทำไว้อย่างสวย เช่นโบสถ์วัดพระแก้ว
นี้สวยงามมาก...ภาพเขียนเสียหายหมด เพราะคนไปจุตฐูป
เผาในโบสถ์ อาตมาไปเทศน์ครั้งแรก บอกให้โยมยกออกไป
ไป เตียนนี้ไม่ได้จุต...ไปจุตอยู่หน้าโบสถ์อีก อาตมาไปไล่
เองแหละ เมื่อก่อนจุตหน้าธรรมาสน์ นั่งเทศน์ก็เทศน์
ไม่ไหว บอกโยมว่า “โยมนี่ทำลายสิ่งมีค่าโดยไม่รู้ตัว”

โยม “ทำลายอะไรล่ะ?”

“นี่แหละ! จุตฐูปนี่แหละ ภาพทั้งหลายมันเสีย
หายหมด โยมเห็นครีวไฟสมัยก่อนไหม อะไรๆในครีวมัน
ดำไปหมด ดำเพราะเราจุตไฟในครีว ครีวมันไปเกาะจับ

สีขาวมันกลายเป็นสีดำหมด เพราะเราจุดอย่างนั้น...นี่ก็เหมือนกัน ดูภาพซี...มัวหมองเพราะอะไร เพราะโยมทำลายกัน” เลยบอกคนงานให้ยกไปข้างนอกหน้าโบสถ์เดี๋ยวนี้ไปจุดอยู่หน้าโบสถ์ข้างในไม่มี...ไปแก้ให้ ถ้าไม่ได้ไปเทศน์ที่นั่นก็คงจุดกันต่อวันโหมง มันเป็นอย่างนั้น

ที่นี้ก็ได้ส่งเสริมการจุดมากมายอย่างนั้น จุดนิดหน่อย ๓ ก้านก็เหลือเฟือแล้ว ไม่จุดเลยก็ได้...จุดแต่เทียน แต่เวลากลางวันไม่จุดก็ไม่มีไร จุดให้มันสว่างเวลาพระจะเทศน์ต้องจุดเทียนไปวางไว้บนธรรมาสน์

สมัยก่อน...พระอ่านหนังสือ เอาเทียนไปจุดไว้จะได้ดูหนังสือ แต่มันไม่สว่างพอหรอก จึงอ่านผิดๆถูกๆไปตามเรื่อง คนฟังก็ฟังเอาบุญ ไม่ใช่ฟังเอากุศล เอาปัญญาอะไร ก็ว่ากันไปอย่างนั้น ทีหลังก็ไม่ต้องจุด ไฟฟ้ามันมีแล้วเปิดสวิตช์ปั๊บมันก็สว่าง... นี่ต้องเปลี่ยนแปลงไปตามสมัย ตามสิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่ ไม่ได้เสียหายอะไร เราก็ปรับปรุงไปตามภาวะของสิ่งทีควรจะเป็น

เนื้อแท้ของพุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าทรงเปลี่ยนแปลงอะไรหลายอย่าง เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ชุมชนมนุษย์ แต่ว่าในยุคต่อมาเรากลับถอยหลังไปหาความเก่าเสียอีก.... ก็ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้านั้นแหละเป็นผู้กลับไปสู่ภาวะเดิม เอาอะไรมาปิดบัง “พุทธธรรม” ไม่ให้ใครเห็นได้ ไปเห็นแต่ของที่ปิดไว้ ของมีค่าซ่อนอยู่ข้างใน เพราะไม่เปิดให้เห็น

เดี๋ยวนี้ถึงเวลาแล้วที่จะต้องเปิดเผย ทำให้ตื่นให้คนได้เกิดปัญญา เกิดความรู้ความเข้าใจ เพราะองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น เป็นผู้ค้นแล้วเอามาเปิดเผย จำแนกแจกแจง “หลักธรรม” ให้คนได้เกิดปัญญา เกิดความรู้ความเข้าใจ เราก็ต้องพยายามเปิดสิ่งที่ควรจะรู้ควร จะเข้าใจ อะไรไม่ถูกก็บอกว่าไม่ถูก...อย่าทำอย่างนั้น เปลี่ยนใหม่ทำให้มันถูกต้องขึ้น เพื่อให้พุทธบริษัทเรา มีความคิดที่ถูกต้องมากขึ้น ให้คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นประโยชน์แก่ประชาชน แก่สังคมมากขึ้น

โดยเฉพาะความเห็นต่างๆที่มันละเทะ ที่มีอยู่มากมายหลายเรื่อง ตาม “เขาว่า”...ทั้งนั้น ไม่มีเรื่องอะไร เขาว่า...อย่างนั้นๆ คนที่ว่าก็ไม่เอาไหน คือไม่ได้ศึกษาอะไรจริงจังกตามเขา...เขาว่าอย่างนั้น...เขาว่าอย่างนี้

แล้วเรื่อง “เขาว่า” นี้ ทำให้เกิดแตกแยกแตก ร้าวกันในหมู่พุทธบริษัท คนหนึ่งยึด “เขาว่า...อย่างนี้” อีกคนหนึ่ง “เขาว่า...อย่างนี้” มันเกิดไม่ตรงกัน ไม่มีคนที่ว่าถูกต้อง มีแต่คน “เขาว่า...เขาว่า” รับไปตามแบบที่เขาว่า ไม่ได้ศึกษาให้เข้าใจถูกต้อง

ยิ่งคนไปอยู่ต่างประเทศยิ่งแล้วใหญ่ “เขาว่า” มากเหลือเกิน มันหลายถิ่น จากภาคเหนือ ตะวันออกเฉียงเหนือ กลาง ใต้ “เขาว่า” ไม่เหมือนกันทั้งนั้น แล้วก็เข้ากันไม่ได้ ต่างคนต่างทำตามแบบของตัวเอง ไม่มีคนกลางที่จะไปรวมทศนะความคิดความเห็นเหล่านั้น ให้มันเข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ก็เลยเกิดการแตกแยก การแตกร้าวในหมู่คนเหล่านั้น เพราะไม่เข้าใจเนื้อแท้

เราก็ต้องพยายามพูดให้เขาเข้าใจ เปลี่ยนความคิดเห็นแบบ “เขาว่า” มาเป็นความคิดที่ “พระพุทธเจ้าว่า...” เสีย อย่าไปใช้เขา “เขาว่า” ใช้ ...พระพุทธเจ้าว่าอย่างนี้...พระองค์สอนว่าอย่างนี้ เราต้องทำให้ถูกต้องตามหลักคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า...ต้องไปพูดอย่างนั้น ทำความเข้าใจกันอย่างนั้น ให้คนได้รู้ได้เข้าใจอะไรได้ถูกต้องยิ่งๆขึ้น อันนี้เป็นเรื่องสำคัญ เป็นตัว “สัมมาทิฐิ” ตามหลักการในทางพระพุทธศาสนา ถ้าเรามีความเข้าใจถูกต้อง มันไม่มีปัญหาอะไร

การนับถือพระพุทธศาสนานั้น...ง่ายเหลือเกิน ไม่มีความลำบากยากเข็ญอะไร ความลำบากทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันอยู่ที่ “เปลือก” ทั้งนั้น ไม่ใช่อยู่ที่ “เนื้อแท้” เรื่องเนื้อแท้นั้นมันง่าย...ไม่มีอะไร มีแต่ว่าศึกษาให้เข้าใจ เอาไปปฏิบัติเท่านั้นเอง...เรื่องอื่นไม่มี ที่นี้เรามาสร้างเปลือกกันขึ้นตามยุคตามสมัย เอามาพอกไว้ๆ เหมือนกับกลองใบหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบว่า...มีกลอง

อยู่ใบหนึ่ง ทำด้วยไม้อย่างดี มีค่า แล้วต่อมานานๆ เข้า ไม้เดิมมันก็ผุไปบ้าง เอาไม้อื่นไปปะไว้ แล้วส่วนไหนผุ ก็เอาไม้อื่นมาปะไว้ ปะไว้ๆ จนเนื้อกลองเดิมนั้นหายไป เหลือแต่ไม้ที่เอาไปปะไว้ทั้งหมด พระองค์บอกว่า ต่อไปข้างหน้าคำสอนของตถาคตก็จะเป็นแบบนั้น จะมีคำสอนอื่นเข้ามาปะปนแทรกแซงมากเข้าๆ จนไม่รู้ว่าเนื้อแท้เดิมนั้นเป็นอย่างไร คล้ายกับกลองใบนั้นมีไม้อื่นมาปะรุงรังไปหมด จนไม่มีไม้เดิมแล้ว

พระองค์ก็มองเห็นเหมือนกันว่า ต่อไปข้างหน้า มันจะเป็นอย่างนั้น แล้วก็เป็นอย่างที่พระองค์กล่าวไว้ แล้วใครทำให้เป็น? ก็ “พุทธบริษัท” ของเรานั้นแหละ ภิกษุ อุบาสก อุบาสิกา นั้นแหละ ช่วยกันทำให้เป็นขึ้น ตัวการสำคัญก็คือภิกษุ เพราะเป็นผู้นำหมู่คณะ ถ้าหากว่าพระไม่มีสัมมาทิฐิก็นำไปในทางผิด โยมก็เดินตามไปในทางผิด แต่ถ้าพระเป็นตัวยุติธรรมก็นำไปในทางถูก สอนไปในทางถูกทางชอบ ก็ไปในทางที่ถูกต้อง

บางทีสอนให้เกิดการแตกแยกแตกร้างกัน ให้ลูกกับ
พ่อแตกกันก็มี สามีภรรยาแตกกันก็มี...เข้ากันไม่ได้ ก็
เพราะไปฟังคำสอนที่ไม่ถูกต้อง

พระธรรมสร้างความสามัคคี

โดยเฉพาะหลักธรรมของพระพุทธเจ้า ถ้าเรานำ
เอามาปฏิบัติแล้ว มันทำให้เกิดความกลมเกลียว เกิด
ความสนิทสนมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับคนอื่น แต่ถ้า
เป็นไปเพื่อความแตกแยกแล้วไม่ใช่.... นั่นไม่ใช่คำสอนของ
พระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าไม่สอนให้แตกความ
สามัคคี แต่สอนให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ให้เข้ากันได้
ให้สามีภรรยาอยู่กันด้วยน้ำในอ่างาม ให้เพื่อนกับเพื่อน
อยู่กันด้วยน้ำใจที่เป็นธรรม มีน้ำใจงาม ให้สังคมอยู่กัน
ด้วยความสุขความสงบ ไม่แก่งแย่งไม่แข่งดีแก่กันและ
กันอยู่กันด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน...นั่นเป็นหลักธรรม

ที่ไหนมีการแตกแยก ที่นั่นไม่มีธรรมะ
วัดไหนแตกแยก วัดนั้นไม่มีธรรมะ
บริษัทไหนแตกแยกกัน บริษัทนั้นไม่มีธรรมะ
ชาติไหนแตกแยกกัน ชาตินั้นก็ไม่มีธรรมะ

พรรคการเมืองใด แตกแยกกัน แสดงว่าพรรค
นั้นไม่มีธรรมะ ไม่เอาธรรมะไปใช้ เลยแตกแยกแตกร้าง
กัน อยู่กันไม่ได้ ไม่รู้จักปรับความคิดความเห็นให้มันตรง
กัน ไม่มาปลงอาบัติกันเสียบ้าง ต่างคนต่างพูด ต่างคน
ต่างให้สัมภาษณ์หนังสือพิมพ์ ก็กลายเป็นเหยื่อข่าวของ
หนังสือพิมพ์ไป แล้วก็เข้ากันไม่ได้...แตกแยกแตกร้าง
นั้นแสดงว่า คนเหล่านั้นขาดธรรมะเป็นหลักคุ้มครอง
จิตใจ ความคิดไม่ตรงกัน ความเห็นไม่ตรงกัน คีลไม่ตรง
กัน ปัญญาไม่ตรงกัน อะไรๆมันเขวกันไปหมด เลยเกิด
การแตกแยกแตกร้าง ไม่ใช่หลักการของพระพุทธศาสนา

หลักการของพระพุทธศาสนาอยู่ที่ความถูกต้อง
แล้วทุกคนต้องคิดให้ถูกต้อง ทำให้ถูกต้อง พูดให้ถูกต้อง

มันก็เข้ากันได้ เพราะความถูกต้องนั้นมีอันเดียว ไม่ใช่มีหลายอัน ความสะอาดมันก็มีอันเดียว ความสงบมันก็มีอันเดียว ความสว่างมันก็มีอันเดียว ไม่ใช่มันหลายสว่างสว่างเหมือนกันหมด

สว่างในประเทศเอเชีย ประเทศยุโรป แอฟริกา มันสว่างเท่ากัน พอแสงอาทิตย์ขึ้นมันก็สว่างแบบเดียวกัน มันไม่แตกต่างอะไรกัน ความสะอาดมันเหมือนกัน ไม่ว่าที่ไหน น้ำสะอาดมันก็เหมือนกัน อะไรที่มันสะอาดมันก็เหมือนกัน แล้วความสงบมันก็เป็นอันเดียวกัน ถ้าสงบไม่เหมือนกัน...มันก็ไม่สงบ สะอาดไม่เหมือนกัน...มันก็ไม่ใช่ความสะอาด ความดีที่ไม่ตรงกัน...ก็ไม่ใช่ความดี ไม่ใช่ดีแท้ ถ้าดีแท้มันก็ต้องตรงกันได้ เข้ากันได้ ถ้าดีไม่ตรงกันมันก็เรียกว่าไม่ใช่ความดีแท้ ความดีที่ถูกต้องนั้นต้องเข้ากันได้หมด มันเป็นอย่างนั้น

ที่ไม่ตรงกันนั้นเพราะว่า จิตใจยังไม่มีความดีแท้ ยังมีกิเลสอยู่ ยังมีความเห็นแก่ตัว ทำอะไรเพื่อตัว เพื่อ

หมู่ของตัว ยังมีส่วนที่เป็นความเศร้าหมองอยู่ในจิตใจ แต่ถ้าเมื่อใดใจมันสะอาด สว่าง สงบจริงๆ เข้ากันได้หมด ไม่มีปัญหาอะไร ไม่มีความแตกแยกแตกร้างอะไร... นี่ หลักการมันเป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้น เราจำหลักการเหล่านี้ไว้ แล้วช่วย เอาไปทำให้เกิดความสะอาดอย่างแท้จริง ความสว่างที่แท้จริง ความสงบที่แท้จริง เอามาประนีประนอมกันให้เกิดความเข้าใจถูกต้อง ให้ต่างคนต่างทำเพื่อส่วนรวม อย่าทำเพื่อส่วนตัว ถ้าทำเพื่อส่วนตัวก็ยังไม่มีการะ ยังมีความเห็นแก่ตัวอยู่ ถ้าทำเพื่อส่วนรวม เราก็ต้อง “ให้” หมด ผู้ทำนั้นต้องเสียสละหมด ไม่ได้หวังอะไร

