



คิดดี

ไคร่ครัวญูก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า

ธรรมะพระพรหมมังคลาจารย์ ๐ หลวงพ่อปัญญาన້ນທົກບູ

ธรรมานุสรณ์ปัลลูญาณนท พระพรหมมังคลาจารย์



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช
พระราชนา拂พิธรรมา สวดพระอภิธรรม
ในพระบรมราชานุเคราะห์ครบ ๗วัน ๕๐วัน ๐๐๐วัน

គិតិ

ໃຄຣ່ຄວງຢູ່ກ່ອນແລ້ວຈຶ່ງທຳ ດີກວ່າ



จัดพิมพ์เป็นธรรมานุสติธรรมแห่งการละสังหาร

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัลลูนา้นทกิกขุ)

วันพุธที่ ๐๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๕๐ เวลา ๐๙.๐๐ น. ณ โรงพยาบาลศิริราช

คำปราการพิมพ์

คิดคิด : ใครครวญก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า

มนุษย์ทุกคนที่อาศัยอยู่บนโลกใบนี้ ในเรื่องความสุขมีความของมนุษย์เราไม่อาจใช้เครื่องมือใดวัดได้ว่าใครมีความสุขหรือไม่มีความสุข แม้กระทั้งบุคคลที่มีทรัพย์สินเงินทองมากมาย ยศฐานะราชวงศ์ก็มีภัยหลาย ก็ไม่สามารถเป็นเครื่องวัดความสุขของคนได้ คนมีทรัพย์สินมาก ใช่ว่าจะมีความสุขมากกว่าคนที่มีทรัพย์น้อย...คนมียศฐานะราชวงศ์ยังไง ใช่ว่าจะมีความสุขมากกว่าคนมียศฐานะราชวงศ์น้อย...คนที่มีคนสรรเสริญเป็นยอด ใช่ว่าจะมีความสุขมากกว่าคนที่ไม่มีคนสรรเสริญเป็นยอด

แต่...เครื่องหมายที่แสดงถึงความสุขนั้น เช่นวัดกันได้ที่ใจ คนทุกคนจักมีความสุขได้เมื่อใจพอ พอยใจเมื่อใดได้สุขเมื่อนั้น พอยใจเท่าไครสุขใจเท่านั้น พอมากสุขมาก พอน้อยสุขน้อย ไม่พอก็ไม่สุข จึงขอสรุปว่า....

สุขทุกชีวิตรู้สึกว่า มีใช่หรือ
ไม่ใช่ก็ถือ ก็เป็นสุข ไม่ทุกชีวิตรู้สึกว่า ก็เป็นทุกชีวิตรู้สึกว่า
ไม่ใช่ก็ถือ ก็เป็นสุข ไม่ทุกชีวิตรู้สึกว่า ก็เป็นสุข ไม่สุกใส^๑
รู้สึกว่า ไม่ใช่ก็ถือ ก็เป็นสุข ไม่ทุกชีวิตรู้สึกว่า ก็เป็นสุข ใจต้องพอ
เรื่องจริงเรื่องหนึ่งมีอยู่ว่า มีครอบครัวอยู่ครอบครัวหนึ่ง ฐานะพอเมื่อกิน
พ่อ-แม่-ลูกอยู่กันพร้อมหน้าอย่างมีความสุข อยู่มารวมหนึ่งพ่อน้ำซื้อสัตว์เลี้ยง
และถูกรางวัลใหญ่ เป็นรางวัลที่ ๒ คนในครอบครัว ที่หลังจากถูกรางวัลทุกคน
ล้วนมีแต่ความสุข แต่เมื่อคราวห่วยออกอีกงวดหนึ่ง คนข้างบ้านถูกรางวัลที่ ๑
ครอบครัวของเขากลับมีแต่ความทุกชีว่าทำไมเราไม่ถูกรางวัลที่ ๑ เหมือนเขา...นี่
เป็นเพราความคิดของเขาว่าที่อนาคตเองไปเปรียบเทียบกับผู้อื่น ความทุกชีว์จึงหิบยิบยื่น
ให้มาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได..."

ในวาระที่พระเดชพระคุณ พระพรหมมังคลาจารย์ ละสังขารในวันพุธที่ ๑๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๕๐ เวลา ๐๙.๐๐ น. พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดชมหาราชา ทรงรับไว้ในพระบรมราชานุเคราะห์ พระพิธีธรรมสvac พระอภิธรรม ๗ วัน ๕๐ วัน ๑๐๐ วัน ยังความปลามปิ่มในพระมหากรุณาธิคุณ แก่คณะศิษยานุศิษย์เป็นล้นพ้นฯ

ธรรมสภาและสถาบันบันถือธรรม ได้รวบรวมปัญญาณธรรมของหลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ พระผู้อุทิศชีวิตเพื่อเผยแพร่พระศาสนาตามแนวทางแห่งพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้ามาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน จัดพิมพ์เป็นรูปเล่ม หนังสือ โดยให้ชื่อว่า “คิดคี...ไครครวญก่อนแล้วจึงทำ คีกว่า” อันเป็นหลักคำสอน ด้วยถ้อยคำที่ชัดเจน และเข้าใจได้ง่ายสำหรับทุกคน ถวายเป็นธรรมานุสรณ์สักการะบูชาพระคุณ แด่ พระเดชพระคุณ พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ) อันเป็นการคำเนินงานตามเจตนาرمณ์ของหลวงพ่อ

ธรรมสภาและสถาบันบันถือธรรมหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือ “คิดคี... ไครครวญก่อนแล้วจึงทำ คีกว่า” เล่มนี้ จักเกิดประโยชน์แก่ท่านสาวก ในการนำมาใช้เป็นคู่มือศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการคำเนินชีวิตอยู่บนเส้นทางแห่งการหลุดพัน ก้าวไปสู่ชีวิตที่พบแต่ความสุขสงบเย็นอย่างสมบูรณ์แท้จริงสมดังปรารถนา

ด้วยความสุจริตหวังคี
ธรรมสภา ปรารถนาให้โลกพบร่วมกับความสงบสุข



- โลกนี้ไม่มีอะไรเป็นสิ่งที่แน่นอน อย่าปล่อยตนให้ตกไปในความประมาท มัวเมานะ จงห้ามจิต จากการคิดในทางค่า รีบยกตนขึ้นจากหล่ม คือ ความชั่วเสียเดิม ท่านทั้งหลาย...ชีวิตและเวลาล่วงไป ๆ บัคน์ท่านทำอะไรอยู่

สารบัญ

ธรรมะพระพุทธมัจฉาจารย์ เพื่อการเป็นผู้มีความคิดอันถูกต้อง

คิดคือ...ใครคร่ำญก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า

เดินทางสู่พระพุทธของคุณ.....	๑
เดินทางสู่พระพุทธบาท : เดินทางรอยธรรมะ.....	๒
ผู้มีจิตสะอาด สร่าง สงบ รู้ชัดสภาพที่เป็นจริง.....	๓
ผู้ซึ่งทางกับผู้มีหน้าที่เดินทาง.....	๔
ข้อปฏิบัติเพื่อเป็นผู้มีความคิดอันถูกต้อง.....	๕
การเลื่อนชั้นทางธรรมะจากภายใน ว่าชา สุ่ใจ.....	๕
เหตุที่ทำให้เกิดความวุ่นวายในชีวิตและสังคม.....	๖
ผู้บังพร่องทางใจเหมือนคนนั่งทำกรงช้างตัวเอง.....	๗
เครื่องกันขวางจิตใจ.....	๘
เมื่อคิดไม่คิดใจมักให้ผลไปตามอำนาจจิตสิงแวดล้อม.....	๙
เกิกนามีชีวิตอยู่ ต้องคิดเลี้ยงก่อนทำ.....	๙
ใครคร่ำญก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า.....	๙
สุขหรือทุกข์มีความคิดเป็นปัจจัยสำคัญ.....	๑๑
จุดหมายของการเจริญภวานา (ฝึกฝนจิต).....	๑๒
ลิงหั้งหล่ายเกิดจากเหตุ เหตุเกิดจากความคิด.....	๑๓
การพิจารณาความคิดไปสู่ความเจริญก้าวหน้า.....	๑๓
ใช้ปัญญาสะกัดกั้นความคิดที่ไม่ถูกต้อง.....	๑๔
อย่าปล่อยใจให้คิดไปตามอำนาจของกิเลส.....	๑๕
ผู้บังคับตัวเองได้เป็นผู้ประเสริฐ.....	๑๖

ความเข้าใจเรื่องชีวิต...ผู้มีความรู้ในทางที่ดี เป็นผู้เจริญ

รู้เรื่องชีวิตหลักพันทุกข์.....	๒๕
เมื่อชีวิตขาดธรรม.....	๒๗
จุดหมายปลายทางของชีวิต.....	๒๙
ชีวิตที่เกิดมาเพื่อผู้อื่นเป็นชีวิตที่ชอบ.....	๓๑
ชีวิตที่อยู่เพื่อรับใช้ผู้อื่น.....	๓๓
คำร้องชีวิตอยู่อย่างหวานกระแลสของกิเลส.....	๓๔
อุคਮการณ์อันสูงสุกสำหรับชีวิต.....	๓๗
ถึงบรรณธรรม...ถึงธรรมอันสูงสุก.....	๓๗
การคับๆได้ เป็นจุดหมายของชีวิต.....	๔๐
ถูกจุดหมายของชีวิตให้คำยกรับปล่อยวาง.....	๔๑
อุคਮการณ์แห่งการควบหาสมาคม.....	๔๕

ความคิดที่ควรกระทำ...ประษฐ์ว่า มีชีวิตอยู่ค้ายปัญญาประเสริฐสุค

ความเมなะสมแห่งดุกาล.....	๕๐
ความเคร่งครัดต่อศาสนา.....	๕๑
ความคิดที่ควรกระทำ.....	๕๔
ศึกษาให้เข้าใจหลักพระพุทธธรรม.....	๕๕
พึงคำสอนจากท่านผู้รู้ สอบถามปัญหาที่สงสัย.....	๕๗
ปฏิบัติตามที่ตนเข้าใจแล้ว.....	๕๘
ธรรมปฏิบัติสำหรับคุณหัสดี.....	๕๙
เก็บตัวเข้าอยู่ในเขตของความคิด.....	๖๐
ซักชวนผู้อื่นให้ปฏิบัติธรรม.....	๖๓
ส่งเสริมสนับสนุนกิจการของผู้ที่ทำคี.....	๖๕

เพิ่มพังทางจิตใจ...จิตที่ฝึกคีแล้ว นำสุขมาให้	
กำลังสำคัญของการปฏิบัติจิตในชีวิตประจำวัน.....	๖๙
เหตุนา ๓ ประการ.....	๗๓
งานจำเป็นให้ยิ่งของชีวิต.....	๗๗
การฝึกกาย...ง่าย การฝึกจิต...ยาก.....	๗๗
เมื่อจิตไม่ยึดถือ ก็ไม่เป็นทุกข์.....	๗๘
ความวิตกกลายในจิตใจ.....	๘๓
คตากีดกันอารมณ์วิตก.....	๘๔
วิธีของอารมณ์.....	๘๗
เจริญวิปัสสนาเพิ่งพลังทางจิต.....	๘๘
จิตสงบเกิดสันติภาพทางใจ.....	๙๘
ประโยชน์ของการรักษาใจไว้ได้.....	๙๑

ธรรมชาติของจิตใจ...จิตมีธรรมชาติคืนรน กวักแก่วง รักษาอย่าง ห้ามยาก	
การกระทำเป็นลิ่งลีบเนื่องมาจากจิตใจ.....	๕๓
ปกติของใจยอมรู้สึกคิดนึกไปตามสภาพแวดล้อม.....	๕๔
ความผิดปกติของใจ.....	๕๕
จิตถูกปruzang แต่งไปตามคำน้ำใจของสิงทีคิด.....	๕๖
คับเชื้อของความคิดໄค์ค้ายสติสัมปชัญญะ.....	๕๗
มูลฐานของการเกิด “จิต” ของคน.....	๕๙
ลักษณะจิต เป็นความเชื่อทั่วไปmany.....	๑๐๒
ราคะจิต มีความคิดในเรื่องสรวยงาน.....	๑๐๔
คำน้ำใจราคะ.....	๑๐๕
โภสัจจิต ใจร้อน ใจเร็ว ขาดการวินิจฉัย.....	๑๑๔

อาหารหล่อเลี้ยงจิตใจ...พิธีกรรมเท่านั้นเป็นอาหารหล่อเลี้ยงใจ รักษาใจ	
การดำรงอยู่ของลัศทว์โลก.....	๑๗๗
อาหารหล่อเลี้ยงจิตใจ.....	๑๗๘
สภาพของใจที่ขาดอาหารหล่อเลี้ยง.....	๑๗๙
หลักปฏิบัติเพื่อรักษาจิตใจ.....	๑๙๒
การรวมกำลังของใจให้มีอารมณ์เดียวกัน.....	๑๙๔
ฝึกจิตให้ตั้งมั่น อ่อนโยน บริสุทธิ์.....	๓๐
การฝึกจิตเพื่อทำชีวิตให้มีสมรรถภาพ.....	๓๑
สิ่งที่ได้จากการฝึกจิต.....	๓๓
จิตที่หลุดพ้นจากเครื่องผูกพัน.....	๓๕
เครื่องพันธนาการของมนุษย์.....	๓๖
ผู้มีอำนาจเหนืออำนาจของอารมณ์.....	๔๑

จิตที่รู้เท่าทันอารมณ์...คนมีปัญญา ถึงแม้ตกทุกข์ ก็ยังหาสุขพบ	
เรื่องจำเป็นและสำคัญของชีวิต.....	๔๕
ปรับปรุงจิตให้รู้เท่าทันอารมณ์.....	๔๖
ฝ่านพันอุปสรรคให้ค้ายปัญญา.....	๔๗
ฝึกจิตให้นำมาใช้ได้ทันท่วงที.....	๔๙
จิตที่ไม่ได้ฝึกฝน อยู่ในโลกอย่างคนเสียเปลี่ยน.....	๕๓
ภาระเป็นการฝึกจิตให้รู้เท่าทันอารมณ์.....	๕๓
จุกหมายของการปฏิบัติคือความสงบของใจ.....	๕๔
ปฏิบัติหาริย์ไม่ใช่จุกหมายของการปฏิบัติจิต.....	๕๕
วิธีฝึกจิตให้รู้เท่าทันเพื่อนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน.....	๕๗
ฝึกจิตให้เป็นสนาขค้ายปณาลสติ.....	๖๒

คับทุกชีวิในปัจจุบัน...ทุกชีวิ ย่อมไม่ตกรถึงผู้หมาดกังวล

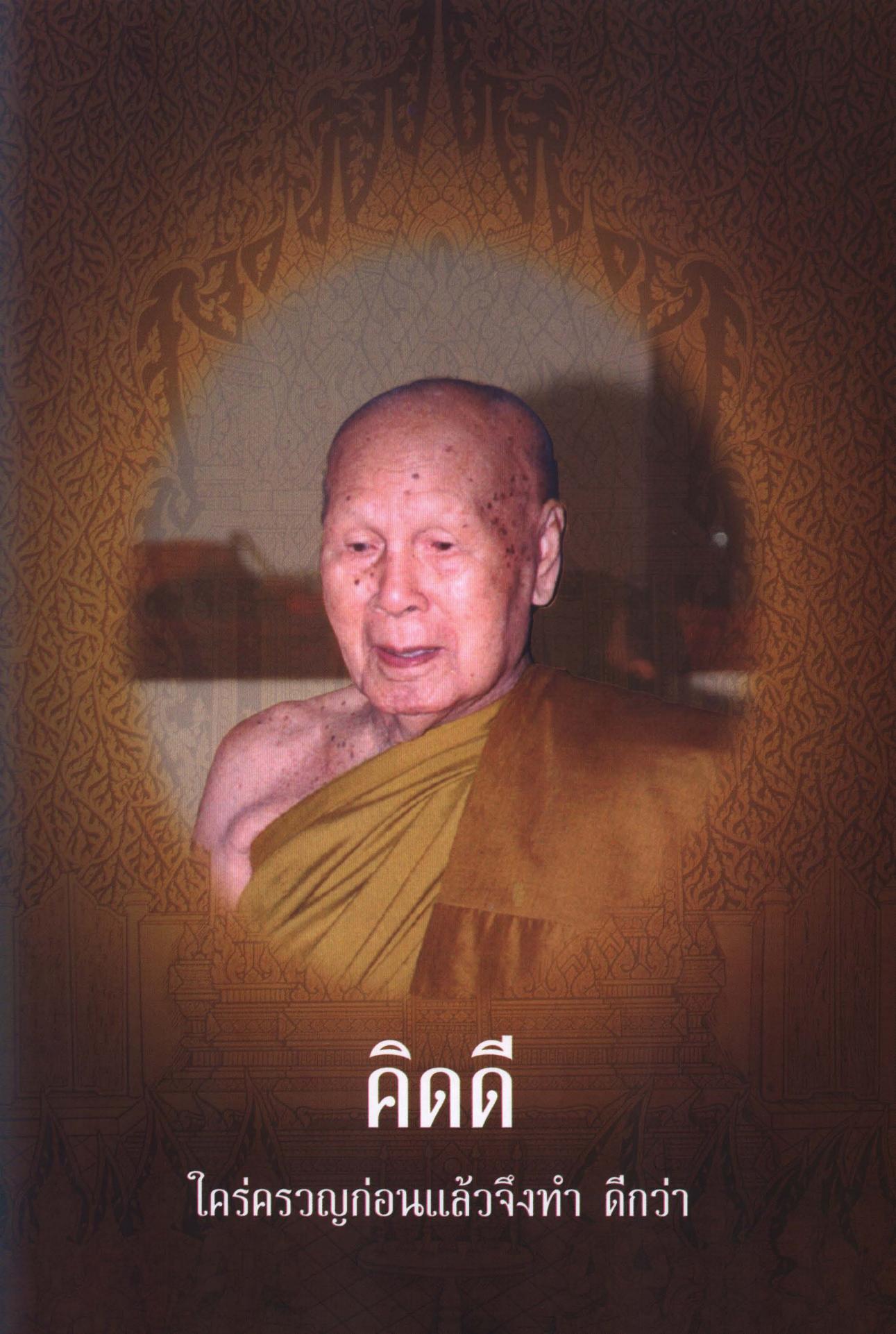
ธรรมะ : อาหารสำหรับจิตใจ.....	๑๖๕
เครื่องมือบัญชีกิเลสเพื่อความเบาใจ โปรดใจ.....	๑๖๖
สว่างคัวยแสงแห่งธรรม.....	๑๖๗
จิตใจที่ตกต่ำจากความคิด มีแต่ทำให้ทุกชีวิ.....	๑๗๑
ธรรมะเปรียบหลังคาคุ้มครองโลกให้ปลอดภัย.....	๑๗๒
ไม่รักษาใจ สิ่งทั้งหลายก็ไม่ถูกรักษา.....	๑๗๔
คับทุกชีวิในปัจจุบัน.....	๑๗๘
พระพุทธองค์สอนให้มุ่งผลในปัจจุบัน.....	๑๗๙
ใจสงบ ใจสบาย นั่นแหล่ะพระนิพพาน.....	๑๘๓
จิตที่พ้นจากความยึดติด ย่อมพ้นไปจากทุกชีวิ.....	๑๘๕
ความสุขที่ทุกชีวิในโลกต้องการ.....	๑๘๖

จากชีวิทาส...สู่ชีวิไท...รักอื่นเสมอคัวยรักตน นั้นไม่มี

ตถาคตเป็นแต่เพียงผู้ชี้บอกหนทาง.....	๑๙๐
ผู้ฉลาดพึงระวังตัวไม่ตกเป็นทาสความมัวเม่า.....	๑๙๐
สิ่งที่ทำให้คนมัวเม่า.....	๑๙๑
เมื่อแรกเกิด...ใจเป็นกลางระหว่างกิบปัชชา.....	๑๙๓
ชีวิตตกเป็นทาส เพราะหลงใครในความชั่ว.....	๑๙๓
ชีวิตที่ตกเป็นทาส.....	๑๙๔
ปลดปล่อยความคิดที่เป็นทาส สู่ความเป็นไท.....	๑๙๕
ปลดปล่อยชีวิตที่ตกเป็นทาส สู่ความเป็นไท.....	๑๙๖
กลับสู่หนทางที่ถูกต้อง ไม่ตกเป็นทาสของกิเลส.....	๑๙๗
ตั้งต้นทำสิ่งคี ไม่มีคำว่าสาย.....	๑๙๘

ปรัชญาแห่งชีวิต...อมควร้า หลวงพ่อปัญญาնທกິກຊູ

ชีวิตกับธรรมะ.....	๒๐๑
เครื่องประกอบของชีวิต.....	๒๐๒
วิถีทางชีวิต.....	๒๐๓
ความเชื่อมั่น.....	๒๐๔
วิสัยของคน.....	๒๐๕
เรื่องจำเป็น...ขาดไม่ได้.....	๒๐๖
จุดหมายปลายทางของชีวิต.....	๒๐๗
สร้างตนเอง.....	๒๐๘
ผู้ให้บ่มเป็นที่รัก.....	๒๐๙
เมตตา...กรุณา.....	๒๑๐
มั่นคงไว้ในความคึ่งาม.....	๒๑๑
เนลิยความสุข.....	๒๑๒
สิงมีค่าสำหรับชีวิต.....	๒๑๓
อนาคตของชีวิต.....	๒๑๔
การกระทำก่อผลเสียอ.....	๒๑๖
เหตุแห่งความเดียหาย.....	๒๑๗
งานจำเป็นใหญ่ยิ่งของชีวิต.....	๒๑๘
สิงที่ค้นจาก การฝึกฝน.....	๒๑๙
เรื่องธรรมชาติของโลก.....	๒๒๐
การควบคุมจิต.....	๒๒๑
ตนนี้เป็นสิงที่หักได้ยาก.....	๒๒๒
ขมขันแต่มีประโยชน์.....	๒๒๓
ผู้ซึ่นุ่มทรัพย์.....	๒๒๓



คิดดี

ไคร่ครัวญูก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า

ถ้าหากเรา “แก้คณ” ให้สำเร็จ
เหตุการณ์ทั้งหลายก็จะคืบขึ้น
บางคนอาจจะนึกแข้งว่า การแก้คณเป็นเรื่องลำบาก
 เพราะธรรมชาติของคณนั้นเปลี่ยนได้ยาก
 หรืออาจจะเปลี่ยนไม่ได้เลยที่เดียว
 ความคิดนี้เป็นความคิดที่ผิดพลาดมาก
 และไม่ครองความหลักธรรมชาติของคณ
 ความจริงนั้น...ธรรมชาติของคณเป็นเรื่องแก้ไขได้
 ทำให้คิดได้ ทำให้ช้ำก็ได้ สุดแส้แต่เหตุการณ์
 คนเราทุกคนเมื่อเกิดมาใหม่ๆนั้น ยังไม่มีนิสัยสักคำ
 ก็อยู่เปลี่ยนไปในทางที่สิ่งแวดล้อมอำนวยให้
 คี...ช้ำ อุญี่ที่การกระทำของคนโดยแท้
 การระมัดระวังแก้ไขสิ่งที่ช้ำให้ออกจากตัว จึงเป็นเรื่องที่ทำได้

พระพرحمังคลาจารย์(หลวงพ่อปัญญาณทกิกชุ)



ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังคำยศ เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

เล้นทางสู่พระพุทธองค์

วันนี้ จะพูดในเรื่องที่ว่า เราจะเข้าถึงธรรมควย การปฏิบัติศีล สามาชิปัญญา ถ้าสอนชาวบ้านทั่วๆไป ก็มักจะสอนขึ้นต้นค่วยทาน ศีล ภavana ถ้าสอนพระก็พูดรื่องศีล สามาชิ ปัญญา อันเป็นข้อปฏิบัติตามลำดับ ที่เราปฏิบัติ แล้วจะได้ถึงชั้นพระพุทธเจ้าที่เป็นธรรมะ อันจะเป็นเหตุให้เกิดความสงบทางใจ ไม่มี

ความทุกข์ความเดือดร้อนประจำวันต่อไป เราทั้งหลายจึงควรจะได้เคินตามเล่นทางที่พระผู้มีพระภาคเจ้าชี้ไว้ให้เราเดิน

เคินตามรอยพระพุทธบาท : เคินตามรอยธรรมะ

เคินตามรอยพระพุทธบาท รอยพระพุทธบาทที่แท้ก็คือรอยธรรมะนั้นเอง ไม่ใช่รอยหินที่เราไปไหว้กันทุกวปี เวลามีงานที่สระบุรี รอยนั้นเป็นรอยภายนอก ไม่ใช่รอยภายใน เป็นรอยที่เราล้มผัสด้วยตาเนื้อ ไม่ใช่ร่องรอยที่ล้มผัสด้วยตาใจ รอยแท้จริงของพระพุทธองค์นั้นอยู่ที่ข้อปฏิบัติ ซึ่งเราเรียกกันว่า พระธรรม นั้นเอง

พระธรรมเป็นรอยที่พระองค์ชี้ไว้ให้เราเดิน ถ้าเราเดินไปตามรอยนั้นเราจะก็จะพบพระพุทธเจ้า ถ้าเดินผิดทาง...เราก็ไม่พบกับพระพุทธเจ้า แต่ถ้าเคินถูกทาง ก็จะพบองค์พุทธะ อันเป็นผู้รู้ ผู้ดื่น ผู้เบิกบาน เพราะฉะนั้นเมื่อเราจะลงมือ เคินก็ต้องศึกษาทางที่เราจะเดินเสียก่อน เพื่อจะได้เคินถูกทาง ไม่ใช่เคินแบบสุ่มสี่สุ่มห้า เสียเวลาไปตั้งเยอะแล้วจึงจะได้เข้าทาง บางที่เคินไปจนแก่จังได้เข้าทางถูก อย่างนี้ก็นับว่าเสียหายชีวิต

สรุป สะอาด สว่างในใจ คือ องค์พุทธะที่แท้

แท้ถ้าเราได้ศึกษาตั้งแต่เบื้องต้น ให้เข้าใจทางเคินอย่างชัดเจน ถูกต้อง เราลงมือเคินก็เข้าเล่นทางได้เลย แล้วเดินไปตามเล่นทางนั้นไม่หลุดรั้ง เราก็จะถึงจุด คือพบองค์พระพุทธเจ้า

ที่เรียกว่า องค์พระพุทธเจ้า นั้นก็คือ พงกับความสงบ ความสะอาด
ความสว่างในใจ เมื่อใจของเรางดงาม ไม่รู้วน้าย ใจของเราสะอาดและปราศจาก
ลิ่งเหลวามมอง ใจของเราก็สว่าง ไม่มีความมืดบอด ก็เรียกว่า เรายังถึงจุดที่เรา
ต้องการ

ធម្មិតសេខាង សវាំង សែប គីមុនុយសរុបទីបែងចុះ

ผู้ที่มีจิตสะอาด สว่าง สงบนั้น ย่อมรู้สัต珂ราๆตามสภาพที่เป็นจริง
ไม่หลง ไม่งมงาย ในเรื่องอะไรต่างๆ ถ้าจิตเรียบไม่ถึงจุดนั้นก็อาจจะยังหลง
อยู่บ้าง อาจจะประพฤติปฏิบูรณ์ต่อในทางที่ผิดอยู่บ้าง มือญูไม่ใช่น้อยที่มีคน
เรียกตัวเองว่าพุทธบริษัท แต่ว่านั่งอยู่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้า เป็นบริษัทที่นั่ง²
สุคัญก็ได้ ไม่ขยับตัวเข้าไปใกล้พระพุทธเจ้าเลี้ยงเลย ชอบนั่งอยู่ห่างๆอย่างสุคัญ
ตะโภนก็ไม่ค่อยได้ยิน

พุทธบริษัทที่นั่งอยู่สุสานเลียงกุ่มพระพุทธเจ้าันนกคือ คนที่เป็นพุทธบริษัทแต่เพียงชื่อ จิตใจไม่ได้เข้าถึงธรรมะ การปฏิบัติของเขานั้นก็ไม่เข้าตรงตามเส้นทางที่พระผู้มีพระภาคชี้ไว้ให้เราเดิน เราก็เที่ยววนอยู่ตลอดเวลา คล้ายกับมหที่มั่นวิ่งวนอยู่ตามขอบอ่างใส่น้ำผึ้ง ไม่มีโอกาสจะได้ลิ้มรส เพราะเที่ยววนอยู่ตามขอบอ่าง ไม่ได้เข้าถึงอ่างซึ่งเต็มไปด้วยรสหวาน

คนเราบางคนก็มีสภาพเช่นนั้น คือเที่ยววิ่งวนอยู่ตามขอบไม่ได้เข้าถึง
แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา เลยไม่ได้รับส่วนของการปฏิบูติอย่างแท้จริง ซึ่ง
ในบางครั้งบางคราวอาจไปพูดหัวขึ้นว่า ฉันยังไม่ได้ประโยชน์จากพระศาสนาเลย
ไม่เห็นว่าพระท่านช่วยอะไร ก็พระท่านจะมาช่วยได้อย่างไร เราจะเห็นผลศาสนา
ได้อย่างไร?... ในเมื่อเราปฏิบูติยังไม่เข้าเล่นทางที่ท่านชี้ไว้ให้เราเดิน

ผลที่จะเกิดขึ้นแก่ตัวเรานั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่คนอื่นจะประสิทธิ์ประสาทให้ ไม่ใช่จะมีครบกว่า จะเป็นสุข ...แล้วเราจะเป็นสุข จึงมั่นคงเด็ด...แล้วเราจะ มั่นใจ นั้นไม่ใช่เรื่องเช่นนั้น ไม่ใช่เรื่องศักดิ์สิทธิ์ ไม่ใช่เรื่องที่นั้นเกี่ยวกับไสยาสตร์ ที่จะทำให้ใครเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แต่เป็นเรื่องที่เราจะต้องลงมือค้ายกตัวเราเอง คือจะต้องปฏิบัติตามแนวทางที่พระองค์ชี้ไว้ให้เราเดิน

ผู้ชี้ทางกับผู้มีหน้าที่เดินทาง

พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านได้ตรัสไว้ชัดเจนในเรื่องนี้ บอกว่า “ศาสดา เป็นแต่เพียงผู้บอกราทีให้ ส่วนการเดินทางนั้นเป็นหน้าที่ของเชอหั้งหลาย” พระองค์ปังชักไว้ในรูปอย่างนี้ บอกว่า...

“การเดินทางเป็นหน้าที่ของเราเอง
...พระองค์เป็นผู้ชี้ทางให้เดิน ”

เหมือนกับตำราจารัจที่ยืนอยู่ตามทางสี่แยก ค่อยโน้มไม้โน้มมือให้รถไปทางนั้นทางนี้ ยืนชี้อยู่ตรงนั้นรวมมันก์ฝ่านไป ตำราจารัจเป็นแต่เพียงผู้ชี้ทางให้รถไป แต่ว่าตำราจารัจไม่ได้ไป คนขับรถนั้นแหละมีหน้าที่ต้องพารถไป นั่นโดย ในเรื่องชีวิต จิตใจของคนเรานั้นก็เหมือนกัน พระพุทธเจ้าท่านชี้ทางไว้ให้เราเดิน ก็เป็นหน้าที่ ของเราที่จะขับรถคือร่างกายนี้ไป ใจนั้นแหละเป็นผู้ขับรถ

ร่างกายนี้เปรียบเหมือนกับรถได้เหมือนกัน มีล้อสี่ล้อ คือ เท้าสอง มือสอง แต่เราใช้เพียงสองล้อ...ไม่ใช่สี่ เว้นไว้แต่คนไข้มาบางครั้งก็ใช้ล้อเมื่อถูกน้ำที่ใช้อย่างนั้นมันผิดปกติ ถ้าคนปกติใช้สองล้อกันทั้งนั้น เราถ้าต้องขับล้อนี้ ไปตามเส้นทางที่พระผู้มีพระภาคชี้ไว้ให้เราเดิน เราอาจจะไปถึงจุดหมายได้สมความ ตั้งใจ

ข้อปฏิบัติเพื่อเป็นผู้มีความคิดอันถูกต้อง

ในการปฏิบัติกิจ ว่าชา ใจของเรานั้น ในเรื่องคือเป็นการปฏิบัติชั้นต้น
เราจะใจอยู่เพียงเท่านั้นไม่ได้ เพราะยังไม่ก้าวหน้า

เหมือนเด็กเรียนอยู่ชั้นปฐม แล้วก็จะเรียนอยู่ชั้นทดลองไป มัน
จะมีความรู้เพิ่มเติมมากขึ้นได้อย่างไร เราต้องมีการสอบเลื่อนชั้น...เดือนเหถุ่งขึ้นไป
เรื่อยๆ ขึ้นไปโดยลำดับ

การเลื่อนชั้นทางธรรมชาติกิจ ว่าชา สูจิ

เช่น เกรากษาศีลห้า รักษาศีลแปดอยู่แล้ว เรายังจะเลื่อนชั้นทางค้าน
จิตใจ คือ การทำการฝึกสมาธิ เพื่อทำให้มีความมั่นคง มีความสงบ แล้วมี
ความบริสุทธิ์ หมายที่จะใช้งานใช้การในการคิดนึกอะไรต่อไป อันเป็นก้าวสอง
ที่เราจะเดินก้าวไป

ใจ...เป็นเรื่องสำคัญที่สุดในชีวิต

ทำไมจะต้องมีการฝึกจิตคัวย? เพราะเรื่องในชีวิตของคนเรานั้น เรื่อง
ของใจเป็นเรื่องสำคัญที่สุด ใจเป็นใหญ่ เป็นประชานในการกระทำและการพูด
ถ้าคิดช้า...การพูด การกระทำ...ก็ช้า
ถ้าคิดคี...การพูด การกระทำ...ก็คี
แล้วก็เกิดผลประทับลงที่ใจของบุคคลนั้น

ถ้าคิดคิด... ผลที่เกิดขึ้นก็เป็นรอยลงในทางคิด
ถ้าคิดช้า... ผลที่เกิดขึ้นก็เป็นรอยลงในทางช้า
อะไรที่เกิดขึ้นในชีวิต มันติดอยู่ที่ใจของเราทั้งนั้น เป็นเรื่องหนึ่งไม่พ้น
 เพราะฉะนั้น คนเราจะทำอะไรล่ะก็จะต้องมีใจเป็นผู้นำก่อน มีใจเป็น
 หัวหน้า อะไรต่างๆก็ลำเร็วมากจากใจของเราทั้งนั้น เรื่องของใจจึงเป็นเรื่อง
 สำคัญของชีวิต

เหตุที่ทำให้เกิดความวุ่นวายในชีวิตและสังคม

แต่ว่าคนเราส่วนมากมักจะไม่สนใจในเรื่องภายในคือใจ สนใจกันแต่เรื่อง
ภายนอกคือร่างกาย แสวงหาอะไรต่างๆให้กับเยอะแยะ แต่ว่าไม่ค่อยมีใครจะ
ได้แสวงหาให้ใจ อาหารกากยรับประทานกันค่วยราคาแพง ส่วนอาหารใจ
ไม่ต้องลงทุนซื้อหา แต่ว่าเราเกิดไม่ค่อยมีโอกาสรับอาหารใจ

สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ใจนั้นลงทุนน้อย แต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ภายนั้น
ลงทุนมาก เราจะลงทุนกันเป็นการใหญ่เพื่อร่างกาย ไม่ค่อยจะคิดลงทุนเพื่อใจ
แม้เราจะสร้างวัตถุอะไรทางศาสนา ความจริงสิ่งที่เราสร้างนั้นก็เพื่อประโยชน์
แก่การสร้างจิตใจ แต่ว่าสร้างแล้วก็ไม่ค่อยจะไปใช้กัน สร้างศาลาหลังใหญ่
ก็ไม่ไปใช้ สร้างโบสถ์แล้วก็ไม่ค่อยไปใช้ สร้างวัดแล้วไม่ค่อยจะไปใช้ แต่ส่วนมาก
...ไม่ต้องสร้างก็ชอบไปใช้ โรงหนัง...ไม่ต้องสร้างก็ไปใช้ อะไรอื่นที่มันทำให้
เหลวไหลคนชอบไปใช้กันมาก แต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ทางจิตทางวิญญาณนั้น
คนใช้น้อย เพราะคนใช้สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่จิตแก่วิญญาณน้อยนี้แหละ...มัน
จึงໄດก็เป็นปัญหาและมีความวุ่นวายกันเต็มบ้านเต็มเมือง สร้างความทุกข์สร้าง
ความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นบ่อยๆ

เหตุแห่งความบกพร่องทางจิตใจ

โดยเฉพาะในเมืองไทยเรามักนี้ จะพบว่ามีความรุนแรงเกิดมากขึ้น นอนไม่ค่อยจะเป็นสุข นั่งรถโดยสารไปไหนก็ไม่ค่อยจะเป็นสุข เพราะกลัวว่าคนมันจะมาทักทิ้งในรถ กลัวเข้าจะเอกสารหินข้างมาถูกโดยไม่รู้ เนื้อรู้ตัว สิ่งเหล่านี้มันเกิดจากอะไร...มันก็เกิดขึ้นจากความบกพร่องทางจิตใจ

คนเราในสมัยนี้เป็นโรคจิตทรมานกันมาก เพราะไม่ค่อยจะได้กินยา อาการของโรคจิตกำเริบเลิบسان มีอาการที่เราเรียกว่าแทรกซ้อนมากมาย เป็นเหตุให้ทำอะไรแปลกๆมากขึ้น ทุกวัน ทุกเวลา

ความเจริญก้าวหน้าในทางค้านวัตถุที่มีมากขึ้นทุกวันเวลานั้น คล้ายๆ กับเป็นของแสลงแก่ใจคน ทำให้คนติดใจ หลงเหลา มัวหมา เป็นการเพิ่มโรคทางวิถีภูณามากขึ้นทุกวันและทุกเวลา อนาคตของชีวิตมนุษย์เราเนี้ยมันกำลังเดินไปตามเส้นทางที่ลากซั้น แล้วจะตกลงไปในเหวลึกซึ่งมองไม่เห็นกันแล้วไม่สามารถจะขึ้นจากเหวนั้นได้ เราจะได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนตลอดไป

ผู้บกพร่องทางใจเหมือนคนนั่งทำกรงขังตัวเอง

แต่ว่าไม่มีใครรู้ว่าสิ่งนี้มันกำลังจะเกิดขึ้น เพราะว่าคนเราไม่คิดหาเหตุผลในเรื่องอันตนได้กระทำ ทำอะไรไปตามอารมณ์ ทำอะไรไปตามอำนาจของความอยาก ทำอะไรไปตามอำนาจของความประณญา ไม่ได้คิดว่าเมื่อเราทำอย่างนี้อะไรจะเกิดขึ้นแก่เรา อะไรจะเกิดขึ้นแก่ส่วนรวม อนาคตมันจะมีอะไรเกิดขึ้น...เราไม่ได้พิจารณา

เมื่อไม่ได้พิจารณาในเรื่องอย่างนักทำไปด้วยความหลงให้เข้าใจผิด โถยไม่รู้สึกตัว คล้ายๆกับคนนั่งทำกรงขังตัวเอง ในชั้นแรก...ก็ทำแต่เพียง กันของกรงนั้นstanเข้าไปฯ แล้วโถยที่สุดตัวออกไม่ได้ เพราะติดอยู่ในกรงขังตัวเอง

อันนี้เป็นอันใด ในชีวิตของคนเราส่วนมากเป็นเช่นนั้น สร้างลิ่งที่เป็น เครื่องกั้นทางจิตใจของคน ไม่ให้เจริญอกงามในค้านธรรมะ ไม่ให้ก้าวไปเพื่อความ รู้แจ้งเห็นจริง ไม่ให้ก้าวไปเพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนที่จะ เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เพราะไปสร้างอะไรกั้นตัวเองไว้ตลอดเวลา

เครื่องกั้นทางจิตใจ

สิ่งที่เราสร้างขึ้นมาันนั้นประกอบด้วยอะไร?

ประกอบด้วย รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันเป็นสิ่ง ที่นำภารณนา่นา พึงอกพึงใจ และประกอบขึ้นด้วยความอยากได้ อยากรู้ อยากรู้ เป็นในสิ่งนั้นๆ จนไม่รู้ว่า เราภัยกันไปเพื่ออะไร เราเป็นภัยกันไปเพื่ออะไร เราได้สิ่งนั้นมาแล้วเราจะ เป็นอะไร หรืออะไรรัมณจะเกิดแก่เราต่อไป

เมื่อคิดไม่คิดใจมักให้ไปตามคำน้ำใจสิ่งแวดล้อม

เราไม่ได้คิดอะไรให้ละเอียกในเรื่องอย่างนั้น จิตใจจึงให้ไปตามคำน้ำใจ ของสิ่งแวดล้อม ตัวอย่างที่เห็นได่ง่ายๆ เช่นว่านักเรียนยกพวกไปศึกษาในครา เรา ไม่ได้คิดว่า พวกราไปทำธุกหรือทำผิด ไม่ได้คิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นมีอะไรเป็น

มูลฐาน เรายื้อเข้าเป็นผู้สร้างเรื่องนั้นมา แต่ว่า เพราะความรักพากอย่าง
งมงาย รักโง่เรียนอย่างงมงาย พอมีเรื่องอะไรเกิดขึ้นก็ยกพวกเอ่อลกันไปเลย
แล้วก็ไปทุบไปตีกันหัวรังข้างแทง ถูกจับไปโรงพักบัง ไปนอนอยู่ในโรงพยาบาลบ้าง
เวลาไปถูกกักขังหรือไปเจ็บอยู่ที่โรงพยาบาลตนนั้นก็นึกได้ว่า สิ่งที่ทำไปนั้นมันไม่ดี
แต่เมื่อนึกได้นั้น ตัวอนเบ็บอยู่เสียแล้ว หรือไปอยู่ในกรงขังเสียแล้ว

เกิດามีชีวิตอยู่ ต้องคิดเสียก่อนทำ

การนึกไก้อ่ายางนั้นไม่ช่วยให้เกิดอะไรขึ้นแก่คนนั้น เพราะว่าไปคิดไกด์ใน
ภายหลัง คนโบราณจึงสอนว่า “กันไว้ดีกว่าแก้” จึงควรคิดเสียก่อนที่จะไปทำ
 เช่น มีครกนหนึ่งนำอกกว่าพวกเราถูกตี ก็ควรจะได้สอบถามกันให้
 ละเอียดว่าถูกตีเพราะอะไร เราไปตีเขาก่อน หรือว่าเขามาตีเราก่อน ถ้าได้
 ศึกษาให้ละเอียด อย่างนั้นก็จะเกิดความสงบขึ้นในใจ และไม่ทำอะไรค้าย
 อารมณ์หุนหันพลันแล่น

ไคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ

คนส่วนมากมักขาดที่ตรองนี้ คือขาดการไคร่ครวญพิจารณาหาเหตุผลใน
เรื่องอะไร พระเจ้าสอนไว้ว่า “นสมุ่ม กรณ์ เสยโดย” ไคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ
 ...ดีกว่า การกระทำอะไรค้ายความหุนหันพลันแล่นนั้น มักเสียหาย ขับรถ
 ผลุนพลัน...กีชกันแหลกไปเลย เดินผลุนพลัน...กีล้มลงไปกีడ กินอะไรอย่าง
 ผลุนพลัน...ก้างมันกีคิดคอดี

เรื่องผลันไม่คิดทั้งนั้น ควรทำอะไรค้ายการพินิจพิจารณาให้คิด จะนั้น
ท่านจึงสอนให้ฝึกการควบคุมตัวเรา จะเดินให้รู้ จะนั่งให้รู้ จะนอนให้รู้
จะลุกขึ้นให้รู้ จะเหยียดแขน เหยียดมือ หันหน้าไปซ้าย ไปขวา ก้าวไป
หรือถอยกลับ ท่านบอกให้ค่อยกำหนดทั้งนั้น การกำหนดเช่นนั้นเป็นการกระทำที่
ไม่คลาด เพราะทำอะไรค้ายการควบคุมอยู่ตลอดเวลา อะไรที่มีการควบคุมนั้น
มักจะไม่เลี่ย แต่ถ้าหากการควบคุมเมื่อใดแล้ว...ก็เกิดเรื่องเมื่อนั้น

ควบคุมตนเองได้ เหนื่อยชั้นตัน สบายปลายมือ

คนเราที่ไม่ใช่ไม่ค่อยจะได้ควบคุมตัวเอง การควบคุมตัวเองมันหนัก
เหนื่อยในชั้นตัน ความจริงสบายปลายมือ แต่ว่าคนเราขาดความอดทน จึง
ไม่สามารถจะควบคุมตัวเองไว้ได้ เราไม่แท้เรื่องการตามใจตัวเอง การปล่อยไป
ตามอารมณ์ ปล่อยไปตามอำนาจของสิ่งแวดล้อม แต่ไม่เคยกำหนดป่วยป่วย
ตัวเอง จึงยกแก่การที่จะควบคุมตัวเอง

ควบคุมจนเกิดความเคยชินเป็นปกติ ก็จักเป็นศีล

แต่ถ้าหากเราคุณบอยๆ ประพฤติในเรื่องนี้บอยๆ ก็จะเกิดความเคยชิน
พอชินต่อการหักห้ามใจแล้ว เราไม่มีอะไรเดือดร้อน เราทำเป็นปกตินิสัย สิ่งใด
ที่ทำจนเป็นปกติ มันก็เป็นศีลสำหรับบุคคลนั้น เพราะว่าศีลนั้นเข้าเปลว่าปกติ
ก็ได้ เช่น เราตื่นเช้าเป็นปกติ ก็เรียกว่า มีศีลของคนตื่นเช้า เราทำอะไรเป็น
ปกติ ก็เรียกว่ามีศีลในรูปนั้น...เราสบาย

เมื่อเคยชินในการทำดี การทำไม่ดีก็ทำได้ยาก

ถ้าจะกลับไปทำอะไรที่ไม่เหมือนเช่นนั้นเสียอีก มันก็ลำบาก เช่น เราจะไปเก็บจกร้าน...ก็จะรู้สึกลำบาก สำหรับเราที่ขยันจนเคยชินแล้ว เราบังคับตัวเองเสียจนชินแล้ว ถ้าเราจะไปทำอะไรตามแบบตามใจตัวเอง...มันก็ยาก ไม่สามารถกระทำได้ สภาพจิตอยู่ในสภาพสูงส่ง ไม่มีอะไรที่จะกระทำให้เปลี่ยนเป็นเหมือนคอกบัวที่ผลพันธุ์...น้ำไม่เป็นอนุคติ คอกบัวสะอาดอยู่ตลอดเวลา ฉันใด ใจที่สูงส่งก็ยอมจะสะอาดอยู่ฉันนั้น

สุขหรือทุกข์ มีความคิดเป็นปัจจัยสำคัญ

ความสุขความทุกข์ในชีวิตประจำวันของเรานั้น ขอให้เราเชื่อมั่นเขาว่าอย่างหนึ่งว่า ขึ้นอยู่กับการคิดของเราเอง ไม่ใช้ขึ้นอยู่กับอะไรภายนอก คนที่มีความเชื่อว่า ความสุข ความทุกข์ เนื่องจากลั่งภายนอกนั้น เป็นความเชื่อที่ไม่ตรงกับหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา เมื่อมีความเชื่อในรูปอย่างนั้น เราอาจจะทำอะไรไปในรูปที่มั่นคง ซึ่งไม่ใช่เป็นการแก้ไขที่ถูกต้อง แต่เป็นการกระทำในรูปที่หลงเหลือเข้าใจผิดตลอดไป

ผู้กระทำการทำผิด ผู้ให้กระทำการทำผิดเหมือนกัน เรียกว่า สมรู้ร่วมคิดกัน สร้างความงมงายให้เกิดขึ้นในสังคม สมรู้ร่วมคิดกันทำความผิดพาลกให้เกิดขึ้น จนคนไม่มองภายในแต่เปลี่ยนมองจากลั่งภายนอกตลอดเวลา เมื่อการแก้ปัญหาไม่ถูกเป้าหมาย แล้วมันจะพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนໄດ້อย่างไร

พระพุทธศาสนาของเรานั้น บอกให้เราเข้าใจอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งว่า อะไรทั้งหลายที่เกิดขึ้น จะเป็นความสุขหรือ ความเสื่อม ความเจริญ อะไรก็ตาม

เป็นผลเนื่องมาจากการความคิดของเรางี้นั้น ถ้าเราสืบสานเด็กเรื่องให้ดี เราจะพบสาเหตุของเรื่องนี้ๆ และสามารถที่จะขจัดเรื่องนี้ได้

แต่ถ้าเราไม่เชื่อมันในหลักที่ว่า เรากลับไปเชื่อสิ่งภายนอก เราไปเที่ยว วิ่งแก้ตามที่นั้นๆ ด้วยการกระทำพิมพ์บนศากลล่า ซึ่งเป็นการกระทำที่น่าละอาย ไม่สมกับที่เป็นพุทธบริษัท ซึ่งเป็นผู้รู้ ผู้ดี ผู้เบิกบาน คำยุคของเราคือ

ทุกอย่างออกਮากจากภายในคือจิตใจของเรางี้น

เพราะฉะนั้นญาติโยมทั้งหลาย มาเชื่อกันใหม่ให้ถูกทาง ขอให้เชื่อว่า อะไร ทุกอย่างออกมามากจากภายในทั้งนั้น ออกมามากจากภายในคือใจ เราไม่ใช่เป็นสุน เป็นต้นของเรื่องนั้นๆ ด้วยประการทั้งปวง เมื่อเราถือปางนี้แล้ว นั่นก็เป็นความ จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องควบคุมจิตใจของเรา การควบคุมจิตใจ หรือว่าการ ฝึกฝนจิตใจนี้ พูดคุ้ยภาษาธรรมะเข้าเรียกว่า เจริญภวนา

จุดหมายของการเจริญภวนา (ฝึกฝนจิต)

การเจริญภวนา ก็คือ การทำจิตให้เป็นสมาร์ต ให้ตั้งมั่น ให้บริสุทธิ์ ให้อ่อนโยนเพื่อเหมาะสมแก่การงาน

จุดหมายของการฝึกฝนนั้น เพื่อตั้งมั่น เพื่อสงบ แล้วก็เพื่อให้ อ่อนโยนเหมาะสมที่จะใช้งาน ปกติจิตใจของเรานั้นไม่ตั้งมั่น...คิดไปร้ายแบคประการ เราจะให้คิดตรงนี้...มันไปตรงอื่นเสียแล้ว

ธรรมชาติของจิต

ไม่ต้องอื่นไกล...ห้านาทีของการเจริญภวนา หลังจากการปางสูกตาแล้ว ญาติโยมลงลับเกตุตัวเองเถอะ ห้านาทีนั้นมันวิงไปไหนบ้าง มันคิดอะไรบ้าง ประเดิมคิดเรื่องนั้นคิดเรื่องโน้น ไม่ได้อยู่กับลมเข้าลมออกเลียเบย มันวิงไปเรื่อย เพลงบีบมันกไปของมันเลย คล้ายๆ กับจับนูไส้กระดัง เอกตัวนี้ว่าง... ตัวนั้นไป ตัวนี้ใส่...ตัวโน้นไป ก็ใส่กันอยู่ร้อนยังค่า

ใจเราเป็นอย่างนั้น มันออกไปอย่างนั้น มันออกไปจากขอบเขตตลอดเวลา ออกจากตัวไปเที่ยวที่นั่นที่นี่ไม่หยุดยั้ง อันนี้เรียกว่าฟุ่มช่าน ไม่มีกำลัง ไม่มีอำนาจ ไม่มีปัญญาที่จะคิดค้นอะไรได้ เพราะมันยังกวักแกว่ง ไม่มีระเบียบเลียเบย

สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ เหตุเกิดจากความคิด

อย่างนี้เราจะต้องศึกษาตัวเราเองบ้าง คือศึกษาว่า ทำไมใจเรามันฟุ่มช่าน ทำไมจึงไม่สงบ ทำไมไม่เข้าใจ ไม่รู้เรื่องที่เราจะต้องศึกษา....ก็ต้องมองคุตัวเอง ค้นหาความบกพร่องของตัว ศึกษาสมนตรีฐานของลิงที่เกิดขึ้น ในตัว

ให้จำพะพุทธภาษิตไว้ว่า...

“สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ

ไม่มีเหตุ...ผลจะปรากฏขึ้นไม่ได้”

แล้วเหตุที่เกิดขึ้นในชีวิตเรานั้น มันไม่ได้มาจากอื่น แต่มาจากการคิด ของเรามาในระยะต้นนานาภัยก่ายกอง จึงเกิดความฟุ่มช่าน ไม่อยู่กับร่อง กับรอย จิตใจไม่มีความสงบ ต้องศึกษาให้รู้จักตัวเองแจ่มแจ้ง เพื่อแก้ไขลิงที่เรียกว่าความบกพร่อง

พึงสร้างจิตใจให้เข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง

คนที่อยู่ในวัยหนุ่นนำกราช ไม่ค่อยจะสนใจในเรื่องอย่างนี้ คือเรื่องสร้างจิตใจให้เข้มแข็ง ให้หนักแน่น และมั่นคง...ไม่ค่อยสนใจ ชอบปล่อยไปตามเรื่องอะไรต่างๆ เป็นความหลงใหลอย่างหนึ่ง ก็คือหลงใหลเรื่องเสรีภพนั่นเอง

อยู่อย่างไห มีเชื่อยู่อย่างหาส

การปล่อยใจเป็นเสรีภพมากเกินไปนั้น คือการม่าตัวเอง การทำลายตัวเองโดยไม่รู้สึกตัว คนหนุ่มสาวทำลายตัวเองด้วยการกระทำอย่างนี้ไม่ใช่ด้วย เพราะฉะนั้นเราอย่าปล่อยตัวปล่อยใจมากเกินไป

การปล่อยตัวปล่อยใจนั้นคือความเป็นหาส แต่การบังคับใจนั้นคือการก้าวไปสู่ความเป็นไห เรายังจะอยู่อย่างไห ไม่ใช่อยู่อย่างหาส การอยู่อย่างหาสนั้น คือการทำลายอนาคต แต่การอยู่อย่างไห คือการสร้างอนาคตของเรายัง

เป็นตัวของตัวเอง คือ มีใจพันจากอํานาจฝ่ายตໍາ

เราขอบพุคคำว่า เป็นตัวของตัวเอง แต่ว่ามันไม่ถูกต้องตามความเป็นจริง ความเป็นตัวเองที่ถูกต้อง ก็คือ ความเป็นผู้มีใจเป็นอิสระเสรี พันจากอํานาจฝ่ายตໍาที่เกิดขึ้นในใจ อํานาจฝ่ายตໍาอันใดเกิดขึ้น เราธูร่ารู้ทัน แล้วเราพยายามสะกัดออกไปจากใจของเรา นั่นแหลกเรียกว่าเราทำถูก เราเป็นตัวเอง

แต่ถ้าเป็นตัวเองค้ายากคื่น การเที่ยว การเล่น สนุกสนาน อย่างนั้น ไม่ได้เป็นตัวเองแบบพระพุทธเจ้า แต่เป็นตัวเองตามแบบมารร้าย ซึ่งมันเอา แยกมาส่วนของเรา แล้วมันขึ้นไสเราไปตามความประณاة ให้ไปสู่ความล่ำজุ ไปสู่ความเป็นนรก ไปสู่ความเป็นสัตว์เครื่องจาน หรือว่าเป็นอะไรก็ได้ ตามสภาพ ที่ลิ่งแวงคล้อมมันจะคึ่งไป ผลที่สุดเราก็เสียผู้เสียคน

เด็กๆที่อยู่ในโอกาสของพ่อแม่ ของครูบาอาจารย์ พังเสียงของพระ เดินตามพระแล้ว...ไม่เสียคน เขายะเป็นคนคี มีหลักฐาน เขายะได้เป็นประโยชน์ แก่ชาติแก่ บ้านเมืองต่อไป

ต้องอยู่อย่างรู้เท่าทู้ทัน

ในสมัยนี้เราจะรังสรรคไว้หน่อย เราอาจจะเสียลูกไม้ของใครก็ได้ ที่เขามาล่อ ให้เราทำอย่างนั้นอย่างนี้ โดยอ้างเพื่อประโยชน์แก่ชาติบ้านเมือง เพื่อความ ก้าวหน้าของชีวิต เพื่อความเสมอภาคแห่งสังคม นี่เป็นคอกไม้ที่เขาเอามายั่วเรา ...ล้วนเป็นคอกไม้ชั้นดีทั้งนั้น เราเห็นแล้วเพลินไปเหลือไปตามสิ่งนั้น ยืนจมูกให้เข้า สันกะพาย แล้วเขา ก็จะไปตามความประณاة หลับตาเดินไม่ลืมหู ลืมตาแล้ว เพราะคิดว่าคนนั้นเป็นผู้รักเรา หวังคือต่อเรา เขายะจูงเราไปสู่สวาร์คัชั่นฟ้า แต่ หารู้ไม่ว่ากำลังจะลงนรก เพราะการซักจูงของเข้า

เรื่องนี้สำคัญไม่ใช่น้อย เพราะคนสมัยนี้อุบัยมันมีอยู่มาก เลี้ยงเหลี่ยม มันมีมาก จะทำอะไรมีต้องใช้หลายเหลี่ยมหลายแบบ เง่หราอยู่ เรียกว่า...คอกไป คอกมาเหมือนกัน เลือย ถ้าเราไม่รู้เท่าทันแล้วก็เสียคนได้ง่าย เราจึงควรจะต้อง ระมัดระวังให้มาก คนที่รักเราจริงๆมีอยู่ไม่กี่คนหรอก คนที่รักเราจริงๆ ก็คือ คุณพ่อ คุณแม่ ไม่มีพ่อแม่คนไหนที่ปราณาร้ายต่อบุตรของตน ถ้าจะมีบังวนก็

เรียกว่ามีจิตปฏิปักษิ นานาจะมีสักที ถ้าเป็นคนที่มีจิตปักษิแล้ว ไม่มีใครเลยก็จะประทุษร้ายลูกของตน มีแต่ความตั้งใจจะให้คิห์หานเม่านั้น ถ้าท่านห้านเราท่านเตือนเราก้าวเรื่องอะไร...เราฟังไว้ก่อน เอาไปคิดไปทรงให้รอบคอบ แล้วก็กระทำตาม

ครูบาอาจารย์ก็เหมือนกัน ท่านบ่อมจะมีแต่ความปราณາดีต่อศิษย์ เพราะคุณธรรมของครูนั้นมือญว่า ไม่ซักน้ำศิษย์ไปในทางที่ค้ำหาน ไม่มีครูคนใดซักน้ำศิษย์ไปในทางค้ำ ถ้าจะซักน้ำก็เรียกว่าไม่มีสปิริตของครู เราจึงควรฟังไว้ก่อน

พระสังฆ่องค์เจ้าที่ทรงคุณธรรมกับปราณາจะให้เราเมื่อคุณธรรม ท่านพูดชาแนนนำ เรารับฟังไว้ก่อน เรารับมาไว้เป็นหลักใจ มาช่วยประคับประคองใจของเราให้ก้าวหน้าในทางที่ถูกที่ชอบ เรา ก็จะเป็นตัวเองมากขึ้น

เวลาเนี้ยันตรายมืออยู่รับข้าง จึงอยากจะเตือนให้ ระวังไว้ โดยเฉพาะหนุน้อยๆ ทั้งหญิง ทั้งชาย ระวังให้คิ อย่าหลงลงในร่างกายฯ อย่าเชื่อในร่างกายฯ ต้องปรึกษาภักดุณพ่อคุณแม่ ปรึกษาครูบาอาจารย์ มากับปรึกษาภักดีพระศีริได้ เพราะถ้าเด็กไก่ไม่โอกาสได้ปรึกษาผู้หลักผู้ใหญ่ที่มีคุณธรรม มีความรักความหวังคิแล้ว เด็กของเราก็จะไม่เลี่ย เพราจะนั่นควรเข้าหาผู้ใหญ่ไว้ ปรึกษาหารือ ไก่ถามในเรื่องที่ควรจะนำมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต เพื่อยกระดับจิตใจเราให้สูงขึ้น

พัฒนาร่างกายให้สมคลุกับพัฒนาจิตใจ

ร่างกายเจริญเติบโตขึ้นมากเท่าใด ก็ควรจะให้จิตใจของเราเจริญเติบโตขึ้นไปค่าย

ถ้าร่างกายเจริญเติบโต แต่จิตใจไม่เจริญเติบโตค่ายคุณธรรม ก็เรียกว่าไม่สมคลุกัน...มันก็ไม่ได้ ต้องให้สมคลุกันไป

พัฒนาจิตใจด้วยการเจริญภวนา

การที่จะให้สมคุตถ์ต้องประคับประคองใจ ต้องฝึกฝนกำลังใจไว้บ้าง เรียกว่าเจริญภวนา หรือว่าการทำสมาธินี่แหละ เป็นเรื่องที่เราจึงต้องหมั่นนั่ง ฝึกฝน ถ้าเราไม่มีโอกาสที่จะไปนั่งฝึกอย่างจริงจังก็ให้ฝึกอย่างง่ายๆ

หมั่นสำรวจความคิดของตัวเองเสมอ

การฝึกอย่างง่ายๆ ก็คือ อยากรู้จักตัวเองไว้ อยากรู้ความคิดของเรา ความคิดอันใดเกิดขึ้นในใจ เราอย่าทำหนีความคิดนั้น แต่ควรจะเขามาวิจัยดูเลี่ยงก่อนว่า ความคิดที่เกิดขึ้นในใจของเรานี้ เป็นบุญหรือเป็นบาป ดีหรือชั่ว สุขหรือทุกข์ ทำลายหรือว่าสร้างสรรค์...เขามาพิจารณา

การพิจารณาความคิดไปสู่ความเจริญก้าวหน้า

การพิจารณาในรูปอย่างนี้ จะทำไม่ได้หากไม่มี ความรู้เป็นพื้นฐานในเรื่อง คุณธรรม เรายังต้องเข้าใจ ผู้รู้ไว้ปอยๆ ต้องฟังคำสอนคำย้ำความตั้งใจ ต้องเข้าไปคิดให้เข้าใจ แล้วลงมือปฏิบัติตามสิ่งที่เราได้เข้าใจนั้น อันนี้แหละจะช่วยให้ชีวิตของเราพัฒนาไปสู่ความเจริญก้าวหน้า

ถ้าหากว่าเราไม่เข้าใจลัทธิ ชอบนั่งใกล้ๆ คนไม่ พูดภาษาตลาดเขาระเรียงว่า ชอบนั่งใกล้พวกล้อนชพาล พังแต่เลียงผิดตลอดเวลา แล้วเราจะผันมาใส่ไว้ในใจ ผันนังก็เลือกเราเข้าไปสู่ความทั่งลงไปทุกwhen ทุกเวลา ชีวิตจะก้าวหน้าไปไม่ได้

การปฏิบัติเบื้องต้นจึงต้องคบคนดี พังคำสอนเอาไปคิดให้เข้าใจ แล้วลงมือปฏิบัติ ก็จะช่วยให้ชีวิตของเราก้าวหน้าไปในทางที่ถูกที่ชอบ สมความตั้งใจ

ใช้ปัญญาสังกัดกันความคิดที่ไม่ถูกต้อง

เมื่อเรา มีความรู้ว่าอะไรคืออะไร อะไรเสื่อมอะไรเจริญ แล้ว เมื่อเวลาความคิดอันใดเกิดขึ้นในใจ เรา ก็เอาหลักความรู้ที่มีนั้นมาเป็นเครื่องกลั่นกรองพิจารณาว่ามันคืออะไร

เช่น สมมติว่าเราอยากจะไปเที่ยวกลางคืน เราควรจะนึกว่า呢ีความอยากรับมันเกิดขึ้นแล้ว อยากจะไปเที่ยวกลางค่ำกลางคืน การไปเที่ยวกลางคืนพระท่านห้ามหรือว่าอนุญาต

ถ้าเราเคยศึกษา ก็ทราบว่าพระไม่อนุญาตให้ไปเที่ยวกลางคืน เพราะการไปเที่ยวกลางคืนนั้นได้ชื่อว่าเราไม่รักษาตัว ได้ชื่อว่าไม่รักษาทรัพย์ ได้ชื่อว่าไม่รักษาครอบครัว เรายังจะถูกทำร้าย เรายังจะถูกใส่ความ อาจจะได้รับความทุกข์ ความเดือดร้อน เพราะอะไรพวกเราก็อ่านข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์พบบ่อยๆ พวกที่ไปเที่ยวกลางค่ำกลางคืน...ถูกลูกหลง...ได้รับล่วนแบ่ง ซึ่งความจริงไม่ควรจะไปรับกับเขา แต่ว่าอุดถาน้ำที่ไปรับความจนได้ นี่มันเรื่องความหลงผิด...พระท่านห้าม

ถ้าความคิดอย่างนี้เกิดขึ้นในใจ เรา ก็บอกว่าไม่ได้ พระท่านไม่ยอมอนุญาตให้ไป เราต้องเชื่อพระ เราไม่ไป อย่างนี้เรียกว่าเราใช้ปัญญาเป็นเครื่องสังกัดกัน ไม่ให้เราไล่ไปในทางค่ำได้ประการหนึ่ง

สมมติว่าเราจะไปในเรื่องอื่นอีก เช่นว่ามีเพื่อนโทรศัพท์มาบอกว่าเราไปเที่ยวกันเตอะพูดงี้ อย่าไปเรียนหนังสือเลย ไปหัศนاجر มีเพื่อนเขาไปกันหลายคน

...ควรจะไปกับเขาก็ว่าย เรายังคงจะคิดว่าควรไปหรือว่าไม่ควรไป เพราะพรุ่งนี้เป็นวันเรียน ถ้าเราไปก็จะเดยหน้าที่ เราเป็นเด็กอยู่ในวัยของการศึกษา หน้าที่ก็คือการเรียน การจะไปเที่ยวก็ไปได้ แต่ว่าต้องไปเวลาหยุด ไม่ใช่ไปในเวลาเรียน เพื่อนคนนั้นที่มาชวนเราให้ไปนั้น เขายังเป็นอย่างไร มีความรู้สึกไหม เขามีความก้าวหน้าในการศึกษาคือไหม เรายังพอธุรุ่ว่าเป็นอย่างไร

สมมติว่าคนนั้นเขาเรียนไม่เก่ง ความรู้อ่อน สอบก็ได้คะแนนไม่ค่อยดี ถ้าเราขึ้นไปเดินเที่ยวกับคนนั้น ความอ่อนมันจะตามมาถึงเรา ความเหลวไหล มันจะตามมาถึงเรา...เราไม่ไป บอกเพื่อนว่าคิดธุระ พรุ่งนี้โรงเรียนเปิดอยู่ เราไปไม่ได้ คุณแม่ไม่ให้ไป ว่าอย่างนั้นก็ได้ แล้วเราจะไม่ไป อย่างนี้เรียกว่าเราคิดก่อนแล้วจึงไป พิจารณารอบคอบแล้วจึงจะกระทำสิ่งนั้นลงไป อันนี้ทำให้ไม่เกิดความเสียหาย

อย่าหลงคิดไปตามเสียงบ้วยที่ทำให้เราเสียผู้เสียคน

อิกอันหนึ่ง สมมติว่าเพื่อนเขามาท้าทายเราให้ต่ออยตีกัน เรายังจะไปต่ออยไปตีกับเขารึไม่ ถ้าคิดอย่างธรรมชาติ ก็นิ่กว่าอ้ายนี่มันหมายมั่นหนักกัน มันมาชวนท้าชิงต่ออยถึงบ้าน ถ้าเราไม่ไปต่ออยกับมันก็เสียสักคึ๊คึ๊ เราไม่กล้าผู้ชายเหมือนกัน จะยอมให้เพื่อนหมายมั่นได้อย่างไร แล้วเราจะจัดการโดยคล่องจากเรื่องเพื่อไปต่ออยกับคนนั้น

การกระทำเช่นนั้นเขาเรียกว่า อารมณ์ผลุนผลัน ใจร้อน ใจเร็ว ไม่ได้คิดให้รอบคอบว่าที่ถูกที่ควรนั้นมันเป็นอย่างไร การลงไปต่ออยกับการไม่ลงไปต่ออยนั้น อันใดถูก อันใดผิด อันใดดี อันใดไม่ดี เราไม่ได้คิดอย่างนั้น เพราะว่าได้ยินใครๆ เข้าพูดกันทั้งนั้นแหล่ว่า แ昏! เขามาท้าอย่างนั้น...ไม่สู้กันหน้าทัวเมีย เราไปทำ

คำพูดเหลวไหลมาจากไหนกันก็ไม่รู้ คำพูดประเภทที่จะบุ้งให้เราเสียผู้เสียคน เรา ก็ไม่ควรรับເเอกสารความคิดอย่างนั้นมาใช้ แต่เราควรจะนึกว่าพระท่านว่าอย่างไร

เชือคำพระ ละคำมาร

อย่าไปເเอกสารน่าว่าเลย เขายังว่ากันคือว่า เพราคนว่ามันปนกับกิเลสแล้ว แต่พระท่านว่าค้ายิ่งบริสุทธิ์ เอกาความถูกเป็นประمام เรายังนึกว่าพระท่านว่า อย่างไร อุคุณการณ์ของพระในเรื่องนี้เป็นอย่างไร พระท่านบอกว่า “จะชนะ ความชั่วค้ายความดี ชนะความโกรธค้ายความไม่โกรธ เวร์ไม่เคยระงับ ค้ายการของเวร แต่ระงับค้ายการไม่ผูกเวรกัน” พระท่านว่าอย่างนี้ แล้ว ถ้าเราโกรธแล้วไปต่ออยกัน ก็ชื่อว่าไม่รักตัวเรา เราไม่ทำตามคำสอนของพระ

บางคนนั้นมีพระห้อยคอค้ายชาไป เรายังจะละอายหลวงพ่อที่ห้อยคอใน การที่จะไปชักต่ออยกัน เพราพระท่านไม่ชอบการศีรัณพันแหง ท่านชอบความ สงบ ชอบความรัก ความเมตตา ชอบการรู้จักให้อภัย ไม่ถือโทษ โกรธตอบต่อ กัน เราถ้าคิดให้ตามเสียงพระ เราจะนั่งเฉยๆ ให้มันค้างไปเกอะเราถ้าไม่มีเรื่อง เราไม่ก่อ เรื่องหรอก อะไรไม่คิดเราไม่ให้เกิดขึ้นในใจของเรา

สิ่งที่เป็น rak heg ของความชั่ว-ray

ถ้าเราเป็นผู้ใหญ่ขึ้นมาหน่อย เราถ้ามีคิดว่าพระท่านว่าอะไรที่มาทำให้ เศร้าหมอง? ภาคแห่งของความชั่ว-ray คืออะไร? ท่านว่า ความโลภเป็น rak heg ของความชั่ว ไม่โลก ไม่โกรธ ไม่หลง...เป็นรากฐานของความคิด

อย่าปล่อยใจให้คิดไปตามอำนาจของกิเลส

ที่นี่ในใจของเราคนนี้มันมีอะไร เราลองสำรวจตัวเรา สมมติว่าตัวเรามีความโกรธเกินขึ้นในใจ อยากให้ลิ่งนั้นสิ่งนี้ ซึ่งล้วนแต่เป็นความอยากร้ายที่ไม่เข้าเรื่อง ทำลงไปแล้วมันผิดศีลผิดธรรม ผิดกฎหมายบ้านเมือง ถ้าเราทำตามอำนาจของความอยากร้ายนั้น เรายังเสียคน เพราะความอยากนั้นมันเป็นราคะฐานของความชั่วร้าย เราคงดูเห็นแล้วว่าไม่ได้เรื่อง เรายังหักห้ามใจ ยังไง บังคับใจของเราไว้ ไม่ให้เหลือไปตามอำนาจของความอยากร้ายนั้น อย่างนี้ก็เรียกว่าเราเป็นผู้ปฏิบัติธรรม

มีสติเป็นเสมือนเชือกผูกใจ

ความโกรธเป็นสิ่งไม่ดี เกิดแล้วเผาใจให้ร่าร้อน ให้ใจมีบุบบุบ ไม่รู้จักผิดชอบชั่วดี คนที่ช่างกัน ทำร้ายกัน เพราะความโกรธแผลงเดียวเกินขึ้น แต่ว่าไม่ยังใจ ปล่อยให้เหลือไปตามอำนาจของความโกรธจึงก่อกรรมทำชั่ว ทำให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อน คนที่ไปอยู่ในคุกนั้น เพราะโทรมฐานชั่วนิภัย ไม่ใช่โกรกันมาถึงลิบปี บางทีโกรธเคี้ยวันนั้นฟ่าเคี้ยวันนั้น นี่เพราะว่าไม่เคยหักห้ามใจ ขอบปล่อยไปตามเรื่อง ไม่เอาเชือกผูกใจไว้เลียนบ้าง เชือกผูกใจก็คือตัวสตินั่นเอง

สติคือความรู้สึกตัวได้ทันท่วงที ในเมื่อใจเรามันจะคิดอะไรขึ้นมา... รู้สึกทัน แล้วกรังได้ทันที พระพุทธเจ้าท่านจึงได้ตอบปัญหามาณพคนหนึ่งว่า “สติเป็นเครื่องกันกระแสจิคใจ”

ถามพนักงานว่าอะไรเป็นเครื่องกันกระแสจิคใจ ที่มันให้เหลือไปลักษณะต่างๆ เข้าเรียกว่ากระแส กระแสน้ำ กระแสคลื่น กระแسلم กระแสใจมันก็ให้เหลืออย ให้เกิดอะไรขึ้นในใจของเรา ถามว่าให้อะไรเป็นเครื่องกัน?

พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า “สติ เทส นิวรณ์” บอกว่า สตินั้นแหล่ เป็นเครื่องกันกระแทก เป็นเครื่องหยุดยั้งความคิดไว้ไม่ให้หลipy ปิตาภรณ์ อันนั้น เช่นว่า พอกิจกรรมใดๆ...รู้ตัวเป็น หยุดมันเสีย ยังมือไว้ ยังปากไว้ อย่าค่าอกไป อย่าซัก อย่าหิน อย่าอุทาน อย่าทำอะไร...ยังไง ถ้าเราทำอย่างนี้ก็ เรียกว่ามีการเห็นใจจริง มีการบังคับตัวเอง

ผู้บังคับตัวเองได้เป็นผู้ประเสริฐ

คนเรานั้นถ้าบังคับตัวเองได้มากเท่าไร ยิ่งเป็นผู้ประเสริฐมากเท่านั้น คนที่ประเสริฐก็คือคนที่บังคับตัวเองได้ ถ้าบังคับตัวเองไม่ได้ก็ไม่ประเสริฐอะไร ความใหญ่ของคนมันอยู่ที่การบังคับตัวเอง ถ้าไม่รู้จักบังคับตัวเอง เชาตัวให้ใหญ่เท่าไอนั้นก็ใหญ่อย่างไม่ได้เรื่องนั้นแหล่ สำคัญมันอยู่ตรงนี้

ฉะนั้น เราจะต้องฝึกบังคับตัวเองไว้ เห็นใจจริงไว้ ไม่ให้เกิดอารมณ์ เช่นนั้น แต่ว่าการบังคับเห็นใจจริงนั้นเป็นปัญหาเฉพาะหน้า เมื่อมันหยุดแล้ว เราควรจะวิจัยค้นคว้าต่อไปว่า อะไรมาทำให้เราโกรธ อะไรมาทำให้เกิดสิ่งนั้นขึ้นในใจ แล้วสิ่งนั้นมันคืออะไร สมมติว่าเขากำ...เรอปายีคือเขากำด้านนึงมาโกรธ เรายังควรถามว่า ใครค่า คนค่ามันมีหรือ แล้วใครเป็นผู้ถูกค่า ผู้ถูกค่ามันมีหรือ ผู้ค่ามันก็ไม่มี ผู้ถูกค่ามันก็ไม่มี คำค่ามันมีหรือ?...ไม่มี มันเป็นแต่คลื่นของอากาศที่เกิดจากลมปากที่พูดออกมาก่อนนั้น แล้วก็หายไป เราไม่ใช่คนที่ไปยึดไว้ไม่ยอมให้มันหายไปตามอากาศ ขอบสร้างเครื่องเรค้าห์ออกไปรับรับตัวเชิญรับ เขายังไงทั้งนั้นแหล่ ไม่ว่าอะไรก็รับเข้า นี่เรียกว่าคุ้ยเข้าไว้ ขอบหาร่อง ขอบรับ เรื่องนั้นเรื่องนี้มาใส่ไว้ในใจ แล้วไปนั่งทุกข์ทันหมอนใจ ทำให้ตนเศร้าใจเป็นทุกข์ไปเปล่าๆ ที่นี่ให้มีการควบคุม...โดยเห็นใจจริงไว้

คนเราที่จะควบคุมตัวเองด้วยเรื่องใด ต้องรู้ว่าอะไรนั้นทำให้เราบุ่ง ให้รู้เรื่องมันก่อน รู้ว่าสิ่งไหนทำให้บุ่ง ตัวโภค ตัวโกรธ ตัวหลง ตัวริษยา ตัวอะไรที่ทำให้บุ่ง มันบุ่ง เพราะอะไร ทำไมมันจึงบุ่ง ต้องคิด ต้องทรง เมื่อคิดไปตรองไป ก็จะมองเห็นภาพของมันตามกันมา เป็น例...ตัดต้นทาง ตัดขบวน อย่าไปตัดปลาย例 ตัดปุ่มมันก็ล้มพรวดลงไปเลย เรื่องนั้นก็หายไป แล้วเราจะจะต้องเอาไปศึกษาบ่อยๆ

ของเก่าอาจมีคิดค้นไม่ใช่เสียหาย ถ้าอาจมีพิจารณาด้วยปัญญา... มันก็ไม่เป็นไร ที่พระพุทธเจ้าห่านสอนว่า “อย่าไปคิดถึงเรื่องที่ผ่านมาแล้ว” นั่นหมายความว่า อย่าไปคิดค้ายความโน่ อย่าไปคิดค้ายความยึดถือฝันเพ้อ แต่ถ้าเราอาจเรื่องเก่าขึ้นมาพินิจพิจารณา ศึกษา ค้นคว้า เพื่อปัญญาแล้ว อย่างนี้ก็ใช้ได้

หมั่นคิดพิจารณาเรื่องที่ผ่านมาด้วยปัญญา

ก็เรื่องในชีวิตของเราแต่ละคนมันเบอะ ผ่านมาแล้วก็อาจมีสูญเสียมั่ง คุ้ยด้วยปัญญา ถูกว่ามันมาอย่างไร มันไปอย่างไร มันอยู่อย่างไร มันเกิดทุกเชิง อย่างไรในชีวิตของเรา...อาจมีบ้างເเอกสาร ถ้าดูแล้วจะน่าตกใจมากขึ้น รู้เท่าทันเหตุการณ์ มากขึ้น บังคับจิตใจของตัวเองให้มากขึ้น อันจะเป็นทางช่วยให้เกิดความสงบใจ อันนี้เป็นวิธีการปฏิบัติเบื้องต้นในการรู้จักนีกีคิด เพื่อรักษาใจของเราให้สงบขึ้น ตามสมควรแก้ไขานะ

ได้กล่าวมาวันนี้ก็เห็นว่าพอสมควรแก่เวลา
... ขออุติการแสดงป้าสุกถ้าธรรมไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .



อยู่ด้วยปัญญา

พระพุทธเจ้าสอนให้เราหงหงายรู้จักความจริง

...ถ้าทำความผิด...

แล้วก็ให้รับเลี่ยวนั้นเป็นความผิด มันเป็นความเสียหาย

แล้วจะได้ปรับปรุงต่อไป

...ท่านสอนว่า...

ให้อยู่คุ้ยปัญญา ให้ใช่ปัญญาพิจารณาอะไรไว้เสมอ

แต่เรื่องอย่างนี้มันเกิดไม่ค่อยได้ ถ้าเราไม่ฝึกฝนไว้

คือเรื่องอะไรหงหงาย...ต้องฝึกหงหงน

ฝึกนึก...ฝึกตรอง...ฝึกยับยั้งชั่งใจ

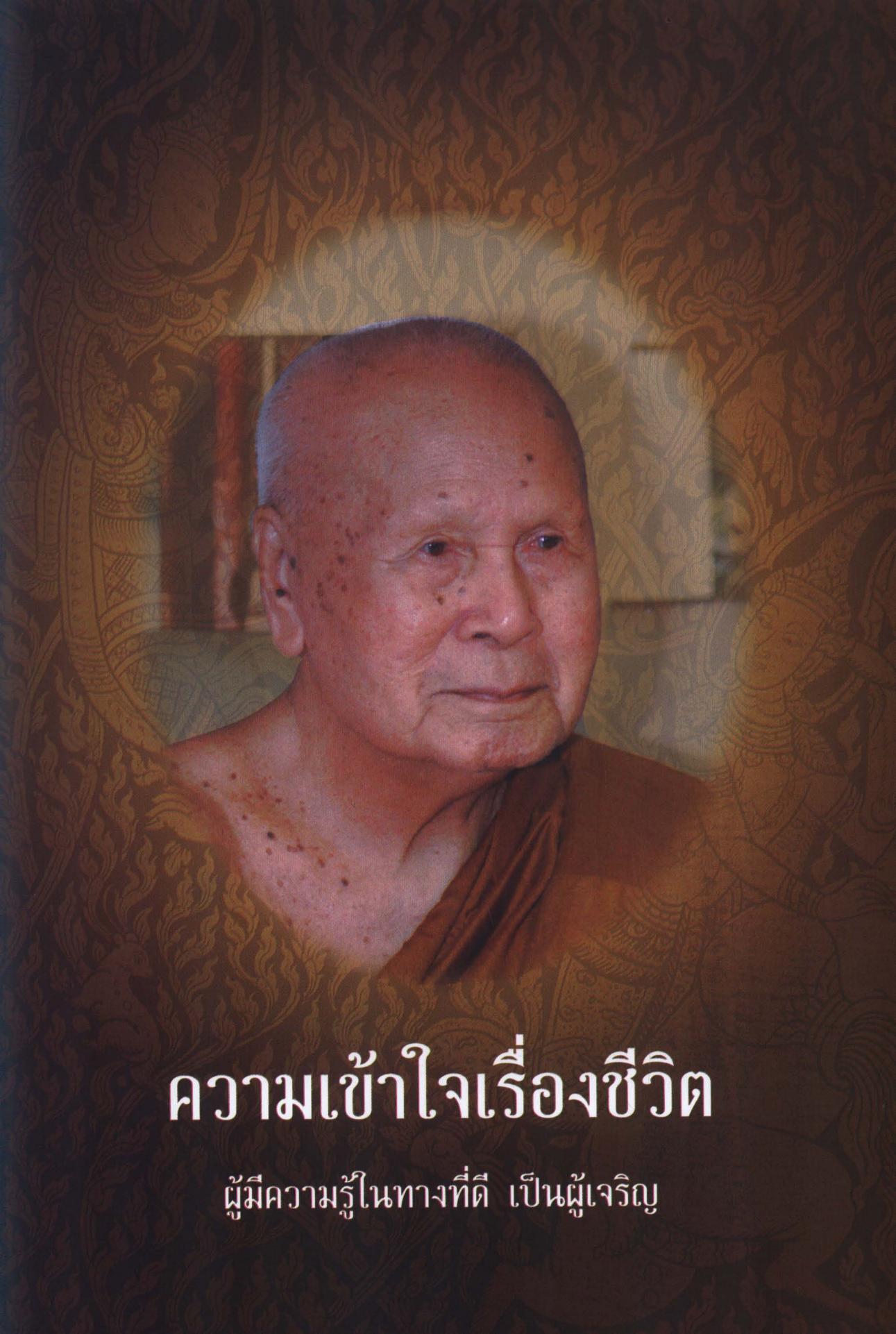
ฝึกในการใช้สติปัญญาพิจารณาอะไรต่างๆอย่างรอบคอบ

ถ้าหมั่นใช้ หมั่นคิด เอาไว้บ่อยๆแล้วมันจะเบยชิน

คือว่า พอมีอะไรมานะมาทันที

เพราะเราเคยใช้อ่ายเสเมอ เรายังทันทานอะไรที่เกิดขึ้นมาได้

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญานันทกิจชุ)



ความเข้าใจเรื่องชีวิต

ผู้มีความรู้ในทางที่ดี เป็นผู้เจริญ

ໃນ ຂຶ້ວຕ ເຮັນໆ...

