



๑ ตุลาคม ๒๕๒๖

คำนำ



วันที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๖๖ ได้มีการบำเพ็ญกุศลเช่นเคย
วันที่ ๒ มีใส่บาตรพระภิกษุสามเณรทั้งวัดบวรนิเวศวิหาร
ที่บริเวณหน้าพระอุโบสถคณะรังษี

วันที่ ๓ ถวายภัตตาหารเพลภิกษุสามเณรทั้งวัดบวรนิเวศวิหาร
ปล่อยสัตว์น้ำ และสัตว์ใหญ่ เช่นวัวควาย ทั้งนี้ด้วยมีผู้เมตตา
กรุณาศรัทธาจัดหามาทั้งหมด

ศาสตราจารย์บังอร สว่างวโรรส และ “ชวนพิมพ์” ได้พิมพ์
หนังสือ “บ่วงจิต” ให้แจกเป็นการให้ธรรม

นางสงวนศรี กมลนาวิน พิมพ์ “แสงส่องใจ” ให้แจกด้วย
อีกเล่มหนึ่ง

อนึ่ง ในโอกาสนี้ คุณหญิงต๋น โกศลวิตร ได้มีศรัทธาถวายตึก
ที่พักอยู่ในปัจจุบัน

ขอถวายพระราชากุศล ถวายพระกุศล ถวายพระพร และ
อำนวยการอนุโมทนาทุกพระองค์ทุกท่านผู้ทรงมีพระเมตตาเมตตา
ศรัทธาร่วมบำเพ็ญกุศลในทางต่าง ๆ ดังกล่าว และที่ช่วยในกิจทั้งปวง

ธาดู จิรั สัต ธมฺโม ธมฺมทรรุ จ ปุคฺคฺลา

สงฺโฆ โทศุ สมคฺคโว อคฺคฺยาจ จ หิตาย จ

ขอธรรมของสัตบุรุษทั้งหลายจงดำรงอยู่นาน และบุคคล

ทั้งหลายที่ทรงธรรมจงดำรงอยู่นาน ขอพระสงฆ์จงเป็นผู้พร้อม
เพียรยงกัน เพื่อประโยชน์และผู้เกื้อกูล

อมุเท รกขตุ สทสมุโม สหุเพปี ฐมมจาริโน

วุจตุตี สมุปาปุณเณยยาม ฐมเม อริยปุเปเวทิต

ขอพระสังฆธรรมจงรักษาเราทั้งหลาย ผู้ประพฤติธรรม แม้
ทั้งปวง ขอเราทั้งหลายจงถึงความเจริญในธรรมที่พระอรียเจ้า
แสดงแล้ว.

ญ.ส.

๓ ตุลาคม ๒๕๒๖

วัดบวรนิเวศวิหาร

กฎีกหลวงกัมปนาทแลนยากร



3111102001892

แสงส่องใจ



อุเบกขาเป็นธรรมในธรรมสำคัญหมวดหนึ่ง คือพรหมวิหารธรรม มนุษย์ก็ได้ชื่อว่าเป็นพรหมแม้มีธรรมหมวดนี้สมบูรณ์ คือมีพร้อมทั้ง เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา.

อุเบกขาหมายถึงการวางใจเป็นกลางวางเฉย ไม่ยินดีไม่ยินร้าย จึงไม่หวั่นไหวด้วยความยินดีหรือความยินร้าย หวั่นไหวเพราะความยินดีแม้มากย่อมเป็นเหตุให้ฟุ้ง หวั่นไหวเพราะความยินร้ายแม้มากย่อมเป็นเหตุให้เครียด อุเบกขาจึงเป็นธรรมโอสถเครื่องรักษาโรคทางจิต ทั้งสอง คือทั้งโรคฟุ้งและโรคเครียด ท่านผู้มีปัญญาเห็นความศักดิ์สิทธิ์ของธรรมโอสถนี้จึงสนใจอบรมอุเบกขา เพื่อรักษาใจให้ปราศจากโรค ให้เป็นใจที่สมบูรณ์สุขอย่างแท้จริง.

โรคทางจิตก็เหมือนโรคทางกาย ยารักษาโรคทางจิตก็เหมือนยา รักษาโรคทางกาย ไม่ว่าจะใช้ยาวิเศษขนาดใดก็ตาม ก็ต้องใช้ยานั้น ให้ได้ขนาดเพียงพอกับอาการของโรค โรคทางกายบางโรคไม่ต้อง ใช้ยามากและไม่ต้องใช้นาน บางโรคต้องใช้มากและต้องใช้นาน จะใจร้อนใจเร็วให้โรคหายทันใจทุกโรคไม่ได้ แต่โรคทางใจของคน ทั่วไปปกติต้องใชยามากและต้องใช้นาน จึงจะใจร้อนใจเร็วให้เห็นผล

เป็นความหยาบขาดจากโรคทางใจอย่างทันตาทันใจไม่ได้ ต้องใช้
ธรรมโอสถให้เพียงพอกับอาการของโรค เช่นโรคเครียดและโรคฟุ้ง
ที่กล่าวแล้วว่ารักษาได้ด้วยธรรมโอสถคืออุเบกขา ก็ต้องใช้ธรรมโอสถ
ให้เพียงพอ คือใช้ให้มากพอและใช้ให้นานพอ จึงจะหายขาดได้จริง.

อุเบกขาเป็นยอดของพรหมวิหารธรรม เมตตากรุณาเป็นฐาน มุทิตา
เป็นตัว การจะสร้างยอดโดยไม่สร้างฐานไม่สร้างตัวนั้นก็ทำกันได้
แต่ยอดจะวางอยู่ต่ำเตี้ย ไม่มั่นคง ไม่สูงสง่า ถ้าสร้างฐานสร้างตัว
เป็นลำดับขึ้นไปเรียบร้อยแล้วจึงสร้างยอด ยอดก็จะมั่นคง สูงเด่น
เป็นสง่า.

การอบรมอุเบกขาให้มั่นคงงามพร้อม จึงควรต้องอบรมพรหมวิหาร-
ธรรมให้สมบูรณ์ เริ่มแต่ฐานคือเมตตากรุณาเป็นเบื้องต้น มุทิตา
เป็นลำดับไป แล้วจึงถึงอุเบกขา เช่นนี้ไม่หมายความว่าจะต้องใช้
เวลานานนักหนากว่าที่จะเริ่มจากฐานขึ้นไปถึงยอด เรื่องของจิต
หรือเรื่องของใจ เป็นเรื่องพิเศษสุด อำนาจของใจความเร็วของใจ
ก็เป็นความพิเศษสุดเช่นเดียวกัน พรหมวิหารธรรมคือเมตตา กรุณา
มุทิตา อุเบกขา ก็เป็นเรื่องของใจ จึงมีความพิเศษสุด ผู้มีบุญมีปัญญา
มีใจเข้มแข็งมั่นคงด้วยสัจจะ สามารถอบรมพรหมวิหารธรรมตั้งแต่
ฐานถึงยอดได้ในเวลารวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องเนิ่นช้า สำคัญที่พึงต้อง
มีศรัทธาตั้งมั่น ว่าพรหมวิหารธรรมนี้มีคุณประโยชน์แก่ชีวิตอย่าง

แท้จริง ไม่เช่นนั้นแล้วสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็จักไม่ทรงแสดงไว้ว่าเป็นธรรมเครื่องอยู่ของพรหม จึงพึงน้อมใจ รับประทานตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ในเรื่องการอบรมพรหม- วิหารธรรมนี้.

เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีความหมายที่แท้จริงอย่างไร ศึกษา ให้เข้าใจถูกต้องเสียก่อน อย่าให้รู้ผิด เพื่อการปฏิบัติจะได้ไม่ผิด ผลที่ตามมาจะได้ไม่ผิด เมื่อศึกษาเข้าใจพรหมวิหารถูกต้องพอสมควร แล้วให้ปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในตนให้ถูกต้อง และจะไม่ต้องใช้เวลานานเลย สำหรับการปฏิบัติอบรมธรรมหมวดนี้หรือหมวดใดก็ตาม แม้ เชื่อว่าพระพุทธองค์ทรงสอนให้ปฏิบัติ พุ่งใจให้ตรงดิ่งลงไป ในเมตตา ในกรุณา ในมุทิตา ทุกเวลาทุกโอกาสที่มีมา ไม่มีข้อแม้ข้อแย้งยกขึ้น เพื่อให้ใจคัดค้านไม่ยอมมีเมตตาไม่ยอมมีกรุณาไม่ยอมมีมุทิตา ไม่ว่า ต่อผู้ใดทั้งสิ้น ไม่ว่าจะ เป็นมิตรหรือเป็นศัตรู เพราะพระพุทธองค์ ไม่ได้ทรงสอนให้เลือกมิตรเลือกศัตรู หรือเลือกคนดีคนชั่ว ทรงสอน ให้มีพรหมวิหารเป็นที่อยู่ของใจตลอดเวลา นั่นก็คือไม่ว่าจะพบคนดี หรือคนชั่ว พบมิตรหรือพบศัตรู พบที่ไหนเวลาใด ใจของเราต้องอยู่ใน พรหมวิหารธรรมตลอดเวลาสม่ำเสมอ การเชื่อพระพุทธเจ้าให้แน่วแน่ มั่นคง ยอมเป็นยอมตายได้เพื่อปฏิบัติตามที่ทรงสอนไว้ เป็นวิธีพิเศษ ที่จะช่วยให้การใช้ธรรมโอสถรักษาโรคทางใจได้ผลรวดเร็วทันที.

การเชื่อพระพุทธเจ้าแล้วปฏิบัติตามที่ทรงสอนไว้ โดยไม่มีข้อคิด
คัดค้านอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ใช่ความมกมาย ไม่ใช่การแสดงความ
อ่อนแอไม่เป็นตัวของตัวเอง ตรงกันข้ามกลับเป็นความปรีชาฉลาด
ลึกซึ้งซึ่งอย่างยากจะหาผู้ทัดเทียมได้ พระพุทธองค์ทรงสอนให้เมตตา
ให้กรุณา ก็ให้เมตตาให้กรุณาอย่างเต็มเปี่ยมทั้งหัวใจ โทสะไม่ว่า
มากไม่ว่าน้อยจะดับลงได้ด้วยอำนาจของเมตตาทันที ยิ่งทุ้มเทาใจ
เชื่อพระพุทธเจ้าทำตามพระองค์เต็มสติกำลัง ใจก็จะตั้งอยู่ในความ
ไม่มีโทสะ มีแต่ความสุขสงบเย็นสว่างไสว จนกระทั่งอาจรู้สึกเหมือน
ไม่มีเมตตา ไม่มีกรุณา ไม่มีมุทิตา ในใจตนมีแต่อุเบกขาเท่านั้น แต่
ความจริงอุเบกขานั้นพร้อมด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา เปรียบดังขึ้น
รถด่วนที่วิ่งผ่านสถานีต่าง ๆ อย่างรวดเร็ว ไม่หยุดสถานีระหว่าง
ทางเลย ไปหยุดต่อเมื่อถึงสถานีปลายทาง ถึงที่หมาย ได้สมประสงค์
ตรงสถานีปลายทางนั้น เช่นนี้ไม่หมายความว่ารถไฟไม่ได้วิ่งผ่าน
สถานีต่าง ๆ ในระหว่างทาง รถผ่านแต่ละสถานีอย่างรวดเร็ว จน
ยากจะสังเกตเห็นว่าเป็นสถานีใดบ้างเท่านั้น การอบรมเมตตากรุณา
มุทิตาไปจนถึงอุเบกขาด้วยวิธีพิเศษ คือเชื่อพระพุทธเจ้าให้แน่วแน่
มั่นคง ขอมเป็นยอมตายเพื่อปฏิบัติตามที่ทรงสอนไว้ จะได้ผลรวดเร็ว
ดังนี้.

ผู้ยังไม่บรรลุผลสูงสุดของพรหมวิหารธรรม ยังพยายามตั้งใจอบรม
พรหมวิหารธรรมอยู่ ควรต้องรู้ว่าผู้มีเมตตา กรุณา มุทิตานั้น ควร

อย่างยิ่งที่จะต้องใช้อุเบกษาแทรกไว้ตลอดเวลา เหมือนเป็นยาดำที่จำเป็นต้องแทรกอยู่ในยาดีแทบทุกขนาน ไม่เช่นนั้นแล้วยาดีที่ขาดยาดำก็จะเป็นยาดีที่สมบูรณ์ และพรหมวิหารธรรมก็จะไม่สมบูรณ์เช่นเดียวกัน.

เมตตาขาดอุเบกษาก็ผิด กรุณาขาดอุเบกษาก็ผิด มุทิตาขาดอุเบกษาก็ผิด เมตตากรุณาที่ผิดก็เช่นปรารถนาให้เขาเป็นสุข พยายามช่วยให้เขาพ้นทุกข์ เต็มกำลังความสามารถ เมื่อทำไม่ได้ตั้งความปรารถนาก็เป็นทุกข์ เพราะไม่วางอุเบกษา เช่นนี้แหละผิด แต่ถ้าทำเต็มสติปัญญาความสามารถโดยควรแล้ว แม้ไม่เกิดผลดังปรารถนาก็วางอุเบกษาเสียได้ ไม่เร้าร้อนด้วยความปรารถนาต้องการจะให้สมมุ่งหมาย เช่นนี้ก็เป็เมตตากรุณาที่ไม่ผิด ที่ถูก มุทิตาความพลอยยินดีด้วยก็เช่นกัน มุทิตาที่ผิดก็เช่นไปพลอยยินดีด้วยการได้การถึงที่ไม่สมควรทั้งหลาย การได้การถึงที่ผิดที่ไม่ชอบเช่นนั้น ผู้มีมุทิตาที่แท้จริงในพรหมวิหารจะวางใจเป็นกลางวางเฉยอยู่ได้ด้วยอุเบกษา ไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับแม้ด้วยมุทิตา.