ความเป็นตัวเองที่ถูกต้อง

เรื่อง “เอา” มันยุ่งทั้งนั้น ไม่ว่าในสังคมไหน บุคคลใดถ้าทำเพื่อจะ “เอา” ละมันก็ยุ่ง แต่ถ้าเราทำเพื่อ

“ไม่เอา” มันก็ไม่ยุ่ง หลักการมันเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นทำอะไรต้องมีฐานอยู่ว่า ฉันไม่ได้ทำเพื่อจะเอา แต่ทำเพื่อให้ อยู่กันเพื่อให้...ไม่ใช่อยู่กันเพื่อจะเอา

สามิภรรยาอยู่กันเพื่อให้ ไม่แตกไม่แยก อยู่กันจนแก่เฒ่าถือไม้เท้ายอดทองกระบองยอดเพชร มีความสุขในชีวิต เพื่อนที่อยู่กันจนตายจากกันไปข้างหนึ่ง ก็แสดงว่าอยู่กันเพื่อให้ไม่ได้อยู่เพื่อความแตกแยกแตกร้างกัน มันก็อยู่กันได้สบาย ยอมเสียสละให้แก่เพื่อน แม้ว่าเพื่อนจะเอาเปรียบบ้างก็ไม่เป็นไร แต่ถ้าไม่ยอมขึ้นมาเมื่อใด มันก็แตกกันเมื่อนั้น เช่น เพื่อนเอารัดเอาเปรียบเรา เราไม่ยอม...“ไม่ได้ เรื่องนี้กูไม่ยอม” มันก็ตาย ต้องฆ่ากัน..ฆ่ากันอย่างทารุณนั้นมันไม่ถูกต้อง การกระทำเช่นนั้นก็เป็นเพราะว่าจิตใจมันไม่ยอมให้กัน ถ้ามานั่งคุยทำความตกลงกันแล้ว เอ้า! ยอมให้กันมันก็หมดเรื่อง ไม่มีกิเลสเกิดขึ้นรบกวนจิตใจ ไม่มีอะไรมายุมาแหย่ทำให้เกิดแตกแยกแตกร้าง...เป็นตัวเองที่ถูกต้อง

ความเป็นตัวเองที่ถูกต้องนั้น คือความมีใจ
สะอาด ใจสว่าง ใจสงบ นั่นเป็นตัวเองที่ถูกต้อง ถ้าพูด
แบบ “ตัว” ก็พูดแบบนั้น ตัวที่ถูกต้องคือ ใจที่สะอาด
สว่าง สงบ ตัวที่ไม่ถูกต้อง คือใจที่สกปรก มืดมัว ร้าวร้อน
นั้นไม่ใช่ตัวแท้ เวลาใดเราโกรธ...ไม่ใช่ตัวเรา เกลียด...ก็
ไม่ใช่ตัวเรา รัชยาพยายามหาขนาดจงเวระอะไรก็ตาม...
ไม่ใช่ตัวเรา แต่เราตกอยู่ในอำนาจของธรรมชาติฝ่ายต่ำ
กิเลสนั้นเป็นธรรมชาติฝ่ายต่ำ เหนือกิเลสเป็นธรรมชาติ
ฝ่ายสูง เราต้องยกระดับจิตใจของเราขึ้นไปเรื่อยๆ ให้สูง
ขึ้นไปเรื่อยๆ แล้วเราก็พ้นจากอำนาจสิ่งเหล่านั้น

เมื่อใดพ้นจากอำนาจสิ่งเหล่านั้น เราเป็นคนที่
อยู่เหนือโลก เหนือโลกมันก็ปลอดภัย ถ้าอยู่ใต้โลก โลก
มันก็ทับเรา เราแบกโลกไว้มันก็นั่งอยู่ตลอดเวลา เรา
ไม่อยู่ใต้โลก ไม่แบกโลกแต่เราอยู่เหนือมัน อยู่เหนือ
สิ่งนั้น อยู่เหนือด้วยปัญญา เราจะทำงานอะไร เราจะมี
อะไร เราจะเป็นอะไรก็ไม่ว่า...เป็นไปเถอะมีไปเถอะ แต่ว่า

มีด้วยปัญญา มีด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง “มี” ด้วยปัญญามันก็ไม่ยุ่ง ไม่มีปัญหาอะไร

เวลามีปัญหาก็รีบเตือนตัวเองว่า “นี่! เจ้าไม่ได้ใช้สติปัญญาแล้วนะ ไม่มีธรรมะแล้วนะ กำลังหลงใหล กำลังมัวเมา กำลังประมาท กำลังเดินทางผิดแล้วรู้ไหม” รีบบอกตัวเองอย่างนั้น แล้วรีบกลับใจ กลับแนวความคิด กลับการพูด กลับการกระทำให้เข้าแนวที่ถูกต้อง แล้วก็เดินตรงไปตามแนวนั้น อย่าวิ่งออกข้างทาง อย่าหยุด...เดินต่อไป เราก็จะถึงจุดหมายตามที่เรที่ตั้งไว้

ความหลุดพ้นจากทุกข์

จุดหมายนั้นก็คือ...ความพ้นทุกข์อย่างเด็ดขาด
จุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนานั้น เขาเรียกว่า “วิมุตติ” วิมุตติ คือ ความหลุดพ้นจากความทุกข์ด้วยประการทั้งปวง นั่นเป็นจุดหมายสำคัญไม่ว่าเราจะเป็น

อุบาสก อุบาสิกา เป็นพระสงฆ์องค์เณรทั้งหลาย ก็ต้องปฏิบัติเพื่อเป้าหมายที่ตรงนั้น ปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากความทุกข์ในชีวิตประจำวัน

มีธรรมะเป็นเครื่องกำกับจิตใจ

เวลาใดเรามีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจเกิดขึ้นก็บอกตัวเองว่า...นี่ผิดเป้าแล้ว เดินผิดทางแล้ว มีอะไรที่ไม่ถูกต้องอยู่ในตัวของเราแล้ว... นั่งลงสงบจิตสงบใจให้เป็นตัวเองขึ้น แล้วก็มองสิ่งนั้นด้วยปัญญา อย่ามองด้วยความหลง อย่ามองด้วยความเข้าใจผิด อย่ามองเพราะความเห็นแก่ตัว แต่มองด้วยใจที่มีธรรมะเป็นเครื่องกำกับ

มองๆไปก็จะรู้ว่า เออ!...อะไรมันเป็นเหตุเป็นตัวการให้เกิดสิ่งนี้ขึ้นในชีวิตของเรา? ทำไมเราจึงเป็นอย่างนี้? ปกติเรามีอย่างนี้หรือไม่? ก็ตอบได้ตามหลักการว่ามันไม่มี ปกติเราไม่มีความโกรธ ไม่มีความโลภ ความ

หลง ไม่มีความริษยา พยาบาทความแข่งดีถือตัว มานะอะไรทั้งนั้น สิ่งนั้นมันเป็นของเกิดขึ้นที่หลัง แล้วก็ไม่ใช่เป็นของจริงจิงอะไร ไม่ใช่ของที่จะอยู่กับเราตลอดไป

สิ่งที่อยู่กับเราตลอดไปนั้น คือ...ความสะอาด ความสว่าง สงบทางใจ นั้นมันอยู่กับเรา แต่ถ้าความสกปรกเกิดขึ้นมันของใหม่ ความร้อนเกิดขึ้นมันก็ใหม่ ความวุ่นวายเกิดขึ้นมันก็ใหม่ ไม่ใช่ตัวเดิมของเรา เรียกว่าไม่ใช่ “หน้าตาตั้งเดิม” ของเรา พุทธตามภาษาแบบมหายานเขาว่า หน้าตาตั้งเดิม...จิตเดิมแท้ หน้าตาตั้งเดิมหรือจิตเดิมแท้คือความสะอาด ความสว่าง ความสงบเอามาใช้ได้ ให้เข้าใจตามแนวนั้น ถ้ามีอะไรเกิดขึ้นก็ไม่ใช่เราแล้ว มันไม่ใช่ตัวแท้ มันไม่ใช่ตัวจริง มันเป็นสิ่งแปลกปลอมเข้ามา แล้วเราจะทำอย่างไรกับสิ่งนั้น?

ถ้าเสือเข้ามาในบ้าน งู...สัตว์ร้ายเข้ามาในบ้านนี้เราจะทำอย่างไร เราจะปล่อยให้มันอยู่อย่างนั้นหรือเดี๋ยวมันก็กัดเราตาย ทำให้เกิดความเสียหายได้ เราก็ต้อง

จัดการด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งที่จะไล่เจ้างู...สัตว์ตัวนั้นออกไป
นอกบ้านเรา

ขจัดกิเลสได้ด้วยสติ

สิ่งที่เป็นกิเลสนี้ก็เหมือนกัน เมื่อมันเกิดขึ้นในใจ
ของเรา ก็รู้ว่านี่สิ่งแปลกปลอม ไม่ใช่ของดั้งเดิม ไม่ใช่
เนื้อแท้ของชีวิต แต่มันเกิดขึ้นเพราะอะไร? เพราะเรา
เผลอไป เราประมาทไป เราขาดสติ ขาดปัญญา เราจึง
ตกอยู่ในอำนาจของมัน แล้วเราจะยอมอยู่ในอำนาจของ
สิ่งเหล่านั้นตลอดไปรี?...ไม่ได้ เราจะต้องดิ้นรนต่อสู้
เพื่ออิสรภาพ เพื่อเสรีภาพทางด้านจิตใจ

สังคมในปัจจุบันนี้ก็ต่อสู้กันอยู่พอใช้... เพื่อ
เสรีภาพแต่มันไม่ค่อยจะถูกต้องเพื่ออิสรภาพก็ไม่ค่อย
จะถูกต้อง มันมีความเห็นแก่ตัวเป็นฐานซ่อนอยู่โดย
ไม่รู้สึกรู้สีกตัว ได้มาแล้วรักษาไว้ไม่ได้ เพราะว่าคุณประพฤติ

ไม่ถูกต้อง ได้มาแล้วก็ใช้ผิด เพราะฐานความคิดมันผิด
จิตที่ตั้งไว้ผิด มันสั่งให้กระทำความผิด แล้วก็ต้องสูญเสีย
สิ่งนั้นไปต่อไป เพราะมันไม่ถูกต้อง

แต่ถ้าเราได้เสรีภาพอิสรภาพมาแล้วเราใช้ให้
มันเป็นธรรมะ ทำอะไรให้มันถูกต้อง คิดอย่างรอบคอบ
แล้วจึงจัดจึงทำสิ่งนั้นเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขแก่ผู้อื่น
ความสุขของส่วนตัว นั้นเป็นเรื่องเล็กแต่ของผู้อื่นเป็น
เรื่องใหญ่ของสังคมของประเทศชาติเป็นเรื่องใหญ่ เราก็
ทำเพื่อให้เกิดสิ่งนั้น เมื่อสิ่งนั้นเกิดขึ้นเราก็พลอยได้ เพราะ
เราอยู่ในสังคมนั้น เราอยู่ในชาตินั้นประเทศนั้น เมื่อสังคม
ประเทศชาติเจริญก้าวหน้าในทางถูก เราก็พลอยได้รับ
ผลประโยชน์

เหมือนเราไปยืนกลางแจ้ง ฝนตกเราก็ต้องเปียก
กับเขา มันก็เปียกไปด้วยกัน อะไรเกิดขึ้น มันก็ตกอยู่แก่
เราด้วย ถ้าเราทำให้เกิดความทุกข์ ทุกข์นั้นก็ต้องลงบน
ตัวเราด้วย ถ้าเราทำให้เกิดความสุข สุขนั้นก็ตกกับเรา

ด้วยเหมือนกัน ทำอย่างใดมันก็ได้ อย่างนั้น เราหลีกเลี่ยง
จากผลที่เรากระทำไว้ไม่ได้

สติ : ความรู้สึกตัวได้ทันทั่วทั้งที่

เมื่อเราเข้าใจอย่างนี้แล้วก็รีบยับยั้งชั่งใจ บังคับ
ควบคุมจิตใจไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของสิ่งนั้น ด้วยวิธีการ
ปฏิบัติธรรมะ เอาสติปัญญามาใช้ทันทั่วทั้งที่ สติ คือ ความ
รู้สึกตัวขึ้นทันทั่วทั้งที่ว่า นี่อะไร...อะไรเป็นอย่างนี้ นี่มัน
ของเดิมหรือเปล่า หรือว่ามันแปลกปลอมเข้ามา เมื่อฉัน
มีสิ่งนี้อยู่ในใจ...สภาพจิตใจเป็นอย่างไร? สะอาดไหม?
สว่างไหม? สงบเรียบร้อยไหม? มองให้ดี

เมื่อมองให้ดี...เราก็จะพบความจริงว่า เอ๊ะ! มัน
ไม่เรียบร้อย มันร้อนกระวนกระวาย มีดไปหมด เหมือน
กับเราอยู่ในท่ามกลางคว้นเพลิง คว้นพิษ มีด...หายใจ
ไม่ออก จะถึงแก่ความตายทางจิตทางใจ เราก็รู้สึกตัว

พอรู้สึกตัวก็เรียกว่ามีสติมาทัน พอสติมาทัน ก็มีปัญญา มาเสริม มาช่วยพิจารณาว่าอะไรเป็นอะไร มันมาจากอะไร แล้วมันให้อะไรแก่เรา สภาพความเป็นอยู่ จิตใจของเราเป็นอย่างไร?...รู้ มองแล้วมันก็เห็น...เห็นด้วยตนเอง เหมือนเราเห็นสนามหญ้า เห็นต้นไม้...แต่มันเห็นต่างกันหน่อย นี่มันเห็นข้างนอก แต่ถ้าเราเอาปัญญาใช้ มองข้างใน มองไปที่ใจของเรา ที่ความคิดของเรา ที่สมองที่กำลังคิดเรื่องอะไรอยู่นั้นแหละ มองแล้วเราก็จะรู้ว่ามันเป็นอย่างไร...