ເຮຈະຕົ້ງສອບສວນຫວານຄາມຕັ້ງເອງໄວວ່າ
ໃນຮອບສັປຄາທໍ່ທີ່ຈຳນື້ນ ຂຶ້ວຕເຮັນໆເປັນອ່າງໄຮ
ມີຂະໄຣເກີດຂຶ້ນໃນຂຶ້ວຕຂອງເຮັນໆ
ສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນນັ້ນເປັນຄວາມເສື່ອມຫລື ເຊິ່ງເປັນຄວາມເຈົ້າຢູ່
ເປັນການກ້າວໜ້າທີ່ວ່າມັນເປັນກາຮອຍຫລັງ
ສິ່ງທີ່ໄມ່ເຄຍເກີມັນເກີດຂຶ້ນນັ້ນທີ່ແລ້ວ
ເປັນເຮືອງທີ່ເຮຈະຕົ້ງພິຈາລານາເພື່ອໃຫ້ຮັຈຕັ້ງເອງ
ໃຫ້ຮັຈສິ່ງທີ່ເກີດມີອູ້ນີ້ໃນຕັ້ງໃນໃຈຂອງເຮັນໆ
ໃຫ້ຮັງວ່າສິ່ງນັ້ນມັນເກີຈາກຂະໄໄ ແລ້ວໃຫ້ຂະໄຣແກ່ເຮັນໆ
ເຮັນໆຈະແກ້ໄຂປຽບປຽບສິ່ງນີ້ໂຄຍວິທີກີ
ດັ່ງນັ້ນພິຈາລານາຕັກເຕືອນຄົນອຸ່່ອຍ່າງນີ້
ຄວາມບກພ່ອງທັ້ງຫລາຍ...ແມ້ຈະເກີດ...ກີໄມ່ເກີດນານ
ພອເກີດ...ເຮັງ...ຮັງແລ້ວ...ເຮັກ...ແກ້ໄຂ
ແຕ່ດັ່ງນັ້ນໄມ້ໄດ້ຄວາມສອບ ກີໄມ້ຮັງວ່າຂະໄຣເປັນຂະໄຣ
ດັ່ງແລດອກີ່ແລດອໄປໄກລ ດັ່ງນັ້ນໄດ້...ກີ່ຫຍຸດໄປ

ພຣະພຣະມັງຄລາຈາຈາຮຍ (ທລວງພ່ອປັ້ງປຸງໝານນທກິກຊູ)



ญาติโยมพุทธบริษัทแห่งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในการส่งบ ตั้งอกตั้งใจฟังคำย่อ เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

รู้เรื่องชีวิตหลุดพ้นทุกข์

วันนี้เป็นวันอาทิตย์แรกของการเข้าพรรษา ด้วยการพรรษาเป็นฤดูกาลพิเศษสำหรับพวงเราชาวพุทธที่จะได้ปฏิบัติภายใน วิชา ใจ ให้ใกล้พระรัตนตรัยมากยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นตามปกติทั่วไป จึงปรากฏว่ามีคนไปวัดเพื่อศึกษาธรรมะเพื่อปฏิบัติธรรมะมีจำนวนเพิ่มขึ้น ที่วัดประทana นี้ ถ้าในฤดูกาลเข้าพรรษาแล้ว ญาติโยมก็มาฟังกันคับคั่งในศาลาทุกวันอาทิตย์ ออกพรรษาแล้วก็มาฟังอยู่ แต่ก็ขาดไปบ้าง

อันการที่เราหงหง่ายได้มาประชุมกันเพื่อศึกษาธรรมะในดูๆ กากเข้าพระชา
ก็คือในดูๆ กากเข้าพระชา ก็คือ มีจุดมุ่งหมายสำคัญๆ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความ
นลذตให้แก่ชีวิตของเรา เพราะการคำรงชีวิตอยู่ในโลก เราจะต้องอยู่คุ้ยความ
นลذต คนที่ไม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องชีวิตย่อมเดือดร้อนเป็นทุกข์บ่อยๆ
แต่ถ้ามีความรู้ความเข้าใจในเรื่องชีวิตถูกต้อง ปัญหาความยุ่งยากที่จะเกิดขึ้นใน
ชีวิตก็ย่อมจะมีน้อย หรืออาจจะไม่เกิดขึ้นเลยเป็นธรรมชาติ เพราะฉะนั้นจึงควรจะ
ได้สนใจศึกษาข้อธรรมะอันเป็นเรื่องสำคัญของชีวิตให้เข้าใจ

การปฏิบัติธรรมสำคัญต่อชีวิต

ในการศึกษาธรรมะนี้ เราจะต้องศึกษาค้ายการฟังบ้าง ค้ายการอ่าน
จากหนังสือบ้าง สุคแล้วแต่โอกาสจะอำนวยให้ ในบางครั้งบางคราวเราจะอ่านเพื่อ
ความรู้ความเข้าใจ แต่บางครั้งเราจะฟังเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ อ่านแล้ว
ฟังแล้วต้องนำไปคิดไปตรอง เพื่อให้เกิดความรู้ชัดเจนในเรื่องนั้น แล้วต่อจากนั้น
ก็ลงมือปฏิบัติ การปฏิบัตินั้นเป็นเรื่องสำคัญที่เราต้องกระทำ เพราะว่า
ถ้าเพียงแต่รู้แต่เข้าใจ แต่ไม่มีการลงมือปฏิบัติ สิ่งนั้นก็จะไม่มีความหมาย
เหมือนกับเรามียาสำหรับแก้โรค เรามีข้าวไล่ยาเรียบร้อย ปิดปากเรียบร้อย
แต่ว่าเราไม่กินยาเมื่อเรามีโรคเกิดขึ้น ยานั้นจะมีประโยชน์แก่เราได้อย่างไร ข้อนี้
ฉันใด ในเรื่องข้อธรรมะอันเป็นหลักคำสอนทางพระศาสนาฉันนั้น

ธรรมะจะเกิดประโยชน์แก่ชีวิตของเราได้ ก็ต่อเมื่อเราดำเนินชีวิต
ประจำวัน คือ นำธรรมะมาประกอบเป็นหลักในการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เรา
ก็จะได้รับประโยชน์จากการธรรมะเต็มเม็ดเต็มหน่วย ความจริงตามปกติในชีวิตประจำวัน
ของเราทั้งๆ ไปก็ได้ใช้ธรรมะอยู่เหมือนกัน แต่ว่าให้โดยไม่รู้บ้าง รู้บ้าง เป็นการใช้

ที่เรียกว่าเลี้ยงอยู่ลักษณะอย เพราจะว่าชีวิตของเราที่ได้เป็นมาอย่างเรียบร้อย ไม่ยุ่งไม่ยาก เช่น ชีวิตในครอบครัวสามีภรรยาที่อยู่กันด้วยความสุขความสงบ ไม่มีความวุ่นวายเกิดขึ้น ก็แสดงว่าได้ใช้ชีวิตเป็นหลักประกันชีวิตของตัวอยู่ จึงได้มีความสุขสงบเช่นนั้น

เมื่อชีวิตขาดธรรม

ในการปฏิบัติงานในโรงงาน เรา มีคณงานมากๆ คนงานปฏิบัติงานเป็นปกติเรียบร้อย ไม่มีความยุ่งยากเกิดขึ้น ก็แสดงว่า ผู้อำนวยการหรือผู้จัดการในโรงงานนั้นต้องใช้ชีวิตเป็นหลักในการปฏิบัติต่อคณงานทุกด้านหน้า เข้าไปรับความเป็นธรรม เมื่อมีความเป็นธรรมในที่ใด...ความวุ่นวายก็ไม่มีในที่นั้น แต่ถ้าขาดความเป็นธรรมในสถานที่ใด...ความวุ่นวายก็จะเกิดขึ้นในสถานที่นั้น อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดมีอยู่เสมอๆ

แต่ว่าคนเราตามปกติทั่วไปนั้น เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นผิดพลาดเสียหาย ก็ไม่ค่อยได้ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลของเรื่องนั้น ว่าทำในนั้นจึงได้เกิดเรื่องนั้นขึ้น นิความบกร่องอย่างไรเรื่องนั้นจึงได้เกิดขึ้น แล้วความบกร่องนั้นเกิดกับใคร หรือเกิดที่ไหน เราไม่ได้สอดส่องพิจารณาหาเหตุผลของเรื่อง จึงไม่สามารถจะเข้าใจเนื้อแท้ของเรื่องนั้นได้ การทำความผิดก็จะเกิดขึ้นแล้วข้ออกไม่รู้จักปั้นไม่รู้จักสิน

ถ้าหากว่า เราได้ใช้หลักเกณฑ์ทางธรรมะ เป็นเครื่องวินิจฉัยเรื่องอะไร ต่างๆที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา เราจะเข้าใจลึกซึ้งมากขึ้นตามสมควรแก่เหตุกรณ อันนี้จึงเห็นได้ว่า เรื่องของธรรมะเป็นเรื่องที่จำเป็นสำหรับชีวิต เหมือนกับอาหารน้ำ อากาศ ที่เราจะต้องใช้หล่อเลี้ยงชีวิตของเราอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราขาดลิ่งเหล่านี้ไปเราจะอยู่ไม่ได้ เช่น ร่างกายขาดน้ำก็อยู่ไม่ได้ หรือขาดอาหารก็อยู่ไม่ได้

ขาดออกาสสำหรับหายใจยิ่งไวต่อความตายมากที่สุด ข้อนี้นั้นได้ ในการดำรงชีวิตอยู่ในโลกก็เหมือนกัน เราจำเป็นต้องมีหลักใจเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตทุกวันทุกเวลา เพราะฉะนั้นเราจึงต้องแสวงหาสิ่งนี้ สำหรับที่จะนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ด้วยการศึกษาทำความเข้าใจตามสมควรแก้รู้นานะ

จุดหมายปลายทางของชีวิต

ถ้าเราจะตั้งปัญหาตามขึ้นว่า ในชีวิตของเราแต่ละคนจุดหมายปลายทางของชีวิตนั้นอยู่ที่อะไร การตอบปัญหานี้ก็คงจะตอบตามความรู้สึกในใจที่มันมีแตกต่างกัน ความรู้สึกในใจของคนเรานั้นอาจจะไม่ตรงกันในเรื่องนี้ แต่ว่าก็มีความหมายตรงกันอันหนึ่งว่า ต้องการความสุขความสุบายนั้น ไม่มีใครจะต้องการความทุกข์ความเดือดร้อน แต่ความสุขที่เข้าต้องการอาจไม่เหมือนกัน เพราะระดับจิตใจ ความนึก ความคิด สถิติปัญญาของคนนั้นไม่เท่าเทียมกัน

ถ้าเป็นคนที่มีจิตใจดี ก็เข้าใจความสุขแต่เพียงเรื่องกินเรื่องเล่น เรื่องสนุกสนานอะไรต่างๆ ถ้าวันไหนได้กินอร่อย ได้เที่ยวสุบายน ได้เล่นสนุก เขาก็บอกว่า วันนี้ไม่เลียชาติก็เกิด ได้ปล่อยชีวิตเต็มที่แล้ว มีความสุขความสุบายนแล้ว อันการพูดออกมากำช่านนั้นของบุคคลนั้น เป็นการแสดงถึงภัยในว่า เป็นผู้ที่มีใจยังไม่สูงพอ มีความต้องการแต่เพียงเรื่องกินเรื่องเล่น เรื่องความสนุกสนานเท่านั้น

ถ้าคนเราเข้าใจว่าการกิน การเล่น การเที่ยว เป็นความสุบายนสำหรับชีวิต หรือว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นความสุขที่ชีวิตต้องการแล้ว ก็ให้ลองคิดดูว่า ชีวิตของคนเรานี้จะมีค่ามีราคาที่ตรงไหน เพราะใจหากต้องการที่จะกิน จะเล่น จะเที่ยว ความต้องการในเรื่องนี้มีมากขึ้นเท่าใด ความยุ่งยากก็เกิดมากยิ่งขึ้นไป เช่น เรื่องกินเรื่องเดียวจะสร้างความทุกข์ให้แก่มนุษย์ไม่ใช่น้อย ถ้าเราหากความสุขค้าย

เรื่องการกิน เรายังต้องแสวงขอของอร่อยมากขึ้น คนบางคนกินอาหารที่บ้านไม่อร่อย ต้องไปกินที่อื่น บางที่ต้องไปกินไกลๆ กินกันจนกระทั้งชากลับถูกรบอนท์ชนเลียจนถึงแก่ความตาย ก็ไม่ใช่เรื่องอะไร เรื่องจะไปกินให้มันสบายเท่านั้น แล้วก็จะไปเที่ยวให้สบาย จะหาอะไรที่เป็นเครื่องประดับชีวิตให้สบาย เพราะสำคัญว่าเกิดมาเพื่อกิน เพื่อเล่น เกิดมาเพื่อความสนุก ชีวิตก็จะไร้ค่า ไร้ราคา และไร้ความหมาย ก็จะทำอย่างไรได้ เพราะฉะใดจึงของเขามีระดับเพียงนั้น ยังไม่เคยมีความคิดสูงส่งขึ้นไปกว่านั้น

ชีวิตที่เกิดมาเพื่อผู้อื่นเป็นชีวิตที่ชอบ

แต่ถ้ายังระบุจิตใจให้สูงขึ้นไปกว่านั้น เขายังคงคิดได้ว่า สิ่งที่เป็นความต้องการในชีวิต อันเรียกว่าความสุขความสบายนั้น อาจจะคือขึ้นไปกว่านั้นอีกหน่อยหนึ่ง เช่นว่า คนบางคนมีความสุขเพราะได้ทำอะไร ที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตแก่ตนแก่他人 เช่นว่า ได้ทำงานอะไรให้แก่เพื่อนมนุษย์ วันใดถ้าได้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เขายังคงกว่า แม่! วันนี้สบายใจ ถ้ามัวสายไปเรื่องอะไร เขายังคงกว่า สบายใจ เพราะได้ใช้ชีวิตวันนี้ให้เป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่น คนบางคนมีความคิดอย่างนั้น คือมีความคิดว่าเกิดมาเพื่อผู้อื่น ไม่ได้เกิดมาเพื่อตนเอง คนใดที่มีอุดมการณ์ในชีวิตว่าเกิดมาเพื่อผู้อื่น ไม่ได้เกิดมาเพื่อคนเอง คนนั้นจิตใจสูงขึ้นหน่อย มีความประณีตทางค้านจิตใจขึ้นอีกหน่อยหนึ่ง เพราะว่าเขาอยู่เพื่อผู้อื่น

การอยู่เพื่อผู้อื่นนั้นเป็นการอยู่ช่อบ ถ้ามนุษย์ทุกคนมีความคิดว่า เราอยู่เพื่อผู้อื่น เรายังเตรียมพร้อมตลอดเวลาที่จะให้อะไรแก่ผู้อื่น อะไรที่คนอื่นขาดแคลนต้องการความช่วยเหลือ เรายินดีที่จะให้สิ่งนั้นแก่เขา ถ้าคนเราไม่

ความคิดในรูปอป่าย่างนี้ทำให้สังคมคืบขึ้น สังคมที่วุ่นวายอยู่มากในสมัยนี้ วุ่นวาย ค้ายเรื่องอะไร ก็วุ่นวายค้ายเรื่องความเห็นแก่ตัว ต้องการความสุขส่วนตัว ต้องการอะไรฯ เช้าข้างตัวมากๆ ถ้าคนเรามีความคิดประณีที่เรียกว่าเข้าข้างตัว ต้องการอะไรเพื่อตัวมากเท่าใด ความวุ่นวายก็จะเกิดมากเท่านั้น เพราะในขณะใด ที่เรามีความคิดเข้าข้างตัว เรา ก็จะคึ่งอะไรต่างๆมาเพื่อตัว ถ้าคึ่งอะไรมา เพื่อตัวมาก คนอื่นก็ขาดประโภชน์ไป

สังคมสังคมสุข เพราะไม่เห็นแก่ตัว

คนเราทุกคนที่เกิดมา มีชีวิตอยู่ในโลก มีส่วนเท่าเทียมกันที่จะได้รับ ประโยชน์จากธรรมชาติ ประโยชน์ตามธรรมชาติที่มีอยู่ในโลกนี้ ล้วนที่อยู่ใน แผ่นดิน เช่น น้ำ อาหาร อะไรต่างๆทุกอย่างที่เราใช้สอยในชีวิตประจำวัน เรา ก็ได้มาจากพื้นแผ่นดิน หรือเรียกว่าได้มาจากธรรมชาติ เราทุกคนเกิดมา มีสิทธิ เท่าเทียมกัน ในอันที่จะได้อะไรจากธรรมชาติมาใช้สอยเพื่อความสุขของชีวิต เมื่อเรารู้ว่าทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันแล้ว เรา ก็ควรจะแบ่งสร้างปันสุน แบ่งสิ่งที่จะ เกิดขึ้นนั้น ให้ทุกคนได้รับพอเหมาะสมพอสมควร ถ้าเกิดความคิดเช่นนี้ขึ้นในใจใน ขณะใด ความวุ่นวายก็จะไม่มี ความเห็นแก่ตัวก็จะไม่มี ความตระหนักรู้เห็นใจ ก็จะไม่มี แต่จะมีลักษณะเป็นคนใจกว้าง เห็นแก่ประโยชน์สุขของบุคคลอื่น มอง เห็นคนอื่นเป็นพี่เป็นน้องของเรา เป็นผู้ร่วมสุขร่วมทุกข์กันกับเรา

เราจะทำอะไรมีใจคิดว่า ทำสิ่งนี้แล้วคนอื่นจะเป็นอย่างไร เขาจะ มีความทุกข์ความเดือดร้อน เพราะการกระทำของเรานำทางหรือไม่ ถ้าได้คิด ในรูปอป่าย่างนี้ บุคคลนั้นจะไม่เป็นคนใจเหี้ยมใจโหด จะไม่ทำอะไรให้เป็นการ กระทบกระเทือนต่อความเป็นอยู่ของบุคคลอื่นถ้าสมมติว่า คนเรามีความคิดใน

รูปอย่างนี้มากๆ เรายังคงคิดถูกว่าสังคมจะเป็นอย่างไร เรายังจะมองเห็นได้ว่าสังคมนั้น เต็มไปด้วยความสุขความสบายไม่มีความวุ่นวายเดือดร้อน ต่างคนก็ต่างจะทำมาหากิน หมายได้แล้วก็ไม่เก็บเอาไว้เฉพาะตัว ยังรู้จักเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น ยังช่วยเหลือคนอื่นให้มีความสุขความสบายตามสมควรแก่สุนarn บุคคลประเภทที่มีความคิดว่าชีวิตเราอยู่เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่นนี้ นับว่าเป็นคนที่มีความก้าวหน้า ในทางจิตใจสูงขึ้นไปกว่าระดับธรรมชาตัน้อยหนึ่งแล้ว

กิเลส : เหตุเกิดการเห็นแก่ตัว

ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าของเรายังหลักได้สอนไว้ในรูปเช่นนั้น คือ สอนให้พุทธบริษัทมีความคิดว่า อยู่ในสังคมอย่าเห็นแก่ตัว แต่ว่าเราต้องเฉลี่ยลิงที่เราจะเฉลี่ยไปให้แก่บุคคลอื่นตามสมควรแก่สุนarn เช่น เราเมื่อความรู้เราไม่เก็บความรู้ไว้เฉพาะตัว แจกแบ่งความรู้ที่เรามีนั้นให้แก่ผู้อื่น มีการสอนอะไรให้แก่ครรช โดยไม่คิดมูลค่าตอบแทน เพราะเราคิดว่าเรามีความรู้ เราเมื่อปัญญาจะได้เฉลี่ยแบ่งปันความรู้นี้ให้แก่บุคคลอื่นบ้าง ถ้ามีคนที่มีความคิดอย่างนี้ โรงเรียนที่ไม่เก็บเงินก็จะเกิดขึ้น หรือกลุ่มบุคคลที่มีความเสียสละในเรื่องอย่างนี้ก็จะเกิดขึ้น

ในประเทคโนโลยีในสมัยก่อนหน้านี้ มีบุคคลคนหนึ่งที่เราได้ยินชื่อท่านบอยๆ คือ ท่านเซอร์ ระพินทรานาถกอร์ ท่านผู้นี้เป็นนักประชาร্ঘญ เป็นผู้ที่เขียนหนังสือมาก เป็นกวีเอกของโลกก็ว่าได้ ท่านได้รับรางวัลโนเบล ได้เงินมาก many ครั้นเมื่อแก่ตัวลงท่านก็เกิดความคิดขึ้นในใจว่า เราอนุญาตบ้านเดียว ความรู้ของเรามันมากจะตายไปเสียเปล่าๆ ควรจะเอาความรู้นี้ฝากไว้กับเด็กๆ ให้มันได้สืบท่อความรู้ต่อไป ก็เลยออกจากเมืองใหญ่ไปอยู่ในป่า ที่กำลังสันติไนเกตัน

แล้วก็เปิดโรงเรียนสอนเด็ก เด็กจะอะไรมาเรียนก็ได้ สอนแบบตามชีสอนศิษย์ ไม่มี
อาการใหญ่โตหรือฐานอะไร นั่งสอนกันตามใต้ต้นไม้ เลือกสอนในเวลาเช้าๆ แล้ว
ก็สอนบ่ายๆ หรือว่าในตอนกลางคืน ต่อมาก็มีคนที่มีอุคุภารณ์แบบเดียวกันเป็น
ผู้มีความรู้ทั้งนั้น ก็ไปอยู่ร่วมกันมากมายหลายคน เมื่อไปอยู่ร่วมกันมากๆเข้า ก็
ได้ตั้งเป็นโรงเรียนใหญ่ ต่อมาก็ได้ก่อตั้งเป็นมหาวิทยาลัยขึ้น สำหรับให้คนได้เข้า
ไปศึกษา มหาวิทยาลัยนั้นเกิดขึ้นมาได้ก็ เพราะความไม่เห็นแก่ตัวของท่านเซอร์
ระพินทรนาถกอร์ ท่านไปตั้งมั่นขึ้น อันนี้นับว่าเป็นความคิดถูก ที่ได้ใช้ประโยชน์
ในรูปอย่างนั้น

คนไทยเราในสมัยก่อนก็มีอุคุภารณ์อยู่บ้าง เมื่อมีความรู้อะไรก็อย่าง
ให้ความรู้นั้นแก่คนอื่น สอนให้เปล่าๆ ไม่เอาอะไรตอบแทน อันนี้เป็นอุคุภารณ์
ของชีวิตที่เข้าได้กระทำกันอยู่ แต่มาสมัยนี้วัตถุมันบีบคั้นจิตใจ คนเราตอกย้ำ
ในอำนาจของวัตถุมากขึ้นทุกวันทุกเวลา เมื่อมีการแข่งขันกันในการหารวัตถุ
กิเลส猛ก็คงเกิดขึ้นเป็นธรรมชาติ เมื่อมกิเลสเกิดขึ้น...ความเห็นแก่ตัวก็เพิ่ม
มากขึ้น แล้วก็เป็นเหตุให้ต้องการลิงที่มีที่ได้มากขึ้นทุกวันๆ อันนี้เป็นเรื่องที่ทำ
ให้ลังคอมเดือดร้อน

ถ้าเราเห็นว่า การกระทำเช่นนี้มันเป็นสาเหตุให้เดือดร้อนกันทั่วๆไป
เรา ก็ควรจะได้เปลี่ยนเข้มชีวิตของเรา หันเข้าหาเข้มความเสียสละ ความ
ไม่เห็นแก่ตัว เราจะทำอะไรเพื่อประโยชน์แก่บุคคลอื่นเท่าที่เราจะสามารถ
กระทำได้ ก็จะเป็นประโยชน์อยู่ไม่น้อย

ที่combecon มีเด็กแก่อยู่คนหนึ่ง โครงการก็เรียกแก่ว่า พระเวสสันดร
 เพราะว่าตอนกลางวันแก่ต้องออกมานั่งหน้าบ้าน โครงการเดินผ่านมาก็แจกเงินให้
 เข้าบ้าง แจกอะไรให้เข้าบ้าง ถ้าวันไหนไม่ได้แจกอะไรให้แก่โครงการเหมือนจะกินข้าว
 ไม่ลง จะนั่ง จึงให้คนนั้นให้คนนี้โครงการไปขออะไรให้อยู่ส่วนมาก นี้ก็เป็นตัวอย่าง
 ของบุคคลประเภทที่เรียกว่า อยู่เพื่อประโยชน์เพื่อความสุขของบุคคลอื่น

ชีวิตที่อยู่เพื่อรับใช้ผู้อื่น

เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า หรือว่าพระโพธิสัตว์ กล่าวคือ ในยุคที่ยังไม่มีพระพุทธเจ้า บุคคลประเภทที่เรียกว่าพระโพธิสัตว์โดยเฉพาะในศาสนาพุทธฝ่ายมหายาน ที่ชาวชิเตต ชาวจีน ชาวญี่ปุ่น เขานับถือ เขาพูดถึงเรื่องพระโพธิสัตว์นี้มาก แล้วเขาถือสอนกันว่าให้อยู่อย่างพระโพธิสัตว์

พระโพธิสัตว์ หมายถึงบุคคลประเภทใด? หมายถึงบุคคลประเภทที่มุ่งหมายเพื่อทำจิตให้หลุดพ้นจากกิเลส เพื่อความเป็นพระพุทธเจ้า นั่นเอง บุคคลที่มุ่งหมายเพื่อความเป็นพุทธะนี้ ค่อยแต่จะปลดเปลี่ยนตนอยู่ตลอดเวลา ฉะนั้นบุคคลประเภทนี้จึงเป็นบุคคลประเภทที่อยู่เพื่อรับใช้ผู้อื่น เตรียมพร้อมอยู่ตลอดเวลาที่จะรับใช้ผู้อื่น มีโอกาสใดที่จะรับใช้ครั้นได้ ไม่ว่าเรื่องเล็กเรื่องใหญ่ ผู้นั้นจะเป็นเด็ก หนุ่มสาว คนเฒ่าคนแก่ ถ้ามีโอกาสจะรับใช้ได้ พระโพธิสัตว์ก็จะไม่คิดอะไรอีก แต่ว่าจะยินดีรับใช้ทันที บุคคลที่เรียกว่าพระโพธิสัตวนี้จึงเป็นบุคคลประเภทที่มีตัวตนอยู่ ความยึดถือที่เรียกว่าอัตตาตัวตนมีไม่มาก มีอยู่นิดๆ หน่อยๆ ค่อยขัดออกไปเรื่อยๆ จนความเห็นแก่ตัวนั้นไม่มีในคุณท่าน อันนี้เป็นหลักการที่ควรจะได้เพาะให้เกิดขึ้นในจิตใจของคนทั่วๆไป

ปกติของชีวิตมักเห็นแก่ตัว เห็นแก่ตัว

มารดาบิความีลูกหลานควรจะเพาะนิสัยโพธิสัตว์ให้มีขึ้น เพราะคนเราปกตินั้นมักเห็นแก่ตัวเห็นแก่ตัวไม่สามารถอยู่ในสิ่งต่างๆที่คนมีคนได้ เพลิดเพลินอยู่ในการคุณอันเป็นสิ่งที่คน普通นา อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติ ไม่ต้องสอน ไม่ต้องบอก มันก็เป็นกันทั้งนั้นแหละเรื่องอย่างนี้ ในการที่เราจะฝึกจะสอนนั้นจึง

ต้องสอนให้ฝึกธรรมชาติไว้หน่อย ธรรมชาติจิตนั้นไหลลง เรื่องไหลลงนี้ไม่ต้องสอนแล้ว แต่เราคิดว่าจะสอนอย่างไร ให้มันรู้จักโถกับกระแสของจิตที่เคยแต่จะไหลไปในทางซ้ายทางขวา ให้เด็กได้เข้าใจว่าจะโถลึงนั้นอย่างไร จะต่อต้านสิ่งนั้นอย่างไร

คำรำชีวิตอยู่อย่างหวานกระเสsexของกิเลส

ในขณะใดที่ใจของเรายังไม่คืบไม่งาม ที่จะนำชีวิตจิตใจไหลไปทางซ้ายทางขวาจะต่อต้านมันอย่างไร? อันนี้เป็นเรื่องที่ควรสอนให้เด็กเข้าใจไว้ตั้งแต่ตัวน้อยๆให้เขารู้ว่า อุดมการณ์ของชีวิต คือ การเข้าชนะสิ่งทั้งปวงที่ทำให้เราต้องตกเป็นทาสของมัน ที่ทำให้เรามีความทุกข์เดือดร้อนในชีวิตประจำวัน ถ้าเราอยู่พุคคลอยแนะนำนำเด็กๆของเราวิ้อย่างนี้ปอยๆ เด็กก็จะเข้าใจความหมายของอุดมการณ์ชีวิต ว่าชีวิตที่ถูกต้องนั้นอยู่อย่างไร? อยู่อย่างชนิดหวานกระเสsexหรืออยู่อย่างชนิดที่เรียกว่าไหลไปตามอำนาจของกระแสโลก กระแสโลกก็คือกระแสของกิเลส มีความโลภ มีความโกรธ มีความหลง มีความริษยาความพยายาม พยายามต่อสู้ในเวลา

ถ้าเราไม่หวานกระเสsexไว้บ้าง เราคงไปสูญเสียแห่งความทุกข์ความเดือดร้อน เพราะฉะนั้น การคำรำชีวิตอยู่ในโลก...จึงอยู่ด้วยการหวานกระเสsexไว้เรื่อยไป การที่จะหวานกระเสsexไว้ เรื่อยไปนั้น ต้องรู้มาตั้งแต่เริ่มต้นและต้องฝึกกันมาปอยๆ ผู้ที่เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ก็เหมือนกัน ต้องทำตนให้เป็นตัวอย่างแก่เด็กๆ อยู่ตลอดเวลา ด้วยการแสดงให้เด็กเห็นว่า คุณปู่ คุณตา คุณย่า คุณยาย คุณพ่อ คุณแม่ เป็นบุคคลประเภทหวานกระเสsex ไม่ใช่เป็นบุคคลไหลไปตามอำนาจของความอยาก ความโลภโกรธหลงอันเป็นเรื่องของฝ่ายค้า เด็กนั้นก็จะจำแบบแผนของครอบครัว

นั้นไว้ ครอบครัวใดที่ตั้งระเบียบชาติประเพณีอย่างนี้ไว้ในครอบครัวแล้ว ครอบครัวนั้นจะตั้งมั่นเป็นปึกแผ่นถาวร

ความยั่งยืนของวงศ์ตระกูล

ขอให้เราศึกษาคุ่าว่า ตระกูลใดครอบครัวใดที่เขายังยืนมาได้เป็นเวลานานๆ เขาก็ต้องมีอะไรลักษณะอย่างในครอบครัวนั้น เป็นระเบียบเป็นประเพณีประจำตระกูล ของเข้า แล้วเขาก็ซุกน้ำปูนบดติดตามระเบียบนั้นๆ ครอบครัวนั้นจึงอยู่มานานได้อย่างดี แต่ถ้าไม่ยึดมั่นในสิ่งใดที่คนในครอบครัวนั้นเกิดมีความเห็นเข้าข้างตัวขึ้นมาแล้ว ไม่พยายามฝืนกระแผลของกิเลส ชอบปล่อยจิตใจให้หล่อไปตามอำนาจของความ อิจฉาความปรารถนา ก็หมายความว่า เรือครอบครัวนั้นกำลังเริ่มเสื่อมแล้ว น้ำ กำลังเข้าเรือ ลูกคลื่นใหญ่ๆ กำลังกระทบเรือ ไม่เท่าไครเรือนนั้นก็จะล่มจมไป

อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นในลังค์ของมนุษย์ ซึ่งเราทั้งหลายที่เป็น ผู้หลักผู้ใหญ่ มีอายุล่วงกาลผ่านวัยมานานๆ ก็คงจะประสบและมองเห็นสิ่ง เหล่านั้น และสิ่งที่เราเห็นนั้น ความจริงก็เป็นบทเรียน เป็นเครื่องสอนจิต สะกิดใจ แค่ว่า่น้อยคนนักที่จะเอาบทเรียนนั้นมาประภากันในครอบครัว มาคุยกัน หลังอาหาร เพื่อให้เห็นว่าอะไรเป็นอะไร เราจะได้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องนั้นๆ

เช่นว่า ข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์หลายเรื่องหลายประการที่ปรากฏออกมาก ในหน้าหนังสือพิมพ์ประจำวัน ล้วนเป็นบทเรียนทั้งนั้น เป็นเรื่องสอนจิตสะกิดใจ ทั้งนั้น ถ้าเราอ่านแล้วเรามาหยาดหู่ไว้ เวลารับประทานอาหารเสร็จ ลูกเต้านั้น พร้อมหน้า เรายังอาเรื่องนี้มาประภากันในครอบครัวของเราให้ลูกหลานได้ฟังว่า เรื่องนี้มันเป็นอย่างนี้ ทำไม้มันจึงเป็นอย่างนี้ สาเหตุมันมาจากอะไร ให้เกิดได้รู้ ได้เข้าใจว่า มนุษย์ของความชั่วหรืออาชญากรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในลังค์นี้ ว่า

มีอะไรเป็นเหตุ แล้วเรา ก็ออกให้เค็มนั้นเข้าใจว่าเหตุเหล่านี้มันอาจจะเกิดขึ้นแก่ใครก็ได้ พวกราที่เป็นสมานชนิกในครอบครัว ต้องระวังเจ้าฝีปากเหล่านี้ไว้ อย่าให้มันเกิดขึ้นรบกวนจิตใจของเรารา อาจจะต้องเอาชนะสิ่งเหล่านี้ให้ได้ พูดແນະพูดเตือนเขาในเรื่องอย่างนี้ ทุกโอกาสที่มีเรื่องพหุที่จะเตือนได้

ถ้าเราอ่านในเรื่องพระสูตรในทางพระพุทธศาสนา ก็จะพบเรื่องนี้เหมือนกัน คือว่า พระสูตรท่างๆ พระพุทธภาษิตท่างๆ ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงสอนมา นั้นล้วนแต่มีเหตุเกี่ยวกับเรื่องในสังคม เรื่องของบุคคล เรื่องของพระมหาปัตริย์ เรื่องชาวนา เรื่องชาวสวน ที่พระองค์ได้ไปประสูตพูดเห็นเข้า แล้วก็นำมาเล่าให้กิจกุญช์ทั้งหลายฟังเช่นเดียว่า : -

วันนี้คตاقتไปที่บ้านนั้น ได้เห็นเหตุการณ์เช่นนั้นเกิดขึ้น แล้วพระองค์ก็ ตรัสเป็นพุทธภาษิต เป็นคำเตือนใจให้พระทั้งหลายได้ฟังไว้ บางคราวเป็นเรื่องภัยในแวงของวัวเอง พระนางรูปทำอะไรผิด ทำอะไรเสียหาย พระองค์ก็ยกเอาเรื่องนั้นขึ้นมาวิพากษ์วิจารณ์ ครั้นเสร็จแล้วก็ตรัสเป็นพระพุทธภาษิตสำทบลงไป ในตอนท้ายว่า อย่าได้คิดอย่างนั้น อย่าได้กระทำการอย่างนั้น ให้มีความสำรวมระวังอย่าประพฤติในรูปเช่นนั้นต่อไป อันนี้เป็นเรื่องที่มีปรากฏอยู่ในพระสูตรบ้าง ในเรื่องพระวินัยบ้าง อันเป็นปอเกิคของคำสอนที่เป็นหลักศีลธรรมบ้าง เป็นปอเกิคของสัจธรรม ที่พระองค์นำมาประกาศแก่หมู่กิจกุญช์ อุบาสก อุบาลีกบัง ก็มีตัวอย่างอยู่ไม่ไป

ในครอบครัวของเราในสมัยปัจจุบันนี้ เหตุการณ์ต่างๆ แวดล้อมรักรึงอยู่ตลอดเวลา อันทำให้เกิดปัญหาเฉพาะอย่างยิ่งคือเค็มๆ ของเรา ถ้าหากว่าเราได้พูดจำแนกตัวตน ค้ายยกเข้าเหตุการณ์ในชีวิৎประจำวันที่เกิดขึ้นในสังคมนี้มาพูดมากล่าวกัน เค็มๆ เหล่านี้ก็จะได้ความสำนึกลับที่ต่อไปน้อยๆ ต่อไปก็มีจิตใจสมบูรณ์ เป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ เพราะมีความเข้าใจในเรื่องอย่างนี้ อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอันหนึ่ง ซึ่งอย่างจะฝากไว้กับญาติโยมทั้งหลายประการหนึ่ง

อุคਮการณ์อันสูงสุคสำหรับชีวิต

อีกประการหนึ่ง จิตใจของคนเรา เมื่อตากันี้ได้บอกว่า คนบางคนอยู่ได้ด้วยความสุข เพราะได้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ได้ทำอะไรที่เป็นประโยชน์ แก่เพื่อนมนุษย์แล้วก็สบายใจ อันเป็นความสบายนี่ที่เกิดจากการทำงาน ก็เป็นลักษณะของจิตที่สูงชั้นไปประการหนึ่ง แต่ก็ยังไม่สูงสุคที่เดียว จิตใจที่จะสูงสุค หรือมีอุคມการณ์อันสูงสุคสำหรับชีวิตของมนุษย์เราแน่นอยู่ที่อะไร?

อันนี้เราต้องมาศึกษาเรื่องจุดหมายของพระพุทธศาสนาสักหน่อย ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าของเรานั้น มีจุดหมายอย่างไรในการอุกบาช มีจุดหมายอย่างไรในการปฏิบัติงาน ในเรื่องนี้เราจะศึกษาได้แม้จากเรื่องชาดก เรื่องนิทานชาดกทุกๆเรื่องที่เขาเขียนไว้ในวรรณคดีภาษาบาลี เพื่อสอนจิตสะกิดใจให้คนดำเนินกิจกรรมต่างๆ ตัวเอกในเรื่องนิทานชาดกเหล่านั้น ที่เรียกว่าพระโพธิสัตว์นั่นเอง แต่เรยกันในสมัยนี้ว่าพระเอกในเรื่อง ตัวพระเอกในเรื่องนั้นมีความคิดอย่างไร มีความตั้งใจอย่างไร เราถ้าจากถ้อยคำที่กล่าวเอาไว้ในที่นั้นๆ ว่าการเป็นพระโพธิสัตว์ คือผู้ที่ต้องการจะบรรลุความเป็นพุทธะ ความเป็นพุทธะนี้เป็นจุดหมายปลายทางที่พระโพธิสัตว์ต้องการเข้าถึง คือต้องการจะให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ต้องการเป็นพระพุทธเจ้าว่าอย่างนั้นเถอะ

ถึงบรรหารม...ถึงบรรหารมอันสูงสุค

ทำไมจึงคร่าวจะเป็นพระพุทธเจ้า เพาะการเป็นพระพุทธเจ้านั้นเป็นผู้ถึงบรรหารมอันสูงสุค บรรหารมอันสูงสุคหมายถึงอะไร? เราเรียกเป็นคำพิเศษหน่อยก็เรียกว่าบรรหารม แปลว่าบรรหารมอันยิ่งใหญ่ บรรหารมอันสูงสุค บรรหารมอันยิ่งใหญ่อันสูงสุค

นั้นก็เป็นการคับทุกข์คับร้อนได้ ภาษาที่เราได้ยินโค้ฟังกันบ่อยๆ ก็คือนิพพานนั่นเอง ตัวนิพพานเป็นบรรณธรรม ในพระพุทธภาษิตจึงมีอยู่ว่า “นิพพาน ประม วทนติ พุทธา” ผู้ที่หลายกล่าว พระนิพพานว่าเป็นบรรณธรรม คือกล่าวว่า นิพพาน เป็นบรรณธรรม

บรรณธรรม นั้นหมายความว่า บรรમอันสูงสุด อันเป็นจุดยอดของสัตว์ ทั้งหลายที่จะเข้าถึง โดยเฉพาะมนุษย์เรา呢 แหล่งจุดหมายมันอยู่ที่ตรงนั้น การกระทำอะไรทุกอย่างไปอยู่ที่จุดนั้น ปลายทางมันไปอยู่ที่จุดนั้น ทำไมท่านเจียงจุ่ค ไว้ที่ลิ่งนั้น เพราะลิ่งนั้นเป็นยอดแห่งความคับทุกข์คับร้อนได้โดยประการทั้งปวง คนที่มีจิตใจถึงจุดนั้นแล้ว จะไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนต่อไป มีชีวิตอยู่ อย่างที่เรียกว่าสตัชช์ตลอดกาล ไม่มีความเหี่ยวแห้ง ไม่มีความร่วงโรย ไม่มีอะไรที่จะทำให้หัวเราะโภกคงควยอารมณ์ต่างๆ อันนี้เป็นลิ่งที่ควรต้องการ หรือไม่ เป็นลิ่งที่เราควรจะเข้าถึงหรือไม่

คนเจ้าอารมณ์

ถ้าหากว่าเรายังไม่เข้าใจ เราลองมาคิดคุยกันบ้างนี่ว่าในวันหนึ่งนานีถ้าสมมติว่า ประเดียวกรธ ประเดียวเกลียด ประเดียวมีอารมณ์หงุดหงิด ประเดียวเป็นอย่าง นั้นประเดียวเป็นอย่างนี้ ใจขอไม่มีที่จะสงบได้ ขึ้นๆ ลงๆ อยู่ตลอดเวลา ถ้ามีอาการ เช่นนั้นเกิดขึ้นในใจของเรา เราลองถามตัวเองว่า มันเป็นชีวิตที่น่าอยู่ไหม มันเป็นชีวิตที่สงบไหมสบายไหม เราถูกใจชอบได้ด้วยตัวเองว่า มันແย่เต็มที่ ไม่มีความสุขใจ ไม่มีความสงบ ไม่มีความสบายใจ อันนี้ก็แสดงอยู่ในตัวแล้วว่า ความไม่สงบมีอยู่ในใจของเราแน่ๆ...ขณะนั้นเราไม่เป็นสุข เราไม่จากการขึ้นๆ ลงๆ ป่วยหัวศรีษะ แต่เป็นความไม่สงบในใจของเรา

คนเราในสมัยนี้ที่เป็นโรคมากรา เช่น เป็นโรคประสาท โรคอาหารไม่ย่อย โรคอะไร ต่างๆ มากมายนั้นเรื่องอะไร เรื่องใจไม่คืนนั้นแหละเป็น มูลฐาน หัวใจยานี่เป็นกับคนที่ไม่่าจะตายบ่อยๆ บางทีอยู่ในทำแท่งใหญ่แล้ว ไปเป็นโรคหัวใจตายตายไปป่วยๆ ถ้ารู้ข่าวว่าใครเป็นโรคหัวใจตาย มักจะไถ่ถอน กับคนที่รู้จักมักคุ้น ตามว่าคนงานนั้นมีลักษณะจิตใจเป็นอย่างไร เป็นคนใจร้อนไหม ใจเร็วไหม เป็นคนเจ้าอารมณ์ไหม วุ่นวายไหม ถ้ามีอะไรเกิดขึ้นกระทบจิตใจอ อกหนน์ได้ไหม ส่วนมากก็มักจะได้รับคำตอบว่าเป็นคนประเทหนน์ คือประเทหที่ เรียกว่า เจ้าอารมณ์ วุ่นวาย อะไรมากกระทบหน่อยก็ใหญ่โตที่เดียว เรื่องมันใหญ่ แสดงวุ่นวายออกมากทางใจ บางครั้งบางคราวไม่ใช่เรื่องอะไรสำคัญหรอก แต่ว่า อารมณ์มันแรง พอก็กระทบแล้วก็เกิดตัวลุ้นไปทั้งตัว พูดจาโง่ๆ คงต้องมา อย่างนี้เข้าเรียกว่าเรื่องเครื่องบ่อຍๆ เครื่องยนต์ที่เรื่องบ่อຍๆ นั้น เครื่องมันจะปกติใหม่ มันจะวิงไค์คิใหม่ จะใช้ได้นานไหม

ญาติโยมทั้งหลายลองคิดคูณ รวมนั่งเร่งรณรงค์ เร่งเครื่องยนต์กลไกัน บ่อຍๆ ถ้าเร่งเครื่องมันบ่อຍฯ มันจะแทนแทนการรีใหม่ เราก็ตอบว่ามันไม่ถูกหรอก ถ้าไปทำอย่างนั้น ฉันคิด เครื่องยนต์คือร่างกายของเรานี่ก็เหมือนกัน พระท่าน เรียกร่างกายว่าเป็นเครื่องยนต์ชนิดหนึ่ง ภาษาบาลีเรียกว่า **สตีรยนุค** จดจุก นวทวารា บอกว่า ร่างกายนี้คือเครื่องยนต์มีล้อสีล้อ ล้อล้อนั้นก็คือมือ กับเท้านั้นแหละ แล้วก็มีประตูเก้า คือหัวทั้งเก้า ตา หู จมูก ปาก ผิวกาย หัวหนัง หัวเราะ เป็นซ่องระบายน้ำถ่ายเหลืองทั้งหลายออกลิ้งทั้งหลายเข้า

เครื่องยนต์นั้นมันหมุนไปไม่ปกติ ถ้าหากเราเร่งมันบ่อຍฯ เช่นไกรชบ่อຍฯ เกลี่ยบ่อຍฯ หุงหึงบ่อຍฯ อะไรมากกระทบหน่อยประเจี้ยงกับชาติวะเอง ตอบก็ตัวเอง ชกหัวตัวเอง บางทีก็ตอนผมของตัวเอง มันเรื่องอะไรที่ไปกระทบ เช่นนั้น อย่างนี้แหละเข้าเรียกว่า คนเจ้าอารมณ์ เป็นเจ้าของอารมณ์ คำว่า “เจ้าอารมณ์” หมายความว่า ยึดถือ หลงใหล มัวแม ในสิ่งที่มากกระทบคัวย

ความไม่ด้วยความเข้า ไม่ใช่ปัญญา ไม่พิจารณาสิ่งนั้นด้วยสติ ด้วยความรอบคอบ พอกำไรมากจะทำให้เกิดความรุนแรงที่เกิดขึ้นในใจบ่อยๆ นั้นแหล่ทำให้เครื่องไม่ดี ระบบทางหายใจไม่ดี หัวใจเต้นไม่ดี ปอดทำงานไม่ดี อะไรมันไม่ดี...เป็นทั้งนั้นแหล่ แล้วทำอย่างนี้บ่อย มันล่อแหลมต่ออันตราย อาจจะซื้อคราบเมื่อไหร่ก็ได้ หลักการมันเป็นอย่างนั้น

แท้ถ้าหากคนใดเป็นคนใจเย็น มีอารมณ์ขันต่อเหตุการณ์ อะไรไม่ดี ก็หัวใจเรื่อยๆ ยิ่งรับสถานการณ์ไม่แสวงหาการใจร้อนใจเร็ว ไม่ทุนทันพลันแล่น คนพวนนี้ไม่ค่อยเป็นไปหรอก นอนหลับเป็นปกติ พอกลั้มหัวลงหมอนก็หลับปุ๊บปี้ไปเลย แล้วก็ตื่นได้เป็นปกติ ทำงานทำการก็เป็นปกติ ไม่มีโรคทางใจ คนประเภทนี้ ไม่เป็นโรคประสาท ไม่ป่วยหัวบ่อยๆ ไม่มีอาการบวกร่องทางระบบอาหารทางระบบถ่ายเทองร่างกาย...อายุมันยืน อายุมันยืนก็เนื่องจากใจดี ถ้าใจไม่ดีแล้วก็ อายุมันก็ลื้นเท่านั้นเอง

การคับทุกชี้ໄດ້ เป็นจุดหมายของชีวิต

ที่นี่เราจะทำอย่างไรให้ใจเราคือไว้ เรายังต้องมีอุคามการณ์ประจำใจไว้ ว่าเราจะอยู่เพื่อปฏิบัติตนให้พ้นไปจากความทุกข์ความเดือดร้อน จุดหมายปลายทางของชีวิตที่จะเดินไปให้ถึงคือการคับทุกชี้ໄດ້ เรียกปอๆว่า “บรรษรร์” บรรษรร์ก็คือการคับทุกชี้ໄດ້นั้นเอง เราต้องมุ่งไปสู่จุดนั้น ให้คงเข้มไว้ก่อน คนเรามีชีวิตอยู่ในโลกมนต์ท้องมีเข้ม มีจุดหมายของชีวิตว่าจะไปไหนจะทำอะไร ไม่ใช่อยู่ไปตามเรื่องความรา瓦 น้ำขันลองขัน น้ำลงลองลง อย่างนี้มันไม่ได้เรื่องอะไร

ควรจะมีจุดหมายไว้ในชีวิตนี้ เราจะไปถึงอะไร เราจะทำอะไรให้คงเข้มไว้ ทั้งเข้มในทางคือโลก ทั้งเข้มในทางคือธรรม ค้านคือโลกนั้นก็ควรตั้งไว้ แท้ถ้า

ตั้งเข็มในทางศรีสุโภบต ที่เรียกว่าด้านวัตถุ ไม่มีการตั้งเข็มในด้านธรรมะ ไว้ด้วยไม่ได้ เพราะว่าไม่มีเครื่องกำกับ ถ้าเป็นเรื่องข้าคหางเลือ หรือว่ารถขาด พวงมาลัย แล้วนั่นจะวิงไปโดยป่าไปไม่รอด เพราะฉะนั้นต้องมีเข็มในด้านธรรมะไว้ด้วยว่า เราจะทำงานอะไรก็ตาม เราจะเป็นพ่อค้า นักอุตสาหกรรมหรือว่าเป็นข้าราชการอะไรก็ตามที่ เรายังจุกหมายอยู่ในชีวิตว่าทำเพื่อคับทุกข์คับร้อน ปฏิบัติภาระงานอะไรก็เพื่อคับทุกข์คับร้อน ไม่ใช่เพื่อป่างอื่น ไม่ใช่ทำเพื่อพอกพูนความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นในชีวิตของเรา

สู่จุดหมายปลายทางของชีวิต ได้ด้วยการปล่อยวาง

ตื่นแต่เช้าเราควรจะบอกกับตัวเองว่า วันนี้เราจะอยู่ป่ายคนใจเย็น อยู่ป่ายผู้มีสติปัญญาดูเท่ารู้ทันต่อเหตุการณ์ เราจะอยู่ป่ายชนิดคับทุกข์คับร้อน ในตัวเราเอง แล้วก็จะคับทุกข์คับร้อนในตัวของคนอื่นด้วย อะไรๆที่มันจะทำให้เราอ่อน ทำให้เราไม่สบาย เราจะไม่เอาสิ่งนั้นมาไว้ในใจ เป็นคนรู้จักปล่อยรู้จักภายนอกเรื่องที่ควรจะปล่อยควรจะวาง ไม่ยึดเก็บมากหนมอะไรมากจนเกินไป เรื่องลับน้อยๆนั้น ถ้าหากว่าเขาของบรรทุกมากเกินไป เรื่องนั้นจะวิงเวียนได้อย่างไร มันจะจนอยู่ที่ท่านนั้นเองแหละ ยังไม่ทันออกบัญชีไม่ทันถือไม่ทันพาย...มันคงลงไปที่ตรงท่าเดียวแล้ว แล้วจะไปได้อย่างไร เพราะฉะนั้นเราจะต้องรู้ว่าอะไรควรเก็บ อะไรควรปล่อย สะสมให้แก่ธรรมชาติไป

ความจริงสิ่งที่ควรเก็บไว้นั้นไม่มีหรอก หากว่าพูดกันโดยหลักใจแล้ว สิ่งทั้งหลายไม่ควรเก็บไว้ในใจของเรา เป็นสิ่งที่ควรปล่อยควรวาง แต่ว่าเราควรจะรู้เท่าทันมัน เรียกว่าปล่อยวาง หมายความว่า รู้เท่าในสิ่งนั้น พอร์ตเท่าเราเก็บไม่เก็บ แต่เมื่อใดเราไม่รู้เท่า...เราเก็บสิ่งนั้นทันที เอาสิ่งนั้นมาไว้ในใจเรา

ทันที และในขณะใดที่เราเก็บเอาอะไรไว้ในใจแล้วเกิดอะไรขึ้นบ้าง? เราเกิดความรัก เราเกิดความชัง เกิดความหลง เกิดความขัดเคือง เกิดความกำหนดในสิ่งนั้น หรือเกิดอะไรขึ้นอีกหลายเรื่อง เพราะเราเก็บไว้ เพราะการเก็บก็คือการยึดถือ การรู้เท่าทันก็คือการปล่อยวาง เพราะฉะนั้นในการดำเนินชีวิต เราจะต้องปล่อยวางให้มากกว่าที่จะเก็บอะไรเข้ามาไว้ในใจ ใครอยากจะอยู่อย่างสงบสุข มีจิตใจสบายนอกเวลา ก็อย่าเก็บอารมณ์ใดๆไว้ในใจของเรา แต่ว่าเราควรจะปล่อยสิ่งนั้นไว้ เรื่องใดเกิดในสถานที่ใดก็ปล่อยไว้ทันที อย่าเอาไปที่อื่น...แม้แต่สักนิ้วเดียวเราก็ไม่ยอมเอามากับตัวเรา

สมมติว่า เกิดที่ถนนทึ่งไว้ที่ถนน เกิดที่หน้าบ้านก็ทึ่งไว้ที่หน้าบ้าน เกิดที่ห้องรับแขก เราลูกขึ้นจากห้องรับแขกแล้ว ขอให้สิ่งนั้นมันค้างอยู่ที่ตรงนั้นแหล่ะ อย่าติดอยู่ก็ใจของเราเลย อย่างนี้มันคือหรือไม่ ญาติโยมคิดคุ... ถ้าคิดคุแล้วจะเห็นว่า เอօ...สบายนี่ ถ้าเราปล่อยอย่างนั้น แต่ถ้าเราไม่ปล่อยขอบเก็บสะสมไว้ในใจ ตั้งแต่เข้าจนกระทั่งค่ำ ไม่รู้อะไรบ้าง เอามาใส่ไว้สะสมไว้ในใจของเรา ถ้าสิ่งนั้นเป็นวัตถุเป็นข้าวเป็นของเต็มห้องเลย เรื่องทั้งหลังไม่มีที่จะว่าง มีแต่เรื่องของเก็บทั้งนั้น เหมือนคุณยายเก็บของหรือหลวงตาเก็บของ เรียกว่าอะไร ก็เก็บไว้ทั้งนั้น แต่ว่าของอย่างนั้นบางทีมันก็มีประโยชน์เหมือนกัน เชือกเพียงคึบ เพียงศอก อะไรมีคืออะไรหน่อยสำหรับเอาไปใช้ได้ของเหล่านั้นไม่เป็นไร แต่ว่าอารมณ์นี้มันไม่ได้ประโยชน์อะไร ที่เราเก็บมาใส่ไว้ในใจ มีแต่เรื่องซุ่มนัว เรื่องเศรษฐมของเกิดความทุกข์ความเดือดร้อนในใจ บางทีไม่มีความรับกวนหรอก นั่งคนเดียวก็อุตสาห์เข้าของเก่ามานั่งเป็นทุกข์เล่นๆ ของเก่านานแล้วเก็บไว้ตั้งหลายปี ใส่ไว้ในอัลบัมคือคงใจของเรา ว่างๆนั่งเปิดคุณเสียหน่อยหารือเรื่อง นี่แหล่ะ คำใบ้รวมเข้ากันว่า พื้นผ่ายหาตะเข็บ อ้ายตะเข็บมันอยู่ในฝอยเรียบร้อยแล้ว เราอุตสาห์เข้าไว้ไปคุยกับไปเขียนให้ตะเข็บมันกันว่า แล้วจะไก้มานั่งปูคหัว ร้องห่มร้องไห้ต่อไป...นี่มันเรื่องอะไร เรื่องไม่รู้เท่าทันต่ออารมณ์ แล้วก็หากความทุกข์

ความเดือดร้อนไม่ตัว การเป็นอยู่ที่ฉลาดนั้น เข้าไม่เก็บไม่หาอะไรมาใส่ไว้ ในตัวในใจอย่างนั้น แต่ปล่อยเสีย枉เสีย มันก็หมดเรื่องไป

รุ่งเรืองคำยปัญญาได้คำยการปล่อย枉

เพราะฉะนั้น การดำรงชีวิตประจำวันของเรา เราจึงควรมีความคิดอยู่ในใจว่าเราต้องรุ่งเรืองอยู่ด้วยปัญญา อยู่ด้วยการปล่อย枉 อยู่ด้วยการทำจิตของเรามาให้มันว่างจากความยึดถือความคิดพันในสิ่งนั้นๆ หักทำอย่างนี้บ่อยๆ นึกบ่อยๆ สอนตัวเองบ่อยๆ เวลาใดมันเกิดอะไรรุนแรงขึ้นในใจ เราถ้าเอามาตามตัวเองว่า เกิดรุนแรงขึ้นคำยเรื่องอะไร ทำไม่ถึงเป็นทุกข์คำยเรื่องนั้น สิ่งนั้นมันสำคัญนักหรือที่เราจะต้องเป็นทุกข์ตามตัวเองอย่างนั้น ตามของตอบของคิดไปพิจารณาไปบ่อยๆ นานๆเข้าหากันให้คำยตัวเองว่า อ้อ! ไม่เข้าท่าเดียเลยไปหาเรื่องให้เป็นทุกข์เปล่าๆ แล้วจิตใจของเราก็จะคืนโดยลำดับต่ออารมณ์นั้นๆ อันจะเป็นเหตุให้เกิดความปุ่นใจ

โดยเฉพาะคนแก่ที่มีอายุมากๆ อายุครึ่งแต่ ๓๐-๔๐ ปี นีก็องหัดให้มากที่สุด จะได้มีชีวิตสุขชื่นแจ่มใส เพราะไม่เท่าไคราก็จะลาโลกไปแล้ว ขอให้ได้รับผลประโยชน์จากพระศาสนาที่เรารักควรพูชาเลี้ยงในวันนี้ในชีวิตนี้ อย่าไปคิดว่าจะเอาในเวลาตายไปเลย คนบางคนก็คิดว่า ขอให้ไปได้รับความสุขข้างหน้า ก็ในเวลานี้ไม่สุขแล้วจะไปสุขได้อย่างไรข้างหน้า มันต้องสุขเย็นกันเดียววนี้เวลานี้รู้เท่ารู้ทันกันเสียในเวลานี้บคนนี้ มีปัญญาเสียเวลานี้บคนนี้

ถ้ารู้ว่าค่อยไปเปาข้างหน้า...อนาคต กາເລ ໂນ້ນທຳອະໄຮກ...อนาคต ກາເລ ໂນ້ນ ມັນນານແລ້ວເກີນ ອනາຄທີມັນຍັງອີກໄກດ ໄມຮູ້ວ່າຈະໄປສິ່ງໃහນ ອຢ່າໄປຄົດ ອຢ່າງນັ້ນ ແຕ່ຈະຕ້ອງຄົດວ່າ ເຈົ້າທຳອ່າງໄວເຫຼືຈີສົບເຢັນໃນວັນນີ້ ໃນເຖິງວັນນີ້ ທຳ

อย่างไรให้มีปัญญา รู้เท่ารู้ทันต่อเหตุการณ์เสียแต่ในเวลาใด บัดนี้ อันนี้แหลกเป็นเรื่องที่ควรคิดบ่อยๆ นึกบ่อยๆ จะนั้นจึงควรตั้งอุคุมการณ์ไว้ในใจของเราว่า เราอยู่เพื่อคับความทุกข์ และไม่ใช่คับทุกข์เฉพาะตนคนเดียว เราต้องช่วยคนอื่นให้คับทุกข์ด้วย

การช่วยที่ประเสริฐที่สุด

การช่วยให้คนอื่นคับทุกข์ได้ด้วยนั้นจะทำอย่างไร ก็คือหาวิธีปลอบโยน จิตใจแก้ไขปัญหาชีวิตของคนอื่น แต่ก็อย่าไปผลอยทุกข์กับเขา แต่ว่าไปช่วยแก้ปัญหาความทุกข์ให้เขายังนั้นจึงจะขอบจะควร

เช่นว่า ญาติคนหนึ่งของเรามีความทุกข์มีปัญหา เราถ้าจะจะคิดว่า เอก...จะแก้ปัญหาอย่างไรจะแนะนำอย่างไร ให้แก่ญาติของเรา ให้พ้นไปจากความทุกข์ความเดือดร้อนได้ ถ้าสมมติว่าเราทำได้เราก็ทำ แต่ถ้าเราทำไม่ได้เรา ก็หาอุบายนั้นเป็นกุศลต่อไป คือนำเข้าไปวัด ไปฟังธรรมเทศนา เข้าหาพระเพื่อที่ จะชี้แนะแนวทางชีวิตให้เข้าใจ

การช่วยเหลือกันคราวทุกข์เช่นนี้ นับว่าเป็นการช่วยเหลือที่ประเสริฐสุด เป็นการช่วยกันทางจิตทางวิญญาณอย่างแท้จริง ช่วยข้า ช่วยของ ช่วยวัตถุ เงินทอง นั่นมันเป็นการช่วยกันภายนอก ไม่ได้เป็นการช่วยประเภทภาระ แต่ การช่วยให้เขามีจิตใจ มีปัญญา รู้เท่ารู้ทันต่อเหตุการณ์ต่างๆอันเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของเขานั้นแหลกคือการช่วยอย่างถาวร

เราควรหาโอกาสช่วยเขายังนั้น ญาติโยมบางคนก็พยายามหาโอกาสช่วยเพื่อนในรูปอย่างน้อย เช่นเพื่อนมีความทุกข์ก็พยายามไปชักไปจูงให้มัวด้ ให้ฟังธรรมเทศนา มาแล้วก็บอกว่า เป็นทุกข์อย่างนั้นอย่างนี้ ช่วยเหล่านี้ช่วยสอน

อันนี้ก็เรียกว่า ถูกต้องตามอุดมการณ์ในการจะช่วยแก้ปัญหาชีวิตต่างๆของเพื่อนบ้านใกล้เรือนเคียง หรือเพื่อนฝูงมิตรสหาย คนเราถ้าช่วยกันแก้อย่างนี้ได้บ่อยๆ ลิงห้เหล่ายังจะคืน น้อนหนึ่ง

อุดมการณ์แห่งการคบหาสมาคม

ความผิดอันหนึ่งในหมู่นุชน์เรา คือว่า มันจะช่วยกันในทางที่จะทำให้จิตใจตกค้า ตัวอย่างเช่นเพื่อนฝูงรักกันชอบกัน แล้วชวนกันไปทำอะไรต่างๆ ที่ไม่ดี ชวนกันไปคืบคืบของมา ชวนกันไปเที่ยวเล่น ชวนกันไปหากความสนุก แล้วมีความทุกข์ความเดือดร้อน ได้เคยสอบถามคนบางคน ว่าทำไมจึงไปทำอย่างนั้น แก่กับกว่าเพื่อน ถ้าไม่ไปก็เกรงใจกัน มันรักกันมากนานแล้ว บอกว่านี่แหละรักอย่างไม่มีอุดมการณ์ไม่มีจุดหมาย คบเพื่อนเพื่อกิน เพื่อเล่น เพื่อความสนุก เพื่อหาเรื่องให้มันลืมเปลือยเงินทองโดยไม่เข้าเรื่อง เรียกว่าไม่มีอุดมการณ์ในการคบหาสมาคมกัน

การคบหาสมาคมความหลักอุดมการณ์ในทางพระพุทธศาสนานั้น เราคบกันในรูปใด? คบกันก็เพื่อช่วยกัน ยกระดับจิตของกันและกันให้สูงขึ้นนั่นคือ อุดมการณ์แห่งการคบหาสมาคม ไม่ว่าเราจะคบกับใคร เรา ก็ต้องมีอุดมการณ์ไว้ในใจ ว่าคบคนนี้เพื่อช่วยยกระดับจิตใจคนนี้ให้สูงขึ้น ต่างฝ่ายต่างนึกอย่างนั้น เช่น คนสองคนนี้ก็ตรงกันในรูปเดียวกันว่าเราไม่เป็นเพื่อนกันเพื่อประพฤติธรรม เป็นเพื่อนกันเพื่อชี้แนะทางชีวิต เพื่อช่วยยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น เพื่อนที่คบกันในรูปนี้ไม่มีเลี้ย เขาจะไม่จูงกันไปเที่ยว ไปเล่น ไปหากความสำราญแต่เขาจะช่วยชี้แนะแนวทางชีวิตให้แก่กันและกัน เพื่อให้ก้าวหน้าในทางที่ถูกที่ชอบอย่างนี้เป็นอุดมการณ์แห่งการคบหาสมาคมตามหลักคำสอนในทางพุทธศาสนา

คำสอนในสิงคากล่าวทสูตรที่เกี่ยวข้องการคบมิตรนี่ ท่านบอกว่า ถ้ามิตรทำชั่ว ก็ถือว่าตัวเองทำชั่ว แต่ถ้าตัวเองต้องหน้าสารเสริญเพื่อน พอกับหลัง ก็นินทาเพื่อน อันนี้ไม่ใช่เพื่อนแท้ เขาเรียกว่า “มิตรปฏิญญา” คือคบมิตรเทียม ผีมันปลอมตัวมาเป็นมิตรแก่กันและกัน ไม่มีพระอยู่ในจิตใจ...คบกันนานเท่าไรก็มีแต่ ขาดทุนไม่มีความก้าวหน้าในชีวิตในการงานแม้แต่หน่อยเดียว เพราะฉะนั้นจึงควร จะขอฝากอุคุณกรณีไว้ว่า เราจะคบใครสักคนหนึ่งก็ต้องดูใจว่า คบกันเพื่อความ ก้าวหน้า แล้วเราจะบอกกับเพื่อนที่เราคบบันนั้นว่า ที่เราคบกันสมាជกันนี้ขอให้ เข้าใจนะว่า เราคบกันเพื่อช่วยกันยกระดับจิตใจคุณช่วยผม ผนช่วยคุณยกระดับ จิตใจให้มันสูงขึ้นให้พ้นจากความชั่วความร้าย ลึกลึกที่เคยชั่วนามารักษ์เลิกเลี้ยง สิ่งใด ที่บังไม่ช่วยเราเรื่องอะไรไม่กระทำสิ่งนั้น

ถ้าพูดกันให้เข้าใจอย่างนี้ความเป็นเพื่อนก็จะเป็นเพื่อนที่แท้จริง เขาเรียก กันว่า “บันพิศเป็นเพื่อนกับบันพิศ” ไม่ใช่คนพาลมาเป็นเพื่อนกับคนพาล เพราะคนพาลนั้นไม่เป็นเพื่อนแท้ ไม่มีความเป็นสหายร่วมสุร่วมทุกข์กันได้นาน อย่างแท้จริง เป็นเพื่อนกันเมื่อยังทำอะไรกันได้หรือช่วยให้สำเร็จความต้องการ ได้เท่านั้น ขณะใดเพื่อนไม่สามารถจะอำนวยลั่งที่เขาอย่างได้ตามความปรารถนา เขายังห่วงไป อันนี้ไม่ใช่เพื่อนแท้ ไม่ใช่เพื่อนตาย เป็นแต่เพียงเพื่อนกันเพื่อนสนุก กัน บางครั้งบางคราว ไม่ใช่คุณกรณีทำหมายเหตุของครอบครัวเพื่อนในทัศนะทางพระพุทธ ศาสนา ขอให้ญาติโยมฯ อุคุณกรณีไว้บอกเตือนให้เข้าใจ เตือนลูกเตือนหลาน เพาะะในสมัยนี้สังคมในเมืองเรา มันกุ่นภัย มันเร่าร้อน เต็มไปด้วยความชุ่มชื้น นานประจํา การ เราควรจะช่วยกันแก้ปัญหานี้ให้หมดไปตามโอกาสที่เราจะช่วยกันได้ นี้ ประการหนึ่ง

วันนี้พูดมาพอสมควรแก่เวลา

.... จึงขออุติป้าฐานธรรมในวันนี้ไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .



มองโลกอย่างถูกต้อง

มองตัวเราให้รู้ให้เห็นชัดตามความเป็นจริง

เขารอว่า “มองโลกถูกต้อง”

ถ้ามองโลกไม่ถูกต้อง...มันก็วนว่าย เป็นเหตุให้เกิดความยุ่งยาก

เราเชื่อว่าสิ่งทั้งหลายมันเกิดขึ้นในตัวของเราง

เราเป็นผู้คิด เป็นผู้พูด เป็นผู้ทำสิ่งนั้นขึ้นมาเอง มันจึงเกิดเรื่องอย่างนี้

แล้วเราจะไปแก้ตรงไหน?...ก็แก้ที่ตัวเรา อย่าไปแก้ที่อื่น

คนเราเมื่อมีความทุกข์ต้องมองตัว ค้นหาสาเหตุที่ตัว

ให้ยึดหลักพระพุทธเจ้าว่า อะไรที่มันเกิดขึ้นที่ตัวเรา

ก็เพราะการคิดของเรา การพูดของเรา การกระทำของเราเอง

ไม่มีสิ่งใดจะมากลับบันดาลให้ครับเป็นสุข

ไม่มีสิ่งใดที่จะมากลับบันดาลให้ครับเป็นทุกข์ไปได้

เราเป็นสุข... เพราะเราทำ

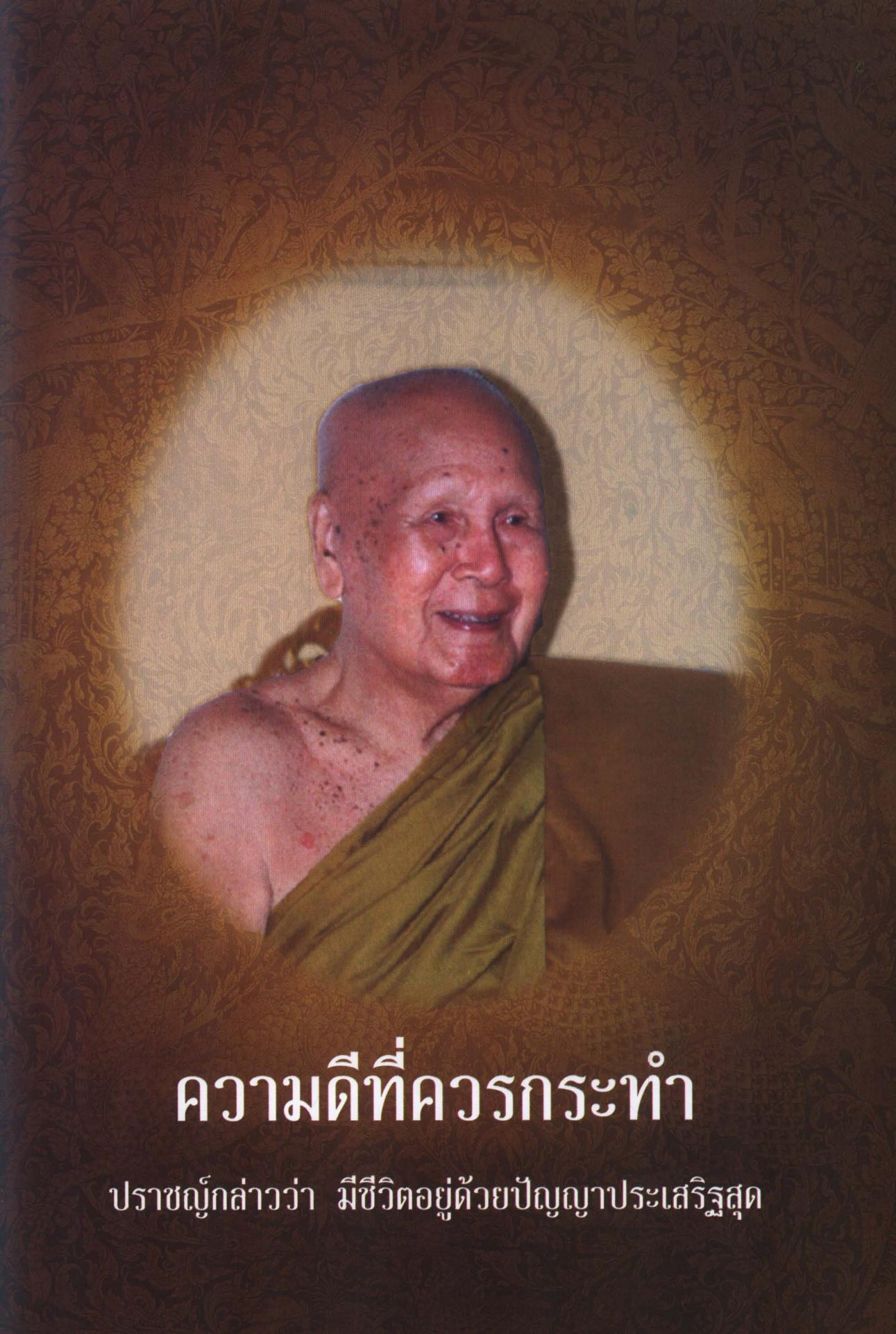
เราเป็นทุกข์... ก็ เพราะเราทำอีกนั่นเอง



รู้จักตัวเอง

โลกนี้มันวุ่นวาย เร่าร้อน มีปัญหาเบอะเบะ
ถ้าเราควบคุมตัวเองไม่ได้ บังคับตัวเองไม่ได้
แล้วเราจะอยู่ในโลกได้อย่างไร?
ในร่างกายที่บากๆ หนาดี กว้างศอกหนึ่งนิ้ว
เราจะต้องหมั่นศึกษา หมั่นพิจารณา หมั่นตรวจสอบตัวเองอยู่เสมอ
เพื่อให้ชีวิตก้าวหน้าขึ้น ให้เจริญงอกงามขึ้นทุกวันทุกเวลา
วันหนึ่งลักษ์ไว้ ครึ่งชั่วโมง เวลามีเวลาว่างๆ
เรานั่ลง หันหน้าเข้าฝาเลีย
เขาก็จะมาค้าหันนี้หันเข้ามุ่นโคลมุ่นนึง แล้วก็นั่นคิดถ่านชีวิตของเราเอง
ถ่านถึงเรื่องตัวเรา ที่เราคิดเราพูดเราทำอยู่เป็นประจำ
เขามานั่นวิเคราะห์วิจัยด้วยตัวของเรารอง
ค้นคว้าด้วยปัญญาที่มาจากการฟัง การอ่าน การเรียน
เราอาจจะรู้จักตัวเราขึ้น มองเห็นตัวเราขึ้น แล้วก็รู้ว่าตัวเราลักษณะใดหรือสกปรก

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาบันนทกิจ)



ความดีที่ควรกระทำ

ประชญ์ก่อวิวัฒนา มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญาประเสริฐสุด

คนเราที่ทำอะไรรุนแรงขึ้นมาที่เรียกว่า “ลุแก่อำนาจ”
ลุอำนาจความโกรธอะไรขึ้นมา
ทำอะไรรุนแรงก็ เพราะไม่เคยคิดไว้ก่อน ไม่เคยหักห้ามใจ
ไม่เคยพิจารณาอะไร ที่มากกระทบจิตใจของเรา
เจ้าไม่รู้ว่านั้นคืออะไร มันให้อะไรแก่เรา
เราไม่รู้...ไม่เข้าใจในเรื่องนั้นถูกต้อง
พอเกิดขึ้นก็ให้ไปตามเรื่องของมัน
...เหมือนกับโถ่แก๊งแตก...