ผู้มีอุเบกษาในใจจริงนั้นการแสดงออกภายนอกเหมือนไม่มีอุเบกษาได้ เพราะผู้มีอุเบกษานั้นไม่หมายถึงว่าจะต้องไม่รับรู้ในคุณในโทษของสิ่งภายนอก ผู้มีอุเบกษาย่อมรู้ดีว่าปฏิบัติอย่างไรเป็นคุณ ปฏิบัติอย่างไรเป็นโทษ บางทีการวางเฉยทางกายทางวาจาเหมือนกับใจ

ที่วางเฉยอยู่ด้วยความสงบก็อาจเป็นคุณ แต่บางทีก็อาจเป็นโทษ ฉะนั้นเมื่อการวางเฉยภายนอกจะเป็นโทษ ผู้มีพรหมวิหารธรรม ข้ออุเบกขาพิจารณาเห็นแล้วก็ย่อมต้องแสดงออกตามความเหมาะสม ความควร รักษาไว้อย่างหวงแหนที่สุดเพียงอย่างเดียวคือใจที่เป็นอุเบกขา ไม่หวั่นไหววูบวาบขึ้นลงไปตามการแสดงออกภายนอก.

ความสงบอย่างยิ่งของใจย่อมมีอยู่ได้เป็นปรกติด้วยอำนาจของอุเบกขาที่แท้จริงในพรหมวิหาร ผู้มีใจยังไม่เป็นอุเบกขา บางทีก็สามารถแสดงอุเบกขาให้ปรากฏภายนอกได้ หลายคนเคยพูดว่า “ฉันอุเบกขา” นั้นไม่หมายถึงว่าผู้พูดมีใจเป็นอุเบกขาในพรหมวิหารธรรม แต่หมายถึงการกระทำเท่านั้นที่ไม่ยุ่งเกี่ยวในเรื่องนั้นเรื่องนี้เป็นเรื่อง ๆ ไป ความสงบเป็นปรกติของใจด้วยอำนาจของอุเบกขามีไม่.

ถ้าจะอบรมพรหมวิหารธรรมก็อย่าเห็นว่าเมตตากรุณาเท่านั้นสำคัญ มุทิตาและอุเบกขาก็สำคัญอย่างยิ่ง ไม่มีเมตตากรุณาก็จะมีใจโหดเหี้ยม ไม่มีมุทิตาก็จะมีความอิจฉาริษยา ไม่มีอุเบกขาก็จะไม่รู้จักวางเฉย ไม่รู้จักปล่อยวาง ยึดมั่นอยู่ ความโหดเหี้ยม ความอิจฉาริษยา ความยึดมั่นไม่ปล่อยวาง ย่อมเป็นความไม่สบายไม่งามของจิตใจ ย่อมไม่เป็นที่พึงปรารถนา ฉะนั้นเมื่อปรารถนาจะไม่ให้ได้ชื่อว่าเป็นคนโหดเหี้ยม อิจฉาริษยา หรือไม่ปล่อยวาง ก็ต้องอบรมพรหมวิหารธรรม เพื่อให้จิตพ้นจากสภาพที่ไม่งดงามไม่เป็นที่พึงปรารถนาดังกล่าว.

ผู้ปรารถนาให้ตนเองมีจิตใจสูง มีจิตใจดี มีจิตใจเย็นสบาย ไม่มีโทษ ไม่มีพยาบาท ไม่มีอิจฉาริษยา ควรต้องอบรมพรหมวิหารธรรม ให้สมบูรณ์บริบูรณ์ อย่าได้ว่างวัน โอกาสที่จะแผ่เมตตามืออยู่ทุกเวลา มีสติระวังให้มีอุเบกขาไปพร้อมกันด้วยก็จะเป็นพรหมวิหารธรรมที่ถูกต้องสมบูรณ์บริบูรณ์ ที่จะให้คุณแก่เจ้าตัวเดิมที่ก่อนให้แก่ผู้อื่น.

การรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีของตนไว้อย่างดี เป็นการแสดงกตัญญูกตเวทิต์ประการหนึ่ง ต่อท่านผู้ทรงพระคุณต่อประเทศชาติ และเป็นการแสดงกตัญญูกตเวทิต์ต่อประเทศชาติของตนด้วย.

ขนบธรรมเนียมประเพณีอย่างหนึ่งซึ่งเป็นความภาคภูมิใจของไทย เป็นที่ยกย่องสรรเสริญของคนต่างชาติทั้งหลายคือความมีสัมมาคารวะ สัมมาหมายถึงที่ดีที่ชอบ คารวะหมายถึงเคารพ สัมมาคารวะหมายถึงให้ความเคารพคารวะที่ดีที่ชอบคือสิ่งตรงเหมาะสมต่อผู้เกี่ยวข้องทั้งหลายทั้งปวง นี่คือนบธรรมเนียมประเพณีของไทยซึ่งเป็นที่ภาคภูมิใจอย่างยิ่ง ควรได้รับการรักษาให้ดำรงอยู่ยั่งยืนตลอดไป ไม่ควรปล่อยให้ความใจง่ายเห็นกับความพอใจของแต่ละคนทำลายขนบธรรมเนียมนี้.

อันการแสดงสัมมาคารวะนั้น แม้จะเหมือนเป็นการยกผู้ได้รับว่าสูง และผู้ให้ว่าต่ำ แต่ที่จริงมิได้เป็นเช่นนั้น ผู้แสดงสัมมาคารวะนั่นเอง

เป็นผู้ประกาศความสูงของตนให้ปรากฏแก่ตาผู้รู้ทั้งหลาย ผู้ได้รับ
มีฐานะอย่างไรก็คงอยู่ในฐานะเดิม ไม่อาจสูงขึ้นได้เพราะสัมมา
การะวะที่ ได้รับ การแสดงสัมมาการะวะก็เป็นกรรม จึงเข้ากฎของ
กรรมตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ คือผู้ใดทำผู้นั้นย่อมได้รับ
เมื่อสัมมาการะวะเป็นกรรมดี ผลดีจึงเกิดแก่ผู้ทำ แม้มีความรู้สึก
ไม่อยากจะแสดงสัมมาการะวะเมื่อใดก็ควรนึกถึงความจริงนี้ ไม่มี
ใครไหนอื่นจะได้รับผลดีจากการแสดงสัมมาการะวะ นอกจากเจ้า
ตัวเองเท่านั้น ในทางตรงกันข้าม ผู้แสดงความก้าวร้าวหยาบคาย
ไม่มีสัมมาการะวะก็ไม่มีใครไหนอื่นจะต้องกระทบกระเทือน นอกจาก
เจ้าตัวเองเท่านั้น.