ถ้ามันเป็นฝ่ายไม่ดี เรียกว่า “อกุศล” ใช้ศัพท์หน่อยเรียกว่า อกุศล...ไม่ดี ไม่เจริญ ไม่สงบ ไม่สะอาด ไม่สว่าง แต่ถ้าหากว่ามันเป็น “กุศล” มันก็สงบ ถ้าเป็นกุศลมันก็ไม่ยุ่ง มันเยียบ มันเรียบเหมือนกับทะเลเรียบๆ ตอนเช้าๆ คลื่นไม่มี ไม่มีปัญหาอะไร

แต่ถ้ามันเกิดไม่เรียบร้อยขึ้นมา แสดงว่ามีปัญหา...มันไม่ถูกต้องแล้ว ถ้ามีปัญหาละก็ไม่ต้อง เราต้อง

นั่งสงบใจ นั่งลงคิด หรือว่ายืนคิด เฟ่งพินิจพิจารณาในเรื่องนั้น ให้รู้ว่าอะไรมันเป็นอะไรอย่างถูกต้อง รู้สาเหตุของเรื่องนั้นอย่างถูกต้อง ว่ามันมาจากอะไร? สิ่งนี้มันเกิดมาจากอะไร? เราทำให้เกิด หรือว่าคนอื่นทำให้เกิด?... อย่าคิดว่าคนอื่นทำให้เกิด

ตัวการสำคัญของสิ่งที่เป็นความรู้สึกนึกคิดในจิตของเรานั้น ให้เข้าใจให้ชัดเจน ว่ามันเป็นเรื่องตัวเราทั้งนั้น คนอื่นเป็นตัวประกอบเล็กน้อย ไม่ใช่ตัวการสำคัญ ตัวการสำคัญนั้นอยู่ที่ตัวเอง

ทุกสิ่งเกิดจากการกระทำของตัวเอง

แล้วก็หลักการของพระพุทธเจ้าก็สอนอย่างนั้น สอนว่า...เมื่ออะไรเกิดขึ้นในวิถีชีวิต อย่าคิดว่าเป็นเรื่องคนอื่นทำให้ อย่าคิดว่าเป็นโชคชะตาราศี อย่าคิดว่าดวงดี ดวงไม่ดี หรืออย่าคิดว่าอะไรๆมาทำให้เป็น แต่จงคิดให้

ถูกต้องว่า “ฉันเองแหละเป็นผู้ทำสิ่งนี้ขึ้น” ให้ยอมรับเสีย ยอมรับอย่างหน้าขึ้นตาบานว่า “ฉันเองเป็นผู้สร้างมันขึ้น” แต่ยังไม่รู้ว่าสร้างอย่างไร ยังไม่รู้ว่าต้นตอของเรื่องมันอยู่ที่ตรงไหน? ฉันจะอย่างไร? ฉันก็ต้องนั่งลงใช้ปัญญา พิจารณาอย่างรอบคอบในสิ่งนั้น ตัดปัญหาเรื่องคนอื่น ออกหมด เรื่องโชคชะตาราசி ดวงดี ดวงร้าย เรื่องอะไร คลบันดาลให้เป็นไป...ตัดทิ้งไปหมดเลย การสอบสวนมัน กี่ง่ายขึ้น

เหมือนกับเจ้าหน้าที่สอบสวนจะจับผู้ร้าย ถ้า ตั้งประเด็นไว้มาก เรื่องมันพลา่หมด ค้นหายาก มันต้อง ตั้งลงไปสักเรื่องหนึ่งว่า ตัวการมันอยู่ที่อะไร? เรื่องผลประโยชน์หรือ? หรือว่าเรื่องอะไรต่ออะไรที่ทำให้มันเกิด คดีเรื่องนี้ขึ้น...เอาเรื่องเดียว ฟุ่งเข้าสู่จุดนั้นช่วยกันหา ต้นตอของเรื่อง แล้วก็จะพบต้นตอ จับตัวการได้ แต่ถ้า ส่ายไปหมดมันก็จับไม่ได้ ฉันใด

ในตัวเราก็ก็นั่นแหละ เอาตัวเราเองเป็นจำเลย

เสียเอง เราเป็นโจทก์เสียเอง เป็นทนายเอง ตัดสินเอง ไม่ต้องเสียสตางค์ ว่ากันในตัวเสร็จ ยอมรับหลักการที่ว่า อะไรที่มันเกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้น เป็นเรื่องของตนเอง ตนเองสร้างมันขึ้น ทำมันขึ้นแต่ทำเมื่อใด ที่ใด ด้วยการเกี่ยวข้องกับใคร ต้องใช้วิธีพิจารณาสอบสวนทวนถามกันต่อไป จับเรื่องใดก็ต้องคิดให้มันแจ้งไปเลย คิดให้มันตลอดไป อย่าฟุ้งซ่าน คิดเรื่องนั้นให้มันละเอียด ให้รู้ต้นตอของเรื่อง สาเหตุของเรื่องอย่างแท้จริงขึ้นมา

เมื่อเราค้นพบ เราก็ต้องร้องได้ว่า เออ! อ้ายนี้เองแหละ คิดอย่างนี้ ทำอย่างนี้ๆ ไปหาคนนั้น ไปที่นั่น ตัวเองทั้งนั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องผู้อื่น สถานที่มันก็อยู่ที่นั่น มันไม่วิ่งมาให้ร้ายแก่เรา คนก็อยู่ที่นั่น ถ้าเราไม่ไปหา มัน...ก็ไม่มีเรื่องอะไร เหตุการณ์ก็อยู่ที่นั่น ถ้าเราไม่ไปในเหตุการณ์นั้น มันก็จะมีเรื่องอะไร หรือเราไม่คิดอย่างนั้น ไม่พูดอย่างนั้น มันจะมีเรื่องอะไร

คิดให้มันละเอียดอย่างนั้น เราก็จะพบว่า “เออ!

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมันอยู่ในนี้ อยู่ในตัวของฉันนี่ ฉันเป็นผู้คิด เป็นผู้พูด เป็นผู้ทำ” แล้วเมื่อรู้ว่า “ฉัน” เป็นผู้ทำเอง แล้วจะไปแก้ที่ไหน ไม่ต้องไปหาหมอดูให้มันเสียเวลา ไม่ต้องไปสะเดาะเคราะห์ ไม่ต้องไปทำอะไร ไม่ต้องไปสะเดาะโชคชะตาราศีอะไร มันเรื่องไม่เข้าเรื่องทั้งนั้นแหละ แล้วถ้าเราคิดอย่างนั้นเราจะไม่ถูกตำด้วย ไม่ถูกหลอกด้วย

พุทธปริยัติที่แท้

เดี๋ยวนี้คนที่เขารู้ว่ามีคนเข้าใจผิด มีความเขลา อยู่ในจิตใจนั้นเยอะ เขาก็ตั้งองค์การหลอกลวงได้ พวกคุณหมอก็กหลอกเราได้ หมอปลุกเสก หมอสะเดาะเคราะห์ หมอสะเดาะโคก...หลอกเราได้ทั้งนั้นแหละ ทำให้เราเสียน้ำใจบอกว่า “อือม! ดวงมันไม่ดีเวลานี้” ไปเชื่อดวงก็ไม่ได้เรื่อง ดวงบ้างบวมๆมันจะได้เรื่องอะไร

เราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า เราจะไม่เชื่อ
สิ่งเหลวไหล อย่างนั้นใครจะมาพูดให้ฟัง เราก็ไม่ฟัง ฟัง
ก็ฟังเฉยๆ ฟังดูว่าคนนี้จะระบายความโง่ให้เราฟังถึง
ขนาดไหน แล้วเรากียิ้มๆอยู่ในใจ แต่เราไม่เอา...ตัวเรา
ไม่เชื่ออย่างนั้น

เราเชื่อว่า... สิ่งทั้งหลายมันเกิดขึ้นในตัวของฉัน
เอง ฉันเป็นผู้คิด เป็นผู้พูด เป็นผู้ทำสิ่งนั้นขึ้นมาเองมัน
จึงเกิดเรื่องอย่างนี้ๆ แล้วเราจะไปแก้ตรงไหน ก็แก้ที่ตัว
เราเอง อย่าไปแก้ที่อื่น แก้ที่อื่นมันไม่ได้ เสียหาย เสีย
เงิน เสียทอง เสียเวลา เสียอะไรไปเยอะ แล้วไม่ก้าวหน้า
ในทางจิตใจ แต่ถ้าเราแก้ตามหลักการของพระพุทธเจ้า
เราก้าวหน้า ก้าวหน้ามากขึ้น เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ

ถ้าจะไปวัดไปวาาก็ไปปรึกษากับพระ อย่าไปเพื่อ
ให้ดูตวงหน่อย ให้ท่านรดน้ำมนต์สะเดาะเคราะห์หน่อย
หรือว่าทำพิธีรดองอะไรสักหน่อย พระก็ไม่มีหน้าที่จะทำ
อย่างนั้น เพราะการทำอย่างนั้นไม่ใช่วิสัยของผู้มีปัญญา

เราก็ไม่ไปรบกวน แต่ไปคุยกัน ปรีक्षाหารื้อกัน ปัญหาในครอบครัวมันเป็นอย่างไร...เอามาปรึกษากัน มาปรึกษาแล้วบางทีก็ต้องบอกว่าต้องมาทั้ง ๒ คน เช่น ปัญหาในระหว่างครอบครัว พ่อบ้านมาปรึกษาก็บอก “ไม่ได้” เธอต้องพาแม่บ้านมาด้วย มาพูดกันใหม่ มาทำความเข้าใจกันใหม่ ถ้าแม่บ้านมาปรึกษาก็บอกว่า “พาพ่อบ้านมาด้วยสิ จะได้พูดจาทำความเข้าใจกันให้รู้เรื่อง ให้เข้าใจความหมายของชีวิตให้ถูกต้อง” บางคนก็พามา แต่บางคนก็ไม่มา คือไม่ยอมรับยังดันไปหาหมอดู เสียเงินเสียทองเข้าไปเยอะแยะ สะเดาะเคราะห์ สะเดาะโคก ทำพิธีรื้อตองอะไรก็ไม่รู้ แล้วมันจะดีขึ้นได้อย่างไร เมื่อใจเราไม่เปลี่ยนอะไร อะไรมันจะเปลี่ยน

การเปลี่ยนแปลงในชีวิตเรานั้น เปลี่ยนที่ใจของเรา เปลี่ยนที่ความคิด เปลี่ยนที่ความเห็น ที่การกระทำของเรา ทีนี้ถ้าใจเราไม่เปลี่ยนให้ทำอะไรสักอย่างแปดพันอย่าง ไม่ได้เรื่องอะไร...มันแก้ไม่ได้ นอกจากหลอกให้

สบายใจชั่วมือชั่วยามเท่านั้นเอง ที่เป็นอยู่เป็นอย่างนั้น
หลอกให้สบายใจ

แล้วถ้าเรามีเงินมีทองจะถูกหลอกมากขึ้น เพราะ
หลอกที่ไรได้สตาจ์ทุกที พวกที่อาสาหลอกมันก็มา
เยอะแยะมาช่วยกันหลอก คนนี้หลอกแล้วไปบอกเพื่อน
มาช่วยกันหลอกอีก ก็หาเงินจากเรา เราเสียสตาจ์โดย
ไม่ได้เรื่อง ไม่สมศักดิ์ศรีของความเป็นพุทธบริษัทที่ต้อง
สูญเสียอย่างนั้น

ฉะนั้นอย่าไปคิดในรูปนั้น แต่คิดใหม่ว่ามันเป็น
เรื่องของฉันเองฉันคิด ฉันพูดฉันทำฉันไป ฉันคบคนนั้น
ทำสิ่งนั้นด้วยความเปลอด้วยความประมาทจึงเกิดอย่างนี้
ขึ้นแล้วก็คิดแก้ไข ถ้าแก้ด้วยตัวเองไม่ได้ ก็ต้องมาปรึกษา
ผู้รู้ ถามพื้เลี้ยง...พระนี่เป็นพื้เลี้ยง

นักมวยขึ้นชกมันก็ต้องมีพื้เลี้ยง คอยบอกตะโกน
เรื้อยแหละ ชกอย่างนั้นอย่างนี้ “เขาทรายกับคาสโตร”
ชกกันเมื่อวานนี้ พื้เลี้ยงคาสโตรมันก็ส่งภาษาสเปน

เอ็ดตะโร เตือนอย่างนั้นอย่างนี้ ชกไปชกมาเขาทรายทำ
ท่าจะแย่ ยกแรกก็ล้มลงไป แล้วลุกขึ้นนับถึง ๘ อาตมา
ดูเพียงนั้นแล้วก็เลิกดู ไม่ดูแล้ว...พอแล้ว แล้วผลที่สุด
ทราบว่ายายนั่นมันยอมแพ้เฉยๆ เดินเข้ามาไปเฉย “กู
ไม่เอาแล้วโว้ย” นี่เขาเรียกว่าใช้ อตัมมยตา ขึ้นมาแล้ว
“กูไม่ชกกับมึงแล้วโว้ย”...เลิกชกไปเฉย เขาทรายก็ชนะ
ไปเท่านั้นเอง เป็นอย่างนั้น...ต้องมีพีเลียง

วิธีปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์

ที่นี้เราจะเอาใครมาเป็นพีเลียงล่ะ ...เราก็กเอา
“พระธรรม” นั้นแหละมาเป็นพีเลียง เพราะพระธรรม
นั้นเป็นสิ่งแทนองค์พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้านิพพาน
ไปแล้ว ที่เป็นเนื้อเป็นหนังตายเผาเสร็จแล้ว แต่ว่าธรรมะ
ยังมีอยู่ ธรรมเป็นสิ่งแทนองค์พระพุทธเจ้า เราก็ต้อง
ปรึกษาพระธรรม

ปริกษาพระธรรมนี้เราจะปริกษาอย่างไร? “เอ! เรื่องนี้ธรรมว่าอย่างไร?...เราจะทำอะไร เราจะไปกับใคร เราจะคิดอะไร... ก็ถามว่า “พระธรรมว่าอย่างไร?” เราต้องอ่านไว้บ่อยๆ ฟังไว้บ่อยๆ พระธรรมว่าอย่างไร? พระธรรมว่า “ไม่ดีลูกเอ๋ย อย่าไปเป็นอันขาด” หยุด... เราต้องเชื่อ ถ้าเราเชื่อพระธรรม เราก็คงไม่ตกต่ำ

แต่พอพระธรรมว่า “อย่างนี้ไม่ดีนะลูกนะ อย่าไป” “ฮะ! ไม่ได้ต้องลองหน่อย” เอ้า! ขึ้นนี้ ขึ้นดื้อ...ดื้อ “ไม่ดีอย่างเดียวยุ่ทุกอย่างเรียบร้อย” ต้องท่องอันนี้ไว้ด้วย นี่มันสำหรับพูดกับเด็กนะ แต่บางทีเราเป็นเด็กในทางจิตใจ ไม่ดีอย่างเดียวยุ่...ทุกอย่างเรียบร้อย คือไม่ดีต่อธรรมะ ไม่ดีต่อหลักการของพระพุทธเจ้า เมื่อเรารู้ว่าสิ่งนี้พระพุทธเจ้าว่า ไม่ดี...เราหยุด..ไม่ไป ไม่พูด ไม่ทำ ไม่คบหากับคนนั้น ไม่ไปสู่สถานที่นั้น...เราปลอดภัย แต่ถ้าเราดื้อไม่เชื่อมันก็ไม่ปลอดภัย มันก็จะทำให้เกิดความเสียหายได้ เพราะฉะนั้นต้องปริกษาพระธรรม