น้ำก็ให้ไปรุนแรง ประเดี้ยวก์หมกโถ่กันเท่านั้น
...สภาพจิตของเราเป็นอย่างนั้น
ถ้าเราไม่เคยฝึก ไม่เคยห้ามกันเอาไว้บ้าง
พออะไรมากระทบ...มันก็ให้ไปกับสิ่งนั้นจนยังไม่ออก
เพราะมันแรงเกินไป ที่เราเรียกว่า...เป็นคนมีอารมณ์รุนแรง

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทกิกุช)



เป็นธรรมเนียมของกิกขุในพระพุทธศาสนา ที่ต้องอยู่จำพรรษาในถูก FUN การอยู่จำพรรษาในถูก FUN ในสมัยก่อนมีความหมายสันบูรณ์มาก เพราะกิกขุในสมัยก่อน แม้พระพุทธองค์เองก็ไม่นิยมหยุดอยู่กับที่ในถูก FUN ไม่มี FUN ท่านพอใจในการเที่ยวจาริกไป เพื่อประกาศพระมหาธรรมจรรยาณแก่ชาวโลก ท่านเดินไปด้วยความอาการสงบ มีความอดทนต่อหนทางกันดาร ทนต่อความวิปริตของคนฟ้าอากาศ ของชนพุทธวีป ท่านยอมสละชีวิตของท่านเพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน ท่านไปทุกแห่งที่มีช่องทางจะเปลี่ยนใจคนจากความชั่วมาหาความดีได้ แต่ครั้นถึงถูก FUN การเดินทางด้วยเท้าเปล่าไม่เป็นการสะดวก ทุ่งนาเต็มไปด้วยพืชที่ชានาปลูกไว้ ด้วยความขยันขันแข็ง การไปมาในถูก FUN จึงไม่เหมาะสมด้วยประการทั้งปวง ถูก FUN กลับมังคบให้ท่านผู้มีเมตตาต้องหยุดอยู่กับที่ชั่วคราว การหยุดนี้เรียกว่า เป็นการอยู่จำพรรษา ต้องอยู่ เพราะไปทำงานไม่สะดวก ไม่ใช่ เพราะเหตุอื่น

ความหมายสมแห่งถูกกาล

คินพื้นที่ทางประเพณีไม่เหมือนอื่นเดียว ถูกผนิโนเมืองไทยไม่เหมือน กันทั้งหมด ในภาคกลางภาคเหนือถูกผนิโนเริ่มในเดือนแปด แล้วไปหมู่บ้านเดือน สิบสอง แต่ทางภาคใต้ ถูกผนิโนเริ่มเอาเดือนสิบสอง ส่วนถูกที่พระจำพรรษา นั้นเป็นเวลาแห้งแล้ง หมายความว่าการจาริกสอนธรรมได้มากที่สุด แต่ก็ต้องหยุด เพราะถือพระวินัยอันเกี่ยวกับธรรมเนียมเท่านั้น

อีกประการหนึ่ง ในสมัยนี้สภาพของพระไม่เหมือนสมัยก่อน เกี่ยวนี้ พระเราเป็นพระศิริที่อยู่ เพราะมีวัด มีภาระที่ต้องจัดทำ จนไม่มีเวลาว่างสำหรับจะออกไปสอนคน งานที่ทำส่วนมากก็เป็นงานที่ทำพอเป็นพิธีกันเท่านั้น ผลที่เกิดจากการทำมีบ้างเพียงนิดหน่อย เพราะทั้งพระและชาวบ้านไม่ผูกพันทำอา鼻ื่อหา มุ่งเข้าแต่เปลี่ยอกันเท่านั้น การเดินไปสอนอย่างครั้งพุทธกาลไม่มีเสียแล้ว ถ้า มีบังกีไปตามกิจกรรมต่างๆ เห็นกันเพื่อหาปัจจัยมาสร้างที่อยู่ หรืออะไรทำนองนั้น เป็นส่วนมาก การประกาศธรรมที่บริสุทธิ์และทำด้วยความเมตตากรุณานั้น ถูกเหมือนหาได้ยากเต็มที่ การอยู่พระชาหรือไม่อยู่พระชา ก็เท่ากัน เพราะนอกจากพระชาท่านก็อยู่วัด ในพระชา ก็อยู่วัดนั้นแหละ หากไม่ไปไหนไม่ ต่างกันก็ตรง ที่ว่า ในพระชาบินทباتราวยกว่าอกพระชา เพราะมีการเทศนาอะไรกันในวัดมากขึ้นกว่าอกพระชาเท่านั้น การเข้าพระชาในสมัยนี้ ถ้าหากันแต่พอเป็นพิธี แล้วก็ไม่คือไปกว่าอกพระชา

ในสมัยพุทธกาล เมื่อถึงคราวจำพรรษา บรรดาสาวกทั้งหลายก็ได้คำนึง ว่างานเดินทางอันเป็นเรื่องกังวลใจและเหนื่อยกายยังไม่มีแล้ว จะได้มีเวลาว่าง สำหรับทำกิจส่วนตนต่อไป กิจส่วนตน หมายถึง การทำความเพียรเพื่อทำตนให้ถึงที่สุดของความทุกข์ อันเป็นจุดหมายที่พุทธสาวกทุกท่านจะต้องไปให้ถึง ท่านจึงได้ตั้งหน้าตั้งตาทำความเพียรอย่างแท้จริง บางท่านก็บรลุมรรคผลใน

เดือนแรก บางท่านก็ไม่เห็นเดือนที่สอง ที่สามารถผลของการปฏิบัติ ทุกท่านมีได้ อภูมิคุยการทำลายเวลาให้หมดไปในทางที่ไม่เป็นประโยชน์ ทุกท่านเห็นภัยในการ เกิดและเบื่อหน่ายในการเกิดแล้วเกิดอีก จึงมุ่งหน้าคิดค้นให้เห็นภัยในสังสรวญ และพาคนข้ามฝั่งไปสู่แคนที่ไม่มีการเกิดแก่เจ็บตายอีกต่อไป

ไม่เฉพาะแต่บรรพชิกเท่านั้น แม้ชาวบ้านผู้เลิกงานเป็นอาชิน ในฤดูกาล เข้าพรรษาท่านก็พยายามเพื่อทำตนให้พ้นทุกข์เข่นเดียวกัน จึงกล่าวไว้ว่า ถดูพระรา เป็นถดูของความเพียร ความตั้งใจมั่นเพื่อการทำจริง ในสิ่งที่จะนำตนออก จากความทุกข์ในโลกนี้ ชาวพุทธจึงถือว่าถดูนี้เป็นถดูพิเศษส่วนหนึ่ง เราจึง ควรใช้เวลาของชีวิตในทางที่เป็นคุณถ่ายเดียว ไม่ควรจะประกอบกรรมอันใด ในอันที่จะนำความทุกข์มาให้แก่ตนแก่ท่าน ก็จะเป็นการกระทำชีวิตอันมีค่า ให้เป็นสิ่งมีค่าสมควรขึ้น

ความเคร่งครัดต่อศาสนา

ชาวพม่าถือเคร่งครัดมากในถดูเข้าพรรษา เช่นว่า ถ้าไปค้าขายอยู่ ทางไกล และจะต้องกลับบ้าน ก็มักกลับมาให้ทันก่อนวันเข้าพรรษา บ้านซ่องที่ หลังครัว รั้วสำรุดก็ต้องซ่อมแซมให้คีก่อนวันเข้าพรรษา เพื่อจะໄດ้ออยู่ปาง ลงบตลอดเวลา ๔ เดือน ปกติเขามิมีการร้ายบ้านในถดูเข้าพรรษาเป็นอันขาด ถึงจะลำบากอย่างไร ก็ต้องอุดหนอยู่ปางจนตลอดพรรษา แต่ถ้าเป็นผู้เฒ่าผู้แก่และ มีฐานะคือมักปลีกตนออกจากบ้านไปถือศีลบำเพ็ญภารนาอยู่ตามวัดหรือตามเจดีย์ สถาน เป็นการแสวงหาความสงบให้แก่ตน เพราะฉะนั้นตามบริเวณปุชนียสถาน จึงมีปูลูกไวน้ำกากเพื่อการนี้ และมีขาที่นาซึ่นซึมยิ่งขึ้นไปอีก ก็คือ ทาขินนุ หรืออูนุ นายกรัฐมนตรีของสหภาพพม่า ก็ได้รับศีลอดูโบสถตลอด ๓ เดือนเหมือนกัน

ผู้นำประเทศที่ทำการรักษาอุบัติสุดอย่างนี้ เห็นจะมีเพียงคนเดียวเท่านั้น ในหมู่ประเทศชาวพุทธฝ่ายธรรมชาติ

เมืองไทยเป็นเมืองพระพุทธศาสนา เรา มีสมบัติทางใจอันเลอเลิศ คือ คำสอนของพระพุทธเจ้า ในสมัยโบราณชาวไทยเป็นคนเคร่งครัดต่อศาสนาอย่างมาก เช่นเมืองลักษณะประจามีจิตวิญญาณอันดีงามเรียนในศาสนาผู้หญิงทุกคนก็ได้บัวชีวะเป็นชีวิตอยู่ ๓ วันในถูกเข้าพรรษา การเป็นชีวิตผู้หญิงในเวลาอันจำกัดเช่นนั้นก็เป็นการประพฤติพิริมหาธรรมจรรยา律 เมื่อกัน และการกระทำดังนี้ยังเป็นทางเตือนใจให้เข้าใจได้ว่า ตนเป็นส่วนหนึ่งของพระพุทธองค์แล้ว ต้องทำตนให้สมกับเป็นศิษย์ของพระองค์

คนโน้มน้าวโลกกับคนในยุคปัจจุบัน

คนโน้มน้าวโลกมิใช่เป็นบุคคลเฉพาะกว่าพากเราในสมัยนี้ และไม่ไกลกว่าพากเราในสมัยนี้ ท่านเป็นคนฉลาดและประพฤติคนพอเหมาะสมกับสมัยของท่าน ถ้าพูดกันในด้านศีลธรรมอันเป็นหลักทางใจกันแล้ว อาจจะกล่าวได้ว่า คนโน้มน้าวท่านทำศีลกิจกว่าพากเราในสมัยนี้ คนสมัยใหม่ทำอะไรเพียงผิวเผินเท่านั้น หาได้ศีลกิจกว่าคนสมัยโน้มน้าว จงถือสิ่งก่อสร้างที่คุณโน้มน้าวท่านทำไว้ แข็งแรง ประณีตและสวยงามกว่าของพากเราสมัยนี้ ซึ่งพากเราในสมัยนี้ ไม่ต้องถึงกับให้ศีลกิจท่านโน้มน้าวท่านหรอง เพียงแต่ให้เสมอตัวกิจว่าเป็นการดำเนินการเต็มที่

ในด้านการอบรมคนให้เป็นคนดีคุณโน้มน้าวมีให้ทั้งศาสนา เขาถือว่า สถานอบรมคนที่ดีที่สุดคือวัด อันเป็นห้องประชุมของหมู่บ้าน เขาถือวันพระ เดือนละสี่ครั้งนั้นเป็นสมัยของการอบรม เกิดภูมิชัยตลอดคงถึงผู้ใหญ่ไปประชุม

กันที่ว่าด้วยในวันพระ และหัตถ์แบบฝึกหัดของชีวิตท้าประการบ้าง เป็นประการบ้าง เป็นการประจำ การปฏิบัติธรรมที่ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปตามทางของพระอรหันต์ในครั้งกรังโน้น

ชาวเราในสมัยนี้ถือกันว่า สมัยสุโขทัยนั้นเป็นสมัยของความเจริญก้าวหน้าทุกอย่าง สมัยสุโขทัยเป็นป่าเกิดของศีลธรรม วัฒนธรรม และอะไรอีกมาก รัฐบาลจึงได้คำรับรองจากสุโขทัยขึ้นอีกครั้งหนึ่ง การบูรณะทางค้านวัตถุ...เป็นการจูงใจให้คนได้กระทำการคิดความแบบอย่างบรรพบุรุษของสมัยนั้น ถ้าเรารู้สึกคลาใจรักของสมัยสุโขทัย เราจะพบการปฏิบัติธรรมที่นำพาใจยิ่งว่า “คนในเมืองสุโขทัยนี้ มักทาน มักทรงศีล มักโดยทาน พ่อขุนรามคำแหงเมืองสุโขทัยนี้ทั้งชาวแม่ชราเจ้า ท่านบ่าว ท่านนาง ลูกเจ้า ลูกชุน ทั้งสิ้นทั้งหลาย ทั้งผู้ชาย ผู้หญิง ผู้ที่วายมีศรัทธาในพระศาสนา ทรงศีลเมื่อพระชาทุกคน” คำในศิลารักษานี้ เป็นการแสดงถึงภาพของชาวเมืองสุโขทัยว่า เป็นธรรมกามบุคคล สนใจในการทำความดีและทำกันทุกคน ตั้งแต่พ่อเมืองลงมาจนถึงคนสามัญ และในพระชา ได้ประพฤติเคร่งครั้งกันเป็นพิเศษ เป็นภาพที่พวกเราในสมัยนี้ควรจะดำเนินถึง และพยายามดำเนินความแบบบรรพบุรุษของเราไว้บ้าง เพราะการฟื้นฟูศีลธรรม ในบ้านเมืองนั้น ไม่จำเป็นจะต้องทำอะไรเป็นแบบใหม่ๆ อย่างชาติวันตกเข้าทำกันหรอก เราเพียงแต่จะทำแบบเก่าที่ปู่ย่าตายายทำมา และทำกันให้จริงจังขึ้นเท่านั้น เพราะว่าเราได้เปลี่ยนหยุดงานราชการมาเป็นวันอาทิตย์ แล้วก็มาศึกษา กันในวันนั้น ถ้าเราไปต่างประเทศเราจะเห็นว่าในวันอาทิตย์นั้นเป็นวันที่เงียบมาก รถราที่เคยพลุกพล่านในวันอื่นๆหายกันไปหมด มีคนเดินถนนบ้างก็เป็นพวกที่ไปแสวงบุญกันตามโบสถ์เท่านั้น แต่คุณเห็นว่าคนไปโบสถ์กันอยกว่าคนที่ไปเที่ยวท่องๆ ศีลธรรมของพวกฝรั่งจึงตกต่ำเหมือนกัน ชาวไทยก็ผลอยตกต่ำตามฝรั่งไปด้วย เพราะการทำบุญเรานิยมทำกันในวันพระ วันอาทิตย์ไม่มีวันไหนเทศนาให้ชาวบ้านฟัง ชาวบ้านเลยกล่าวว่า อยากไปวัดบ้าง แต่ไม่เห็นวัดไหนเทศนาใน

วันอาทิตย์ ในกรณีเช่นนี้ทางวัดควรมีการเทศนาสองวัน คือวันพระและวันอาทิตย์ พุทธนิคมเชียงใหม่ ได้เทศนาในวันอาทิตย์มา ๗ ปีแล้ว ปรากฏว่าเป็นที่พอใจของประชาชนมาก พุทธศาสนานของเรามาไม่ได้อีกวันพระอะไรทางไหนตามตัวหรอก เราสามารถปฏิบูติธรรมในวันไหนก็ได้ ไม่แปลกอะไร เพราะเป็นการกระทำเพื่อการชุกเกลาหั้นนั้น

ความคิดเห็นที่ควรกระทำ

แต่อย่างไรก็ต้องบ้านในชนบทยังคงเคารพวันพระอยู่ เรายังควรทำอะไรกันเป็นพิเศษในวันพระเสมอ และในระบบการเข้าพรรษา เป็นระบบทั้งคันการทำดี เมื่อออกพรรษาแล้วก็ทำต่อไปอีก บางคนในพรรษาสามเดือนหยุดคั่งเหล้า พอกออกพรรษาก็คั่งกันต่อไป การกระทำเช่นนั้นไม่เป็นการคิดถึงคีบังก์ไม่ตกลอกรอคั่ง ที่จริงเมื่อคีดีสามเดือนก็เป็นการชนะแล้ว ทำไม่จำเป็นแพ้เสียอีกเป็นการไม่สมควร พระพุทธองค์สอนว่า “การชนะตนเองเป็นความชนะที่เลิศ” เมื่อชนะตนแล้วจึงพึงถอนความชนะนั้นไว้ด้วยปัญญาอย่าให้กล้ายเป็นคนแพ้เสียอีก เพราะถ้าเราแพ้ครั้งที่สอง เราจะมักจะแพ้กันตลอดกาลไปเลย

ในขณะที่อ่านบทความนี้ก็เป็นระบบการเข้าพรรษาแล้ว ท่านจึงคิดถึงว่าชีวิตของท่านนั้นได้ผ่านมาอีกรอบหนึ่งจนถึงกาลพิเศษเช่นนี้นั้น นับเป็นบุญลากของท่านแล้ว จึงควรลดลงความมี laksh ของท่านด้วยการทำความดีเพิ่มเติมให้มากขึ้นไปอีก และความคิดเห็นนี้มีมาก many เมื่อจะรวมกล่าวก็คงจะได้เป็นข้อๆ คั่งต่อไปนี้คือ :

๑. ศึกษาให้เข้าใจหลักพระพุทธธรรม
๒. ปฏิบัติตามที่ตนเข้าใจแล้ว
๓. ชวนคนอื่นให้ปฏิบัติคือด้วย
๔. ส่งเสริมกิจการของคนทำความดีทุกวิถีทาง

จะได้กล่าวอธิบายเป็นข้อๆ ต่อไป...

ศึกษาให้เข้าใจหลักพระพุทธธรรม

๑. ศึกษาให้เข้าใจหลักพระพุทธธรรม เรื่องนี้เป็นเรื่องจำเป็นที่สุด

เพราะเราเน้นปัจจัยศาสนาiko ต้องศึกษาให้เข้าใจเรื่องของศาสนานั้น เป็นภาษาพุทธ ต้องรู้จักพุทธศาสนาและเจ้าของศาสนาด้วย ในการศึกษาทำได้จากการอ่าน และการฟัง เดียวันหนึ่งสือที่พึงอ่านมีมากกว่าเมื่อก่อน เป็นหนังสือง่ายๆ และ ราคาไม่แพงเท่าไนก์ เช่น ในเรื่องที่เกี่ยวกับพระพุทธเจ้า มีหนังสือที่ควรอ่าน หลายเล่ม สำหรับเด็กเริ่มอ่านหนังสือได้ก็ควรอ่านคำถอดเรื่องพระพุทธเจ้า ที่เข้าใจแต่งไว้ คนหนุ่มสาวควรอ่านพุทธประวัติคำทำบุญบุญชันของท่านพุทธทาส กิจกุ ถ้าอย่างรู้จะเอียคำมากไปกว่านั้นก็ควรอ่าน พุทธประวัติจากพระไอยูร์ของผู้ รวบรวมคนเดียวกัน ถ้าหากใครจะอ่านเรื่องเกี่ยวกับเป็นของชาวตะวันตก ก็อ่าน ประทีปแห่งทวีปเอเชียที่แปลเป็นไทย หรือ พุทธจิรยาที่แปลเป็นไทย เช่นเดียวกัน เล่มแรกมีที่มหามงคลวิทยาลัย เล่มหลังมีที่มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุ เป็นหนังสือที่นำไปอ่านทั้งสองเล่ม

ในการศึกษาพระธรรม ขอแนะนำให้อ่านเรื่องพระธรรมของนายธรรมทาส เป็นเล่มแรก หรือจะอ่านหลักพระพุทธศาสนา และอริยสัจสี่คืออะไร ของสุธีโว กิจกุ ก็ได้ หนังสือต่างๆเหล่านี้อ่านแล้วทำให้เข้าใจหลักพระพุทธศาสนาได้เป็น

อย่างคี ผู้ต้องการอ่านธรรมะที่ลึกๆ ก็ควรอ่านหนังสือชั้นลึก ของท่านพุทธทาส กิจชุ เช่น วิถีแห่งการเข้าถึงพุทธธรรม ความสงบ มัคคุเทศ์ของวิญญาณ และ ตามรอยพระอรหันต์ หรือรวมเรื่องลับของท่านพุทธทาส ถ้าต้องการอ่านล้ำนาน ที่ฟังกันอย่างง่ายๆ ก็อ่านบทความของ กิจชุ ปัญญาณันทะ ที่นำลงในชาวพุทธ เสมอ หรือจะเอาชนิครามเป็นเล่มแล้วก็มี ท่านที่สนใจในการศึกษาธรรมะ ควร จะศึกษาอีกบุญนิคม เชียงใหม่ จะได้รับความสุขทุกประการ

เมื่อท่านตั้งใจจะศึกษาแล้ว ก็ควรทำจริง ทำให้เป็นระเบียบ และ เป็นเวลาเสมอ ท่านควรจะตั้งติกร้าวบตัวท่านเองว่า เวลาไหนที่จะเหมาะสมแก่ การอ่าน แล้วเมื่อถึงเวลาตนนั้นก็ต้องอ่านทันที เวลาที่เหมาะสมคือเวลากลางคืน พ่อ รับประทานอาหารคำแล้วก็ใช้เวลาสำหรับอ่านหนังสือ พ้อบ้านอ่าน แม่บ้านอ่าน ถูกก็จะได้เห็นเป็นตัวอย่าง ถูกก็จะอ่านตาม คนในบ้านจะมีชีวิตอยู่กับธรรมะ และอาจเป็นคนดีขึ้นได้ในเวลาอันรวดเร็ว

มีข้อที่ควรระวังสักหน่อย ก็คือในสมัยนี้หนังสือที่เป็นพิษแก่จิตใจ ของเด็กมีจำนวนมากขึ้นทุกวัน หนังสือประเภทนั้นเป็นหนังสือทำลายคนมากกว่า สร้างคน ถ้าท่านรักตัวและลูกหลานของท่าน โปรดคัดเลือกหนังสือให้เข้าอ่าน เหมือนท่านเลือกอาหารให้เขารับประทาน อาหารทางกายให้โทษเพียงวันสองวัน แต่อาหารทางใจที่รับผิดแผลให้โทษแก่เด็กนกเหลือเกิน บางทีก็ทำให้เด็กเสียคน ไปเลย และสมัยนี้เราเห็นเด็กเสียคนเพราการอ่านหนังสือไม่สมควร มีอยู่มาก เรื่องนี้เป็นความผิดของพ่อแม่ ฉะนั้น พ่อแม่พึงสังวนในเรื่องนี้ ความระวังไว้จะ เป็นทางป้องกันมิให้ออนุชนของท่านเป็นโรคจิตขึ้นได้

เวลาค่ำคืน พ้อบ้านแม่เรือนไม่ควรไปเที่ยวเตร่ให้นานเกินไป ถ้าไม่มีเหตุ จำเป็นแล้ว ทุกคนควรรับประทานอาหารร่วมกันในเมื่อนี้ เสร็จแล้วก็เข้าห้องอ่าน หนังสือ ภายหลังจากการอ่านก็สนทนากันในครอบครัวเป็นการซักซ้อมความ เข้าใจของกันและกัน หรือถ้าฟ้อแม่มีความประสงค์จะแก้ไขสัญญาณลูกคนใด ใน

เรื่องใด ก็เอาเรื่องนั้นมาสันหนากันระหว่างพ่อกับแม่ พูดในทำนองสันหนาให้เห็นโทษของการประพฤติชั่ว เช่นนั้น และให้เห็นคุณของการละความชั่วนั้นเสียเป็นการสันหนาที่ให้เจ้าตัวผู้ประพฤติเข้าใจເອາເອງ ก็จะเป็นทางให้เด็กในครอบครัวเป็นคนก้าวหน้าในทางดีขึ้นได้ ถ้าไม่ทำในรูปนี้ ก็ทำกันในรูปความรู้สึกนึงก็คือของเด็กๆ ในเรื่องเกี่ยวกับศาสตรา เพื่อหยั่งคู่ว่าเขามีความเข้าใจถูกขนาดไหนแล้วถ้าเข้าใจยังไม่ถูกก็แนะนำตักเตือนให้เข้าใจคือถึงขึ้น การศึกษากันภายในครอบครัวขึ้นทุกคืน เป็นทางเกิดความรู้ความเข้าใจและเป็นทางสร้างความคือแก่ครอบครัวประการหนึ่ง

ฟังคำสอนจากห่านผู้รู้ สอนตามปัญหาที่ส่งสัญ

การไปฟังคำสอนจากผู้รู้ เช่นการไปวัดในวันพระนั้นเป็นกิจที่ควรทำถ้าหากเป็นคนทำงาน และเข้าไม่ได้หยุดงานกันในวันพระ ก็ควรหาโอกาสในเวลาค่ำหรือเวลาเย็นๆ ในประเทศไทยลังกาเวลาเย็น เราจะเห็นบิความราพร้อมค่วยลูกน้อยที่ได้รับการตกแต่งกายสะอาดเรียบร้อยแล้ว ไปวัดบ้าง ไปชมสถานที่สำคัญกันบ้าง และมักถือโอกาสฟังธรรมเทศนาค่วยในตัว พระพุทธองค์ตรัสว่า “การฟังธรรมความเวลาเป็นอุคุมมงคล” ในสมัยนี้การฟังยิ่งเป็นกิจจำเป็นมากยิ่งขึ้น เพราะคนที่ไม่สนใจฟังจะเป็นคนไม่เห็นล้มเหลวเลย

นอกจากการฟังแล้ว การตามปัญหาที่ตนสนใจก็เป็นกิจจำเป็นยิ่งนัก เพราะธรรมะเป็นสิ่งลึกซึ้งยากแก่การเข้าใจ ถ้าเพียงแต่อ่านหรือฟังแล้วให้ผ่านพ้นไป ก็อาจไม่เข้าใจก็เป็นได้ และเมื่อไม่เข้าใจแล้วก็ยากที่จะปฏิบัติตนในทางที่ถูก ผลที่เกิดก็ไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วย ชาวพุทธเมื่อไทยเรานั้นยังสนใจในการตามน้อย บางทีก็กลัวจะเป็นบาปในเมื่อรับกรรมพระ นี่เป็นความกลัวที่

ไม่เข้าเรื่องเลย พุทธศาสนาเป็นคำสอนที่ต้องการเหตุผล และต้องการให้เชื่อ ด้วยปัญญาของผู้ศึกษาเอง เราจึงควรถามในเมื่อรู้สึกว่าบังไม่เข้าใจ อย่าละอาย ในการถาม การไม่ถามนั้นแหลกเป็นกิจที่น่าละอายกว่า นั่นนั้น ถ้ามีโอกาสจะ ใจตามเพื่อความเข้าใจซักเจนยิ่งขึ้น และจะจำไว้ว่าคนฉลาด...จะต้องถาม เมื่อยังไม่เข้าใจ คนโน่...จะไม่ถามอะไรเลย

ถ้าไปรัก เมื่อพบกับพระครรภะสันหนาสิงที่เป็นประโยชน์กับท่าน หรือพูด เรื่องธรรมะกันเท่านั้น อย่าไปชวนพระให้ออกนอกรักค่วยการสันหนาของตนเลย พระพุทธองค์ตรัสว่า อริยสาวกในพระศาสนานี้ ถ้ามาพบกันมีกิจที่จะต้องทำเพียง ส่องประการเท่านั้น คือ นิ่งอย่างพระอริยเจ้า หรือพูดกันในเรื่องเกี่ยวกับธรรมะ (ลั่นนาวาชา)

ปฏิบัติตามที่ตนเข้าใจแล้ว

๒. ปฏิบัติตามที่ตนเข้าใจแล้ว เพียงการศึกษาอย่างเดียวเท่านั้น หานำประโยชน์ที่สมบูรณ์มาให้ผู้ศึกษาไม่ ผลที่สมบูรณ์จะเกิดมีได้ด้วยการปฏิบัติ นั่นนั้น การปฏิบัติจึงเป็นกิจที่ต้องทำกันต่อไป ในหลักธรรมจึงได้กล่าวไว้ว่า...

ปริยติ ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียน

ปฏิบัติ ได้แก่ การทำจริงจากสิ่งที่เรียนมา

ปฏิเวช เป็นผลเกิดจากการทำจริงนั้น

การศึกษาจึงเป็นเพียงกิจเบื้องต้นเท่านั้น กิจต่อไปคือการทำจริง และ เมื่อมีการทำจริงแล้ว ผลกระทบก็จะตามเกิดตามมาเองโดยมิต้องขอ เพราะผล เป็นสิ่งเนื่องจากเหตุ ถ้าลงมือก่อเหตุ ผลกระทบ และผลจะมีเท่าใดนั้น ก็เนื่องจากกระบวนการทำอีกเช่นกัน

พระธรรมเป็นสิ่งที่ต้องนำไปปฏิบัติ ไม่ใช่สิ่งที่มีไว้พูดกันเล่นเฉยๆ สมัยนี้คนเรียนรู้มีมากพอควรแล้ว แต่คนปฏิบัติตามที่ได้เรียนได้รู้ยังไม่พอ ผลของพระธรรมจึงยังไม่ปรากฏเต็มที่ โลกเราจึงต้องพบกับความเดือดร้อนอยู่เสมอ บัดนี้ถึงเวลาแล้ว ที่พวกเราหงายจะต้องเร่งกันมากหน่อยในทางทำจริง เพื่อสร้างสรรค์ความสงบให้เกิดขึ้นแก่โลกด้วยการปฏิบัติธรรม

ธรรมปฏิบัติสำหรับคุณหัสดี

ปัญหาต่อไปนี้ว่า เราจะปฏิบัติกันอย่างไร? ในการตอบปัญหานี้เป็นเรื่องง่ายๆ เพราะหลักเกณฑ์มีอยู่แล้ว ธรรมะสำหรับปฏิบัตินั้นมีอยู่ในข้อฯ หมาย แก่บุคคลที่ต้องการ ในที่นี้จะได้กล่าวแต่เฉพาะสำหรับผู้ที่ตั้งตนให้ในความเป็นคุณหัสดีแล้ว平坦นาจะหากความสุขในทางธรรมต่อไป จึงขอแสดงหลักเบื้องต้น ดังนี้ : -

๑. เมตตา กรุณา หวังสุขและเจริญแก่ผู้อื่น
๒. เคารพในธรรมลิทธิ์ในทรัพย์สินของเพื่อนบ้าน
๓. สำรวมในการ หรือพาใจในคุ้ครองของตน
๔. มีวิชาเป็นที่น่ารักน่าฟัง
๕. มีสติสมปชัญญะสมบูรณ์ทุกขณะ

นี่เป็นหลักของความประพฤติเบื้องต้น หลักนี้เกิดจากความรู้สึกอันเป็นสามัญสำนึกของคนทั่วไป รวมตลอดคไปถึงสัตว์คิริจานาคaway คือใจเข้าใจเราทั้หน้าที่ ยิ้มแย้มแจ่มใส อยากให้ยินคำพูดที่ไฟเราะเสนาะโล俗เป็นประโยชน์ทั้งผู้พูดและผู้ฟัง อย่างอยู่กันด้วยความไม่ระวางแคลงใจต่อกันว่าคนนั้นจะล่วงเกินธรรมลิทธิ์ ของเรา ผู้นั้นจะล่วงเกินความรักใคร่ขอบใจของเรา แต่ทุกคนควรพิโนสิ่งของที่

มีเจ้าของหงส์แห่งเสน่ห์ ความสงสัยต่อ กันจึงไม่มีในความประพฤติส่วนบุคคล ก็ต้องการเป็นอยู่อย่างมีความรู้สึกผิดชอบ ลิงโภคที่ทำลายความรู้สึกผิดชอบชัวร์คิ เป็นที่ตั้งแห่งความมัวเมาประมาท ก็ไม่ควรกระทำลิ้นนั้น เพราะมาเห็นโทษของความประพฤติในทางชัวร์ เห็นประโยชน์ของความประพฤติในทางที่เป็นสุจริต

การกระทำได้เพียงเท่านี้ ก็เป็นการรักษาความสงบสุขในครอบครัว ในสังคมไว้ได้แล้ว แต่คนเราเพียงส่วนมากก็มักทำอะไรเพียงครึ่งๆ กลางๆ ทำไม่ตลอดครอบฝั่ง หรือทำคิลล์พากก์หยุดคิลล์เสีย อย่างนี้เป็นคนไม่ยุติธรรม ความสุขก็เหลามาไม่เป็นระเบียบ เหมือนไฟฟ้าของกรุงเทพฯ หรือน้ำประปาที่เหลามาบ้าง ไม่เหลามาบ้าง ผู้หวังความเจริญที่แน่นอน จึงต้องทำคิลล์คิลล์ต่อสมำเสมอ ไปและหาทางให้ตนบริสุทธิ์ สะอาด สงบขึ้นไปเป็นระยะๆ ไปจนกว่าจะถึงหลักซัยแห่งพระพุทธศาสนา จึงต้องปฏิบัติให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ ซึ่งจะขอบอกว่า เป็นการประพฤติพรมจารย์ อันเป็นลิงคิลล์เดียวที่พระองค์ประกาศเอง และสอนให้กิษร์หงษ์หลายประการ

เก็บตัวเข้าอยู่ในเขตของความคิด

การประพฤติพรมจารย์ของชาวบ้านนั้น ก็คือ การถืออุโบสถนั้นเอง เพาะอุโบสถหมายถึง การเก็บตัวเข้าอยู่ในเขตของความคิด มืออาชีวิ่น งดเว้นจากการเสพกามทั้งหมด งดเว้นจากการกินอาหารในเวลาวิถี งดเว้นจากการประคับคิดแต่งร่างกายด้วยเครื่องสำอางทุกอย่าง อันเป็นลิงคิลล์ให้คิดถึงภาระณ์ งดเว้นจากที่นั่งที่นอนอันสบาย และให้จิตใจกระหัคไปถึงการคุณ ข้อปฏิบัติทั้งนี้ก็เพิ่มข้อปฏิบัติที่กล่าวมาแล้ว เพื่อมุ่งหมายชูคุณงามจิตรให้พัฒนาอกุศลเป็นข้อใหญ่

การรักษาอุบลเป็นการประพฤติธรรมแบบหนึ่งที่คนญี่โ�รรับได้ปฏิบัติกันมาแต่โบราณกาล และก่อให้เกิดความสูงบ้าได้เป็นอย่างมาก พวกราในสมัยนี้เห็นว่าการทำเช่นนั้นเป็นการหมานวน และลำบากไปเปล่าๆ นี่แสดงว่าคนเรา มีนิสัยตามใจตนเองมากขึ้น และไม่พยายามที่จะห้ามล้อเลียบ้างเลย โลกจึงยุ่ง เพราะการตามใจของตนในรูปนี้ นักปฏิบัติศีลอุบลเป็นบุคคลไม่ตามใจตนเอง ไม่ปล่อยใจตนเองไปตามอำนาจความอยาก แต่ค่อยรังใจตนเองไว้เสมอ เช่น ใจคนปกติแล้วไปในกาม พวกรักษาอุบลสถาก์หักห้ามใจมิให้คิดในการ ให้คิดในทางเห็นโทษของการ และทำให้ใจไม่สงบ ไม่เพียงห้ามใจเท่านั้น สิ่งใดที่ก่อให้ใจฟุ้งในการ ปลดล็อกความกำหนดในการ เช่นการกินอิ่มเกินไป การนอนในที่สบายเกินไป เครื่องสำอางที่ทำให้เกิดความอยาก ก็ตัดออกเลียบหมด เพื่อห้ามจิตจากการเป็นสำคัญ ฉะนั้น การรักษาศีลอุบล จึงเป็นการคัดสันคนของตนเองให้พ้นจากบาปอุคุลได้หลายประการ

ชีวิตสมบูรณ์ เพราะมีเครื่องห้ามเครื่องรัง

ชีวิตของคนจะสมบูรณ์ได้ก็ เพราะมีเครื่องห้ามเครื่องรัง ถ้าหากไม่มีเครื่องห้ามเครื่องรังจะคงได้อย่างไร รายนั้นหรือรถม้าที่เราใช้เป็นพาหนะกันนั้น ความดีไม่ได้อยู่ที่มันวิ่งได้เดินได้ แต่อยู่ที่หยุดได้ตามต้องการต่างหาก ถ้าท่านมีม้าที่พยศและไม่สามารถจะหยุดได้ในเวลาที่ต้องการแล้ว ท่านจะพอใจไหม คงไม่มีใครพอใจ ชีวิตของเราก็เป็นเช่นเดียวกัน ถ้ามีแต่เรื่องให้ไปตามกิเลส จนไม่เป็นเวลาแล้ว ก็หาเป็นชีวิตที่มีค่าไม่ โลกนี้จะยุ่งยากมากขึ้น เพราะชีวิตแบบนั้น ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องหักห้ามความให้เลี้ยงของกิเลสไว้เอาบ้าง เป็นครั้งคราว

สัตว์ป่าที่จับมาใหม่ๆ ยังต้องฝึกให้เชื่องก่อนจึงจะนำออกสู่สมาคมได้ คนที่ยังไม่ได้ฝึกอบรมคนก็ไม่ควรแก่การสมาคม ฉะนั้นจึงเป็นความจำเป็นที่ จะต้องฝึกตนให้มีสมรรถภาพในการห้ามใจ ด้วยการฝึกหัดรักษาอุปสถศีลกัน เสียบ้าง ท่านที่ยังไม่เคยกักลั่วการอุดอาหาร เกรงว่าจะหิว ว่าจะลำบาก นี้เป็น ความกลัวที่หลอกตนเองแท้ๆ เมื่อยังไม่เคยลองอดจะรู้ได้อย่างไรเล่า ลองอด ถูเลี้ยงสักนื้อ ท่านจะร้องว่าดีที่เดียว เพราะท่านไม่ต้องกังวลหา ไม่ต้องกังวลใน การบริโภค และเป็นการช่วยโลกกิจในครอบครัวท่านเป็นอย่างดี ในโลกนี้ยัง ไม่เคยพบคนที่เกิดโรคและทราบเพราะอุดข้าวเลย แต่พบคนที่มีโรคและทราบ เพราะการกินมากเกินไปอยู่เสมอ เกรื่องย่อຍอาหารในร่างกายของเรา ต้องทำงาน หนักทุกวันไม่เคยพัก คิดถึงตัวท่าน ถ้าเคนแต่เข้าใจคำไม่พักเลย ท่านจะรู้สึก เห็นอย่อนโน้ม อวัยวะในร่างกายก็เช่นเดียวกัน ถ้าทำงานไม่มีเวลาหยุดนั่ง ก็ช้ำรุคเร็ว หยุดเสียบ้างจะทำให้ดีขึ้น นี่ก็เป็นประโยชน์อันหนึ่งที่เกิดขึ้นจากการ อุดอาหารในวันอุปஸต

ในประเทศลังกามีเค็กขนาด ๑๐ ชิวบ ๑๙ ชิวบ มารักษาอุปஸตศีลกัน ในวันพระ เค็กเหล่านั้นเป็นเค็กธรรมชาติยังชูกชน และกินจุบกินจิบอย่างเค็ก บ้านเรา พ่อแม่ครรจ์สอนเขาให้เป็นเค็กรู้จักหักห้ามใจตนเองเสียบ้าง จึงพามา ถือศีลอุปஸตในวันพระ ให้รับแต่เข้ามีค แล้วบอกว่าวันนี้เจ้าบุญผ้าขาว ห่มขาว เป็นพระมหาจารีแล้ว เจ้าต้องเป็นคนเลี้ยงง่าย ว่าง่าย สอนง่าย และต้องกินเมื่อ ถึงเวลา กินอะไรเล่นจุบจิบไม่ได้ จะขาดจากความดีที่เจ้ารักษา วันหนึ่งกับ คืนหนึ่งเจ้าต้องอยู่ในระเบียบวินัยของพระพุทธองค์ เค็กกรับคำด้วยศักดิ์สิทธิ์เป็น เค็กเรียบร้อยตลอดเวลา เขารับบทเรียนของการฝึกฝนตนเองแล้ว นี้เป็นวิธีการ ที่คิดที่ชาวลังกาบังสماทางศีลอุปஸตกันได้

ท่านผู้อ่านไม่ใช่เค็กแล้วจะทำไม่ได้เชียวหรือ ทำไมท่านไม่ลองสอน ศีวของท่านบ้างเล่า?

ฝึกฝนตนให้เข้าชนะกิเลส

ในศาสนาอิสลามนั้นเขามีพิธีถือบวชกันปีหนึ่งครั้งหนึ่ง และถือในเวลากลางวัน เป็นการถือที่เคร่ง และเป็นแบบฝึกหัดคนเง้อได้เป็นอย่างดี คือ ตั้งแต่พระอาทิตย์ขึ้นจนถึงเวลาพระอาทิตย์ตก ห้ามไม่ให้กินคึ่มอะไรเลย แม้น้ำลายของทนก็กลืนไม่ได้ การกระทำเช่นนี้ก็เป็นการรักษาอุบลศีลของเขามีอ่อนกัน และให้ทำในเวลากลางวัน เพราะกลางวันเป็นเวลา กินคึ่มแท้ไม่ให้กินคึ่มเลย ส่วนกลางคืนให้กินคึ่มได้ เพราะกลางคืนเป็นเวลากินคึ่มแท้ไม่ให้กินคึ่มเลย การสอนให้ทำเช่นนี้ก็เป็นการสอนให้หัดฝึกฝน ให้เข้าชนะกิเลสอันเป็นสิ่งทำให้เศรษฐม่อง ของเขาก็มีคืออยู่ เมื่อกัน

ทุกศาสนามีแนวทางอบรมจิตของศาสนิกให้เข้าหาความดี ให้เป็นคนเข้มแข็ง อคติ และความคิดเห็นได้เป็นข้อใหญ่ ในพุทธศาสนาเรา ก็มีมาก และเป็นบทฝึกที่เหมาะสมอย่างยิ่ง จึงควรที่พวงเรซาวพุทธจะได้กระทำ กันให้คือเป็นพิเศษ ในวันเข้าพรรษาเป็นต้นไปจนตลอดปี

ชักชวนผู้อ่อนให้ปฏิบัติธรรม

๓. ชักชวนคนอ่อนให้ปฏิบัติ ไม่มีกราโนโลจจะคำรังชีพอยู่ได้ตามลำพัง ทุกคนต้องมีส่วนสัมพันธ์กันมิทางใดก็ทางหนึ่ง ความสุขทุกข์ของคนๆหนึ่งนั้นจึง เกี่ยวกับสิ่งอื่นๆคนหนึ่งเสมอ เราจะหลีกเลี่ยงจากการไม่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยง เนื้อสัตว์เป็นเรื่องที่ทำไม่ได้ ความสัมพันธ์จึงเป็นเรื่องอันหนึ่งของสังคมมนุษย์ คำสอนในศาสนาจึงมุ่งสอนให้ทุกคนเข้าใจว่า ต้องมีส่วนสัมพันธ์กันอยู่เสมอ การทำอะไรของผู้ใดคนใดจากก่อให้เกิดผลแก่ตนโดยตรงแล้ว ยังก่อให้เกิดผลแก่

คนอื่นโดยทางอ้อมค้ายเสมอ ฉะนั้นเราจึงควรถืออุคุมาศวิว่า เห็นอกเขากเรา และทำทุกอย่างเพื่อส่วนรวมเสมอ

ตามปกติชาโภิกนักชักชวนกันทำอะไรในทางทำกันอยู่บ่อยๆ การชวนนั้นอาจจะเกิดจากเจตนาบ้าง แต่ก็มีให้เกิดผลแก่สังคมเสมอ การทำความชัวให้คนอื่นเห็นก็เป็นการซักจูงใจคนอื่นให้ชัวเยี่ยงตน บิความราคเป็นคนชอบคิ่มของมีนมา แม้ไม่สอนลูกให้คิ่มลูกก็ต้องคิ่มเป็น เพราะการกระทำของบิความร้านชุนใจ ชายหนุ่มที่เป็นคนเรียบร้อยถ้าไปอยู่ในหมู่บ้านที่มีแต่คนพาล เขาก็กลับเป็นคนพาลไปได้เช่นเดียวกัน เรื่องความชัวเป็นเรื่องติดกันง่ายได้ ฉันใด เรื่องความคิ๊กติดกันง่ายเหมือนกัน แต่ทว่าภาพของความคิ๊สคงกันน้อย ภาพของความชัวแสคงออกมากกว่าเท่านั้น

ชาวพุทธเรายังขาดการชุนใจเพื่อนบ้านให้ทำความดีกัน ถ้าท่านรักพระศาสนา รักตัวของท่าน รักเพื่อนบ้านของท่าน ก็มีทางที่จะทำได้อยู่อย่างหนึ่งคือหาวิธีทางที่จะชักชวนเพื่อนบ้านของท่านให้เป็นคนดี การชักชวนคนอื่นให้กระทำความดีนั้นแหละ เป็นการบำเพ็ญกุศลอย่างหาที่เปรียบมีได้ การชวนให้ทำมีอยู่บ้างก็แต่ทาน เช่นแจกวิถีการเรียกรักสร้างโน่นสร้างนี่ตามเรื่องงานประเภทนี้มีผลเหมือนกันแต่น้อยกว่าการชักชวนให้เข้าสละความชัวทางกายวาจา ใจอกรให้หมด พยายามทุกวิถีทางที่จะให้เขาเปลี่ยนชีวิตในแนวใหม่ ในแนวที่ตัวของท่านได้เปลี่ยนมาแล้ว เช่น เมื่อก่อนท่านเป็นทาสของวัดถูเสพติดต่อมาท่านเลิกได้เด็ดขาด ท่านเปลี่ยนจากทาสมานเป็นไทดแล้ว ทำไม่จึงไม่แนวทางหรือทำประการใดๆที่จะให้เพื่อนบ้านเป็นทาสอยู่พันจากความเป็นทาสเลียบ้าง

การเผยแพร่พุทธธรรมนั้น มีทางทำได้โดยวิธีนี้ควย ฉะนั้น ในพระชาท่านทุกคนจะช่วยกันทางเปลี่ยนใจเพื่อนของท่านจากชัวมาหดี จากผิดมาหาความถูกจนสุคความสามารถที่จะทำได้ จงช่วยกันก่อตั้งสมาคมคนดี ขึ้นในบ้านในตำบลที่ท่านอยู่ เพราะคนดีเท่านั้นจะช่วยค้ำพระศาสนาไว้ได้ จึงขอ

ฝ่ากความคิดนี้แล้วพ้องช้าพุทธทั้งหลาย ให้ช่วยกันประกาศความคิดทั้งการพุทธการทำ หั้งโโคยกนเองและการซักชวนคนอื่น เพื่อเป็นการบูชาพระพุทธองค์ในรัตนเข้าพระมา

ส่งเสริมสนับสนุนกิจการของผู้ที่ทำดี

๔. ส่งเสริมกิจการของผู้ที่ทำดี การทำดีต้องมีการสนับสนุนกันบ้าง เพราะการงานนั้นต้องการกำลัง ขาดกำลังงานคำเนินไปไม่ได้ การสนับสนุนกิจการของคนอื่น ทำได้ทั้งที่เป็นกำลังกายและกำลังใจ ในทางกำลังกาย ต้องช่วยให้ความร่วมมือ อันจะก่อให้เกิดแรงงานเพื่อการกระทำการความคิดทุกวิถีทาง ส่วนกำลังใจนั้นเพียงแค่ไม่ขวางทางที่คนคิดคำเนินอยู่ หรือพูดประกาศความคิดของเขาให้เข้าได้ทำความคิดยิ่งๆขึ้นไป ก็จะเป็นทางให้กิจการที่ดีก้าวหน้าไปได้

ในสมัยนี้เรากำลังขาดการสนับสนุนแก่กันและกัน เช่นผู้ใหญ่ที่เห็นผู้น้อยทำสิ่งใดก็เป็นความคิดว่างดงาม ไม่กล่าวชมเชยหรือประกาศความคิดของผู้น้อยบ้าง เพียงเท่านั้นยังไม่พอ ยังหาทางตัดถอนกันนือก เพราะกลัวว่าจะเกินหน้าตนไปบ้าง จะทำให้การมีของตนลดด้อยลงไปบ้าง ความคิดอย่างนี้มีมูลฐานมาจากความเห็นแก่ตนเป็นข้อใหญ่ ความเห็นแก่ตนเป็นเครื่องตัดถอนความเจริญของตน และถอนความเจริญของคนอื่นเสียด้วย เพื่อแก่ปัญหานี้เราต้องคิดว่าเราต้องการอะไร? เราต้องการความคิด คนคิดใช่ไหม?...ใช่แล้ว ถ้าเข่นนั้นมีคนคิดสร้างความคิดขึ้นในโลก เราจะไปตัดถอนเขาทำไม คิดทำลายเขาทำไม เพราะถ้าตัดถอนคนคิดเป็นการหาทุกชีส์ตนโดยแท้ มันเป็นวิธีการที่ธรรมมาก ช้าพุทธเราไม่ควรประพฤติในรูปนั้น แต่สนับสนุนทุกวิถีทางเพื่อเพิ่มจำนวนคนคิดความคิดขึ้นในวงการศาสนาและวงการของบ้านเมือง ก็จะเป็นทางก้าวหน้าประการหนึ่ง

มีคนที่พยายามจะทำงานคี๊ฯ และสร้างความคีให้เกิดขึ้น แต่ต้องเลิกไป เพราะไม่มีโครงสร้างสนับสนุนภารกิจการอันนั้น เป็นเรื่องที่น่าเสียดาย เมืองไทยเรายังขาดคนคี ขาดความคี ฉะนั้น ขอจงช่วยกันสร้างคนคี ความคี โดยการสนับสนุนกัน ทุกวิถีทางเดิม คนคี ความคี จะเกิดมากขึ้นสมหมาย

เหล่านี้เป็นความคิดที่เกิดแก่ข้าพเจ้า ในวาระก่อนจะถึงกาลเข้าพรรษา อันเป็นกาลพิเศษสำหรับสร้างความคีของพื่นของชาวพุทธทั้งหลาย ขอท่านทั้งหลายจะเริ่มต้นชีวิตของพระราชาแต่วันแรกดังที่พระรัตนนามา ค่อยทำไปวันละเล็กวันละน้อย อย่ารีบร้อน ทำอย่างลับๆ ปฏิบัติให้สบและเป็นสุข

เมื่อทำด้วยตนแล้ว จงแผ่เมตตาไปถึงคนข้างเคียง เช่น ลูกหลาน และเพื่อนบ้านของท่าน ชวนให้เข้าเป็นคนคีของพระ ให้เข้าหาพระ ให้ห่างจากมารร้าย จะเป็นการรักษาตัวท่านและครอบครัว พร้อมทั้งคนบ้านใกล้เรือนเคียง ให้ตั้งอยู่ในสถานะที่ปลอดภัยเสมอ การกระทำดังนี้เป็นการกระทำชอบ เป็นการบูชาเทิร์ทุนพระพุทธศาสนา ขันเป็นหลักธรรมที่จะนำสันติสุขมาสู่โลกได้

ไม่ประมาทด้วยการทำความคี

ขอให้เราทั้งหลายจะเป็นผู้ไม่ประมาทด้วยการทำความคี มีทางใดเวลาใดที่จะทำความคีได้ก็จงทำทันที ให้ต้องตามหลักที่ว่า...

เมื่อบุคคลจะทำการรอมัณฑีกรรม พึงห้ามจิตจากนาบไปเสียโดยเร็ว

เพราะถ้าชาไไว จิตก็จะตกไปสู่อำนาจนาบไปเสียอีก

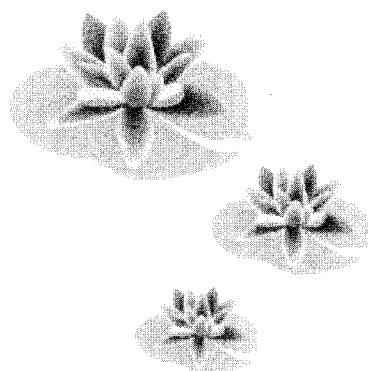
ถ้าบุคคลจะทำความคี จงทำความคีนี้ให้มากครั้ง

จงทำความพอยู่ในบุญนั้น...

เพาะการกระทำบุญย่อมนำสุขมาให้เสมอ

โลกนี้ไม่มีอะไรเป็นสิ่งที่แน่นอน...
อย่าปล่อยตนให้ตกไปในความประมาทมัวเมะ
จงห้ามจิตจากการคิดในทางคា
...รับยกคนชั้นจากหล่อมคือความชั่วเสียเดิม

ท่านหังคลาย . . .
ชีวิตและเวลาของท่านล่วงไปฯ
บัคนีท่านทำอะไรอยู่?
จงคั้งคำตาม ตามตัวของท่านบ่อยๆเดิม
ท่านจะไม่เป็นคนประมาทได้



“ชาวโลกในสมัยนี้ กำลังเรียกร้องหาความสงบ ต้องการสันติภาพแก่ชีวิต แต่สิ่งที่ต้องการยังไม่สามารถจะเกิดขึ้นแก่โลกได้เลย นักการเมือง นักการทหาร นักเศรษฐกิจ และนักธุรกิจร้อยแปด เที่ยวบินไปประชุมกันที่ไหนที่นี่เพื่อก่อให้เกิดสันติ แต่มันจักเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าใจของคนยังไม่สงบ เพราะขาดการมีพระประจำใจ”

อมภาจา หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ



บันไดสู่ปัญญา

คนที่พ่อรู้จักตัวเองนั้น

เริ่มต้นแล้ว...เริ่มต้นเข้าสู่ขั้นปัญญา

เหมือนคล้ายๆ กับว่า เหยียบบันไดขั้นต้นที่จะก้าวไปสู่ปัญญาขั้นมูล

...ถ้าเราเริ่มความคุณตัวเอง ...

ในเรื่องการกิน การนุ่งห่ม การเที่ยว การเตร่ การควบหาสนาคม

หรือการทำอะไรต่างๆ ในเรื่องที่เกิดขึ้น

เรออย่าทำตามที่เขาว่าเสนอไป

เช่น จะบวชนาค อย่าไปทำตามเขาว่า

งานศพ ก็อย่าไปทำตามเขาว่า หรือว่าทำอะไรก็อย่าไปทำตามเขาว่า

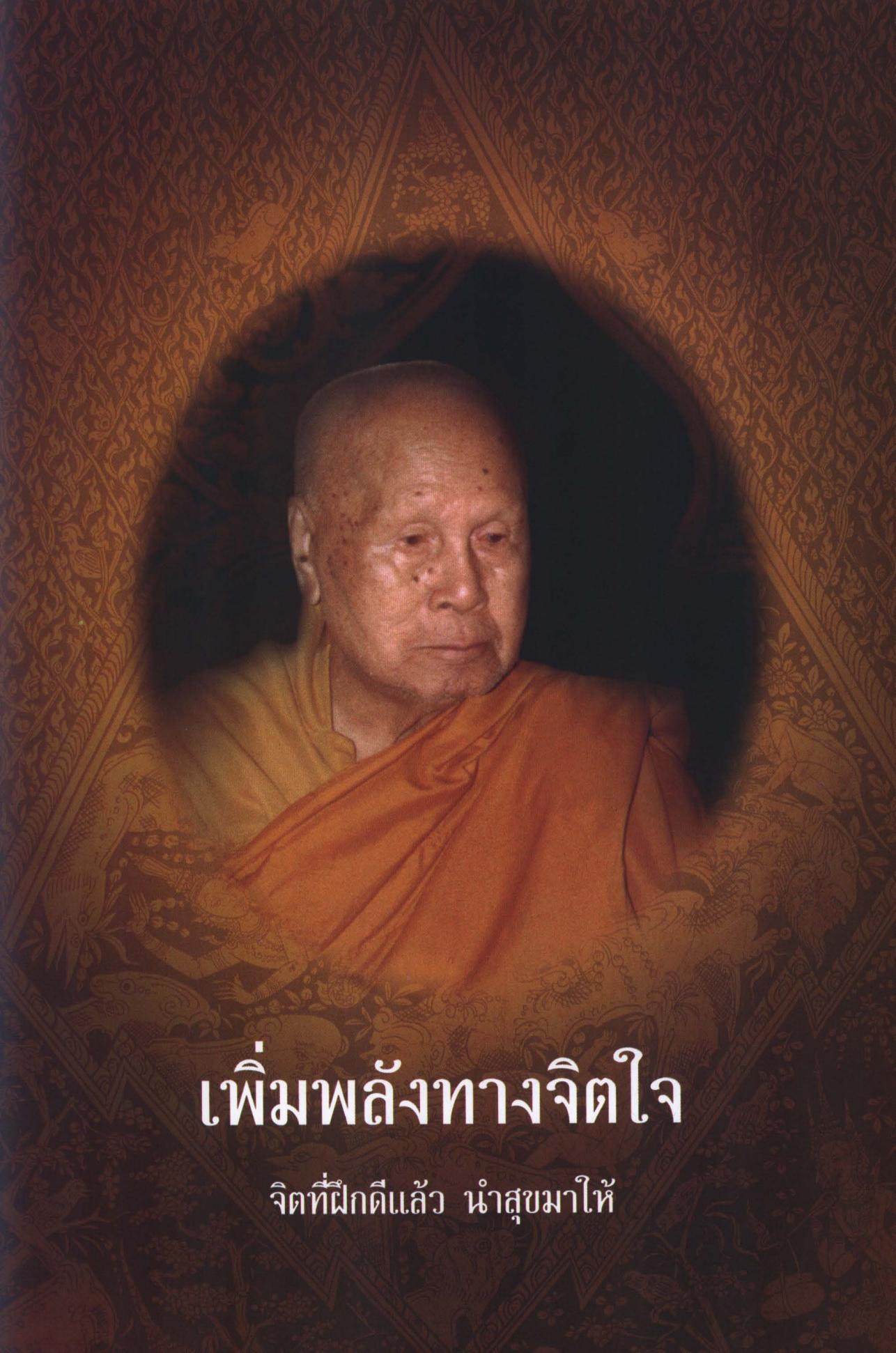
แต่เราควรจะคิดว่าที่ถูกลั่นนั้นเป็นอย่างไร

อุคุณการณ์ในทางพระพุทธศาสนา มันเป็นอย่างไร

ควรจะปรึกษาพระว่า เรายังจะทำอะไรสักเท่าไหร่ จึงจะพอเหมาะสมพอดี

ไม่มาก ไม่น้อย แล้วก็ไม่ลื้นเปลืองอะไรมากเกินไป

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาบันทกิจชุ)



เพิ่มพลังทางจิตใจ

จิตที่ฝึกดีแล้ว นำสุขมาให้



การควบคุมจิตเป็นเรื่องจำเป็น
หรือการฝึกจิตก็เป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องการทำ
ถ้าไม่ทำการฝึกฝนอบรมจิตของเราไว้บ้าง
...เวลาอารมณ์ร้ายเกิดขึ้น เรายังหุ่มมันไม่ได้ บังคับไม่ได้
 เพราะเราไม่เคยทำอย่างนั้น ไม่ได้ฝึกฝนเลย...มันก็ทำไม่ได้
 คนขี้นชกมวย...
ถ้าเข้าฝึกໄกวัก่อนขึ้นบนเวที มันก็พอจะสู้บัญคู่อื่นได้ ฉันได้
 สภาพจิตของเรายังดีนั้น . . .
ถ้าเราไม่ได้รับการอบรมไว้บ้างพ่อสมควร
 เวลาอารมณ์อันไม่ดีจะเกิด . . . เรายังคงไว้ไม่อยู่
 ไม่สามารถจะบังคับได้...จิตของเรายังคงให้ผลไปตามอารมณ์ที่มากระทบบันนั้น

พระพรหมมังคลาจารย์(หลวงพ่อปัญญา นันทกิจชุ)



ญาติโยมพุทธบริษัทหั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในการส่งบ ตั้งอกตั้งใจฟังค่วยคี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

กำลังสำคัญของการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

วันนี้เป็นวันอาทิตย์ที่เราหยุดงานหยุดการกันตามปกติ จึงได้ซักชวนกันมาทั่วๆ เพื่อทำจิตใจให้สะอาดสว่างสงบความหลักธรรมะในทางพระพุทธศาสนา เพื่อจะได้มีพลังทางใจเพิ่มขึ้น สำหรับนำไปใช้เป็นหลักในการปฏิบัติงานในชีวิต

ประจำวันต่อไปในกล้องข้างหน้า เพราะกำลังใจของคนเรานี้ มันก็สูญไปลื้นไปค้าย การใช้เพื่อการปฏิบัติงานเหมือนกันเหมือนกับสิ่งที่เป็นวัตถุที่เรามี แล้วก็ใช้ไป มันก็หมดไปลื้นไป ถ้าไม่มีการหมายความเพิ่มเติมสิ่งนั้นก็จะหมดลื้นในวันหนึ่ง นั่นโดย กำลังทางจิตใจอันเป็นกำลังสำคัญในการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน ก็ต้องมี วันหมดลื้น เพราะไม่ได้หมายความเพิ่มเติมเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้น ในทางศាសนาจึง ได้สอนศานิกบริษัทให้มัวรู้หรือศานสตานตามที่ตนนับถือ เพื่อจะได้เพิ่มกำลัง ภายในให้เกิดเพิ่มขึ้นอีก เมื่อกับหมวดแบบเตอร์ที่เราใช้งานๆ ไฟมันก็หมดไป ต้องไปทำการซาร์ทเพิ่มเติมเพื่อให้มีไฟมากขึ้น นั่นโดย กำลังทางใจก็มีสภาพเช่นนั้น เพราะฉะนั้นการที่เรามัวรู้เพื่อศึกษาธรรมะ เพื่อปฏิบัติธรรมะ ก็เท่ากับว่า หาพลังงานให้แก่ใจของเรา จะได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

กำลังใจไม่พอ ก่อให้เกิดความทุกข์

ทำไมจึงต้องหาพลังงานเพิ่มเติมให้แก่ใจ? ก็เพราะเราใช้หมดไปลื้นไป กำลังใจก็จะอ่อนแอ ก็เมื่อเราใจอ่อนและการปฏิบัติหน้าที่ก็จะไม่เรียบร้อย ต่อสู้ กับอุปสรรคในชีวิตไม่ได้ จึงเกิดมีความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นด้วยประการต่างๆ คนเราที่มีความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้น ก็เพราะกำลังใจไม่พอที่จะต่อสู้ กับสิ่งเหล่านั้น สรรถสิ่งทั้งหลายในโลกมีสภาพย่ำบวนวนใจทำให้เราทำหน้าบ้าง ขัคเคืองบ้าง ลุ่มหลงบ้าง มัวเมาก้างอยู่ตลอดเวลา ในขณะใดที่ใจถูกกิเลส ประเภทใดประเภทนึงเกิดขึ้นครอบงำใจ ใจเราจะหมดกำลังไปชั่วขณะนั่น แล้ว ถ้าหากว่าเราเป็นอยู่อย่างนั้นบ่อยๆ กำลังใจของเราก็จะหมดไปลื้นไป เมื่อกำลัง ต้านทานในทางใจหมดไป ความอ่อนแอก็จะเกิดขึ้นแล้ว เราจะพ่ายแพ้ท่อสิ่ง เหล่านั้น อันนี้แหลกคือสาเหตุของความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน

ความยินดี ความยินร้าย เป็นเรื่องของความทุกข์

ญาติโยมทั้งหลายที่มีชีวิตคลุกคลีอยู่ในโลก มีภาระงานที่จะต้องจัดต้องทำอยู่ตลอดเวลา มีปัญหาร้อยแปดพันประการเกิดขึ้นในวิถีชีวิต เราไม่มีความรู้สึกอย่างไรบ้างในวันหนึ่งๆ เรา ก็พบว่ามันมีความสุขบ้าง มีความทุกข์บ้าง มีความหนักใจบ้าง มันเป็นเรื่องสุกแแล้วแต่ภารณ์ที่มากหรือน้อย ภารณ์ที่มากหรือเบานั้นมันมีมาในรูปต่างๆ บางอย่างก็ทำให้เราหนักอกหนักใจ แต่บางอย่างก็ทำให้สบายใจ ความสบายใจเรียกว่าเป็นเรื่องความยินดี ความไม่สบายใจนั้นก็เรียกว่าเรื่องของความยินร้าย

ความยินดีและความยินร้ายที่เกิดขึ้นในใจของเรานั้น เราอาจเข้าใจผิดกันอยู่ คือเข้าใจผิดว่า ความยินดีนั้นเป็นคุณ แต่ความยินร้ายนั้นเป็นโทษ อันนี้เป็นความเข้าใจขั้นพื้นฐานทั่วๆไป ซึ่งความจริงก็ไม่ถูกตรงตามหลักการนักพูดกันโดยเนื้อแท้แล้ว ความยินดีกับความยินร้ายมันก็เป็นเรื่องของความทุกข์เท่าๆกัน ต่างกันแต่เพียงว่าความยินดีนั้นมันอำนวยทุกข์ในภายหลัง ส่วนความยินร้ายนั้นมันเป็นทุกข์ในทันที

คนเราไม่มีความยินดีก็อาจจะรู้สึกว่าไม่มีทุกข์ในขณะนั้น เพราะว่าใจกำลังเพลิดเพลินอยู่ในสิ่งที่เราได้รับ แต่ว่าความเพลิดเพลินนั้นไม่ถาวร มันอาจจะเปลี่ยนแปลงเป็นความไม่เพลิดเพลินเมื่อใดก็ได้ ทำไม่เจ้อได้เป็นเช่นนั้น ก็เพราะกฎธรรมชาตามีอยู่อย่างหนึ่ง เรียกว่า เป็นกฎตายตัว มีอยู่ตลอดเวลา ไม่มีใครจะมาเปลี่ยนแปลงกฎอันนี้ได้

กฎนั้นก็คือความไม่เที่ยงของสรรพสิ่งทั้งปวง สิ่งทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นรูปเป็นนามอยู่ไก่ล้ออยู่ไก่ตามที่เดอะ มันมีสภาพไม่เที่ยงมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา อันนี้เป็นกฎอันหนึ่งที่พระผู้มีพระภาคค้นพบ แล้วนำมาประกาศให้เราทั้งหลายเข้าใจ

กฎอันนี้เมื่อเกิดขึ้นแก่สิ่งใดๆ เราผู้มีสิ่งนั้นก็ไม่สบายใจ เช่นว่าเรากำลังคิดเพลิดเพลิน มีความสุขค้ายิ่งโกลิงหนึ่ง แล้วไม่เท่าไรสิ่งนั้นมันก็เปลี่ยนสภาพไป เช่นเหยวแห้งไปหายไปหรือว่าต้องจากเราไป เรา ก็มีความทุกข์มีความเดือดร้อน

ถ้าสมมติว่าเราไม่มีความยินดีในสิ่งนั้น เราไม่มีความรักในสิ่งนั้น ไม่มีความยึดถือในสิ่งนั้น เวลาマンเปลี่ยนแปลงไปก็ไม่มีเรื่องอะไร เรายังเชยๆ ไม่ต้องมีความทุกข์ความเดือดร้อน เพราะปัญหาแค่กล่าว แต่ที่เกิดเป็นปัญหาขึ้น ก็ เพราะว่าจิตใจเราเข้าไปยึดคือในสิ่งนั้น ยึดเอาค้ายความหลงผิด คิดว่าสิ่งนั้น เป็นสิ่งที่ชอบใจน่าพึงใจ เพราะฉะนั้นความยินดีจึงเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนได้ ส่วนเรื่องความยินร้ายนั้นไม่ต้องสนใจ เพราะว่ามันก่อให้เกิดความทุกข์ได้ทันทีเมื่อปัญหานั้นใด เพราะเวลาใดเราเกิดยินร้าย เรา ก็มีความร้อนใจ มีความไม่สบายใจ

โครงการไม่ต้องการความยินร้าย ล้วนแต่ต้องการความยินดี แต่ความยินร้ายนั้นมันก็เปลี่ยนแปลงได้เหมือนกัน เพราะฉะนั้นในการปฏิบัติธรรมนั้น ท่านจึงวางหลักเกณฑ์ไว้ว่า ไม่ให้ยินดียินร้ายในสิ่งนั้นๆ

วางแผนได้ ก็ไม่ยินดียินร้าย

ในเวลาตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายได้สัมผัส ถูกต้องกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็ร่วงใจไม่ให้ยินดีในสิ่งนั้น หรือไม่ให้เกิดความยินร้ายในสิ่งนั้น ให้วางใจเชยๆ การทำใจเชยๆ ไม่ใช่เรื่องง่ายๆ แต่เป็นเรื่องที่ยากอยู่ ลักษณะอย แต่ไม่เหลือวิสัย ถ้าเราพยายามฝึกฝนอบรมจิตใจของเรา หมั่นคิด หมั่นนึกค้ายปัญญาบ่อยๆ เพื่อให้มองเห็นสิ่งนั้น ชัดเจน แจ่มแจ้ง ตามที่มันเป็นอยู่อย่างไร นานๆ ไปใจเราจะจะมีความวางแผนเชยๆ ต่อสิ่งนั้น

เรื่องความวางแผนใหญ่ต่อสิ่งบางสิ่งนั้น บางทีก็มีประสบการณ์อยู่ในใจเราบ้าง แล้วญาติโยมอาจจะสั่งเกตตัวของตัวเองได้ก้าว ในเรื่องบางเรื่องนี้เราเนยๆได้ เราไม่รู้สึกอะไรในเรื่องนั้น ไม่มีความยินดียินร้ายในอารมณ์นั้นที่มากกระทบ ทำไม่ เราก็ไม่เกิดยินดียินร้ายในเรื่องนั้น? ถ้าเราศึกษาถึงความรู้สึกในใจของเรา เรา ก็จะรู้ว่า เพราะเราชักเห็นชักในเรื่องนั้น รู้ว่าสิ่งนั้นมันคืออะไร มันมาจากไหนเป็น อยู่อย่างไร เมื่อเราชักเห็นชักความความเป็นจริง ใจเราก็ไม่เข้าไปยึดถือใน อารมณ์นั้นๆ เราวางใจเฉยได้ อันนี้เป็นเรื่องตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่าใจของเรานั้น มีอาการเบิกอยู่ ไม่ใช่มีแต่เพียงความยินดีกับยินร้าย

เวทนา ๓ ประการ

เพราะฉะนั้นในเวทนาที่หลักธรรมหากล่าวไว้ จึงกล่าวเรื่องเวทนาเอาไว้สาม ประการ เรียกว่า สุขเวทนา ทุกเวทนา และอีกอันหนึ่งเรียกว่า อทุกข์มสุขเวทนา สุขเวทนานั้น หมายถึง ความยินดี นั่นเอง คือเกิดความรู้สึกยินดีใน เรื่องนี้ก็เรียกว่าตัวสุขเวทนา ตัวทุกข์เวทนา ก็คือความหมายถึง ความไม่ยินดี ในเรื่องนั้น แต่มีความยินร้ายเกิดขึ้นเรียกว่าเป็นทุกข์เวทนา เกิดขึ้นในใจเราปอยๆ สองเรื่องนี้ ล้วนอีกเรื่องหนึ่งเรียกว่า อทุกข์มสุข หรือเรียกว่า อุเบกขา ซึ่ง ยังไม่ใช่ยินดีไม่ใช่ยินร้าย...อาจจะมีขึ้น แต่ว่าถึงแม้มันจะมีเกิดขึ้นในใจ เรายัง ไม่ค่อยจะลังเล เพราะเรื่องของอุเบกขานั้นเป็นเรื่องที่เรียกว่าเฉยๆ ไม่ตื่นเต้น ไม่มีอะไร ล้วนเรื่องยินดียินร้ายนั้น ตื่นเต้นเหมือนกับเหตุการณ์ที่เราเห็นๆใน บ้านเมือง ถ้ามีอุบัติเหตุรถชนกัน หรือมีคนตกคู่ยอกัน คนอยากไปดู แต่ถ้า เป็นเรื่องธรรมชาติไม่มีใครอยากจะไปดูเลย ฉันใด ในเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ในใจ เราก็เห็นกับเห็นกัน ฉันนั้น

วางแผนค้าย�名าจของปัญญา

ความยินดีเป็นลิ่งที่ทำให้คนเห็น ความยินร้ายก็ทำให้คนเห็น แต่ความวางแผนนั้นมีไม่เรื่องอะไร จิตใจไม่คืนเห็นต่อเรื่องนั้น คือรู้สึกในอารมณ์นั้น เนยๆ ความที่รู้จักแล้ววางแผนนั้นแหละ เป็นเรื่องที่เราควรจะทำให้เกิดขึ้น ในใจ หากแต่ต้องขายค้าย�名าจปัญญา หมายความว่าเข้าใจในเรื่องนั้นได้ อย่างทันท่วงที

การที่จะเข้าใจในเรื่องนั้นทันท่วงทีนี่แหละ เป็นเรื่องที่ลำบากอยู่สักหน่อย เพราะตามปกตินั้นคนเรานั้นมีสติไม่ทันกับเหตุการณ์ ความรู้สึกที่เรียกว่าสตินั้น มักจะมาทีหลัง เมื่อสิ่งนั้นมันผ่านพ้นไปแล้ว เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นผ่านไปแล้ว เรา จึงเกินกีขึ้นมาได้ พอนึกได้ก็พูดกับตัวเองว่า แ昏! เพิ่งนึกได้ อันนี้แหละมัน เป็นเรื่องเลี้ยงเบร์ยนกิเลสในชีวิตประจำวัน

คนเราพอคื้นขึ้นก็ถูกต่อຍหันที คือโคนต่อຍค้าย�名ปะเกทต่างๆ ที่มากระบบท ถ้าเป็นนักมวยปล้ำก็เรียกว่ายืนง อิกฝ่ายหนึ่งก็ทุบเขาต่อຍเขา ตามชอบใจยกทุ่มลงไปสนั่นเวทีไปเลย ชีวิตเรา ก็เป็นอย่างนั้นแหละ อารมณ์ ต่างๆ เหมือนคู่ต่อสู้ที่มันอยู่ในห้าได้เบร์ยนเรา เราตื่นขึ้นก็งงงวยไปหมด จ้าย เจ้านั่นก็ได้เบร์ยน พ้อได้เบร์ยนมันก็เด่นงานเขา ทำเรื่องอนไปตามๆ กัน ได้รับ ความวุ่นวาย มีความทุกข์ในทางใจค้าย มกราคมต่างๆ

พอมารู้สึกตัวขึ้นเหตุการณ์นั้นมันผ่านพ้นไปเลี้ยงแล้ว แต่ก็ไม่เป็นไร แม้ว่า จะรู้สึกเมื่อเหตุการณ์นั้นผ่านพ้นไปแล้ว ก็ไม่เป็นไร เพราะว่ายังมีทางที่จะแก้ไข มี ทางที่จะได้รับบทเรียน เพื่อเป็นเครื่องเตือนจิตสังกัดใจ ไม่ให้เหตุการณ์เช่นนั้น เกิดขึ้นซ้ำรอยในชีวิตของเราก็ได้ เพราะฉะนั้นเราจึงต้องมีการศึกษาพิจารณาใน เรื่องนั้นๆ ว่าสิ่งนั้นเกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา ทำให้เรารู้สึกอย่างไร? เช่น เรารู้สึกโกรธ เรายังสามารถวิเคราะห์คุ่าว่า...

- เรายังไงเพราะอะไร?

อารมณ์ในมาระบททำให้เราเกิดความโกรธขึ้น?

- ความโกรธเมื่อเกิดขึ้นในใจของเราแล้ว สภาพจิตใจเป็นอย่างไร?

เราเก็บอกตัวเองได้ว่า ใจร้อน ใจชุ่น ใจมีค ตามที่เป็นจริง

- แล้วจะนะที่ร้อนใจมีมัวอยู่นั่นแหลก เราไม่สนับยหรือเปล่า?

เราเก็บอกตัวเองว่า ไม่มีความสนับย มีแต่ความทุกข์

มีความกระวนกระวาย อยากจะลูกขึ้นไปต่ออยู่ไปตีกับบุคคลคนนั้น
หรือวากบเรื่องนั้น

- อาการที่กระทำเช่นนั้น . . .

เป็นเรื่องของคนมีปัญญาหรือเป็นเรื่องของคนผู้ไม่มีปัญญา?

เราเก็บอกตัวเองได้ว่า มันเป็นเรื่องคนขาดปัญญา

ขาดความรู้สึกพิเศษของประจำใจ จึงได้แสดงอาการเช่นนั้นออกไป

- การกระทำเช่นนั้นมันหมายแก่เราหรือไม่?