อันคำว่าที่พึ่งนั้น เป็นที่เข้าใจกันดีว่าหมายถึงผู้ให้ความปกป้อง
อุปการะทุกประการ จึงเป็นที่เข้าใจกันด้วยว่าพระพุทธเจ้าพระ
ธรรมพระสงฆ์เป็นที่พึ่งของพุทธศาสนิก คือพระพุทธเจ้าพระธรรม
พระสงฆ์จะปกป้องอุปการะให้เป็นสุขสวัสดิ เพื่อให้ความเข้าใจนี้
ไม่มีโอกาสผิดพลาดได้ จึงควรศึกษาให้รู้ชัด ว่า พุทธัง สรณัง คัจฉามิ
ข้าพเจ้าถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง นั้นหมายถึงว่าจะปฏิบัติตามที่
พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน การปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน
จะเป็นเหตุให้ถึงความสุขสวัสดิได้แน่ ชัมมัง สรณัง คัจฉามิ ข้าพเจ้า
ถึงพระธรรมเป็นที่พึ่ง นั้นหมายถึงว่าจะปฏิบัติตามพระธรรม ก็คือ
ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า การปฏิบัติตามพระธรรมจะเป็น

เหตุให้ถึงความสุขสวัสดิ์ได้แน่ สังฆัง สรณัง คัจฉามิ ข้าพเจ้าถึง
พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง นั้นหมายถึงว่าจะปฏิบัติตามที่พระอริยสงฆ์ท่าน
ปฏิบัติ คือปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติถูก ปฏิบัติชอบ การปฏิบัติ
ตามที่พระอริยสงฆ์ท่านปฏิบัติจะเป็นเหตุให้ถึงความสุขสวัสดิ์ได้แน่
สรณัง คัจฉามิหรือการถึงเป็นสรณะเป็นที่พึ่งมีความหมายเช่นนี้.

การเคารพบูชากราบไหว้ท่านผู้เป็นมารดาบิดาบุพการีผู้ล่วงลับ
แล้วทั้งหลาย หรือท่านผู้มีพระคุณทั้งหลายก็ตาม มิได้ถือเป็นการ
ปฏิบัติแบบถึงเป็นที่พึ่ง มิได้เป็นสรณัง คัจฉามิ เพราะฉะนั้นจึงไม่
เป็นการผิดที่พุทธศาสนิกทั้งหลายผู้กล่าววาจาถึงพระพุทธเจ้าพระ
ธรรมพระสงฆ์เป็นสรณะที่พึ่งแล้ว จะแสดงความเคารพคารวะ
กราบไหว้ท่านผู้ทรงพระคุณแม้อล่วงลับแล้วทั้งหลาย เพราะเป็นการ
แสดงความมีคุณธรรมสูงส่งคือกตัญญูกตเวทิตาธรรม.

บุพชนผู้ไม่มีญาณหยั่งรู้หยั่งเห็นไปถึงภพภูมิอื่นพ้นไปจากภพภูมิ
ของตนในปัจจุบัน ย่อมไม่อาจรู้ได้ ว่าท่านผู้มีพระคุณทั้งหลายสถิต
อยู่ ณ ภพภูมิใดในฐานะใด การแสดงความเคารพคารวะโดยมุ่ง
แสดงความระลึกพระคุณท่าน จึงไม่เป็นความผิด ความมงงาย
แตกต่างกับความกตัญญูกตเวทียุเหมือนสีด้าแตกต่างกับสีขาว ผู้มี
ปัญญาเมื่อพิจารณารู้จักความมงงายและความกตัญญูกตเวทียุ จึง
ปฏิบัติได้ถูกต้อง.

อันความกตัญญูกตเวทินั้นหาได้ยากในผู้มีจิตใจไม่ประณีต เพราะความไม่ประณีตแห่งจิตใจจะทำให้ไม่ตระหนักชัดในความกตัญญูกตเวที ทำให้เห็นไปว่าความกตัญญูกตเวทีเป็นความมมงาย เป็นความเปล่าประโยชน์ ผู้มาบริหารจิตทั้งหลายพึงพึงใจให้รู้จักความกตัญญูกตเวทีให้ถูกต้อง พึงมีกตัญญูกตเวทิต่อผู้ทรงพระคุณ ไม่เพียงแต่เฉพาะท่านที่ยังดำรงชีวิตอยู่ แต่ต้องตลอดถึงท่านผู้ล่วงลับแล้ว ไม่ว่าจะสถิตอยู่ ณ ภพภูมิใดที่ไม่อาจตามไปรู้เห็นด้วยความสามารถของตน.

ผู้มุ่งมาบริหารจิต มุ่งปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นจากกิเลส ต้องพิจารณาใจตนในขณะอ่านหรือฟัง เรียกว่าเป็นการเลือกเฟ้นธรรม ธรรมใดกระทบใจว่าตรงกับที่ตนเป็นอยู่ พึงปฏิบัติน้อมนำธรรมนั้นเข้าสู่ใจตน เพื่อแก้ไขให้เรียบร้อย ที่ท่านกล่าวว่า “เห็นบัณฑิตใด ผู้มีปกติซื่อความผิดให้ ดุจผู้บอกขุมทรัพย์ให้ ซึ่งมีปกติกล่าวการามีปัญญา พึงคบบัณฑิตเช่นนั้น เมื่อคบท่านเช่นนั้น ย่อมประเสริฐไม่เลวเลย”.

บัณฑิตนั้นคือคนดีผู้มีธรรม หรือผู้รู้ธรรมปฏิบัติธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนนั่นเอง การกล่าวธรรมของบัณฑิตคือการกล่าวตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ และบัณฑิตนั้น มีพุทธภาษิตกล่าวไว้ด้วยว่า “บุรุษจะเป็นบัณฑิตในที่ทั้งปวงก็หาไม่ แม้สตรีมีปัญญาเฉียบแหลมในที่นั้น ๆ ก็เป็นบัณฑิตได้เหมือนกัน”.

คนดีมีปัญญาคือคนมีกิเลสบางเบา โลภน้อย โกรธน้อย หลงน้อย กิเลสนั้นมีมากเพียงไร ก็ทำให้เหลือน้อยได้ ทำให้หมดจดอย่างสิ้นเชิง ก็ได้ สำคัญที่ผู้มีกิเลสต้องมีปัญญาแม้พอสมควรที่จะทำให้เชื่อว่ากิเลสเป็นโทษอย่างยิ่ง ควรทำลาย สามารถทำลายกิเลสได้มากเพียงไร ก็สามารถเป็นคนดี เป็นบัณฑิตได้เพียงนั้น ทั้งยังสามารถแลเห็น พระพุทธเจ้าได้ใกล้ชิดเพียงนั้นด้วย.