แต่บางทีปรีक्षाพระธรรม เราไม่รู้พระธรรม ก็ต้องมาปรีक्षाพระสงฆ์ที่เรียนธรรมะ ต้องมาหาพระ ที่สอนธรรม ถ้ามโนคติ ถ้ามการปฏิบัติ ว่าควรจะทำ อย่างไร พระท่านก็บอกแนวให้เรารู้ แต่ว่าการปฏิบัติ เป็นหน้าที่ของเราเอง อันนี้พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสไว้ ชัดเจนว่า “ตถาคตเป็นแต่เพียงผู้ชี้ทางให้ การเดินทาง เป็นหน้าที่ของเธอทั้งหลาย” แปลว่า การปฏิบัติเป็นเรื่อง ตัวเราเอง เขาบอกยาให้เรา เราต้องกินยานั้น ถ้าเรา ไม่กินยามันจะหายได้อย่างไร จะไปเชื่อว่าเจ้าของยา คักดีสิทธิมันก็ได้ ต้องกินยามันจึงจะคักดีสิทธิ... ธรรมะ จะคักดีสิทธิเมื่อเรานำมาปฏิบัติ ถ้าเราไม่นำมาปฏิบัติ ธรรมะจะมีความหมายอะไร มันต้องใช้เอามาแก้ไขปฏิบัติ ด้วยการปรีक्षाกับพระธรรม แล้วก็ทำให้มันถูกต้อง สิ่งทั้งหลายก็ดีขึ้น

รวมความว่า ตัวสัมมาทิฎฐิที่สำคัญนั้น คือต้อง เข้าใจให้ถูกต้อง รับหลักการของพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า

สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ ไม่มี “เหตุ” “ผล” เกิดไม่ได้ เหตุนั้นไม่ได้อยู่ที่ไหน แต่อยู่ที่ตัวเราเอง เราเป็นผู้สร้างเหตุ เราก็ต้องรับผลของมัน สร้างเหตุแล้วจะปฏิเสธผลนั้นไม่ได้ เหมือนจับถ่านไฟแล้วจะบอกว่า ไม่ร้อนมันก็ไม่ได้ จับน้ำแข็งแล้วจะไม่เย็นจับมันก็ไม่ได้ มันต้องเป็นตามธรรมชาติ เมื่อเราสร้างเหตุอะไร ผลมันก็ต้องเป็นอย่างนั้น...เราต้องยอมรับ

เมื่อสิ่งใดเกิดขึ้นอย่าไปโทษใคร แต่ต้องนึกว่า “ฉันคงจะพลาดไปสักเรื่องหนึ่ง ประมาทไปจึงได้เกิดเรื่องนี้ขึ้น” ก็ต้องนั่งพิจารณาตัวเอง ตักเตือนแก้ไขตัวเอง ให้มันละเอียดรอบคอบ ถ้าทำด้วยตัวเองไม่ได้ ต้องไปวัด ไปปรึกษาพระที่มีความรู้ ความเข้าใจในวิถีชีวิตที่ถูกต้องตามหลักธรรมะของพระพุทธเจ้า เราจะไม่ไปหาพระประเภทปัญญาอ่อนที่ทำพิธีรีตองอะไรไม่เข้าเรื่อง

เราจะไปศึกษาใต้ถามแนวทางชีวิตที่ถูกต้อง แล้วก็ปฏิบัติตามแนวทางนั้น เราก็เห็นผลด้วยตัวเราเอง

เพราะพระธรรมนั้นเป็นสันติภูมิโก อันผู้ศึกษาผู้ปฏิบัติ พึงเห็นชัดด้วยตัวเอง ต้องเห็นเอง รู้เอง ทำไปมันก็เห็นเองแหละ ความสุขเป็นอย่างไร ความทุกข์เป็นอย่างไร ความอึดใจ ความสบายใจเป็นอย่างไร มันเกิดขึ้นในการกระทำ หลักการนี้เป็นเรื่องสำคัญ

ถ้าเราเชื่อมั่นในหลักการสัมมาทิฐิ ของพระผู้มีพระภาคเจ้า เราจะมีชีวิตง่ายขึ้น สะดวกขึ้น ไม่ต้องทำอะไรชนิดลำบาก ไม่ต้องไปเที่ยวบ่น เที่ยวว่าอะไร ว่ามันอย่างนั้นอย่างนี้ มีอะไรเกิดขึ้นเราก็มัวตัวเราเอง ตีตัวเราเอง เตือนตัวเราเอง แก่ไขตัวเราเอง สิ่งทั้งหลาย ก็จะเป็นไปในทางที่ถูกที่ชอบ เราก็ม会有ความสุข มีความสงบ ตามแบบพุทธธรรมและต้องเป็นอย่างนั้น

เรานับถือพระพุทธศาสนา ควรจะเป็นอย่างนั้น ไม่ควรจะเป็นอย่างอื่น ให้เราตั้งใจอย่างนั้น คิดอย่างนั้น แล้วก็มาช่วยกันหน่อย คือช่วยกันทำลายความเชื่อที่เหลวไหลไม่ให้มีอยู่ในจิตใจ ลูกเล็กเด็กน้อยของเรา

ต้องสอน “สัมมาทิฐิ” ไปตั้งแต่ตัวน้อยๆ สอนให้เขาเข้าใจ ให้เขาเรียนรู้กฎของธรรมชาติ

สมมติว่าเด็กทำอะไร...มีติดบาศ เราต้องพูดให้เขาเข้าใจว่ามีติดบาศเพราะอะไร?... ก็เพราะเราปล่อย เราประมาท ทำไม่ระมัดระวัง แล้วเมื่อทำแล้ว ผลมันก็เป็นอย่างนี้ ถ้าเราทำถูกมันก็ได้ความถูกต้อง ถ้าทำผิดเราก็ได้รับความผิด ให้เขาเข้าใจว่าความผิดนั้นอยู่ที่ตัวเขา ความถูกก็อยู่ที่ตัวเขา อย่าไปลงโทษเด็กโดยไม่ได้สอน ให้เด็กเข้าใจ ว่าอะไรเป็นอย่างไรถูกต้อง ให้สัมมาทิฐิแก่เด็กไปตั้งแต่เล็กแต่น้อย

สอนได้ทั้งนั้นแหละหลักอนิจจังก็สอนได้ อะไรมันเสียหายก็บอกว่า...นี่แหละคืออนิจจัง ความไม่เที่ยง...พูดไว้อย่าง เด็กก็จะจำสิ่งนั้นไว้ในใจได้...ได้คิด ได้นึก ได้เข้าใจความเป็นทุกข์ เราก็สอนให้เด็กเข้าใจความเป็นอนัตตา ไม่มีอะไรที่อยู่ในอำนาจเราก็พูดได้ พูดไปตั้งแต่เบื้องต้น เด็กก็จะเข้าใจหลักธรรมของพระพุทธเจ้าไป

ตั้งแต่ยังเล็ก โตขึ้นเขาก็เอาไปใช้แก้ปัญหาชีวิต ไม่ต้อง
 นั่งเศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ในสิ่งที่ไม่น่าจะร้องไห้ เช่น เวลา
 มีใครตาย เวลาอื่นก็ไม่ค่อยร้อง พอศพจะเข้าเตาเผาจะ
 ไปร้องตรงนั้นแหละ มาร้องทำไมที่ตรงนี้ ทำไมไม่ร้องเสีย
 ที่โน่น มาร้องตรงนี้แหละ เขาจะเผาแล้วจะมาร้องขึ้น
 ร้องทำไม?...เทศน์ให้ฟังแล้วยังไม่รู้เรื่อง ยังมาร้องอีก

ก็บอกว่า “เอ! นี่มีหูไม่ได้ใช้เมื่อตะกี้เนี่ย ถึงได้
 มาร้องให้” ว่าอย่างนั้น มาร้องกันตรงนั้นแหละ ร้องอะไร
 นักหนา...พอแล้ว แล้วคนก็แก่แล้ว คุณยายอายุตั้ง ๘๖
 ๘๗ ควรตายได้แล้ว แล้วเราจะไปเสียใจทำไมกัน ควร
 จะดีใจ แต่ว่าอย่านั่งหัวเราะ หัวเราะมันก็ไม่ใช่ที่ แต่นึก
 ว่า “โอ้! ดีแล้วท่านพันทุกข์เสียที เราซิ...จะต้องต่อสู้
 ต่อไป คนแก่ๆที่อยู่ลำบากนะ ตายแล้วสบาย ไม่ต้อง
 ลำบากต่อไป” นึกอย่างนั้น...“เออ! ดีแล้ว”

แต่อย่าพูดว่า “ตายเสียทีก็ดีแล้ว” นึกว่า “ท่าน
 พันทุกข์ไปที่ ทรมานป้อนข้าวป้อนน้ำลำบาก ท่านตาย

ก็เป็นสุขดีแล้ว” อย่างนั้นใจก็สบาย จะไปนึกให้ท่าน “อยู่” ได้อย่างไร ไปผินธรรมชาตินั้นก็ไม่ได้ ไม่ได้คิด คือมางานศพไม่มาศึกษา

อาตมาก็พยายามเทศน์สอน บอกว่ามาศึกษา มาเรียน มางานศพ เรียนจากศพ เอาความรู้จากศพ พระก็คอยชี้แจงให้เข้าใจ เอาศพเป็นตัวอย่าง เทศน์กัน อยู่เสมอ สอนกันอยู่เสมอ แต่ไม่ค่อยได้ ต้องไปร้องตรงนั้น กลัวเพื่อนจะหาว่าไม่เสียใจ เลยต้องร้อง ให้เขาเห็น หน่อยว่าเสียใจ อย่างนั้นแหละ ร้องเอาหน้านี้ ไม่ใช่ร้อง เรื่องอะไร ร้องเอาหน้าเอาตาเสียหน่อย ถ้าไม่ต้องเตี๋ย เขาจะหาว่าคุณแม่ตายไม่เห็นร้องเลย เลยร้องเสียหน่อย ร้องเอาหน้าแบบนั้นไม่ได้เรื่อง

ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา
ขอจบการแสดงปาฐกถาไว้แต่เพียงนี้





แนวทางปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิต



แนวทางปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิต

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาที่จะได้แสดงปาฐกถาธรรมะอันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ แล้วตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

ทำจิตให้หม่นไปตามธรรมชาติ

วันนี้ฝนตกตอนเช้า...ดีแท้ ทำให้เย็นสบาย ต้นไม้สดชื่น คนก็สดชื่นเหมือนกัน แต่ลำบากตรงที่นั่งฟังธรรมนั้นเองเพราะว่านั่งได้ต้นไม้ไม่ได้ ฝนมันโซยอยู่ตลอดเวลา

ต้องมานั่งกันในหอประชุม ที่ก็เต็มแน่น นั่งตรงอื่นก็
ไม่สะดวก ก็ดีเหมือนกันที่ได้มานั่งรวมกันอยู่มากๆแล้ว
ก็สบายดี ฝนนี้บางทีก็เหมือนกับว่าแก้งอย่างนั้นแหละ
ฝนตกนี้มันก็ดีเหมือนกัน เพราะว่าเราเรียกร้อง
มานานแล้ว บ่นกันทุกคน มันแล้งเหลือเกิน มันร้อน
เหลือเกิน แต่พอฝนตกลงมาซักจะบ่นอีก อะไร...ตก
ไม่เป็นเวลา เวลาวันอาทิตย์จะไปฟังธรรมไม่น่าจะตก
ตกตอนบ่ายก็ดี ความจริงตามสถิตินี้ ตั้งแต่เทศน์วัน
อาทิตย์มานี้ฝนตกน้อยเหลือเกิน มันจะตกตอนกลางคืน
ก่อนถึงวันอาทิตย์ ตกเสียตอนดึกอะไรอย่างนั้น เวลากำลัง
เทศน์นี้ ฝนไม่ค่อยตกหรอก นานๆมีสักทีหนึ่ง ปีหนึ่งมี
สักวันสองวันเท่านั้นเอง ที่จะต้องลำบากในเรื่องวันอาทิตย์
ธรรมชาติก็ไม่ทารุณเกินไป ยังอำนวยความสะดวกให้แก่
พวกเราทั้งหลายได้อยู่เพราะว่าตกน้อย วันไหนฝนตกก็อย่า
ไปบ่น เตียวธรรมชาติได้ยินเข้ามันจะโกรธเอา ตกให้
จ๊ากๆเสียเลย ที่นี้เดือดร้อนกันใหญ่ถ้าตกมากอย่างนั้น

จิตใจเราต้องรู้จักหมั่นให้เหมาะกับธรรมชาติ
แดดออกก็อย่าไปตีใจเสียใจ ฝนตกก็อย่าไปยินดียินร้าย
ทำใจให้เป็นกลางๆไว้ มันเป็นอย่างไกรู้ดีกว่าธรรมชาติ
มันก็ต้องเป็นอย่างนี้ เพราะเรื่องของธรรมชาตินั้น ไม่อยู่
ในอำนาจของใคร เราจะไปบังคับก็ไม่ได้ ขอร้องก็ไม่ได้
เวลาฝนไม่ตกเขาแห่นางแมว ให้พระไปสวดกลางแจ้ง
สวดคาถาพญาปลาช่อน เรียกว่าอย่างนั้น พระก็นั่งสวด
เหงื่อไหลซิกๆ ร่มก็ไม่มีเขาไม่ให้กาง สวดให้เทวดาเห็น
ว่าพระร้อนแล้วฝนจะได้ตกลงมา แต่ธรรมชาตีก็นเฉย
อยากรจะสวดกลางแจ้งก็สวดไปซิ ฉันไม่ตกก็แล้วกัน
พระก็เลยจืดชืดด้วยเหงื่อกลับวัดไป

อาตมาจำได้เมื่อสมัยเป็นเด็ก มีอยู่คราวหนึ่ง
เขาทำอย่างนั้น ทำรูปปลาช่อนนอนอยู่กลางแจ้ง เอา
ดินเหนียวเอามาปั้นเป็นปลาช่อน ทำเป็นหนองให้นอน
อยู่ในที่แห้ง แล้วนิมนต์พระให้มาฉันอาหารอิมหัน
สำราญแล้วก็บอกว่า นิมนต์สวดมนต์ เวลาฉันอาหารให้