เราเก็บอกตัวเองได้ว่า ไม่หมาย เราเป็นผู้มีอยุ่อนานขนาดนี้แล้ว

มีภาระงานผ่านโลกมาแล้ว ถ้าแสดงอาการฉุนเฉียวย มีอารมณ์ร้อน

อารมณ์แรง ต่อเรื่องใดๆที่มาระบท เราเก็บเหมือนกับว่าเป็นเด็กไป

เป็นคนไม่รู้เดียงสา ไม่มีสมรรถภาพในทางจิต ที่จะหักห้ามใจตนไม่ให้

เกิดอะไรขึ้น นั่นก็แสดงว่าการเป็นผู้อ่อนต่อโลกเกินไป

การอยู่ในโลกอย่างคนที่อ่อนต่อโลกนั้น เรียกว่า เป็นผู้ไม่หมายสม

กับการอยู่ในโลก คนที่จะอยู่ในโลกจะต้องเป็นคนที่รู้เท่าทันคือเหตุการณ์ทุก

ประเภทที่มนจะเกิดขึ้นในระบทจิตใจของเรา เพื่อจะได้รู้ทางเอาตัวรอดพ้นไป

จากสิ่งนั้น ถ้าเราหลบไม่ทันเจ้าสิ่งนั้นมาแล่นงานเรา เราเก็บอยู่ในสภาพที่เสียเปรียบ

ท่ออารมณ์นั้นๆ ถ้าเราเสียเปรียบมันม้ออยๆ เราจะจะเสียคน ได้รับความเสียหาย

ในชีวิต

ความตកต้าทางฯ เริ่มจากความตกต้าทางจิตใจ

คนที่มีชีวิตตคต้าไม่ว่าในແນໃດๆ การงานย่อมตกต้าลงไป การเงิน การทองก็ตกต้าลงไป ถ้าหากว่าเราพิจารณาให้รอบคอบแล้ว ศึกษาเรื่องชีวิต ของบุคคลนັ້ນๆแล้ว เรายังจะพบความจริงให้ว่า ความตกต้านั้นเริ่มต้นด้วยความ ตกต้าทางค้านจิตใจ คือจิตใจของเขามีติกต้าก่อน ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา เป็น เครื่องคุ้มครองรักษาตน เมื่อไม่มีสติปัญญาคุ้มครองตน สิ่งต่างๆที่มากระทบก็ทำ ให้บุคคลนັ້ນ ชິ້ນๆ ลงๆ อญญาติลดลงเวลา

ในเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ ถ้าจะเปรียบให้เห็นง่ายๆ ในสมัยนี้ก็เหมือนกับ ลูกปิงปอง เพราะว่าสมัยนี้โลกเราเรียกว่า “บุคปิงปอง” มีการทำอะไรอย่างกับ เล่นปิงปองอยู่มากหนอนกัน ถ้าลูกปิงปองที่ตีไปมาบนโต๊ะแล้วมันจะเป็นอย่างไร? เข้าที่กระดอนกระเด็นไปมาตามเรื่องของคนที่ตี คนเราบางทีก็เข่นนั้น ถูกอารมณ์ มันกระทบไปที่นั้น ติกลับมาที่นี่ มันกระเด็นกระดอนไปอยู่บนโต๊ะบ้าง ตกลงไป ข้างล่างบ้าง ตกลงไปแล้วก็ไม่ไปไหน...เขายิบมาตีต่อไป

อันนี้เปรียบง่ายๆ ก็เหมือนกับคนเราถูกอารมณ์ต่างๆมันตีให้กระเด็นไป ทางโน้นกระเด็นมาทางนี้ มีจิตใจชุ่นเม้าเหราหมองเร่าร้อนอยู่ด้วยปัญหาร้อยแปดค ก็ถูกมันทำข้างเดียว ข้าแล้วข้าอีก เพราะว่าเรื่องของจิตใจมันข้าร้อยอยู่ตลอดเวลา ทราบเห่าที่เรายังไม่รู้จักลึกลึ้น คือว่าเมื่อยังไม่มีปัญหาที่จะว่างจิตใจกับ ลึกลึ้นได้ เราถูกมันเตะถ่องเรือยไป ไม่รู้จักจบกักลึ้น

อันนี้เป็นเรื่องความสุขในชีวิตรึเปล่า? ถ้าหากว่าตั้งปัญหาขึ้นอย่างนี้เราก็ จะตอบว่ามันไม่ใช่ความสุขแนบ呀อะไร แต่ว่ามันเป็นความทุกข์ความເຄືອຂ້ອນที่ จะต้องกลิ้งไปกลิ้งมาขึ้นอยู่กับอารมณ์ตลอดเวลา ถ้าเมื่อเราหยุดสงบใจได้ เรายังไได้ เมื่อนั้นแหลกเราจะจະทำถูกต้องต่อสิ่งที่มากระทบ อันนี้เป็นเรื่องที่ควร จะได้ศึกษา ควรจะได้ปฏิบัติความแนวโน้มได้

งานจำเป็นให้ยิ่งของชีวิต

ที่นี่อันการที่จะปฏิบัติคนเพื่อจะให้เกิดความเป็นอยู่ที่เรียบร้อย ไม่มีความยุ่งยากในชีวิตประจำวันนั้น เรายังต้องมีการฝึกฝนจิตใจของเรางดงาม

การฝึกฝนจิตเป็นเรื่องสำคัญ เป็นงานจำเป็นให้ยิ่งของชีวิต เป็นงานที่เราควรจะกระทำทุกวันทุกเวลา คนเราล้วนมากไม่ค่อยจะสนใจในเรื่องเกี่ยวกับ การฝึกฝนจิต แต่สนใจเกี่ยวกับการฝึกฝนเรื่องอื่นๆ ทำเรื่องอื่นได้เก่งหลายเรื่อง หลายประการ เล่นคนครีบ่เง่ง เต้นรำเก่ง ร้องเพลงเก่ง เศษฟุตบอลได้เก่ง กีฬา ประเภทต่างๆเก่ง มีชื่อเสียง แต่ว่าไม่มีชื่อเสียงทางหักห้ามจิต ไม่มีชื่อเสียงใน ทางฝึกคนเอง

คนบางประเภทถึงเก่งเท่าเก่งก็ยังเอาตัวไม่รอด จึงปรากฏว่าตนกีฬา บางคนเก่งในทางชนมาย ผลๆไปชกเพื่อนในโรงอาหาร ในร้านกาแฟเข้าให้แล้ว ลืมตัวไปนึกว่ายืนอยู่บนเวทีพื้นผ้าใบ เดยชกเพื่อนเข้าให้ คำว่าจัดไปโรงพัก ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อน ทำไมจึงได้เป็นไปเช่นนั้น? ก็เพราะว่าเขา ไม่มีการฝึกจิตตัวเอง ฝึกแต่เรื่องหมวดเรื่องมาย เรื่องซกเรื่องตอย มันเลยเกิด ความเลี้ยงหาย

การฝึกกาย...ง่าย การฝึกจิต...ยาก

พระผู้มีพระภาคท่านจึงตรัสบอกไว้ว่า คนเราการฝึกในด้านกายนั้นเป็น ของง่าย แต่การฝึกในด้านจิตเป็นของยาก สิ่งที่ทำได้ยากถ้าเราทำได้สำเร็จ มันเป็นประโยชน์ยิ่งใหญ่แก่ชีวิตของเรา ฉะนั้นเราจึงควรจะได้สนใจการฝึกฝนจิต ให้มากเป็นพิเศษ คนที่ควรจะได้สนใจในการฝึกฝนจิตก็คือคนหนุ่มที่อยู่ในวัยเยาว์

จิตใจกำลังคึกคักของ กำลังจะให้ไปตามอำนาจของสิงแครด้อม เพลิดเพลินไป กับอารมณ์ต่างๆอันเป็นเรื่องวุ่นวายในชีวิประจำวัน หรือบางทีก็เป็นปัญหาเกิดขึ้น ในชีวิตเฉพาะคน เพราะว่ามีความบุ่มยากเกิดขึ้น และเมื่อไม่สามารถจะแก้ไขปัญหา นั้นได้ จิตใจก็จะเครียดมองซุ่มนั่นๆตลอดไป

เมื่อawanนี้มีเด็กหนุ่มคนหนึ่ง เขาเรียนอยู่ในมหาวิทยาลัย เรียนเป็น หมอด้วย แล้วก็เรียนปีสุดท้ายแล้ว เขามาหาตอนเย็นเมื่อไก่ลับค่ำ มาอย่าง รีบว่อน อาتمมาทำลังเตรียมตัวจะไปทำวัตรอบรวมพระใหม่ เขามาอย่างรีบว่อนก็เลย เปิดประตูรับ ตามว่า เขายังปัญหาอะไรพูดไปเลยไม่ท่องซักซ้า เวลามันมีน้อย ผนมีความทุกข์ความเดือดร้อนในใจ เคยฟังท่านเทศน์ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คราวหนึ่ง เมื่อมีปัญหาก็อยากจะมาปรึกษา

อาتمากับอกว่า คีแล้ว มีปัญหางานใจมาหากะรนบ่าว่าถูกต้อง คีก่าไป คิกแก้ด้วยเรื่องอื่น เข็บอกว่า ผนอยู่ที่นั่นมันไม่สบายใจ ตามว่าไม่สบายใจ เรื่องอะไร เข็บอกว่าไม่ค่อยถูกกับคนอื่น ตามว่าทำไม่เจ็บไม่ถูกกับเขา แกกับอกว่า ทัศนคติไม่ตรงกัน อาตามาถามว่าทัศนคติของเรานั้นมันเป็นอย่างไร แกกับอกว่า ผนนั้นมันชอบเงียบๆ ชอบอ่านหนังสือ ไม่ชอบอะไรอะไรมาก แต่ว่าเพื่อนฝูง ทั้งหมดคนนี้เขาชอบอะไรกัน ชอบลูกสาวกัน ผนนี้ไม่ค่อยชอบความสนุก แต่เพื่อนเขาชอบ เพื่อนเหล่านี้ก็เลยลงโทษผน เขาหาว่าผนมีจิตใจผิด ปกติไป ว่าอย่างนั้น ตามว่ามันผิดปกติอย่างไร แบบกว่านั้นแหล่ครับ เขาว่า อย่างนั้น แล้วหลวงพ่อจะว่าอย่างไร

อาتمากับอกว่า เขายังไม่ได้มีจิตผิดปกติอย่างไร แต่ว่าเขอนั้นมีจิต ปกติ พากเขาอะไรมายันนี่จิตผิดปกติ แต่ว่าเขายังปัญหามีคนที่จิตผิดปกติ คนเดียว แล้วพากนั้นก็ว่าเขอผิดปกติไป เหมือนอย่างคนคิๆเข้าไปในโรงยาบาล ศรีษะปูญา หรือว่าโรงยาบาลสมเด็จเจ้าพระยา คนป่วยที่ในนั้นมันไม่เหมือนเรา ถ้าเราเดินเข้าไปคนเดียว พากนั้นก็เข้าใจว่าโน่นอ้ายบ้านมาอีกแล้ว ว่าอย่างนั้น

ความจริงเราไม่ได้บ้าอย่างเขาหรอก แต่ว่าพวknนั้นมันบ้าเป็นโรคจิต ครั้นพอคนดีเข้าไปมันก็หัวร่า โน่น...อ้ายบ้ามาแล้ว แม้ที่สุคุมอทีหัวกระเป่าไปจะรักษาอ้ายพวknนั้นก็ว่า โน่น...หมอบ้ามาอีกแล้ว ว่าอย่างนั้น หัวร่าหมอบเป็นบ้าไปด้วยเรื่องเป็นอย่างนี้

เมื่อจิตไม่ยึดถือ ก็ไม่เป็นทุกข์

ก็เลยอธิบายให้ฟังว่า เขอนั้นไม่ได้เสียหายอะไร จิตใจเป็นปกติไม่มีเรื่องอะไรเสียหาย แต่ที่เป็นทุกข์นี่ เพราะความยึดถือในคำพูดของบุคคลอื่นที่เขายุคาว่าเขอหลายๆ คน ต่อไปนี้ต้องหั้งตนใหม่ ทำความเข้าใจกันเสียใหม่ คือทำความเข้าใจกับตัวเองก่อน ให้ตัวเองรู้ว่าเราปกติ เราเป็นคนเรียนร้อยจิตใจไม่ได้กลวิกากลอะไร แต่ว่าบุคคลพวknนั้นเขาเป็นคนปล่อยจิตปล่อยใจ ชอบสนุกอะไรอะไรว่าย ครั้นเราไม่ไปร่วมวงกับเขา เขา ก็หัวร่าเราไม่เหมือนเขา แต่แท้ที่จริงแล้วนั้นเราไม่ได้เป็นคนเสียหายจิตใจยังคืออยู่ ต่อไปนี้ให้ตั้งใจต่อสู้กับอารมณ์นั้น ถ้าคนพวknนั้นพูดชูชิบเกี่ยวกับเราว่าเราไม่ปกติ ก็อย่าเขาใจใส่อย่าไปยึดเอาคำพูดนั้นมาเป็นอารมณ์ ให้ตั้งหน้าอ่านหนังสือไปเรียนไป เพราะอีกปีเดียวก็จะจบแล้ว เขายุคเขาทำก็ช่างเขา เราไม่เล่นด้วย เราทำงานของเราตามหน้าที่ เพราะหน้าที่ของเราคือการเรียนเขียนอ่าน หน้าที่อื่นยังไม่จำเป็น

นักศึกษาในมหาวิทยาลัยมักมีงานลังคมมาก ทำให้เกิดความวุ่นวาย เด็กบางคนไม่ชอบลังคอม เมื่อไปอยู่เพื่อนก็ไม่ชอบใจ เราอย่าไปสนใจกับความชอบหรือไม่ชอบของบุคคลอื่น ความผิดหรือความถูกของบุคคลอื่น แต่เรามาสนใจว่าเราทำถูกหรือทำผิด และการถูกการผิดคนน้อยไปเสื่อโครง ต้องเชื่อพระพุทธเจ้า ถ้าพระพุทธเจ้าว่าถูก ก็เป็นอันถูกร้อยเปอร์เซ็นต์ ถ้าพระพุทธเจ้าว่าผิด มันก็ผิด

ร้อยเปอร์เซ็นต์ คนอื่นพูดว่าถูกบางที่มันไม่ถูก พูดว่าผิดบางที่มันก็ไม่ผิด ทำไม
จึงเป็นเช่นนั้น? เพราะว่าคนพูดนั้นยังมีความเห็นเข้าข้างตัวยัง ไม่มีธรรมะเป็น^๑
หลักประจำใจ พูดอะไรออกไปก็พูดตามความเห็นของตัว ตัวชอบลิ่งคือกว่าลิงนั้น
มันถูก ถ้าว่าตัวไม่ชอบลิ่งคือกว่าลิงนั้นไม่ถูก นี่มันเป็นอารมณ์

การตัดสินความถูกความผิดค้าย่อการณ์นั้นใช้ไม่ได้ แต่ต้องตัดสินค้าย
หลักธรรมะ เพราะธรรมะนั้นเป็นของเที่ยงยุติธรรมและตรงไปตรงมา ไม่เข้าใคร
ออกใคร เราจึงเอาหลักเกณฑ์ทางธรรมะมาเป็นเครื่องตัดสิน จึงจะชอบจะควร
ให้อธิบายให้เข้าฟังไปในรูปอย่างนั้น คุณหากาเข้าค่ายลูกชื่อตนี้ พอกลับมาแล้ว
ก็ลากไป อันนี้เป็นตัวอย่างของการเป็นอยู่ในลัทธมนุษย์ นี่มันลำบากตรงนี้

จิตใจไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์ที่มากระแทบ

ครั้งก่อนก็เคยมีเด็กคนหนึ่งที่บ้านโป่งแتاโน้น มีปัญหาคล้ายกับคนนี้
เหมือนกัน คือว่าเด็กคนนี้ชอบอ่านหนังสือของท่านเจ้าคุณพุทธทาส อ่านเรื่องสูตร
เวยหล่าง อ่านของโป อ่านวิถีเข้าถึงพุทธธรรม อ่านแล้วน้ำเสื้อใจ อ่านตรงไหน
ก็เข้าใจทั้งนั้น ในเมื่อคนได้อ่านแล้วก็รู้สึกชอบใจ سابายใจ อุตสาห์ลงทุนซื้อ
หนังสือไปเที่ยวแจกตามวัดແวนนั้น ความจริงเขาก็เป็นเพียงกรรมกรอินยีเนียร์คูแล
เครื่องยนต์ไปนั่งเฝ้าเครื่อง ไม่ใช่ว่ารู้อะไรอะไร แต่ว่าใจมันรักธรรมะ เห็นว่า
เป็นของศักดิ์ เลยเอ้าไปแจกคนอื่น แจกตามวัดให้พระอ่าน แต่เขากลับกว่าพระ
ก็เม่ออยอ่าน

ที่นี่เวลาลงคืนเขานอนที่บ้านใกล้โรงงานมันหนักหนู เขากลับไปนอน
ในป่าช้า ที่ป่าช้ามีศาลาเข้าເອາເສື່ອຜົນหนึ่งไปนอนที่ป่าช้า ตื่นเช้าอกมาเพื่อน
ล้อมหน้าล้อมหลัง มาถึงถามว่าເລືອຂອງໄວ...ໄດ້ເລືອຂອງໄວ ເພຣະວ່າເຂົາໄປນອນທີ່

ป้าชานีก่าว่าปืนออกเดชให้แล้ว เขาก็บอกว่ากู้ไม่รู้ไม่เลขอะไร พวงนั้นก่าว่ามึงทำไม่ไปนอนกับผี บอกว่ากู้ไม่ได้ไปนอนกับผี กู้ไปนอนกับพระต่างหาก นอนให้มันสบายใจ เพราะว่าสงบดี พวงนั้นก่าว่าอ้ายนี่มันบ้าแล้ว ไม่ชอบอยู่บ้านไปนอนป่าช้า นี่มันเป็นอย่างนี้ คราวนี้ทุกคนเข้าหาว่าบ้าหันนั้นในหมู่บ้าน จิตใจมันก็โยกโคลงหวั่นไหวไป เพราะใจราชาว่า

ที่นี่จะทำอย่างไรก็เลยไปหาพระแวนนันแหล...ไปปรึกษา พระท่านก็พูดถูกเหมือนกัน ท่านบอกว่า ชั้งเอ่ย! เอิงมันอยู่ถินนี้ถ้าทำอย่างนี้มันก็บ้านนั้นแหล ท่านว่าอย่างนั้น แกฟังแล้วก็นึกว่า เอ...หลวงน้านี้แกว่ากูบ้าเหมือนกันเหมือนกับคนอื่นว่า ลำบากใจนัก...จะต้องไปหาหลวงพ่อปัญญาลักษณ์ที่ เลยมาลงคืน มาถึงกลางคืนวันนั้น พ coma ถึงก็เคาะประตูเรียก หลวงพ่อครับ...หลวงพ่อครับ อາتمาก็เปิดประตูรับเข้า เขาก็บอกว่าผมมีปัญหา มีความทุกข์ทางใจช่วยแก้หน่อย เขาก็เล่าเรื่องให้ฟัง

เมื่อเล่าเรื่องให้ฟังเรียบร้อยแล้ว อາتمาก็บอกว่า เชอนไม่บ้าหรอก แต่ว่าคนแวนนั้นมันบ้า อ้ายเราคนไม่บ้าไปอยู่ร่วมกับคนบ้า เข้าใจว่าเราเป็นบ้าไป เพราะมันไปไม่บ้าอยู่คนเดียวไม่เหมือนเขา ความจริงເຂອเป็นคนคิดถูกทำถูกทุกประการ แต่ว่าเรื่องมันเป็นอย่างนี้แหล อะริบายให้เข้าฟัง เข้าฟังแล้วเข้าใจเรื่อง เมื่อเข้าใจเรื่องเขาก็บอกว่า ไม่เป็นไรคืนนี้ผมจะนอนที่นี่ ก็เลยให้นอน รุ่งเช้าลากลับไป ไปอยู่ที่นั่นมันก็เข้ากับเพื่อนที่นั่นไม่ได้ ทำงานทำการก็ทำคี เลยไปตลาดจากงาน นายชา ไม่อยากให้ออกเพราเป็นคนทำงานดี เอกิจิสในหน้าที่เรียบร้อย เขาก็บอกว่าคับอกคบใจอะไร เงินทองไม่พอ ใช้หรือ บอกว่าพอใช้เหลือใช้ทุกเดือน ผมไม่ได้ใช้อะไร อ้าว! แล้วก็ทุกชั่วโมงอะไว้มีปัญหาอะไรก็บอกเตือนเขับอกว่า ปัญหาที่ว่าถึงบอกพากคุณก็ไม่รู้ อย่าพูดคือว่าให้ผมออกไปเดอบาห์ฟันความลำบากเลี้ยงที่ ก็เลยตามาเลย มาที่นี่เหมือนกัน อາتمาก็เลยพาส่งให้พันไปอยู่ที่ไซยา เรื่องมันเป็นอย่างนั้น

ไม่หวั่นไหวกับคำติคำชมค้ายารมณ์

จิตใจคนนี้ลำบาก อญ្យในสังคม...ถ้าหากว่าเราไม่รู้เท่าทันมันก็วุ่นวาย
เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ญาติโยมทั้งหลายนี่ก็เหมือนกัน บางทีมันก็ลำบาก
ที่เพชรบูรี วันนั้นเขานิมนต์เป็นอุปัชฌาย์ ไปบรรลุกชัยเขา คนແဏนั่นว่านาย
ซื่อตนแก้ม่เหมือนเพื่อน ทุกคนเข้าถือในพิธีร่อง ไม่เครื่องรางของขลัง ในเรื่อง
ที่ไม่เป็นสาระทั้งนั้น แกอ่านธรรมะของท่านเจ้าคุณพุทธทาสมาก ฝ่าบ้านของแกนี่
เขียนแท่นธรรมไว้ทั้งนั้น เข้าไปในบ้านแล้วเหมือนกับห้องสมุด บ้านของแกเขียน
คำเตือนใจ เตือนเมีย เตือนลูก เตือนคนงานคนการ เขียนไว้ทุกหนทุกแห่ง
ชั้นล่างก็เขียน ชั้นบนก็เขียน อาทماพอไปถึงก็เห็นแปลงบ้านนี้ ฝ่าบ้านเขียน
แท่นธรรมทั้งนั้น

ที่นี่ก็คุยกับคนที่นั่งอยู่ข้างๆบ้านนี้มีแท่นธรรมทั้งนั้น มีคนหนึ่งแกกระซิบ
บอกว่า มันไม่ค่อยเต็มครัว ห่าว่าเจ้าของบ้านไม่ค่อยเต็มไปเสียอีกแล้ว ความจริง
เปล่า...แกเรียบร้อยดี ไม่มีอะไรหรอง คืนนั้นลูกเตรียมตัวจะบวช แกไม่ได้ทำ
ขวัญนาคหรอง แกสอนเอง แกสอนลูกแกเอง บอกว่าไหนເຂາເຫປີ່ພ່ອສອນລູກ
มาดูชີ່ເຂາມາເປີກັງ แกสอนໄດ້ເຮືອໃຈ້ວາ ພຸດຈາເຂົ້າຫຼັກເຂົ້າເກົ່າ ສອນໄຟ້
ລູກຮູ້ວ່າທີ່ພ່ອໃຫ້ບວชนີ່ບວຊພໍອອະໄຣ ບວຊພໍອໃຫ້ລູກໄຄ້ສຶກໜາເລ່າເຮີຍ ພໍອໃຫ້ປົງປັດ
ທາງດ้านຈิตใจ ເມື່ອບວຊແລ້ວເຮີຍກວ່າຂາດຈາກພ່ອຈາກແມ່ ຈາກครอบครัว ໄມຕ້ອງ
ເກີຍຂ້ອງກັນຫ້ວະຍະໜີ່ ຕ່ອມເມື່ອໄຄສຶກອອກມາຈິງມີຂໍອຸປະກັນຕ່ອໄປ ແລ້ວກີ່ໄຫ້
ໄປອູ່ວັດ ອູ່ແລ້ວຕັ້ງໃຈອູ່ໄທ

อาทماນີ້ພັງແລ້ວ ອ້ອ...ມັນມີบານ໌คนນີ້ ພຸດຈາເຮັບຮ້ອຍ ແຕ່ວາໄມ້ໄຕ
ໃນໜູ່ນັ້ນທີ່ຈະພູດເຫັນນັ້ນ ໄມມີໂຄໃນບານແລ່ມເຫັນພູດກັນຢ່າງນັ້ນ ທຳກັນຢ່າງນັ້ນ
ເຂົ້າຈິງຫວ່າແກມນີ້ໄມ້ຄ່ອຍເຕັ້ນ ທັ້ງໆທີ່ແກເຕັ້ນບຽນຮູບຮັບຮ້ອຍ ແຕ່ເພື່ອນຫວ່າໄມ້ເຕັ້ນ
ມັນລຳບາກອຢ່າງນີ້ຈิตใจคน ເພົ່າວ່າມັນໄມ້ເໝືອເຂົາໃນບາງເຮືອ...ມັນກີ່ລຳບາກ

เราอย่าไปหัวน้ำให้กับคำกล่าวของคนอื่น พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสเตือนเรื่องนี้ไว้มากเหมือนกัน บอกว่า อย่าไปหัวน้ำให้ในถ้อยคำที่บุคคลอื่นเขา กล่าวชุมหรือกล่าวติเราในเรื่องอะไรต่างๆ เพราะเขาพูดชมค้ายาธรรมณ์ เขา พูดคิดค้ายาธรรมณ์ เขายังไม่ใช้เหตุผล ลิงโดยชอบใจก็ตามความณ์ของเขายัง ลิงโดยชอบใจก็ไม่ชอบใจก็ว่าไม่คิดตามความณ์ของเขายัง เขายังไม่มีหลักเกณฑ์ที่ถูกต้องในใจ เราก็จึงไม่ควรจะไปยึดไปถือในเรื่องนั้น แต่ควรฟังไว้ประคับสติปัญญา

สมมติว่าเขาว่าเราคือ...เรา ก็ฟังไว้ แล้วเรา ก็อาจมาคิดว่าเราคือหรือเปล่า เราทำถูกหรือเปล่า ถ้าเราทำถูกทำคือถูกไม่มีอะไร ที่นี่ถ้าบอกว่า เราไม่คือ...เรา ก็ ต้องเขามาพิจารณา พิจารณาว่าเรานี่มันไม่คืออะไรบ้าง การงานของเราเป็นอย่างไร คำพูดของเราเป็นอย่างไร ความคิดความนึกของเราเป็นอย่างไร หรือความเห็น ของเราเป็นอย่างไร มันถูกมั่นคงตามธรรมะของพระพุทธเจ้าหรือไม่ ถ้าเห็นว่า ถูกก็รักษาความถูกนั้นไว้ ถ้าเห็นว่าผิดเรา ก็แก้ไขให้มันเรียบร้อยต่อไป การเป็นอยู่ อย่างนี้แหละเป็นการอยู่ชุมชน จะไม่เกิดความกุ่นวายในทางค้านจิตใจ

ความวิตกภัยในจิตใจ

ในชีวิตประจำวันของคนเรานี้ วันหนึ่งๆต้องมีการกระทบค้ายารื่องปัญหา ร้ายแฝดพันประการ คนบางคนก็เป็นนุழຍ์ที่แปลงวิถีการอยู่เหมือนกัน อยู่ไม่สุข ชุมชนเราเรื่องให้คนอื่นไม่สบายใจ มันก็มีอยู่ไม่ใช่น้อย คนประเภทนี้มีอะไรที่พอจะ กระทำให้คนอื่นเป็นทุกข์ได้แล้วลงทะเบียนต้องอุตสาห์ทำ หาเรื่องหารำว่าไปทำให้เขา วุ่นวายไม่สบายใจ

คนอย่างนี้มีจิตใจเป็นอย่างไร? จิตใจของคนประเภทนี้เขาเรียกันว่ามี วิหิงสาวิศว คือ ความคิดในอันเบี่ยงเบียนคนอื่นอยู่เป็นragusan

จิตใจของคนเราที่เข้าเรียนวิศวกรรมนี้ มันมีอยู่สามแบบ แบบหนึ่งเรียกว่า การวิศวกรรม การวิศวกรรมที่หมายความว่า มีความคุ้นเคยในเรื่องรัก เรื่องโครงสร้าง ในรูป เลียง กลิ่น รส สัมผัสมีประการต่างๆ อยากได้ อยากรู้ อยากรู้ อยากรู้ เป็นสิ่งในเรื่องที่คนชอบคลอคลาน ประเภทนี้เรียกว่า การวิศวกรรม

ที่สองอีกพวกหนึ่งเรียกว่า วิธิช่างสาขาวิชานี้ เป็นพวกคิดในเรื่องที่จะเบี่ยงเบี่ยน คนนั้นเบี่ยงเบี่ยนคนนี้ ใส่เรื่องใส่ความเข้า ทำคนให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ให้มีปัญหาให้มีความวุ่นวายใจ และถ้าหากว่าได้ทำโครงให้เต็อคร้อนให้ไม่สบายใจ แล้ว ตัวเขางูเห่ามีอ่อนไหวจะสบายนิ่งในการกระทำ เช่นนั้น นั่นมันเป็นความรู้สึกของคนแบบนั้นแบบหนึ่ง

อีกพวกหนึ่งนั้นเขารู้ว่าพวกพยาบาลวิศวกรรม คือ คิดในเรื่องพยาบาล อย่างจะแก้แผลเขา ควรทำอะไรแก่คนก็ตามผู้เจ็บไข้ในใจ ไม่ยอมปล่อยไม่ยอมหาย มีช่องทางพอที่จะแก้แผลเข้าได้ ก็ต้องหาวิธีแก้แผล เพื่อทำให้หนำใจ

ค่าถูกคิดกันอรามณ์วิศวกรรม

โดยมากจิตใจมันก็คิดอยู่อย่างนี้ ในบางครั้งก็คิดในเรื่องการวิศวกรรม บางครั้ง ก็คิดในเรื่องวิธิช่างสาขาวิชานี้ คือการเบี่ยงเบี่ยน ในบางครั้งก็คิดในเรื่องพยาบาลวิศวกรรม พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านจึงบอกไว้ว่าต้องกีดกันพวกวิศวกรรมหั้งสามนี้ เพราะหั้งสามอย่างนี้เป็นพวกกุศล มีผลเป็นทุกข์ มีความเดือดร้อนในใจ ไม่ควรจะให้เกิดขึ้น ในใจอย่า ต้องพยายามกีดกันหมายความว่าละเลีย อย่าคิดในเรื่องเช่นนั้น ถ้าสมควรไว้มันคิดขึ้น ก็ต้องพยายามที่จะปักอรามณ์นั้นออกไป การที่จะปักอรามณ์นั้นออกไปนั้น ขอให้ใช้คิดง่ายๆ ก็คือว่า “นี่ไม่ใช่นั้น” นี่ไม่ใช่นั้น คำว่า “นี่”หมายความว่าจิตเดิมของเรา

รักษาจิตให้อยู่ในสภาพเดิมแท้

อันนี้ญาติโยมต้องรับรู้ไว้อย่างหนึ่ง คือว่า จิตเดิมของเรานั้นมันสะอาด สว่าง สงบอยู่ ไม่มีอะไรที่เรียกว่าเป็นสิ่งเศร้าหมอง ความเศร้าหมองหักห้าย นั้นมันเกิดมา เพราะมีอารมณ์ภายนอกมากกระทบ แล้วเรา ก็จับจ่ายเอาสิ่งนั้นมาไว้ เป็นตัวเราเป็นของเรา พอเราไปยึดเอาสิ่งนั้นเข้ามาไว้ จิตใจก็เปลี่ยนหน้าตาไป เปลี่ยนเป็นความอยากบ้าง เปลี่ยนเป็นอะไรต่างๆขึ้นในใจทันที เรียกว่า ไม่ใช่ ตัวเดิม ไม่ใช่หน้าดั้งเดิมแล้ว หน้าตาดั้งเดิมหรือสภาพเดิมของเรานั้น มัน สะอาด...บูรสุทธิ์

เหมือนกับว่าใบหน้าของเรานี่แหละ ปกตินั้นมันไม่เศร้าหมองอะไร แต่ ถ้าเรานั่งรถไปกรุงเทพฯ ไปไหนๆ ชี้ผุ่นนั่นก็มาจับตามผิวน้ำ เหงื่อออกมา แล้วก็รับเอาชี้ผุ่นนั่นไว้ เอาผ้าสะอาดไปเช็ดก็เห็นว่ามีการเปื้อน ฉันใด ใจเราก็มี สภาพเช่นนั้น เพราะใจนี่ชอบไปรับอารมณ์ เมื่อรับมาแล้วก็ไม่รู้เท่าใด นำมา ปูรณาแห่ง แล้วก็ไปยึดไปถือไว้ ว่าเป็นตัวเราเป็นของเรารีบมากันที จึงทำให้เกิด อารมณ์ประเภทต่างๆ ขึ้นมาในใจของเราระเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์บ้าง ให้เกิด ความสุขบ้างเป็นครั้งเป็นคราว

เราจึงต้องพยายามที่จะยอมรับรากฐานอันแรกไว้ในความรู้ของเราก่อน ว่าใจของเราเดิมนั้นมันไม่สกปรก ไม่ชุ่มน้ำ ไม่เศร้าหมอง แต่สะอาดอยู่ สงบอยู่ ที่สกปรกเศร้าหมองก็ เพราะว่าอารมณ์มากกระทบ เช่น รูปเข้ามาทางตา เลี้ยงเข้ามาทางหู กลิ่นผ่านจมูก รสผ่านลิ้น กายประสาท์ได้รับกระทบอะไร บางอย่าง แล้วใจเราจะเข้าไปรับสิ่งนั่นไว้ ด้วยความหลง ด้วยความเข้าใจผิด มีวิชาเป็นเครื่องหนุนหลัง คือความไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องนั้นตามที่มันเป็นอยู่ จริงๆ ก็เข้าไปยึดถือไว้ พอเข้าไปยึดถือไว้เรา ก็เปลี่ยนโฉมหน้าไปเป็นเรื่องขึ้นมา อันนี้เป็นรากฐานเบื้องต้นเกี่ยวกับจิตใจของเราที่จะต้องรู้ไว้ก่อนเพื่อจะได้แก้ไขง่าย

ที่นี่บางที่เราไปรับคำสอนจากครูอาจารย์บางท่าน ท่านก็สอนว่าจิตนี้มีกิเลส ตลอดเวลา เศร้าหมองอยู่ตลอดเวลา ไม่สามารถที่จะแก้ไขได้ จำเป็นต้องแก้กันนานๆ หลายภพหลายชาติจึงจะหมดคลีน การสอนในรูปเช่นนั้นขัดกับความจริง ที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้พระพองค์ตรัสว่า ปักสุสรณิห์ กิจข่าว จิตค์ อยู่ ใจ อาคนคุเกหิ อุปกิเลสหิ อุปกิลิก្មោះ ว่า “คุกรกิจชั้งหลาย! จิตนี้เป็นธรรมชาติผ่องใส มันเศร้าหมอง เพราะอารมณ์ที่เข้ามา” นี้เป็นพุทธคำรัส แท้ๆที่พระองค์ตรัสไว้ในรูปเช่นนั้น

เมื่อไม่รู้เท่าทันในอารมณ์ จิตก์เศร้าหมอง

เมื่อเรายอมรับคำตรัสนี้มาแล้ว เราลองมองนึกถึงตัวเราเอง สมมติว่าเรา นั่งอยู่ในห้อง...ในห้องปรับอากาศว่าอย่างนั้นเดอะ แล้วก็เมื่อมีอะไรมากระทบ เรา รู้สึกอย่างไร...เรา弄สบไปเจ็บใจ ไม่มีอะไรมากระทบเลย แต่ว่าทางครั้งคราว ก็มีคนเข้ามา เมื่อคนที่เข้ามานั้นกระทบใจเรา บางคนก็ทำให้เราเศร้าหมอง บางคนก็ทำให้เรา愉悦ฯ หรือว่ามีความยินดียินร้ายในเรื่องนั้น หรือว่าไม่มีคนมา แต่ว่าโทรศัพท์มันดังขึ้น เราก็ไปรับเสียงโทรศัพท์ เสียงที่มาตามสายนั้นเป็นเสียง ชุนก็มี ทำให้เราเกิดอารมณ์ชุนตามเสียงนั้น ถ้าเป็นเสียงปกติเราก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้น อันนี้แสดงให้เห็นว่าเมื่อก่อนนี้ เรา弄อยู่คนเดียวไม่มี อะไรมากระทบใจ ใจเราอยู่ในสภาพสงบ เรา มีความสุขในทางใจ แต่พอ มีอะไรมาเข้า เข้าเท่านั้นแหละ มนก็เกิดคุณวายขึ้นทันที ทำไม่จึงได้เกิดคุณวาย? เพราะเรา ไม่ เท่า รู้ ไม่ ทัน ใน อารมณ์ นั้น จึงได้เกิดอาการ เช่นนั้นขึ้น แต่ถ้าเรา รู้ เท่า รู้ ทัน ท่วงที ลิ่งนั้น ก็ไม่มีพิษ ลง อะไร หลักการมัน เป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้น...เมื่อเรายอมรับในหลักการว่า จิตของเรา เป็นธรรมชาติ สะอาดอยู่ เศร้าหมอง เพราะสิ่งภายนอกที่จรา

วิธีการที่จะแก้ไขเบื้องต้นก็คือว่า กีดกันสิงภายในอกไม่ให้เข้ามาก Robbie การกีดกันสิงภายในอกไม่ให้มาก Robbie คือ การระวังในการดูใน การคุมกลิ่น ลิ้มรสในการระบบทางร่างกาย ในเวลาที่จะมีเหตุการณ์เข่นนั้นชื่น เรายังต้องเอาตัวสติปัญญาอันเป็นตัวธรรมะอันหนึ่งเข้ามา กันไว้ไม่ให้มันถูกความค่อไป ให้มันเกิดแต่เพียงนั้น แล้วก็ให้มันหยุดเพียงนั้น ไม่ให้ก้าวหน้าต่อไป

วิถีของอารมณ์

เรื่องนี้เราต้องรู้วิถีของอารมณ์สักหน่อย จะยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ สักอย่างหนึ่ง เช่น ตามได้เห็นรูป ทานีมันอยู่ที่ตัวเรา รูปนั้นคือสิงภายในอก รูปภายในอกมาก Robbie ทางตา เมื่อ Robbie ทางตา ก็เกิดความรู้สึกทางตาขึ้น ความรู้สึกทางตาขึ้น ทางภาษาธรรมะเรียกว่า จักษุวิญญาณ จักษุก็แปลว่า ตา วิญญาณ ก็แปลว่า รู้ จักษุวิญญาณก็คือรู้ทางตา

ที่สิงสามประการมันรวมตัวกันเข้า คือ ๑. ตา ๒. รูป ๓. ความรู้สึก สามอย่างนี้มันรวมตัวกันเข้า การรวมตัวกันทั้งสามนี้ ทางภาษาธรรมะเรียกว่า ผัสสะ พอกেิกผัสสะการรวมตัวสามอย่างนี้มันก็จะเกิดเวทนา ตัวเวทนานี่แหละ คือความสุขใจ ความทุกข์ใจ หรือว่าความวางแผน

ถ้ามีวิชชานำหน้า เราจะมีความสุขความทุกข์

ถ้ามีปัญญานำหน้า เราจะเฉยๆในอารมณ์นั้นๆ

เราไม่ติดใจ เราไม่พอยใจ ไม่อลาญอาการในอารมณ์นั้น มันเป็นเพียงแต่ว่าผ่านมา แล้วก็ให้มันผ่านพ้นไป เราไม่รับไว้ ไม่กักไม่ยึดอารมณ์นั้นไว้มันก็ผ่านพ้นไปเฉยๆ เราไม่มีอะไรกับเรื่องนั้น อันนี้คือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ง่ายๆเกี่ยวกับเรื่องตา เรื่องอินก์เหมือนกัน

ที่นี่การกักกันนั้นจะไปกักกันที่ตรงไหน? กักไว้ตรงที่มีผัสสะ อย่าให้เกิดเหตุนา แต่บางที่ผลอเรามันเอาไม่ทัน มันก็ไปเกิดเหตุนา พอดีเหตุนาเกิดต้นหา คือความอยาก พื้นจากต้นหากเกิดความยึดถือในอารมณ์นั้นขึ้นมา ความยึดถือในเรื่องนี้ หมายความว่า ครุ่นคิดอยู่แต่เรื่องนั้นตลอดเวลา คิดนึกอยู่แต่ในเรื่องนั้น นั่นคืออุปahan พอก็อุปahanการยึดถืออย่างนั้น ต่อไปก็นั่งเป็นทุกข์ นอนเป็นทุกข์ เดินเป็นทุกข์ ทุกข์ตลอดเรื่องตลอดสาย

ที่มันเป็นไปในรูปอย่างนี้ ก็เริ่มคันมากจากความไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องอย่างนั้น แล้วก็ปล่อยให้สิ่งนั้นรุกเข้ามาถึงในบ้าน คือเข้ามาถึงใจ แล้วใจก็ออกไปต่อต้านกับมันโดยความไม่รู้เท่าทัน จึงได้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นค่อยๆ อาการอย่างนี้ เพราะฉะนั้น ในการแก้ปัญหานี้ เราจะต้องหมั่นตรวจสอบ อย่างแรกก็คือ กันอารมณ์ไว้ไม่ให้เกิดถูกلام

เจริญวิปัสสนาเป็นการเพิ่มพลังทางจิต

ประการที่อีปั้น ก็ต้องพิจารณาอารมณ์นั้นๆ การพิจารณาที่เรียกว่า ทำทางปัญญา จะพูดอีกแบบหนึ่งเขาว่า “เจริญวิปัสสนา”

คำว่า วิปัสสนา นั้นไม่ใช่เรื่องลึกซับซ้อนอะไร เป็นเรื่องของการคิด การค้นให้เกิดความเข้าใจในเรื่องนั้นความความเป็นจริงเท่านั้นเอง เหมือนกับว่า นักวิทยาศาสตร์เข้าไปในห้องแล็บ แล้วก็ทำการทดลองสิ่งนั้น สิ่งนี้ เพื่อให้รู้ว่า มันเป็นอย่างไร นั่นก็เป็นเรื่องของการพิจารณาค้นคว้า เป็นวิปัสสนาในทางค้นวัดๆ แต่ในค้านธรรมะนี้เราไม่ได้ค้นคว้าในค้านวัดๆ อย่างนั้น แต่มาค้นคว้าในเรื่องเกี่ยวกับชีวิตจิตใจของเรากับสิ่งที่กระทบตัวเรา เพื่อให้รู้ว่าสิ่งที่มาระบบทัวเรานั้นมันคืออะไร มันเกิดขึ้นจากอะไร มันตั้งอยู่ได้อย่างไร มันเป็นของ

จริงแท้การคงทนได้ขนาดไหน ที่เรียกว่าสรวยงานนั้น มันสรวยจริงงานจริงหรือ มันเทยงแท้แน่หรือ มีอะไรที่คงทนถาวรมั่นคงบ้าง เราพิจารณาแล้วเอาไปศึกษา เปรียบเทียบไปในรูปอย่างนี้ในเรื่องนั้นๆ ให้เห็นเป็นเรื่องๆไป ให้ชัดความหมายที่ มันเป็นอยู่จริงๆ

จิตสงบเกิดสันติภาพทางใจ

หลักการอย่างนี้ถ้าเราใช้ปอยๆ เรายังจะมีปัญหานาևเรื่องอะไรมากขึ้น แล้วเมื่อมีเรื่องนั้นมากระทบ เราอาจจะอ้อได้ว่า อือ... มันก็เท่านั้นแหละ ไม่มีอะไร เรายังเดยๆ อารมณ์อ่อนมากระทบอีก็เป็นเช่นเดียวกัน เราเมื่อความเฉยได้ วางแผน ได้ ไม่มีความวุ่นวายในทางจิตใจ แต่ว่าขณะใดที่จิตใจเราสงบไม่เกิดความวุ่นวาย ขณะนั้นเรามีความสุข ความสุขประเทณนี้จะรวมเรียกว่า “สันติภาพทางจิตใจ” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า นาถิ สุนติ ปรัชญ “ความสุขอื่นยิ่งไปกว่าความสงบใจ ไม่มี” ความสุขอย่างอื่นนั้นมันเป็นความสุขที่ไม่แท้ แต่ความสุขในทางจิตใจนั้น เป็นความสุขประเทณที่เที่ยงแท้ถาวร ไม่มีการที่จะวุ่นวายในเรื่องอะไรทั้งนั้น

ชีวิตประจำวันของเรา เรามีความสุขทางค้านวัตถุจากการมีการได้อะไร ต่างๆมาพอสมควรแล้ว เรายังควรหาความสุขในทางค้านสงบจิตใจ นี้เสียบ้าง ตามโอกาสที่เราจะพึงหาได้ พยายามทำจิตให้สงบตามสมควรแก่สุนจะ เวลาใด ใจร้อนเรายังต้องพิจารณาว่า มันร้อนเพราะอะไร ไน้มันมาจากไหน มันผ่านมา ทางประตูไหน ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ที่มันผ่านเข้ามายัง ที่บ่ผ่านเข้ามายัง ทำให้เกิดความร้อน เวลาใจร้อนนี้มันเป็นอย่างไร พิจารณาให้เห็น โทษของความร้อนใจ โทษของความวุ่นวายใจ โทษของความโกรธ ความเกลียด ความพยายาม หรืออะไรที่เกิดขึ้นในใจพิจารณาปอยๆ เป็นเรื่องๆไป

เวลาใดว่างๆ ไม่มีอะไรทำ เราก็นั่งพิจารณาถึงสิ่งเหล่านี้ ถึงอาการที่มันแสดงออก เช่น มันกรุ่นอยู่ในใจ แล้วต่อมามันก็แสดงออกมาทางกาย แสดงออกมาที่คำพูดที่กริยาท่าทาง อะไรมันเป็นไปหมดทั้งเนื้อหั้งตัว หน้าตา คิ้ว คอ คาง มันเป็นไปหมดทุกเรื่องเลย เช่น คนโกรธนี่เราคุณเจ้า เป็นตั้งแต่หัวถึงทีนเลย โกรธหั้งตัวสั่นไปหมดเลย ถ้าเราเห็นอาการเช่นนั้น เราก็นึกว่า มันน่าคุ้นให้กระทำเช่นนั้น ถ้าเราไม่เห็นตัวเรา...เราคุณอื่นก็ได้

เวลาคนอื่นเขามีอาการเช่นนั้น มันน่าคุ้นที่ตรงไหน มันน่ารักที่ตรงไหน สำเนียงที่เปล่งออกมาก กริยาท่าทางที่แสดงออกมาทุกสิ่งทุกประการนั้น มีอะไรที่น่ารักบ้าง มีอะไรที่น่าชมบ้าง เราเขามานั่งพิจารณาให้เห็นภาพค้ายใจของเราว่าเป็นภาพที่ไม่น่าคุ้น เราเรียกว่าเป็นภาพยักษ์ภาพมารไป เมื่อเราเห็นเช่นนั้นเราก็จะอกกับตัวเองว่า ระวังไว้เถอะ! เดียวจะเป็นเหมือนเขา เราบอกเช่นนั้น แล้วบอกป้อຍฯในเรื่องเช่นนั้น แล้วเราก็จะไม่เป็นเหมือนเขา เพราะเรา้มีการเตือนมีการบอกคนเองไว้ในเรื่องอย่างนี้

รักษาระดับจิตใจไว้ให้คงที่

อารมณ์อย่างอื่นก็เหมือนกัน อะไรๆที่เกิดขึ้น เราก็รับมัคระวังในเรื่องอย่างนั้น ถ้าเราประเมินมัคระวังไว้ป้อຍฯ คิกไว้ป้อຍฯ เราก็จะอยู่อย่างสงบ ถ้าเป็นคนแก่ก็เรียกว่าไม่ต้องพกยัลมไว้ในกระเป๋า เพราะมันไม่มีเรื่องที่จะเป็นลม คนเราที่เป็นลมป้อຍฯนั้นมันไม่ใช่เรื่องอะไร ความผิดปกติของจิตใจนั้นแหลก โกรธก็เป็นลม เสียใจก็เป็นลม คิดใจก็เป็นลม อะไรก็เป็นลมได้ทั้งนั้น โอกาสที่จะเป็นลมมันมีได้ง่าย เพราะความเปลี่ยนแปลงทางค้านจิตใจ ใจมันขึ้นแรงไปก็เป็นลม ลงแรงไปก็เป็นลมเหมือนกัน เพราะฉะนั้นต้องรักษาระดับจิตใจไว้ให้คงที่

ถ้าเราไปพบอะไรที่มันจะทำให้เกิดอะไรขึ้นต้องเตรียมตัวล่วงหน้า ก็เหมือนกับหารอกรบท้องเตรียมพร้อมตลอดเวลา เรา ก็เหมือนกับคนอยู่ในสนามรบ กับภารณ์ต้องเตรียมตัวพร้อมอยู่ตลอดเวลา ค่อยบอกตัวเองไว้ว่า ระวัง ระวัง สิ่งนั้นจะทำให้เกิดความวุ่นวาย จะทำให้โกรธ ทำให้เกลียด ทำให้พอใจ จะทำให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ระวังตัวไว้ รักษาใจให้อยู่ในระดับคงที่ ค่อยบอกตัวเองไว้อย่างนี้ เรายังจะไม่มีอะไรเกิดขึ้นในสถานที่นั้นๆ

ประโยชน์ของการรักษาใจไว้ได้

ชีวิตของเราจะอยู่ลำพังผู้เดียวไม่ได้ เพราะต้องพัวพันกับโลก เราต้องติดต่อกิจกรรมกับเขา ในการติดต่อกิจกรรมการอะไรกับใครๆนั้น ถ้าเราไปค้ายาส่งบ...ได้เปรียบ แต่ถ้าเราไปค้ายาที่ร้อนใจวุ่นวาย...ปัญญาไม่เกิดจะโต้เถียง อะไร ก็เรียกว่าที่อุปาทานอย่างนั้นแหล่ พุทธไม่มีแ伦มีคุณกับเขายังไง พูดอะไรก็ไม่รู้เรื่อง ต้องเลี่ยเปรียบเขาร้อยแปดพันประการ นั่น เพราะจิตใจไม่เป็นตัวเอง ที่นี่จิตใจที่เป็นตัวเองก็คือจิตใจที่สะอาด สว่าง สงบอยู่ เขาพูดอะไรมาเราก็ฟังรู้ เราก็ไม่รู้เรื่อง ไปก็พูดคุยกับปัญญา ไม่พูดคุยอวิชชา ความหลงให้เข้าใจผิด การรักษาใจมันได้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันของเรามากยิ่งนัก

ได้กล่าวมาวันนี้ก็เห็นว่าพอสมควรแก่เวลา
 . . . ขออุติการแสดงปางสุกดาธรรมไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .



อิฐพิริยาคีรติ์ น้ำสุขุมวิท

สิ่งที่สำคัญมากที่สุด

ตัวเรานี้แหละสำคัญมากที่สุด

ในการปรับสิ่งชั่วต่างๆ เรายังคงปรับตัวเรา ก่อน คนอื่นໄว้ทีหลัง

ถ้าหากแก่ตัวเราให้สำเร็จ เหตุการณ์ทั้งหลายก็จะคืบขึ้น

บางคนอาจจะนึกแย้งว่าการแก้คนเป็นเรื่องลำบาก

เพราะธรรมชาติของคนนั้นเปลี่ยนได้ยาก หรืออาจเปลี่ยนไม่ได้เลย

ความคิดนี้เป็นความคิดที่ผิดพลาดมาก และไม่ตรงตามหลักธรรมชาติของคน

ความจริงนั้นธรรมชาติของคนเป็นเรื่องแก้ไขได้

ทำให้คิดได้ ทำให้ช้าลงได้ สุขแล้วแต่เหตุการณ์

คนเราทุกคนเกิดมาใหม่ๆ ยังไม่มีสัญโน้มเอียงไปในทางใดเลย

แต่เพราะได้อยู่กับสิ่งแวดล้อม มีมีความราบ้าง

นิสัยสันคนก็ค่อยเปลี่ยนไปในที่สิ่งแวดล้อมอำนวยให้

คนที่เป็นคนชั่วลง เพราะถูกความชั่วซักจูงไป

ความคิดและความชั่วทั้งหมดคงจะขึ้นอยู่กับการกระทำการของตนโดยแท้



ธรรมชาติของจิตใจ

จิตมีธรรมชาติดีนرن gwdd gaewng rakkha yag haam yag



คนเราใจเย็นน่า...อายุยืน
 เพราะว่าต่อเมื่อในร่างกายมันปกติ
 ทำงานเรียบร้อย...ไม่ซึ้ง ไม่ลง
 คนใจร้อนบ่อยๆ เดียวเส้นมันกระดูก...เส้นมันกระดูกบ่อยๆ
 เดียวกระดูกไปในทางคืิจ เดียวกระดูกไปในทางเสียใจ
 เรียกว่า...มันชื้อค...
 มันชื้อคโดยเรื่อย ชื้อคด้วยอารมณ์
 อารมณ์นั้นมากกระแทบ...ชื้อคไปทีหนึ่ง
 อารมณ์นั้นมากกระแทบ...ชื้อคไปทีหนึ่ง
 ...มันก็ยุ่ง ร่างกายมันจึงยุ่ง ไม่ค่อยเรียบร้อย

พระพرحمังคลาจารย์(หลวงพ่อปัญญาบันทึกชุ)



ญาติโยมพุทธบริษัทหงษาย

น บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในการส่งบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

การกระทำเป็นสิ่งสืบเนื่องมาจากจิตใจ

อันเรื่องชีวิตของมนุษย์เรา ที่มีการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน มนุษย์เรามีการกระทำด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ สามอย่างนี้เป็นเรื่องประจำที่มีอยู่ตลอดเวลา การกระทำทางวาจา ทางกายนั้น เป็นสิ่งที่สืบเนื่องมาจากการทางจิตใจ

ใจเป็นผู้คิดก่อน เมื่อใจคิดแล้วจึงพูด ใจคิดแล้วจึงได้กระทำเรื่องอะไรลงไปในทางกาย ถ้าหากว่าใจเราคิดถูก คิดชอบ...การกระทำก็เป็นไปในทางที่คิดที่ถูก ถ้าหากว่าใจคิดผิด...การกระทำก็เป็นไปในทางที่ผิด อันเป็นเหตุที่จะทำให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นในชีวิตประจำวัน

ในหลักธรรมะได้กล่าวอีกนัยหนึ่งไว้ว่า “สิ่งทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า การพูด การทำ การคิด...สำเร็จจากใจ บุคคลใดจิตใจผ่องใส การพูด การคิด ก็เป็นไปในทางคิด บุคคลใดจิตใจเศร้าหมอง การพูดการคิดก็เป็นไปในทางไม่คิด อันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน” เพราะฉะนั้นเราจึงควรจะได้ทำการศึกษาว่า การกระทำทั้งหมดที่ออกมานั้นมันมีราคะนุภาพมากจากใจ

ปักศิษของใจย่อ้มรู้สึกคิดนึกไปตามสภาพแวดล้อม

ใจของคนเรานี้สามารถปักศิษมีอารมณ์มากกระทบอยู่ตลอดเวลา บรรดาอารมณ์ที่มากกระทบตัวเรานั้น ย่อมรับไว้ด้วยใจ ใจอยู่ในสภาพสิ่งแวดล้อมอย่างไร ก็มีความรู้สึกคิดนึกไปตามสภาพสิ่งแวดล้อม หรือว่า การคบหาสมาคมกับบุคคลประเภทใด จิตใจก็โน้มเอียงไปกับบุคคลที่เราคบหาสมาคมนั้น ท่านจึงกล่าวว่า “คบคนเช่นใด ก็จะเป็นคนเช่นนั้น” เช่นเราไปคบพากเพียร สันดานหมาย จิตใจก็จะหมายไปกับคนเหล่านั้นด้วย ถ้าเราไปคบกับคนที่เป็นบัณฑิต มีความคิดคิดคิดบ่อยๆ จิตใจเราจะโน้มเอียงไปในทางที่เป็นบัณฑิตกับเข้าด้วย อันนี้เป็นเรื่องภายนอกที่หล่อหลอมจิตใจคิด เนื่องจากนั้นในทางธรรมะท่านจึงสอนให้หลีกเลี่ยงจากการคบหาสมาคมด้วยบุคคลที่เป็นพาล ให้คบหาสมาคมด้วยคนที่คุ้นเคยๆ อันจะช่วยสร้างจิตใจให้เป็นไปในทางที่ดีที่สุดด้วย

อารมณ์ที่มากกระทบ ทำให้ใจเปลี่ยนแปลง

ถ้าพูดถึงภัยในใจของเราที่เรียกว่าใจที่ถูกอะไรมาทำให้เปลี่ยนสภาพไป อันนี้เราทั้งหลายได้ทราบกันอยู่แล้วว่า สภาพของจิตเดิมแท้ของมนุษย์เราเน้นมั่น ไม่ยุ่ง ไม่เร่าร้อน ไม่มีความอะไร ยังอยู่ในสภาพที่สูงตามวิสัยของมัน แต่ถ้า มีสิ่งใดไปคุยกับเขียว่า อารมณ์มันก็เกิดขึ้นในใจ ทำให้ชุนว่าเครื่องของปึกได้ ปกติของคนที่เราเห็นนั้น ก็มีความโกรธบ้าง รักบ้าง เกลียดบ้าง ซังบ้าง เราถ้าเข้าใจเลี่ยงว่า จิตของมนุษย์นี่มีแต่กิเลส (หรือมีบาป) มีความเครื่องหมายอยู่ตลอดเวลา อันความเข้าใจอย่างนี้เรียกว่าไม่ตรงตามหลักธรรมะอันแท้จริง เพราะ ในแห่งของธรรมะท่านวางหลักเกี่ยวกับจิตใจไว้ และถ้าพูดกันโดยธรรมชาติตาม ความจริงแล้ว ใจเราแท้ๆ ถ้าไม่มีอะไรมากกระทบมันก็อยู่ในสภาพสะอาด สว่าง สงบอยู่ แต่เมื่อมีอะไรมากระทบจึงได้เกิดมีการเปลี่ยนแปลงไป

ความผิดปกติของใจ

คนเรามันเปลี่ยนแปลงบ่อยๆ จึงเข้าใจว่ามันเป็นเช่นนั้น แล้วบางทีก็ได้รับ คำสอน คำบอกเล่า ว่าจิตนี้มีบาปอยู่ตลอดเวลา

ในบางศาสตร์จึงบอกว่าเป็นบาปคั้งเดิมของมนุษย์ ในพุทธศาสนาเรานั้น ไม่มีบาปคั้งเดิม มันมีบาปที่เราสร้างสมขึ้นในปัจจุบันนี้แหละ เราสร้างสมมันขึ้น เรื่อยๆ จนกลายเป็นนิสัย แล้วก็เป็นอยู่ในรูปอย่างนั้น เราเห็นโครงนี้ก่าว่าเขามี จิตใจเป็นปกติอย่างนั้น

ความจริงแล้วนั้น ความเป็นอยู่ที่ปรากฏออกมาให้เราเห็นนั้น ไม่ใช่ ความปกติของบุคคลนั้น แต่เป็นความผิดปกติของใจ

ที่เรียกว่า ผิดปกติก็ เพราะว่าถูกฉบับไว้ด้วยอารมณ์ มีประเภทต่างๆ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เข้าไปปนกับใจ ทำให้จิตใจเปลี่ยนโฉมหน้า ไปตามรูปของอารมณ์นั้นๆ คือ มีความรู้สึกวักบ้าง มีความรู้สึกซังบ้าง ความลุ่มหลงมัวเมาในอารมณ์นั้นๆบ้าง จึงมีอาการที่เรียกว่าขี้น้ำลงๆอยู่ตลอดเวลา อาการอย่างนี้ไม่ใช่ของเดิม แต่เป็นสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้น แต่ เพราะมีความเชื่อผิดทาง ว่าสิ่งนี้เป็นมานานแล้ว หรือเป็นมาตั้งแต่เกิดแล้ว เราจึงไม่ได้คิดแก้ไขปรับปรุง สิ่งนั้นให้เข้าสู่สภาพเดิมของมันเสียบ้าง

จิตถูกปรุงแต่งไปตามอำนาจของสิ่งที่เกิด

เราควรจะได้ตั้งฐานทางจิตให้ถูกต้องกันเสียใหม่ คือตั้งฐานเอาไว้ว่า ใจของเรา ถ้าไม่มีอะไรรบกวนมันก็อยู่คุ้ยความสงบ ไม่มีความวุ่นวาย ไม่มีความเจ้าร้อนในเรื่องอย่างนี้ เราจะเรียนจากหนังสือจากคำรับคำรา หรือว่าจากการฟังเพียงอย่างเดียวไม่ได้ แต่ว่าเราจะต้องเรียนจากประสบการณ์ในชีวิต ของเราเอง คือให้พยายามสังเกตตัวของเราเอง ว่าถ้าหากไม่มีอะไรรบกวน จิตใจ หรือว่าเราไม่ฟื้นฝอยหา catastrophe คำว่า “ฟื้นฝอยหา catastrophe” นั้นหมายความว่าเก็บของเก่ามาคิด นานึก เอกมาปรับปรุงแต่งใจของเรา ก็จะรู้สึกว่าใจของเรา นั้นสงบ

ความไม่สงบนั้นเกิดขึ้นก็ เพราะว่าคิดถึงเรื่องเก่าอย่างหนึ่ง คิดถึงเรื่องที่อยู่ในปัจจุบันอย่างหนึ่ง คิดเรื่องข้างหน้าที่ยังไม่มาถึงอย่างหนึ่ง ถ้าเรามีความคิดสามอย่างนี้ไม่ว่าลักษณะใดลักษณะหนึ่ง จิตของเราก็ถูกปรุงแต่ง ให้เป็นไปตามอำนาจของสิ่งที่เราคิด ถ้าเราคิดถึงสิ่งที่เราเกลียด เราเกิดความเกลียดขึ้น ถ้าเราคิดถึงสิ่งที่เรารัก เราเกิดความรักในสิ่งนั้น ถ้าเราคิดถึง

อะไรอื่นอีก มันก็เป็นไปตามอำนาจของสิ่งที่เรานึกเรากินนั่นเอง จิตเรามันเป็นอย่างนี้ แต่ถ้าเราไม่คิดถึงคิดที่ผ่านมา ไม่ “ฟื้นฝอยหาตัวเข้า” แล้ว ในเรื่องอนาคตเราจะไม่ไข่ค่าว่าอนาคตคิด คิดแต่เรื่องปัจจุบันเฉพาะหน้าให้ถูกต้อง จิตก็จะสงบ

ในเรื่องการคิดปัจจุบันเฉพาะหน้านั้น ก็ต้องไม่คิดค้ายอวิชชา หรือความ渺า แต่คิดค้ายอำนาจปัญญา คือมองสิ่งนั้นเพื่อหาความจริง เพื่อให้รู้ว่ามันคิดอะไร มันมาจากไหน มีฤทธิ์พิษอย่างไร ถ้าเราเข้าไปเกี่ยวข้อง กับมันแล้ว มันจะทำให้เราเป็นอย่างไรบ้าง ถ้าเราหมั่นคิดในกฎอย่างนี้ อารมณ์ที่เป็นตัวปัจจุบันที่เราได้พบนั้น มันก็ถูกละลายไปค้ายปัญญาของเรา สิ่งนั้นก็จะไม่มีเหลืออยู่ในใจของเรา มันจะหายไปผ่านไป

เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...คับไป

อีกประการหนึ่ง สภาพของความคิดความนึกที่เกิดขึ้นในใจของเรา ข้อให้เราเข้าใจว่า มันเกิดแล้วก็คับ เกิดแล้วก็คับตลอดเวลา ไม่มีอะไรอยู่คงที่ภารตลอดไป ความรักเกิดขึ้นแล้วมันก็คับไป ความเกลียดเกิดขึ้นแล้วก็คับไป ความหลงเกิดขึ้นก็คับไป เกิดคับ...เกิดคับ อยู่ตลอดเวลา แล้วความเกิดความคับของจิตนั้น มันรุคเรื่องเราไม่สามารถจะกำหนดกระบวนการเกิด การตั้งอยู่ และการคับไปได้ ความจริงแล้วมันมีอยู่สามระยะ คือ ระยะของการเกิดขึ้น ระยะของการตั้งอยู่ แล้วก็คับไป...มีสามขณะ ภาษาบาลีท่านเรียกว่า อุป Thurī ฉุติ กุกุ อุป Thurī หมายความว่า เกิดขึ้นแล้วก็ตั้งอยู่คือ ฉุติ ภัংগ ภংগ ภংগ คือว่ามันคับไป มันมีอย่างนี้ทั้งนั้นไม่ว่าเรื่องอะไร เช่นความโกรธนี่ มันเกิดขึ้นตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่ง แล้วก็คับไป แล้วมันก็เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...คับไป

คั้บเชื้อของความคิดให้ได้ ก็จักไม่ทุกข์

มันไม่คับไปเลียตามลักษณะของมันนั้น ก็ เพราะว่าเราไปเพิ่มเชื้อให้กับมัน การเพิ่มเชื้อความโกรธให้กับใจ ก็หมายความว่า คิดถึงสิ่งที่เราโกรธขึ้นมา ความโกรธมันก็เกิดขึ้น แล้วก็นั่นคืออยู่อย่างนั้น สมมติว่าเราคิดถึงเรื่องที่ทำให้โกรธ หนึ่งชั่วโมง พอโกรธมันก็เกิดคับๆอยู่ในใจของเราทั้งชั่วโมง ในเรื่องความรัก ก็เหมือนกัน ถ้าเราคิดถึงอารมณ์ที่เรารักใคร่ เราคิดถึงคนที่เรารักเราพอใจ ใจมันก็เกิดความรักขึ้น เกิดขึ้นแล้วก็คับไป เกิดขึ้นแล้วก็คับไป ทราบเท่าที่มีเชื้อ ไล่ให้มันก็เกิดคับอยู่ตลอดเวลา

คนเรานี้มีความผิดตรงที่ไม่ตัดเชื้อออก แต่ชอบเพิ่มเชื้อแห่งความคิด ให้เกิดขึ้นโดยไม่รู้ว่า เชื่อนั้นมันจะเปาไหม หรือจะทำให้เราเกิดความทุกข์ ความเดือดร้อน เราจึงได้ประสบปัญหาในชีวิตกันอยู่เรื่อยไป อันนี้เป็นเรื่องที่ควรจะเข้าใจให้คิว่า สิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นในวิธีชีวิตของเรานั้น มันไม่ได้ตั้งอยู่นาน แต่ว่ามันเกิดแล้วก็คับไป เกิดแล้วก็คับไป เราจึงควรจะสนับสนุนในค้านคับ ไม่ควรสนับสนุนในค้านเกิด

คับเชื้อของความคิดให้ด้วยสติสัมปชัญญะ

การสนับสนุนในค้านคับนั้นทำอย่างไร? กล่าวคือ ให้มีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันค่อสิ่งที่มันเกิดขึ้นในใจของเรา คือ ให้รู้ทันท่วงที่ว่าสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้กำลังคับอยู่ สิ่งนี้คับไปแล้ว แล้วก็ให้รู้ต่อไปว่าสิ่งนี้เป็นนาปเป็นอุคคล สิ่งนี้เป็นบุญเป็นกุศล สิ่งใดที่เป็นนาปเป็นอุคคล เมื่อมันคับไปแล้ว ก็ปล่อยให้มันคับไปตามเรื่องของมัน อย่าเอาเชื้อไปไล่ให้มัน

สิ่งใดที่เป็นบุญเป็นกุศลก็เหมือนกัน เมื่อมันเกิดแล้วก็ไปแล้วก็ปล่อยมันไป ตามเรื่องไม่ต้องไปยึดไปติดอยู่ในสิ่งนั้น เพราะการยึดติดไม่ว่าจะเป็นเรื่องบุญหรือ เป็นเรื่องบาป มันก็ยังวนว่ายอยู่นั้นแหละ เรียกว่า ยังมีความยึดถือ มีความยึดถือก็ยังมีความทุกข์ด้วยเรื่องน้อย

ในทางธรรมะท่านจึงสอนให้ปล่อยวางในอารมณ์นั้น การที่ปล่อยวาง นั้นแหละ เขาเรียกว่าสนับสนุนในด้านดับ ไม่ให้มันเกี่ยวเกะอยู่ในใจของเรา ต่อไป เราจะมีจิตใจสงบไม่ว่าวนวาย ไม่เร่งร้อน จะยืน เดิน นั่ง นอน ก็อยู่ ด้วยความสบายใจ ความสงบสบายนี้เป็นสิ่งที่เราหงFTER หลายประณากันอยู่ ทุกคน เพราะว่าความทุกข์ความเดือดร้อนใจนั้น มันเป็นสิ่งที่ไม่น่าประณากอะไร คิดแล้วมันก็วนวายใจเพิ่มโรคให้แกร่งกาย เพิ่มโรคให้เกิดขึ้นในทางจิตใจของเรา มากขึ้นทุกวันทุกเวลา เป็นปัญหาเป็นความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตไม่ใช่น้อย

เมื่อเราไม่ต้องการสภาพจิตในรูปเช่นนั้น ก็ควรจะฝึกฝนสติปัญญาให้มากขึ้น เพื่อจะได้กำหนดเหตุการณ์นั้นๆว่า มันเกิดขึ้นเพราะอะไร มันตั้งอยู่เป็นอย่างไร และคบไปอย่างไรให้รู้ในภาพเช่นนั้นไว้ จิตใจของเราจะจะอยู่ในสภาพที่เรียกว่า เป็นปกติ ไม่มีความวนวายเดือดร้อนเกิดขึ้นปอยๆ นี่ประการหนึ่ง

มูลฐานการเกิด “จิต” ของคน

อีกประการหนึ่ง ถ้าหากว่าเราจะศึกษาในเรื่องการกระทำของคนทั่วๆไป รวมทั้งตัวเราด้วย สิ่งที่เรียกว่าสร้างสรรค์ในทางที่ให้เกิดทุกข์เกิดความเดือดร้อน ที่เราประพฤติกันอยู่ในชีวิตประจำวันของเรานั้น ก็มีอะไรหลายอย่าง ซึ่งท่านเรียกในภาษาธรรมะว่า จิตของคน หรือพุทธภาษา ไทยว่า สัมความของคนเรานี่ มันมีอะไรเป็นมูลฐานการเกิดขึ้นมาบ้าง?

ความเชื่อที่ง่าย ไม่มีเหตุผล

ถ้าศึกษาด้วยใจจะเห็นว่ามันมีหลายอย่างหลายเรื่อง เช่นว่า คนบางคน ประพฤติปฏิบัติอะไรค้ายかないความเชื่อที่เรียกว่าสัทธา แต่ว่าสัทธาในที่นี่โดยมากเป็นไปในทางที่ไม่ค่อยจะมีเหตุผล เป็นคนประเภทเชื่อง่ายเชือดาย ในเรื่องอะไรมากเกินไป

เมื่อเป็นคนเชื่อง่ายก็จะเป็นคนที่ทำอะไรค้ายความนงนาย หรือทำตามความมาในสิ่งนั้นๆ ไม่ได้พิจารณาเหตุผลของเรื่องที่ตนจะกระทำ ว่าเมื่อกระทำลงไปแล้วจะได้อะไรจะมีประโยชน์อะไร เป็นสิ่งจำเป็นในขณะนี้หรือไม่ ไม่ค่อยจะได้เรื่อง อย่างนี้เขายกเว้นความเชื่อแบบง่ายอยู่ในจิตใจ ทำไปค้ายかないความเชื่อดีอีก ไม่ได้เชื่อค้ายเหตุผลอะไรมาก แต่เป็นความเชื่อประเภทต่างๆ ที่เรียกว่ารับฟังตามๆ กันมา คนสมัยก่อนทำอย่างไรเราจะรับกันมาในรูปอย่างนั้น แล้วก็ปฏิบัติกันอยู่ในรูปอย่างนั้น

บางที่เราพูดเล่นๆไปเลยที่เคยว่าว่าอกว่ารักษาประเพณี แต่ว่าประเพณีบางอย่างที่เรารักษาไว้นั้น มันไม่ได้สร้างอะไรให้เกิดเป็นผลดีในทางด้านจิตใจขึ้น ไม่เป็นไปเพื่อการสร้างเสริมความดีความงามเท่าไรก็มี หรือบางที่ก็ไม่ได้ส่งเสริมสัจธรรม อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา แต่เป็นการปิดกั้นคนไม่ให้เข้าไปถึงสัจธรรมที่แท้จริง เพราะไปหลงติดอยู่ในอะไรบางอย่าง อันเป็นเรื่องของความเชื่อที่เรียกว่าง่าย ไม่คิดไม่ค้นในเรื่องนั้นๆ ให้ขาดเจนฤกษ์ต้องตามความเป็นจริง อันนี้เป็นการปฏิบัติที่มีอยู่ในหมู่มนุษย์ผู้เชล้า หรือมีปัญญาน้อยทั่วไป คงที่เราเห็นๆ กันอยู่

โดยเฉพาะในเมืองไทยเรานี้ ถ้าพิจารณาตามหลักการนี้แล้ว จะเห็นว่า มีมากประเพณีความเชื่อง่าย หรือว่าไปทำตามอำนาจความเชื่อดีอีก แต่ไม่มีปัญญาเป็นเครื่องไตรตรองค้นคว้าหาเหตุผลในเรื่องนั้นๆ ก็มีอยู่มาก แล้วก็ถือ

กันมาเรื่อยๆ โดยเข้าใจว่า เมื่อทำอย่างนั้นแล้วคนจะได้อย่างนั้น คนจะได้อย่างนี้ เมื่อมีสิ่งอะไรสำเร็จขึ้นในวิถีชีวิต ไม่คิดว่าเป็นเรื่องที่ตัวกระทำ แต่มีความเชื่อ ประเพณีเหล่านั้นมาแนะนำ ว่าสำเร็จขึ้นได้ เพราะลิ้งนั้นสิ่งนี้ เจ้านั้นเคยช่วย ผู้นี้ช่วย หรือว่าสิ่งคักดีสิทธิ์คนนั้นคนนี้มาช่วยให้สำเร็จในกิจที่คนต้องการ อันนี้ เป็นความเชื่อที่มีอยู่ทั่วๆไป แล้วก็ทำการตามคำขอของความเชื่ออย่างนี้ เรา ก็เห็นกัน อยู่แล้วว่ามีอยู่อย่างไรบ้าง

ในทางที่ถูกที่ควรนั้น ควรจะทำลายความเชื่อมั่นแบบนั้นออกไปแล้วก็ ให้มีปัญญาพิจารณาถึงเรื่องที่กระทำอยู่ ว่าเขาทำเรื่องนี้เพื่ออะไร ทำแล้วจะ ได้อะไรเกิดขึ้นในใจบ้าง จึงจะเป็นการชอบตามหลักคำสอนในทางพุทธศาสนา เพราะในทางพระพุทธศาสนา ให้เราทำอะไรมิให้ทำด้วยความไม่รู้ไม่เข้าใจ แต่ให้ทำด้วยความรู้ความเข้าใจ ว่าเราทำสิ่งนี้เพื่ออะไร และจะมีอะไรมีเกิดขึ้นใน จิตใจของเรา เราทำแล้วจะเกิดอะไรมากคลื่นบ้าง

การกระทำนั้น...ไม่ว่าเรื่องอะไรมีความมุ่งหมายอยู่สองประการเท่านั้น คือเพื่อช่วยบุคคลอื่นให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน อันนี้เป็นจุดหนึ่งที่ เราต้องการ อีกประการหนึ่งก็เพื่อช่วยยกระดับจิตใจของเราให้สูงขึ้น จนพ้น จากความชั่วความร้าย หรือจากความหลงผิดเข้าใจผิดคิดด้วยประการต่างๆ อันนี้แหล่ะคือจุดหมายของการกระทำ ถ้าเราทำแล้วไปถูกจุดสองอย่างนี้ก็เรียกว่า ใช้ได้แล้ว

แต่ถ้าทำแล้วไม่ได้ผลอย่างนี้ หรือว่าได้เพียงอย่างเดียวไม่ได้ทั้งสองอย่าง การกระทำนั้นก็ไม่สมบูรณ์เหมือนกัน เช่นว่า ได้ผลแก่คนอื่น แต่ว่าจิตใจของเรา ไม่คืบหน้า ไม่มีความก้าวหน้าในค่านธรรมะ ไม่ได้ยกให้มั่นสูงขึ้นไปจากความหลงผิด เข้าใจผิด การกระทำในรูปนั้นก็เรียกว่าบั่งมายอยู่ ยังไม่เป็นศรัทธาที่ถูกต้อง ตามหลักเหตุผลในทางพระพุทธศาสนา จึงคร่าวข้อให้เราทั้งหลายพิจารณาในเงื่อน เอกไว้บ้าง

สัทชาจิต เป็นความเชื่อทั่วไป

จะยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ เช่นว่า เราไปไหว้พระตามสถานที่ต่างๆ เรายังไงตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ เช่นว่า เราไปไหว้พระตามสถานที่ต่างๆ เราไปไหว้พระเราไปไหว้รูปใด ไหว้ด้วยความเชื่อประเทงmanyay หรือไหว้ด้วยปัญญา ถ้าเราไปไหว้ด้วยสัทชาจิตซึ่งเรียกว่าเป็นความเชื่อทั่วไปmanyay เราถ้าไปไหว้ในฐานะที่ว่าพระพุทธรูปองค์นี้เป็นพระพุทธรูปสำคัญลิขิธี มีฤทธิ์มีเศษที่จะคลบบันดาลให้ผู้ไหว้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ แล้วเราถ้าไปกราบไปไหว้ เวลากราบไหว้นั้นเป็นการกระทำแบบบานบานสานกล่าวนี้ เป็นการขอร้องเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนต้องการมาอย่างจะถูกห่วยถูกเบอร์ ก็ไปขอจากหลวงพ่อ อย่างจะทำอะไรก็ไปขอ แม้แต่จะทำงานทำการบางที่ก็ไปปรึกษา กับหลวงพ่อ ที่นี่หลวงพ่อท่านพูดไม่ได้ แต่ว่าเขามีใบเชื่อมให้เราสั่น เราถ้าไปสั่นก็ว่าจะประกอบการค้าการขาย เราจะคืนทางໄก ใจทำงานอย่างนั้นอย่างนี้ จะสำเร็จหรือไม่สำเร็จ แล้วก็ไปนั่งสั่น เมื่อสั่นก็ไม่ได้มาใบหนึ่ง ได้มาใบหนึ่ง สมมติว่ามันไม่คิด...ลองถามอีกที วางแผนว่าหลวงพ่อนี้เป็นผู้ลังเลเดียวเหลือเกินแหละ จะให้อะไรแก่ครรภ์ให้ไม่ค่อยเรียบร้อย ความจริงไม่เกี่ยวกับหลวงพ่ออะไรหรอก เราไม่พอใจใบหนังต้องสั่นใหม่ บางที่สั่นมาได้ตั้งสามใบสี่ใบแล้วเขามาพิจารณาว่าไปไหนคี ไปไหนคีก็เขาใบหนึ่น อนันต์มันจะเชื่อได้อย่างไร ถ้าคืนก็ตักใบเดียว นีมันหลายใบ...เขามาเดือกมาฟันอีกที ก็ยังอยู่ในข่ายของโมฆะความหลงอยู่นั้นเอง ไม่ใช่อยู่ในข่ายของปัญญา เพราะไปไหว้ด้วยความเข้าใจผิด คิดว่าสิ่งนี้จะอำนวยอะไรให้แก่ตนได้ การกราบไหว้ในรูปนี้ อย่างจะบอกว่าไม่ตรงตามเนื้อแท้ในทางพระพุทธศาสนา

ถ้าเราจะไปไหว้ให้มั่นคงเรื่องถูกทราบ เรายังควรจะไปไหว้เพื่อความสงบใจ เพื่อปัญญาในทางความคิดทางความอ่าน เช่นสมมติว่าจะไปไหว้พระในโบสถ์ โบสถ์ไหนที่คนไปไหว้กันมากๆนี่...อย่าไปเลย เพราะมันหาความสงบไม่ได้ มันหาความสุขทางใจก็ไม่ได้

สัทนาจริต กับ ปัญญาจริต

เช่นว่า ไปให้พระบาทเป็นต้น คนไปให้พระบาทในถูมีงาน นอกจากไปให้พระบาท นั่นพุคให้ชาวโลกเข้าได้ยินเท่านั้นเอง เนื้อแท่น้อยากจะไปเที่ยวมากกว่า เพราะว่าเขามีงานสุนกันที่นั่น ไปให้ก็ไม่ได้สาระอะไร เข้าไปถึงยกมือไหว้ที่หนึ่ง โynestทางค์ลงในบ่อที่มีพระบาท แล้วก็ต้องรีบออก เพราะคนข้างหลังเขามี酵ะ กำลังเข้ามา จะไปนั่งให้วนกถึงพระพุทธคุณ ธรรมคุณ ลังหมคุณ กันลักษณะอยู่ก็ไม่ทันรอ...รีบออกไป แต่กลับบ้านก็ภูมิใจว่าได้ไปให้พระบาทแล้วแล้วก็ยังจะไปอีกลักษณะรึ ถ้าให้ถึงเจ้าครรังแล้วจะไม่ตกนรก แต่ความจริงนั้น ก็ยังคงทุกเช้าทุกเย็นอยู่นั้นแหละ เพราะยังโทรศัพย์ร้อนใจบ้าง ยังวิตกกังวลยังมีความทุกข์เกิดอยู่ในใจ ก็ยังคงอยู่นั้นเอง เขานอกกว่าให้เจ้าครรังไม่ตกนรกนั้นไม่ใช่ให้ว้อป่างนั้น

ถ้าให้จะไม่ให้ตกนรกมันต้องให้ว้อกแบบหนึ่ง คือว่า เกาะไปให้พระในใบสัตว์ ก็ต้องการความเจียบ อยู่ที่บ้านมันไม่เจียบ...ไปหาความเจียบเดียหน่อย หรือว่าอยู่ที่บ้านมันวุ่นวายค้ายารมณ์ร้อยแปดพันประการ เพื่อปลึกตัวออกจากภารมณ์วุ่นวายไปวัดเข้าไปในใบสัตว์ นั่งเจียบฯ เมื่อไปถึงเราถือส่วนตัวให้พระทานเรื่องที่ควรทำเสร็จจากนั้นแล้วก็ควรนั่งลงบิจชาดุพระพุทธรูป อันเป็นรูปเบรียบแทนคุณงามความดีของพระพุทธเจ้า

เรายังคงถือความกรุณา ถึงปัญญา ถึงความบริสุทธิ์ ถึงปฏิปทา ความเป็นอยู่ของพระผู้มีพระภาคว่าพระองค์อยู่อย่างไร ปฏิบัติอย่างไร ทำอะไร เป็นประโยชน์แก่ชาวโลกอย่างไร นั่นพิจารณา...คุ้ไปก็คิดไปนึกไป อย่างนี้เรียกว่าไปให้พระถูกพระ เพราะเราไปนั่งคิดถึงพระเพื่อให้เห็นพระ ครั้นเห็นแล้วเราจะได้เกิดความปีติปราโมทย์เกิดความสงบใจ เวลาออกจากใบสัตว์นั้นเราถือมีพระนั้นอยู่มากว่า หมายความว่านำเอกสารมาความดีของพระองค์เข้าใส่ไว้ในจิตใจ

ของเรา เอกามาไว้ในบ้านเราเรื่องเรา เพื่อจะได้ใช้แก่ปัญหาอื่นๆต่อไป เวลาใด มีอะไรรุ่นราษฎร์นั้นก็ถึงพระ จิตใจจะได้ส่งบสบายน อย่างนี้เรียกว่า ให้วัดค่าย ปัญญา ไม่ใช่ให้วัดค่ายลัทธาแบบที่ทำกันอยู่ทั่วๆไป

หรือว่าเราเดินทางไปไกล เช่น บางที่เรารอตส่าห์ไปให้ถึงที่พิชณุโลกโน่น หลวงพ่อพระพุทธชินราชก็ต้องการไปคุยกับปะของท่าน ว่าเขายังล่อหลอนชาวบ้าน อย่างไร ถ้ามุ่งเอาธรรมะที่พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณแท้ๆ ไม่ต้องเดินทางไกลๆหรอก ที่เดินทางนั้นเพื่อไปคุยภูมิประเทศ ไปคุยสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริงอยู่ ในประวัติศาสตร์ เช่น เราเดินทางไปอินเดีย เรียกว่าไปให้พระในประเทศอินเดีย จุดหมายสำคัญก็ต้องการไปคุยภูมิศาสตร์ ภูมิประเทศที่พระพุทธเจ้าประสูติ ครั้นถู แสลงธรรมเทศนา นิพพานอย่างไร ต้องการคุยบนธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรม ของคนในท้องถิ่นนั้น ว่าที่นั้นมีอยู่ในคัมภีร์เนื้อแท้จริงนั้นเป็นอยู่อย่างไร เป็นการ ไปเพื่อการศึกษา เพื่อจะคุยสิ่งนั้นสิ่งนี้ ไม่ใช่พอไปถึงแล้วขุคคินหอบกันมาเป็นถุงๆ ส่วนสิ่งอื่นที่สิ่งที่สูงเอกสารไม่ได้เอกสารแต่คินมา

อาทิตย์มาเคยไปหลายครั้ง เท็นไบมทุกคนขุคแต่คิน ไปโภคนตันโพธิ์ก็ขุคคิน ไปที่นิพพานก็ขุคคิน ไปที่ประสูติก็ขุคคินมา ตามว่าจะเอาไปทำอะไร คินเมืองไทย ก็คินแบบนี้แหละ แบบกว่าเอาไปฝ่ากถูกฝ่าหลาน คุณธรรมไม่นำมาฝ่า ก คินมาฝ่า เอาใบโพธิ์มาฝ่า เอกองอะไรมากไม่รู้ ฝ่าแต่เรื่องวัตถุทั้งนั้น สิ่งคึ่งามประเสริฐเลิศลั้นคือธรรมะไม่เท็นเอกสารฝ่า ชือแต่ของเต็มกระเบ้า อิ่นุงคงนั้ง เพิ่มน้ำหนักขึ้นเบอะແยะของที่ไม่มีน้ำหนักกลับไม่เอา มันเป็นเลิยอย่างนี้ ไม่ใช่เพียงแค่ใบ พระก็เอาเหมือนกัน พระบึงเอกสารกว่าใบอีก ตามว่าทำไม่ เอกามาก บอกว่าเอาไปสมบั้นพระ ไม่ใช่ต่อไปว่า พระองค์นี้บันเจือค่วย คินลังเวชนียสถาน เพราะแยกมันเหยียบไปเหยียบมา ก็เรียกว่าคินชี้ตีนแยก ทั้งนั้นแหละ อันนี้เขาเรียกว่าเป็นความงมงาย ไม่ใช่ความเชื่อที่ต้องการ เป็น สัทธาจริตตามแบบที่เขาว่าไว้ ไม่ใช่ปัญญาจริต

เปลี่ยนสัทธรรมจิตเป็นปัญญาจิต

เราผู้เจริญด้วยปัญญา มีความคิดมีความอ่าน จึงควรจะเปลี่ยนแปลง สัทธรรมจิตให้มีปัญญาจิตเกิดขึ้นในใจของเรา ทำอะไรก็ทำด้วยปัญญา มีลูก มีหลานก็สอนให้มันเกิดปัญญาเสียบ้าง อย่าสอนให้มีความงมงาย อย่าให้ไป เข้าพิคอ่าย่างนั้นอย่างนี้ ผลงานพิคอัญญ์ในสิ่งที่เป็นวัตถุ ถ้าจะมีบังก์ไม่ว่าอะไร แต่ไม่ใช่มากเกินไป

สมมติจะเอาพระห้อยคอให้เด็กนักเรียนสักองค์หนึ่ง หลวงพ่ออะไรตามที่ ...ใช้ได้ทั้งนั้นแหล่ แล้วเราบอกเด็กให้รู้ว่า มีพระห้อยคอแล้ว ต้องมีความละอาย ในการที่จะกระทำการชั่ว ต้องกลัวต่อการกระทำการชั่ว ต้องเป็นคนอ่อนน้อม ต่ำคน ต้องเชือพ่อ เชือแม่ เชือครู เชืออาจารย์ พระที่ห้อยคือนี้จะเป็นเครื่อง เดือนใจให้เราสำนึกนำไป สำนึกรู้ถึงความชั่ว จะทำอะไร...ถ้าเป็นความชั่ว ก็ให้ถูกพระ ที่เราห้อยคอแล้วก็ให้ละอายในการที่จะกระทำการชั่ว เราสอนเด็กในรูปอย่างนั้น ฝึกความคิดในรูปอย่างนั้นลงไปตั้งแต่ตัวน้อยๆ เมื่อเข้าโตขึ้นเขา ก็จะไม่มีความเชือ ประเทงงมงายที่ต้องวิงไปหาพระวัตถุบังคับนั้นบ้าง ใครเลกที่ไหนก็ต้องไป เอา มาแล้วก็ไม่รู้จะห้อยตรงไหน เพราะมันมากเต็มที่ อย่างนี้ก็เรียกว่าเป็นสัทธรรมจิต อัญญิในความงมงายนั้นเอง จึงควรจะได้เปลี่ยนแปลงแก้ไขความคิดแบบนี้เสียให้เข้า หลักธรรมะทางพระพุทธศาสนา

แม้ในเรื่องการกระทำอะไรนักก็เหมือนกัน เราต้องมุ่งเจาเนื้อ ไม่ใช่มุ่งเจา แต่เปลี่ยนหัวใจพื้นคลอดเวลา ให้รู้ว่านี้อันแท้ของสิ่งนั้นคืออะไร แล้วก็ทำให้ตรง กับจุดที่เราต้องการ ถ้าพุทธบริษัทเราได้มีการเปลี่ยนแปลงการกระทำแบบ สัทธรรมจิตให้เป็นปัญญาจิตขึ้นมาแล้ว สิ่งทั้งหลายที่เป็นไปอยู่ก็จะคืน ใจเรา เขายังจะไม่ติว่าเราได้ ว่าเป็นผู้ที่เชื่ออะไรงมงาย ไม่เข้าหลักเกณฑ์ทางพุทธศาสนา เพราะพระพุทธเจ้าของเรามิ่งสอนให้หิ่งmanyay แต่สอนให้คืนตัว สอนให้ก้าวหน้า

ในทางที่คือที่งามอยู่ตลอดเวลา ให้ศึกษาดูประวัติความเป็นมาของพระพุทธองค์ เมื่อจะเกิดในถินที่เรียกว่าเต็มไปด้วยความงมงาย เพราะพระเทศาอินเดียเต็มไปด้วยความงมงายนานาประการ พิธีรตองนี่มากเหลือเกิน แต่ว่าพระองค์ไม่ได้ถือเอา เลยสิ่งเหล่านั้น ทรงเปลี่ยนแปลงหมก ทึ้งของเก่าหมก เอกามาทำใหม่รูปใหม่ เพื่อให้คนได้เข้าใจสิ่งที่เรียกว่าลัจชธรรมอย่างแท้จริง ตามหลักที่พระองค์ต้องการ ให้คนรู้คนเข้าใจ

เปลี่ยนหือเนื้อแท้

เมืองไทยเรารับพระพุทธศาสนา...รับมาพร้อมๆ กับศาสนาพราหมณ์ พวกพราหมณ์ก็มา พวกพระก็มา แต่ว่าพราหมณ์นี้ได้เปรียบหน่อย เพราะว่าได้เข้าไปอยู่ในวัง อยู่ข้างพระแห่นของพระราชน้ำกษัตริย์ เป็นผู้ทูลอะไรๆ ให้ทุกสิ่งทุกประการ พระราชาจะทรงทำอะไรก็ต้องถามคนที่นั่งอยู่ข้างแห่นนั่นแหละ คนนั่นข้างแห่นก็พราหมณ์นั่นเอง เพราะฉะนั้นต้องถามว่า จะทำเมื่อไร จะทำอย่างไร จะทำเวลาไหน ตาพราหมณ์คนนั้นก็กราบทูลว่าต้องทำอย่างนั้นต้องทำอย่างนี้ พระสงฆ์องค์เจ้านี้พราหมณ์แก่สั่งให้นิมนต์ ถ้าว่าไม่สั่งให้นิมนต์ก็ไม่ได้ฉันอะไรพราหมณ์แกบอกว่าต้องนิมนต์พระมาด้วย พระจึงเลยได้ไปด้วย ไปร่วมพิธีนั้นๆ พระเอกไป แล้วก็ไปร่วมกับพราหมณ์อีกเหละ พราหมณ์คือมอง ตีบันเทาเวร เปาสังข์ พระก็พลอยสาคชัยันโนโடิโลเดตามเรื่องไปกับเขา เข้ากันเหมือนปีกับชลุยอย่างนั้นแหละ แต่ว่ามันเป็นปีกเข้าชลุยเก่าทั้งนั้นแหละไม่ได้สาระอะไร เป็นพิธีการที่ทำๆ กันอยู่ทั่วๆไป

ถ้าเราจะแก้ไขมาในทางค้านธรรมะเลี่ยบ้าง ก็จะช่วยให้สิ่งทั้งหลายก้าวหน้า เป็นไปด้วยดี ควรจะศึกษากฎธรรมะ ควรจะปฏิบัติธรรมะ แล้วเราจะช่วยกัน