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งซึ่งเป็นที่คุ้นหูคุ้นใจคนจำนวนมากคือบทที่ว่า สัพพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ แปลความว่า การให้ธรรม ย่อมชนะการให้ทั้งปวง และเพราะพุทธศาสนิกชนจำนวนมากไม่น้อยมีศรัทธาเชื่อในคุณแห่งการให้ธรรมเป็นทาน จึงแม้สามารถก็จะพากันพิมพ์หนังสือธรรมแจกเป็นธรรมทาน ซึ่งเชื่อว่าเหนือการให้ทั้งปวง ซึ่งจักเป็นบุญเป็นกุศลยิ่งกว่าบุญกุศลที่เกิดจากการให้ทานอื่นทั้งปวง นี่เป็นการถูกเป็นการดี เพราะการเผยแพร่ธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นความดีอย่างยิ่ง ยิ่งผู้ได้รับนำไปปฏิบัติก็จะยิ่งเป็นการดีที่สุด เพราะการปฏิบัติธรรม ทรงธรรม ตั้งอยู่ในธรรม เป็นการนำให้ถึงความสวัสดิอย่างแท้จริง และไม่เพียงเป็นความสวัสดิเฉพาะตนเองเท่านั้น ยังสามารถแผ่ความสวัสดิให้กว้างไกลไปถึงผู้เกี่ยวข้องได้มากมาย กล่าวได้ว่าผู้มีธรรมเพียงคนเดียวย่อมยังความเย็นความสุขให้เกิดได้เป็นอันมาก ตรงกันข้ามกับผู้ไม่มีธรรม แม้เพียงคนเดียวก็ย่อมยังความร้อนความทุกข์ให้เกิดได้เป็นอันมาก.

พิจารณาจากความจริงที่ว่าผู้มีธรรมเป็นผู้ให้ความเย็นความสุขแก่ผู้อื่นได้เช่นเดียวกับที่ให้ความเย็นความสุขแก่ตนเอง อาจเห็นได้ว่าการให้ธรรมไม่หมายเพียงการพิมพ์หนังสือธรรมแจก หรือการอบรมสั่งสอนด้วยวาจาให้รู้ให้เห็นธรรมเท่านั้น แต่การให้ธรรมที่แท้จริงย่อมหมายถึงการทำตนเองของทุกคนให้มีธรรม ให้ธรรมในตนปรากฏแก่คนทั้งหลายโดยอัตโนมัติ ไม่ต้องมีการแสดงออกเป็นการสั่งสอนด้วยวาจา หรือเช่นด้วยการแสดงธรรมแบบพระธรรมเทศนาของพระ การสั่งสอนธรรมหรือให้ธรรมด้วยความประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยตนเองนั้นมีความสำคัญเหนือกว่าการแจกหนังสือธรรมเป็นอันมากด้วยซ้ำ เพราะการประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอจนธรรมนั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกายกับใจนั้นแหละเป็นการแสดงธรรมให้ปรากฏแก่ผู้รู้ผู้เห็นทั้งหลายทั้งปวง และจะต้องได้ผลมากกว่าการให้ธรรมที่เป็นข้อเขียนในหน้าหนังสือ.

อันคำว่าธรรมนั้นที่แท้จริงมีความหมายเป็นสองอย่าง คือทั้งที่ดีและที่ชั่ว หนังสือธรรมมิได้แสดงแต่ธรรมที่ดี แต่แสดงธรรมที่ชั่วด้วย เพียงแต่แสดงธรรมที่ดีว่าให้ประพฤติปฏิบัติ แสดงธรรมที่ชั่วว่าไม่ควรประพฤติปฏิบัติ และผู้ประพฤติธรรมหรือผู้มีธรรมนั้นก็คือผู้ประพฤติธรรมที่ดีไม่ประพฤติธรรมที่ชั่ว ผู้ประพฤติธรรมที่ดีเรียกได้ว่าเป็นสัตบุรุษ ผู้ประพฤติธรรมที่ชั่วเรียกได้ว่าเป็นอสัตบุรุษ

ความสูงต่ำห่างไกลของธรรมที่ดีและที่ชั่วนั้นมากมายนัก มีพุทธศาสนาสุภาษิตกล่าวไว้ว่า “ฟ้ากับดินไกลกัน และฝั่งทะเลก็ไกลกัน แต่นักปราชญ์กล่าวว่า ธรรมของสัตบุรุษกับของอสัตบุรุษไกลกันยิ่งกว่านั้น”.

ผู้ให้ธรรมทั้งด้วยการให้หนังสือธรรม และทั้งปฏิบัติด้วยตนเองให้ปรากฏเป็นแบบอย่างที่ดีงาม เป็นแบบอย่างของสัตบุรุษ กล่าวว่าเป็นผู้ให้เหนือการให้ทั้งปวง เพราะการพยายามช่วยให้คนเป็นผู้มีธรรมของสัตบุรุษละธรรมของอสัตบุรุษนั้น ก็เท่ากับพยายามช่วยให้คนบนดินคือต่ำเตี้ยได้เข้าใกล้ฟ้าคือสูงส่ง หรือช่วยให้คนชั่วเป็นคนดีนั่นเอง การช่วยให้คนชั่วเป็นคนดีนั้น ผู้ใดทำได้ผู้นั้นจักได้กุศลสูงยิ่ง การช่วยตนเองที่ประพฤตินิมนต์ให้เป็นคนประพฤตินิมนต์ก็เป็นการช่วยคนชั่วให้เป็นคนดีเช่นกัน จักได้กุศลสูงยิ่งเช่นกัน และจะเป็นกุศลที่สูงที่สุดเสียด้วยซ้ำ เพราะนอกจากตนเองจะช่วยตนเองแล้ว คนอื่นยากจักช่วยได้ นี่หมายความว่าอย่างน้อยตนเองต้องยอมรับฟังการแนะนำช่วยเหลือของผู้อื่น ยอมปฏิบัติตามผู้อื่นที่ปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีให้ปรากฏอยู่ คือทำตนเองให้เป็นผู้ประพฤตินิมนต์ของสัตบุรุษ ละการประพฤตินิมนต์ของอสัตบุรุษให้หมดสิ้น.

ผู้มาบริหารจิตทั้งนั้นพึงดูจิตตนเอง ให้เห็นชัดเจนว่ามีความปรารถนาต้องการจะก่อทุกข์โทษภัยให้แก่ตนเองหรือไม่ ถ้าไม่มีความ

ปรารถนานั้น ก็พึงรู้ว่าจำเป็นต้องอบรมปัญญาเพื่อให้ปัญญาเป็นแสงสว่างขับไล่ความมืดมิดของโมหะให้บรรเทาเบาบางถึงหมดสิ้นไป ปัญญาจะช่วยให้เห็นถูกเห็นผิดตามความเป็นจริง และเมื่อเห็นตรงตามความเป็นจริงแล้ว การปฏิบัติก็ย่อมไม่เป็นเหตุแห่งทุกข์ โทษภัยของตนเองและของผู้ใดทั้งสิ้น ทุกข์โทษภัยย่อมไม่มีแก่ตน อาจมีปัญหาว່ว่าแม้ตนเองไม่ก่อทุกข์โทษภัยแก่ตนเองด้วยการกระทำที่ไม่ถูกไม่ชอบทั้งหลาย แต่เมื่อยังมีผู้อื่นอีกเป็นอันมากที่ก่อทุกข์โทษภัยอยู่ แล้วเราจะพ้นจากทุกข์โทษภัยนั้นได้อย่างไร ปัญหานี้แม้พิจารณาเพียงผิวเผินก็น่าจะเป็นปัญหาที่ต้องยอมจำนน คือต้องรับว่า ถูกต้อง แต่ถ้าพิจารณาให้ลึกซึ้งอย่างประกอบด้วยปัญญาแท้จริง ย่อมจะได้คำตอบแก้ปัญหาค้นคว้าให้ตกไปได้อย่างสิ้นเชิง เพราะผู้มีความเห็นชอบปราศจากโมหะย่อมเห็นได้ว่าไม่มีทุกข์โทษภัยใดจะเกิดแก่ตนถ้าตนสามารถวางความคิดไว้ได้ชอบ เพราะความทุกข์ทั้งปวงเกิดจากความคิด.