นั่งในร่ม ทำหลังคาไว้ดีเรียบร้อย พอจะสวดมนต์ นิมนต์ให้ไปสวดกลางแจ้ง แดดกำลังเที่ยง ให้นึกดูว่ามันร้อนขนาดไหน พระก็นั่งหัวแดงร้อนเปรี้ยวๆสวดกัน แหม... คักดีสิทิววันนี้ สวดยังไม่ทันจบเลย เทจักๆลงมาเลย น้ำเงิงไปหมดทั้งทุ่ง รุ่งเช้าได้ยินเสียงโณนากันก้องทุ่งไปเลย มีอยู่คราวเดียวนี้แหละจำได้ว่าสวดขลุ่ยอยู่คราวเดียวเท่านั้น นอกนั้นสวดจนแมวตาย...ฝนก็ไม่ตก แหนางแมวจนแมวตาย ก็ไม่ได้เรื่องอะไรเพราะแมวกับฝนมันไม่ถูกกันจะไปแก้กันทำไมนางแมว ไฉนางแมวนั้นมันก็ไม่ชอบน้ำอยู่แล้ว ฝนไม่ตกมันก็ดีใจ ฝนตกแมวมันวิ่งหนี พิธีการก็ทำไปอย่างนั้นตามเรื่องตามราว เรียกวิถีไสยศาสตร์ คนก็ชอบทำกันไป ธรรมชาติไม่ได้อยู่ในบังคับของใคร เราจะไปขอร้องก็ไม่ได้ ไปทำอะไรก็ไม่ได้ทั้งนั้น มันเป็นไปตามเรื่องของธรรมชาติ เราอย่าไปเสียอกเสียใจ อย่าไปดีใจ ทำใจให้เฉยๆมองในแง่ที่เป็นอย่างนั้น ธรรมชาติเป็นไปอย่างนั้นจิตใจก็สบาย อันนี้ขอทำความเข้าใจเสียก่อน

ธรรมะเป็นยาแก้ทุกข์

วันนี้มีครูมาฟังกันมาก เป็นครูกลุ่มพญาไท มีโรงเรียนหลายโรงเรียนในเขตนั้น เขามาประชุมกันตั้งแต่เมื่อวาน วันนี้ก็มาประชุมกันต่อ แต่ว่าในตอนเช้านี้ได้มานั่งร่วมกับญาติโยมทั้งหลาย ทำให้คณะครูได้มาเห็นว่า วัดชลประทานฯ นี่เขาทำกันอย่างนี้ เทศน์กันมาอย่างนี้ สวดมนต์กันมาอย่างนี้นานมาแล้ว ครูบางคนอาจจะยังไม่เคยมาเพราะว่าอยู่ไกล ได้มาเห็นก็จะได้อะไรไปพูดคุยกับใครๆที่เขาสนใจอยากจะได้ฟังธรรมะ อยากจะได้รู้เรื่องคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็บอกเขาว่า โหน่นะ... ไปวัดชลประทานฯ ในวันอาทิตย์ ๙ โมงครึ่ง หลวงพ่อปัญญาท่านจะเทศน์ให้ฟัง คนเหล่านั้นจะได้มา... มาฟังแล้วก็จะได้รับความรู้ความเข้าใจ จะได้นำไปเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันต่อไป จะได้ไม่เกิดความทุกข์อะไรมากเกินไป

ธรรมะนี้เป็นยาแก้ทุกข์ เป็นสิ่งที่ช่วยแก้ไขปัญหาในชีวิตของเรา คนเราถ้าไม่ได้เอาธรรมะไปใช้ ปัญหา วุ่นวายสับสนมันก็เกิดมาก แต่ถ้าเราเอาธรรมะไปใช้ ชีวิตเราจะดีขึ้น จะมีความสุขในด้านสงบมากขึ้น สุขอย่างอื่นมันไม่ถาวร รู้ความสุขที่เกิดขึ้นจากความสงบใจไม่ได้ อันนี้เราไม่มีความสุข เพราะใจมันวุ่นวายสับสน ด้วยประการต่างๆ ต้องเอาธรรมะเข้าไปช่วยเป็นเครื่องประเล้าประโลมใจ ทำให้เรารู้จักพอดีพองามในเรื่องอะไรต่างๆ ก็จะได้เกิดความสุขทางใจขึ้น เป็นเรื่องที่ควรแนะนำชักจูงเพื่อนฝูงมิตรสหาย ให้ได้รู้แหล่งที่ควรจะศึกษาธรรมะ จะได้ช่วยให้มีธรรมะมากขึ้น

ปัญหาเกิดเพราะชีวิตขาดธรรมะ

เพราะสังคมในยุคปัจจุบันนี้ขาดธรรมะ ไม่มีธรรมะเป็นพี่เลี้ยงประดับประดาใจ ใจก็ไหลไปตาม

อารมณ์ไหลไปตามความอยากในสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า โดยไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร จึงสร้างความทุกข์ความเดือดร้อนด้วยประการต่างๆ ถ้าได้หันหน้าเข้าหาธรรมะ โลกนี้ก็จะดีกว่าที่เราเป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ เราจะได้มีความไว้วางใจต่อกัน อยู่กันฉันท์พี่น้อง เพราะว่ามีความไว้วางใจเดียวกัน ใจเดียวกันคือใจที่มีธรรมะ

ถ้าใจไม่มีธรรมะ มันก็หลายใจ ใจโลก ใจโกรธ ใจหลง ใจริษยา ใจพยาบาทอาฆาตจองเวร ใจที่มีความถือมั่นในตัวตน สำคัญตนว่าอย่างนั้น สำคัญตนว่าอย่างนี้ แล้วก็ไปเที่ยวแข่งชั้วกับคนนั้นคนนี้ ที่เราเรียกกันว่าแข่งดีนั่นแหละ ความจริงไม่ได้เอาดีไปแข่งกันหรอก แต่เอาชั้วไปแข่ง อวดกิเลสกัน ว่าใครมีอะไรมากกว่าใคร อวดกันไม่พอก็เลยต้องหมัดต้องมวยกัน ชกต่อยตีรันฟันแทงกัน ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนไปตามๆกัน นี่คือผลที่เราไม่ได้หันหน้าเข้าหาธรรมะ จึงได้เกิดปัญหา เกิดความสับสนวุ่นวายกันด้วยประการต่างๆ

เราจึงต้องช่วยกันหันเข้าหาสิ่งนี้ ถ้าเราทุกคนได้
 บ่ายโฉมหน้าเข้ามาหาธรรมะ หรือมาหาพระพุทธเจ้า
 พระธรรม พระสงฆ์ เราจะรู้สึกว่ามีอะไรแปลกขึ้นในชีวิต
 ของเรา มีความสุขมากขึ้น มีความสงบมากขึ้น การเงิน
 การทองก็จะไม่ผิดเคือง ไม่ต้องเป็นหนี้เป็นสินใคร เพราะ
 เรารู้จักใช้ธรรมะในการดำรงชีวิต แต่ถ้าเราไม่ได้ใช้ธรรมะ
 เงินเดือนไม่พอใช้ เกิดปัญหายุ่งยากลำบากด้วยประการ
 ต่างๆ โดยเฉพาะเรื่องการมีหนี้สิน

เมื่อวานนี้มีคนหนึ่งมาหา มาถึงก็บอกว่า พวก
 นั้ทางในเขาบอกว่า ดิฉันเคราะห์ร้าย อาตมาก็เลยถาม
 ว่า พวกไหนนะที่มันนั้ทางในเห็นว่าเคราะห์ร้ายนะ มัน
 รู้ได้อย่างไร นั้ลืมตามันยังไม่เห็น นั้ลับตามันจะเห็น
 ได้อย่างไร เป็นคนที่ไหน?... เขาบอกว่าเป็นเด็กงั้ทางใน
 เด็กน้อยนั้ทางใน แล้วไปเที่ยวเห็นอะไรแปลกๆ ไปเชื่อ
 อะไรได้ ผู้ใหญ่นั้ยังไม่เห็น แล้วเด็กน้อยมันจะไปเห็นได้
 อย่างไร

เขาเล่าว่า ไม่ได้เห็นเวลานั่งหอรอก แต่เขามายืนหน้าร้าน แล้วก็บอกว่า น้ำนี้เคราะห์ี่ไม่ดี ให้ไปสร้างพระพุทธรูปเสีย มันอาจจะมาจากโรงหล่อพระก็ได้ เป็นพวกสายสนกลในของพวกหล่อพระ ขายพระไม่ค่อยออกแล้ว เลยเที่ยวไปบอกให้คนเคราะห์ี่ร้ายไปเที่ยวสร้างพระสักองค์หนึ่ง เลยบอกว่าไปทำสังฆทานเสียบ้าง จะได้สะเดาะเคราะห์ี่ให้หายไป แกร็บคำแล้วยังไม่สบายใจ

...ทำไมจึงไม่สบายใจ?

ที่ไม่สบายใจก็เพราะไปยึดถือเอา คำของเด็กคนนั้นเข้าว่าเคราะห์ี่ร้าย เราไม่มองดูตัวของเราเองว่า เราเป็นคนอะไร? มีความคิดอย่างไร? มีความทุกข์อย่างไร?...ไม่ได้มอง ไปเชื่อตามเขาว่า ไปเชื่อตามเขาบอก แล้วก็เลยไม่สบายใจ ดีหน่อยที่ไม่สบายใจแล้วมาวัดชลประทานรังสฤษฎ์ จะได้คลายจากความทุกข์ไป จะได้เกิดความเข้าใจถูกต้องขึ้น ก็เลยบอกว่า อย่าไปเชื่อในเรื่องอย่างนั้น...อย่าไปเชื่อตามที่เขาว่า

ค้นหาสาเหตุของการเกิดทุกข์จากตัวเอง

ให้เราพิจารณาตัวเองว่า เรามีความทุกข์เรื่องอะไร เรามีความสนใจในเรื่องอะไร แล้วก็ถามว่า แล้วเวลานี้มีความทุกข์เรื่องอะไรอยู่บ้าง บอกว่าทุกข์เรื่องหนี้สิน หนี้สินนี้ไม่ใช่เรื่องเคราะห์ร้าย ไม่ใช่เรื่องอะไร แต่มันเกิดขึ้นเนื่องจากเราดำเนินการผิดพลาด จึงได้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ก็เลยถามว่า “ทำมาหากินเรื่องอะไร” แกก็บอกว่า “เป็นเอเยนต์ขายเหล้า” เรียกว่าประมูลขายเหล้าในเขตนั้น “เขตใหญ่ไหม” “ไม่ใหญ่มากเท่าใด อำเภอเดียว...อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี”

คนมันจะขายกันหลายคน มันก็ไปแย่งกันประมูลให้คนที่ด้อมกลั่นสุราได้กำไรเปล่าๆ แล้วทำไมเราไม่เอาคนเหล่านี้นะมากินข้าวด้วยกัน แล้วนั่งคุยกัน ว่าเรามาช่วยกันเถอะ เรามาร่วมกัน แล้วเรามาแบ่งกันขาย กำไรก็จะได้แบ่งกัน ไม่ต้องเสียเปรียบคนด้อมกลั่นสุรามากเกินไป เขาบอกว่าเวลาพบกันก็พูดกันดี แต่เวลาขึ้นประมูลก็

แย่งกันทุกที ต่างคนต่างจะเอา ต่างคนก็เลยไปขึ้นราคาให้กับผู้ที่ตักมกลั่น ให้เงินเขามากๆ แล้วก็ต้องมีเงินไปประกันไว้กับบริษัทที่ตักมกลั่นสุรา ถ้าหากว่าขายได้กำไรส่งเงินไปก็ไม่ต้องถูกหัก แต่ถ้าขาดทุนเงินส่งไม่พอเขาก็หักเงินประกัน หักไปเรื่อยๆจนกระทั่งหมด ขาดทุนบ่อยๆ มันก็หมดเงินเหล่านั้น แล้วเวลาประมูลใหม่ ต้องไปกู้เงินเขามา ทำให้เกิดเป็นปัญหาความทุกข์ความเดือดร้อน

อาตมาก็เลยบอกว่า เลิกเสียไม่ดีหรือ ถ้าขายสุรา มันจะฉิบหายก็เลิกขายไม่ดีกว่าหรือ ไปขายของอื่นเสียก็ได้ ไร้อะไรที่จะขายได้มีเยอะแยะ นี่ไปขายของเมา มันผิดศีลธรรม ที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้ พระพุทธเจ้าไม่ให้ขายสุรา ไม่ให้ขายยาพิษ ไม่ให้ขายเครื่องประหารประหาร เช่นปืนก็ห้ามขาย เมืองไทยเรามีร้านขายปืนมาก จึงยิงกันบ่อย ผิดหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า...ยาพิษ ของเป็นพิษนี้ไม่ควรจะขาย และไม่ให้ขายสัตว์ที่จะเอาไปฆ่าเป็นอาหารด้วย แล้วประการสุดท้าย ไม่ให้ขายคนด้วย

พระพุทธเจ้าห้ามไม่ให้ขายคน ไม่ให้ขายสัตว์ที่
จะเอาไปฆ่าเป็นอาหาร ไม่ให้ขายยาพิษ ไม่ให้ขาย
ศาสตราวุธ ไม่ให้ขายของเมา เราลองคิดว่า พระองค์
บัญญัติสิ่งเหล่านี้ไว้เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขของสังคม
เราไปขายมันก็ลำบาก แถบอ้อมมันถลำเข้าไปแล้ว เอา
ตัวออกไม่ได้ มันมีความทุกข์ความเดือดร้อน เลยเล่าเรื่อง
ให้แกฟังว่า ที่ปากเกร็ดนี่มีคนหนึ่งขายเหล้ามาหลายปี
เป็นเอเย่นเมืองนนท์ เมืองสมุทรปราการ เมืองปทุมธานี
แถบนั้นบ่อยๆว่า “ผมไม่ค่อยสบายใจเลยที่ขายเหล้านี้
คนกินแล้วมันเมามาย มันทะเลาะเบาะแว้งกัน” ผู้ขาย
นั้นไม่เคยดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่เสียด้วยซ้ำไป นึกเบื่อก็กเล็ก
มันเสียเลย เลิกเสร็จแล้ว ไปเคลียร์บัญชีกับโรงงานสุรา
บางยี่ขัน เตี้ยวนี้สบายใจ ไม่ต้องไปยุ่งกับของมีนเมาอีก
ต่อไป บอกว่าปลอดภัยดี

แกเล่าให้ฟังว่ามันยังถอนไม่ได้ เพราะเหยียบมัน
เข้าไปลึกแล้ว เรียกว่าจมลงไปถึงเอวมันก็ถอนไม่ขึ้น ต้อง