แนะนำทางในทางธรรมให้มากยิ่งขึ้น แต่ว่ามันก็ค่อยลำบากการเผยแพร่ธรรมะ ส่วนการเผยแพร่ลิ่งเหลวใหม่มาก คนก็สนใจไปมหาสุกัน อาทมาเห็นที่ไรแล้ว ก็ลงสารญาติโอม บางคนที่ตั้งตนเป็นหลวงพ่อ อาทมาນั่งพิจารณาแล้วนั่งคุยกับ หัวถึงศีน คุยกับเป็นการอยู่คุกอะไรต่ออะไร...นึกในใจว่ามันเป็นหลวงพ่อได้อย่างไร คนนี้ เป็นค้ายความเชลาแท้ๆ ไม่ใช่เป็นค้ายอะไร เพราะว่าการพุทธการชาหรือ กิริยาท่าทาง มันไม่สมกับเป็นหลวงพ่อเลยลักษณะอย่างนั้น บางที่ขึ้นไปนั่งบนแท่น ทำท่าเข้าสมานิ อาทมานั่งคุณแล้ว มันแสดงละครแท้ๆ ที่ท่าปลูกเสกเวลาเมื่อง เข้าอกมา ก็ไปคุกับเขานะอย ไม่เค้าไปปลูกไปแสดงอะไรกับเขารอ ไปคุณว่าเข้า แสดงละครอย่างไรเท่านั้นเอง

บางองค์พอขึ้นไปถึงนั่นทำท่าหลับตา หลับตา...นั่งสมานิ พอดียกลีบตา ซักบุหรี่อุกมาพ่นควันโขมงบนแท่นนั่นแหล่ะ นิกว่าหลวงพ่อนี่ยังไม่ชนะคัวเอง ควร จะลงมาลักษณะอยแล้วค่อยไปสูบ ทำไมต้องไปสูบบนแท่นที่ไปนั่งทำสมานิบนั้น ทำตนเป็นหลวงพ่อ พอกจะติดลมมาจากแท่นก็ แ昏!...เดินพรุ่งพรากๆ วิ่งไป วิ่งมา ทำท่าเหมือนกับนักเดยอย่างนั้นแหล่ะ แล้วมันจะเป็นหลวงพ่อได้อย่างไร คนก็อุตสาห์เข้าไปให้ว่าเขามีอุบเท้า แล้วก็เขามาลูบหัวให้ชี้ผุนเป็นนมเปล่าๆ ไม่เข้าเรื่อง คุณแล้วมันนำขำ อาทมาไปปูบ่อบฯ เข้าหักกันที่ไหนก็ชอบปูคุณเมื่อนกัน คุณแล้วก็อย่างนั้น คุณว่ามันเป็นอย่างไร

หลวงพ่อบางองค์ไม่ได้ความเลย บางองค์ก็หนุ่มป้อ หลวงพ่ออายุเพียง ๒๕ เท่านั้นเอง เป็นหลวงพ่อแล้ว อีกไม่กี่วันหลวงพ่อก็ไม่สามารถเกงไปเดินป้อมอยู่ แลวพาหุรัตแล้ว เพราะว่าได้เงินเบอะແเพะ เพราะเป็นหลวงพ่อ นี่มันจะได้ความ อะไร เราไปถือสิ่งนั้น ไม่ได้มุ่งธรรมะ ไม่ได้เอาสิ่งที่เป็นเนื้อแท้ แต่ไปเอา แต่สิ่งที่เป็นเปลือกคลอคเวลา สิ่งที่เป็นเปลือกสำหรับทึ่งที่กองขยะมูลฝอย ไม่ใช่ของเขามาไว้บูชา ที่นี่เราไปเอาที่กองขยะมูลฝอยมาบูชา ธรรมแท้เรา ไม่เอา...ไปเอกสารซึ่งฟังอะไรไม่รู้

นี่มันเรื่องสัทชานั้นแหล่ใบม สัทชานมาย ไมใช่ปัญญา ถ้าเราจะเปลี่ยนสัทชานมายให้เป็นสัทชาแบบใหม่ คือให้เป็นสัทชาที่ประกอบคำยปัญญาใช้เหตุเช่น ต้องศึกษาให้รู้ให้ดีในเรื่องว่าจะทำอะไร จะปฏิบัติอย่างไร มีความคิด มีความเดือดร้อน มีปัญหาประเภทใดๆ ก็ได้ แล้วก็แก้ไขคำยปัญญา จึงจะเป็นการซ้อมการควร นี้ประการหนึ่ง

ราคžeจริต มีความคิดในเรื่องส่วยงาม

ที่เราเห็นมีคนประพฤติปฏิบัติกันอยู่ทั่วๆไป ตามอำนาจของความเชื่อที่เกิดขึ้นในใจ บางคนทำอะไรก็พยายามที่เข้าเรียกว่า ราคžeจริต พวกราคžeจริตนี้เป็นพวกร่มีความคิดในเรื่องส่วยงาม เรื่องการประคับประคาย เรื่องตกเรื่องแต่งในเรื่องอะไรต่างๆ ทำอะไรก็ให้ส่วยงามจนเกินพอดีไป จนกระหึ่งว่าล้วนเปลืองเงินทองไม่เข้าเรื่อง เป็นพวกร่มีความเชื่อว่า มัจฉิตในทางรักส่วยรักงาม ไมใช่เนื่องคำยความเป็นระเบียบ

ความเป็นระเบียบนั้นมันไม่มากอะไร แต่ถ้าเรื่องเกี่ยวกับความงามอะไร ต่างๆนี้มักลงทุนมากไป เป็นการล้วนเปลืองเงินทอง แต่ก็มีคนพอใจในลิ่งเหล่านั้น ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายในเรื่องเกี่ยวกับความส่วยงามมากขึ้น ทุกวัน ทุกเวลา เพราะไม่ได้มุ่งปฏิบัติในด้านที่เป็นธรรมะ กลับทำให้คนหลงใหลมัวเมากับคำยประการต่างๆ เมาในรูปบ้าง เมาในเสียงบ้าง ในกลิ่น ในรส ในสัมผัสรอบต่างๆบ้าง ประเภทที่เรียกว่าทำคนให้มัวเมากัน

คนที่ทำคนให้มัวเมานี่พระพุทธเจ้าติเตียน คราวหนึ่งมีศิลปินคนหนึ่งเรียกว่า แกเป็นผู้เชี่ยวชาญในการฟ้อนรำ ไปเฝ้าพระพุทธเจ้า เมื่อไปเฝ้าแล้ว ก็กราบทูลถามพระผู้มีพระภาค บอกว่า ข้าพระองค์นี้เป็นศิลปิน ทำคนให้ร่าเริง

เบิกบานใจ หัวเราะสนุกสนาน ข้าพระองค์ทำอย่างนี้ ตายแล้วจะไปเกิดที่ไหน พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า อย่ามาถามเลยในเรื่องอย่างนี้ แก่กรรเร้าถามเป็นครั้งที่สอง พระองค์ตอบกว่า อย่ามาถามเลยปัญหานี้ ตذاคตไม่ขอตอบ แก่กรรเร้าเป็นครั้งที่สาม พระองค์ก็ตอบว่าเมื่อนี่ตายแล้วจะไปเกิดในนรก เพราะว่าคนในสมัยนั้น เขายื่ออย่างนั้น เชื่อว่าตายแล้วไปเกิดเมืองนรกก็มี ตายแล้วไปเกิดในสวรรค์ก็มี พระองค์ก็ตอบว่า เชอนี่ตายแล้วไปเกิดเมืองนรก เขาก็ถ้ามาว่าทำไม่ถึงต้องไปเกิดเมืองนรก เพราะว่าทำให้คนสบายน บอกว่ามันไม่ใช่สบายนในทางถูก เธอทำคนให้หลงงมงาย ให้เข้าใจผิดในสิ่งที่เป็นอยู่ตามความเป็นจริง ให้เห็นเป็นของผิดไปหมด การฟ้อนรำของเธอ...ทำให้คนหลงในศิลปะการฟ้อนรำจนไม่เป็นอันทำมาหากิน บางที่ผู้หญิงหลงเชอก็คิดตามไปคุยที่นั่นที่นี่ แต่จากสามีแทกจากครอบครัว นี่เรียกว่าสร้างนรกหันนั้น เวลาที่เชอกำลังตกนรกด้วยเรื่องนืออยู่ ตายแล้วก็ต้องไปตกนรกต่อไป นายคนนั้นได้ฟังแล้วจึงเข้าใจความหมายขึ้นมา เรื่องนี้ก็นับว่า เป็นตัวอย่างซึ่งให้เห็นว่า การกระทำอะไรในทางที่ทำให้คนหลงให้เข้าใจผิดนั้น เป็นเรื่องไม่คี แต่เราควรจะทำเรื่องที่ทำให้คนเข้าใจถูก คิดถูก ทำถูก คือ ถูกตะเกียงให้มันสว่างคึกคิวที่เราจะไปคับตะเกียงที่จุดไว้แล้วให้มันมีลมไปเลี้ยง ความมีลมก็จะเกิดขึ้นแก่ประชาชนในเรื่องอย่างนี้

อํานาจของราคะ

สังคมในสมัยปัจจุบันนี้ มีคนให้ไปตามอํานาจราคะนีมาก เพาะอะไร? ก็เพราะโลกมันเจริญในทางวัตถุ วัตถุที่มีมากขึ้น ทำให้คนหลงให้มัวเมานวัตถุนั้นๆ มีการโฆษณาภักดีอย่างกรีกโรมันในที่ทั่วๆไป แม้แต่พวกโอมณาภักดีที่คนให้หลงให้หลงเข้าใจผิด เสียงที่โอมนาภักดีทำให้คนหลงให้เข้าใจผิด

เลยกว่าไนวายกันไป ปัญหาต่างๆเกิดตามขึ้น เช่น อาชญากรรมเพิ่มขึ้น เด็กเสียคน เพิ่มขึ้น เราเมื่อก็มีหลานบางที่ก็ต้องเป็นทุกข์กับลูกกับหลานที่มันไปเที่ยว ไม่กลับบ้าน ชอบไปนั่งคงฟี่ซื้อปั้ง ไปเที่ยวครูรำกำรำฟ้อนไปคุหัังคุลีคร นี่มันเรื่องอะไร เรื่องความเพลิดเพลินในสิ่งที่เป็นวัตถุอันเกิดขึ้นมากมายนั่นเอง

เด็กมันก็ไม่รู้จักบังคับตัวเอง มีสตางค์อยู่ในระเบียบ...เลิกโรงเรียนแล้ว ก็จะไปที่โน่นที่นี่ อะไรไปสักครั้งหนึ่งก็ติดใจ เพราะในสถานที่ เช่นนั้นมันมีฝีค่ายั่ว อุ่นคลอดเวลา เราเรียกว่าบ่ายวนชวนใจ ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ที่นี่เมื่อไป แล้วมันก็ติด วันต่อไปก็ไปอีก การเรียนก็เดียวหาย...เวลาสอบซ้อมก็ลอบไม่ได้ เมื่อสอบไม่ได้ก็อยากรู้นี่เข้า ไม่อยากจะเรียนในโรงเรียนนั้นต่อไป แม้ว่าจะบ่ายไปอุ่นโรงเรียนอื่น แต่ว่าจิตใจที่ไม่คืนก็ติดไปโรงเรียนอื่นอีก มันไม่ใช่เรื่องสถานที่ แต่มันอยู่ที่เรื่องคน

เหมือนกับสุนัขที่มันเป็นแพลที่คือ มันนอนที่ข้างบ้านได้ไม่ได้ นอนบนพื้น ก็ไม่ได้เป็นนอนบนพรมก็ไม่ได้ นอนบนหญ้าก็ไม่ได้ นอนได้ประจำเดียวเดียว ก็วิงไว้เดียว ก็วิงต่อไปอีก แล้วมันรื่องอะไรไม่ใช่เรื่องที่ทำให้ตัวเป็นทุกข์ มันเรื่องหนอน ที่คือ เพราะว่าหนอนมันกัดแพลงอยู่คลอดเวลา ฉันใด คนเรา ก็เป็นอย่างนั้นแหละ อุ่นที่ให้มันก็ไม่สบาย เพราะใจมันไม่สบาย มีความทุกข์อยู่ในใจตลอดเวลา

เด็กๆเราบางที่เรียนโรงเรียนนี้ไม่ได้ บ่ายไปโรงเรียนโน้นบ่ายไปโรงเรียนนั้น บางคนบ่ายไปทุกโรงเรียนในกรุงเทพฯ บ่ายจนไม่มีที่เรียนแล้วในเมืองไทย เลยบ่าย ข้ามทะเลไปเรียนในเมริกา ไปเป็นจีกโกอุ่นที่โน้นอีกต่อไป ไปอุ่นที่ให้มันก็ชี้เกี่ยว ตามเดิม เพราะไม่ได้แก่นิสัย เหมือนกับสุนัขเจ็บแพลงนั้นแหละ แพลงมันบ่ายไม่หาย มันนอนไม่ได้อุ่นเรื่อยไป แก้ไม่ถูกเรื่องมันก็ลำบาก สิ่งแรกล้อมนี่แหละคือสิ่งที่ทำให้เพลิดเพลินจริงๆ ทำคนให้วุ่นวายอุ่นไม่ใช่น้อย

ตัวอ่านจำนวนราคากล่าวถึงการพิจารณาให้เห็นเนื้อแท้

ที่นี่ทำอย่างไรแก่สิ่งเหล่านี้ได้ ถ้าเป็นเรื่องส่วนตัวของเราก็หมั่นพิจารณา พิจารณาว่าสิ่งนั้นมันคืออะไร แล้วสิ่งที่เรียกว่าเป็นเนื้อแท้ของสิ่งนั้นมันคืออะไร แล้วสิ่งที่เราเห็นนั้นมันเป็นเนื้อแท้หรือเปล่า ถ้าพิจารณาแล้วก็จะเห็นว่า อันหนึ่งมันเป็นของแท้ อีกอันหนึ่งมันไม่ใช่ของแท้ แต่เป็นสิ่งที่ฉบับท้าให้เหมือนกับตัวลิเกที่อุกมาแสคง เป็นนายบัง เป็นตัวผู้ชาย...พระเอกบัง ถ้าเราคุ้มเวลาแสคงแล้วสวยงาม หน้าตาเรียบร้อย เพราะว่าพอกแป้งพอกฝุ่นเข้าไปเยอะทำเลี่ยสวาย แต่ถ้าเราไปคุ้มตอนเข้ามั่นคงละรูปไปเลย

ชี้ให้เห็นความจริงของสิ่งทั้งปวง

กับเค็กฯ เราก็คุยกับเข้าไปคิด คุยให้เขารู้เสียบ้างในเรื่องที่เรียกว่าเป็นความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ให้เขารู้ว่าความจริงของสิ่งนั้นเป็นอย่างไร

สิ่งที่ไม่จริงนั้นมันเป็นอย่างไร เรายังให้เข้าเห็นว่า สิ่งนั้นมันก่อทุกข์ก่อโหะ อย่างไร เช่น การไปเที่ยวไปสนุกมากเกินไป จะก่อให้ทุกข์ก่อโหะแก่ชีวิตอย่างไร เราเกิดมาทำไม เราอยู่เพื่ออะไร ต่อไปข้างหน้าจะอยู่อย่างไร อย่าให้เข้าใจไปว่าเข้าจะอยู่สบายนตลอดไป แม้ว่าโศกขึ้นก็จะสบายนอย่างนี้ เพราะคุณพ่อคุณแม่ยังอยู่ แต่เรายังต้องบอกว่าอะไร มันก็ไม่แน่นอนหรอก วันนี้มันคือ พรุ่งนีมันอาจจะไม่คือ วันนี้สบายน...พรุ่งนีอาจจะไม่สบายน วันนี้เราอยู่กันพร้อมหน้า แต่พรุ่งนี้ไม่แน่อาจจะมีใครคนหนึ่งไม่อยู่กับเรายังได้ พ่อบ้านจากเราไปบ้าง แม่บ้านจากเราไปบ้าง ปัญหามันก็เกิดขึ้น เด็กๆไม่ค่อยรู้ไม่ค่อยเข้าใจในสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ เตรียมเนื้อเตรียมตัวเพื่อจะต้อนรับสถานการณ์นั้นจะเกิดขึ้นต่อไปข้างหน้า เราจึงควรจะพูดให้เข้าฟังบ้าง ในเวลาที่ว่างๆก็ถูกใจให้เข้าฟัง

บางที่เราไปตามงานต่างๆก็พูดให้เข้าฟัง ไม่ใช่ไปเฉยๆ สมมติว่าเราพาก็ไปในงานศพ เรายังพูดให้ฟังว่า นี่แหล่งงานศพเรื่องของคนตาย ความตายนี่มันเป็นเรื่องธรรมชาติของชีวิต คนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตายก็ต้องกันทั้นนั้น แต่ว่าการอยู่นี่มันไม่แน่ ไม่แน่ว่าจะอยู่ได้สักกี่ปี จะอยู่ได้นานเท่าใด แต่เรื่องตายนี่มันต้องตายแน่ พ่อแม่ก็จะต้องตายจากลูกไปลักษณะนี้เหมือนกัน การพูดเช่นนั้นไม่ใช่แข่งตัวเอง แข่งไม่แข่งมันก็ตายวันยังค่ำ อย่าไปทุกข์ร้อนเลยเรื่องอย่างนั้นอย่าไปเที่ยวกลัวว่าแข่งตัวเอง ถึงไม่แข่งมันก็ตายถึงเวลา_mันก็ตายทั้งนั้นแหละ แต่เราพูดให้เด็กรู้ว่าพ่อแม่จะไม่ได้อยู่กับเจ้าตลอดไป เวลา_nี่พ่ออยู่แม่อยู่ เจ้าต้องถือโอกาสที่พ่อแม่อยู่นี่แหละ ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน หาวิชาความรู้ใส่ตัวเอง วันหนึ่งต่อไปข้างหน้าเจ้าจะต้องช่วยตัวเอง จะต้องพึ่งพาตัวเอง จะต้องทำงานเพื่อเลี้ยงตัวเอง

ชีวิตรู้อะไรบ้างก็ได้ เช่น สตั๊วเครื่องงาน ชีวิตรู้ognกลูกga ลูกอะไรต่างๆ ว่าสตั๊วเครื่องงาน เมื่อยังน้อยมันกินนมแม่ แต่ว่าพอโตแล้วมันหกินของมันเอง แม้มันไปจับหนูจับศอกแตenkินเอง สุนัขก็ไปหากินเอง วัวควายก็ไปหา

หญ้ากินเอง ไม่มีสักตัวค้าโภคภานุกิจนี่อ่อนน้อตแล้ว หรือว่าขออะไรก็ฟ่อ
จากแม่ เข้าต้องพึงค้าของ เวลาอีฟ่อแม่อยู่ พ่อแม่ก็ให้อุปถัมภ์ค้าชูให้เจ้าอยู่สุข
อยู่สุบาย แต่ว่าสิงห์หล่ายมันไม่แน่นอน เพราะฉะนั้น จะต้องเตรียมพึงตัวเอง
ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน

สิงห์หล่ายล้วนเป็นธรรมะและบทเรียนสอนใจ

เราแนะนำทางให้แก่เข้า พูดกับเข้าบ้าง ในเวลา กินอาหารก็ได้ เวลา
นั่งคูโทรศัพท์ก็ได้ เวลาฟังวิทยุก็ได้ เพราะสิงห์หล่ายมันเป็นธรรมะอยู่ทั้งนั้น
เป็นบทเรียนสอนจิตสะกิดใจทั้งนั้น แม้คูหนังทางจดโทรศัพท์ก็มีธรรมะ ความคิด
ก็มี ความช้ำก็มี ตัวอย่างเบอะเบะ ให้เก็บเกิกปัญญาชี้แนะให้เข้าเห็น เรียกว่า
ยกเข้าตัวอย่างเรื่องนั้นมาให้เข้าคู ว่านี่เรื่องมันเป็นอย่างนั้น พากคนพาลที่กระทำ
กรรมช้ำก็ป้อมไว้รับผลอย่างนั้น คนคิดมีธรรมะคุ้มครองรักษา อกน้ำไม่หลอกໄไฟ
ไม่ไหม้ แม้ว่าจะเดือดร้อนในเบื้องตนแต่ก็เป็นสุขในตอนปลาย เข้าได้คิดธรรม
ได้ความรู้ความเข้าใจในเรื่องอะไรๆ ต่างๆ

รวมความว่า สิงอะไรก็ตามที่ผ่านเข้ามามาในวิถีชีวิต ในครอบครัว เรา
จะต้องพูดให้ถูกห้านเรารู้เข้าใจในแบบของความจริงของสิงนั้น เพื่อให้เข้า
เกิกปัญญา ไม่ให้อยู่ค้ายความเชตา ความเข้าใจผิดในสภาพสิงต่างๆที่แพร่ล้อม
ตัวอยู่ตลอดเวลา เป็นหน้าที่อันหนึ่งที่เราผู้เป็นมารดาบิค่าต้องช่วยกันแนะนำให้
ถูกเด็กเก็บน้อยของเราง่ายๆ...รู้ไปทีละน้อยๆ เรียกว่าตามอายุของเข้า ตาม
ความสามารถที่เข้าจะรับได้ เราก็ป้อนธรรมะให้ไปเรื่อยๆ เด็กก็จะเจริญเติบโตขึ้น
ทั้งกายทั้งใจ มีปัญญากำกับ เวลาไม่อะไรกระทบเข้าก็รู้จักคิครู้จักอ่านรู้จักใช้
ความรู้ความสามารถของตัวเองในทางที่ถูกที่ชอบ เรายังเป็นมารดาบิคากลับไปใช้

บิความราคที่มีความทุกข์เพราะลูกไม่คี จะไปโทษใครก็ไม่ได้หรอก เรียกว่า เราไม่ได้ให้การอบรมเต็มที่ จึงได้เกิดการบกพร่องขึ้น เพราจะสิงแวงล้อมมัน เต็มที่ในบ้านเมืองของเราเวลานี้ ถ้าเรามีช่วยกันตะล่อมกล่อมเกลาแล้วจะลำบาก แต่ว่าบางคนตะล่อมกันเต็มที่ก็ยังเสียไปเหมือนกัน เมื่อเสียไปก็ต้องนึกว่ามันเป็นกรรมเรื่องของเรา เราทำหน้าที่ดีแล้วก็พอจะเป็นเครื่องป้องโภน จิตใจเราให้สบายนิจว่า เราได้ทำหน้าที่ของเรามั่นญูรัณ์แล้ว แต่ว่าเขางบพร่องของเขายังอันนี้ก็ไม่ใช่ความผิดของพ่อแม่ นี่ประการหนึ่ง

โทสะจริต ใจร้อน ใจเร็ว ขาดการวินิจฉัย

ที่นี่อีกประการหนึ่งความรู้สึกประเภทที่เรียกว่า “โทสะ” มันจะเกิดขึ้นในใจบ่อยๆ คนเราบางที่ทำอะไรด้วยอำนาจใจ ใจร้อน ใจเร็ว ขาดการวินิจฉัยในสิ่งนั้นอย่างรอบคอบ คนประเภทโทสะมักจะเป็นคนมีปัญญาเหมือนกัน เรียกว่าไหวพริบรวดเร็ว ต้องการเร็วให้ทันกอหันนิจ ที่นี่จะไม่รับรู้เกิดขึ้นมาแรก ไม่สบายนิจ เกิดอารมณ์หุคหิคขึ้นมาในใจ มีความทุกข์มีความเดือดร้อน อันนี้เกิดบ่อยๆในจิตใจคนเรา ถ้าเหลือแล้วมันก็เกิดขึ้นเรื่อยๆ ความโกรธนีคล้ายกับหมาเมลออกอก และถ้าสมมติว่าเกิดบ่อยๆ มีอาการอย่างนั้นบ่อยๆ ก็จะกลายเป็นนิสัย สิ่งนี้เป็นลิ่งสำคัญในชีวิตเหมือนกัน

ถ้าเราปล่อยให้โทสะจริตครอบงำจิตใจของเรา เรายังจะมีความทุกข์เพิ่มขึ้น เท่ากับว่าจุดไฟเผาตัวเอง เผาตัวเองบ่อยๆก็มีความทุกข์ทางจิตใจ เป็นเรื่องที่ควรจะได้แก้ไขปรับปรุง การปรับปรุงนั้นนั้นแรกต้องรู้จักตัวเองเสียก่อน ว่าเราเป็นคนโกรธง่าย มีอารมณ์หุคหิค แล้วต่อไปพิจารณาว่าขณะที่เกิดความโกรธนั้นเป็นอย่างไร ให้ค่อยสังเกตพิจารณา ก็จะพบว่าเวลาโกรธนั้น...หน้าตา

ไม่คิด คำพูดก็หายบาน มือไม้ก็สั่น...บางทีก็สั่นไปทั้งตัว อาการอย่างนี้แหละที่ทำให้เกิดโรคหัวใจหรือเป็นโรคประสาทไปได้

เป็นอยู่ค้ายความสงบใจ

เราต้องแก้ไขนิสัยนี้เสีย การแก้ก็คืออยควบคุม ต้องภารนาบออก กับตัวเองบ่อยๆว่า ฉันใจเย็น ฉันไม่ร้อน ไม่โกรธง่าย บอกบ่อยๆ

อะไรที่เกิดขึ้นในวิธีชีวิตของคนเรานั้น มันเป็นผลของความคิดทั้งนั้น ล้วนที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ขอให้เรารู้ว่าเป็นผลของความคิดในอดีต ถ้าพิจารณาแล้ว จะพบว่าเป็นผลที่ได้คิดๆสร้างมา อันนี้แหละที่พระบอกรว่า “ทำคิดคิด ทำชั่ว ได้ชั่ว” ผลที่ปรากฏขึ้นในชีวิตของเราคือผลของการพูด การคิด การทำที่เราสร้างมันมาเรื่อยๆ แท่ๆว่าสร้างค้ายอำนาจความหลงผิดเข้าใจผิด เรายังควรเปลี่ยน โครงสร้างเสียใหม่ค้ายการบอกกับตัวเองไว้เสมอว่า ต้องใจเย็นๆ อย่าใจร้อน คืนเข้าต้องปลูกบอกตัวเองว่า วันนี้ฉันอยู่ค้ายใจสงบเย็น อยู่ค้ายปัญญา หรือจะไปไหน เราจะบอกกับตัวเองว่า เราจะต้องไปค้ายความสงบเย็น ถ้าหมั่นกระทำในรูปอย่างนี้บ่อยๆ ใจเราจะจะสงบ เย็นลง มีศติปัญญาควบคุมตัวเองได้ เราจะจะอยู่ค้ายความสงบใจ ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอยู่

ล้วงทั้งหลายในโลกนี้จะให้เหมือนใจเราทุกอย่างไม่ได้ อะไรมันก็เป็นไปตามเรื่องของมัน ไปบังคับมันไม่ได้ ให้นึกไว้อย่างนี้ พอนึกໄก้เราก็สบายใจ ไม่มีอะไรที่เรียกว่าฝืนธรรมชาติเกินไป เรายังจะรู้เท่าทันต่อสิ่งนั้น นี้เป็นข้อเตือนใจ สำหรับญาติโยมทั้งหลายในวันนี้

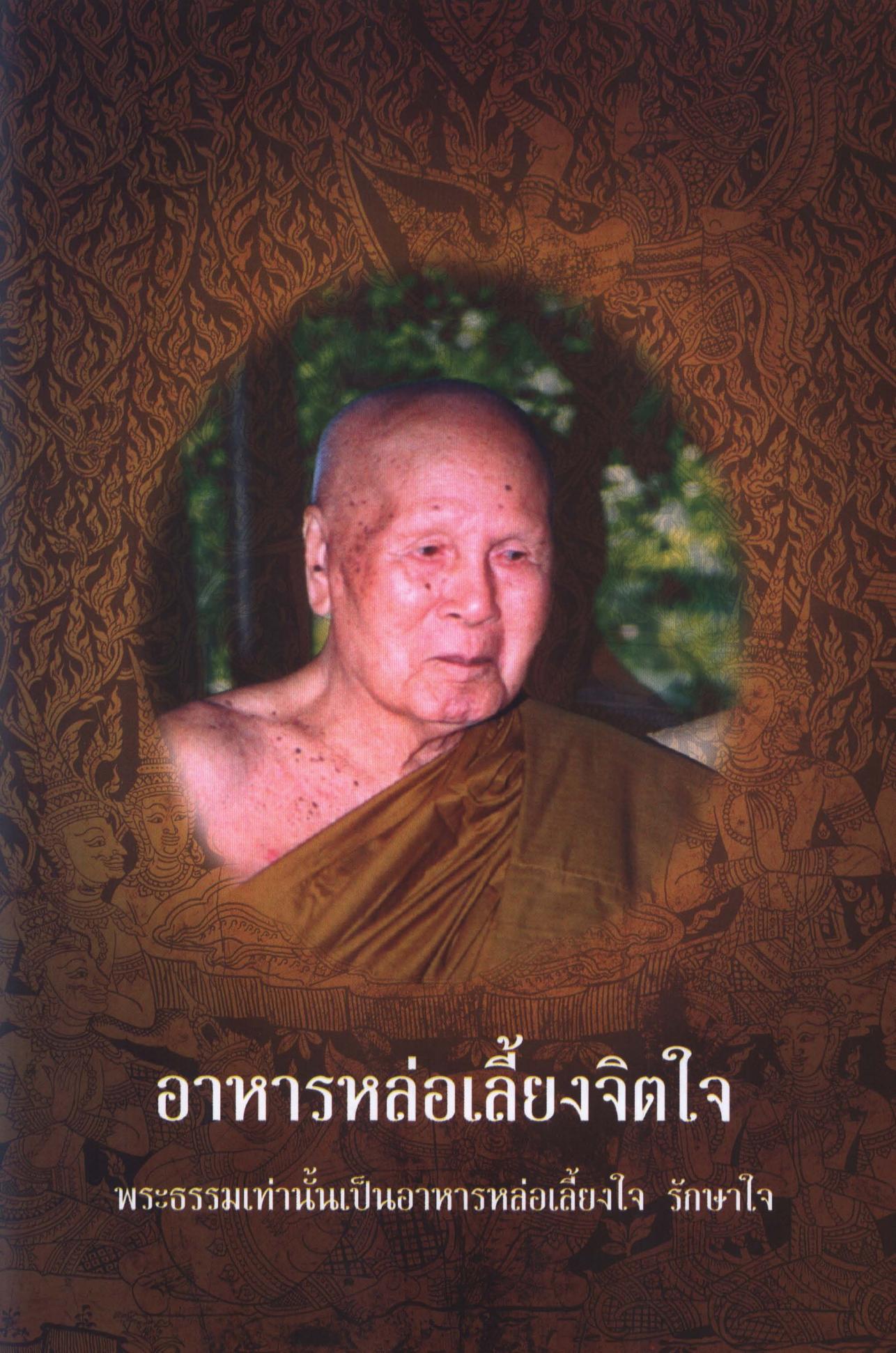
.... วันนี้ที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลาอยู่ตีไว้แต่เพียงนี้ . . .



สำรวមจิต สำรวจตน

การสำรวจตนของต้องทำอยู่บ่อยๆ ขณะที่คนมีเวลาว่าง
ถ้าหากมีเวลาว่างไม่พ่อเพระชีวิตต้องวิงเต้นต่อสู้กับการเลี้ยงชีพ
ก็ควรให้สำรวจนองก่อนนอนลักษณะ
ว่าในตัวของเรานั้นมีอะไรบ้าง มีอะไรเสียบ้าง
ถ้าเห็นว่ามีอะไรรักษาไว้ ถ้าเห็นว่ามีอะไรเสียก็เอาทิ้งไป
หรือในเวลาลงคืนก่อนหลับก่อนนอน
เราควรจะได้ทำจิตลักษณะหนึ่ง คือทำการให้วพระสาวมนตร์ก่อนนอน
ให้วพระสาวมนตร์แล้วจึงแล้ว ก็จะงงงงบใจ...นั่นให้สงบ
ครั้นสงบแล้วก็มองคุณตัวเองว่า
วันนี้เราดังแต่เข้ามานานกระทั้งเย็น เรายังได้ทำอะไรบ้าง?
เราได้ประพฤติปฏิบัติในเรื่องใด
ให้พิจารณาอย่างรอบคอบโดยความเป็นธรรม อย่าเข้าข้างตัว
แต่จะเข้าข้างความคือ ให้รู้ว่าตัวเรามันเป็นอย่างไร ทุกวัน ทุกเวลา อยู่เสมอ

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทกิกขุ)



อาหารหล่อเลี้ยงจิตใจ

พระธรรมเท่านั้นเป็นอาหารหล่อเลี้ยงใจ รักษาใจ

ใจที่ไม่มีศาสนานั้น . . .
เป็นใจที่ขาดกำลังหล่อเลี้ยง
เปรียบเหมือนเครื่องยนต์ที่ขาดน้ำมันเครื่อง
เมื่อมีการเผาไหม้มากเกินไป ก็เกิดความเสียหาย
...อาจทำให้ผู้ใช้ถึงแก่ความตายได้
ใจคนเรา ก็เหมือนกัน . . .
ธรรมะเป็นสิ่งหล่อเลี้ยงใจ รักษาใจ
ทำใจให้มีกำลังพอที่จะต่อค้านกับความชั่วความร้ายได้
ร่างกายของคนเราต้องมีอาหารหล่อเลี้ยง จันได
ใจก็ต้องมีอาหารหล่อเลี้ยงจันนั้น . . . เหมือนกัน
ใจที่ขาดธรรมะ . . . ก็ต้องตายจากความสุขจันนั้น เช่นเดียวกัน

พระพรหมมังคลาจารย์(หลวงพ่อปัญญา นันทกิกขุ)



ญาติโยมพุทธบริษัททั่วโลก

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังคำย่อ เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

การดำรงอยู่ของสัตว์โลก

วันอาทิตย์เป็นวันที่เราหยุดจากทำงานหนักกายและใจ งานฝ่ายโลกเป็นงานหาวัตถุเพื่อเลี้ยงร่างกาย อันเป็นเรื่องธรรมชาติของสัตว์โลกทั่วโลก เพาะสัตว์โลกนั้นดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร พระผู้มีพระภาคตรัสว่า สพเพ สคุตา อาหารภูมิทิ�

แปลว่า สัตว์ทั้งหลายกำรอยู่ได้คั่วยอาหาร อาหารอันเป็นที่อาศัยของสัตว์โลก ทั้งหลายนั้น ได้แก่ อาหารฝ่ายกายก็มี อาหารในฝ่ายจิตก็มี แต่ว่าคนทั้งไป มักสนใจแสวงหาอาหารฝ่ายกายมากกว่าที่จะหาอาหารฝ่ายจิต

อาหารหล่อเลี้ยงจิตใจ

บุคคลใดที่หาแต่อาหารฝ่ายกาย ไม่ได้หาอาหารฝ่ายจิต มักวุ่นวาย เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนคั่วยเรื่องการแสวงหานั้นคั่ยประการต่างๆ จึงเป็น ธรรมดาที่เราจะต้องหาอาหารประเภทที่เป็นประโยชน์ต่อจิตวิญญาณบ้าง บรรดา ธรรมะอันเป็นหลักคำสอนในทางพระศาสนา ไม่ใช่เป็นของศาสนาอันใด ก็มีราก ล้วนแต่เป็นอาหารทางจิตวิญญาณของชาวโลกทั้งนั้น ถ้าหากว่า ชาวโลกรู้จักคุณค่าของอาหารทางจิตและพยายามแสวงหาอาหารหล่อเลี้ยงจิตของตน ความเบ็นก็จะเกิดขึ้นแก่คนๆนั้น

สำหรับพวกราทั้งหลายที่ได้สนใจในการมาวัดชลประทานฯ ในวันอาทิตย์ เพราพวกรามมองเห็นว่า อาหารทางใจก็เป็นสิ่งจำเป็นประการหนึ่งสำหรับชีวิต เมื่อนอกัน สำหรับอาหารทางกายนั้นญาติโยมทั้งหลายได้มีให้กันตามสมควร แก่สุนนะอยู่แล้ว ไม่มีความเดือดร้อนในเรื่องอาหารทางกาย แต่ว่าถ้าไม่มีอาหาร ทางจิต เรายังจะเกิดความทุกข์ความเดือดร้อนคั่ยประการต่างๆ ครั้งใดที่เรามี ความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้น ก็แสดงว่าในขณะนั้นจิตของเราขาดอาหารเป็น เครื่องหล่อเลี้ยง ฉะนั้นในรอบลัปกาหนึ่งก็ควรจะได้มารับประทานอาหารทางใจ ลักษณะหนึ่ง

การรับประทานอาหารทางใจก็คือมาวัด พังชธรรมะฟังปาฐกถาอันเป็น เรื่องอาหารทางใจ เราจะนำอาหารใจที่ได้รับฟังในวันอาทิตย์นี้ไปหล่อเลี้ยงใจ

รักษาใจไปได้ ๗ วัน พอกลางวันที่ ๗ เรายังมาฟังกันอีก เขายังหล่อเลี้ยงรักษาใจ ต่อไป การเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันก็จะไม่มีความยุ่งยากลำบาก ไม่เดือดร้อน เพราะใจไม่ผ่ายยอดไม่อ่อนแอก

สภาพของใจที่ขาดอาหารหล่อเลี้ยง

คนที่มีความทุกข์ความเดือดร้อน อันเกิดขึ้นจากการกระทำการที่ไม่เหมาะสมไม่ควรนั้น ก็เนื่องจากความอ่อนแอกทางค้านจิตใจ ใจที่ไม่มีความเข้มแข็ง ไม่มีความอดทน ไม่มีปัญญาหรือคุณภาพในเรื่องต่างๆ จึงเข้าไปยึดเอาสิ่งนั้นไว้ด้วยความทุกข์ ด้วยความหลงผิด อันเป็นเหตุให้เกิดความเจ็บปวดในทางจิตใจด้วยประการต่างๆ แล้วก็เป็นเหตุให้กระทำการที่เป็นบาปเป็นอุคุลหลายครั้งหลายหน หรือทำป่วยฯ จนกระหังกลัวเป็นนิสัยสัมสาน อันการกระทำในรูปเช่นนั้นเป็นเรื่องขัดต่อหลักคำสอนในทางพะชาสนา ที่เราได้ทำลงไว้ ก็เพราะว่าเราไม่รู้ไม่เข้าใจ ไม่มีปัญญาเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงจึงได้เกิดความหลงผิดในรูปต่างๆ

เพื่อป้องกันมิให้เกิดความเสียหายในชีวิตประจำวัน อันเกี่ยวกับการงานที่เราต้องปฏิบัติ เราจึงต้องหาอาหารหล่อเลี้ยงใจไว้ให้มาก พอที่จะต้านทานต่อสิ่งที่เป็นโทษในชีวิตของเรา จึงได้สนใจมาศึกษาธรรมะอย่างนี้ หรือว่าสนใจการอ่านหนังสือธรรมะ ในคราวใดที่มีความวุ่นวายในทางใจเกิดขึ้น เรายังควรจะรีบไปหาอาหารทางใจ

เหมือนกับร่างกายของเรา ถ้ารู้สึกหิวกระหายน้ำเราจะต้องหาน้ำกิน หาอาหารรับประทานฉันใด ในเรื่องใจของเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าเราเกิดเจ็บปวด ความทุกข์มีความเดือดร้อนใจ ก็แสดงว่า ใจของเรานี้ขาดอาหาร

เป็นเครื่องหล่อเลี้ยง มันมีความพิเศษในเรื่องธรรมะขึ้นแล้ว หรือแสดงให้เราเห็นว่า เราเนี้ยงขาดธรรมะเป็นเครื่องรักษาใจ จึงได้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นในขณะนั้น เราจึงควรหันหน้าเข้าหาธรรมะ ถ้าเรามี Hindrance ประเพณีธรรมะอยู่กับตัว เรายังคงพยายามอ่อนคายความสนใจ

เลือกเฟ้นและแสวงหาอาหารหล่อเลี้ยงใจ

ถ้าหากที่เคยเข้มงวดในการแสดงธรรมขันเป็นเรื่องที่หมายแก่ความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของเรา เรายังคงที่จะไปสู่สถานที่นั้น เพื่อจะได้รับอาหารนั้นมาหล่อเลี้ยงใจ เวลาใดการแจกอาหารคือธรรมะให้แก่ประชาชนนั้น นับว่าสังคมคึกคักมาก เพราะสื่อสารมวลชนมีมากขึ้น วิทยุ โทรทัศน์ หรืออะไรค่าๆ ตลอดถึงการพิมพ์หนังสือธรรมะแจกจ่ายให้ญาติโยมได้ศึกษาที่มีมากขึ้น ถ้าเราสนใจที่จะแสวงหาสิ่งเหล่านี้เข้าไว้ เพื่อสำหรับเป็นหลักประคับประคิจ เรายังคงหันหน้าในทางที่ถูกที่ชอบมากขึ้น

แต่ว่าการพัฒนาทักษะด้านรักษาสุขภาพ เพราะว่าบางครั้งบางคราวเราอาจจะได้อาหารใจที่ผิดเรื่องไปก็ได้ เพราะว่ามนุษย์กับอาหารภายนั้นแหล่ง ไม่ใช่ว่าจะดีเสมอไป บางครั้งเราจะรับประทานอาหารผิด ทำให้เกิดโรคอย่างใหญ่โตอย่างหนึ่งขึ้นในร่างกาย เพราะอาหารนั้นมีส่วนประกอบบ้าง มีเชื้อโรคปะปนอยู่ในอาหาร หรือ เพราะว่าเป็นอาหารประเภทที่เราไม่เคยรับประทาน ห้องมันไม่เชื่อมกับลิ้งเหล่านั้น ครั้นไปรับประทานเข้าก็เป็นเหตุให้เกิดห้องเสีย เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน

อาหารใจที่กำลังแจกจ่ายกันอยู่ในสมัยนี้ อาทิมาพิจารณาคุณแล้วก็รู้สึกว่าบางอย่างก็เป็นพิษอยู่บ้างเหมือนกัน อาจจะทำให้ใจของประชาชนเสียไปได้ ที่เรียกว่าทำให้จิตใจประชาชนเสียไปนั้นหมายถึงอะไร? หมายถึงเรื่อง

การเทคโนโลยีสอนที่ออกแบบมาอยู่ในโลกอุตสาหกรรม ซึ่งมันไม่ตรงกับหลักคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นการสอนแบบฟังเพื่อไปตามเรื่องตามราوا เพื่อให้คนฟังสนใจพอใจ แต่ว่าฟังแล้วไม่ค่อยจะได้ประโยชน์ และก็ไม่เป็นอาหารหล่อเลี้ยงใจอย่างแท้จริง อันนี้มีอยู่มากเหมือนกัน

แม้การเทคโนโลยีทางวิทยุกระจายเสียงที่สถานี บางท่านแสดงแล้วชักจะยิ่งไปไกลออกไปจากคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้ามากขึ้นๆ อาหารประเทวนั้น เป็นของแสลงแก่ผู้ต้องการปัญญา ต้องการความก้าวหน้า ใน การศึกษาในการปฏิบัติธรรม เพราะฉะนั้นจึงควรจะเลือกเพื่ออาหารสำหรับหล่อเลี้ยงใจ

ในหลักธรรมก็มีอยู่อันหนึ่งเรียกว่า **โพชนังค์** อันเป็นองค์แห่งธรรมที่จะทำตนให้ครั้ง มีอยู่ข้อหนึ่งที่เรียกว่า **ขัมวิจยะ** คำว่า ขัมวิจยะ ถ้าจะพูดตามสมัยใหม่ก็ว่าธรรมวิจัยนั้นเอง คำว่า วิจัยนี่หมายว่า ตรวจสอบ ค้นคว้า พิจารณา เพื่อให้เข้าใจซักเห็นซักในเรื่องนั้น ธรรมที่เราจะนำมาใช้เป็นหลักการปฏิบัติในชีวิตของเรา เราจึงได้มีการวิจัยด้วยปัญญา เพื่อให้เข้าใจซักในเรื่องนั้น แต่ถ้าหากว่าเราไม่มีปัญญาสามารถเพียงพอที่จะวิจัยด้วยตัวเราเอง เรายังต้องศึกษาจากท่านผู้รู้ให้เข้าใจในข้อธรรมนั้นๆ ชนิดที่เรียกว่า ถูกต้องตามหลักเกณฑ์ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ไว้เพื่อนำมาปฏิบัติ

ถ้าเราได้ศึกษา ด้วยการวิจัยค้นคว้าอย่างแท้จริงแล้วการศึกษา ก็จะเกิดเป็นประโยชน์แก่เราผู้ศึกษาผู้ปฏิบัติธรรม ยิ่งในสมัยนี้ด้วยแล้วก็อย่างที่จะกล่าวว่ามีความจำเป็นเหลือเกิน ที่พากเราหันหลายจะต้องรับเรื่องราวทางอาหารหล่อเลี้ยงใจให้มากขึ้นกว่าปกติ

เพราะอะไร? ก็ เพราะความเจริญในทางค้านวัตถุที่มีอยู่มากนายนั้น เป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าใจ อาจจะทำให้ใจเราเปลี่ยนสภาพจากความสะอาด สว่าง สดง เป็นสภาพสกปรก เกร็ง ร้อน วุ่นวายขึ้นเมื่อไก่ได้ หรือว่าอาจจะทำให้เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลงปักได้

รักษาสภาพใจให้มั่นคง เชี้มแข็ง

กิเลสประเทต่างๆที่เกิดขึ้นในใจเรา และเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนเหล่านี้ มีเครื่องยั่วมากเท่าไหร่มากก็จะมีโอกาสเกิดมากขึ้น เหมือนกับเชื้อโรคที่เราไม่รักษาบันก์เจริญขึ้นตามวันและเวลา วัยของคนเรานี้ก็เหมือนกับถ้าไม่ร่มมัคระวังให้คีแล้ว ก็จะเกิดอันตรายร้ายแบคพันประการ อันเป็นความจำเป็นที่เราจะต้องช่วยกันภูสภាពทางจิตใจ เรียกว่าช่วยตนให้พ้นจากอันตรายในเมื่อเราช่วยตนแล้ว ก็ให้ชื่อว่าเราช่วยชาติ ช่วยบ้านเมือง ช่วยโลกที่เราอยู่อาศัยไปด้วยในตัว

ถ้าทุกคนมีอุดมการณ์ประจำใจว่า เราจะอยู่ด้วยการยกระคับจิตใจของเราให้สูงขึ้น เราจะแสวงหาอาหารหล่อเลี้ยงใจ ให้จิตใจของเรารอยู่ในสภาพมั่นคง เชี้มแข็ง สามารถจะต่อต้านอุดมการณ์ประเทต่างๆ ที่เกิดขึ้นรบกวนจิตใจ ถ้าคิดกันໄค์ในรูปอย่างนี้แล้ว พยายามรักษาสภาพใจของเราราวไรให้มั่นคงเชี้มแข็ง เราจะพ้นจากความยุ่งยากเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอยู่ประการหนึ่ง จึงนำมากล่าวแก่ญาติโยมทั้งหลายไว้

หลักปฏิบัติเพื่อรักษาจิตใจ

อีกประการหนึ่ง มีคนชอบถามปัญหาอยู่ข้อหนึ่ง คือถามว่า ทำไมเราจึงต้องเจริญวิปัสสนา? มักจะถามในเรื่องอย่างนี้ว่าทำไมจะต้องเจริญวิปัสสนาไม่เจริญวิปัสสนาได้หรือไม่ อาคมอยากจะตอบให้เข้าใจในเรื่องนี้คือว่า

ในเรื่องที่เข้าปฏิบัติกันในทางค้านจิตใจ ข้อปฏิบัติในทางค้านพระพุทธศาสนา มีอยู่ ๓ ขั้น เรียกตามที่ได้ยินกันทั่วๆไปว่า ศีล สมารท ปัญญา

គីឡូ សមាខិ ប័ណ្ណុណា

ศีล เป็นการปฏิบัติขั้นต้น เป็นการรักษาภายใน ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย แต่ว่าความจริงก็เนื่องจากใจเมื่อไก่ แต่ว่าความมุ่งหมายที่สำคัญก็คือ การฝึกฝนทางกาย ทางภาษา เช่น เรารักษาศีล และ ก็เพื่อฝึกฝนในค่านภาษา ไม่ให้มีใคร ไม่ให้ลักษณะของเข้า ไม่ให้ประพฤติผิดในการ ไม่ให้พูดโกหก หลอกลวงใคร ไม่ให้คุ้นเคยของมีน้ำเสียงเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท สูญเสียไปกว่านั้นรักษาศีลอยู่ในสติ ก็เพื่อจะประพฤติพรมจารย์ เพราะอยู่ในสติศีลเป็นพรมจารย์ เรายังคงอยู่ในสตินี้ข้อ ๓ ที่แปลว่า ข้าพเจ้าขอสมานสิกขานบท

คำว่า สีกขابท คือแบบฝึกหัดนั้นเอง ถ้าจะพูดอีกอย่างหนึ่งก็ว่า ข้าพเจ้า
ขอสมานทาน หรือรับເຂາแบบฝึกหัดในการที่จะปฏิบัติตาม เพื่อมีให้ผิดพรหมจารย์
พรหมจารย์คือการครองชีวิตที่บริสุทธิ์ หมายความว่า มีสติคือความคุณใจไว้ไม่ให้
เกิดความเคร้าหมายของขึ้นในใจ ลิ่งเคร้าหมายใจก็คือราคะ...ความกำหันต์ โหส...
ความประทุษร้าย โมหะ...ความหลง อันนี้เป็นเรื่องเคร้าหมายใจ

เมื่อเราถือพระมหาจารย์ ก็หมายความว่า เกรวักษาจิตไม่ให้เหร้าหมองค่าย
เรื่องอย่างนั้น การวักษาอุปสัตศีลเป็นการก้าวหน้าในการปฏิบัติศีลส่วนหนึ่ง
พระสัมมาองค์เจ้ามีศีล ๑๐ ประการ แต่ว่ามีระเบียบวินัยเป็นเครื่องบังคับพิเศษ
ออกไปมากมายหลายอย่างก็เพื่อจะให้หมู่คณะอยู่กันด้วยความสงบเรียบร้อย

ถุงขี้นไปจากศีลก็เรียกว่า มีการปฏิบัติในค้านสมานิ การทำสมานิเป็นข้อปฏิบัติถุงขี้นไปกว่าศีล สมมติว่าเราถือศีลได้แล้วแต่เราไม่ก้าวหน้า ไม่รักษาจิตให้เป็นสมานิ ศีลนั้นก็ไม่สามารถคงอยู่ได้นาน เพราะสัมภានภายในไม่ถูกชำระ ชาลัง เมื่อไม่ได้ชำระชาลังลึงภายใน สิ่งภายนอกก็อาจจะเกิดลึกลึกลับไม่เชื่อกันได้ เพราะฉะนั้น ท่านเจ็บัญญัติให้ปฏิบัติในส่วนที่เรียกว่า “สมานิ” คือการรักษาจิตนั้นเอง

สูงขึ้นไปจากสามาชิก คือการคิดค้นเพื่อให้เกิดปัญญา ให้รู้แจ้งเห็นจริง ในสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง จะได้มีปี愕ลงผิด คิดถือไว้ผิด ในเรื่อง ลิ่งเหล่านั้น

ศีล สามาชิก ปัญญานี้ ถ้าจะเปรียบก็เหมือนกับว่าบันได ๓ ขั้น ที่จะให้ เรายกข้าไปสู่ความหลุดพ้น จากความทุกข์ความเดือดร้อน ไม่ว่าคนจะมีอาชีพ ฐานะอย่างใด ก็เริ่มต้นในการปฏิบัติในส่วนศีล ปฏิบัติศีลแล้วก็ต้องทำใจให้เป็น สามาชิก แล้วก็จะได้ใช้กำลังใจในส่วนที่เป็นสามาชินั้น ช่วยคิดค้นให้เกิดปัญญา ให้รู้แจ้งเห็นจริงต่อไป อนันนี้เป็นหลักการที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงวางไว้ สำหรับ นักบวชปฏิบัติทั่วไป

ทาน ศีล ภavana

ถ้าในที่บ้างแห่ง เราจะได้ยินคำสอนที่พระองค์สอนกับชาวบ้านว่า ทาน ศีล ภavana สอนเรื่อง ๓ อย่างแก่ชาวบ้าน ไม่เหมือนกับสอนพระ หรือไม่เหมือนกับที่ทรงวางไว้ให้พระปฏิบัติ แต่ว่าเริ่มด้วยการให้ทาน เริ่มต่อไป ด้วยการรักษาศีล แล้วต่อไปก็คือการเจริญภavana

ทำไมจึงสอนชาวบ้านให้ให้ทาน? เพราะชีวิตของชาวบ้านเป็นผู้อยู่ใน สังคมเป็นผู้มีการมีงานจะต้องกระทำ มีทรัพย์สมบัติสำหรับกินสำหรับใช้ เมื่อเรา แสวงหาทรัพย์สมบัตินามาได้ เราเมกินมีใช้แล้วก็ควรจะได้นึกถึงบุคคลอื่นที่ยัง ไม่มีจกนจะใช้ เพราะชีวิตของคนเรานั้นมีสภาพความเป็นอยู่ไม่เท่ากัน เกิดมา ไม่เหมือนกัน เช่นบางคนเกิดในครรภุล้มมี บางคนเกิดในครรภุลยากจน บางคน ก็ไม่ บางคนก็ฉลาด บางคนก็มีรูปงาม บางคนก็ไม่งาม บางคนเป็นอย่างนั้น อย่างนี้ สภาพของชีวิตไม่เหมือนกัน แม้ลูกที่เกิดมาจากพ่อแม่คนเดียวกัน สภาพ

ของชีวิตจิตใจก็ยังไม่เหมือนกัน ขันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติที่มีอยู่ในโลกนี้ทั่วไป เมื่อคนเราไม่สุภาพอ่อนไหวไม่เหมือนกัน ผู้ที่อยู่ในฐานะคือกว่าไม่ว่าในแบบใด เช่นมีปัญญามากกว่า มีทรัพย์สมบัติมากกว่า มีฐานะความเป็นอยู่คือกว่าคนอื่น ก็ควรจะได้มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเพื่อแผ่แฝงปันสัตส่วนที่ตนมีตนได้นั้นให้แก่คนอื่นบ้าง โลกเราจะอยู่กันด้วยความสุข ก็ด้วยการแจกให้ทาน

สังคมแห่งสวรรค์

ท่านเจ้าคริสต์ไว้เป็นภาษิตว่า...

ทาน ศุคุโลสปาน

แปลว่า

ทานเป็นบันไดไปสู่สวรรค์

คำว่า “สวรรค์” ในที่นี้ หมายถึง ความสุขความสบายนั้นเกิดขึ้นจาก การที่มนุษย์ทั้งหลายมีความเห็นอกเห็นใจกัน เอื้อเฟื้อเพื่อแผ่แฝงต่อกัน ไม่เอาრัก เอาเปรียบกันในการเป็นอยู่ ถ้าเราอยู่กันด้วยความเห็นอกเห็นใจ ไม่เอารัก เอาเปรียบกัน สังคมนั้นก็เป็นสังคมแห่งสวรรค์ ผู้อยู่ในสังคมนั้นเป็นเทวตา เพราะมีการประพฤติธรรม มนุษย์เราจึงทำให้เป็นเทวตาได้ บ้านเมืองเราก็ทำ ให้เป็นสวรรค์ได้ ถ้าเราจักให้คือให้เรียบร้อย แต่ว่าจักบ้านจักเมืองนั้นมันต้องจัก คนก่อน เพราะคนเป็นผู้สร้างเมือง ถ้าจักคนยังไม่ได้จะไปจักบ้านเมืองนั้นก็ลำบาก จึงต้องจักทั้ง ๒ อย่างควบคู่กันไป จักคนแล้วก็ไปจักสถานที่ ถ้าจักแต่สถานที่ ไม่มีการจักคน ลิ่งหั้งหลายก็จะไม่เรียบร้อย สถานที่ดี คนไม่ดี ก็ทำสถานที่ให้ ตกปรกรุงรังต่อไป เหมือนกับเราไปสร้างลิ่งทางที่หนาแน่นในที่บ้างแห่งเพื่อให้ คนใช้ แต่ว่าคนที่นั้นไม่มีความจริงในทางด้านจิตใจใช้ลิ่งนั้นไม่เป็น ไม่เท่าใด ลิ่งที่สวยงามนั้นก็จะเสียหายกล้ายเป็นลิ่งน่าเกลียดไป อันนี้เป็นตัวอย่าง ฉะนั้นจึง ต้องจักในเรื่องคน คนทุกคนจะต้องรักกันเห็นอกเห็นใจกัน นี้เป็นเรื่องของการแบ่ง

พระพุทธเจ้าครรัsstสอนญาติโยมสอนชาวบ้านให้รู้จักให้ “ให้ทาน” และก็สอนให้ “รักษาศีล” เมื่อรักษาศีลแล้วพระองค์ตรัสสอนต่อไปว่า “ให้เจริญภารนา” เป็นคำอับดับต่อไป

การกระทำเพื่อให้เกิดสิ่งคิงามและความเจริญ

คำว่าภารนาจึงเป็นคำที่เราได้ยินกันอยู่ทั่วไป คำว่า ภารนา นั้นหมายถึงอะไร? หมายถึง การกระทำบ่อยๆในเรื่องทางจิตใจ เพื่อให้เกิดสิ่งที่ดีที่งานขึ้นในตัวของเรา เช่น สมมติว่าเราสร้างนิสัยขยันขึ้นแข็ง ก็เรียกว่าเรางานา เมื่อยังกัน เราสร้างนิสัยให้เป็นคนมีความเมตตากรุณา ก็เรียกว่าเป็นการเจริญภารนาคือทำบ่อยๆในเรื่องอย่างนั้น ทำให้นิสัยใจคอของเราก้าวหน้าเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีงามตามหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา ทั้งพระ ทั้งชาวบ้าน จึงต้องมีการฝึกฝนในทางค่านเจริญภารนา

การเจริญภารนา ก็เป็นหน้าที่ของพากเราอันหนึ่งเหมือนกัน ซึ่งพากเราตื่นแต่เช้าฯ ทำวัตรสุขุมนต์เล่าเรียนหนังสือ ตอนบ่ายทำวัตรสุขุมนต์แล้วก็นั่งทำจิตให้สงบ สิ่งเหล่านี้ก็เรียกว่าเจริญภารนาเหมือนกัน ญาติโยมที่อยู่ทางบ้านสมมติว่ากลางคืนก่อนจะเข้าหลับนอน เราเข้าไปในห้องพระ จุดธูปจุดเทียนนูชา สรารสีริพะคุณของพระผู้มีพระภาค, พระธรรม, พระสัมมา เสร็จแล้วเรานั่งทำใจของเราให้สงบคัญวิธีโดยทั่วๆตาม วิธีนั้นก็เรียกว่าภารนาทั้งนั้น

ภารนานี้ในเมืองไทยเราเพียงตื่นตัวกัน ที่ใช้คำว่า “วิปัสสนาภารนา” ตามกันในเรื่องว่าไปเจริญวิปัสสนา ความเจริญนั้นมีอยู่ ๒ ประการ กล่าวคือ สมถะส่วนหนึ่ง วิปัสสนาส่วนหนึ่ง มีความอยู่อีกคำหนึ่งที่เราควรจะเข้าใจไว้ค้าย คือ คำว่า “กัมมัฏฐาน” กัมมัฏฐานนี้เป็นคำรวมของการภารนาเหมือนกัน

ที่ตั้งแห่งงานทางใจ

กัมมัฏฐาน หมายความว่า “ที่ตั้งแห่งงาน” หมายถึงงานทางใจ ไม่ใช่ งานทางกาย อะไรที่เป็นบทเรียนกัมมัฏฐานนั้น ก็หมายความว่า เขายิ่งเข้าไป ตั้งไว้ในเรื่องนั้นๆ เช่นเราเจริญ “พุทธานุสสติ” พุทธานุสสติก็เป็นกัมมัฏฐาน เป็นที่ตั้งแห่งงานทางใจ เขายิ่งปั่นไว้ในเรื่องนั้น เขายิ่งไปปิดคิดในเรื่องนั้นๆ อันนั้นเขาเรียกว่ากัมมัฏฐาน ญาติโยมอาจจะได้ยินคำนี้อยู่บ้างเหมือนกันครับไปกับ เรื่องภารนา

ในเรื่องกัมมัฏฐานนั้น มันแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน ในการปฏิบัติส่วนหนึ่ง เรียกว่า “สมถกัมมัฏฐาน” อีks่วนหนึ่งเรียกว่า “วิปัสสนา กัมมัฏฐาน”

สมถกัมมัฏฐานนั้น คือ การปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบใจเป็นส่วนใหญ่ วิปัสสนา กัมมัฏฐานนั้นเป็นเรื่องเกี่ยวกับปัญญา หมายถึง การคิดค้นเพื่อ ให้รู้ในสิ่งนั้นๆ ตามที่มันเป็นอยู่จริงๆ

การปฏิบัติเพื่อความสงบใจ

ในเรื่องสมถกัมมัฏฐานนั้นยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ เช่น สมมติว่าเราเอา พระพุทธคุณบทโปรดหนึ่งมา養 Kavanaugh เช่น เราภูวนาว่า ลัมมา อะระหัง หรือ ภูวนาว่า พุทธะ คือปากว่าคังฯ สัมมา อะระหัง คังฯ หรือว่า พุทธะ คังฯ ในขณะที่เราว่าคำเหล่านี้ จิตมันก็จะอยู่ในคำที่เราว่า ไม่ฟุ้งซ่านไปไหนทื่อain อันนี้ เป็นการใช้ทั่วๆไป พากพระจีนตามวัดจีนทั่วๆไป ถ้าเป็นวัดที่มีพระอยู่มากแล้วก็มี ความสนใจในเรื่องการ Kavanaugh ถ้าเราเข้าไปในวัดจะเห็นพระที่นั่งอยู่ชากลุกประคำ ตลอดเวลา ลูกประคำนั้นเป็นเครื่องที่ใช้สำหรับเตือนใจ ในใจก็คือตามไป เช่น

ภารนาคำว่า นะโม อัมมิตาภะ บัง คำที่กล่าวนั้นก็เป็นคำกล่าวบนอนุบท่อ
พระผู้มีพระภาคเจ้า ปากว่าคำหนึ่งก็ซักลูกประคำไปลูกหนึ่ง ซักเรื่อยๆไปจนหมด
ทั้ง ๑๐๙ ลูก แล้วก็ซักวนไปวนมา ไม่มีเวลาไปคุยกับใคร ไม่สนใจในแขกที่
ไปมาหาสู่ ท่านมีงานของท่าน...นั่งซักลูกประคำหลับตาเรื่อยไป การกระทำในรูป
เช่นนั้น ก็เรียกว่าเป็นสมณะเพื่อให้ใจนั้นสงบ ไม่ให้ใจเที่ยวงไปวิงวัง ให้อยู่กับที่
 เพราะว่าใจคนเราตามปกตินั้นไม่สงบไม่อยู่กับที่เลย

ដំណឹងប្រព័ន្ធផាសកម្មាធិទេហ្យុគិនៅ

พระผู้มีพระภาคเจืองรัลไว้ในคัมภีร์พระธรรมบหว่า :

ພນຸທນໍ ຈ ປລໍ ຈີຕົກໍ ທຸຮກໍ ທຸນຸນິວາຮຍໍ
ອູ້ງ ກໂຣຕີ ເມຂາວີ ອູ້ງກາໂຣ ວ ເຫັນໍ

๕๖๙

ប៊ុកគត់ដីមិថ្លោះ...

ป้อมฝึกจิตที่คืนรัน กลับก烙อก รักษาแยก ห้ามยก ให้อยุ่นิ่ง
เหมือนกับนายช่างศรพยา Yam ตัดถูกศรให้ครองได้ ฉะนั้น

นายช่างที่เข้าทำลูกศรนั้น เขากำต้องคัดลูกศรให้ลูกศรตรงแนวเลยทีเดียว
ถ้าไม่ตรง...ยิงไม่แม่น เพราจะนั้น นายช่างศรนั้นต้องพยายามคัดพยายามทำ
ลูกศรให้ตรงอย่างดีที่สุดแล้วยิงไปได้ก็ได้ คคนิคเคี่ยวนักยิงไปไม่ได้ก็ได้

นายช่างศรพยาภยามทำลูกศรให้ตรงได้ฉันใด

បុគ្គលិយមីប៊ូណា...

พึงรักษาจิตอันคืนรน กลับกลอก รักษาบาก ห้ามยก
ขอบเที่ยวไปในที่ไกลๆให้หยุดได้ ฉันไม่คงลืมนั้นเหมือนกัน

อันนี้เป็นพระคำรับสุขของพระผู้มีพระภาคเจ้า ชื่หงส์ทรงแสดงถึงลักษณะของจิตมนุษย์ไว้ว่า “ธรรมชาติของจิตนั้น มันคืนวน กลับกลอก อญ্তตลอดเวลา” ท่านจึงเปรียบว่าจิตนี้เหมือนกับลิง ลิงนั้นไม่อยู่นิ่ง ถ้าเรามานั่งคุ้ดิงแล้วจะเห็นว่า มันไม่นิ่งสักส่วนเดียวของร่างกาย มือเท้าก็ไม่นิ่ง หูตาไม่นิ่ง หัวก็ไม่นิ่ง ตัวของมันก็ไม่นิ่ง กลับกลอก วิ่งไปวิ่งมา ทำท่าอย่างนั้น ทำท่าอย่างนี้อญ्तตลอดเวลา สภาพของลิงนั้นเป็นอย่างไร ใจของคนเราก็เป็นอย่างนั้น วิ่งวนอยู่ในเรื่องอะไร ต่างๆ

การรวมกำลังของใจให้มีอรามณ์เดียว

ขณะที่ใจของเราซุกซนวิงวนอยู่นั้น มันไม่มีกำลังที่จะคิดจะนึก หรือ จะทำอะไรได้ ต้องรวมกำลังของใจให้เข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การรวม กำลังของใจนั้นแต่ละคือ การเจริญภารนา หรือ การกระทำกัมมัฏฐานตาม หลักในทางพระพุทธศาสนา

ความจริงในเรื่องอย่างนี้ คนเราทั่วไปมักพยายามรวมกำลังใจอยู่แล้ว แม้แต่เต็กตัวน้อยๆที่เรียนหนังสือในโรงเรียน บางครั้งบางคราวเขาก็รวมกำลังใจ เพื่อทำสมาธิเพื่อนึกคิดอะไรต่างๆ เช่นสมมติว่าเวลาคิดเลขในใจ เต็กบางคน จะนั่งหลับตา หูฟังเสียงคูณ หลับตาคนั้นเพื่ออะไร ก็เพื่อสำรวมใจไม่ให้มันฟุ่มซ่าน ไม่ให้นึกคิดไปในเรื่องอื่นๆ ไม่ให้เห็นเรื่องอื่นๆ ให้หูได้ยินเสียงที่คูณออกโจทย์เลข เท่านั้น แล้วเต็กคนนั้นหลับตาคิด เมื่อคิดໄ้แล้วก็จะผลัดพัธลงไปในสมุกด การกระทำอย่างนั้นก็เป็นการฝึกกำลังใจรวมกำลังใจ เต็กบางคนแห่งหน้าคูเพคาณ เวลาจะคิดอะไรก็แหงหน้าคูเพคาณไม่ก้มเลยที่เตี้ยว การกระทำเช่นนั้น เพราะ เต็กต้องการจะให้มีอรามณ์เดียว ไม่ให้ฟุ่มซ่าน ไม่ให้นึกถึงเรื่องอื่นใดทั้งสิ้น ให้

มองเห็นแต่ในเรื่องเดียวกำลังใจก็จะได้เกิดขึ้น หรือบางครั้งทำอะไรบางอย่างให้จิตเป็นสมานิ

อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์เราที่ต้องการรวบรวมกำลังใจของตนให้เป็นอันหนึ่งอันเดียว แล้วก็จะได้ใช้กำลังใจนั้นสำหรับคิดค้นในเรื่องอะไรต่างๆ ท่อไป โดยธรรมชาติมนุษย์รวมอยู่บ้าง แต่ว่ามันไม่คิดถ้าหากว่าเราไม่ฝึกมันเลี้ยงบ้าง เพราะฉะนั้นจึงต้องมีการฝึกจิตในเรื่องนี้ซึ่งเรียกว่าเจริญภวนา เรายังจะเรียกให้มันตรงตามภาษาฯ อย่างไปพูดว่าไปเจริญวิปัสสนา แต่ควรพูดว่าไปเจริญภวนา

ฝึกจิตให้ตั้งมั่น อ่อนโยน บริสุทธิ์

เจริญภวนา ก็คือ การฝึกจิตของตนให้อยู่ในสภาพที่เหมาะสมที่ควร การฝึกนั้นมีความมุ่งหมายอย่างไร? มุ่งหมายเพียง ๓ ประการ คือ เพื่อให้ตั้งมั่น เพื่อให้อ่อนโยน เพื่อให้บริสุทธิ์

ตั้งมั่นคือว่าไม่คิดอะไรหลายเรื่องในเวลาเดียวกัน แล้วต้องอ่อนโยน หมายความว่าจะไม่ใช้งาน แล้วมันก็ต้องมีความบริสุทธิ์เกิดขึ้น

ในเรื่องนี้เหมือนกับเราฝึกสัตว์ สัตว์บางประเภทเราอาจมาฝึกเพื่อใช้งาน ชាតาฝึกวิถีความเชื่อให้แน่นหนาฟังภาษาบ้านเมืองของเรา บอกให้เดินไปข้างหน้า มันก็เดินไป บอกให้เลี้ยวมันก็เลี้ยว บอกให้หยุดมันก็หยุด คนใดนั้นเข้าพูด กับวัวกับควาย พูดกันอยู่ส่องตัวนั้นแหลก คือคนหนึ่งพยายามส่องอะไรในหัวของนั้น พูดกันไปได้กันไป วัวควายก็เดินกันไปตามเรื่องของมัน แต่พอเข้าบอกว่าหยุด มันก็หยุดทันทีเหมือนกัน การที่มันทำได้อย่างนั้นก็เพราะว่าฝึกมันนานหลายวัน กว่าจะได้ค่อยฝึกค่อยไป ลิงที่ชูกนกที่สุกนุ่มยืดเอามาฝึกให้แสดงละครได้ ลิงโต ในป่าเป็นสัตว์ร้าย เสือในป่าก็เป็นสัตว์ร้าย มนุษย์ยังเอามาฝึกให้มันแสดงละคร

ให้ให้ทำทำอาหารตามที่ได้ ปิ่งคุปป์แล้วมันก็มาขึ้นมา มนูษย์เราไม่ฝึกอบรมไว้ ทั้งนั้นแหล่ แต่ว่าไม่พยายามฝึกตัวเอง ไม่พยายามที่จะสอนตัวเอง เพื่อให้เป็นไปในสิ่งที่ศีลหิงม ชอบฝึกแต่ผู้อื่นเท่านั้นแหล่...ข้อนี้น่าคิด

ผู้ที่ฝึกตนเองได้เป็นยอดคน

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า คนเราจะสอนผู้อื่นฝึกผู้อื่นได้ ถ้ายังฝึกตนไม่ได้ ผู้นั้นก็ไม่ใช่คนที่เป็นนักฝึกที่แท้จริง ท่านใช้คำว่าสารถิเพราะในบาลีนั้น สารถินี้เป็นพวกรฝึกสัตว์ ฝึกม้า ฝึกช้าง ฝึกสัตว์ที่ออกรอบในสังคม ถ้าใครเป็นคนฝึกสัตว์เหล่านี้ได้เก่งเข้าเรียกว่า “เป็นยอดสารถิ” แต่พระผู้มีพระภาคเจ้า บอกว่ายังไม่ถึงยอด คนที่ถึงยอดแห่งความเป็นสารถินั้นก็คือคนที่ฝึกตนเองได้ หักห้ามใจได้ เหนี่ยวรั้งตนเองไว้ได้ ไม่ปล่อยใจให้หลipyไปตามอำนาจของมัน และสิ่งแวดล้อม ผู้นั้นนับว่าเป็นยอดแห่งบุคคลผู้ฝึก และเป็นนักฝึกอย่างแท้จริง เพราะฉะนั้นเราจึงควรที่จะได้สนใจในเรื่องที่เรียกว่าฝึกจิตใจค้านภavana การเจริญภวนานา ก็คือจุดหมายเพื่อฝึกจิตของเรา

การฝึกจิตเพื่อทำให้ชีวิตมีสมรรถภาพ

ทำอะไรเราต้องฝึก?

ก็ เพราะว่าเราจำเป็นที่จะต้องใช้จิตอยู่ตลอดเวลา ถ้าจิตไม่ได้รับการฝึกฝนอบรม...ใช้มันไม่สะดวก และเมื่อไม่สะดวกมันก็จะไม่มีคุณภาพในการปฏิบัติงานในหน้าที่ในชีวิตประจำวัน

โลกในสมัยนี้ไม่เหมือนกับโลกในสมัยก่อน สมัยก่อนนั้นเป็นโลกแห่งความซักซ้ายเนื้อหา ทำอะไรก็ตามชอบใจ ถ้าเราด่องเรือล่องแฟปีตามแม่น้ำ ในสมัยก่อนเขาให้มันเหลือตามกระแสน้ำ น้ำแรงก็เหลือไปเร็ว น้ำซักก็เหลือไปไช้ ไม่รีบไม่ร้อน เดียวจะไปทำอย่างนั้นมันไม่ได้แล้ว จะเพียงแต่นั่งเรือแล้วก็ปล่อยไปสุดแต่น้ำจะพาเราแฟปีเหลือน้ำ สุดแล้วแต่น้ำจะพาไป...มันก็ไม่ได้ จะต้องมีเครื่องมือทำให้เร็วไปกว่านั้น ใช้ด่วนบ้าง ใจบ้าง เอาเครื่องยนต์ไปติดเข้าแล้ว มันหมุนพาแพพาเรือไปได้เร็วบ้าง

ทำไมจึงต้องเร็วขึ้น? เพราะมนุษย์ในยุคปัจจุบันนี้ อุปกรณ์ในการแข่งขันกันอยู่ตลอดเวลา คนใดก่อนแล้วหลังเขาก็เอาตัวไม่รอด ชาติใดมีผลเมืองอยู่นั้นก็ไม่เข้มแข็ง ไม่รักงาน ไม่ก้าวหน้า ก็เอาตัวไม่รอด จะต้องกล้ายืนเป็นข้าชาติอื่นเข้าในแบบเดียวกันนี้ แม้ไม่เป็นเมืองขึ้นเข้าในทางการเมือง แต่ก็เป็นเมืองขึ้นเข้าในทางเศรษฐกิจ การเป็นเมืองขึ้นเข้าในทางเศรษฐกิจมันเป็นภัยกว่าการเป็นเมืองขึ้นในแบบเดียวกันนี้ไป เพราะฉะนั้นศิริที่อยู่ในการแข่งขันนี้ บุคคลทุกๆคนต้องมีสมรรถภาพในตัวเพื่อต่อสู้กับสิ่งทั้งหลายอันวิ่งไปข้างหน้าตลอดเวลา

การที่จะสร้างสมรรถภาพให้เกิดขึ้นในตัวนั้น จะสร้างกันที่ตรงไหน? เรื่องของมนุษย์มันก็อยู่ที่ใจนั้นแหละ คนโบราณจึงพูดว่า “ในโลกนี้ไม่มีอะไรที่จะประเสริฐไปกว่ามนุษย์ ในมนุษย์ก็ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่าใจ” เพราะฉะนั้นใจนี่ก็เป็นจุดศูนย์กลางของความเป็นมนุษย์ เราจึงต้องมีการฝึกฝนใจของเราเพื่อให้เกิดกำลัง ให้เกิดสมรรถภาพในการประกอบกิจกรรมงานต่อไป

คนเราบางคนทำงานอะไรหน่อยๆก็เห็นอีกใจอ่อน ไม่ค่อยมีเรื่องมีราว แต่บางครั้งเป็นเรื่องที่ดี ใจอ่อน ไม่มีความรู้ ไม่มีความสามารถ หรือว่าทำงานไม่เป็นมืออาชีวะไม่คีทางประสาทปวนศีรษะบ้าง เป็นอย่างโน้นบ้างเป็นอย่างนี้บ้าง ร้อยแปดพันเก้า ก็เรื่องของใจทั้งนั้น แต่ถ้าได้มีการฝึกมันไว้ให้เข้มแข็ง อกหนนหนักแน่น ให้ต่อสู้กับเหตุการณ์ใดอย่างไม่พรั่นพรึง เรายังมีกำลังมากสามารถจะ

ทำอะไรได้มาก ขอให้เราคุณบางคน เขามีจิตใจเหมือนกับอะไร...ทำงานไม่หยุด
ไม่ย่อน แล้วก็ทำได้หลายเรื่องหลายประการ ทำงานนี้เสร็จแล้วทำงานนั้น
ต่อไป จนเรานึกว่า เอี๊ะ! เขายังคงที่ให้มาทำ เอาเวลาที่ให้มาทำ แต่ว่าท่าน
ทำได้ ให้คุณว่าย่างพระมหากษัตริย์ของเรางานพระองค์ เช่นในหลวงรัชกาลที่
๕ หรือที่ ๖ นั้นแหละ พระองค์ทรงมีพระราชกรณียกิจหนัก พระเจ้าแผ่นดินนี้
มีพระราชกิจหนัก คือว่าทรงปักครองพสกนิกรทั่วประเทศ ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย
พระองค์ทรงเอาเวลาให้มาเขียนหนังสือ เขียนบทประพันธ์ต่างๆ เขียนร้อยแก้วบ้าง
เขียนร้อยกรองบ้างมากมายหลายประการ

สิ่งที่ไม่ควรจ้างภาระฝึกชิต

ในหลวงรัชกาลที่ ๕ เวลาเส็งไปต่างประเทศ เวลาเส็งจากลับมา ตอน
กลางคืนก่อนที่จะทรงพระบรมหกเสียงจดหมาย เสียงถึงลูกสาว เสียงถึงพระ^๑
พันปีหลวง เสียงพระมหาสมณเจ้า เสียงถึงเสนาบคีหลายคน ในคืนเดียวท่าน^๒
เสียงจดหมายได้ตั้งหลายฉบับ แล้วในฉบับหนึ่งๆ ไม่ใช่ว่า ๒-๓ บรรทัดจบเสีย^๓
เมื่อไร ๒-๓ หน้า...ยังไง เล่าเรื่องอะไรต่ออะไรต่างๆ เวลาพระองค์เส็งไป
ที่ไหน เห็นอะไรก็เห็นอย่างซักแจ้ว นำมาเสียงได้เรียบร้อย ตัวอย่างเช่นว่าเส็ง^๔
ไปเสวยพระกระยาหารในการเดียง เสียงละเสียกว่าเข้าเดียงนั้นมีวิธีจดอย่างไร
เอาอย่างมาจำ ถ้าคนไม่มีสามารถไม่มีกำลังใจจะจำสิ่งเหล่านั้น คุ้กผาคฯ เป็นฯ^๕
ไปอย่างนั้นแหละ แต่พระองค์คืออย่างลงทะเบียน แล้วก็ทรงเสียงพรรณนามา^๖
ด้วยความเรียบร้อย

คราวหนึ่งเสก็จประพาสเกะชวา ไปเห็นเด็กคนหนึ่งมันแต่งตัว ทรงเล่า
ละเอียดกว่า แต่งอย่างไร นุ่งผ้าลีอั้ว ใส่เสื้อยืดอย่างไร บนหัวมันมีอั้ว เยี่ยน

อย่างละเอียด ถ้าเราอ่านตรงนี้ เห็นภาพเด็กทันที โอ! เรื่องมาก ท่านทรงจำได้อย่างละเอียด เห็นที่เดียวเขามาเขียนได้เรียบร้อย นี่ เพราะอะไร? ก็ เพราะว่าท่านมีกำลังใจสูง มีสมารถในเรื่องนี้โดยเฉพาะเวลาเข้าใจไปทำอะไร สมารถก่อญัตติเรื่องนั้นไม่ใช่เรื่องอื่น ถ้าเขียนหนังสือร้อยกรอง สมารถก่อญัตติเรื่องนั้นเวลาสังงานสามารถก่อญัตติเรื่องนั้นๆ

คนอย่างนี้แหล่มีกำลังมาก สามารถที่จะทำงานได้มากแล้วไม่รู้จักเหนื่อย เนื่องจากคนมีสมารถไม่เหนื่อยใจ เวลาจะพาก็พากได้ทันที เช่น สมมุติว่าจะหลับ พอดันนอนลงไปหลังแต่เดิม ศีรษะถึงหมอนกนปี้เลย หลับปุ๊บไปแล้ว...หลับง่าย คนที่หลับง่ายนี้คือคนที่ใจเป็นสมารถ

สภาพของคนที่ไม่ได้รับการฝึกจิต

คนที่หลับยากนี้เป็นคนที่ใจไม่เป็นสมารถ ใจบั๊กคิดผิดๆ ใจบั๊ฟุ่นเฟือย ยังไปตลาดนั่นตลาดนี้ สแควร์นั้นสแควร์นี่...ให้มันวุ่นวายอยู่ คิดร้ายแปดพันประการ เพราะเหตุไรจึงเป็นเช่นนั้น เพราะไม่มีความยั้งใจ มีแต่ปล่อยมัน ตลอดเวลา ปล่อยจนเคลิ้มไปหน่อไหอก็ไม่รู้ จนอนแล้วนกยังจะไปเที่ยวอยู่ตัวอยู่ในห้อง ใจออกไปไกลต่อใกล้อันนี้ทำให้เสียเวลาเปล่าๆ บางทีนอนคิดไปคิดมาครึ่งคืนไม่หลับ แล้วตื่นขึ้นมาก็โผล่ อ่อนเพลียละเหี้ยใจ

ครั้นไปทำงานก็ไม่มีกำลังใจ ทำงานอะไรก็ไม่ค่อยจะเรียบร้อย อารมณ์หุคหุคงุ่นง่าน เดียวคุณนั่นว่าคนนี้ ใครทำอะไรไม่ถูกใจก็คุกคามพื้กตัวพื้กไปเลย เพราะใจไม่สบาย อารมณ์ไม่ดี อะไรก็ตามก็ไม่คิดมค Gilles ที่เราพูดในภาษาชาวบ้านว่า “วันนี้พื้นไม่ดี” พอดันไม่ค่อย่าเงาสื่ออะไรเข้าไปทวนเชิญนะ ทำแล้วมันเละหมัดเหละ ไม่ได้เรื่องไม่ได้ราوا ใจคนเรา ก็เป็นอย่างนั้นเหละ พอดันอะไร

ไม่คุ้ม ก้มองไม่คืบไปหมดแหลกที่นี่เกิดความมึนหงุดหงิดงุ่นง่า� เคี่ยวคุ้ดเคี้ยวว่า ทำงานก็ไม่เรียบร้อย นีมันก็เป็นเรื่องที่ไม่ไฝกใจเข้าไว จึงได้เลี้ยงกำลังใจไปในรูปอย่างนั้น

สามาชิเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการฝึกจิต

คนที่เขามีการฝึกใจไว ไม่ว่าเขาจะอยู่ในสถานะใดๆ หั้สิน ใจของเขาก็มั่นคงอยู่ตลอดเวลา แม้ว่าจะมีเรื่องน่าตกอกติกใจ มีอะไรที่เรียกว่าร้ายแรง ก็ไม่หวั่นไหว ไมโยกโคลงกับอารมณ์นั้นๆ วางแผนเลี้ยงได้ มีสติเกิดขึ้นทันที มีปัญญาเกิดขึ้นทันที สามารถที่จะพิจารณาเหตุการณ์นั้นๆ ได้อย่างถูกต้อง แล้ว ก็ปลงทกลงไปได้ทันทีว่ามันคืออะไร ควรแล้วหรือที่เราจะเข้าไปยึดไปถือทำให้เกิด ความทุกข์ความເຖິງຄວາມເທືອກຮອນໃຈ อันนี้แหละคือผลที่เกิดขึ้นจากการฝึกจิตให้เกิด สามาชิอันสมควรควรแก่ฐานะ ครั้นเมื่อเรามีสามาชิเกิดขึ้นแล้ว เราเก็บยังจะใช้ สามาชินั้นสำหรับคิดค้นเรื่องลึกซึ้งละเอืຍคต่อไป

จิตที่หลุดพ้นจากเครื่องผูกพัน

เรื่องลึกซึ้นนี้ไม่ใช่เรื่องงานในชีวิตประจำวัน แต่เป็นเรื่องเกี่ยวกับสิ่ง ที่มันผูกมัคจิตใจเรา เวลาต้องตกเป็นทาสของลิงนั้นๆ อยู่ตลอดเวลา คนเรานั้น อุตਮคติสูงสุดของชีวิตของมนุษย์อยู่ที่ตรงไหน อยากจะให้จำไว้ด้วยว่า อุตมการณ์ หรือว่าจุกหมายปลายทางของมนุษย์ โดยเฉพาะในทางพระพุทธศาสนานั้น ก็คือ “การหลุดพ้นจากเครื่องผูกพันโดยประการทั้งปวง”

ในภาษาธรรมะท่านเรียกว่า “วิมุตติ” คำว่า “วิมุตติ” นี้แปลว่า “ความหลุดพ้น” หมายความว่า “พ้นจากเครื่องผูกพัน”

เครื่องพันธนาการของมนุษย์

ตามปกติคนเราทั่วๆไปที่เป็นคนยังไม่พัฒนา มีเครื่องผูกพันอยู่มากมาย เช่นเรียกว่า “บ่วง” มาผูกไว้มากหลายสายบ่วง ในคำโคลงโลกลนิติเขากล่าวไว้ สามบ่วงที่ผูกติด โคลงว่าไว้ว่า : -

มีบุตรบ่าวหนึ่งเกี่ยว	พันคอ
ทรัพย์ผูกนาทากล้อ	หน่วงไว้
ภรรยาเยี่ยงบ่วงคอ	รีบัด มือนา
สามบ่วงไครพันได้	กีพันสงสาร

โลกลนิติเขาว่าไว้อ่านนั้น บ่วงเป็นเครื่องผูก มีบุตรผูกคอ มีภรรยาผูกมือ มีทรัพย์ผูกเท้า ผูกให้ตลอดเวลา การผูกพันทางด้านจิตใจเกิดขึ้นในลิ่งเหล่านี้แล้ว เมื่อเรามีเครื่องผูกอยู่เป็นอย่างไร ลองนึกคุณว่า...ถ้ามีอะไรมาส่วนค้อนมันจะเป็นอย่างไร มือถูกมัดนี่เป็นอย่างไร เข้ามาเชือกมาผูกเท้าจำกัดที่ให้เดินนีมันเป็นอย่างไร นิ่กถึงทางร่างกายก่อน ถ้านึกว่าถูกผูกมันก็เป็นทุกๆ มันไม่มีสระ ไม่มีเสรีภาพ จะไปไหนจะทำอะไรก็ไม่ได้คงใจบรรณ ถ้ามีคนโคลนหนึ่งมาปล่อยเราให้หลุดพันจากเครื่องพันธนาการนี้ออกทันที นี่เราสบายใจ

มนุษย์เราเนี่ยตามปกติ หรือสัตว์เครื่องงานทั่วๆไปนั้น ชอบอิสรภาพเดรี ค้ายกันหันนั้นแหละ แต่ความเข้าใจในเรื่องอิสรภาพ ในเรื่องเสรีภาพนั่น อาจจะไม่ตรงตามเรื่องที่จะเป็นไปได้ อิสรภาพเสรีภาพอย่างแท้จริงทางใจนั้น เราหมายถึง “ปลดปล่อยเครื่องพันธนากรออกจากใจได้” ถ้าปลดปล่อยเครื่อง

พันธุ์นาการทั้งหลายออกจากใจไปในขณะใด ขณะนั้นเราเป็น “อิสรชน เสรีชน” ใจใจเรามีเสรีภาพอย่างส มบูรณ์เกิดขึ้นแล้ว เราక็ไม่ได้มีอะไรเป็นเครื่องผูกพันอีกต่อไป

จุดหมายที่มนุษย์ควรจะไปให้ถึง

พระผู้มีพระภาคเจ้า พระอรหันตสาวกทั้งหลาย ท่านเป็นผู้ปลดปล่อยเครื่องพันธนาการทั้งปวง ท่านมีชีวิตอิสรเสรี ไม่มีอะไรที่ทำให้ท่านมีความทุกข์มีความเดือดร้อนต่อไป และเมื่อท่านได้ถึงจุดนี้แล้ว เห็นว่าไนแหละเป็นจุดสูงสุด เป็นบรมธรรม เป็นสิ่งที่มนุษย์ควรจะเข้าไปให้ถึง เป็นสิทธิที่ทุกคน จะเข้าไปถึงได้ ไม่ได้จำกัดเฉพาะบุคคลนั้นบุคคลนี้ พระองค์ซึ่งทางไว้ให้เดินเพราะฉะนั้น จุดหมายปลายทางของการปฏิบัติของเรานั้นก็อยู่ที่นั่น คือ อยู่ที่การหลุดพันจากเครื่องผูกพันโดยประการทั้งปวง

เมื่อเราถึงจุดอันนี้ไว้แล้วว่า เรามุ่งหมายเพื่อการปฏิบัติให้หลุดพัน เรา ก็ต้องพยายามที่จะทำให้หลุดพันจากอะไรเรื่อยไป แม้เรื่องเล็กๆน้อยๆที่มันเป็นเครื่องผูกมัคจิตใจ ทำให้เราตกเป็นทาสของมัน เรา ก็ต้องพยายามคืนตน เพื่อให้มันหลุดพันไปจากสิ่งนั้นๆ

เช่น ลิ่งเหลพศิคบ้างประภาก ที่เราเสพที่เราคิดกันอยู่ ถ้าพิจารณา กันโดยเนื้อแท้แล้วไม่ได้สาระอะไรเลย ไม่จำเป็นอะไรแก่ชีวิต แก่ร่างกาย แต่ทำไม่เราจึงต้องทำอย่างนั้น แล้วก็ทำมันทุกวันทุกเวลา ถ้าหากว่ามันไม่มีขึ้นมา มัน ก็ทำให้เกิดอารมณ์ไม่คิดเห็น คิด บุ่นบ่าน เพราะเรื่องนั้นๆ นี่เพราะว่าเรามันอุตริไปติดในลิ่งเหล่านั้นเข้า เป็นพิษเป็นภัยแก่เรา ถ้าเราไม่เข้าไปติดพันมันเข้า มัน ก็ไม่มีเรื่องอะไร

ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นในเรื่องอื่นๆ อีกหลายประการ ที่เราติดแล้วทำให้เกิดความทุกข์ เราทิ้งพยายามสักทิ้งมันออกไปเรื่อยๆ เพื่อให้สิ่งเหล่านั้นพ้นไปจากความยึดมั่นถือมั่น นี้คือจุดหมายที่เราจะพึงปฏิบัติให้เข้าถึงหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา เมื่อสู่จุดมุ่งหมายอย่างนี้แล้วเราต้องพยายามฝึกจิตของเรารückวิการเจริญภารนาตามโอกาสตามความสามารถที่เราจัดทำได้ เพื่อที่จะให้จิตของเราเมื่ออาหารใจอย่างสมบูรณ์ อย่างถูกต้อง มีกำลังสมบูรณ์และสามารถที่จะต่อสู้กับอุปสรรคอันตรายอันจะเกิดในชีวิตของเรา

ขอให้เราทุกๆ คนมาตั้งจิตอธิษฐานตามปัญหา ตามทัวลงว่า ในวันหนึ่งๆ ชีวิตของเรา นี้ เรายู่อย่างไร มีความรุ่นราษฎร์ใจกี่ครั้ง เดือดร้อนกี่ครั้ง แล้วก็เป็นทุกข์ค้ายเรื่องอะไร ทำไมจึงได้เป็นทุกข์ ทำไมจึงได้ร้อนใจ ทำไมจึงเกิดความรุ่นราษฎร์ใจ เรายังคงปัญหานั้นหรือเปล่า ถ้าหากว่าไม่เป็นจิตถึงปัญหานั้นๆ เลียความทุกข์มันก็หมดไปแหลก ความร้อนใจมันก็หมดไปด้วย

หลุดพ้นได้ค้ายปัญญา

ทำไมมันจึงหมดไปทันทีในเมื่อเราไม่คิดถึงเรื่องนั้น เพราะว่าใจของคนเรา นั้นมันคิดไกดีที่จะเรื่อง ขณะใดที่มีความร่าร้อน ก็หมายความว่าเราคิดถึงเรื่องร้อนใจ คิดค้ายความหลง ค้ายความเข้าใจผิด ขณะใดที่มีความร้อน ก็หมายความว่าเราคิดในเรื่องที่มันทำให้มีความค้ายความหลงค้ายความเข้าใจผิด ขณะใดที่มีความทุกข์ ก็หมายความว่าเราคิดถึงเรื่องทุกข์ค้ายความเข้าใจผิด ไม่ใช่คิดค้ายปัญญา ถ้าเราคิดค้ายปัญหานี้ ไม่ร้อน ไม่วุ่นราษฎร์ใจ ไม่มีอะไรเกิดขึ้น แต่มันจะมีความรู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งนั้น และเมื่อรู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งนั้นใจก็สงบ ไม่เมื่อเรื่องอะไรต่อไป

เพราะฉะนั้นจึงอยากจะขอแนะนำว่า ในขณะใดที่เกิดมีปัญหามีความทุกข์ มีความเดือดร้อน เรายกขึ้นมาตามทันทีว่า เราทุกข์เรื่องอะไร ร้อนใจเรื่องอะไร วุ่นวายเรื่องอะไร...เราามาคิดเลี้ย ให้เอาปัญญาเข้ามาใช้ อย่าเอกสารมหลง อย่าเอกสารความเข้าใจผิดเข้ามาใช้ ตามปกติญาติโยมทั่วๆไปนั้นนะ ขออภัยเลย เขาไม่ได้ใช้ปัญญา แต่ทว่าพากເອາແຕ่ความหลง พกເອາແຕ่ความเข้าใจผิดมาใช้ จนนั่งก็แล้ว จนนอนก็แล้ว กลุ่มใจจนไม่รู้ว่าจะจากลุ่มใจอย่างไร กลุ่มเหมือนหัว จะแตกออกเป็นเสียงๆไปเลียนนั้น ก็ เพราะว่าไม่ได้เอาปัญญามาใช้ กลับนิคเดียว เท่านั้นแหล่ะ คือให้กลับตามตนเองว่ากลุ่มเรื่องยังไงในนะ ทุกข์ใจเรื่องอะไรนะ ทำไม่ จึงต้องกลุ่มในเรื่องนั้นๆ มันคืออะไร เอกามาคิด มาวิเคราะห์ มาวิจัย เรียกว่า เขายื่องงานนั้นแหล่มารวบรวมปัญหานั้นๆทันที ปัญหาก็ค่อยๆแตกขึ้น

ครั้นปัญญาเกิดขึ้น เจ้าความทุกข์ความเดือดร้อนที่ห่อหุ้มใจจนทำให้ วุ่นวายมันก็ค่อยหายไป เราก็รู้เท่ารู้ทันตัวเอง รู้ทันว่า อ้อ! พ้ออื่นมาเยี่ยม ที่ไรข้ากลุ่มทุกที่แหล่ะ พ้อารมณ์อันนี้เกิดขึ้นก็กลุ่มใจทุกที่เชี่ยววนะ เราก็ค่อยกีดกัน อารมณ์นั้นไม่ให้มันเข้ามาเป็นนายเรา แต่ว่าถ้ามันไม่เข้าก็ไม่คี เมื่อมันเข้ามาแล้ว เราก็กลับถือเอาสิ่งนั้นแหล่มีน้ำพิจารณา พิจารณาว่าอารมณ์นี้มาจากไหน แล้ว นั้นเกิดอะไรขึ้นในใจของเรา อาการที่เกิดขึ้นเป็นกุศลหรือว่าเป็นอกุศล เป็นความ ทุกข์หรือว่าเป็นความสุข หนักใจหรือเบาใจ

เมื่อไม่มีความยึดถือ ก็ไม่ทุกข์

ขอให้พิจารณาไปถึงคัวสิ่งเหล่านั้น ว่าสิ่งนั้นมันคืออะไร มันทำให้เป็น ทุกข์นั้นเพราะอะไร คำตอบก็มีอันเดียวเท่านั้นแหล่มีความยึดถือ ถือว่า ของฉันนั้นเอง เช่น เรายืนทุกข์เรื่องลูกๆ ทำไมจึงเป็นทุกข์? เพราะเราภักลูก...

รักเหลือเกิน รักจะให้เหมือนใจเราทุกอย่าง อะไรในโลกนี้ที่จะให้มันเหมือนใจอย่างนั้นเป็นไปไม่ได้ เราจะบังคับมันว่า จะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่เห็นมี

แม้ตัวเราเองก็ยังบอกไม่ได้ บังคับไม่ได่ว่า อย่าแก่ อย่าเจ็บ อย่าตายนะ อย่าเป็นอย่างนี้นะ มันจะต้องเป็นไปตามเรื่อง พยายามมากเข้าเดี่ยวป่วยหัวเข่า เดี่ยวป่วยล้นหลัง ป่วยครองนั้นป่วยตรงนี้ เราก็นึกว่าไ้อีกป่วยหัวทั้งหลายนี้ มัน เป็นเรื่องธรรมชาติที่จะเกิดขึ้นกับตัวเราตลอดเวลา ถ้ามันป่วยก็นึกถึงความป่วย เอกาความป่วยมาเป็นอารมณ์ แล้วก็พิจารณาว่าทำไม้มันจึงป่วย มันป่วยอย่างไร เกามาพิจารณาด้วยปัญญา

อารมณ์อื่นก็เหมือนกัน เช่น เราเมื่อทุกข์เรื่องลูกบ้าง เรื่องทรัพย์สมบัติบ้าง เรื่องสามีบ้าง เรื่องภรรยาบ้าง เราต้องเกี่ยวข้องกับคนในโลกกีคน ก็ແນບว่าทำให้ตัวของเราเป็นทุกข์ทั้งนั้น ยังมีเรื่องเกี่ยวข้องมากมั่นก็เป็นทุกข์มาก ถ้าเรา ไม่มีปัญญาพิจารณาในเรื่องนั้นๆ ที่นี้ถ้าเรามีปัญญาพิจารณาโดยรอบครบ เราก็ค่อยรู้ค่อยเข้าใจว่า อ้อ! เรื่องมันเป็นอย่างนั้น เรื่องมันเป็นอย่างนี้ แล้วจะบอกคนเองว่า มันเรื่องอะไรที่จะไปกลั้มอกกลั้มใจกับเรื่องเหล่านั้น ไอ้เราเนี่ยจริง หัดฉลาดเสียบ้างซี

เช่นสมมติว่า ลูกๆ ของเราเดี้ยงมันโถแล้ว ให้การศึกษา ให้มีภารยาสามี ไปแล้วเขาวินได้แล้ว ก็ปล่อยให้เขาวินเองบ้างซิ บินตามเรื่องของเข้า แม้ว่าเรา จะไม่ชอบใจในเรื่องอะไรๆ เราก็ห้ามเขาไม่ได้ เพียงแต่แนะนำพรำเตือนเขานิดๆ หน่อยๆ ถ้าเข้าฟังก็ไป ถ้าเข้าไม่ฟังก็ปลงตก โอ้...เรื่องของเขาก็ชั่งเขาก็อย หน้าที่ของเราทำสมบูรณ์แล้ว เราจะไปเป็นทุกข์เป็นร้อนอะไรกับเขานักหนา

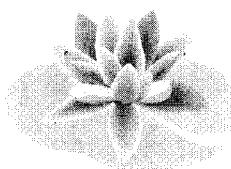
ถ้านึกได้อย่างนี้ มันก็ค่อยสบายนอกสบายนิจชั้นมา เพราะเห็นว่ามันเป็น เรื่องที่เราห้ามไม่ได้ อะไรมันให้ไปตามอำนาจอารมณ์และสิ่งแวดล้อม เรื่อง บางเรื่องไม่น่าจะเกิดมันก็เกิดขึ้น เพราะเรื่องสิ่งแวดล้อมมันมีอิทธิพลเหนือ จิตใจคนที่ไม่ได้ฝึกฝนตนเอง

ผู้มีอำนาจเหนืออำนาจของอารมณ์

ถ้าบุคคลใด...มีการฝึกฝนตนเองแล้ว
อำนาจอารมณ์และสิ่งแวดล้อมเหล่านั้น
...จะไม่มีอิทธิพลเหนือตนนั้น
...เขายอยู่เหนือสิ่งแวดล้อม
...เหนือความหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงของโลก
“ปัญญา” อันนี้แหละ . . .
เป็นจุดหมายที่เราควรจะได้ศึกษา
เป็นจุดหมายที่เราควรจะได้ปฏิบัติ

วันนี้พูดให้ญาติโยมฟังให้ได้เห็นว่าทำไมเราจึงต้องไปเจริญภาวนา ส่วน
วิธีการเจริญภาวนาก็อย่างไร ในเรื่องนี้จะได้กล่าวในวันต่อไป

ได้กล่าวมาวันนี้ก็เห็นว่าพอสมควรแก่เวลา
. . . ขออุทิการแสดงปัญญาธรรมไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .



“สิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้น มันเกิดจากการคิด เกิดจากการพูด เกิดจากการกระทำ
เกิดจากการควบหาสมาคม ที่ส่วนมากจากใจของเราทั้งนั้นนี่แหละ แล้วมันก็เกิดอะไรๆ ค้างๆ ขึ้นมา
เป็นไปตามลำดับ”



) ส่อบสوان ทวนตาม

... ในชีวิตเรา呢 ...

เราจะต้องส่อบสوانทวนตามตัวเองไว้ว่า
ในรอบลับค้าห์หนึ่งๆ ชีวิตเราเป็นอย่างไร?

มีอะไรเกิดขึ้นในชีวิตของเรานะ?

ลิ่งที่เกิดขึ้นเป็นความเลื่อมหรือความเจริญ เป็นการก้าวหน้าหรือการอยู่หลัง
ลิ่งที่ไม่เคยเกิดมันเกิดขึ้นบ้างหรือเปล่า?

ลิ่งที่เกิดขึ้นแล้วเป็นแล้ว เป็นแล้ว ยังอยู่กับเราหรือเปล่า?

เป็นเรื่องที่จะต้องพิจารณาเพื่อให้รู้จักตัวเอง รู้จักลิ่งที่เกิดมีอยู่ในตัวในใจเรา
ให้รู้ว่าลิ่งนี้มันเกิดจากอะไร แล้วมันให้อะไรแก่เราบ้าง

เราควรจะแก้ไขปรับปรุงลิ่งนี้โดยวิธีใด

ถ้าหมั่นพิจารณาตักเตือนตนอยู่บ่อยๆ ความบกพร่องแม้จะเกิดก็เกิดไม่นาน
พอเกิด... เรารู้... รู้แล้ว... เราแก้ไข
แต่ถ้าเราไม่ได้ตรวจสอบ เราคงไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ถ้าเหลอก็เหลือไปไกล

พระพุทธมังคลาจารย์ (หลวงปู่ปัญญา นันทภิกขุ)



รุ่งเรือง ราบรื่น เรียบร้อย

คนเราถ้ารู้จักตัวเองมากขึ้นเท่าไหร่ ชีวิตจะรุ่งเรืองมากขึ้นเท่านั้น

ถ้าไม่รู้จักตัวเอง...ชีวิตก็ยังมีคุณภาพอยู่ตลอดเวลา

ความก้าวหน้าในชีวิตจะไม่เกิด

ถ้าเราไม่เชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างเกิดจากกระบวนการทำของตัวเราเอง

เราจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลง วิวัฒนา ขอร้อง บนบานศาลกล่าว

ให้สิ่งนั้นสิ่งนี้มาช่วยคน ซึ่งมันไม่มีทางที่จะสำเร็จได้

เรื่องของตัวเองเป็นเรื่องที่ควรศึกษา ก่อน

คือการศึกษาดูชีวิตที่ผ่านมาโดยลำดับว่าเป็นอย่างไร

มีความประพฤติปฏิบัติไปในรูปใด

ความโกรธ ความรัก ความชัง ความหลง

ที่เคยเกิดขึ้นรบกวนจิตใจของเรา เวลาใดมันลอกน้อยลงไปหรือไม่

ความรู้สึกนึกคิดในใจของเรา มีสภาพเป็นอย่างไร

ผู้ที่ต้องการมีชีวิตรุ่งเรือง ราบรื่น เรียบร้อย ก็ต้องหมั่นตรวจสอบพิจารณาตัวเอง



เปิดม่านคำ รับแสงแห่งความจริง

ลิงแฉคล้มรอบตัวเป็นครูของเรา
จะพยายามมองแล้วคิดให้ได้ความรู้ความฉลาดขึ้นเดิม
ในบ้าน นอกบ้าน ในสำนัก แม้บนถนนหนทาง ก็ต้องมีครูอยู่เตือนเรา
ตัวของท่านเองก็เป็นครูของท่าน
ถ้ามีเวลาว่างจะมองตัวท่าน...มองให้ชัด...มองนั้นอย่างสนิใจ
ความจน มั่น มี สุข ทุกข์ โศก ยินดี หมายอิทธิพลเหนือคนที่รู้เท่าไม่
... จ ง น ี ก วَا ...
มันเป็นเพียงหมายที่หลอกให้เราคิดเท่าทัน
ตัวเราที่แท้จริงอยู่สูงกว่าตนมากนัก
อย่ายอมให้มือของท่านเป็นผู้เดียว จงฟอกมันให้สะอาด
แล้วอยรับแสงแห่งความจริงเดิม เพราแสงส่องอยู่เสมอ
หมุนใจของท่านเข้าหาแสง เปิดม่านคำออก
แล้วจักได้พบความจริง...ความจริงที่ไม่รู้จักตาย ไม่เปลี่ยนแปลง

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทภิกขุ)



จิตที่รู้เท่าทันวารมณ์

คนมีปัญญา ถึงแม้ตกรุกข์ ก็ยังหาสุขพบ



คนส่วนมาก...ไม่ค่อยสนใจในเรื่องเกี่ยวกับการฝึกฝนจิต
แต่สนใจเกี่ยวกับการฝึกฝนเรื่องอื่นๆ
ทำเรื่องอื่นได้เก่งหลายเรื่อง หลายประการ
เล่นดนตรีเก่ง...เต้นรำเก่ง...ร้องเพลงเก่ง
เคลื่อนบดกลเก่ง...กีฬาประเภทต่างๆเก่ง มีชื่อเสียง
แต่ว่าไม่มีชื่อเสียงทางหักห้ามจิต
การที่จะปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่เรียบร้อย
ไม่มีความยุ่งยากในชีวิตประจำวัน
เราเก็บตัวเองมีการฝึกฝนจิตของเราร่อง
การฝึกฝนจิตเป็นเรื่องสำคัญ
เป็นงานจำเป็นใหญ่ยิ่งของชีวิต ที่เราควรกระทำทุกวัน ทุกเวลา

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาณฑิกกุช)



ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในการสงบ ตั้งออกตั้งใจฟังค้ายดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิคขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

เรื่อง จำ เป็น และ สำคัญ ของ ชีวิต

เมื่อวันอาทิตย์ก่อนได้อธิบายถึงเรื่องว่า มีความจำเป็นอย่างไร ที่เราจะต้องฝึกจิตในด้านความนา ซึ่งญาติโยมทั้งหลายได้ฟัง และได้รับสำเนาปาฐกถาในวันก่อนเข้าไปอ่าน ขอให้อ่านซ้ำอีกหลายๆ เที่ยว เพื่อจะได้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องนั้นชัดเจนขึ้น เพราะว่าเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติในทางจิตเป็นเรื่องจำเป็น และสำคัญสำหรับชีวิตของเราทุกคน

เพราะว่าสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นความสุข ความทุกข์ความเสื่อมความเจริญ ล้วนเกิดจากความคิดของเราทั้งนั้น ถ้ามีจิตที่ไม่มีระเบียบ เรายังคงฝังซ่านออกไปนอกลู่นอกทาง อันเป็นเหตุที่จะก้าวไปในทางที่ผิด ทำให้ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตด้วยประการต่างๆ

ปรับปรุงจิตให้รู้เท่าทันอารมณ์

เราทั้งหลาย...ไม่ต้องการความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน เมื่อไม่ต้องการความทุกข์ความเดือดร้อนก็ต้องปรับปรุงจิตใจของเรา ให้มีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ที่พูดว่า เป็นตัวของตัวเอง นั้นก็หมายความว่า จิตอยู่ในสภาพ สะอาด สว่าง สงบอยู่ แม้ว่ามีอะไรกระทบก็มีสติปัญญา รู้เท่าทันต่อสิ่งนั้น ไม่หลงให้มัวเมากับสิ่งที่มากระทบมากเกินไป

อันสิ่งที่มากระทบใจเรานั้นเรียกว่า “อารมณ์” คำว่าอารมณ์นี้เป็นคำที่เราพูดกันมาก ไกดินกันปอยๆ อารมณ์ก็หมายถึงสิ่งภายในอกหัวใจกระทบใจของเรา แต่ว่าการกระทบใจนั้นมันต้องผ่านไปทางประสาททั้งห้า คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย แล้วใจจึงได้รับอารมณ์นั้น สิ่งที่ผ่านเข้ามาทางประสาททั้งห้านี้เข้าไปถึงใจ

ถ้าใจของบุคคลใดไม่ได้รับการอบรมตามหลักธรรมะ ก็ย่อมรับสิ่งนั้นไว้ด้วยอำนาจอวิชชา เกิดความกำหนดคิดเคือง ลุ่มหลง มัวเมากับสิ่งนั้น อันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนด้วยประการต่างๆ แต่ถ้าใจของเราได้รับการอบรมบ่มนิสัย เรามีสติปัญญาเกิดขึ้นทันท่วงที เรายังสามารถรับรู้อารมณ์นั้นด้วยปัญญาของเรา หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าด้วยอวิชชา

วิชาเอกับอวิชชาฯ เป็นสิ่งคู่กัน อวิชชา...เป็นฝ่ายมีค่า ฝ่ายบอดค์ วิชาฯ ...เป็นฝ่ายสว่าง ฝ่ายปัญญา ถ้าเรายังเต็มไปด้วยความจำนาจวิชาฯ สิ่งที่มาก Robbie เราก็เป็นพิษเป็นภัยแก่เรา แต่ถ้าเรารอยู่ด้วยวิชาฯ หรือปัญญา สิ่งที่มาก Robbie ก็ไม่เป็นพิษเป็นภัย เราจะอยู่ได้ด้วยความปลดปล่อย แม้สิ่งเดียว ก็ยังนั่น มาก Robbie ประการใดก็ตาม

อุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ล้วนเป็นเรื่องธรรมชาติ

ในชีวิตประจำวันของคนเรานั้น เราจะอยู่อย่างปิดหูปิดตาเลือกไม่ได้
 เพราะว่าโลกนี้มีสิ่งที่สัมผัสมีสีสัน เกี่ยวข้องอยู่กับชีวิตเราตลอดเวลา คนเราจะต้อง
 ทำงาน จะต้องศึกษา กับคนนั้นคนนี้ จะต้องไปที่นั่นที่นี่ ตามหน้าที่การงานที่เรา
 จะต้องปฏิบัติ อันการไปมาหาสู่ศึกษา กับเพื่อนฝูง มิตรสหาย หรือว่าการปฏิบัติ
 กิจกรรมในชีวิตประจำวัน ก็เป็นธรรมชาติอย่างเดียว ไม่ใช่ในใจเราบ้าง เช่น
 ว่าเกิดความไม่สบายใจ มีความวิตกกังวลจากเรื่องการงานนั้นๆ ที่มันมีอุปสรรค
 มีข้อขัดข้อง เพราะการทำงานที่เราปฏิบัติอยู่ทุกเวลา มันคงจะไม่ราบรื่นเรียบร้อย
 เสนอไป

ความไม่รับรื่นเรียบร้อยของงานนี้ ควรจะถือว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ ธรรมชาติ
มันเป็นอย่างนั้นเอง สิ่งทั้งหลายย่อมมีการซักถามด้วยกันบ้างเป็นธรรมชาติ ไม่มีชีวิต
ของครุศาสตร์คนเดียวที่อยู่ในโลกมีความราบรื่นตลอดเวลา ถ้าบุคคลนั้นยังเป็น
ปุ่มชน ยังมีสติน้อยปัญญาโนอย ก็ต้องพบสิ่งที่เรียกว่าเป็นอุปสรรค เป็นความ
ขัดข้องในชีวิตค้ายังประการต่างๆ

เพราะฉะนั้น เรายังคงถือว่า อุปสรรคความขัดข้อง หรือความไม่สมหวังในการงานนั้น มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ

ศึกษาให้เห็นความจริงของชีวิต

ขอให้เราลองคิดดูว่า ชีวิตของเราในเวลานี้ เช่นคนที่มีอายุ ๕๐ ปี ๖๐ ปี เข้ามาแล้ว ได้เริ่มทำงานอันเป็นหน้าที่มาตั้งแต่ในวัยหนุ่ม คือตั้งแต่อายุ ๒๐ ปี กว่าๆ แล้ว มาบัดนี้เราก็ยังทำงานอยู่ งานการที่เรากระทำมานั้นมันเป็นอย่างไร? ถ้าเราคิดย้อนหลังไป ศึกษามองคุณภูมิปัญญาที่ในชีวิตที่ผ่านมา เราจะพบว่า ชีวิตนี้เหมือนกับการเดินทางไกลขึ้นที่สูงบ้างลงต่ำบ้าง คล้ายๆ กับว่าขึ้นเขา ลงห้วยตลอดเวลา ในบางครั้งบางคราวมันก็สูงขึ้นไป การทำงานลักษณะนี้มีความสุขมาก แต่ในบางครั้งก็ตกต่ำ แบบจะเอาร้าวไม่รอด ต้องนอนเอามือถ่ายหน้าผากแล้วๆ เล่าๆ มีความทุกข์มีความเครียดร้อน ความทุกข์และความเครียดร้อนเกิดขึ้นเนื่องจากว่าไม่สมหวังคังใจ มีความเสียหายในสิ่งที่เราอยากมีอยากได้ เรา้มีความทุกข์มีความเครียดร้อนเกิดขึ้น ความทุกข์ความเครียดร้อนที่เกิดขึ้นจากความพลาดหัวงในการงานที่เราปฏิบัตินั้น ถ้าเราคิดแล้ว มันก็หลายครั้งหลายหนที่เดียว

ในชีวิตที่ผ่านมาไม่มีมันมีเมื่อเสีย มีสมหวังไม่สมหวัง มีสุขมีทุกข์สลับผลัดเปลี่ยนกันมาตลอดเวลา ถ้าเราย้อนหลังไปคุยกับเพื่อนฝูงมิตรสหายบ้าง ว่าตั้งแต่เริ่มปฏิบัติงานในชีวิตมาตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงบัดนี้ ที่ได้มานั่งคุยกันนี้ มีความพลาดหัวงกี่ครั้ง สมหวังกี่ครั้ง มีความทุกข์ขนาดหนักกันเกิดขึ้นจากการไม่สมหวังในเรื่องอะไรบ้าง ถ้าหากว่าเราไปคุยกับเพื่อนฝูงมิตรสหาย เราอาจจะพบความจริงว่ามันคล้ายๆ กัน ชีวิตของเรากับชีวิตคนอื่นนั้น มีสภาพแบบเดียวกันเหมือนๆ กันทั้งนั้น ต่างกันแค่ว่ามันหนักหรือเบา มากหรือน้อยเท่านั้นเอง แต่ว่าความสมหวังนี้มันเป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นแก่คนทุกคน ไม่ว่าใครทั้งนั้น ที่เอาร้อคมาได้ก็ เพราะว่า มีคุณธรรมเป็นเครื่องรักษาจิตใจ เช่น มีความอคติมากเป็นพิเศษ มีการ

บังคับตัวเองให้มากเป็นพิเศษ แล้วก็พิจารณาเห็นว่าสิงห์หลายทั้งปวงที่ผ่านมา ฝ่านไปปั้นนั้น มันเป็นเรื่องธรรมชาติ

ชีวิตเราเกิดมาไม่มีอะไรมา เวลาตายก็ไม่มีอะไรไป สิงห์หลายที่เราได้กินได้ใช้อัญญาณี้ ก็เป็นเหมือนว่าเรายืมเขามาชั่วครั้งชั่วคราว แล้วเรา ก็ส่งคืนเขาไป คนที่ได้ฟังธรรมะเข้าไว้บ้าง ได้เอกสาระมาเป็นเครื่องปลอบโยน จิตใจ แม้จะมีความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้นจากการไม่สมหวัง ความทุกข์มันก็ ไม่รุนแรง พอมีเครื่องปลอบโยนจิตใจอยู่บ้าง แต่ว่าบุคคลที่ไม่มีธรรมะ เวลาใด มีความพลัดหวัง ก็ย่อมมีความทุกข์มากในเรื่องปัญหานั้นๆ

ความทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้น เกิดมาจากเรื่องเกี่ยวกับลูกบ้าง เกี่ยวกับทรัพย์บ้าง เกี่ยวกับเพื่อนฝูงมิตรสหายบ้าง การงานบ้าง มันมีมากมาย หลายเรื่อง ล้วนแต่เป็นเรื่องที่สัมพันธ์กับชีวิตของเราทั้งนั้น อันนี้เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน คนใดใจอ่อนแอก็ไม่มีความเข้มแข็งพอ จะไม่คิดว่าจะ ต่อสู้กับชีวิตต่อไป ก็ไฟลไปใช้ความคิดแบบลื้นๆ คือลาโลกไปเลียเลย ด้วยการทำอะไรบางอย่างให้ตัวไม่อยู่ในโลกต่อไป อันนี้เขารู้ว่าคิดลื้นเกินไป เพราะขาดความอดทน ไม่มีกำลังใจหนักแน่นเพียงพอที่จะต่อสู้กับอุปสรรคของชีวิต

เราไม่ควรคิดไปในรูปเช่นนั้น แต่เราควรจะมีความคิดว่า เราเกิดมาเพื่อ การต่อสู้ เพราะสิงห์หลายในโลกนี้ไม่รับรื่นเรียบร้อย เราจะต้องต่อสู้กับ สิงห์หลายทั้งปวงอยู่ตลอดเวลา

ผ่านพ้นอุปสรรคได้ด้วยปัญญา

ชีวิตคือการต่อสู้ ร่างกายของเรามันก็มีการต่อสู้ จิตใจของเราก็ต้องลุắng เรายังไม่ถอยจากเรื่องอะไรต่างๆ และในการต่อสู้นั้นต้องลุắngป่ายิ่งๆ ลุঁกায

ปัญญาไม่ใช้สักวัยกำลัง การสักวัยกำลังกายนั้นไม่ใช่วิสัยของมนุษย์ แต่เป็นวิสัยของลัคก์เครื่องนา เราเป็นมนุษย์ต้องสักวัยปัญญา ต้องใช้เหตุผล ต้องใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลอย่างรอบคอบในเรื่องทั้งหลาย ที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา อันนี้เป็นเรื่องที่เราจะต้องจัดต้องทำอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราไม่มีวิธีการที่จะต่อสู้คงกล่าว เรายังจะต้องหากที่นั่งเจ็บหนักเรื่อยไป

มองโลกตามความเป็นจริงในแห่งของธรรมะ

ความเจ็บในทางร่างกายนั้นเป็นเรื่องเล็ก แต่ความเจ็บใจนี้เป็นเรื่องใหญ่ถ้าเราเจ็บทางใจแล้วนั้นเจ็บนาน ทำให้ร่างกายพลอยถูกทรมานไปด้วย กลไกเป็นว่าอะไรที่อยู่รอบๆตัวเราเป็นขากเป็นหานมไปหมด เรามองเห็นโลกในแห่งร้าย ไม่ได้มองในแห่งที่เป็นความจริง การมองในแห่งร้ายมันก็ไม่คี มองในแห่งก็ไม่ถูก แต่เราควรจะมองในแห่งที่มันเป็นจริง

ธรรมะในทางพุทธศาสนา ต้องการให้เราศึกษาถึงทั้งหลายให้รู้悉ตามความเป็นจริงซึ่งเรามีคำอยู่คำหนึ่งว่า ยถาguard ญาณทสสัน หมายความว่า ให้เห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง ถ้าเราเห็นในรูปที่เป็นของเท็จ เป็นของเทียมหรือในรูปที่เป็นมายา อันมีเช่นเนื้อแท้ มีเช่นของจริงแล้ว ก็ทำให้เราเกิดความหลงให้มัวเมอยูในสิ่งนั้น อันเป็นเหตุให้เพิ่มความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นในชีวิต แต่ถ้าเราคิด เรานึก เรามองในแห่งที่มันเป็นจริง เรายังจะรู้ความจริงในสิ่งนั้น

การคิดนึกในแห่งตามที่เป็นจริงบ่อยๆ เขาเรียกว่า วิตกวิจารณ์ในเรื่องเกี่ยวกับธรรมะ หรือพูดง่ายๆว่าคิดในแห่งธรรมะ มองอะไรก็มองในแห่งของธรรมะ เห็นอะไรก็ต้องเห็นในแห่งของธรรมะ ถ้าเราจะคิดในเรื่องอะไร ก็คิดไปในแห่งของ

ธรรมะ ถ้าคิดหรือมองไปในแง่ของธรรมะ จะพบความจริงของสิ่งนั้น ไม่หลงไม่มัวเมากับสิ่งนั้นต่อไป แต่ถ้าไม่มองในแง่ธรรมะ เราอาจจะเห็นผิดก็ได้ เราอาจจะเห็นถูกก็ได้ แล้วก็จะเป็นเหตุให้วนว่ายในทางจิตใจ เกิดความร้อนรนความกระวนกระวายด้วยประการต่างๆ อันนี้เป็นเรื่องสำคัญในชีวิตของเราทุกคน

ฝึกจิตให้นำมาใช้ได้ทันท่วงที

เมื่อเรารู้ว่าในชีวิตของเราจะต้องมีการต่อสู้ หรือต้องคิดค้นในเรื่องอะไรต่างๆอยู่ตลอดเวลา เราจะต้องมีอะไรเป็นเครื่องบังคับจิตใจให้อยู่ในระเบียบแบบแผน ให้มันอ่อนโยนหมายความว่าเราจะนำมันมาใช้ได้ทันที ถ้ามันไม่เหมาะสมที่จะใช้เราอาจจะไม่ทันท่วงที คนเรามีหลายครั้งในชีวิตที่ความคิดบางอย่างมันเกิดขึ้น คือภัยหลังจากที่เหตุการณ์มันผ่านพ้นไปแล้ว แล้วเราแก้ไม่ทัน เพราะสิ่งนั้นมันเป็นพื้นไปแล้ว มันถูกต้องไปแล้ว มันชัดเจนไปแล้ว แต่ถ้าถัดไปไม่มีเรื่องอะไรรอ ก็ต้องรับมันเกิดความยุ่งยากเดือดร้อน แล้วมันก็ผ่านพ้นไปโดยเรียบไม่ทันได้คิด ว่าลิงนั้นมันคืออะไร เพิ่งมากิดได้เอาในวันอื่นในเวลาอื่น อันนี้เข้าเรียกว่าไม่ทันท่วงที

เรื่องที่ไม่ทันท่วงทีแบบนี้ เกิดมาจากการไม่ฝึกฝนให้ชำนาญถึงที่เป็นคันร่างกาย ถ้าเราฝึกฝนมันไว้ดีแล้วแล้วก็ต้องสามารถใช้ได้ทันท่วงที

เช่น นักมวยที่ขึ้นชกบนเวที ต้องมีการฟิตตัวอยู่ตลอดเวลาขึ้นไปบนเวที ก็ใช้มันได้ทันท่วงที เอาชนะคู่ต่อสู้ได้ นักกีฬาประเภทอื่นๆก็เช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าไม่ฝึกซ้อมให้เต็มที่ เวลาจะใช้มันก็ไม่ได้คังใจ เหมือนมีคิที่เราไม่ได้ลับไว้ เมื่อจะนำมาใช้มันก็ท่อ...ตัดอะไรไม่ออก ต้องไปนั่งลับเสียงก่อนจึงจะใช้ได้

จิตที่ไม่ได้ฝึกฝน อยู่ในโลกอย่างคนเสียเปรียบ

ในค้านจิตใจเรานี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่ได้ฝึกฝนมันไว้บ่อยๆ เวลาเรา มีปัญหาเรื่องอะไรเกิดขึ้นเราก็ไม่สามารถจะคิดในเรื่องนั้นได้ทันท่วงที่ เหตุการณ์ เนพาะหน้าก็ถูกยกเป็นเรื่องสำคัญไป บางทีมันผ่านพ้นไปเฉยๆ โดยเราไม่ได้คิดให้ เกิดปัญญาจากเรื่องนี้ อันนี้เป็นลักษณะที่เลี้ยงเบริญบต่อธรรมชาติ ต่ออารมณ์ เป็นเหตุให้เกิดความยุ่งยากในชีวิต

การอยู่ชนิดที่ไม่เสียเปรียบนั้น ก็หมายความว่าเมื่อมีอะไรมากระทบ
เรา ก็รู้ทันท่วงที เมื่อคนมีปัญญาเรื่องเหลี่ยมของมนุษย์ ไม่ว่าเขากำลังเหลี่ยมให้เรา
เรารู้...เรา ก็ไม่ถูกต้ม แต่ถ้าหากว่าเราไม่รู้เหลี่ยมของมนุษย์ที่เขาจะโกรกคน เขาก็โกรกเราได้ เพราะเราไม่รู้เท่าไรทัน บางที่เขายังให้เราหลง บางที่เขายังคงวิธีการ
ให้เราเชื่อใจตายใจ แล้วเรา ก็ติดกับของเขามานักได้ เอาจริงเมื่อสามวันล่วงไปแล้ว
ว่าที่เราทำไปนั้นมันไม่ถูก เรา ก็ไปนอนเป็นทุกข์ในภายหลัง อันการที่เราต้องไป
เสียเปรียบคนอื่นในรูปเช่นนั้นก็ เพราะว่า เราไม่มีปัญญา ไม่รู้เหลี่ยมกลโ居
ของมนุษย์ มนุษย์ในโลกนี้เขายังคงกันทุกวัน ใครโกรกได้มาก...เขาว่าด้วย
ถ้าเรา รู้ไม่ทันคนเหล่านั้น เรา ก็ต้องเสียเปรียบเขาเรื่อยไป

อันนี้เป็นเรื่องภายนอกนั่นไง จิตใจของเรานี่ก็เหมือนกัน อารมณ์ต่างๆ
ที่มากกระทบ บางทีมันหลอกตัวเราใจเสียไปเลยที่เดียว คือทำให้เกิดความหลงเหล
มัวเมะในสิ่งนั้น จนกระทั่งเสียผู้เสียคน เมื่อไม่ใช่ปัญญาพิจารณาอย่างรอบคอบ
ในสิ่งนั้นๆ เราถึงต้องเสียเปลี่ยนถูกอารมณ์มั่นคงต่อไปจนหน้ามตามความไปตามๆ กัน
อันนี้เกิดขึ้นในชีวิตเราบ่อยๆ แต่ว่าคนเรานั้นก็มีอีกอันหนึ่ง ที่เรียกว่าเป็นปกติ
วิสัยมนุษย์เรานั้นส่วนมาก คือ ไม่ค่อยเข้าใจสถาปัตยกรรมเรื่องที่ทำให้ได้รับความทุกข์
ความเดือดร้อน ที่ไม่ค่อยเข้าใจสถาปัตยกรรมต่อสิ่งนั้น เพราะอะไร? เพราะไม่ค้นนำสิ่งนั้น
มาพิจารณาเพื่อให้รู้ซั้ดตามที่มันเป็นจริง ผ่านพ้นไปแล้วก็แล้วไปเท่านั้นเอง

ชาวพุทธไม่ปล่อยให้สิ่งที่เกิดขึ้นผ่านไปเฉยๆ

การที่อะไรเกิดขึ้นกระทบเราแล้วปล่อยให้มันผ่านพ้นไปเฉยๆ ไม่ใช่ วิสัยของชาวพุทธผู้มีปัญญา ชาวพุทธผู้มีปัญญานั้นจะต้องนำเรื่องนั้นๆ มา วิเคราะห์วิจัย เพื่อจะให้รู้ซัคความที่มันเป็นจริง ว่าสิ่งนั้นคืออะไร มันเกิดมา จากไหน เป็นทุกชีวิตรังสรรค เป็นประโยชน์แก่เราอย่างไร เราควรจะเข้าไป เกี่ยวข้องกับสิ่งนั้นๆในกาลต่อไป ในรูปใด ถ้ามันมากกระทบเรารือก เราจะทำ อย่างไร...ต้องคิดในทำองนั้น ถ้าได้คิดไว้ในเมื่อย่างนี้ ก็ทำให้เกิดปัญญา ให้ รู้ซัคเข้าใจรู้คิดในเรื่องนั้นๆตามที่เป็นจริงขึ้น ขันนี้เป็นเรื่องจำเป็น เป็นเรื่องที่เรา ควรจะได้ทำบ่อยๆ เพื่อจะให้เกิดความเข้าใจถูกต้องในเรื่องนั้นๆตามที่มันเป็นอยู่

ภาระเป็นการฝึกจิตให้รู้เท่าทันอารมณ์

การที่เราจะทำในรูปอย่างนั้นได้ ก็ต้องฝึกฝนจิตใจของเราให้มีสมารถ ให้ตั้งมั่นให้อ่อนโยนเหมาะสมที่จะใช้งาน การทำในรูปอย่างนี้แหละ ที่เรียกว่า “ภาระ” ตามหลักในทางพระพุทธศาสนา เป็นเรื่องที่เราควรจะได้ฝึกฝนอบรม จิตใจเราไว้ โดยเฉพาะบุคคลที่เป็นนักธุรกิจ ต้องประกอบการงานตลอดเวลา ชีวิตหมาดๆ จนกระทั่งนอนไม่หลับก็มี ขันนี้ก็เป็นปัญหาที่เรียกว่าต้องแก้ไข การ แก้ไขปัญหานั้นจะสำเร็จได้ก็คือหัดฝึกจิตในค้านสมารถเสียบ้าง เหมือนกับ เราฝึกในเรื่องอื่นๆ

การฝึกจิตประเภทง่ายๆ ที่เราอาจจะทำได้ทุกโอกาสไม่ให้โทษอะไรแก่ ร่างกายแก่จิตใจ ไม่ต้องกลัวว่ามันจะเกิดความเลี่ยหาย บางคนมีความกลัวใน การไปปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับการฝึกฝนจิต คือเขากลัวว่ามันจะเป็นบ้าเป็นหลังไป

เพราะไปเห็นเพื่อนบ้านบางคนไปเจริญภวนาแล้วมีอาการผิดปกติทางจิตนั้น มันมีมูลฐานมาจากความเชื่อประเพทที่เหลวไหลอยู่ในใจแล้ว เวลาจะทำก็มักจะมีความเชื่อในทางพิคฯอยู่ในใจ เวลาไปปฏิบัติแต่เรื่องพิชีริศอง ทำให้เกิดความขังความศักดิ์สิทธิ์ ที่นี่คนนั้นเขามีความเชื่อประเพทที่เรียกว่าไม่ถูกอยู่ในใจแล้ว พอไปเห็นการกระทำอย่างนั้นเข้าก็เกิดความกลัว เมื่อทำไปๆ ก็ไปพบไปเห็นอะไรเข้าบ้างในขณะที่นั่งภาวนา ก็เกิดความกลัวต่อสิ่งนั้น แล้วจิตมันก็ผิดปกติไป อันนี้เรียกว่า รากฐานมั่นผิด...เลยเกิดความเลี่ยหาย

จึงอยากรู้ขอทำความเข้าใจว่า เรายาไปคิดว่าถ้าไปนั้นเจริญภวนาแล้ว จะเป็นอย่างนั้นจะเป็นอย่างนี้ และอีกอย่างหนึ่งเรายาไปคิดว่าเจริญภวนาแล้ว จะได้อะไรนอกเหนือไปจากสิ่งที่พระพุทธเจ้าบอกไว้

จุดหมายของการปฏิบัติคือความสงบของใจ

สิ่งที่พระพุทธเจ้าบอกไว้ในเรื่องเกี่ยวกับจิตนั้นคืออะไร คือความสงบของใจเป็นเรื่องสำคัญ ให้ใจสงบ ใจตั้งมั่น มีความบริสุทธิ์หมายที่จะใช้งานอันเป็นจุดหมายที่ต้องการ ไม่ใช่เราไปนั้นแล้วจะเอาอำนาจใจเพื่อนำไปรักษาคนเจ็บคนไข้ เพื่อเขากำลังจิตไปนั้นคุ้มครอง อันนี้มันก็ไม่ใช่เรื่อง แม่นางการพระสงฆ์เราบางรูปไปเจริญภวนาได้สมัยพุทธสมควร แต่ว่าไม่ก้าวหน้าไปจากนั้นคือไม่ก้าวไปสู่ขั้นปัญญา อันเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา พ้อได้ กำลังสมารถ หรือความสุขอันเกิดจากสมารถพอสมควร ก็หลงใหลมัวเมากันอยู่ในสิ่งนั้น มิจนาทีภูมิเกิดขึ้นมาในใจ นึกว่าสำเร็จแล้ว เราได้อะไรแล้ว เราภักดี กำลังสามารถนั้นไปใช้ในทางที่ผิด เช่น ทำตนเป็นหมอยกุ้ง เป็นหมอกลุกเสกบ้าง อันนี้เขาเรียกมันว่าวนอกวิตนอกรอย นั่นไม่ใช่จุดหมายปลายทางของพระพุทธเจ้า

ป้าภิหาริย์ไม่ใช่จุดหมายของการปฏิบัติจิต

เรื่องป้าภิหาริย์ค่างๆที่มีอยู่ในโลก พระพุทธเจ้าท่านก็ทำได้เมื่อกันแต่ว่าไม่ทรงสรรเสริญ

พระองค์ตรัสกับกิกขุทั้งหลายว่า...

คุกร กิกขุทั้งหลาย ป้าภิหาริย์ ๓ อายุ คืออิทธิป้าภิหาริย์ แสดงฤทธิ์เชชได้ เช่นเดินบนน้ำก็ได้ ลอยไปในอากาศทั้งๆที่นั่งคุบลังก์สามารถอยู่ก็ได้มองทะลุฟ้าไปก็ได้ หายตัวไม่ให้ใครเห็นก็ได้ สิ่งเหล่านี้เรียกว่า อิทธิป้าภิหาริย์ อิทธิป้าภิหาริย์นี้เป็นพ้องกับวิชาการลงม้าน ชี้ชาวบ้านอินเดียในสมัยนั้นเล่นกตทำกันอยู่ ถ้าพระเราไปทำฤทธิ์ทำเชชในรูปอย่างนั้น ชาวบ้านเขาก็นึกไปว่า นั่นมันก็พวกเล่นกลข้างถนนที่เขาทำๆกันอยู่ เลยไม่เลื่อมใจในความเป็นอยู่ของพระรูปนั้น พระองค์จึงห้ามไม่ให้แสดงอิทธิป้าภิหาริย์ประเทวนั้น

อีกอย่างหนึ่งเรียกว่า “อาเทสนาป้าภิหาริย์” หมายความว่า คักใจคนได้ ทายใจคนถูก ใจรวมหากฎรู้ว่าคิดอะไร นึกอะไร นึกเป็นวิชาการลงม้านที่เขามีกันอยู่ ในสมัยนั้นเป็นวิชาประเทวนึงชี้คนทั่วๆไปก็ทำได้ ถ้าพระเราไปเที่ยวนั่นทายใจคนอยู่อย่างนั้นก็เหมือนกับว่าคนเล่นกลข้างถนนเหมือนกัน ไม่ใช่ผู้วิเศษอะไร ไม่ใช่ทางพันธุ์พันร้อนพระองค์ไม่ส่งเสริม ห้ามพระไม่ให้แสดงป้าภิหาริย์ในรูปนั้น

ป้าภิหาริย์อีกอันหนึ่งเรียกว่า “อนุสาสนีป้าภิหาริย์” อันนี้หมายความว่า สอนคนอื่น พูดให้คนได้เข้าใจในธรรมะ ชี้แจงแสดงเหตุผลให้คนได้รู้ได้เข้าใจในข้อปฏิบัติ พูดชักจูงให้มีศรัทธาเลื่อมใจ ในการที่จะปฏิบัติตนตามหลักธรรมะที่พระองค์ได้แสดงไว้ อันนี้เป็นป้าภิหาริย์พิเศษที่นักบวชในพระพุทธศาสนาควรปฏิบัติ เพราะว่าเมื่อปฏิบัติไปแล้วจะเป็นเหตุให้คนเข้าถึงธรรมะ ได้รู้จักทางของชีวิตได้เดินในทางที่ถูกที่ชอบ พระองค์ไม่ห้ามในเรื่องนี้ แล้วยังบุเลี่ยคัวย้ำไปบอกว่า “กิกขุทั้งหลาย เนื่องแสดงอนุสาสนีป้าภิหาริย์ คือสอนคนให้เข้าใจ

หลักธรรมะ ให้มีความร่าเริงอาจหาญในการที่จะปฏิบัติตามธรรมะที่คิดมากได้ แสดงไว้แล้วนั้นเดิม”

พระองค์ส่งเสริมเรื่องนี้ อันนี้เป็นเรื่องสำคัญ เพราะฉะนั้นถ้าเราไปเห็นในเรื่องothiเรื่องเดช มีคราทำในที่ใด เราถือว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญในพระพุทธศาสนา สิ่งสำคัญในทางพระพุทธศาสนานั้น คือการเห็นการสอนให้คนได้เข้าใจในธรรมะ ให้ได้ละความชัว ประพฤติความดี ให้ได้ทำใจให้สะอาด ปราศจากเครื่องเศร้าหมอง อันนี้เป็นเรื่องที่ควรจะกระทำบ่อยๆ

ปฏิหาริย์ที่ไม่ต้องตามพุทธประสงค์

เรื่องนี้มีปรากฏอยู่ว่าพระผู้มีพระภาคท่านทรงห้าม เพราะฉะนั้นเมื่อเราพบเห็น เช่นว่าพระสงฆ์องค์เจ้าได้ปฏิบัติแล้วไปทำตนเป็นหลวงพ่อ เป็นอาจารย์ปลูกเสกอะไรๆต่างๆ อันนั้นไม่ใช่เป็นสิ่งที่เป็นพุทธประสงค์ แต่เป็นการกระทำที่นอกเหนือจากความต้องการของพระผู้มีพระภาคเจ้า และผิดจากจุดหมายสำคัญ เราทั้งหลายได้เห็นสิ่งเหล่านั้นแล้วพึงรู้ว่านั้นไม่ใช่เรื่องสำคัญ เรื่องสำคัญอยู่ที่สอนธรรมะ พากเราบางทีก็ไม่เข้าใจ

ครั้งหนึ่งเดินทางจากเชียงใหม่มากรุงเทพฯ มาเรือบิน...พบนัยคำราจัญเชิญ คนหนึ่งซึ่งเป็นผู้สนับสนุนในเรื่องการสร้างอะไรๆอยู่บ่อยๆ ท่านคุยบอกว่า ในทางภาคเหนือไม่มีพระวิปัสสนา มีแต่แควภาคกลาง อาทิตย์ได้ฟังอย่างนั้นก็รู้แล้วว่า ความคิดมันไม่เข้าท่า ก็เลยถามต่อไปอีกว่า ไหนลองหื้มมาให้อาชามาคุ้สักองค์ลิว่า ในภาคกลางนั้นมีอยู่ที่ไหนบ้าง แก้ก็เอ่ยชื่อหลวงพ่อที่เป็นนักปลูกเสกนั้นเองให้ฟัง อาทิตย์ไม่คิดค้านอะไรหรอก แต่ว่าเมื่อฟังคำตอบแล้วก็สงสารท่านผู้นั้น เพราะว่า ยังไม่เข้าใจความหมายของคำว่า “วิปัสสนา” เข้าใจว่านักวิปัสสนาคนนั้นคือ

นักเสกฯ เป่า แล้วก็พูดว่าองค์นั้นวิปสสนาเก่ง องค์นี้วิปสสนาเก่ง ความจริงเน้นยังไม่ได้เรื่องอะไร มีแต่เรื่องอำนาจจิต尼克หน่อย แล้วก็เอาไปปลูกไปเสกเมื่อกับหลวงตามยหลอกตั้มมนุษย์นั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องมีสาระอะไว้ไม่ใช่นักวิปสสนาที่แท้ นักวิปสสนาที่แท้ทั้งนี้เราอาจจะไม่รู้จักท่านก็ได้ เพราะว่าท่านไม่มีอวัด ท่านไม่แสดง ไม่ทำอะไว้ในทางที่เรียกว่าแผลงๆ หวานๆ ท่านนั่งคิดค้นแต่เรื่องธรรมะ เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงในเรื่องหั้งหลายหั้งปวงตามที่เป็นจริง ท่านเป็นผู้มักน้อยสันโคน ไม่อยากจะบุ่งกับมนุษย์ในเรื่องที่ไม่จำเป็น อยากรู้ว่าเป็นของตัวเองมากๆ สำหรับที่จะได้คิดค้นในปัญหาธรรมะเพื่อให้ได้เข้าใจให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป นั่นแหละ คือวิธีการของนักวิปสสนา ไม่ใช่นักวิปสสนาประเภทไปนั่งปลุกๆ เลยก็ นั่นไม่ใช่อาจารย์ภารนา ไม่ใช่อาจารย์ผู้สอนวิปสสนา แต่เป็นอาจารย์ประเภทของชั้นไปขั้นเป็นเรื่องนอกทางของพระพุทธศาสนา ขอให้เข้าใจเรื่องนี้ไว้ด้วย

วิธีปฏิจิตรให้รู้เท่าทันเพื่อนำมาใช้ในชีวิตรประจำวัน

ที่เรื่องเกี่ยวกับการประพฤติในชีวิตรประจำวันในค้านการฝึกฝนจิตใจ อย่างจะแนะนำวิธีง่ายๆ อันเราจะใช้ในชีวิตรประจำวันได้ แล้วก็ควรจะทำให้สมำ่เสมอทุกวันๆ

ในบ้านของเราส่วนมากมีห้องพระ มีสถานที่สักการระบุชา แต่ว่าพวกเรามิค่อยใช้ให้เกิดประโยชน์ บางทีมีห้องพระใหญ่โต มีพระพุทธรูปมากน้ำยเต็มห้อง เอาไว้ประกอบประชันกัน ไว้อาคันวานนี้มีพระเก่า นั่นยุคสุโขทัย นั่นเชียงแสน นั่นสมัยลพบุรีทวาราวดี เอาไว้อาคัน บางครั้งบางคราวมีงานมีการที่วัดก่ออุตสาห์ เช่นไปประกอบกับเขา...ได้รางวัลมา ก็คือคิดใจว่าเป็นผู้มีพระเก่าได้รางวัล แต่ว่าความประพฤติปฏิบัติของคนที่มีพระนี้ เมื่อมองคุ้นแล้วไม่ใกล้กับพระเสียเลย...ท่าง

พระเหลือเกิน เป็นนักคึ่มตัวนกชา ชอบเที่ยวชุมชนสุก มีแต่เรื่องเหลวไหลในชีวิตประจำวัน นานๆ จะได้เข้าไปในห้องพระเพื่อลูบคลำความเก่าของพระลักษณะนี้ ไม่ได้เข้าไปคุ้มเพื่อการศึกษาธรรมะจากพระ เป้าแต่คุ้มเก่าขนาดไหน แล้วสบายนอกสบายนิจ เอ้าไปเที่ยวคุยกับเพื่อนในวงสุราว่าฉันมีของคิ หังๆ ที่คัวไม่ได้เรื่องอย่างนี้เป็นต้น นี้เข้าเรียกว่าไม่มีประโยชน์จากการมีสิ่งนั้น นอกจากว่าช่วยเก็บของเก่าไว้ ไม่ให้ตกไปอยู่ในเมืองฝรั่งมันก็เท่านั้นเอง อันทำให้จะเกิดขึ้นจากสิ่งนั้น ยังน้อย

ถ้าหากเราเมื่อห้องพระในบ้าน... ก็จะให้สวยงามพอสมควร มีเตียงหมุนอยู่บูชาทางพระพุทธรูปไว้บนนั้น คงไม่จัดให้คิ หูปเทียนนำมาปักไว้ให้เรียบร้อยเรื่องนี้ต้องให้เด็กทำ เราเมื่อสูญเสียลูกชายต้องสอนให้ทำเรื่องอย่างนี้ เพื่อให้เด็กได้เข้าไปใกล้พระในค้านวัตถุก่อน ให้เขาได้เข้าไปไหว้บูชา ให้อ่อนน้อมแกร้วไปทาง หรือว่ามีของอะไรควรบูชา เช่นมีผลไม้เอ้าไปวางๆไว้... วางไว้ลักษณะนี้ เลร์จแล้วให้เด็กกินต่อไปมันก็ไม่เสียหายอะไร แต่ว่าเป็นการจูงใจเด็กให้เข้าไปไหว้พระบ่อยๆ เด็กๆ ก็ต้องทำอย่างนั้นไปก่อน โโค้ชก็จะได้ศึกษาเรื่องอื่นต่อไป นี่เรามีไว้เพื่อย่างนั้น

ในเวลาลงคืนก่อนที่จะหลับนอน เรา ก็ควรจะได้ไปประชุมกันในห้องพระส่วนตัวให้พระเป็นกิจประจำวันในบ้าน เรื่องการสวดมนต์ให้พระคนในสัมยน้ำมุ่นคืออยจะได้ทำ ละเลยเพิกเฉย เพราะละเลยเพิกเฉยต่อการไหว้พระส่วนมนต์นี้แหละ ผึ้มันจึงเกิดมากขึ้นในบ้านเมืองของเรานะ สัญก่อนคนโบราณเขาก็บันสวดมนต์ให้พระ

เมื่ออาทิตย์เป็นเด็ก มีคุณภาพเนื่งมาจากต่างๆ บ้านๆ มากพักที่บ้าน ที่บ้านของอาทิตย์สมัยนั้นก็ไม่มีพระพุทธรูปอะไร เพราะว่าสมัยนั้นหายาก แต่ว่าคุณนั้นก่อนจะนอนแก้สวดมนต์ตั้งนาน ตอนตีห้าแกตื่น... แก้สวดมนต์อีก นานอนบ้าน คนอื่นแก้สวดมนต์ตั้งๆ เจ้าของบ้านก็ไม่ได้กราบเคียงอะไรแก ถือว่าเป็นมงคล

สำหรับบ้าน ในการที่แขกมาพักแล้วมาสวัสดิ์ให้ด้วยถือว่าเป็นมงคล คุณโยนหภูมิโภชนาตั้งฟังก็ไม่ได้กราบได้เคือง แต่ช่วงเวลา...คือ ได้มาสวัสดิ์บ้านให้ด้วยขันนี้แสดงว่าแกถือเครื่อง ไปบนที่ไหนแกต้องสักตลอดเวลา จิตใจก็เรียบร้อย จิตใจคือจิตใจงาม มีความประพฤติความหลักธรรมะที่สักดิบุญเสีย คนโบราณเข้าเป็นกันอย่างนั้น

บ้านใหญ่ๆสมัยก่อนนี้ บ้านที่มีคนมากๆ บ้านพระยา เจ้าพระยา ซึ่งเป็นตระกูลใหญ่ๆ เขามีการสวัสดิ์ในบ้านทุกคืน คนใช้ทุกคนต้องมาประชุมกัน สวัสดิ์เป็นประจำ คนใช้บางบ้านในสมัยก่อนนี้สวัสดิ์เจ้าทำงานให้จบ สวัสดิ์รวมจักรไว้ เพราวย่า สวัสดิ์ทุกคืนการสวัสดิ์กันทุกคืนในบ้านนั้นเป็นอุบَاຍของพ่อบ้าน ในการที่จะให้คนในบ้านเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จะได้อบูญกับพระ เมื่อคนอยู่กับพระแล้วมันก็ใช้ง่ายปากรองง่าย แต่ถ้าไม่มีพระอยู่ในใจปากรองยาก คนอยู่กันตั้งร้อยห้องตั้งห้าสิบในบ้าน ถ้าไม่มีพระเป็นหลักใจแล้วคงวุ่นวายเต็มที่ เขาจึงเห็นว่าไม่มีอะไรดีไปกว่าศาสนานหรือพระ เพราะฉะนั้นจึงให้มาประชุมกันสวัสดิ์ที่ห้องกลางของบ้าน

บ้านโบราณเขามีห้องกลาง ห้องกลางนี้เป็นห้องสวัสดิ์ พ่อบ้านมานั่งพิงด้วย คนใช้ก็สวัสดิ์ไป นั่งกันด้วยความสงบ เศรษฐากำไรในบ้านก็คุ้นเคยกับธรรมเนียมประเพณีของการกระทำกิจพิธีศาสนา เมื่อเติบโตขึ้นไปเป็นผู้ใหญ่นิสัยนั้นก็ติดตัวไปด้วย แม้ว่าจะหลอกก็ไปนกอกลุ่นอกทางบ้าน แต่ก็ไปไม่ไกลแล้วผลที่สุดก็ต้องให้กลับมา อาทิตย์ได้เคยสังเกตมาหลายคนแล้ว คือที่ลืมเชือสายมาจากการปฏิบัติที่เป็นผู้เคร่งครัดในศาสนา ในบุญสุนทรทาน ลูกแม้จะໄດลอกอกไปก็อกก็ไปไม่ไกล มันไปลักพักหนึ่งเท่านั้นเองผลที่สุดกากลับมา คำแนะนำตามรอยเท้าของพ่อแม่คือไป อันนี้ก็เนื่องจากว่าการอบรมบ่มนิสัยในสมัยที่เป็นเด็กแต่ละพ่อเป็นหนุ่มก็เคลิกไปนิกหน่อย เสร็จแล้วก็วากลับเข้ามาทางเดินคือไปคนโบราณจึงได้ทำกันในรูปอย่างนั้น นับว่าเป็นวิธีการที่คืออย่างหนึ่ง

สร้างความคุ้นเคยกับพระศาสนา

อีกอย่างหนึ่งซึ่งเราจะเห็นในสมัยโบราณคือที่เที่ยวมันไม่ค่อยมี ไม่มี โรงแรมอะไรหรือว่าที่เที่ยวอย่างอื่น ที่เที่ยวของคนไทยสมัยก่อนก็คือวัดนั่นเอง ตอนเย็นๆ ตอนบ่ายๆ มาρามักจะพาลูกไปเที่ยวที่วัด เพราะวัดมีลานกว้างมีที่วิ่งเล่น ที่นี่พาเด็กไปวัด เด็กก็ได้ไปไหว้พระในโบสถ์ในศาลา ได้ชื่นไปหาส่วนการท่านเจ้าวัดเกิดความคุ้นเคย สมการท่านเจ้าวัดมักจะมีของกินเล็กน้อยๆ ลงสัก มังคุด มะม่วง คนเขามาถวายกองอยู่ข้างที่นั่งเด็กๆ ไปก็แจกเรื่อยไป เอ้า! กินขนม กินผลไม้ เด็กมันก็ชอบไปวัด เพราะไปที่ร้านก็ได้กินทุกที่ มาρามบิคาก็ไปไหว้พระ เด็กก็ไปหาห้องพ่อหลวงปูตามเรื่องตามฐานะ ก็เกิดความคุ้นเคยกัน ที่นี่เมื่อมีความคุ้นเคยกับพระแล้ว เวลาจะทำอะไรก็จะละอายใจ ว่าท่านรู้จักเรา ถ้าเราทำเลี่ยมันไม่เหมาะสม มันก็มีความยับยั้งชั่งใจ อันนี้ก็เป็นเครื่องช่วยอยู่ไม่ใช่น้อยเหมือนกัน

ในประเทศไทยยังเห็นมีอยู่ ตอนบ่ายๆ มาρามักจะพาลูกมาวัด เข้าไปในวิหารนั่งสวดมนต์พิมพ์ฯ เสาร์แล้วก็ไปที่ต้นโพธิ์ ไปนั่งสวดมนต์ที่ต้นโพธิ์แล้วก็เคนพักผ่อนในบริเวณวัด พอกสมควรแก่เวลาแล้วก็กลับบ้าน อันนี้มันก็คืออยู่เหมือนกัน เดียวเนี่ยเด็กมาวัดเหมือนกัน แต่ไม่มีผู้ใหญ่มาด้วย...มาแต่เด็ก แล้วก็มาชั้นมหาบูรษัทพิราบบนหลังคาโบสถ์ กระเบื้องแทบบ้าง อะไรมีอะไรเลียหายบ้าง ตามเรื่อง...เป็นเรื่องชูกชน ไม่ใช่มาเพื่อศึกษา

ส่วนในบ้านเรานั้นเรามีโบสถ์น้อย กล่าวคือ ห้องพระ เวลากราบคืน ก็ประชุมกันให้พระสวดมนต์ เรียกว่า ถอยหลังเข้าคลองเลี้ยงน้อย เวลานี้เราออกมากอยู่กางทางทะเลกันกว้างใหญ่ อย่างจะให้ญาติโยมถอยหลังเข้าคลองเพื่อตั้งทันชีวิตใหม่ อาทมาโดยนั่งคิดนั่งนึกอยู่บ่อยๆ ในเรื่องปัญหาว่า เราจะทำอย่างไรให้สังคมมุ่งยึดไว้ไม่เคลื่อนไปมากกว่านี้ เพราะไม่มีทางอื่นใดแล้วที่จะ

ช่วยสังคมให้ดีขึ้นได้ นอกจากทางพระเท่านั้น เรื่องอื่นช่วยไม่ได้ ที่ทำกันอยู่ ทั้งหมดนี้ช่วยไม่ได้ทั้งนั้น มีแต่การเพิ่มกิเลสให้เกิดขึ้นในใจคนมากขึ้นทุกวันทุกเวลา

ความเจริญในทางค้านวัตถุที่ราชค่าให้มีขึ้นนั้น ล้วนแต่เป็นเครื่องเพาะ กิเลสของมนุษย์ให้จิตใจคนสึกเหิน อยากมีอย่างได้จันไม่มีขอบเขต อันทำ มนุษย์ให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน แต่ถ้าหากว่าเราจะได้หัน เข้ามายังเราแต่ละครอบครัว ป้ายหน้าไปหาพระพุทธ พระธรรม พระสัมมา ให้มากขึ้น อาตามากคิดว่าพอจะมีหวังที่จะเกิดความสุขความสงบขึ้นมากกว่านี้ จึง ให้รู้จะขอแนะนำว่า กลางคืนก่อนจะหลับก่อนจะนอน เราทิ้งร่องใจกันให้วัตถุ ภพมนต์ ลูกเต้าก็สามารถพร้อมหน้า ว่าให้ดังๆ...เต็มเสียง

พวกเราราชวกรุงนั้น ให้วัตถุภพมนต์ไม่ค่อยได้ยินเสียง รับศีลก็ไม่ค่อย ได้ยินเสียง...น่าชายหน้าชาวบ้านนอก คนบ้านนอกให้วัตถุภพมนต์คังสนั่นเลย รับศีลก็ว่าดังๆ น่าฟังขั้น เตือนใจว่าช่วงคราวลงเรานี่ไม่ค่อยคัง คือสุภาพเกินไป จนรับศีลไม่ออกเสียแล้ว อันนี้มันก็น่าคิดอยู่ เมื่อกัน เวลามาที่ไปสัตหีปีหรือไปเทศน์ ที่ไหนๆ อาตามานีกทุกที่นึกว่าว่าอยู่คนเดียว ญาติโยมไม่เห็นว่าลักษณะนั้น ว่า จบแล้วก็ว่าต่อไป รับหรือไม่รับก็ไม่รู้ เป็นเสียอย่างนี้ อันนี้นาแก้ช่วยกันปฏิรูป เสียลักษณะที่เลอะ ปฏิรูปศีลภพมนต์ให้มันดีด้วยชัดๆ

บังคับตนเองให้อคติ

ให้วัตถุภพมนต์แล้วเราก็นั่งสงบใจ ให้ลูกเต้าหักนั่งสงบใจ ทำสมาธิ เสียบ้างทำสมาธิห้านาทีสิบนาที เป็นการฝึกเต็กลิ้นรู้จักบังคับตัวเอง ให้มี ความอคติ เป็นการสร้างนิสัยสำหรับต่อสู้กับสิ่งที่เป็นอุปสรรคในชีวิตต่อไป ในกาลข้างหน้า อันนี้เป็นเรื่องที่น่าทำ

ที่โรงเรียนของคณะธรรมทาน ใชยา คุณธรรมหาสเป็นครูใหญ่ แก้หัดเคิก ทำสามัคธิกawan สอนๆไปແກບกว่า เอ้า! ทำสามัคธิເລື່ອນໂຍດ ເຕັງກິນໜຶ່ງນີ້ ทำ ສາມັກິນ ທຳບ່ອຍໜັນທີ່ທຳຫລາຍຄົງຫລາຍໜີ ເລີຍຄວາມໄວ້ສໍາຮັບໃຫເຕັກນີ້ ສົງປົງໃຈ ແລ້ວກີ່ແນະນຳວິທີກວາມຄົດຄອຢ່າງນັ້ນຄົດຄອຢ່າງນີ້ ເຕັກເຂົາກິນໜຶ່ງສົງບັກັນ ແລ້ວ ປຽກງວ່າເຕັກໆທີ່ໂຮງເຮັດນັ້ນເຮັດວ້ອຍ ໄມເຄື່ອຍຫຼຸກໜີ ໄມເກະກະເທົ່າໄນ້ກັບ ອາຈະ ນີ້ບ້າງທີ່ເກົ່າອອກໄປ ອັນເປັນເຮືອງທຽມຄາ ແຕ່ສ່ວນມາກນັກຈະຕີ ແນ້ອກຈາກໂຮງເຮັດ ໄປແລ້ວໄປອູ້ທີ່ໃຫ້ກີ່ໄມ່ທຳເລື່ອຍໝາຍ ເພວະໄດ້ວາງນາມຕຽບສູນທາງຈິຕີໃຈນຽບທີ່ໃຫ້ນາມ ເຂົາໄວ້ຕັ້ງແຕ່ເວັ່ນເປັນເຕັກ ແຕ່ນີ້ເຂົາທີ່ໂຮງເຮັດ

ເຮືອງຂອງເຕັກນີ້ເຮົາທີ່ຕົ້ນຊ່າຍກັນຫລາຍຝ່າຍ ທາງບັນທຶກສັກຟູ້ທີ່ສຸກ ແລ້ວກີ່ທີ່ ໂຮງເຮັດນັ້ນກັບອົງກົງກາທາງສາສນາ...ຕົ້ນສາມແທ່ງ ດ້າສາມແຮງໄດ້ຊ່າຍກັນຈົງຈັງແລ້ວ ໄມເມື່ອທາງຄືນໄປໄດ້ ຕົ້ນອູ້ໃນຮະບົບໃນວິນຍອຢ່າງແນ່ນອນ ອັນນີ້ເປັນເຮືອງທີ່ໄປຄົດ ເຮົາກິນໜຶ່ງສົງປົງໃຈພອສົມຄວາມແລ້ວກີ່ປ່ອຍເຕັກໃຫ້ໄປຫລັບໄປນອນໄດ້ ສ່ວນຜູ້ໃຫ້ກະທຳ ຕ່ອອືກກີ່ໄດ້ ຄືອັນໜຶ່ງທຳສາມັກິຕ່ອໄປ

ຝຶກຈິຕີໃຫ້ເປັນສາມັກິຄ້ວຍອານາປານສົດ

ການທຳສາມັກິໃນຽບປ່າຍໆສໍາຮັບຜູ້ໃຫ້ກີ່ເຈົ້າວິທີອານາປານສົດ...ກຳຫັນຄ ຄົມຫາຍໃຈເຂົ້າອອກ ການກຳຫັນຄົມຫາຍໃຈເຂົ້າອອກນີ້ຈະເຮົາກວ່າເປັນບົທຶກທັກສາກລ ກີ່ໄດ້ ໃນສາສນາຍືນຄູ່ເຂົາກີ່ທຳ ສາສນາພຸທະເຮົາກີ່ທຳ ຊາວອິນເຄີຍທ່າງໆໄປນັ້ນມີກວາມຮູ້ ໃນການເຈົ້າວິທີອານາປານສົດ ເຮົາຈະເຫັນວ່າເວລາເຂົາໄປໄວ້ພຣະ ດ້າເມັນຄນີກິກຂາ ມີປັ້ງປົງເຂົາຈະໄປນັ້ນສົງປົງໃຈນານໆ ນັ້ນເຈົ້າວິທີອານາປານສົດນີ້ແລະ...ນານໆ ໄປນັ້ນທີ່ ອິນຝຶກນຳ ອາບນຳແລ້ວຂຶ້ນມານີ້ສົງປົງໃຈ ບາງທີ່ນີ້ກົດລາງແຈ້ງແດກເປົ້າງໆກິນໜຶ່ງຫລັບຕາ ອູ້ຕັ້ງຄົງຮ້າວໂນງ ບາງທີ່ກີ່ໄປນັ້ນໃຕ້ຕັ້ນໄມ້ ບາງທີ່ກີ່ໄປນັ້ນໃນທີ່ລື່ອນເງົນໆ ອາຄານໄປ

เที่ยวอินเดียเคยพบเคยเห็นแล้วก็นึกว่า เจ้านี้เข้าใจวิธีการฝึกทำใจให้เป็นสماมี พวกร่างกายทำได้ เช่นว่า กลางคืนก่อนนอนก็นั่งตัวตรง ถ้านั่งมันปวดเข่า ปวดขานั่งเก้าอี้ต่อไป นั่งเก้าอี้ห้อยเท้า สำคัญอยู่ที่ล้วนบนเท่านั้น คือให้ตัวตรงแล้ว ก็หายใจให้คล่องหลังไม่ครุ เมื่อนั่งตัวตรงแล้วก็หายใจเข้าหายใจออกบ่อยๆ เพื่อ สร้างกำลังใจก่อนพยายามครั้งอย่างน้อยทำลักษณะนี้ หายใจเข้าหายใจออกบ่อย เมื่อยาวถึงที่สุด แล้วกลับไว้สักหน่อยหนึ่ง พอกลับไว้แล้วก็หายใจออก แล้วก็หายใจเข้า...ทำอย่างนั้น การกระทำอย่างนี้นอกจากประโยชน์ทางจิตใจแล้ว ยังเป็นประโยชน์แก่สุขภาพทางกายด้วย...เป็นการผายปอดไปในตัว

เรื่องการผายปอดนี้เป็นประโยชน์แก่สุขภาพมาก เป็นเรื่องที่เราควรทำบ่อยๆ ลักษณะคือ คำสอนในทางพระพุทธศาสนาคือ สอนคนให้หายใจลึก หายใจยาว แม้กระทางสปริริต์การแพทย์เขาจะแนะนำอย่างนั้น ว่าให้หายใจลึกๆ หายใจยาวๆ มันเป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ยิ่งเราไปยืนกลางแจ้งแล้วหายใจยาวๆ หลายๆครั้ง เป็นการล้างปอดของเรา ล้างประสาท ล้างสมอง ทำให้เกิดความสบายนั้นเป็นเรื่องทางกายโดยเฉพาะ

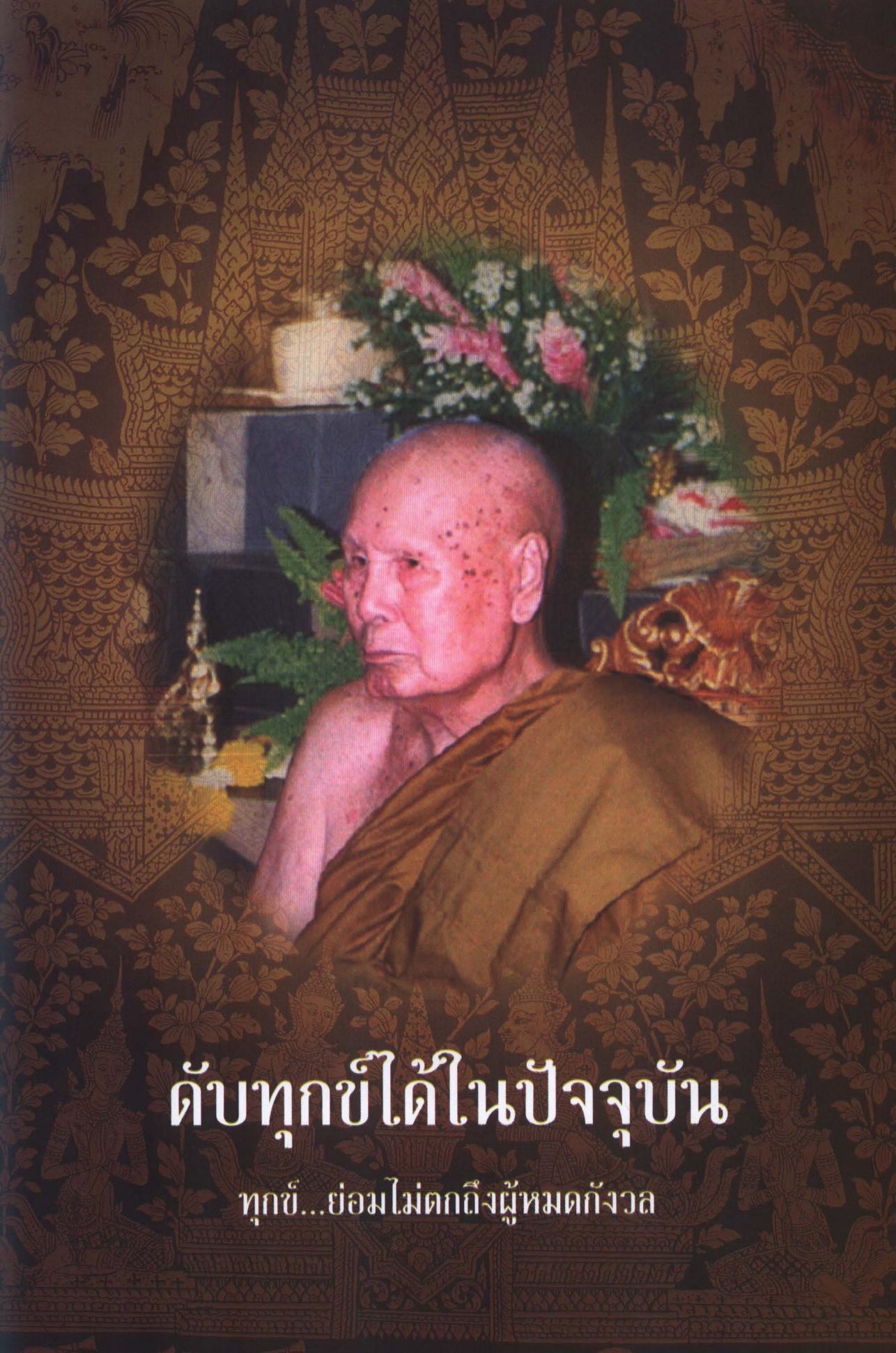
ที่นี่ในทางจิต...เรานึกคิดขณะหายใจ เช่นหายใจออกเรานึกว่าเราเป็น คนสงบ หายใจเข้าก็นึกว่าสงบ จิตใจมันก็สงบขึ้น เพราะเราบอกตัวเองว่า เราเป็นคนสงบ คนเรานี่บอกตัวเองในเรื่องความสงบเป็นอย่างนั้น ถ้าบอกในเรื่องร้อน มันก็ร้อนขึ้นเรื่อย ถ้าบอกในเรื่องเย็นมันก็เย็นลงไป ถ้าบอกในเรื่องหนาวให้อื่นๆ มันก็เป็นไปอย่างนั้น เพราะอำนาจความคิดนี่มันสร้างชีวิตของคน คนเราคิดอะไร มันก็เป็นอย่างนั้น ถ้าคิดเรื่องคิมันก็เป็นไปในทางคิ ถ้าคิดในเรื่องเลียงก็เป็นไปในทางเลียง คิดพยานพาทอาหาร จองเรือ...มันก็เป็นไปตามอำนาจของความนึกคิด ออยุคเวลา มันหนีไม่พ้น

ขอให้จำเอาไว้ว่า ชีวิตเกิดจากความคิดของเราเอง เราจึงต้องควบคุม ความคิดของเราให้เป็นไปในทางคิ เพราะฉะนั้นในขณะที่หายใจ เราจะรู้ว่า

เราเป็นคนสงบ...หายใจเข้า เราเป็นคนสงบ...หายใจออก จิตนีกอยู่ที่ลืมเข้า ลืมออก อย่างใบหน้าในเรื่องขึ้นๆลงๆจากนั้น ตลอดเวลาที่เราทำอยู่เราเก็บกู้อย่างนั้น เวลาทำนั้นต้องทำเป็นเวลารักษาความเที่ยงตรงหน่อย สมมติว่าสามทุ่มเราทำ ก็ทำอย่างนั้นทุกคืน นั่งคืนหนึ่งสัก ๑๐ นาที แล้วก็เลื่อนไปสัก ๕๕ นาที แล้ว ก็เลื่อนไปอีกหน่อย ค่อยนานเข้าๆจนจิตใจสบายนิ่มนวล ถ้าเราทำบ่อยๆจนเกิด ความเคยชินกับการทำอย่างนี้ เวลาใดมีเรื่องวุ่นวายใจ มีความไม่สงบเกิดขึ้น เราก็หลับตาลงตัวตรง...กำหนดความหายใจเข้าหายใจออก ความคิดที่ไม่สงบ มันก็หายไป ความวุ่นวายใจก็หายไป อารมณ์ร้ายต่างๆก็หายไป เพราะเรา ไม่ได้คิดถึงเรื่องนั้น เราภาคินั่งถึงลมเข้าลืมออกเลียเรื่องนั้นมันก็หายไป อันนี้ มาช่วยแก้ปัญหาของชีวิตได้ และเราอยู่ในโถกนั้น มีเรื่องที่มากกระหบมาก ถ้าเราไม่ กำลังใจด้วยการฝึกแบบานปานสติไว้ก็จะช่วยได้

ที่สอนให้มันเป็นแบบง่ายๆ เราทำพอสมควรันละเล็กๆน้อย ถ้าวันไหน เราออกไปกลางทุ่มกลาง夜 ไปนั่งเฉียบๆ...เราเก็บทำ หรือเวลาว่างเราก็ทำ แม้ นั่งอยู่ในสำนักงานก็ทำได้ ไม่มีอะไรจะทำเราเก็บกำหนดความเลียหน่อย...พักผ่อน ทางใจ แม่บ้านก็ทำได้ทุกโอกาส แม่บ้านชาวเชียงใหม่หัวก์สาวคนนี้ อาบน้ำ แก้ก์สาวคนนี้ ไกวเปลลูกแก้ก์สาวคนนี้ เดินแก้ก์สาวคนนี้ อาคมานห์ชาวเชียง แล้วแก่เป็นคนใจเย็น ไม่ค่อยโกรธค่อยเครื่องใจ สาวแต่เม่นต์ตลอดเวลา สาว จนจีนแดงได้ออกนอกประเทศไป นั่นนั่นเรื่องการเมือง แต่ว่าจิตของชาวเชียง เขาไม่รุ่นวาย เรื่องเฉพาะคนแล้วเขามีความสงบไม่ค่อยรุ่นวาย แครร้อนผนก กะใจเย็น สาวคนนี้เรื่อย...มันได้ประโยชน์ ที่นี่เราเอาไปฝึกไปใช้บ้าง เพื่อเป็น เครื่องเหนี่ยวรั้งจิตใจ ให้อัญญิสสภาพที่สงบแล้วก็จะได้คิดอะไรต่อไป

สำหรับวันนี้พูดมาก็พอสมควรแก่เวลา
... ขออุคิการแสดงป้าฐานธรรมไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .

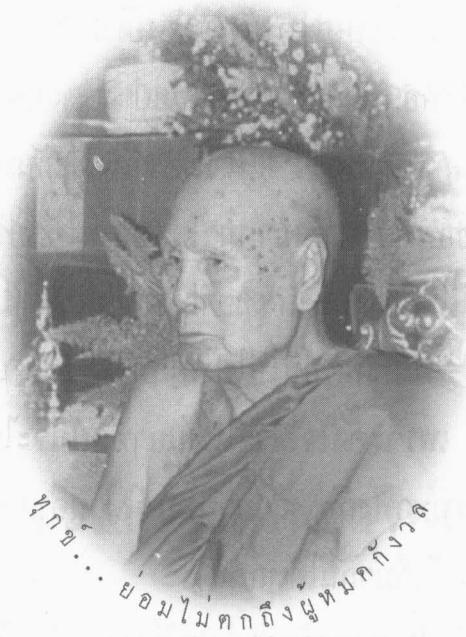


ด้วยทุกชีวิตรายปีจุบัน

ทุกชีวิตรายปี...ย้อมไม่ตกร่องผู้หมวดกังวล

ความสุข ความทุกข์ ความช้ำ การแพ้ การชนะ
...อยู่กันที่ใจค้ายกันหันนั้น
จึงกล่าวได้ว่า เนื้อแท้ของคนอยู่ที่ใจ
การชนะด้วยกำลังและยานุภาพมีใช่เป็นการชนะใจคน
...ผู้แพ้นั่งเง็บแค้นและหาทางที่จะเอาชนะคืนมาให้ได้
แต่การชนะด้วยความคิดนี่แหละ
เป็น...การชนะที่เก็คขาด...
ถ้าท่านต้องการชนะใคร จงยอมแพ้คนนั้น
โดยลดความของท่านให้ค่อนลง แล้วยกเข้าให้สูงขึ้น
ยอมเป็นลูกนองของเขาก่อน แล้วจึงใช้คำยอให้ตายใจ
ผลที่สุด...ผู้แพ้นั่นแหละคือผู้ชนะ
เป็นความชนะที่นุ่มนวลเสียด้วย ไม่ต้องลำบาก

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาบันทกิจชุ)



ญาติโยมพุทธบริษัทหงษาย

ณ บัคนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในการส่งบ ตั้งอกตั้งใจฟังคัวยศ เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

ธรรมะ : อาหารสำหรับจิตใจ

วันอาทิตย์นี้เป็นอาทิตย์แรกนับตั้งแต่วันออกพรรษา ซึ่งตามประเพณีของผู้นับถือพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะในประเทศไทย ได้มีการปฏิบัติตนเคร่งครัดเป็นพิเศษ ครั้งเมื่อออกพรรษาแล้วมักจะละเลยเหินห่างไป การแสดงปาฐกถาธรรมที่

วัคชลประทานรังสฤษฎีนี้ โดยเนพาะวันอาทิตย์ไม่มีในพระราช นอกพระราช คือ มีตลอดปีว่ากันเรื่อยไปตลอดปี และทำกันมาอย่างนี้ตั้งแต่เริ่มเปิดวัดมาจนกระทั่ง บ้านี้ญาติโยมที่ส่งใจในการมาฟัง ตั้งแต่เริ่มกันแก่พึ่งกันมาเป็นลำดับ ญาติโยม บางคนอาจจะคิดว่าอกพระราชแล้วอาตามไม่ค่อยจะได้อยู่วัด ไม่ค่อยได้เทคโนโลยี อาทิตย์ อันความวิติกนี้ไม่ต้องคิดมาก อย่าให้เกิดขึ้นในใจ เพราะว่าในระบบต่อไปนี้ อาตามไม่ค่อยไปไหน วันอาทิตย์นี้ไม่ไปไหนอยู่วัดเรื่อยมา อาจจะไปบ้างบาง อาทิตย์...แต่ว่าน้อย เพราะตั้งใจไว้ว่าในวันอาทิตย์นี้จะไม่ไปไหนจะอยู่เทคโนโลยีให้ ญาติโยมที่ส่งใจฟังธรรมมาฟังกัน ถ้ามานิมนต์ในวันอื่นแล้วก็ไป ขอให้ญาติโยม เข้าใจว่าถึงวันอาทิตย์แล้วก็มากันได้ทุกคน

เหมือนกับเรารับประทานอาหาร เรารับประทาน...ไม่ใช่ในหรือนอกพระราช ถูกุกอลไหนเราก็รับประทานอาหารทั้งนั้น เพราะอาหารเป็นสิ่งจำเป็นแก่ร่างกาย ฉันใด ธรรมะก็เป็นอาหารประเภทหนึ่งสำหรับจิตใจฉันนั้น ไม่ใช่ว่าเราจะ รับประทานกันเพียงเฉพาะครั้งเนพาะคราวเท่านั้น

เครื่องมือยับยั้งกิเลสเพื่อความเบาใจ โปรดใจ

ในพระราช นอกพระราช ก็ถือว่าเป็นถูกุกอลที่เราควรจะได้สั่นใจศึกษาธรรมะ ตลอดไป เพราะว่า กิเลส คือสิ่งเศร้าหมองที่เกิดขึ้นในใจคนนั้น ไม่ได้จำกัดเวลา ว่า ในพระราชกิเลสเกิด นอกพระราชกิเลสไม่เกิด อะไรอย่างนั้นหมายได้ แต่ว่า อาจจะเกิดขึ้นในใจเราเมื่อใดก็ได้ ถ้าหากว่าเราไม่มีเครื่องมือเพื่อยับยั้งสิ่งที่ เกิดขึ้นในใจแล้วทำให้เป็นทุกข์ ต้องมีความทุกข์ความเดือดร้อนเรื่อยไปไม่รู้จบ ไม่รู้จักสิ้น เพื่อบังกันไม่ให้ตัวเราต้องมีความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน เราจึงต้องแสวงหาสิ่งที่จะช่วยให้เราเกิดความเบาใจโปรดใจไว้

ก็สิ่งที่จะช่วยให้เราเบาใจไปรังใจนั้น ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่าหลักธรรมะ ขันเป็นคำสอนในทางพราหมานา สำหรับบางท่านบางคนอาจจะไม่เคยเข้าวัด อาจจะไม่เคยได้ฟังธรรมเทศนาของพระ ที่ไม่เข้าวัดนั้น เพราะนึกว่าไปแล้วไม่เข้าใจ พระท่านเทศน์แบบเราฟังไม่รู้ไม่เข้าใจ หรืออาจจะคิดไปว่ายังไม่แก้ไม่透 รอเวลา ให้แก่เวลาเดียวก่อนค่อยเข้าวัดเข้าวัว

ธรรมะเป็นหลักรักษาจิตใจ

ความจริงการเข้าวัดฟังธรรมนั้น ไม่ใช่เรื่องเฉพาะคนแก่ แต่เป็นเรื่องของ คนทุกคนทุกเพศทุกวัย เด็กก็ควรจะได้ฟังธรรม หนุ่มสาวจำเป็นมากกว่าเด็กซึ่ง ไปอีก ผู้ที่อยู่บ้านครองเรือนมีภาระการทำงานที่จะต้องจัดต้องทำทุกวันในชีวิต ต้องพยายามบัญญานงานประจำในชีวิททุกวัน ก็ยิ่งมีความจำเป็นมากขึ้น ในการ ที่จะต้องฟังธรรมะหรือศึกษาระบบที่จะ

เราฟังธรรมะ ศึกษาระบบที่ไว้เพื่ออะไร?

ก็เพื่อจะเอาหลักธรรมะไปแก้ไขปัญหาชีวิต อันเกิดขึ้นทุกวันทุกเวลา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องส่วนบุคคล เป็นเรื่องของหมู่คณะ รวมตลอดถึงประเทศชาติ ถ้าได้ใช้ธรรมะเป็นหลักในการเป็นการอยู่ในชีวิตประจำวันแล้ว รับรองได้ว่า ชีวิตร้าบรื่นเรียบร้อย จะไม่เกิดความวุ่นวายมากเกินไป

แต่ถ้าหากว่าเราไม่ได้ฟังธรรมะไว้เป็นหลักสำหรับรักษาจิตใจ เวลาที่เรามี ความทุกข์ความเดือดร้อน มีปัญหาอะไรต่างๆเกิดขึ้น ก็ไม่รู้ว่าจะแก้ปัญหานั้นได้ อย่างไร ผลที่สุดก็หันเข้ามาหาวัดที่เป็นเครื่องแก้ เช่นว่า เที่ยวเทลิคเปิดเป็นไป โดยไม่กลับบ้าน หรือว่าคุณเลี้ยงให้มันเมานไม่รู้สึกเนื้อรู้สึกตัว หรือหนักยิ่งขึ้นไป กว่านั้น ก็คือทำลายตัวเองควยการฆ่าตัวตาย

ชีวิตที่ขาดธรรมก็เหมือนกับคนที่ตาบอด

อันการกระทำในรูปเช่นนี้ ที่เกิดขึ้นบ่อยๆที่เราได้เห็นข่าวนั้น ก็เป็นเรื่องบุคคลที่ไม่หันหน้าเข้าหาพระ ไม่หันหน้าเข้ามาศึกษาธรรมะ มีปัญหาอะไรแก้ไม่ได้เป็นความยุ่งยากอยู่ เราทั้งหลายไม่ต้องการประสบกับปัญหาเช่นนั้น เราต้องการอยู่อย่างสงบ อย่างมีปัญญาชนิดที่อะไรในโลกไม่รบกวนจิตใจให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนมากเกินไป อุดมการณ์ของชีวิตของชาวโลกเรานั้น ควรจะอยู่ด้วยความสุขความสงบให้นานที่สุดเท่าที่จะมากได้ การที่เราได้เกิดมาเป็นมนุษย์นี่ถ้าหากว่าเราไม่ได้มีชีวิตสักชั่วโมงแล้วใส่ความแบบของธรรมเสียเลยแล้ว ก็นับว่าชีวิตไร้ค่าไร้ความหมาย

พระผู้มีพระภาคท่านเปรียบคนประเทณี้ไว้ว่าเหมือนกับคนมีตา บังคน มีตาข้างเดียว...ข้างหนึ่งบอด บังคนมีตาสองข้าง...สว่างทั้งคู่ แต่บังคนกับบอดทั้งสองข้าง แล้วท่านเปรียบกับบุคคลที่มีชีวิตอยู่ในนี้ว่า คนที่มีตาข้างเดียวคงคือคนที่เห็นประโยชน์ในค้านเดียว เช่น เห็นประโยชน์ทางค้านวัตถุเพียงค้านเดียว แล้วหาปัจจัยคือวัตถุตลอดเวลา แต่ไม่ได้สนใจในทางจิตใจ ทางความเป็นอยู่ที่แท้จริงของชีวิต ชีวิตคลุกคลีอยู่กับโลกกับเรื่องวัตถุ แต่ไม่มีธรรมะเป็นเครื่องประคับประคองใจ อันนี้ก็เหมือนกับคนมีตาข้างเดียว คือข้างที่เป็นค้านวัตถุ อีกข้างหนึ่งมีคบodic ไม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องธรรมะ ละเลยเพิกเฉยต่อเรื่องจิตเรื่องวิญญาณอันเป็นเนื้อแท้ของชีวิต เป็นคนประเภทตาเดียว

ส่วน คนประเภทบอดทั้งสองข้าง หมายความว่า ไม่ได้เรื่องเลยทั้งสองประการ ชีวิตค้านธรรมก็ไม่มีสาระ เกิดมาเป็นคนบอดมีคิด เคินไปอย่างชนิดที่เรียกว่าคอกลัวอยู่ตลอดเวลา ไม่รู้ไม่เข้าใจในอะไรทั้งเจนตามความเป็นจริง อันนี้เป็นชีวิตที่อาภัพ พระท่านเรียกว่าอาภัพหลั่ง คือไม่ก้าวหน้าในการเป็นอยู่ทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม

ส่วนว่างค้ายแสงแห่งธรรม

ล้วน คนที่มีความสองข้างแล้วก็ส่วนว่างทั้งคู่นั้นหมายความว่ามีชีวิตอยู่อย่างเรียบร้อยในด้านโลกก็เรียบร้อย ในด้านธรรมก็เรียบร้อย ในด้านโลกก็หรือรู้จักทำมาหากิน เมื่อทำมาหากินก็ใช้หลักธรรมะเป็นเครื่องประกอบในการทำมาหากิน เช่น เป็นผู้รู้จักและหัวรับพย์ในทางที่ถูกที่ชอบ เมื่อได้หัวรับพย์มาแล้วก็รู้จักภารกษาหัวรับพย์นั้น การภารกษาก็คือ รู้จักเก็บ รู้จักใช้ รู้จักทำให้มั่นเกิดคอกอกผลต่อไป ในเรื่องใช้ก็ใช้เท่าที่จำเป็นควรที่จะใช้ ไม่ใช่หัวรับพย์นั้นไปในเรื่องเหลวไหล ไม่เอาหัวรับพย์นั้นไปส่งเสริมความชั่วของสังคม

รู้จักใช้หัวรับพย์ให้เป็นประโยชน์

คนเราในสมัยนี้มีอยู่ไม่ใช่น้อย ที่มีหัวรับพย์แล้วเอาหัวรับพย์ไปส่งเสริมความเหลวไหลทางสังคม คนที่เอาหัวรับพย์ไปใช้ในทางเหลวๆ หล ก็คือใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย เที่ยวเตร่สันสนานหาความสุขในทางเนื้อทางหนังคลอดเวลา เป็นการส่งเสริมความชั่วร้ายในสังคมมนุษย์ให้เกิดมากขึ้น การใช้หัวรับพย์อย่างนั้นไม่เป็นคุณแก่คนไม่เป็นคุณแก่ชาติแก่โลก แต่คนที่ใช้หัวรับพย์เป็นนั้น ใช้แต่ในเรื่องส่วนตัว ใช้หัวรับพย์เพื่อยกระดับจิตใจของตัวให้สูงขึ้น คือกามขึ้น ไม่เอาหัวรับพย์ไปใช้เพื่อทำลายตัว ทำลายบุคคลอื่น อาย่างนี้เรียกว่าใช้หัวรับพย์เป็น เกิดประโยชน์และใช้ในเรื่องที่ควรจะใช้ บันจะเป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ ไม่ถึงหนีบเงินไปและไม่สุรุ่ยสุร่ายเงินไป เห็นว่าอะไรคือมีประโยชน์แก่สังคม ก็ช่วยกันจัดช่วยกันทำสิ่งนั้นให้เกิดขึ้นในสังคมมากๆ ทำลายสิ่งชั่วร้ายของสังคมให้หมดไป เท่าที่หัวรับพย์ของเราจะอำนวยให้ทำลายได้ อาย่างนี้เรียกว่าใช้หัวรับพย์ให้เป็นประโยชน์ เก็บไว้ก

เก็บให้เป็นประโยชน์ เพื่อไกด์นำไปใช้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อไป คนอย่างนี้เรียกว่า ใช้ทรัพย์เป็น

เพื่อนทางจิตทางวิญญาณ

คนที่คืนเข้าจะควบหาสมาคมกับเพื่อนที่คุ้นเคยๆ คือเพื่อนที่แนะนำให้ทางคุ้นเคย เป็นเพื่อนในทางจิตทางใจ ไม่ใช่เพื่อนทางเนื้อทางหนัง อ้ายเพื่อนที่เราชวนกันไปกินไปเล่นไปสนุกความสุขที่ต่างๆนั้น เราเรียกว่าเพื่อนเนื้อเพื่อนหนัง ไม่ใช่เพื่อนจิตเพื่อนวิญญาณ เพื่อนในทางจิตทางวิญญาณนั้นเป็นเพื่อนที่คุ้นเคยและคุ้นเคยเดือน คุ้นเคยก็คุ้นเดือนในเมื่อเราเหลือ ในเมื่อเราประมาท เมื่อเรากระทำอะไรผิดพลาดเกิดความเสียหาย เพื่อนในทางจิตทางวิญญาณก็คุ้นบอกรายกล่าวเตือนว่า อย่าทำอย่างนั้น อย่าทำอย่างโน้น จงทำอย่างนั้น จงทำอย่างนี้ เพื่อนที่คืนเป็นพี่เลี้ยงให้เราทุกเวลาในด้านจิตใจ ความรุ่นราษฎร์ ความเดือดร้อนจะไม่เกิดขึ้น เพราะเรื่อง เช่นนั้นเป็นอันขาด การคบเพื่อนคือไร่นั้นบ่าว่า เป็นประโยชน์ในการสังคมประการหนึ่ง

มิจิตใจเลี่ยสละเพื่อบุคคลอื่น

และการหนึ่ง ที่ห่านสอนไว้คือว่า คนเราที่เป็นมนุษย์สมบูรณ์ต้องรู้จักให้ เลี่ยสละเพื่อประโยชน์เพื่อความสุขแก่บุคคลอื่น น้าใจที่ให้เป็นน้าใจที่อยู่เพื่อสังคม น้าใจที่เห็นแก่ตัวเป็นการอยู่เพื่อเอาไว้เช่าเปลี่ยน คนเราถ้าคิดจะให้แล้วใจมันย่อมสบายน แต่ถ้าคิดจะไม่ให้หรือว่าคิดจะเอา ย่อมมีความ

ทุกชีวิความเดือดร้อน ความทุกชีวิความเดือดร้อนที่เกิดขึ้นในใจเราแต่ละเรื่อง เป็นเรื่องเนื่องจากภาระเบาไม่อยู่ไม่ใช่น้อย แต่ในขณะใดเราคิดว่าจะให้ ไม่ว่าจะให้อะไรแก่ใคร ในขณะนั้นใจเราทั้งหมดเป็นร่อง

การยึดถือเป็นความหนัก แต่การปล่อยวางเป็นความเบา เพราะฉะนั้น อะไรที่เข้ามา เรา ก็มีความทุกชีวิความไม่สบายใจ แต่สิ่งใดที่เราลบออกไปจากจิตใจของเรา ทำให้ใจเราไปร่อง...ว่าง มีความสุขในชีวิตประจำวันขึ้น เรื่องอย่างนี้ ก็เป็นเรื่องจำเป็นสำหรับชีวิตมนุษย์เราทั่วไป ยิ่งโลกที่เราเป็นอยู่ในสมัยนี้ค่ายแล้ว เต็มไปด้วยความวุ่นวาย มีความทุกชีวิความเดือดร้อนนานาประการเกิดขึ้น

จิตใจที่ตกต่ำจากความคิด มีแต่หัวให้ทุกชีวิ

อันความทุกชีวิความเดือดร้อนที่เกิดขึ้นในสังคมของมนุษย์นี้ มันเกิดมาจากจิตใจที่ตกต่ำจากคุณงามความคิด ความตกต่ำทางจิตใจเป็นความต่ำที่ร้ายมาก ความตกต่ำทางเศรษฐกิจหรือเรื่องอะไรไม่ร้าย เพราะว่าถ้าจิตใจยังสูงแล้วก็ไม่มีเรื่องร้ายอะไรนัก แต่ถ้าหากว่าในสังคมมนุษย์ของเรานี้มีจิตใจตกต่ำไปจากคุณงามความคิดเมื่อใดแล้ว ความทุกชีวิความเดือดร้อนก็จะเกิดขึ้น แม้เราจะมีเงินมีทอง มีข้าวมีของมากๆ แต่ว่าจิตใจตกต่ำไปจากความงามความคิด ความบุญยากก็จะเกิดขึ้น

ให้เราคุ้ยว่าย่างคนบางคนบางครอบครัว มีเงินมีทองไม่ใช่น้อย มีที่ดิน มีกิจกรรมมากมาย พ่อแม่ได้จัดได้ทำไว้ แต่ครั้นเมื่อพ่อแม่ตายไปแล้วทรัพย์สมบัติเหล่านั้นหายไปเรื่อยๆ ขายไปเรื่อยๆ จำนำไปเรื่อยๆ ผลที่สุดก็หมดเนื้อหมดตัวในบางจังหวัดของประเทศไทย มีทัวอย่างหลายครอบครัวที่พ่อแม่คงหน้าทำมาหากินสร้างบ้านใหญ่โต ใหญ่กว่าใครๆ ทั้งหมดในจังหวัดนั้นกว่าได้ แล้วก็มีที่ดิน

มีส่วนผลไม้อะไรมากมายก่ายกอง แต่พอมากถึงชั้นลูกเกลี้ยงไม่มีเหลือ ทำไม่จึงได้เป็นเช่นนั้น อันนี้แหลกคือความตกรถทางจิตใจ หรับย์สมบัติจึงอยู่ค้างไว้ได้ แต่ถ้าเรามีจิตใจไม่ตกรถไปจากคุณงามความดี หรับย์สมบัติมีอยู่น้อย...ค่อยพอกพูนมากขึ้น มีความเจริญมากขึ้น เพราะรู้จักหา,rู้จักวิเคราะห์ รู้จักทำสิ่งนั้นให้เกิดออกผลต่อไป อันนี้เป็นตัวอย่างที่เห็นง่าย

ธรรมะเปรียบหลังคาคุ้มครองโลกให้ปลอดภัย

ความจำเป็นของมนุษย์เราใน จังควรจะได้มีหลักคุ้มครองรักษาจิตใจ เรายังไงทุกวันทุกเวลา ก็หลักที่จะคุ้มครองจิตใจในนี้ไม่มีอะไรจะยิ่งไปกว่าธรรมะ อันเป็นคำสอนในทางพระศาสนา ธรรมะจึงเป็นเหมือนกับหลังคาที่คุ้มครองโลกไว้ให้โลกอยู่ค่วยความปลอดภัย ไม่หนารเกินไป ไม่ร้อนเกินไป แต่อยู่ด้วยความพอคิด ความพอคิดนี้เป็นความพอคิดทางจิตใจ ไม่ใช่เป็นความพอคิดในทางวัตถุ เราจึงได้หันหน้าเข้ามาหาสิ่งนี้ ภูติโดยมีกายมารคอยู่เป็นประจำ ได้อ่านหนังสือธรรมะอยู่เป็นประจำ ก็ยอมจะเห็นผลเห็นอานิสงส์ของสิ่งเหล่านี้อยู่แล้วว่า ได้รับผลประโยชน์อย่างไร มีความสุขใจอย่างไร การงานในชีวิต ในครอบครัว ในสังคมดีขึ้นอย่างไร เราจะได้เห็นประจักษ์ค่วยตัวเราอยู่

เมื่อเราเห็นค่วยตัวเราแล้ว มีความสุขใจค่วยตัวเราแล้ว เราอย่าห่วงเห็นความสุขนั้นแต่เพียงผู้เดียว แต่จะช่วยแจกซ่วยแบ่งความสุขนั้นๆ แก่บุคคลที่ยังไม่ได้หันหน้าเข้ามาทางนี้ ยังเดินหันหลังให้พระอยู่ ยังเป็นคนตาบอด ส่องข้างหรือตาบอดข้างเดียวอยู่นั้น เราจะช่วยกันฝ่าตัดคงคาคือปัญญาของคนเหล่านั้น ให้ได้เห็นแสงสว่างที่ถูกต้อง การที่เราได้เปลี่ยนใจให้ได้หันหน้าเข้าหาพระ ให้ได้ดำเนินชีวิตชอบตามหลักธรรมในทางศาสนา นับเป็นบุคบุญ

ของคุณ มนูญมีอานิสัมมากกว่าในเรื่องอื่นๆที่เข้าทำกันอยู่ในโลกนี้ เพราะการกระทำเช่นนี้เป็นการสร้างคนให้เป็นมนุษย์ขึ้นในโลก

ช่วยยกระดับจิตใจของผู้อื่นให้พ้นความทุกข์

ในชีวิตของเราที่มีเพื่อนฝูงมิตรสหาย เราจะให้ช้าให้ช่อง ให้เลือกให้ผ้าช่วยเหลือในทางปัจจัยอย่างใดๆตาม ถ้าเราทำแต่เรื่องอย่างนั้น มันก็เป็นการช่วยเหลือเพียงทางกาย หรือช่วยเหลือแต่เพียงทางวัตถุ ยังไม่เป็นการช่วยเหลืออย่างแท้จริง การช่วยเหลือเพื่อนฝูงอย่างแท้จริงนั้น คือการช่วยยกระดับจิตใจของเข้าให้สูงขึ้น จนพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน ถ้าเราได้ช่วยเขาในรูปอย่างนี้ ก็เรียกว่าเป็นการช่วยกันอย่างแท้จริง

ในครั้งพุทธกาล มีคน ๒ คนเข้าเป็นเพื่อนกัน คนหนึ่งไปฟังเทศน์ของพระพุทธเจ้า มีความเลื่อมใสศรัทธาในพระธรรมของพระผู้มีพระภาค เพื่อนอีกคนหนึ่งยังไม่รู้จักอะไรเลย เขาไปชวนเพื่อนคนนั้นให้ไปฟ้าพระพุทธเจ้า แต่เพื่อนคนนั้นมีทักษิณานะแรงก์ไม่ยอมไป เขายังชวนครั้งแรกไม่ไป ครั้งที่สองก็ไม่ไป ครั้งที่สามก็ไม่ไป már ครั้งที่สี่เห็นว่าเพื่อนคนนี้ไม่ไปแน่ เขายังจับมวยผลลัภไปเลย...ลากลงจากบ้านว่าครั้งนี้ต้องเอามาไปให้ได้ เพื่อนที่ถูกลากก็คิดในใจว่า มันไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยเลยแล้ว เพื่อนของเรามาไม่เคยจับหัวเรามาไม่เคยทำอย่างนี้กับเรา ที่เขาทำอย่างนี้กับเรา มันต้องเป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องสำคัญที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตมากเลยบอกว่าเพื่อนไม่ต้องลากหรอก เห็นใจเพื่อนที่ต้องการให้เราไปป่วยเด้อ...เราไปกับท่านค้ายดี แล้วก็เลยไปกับเพื่อนคนนั้น...ไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงทราบ แล้วก็แสดงธรรมให้เพื่อนคนนั้นฟัง เขายังไก่ความรู้ความเข้าใจในธรรมะ พลอยเป็นสัมมาทิฏฐิบุคคล ประพฤติคนถูกต้อง

ตามหลักคำสอนในทางธรรมต่อไป อันนี้เป็นเรื่องตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่า เพื่อนนั้นเป็นมิตรแท้ของเพื่อน เมื่อได้ถึงอะไรที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ส่วนตัวแล้ว เช่น เอื้อเฟื้อเพื่อแม่ปีบชวนเพื่อนให้ได้การบุปประโยชน์นั้นด้วย อันนี้เป็นเรื่องที่ควรทำกันให้มากในสมัยนี้ เพราะว่าสมัยนี้คนจุงเพื่อนเข้าวัดมีน้อย แต่จุ่งไปโรงหนัง ไปโรงอาบอบนวดหรือว่าไปสนุกสนานมีมาก พอก็วันเสาร์ก็โทรศัพท์นัดกันให้วุ่นวายว่าจะไปไหน ไปเที่ยวที่ไหน ที่จะโทรศัพท์ชวนว่าไปรักนั้นรักนี้มีน้อย ขอให้เราช่วยกันเปลี่ยนสังคมซึ่งเต็มไปด้วยความวุ่นวายให้กลับเป็นสังคมที่สงบ ด้วยการชักชวนมิตรสายที่เรารู้จักมักจี่ว่าไปรักกันบ้างเถอะ ไปด้วยกันไปฟังด้วยกันจะเอกสารยนต์ปรับ อันนี้ก็จะเป็นการช่วยเพื่อนให้เข้าถึงธรรมะได้

เมื่อสมัยหนึ่งอาทิตย์เดินทางไปต่างประเทศ แล้วก็กลับทางเกาฯวายกลับเมืองไทย วันนั้นเป็นวันอาทิตย์ เขาก็ชวนไปที่โนบลส์พูทธศาสนาน ชาวญี่ปุ่นที่เกาฯวายเข้าถือพุทธ เขาก็ไปโนบลส์กันในวันอาทิตย์เหมือนฝรั่ง โนบลส์นั้นตอนเข้าเป็นพากพูดภาษาญี่ปุ่น ครั้นตอนสาย ๑๐ โมง เทศน์เป็นภาษาอังกฤษ ท่านสาครคุณสั่วคออะไรไปอยู่ที่นั่น แกก็เที่ยวเอกสารยนต์ไปเที่ยวรับスマชิก รับเข้าไปโนบล...พะรำคนเหล่านั้นไม่มีรถ ท่านก็ไปเที่ยวรับรับมาส่งแล้วก็ไปเที่ยวรับอิกคนที่มาโนบลนั้นประมาณ ๒๐ คน ในจำนวน ๒๐ คนนั้นท่านสาครคุณที่เป็นนักบวช...บัวชแบบญี่ปุ่นแต่เป็นฝรั่งไปเที่ยวรับมาประมาณ ๑๐ รายเขามาฟังธรรมตามว่า呢่ต้องรับกันอย่างนี้อยู่เสมอหรือ? แกบอกว่าต้องไปรับเขาทุกอาทิตย์ เพราะว่าเขามีมีรถยนต์จะเดินมาก็ลำบากก็เลยต้องไปรับ ก็คงโน้มนาอยู่ในใจ แล้วก็ถ่วงกับท่านผู้นั้นว่า โอ!...ท่านทำงานเหน็จเหนื่อย อายุก็มากแล้วขับรถเองไปรับเขามาฟังเทศน์ พังเทศน์เลร์จแล้วก็รับเข้าไปส่องอีกจนถึงบ้าน บางคนก็จะไปรับประทานอาหารร่วมกับท่านก็เลยพาเข้าไป แล้วก็พาไปส่อง ปกติท่านทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงในทางจิตวิญญาณ นำพุทธบริษัทที่พุกพูดภาษาอังกฤษเป็นชาวสยามบ้างชาวฝรั่งบ้าง ลูกผสมบ้าง แกก็รู้จักมักจี่ ปกติก็ไปเยี่ยมไปเยียน ไปแนะนำเรื่อง

ความเป็นอยู่ตามส่วนตัว ล้วนเป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่า ท่านสนใจในการที่จะชูใจคนให้เข้าวัด ชูคนเข้าหาธรรมะ

ท่านรูปนั้นเวลาไม่มีรถพาไปแล้ว แต่คนอื่นที่สืบท่อ ก็คงจะทำงานในรูปนั้น ต่อไป ล้วนเป็นเรื่องตัวอย่างนำมาเล่าให้ญาติโยมฟัง เพื่อให้เห็นว่าคนเราที่เข้ารักษาธรรมะนั้น มักจะซักจุ่งคนให้เข้าหาธรรมะด้วยเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้นเราต้องช่วยกันในรูปนี้ ชวนคนอื่นยังไม่ได้ชวนคนในครอบครัวให้มาร่วมกัน เช่นเมลูกเต้าหุ่มๆ สาวๆ พожะฟังรู้เรื่องก็พามา ส่วนเด็กเล็กฟังไม่รู้เราก็พามาพอเป็นอุปนิสัย แต่ว่าเด็กที่ฟังรู้เรื่อง...ต้องหมั่นชวนให้มานั่ง เพื่อจะลีบหลีบมา จะได้รู้ว่าเกิดมาทำไม อยู่เพื่ออะไร ถึงคืนนี้คืออะไร ควรจะประพฤติปฏิบัติอย่างไร จึงจะไม่ไร้ค่าในชีวิตประจำวัน ล้วนเป็นเรื่องที่ควรจะได้แนะนำซักจุ่งกัน

ไม่รักษาใจ สิงห์ห้ายากไม่ถูกรักษา

เราอยู่ในหมู่คนมากๆ ทำงานทำการ ถ้าหากว่าสามาชิกที่ร่วมทำงาน เป็นคนมีธรรมะงานมั่นก็ไม่ยุ่ง ทุกคนรู้หน้าที่ รู้จักฐานะของตัว ถึงเวลาใด ควรจะทำอะไรก็ทำตามหน้าที่ งานก็เรียบร้อยก้าวหน้า แต่ถ้าคนเหล่านั้น ไม่มีธรรมะในใจ คิดแต่จะเอาไว้ เปรียบ ทำงานน้อยๆ แต่จะเบิกค่าจ้างมากๆ แล้วก็คิดว่าไม่ใช่งานของเรา งานของเด็กแก่งานของนายห้างเขา ก็ทำแต่น้อยๆ ไม่ตั้งใจทำ งานก็ไม่คืบไม่เจริญ ที่เป็นไปเช่นนั้นก็เพราะว่าคนงานเหล่านั้นยังไม่รู้ว่า ตัวคือใคร งานที่ตัวทำนั้นคืออะไร ตัวมีชีวิตเกี่ยวข้องกับงานอย่างไร ธรรมะในใจ ไม่มี ไม่มีความสำนึกรู้ในทางที่ถูกที่ชอบ งานจึงไม่เรียบร้อย

ถ้าหากว่าเราได้แนะนำซักจุ่งคนเหล่านั้นให้ได้หันเข้าหาธรรมะ ๑ ชั่วโมง ใน ๑ เดือน หรือ ๑ รอบลัปดาห์ ที่เราเลี้ยงสละให้คนเหล่านั้นได้พบกับพระเป็น

ประจำ จะช่วยให้งานดีขึ้นไม่ใช่น้อย อันนี้คนไม่ค่อยจะสนใจกัน เพราะไม่คิดว่า ค้านจิตใจสำคัญกว่าร่างกาย ไปคิดว่าร่างกายสำคัญกว่าจิตใจ โลกมันจึงวนวาย จึงควรจะขอฝากแนวคิดไว้ว่า ใจสำคัญกว่ากาย ถ้าไม่รักษาใจสิ่งทั้งหลายก็ ไม่ถูกรักษา แต่ถ้าช่วยกันรักษาจิต สิ่งทั้งหลายก็ถูกคุ้มครองรักษาให้เป็นไป ในทางที่ถูกที่ชอบได้ อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญอยู่ประการหนึ่ง

พิจารณาศึกษาธรรมชาติว่า เอ

ในวันอาทิตย์ก่อนได้พูดถึงเรื่องที่เกี่ยวกับอริยสัจจ์มาโดยลำดับ มาถึงเรื่อง ข้อ ๒ ที่เรียกว่าทุกขสมุทัย คือการตั้งขึ้นแห่งความทุกข์ ว่าทุกข์เกิดจากอะไร อะไรเป็นเหตุให้เกิดขึ้น ซึ่งหวังว่าญาติโยมฟังแล้ว หรือได้อ่านสำเนาปฐกถา ก็คงจะเกิดความรู้ความเข้าใจยากจะแนะนำลำบากหน่อยว่า ในการเรียนธรรมชั้นลึก ลงไบหน่อย คือเรื่องอริยสัจจ์นี้เราจะอ่านจากหนังสือ หรือจะเพียงฟังจากพระสอนอย่างเดียวไม่พอ แต่ว่าเราจะต้องอ่านจากคำเราเองค่าย เพราการอ่านจากตัวเราเองนั้นอ่านได้ทุกวันทุกเวลา เพราจะในตัวเรานั้นมีอะไรเกิดขึ้นเสมอ ความทุกข์มันก็เกิดขึ้น เหตุมันก็เกิดขึ้น การคับทุกข์ได้ก็ปราภูเหตุที่จะถึงความคับทุกข์ก็ปราภูอยู่ในตัวเราตลอดเวลา แต่ว่าเราส่วนมากไม่ได้สนใจ พิจารณาในเรื่องนี้ จึงไม่มีประสบการณ์ในเรื่องนี้เกิดขึ้น

ทางที่ถูกนั้นควรจะได้พิจารณา...คือว่าพิจารณาว่าทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ แล้วพิจารณาว่าทุกข์นี้เกิดจากอะไร มีอะไรเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์นี้ และเมื่อมีทุกข์เกิดขึ้นในใจนั้น สังเกตสภาพในจิตใจของเรา ว่าเราอ่อนหรือเราเย็น สงบ หรือว่าぐุนวาย มีสภาพอย่างใดเกิดขึ้นในใจบ้าง ให้หมั่นพิจารณา

เมื่อพิจารณา ก็จะได้เห็นโทษของความทุกข์ที่เกิดขึ้นเบจิติฯ แล้วศึกษา ค้นคว้าว่า อะไรเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์นั้นนี่ เราจะได้รู้สาเหตุของเรื่องนั้น ว่า ทุกข์นี้เกิดจากการตัณหา...ความอยากจะได้ หรือเกิดจากภวตัณหา...ความอยาก จะเป็น หรือเกิดจากวิภวตัณหา...ความไม่อยากมีไม่อยากเป็นในสิ่งที่เราไม่ชอบ ไม่พึงใจ เรายังคงศึกษาเรื่องในตัวเราว่ายังนี้ และเมื่อศึกษาพบสาเหตุแล้ว เรายังคงคิดต่อไปว่าจะดับมันได้อย่างไร เจ้าตัวเหตุเช่นนี้มันเกิดขึ้นแล้ว มันจะคับ ไปได้ด้วยอะไร การจะดับทุกข์ก็ต้องตัดที่ต้นเหตุ เราจะตัดมันอย่างไรต่อไป เป็น เรื่องที่จะต้องศึกษาต้องพิจารณาอยู่บ่อยๆ เพื่อจะให้เกิดความชำนาญในเรื่องตัว ของเรางเอง เพราะการศึกษาธรรมะนั้นเรียนเพื่อมาศึกษาตัวเรางเอง ไม่ใช่เรียน เพื่อเรื่องอื่น แต่เราเรียนธรรมะเพื่อศึกษาตัวเราเอง

พระผู้มีพระภาคท่านได้บอกไว้ว่า “ในกาวยาava หนาคึบ กว้างศอก นี้แหลมมีอะไรอยู่พร้อม ความทุกข์ก็เกิดในกาyanี้ เหตุก็อยู่ในกาyanี้ การ ดับทุกข์ได้มันอยู่ในกาyanี้ การปฏิบัติให้ลงความคับทุกข์ได้มันก็อยู่ในกาyanี้” ลังทั้งหลายมีอยู่ตลอดเวลาในกายว่าเรา หากแต่เราเมินเฉยไม่ได้พิจารณา เพราะ ตามปกตินั้นคนเราเวลาสำหรับมองคุณตัวเองไม่ค่อยมี แต่มีเวลาสำหรับนั่งนิ่ง คิดนิ่งๆ เบื่อระเบะ อันนี้แหลมันจึงวนวาย เพราะฉะนั้นว่าทางเรา ก็ต้องหมั่น พิจารณาตัวเอง สอบสานตัวเองในแต่ต่างๆ โดยเฉพาะในแต่ของความทุกข์ นี่ต้องพิจารณาบ่อยๆ ว่าความทุกข์อะไรเกิดขึ้น

ให้คุณนั่นเอง ว่าเวลาที่เราเจ็บปวด กระวนกระวาย หรือว่าใจสงบ ใจมี ความอยากใจไม่มีความอยาก ถ้าพูดตามภาษาธรรมะว่า ใจมีรากะ ใจไม่มีรากะ ใจมีโหส ไม่มีโหส ใจมีโนหะหรือไม่มีโนหะ หรือว่าอะไร มันเกิดขึ้นในใจ ของเรา ท่านเรียกว่าเป็นรัมมานุปัสสนา หมายความว่ามองคุณธรรมะที่เกิดขึ้น กับใจของเรา จะเป็นส่วนกุศลกิริยา เป็นส่วนอกุศลคือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความทุกข์ กิริยา ให้หมั่นตรวจสอบพิจารณา

เมื่อพิจารณาไปแล้วก็จะรู้ว่ากิจกรรมชาติของตัวเรามากขึ้น รู้จักสภาพจิตของเรามากขึ้น ว่ามันคืออะไร หนูไปในเรื่องอะไร อะไรเป็นเหตุให้เกิดสิ่งนั้นขึ้น มีประสบการณ์เชิงมากขึ้นตามลำดับ เพราะอาศัยการศึกษา การพิจารณาในรูปอย่างนี้ จึงคร่าวๆ ขอแนะนำภูติเบื้องหลังว่า ให้มั่นใจว่า ตัวเอง เพื่อให้รู้จักตัวเราเองด้วยอาการอย่างนี้ และการกระทำอย่างนี้แหล่ เรียกว่าใช้อธิษฐานของพระพุทธเจ้าในชีวิตประจำวัน จะช่วยให้เราเข้าใจได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

คับทุกข์ได้ในปัจจุบัน

ที่นี่อีกประการหนึ่ง เรื่องที่เราควรจะรู้ก็คือเรื่องการคับทุกข์ ซึ่งเรียกว่า นิโรธ ทุกข์ สมุทัย แล้วก็นิโรธ นิโรধหมายถึงความคับทุกข์ได้ ในอธิษฐานที่ท่านเรียกว่า นิโรธ แต่ในที่อื่นท่านเรียกว่า นิพพาน คำว่า นิพพาน แปลว่า คับทุกข์คับร้อนได้ เย็น...สงบ ไม่มีความวุ่นวาย ไม่มีความร้อนในใจ เป็นชื่อของสภาพจิตที่ถึงความคับสนิท พ้นจากความทุกข์ความເຄືອຂ້ອນนั้นเอง เรื่องของนิพพานไม่ใช่เรื่องที่เหลือวิสัย ไม่ใช่เรื่องที่ตายแล้วจะไปถึงข้างหน้า แต่เป็นเรื่องที่เราอาจจะเข้าถึงได้ในปัจจุบัน

สิ่งที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ทั้งหมดให้เราปฏิบัตินั้น ขอให้เราเข้าใจว่าเป็นเรื่องที่จะถึงได้ในชาตินี้ ในภพนี้ ไม่ใช่จะไปเอกสารข้างหน้า ถึงกันข้างหน้าภูติโดยไม่ทราบในเรื่องอะไร นักจะตั้งจิตอยู่ฐานะ “นิพพาน ปจจโย ໂຫຼຸ ອນາຄເຕ ກາເລ” ขอจงเป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน ในอนาคตการมั่นคงจะมีคำว่า “อนາຄເຕ ກາເລ” แปลว่าในกาลข้างหน้าโน้นໄວ่ด้วย อปางนี้แสดงให้เห็นว่าต้องการผลอันยาวไกล ไม่ต้องการผลเฉพาะหน้า

พระพุทธองค์สอนให้มุ่งผลในปัจจุบัน

ความจริงนี้ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เรามุ่งผลเฉพาะหน้า ไม่ใช่มุ่งผลอันใกล้เกินไปอย่างนั้น ทำอะไรก็ตาม ให้มุ่งผลเฉพาะหน้าให้ได้ทันในปัจจุบันที่เรามีชีวิตอยู่นี้ เช่น ให้ทานก็ให้ผลในปัจจุบัน รักษาศีลก็ให้เกิดผลในปัจจุบัน เจริญภารกิจเพื่อผลในปัจจุบัน ที่ผลในปัจจุบันไม่เกินนั้น เพราะความหลงผิดในบางเรื่องบางประการ คือเข้าใจว่าผลจะเกิดขึ้นในการต่อไปข้างหน้า เพราะในสมัยก่อนนี้การเห็นการสอนประชาชนทั่วๆไป หนังสือคำรับคำไว้มีค่ายะมี ที่มีอยู่แพร่หลายเข้าเรียกว่า หนังสืออาโนสิงล์ ก็คือกันท์เทคโนโลยีแสดงผลของการกระทำ ที่ท่านแสดงในอาโนสิงล์นั้นเป็นผลข้างหน้า เช่นว่า ทำบุญอย่างนั้นจะได้อาโนสิงล์ร้อยก้าบเป็นร้อยก้าบ เป็นเครื่องในสวรรค์มีวิมานสูงเท่านั้นเท่านี้ มีนาฬิกาเป็นบริวารแวกล้อมเท่านั้นเท่านี้ ส่วนมากก็มีแต่เรื่องอย่างนี้เทคโนโลยีกันอยู่ตามวัดทั่วๆไป เนื่องจากการศึกษาธรรมะยังไม่แพร่หลาย หนังสือไม่ค่อยจะมีอ่าน จึงต้องเทคโนโลยีกันในรูปอย่างนั้น เป็นการสอนเพื่อหลักศีลธรรม ไม่ใช่เทคโนโลยีความพัฒนาทุกๆทางด้านจิตใจของประชาชน เพราะว่าการศึกษายังไม่ก้าวหน้า

ชั้นระดับให้พ้นจากความเห็นแก่ตัว

มาถึงในสมัยนี้การศึกษา ก้าวหน้ามากขึ้น ญาติโยมก็ได้มีการศึกษาวิชาการด้านต่างๆมากขึ้น ทางฝ่ายวัดก็มีการค้นคว้า มีการศึกษาอย่างลึกซึ้งในธรรมะอันมีอยู่ในคัมภีร์ทางพระศาสนา แล้วก็อื้นเอข้อธรรมนั้นๆมาเปิดเผยทำให้คนบอกทางให้ญาติโยมเดินตรงไป เพื่อพ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อน เมื่อเราได้มีการศึกษาค้นคว้ากันในรูปคั้งกล่าว จึงทำให้เกิดความเข้าใจว่า หลักคำสอน

ข้อปฏิบัติที่พระองค์ทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้นั้น เป็นเรื่องที่ต้องการให้เราปฏิบัติให้เห็นผลในปัจจุบันนี้ ให้ได้ผลกันในปัจจุบันนี้ไม่ว่าเราจะทำอะไร อันผลที่เกิดขึ้นนั้น เป็นไปในรูปใด เช่น ให้ทาน...ผลที่เกิดในปัจจุบันสำหรับตัวผู้ให้ ก็คือสร้างจิตให้พ้นจากความเห็นแก่ตัว ให้พ้นจากความตระหนี่ ความหวังແන່ ให้พ้นจากความโลภมากอย่างใดในทรัพย์สินอันเป็นของบุคคลอื่น อันมิใช่ของตัวอันนี้คือผลในปัจจุบันที่เราจะได้ ถ้าเราทำงานแล้วจิตใจไม่คีขึ้นในรูปดังที่กล่าวก็แสดงว่าเรายังไม่ได้พบผลที่เราจะได้ในปัจจุบัน เรายังคงห่างไกลจากผลนั้น อันนี้ขอให้เข้าใจในรูปอย่างนี้

เพื่อความสุขกายสบายนิจ

รักษาศีลกิริเมื่อกัน ผลที่เกิดจากศีลกิริความเย็นใจ สมายใจ ความไม่มีเรกับใครฯ เพาะเราไม่คิดจะมาใคร ไม่คิดจะลักของใคร ไม่คิดจะไปล่วงเกินของรักของชอบใจของใครฯ ไม่คิดจะพูดโกหกหลอกลวงใครให้เสียหาย เราไม่เดพของมีนมาเดพศีลทุกประเภท อันเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อมสุขภาพทางกาย เสื่อมสุขภาพทางจิต ผลกิริเมื่อในปัจจุบันคือความเย็นใจสงบ จะไปในที่ใดก็มีความสุขทางกายทางใจ เพราะไม่มีภัยไม่มีเรกับใครฯ

จิตที่สงบ ตั้งมั่น หมายความกับการนั่งไปใช้งาน

ในการเจริญภาวะนากิเมื่อกัน เราไปนั่งหลับตาเจริญภาวะไม่ใช่เรื่องอื่น แต่ต้องการฝึกจิตให้มีกำลัง ให้มั่นสงบตั้งมั่น แล้วให้มั่นหมายที่

จะเอาไปใช้งาน เพราะว่าเราอยู่ในโลกนี้หนึ่งนานไม่พ้น เราจะต้องทำงาน...ชีวิต กับงานเป็นของคุ้งกัน แต่ว่าการทำงานในสังคมปัจจุบันนี้ ความวุ่นวายมันมาก ถ้าหากกำลังใจไม่ดีพอ ไม่มีสมาธิในการ ไม่มีความสงบในขณะทำงานแล้ว ใจใจ มันไม่เหมาะสมที่จะใช้งาน เหมือนกับสัตว์ป่าที่ไม่เชื่อง...เราเขามาใช้ไม่ได้ ใจเราระ ไม่เชื่องมันก็ใช้ไม่ได้ เราจึงต้องเจริญภารนา

การเจริญภารนา้นขอให้เข้าใจง่ายๆว่า ไปฝึกฝนจิตนั้นเอง ไปสร้าง กำลังจิตให้มันเข้มแข็งขึ้นนั้นเอง จะใช้วิธีใดก็ตามที่ เช่นการทำศีลอดหายา ใจ เข้าออก หรือวิธีใดก็ตาม เป็นวิธีฝึกจิตเพื่อให้เกิดกำลังเข้มแข็ง มีสมรรถภาพ ในการที่เราจะเอาไปใช้งานไม่ใช่เพื่ออย่างอื่น มีคนหลายคนมาถามว่า ไปเจริญ ภารนา...ใช้คำว่าเจริญวิปัสสนา...นั้นจะได้อะไร คือไม่เข้าใจว่าจะได้อะไร ขอตอบว่า ไปเจริญวิปัสสนา คือถ้าจะเรียกให้ถูกก็เรียกว่าเจริญภารนาจะได้อะไร ขอตอบว่า จะได้กำลังใจ จะได้ความเข้มแข็ง จะได้ความอุดหนุน จะได้มีสติปัญญาเพิ่มขึ้น หมายความว่าจะได้ความสามารถที่จะใช้ในการทำงานในชีวิตต่อไป นี่คือสำคัญมาก

การกระทำอะไรทุกอย่างที่เรียกว่าเป็นบุญกิริยา การกระทำที่เป็นบุญ ในทางพระพุทธศาสนา นั้น มุ่งผลในปัจจุบัน ให้เราได้รับผลทางจิตใจ ถ้า ทำถูกก็ได้ผลทางจิตใจ ถ้าทำผิดก็ไม่ได้ผลทางจิตใจ

เมื่อไม่ได้ผล แทนที่จะเกิดอะไรขึ้นในใจ ยิ่งให้ทาน...ก็ยิ่งมีความโกรธมากขึ้น ไม่ในเมืองมนุษย์ยังไม่พอ จะไปมีกันในเมืองสรรรค์อีกด้วย เป็นใหญ่ในเมืองคน ยังไม่พอ จะไปเป็นใหญ่ในสรรรค์อีกด้วย อย่างนี้เรียกว่าไม่ถูกจุดของการกระทำ ตามหลักในทางพระพุทธศาสนา เป็นเหตุให้เกิดความวุ่นวายใจ ทำแล้วก็ยังมี ความทุกข์ความเดือดร้อน ให้จำไว้ว่าไม่ถูกจุดหมาย ถ้าทำแล้วใจสงบ ใจเย็น ใจสงบ ไม่มีความกังวลอะไรเกิดขึ้นในเรื่องนั้น นั่นแหลมันใกล้ๆที่เราต้องการ เข้าไปแล้ว...ข้อนี้สำคัญ

คับสิ่งที่ทำให้จิตใจสกปรก เร่าร้อน

ในเรื่องเกี่ยวกับนิพพานในทางพุทธศาสนานี้ก็เหมือนกัน บางคนเข้าใจนิพพานว่าตาย คำว่านิพพานก็คือการตาย หมคลมหายใจร่างกายแข็งเป็นท่อนไม่เรียกว่านิพพาน...ไม่ใช่อย่างนั้น นิพพานแบบนั้นมันเป็นนิพพานทางวัตถุ ร่างกายตายมันเป็นเรื่องวัตถุ นิพพานทางวัตถุนั้นไม่ใช่จุดมุ่งหมายของทางพุทธศาสนา เพราะนิพพานแบบนั้นไม่ต้องทำ มันก็ต้องตายตามเรื่องของมัน แก่ๆก็ตายไปเอง แต่นิพพานที่ตรงตามความมุ่งหมายทางพระพุทธศาสนานั้น เป็นนิพพานทางจิต ทางวิญญาณโดยเฉพาะก็คือคับสิ่งที่ทำให้จิตใจของเราสกปรกวุ่นวายเร่าร้อน

สิ่งใดที่ทำให้เราสกปรกวุ่นวายเร่าร้อน สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่เราจะต้องคับให้หมดไปเหมือนกับไฟเกิดขึ้นเพราบมีเชื้อ ครั้นนีเชื้อไฟนักลูกไฟลงอยู่ต่ำลอดเวลา ใหม่บ้านใหม่เรือนทำให้เกิดความเสียหาย เรา ก็ต้องหาสิ่งมาใช้สำหรับคับไฟนั้น ก็คือน้ำ หรือน้ำยาเคมีประเภทต่างๆ ครั้นเมื่อไฟดับแล้วเรา ก็เรียกว่าไฟนั้นดับไป ฉันใด กิเลสที่เกิดขึ้นในใจคน ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความริษยา พยาบาท มีมากมายยะเยะมีร้อยแปด ซึ่อมันมากที่เกิดขึ้นในใจ เรา ก็ร้อนเหมือนถูกไฟไหม้ ร่างกายก็พลอยร้อนไปด้วย กินไม่ได้ นอนไม่ได้ ทำอะไรก็ไม่ได้ทั้งนั้น ลูกเดินไปเดินมา บางทีก็ทำให้วุ่นวายไปหมดใครเข้าหน้า ก็ไม่ติด คุณนั้นว่าคนนี้ เช่นนั้นพระจิตถูกเผาไหม้ด้วยไฟ คือกิเลสประเภทใด ประเภทหนึ่ง ขณะใดที่ไฟมันยังเผาอยู่ในใจของเรา เรา ก็ร้อนอยู่ต่ำลอดเวลา

เมื่อร้อนใจใครชอบบ้าง ไม่สบายใจใครชอบบ้าง มีความทุกข์อยู่ในใจใครชอบบ้าง ถ้าเรียกมานามก็ไม่มีใครชอบสักคนหนึ่ง อยากจะคับทุกข์คับร้อนให้หมดไป พระพุทธเจ้าท่านเห็นความทุกข์ของสัตว์ในรูปคังกล่าวจึงได้ค้นหาว่าจะทำอย่างไรให้จิตใจสงบ ให้จิตใจสว่าง ให้จิตใจมีปัญญา มองเห็นอะไรแล้วไม่เข้าไปยึดในสิ่งนั้น จนเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความເຄືອຂວາມ พระองค์จึงได้

คงทุนชีวิตเข้าแลก ไปนั่งศึกษาค้นคว้าอยู่ในป่าที่เงียบ จนกระทั่งได้พบความจริง ในวันเพ็ญวิสาขาก่อนพุทธศก ๔๕ ปี พระองค์ได้ทรงคันபບ ครั้นได้ทรงคันພບแล้ว พระองค์ก็คับทุกชีวิตของพระองค์เองก่อน แล้วพระองค์ก็นำวิธีการนี้ไปสอนคนอื่น ให้คับทุกชีวิตกับร้อนได้ต่อไป

ในครั้งนั้นมีคนฟังธรรมะเข้าใจความหมายแล้วคับทุกชีวิตกับร้อนได้มีจำนวนไม่น้อย ครั้นในสมัยต่อมาพระนิพพานได้ถูกลายเป็นเรื่องของเรื่องคักดิสธีร์ไป คนไม่อยากจะเข้าไปถึง ความจริงนั้นไม่ใช่เรื่องอะไร ขอให้เราหันหลังที่เป็นนักศึกษาธรรมะเข้าไว้ นั้นเป็นเรื่องของการคับไฟคือความทุกชีวิตความร้อนในใจนั้นเอง เป็นเรื่องที่เราควรจะกระทำให้เกิดขึ้นในใจของเรา แม้เราจะอยู่บ้านอยู่เรือนก็ทำให้เกิดได้เป็นครั้งเป็นคราว ไม่เด็คขาด ไม่ยืนนาน แต่ก็ทำให้มันคบไปเป็นครั้งคราว ไม่ให้มันเป็นเรื่องของกล้าหาญหรือเสมอไป แต่เราคับได้เป็นครั้งคราว มีอะไรเกิดขึ้น... พอยู่แล้วก็คัมภีร์ไปเสีย อันนี้แหละคือจุดหมายในทางพระพุทธศาสนา

ใจสงบ ใจสบาย นั่นแหละพระนิพพาน

ที่ซักชวนให้เราปฏิบัติเพื่อพระนิพพานก็เพื่อให้ใจสงบสบาย ท่านอยู่บ้านอยู่เรือนก็ไม่ว่า แต่ว่าอยู่ให้มันสบายใจ ให้สงบใจ ไม่มีปัญหาอย่างมาก เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ข้าของพระนิพพานนั้นท่านยังอยู่บ้านอยู่เรือนได้ ไม่ใช่ว่า พอกถึงขั้นนั้นแล้วจะต้องtelek หนีเข้าป่าก็ตามไม่ได้ เพราะมันมีหลายขั้น เราจะได้ยินชื่อพระอริยบุคคล เขาเรียกว่า ขันโลศaban ขันพระสกิทาคা พระอนาคต มีขันที่ ๓ แล้วถึงขั้นพระอรหันต์ ขันที่ ๔ ท่านมีไว้สิ่ง ๔ ขันนี้อนุญาตให้ออยู่กับบ้านได้สิ่ง ๓ ขัน ขันที่ ๔ จึงจะออกจากบ้านไป คือใจมันออกจากบ้านแม้ตัวจะอยู่ในบ้าน แท้ใจมันออกจากบ้าน

เหมือนกับพระพุทธเจ้าสูทโธทนา...พระพุทธบิค ได้ฟังธรรมแล้วท่านบรรด
เป็นพระอรหันต์เลย เป็นอรหันต์ทั้งที่เป็นคฤหัสถ์ ท่านก็คงอยู่บ้านนั่นแหละ แล้ว
ทีหลังท่านก็สรุคติเรียกว่า นิพ paran หมายความว่า ร่างกายแตกตายไปก็อยู่
ในสภาพที่เรียกว่าอยู่ในวังยังดำรงฐานะเป็นกษัตริย์ของบ้านกรองเมือง แต่
ว่าใจของท่านพ้นจากสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่มีความยึดมั่นอยู่ในสิ่งเหล่านั้น
เหมือนกับใบบัวที่ไม่เป็นควยน้ำ แม้จะน้ำใบบัวนั้นอยู่ในสระ ในโคลน แต่น้ำ
ไม่เป็น จิตใจพระอรหันต์ก็อยู่ในนั้น แม้จะท่านอยู่ในบ้านในเมืองก็ไม่เป็นไปควย
สิ่งใดๆ ก็ตาม ท่านทำงานทำการได้

จิตที่ปัญญารู้เท่าทัน

คนบางคนอาจจะเข้าไปว่า ถ้าเราปฏิบัติทางวั叩ทางวามากๆแล้ว การงาน
จะเสื่อม ชีวิตในการครองบ้านกรองเรือนจะตกต่ำ บางคนอาจจะเสื่อมไป เพราะ
ทำไม่ถูก ทำไม่เป็น ไม่รู้หลักที่ถูกต้องของธรรมะ เช่นใจว่าถ้าไปรักแล้วต้องทึ่งมหค
...ไม่ใช่อย่างนั้น นั่นคือเข้าใจผิด ไม่ใช่ทึ่งมหค เดຍทำอะไรก็ให้ทำไปได้ เช่นเดีย
ทำงานทำการ เรา ก็ทำไปตามเรื่อง แต่ว่าทำไปควยใจที่มั่นแทกค่างไปจากเดิม
เท่านั้นเอง

ในสมัยหนึ่งที่เรายังไม่จิตใจไม่ลัดคิดในธรรมะ เรา ก็ทำการแบบคนยึด
คนถือ ทำควยความทุกข์ความเดือดร้อน ทำอะไรมีความทุกข์กำกับอยู่ตลอด
เวลา แต่ครั้นเมื่อเราได้คุ้นกับธรรมะมากขึ้น ได้ปฏิบัติธรรมะมากขึ้น เรา
ก็ยังทำเหมือนเดิม ทำธุรกิจอะไรได้เหมือนเดิม แต่ว่าจิตใจของผู้กระทำนั้น
ไม่มีความทุกข์จากการกระทำทำควยปัญญารู้เท่าทัน แม้ว่าจะขาดทุนไปบ้าง
ก็ไม่เป็นโรคประสาท ไม่ต้องปวดหัว ไม่ถึงกับว่ากินไม่ได้นอนไม่หลับ เพราะว่า

ขาดทุนไป ๒-๓ ล้านในปีนี้ อาการเร่นเน้นจะไม่เกิด เพราะอะไร? ก็เพราะว่า จิตใจมีปัญญาฐานทรัพย์ทัน คนอย่างนี้มีอญูมาก

เราลองคิดคุย...การอยู่ในสังคมกว้างใจที่ไม่ยึดถือมีมั้นสบาย ไม่ใช่ให้เลิกจากงานจากการ พระอรหันต์ทั้งหลายแม้ว่าท่านจะเป็นกบ瓦ขอญูป่า แต่ถ้าเราศึกษา ชีวิตของท่านแล้ว ท่านตื่นตัวว่องไวอยู่ตลอดเวลา ท่านทำงานตลอดเวลา งานของท่านก็คือว่าสอนคน ท่านเดินทางไปเที่ยวสอนคน ไม่ใช่ไปเที่ยวทัศนารามนั่น ชัมนี่...กิจอย่างนี้ไม่มีแล้ว แต่ว่ากิจที่ว่าจะทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ มีที่ไหนบ้าง ใครมีความทุกข์ความเดือดร้อนอันเราจะไปช่วยได้บ้าง ท่านสองและมองหาอยู่ตลอดเวลา หากองหาโอกาสที่จะเข้าไปสอนแทรกเพื่อเข้าไปช่วยเหลือมนุษย์ผู้มีความทุกข์ความเดือดร้อน ให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน ชีวิตอย่างนี้แหละ เป็นชีวิตเพื่อสังคม เป็นชีวิตเพื่อชาวโลก แม้พระพุทธเจ้าเองท่านก็อยู่เพื่อประโยชน์เพื่อสังคม ทรงทำงานตลอดเวลา เวลาพักผ่อนน้อย แต่ว่าทำงานสั่งสอนอบรมจิตใจคน ใครมีความทุกข์ความเดือดร้อนมากก็แก้ปัญหานั้นไป แม้จิตของท่านไม่มีอะไรจะยึดถือแล้ว แต่ก็ปฏิบัติหน้าที่อย่างเรียบร้อย

จิตที่พ้นจากความยึดติด ย่อมพ้นไปจากทุกข์

เราที่เข้าวัดเข้าวานนี้ก็เหมือนกัน ไม่ใช่จะเปื่อโลกจนมองโลกไม่見...ไม่ใช่อย่างนั้น แต่ว่าเรามองเห็นโลกตามความเป็นจริง แล้วก็เห็นว่าชีวิตของเรากับโลกภาระเกี่ยวข้องกันอย่างไรบ้าง ตามหน้าที่นั้นๆ โดยจิตใจไม่เข้าไปยึดถือ อันนี้แหละเป็นความสุขที่เป็นจุดหมายในทางพระพุทธศาสนา อันเรารู้ที่จะเข้าใจ ไม่ใช่พอเข้าวัดแล้วเบื่อหนาตาย ลีบงลูกก็ไม่ได้ ลีบงหลานก็ไม่ได้ ทำอะไรก็ไม่ได้ อันนั้นเรียกว่าความอึดอัด ไม่ใช่ปัญญา ไม่ใช่นิพพานตามหลัก

พุทธศาสนา นิพพิทาคือความเบื่อหน่ายเพรารามของเห็นความจริง แต่เราไม่ได้ทิ้งความจริง เราอยู่กับความจริง อยู่กับงานอยู่กับหน้าที่ ให้ทำงานอะไรก็ทำไป เป็นหนอก็เป็นหนอไป เป็นข้าราชการ ทหาร ตำรวจ ก็ทำไปตามหน้าที่ จิตมั่นพันจากความยึดถือ ไม่ทำค้ายความหลังให้มัวเมา แต่มีความเสียสละในใจเพิ่มขึ้น ความเห็นแก่ตัวมันไม่มี อันนี้จะคือไม่ขอให้เราลองพิจารณาถ้าพิจารณาแล้วก็จะรู้ว่าจิตใจแบบนี้มันสวยงาม เป็นพ่อบ้านที่ดี เป็นแม่บ้านที่ดี เป็นคนทำงานที่ดี เป็นคนทำอะไรที่คือหมด แล้วมันจะเป็นความสุขหรือไม่?

ความสุขที่ทุกชีวิตในโลกต้องการ

ญาติโยมคิดแล้วก็จะเห็นว่า...นี่แหล่ะคือสิ่งสำหรับโลก
โลกต้องการสิ่งนี้ มีความสุขค้ายสิ่งนี้
ไม่ใช่มีความสุขค้ายความอยากที่ไม่รู้จักจบจักสิ้น
ตาลูกเป็นไฟ...มองอะไรมาก่อนไปตลอดเวลา นั้นไม่ใช่ความสุข
แต่ว่าเราอยู่ค้ายจิตใจที่รู้เท่ารู้ทัน
ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้นๆ
นี่เป็นจุดหมายของพระนิพพานที่เราควรจะเข้าไปหา
ความโอกาสที่เราจะทำได้ให้มันคับลงไปๆโดยลำดับ
...จนคับเย็นสนิทไม่มีอะไรมาก
นั้นแหล่ะ . . . คือจุดหมายที่เราควรจะเข้าถึง

สำหรับวันนี้พูดมาก็พอสมควรแก่เวลา
. . . ขออุติการแสดงป้าสุกถ้าธรรมไว้แต่เพียงเท่านี้ . . .



อํานาจของกรรม

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้

ย่อมหมุนเวียนไปตามอํานาจของกรรม

กรรมจึงเป็นเช่นกับแรงงานของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง

ทุกอย่างที่เราเห็นเป็นปรากฏการณ์อยู่นั้น

มีผลเนื่องจากแรงงาน คือกรรมทั้งนั้น

และมันเป็นเหตุผลของกันและกัน

เมื่อกันหนึ่งเกิดขึ้น ย่อมเป็นเหตุให้อกันหนึ่งเกิดอีก

และเป็นเหตุของอิกันหนึ่งต่อไป

สุข ทุกข์ คือ ช้า เนื่องมาจากการกระทำของตนเอง

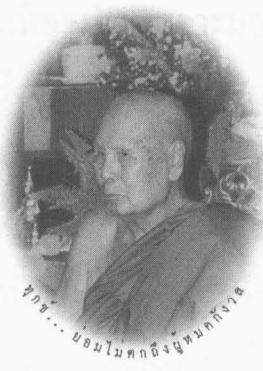
ไม่มีใครบันดาลให้เป็นสุข เป็นทุกข์ได้

ถ้าเรามองโลกได้คิดแล้วความจริงจักปรากฏออกมากให้เห็นว่า

ทำไม่มุชย์แตกต่างกันทั้งรูปร่างและจิตใจ

นั่นเป็นผลของกรรม ดังคำกล่าวว่า “กรรมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีต”

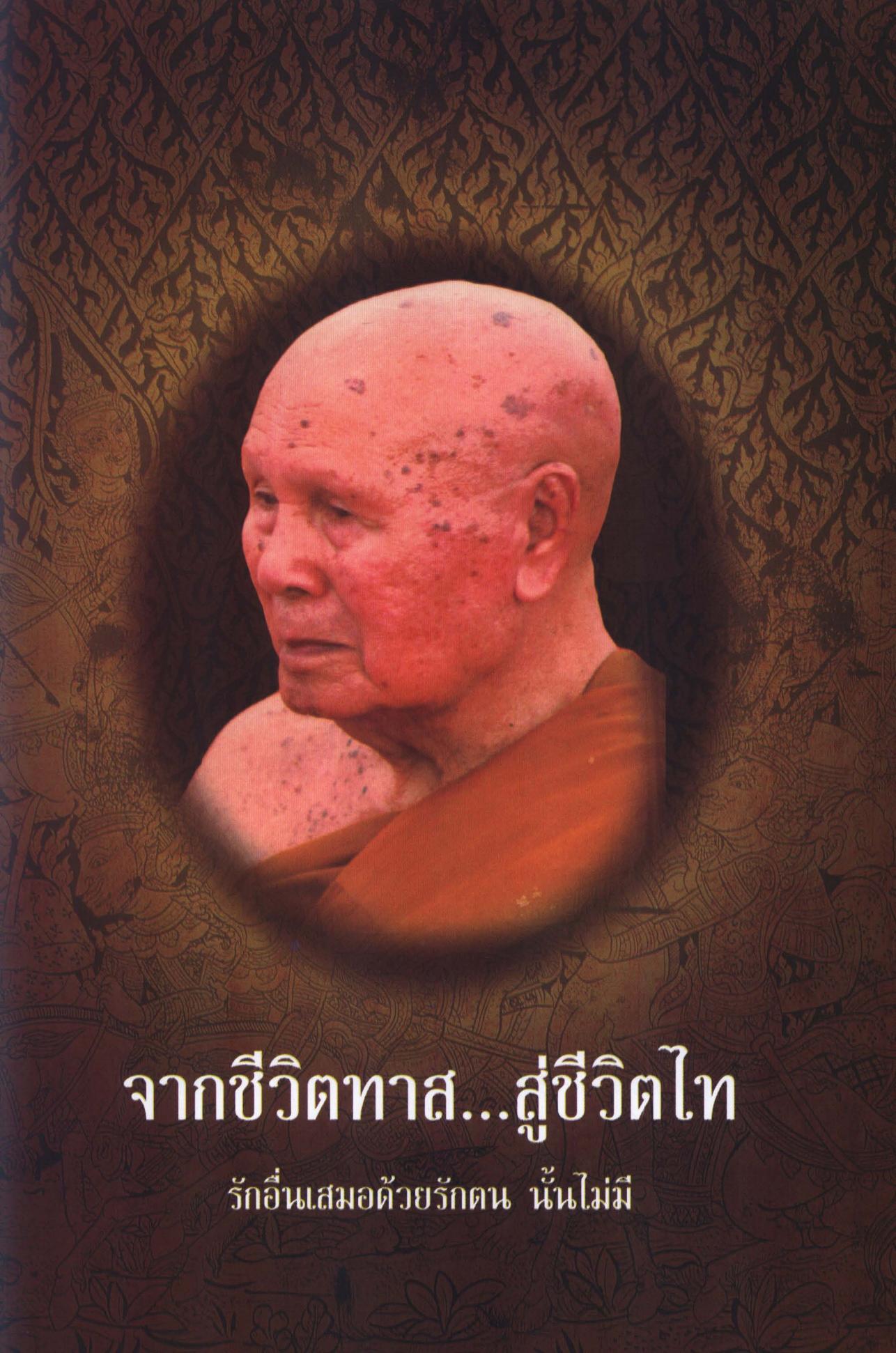
พระพรหมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทภิกขุ)



ทำเช่นได้ ได้เช่นนั้น

เมื่อคนเราทำช้า ประสบความมั่งคั่ง
แต่คนมีศีลธรรม...ประสบกับความยากแค้น
ชาวพุทธจึงไม่ลงโทษผู้อื่นว่าไม่ยุติธรรม หรือมองโลกในแง่ร้าย
 เพราะชาวพุทธมองเห็นกว่า
 เป็นเพียงแต่ผลของการกระทำที่ตนได้ห่วนไว้เท่านั้น
 คนที่มีศีลธรรมจึงมีได้ห้อถอยไป เพราะเหตุนั้น
 โดยการทราบอย่างคืบๆ
 ผลแห่งความคิดนั้นๆ จักให้ผลแก่เข้าอีกในอนาคต
 คำสอนอันเกี่ยวกับธรรมะนี้แหลกที่ให้ความคุ้นใจ ความหวัง
 ความเชื่อในตัวเอง และให้กำลังใจในการปฏิบัติธรรมแก่ชาวพุทธ
 เมื่อลิ้งค์ไม่พึงประณานเกิดขึ้นแก่เรา
 และเมื่อเราตกอยู่ในภาวะแห่งความทุกข์ร้อนที่ชาวโลกเรียกว่าโโซคราย
 เรายังคงป้อนตัวเองโดยการคิดว่า นี่เป็นผลของการกระทำการของเราในอดีต

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทกิจชุ)



จากชีวิตทาง...สู่ชีวิตไห

รักอื่นเสมอด้วยรักตน หนึ่นไม่มี

คุณคุณเป็นเพียงผู้ชี้ทางให้...
ส่วนการเดินเป็นหน้าที่ของท่านเอง
พระท่านบอกให้ทำอย่างนี้ ถ้าเราไม่ทำก็ไม่เกิดผล
ผู้ใดทำหน้าที่ได้สมบูรณ์ เรียบร้อย
ผู้นั้นได้ชื่อว่าปฏิบัติหน้าที่ของตนอย่างไม่บกพร่อง
เป็นผู้ปฏิบัติธรรมะ เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อออกไปจากความทุกข์
เมื่อเราทำได้ดังนี้ก็เรียกว่าเรามีพระสังฆဓาร्मอยู่ในตัวเราแล้ว
พระสังฆ...นั้นคือตัวปฏิบัตินั้นเอง
พระธรรม...คือแนวทางปฏิบัติ
พระพุทธ...นั้นคือความบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปั้ม ภานันทกิกขุ)



ถ้าเราศึกษาเรื่องของพระองค์ลีมาล ผู้เคยเป็นใจร้ายและได้เที่ยวทำการปล้นฆ่าประชาชนมหาลายปี แต่พอนามาได้พบองค์พระพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมอันเป็นแนวทางของชีวิตที่ถูกต้อง ท่านเกิดความรู้สึกตัวว่าควรกลับตนหันที่ หันเข้าบัวชในพระพุทธธรรม และสุดท้ายก็ได้เป็นพระอรหันต์ผู้หนึ่ง

การสอนที่ได้ผล

ในคราที่ได้อ่านเรื่องนี้แล้ว ก็คงจะเห็นว่าพระพุทธเจ้าห้ามให้เย็นคนคือได้ผู้เขียนก็ยอมรับในข้อนี้ แต่ครรจจะบอกต่อไปอีกสักนิดว่า ผู้สอนสำคัญอย่างไร ในค้านผู้รับคำสอนก็มีความสำคัญเหมือนกัน ผู้รับคำสอนต้องรับคำสอนและทำตามที่รับมาไว้ ถ้ามีผู้สอนแล้ว แต่ผู้รับคำสอนไม่ได้สนใจและปฏิบัติตาม การสอนก็จะไม่เกิดประโยชน์ต่อคราเลย

คตากตเป็นแต่เพียงผู้ชี้บอกหนทาง

พระพุทธองค์เคยตรัสไว้เสมอว่า “คตากตเป็นแต่เพียงผู้ชี้บอกหนทางให้เท่านั้น ส่วนการเดินทางเป็นหน้าที่ของท่านเอง” คำกล่าวนี้เป็นพยานยืนยันว่าการเดินทางนั้นเป็นหน้าที่ของผู้ฟังส่วนเดียว ความสำคัญจึงอยู่กับผู้รับฟังด้วยผู้เขียนจึงเห็นว่าการลับใจของท่านของคุณไม่ส่วนสำคัญมากที่เดียว

ในเรื่องของเทวทัศต์...ผู้เป็นพลาชนหนึ่งของโลก เพราะเป็นผู้หาเรื่องจากผู้ที่ไม่มีเรื่องคือพระพุทธเจ้า ผู้นี้มีอกรอนก็มีใช่ว่าจะเป็นคนเลี่ยหายอะไรมากนัก บวชแล้วก็ปฏิบัติจิตกรรมทั่วไปบรรลุ paranirvana มีฤทธิ์เชตต่างๆ อันเป็นผลของการปฏิบัติชั้นต้นๆ แต่เทวทัศต์เกิดไปพิศาลส์ในลักษณะก็เลยกลายเป็นคนเสียไป เพราะความอยากได้ไม่เข้าเรื่องโดยแท้

แม้พระพุทธองค์จะตักเตือนเท่าใดนั้นก็มิได้ผล เพราะว่าเข้าไม่ยอมที่จะรับฟังคำสอนของพระองค์ เข้าเข้าใจผิดไปจากคำสอนที่ถูกต้องแท้จริง การคำเนินชีวิตของเขางึงห่างจากสัจธรรมออกไปทุกทีๆ ความผิดพลาดทั้งมวลนั้นอยู่ที่เทวทัศต์เอง หาได้อยู่ที่คราๆ ไม่

ผู้ฉลาดพึงระวังตัวไม่ตกเป็นทาสความมัวเม่า

เรื่องลักษณะการ เป็นเรื่องสำคัญ ได้ทำลายความคือของคนมาเสียมากต่อมากแล้ว ในสมัยนี้จักเห็นได้ทั่วๆไป มีพระภิกษุบูรณะ ชาวบ้านบางคนในชั้นคันก็เป็นคนคี ตั้งตนในธรรม มีความมั่นอยลั่นโศภ พอใจอะไรตามมีตามได้ หาได้โลภมากในลักษณะการไม่ การปฏิบัติของเขาก็ก้าวไปในทางที่จะทำตนให้พ้นทุกข์ ชาวบ้านซึ่งเป็นผู้เมรู้จากการจริงของศาสนา พอเห็นพระเป็น

นักปฏิบัติเช่นนั้นก็พอใจ กลุ่มรุ่นกันไปหาและทำบุญเป็นการใหญ่ และมักทำในสิ่งที่ไม่ได้สาระเท่าไนก บุญที่ควรทำคือการสละกิเลสออกจากตัว เป็นกิจขอบไม่มีใครพอใจ แต่ทำทานซึ่ขอวิมานเป็นการใหญ่ ผลที่สุคพระก็เมินลาภผลนั้นๆ กล้ายเป็นพราติกลาภลักษณะ กล้ายเป็นคนเสียไปก็มีอยู่เป็นจำนวนมาก นี่คืออิทธิพลของลาภผลโดยแท้ ผู้ฉลาดจึงควรระวังตน และไม่ตกรเป็นเหยื่อ เป็นทาสของความเมาเป็นอันขาด

สิ่งที่ทำให้คนมัวเมาก

นักปฏิบัติควรปัสสาวะเป็นจำนวนไม่น้อยได้ทำผิดทาง เพราะเห็นแก่ความมิสที่ตนพึงถือเอา ได้กล้ายมาเป็นนักเลงเป้าของชั่งเครื่องร่าง อันมีใช่หลักในทางพระพุทธธรรม ทำไมเขาจึงได้กระทำเช่นนั้น? เพราะเขารู้ยากที่จะเอาอกเอาใจชาวบ้านเพื่อจะได้ล้วงกระเปามา เพื่อความสุขของตนนั้นเอง น่าเลียดายที่เขาได้เดินทางในคันจิตใจมาเพียงเพื่อลาภผลของตนเท่านั้น นี้เป็นเรื่องน่าเลียดายแท้

นักการเมืองในเวลาออกหາเลียงกับประชาชน มักจะพูดจาหวานล้อมให้ประชาชนพอใจค่ายคำพูดต่างๆนานา ซึ่งแสดงว่าตนเป็นคนจริง ไม่เห็นแก่ความมิสสินจ้าง จะเข้าไปเป็นปากเลียงแก่ประชาชนอย่างโน่นอย่างนี้ พอกการเลือกตั้งผ่านไปเข้าได้รับเลือกตั้งสมหมาย เข้าเขากรุ่งเทพฯ อันมีไฟกลางสี มีรูป เลียงกลืน รส และสัมผัส ผิวจากที่เขาเคยพบเคยเห็น เขารีบทำตนเป็นคนใหม่ทีละน้อยๆ ผลที่สุคกิเลยเป็นคนอื่น จากคนที่ราชภูมิได้เลือกเข้ามา

อะไรทำให้เข้าเปลี่ยนไปมากอย่างนั้น? ตอบว่าเครื่องยั่วยีประการต่างๆนั้นเอง ยั่วให้กล้ายเป็นคนคิดเบ็คและเดินไปในทางที่ปราศจากธรรมคือไปแบบนี้มีอยู่เป็นจำนวนนี้เช่นน้อย และทำชาติบ้านเมืองให้ถึงความลุ่มจุ่นไป

เมื่อแรกเกิด...ใจเป็นกลางระหว่างคีบับชัว

ว่าที่จริงนั้น คนเราเมื่อแรกเกิดมาใหม่ๆ ความคือความชัวในใจของเขามีได้รุนแรงเลย ใจของเขายังเป็นกลางระหว่างคีบับชัว แม้จะมีอยู่บ้างแต่ก็ไม่รุนแรง จึงปรากฏว่าเด็กน้อยๆ เป็นที่รักใคร่พอใจของคนทั่วไป ครั้นเมื่อเขารอบโภชีนเป็นเด็กหนุ่ม เขายากจะเป็นคนคีบได้ อาจจะเป็นคนชัวได้ สุคลแล้ว แต่การอบรมในครอบครัว และสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆตัวเขา พุกันในค้านชัว อันเป็นค่านเดียวกับคนไม่ต้องการ แต่ก็ได้เดินเข้าสู่อ้อมแขนมันบอยๆ

ความชัวเกิดแก่เด็กๆได้โดยอาการอย่างไร? ตอบได้ว่า เกิดจากการกระทำให้คุบอยๆของผู้ใหญ่นั่นเอง ผู้ใหญ่ที่ขาดการระมัดระวังในการกระทำ มักชอบตามใจคนเองก็กระทำอะไรหลายอย่าง อันเป็นการซักจูงความนิยมของเด็ก โดยตั้งใจบัง โดยมิตั้งใจบัง ที่ลั่นอยๆ จนกล้ายเป็นเด็กเสียคนไป เพราะอาศัยการคิดพับได้เห็นการกระทำบอยนานั้นแหละ ผู้ใหญ่นี้เป็นผู้มีส่วนอย่างสำคัญในการซักจูงเด็กไปในทางเสีย ดังกล่าวมานี้จึงเห็นได้ว่า ทุกคนกล้ายเป็นคนเสียไป โดยมีได้ตั้งใจ แต่เมื่อทำบอยๆ เข้ากับลายเป็นเรื่องตั้งใจไป และลายเป็นคนเสียไป โดยอาการดังนี้

คนที่เป็นคนเสียไปแล้ว เช่นเข้าถล้ำตัวกล้ายเป็นนักการพนันไปบัง กล้ายเป็นนักคีมไปบัง กล้ายเป็นนักตัดซ่องย่องเยาไปบัง กล้ายเป็นนักชอบเที่ยวในเวลากลางคืนไปบัง กล้ายเป็นคนพ้อใจในความสุขแบบเกี่ยจครัวนไปบัง เขากับมักพ้อใจในความเป็นอยู่ในรูปนั้นๆ เขารู้ใจว่า ตัวเขากำราทำถูกแล้ว ถ้ามีครับหัวคีบปอกอาเตือนเขาให้ทราบว่า สิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่ทุกวันเวลานั้น เป็นสิ่งที่ผิด และจะนำผลร้ายมาให้เขาและครอบครัวเขา ผู้คุ้นเคยกับความชัวแบบนั้นก็จะกล่าวตอบว่า ช่างผิดเตอะ, ผิดมันไม่คี, ผิดจะเป็นอยู่อย่างนี้เรื่อยไป คุณอย่ามาสุ่งกับผมคีกว่า

ชีวิตตกเป็นทาสเพราะลงครึ่นความช้ำ

คำกล่าวของเข้าที่อกมาโดยมีมารร้ายหนุนหลังอยู่นั้น มันทำให้เข้าไม่ยอมรับฟังคำพูดที่หวังคิดว่ายประการต่างๆ เลย เข้าครึ่นความช้ำเสียจนเคยชินแล้ว จึงไม่มีทางที่จะมาเป็นคนดีกับได้ เพราะเขานองเห็นความทุกข์เป็นความสุข เห็นความคือเป็นความช้ำไปเสียแล้ว เขารอใจในการที่จะเป็นคนช้ำ โดยคิดว่ามันเป็นความคือในโลกทัศน์ของเข้า คนแห่นี้เป็นคนที่นำสารในการกระทำของเข้าและควรช่วยกันจุงเข้าออกจากหล่มลึกให้จงได้

ความจริงความช้ำที่เกิดแก่บุคคลใดคนนั้น มีใช่ว่ามันเกิดขึ้นมาในคราวเดียวพร้อมกันและมีกำถังแรง...ก็หาไม่ สิ่งทั้งหลายย่อมมาจากการของเล็กๆ และลายเป็นของใหญ่ขึ้นด้วยการสะสมที่ละน้อยๆ ของบุคคลผู้พ่อใจในการกระทำความช้ำนั้นเอง ตัวอย่างเช่นคนติดเหล้า ความจริงนั้นแรกเริ่มเดิมที่เข้าทำให้มีความอยากความพ่อใจในรสของน้ำเหล้าไม่ แต่เพราะความเหลาของเข้าทำให้เข้าเห็นผิดเป็นชอบ เพื่อนฝูงที่เป็นนักดื่มมาก่อนเข้าได้ทำการแนะนำซักจุนเข้าที่ละน้อยๆ จนเข้าเพลินไปกับคำขอ และภาพของมารร้ายที่มาเห็นยั่วเข้าโดยอาการต่างๆ แล้วเข้าก็กระโตคลงไปในไฟเหล้าอาบกินอย่างพอใจ ในทันทันๆ รสและกลิ่นของเหล้าทำให้เข้าเกิดอาการไม่คืบบาง ทุกสิ่งทุกอย่างขึ้นอยู่แก่การท้นเข้าที่ในการทำดีก็มี ทนในการทำช้ำก็มี รสและกลิ่นของเหล้าทำให้เข้าติดใจพ่อใจผลที่สุดก็ลายเป็นนักดื่มตัวยัง เป็นคาราควงมีคในหมู่คารามีคทั้งหลาย

ใจของเขากลับเป็นทาสของน้ำเมากันเสียแล้ว เมื่อก่อนนั้นเขามีได้คืบเหล้าเขามีได้มีอาการของคนเมากแม้แต่น้อย แต่เดี๋ยวนี้เขากลายเป็นคนใหม่ที่เต็มไปด้วยความไม่คิดต่างๆ ลังคอมคนเมากย่องเข้า แต่ลังคอมของคนคือเกลียดเข้าบ้าง สงสารเข้าบ้าง ความเกลียดเกิดเพราะเห็นความเมากของเขานั้นเอง ถ้าเข้าเป็นคนไม่เมาก็คงจะลายเป็นคนน่ารักต่อไป

ความรักความเกลียดที่มีต่อใจราชนั้นมีเชิงแก่ส่วนบุคคลนั้น แต่มีแก่ความชั่วความดีที่เข้ามาอาศัยอยู่ในตัวเขาต่างหาก ถ้าเราเรียกเหตุผลของเรื่อง เช่นนี้แล้วก็ควรทำตนให้เขารัก โดยการชำระความชั่วออกจากตนเลือกให้หมด ตนก็กล้ายเป็นคนที่นำเอ็นดูต่อไป สิ่งเหล่านี้เป็นผลของการกระทำการที่ทำด้วยกันทั้งนั้น หากไม่ใช่รถบันดาลให้ใครเป็นไปอย่างใดไม่ ถ้าเขามีได้กระทำมันด้วยตัวของเขาก็แล้ว....การกระทำการที่ทำมันสร้างหงรักและซังแก่ผู้กระทำการอยู่เสมอ

บางคนมีความคิดที่ผิดๆเกิดขึ้นในใจของเขามาก่อน คือคิดว่าการเป็นคนชั่วอย่างที่เขากำลังเป็นอยู่นั้น มันเป็นลักษณะหรือนิสัยของความเป็นลูกผู้ชาย “ลูกผู้ชายมันต้องอย่างนี้นิ” นี่เป็นคำพูดของคนที่มีความชั่วติดลัคนา นักจะพูดกันเสมอ ทำไมเขาจึงลงความของความเป็นลูกผู้ชายลงมาจนหมดราคาราไปเล่าขอตอบว่า เพราะเขาได้กระทำการสิ่งที่ผิดไว้นั้นเอง ที่ร้ายไปกว่านั้นเขายังคิดต่อไปว่า ในอนาคตจะได้เป็นอย่างนี้มาแล้ว ขอให้เป็นอย่างนี้ตลอดไปคือว่า ไม่ยอมเป็นคนดีเป็นอันขาด น่าสงสารคนที่มีอาการเช่นนี้เหลือเกิน เขาซ่างเดินหลับตาไปสู่กันเหวลึกโดยแท้ ขอผู้มีเมตตาธรรมจงได้ช่วยอนุเคราะห์ให้เขาได้เป็นคนดีกันเถิด

ชีวิตที่ตกเป็นทาส

มีคนหนึ่งเคยถามผู้เชี่ยวชาญว่า “ผู้รู้คือว่า การกินเหล้า การเล่นการพนันเป็นสิ่งชั่วเป็นผิร้ายของโลก แต่ผู้รู้ยังคุ้มเหล้า ยังเล่นการพนันอีก ผู้อยากรเลิกเหมือนกัน แต่เลิกไม่ได้ เพราะอะไรกันครับ?”

คำถามแบบนี้เคยพบบ่อยๆ ทำไมเขาจึงเลิกไม่ได้ ทำไมเขายังยังคงเป็นทาสของความชั่วอยู่?

คำตอบก็มีมาก นอกจากจะบอกว่า...

๑. เข้าผู้ถูกยังมีได้เห็นโทษของสิ่งนั้นอย่างแท้จริง เขายรู้ว่าไม่มีความเข้าว่าเท่านั้น หาได้รู้ เพราะใจของคนรู้เห็นไม่ เขายังไม่ได้พบรความจริงที่ช่อนอยู่ในความสนุกสนานเหล่านั้น เขายังยังเห็นว่าคืออยู่ คนเราถ้าเห็นว่าคืออยู่ก็ยังทึ้งมันไม่ได้ มันคือความทัศนะของเขา และเขาพอใจในความคือแบบนั้น

๒. เขายังไม่มีความอคติ ความชั่นใจ และความเข้มแข็งในวงศ์ใจ เพียงพอที่จะเอาชนะเจ้ามารร้ายในวงศ์ใจของเขายังไม่ พอกำลังอภากเกิดขึ้นแล้ว ใจของเขาก็อ่อนไหวไปตามอำนาจของความอยากนั้นๆ จนกระทั่งเข้าขาดความอคติ ขาดความชั่นใจ และขาดความเข้มแข็งในใจ ใจของเขากลายเป็นเครื่องดึงดูด อำนาจกิเลส ผลที่สุดก็ลายเป็นคนแพ้ตลอด ไม่สามารถจะเอาชนะต่อความชั่วประเทหนึ่งๆได้

เหตุผลสองประการที่กล่าวมานี้ ทำให้เขาละเลิกไม่ได้

ปลดปล่อยความคิดที่เป็นหาส สู่ความเป็นไท

บางคนเป็นคนเจ้าอารมณ์ เจ้าทิฐิมานะ ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของใครๆ แม้ความเห็นนั้นเต็มไปด้วยความหวังคือต่อเขา เขายังไม่ยอมลดตนลงรับคำแนะนำตักเตือนที่เต็มไปด้วยความหวังคือเลย เขายังคิดว่า “เราก็เป็นหนึ่งเหมือนกันอย่ามาสอนกันให้ยากเลย”

ความคิดแบบนี้เป็นความคิดที่ถูกต้องคือความอยู่แล้วหรือ ลองใช้ใจที่ผ่องใส่พิจารณาลักษณะอย่างก็จะพบกับความจริงว่า มันไม่เป็นการถูกต้อง คนเราจะต้องมีการรับฟังคำเตือนของคนอื่นๆบ้าง เพราะปกติของคนเราอยู่มีเวลา-yelot มีเวลาที่จะไม่รู้อะไรอยู่บ้าง ถ้าไม่ยอมรับฟังความคิดของใครๆแล้ว ย่อมมีทางผิดพลาดเสียหายได้มากอยู่

ฉะนั้น ความคิดที่ว่าฉันไม่ยอมฟังใครนั้นไม่เป็นการถูกต้อง ควรยอมฟังคำพูดที่เป็นประโยชน์ไว้บ้าง ส่วนคำพูดที่ไม่เป็นประโยชน์จะไม่รับฟังก็ไม่เป็นการเสียหาย อันบุคคลที่กระทำอะไรผิดแล้วบังขึ้นทำเรื่อยไปโดยมิได้ฟังความเห็นของใครฯ เลยนั้น จักเป็นคนคิดและก้าวหน้าไปในทางเจริญได้อย่างไรกันเล่า จึงควรรับฟังความคิดเห็นของผู้ที่กล่าวเตือนด้วยความหวังดีไว้บ้าง มีใช่แต่เพียงรับฟังไว้เท่านั้น แต่ควรนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาและนำตนออกจากทุกๆ เศรษฐ์ด้วย คนที่กระทำการชั่วไม่ว่าอยู่ใดๆ อุปถัมภ์สักตัวว่าการกระทำการของตนเป็นความชั่ว และพิจารณาเทียบเคียงกับหลักธรรมแล้ว ก็มองเห็นว่าเป็นความชั่ว เป็นไปเพื่อทุกๆ โทษและเวรภัยจริง ก็ควรรับกลับตัวกลับตนจากความชั่วนี้เดียว พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า...

“บุคคลใดเป็นคนประมาทมาก่อน
ภายนหลังกล้ายเป็นคนไม่ประมาท
บุคคลนั้นย่อมทำชีวิตของเข้าให้สร่าง
เหมือนดวงจันทร์พ้นจากเมฆส่องโลงสร่างอยู่ฉะนั้น”

ท่านจะอยู่ในความมีชีวิตของเมฆ คือความชั่วทำไม?... ทำลายมันเลีย แล้วนำตนออกมาน้ำแลงสร่างของธรรมะกันเถิด ธรรมะเป็นแสงสร่าง เป็นแนวทางของชีวิตที่เป็นประโยชน์โดยแท้ ขอให้ท่านเดินทางทางนั้นเถิด

ปลดปล่อยชีวิตที่ตกเป็นทาส สู่ความเป็นไท

ถ้าท่านมีเวลาว่างสำหรับทำความสงบใจ และเมื่อสงบแล้วขอได้โปรดตรวจความเป็นอยู่ของท่านให้เห็นจริงๆ ตรวจคุณให้เห็นจริงๆ มีใช่สักว่ามองเฉยๆ คนเราเนี้ย้มีอยู่เป็นจำนวนไม่น้อยที่ไม่รู้จักตัวเอง การแก้ไขตนเองจึง

มีไม่ได้ ขอให้ห้ามกันใหม่ จนมองตัวของท่านเองอย่างเป็นของแปลง กับว่ามันเป็นสิ่งที่ท่านมีได้พับเห็นมาก่อน มองเพื่อค้นหาความจริง มีใช่ของค้ายาเนื้อ แต่ต้องมองตัวของท่านเอง มองเหมือนกับท่านมองเพื่อจะจับ ความผิดของคนอื่นอย่างนั้นแหละ เมื่อท่านเพ่งโดยปีกตาอย่างนี้แล้ว ท่านก็จะพบรากความจริงว่าตัวของท่านเป็นอย่างไร ท่านเดินทางอย่างไรบ้าง

เมื่อพับแล้ว...จะหาทางเอาความชั่วนั้นเข็นพิจารณาต่อไป พิจารณาให้เห็นว่าตัวของความชั่วนี้มาจากการใด มีอะไรหล่อเลี้ยงให้มันตั้งใจขึ้นท่าน คงแต่ท่านได้ทำความชั่วแบบนี้มานานแล้ว ท่านได้อะไรมาจากความชั่วนั้นบ้าง ท่านมีความทุกข์ที่เกิดขึ้น เพราะความชั่วนั้นบังหรือไม่ มีความทุกข์ที่เกิดขึ้น เพราะความชั่วนี้ประมาณเท่าไรแล้ว การงาน ครอบครัว การสมาคมของท่านมีความชั่วแบบนั้นเป็นมูลฐานมานานแล้ว ท่านได้ผลประโยชน์แล้ว คิดไปโดยรอบของท่านก็เห็นความจริงว่าไม่เป็นเรื่องเลย ควบกับความชั่วนานแล้ว ไม่เห็นจะเป็นสาระแก่นสารที่ตรงไหน มีแต่เรื่องขาดทุนโดยส่วนเดียว ไม่เอาแล้วล่ะ, เลิกกันที่ความชั่วแบบนี้

เมื่อมองเห็นโทษของความชั่ว เห็นผลของความดีแล้ว จงตัดสินใจอย่างเด็ดขาด ทำใจให้เข้มแข็งอย่าอ่อนแอก อย่าสงสารความชั่ว แต่ท่านจะส่งสารคนเองที่ตกเป็นคนชั่วอย่างไรเกียรติ ต้องเลิกกันที่ และพยายามเลิกอย่างเด็ดขาดแบบตัดบวามไม่ไว้ยกันที่เดียว เพราะถ้าไว้แม้เพียงนิคหน่อย มักจะพอกพูนขึ้นในตนของท่านอีก จะเป็นการเดือดร้อนใจในภายหลัง จึงต้องทำตนเป็นคนใจเด็ดอย่างแท้จริง ทิ้งกันไม่ต้องคุหน้ำกันต่อไป ทำไม่เจ็บอกให้ทิ้งอย่างเด็ดขาด เพราะได้เคยเห็นมาหลายรายแล้ว เวลาฟังพระแล้วคงธรรม ก็มองเห็นโทษของความชั่วที่ตนกระทำอยู่ และตั้งใจจะเลิกจากความชั่วนั้น แต่มีได้ทำอย่างเด็ดขาด ค่อยเลิก...ค่อยไป ผลที่สุดเลิกไม่ได้ เพราะอิทธิพลของความชั่วนั้นมันรุนแรงมาก ถ้ามีเชือเหลืออยู่เพียงนิดเดียว ก็แสดงฤทธิ์เชชต่อไป จึงควรกล่าว

ต่อความชี้ช้าและไม่ยอมให้มันมาตั้งอยู่ได้เป็นเด็ขาด เมื่อจะเลิกก็เลิกันทันที ไม่ต้องทำแบบค่อยเป็นค่อยไป แต่จะทำอย่างหักโหมกันทีเดียว ถ้าใจของท่าน เกิดอ่อนแอกันมา เกิดสิ่งสารทันเองว่าจะได้รับความลำบาก เพราะการกระทำ เช่นนั้น จงตามคนเองสักหน่อยเดิครว่า เมื่อก่อนมีความสิ่งนี้ มีได้กระทำอย่างนี้ ทำไมจึงมีชีวิตอยู่ได้อย่างเรียบร้อย นี่เพียงมีไม่เท่าคนอื่นเอง เมื่อก่อนอยู่ได้ต่อไป ก็อยู่ได้ บอกกับคนอย่างนี้ไม่เท่าใดแล้ว... คนเองก็ชั่วนะคนเอง เดินในทาง ของเสรีชนต่อไป การตกเป็นทาสของสิ่งต่างๆก็ไม่มี ใจมั่นคงเอาตัวรอด จากความช้ำได้อย่างเด็ขาด มีชีวิตเป็นไฟแท้ต่อไป

กลับสู่หนทางที่ถูกต้อง ไม่ตกเป็นทาสของกิเลส

นี่เป็นวิธีการกลับคนแบบหนึ่งคามหลักพุทธศาสนา ขอพากเราหั้งมวลที่ ได้ปฏิญาณตนเองว่าเป็นชาวพุทธ จงกลับคนจากทางผิด มาเดินทางที่ ถูกต่อไปเดิค การเดินทางผิด การปล่อยตนให้ตกเป็นทาสของกิเลส ทำให้ ชีวิตไม่ก้าวหน้า ไม่เจริญทางคามานาณแล้ว ถ้ามองเห็นความจริง ก็จะทิ้งความเห็จเสีย แล้วหันเข้าหาหลักอันเป็นความจริงกันเดิค ความจริง จักทำให้ท่านเป็นเสรีชนอย่างแท้จริง

ตามแนวทางของพุทธศาสนา ความช้ำเป็นผู้ร้ายที่ทำลายคนทำลายชาติ ให้ป่วยยับ คนที่ตามใจตนเอง ปล่อยใจไปตามอารมณ์ กระทำการณ์ผิดร้ายโดย วิธีต่างๆ ตนสำคัญผิดกว่าเป็นความคิด และทำเรื่อยไปหาได้สำนึกในผลของ บาปกรรมที่ตนกระทำไว้ หรือบางทีก็นึกได้ว่าเป็นบาปเป็นกรรม แต่ความคือรั้น ของตน ความหยิ่งในเกียรติอย่างผิดๆ ความคิดว่าตนมีอำนาจและพวกร้อง มากมาย ไม่มีครั้งใดได้ทัน ความช้ำจะไม่ให้ผลแก่ตน ใจของตนยึดเหมือน

ทำซ้ำเข้าทุกที เขาทำเพื่อมาตานเองโดยแท้ พอกความช้ำที่ทำไว้สู่ครอบครัวดีแล้ว มันก็ให้ผล ตนก็กล้ายเป็นคนไม่มีเกียรติ ไม่มีบ้านเรือนจะอยู่อาศัย ต้องเที่ยวเร่อนเดือดร้อน เพราะความช้ำที่แยกເພາດอยู่ตลอดเวลา นี่ผลของการไม่กลับคน เป็นคนดี ตนจึงถูกบาปทราบให้ได้ผลเป็นทุกชีวิคกลอุ้ยหวานาน

ตั้งต้นทำสิ่งดี ไม่มีคำว่า “สาย”

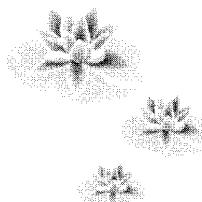
แต่ก็มีได้เป็นการสายจนเกินไปคง ยังมีเวลาพอสำหรับคนที่จะคิด กลับคนอยู่เสมอ การกลับคนเป็นคนดีมีได้สายเกินไป เวลาเปิดอยู่สำหรับผู้ที่สำนึกรักและคิดจะกลับคนเสมอ อย่ามัวใจร้อน เพราะไฟบางไฟตัวท่านแล้วว่าเป็นบป ก็เลิกจากบ้านนั้นเสียเด็ด ชีวิตยังจะเป็นประโยชน์ต่อไป คนที่โกรก กันเกลียดกัน ก็ยังมีช่องว่างในดวงใจพอที่จะหันมารักและสงสารท่านได้ ถ้าทำตนให้เขารักและสงสาร คำยการเลิกจากนิสัยธรรม หันเข้าหาความดีที่ลับน้อยๆ พอกความดีในตัวของท่านถึงจุดอิมตัว ท่านก็จะได้รับความเห็นใจจากทุกคนที่ได้พบ กับท่าน เข้าใจขอบเขตของไวนี้ ขึ้นอยู่กับการกระทำของท่านผู้เชี่ยว

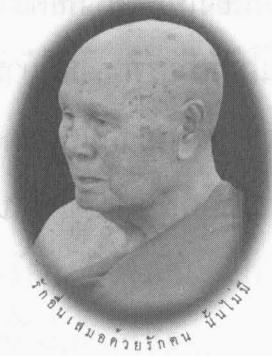
ถ้าท่านรู้ว่าเป็นคนผิดคนเสีย...

จะมัวซักซ้ายอยู่ทำไมเล่าท่าน?

ขอให้กลับใจเป็นคนดีเสียเด็ด

กลับในทันที . . . ที่ท่านทราบว่าตัวผิด

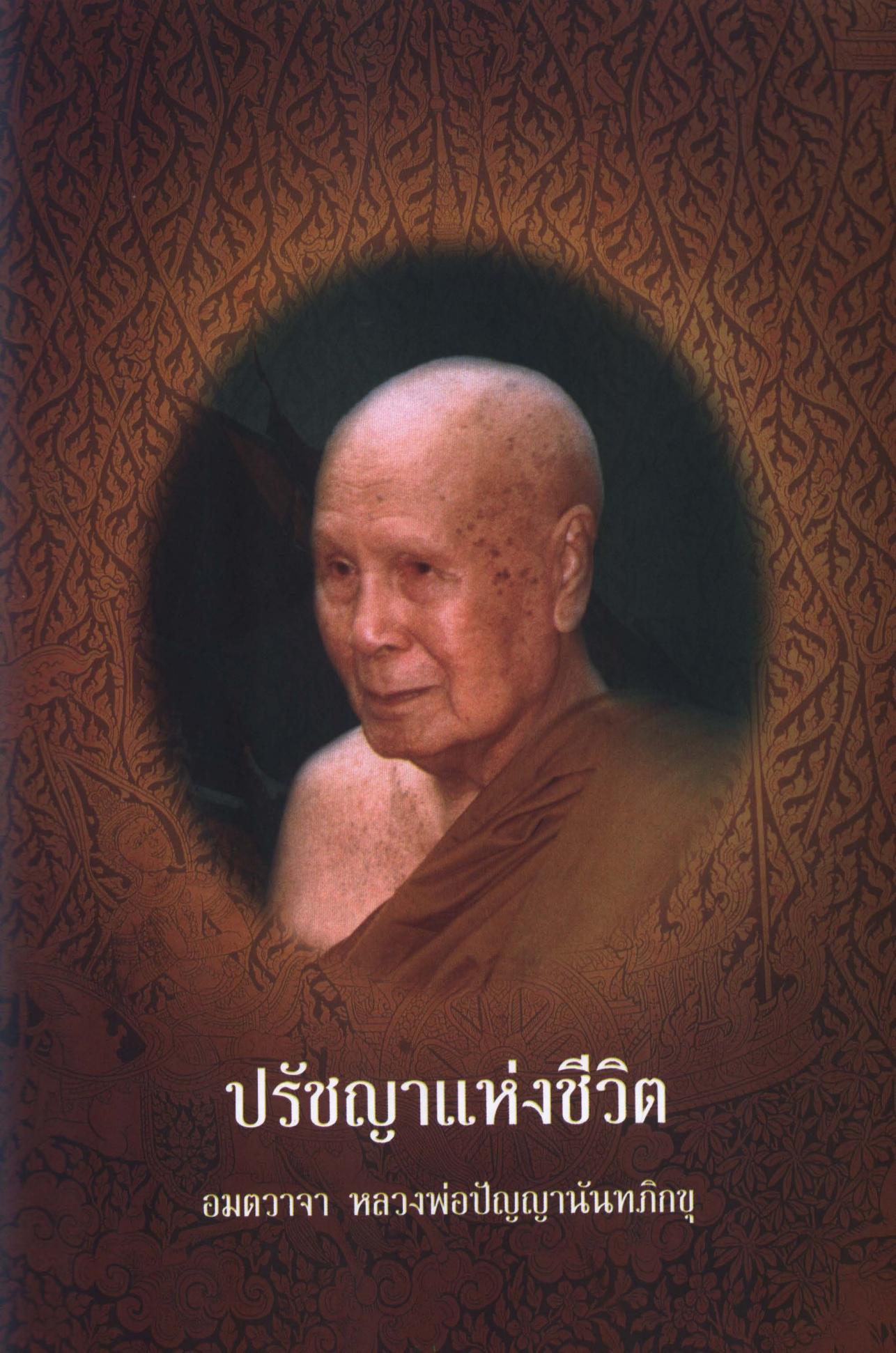




นายช่างสร้างชีวิต

การเป็นอยู่ของเราทุกคนในวันนี้
เป็นผลเนื่องมาจากการคิด การพูด การทำของวันก่อน
ทุกคนเป็นนายช่างสร้างชีวิตให้แก่ตนเอง
สุขทุกชีวิตประจําวันเป็นผลลัพธ์เนื่องมาจากการกระทำของตนเองทั้งนั้น
ถ้าต้องการความดี ก็ต้องสร้างเหตุของความดี
ถ้าต้องการร่ำรวย ก็ต้องขยันในการงาน
ถ้าต้องการมีอนาคตดี ก็ต้องรักษาตัวให้พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ
ทุกอย่างสำเร็จด้วยการทำ ไม่สำเร็จด้วยการอ้อนวอน บุณบานศาลาคล่าว
ชาวพุทธผู้เชื่อมั่นในเหตุผลของธรรม
ป้อมไม่ทำการอ้อนวอน วิงวอน ขอร้อง หรือเลี้ยงหายใจเป็นอันขาด
 เพราะถือการกระทำของตนเป็นใหญ่อยู่แล้ว
 จึงทำการเพ่งพิจารณาในเรื่องของตนเองอยู่เสมอๆ
 แล้วพยายามแก้ไขให้ตนดีขึ้น โดยการกระทำการอีกทีหนึ่ง

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงปู่ปัญญา นันทกิจ)

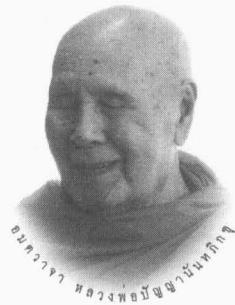


ปรัชญาแห่งชีวิต

อมต瓦จา หลวงพ่อปัญญาնනທกິກູ

การกระทำของเราวันนี้ จักเป็นบุพกรรมของวันพรุ่งนี้
การกระทำของเราเดี๋ยวนี้ จักเป็นบุพกรรมของเดี๋ยวนั้น
การกระทำของเราเดือนนี้ จักเป็นบุพกรรมของเดือนหน้า
การกระทำของเราปีนี้ จักเป็นบุพกรรมของปีหน้า
การกระทำของชาตินี้ จักเป็นบุพกรรมของชาติหน้า
บุพกรรมในส่วนดี จักหมุนและส่งเสริมให้เราดียิ่งๆขึ้น
บุพกรรมในส่วนชั่วนั้น แน่นอนที่สุดที่จะครั้งให้เราทราบและค้ำลงๆ
นี่แหละ...“บุญวาสนา” ที่เราได้พากันพำเพียกร้องหา
แต่หาได้สำนึกโดยถูกต้องว่า เป็นเพาะอำนวยแห่ง “บุพกรรม” ของคนไม่

พระพرحمังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญา นันทกิกขุ)



ชีวิตกับธรรมะ

ชีวิตเรามันต้องขึ้นอยู่กับธรรมะ

... ธรรมะ ...

ต้องเป็นสิ่งหล่อเลี้ยงจิตใจ ควบคุมจิตใจอยู่ตลอดเวลา
ถ้าเราไม่มีธรรมะเป็นเครื่องควบคุมทุกห้องใจของเราระไร
เรา ก็เหมือนกับว่ามีภาระเพชร ๗ ชั้น กันภัยอันตราย
ความวุ่นวายหง่ายหง่ายหง่ายจะไม่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา

... ธรรมะ ...

คือแนวทางของชีวิต

เป็นแนวทางที่นำตรงไปสู่ความพ้นทุกข์
เป็นเงินที่ให้ประโยชน์ถ่ายเคียว
เป็นทางที่เปิดไว้เสมอเพื่อให้ทุกคนเดินໄค์โดยมิต้องลำบาก
เราเรียนธรรมะนี่ก็เรียนเพื่อให้รู้ เรียนเพื่อให้เข้าใจ
เรียนเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

“ใช้ในประจำวัน” อันนี้สำคัญหน่อย

ขอให้ญาติโยมจำไว้ให้คิว่าต้องใช้ในชีวิตประจำวัน
ใช้ทุกเวลาในชีวิตของเรา...ไม่ได้ใช้เพียงชั่วคราว ชั่วคราว

เครื่องประกอบของชีวิต

“ความเป็น” อะไรมีชีวิตของคนเรา呢 เป็นโดยมี “ธรรมะ”

... ถ้าไม่มีธรรมะ ...

ก็เป็นเหมือนสัตว์เครื่จนาณมันเป็นนั้นแหลง มันไม่ได้เป็นโดยถูกต้อง

ถ้าเราทุกคนได้ป่วยโโนมหน้าเข้ามาหาธรรมะ

หรือมาหาพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสัมมา

เราจะรู้สึกว่ามีอะไรแปลงขึ้นในชีวิตของเรา

มีความสุขมากขึ้น มีความสงบมากขึ้น

การเงินการทองก็จะไม่ฝีคเคือง ไม่ต้องเป็นหนี้เป็นลินใดๆ

เพราะเรารู้จักใช้ธรรมะในการดำเนินชีวิต

... ธรรมะของพระพุทธเจ้า ...

เป็นเครื่องประกอบชีวิตที่เราจะต้องใช้อยู่ตลอดเวลา

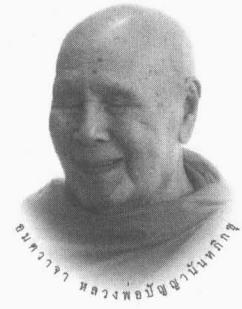
ใช้ตั้งแต่เป็นเด็ก จนกระทั่งเป็นคนเฒ่าคนแก่

... ถ้าเราใช้ธรรมะจนชิน ...

เราจะมีความสุขใจ สุขกาย

... แต่ถ้าเราไม่ได้ใช้ธรรมะ ...

เราจะมีปัญหา มีความทุกข์ มีความเดือดร้อนในชีวิตของเรา



วิถีทางชีวิต

เมื่อใดແກ່ຈີດໄມ່ເປັນຮສນ້ນແລະ
ເຂາຈຶ່ງຮູ້ວ່າເກລືອນີປະໂຍບົນໆແກ່ເຂາ
ໃນຊືວິຕປະຈຳວັນກີເປັນເຫັນເຄີຍກັນ
ທາມປັກຕິເຮາທຸກຄນມີຄວາມເປັນອຸ່ອປ່າງສະຄວາລປາຍນັ້ນ
ພວະເຮມມີກາຣເຄີນດູກຫວຽມະອຸ່ນແລ້ວ
ດ້ານີຄຫວຽມະກີຕ້ອງເຄືອຂ້ອນ
ແຕ່ພວະຂາດກາຣສຶກໝາ..ຈຶ່ງໄມ່ເຂົ້າໃຈ
ບຸຄຄລໃໂຄທີ່ຮັກຈະໃຫ້ຊືວິຕທນກາບຮົ່ວນ ຈຶ່ງຄວາສນໃຈໃນວິຖີຊືວິຕ
ຄວາເຮີຍຮູ້ວ່າຕານຈະເຄີນອຸ່ອປ່າງໄຮຈຶ່ງຈະປລອດກັບ ເຮີບຮ້ອຍ
ເໜືອນອຸ່ອປ່າງວ່າເຮາເຄີນທາງໄປໄຫ້າ
ກາຣໄປໂໂຄຍຮູ້ຈັກເລັ້ນທາງອຸ່ອປ່າງຄືກັກກາຣໄປໂໂຄຍໄນ້ຮູ້ຈັກເລັ້ນທາງນັ້ນ
...ອຸ່ອປ່າງໄຫ້ຈະສະຄວກກ່າວກັນ ...
ຄນເຮາດ້າໄມ້ໄດ້ເຂົ້າຮຽມະໄປໃ້ ປັບໜ້າວຸ່ນວາຍລັບສັນມັນກີເກີມາກ
...ແຕ່ດ້າເຮາເຂົ້າຮຽມະໄປໃ້ ...
ຊືວິຕເຮາຈະຄື້ນ ຈະມີຄວາມສຸຂິໃນດ້ານສົງບນາກ້ຳ
ສຸຂອຸປ່າງອື່ນມັນໄມ່ຕາວວ ສູ້ຄວາມສຸຂິທີ່ເກີຂຶ້ນຈາກຄວາມສົງບິຈໄມ້ໄດ້

ความเชื่อมั่น

... เวลาทำอะไร ...

ต้องเชื่อมั่นเสียก่อนว่า ตนต้องทำได้ແນ່ງ

ศิคหาวิธีการกระทำต่อไปว่า

วิธีจะถึงจุดหมายที่ตั้งไว้

เมื่อแนวใจแล้วก็คืนความวิธีการนั้นอย่างรอบคอบ

ถ้าหากมีการพลาดผิดขึ้นบ้าง ก็เป็นเรื่องธรรมชาติ

ไม่ต้องกลุ่มใจในสิ่งที่ผิดไปแล้ว

เพราะความกลุ่มใจ

มิได้ช่วยให้ความผิดคลายเป็นความถูกขึ้นมาเลย

... ถ้าผิด ...

ก็ค้นหาต่อไปว่าอะไรผิด ผิด เพราะอะไร

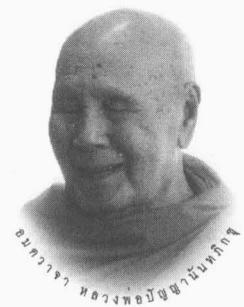
รับหาเหตุแก้ไขเสียโดยทันที โดยเร็วที่สุด

พอพบจุํคแล้วก็ดำเนินต่อไป

ถ้าเราทำอะไรผิดลงไปแล้ว ไม่ยอมรับว่าตัวทำผิด

จะแก้ไขได้อย่างไรกันเล่า?

เพราะฉะนั้นต้องยอมรับว่าผิดเสียก่อน จึงจะแก้ไขได้



วิสัยของคน

คินสอนุกแห่งเขามียางลบไว้คั่วย

เพราะเขารู้ว่าความผิดพลาดเป็นวิสัยของคน
 เมื่อผิดแล้วก็ลบออกเลียแล้วทำใหม่ให้ถูกขึ้น

คนเราเป็นธรรมชาติจะถูก ๑๐๐% ไม่มี

ทุกคนต้องมีความผิดพลาดเลียหายบ้างในชีวิตประจำวัน

ต้าหากว่าเราได้ทำอะไรผิดพลาดเลียหายลงไม่

เราก็ควรจะรู้ตัวว่าเราผิดไปแล้ว

. . . ผิดแล้วแก้ได้ . . .

ควรถือหลักไว้ในใจก่อนว่า

“เราเองแหละเป็นผู้ผิด”

อ่านนึกว่าตนเป็นคนถูก

เพราะคิคร่วมนัด...ความจริงจะปรากฏแก่ใจ

ทางแก้ไขให้คืนก็อาจมีได้หลายวิธี

เหมือนกับเราเดินลำบ่าร่อง

ลำแล้วจะไปนั่งแทะร่องอยู่ทำไม

มันต้องรีบซักแข็งซักข้ามจากว่องเลียแล้วก็เดินต่อไป

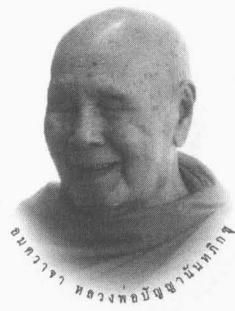
เรื่องจำเป็น...ขาดไม่ได้

เรื่องของธรรมะเป็นเรื่องจำเป็นสำหรับชีวิต
ที่เราต้องใช้ทุกเวลาที่ของชีวิต
 เพราะผลไปก็จะเกิดปัญหา มีความทุกข์ความเดือดร้อนใจ
 แต่ถ้าไม่ผลอ...ไม่ประมาท ก็ไม่เป็นไร
 ถ้าเราอยู่ใกล้ธรรมะ แสงสว่างทางใจก็เกิดมาก
 ห่างธรรมะ...แสงมันน้อย มองอะไรไม่เห็น
 ตัวเราที่เป็นตัวไม่ถูกนั้นแหลมคมบังหนค
 เราคงไม่เห็นความจริงของชีวิต ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร
 เลยเกิดความทุกข์ความเดือดร้อนมากมาย

ถ้าใจเราอยู่กับธรรมะพอเกิดอะไรขึ้นเราก็นឹကินใจได้

ถึงแม้ไม่ได้พูด...เราก็นឹកใจว่า...

“ถูกว่าแล้วมันจะเป็นอย่างนั้น ถูกว่าแล้วมันจะเป็นอย่างนี้”
 ยังไงแสลงว่าเราได้ใช้ธรรมะเป็นเครื่องป้องโภนจิตใจ
 บุคคลที่ได้สนใจในธรรมะ ได้แบบเข้มชีวิตเข้าสู่ธรรมะแล้ว
 ก็จะรู้สึกว่าคือขึ้น มีความสุขสบายขึ้น มีความสงบในทางจิตใจขึ้น
 การงานที่ตนปฏิบัติอยู่ในชีวิตประจำวันก็เรียบร้อย ก้าวหน้าขึ้นโดยลำดับ



จุดหมายปลายทางของชีวิต

พระพุทธเจ้าท่านครั้ส่าว่า
เมื่อยังไม่ถึงจุดหมายที่ตั้งไว้... ก็อย่าหยุดเลี้ยเป็นอันขาด
... คือ หยุดแล้วมันไม่ถึง ...

เพราะจะนั่นจะต้องเดินต่อไปฯ เดินไปจนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง
จุดหมายนั้นอยู่ที่ตรงไหน?

ก้อยู่ตรงที่เราพ้นจากความทุกข์ในชีวิৎประจำวัน
เราอยู่ในโลกโดยไม่เป็นทุกข์ ทำงานทำการโดยไม่เป็นทุกข์
แม้จะมีอะไรเกิดขึ้น... เราถึงว่างเฉียบได้

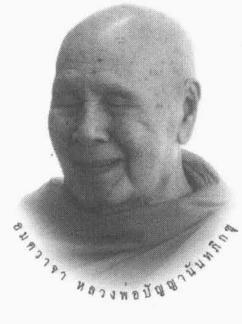
จิตใจสงบเป็นปกติ ไม่เกิดอะไรขึ้นในใจของเรา
อย่างนี้เรียกว่าถึงจุดหมายที่เราต้องการ
การอยู่ในโลกต้องอยู่ด้วยความไม่เป็นทุกข์

เป็นจุดสำคัญในทางพระพุทธศาสนา
ถ้าเราเป็นทุกข์ เค้อคร้อนด้วยเรื่องนั้นเรื่องนี้
ก็แสดงว่าเราถึงไม่ได้เดิน หรือยังไม่ถึงจุดที่เราต้องการ
... เราถึงต้องเดินต่อไป ...

ปรับปรุงชีวิต ทิภูมิ ความเห็นการกระทำต่างๆให้ดีขึ้นทุกเวลานาที

สร้างตนเอง

ตذاคทเป็นเพียงผู้ซึ้งทางให้
ส่วนการเดินเป็นหน้าที่ของท่านเอง
พระท่านบอกให้ทำป่านี้ ถ้าเราไม่ทำ...ก็ไม่เกิดผล
คนเราได้สร้างอนาคตของตนเอง
ไม่มีคำว่าพรหมลิขิตตามแบบศาสนพราหมณ์
หรือไม่มีคำว่าพระผู้เป็นเจ้าคลบันดาล
ตามแบบฉบับของศาสนาใดๆที่มีพระผู้เป็นเจ้า
 เพราะในทางศาสนาของเรานั้นไม่ได้มีอำนาจอะไรอย่างนั้น
 เรียกว่าอำนาจมีอยู่ในตัวคน
 ตัวคนนี้สามารถทำอะไรได้บ้าง
 ได้ใช้ความเพียรพยายามให้บรรลุความสำเร็จได้
 ผู้ประพฤติธรรมย่อมได้รับความคุ้มครองจากธรรมะ
 อย่างน้อยก็คุ้มครองเราให้พ้นจากบาป จากอภุค
 ให้มีชีวิตอยู่อย่างสุขชื่น เรียบร้อย ไม่รุนแรง
 อย่ามัวแต่คิดโน่นคิดนีกันอยู่เลย
 จงปลดอยสิ่งที่ท่านจับไว้เดียว แล้วเดินไปตามทางที่พระพุทธของคื้อไว้เดิม



ผู้ให้ยอมเป็นที่รัก

การแบ่งปันเป็นทางแห่งไมตรีจิต
ความกระหนนเป็นทางแห่งความแตกพาก
ทุกศาสตราสนาสอนศาสนิกให้มีการทำทาน
ในทางพุทธศาสนาของเรา พระศาสดาทรงสอนไว้มาก
การให้เป็นเครื่องสมนาไมตรีต่อ กันและกัน
ทำให้คนรักใคร่สนใจสนมกัน กลมเกลียว อยู่กันเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน
เรื่องการให้...ถ้าไม่วัดถูจะให้
เพียงแค่ให้ความยิ้มแย้มแจ่มใส ให้การโอวาประารัย
อย่างชนิดที่เรียกว่า เป็นกันเอง อันนี้ก็สำคัญเหมือนกัน
ถ้อยคำสำนวนพูคชาต่อ กันและกันนั้นเป็นเรื่องสมานน้ำใจ
ทำให้เกิดความรักใคร่ มีไมตรีจิตสนใจสนมกัน
ยิ่งให้กันมากเท่าใด...จิตใจยิ่งสบาย สังคมยิ่งเป็นสุขมากขึ้นเท่านั้น
การให้มันเป็นบ่อเกิดแห่งความสุข
การเอารักเอาเปรียบเป็นบ่อเกิดของความทุกข์ความเดือดร้อน
โลกของเรานี้ไม่มีการให้เมื่อใดก็จะคับแคบขึ้นมาเมื่อนั้น
แต่ถ้ามีการให้แพร่หลายออกไปเท่าใด โลกของเราจะก้าวหน้าขึ้นเท่านั้น

ເມຕຕາ...ກຽດນາ

ທັງພົມໃນຄືນ ສິນໃນນ້ຳ ເປັນຂອງກລາງຂອງຫາຕີ

ທຸກຄົນເປັນຜູ້ມີສ່ວນໃນຊຸມທັງພົມນັ້ນ

ແຕ່ເນື່ອງຈາກການປະກອບເຫດໄມ່ເທົ່າກັບຜລ ຈຶ່ງໄມ້ໄດ້ຮັບເສັນອັກນ
ນີ້ເປັນຫລັກຂຽນຄາຂອງຫຼຸມນຸ່ມໜີນ ທີ່ໄມ່ສາມາດຈັກທຳໄຫ້ເທົ່າກັນຄ້ວຍ

ຄວາມສູງ...ຄໍາ ເປັນສິ່ງທັງມີເສັນອ

ແລະເພື່ອປັບກັນການຮັງເກີຍຈັກນີ້ໃນເວັ້ງສູງໆທໍາໆໆນີ້

ທຸກຄົນຈຶ່ງທັງນີ້ຂຽນະສອນປະກາກ ຄືອ

ເມຕຕາ...ກຽດນາ ອັນເປັນຂຽນຄໍາຈຸນໂລກໄວ້

ທ່ານທີ່ແຂງແຮງ...ກີ່ທັງໝົດຄົນອ່ອນແຂວັງ

ທ່ານທີ່ມັ້ງມື...ກີ່ທັງໝົດຄົນຍາກຈົນບ້າງ

ທ່ານທີ່ນີ້ລາດ...ກີ່ທັງໝົດຄົນໄໝບ້າງ

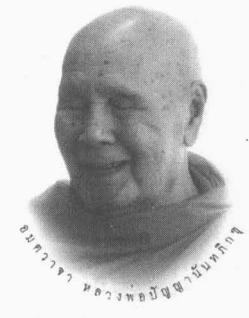
ຄົນອ່ອນແຂງ ດັນຈຸນ ດັນໂງ... ກີ່ທັງໝົດຄົນແຫນແກ່ຜູ້ທີ່ຂ່າຍຄົນບ້າງ

ອຢ່າງນີ້ຈັກເປັນທາງໂຄງທີ່ຫັນເຂົ້າມາພບກັນໄດ້

ຄືກວ່າທີ່ຈັກໃຫ້ຮັບຂຶ້ນຫຸ້ນໄດ້ ທີ່ເປັນທາງອັນຮຸນແຮງ

ແລະກ່ອີໃຫ້ເກີດຄວາມຮັງເກີຍຈົກຕ່ອກນີ້ໃນສັງຄົມຂອງນຸ່ມໝົງ

ດັ່ງເມຕຕາຂໍາຍາຍທັກວ້າງຂວາງອອກໄປເປີ່ງໃດ ຄວາມສຸກີ່ຢ່ອມມື້ມາກເທົ່ານັ້ນ



มั่นคงไว้ในความดีงาม

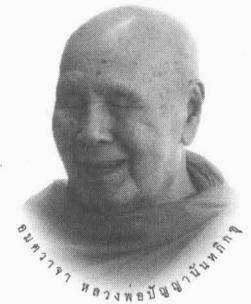
คนเราให้ทำตัวเหมือนกับไม้จันทน์หอน
ไม้จันทน์...ยิ่งทุบ...มันก็ยิ่งหอน
เราทุบลงไปกลืนมันกระเจาอยอกมา ทุบทุกที...หอนทุกที
ไม่เหม็นแก่คราเป็นอันขาด
... คนเราก็ควรจะอย่างนั้น ...
เรียกว่าทำจิตใจให้มั่นคงอยู่ในคุณงามความดี
มีเมตตาปรานีต่อ กันและ กัน
หันหน้าเข้าหากันเกื้อภูลกันในทางที่ถูกที่ชอบ
เราอยู่ด้วยกัน ต้องมีน้ำใจต่อ กัน
เพื่อบ้านไกลส์เรือนเคียง คนร่วมงานร่วมการ
พบประภัน...ยิ่มແย້ນແຈ່ນໃສต่อ กัน หวังดีต่อ กัน
เพื่อให้สังคมนีอยู่กันด้วยความสุข ความสงบ
ถ้าเราเป็นคนดี๊กราและผู้กิริยาไว
ก็เท่ากับว่าเราพยายามสร้างรูปร่างอันไม่ดีขึ้นไว้ในใจของคนเอง
ตัวเราลดอคตึงกิริยาท่าทาง ก็เป็นภาพไม่น่าดูสำหรับผู้อื่น
แต่เราเป็นคนใจอ่อนโยนและมีความอดทน เราจักเป็นคนน่ารักสำหรับผู้อื่น

เนลี่ยความสุข

... พุทธศาสนา ...

สอนคนให้มีความรัก มีความเมตตาท่อันกัน
และให้ช่วยเหลือกันตามความสามารถที่จักช่วยได้
... อันการทำนั้น ...

จุดหมายสำคัญก็อยู่ที่การรักษาเนลี่ยความสุขให้แก่กันนั้นเอง
การทำทาน...ผู้กระทำไม่ค่ามุ่งหมายอะไรมีเป็นสิ่งตอบแทน
แต่ควรคิดว่าเป็นหน้าที่ของเราราที่จักช่วยเหลือคนอื่นบ้าง
 เพราะเราภักดิคนอื่นเป็นผู้มีความเป็นอยู่เกี่ยวเนื่องกัน
 ถ้าเราเมินเฉยต่อกำเนิดความเป็นอยู่ของคนอื่น
 เมินเฉยต่อกำเนิดความทุกข์ของคนอื่น ก็คือการทำความทุกข์ให้เราด้วย
 เราควรจัดตั้งในบ้านเรานี้ยังขาดอะไรบ้าง
 และควรหาทางบำบัดความขาดแคลนนั้นๆ
 ด้วยการช่วยกันเลี้ยงสละแล้วพร้อมใจกันสร้างมันขึ้น
 ข้อนี้จักเป็นเหตุให้สังคมของเรารีบดีขึ้น
 เพราะว่าเราทุกคนนั้นเป็นหน่วยของสังคม
 ผู้อยู่ในสังคมจึงควรเลี้ยงสละเพื่อสังคมตามสมควรแก่สุนทรียะ



สิ่งมีค่าสำหรับชีวิต

เวลาเป็นของมีค่าสำหรับชีวิต

พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราขยันก็คือคิดถึงเวลา

คิดว่า...“เวลาล่วงไปๆ บักนี้ฉันทำอะไรอยู่”

เพราะว่าถ้าไม่ทำอะไร เวลา ก็สูญไปเปล่าๆ

สูญเสียอะไรก็ไม่สูญเสียเท่าสูญเสียเวลา เรียกว่าเสียหายมาก

เพราะเวลานั้นไม่ได้ผ่านไปโดย

มันทำให้ชีวิตของเราราลงไป ให้แก่ลงไป ให้ช้ำคลงไปควย

คนอายุมากก็เรียกว่าแก่มากนั้นเอง

แล้วถ้าแก่เปล่าๆ จะมีค่าอะไร เรียกว่าอยู่ให้มันรกรอก ให้หนักແผ่นคิน

ท่านจึงจำแนกคนที่เกิดมาในโลกนี้ไว้ ๓ ประเภท คือ

๑. เกิดมาทำให้โลกงมงาย ๒. เกิดมาทำให้โลกธรรม

๓. เกิดมาทำให้โลกมันเต็มจำนวนคนเท่านั้นเอง

พวกที่เกิดมาทำให้โลกงานนั้น เป็นคนประเภทเอกการ

ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์

การเบี่ยงเบียนคนอื่น ก็คือการเบี่ยงเบียนตนเอง

การช่วยคนอื่นให้เป็นสุข ก็เป็นการช่วยตัวเองให้เป็นสุข เช่นเดียวกัน

อนาคตของชีวิต

ผลที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของตน

ก็ย่อมเกิดมาจากการกระทำของตนเอง

อนาคตของชีวิตจึงขึ้นอยู่กับการกระทำเป็นส่วนใหญ่

ความลุข ความทุกข์ ความมั่งมี ความยากจน

ความเป็นคนมีโรค หรือไม่มีโรค

ก็มาจากการกระทำของตนทั้งนั้น

แต่คนเราส่วนมากไม่ค่อยได้คิดถึงในแง่งานนัก

เพราะปกติของมนุษย์ทั่วไปมักคิดว่าตนไม่มีความผิด

ความผิดมาจากการลิงอื่นท่าทาง

เข้าทั้งหลายจึงพากันฝ่าชีวิตไว้กับลิงภัยนอก

นำสังสารชาวพุทธที่ยังไม่เข้านอกหลาย

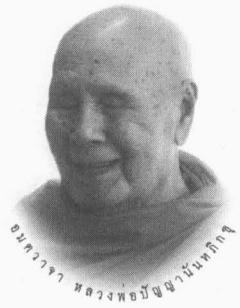
ที่เอกสารชีวิตของตนเองไปฝ่าไว้กับฝี เทวคา เสือเมือง ต้นไม้น้อยใหญ่

บันทนเข้าใจว่าจะช่วยตนได้ ทั้งๆที่ลิงเหล่านั้นไม่เคยช่วยใครเลย

ชาวพุทธผู้เชื่อในธรรมอย่างมั่นคง

จึงไม่จำเป็นต้องถือฤทธิ์ยาม ควรคาว ควรเดือน

และพิชีไสยศ่าสตร์ต่างๆ อันนอกรากทางของพระพุทธศาสนา



การกระทำก่อผลเสื่อม

... การกระทำของมนุษย์ ...

อาจก่อให้เกิดฟันแล้ง ข้าวแพง โรคราชบากเต็มเมืองก็ได้
ป่าใหญ่หลายแห่งถูกทำลายคุ้ยน้ำมือของมนุษย์
ฝนไม่ตก...ชาวโลกอุดหน้าไปตามๆ กัน
นักวิทยาศาสตร์ที่พากันทดลองปรามณูบ่อยๆ
ทำให้สภาพของดินฟ้าอากาศมันเปลี่ยนแปลงไป
โรคหิวภาคโรคราชบากในเมืองไทย
ก็ เพราะกรรมของมนุษย์ที่ชอบทำเมืองให้สกปรก
ช่วยกันทำการเพาะแมลงวันบ่อยๆ
เมื่อเกิดโรคแล้วก็ช่วยกันทำให้ราชบากต่อไปอีก
ล้วนแต่เป็นของกรรมที่มนุษย์ได้กระทำมันขึ้นมาเองทั้งนั้น มีใช่อะไรที่ไหน
การปรับปรุงทุกอย่าง
จึงขึ้นอยู่ที่การปรับปรุงคนให้เชื่อในทางที่ถูกที่ชอบ
ความเชื่อที่ถูกมีว่าการกระทำก่อให้เกิดผลเสื่อม
ถ้าระวังการกระทำ ก็เป็นอันได้ระวังผลอยู่แล้ว
อย่างได้สิ่งใด อย่างเป็นอย่างใด ท่านทั้งหลายก็จะกระทำเพื่อลิ้งนั้นเด็ด

เหตุแห่งความเสียหาย

เชื่อมั่นในเรื่องการกระทำว่า ทำศีกีดี ทำชั่วให้ชั่ว

ตามหลักของพระพุทธเจ้าฯ แล้วไปไหนมาไหนก็ไม่เคือคร้อน
...ความเสียหายเคือคร้อนที่เกิดขึ้น...

มันก็เริ่มต้นจากการไม่รู้ว่าเราคิดอะไร ทำอะไร เราไม่รู้ตัว...ผลลัพธ์

ไม่มีสติกับป้า ไม่รู้ว่าเราคิดอะไร เราพูดอะไร เราทำอะไร

เราเข้าไปเกี่ยวข้องกับใคร เราไม่รู้ตัวล่วงหน้า

ไม่ได้วางแผนไว้ว่าเราจะต่อสู้กับเรื่องนั้นอย่างไร

เมื่อกระทบกับสิ่งนั้น เราจะทำอย่างไร...เราไม่ได้วางแผนไว้

พอสิ่งนั้นมากระทบก็ไม่รู้เนื้อรู้ตัว เกิดปิงปองผางขึ้นมาทันที

เป็นเหตุให้เสียหายเคือคร้อนแก้วิเศษ

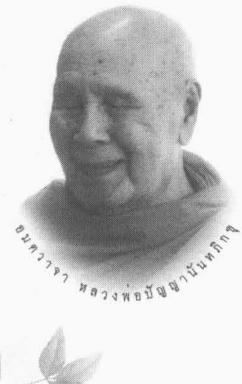
แก่การงาน แก่ครอบครัว แล้วก็แก่อะไรนามาภิเษกเมื่อกัน

การกระทำอะไรโดยมักง่ายนั้นไม่ใช่วิสัยของคน

แต่เป็นวิสัยของลักษณะหรือคนป่าที่ยังไม่เจริญ

ผู้ใดกระทำชั่วก็มีแต่ความสุขความเจ็บ

ผู้ใดกระทำชั่ว ก็มีแต่ความทุกข์ความເຄືອຂ້ອນ...ให้เชื่ออย่างนี้
ไม่เชื่อมคงตื่นข่าว ไม่เชื่อสิ่งเหลวไหล แต่เชื่อการกระทำเป็นเรื่องใหญ่



งานจำเป็นให้ยุ่งของชีวิต

ทุกครั้งที่คนได้ทำการอำนาจฝ่ายค้ำที่เกิดขึ้นในใจ
คนอื่นไม่รู้ จับไม่ได้ไม่เห็น ก็เลยพอลอยนึกไปว่าตัวเองเก่ง
แต่ว่าความเก่งอย่างนั้น เป็นความเก่งที่ลงปะอยู่กันเหว
ไม่ใช่ความเก่งที่จะก้าวขึ้นไปบนที่สูง
ชีวิตจึงไม่มีความจริงก้าวหน้าในด้านของจิตใจ
คนเราส่วนมากไม่ค่อยจะสนใจเรื่องเกี่ยวกับการฝึกฝนจิต
แต่สนใจเกี่ยวกับการฝึกฝนเรื่องอื่นๆ
ทำเรื่องอื่นๆได้เก่งหลายเรื่องหลายประการ
เล่นดนตรีเก่ง เต้นรำเก่ง ร้องเพลงเก่ง
เตะฟุตบอลได้เก่ง กีฬาประเภทต่างๆเก่ง มีชื่อเสียง
แต่ว่าไม่มีชื่อเสียงทางหักห้ามจิต ไม่มีชื่อเสียงเก่งในทางฝึกตนเอง
การที่จะปฏิบัติตามเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่เรียบร้อย
ไม่มีความยุ่งยากในชีวิตประจำวัน
เราเกื้อต้องมีการฝึกฝนจิตใจของเราเอง
การฝึกฝนจิตเป็นเรื่องสำคัญ เป็นงานจำเป็นให้ยุ่งของชีวิต
เป็นงานที่เราทั้งหลายควรจะได้หันมากกระทำกันให้ทุกวันทุกเวลา

สิ่งที่ได้มาจากการฝึกฝน

นิสัยเป็นสิ่งที่ได้มาจากการฝึกฝน

เช่น คนขยันก็ เพราะฝึกฝนในทางนั้น

คนเกียจคร้านก็ เพราะฝึกฝนในทางเกียจคร้าน

คนเราเมื่อมีการกระทำอะไรบ่อยๆ

การกระทำนั้นก็จะให้เกิดเป็นนิสัย ติดเป็นสันคานของตน

คนมีนิสัยอย่างใด ใจก็รุ่นคิดในเรื่องนั้นบ่อยๆ

เลือกเนื้อของเข้าได้รับอิทธิพลจากความคิด

และส่งสะท้อนไปถึงสิ่งที่ผู้นั้นถ่ายทอดให้ไปด้วย

เหมือนต้นไม้มีรากเป็นอย่างไร... เปรี้ยวหรือหวาน

ต้นเดิมมีรากอย่างใด ก็ถ่ายสารนั้นไปสู่พันธุ์ที่เรานำไปปลูกด้วย

ส่วนมากมักจะเป็นจริงอย่างนี้

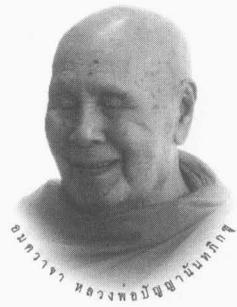
ในเรื่องของคนก็เหมือนกัน ขอให้ท่านลัง geleคุให้คิด

มารยาทเป็นอาการส่อแสดงถึงนิสัยของผู้แสดงเสีย

เช่น คนมีนิสัยหยาบคาย ก็พูดคำไม่สุภาพ กิริยาอาการก็ไม่น่าดู

จะยืนเดินนั่นนอนก็ไม่มีระเบียบของผู้ดี

ในทางตรงกันข้าม ถ้าเขา มีนิสัยดี... มารยาทดีตามไปด้วย



เรื่องธรรมชาติของโลก

... พระพุทธองค์สอนว่า ...

การลดคนลงมาให้ต่ำกว่าผู้ที่เราจะเอาชนะ
แม้เป็นการแพ้ แต่เป็นการแพ้เพื่อความชnanะที่ถาวร
การแพ้ การชnanะ เป็นเรื่องธรรมชาติของโลก
ในโลกนี้ไม่มีใครแพ้ตลอดกาล และไม่มีใครชนะตลอดกาล
ถ้าเป็นเรื่องของการแข่งขันแล้ว ต้องมีแพ้และชนะอยู่เสมอ
คนที่เข้าใจเหตุผลและทำงานเป็นคนดี ต้องยอมแพ้บ้างในบางครั้งบางคราว
คนส่วนมากที่ไม่ชอบความแพ้ก็ เพราะเห็นว่าเป็นการน้อยหน้า เลียซือเลียง
ในเมื่อคนอื่นทราบว่าตนแพ้ในเกมทุกชนิด

... ถ้าเขานึกถักหน่อยว่า ...

ถึงคราวแพ้ก็ต้องยอม ไว้โอกาสหน้าค่อยทำการแก้ตัวใหม่
ทางที่จะทำงานให้สบายนกพอมีบ้าง
ถ้าเราแพ้ต่ออะไร เรา ก็เป็นทุกข์ เพราะสิ่งนั้น
ความแพ้คือความໄหლไปตามอารมณ์นั้นๆ
หรือความอยากรู้ที่มีสิ่งนั้น อยากรู้เป็นสิ่งนั้น อยากรู้ได้สิ่งนั้นสิ่งนี้
นี่คือความพ่ายแพ้อย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นในใจของคนเรา

การควบคุมจิต

การควบคุมจิตเป็นเรื่องจำเป็น

หรือการฝึกจิตก็เป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องกระทำ

ถ้าไม่ทำการฝึกฝนอบรมจิตของเราว่าบ้าง

เวลาอารมณ์ร้ายเกิดขึ้น เรายังคงไม่ได้...บังคับไม่ได้

เพราะไม่เคยทำอย่างนั้น ไม่ได้ฝึกฝนเลymันก์ทำไม่ได้

... คนขี้ซากมวย ...

ถ้าเราได้ฝึกไว้ก่อนขึ้นบนเวที มันก็พอต่อสู้กับคู่ต่อสู้ได้ ฉันใด

สภาพจิตเราเนี้ยก็จะดีขึ้นนั่น

ถ้าเราไม่ได้อ้อมไว้บ้างพอสมควร

เวลาอารมณ์อันไม่ดีมากระทบ เรายังคงไว้ไม่อยู่

ไม่สามารถจะบังคับได้ เรายังคงไปตามอารมณ์ที่มากระทบบันนั้น

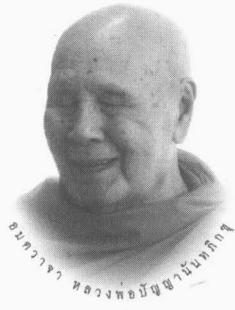
คนมีอารมณ์รุนแรงก็เพราะว่าไม่เคยหักห้ามใจ

ไม่เคยควบคุมจิตใจ ไม่เคยบังคับตัวเอง

ไม่เคยใช้ความอดทน ไม่ได้ใช้สติปัญญาในเรื่องนั้นๆ

การควบคุมจิต ไม่ใช่ฝึกแต่เฉพาะผู้ที่เป็นเด็กเท่านั้น ต้องฝึกทุกคน

เพราะถ้าไม่ฝึกแล้ว สุขภาพจิตมันเลื่อน เวลาทำงานก็จะเกิดความลี่ယายได้



ตอนนี้เป็นสิ่งที่หัดได้ยาก

นิสัยดีใจของคนนั้นเป็นเรื่องแก้ไขได้
อันนี้ก็สำคัญอยู่เหมือนกัน เพราะว่าบางคนมักพูดว่า
สันดานแก้มไม่ได้ สันค่อนขุ่นได้ สันดานขุ่นไม่ได้
มันขุ่นได้หั้งสองอย่างนั้นแหล่ะ
สันค่อนก็ขุ่นด้วยเครื่องเรือยนต์ เอาเครื่องไปชุด
สันดานก็ขุ่นได้ด้วยเครื่องคือธรรมะ คือปัญญา คือสติ เอกามาขุ่นมันได้
นิสัยเกิดจากการกระทำบ่อยๆไม่ว่าในแบบใด
นิสัยดี เพราะว่าทำบ่อยๆ นิสัยชั่ว ก็ เพราะทำชั่วบ่อยๆ
คนคิมเหล้าจนติดก็ เพราะว่าคิมบ่อยๆ ไม่คิมมันก็อยู่ไม่ได้
ติดแล้วมันอยู่ไม่ได้ ที่คิดนั้นก็ เพราะว่าไปคิมมันบ่อยๆ
คนเราที่ได้เลี้ยงผู้เลี้ยงคนไปนั้นก็ เพราะปล่อยตัวปล่อยใจเกินไป
ไม่มีการชำระล้างตัวเองเลี้ยงบ้าง ความยุ่งยากก็เกิดขึ้นไม่รู้จักจบสิ้น
คนเราหัดซ้างได้ หัดม้าได้ หัดอะไรได้ หัดลิงให้แล้วคงจะครกยังได้
แต่ว่าบางทีพอมหัดคนเข้า...กลับหัดไม่ได้
อันนี้แหล่ะพระพุทธเจ้าท่านว่า ตอนนี้เป็นสิ่งที่หัดได้ยาก
ก็เมื่อเราสร้างนิสัยในค้านช้าได้ แล้วทำไม่จะสร้างในค้านคิมไม่ได้

ขมขื่นแต่ไม่ประ邈ชน์

ถ้าเลียงไคแม้จะหนักไปหน่อย

แต่ว่าเป็นเลียงที่เตือนจิตสังกิจใจ

ให้เกิดความรู้สึกนึกคิดในทางที่ถูกที่ชอบ

.... เลียงนั้นควรฟัง

เช่น เลียงค่าว่าของผู้หลักผู้ใหญ่ พ่อแม่ ครูบาอาจารย์

บางที่อาจจะพูดหนักไปบ้าง เพราะความประณานัก

ต้องการพูดให้กระเทือนใจ ให้เกิดความคิด

เราอย่าไปกรีชในสุ่มเลียงเหล่านั้น แต่ให้คิดว่าเจตนาเป็นกุศล

เป็นเรื่องที่ต้องการให้เราได้สำนึกรู้ในหน้าที่ ในการปฏิบัติ

จะได้เปลี่ยนแปลงความคิดความเห็นให้เข้าหาความถูกต้อง

แม้เลียงนั้นจะหนักไปบ้าง ก็อย่าไปถือ

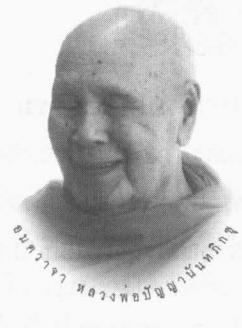
วาจาที่ขมขื่นแต่ว่าไม่ประ邈ชน์

ก็เป็นวาจาที่มีคุณค่าแก่เราผู้ได้ยินได้ฟัง

เราได้ฟังแล้วอย่าไปเก็บเงินใจ ขั้คเคืองในเรื่องนั้น

.... แต่ควรคิดว่า

เนื้อแห่นั้นเป็นคำเตือนใจที่เราควรจะนำมาใช้ในชีวิৎประจำวันของเรา



ผู้ชี้ขุมทรัพย์

ปกติคนเรานั่นมองตัวเองไม่ค่อยเห็น
มันสำคัญตัวผิด มีนานะ มีความถือตัว มีความหยิ่งโสอยู่ในตัว
แล้วคนอื่นเขามาช่วยบอกให้ ควรขอบใจเขา
พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า
บุคคลใดมาซึ่งทุกข์ซึ่งโทษให้แก่เรา
คนนั้นแหล่คือผู้มาซึ่งขุมทรัพย์ให้แก่เรา
เราควรขอบใจเขาที่มาซึ่งแนะนำกับเราอย่างนั้น
เราอย่าไปโกรธเคืองเขา อย่าพยาบาท อย่าอาฆาตของเรากับใครๆ
ถ้าหากว่าเราทำลายความคิดความเห็นเข้าช้างตัวเลีย
เราฟังอะไรฟังแต่สิ่งที่เป็นธรรมะ พึงด้วยใจที่เป็นธรรม
ต้องการความถูกต้องเป็นประมาณ
ผู้ใดพูดตรง...เราถึงรับสิ่งนั้นมา
แม้จะขักกับผลประโยชน์ของเรา เราถึงยินดีต้อนรับสิ่งนั้น
แต่ถ้าหากว่าพูดไม่ถูก ไม่ตรง เราถึงไม่รับสิ่งนั้น
แม้ว่าสิ่งนั้นจะเป็นประโยชน์แก่เรา
อย่างนี้ก็เรียกว่าเรานั้นเป็นผู้มีจิตใจที่เป็นธรรมอย่างแท้จริง



สถาบันบันลือธรรม เป็นองค์กรเอกชนที่ก่อตั้งขึ้นเพื่อสืบทอดและเผยแพร่พระพุทธศาสนา ให้คำร้องอยู่ มั่นคง อันเป็นการสานต่อเจตนาرمณของหลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกพาราม จังหวัดสุราษฎร์ธานี พระเชษฐะพระคุณพระพราหมณ์คณาจารย์ หลวงพ่อปัญญาณฑภิกขุ องค์ประธานสถาบันฯ และท่าน เจ้าคุณพระสุธรรมเมธี ป.ธ. ๙ (นายบรรลือ สุธรรม) อดีตเจ้าคณะจังหวัดอุตรดิตถ์ ผู้ให้กำเนิดครรภ์สถาบันฯ

กิจกรรมของสถาบันบันลือธรรม

๑. โครงการ เก็บคืนของลังค์ รีบันทุกวันเสาร์ ๐๙.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.
๒. โครงการ พบพระ พบธรรม ทุกวันเสาร์ ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.
๓. โครงการ อยู่กันค้ายความรัก ช่วยเหลือผู้ยากไร้ ผู้ต้องการความช่วยเหลือ
๔. ธรรมสถานปฏิบัติธรรม “สานมุทิตาธรรมาราม” อบรมการเรียนรู้วิชวิทยาธรรม ใน ๑ วัน เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ทุกวันพุธตั้นเดือน ติกต่อเข้าร่วมกิจกรรม “เรียนรู้วิชวิทยาธรรม” ได้ที่ โทรศพท์ : ๐๖-๐๐๓๔๔๗๘, ๐๒-๔๔๑๔๔๘ โทรสาร. ๐๒-๔๔๑๔๔๘

สถาบันบันลือธรรม ได้รับการสนับสนุนจากชุมชนชาวและศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา สาขาน่าท่านให้สันใจ ขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการต่างๆของสถาบันบันลือธรรมได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

สถาบันบันลือธรรม ทราบเรียนเชิญท่านสาขานั้นสู่สันใจในธรรม รวมพั้งพระธรรมเทศนาจากพระสูปภูปันโน ผู้ปฏิบัติคือปฏิบัติชอบในโครงการ พบพระ พบธรรม ประจำทุกวันเสาร์ ตั้งแต่เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ณ อาคารศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา สอบถามองค์แสดงธรรมได้ที่... โทรศพท์ : (๐๒) ๔๔๑๔๔๓๔



การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์ นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งที่มีประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการ บำเพ็ญธรรมทานที่พระพุทธเจ้าครัวส์ว่า เป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ซึ่งว่าได้แสดงออก ชีวิตธรรม พร้อมไปกับการได้มีส่วนร่วมในการเผยแพร่องค์ธรรมอันจะนำความประโยชน์ที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์พิมพ์หนังสือธรรมที่คือและมีคุณภาพ เพื่อมอบเป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินให้เกิดประโยชน์สูงสุด โปรดติดต่อที่ ธรรมสภา...

เลขที่ ๑/๔-๕ ถนนนราธิวาส ๑๙๙ แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีภูมิ กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ (๐๒) ๔๔๑๔๔๓๔, ๔๔๑๔๔๘๘, ๘๘๘๗๗๔๐ โทรสาร : ๔๔๑๔๔๘, ๔๔๑๔๔๗

การให้ธรรมะช่วยการให้ทั้งปวง การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติบ่มชีวิตทั้งปวง เช่นกัน

ปณิธานของธรรมสภากลไกบันลือธรรม

ธรรมสภากลไกบันลือปีพุทธศักราช ๒๕๓๐ มีปณิธานในการเผยแพร่พระพุทธศาสนาเพื่อความสงบสุขของมนุษยชาติ ตามหลักธรรมคำสอนของพระบรมศาสดามาสัมพุทธเจ้า

สืบเนื่องตามกาลเวลา ในยุคก่อนปีพุทธศักราช ๒๕๓๐ หนังสือธรรมะที่ได้จัดพิมพ์จำหน่ายในห้องตลาด ส่วนมากมีเนื้อหาสาระ และมีคุณค่าเป็นอย่างมาก แต่ไม่มีผู้คนสนใจเท่าที่ควร เป็นพระรารูปเล่มส่วนใหญ่ไม่มีความสวยงาม ไม่มีคุณสมบัติพอที่จะดึงดูดประชาชนให้สนใจหนังสือ ทำให้ในอดีตหนังสือธรรมะไม่ได้รับความนิยมเป็นที่แพร่หลาย

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ธรรมสภากลไกบันลือธรรม ได้ตั้งปณิธานว่าภายใน ๑๐ ปี จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรมการเผยแพร่หนังสือธรรมะ ให้มีรูปแบบสวยงาม น่าจับต้อง เป็นที่สนใจของประชาชน และจะทำให้หนังสือธรรมะขึ้นชั้นไฮเอนด์ตามร้านหนังสือชั้นนำ ติดอันดับ Best seller เมื่อหนังสือชนิดอื่นที่วางจำหน่ายอยู่ จึงได้พัฒnarูปแบบปกและรูปเล่มให้มีความน่าสนใจอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลารถึง ๑๐ ปี และตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ เป็นต้นมา บรรดาหนังสือธรรมะของทุกสำนักพิมพ์ ได้พัฒnarูปแบบและรูปเล่มขึ้นมาอย่างต่อเนื่อง พร้อม ๆ กันกับเรา ทำให้ประชาชนเปลี่ยนวัฒนธรรมการอ่าน มาสนใจหนังสือธรรมะเพิ่มมากขึ้น ธรรมสภามีความภูมิใจที่ได้นำเสนอและพัฒนาการอ่านหนังสือธรรมะของประชาชน ดังที่ท่านจะเห็นได้ในปัจจุบัน

ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ ที่ผ่านมา ธรรมสภากลไกบันลือธรรมได้ตั้งปณิธานให้หนังสือธรรมะเป็นหนังสือที่มีคุณภาพดี และราคาถูก เพื่อสนองความต้องการของประชาชนให้มากที่สุด จะพัฒนาหนังสือและสื่อธรรมะให้ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศไทยเป็นเสียงเดียวกันว่า หนังสือธรรมะทั้งส่วย ทั้งดี มีคุณภาพ และราคาถูก

ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๐ เป็นต้นไป เป้าหมายของสำนักพิมพ์ธรรมสภากลไกบันลือธรรม คือ การเผยแพร่ธรรมะ ที่ส่งเสริมให้ประชาชนลด ละ เลิก อបายมุขและลิงเสพติด ทั้งหลาย เพื่อการดำเนินชีวิต และเพื่อความสุขของมนุษยชาติ

ธรรมสภากลไกบันลือธรรม ไว้ว่า ในปีพุทธศักราช ๒๕๖๐ ประชาชนชาวไทย จักมีอิสรภาพจากความมงาย ปราศจากสิ่งเหลวไหล และจะส่งเสริมให้อبايمุขหมดไปจากประเทศไทย ซึ่งอาจเป็นไปได้ แต่ขอให้ลดลง ๆ เรื่อย ๆ และสนับสนุนให้ประชาชนมีศีลธรรม มีวัฒนธรรมของชาวพุทธ และมีความปิติในการปฏิบัติธรรม เพื่อความสุขของชีวิตและสังคมโดยทั่วไป

ด้วยความสุจริตหวังดี

ธรรมสภากลไกบันลือธรรม ได้พับกับความสงบสุข

นิสมุ กรณ์ เสยโภ
ไคร่ครัวญูก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า

อตีต นานุวัคเมயุย
ไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว

อาສ น ฉินุเทยุย สุขามาย
เมื่อต้องการความสุข ไม่พึงสื้นความหวัง

อนดุเด น บุตโต สิยา
ความสันโดษด้วยปัจจัยตามมีตามได้ นำสุขมาให้

WWW.THAMMASAPA.COM
ISBN : 978-974-7552-88-1



ขอกราบขอบพระคุณแด่ทุกท่านที่สนับสนุน และสมทบทรัพจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มนี้
โปรดช่วยอุปถัมภ์ค่าจัดพิมพ์เพื่อการเผยแพร่พระพุทธศาสนาจำนวนเล่มละ ๑๕๐ บาท