พระพุทธเจ้าทรงเป็นพยานยืนยันความจริงที่ว่า ร่างกายของสัตว์ ย่อยยับได้ แต่ชื่อและสกุลไม่ย่อยยับ พระพุทธสรีระคือร่างกายของพระพุทธเจ้าย่อยยับไปนานนักแล้ว นับเป็นเวลากว่าสองพันปี แต่ชื่อและสกุลของพระองค์ท่านหาได้ย่อยยับไปด้วยไม่ ยังดำรงอยู่อย่างมั่นคงราบเท่าทุกวันนี้ พระนามของพระพุทธองค์เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวาง และเป็นที่ยอมรับอย่างเกิดทุนบูชาศรัทธาเลื่อมใสอย่างสูงส่ง

ทำให้น่าคิดว่าชื่อและสกุลที่ไม่ย่อยยับนั้นแตกต่างกันเป็นสองลักษณะกว้าง ๆ คือลักษณะหนึ่งดำรงอยู่อย่างเป็นที่ดูหมิ่นดูแคลน อีกลักษณะหนึ่งดำรงอยู่อย่างเป็นที่ชื่นชมยกย่องสรรเสริญ ความแตกต่างนั้นทุกคนน่าจะเข้าใจว่าเป็นเพราะเหตุสำคัญ คือความดีกับความชั่ว ความดีจะเป็นเหตุให้ชื่อและสกุลดำรงอยู่อย่างเป็นที่ชื่นชมยกย่องสรรเสริญ ความชั่วจะเป็นเหตุให้ชื่อและสกุลดำรงอยู่อย่างเป็นที่ดูหมิ่นดูแคลนรังเกียจเหยียดหยาม.

น่าจะกล่าวได้ว่าทุกคนรักชื่อรักสกุลของตน แต่ความไม่รอบคอบในการจัดการกับกิเลสทำให้คนเป็นอันมากทำลายชื่อทำลายสกุลของตนเอง ทำให้ชื่อให้สกุลของตนดำรงอยู่อย่างย่อยยับ ถ้าชื่อและสกุลจะย่อยยับไปเสียพร้อมกับร่างกายก็ย่อมจะดีกว่า คือถ้าตัวตายร่างกายเปื่อยเน่าสลายไป ชื่อและสกุลก็สลายไปพร้อมกัน ก็จะไม่มียุติอะไรน่ากังวลห่วงใยนัก แต่เมื่อไม่เป็นเช่นนั้น ร่างกายย่อยยับแล้ว ไม่มีเหลืออยู่แล้ว แต่ชื่อและสกุลไม่ย่อยยับ ยังเหลืออยู่ ผู้ร่วมสกุลผู้อยู่หลังยังมีอยู่ ยังร่วมรับรู้เกี่ยวกับชื่อและสกุลของเราอยู่ ก็ควรจะรอบคอบห่วงใยปฏิบัติต่อกิเลสในใจตนอย่าให้ผิดจนเป็นเหตุให้ชื่อและสกุลที่ดำรงอยู่เป็นที่รังเกียจเหยียดหยาม นำความอับอายขายหน้าความเสื่อมเสียมาสู่ผู้ร่วมสกุลทั้งหลายที่ร่างกายยังไม่ย่อยยับ.

จรรบรอบในการปฏิบัติจัดการกับกิเลสทั้งปวงที่มีอยู่ในใจตน อย่าตกเป็นทาสของกิเลส เมื่อยังไม่สามารถขุดรากทำลายกิเลสได้ ก็ต้องเข้มแข็งประณิดในการปฏิบัติทุกอย่างให้ฉลาดเหนือกิเลส ให้กิเลสอยู่ได้เรา ไม่ใช่ให้เราอยู่ได้กิเลส มีกิเลสอยู่ต้องใช้กิเลสให้เป็นประโยชน์ เช่นใช้กิเลสกองโลภะให้เป็นการโลภแสวงบุญกุศลคุณความดี ใช้กิเลสกองโทสะดูว่าตำหนิตเดียตนเองเมื่อทำไม่ชอบดังนี้เป็นต้น แต่ที่ถูกต้องที่สุด ควรปฏิบัติที่สุดก็คือพยายามถอดถอนกิเลสออกจากใจให้เต็มสติปัญญาความสามารถ โลกก็ตาม โกรธก็ตาม หลงก็ตาม ต้องพยายามขจัดไปให้พ้นจิตใจให้ได้ หมั่นสำรวจตรวจดูใจตนว่าสามารถทำได้ผลเพียงใดในแต่ละวัน แล้วไม่พอใจไม่พอใจ ว่าทำได้ผลเพียงพอแล้ว トラบใดที่กิเลสยังไม่หมดจากจิตใจสิ้นเชิง トラบนั้นยังไม่ควรหยุดกำจัดกิเลส.

โลภะโทสะโมหะเกิดจากตัวเอง ทรงมีพระพุทธรดำรัสเช่นนี้ เป็นสัจจะความจริงเช่นนี้ ไม่มีโลภะโทสะโมหะของใครเกิดจากใครอื่น นอกจากเจ้าตัวเองเลย ไม่ว่ามากน้อยหนักเบา โลภะโทสะโมหะเกิดจากตัวเองทั้งสิ้น และที่จะเกิดได้ก็ด้วยอาศัยสื่อคือความคิดปรุงปรุงคิดอันเกิดจากอวิชาความรู้ไม่ถูกรู้ไม่จริง ความโลภโกรธหลงของผู้ใดจะเกิดก็เพราะความคิดปรุงของผู้นั้น ความคิดปรุงที่มีวิชาค้นหาเป็นพลังสำคัญส่งเสริมจึงจะทำให้ความโลภความโกรธความหลงหรือโลภะโทสะโมหะเกิดได้ ความคิดปรุงที่ไม่มีวิชาค้นหา

เป็นพลังประกอบจะไม่ทำให้ความโลภความโกรธความหลงหรือ โลกะโทสะโมหะเกิด ดังนั้นความคิดปรุงจึงมีสองอย่าง อย่างหนึ่ง ประกอบด้วยกิเลส อย่างหนึ่งไม่ประกอบด้วยกิเลส และแม้จะมี กิเลสเป็นพื้นอยู่ในจิตใจแต่ถ้าไม่มีความคิดปรุงมากกระตุ้นให้ปรากฏ ตัวแล้ว กิเลสก็จะสงบตัวอยู่เหมือนไม่มี ความคิดปรุงอันประกอบ ด้วยกิเลสที่ทำให้โลกะโทสะโมหะแสดงตัว ก็เป็นโลกะโทสะโมหะ ในใจตัวเอง ไม่ใช่โลกะโทสะโมหะของใครอื่น จึงเป็นความจริง เป็นสัจจะ ที่ควรพยายามให้รู้ให้เห็นตามที่พระพุทธเจ้ารับสั่งว่า โลกะโทสะโมหะเกิดจากตัวเอง.

พระพุทธเจ้ารับสั่งไว้ว่า โลกะโทสะโมหะเกิดจากตัวเอง ย่อมเบียด เบียนผู้มีใจชั่ว ดุชชุยไผ่ฆ่าต้นไม้จะนั้น พระพุทธดำรัสนี้ชี้ชัดว่า ทรงกล่าวถึงกิเลสคือโลกะโทสะโมหะว่าเป็นความชั่ว มีอยู่ในใจ ทำให้ใจชั่ว มีอยู่ในใจผู้ใดทำให้ผู้นั้นมีใจชั่ว ดังพระพุทธดำรัส และ ชุยไผ่นั้นก็เกิดจากต้นไม้เอง ทำให้ต้นไม้ต้องตายเอง ทรงเปรียบเทียบ กิเลสคือโลกะโทสะโมหะกับชุยไผ่ ชุยไผ่ฆ่าต้นไม้ กิเลสคือโลกะ โทสะโมหะมีอยู่ในใจผู้ใดย่อมฆ่าผู้นั้น ทำให้ผู้นั้นเป็นผู้ตายทั้งเป็น คือถูกฆ่าทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่.

พระพุทธพจน์หรือพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าก็เปรียบได้ ดังวิชาความรู้ที่ต้องศึกษาและสอบให้ผ่าน ไม่เช่นนั้นก็จะบรรลุมผล

ไม่ได้ ผู้มุ่งมาบริหารจิตจึงต้องหมั่นยกสัจจะที่ตรัสสั่งสอนไว้ขึ้นพิจารณาเหมือนท่องบ่นวิชาทั่วไปทั้งหลายจนเกิดเป็นความรู้ความเข้าใจของตนเอง เป็นผลที่ตนเองได้รับได้เสีย ตามควรแก่ความพากเพียรศึกษาปฏิบัติจนเป็นความรู้ความเข้าใจจริง.

พุทธศาสนิกชนทั้งหลายนับว่าเป็นผู้มีบุญ เป็นผู้ได้เปรียบ เพราะมีพระพุทธเจ้าผู้ทรงตรัสรู้ คือทรงรู้แจ้งโลก ทรงรู้แจ้งทุกสิ่งทุกอย่าง และทรงรู้อย่างถูกต้อง ไม่ใช่ทรงรู้ผิดอันเป็นอวิชา พระพุทธเจ้าไม่ทรงเพียงรู้แจ้งโลกอย่างถูกแท้เท่านั้น แต่ทรงมีพระมหากรุณาอย่างหาที่เปรียบมิได้ต่อโลก มิใช่ต่อผู้หนึ่งผู้ใดเท่านั้นด้วย ดังนั้นจึงทรงแสดงความรู้ที่ทรงตรัสรู้อย่างเปิดเผยไม่ปกปิด เพื่อให้ผู้ยอมเชื่อฟังได้รับประโยชน์นำไปปฏิบัติพาดนให้ดำเนินไปตามทางที่ทรงดำเนินถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงแล้ว.

อันความคิดและสติปัญญาของบุุณชนเราแตกต่างจากของพระพุทธเจ้าอย่างหาคำมาอธิบายให้ถูกไม่ได้ ดังนั้นจึงมีความตรงกันข้ามอยู่ในแทบทุกเรื่องที่เป็นความตรัสรู้และที่เป็นความคิดเห็นของเรา บุุณชนทั้งหลาย เป็นต้นในความสุขและความทุกข์ ที่เราเข้าใจว่าเป็นสุขก็ทรงแสดงว่าเป็นทุกข์ ที่เราเข้าใจว่าน่าใคร่น่าปรารถนาพอใจก็ทรงแสดงว่าไม่น่าใคร่ไม่น่าปรารถนาพอใจ เพราะที่เราเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่จะนำให้เกิดความสุขก็ทรงแสดงว่าเป็นสิ่งที่จะนำให้เกิด

ความทุกข์ ดังนี้เป็นต้น จึงสมควรที่จะใช้วิธีบริหารจิตโดยตรง คือ โดยยอมเชื่อ ว่าไม่ว่าในเรื่องใดสิ่งใดทั้งนั้นถ้าความคิดความเห็นของเราผิดจากของพระพุทธเจ้าแล้ว เราเป็นฝ่ายผิด ต้องแก้ไขให้ถูกต้องตามของพระพุทธเจ้า ให้เต็มสติปัญญาความสามารถ.

เปรียบชีวิตก็เหมือนทาง การดำรงชีวิตอยู่ของแต่ละคนก็เปรียบดังการเดินทางนั่นเอง แตกต่างกันเพียงว่าบางคนเดินอยู่บนทางที่สว่าง บางคนเดินอยู่บนทางที่มีมืด พระพุทธองค์ทรงประกาศว่าทรงชูประทีปขึ้นส่องทาง ก็แสดงว่าทางของพระพุทธองค์เป็นทางที่สว่าง ทรงเตรียมทางที่สว่างไว้สำหรับทุกชีวิต ไม่ทรงเลือกเขาเลือกเรา พึงใช้สติใช้ปัญญาดำเนินไปตามทางที่สว่าง คือตามทางที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ชัดเจนว่าเป็นทางที่ถูกแท้ันจักนำไปถึงจุดมุ่งหมายได้โดยสวัสดิ์ ไม่พาไปตกหลุมตกเหวหรือเป็นเหยื่อของสัตว์ร้ายเสียก่อน.

ความโลกความโกรธความหลงนั้นเปรียบได้กับสัตว์ร้ายหรือห้วงเหว ที่มีอยู่เต็มทางแห่งชีวิตของทุกคน ถ้าเราเดินไปตามทางที่มีประทีปส่องสว่าง คือทางที่มีคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ประกาศบอกอยู่ตลอดเวลา ว่านั่นคือสัตว์ร้าย ให้หลีกเลี่ยงด้วยการทำเช่นนั้นเช่นนั้น หรือนั่นคือเหว ให้หลีกเลี่ยงด้วยการเลี่ยงไปทางนั้นทางนี้ เหล่านี้เป็นต้น เมื่อเลือกเดินทางของพระพุทธเจ้าแล้ว เรียกว่ามีศรัทธา ในพระพุทธเจ้า จึงควรใช้ศรัทธาให้ถูกต้องเต็มกำลังความสามารถ

อย่าท้อแท้ล้มเล ทรงสอนให้หลีกเลี่ยงอะไรควรตั้งใจปฏิบัติตาม ทรงสอนให้ทำอะไรควรตั้งใจทำอย่างนั้น ที่แน่นอนที่สุดคือ ทรงสอนให้ไม่ทำบาปไม่ทำความชั่วทั้งปวง ให้ทำบุญทำกุศล ทำคุณงามความดีทุกอย่าง และให้ทำใจให้ผ่องใส คือไม่ให้ขุ่นมัว มีดมิดด้วยอำนาจของกิเลสคือโลกโกรธหลง เมื่อมุ่งมาบริหารจิต ก็ต้องถือว่าเดินอยู่บนทางที่ทรงชูประทีปให้เห็นสว่างชัดเจน เป็น แสงส่องทาง หรือแสงส่องใจนั่นเอง.