เอาช้างมาช่วยจุดจึงจะขึ้นได้ นี่เป็นความทุกข์ ความทุกข์ เพราะดำเนินงานผิดพลาด...ไม่ใช่อะไร ไม่ใช่เคราะห์ร้าย จะไปรดน้ำมนต์มันก็ไม่หาย หรือว่าจะไปสะเดาะเคราะห์ ไปลอดใต้ท้องช้าง...มันก็ไม่หาย มันจะหายได้ก็ต่อเมื่อ เราหาเงินมาเปลี่ยนหนี้สินเสีย แถบออกว่านี่กำลังคิดจะขายที่ มีที่อยู่แห่งหนึ่ง ถามว่าเมื่อขายที่ได้แล้วพอจะเปลี่ยนไหม? ก็ยังไม่พอเหมือนกัน..หนักเข้าไปอีก ที่หมดแล้วจะเอาอะไรเปลี่ยนล่ะ อย่าไปขายดีกว่า ก็อธิบายให้แกฟังไปตามเรื่องตามราว ปลอบโยนจิตใจให้คลายจากความทุกข์ความเดือดร้อน แล้วก็ให้มองที่ตัวเอง ให้แก้ไขที่ตัวเอง อย่าไปแก้ด้วยวิธีภายนอก

เหตุของความทุกข์อยู่ที่ตัวเราเอง

คนเราเมื่อมีความทุกข์ต้องมองตัว ค้นหาสาเหตุที่ตัวเรา ให้ยึดหลักพระพุทธเจ้าว่า อะไรๆมันเกิดขึ้นที่

ตัวเราก็อเพราะการคิดของเรา การพูดของเรา การกระทำ
 ของเราเอง ไม่มีสิ่งใดมาดลบันดาลให้ใครเป็นสุข ไม่มี
 สิ่งใดจะมาดลบันดาลให้ใครเป็นทุกข์ เราเป็นสุขเพราะ
 เราทำ เราเป็นทุกข์ก็เพราะเราทำ จึงต้องมองที่ตัวเรา
 แก้ไขที่ตัวเราเอง

ถ้าเชื่อมั่นในหลักการของพระพุทธเจ้า ชาวพุทธ
 เราจะไม่ต้องไปหาพวกทรงเจ้าเข้าผี สำนักเจ้าพ่อเจ้าแม่
 เจ้าอะไรทั้งหลายนะ เราอย่าไป เพราะเป็นของหลอกลวง
 ไม่จริงไม่แท้ แล้วก็ไม่ต้องไปเที่ยวไหว้บนบานศาลกล่าว
 สิ่งศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์มีเดชที่เรานึกว่ามี ความจริงก็ไม่มีอะไร
 เพราะว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์เหมือนกันเสานี้ บางแห่งปลวกกิน
 เกือบหมดเสากลวงในแล้ว แต่คนยังไปไหว้อยู่ เหลืออยู่
 นิดเดียว ไม่ก็เซนต์แล้ว...ปลวกกินข้างใน แต่คนไม่รู้
 ว่าปลวกกินข้างใน ถ้าเสามันเก่งปลวกมันก็ไม่กิน ใสนี้ไม่เก่ง
 แล้วเป็นพวกไม้เนื้ออ่อนด้วยนะ เสาลึกเมืองอะไรนี้
 ไม้เนื้ออ่อนทั้งนั้น เขาไม่ได้เอาไม้เนื้อแข็ง ความจริงควร

จะเอาเหล็กมาหล่อเป็นเสาเสียบเลย ปลวกมันจะได้ไม่กิน แล้วจะได้ไหว้กันไปนานๆ ตราบเท่าที่เหล็กมันยังไม่ถูก พังทะลายลง... แต่ไม่มีใครคิดทำด้วยเหล็กคือยังไม่พัฒนา ของที่เป็นไสยศาสตร์ เป็นความมกมายนี้ไม่ค่อยพัฒนาเลย ทำอย่างใดก็ทำกันอย่างนั้น ไม่ค่อยจะมีการเปลี่ยนแปลง เราอย่าไปเที่ยวหลงในสิ่งเหล่านั้น อย่าไปขอให้สิ่งนั้น มาช่วยเรา แต่เราต้องช่วยตัวเอง

การช่วยตัวเองนั้นก็หมายความว่า รู้จักว่าเราคิด อย่างไร เราพูดอย่างไร เราทำอย่างไร แล้วเราก็แก้ไขที่ ตัวเรา เช่นเมื่อเรามีความทุกข์ก็ต้องคิดว่า ทุกข์เรื่องอะไร ค้นไปเถอะเตี้ยมันก็เจอ เพราะว่ามันอยู่กับตัวเราทั้งนั้น เมื่อเราเจอความทุกข์แล้ว เราก็ค้นต่อไปว่าเหตุมันอยู่ที่ อะไร เราไปติดต่อกับใคร เราประพฤติดังไร เราทำ อะไร จึงได้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนนี้ขึ้น เราต้อง แก้ที่ตัวเหตุ เมื่อแก้เหตุ...ผลที่เป็นทุกข์มันก็ดับไป

พระพุทธเจ้าท่านจึงตรัสไว้ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิด

ขึ้นก็เพราะมีเหตุ ถ้าไม่มีเหตุ ผลจะเกิดขึ้นไม่ได้ และเหตุนั้น ไม่ได้อยู่ที่ภายนอกมันอยู่ที่คนเรา

ยกตัวอย่างง่าย ๆ ฝนตกอย่างนี้ถนนลื่น รถบางคนไถลลงไปนอนแช่น้ำอยู่ในคูข้างถนน แล้วเราจะไปบอกว่าไถ้ที่มันลงไปในคูเพราะถนนลื่น นั้นไม่ใช่ตัวเหตุที่แท้จริง เพราะถ้าหากว่าเพราะถนนลื่นมันก็ลงทุกคัน แต่ว่าทำไมมันลงไปคันสองคันอีก ๔๔ คันมันทำไมมันพ้นไปได้ มันไม่ใช่เรื่องถนนลื่น ถนนลื่นไม่ใช่ปัจจัยตัวใหญ่ ปัจจัยตัวใหญ่อยู่ที่ความคะนอง ความประมาท ไม่ระมัดระวังในการที่ขับรถ รถมันจึงลื่นลงไป เราจะไปโทษถนนไม่ได้ แต่เราควรจะโทษตัวเราเอง ว่าเพราะเราเผลอเพราะเราประมาท สิ่งนั้นจึงได้เกิดขึ้น

แต่ว่าคนเรามันบกพร่องอีกนั้นแหละ บกพร่องในข้อที่ว่าไม่ยอมรับว่าตัวผิด อันนี้มันสำคัญนัก ไม่ยอมรับว่าตัวผิด ครูที่สอนเด็กนี้ต้องพยายามที่จะให้เด็กรับผิดให้ได้ ให้เขารับผิด แล้วอย่าไปลงโทษ ให้เขาสบายใจ

ว่า เรารับผิดชอบนี้ไม่ต้องถูกลงโทษ ทีหลังทำผิดแล้วเขาจะ
ได้รับผิด แต่ถ้าผิดหลายทีก็ต้องเอาบ้าง ต้องลงโทษบ้าง
สัญญากันไว้เสียก่อนว่าคราวนี้ไม่ลงโทษ เพราะว่าผิด
ครั้งแรก แต่ว่าถ้าต่อไปทำผิดอีกจะถูกลงโทษ แล้วก็
ต้องลงโทษตามที่ตกลงกันไว้ ช่วยกันแก่นิสัยคนที่ไม่ยอม
รับผิดชอบ ให้เป็นคนยอมรับผิดชอบเสียบ้างก็จะดีขึ้น

ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าท่าน
ให้ยอมรับผิด เช่นว่าพระเราณี ถ้าหากว่าทำผิดล่วงเกิน
พระวินัยบทใดบทหนึ่งก็ตาม ท่านมีวิธีการว่าให้ปลงอาบัติ
ปลงอาบัตินี้คือการยอมรับว่าตัวผิดนั่นเอง อันนี้เป็นการ
แก้ไขปัญหาให้ยอมรับผิดในเรื่องว่าตนได้กระทำความผิด
ลงไป

ชั่วคืออยู่ที่ใจ

แต่ว่าเราทั้งหลายไม่ค่อยได้ทำอย่างนั้น เพราะ

ฉะนั้น จึงเกิดเรื่องต้องสอบสวน สิ้นเปลืองเงินทองในการสอบสวนกันมากมาย สอบไปสอบมาก็เลยไม่ได้เรื่อง คนผิดก็นึกว่าไม่เป็นไร ทำชั่วก็ไม่ได้ชั่ว ทำดีก็ไม่ได้ดีอะไร เพราะเราทำชั่วก็ยังอยู่ได้ไม่เห็นเป็นอะไร ความจริงนั้นใจเขาชั่วอยู่ คนเราเวลาทำชั่วใจมันชั่วอยู่ หลังจากทำชั่วแล้วใจก็ยังคิดเรื่องชั่วอยู่ ยังร้อนใจอยู่ ยังมีความวิตกกังวลในปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น...ไม่สบายใจ คนที่ทำดีนั้นทำแล้วสบายใจ เมื่อทำเสร็จไปแล้วนึกถึงที่ไรก็ยังสบายใจ...มันเป็นความสุข ถ้าเราทำดี แต่ถ้าเราทำชั่วก็เป็นความทุกข์เป็นความเดือดร้อนใจ แต่คนมองไม่เห็นเรื่องข้างในนี้มองไม่ค่อยเห็น มองเห็นแต่ข้างนอก มองแต่วัตถุที่ตนมีตนได้ ที่มันเกิดขึ้นในระหว่างชีวิต เขามองอย่างนั้น แต่ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นข้างในเขามองไม่เห็น

ความจริงนั้นสิ่งที่เกิดขึ้นข้างในนั้นแหละ สำคัญกว่าสิ่งที่เกิดขึ้นข้างนอก เพราะสิ่งข้างในนั้นมันสร้างรอยประทับไว้ในจิตใจของคนผู้นั้น ถ้าเราทำดี มันก็ประทับ

ความดีไว้ ถ้าเราทำชั่วมันก็ประทับความชั่วไว้ในจิตใจของเรา เราสะสมสิ่งใด สิ่งนั้นมันก็มากขึ้นในใจของเรา เช่นเราสะสมบาป...บาปมันก็เพิ่มขึ้นในใจของเรา เราสะสมบุญ...บุญมันก็เพิ่มมากขึ้นในจิตใจของเรา

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ทุกโซ่ ปาปัสสะ อัจจะโย ...สะสมบาปเป็นทุกข์ สุขโซ่ ปัญญัสสะ อัจจะโย...การสะสมบุญนั้นเป็นความสุข อันนี้เราจะเอาอย่างไร เอาทั้งทุกข์หรือเอานั่งสบายใจ เอาใจเย็น ใจสงบหรือว่าเอาใจร้อน ใจวุ่นวาย ทุกคนคงไม่ต้องการใจร้อน ไม่ต้องการความทุกข์ แต่ต้องการความสุขความสบายใจ เมื่อเราต้องการความสุขความสบายใจ เราจะไปสะสมสิ่งชั่วร้ายทำไม เราควรจะมาสะสมแต่สิ่งที่เป็นความงามความดี ให้เกิดขึ้นในจิตใจของเราไม่ดีกว่าหรือ?

อันนี้เป็นหลักที่เราควรจะได้คิดไว้ในจิตใจว่า สิ่งที่เราได้ภายนอกนั้นมันไม่สำคัญ แต่สิ่งที่เราได้เพิ่มขึ้นในใจของเราสำคัญกว่า เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นในใจของเรานั้น

มันส่งผลยาว สิ่งที่เกิดข้างนอกมันไม่เท่าใด เช่นฝนตก เสื้อผ้าเปียกไม่เท่าใดมันก็แห้ง เอาไปบ้าน ไปนั่งริดมัน ก็แห้งเท่านั้นเอง ไม่ต้องเดือดร้อนอะไร แต่ถ้าใจเปียกด้วยกิเลส ใจเปียกชุ่มอยู่ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ความริษยา ความพยาบาท อาฆาต จ้องแค้น แหม! มันสะสมอยู่ในใจนานเหลือเกิน จนแก่เฒ่ายังไม่คลายเลย ให้เราสังเกตว่าคนบางคนโกรธใครเคืองใคร โกรธอยู่จนแก่ ถ้าพอเอ่ยชื่อคนนั้นแล้วก็แวบขึ้นมาทันทีทีเดียว โกรธขึ้นมาทันที...ไม่อยากจะใกล้เคียง

เรื่องเก่าก็ลืมไปแล้ว ตั้งหลายปีแล้ว มันกรุ่นอยู่ในใจ ผังอยู่ในใจตลอดเวลา ไม่มีการเปลี่ยนแปลง นี่แหละ มันร้ายอย่างนี้แหละ ของที่เกิดข้างในนี่มันร้ายอย่างนี้ ของข้างนอกไม่ร้าย

เนื้อหนังเป็นอนโคณล้างได้ เสื้อผ้าเป็นอนสิ่งสกปรกฟอกได้ แต่ว่าใจเป็นอนนี่มันฟอกไม่ได้ มันติดเกราะกรัง ผังเนื้อใน เอาออกลำบาก

เพราะฉะนั้น เราควรกลัวความแปดเปื้อนข้างใน
อย่าไปกลัวความแปดเปื้อนข้างนอก ควรกลัวสิ่งที่เกิดขึ้น
ในใจ อย่าไปกลัวสิ่งที่เกิดขึ้นข้างนอก เพราะสิ่งที่เกิดขึ้น
ข้างนอกนั้น มันเปลี่ยนไปตามธรรมชาติ แต่ว่าสิ่งที่เกิด
ขึ้นในใจนั้น มันไม่ค่อยเปลี่ยน เขาเรียกว่าเป็นอารมณ์ค้าง
เป็นอารมณ์ค้างติดอยู่ในใจตลอดเวลา ไม่รู้จักสูญหาย
กลายเป็นเรื่องพยาบาท อาฆาตจองเวรกัน ก็เลยสร้าง
ปัญหา สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนให้แก่ตน แก่ท่าน
ด้วยประการต่างๆ อันนี้แหละเป็นเรื่องน่ากลัว เราจึง
ไม่ควรกลัวสิ่งภายนอก แต่กลัวสิ่งที่มันเกิดภายในจิตใจ

อันนี้ขอให้ญาติโยมจำไว้อย่างหนึ่ง ว่าสิ่งที่เกิด
ขึ้นในชีวิตของเรานั้น มันเกิดจากการคิด เกิดจากการพูด
เกิดจากการกระทำ เกิดจากการคบหาสมาคม ที่ล้วนมา
จากใจของเราทั้งนั้นแหละ แล้วมันก็เกิดขึ้นมาเป็นอะไร
ขึ้นตามลำดับ สร้างปัญหาคือความทุกข์ความเดือดร้อน
ด้วยประการต่างๆ

ธรรมะเป็นกรอบของชีวิต

เมื่อเรารู้้อย่างนี้แล้ว เราควรจะทำอย่างไรต่อไป? เราก็คงต้องระมัดระวังในการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน การระมัดระวังนั้นจะต้องมีหลักเกณฑ์ ต้องมีเครื่องประกอบ เพื่อให้เกิดความระมัดระวังตัว คนที่เป็นผู้รู้ เขาเรียกว่า อาจารย์ทั้งหลาย นี่แหละคือพุทธะ พุทธะคือพระพุทเจ้า เขาเรียกว่าพุทธะ พุทธะคือผู้รู้ทั้งหลาย ท่านคิดอย่างไร ท่านคิดว่าเพื่อให้คนดีขึ้น เพื่อให้คนมีระเบียบในชีวิตประจำวัน ท่านก็บัญญัติหลักเกณฑ์ให้เราปฏิบัติในชีวิตประจำวัน หลักเกณฑ์ต่างๆที่ผู้ตั้งศาสนาบัญญัติขึ้นไว้นั้น เพื่ออะไร เพื่อเป็นสิ่งแวดล้อม ให้เราอยู่ในกรอบในวง คนที่เลี้ยงสัตว์ เช่น เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย ถ้าไม่ทำคอกจะเป็นอย่างไร ไม่ทำคอกวัวควายมันก็จะหลุดออกไป มันจะไปไหนตามชอบใจ แล้วสัตว์ร้ายก็จะเอาไปกิน ผู้ร้ายก็จะลักขโมยไปเสียเพราะฉะนั้นต้องทำคอกไว้ พอถึงเวลากลางคืนต้องเข้าคอกปิดประตูแข็งแรง

มันก็นอนกันอยู่ในคอก... ไม่ไปไหน กลางวันแดดจ้าสว่าง
แล้วก็ปล่อยออกจากคอก ไปหากินที่ไหนก็ได้ แต่กลางคืน
ต้องด่อนเข้าคอก นี่ก็เพื่อให้สัตว์ปลอดภัย ไม่ให้ถูก
คนร้าย ไม่ให้ถูกสัตว์ร้ายเอาไป

ในชีวิตของคนเราก็ก็นั่นแหละ ต้องมีอะไรบางอย่าง
อย่างเป็นสิ่งป้องกันเรา เพื่อไม่ให้ออกไปนอกกลุ่มนอกทาง
เรียกว่าเป็นรั้วเป็นคอกไว้... รั้วคอกที่จะกั้นคน รั้วที่จะกั้น
คอกไว้ให้อยู่ในกรอบก็คือหลักศีลธรรม หลักศีลธรรม
เป็นข้อแรก ที่จะต้องมีสำหรับคนทั่วไป หลักศีลธรรมเป็น
สิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตของเราทุกคน

ดำรงตนอยู่ในกรอบของชีวิต

เรื่องศีลธรรมหมายถึงอะไรกัน หมายถึง สิ่งที่จะ
ช่วยให้เราทั้งหลายได้อยู่กันอย่างมีระเบียบ มีแบบ
แล้วจะได้เกิดความสุขความสงบขึ้นในสังคม...

ถ้าไม่มีหลักศีลธรรมเป็นข้อปฏิบัติ ลองหลับตานึกดูว่าจะเป็นอย่างไร? เราก็จะทำอะไรตามใจตัว ทำอะไรตามใจอยาก และไม่มีการบังคับ ไม่มีการควบคุมตัวเอง

โดยปกติคนเรามันก็เป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว ชอบตามใจตัว ชอบทำอะไรตามใจอยาก เพราะไม่มีกฎเกณฑ์ แต่ถ้าเรารับเอากฎเกณฑ์มาเป็นเครื่องบังคับตัวเรา ที่เราเรียกในภาษาว่าสมาทาน สมาทานศีล สมาทานศีล ก็คือการรับเอาศีลนั้นมาปฏิบัติ เมื่อเรารับเอาศีลมาเป็นข้อปฏิบัติเราก็อยู่ในระบบของศีล เราเอาธรรมะมาเป็นข้อปฏิบัติ เราก็อยู่ในระบบของธรรมะ ศีลกับธรรมเอามารวมกันเข้า ก็เป็นปัจจัยที่จะสร้างความสงบสุขให้เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น และจะสร้างความสงบสุขให้เกิดขึ้นแก่สังคม ให้เกิดขึ้นในครอบครัว ให้เกิดขึ้นในหมู่บ้าน ในตำบล ในชาติในประเทศ เพราะทุกคนมีข้อปฏิบัติอยู่ในกรอบในระเบียบของศีลธรรม แต่ถ้าไม่มีการปฏิบัติอยู่

ในกรอบคือในวงของศีลธรรม มันก็เกิดปัญหา เกิดความวุ่นวาย ผู้ที่ไม่อยู่ในศีลธรรมอย่างนี้ สร้างปัญหาให้แก่ตัวเอง สร้างปัญหาให้แก่ครอบครัว สร้างปัญหาให้แก่สังคม สร้างปัญหาให้ในงานที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้อง แล้วโลกมันก็เต็มไปด้วยปัญหาเพราะคนไม่อยู่ในกรอบ ไม่มีศีลธรรมเป็นหลักคุ้มครองจิตใจ ก็เกิดเป็นความทุกข์ ความเดือดร้อนกันด้วยประการต่างๆ

ถ้าหากว่าคนเรามาคิดได้ว่า... การอยู่กันด้วยความสุขนั้น มันต้องอยู่ในระเบียบวินัย หรือว่าอยู่ในศีลในธรรม แล้วก็เอาศีลธรรมในศาสนาที่ตนนับถือ เรานับถือพระพุทธศาสนา เราก็เอาหลักศีลธรรมของพระพุทธเจ้ามาเป็นกรอบเป็นเกราะล้อมตัวเราไว้ให้อยู่ในกรอบนั้นในแนวนั้น จะคิดอะไร จะพูดอะไร จะทำอะไร จะคบหาสมาคมกับใคร จะประกอบอาชีพชนิดใดก็อยู่ในกรอบในวงของศีลธรรม ไม่ส่งเสริมสิ่งที่เป็นความชั่ว ความร้ายให้เกิดขึ้นในสังคมด้วยประการต่างๆ

ญาติโยมลองหลับตานึกดูเถอะ ว่าสังคมนั้นจะเป็นอย่างไร สังคมนั้นจะมีแต่ความสงบ ความร่มรื่น หน้าชื่นตาบาน คนที่มาพบกันก็ยิ้มเข้าหากันไม่ซึ่งเคียดเกลียดชังกัน ไม่มีความระแวง ไม่มีความสงสัยกันในเรื่องอะไรต่างๆ เพราะเชื่อว่าทุกคนมีระเบียบ ทุกคนมีข้อบังคับจิตใจ มีศีลธรรมเป็นรั้ว เป็นเครื่องล้อมตัวไว้ เขาก็ไม่ไปไหน นี่มันเป็นความสุขความสบายในสังคมของมนุษย์ ผู้รู้ทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น จึงได้บัญญัติกฎเกณฑ์นี้ไว้

ปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของศีลธรรม

การปฏิบัติตนตามหลักศีลธรรมนั้น หมายถึงว่า การจำกัดตัวเอง การปฏิบัติตนตามหลักศีลธรรม ก็คือ การจำกัดตัวเองให้มีขอบเขต ที่จะคิดที่จะพูดที่จะทำ ให้เป็นไปในขอบเขตอันนั้น ไม่ล้นไม่โอเวอร์ เขาเรียกว่า

ไม่ล้นขึ้นไปในเรื่องอะไรต่างๆ คนเรามักชอบล้นมันจึงยุ่ง เพราะอะไรล้นชอบเซตออกไป ดันออกไปนอกเซตนอกรั้ว มันก็เกิดปัญหาขึ้นด้วยประการต่างๆ

ถ้าทุกคนอยู่กรอบในวงของศีล ๕ นี้..สบายแล้ว เอาศีลนี้เป็นฐานเป็นที่รองรับจิตใจ เป็นเครื่องค้ำครองชีวิต คิด พูด ทำทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ในกรอบนี้ ก็ไม่มีการเบียดเบียนกันในทางร่างกาย ไม่มีการเบียดเบียนกันในทางทรัพย์สิน ไม่เบียดเบียนกันในคู่ครอง ไม่เบียดเบียนกันด้วยการพูดการเขียนการโฆษณา ไม่เบียดเบียนด้วยการเสพของมีนเมาอันทำลายสติให้หมดไปสิ้นไปอย่างนี้ มันก็สบาย ทุกคนอยู่กันด้วยความสุข ไม่มีความหวาดระแวง นอนเป็นสุข นั่งเป็นสุข มีทรัพย์สินสมบัติก็สบายใจ เดียวนี้เรามีทรัพย์สินสมบัติก็เป็นทุกข์ คนไม่มีทุกข์แบบไม่มี คนมีก็เป็นทุกข์แบบคนมี ทุกข์กลัวเพื่อนจะมาแย่ง กลัวจะมาจี้มาปล้น เดินทางไปไหนก็กลัวจะมีอันตราย ไม่มีความสุขใจเลยแม้แต่หน่อย

ถ้าเราต้องการความสุข เราต้องการอยู่กันอย่างสบาย เราก็ต้องช่วยกันสร้างฐานะทางศีลทางธรรมให้เกิดขึ้น ช่วยกันสร้างรั้วป้องกันจิตใจของเราไม่ให้ไหลออกไปนอกขอบเขต จะคิดอะไรมีขอบเขต จะพูดอะไรมีขอบเขต จะทำอะไรก็ทำในขอบเขต ที่จะไม่กระทบกระเทือนใครให้เกิดปัญหา เรียกว่า...เราอยู่ในศีลธรรม ศีลธรรมเป็นปัจจัยให้เกิดความสงบสุขในสังคม เป็นเครื่องมือที่จะสร้างความเจริญอย่างแท้จริงให้เกิดขึ้นในสังคมของมนุษย์ เราก็ต้องมีอย่างนี้ เรียกว่าเป็นเกราะชั้นหนึ่งอยู่ในชั้นศีลธรรม

ศีลธรรมนี้เป็นเกราะชั้นต้นๆเป็นเครื่องช่วยครั้งแรกแต่ยังไม่พอ ก็ต้องเพิ่มขึ้นไปอีกสักชั้นหนึ่ง คือว่า ปัญหาของคนเรามันอยู่ที่ไหน?... ปัญหาชีวิตของคนเรานั้นมันอยู่ที่ใจของเรา ปัญหาอยู่ที่ใจ...ใจเราเป็นต้นเรื่องเป็นตัวการที่จะสร้างอะไรขึ้นในชีวิตของเรา เราจึงต้องควบคุมไปอีกชั้นหนึ่ง เอาระเบียบชั้นศีลธรรมเหมือนกัน

แต่เอาไปควบคุมถึงขั้นจิตใจ ควบคุมขั้นจิตใจให้สูงขึ้นไป ประณิดขึ้นไปอีกหน่อยหนึ่ง ให้มันสูงขึ้นไปกว่านั้นหน่อย ควบคุมจิตใจไม่ให้คิดในเรื่องที่ไม่ดีไม่งาม การที่จะไม่ให้คิดในเรื่องที่ไม่ดีไม่งามนั้น..ต้องฝึกจิต การฝึกจิตในภาษา เราเรียกว่า ทำสมาธิ หรือเรียกว่า เจริญภาวนา ให้ใช้ คำให้มันถูกลักหน่อย ไปถามใครว่า คุณไปเรียนวิปัสสนา หรือเปล่า ไม่ถึงขั้นนั้น เราควรจะพูดว่า คุณไปเรียนเรื่อง ภาวนาหรือเปล่า ภาษาที่ถูกเขาเรียกว่าภาวนา

ภาวนา : ฝึกจิตให้สงบและเกิดปัญญา

การภาวนาคือการฝึกจิต ให้เกิดความสงบ แล้วก็ การคิดค้นให้เกิดปัญญา มี ๒ แบบ ภาวนามี ๒ อย่าง เขาเรียกว่า สมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา

สมถภาวนา นั้นมุ่งในเรื่องความสงบอย่างเดียว ฝึกจิตเพื่อให้เกิดความสงบ เพื่อให้เกิดความตั้งมั่นอยู่ใน

เรื่องเดียว เพื่อให้อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน อันนี้เป็นเรื่องของสมถภาวนา ต้องการเพียงเท่านั้น เป็นเรื่องที่จะต้องทำก่อน คล้ายๆกับเราจะปลูกตึกใหญ่ เราจะต้องเตรียมพื้นที่ ถมที่ แล้วก็ปราบที่ให้สม่ำเสมอ แล้วจึงตอกเสาเข็ม วางคานชั้นล่าง แล้วก็หล่อเสา เทคานไปโดยลำดับ แล้วก็ต่อสูงขึ้นไป จนเป็นตึก ๙ ชั้น ๑๐ ชั้น อะไรกันไปตามเรื่อง

การเจริญภาวนา

ในการฝึกภาวนาก็เหมือนกัน เริ่มต้นจะต้องทำจิตให้สงบ ให้ตั้งมั่น ให้อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้งาน จิตเราถ้าไม่สงบ ให้ลองสังเกตดู...ให้ดูใจของเราเองว่าสงบหรือเปล่า มันคิดวุ่นไปตลอดเวลา...เรื่องนั้นเรื่องนี้ คิดไปปากเกร็ด คิดไปบางรัก คิดไปสาทร คิดไปบางลำพู คิดไปสนามหลวง คิดไปถึงสนามมวย บางคนคิดไปสนาม

ม้าในตอนบ่าย มันไปอย่างนั้น นี่เขาเรียกว่ามันไม่สงบ มันฟุ้งซ่าน ไม่อยู่ในเรื่องเดียว ไม่สงบ เราก็ต้องให้มันสงบ วิธีที่จะให้สงบก็หมายความว่า เอาอะไรให้มันคิด เพราะจิตชอบทำงาน จิตไม่อยู่นิ่ง...จิตรักงาน แต่ว่าเราไม่หางานที่ถูกต้องให้จิตทำ จิตก็เลยหางานเอาเอง ทำเอาเองตามชอบใจ...มันก็ยุ่ง เราจึงต้องหางานป้อนจิต หางานให้จิตทำก็คือการฝึกภาวนา

เมื่อตะกี้นี้ท่านเฉลิมมาพูดให้ครูทั้งหลายฟัง เรื่องการเจริญภาวนา ควรพูดให้ถูกว่า เรียนเรื่องการภาวนาหรือการฝึกจิต ถ้าพูดภาษาง่ายๆเรียกว่า การฝึกจิต การอบรมจิต เพื่อให้จิตของเรานั้นดีขึ้น สงบขึ้น ตั้งมั่น อ่อนโยน เหมาะที่จะใช้งานก็คือป้อนงานให้จิตทำ แล้วก็ให้จิตทำเรื่องนี้เรื่องเดียว อย่าให้ทำหลายเรื่อง เอาแต่เรื่องนี้