ความทุกข์ทั้งหลายเกิดจากกิเลส โลกะหรือราคะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง ถ้าต้องการมีความสุขก็ต้องกำจัดกิเลส กิเลสของตนเอง กิเลสในใจตนเอง ไม่ใช่ไปตั้งหน้าจะกำจัดกิเลสของผู้อื่น.

เรื่องการกำจัดกิเลสนั้นจะได้ผลก็ต่อเมื่อเป็นการกำจัดกิเลสตนเอง คือกิเลสของผู้ใดผู้หนึ่งต้องกำจัด จะได้ผลยากมากหรือไม่ได้ผลเลย ถ้ามุ่งไปกำจัดกิเลสผู้อื่น เรื่องนี้สำคัญ ควรรำลึกไว้ และปฏิบัติให้ถูกต้อง ความโลภความโกรธความหลงในใจตนจึงจะเกิดผล กำจัด ความโลภความโกรธความหลงของผู้อื่นได้ผลยากและอาจไม่ได้ผลเลย ผู้มีปัญญาจึงมุ่งดูกิเลสของตนและกำจัดกิเลสของตนเท่านั้น ผู้ใด มุ่งกำจัดกิเลสของตนได้เพียงไหนจักมีความสุขเพียงนั้น นี่เป็น ความจริงแท้.

หึ่งเพ่งดูใจตนเอง ให้เห็นกิเลสในใจตนเอง ขณะเดียวกันจะสามารถเห็นความสุขความทุกข์ในใจตนเองได้ด้วย สำคัญอยู่ที่ว่าต้องใช้สติ ใช้ปัญญาให้ดีให้ถูก ให้เห็นหน้าตาของกิเลสในใจตนให้ได้ อย่าเห็นกิเลสในใจตนแล้วหลงเข้าใจผิดว่าเป็นกิเลสของผู้อื่น มุ่งไปแก้ที่ผู้อื่น เช่นนี้จักไม่มีวันได้พบความสุข เพราะจักไม่มีเวลาที่กิเลสในใจตนถูกกำจัดให้ลดน้อยลง ความทุกข์จึงย่อมไม่หมดไป เพราะความทุกข์ทั้งหลายเกิดจากกิเลส.

ขอให้เชื่อมั่นว่าเมื่อใดเกิดความทุกข์ให้รู้ตัวทันที ว่ากิเลสในใจตนกำลังแสดงฤทธิ์เดชแล้ว ความทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นไม่ว่ามากน้อยหนักเบาไม่ได้เกิดเพราะผู้อื่น เกิดเพราะกิเลสในใจตนเองเท่านั้น ขอให้เชื่อมั่นเช่นนี้เพราะเป็นความจริงเป็นความถูกต้อง ไม่มีผู้ใดเรื่องใดสิ่งใดจะทำให้เราเกิดความทุกข์ได้ถ้ากิเลสในใจเราเองจะไม่แสดงฤทธิ์ให้เราเป็นทุกข์.

กล่าวได้แน่นอน ว่าไม่มีทางใดจะพาให้ถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงได้นอกจากทางที่ดำเนินไปสู่ความหมดจดมั่งแผ้วของจิตใจเท่านั้น หมดจากอะไร แม้มีปัญหานี้ขึ้นก็ตอบได้ว่าหมดจดจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง บันไดขั้นต้นของการทำกิเลสให้หมดจดก็คือการไม่ทำบาปทั้งปวงและทำกุศลให้ถึงพร้อมนั่นเอง บันไดขั้นสุดท้ายคือการชำระจิตให้ผ่องใส จิตผ่องใสเมื่อไรก็แสดงว่าหมดจากกิเลสแล้ว

เมื่อนั้น จิตผ่องใสน้อยก็แสดงว่ากิเลสหมดจากจิตน้อย จิตผ่องใสมากก็แสดงว่ากิเลสหมดจากจิตมาก จิตผ่องใสเต็มทีก็แสดงว่ากิเลสหมดจากจิตแล้วสิ้นเชิง จิตผ่องใสพ้นจากกิเลสสิ้นเชิงเมื่อไรก็แสดงว่าพ้นทุกข์แล้วอย่างสิ้นเชิงเมื่อนั้น นี่แหละพระปัญญาคุณของพระพุทธเจ้า หาผู้ใดเล่าเปรียบเสมอ.

อันความโกรธเป็นความมืด มีคำเปรียบว่าโกรธจนหน้ามืด หน้ามืดหรือตามืดก็หมายความว่าแลไม่เห็น หรือเห็นไม่ชัด เห็นไม่ถูกต้องตามเป็นจริง ตามืดหรือตาบอดไม่ใช่อะไร ความมืดที่เกิดจากความโกรธไม่ตีออกไปกว่านั้นอย่างประมาณไม่ได้ ความมืดที่เกิดจากความโกรธจะปรากฏครอบคลุมใจ ก่อให้เกิดความทุกข์ เหมือนผู้ที่เคยตาดีแล้วกลับตาบอด จะต้องเป็นทุกข์หนักยิ่งกว่าผู้ที่ตาบอดแต่กำเนิด จึงควรพิจารณาให้รอบคอบ ให้เห็นจริง ว่าเมื่อความโกรธยังไม่เกิดกับเมื่อความโกรธเกิดขึ้น ใจของตนแตกต่างกันอย่างไร เมื่อความโกรธเกิดขึ้นใจตนมืดมัวจริงหรือไม่ ความมืดมัวของใจนั้นกล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือความโง่หรือความไม่มีปัญญาของใจ ความโกรธรุนแรงเพียงไรความมืดของใจก็จะมากเพียงนั้น มืดสนิทเพียงนั้น ขาดปัญญาเพียงนั้น ที่ว่าขาดปัญญานั้นก็เช่นเมื่อความโกรธเกิดขึ้นรุนแรงใจมืดสนิท ปัญญาดับ เห็นอะไรก็จะไม่ถูก รู้อะไรก็จะไม่ถูก ความเห็นไม่ถูกรู้ไม่ถูกนี้แหละจะนำไปเกิดความผิดพลาดอีกมากมายหลายอย่างเป็นความผิดพลาดที่มักจะกล่าวกันว่าไม่น่าทำ หรือทำโง่ ๆ นั้นเอง.



ชวณิมิตซ์

ชวณประหยัด พิมพ์ประทับใจ

ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ชวณนิมิตซ์ 469 ถนนพระสุเมรุ ตำบลสวนนิเวศน์ กรุงเทพมหานคร
โทร. 2810541 , 2822114 นาย ชวน ศรสงคราม ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา พ.ศ. 2526