สมมติว่าเราจะทำอะไร... เจริญอานาปานสติ คือกำหนดลมหายใจเข้าออก

วิธีการกำหนดลมหายใจเข้า...ออก ก็คือ ให้รู้ลักษณะของลมที่เข้าที่ออก แล้วดูว่ามันกระทบตรงไหน ก็คอยเอาความรู้สึกคือสติ (สติก็หมายความว่า ความรู้สึก) ให้มารู้สึกอยู่ตรงที่นั้น มารู้สึกอยู่ที่ลมกระทบ อย่าให้มันไปไหน แต่มันต้องไป เพราะมันเคยไป มันก็ต้องวิ่งไปโน้นก็ด้อนกลับมา วิ่งไปโน้นด้อนกลับมา วิ่งไปโน้นด้อนกลับมาอีก ลักษณะเหมือนจับปูใส่กระดัง ถ้าเราทำใหม่ๆเหมือนจับปูใส่กระดัง แล้วเราจะรู้ว่า แหม! มันวุ่นวายจริงๆ มันไม่หยุดนิ่งเสียเลย เตียวไปนั่นเตียวไปนี่ นั่นแหละลักษณะของจิต

พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า *พณฺโณ จิตฺตํ, ทุกฺกขํ ทฺพนฺนิวารยํ ...* จิตนี้ ดิ้นรน กลับกลอก มีปกติรักษายาก ห้ามยาก แต่ผู้ฉลาดย่อมทำกับมันได้ บัณฑิตคือผู้ฉลาด ย่อมทำจิตที่ดิ้นรนกลับกลอก รักษายาก ห้ามยาก ให้หยุดได้ ให้อยู่กับที่ได้ ไม่ให้วิ่งไปไหนต่อไป ให้อยู่ในอารมณ์เดียว ถ้าจิตอยู่กับอารมณ์เดียวก็นิเรียกว่าตั้งมั่นอยู่

แล้วเมื่อตั้งมันนานๆก็เรียกว่า มันเชื้ออ่อนโยน ผู้ฉลาด
จึงต้องมาฝึกจิตของตนให้สงบ ให้ตั้งมั่น ให้อ่อนโยน
เหมาะที่จะใช้งาน

การเห็นแจ้งในความจริงของสรรพสิ่งทั้งปวง

คนเราให้สังเกตตัวเอง บางทีก็หงุดหงิด บางที
ก็ใจร้อนขึ้นมา อะไรกระทบนิดกระทบหน่อยก็ปั้งปั้ง
คล้ายลูกระเบิด ไวอย่างนั้นมันระเบิดบ่อยๆ ระเบิดบ่อยๆ
นี้เป็นสุขไหม ลองนึกถึงตัวเราเอง วันไหนระเบิดบ่อยๆ
เป็นสุขไหม ไม่มีความสุขใจ ร่างกายผิดปกติ ระบบการ
ย่อยอาหารผิดปกติ ระบบทางเดินโลหิตผิดปกติ นั่นแหละ
เขาเรียกว่าเป็นบันไดขั้นต้นแห่งการเป็นโรคประสาท
ต่อไปถ้าทำแบบนั้นบ่อยๆก็เป็นโรคประสาท แล้วชีวิต
จะลำบาก เราไม่ควรจะปล่อยตัวอย่างนั้น ให้พยายาม
ควบคุมจิตใจไว้ไม่ให้หัวโนไหวกับอารมณ์ที่มากกระทบ

การที่จะไม่ให้จิตใจหวั่นไหวนั้น ก็ต้องก้าวไปอีก
ขั้นหนึ่ง คือขั้นแรกที่เรียกว่า ทำสมถภาวนา เพื่อให้จิต
ของเราสงบ ตั้งมั่น อ่อนโยน เหมาะที่จะใช้งาน แล้ว
ต่อไปก็ต้องใช้มัน.. เมื่อเราฝึกมันเชื่องแล้ว ต้องใช้ ใช้
ทำอะไร ใช้ให้ไปคิดพิจารณาในเรื่องอะไรๆต่างๆ เพื่อให้
รู้แจ้ง เห็นจริงในสิ่งนั้นตามสภาพที่เป็นจริง

การพิจารณาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้ง เห็นจริง
ในสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริงนั้นแหละ เขาเรียกว่า เจริญ
วิปัสสนา วิปัสสนาแปลตามตัวว่า เห็นแจ้ง เห็นแจ้งๆ
เห็นชัดๆ ไม่ใช่เห็นอย่างเข้มนิด มองเห็นตอไม้เป็นคน
เห็นคนเป็นตอไม้ เห็นงูเป็นเชือก เห็นเชือกเป็นงู แบบ
นั้นยังใช้ไม่ได้ มันไม่ชัดเห็นแบบนั้น ต้องมองสิ่งต่างๆให้
เห็นชัดตามสภาพที่เป็นจริง

สิ่งที่เรียกว่าความจริงของสรรพสิ่งทั้งหลาย
หมายถึงอะไร?... มันมีอยู่ ๓ ประการ เขาเรียกว่า
ไตรลักษณ์ หรือว่า สามัญญลักษณะ

รู้ความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ

สามัญญลักษณะ แปลว่า ลักษณะทั่วไปของสรรพสิ่งทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นรูปธรรม คือสิ่งที่เห็นได้ด้วยตา สัมผัสด้วยประสาททั้งห้าได้ ตาเห็นได้ หูได้ยิน จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูกต้องได้ อันนั้นเขาเรียกว่า รูป สิ่งที่เป็นรูป... รูปคือสิ่งที่สัมผัสได้ด้วยประสาททั้งห้า ประสาทห้าก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อะไรที่กระทบได้ด้วยประสาทห้าอย่างนี้ เขาเรียกว่าเป็นรูป สิ่งที่รู้ได้ด้วยใจนั้นเรียกว่าเป็นนาม ของในโลกนี้มีเพียงสองอย่าให้มันยุ่ง มีเพียงสอง อย่างหนึ่งเรียกว่ารูป อีกอย่างหนึ่งเรียกว่านาม พระพุทธเจ้าสอนให้เรารู้ในเรื่องรูป เรื่องนาม ให้รู้ชัดตามสภาพที่มันเป็นจริง ความเป็นจริงของสิ่งที่เรียกว่า รูป...นามนั้นคืออะไร

เราสวดมนต์เมื่อตอนเช้า สวดมนต์แปล โยมเอาไปสวดบ่อยๆ สวดแล้วก็นั่งคิดพิจารณา

รูป อนิจจัง รูปไม่เที่ยง, เวทนา อนิจจา เวทนา
ไม่เที่ยง, สัญญา อนิจจา สัญญาไม่เที่ยง, สังขาร
อนิจจา สังขารไม่เที่ยง, วิญญาณ อนิจจัง วิญญาณ
ก็ไม่เที่ยง

รูปเป็นทุกข์ เวทนาเป็นทุกข์ สัญญาเป็นทุกข์
สังขารเป็นทุกข์

รูปเป็นอนัตตา เวทนาเป็นอนัตตา สัญญาเป็น
อนัตตา สังขารเป็นอนัตตา

สพเพ ธมฺมา อนตฺตา สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็น
อนัตตา

นี่ลึกซึ้ง เป็นสิ่งที่เราจะต้องพิจารณาบ่อยๆ เพื่อ
จะได้เข้าใจในสิ่งทั้งสามประการนี้ ให้เห็นว่ามันไม่เที่ยง
อย่างไร มันเป็นทุกข์อย่างไร มันไม่มีของที่เป็นอย่าง
ที่เป็นตัวเป็นตนที่แท้จริงอย่างไร เราต้องหมั่นพิจารณา
ศึกษา มีอะไรเกิดขึ้นก็จะได้อาหลักนี้เข้าไปตีปัญหา
เมื่อมีอะไรมากระทบเรา เช่นคนมาด่าเรา เราเอาหลัก

ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไปพิจารณา... ไม่เที่ยง
ตัวเดียวก็พอแล้ว พอมันด่ามา คำด่ามันหายไป ออกจาก
ปากหายไป เป็นอากาศธาตุไป เป็นของว่าง เป็นของเปล่า
ไม่มีเนื้อไม่มีตัวเลย เราพิจารณาไว้ว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เกิด
ขึ้นแล้วมันก็ดับหายไป ไม่มีอะไรคงทนถาวร ไม่มีอะไร
ที่จะยึดจะจับมาเป็นก้อนถือได้ ไม่มีอะไรที่ใจเราควรจะ
เข้าไปเป็นเจ้าของสิ่งนั้น มันเป็นแต่เพียงเกิดขึ้น แล้วก็
หายไป เกิดขึ้นหายไป เหมือนกับฟองน้ำ เวลาฝนตกหนัก
น้ำ...มันหยดจากชายคาเกิดเป็นฟอง เป็นฟองแล้วก็
หายไป เป็นฟองแล้วก็หายไป โยมสังเกตุดูเถอะ ถ้าเรา
ไปดูน้ำที่ไหลแรง เช่นน้ำตก น้ำพุ่งซาลงมา เกิดเป็นฟอง
แล้วหายไป เกิดเป็นฟองแล้วหายไป เอามาคิดว่า อ้าย
นี้มันเกิดดับ เกิดดับ สิ่งทั้งหลายมันก็เกิดดับ เกิดดับ แล้ว
มีตอนไหนล่ะที่เราควรจะเข้าไปยึดไว้ เอามาโกรธเอามา
เกลียด เอามาพยาบาท เอามารักมาชอบ มันไม่ใช่เรื่อง
ทั้งนั้น มันเป็นเรื่องที่ผ่านมาผ่านไป ผู้ฉลาดย่อมไม่ไปเกาะ

ไปจับสิ่งนั้นไว้ให้เป็นปัญหาแก่ชีวิต คิดอย่างนี้เรียกว่า
คิดด้วยปัญญา...คิดด้วยปัญญาแล้ว มันไม่ยุ่ง

ปฏิบัติหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด

เราจะต้องเอาปัญญาของพระพุทธเจ้า ในเรื่อง
ความไม่เที่ยง เรื่องความเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไปใช้เป็น
หลักพิจารณาในชีวิตประจำวัน เพื่อให้เห็นสิ่งทั้งปวง
ตามสภาพที่เป็นจริง แล้วเราก็จะรู้ว่า ไม่มีอะไรที่น่าเอา
ไม่มีอะไรที่น่าเป็น ไม่มีอะไรที่น่าจะยึดจะถือว่าเป็น
ตัวตน เป็นเราเป็นเขา เราเป็นแต่เพียงหน้าที่ เรามีแต่
เพียงหน้าที่ที่จะต้องจัดต้องทำเท่านั้น

เช่นเราเป็นครู เรามีหน้าที่สอนเด็ก สอนให้ดี
ให้เด็กเข้าใจในความรู้นั้น แล้วก็ให้ประพฤติดีประพฤติ
ชอบมีเท่านั้นเอง ส่วนเงินดาวเงินเดือนที่เราจะได้นั้น
ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องคิดถึง คิดแล้วมันยุ่งใจ สิ้นปีเขาไม่ขึ้นให้

นั่งกลุ้มใจ ครุใหญ่นี้แย่มาก เราควรจะได้ขึ้นไม่ขึ้น ไป
ขึ้นให้คนนั้น โกรธแล้ว ก็เลสมันเกิดแล้วก็ยุ่งใจ ช่างมัน
เถอะเขาได้ขึ้น ดีแล้วที่ได้ขึ้น เขาดีเขาได้ขึ้น เรายังไม่ได้
ขึ้นก็ไม่ใช่ไร แรงมันยังไม่พอสั่งทำตามไป ก็ทำไปตาม
เรื่อง ทำให้ดีทำให้เรียบร้อย อย่าไปคิดว่าจะได้อะไร
จะมีอะไรจากสิ่งที่เราทำ ให้คิดแต่เพียงว่า “นี่หน้าที่
ของฉัน ฉันทำตามหน้าที่ อะไรจะเกิดแก่ฉันนั้นไม่ต้อง
คิด ฉันคิดแต่เพียงอย่างเดียวว่า ฉันมีหน้าที่ที่จะต้องทำ
ฉันจะทำให้เรียบร้อย” เรียบร้อยแล้วหมดเรื่อง ใจสบาย
ไม่มีปัญหาความทุกข์ความเดือดร้อน

ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา
ขอจบการแสดงปาฐกถาไว้แต่เพียงนี้



บันทึกการจัดพิมพ์

หนังสือชุด **ธรรมบารมี** ของ พระเดชพระคุณ ท่านเจ้าคุณ พระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทะ แห่งวัดชลประทานรังสฤษฎ์ ชุดนี้ ธรรมสภาได้รวบรวมจากปาฐกถธรรมของหลวงพ่อปัญญานันทะ ที่ได้เมตตาแสดงแก่สาธุชน ซึ่งเป็นปาฐกถาธรรมที่เข้าใจได้ง่าย แต่ทรงคุณค่า และมีประโยชน์เป็นอย่างยิ่งสำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน

ธรรมสภา ได้จัดพิมพ์หนังสือธรรมบารมีชุดนี้ เพื่อเป็นธรรมสักการะ และแสดงกตเวทิตาแด่หลวงพ่อปัญญานันทะ ในวโรกาสที่มีชนมายุครบ ๘๙ ปี ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ และเพื่อสืบทอดพระธรรมคำสอนอันประเสริฐให้แพร่หลาย อันเป็นการประกาศเกียรติคุณแห่งองค์แสดงปาฐกถา ดังต่อไปนี้

หนังสือชุด **“ธรรมบารมี”** ของ หลวงพ่อปัญญานันทะ

- เรื่องที่ ๑. เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา
- เรื่องที่ ๒. ความจริงอันประเสริฐของมนุษย์
- เรื่องที่ ๓. ธรรมะเพื่อความก้าวหน้าแห่งชีวิต
- เรื่องที่ ๔. ธรรมะที่ไขแก้ปัญหาของชีวิต
- เรื่องที่ ๕. แนวทางสู่ความดับทุกข์
- เรื่องที่ ๖. ทำอย่างไรจึงพบสุข
- เรื่องที่ ๗. ทำอย่างไรจึงพ้นทุกข์
- เรื่องที่ ๘. ดับทุกข์ได้ด้วยสมุทัย

บุญกุศลอันเกิดจากการจัดพิมพ์ในครั้งนี้ คณะผู้จัดพิมพ์ ขอโน้มถวายแด่ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณหลวงพ่อปัญญานันทะ องค์แสดงปาฐกถาที่เปรียบเสมือนแสงสว่างในการดำเนินชีวิต อันจักทำให้ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความสงบสุขทั้งแก่ตนเองและมนุษย์โลกทั้งปวง

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข