



อนุสรณ์
วิหารสุทธิธรรมรังสี

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961116417

วันที่ ๑๑ / ๕๖ / ๒๕
เลขทะเบียน ๐๓๘๘๔.๑
เลขหมู่ ๐๗
๖๖๔๑๔๐

ฉบับที่ หังสมุทรวรรณ

อนุสรณ์ วิหารสุทธธรรมรังสี

พระสุทธธรรมรังสี คัมภีรเมธาจารย์
(พระอาจารย์ลี ธมฺมธโร)

ธรรมบรรณาการ

เนื่องในงานเสด็จพระราชดำเนิน
ทรงบรรจุพระบรมสารีริกธาตุ

วันอาทิตย์ ที่ ๒๖ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๐

ณ วัดโศการาม จังหวัดสมุทรปราการ

๔๐๘๗๖ หังสมุทรวรรณ - ๑๓๕/๑๕๖
๕๕๕๗ - ๕๕๕๕ - ๑๓๕/๑๕๖
๕.๕.๕.๕.๕.๕

.....

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ ห้างฯ ป. สัมพันธ์พาณิชย์ 1030/8-12 ถ.นครไชยศรี ดุสิต กรุงเทพฯ 10300
โทร. 2412321, 2415352 นายประวิทย์ มาสกุลรัตน์ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. 2530

คำปรารภ

เมื่อสมัยพระสุทธธรรมรังสี คัมภีรเมธาจารย์ (ท่านพ่อลี ธมฺมธโร) ยังมีชีวิตอยู่ ได้มีผู้บันทึกกรรมเทศนาของท่านไว้เป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อรักษารมมะของท่านไว้เป็นแนวทางการปฏิบัติสำหรับพุทธศาสนิกชนรุ่นหลัง และผู้ที่ริเริ่มในการนี้คือ คุณแม่ชีอรุณ อภิวิมุตตา ซึ่งได้เริ่มบันทึกกรรมเทศนาของท่านพ่อไว้ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๔๙๖ แต่ในสมัยนั้นเครื่องบันทึกเสียงยังไม่ค่อยจะแพร่หลายในเมืองไทย แม่ชีอรุณจึงได้จดหัวข้อธรรมเทศนาเหล่านั้นไว้เป็นตอน ๆ ในขณะที่ท่านพ่อแสดงธรรม แล้วจึงนำมาเรียบเรียงและขัดเกลาสำนวนใหม่ในภายหลัง ต่อมาในปี พ.ศ. ๒๕๐๐ จึงได้รวบรวมธรรมเทศนาเหล่านั้นจัดพิมพ์ขึ้นเป็นเล่ม และให้ชื่อว่า “แนวทางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน” หรือที่เรียกกันในหมู่ศิษย์ของท่านพ่อว่า “โอวาท ๔ พรรษา” หลังจากที่ได้รวบรวมไว้ในหนังสือเล่มนั้นแล้ว แม่ชีอรุณก็ยังบันทึกกรรมเทศนาของท่านพ่อต่อมาเรื่อย ๆ จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๐๓ ในระหว่างนั้น คือในปี พ.ศ. ๒๕๐๒ ท่านพระอาจารย์บุญฤทธิ์ อนุวฑฒโน ก็ได้เริ่มช่วยบันทึกกรรมเทศนาของท่านพ่อเพิ่มเติม และได้คัดลอกกรรมเทศนาของท่านพ่อจากเครื่องบันทึกเสียงด้วย ซึ่งในระยะนั้นเริ่มแพร่หลายในเมืองไทยแล้ว

จากหลักฐานดังกล่าวมานี้ ธรรมเทศนาของพ่อที่ได้ถูกบันทึกหลังการพิมพ์หนังสือ โอวาท ๔ พรรษานั้น ต่อมาเคยได้ถูกพิมพ์ไว้ในหนังสือหลายเล่มในโอกาสต่าง ๆ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๐๐ จนถึง ปี พ.ศ. ๒๕๒๙ มาบัดนี้หนังสือเหล่านั้นส่วนใหญ่กระจัดกระจายกันอยู่ และหาได้ยาก ฉะนั้นเพื่อเป็นการรักษาคำสอนของท่านพ่อไว้มิให้สูญหายไป ทางวัดอโศการาม จึงได้พยายามรวบรวมธรรมเทศนาเหล่านั้นไว้ในที่เดียวกัน และได้จัดพิมพ์ขึ้นเป็นเล่มเพื่อเป็นธรรมบรรณาการเนื่องในงานฉลองวิหารสุทธธรรมรังสี ในวันที่ ๒๔-๒๖ เมษายน ๒๕๓๐ นี้ด้วย และหวังว่าหนังสือเล่มนี้คงจะเป็นประโยชน์แก่ท่านพุทธศาสนิกชนผู้ใฝ่ใจในธรรมปฏิบัติตามสมควรต่อไป

วัดอโศการาม

๒๔ เมษายน ๒๕๓๐

คำนำ

วันที่ ๒๕-๒๖ เมษายน อันเป็นวันคล้ายวันมรณภาพของพระสุทธธรรมรังสี คัมภีร์เมธาจารย์ (พระอาจารย์ลี ธมฺมธโร) คณะศิษยานุศิษย์ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ได้พร้อมใจกันจัดงานบำเพ็ญกุศลอุทิศถวายท่านอาจารย์ทุกปี สำหรับปีนั้นนอกจากจะได้จัดตามที่เคยปฏิบัติกันมาแล้ว ยังจะได้ทำการฉลองวิหาร “สุทธธรรมรังสี” ซึ่งเพิ่งสร้างเสร็จแล้วใหม่อีกด้วย

การสร้างวิหารสุทธธรรมรังสีนี้ คณะศิษย์ได้ดำริกันมาเป็นเวลาช้านาน หลังจากประชุมกันในปี พ.ศ. ๒๕๑๓ มติในที่ประชุมยังไม่ประสงค์ที่จะก่อสร้างของท่านอาจารย์ แต่เนื่องด้วยศาลาหลังเดิมอันเป็นที่ตั้งสรีระของท่านอาจารย์ในปัจจุบัน เริ่มทรุดโทรมด้วยกาลเวลา และแคบลงไปทุกปี จึงได้ดำริที่จะสร้างวิหารหลังใหม่ เพื่อเป็นที่ประดิษฐานสรีระของท่านอาจารย์อย่างถาวร และเป็นที่ประกอบศาสนกิจเจริญสมณธรรม กว้างขวางพอแก่ความต้องการ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๔ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฺฐายี) ทรงเป็นประธานในพิธีวางศิลาฤกษ์ ต่อมาเมื่อ ปี พ.ศ. ๒๕๑๙ สมเด็จพระสังฆราชองค์ปัจจุบันทรงเป็นประธานในพิธีเจิมเสาเข็ม การก่อสร้างได้เริ่มลงมือเมื่อ พ.ศ. ๒๕๒๗ และบัดนี้การก่อสร้างได้สำเร็จลงแล้ว โดยอาศัยความสามัคคีของคณะศิษยานุศิษย์ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ซึ่งพร้อมใจกันเสียสละกำลังกาย กำลังทรัพย์ และกำลังความคิด เพื่อจะให้งานลุล่วงไปด้วยความเรียบร้อยตามจุดประสงค์

องค์วิหารจึงเป็นนิมิตประจักษ์ตา แสดงถึงหลักธรรมมีสามัคคีธรรมและอิทธิบาทธรรมเป็นอาทิ ที่ยังปรากฏอยู่ในคณะศิษยานุศิษย์ แม้ท่านอาจารย์ได้มรณภาพไปหลายปีแล้วก็ตาม การฉลองวิหารจึงเป็นการฉลองหลักธรรมเหล่านี้ด้วย

ฉะนั้น จึงได้รวบรวมหนังสือธรรมบรรยายการเล่นนี้ เพื่อเป็นอนุสรณ์เตือนใจศิษยานุศิษย์ให้ระลึกถึงคำสอนของท่านอาจารย์ และเพื่อชี้แนวทางปฏิบัติแก่ผู้ที่ต้องการแสวงหาวิหารธรรมในทางใจต่อไป หวังว่าจะอำนวยผลเป็นประโยชน์สุขแก่ผู้รับตามสมควร.

พระเทพโมลี

เจ้าอาวาส วัดโคกการาม

สารบัญ

หน้า

ภาค 1

— ของฝาก	1
— ทำนาบุญ	12
— อย่างประมาณความดี	21
— กิเลสสาร	26
— สีสานุสติ	34
— ศาสนกิจ	49
— มหาปริจาค 5	58
— วิชาจรณสัมปันโน	64
— จิตวิญญาน	74

ภาค 2

— 26 กรกฎาคม 2497	87
— โอวาทบางตอน	91
— อบรมสมาธิ	94
— 22 กันยายน 2499	96
— 29 พฤษภาคม 2500	97
— 23 มิถุนายน 2500	98
— 23 กรกฎาคม 2500	102
— 3 สิงหาคม 2500	106
— 4 สิงหาคม 2500	110
— 5 สิงหาคม 2500	113
— 10 สิงหาคม 2500	121
— 12 สิงหาคม 2500	125
— 19 สิงหาคม 2500	129
— 24 สิงหาคม 2500	137
— 25 สิงหาคม 2500	140
— 26 สิงหาคม 2500	142
— 28 สิงหาคม 2500	146

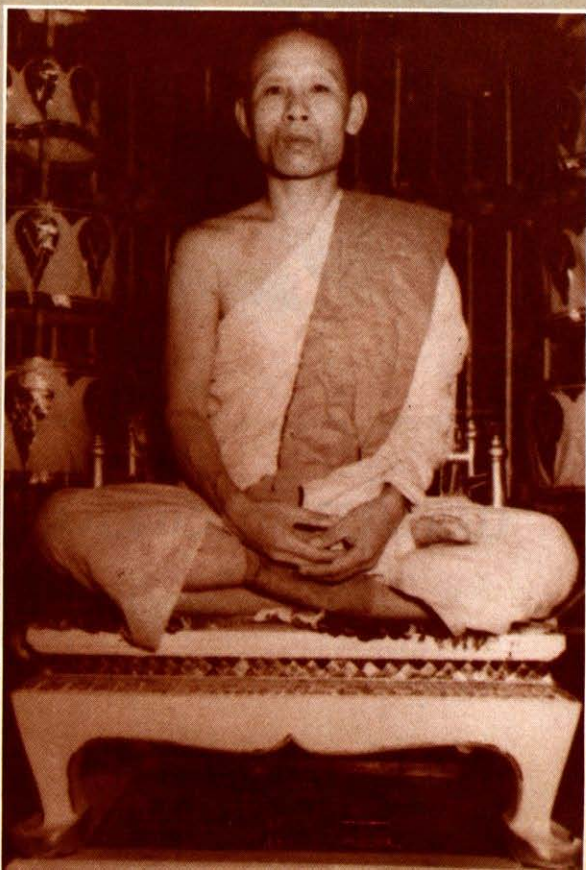
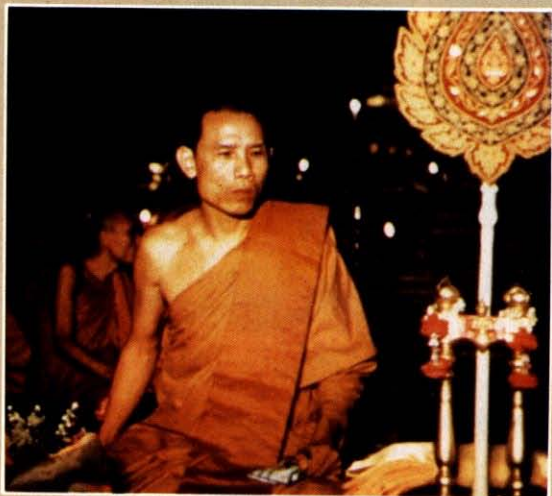
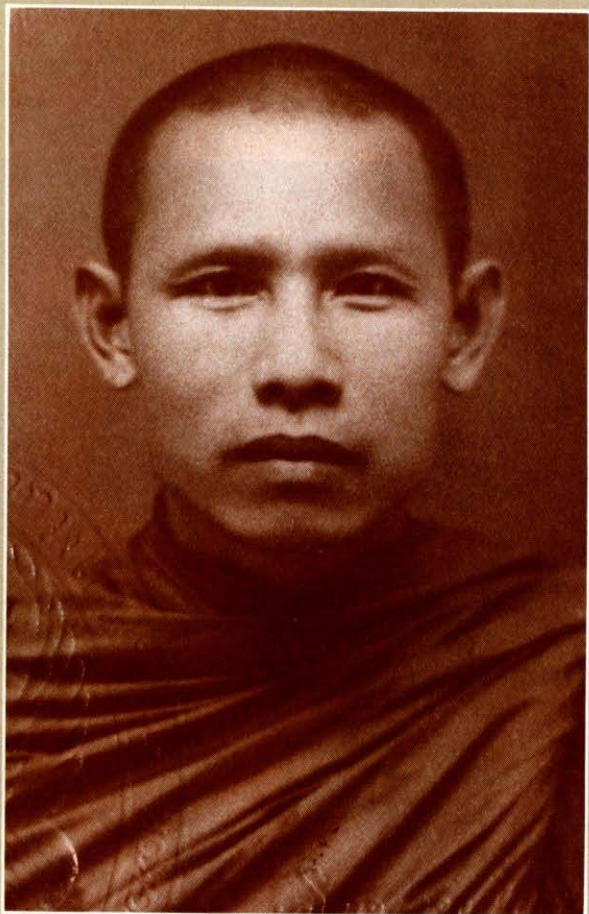
— 2 กันยายน 2500	151
— 9 กันยายน 2500	158
— 17 กันยายน 2500	164
— อบรมสมาธิตอนบ่าย	169
— 7 พฤษภาคม 2501	171
— 11 พฤษภาคม 2501	175
— 18 พฤษภาคม 2501	180
— 26 พฤษภาคม 2501	184
— 24 มิถุนายน 2501	189
— 1 กรกฎาคม 2501	196
— 10 กรกฎาคม 2501	197
— 12 กรกฎาคม 2501	198
— 13 กรกฎาคม 2501	201
— กรกฎาคม 2501	201
— กรกฎาคม 2501 (2 ถิ่น)	203
— 16 กรกฎาคม 2501	207
— 31 กรกฎาคม 2501	210
— 5 สิงหาคม 2501	214
— 7 สิงหาคม 2501	219
— 9 สิงหาคม 2501	223
— 23 สิงหาคม 2501	229
— 29 สิงหาคม 2501	236
— 30 สิงหาคม 2501	240
— 30 สิงหาคม 2501	242
— 31 สิงหาคม 2501	247
— 23 กันยายน 2501	252
— 28 กันยายน 2501	256
— 28 กันยายน 2501	257
— 29 กันยายน 2501	262
— 6 ตุลาคม 2501 (กคิธรรม)	265

	หน้า
— 12 ตุลาคม 2501	273
— 13 ตุลาคม 2501	277
— 22 ตุลาคม 2501	277
— 22 ตุลาคม 2501	280
— 21 ตุลาคม 2501	286
— 22 ตุลาคม 2501	288
— 4 พฤศจิกายน 2501	291
— 11 พฤศจิกายน 2501	296
— 17 มกราคม 2502	299
— 8 กุมภาพันธ์ 2502	301
— 23 กุมภาพันธ์ 2502	303
— 12 เมษายน 2502	305
— 7 พฤษภาคม 2502	308
— 11 พฤษภาคม 2502	310
— 15 พฤษภาคม 2502	313
— 16 พฤษภาคม 2502	315
— 17 พฤษภาคม 2502	316
— 22 พฤษภาคม 2502	319
— 26 พฤษภาคม 2502	320
— 26 พฤษภาคม 2502	323
— 25 มิถุนายน 2502	329
— 28 มิถุนายน 2502	333
— 30 มิถุนายน 2502	337
— 5 กรกฎาคม 2502	338
— 6 กรกฎาคม 2502	345
— 20 กรกฎาคม 2502	348
— 21 กรกฎาคม 2502	352
— พ.ศ. 2502	355
— พ.ศ. 2502	359
— คติพจน์ สิงหาคม 2502	361

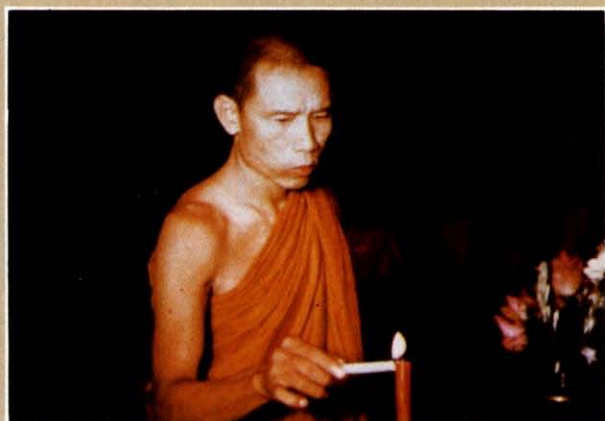
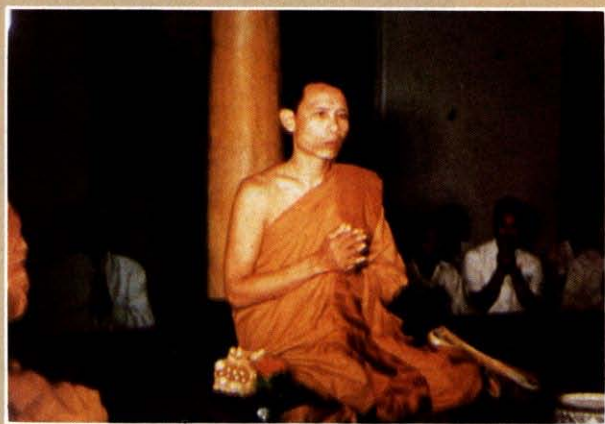
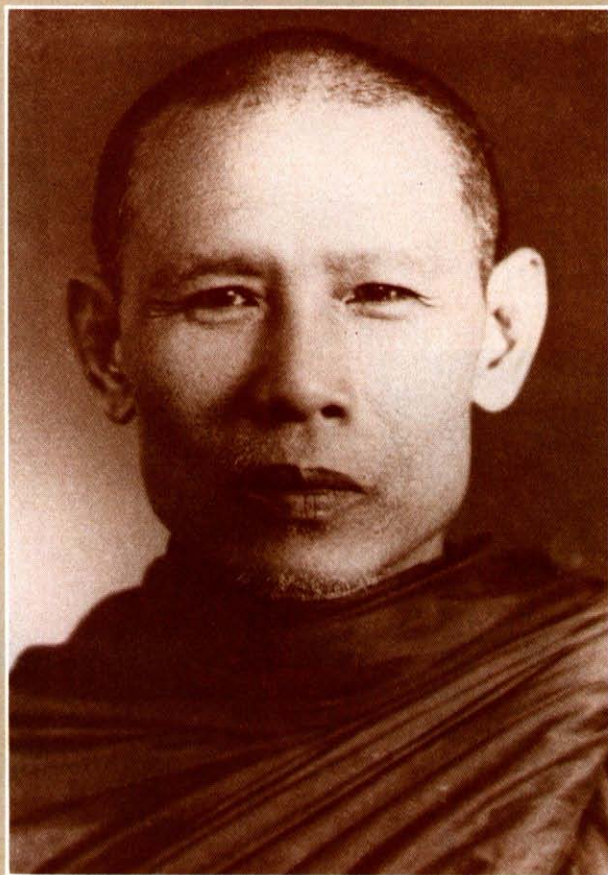
	หน้า
— 18 สิงหาคม 2502	362
— 19 สิงหาคม 2502	364
— ธรรมชาติ	367
— 19 สิงหาคม 2502	375
— 23 สิงหาคม 2502	378
— 23 สิงหาคม 2502	381
— ออกพรรษา 2502	383
— 31 ตุลาคม 2502	386
— 9 กรกฎาคม 2503	391
— 22 กรกฎาคม 2503	394
— วิชาวิมุติ	400
— 30 สิงหาคม 2503	404
— โอวาทเล็กๆ น้อยๆ	408
— จริยานุวัตร	410
— บทประพันธ์ท่านพ่อ	412
— โอวาทในยานอาพาธ	415
— 28 มีนาคม 2504	417



พระสุกัทธิธรรมรังสี คัมภีรเมธาจารย์
(ท่านพ่อลี ธมฺมธโร)



၁၉၅၀ ခုနှစ်





วิหารสุทธจริตรมรังสี





พระธุดงค์เจดีย์



หลวงพ่อดีเยร



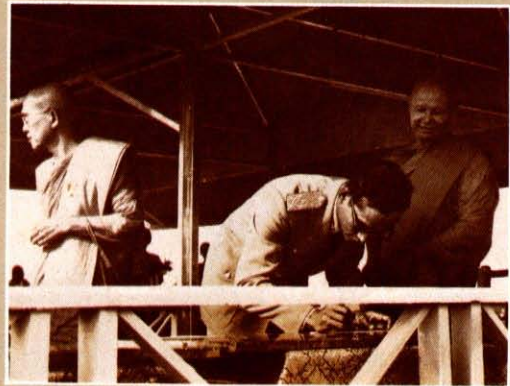
พระเจ้าอโศกมหาราช

งานเสด็จพระราชดำเนิน
บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ
ณ พระธาตุคงเจติย์
4 มิถุนายน 2509



สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าชายวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว

สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดา พัชรสุธาพิมลลักษณ พระบรมราชินี



โรงอุโบสถ →



← ตาลาการเปรียญ



ตาลาแม่ชี →



พระเทพโมลี
(สำรอง ดุณวุฑฺโฒ)
เจ้าอาวาส วัดอโศการาม

ของฝาก

แสดง ณ วัดอโศการาม, 19 พฤษภาคม 2503

เนื่องในงานฝังถุณิมิตพระอุโบสถ

ต่อไปนี้ ให้พากันตั้งใจสดับธรรมบ้างเล็กน้อย จะได้บรรยายข้อธรรมะ เพื่อเป็นการ
สนองศรัทธาท่านสาธุชนพุทธบริษัท

ในกาลต่อไปนี้หรือในวันนี้ เป็นวันที่สุดของงาน ซึ่งได้ดำเนินการกันมาตั้งแต่วันที่ 9
ขึ้น 14 ค่ำ เป็นกำหนดมาถึงวันนี้ ก็เป็นวันที่สำเร็จเรียบร้อยดี กิจการต่าง ๆ ก็แปลว่าหมด
แต่งงานอีกส่วนหนึ่ง ซึ่งเป็นงานของบุคคล เป็นสิ่งที่ควรสนใจ ทำธุระหน้าที่ของตนเรื่อยไปจนกว่า
จะหมดลม ฉะนั้น ในกาลต่อไปนี้ จึงจะขออัญเชิญธรรมมาแสดงเพิ่มเติม ฝากฝังพวกเรา
พุทธบริษัท ต่างท่านต่างคน จะได้พากันกลับไปบ้านของตัว การกลับไปบ้านของตัวนั้น ก็ควร
ที่จะมีอะไรติดตัวไปบ้าง เมื่อเรามีอะไรติดตัวของเราไปเช่นนั้น ของที่ควรเอาติดไป มีอยู่
2 อย่าง อย่างหนึ่ง เอาไปใช้สำหรับตัวเอง อย่างที่สอง จะต้องนำไปแจกจ่ายเจือจาน แก่ชาวบ้าน
ชาวเมืองตลอดถึงลูกเต้าหลานเหลนของตัว น้อย่างที่สอง นี้ลักษณะของผู้ไปแสวงหาทรัพย์
เมื่อตนไปได้ทรัพย์มาจากที่ไหนหรือจะเป็นเครื่องบริโภค อุปโภค ส่วนใดส่วนหนึ่งก็ตาม เมื่อเรา
กลับไปถึงบ้านของเรา ถ้าเราได้มาก ก็แจกจ่ายลูกเต้าหลานเหลนของตน ถ้ามันมากไปจน
เหลือเพื่อในครอบครัวของเรา บ้านใกล้เคียงทุก ๆ บ้านของเรา เราก็แจกจ่ายขยายทรัพย์ของ
ตัวนั้นให้เกิดประโยชน์แก่ปวงชน นัยหนึ่ง นัยที่สองนั้น ถ้าตนของตนไปแสวงหาทรัพย์มาได้
ในสถานที่ใดที่หนึ่ง ยังไม่เพียงพอที่จะแจกจ่ายเจือจานเช่นนั้น ก็ให้ถนอมทรัพย์ของตัว ซึ่งติด
กระเป๋ามาไปนั้น พยายามรักษาทรัพย์ก้อนนั้น สงวนทรัพย์ก้อนนั้น ให้ค่อยขยายตัวขึ้นมาก ๆ
อย่าเอาทรัพย์อันนั้นไปเที่ยวทิ้ง ไปเที่ยวทำลายให้กระจัดกระจาย เราควรจะต้องถนอมทรัพย์
ก้อนนั้น ให้ขยายตัวขึ้น คือแปลว่า เราได้ไปน้อย ไม่สามารถที่จะแจกจ่ายแก่กุลบุตร ลูกเต้า
หลานเหลน บ้านใกล้เคียงก็ดี เราก็ควรถนอมไว้ในตัวของเราให้ดี เมื่อเราเป็นผู้รู้จักถนอม
ความดีของตนได้เช่นนั้น ความดีมันก็แก่ขึ้น มากขึ้น เมื่อมันมากขึ้น ๆ จนมันเหลือล้นหลาม
เราก็ค่อย ๆ แจกลูก แจกหลานต่อไป

ถ้ายังไม่เป็นที่พอใจของตลกก็หามาใหม่ แปลว่าไปหาใหม่ พอได้ไปแล้ว ก็พยายามถนอมไว้นาน ๆ ให้พยายามกระทำตัวอยู่โดยอาการเช่นนี้ จะได้รับผลประโยชน์หลายทาง ทางหนึ่งตัวเราเองก็จะมีความสุข ทางที่สอง ยังประโยชน์ของบุคคลผู้อื่นให้สำเร็จเป็นไปด้วยดี นี่เป็นหน้าที่ของเราพุทธบริษัท เมื่อเราไปแสวงหาบุญในถิ่นใด ในสถานที่ใด เราต้องสำเหนียกอย่างนี้ ว่าเราควรที่จะต้องมีทรัพย์สินติดกระเป๋าไปบ้านของเรา ถ้าเป็นก้อนใหญ่ ก็จะเอาไปโปรยปรายขยายความดีนั้นให้เกิดประโยชน์ ถ้าได้น้อยก็ถนอมรักษาเอาไว้ให้ดี นี่เป็นนักบุญในทางพุทธศาสนา ต้องทำอย่างนี้ จึงเรียกว่าเราไปหาทรัพย์สินของเรานั้น ไม่สาปไม่สูญ ทรัพย์สินนั้นเป็นเครื่องป้องกันชีวิตของเราเรื่อย ๆ ไป ให้ผลประโยชน์ได้ทั้งสองทาง ทางหนึ่ง ให้ผลประโยชน์ในชาตินี้ ทางที่สอง ถึงเราจะแตกทำลายหายสูญไปจากโลกนี้ บุญกุศลก็ยังเป็นเครื่องชี้แนวทางของเรา ให้ไปในสถานที่ดี ถึงแม้จะมาเกิดในโลกนี้อีก ก็ไปเกิดในโลกที่เจริญ ไม่ไปเกิดในที่ทุกข์ยาก ลำบากเข็ญใจ เพราะกรรมสร้างไว้ คือความดีนั้น อำนาจผลให้สำเร็จ เหตุนั้นแหละนี้เป็นคำสั่ง เป็นคำเตือน หรือชี้แนวทางหน้าที่ของเรา ที่ได้มาร่วมสนธิบาต บำเพ็ญกุศลโดยอาการต่าง ๆ นี้จึงพากันกำหนดจดจำไว้ให้ดี ต่อนี้ จะได้นำความรู้สึกลงในตนของตนมาบรรยายให้พวกเราท่านทั้งหลายฟัง ฉะนั้น จึงพากันตั้งอกตั้งใจ ตั้งสติอารมณ์ของเราให้เยือกเย็นเป็นสุข ปลอดโปร่ง ใจของเรานั้น ไม่ให้มีอะไรเกี่ยวข้องในสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ให้ใจสว่างไสวเบิกบาน แจ่มแจ้งขึ้นในปัจจุบันนี้ ฯ

“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

“พุทฺธ ฌมฺมํ สงฺฆํ นมสฺสามิ สพุทฺธานํ ฌมฺมทานํ ชินาติ อิมสฺส ฌมฺมปริยายสฺส อุตฺโต สทาสมฺมุนเตหิ สกฺกจฺจํ ฌมฺโม โสตพฺโพติ”

ณ บัดนี้ จะได้นำซึ่งธรรมะมาแสดง เพื่อเป็นการฝากฝัง มอบหมาย ให้แก่พวกเราพุทธบริษัท ซึ่งได้พากันมาประชุมสนธิบาตกันในวันนี้ เรื่องการมาของพวกเราทั้งหลายนี้ ทั้งฝ่ายคฤหัสถ์และบรรพชิต ซึ่งมีดวงจิตประกอบไปด้วยกุศลธรรม ได้มาจากสถานที่ต่าง ๆ หลายจังหวัด แต่การมาของพวกเราเหล่านั้น มีอยู่ 2 ประเภท ประเภทหนึ่งเนื่องด้วยการเชิญชวนรับแจกใบกำหนดการ แล้วก็มาร่วมบำเพ็ญกุศลชุมนุมกัน ณ สถานที่นี้ เป็นเวลาอยู่ 11 วัน และอีกแผนกหนึ่ง มีได้ออกใบกำหนดการส่งข่าวไปถึง และไม่มีการเชิญ พอได้ทราบข่าวแว่ว ๆ ผ่านโสตของตนแล้ว ก็มีเจตนาดี คือมีเจตนาดีนั้น มีอยู่สองทาง ทางหนึ่ง มาเห็นว่าการทำเช่นนั้น เป็นการบุญการกุศลของพวกเรา ว่าเขาจะไม่ได้เรียกไม่ได้เชิญก็ตาม แต่เป็นคุณงามความดีส่วนหนึ่ง เราต้องมา บางท่านก็มีเหตุการณ์อย่างนี้ จนตลอดถึงพระเณรก็เช่นเดียวกัน เพียงแต่ทราบข่าว แล้วก็ได้พากันมาร่วมออกมาร่วมใจ ลักษณะเช่นนี้ เป็นเจตนากุศล ให้สำเร็จขึ้นในดวงใจของท่านทั้งหลายทุกท่านทุกคน บางท่านก็เห็นว่า เป็นเพื่อน เป็นหมู่เป็น

คณะ เป็นครูบาอาจารย์ แม้ท่านไม่เรียกไม่ขานเราก็ควรไป บางท่านก็คิดเห็นเช่นนี้แล้วก็ได้มาร่วมสนธิบาตประกอบกิจการต่าง ๆ ให้สำเร็จจนบัดนี้ ลักษณะทั้งหลายเหล่านี้ ผู้แสดงบรรยายมานี้ จึงขอแสดงความขอบอกขอบใจแก่ท่านทั้งหลายเป็นอย่างยิ่ง เพราะงานอย่างนี้เป็นงานที่มากมายหลายอย่าง หลายหน้าที่ ถ้าแม้ตนจะทำไปโดยลำพังตนเองนั้น เชื่อแน่ว่าไม่สำเร็จในกิจการเหล่านี้ การสำเร็จลุล่วงมาด้วยดีนั้น เป็นคุณงามความดีของท่านทั้งหลาย ซึ่งได้มาด้วยสองหน้าที่ดังกล่าว

ที่นี้ การที่มาให้สำเร็จกิจการเหล่านี้ลงไปเช่นนั้น พวกท่านทั้งหลายก็จะได้รับผล 2 ประการ ประการที่หนึ่งเรียกว่าเป็นบุญเป็นกุศล ไม่ต้องสงสัยเลย ประการที่สองนั้นเป็นคุณเป็นประโยชน์

เป็นบุญ เป็นกุศลนั้น คือแปลว่า เราไม่เคยมาในที่นี้ เราไม่รู้จักคุ้นเคยกับท่าน แต่ทราบว่าเป็นการบำเพ็ญกุศลก็พากันมาด้วยความหวังบุญ หวังกุศล อันนี้เรียกว่าเป็นบุญกุศล อยู่แผนกหนึ่ง

อีกแผนกหนึ่งก็อย่างกล่าวมานั้นแหละ ในฐานะที่เป็นสาธุศิษย์บ้าง ในฐานะที่เป็นเพื่อนเป็นมิตรกันบ้าง ในฐานะที่ร่วมครูบาอาจารย์เดียวกันบ้าง เมื่อตั้งใจมาช่วยเหลือกิจการธุระเหล่านี้ด้วยความพอใจของตน อันนี้ก็เป็นบุญ เป็นกุศลส่วนหนึ่ง และผลที่จะต้องพึงได้รับ ก็คือบุญกุศล นี้อย่างหนึ่ง และคุณประโยชน์ นี้อย่างที่สอง

บุญกุศลนั้น เป็นเรื่องตนเองของตนจะรับผิดชอบในตนเอง ส่วนคุณนั้น ผู้ได้รับการสนับสนุนช่วยเหลืออย่างนั้น ก็เป็นผู้มีได้ลืมนบุญคุณของท่านทั้งหลาย ยังมีสัญญาฝังไว้ในดวงจิตว่า เราทำงานในปีนั้น เวลานั้น เพื่อนหมู่หมู่คณะสาธุศิษย์ ได้มาช่วยเหลือเรา เมื่อกิจธุระอันใดเกิดขึ้น ในฐานะที่มีความสามารถก็คงจะมีโอกาสไปสนองคุณพวกท่านทั้งหลายได้ตามกำลัง อันนี้ใครจะเรียกขานก็ตาม ไม่เรียกไม่ขานก็ตาม แม้จะไปได้ก็ตาม ไปไม่ได้ก็ตาม แต่ความเจตนาที่จะทำให้พวกเราเหล่านั้น ได้ดีขึ้นในฐานะใดฐานะหนึ่ง ก็ยังไม่วายที่จะต้องคิดนึก แม้ทางกายไปไม่รอด ทางวาจาพูดไม่ถึง แต่ดวงจิต เมื่อได้ทราบข่าวกุศลเกิดขึ้นโดยวิธีใด ก็มีหนทางที่จะสนับสนุนช่วยเหลือกันอยู่ ด้วยการมาระลึกถึงคุณ บุญกุศลส่วนใดที่ตนได้ก่อสร้างไว้ ก็จะได้ตั้งใจแผ่เมตตาจิต อุทิศกุศลผลที่ทำนั้นหลังไหลลงไป ให้แก่พวกท่านทั้งหลาย เปรียบเหมือนกับว่าพวกเราไปทำไรทำนาอยู่ในสถานที่ใดก็ตาม เมื่อเราไปปลูกข้าว หรือทำไรทำสวน ถ้าหากว่าพวกเราไปเกิดความกันดารเกิดขึ้น เช่นฝนไม่ตก น้ำมันแห้ง เมื่อเป็นเช่นนี้จะต้องมีหน้าที่ประกอบขึ้น ตัวอย่างเช่น หาน้ำมาใส่ หรือว่าเราจะกันหัวคันนา เมื่อหากว่าไม่สามารถจะไปกันช่วย ไม่สามารถจะไปหาบน้ำ

หัวน้ำมาช่วย ถ้าได้ทราบข่าวพวกเรอดอยากกันเช่นนั้น ผู้ที่มาระลึกถึงคุณท่านทั้งหลายนั้น
ก็จะเจริญเมตตาจิต

การเจริญเมตตาจิตนั้น เป็นของลึกลับ เป็นของที่มองเห็นได้ยาก เหมือนกับไฟที่มัน
ออกไปจากลูกตาของเรา ไฟที่จะต้องพุ่งไปในอากาศนั้น มีทุกคน เหมือนกับว่าไฟรถยนต์ที่
เขาฉายไปตามถนนถนนนั้นแหละ แต่ไฟในตาคนนั้นมันอ่อน แม้เราจะมองไปที่ไหน ก็ไม่เห็นแสง
ไฟผ่าน เพราะกระแสอน กระแสอนนี้จึงไปได้ไกล ถ้ากระแสล้านั้นไปได้ใกล้ ดวงใจผู้
บำเพ็ญสมาธิ เมื่อสมาธิตั้งมั่น จึงสามารถที่จะมองเห็นโลกลึกลับ คือธรรมชาติไฟนัยน์ตานี้ไม่
มีที่สิ้นสุด แต่ว่าใช้การไม่ได้ เพราะอะไร เพราะจิตไม่สงบ ถ้าจิตไม่สงบ ก็เหมือนกับคนที่
วุ่นวายอยู่ มัวแต่ยุ่ง มัวแต่วุ่น มัวแต่วายเป็นอยู่ เมื่อจิตวุ่นวายอยู่โดยอาการเช่นนี้ อำนาจจักขุ
คือดวงตาเรา ถึงจะมีไฟใช้อยู่ก็ตาม ไม่สำเร็จประโยชน์ เพราะไฟนี้ เป็นไฟที่อ่อน และเป็น
ไฟที่ละเอียด วังไต่ไกลมาก เสียแต่อย่างเดียว คือจิตไม่สงบ ถ้าจิตสงบก็จะมองเห็นทางไกล
ได้ทันที เรียกว่าทิพยจักขุ นี่เป็นอย่างนี้

นี่เรียกว่า ธรรมดาซึ่งเป็นอยู่ในมนุษย์ และเป็นธรรมชาติที่มีอยู่ในมนุษย์ ถ้าใครใจอ่อน
คลื่นทั้งหลายตัดไฟขาดสะบั้น ถ้าใจของใครเข้มแข็งแก่กล้า คลื่นต่าง ๆ ในโลกนี้ ก็ไม่สามารถ
ที่จะมาตัดกระแสไฟในตาของบุคคลผู้นั้น ฉะนั้นถึงแม้จะลืมตาก็อาจจะมองเห็นไกลได้ จะหลับตาก็
อาจจะมองเห็นไกลได้ นี่กล่าวถึงคุณภาพในร่างกายของมนุษย์ คุณภาพของร่างกายนั้น
ก็เป็นของมีคุณภาพสูงอยู่โดยธรรมชาติแต่มันใช้การไม่ได้ เพราะคนเจ้าของนั้นนะเป็นคนที่มี
จิตฟุ้งซ่าน เมื่อจิตฟุ้งซ่านเช่นนั้น ก็เหมือนคนดื่มสุรากำลังเมาจัด ถึงแม้จะมีเครื่องมือใช้สอย
อยู่ในอำนาจก็ไม่สำเร็จประโยชน์นอกจากจะต้องใช้อาวุธไปประหัดประหารกันเท่านั้น ถ้าหาก
ว่าคนนั้นเป็นคนดี อาวุธมันก็จะไปสร้างแสงหาทรัพย์สินเงินทองมาบำรุง
ร่างกายให้เป็นสุข ถ้าคนนั้นเป็นคนวิกลจริต มีมิดมันก็จะไปผ่าหัวคน เป็นเหตุให้พาดนไปติดคุก
ติดตะราง ถึงไม่ติดคุกติดตะรางในส่วนภายนอก ก็จะต้องเข้าห้องขังหรือกรง ในบ้านของ
ตัวเอง

นี่ฉันใด มนุษย์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกนี้ แม้มีธรรมชาติดี ๆ นี่ในตัวนี้ก็ตามแต่ดวงจิต
นั้นยังไม่เป็นปกติ ของดี ๆ ในตัวนี้ ก็จะกลายเป็นโทษไปต่าง ๆ นี่กล่าวถึงหลักธรรมชาติ
ที่นี้กล่าวถึงเรื่องลึกลับ ในเรื่องจิต ในเรื่องกุศล มันยิ่งลึกลงไปกว่าร่างกายนี้ ฉะนั้นการที่
ช่วยเหลือกันทางจิต ยิ่งลึกลงไปอีก ถ้าบุคคลผู้ฝึกหัดดวงจิตของตน ฝึกฝนอย่างดี จนได้รับความ
ร่วมเย็นเป็นสุข เมื่อตนของตนได้รับความร่วมเย็นเป็นสุข เมื่อได้ทราบข่าวความทุกข์ที่
เกิดขึ้นแก่ปวงชน ตนเห็นมีหนทางจะช่วยเหลือได้ก็ใช้อำนาจในทางจิต บำเพ็ญจิตให้ตั้งมั่น

ก็สามารถที่จะส่งกระแสอันนั้นให้แล่นเข้าไปช่วยเหลือได้ทันที ท่านเปรียบว่า คนธรรมดาสามัญนี้เหมือนกับน้ำเค็มที่อยู่ในมหาสมุทร น้ำเค็มในมหาสมุทรนั้น จะอาบก็ไม่สบายกายไม่สบายจิต แต่พอแก้ขัดได้บ้าง อาศัยการผสมขึ้น เราจะดื่มจะกิน ก็ไม่สามารถที่จะบำรุงร่างกายของเราให้เจริญได้ นอกจากไม่มีจริง ๆ ก็คงพอจะแก้ไขได้เหมือนกัน

นี่ฉันใดก็ดี ดวงใจของมนุษย์อยู่ในโลกนี้ก็ชื่อว่าลอยอยู่ในมหาสมุทร ที่ท่านเรียกว่า กามโอชะ ภวโอชะ อวิชชาโอชะ ทิฏฐิโอชะ ทั้งสี่มหาสาครนี้เป็นมหาสมุทรอันลึก ลึกยิ่งกว่ามหาสมุทรที่เป็นน้ำอยู่ในทะเล พวกเราก็อาศัยดวงจิตซึ่งว่ายอยู่ในมหาสมุทร จมอยู่กับน้ำเค็ม เหตุนั้นบางคนถ้าน้ำมาเค็มจัด ๆ คลื่นมาก ๆ นอนกลิ้งเหมือนกับลูกคลื่นอย่างนั้นแหละ นอนไม่หลับ พลิกไปข้างซ้าย มันทก็ไม่หลับ พลิกไปข้างขวามันทก็ไม่หลับ มันเคยเป็นคลื่น คลื่นมันมาจากไหน มันก็มาจากมหาสมุทร กล่าวคือ กามโอชะ คลื่นคือเรื่องของกาม พัสดุกาม กิเลส-กามนี้ ภวโอชะ คลื่นก็คือ ภวความอยากมีอยากเป็น ดันร่นชวนชวยพยายามให้พ้นไปจากภาวะของตัว ทิฏฐิโอชะ ถือรั้นยึดมั่นในความคิดเห็นของตนถ้ายึดเดียว เป็นเหตุให้เกิดการทะเลาะวิวาท อันนี้ ก็ชื่อว่าเราลอยอยู่ในน้ำเค็ม อวิชชาโอชะ ได้แก่อวิชชา ความมืด คือมืดข้างหลัง ไม่รู้เรื่องอดีต มืดข้างหน้า ไม่รู้เรื่องอนาคต มืดปัจจุบัน อันใดเป็นความดี อันใดเป็นความชั่วในตัวตนนั้น ไม่เคยนึกคิด ปล่อดวงจิตให้หลงไปตามโลกตามสงสาร อย่างนี้ชื่อว่า อวิชชา

ธรรมดาดวงจิตของมนุษย์พุทธบริษัท ท่องว่ายกันอยู่โดยอาการอย่างนี้ เหตุนี้พระองค์จึงได้ทรงพระมหากรุณาธิคุณต้องการให้พวกเราสร้างบุญสร้างกุศล ท่านจึงทรงแนะนำพวกเราให้พากันบำเพ็ญทานบารมี พากันสร้างเรือบ้าง เรือก็คือได้แก่ร่างกายของเรา ส่วนเสบียงที่จะต้องข้ามมหาสมุทรนั้น ได้แก่ปัจจัยธาดู ซึ่งพวกเราพุทธบริษัท ได้พากันมาเสียสละ อันเป็นประโยชน์แก่ตัวเราวาทส เรียกว่า บำเพ็ญทานการกุศล ถ้าใครทำมากก็จะไปข้ามมหาสมุทรได้ เพราะมีอาหารกิน ถ้าใครทำน้อย เสบียงหมด บางทีก็จะไปแท้งเต้งอยู่กลางทะเล บางทีคลื่นซัดขึ้นไปบนบก รอดตัว ถ้าหากว่าคลื่นมันใหญ่ เรือลำเล็ก มันทก็ไม่สามารถที่จะท่องขึ้นไปถึงหาดถึงทรายได้ ก็จะจมลงไปมหาสมุทรสาคร นี่พระองค์ได้ทรงพิจารณาโดยอาการอย่างนี้ ท่านจึงได้แนะนำพวกเราว่า จงพากันสร้างคุณงามความดีขึ้นเถิด คุณงามความดีของพวกเรานั้น ก็คือคุณงามความดีที่เกี่ยวกับโภคทรัพย์ คุณงามความดีก็ได้แก่การประพฤติปฏิบัติ ซ่อมแซม ดัดแปลง เยียวยาร่างกายของเราให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ เมื่อเป็นเช่นนี้ เราจะต้องได้รับผล 2 อย่าง อย่างหนึ่ง เรือของเราก็จะไม่จม อย่างที่สองเสบียงเรามาก เราก็สามารถที่จะข้ามอ่าวมหาสมุทรไปได้ ธรรมดาคนที่มิเรือเดินข้ามสมุทร มีเสบียงติดเรือไปนั้น บางคนก็จะหมดน้ำดื่ม น้ำบริโภค แม้เสบียงอื่นยังมีอยู่ก็ลำบาก เมื่อเป็นเช่นนี้

ท่านจึงค้นวิชาให้อีกอย่างหนึ่ง ให้กลั่นน้ำเค็มนี้แหละกิน เมื่อเรามีปัญญาก็สามารถกลั่นน้ำเค็มกิน เราก็จะไปถึงประเทศอเมริกาโดยไม่ต้องแฉะบก กินน้ำเค็มนั้นแหละ คือมีปัญญา มีปัญญายังไง คือ น้ำเค็มมันก็มาจากน้ำจืด น้ำจืดมันก็ต้องกลายเป็นน้ำเค็ม เมื่อมีเค็มที่ใด มันก็มีจืดที่นั่น มันหนีจากกันไม่ได้ เมื่อเกิดความรู้สึกรู้ขึ้นโดยอาการเช่นนี้ คนนั้นก็เดินข้ามมหาสมุทรได้รอบโลก แล้วก็ป็นจริง ๆ ด้วย ถ้าเรากลับเป็น น้ำเค็มของเรานั้นแหละ มันจะกลายเป็นน้ำจืด เมื่อเราสามารถที่จะทำน้ำเค็มให้เป็นน้ำจืดได้เช่นนั้นก็สบาย เราจะไปอยู่ในทะเลเราก็ได้กินน้ำจืด ได้ใช้น้ำจืดชำระสรีระร่างกาย ก็สบายดี

อันนี้ฉันใด พวกเราที่พากันว่ายอยู่ในมหาสมุทรสาคร กล่าวคือโลกนี้ก็เหมือนกัน เราจะต้อง

1. ยาเรือของเราให้มันดี
2. ขนเสบียงใส่เรือของเราให้มันเพียงพอ
3. ค้นหาวิธีกลั่นน้ำเค็มให้มันเป็นน้ำจืด

เรื่อนั้นก็คือ ได้แก่ร่างกายของเรา ถ้าไม่โต ถ้ามันโตยิ่งกว่านี้ก็จะลำบากมากมนุษย์ร่างกายของเรา กว้างมันก็คอก เรียกว่ากว้างคอก ยาววา หนาตึบ นี่เรื่อนั้นแหละ เรือลำนี้เราจะต้องยาให้ดี การหยูกยาเรือของเรานั้น ได้แก่การสังวร เรียกว่าอินทริยสังวรศีล มีการสำรวมตา ระมัดระวัง อย่าให้เกิดบาปเกิดกรรม อย่าให้ตัวเพรียงมาเกาะ สำรวมหู ได้แก่การที่พวกเราระมัดระวัง อย่าให้สิ่งที่เป็บบาปเป็นกรรมเข้ามาในหูของเรา สิ่งเป็นบาปเป็นกรรมนั้น มันเป็นตัวเพรียง ทางจมูก ลิ้น กาย ใจ ของเราก็ก็นั่นกัน สิ่งใดจะเป็นบาปเป็นโทษ เราอย่าได้สนใจในสิ่งนั้น เพราะสิ่งนั้นเห็นว่ามันเป็นเพรียง มันเป็นตัวมอด มันเป็บบาปที่จะต้องทำเรือของเรานั้นให้ผุให้พัง

นี่ท่านจึงสอนให้สำรวมกาย สำรวมตา สำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น จนตลอดสำรวมใจของเรา สิ่งใดไม่ควรทำ ที่เป็นกรรมเป็นโทษ เราอย่าไปทำ เราควรที่จะต้องปกปิดระมัดระวัง สำรวม พิจารณาดูให้ดีเสียก่อน เมื่อเพรียงมันมาเกาะกายของเราทั้งก่อน เรือกล่าวคือกายนาวานี้ก็จะสึกหรือ หรือเสียหาย เป็นเหตุให้จมลงในมหาสมุทรได้ทางหนึ่ง ใจของเราก็ก็นั่นกัน อย่าให้พวกกิเลสมาเกิดขึ้นในดวงจิต เราจะต้องระมัดระวัง สำรวมอยู่อย่างนี้เป็นนิจ เมื่อเรามีหยูกยา มีการที่จะยาอยู่เสมอ ในอายตนะทั้งหกของเรานี้ เราก็ก็นั่นกัน ตาก็ต้องยาด้วยรูป หูก็ต้องยาด้วยเสียง จมูกจะต้องยาด้วยกลิ่น ลิ้นจะต้องยาด้วยรส กายจะต้องยาด้วยสัมผัส ใจจะต้องยาด้วยธรรมะ

ยาดานันท์ก็คืออะไร ทิพยเนตร สิ่งใดที่เป็นบุญเป็นกุศลเป็นประโยชน์ นอกวัดก็ตาม ในวัดก็ตาม เมื่อเราพบผ่านอย่าเมินเฉย เราควรจะต้องเพิ่มเติมสิ่งขัดข้องอันนั้นให้เต็มขึ้น โดยลำดับ นี่เรียกว่ายาดา

ยาหู ที่นี้เมื่อเราได้ฟังสิ่งใด เขามีเจตนาบอกเราก็ดูตาม สอนเราก็ดู ไม่สอนก็ดูตาม เมื่อเราได้ฟังเสียตหูเข้าไป ให้นึกว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นคุณงามความดี จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตน จะเป็นคนชนิดไหนก็ช่าง จะเป็นเด็กเป็นผู้ใหญ่ เป็นพระเป็นเณร เป็นเถรเป็นชี สูงต่ำดำขาว ประการโดยยกเลิก เราจะต้องเลือกเอาแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ ส่วนใดที่จะเกิดประโยชน์แก่ตน เราควรที่จะต้องสนใจฟังในสิ่งนั้น อันนี้เรียกว่า เสียงเป็นเครื่องยาหู คือหมั่น เรียกว่าเปรียบ คล้าย ๆ กับดอกหมันเรือ

เมื่อเราไปผ่านกลิ่น ที่จะผ่านมาทางจมูกของเรา กลิ่นอันใดที่จะให้เกิดความเบิกบานใจ เป็นสิ่งจะไหลมาซึ่งบุญกุศลน้อยใหญ่ เราก็กวแสวงหากลิ่นอันนั้น มายาจมูกของตน เป็นเหตุให้ดวงใจได้รับความร่มเย็นเป็นสุข

ยากาย ที่นี้ได้แก่พวกเราพากันมานั่งฟังเทศน์ ด้วยความสงบระงับ ไม่จู้จี้จ้าน ได้แก่ การมาเจริญกรรมฐาน นั่งฟังเทศน์สวดมนต์ เดินเวียนเทียน ใช้กายเรายกขึ้น กราบนอนน้อม นมัสการ บูชาพระพุทธรเจ้า ด้วยเบญจางคประดิษฐ์ อันนี้ก็เหมือนกับดอกหมันเรือ เรียกว่า เครื่องยากาย

ส่วนยาใจนั้น เป็นธรรมโอสธ เราจะต้องยาด้วยการนึกและการคิด สิ่งใดเมื่อเรา คิดไป ใจเสีย อย่าไปคิด จะเป็นทางโลกก็ตาม ทางธรรมก็ช่าง แต่เป็นเหตุให้ดวงจิตนั้น เกิดความโกรธ เกิดความหลง อย่าไปสนใจในเรื่องนั้น เราจะต้องหวนระลึกในทางบุญกุศล ที่เราได้สืบทอดมาในปางก่อน ตัวอย่างเช่นพวกเราได้พากันมาระลึกถึงความดีในปี 2500 นั้น มาบัดนี้ ถึงจะพลัดพรากจากกันไปอยู่ไกล ๆ ก็ตาม ก็ได้มาร่วมบำเพ็ญกุศลกันอีกครั้งหนึ่ง คือมานึกถึงสภาพเดิม นี่ก็ชื่อว่าเป็นเครื่องยาจิต นอกจากนั้น ก็พากันพยายามบำเพ็ญความดี ขึ้นหนึ่ง เรียกว่ามาเจริญสมาธิ การเจริญสมาธินั้นก็ชื่อว่า เป็นการยาดวงจิตดวงใจของเรา อย่าปล่อยใจของเราให้มีช่องโหว่เกิดขึ้น

อันนี้ชื่อว่าเป็นการยาเรือของเรา ได้แก่ร่างกาย ในบาลีเรียกว่าอินทริยสังวรศีล มีการสำรวมตา มีการสำรวมหู มีการสำรวมจมูก ลิ้น กาย จิต เรือของเราก็จะลอยอยู่ในมหาสมุทรไม่มีจมทะเล นี่เรียกว่า “ยาเรือ”

ที่นี้เรอรานี้เราจะทำยังไง เราจะต้องชนของใส่ ได้แก่การที่พวกเราได้เกิดมาในโลกนี้ มีความสุขอาศัยปัจจัยธาตุ มีการบริโภคอาหาร มีการนุ่งผ้าผ่อนท่อนสไบ มีการอาศัยเคหะสถานบ้านเรือน เป็นที่อยู่ มีการอาศัยคิลานเภสัช มาเยียวยาอิตถภาพร่างกาย จึงมีความสบายร่มเย็นเป็นสุขมาถึงเพียงนี้ เมื่อเรามาพิจารณาเห็นโดยอาการเช่นนี้ ก็มาหวนระลึกถึงความเป็นอยู่ของคนอื่น เมื่อตัวของเราเห็นในตัวเองเช่นนี้ก็พากันชนซึ่งปัจจัยธาตุ เช่นถวายอาหารบิณฑบาตเป็นทาน ถวายปัจจัยธาตุเพื่อให้สำเร็จในปัจจัยทั้งสี่ อันนี้ชื่อว่าชนของใส่เรือต่อไปก็พากันกางใบขึ้นบนอากาศ ได้แก่เชิฐ หรืออาราธนาพระสงฆ์ขึ้นบนธรรมาสน์ แล้วก็กล่าวประกาศแสดงธรรมะ เพื่อเป็นการขับเคลื่อนดวงจิตของเราให้โน้มไปในทางที่ดีที่ชอบ ดวงจิตนั้น ก็จะวิ่งขึ้นไปตามกระแสธรรม ร่างกายก็ไปด้วย ตัวอย่างเช่นพอฟังเทศน์แล้วก็เป็นที่พอออกพอใจ อยากฟังอีก อยากไปอีก นี่แหละเรือของเรากำลังถูกลมพัด เรือก็วิ่งเร็ว ลมก็แรง เป็นเหตุให้เรือของเรานั้นวิ่งถึงฝั่งได้ง่าย นี่ถ้าไม่มีใบเป็นเครื่องส่งเสริม ชนของใส่มาก มันหนัก มันก็จะจมได้เช่นเดียวกัน เหตุนั้น เมื่อทำบุญให้ทานการกุศลจึงนิยมมีการแสดงธรรม เพื่อเป็นเครื่องขับเคลื่อน ผลักดันดวงจิตของเราเหล่านั้น ให้แล่นไปตามกระแสธรรม เรือเราจะเดินได้นั้น จะต้องอาศัยใบ ของมากน้อยเพียงใด ก็จะวิ่งไปตามความต้องการของบุคคลที่ขี้นี้ประการที่สอง

ประการที่สามนั้น วิธีกลั่นน้ำเค็มให้มันเป็นน้ำจืด ได้แก่การมาเจริญสมถกรรมฐาน มาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน พิจารณาโดยวิตกวิจารณ์ ให้เกิดขึ้นในตนของตน น้ำเค็มคืออะไร ก็คือกิเลส ไอ้เจ้ากิเลสที่มันเค็มมากกว่าเกลือ เอาเกลือมากินเสมอ นิด ๆ หน่อย ๆ เราก็ว่ามันเค็ม กลืนไม่ได้ แต่กิเลสที่มันเค็มยิ่งกว่าเกลือไปอีก มันอาจสามารถที่จะไปอาบคนนั้น ให้เปียกให้เนา ให้เสียหายด้วยประการต่าง ๆ นี่เมื่อเป็นอย่างนี้จะทำอย่างไร เราต้องกลั่นหรือกรอง การกรองนั้นเรียกว่า โยนิโส มนสิการ เมื่อเราจะบำเพ็ญสิ่งใดก็ไตร่ตรอง พินิจพิจารณาให้รอบคอบเสียก่อน นี่เป็นหม้อกลั่นลูกที่หนึ่ง หม้อกลั่นลูกที่สองนั้นได้แก่ การที่มาเจริญกรรมฐาน มาพิจารณาสังขารของตนโดยอุบายแยกคาย มาเจริญองค์ฌานให้เกิดขึ้น ได้แก่การวิตก มาตรีกหรือมานึกถึงอารมณ์อันเป็นที่ตั้งของดวงจิต เรียกว่า โคจรธรรม จะเป็นเครื่องชักนำดวงจิตของเราให้สัญจรไปในทางที่ถูก ได้แก่การมาเจริญสติปัฏฐานทั้งสี่ นี่เป็นวิธีกลั่นน้ำเค็ม

การเจริญสติปัฏฐานทั้งสี่ นั่นคือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนา ทั้งสี่ประการนี้ ซึ่งมารวมอยู่กับกายและจิต นี้โดยนัยหนึ่งเรียกว่า อนุโลม ส่วนปฎิโลมนั้น 4 ให้เป็น 1, 1 ใน 4, 4 ใน 1 นี่เป็นส่วนปฎิโลม อนุโลมนั้นก็คือได้แก่ วิตก วิจารณ์ นั่นเองแหละ เมื่อเรามาพิจารณา 4 ให้เป็นใน 1 คือในอวัยวะของเรา เราจะยกเอาแต่ชิ้นใดชิ้นหนึ่ง ดังบาลีที่ปรากฏอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่าภายในกายเป็นที่ตั้งแห่งอารมณ์

ของสมณะได้ทางหนึ่ง คือทั้งสี่ส่วนประชุมกันเข้า แล้วก็รวมมาเรียกว่า รูปกาย ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ประสมกันเป็นก้อน นี่ท่านเรียกว่ากาย เมื่อเราเห็นว่ามันมาก หลายอย่างหลายนชนิด พาจิตพุ่งชาน ไม่สงบ เราก็เลือกเอาแต่ส่วนโดยเอกเทศ ตัวอย่างเช่น ธาตุไฟเราทั้ง ธาตุดิน เราทั้ง ธาตุน้ำเราทั้ง เราจะนั่งอยู่เฉพาะธาตุลมอย่างเดียว เราก็จ่อลงไปธาตุลมที่เรานึก นี่เรียกว่ากายในกาย

ธาตุลม ก็คือลมหายใจเข้า ลมหายใจออก เมื่อเรามาตั้งสติกำหนดจดจ้อง มองกันอยู่ อย่างนี้เป็นนิจ นี่เรียกว่า เจริญกายในกาย ลมเข้าเราก็มอง ลมออกเราก็มอง สำรวจเรื่อยไป บางคราวก็หยาบ บางคราวก็ละเอียด บางคราวก็เย็น บางคราวก็ร้อน ถึงจะมีอะไรเกิดขึ้นก็ตามเกิด บางคราวก็จวน ๆ ที่จะถึงของดี ก็มีความท้อถอยเสีย ธรรมดาที่เราตั้งมั่นนั้น มีอยู่ 2 ประการ ประการหนึ่ง ถ้าไฟมันแรง มันเดือดมากเป็นเหตุให้น้ำเป็นไอน้ำเดือดท่วมหม้อ ไฟเราดับ บางคราวไฟมันอ่อน น้ำไม่เดือด ไอน้ำไม่เกิด บางคราวก็พอดี ๆ ไม่อ่อนมากนัก ไม่แรงมากนัก เป็นพอบานกลาง เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา ไฟเราก็พอดีพอเหมาะ พอเกิดไอน้ำขึ้น ไม่ถึงกับจะต้องไปดับฝาละมีให้เปิด แต่มันมีไอน้ำออกมาตามหม้อตามไหที่เรากลั่น ไอน้ำมันออกมา มันกลายเป็นน้ำจืด อันนี้แหละท่านจึงให้สังเกตดู เมื่อเราต้องการอยากให้น้ำมันเป็นมาก ๆ ใจของเราก็ไม่สงบ ลมก็กำเริบไม่ละเอียด นี่คือการอยากเข้าไปแทรก บางคราวก็อ่อนเกินไป น้ำสงบใจ ลมก็ละเอียด เบาล์เกินไปเลย อย่างนี้ก็ไม่สุข เราต้องปรุงให้ดี ให้พอเหมาะพอสม ให้มีสติสัมปชัญญะกำกับอยู่เป็นนิจ ดวงจิตเราจะอยู่กับลมหายใจที่เราบวบ ดวงจิตจะอยู่กับลมละเอียด เราก็ทราบ เมื่อเรามีสติสัมปชัญญะประจำอยู่โดยอาการเช่นนี้ ผลที่มันเกิดขึ้นนั้นก็ คือ ได้แก่ ปีติ กายก็สบาย กายเบา กายสงบ กายก็เย็นเยือก ดวงจิตนั้นก็รู้สึกว่ามีอันหนึ่ง สำราญเบิกบานใสแจ้วอยู่ในองค์สมาธิ นี่แหละมันเกิดน้ำจืดละที่นี้ น้ำเต็มมันก็หายไป กามฉันทะก็หายไป พยาบาทะ ความพยาบาทก็หายไป ถีนมิทธะ ความโง่งมงายก็หายไป อุทธัจจะ-กุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญจิตก็หายไป วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย ปล่อยใจวิ่งไปในทางอดีต ปล่อยใจวิ่งไปในทางอนาคต ปัจจุบันนั้นก็ไม่วางใจเห็นจริง เมื่อจิตเรานิ่งลงไป ใจละเอียด ก็จะเกิดความสงบขึ้น ก็มีความสุข ใจก็อิ่มหนำสำราญ เบิกบานใจ สามารถที่จะนั่งอยู่ได้หลายชั่วโมง อันนี้แลฉันใด ใครเอาน้ำจืดลงไปในเรื่องเสมอดุ่มหนึ่ง เมื่อมีปัญญากลั่นน้ำเต็มให้เป็นน้ำจืด น้ำดุ่มนั้นก็จะเป็นสิ่งอัศจรรย์ เราสามารถที่จะกลั่นน้ำเต็มกินได้รอบโลก เหตุนี้ผู้เจริญสมาธิ เมื่อเกิดมีวิตถะ ยกดวงจิตขึ้นสู่อารมณ์ เป็นตัวปฐมฌานขั้นหนึ่ง วิจาร์ พิจารณากรรมฐานของเราให้มันละเอียดอยู่เป็นนิจ เมื่อกายของเราก็ได้พิจารณาตัดเลือกด้วยดี ดวงจิตเราก็ได้พิจารณาเห็นโทษในนิรวันทั้ง 5 อย่าง ต่อนั้นกายก็จะสงบ เรียกว่ากายปัสสัทธิ ดวงจิตก็จะเยียบ เรียกว่าจิตปัสสัทธิ กายก็สบาย ไม่มีอาการเจ็บปวดเมื่อยมัน มีความเบากาย เรียกว่ากายลหุตา อันนี้ ก็เป็นปีติเกิดขึ้น ดวงจิตนั้นก็อิ่มหนำสำราญ ไม่ฟุ้งซ่านรำคาญใจ เหมือนกับคนได้กินอาหารอิ่มหรือลูกได้กินอาหารอร่อยอมไม่รบกวนซึ่งพ่อแม่ของตน

สาธุชน พุทธบริษัททั้งหลาย เมื่อใจของตนมีปิติเป็นเครื่องกำกับนั้น ก็จะหมดไปจาก ความกระวนกระวาย ดวงใจนั้นก็มีความเย็น น้ำจิตซึ่งเกิดขึ้นจากน้ำเค็ม ก็จะต้องอาศัยเป็น เครื่องอุปโภค จะได้พากันชักฟอกผ้าเสียบึงผ้าสไบของเราทั้งหลาย เป็นเครื่องที่จะต้องอาบ ผิวน้ำ ต่อนั้นก็จะต้องพากันชักฟอก คือธาตุดินก็เป็นผ้าชีริ้วผืนหนึ่ง ธาตุน้ำก็เป็นผ้าชีริ้ว ผืนหนึ่ง ธาตุลมก็เป็นผ้าชีริ้วผืนหนึ่ง ธาตุไฟก็เป็นผ้าชีริ้วผืนหนึ่ง มันคอยขาด คอยเศร้าคอย หมอง ต้องเยียวยาอยู่เป็นนิจ เมื่อมีดวงจิตเป็นองค์สมาธิให้เกิดขึ้น อำนาจปิติจึงจะมาชักฟอก ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ต่อไปจะต้องการร้อน ก็ไม่ต้องไปตากแดด ต้องการหนาว ก็ไม่ต้องไปตากลม อยู่แดดต้องการเย็นก็เย็น อยู่หนาวต้องการอุ่นก็อุ่น ก็สบายกาย สบายจิต เหมือนคนที่มีผ้าปกปิดร่างกาย จะไปในสังคมใด ๆ ก็ไม่เก้อเขิน

อันนี้แล ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย จึงไม่กลัวลำบาก ไม่กลัวลำบากเพราะเหตุใด เพราะมี เครื่องอาศัย มีน้ำจิต มีน้ำอาบ น้ำกิน เครื่องอุปโภคก็สำเร็จ คือได้แก่น้ำมาฟอกร่างกาย ฟอกตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต ฟอกธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ นี่ชื่อว่าเครื่องอุปโภค ต้องการ บริโภค คือจะดื่มเข้าไปนั้น ก็มาเจริญธรรมะเบื้องต้น ให้ดวงจิตนั้นเกิดปิติ มีความสุข ความ สุขก็เกิดขึ้นในดวงจิต เมื่อดวงจิตมีความสุข กายก็มีความสุข ใจก็มีความสุข ดวงจิตก็ดื่ม ตั้งแต่ความสุข สุขทั้งหลายจะยิ่งไปกว่าความสงบจิตไม่มี เหตุนี้ ปิติเป็นเครื่องอุปโภค เป็น เครื่องชำระร่างกายและดวงจิตโดยเอกเทศ ส่วนความสุขนั้น เป็นเครื่องชำระดวงจิตอย่างเดียว

ฉะนั้น เมื่อใครมีปัญหา มากล้นน้ำเค็มให้กลายเป็นน้ำจิต ก็จะมี ความร่มเย็นเป็นสุข นี่เป็นหม้อกลั่นโรงที่หนึ่ง โรงที่สอง กลั่นแล้ว ยังมีสิ่งอื่นที่จะเหลืออยู่ ก็ต้องกลั่นให้ละเอียด ตัวอย่างเช่น เขากลั่นซึ่งน้ำตาล บางประการก็ยังมีแอลกอฮอล์ติดอยู่ แล้วก็ขึ้นไปในหม้อที่ สอง ก็ยังเป็นของละเอียด อันนั้นได้แก่การมาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นของละเอียด ไม่ สามารถจะมองเห็นด้วยตา จะยืนอยู่ก็เจริญวิปัสสนากรรมฐาน จะนั่งอยู่ก็เจริญวิปัสสนา- กรรมฐาน จะนอน หรือแม้จะนั่งเทศนาอยู่ ปากก็พูด ดวงจิตก็คิดนึกตามอารมณ์ เมื่อตน ของตนจะแต่งคำพูดที่ดี หรือเป็นจิตสังขารที่เกิดขึ้นด้วยลำพังตนก็ดี ไม่ติดกายสังขาร คือ ความเป็นอยู่ของร่างกาย ไม่ติดวจีสังขาร คือได้แก่การนึกคิดเพื่อจะแต่งคำพูดให้คนอื่นสดับ คำพูดของตนก็ไม่ติด ดวงจิตก็ไม่แล่นไปตาม ส่วนความคิดนึกเกิดขึ้นจากอวิชชาตัณหา ก็มีความรู้เท่าทัน ดวงจิตนั้นไม่ไปเกี่ยวข้องกับกายสังขาร ไม่เกี่ยวข้องกับวจีสังขาร ไม่เกี่ยวข้องกับจิต- สังขาร ดวงจิตก็จะเป็นวิมุตติ หลุดออกจากสังขารทั้งหลาย ขึ้นชื่อว่าสังขารเกิดขึ้นย่อมมีความ แปร มีความดับไปในที่สุด กายสังขารก็เช่นเดียวกัน วจีสังขาร จิตสังขาร ก็เช่นเดียวกัน

เมื่อมาเห็นสิ่งเหล่านี้เป็นสามัญลักษณะ มีสภาพเสมอกัน เมื่อใครใคร่ตรองเห็นไปใน อนิจจัง ไม่เที่ยง หมุนเวียนอยู่เป็นนิจ ทุกขัง เป็นทุกข์ ทนอยู่ได้ยาก อนัตตา ไม่สามารถจะ

บังคับบัญชาให้เป็นไปตามอำนาจของตน คนนั้นจะยืนอยู่ก็ตาม จะนั่งจะนอน จะประกอบกิจ
 กายกรรมอยู่ก็ตาม จะประกอบวจีกรรมอยู่ก็ช่าง แม้จะนั่งก็อยู่คนเดียวก็ตาม คุณงามความดี
 ทั้งหลายก็จะไหลมาอยู่เป็นนิจ อันนี้ชื่อว่าผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน คนนั้นสามารถที่จะตั้ง
 โรงกลั่นอย่างใหญ่โต สามารถที่จะทำน้ำมหาสมุทรให้กลายเป็นก้อนเมฆ เมื่อสามารถที่จะทำ
 น้ำมหาสมุทรให้เป็นก้อนเมฆ ก็ไปลอยอยู่เหนือบนภากาศ ต่อนั้นเมื่อนุชย์ทั้งหลายได้รับความ
 ทุกข์ยากลำบากกันดาร น้ำทั้งหลายก็จากก้อนเมฆก็ต้องหยดหยาดลงมา ให้พื้น
 ปรุที่ที่มนุษย์ทั้งหลายอาศัยอยู่ คนทำนาทำสวน ก็จะได้อาศัยด้วยความสะดวก ฉันทะ ผู้มีใจ
 อันพ้นไปจากห่วงโลภี ความดีทั้งหลายเปรียบเหมือนก้อนเมฆ เมื่อเมฆเกิดเป็นฝน ก็จะได้
 ช่วยสาธารณชนให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุข ดังนั้นเป็นความดีส่วนหนึ่ง เกิดขึ้นจากผู้มีปัญญา

สารุชนพุทธบริษัททั้งหลาย ให้พากันมากำหนดบทบาท 3 คาถานี้

คาถาที่หนึ่ง จงพากันยาเรือของตัว

คาถาที่สอง จงพากันกางใบ ตั้งเสา ลมมีทิศใดก็จงพากันพายใบปลิวไปทิศนั้น แล้วก็
 พร้อมด้วยการขนเสบียงเข้าไปในเรือของตน ได้แก่การบำเพ็ญทานการกุศลให้เกิดขึ้น

คาถาที่สาม จงพากันกลั่นน้ำเค็มให้กลายเป็นน้ำจืด

เมื่อใครมีวิชาเกิดขึ้นในตนโดยอาการเช่นนี้ นั้นแหละอย่างต่ำที่สุด เกิดมาเป็นมนุษย์
 ก็จะต้องกลายเป็นคนดี ถ้าใครไม่ประมาท มาตั้งปากบันพยายาม บำเพ็ญอยู่เป็นนิจ ก็สามารถ
 ที่จะทำดวงจิตของตนให้พ้นไปจากภพ ฉะนั้น เมื่อสารุชนพุทธบริษัททั้งหลาย ได้พากันมา
 สันนิบาตประชุมกัน บำเพ็ญกุศลในคราวนี้ จึงขอฝากธรรมะทั้งหลายที่ได้บรรยายมานี้ ให้แก่
 ท่านทั้งหลาย จงนำไปประพฤติปฏิบัติตาม ก็จะได้พากันประสบพบเห็น ตั้งแต่ความสุข ความ
 เจริญ งอกงาม ในพระพุทธศาสนา มีโดยดังได้แสดงมา ก็สมควรแก่กาลเวลา เอม ก็มีด้วย
 ประการ-ฉะนี้

ทำนาบุญ

วัดโศการาม, 28 กันยายน 2503

เวลานี้ก็ใกล้จะออกพรรษาแล้ว วันเวลาของพวกเราก็นับวันจะเหลือน้อยลงทุกที อายุวัยของเรามันเป็นของที่สิ้นเปลืองหมด ถ้าโอกาสและเวลายังอยู่ ก็มีหน้าที่จะต้องปฏิบัติ บำเพ็ญ ให้เต็มโอกาสและเวลา เหมือนเราทำนา ถ้านาของเรามันยังดำไม่หมด ปลุกสร้างไม่เต็ม ถ้ามีแต่ เพลิดเพลินอยู่ ถ้าฝนหยุดแล้วก็ไม่มีโอกาส เวลานี้เรียกว่าเป็นเวลาที่สมควร เป็นเวลาที่ยังมี โอกาส คล้าย ๆ กับว่าพวกชาวนา ในเวลาฝนตกต้องรีบ ไม่ต้องหาโอกาสอื่น เวลาฝนกำลังตก น้ำกำลังมี ต้องรีบไถคราด รีบหว่านรีบดำ ถ้าฝนแห้งฝนแล้ง เราจึงจะค่อยทำ ถ้าฝนมันไม่ตก เสียเลยอย่างนี้ ก็จะเสียโอกาส

ฉะนั้น พวกเราก็เรียกว่าเป็นผู้บำเพ็ญในทางคุณความดี เรียกว่าทำนาบุญ คือ พระพุทธเจ้า แสดงว่า “ปุณณกฺขเขตฺ โลกสุสชาติ” ข้อปฏิบัติทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งเราจะต้องทำให้เกิดให้มีขึ้นนั้น เป็นนาบุญของเรา เป็นเขตนาบุญของเราผู้ไม่ประมาท นาบุญของเรานั้น คือ ประกอบด้วยโอกาส และเวลาอย่างหนึ่ง ประกอบไปด้วยเครื่องสัมภาระที่เราจะต้องทำขึ้นอย่างที่สอง ประกอบด้วย ภูมิประเทศเป็นขั้นที่สาม ถ้าสามประการนี้สมบูรณ์บริบูรณ์ก็นับว่า เป็นโชคเป็นลาภ เป็น บุญวาสนาบารมีของเรา คือ ฝนที่ตกนั้น อะไรมันจะเลิกละยิ่งกว่าฝนห่าแก้วไม่มี ฝนห่าแก้วนั้น ได้แก่ธรรมะ ซึ่งบรรยายถึงเรื่องพุทธรัตนะ พุทธคุณเสมอเหมือนกับแก้ว ธรรมรัตนะ ธรรมคุณก็ เสมอเหมือนกับแก้ว สังฆรัตนะ พระสงฆ์ก็เสมอเหมือนกับแก้ว นี่เรียกว่าฝนห่าแก้ว ในบุคลาธิษฐาน ในส่วนธรรมาธิษฐานได้แก่ข้อปฏิบัติ คือข้อปฏิบัติของเราที่ทำอยู่นี้ บางสิ่งบางอย่างเนื่องด้วย พุทธคุณ บางสิ่งบางอย่างเนื่องด้วยธรรมคุณ บางสิ่งบางอย่างเนื่องด้วยสังฆคุณ พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ สามชนิดนี้ ให้ถือเสียว่าเป็นอันเดียวกัน นี่ท่านเรียกว่าฝนห่าแก้ว ประการที่สองคือ เครื่องมือ เครื่องมือนั้นได้แก่เครื่องสัมภาระ เช่น เราจะทำสวนก็ดี ทำนาที่ดี เราก็ต้องมีเครื่อง สัมภาระที่จะต้องสร้างขึ้น เช่นชาวนาก็มีไถบ้าง คราดบ้าง จอบบ้าง และพืชพันธุ์ธัญชาติที่จะ ปลุกสร้างลงไปในนาบ้าง นี่เรียกว่าเครื่องสัมภาระ อันนี้คืออะไร พืชผลที่เราจะต้องฝังลงไปนั้น ได้แก่ ศรัทธา

ตัวศรัทธาอันนี้ มันมีถึง 3 ชั้น ที่เป็นพีชสำคัญ พีชอย่างหนึ่ง คือศรัทธาของเราเป็นศรัทธา
 ตื้น ๆ ธรรมดา ศรัทธาที่เชื่อบ้าง ไม่เชื่อบ้าง อยากจะทำบ้าง ไม่อยากจะทำบ้าง แต่ไม่กล้าทั้ง
 ความดี อันนี้เป็นศรัทธาธรรมดา ศรัทธาอย่างที่สอง อยากจะทำ ไม่อยากจะทำ ถึงมันยังไม่ได้
 อย่างนี้ ก็แค่เชื่อ นี่เรียกว่าศรัทธาอย่างที่สอง ศรัทธาอย่างที่สอง มีตั้งแต่ความอยากทำ อยาก
 สนใจ ไม่เอาใจใส่กับบุคคลใดทั้งหมด เขาจะว่าดีก็ทำ ไม่ว่าดีก็ทำ จะเป็นวันพระก็ทำ ไม่ใช่วันพระ
 ก็ทำ อยู่บ้านก็ทำ อยู่วัดก็ทำ ปักดิ่ง ดวงจิตเชื่อมั่น อันนี้ท่านเรียกว่า “อจลศรัทธา”

ศรัทธาที่เปรียบเหมือนเมล็ดข้าว เมล็ดข้าวนี้ถ้าทำนาไม่ไถ หว่านไป มดก็เก็บกินหมด
 ศรัทธาของคนบางเหล่าตื้น ๆ ไม่สนใจมากมาย เป็นแต่เขาเป้าหูกก็เชื่อ บางทีเขาหลอกให้เราหลงไป
 นี่เรียกว่าเมล็ดข้าว มดมันคาบไปเกือบหมด นี่จำพวกหนึ่ง อีกจำพวกหนึ่ง เอาเสียมไปขุดเอาจอบ
 ไปขุด แล้วก็หว่านพีช พวกที่จะทำความดีนั้น อาศัยสืบสวนไตร่ตรอง พินิจพิจารณาดูเสียก่อน
 ว่าเป็นของที่ควรแก่กาลหรือเปล่า เป็นของที่ควรแก่บุคคลผู้นั้นหรือเปล่า และเป็นเรื่องที่ควรแก่เรา
 หรือไม่ จะได้ผลมากน้อยเพียงใด แล้วจะได้ผลตอบแทนอย่างไร แล้วก็ทำตาม อันนี้พวกใช้จอบ
 ใช้เสียม ปลอดภัยบ้าง แต่ยังไม่ดีเท่าไถหรือคราด มันยังตื่นอยู่ ส่วนเราไถคราดแล้วหว่านลงไป
 มันลึก มันได้แก่การโยนิโสมนสิการ ใช้ปัญญาพิจารณาให้รอบคอบให้ทั่วถึงเสียก่อน รู้จักเหตุผล
 แจ้งชัดขึ้นโดยตนเอง ไม่ต้องไปเชื่อเขาว่า ไม่ต้องไปเชื่อเขาบอก มาทบทวนให้เกิดความรู้สึก
 ในตน ก็ปักดิ่ง เชื่อตนของตน อันนี้เขาเรียกว่า ศรัทธาที่ไม่หวั่นไหว เหมือนคนไถนาแล้วก็หว่านพีช
 อันนี้ดี มด นกกระจิบกระจาบ ไม่มีหนทางที่จะคาบไปกินได้เลย อันนี้ปลอดภัย นี่ศรัทธาคือพีช
 เป็นเรื่องที่เรจะต้องหว่าน

เครื่องมือของเราก็คือร่างกายของเรา ใจของเรา ร่างกายของเราก็หว่านไปหว่านมาบ่อย ๆ
 เหมือนกับคราดไถ 2 หน ไถไปทางโน้น ไถตัดกลับไปอีก หญ้ามันก็ขาด นี่เครื่องมือเราก็คือ
 กายหว่านไปหว่านมา หว่านคบค้าสมาคมในสถานที่ควรเกิดบุญเกิดกุศล นี่ชื่อว่าไถ ข้อที่สองนั้น เมื่อมา
 พบมาเจอ เราต้องวิตกวิจารณ์ ไตร่ตรองให้มันดีถี่ถ้วน ด้วยปัญญาและความคิดเห็น ด้วยสัมมาทิฐิ
 เช่นเราทำกรรมฐานอย่างนี้ อยากให้มันสงบ ถ้าไม่พิจารณาดูให้ถี่ถ้วน มันก็สงบยาก ฉะนั้น
 ท่านจึงให้วิตก นึกถึงเรื่องราวที่เราเห็นนั้น วิचार พิจารณาทบทวน อนุโลมตามไปปฏิโลมกลับมา
 รักษาอย่างนี้ท่านเรียกว่าคราด เมื่อเราไถเราคราดหญ้าตายอย่างหนึ่ง แผ่นดินราบลงไปอย่างหนึ่ง
 เมื่อราบเข้า เราก็อหว่านข้าว เป็นกล้าที่เราจะต้องปลูกฝังในนาของเรา ข้าวมันก็งาม นี่เป็นเครื่องมือ
 ที่เราจะต้องสืบสร้างขึ้น ซึ่งควรแก่โอกาสและเวลา พีชที่เราปลูกลงไป มันก็เกิดขึ้นงอกงามได้ผลดี
 ปราศจากมดแมงตัวสัตว์รบกวนหนูปีก ที่จะมาคาบเมล็ดข้าวเราหนีไม่ได้ นี่สำเร็จในการหว่านพีช

และอีกข้อหนึ่ง ภูมิประเทศที่ควรแก่การทำนา นี่ก็สำคัญเหมือนกัน ได้แก่สถานที่เช่น
 เราถือว่า แต่ละแห่ง ๆ เช่นวัด เป็นสถานที่ ที่เราจะต้องไปสร้างคุณงามความดี วัดใดที่มีความดี
 สถานที่นั้นชื่อว่ามียุๆ ถ้าสถานที่มียุๆ เราไม่ต้องกลัวหมดเปลืองพีช หว่านเข้าไปเถอะ
 ถ้าสถานที่ใดไม่ดี เราก็อหว่านแต่พอสสมควร ไม่ให้เสียมรรยาท เราไม่หว่านเสียเลยก็เสียมรรยาท

ของมนุษยธรรม แต่เราไม่หว่านเต็มทีของเรา สถานที่นั้นเรียกว่าเป็นสถานที่อยู่ของสงฆ์ สงฆ์เป็นนาบุญของโลก และสงฆ์นั้นก็เป็นผู้ทรงศีลด้วยความบริสุทธิ์ ก็เท่ากับว่านั่นมีหวัคันนา ฝนตกมาน้ำก็ขัง เอาปุ๋ยใส่มันก็ขัง ถ้าใครไม่มีศีลบริสุทธิ์ก็เท่ากับนาไม่มีหวัคันนากัน ฝนตกลงมาน้ำในนาไหลหนีหมด ใครจะไปหว่าน ปุ๋ยก็ไม่อยู่ เมล็ดข้าวก็ไม่อยู่ นี่ก็สำคัญเหมือนกัน ฉะนั้น ศีล ท่านผู้รักษาซึ่งข้อห้ามสิกขาบท ก็เหมือนกับว่ามีหวัคันนาด้วยดี

ส่วนหน้าฝนนั้น เป็นผู้ใส่ใจปฏิบัติ มีความเคารพในคุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ส่วนหน้าของฝนก็คือ น้ำใจ โสสะอาด น้ำใจเย็นโสสะอาด ตอนนี้นำที่ว่าใจเย็นนี้ มีความหมายหลายอย่าง ใจเย็นอย่างน้ำแข็งอย่างหนึ่ง ใจเย็นอย่างถ่านไฟฉายอย่างหนึ่ง คำที่ว่าเย็น เย็นอย่างน้ำแข็งนี้ไม่ค่อยดี จับมากเข้า มือมันเป้นเหน็บ คือคนเย็นเฉื่อยไม่กระตือรือร้นชวนขวยทำความดี น้ำเย็นอย่างน้ำแข็ง เย็นชนิดนี้ ไปจับมาก ๆ เข้ามันชามือ มันจะเกิดโทษเกิดภัย คนเย็นใจ ไม่ชวนขวยพยายามทำความดีก็เช่นเดียวกัน นี่ต้องรู้จักคำว่าเย็น ส่วนเย็นที่อย่างดีนั้น มันเย็นเหมือนถ่านไฟฉาย ถ่านไฟฉายมันมีความร้อนนะ แต่มันเย็น อย่างหม้อแบตเตอรี่ มันมีแสงสว่าง แต่มันเย็น นี่ความเย็นอย่างนี้มันดี คือความไม่นอนใจ บากบั่นพยายามสร้างคุณงามความดีให้เกิดขึ้นในตนของตน เอาความดีฝังเข้าไปในดวงจิต ร่างกายเหมือนกับหม้อแบตเตอรี่ ความดีของเรานั้นเป็นแผ่นเหล็กหรือแผ่นตะกั่วโลหะ สำหรับที่จะดูดเอาไฟเข้าไปไว้ในตัว นี่ให้มันเย็นอย่างนี้ เราจะไปนั่งบนหม้อแบตเตอรี่มันก็เย็น ไม่มีทำลายมนุษย์ แต่ว่าคนใจมันอาจติดตายได้เหมือนกัน

เหตุนี้ ความดีของผู้มีศีลและธรรม ก็มีความเย็น แต่คนใดประมาทมันก็ไหม้เผาเอาที่มันเย็นอย่างนี้ ที่นี้ อำนาจแห่งความเย็นนี้ ก็ไปรยปรายไปให้มนุษย์ เรียกว่าฝนห่าแก้ว ได้แก่การแผ่เมตตาจิต มีเมตตาเป็นที่อยู่ ไม่มีความอิจฉาพยาบาท มีแต่ความเมตตาจิต นี่เมตตาจิต นี่แหละมันเป็นปุ๋ยอย่างสำคัญ เป็นเครื่องจะต้องส่งเสริมพืชผลต่าง ๆ ของเราให้งอกงามเจริญขึ้น หรือเปรียบเหมือนกับน้ำที่ขังหวัคันนา ปรารภในคุณงามความดีของตนไม่ประมาท อันนั้นก็เหมือนกับฝนตกเมื่อความดีของเราที่สับสร้างขึ้น เกิดความสงบจิต มีความเยือกเย็น อันนั้นเป็นเมล็ดฝน เมื่อหวัคันนาดี ฝนก็ตก เมล็ดฝนนั้นก็ตกขังในไร่นาของเรา ในสมัยเช่นนั้นก็ได้ชื่อว่าสถานที่สมบูรณ์ ควรที่จะต้องพากันรับสับสร้างเสียโดยเร็ว นี่ท่านเปรียบอย่างนี้ เรียกว่าภูมิประเทศหรือสถานที่

ที่นี้ นาบางแห่งมันแล้งมันชิน ไม่ค่อยจะมีฟ้ามีฝน บางสถานที่ไม่สนใจในข้อปฏิบัติ ไม่บำเพ็ญสับสร้างคุณงามความดี แต่ศีลก็รักษาไม่คุ้ม สมานนั้นก็ยังห่างไกล ไม่สนใจสัณนิท ดวงจิตก็หนาไปด้วยความโลภ หนาไปด้วยความเกลียด พยาบาท อาฆาตซึ่งกันและกัน สถานที่นั้น ก็ชื่อว่าหวัคันนาก็ขาด ฝนก็ไม่ตก ความเย็นก็ไม่มี ความดีก็ไม่ได้สับสร้าง เมื่อใครขึ้นไปหว่านพืชพันธุ์ในสถานที่นั้นถึงหนึ่ง บางทีอาจจะสูญไปเลย บางทีก็อาจจะได้คืนมาบ้าง ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้สอนว่า ให้พวกเราพากันเตรียมคราดเตรียมไถ พากันเตรียมพืชพันธุ์ธัญญาชาติ พากันหา

สถานที่ที่เหมาะสมแก่ทรัพย์สินของเราที่จะต้องลงทุน เมื่อเรามีปัญญาพิจารณาใคร่ครวญอย่างนี้ หรือเราได้พบผ่านเจอเห็นอย่างนั้น ชื่อว่าบุญของเรา วาสนาบารมีของเรา เราก็ต้องพากันรีบเร่ง บากบั่นพยายาม เพราะศรัทธาก็เป็นของไม่แน่ บางวันก็หดเข้า เรียกว่าศรัทธาหวั่นเต้า บางวันก็ยืดออกมา บางวันก็หดเข้า นี่ไม่แน่ ถ้ามันยืดมาวันนี้ก็รีบทำเสีย ไปถึงพรุ่งนี้มันจะหด ต้องรีบ ศรัทธาของเราก็จะต้องรีบ คราดเราก็จะต้องสร้าง ไถเราก็จะต้องสร้าง เรามีเสียมมีจอบ ใช้จอบใช้เสียม เรามีคราดมีไถ ใช้คราดใช้ไถ เพื่อพากันสร้างสมบัติให้เกิดขึ้นในตัว

ภูมิประเทศนั้น เราก็หาสถานที่จับจอง เราจะไปจับที่ไหน เราจะไปจองที่ไหน สุดแท้แต่ปัญญาของเรา ถ้าเห็นว่าที่นั่นแหละ ฝนตกมาก ดกบ่อย ที่ลุ่ม มีหัวคันนาดี มีปุ๋ยดี เราก็จะต้องมุ่งตรงไปที่ตรงนั้น ไปถึงก็จะต้องจำมันทันที ได้จอบก็คว่ำจอบ ได้เสียมก็คว่ำเสียม ได้มีดก็รีบทางไปทันที รีบคราดรีบไถ รีบไปรีบมา รีบหว่านรีบรักษา พืชผลธัญญาชาติก็จะเกิดขึ้นเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของเรา เปรียบคุณงามความดีที่เรียกว่าบุญก็เช่นเดียวกัน เมื่อชีวิต โอกาส และร่างกายของเรามีความสุข มีความสะดวกสบายตามสมควรก็อย่าประมาท ร่างกายก็เปรียบเหมือนกับคราดกับไถ นั้นแหละ ไถกันไป ไถกันมา คราดกันไปคราดกันมา ช่วยดูช่วยแล นี่ร่างกายเหมือนกับคราดดวงจิตที่ประกอบไปด้วยศรัทธาเหมือนกับพืชพันธุ์ธัญญาชาติ ธรรมะทั้งหลายก็เหมือนฝน เมตตานั้นก็เหมือนกับปุ๋ย ทำให้พื้นแผ่นดินนั้นขึ้นอยู่เสมอไม่แห้ง ถึงจะแห้งก็ไม่ถึงกับทำให้ต้นข้าวเราตายไป

เมื่อเรามาดูเห็นโอกาสและเวลา เหมาะสมแก่เรื่องราวของเราเช่นนั้น ก็ควรจะพากันรีบต่อรีบแจว รีบพาย รีบชวนช่วยพยายาม อย่างภาคิณทศว่า “รีบต่อรีบพาย ตลาดมันจะวาย สายบัวมันจะเน่า” คือ ยายแก่พายเรือไปเก็บสายบัว จะไปขายที่ตลาด มัวแต่ช้ามันเนยอยู่ ตลาดเขาเลิกหมด บัวมันก็จะต้องเน่า นี่ท่านจึงสอนว่า “รีบต่อรีบพาย ตะวันมันจะสาย ตลาดจะวาย สายบัวมันจะเน่า” เราก็เหมือนกัน เมื่อมีศรัทธาก็รีบเร่ง บากบั่นพยายาม ตลาดคือได้แก่การที่พวกเราทั้งหลายได้มาพึ่งเทศน์ สวดมนต์ อบรมจิตใจ ถ้าโอกาสและเวลาเช่นนั้นหมดไป เราก็จะไม่ได้ทำ ที่เขาเรียกว่าสายบัวคืออะไร คือชีวิต ไม่รีบเร่งชวนช่วยเข้าไปมันจะตาย ไม่มีนิมิตเครื่องหมายว่าลมหายใจมันจะขาดเมื่อไร แจวเข้าไป คือ ความพากความเพียรบากบั่นพยายาม รีบไปเก็บเครื่องที่จะให้เกิดบุญเกิดกุศลแก่ตน รวบรวมไปขายในตลาด ใส่บาตรใส่พรก บำเพ็ญคุณงามความดี นอกจากนั้น ที่นี้ สายบัวมันก็ต้องเน่า เมื่อหมดลมก็ตาย ตลาดจะต้องวาย พระสงฆ์ก็เป็นของไม่แน่ บางทีก็ตาย บางทีก็สึก บางทีก็หนี บางทีวัดมันร้าง ไม่ร้างบางทีคนชั่วมาอยู่ นี่ตลาดมันวาย ก็พอดีและ ตลาดก็วาย สายบัวคือลมหายใจมันก็ขาด เราก็ไม่สามารถไปชวนช่วยพยายาม หาพืชดูข้าวของมาถวายนานการกุศลได้ เมื่อโอกาสเหมาะสมแก่เรื่องราว ภาวะและชีวิตของเรา ก็ควรจะต้องทำไม่ประมาท พยายามรีบเร่งชวนช่วย พยายามเสียโดยเร็ว นี่เป็นอย่างนี้

ฉะนั้น ในกาลต่อไปนี้ ก็จงบากบั่นปฏิบัติบำเพ็ญในส่วนจิตใจ นี่พูดในส่วนหยาบ ๆ ในส่วนภายในก็ยังมียอก ก็ให้พากันตั้งใจทำความสงบใจ พากันคราดภายใน พากันไถภายใน กันดวงจิต

กันไว้เสีย เช่น ปิดตา อย่าให้จมน้ำร้อน น้ำมันจะไหลหนี ความดีมันจะเสื่อม ปิดหู อย่าไปใส่ใจในเสียง เรื่องราวต่าง ๆ อันเป็นที่ไม่พึงพอใจ ความดีอยู่ภายใน มันจะไหลออก ปิดจมูก อย่าไปสนใจในกลิ่น ให้สนใจแต่ลม ปิดลิ้น อย่าไปยินดียินร้ายในรส ปิดกาย ไม่ต้องแสดงมรรยาทუნวาย ทำใจให้สงบ ปิดใจ ไม่ต้องไปนึกถึงเรื่องบาปและอกุศล ที่เขาเรียกว่าปิดห้วคันทา คือ อินทรีย์สังวรศีล เมื่อปิดห้วคันทาดีละก็ความดีก็เต็มอยู่ในตัว นี่เราโงะซิ ที่นี้ ไถแต่บนหัวลงไป อโห เกสมตุกกา ไถแต่บนศีรษะไปจนถึงเท้า อุทุฐ ปาทคตา ไถตั้งแต่เท้าไปจนถึงศีรษะ ตอปริยญโต คราดหนึ่งให้ทั่ว เกสา-म्म โลมา-ชน นขา-เล็บ ทนฺตา-พินฺ ไตรตรองพิจารณาอนุโลมไปตาม นิกปฏิโลม หวนมาถึงจิต คราดให้ดี หญา มันจะตาย แผ่นดินมันจะราบ พิจารณากายของเรา กว้างคอก ยาววหนา คีบ ไถมันให้แหลก คราดให้มันทั่ว เชื้อมันลงไป เรียกว่า กมฺมสุสกตา สกฺขตา เชื่อว่าเราทำดี ต้องได้ดี เราทำชั่วต้องได้ชั่ว

เมื่อเราตั้งใจประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญอย่างนี้ นี่เป็นนาบุญอย่างเลิศ ประเสริฐยิ่งกว่านาบุญภายนอก คือวิธีการบำเพ็ญสมาธิ ต้องปฏิบัติเหมือนกันกับส่วนภายนอก นี่จึงให้พากันบากบั่นพยายามบำเพ็ญในส่วนภาวนา ทำจิตใจของตนให้หมดอกุศลจิต ทำแต่ส่วนที่เป็นความดีให้เกิดขึ้น มีวิตก วิจารณ์ ปิติ วิตกเหมือนกับไถ วิจารณ์เหมือนกับคราด ปิติ น้ำมันอ้อมเอิบ สุขสบายใจ เอกัคคตา เมล็ดข้าวมันก็จัด นาเราก็สำเร็จเต็มบริบูรณ์ นามีอยู่ 4 ไร่เต็มหมด คราดทั้งสี่ 4 ไร่ คือธาตุสี่ดิน น้ำ ไฟ ลม ข้าวก็เกิดขึ้นทั้ง 4 ไร่ เหลือกิน ลากรวย ไม่อดไม่ยาก เหลือกิน จะขายก็ขาย ไม่ขายก็แจก แจกอย่างไร แจกก็ได้แก่การที่พวกเรารู้จักแนวทาง มีการแนะนำสั่งสอนตักเตือนซึ่งกันและกัน ให้กว้างขวางเข้าไปอีก อันนี้เรียกว่าแจก ขาย ที่นี้ คงได้ผลตอบแทนมาจากการทำความดีชนิดนั้น เช่นเรามีความดีในตัวของเรา เราไม่มีความต้องการปรารภณา แต่เขาก็ให้เครื่องตอบแทน เช่นพระ อย่างนี้เป็นต้น เขาให้เครื่องตอบแทนไม่ขาด ให้กิน ไม่ให้อด ไม่ให้อยาก นอนดิน เขาก็ไม่ให้นอน สร้างให้นอน แต่ละอย่างแต่ละชนิดนี้ ได้เครื่องตอบแทนมาตั้งเหนือนอกเจตนา นั้นแหละเปรียบเหมือนกับขายของ นั้นมันก็สบายละที่นี้ เราขายทุกวัน ผลตอบแทนก็ได้ทุกวัน

ส่วนฆราวาสก็น่าจะเป็นไปได้เช่นเดียวกันเหมือนกัน ถ้ามีความดีจริง ๆ ก็อาจจะเป็นไปได้ที่เป็นไปได้ยากคืออะไร คือ ความเห็นบางอย่างมันยังไม่ยอม ยังไม่ยอมจนใจ ยังอยากมั่งอยากมี อยากลาภอยากรวย ถ้ามีความอยากมั่งอยากมี อยากลาภอยากรวย ก็ต้องหา เมื่อหามาได้มีแล้ว ใครเขาจะช่วยเหลือเรา อันนั้นก็มี อันนี้ก็มี ของมีนะเป็นเครื่องบังตาของคนที่ไม่ให้ ของไม่มีเป็นเครื่องเปิดตาแก่คนที่ให้ อย่างที่ไปอยู่จนทรัพย์ มีพวกจีนพวกเจ๊กในตลาดเขาเล่า วัดอื่นไปบิณฑบาต เขาใส่แต่ข้าว แต่กับข้าวไม่ได้ใส่เลย ส่วนวัดป่าณะ แหม ข้าวก็เต็มบาตรปรี ลูกศิษย์ก็ถือตะกร้า ห่อกับแกงเท่านั้นแหละเต็มหมด มีพระบางองค์ไปต่อว่าญาติโยม ที่นี้ส่วนโยมก็ตอบ เขาบอกว่า วัดป่าณะ เงินจะบำรุงก็ไม่เคยหา โรงครัวก็ไม่ได้ตั้ง ถ้าใส่แต่ข้าวจะไปกินยังงัย จำเป็นจะต้องช่วยท่าน ใส่กับใส่แกงให้สมบูรณ์จึงจะอยู่ได้ ส่วนที่อื่นนั้น โรงครัวก็มี รายได้ก็เยอะ ก็ไม่จำเป็นจะต้อง

ใส่กับใส่แกลง อันนี้ก็แสดงให้เห็นว่า ความมีมันปิดตาของเขา ความไม่มีมันเป็นช่องโหว่ให้เขาแลเห็น
นี่มันเป็นอย่างนี้

อีกเรื่องหนึ่ง ไปอยู่ที่ไหนก็ขี้มกมอย่างนี้ ไปอยู่โคราชก็เหมือนกัน อยู่ที่วัดหนึ่ง เขาบริจาค
ถึงเอามือถือไปพันคอลูกศิษย์ เรามันก็ไม่รวยนักหนาหรอก แต่เขาเข้าใจผิดไป ว่ารวยอุดมสมบูรณ์
จึงมีคนเอามือไปพันคอพระ แต่มันไม่เข้า มีโยมเล่าให้ฟังว่า เคยถูกต่อว่าเรื่องเอาข้าวไปยื่นรอ
ใส่บาตรเฉพาะพระวัดนั้น เมื่อพระวัดอื่นมาไม่ศรัทธาเป็นต้น แกบอกว่ “ผมไปวัดนั้นนะ
ไม่มีอะไรเลย หัวหอมหัวเดียวก็ไม่มีในโรงครัว ไปดูที่กุฏิก็ไม่มี มีแต่ผ้ากับบาตร จะไปหาผัก
หาหญ้ามาต้มแกงกินก็ไม่ได้ อย่างวัดอื่นละก็ ตอนค่ำ ๆ ไปเก็บผัก ไปไล่กระต่าย ได้หนู ได้ตุน
อะไรมาก็ตามเรื่อง เมื่อท่านทำอย่างนั้น ผมจะไปทำบุญได้อย่างไร ท่านไปหากินเองเสียจนเป็น
ที่พอใจ ผมจะพอใจกับท่านหรือไม่ ผมก็ไม่ทราบ ผมไม่สนใจ”

นอกจากนี้ก็ยังมียก ตัวอย่างที่เคยเห็นมา ที่จันทบูรณ์ จันทบูรณ์ เคยไปอยู่นานจนเกือบจะ
เป็นบ้านตัวเอง รู้เรื่องอะไรต่าง ๆ ในเรื่องฝ่ายโลกก็ทราบ ในเรื่องของศาสนา ก็ทราบ ที่เป็นคติดี
มาก คือวัดหนึ่ง ท่านมีทุนทรัพย์ลงทุนซื้อที่ดิน ให้ลูกศิษย์ปลูกเงาะ ปลูกยางเต็มไปหมด ยางตัด
วันหนึ่งก็ได้หลายสิบแผ่น เงาะปีหนึ่งก็ได้แยะ ส่งขายถึงพระนคร แต่ไม่มีใครไปให้กินเลย พวก
ตลาดเขาว่า ไม่มีใครไปให้กิน เงาะของท่านมันสวยมาก งามมาก ราคาสูง ส่งขายที่กรุงเทพฯ
ส่วนพวกท่านเองนะ กินเงาะขี้คอก เงาะขี้คอกเป็นลูกเล็ก ๆ ดำ ๆ เขาเรียกเงาะขี้คอก ส่วนสวย ๆ
ขายหมด ชาวบ้านเขาก็ไม่ได้นึกว่า ท่านกินอย่างนั้น ลูกเงาะท่าน มองในสวน สวยงาม ลูกใหญ่
ลูกโต ลูกของเราดำ ๆ นะหรือจะไปถวายก็จะกินอย่างไร ของท่านก็พอแรง เลยไม่ไปถวายให้กิน
ในที่สุดตัวก็เลยอด ไม่ได้กินของดีกับเขาหรอก กินแต่เงาะขี้คอก อันนี้มันเรื่องอะไร ความมีมันเป็น
สิ่งบังตาเขา เขาไม่ช่วย นี่เป็นตัวอย่าง

นอกจากนี้ ยังมีอยู่แยะ หลายอย่าง หลายเรื่อง หลายราว ที่มันเป็นไปอย่างนี้ เพราะถ้าใคร
เป็นผู้ยอมเสียสละตัว ให้ไม่มีเสียอย่างหนึ่ง คนนั้นไม่อดตาย ถ้าไม่ยอมเสียสละ ยังต้องการเป็นคน
คนมียอยู่ บางทีก็จะมีกิน บางทีก็จะอด นี่มันเป็นอย่างนี้ ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติของพวกเรา
ถ้าเข้มงวด เข้มแข็ง กล้าหาญ สามารถที่จะยอมเสียสละ นึกว่าไม่เป็นไรสำหรับชีวิตหนึ่ง แต่ว่า
เป็นไปได้อย่างน้อย ไม่ว่าแต่โยมแหละ แต่พระก็ยังไมยอมจน ยังอยากมั่งอยากมี อยากลาภอยากรวย
เห็นพระในพระนครมาทำวัตร เมื่อก่อนพรรษานี้ เขาบอกว่าแยะ ๆ บางวันไปบิณฑบาต กลับมาได้
ทัพพีเดียว ต้องกลับมาให้ลูกศิษย์หุงข้าวให้กิน รู้สึกว่าคนไม่ค่อยจะใส่บาตร ลำบาก อัดขัดขาดแคลน
ในการเป็นเช่นนั้น มองได้ 2 แง่ แง่หนึ่ง ท่านเป็นผู้ที่เยวแสวงหารายได้ เขาเข้าใจว่าท่านมั่งมี
คนชนิดนี้จะช่วยก็ได้ ไม่ช่วยก็ได้ เขาเห็นอย่างนี้ในแง่หนึ่ง แง่ที่สอง เขามองถึงคุณภาพว่าคนนั้น
เป็นคนที่ยาหยนะ ไม่ชวนช่วยพยายามก่อสร้างคุณงามความดี มีแต่สับสร้างความสำเร็จมอง
สองแง่นี้แหละ เป็นเหตุให้เขาเสียศรัทธา นี่เป็นอย่างนี้

ฉะนั้น เมื่อกล่าวถึงพวกเรา ก็เช่นเดียวกัน ถ้าใครอยากมี อยากรวย อยากมั่งมีศรีสุข แข่งขันกับโลก ผู้นั้นจะต้องจน คนใดไม่เอาเปรียบของโลก เขาก็มีกัสาธุ ให้เขามีไปเกิด แต่เราก็แค่นี้แหละ ไม่มี ทำตนเป็นคนไม่มี ถ้าไปทำตนเป็นคนมีขึ้นละก็เดือดร้อนละ ถ้าทำตนเป็นคนไม่มี นั้นมันถึงจะเกิดมรรคเกิดผล มีก็เหมือนกับไม่มี คือมาอยู่กับความมีทรัพย์สินภายใน มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา อยู่ในศีล ศีลมันเป็นพื้นแผ่นดิน เรียกว่าศีลวัตร สมาธิมันเป็นกฎ ดีกว่าดีกปัญหาเป็นเครื่องปกคลุม กันแดดฝน ไม่ให้ร้อน มันดีกว่าภายนอก ไม่ได้ไปอยู่ในวัตถุเหล่านั้น ทำไม่ถึงไม่อยู่ในวัตถุเหล่านั้น วัตถุเหล่านั้นมันไม่มีเจ้าของ มองไปได้หลายแง่ แ่งหนึ่งเห็นว่า มันไม่มีเจ้าของสักคน คนที่ให้มันก็ไม่มียสิทธิ์ คนที่รับเขาก็ไม่มีสิทธิ์ เจ้าของมันอยู่กับใคร มันเป็นของกลางโลก ไม่มีเจ้าของก็ปล่อย เสียสละไว้ตามธรรมชาติ ใจไม่เกี่ยวข้องกังวล แต่ทำไปตามหน้าที่ ใจจิตฝึกฝน กวาดล้างอยู่ในส่วนศีลและธรรม

บำเพ็ญสมาธิเป็นเครื่องอยู่ เรียก วิหารธรรม บำเพ็ญปัญญาเป็นเครื่องป้องกันปกคลุม ถ้าเราอยู่โดยอาการอย่างนี้ ไม่ตาย ไม่จน พระพุทธเจ้ากล่าวว่า อริยทรัพย์เป็นสมบัติของนักพรต เป็นสมบัติของนักบวช สมบัติของนักปฏิบัติ การที่มีเจ้าของมียังไง ถ้าไปยึดว่าเป็นของตัวเอง มันก็เป็นคนโกง ต่างคนต่างโกง โยมก็ยึดว่าเป็นของโยม พระก็ยึดว่าเป็นของพระ ต่อไปก็จะไปตีกันอยู่ ข้างหม้อนรก จะไปแย่งสมบัติกันอยู่ข้างหม้อนรก ให้ยมบาลตัดสิน สิ่งใดที่เราเสียสละไปนั้น ถ้าเราไปยึดเป็นของเรา ๆ นั่นก็ชื่อว่าเราผูกสิทธิ์ จิตยังผูกพันอยู่ พระก็ว่าของเรา ๆ เขาก็ให้แล้ว จิตผูกพันอยู่ ไม่เสียสละ ไม่ปล่อยไม่วาง ตายบับ นี่เป็นเวรผูกพัน ไปอยู่ในนรกแหละ ไปเล่นงานกับพญายมบาล โยมก็ว่าของโยม พระก็ว่าของพระ ตีกันไปตีกันมา เมื่อตีกันไปตีกันมา ทำยังงี้ทีนี้ ใครจะตัดสิน ก็พญายมบาลนั้นแหละตัดสิน อย่างเรื่องตานาตาอินได้ปลานั้นแหละ ตานาตาอินแย่งปลากัน ตายอยู่เป็นผู้ตัดสิน ให้ตานาเอาหัวไป ให้ตาอินเอาหางไป มันอยากแย่งกัน กูเอากลางตัวไปกินไว้ยี้ มันก็อร่อยตายอยู่นั้นแหละ

นี่ฉันใดก็ตี เมื่อเราไม่มายึดสิทธิ์ว่าสิ่งนั้นเป็นของตัวเอง มันก็ไม่มีโทษ โทษชาตินี้มีความกังวล มีความเกี่ยวข้อง มีจิตผูกพัน ชาติหน้ามันก็เป็นห่วงเป็นใย ฉะนั้น จึงควรพิจารณาว่า ไม่มีสิทธิ์ ไม่มีเจ้าของ มียังไง ลองคิดดูซิ เรามีเงินบาทหนึ่ง เงินบาทของเรานะ ถ้าเก็บไว้ตั้งแต่เด็กจนโตนะ มันเต็มบ้านแหละเงิน แต่มันมีเต็มบ้านใหม่ละ เปล่า เก็บไว้เดือนละร้อยละชั่ง มาปัจจุบัน เหลือไม่ถึงสิบบาท ถ้ามันเป็นของเราจริง มันไม่ควรเป็นเช่นนั้น มันไปโน้น มันไปนี่ ไม่มีเจ้าของ ถ้าเราชิน ยึดตัวเป็นเจ้าของละก็โศกา เงินสิบบาท เราไม่ยอมเสียสละ เราอดตาย เงินสิบบาท มันกินไม่ได้ เราต้องยอมเสียสละให้แก่แม่ค้า จึงจะได้กะป็น้ำปลามากิน นี่ ฉันใดก็ตี สิ่งทั้งหมด ท่านไม่ให้ยึดสิทธิ์ ปล่อยวางลงไปตามสภาพ ยกเอาแต่รส เราปล้นเอาแต่เนื้อมัน วัตถุข้าวของต่าง ๆ มันเป็นกาก เนื้อมันคือเรายอมเสียสละ เกิดความปลื้มใจ นั่นเนื้อมัน อย่าไปกินกาก ส่วนวัตถุมันเป็นกาก กากเราคายออกไปให้เป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์แก่เราด้วย เป็นประโยชน์แก่คนอื่นด้วย เนื้อมันก็คือบุญกุศลที่เราได้มา

เมื่อพิจารณาอย่างนี้ มันก็สบายใจ ไม่ยากไม่จน มันก็ลาภรวย มันก็มีศรีสุข จะกินอดอยาก เขาก็ไม่ยอมให้กินอดอยาก จะนอนดิน เขาก็ไม่ยอมให้นอน จะนั่งผ้าขาด ๆ เขาก็ไม่ยอมให้นั่ง มันก็เพราะอะไร ก็เพราะว่าท่านไม่แข่งขันลาภรวยกับชาวโลก มีช่องโหว่ให้เขาแลเห็น นี่ทำความไม่มีในใจก็ยังดี แต่ความมีของโลกเป็นธรรมดา ข้อสำคัญอย่าให้มันมีในจิต ให้จิตมันว่างเปล่า เป็นของดีเลิศ อย่างพวกเราก็ให้เป็นเช่นนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นก็สบาย คนที่บริจาคก็หมดเวร หมดความผูกพัน คนที่รับก็หมดเวร หมดความผูกพัน ของนั้นมันก็เลิศเหมือนต้นไม้ต้นหนึ่ง เมื่อไปปลูกลงไป ที่นี้เราไปปลูกในสวนคนอื่น พื้นที่ของเราไม่มี ไปปลูกในสวนเขา เมื่อมันโตเป็นลูก เจ้าของสวนมันก็เหนียว เราผู้ปลูกมันก็เหนียว เกิดเรื่องละที่นี้ ขึ้นศาลลงศาล ให้ตุลาการผู้พิพากษาดัดสิน จึงจะสำเร็จ

อันนี้พวกเรา สิ่งต่าง ๆ ที่จะมาสืบสร้างบำเพ็ญในวัด ก็เช่นเดียวกัน คนอยู่วัดก็เหนียวว่า ของกู คนให้ก็เหนียวว่าของกู จะไปพิพากษากันที่ไหนเล่า โน่นไปหาพญายมบาล นั้นคนโง่ แต่คนฉลาดไม่ต้อง ขึ้นนั่งแท่นว่าความมันเลย นั่งแท่นคือสมาธิ ผู้พิพากษาดัดสินคือปัญญา ว่าไม่ใช่ของใคร เป็นของกลางโลก ตัดสินไปเด็ดขาด ไม่ยืดไม่ถ้อ เท่านั้นสำเร็จ นี่เป็นยอดบุญยอดกุศล เรียกว่า วิมุตติ ความหลุดพ้น พวกเราควรจะต้องพากันประพฤติดุปฏิบัติตัวอย่างนี้เรื่อยไป ตัวเราก็เกลี้ยง สิ่งของก็เกลี้ยง เราก็นั่งสบาย หายใจก็ทั่วท้อง นี่เป็นของดีเป็นของเลิศ ไม่เป็นของเลอะเทอะ และเป็นของไม่เสื่อม

ถ้าหากว่าเราถือว่าเป็นของเรา นั้นแหละ เราเอาไปกำไว้ ของที่กำนาน ๆ เหนือมันออก เหนือมันไหล ของนั้นมันก็สกปรก ความเข้าไปยึดถือสิ่งต่าง ๆ ว่าเป็นของตัวเอง ยึดมัน นั้นแหละ สนิมมันจะเกิด สนิมคือความยึดความถือ มันนำมาซึ่งความเศร้าหมองจิต เรียกว่ากิเลสหรือมลทิน ญาติโยมเหมือนกัน เมื่อเรายึดถือมาก ๆ เหนือมีมันไหลนาน ๆ เข้า มันสกปรก ถ้าเป็นเหล็กมันจะเกิดสีแดงขึ้น ถ้าเป็นก้อนข้าว มันก็บูด กินไม่ได้ นี่ความโลภมันเป็นน้ำกรด ความโกรธมันก็เป็นน้ำกรด ความหลงมันก็เป็นน้ำกรด ธรรมดาน้ำกรด เข้าไปอยู่ที่ไหน ก็กัดทำลายหมด ดวงจิตที่หนาไปด้วยความโลภ หนาไปด้วยความอยาก หนาแน่นไปด้วยความหลง ฆราวาสญาติโยม ส่งเสริมเพิ่มพูนเท่าไร ยิ่งฉิบหายเท่านั้น น้ำกรดมันกินกินหมด นี่มันเป็นอย่างนี้ บางทีโยมที่ให้อภัย เขาอดน้ำกรดเสียก่อน เมื่อให้ไป น้ำกรดก็เข้าไปกัดเกลี้ยง ไม่มีเหลือเหลือ เหตุนี้ โทษของกิเลส จึงเป็นเหตุเกิดความยากจน เกิดความคับแค้น เกิดความไม่สบายจิต

ฉะนั้น พวกเราก็ควรจะต้องพากันคิดนึกตรองมองอย่างนี้ นี่เป็นนาบุญเขตขยายไปส่วนวงนอก เกี่ยวกับเรื่องเจริญกรรมฐาน พิจารณาสังขารก็เช่นเดียวกัน นี่เรียกว่าไถ เรียกว่ากลบ เรียกว่าคราด เรียกว่าหว่าน เรียกว่าดำ เรียกว่าเกี่ยว เรียกว่าเก็บ เรียกว่าดำ เรียกว่าต้ม เรียกว่าหุง ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ก็อ้วนพี อิ่มหนำสำราญเบิกบานจิต นี่พวกบริโศกบุญ บริโศกกุศล อ้วนพี ร่างกายไม่เหี่ยวแห้ง จะเดินได้แต่โลกนี้ ถึงนิพพาน ไม่เสียกำลัง กิเลสมาก กัดกร่อนร่างกายสึกหรือ

เดินไปสวรรค์ก็ไปไม่รอด มันอ่อนแอพลี ไปนิพพานก็ยังไม่เสร็จ เหตุนั้น ผู้จะหล่อเลี้ยง ผู้บำเพ็ญความดี เดินทางไกลให้รอดนั้น ต้องเลี้ยงด้วยบุญ ต้องเลี้ยงด้วยกุศล ทำผลให้เกิดขึ้นในตัว จึงจะไปได้

เหตุนี้ เมื่อพวกเราพุทธบริษัท ได้พากันทบทวนไตร่ตรองพิจารณา ก็จงพากันสร้างศรัทธาให้มันเกิด สร้างความพยายามพากเพียรให้มันกล้า พากันมีความอด มีความทน กลั้นน้ำเค็มให้เป็นน้ำฝน ให้เย็นจนได้ อย่าให้มันเย็นเป็นน้ำแข็ง ให้มันเย็นเหมือนหม้อเบตเตอร์ เมื่อต้องการเปิดหาแสงสว่าง ก็จะได้สำเร็จตามความปรารถนา

นี่บรรยายมาโดยเบ็ดเตล็ด เป็นเครื่องปรับปรุงเตือนใจแก่พวกเรา ไหน ๆ พวกเราจะต้องตายประการหนึ่ง ประการที่สอง โอกาสเวลาที่เหมาะสมนั้น ก็จะสืบทอดไปทุกที มีอยู่ชั่วเวลาอีก 7 วันเศษ ก็จะหมดเวลาเข้าพรรษาแล้ว ฉะนั้น เมื่อเวลาที่มีฝนห่าแก้ว ก็จงพากันรีบคราดรีบไถ จงพากันรีบหว่าน รีบดำ บำเพ็ญคุณงามความดีให้มันเกิดขึ้น เมื่อมีความคิดเห็นโดยอาการเช่นนี้ บุคคลผู้นั้น ก็จะก้าวไปสู่แต่ความเจริญงอกงามอย่างเดียว ไม่มีความหายนะ มีแต่วัฒนธรรม นำบุคคลผู้นั้นให้ใกล้ชิดต่อมรรคผลนิพพาน

มีดังได้บรรยายมา ในปกิณกรรม ก็จะยุติลงแต่เสมอเพียงเท่านี้.

พระบุญฤทธิ์ อนุวาทโน ผู้บันทึก



สมบัติห้องสมุดรัฐสภา

อย่าประมาทความดี

วัดอโศการาม, 4 ตุลาคม 2503

การที่พวกเราได้มาสืบทอดสร้างชีวิตกันไว้เช่นนี้ ก็อย่าลืม มันอาจที่จะให้ผลแก่เราได้ อย่าประมาทว่าผลเล็กน้อยที่เราทำมานี้ จะไม่ได้ผลอะไรมากมาย อย่าประมาท อย่างพระพุทธเจ้า ท่านได้ทรงสอนไว้ในครั้งพุทธกาล พระภิกษุสามเณรหรือญาติโยมบางคน เวลาบวชมาศึกษาปฏิบัติ ก็ตัดกิเลสของตนไม่ขาด พอทำกิเลสของตนให้เบาบางเล็กน้อยลงไปบ้างเท่านั้น ใจก็ห่อถอย ไม่สามารถทรงเพศบรรพชิตอยู่ในศาสนาได้ ก็สึก เมื่อสึกไป ก็ไปประกอบกิจการงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพ เมื่อประกอบกิจการต่าง ๆ บางคราวก็สุจริต บางคราวก็ทุจริต เมื่อได้ทำความชั่ว ทุจริตเกิดขึ้น ก็ได้รับทัณฑ์โทษทางบ้านเมือง เมื่อได้รับโทษ ก็ถูกจับถูกกุมถูกคุมขัง

ตัวอย่างเช่น ลูกศิษย์พระสารีบุตร มาบวชบำเพ็ญคุณงามความดี ก็ไม่ได้ขี้ขลาดเลยสักไป เมื่อสึกไปก็ไปประพฤติตัวเป็นโจร เมื่อประพฤติตัวเป็นโจรเป็นขโมย ก็ถูกจับกุมลงโทษถึงประหารชีวิต ก่อนที่จะประหารชีวิตนั้น เขาก็เอาโจรคนนั้นไปทรมานอยู่ 7 วัน วันหนึ่งนั้นได้ทรมานร่างกาย ให้ประชาชนได้เห็นมาชม เพื่อเป็นเครื่องปราบคนร้าย สั่งอำมาตย์ให้ทำหลาวไม้รวกหลาวเหล็ก ทำปลายอย่างแหลมคมกล้า แล้วเขาก็ปักไว้เป็นแถวเป็นแนว เสร็จแล้วจึงจับโจรนั้นขึ้นไปนอน ขึ้นไปนั่ง ให้หลาวนั้นเสียบแทงอวัยวะร่างกาย ให้เลือดไหลอาบตัวอยู่ ได้รับความทุกข์อย่างสาหัส วันหนึ่งทำตอนเช้า แล้วก็ทำตอนเที่ยง ทำตอนเย็น ป่าวร้องประชาชนพลเมืองมาดูตัวอย่าง ผู้ประพฤติดันไม่ดี ต้องถูกทรมานตนอย่างนี้ โจรคนนี้เขาก็ได้ถูกทรมานตัวอย่างเข้มงวดแข็งแรง และถูกทรมานอยู่อย่างนี้จนกว่าจะถึง 7 วัน เมื่อทรมานครบเจ็ดวันแล้ว ก็พาตัวไปประหารชีวิต คือตัดศีรษะให้ตาย อยู่มาวันหนึ่ง ด้วยอำนาจวาสนา ซึ่งเคยได้ไปศึกษาอบรมอยู่กับพระสารีบุตร คือเมื่อตอนไปบวชอยู่กับพระสารีบุตร ท่านก็แนะนำให้ประพฤติตรงควัตรแล้วก็สอนสมณธรรม ให้ ใ้ได้บำเพ็ญอบรมจิตใจบำเพ็ญคุณงามความดีของตนนั้นได้แก่ปฐมฌาน แต่ปฐมฌานนั้น มันยังไม่สามารถต้านทานกิเลสตัณหาให้ขาดไปได้ จึงได้ลาเพศไปเป็นคฤหัสถ์ ในวันที่ 6 อำนาจบุญวาสนาของท่านพระสารีบุตร ซึ่งเป็นผู้มีเมตตา ได้ช่วยเยี่ยวยาสั่งสอนประชาชน ทำกิจศาสนาแทนพระพุทธเจ้า ท่านก็ได้เล็งญาณทัตถา การดูหมิ่นคณะสงฆ์ว่าบวชแล้ว

ยังอยู่ไหนบ้าง สึกแล้วไปอยู่ไหนบ้าง ไปประกอบอาชีพกิจการงานต่าง ๆ อยู่ไหนบ้าง และด้วยบารมีที่ได้สะสมร่วมกับท่านมา ก็ได้ปรากฏแสงสว่าง แลเห็นลูกศิษย์คนนั้นกำลังถูกทรมานอยู่อย่างสาหัส แล้วเขาก็จะตัดศีรษะประหารชีวิตในวันพรุ่งนี้ เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็พิจารณาเห็นอำนาจบารมีของเขาที่ได้บำเพ็ญไว้ ยังมีเป็นนิสัยอยู่ แต่มันเสื่อมไปหมด แม้กระนั้น ความดีที่ทำไว้แล้วมันก็ยังฝังอยู่ในนั้นแหละ ถึงมีกิเลสหุ้มห่อดวงจิตไว้ ความดีก็ยังอยู่ เมื่อท่านรู้อย่างนี้ ท่านก็ไปบิณฑบาต เมื่อไปบิณฑบาต ในเวลาตอนเช้านายโจรกำลังนอนอยู่บนหลาวเหล็กและหลาวไม้รวก พระสารีบุตรก็ผ่านไปใกล้ ๆ คนก็แตกตื่น บางคนก็ตื่นกันไปดูพระสารีบุตร บางคนก็ตื่นกันไปดูโจรที่ถูกทรมาน พอดีแหวกช่องให้ลูกศิษย์คนนั้นเห็นพระสารีบุตร เห็นชายจีวรเท่านั้นแหละ พระสารีบุตรท่านก็แผ่เมตตาจิต ด้วยอำนาจเมตตาจิตของท่านนั้น ก็กระเทือนถึง เป็นเครื่องยืนยันแต่เข้าไปใกล้ไม่ได้ เมื่อลูกศิษย์คนนั้นได้เห็นพระสารีบุตรก็เกิดความดีใจ นึกในใจว่า วันพรุ่งนี้จะต้องลาอาจารย์ คือจะต้องถูกประหารชีวิต ก่อนที่จะลาอาจารย์นั้น ก็นึกถึงการกราบการไหว้ การทำสักการะบูชา และก็คำนึงถึงคำภาวณาที่อาจารย์สอนให้ แก่ก็ได้เจริญมาน ทำจิตให้สงบเป็นสมาธิ เมื่อทำจิตให้สงบ ก็ได้ระลึกถึงความตาย ว่าเอาเราแน่ละ ไม่ต้องสงสัย เป็นมรณานุสสติ แล้วก็คิดคิดว่า เขาตายกันอยู่ที่ไหน ความตายมันอยู่ที่ไหนกัน ก็ปรากฏว่า ความตายมันมาอยู่ที่ปลายจมูก ถ้าลมดับ เสร็จ ตายเป็นแน่ ถ้าลมหายใจยังอยู่ ถึงแม้จะถูกทรมานอย่างแสนสาหัสก็ไม่ตาย เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็บำเพ็ญอานาปาน มาจำเริญกำหนดลมหายใจ เมื่อจิตเข้าไปจับลมเท่านั้นแหละ ไอ้เจ้าลมก็หยุด โลหิตนั้นก็หยุดไหลทันที เมื่อโลหิตหยุดไหล เนื้อหนังที่ขาดเป็นช่อง มันก็ติดกันหมด เมื่อแผลปิดเช่นนั้น ก็เกิดปีติ ดีอกดีใจว่าเราได้ภาวณา กระทำจิตถึงกับระงับทุกขเวทนา ได้ถึงขนาดนี้ ก็ตั้งใจพิจารณาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย พิจารณาเกสา โลมา นขา ทันตา ตโจทวนกลับปากลับมา ในที่สุดส่วนอวัยวะที่ขาดฉีกกลับติดต่อกันได้หมด ที่นี้เมื่ออวัยวะเกิดกำลังงาก็สามารถนั่งขัดสมาธิบนหลาวเหล็กและหลาวไม้รวก เมื่อขึ้นไปนั่งสมาธิบนหลาวเหล็กและหลาวไม้รวกได้เช่นนั้น ขัดสมาธิสองชั้น แล้วก็บำเพ็ญมาน เจริญมานที่หนึ่ง ที่สอง ที่สาม จนถึงที่สี่ เมื่อได้ถึงมานที่สี่ ร่างกายนั้นก็เบาเหมือนปุยพู่ แข็งกว่าหลาวเหล็ก แข็งกว่าหลาวไม้รวก หลาวแหลมนั้น ทิ่มแทงกายลูกศิษย์ของพระสารีบุตรนั้นไม่ได้อีกเลย ในที่สุดโจรคนนั้นก็ได้นั่งขัดสมาธิบำเพ็ญอัปปมาณา ตั้งอธิษฐานจิต ว่าเราจะไปอยู่กับอาจารย์ ถ้าเราอดตัวครั้งนี้ แล้วก็บำเพ็ญมานที่สี่ได้สำเร็จ มีองค์อยู่สองอย่างคือจิตเป็นเอกัคคตาารมณ์ ไม่เกี่ยวข้องกับอะไรทั้งหมด สัญญาที่เขาจะฆ่าไม่มี ดับไปไหนไม่ทราบ วางหมด และเป็นผู้มีสติสว่างไสว แล้วก็มองเห็นอาจารย์ อาจารย์ไปอยู่ที่ไหนก็มองเห็นด้วยอำนาจแสงสว่าง ในที่สุดก็อธิษฐานจิตว่า เราจะไปอยู่กับอาจารย์ เมื่ออธิษฐานจิตอย่างนี้ ร่างกายก็ลอยเหาะไปในอากาศ เมื่อเหาะไปในอากาศ ก็ไปหาอาจารย์ เมื่อไปอยู่กับอาจารย์ ก็ให้คำรับรองปฏิญาณตนว่าจะไม่ทำบาปอกุศลอย่างนี้อีกต่อไป ก็ได้บำเพ็ญวิสัยสืบต่อกันรอดตัว แต่ยังไม่สำเร็จเป็นพระอรหันตชินาสพ รอดตัวแต่กันตายในชาตินั้นเพียงเท่านั้น

นี้แสดงถึงเรื่องความดีที่ได้บำเพ็ญกันมานั้น แม้เมื่อมันยังไม่เกิดสมใจของเราในขณะนั้นก็ตาม ก็อย่าประมาท คือความดีนิด ๆ หน่อย ๆ นั้น มันเหมือนกับไฟ ไฟนั้นอย่าไปประมาท เพียงไม้ขีดลูกเดียวเท่านั้น มันสามารถสังหารผลาญบ้านเมืองให้ย่อยยับได้ นี่ความดีมันมีอำนาจ เหตุนี้พระองค์จึงได้สั่งสอนพวกเรา มิให้ประมาท ความดีที่ได้สร้างมา ถึงแม้จะเล็กน้อยก็ตาม ย่อมมีอำนาจสามารถจะช่วยป้องกันเหตุการณ์ต่าง ๆ ผ่อนหนักผ่อนเบาให้ปลอดภัย นี่ประการหนึ่ง

อีกนัยหนึ่ง เรื่องของคนเรานั้นก็มาก นิสัยคนบางคนนั้นเหมือนกับต้นไม้ ต้นไม้บางชนิด เช่นต้นผักทอง หรือลูกผัก เมื่อเราไปปลูกฝังไว้ยังพื้นแผ่นดิน เราก็อยากกินลูกเร็ว ๆ อยากกินผลเร็ว ๆ มันก็หาเป็นอย่างความคิดนึกของเราไม่ แต่ถึงอย่างนั้นก็ดี ธรรมชาติความดีที่ได้ปลูกสร้างลงไป มันก็ค่อยเจริญขึ้นทีละนิด ๆ เมื่อมันเจริญขึ้นแล้ว นานเข้าก็ย่อมออกผลให้เป็นธรรมดา แต่เราไปนั่งสังเกตดูว่ามันยาวขึ้นวันหนึ่ง นาที่หนึ่ง ยอดมันยาวขึ้นประมาณสักกี่เซนติเมตร ให้ไปเขียนดูซิ เขียนไม่ได้ ยอดผักทองนะ มันงอกออกมาวันหนึ่งได้เท่าไร เขียนได้ไหมเล่า เขียนไม่ได้ แต่เราเชื่อไหมว่า มันต้องงอกขึ้นทุกวัน ถ้ามันไม่เป็นจริงอย่างนั้นแล้ว มันจะยาวขึ้นได้อย่างไร นี่ฉันใดก็ดี ความดีของพวกเรา เราจะสร้างได้มากน้อยเพียงไรก็ตาม ถึงเราจะมองไม่เห็นผลก็ตาม แต่มันก็ได้ เราบอกไม่ได้ว่าเราดีเท่านั้น ๆ เราก็บอกไม่ได้ วันหนึ่งเราได้ทำดี บอกได้ แต่ไอ้ความดีที่มันเกิดขึ้นจากการทำ มากน้อยเท่าไร บอกไม่ได้ ถ้ามองว่าได้ผลหรือเปล่า ได้ซิ เหมือนยอดผักทอง แต่เขียนบอกไม่ได้ว่าเกิดมาวันหนึ่ง ๆ ได้เท่าไร ไม่รู้ว่ามันเกิดมายาวเท่าไร แต่มันยาวออกมาไหมละ ตอบว่าต้องยาว ฉันใดก็ดี คุณงามความดีทั้งหมด ซึ่งมันเกิดขึ้น ไม่ใช่ว่าเราต้องการ ก็อย่าประมาท นี่ข้อหนึ่ง

ข้อที่สองนั้น นิสัยของผู้ปฏิบัติ บางท่านหรือบางจำพวกมันเหมือนต้นกล้วย คือธรรมดาดันกล้วยนั้น เมื่อเราไปตัดต้นของมันขาดเสีย ในช่วงเวลาสักชั่วโมงเดียว ถ้าเราไปดูจะแลเห็นว่ายอดกล้วยนั้นมันโผล่ออกมาได้ตั้งนิ้ว ถ้าสองสามวันก็ขึ้นมามากตั้งศอกตั้งแขน นั่นเห็นเร็ว นี่จำพวกหนึ่ง พวกเราก็เหมือนกัน บางผู้บางคน การปฏิบัติคุณงามความดี เห็นผลเร็ว เกิดโลดโผน สามารถหลายท่าหลายทาง ตัวอย่างสามารถทำมานของตนให้เกิดขึ้นได้ สามารถที่จะชี้แจงอธิบายในข้อธรรมะ ที่มันเกิดขึ้นกับตนให้คนอื่นฟังได้ชัดเจน นี่บางท่านเป็นอย่างนี้

ในสมัยครั้งพุทธกาลก็เหมือนกัน เช่นพระจูฬปันถกบำเพ็ญคุณงามความดีมานาน แต่เวลา มาเจริญกรรมฐานด้วยความเหี้ยมหยามของบุคคลผู้อื่น ปฏิบัติด้วยความแค้นใจเท่านั้น ได้ผลเลย คือสมัยครั้งหนึ่งได้อยู่กับหมู่คณะตั้ง 500 องค์ วันหนึ่งเศรษฐีมานิมนต์ไปฉันอาหารบิณฑบาตในบ้าน ส่วนพี่ชายพระมหาปันถกนั้น เป็นภักตทุเทศก์ เมื่อใครมานิมนต์ พี่ชายเป็นผู้จัดการที่จะนิมนต์พระไปในภักตกิจในวันนั้น พระมหาปันถกพี่ชาย เห็นว่าพระจูฬปันถกนั้นขี้เกียจบำเพ็ญกรรมฐาน ก็ได้แต่สัปหงก มีถิ่นมิทธะครอบงำจิตใจ อย่าเอาไปกินข้าวในบ้านเขาเลย เลยไม่นิมนต์พระจูฬปันถก นิมนต์แต่พระองค์อื่น ๆ ไป 499 รูป มีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข ไปในงานถวายทาน

ของเศรษฐี เมื่อไปถึงบ้านเศรษฐี ๆ ก็จัดอาหารถวายพระครบหมด แต่อาหารเหลืออยู่ภาตหนึ่ง เศรษฐีก็ถามว่า ทำไมพระขาดहार้อย มหาบัณฑิตก็บอกว่า พระจุพบันถกไม่ได้นิมนต์มา ที่นี้ เศรษฐีก็ไต่ถามพระพุทเจ้า ๆ ก็รับสั่งว่า พระจุพบันถกเป็นคนสำคัญ บัดนี้ เศรษฐีต้องไปนิมนต์ ท่านเป็นคนสำคัญคนหนึ่ง ส่วนทางพระจุพบันถกแค้นใจ เขาเหยียดหยามย่ำยี วันนั้นตั้งอกตั้งใจจะไม่กินข้าว นั่งสมาธิบำเพ็ญมาน บรรลุถึงฌานที่สี่ จิตดวงจิตตั้งแต่เกิดมา ยังไม่เคยก้าวหน้าถึงขนาดนั้น เมื่อได้ฌานที่สี่แล้ว ก็เข้าฌานที่ห้า ทำจิตสว่างไสว เบิกบานแจ่มใส เกิดกำลังกาย เกิดกำลังจิต พอดีคนของเศรษฐีนั้นเข้ามานิมนต์ ในตอนนี้ พระพุทเจ้าอยากแสดงให้เศรษฐีเห็นอำนาจ ไม่บอกวิธีนิมนต์ ให้ไปรู้เองเสียก่อน จึงจะค่อยพูด ส่วนทางพระจุพบันถกก็อธิษฐานจิตเมื่ออธิษฐานจิต พระเต็มวัดหมด ไม่รู้มาจากไหนกัน เคลื่อนกล่นไปหมด บางองค์ก็นั่งสมาธิ บางองค์ก็เดินจงกรม บางองค์ก็ชักจิวร่วนวายกันไปทั้งวัด ที่นั้นคนไปนิมนต์ถามว่า พระจุพบันถกอยู่ที่ไหน ท่านก็ชี้มือบอกไปข้างหน้า ว่าอยู่ทางโน้น ไปถามองค์โน้น ก็บอกต่อ ๆ ไป ถามไปจนหมด ไม่ใช่จุพบันถกสักองค์ ถามไปองค์โน้น ๆ ก็ชี้ไปทางนี้ ถามองค์นี้ ๆ ก็ชี้ไปทางโน้น ให้ยุ่งกันไปจนหมดเวลาฉันอาหาร ในที่สุดไม่ได้ ก็วิ่งกลับไปในบ้านอีก เมื่อเข้าไปในบ้าน ที่นี้พระพุทเจ้าทราบบว่า พระจุพบันถกนั้น เป็นคนแกล้งล่า สามารถที่จะแสดงปาฏิหาริย์ให้ปรากฏแก่เขาได้ ก็จะได้หายจากการถูกละเหยียดหยามย่ำยี พระองค์จึงทรงชี้แจงว่าให้ไปนิมนต์ใหม่ นิมนต์คือทำอย่างไร เมื่อไปนิมนต์ละก็ ถามท่านว่า องค์ไหนเป็นจุพบันถก เวลาท่านอำปาก เปิดปากที่จะบอก ให้รีบจับควาแชนทันที อย่าให้ท่านบอกได้ ที่นี้ก็ได้รับการละชี้ ก็ไปที่วัด ที่มีพระมากเต็มหมด ที่นี้ก็ไปถาม ว่าองค์ไหนคือพระจุพบันถก พอท่านจะชี้บอก ก็ควาแชน จับแชนบีบเดียวเท่านั้นแหละ พระทั้งหลายหายหมด เหลือพระองค์เดียวที่จับแชนอยู่เท่านั้น ที่นี้ก็ได้นิมนต์ไปฉันอาหาร บิณฑบาตในบ้านของเศรษฐี แต่นั้นพระจุพบันถก ก็เด่นในวงการของคณะ เป็นผู้สามารถทำการอย่างโลดโผน ห้อยโหนโยนตัว สามารถตากแดดไม่ต้องร้อน สามารถตากฝนไม่ต้องเปียก ทางไกล ๆ สามารถที่จะไปให้ได้ถึงเร็ว มีฤทธิ์ มีปาฏิหาริย์ ตัวท่านองค์เดียวอยู่ที่นี้ สามารถให้ไปปรากฏได้ที่ป่าช้า ปรากฏที่อื่น ๆ ทำได้ด้วยวิธีหลายอย่าง พระจุพบันถกก็กลายหายไปจากความแค้นที่หมู่คณะเหยียดหยาม เลยเป็นคนเด่นโลดโผนตั้งแต่นั้นต่อมา นี่อำนาจคุณงามความดีนั้น บางท่านก็โลดโผนเร็ว แดกฉานกว้างขวาง แก่ด้วยสมณะ แก่ด้วยวิปัสสนา สามารถที่จะโลดโผนและก้าวไปสู่พระนิพพานได้ในชาตินั้น นี่เรื่องความดีที่ได้อบรมทำมานั้น เป็นบารมีธรรมทั้งสิ้น ฉะนั้นควรที่จะต้องพากันมีความภูมิใจในการกุศลนี้

อีกเรื่องหนึ่ง ยังมีเทพยดาองค์หนึ่ง แต่ก่อนเป็นผู้หญิง ในสมัยครั้งหนึ่ง แก่ไปวัด ไปเห็นมันรกในทางจงกรมของพระ แก่ก็ไปเหยียขี่ฝอยในทางจงกรมนั้น เพื่อให้ความสะดวกในการเดินจงกรมของพระ ครั้งเดียวเท่านั้น แต่แกทำด้วยความรัก แกทำด้วยความเชื่อ ทำด้วยความนับถือ ทำด้วยความบริสุทธิ์จิต เพราะของที่รกรุงรังสกปรกนั้น ยังความเศร้าใจให้เกิดขึ้น ท่านเห็นเป็นเช่นนั้น จึงได้เก็บขี่ฝอยออกจากที่ทาง แล้วก็หาน้ำล้างเท้ามาไว้ในที่นั้น เก็บขี่ฝอยขี่เศษต่าง ๆ รกรุงรัง

ออกหมด แก่ก็รู้สึกว้า ใจสบายผ่องแผ้ว กลับไปบ้าน บังเอิญไปเกิดเป็นลมตาย ตายจากโลกนี้ก็ไปเกิดเป็นเทวดา มีบริษัทรบรivar มีอาหารทิพย์ มีปราสาท มีความอุดมสมบูรณ์อย่างมากมาย เมื่อไปอยู่ที่นั่น ระลึกชาติได้ เมื่อระลึกชาติได้อย่างนี้ ก็นึกในใจว่า ถ้าเราทำบุญมาก ๆ ก็จะได้ดีมากกว่่านี้ จะขอไปทำความดีอีกสักหน่อยเถอะ เพื่อให้มันยิ่งกว่าที่ได้รับผลอยู่ขณะนี้ แต่ก่อนไม่ยกรู้ว่ามันจะได้รับผลอย่างนี้ ก็ได้ลงมาจากสวรรค์ ไปเที่ยวหาพระอยู่ตามป่าตามดง พอไปเห็นพระองค์หนึ่งท่านกำลังเข้าสมาธิ ฝ่ายเทวดาก็มายืนจ้อง คอยปฏิบัติอุปัฏฐากพระ ท่านเลยตะเพิดไป “เทวดาทำไมมาแย่งบุญมนุษย์ แต่ก่อนนี้มันประมาท เมื่อไปเสวยผล ได้รับผลดีแล้ว ยังจะอยากโลภมาก ไม่เอา ไม่ให้ทำ ให้มนุษย์เขามาทำ คนที่ยังไม่ได้รับความดีอย่างแก่นั้นยังมีอยู่อีกมาก ไม่ต้องมาแย่งเขา” เปิดเลย เทวดานั้น ขึ้นไปอยู่ในสวรรค์ ก็ได้ผลแค่นั้น บุญใหม่ควรทำต่อ เขาไม่ให้ทำ นี่เพราะเหตุใด เพราะเหตุว่า คนเราประมาทในบุญเล็กน้อย เมื่อตายไปแล้ว จะมาทำบุญกุศลนะ มันยากนัก ยากยิ่งไถ่ กายก็ไม่เหมือนกายมนุษย์ จะมาพูดกับมนุษย์ก็ไม่ได้ จะมาใส่บาตรทำบุญก็ไม่ได้ อย่างดีก็เพียงมายืนคอยอนุโมทนาเท่านั้น ถ้าใครตาดีก็เห็น ใครตาไม่ดีก็ไม่พบพาน ถ้าใครมีภูมิรู้ในทางจิต ก็พอจะแนะนำสั่งสอนกันบ้าง ถ้าไม่มีคนเช่นนั้น เทวดาก็ไม่มีหนทางที่จะบำเพ็ญคุณงามความดีต่อได้เลย นี่มันเป็นอย่างนี้

ฉะนั้น จึงอย่าพากันประมาท เมื่อเรามีโอกาสและเวลา คุณงามความดีใด ๆ ในโลก พอจะสามารถและมองเห็น เราก็ควรจะรีบชวนชวย พยายามทำความดีนั้นเสียโดยเร็ว ถ้าความตายเกิดขึ้นเดี๋ยวนี้อะไรจะไปเอาอะไร ไม่มีอะไรสักอย่าง อย่างดีที่สุดก็จะได้แต่หอข้าวตากของคนที่ทำไว้แล้วนั้นแหละ คือความดีที่เราสั้บสร้างมาแต่ก่อน แล้วก็มาระลึกขึ้น ความดีนั้นก็จะไปช่วยบำรุงน้ำใจของเรา อำนวยผลให้บุคคลผู้นั้นไปในทางสุคติ โลกสวรรค์ ถ้าใครได้มีนิสัย ได้อบรมในทางจิต หรือในทางสมาธิให้แก่กล้าก็สามารถบำเพ็ญให้ตนพ้นไปจากโลกียวิสัย ทำใจของตนให้ก้าวขึ้นไปสู่โลกุตตรธรรมได้ นี่ฉะนั้น พวกเราที่ยังไม่เกิดความคิดอย่างสมใจนึกก็ดี อย่าประมาท ผู้ทำความดีได้ยังไม่สมใจอย่างนึกก็อย่าประมาท ก็ควรจะถือว่าสิ่งที่เราทำลงไปนั้น เป็นทรัพย์สินของเรา ทรัพย์สินของเรานี้ เป็นเครื่องป้องกันชีวิตของเรา มิให้ตกไปในฝ่ายต่ำ แม้อยู่ในโลกนี้เราก็อาศัยความดีคือธรรมะนี้ เป็นผู้บงการชีวิต ถ้าเราดับจิตไปจากโลกนี้ ความดีก็ต้องติดตามตนไปเหมือนกับเงาของบุคคลย่อมตามตนไปทุกเมื่อฉะนั้น

นี่กล่าวถึงเรื่องความดี ซึ่งพวกเราได้พากันมาสั้บสร้างคุณงามความดี ร่วมใจกันในที่นี้ ก็จงพากันถือคติที่ได้เตือนใจมานี้ เป็นเครื่องระลึก เป็นธรรมานุสสติภาวนากันต่อไป

พระบุญญ์ อนุวฑฒโน บันทึก

กิเลสมาร

ธรรมดาของโลก จะมีแต่ชั่วอย่างเดียวไม่ได้ จะต้องมีความดีอยู่ด้วยเป็นธรรมดา มารที่เป็นเครื่องกีดกันก็เหมือนกัน มิใช่ว่าเขาจะกันเราอย่างเดียว บางคราวบางสมัย เขาก็กลายเป็นเพื่อน เป็นมิตร เป็นสหายของเรา บางคราวบางสมัย ก็กลายเป็นบริษัทบริวารของเรา บางคราวบางสมัย ก็กลายเป็นทาส ปรนปรีอเลียงดูช่วยเหลือเรา อย่างนี้ก็มิ ฉะนั้น ผู้มีปัญญา จึงจะต้องเดินอยู่ในกึ่งกลาง ฝ่ายหนึ่งเพ่งถึงส่วนความไม่ดี ฝ่ายที่สอง เพ่งถึงความดี ความดีและความไม่ดีนี้ เป็นความจริงที่จะต้องอยู่ด้วยกัน ตัวเราเองก็ต้องเป็นผู้ยืนอยู่ในหว่างกลาง เป็นหลักกลาง เป็นผู้วินิจฉัยเรื่องราวเหล่านั้น ให้เกิดความไม่รังเกียจ ความดีเป็นเหตุให้เกิดความสนิท เป็นเหตุให้เกิดความคุ้นเคย ความสนิทและความคุ้นเคย พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นญาติ สมกับที่บาทคณาเถาว่าไว้ว่า “วิสุตสา ปรมา ญาติ” ความคุ้นเคยสนิทสนมกันเป็นญาติอย่างยิ่ง อย่างนี้เป็นต้น.

ศัตรูก็ตาม เมื่อสนิทสนมกันนานเข้า ก็กลายเป็นเพื่อน กลายเป็นมิตร กลายเป็นคนใช้ก็ได้ กลายเป็นทาสก็ได้ เมื่อเราพิจารณาเห็นอย่างนี้ มันก็เกิดประโยชน์ เกิดประโยชน์ได้สองนัย นัยหนึ่ง เป็นประโยชน์แก่ตัวเราเอง นัยที่สอง เป็นประโยชน์แก่มาร อย่างครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าของเรา ได้ปลอมและกระทำความคุ้นเคยแก่พญามาราริราช พญามาราริราชนั้นก็เชื่อฟังตั้งอยู่ในวาทะ ยินดีในกุศลของพระพุทธเจ้าที่ได้สร้างบำเพ็ญมา ต่อจากนั้น พญามารก็หมดอำนาจ ถวายการสักการะบูชา แล้วก็ได้เคลื่อนคลาตเลื่อนลอยไปอยู่ในชั้นสวรรค์ คือท้าววสวัตติมารอยู่บนสวรรค์ ไซ้แต่เสมอเพียงเท่านั้น ผลที่จะต้องได้รับ พญามารในกาลข้างหน้ามันจะมาตรัสเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์หนึ่ง เป็นพระโพธิสัตว์ นี้ได้ประโยชน์ให้เกิดขึ้นแก่พญามาร ได้ประโยชน์ให้เกิดขึ้นในพระองค์ด้วย นี่เป็นวิสัยของผู้มีปัญญา ทำของเสียให้กลายเป็นของดีขึ้นมาได้

ฉะนั้น พวกเราก็ก็นั่งอยู่ในกระแสของพญามารเช่นเดียวกัน มารก็ร่อร่าตึกเหล่านั้น เรียกว่า กิเลสมาร มารคือกิเลส กิเลสที่เป็นตัวใหญ่ ๆ ที่มีชื่อเสียงโด่งดังนั้น คือ โลภะ โทสะ โมหะ นี่กิเลสตัวใหญ่ 3 ตัวนี้ มีชื่อเสียงโด่งดังมาก ตัวที่ย่อย ๆ ไม่ค่อยจะออกหน้าออกตาก็คือ กามตัณหา

ความอยากมืออยากเป็น ดิ้นรนชวนขวายพยายามจนเสียความงามของธรรมชาติ อันนี้ ก็ถือว่าเป็นกิเลสमार ภวตัณหา ความอยากมืออยากเป็น อยากเป็นโน่น อยากเป็นนี่ อันนี้ ท่านก็เรียกว่าตัวกิเลสमारตัวหนึ่ง วิภวตัณหา ความไม่อยากมี ไม่อยากเป็น เช่นเราได้ลาภ ไม่อยากให้เสื่อมลาภ เราได้ยศ ไม่อยากให้ใครมาลบเหลี่ยมของเรา นี่เป็นวิภวตัณหา ตัณหาทั้ง 3 ตัวนี้ เป็นกิเลสमार ไม่ค่อยจะมีชื่อเสียงโด่งดังเท่าไรนัก นาน ๆ เขาจึงจะมาเรียกชื่อสักครั้งหนึ่ง.

แต่ส่วน โลภ โทโส โมโห นั้นมีอำนาจมาก ตัวใหญ่มาก มีชื่อเสียงโด่งดังมาก ส่วนแม่ของพญามารได้แก่อวิชชา อวิชชานี้เป็นแม่ของพญามาร มันจะต้องถ่ายทอดออกจากอวิชชานั้นทั้งหมด เช่นความดีมันก็ออกจากอวิชชา ความชั่วมันก็ออกมาจากอวิชชา ถ้าจะกล่าวตามชื่อนั้น อวิชชามันเป็นเหตุแห่งสังขาร สังขารที่มันเกิดขึ้น มีอยู่ 3 ชนิด :-

ปุญญาภิสังขาร นึกคิดปรุงแต่ง ไตร่ตรอง พินิจพิจารณา หาทางจะสร้างคุณงามความดีของตนให้เกิดขึ้น นี่ท่านเรียกว่า ปุญญาภิสังขาร.

อปุญญาภิสังขาร นึกคิดปรุงแต่ง เสกสรรคิในทางที่ไม่ดีไม่ชอบ ซึ่งเป็นฝ่ายชั่ว ทุจริต ทำดวงจิตให้เศร้าหมอง ไม่ผ่องใส ลักษณะอย่างนี้ ท่านเรียกว่า อปุญญาภิสังขาร.

ที่สามนั้น **อนณฺหาภิสังขาร** ความคิดเป็นกลาง จะเรียกว่าบุญก็ไม่ใช่ จะเรียกว่าบาปก็ไม่ใช่ เช่นพรุ่งนี้ เราจะไปซื้อของในตลาด หรือพรุ่งนี้เราจะไปทำนา หรือเราจะไปอาบน้ำ เราจะไปกินข้าว ความคิดนึกตรึกตรองเกิดขึ้นในดวงจิตอย่างนี้เป็นอนณฺหาภิสังขาร สังขารยังไม่เป็นบุญ สังขารยังไม่เป็นบาป.

นี่ พวกนี้มันก็เป็นกิเลสमारเหมือนกัน เป็นพวกลูกของพญามาร แต่พวกนี้ไม่ค่อยจะออกจากบ้าน มันเป็นลูกเจ้าลูกนาย เป็นลูกที่อยู่ในพระราชวัง ไม่ค่อยจะออกหน้าออกตา คนจึงไม่ค่อยจะรู้จักชื่อเขา ไม่ค่อยจะเห็นหน้าเขา บุคคลที่จะเห็นหน้าพวกนางงามเหล่านี้ นอกจากผู้มีสมาธิ ปัญญา ไม่มีใครเห็นได้ ถ้าเป็นผู้มีสมาธิ ค่อยแอบจ้องเข้าไปดู มีปัญญาคอยแหวกม่าน ก็จะเห็นลูกของพญามารอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง นี่เป็นมารชั้นที่สาม.

ขั้นที่สี่ ได้แก่ตัวอวิชชา ตัวอวิชชาคือ ไม่รู้จักจิตของตัวเอง ไปเข้าใจว่าความคิดเป็นจิต ไปเข้าใจว่าความรู้เป็นจิต ไปเข้าใจว่าสัญญาอดีตเป็นจิต สัญญาอนาคตเป็นจิต ไปเข้าใจว่ากายเป็นจิต จิตเป็นกาย ไปเข้าใจว่าเวทนาเป็นจิต จิตเป็นเวทนา ไปเข้าใจว่าจิตเป็นธรรมชาติ ธรรมชาติเป็นจิต ไปเข้าใจว่าจิตเป็นตน ตนเป็นจิต ไม่สามารถที่จะแยกสิ่งเหล่านี้ออกจากตน มีความพัวพันติดแน่น นี่ท่านเรียกอวิชชา สรุปลงมาก็คือ **ติดปัจจุบัน**

สิ่งทั้งหลายที่กล่าวมานี้ ท่านเรียกว่า กิเลสธรรมชาติ กิเลสธรรมนี้ มันเป็นมาร มันรบกวนเรา อยู่ทุกเวลาจึงเรียกว่ากิเลสमार มันเป็นมารได้อย่างไร คือเมื่อโลกมาก ๆ เข้า ทำทานได้ยาก มีแต่อยากได้ ไม่มีอยากให้ อยากได้อย่างเดียว อยากให้เขาไม่มีเลย นี่มันเป็นมารอย่างนี้ ทีนี้

เมื่อเราหวงแหน รััดรั้งยึดถือไว้ มีคนหรือสัตว์มาทำลายสิ่งที่เรายึดถือ หรือสิ่งที่เราหวงแหนนั้น เกิดความเสียใจ เกิดความน้อยใจ ทำใจวุ่นวายหม่นหมองขึ้น นี่มันเป็นมารได้อย่างนี้ ความโกรธก็เหมือนกัน เมื่อมันเกิดขึ้น มันไม่อยากได้อะไรสักอย่าง มองเห็นคนท่ามดดำมดแดงเท่านั้น ก็ว่าเตะทีเดียวคอขาด อำนาจแห่งความโกรธนะมันรุนแรงยิ่งกว่าอื่นใด แต่มันจะเป็นได้อย่างนี้หรือไม่เป็น มันก็กล้า ใครจะบอกบุญไม่รับในเวลานั้น ไม่รับบุญกับใครทั้งหมด มันก็จะต้องไปจนหมดฤทธิ์ หมดอำนาจของมัน ฉะนั้นท่านจึงจัดว่าเป็นมาร ไม่สามารถจะสร้างคุณงามความดีให้สมบูรณ์ได้ ความหลงก็ยิ่งหนัก คือความหลงนี้ มันซึมซาบ มันชิบเหมือนกับเลือดที่อยู่ในสรีระร่างกาย มันชิบไปทั่วทุกแห่งของร่างกาย ความหลงก็เหมือนกัน มันชิบอยู่เสมอ เราจะทำความชั่ว มันก็หลง เรามาทำความดี มันก็ยังหลงอยู่ ทั้ง ๆ ที่เรามีความรู้อยู่ในทางธรรมะ มันก็ยังไม่พ้นไปจากโมหะ มันตามได้ทุกรูปทุกนาม นี่ความหลง

เมื่อมันหลง ที่นี้ การทำบุญ ก็ไม่รู้จักสิ่งใดเป็นบุญเป็นบาป แต่มันก็อยาก มันอยากได้บุญ แต่ไม่รู้สิ่งผิดสิ่งถูก การรักษาศีลก็อยากดี แต่อะไรเป็นศีลไม่รู้จัก เจริญสมาธิภาวนาก็เหมือนกัน อยากได้อะไรดี อยากมีอยากเป็น แต่อะไรมันเป็นสิ่งที่ผิด เป็นมิจฉาสมาธิ ไม่ทราบ อะไรถูก เป็นสัมมาสมาธิ ไม่ทราบ แต่อยากได้ตะบันไป นี่เรียกว่าโมหะ คือรู้ไม่ถูกตามความจริง ไม่ใช่ไม่รู้ รู้เหมือนกัน แต่ไม่ถูกความจริง ท่านเรียกว่าโมหะ เหมือนกับคนหลงทาง คนหลงทางนั้นแหละ มันไปได้เหมือนกัน แต่มันเดินไม่ถูกทาง อย่างเราจะไปกรุงเทพฯ ที่นี้เราหลง เราเดินไปทางบางปู นั่นมันไม่ถูกกรุงเทพฯ มันไปถูกบางปู แต่มันก็ไปได้ ไม่ใช่ว่าหลงนะมันไปไม่ได้ ไปได้ แต่มันผิดทางที่เราต้องการ มันผิดหวังที่ความปรารถนาเท่านั้นเอง นี่ท่านจึงจัดว่า เป็นตัวมาร

ตัวมารชั้นที่สอง ตัณหา ตัวตัณหาตัวนี้มีอยู่สามชนิด รวมลงมามีอยู่สองลักษณะ แปลกันก็คือ ความอยาก ความอยากนี้ แยกออกเป็นสองนัย อยากชนิดหนึ่ง อยากที่เจือไปด้วยราคะ อย่างธรรมดาของโลก อันนี้เขาก็เรียกว่าตัณหา อยากอีกอย่างหนึ่ง ไม่มีราคะ เกิดความพอใจ เกิดความรัก เกิดความชอบในผัสสะ เช่นรารักในรูป เราก็แสวงหาในรูปที่เราพอใจของอันใดที่เราพอใจ เราก็แสวงหาคืออยากได้ เช่นผัสสะข้าวของที่ปราศจากวิญญาน เครื่องใช้สอยต่าง ๆ ที่เราแลเห็นได้ด้วยตาว่างามก็ต้องการอันนี้ ก็แปลว่าอยากเหมือนกัน เสียง อย่างเสียงต่าง ๆ ซึ่งเราอยาก เราต้องการ เราก็ดิ้นรนแสวงหา มีความอยากดังไป ฉุดไป ลากไป จะได้หรือไม่ได้ก็ต้องวิ่งไป ถ้าได้มาดีหน่อย ถ้าไม่ได้ก็เสียกำลัง เกิดทุกข์ นี่ท่านจึงเรียกว่า ตัณหา อยากได้ผัสสะ มีรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อารมณ์ที่ตนรักตนชอบ อย่างนี้ท่านก็เรียกว่าอยากเหมือนกัน แต่ไม่ใช่อยากที่เจือด้วยราคะ คือมันอยากเจือด้วยโลภะ นี่มีอยู่สองนัยอย่างนี้ เป็นรสของตัณหา ซึ่งมันกลั่นออกมาจากกามตัณหา กลั่นออกมาจากภวตัณหา กลั่นออกมาจากภวตัณหา มันมีอยู่ในสองลักษณะ อยากที่เจือด้วยราคะ อยากที่ปราศจากราคะ แต่มันก็อยาก นี่มันเป็นกิเลสमारแต่ละอย่างแต่ละอันนี้ มันเป็นสิ่งกีดกันกันจิต มิให้ใจของเราโน้มไปสู่สัมมาสมาธิ

ท่านจึงจัดว่า ฉันทะ มันเป็นตัวนิรวณ ความพอใจ ความรักใคร่ ความปรารถนา แต่ไม่มี ราคะเจือปนเรียกว่าฉันทะ ฉันทะตัวหนึ่งเรียกว่า ฉันทราคะ มันหนักกว่านิรวณ ฉันทนิรวณนี้มันเบา ฉันทราคะมันเป็นข้าศึกของศีล ฉันทนิรวณมันเป็นข้าศึกของสมาธิ เหตุนี้จึงจัดว่า เป็นมาร ในข้อนี้ เรียกว่า กิเลสมาร นี่เป็นชั้นหนึ่ง

อีกชั้นหนึ่ง ปุณฺณยาสังขาร คือคิดแต่งบุญ แต่งบาปสืบสร้างความดีในทางจิต แต่มันก็ สำเร็จไม่ได้ เมื่อสำเร็จไม่ได้ ใจก็เสีย อย่างพระยาศรีธรรมาโคกราช ซึ่งเป็นผู้มีอำนาจอันยิ่งใหญ่ ในชมพูทวีป มีอำนาจบริหารประเทศชาติบ้านเมืองโดยสองวิธี วิธีหนึ่ง ท่านเป็นผู้มีบุญญาภิหาร ปกครองประชาชนด้วยคุณภาพ ด้วยความเคารพ ด้วยการเชื่อถือ ด้วยการบูชา และปกครอง ด้วยอำนาจอิทธิพล ประชาชนจึงราบคาบ ในทางพระศาสนาท่านก็ได้ช่วยเหลือบำรุง ส่งเสริม สืบสร้าง ความดี สร้างเสียจนเกิดโทษ คือถวายทาน ถวายจตุปัจจัยแก่พระภิกษุสงฆ์ผู้มีได้ขาด ต่อมา วันหนึ่ง ท่านคิดว่า เราจะเอาเงินอาทองมา เพื่อไปแลกเปลี่ยนเครื่องไทยทาน มาถวายเป็นพุทธบูชา ถวายเป็นธรรมบูชา ถวายเป็นสังฆบูชา มาดำริคิดนี้เกิดรีกรตรองอยู่อย่างนี้ การทำก็ยังไม่เป็นที่ พอใจ ทรัพย์สินเงินทองก็ยังไม่สมปรารถนา พอดีเกิดอาพาธ เมื่อเกิดอาพาธขึ้น ก็อยากจะรีบ ทำบุญเสียให้สมความคิด จึงให้อำมาตย์ไปเบิกเงินในท้องพระคลัง ซึ่งเป็นของรัฐบาล แต่มีส่วนของ พระองค์ด้วย เรียกว่าพระคลังข้างที่ เมื่อไปเบิก ขุนคลังเขาก็ไม่ยอมจ่ายคือเขาเห็นว่าเป็นสมบัติ ของแผ่นดิน ไม่จ่ายทรัพย์สินให้แก่อำมาตย์ อำมาตย์ก็ได้มาราบมูลถวายแก่พระยาศรีธรรมา- โศกราช พระยาศรีธรรมาโคกราชเกิดเสียพระทัย ว่าสมบัติของกู เมื่อต้องการเอามาถวายทาน ให้เป็นพุทธบูชา ให้เป็นธรรมบูชา เป็นสังฆบูชา ก็ไม่สมหวัง ใจเสีย ในขณะที่ใจเสียนั้นแหละ เลยสวรรคต คือสิ้นลมหายใจ เมื่อตายไปจากโลกนี้ ด้วยความคิดไม่พอใจในขุนคลังที่รักษาทรัพย์ ด้วยอำนาจจะสร้าง ความดี ตายแล้วเลยไปเกิดเป็นพญานู เป็นนูลี้อมใหญ่ คอยเลื้อยไปเลื้อยมาอยู่ ใกล้พระคลังทรัพย์สินของพระเจ้าแผ่นดิน ต้องเฝ้าทรัพย์อยู่เป็นเวลาหลายวัน กัดกันกินคุณงาม ความดีของตน ความดีที่สร้างไว้นั้น ตั้งแต่ยังมีชีวิต ได้สร้าง ความดีไว้ด้วยประการต่าง ๆ สร้างวัด สร้างพระเจดีย์ ปลูกต้นไม้โพธิ์ศรีมหาโพธิ์อย่างมากมาย ถวายทานแก่พระเจ้าพระสงฆ์อย่างมากมาย รักษาศีลฟังเทศน์ แต่ว่าเวลาแตกดับทำลายขั้นนี้ก็น่าจะไปเกิดเป็นเทพบุตรเทพดาหาเป็นเช่นนั้นไม่ กลายไฟสไปเกิดเป็นงู อันนี้คือความดี เจตนาดี จะสร้างบุญสร้างกุศลให้เกิดขึ้นแก่ตน ไม่สมคิด ดวงจิตเศร้าหมอง กลายไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เหตุนี้ ปุณฺณยาสังขาร ความคิดนึกหรือความ เริ่มริในดวงจิต แม้จะเป็นทางบุญก็ยังกลายเป็นมารได้ นี่ตัวอย่างในเรื่องบุญญาภิสังขาร กลายเป็น มารของตัวได้.

ข้อที่สอง อปฺปญฺญาสังขาร การคิดนึก เจตนาจะสร้างบาปสร้างกรรม แต่ความนึก แต่ความคิดก็ยังห้ามคุณงามความดี เมื่อบังเกิดขึ้น ตรึกในทางบาป เรายังไม่ทำทางกาย ยังไม่ได้กล่าว ทางวาจา แต่มีเจตนาเป็นไปในฝ่ายชั่ว แต่นี้ก็ยังเป็นเครื่องห้ามมรรค ห้ามผล ตัวอย่างเช่นมีคน สองคนเป็นเพื่อนกัน วันหนึ่งเป็นวัน 8 ค่ำ ชาวบ้านผู้มีศรัทธาได้ยินเสียงฆ้อง เสียงระฆัง ก็ตื่นขึ้น

แต่เด็ก จะไปพึ่งเทศน์ ทำบุญใส่บาตร มาดำริในใจอย่างนี้ ที่นี้เพื่อนคนหนึ่งคิดว่าถ้าเราไปทำบุญ ใส่บาตร กลับมาจากวัดก็จะไม่มีอะไรจะกิน ที่นี้เราไปทอดแหดีกว่า เพื่อนคนที่ไปทอดแหนั้นก็ ได้ช่วยหุงข้าว จัดแจงอาหารการบริโภค ให้เพื่อนคนหนึ่งไปใส่บาตร ไปพึ่งเทศน์รับศีล เพื่อนคนที่ไปใส่บาตร พึ่งเทศน์รับศีลนั้น เวลาไปนั่งพึ่งเทศน์ดวงจิตกระหวัดถึงแต่บาป ว่าเพื่อนเราไปทอดแห นั้นจะได้ปลามากินไหมหนอตตอนเย็นนี้ มาคิดอยู่อย่างนี้ มานึกอยู่อย่างนี้ เลยต้องการอยากได้กิน แกงปลา ซึ่งเพื่อนไปทอดแหอยู่กลางห้วยกลางหนอง ใส่บาตรอยู่ที่คิด นั่งพึ่งเทศน์อยู่ที่นึก แต่ไม่นึก จะไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เป็นแต่นึกว่า ถ้าเพื่อนได้มาจะได้กิน แต่เพื่อนคนที่ไปทอดแหนั้นนะ แกก็เอาใจ ไปฝึกไผ่ ว่าเพื่อนเราไปใส่บาตร ป่านนี้ใส่บาตรหรือยังหนอ เพื่อนคนที่ไปรับศีล ป่านนี้เขาคงจะรับ ศีลกันแล้ว เพื่อนผู้พึ่งเทศน์ก็คงจะได้บุญ มัวแต่นึกอยู่อย่างนี้แหละ ด้วยอำนาจแห่งเจตนาภรณ์ที่เป็น กุศล ทอดแหไม่ได้สักตัว ปลาไม่ติดแหสักตัว พอได้ยินเสียงที่เขาคีฆ้องตีโหม่งเสียงห่มุขขึ้นครั้งหนึ่ง แกก็วางแห สาธุ ทุกคราวไปจนค่ำ มัวแต่ไปงมอยู่ในทางบุญทางกุศล ผลที่ทำบาปไม่สำเร็จ คนที่ไปทำบุญ มัวแต่ไปงมอยู่แต่จะกินปลากับเพื่อน เลยไม่ได้บุญอีกแหละ บุญที่ควรเกิดขึ้นเกือบ ไม่มีเลย ไม่สมกับที่ลงทุนไปใส่บาตร ไม่คุ้ม ไม่สมกับที่ลงทุนไปรักษาศีล ไม่คุ้ม จิตมันวิบัติ ไม่สมกับที่ไปพึ่งเทศน์นั่งพนมมือ ไม่คุ้มกัน สู้เพื่อนที่ไปทำบาป แต่ไม่มีเจตนาไม่ได้ นี่มันจึงกลายเป็นมาร มีโทษสองประการ ประการหนึ่งอยากกินปลาแต่ก็ไม่ได้กินสักคำ นี่ก็เป็นโทษ ประการที่สองเอาของไปใส่บาตรถึงจะได้บุญบ้างก็นิดเดียว ใส่ก็สักแต่ว่าใส่ ใจมันก็อยากกินแกงปลาช่อน ใหญ่ รับศีลก็สักแต่ว่ารับ แต่ใจมันก็อยากกินแกงปลา พึ่งเทศน์ก็สักแต่ว่าพึ่ง ใจมันก็ยังมุ่งแต่จะ กินแกงปลาจากเพื่อน ความคิดควรได้ควรถึงไม่สำเร็จ นี่เขาเรียกว่าคิดชั่ว มันเป็นเรื่องตดรองความ ดีของเรา แม้เราทำความดีอยู่ มันก็ตดเหมือนตาลยอดด้วน ถูกตัดยอด ต้นกล้วยที่มันออกลูก หรือมะพร้าวที่เขาคัดยอด มันไม่ออกงาม มันไม่เกิดดอก มันไม่ออกผล บุคคลที่มีความคิดไปใน ทางบาป แม้ทำความดีอยู่ความดีก็ไม่เจริญ ไม่ออกงาม มีแต่ย่อยยับดับสูญไปทุกที นี่ท่านเรียกว่า อนุญญาภิสังขาร มันเป็นมารตัวที่สอง ไม่สามารถจะสร้างความดีให้สำเร็จ นี่จึงเรียกว่าเป็นกิเลส- มารประการที่สอง

ประการที่สามนั้น ความคิดที่เป็นกลาง ความคิดที่เป็นกลางนั้น ยังไม่เป็นบุญ ยังไม่เป็นบาป มันก็เป็นมารของเรา เช่นเราจะไปทำนา หาเวลาไปวัดก็ไม่ได้ มันยังไม่พอยู่พอกิน เราจะไป ค้าขาย รายได้มันจะไม่คุ้ม หรือเรามีธุรกิจการค้าสำคัญ จะต้องทำโน้น จะต้องพุดนี้ จะไปเที่ยว ความคิดนึกตรึกตรองอย่างนี้ ก็หมดโอกาสที่เราจะไปสืบสร้างคุณงามความดี มันก็ผัดไปซิ ที่นี้ กินแกงผัด มันผัดยังงัย ถ้าเป็นเด็ก ก็ให้มันมีอายุมากเสียก่อน มันยังไม่ได้ตายง่าย ให้มีความรู้ ความฉลาดพอเสียก่อน ถ้าพ้นจากเด็กมาเป็นหนุ่มมาเป็นสาว มันก็ผัดให้เราไม่ครบครันเสียก่อน เมื่อเรามีครบครัน มีอาชีพอิตี เราก็คงจะไปสืบสร้างคุณงามความดี ถ้ามันเป็นได้เช่นนั้นก็ผัดต่อไปอีก ให้ลูกโตเสียก่อน มีครอบครัวเสียก่อน ให้เราแก่ไปสักหน่อย เราจึงค่อยเข้าวัด มันก็กินแกงผัด เรื่อยไป นี่เขาเรียกว่าหวานหมูละ หมูหวานละ คือพญามารมันกลืนเข้าไปโดยไม่รู้ตัว ในที่สุดถ้ามัน

แก่เฒ่าเข้าจริง ๆ ลูกก็เป็นห่วง ห่วงว่าแม่แก่ลำบากอย่าไป เขาหลอกก็เชื่อ ถ้าไปมันเป็นลมเป็นแล้งละก็ลำบาก ก็เชื่อเขา ตาก็ไม่เห็น หูก็ไม่ได้ยิน ฟังเทศน์ก็ไม่ได้ยิน รับศีลก็ไม่ได้ยิน ปิดหูปิดตา ปิดตันกันความดีทุกด้านทุกมุม นี่คนที่ห่วงการห่วงงาน ห่วงหลับ ห่วงนอน ห่วงอยู่ห่วงกิน ห่วงความมั่งมียากจน ไม่สามารถจะบำเพ็ญกุศลของตนให้ตลอดไปได้ จึงจัดว่าความคิดเหล่านี้เป็นสังขารชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นเครื่องหลอกหลวง ดึงถ่วงตัวเราให้ติดบ่วงติดใย ฉะนั้นจึงจัดว่าเป็นมารชนิดหนึ่ง ที่เรียกว่ากิเลสมาร

กิเลสมารตัวที่สี่ ได้แก่อวิชชา อวิชชาตัวนี้ คือเราไม่รู้จัก ไม่รู้จักมรรค (กล่าวถึงมรรคเสียก่อน เพราะมันเป็นข้อจำเป็น) ถ้าจะกล่าวพิสดาร อวิชชามีหลายอย่าง ไม่รู้จักทุกข์ ไม่รู้จักสมุทัย เหตุแห่งทุกข์ ไม่รู้จักนิโรธ ความดับทุกข์ ไม่รู้จักมรรค ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ไม่รู้จักอริยสัจทั้งสี่อย่างนี้ ก็จัดว่าเป็นอวิชชา อีกข้อหนึ่ง ไม่รู้จักอดีต สิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่รู้จักเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึง ไม่รู้จักปัจจุบันที่เป็นอยู่ เป็นสามเรื่อง ไปบวกอริยสัจสี่เป็นเจ็ด ไม่รู้จักอวิชชาเป็นแปด ความไม่รู้เหล่านี้ เรียกว่าเป็นอวิชชา กล่าวสรุปลงไปอีก ไม่รู้จักมรรค การที่ไม่รู้จักมรรค เช่นมาเจริญสติปัฏฐานทั้งสี่ กายานุปัสสนา มาพิจารณากาย ไม่เข้าใจในกาย ไปเห็นว่ากายเป็นจิต เห็นว่าจิตเป็นกาย นี่เป็นอวิชชา มันมืด ปิดกาย ปิดจิต ให้เกิดความคิดว่ามันเป็นอันเดียวกัน ไม่สามารถจะแยกกายออกจากจิต ไม่สามารถจะแยกจิตออกจากกาย นี่ท่านเรียกว่าไม่รู้จักมรรค เวทนानุปัสสนา ไม่รู้จักเวทนา เวทนาคือความเสวยอารมณ์ ซึ่งเป็นสุขบางขณะ ซึ่งเป็นทุกข์บางครั้ง ไปเข้าใจว่าสุขเป็นจิตของตน ไปเข้าใจว่าตนเป็นผู้มีความสุข ไปเข้าใจว่าทุกข์เป็นตน ไปเข้าใจว่าตนเป็นทุกข์ ไม่สามารถจะแยกทุกข์สุขออกจากดวงจิต ติดพันกันอย่างแน่น แยกไม่ออก บอกไม่ถูก นี่ท่านเรียกอวิชชา คือไม่รู้จักมรรค จิตตานุปัสสนา ไม่รู้จักจิต ที่นี้ อะไรเป็นจิต จิตมันมีอยู่ 2 ชนิด จิตวิญญาน นี่ตัวหนึ่ง จิตที่เป็นตัวจริง นี่อีกตัวหนึ่ง ไปเข้าใจว่าวิญญานเป็นจิต ไปเข้าใจว่าจิตเป็นวิญญาน วิญญานมันมันไปได้ อย่างเราเห็นรูปอยู่ในกรุงเทพฯ มันก็เล่นไปได้หมด แต่จิตมันไม่ไป ไ้การไปนั้นเรียกว่าวิญญาน วิญญานมันไม่มีตัว

โสทวิญญาน บางคราวมันก็จำเสียงได้แต่ก่อน ๆ ก็นึกขึ้นเอาจิตไปจ่อในเสียงที่เคยนึก ก็รู้เรื่องราวเขาพูดยังงี้ ไพเราะยังงี้ก็ทราบ นั่นก็เรียกว่าโสทวิญญาน วิญญานทางหู วิญญานทางจมูก เมื่อเราถูกกลิ่นยังงี้ เราก็รู้ กลิ่นที่เป็นอดีตล่วงไปนั้น เป็นยังงี้จำได้หมด เราก็รู้ว่ากลิ่นอะไรก็ทราบ นั่นท่านเรียกว่าชานวิญญาน คือกระแสน้ำมันแล่นไป กายวิญญานรู้จักอากาศร้อน อากาศเย็น เราจำได้ เย็นอย่างนั้นเย็นน้ำ เย็นอย่างนั้นเย็นลม ร้อนอย่างนี้ร้อนไฟ ร้อนอย่างนี้ร้อนอากาศ ร้อนอย่างนี้ร้อนแสงแดด จำได้ชัดเจน สามารถที่จะแต่งแบบตำราได้ ความรู้อย่างนี้ ท่านเรียกว่า กายวิญญาน มโนวิญญาน ก็คือนึกไป นึกไปกรุงเทพฯ นึกไปในป่าในดง นึกไปรอบโลก นั่นท่านเรียก มโนวิญญาน ส่วนจิตมันเป็นตัวปัจจุบัน ไปไม่ได้ ตัวจิตตัวรู้ มันไปไม่ได้ มันประจำอยู่ในตัวนี้แหละ มันอยู่แค่ผิวหนังเท่านั้นเอง เลยผิวหนังไปมันก็รู้ แต่รู้ไม่ใช่จิต มันเป็นวิญญาน วิญญานไม่มีตัว มันไม่มีตัวเหมือนอย่างอากาศ มันไม่มีตัวมีตน เราไม่ต้องไปยุ่งกับมัน

แยกจิตวิญญาณออกจากจิต แยกจิตออกจากวิญญาณ จิตเหมือนกับไฟ วิญญาณเหมือนกับแสง แสงกับไฟมันเป็นคนละอย่าง แต่มันออกมาจากไฟ นี่ถ้าเราไม่เข้าใจอย่างนี้ ท่านเรียกวิชา เข้าใจว่าจิตวิญญาณเป็นจิต เข้าใจว่าจิตเป็นจิตวิญญาณ สับสนปนเปกันอย่างนี้ ท่านเรียกว่า ตัววิชา

ธรรมานุปัสสนา คือได้แก่เจตสิกบังเกิดขึ้นในดวงจิต เรียกว่าธรรมะ ธรรมะที่เกิดขึ้นนั้น ส่วนใดเป็นอกุศลธรรม อกุศลธรรมส่วนนี้ให้โทษมากน้อยเพียงใด ไม่ทราบ ส่วนใดเป็นกุศลธรรม กุศลธรรมส่วนใดที่ให้คุณน้อย ส่วนใดที่ให้คุณพอปานกลาง ส่วนใดให้คุณอย่างล้นหลาม ไม่ทราบ ใจความไม่ทราบนี้ คือไม่รู้จักรักรม เมื่อไม่รู้จักรักรม ก็ไม่สามารถจะแยกข้อออกจากดี จะแยกดี ออกจากชั่ว จะแยกจิตออกจากธรรม จะแยกธรรมออกจากจิต ติดกันอย่างแน่นหนา ไม่สามารถ ที่จะแกะออกได้ นี่ท่านเรียกวิชา วิชาข้านี้ก็เป็นตัวมาร ตัวมารที่กัดกันไม่ให้บรรลุคุณงาม ความดีอันเลิศ คือพระนิพพาน มารทั้งสามสิ่งจำพวกนี้ ตั้งชื่อว่ากิเลสมาร แม่พญามาร-อวิชา, ลูกพญามาร-สังขาร, หลานพญามาร ได้แก่ตัณหา, เหลนพญามาร ได้แก่ตัว โลภะ โทสะ โมหะ พวกเขาเหล่านี้ บางคราวก็ช่วยส่งเสริมเพิ่มพูนสร้างบุญสร้างกุศลช่วยเรา บางคราวก็ขึ้นไปนั่ง อยู่บนเศียรของเรา บังคับบงการทีเดียว เช่นโลกมาก ฉวยได้หมดเอาหมด จะเป็นของใครไม่ทราบ จะดี จะชั่วประการใด เป็นเอาที่เดียวแหละ ความโลภมันแรงจัด นี่มันขึ้นบังคับบัญชาให้คนนั้น กระทำความผิดด้วยอำนาจแห่งความโลภ ความโกรธเมื่อมันเกิดขึ้น มันก็บังคับบัญชาเส้นประสาท เรา เมื่อมันโกรธฉิวถึงขนาด มันก็บงการทันที ฆ่าให้มันตาย ตัดสินประหารชีวิตมันเลย ความหลง ก็เช่นเดียวกัน

แต่ละอย่างแต่ละอันนี้ มันล้วนแต่เป็นข้าศึกศัตรูกัดกันกันความดีของเราไว้ ที่นี้ส่วนที่มัน ให้คุณมันก็มี ส่วนให้คุณนั้น ถ้าคนมีปัญหา ความโลภมันก็ช่วย ความโกรธมันก็ช่วย ความหลง มันก็ช่วย คนมีปัญหา ตัณหามันก็ช่วย มันช่วยชักจูงดึงดูดให้สับสร้างคุณงามความดี ประมาท มันไม่ได้ เรามาฟังเทศน์ ใครให้มา ก็ตัณหาชี้มันให้มา พระเถระจะมาบวชใครให้มา ก็ตัณหาชี้ มันสั่ง เราจะไปเห็นแต่โทษมันถ่ายเดียว เป็นบาปเป็นกรรม ที่นี้ส่วนความคิดในทางดี ถ้าไม่มี เสียเลยมันก็สร้างดีไม่ขึ้น คนจะทำสับสร้างคุณงามความดี ต้องมีเจตนาความคิดขึ้น อวิชชามันก็ดี เมื่อเรารู้จักว่าเรามีอวิชา ก็รีบเร่งหาวิธีการแก้ไข อวิชาจะพาเราไป ในที่สุดอวิชาจะต้องพา เรามา วิชาไม่พาคนไปเรียนหนังสือหรือ อวิชชานั้นแหละ พาคนไปหาความรู้ คนที่มีความรู้ เขาจะไปหาทำไม เหตุนี้ ความหลงมันเป็นเหตุให้เราแสวงหาความรู้ เป็นคนแสวงหา ก็เกิดวิชา มากขึ้น วิชาเกิดขึ้นจากสังคม วิชาเกิดขึ้นจากสมาคม วิชาเกิดขึ้นจากคบบุคคล คบคณะ คบหมู่ มันก็กว้างขวางพิสดารขึ้นก็ด้วยอาศัยอวิชาเป็นต้นเหตุ

ฉะนั้นกิเลสมารเหล่านี้จึงควรที่จะเห็นโทษ เห็นคุณ ถ้าเห็นได้สองหน้าอย่างนี้ จึงจะเป็น ผู้เรียกว่า เป็นนักปราชญ์และบัณฑิต ทำสิ่งไม่ดีให้เป็นของดีได้ เลิศนักคนเรา ทำของดีให้เลวนะ

ไม่ดี หรือทำของดีให้มันดี ก็ยังไม่ดี คนที่ดี คนที่เลิศจน คนที่เด่น มีอยู่สามลักษณะ คนดีทำความดีนี้เรียกว่าคนดี คนเลิศจนทำความดีให้มันยัง นั่นเขาเรียกว่าคนเลิศจน รวมแล้วก็แปลว่าดีเลิศจน แต่ไม่เด่น คนเด่น ทำของไม่ดีให้มันดีขึ้น แล้วก็ทำของดีให้มันเลิศจน เข้า เรียกว่าคนเด่น จึงรวมเรียกว่า ความดี ความดีเลิศจน ความดีเด่น นี่มันมีลักษณะอย่างนี้ นี่เรื่องกิเลสมารที่ต่อเนื่องมาจากขันธมาร

พวกเราควรสำรวจ ควรไตร่ตรอง ควรพินิจ ควรคิดควรนึก เราก็จะเป็นคนหาความดีได้ ทุกด้านทุกมุม มองไปเบื้องต่ำ เราก็เห็นทรัพย์ มองขึ้นข้างบนเราก็เห็นทรัพย์ มองไปเบื้องต่ำ หมายความว่าเพ่งไปในด้านศัตรู เราก็ได้ทรัพย์ คือความดีเด่น มองไปในด้านความดี ที่เป็นเพื่อนฝูงมิตรสหายของเรา เราก็ดี ดีเลิศจน ให้มันได้ทั้งสามดี สามดีนี้แหละผู้มีปัญญาสามารถจะเก็บเอาได้จากขันธมาร จากกิเลสมาร จะได้ผลสามประการดังกล่าวนี้นะ นั่น ควรจะต้องอบรมบ่มอินทรีย์ของตน ให้มันแก่กล้า ให้มีความสามารถ ไม่กลัวต่อมาร คนมีวิชา จับงูมาได้ ไม่กลัวงูพิษ คนมีวิชาเอาเสือมาได้ มันก็ไม่กัด ฉันทาก็ดี คนมีปัญญาเอากิเลสมารนี้แหละมาเป็นเครื่องถ่วงจุนจุนใจของตนให้เด่น ก็จะได้ต่อมรรคต่อผล คนใดไม่มีปัญญา ไม่สามารถ พญามารก็จะต้องฉุดลากไปฆ่าไปทรมาน ให้ได้รับความทุกข์ยากลำบาก ฉะนั้นพวกเราควรจะพากันนึกคิด พิจารณาด้วยปัญญา ปริชาลลาดหลักแหลมของตน จึงจะเป็นไปเพื่อมรรคเพื่อผล (นี่แสดงถึงเรื่องกิเลสมาร ต่อมาจากขันธมาร ยังมีอยู่อีกสามจำพวก จะได้แสดงในกาลต่อ ๆ ไป ในโอกาสหน้า).

ฉะนั้น เมื่อพวกเราพุทธบริษัท มาได้ยินได้ฟังก็จงพากันสนใจสำเหนียก น้อมนึกตรึกตรอง มองเข้าไปถึงสภาพของตน แล้วปฏิบัติตาม บำเพ็ญให้ถูกต้องตามสัมมาปฏิบัติ ก็จะเป็นผู้สลายคนชั่วก็มาช่วยเรา คนดีก็มาช่วยเรา หมดภัย โจรก็เป็นคนใช้คนสอย มาช่วยก็ช่วยการช่วยงานต่าง ๆ นักปราชญ์บัณฑิตก็มาช่วยงานช่วยการ เราจะมีความตกต่ำได้ที่ไหน หันไปหาคนฝ่ายต่ำ เขาก็มาช่วย หันไปหาคนฝ่ายดี เขาก็มาช่วย เพ่งไปในฝ่ายมาร ที่เป็นศัตรู กลับเป็นพวกเพื่อนมิตรสหาย กลายเป็นพวกสนิทสนม อะไรเป็นมารก็ไม่ทราบละที่นี้ มันก็ไม่เป็นมารอะไรสักอย่างเป็นของกลางอยู่ในโลกทั้งหมด คนนึกได้อย่างนั้น ก็จะหมดจากความทุกข์ความขัดข้อง จะมีตั้งแต่ความสว่างไสว เบิกบานดำเนินตนสะดวก ไม่มีขัด จะถอยหน้าก็ไม่ติด ถอยหลังก็ไม่ติด เดินหน้าก็ไม่ข้อง ไปได้เหมือนกับเรือ นี่จึงเรียกว่าสุคติ เป็นผู้ไปดี ฉะนั้นพวกเราผู้สืบทราบารมิมรรค จึงสมควรที่จะต้องปฏิบัติตัวได้อย่างนั้น นี่แสดงมาในกิเลสมารภา แต่บทเดียว ก็จะยุติลงเสมอเพียงเท่านั้น

สถานเสถียร

คำปรารภ

(เมื่อพิมพ์ 1 มกราคม 2504)

ข้าพเจ้าได้เข้ามาอยู่ในภาคกลางพระนครนี้ รู้สึกว่ามีความสังเวชใจ เมื่อได้คบค้าสมาคม แก่คนหลายจำพวก ก็รู้สึกว่ามีแต่คนยากจนด้วยกันเป็นส่วนมาก แล้วมาพิจารณาพิจารณาเห็นว่า เขาจนเพราะเหตุอะไร ก็ได้ความขึ้นว่าเขาจนเพราะไม่มีอริยทรัพย์ คือเป็นผู้ไม่มีศีลประจำตัว แล้วก็เคยแอบถามดูอีกว่า มีรายได้เดือนหนึ่งเท่าไร บางท่านมีรายได้ตั้งหมื่น แต่ก็ยังแสดงความยากจนของตนอยู่เสมอ

บางคราวหรือบางสมัย ได้ตั้งข้อสังเกตในคราวที่เข้าไปคบค้าสมาคม เช่นบางคราว ขึ้นบันไดบ้าน มองไปใต้บันได มีรองเท้าทับซ้อนกันอยู่เป็นสิบ ๆ คู่ ถ้ารวมทั้งสองฟัวเมียก็คงจะมาก แต่มองดูก็ใหม่เอี่ยม บางคราวก็ไปพรมน้ำมนต์ มองไปใต้เครื่องเบ่งก็หนาแน่นไปด้วยเครื่องฉาบทา มองดูผ้าห่ม เสื้อใส่ก็กลิ่นหอม ถ้าเข้าไปในห้องน้ำ ก็พบสบู่บ้าง แปรงสีฟันบ้าง ยาสีฟันบ้าง หลายก้อนหลายอัน วางไว้บ้าง แขน้ำอยู่บ้าง ใช้กันอย่างกลิ่นหอม นอกจากนั้น เครื่องสัมภาระต่าง ๆ ซึ่งไม่จำเป็นในครอบครัวก็เยอะแยะ ถ้ามาคำนวณแล้ว สิ่งซึ่งมีประโยชน์ แก่ตัวจริง ๆ มันไม่เท่าไรก็พอ แต่โลกเจตนา ไม่พิจารณาถึงความเป็นอยู่อันจำเป็น จึงเกิดความอยากความต้องการ ได้มาแล้วก็ใช้สอยไม่ก็วันก็ทิ้ง ฉะนั้น ความจนมันก็เกิดขึ้นจากเรื่องเหล่านี้แหละ ก็มานั่งพิจารณาปลงสังเวชของตนอยู่ ก็เลื่อมใสธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าขึ้นอย่างยิ่ง ที่เรียกว่าศีลเป็นอริยทรัพย์ สมบัติที่ได้มา จะมากก็ตาม น้อยก็ตาม เป็นของประเสริฐ ถ้ามีระเบียบ และความพอดี

นอกจากนี้ก็ยังยังมีอยู่มาก บางคราวก็นึกขึ้นในใจว่า เราต้องการอยากจะทำอยู่กับคนมี เราอยากจะหนีจากคนจน มันจะปล้นความดีของเรา (ทำให้เราเสียเวลาแสวงหาความดี คืออริยทรัพย์)

การกล่าวมานี้ ได้พบเห็นเป็นส่วนมาก ว่าคนเรามันมีแต่คนยากจนทั้งนั้น คนมั่งมีย่อมหายาก ศีลธรรมชอบอยู่กับคนที่มั่งมี ไม่ชอบอยู่กับคนยากจน มันเดือดร้อน ธรรมดาคนจนเมื่อจนตรอกเข้า

แล้ว มันก็ปล้น หรือเบียดเบียนด้วยวิธีการต่าง ๆ ฉะนั้น ผู้ไม่ต้องการพบความยากจน ก็ควรตั้งอยู่ในศีลและธรรม

ศีลธรรมนี้ จะทำให้เราเป็นคนมั่งมีได้เพียงใด ขอให้ทดลองดู จะรู้ขึ้นในตน โดยมากคนเราไปคิดกันเสียว่า ศีลและธรรมนำความเสื่อมมาให้ครอบครัว และประเทศชาติ บ้านเมือง ความจริงมันไม่ใช่อย่างนั้น ตัวอย่างเช่น สัมมากัมมันโต การงานชอบ เมื่อได้ทรัพย์มาจากการงานนั้น ๆ ให้ประหยัดจ่ายแต่สิ่งจำเป็นและสุจริต เรียกว่า สัมมาอาชีวะ เท่านั้นที่ชื่อว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในศีลธรรมแล้ว ใจของบุคคลผู้นั้นก็จะสบาย ไม่มีเวรภัยแก่บุคคลใด ๆ ทั้งหมด ฉะนั้น ผู้ปรารถนาได้แต่บ่นรำพึงอยู่ในใจว่า ทำอย่างไรหนอ ๆ เพียงเท่านั้น จะพยายามให้อริยทรัพย์แก่เขา เขาก็ไม่พึงปรารถนา จะไม่ให้ก็เจอนตายกันอยู่แค่นั้น และบางคนมีหน้าซำกลับย่ำยีศีลธรรมเสียอีกด้วย

เหตุนี้ ปวงชนพุทธบริษัทก็ควรสำเหนียก ประพฤติปฏิบัติตนของตน ให้สมกับภาวะสมกับคำที่ว่ามนุษย์ ควรอบรมจิตใจนัยตน ให้สูงขึ้นด้วยศีลธรรม เรียกว่า มนุสสุโต เท่านั้น ก็จะมี ความร่มเย็นเป็นสุขทั่วกัน.

พระสุทธธรรมรังสีคัมภีรเมธาจารย์ (ลี)

วัดโคกการาม จังหวัดสมุทรปราการ

สถานการณ์

วัดอโศการาม, 20 กันยายน 2508

เครื่องเคร้าหมองของจิต คณะปติโพธิ์ วุ่นกับหมู่ วุ่นกับบุคคล วุ่นกับเรื่องราว นั้นเขาเรียกว่า คณะปติโพธิ์ จิตไม่สงบ ถ้าจิตไม่สงบก็ไม่ได้มีความสุข ไม่ได้มีความสุขในการนั่งสมาธิ คือสิ่งขัดข้องในการนั่งสมาธิมีอยู่ 2 อย่าง

1. เราอยู่กับมันเป็นข้าศึก แต่มันต้านทานไม่ไหว ด้วยกระแสวิกเลสมันมาก อย่างนี้ก็เป็นเหตุให้เกิดความไม่สงบ

2. มันเกิดจากความไม่รู้ ความไม่รู้สีกตัว ปฏิบัติไม่รอบคอบ เป็นเหตุให้เกิดความเศร้าหมองขึ้น ความเศร้าหมองเป็นสิ่งที่กันมรรคกันผล เป็นสิ่งห้ามมรรคผล เป็นมัคคาวรรณ คือเป็นเหตุห้ามไม่ให้บุคคลผู้นั้นเดินไปถูกตามแนวทาง เรียกว่า มัคคาวรรณ

สักคาวรรณ-มัคคาวรรณ อันนี้เกิดจากความไม่รู้ สองอย่างนี้เป็นโทษ จึงจำเป็นต้องศึกษา เล่าเรียน ปฏิบัติให้มันรอบคอบ ฉะนั้น จึงมีการแสดงธรรมสู่กันฟังเสมอ ก็เพื่อจะแก้การไม่รู้นี้ ให้เกิดความรู้ขึ้น แล้วก็ปฏิบัติให้ถูกต้อง จิตของบุคคลผู้นั้นก็จะเดินไปเพื่อความสงบ นี่มันมีอยู่ 2 แนว

แนวที่ 1 ก็อย่างที่แสดงเมื่อกี้ เราอยู่กับมันเป็นศัตรู แต่มันทนไม่ไหว รู้บ้าง เผลอบ้าง ลืมบ้าง ด้วยอำนาจผลักดันของกิเลส นี่ก็เป็นเหตุกันมรรคกันผล

แนวที่ 2 ไม่รู้เรื่องอะไรเลย ไม่รู้ว่ามันเป็นผิด เมื่อการกระทำมันผิด ไม่รู้ นี่เป็นเหตุให้เกิดการเศร้าหมองขึ้น

ที่นี้เป็นไปด้วยความไม่รู้มัน โดยมากมันเป็นเรื่องของศีล ที่เรารู้แล้วว่า มันเป็นความผิด หรือเป็นความหุงชานในดวงจิต เราก็ไม่อยากเป็น รู้อยู่ แต่มันก็ไม่ไหว อันนั้นมันเป็นเรื่องของสมาธิ ศีลก็เศร้าหมอง สมาธิก็เศร้าหมอง ก็กลายเป็นสักคาวรรณ ห้ามผล มัคคาวรรณ ห้ามหนทางเดิน คนชนิดนั้นไม่มีทางไป เรียกว่าตนอยู่ในลักษณะที่เรียกว่าเดินไม่มีท่า มีแต่เขากับเท้าเท่านั้น มันก็

เดินไปตามเรื่องของมัน แต่ว่าบุกไป ขึ้นสูง ลงต่ำ เติ้นบ้าง รกบ้าง บางคราวก็เหยียบหนามเหยียบบ่อ บางคราวก็เหยียบเลนเหยียบตม มอมแมมไปตามเรื่องของมันเดินไม่มีท่าทาง แต่มันก็ไม่ตาย มันก็ไปได้ มันก็ไม่ตาย แต่มันเป็นเรื่องรำคาญแก่ผู้รู้จักหนทาง เดินทางกับผู้ไม่รู้หนทางมันลำบากนัก เดินทางกับคนตาบอดมันก็ลำบากนัก คนตาบอด จะให้มันนี่ ๆ มันก็ลำบาก ถึงเราจะใช้มรรยาทที่มีมือชี้ไม้ก็ตามเถอะ มันก็ไม่รู้เรื่อง คนตาบอดถ้าหูหนวกเข้าไปอีกมันก็เสร็จ ลำบากนัก เดินทางร่วมกับคนหูหนวกตาบอดมันยาก ฉะนั้น ทำอย่างไรที่นี่ ไม่ต้องเดินหรอก ต้องหาหายอดตาเสียก่อนให้มันพอสัมผัสกันดี มันก็มีอยู่เท่านี้ แล้วก็ต้องรักษาหูให้มันดีเสียก่อน เมื่อหูมันดีขึ้น ตาก็ดีขึ้น จึงค่อยเดินไป มันก็มีวิธีการอย่างนี้ ฉะนั้น การที่รักษาหู ก็ได้แก่การที่สนใจการฟังคำตักเตือนว่ากล่าว แนะนำพร่ำสอน เพื่อชี้แนวทางของความเศร้าหมอง ว่าทางนั้นเป็นทางไม่ควรเดิน

ถ้าเป็นผู้สนใจ เช่นหูตึง ก็จะค่อยหายไปทีละนิดทีละหน่อย ถ้าหากว่าเป็นผู้ไม่สนใจ มันก็จะตึงเรื่อยไป ตาก็เหมือนกัน ต้องหยอด การหยอดนั้น จะให้คนอื่นหยอดให้ก็ไม่ไหวเหมือนกัน มันต้องมีวิธีการช่วยตัวเอง ช่วยตัวเองยังงี้ เราต้องตั้งข้อสังเกต เขาจะพูดให้ฟังก็ตาม ไม่พูดให้ฟังก็ตาม แม้เราไปเห็นแต่ชนิดเดียวก็ให้ตั้งข้อสังเกต ว่าเขาทำอย่างนั้นนะ เขามีความประสงค์อย่างไร เขาแสดงมารยาทอย่างนั้น เขาประสงค์อะไร เท่านั้นเราก็รู้เรื่อง ถ้าเรารู้เรื่องอย่างนี้ ก็เท่ากับหยอดตาตัวเองได้ บางคนละก็เอาไม้แหย่ตา ยังไม่ค่อยจะลืม นั่นเรียกว่าเหลือวิสัยอยู่เหมือนกัน ถ้าเป็นคนที่ตาไม่มีตมมาก ไม่ต้องไปดูอะไรมากมาย เห็นครั้งเดียวเท่านั้นละก็เป็นแบบปฏิบัติตนไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องให้มีหลายตัวอย่าง ถ้ามีฉนั้นละก็หาเลี้ยงตัวไม่คุ้ม ถ้าใครไม่ฉลาดก็หาเลี้ยงตัวไม่คุ้ม เหมือนกับพวกตดรองเท้าก็ตี ตดเสื่อกางเกงก็ตี เขามีตัวอย่างตัวเดียวเท่านั้น เขาสามารถจะตัดได้ตั้งร้อยตั้งพัน เป็นอาชีพหาเลี้ยงตัวเขาได้

ผู้มีปัญญาก็เหมือนกัน แม้จะไปดูตัวอย่างเสมอคราวเดียวเท่านั้นก็สามารถจะนำไปดัดเตือนว่ากล่าวปฏิบัติตนได้เรื่อยไป อันนี้ค่อยเบาหน่อย เรื่องการที่พวกเราจะให้ตาดีขึ้น และให้หูดีขึ้น การชำระหูก็เหมือนกัน มัวแต่ให้คนอื่นหยอดมันก็ลำบาก ตัวของตัวเองก็ต้องรักษาตัวเองเป็นแต่เขาให้ยาไปก็เอาไปหยอด คือหมายความว่า เมื่อได้รับคำตักเตือนว่ากล่าวแล้วก็อย่าไปทอดทิ้งนำไปพิจารณาเหตุผลเรื่องราว อย่าทอดธุระ

เราไปอยู่ที่ไหนก็ดี แม้ครูบาอาจารย์พูดเสมอคราวเดียวเราสามารถใช้งานได้ตลอดชีวิต นั่นนะคนหูดี คนตาดีก็เหมือนกัน เห็นตัวอย่างครั้งเดียวก็สามารถนำตัวอย่างไปปฏิบัติตนได้เรื่อยไป ลักษณะนี้ค่อยยังชั่วหน่อย บางคนละก็ทำแบบให้ร้อยแบบพันแบบ มันก็ไม่ได้เรื่องสักอย่าง รักษาตัวเองก็ไม่เป็น ฟังตนก็ไม่ได้ ความบริสุทธิ์มันก็เกิดยาก

สรุปเรื่องทั้ง 2 ประการนี้ เมื่อเราไม่รอบคอบในเรื่องทั้งสองประการนี้ ศีลก็เศร้าหมอง เรียกว่าศีลไม่บริสุทธิ์ ศีลไม่บริสุทธิ์ก็เรียกว่ามคตฉาวณ ผลที่จะเกิดขึ้นจากความบริสุทธิ์แห่ง

ศีลไม่มี ก็เรียกว่าสัคคาวรณ คือจิตไม่สงบ จิตไม่เป็นสมาธิ ที่ไม่เป็นไปนั้นก็คือศีลไม่บริสุทธิ์ เมื่อศีลไม่บริสุทธิ์บำเพ็ญสมาธิก็ยาก

ฉะนั้น กาลต่อไปนี้จะนำเสนอเรื่องศีลมากล่าวแสดง เพื่อเป็นการปรับปรุงให้มีความรู้ความเข้าใจ แล้วก็จะได้ปฏิบัติชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ อย่างท่านแสดงในข้อกรรมฐาน 40 เรียกว่าข้อศีลानุสสติ ศีลानุสสตินี้แปลว่าให้ระลึกถึงศีลของตน การระลึกถึงศีลระลึกได้หลายทาง

1. ระลึกถึงความบริสุทธิ์

2. ตรวจสอบความไม่บริสุทธิ์ของตน ให้สำเหนียกดูทางฝ่ายชั่ว เรียกว่าทุศีล ให้ตรวจดูทางฝ่ายดี เรียกว่าบริสุทธิ์ศีล ให้ตรวจดูทั้ง 2 ข้างนี้ ถ้าเราตรวจดู เรายังมีความระแวงใจอยู่ว่าศีลไม่บริสุทธิ์ ก็จงพอกพูนทำศีลไม่บริสุทธิ์นั้นให้ดีขึ้น อย่าให้มีความวิตกวิจารณ์เรื่องมรณาทหรือศีลศีลนั้นจึงจะเป็นไปเพื่อความสงบ เพราะท่านจัดไว้เป็นแบบของสมถกรรมฐาน

เมื่อระลึกถึงศีล จิตสงบ จึงเรียกว่าศีลानุสสติ นับเนื่องในศีลानุสสติข้อหนึ่งในอนุสสติ 10 มันเป็นตัวสมาธิ การตรวจศีลนั้น มันจะเป็นได้อย่างไร ถ้าเราระลึกถึงความไม่บริสุทธิ์ และระลึกถึงความบริสุทธิ์ รู้เรื่องราวชัดเจน จิตก็ปล่อย คล้าย ๆ กับว่า เราตรวจดูข้าวของในบ้านเรา อันนั้นก็ไม่ใช่ หาย อันนี้ก็ไม่ใช่ มันก็นอนหลับ ถ้าเราตรวจดูของในบ้านเรา มันหายไป นอนไม่หลับ บุคคลผู้ตรวจดูศีลของตน ว่าบริสุทธิ์หมดจดทุกอย่าง จิตก็สงบได้ทันที นี่มันเป็นอย่างนี้ ความบริสุทธิ์มันเป็นไปเพื่อความสงบใจ ฉะนั้นอย่าได้พากันประมาท การทำจิต มันเนื่องด้วยมรณาท มันเนื่องด้วยศีล จึงไม่ควรประมาท อย่าไปเห็นว่าศีลนี้เป็นของเล็กน้อยของต่ำ อันนี้ก็ไม่ใช่ เป็นของธรรมดาสามัญ เราต้องทำจิตให้เป็นธรรม เมื่อศีลไม่มีก็เป็นธรรมได้ยาก

จิตไม่เที่ยงตราบใด จิตไม่เป็นธรรม จิตไม่เป็นธรรมคือจิตเศร้าหมอง ก็คือศีลไม่บริสุทธิ์ ฉะนั้น ในที่นี้ จะกล่าวเรื่องศีลให้ฟัง

ศีลนี้ แยกโดยสิกขาบท เขาเรียกว่ากันด้วยพยัญชนะ ว่าด้วยตัวหนังสือ ก็ศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 ศีล 227 เรียกว่านับกันด้วยตัวหนังสือ นับกันด้วยพยัญชนะ ถ้าจะพูดกันโดยอรรถ อรรถคือหมายความว่าไม่เพ่งถึงลักษณะของตัวหนังสือเป็นกณฑ์ เพ่งถึงคุณภาพ เพ่งถึงคุณวุฒิ เพ่งถึงชั้นภูมิ นั้นเรียกว่าอรรถ อย่างกล่าวว่า สาตุถ์ สพฺพญฺชนํ เกวลปริปุณฺณํ สาตุถ์ หมายถึงอรรถ พุญฺชนํ คือตัวหนังสือ เกวลปริปุณฺณํ ให้บริบูรณ์ ให้บริสุทธิ์ อันนี้คือหมายความว่า อย่าไปนึกว่าศีลมีแท้ ๆ เท้าสิกขาบท นอกจากนั้นยังมีอยู่อีกอัน เป็นของที่ยาก เหตุนี้จึงแยกออกโดยคุณภาพ มีวิธีต่าง ๆ กัน

ปกติศีล รักษากันโดยธรรมดาสามัญอย่างหนึ่ง อริยศีล รักษาประกอบด้วยธรรมะนั้นอย่างหนึ่ง นี่กล่าวถึงคุณภาพ กล่าวถึงหน้าที่มีอยู่ 2 ประเภท

ปหานกิจ สิ่งใดซึ่งเนื่องด้วยสิกขาบท พระองค์บัญญัติว่าไม่ควร อย่า, หยุด, สิ่งนั้น ต้องตัดให้หมด ไม่ต้องไปกังวลเกี่ยวข้อง

ภาวนากิจ สิ่งใดซึ่งเป็นของที่ควรทำขึ้น เพราะเป็นคุณงามความดี สิ่งนั้นต้องสลับสร้างอย่าปล่อย อย่าทอดธุระ พวกกันประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญให้รอบคอบ นี่กล่าวถึงหน้าที่ ใครจะถือศีลแบบไหนก็ตาม ก็มีอยู่ 2 ลักษณะเท่านี้

ปหานกิจ กล่าวกันสั้น ๆ ก็คือ ส่วนอกุศลหยาบ ๆ ที่เราจะต้องละต้องเลิก เช่นอย่าไปฆ่าสัตว์ อย่าไปลักทรัพย์ อย่าล่วงกาเมสุมิฉฉาจาร อย่ากล่าวเท็จ อย่าดื่มกินสุราเมรัย สิ่งหยาบ ๆ นี่เป็นปหานกิจ ต้องละทิ้งอย่างเด็ดขาด เรียกว่าอาทิพรหมจรรย์ ๆ นี้ จะต้องละเป็นครั้งแรก ที่นี้อภิสมจาร เป็นภาวนากิจ เราต้องทำให้เกิดมีขึ้น อย่าทอดธุระ แต่ละคน ๆ มี 2 หน้าที่เท่านั้น ถ้าจะกล่าวถึงเรื่องพญชณะ ท่านเรียกอาทิพรหมจรรย์ ถ้าจะกล่าวถึงส่วนมรรยาบทเกี่ยวกับเรื่องของบุคคลผู้ทรงศีล คือได้แก่จริยวัตรที่มีเครื่องหมาย ท่านเรียกอภิสมจาร

เครื่องหมายดีของผู้มีศีลนั้นมีอะไรบ้าง เครื่องหมายดีของผู้มีศีลที่เรียกอภิสมจารนั้นมีอยู่ 3 ลักษณะ

1. เป็นผู้สะอาด ความสะอาดเป็นนิมิตของผู้มีศีลอันบริสุทธิ์ นี่ให้อำไว้ให้ดี
2. ความสวยงาม ความสวยงามนี้ เป็นนิมิตเครื่องหมายของผู้มีศีลอันบริสุทธิ์
3. ความหมั่นจด คววจิตไม่ข้องอยู่ในมรรยาบทของคน เรียกว่าศีลวิสุทธิ

สามชนิดนี้ ท่านเรียกว่าเป็นนิมิตเครื่องหมายของผู้มีศีลอันบริสุทธิ์ นี่เป็นภาวนากิจ ในเรื่องนี้ จะอธิบายเพิ่มเติมเข้าไปอีก แต่พวกเรายอมผ่านกันมาทุกคน เพราะไม่ใช่เด็ก ผ่านทุกคนปฏิบัติทุกคน แต่เราไม่รู้จักแบบบัญญัติ ก็ผิดบ้างถูกบ้าง ตั้งใจบ้าง ทอดธุระบ้าง คือไม่ดีกว่า มันจะเป็นความเสียหาย ฉะนั้น จึงย้ายไปอีกครึ่งหนึ่งในส่วนนี้

พูดถึงความสะอาด ๆ อันนี้ ความสะอาดในอภิสมจารนี้ไม่เหมือนความสะอาดในอาทิพรหมจรรย์ อาทิพรหมจรรย์ไม่ฆ่าสัตว์ ภายสะอาดนั้นส่วนหนึ่ง แต่อภิสมจารนี้ ไม่ใช่อย่างนั้น เราไม่ต้องไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต แต่เราเป็นผู้ไม่สะอาด เช่นหนังที่ไหนก็ไม่รู้จักกวาด ไม่รู้จักขัด นี่เขาเรียกว่าคนสกปรก นี่มันเสียศีลแล้ว อันนี้ นอนที่ไหนก็กรงูรัง ไม่รู้จักเก็บ อันใดควรเก็บ อันใดควรมาใช้สอย ทั้งเกลื่อนกล่น นี่เขาเรียกว่าไม่สะอาด อย่าไปนึกว่าศีลเราไม่เสีย จะยืนก็ตาม อย่างพระสารีบุตร ท่านจะออกไปเดินบิณฑบาต แต่ว่ามือมันไม่พอใช้ มือหนึ่งจับจีวร มือหนึ่งนั้นมันจืด ท่านยังเอาเท้าข้างหนึ่งกับไปตอง ทางที่จะต้องเดินไปบิณฑบาต กวาดไปตองออกจากสถานที่ ๆ ท่านยืน เอาเท้ากวาดออก มือมันใช้ไม่พอ ท่านรักษาถึงอย่างนั้น สถานที่ยืนของท่าน ที่นั่งก็เหมือนกัน เมื่อจะไปนั่งที่ไหน ท่านให้แหวกตาโต ๆ ขึ้นเสียก่อน มันมีอะไรบ้าง สถานที่นั่งของเรา และสถานที่ควรนั่งหรือไม่ควรนั่ง มันอยู่ในหัตถบาทของผู้เฒ่าผู้แก่พ่อแม่ครูบาอาจารย์หรือเปล่า พิจารณาดูเสียก่อน เราควรไปเหยียบหรือเปล่า เราควรไปนั่งหรือเปล่า สถานที่ของบุคคลชนิดนั้น นอกนั้น

อีก สถานที่ที่นั่งของเรา ว่าเราจะนั่งตรงนั้น มันมีอะไรตั้งอยู่ มันรกหรือไม่รก มันควรแก่ฐานะของเราหรือไม่ เมื่อเวลาเรานั่งไป ๆ ที่นี้เราก็จะไปทำความรกในสถานที่นั้น เมื่อเราทำความรกกรุงรังในสถานที่นั้น เมื่อเราจะลุกไป เราต้องล้างตัวเราให้มันดี มิฉะนั้นคนอื่นเขาล้าง เราก็จะเสียใจอย่างคนเก่า ๆ โบราณมา คนใดที่เขาเกลียดขึ้นไปนั่งบ้านของเขา เวลาลงจากบ้านได้สะอาดน้ำล้างที่นั่นทันที คือเขาเห็นว่าสกปรก อย่างเราไม่ได้เอากันถึงขนาดนั้น เอาแค่เก็บขี้เท้าของตัวหนีให้พ้นก็แล้วกัน ขี้มือขี้ผงขี้ไผ่ ดิดผ้าดิดผอน ดิดอะไรมาจากพื้น มานั่งแล้วก็เก็บไปด้วย อย่าให้คนอื่นไปเก็บ มันบาป ศีลจะไม่บริสุทธิ์

ที่นั่งสะอาด เป็นเครื่องหมายของผู้มีศีลอันบริสุทธิ์ ที่ยืนสะอาด เป็นเครื่องหมายของผู้มีความบริสุทธิ์ ที่เดินสะอาด ถนนหนทางที่เราใช้สัญจรส่วนตัวก็ดี ส่วนรวมก็ดี เบิกหูเบิกตาให้มันลูกโต ๆ มันเป็นอย่างนี้ มันเหตุเหลือวิสัยหรือเปล่า หรือพอจะช่วยเหลือกันได้ มันจะเสียหรือจะทรงอยู่ หรือมันจะดีขึ้น มันให้ประโยชน์แก่พวกเราหรือมันให้ประโยชน์แก่คนไหน ไตรตรองพิจารณาแก้ไข ทำความดีในสถานที่อันนั้นขึ้น เมื่อตนไม่ใช้คนอื่นเขาใช้ เป็นเรื่องส่วนตัวก็ดี เช่นทางจงกรมอย่างนี้เป็นต้น เรื่องสาธารณประโยชน์ เช่นถนนเดินสัญจรไปมาของมนุษย์ เห็นว่ามันไม่สะอาดตามันพอแก้ไขได้ ก็ตั้งใจปฏิบัติบำเพ็ญตามหน้าที่ ถ้ามันเป็นเหตุเหลือวิสัยก็ตามเรื่องมัน อย่างนี้เป็นต้น

นอกจากนั้นอีก เครื่องสกปรกโสภณ เช่นบ้านน้ำลายใส่ถนน อย่างนี้เป็นต้น ถ้าทางพระท่านปรินิพพานทุกกฎ ผิดอกสีมจาร เช่นทิ้งขี้มาก ขี้บูห์ เศษอาหารการกินไว้ตามหนทางสัญจรไปมา เป็นอาบัติทั้งนั้น พระเป็นอาบัติทุกกฎ ถ้าเป็นโยมก็เป็นอกสีมจาร เป็นเครื่องหมายของผู้ไม่มีศีลธรรม ในวินัยท่านห้าม ในภัตตกวัตรท่านแสดงไว้ พุทเมื่อกี้ไม่ได้แสดงอย่างพิสดาร ท่านกล่าวว่า เมื่อภิกษุจะบริโภคน้ำจืด จีวร บิณฑบาต คิลานเภสัช เสนาสนะ ท่านบอกว่า อาหารที่ท่านได้มานะ ถ้าท่านมากิน ถ้าไม่หมดให้ท่านเก็บรักษาไว้ให้ดี อย่าไปทิ้งเกลื่อนกลาดให้ชาวบ้านเขาเห็นเขาจะเสียศรัทธา แสดงว่าเราทอดธุระ ถ้าเราจะกินวันพรุ่งนี้ อย่างเกลือกเอาไปใส่กระบะบอกให้ดี น้ำอ้อย น้ำตาลก็ใส่กลักให้ดี แล้วเก็บปิดให้มิดชิด มีโรงที่เก็บ เขาเรียกว่ากัปปิยกุฎี ถ้ามันเหลือกินละก็ท่านให้เก็บให้ดีนะ เอาออกจากบาตรเสียถ้ามันเหลือกิน ถ้ามีกระโถนก็เทใส่กระโถนด้วยความเคารพ แล้วเอาออกจากบาตรให้หมด อย่าไปเทจุ่มจ้านนะ ถ้ามีอนุสัมบันหรือเด็ก ก็ให้ขุดหลุมลึก ๆ ลงไป เกล้งไปในหลุม อย่าให้มันสกปรก อย่าให้มีกลิ่น ที่มันกินไม่ได้ก็ฝังเสีย ไม่ฝังก็กลบ อันใดที่จะกินได้ก็เก็บให้ดี นี่ในภัตตกวัตร ท่านก็แสดงไว้อย่างนี้ ท่านแสดงไว้หลายอย่างหลายประการ ให้ทำความสะอาดในสถานที่ นี่เป็นนิมิตเป็นเครื่องหมายของผู้มีศีลบริสุทธิ์ นี่เป็นตัวอย่าง ที่นี้ถ้าจะพูดถึงเรื่องสาธารณะทั่วไป กล่าวถึงเรื่องที่ดินก็เช่นเดียวกัน ที่ยืน ที่นั่ง ที่เดิน ที่นอน ก็เหมือนกัน เรานอนที่ไหน เราอย่าไปทำให้สกปรกในที่นั้น รักษาความสะอาดในที่นอนของตน คือเราเองจะไปนั่งไปนอนอยู่ตลอดคืนไม่ได้ ต้องทำงานด้วยกายด้วยวาจา ต้องเดินต้องเห็นแป้นประอะทั้งเท้าทั้งมือ ทั้งเหงื่อทั้งโคลมนักจะไหลย่อยไปแป้นประอะในที่นอนของตัว ให้รักษา

ความสะอาด อันใดจะเกิดโทษโดยประการต่าง ๆ บางอย่างมันเกิดเชื้อโรค ก็คือที่นอนของเรา ไม่รู้จัก बदกวาด บางอย่างมันก็เป็นตัวสัตว์ เป็นตัวเรือดเป็นหมัด เป็นตัวอะไรต่าง ๆ นำเชื้อโรคมาติดตัว ฉะนั้น ต้องทำความสะอาด ทางโลกเขาเรียก อนามัย หรือสุขาภิบาล นี่ที่นังกิติ ที่นอนกิติ ที่ยืนกิติ ที่เดินกิติ เมื่อเรามองไปเห็นถนนยังงี้ ตามันก็วาวขึ้น ใจมันสบาย ถ้าไปมองถนนเห็นขี้หมู ขี้หมากรกรุงรัง เหล่านี้แหละ หัวใจมันก็หกลงไปแทบจะกระโดดหนี คือศีลมันไม่บริสุทธิ์ มรรยาท เหล่านี้อย่าไปเห็นเป็นของต่ำ มันทำลายศีลของเราให้เสียหายไปได้ นี่กล่าวถึงสถานที่

กล่าวถึงเรื่องพัสดุเป็นขั้นที่สอง พัสดเป็นนิมิตเครื่องหมายของผู้มีศีลธรรมอีก พัสดคืออะไร คือปัจจัยธาตุทั้งสี่ ปัจจัยทั้ง 4 นี้ ต้องเป็นของสะอาด ปัจจัย 4 คืออะไรบ้าง คือ อาหารการกินทุกชิ้นทุกอัน ที่เราจะกลืนเข้าไปในตัวทั้งหมด นี่ปัจจัยข้อหนึ่ง

จีวระ ปัจจัยข้อที่สอง คือเครื่องนุ่งเครื่องห่ม เรียกว่า จีวร จีวรไม่ได้หมายถึงผ้าเหลืองผ้าแดง ผ้าดำ ผ้าชิ้นหนึ่ง จะเป็นสี ๆ ไหนก็ตาม เสื้อก็ตาม ผ้านุ่งผู้หญิงก็ตาม กางเกงผู้ชายก็ตาม ท่านเรียกว่าจีวรทั้งนั้น แต่ไม่นิยมกันเท่านั้นเอง จีวรก็แปลว่าผ้าเท่านั้น ไม่ได้แปลว่าผ้าเหลืองผ้าดำ ผ้าแดง เมื่อเป็นอย่างนี้ก็ครอบไปถึงฆราวาสญาติโยมด้วย เรียกว่าจีวระ ผ้าชิ้นหนึ่ง ที่ทอด้วยปอกิติ ไหมกิติ ผ้ายกิติ สำเร็จเป็นชิ้นขึ้นมาเรียกว่าจีวระ นี่เป็นปัจจัยข้อที่สอง

ปัจจัยข้อที่สาม เสนาสนะ แปลว่าสถานที่อยู่อาศัยของมนุษย์ ไม่ได้หมายถึงกุฏิวิหาร เป็นบ้านกระต๊อบจากของญาติโยมก็เรียกว่าเสนาสนะ แต่ไม่นิยมเรียกกันเท่านั้น เพราะได้ไอนศัพท์นี้ไปใช้ทางศาสนาเป็นส่วนมาก จึงไม่เกิดนิยมกันเรียกเท่านั้นเอง แต่ความหมายอันเดียวกัน อันนี้ก็เป็นปัจจัยข้อที่สาม

ปัจจัยข้อที่สี่ คิลานเภสัช คือยาแก้โรค ยาแก้โรคนั้นนะในวินัยท่านจัดมีถึงหลายอย่าง สี่ห้าอย่าง แต่พูดแค่ยาแก้โรคนี้ก็ได้รับความกัน จะเป็นยาชนิดไหนก็ตาม แต่ทางพระวินัยมีกฎเกณฑ์หน่อย ไม่เหมือนฆราวาส ๆ ก็มี แต่ว่าไม่สู้จะมาก ยาในทางพระวินัยนี้ มันมีอยู่ 4 ชนิด อันนี้เป็นส่วนสำคัญ จึงจะขยายเสียหน่อย ยาวกาลิก ชนิดที่หนึ่ง ยามกาลิก ชนิดที่สอง สัตตาหกาลิก ชนิดที่สาม ยาวชวิก ชนิดที่สี่ เครื่องที่เราจะต้องกลืนกินเข้าไปนั้น เรียกว่าของควรแก่การบริโภค มีถึงสี่ห้าอย่าง

ยาวกาลิก นับแต่ผู้ถือศีล 8 มา จะกินอาหารเวลาตอนบ่ายนั้น ไม่ได้เด็ดขาด คือกินได้แต่เวลาตอนเช้าไปถึงเที่ยง นี่เป็นอายุของอาหารจะต้องบริโภคของผู้มีศีล ท่านเรียกว่ายาวกาลิก กล่าวกันง่าย ๆ คือ อาหารที่จะต้องกินกัน

ข้อที่สอง เรียกว่า ยามกาลิก กินได้ชั่วเวลาครุฑของวัน ได้แก่หน้าอุรฺบาน เมื่อทำเวลาตอนเช้า ถ้าแสงอรุณขึ้นวันใหม่กินไม่ได้ กินได้ตั้งแต่ตอนเช้าไปถึงกลางคืน พอสว่างกลืนไม่ได้เลย จะเป็นโยมก็ตาม จะเป็นพระก็ตาม เมื่อรับพระเคนไว้ ฉันได้เสมอชั่วยามหนึ่งเท่านั้น กลางวัน 12 ชั่วโมง กลางคืน 12 ชั่วโมง เลยนั่นไปฉันไม่ได้ เรียกว่า ปานะ คือน้ำดื่ม นี่พูดถึงว่าเมื่อเราทำสำเร็จ เสร็จ

แล้วก็รับประเคน ถ้าไม่ประเคนก็กินไม่ได้เหมือนกัน มันเสีย มันบูดมันเสีย มันก็จะทำให้เกิดโรค เกิดภัย กินไม่ได้ เมื่อกาลเวลาที่ควรแกวียนก็ฉันได้ ท่านเรียกว่ายามกาลิกคือน้ำอุชฺฐาน นี่ของ ที่ควรแก่การบริโภคของสมณะ

สัตตาทกาลิก สปิ นวนิตฺ เตลฺ มธุ ผานิตฺ กล่าวกันง่าย ๆ คือน้ำอ้อย น้ำตาล น้ำผึ้ง แต่ในบาลี ท่านบอก สปิ เนย นวนิตฺ เนยข้น เตลฺ น้ำมัน มธุ น้ำผึ้ง ผานิตฺ น้ำอ้อย ทั้งหลายเหล่านี้ ท่านเรียกว่า ยาคิลานเภสัช ถ้าเป็นพระภิกษุรับประเคนแล้วก็เสมอได้ 7 วัน เกิน 7 วันนั้นไปต้องทิ้ง ไม่ทิ้งก็ต้อง เสียสละให้ญาติโยม แต่สมัยนี้พระเราเรียนบาลีแปลไม่ออก แปลคำว่าเนยกับนมไม่ออก เลยฉันเนย กับแป้ง ที่นี้ไม่รู้จักนมกระป๋องมันไม่ใช่เนย เห็นนมใส ๆ ก็ไม่ใช่เนย เนยนั้นคือเอานมที่สด ๆ บริสุทธ์มาเคี้ยว เมื่อเขามาเคี้ยวไม่ต้องเจือปนอะไร มีแต่เกลือหรืออะไรก็ตามส่วนที่ไม่มีโทษ เคี้ยวจนกลายกลายเป็นน้ำมัน เป็นตัวน้ำมัน น้ำมันมีถึง 3 ชนิด น้ำมันอันหนึ่งนะ มันก็ยังไม่สามารถ เป็นเนยได้ ท่านเรียกว่าเนยใส มันเป็นน้ำมันใส ๆ น้ำมันชั้นที่สอง มันเลยใสเข้าไป มันเหลว ๆ แต่ไม่ได้เจืออะไรเลย เป็นนมล้วน ๆ เอาความเหลวไปเคี้ยวเข้าไปจนแข็งเป็นเนยก้อนโดยไม่ต้อง ไปเจืออะไรเลย เป็นนมล้วน ๆ อันนี้พระฉันได้ 7 วัน ไม่ให้เจืออะไร นอกจากเจือน้ำตาลได้ เจือน้ำมัน อย่างอื่นได้ เช่นน้ำมันงา อย่างนั้นฉันได้จริง ๆ แต่เนยวิทยาศาสตร์ทุกวันนี้ มันเปลี่ยนมาก ทำด้วย เนยจริง ๆ มันเปลี่ยนมาก ขายราคาสูง ไม่มีใครซื้อ เขาจึงเอาแป้งไปปนเข้า เมื่อไปปนเข้า ก็ทำเป็น กระป๋อง ที่เขาเรียกว่านม ๆ พระไม่รู้จักก็กินว่ากินเนยละที่นี้ ขนบข้าวเย็นเข้าไปยังไม่รู้ตัว นี้ผู้ถือเคร่งเขาจึงไม่กิน ส่วนเนยบริสุทธ์จริง ๆ ก็มี แต่มันไม่อร่อย ก็กินเป็นยาจะอร่อยยังงี้ พระพุทธเจ้าอนุญาตให้เป็นยาแก้ไข้ แล้วจะมาเอาความอร่อย ถ้าจะเอาความอร่อยก็กินข้าวเย็นกัน เท่านั้นเอง โอวัลตินใส่ เอาแป้งใส่ กวนเข้าไปกับเนยกระป๋อง ก็อร่อยซี เพราะได้มีแป้งก็ข้าวเย็น กันเท่านั้น นี่เรื่องของสัตตาทกาลิก

ยารชีวิติก คือเมื่อรับประเคนแล้ว เก็บไว้ด้วยดีแล้วฉันจนหมด ก็วันก็คืนก็ตามเถอะ ถ้าหมด ก็หมดอายุ ถ้ายังไม่หมดก็กินมันเรื่อยไป เช่นยาควินิน แอสไพริน หรือยารากไม้ ซึ่งไม่ได้เจือปน ะไรเลย เป็นของบริสุทธ์ อย่างนี้กินจนหมด เมื่อหมดเมื่อไรก็หมดอายุของยา อันนั้นเรียกกยา-ชีวิติก นี่ในเรื่องบิณฑบาต จำแนกออกเป็นสี่ห้ากระทรงอย่างนี้ ในเรื่องคิลานเภสัชไปรวมกับเรื่อง บิณฑบาต เพราะมันเป็นเรื่องของบริโภค

ที่นี้ เมื่อชีวิตของเราที่ดี ซึ่งเป็นหน้าที่จะต้องประพฤติปฏิบัติตนเองก็ตาม หรือเป็นหน้าที่ จะสัสมสร้างชาติเนื่องด้วยบุคคลผู้อื่นที่ดี เช่นทำถวายพระ อย่างนี้เป็นต้น พวกนี้ต้องเป็นผู้สะอาด ไม่สะอาดเป็นโทษ คนทำเป็นโทษ คนกินก็เป็นโทษ เป็นบาปเป็นอกุศลทั้งนั้น เหตุนี้แหละจึงเรียก อกัสมัจจาร

สรุปย่อ ๆ ก็คือ หนึ่งให้หามาด้วยความบริสุทธ์ เจตนาที่เป็นศีลและธรรม ไม่ให้กระทบ กระเทือนแก่บุคคลผู้ใดผู้หนึ่ง วิธีการที่เราแสวงหาว่าเราควรแก่การหาโดยวิธีไหน ซึ่งไม่ได้มี

กระทบกระเทือนน้ำใจของท่าน ก็หาได้ตามฐานะ ส่วนพระก็หาอย่างหนึ่ง ส่วนคนอุปัฏฐากพระก็หาอย่างหนึ่ง แต่รวมลงก็หาด้วยความบริสุทธิ์ หาด้วยความบริสุทธิ์นั้น เรื่องของญาติโยมก็พรรณนาเรื่องบุญกุศลให้เขาฟัง แต่เขาจะทำหรือไม่ทำ เราไม่ต้องมีวิธีการโอบอ้อม อย่างพระหาด้วยความบริสุทธิ์ ตื่นขึ้นแล้วก็ลงจากกุฏิ อุ่มบาตร อุ่มจีวร ซ้อนสังฆาฯ สังวรในมรรยาของตนไปอย่างเจ้า ไปอย่างเจ้าอย่างไร เขาจะให้มาก กุกติใจ เขาจะให้น้อยกุกติใจ เขาจะไม่ให้อะไร ก็หัวเราะแก้มตุ่ยกลับมา ไม่ต้องแสดงความอยาก ไม่ต้องแสดงความโลภ ไปตามหน้าที่ของตนเป็นบุญกุศลจริง ๆ มันจะได้หรือไม่ ไม่ใช่เรื่องของเรา เราไม่มีอำนาจอะไรที่จะเอาได้หรือไม่ได้ แต่หน้าที่สมณกิจมีก็ไปตามหน้าที่ นี่เรียกว่าหามาตามชอบ ไม่มีตัวโลกแอบอิงไปด้วย ถ้ามีตัวโลกมันแอบไปด้วยละก็ บิณฑบาตขี้มักไม่มีคนใส่ ถ้ามีคนใส่ เอามาฉันก็ไม่ค่อยอร่อย เหตุนี้วิธีการแสวงหา ก็ต้องทำให้ดีทุกอย่าง พร้อมทุกสิ่งทุกอย่าง นับตั้งแต่การนุ่งการห่ม การเดิน สำรวมมรรยาท การไปการมา เมื่อมาถึงก็สำรวมไปจนเสร็จจัตตกิจ ให้บริสุทธิ์หมดจด สะอาดทุกสิ่งทุกประการ นี่วิธีการแสวงหา เมื่อแสวงหามาได้ ที่นี้ให้รู้จักบริโภค

วิธีการบริโภค มันมีอยู่หลายชนิด ตามอายุกาลของยาคิลานแกสซ การบริโภคบางอย่างเราบริโภคต้องนั่งก็มี บางอย่างบริโภคเราไม่ต้องนั่งก็มี บางอย่างนอนกินก็ได้ บางอย่างนั่งกินก็ได้ แต่ยืนกินไม่ได้ บางอย่างยืนกินได้ นั่งกินก็ได้ นอนกินก็ได้ บางอย่างเปลือยกายกินก็ได้ บางอย่างอยู่ที่เปิดเผยกินได้ บางอย่างอยู่ในที่กำบังกินไม่ได้ ตัวอย่าง เช่นเราจะฉันข้าวในห้องของเราเอง ไม่ห่มจีวรก็ได้ ถ้าไม่ห่มจีวร มาฉันกลางแจ้งเป็นทุกกฎ อย่างนี้เป็นต้น บางอย่างเดินกินก็ได้ เช่นกินหมาก นี่เดินกินได้ แต่จะไปเดินกินข้าวไม่ได้นะ อันใดควรเดินกิน อันใดควรนั่งกิน อันใดควรที่จะนอนกิน เดินกิน ยืนกิน นั่งกิน นอนกิน มันมากเสียด้วยเรื่องเหล่านี้

แต่สรุปแล้ว ธรรมตามนุษย์ที่มีมรรยาทดีก็ย่อมต้องรู้ตัวเอง เหตุนี้ท่านจึงให้สังวร ระมัดระวังรักษา เมื่อเรามาถึงสถานที่ที่นี้ บางคนรู้จักแต่กิน แต่ไม่รู้จักเก็บ บางคนรู้จักกิน แต่ไม่รู้จักกัน ไม่รู้จักกันยังงี้ ได้มากก็กินจุบ ๆ เข้าไป เพื่อนนั่งเต็มหมด ไม่ได้กินสักนิด ไม่รู้จัก นี่ก็ผิดอีก นี่ต้องเป็นผู้รอบคอบระมัดระวังรักษา รู้จักที่นั่งกิน ควรนั่งตามฐานะของเรา บางคนไม่รู้จักกิน ที่นี้พอจะกินก็กินจุบ ๆ บางทีน้ำไม่ตักมาสักถ้วยเดียว กินอ้อม มาทำปากแห้งแก็ อย่างนี้เคยมี พระก็ยังเป็น นี่เขาเรียกไม่รู้จักกิน ไม่รู้จักกินก็ไม่น่าจะกิน ต้องรู้จักกิน ที่นี้นั่งเราอยู่ที่ไหน สอง กาน้ำเรามีหรือเปล่า แก้วน้ำเรามีหรือเปล่า กระโถนมีหรือเปล่า เขากินกันแบบไหนนี่นี้ต้องอ่านให้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง อ่านแต่ที่นั่ง อ่านบาตร อ่านจีวร อ่านกระโถน อ่านแก้วน้ำ อ่านกาน้ำ อ่านน้ำที่จะกินเข้าไปในตัว อ่านให้มันออกให้หมด

ที่นั่งเราก็ได้แล้ว สมควรแก่ภาวะ ผ้าเราก็ห่มให้เป็นปริมณฑลแล้ว นั่งให้สวย ที่นี้อย่าแยะกินมาก มันจะกลายเป็นเดียรัจฉานบริโภค อย่างก็กินมาก มันจะกลายเป็นกาจิกศพ ให้ตั้งพอดิ ๆ อย่างเอยมาก อย่างก็มาก ให้พอดิพอเหมาะ ให้รู้จักแต่งตัวกิน บางคนหรือบางท่าน บางวัด กิน

ข้าวอัญญอเนก บางทีจืดหลุดไปจากตัว นิ่งจำเสียวอย่างนี้ก็มี บางทีไม่ห่ม ถลกบาตรก็ไม่แก้ จำเข้า ไป บางทีกินอิมน้ำจะดื่มก็ไม่มี นี่เรียกว่าไม่รู้จักกิน ที่เรียกว่าภักตกวัตร บางสังคมตีพิมพ์ทำ เพลงกินก็มี เช่นอาชอนเคาะจานหรือถ้วยเสียวดังลั่น คุยกันอื้อฉาว ซึ่งไม่ควรแก่สมณเพศผู้มีศีล

ที่นี่ เมื่อจัดทุกสิ่งทุกอย่างเรียบร้อย ก็ให้รู้จักเก็บ ที่นี้อันใดจะควรกินได้ในเวลาบ่ายซึ่งมี ในอาสนะนี้ เราก็เก็บให้ดี เช่น บิณฑบาต เขาถวายยามาด้วย อย่างน้ำอ้อย น้ำตาล เขาถวายมาเพื่อ จันเวลาบ่าย เราก็เก็บไว้ ถ้ามากินกับอาหารก็เก็บไม่ได้ ยาวอย่างอื่นก็เหมือนกัน ส่วนใดควรเก็บ กินอีก ส่วนใดควรให้ทาน ส่วนใดควรทิ้ง มันมีอยู่ 3 ลักษณะ ส่วนใดควรเก็บ ไม่เก็บเป็นอาบัติ ถ้าเป็นญาติโยม ก็เศร้าหมอง ส่วนใดควรทิ้ง ไม่ทิ้งเป็นโทษ ส่วนใดควรเก็บต้องเก็บ ส่วนใดควรทิ้ง ต้องทิ้ง ที่นี้ส่วนใดควรเก็บ ของที่เก็บกินได้อย่างหนึ่ง ของใดกินไม่ได้ เก็บให้ดี มันกินไม่ได้ต้องเก็บ ให้ดี ส่วนใดกินได้ไม่ต้องเก็บดี คนเราโดยมาก สิ่งใดกินได้เก็บดี ๆ กลัวเพื่อนจะเห็นกลัวเขาจะ แย่งกิน อย่างนี้ก็ทำ บางท่าน ส่วนควรเก็บดี ๆ กลับเปิดเผย อาหารที่เสขติดไม่มีใครกินได้ อย่างเศษ กระโถนอย่างนั้นป็นต้น ทั้งเกลือกกลาด อาหารดี ๆ ควรจะให้คนอื่นเขากินบ้าง เก็บดีลักษณะเช่นนี้ เสียดศีลเสียดธรรม อย่างนี้ไม่รู้จัก มันเป็นเครื่องเศร้าหมองของศีล

การเก็บอย่างไร เรื่องของเรา ต้องอ่านให้หมด อย่าให้เดือดร้อนแก่คนอื่น เราต้องปฏิบัติ ตัวเราให้ดี ให้รอบคอบ มือว่างก็ช่วยเพื่อน ช่วยคนอื่น ช่วยเก็บ ช่วยกวาด ช่วยเช็ด ช่วยถู ส่วนอัน ใดที่เราเก็บเรียบร้อยดีก็ชำระ ที่นี้ชำระอย่างไร รู้จักล้าง บาตรก็ล้างให้มันสะอาดหมดจด ภาชนะทุก ชิ้นต้องล้างให้ดี น้ำของเราที่เอามาใช้สอย น้ำที่เอามากินกับอาหาร เมื่อฉันเสร็จเททิ้งให้หมด เหลือหยดเดียวก็ไม่ได้ ค้างในกาหยดเดียวก็ไม่เอา เทแล้วต้องเช็ดให้บริสุทธิ์ ถ้าไม่เทไปดื่มตอน บ่ายเป็นวิกาลโภชน ถ้าเป็นญาติโยม ก็ศีลเศร้าหมอง ไม่บริสุทธิ์ เช่นขันน้ำ ไปจ้วงในตุ่ม กินข้าว อิมก็ดื่ม ไปจ้วงอีก อาหารมันอยู่กับปากมันติดขันไป ตุ่มน้ำก็เป็นวิกาลโภชนกันเรื่อยไป นี่ถ้าจะ กล่าวถึงญาติโยมก็เป็นอย่างนี้ ศีลไม่บริสุทธิ์ ฉะนั้น ท่านจึงไม่ให้จ้วงน้ำ ให้ใช้กระบอกรองเพื่อ กัน สัตว์และขี้ผงลง อันนี้พูดถึงเรื่องเก็บของกินได้อีก เก็บให้มันดี ของเสขกินไม่ได้ควรเก็บให้ดี ควรทิ้ง ให้มันไกลจากที่สัญจรไปมาของมนุษย์ ควรฝังดินก็ต้องฝัง ไม่มีที่ฝังก็ทิ้งให้ห่างไกล เป็นที่เป็นทาง ให้มันมีระเบียบเรียบร้อยอย่างนี้ นี่ท่านเรียกว่าเป็นผู้ตั้งอยู่ในมรรยาทอันดี อภิสมาจาร นี่ใน เรื่องอาหารการบริโภค ถ้าจะนำมากล่าวกัน 3 วันก็ไม่จบ ฉะนั้น กล่าวกันเสมอเพียงหยาบ ๆ แล้วให้เทียบเอา ในเสนาสนะก็เหมือนกัน ในคิลานะ จีวรระ ก็เหมือนกัน มีลักษณะเหมือนกัน คือ 1. รู้จักหา 2. รู้จักรักษา 3. รู้จักเก็บชำระ 4. รู้จักสิ่งมันจะเสื่อมเสียหายไป 5. รู้จักสิ่งที่จะให้ ความสุขแก่หมู่แก่คณะ และปฏิบัติตัวให้สมควรแก่เรื่องราว ในเสนาสนะก็เหมือนกัน ในจีวรก็เช่น เดียวกัน จีวรก็สำคัญเหมือนกัน บิณฑบาตก็สำคัญ จีวรก็สำคัญ ข้อหนึ่งให้รู้จักหา ข้อสอง ให้ รู้จักเก็บ ให้รู้จักยอม ให้รู้จักซัก ให้รู้จักสุ ให้รู้จักฟอก ให้รู้จักยอมสั

บางคนผ้าควรซักไปฟอก มันผิด ผ้าควรฟอกไปซัก มันก็ผิด ผ้าควรสุไปยอม มันก็ผิด ผ้าควรยอมไปสุ มันก็ผิด มันมีอยู่อย่างนี้ เขาเรียกว่ารักษา บางทีไปบิณฑบาตในบ้าน บางทีก็

ถูกเม็ดฝน ถูกเหวี่ยงบ้างนิด ๆ หน่อย ๆ ไม่จำเป็นต้องซัก ผึ่งแดดให้มันแห้งเสีย บางทีไปตากเสีย มันก็ผิด ผึ่งนั่นคือชั่วคราวเท่านั้น บางคนผึ่งแต่เช้าจนค่ำ เขาเรียกว่าย่าง โยมก็เหมือนกัน ผ้าควรผึ่ง ไปตากก็ผิด ตากคือหมายความว่ามันนาน ผึ่งคือเดี๋ยวเดียว ครู่เดียวเท่านั้น ผ้าที่ควรตาก ไปผึ่งมันก็ ผิด มันเปียกต้องตากให้มันแห้ง ไปผึ่งนิด เก็บเสีย ดื่นเข้าเหม็นบูด มันผิดทั้งนั้น ผ้าควรซักก็เราจะ ไปแค่ตากไม่ได้ มันสาปมันเหม็น มันสกปรก มันเปื้อน นี่ควรซัก ไปตากมันใช้ไม่ได้ นี่เรื่องจิ๋ว ในเรื่องพระเราก็งี้มาก ผึ่งผ้า ตากผ้า ย่างผ้า มีถึง 3 ลักษณะ ผึ่งคือมันติดเหวี่ยง มันไม่ถึงสกปรก ผึ่งลมผึ่งแดดนิดหน่อยเก็บ อย่าไปตาก มันผิด ผ้าควรตากอย่าผึ่ง ผ้าควรย่างอย่าตาก ผ้าควรย่างคือ ผ้ายังไง ผ่ากฐิน ต้องย่าง ไม่ย่างไม่ทันเวลา ขึ้นตากมันก็เสร็จ กฐินขาด นี่เรียกว่าผ้ารีบด่วน

นอกจากนี้ยังมีสุผ้า ซักผ้า ย้อมผ้า ฟอกผ้า สุกผ้า โดยมากเขาไม่ใช้น้ำเย็น คือผ้ามันสาป หรือเปื้อน โดยมากเขาใช้น้ำเดือด ๆ เมื่อต้มให้เดือดแล้วก็เทราดลงไป ก็ขยำ ๆ พอสมควรจนสิ่งนั้น ออกไปแล้วก็บิดตาก เรียกว่าสุผ้า บางคนผ้าควรสุ เอาไปฟอกสบู่ ขนابلลงไปเกือบขาด ขาวแล่น แฉ่นไปเลย มันผิด ผ้าสุไปซักก็ผิด ผ้าสุต้องใช้ความร้อน ผ้าซักใช้น้ำเย็น ผ้าฟอกต้องใช้สบู่ ผ้าย้อมต้องใช้ สี มันมีอยู่หลายลักษณะ ถ้าผ้าเราควรฟอกเอาไปซักก็ไม่สะอาด ผ้าเราควรซักเอาไปฟอก มันขาวเกินไปอีก

เมื่อเรามาเรียนวิชาอย่างนี้ รู้จักเหตุการณ์ รู้จักสุ รู้จักซัก รู้จักฟอก รู้จักย้อม สำเร็จลง ไปก็รู้จักยับ รู้จักตัด ให้มันเรียบร้อยในมรรยาทเหล่านี้ เมื่อมันเรียบร้อย ทีนี้รู้จักบริโภค เราจะนุ่งยังงี้อยู่ในบ้านจะนุ่งยังงี้อยู่ในวัดจะนุ่งหม้อย่างไร ทำงานจะนุ่งยังงี้อยู่คนเดียวจะนุ่งยังงี้อยู่กับแขกจะนุ่งอย่างไร เมื่อรู้จักลักษณะเหล่านี้ให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อยดีงาม ก็เรียกว่ารู้จักบริโภค บางคนรู้จักแต่จะนุ่งจะห่ม แต่เก็บไม่เป็น จีวร 2 ผืน ก็หว่านเสียยังกับหว่านแห ผ้า 2-3 ผืน ตากเสียทั่วบ้านทั่วเมือง เอาไปเก็บมันไม่มากมายอะไรหนักหนา บางทีกุฏิหลังเดียวคับหมด ผ้าไม่ถึงร้อยผืน บางทีบ้านหลังเดียวเล็ก ๆ ผ้าเต็มหมด ถ้าเก็บจริง ๆ มันไม่เท่าไร มันจู้จี้จ้านมรรยาทไม่ได้ อันนี้ก็สำคัญ รู้จักเก็บ ผ้าเรามีที่ชนิด ผ้าเช็ดเท้าจนตลอดผ้าโพกหัว รู้จักซัก รู้จักเก็บ รู้จักใช้สอยบริโภคให้มันเรียบร้อยดีงาม ทุกสิ่งทุกอย่าง นี่ในเรื่องจิ๋วคล้าย ๆ อาหารแหละ ผ้าขี้ริ้วขาด เก็บให้มันดี ๆ คนจะมาเห็นมันสกปรก เก็บให้มันเป็นที่ เป็นทาง ควรซักควรตากก็ตาก ต้องการให้ยับได้ทันที ผ้าผืนดี ๆ นะอย่าไปเก็บตีมากนัก วินัยท่านห้าม ได้มาต้องบอกหมู่คณะ ไม่บอกเป็นอาบัติ ในบาลีเรียกว่า วิกัป เรียกว่า ทำผ้าของตนให้เป็นสองเจ้าของขึ้น คือไม่ให้ตระหนี่ วินัยท่านบัญญัติไว้อย่างนี้ ถ้าจะบรรยาย 3 วันก็ไม่จบเหมือนกัน กล่าวสั้น ๆ เพียงเท่านั้นในเรื่องจิ๋ว

ในเรื่องเสนาสนะก็เหมือนกัน บ้านช่องกุฏิวิหาร ที่พักอาศัย สาธารณประโยชน์ เช่น ลั้วหรือฐาน ศาลาหรือวิหาร ให้รู้จักรักษาความสะอาด อันใดมันจะเสีย อันใดมันจะคงที่ อันใดมันจะองงามขึ้น เปิดหูเปิดตาให้มันกว้างขวาง ดูแลทั่วถึง ต่างคนต่างก็มีตา ลูกโต ๆ อยู่วัดตาต้องเท่าวัด หูก็ต้องโตเท่าวัด อันใดไม่ดีไม่งามเกิดขึ้นต้องสนใจ อันใดมันจะดีขึ้น อันใดจะเสียหาย อันใดจะ

คงที่ให้ความสะดวกแก่ตนและคนอื่น ต้องดูแลรักษา อันนี้ในเรื่องเสนาสนะ มีลักษณะ หนึ่ง ให้แสวงหาโดยความบริสุทธิ์ ไม่ต้องไปเที่ยวบังคับ-ข่มเหงน้ำใจบุคคลผู้ใดทั้งหมด มีอยู่ก็อยู่ ไม่มีอยู่ก็นอนดิน ไม่ต้องอัครรรย ไม่ต้องยอมเป็นทาสใครทั้งหมด ต้องเป็นนายคน เรียกว่าพระ นายคือหมายความว่านั่งเฉย ๆ ให้ถูกก็อยู่ ไม่ให้ถูกก็ไม่อยู่ เอาฟ้าเป็นหลังคา เอาดาวเป็นแสงตะเกียงได้ เอาต้นไม้เป็นฝากระดาน พื้นปฐพีเป็นแผ่นศิลาอาสน์ เมื่อทำใจกว้างใหญ่เท่าโลกอย่างนี้อยู่ที่ไหนก็เป็นสุข เมื่อเป็นเช่นนี้ละก็ ไม่ต้องแสวงหาด้วยความทุจริต หามาได้ด้วยความคิดความชอบแล้วก็รู้จักบริหาร อันใดจะเสีย อันใดจะดีคงที่ เป็นผู้รักษาดูแลช่วยเหลือให้มันทั่วถึงกัน ในเรื่องเสนาสนะก็เหมือนกัน เมื่อต่างผู้ต่างคนพากันประพฤติปฏิบัติรักษาความคิดความชอบตามหน้าที่ของตัวเองได้อย่างนี้ทั้งสาม อันนี้เขาเรียกว่ารวมลงก็สะอาด ที่นี้ที่นั่งก็สะอาดที่นอนก็สะอาด ที่ยืนก็สะอาดที่เดินก็สะอาด ก้อนข้าวก็สะอาด ผ้านุ่งก็สะอาด ที่อยู่อาศัยก็สะอาด คิลานเภสัชสะอาดหมด นี่เป็นเครื่องหมายของผู้มีศีลธรรม แต่มันยังไม่งาม-ที่นี้ นือธิบายข้อแรก

ข้อที่สอง สะอาดสวยงาม สวยงามกับสะอาดมันคนละอย่าง เก็บให้มันเป็นระเบียบ ถ้วยแก้ว ถ้วยชาม ทุกสิ่งทุกอย่างเก็บให้มันเป็นที่เป็นทาง หม้อแกงก็ต้องอยู่ในโรงครัวของมันอย่างนี้เป็นต้น ถ้วยชาม เครื่องใช้ของสอย ให้ไว้เป็นที่เก็บทางให้มันงามตา อันใดควรอยู่ที่ไหน จัดให้มันอยู่ อย่าให้มันเปื้อนเปรอะ สมมุติคนกับสุนัขไปนอนด้วยกัน มันจะสวอยู่ที่ไหน สุนัขก็ต้องจัดให้มันนอนในใต้ถุน แมวก็ต้องให้นอนอยู่บนบ้าน คนก็ต้องไปนอนอยู่บนเสื่อบนหมอน เป็นเรื่องเป็นราวอย่างนั้นสวยงาม เครื่องใช้ชนิดไหนมันควรอยู่ที่ไหน ต้องให้มันอยู่ในที่นั้น และมันเคยอยู่ตรงไหน อย่าให้มันย้ายที่บ่อย ๆ มันไม่มีหลักฐานเดียวไปอยู่บ้านโน้น เดียวไปอยู่บ้านนี้ อีกหนอยไม่มีหลักแหล่งทำกิน เครื่องใช้ของสอยเหมือนกัน มันเคยอยู่ตรงนี้แหละ ก็ให้มันอยู่เรื่อยไป ไม่จำเป็นอย่าให้มันหนี โดยมากคนเราไม่มีมรรยาทไม่มีความสวยงาม วันนี้ไปตั้งไว้ห้องหนึ่ง พรุ่งนี้ฝ่าไปไว้อีกแห่งหนึ่ง วันนี้ไว้บนบ้าน พรุ่งนี้ไปไว้ใต้ถุน หากกันไปเถิด แทบตาแตกมันก็ไม่เห็น นี่เขาเรียกว่ามันเสียมรรยาท คือไม่สวยงาม มีตัวอย่างเขาเล่ามา มีสองผัวเมีย สมัยหลวงพิบูลนี่แหละ เขาให้ผู้หญิงนุ่งผ้าถุง แต่ก่อนนุ่งผ้าโจงกระเบนก็พอสังเกตกันได้ง่าย สมัยนี้เขาให้นุ่งถุง ที่นี้ไอ้ผ้าโสรงผัวกับผ้าถุงเมียเอาไปไว้แห่งเดียวกัน มันลืม ก็ไม่ได้ตั้งใจหรอก ผ้าเมียเขาไว้ใต้ที่นอน ข้างใต้เตียงคือใต้เท้า ผ้าผัวเอาไว้ข้าง ที่นี้มันจะด่วนหรือไม่ด่วนก็ไม่ทราบ มันมืดหนอย แกกมาถึงบ้านก็ถ่ายผ้าเอาผ้าโสรงไปพาดไว้กับผ้าถุงของเมีย ที่นี้พอสว่าง เขาก็รีบไปกินกาแฟที่ตลาดลูกขึ้นมาก็พอแหกซัดากี่รีบนุ่งผ้าโสรงจะไปกินกาแฟ มันก็เชื่อจริง ๆ นามันน่าจะดูออก ไม่ดูเวลานุ่ง ก็ควรจะดูเวลาเดินออกไป ไม่ยกดู ไปนุ่งผ้าชิ้นหมีของเมีย (ผ้าภาคอีสานลาย ๆ เขาเรียกผ้าชิ้นหมี) นั่งกินกาแฟเฉยโน่น อยู่ร้านเจ๊ก เนอะ ไม่อายเขาเสียบ้าง ไอ้เจ้าเมียก็มาหาผ้าถุงที่นี้ “เอ๊ะ ผ้าถุงมันหายไปไหน” หากันให้ยุ่งกันไปหมด บอกลูก “ไปตามซิ พ่อมึงไปไหนวะ พ่อมึงเอาผ้าถุงนุ่งไปเสียแล้วเห็นอยู่แต่ผ้าโสรง” ลูกสาวก็วิ่งไปตลาด ไปตามพ่อ พ่อนั่งเฉย กินกาแฟสบาย หันไปหันมาก็ไม่รู้จะพูดยังไง “พ่อ ๆ เอาผ้าแม่มานุ่ง” “เอ๊ะ ภูก็ไม่รู้ละ ภูก็สงสัยเหมือนกันว่ามันแข็ง ๆ สาก ๆ

มันเป็นใหม่วะ” ต้องรีบกลับ หอบผ้าขึ้นกลัวเพื่อนเห็นที่นี้ หอบขนมาบนอว เดินมากลัวเขาจะเห็น ว่านุ่งผ้าเมีย หอบไม่ให้เขาเห็นลายผ้า หอบผ้าล่อนจ้อนเดินเข้ามาในบ้าน แบบนี้มันเสียมรรยาทเท่าไร เลยหมดอาย มันอายนุ่งผ้าเมีย มันไม่อายหนังตัวเอง เลิกผ้าขึ้นมาบนอว หนังเคยอายไม่ยกอาย ไปอายผ้า กลัวเขาเย้ยว่า “อิตาคคนนี้นุ่งผ้าเมีย” กลัวเขาว่า เลิกผ้ามาอยู่บนอว ไอ้ลูกก็อายแทนพ่อ วิ่งเข้าบ้านนี้ ไอ้คนไม่งามเป็นยังงี้ เกือบของไม่งาม มันจะนุ่งก็ไม่งาม มันเสียหายถึงอย่างนี้ มันเสียมรรยาท อันนี้มาเทียบอย่าไปนึกว่าเป็นของเล็กน้อย

เมื่อเรารู้จักเก็บให้เป็นระเบียบเรียบร้อยดีงาม เรียกว่า สะอาด สวยงาม เก็บนั้น เก็บอะไรที่นี้ เก็บทุกอย่างนั้นแหละไม่ว่าอะไรทั้งหมด เก็บบางอย่าง นาน ๆ มาใช้ที นั้นอย่างหนึ่ง ของบางอย่างบางที่ 7 วันเอามาใช้ที่ บางอย่างใช้แต่เช้า ปายไม่ต้องใช้ ของบางอย่างใช้ตลอดวัน ของทั้งหลายเหล่านี้ เราต้องหาที่อยู่ให้มัน สงสารมัน บางทีมันกระโดดใส่กันนะ ถ้วยแก้วมันก็กระโดดใส่กันได้ เคยได้ยินเหมือนกัน แก้วสามลูก ควบปั๊บ กระโดดเบ้ง ตะก้นแตก จิบหาย นั้นมันเสียศีลแล้วยังไม่รู้ตัว มันกระโดดใส่กัน คนเราลงกระโดดใส่กันก็หัวแตก มันไม่มีวิญญูณยังกระโดดใส่กันได้ถึงขนาดนี้ ไม่ไหวแล้ว เหตุนั้น ต้องระมัดระวังรักษา ควรจัดควรหิ้ว ควรแบก ควรหาบ ควรใช้มือเดียว ควรใช้สองมือ ต้องรู้จักอ่านให้มันออก ให้มันดี ให้มันเรียบร้อย นั้นมันเป็นกัลยาณธรรม เป็นกัลยาณชน ของมันงาม คนมันก็งาม ถ้าของมันไม่งาม คนมันก็ไม่งาม มองดูในนี้แหละ อย่างพวกเรานั่งอยู่ทุกวันนี้ นั่งอยู่อย่างนี้แหละมันงาม ถ้าต่างคนต่างทำ ลองดูซิ บางคนยืน บางคนเดิน บางคนนั่ง บางคนคุย มันงามเมื่อไร ลองดูซิ เสียหมดในสมาคมอันนั้น ข้าวของสิ่งต่าง ๆ ทั้งหมด-เช่นเดียวกัน เมื่อไม่มีระเบียบ มันหนาตา มันหนาหู หาไม่พบ เกียดกันทะเลาะกัน มันหนาหู มันหนาไปหมดทุกสิ่งทุกอย่างนั้นแหละ เหตุนั้น ให้รู้จักรักษา ให้รู้จักระเบียบ รู้จักจัดระเบียบให้เป็นระเบียบ ๆ ตามหน้าที่ เหมือนกรรมกรที่เขาจัดกัน นายทำยังงี้ นายจ้างทำยังงี้ หัวหน้านายจ้างเป็นยังงี้ เขาจัดเป็นเรื่อง ๆ เป็นแถวเป็นแนวไป อย่างพิณพาทย์ก็เหมือนกัน เขาจัดให้เป็นระเบียบ ตีร้องแฉ่ง ๆ เป็นเงินเป็นทอง ถ้าจัดไม่มีระเบียบ ดีไม่เป็นภาษาแล้วใครมันจะไปฟัง เหตุนั้นการระเบียบทั้งหมด ให้มันเรียบร้อยดีงามละก็มันสบายใจ มองเห็นเท่านั้นละก็มันยิ้มอยู่คนเดียว ที่นี้พอเราต้องการละก็ ฉวยปั๊บได้ทันที เดียวนี้มันจะไปเหมือนแบบอิตาคคนนั้น ฉวยปั๊บ นุ่งผ้าเมียไปทันที มันไม่ไหวอย่างนั้นนะ นี่ให้พากันจำไว้ เมื่อจัดเป็นระเบียบเรียบร้อยดีงามในส่วนเสีย ก็ให้มันเป็นระเบียบ อย่างหยาบ ๆ ไอ้เศษอาหารอย่างนี้เป็นต้น เคยทิ้งที่ไหนทิ้งที่นั่นแหละ อย่าทิ้งเกลื่อนกลาด ให้มันเป็นที่เป็นทาง เคยเก็บที่ไหนไว้ที่นั้น จัดให้มันเป็นระเบียบเรียบร้อยสวยงาม มีผลหลายประการ

ประการที่หนึ่ง สบายตาที่ได้แลเห็น ประการที่สอง ต้องการได้ง่าย ประการที่สาม ของนั้นก็ไม่ว่าจะเสียหาย ดีทุกสิ่งทุกอย่าง นี่ท่านเรียกว่าสวยงาม

ที่นี้ เมื่อวัตถุทั้งสองอย่างนี้ มันบริบูรณ์ดี อย่างนี้ มันสบายใจ ความสบายใจมันหมดกังวล ความไม่กังวลนั้นแหละ จิตมันก็เบิกบาน สัมผัสขึ้นก็สบายใจ ฟังเขาใช้การงานก็สบายหู เมื่อเรานึกถึงข้าวของที่ได้ใช้สอย เกือบแล้วเรียบร้อย ไม่ข้องจิต สบายใจ นั่นท่านเรียกว่าศีลวิสุทธิ ศีลบริสุทธิ เมื่อศีลบริสุทธิทำสมาธิง่าย ทำสมาธิง่ายยังงี้ บางคนไปยืนใส่บาตร ได้สำเร็จโสดา บางคนก็กำลังปรุงอาหารที่โรงครัว สำเร็จโสดา บางคนกำลังเก็บดอกไม้ในสวน สำเร็จโสดา อันนี้คืออะไร คือศีลบริสุทธิ ไม่ยากอะไร - การทำสมาธิ คือใจสบาย

1. เมื่อเราตื่นขึ้นก็ปรุงอาหารเราดี ไม่มีการกระทบกระเทือนในระหว่างกัน
2. เราจัดแจงภาชนะใส่อาหารที่เราได้มาด้วยความบริสุทธิ์
3. เราไปเห็นพระมาบิณฑบาต พระบริสุทธิ์ จิตก็เบิกบาน ใจบานขึ้นทันทีเวลาใส่บาตร ใจความบานนี้ใจสบาย เกิดเป็นศีลวิสุทธิ จิตบริสุทธิ์ ศีลบริสุทธิ์ ๆ ได้ชื่อว่าโสดังคะ นี่มันเป็นอย่างนี้ มันไม่ยากหรอก ใส่บาตรมันก็ได้มรรคผล ถ้าศีลบริสุทธิ์

ถ้าศีลเหล่านี้ไม่บริสุทธิ์ นั่งหลับตาเท่าไร ๆ มันก็ลงแต่เปลือกตา แต่ใจมันกระโดดออกไปจากหน้าต่างโน่นแน่ นี่คืออำนาจกิเลสหรือความเศร้าหมองไม่พอใจ มันผลักดันทำจิตนั้นไม่ได้รับความสงบ

เมื่อเรามาสำรวจตรวจตรา พิจารณาเรื่องราวที่กล่าวนี้ นับตั้งแต่ความสะอาด ข้อหนึ่ง ความสวยงาม ข้อที่สอง ความสบายใจ ข้อที่สาม ความบริสุทธิ์ใจ เมื่อคุณงามความดีสามอย่างนี้ได้บังเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ใดคนหนึ่ง คนนั้นก็จะมีปัญญาสมาธิง่าย ไม่เป็นสักการณณ์ มักการณณ์ สามารถที่จะเอื้อมเอามรรคผลได้ทุกอิริยาบถกาล ยืน เดิน นั่ง นอน

ฉะนั้น บรรยายมาในอภิธัมมาจารย์ เป็นเรื่องประกอบอบรมศีลानุสสติกรรมฐานให้เกิดขึ้น จงพากันตรวจพิจารณา ส่วนใดที่ขาดตกบกพร่อง ไม่ถูกต้องตามแนวคำสอน ก็จงพากันเยียวยาแก้ไข ให้เป็นไปโดยความสงบเรียบร้อยดีงาม ส่วนใดที่ดีแล้ว ก็จงตั้งใจปฏิบัติบำเพ็ญ เมื่อพวกเราเหล่าพุทธบริษัท ได้พากันตั้งใจปฏิบัติให้เป็นไปดังกล่าวนี้นี้ ก็คงจะได้พากันสำเร็จตามความต้องการปรารถนา มีดังได้แสดงมาในศีลลภา กล่าวถึงอภิธัมมาจารย์และข้อปฏิบัติด้วยคุณภาพ ให้เข้าอยู่ในข้อศีล

เมื่อพวกเราตั้งใจปฏิบัติตัวให้เป็นไปอย่างนี้ ก็จะได้รับ ความร่มเย็นเป็นสุขตลอดกาลนาน มีดังได้แสดงมา ก็ยุติลงเพียงเท่านั้น.

ศาสนกิจ

วัดอโศการาม, 5 ตุลาคม 2503

พวกเราจึงคอยตั้งใจกันสดับธรรม วันนี้จะมีการแสดงธรรมตลอดสว่าง สับเปลี่ยนกัน ใครมีศรัทธาหรือความสามารถ ฝีมืออย่างไร ก็แสดงกันเสีย เพราะในการต่อไปนั้น อาจจะได้ อยู่ร่วมกันอย่างในพรรษา เพราะธรรมจารธรรมเนียมของพระพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ได้ทรงปฏิบัติมา สมัยครั้งพุทธกาลไม่เหมือนทุกวันนี้ คือธรรมจาพระภิกษุและสามเณร หรือญาติโยมผู้มุ่งต่อการ ปฏิบัติ ย่อมแสวงหาการวิเวก เมื่อออกพรรษาแล้ว ก็ต่างคนต่างไปทำการวิเวกเป็นเรื่องส่วนตัว หรือเป็นเรื่องส่วนบุคคลผู้อื่น แต่เป็นเรื่องลึกลับ ถ้าคนไม่มีความคิด เป็นคนที่ขาดสติขาดปัญญา ก็ไม่สามารถจะมองเห็นประโยชน์อันลึกลับ ฉะนั้นผู้ที่พรรณนาให้ฟังนี้ ยังถูกเขาเหยียดหยามยำยี อย่างมากมาย จนตลอดถึงพระมหาเถระผู้ใหญ่ยังเคยเหยียบย่ำ แต่เราก็ไม่ถือ เพราะเหตุใด? เพราะเหตุว่า เราถือว่าใหญ่แต่ตัว ใหญ่แต่ชื่อ แต่ความคิดสั้นแค่ทางอ้อม ฉะนั้นจึงไม่โกรธไม่แค้น ตอบแทนท่านผู้นั้น คือสมัยที่ออกปฏิบัติ หรือในการต่อมาจนตลอดกาลบัดนี้ นิสัยนั้น ขอบไปวิเวก ขอบไปอยู่ที่สงัด ขอบหลับตา ขอบไปอยู่ป่าอยู่ถ้ำ นิสัยจิตสันดานเป็นอย่างนี้ แล้วก็ถูกหมู่คณะพระเถระผู้ใหญ่ ท่านปรารภอะไรก็ไม่ทราบ ท่านก็ว่าเสียดสีต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น พระชีกัฏฐ์ เอาตัวรอด ไม่เห็นประโยชน์ของหมู่ หลบหลีกปลีกตัวหนีไปอยู่ตามป่าตามดง อย่างนี้ ก็ได้ถูกกระทบกระเทือน มา ตั้งแต่ออกปฏิบัติ จนบัดนี้ก็ยังมียูบ้าง แต่ใจนั้นนะ ไม่ได้สนใจในเรื่องนั้น เพราะเหตุใด? เพราะเหตุว่า เราถือว่า คนปัญญาสั้น ตาตื้น บางทีเขาก็ว่าเสียดสีว่า “ไอ้เราเรียนหนังสือมา สิมหุสุมิตา ทั้งท่องทั้งบ่น ทั้งเทศน์ทั้งสวด ทั้งสอนทั้งเรียน แสวงหาความดีถึงขนาดนี้ ก็ยังไม่เห็นอรรถเห็นธรรม แล้วจะไปนั่งหลับตาให้มันเห็นธรรมนั้นนะ มันจะมีหนทางไปได้แค่ไหน?” อย่างนี้เขาก็ว่า แต่ว่า มันไม่มีความซื่อสัตย์ เขาว่าประชด เหตุนี้แหละ สมัยนี้จึงไม่เหมือนกับสมัยครั้งพุทธกาล จนตลอด พระเถระของเราก็ไม่เหมือน ถึงจะเหมือนก็ตาม ไม่เหมือนก็ตาม แต่เราก็ไม่ได้สนใจ แต่เรื่องใดที่เป็นพุทธวจนะ ก็ทำไปตามหน้าที่ ฉะนั้นการที่ทํอย่างนั้น ถึงจะมีอาการกระทบกระเทือนเสียดสีเพียงไรก็ตาม ไม่สนใจ ไม่เหลียวแล ไม่ฝึกฝึ จนตลอดในกาลต่อไปก็เช่นเดียวกัน ก็อันใดซึ่งเป็นศาสนกิจ เป็นเรื่องศาสนา และเป็นเรื่องทำประโยชน์ให้ตนเอง เราก็จะต้องทำเรื่อยไปจนกว่า

ชีวิตจะหาไม่ เมื่อเป็นเช่นนั้นแหละ พวกเราฝ่ายพุทธบริษัท ฝ่ายพระภิกษุสามเณร และญาติโยมที่ดี ผู้มุ่งต่อพุทธวจนะ หรือมุ่งต่อการละกิเลส มุ่งต่อการทำกิจของการศาสนาให้ดีขึ้น ก็อาจจะมีการไป วิเวก ไปหาที่สงบสงัดปฏิบัติตนเพื่อทำความบริสุทธิ์สะอาด ฉะนั้นการไปทำเช่นนั้นก็มีประโยชน์ ซึ่งมนุษย์ผู้มีตาอันตัน ไม่สามารถจะแลเห็น เช่นเมื่อไปอยู่สถานที่เช่นนั้น ก็ยังโอกาสให้ได้รับความ สะดวกอย่างมากมาย นั้นประการหนึ่ง

ประการที่สอง ก็ได้ช่วยสัตว์บางจำพวก คำว่า “สัตว์” ๑ อันนี้แหละ ไม่หมายแค่สัตว์ เตี้ยรัจฉาน ไม่หมายแค่สัตว์มนุษย์ จนเทวดาก็เรียกว่าสัตว์ อย่างรุกขเทวดาอยู่ตามต้นไม้ก็มี ภูมเทวดาอยู่ตามพื้นแผ่นดินก็มี อรัญเทวดาอยู่ในป่าก็มี อยู่ตามเขาตามถ้ำก็ดี เป็นที่อยู่ของสัตว์โลก ไม่มีที่ว่าง ฉะนั้นการไปอย่างนั้น ผู้มีปัญญาหรือมีตาภายใน ก็สามารถที่จะสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นแก่สัตว์เหล่านั้นได้เหมือนกัน, คือได้รับประโยชน์ บางทีได้รับประโยชน์ดีกว่าคน อย่างพระพุทธรูปเจ้าของเรานั้น เทศนาอยู่บนสวรรค์ โปรดเทวดานั้นนะ สำเร็จคุณงามความดีนับเป็นโกฏิ ๑ แต่ว่าโปรดสัตว์นั้น บางทีก็คนหนึ่ง สองคน ยี่สิบ สามสิบ แค่นั้น อันนี้เป็นประโยชน์ล็กกลับ อันจะพึงได้รับแก่ผู้ปฏิบัติ นอกจากนั้น ก็ยังจะได้โปรดซึ่งสัตว์เตี้ยรัจฉานบางพวกบางเหล่า ผลประโยชน์ จะพึงได้รับก็คือ ประโยชน์ของตนเองบ้าง ประโยชน์ของคนอื่นบ้างอย่างนี้ ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งควรที่จะต้องเสาะแสวงหากระทำบำเพ็ญให้เกิดขึ้นในภาวะของตน กิจอันนี้ เป็นกิจศาสนาอย่างสำคัญ แต่กิจอื่นนั้นเป็นอดีตเรกลาภ เป็นของเบ็ดเตล็ด ไม่ใช่ชีวิตของพระศาสนา มันเป็นเรื่องส่งเสริมชีวิตเท่านั้น

การปฏิบัตินี้แหละ มันเป็นตัวชีวิตทีเดียว ฉะนั้นเวลาที่พระเณรจะมาบวชนั้น ท่านจึงสอน ข้อสำคัญอยู่สองข้อ ข้อที่หนึ่ง ท่านสอนกรรมฐานให้ ในเบื้องต้นเมื่อตนของตนไปขอบรรพชาเป็น สามเณร เมื่อขอบรรพชาสำเร็จ อุปัชฌาย์ก็ซักซ้อมได้ถามดูว่า ท่านมีศรัทธาจะบวชจริงหรือ? ท่านปลดความเกียจข้อง ปลดความกังวลในทางฆราวาสหรือยัง? เมื่อได้ถามเห็นความเป็นไป พอสมควร แล้วก็สอนกรรมฐานให้ แต่ยังไม่ได้นุ่งผ้าเหลืองเสียด้วย ยังไม่ได้เป็นสามเณรเสียด้วยซ้ำ พอประณมมือกระโห่ยังทำขึ้นมา ท่านก็สอนกรรมฐานให้เลย “เกสา - ผม โลมา - ขน นขา - เล็บ ทนฺตา - ฟัน ดโจ - หน้” ถ้าพระองค์ไม่ได้ทรงมองเห็นเป็นข้อสำคัญ จะมาทรงสอนทำไม พระองค์ทรงเห็นว่า นี่แหละคือชีวิตของพระ เมื่อบวชมาต้องทำอย่างนี้ทุกคน ใครไม่ยอมรับ กรรมฐาน ก็ไม่นุ่งผ้าให้เลยเป็นเด็ดขาด นี่จึงเรียกว่า การเจริญกรรมฐาน บำเพ็ญสมาธิ เป็น ชีวิตของพระภิกษุสามเณร ท่านให้แนวทางอย่างนี้ เวลาเป็นสามเณร รัศศีล 10 แล้วก็สวดจตุตถกรรม เป็นอันเสร็จพิธีการอุปสมบท และเมื่ออุปสมบทแล้วท่านก็อย่าทะนงตัว อย่าอวดมั่งอวดมี อวดดีบ อวดดี ท่านไม่มีอะไรติดตัว แม้ผมเส้นเดียวก็ไม่เหลือ โกนหมด ตัดหนวด ตัดเล็บ ตัดอะไรต่ออะไร ต่าง ๑ หมด แล้วก็ตัดจากญาติจากโยม เป็นต้นว่า ตัดจากมารดาบิดา จึงได้ถามเป็นคาถาว่า “อนุญาโตสิ มาดาปิตุหิ?” “พ่อแม่ของท่านหวงแหนหรือเปล่า?” “ไม่หวงเจ้าข้า” “ในฝ่าย บ้านเมืองเขาหวงแหนหรือเปล่า?” เราก็ตอบว่า “ในฝ่ายบ้านเมือง ทางราชการไม่มีการหวงแหน

อะไรเลย” ไม่มีกังวล ตัวของตัวเองเป็นคนสมบูรณ์หรือยัง? “มนุโสสิ” “ท่านเป็นคนหรือเป็นสัตว์” “เป็นมนุษย์เจ้าข้า” ที่นี้ท่านก็ถามอีกว่า เราเป็นผู้บรรลุนิติภาวะหรือยัง? เรียกว่าอายุถึง 20 หรือยัง? เราก็ตอบว่าอายุถึง 20 ไล้เรียงไปจนหมด ท่านเป็นคนดีหรือเป็นคนพิการ? ถามไปจนหมด เราก็ตอบว่าเราเป็นคนบริสุทธิ์สามประการ

ประการหนึ่ง เราไม่เกี่ยวข้องกับฉมาราชาธิปไตยพ่อแม่วงศ์สกุล ประการที่สอง การปกครองในฝ่ายบ้านเมือง เราก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับกังวล ประการที่สาม เราไม่มีโรคภัยไข้เจ็บติดต่อกัน เพื่อจะก่อความกำเริบให้เกิดขึ้นแก่คณะสงฆ์ เมื่อสำเร็จความหมาย 3 ประการนี้ชนนี้แล้ว ท่านก็ว่า “ดีแหละ ๆ สารู ๆ ดีแหละ ท่านทั้งหลายจงตั้งใจปฏิบัติในกรณียกิจ อันเป็นกิจควรทำของสมณะ”

ท่านจึงกล่าวเป็นภาษาบาลีว่า “ปิณฑิยาโลปโกชนํ นิสสาย ปพฺพชฺชา ตตฺถ เต ยาวชีวํ อุตฺตสาโห กรณีย” เมื่อท่านบวชเข้ามาแล้ว หมดจากญาติ หมดจากพี่น้องวงศ์วานต่าง ๆ ท่านต้องอาศัยบาตรลูกหนึ่ง แล้วก็อุ้มไปเที่ยวบิณฑบาตกินจนกว่าท่านจะสิ้นชีวิต นี่เราก็รับ คือแปลว่า เราไม่แสดงตนเป็นคนมั่งคั่งมี เทียวซื้อถูกขายแพงมาหา เราหากินอย่างนก ธรรมดาณนั้น ถึงตอนเวลาหากินก็บินไป เมื่อไปเจออะตั้นไม้ใหญ่ มีในสถานที่ใดก็กินกัน กินอิ่มแล้วก็ไม่ต้องคาบใส่ปีกกลับมา มาแต่ตัว พระภิกษุผู้บวชในศาสนาก็เช่นเดียวกัน ไม่ต้องสะสมอะไรต่าง ๆ นี่ท่านก็สอนเรา เราก็ตอบว่า “อาม ภนฺเต” จะปฏิบัติตามทั้งนั้นแหละ อุปัชฌาย์ นี่ข้อหนึ่ง

ข้อที่สอง “ปงฺสกุสฺสจิวํ นิสสาย ปพฺพชฺชา ตตฺถ เต ยาวชีวํ อุตฺตสาโห กรณีย” อย่าอวดมั่งอวดมี อวดดีบอวดดี ให้เที่ยวแสวงหาผ้าบังสุกุลมาปกปิดอวัยวะ เป็นสมณเพศในพุทธศาสนา นอกนั้นไม่ใช่ชีวิต มันเป็นเครื่องอุปการะ ไม่ใช่เส้นทางที่พระพุทธเจ้าทรงสอน เป็นส่วนอดีตเรกลาภ นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าโดยเฉพาะ ตอนนั้นก็อนุโลมตามเป็นคหบดีจิ๋ว เป็นต้นว่า ให้อับผ้าป่า กฐิน เป็นอดีตเรกลาภ คหบดีจิ๋ว ได้มาจากญาติโยม ถ้าได้มาด้วยความซื่อสัตย์สุจริต มีจิตผ่องใส ถวายทาน ก็รับไปเถิด นี่เป็นข้ออนุโลม นี่ก็เป็นศาสนกิจ เป็นกรณียกิจ เป็นกิจควรทำของสมณะ พระเณรผู้มาบวชในพระศาสนา

ข้อที่สามก็สอนว่า “รูกฺขมูลเสนาสนํ นิสสาย ปพฺพชฺชา ตตฺถ เต ยาวชีวํ อุตฺตสาโห กรณีย” เมื่อท่านบวช ท่านอย่าไปกังวลเกี่ยวข้องกับสกุล ให้หาที่วิเวกอันสงัด ไม่ต้องวุ่นวาย มีโอกาสเหมาะ เวลาดี ก็จงพากันหนีจากอาวาส แล้วก็ไปอยู่ในสถานที่อันสงัด อย่าไปอวดดีบอวดดี อวดมั่งอวดมี อวดยศอวดลาภ ให้ตนปราบกิเลส ศึกษากฎมานะ ไปอยู่ตามต้นไม้และภูเขา เรียกว่า รุกขมูล เมื่อเราไปอยู่ในสถานที่เช่นนั้น มันเป็นเรื่องพิเศษ ดียังไง? ประการที่หนึ่ง มันกันความขี้เกียจ ทำให้ถึงความขี้เกียจ? มันกลัว มันกลัวตาย มันเปลี่ยน มันมีสัตว์ร้ายจะคอยเบียดเบียน ประการที่สาม “เราไปอยู่ในที่สงัดปฏิบัติตัวเป็นคนวิเวก ท่านจะรับไหมเล่า?” ท่านก็ถาม เราก็ตอบว่า “อาม ภนฺเต” เรายอมปฏิบัติตามอุปัชฌาย์ที่สอน “วิหาโร อหฺมโยโค ปาสาโท หนุมิยํ กูหา” ท่านก็สอนไปอีก เมื่อมีวิหารพอจะอยู่ได้ก็ให้เป็นที่สงัด วิหาโร พอเป็นที่สงัด จะอาศัยได้ก็อยู่ อหฺมโยโค ไปอยู่ตาม

กระท่อมนาของเขา ปาสาโท ปราสาทที่ว่างเปล่าในสถานที่ใดที่หนึ่ง หมมีย ไปอยู่ตามเงื้อมผา ไม่ต้องอวดดี อยู่ในตึกในราม กูหา ก็ไปอยู่ตามถ้ำ ให้ไปแสวงหาการวิเวกเพื่อเป็นอดีตเรกลาภ เรากียินดี สาธุ ๆ ยินดีปฏิบัติตามพุทธวจนะ ที่อุปัชฌาย์ท่านสอน

ข้อที่สี่ “ปุตติมุตตเกสขฺห นิสสาย ปพฺพชฺชา ตตฺถ เตยวชีว อุตฺตสาโห กรณีย” เมื่อท่านไม่มีญาติมีโยมไม่มีคนปวารณา ไปป่าไปดง หาด้านหายาจะรักษาร่างกายไม่ได้ละก็กินเหี่ยวนะ นี่พูดกันง่าย ๆ พูดตามภาษาที่ผู้ดีหน่อย เขาก็เรียกว่า ฉันทาด้วยน้ำมูตรเน่า น้ำมูตรเน่าก็คือน้ำเหี่ยวนั่นเองแหละ นี่ไม่มีอะไรเป็นยา หาไม่ได้ก็กินเหี่ยวเหมือนกับมันเป็นยาวิเศษ นี่พระพุทธรเจ้าทรงเทศนามา ก็รับว่าสาธุ ๆ จะปฏิบัติตามคำสอนพระพุทธรเจ้า อดีตเรกลาภ สมอมะขามบ้อม สปิ - เนยใส นวนิด์ - เนยข้น เกล - น้ำมัน ผานิด์ - น้ำอ้อย มธุ - น้ำผึ้ง ยาผง ยาเม็ด ยาน้ำ ยาตอง ยาต้ม เหล่านี้ก็ฉันได้ เป็นอดีตเรกลาภ ถ้าหาได้มาด้วยความสุจริต ก็กินเข้าไปเถิด.

สี่ประการนี้ เป็นชีวิตของนักบวช 1. เทียวบิณฑบาต นี่เป็นชีวิต 2. ถือผ้าบังสุกุลเป็นชีวิต 3. อยู่รูกขมูล ตามต้นไม้ ตามกาลเวลา เป็นชีวิต 4. กินน้ำเหี่ยว เป็นชีวิต.

นี่พระองค์ทรงสอนแต่วันบวช เมื่อบวชแล้วที่นี้สองสามวันล้มหมด เติลิดเปิดเปิงไปไหนก็ไม่ทราบ กลัวไม่ดิบ กลัวไม่ดี กลัวไม่มั่ง กลัวไม่มี กลัวไม่มียศไม่มีลาภ พวกกันเพลิดเพลิน ลุ่มหลงไปในทางอื่น ไม่ได้เหลียวแลในข้อปฏิบัติที่พระพุทธรเจ้าท่านทรงตรัสไว้ ฉะนั้น ศาสนา มันถึงได้ยุ่งยาก ต่อไปนี้ พระเจ้าพระสงฆ์ของเรา นับวันแต่จะย่อยยับดับสูญไปทุกที เพราะความดีที่พระองค์ทรงตรัสไว้ ไม่ประพฤติปฏิบัติตาม นี่เป็นชีวิตของพวกเราซึ่งเป็นนักบวช ท่านก็แนะนำพร้าสอน เป็นศาสนกิจ ซึ่งพระภิกษุสามเณรบวชมาตั้งแต่ครั้งพุทธกาลปฏิบัติกันมาอย่างนี้ เมื่อคนมาบวชมากเข้า ๆ หมดความสามารถ ศรัทธาหย่อนทอดลอยก็ปล่อยทิ้งเมื่อปล่อยทิ้ง มาสมัยนี้เลยแสดงการเยาะเย้ย เสียดสี กระทบกระเทือน กระแทกอะไรต่าง ๆ พระกรรมฐานถูกหาว่าโง่บ้าง เอาประโยชน์ส่วนตัวบ้าง ไม่เหลียวแลแก่หมู่แก่คณะ หลบหลีกปลีกตัวไปอยู่ตามป่าตามดง ไม่มีหลักมีแหล่ง ที่แท้คนที่พูดนะมันตัวฉิบหายแหละ ไม่มีหลักใจสักนิด นี่มันเป็นอย่างนี้.

ฉะนั้น เมื่อหน้าที่ธุรกิจการมีเฉพาะหน้าของตน ก็จำเป็นจะต้องพากันไป จำเป็นจะต้องพากันแสวงหาทำศาสนกิจนั้น จึงจะเป็นไปเพื่อความเจริญของตนและหมู่คณะ นี่ทางปฏิบัติเป็นอย่างนี้ พวกเราก็อิงทราบการไปเช่นนั้น ไม่ใช่ไปทอดธุระ ไม่ใช่หนีไปจากหมู่จากคณะ ไม่ใช่เป็นผู้เอาตัวรอด เป็นผู้ปฏิบัติทำกิจของพระศาสนาต่างหาก นี่หน้าที่ของนักบวชเป็นอย่างนี้ หน้าที่อันนี้เป็นหน้าที่ของทุกคน แต่มันโกงหน้าที่ เขาแต่งให้เป็นนายอำเภอ มันผ่าไปทำงานของผู้ใหญ่บ้าน เขาแต่งให้เป็นผู้ใหญ่บ้าน มันผ่าไปเป็นข้าหลวงมันถึงยุ่ง พระเณรเราก็

เหมือนกัน พระพุทธเจ้าแต่ให้ปฏิบัติอย่างนี้ มันเข้าไปทำอย่างอื่น มันถึงเกิดเรื่องเกิดราว เกิดยุ่งเกิดเหิงวุ่นวายกันขึ้นในศาสนา ฉะนั้นพวกเราก็ควรจะทราบหน้าที่ของตน นอกนั้นก็เป็นส่วนเบ็ดเตล็ด เป็นเครื่องอุปกรณ์ เป็นเครื่องอุปการะ ไม่ใช่ตัวจริงจังอะไร นี่เป็นกิจเบื้องต้นในการบวช

ต่อไปนี้จะได้นำคำสอนของพระพุทธเจ้ามาดัดเตือน เพื่อเป็นการให้พวกเราต่างผู้ต่างคน ตั้งใจประพฤติปฏิบัติ บำเพ็ญให้ถูกต้องตามศาสนกิจ เรียกว่า “ธรรมะ” ที่แสดงมาแล้ว เป็นเรื่องระเบียบของการบวช เป็นเรื่องวินัยข้อบังคับ กฎเกณฑ์ในการบวช อันเป็นหน้าที่ของพระและของเณร

ในข้อสำคัญข้อที่สอง ได้แก่ ธรรมะ ธรรมะเป็นเครื่องประดับ เป็นการสะสมบ่มอินทรีย์ของตนให้แก่กล้า ซึ่งพระองค์ได้ทรงแสดงเป็นพุทธโอวาท มีมาในโอวาทปาฏิโมกข์ ซึ่งเป็นหน้าที่ของสมณะนักบวชในพระศาสนา แต่เป็นข้อปฏิบัติควบคุมไปถึงญาติถึงโยมด้วย สามารถที่จะเอาข้อปฏิบัตินั้นไปฝึกหัดตนของตน ให้เป็นคนดีเป็นคนดี เป็นแข็ง ขา ตีน มือ หู ตา ช่วยดูแลกิจการพระศาสนาต่อไป เพื่อความก้าวหน้า นี่เป็นอย่างนี้ คือแปลว่าเป็นแนวทางของพวกเรา เป็นข้อปฏิบัติของพวกเรา มีอยู่ 6 ข้อ โดยใจความย่อ ๆ

โดยหัวข้อบาลีว่า อนุปวาโท อนุปมาโต ปาฏิโมกฺเข จ ส่วโร, มตฺตณฺณฺตา จ ภคฺตสฺมี ปนฺตณฺจ สยนาสนํ, อธิจิตฺเต จ อาโยโค เอตํ พุทฺธานฺสาสนํ

แปลใจความว่า พวกเรานักพรต ไม่ว่าพุทธบริษัทฝ่ายบ้าน ไม่ว่าพุทธบริษัทฝ่ายพระ ก็ควรจะตักเตือนพากันอยู่ในกฎเกณฑ์ที่พระองค์ทรงตรัสเทศน์นี้ คือ

ข้อหนึ่ง อนุปวาโท อย่าเพ่งโทษของกันและกัน คือแปลว่า อย่ากล่าวร้าย อย่าดูอย่าหาเรื่องอันเป็นไปในความแตกร้างซึ่งกันและกัน สิ่งใดที่ไม่มีความจริง อย่าก่อ อย่าส่งเสริมให้เกิดขึ้น อย่ากล่าวร้ายคนอื่น อย่าแข่งคนอื่น อย่าด่าคนอื่น อย่าเพ่งแต่โทษคนอื่น ต่างคนต่างพากันเพ่งแต่โทษของตนเอง นี่เรียกว่า อนุปวาโท เอาไปใช้สอยได้ทั่วไป เป็นสาธารณประโยชน์ ให้เกิดขึ้นในฝ่ายฆราวาส ให้เกิดขึ้นในฝ่ายสมณะ

อนุปมาโต อย่าอาฆาตกัน คือตามธรรมดาคนเราอยู่ร่วมกัน บางทีความประพฤติปฏิบัติไม่เสมอกันเป็นธรรมดา บางคนก็มีมรยาตดี บางคนก็มีมรยาตหยาบ แต่ไม่ใช่บาป แต่เป็นมรยาตแค่นั้น ความประพฤติทางกายไม่เสมอภาคกัน บางคนขยัน บางคนแข็งแรง บางคน

อ่อนแออ่อนแอ นี่มรรยาทของกาย ที่นี้มรรยาทของวาจาก็เหมือนกัน บางคนฉลาดพูดได้ บางคนพูดไม่ค่อยจะเป็น บางคนก็พูดมาก บางคนก็พูดน้อย บางคนก็พูดทางโลก บางคนก็พูดทางธรรม บางคนก็พูดผิดบ้าง บางคนก็พูดถูกบ้าง นี่ความไม่เสมอภาคของกันและกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ มันก็ต้องมีการกระทบกระทั่ง เสียดีสี ปะทะกัน ไม่มากก็น้อย เมื่อเหตุการณ์ทั้งหลายเกิดขึ้นแก่พวกเราพุทธบริษัท ซึ่งอยู่ในวงขอบอันเดียวกันเช่นนี้ ก็อย่าให้มีการอาฆาตชิงกัน และกัน ต่างผู้ต่างคนอภัยโทษ ปลดล้างความชั่วของตัวเองนั้นให้หมดไป เพราะเหตุใด เพราะมันจะกลายเป็นแวนเป็นกรรม คนใดก็ต่างคนให้อภัยซึ่งกันและกัน เป็นอภัยทาน เป็นผู้ไม่ยึด เป็นผู้ไม่ถือ เป็นผู้ไม่ข้อง เป็นคนไม่อาฆาต แม้จะมีความผิดพลาด บางครั้งบางคราว ก็ให้อภัยซึ่งกันและกัน มีความรัก มีความสนิท มีดวงจิตเมตตาเสมอหน้ากัน ตามกำลังความสามารถ นี่ชื่อว่า อนุปมาโต นี่เป็นข้อปฏิบัติของพวกพุทธบริษัท ทั้งฝ่ายฆราวาสและฝ่ายสมณะ

ปาฏิโมกข จ สวโร จงพากันปฏิบัติตนให้ใกล้เคียงปากช่องของพระนิพพาน ปากช่องพระนิพพานคืออะไร? ปาฏิโมกข “มุขะ” แปลว่า ปาก “โมกขะ” เครื่องพ้น ให้ไปใกล้ ๆ ที่เราจะไดกินง่าย ๆ อย่าไปนั่งไกลสำหรับกับข้าว มันกินยาก เราจะต้องเข้าไปนั่งใกล้ ๆ ใกล้ ๆ ปากของเรานั้นแหละ คือพอจะเอื้อมมือหยิบเข้าปากได้ นี่ความประพฤติดนใดที่ใกล้ในทางพระพุทธศาสนา ต้องประพฤติอย่างนั้น ประพฤติใกล้พระศาสนานั้น คือเป็นผู้ตั้งอยู่ในพรหมจรรย์ พรหมจรรย์นั้น ฆราวาสก็มีพรหมจรรย์ พระก็มีพรหมจรรย์ ฆราวาสถือพรหมจรรย์ได้ 2 แผนก เช่นมีการรับศีลห้าศีลแปด ปาณา ไม่ฆ่าสัตว์ อทินนา ไม่ลักทรัพย์ อพฺรหมจิริยา ไม่เกี่ยวข้องกัเพศหญิงเพศชาย ถึงจะเป็นฆราวาส ศีลห้าก็ตาม แต่ไม่ล่วง นี่ท่านเรียกว่าเป็นพรหมจรรย์ มุสาวาท ไม่กล่าวเท็จ สุรา ไม่ดื่มเหล้า ห้าประการเท่านี้ แต่วันเสียซึ่งตัวอพฺรหมจิริยา นี่ก็จัดว่าเป็นพรหมจรรย์ เป็นผู้ใกล้ต่อหนทางที่จะไหลเข้าไปสู่พระนิพพาน นี่เป็น ปาฏิโมกขสวโร แปลว่าปฏิบัติใกล้ปากช่องของพระนิพพาน นี่แผนกหนึ่ง

อีกแผนกหนึ่ง ได้แก่พวกผู้ดำเนินตนอยู่ในศีลอุโบสถหรือศีลแปด มาปฏิบัติวันเสียซึ่งตัวอพฺรหมจิริยา มาตั้งตนอยู่ในสิกขาบททั้งแปด อันนี้ก็ชื่อว่าเป็นผู้ใกล้ต่อพระนิพพาน นี่สำหรับฆราวาส ส่วนพระภิกษุสามเณร ก็คือเป็นผู้สังวรอยู่ในศีล 10 และศีล 227 เป็นผู้ไม่ละวางคุณงามความดีที่ควรประพฤติ เรียกว่า อาจารย์ อนาคตาจารย์ เราจะต้องอย่าเที่ยวไปในทางที่มีโทษ กายก็อย่าเที่ยวไป วาจาก็อย่าสนใจ ดวงจิตก็อย่าให้มันไปด้วย นี้อาจารย์ กายก็อย่าไปคบค้าสมาคมกับคนที่ไม่มีศีลธรรม มีนิสัยใจคอหยาบ วาจาก็อย่าไปเกี่ยวข้องกับสนทนากับคนที่ชั่ว ผู้ทุศีล ดวงจิตก็อย่าไปกังวลเกี่ยวข้อง จะต้องระลึกไปถึงแต่คนที่ดีคนที่ดี และความดีของตนที่สร้างขึ้น นี่เรียกว่าอนาคตาจารย์ ที่ท่านเรียกว่า “พรหมจรรย์” เมื่อใครประพฤติปฏิบัติตนอยู่ได้โดยอาการเช่นนี้ ชื่อว่าปาฏิโมกขสังวร เป็นผู้สังวร ใกล้ต่อพระนิพพาน

มตฺตณฺณตา จ ภคฺตสฺสมี เป็นคนรู้จักบริโภคภัตตาหารแต่พอสมควร มีกฎเกณฑ์อยู่ 3 กระทง ในที่นี้จะจำแนกแต่อาหารของกาย การบริโภคของคนนั้น มีอยู่ 3 ชนิด บริโภคด้วยความโลภ คือ ท้องมันเต็ม แต่ใจไม่เต็ม ปากมันก็เต็ม กลืนไม่ลง ท้องมันก็เต็มแน่น แต่ใจมันจะกินอีก นี่เขาเรียกว่า โลภะ นี่ตัวหนึ่ง อย่าให้มันเกิดขึ้นในดวงจิต ตัวที่สอง สันโดษ เรียกว่ายินดีแต่ของที่มืออยู่ในบาตร นอกจากบาตร ไม่กิน หรือยินดีอยู่แต่ในภาชนะที่ใกล้ ๆ เรา ในหัตถบาศ นอกหัตถบาศ ไม่กิน ไม่เรียกเอาจากใครด้วยมรรยาท กายวิญญูติ ยกมือขอจากเขา ไม่เอา ไม่แสดงความอยากทางกายให้ปรากฏขึ้น กายกรรมไม่แสดงมรรยาททางมือ ไม่แสดงมรรยาทท่าที่ทางตา ทางหู แลหน้าแลหลัง ต้องการอาหารมากิน เมื่อมีอยู่แค่ภาชนะของเรา กินแค่นั้น เมื่อมีแค่ในบาตร กินแค่ในบาตร นี่เรียกว่าสันโดษ นี่ข้อหนึ่ง

ข้อที่สามนั้น เรียกว่า อปิจุตฺตา เป็นคนมักน้อย คนมักน้อยนี้ดีมาก ในทางศาสนาเราก็ดีมาก ในทางโลกก็ดีมาก ตัวอย่างเช่นพระฉิมพลี พระฉิมพลีเป็นคนมักน้อย มักน้อยยังงัย? คือคนถือว่า พระฉิมพลีเป็นคนมีลาภ คนมีลาภมันจากไหน? มันมาจากคน “มักน้อย” คนมักน้อยเป็นต้นเหตุให้เกิดลาภ คือพระฉิมพลีนั้น ท่านทำอย่างนี้ เมื่อท่านได้ผ้ามา ถ้าท่านไม่ได้ทำทานผ้า ท่านไม่มุ่งเด็ดขาด เมื่อท่านได้อาหารมาในบาตร ถ้าไม่ได้ทำบุญ ท่านไม่กินเด็ดขาด ได้สิ่งใดมาในปัจจัยทั้ง 4 อาหารบ้าง ผ้าบ้าง เสนาสนะเครื่องใช้สอยบ้าง จีสานเภสัชบ้าง เมื่อเกิดขึ้นแก่พระฉิมพลี เมื่อได้อยู่ในอำนาจของท่านนั้น มากก็ตาม น้อยก็ตาม ยังไม่ได้ทำทานแจกจ่ายเจือจานแก่หมู่คณะ เป็นไม่กิน ไม่ใช่เป็นอันขาด นี่เมื่อท่านได้มามาก ก็ให้เป็นประโยชน์มาก เมื่อท่านได้มาน้อย ก็ให้เป็นประโยชน์ให้เกิดความดีความดีหลายด้าน เพื่อนรัก หมูรัก เพื่อนมีความสงสาร นี่จึงเรียกว่า การบริจาคนั้นเป็นการผูกมิตร เป็นการปราบศัตรู หลักต่อมิให้กำเริบเกิดขึ้น นี่พระฉิมพลีท่านปฏิบัติตัวอย่างนี้ เมื่อท่านแตกดับทำลายลงไปจากโลกขันธ์ครั้งก่อน มาบังเกิดขึ้น กลายเป็นคนลาภมาก ไม่อดไม่ยาก ไปอยู่ในสถานที่ใด ที่น่าจะอด น่าจะยาก ก็ไม่อดไม่ยาก ลาภรวย มั่งมีศรีสุข จนแค่กระดูกก็เป็นของดี ยังมีเรื่องในบาลีเรื่องหนึ่ง มีมาในพระไตรปิฎก มีพระภิกษุ 30 องค์ ตั้งแต่ชาติก่อนเป็นคนขี้เหนียว เป็นคนขี้ตระหนี่ ได้มากก็กินมุบ ๆ มับ ๆ ไม่มองดูเพื่อน ไม่มองดูหมู่คณะ ทั้งกิน ทั้งชุก ทั้งช้อน ต่อจากนั้นมาก็อพากันเกิดมาในชาตินี้ มาบวชทั้ง 30 องค์ ไปเดินบิณฑบาต ก็ไม่ค่อยมีใครเขาจะใส่หาอาหารกินก็ยาก ลำบาก ต่อมาก็ได้ทราบข่าวว่า พระฉิมพลีเป็นคนไม่อดไม่ยาก ลาภมาก เมื่อได้ทราบเช่นนั้นก็จะไปอาศัยท่าน พอดีพระฉิมพลีก็ตาย เมื่อตายทำยังงัย? พระฉิมพลีนี้เป็นคนดี มีเมตตา มีคนรัก มีลาภมาก อย่างกระนั้นเลย เราไปขอพระธาตุเถิด ต่างพากันสัญญาจะไปเอากระดูกพระฉิมพลีเหล่านั้นมาคนละก้อน ๆ มาเจาะใส่หัวกลดฝังลงไป เดินรุดงค์ มันเลยรวยใหญ่เลยทีนี้ ไม่อดไม่ยาก ไม่ทุกข์ไม่ยาก เรียกว่าพระฉิมพลีมีลาภมาก ในทางพระศาสนาได้ประโยชน์มาก คือหมายความว่า เราได้มาน้อย ได้สามส่วน เรากินเสียส่วนเดียวเท่านั้น อีกสองส่วนแจกเพื่อนให้ทาน ควรให้สัตว์ก็ให้ ควรให้คนก็ให้ ควรสงเคราะห์เพื่อน

พรหมจรรย์ก็ให้ บริจาคด้วยน้ำใสใจจริง นี่เรียกว่า เป็นคนมักน้อย สบายใจ สบายกาย ตายแล้วเป็นคนไม่ดื้อไม่ยาก นี่ในทางศาสนาเราก็คือดีมาก ในทางโลกแบบสากลทุกวันนี้ก็เหมือนกัน สามารถจะปลอบปราบลัทธิคอมมิวนิสต์ได้เป็นอย่างดี ปราบได้ยังไง? คนเรานั้นนะ มันไม่จนละก็มันไม่กำเริบหรอก เดียวนี้คอมมิวนิสต์มันเกิดจากไหน? มันเกิดจากความไม่มีอยู่ ไม่มีกิน ไม่มีใครช่วยดูแลเสียแล มันทุกข์ มันยาก มันลำบาก ไหน ๆ ทุเป็นทุกข์ ก็ให้มันทุกข์เหมือน ๆ กันเสียให้หมด อย่าให้มีทรัพย์สินเงินทอง ให้เป็นของกลางเสียทั้งหมด มันเกิดจากความอึดอัด ขาดแคลน ยากจน ทำไมมันถึงยากจน? กินคนเดียว ไม่แจกจ่ายแจกจาน ชาวบ้านทั่วไป เขาก็ได้รับความทุกข์ความคับแค้นใจเกิดขึ้น ก็เลยกลายเป็นคอมมิวนิสต์ นี่มันเกิดจากความโลภมาก “กินแต่ตัว” ไม่แจกเพื่อน เมื่อเรามีอยู่ 10 บาท ให้เขาเสีย 9 บาท กินมันบาทเดียว เพื่อนมาก มีความรัก มีความสนิท มีความสมบูรณ์พูนสุข มันจะเกิดขึ้นมาได้ยังไง? คนมันมี มีอยู่มีกิน มีหลับมีนอน กินก็อิ่ม นอนก็หลับ มันจะไปคิดทำไม? การบ้านการเมืองนะ มันลำบากจะตายไป นี่พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงสอน ความมักน้อยเป็นของดี ของประเสริฐเลิศยิ่ง เมื่อใครประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญให้เป็นไปด้วยอาการอย่างนี้ จึงจะถูกตามพระบาลีว่า มตฺตณฺณฺตา จ ภตฺตสฺมี เป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นคนปฏิบัติชอบ ประกอบให้สำเร็จประโยชน์ตนและท่าน

ปณฺตณฺจ สยนาสนํ อย่าเป็นคนยุ่ง อยู่ที่ไหนก็พากันเป็นคนเงียบสงัด อย่าเป็นคนคลุกคลี ดีไม่งดด้วยหมู่ด้วยคณะ ก่อความยุ่งยากกำเริบให้เกิดขึ้น เว้นแต่เหตุที่มันเหนือนอกเจตนา มันไม่ทราบ ไม่รู้เรื่อง มันเป็นขึ้นเอง ก็เป็นเรื่องเหลือวิสัยอยู่ เมื่อมีความรู้ มีความเข้าใจ ไม่เหลือวิสัย ก็จะได้พากันสับสร้างให้มันเกิดขึ้น คือให้เป็นผู้แสวงหาตั้งแต่ที่นั้งอันสงัด ที่นอนอันสงัด ที่ยืนอันสงัด ที่เดินอันสงัด อยู่ในสังคมอันสงัด อยู่ด้วยตนเองคนเดียว ก็ให้เป็นคนวิเวก เป็นกายวิเวก อยู่ในคณะก็ให้เป็นวิเวก อยู่ในหมู่ก็ให้ประกอบด้วยความวิเวก อยู่ในสมาคมก็ให้ประกอบด้วย ความวิเวก เลือกเอาแต่ส่วนที่ดีที่ชอบ ประกอบไปในทางสงบ อยู่คนเดียวก็เป็นคนไม่ยุ่ง กายก็สงัด วาจาก็สงัด ใจก็สงัด นี่เรียกว่าเป็นผู้มีที่นั้งอันสงัด เป็นผู้มีที่นอนอันสงัด ที่ยืนที่เดินสงัด อยู่ในคณะ คือ สองคนกับเพื่อนก็ไม่ทะเลาะวิวาทกัน การทะเลาะวิวาทกันไม่สงัด กายก็ไม่สงัด ต้องลุก ต้องเดิน ต้องเหิน วาจาก็ไม่สงัด ทุ่มเถียงกัน ใจก็ไม่สงัด โกรธแค้นกัน พยาบาทกัน เป็นโทษเป็นบาปเป็นกรรม ทำลายความสงัด ไม่ถูกต้องตามศาสนธรรม คำสอนของท่าน อยู่ในหมู่ หมู่ก็ถนัดตั้งแต่ 4 คนขึ้นไปถึง 99 คน นี่เป็นหมู่ อยู่ในหมู่นั้น เราก็คงจะต้องเป็นหมู่ที่สงัด ไม่มีการแย่ง ไม่มีการทะเลาะวิวาทบาดหมางทำลายล้างผลาญซึ่งกันและกัน อยู่เป็นหมู่คณะ เป็นสังคม อบรมศีลธรรม เป็นไปด้วยความสงบระงับเรียบร้อย นี่เรียกว่าหมู่ดี คณะดี สังคมดี มีระเบียบ มีขนบธรรมเนียม ยังความเจริญให้เกิดขึ้นในหมู่ในคณะ นี่เป็นศาสนกิจ เป็นธรรมะ ข้อปฏิบัติสำหรับพวกเราพุทธบริษัท เรียกว่า “ปณฺตณฺจ สยนาสนํ” เป็นผู้ที่มีที่อยูอันสงัด สบายกายสบายจิต

อริจิตเต จ อาโยโค เป็นผู้ไม่ประมาท เป็นคนขวนขวาย พยายามบำเพ็ญสมาธิ เป็น อริจิต หมั่นทำสมาธิให้เกิดขึ้น หมั่นนั่งสมาธิ ให้แบบแก่บุคคลอื่นที่มาเห็น หมั่นปรารภในเรื่องสมาธิ สนทนาหารือกันในเรื่องกรรมฐาน เรียกว่าธรรมิกถาพรรณนาอนิสงส์ของกรรมฐานให้เกิดขึ้น บำเพ็ญประพฤติปฏิบัติ กำจัดนิวรณ์ธรรมให้ดับไปจากจิต อันนี้ท่านเรียกว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในโอวาทข้อหนึ่ง ซึ่งเรียกว่า “อริจิต” อีกอันหนึ่ง ที่เรียกว่าอริจิตนั้น คือจิตปราศจากนิวรณ์ ดวงจิตเป็นสมาธิ จิตไม่มีอาการขึ้น จิตไม่มีอาการลง จิตแน่น จิตแข็ง จิตกล้าหาญ จิตไม่มีความเศร้าหมอง อันนี้ท่านเรียก “อริจิตเต จ อาโยโค” จงเป็นผู้ไม่ประมาท ประกอบอยู่เนื่อง ๆ “เอตํ พุทธานาสสนํ” นี่แหละชื่อว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในคำสอนของเรตถาคตนี้พระองค์ได้ทรงแสดงเป็นพุทธพจน์ ด้วยพระโอษฐ์ของพระองค์เอง

ฉะนั้น พวกเราก็ควรจะต้องพากันประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญให้เกิดมีขึ้นในตน บุคคลใดที่ตั้งอยู่ในโอวาททั้งหกประการนี้ โดยความซื่อสัตย์สุจริต ถ้าไม่สามารถจะทำจิตของตนให้พ้นไปจากทุกข์ ก็ยังเป็นการบ่มนิสัยใจคอให้น้อมไปในทางที่ชอบ ประกอบให้เกิดมีขึ้นในตัวเอง ความชั่วก็วันวันแต่จะสาปสูญ บุญไม่เคยเกิดก็จะเกิด บุญที่เกิดแล้วก็มีแต่จะเจริญงอกงาม ฉะนั้น เมื่อสาธุชนพุทธบริษัททั้งหลาย ได้พากันตั้งใจสดับนี้ ก็ควรจะน้อมไปฝึกหัด ประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญตนของตนให้เป็นไปตามศาสนโอวาท ต่อจากนั้นพวกเรา ท่านทั้งหลาย ก็จะได้พากันประสบพบเห็นแต่ความสุขความเจริญ งอกงามในพระพุทธศาสนา มีโดยดังได้แสดงมาก็สมควรแก่กาลเวลา เอวํกัมมิตฺถวํ ประการฉะนี้ฯ

(พระบุญกู่ อนุวาทโน ผู้บันทึกจากเส้นลวด)

มหาปริจาค ๕

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส พุทฺธ ฌมฺมํ สงฺฆํ นมสฺสามิ ปญฺจมหาปริจาคเ
ติสุโส จริยนุติติฯ

วันนี้ จะได้แสดงพระธรรมเทศนา ที่มีมาในพระสูตรเกี่ยวกับมหาชาติชาดก ซึ่งเป็นบารมี
ธรรมส่วนหนึ่งของพระโพธิสัตว์ อันเป็นเหตุให้สำเร็จพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ พระองค์ทรง
ได้บำเพ็ญประโยชน์ให้สำเร็จเป็นไปแก่มนุษย์พุทธบริษัททั้งหลาย 3 ประการ ประโยชน์ชาตินี้
มีผลอันจะพึงได้รับ คือปัจจุบัน ประโยชน์ชาติหน้า เมื่อได้บำเพ็ญไว้แล้วในชาตินี้ บุญกุศลส่วนนั้น
ย่อมอำนวยผลในชาติหน้า คือสุคติ สวรรค์ เป็นต้น ประโยชน์อย่างยิ่งอันจะพึงเกิดขึ้น คือพระนิพพาน
อันบรมสุขอย่างเลิศ ไม่มีสุขอันใดยิ่งกว่า เรียกว่านิรามิสสุข พระพุทธองค์ทรงเทศนาให้สงฆ์สาวก
ทั้งหลาย ได้บรรลุสำเร็จประโยชน์อันยิ่งใหญ่ คือมรรคผลนิพพาน

เหตุทั้งหลายที่มีมาในมหาชาติชาดกหมวดนี้ มีข้อความที่จะพึงบำเพ็ญให้เกิดขึ้นในตนนั้น
มีอยู่ 5 ประการ ดังจะได้บรรยายไปในกาลบัดนี้

บทปริจาคโค พระองค์ได้ทรงสละทรัพย์ทั้งหลาย มีแก้วแหวนเงินทอง รัตนะทั้งปวง อันเป็น
ส่วนอวิญญาณกทรัพย์ และวิญญาณกทรัพย์ คือช้างแก้ว ม้าแก้ว เหล่านี้ ได้เสียสละโดยไม่หวัง
ผลตอบแทนใด ๆ จากผู้รับ จึงเรียกได้ว่ามหาปริจาค พระองค์ได้ทรงพิจารณาแล้วว่า การเสียสละ
ได้เช่นนั้น เป็นการที่ยกก้อนหินออกจากพระอุระคือหัวใจ เป็นเหตุให้พระองค์ทรงเบาพระหฤทัย
น้อมใจเป็นไปเพื่อความสงบปฏิบัติตนอยู่ในป่าเป็นฤาษีในชาติวิเวกต ในสมัยเป็นพระเวสสันดร
โน้น

องคปริจาคโค พระองค์ทรงเสียสละอวัยวะบางส่วนให้เป็นทาน เช่นสละเลือดเนื้อในกาย
ของพระองค์ ให้เป็นประโยชน์แก่บุคคลและสัตว์อื่น ๆ บางจำพวก โดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ใน
บุคคลที่ได้สังเคราะห์ไปแล้วนั้น ในสมัยนี้ก็เทียบได้อย่างหนึ่ง คือบางคนได้เสียสละเลือดของตน

ให้เป็นประโยชน์แก่บุคคลผู้อื่นในคราวที่ป่วย ในการบำเพ็ญเช่นนั้น ก็เรียกว่า อังคบริจาค ได้ชนิดหนึ่งในส่วนของร่างกาย

มหาบริจาคทั้ง 5 ประการนี้ พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญมาแล้วด้วยดี ซึ่งมีมาในวสันตศักราช ยกขึ้นเป็นบุคลาธิษฐาน ส่วนพวกเราพุทธบริษัททั้งหลาย ผู้หวังต่อสวรรค์และนิพพาน ก็ควรจะเดินตามแนวทางของท่าน พวกเราพุทธบริษัทซึ่งตั้งอยู่ในสวากภูมิก็สมควรที่จะบำเพ็ญมหาบริจาค อันเป็นส่วนธรรมาธิษฐาน ดังจะได้บรรยายไปในกาลบัดนี้ ซึ่งมีอยู่ 5 ประการ

ธนปริจาคโค ให้เสียสละทรัพย์ของตนที่เป็นโลกียทรัพย์ทั้งหลาย ฝากไว้ในธนาคารของ พุทธศาสนา เป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา โดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ทั้งหมด ให้เห็นว่าเป็นการฆ่ากิเลสของตนเอง แก่ห้วงที่ผูกอยู่ คืออุปาทาน เป็นเครื่องฆ่ามัจฉริยะ ความตระหนี่ เห็นยวแน่นอนอยู่ในใจเสียได้ ก็จัดว่าเป็นมหาบริจาคได้ประการหนึ่ง

องคปริจาคโค ให้เสียสละความสุขบางส่วน อันพึงจะได้รับในตนเอง เช่นเราควรจะมีกินได้ 3 เวลา เราก็เสียสละมาบำเพ็ญศีล 8 หรืออุคคัตถ์ ดัดความสุขที่เนื่องด้วยกายของตนบางส่วน กินมากสละให้น้อย นอนมากเสียสละการนอนนั้นเสียบ้าง ความสุขอันจะเกิดขึ้นจากการดื่ม

ชีวิตปริจาคโค บางคราวบางสมัย มีเหตุการณ์อันตรายบังเกิดขึ้นแก่เพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย จนตลอดสัตว์เดียรัจฉาน พระองค์ยอมเสียสละชีวิตความเป็นอยู่ของตน เพื่อให้สำเร็จประโยชน์ สันติสุขแก่บุคคลอื่น ๆ ในสมัยนี้ เช่นบางท่านซึ่งทำประโยชน์ให้แก่ชาติ ยอมเสียสละความเป็นอยู่ของตน โดยไม่เห็นประโยชน์ส่วนตัวเป็นใหญ่ สละกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังความคิด บำเพ็ญดวงจิตของตนให้ตั้งอยู่ในวัฒนธรรม อันจะพึงมีแก่ชาติ ส่วนศาสนาพระองค์ก็ได้ยอมเสียสละตน บำเพ็ญพรตพรหมจรรย์ ไม่เห็นแก่ลาภยศสักการะบูชาใด ๆ ตั้งใจปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามแนวทาง ถึงแม้ชีวิตจะแตกดับไปในเหตุการณ์นั้น ๆ พระองค์ก็ทรงยอมเสียสละ ไม่หวังผลตอบแทนในการทำ เช่นนั้น คือไม่เห็นแก่ตัว พระองค์ทรงเห็นว่าชีวิตความเป็นอยู่ ถ้าเป็นประโยชน์ได้แก่ปวงชนแล้ว ถึงแม้จะล้มหายตายสูญ พระองค์ก็ไม่อาลัยในชีวิต จึงเรียกว่ามหาบริจาค เพราะเหตุอันนี้ จึงมีอานิสงส์ ที่พระองค์ทรงได้รับการยกย่องบูชาของมนุษย์พุทธบริษัท เป็นบุคคลที่ควรแก่การสักการะเคารพบูชา ตลอดมาจนทุกวันนี้

ปุตตปริจาคโค พระองค์ทรงยอมเสียสละลูกที่รักในห้วงทั้งสองให้เป็นทาน คือกัณหา ขาลี เหตุอันนี้แหละ พระองค์จึงได้เป็นที่รักเคารพ พุทธบริษัททั้งหลายยอมเสียสละตนเป็นทาส หรือศากยบุตร มนุษย์และเทพยดาอยู่ตลอดกาล เพราะการกระทำของพระองค์นั้น ไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ จึงจัดว่าเป็นมหาบริจาค

ภริยาปริจาคโค บางคราวพระองค์ได้ทรงเสียสละภริยาของตนอันเป็นที่รักให้เป็นทาน ไม่หมายมั่นผลตอบแทนใด ๆ ทั้งหมด มุ่งต่อพระโพธิญาณเป็นจุดหมายปลายทางเพียงเท่านั้น

การบริโภคน้ำร่างกาย เมื่อยอมเสียสละได้ ไม่เพ็ดเพลินอยู่ในกามคุณทั้ง 5 มาบำเพ็ญตนให้เป็นบุญเป็นกุศลเกิดขึ้น ก็ได้ชื่อว่าอสังขริจาค คือสละรูปออกจากตา สละเสียงออกจากหู สละกลิ่นออกจากจมูก สละรสออกจากลิ้น สละสัมผัสออกจากกาย และสละธรรมารมณ์ทั้งหลายที่เป็นบาปให้ห่างไกล

ชีวิตปริจจาคะ ให้เสียสละความเป็นอยู่ของตน เพื่อให้เป็นประโยชน์สุขแก่บุคคลผู้อื่น อันตรายอันใดจะเกิดขึ้น ก็สร้าง ความเข้มแข็งต่อสู้ เสียสละความเป็นอยู่ของตนในทางโลกและทางธรรม อีกอันหนึ่ง ชีวิตคือความเป็นอยู่อันยืนยาว ที่จะเป็นไปในข้างหน้า นั้น ได้แก่ ความเป็นอยู่ของดวงจิต เมื่อจิตตกไปในฝ่ายชั่ว ความเป็นอยู่ของตนก็จะลำบากทรมานใจ เช่นความโกรธเกิดขึ้น จิตเราก็นอนอยู่ด้วยความโกรธ ความโลภเกิดขึ้น จิตเราย่อมเป็นอยู่ในความโลภ บางคราวจิตประมาทหลงไหล ดวงจิตก็เป็นอยู่ด้วยความลุ่มหลง ชีวิตความเป็นอยู่ของร่างกายนั้นอย่างหนึ่ง ชีวิตความเป็นอยู่ของดวงจิตนั้นอย่างหนึ่ง สิ่งใดเป็นไปในฝ่ายชั่ว ที่เนื่องด้วยความเป็นอยู่ของตน ก็สมควรที่จะเสียสละเพื่อทำชีวิตความเป็นอยู่ของตนให้ปลอดภัย ไม่อาลัยความเป็นอยู่ที่ลุ่มหลงนั้นเสียได้ มิฉะนั้นก็จะทำตนให้เป็นคนรกรอก เป็นเสน่หานามหลักตอ เกิดขึ้นในวงศ์ของชาติและพระศาสนาได้ประการหนึ่ง

ปุตตปริจจาคะ ให้เสียสละบุตรของตนอันเป็นที่รัก อันเป็นส่วนในทางธรรมาธิฐาน “กณห์ ธมม วิปาหยา” ให้สละกัณห์ธรรม อันเป็นลูกที่รักของเราคนหนึ่ง คือโลภ ความโลภ ไม่รู้จักพอ อิมไม่เป็น กินหลายไม่หายอยาก โภชะ ความโกรธ ไม่รู้จักหยุด โกรธแล้วโกรธเล่า เป็นหนทางที่จะเข้าไปสู่อบาย โมโหโมหา ความหลง ความมืดมืดปิดบังทั้งหลายเหล่านี้ ชื่อว่า กัณห์ธรรม

“ชาลีปริจจาคะ” ให้เสียสละชาลธรรมอันเป็นเครื่องกีดกันกันจิต เหมือนกับข้ายเครื่องดักปลาในมหาสมุทรฉะนั้น ความหมายในข้อนี้ ได้แก่นิวรณธรรม อันเป็นเครื่องกันดวงจิตมิให้บรรลुकุณงามความดีทิบหน้า

นิวรณธรรมนั้น มีอยู่ 5 ประการ

1. กามฉันทะ ความรักใคร่ในผัสสுகามและกิลเลสกาม เมื่อดวงจิตของบุคคลผู้ใดตกไปในธรรมข้อนั้น ก็เสมอเหมือนกับปลาที่ติดข่ายของนายพราน

2. พยาปาทะ ความพยาบาท มุ่งร้าย อิจฉา หาหนทางก่อความเสียหายให้เกิดขึ้นแก่ปวงชน ก่อผลที่ร้ายให้ตนและคนอื่น ให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อนโดยประการต่าง ๆ

3. ถีนมิทธะ ความท้อแท้ว่างังอกซบเซา เบื่อหน่าย คลายวิริยะคือความเพียรที่จะบากบั่นบุกไปให้บรรลुकุณงามความดีในข้างหน้า

4. อุทธัจจะกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ เตือนตนเองไม่ได้ ยังสติไม่อยู่ ปล่อยใจของตน ให้ฟุ้งซ่าน ไม่มีฉานเป็นเครื่องอยู่ ย่อมมีตมัว เหมือนแมงหมอกปกปิดพระอาทิตย์และดวงดาวให้มืดมน ย่อมเป็นอกุศลอย่างหนึ่งในทางใจ

5. วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเล ไม่แน่ชัด ปฏิบัติตนให้ลุ่มหลง เป็นเหตุให้เข้าใจผิด ย่อมทำดวงจิตของตนให้ขุ่นมัว จะถอยหลังก็ไม่กล้า จะก้าวหน้าก็ไม่ไป คิดสงสัย ย่อมตัดความเจริญของตนได้ทางหนึ่ง

ทั้ง 5 ประการนี้ เป็นชาลธรรม คือข่าย เครื่องกีดกันและดักไว้ซึ่งสัตว์ทั้งหลายในโลก ฉะนั้นจะเป็นสิ่งควรเสียสละ ที่เรียกว่า ชาลีทาน กณฺหาทาน สละไปไม่ต้องอาลัยอาวรณ์ในอกุศลธรรมเหล่านั้น ผู้จะบำเพ็ญได้เช่นนั้นต้องทำตนให้ตั้งอยู่ในสัมมาสมาธิประกอบองค์ฌานให้เกิดขึ้นในตน “วิตก” ยกอารมณ์ขึ้นสู่ดวงจิตให้เป็นอารมณ์หนึ่ง “วิจารณ์” พิจารณาอารมณ์นั้น ๆ ตั้งขึ้นโดยนิमित และปฎิภาครธรรม ไตรตรองพินิจพิจารณาในอารมณ์นั้น ๆ รู้เหตุคือการกระทำ รู้ผลอันเกิดขึ้นจากการกระทำ ได้แก่ ตัวสัมปชัญญะ ความรู้รอบคอบและสมบูรณ์ ต่อจากนั้นก็จะเห็นผลปรากฏขึ้นในใจของตัว คือปิติ กายอิม กายเบา กายสงบ จิตสงบ จิตวิเวก หมดจากนิรวณ ย่อมเกิดความสุขในทางใจ ดวงจิตนั้นย่อมไม่ส่ายไปตามสัญญาอารมณ์ อันเป็นกระแส่นามาซึ่งกองกิเลส ให้ตัดสัญญาอดีต ที่ล่วงไปแล้วทั้งหมด ให้ตัดสัญญาอนาคต ที่ยังไม่มาถึงทั้งปวง ถ้าปล่อยจิตไปหลงอารมณ์ข้างหน้า สัญญาอนาคต มันจะต้องติดตัว ถอยหลังไปหลงอารมณ์สัญญาอดีตที่ล่วงไปแล้ว มันก็จะไปติดบ่วงเครื่องผูกพันคือสังโยชน์ ให้ตั้งสติกำหนดอยู่ในธรรมปัจจุบัน จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวจนกว่าจะได้บรรลุทุติยฌานต่อไป ตั้งใจเจริญสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ทำจิตสันดานของตนให้ห่างไกลจากนิรวณความมืดดังนี้

กริยาปริจจาคะ ให้เสียสละภริยาอันเป็นที่รักของตน ภริยาในที่นี้กล่าวกันโดยธรรมแล้ว มี 3 ชนิด

ภริยาคนที่หนึ่ง ชื่อชีวิตมัทรี เป็นผู้เฝ้าอยู่ในชีวิตของตน ความเป็นอยู่ของประชาชนในโลกนี้ มีอยู่ 8 ประการ ธรรม 8 ประการนั้น แบ่งออกเป็นสองฝ่าย ฝ่ายหนึ่งเปรียบเหมือนกับบุตร อันเป็นที่รักและชอบใจ อีกฝ่ายหนึ่งเปรียบเหมือนกับบุตรที่ชั่วด่า อันเป็นที่ไม่พึงปรารถนา ซึ่งแตกออกมาจากนางมัทรี ฝ่ายหนึ่งกล่าวคือ นายยศ นายลาม นายสรรเสริญ นายสุข สี่คนนี้ย่อมเป็นที่พึงปรารถนาแห่งตน คือการหลงอยู่ในลาม ยศ สรรเสริญ สุข อันเป็นเชือกผูกคอตนไว้ได้เป็นอย่างดี อีกฝ่ายหนึ่งเป็นสาวที่ไม่พึงปรารถนา คือนายชู้ทุกซ์ นายขี้นินทา นายเสื่อมลาม นายเสื่อมยศ ทั้งสี่คนนี้ เป็นบุคคลประพฤติดูไม่ดี ไม่เป็นที่พอใจ ทำความเป็นอยู่ของตนให้ยุ่งยากได้ประการหนึ่ง

ภริยาคนที่สอง วยมัทรี คือมีเมาลุ่มหลงอยู่ในวัย เรียกว่านางวัยยา ซึ่งมีบุตรของเขา อันเป็นที่รักอยู่ 3 คน คือความเมาอยู่ในวัยทั้งสาม บุตรคนที่หนึ่งคือปฐมวัย เมื่อเป็นเด็กยังเยาว์ ก็เมาอยู่ในความเป็นอยู่ของตน ไม่ศึกษาอบรมฝึกฝนหาวิชาความรู้ในทางโลกและทางธรรม

บุตรคนที่สองคือมัชฌิมวัย เมื่อตอนผ่านพ้นมาแล้วในวัยเด็ก บรรลุนิติภาวะมาเป็นหนุ่มและเป็นสาว ก็มาอยู่โดยอาการต่าง ๆ เมารูปความสวยงาม แต่งตาทาแก้มยิ้มน้ำหวานล่อลวงกัน เมาเสียงอันไพเราะเสนาะโสต เมากลิ่นเครื่องสำอางค์ เป็นเหตุให้เกิดความฟุ้งเฟ้อ เมารส หลงลิ้น กินแล้วอยากกินอีก ที่ท่านเรียกว่า “กินหลายไม่หายอยาก นอนมากไม่รู้จักตื่น รักคนอื่นยอมเสียตัว สิ่งควรกลัวกลายเป็นกลัว” พาให้เสียทรัพย์และชื่อเสียง บุตรคนที่สามคือปัจฉิมวัย ผ่านไปเป็นคนแก่ชราภาพ เมื่อแก่เข้าแล้วก็มาอยู่ในความแก่ของตน ความแก่ในที่นี้คือทุกข์ผลภพของร่างกายตามืด หูตึง หลังขด แก้มตอบ เดินสามขา จะประกอบกิจการอันใดก็ลำบาก อ่างภาวะของตนมาติดกันกันเสีย จะบำเพ็ญความดีทางโลกก็ไม่ได้ จะอาศัยความดีทางธรรมก็ขัดข้อง คือเห็นว่าเป็นคนแก่แล้วย่อมมาอยู่หลงอยู่ในภาวะของตน

ภริยาคนที่สาม อโรคมัทรี มาอยู่ในความไม่มีโรค เมื่อตอนมีความสุขกายสบายใจอยู่ด้วยอาภิสกิตติดเมา เข้าใจว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นของตน ขวนขวายหาแต่สิ่งที่ไม่เป็นสาระแก่นสาร ตนมีความสุขกายไม่มีโรค ก็มาอยู่ในกาย ไม่นึกถึงความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่จะผ่านมาในข้างหน้า มีความสุขใจสบายจิต บางคราวก็หลงอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ แสวงหาความสุข แต่อารมณ์ที่ชอบดีชั่วผิดถูก มิได้คำนึงถึงถึง ตนไม่ขวนขวายแสวงหาความดีอย่างอื่นในทางธรรม จึงจัดว่าเป็นผู้มาอยู่ในอโรคมัทรี

ภริยาทั้งสามคนนี้ ย่อมก่อความยุ่งยากและวุ่นวายให้เกิดขึ้น ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่ควรเสียสละบริจาคไปเสีย จึงได้นามว่า ภริยาปริจจาคะ

ข้างแก้ว คือ หตุถิรตนปริจจาคะ ให้บริจาคข้างแก้วพระที่นั่งของเราเสีย คือ อวิชา ความไม่เข้าใจรู้แจ้งในตน ไม่รู้ความจริงก็สำคัญว่าตนรู้จริง คุยโม้โอหัง นั่นก็คือข้างอวดงา จิตฟุ้งซ่าน พุดมากปากเปิด มองเห็นแหงือก ลักษณะอย่างนี้คือพุดดี แต่ความประพฤติต่ำ ทำให้คนอื่นแลเห็นปมด้อยแห่งตน คือไม่รู้แจ้งในอดีต ที่เรียกว่า “ปุพฺพเหตุ อญาณ” ไม่รู้แจ้งในอนาคต ที่เรียกว่า “ปรนฺต อญาณ” ไม่รู้แจ้งในปัจจุบัน ที่เรียกว่า “มชฺเช อญาณ” ลักษณะอย่างนี้ชื่อว่าอวิชา หตุถิรตนัง เป็นเครื่องทรงของคนหลงในโลก ฉะนั้น เมื่อพวกเราทั้งหลาย ได้ทำการมหาบริจาค ดังกล่าวมา ก็จะทำให้สำเร็จประโยชน์ใหญ่คือ พระนิพพาน ให้ธรรมเป็นทาน มีอันสงส้อย่างเลิศ “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ” ให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะเสียซึ่งทานทั้งปวง เรียกได้ว่า “ทานปรมตุดปารมี” เป็นความดีส่วนหนึ่งที่จะพึงเกิดขึ้นจากจริยาวัตรทั้งหลาย ได้แก่การประพฤติปฏิบัติตน ให้เป็นประโยชน์แก่ตนของตนเอง ที่เรียกว่า “อตุตฺตตฺตจริยา” เป็นเครื่องจักรเครื่องยนต์ จะได้ส่งผลให้ถึงพระนิพพานธรรมอันประเสริฐ “ญาคตฺตตฺตจริยา” จะได้พากันทำประโยชน์ให้เกิดแก่บุพการีบุคคล มีบิดามารดา ครูบาอาจารย์ วงศาถนาญาติทั้งปวง จะได้ถ่ายทอดหนี้หมดสิ้นสันชาติมรณา “โลกตฺตตฺตจริยา” เราเกิดมาในโลกนี้ ความดีอันใดที่มีแล้วในตน ควรแจกจ่ายแจกจ่ายให้สำเร็จประโยชน์แก่มนุษย์พุทธบริษัททั้งปวงในโลก ที่ควรได้ควรถึง เรื่องอันใดอันเป็นหนทาง

ก่อความเจริญให้เกิดขึ้นในโอกาสโลก ท้องถิ่นของตน ถ้าเรามีหนทางใด ๆ ที่จะให้เจริญได้โดยถูกต้องตามศีลธรรม ก็ควรประกอบให้เกิดขึ้นในสถานที่นั้น ๆ

“มนุสฺสโลก” มนุษย์ทั้งหลาย ที่มีวิญญูณครองอยู่ในโลก คนจำพวกใด ที่เห็นว่าเราควรสงเคราะห์เขาได้โดยธรรม ก็ไม่ควรอยู่นิ่งดูเฉย ช่วยทางกายไม่ได้ก็สละทรัพย์แทนตัว ตั้งจิตเมตตาปรารภนาดีแก่คนทั้งหลายทั่วไป คนต่ำอย่าเหยียบย่ำให้จมดิน ได้แก่การดูถูกกัน คนสูงอย่าดูลงมาในเบื้องต่ำ คืออิจฉาริษยา กลัวเขาดีกว่าตัว ควรทำใจของตนให้ตั้งอยู่ในพรหมวิหาร เราควรสงสารเมตตาคนเบื้องสูง มีบิดามารดา พระราชาเป็นต้น ที่เรียกว่า “เมตฺตาปารมี” เราควรสงสารปรารภนาดีแก่เพื่อนมิตรสหาย ควรช่วยเหลือทางกาย วาจา ใจ เป็นต้น ที่เรียกว่า “เมตฺตาอุปปารมี” เราควรแผ่ไมตรีจิต ทำความสนิทเสมอเหมือนบุตรที่รักในอก ในคนและสัตว์เบื้องต่ำ ที่เป็นศัตรู ให้เรามีจิตเมตตาภาวนาอุทิศกุศลแผ่ให้ตามควร เมื่อทำจิตได้เช่นนั้น ท่านเรียกว่า “เมตฺตาปรมตฺตูปปารมี”

ธรรมะทั้งหลายที่ได้แสดงมาเหล่านี้เป็นมหาบริจาค เมื่อใครประพฤติตนได้แล้วย่อมสำเร็จประโยชน์ใหญ่ คือ พระนิพพาน ไม่หลงในสังขาร คือความไม่เที่ยง ไม่เที่ยงชั่ว คือความทุกข์ ไม่ติดสุขแห่งอามิส ทำจิตของตนให้พ้นจากอาสวะทั้งปวง ไม่ติดบ่วงอยู่ในอัตตาที่เรียกว่าตัวตน ทำจิตให้พ้นไปจากอนัตตา ฉะนั้น เมื่อใครปรารภนาความดีประโยชน์ใหญ่ก็ควรพิจารณาพิจารณาหม่อมธรรมทั้งหลายที่ได้แสดงมานี้ ให้มีอยู่ในตน ก็จะเป็นแนวทางให้สำเร็จความมุ่งมาดปรารภนาทุกประการ

ได้แสดงมาในมหาชาติคาถา ที่เป็นมุคตาริษฐานให้สำเร็จพระโพธิญาณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างหนึ่ง ธรรมาริษฐานให้พวกเราพุทธบริษัททั้งหลาย สวากสาวิกา จงประพฤติปฏิบัติตามธรรมเหล่านั้น จะเป็นเหตุให้ประสบพบเห็นแต่ความเจริญองงามทุกทิพารাত্রีกาล มีใจความดังได้แสดงมา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

วิชาจรณสัมปันโน

วัดอโศการาม, 4 ตุลาคม 2503

จะอธิบายเรื่องวิชา วิชาในที่นี้เป็นวิชาส่วนสูง ไม่ใช่วิชาธรรมดาสามัญ วิชาสามัญนั้นมักเลศอาสวะมาก จึงเรียกว่า เทญญิมะวิชา เป็นวิชาเบื้องต้น วิชาเบื้องต้นนี้ย่อมเป็นสิ่งที่มีทั่วไปแก่พุทธบริษัท แม้จะเป็นคนมีฉันทาธิฐิก็มี เช่น ความฉลาดในวิชาต่าง ๆ ในทางโลกซึ่งเขาได้ศึกษากันมาตามแบบตามตำหรับ เพื่อเป็นการบริหารประเทศชาติบ้านเมืองของเขา และวิชาพิเศษชั้นหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นจากนักปรัชญาชั้นสูง เช่น พวกคิดในทางวิทยาศาสตร์สามารถที่จะประดิษฐ์วัตถุต่าง ๆ ให้เป็นสิ่งมหัศจรรย์ไว้ใช้สอยแก่สามัญชนโดยทั่วไป เช่น เครื่องยนต์กลไก สามารถจะสร้างดาพิพย์ หุทิพย์ หรือเครื่องยนต์ เช่น เครื่องบินอย่างนี้เป็นต้น จนสามารถที่จะทำสิ่งมหัศจรรย์ใช้แทนมนุษย์ให้ประกอบกิจการต่าง ๆ อาจสำเร็จตามความประสงค์ของเขา เช่น สมัยสงครามที่เขาเริ่มกันอยู่ ได้ทราบว่าเป็นที่ไหน ทำอะไร ย่อมสำเร็จตามความประสงค์ของเขาได้ เมื่อสำเร็จกิจการเหล่านั้นจนเป็นที่พอใจ ก็สามารถที่จะเรียกวัตถุเหล่านั้นกลับคืนมาบ้านเก่า อันนี้เป็นความเจริญของวิชาในทางโลก วิชาเหล่านี้เรียกว่า โลภียวิชา เป็นวิชาของคนสามัญในโลก มีหลักเกณฑ์อยู่สองชนิดดังกล่าวมา

วิชาพิเศษ มันก็จะไม่ทำเช่นนั้น เป็นวิชาค้นคิดสำเร็จมาจาก จินตามยปัญญา ไม่ใช่สำเร็จมาจากการศึกษาจากโรงเรียน คือสำเร็จขึ้นในทางจิต คือพวกแก่กล้าในการศึกษา ในทางปรัชญาหรือจิตวิทยา พวกนี้ต้องอาศัยแต่ความคิด เมื่อคิดให้ปรากฏรูป บางทีก็ถึงกับเกิดอุคคหนิมิต เช่น จะคิดอะไรสักอย่าง มันสำเร็จมาจากใจของเขา เป็นภาพสำเร็จรูปมาเลย เมื่อสำเร็จรูปในใจ บางคราวก็เขียนภาพ บางคราวก็ไม่ได้เขียนภาพ ทำทดลองด้วยวัตถุ เมื่อทดลองใช้การไม่สำเร็จ ก็พยายามแปรความคิดเท่านั้นให้ผิดไป เป็นความคิดใหม่ขึ้นมาจากความคิดเก่า ก็ขยายตัวออกทีละนิด ๆ ในที่สุดก็สำเร็จตามความต้องการของเขา ถ้าเรามาคิดกันต้น ๆ ก็เป็นสิ่งมหัศจรรย์ ถ้าคิดให้ลึกก็มีใช้ของแปลกประหลาด อย่างคิดอีกแบบหนึ่งเช่นอย่างเขาคิด คนตัวเล็ก ให้มันตัวโต คนตัวโต ให้มันตัวเล็ก คิดกันต้น ๆ แค่นี้เสียก่อน แล้วเขาก็ตัดกระดูก แผ่นเดียนั้นแหละ เมื่อตัดกระดูกเข้า ที่นี้ไถ่คนสูง มันก็กลายเป็นคนต่ำ คนต่ำก็กลายเป็นคนสูง คนเล็กก็กลายเป็นคนโต คนโตก็กลายเป็น

เป็นคนเล็ก คิดกันตื่น ๆ แค่นี้แหละ คิดไปจนสามารถที่จะเอารูปไกล ๆ เข้ามาไกล ๆ ได้ ครั้งแรกนั้นก็มักเป็นพวกผู้คิดในทางฝ่ายยุทธศาสตร์ ความคิดเกิดจากพวกนี้ก่อน อีกแขนงหนึ่ง ความคิดมันเกิดขึ้นจากพวกแพทยศาสตร์ พวกนี้ต้องใช้ความคิดลึกกว่าธรรมดา หรือเช่นพวกเดินเรือทะเล เขาก็คิดที่จะมองหาเรือที่เดินผ่านไกล ๆ ทำอย่างไรจึงจะมองเห็น ทำอย่างไรจึงจะทำเรือลำนั้น ให้มาติดในเรือของตน พยายามคิดไปจนสำเร็จ คิดขั้นแรก ก็คิดโง่ ๆ อย่างเรานี้แหละ คิดโง่ ๆ อย่างไม่รู้แบบกระจกส่องหน้าตัวเอง ไม่ได้คิดวิเคราะห์อะไร ทำเสากระโดงให้สูงขึ้นไปบนอากาศ เมื่อวัตถุต่าง ๆ มาติดกระจก ก็เอากระจกต่อกระจกมาส่องกันเอง ที่นี้ส่องกันไปส่องกันมาหลาย ๆ บานเข้า กระจกเงานั้นก็ดึงเอารูปนั้นลงไปในห้องเรือ ไม่ต้องมองกระจกบานบน มองดูกระจกเล็ก ๆ อยู่ห้องเรือนั้น มองเห็นเรือลำนั้นอยู่ไกล ๆ ได้ เขาคิดกันแค่นี้แหละ นาน ๆ เข้า ก็สร้างกระจกแผ่นเดียว ทำกระจกนั้นให้เป็นคลื่น พอเรือมากระทบคลื่นกระจกบนคลื่นล่างก็รับ รับกันเรื่อยลงไปจนได้แผ่นน้ำ คิดไปคิดมาจนในที่สุดเวลานี้ ไม่ต้อง เขาก็สร้างกล้องเรดาร์ขึ้นชนิดหนึ่งซึ่งไม่ต้องใช้กระจกเงา และไม่ต้องใช้กระจกเป็นคลื่น กล้องชนิดเดียวเท่านั้นแหละสามารถที่จะดูเอาเรือไกล ๆ มาเห็นอยู่ในห้องเรือ จนสำเร็จตามความต้องการของเขา นี่เป็นวิชาชั้นสูงในทางวิทยาศาสตร์

มาสมัยนี้ ในทางแพทยศาสตร์ก็ค้นคว้า ค้นคว้าในการที่จะไม่ให้มนุษย์ตาย ต่างคนต่างค้น แต่ยังไม่พบ ยังไม่เจอ ค้นเท่าไรมันก็ยังตายกันอยู่ ยังไม่สำเร็จที่จะทำให้มนุษย์มีอายุยืนยาวไปกว่าธรรมดา ยังไม่สำเร็จ นี่ก็ค้นคิดพิจารณากันอยู่ โดยไม่ต้องอาศัยแบบตำรา แล้วมาสมัยนี้ ยังคิดตีบหน้าออกไปอีก แต่มันจะเป็นไปได้เพียงไรนั้น เป็นเรื่องของพวกเขาคิดว่าจะขึ้นไปอยู่ในพระอังคาร มันคงจะสบายมาก แต่ก็นึกว่ามันสำเร็จได้ยาก ทำไมถึงสำเร็จได้ยาก คือคนมันไม่จริง ทำไมถึงเรียกว่าไม่จริง มันสงสัย มันไม่ซัดในอกในใจ เป็นความคิดคาดคะเน มันยังไม่แนชัดในใจ โอ้ความสงสัยอันนี้แหละ มันเป็นของที่สำเร็จได้ยาก นี่เรื่องวิชาของโลก เป็นวิชาพิเศษส่วนหนึ่ง ซึ่งเป็นของพวกนักคิด เรียกว่าจินตตามยปัญญา

แต่ว่าสรุปลงสองชนิดนี้ ไม่เป็นวิชาพ้นไปจากทุกข์ เป็นวิชาสร้างบาป เป็นวิชาสร้างกรรมมีอยู่ถึง 70 ส่วน ส่วนวิชาที่จะให้ประโยชน์นั้นมีอยู่ 30 เท่านั้น ทำไมถึงมีอยู่เพียง 30 ถ้ามันก่อสงครามโลกละ ก็ฉิบหายละ แต่ส่วนที่ใช้ประโยชน์ ให้ความสะดวกในการคมนาคมของมนุษย์มันมีน้อยเหลือเกิน โดยมากมันมุ่งไปในทางประหัตประหารกัน มุ่งในทางสร้างอำนาจ สร้างอิทธิพล โดยมากเป็นไปโดยอาการเช่นนั้น ฉะนั้น จึงไม่พ้นไปจากทุกข์ ไม่พ้นไปจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ดูกันไกล ๆ อย่างทุกวันนี้ เช่น บางพวกฉลาด สร้างอะไรต่ออะไรต่าง ๆ มากมาย เมื่อสร้างแล้ว ก็เอาไปขายเอาเงิน บางทีอาวุธหรือศัตราก็ขายเขานั้น มันกลับไปฆ่าเขาผู้สร้าง ตัวอย่างเช่นบางประเทศสร้างอาวุธไม่ได้เลย แต่ประกาศสงครามต่อสู้กับผู้อื่นอาวุธ อย่างนี้เป็นต้น อันนี้เป็นวิชาของโลก มันให้ผลเสมอเพียงแค่นั้น

ฉะนั้น ในทางศาสนาของเรา พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงชี้แจงไว้อีกข้อหนึ่ง เป็นวิชาธรรม วิชาธรรมนี้เกิดขึ้นได้สองชนิด ชนิดหนึ่งเกิดจากความคิดนึกตรikirตรองพินิจพิจารณา เบื้องต้นท่าน

เรียกว่า วิตก วิจาร ต่ำกว่านั้นท่านเรียกว่า โยนิโส มนสิการ เมื่อเราได้สติหรือเราได้ฟังเราจะต้อง โยนิโสมนสิการ เราต้องใคร่ครวญทบทวน พินิจพิจารณาดูเสียก่อนจึงค่อยเชื่อ ตัวอย่างเช่นเราจะทำบุญ เห็นเขาว่าบุญ ๆ เท่านั้น ได้ยินแต่ชื่อก็อยากได้ แต่ไม่ได้ไตร่ตรองพินิจพิจารณาว่าของสิ่งใดมันเป็นสิ่งควรแก่การทำบุญ บุคคลชนิดไหนเป็นผู้ควรจะสมค่ากองบุญกองกุศลของเรา ต้องตรองพิจารณาดูเสียก่อน คือตรวจดูตนของตน และตรวจดูผัสสะที่ตนจะบริจาค แล้วก็ตรวจดูบุคคลที่จะรับวัตถุไปจากเรา ว่าเป็นการคู่ควรหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นการคู่ควร ก็ทำได้ แต่ว่าทำด้วยความรู้ ไม่ทำด้วยความหลง ไม่ทำด้วยความอยาก อยากได้ก็ทำ แต่ไม่มีการโยนิโสมนสิการก็ชื่อว่าขาดจินตามยะ ต้องใคร่ครวญพิจารณาทบทวนดูหลาย ๆ ชั้นเสียก่อนจึงค่อยประกอบกิจการเหล่านั้น จึงจะเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ ซึ่งเรียกว่าทำความดีอาศัยปัญญา ปัญญาที่เรียกว่า กุสลาธัมมา นี่เป็นชื่อของปัญญา แต่เราไม่ได้แปลกัน แปลกันแต่ว่ากุสลาคือกุศล กุศลส่วนนี้เป็นคุณศัพท์ เป็นนามศัพท์ก็ได้ เป็นกิริยาศัพท์ก็ได้ เป็นนามศัพท์นั้นกุสลาแปลว่าบุญ นามศัพท์ กุสลาแปลว่าผู้แสดงมรรยาให้เป็นไปด้วยความสุจริต มีการกระทำทางกายก็สุจริต ทางวาจาจากสุจริต มีความประพฤติเป็นไปในทางจิตก็ชอบ นี่ก็ชื่อว่ากุสลา เป็นกิริยาศัพท์ เป็นคุณศัพท์ก็ได้ ได้แก่การทำความดีอย่างนั้น ๆ เราจะได้รับผลบริสุทธิ์อย่างนั้น ๆ นี่เป็นคุณศัพท์ ที่ปัญญาก็เป็นคุณศัพท์ แปลว่า กุศลโลบาย ทำสิ่งใดต้องอาศัยปัญญา ไตร่ตรองพินิจพิจารณาเสียก่อนให้รอบคอบจึงประกอบกิจการเหล่านั้น ให้สำเร็จขึ้นด้วยความสมบูรณ์ เรียกว่ากุศลโลบาย ฉลาดมีนโยบายทำความดีให้เกิดขึ้นในตนด้วยความบริสุทธิ์

เหตุนี้พระองค์จึงได้ทรงกำชับพวกเราให้เป็นผู้ไตร่ตรองพินิจพิจารณาโยนิโสมนสิการดูเป็นผู้ใคร่ครวญทบทวนหลายรอบเสียก่อน เมื่อเราใคร่ครวญทบทวนหลายรอบ ชัดเจนแจ่มแจ้งในจิตแล้วก็ทำกรรมตาทางเช่นใด หมั่นเดินหมั่นเตียน เตียนเข้า ๆ เราสามารถที่จะมองเห็นประตูได้ เดินกลับไปกลับมาหลาย ๆ ครั้ง ต้นหญ้ามันก็ตาย ความรู้มันก็เกิดขึ้น ทางที่เราเดินอยู่นั้น เป็นต้นไม้อะไร เป็นผักอะไร กินได้หรือกินไม่ได้ เราก็กิน ทางเดินของเรามันเตียนขึ้น ทางที่เตียนนั้น มันได้ผลหลายอย่าง อย่างหนึ่งเดินสบายเท้า อย่างที่สองเกิดผลพลอยได้ ตัวอย่างเช่น เราอยู่ที่อุยริมทาง ผักหญ้าชนิดไหนที่เขานิยมกินได้ หญ้าชนิดไหนกินไม่ได้ ถ้ากินไม่ได้เราจะเอาไปทำประโยชน์อะไร มันอาจที่จะทำเป็นปุ๋ยก็ได้ ที่กินได้เราจะเอาไปทำอะไร เหลือกินก็เอาไปขายที่ตลาด นี่เรียกว่าผลพลอยได้ นอกจากนั้นเมื่อต้องการริบดวน จะวิ่งก็สบาย เราจะนั่งก็นั่งไถ่อยู่ก็สบายกัน แม้เราว่างนอนจะนอนไปในทางที่เตียนก็ได้ หรือมีงูหรือศัตรูต่าง ๆ มาผ่านทางเข้า เราสามารถที่จะวิ่งได้ด้วยความเร็ว ได้ผลความดีขึ้น พวกเราจะทำสิ่งใดในส่วนบุญส่วนกุศลนั้น ถ้าใคร่ครวญทบทวนหลาย ๆ ครั้ง ได้รับผลดี นี่เรียกว่าจินตามยปัญญาในข้อต้น

ข้อที่สองต่อไปนั้น เป็นการที่ลึกเข้าไปอีก ท่านเรียกว่า วิตก วิจาร ท่านไม่เรียกว่า จินตามยะ แต่มันก็อยู่ในจินตามยะนั้นเองแหละ แต่ต่างกัน ในข้อนี้ก็ควรจะตั้งชื่อขึ้นอีกว่า ภาวนามยปัญญา คนาวานาก็ต้องคิดเหมือนกัน ภาวนาไม่คิดไม่ได้ ต้องอาศัยความคิดเป็นเครื่องประกอบองค์ภาวนา ตัวอย่างเช่น องค์มาน ท่านบอกว่า วิตก ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ วิจาร เลือกอารมณ์ว่า เราพิจารณากรรม-

ฐานอันใดเป็นที่สะดวกสบายแก่ตน พิจารณาคุณกรรมฐาน เมื่อเราเห็นว่าสิ่งนี้แหละเป็นที่สะดวกสบายแก่ตน เช่นหายใจ อย่างนี้เป็นต้น หายใจช้า หายใจเร็ว หายใจสั้น หายใจยาว หายใจแคบ หายใจกว้าง หายใจร้อน หายใจเย็น หายใจอุ่น หายใจแคบปลายจมูก หายใจแคบคอหอย หายใจลงไปถึงหัวอก เมื่อเรามาคัดเลือกอารมณ์ จนเป็นที่พอใจแล้ว ก็จับอารมณ์นั้น เรียกว่า เอกัคคตารมณ์ ทำจิตให้เป็นหนึ่งอยู่ในอารมณ์อันเดียว เรียกว่า เอกัคคตา เมื่อเราได้องค์เอกัคคตาเกิดขึ้นในดวงจิต วิจารณ์ พิจารณากรรมฐาน วิตก ยกอารมณ์นั้นให้เด่น อย่าให้จิตของเราแยกจากอารมณ์ อย่าให้อารมณ์แยกจากจิต ให้นึกว่าเหมือนกินข้าว ให้ข้าวของเราที่จะกินนั้นตรงเข้าไปในปาก ให้ปากมันตรงกับก้อนข้าว อย่าให้มันพลาด ถ้าพลาดก็เลยไปหูโนน กินข้าวเอาดูเข้าไปในรูหู บางทีก็ใส่ได้คาง บางทีก็ใส่ไปในลูกตา บางทีก็ใส่ไปบนหน้าผาก อย่างนี้มันก็ไม่สำเร็จในการกิน

ฉันใดก็ดี อารมณ์ของเรา ที่เรียกว่าหนึ่งนั้นนะ บางทีก็ไหลไปโนน อดีต ล่องไปตั้งร้อยปี ยังไปสาวอยู่โนน บางทีก็เปิดไปอนาคต ซึ่งยังไม่มาถึง ก็ไปสาวเรื่องราวเข้ามากรอกใจ นี่เรียกว่ายื่นคำข้าวขึ้นแล้วมันก็เลยศีรษะ ตกไปข้างหลัง หมาเอาไปกินหาย บางทีก็ยกขึ้นมาแค่ปาก ยังไม่ได้คาบ ผ่าปากไปข้างหน้าโนน เมื่อเป็นอย่างนี้ เรียกว่าจิตของเรายังไม่แนบสนิทอยู่ในอารมณ์ เมื่อยังไม่แนบสนิท ตัววิตก มันยังไม่แน่น เราต้องทำตัววิตกยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ แล้วก็ประคองจิตขึ้นอยู่ในอารมณ์นั้น เหมือนคนที่ประคองอาหารของตน ให้มันตรงกับปาก ให้มันเข้าปาก อันนี้ท่านเรียกว่า วิตก คำข้าวตรงปาก ปากตรงคำข้าว แน่ใจว่าเป็นคำข้าว อะไรเป็นอาหารหวาน หรืออาหารคาว เป็นอาหารประณีตหรือหยาบ

เมื่อเราทราบเรื่องราวแล้วก็บีบเข้าไปในปากเคี้ยวอย่าเข้าไปเลย นี่ท่านเรียก วิจารณ์ ได้แก่ พวกเราตรองอารมณ์ อารมณ์ที่เรากำหนดอยู่นั้น พิจารณา พิจารณาอารมณ์ที่เรากำหนดอยู่นั้น อารมณ์ที่มันเกิดขึ้น บางคราวก็เป็นส่วนอุปจาระภาวนา พิจารณาอารมณ์หยาบ ๆ ให้มันละเอียด พิจารณาลมหายใจ เมื่อหายใจยาวก็พิจารณาลมหายใจยาว เมื่อหายใจสั้นก็พิจารณาลมที่หายใจสั้น เมื่อหายใจช้าก็พิจารณาลมหายใจช้า ว่าลมอยู่กับจิตหรือไม่ จิตอยู่กับลมหรือไม่ หายใจสะดวก คล่องแคล่วดีหรือไม่ ตรวจพิจารณาลมอยู่โดยอาการเช่นนี้ นี่เรียกว่า วิจารณ์

เมื่อวิตก วิจารณ์ เกิดขึ้นในดวงจิต เป็นทั้งสมาธิ เป็นทั้งปัญญา วิตกเป็นองค์สมาธิ เอกัคคตาเป็นองค์สมาธิ วิจารณ์เป็นองค์ปัญญา เมื่อสมาธิ ปัญญาเกิดขึ้น จิตนิ่งสงบ ก็เกิดวิสาขัง ถ้าวิจารณ์มากเกินไปความสงบมันก็ดับ ถ้าสงบเกินไป ความคิดมันก็ดับ ให้คุมการสงบจิตของเรา ให้พอดีพอเหมาะ ให้พอดีกัน ถ้าปรุงไม่เป็นมันก็เกิดโทษ บางทีสงบมากเกินไปมีโทษ คือจิตมันเดินช้าในทางปฏิบัติ บางคราวคิดมากเกินไปจนสมาธิดับ ไม่ดี นั่นก็เลยไปอีก นี่ท่านให้พิจารณา วิจารณ์ดูให้มันถี่ถ้วน เหมือนเรากินอาหารอีกแหละ อาหารที่เราอยากถมเถกินเข้าไปติดคอตายก็มี อันใดที่ให้ประโยชน์ พอใช้ได้ เช่นพื้นราพอใช้หรือยัง บางคนก็มีแต่เหงือกแต่อยากกินอ้อย นั่นมันผิดธรรมดา บางคนก็ฟันหักฟันหลุด เจ็บปวด ยังอยากกินแต่ของแข็ง ๆ มันก็เกิดโทษ นี่มันเป็นอย่างนี้ ดวงจิตของเรามันก็เหมือนกัน เมื่อสงบเข้านิด ๆ หน่อย ๆ ก็อยากรู้อยากเห็น อย่างมีอยากเป็น อยากได้อะไรก็ดี

เลยตัว นี่เป็นอย่างนี้ ฉะนั้นเราต้องปรับปรุงสมาธิให้พอกับฐานเสียก่อน ปรับปัญญาให้มันพอเหมาะ สมาธิก็ให้พอเหมาะ กับปัญญา ปัญญาก็ให้มันพอเหมาะ กับสมาธิ การปรับปรุงข้อนี้เป็นส่วนสำคัญมาก คือองค์วิจารณ์ แก่ ตัววิตกมันก็มีมัน

ตัวอย่าง เรามีควายตัวหนึ่ง เอาเชือกผูกมัดหลัก แล้วก็ตีหลักจมลงไปในดิน ถ้าควายมีกำลังมาก มันวิ่งหรือมันเดินหลักเราก็ตอน เมื่อหลักถอนก็เปิดเปิงไปอีก ต้องคอยดูกำลังควายของเราด้วย ถ้ากำลังมันแรงมากเกินไป ตีหลักให้มันแน่นคอยเฝ้าต้นเสาอยู่อย่างนี้เป็นต้น คือถ้าความฟุ้งซ่านของความคิดเรามันเลยเถิด มันเปิดเปิงไปนอกจากวงขอบของสมถะ กำหนดจิตลงไปให้สงบลงมากแต่อย่าให้สงบมากจนลืมหน้าลืมหลัง ถ้าสงบมากเกินไปจนไม่รู้ตัวอะไรเลยไม่รู้เรื่อง สงบมากเข้าก็มักลืม ที่นี้มันไม่รู้ตัว ผลออกไปเป็นคราว ๆ อย่างนี้ก็มี บางทีก็ไม่รู้ ตัวนั่งเฉย บางทีก็รู้ แต่มันผลุบ ๆ โผล่ ๆ พวกนี้แหละ เรียกว่า สมาธิขาดการวิตก วิจาร การใคร่ครวญ มันก็กลายเป็น มิจาสมาธิ

ฉะนั้น ต้องสังเกตดูให้ดี แล้วใคร่ครวญพิจารณา แต่จิตไม่มีอาการไหวตัวไปตามความนึกคิด ความนึกคิดมันเป็นส่วนหนึ่ง ดวงจิตเราตั้งอยู่ในองค์กรรมฐาน เราจะหมุนตัวไปทางไหนเราก็หมุนอยู่ในหลัก เช่นเราเอามือกอดต้นเสาไว้มือหนึ่งหรือสองมือ เราจะวิ่งก็วิ่งวนอยู่กับต้นเสามันไม่เสียกำลัง ถ้าเราปล่อยเสา วิ่งวนสามรอบ เวียนสี่รอบ ล้มบึงไปทันที ดวงจิตของเราก็มืดมน ถ้าคิดนึกตรึกตรองมองสิ่งใดก็ตาม ให้มันอยู่ในเอกัคคตารมณ์ ไม่มีอาการเหนื่อย ไม่มีเสียหาย ความคิดเป็นจินตามยปัญญา ความสงบเป็นภาวนามยปัญญา มันอยู่ด้วยกันที่นี้ นี่มันเป็นกุศโลบาย เป็นปัญญาในขั้นสมาธิ มันติดกันไปเรื่อยอย่างนี้ ขั้นทานก็อยู่ในโยนิโสมนสิการ ขั้นศีลก็อยู่ในโยนิโสมนสิการ ทำสมาธิไม่ขาด มันเป็นตัววิตกวิจารณ์ขึ้นไปอีก เมื่อเรามีวิตกวิจารณ์กำกับดวงจิตนึกเท่าไรดวงจิตยิ่งแน่น นั่งเท่าไรยิ่งคิด ดวงจิตก็แน่นแฉ่ว จนนิรวณขาดไปจากจิตจากใจ ไม่เที่ยวไปตามสัญญาต่าง ๆ ดวงจิตนั้นก็เกิดวิชา ที่นี้มันก็เกิดวิชาขึ้น

วิชาที่เกิดจากนี้คืออะไร ไม่ใช่วิชาธรรมดา คือมันมาล้างวิชาเก่า วิชาที่โยนิโสมนสิการไม่เอา ปล่อย วิชาที่เกิดขึ้นจากวิตกวิจารณ์ไม่เอา เลิก ทำจิตนิ่งสงบ เมื่อจิตสงบไม่มีนิรวณมาเจือปนก็เป็นตัวบุญเป็นตัวกุศล เมื่อดวงจิตของตนเป็นไปเช่นนั้น ไม่ติดสัญญาใด ๆ ทั้งหมด สัญญาที่เคยรู้มาในทางโลกและทางธรรม จำได้มากน้อยเพียงใด ล้างเกลี้ยง เมื่อเรามาล้างไปจนหมดอย่างนั้น อย่างอื่นมันถึงจะเกิด ฉะนั้น ท่านจึงไม่ให้ยึดสัญญาความจำได้หมายรู้ในส่วนต่าง ๆ ทั้งหมด จะต้องยอมจนตรอก คนใดที่มันเกิดความคิด มักในคราวจนนั้นแหละ ถ้าไม่แสดงตนเป็นคนจนตรอก มันไม่เกิดปัญญา คือหมายความว่า ไม่ต้องกลัวไร ไม่ต้องกลัวไม่รู้ไม่เห็น ไม่มีไม่เป็น ไม่ต้องไปใช้สูตร ปัญญาของสูตรไม่ต้องการ เพราะมันเป็นสัญญาอนิจา ปัญญาที่เกิดขึ้นจากจินตามยะไม่ต้องการ เพราะมันเป็นสัญญาอนัตตา ปล่อยให้มันดับให้หมด ให้เหลือแต่ดวงจิตตั้งเที่ยง ไม่เอียงไปข้างหน้า ไม่เอียงไปข้างหลัง ไม่เอียงไปข้างซ้าย คือ อัตกิลมัตตานุโยค คือความไม่พอใจ ไม่เอียงไปข้างขวา คือ กามสุขัลล-

กานโยค คือความพอใจ ทำจิตให้หนึ่งสงบเป็นกลางวางเฉย ตั้งตระหนักรู้ เมื่อจิตเป็นไปได้เช่นนั้นนั้นแหละ สัมมาสมาธิ

เมื่อสัมมาสมาธิเกิดขึ้น มันก็มีเงา มองเห็นเงาปรากฏเกิดวิปัสสนากรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานคือตัววิชา วิปัสสนากรรมฐานเป็นตัวปฐมวิชา เป็นปรัชญาในทางพระพุทธศาสนาของเรา ท่านจึงจัดว่าเป็นวิชาข้อแรก เป็นวิชาข้อหนึ่งคือ วิปัสสนาญาณ วิชาข้อที่สองคือ อิทธีวิธี วิชาข้อที่สามคือ มโนมยิทธิ วิชาข้อที่สี่คือ ทิพพจักขุ วิชาข้อที่ห้าคือ ทิพพโสต วิชาข้อที่หกคือ เจโตปริยญาณ วิชาข้อที่เจ็ดคือ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ และวิชาข้อที่แปดได้แก่ อาสวักขยญาณ ทั้งแปดข้อนี้เป็นวิชาเกิดขึ้นจากสมาธิ คนไม่มีสมาธิไม่มีเกิด รับรองเด็ดขาด จะฉลาดมากน้อยเพียงใดก็ตาม มันไม่สำเร็จเป็นวิชา มันก็ตกอยู่ในอำนาจของอวิชาทั้งนั้น

วิชาแปดประการนี้ มันเกิดจากสัมมาสมาธิ วิชาแปดประการเกิดขึ้นแล้วท่านก็ไม่เรียกว่าความคิด ท่านเรียกว่าสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ คือ เห็นว่าอันนั้นผิด ผิดจริง อันนี้ถูก ถูกจริง นี่สัมมาทิฐิ สิ่งที่เกิดเห็นเป็นถูก มิจฉาทิฐิ สิ่งที่ถูกเห็นเป็นผิด มิจฉาทิฐิ ส่วน สัมมาทิฐิ สิ่งเป็นผิด ผิดจริง สิ่งเป็นถูก ถูกจริง ถ้าจะกล่าวตามเหตุตามผลได้แก่เห็นอริยสัจธรรม คือเห็นทุกข์ มันทุกข์จริง ๆ เห็นสมุทัยเกิด มันเป็นเหตุแห่งทุกข์จริง ๆ เป็น อริยสัจ เป็นของไม่เท็จ เป็นของที่ไม่ค้านไม่ได้ เป็นของที่มีความจริง นี่เรียกว่า สัมมาทิฐิ คือ เห็นในส่วนทุกข์เกิดมาจากเหตุ เหตุอันนี้ต้องทุกข์ ทุกข์จริง ๆ เห็นเหตุแห่งความดับทุกข์ว่า ทางที่เราเดินไปนี้ มันต้องไปเข้านิพพานไม่ต้องสงสัย ถูกจริง ไม่ผิด เดินถึงก็ตามเดินไม่ถึงก็ตาม แต่ความเห็นมันถูก เรียกว่าสัมมาทิฐิ

ที่นี้ข้อสองนั้น คือรู้แจ้งทางนิโรธ ความดับทุกข์มีจริง เมื่อเราเจริญมรรค เราก็จะต้องดับทุกข์ได้จริง เมื่อรู้เห็นเป็นจริงเกิดขึ้นในดวงจิตอย่างนี้ ท่านเรียกวิปัสสนาญาณ น้อย่างพิสดาร อย่างสั้น ๆ คือเห็นว่าสิ่งทั้งหลายภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม มันไม่แน่นอนทั้งนั้น ตัวเราเองก็เป็นของไม่แน่นอน ตายก็ไม่แน่นอน แก่ก็ไม่แน่นอน มีลักษณะกลิ้งกลอกหลอกหลวง ยักย้ายแปรผันอยู่เป็นนิจ นี่เรียกว่า เห็นอนิจจัง อย่าไปดีใจในเรื่องอนิจจัง อย่าไปเสียใจในเรื่องอนิจจัง ทำจิตให้เป็นกลาง จึงเรียกวิปัสสนา

บางทีไปเห็นเขาไม่เที่ยง ดีใจ บางทีเสียใจ ตัวอย่างเช่น เราไม่ชอบคนโน้น ได้ข่าวว่าคนโน้นจะตายหรือป่วย หรือจะต้องถูกถอดยศ เราก็ตีใจ อยากให้มันตายเสียเร็ว ๆ เพราะสังขารของเขาไม่เที่ยง ความเป็นอยู่ของเขาไม่แน่ มันแปรไปได้แต่เราพอใจ นี่เรียกว่าเป็นตัวกิเลส ที่นี้ถ้าไปเห็นคนดี เป็นลูกเป็นหลานได้ดิบได้ดี เป็นใหญ่เป็นโต มีหน้ามีตา ดีใจ นั้นแหละดวงจิตเราผิดไปจากองค์อริยมรรค ไม่ตั้งอยู่ในสัมมาทิฐิ ต้องทำใจเป็นกลาง ไม่ดีใจในวัตถุ ไม่เสียใจในวัตถุ ไม่ดีใจในเรื่องราวที่นึกคิดสำเร็จ ไม่เสียใจในเรื่องที่นึกคิดไม่สำเร็จ ทำดวงจิตเป็นกลางวางเฉยอยู่อย่างนี้ นี่ความเป็นกลางของสัมมาทิฐิ มีความเห็นว่าสิ่งนี้ผิด สิ่งนี้ถูก พยายามแก้ดวงจิต อย่าให้เป็นไปในทางผิด พยายามถอนดวงจิต ให้มันเป็นไปในทางถูก นั่นเรียกว่า สัมมาสังกัปป นี่เป็นวิปัสสนาญาณ

ที่นี้ส่วนความทุกข์ก็เหมือนกัน เราจะเป็นทุกข์เองก็ตาม หรือคนอื่นเขาจะเป็นทุกข์เองก็ตาม ถ้าคนใดเป็นศัตรูแก่เราเป็นทุกข์ สาธุ ให้มันตายฉิบหายเร็ว ๆ เกิด ดวงจิตมันเอียง ถ้าคนใดเป็นเพื่อนเป็นมิตร เราได้ทราบข่าวว่าเขาตาย เขามั่งเขามี อย่างนี้เราก็ดีใจ ถ้าหากเป็นลูกเป็นหลานเรา เจ็บหนักเราก็ตกใจ นี่ก็เรียกว่าดวงจิตเราลุ่มไปกับความทุกข์ มีความทุกข์ใจ ไปที่นั่นโดนทุกข์ ทำไม่ถึงโดนเพราะไม่มีวิชา เพราะจิตไม่ตั้ง คือดวงจิตไม่เป็นสัมมาสมาธิ เราต้องรักษาจิตของเรา อย่าให้มันแยกไปในความทุกข์ มันจะทุกข์ก็ทุกข์ แต่ใจไม่ทุกข์ คนในโลกมันจะทุกข์ก็ตาม แต่ใจไม่ทุกข์ไปกับมัน ร่างกายมันจะมีทุกข์เกิดขึ้น แต่ใจไม่ทุกข์ไปกับมัน มันจะทุกข์ก็ทุกข์ไป แต่ใจไม่ทุกข์ ทำจิตใจให้เป็นกลาง ไม่ได้ใจในความสุขที่มีอยู่ในตน สุขมันก็ทุกข์ ทำไมมันทุกข์ ความสุขมันแปรได้ มันขึ้นมันลง มันสูงมันต่ำ แปรได้ คือมันทนไม่ไหว นั่นแหละคือทุกข์ ความเดือดร้อนก็ทุกข์ มันมีทุกข์สองทุกข์

เมื่อดวงจิตเห็นแจ้งชัดในกองทุกข์เช่นนี้ คือเห็นทุกข์ เป็นตัววิปัสสนาเกิดขึ้นในดวงจิต ส่วนอนัตตา มาพิจารณาถึงสิ่งสภาพทั้งหมด เราไม่ยึดลัทธิ เราไม่แสดงอำนาจ ไม่แสดงอิทธิพลว่าเก่งกาจสามารถทำลายสิ่งที่เป็นอนัตตานั้นให้อยู่ในอำนาจ เราจะไปกัดกันกันความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ไม่สำเร็จ เมื่อไม่สำเร็จที่นี้มันจะแก้ก็ให้มันแก้ไปเกิด มันจะเจ็บก็ให้มันเจ็บไปเกิด มันจะตายก็ให้มันตายไปเกิด ไม่แสดงความดีใจในความตายของตนและคนอื่น ไม่แสดงความเสียใจในความตายของตนและคนอื่น ทำจิตเป็นกลางวางเฉยเป็นสังขารูปกษายาณม ปล่อยสังขารตามสภาพ ดวงจิตนั้นเป็นดวงจิตที่อยู่ในวิปัสสนา นี่เรียกว่าเป็นวิชาข้อหนึ่ง เป็นตัววิปัสสนาโดยสิ้น เห็นสังขารเป็นของไม่เที่ยง เห็นสังขารเป็นทุกข์ เห็นสังขารไม่ใช่ตัวตน เราก็ปลดสังขารออกไปจากความยึดความถือ ปล่อยวางไปตามสภาพ ที่นี้ละก็ดีละซี ได้อย่างไร เราไม่ต้องเหนื่อยไปแบกสังขาร อนิจจังของไม่เที่ยงเอาไว้ข้างหลัง อนัตตา ของไม่ใช่ตัวตนเอาไว้ข้างหน้า อุปาทานเป็นคนหาบทุกข์เอาไว้ในปัจจุบัน เอาละซีที่นี้ ดาซ้ทุกข์ ยายซ้ทุกข์ หาบก้นไป บางทีแหละ อนัตตามันหนักข้างหน้า หกขะเมนเทนเท่ หัวปักดิน บางทีอนิจจังมันหนักข้างหลัง หงายท้อง ทุกข์ถ่วงหนัก ขลุกลัก ตกปลักจมดิน กลายเป็นพระเทวทัตต์แผ่นดินสูบ นี่จึงเรียกว่าซ้ทุกข์ คนซ้ทุกข์คนซ้ยาก แต่อวดมั่งอวดมี มีคานสี่เล่ม มีตะกร้าสี่ใบ ใบข้างหน้า ใบข้างหลัง แบกใส่บาอุปาทานคือคานหาบ

อุปาทานขันธมีห้าอย่าง รูปูปาทานกัณฑ์ หาบรูปนี้คานหนึ่ง เวทูปาทานกัณฑ์ เวทนาขันธที่เราไปยึดถือ เป็นคานอีก สัญญูปาทานกัณฑ์ สัญญาความเข้าใจได้หมายรู้ยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นคานหามคานหาบ สังขารูปาทานกัณฑ์ ยึดถือสังขารความคิดนึกว่าเป็นตัวเป็นตน วิญญาณูปาทานกัณฑ์ ถือวิญญาณว่าเป็นตัวเป็นตน หาบก้นละซีที่นี้ คานหนึ่งเอามาขนบาบาช้าย ให้เขามันหาบ คานหนึ่งเอามาขนบาบาช้าวให้เขามันหาบ คานหนึ่งเข้าไปใส่ไหล่ซ้ายให้ไหล่มันหาบ คานหนึ่งก็ใส่ไหล่ขวาให้ไหล่มันหาบ อีกคานก็ใส่บนหัวหาบไปเกิดที่นี้อรุณตุงนังพระตุงพระรัง

ภารว หเว ปัญจกัณฑ์ หาบกันไปเกิด ขันธห้ามันเป็นของหนัก ภารวโร จ ปุคคโล บุคคลพากันหาบไปอย่างนี้ก็มี เป็นการระอันทัน ภารวาทนัง ทุกขัง โลเก หาบไปเกิดรอบทิศ เรามัว

เป็นทุกข์ในโลกนี้แหละ พระพุทธเจ้าท่านจึงทรงสอนว่า ผู้ไม่มีปัญญา ผู้ไม่มีวิชา ผู้ไม่เจริญสมาธิภาวนาให้เกิดวิปัสสนาญาณขึ้น จะต้องหาทุกข์ หาความกันอยู่อย่างนี้เป็นนิตย์ นำทุกข์ นำสงสาร จะไปไหนก็ไปไม่รอด พวกท่านหาบอย่างนี้ มันทุกข์ทรมานมาก ขาก็หาบ ไหลก็หาบ ไม่รู้จะหาบไปไหนกัน หาบกันไปข้างหน้า หาบกันมาข้างหลัง ก้าวข้างหน้าสามก้าว ถอยหลังสองก้าว ชักจะเยือกกันอยู่อย่างนี้แหละ เดียวก็ท้อถอย เดียวก็เกิดความขยันหมั่นเพียรขึ้น

นี่ เมื่อใครมาพิจารณาเห็นอนิจจัง สังขารทั้งหลาย ภายในภายนอก เป็นของไม่แน่ มาพิจารณา สังขารให้เห็นเป็นทุกข์ มาพิจารณาสังขารให้เห็นไม่เป็นตัวตน มันวนเวียนอยู่ในตัวเหล่านี้ เมื่อเห็นเช่นนี้ก็วางภาระ วางความเสีย คือความยึดความถือ วางสัญญาอดีต คือความเป็นห่วงบ่วงโย วางสัญญาอนาคต ความอาลัยอาวรณ์ วางสัญญาในปัจจุบัน ความถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน เมื่อตะกร้าสามลูก หลุดจากข้างหน้า หลุดจากข้างหลัง หลุดจากไหล่ เดินไปอย่างสบาย ที่นี้จะรำไปก็ได้ เอาขารำไปก็ได้ นี่มันก็งามซี้ที่นี้ ที่เขาเรียกว่างามงาม ไปที่ไหนก็มีคนชอบ ทำไมจึงชอบล่ะ คนมันไม่มีความรุ่งรังจะทำอะไรก็สบาย แม้จะวิ่ง จะเดินจะเหิน แม้จะรำจะร้อง สนุก มันสนุกทั้งนั้น นี่เป็นนางงามของพระพุทธศาสนา เป็นกัลยาณชนคนดี แม้จะไปอยู่ในสังคมใดก็ได้ มีความสวยความงาม เพลิดเพลิน เจริญจิต ไม่ติดหาบไม่ติดคอน มันก็สบายละคนเรา นี้เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ข้อแรก

เมื่อเราได้ปราบปรามเสียนนามเหล่านี้ ให้ราบรื่นไปจนหมด สบายใจ เอาละซี้ที่นี้เราก็จะได้วิชาเป็นอาวุธ วิชาเป็นอาวุธคืออะไร อิทธิวิธี เราสามารถที่จะแสดงฤทธิ์ขึ้นโดยทางใดทางหนึ่ง มีปาฏิหาริย์เกิดขึ้น เรียกว่าอิทธิวิธี แสดงปาฏิหาริย์ทางกาย แสดงปาฏิหาริย์ทางวาจา แสดงปาฏิหาริย์ในทางดวงจิต ทำฤทธิ์เดชได้ต่าง ๆ เป็นเครื่องใช้ของสอย เป็นศาสนีย์ ทำกิจของพระศาสนา นี่คืออิทธิวิธี แต่ทางบาลีแสดงว่ามีอาการเดินหลายอย่าง เดินในน้ำไม่เปียก เดินในไฟไม่ร้อน ดากฝนไม่เปียก ดากลมไม่หนาว ดากแดดดากฝนอดทนแข็งแรง ทำให้เป็นคนแก่คนเฒ่า ถ้าคนแก่ทำให้เป็นคนหนุ่ม คนสูงทำให้เป็นคนต่ำ คนต่ำทำให้เป็นคนสูง ดัดแปลงร่างกายได้หลายอย่างหลายประการ พระพุทธเจ้าจึงทรงทำศาสนกิจได้แก่คนไม่เลือก ถ้าไปสอนคนแก่ท่านก็ทำร่างกายแก่ คนแก่กับคนแก่ด้วยกันมันสนุก ไม่มีอาการระแวง ถ้าท่านไปพบกับพวกสาว ๆ สวย ๆ ท่านก็ทำตัวเป็นหนุ่มขึ้น มันสนุก ผู้หญิงสาว ๆ ก็สนุก ตัวท่านเองก็สนุก คุยกันไม่เบื่อ เหตุนี้ธรรมชาติที่พระองค์ทรงแสดงจึงเป็นที่พอใจแก่ปวงชนทุกเหล่า ท่านสามารถที่จะปรับปรุงร่างกายท่านได้ในสังคมทุกแห่ง อย่างจะไปคบกับเด็กท่านก็เล่าเรื่องเด็ก ทำเหมือนเด็ก เมื่อไปพบคนแก่ท่านก็ทำเหมือนคนแก่ เล่าเรื่องคนแก่ ถ้าท่านไปเจอคนหนุ่มคนสาวขึ้น ท่านก็เล่าเรื่องของหนุ่มของสาว ทำความเพลิดเพลินให้เป็นที่พอใจของเขา เกิดความเชื่อเกิดความเลื่อมใสกลายมาเป็นพุทธ กลายมาเป็นพระในศาสนา อย่างนี้ก็มี นี่ท่านเรียกว่า อิทธิวิธี

มโนมยิทธิ เกิดฤทธิ์ขึ้นทางจิต ดวงจิตมีฤทธิ์ มีฤทธิ์อย่างไร จะไปไหนก็ไปได้ อยากไปเที่ยวในนรกก็ไปได้ อยากไปเที่ยวดูในสถานที่ต่าง ๆ ไปวิเวกบางครั้งก็ไปเที่ยวอยู่เมืองนรกสบายดี ไปเล่นอยู่กับพวกสัตว์นรก ไปหยอกพวกสัตว์นรก คนใดบาปน้อยก็ขึ้นมาสนทนา ฝากข่าว

กุศลมาหาญาติ บุคคลที่ได้คำสั่งมาจากนรกก็นำมาแนะนำสั่งสอนพวกญาติให้ทำบุญ นี่ไปเที่ยว เมืองนรก บางคราวก็ไปเที่ยวกับพวกสัตว์เดรัจฉาน ไปสนทนากับพวกสัตว์ นกเอี้ยง นกสาลิกา นก ชุก นกอะไรก็ตาม หรือสัตว์สี่เท้าก็ดี สองเท้าก็ดี ไปอยู่ในป่าในดงในรกรงไพรก็ดี ไปสนทนาคู่กับ สัตว์มันก็สนุกละซีที่นี้ มันสนุก ไม่เหมือนคู่กับคน คู่กับคนมันลำบาก คู่กับสัตว์มันสบาย ไม่ต้อง พุดมาก เพียงแต่นึกในใจ สนทนากันไปเล่าเรื่องอะไรต่าง ๆ ถ้ามัวถามถามคร่าว ว่าแกไปอยู่เป็น สัตว์ กินอะไร กินอะไรหาสาราญดีอยู่ละหรือ สนทนากันเรื่อย มีเพื่อนมีฝูงเคยเป็นญาติเป็นมิตรสหาย กัน นี่ท่านก็รู้จักไปเที่ยวในเมืองสัตว์ แล้วก็ไปเที่ยวในเมืองเปรต เมืองเปรตยิ่งสนุก เปรตมันมีหลาย จำพวก สนุกมากพวกเปรต บางตัวหัวเท่าตุ่ม ปากหลวมเข้มน ปากของเปรตมันรูหลวมเท่ารูเข็มเท่า นั้น บางตัวขายาวตั้งสามวา มือมันสั้นเพียงคืบเดียวเท่านั้นแหละ น่าดูเหมือนกับการ์ตูน นั้นแน่ บางพวกก็มีแต่ริมฝีปากข้างล่างบนไม่มี บางพวกริมฝีปากขาดหมด มีแต่ฟันเหงะแก นี่มีหลาย จำพวก บางพวกก็ตาโตออกมาเท่าลูกมะพร้าว บางพวกก็เล็บมือยาวตั้งเท่าใบตาล มันสนุก น่าดู น่าชม บางตัวก็อ้วนเสียจนไปไม่รอด บางตัวก็ผอมโกโรโกโส มีแต่กระดูก นี่พวกเปรตมีหลาย จำพวก บางพวกก็ชนกัน บางพวกก็กัดกัน บางพวกก็ตีกัน นี่พวกเปรต นี่ก็สนุก เรียกว่าโมมยิทธิฤทธิ์ ทางดวงจิต เมื่อดวงจิตตั้งมั่นก็ไปดูไปชม บางทีก็ไปเที่ยวเมืองพญานาค บางทีก็ไปเที่ยวในเมือง มนุษย์ บางทีก็เยี่ยมมนุษย์ก็ขึ้นไปเล่นกับพวกเทวดา ไปดูนางงามในเมืองสวรรค์ ในชั้นจาตุมหาราชิกา ไปเที่ยวในชั้นยามา ดาวดึงสา จนตลอดไปเที่ยวถึงพรหมณะ ดวงจิตไปได้ไม่ขัดไม่ข้อง นี่เกิด เป็นมโนมยิทธิ อำนาจของดวงจิต นี่ก็เป็นวิชา มันก็สนุก ก็เลสก็หมด งานร่ำทำสำเร็จ มีข้าวพอกินมี เงินพอใช้ ไปเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ ตามอากาศสบายดี นี่ท่านเรียกว่า มโนมยิทธิ

ทิพพจักขุ ตาทิพย์ ตาสองชั้น ดานอกเรียกว่า มังสะจักขุ ดูมนุษย์ในโลก ดูเทวดาในโลก **ปัญญจักขุ** ตรวจจกเลสของมนุษย์ มนุษย์ก็เลสหยาบ มนุษย์ก็เลสหยาบ มนุษย์มีศรัทธา มนุษย์ไม่มี ศรัทธา มนุษย์มีนินสย มนุษย์ไม่มีนินสยใคร่ตรวจพิจารณาด้วยปัญญาภายใน เรียกว่าปัญญาจักขุ นี่ตาสองชั้น คนเรามีตาชั้นเดียว คือมังสะจักขุ ตาเนื้อ ตาในไม่เกิดจะไปเกิดอย่างไร ขี้ตา มันไม่ลอก ขี้ตาคืออะไร กามฉันทะ ก้อนบ่อเรอ พยาปาทะ ก้อนใหญ่ ถิ่นมิทธะ ก้อนเท่าหัวค้อนหัวคอก จะสงบ จะสงบ แต่ขี้ตามันก้อนใหญ่ มันหนักหัวเรียกว่า ถิ่นมิทธะ เห็นแก่กลับเห็นแก่นอน อุทธัจจะกุกกุจจะ มันก็ขี้ตา ความฟุ้งซ่านรำคาญจิต วิจิจจนา ความสงสัยลังเลนี้ก้อนขี้ตา เมื่อมันเข้าไปติดอยู่ในดวงจิต มันจะสว่างอย่างไร มันก็มืดแปดด้านนะซี เมื่อใครมาเจริญภาวนา ทำจิตให้สงบระงับชื่อว่าแกะ ขี้ตา วิตก ล้วงมันลงไป วิจาร ล้างมันออก เมื่อล้าง เมื่อล้างให้สะอาดได้ ตามันก็ใส ตาใจมันก็เป็น ปัญญาจักขุ นี่เรียกว่า ทิพพจักขุ

ทิพโสต หูทิพย์ หูมันทั้งสองหูอีกนั้นแหละ หูนอกคือหูหนึ่ง หูในมันได้แก่หูใจ หูใจมันไม่ เกิด ก็เพราะว่าอย่างนั้นแหละ มันมีแต่ขี้หู ไม่แกะสักที ไม่สร้างความดีให้เกิดขึ้นในทางจิต ดวงจิตไม่ เป็นสมาธิ เมื่อดวงจิตไม่มีสมาธิฟังเสียงดี ๆ ใจก็จะไม่ค่อยจะอยู่ ขี้หูมันก็ไม่หลุด แต่ฟังเขาต่ำฟังเขา แข่งฟังเขาคุย ใจมันเพลีน ก้อนขี้หูก้อนบ่อเรอบ่อเรอเข้ามามีติดอยู่ในหูของตัว ส่วนเทศน์ธรรม

คำสอนทั้งหลายไม่ค่อยสนใจฟัง จึงเกิดกันแต่ขี้หูทั้งนั้น ส่วนในจิตของเราก็ขี้หูติด ส่วนนอกก็ขี้หูทั้งนั้น ไม่แคะ หูทิพย์มันก็ไม่เกิด หูทิพย์มันสบายไม่ต้องไปนั่งฟังให้มันลำบาก ต้องการฟังอะไรล่ะ ฟังได้ทุกอย่าง เปรมมันคุยอย่างไรงั้น ฟังได้ยิน สัตว์มันคุยกันฟังได้ยิน พวกเทวดาคุยกันอย่างไรว่าสวรรค์แสนสุข ก็ฟังได้ยิน ฟังได้ทุกอย่างเว้นแต่ไม่ต้องการ เหมือนวิทยุ ถ้าเปิดก็ได้ยินแน่ ถ้าหนวกหูก็ไม่ต้องเปิด ผู้มีวิชาข้อนี้ ถ้าต้องการฟังเล่นก็เปิดขึ้น ฟังไป ถ้าไม่ต้องการ ปิดปั๊บสบายใจ นี่เรียกว่า ทิพพโสธ นี่ก็เป็นวิชาข้อหนึ่ง

อีกข้อหนึ่ง คือ เจโตปริยญาณ รู้จักการนำจิตของสัตว์ในโลก คือดวงจิตของมนุษย์ พุทธบริษัทจะคิดดีคิดชั่วคิดต่ำคิดสูง คิดเลวคิดหยาบ ทราบได้ด้วยปัญญาข้อนี้ เรียกว่า เจโตปริยญาณ เป็นวิชาสำคัญข้อหนึ่ง

บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติได้ และ อาสวักขยญาณ มาทำความคิดให้แจ่มใส ทำใจให้สะอาด มาล้างกวาดอวิชชา ตัณหา อุปทาน ออกจากจิต ไม่ให้อวิชชาเข้ามาเกิดในดวงจิต ไม่มีตัณหา มาเป็นเจ้าเรือนในดวงจิต ไม่มีความยึดถือ เมื่อบุคคลผู้ใดมากลายกิเลสของตน กามชะโห่ ไม่ติดในกิเลสกาม ไม่ติดในพัสดุกาม ทุกฺกัชะโห่ ไม่ติดในความคิดความเห็น อวิชชาชะโห่ ไม่หลงไปเห็นว่าอวิชชาเป็นวิชา ปล่อยวางเสียได้ ไม่ยึดไม่ถือ ความชั่วก็ไม่ยึดไม่ถือ ความดีมีอยู่ในตนก็ไม่ยึดถือ ปล่อยดี คายความดี คายความชั่วออก ไม่ยึดชั่วเป็นของตน ไม่ยึดดีเป็นของตน ปล่อยวางตามสภาพ นั้นชื่อว่า อาสวักขยญาณ จิตนั้นก็ไม่มีอาสวะกิเลส นี่เรียกว่าเป็นตัว นิโรธสังจะ สำเร็จด้วยการประพฤติปฏิบัติให้เกิดวิชา นีริชาเกิดขึ้นจากภาวณาเป็นอย่างนี้ เป็นวิชาพิเศษ เป็น อุปริมะวิชา เป็นวิชาเบื้องสูงสำหรับศาสนา สบายละทีนี้ เราจะตายก็สบาย เราจะไม่ตายก็สบาย ไม่ต้องไปสร้างจรรวขึ้น ไปบนพระอังคาร อยู่ในโลกนี้แหละ แต่ไม่มีสิ่งใดสังหารได้ คือรู้ว่างสิ่งใดเป็นภัย เป็นโทษ ไม่จะต้องคนนั้นก็จะอยู่ด้วยความปลอดภัย ดวงใจก็มีแต่ความเบิกบานแจ่มแจ้งอยู่อย่างนี้เป็นนิจ

ฉะนั้น พวกเราควรจะต้องพากันฝึกหัด เข้มงวด พากันกวาดขัน ขมกข่มมัน เอาใจใส่ในข้อปฏิบัติ ก็จะเป็นไปด้วยความสำเร็จตามความมุ่งมาดปรารถนาของตนทุกรูปทุกนาม นี่แสดงถึงเรื่องวิชา โดยใจความสั้น ๆ ถ้าจะพรรณนาให้พิสดารไปนั้น ก็มีอาการมากมาย วิชาทั้งหมด สรุปแล้วก็เกิดจากความสงบ เมื่อจิตไม่สงบก็ไม่เกิดวิชา อย่างเก่งก็เกิดจากสุตะ ฉลาดจากการฟัง ฉลาดจากการพูด จินตะ ฉลาดในการคิดการไตร่ตรอง แต่คนเลิกคิดเลิกนึก ไม่ต้องคิดต้องตรอง แต่ฉลาดนั้นเป็นสิ่งอัศจรรย์มาก เป็นสิ่งทวนกระแสของโลก ธรรมดาโลกต้องศึกษาต้องเรียน ต้องเขียนต้องอ่าน ต้องคิดต้องนึก จึงจะเกิดความฉลาด แต่ในทางธรรม หยุดคิด หยุดนึก หยุดขีด หยุดเขียน หยุดจำ หยุดทำ จึงเกิดวิชาขั้นสูงได้เป็นของทวนกระแสโลก ซึ่งมนุษย์ทั้งหลายทำไม่ได้ยาก

ฉะนั้น เมื่อสาธุชนพุทธบริษัท ต่างคนต่างพากันได้ตั้งใจประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญจนเกิดวิชาแล้ว ก็จะสำเร็จตามความมุ่งมาดปรารถนา มีโดยได้แสดงมาในวิชาจรณะแต่เสมอเพียงเท่านั้น

จิตวิญญาณ

วัดโศการาม

2503

ในการประกอบกิจการงานต่าง ๆ วิธียะ ความเพียร และ ขันติ ความอดทน เป็นสิ่งที่พุทธบริษัททั้งหลายควรจะต้องปลูกฝังให้บังเกิดมีขึ้นในตนของตนอยู่เสมอ เพราะสิ่งนี้ในสมัยก่อนก็ดี สมัยนี้ก็ดี บางคนเป็นผู้ชอบการศึกษา บางท่านถึงกับอ่านหนังสือไม่ออกสักตัวเดียว ไม่ได้ศึกษาในทางปริยัติเลย เมื่อมีความพากเพียรปฏิบัติ สามารถที่จะอ่านหนังสือไทยออก ท่องหนังสือได้ บางทีก็ถึงกับมีสิทธิเข้าสอบตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียนเขาก็ได้ อย่างนี้ก็เคยปรากฏ ฉะนั้นจึงควรสำนึกในใจว่า สิ่งทั้งหลายหมดโลกนี้ย่อมสำเร็จมาได้จากความพากเพียร ให้สำนึกอย่างนี้ เราจะ เป็นมนุษย์ประเภทไหนก็ตาม จะเป็นผู้ฉลาดมากหรือเป็นผู้โง่มาก อ่อนการศึกษา อ่อนการสังคมก็ตาม ถ้ามีธรรมะข้อนี้ประจำจิตใจของตนอยู่ตราบใด บุคคลนั้นมิหวั่น ถ้าบุคคลใดฉลาดก็ตาม รู้มากตามตำรับ แก่สังคมก็ตาม แต่หากขาดความพากเพียรอย่างเดียว ไม่มีหวังที่จะให้สำเร็จ ลุล่วงไปในจุดหมายของตน ไม่ว่าแต่ในส่วนทางธรรม แม้ในทางโลกก็เหมือนกัน อันนี้พุทธบริษัททั้งหลายผู้มุ่งต่อความสุขอันเลิศ กล่าวคือ พระนิพพาน อันนี้แหละเป็นแม่เหล็กสำคัญ ให้ถือเป็นตัวที่หนึ่ง ตัวที่สองนั้นไม่สำคัญเท่าใดนัก แต่เป็นคู่มือกำกับ ถ้าตัวแรกมันเกิดขึ้น ตัวที่สองมันก็พลอยเกิด คือ ได้แก่ขันติ ทั้งสองตัวนี้แหละ เป็นสิ่งสำคัญที่สุด แต่ว่าถ้าเป็นผู้มีความพากเพียร ขันติมันก็มีในตัว เพราะเหตุใด? คนผู้มีความพากเพียรต้องมีอันตรายมากก็ดชวางเป็นธรรมดา แต่ถ้าเพียรจริง ๆ สิ่งนั้นมันก็ดับ ที่นี้เพียรจริง ๆ มันสำเร็จมาจากความอดทนเหมือนกัน ถ้าไม่มี ความอดทนความทน เพียรมันก็ไปไม่รอด ถ้ามีความเพียรประจำจิต มันครอบไปถึงตัวขันติด้วย ฉะนั้น คุณธรรมสองตัวนี้ ให้ถือว่าความอดทนเป็นตัวที่สอง ความพากเพียรเป็นตัวที่หนึ่ง เมื่อมีความเพียรประจำตนอยู่อย่างนี้เป็นนิจ สิ่งที่เรามุ่งหวังนั้นจะอยู่ลึกอยู่ไกลสักเพียงใดก็ตาม พระพุทธเจ้าของเราก็ได้ทรงพยากรณ์ล่วงหน้า ว่าคนนั้นจะสมหวังของเขาได้ ฉะนั้น จึงได้ปลงพุทธภาษิต รับรองให้พวกเรา เพื่อประกอบความเพียรอันนั้นว่า “วิริเยน ทุกขมจฺเจติ” บุคคลที่จะพ้นไปจากโลก บรรลุถึงพระนิพพาน ต้องอาศัยความเพียรเป็นรากเง้า ความเพียรจัดเป็นเครื่องดึงดูด ผลักดัน บุคคลผู้นั้น ให้ก้าวไปสู่พระนิพพาน

นี่พระองค์ได้ทรงพยากรณ์ไว้ก่อน แต่มีฉันทวิภูษิตซึ่งเกิดขึ้นจากอำนาจกิเลส มันตอบโต้วาทะของพระพุทธองค์ คือหมายความว่าไม่เชื่อ มันเชื่อตัวของมันเองเสียโดยมาก ไม่เชื่อคำรับรองของนักปราชญ์ ฉะนั้น มันจึงจะต้องล้มลุกคลุกคลานอยู่ในโลกนี้ คือ อาศัยเชื่อแต่ตัวของตัวเอง ตัวของตัวเองมันก็เป็นตัวกิเลส ตัวกิเลสนี้แหละ มันเป็นเครื่องกีดกันห้ามศรัทธาเรา มิให้เกิดความเชื่อในวาทะที่พระองค์ทรงทนายไว้ มิให้เราเชื่อในวาทะของพระองค์ที่ทรงทนายทักว่า บุคคลจะพ้นไปจากทุกข์ ต้องสำเร็จมาจากความพากเพียร เป็นแต่ได้ยิน แต่มันไม่รู้เรื่อง คือ เชื่อตั้งแต่แก่หู ความรู้ไม่ได้เข้าไปถึงดวงจิต ฉะนั้น มันจึงแตกสามัคคีกัน ตัวของตัวเองคนเดียวมันแตกความสามัคคีกัน คือ เมื่อเราได้ฟังคำพูด มันก็รู้ไปเสียอย่างหนึ่ง แต่เมื่อมันตรึกตรองทางจิตใจ มันก็รู้ไปเสียอีกอย่างหนึ่ง ไม่ค่อยจะตรงกัน เมื่อเป็นเช่นนี้แหละ จึงเกิดความลังเลสงสัย ไม่แจ่มชัดในดวงจิต ข้อปฏิบัติของเราจึงมีอาการลุ่ม ๆ ดอน ๆ ผิด ๆ ถูก ๆ จึงกลายเป็นไปโดยอาการเช่นนั้น

อันนี้ก็คือ อาศัยดวงจิตของบุคคลทั้งหลายนั้น ถ้าจะกล่าวโดยเฉพาะ มันก็มีใจอันเดียวสำหรับคน ๆ หนึ่ง แต่ที่นี้ เรื่องราวของใจ ทำไมมันถึงมากหนัก อันนี้มันเป็นปัญหาซับซ้อนกันอยู่เพราะเหตุใด เพราะว่าถ้าเราดูผืน ๆ ว่าตัวของคน ๆ หนึ่ง ก็มีจิตอันเดียว เราทราบดีกันแค่นี้ แต่อีกนัยหนึ่ง ท่านบอกว่า เรื่องของจิตวิญญาณนี้มันมากมายเหลือหลาย ไม่สามารถจะคณนํานับว่ามันมีอาการมากน้อยเพียงไร บางแห่งท่านก็แสดงไว้อย่างนี้ เป็นเหตุให้คิดขึ้นอีกอย่างหนึ่งว่า มันเป็นไปได้อย่างไร แล้วก็มาหวนดูนอกแบบก็ได้ความว่า ร่างกายของคนหนึ่ง ๆ มันไม่ใช่วิญญาณตัวเดียว มันหลายวิญญาณ วิญญาณของตนจริง ๆ นั้นละ หาไม่ค่อยจะพบ วิญญาณซึ่งมีอยู่ในตัวเรานี้แหละ มันอาจจะมียัง 3 วิญญาณ โดยย้อมี 3 วิญญาณ หนึ่งวิญญาณของตัวเองจริง ๆ ที่อุปติมาบังเกิดในครั้งแรก ซึ่งไม่มีวิญญาณอื่นมาเจือปน ในครั้งปฏิสนธิวิญญาณมีวิญญาณดวงเดียวเท่านั้น มีมากเหมือนกัน แต่ว่ามันตายเสียในเวลาจะมาถึงนั้น มันนับไม่ถ้วนเหมือนกันนะวิญญาณ แต่ว่าสเนหามิบุญกรรมตกแต่ง แย่งกันเกิด เกิดไม่ทัน ตายกลางทางเสียมากมาย ทีนี้เมื่อวิญญาณจริง ๆ ของเรามาเกิดขึ้น เป็นบุญของเราที่ได้ตั้งตัวขึ้น เมื่อเรามาเกิดเป็นวิญญาณขึ้นอย่างนี้ มันก็แก่ขึ้น ๆ รูปร่างลักษณะก็แก่ มันก็เริ่มมีวิญญาณอื่นมาแทรก เข้ามาแทรกซึ่งเราไม่รู้สึกรู้ตัว มาดูกันให้มันชัดเจน เวลาเราเติบโตขึ้นมา ตัวอย่างเช่น บางทีมีตัวสัตว์ออกมาจากท้อง ด้วยยาวตั้งคอก นี่มันอะไรกันนั้นนะ นั่นแหละมันตัววิญญาณนั่นเอง ไม่ใช่ตัวอื่น นี่เห็นชัด ๆ หรือนอกจากนั้นที่เขาเรียกว่าเชื้อโรค อย่างโรคบางชนิด มันเป็นตัวที่เดียว เกิดเป็นกลุ่มเป็นก้อน อย่างหนอง เขาบอกว่ามีถึง 8 ครอบ มี 12 จำพวก ซึ่งมีอยู่ในสรีระร่างกายของเรา นี่ลองคิดดูว่ามันเป็นตัวอะไร มันก็คือตัววิญญาณนั่นเองแหละ มันถึงเป็นได้เช่นนั้น เมื่อวิญญาณไม่มี มันจะมีตัวสัตว์ขึ้นมาได้อย่างไร ตัวสัตว์มันเกิดขึ้นจากตัววิญญาณ ต่อนั้นเราก็เห็นชัดเจน บางทีมันก็ได้ออกมาตามบาดแผลเยาะเย้ยในสรีระร่างกายของเรา ออกมาตามตา ตามหู ตามจมูก ตามฟัน บางทีก็ออกมาจากลำไส้ นั่นแหละ บางทีก็ออกปาก บางคราวก็ออกทวารหนัก เป็นตัวผู้ไปหมด นี่มันตัวอะไรกัน นี่แหละคือตัววิญญาณ วิญญาณอันนี้เห็นชัด แต่วิญญาณอีกอย่างหนึ่งซึ่งเป็นของ

ลึกกลับ ยังไม่มีรูปปรากฏให้เห็นได้ชัด นอกจากผู้ปฏิบัติทำจิตใจของตนให้เกิดวิชา นั่นวิญญาณ ซึ่งมาแอบอาศัยอยู่ในสรีระร่างกายของเรา ยังมีอีกพวกหนึ่ง วิญญาณของเราจริง ๆ นั่นอีก ชนิดหนึ่ง มีตัวเดียวเท่านั้น วิญญาณที่มาแอบอยู่ในร่างกายของเรา อันนี้ก็บอกไม่ถูกว่ามากน้อย เพียงไร บอกไม่ได้ วิญญาณที่มีรูปปรากฏเป็นตัวเป็นตนมันก็มีมาก วิญญาณที่ยังไม่มีรูปปรากฏ แต่มาศีรูปของเรา ก็บอกไม่ถูกว่ามันมากน้อยเพียงไร นี่เมื่อเป็นเช่นนี้ก็รวมเรียกว่า จิตวิญญาณ นั้นละ มันมีอยู่ 3 จำพวก

เมื่อเรื่องราวมันมากอย่างนี้ ท่านจึงสอนว่า อย่าไปเข้ากับตัวมันละ มันไม่ใช่ตัวของเรา มันไม่ใช่เรื่องของเรา บางทีจิตของเรามันไม่มีอะไรเลย แต่มันจะเป็นไป ใจก็ไม่อยากเป็น แต่เรื่อง มันจะเป็นไป นั่นแหละวิญญาณบ้า ๆ บอ ๆ นั่นแหละ มันเข้ามาแทรกแซง มาซึ่มซาบถึงกับ วิญญาณของเรา เราก็เป็นไปตามมัน สัตว์บางพวกมันมาแอบอยู่ในร่างกายของเรา มันยังไม่มี รูปปรากฏ สัตว์พวกนี้มันก็โกรธเป็นเหมือนกัน โลกเป็นเหมือนกัน หลงเป็นเหมือนกัน เกลียดเป็น เหมือนกัน รักเป็นเหมือนกัน เมื่อมันเกิดขึ้นของมัน บางทีมันอยู่ใกล้เรา ตัววิญญาณของเราก็คล้อย เป็นไปกับมันด้วยโดยไม่รู้สึกรู้สิดู นี่เรื่องจิตมันถึงได้มากมาย มันเป็นไปได้ ก็ลองคิดกันขึ้น ๆ ว่า สมมติว่าลูกของเราอยู่กับลูกของเรามันนั่งทะเลาะกันอยู่ต่อหน้า มันก็พลอยจะทำใจของเรานั้น ให้ใจเราเสียไปด้วย ซึ่งเราไม่ได้ทะเลาะกับมันเลย มันก็เนื่องถึงกัน ในที่สุดก็พลอยบาดหมาง ไปกับเขาด้วย นี่ท่านจึงว่า “ยิ เว เสวติ ตาภิโส” เมื่อไปอยู่ใกล้กับบุคคลชนิดไหน เราย่อมเป็นไป ด้วยบุคคลชนิดนั้น นี่ท่านก็ทรงตรัสไว้แล้ว ว่าเป็นจริงอย่างนั้น

ฉะนั้น ท่านจึงให้พินิจพิจารณาว่า ใจของเรามันหลาย ๆ ใจนะ มันอาจเป็นใจของสัตว์ มันไม่ใช่ใจของเราเป็น เขาเป็น แต่เรามันอยู่ใกล้เขา ก็พลอยจะโอนเอียงไปกับเขา เหตุนี้ท่านจึง สอนว่ามันเป็น อนัตตา วิญญาณมันเป็นอนัตตา อย่าไปยุ่งกับมัน ต้องอาศัยความพากเพียร อดทน ข่มมันไว้ ถ้ามันหายไปเมื่อไรใจก็สบายเบิกบานขึ้น ก็มันไม่ใช่เรื่องของเรานี้ มันเรื่องของเขา ต่างหาก ถ้ามันเรื่องของเร เวลามันเป็น เราก็ควรจะเบิกบานพอใจ หายแล้วก็ควรจะเบิกบานพอใจ บางสิ่งบางอย่าง เวลามันเกิดขึ้นในจิตนั้นนะ มันก็ยินดีไปด้วยบางครั้ง บางคราวเปล่าไม่ยินดี มันแย่งกันอยู่อย่างนี้แหละ บางทีวิญญาณอื่นมันหลายตัว มันหลายความคิด มันมากกว่าเรา เราก็ พลอยเป็นไปกับมัน เมื่อเป็นไปกับมัน เราก็พลาด เมื่อพลาดกระทำผิดลงไป ทีนี้มันก็มาเกิด ความเสียใจขึ้นทีหลัง นั้นเราทำไปตามเขานะ ไม่ใช่เราทำไปตามใจเรา นี่ให้สำเหนียกรู้อย่างนี้ จึงเรียกได้ว่าเรารู้เรื่องของวิญญาณ ท่านกล่าวสั้น ๆ ตัดใจความไว้ อย่างที่เราฟังกันยาก วิญญาณ มันไม่ใช่ตัวของเรานะ ท่านพูดแค่นี้ฟังไม่ออกเลย มันจะออกอย่างไรละ ใจไม่ตั้งเป็นสมาธิ ก็ฟัง คลุมกันไป ก็นึกได้แต่ว่า วิญญาณก็มีแต่ใจของเรา นึกได้แค่นี้แหละ ทีนี้มันก็เข้ากับตัวละซี อันนั้น มันก็เป็นเรา อันนี้มันก็เป็นเรา มันก็เข้ากับตัวละซี มันจึงไม่รู้เรื่องวิญญาณ นี่เมื่อเรารู้จักพิจารณา พิจารณาอยู่อย่างนี้ ว่าวิญญาณของเราจริง ๆ เป็นอย่างไร มันชื่อสัตย์สุจริตต่อเราจริง ๆ นะ มีไหม

ถ้าหากว่าเราชอบอย่างนี้ มันถูกมันดี แล้วเราก็กทำตามความคิดเห็นจนสำเร็จ นั่นแหละเรียกว่า เชื้อตน ทีนี้เราทำอย่างนี้ แต่เราก็ไม่ค่อยชอบใจ อยากจะทำบ้าง ไม่อยากจะทำบ้าง นี่มันแบ่งส่วน เช่นนี้ ก็ฟังทราบ ว่า เราไปเสพคนพาลเข้าไปแล้วแหละ ไปเสพวิญญูณบางอย่างซึ่งมาชักชวน เอาเสียแล้ว ตอนนี่เราต้องอดทน ต้องอดกลั้น ต้องกักต้องขัง ความรู้อันนั้นให้อยู่คงที่ คือ ตั้งสติ กำหนดพิจารณาว่าวิญญูณตัวนี้แหละ มันเป็นตัวไหนแน่ มันเป็นตัววิญญูณของเราจริง ๆ หรือ หรือเป็นวิญญูณอื่นเข้ามาแทรก ทำให้วิญญูณของเราลุ่มไปตาม เมื่อลุ่มไปตาม ทำกรรมที่ผิด ล่วงแล้วเสียใจ อันนี้เรียกว่า ถูกวิญญูณหลอก

ที่ท่านบอกว่าวิญญูณมันไม่ใช่ตัวของเรา มันเป็นนัตตา ท่านพูดอย่างนี้ แต่เราฟังไม่ออก นี่วิญญูณอันหนึ่งคือจำพวกวิญญูณของเราจริง ๆ วิญญูณของเราจริง ๆ มันชื่อสัตย์ต่อเรา สมมติอย่างนี้ว่า พรุ่งนี้เราจะไปวัดหรือไปฟังเทศน์ นี่ไปวัดไปฟังเทศน์ทำความดี มันเป็นความดี ที่เราชอบใจ ให้ผลแก่เราจริง แน่ชัดในใจ แต่พรุ่งนี้มันแปรไปเสียแล้วละ คือมันแปรไป ก็ฟังทราบ เสียเถิดว่า วิญญูณของเรามันไปเจอกับวิญญูณอะไรเข้าเสียแล้ว ต้องสำเหนียกอย่างนี้ อย่าไป นึกว่าเป็นตัวเราจริง ๆ ใจความคิดใหม่จะมาเลิกความดีนี้ ไม่ใช่ตัวเราหรอก มันโกงต่อตัวของ ตัวเอง มันไม่ใช่เราละ ธรรมดาตัวของเราเองนะ มันไม่โกงตัวเองหรอก มันชื่อสัตย์ เมื่อมันตั้งจิตใน จุดอะไรที่เป็นความดี มันต้องทำให้สำเร็จ ได้ผลความดีเกิดขึ้นเบิกบานใจ นั่นลักษณะอย่างนี้เป็น จิตวิญญูณของเราจริง ๆ ชื่อสัตย์ต่อตัวของเราได้จริง ไม่โกง โดยมากคนเรานะมันโกงเสีย โดยมาก ไม่ใช่ตัวโกงนะ ตัวมันดี แต่มันมีวิญญูณอื่นมาแทรกซึม มันเลยพาเราโกงไปด้วย นั่น ท่านจึงบอกว่า “อเสวนา จ พาลาน” ถ้าใครไปเสพกับวิญญูณนั้นบ่อย ๆ คนนั้นเสีย “ปณฺธิตานญจ” ให้ทำจิตของตนคงที่ อย่างเราคิดจะสร้างความดี ให้มันดีเรื่อย จนได้ทำความดีให้สำเร็จตามความ มุ่งหมาย นั่นแหละเป็นตัวเรา วิญญูณอื่นไม่เข้ามาแตะต้อง ถ้าหากว่ามีความคิดลุ่มเลิกทอดย ปล่อยความพากเพียร นั่นฟังทราบเถิด เราไปเสพคนพาล ไปเสพวิญญูณอื่นนอกไปจากตนเสีย แล้วแหละ ให้เข้าใจอย่างนี้ นี่จำพวกหนึ่ง

แต่ถ้าจะพรรณนาถึงเรื่องวิญญูณที่อาศัยอยู่ในร่างกายเรา มันมาก วิญญูณที่อาศัยอยู่ มีอยู่สองลักษณะ บางวิญญูณมันตรงกับเรา บางวิญญูณมันไม่ตรงกับเรา อย่างเราอยากทำ ความดี เปเรตมีบางจำพวกมันก็อยากสร้างความดี แต่มันสร้างไม่เป็น มันเลยมาอาศัยร่างกาย ของเราพาทำความดี อย่างนี้ก็มี วิญญูณบางอย่างมันมากก็เพื่อจะเป็นผู้มาสังหารล้างผลาญความดี ของเรา นั่นคือ อาจจะเป็นศัตรูของเราแต่ชาติก่อน เราเคยเบียดเบียนเขา เราเคยสังหารเขา เราเคยกักกันเขา เราเคยตัดความดีของเขา เขาพยายามหาเรา มาพยายามคอยห้ามมรรคข้อปฏิบัติ ของเราไม่ให้เจริญก้าวหน้า มันจะมากกระซิบกระซาบว่า หยุดเถอะ ๆ มันจะตาย หรือมันจะยากมัน จะจน ผ่านมันจะตกแตกมันจะร้อน มันเข้ากินไป มันสลายกินไป มันก็ว่าเรื่อยไปแหละ นี่วิญญูณ บางพวกซึ่งเป็นศัตรูแก่เรา มันไม่ตรงกับเราก็มีย บางวิญญูณก็เป็นญาติเป็นมิตรเป็นเพื่อนเป็น คนรักใคร่นับถือ จะมาทำบุญทำกุศลก็ทำไม่ได้ ก็มาอาศัยอยู่ในร่างกายของเรา เพื่อจะได้ให้พระ

สวตมณต์บันคาถากับเขาบ้าง อย่างนี้ก็มี ฉะนั้น จิตของเรานะ บางคราวก็เหมือนกับผียักษ์ มันไม่น่าจะเป็นไปได้ แต่มันก็เป็นไปได้ทั้ง ๆ ที่เราไม่ชอบ มันก็เป็น บางคราวก็เหมือนกับเทวบุตรเทวดา ใจดี เขาค่าโคตรแม่ก็ไม่โกรธ บางคราวคำพูดไม่น่าโกรธ โกรธน่าเกลียดจนได้ เรื่องวิญญูณมันเป็นอย่างนี้ สับสนปนเปกันอย่างมาก มันมีมาแทรกในร่างกายของเรา ให้พึงทราบโดยอาการอย่างนี้

วิญญูณอีกจำพวกหนึ่ง มันก็เป็นเจ้ากรรมเจ้าเวร มันมากินเนื้อของเรา ให้แห้วไปบ้าง กินจุมูกขาดไปบ้าง ทำลายรูปโฉมให้เสียรูปร่าง กินหูขาดไปบ้าง บางทีกินริมฝีปากข้างล่าง เหลือไว้แต่ฟันให้อับอายขายหน้า บางทีก็กัดหูไปข้างหนึ่ง บางทีก็กัดจุมูกโหว่ไปถึงหน้าผาก บางทีก็กัดตา บางทีก็กัดมือ กัดตีน บางทีก็กัดไปทุกแห่งทุกหนนั่นแหละ ทำให้เปื่อยพัง เป็นเชื้อโรค นี่พวกเจ้ากรรมเจ้าเวรเหล่านี้แหละ แต่ก่อนเราก็คงจะทำกับเขาไว้ ในชาตินี้มันจึงตามมาเล่นงานเรา ซึ่งเป็นตัววิญญูณชัด ๆ คือตัวหนอนเป็นต้น ตัวหนอนมันก็มาช่วยกินอาหารในไส้เรา แต่ก่อนเราก็คงจะไปแย่งกินเนื้อเขาบ้าง กินหนังเขาบ้าง บัดนี้มันก็มากินเนื้อกินหนังเรา กิน กินหมด มีงมีอะไร ภูกินให้หมด นี่เราจะรักษายังไง มันมากินข้างนอกให้แลเห็น ไส้ให้มันหนี ฝ่าไปกินในกระเพาะ ฝ่าไปกินในลำไส้ ฝ่าไปอยู่ถึงข้างในตัวเรา เอาละซีทีนี้ มันแย่มองไม่เห็น กำจัดได้ยาก นี่มันก็เล่นงานเราเรื่อยไป กิน ๆ เข้าไป กินไปตามลำไส้ กินไปตามกระเพาะ กินไต กินตับ กินปอด กินไปตามเลือด กินเส้นโลหิต กินขน กินไปจนหมดทุกอย่างทุกอัน กินข้างนอก กลายเป็นโรคผิวหนัง กินข้างใน ก็เป็นตัวหนอนเป็นตัวโรค ก็เล่นงานเราอยู่เรื่อยไป มันเองมันก็รบกัน มันหลายจำพวกนี้ หนอนมีตั้ง 108 จำพวกอย่างพิสดาร เมื่อมันอยู่มาก ๆ มันก็ย้อมทะเลาะกัน เป็นธรรมดา มันก็ยุ่งกันอยู่ในบ้านของเรานั่นแหละ เราจะทนไหวที่ไหนเล่า บางคราวก็เป็นไปกับมันไม่รู้ตัว เป็นไปได้เพราะอะไร พวกมันมากเหลือเกิน มันทนไม่ไหว พวกสัตว์ในร่างกาย บางทีมันก็โกรธกัน ตีกัน มันทะเลาะกัน เดินทางสวนกัน เจาะกันเข้า มันก็ตีกัน กัดกัน ทำให้เราคันหลัง คันหน้า ยิบ ๆ แสบ ๆ นั่นแหละพวกหนอนมันตีกันละ เดินไปในตัวของเราเหมือนกับพื้นแผ่นดินนั่นแหละ เส้นโลหิตมันปั่นถน สัตว์มันก็เดินไปตามเส้นโลหิต ตัวโน้นก็เดินมา ตัวนี้ก็เดินมา เจาะกันเข้า บางทีก็สันทนากัน มันพูดกันละซีทีนี้ บางทีพูดกันไม่รู้จักหยุด นอนค้างคืน ชักตรงนั้นแหละ กินก็ตรงนั้นแหละ เอ้า! เกิดเป็นคุ่มเป็นต่อมขึ้นมาแล้ว นั่นแหละ มันเป็นกระต๊อบสำหรับอาศัยของพวกตัวสัตว์ ตัววิญญูณ มันก็เป็นไปกันอยู่อย่างนี้เรื่อยไปแหละ

ร่างกายเรามันก็เหมือนกับโลก อย่างในโลกเรามีทะเล มีต้นไม้ ภูเขา เทวาลัย มีพื้นแผ่นดินปฐพี ร่างกายเราก็ก็นั่นแหละ เส้นโลหิตทุกเส้น มันเป็นทางเดินของสัตว์ มันเดินตามเส้นโลหิตก็มี เดินตามเส้นลม เดินตามเส้นไฟ เส้นบางเส้นเป็นเส้นตัน ไม่มีโพรง นั่นเปรียบเหมือนถนนตัน เส้นที่มีโพรง ลมมันเดิน เลือดมันเดิน ก็เหมือนกับแม่น้ำ ห้วยหนองคลองบึง ทางเดินเรือ เรือมันเดินก็มีพวกที่ไปเรือ ที่นี้เรือมันชนกันเข้า มันเป็นอย่างนี้ เหตุนี้คนเราจึงเจ็บที่โน้นที่นี้ ปวดแสบปวดชา เจ็บเส้น เจ็บเอ็น บีบไปเกิด นวดไปเกิด นี่เรื่องของวิญญูณ ที่มันมาอาศัยอยู่ในร่างกายของเรา บางพวก

มันก็อยู่ตามหลุมตา บางพวกก็อยู่ตามหลุมหู บางพวกก็อยู่ในรูจมูก บางพวกก็อยู่ในปาก อยู่ในลำคอก็มี อยู่ตามเหงือกก็มี พวกเหล่านี้มันก็เหมือนกับคนเรานั้นแหละ แต่เราฟังภาษากันไม่ออก มันทำมาหากิน มีอาชีพ มีลูกมีเมีย มีที่อยู่อาศัย มีทางเดินสัญจรในร่างกายของเรายุ่งไปหมด นี่ตัววิญญาณซึ่งอยู่ในสังขารของเรา มันเกิดสงครามกันก็ได้เหมือนกัน เกิดรบอย่างมดดำมดแดง มันรบกันนะ เคยเห็น บางทีจิ้งจอกกับเขียดรบกันก็มี ในร่างกายเราก็ก็นั่นแหละ หนีไปพื้นที่ไหน สัตว์ที่อยู่ตา มันก็ถือว่าบ้านของมัน สัตว์ที่อยู่หู มันก็ถือว่าบ้านของมัน สัตว์ที่อยู่ตามเส้น มันก็ถือว่าบ้านของมัน บางทีก็ไปแทรกแซงแย่งที่อยู่กัน เกิดเรื่องเกิดราว นี่วาทนามันเกิดจากพวกวิญญาณก็มี นี่มันถึงได้เป็นไปโดยอาการต่าง ๆ บางชนิดมันเกิดโรคเกิดภัย บางชนิดมันคอยเกิด วิญญาณที่ยังไม่มีรูป มันก็คอยอาศัยเลือดของเราในร่างกายตั้งขึ้นเป็นต่อม เช่นผีบ้าผีเพล้ง กลายเป็นตัวหนอนขึ้นมาในที่นั้น นี่มันได้รูปปรากฏให้เห็นตัว ถ้ายังไม่ปรากฏมันก็ไปเที่ยว เสียว ๆ วิบ ๆ แวบ ๆ ยิบ ๆ แยบ ๆ คันหน้าคันตา นี่เป็นเรื่องของวิญญาณทั้งนั้น

เหตุนี้สรุปแล้ว ก็มีอยู่ 3 พวก 3 ผุ้ ผุ้ใหญ่ ๆ ทั้งนั้นแหละ ผุ้หนึ่ง ก็คือพวกสัตว์ซึ่งมีรูปอาศัยในร่างกายของเราพวกหนึ่ง วิญญาณซึ่งยังไม่มีรูปอาศัย แต่อาศัยร่างกายของเราอย่างหนึ่ง อีกอันหนึ่ง คือจิตวิญญาณของเราจริง ๆ มันถึงมี 3 พวก สามจำพวกนี้มันคลุกกันหมด อะไรมันเป็นวิญญาณของสัตว์ที่มีรูป ไม่รู้ อะไรมันเป็นวิญญาณของสัตว์ยังไม่ได้ตั้งรูปปรากฏ ไม่ทราบอันใดที่เป็นตัวจิตวิญญาณของเราจริง ๆ ก็ไม่รู้ นี่จะไปรู้ขั้นไหนได้อย่างไรกัน “วิญญาณกฺขนฺโธ” นะ จะไปรู้ได้อย่างไร ที่ว่าวิญญาณไม่ใช่ตัวตน ไปรู้แต่วิญญาณ ๆ เท่านั้น มันรู้อย่างเชือกที่มันหย่อน ๆ ยาน ๆ มันลากดิน นี่คำที่ว่ารู้วิญญาณ ที่เรียกเป็นอนัตตาก็เหมือนกัน รู้ตามเขาว่า นี่เมื่อเรามีปัญญา มีปัญญาญาณเกิดขึ้นในจิต จึงจะรู้เรื่องของวิญญาณ ที่ท่านกล่าวว่า ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อย่างที่ท่านแสดงว่า จักขุธาตุ รูปธาตุ จักขุวิญญาณธาตุ นี่ที่จะรู้ได้ถึงอาการ 3 อย่างนี้ ต้องอาศัยความรู้อย่างว่านี่ อย่างที่รู้จักว่า จักขุธาตุ ตาของเรามันมีวิญญาณก่ขึ้นนิด มันมีวิญญาณก่ขึ้นนิดตาเรา เมื่อมันไปเห็นรูปปรากฏ รูปที่ปรากฏนั้นที่มันมีความรู้ขึ้นนะ มันเป็นความรู้ของเราจริง ๆ หรือ หรือเป็นความรู้ของวิญญาณที่มาแทรก ซึ่งยังไม่มีรูปปรากฏ หรือเป็นวิญญาณที่มีรูปปรากฏมาแทรก มันจึงทำจิตของเราให้สังเลรวรน ไม่ค่อยจะแน่นอน นี่วิญญาณที่เกิดในตา 3 จำพวก จำพวกที่มันไปเห็นรูป มันแสดงท่าทีก่ขึ้นนิด นี่ที่แสดงท่าทีนี้ มันเป็นวิญญาณของเราจริง ๆ หรือ หรือเป็นวิญญาณของสัตว์บางจำพวก หรือเป็นวิญญาณของสัตว์ไม่มีรูปปรากฏ ไม่รู้ ไม่รู้เรื่อง เมื่อไม่รู้เรื่องอย่างนี้ ที่เรียกว่า “จักขุธาตุ รูปธาตุ จักขุวิญญาณธาตุ” รู้ได้ที่ไหน ไม่ได้ ไม่มีความรู้ ไม่มีปัญญา ไม่มีญาณ “โสธธาตุ” หูของเราซึ่งเป็นบ่อเกิดของวิญญาณ วิญญาณตัวไหนมันมาเกิดก่อน รู้ไหม ไม่รู้ วิญญาณของเราจริง ๆ หรือ ที่มันออกมาหูนั้นได้ยินเสียงนั้นนะ มันเป็นสัตว์มาแอบอิงอาศัยฟังหรือ หรือเป็นสัตว์ที่ไม่มีรูป หรือเป็นวิญญาณของเราจริง ๆ ตรวจดูให้มีความรู้เสียก่อน ผลที่มันเกิดขึ้น ฟังทราบเถิดว่า เมื่อเราได้ยินเสียง เราชอบใจ แต่เสียงนั้นไม่ดี แต่ชอบใจ นี่มันไม่ใช่วิญญาณของเรา มันไม่ซื่อสัตย์ต่อเรา นี่เสียงบางอย่าง มันเป็นเรื่องที่ดีที่ชอบ

แต่เราไม่พอใจ นั่นก็ฟังถือว่า มันไม่ใช่วิญญาณของเรา มันคงจะมีอะไรมาแอบแฝง ต้องสำรวจดู
 นี่มันมีหลายจำพวก บางทีเราไม่พอใจเสียง แต่มันเป็นเรื่องที่ถูกที่จริง แต่เราไม่พอใจ นี่เราก็เลยถือ
 ว่าเรื่องพอใจหรือไม่พอใจเป็นเราไปเสียหมด ไม่เคยคิดว่า วิญญาณเป็นอนัตตา ไม่เคยคิด เมื่อเป็น
 อย่างนี้ ที่นี้หูมันก็หนวก ตัวไม่ได้ฟัง พวกเปรตมาแอบอาศัยฟังไม่รู้ มันจะจำได้ที่ไหน จิตมันไม่ได้
 ติดตัว มันไม่ได้ฟัง เปรตมันมาฟัง ผีมันมาฟัง อสุรกายมาแทรก ตัวเราเองก็ไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจ
 ตัวเราจริง ๆ ไม่ได้ฟัง ไม่ได้วิตก วิจารณ์ ได้แต่พวกฝูงมาร ผีเปรต หรืออสุรกาย มาแอบแฝง เลยถือ
 ว่าเป็นตัวเราไปเสียหมด จึงเรียกว่าตามืดเป็นอวิชชา ทุกข์เป็นอวิชชา นี่คือไม่รู้จักเรื่องของวิญญาณ

“จักขุธาตุ รูปธาตุ จักขุวิญญาณธาตุ” นี่มีอยู่ 3 อย่าง เมื่อตามันเห็นรูปบ้าง วิญญาณอะไรมัน
 ออกไป เคยตรวจไหม เปล่า ไม่เคยตรวจเลย ไม่รู้ว่าเป็นวิญญาณของเราจริงหรือไม่จริง เป็น
 วิญญาณของพวกสัตว์มาอาศัยแอบจริงหรือไม่จริง วิญญาณของสัตว์ที่มีรูปหรือไม่มีรูป มีหรือเปล่า
 จริงหรือไม่จริง ไม่เคยรู้เลย ก็ไม่เคยรู้เลยอย่างนี้จะเป็นผู้รู้ได้อย่างไร “โสตธาตุ สัทธาธาตุ โสต-
 วิญญาณธาตุ” ไม่รู้ นี่โสดเรื่อยไปแหละ “ฆานะธาตุ” ก็เหมือนกัน “ฆานะธาตุ” คือจมูก เป็นป่องเกิด
 ของกลิ่น เป็นป่องเกิดของจิตวิญญาณ วิญญาณของเราเนะ บางทีมันชอบกลิ่นอย่างนี้ เป็นสิ่งที่
 ถูกต้องตามทางธรรม มันก็แสวงหากลิณนั้น ให้สำเร็จเป็นบุญเป็นกุศลขึ้น บางคราวก็ล้ม เป็นแต่ชอบ
 แต่มันล้มความคิด ไม่ทำตามความคิดของตัว บางคราวมันก็ไม่ชอบ ตัวอย่างเช่น กลิ่นบางอย่าง
 มันไม่ชอบแต่มันก็ทำเอา กลิ่นบางอย่างมันชอบ แต่มันไม่เอา บางสิ่งบางอย่างกลิ่นมันชอบ จิตของ
 เราก็ตอบ ถูกต้อง เรื่องของกลิ่นมันก็มีอยู่ กลิ่นมันเกิดจากจมูก วิญญาณมันก็เกิดจากจมูกเหมือนกัน
 มันอาศัยจมูกของเรา ไม่รู้ก็ร้อยวิญญาณ บางทีมันรู้ก่อนเรารู้ มันส่งข่าวให้เราหลงไปเลยก็มี
 กระซิบกระซาบ ปลุกปลอบดวงจิตของเราให้หลงไปตาม เราก็หลับตาไปตามมัน เหมือนหมึกินผึ้ง
 หลับตาแล้วก็กินไปเกิด ตูดกินแต่น้ำผึ้ง ส้มตากก็ไม่ได้ ผึ้งมันจะต้อยเอวกระบอกตา เราก็เหมือนกัน
 เมื่อวิญญาณมันมากกระซิบกระซาบว่า ไปเกิด ไปกับมัน ว่าแต่ตัวเราเป็น ว่าแต่ตัวเราไป มันเอาตัว
 อะไรมาเข้าแทรกแล้วก็ดึงไปเหมือนกับคนทรงเจ้าทรงผีนั่นแหละ มันก็ว่าไปตามเรื่องของมัน
 มันเป็นอย่างนี้แหละ “ชีวหาธาตุ” ลิ่นเป็นป่องเกิดของรส รสมันมาสัมผัสในลิ้น เกิดความรู้สึกขึ้น
 เรียกว่าวิญญาณ วิญญาณที่มันเกิดขึ้นนะ วิญญาณอะไรมันเกิดก่อน วิญญาณของสัตว์มันอยู่
 ตามเกษตรของลิ้นเราก็มืด มันอาจจะรู้สึกได้ว่าเรารู้ได้ ตัวอย่างเช่น อย่างนี้กินไม่ได้ แต่มันอยากกิน
 ไร่มันอยากกินนั้นนะเพราะอะไร บางทีเราไม่อยาก แต่วิญญาณของสัตว์มันอยาก ชื่นกินเข้าไป
 เกิดโรค ทั้ง ๆ ที่เรารู้อยู่ แต่มันก็อยากกิน นี่เรียกว่าหลงรส หลงวิญญาณ วิญญาณมันมีอยู่
 3 ชนิด ดังกล่าวแล้ว มันเป็นวิญญาณของเราหรือเปล่า ไม่เคยสำรวจ หรือมันเป็นวิญญาณของ
 พวกที่ยังไม่มีรูป หรือเป็นวิญญาณที่มีรูปตั้งอยู่ ปรากฏขึ้นที่ในปากของเรา ไม่ทราบ เมื่อไม่ทราบ
 อย่างนี้ คนเรามันถึงพูดกันปน ๆ ปี่ ๆ พวกผีเหล่านี้มันพาพูด พูดกันให้เราขัดให้เราแสบ ตัวเจ้าของ
 จริง ๆ มันไม่อยากจะพูด แต่มันก็พูด นั่นแหละ เราไปเสพคนพาลวิญญาณอสุรกาย ไม่ทราบ จนราชนั้น

เสียไปแล้วถึงทราบภายหลัง อย่างนี้มันถึงเสียท่า จึงเรียกว่าไม่รู้จักวิญญาณในขั้นห้า แล้วก็สวด “วิญญาณธ อนุตตะ ๑ ตา ๑” กันเรื่อยไป แต่ไม่รู้อะไรเลย นี่เมื่อเป็นขั้นนี้ ท่านจึงเรียกว่า อวิชชา

ที่นี้ในส่วนกายของเราก็เหมือนกัน กายเราเป็นบ่อเกิดของผัสสะ ผัสสะมากระทบกายเข้า มันรู้ได้ทุกสิ่งทุกอย่าง เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ทราบ ความทราบในผัสสะทั้งหมดนั้น ท่านเรียกวินญาณ มันเป็นวิญญาณของใครก็ไม่เคยสำรวจ เลยถือว่าเราหนาวจริง ๆ บางทีก็เลยถือว่า เราร้อนจริง ๆ นี่บางทีมันไม่ใช่เราสักนิด เหมือนกับคนถูกผีสิงนะ คนถูกผีสิงเป็นยังไง เหมือนคนไม่เคยกินเหล้า พอผีเข้าสิงปั๊บมันดื่มเหล้าสองสามแก้ว กินอย่างสนุกสนาน ถ้าออกไปละ คนที่ไม่เคยกินเหล้ามาแย เพราะอะไร เพราะมันมีวิญญาณอื่นเข้ามาสิง ตัวจริง ๆ มันไม่เคยกินเหล้า แต่มันกินเวลาวิญญาณอื่นเข้ามาสิง ดวงจิตของเราก็เหมือนกันนั่นแหละ เมื่อวิญญาณพวกนี้มันกำเริบขึ้น ถึงแม้เราไม่ต้องการ มันก็ทำ วิญญาณบางพวกมันชอบหนาว วิญญาณบางพวกมันชอบร้อน คือสัตว์บางพวกอยู่ในโลกเหมือนกัน บางพวกชอบอากาศร้อน บางพวกชอบอากาศหนาว บางพวกชอบกินของแข็ง บางพวกชอบกินของอ่อน อย่างตัวด้วง ตัวมด มันกินของแข็ง สัตว์ในตัวเราก็เหมือนกัน บางตัวกินกระดูก กินของแข็ง กัดเนื้อขาดเป็นชิ้น ๆ ไปเลย บางพวกกินน้ำ บางพวกชอบร้อน บางพวกชอบหนาว ที่นี้พอมันหนาวขึ้นมา เราก็อ๋ว่าหนาวจริง ๆ ไม่เคยนึกว่าอะไรพาหนาว ถ้ามันร้อนจริง ๆ อะไรพาร้อนก็ไม่ทราบ เราก็อ๋ว่าแต่เราเป็น ว่าเราเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เรากลายไปเป็นผีกับเขาเมื่อไร ไม่ทราบ

นี่ท่านจึงเรียกว่า ไม่มีปัญญาความรู้ ไปรู้ไปหลงวิญญาณ ไม่ถูกกับพุทธบรรพการกล่าวว่า วิญญาณมันไม่ใช่ตัวของเรา ไม่ถูกเลย ตัวเราจริง ๆ มันมีตัวหนึ่ง มันไม่ยุ่งยากวุ่นวายอย่างนี้

นี่ส่วนในใจของเราละ ก็เช่นเดียวกัน ถูกผีอะไรสิงมันก็เป็นไปได้ต่าง ๆ ธรรมารมณ์ อารมณ์ที่นึกคิดในดวงจิต อารมณ์ที่เป็นเหตุให้คิดให้นึก มันเกิดจากเหตุ มันอาจจะมีความรู้วิญญาณอื่น เข้ามากระทบกระเทือน ความคิดของสัตว์ที่มีรูป คิดมาถึงตัวเรา วิญญาณของสัตว์ที่ไม่มีรูป บางอย่างมีข้อผูกพันกับเรา แล้วก็ทำให้จิตของเราเป็นไปด้วย นี่อันนี้ก็พึงทราบเถิดว่า อ้อ มันมีเรื่องแทรก เรื่องที่แทรกนั้นมันเป็นเรื่องอารมณ์ของคนอื่น เป็นอารมณ์ของสัตว์ เป็นอารมณ์ของเทวดา เป็นอารมณ์ของพวกวิญญาณที่เป็นอสุรกาย เราก็ต้องอ่านให้มันทราบ เมื่อทราบได้เช่นนั้น ดวงจิตของเรามันก็ไม่มีความคิด จิตมันมีดวงเดียว วิญญาณก็มีตัวเดียวไม่มาก เมื่อหนึ่งมันก็ต้องหนึ่ง ที่นี้ หนึ่งมันกลายเป็นสองเป็นสามไปเรื่อย ถ้ายทอดกันไม่รู้จักจบ นี่จึงเรียกว่า ปิตทวาร

อวิชชาปิดตา ไม่รู้จักวิญญาณที่สร้างบ้านอยู่ในลูกตา อวิชชาปิดหู พวกวิญญาณสัตว์มาสร้างบ้านอยู่เต็มหูหมด อวิชชาปิดจมูก พวกวิญญาณของสัตว์มาสร้างบ้านอยู่ในจมูก ปิดลิ้น วิญญาณของสัตว์มาสร้างบ้านสร้างเมืองอยู่ในลิ้น ปิดกาย วิญญาณของสัตว์ทั้งหลายสร้างบ้านอยู่ทั่วไปทุก ขุมชน ส่วนวิญญาณของตนตัวเดียวเท่านั้น รู้เขาไม่ไหว เหตุนี้ความพากเพียรของเราจึงย่อหย่อน เพราะไม่รู้เรื่องราวของเขาเหล่านี้ นี่คือการ มันมาปิดหู ตา จมูก ลิ้น กาย จิต มองไม่เห็นทิศเห็นแนว

คุณธรรมจึงไม่มาเกิดขึ้น เมื่อเรามาทำลายล้างผลาญบ้านช่องของอวิชาเสียได้ ที่นี้รู้เรื่อง ไม่ต้องทำอะไรหรอก “อเนกชาติ สรรสาร สุนหาวิสุต อนิพฺพิต” เมื่อเรามาพิจารณาดูซึ่งเรื่องราวต่าง ๆ ทั้งหมดเหล่านี้ให้รู้ แจ่มชัดเห็นจริง “อเนกชาติ สรรสาร” เรื่องราวของสัตว์ที่มากเกิดในบ้านของเรา ไม่มีที่สิ้นสุด มันมาทะเลาะวิวาทกันร่วนวายไปหมด มันเรื่องมาก มันชอบมาจงจิดของเราให้เสียหายไปด้วยประการต่าง ๆ

เมื่อเรามาพิจารณาให้เห็นโดยอาการอย่างนี้ ก็เกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย “จกฺขุสมฺปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อตา เป็นนิพพิทาญาณเกิดขึ้น “รูปเปสฺปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อรูป “จกฺขุวิญญาณปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อวิญญาณ มันรำคาญจริง ๆ มันเป็นเรื่องรบกวนหัวใจของเราจริง ๆ เบื่อหน่าย “นิพฺพินฺหา วิรชชติ วิราคา วิมฺจุจติ” คายทิ้ง ตาคายรูป ตาคายวิญญาณ คายทิ้งเหลือเกิน “โสตฺถสมฺปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อหู “สทฺเทสฺปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อเสียง ที่นี้ “โสตฺถวิญญาณปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อวิญญาณ “วิราคา วิมฺจุจติ” คายทิ้ง ตาคายรูป รูปไม่ติดตา ตาทะลุ มองเห็นด้วยตาหลายสิบโยชน์ คายเสียง หูทะลุ ฟังเวดาคายกันได้ จมูกคายกลิ่น หอมฟุ้งทั่วโลก ความดี เมื่อมันคายแล้ว ก็หอมฟุ้ง ล้นคายนรส ไม่กลืนกินซึ่งรส คายวิญญาณ กายคายสัมผัส ความร้อนไม่ติดดวงจิต ความเย็นไม่ติดดวงจิต ย่อน แฉ้ง ต่าง ๆ ในร่างกาย ไม่ติด ไม่เชิบ คายเรื่อยไปจนถึงมโนวิญญาณ ดวงจิตคายความดี ไม่ยึดถือทิฏฐิ ว่าเป็นของ ๆ ตน ดวงจิตคายอกุศลคือความชั่ว ไม่ให้รั่วไหลไปอาบดวงจิต คายความรู้ต่าง ๆ ว่านั่นเป็นวิญญาณของสัตว์ที่มีรูป นั่นเป็นวิญญาณของสัตว์ที่ไม่มีรูป นั่นเป็นวิญญาณของเรา จริง ๆ คายทิ้งทั้งหมด นั่นแหละเรียกว่า “วิญญาณสมฺปิ นิพฺพินฺหติ” เบื่อหน่ายในวิญญาณ เบื่อหน่ายในอารมณ์ “วิราคา วิมฺจุจติ” คายทิ้ง ไม่กลืนรส ไม่ให้มาติดคอ ตาไม่กลืนรูป หูไม่กลืนเสียง จมูกไม่กลืนกลิ่น ลิ้นไม่กลืนรส กายไม่กลืนสัมผัส ดวงจิตไม่กลืนกินอารมณ์ “วิมฺจุจติ” พ้น ไม่เกี่ยวข้องกับกังวลร่วนวาย นี่แหละเรียกว่า เป็นผู้ที่จะใกล้ชิดต่อพระนิพพาน “วิมุตตสมฺปิ วิมุตตมิตฺติญาณํ โหติ ชีณา ชาติ วุสิตํ พุรหมฺจริย” เมื่อเราปฏิบัติได้เช่นนี้เราก็ทราบชัดว่าสิ่งนั้นเป็นวิญญาณของสัตว์ สิ่งนั้นเป็นวิญญาณของเรา ปล่อยวางไม่ยึดถือ แล้วก็รู้ได้ว่าเราพ้นไปจากวิญญาณทั้งหมด 3 จำพวก

วิญญาณของสัตว์มีรูป ไม่ใช่วิญญาณของเรา วิญญาณของสัตว์ไม่มีรูป ไม่ใช่วิญญาณของเรา วิญญาณของเราที่มีความรู้ ไม่ใช่ตัวของเรา ปล่อยวางไปตามสภาพ นั่นแหละจึงเรียกว่าเป็นผู้รู้จักขั้นห้า อายตนะทั้งหก นี่จึงจะพ้นไปจากโลก เปิดตา ตามองเห็นไปได้ไกล เหมือนเปิดกำแพงหรือฝายบ้าน เราสามารถที่จะมองไปได้ไกลหลายสิบวา เมื่อตาเราไม่ติดรูป เราก็สามารถที่จะเกิดตาทิพย์ มองเห็นไกล หูไม่ติดเสียง ฟังเสียงได้ไกล จมูกไม่ติดกลิ่น ดมกลิ่นทั่วตา ไม่ต้องไปดมกลิ่นมนุษย์ให้มันรำคาญจมูก รสไม่ติดลิ้น กินยาทิพย์ กินอาหารทิพย์ ใจไม่ติดสัมผัส เราก็อยู่ด้วยความสบายกายสบายจิต นิ่งที่ไหนก็สบาย หนาวก็สบาย ร้อนก็สบาย นิ่งที่อ่อนก็สบาย นิ่งที่แข็งก็สบาย ร่างกายจะแตกก็สบาย ถูกแดดเผาก็สบาย นี่ คายจากผัสสะ ดวงใจก็คายจากอารมณ์

นี่จิตนั้นก็พ้น ดวงจิตก็จะพ้นไปจากขันธทั้งห้า วิญญาณ 3 จำพวก ก็จะได้มาหลอกลวง ดวงใจของบุคคลผู้นั้น ก็จะพ้นทุกข์ จะถึงซึ่งบรมสุขอันเลิศ กล่าวคือ พระนิพพาน

นี่แสดงมาในเรื่องวิญญาณ จงพากันสำเหนียกศึกษาให้เกิดวิชาความรู้ขึ้นในตนของตนได้ นี่จึงเรียกว่ารู้โลก วิญญาณที่เป็นรูปปรากฏเป็นกามโลก นับแต่เนรมิตถึงสวรรค์ วิญญาณที่ไม่มีรูปปรากฏเป็นอรุปรพรม วิญญาณของตนเองนั้นแหละคือถึงพระนิพพาน เมื่อรู้วิญญาณ 3 ประการนี้ ก็ชื่อว่า “วิชชาจรณสมพฺพโน สุตโค” ไปดี มาดี อยู่เย็นเป็นสุขสนุกสบาย สัตว์ทั้งหลายมันก็เบาใจ ละซีทีนี้ เบาอย่างไร เราให้มัน สัตว์ไหนที่มันต้องการกิน กินเข้าไป ไม่ต้องหวงแหน มันจะกินจะชอบอะไร กินเข้าไป เอามันจะกินแบบไหน ช่างหัวมัน ว่าอย่างนั้น ไม่ยึด มันชอบกินไส้ กินเข้าไป มันชอบกินขี้ กินเข้าไป มันชอบกินเลือด กินเข้าไป ไม่หวงไม่แหน วิญญาณพวกไหนจะเอาอย่างไร ตามชอบใจ มันก็เป็นเสรีภาพ มันก็ปกครองพวกมันเอง ไม่ต้องแย่งกัน มันก็พลอยจะได้รับความดีไปจากเรา วิญญาณล้วน ๆ ที่อยู่ในร่างกายเราเหมือนกัน มันก็อยู่เป็นอิสระ เราก็อยู่เป็นอิสระ ต่างคนต่างอยู่ บ้านใคร ๆ อยู่ ข้าวใคร ๆ กิน อุใคร ๆ นอน ก็ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างสบายเท่านั้นเองแหละ นี่เรียกว่า “ภควา” แยกรูปออกจากตา แยกตาออกจากรูป แยกวิญญาณออกจากตน แยกหูออกจากเสียง แยกเสียงออกจากหู แยกวิญญาณออกจากตน แยกกลิ่นออกจากจมูก แยกจมูกออกจากกลิ่น แยกวิญญาณออกจากตน แยกกลิ่นออกจากรส แยกรสออกจากลิ้น แยกวิญญาณออกจากตน แยกกายออกจากผัสสะหรือสัมผัส แยกสัมผัสออกจากกาย แยกวิญญาณออกจากกาย แยกอารมณ์ออกจากจิต แยกจิตออกจากอารมณ์ แยกวิญญาณออกจากจิต ไม่ยึดถือว่านั่นเป็นตน นี่เป็นตน นั่นชื่อว่า “สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา” ไม่ยึดสิทธิ์ในสิ่งทั้งหลายทั้งหมด คนนั้นก็จะพ้นไปจากโลกจากสงสาร เป็นอัสวักขยญาณเกิดขึ้นในดวงจิต

ฉะนั้น เมื่อพวกเราทั้งหลาย ได้ฟังนี้ ก็ควรจะนำไปพิจารณา ไยนิโส มนสิการ ใคร่ครวญ ให้เข้าใจแจ่มแจ้งเกิดขึ้นในตน ก็จะเป็นหนทางพ้นไปจากทุกข์ อาศัยความพากความเพียร ความหมั่นความขยัน หมั่นเพียรอยู่เป็นนิจ สำหรับที่จะต้องฟอกดวงจิตวิญญาณของตนให้ทราบชัด จึงจะเป็นไปเพื่อความผ่องใสสะอาด ฉะนั้นในวันนี้ซึ่งได้แสดงเรื่องจิตวิญญาณมา ก็จะยุติลงเสมอเพียงเท่านี้

หน้าว่าง

ภาค 2

หน้าว่าง

ส่งเวรกกตา

26 กรกฎาคม 2497

เอต ภย มรณ เปกขมาโน
ปุลญานิ กยิราถ สุขาวหานีติ

บุคคลผู้พึงเห็นภัยในความตาย ควรทำความดีทั้งหลายอันจะนำความสุขมาให้ ดังนี้

บัดนี้จะได้แสดงธรรมิกถา พรรณนาพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นเครื่องเพิ่มพูนกุศลบุญราศีทักษิณานุประทาน ที่ท่านเจ้าภาพพร้อมด้วยญาติมิตรได้บำเพ็ญในวาระวันนี้ เพื่ออุทิศถวายเป็นกุศลให้แก่ผู้วายชนม์ไปสู่โลกอื่นแล้วนั้น ชื่อว่าได้ทำตามประเพณีของบัณฑิตผู้นับถือพระพุทธศาสนา อันเป็นเครื่องแสดงกตัญญูกตเวทิตาธรรมแก่ผู้ล่วงลับไปแล้วนั้น เพราะเหตุว่าบุคคลที่ตายไปนั้นมีความเป็นอยู่ผิดจากพวกเรา คือ ไม่มีการค้าขาย ทำไร ทำนา หาเลี้ยงชีวิตเหมือนอย่างพวกเรา มีแต่ส่วยผลกรรมเก่าที่ตนทำไว้ หรือญาติมิตรทำอุทิศให้ในโลกนี้เท่านั้น คือ ใครได้ทำกรรมดีไว้ ย่อมได้ส่วยผลเป็นสุข ถ้าทำกรรมชั่วไว้ ย่อมได้ส่วยผลเป็นทุกข์ เพราะเหตุนี้จึงสมควรที่พุทธบริษัททั้งหลายจะทำแต่บุญกุศล คือความดี ไว้ให้มาก เพื่อเป็นที่พึ่งของตน และเพื่อเป็นการตอบแทนอุปการคุณแก่ท่านผู้มีบุญคุณความดีที่ท่านได้ทำไว้แล้วแก่ตน

ในโอกาสนี้ ท่านเจ้าภาพให้มีการแสดงพระธรรมเทศนา ซึ่งจัดเป็นกุศลส่วนหนึ่ง ที่เรียกว่าธรรมทาน แม้สมเด็จพระบรมศาสดาจารย์ก็ได้ทรงสรรเสริญไว้ว่าเลิศกว่าการให้ออย่างอื่น ดังพระพุทธานุชาติว่า “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ” แปลว่า การให้ธรรมเป็นทานย่อมชนะการให้ทั้งปวง ดังนี้ ต่อไปนี้จะได้อธิบายพระพุทธานุชาติคาถาที่ยกไว้ข้างต้นนั้นว่า

“เอต ภย มรณ เปกขมาโน .

ปุลญานิ กยิราถ สุขาวหานีติ”

แปลว่า บุคคลผู้พึงเห็นภัยในความตาย ควรทำความดีทั้งหลายอันจะนำความสุขมาให้

ดังนี้

ธรรมตามมนุษย์เราทุกคนย่อมมีสภาพเหมือนกัน คือมีความเกิดเป็นเบื้องต้น มีความแปรไป ในท่ามกลาง มีความแตกสลายในที่สุด ทุกถ้วนหน้า แต่ว่าความแตกสลายคือความตายนี้ไม่มีใครปรารถนาสักคนเดียว แม้ถึงอย่างนั้นก็ไม่มีใครหนีพ้นไปได้ ย่อมมีความตายเป็นปลายทางด้วยกันทั้งสิ้น แต่ว่าความตายนี้ควรพิจารณาว่ามีทั้งคุณและโทษ สำหรับบุคคลผู้มีความคิดสั้น ๆ ก็เป็นโทษแก่เขา ทำให้ใจหดหู่ หมัดกำลังใจที่จะทำคุณงามความดีอะไร ๆ ในโลกต่อไป คือเขาไปเห็นแต่ส่วนตายฝ่ายเดียว ส่วนที่ไม่ตายมองไม่เห็น ความจริงของคนเราทุกคนมีเรื่องอยู่ 2 อย่าง คือสิ่งที่ตายได้หนึ่ง สิ่งที่ไม่ตายนั้นหนึ่ง เช่น ร่างกายเป็นธรรมชาติต้องเปลี่ยนแปลงไปจนถึงแตกสลายในที่สุดตามธรรมดาของเขา จะว่าตายก็ได้ จะว่าไม่ตายก็ได้ คำที่ว่าตายนั้นคือสูญหายไปจากพวงญาคิมีตรอย่างที่เคยเป็นอยู่ แต่สภาพของร่างกายได้แปรไปหารูปเดิมของเขาเท่านั้น เช่น ธาตุดินก็แปรไปเป็นดิน ธาตุน้ำก็แปรไปเป็นน้ำ ธาตุไฟก็แปรไปเป็นไฟ ธาตุลมก็แปรไปเป็นลม เข้าหาที่เดิมของเขา เปรียบเหมือนก้อนน้ำแข็ง ถ้าบุคคลเก็บไว้นาน ๆ น้ำแข็งนั้นก็ละลายกลายเป็นน้ำตามสภาพเดิมของมันเท่านั้น ฉะนั้น คนเราจะว่าตายก็ได้ จะว่ายังไม่ตายก็ได้ แต่ไม่คงรูปอย่างที่เราเคยเห็น โลกจึงสมมติเรียกว่าตาย นักปราชญ์ผู้มีปรีชาญาณย่อมไม่เห็นเป็นของแปลกในเรื่องความตาย แต่ยังมีปัญหาอยู่ว่าความตายนั้นจะประกอบไปด้วยบุญหรือบาปเล่า

อนึ่ง ส่วนจิตใจที่ได้อาศัยอยู่ในร่างกายนี้ยิ่งสำคัญมาก เพราะว่าเป็นธรรมชาติไม่ตาย แต่ว่าเปลี่ยนแปลงได้เพราะเหตุบุญกรรมเป็นผู้ตกแต่ง คือแต่งภูมิจิตใจและแต่งภพชาติ เช่น แต่งบุุชุนให้เป็นกัลยาณชน แต่งกัลยาณชนเป็นอริยชน เป็นต้น แต่งภพชาติ เช่น ทำกรรมดีตายไปต้องไปที่ดีมีสุคติ เป็นต้น ทำกรรมชั่วต้องไปสู่ที่ชั่วมีทุคติ เป็นต้น ถ้าเป็นผู้บำเพ็ญความดีจนถึงที่สุดเป็นเหตุละกรรมดีกรรมชั่วเสียได้แล้ว เขาจะไม่มีอาการเปลี่ยนแปลงเลย ที่เรียกว่า อมตะ ดังนี้ แต่คนเราโดยมากคิดไม่ถึงความจริง มักมองข้ามความจริงไป จึงไม่ได้ ไม่ถึง อมตะ เพราะเหตุความโง่เขลาเบาปัญญา ความไม่รู้มาปิดบัง ซึ่งเรียกว่า อวิชชา ธรรมดาจิตใจนั้นเป็นของละเอียดสุขุมมาก ไม่อาจมองเห็นด้วยตาได้ เปรียบเหมือนไฟในอากาศเป็นของมองเห็นได้ยาก บางคนอาจเห็นว่าไม่มีเลย เพราะเหตุนี้บุคคลผู้ขาดวิจาร์ณญาณจึงเห็นว่าตายแล้วสูญดังนี้ ถ้าจะเปรียบอีกอย่างหนึ่งจิตใจนี้เปรียบเหมือนไฟ ร่างกายเปรียบเหมือนเทียนที่จุดไว้ ถ้าเชื้อและไส้หมด ไฟต้องดับ อาการที่ไฟดับนั้นไม่ได้หมายถึงไฟสูญหายไปหรือไม่มีไฟ เราสามารถจะจุดเทียนเล่มใหม่ได้ ก็เพราะมีไฟเป็นเชื้ออยู่แล้วจึงจะจุดเทียนเล่มใหม่ติด เพราะไฟที่ละเอียดยังมีอยู่ทั่วไปในอากาศดังนี้ อตภาพร่างกายของมนุษย์เรานี้ก็เป็นเช่นนั้น คือ เมื่อร่างกายแตกสลายสูญสิ้นไป จิตย่อมก่อภพใหม่ได้อีก ถ้าหากเชื้อ คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน เป็นมูลเหตุยังมีอยู่ ฉะนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้พุทธบริษัทตั้งอยู่ในความไม่ประมาท รีบทำบุญกุศลไว้มาก เพราะบุญกุศลนำความสุขมาให้ทั้งในปัจจุบันและโลกหน้า สมด้วยพระพุทธภาษิตว่า สุโข ปุณฺณสฺส อูจฺจโย ความสะสมขึ้นซึ่งบุญ นำความสุขมาให้ ปุณฺณํ สุขํ ชีวิตสงฺขมฺหิ บุญให้เกิดสุขในเวลาสิ้นชีวิต และพระพุทธภาษิตคาถาว่า ปุณฺณานิ ปรโลกสมิ ปติฏฺฐา โทณฺติ ปาณินํ บุญทั้งหลายเป็นที่พึ่งของสัตว์ในโลก

หน้า ดังนี้ คำว่าบุญเป็นชื่อของความสุขซึ่งเป็นผลเกิดจากการทำความดี ความดีที่จะทำนั้นมีมากมาย นัก กล่าวโดยย่อมี 2 อย่าง คือ

(1) บุญที่เป็นส่วนเหตุ ที่เราจะต้องทำขึ้น นี่หนึ่ง

(2) บุญอันเป็นส่วนผล คือความสุข นี่หนึ่ง

บุญที่เป็นส่วนเหตุนั้นมีอยู่ 3 อย่าง คือ ทานมัย บุญสำเร็จจากการให้ทานหนึ่ง สีลมัย บุญสำเร็จจากการรักษาศีลหนึ่ง ภาวนามัย บุญสำเร็จจากการภาวนาหนึ่ง ในพระอภิธรรมท่านกระจาย บุญกิริยาวัตถุ เป็น 10 คือ ทาน กระจายเป็น ปัตติทานมัย บุญสำเร็จด้วยการแผ่ส่วนบุญกุศลให้ ปัตตานุโมทนามัย บุญสำเร็จด้วยการรับอนุโมทนาส่วนบุญของกันและกัน 3 อย่างนี้ สงเคราะห์ลงกันได้ เพราะเป็นข้าศึกแก่อิสสาความริษยาและความตระหนี่ได้ๆ สีลมัย กระจายออกไปเป็น อปายามมัย บุญสำเร็จด้วยการอ่อนน้อมต่ออุปัชฌาย์บุคคล 3 จำพวก คือ *ชาคิยฺหิ* ผู้เจริญด้วยชาติหนึ่ง *วยฺหิ* ผู้เจริญโดยวัยหนึ่ง *คุณฺหิ* ผู้เจริญโดยคุณหนึ่ง เวยยาวัจจมัย บุญสำเร็จด้วยการชวนชวายเป็นกิจที่เป็นกุศล ด้วยกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังความคิด สีลมัย และ อปายานะ เวยยาวัจจะ 3 อย่างนี้สงเคราะห์ลงกันได้ เพราะเป็นฝ่ายจาริตศีลด้วยกัน ภาวนามัย นั้นกระจายออกเป็น ธรรมสสวนมัย บุญสำเร็จด้วยการฟังธรรม ธรรมเทศนามมัย บุญสำเร็จด้วยการแสดงธรรม ฃิณฺฐุกรรม การทำความเห็นของตนให้ตรง ทั้ง 4 อย่างนี้ สงเคราะห์ลงกันได้ เพราะเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญาได้ บุญกุศลนี้จะเกิดขึ้นได้ย่อมอาศัยความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง เป็นมูลเหตุ สมด้วยพระบาลีว่า *อโธโก ทานเหตุ ความไม่โลภเป็นเหตุให้บริจาคทาน อโธโส สีลเหตุ ความไม่โกรธเป็นเหตุให้รักษาศีล อโธโฆภาวนาเหตุ ความไม่หลงเป็นเหตุให้เจริญภาวนา* ดังนี้

บุญกุศลที่บุคคลทำไว้แล้ว ย่อมทำให้บุคคลนั้นมีความสุขกายสบายใจ เมื่อนึกถึงคราวไหนก็ทำให้เกิดปีติอยู่เสมอ เป็นอริยทรัพย์ติดตามบุคคลนั้น เป็นประดุจเงาติดตามตัวไปอยู่เสมอ ไม่ลบละ ถึงแม้บุคคลนั้นจะตายไป บุญก็ติดตามไปตกแต่งภพชาติที่ดีให้ ซึ่งเรียกว่า *บุญญาภิสังขาร* อนึ่ง คนที่ตายไปแล้วก็ดี หรือที่จะตายต่อไปก็ดี เปรียบเหมือนบุคคลจะเดินทางไปต่างประเทศ ก่อนจะไปต้องเตรียมตัวไว้ให้พร้อม จึงจะสะดวกสบายในการเดินทาง เช่น นำเงินไปฝากธนาคาร เปลี่ยนสภาพเงินไทยให้เป็นเงินต่างประเทศเสียก่อนจึงจะใช้ได้ในต่างประเทศ ถ้าถือเอาเงินไทยไปจะใช้ได้เลย ข้อนั้นฉันใด บุคคลผู้ตายจากโลกนี้ไป จะถือเอาเงินทองพัสดุสิ่งของติดตัวไปเพื่อใช้ในโลกหน้าไม่ได้เลยเป็นอันขาด ในเมื่อมีชีวิตอยู่นำไปฝากไว้ในธนาคารของชาวพุทธเพื่อเปลี่ยนสภาพเป็นอริยทรัพย์ อันเป็นทรัพย์ภายใน ซึ่งได้แก่การบริจาคให้เป็น *พุทฺธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา* เป็นต้น ทรัพย์เหล่านั้นจึงจะใช้ได้ในโลกหน้า ดังนี้ ถ้าบุคคลมีแต่ทรัพย์ปลอม ๆ คือ ทำแต่บาปอกุศลไว้ เมื่อตายแล้วจะไปสู่สถานที่มีความสุขความเจริญก็ไปไม่ได้เพราะขาดทรัพย์ จะกลับมาสู่มนุษยโลกอีกก็มาไม่ได้เพราะขาดทรัพย์ คือ มนุษยธรรม จำเป็นต้องกลายเป็น ภูตผีปิศาจเที่ยวหลอกลอนมนุษย์ เข้าสิงเข้าทรงหลงทิศหลงแดนไป ได้รับ

ความลำบากมาก เหตุการณ์การทำบุญไว้ ได้แก่ ทานการบริจาค ก็เหมือนกับเราได้ฝากทรัพย์ไว้ในธนาคารเพื่อใช้สอยในต่างประเทศ นี่เป็นข้อที่ 1 ข้อที่ 2 นั้น ต้องมีหนังสือเดินทางเป็นเครื่องแสดงสัญชาติว่าเราเป็นคนชาติไหน มีหลักฐานแน่นอน ได้แก่การตั้งอยู่ในคุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ และรักษาศีล เพื่อกำจัดกิเลสอย่างหยาบอันเกิดขึ้นทาง กาย วาจา เป็นการแสดงสัญชาติของพุทธบริษัท ข้อที่ 3 นั้น ต้องเรียนรู้ภาษาต่างประเทศจึงจะสะดวก ได้แก่ การเจริญภาวนา คือ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างกลางและอย่างละเอียด คือนิรณโณไปจากใจ ทำจิตใจให้ตรง เป็นเหตุส่งเสริมให้เกิดวิชา 3 ชั้นในใจ คือ

- (1) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติของตนเองในภพหลังได้
- (2) จุตูปปาตญาณ กำหนดรู้คติต่าง ๆ ของสัตว์ทั่วไป เช่น ตายอยู่ เกิดอยู่ที่ใด ๆ ไปเลวหรือดี ประณีต สุข ทุกข์ เป็นมาเพราะเหตุอะไร ก็ทราบได้ในทางจิต
- (3) อาสวักขยญาณ มีความรู้เกิดขึ้นในทางจิตเป็นเหตุให้ชำระอาสวะกิเลสเครื่องหมักหมองให้สิ้นไปตามกำลังของวิชานั้น ๆ

นี่คือภาษาต่างประเทศสำหรับพวกพุทธบริษัท จะไปกันอย่างสนุกสนานและสว่างไสวตามรายการกับบริบูรณ์ด้วยทรัพย์ จะได้เห็นสิ่งซึ่งเราไม่เคยเห็น คือสวรรค์และนิพพานสมความปรารถนา นี่แหละคือไปดี แม้จะอยู่ที่ใด ยากกลับมากี่มาได้ ถ้าไม่ยากกลับ ก็เรียนภาษาวิชาเพิ่มเติมให้ถึงที่สุด กล่าวคือ นิพพาน พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ถึงความเกษมสำราญนิราศภัย ทาน ศีล ภาวนา ทั้ง 3 ประการนี้ ย่อมอำนวยวิบากสมบัติให้แก่ผู้ปฏิบัติได้รับสมบัติทั้ง 3 ประการ คือ มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ ตามกำลังความสามารถของตน บุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยกุศลธรรมทั้ง 3 ประการ ชื่อว่าผู้ไปดี ผู้มาดี และผู้อยู่ดี เพราะเป็นผู้มีกาย วาจา และใจดี จะไปอยู่ที่ไหน ๆ ก็ปราศจากเวรภัยในที่ทั้งปวง เป็นที่รักนับถือของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย

เพราะฉะนั้น ควรที่พุทธศาสนิกชนทั้งหลายจะพิจารณาความเป็นอยู่ของตนว่า เราจะเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความตาย ทุกวัน เวลา นาที จะหลบหนีไปไม่พ้น จึงสมควรสร้างกุศลทั้ง 3 ประการ มี ทาน ศีล ภาวนา ให้เกิดมีขึ้นในตน ผลความดี คือ ความสุขเกษมสันต์ ก็จะบังเกิดแก่ท่านทั้งหลายตามกำลังความสามารถของตน สมดังความมุ่งมาดปรารถนา

ธมฺมเทสนาวสาน ในการเป็นที่จบลงแห่งพระธรรมเทศนา ขอให้ท่านเจ้าภาพพร้อมด้วยญาติมิตรที่ได้มาร่วมบำเพ็ญกุศล ณ เวลารับนี้ หรือได้บำเพ็ญมาแล้วในวันอื่น ๆ ก็ดี จงตั้งใจนึกแผ่ผลบุญกุศลที่ได้ทำแล้วนี้ ไปยังท่านผู้ล่วงลับไปสู่ปรโลก ให้ได้รับการอนุโมทนาเพื่อสำเร็จประโยชน์สุขแก่ท่านตามสมควรแก่คติภาพที่จะพึงเป็นไปได้นั้นเทอญ ดังรับประทานวิสาขามาดด้วยประการฉะนี้

เอว่ ก็มีด้วยประการฉะนี้

โงวทบทองตอน

1. จำเป็นอยู่บุคคลที่เกิดมาในโลกนี้ เมื่อตนของตนไปตกอยู่ในถิ่นใด ๆ ก่อนจะหนีไปจากถิ่นนั้น ๆ ก็ควรที่จะคลายความดีไว้เสียก่อน จึงค่อยไป ความดีอันใดก็ตาม เป็นไปเพื่อโลกหรือเพื่อธรรม ถ้าเห็นว่าตนพอทำได้ก็ควรจัดทำขึ้น สิ่งที่ทำไปแล้วนั้น ย่อมเป็นอนุสรณ์แก่เราทั้งหลาย ตัวเราตายหนีไปจากโลกนี้แล้ว ลูกเรา ยัง หลานเราอยู่ ชื่อเสียงเรายาว ขอท่านทั้งหลายจงคิดอย่างนี้

2. ศาสนาเป็นของของโลก ไม่ใช่ของโดยเฉพาะสำหรับประเทศใด เมืองใด หรือบุคคลใด พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติศาสนาไว้ครอบงำทั่วถึงกันหมด ฉะนั้นเราอย่านึกประมาท ว่าตัวเราคนเดียวนี้จะช่วยพระศาสนาได้อย่างไร ต้องเข้าใจว่าตัวเราคนเดียวนี้แหละ เมื่อทำความดีแล้ว ย่อมเป็นการช่วยคนได้ทั้งหมด

3. คนเรามีทั้งส่วนดีและส่วนชั่ว คนที่ชั่วก็มีดีอยู่บ้าง มิได้ชั่วไปเสียทั้งหมด ต้องมองดูเขาในแง่ดีบ้างเหมือนลูกไม้บนตั่ง ย่อมมีผลไม่เสมอกัน คนก็ไม่เสมอกันแต่ต้องทำใจของเราให้เสมอไว้ ใจเราบางครั้งก็ดี บางครั้งก็ไม่ดี ฉะนั้น จงทำใจของเราอย่าให้มีโกรธ โลก หลง ใครทำได้ดีก็จะได้รับผลตามสมควรแก่การปฏิบัติ

4. การบำเพ็ญบุญกุศล ย่อมเกิดได้จากทางกาย ทางวาจา และทางใจของเรา ทางกาย วาจา นับเป็นกุศลส่วนหยาบและส่วนกลาง ได้แก่การบำเพ็ญทานและศีลเป็นต้น ส่วนที่ละเอียดนั้นคือการบำเพ็ญกุศลทางใจ ได้แก่ภาวนา

5. ทาน ที่พร้อมด้วยองค์สี่ คือ 1. วัตถุสมบัติได้มาด้วยความสุจริต 2. เจตนาสมบัติประกอบด้วยใจที่ไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง 3. คุณสมบัติ ผู้ให้ต้องมีกายสุจริต 3, วชิสุจริต 4 และมโนสุจริต 3 และ 4. ผู้รับก็ต้องมีคุณธรรม คือ ศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 และศีล 227 เป็นต้น ตัวผู้ให้มิ่งค์สาม ก็เหมือนกับก้อนสำ 3 ก้อน ผู้รับมีอีกองค์หนึ่ง ก็เป็นภาชนะที่วางบนก้อนสำ เมื่อทานนั้น

ประกอบด้วยองค์สี่ดั่งนั้นเมื่อใด พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่า เป็นทานอันเลิศ ของดินนั้นทำนิต เดียวก็เป็นมาก ของไม่ดีทำมากก็เป็นน้อย ของดีด้วย ทำมากด้วย ยิ่งดีเลิศ

ศีล เป็นส่วนสำคัญ ถ้าศีลไม่มี จะไปสร้างความดีทุกอย่าง พระพุทธองค์ไม่ทรงสรรเสริญ คนทำทานสักแสนครั้ง ถ้าไม่มีศีลแล้วก็ช่วยไม่ให้เกิดนรกไม่ได้ ศีลนี้จะมีเท่าไรก็ตาม รวมลงในข้อใหญ่ก็มี 2 อย่าง คือ กาลศีล อย่างหนึ่ง นิจศีล อีกอย่างหนึ่ง คนที่รักษาได้บางกาลบางเวลาไม่เสมอไป ก็เหมือนมิดบ้างแจ้งบ้าง จะเป็นศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 หรือศีล 227 ก็ตาม เมื่อรักษาไว้ไม่ได้ตลอดชีวิตแล้ว ก็เป็นกาลศีลทั้งสิ้น นิจศีล คือสามารถปฏิบัติไปจนตาย โดยไม่ล้มความตั้งใจเลย จะเป็นศีลอะไรก็ตาม ก็ตั้งใจปฏิบัติไปจนตาย จนเผาไฟเลย ไม่เลิก ไม่รื้อ ไม่ถอน นี้อย่างนี้ดีมาก แต่ไม่ว่าศีลอะไร ต่างกันโดยชื่อและอานิสงส์เท่านั้น

ศีล มีลักษณะเป็น 3 อย่าง สีเลน สุตติ ยนติ ศีลเป็นเหตุให้เกิดในสุคติ นี่เป็นศีลของเทวดา สีเลน โภคสมุปปา ศีลเป็นเหตุให้ได้มาซึ่งโภคทรัพย์ นี่เป็นศีลของมนุษย์ สีเลน นิพพุติ ยนติ ศีลเป็นเหตุให้ถึงพระนิพพาน นี่เป็นศีลของอริยชน

7. ภาวนา เป็นยอดของการบุญ คนมีศีลแต่ไม่มีภาวนาก็ไปนิพพานไม่ได้ การภาวนาเป็นบุญอย่างยอด เราไม่ต้องลงทุนอะไรมากครับ เพียงแต่นั่งให้สบาย จะขัดสมาธิหรือพับเพียบก็ได้ แล้วแต่จะเหมาะแก่สถานที่และสังคม มือขวาวางทับมือซ้าย แล้วก็ตั้งใจหายใจเข้าออกด้วยการระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ภาวนาไม่ใช่เป็นเรื่องของพระอรหันต์ หรือเป็นของพระของเณร ของคนโง่คนฉลาด หรือคนมีคณจน แต่เป็นของซึ่งทุกคน ทุกเพศ ทุกชั้น ทุกวัย จะทำได้ คนเจ็บคนไข้ที่นั่งนอนอยู่กับบ้านก็ทำได้ และทำได้ไม่เลือกกาลเลือกเวลา

ทาน ไม่สามารถจะคุ้มศีลได้ แต่ศีลคุ้มทานได้ ส่วนภาวนาคู่กันได้ตลอดทั้งทานและศีล สามารถทำให้ทานบริสุทธิ์ และศีลของเราบริสุทธิ์ เข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ และนิพพานเป็นที่สุด

8. การนั่งภาวนานี้ มีข้อสำคัญที่จะต้องทำอยู่ 3 ข้อ คือ

- (1) ลมหายใจ ให้เป็นวัตถุที่ตั้งของจิต
- (2) สติ คือการนึกถึงคำภาวนา “พุท” หายใจเข้า “โธ” หายใจออก
- (3) ทำจิตให้อยู่กับลมกับคำภาวนา ทำลมให้สบาย ทำจิตให้สบาย อย่าสะกดลม อย่าสะกดจิต ทำจิตของตนให้เที่ยงตรง ไม่วอกแวก

สติอยู่กับลม เรียกว่า “อานาปานสติ” สติอยู่กับกายเรียกว่า “กายคตาสติ” ถ้ามีสติอยู่กับกายและจิตอยู่เสมอ ก็เรียกว่า “เจริญกรรมฐาน” อย่างที่เรานั่งภาวนากันอยู่อย่างนี้ ก็เรียกว่า เรานั่งทำงาน คือทำ “กรรมฐาน”

ผลที่เกิดจากกรรมฐาน คือทำให้บาปทางใจสงบไปหมด และทำให้ธาตุสงบไปทุกอย่าง จิตของเราก็โปร่งว่างเหมือนทะเลที่ไม่มีคลื่น คือ ลมก็สงบ น้ำก็ราบเรียบ อากาศก็ใส

9. ในการภาวนา หรือการบำเพ็ญสมาธิ ให้พยายามใช้สติกำหนดตามลมหายใจเข้าออก ไม่ให้ผล่อ ไม่ให้ลึ้ม พยายามปลดปล่อยสัญญาอารมณ์ทั้งหมด ทั้งอดีต อนาคต แล้วภาวนาในใจ พุท-โธฯ ให้ “พุท” ตามเข้าไปกับลมหายใจเข้าทุกครั้ง และ “โธ” ก็ตามออกมาพร้อมกับลมหายใจออกทุกครั้งไป จนกว่าใจจะอยู่นิ่ง จึงค่อยทิ้งคำภาวนา ต่อจากนี้ จงสังเกตดูลม หายใจเข้าออก ว่าช้า-เร็ว ยาว-สั้น หนัก-เบา กว้าง-แคบ หยิบ-ละเอียด อย่างไร ถ้าอย่างใดดีเป็นที่สบาย ก็จงรักษาลมนั้น ๆ ไว้ให้คงที่ ถ้าอย่างใดไม่ดี ไม่สะดวก ไม่สบาย ก็จงปรับปรุงแก้ไข และตกแต่งให้พอดี

ต้องคอยระวังจิตอย่าให้ออกแวก หว่นไหว และแผ่สายไปตามสัญญาอารมณ์ภายนอก วางใจเฉยเหมือนกับมีตัวเรานั่งอยู่คนเดียวในโลก กระจายลมหายใจออกไปให้ทั่วทุกส่วนของร่างกาย สูดลมหายใจให้ยาว ๆ เข้าไปในตัวจนเต็มอิม กายก็จะเบาโปร่งโล่ง ใจก็จะเย็นเหมือนกับน้ำ เป็นเหตุให้ดวงจิตเกิดความสงบไม่วุ่นวาย ปราศจากทุกข์ภัยใด ๆ ในที่สุด

อบรมสมาธิ

(บันทึกโดย อ. อภิวันทนา)

ต่อไปนี้เป็น การอธิบายวิธีเจริญสมาธิพอสมควร กล่าวคือ การนั่งสมาธินั้น เป็น “บุญญ-
กิริยวัตถุ” ประการหนึ่ง “กิริยา” ได้แก่การนั่งหลับตาขัดสมาธิ เท้าขาพับเท้าซ้าย มือขวาพับ
มือซ้าย ตั้งตัวตรง ไม่คดไม่งอ เวลาที่เราหลับตา ให้หลับแค่เปลือกตา อย่าหลับจริง ๆ อย่างคน
นอนหลับ ต้องให้ประสาทตาทำงานบ้าง มิฉะนั้นจะทำให้วังง กิริยาอย่างนี้เป็นอาการแห่ง
“ความดี” แต่ไม่ใช่ “ตัวดี” เมื่อทำตนได้เช่นนั้นแล้ว ต้องประกอบไปด้วยอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งจิต
ที่เรียกว่า “วัตถุธมมปฏิบัติ” และ “เจตนาสมปฏิบัติ” คือตั้งใจนึกถึงลมหายใจเข้าออก ปรับปรุงลม
หายใจให้สะดวกสบาย ประคองไว้ด้วยดีไม่ให้ผิดพลาด เมื่อทำได้ด้วยดีอย่างนี้แล้ว ย่อมเกิด
ประโยชน์ขึ้นทางร่างกายและจิต ที่เรียกว่า “บุญ” หรือ “คุณสมปฏิบัติ” อันเป็นส่วนผล ได้แก่
ความเย็น ความสุข และความสะดวกสบาย ความอิ่มความเต็ม ในเวลาที่เรานั่ง ให้คอยสังเกตดูว่า
ใจของเราอยู่กับลมหายใจที่เข้าออกหรือไม่ ต้องมีสติคอยกำกับจิต เช่น เวลาหายใจเข้า ให้
ระลึก “พุท” เวลาหายใจออก ให้ระลึก “โธ” ตั้งสติอย่าให้พลอย อย่าให้ลืม ปลดปล่อยวางภาระ
ทั้งหลาย และปลดปล่อยสัญญาอารมณ์ภายนอกต่าง ๆ ออกให้หมดสิ้น ทำใจให้อยู่กับลมหายใจ
อย่างเดียว ไม่ต้องเหลียวดูอย่างอื่น แต่โดยมากในเวลาที่เรากำลังนั่งอยู่นี้ ก็มักจะมีสัญญาอดีต
อนาคตเกิดขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่จะมาตัดทอนและทำลายคุณความดีของเราอยู่เสมอ สัญญาทั้งหลาย
จะเป็นเรื่องเก่าแก่ที่แล้วมา หรือจะเป็นเรื่องใหม่ที่ยังไม่เคยมาถึงก็ดี เป็นเรื่องโลกก็ดี เป็นเรื่อง
ธรรมก็ดี ไม่ใช่เป็นของดีทั้งสิ้น มีแต่จะเป็นสิ่งที่ก่อทุกข์โทษให้แก่ตัวเรา ทำให้ดวงจิตเกิดความ
ไม่สงบ วุ่นวาย ฟุ้งซ่าน เตือนรอน หาความเย็นใจมิได้ เพราะเรื่องราวที่ผ่านมาแล้ว ก็ย่อม
จะล่วงเลยไปแล้ว จะดีหรือชั่วก็แก้ไขไม่ได้ และเอากลับคืนมาอีกไม่ได้ เรื่องข้างหน้าที่เป็นอนาคต
ก็ยังไม่มาถึง และไม่สามารถรู้ได้ว่า จะเป็นไปตามความนึกคิดของเราได้หรือไม่ เป็นเรื่องที่ยังอยู่
ไกล และยังเป็นความสงสัยสงสัยเลไม่แน่นอน ฉะนั้นจึงไม่เป็นสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกให้แก่การ
คิดนึกของเราเลย เหตุนี้จึงต้องคอยจับดวงจิตให้เข้าไปอยู่ในปัจจุบัน เช่น ที่ท่านสอนให้ทำภาวนา
โดยเอาจิตมากำหนดไว้ที่ลมหายใจแห่งเดียว การที่เรานึกถึงลมหายใจนี้ ท่านเรียกว่า “วิตก”

คือที่เราหายใจ “พุท” เข้า “โธ” ออก อยู่อย่างนี้แหละ เมื่อเราจะเอาส่วน “วิจารณ์” เข้ามาแทน ก็ให้ปล่อยวิตก คือคำว่า “พุทโธ” นั้นเสีย แล้วก็จะสังเกตว่า อาการหายใจเข้าออกนี้เกิดความรู้สึกตอนไปถึงไหน เวลาหายใจเข้าไปรู้สึกสบายหรือไม่สบาย เวลาหายใจออกมาเรารู้สึกสะดวกหรือไม่สะดวก ถ้าไม่สะดวกสบาย ก็ให้ปรับปรุงแก้ไขเสียใหม่ เมื่อเราประกอบจิตอยู่เช่นนี้ ก็ปล่อย “พุทโธ” ไป ไม่ต้องใช้ ลมที่หายใจเข้าไปก็จะกระจายแผ่ซ่านไปทั่วตัวด้วยความมีสติสัมปชัญญะ เมื่อเราปล่อยการ “วิตก” บางส่วน เช่น วางคำภาวนา “พุทโธ” เสีย เหลือแต่การกำหนดลมหายใจแล้ว ความตรวจตรองมีมากขึ้น ความไหวตัวของจิตก็ลดลงและจะกลายเป็นสมาธิจิตไป อารมณ์ทั้งหลายก็ดับ ความดับนี้ไม่ใช่หมายความว่าเราหยุด หรือหยุดนิ่ง อาการที่ดับนี้ คือเราไม่ได้ยกจิตออกไปสู่อารมณ์ภายนอกทั้งอดีตอนาคต ตั้งอยู่แต่ในปัจจุบันอย่างเดียว การกำหนดลมหายใจนี้ ถ้าเราคอยหมั่นสังเกตดูการเดินของลมอยู่เสมอแล้ว เราจะรู้ว่าลมที่หายใจเข้ามานั้นเป็นอย่างไร สบายหรือไม่สบายหายใจเข้าอย่างไรเราจึงสบาย หายใจออกอย่างไรเราจึงสบาย หายใจอย่างไรเราจึงอึดอัดไม่สบาย ให้พยายามปรับปรุงทำความสบายให้เกิดขึ้น เมื่อเราได้คอยหมั่นสำรวจและพิจารณาอยู่เช่นนี้ ก็จะเป็นสติสัมปชัญญะกำกับอยู่กับตัวเรา สมาธิก็จะเกิดขึ้น ปัญญาก็จะเกิดขึ้น วิชาก็จะเกิดขึ้นในตัว

ไอวาทพิเศษ

22 กันยายน 2499

ตอนคำวันหนึ่ง ภายหลังจากที่ท่านพ่อได้นำพระภิกษุประมาณ 4 รูป ไปสวดมนต์ชยันโตในพิธีปลุกหน่อศรีมหาโพธิ์ต้นน้อย ๆ เยื้องศาลาไปทางทิศเหนือเสร็จแล้ว ท่านได้ขึ้นมาประชุมให้ไอวาท ณ บนศาลาลงเก้า โดยมีสานุศิษย์นั่งอยู่ไม่กี่คน ท่านได้ปรารภถึงเหตุที่คิดทำการฉลองสมโภชกิ่งพุทธกาล ว่ามันเป็นเรื่อง “อจินไตย” ไม่สามารถจะเล่าละเอียดให้สานุศิษย์ทั้งหลายฟังได้ แต่ต้นเหตุนั้น ท่านได้เริ่มดำริครั้งแรกตั้งแต่ พ.ศ. 2493 ซึ่งไปจำพรรษาอยู่ ณ เมืองพาราณสี ในประเทศอินเดีย คิณั้นท่านได้ไปนั่งอยู่ที่กำแพงแก้ว เวลาประมาณ 20 น.เศษ ได้วิตกในเรื่องสำคัญของพระพุทธศาสนา 3 ข้อ คือ

1. วัตถุ ซึ่งเป็นปูชนียสถานแห่งพระพุทธศาสนา
2. คำสอน ซึ่งพระสงฆ์ได้สวดประจำในโบสถ์ วิหาร ทุก ๆ วัน
3. ผู้ซึ่งจะปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

ท่านพ่อมีความห่วงใยในเรื่องของศาสนา 3 ข้อนี้มาก ในความที่จะเสื่อมไป องค์ท่านเองก็เหน็ดเหนื่อยมาก และเกือบจะท้อในการสอนคน หนีไปทำความเพียรองค์เดียวในป่าแล้ว แต่ก็ยังไม่สามารถละทิ้งงานอันนี้ไปได้

สิ่งสำคัญที่ท่านพ่อปรารถนาต่อไปอีก ก็คือเรื่องที่จะทำงานใหญ่ คือ การทำพิธีฉลองสมโภชยี่สิบห้าพุทธศตวรรษ ซึ่งเป็นภาระอันหนักอึ้งอย่างยิ่งอันหนึ่งสำหรับองค์ท่าน ถ้าทำได้เป็นการสำเร็จสมใจ ถึงจะไม่ได้อีก 100 เปอร์เซ็นต์เต็ม เพียง 60 เปอร์เซ็นต์ ขึ้นมา ก็ยังพอใช้ได้ ถ้าทำไม่ได้สมใจแล้ว ท่านก็จะต้องไปทำส่วนองค์ของท่านใหม่อีกครั้ง ณ ประเทศอินเดีย

“งานที่จะทำขึ้นคราวนี้ เป็นธรรมดาที่จะต้องมีส่วนดีและส่วนเสีย ถ้าสานุศิษย์มีความสามัคคีพร้อมเพรียงช่วยกันด้วยดีทุกคน งานก็จะสำเร็จเป็นไปโดยเรียบร้อย เพราะส่วนที่จะ

เสียหายนั้นก็มีได้เกิดมาแต่ถิ่นไกลดอก เกิดจากสาธุศิษย์นี่เอง ฉะนั้นจึงอย่าทำตัวเป็น “ลูกฆ่าพ่อ” และอีกตอนหนึ่งท่านปรารภว่า “งานคราวนี้เราเอา หัว แลกเพื่อหมู่ แต่อยากรู้ว่า มีใครบ้าง ที่จะตอบแทนเราได้ ให้สมกับ คอ ของเรา”

คำพูดทั้งหมดนี้ หมายความว่า ท่านพ่อต้องแบกภารกิจอันหนักเพื่อเป็นผู้นำให้พวกเราได้สำเร็จในการบุญอันใหญ่ยิ่งครั้งนี้ และต้องฝ่าอุปสรรคอันตรายหลายอย่าง ดุจเอาศีรษะของท่านเข้าไปแลก ฉะนั้นลูกคนใดจะมีความเห็นใจ และกระทำความดี ให้สมกับความเสียสละของท่าน พ่อบ้าง

อีกตอนหนึ่งท่านได้ปรารภว่า “ถ้าปฏิบัติให้เป็นทีพอใจ ก็เท่ากับต่ออายุของเราให้ยาวออกไป ถ้าปฏิบัติไม่เป็นที่พอใจ ก็เท่ากับฆ่าเราให้ตายไปจากกัน” ถ้อยคำเหล่านี้ พวกเราสาธุศิษย์ควรจักต้องสังวรไว้เสมอ และท่านได้ให้คติสำคัญไว้ข้อหนึ่ง สำหรับไม่ให้พวกเรามีความประมาทในการงานทุกอย่าง ที่จะช่วยกันดำเนินต่อไป เพราะงานนี้อาจมีภัยอันใดอันหนึ่งมาแทรกแซงก็ได้ โดยเราไม่มีสติรู้ตัวทัน ฉะนั้นท่านจึงย้ำในตอนสุดท้ายว่า

“จงเป็นผู้สำรวมระวัง และตื่นกระโดดอยู่เสมอ อย่างนกกระทา อย่าวางใจใคร และต้องพากันนึกทุกคนว่า เราจะทำงานอันนี้เพื่อ

1. ช่วยหมู่คณะ
2. เพื่อเกียรติพระศาสนา และ
3. เพื่อรักษาข้อปฏิบัติของตัวเราให้ไปสู่จุดหมายคือ พระนิพพาน”

โอวาทวันสุดท้ายของงานฉลองสมโภชยี่สิบห้าพุทธศตวรรษ

ณ วัดอโศการาม

29 พฤษภาคม พ.ศ. 2500

1. ยาพิษ หยดเดียว สามารถฆ่าคนได้ตั้งหลายร้อยหลายพันคน ความดี ในทางธรรมก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราทำให้ได้ จริ่ง ชั่วขณะจิตเดียว ก็ย่อมจะสามารถขับไล่กิเลสทั้งหลายให้พินาศไปได้ แล้วเราก็จักได้แลเห็นอานิสงส์ของ ความดี นั้นว่า พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์นี้สามารถกำจัดทุกข์ได้จริง กำจัดภัยได้จริง และกำจัดโรคได้จริง ความดีที่เราทำด้วยกาย วาจา ใจ หมั่นพากเพียรประกอบให้มีขึ้น ก็จะเป็นเครื่องขับเคลื่อนความดีทั้งหลาย ให้เข้ามารวมเป็นกลุ่มเป็นก้อน ที่ยังไม่เกิดก็จะเกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็จะเจริญงอกงามใหญ่ล้น เราก็จะมีความสุขกาย สุขใจทุกขณะที่ยืน เดิน นั่ง นอน

2. วันนี้เป็นวันสิ้นสุดของงานฉลองสมโภชยี่สิบห้าพุทธศตวรรษแล้ว เราทั้งหลายต่างก็จะแยกย้ายจากกันไปคนละทิศละทาง แต่ก็อย่าเข้าใจว่าเราจะห่างไปจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ หรือครูบาอาจารย์ พุทโธ ธัมโม สังโฆ จะติดตามเราไปทุกหนทุกแห่ง ในเมื่อเราน้อมรับ จดจำท่านไป และปฏิบัติตามคำที่ครูบาอาจารย์สั่งสอน

วัดโศการาม, 28 มิถุนายน 2501

1. ราคคณิชา โทสคคณิชา และโมหคคณิชา คือไฟ 3 กอง ตอนแรก ๆ ไฟนี้ก็จะให้ความอบอุ่นสบาย เหมือนกับคนที่นั่งผิงไฟในฤดูหนาว ผิงไป ๆ ก็เพลินไปทุกที พอเปลือดตัวก็ไหม้มือไหม้เท้าพองไม่รู้รู้สึก ในที่สุดก็จะคะมำลงไปในกองเพลิงทั้งตัวเลย

2. ความสุขของชาวโลกนั้น เขามองกันแต่เพียงผิวเผิน เหมือนข้าวสุกที่วางอยู่ในจาน เมื่อถามว่า “ข้าวสุกนั้นดีอย่างไร” คนเราทุก ๆ คนก็ต้องพากันตอบว่า “ข้าวสุกนั้นมันกินอร่อยดีและอิ่มด้วย” แต่พระพุทธเจ้ามิได้ทรงตอบเช่นนั้น พระองค์ทรงตอบทั้งเวลาที่กินเข้าไป และทั้งเวลาที่มันกลับออกมาด้วย ฉะนั้นความเห็นของพระองค์จึงประกอบด้วยทั้งเหตุและผล ไม่ทรงมองอะไรด้านเดียว

3. พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า ความสุขที่เป็นความราบรื่นขึ้นบานตามธรรมชาติธรรมดานั้น ไม่ใช่สุขที่ถาวร พระองค์ทรงปรารภความราบรื่นขึ้นบาน ที่ไม่ใช่เป็นไปตามโลกียวิสัยอย่าง ที่มนุษย์ทั้งหลายเขาต้องการกัน เหตุนั้นพระองค์จึงทรงหลีกเลี่ยงหนีออกจากหมู่ และเสด็จไปประทับวิเวกตามลำพัง ทรงปรารภกับพระองค์เองว่า “เราเกิดมาก็คนเดียว ตายก็คนเดียว ไม่มีใครจ้างให้เราเกิด และก็ไม่มีใครจ้างให้เราตาย เราจะไม่ต้องกลัวใครทั้งหมด การกระทำของเรา ถ้าสิ่งใดมันผูกกับโลก แต่ผิดจากความจริง และผิดกับใจของตนเองแล้ว สิ่งนั้นเราจะไม่ทำเป็นอันขาด”

พระองค์จึงทรงตั้งปัญหาถามพระองค์เอง ว่า “การที่เข้ามาเป็นมนุษย์กับเขานี้ เจ้าต้องการอะไรที่เป็นของวิเศษที่สุดในโลก” เมื่อถามดังนี้แล้วก็ทรงคาดคั้นต่อไปอีกว่า “การตอบปัญหานี้ เจ้าจะต้องตอบอย่างซื่อสัตย์ยุติธรรมจริง ๆ ต่อตัวเอง และเมื่อตอบแล้วจะถือเป็นกฎหมายตายตัวผูกมัดปิดประทับตราแน่น โดยไม่ยอมให้มีดวงตราอื่นใดมาประทับซ้อนเป็นดวงที่สองอีกเลย เธอต้องการอะไร อย่างไหน ต้องตอบมาให้จริงนะ ตอบไม่จริงไม่ได้ และเมื่อตอบอย่างใดแล้ว เธอก็จะต้องทำอย่างนั้น อย่าทรมานตัวเองด้วย” เมื่อได้แน่วพระทัยในสังขารแล้ว ก็ทรงตอบกับพระองค์เองว่า “ท่านเอย, “สมณโคตม” ต้องการ “ความบรมสุข” นอกจากสิ่งนี้แล้ว เราไม่ต้องการสิ่งอื่นในโลก” และเมื่อพระองค์ทรงให้คำสัจแก่พระองค์เองดังนี้แล้ว พระองค์ก็มีได้ลบล้างคำตอบอันนี้เลย ทรงรักษาสัจจะไว้มั่นคง สิ่งใดซึ่งจะเป็นความทุกข์แก่ดวงพระหฤทัย

ของพระองค์เอง แม้แต่น้อยแล้ว พระองค์ก็ได้ทรงเก็บเข้ามาให้ติดเปื้อนอยู่ในพระหฤทัยเลย ตั้งหน้าบำเพ็ญเพียรอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา อย่างเต็มที่ แม้จะยากง่ายอย่างไรก็ไม่ทรงทอดเลย จนในที่สุดพระองค์ก็ได้ทรงบรรลุแจ้งใน สัจธรรม ณ วันเพ็ญกลางเดือนหงนั้น

4. พวกเราทั้งหลาย ไม่มีความสัจ ความจริง ต่อตัวเอง จึงมิได้ประสบสุขอันแท้จริง เหมือนอย่างพระองค์ เราบอกกับตัวเองว่า “อยากได้ความสุข” แต่เราก็โดดเข้าไปสู่กองไฟ ร้อน ๆ เรารู้ว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นยาพิษ แต่เราก็กัดมันเข้าไป นี่แหละเป็นการทรมานต่อตัวเอง

โอวาทในวันบรรจุพระบรมสารีริกธาตุ ณ ถ้ำพระสวาย ลำปาง, 1 กรกฎาคม 2501

1. นักปราชญ์ท่านสอนให้ແ່ມຕຕາให้มาก ๆ ให้ใช้ความดีในการท่องเที่ยวบ้าง สวดมนต์ บ้าง ถ้าตัวใช้เมตตาของตัวเองยังไม่เป็น ก็ให้ไปรวมกับคนที่เขาใช้เป็น จึงจะได้ส่วนเย็นนิด ๆ หน่อย ๆ เหมือนคนที่ใช้เงินไม่เป็น ไปเข้าหุ้นค้าขายกับคนอื่นเขา ก็จะพลอยได้กำไรไปด้วย

2. พระพุทธเจ้าท่านเจริญเมตตาเสมอ ไปทิศไหนก็ข้าวเต็มบาตร ยังประโยชน์ให้แก่คน และสัตว์ เหมือนต้นไม้ไทร ย่อมเป็นที่อาศัยร่มเย็นแก่ ภูเขา จิงจก ตึกแก ชะมด แม่น นกสาริกา นกเค้าแมว ฯลฯ ลูกไพรสุกก็น่าอาหารของนกทั้งหลาย ให้กินแล้วก็บอกว่า พวกท่านเองก็อย่าเบียดเบียนกัน แบ่งกันกิน แบ่งกันเกาะ เมื่ออิ่มแล้วก็ไปเถิด คาบไปให้ลูกเมีย แล้วก็จะบอกข่าวให้มาที่ต้นนี้เถิด มีอาหารสมบูรณ์ดี เมื่อสัตว์ต่าง ๆ หนีไปแล้ว ก็แผ่ให้ถึงชาวบ้านและฝูงโจรต่อไปอีก ไม่เลือกหน้า ให้เป็นสุขทั่ว ๆ กัน

3. ใจที่มีกิเลสกรงรัง เปรียบเหมือนภาชนะที่เต็มไปด้วยขยะมูลฝอย ซึ่งเป็นเหตุให้ไฟไหม้ หรือเป็นที่อาศัยของตะเข็บ ตะขาบ และงูพิษ ความรุกรังเป็นอย่างนี้ และเมื่อตั้งไว้ข้างบันได สุนัขก็จะมาขี้อยู่ ก็ย่อมเกิดโทษได้ต่าง ๆ เหตุนั้นเราจึงควรเก็บหยากเยื่อออกให้หมด จะได้เป็นที่บรรจุพระธรรม ซึ่งเรียกว่า “แก้ว” คือ พุทธรัตนัง ธัมมรัตนัง สังฆรัตนัง อันเป็นแก้วสูงสุด ยิ่งกว่าแก้วของจักรพรรดิ ธรรมทั้งหลายก็สูงเสมอแก้วหรือสูงกว่า สงฆ์ทั้งหลายก็เหมือนแก้ว อีกอย่างหนึ่งท่านอธิบายว่า “ยํ ภิกขุ รตนํ โลก” รัตนะใด ๆ ในโลก หรือทรัพย์ทั้งหลายที่มีมากมายก็จริง แต่จะให้มีค่าเสมอด้วยธรรมนั้นไม่ได้เลย พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ก็ดี ย่อมเป็นของมีค่าสูงส่งยิ่งกว่ารัตนใด ๆ ในโลก เพราะเหตุนี้เมื่อบุคคลใดได้รัตนทั้งสามนี้ไปอยู่ในดวงใจของตนแล้ว บุคคลนั้นย่อมสวัสดิตลอดกาล นี้พูดถึงธรรมะที่เข้าไปอยู่ในดวงจิตของคนที่ย่างเปล่า ไม่ใช่อยู่ในคนที่กรงรัง เหตุนั้น ท่านจึงชักชวนให้พวกเราพากันปลดปล่อยความกรงรัง คือ นิวรณ์ธรรม ออกเสีย ทำดวงจิตของเราให้เที่ยง ไม่ให้ไปหน้า

มาหลัง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็จะได้ตรงไปตั้งประดิษฐานอยู่ในดวงจิตของบุคคลผู้นั้น ที่เรียกว่า “อริยทรัพย์”

4. อริยทรัพย์ นั้น พระองค์ทรงตรัสว่า คือ ธรรมะที่เกิดในดวงจิตของตน อย่างหนึ่ง ประการที่สอง เกิดจากการฟังคำตักเตือนและปฏิบัติตาม พวกเราก็เปรียบด้วย “ศากยบุตร พุทธชิโนรส” คือพวกเราได้เป็นลูกพระตถาคตโดยการปฏิบัติ พระพุทธเจ้าท่านทรงเป็นกษัตริย์ เรียกว่า “พระมหाराชา” ถ้าอยู่ไปอีกไม่กี่วัน สมบัติจักรพรรดิก็จะมาถึงใน 7 วัน “ชิโนรส” นั้นหมายความว่า เมื่อพระองค์ทรงบวชในศาสนา จึงมีชัยชนะ ปราบพุ่งมารต่าง ๆ ให้หมดไป ที่นี้เราก็ปราบกิเลสของเราบ้าง ได้ชื่อว่า “ผู้ชนะใจ” คือทำกิเลสให้ขาดหายไปเป็นห่วง ๆ เรา ก็ได้ชื่อว่าเป็นลูกสกุลกษัตริย์ เหตุนั้นเราจะมาแต่งตัวมอมแมมไม่สมควร เราไม่ใช่ลูกไพร่ ลูกอนาถา ควรหาความดีใส่ตัว แสวงหา “อริยทรัพย์” ให้เกิดขึ้นในตน อริยทรัพย์นี้มีอยู่ 7 ประการ กล่าวสั้น ๆ เพียง “อริยทรัพย์” ได้แก่บุญทั้งหลายที่เราสร้าง ส่วนวัตถุที่ทำไปนั้น เป็น “โลภียทรัพย์” คือของไม่มีเจ้าของแน่นอน วันนี้เป็นของเรา พรุ่งนี้เขาเอาไป บางคราวเป็นของเรา บางคราวเป็นของเขา แม้จะอยู่ในปฐพีหนาแน่น ก็ไม่ยับยั้งตั้งอยู่ได้ เช่น สวน นา ฯลฯ เมื่อใครมาบ่มตัวให้มีปัญญา ให้เห็นว่าโลกียไม่แน่นอนแล้ว ก็อย่าปล่อยทิ้งไว้ให้ว่างเปล่า ท่าน จึงเตือนให้พากันทำพืชผลให้เกิดขึ้นในพื้นที่ดินของตนเสีย ถ้าตนไม่ทำก็ต้องกลายเป็นของ คนอื่นแน่นอน คือ เราพากันจับจอง ที่ดิน ไร่นา เรือกสวน ทำพืชผลให้เต็มเสีย มิฉะนั้นกฎหมาย ออกมาก็จะหมดสิทธิ์ ถ้าตนไม่ปลูกพืชพันธุ์ในกำหนด ก็หมดสิทธิ์ในพื้นที่นั้น แม้จะเป็นความกัน ก็ไม่ชนะ เรียกว่า ไม่ทำสถานที่ให้เป็นผล ตราบใดคนเห็นภัยในพื้นที่ว่าง รีบจัดการปลูกสร้าง วางผลแล้ว รัฐบาลก็จะได้ออกโฉนดให้เป็นหลักฐาน วัตถุก็เช่นเดียวกัน ต้องนำไปบำเพ็ญทาน จึงจะเป็นผลกุศลให้แก่ตน แล้วก็มีสิทธิ์ในทรัพย์นั้น ๆ กลายเป็นอริยทรัพย์ประเสริฐหนักหนา สามารถอำนวยการให้ตนในชาติหน้าได้

วัตถุสิ่งของนั้นมีมาก กล่าวสั้น ๆ ก็คือ ปัจจัยสี่ สิ่งที่จะถวายแก่พระสงฆ์ คือ 1. อาหาร 2. จีวร ผ้าผืนท่อนสไบ 3. เสนาสนะ ที่อยู่ 4. คิลานเภสัช มียาแก้โรคต่าง ๆ เนยใส เนยข้น น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ฯลฯ เป็นต้น ก็นำมาถวายทานเป็นพุทธานุชา ธรรมบูชา สังฆบูชา เสียก็จะกลายเป็น “อริยทรัพย์” ของตน เมื่อใครทำอย่างนี้ ทำน้อยก็จะได้ผลมาก เหมือนปลูกข้าวโพดเมล็ดเดียว จะเกิดเป็น 1-2-3-4-5 ฯลฯ ผักแต่ละผักก็มีผลหลายสิบเมล็ด สุดแต่สถานที่ของต้นจะดี หรือไม่ดี เมื่อพวกเราทำครั้งเดียวหรือสองครั้งก็ตาม ผลก็ย่อมทวีคูณ เหมือนพวกเราหว่านข้าว กำมือเดียว ได้ข้าวเต็มนา หุงข้าวกำมือเดียวได้เต็มหม้อ คือเราเห็นผลานิสงส์อันใหญ่ ก็จะกลายเป็นพุทธานุชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา ดังนี้ได้ชื่อว่าเป็นบุญกุศล อย่างที่พวกเราพากันฉลอง โบสถ์ เจดีย์ คำภีร์ คำสอนของพระพุทธเจ้า บรรจุพระบรมสารีริกธาตุไว้ในสถูปเจดีย์ และ พากันปลูกต้นศรีมหาโพธิ์ อันเป็นสัญลักษณ์ที่ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าของเรา ไว้ในลานวัด

เป็นต้น ผู้มีทรัพย์น้อยก็พากันทำทางกายช่วยเหลือวิ้งเดิน ยอมตนเป็นคนหาบน้ำท่า ของกิน ของใช้ต่าง ๆ เพื่อเพิ่มพูนบุญกุศลของตนทางใดทางหนึ่งอย่างนี้ ก็เป็นอริยทรัพย์นับไม่ถ้วน นี่กล่าวถึงด้านวัตถุ ถ้าเราทำถูกก็เป็น “พุทธบูชา มหาเศรษฐี” ประการหนึ่ง ประการที่สอง ถวายเคารพบูชาในพระธรรม คือมีการสวดมนต์ ฟังเทศน์ ก็จะมีสติปัญญาในชาติหน้า สมกับ พระคาถาที่ว่า “ธมฺมบูชา มหปฺปญฺญ” ใครบูชาพระธรรมก็จะพ้นจากความโง่เขลา เกิดมา จะศึกษาทางโลกก็หลักแหลม ทางศาสนาก็สามารถทรงจำพระไตรปิฎกได้ประการหนึ่ง ประการที่สาม เมื่อใครมาตั้งใจถวายทานเป็นสังฆบูชา ก็ได้แก่ถวายจตุปัจจัยมอไว้ในพระศาสนา เพื่อถวายพระสงฆ์ 4 อย่าง คือ พระโสดา, สกิทาคา, อนาคา และอรหันต์ ท่านพวกนี้ก็เป็น สมบัติของศาสนา แต่ สมมุติสงฆ์ที่พระพุทธเจ้าทรงตั้งไว้เป็นตัวแทน สำหรับรักษาทรัพย์ ของสงฆ์นี้ ก็มีอยู่ 2 ประเภท ประเภทหนึ่งไม่สู้สนใจปฏิบัติให้ซื่อสัตย์สุจริตต่อศาสนา ประเภท ที่สอง ตั้งใจปฏิบัติด้วยความซื่อสัตย์สุจริตจริง ๆ

สมมุติสงฆ์เหล่านี้ พระพุทธเจ้าทรงตั้งให้เป็นเจ้าพนักงานรับฝากทรัพย์ของญาติโยม สงฆ์ทั้งหลายเป็นกรรมการ สามเณรก็เปรียบเหมือนการโรง ถ้ากรรมการเหลวไหล นำไปขาย หรือกินสินบน (ทุจริต) ท่านก็จะได้น้อย ถ้าไรก็จะหาย ธนาการศาสนานี้ หากกรรมการคนใด ปฏิบัติงานโดยการโกงฉ้อฉลเอะอะแล้ว ในที่สุดธนาการก็ต้องล้มละลายหายสูญ ถ้าสมการ ซึ่งเปรียบเหมือนประธานกรรมการเป็นคนเหลวไหลแล้ว ญาติโยมที่นำทรัพย์มาฝาก ก็จะต้อง ผิดหวังหน้าแห้ง บ้านก็พัง ทรัพย์ก็เพ หหมดกำลังใจ หหมดสรีรธาตุที่จะมาทำบุญอีกต่อไป ถ้า ธนาการ (วัด) ไหน ประธานกรรมการ (สมการ) ก็เป็นคนซื่อตรง กรรมการ (พระ) ก็ไม่เชิงลี ภาระโรง (สามเณร) ก็ประพฤติตามโอวาท ธนาการนั้นก็มีความเจริญรุ่งเรือง ประชาชนคือ พวกญาติโยมทั้งหลายก็มีความไว้นับถือเชื่อใจ พากันนำวัตถุข้าวของทองเงินมาฝากไว้ เพื่อความ ปลอดภัยของเขา กล่าวคือพากันทำบุญกุศลยังวัดนั้น ๆ ถ้าประธานกรรมการก็เป็นคนโกง กรรมการ ก็เก ภาระโรงก็เกะกะ ธนาการนั้นต้องล้มแน่ คือวัดนั้นจะตั้งอยู่ไม่ได้ สมการโกงก็คือ เขานำ อะไรมาถวายสงฆ์ ก็ถือเอาว่าเป็นของกู ๆ แล้วก็นำไปเป็นประโยชน์ส่วนตน มีความโลภอยากได้ ไม่ว่าอะไร พระเณรก็ไม่อยู่ในศีลในธรรมในวินัย ปฏิบัติไม่เป็นไปตามสมณวิสัย กินแล้วก็นอน ไม่สวดไม่เรียน ไม่ดูแลรักษาวัตถุอาวาส ทรัพย์ของวัดก็ต้องสูญ สงฆ์ก็ฉิบหาย สมการชั่วโลก นั้น คือสิ่งใดก็ยึดว่าเป็นของตนหมด ไม่อยากแจกจ่ายแจกจ่ายคนอื่น เมื่อสมการทำได้ลูกน้อง ก็ต้องทำได้บ้าง อย่างนี้ทรัพย์ชาวบ้านก็ต้องสูญ บุญก็กลายเป็นบาป เราจะหว่านพืชลงในนาใด ต้องตรวจดูพื้นที่นาเสียให้ดีก่อน ถ้าไม่ใช้ความพิจารณาให้รอบคอบ หว่านข้าวลงไปก็จะเป็นข้าวสาลีไปหมด จิตใจที่ไม่เป็นบุญ คือเมล็ดข้าวมันสาลี จะผุดออกเสีย อย่าเก็บไว้ทำพันธุ์ ต้องให้นาดีและข้าวดีจึงควรทำ เหตุนี้ต้องใช้ความดีต่อดีพยุกันทั้งสองฝ่าย จึงจะเกิดผลในทาน นั้น ๆ ทานวัตถุที่ญาติโยมนำมาฝากในศาสนา ก็ต้องเป็นของที่ได้มาด้วยความบริสุทธิ์ จึงจะ เรียกว่าเป็น “บุญ” พร้อมบริบูรณ์

บุญกุศลตัวจริง

วัดโศการาม, 23 กรกฎาคม 2500

1. บุญกุศล คือตัวเจตนาเดิมที่มีขึ้นในจิต ตั้งแต่ในขณะแรกเริ่มที่เราคิดว่าจะทำความดี เช่นวันนี้เราคิดว่า อยากจะมาวัด พอลึกขึ้นเข้านี้ก็เป็นตัว กุศล เกิดขึ้นในจิตแล้ว ต่อมาเราก็มาวัด มารับศีล มาฟังเทศน์ ตามที่เราเจตนาไว้แต่ต้น เจตนาที่เราตั้งใจก็ย่อมสำเร็จเป็นบุญสมดังความตั้งใจ ถ้าเราคิดว่าวันนี้เราจะมาวัด รักษาศีล ฟังธรรม แต่เผอิญมีคนมาทักท้วงห้ามปราม หรือติเตียนว่าอย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้เราใจเสีย ตัว กุศล ที่เกิดขึ้นในดวงจิตของเรา คือ เจตนาเดิม นั้น ก็ย่อมดับสูญไป คราวนี้ถึงใครจะมาชักชวนให้มาวัดเราก็ต้องฝืนใจมาแล้วก็นั่งท้อ ๆ อยู่ ไม่มีบุญกุศลเกิดขึ้นในดวงใจ เพราะบุญกุศล ตัวจริง นั้นมันได้ดับตายไปแล้ว

2. บุญที่สร้างขึ้นใหม่ไม่ใช่ บุญตัวจริง เช่นการทำทานรักษาศีล ฟังเทศน์ หรือจะมานั่งสมาธิภาวนาก็ดี เหล่านี้ทำให้ตัวบุญที่แท้จริงไม่ แต่เราก็ต้องหมั่นทำไว้ให้เสมอ ๆ เพื่อจะได้ส่งเสริมเพิ่มพูนบุญเก่าให้เจริญอ้วนพีขึ้น ไม่ให้มันตายหายสูญไปเสีย ดังนั้นพอเราคิดตั้งใจอยากจะทำความดีเมื่อใด ก็ให้รีบทำเสียทันที เมื่ออยากจะทำทาน ก็ให้ทาน เมื่ออยากจะรักษาศีลก็รักษาศีล เมื่ออยากจะฟังเทศน์ก็มาฟังเทศน์ เมื่ออยากจะภาวนาก็นั่งภาวนา ทำดังนี้ผลแห่งการกระทำของเราจึงจะมีความสมบูรณ์ พร้อมทั้ง 3 กาล คือใจของเราก็จะมีความสุข ร่าเริง ปีติ อิ่มเอิบ ในส่วนแห่งบุญนั้น ตั้งแต่แรกที่คิดจะทำ กำลังทำอยู่ และทำไปแล้ว ดังที่ท่านกล่าวว่า โย ธมฺมํ เทเสสิ อาทิกุลฺยาณํ มหฺเมกกุลฺยาณํ ปริโยสานกุลฺยาณํ สาตถุํ สพฺพญฺชนํ เกวล-ปริบุญณํ ปริสุทฺธํ พุรฺหมจฺริยํ ปกาเสสิ" ดังนี้

3. เจตนาที่เราคิดว่าจะทำความดีในครั้งแรกนั้น เป็นตัว กุศล ที่แท้จริง คือ ความดีในขั้นแรก เปรียบเหมือนกับเราตั้งใจปลูกต้นไม้ไว้ต้นหนึ่ง ต่อมาเมื่อเราบำเพ็ญทาน ก็เปรียบเหมือนเราหาปุ๋ยไปใส่ไว้ที่โคนต้นไม้ นั้น รักษาศีลก็เท่ากับเราคอยระวังเก็บตัวบ่วงตัวหนอนที่มันจะมาคอยกัดกินดอกกินใบ และทำอันตรายแก่ต้นไม้ นั้น ส่วนภาวนาก็เท่ากับเราไปตักน้ำเย็น ๆ ที่ใสสะอาด

มารดที่โคนต้น ไม่เข้าต้นไม้ของเรานั้นก็ต้องงองามเจริญขึ้นทุกที ๆ จนเกิดดอกออกผลให้เรา ได้กินอ้มหน้าสำราญสมความตั้งใจ ถ้าเป็นไม้ดอกมันก็จะมียีสดงงาม กลีบใหญ่ มีกลิ่นหอม ชื่นใจ ถ้าเป็นไม้ผลลูกของมันก็ต้องดกมีพันธุ์ใหญ่และรสหวาน เหตุนั้น ทาน ศิล และภาวนา จึงเป็นการส่งเสริมเพิ่มพูนบุญเก่าด้วยประการฉะนี้

4. ถ้าใจของเราเป็นโทษเสียแล้ว จะไปทำบุญทำทานอะไรก็ไม่ได้ผล เหมือนกับเราขน ปุยไปใส่ต้นไม้ที่ตายแล้วดังนี้ เมื่อเราอยากจะกินน้อยหน่าสัก 1 ลูกก็ยอมไม่ได้ผลสมใจ เพราะปุย ที่ขนไปใส่โคนต้นน้อยหน่านั้น มันก็ไปติดอยู่กับต้นหญ้า แดงกวา ผักเสี้ยน ผักขมหมด หาเป็น ประโยชน์แต่ต้นน้อยหน่าซึ่งเราต้องการจะกินผลของมันนั้นไม่ ฉันทใดก็ดี ความสำเร็จของเรา คือ ต้องการจะละตัวโลภะ โทสะ และโมหะ ให้หมดไปก็ยอมไม่ได้ผล ทำแต่บุญทานภายนอก ไป แต่ไม่ทำกุศลภายในใจ บุญทานนั้นก็เท่ากับ “ปุย” ของกุศลเท่านั้น เมื่อตัวจริงมันตายไปเสีย แล้ว ปุยนั้น เราจะนำมากลืนกินเข้าไปได้อย่างไร เพราะมีแต่ของสกปรกล้วนแต่ชั่ววู ชั่วควาย ทั้งสิ้น เราจะไปเรียกร้องให้ปุยที่เลอะเทอะเหล่านี้มาช่วยอย่างไรได้ แต่ก็นับว่ายังดีกว่าคนที่ไม่ได้ ใส่ปุยเสียเลย (คือ ไม่มี ศิล สมาธิ ปัญญา) เพราะถึงอย่างไร ๆ ก็ยังพอจะได้เก็บต้นผัก ขม ผักเสี้ยนที่อยู่ใกล้ ๆ นั้นมาแกงเลียงหรือจิ้มน้ำพริกกินได้บ้าง

5. ฉะนั้น ขณะที่เราจะทำอะไรก็ตาม ต้องหมั่นตรวจดูว่าตัว บุญกุศลที่แท้จริง นั้น มีอยู่ในใจเราหรือไม่? บางคนทำบุญ แต่ใจเป็นบาป ก็เปรียบเหมือนข้าวหลามที่ข้างหน้าปาก กระบอกมันก็สุกขาวดี แต่ก้นกระบอกยังเป็นข้าวสารดิบอยู่ หรือไหม้ดำเกรียม เมื่อเป็นเช่นนี้ข้าว หลามนั้นก็ไม่เป็นอันกิน เพราะมันดีไม่ทั่ว คนเรานั้นโดยมากกายกับใจมักไม่ค่อยจะตรงกัน บางคนทำทานแต่ใจก็ยังโลภอยู่ เช่นคนที่ทำทานเพราะปรารถนาอยากร่ำรวยเป็นเศรษฐี ทำบาปเดียวจะขอแลกเอาตั้งหมื่นตั้งแสนก็มี บางคนรักษาศีล แต่ใจก็ยังโกรธเกลียดพยาบาท อิจฉาริษยาคนนั้นคนนี้อยู่ บางคนนั่งสมาธิภาวนา เพราะอยากไปเกิดเป็นคนรูปสวยรูปงามก็มี บางคนก็อยากไปเกิดเป็นทวดนางฟ้าอยู่บนสวรรค์ บางคนก็อยากจะเป็นนั้น เป็นนี้ ล้วนแต่ต้องการสิ่งตอบแทนทั้งนั้น บุญกุศลอย่างนี้ก็ยังใช้ไม่ได้

6. ทาน นั้นท่านให้ทำเพื่อกำจัดความโลภ ศิล ก็รักษาเพื่อกำจัดความโกรธ ภาวนา ก็เพื่อกำจัดความหลง ไม่ใช่ทำเพื่อพอกพูนกิเลสเหล่านี้ บางคนมานั่งสมาธิภาวนา กายกิริยา ภายนอกเรียบสงบ หลับตานิ่ง ตัวตรงไม่ขยับเขยื้อนเคลื่อนไหว มารยาทภายนอกเป็นไปด้วยดี และเรียบร้อยทุกอย่าง แต่ดวงใจเตลิดเปิดเปิงไปนอกบ้านนอกช่อง ไปอยู่ตามสวนบ้าง ตามนาบ้าง บางคนใจแล่นไปถึงเมืองนอกเมืองนา ไปหาเพื่อนหาฝูง หาลูกหาหลาน และคิดอะไรต่ออะไรไป ต่าง ๆ ก็มี ใจไม่ได้นั่งอยู่กับตัวเลย อย่างนี้เรียกว่า กายกับใจไม่ตรงกัน เหมือนข้าวหลามที่ ภายนอกมันสุกดี แต่ข้างในมันยังดิบอยู่

7. ถ้าพวกเรามีความระมัดระวังให้กุศล ตัวจริง มีอยู่ในใจแล้ว จะทำบุญทำกุศลสิ่งใดก็ จงทำไปเถิด อย่าให้มาวัดความ ทราบ ของกุศลที่มันตายไปแล้ว คือเจตนาเดิมที่คิดว่าวันนี้เราจะ

มาวัด มาทำบุญมารักษาศีล และภาวนา แต่พอถูกใครเขาว่่าก็ใจเสีย แล้วผินใจมา ทำบุญเช่นนี้ บุญย่อมช่วยอะไรไม่ได้เลย

8. การที่เราต้องพากันมาฝึกหัดอบรมจิตใจให้มั่นคงกล้าแข็งอยู่ในธรรมเช่นนี้ ก็เพราะโดยมากนั้นคนเราจะต้องผจญกับภัยของโลกอยู่ 3 อย่าง คือ 1. ความทุกข์, เจ็บไข้ ยากจนข้นแค้น 2. ความตาย 3. เพื่อน หรือคนพาลที่เป็นศัตรู เหตุนี้เราจึงต้องเตรียมตัวไว้เพื่อเหตุการณ์เหล่านี้ผ่านเข้ามาเมื่อใด เราจะได้มีใจเข้มแข็งต่อสู้กับสิ่งเหล่านี้ได้ด้วยความมองอาจากกล้าหาญไม่ต้องหวั่นกลัว ถึงมันจะทำท่าไหน เราก็มียุวิธีที่จะต่อสู้กับมันได้ทุกอย่าง เหตุนี้พระท่านจึงให้ศีลให้พรว่า “อิฉฉิตฺตํ ปตฺติตฺตํ ตุมฺหํ จิปปฺเปว สมฺมิมฺหตุ ฯลฯ” แปลว่า “เมื่อท่านปรารถนาสิ่งใด ก็จงสำเร็จโดยฉับพลัน” คือ เมื่อใจของเรามีอำนาจกล้าแข็งแล้ว จะคิดนึกสิ่งใดก็ย่อมสำเร็จหมด

9. ผู้ที่ปล่อยใจให้ตัวกุศลเดิมของตนดับ หรือตายไปจากใจ แล้วมาทำทาน ศีล ภาวนาใหม่ ผลที่คิดครั้งแรกย่อมไม่สำเร็จ แต่ก็ดีกว่าคนที่ไม่ทำเลย ตัวกุศลเดิมของเรานั้น เปรียบเหมือนกับต้นไม้ ถ้าต้นไม้ของเราไม่ตาย ยิ่งใส่ปุ๋ยมันก็ยิ่งจะงอกงามใหญ่ กิ่งก้านดอกใบของมันก็แตกสาขาออกไป กล่าวคือ กายก็จะงามสง่า มือจะทำอะไรก็เป็นบุญ เท้าจะย่างก้าวไปที่ไหนก็เป็นบุญ ปากจะกล่าววาจาใดก็เป็นบุญ ใจจะนึกคิดสิ่งใดก็เป็นบุญ ล้วนแต่เป็นบุญไปหมด ทั้งก่อนกายเมื่อเป็นเช่นนี้ผู้นั้นก็จะมีแต่ความสุข

10. คำว่า “ศีล” นี้ กล่าวโดยพยัญชนะก็ได้แก่การที่สมาทานศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 หรือศีล 227 กล่าวโดยความหมายก็คือการคิด พุท ทำโดยไม่เบียดเบียนใคร คิดก็โดยเมตตาจิต พุทก็โดยเมตตาจิต และทำก็โดยเมตตาจิต กล่าวโดยรส คือ ความเย็น ฉะนั้น การสมาทานศีล จึงมิใช่ตัวศีล แต่เป็นการใส่ปุ๋ยตัวศีล คือเจตนาเดิมของเราให้มันอ้วนพีขึ้นเท่านั้น

11. “ศีล” คำนี้ก็มักจะมาจาก “สิล” หรือ “สิลา” ที่แปลว่า หิน ฉะนั้นผู้มีศีลจึงควรทำใจของตนให้ใหญ่เหมือนก้อนหิน ก้อนหินนั้นลักษณะของมันเป็นอย่างไร? มันแน่น หนา มันคง และเก็บความเย็นไว้ในตัวของมันเอง ถึงแดดจะเผาตลอดวัน ฝนจะตกตลอดคืน มันก็ไม่มีอาการหวั่นไหว นอกจากนั้นยังรักษาความเย็นเป็นปกติอยู่เสมอ ที่ว่า “เย็น” นั้นเย็นอย่างไร? เย็นกล้าหาญ คล่องแคล่ว รอบคอบ เย็นอย่างนี้แหละเป็นศีล ไม่ใช่เย็นอย่างคนที่ทำอะไรเฉื่อยชา เชื่องช้า หรืออืดอาด ลักษณะอย่างนั้นเราไม่เรียกว่า “คนเย็น” คนเย็นต้องเย็นด้วยศีลที่มีในตัว คนมีศีลก็เหมือนกับมีน้ำอยู่ในบ้านของเรา เมื่อมีน้ำอยู่ในบ้านของเราแล้ว ไฟมันจะลุกลามเข้ามาได้อย่างไร? เมื่อใครมีความเย็นเข้าไปรักษาดวงจิตอย่างนี้ โกรธเกลียด พยาบาท มันจะมีมาแต่ไหน? นอกจากนี้สิลาหรือก้อนหินนี้ ยังจะเก็บไฟไว้ในตัวของมันได้อีก แต่มีใช้ไฟกิเลส เป็นไฟเย็นที่นำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างดี เช่น หินกับหินเมื่อนำมาตีหรือกระทบกันเข้ามันก็จะเกิดเป็นไฟขึ้นทันที ซึ่งเราอาจนำมาใช้ในการหุงต้ม หรือนำมาใช้ให้เกิดแสงสว่างก็ได้ ประโยชน์ของศีลเป็นดังนี้

12. คำว่า “บุญกุศล” โดยอรรถหมายถึงจิตใจที่เบิกบาน มั่นคง และถาวร เหมือนกับใจของเราในขณะที่กำลังเจริญเมตตาภาวนากันอยู่นี้ โดยพยานะ ก็ได้แก่การสวดมนต์ สมาทานศีล เหตุนั้นผู้ใดมีศีล ก็ย่อมถึงความบริสุทธิ์ เป็นบุญกุศลได้ ท่านจึงว่า “เทวลปริบุญณ ปริสุทฺธ พุรหมจริย ปกาเสสิ”ฯ

13. คนที่เจริญสมาธิ แต่ไม่มีจิตตั้งมั่นในบุญกุศลอย่างแท้จริงแล้ว พญามารเขาก็จะยั้มเข้ามาหละ กล่าวคือขันธมาร ก็จับปวดไปตามร่างกาย สัญญาก็วุ่นวาย สังขารก็คิดไปเรื่อยแปดพันประการ วิญญาณก็รู้ไปต่าง ๆ ดวงใจนั้นก็พังทลาย บุญกุศลก็สูญหายไปหมด เหมือนข้าวหลามที่มันสุกไม่ทั่ว กินแล้วก็ต้องเสียฯ

14. การทำสมาธิ ต้องอย่ากดบังคับใจให้มากนัก และก็อย่าปล่อยให้เลิกละจนเกินไป ตอนไหนควรบังคับ ก็บังคับ ตอนไหนควรปล่อยก็ปล่อย ข้อสำคัญต้องมี วิตกวิจารณ์ กำกับอยู่เสมอ ที่เรียกว่า “คุณสมบัติ” ใจของเราก็จะไม่เซว ไถลถลาก ออกนอกความดี ธรรมดาความดีแล้วก็มักจะมีความชั่วเข้ามาแทรก เหมือนคนที่ร่ำรวยก็มักจะต้องมีโจรผู้ร้ายมาคอยดักปล้น ทำบุญทำกุศลก็ต้องมีพญามาร ฉะนั้นเวลานั่งต้องคอยระวังอย่าให้เป็น มิจฉาสติ และ มิจฉาสมาธิ ได้ฯ

15. มิจฉาสติ คือใจที่ออกไปนอกตัว นอกไปจากมหาสติปัฏฐาน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม กาย นั้นก็คือลมหายใจ เวทนา ก็คือความสบายหรือไม่สบาย จิต ก็คือรู้อยู่กับตัว ธรรม ก็คือปัจจุบันธรรมฯ

16. มิจฉาสมาธิ คือความลึ้มตัว เผลอตัว เป็นต้นว่า ตัวนั้นอยู่อย่างไรก็ไม่รู้ ใจออกไปที่ไหนบ้างก็ไม่รู้ กลับมาอย่างไรก็ไม่รู้ ใจไม่ตั้งอยู่กับสติ และขาดสัมปชัญญะ ความรู้ตัวด้วยฯ

17. เมื่อสมาธิของเราตั้งมั่น จิตก็จะสูงขึ้น และจิตที่สูงแล้วก็ย่อมไม่มีสิ่งใดมาทำลายคุณความดีได้ เปรียบเหมือนกับดาวหรือพระจันทร์พระอาทิตย์ที่สุกสว่างบนท้องฟ้า ถึงแม้จะมีเมฆผ่านมาในบางครั้ง แต่เมฆนั้นก็ไม่สามารที่จะเล็ดลอดหรือแทรกซึมเข้าไปทำลายแสงสว่างในดวงดาวหรือพระจันทร์พระอาทิตย์นั้นให้ขุ่นมัวหรือดับลงได้ฯ

18. บุญกุศล คือ แม่บุญ หรือ อริยทรัพย์ เมื่อเกิดขึ้นในใจแล้ว จงรักษาไว้ให้ดี อย่าให้ใครมาแตะต้องได้ มี แม่ทรัพย์ ก็เปรียบเหมือนมีโคตรเพชร ใครมีเม็ดเดียวก็นอนกินสบายดีกว่า ลูกทรัพย์ คือไร่นา วัว ควาย ข้าทาสบริวาร ฯลฯ ตั้งหลายร้อยเท่า เพราะสิ่งเหล่านี้มันอยู่ไกลตัวและดูแลก็ลำบาก ถ้าเรามีโคตรเพชรแล้วห่อหุ้มไว้ให้ดีมันก็จะงอกขึ้นทีละน้อย ๆ อย่างนี้เรียกว่า “เพชรดิบ” ไม่ใช่ เพชรสุก ถ้าเราไปขัดถู หรือเจียรไนมันเข้าแล้ว มันก็จะกลายเป็นเพชรสุกไป ถึงจะเอามาเก็บไว้ 100 ปี มันก็ไม่งอกออกมาได้ ฉะนั้น เมื่อสมาธิเกิดขึ้นในจิตของเราแล้ว ต้องรักษาไว้ให้ดี อย่าให้สัญญาอันใดมาแตะต้องได้ สมาธิของเราก็จะเจริญขึ้นเป็นลำดับ จิตก็จะสูงขึ้น ๆ ทุกที ความสุข ความเย็น ก็จะบังเกิดมีไหลตามมา สิ่งที่น่าปรารถนาที่จะเป็นผลสำเร็จได้ทุก ๆ ประการ ผู้นั้นก็จะบรรลุถึงซึ่งมรรคผลนิพพานนั้นแลฯ

วัดอโศการาม, 3 สิงหาคม 2500

1. ความสุขที่มนุษย์ทุกคนปรารถนานั้น ย่อมสำเร็จขึ้นได้จากใจอย่างเดียวเท่านั้น แต่ความสุขนี้บางอย่างก็ไม่ใสสะอาด ความสุขที่ใสสะอาดย่อมเป็นความสุขที่สูงสุดในพระศาสนา คือ “พระนิพพาน” ความสุขที่นอกจากนี้แล้วก็ย่อมไม่มีความสุขที่ใสสะอาด ๫

2. ใจที่จะสำเร็จเป็นความสุขได้ก็ต้องอาศัยธรรมะเป็นหลัก เหตุนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เรารู้จักธรรมะเพื่อจะได้นำไปใช้ประกอบคุณความดี ให้เกิดประโยชน์สุขแก่เราตามต้องการ ๫

3. การปฏิบัติธรรมะ ธรรมเป็นสิ่งสำคัญยิ่งอย่างไร? เป็นสิ่งสำคัญก็เพราะธรรมะเป็น สิ่งที่จะต้องทำความร่วมมือให้แก่ผู้นั้นโดยเฉพาะอย่างหนึ่ง อย่างที่ 2. เป็นสิ่งที่จะช่วยให้ความสุขแก่ประชาชนพลเมืองด้วย ถ้าโลกเราปราศจากธรรมะแล้วความสุขก็จะหาที่ไหนไม่ได้เลย เหตุนั้นเราจึงต้องแสวงหาธรรมะมาให้แก่จิตใจ เพราะความเป็นอยู่ในโลกทุกวันนี้จะต้องมีเหตุการณ์ต่าง ๆ เข้าไปแทรกซึมในจิตใจคน ถ้าสิ่งใดมีธรรมะกำกับอยู่ สิ่งนั้นก็เป็เหตุนำมาซึ่งความสุขได้ ถ้าสิ่งนั้นไม่มีธรรมะกำกับอยู่แล้วก็ย่อมนำมาซึ่งความไม่สงบ

4. คนเรานี้เปรียบเหมือนกับต้นไม้ ถ้าต้นไม้มากไปด้วยดอก ดอกไปด้วยผล มีกิ่งก้านใบแน่นหนา ลมพายุพัดไปมากก็ไม่โค่นไม่เอน ต้นไม้นั้นก็ย่อมเป็นที่ร่มรื่นให้ความสุขแก่คนกกา และทั้งคนเดินทางผ่านมาก็จะพักพาอาศัยได้ร่มเย็น นี่ก็เปรียบเหมือนกับผู้ที่มิธรรมะเป็นหลักมันคงอยู่ในใจ ผู้นั้นก็ย่อมเป็นที่ร่มเย็นแก่คนอื่นด้วย ธรรมะเปรียบเหมือนกับละอองฝนที่ให้ความสดชื่นงามแก่ต้นไม้ทั้งหลาย บุคคลใดมีธรรมรักษาตัวอยู่ ผู้นั้นก็ย่อมมีความสุขและเยือกเย็น นอกจากนี้ยังจะได้แผ่เผื่อเจือจานความสุขไปให้แก่ประชาชน ตลอดจนถึงสัตว์เดียรัจฉานด้วย ตัวอย่างเช่น พระพุทธะเจ้าของเรานั้น เติบโตเมื่อท่านยังทรงเป็นฆราวาสอยู่ ท่านก็เป็นโอรสของพระมหากษัตริย์

ที่ทรงอำนาจวาสนาองค์หนึ่ง ศฤงคารบริวารของท่านก็มีมากมายกายกอง ปราสาทพระราชวังก็ใหญ่โตมหาศาล จะทรงปรารภนาสิ่งใดก็มีพร้อมทุกอย่างไม่ว่าขัดข้องแต่ประการใด แต่ถึงกระนั้นพระองค์ก็ยังทรงเห็นว่าความสุขเหล่านี้ก็เหมือนผลกล้วย ที่มันสุกอยู่บนยอดของมัน ย่อมไม่พ้นไปจากปากเหยี่ยวปากกาได้ โดยเหตุนี้พระองค์จึงทรงสละสมบัติอันมหาศาลเหล่านั้นเสีย และออกบรรพชาแสวงหาความสุขอันแท้จริงที่เป็นสิ่งถาวร คือทางพ้นทุกข์ เมื่อพระองค์ทรงค้นพบได้แล้ว ก็ถึงกับเปล่งพระอุทานในใจว่า “สุขหนอ สุขหนอ” ถึงแม้บางครั้งพระองค์จะต้องทรงประสบกับเหตุการณ์ลำบากยากแค้น เช่นทรมานอดอาหารหรือในความเป็นอยู่ภายนอกอย่างใดอย่างหนึ่งก็ดี พระองค์ก็ได้ทรงเห็นว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นความทุกข์หรือเดือดร้อนแต่ประการใด และก็ยังทรงเปล่งพระอุทานได้เสมอว่า “สุขหนอ” อยู่เช่นนั้น จนขาลือกันว่าสมณโคดมเป็นบ้า เมื่อพระองค์ทรงค้นพบความสุขอันแท้จริงอย่างนั้นแล้ว ก็เป็นเหตุให้คิดเมตตาสงสารในความโง่เขลาเบาปัญญาของปวงมนุษย์ และสัตว์โลกทั่วไป ที่ต้องยังพากันจมอยู่ในกองทุกข์อย่างน่าสมเพชเวทนา ไม่มีหนทางที่จะรอดพ้นไปจากความทุกข์ได้ เมื่อเกิดความสงสารขึ้นเช่นนี้ พระองค์จึงได้เสด็จจาริกไปตามบ้านน้อยเมืองใหญ่ทุกแควตำบล เพื่อทรงโปรดเทศนาแนะนำสั่งสอนประชาชนให้รู้จักธรรมะ และข้อปฏิบัติ อันจะเป็นทางนำตนให้พ้นไปจากกองทุกข์ และได้ประสบความสุขอันแท้จริงอย่างพระองค์บ้าง บรรดาคนทั้งหลายที่ได้มาฟังธรรมของพระองค์แล้ว ต่างก็ได้เกิดศรัทธาความเชื่อ ปลาทะความเลื่อมใสในคำสั่งสอนของพระองค์เป็นอันมาก และได้นำไปปฏิบัติกันจนได้สำเร็จความสุขอันประเสริฐก็มี ต่อจากนั้นก็ได้พาลูกหลานมาฟังธรรมของพระองค์กันอีกมากมาย และคนทั้งหลายเหล่านั้นก็มาได้เห็นผลมากขึ้นเป็นลำดับ พระพุทธศาสนาจึงได้ขยายตัวแพร่หลายออกไปหลายทิศหลายทาง ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากบรรพบุรุษ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ที่ท่านได้แลเห็นอานิสสงฆ์มาแล้ว เป็นผู้แนะนำชักจูงลูกหลานของท่าน ดังนั้นคนชั้นหลัง ๆ จึงได้พากันนับถือเรื่อยมา พระพุทธศาสนาปรากฏมีชื่อเสียงมากที่สุดก็คือในประเทศสยามหรือประเทศไทยเรา นี้ เพราะคนที่นี่นับถือก็มีตั้งแต่ชั้นที่ต่ำสุด ชั้นกลาง จนถึงชั้นสูงสุด การศึกษาพระปริยัติธรรมก็มีตั้งแต่ ชั้นต่ำ ชั้นกลางไปถึงชั้นสูงสุด ส่วนการปฏิบัติก็เช่นเดียวกัน มีทั้งชั้นเลวต่ำ ชั้นกลางและชั้นสูง ชั้นต่ำได้แก่พวกเรากที่กำลังมาศึกษาฝึกหัดอบรมกันอยู่นี้ ชั้นกลางก็นับแต่พระโสดาขึ้นไป ชั้นสูงก็ได้แก่พระอรหันตชินาสพ ทั้งนี้ก็ต้องอาศัยความสังเกตจึงจะรู้ได้ ชั้นต่ำชั้นเลวนั้นมีมาก ชั้นกลางชั้นสูงนั้นมีน้อย ชั้นเลวที่สุดได้แก่ผู้ที่ต้องการสร้างความดีแต่มีเจตนาชั่ว ฉะนั้นการปฏิบัติของเราจึงสูงสุดแล้วแต่ใครจะเลือกกินดอก กินใบ หรือกินผล ฯ

5. เราจะเป็นผู้ฉลาดเก็บดอกผลกินได้ ก็ต้องอาศัยปัญญา คือแสงสว่างที่เรียกว่า ตาใจ หรือ ตาใน ส่วน ตานอก นั้นคือตาเนื้อ ดวงตาในที่นี้เราจะต้องอาศัยสมาธิ จึงจะเกิดแสงสว่างขึ้นในดวงใจของเราและมองเห็นสิ่งที่จริงได้ ส่วน “ตานอก” หรือตาเนื้อนั้นมันคอยแต่หลอกลวงใจของเราอยู่เสมอ ให้เชื่อไปอย่างนั้นเห็นไปอย่างนี้ เหตุนั้น, พระพุทธเจ้าท่านจึงทรงสอนให้เรามี “ตาใน” ไว้สำหรับดูการณ์ไกล ตัวเรานี้มันมีอยู่เป็น 2 ตัว ตัวนอกได้แก่กาย

ตัวในได้แก่ใจ ตัวนอกของเรานี้เป็นเหมือนกับหุ่น เป็นตัวทุกขธาตุ แม้เราจะพากันบ้อยอเลี้ยงดุ เสียข้าวของเงินทองไปมากมายเพียงไร มันก็ไม่อยู่กับเรา ในที่สุดก็ต้องกลายเป็นขี้เถ้าจมดินหมด ส่วนใจที่เป็นตัวจริงของเรานี้ เรากลับไม่ค่อยจะได้เลี้ยงดุให้อะไรแก่มันเลย เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึง ตรัสว่าคนเรานั้นยังพากันหลงมกมายอยู่มากนัก ตัวจริงของตนนั้นกลับมองไม่เห็น ไปมองเห็นอยู่ แต่ตัวหลอก ซึ่งจะเปรียบแล้วก็เหมือนกับลิงที่มองเห็นเงาของตัวเองในกระจกแล้วสำคัญว่าเป็นเจ้าลิง อีกตัวหนึ่ง ก็แลปลิ้นปลิ้นตาใส่เงาของตัวเอง หลอกกันไปหลอกกันมา ในที่สุดก็เหนื่อยเปล่า “ตัวจริง” ของเรานี้ก็ได้แก่จิต ตัวหนึ่ง ส่วนร่างกายนั้นเป็นเพียง “ตัวหลอก” ตัวหลอกนี้ถึงแม้สวมมงกุฎ หรือชฎาให้มันเป็นวิเศษวิโสเพียงใด มันก็จะเป็นอยู่ของมันเท่านั้นแหละ คือเกิดมาแล้วก็แก่ แล้วก็ เจ็บ แล้วก็ตาย ถึงใครจะมีความรู้มีการศึกษาสำเร็จวิชาชั้นสูงสุดมาจากไหน ๆ มันก็เป็นของมันอยู่ เท่านั้น ไม่พ้นจากความตายไปได้ เหตุนี้ผู้มีปัญญาท่านจึงมาใส่ใจในสิ่งที่มิสสาระ คือตัวที่รับผิดชอบ ในสิ่งทั้งหลาย ได้แก่ ดวงจิต ของเรานี้ ส่วนร่างกายมิได้รับผิดชอบในบุญบาปอะไรเลย เช่นเรา ไปลักขโมยหรือฆ่าเขาตาย ร่างกายก็หาไปตกนรกไม่ หรือจะสร้างความดีอย่างไรร่างกายก็ไม่ ไปสวรรค์ด้วย แต่ตัวจิตซึ่งเรามองไม่เห็นนี่แหละเป็นผู้ไป อากาที่มันไปนั้นเรามองไม่เห็นด้วยตา แต่มันเปลี่ยนสถานที่ย้ายที่ได้ เช่นจะไปสุคติหรือทุคติมันก็เรื่องจิตเรื่องใจทั้งสิ้น เหตุนี้บุคคลที่ได้ ฝึกหัดอบรมจิตใจให้มีธรรมะจึงเรียกว่ารักตนของตน ใครไม่ฝึกหัดจิตใจก็เรียกว่าเป็นผู้ที่อยู่ในที่มืด คือ “อวิชชา”

6. เมื่อ วิชา คือ แสงสว่างเกิดขึ้นในใจแล้วใจนั้นจึงจะมีแข็ง มีขา มีตา มีมือ คิดทำการ สิ่งใดก็สำเร็จหมด ถ้าไม่มีวิชาแล้วใจก็มืดมองไม่เห็นอะไร จะต้องอาศัยแต่ร่างกายอย่างเดียว ถ้าใครมาปฏิบัติให้เกิด “ตาใจ” ได้แล้ว ก็จะมองเห็นได้ว่าร่างกายนั้นเป็นอย่างหนึ่ง ใจนั้นก็เป็นอย่างหนึ่ง หาได้เป็นคนเดียวกันไม่ เดียวนี้ใจของเรายังเป็นเด็กอยู่ จึงต้องอาศัยกายเป็นที่ เลี้ยง ถ้าเราฝึกหัดใจแล้ว ใจก็จะโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่แล้วมันก็จะทั้งกายได้ ธรรมชาติของเด็กนั้นก็จะ ต้องอาศัยพี่เลี้ยงไปก่อน ถ้าเด็กนั้นถูกเลี้ยงดูให้เจริญเต็มที่แล้ว มันก็จะหนีจากคนเลี้ยงนั้น ไม่ต้อง มาอุ้มมาหอบกันต่อไป ถ้าเราไม่รู้จักฝึกหัดจิตใจ ใจของเราก็จะต้องเป็นเด็กอยู่อย่างนี้เรื่อยไป ก็หอบแต่ร่างกายไปหอบไป ที่เราเป็นทุกข์ ๆ กันนั้นก็เพราะใจของเรามันเป็นเด็ก ธรรมชาติของเด็ก นั้นก็ต้องถูกเขาล่อหลอกอยู่เสมอ มิฉะนั้นมันก็จะไปเที่ยวซุกซนและทำความเสียหายขึ้น เหตุนี้ ร่างกายกับจิตนี้ท่านจึงเปรียบเหมือนชะมดกับจอมปลวก เจ้าจอมปลวกก็เพียรขนแต่ดินมาใส่เพื่ออุด ข้อง เจ้าชะมดก็คอยแต่พังรูจะออกไปทำเตี่ยว เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เราหาที่อยู่ คือ ธรรมะ ไม่ต้องอาศัยจอมปลวก สร้างธรรมะให้เป็นที่อยู่ของดวงจิต เพราะคนเราทุกวันนี้ไม่มี “บ้าน” อยู่ ถึงจะไปนั่งไปนอนที่ไหนใจก็ไม่อยู่ อยู่ได้ก็แต่ร่างกาย เหตุนี้ใจจึงไม่มีความสุข เหมือนกับคนที่สัญจรไปมาอย่างไม่มีมีความสุขในการเดินทาง เพราะทั้งเหนื่อยก็เหนื่อยและแดด ก็ร้อน คำว่า “บ้าน” ในที่นี้หมายความว่า หลักของสมาธิ ฉะนั้นถึงใครจะมีสมบัติอะไรมากมายก็

ตาม ถ้าไม่มีบ้านอยู่ คนนั้นย่อมไม่มีความสุขฉันใด คนที่ไม่มีสมาธิ (คือหลักของใจ) ถึงจะทำบุญกุศลมากมายเท่าไร ๆ ก็ไม่มีความสุขเช่นเดียวกัน เหตุนั้นเราจึงควรพากันฝึกหัดอบรมใจให้มีสมาธิ การฝึกใจนี้ก็เหมือนกับเรากินข้าวแล้วเราก็จะต้องดูแลเก็บภาชนะ ถ้วยชามมาล้างเช็ดให้สะอาด เมื่อถึงเวลาจะรับประทานอาหารอีกก็จะหยิบมาใช้สอยได้สะดวก จิตใจของเราที่ใช้ประกอบในกิจการใด ๆ ก็ตาม เราก็จักต้องคอยหมั่นขัดหมั่นล้างให้สะอาดเช่นเดียวกัน

7. ขอให้พากันคิดว่าในขณะนี้ เราได้มุ่งหน้าก้าวเข้ามาพึ่งร่มโพธิ์ คือ “พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะแล้ว” เมื่อบำเพ็ญความดีเราจะไม่เอาใจไปฝากไว้ในโลก กับบุคคลใด หรือวัตถุสิ่งใดเป็นอันขาด เราจะขอฝากใจของเราไว้กับ “พระ” อย่างเดียว คือให้ใจมั่นไหลไปในพุทธานุสสติ ไม่ข้องเกี่ยวกับสิ่งใดทั้งหมด เอาสติมาสำรวจอยู่ที่ใจของเรา เอาร่างกายเป็นสนามเล่น มีสติประจำใจอยู่เสมอ ลมหายใจเข้าไปเป็นอย่างไรเรารู้ ลมหายใจออกมาเป็นอย่างไรเรารู้ อย่างนี้เรียกว่าตั้งอยู่ในพุทธานุสสติ เป็นข้อที่หนึ่ง 2. ทำดวงใจให้สะอาด เรื่องที่เป็นไปกับด้วยนิวรณ์ธรรม เช่นกมลียศคนโน้น ชังคนนี้ รักคนนั้น เรื่องที่ชอบไม่ชอบ ดีไม่ดี เราไม่ใส่ใจทั้งสิ้น ต้องตั้งใจว่าเราจะทำดวงจิตของเราให้พ้นไปจากสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ จิตของเราก็จะมีตัวธรรมเกิดขึ้น มีความเย็น แล้วก็น้อมดูความไม่สะอาดของตนว่าความเป็นอยู่ของเราทุกวันนี้เป็นความสะอาดหรือไม่สะอาด ความไม่สะอาดก็ได้แก่ จิต ที่เจือไปด้วยกิเลส ขณะทำความสงบอยู่เราอย่าไปตรึกนึกคิดถึงรูป รส กลิ่น เสียง ฯลฯ ภายนอก ที่เรียกว่า “กามวิตก” “พยาบาทวิตก” “วิหิงสาวิตก” ตัวโลก ถ้ามันจะเกิดขึ้นในจิตก็พยายามล้าง อย่าให้มันเกิดขึ้นได้ ตัวโกรธ ถ้ามันจะเกิดขึ้นในจิต ก็พยายามล้าง อย่าให้มันเกิดขึ้นได้ ตัวโมหะความหลงก็เช่นเดียวกัน พยายามไล่ความชั่วออกไปให้หมด นี่แหละเรียกว่า “จิตตวิสุทธิ” ถ้าดวงจิตมันหยุดเมื่อใดนั้นแหละความบริสุทธิ์จึงจะเกิดขึ้น เหมือนคนที่หยุดนั่งพักได้ต้นไม้ ความเหนื่อยก็จะหายไป เหนือไคลก็จะไม่มี รากะ โทสะ โมหะ นี่เปรียบเหมือนกับเหนือไคลที่เปียกเปื้อนใจของเรา เมื่อใครมาสลดเหนือไคลทั้งหลายทิ้งเสียได้ ใจผู้นั้นก็จะสะอาดเหมือนคนที่นั่งได้ต้นไม้ (ได้แก่การพึ่งต้นโพธิ์คือพุทธคุณ) เมื่อดวงจิตผู้ใดไปตั้งอยู่ในคุณธรรม ดวงจิตผู้นั้นก็สบายร่มเย็น (ความเย็นเกิดจากความสงบนิ่ง) เมื่อความเย็นความสะอาดนี้มีมากเข้า ๆ ดวงจิตก็จะใสเหมือนน้ำ เกิดแสงเป็นความสว่างขึ้นในจิตใจของเรานี้ บางคราวมันสะอาดแต่ไม่ใส กล่าวคือยังไปข้างหน้ามาข้างหลังไม่คงที่ ผู้ที่มีใจใสแล้วก็ย่อมจะเกิด “วิชา” ขึ้นในตน ที่เรียกว่า “จักขุ อูทปาติ ญาณ อูทปาติ ปัญญา อูทปาติ วิชา อูทปาติ อาโลโก อูทปาติ” ฯลฯ บุคคลนั้นก็จะมีความเป็น 3 ตา มีหูเป็น 3 หู ตาอดีตก็ได้แก่ “ปุพเพนิวาสญาณ” ตาอนาคตได้แก่ “จุตูปปาตญาณ” ตาปัจจุบันได้แก่ “อาสวักขยญาณ” ปลอญวางเสียได้ซึ่งสิ่งที่เป็นโทษ ดวงจิตผู้นั้น ก็จะไม่ติดอยู่ในอดีต อนาคต ไม่ติดอยู่ในปัจจุบัน ดังนั้นใครทำสมาธิให้เกิดขึ้นในตน ผู้นั้นก็จะมีดวงตาถึง 3 ดวง กล่าวคือตานอกข้างซ้ายก็รับของที่ดี ตานอกข้างขวาก็รับของที่ชั่ว แล้วก็ส่งไปให้ตาใน ๆ ก็เป็นปกติ มีหู 3 หู ก็คือ หูนอกข้างซ้ายรับฟังคำที่เขาสรรเสริญเยินยอ หูนอกข้างขวารับฟังคำที่เขานิพนทาติเตียน แล้วก็ส่งไปให้หูใน ๆ ก็ฟังเป็นปกติ

นี่เป็นเครื่องรับแขกในโลก ส่วนตาใจ คือ “ญาณ” เป็นเครื่องต้อนรับกิเลส เมื่อเรารู้เรื่องของมันดี แล้วเราก็จะพากันร่ำลากิเลส คนนั้นก็อยู่ในโลกได้อย่างสบาย ไม่มีการขัดเคืองในทางตา ไม่มีการขัดเคืองในทางหู ไม่ขัดเคืองในทางลิ้น ทางกายและทางใจ พบแต่ความใสสะอาด จิตที่ยังไม่ได้ฝึกก็เปรียบเหมือนยังเป็นเด็ก เมื่อฝึกแล้วก็กลายเป็นผู้ใหญ่ ส่วนร่างกายซึ่งเป็นผู้ใหญ่ก็กลับกลายเป็นเด็กไป เหมือนกับคนราตอนแรกก็เป็นเด็กก่อน ต่อมาก็เป็นผู้ใหญ่ เป็นคนแก่ แล้วก็กลับกลายเป็นเด็กอีก ที่ว่ากลับไปเป็นเด็กอีกนั้น ก็เพราะคนแก่มักทำอะไร ๆ หลง ๆ ลืม ๆ และช่วยตัวของตัวเองก็ไม่ได้ ต้องให้เด็กนั้นแหละกลับมาเป็นพี่เลี้ยงคอยดูแลบ่อนข้าวบ่อนน้ำให้ใหม่ เหตุนี้ร่างกายจึงเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่ใจที่ฝึกดีเป็นผู้ใหญ่แล้วย่อมไม่เดือดร้อนไปกับร่างกายเลย ถึงร่างกายจะเป็นอนิจจัง อนิจจังก็ไม่ปรากฏในจิตใจ ร่างกายจะเป็นทุกขัง ความทุกข์ก็ไม่ปรากฏในจิตใจ ร่างกายจะเป็นอนัตตา ความเดือดร้อนก็ไม่ปรากฏในจิตใจ ใจก็คงเป็นใจปกติวางเฉยอยู่ไม่ยึดถือในอาการนั้น ๆ นี่เป็นเรื่องของจิตที่ได้ฝึกหัดอบรมแก่กล้าแล้วย่อมทั้งกายได้ ด้วยประการดังนี้ เหตุนี้ เมื่อเราพากันมาบำเพ็ญบุญกุศลคุณความดีโดยตั้งใจระลึกถึง “พุทธานุสสติ” เป็นอารมณ์อยู่เสมอ ๆ แล้ว เราก็จักเป็นผู้ปล่อยวางเสียได้ซึ่งความยึดถือ จิตก็จักเข้าสู่กระแสธรรมเป็น “วิปัสสนาญาณ” เราก็คจะได้ประสบการณ์สุขอันใสสะอาด และเยือกเย็นดังได้พรรณนามาแล้ว

4 สิงหาคม 2500

1. วันนี้เป็นวันธรรมสวนะ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตไว้ให้เป็นวันที่พุทธบริษัททั้งหลายจะได้มาประชุมกันสดับพระธรรมเทศนา และรักษาศูโบสถ เพราะการฟังธรรมนี้ ย่อมนำมาซึ่งความสำเร็จในการบุญกุศลอย่างหนึ่งที่เรียกว่า “ธัมมัสสวนมัย” แปลว่า “บุญสำเร็จด้วยการฟังธรรม” อีกอย่างหนึ่งทรงตรัสไว้ในมงคลสูตรว่า “กาเลน ธมมมสฺสวณฺเ เอตมฺมจฺกฺลฺมฺตฺตม” หรือ “กาเลน ธมฺมสากฺจฺณา เอตมฺมจฺกฺลฺมฺตฺตม” แปลว่า การฟังธรรมโดยกาลหรือการสนทนาธรรมโดยกาล ย่อมนำมาซึ่งความศิริมงคลอันสูงสุด ฯ

2. เพราะการฟังธรรมนี้ ย่อมยังประโยชน์ให้แก่ผู้ฟังได้เป็น 3 ประการ คือ 1. ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยได้ยินได้ฟัง 2. เป็นบ่อเกิดแห่งสติปัญญา และวิชาความรู้ 3. อาจยังความสำเร็จให้บุคคลนั้น ๆ บรรลุในธรรมสูงสุดได้ ฯ

3. ประโยชน์ของการฟังธรรมข้อที่ 1 ก็คือ สิ่งใดที่เรายังไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน เราก็จักได้วิชาความรู้ขึ้นจากข้อความนั้น ๆ ข้อที่ 2 เมื่อเรานำข้อความนั้น ๆ มาคิดพิจารณาไตร่ตรองดูแล้ว ก็เกิดปัญญารู้ขึ้น ข้อที่ 3 เมื่อเกิดความรู้ขึ้นแล้ว ได้น้อมนำความรู้อันนั้นเข้ามาปฏิบัติตามด้วย จนสามารถละอาสวะกิเลสบางอย่าง ผู้นั้นก็อาจสำเร็จเป็นพระอริยเจ้าได้ ฯ

4. การฟังธรรมนั้น อย่างต่ำที่สุดคนที่ไม่รู้อะไรเลย แต่ตั้งใจฟังให้จริง ๆ ทำจิตของตนให้แน่วแน่งก็อาจสำเร็จประโยชน์ในธรรมนั้น ๆ ได้ อีกอย่างหนึ่งขณะที่ฟังได้น้อมเอาธรรมะนั้น ๆ เข้ามาไว้ในใจ ก็อาจจะละชั่วได้ในทันที ได้เป็นพุทธมามกะเข้าถึงไตรสรณาคมน์ คือดวงจิตได้เข้าถึงพุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ จริง ๆ ดังที่เราสวดกันว่า “พุทธัง ชนมัญญัง สรรณัง คโต” เป็นต้น ฉะนั้นการฟังธรรมนี้ท่านจึงกล่าวว่าเป็นมหามงคลอันหนึ่ง ผู้ใดฉลาดในการฟังธรรม ก็อาจสำเร็จประโยชน์ได้ตามความปรารถนา ฯ

5. การฟังเทศน์นั้น บางคนไปพบพระองค์ที่แสดงไม่ถูกใจตนก็ไม่อยากฟัง บางคนไปพบเนื้อเรื่องที่พระท่านแสดงไม่ถูกกับใจของตนบ้างก็ไม่ชอบ สิ่งเหล่านี้คนไม่มีปัญญาก็เห็นว่าไม่ดี แต่คนมีปัญญาเมื่อฟังไม่ดี ก็นำไปตัดเสียจนกลายเป็นของดีไปได้ ตัวอย่างเช่นพระพุทธเจ้าของเรา นั้น เมื่อครั้งที่พระองค์ยังมีได้ทรงสำเร็จเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ก็ได้เคยฟังคำนิทานคติเตียนมาแล้วเป็นอันมาก แต่ถ้อยคำเหล่านั้นพระองค์ทรงฟังแล้วก็เก็บมาคิดพิจารณาไตร่ตรองดู แล้วก็ทรงเห็นว่า มนุษย์เรานี้ช่างหาความแน่นอนอะไรไม่ได้เลยหนอ วันนี้ข้าเกลียดเรา นิินทว่าให้เรา แต่พอถึงวันรุ่งขึ้น คำนิทานของเขาก็กลับเป็นคำสรรเสริญเยินยอไปแล้ว หรือมีฉนั้นวันนั้นขารักเรา แต่พอถึงวันรุ่งขึ้นเขาก็กลายเป็นเกลียดเรา และวันมะรืนต่อไปเขาอาจจะกลับมารักเราก็กได้ ไม่มีอะไรเป็นของเที่ยงแท้แน่นอนเสียเลย ถ้าจะเอาใจของคนมายึดมั่นถือมั่นเป็นจริงเป็นจังกับตัวเราแล้ว ก็เห็นจะไม่มีความสุขเป็นแน่ ทรงพิจารณาอย่างนี้แล้ว พระองค์ก็เกิดความสุขสดชื่นเบือหน่ายในความเป็นอยู่ของปวงมนุษย์ และจึงได้ทรงเห็นธรรมที่แท้จริงได้ เหตุนี้เราทั้งหลายจึงไม่ควรละโอกาสอันดีงามเสีย ถึงแม้เนื้อความที่พระท่านเทศน์นั้น บางเรื่องอาจจะไม่เป็นที่พอใจของเรากก็ตาม ก็ควรตั้งใจฟังไปให้ตลอด เพราะเนื้อความนั้นเมื่อเรานำมาใคร่ครวญพิจารณาแล้ว อาจจะเกิดเป็นวิชาความรู้บางอย่างใดอย่างหนึ่งแก่ตัวเราก็กได้ คำสรรเสริญก็เหมือนกัน คำนิทานก็เหมือนกัน สิ่งที่ไม่ดีเมื่อเรารู้จักฟังให้ดีก็อาจสำเร็จเป็นบุญเป็นกุศลไปได้ เหตุนี้พวกพญามารต่าง ๆ ที่จับอาวุธจะเข้ามาทำร้ายพระพุทธเจ้านั้น พระองค์จึงมิได้ทรงหวั่นไหว แล้วศาสตราอาวุธหอกดาบเหล่านั้นก็ต้องกลายเป็นข้าวตอกดอกไม้มานูชาพระองค์หมด ใครจะเอารูปดีไม่ตีมาถวาย หรือเขาจะสรรเสริญเยินยออย่างไร พระองค์ก็ไม่ทรงเหลิงไปตามคำของเขา ดีหรือไม่ดี พระองค์ก็ทรงถือเป็นประโยชน์ได้ทั้งสิ้น เหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า สุตสุตฺถกมเต ปญญ” การฟังด้วยดีย่อมเกิดปัญญา ดังนี้ ฯ

6. คนเราโดยมากมักจะเห็นกันคิดกันแต่เพียงเรื่องสั้น ๆ แคบ ๆ เช่น เห็นว่าคนเราเกิดมาแล้วก็ไม่เห็นมีอะไร เกิดมาแล้วก็ตาย มามองเห็นกันอยู่สั้น ๆ แคปากแคท้องเท่านั้น ไม่ค่อยจะมีใครคิดกันให้ยาวออกไปอีก คือที่จะคิดให้เลยออกไปจากความตายนั้นไม่มี เหตุนี้จึงเป็นคนใจแคบ ไม่คิดที่จะสร้างคุณงามความดีสำหรับตัวเอง เพราะมองไม่เห็นความจริงและคุณประโยชน์อันสำคัญยิ่งที่จะพึงมีพึงได้แก่ตนในภายภาคหน้า ความจริงเรื่องของคนเรานั้นเป็นเรื่องที่ยืดยาวทีเดียว

ไม่ใช่เป็นเรื่องสั้น ๆ เลย ถ้าเป็นเรื่องสั้นจริง ตัวเราเกิดมาจากไหน เป็นมาอย่างไร เราคงทราบได้ หรือเรื่องต่อไปข้างหน้าก็เหมือนกัน ถ้ามันเป็นเรื่องสั้นจริง เราตายแล้วจะไปอยู่ที่ไหน และเป็นอะไรเราก็คงรู้ได้อีก แต่นี่ก็ไม่มีใครสามารถที่จะล่วงรู้ถึงเรื่องราวของตนเหล่านี้ได้ บุคคลที่จะรู้ได้พอสมควรก็มีแต่บุคคลบางจำพวก นับแต่ชั้นพระโสดาขึ้นไป ซึ่งท่านมีดวงจิตแก่กล้าในบุญกุศล และมีความบริสุทธิ์ใสสะอาดจนมีญาณ (ความรู้พิเศษ) เกิดขึ้นในดวงใจแล้วนั้นแหละจึงจะสามารถคำนวณความเป็นมาของตนได้ ว่าท่านเกิดมาจากไหนแล้วจะไปเกิดเป็นอะไรต่อไปอีก บุคคลเหล่านี้เป็นผู้มี “ดวงตาใน” ท่านจึงสามารถมองเห็นเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่ล่วงมาแล้ว และทั้งที่จะเป็นต่อไปข้างหน้าได้ บางทีก็เห็นทั้งเรื่องของตนเองและเรื่องของคนอื่น เหตุนั้นท่านจึงได้มองเห็นสภาพความทุกข์ยากในการเป็นอยู่ของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกนี้ เห็นความหมุนเวียนของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เห็นชาติเห็นภพของตนที่เป็นมาแล้วทั้งในส่วนดีและไม่ดี ก็ยังความสลดสังเวชใจให้เกิดความเบื่อหน่ายในชาติภพ จึงเป็นเหตุให้พยายามสร้างคุณความดีให้มีในตนยิ่งขึ้น เพื่อทำชาติความเกิด หรือตัดภพตัดชาติให้น้อยลง เหตุนั้นจึงกล่าวว่าพระโสดา เกิดมาอีก 7 ชาติแล้วก็จะไม่ต้องมาเกิดในมนุษย์โลกอีก พระสกิทาคาอีก 1 ชาติ พระอนาคา ไปเป็นพรหมแล้วเลยสำเร็จอยู่บนโลกทิพย์ อย่างพระโสดานั้นถึงแม้ท่านจะกลับมาเกิดอีก สถานที่เกิดของท่านก็เป็นที่ถาวร ไม่ได้ไปเกิดในอบายเป็นเปรต เป็นอสุรกาย หรือเดียรัจฉาน ท่านมาเกิดก็มาเกิดเป็นคนนี้แหละ แต่เป็นคนก็เป็นคนพิเศษ ไม่ใช่คนธรรมดาสามัญอย่างเรา ๆ นี่ ที่ว่า “พิเศษ” นั้นคืออย่างไร คือท่านมีกิเลสน้อย ไม่หนาแน่นเหมือนปุถุชนธรรมดา ท่านมีความละเอียดในบาป กล่าวคือมี “hiri โอตตัปปะ” ประจําใจถึงจะมีความผิดเกิดขึ้นบ้างในบางขณะ ท่านก็แลเห็นโทษและละเอียดใจ ไม่ยอมทำความชั่วตามกิเลสนั้น ๆ บุคคลที่เห็น้อยหน่ายในชาติภพแล้ว ย่อมรีบเร่งสร้างคุณความดีของตน เพื่อจะได้ไม่ต้องกลับมาเกิดอีก เช่นคนที่ไปเกิดในสวรรค์ก็ยังมองเห็นความทุกข์ของคนในเมืองมนุษย์มากเข้า ท่านก็ยังรีบเร่งสร้างคุณความดีให้หนักขึ้น ฉะนั้นความเกิดของท่านจึงน้อยลง ๔

7. เมื่อผู้ใดต้องการปรารถนาที่จะทำชาติภพของตนให้สั้นข้าก็จงหมั่นสร้างบุญกุศลให้มากขึ้น กล่าวคือ ทำดวงจิตของตนเองให้สะอาดผ่องใสอยู่ใน ทาน ศีล และภาวนา สรรวมกาย วาจา ใจ ให้เป็นปกติ ให้สัจจจากบาปทั้งภายนอกและภายใน กาย วาจา ไม่มีโทษก็สัจจจากบาปภายนอก เป็น “กายวิเวก” ใจตั้งมั่นอยู่ในสมาธิภาวนา ไม่ตกไปสู่นิวรณ์ธรรมก็สัจจจากบาปทางใจ เป็น “จิตวิเวก” มีความสงบสุข เย็นทั้งกายทั้งใจ ซึ่งเรียกว่า “สุโข วิเวโก ตุมฺมสุตฺตํ สุโข ปุญฺญสุตฺตํ อจฺจุโย” เมื่อความวิเวกเกิดขึ้นในดวงจิตแล้ว บุญทั้งหลายก็จะไหลมาไม่สิ้นสุด ดวงจิตผู้นั้นก็จะสูงขึ้นทุกที ๆ จนไม่ต้องการอะไรเลย เคยกินมากก็จะไม่อยากกินมาก เคยกินน้อยก็จะไม่อยากกินเลย เคยพูดมากก็ไม่อยากพูดมาก เคยนอนมากก็อยากนอนให้น้อย มีความเป็นอยู่อย่างใดใจก็เป็นสุขไปหมด เป็นผู้หมดเวรภัยต่อใคร ๆ นี่แหละ จะ

เป็นการตัดชาติภพของตนให้สั้นลงได้ ๔

8. ฉะนั้น ผู้ใดที่มาตั้งใจฟังธรรมแล้ว ก็จงน้อมนำไปคิดพิจารณาให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ถ้าเห็นว่าตนยังเป็นผู้บกพร่องอยู่ด้วยประการใดแล้ว ก็จงรีบซ่อมแซมเยียวยาเสีย ความสมบูรณ์ในตัวเราก็จะเกิดขึ้น หมั่นเจริญสมาธิภาวนา ทำดวงจิตให้สะอาดปราศเสียซึ่งนิวรณ์ธรรม อันจะนำให้ดวงจิตของตนตกไปในอารมณ์ที่ชั่ว คือความสกปรกโลสมม ความสกปรกนั้นย่อมเป็นที่อยู่ของจำพวกสัตว์เดียรัจฉาน เช่น หมู หมา เป็ด ไก่ และวัวควายเท่านั้น หากเป็นที่อยู่ของมนุษย์ไม่ ถ้าเป็นคนแล้วเขาก็จะต้องชอบอยู่ในที่สะอาด ในที่ซึ่งไม่มีเชื้อโรคและปราศจากอันตราย ฉะนั้นพระท่านจึงทรงสรรเสริญการวิเวกเป็นบ่อแห่งความสุข จึงควรหาสถานที่อยู่ของใจเราให้ดี ที่ท่านเรียกว่าจิตวิเวก สัจจากนิวรณ์ธรรม ทำให้ใจให้ใสเป็นแก้ว แล้วก็คอยระวังอย่าให้พวกพญามารเอาของเลวมาแลกเอาของดีไปได้ ต้องเป็นผู้มีสติอยู่กับตนเสมอ ๆ อย่าให้ลืมให้หลง ๔

9. ใจที่ไม่อยู่กับตัวนั้น ความชั่วทั้งหลาย กล่าวคือ พวกนิวรณ์ต่าง ๆ ก็จะไหลเข้ามาครอบงำทำอันตรายแก่ดวงใจของเราให้หลุดไปจากคุณความดี เหมือนกับบ้านเรือนที่ไม่มีคนอยู่ ก็ย่อมจะเป็นรังแห่งมอดปลวกและสัตว์ต่าง ๆ เข้ามาอาศัยได้ ถ้าเราทำใจของเราให้ตั้งมั่นอยู่กับตัวแล้ว เราก็เป็นผู้ปลอดภัย เหมือนคนที่อยู่ในเรือใหญ่ ซึ่งจอดอยู่กลางทะเล คลื่นลมก็สงบราบคาบ จะมองไปทางไหนก็โปร่งโล่ง เห็นไปได้ไกล ตาก็สงบจากรูป หูก็สงบจากเสียง ฯลฯ ใจก็สงบจากกามที่เรียกว่า “กามวิตก” “พยาบาทวิตก” และ “วิหิงสาวิตก” จิตวิเวกสงบสงัด เราก็จะละเสียได้จาก “สักกายทิฏฐิ” “อัสสมิมานะ” บุคคลนั้นก็จักข้ามไปถึงฝั่งอันเป็นแดนเกษมแห่งโยคะสมตามความปรารถนา ได้แสดงมาในวิเวกกถาแต่โดยย่อเพียงเท่านี้.

5 สิงหาคม 2500

1. ในครั้งสมัยพุทธกาลนั้น เมื่อพระพุทธเจ้าของเราจะทรงได้ถามทุกข์สุขของบรรดาพระสาวกทั้งหลาย ท่านมิได้ทรงถามอย่างที่เราใช้ถามกันว่า “เป็นอย่างไรบ้าง?” หรือ “สบายดีหรือไม่?” ข้อความที่พระองค์จะทรงถามก็คือ “ขันธห้าของเธอนี้เป็นอย่างไร?” “รูปเกิดขึ้นอย่างไร? ตั้งอยู่อย่างไร? และเสื่อมไปอย่างไร?” ตลอดถึง เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ ก็ทรงถามอย่างเดียวกัน หรือมิฉะนั้นก็จะทรงถามว่า “ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลมของเธอ ขณะนี้เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และแปรปรวนไปอย่างไร?” การถามเช่นนี้ก็เพราะท่านเข้าใจกันดีแล้วว่า ร่างกายนี้คืออะไร สุขทุกข์มันเกิดขึ้นแต่ที่ไหน และอะไรที่เป็นตัวสุขหรือทุกข์ ๔

2. การฟังธรรมเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญาอย่างหนึ่ง ฉะนั้น การสดับพระธรรมเทศนานี้ จึงนับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะสามารถจะทำให้ผู้ฟังอาจสำเร็จมรรคผล จนถึงพระนิพพานได้ด้วย อย่าง เช่น พระพุทธเจ้าของเรา เมื่อทรงแสดง “พระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร” โปรดพระเบญจวัคคีย์นั้น พอแสดงจบเนื้อความ พระอัญญาโกณฑัญญะ ก็ได้สำเร็จบรรลุมรรคเป็นพระโสดาบันทันทีเป็นองค์แรก แล้วต่อมาเมื่อทรงแสดง “อนัตตลักขณสูตร” พระเบญจวัคคีย์ทั้ง 5 องค์จึงได้สำเร็จเป็นพระอรหันตขีณาสพหมด การที่พระเบญจวัคคีย์ฟังธรรมแล้วก็ได้สำเร็จบรรลุมรรคผลในทันทีทันใดนั้น ก็เพราะท่านได้ตั้งอกตั้งใจฟังกันจริง ๆ ด้วยจิตใจที่แน่วแน่ ขณะที่กำลังสดับพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้าอยู่นั้น พระอัญญาโกณฑัญญะได้กระทำจิตของท่านให้ตั้งอยู่เป็นสมาธิตลอดเวลา แม้จะได้ยกจิตพิจารณาตามเนื้อความไป แต่ก็มิได้วอกแวกหันเหไปนอกทาง ท่านรักษาระดับจิตของท่านไว้ให้เที่ยงตรงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เหมือนกับหลักตอที่มันอยู่ในน้ำ เมื่อได้ยกขึ้นมาพ้นน้ำแล้ว มันก็ขึ้นมาตั้งตรงอยู่บนฝั่ง ก่อนที่พระอัญญาโกณฑัญญะ จะได้สดับพระธรรมนั้น ก็เปรียบเหมือนกับตอที่ยกขึ้นมาพ้นน้ำ แต่แล้วตอนั้นก็กลับมาตั้งอยู่บนพื้นดินตามเดิม จิตของพระอริยบุคคลย่อมมีอาการคงที่อยูอย่างนี้ มิได้มีอาการขึ้นลง หวั่นไหว หรือเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น ๆ

3. ผู้มีปัญญา เปรียบเหมือนกับหอกที่มีคม 3 คม จะเหวี่ยงไปทางขวาก็ทะลุ เหวี่ยงไปทางซ้ายก็ทะลุ พุ่งตรงไปข้างหน้าก็ทะลุ เหตุนี้จึงเป็นผู้ปลอดภัย คือ จะคบกับผู้ใหญ่หรือนักปราชญ์ก็ได้ความรู้ จะคบกับเด็กหรือคนที่เลวกว่าก็ได้ความรู้ ส่วนคนที่ไม่มีปัญญานั้น ท่านเรียกว่าเป็นคนไม่ปลอดภัย ไปคบคนมีปัญญาเข้าก็ถูกเขาไล่ก่อนมา ไปคบคนชั่วเข้าก็หน้าเหี่ยวหน้าแห้งกลับมาอีก มันเป็นเช่นนี้แหละจึงเรียกว่าไม่ปลอดภัย คนมีปัญญานั้น เขาจะต้องถือประโยชน์ได้ทุกด้านทุกมุม แต่ไม่ใช่ประโยชน์ของโลก เป็นประโยชน์ในทางธรรม คือความสุข ๆ

4. มรรคผลนิพพาน ไม่ใช่สมบัติของคนโง่ หรือคนฉลาด แต่เป็นสมบัติของผู้มีสติจะความตั้งใจจริงในการประกอบความดีให้แก่ตนเอง ซึ่งเป็นนิสัยบารมีอันติดอยู่ในจิตสันดานของเขาด้วย ฉะนั้นจึงอย่าไปเหยียดหยามดูถูกในคนที่เขามีปัญญาน้อย หรือฐานะกำเนิดชาติสกุลของเขาที่ตกอยู่ในความต่ำต้อยก็ดี เพราะสิ่งเหล่านี้ มันขึ้นอยู่กับกรรมแห่งบุคคลซึ่งทำไว้ในกาลก่อน จึงส่งผลจำแนกให้มาเป็นในลักษณะต่าง ๆ กัน บางคนแม้จะตกไปอยู่ในสกุลที่ลำบากยากเข็ญใจ ก็สักแต่ว่า กรรมชาติไป เท่านั้น แต่ความดีซึ่งติดอยู่ในจิตสันดานเดิมของเขามีอยู่ เขาก็อาจจะสำเร็จมรรคผลได้ในวันใดวันหนึ่ง ที่กรรมนั้นชัดไปให้เกิดในสกุลยาก ก็เพื่อจะทรมานเขาให้แลเห็นทุกข์เห็นโทษ และใช้หนี้เวรเก่าของเขาให้หมดสิ้นไปก็มี เพราะคนเราทุกคนที่เกิดมานี้ ย่อมเกิดมาแต่ผลของกรรมเก่าที่ตนกระทำไว้ทั้งสิ้น ถ้าผู้ใดมีดวงตาญาณ ผู้นั้นก็อาจจะรู้ถึงชาติภพของตนที่กระทำการกรรมอันใดไว้ ผู้ใดที่ดวงตา ยังมีติดอยู่ด้วยอวิชชา ผู้นั้นก็ย่อม

มองไม่เห็น เรื่องของกรรมนี้พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงสอนไว้มิให้เราประมาท ผู้ใดทำดีก็ย่อมไม่หนีจากกรรมดีนั้น ผู้ใดทำชั่วก็ย่อมไม่หนีจากกรรมชั่วนั้น เหตุนี้ จึงควรมีความสำรวมระวังอย่าประมาทในสิ่งที่เรามองไม่เห็น อย่าเหยียดหยามติเตียนในวัตถุทานของผู้ใด ในศีลของเขาก็ดี ในภาวนาของเขาก็ดี เขาอาจมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเป็นความดีแฝงอยู่ภายใน แต่ถูกปกปิดไว้ด้วยกรรมที่มองไม่เห็น ถ้าเราไปประมาทเขาเข้า กรรมนั้นอาจกลับมาเป็นโทษสนองตัวเราเอง ให้ได้รับผลวิบากในกาลภายหน้าก็ได้ ๔

5. จะได้แสดงอดีตนิทานให้ฟังถึงเรื่องนางคนหนึ่ง ซึ่งเคยเป็นอุปัฏฐากพระพุทธเจ้าในสมัยที่ล่วงมาแล้วองค์หนึ่งว่า นางคนนี้ได้เป็นผู้ประกอบอาหารถวายพระพุทธเจ้าองค์นั้นอยู่เสมอทุกวันเป็นนิจ และครั้งนั้นก็ได้นายพรานคนหนึ่ง ซึ่งเป็นผู้มีจิตศรัทธาในพระพุทธเจ้าองค์นั้นเป็นอย่างมากเหมือนกัน เมื่อนายพรานไปล่าสัตว์ในป่าและได้อะไรมา ก็นำมามอบไว้ให้แก่นาง ซึ่งเป็นผู้ปรุงอาหารถวายนั้นเสมอ บางทีก็เป็นเนื้อสด ๆ บางทีก็เป็นสัตว์เป็น ๆ เมื่อแก่นำมามอบไว้ แล้วก็ส่งกำชับให้นางนั้นจัดทำเป็นอาหารถวายพระพุทธเจ้าในวัดรุ่งขึ้นให้ได้ นางผู้นี้ก็ ได้มีจิตเกลียดชังในการฆ่าสัตว์ของนายพรานเป็นอย่างมาก คิดแต่ในใจว่า “ถ้าตาพรานคนนั้นมาเป็นสามีของเราเมื่อใด เราจะด่าว่าเสียให้สมใจทีเดียว” ต่อมาเมื่อนางได้ทำกาลกิริยา (ตาย) แล้ว ผลแห่งกรรมดีที่ได้เคยเป็นอุปัฏฐากพระพุทธเจ้านั้น ก็ส่งให้นางได้ไปเกิดในสกุลที่สูงสกุลหนึ่ง และมีรูปร่างงดงาม ส่วนนายพรานคนนั้นเมื่อตายไปแล้ว ผลแห่งกรรมที่ส่งไปให้ได้เกิดเป็น “พญายักษ์” อำนาจของกรรมดีที่มีศรัทธาถวายเนื้อสัตว์ เป็นอาหารของพระพุทธเจ้า ส่งไปให้ได้เกิดเป็น “พญา” ส่วนอำนาจของกรรมชั่วที่เป็นพรานฆ่าสัตว์ ส่งไปให้ได้เกิดเป็น “ยักษ์” ๔

เมื่อคนทั้งสองนี้ได้เสวยผลแห่งบุญและกรรมของตนหมดแล้วก็ตายไป และกลับมาเกิดในภพเก่าตามเดิม “พญายักษ์” นั้นก็กลับมาเป็นพรานป่าอีก ส่วนนางก็มาเกิดในตระกูลสามัญชน แต่ด้วยกรรมอันหนึ่งซึ่งนางได้เคยกล่าวปราชัยไว้ว่า ถ้านายพรานได้มาเป็นสามีของนางเมื่อใด นางจะต้องด่าว่าให้สมใจนั้นยังเป็นข้อชวนอยู่ ที่นางจะต้องเสวยผลแห่งกรรมนี้ เหตุนี้ในวันหนึ่งขณะที่นางถือตะกร้าจะไปซื้อของในตลาด ก็บังเอิญได้ไปพบกับนายพราน ซึ่งกำลังหิ้วเนื้อสดจะนำไปส่งขายในตลาดพอดี ด้วยบุพพกรรมที่เคยมีอยู่ด้วยกันในกาลก่อน จึงบันดาลให้นางเกิดมีความพอใจรักใคร่นายพรานนั้น และอยากจะได้เป็นสามี คิดแล้วนางก็เลยทิ้งตะกร้าเดินตามนายพรานไปจนกระทั่งถึงบ้าน และได้อยู่กินเป็นสามีภรรยา กัน จนเกิดบุตรเป็นชายถึง 3 คน ๔

ในครั้งนั้นเป็นสมัยที่พระพุทธเจ้าของเรา กำลังเสด็จไปโปรดแสดงธรรมสั่งสอนประชาชนพลเมือง จนได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์กันกลื่อนกล่น ส่วนนางภรรยาของนายพรานนั้น เป็นผู้ซึ่งมีนิสัยเป็นบุญกุศลติดมาแล้วแต่ในสันดานเดิม ครั้นได้ยินกิตติศัพท์เขาเล่าลือว่า พระพุทธเจ้า

เสด็จมาโปรดแสดงธรรม ก็เกิดศรัทธาเลื่อมใส เดินออกจากบ้านมุ่งหน้าไปตามกระแสน้ำอันนั้น จนได้ไปพบพระพุทธองค์สมตามความปรารถนา และด้วยความดีของนาง ซึ่งเคยมีอยู่แต่เดิมนั้น ยังฝังอยู่ในจิตใจ ครั้นมาได้สดับธรรมของพระองค์ นางก็ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน ฯ

เมื่อได้เดินทางกลับมาถึงบ้านของตนแล้ว นางก็มีได้สนใจไยดีกับนายพรานนั้นอีก แต่ก็ให้คิดถึงความเมตตาสงสารต่อนายพรานเป็นอันมาก ที่เห็นว่าเขายังเป็นผู้มีกิเลสหนาแน่นต้องตกอยู่ในการกระทำบาปหยาบช้า ไม่มีวันจะถอนตัวได้ และตามที่ตนได้เคยคิดไว้ในชาติก่อนว่า จะต่าให้นายพรานให้สมใจนั้น ด้วยนิสัยที่ดีที่มีอยู่ในสันดานเดิม ก็ทำให้นางไม่ได้เคยด่าแข่งเขาสักคำ เพราะธรรมชาติของมนุษย์เมื่ออยู่ใกล้ชิดกันเข้าแล้ว ก็ย่อมเกิดความพอใจรักใคร่กัน ครั้นเมื่อได้มาฟังพระพุทธเจ้าตรัสเทศนาสั่งสอนก็เลยเมตตาต่อนายพรานเป็นอย่างยิ่ง ในที่สุดจึงกล่าวกับนายพรานว่า “ขอท่านจงไปฟังพระพุทธเจ้าแสดงธรรมบ้างเถิด ธรรมะของพระองค์จะทำให้ท่านมีความสุข” นายพรานก็กล่าวตอบว่า “พระพุทธเจ้านั้นไม่เห็นจะมีดีอย่างไร นอกจากจะคอยห้ามเราไม่ให้ฆ่าสัตว์ ถ้าแม้เราเชื่อท่านเรา 2 คนฆ่าเมียพร้อมทั้งลูกอีก 3 คนก็จะต้องพากันอดตายหมดทั้งบ้าน” แล้วเขาก็เข้าป่าไปล่าสัตว์ตามเคย ฯ

ส่วนนางเห็นสามีของตนไม่ยอมเชื่อ แต่ก็ไม่ใช่เขาจ้าวกล่าวดีเตือนเขาอย่างใด เป็นแต่คิดในใจว่า “เราจะต้องพยายามตามไปสืบดูสถานที่ ๆ สามีของเราไปคอยดักสัตว์อยู่ แล้วเราก็จะไปกราบทูลพระพุทธเจ้าให้พระองค์เสด็จไปโปรดสามีของเรา ณ ที่นั้น ๆ ให้จงได้” เมื่อคิดอุบายได้แล้ว พอตื่นเช้าขึ้นนางก็ทำเป็นกุฎีจ้อช่วยจัดหาเสบียงอาหารและเครื่องมือสำหรับล่าสัตว์เตรียมไว้ให้นายพรานจนพร้อมเสร็จ พอนายพรานลงจากเรือน นางก็ช่วยหยิบช่วยถือ ช่วยหิ้วสิ่งของเหล่านั้นตามเขาไปด้วย ทำที่เสมือนว่าจะไปช่วยเขาทำการล่าสัตว์ฉะนั้น ครั้นเมื่อตามไปถึงจนได้รู้เห็นสถานที่ซึ่งนายพรานวางบ่วงไว้อ่สัตว์แล้ว นางก็รีบกลับไปบ้าน และตรงไปเฝ้าพระพุทธเจ้า กราบทูลแต่พระองค์ว่า บัดนี้สามีของนางนั้นเขามีอาชีพเป็นนายพราน ยังเป็นผู้ตกอยู่ในห่วงแห่งการกระทำบาปอย่างร้ายแรงนัก ขอเชิญเสด็จพระองค์จงได้ทรงเมตตาไปโปรดเขาด้วยเถิด พระพุทธเจ้าทรงทราบว่ นางนี้เคยเป็นผู้มีความหวังดีต่อพระพุทธเจ้าในกาลก่อนโน้นมา และได้ร่วมกรรมดีและกรรมชั่วกับนายพรานมาอย่างไร ก็ทรงรับว่าพระองค์จะเสด็จไปโปรดนายพรานตามคำขอร้องของนาง นางก็มีความปิติโสมนัส น้อมกายลงถวายนมัสการพระพุทธเจ้าแล้ว ก็ถอยหลีกออกมา และเดินกลับไปยังบ้านของตน ฯ

วันรุ่งขึ้นเช้า เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จขึ้นจากบรรทมแล้ว ก็ทรงครองผ้าจีวรเรียบร้อย และถือบาตรเสด็จออกจากพระคันธกุฎี ตรงไปยังสถานที่ซึ่งนายพรานไปคอยดักสัตว์อยู่ เมื่อเสด็จไปถึงสถานที่นั้นแล้ว ก็ทรงประทับยืนนิ่งดูขณะภาพอยู่ตรงที่นายพรานวางข่ายล่าสัตว์ไว้ ทรงกระทำพระพุทธานุภาพของพระองค์สงบนิ่งอยู่ในสมาธิ และแผ่พระเมตตาออกไปยังสรรพ

สัตว์ทั้งหลายโดยรอบทั่วบริเวณสถานที่นั้น ด้วยอำนาจแห่งความบริสุทธิ์ในน้ำพระหฤทัยของพระองค์ ที่ทรงแผ่เมตตาออกไป ก็กระทำให้บรรดาสัตว์ทั้งหลาย ณ ที่นั้นได้รับความร่มเย็นเป็นสุขทั่วกัน และไม่มีสัตว์ตัวใด ที่จะล่วงล้ำกล้ากรายเข้ามาในเขตสถานที่ ซึ่งนายพรานได้วางบ่วงไว้นั่นเลย ฯ

ย้อนไปกล่าวถึงนายพรานสามีของนางนั้น ครั้นรุ่งเช้าขึ้นก็แบกรูหนำไม้ตรงไปยังที่ซึ่งตนวางข่าไว้ พอมาถึงแต่ไกล แลเห็นพระพุทธรูปประทับยืนถือบาตรนั่งอยู่ในเขตล่าสัตว์ของตน ก็เกิดความไม่พอใจทันที แต่หาไม่รู้ว่าเป็นพระพุทธรูปเจ้า ก็คิดในใจว่า “สมณะองค์นี้จะต้องเป็นเสนียดจัญไรแก่เราเป็นแน่แท้ คราวใดที่มายืนถือขว้างอยู่ในเขตของเราเช่นนี้ จะมีสัตว์ตัวใดเล่าที่จะกล้าผ่านเข้ามาในข่ายของเรา วันนี้เราก็ต้องผิดหวังเดินกลับไปบ้านมือเปล่า เนื้อสัตว์อะไรก็จะมีไม่ไปขาย เงินก็ไม่ได้ ภรรยาและลูกของเราอีก 3 คนก็ต้องอดไปวันหนึ่ง ถ้าขึ้นปล่อยให้ยืนอยู่อย่างนี้ก็จะไม่เป็นการแน่” คิดแล้วจึงยกคันธนูขึ้นใส่ป่า ชักลูกศรออกจากแหล่ง เสียบเข้าตรงกลางคัน เท้าข้างหนึ่งก็ยืนไว้อีกข้างหนึ่งก็เขย่งขึ้น มือก็เหนี่ยวคันธนูนั้นอย่างเต็มที หมายถึงจะเล็งยิงไปให้ถูกตรงกับลูกตาข้างซ้ายของสมณะนั้นพอดี แต่ด้วยอำนาจแห่งความบริสุทธิ์และพระเมตตากรุณาของพระองค์ที่มีอยู่นั้น ก็ทำให้ลูกศรหาหลุดออกจากคันไม่ นายพรานก็ตั้งท่าเหนี่ยวค้ำยืนแข็งอยู่กับที่ จะยกแขนหรืออวาลงแต่อย่างใดอย่างหนึ่งก็หาขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวไปได้ไม่ น้ำตาก็หยด น้ำลายก็ย่อยไหลลงมาจากจนถึงพื้นดิน ฯ

ฝ่ายลูกชายคนที่ 1 รออยู่ที่บ้านจนตะวันตกดิน ยังไม่เห็นบิดาของตนกลับมา ผิดสังเกตก็ฉวยธนูใส่ป่าออกจากบ้านตรงไปดู พอไปถึงสถานที่นั้นก็เห็นบิดาของตนกำลังตั้งท่าเล็งยิงไปยังสมณะองค์นั้นอยู่ ก็สำคัญว่าสมณะนั้นคงจะเป็นศัตรูเป็นแน่แท้ จึงตรงเข้าไปหวังจะช่วยบิดา แล้วก็ยกคันธนูขึ้นพาดสาย ยืนเขย่งเท้าหน้าคันธนูหมายถึงจะเล็งยิงไปให้ตรงกับนัยน์ตาข้างขวาของสมณะนั้น แต่แล้วตนเองก็ต้องยืนแข็งอยู่กับที่ ในลักษณะเช่นเดียวกันกับบิดาของตนอีกคนหนึ่ง โดยที่ลูกศรก็หาหลุดออกไปทำอันตรายแก่พระพุทธรูปเจ้าไม่ ส่วนบุตรชายคนที่ 2 เห็นพ่อกับพี่ชายของตนหายไปนานก็สงสัย จึงตามไปดูอีก ก็พบพี่ชายกับบิดากำลังอยู่ในท่าอย่างเดียวกัน ตัวเองก็ตรงเข้าไปจะช่วยคนทั้งสอง พอยกธนูขึ้นจะเล็งยิงไปให้ถูกกลางทรวงอกแห่งสมณะนั้นก็ต้องยืนแข็งอยู่ในลักษณะท่าเดียวกันอีกเป็นคนที่ 3 ฝ่ายบุตรชายคนสุดท้ายต้องเห็นพี่ชาย 2 คนกับบิดาหายไปนานก็เกิดความสงสัยจึงออกจากบ้านตามไปดูอีก ก็พบคนทั้งสามกำลังยืนเรียงกันอยู่เป็นแถว ในลักษณะอาการเดียวกันเช่นนั้นก็เข้าใจได้ดี ตัวเองก็ยกธนูขึ้นเล็งไปหมายถึงจะให้ถูกตรงกับหน้าผากของสมณะนั้นพอดี แต่แล้วนายพรานพ่อลูกรวมทั้ง 4 คนนั้น ก็ต้องมีอาการตัวแข็งอยู่กับที่เช่นเดียวกันหมด ฯ

ส่วนทางภรรยาของนายพราน เห็นสามีกับลูกชาย 3 คนหายไปนานผิดสังเกตเช่นนั้น ก็เกิดความสงสัยว่าอาจจะมีการประหัตประหารต่อสู้กันอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นแน่ คิดเช่นนั้นแล้ว นางจึงออกจากบ้าน เดินตามเข้าไปในป่าและตรงไปยังที่ซึ่งนายพรานล่าสัตว์ ได้พบ 4 คนพ่อลูก กำลังตั้งท่าจะยิงพระพุทธรูปเจ้าเช่นนั้น ก็ร้องตะโกนห้ามไปแต่ไกลว่า “อย่า! อย่า! อย่าฆ่าพ่อของฉัน” นายพรานพอได้ยินว่า “พ่อของฉัน” ก็สะดุ้งใจ ตนเองก็ยังไม่เคยรู้จักเลยว่า ภรรยาของตนนี้เป็นลูกเต้าเหล่าใครตั้งแต่อยู่กับกันมา ครั้นมาได้ยินนางร้องห้ามว่า “อย่าฆ่าพ่อของฉัน” เช่นนั้น ก็เข้าใจว่าสมณะองค์นั้นคือ “พ่อตา” ของตัวเอง ด้วยอำนาจแห่งความรักภรรยา ก็เลยพลอยรักพ่อตาไปด้วย จิตใจที่โหดเหี้ยมอยู่ด้วยความอาฆาตมาดร้ายก็คลายลง พอใจอ่อนลง มือเท้าที่แข็งอยู่กับที่นั้นก็ค่อย ๆ อ่อนลงตามพอเคลื่อนไหวได้เล็กน้อย พร้อมทั้งบุตรชายทั้ง 3 คน นั้นก็พลอยได้คลายตัวลงเช่นเดียวกัน แต่ก็ยังไม่ได้อดเต็มที่หมดทั้งตัว ต่อจากนั้นนายพรานก็รำลึกขึ้นในใจว่า “พ่อตาของเรานี้ความจริงก็เป็นผู้มีบุญคุณอยู่ เราได้ทำการล่วงเกินท่านมากนัก ควรที่จะต้องกราบไหว้ขอโทษท่านเสียจึงจะควร” พอคิดได้เช่นนั้นมือเท้าของตนซึ่งยังแข็งอยู่ ก็อ่อนลงตลอดทั้งตัว ธนุที่ถืออยู่ก็หลุดจากมือตกลงยังพื้นดิน นายพรานก็ทรุดตัวลง ประณมมือขึ้นกระทำอัญชลีแด่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ส่วนบุตรชายทั้ง 3 คนเมื่อได้แลเห็นบิดาของตนก้มลงกราบสมณะซึ่งคิดว่าเป็น “ตา” ของตัวเอง ต่างก็วางธนูและลูกศรลงและกระทำอาการเคารพเช่นเดียวกับบิดาบ้าง ๆ

ต่อจากนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงแสดงธรรมโปรดคนทั้ง 4 นั้น นายพรานสดับพระธรรมเทศนาของพระองค์แล้ว และทราบว่สมณะนั้นคือ พระพุทธเจ้า ก็มีจิตเลื่อมใสขอถึงพระไตรสรณาคมน์ พอถึงวันพระ 8 ค่ำ 14 ค่ำ 15 ค่ำ ถึงดการล่าสัตว์ ออกจากบ้านไปวัดสมათานศีลฟังธรรม แต่ก็ยังไม่จดวันการล่าสัตว์ได้เด็ดขาดทีเดียว พอพ้นจากวันพระก็ถือธนูหน้าไม้เข้าป่าตามเดิม ดังนั้น เมื่อตายไปเขาจึงต้องไปเกิดในอบาย แต่ก็ได้กลับชาติมาเสวยสุขในเมืองมนุษย์บ้างเป็นคราว ๆ ด้วยผลแห่งกรรมดีที่ตนได้กระทำไว้ ส่วนนางผู้เป็นโสดาบันนั้น เมื่อทำกาลกิริยาแล้วก็ได้ขึ้นไปบังเกิดในสวรรค์ เป็นนางฟ้าอยู่ 6 ชาติ คืออยู่ในจาตุมหาราชิกาชาติ 1 อยู่ชั้นดาวดึงส์ชาติ 1 อยู่ชั้นยามาชาติ 1 อยู่ชั้นดุสิตชาติ 1 อยู่ชั้นนิมมานรดีชาติ 1 อยู่ชั้นปรนิมมิตวสวัตตีชาติ 1 แล้วก็สำเร็จเป็นพระอนาคาไปเป็นพรหมอยู่ในสุทธาวาส แล้วก็เลยได้สำเร็จเป็นอรหันต์อยู่ในที่นั้น ๆ

6. อดีตนิทานเรื่องนี้ เป็นคติที่จะให้เราระลึกถึงเรื่องผลของกรรม ที่ท่านเรียกว่า “กมุขมุตสกตา” สัตว์มีกรรมเป็นของ ๆ คน กรรมดีกรรมชั่วของใครทำไว้ย่อมเป็นของคนนั้น หรือที่เขาเรียกกันว่า “พรหมลิขิต” รูปร่างภายนอกหรือชาติสกุลเป็นผลที่ส่งมาแต่กรรมของบุคคลให้มีดีเลวต่าง ๆ กัน แต่ความดีที่ฝังเชื้ออยู่ภายในของเขานั้น เป็นสิ่งที่ประมาทไม่ได้

แม้แต่สัตว์เดียรัจฉานก็ยังมีชีวิตอยู่ เช่น พระโพธิสัตว์นั้นเกิดเป็นนกยูงทองก็มี บางทีก็เกิดเป็น พญาช้างหรือเป็นนกกระยาง ฯลฯ ก็มี เพราะฉะนั้น อย่าไปเหยียดหยามลบหลู่ซึ่งมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย คุณธรรมภายในเราไม่เห็นของเขา มองเห็นแต่สภาพกายภายนอกที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน เพราะกรรมชั่วของเขาปิดบังความดีไว้ก็มีเช่นบางคนถูกกรรมชดไปให้เกิดในป่าดง อยู่ในสกุลที่ทุกข์ยากหรือเป็นคนมีรูปร่างพิกลพิการไม่น่าดูก็มี แต่ความดีภายในของเขาซึ่งสืบเนื่องมาในสายของอริยะมีอยู่ในจิตสันดานของเขา ไม่มีใครหยั่งรู้ นอกจากคนที่จะมีตาทิพย์เท่านั้นจึงจะทราบได้เหตุนี้เราจึงไม่ควรไปเหยียดหยามดูถูกคนที่เขามีชาติสกุลต่ำกว่าเรา ให้ถือกันเสมือนญาติพี่น้อง มิตรสหาย หรือเสมอกับตนของตน นั้นแหละจึงจะควร เราจะต้องมีเมตตาพรหมวิหารประจำใจของเราอยู่เสมอๆ

7. พระพุทธเจ้านั้น ท่านทรงมีพระเมตตากรุณาทั่วถึง ไม่ว่ามนุษย์หรือสัตว์เดียรัจฉาน ตลอดทั้งคนชั้นต่ำ ชั้นกลาง และชั้นสูง ผู้ที่จะปลูกปัญญาให้เกิดมีในตนได้ก็ต้องอาศัยดวงจิตที่มีเมตตาพรหมวิหาร เราจะคบคนชั้นใด ก็จะได้ประโยชน์จากคนทุกชั้น เปรียบเหมือนกับ หอก 3 คม ที่เหวี่ยงไปทางซ้ายเราก็ได้ประโยชน์จากคนชั้นสูง เหวี่ยงมาทางขวาก็ได้ประโยชน์จากคนชั้นต่ำ ฟุ้งไปข้างหน้างี้ได้ประโยชน์จากคนชั้นกลาง ใครทำได้อย่างนี้ดีนัก พระองค์ทรงสรรเสริญว่าเป็นคนดี ฉะนั้น จงพากันลับหรือเสียมหอกของเราให้แหลมคมเถิด เพื่อจะได้เป็นเครื่องมือในการเดินทางของเราต่อไปข้างหน้า เมื่อเรามีมือหรือหอกที่แหลมคมเช่นนั้นแล้ว ถึงป่าที่บิดงใหญ่ก็จะต้องกลายเป็นทุ่งนา มองจากขวาก็จะเป็นป่าเตียนโล่ง มองทางซ้ายก็เตียนโล่ง มองข้างหน้างี้โปร่งไม่มีอะไรปิดบัง และธรรมดาของที่ว่างนั้นก็ย่อมเป็นที่ซึ่งปลอดภัย กล่าวคือโจรผู้ร้ายและสัตว์เสือ ฯลฯ ก็ไม่มีที่จะทำอันตรายแก่เรา เมื่อมีที่ว่างเช่นนี้ เราก็จะเป็นผู้มีนามมาก มีสวนมาก ฯ

8. การเผาป่า คือ “ตะปะธรรม” เมื่อผู้ใดมีความเพียรในกรรมฐานอย่างตั้งใจ ผู้นั้นก็ย่อมจะแผดเผาเสียได้ซึ่งป่าดงพงไพร ให้กลายเป็นปฐพีไร้วัวปลูกข้าวโพดแดงกวา สาลี ฯลฯ เป็นสินค้านำมาซึ่งประโยชน์แห่งตนจนกลายเป็นเศรษฐีก็ได้ เหตุนี้ ผู้มีปัญญาจึงไม่ต้องกลัวจนข้างซ้ายก็เป็นนา ข้างขวาก็เป็นสวน จะมองไปทางไหนก็พลัดเพลินเจริญตา ไม่อึดอัดขาดแคลน คนโง่มันเปรียบเหมือนกับมิดชีเท่อ พันอะไรก็ไม่ขาด ปัญญาจะใช้ไฟก็ไม่มี พบกอไผ่เถาวัลย์ก็จะชักคะเย่อกันไปมา ป่ามันก็จะชุ่มไปด้วยน้ำ ปลูกอะไรก็ตายหมด หว่านอะไรก็ไม่งอกงาม มดมันก็ขนไปกินบ้าง โจรผู้ร้ายขโมยไปบ้าง ในที่สุดก็จนตรอก เพราะตนไม่สร้างปัญญา มองซ้ายก็มืด มองขวาก็มืด มองข้างหน้างี้เป็นเขาดิน มองข้างหลังก็เป็นป่าทึบ นี่เขาเรียกว่ามืดแปดทิศ ตัวก็อดดมไอเหมือนจะกวาดหรือสุนัข ส่วนคนมีปัญญาเขาไม่จนอะไรสักอย่าง เพราะอำนาจใจที่มีเมตตาพรหมวิหาร ปัญหานี้ก็ต้องอาศัยการเจริญตะปะอย่างหนึ่ง

อาศัยความรู้ความเห็นอย่างหนึ่ง ดังท่านกล่าวไว้ในบาลีว่า “กรณีมตฺตกุสเลน ยนฺตํ สนฺตํ ปทํ อภิสเมจฺจุ” และ “เมตตณฺจ สพฺพโลกสฺมึ มานสมฺภาวเย อปริมาณํ” ๙

7. คนเราที่อยู่ร่วมกันนี้ ถ้าใครมีทางที่จะช่วยเหลือกันได้ทางทรัพย์ ก็ควรช่วยทางทรัพย์ มีทางที่จะช่วยเหลือกันได้ทางกาย ก็ควรช่วยทางกาย มีทางที่จะช่วยเหลือกันได้ทางวาจา ก็ควรช่วยทางวาจา คนใดต่ำกว่าก็ดึงจุดเขาขึ้นมาให้เสมอกับเรา ถึงแม้เขาจะดีกว่าก็ไล่ไปเลย ไม่เห็นยัวรังเขาลงมา คนสูงก็พยุงเขาขึ้นไปอีก คนชั้นกลางเสมอกัน ก็บำบัดทุกข์บำรุงสุข เขาให้ยิ่งกว่าตัวเรา เมื่อเรามีเมตตาทั้ง 3 ด้านเช่นนี้ จะไปข้างหน้ามาข้างหลังก็ปลอดภัย ศัตรูหรือคนที่เกลียดชังเราก็นี่ไม่มี เหมือนกับเดินไปในทางที่เตียนโล่ง ก็จะมีแต่ความเย็นสบาย หันไปทางซ้ายก็มีไร่นา หันมาทางขวาก็มีข้าว มองไปข้างหน้าก็มีผลหมากรากไม้ มองไปข้างหลังก็มีแต่เสบียง ภูฏฐัมมิกัตถประโยชน์ก็เกิดขึ้น สัมปรายิกัตถประโยชน์ก็เกิดขึ้น ปรมัตถประโยชน์ก็เกิดขึ้น

8. คนมีปัญหาามีเมตตาเป็นตะปะธรรมดา ย่อมปราศเสียซึ่งอหังการ ความร้อนไม่เกิด อุทกภัยอันเกิดจากน้ำท่วมก็ไม่มี สรรพภัยต่าง ๆ จากคนและสัตว์เดียรัจฉานก็ไม่มี ภัยธรรมชาติอันเกิดจากชรา พยาธิ มรณะ ก็ไม่มี คือ ถึงแม้บุคคลผู้นั้นจะต้องประสบกับความแก่ หรือความเจ็บไข้ เขาก็ไม่มีความทุกข์ ความเดือดร้อนรำคาญใจ ดวงจิตก็เบิกบานอยู่เป็นนิจ เมื่อมรณภัยมาถึงก็ตายโดยไม่เหี่ยวแห้ง ทุกข์จากภายนอกก็ไม่มี ทุกข์ภายในก็ไม่มี โสกะ ความโศกโศกก็ไม่เกิดขึ้น ปรีทวะ ความพิโรธรำพันก็ไม่เกิด อุปายาส ความเคลิบเคลิ้มใจก็ไม่เกิด กายก็ไม่ทุกข์ ใจก็ไม่ทุกข์ เมื่อกายใจไม่มีทุกข์แล้ว ทุกข์ภายนอกอะไรมันจะเข้ามาได้ คนที่ไม่มีความสุขนั้น ต่อให้กินข้าววันละ 3 กะทะก็ไม่มีความสุข จะได้เงินเดือนสักเดือนละสิบโกฏิก็ไม่มีความสุข อีกประการหนึ่ง ถ้าจะพูดถึงภัยอันเกิดแต่โรคต่าง ๆ ก็ย่อมเป็นผู้ปลอดภัยอีก โรคที่กล่าวนี้ก็ได้แก่ “จักขุโรโค” โรคทางตา “โสธโรโค” โรคทางหู “ฆานะโรโค” โรคทางจมูก “ชีวนาโรโค” โรคทางลิ้น “กายโรโค” โรคทางกาย และ “มโนโรโค” โรคทางใจ เหล่านี้ก็ไม่เกิดขึ้น โรคตาก็เช่นมันอยากดูอะไรชอก ๆ แชก ๆ ถ้าได้ดูรูปที่ดีก็สบายใจ ถ้าไม่ได้ดูรูปดีไปพบเอารูปไม่ดีเข้าก็หน้าหงาย โรคหูก็เช่นเดียวกัน ถ้าได้ฟังเทศน์ฟังธรรม หรือฟังเขาสรรเสริญเยินยอกก็สบายใจ ถ้าไปได้ฟังเขาตำราหรือินินทาติเตียนก็หน้าหงายอีก โรคจมูก ถ้าได้กลิ่นหอมก็ชื่นใจ ถ้าไปได้กลิ่นไม่ดีเข้าก็หน้ามืดเวียน คลื่นเหียน โรคกาย ถ้าได้นอนพูกนอนหมอนที่อ่อนนุ่ม หรือนอนบนเตียงราวมใหญ่โตก็สบายใจ ถ้าไปนอนกระตอมห้อมห่อก็รู้สึกลำบากยากแค้น ไม่มีความสุขสนุกใจเลย คนมีโรคนั้นถึงจะนอนที่ไหนก็ไม่มีความสุข เหมือนคนที่นอนโรจะกินของอะไรก็กลัวเป็นของแสลง ถ้าได้ถูกสัมผัสดีก็สบาย ส่วนโรคใจนั้นถ้าคิดไปถึงคนดีก็เพิลิตเพิลินเจริญใจ คิดไปถึงคนชั่วก็ใจแห้งอีก ดวงใจจะหาความสุขไม่ได้เลย มีแต่ความแห้งแล้งเหมือนกับต้นไม้ในฤดูร้อนมาจะนั้น คนไม่มีโรคนั้น เขาจะดู จะเห็นจะฟัง จะพูดกลืน จะลิ้มรส จะสัมผัสกระทบสิ่งอะไร ๆ ทั้งดีและไม่ดีก็เกิดประโยชน์ไปทั้งนั้น ทางใจที่เป็นธรรมามารมณ์ก็เช่นเดียว

กัน เมื่อเราเป็นผู้ปราศจากโรคอย่างนี้เราก็จะมีแต่ความสุข มองไปทางศัตรูก็เมตตามองไปทางบิดามารดาก็เบิกบานแจ่มใส มองไปทางมิตรสหายก็อบอุ่นตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็ไม่เกิดพิษ ไปไหนก็ไปได้ ดูอะไรก็ดูได้ ดูข้างซ้ายก็ไหลไปทางขวา มีตาก็ทะลุปรุโปร่ง ฟังหูซ้ายก็ไหลไปหูขวา มีหูก็ทะลุปรุโปร่ง ที่จะเก็บมาซึ่งไว้เหมือนน้ำในกระบอกไม้ไผ่ไม่มีเลย ใครจะชนเอาทรายมาใส่ หรือชนน้ำมาใส่เท่าไรมันก็ไหลไปหมด เหมือนมีรู มีท่อ ดันหาอุปาทานความยึดมั่นก็ไม่เข้ามาฝังอยู่ในใจ ความรุ่มเย็นเป็นสุขก็จะเต็มไปด้วยบ้านทั่วเมืองเหมือนกับศาสนาพระศรีอริย์ทุกสิ่งทุกอย่างก็ราบเรียบไปหมด ไม่มีสิ่งใดเป็นความทุกข์ยากลำบากเลย ฯ

10 สิงหาคม 2500

แสดงพระธรรมเทศนาในตอนบ่ายวันพระ (ผู้จำไม่ได้ฟังตอนต้น จึงได้เนื้อความโดยย่อเพียงเท่านี้)

1. น้ำที่ถูกแดดหรือไฟเผาจนแห้งไปเหลือแต่หม้อหรือภาชนะ เราจะบอกว่าน้ำไม่มีหรือ? ความจริงมันก็มีอยู่ แต่เมื่อถูกความร้อนมาก ๆ เข้ามันก็กลายเป็นไอระเหยไปในอากาศหมด ดังนั้น เราจะพูดว่าน้ำไม่มีก็ไม่ได้ น้ำนั้นก็ยังคงมี แต่มันแปรสภาพไปอยู่ ณ ที่อื่น จิตของคนเรานี้ก็เช่นเดียวกัน เมื่อร่างกายตาย จิตของเรามีได้ตายไปด้วย แต่มันได้ย้ายสถานที่ไปอยู่ในที่ใหม่ตามแต่กรรมดีกรรมชั่วของบุคคลผู้นั้น สภาพที่มันคงมีอยู่อย่างนี้แหละ เรียกว่า “ไม่ตาย ฉันทิด, ดวงจิตของเรา ถ้ามันถูกไฟเผาไหม้ มันก็ต้องเสื่อมคุณภาพลง ร่างกายถูกเผาไหม้ มันก็เสื่อมคุณภาพลง “ไฟ” ในที่นี้ก็ได้แก่ ขรา พยาธิ มรณะ ซึ่งเป็นไฟมาเผาผลาญร่างกายของเราอย่างหนึ่ง และ รากศุคินา โทสศุคินา โมหศุคินา ก็เป็นไฟมาเผาผลาญดวงจิตของเราอีกขนานหนึ่ง ไฟ 3 กองนี้เมื่อมาเผาไหม้ เข้า ดวงจิตของเราก็เสื่อมจากความดี เพราะมีไฟเผาผลาญกายใจของเราอยู่ทั้ง 2 ด้าน กายกับจิตก็ต้องสลายแตกแยกกันออกไปคนละทิศละทาง อันนี้เรียกว่าเป็นไปในการเกิดและการตาย ฯ

2. ถ้าใครต้องการความสุข ก็ต้องปฏิบัติใจให้กิเลสหมดไป จึงจะไม่มี การเกิดและการตายกันอีก แต่การที่จะบอกกันให้รู้ว่าสถานที่ซึ่งไม่เกิดและไม่ตายของคนเรามีอยู่ที่ไหนนั้นเป็นของที่บอกกันได้ยาก เหมือนกับขี้มือให้คนตาบอดดูข้างหรือควายเผือก การขี่มอจะให้คนตาบอดแลเห็นนี้ก็ย่อมเป็นการเหนือบเล้า เพราะมันเป็นการเหลือวิสัยจริง ๆ ฉันทิด สถานที่ไม่เกิดไม่ตายนี้จะบอกให้คนไม่รู้เรื่องเข้าใจก็เป็นการยาก นอกจากคนที่จะมีปัญญาจริง ๆ นั้นแหละจึงจะสามารถแลเห็นได้ ว่าคนเราตายแล้วไปอยู่ที่ไหนและสถานที่ซึ่งไม่เกิดไม่ตายมีจริงหรือไม่ ผู้มีปัญญาก็คือผู้มีตาทิพย์หรือ “ตาใน” ที่เรียกว่า “ญาณจักขุ” ได้แก่ผู้ที่ปฏิบัติจนได้แลเห็นธรรมตัวจริงแล้วนั้นแหละจึงจะมีดวงตาแลเห็นและเข้าใจเรื่องนี้ได้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “ผู้ใดเห็นธรรม

ผู้หนึ่งก็เห็นเรา” เมื่อเราเห็นธรรมที่ไม่ตายเราก็ต้องเห็นท่านที่ไม่ตายเช่นเดียวกัน ฉะนั้น, ใครถึงธรรมที่ไม่ตายผู้หนึ่งก็ต้องได้พบสถานที่ซึ่งไม่ตาย ถ้าเรายังไม่พบก็ต้องบำเพ็ญให้เกิดตาขึ้น ในดวงใจ คนเราถึงแม้จะมีตาสว่างก็ตามแต่ใจมันมืด ฉันทิใด ธรรมของพระพุทธเจ้าซึ่งนำมา กล่าวเตือนกันทุกวันนี้ ก็เปรียบเหมือนกับแก้วใสที่นำมาส่องให้ตาสว่างขึ้นได้ พอคลำไปไม่ต้อง ตกหลุมตกบ่อเท่านั้น แต่ใจผู้ฟังยังมีติดอยู่ ฉะนั้นการปฏิบัติของเราจึงมีความเห็นแตกต่างจากกัน ก็เพราะเราต่างก็ตามืด แต่ยังไม่ถึงกับบอดทีเดียว ยังพอแลเห็นรว ๆ รวง ๆ เพราะเหตุนี้ แลหะพระพุทธศาสนาจึงทรงตัวมาได้จนถึงปัจจุบันนี้ ๕

3. คำว่า “สมณานนฺจ ทสฺสนํ” นั้น คือผู้ใดเห็นพระ ผู้หนึ่งก็จะได้เห็นภาพอันมโหฬาร แต่ต้องเห็นพระจริง ๆ เช่น พระโสดา พระสกิทาคา พระอนาคาหรือพระอรหันต์ พระโสดา นั้นเราจะไปดูกันที่ตรงไหน? พระสกิทาคา พระอนาคา และพระอรหันต์เหล่านี้รูปร่างลักษณะ เป็นอย่างไร? เราจะมองดูภายนอกไม่รู้เลย นอกจากคนนั้นจะปฏิบัติธรรมให้มีในตนจริง ๆ ถ้าไม่มีเราก็ก็นึกไม่เห็นพระจริง ๆ จึงเรียกว่าตาเรายังมัวอยู่ ก็แลเห็นแต่พระธรรมดาเท่านั้น ๕

4. การที่จะปฏิบัติให้เห็นความจริงนี้ ท่านจึงสอนไว้เป็นแนวทาง 3 ข้อคือ 1. มตฺตณฺฏตา จ ภตฺตสฺมึ ให้รู้จักประมาณในการบริโภค คือให้รู้จักกินอาหารพอสมควร 2. ปนฺตณฺจ สยนาสนํ ให้ยินดีในที่สุด 3. อธิจิตฺเต จ อาโยโค บำรุงความสุขให้แก่ดวงจิต ในข้อที่ 1 ที่ให้รู้จักประมาณในการบริโภคนั้น มีอยู่ 2 อย่างคือ สิ่งใดที่จะเป็นไปในบาปกรรมให้งดเว้น อาหารนั้น ๆ เสีย หรืออาหารสิ่งใดที่ไม่เกิดคุณประโยชน์แก่ร่างกายก็ไม่ควรบริโภค ที่เรียกว่า มตฺตณฺฏตา จ ภตฺตสฺมึ ๕

5. อาหารในที่นี้มีอยู่ 2 ชนิด ก. อาหารกาย ได้แก่อาหารคำ ๆ ที่บริโภคเข้าไปบำรุง เลือดเนื้อ ข. อาหารใจ ได้แก่ผัสสาหาร วิญญาณาหาร และมนัสสญเจตนาหาร 1. ผัสสาหาร ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส โสภณรูปพะ ธรรมารมณฺ ที่มากระทบทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ 2. วิญญาณาหาร ได้แก่ความรู้ที่ชั่วในทวารทั้ง 6 3. มโนสสญเจตนาหาร ได้แก่การตั้ง จิตไว้ในอารมณ์ที่ชอบ ๕

6. คนที่ไม่รู้จักประมาณในอาหารก็เปรียบเหมือนคนที่ตนเป็นผู้ป่วยอยู่ เมื่อไม่รู้จักอาหาร ที่แสดงก็ต้องอายุสั้นและตายเร็ว ใช่แต่เท่านั้นยังก่อความเสียหายให้แก่คนที่ใกล้เคียง เช่น พ่อแม่ สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง และลูกหลานเป็นต้น เขาก็จะต้องมีความทุกข์เดือดร้อนวนเวียน ไปตามกัน เช่นต้องไปหาเงินทองมาทำศพ และเสียทรัพย์สิ่งของทำบุญทำทานให้ ใช่แต่เท่านั้น เวลาเจ็บยังต้องรบกวนหมอและนางพยาบาล ให้มาอยู่เป็นเพื่อนผ้าใช้จนตีกจนตั้น และต้องคอย ดูแลให้หยุดยาอาหาร ตลอดจนให้ถ่ายอุจจาระปัสสาวะทุกสิ่งทุกอย่าง ฉะนั้นถ้าใครรู้จักรักษา

ตนของตน ระมัดระวังสำรวมดีในอาหาร คนนั้นก็จะเป็นผู้มีโรคภัยน้อย ตัวเองก็สบาย คนอื่นก็ไม่เดือดร้อน ๙

7. นิเวศธรรม 5 ตัวนี้เปรียบเหมือนกับเชื้อโรค ถ้ามันมาฝังอยู่ในใจของผู้ใดแล้ว มันกลับจะก่อเชื้อให้ลุกลามขึ้น แล้วก็กัดกินดวงใจของผู้นั้นให้กร่อนไปทุกที ๆ ดวงจิตก็จะตกลงไปต่ำ ยกไม่ขึ้น ๙

8. “วิญญานหาร” หมายถึงวิญญานทั้ง 6 ที่เกิดแต่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ รูปที่ชอบมันก็เป็นเหมือนน้ำตาลหรือน้ำอ้อย ซึ่งเป็นของที่จะต้องอยู่ใกล้มด หรือแมลงวัน ค่อมจามมันก็จะไปในที่นั้น แมลงวันมันก็จะไปในที่นั้น รูปใดดี รูปใดสวย ก็เปรียบเหมือนกับก้อนน้ำตาลหรือน้ำผึ้ง ซึ่งพวกตัวมดแมลงหวี่ และแมลงวันต่าง ๆ มันก็ต้องไหลหลังพังคไปที่ก้อนน้ำตาลนั้น รูปไม่ดีก็เปรียบเหมือนกับของที่สกปรกโสภณ นอกจากจะมีเชื้อโรคในตัวของมันเองแล้ว มันยังดึงดูดเอาสิ่งที่ไม่ดีต่าง ๆ เข้ามาอีก เพราะเป็นของซึ่งกลุ่มมดไปด้วย แมลงวัน แมลงหวี่ และบึ้งหนอน ถ้าเราไม่แลเห็นกลิ่นกินเข้าไปก็เป็นพิษเป็นโทษแก่ตัวเรา เหมือนคนมีปากแต่ไม่มีฟัน มีแต่เหงือก พบกระดุกเปิดกระดุกไก่เข้าเคี้ยวไม่ได้ก็กลืนเข้าไปตาเหลือกตาพอง นี่ก็เหมือนคนมีตาแต่ไม่รู้จักพิจารณาไตร่ตรอง ก็กินเอามด แมลงวันและบึ้งหนอนเข้าไปด้วย เหตุนี้เราจะต้องมีโยนิโสมนสิการว่า สิ่งใดพอใจและสิ่งใดไม่พอใจ สิ่งใดควรรังเกียจหรือไม่ควรรังเกียจ ก่อนที่เราจะบริโภคอาหารนั้น ๆ เช่นนี้เรียกว่า เรามีมิตฺติเขยงไว้สำหรับหัน คือต้องพิจารณาด้วยตนของตนเอง แล้วเราก็จะได้กินอาหารที่เป็นของสุก ไม่เป็นฝืนเป็นยักซ์ ถ้าเราไม่พิจารณาเราก็จะเข้าใจผิดว่าของดีเป็นของไม่ดี ของไม่ดีเป็นของดี ดวงจิตไม่แจ่มแจ้งในสิ่งนั้น ก็เพราะเราไม่มีสติปัญญา เราก็จะกลืนกินอาหารที่เป็นพิษเข้าไปในหัวใจอย่างนี้ เรียกว่ามีความโง่มาก หลงมากเพราะกลืนกินเข้าไปโดยไม่ระวัง จึงทำให้เป็นอันตรายแก่หัวใจ ๙

9. อาหารในทางหู เรียกว่า “ผัสสาหาร” เช่น เสียงที่ชอบก็เป็นน้ำตาล หรือขนมที่อร่อย ๆ นั้นแหละ คนใดไม่มีปัญญา ไม่มีตะปะธรรมและโยนิโสมนสิการ ก็จะกินอาหารที่เป็นพิษเข้าไปทั้งเน่า ๆ หนอน ๆ ของใดหวานก็จะกลืนเข้าไปทั้งก้อน มด หนอน แมลงหวี่ แมลงวันก็จะตามเข้าไป ยังลำไส้ของตนทำให้เกิดทุกข์เกิดโทษ ยังความดิ้นรนให้แก่ดวงใจ ใจของตนก็ป่วยอยู่แล้วเรายังจะกินยาพิษเข้าไปเพิ่มอีก เมื่อเป็นดังนี้ใครก็ไม่สามารถจะรักษาให้หายได้ นอกจากตนของตนเอง สิ่งใดพอใจก็เป็นของหวาน ไม่พอใจก็เป็นของขูดเน่า ดวงจิตผู้นั้นก็เกิดทุกข์ทางจุกกลืนกายใจก็เหมือนกัน เมื่อเราจะกลืนกินซึ่งอาหารสิ่งใด เราก็ควรจะต้องโยนิโสมนสิการในสิ่งนั้นเสียก่อน เหมือนเช่นที่ขณะสวดปฏิสังขารโย ก่อนที่จะบริโภคปัจจัย 4 ดังนั้นเป็นต้น และเราก็ต้องพิจารณาด้วยว่าของสิ่งนั้น ๆ คนที่นำมาให้เป็นมัจฉาทิฐีหรือเปล่า มิฉะนั้นแล้วก็จะ

ยังความเศร้าหมองให้แก่ศีลวัตรของตนได้ ฉะนั้นต้องตั้งใจให้แน่วแน่ ใช้ สติ เป็นเครื่องพิสูจน์ ใช้ ปัญญา เป็นเครื่องพินิจแล้วเราก็จะได้กินอาหารที่เป็นธรรม คนไม่มีสติปัญญาก็จะเหมือนกับยักษ์ที่กินทั้งของดิบของตายและของเน่า กระดุก ปีก หนังสือ กากสิ้นกินเข้าไปหมด เหมือนคนปากคนดงที่ไม่รู้จักภาษาอะไร ฝรั่งเศสวันนี้เขามีปัญญา สิ่งของบางอย่างที่เรากินไม่ได้ เขาก็นำไปกลั่นกรองทำเสียจนกินได้และใช้เป็นประโยชน์อย่างดี คนไม่มีปัญญาเอาแต่ความโลภ ความหิวเป็นใหญ่ก็กินเข้าไปทั้งปึกทั้งหาง ทั้งก้าง ทั้งครีบ สิ่งใดที่ไม่ปรารถนา ก็ติดอยู่ในหัวใจ สิ่งใดที่ปรารถนา ก็ติดอยู่ในหัวใจ ไปไหนก็เหมือนก้างติดคอ ถ้าเรามีตะปะธรรม คือ สติ มีสติ คือ สมาธิ มีความรู้คือ ปัญญา แล้ว ก็เท่ากับเรามี ไฟ มี เต่า มี มืด เราก็จะทำความสำเร็จในอาหารของเราได้อย่างดี ๔

10. อาหารชนิดที่ 2 คือ “มโนสัญเจตนาหาร” ถ้าเราตั้งใจไว้ในที่ผิดก็ย่อมเป็นโทษ เช่นไปนึกถึงคนที่เราเกลียด โกรธ ว่าถ้าเราไปพบกับคนนั้นเราจะต้องพูดอย่างนั้น ๆ ที่เดียว นี่ก็เรียกว่าตั้งใจไว้ในอารมณ์ที่ผิด บางคราวก็ในเรื่องที่ผิด “มโน” คือดวงใจ ถ้าเราตั้งใจไว้ในที่ดีที่ชอบก็จะไหลไปในทางที่ดี ความลึบความหลงก็จะไม่เกิดขึ้น เช่นบางคราวเราก็ระลึกถึงวัด ระลึกถึงศีล ถึงทานที่เราทำไป ระลึกถึงครูบาอาจารย์ อย่างนี้เป็นการตั้งใจไว้ในอารมณ์ที่ดีที่ชอบ เรียกว่า “มโนสัญเจตนาหาร” ยังความชื่นบานให้เกิดในใจตน เหมือนคนในครั้งพุทธกาลนั้น ใจของเขาโน้มไปในพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ และสังฆานุสสติ เขาก็ได้เข้าถึงไตรสรณาคมน์เป็นพระอริยะ เหตุนั้น บุคคลใดหรือเรื่องใดที่ยังความเจริญให้แก่ดวงใจของเราแล้ว ก็ควรโน้มนึกถึงผู้นั้น เพื่อจะได้ยังดวงจิตให้มีกำลังพ้นไปจากนิวรณ์ธรรม ซึ่งเป็นม่านหมอก และบังหนอนมาปิดบังและเกาะกินดวงจิตของเรา บุคคลนั้นก็จะมียกกำลังที่จะแผ่ขึ้นไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ถ้าเป็นหญิงก็เรียกว่าเป็น “แม่ครัว” ที่ดี ถ้าเป็นชายก็ได้ชื่อว่าเป็น “พ่อครัว” ที่ดี ใครไม่รู้จักต้ม ไม่รู้จักหุง ไม่รู้จักปรุงอาหารของตัว ก็จะต้องกินเข้าไปทั้งดิบ ๆ เหมือนกับผีกระสือนั่นแหละ ๕

11. อาหารก้อนที่ 3 คือ “ผัสสาหาร” รูปใดที่มาจากตา เสียงใดที่มาจากหู กลิ่นใดที่มาจากจมูก ฯลฯ กิตติ หรือสิ่งใดที่ยังประโยชน์ให้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แล้วเราก็ควรสนใจในสิ่งนั้นให้มาก ๆ เสมอเป็นนิจ รสใดเป็นพิษอย่ากินเข้าไป สิ่งใดเป็นคุณประโยชน์จึงควรสนใจนำเข้ามาสัมผัสกระทบกาย อันใดจะเป็นบุญกุศล แม้จะเป็นทุกข์เราก็ควรอดทนได้ เช่นทอดแดด ทนฝน ทนหนาว สัมผัสใดไม่ยังกุศลให้เกิดขึ้นได้ก็จงสลัดเสีย ดวงใจก็เหมือนกัน เมื่อทำได้อย่างนี้อาหารดีก็จะไหลเข้าไปเป็นประโยชน์แก่ตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้วก็ซึมซาบอาบเข้าไปในดวงใจ เราก็จะเป็นผู้สงัดจากบาป สงัดจากกิเลส คือ “อริจิตฺเต จ อาโยโค” ดวงจิตที่จะเป็นไปในนรกเปรต อสุรกายก็จะสูญหายไป ยังดวงจิตของ

อริยชนให้เกิดขึ้น กล่าวคือพระโสดา สกิทาคา อนาคา และอรหัตต์ จิตนั้นก็จะมั่นคงตรงไปถึงซึ่งพระนิพพาน ทำให้พ้นไปจากไฟบรรลัยกัลป์ที่มันจะเผาผลาญเราได้ด้วยประการฉะนี้ ฯ

12 ส.ค. 2500

อบรมสมาธิตอนบ่าย

1. การภาวนาเป็น “บุญญกิริยาวัตถุ” อย่างหนึ่ง คือ 1. “วัตถุ” ได้แก่ลมหายใจซึ่งเป็นที่มาของจิต 2. กิริยา ได้แก่กรรมหรือการกระทำของเรา กล่าวคือ การนั่งหลับตาและบริกรรม “พุทโธ ๑” โดยกำหนดสติตามลมที่หายใจ 3. “บุญ” คือการทำใจของเราให้สบาย เบิกบาน อย่าให้มีอารมณ์ไม่ดีไม่งามมาเกี่ยวข้อง ทำใจให้สงบ สว่างไสว ทำลม การนึกและใจให้สบายสะดวกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 3 อย่างนี้เรียกว่า “บริกรรมภาวนา” ฯ

2. ถ้าดวงใจของเราอาบไปด้วยบุญกุศล ก็จะเหมือนกับ “เกลือ” ซึ่งมีคุณสมบัติพิเศษแก่โลกมากมายหลายอย่าง และทั้งเป็นธาตุที่รักษาคุณภาพของตัวเองให้ถาวรด้วย เหตุนี้เกลือจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์ คนที่ชาติที่ภาษาก็ตาม อยู่ถึงเมืองนอกเมืองนาก็ยังจำเป็นที่จะต้องใช้เกลือนี้กันทั่วโลก เหตุนี้มนุษย์จะขาดธาตุเกลือในตัวเองเสียมิได้เลย ฯ

3. บุคคลใดที่ดวงจิตอาบไปด้วยบุญกุศลแล้ว สิ่งที่จะเป็นผลเกิดขึ้นก็คือ 1. สัจจะความเห็นจริงในอริยสัจธรรม คือทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ก็จะเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้นั้น 2. คนใดซึ่งเป็นคนน่าบูชามากก็จะกลายเป็นคนดีไปได้ เช่นคนที่เคยมีใจโหดร้ายฆ่ามนุษย์มาเป็นจำนวนมาก ถึงกระนั้นเมื่อได้บำเพ็ญกุศลเพียงนิดเดียวก็อาจกลับใจเป็นคนดีไปได้ เช่น “องคุลิมาล” เป็นต้น อาศัยคุณความดีของพระพุทธเจ้า พระองค์ก็ได้โปรดองคุลิมาลให้ยับยั้งความชั่วของตนจนบรรลुरुธรรมเป็นอริยะได้ โดยพระองค์ได้แสดงธรรมแก่เธอว่า “การเบียดเบียนคนอื่นนั้นก็เท่ากับทำแก่ตัวเอง สัจธรรมคือความทุกข์ทั้งหลายเกิดจากเหตุ ความไม่มีทุกข์ก็เกิดมาจากเหตุ การกระทำของเธอนั้นผลก็ต้องเข้ามาถึงตัวเธอเอง ในวันใดวันหนึ่งเหมือนกัน” องคุลิมาลได้สดับธรรมของพระองค์เกิดสติเป็นความรู้ก็ปล่อยจากอารมณ์นั้น นี่แสดงถึงคนที่บูชานำถึงขนาดนี้ พระองค์ก็ยังทรงนำบุคคลนั้นให้กลายเป็นคนวิเศษไปได้ นี่ยังหนึ่ง สัจจะความจริงอีกเรื่องหนึ่งก็คือลูกศิษย์ของพระสารีบุตรคนหนึ่ง เดิมทีเคยเป็นโจรปล้นฆ่าเขามาก่อน แล้วจึงได้มาบวชในสำนักพระสารีบุตร เมื่อสึกออกไปแล้ว ก็กลับไปประกอบอาชีพตามเดิมของตน วันหนึ่งถูกเขาจับตัวไปโดยหาว่าไปปล้นฆ่าคนตาย เมื่อได้ตัดสินเรียบร้อยแล้ว เขาก็นำตัวไปเพื่อจะลงโทษประหารชีวิต แต่ก่อนที่เขาจะทำการประหารชีวิตนั้นเขาจะต้องใช้วิธีทรมานนักโทษนั้นเสียก่อน คือใช้ไม้ลวกมาเหลาเสียมปลายให้แหลมทั้ง 2 ข้างแล้วก็ยกตัวนักโทษนั้นให้ขึ้นไปเสียบ

อยู่บนปลายไม้ ทำดังนี้วันละ 3 เวลา คือ เช้า กลางวัน เย็น พอครบ 7 วัน แล้วจึงจะนำไป
 ประหารชีวิตได้ เมื่อลูกศิษย์พระสารีบุตรได้รับทราบเช่นนี้ก็เกิดความทุกข์เวทนาแสนสาหัส
 ร้องไห้ก็แทบว่าน้ำตาจะหมด จะเรียกหาบุตรภรรยาช่วยสักเท่าไร ก็หาไม่มีใครมาช่วยได้ไม่
 เมื่อเขาทราบไปได้ถึง 3 วันแล้ว วันหนึ่งขณะที่เขาทราบอยู่นั้น ก็คิดในใจว่า “เรานี้หมด
 ที่พึ่งแล้วหนอ ทำอย่างไรเสียก็ต้องตายแน่ ไม่มีใครที่จะมาช่วยเราได้เลย” พอคิดเช่นนั้นตาที่
 หลับอยู่ก็แลเห็นผ้าสีเหลือง ๆ เป็นชายจีวรของตัวเอง ซึ่งเคยบวชอยู่นั้นปลิวไปมาอยู่ตรงหน้า
 ทันใดจิตก็หวนระลึกถึงพระสารีบุตรซึ่งเคยเป็นอาจารย์ของตัวเองมาแต่เดิม ก็ยกมือขึ้นประนมไหว้
 เรียกให้พระสารีบุตรมาช่วย ด้วยอำนาจสัจจะความจริงที่มีอยู่ในดวงจิตของชายผู้นั้น ก็
 บันดาลให้เสียงร้องช่วยเข้าไปก้องอยู่ในโสตประสาทของพระสารีบุตร พระสารีบุตรจำเสียงลูกศิษย์
 เก่าของตนได้ก็เข้ามามองเห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยตลอด ก็ให้มีจิตเมตตาลูกศิษย์ของตนเป็น
 อย่างยิ่ง แต่จะเข้าไปช่วยก็ไม่มีหนทางที่จะเล็ดลอดเข้าไปได้ จึงอธิษฐานจิตกระทำให้มีดวงค์เอง
 ให้เข้าไปใกล้ตัวของลูกศิษย์แล้วก็ใช้นิ้วมือชี้เข้าไปที่ปลายงูของชายนั้น เพื่อจะบอกให้รู้ว่าความ
 ตายของเขานั้นอยู่ที่ปลายงูของมันเอง ฝ่ายลูกศิษย์ไม่มี “ตาใน” ที่จะแลเห็นพระสารีบุตร
 จึงนึกขึ้นได้ทันทีว่า นี่พระสารีบุตรอาจารย์ของเราท่านคงจะมาช่วยเรา แล้วตนก็ตั้งสติแน่วแน่
 เป็นแต่ได้กลิ่นจีวรของท่าน มากระทบกับรูจมูกก็จำกลิ่นได้ไม่คิดถึงสิ่งใด ๆ ทั้งหมด
 คาทาอะไรที่ตัวเคยท่องเคยเรียนมานานแล้วก็จำไม่ได้สักตัวก็ตั้งใจภาวนาแต่ชื่ออาจารย์ว่า “สารี-
 บุตร ๆ อาจารย์สารีบุตร” พร้อมกับสูดกลิ่นจีวรของท่าน เข้าทางจมูกท่าเดียว ใจก็กำหนดอยู่
 กับลมหายใจเข้าออกจนจิตแน่วแน่เป็นสมาธิก็เกิดเป็นปีติเย็นสบาย โลหิตซึ่งเคยไหลอยู่อาบตัวก็
 บันดาลให้หยุดแห้งไปหมด ความเจ็บปวดอันใดก็ไม่มี นิ่งอยู่ บนปลายไม้ลงนั้นได้อย่างสบาย
 เป็นปกติ จนคนทั้งหลายที่ได้เห็นต่างพากันอัศจรรย์ใจไปตามกัน เป็นอยู่ดังนี้จนครบ 6
 วัน ชายนั้นก็ยังเป็นปกติอยู่ รุ่งขึ้นถึงวันที่ 7 เป็นวันที่เขาจะนำตัวไปประหารชีวิต พอเพชรฆาต
 เตรียมพร้อมที่จะลงมือฟันดาบ ชายนั้นก็มิได้มีอาการหวั่นไหว หวาดสะดุ้งแต่ประการใด
 สำรวมจิตของตนแน่วแน่อยู่กับลมหายใจ แล้วก็โน้มนึกถึงพระอาจารย์ สารีบุตร ๆ แต่อย่าง
 เดียว ฝ่ายพระสารีบุตรพอกำหนดรู้เวลาที่เขาจะลงมือประหารชายนั้นก็ บำเพ็ญสมาธิเข้า
 จดุดมตามสำรวมกระแสจิตส่งไปช่วยลูกศิษย์ทางโน้น กระแสจิตของอาจารย์ กับลูกศิษย์ก็ประสาน
 เข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน พระสารีบุตรก็พาลูกศิษย์ของตนลอยขึ้นไปใน อากาศ ลูกศิษย์ก็พ้น
 จากอันตราย ต่อไปก็ได้สำเร็จเป็นพระอนาคา นี่ก็เป็นผลแห่งสัจจะความจริงอันหนึ่งซึ่งได้ยกมา
 เป็นอุทธาหรณ์ ฯ

4. ปลาว่า หรือ กะปิ ซึ่งเรากินกันอยู่ทุกวันนี้ เขาก็ต้องอาศัยเกลื่อนนั้นแหละจึงได้สำเร็จ
 เป็นอาหารได้ ปลาเน่าหรือกุ้งเน่าแท้ ๆ ก็ยังมากมายเป็นของดีมีราคาไป ฉะนั้น อย่าไป
 ประมาทตัวของตัวเองว่าไม่ดี ถ้าเรามีกุศลเพียงนิดเดียวก็อาจจะเป็นผลดีแท้ อย่างนี้ว่าการ
 “หลับตา” นี่เป็นของเล็กน้อย ถึงจะเล็กน้อยก็จริงแต่ก็เป็นของสำคัญ เพราะจะเป็นนิสัยปัจจัยให้
 เข้าไปขังอยู่ในจิตใจของตนได้ แม้เราไปพบอารมณ์ใหม่ที่ไมดี เราน้อมใจไปนึกถึงอารมณ์

เก่าของเราแล้ว ก็อาจจะกลายเป็นบุญไปได้ เหตุนี้ท่านจึงว่า ถ้ามีสติประจำตัวอยู่เสมอ ย่อมเป็นที่รวมแห่งบุญทั้งหลาย ประจวบรอยเท้าข้างซึ่งเป็นที่รวมแห่งรอยเท้าของสัตว์ทั้งหลาย ฉะนั้น ๕

5. การนึก “พุท” เข้า “โธ” ออกนี่แหละเป็น “บุญ” สติก็เปรียบเหมือนกับเกลือ เมื่อไปอาบกาย ๆ ก็จะได้ ท่านจึงสอนให้มีสติ หายใจเข้าก็นึก “พุท” หายใจออกก็นึก “โธ” ดังนั้นบุญของเราจึงเปรียบเหมือนกับเกลือ ถ้าเราเป็นคนสวดอยู่คือเป็นคนที่ได้บำเพ็ญทาน รักษาศีล หรือฟังเทศน์ฟังธรรมมาก่อนแล้วเราก็จะไม่ต้องเปลืองเกลือเท่าใดนัก เพียงแต่ใช้ใส่ตัมใส่แกงนิด ๆ หน่อย ๆ ก็สำเร็จประโยชน์เป็นอาหารได้ ถ้าเราเป็นคนพูดน้าจ๋าเป็นจะต้องหมักดอง ก็ต้องใช้เกลือเปลืองหน่อย คนที่ทำบุญไว้มาก ๆ เมื่อตัวเองมีอันเหลือแล้ว ก็ยังจะได้แจกบุญนั้นไปให้ลูกให้หลานให้มิตรสหายตลอดถึงคนอื่น ๆ อีกด้วย เท่ากับเกลือของเรามีเหลือใช้เหลือสอยแล้ว เราก็แจกให้คนอื่นเขากินบ้าง นอกจากนี้การที่เรามาภาวนา “พุทโธ ๆ” นี้ บางคราวถึงกายจะรู้สึกเมื่อยบ้างปวดบ้างแต่ก็โสบบาย เราก็ไปแจกบุญอันนี้ให้เขาอีก ตัวเองก็อิ่มแล้วยังได้แจกลูกแจกหลานแจกใครต่อใคร เมื่อเป็นดังนี้ต่อไปเราก็หมดเวรภัย ไม่มีศัตรูหมู่พาลที่จะมาปองร้ายเกลียดเรา จะไปกินไปนอนบ้านไหนก็สบาย ถ้าคนใดไม่เอาความดีแจกคนอื่น บุคคลนั้นก็เป็นคนใจคับแคบ ที่อยู่ก็แคบ ที่นอนก็แคบ คืออยู่ไหนก็ไม่สบาย มีแต่คนเขาด่าแข่ง ต้องคอยหลบคอยซ่อน จะนอนเปิดเผยก็กลัวคนจะมาทำร้าย นอนไหนก็ไม่เป็นสุข หม้อข้าวก็หม้อเล็ก คือไม่มีใครเขาหุงมาให้กินไม่ได้กิน ถ้าบุคคลใดได้บุญกุศลมาอาบตัวเสียจนทั่วแล้ว บุคคลนั้นก็จะเป็นคนกว้างขวาง บ้านก็ใหญ่ คืออยู่บ้านใคร ๆ ก็อยู่ได้ จะกินที่ไหนก็ไม่ต้องเรียก มันมีมาเอง มีลูกหลานญาติมิตรสหายเต็มบ้านเต็มเมือง เป็น “โลกัตถจริยา” “ญาติัตถจริยา” นั้นแลเป็นผู้มี “อริยทรัพย์” นับไม่ถ้วน ๕

6. พวกเราทั้งหลายยังเป็นปลาเน่ากันอยู่มากนัก นอกจากกินไม่ได้แล้วยังส่งกลิ่นเหม็นไปให้คนเขาด่าให้อีก จะนำไปให้ใครก็ไม่มีความหมายได้ เมียนำไปแจกผัว ๆ ก็เกลียด ผัวนำไปแจกเมีย ๆ ก็เกลียด แม่นำไปแจกลูก ๆ ก็เกลียด ตัวนำไปแจกเพื่อน ๆ ก็เกลียด ใคร ๆ ก็พากันรังเกียจไปหมด คราวนี้ตัวเองไม่มีความสุข จะนั่งที่ไหนก็ไม่สบาย ก็ต้องนั่งจับเข่าตัวหดตัวห่อเหมือนกับเจ้าลิงอุรังอุตัง ถ้าเราเป็นปลาสดจะนำไปแจกลูกแจกหลานแจกเพื่อนแจกฝูง แจกหมู่ แจกคณะ เขาก็จะต้องพากันขอบยกมือ “สาธุ” ไปตามกัน กินก็อิ่มนอนก็หลับอยู่ไหนก็ไม่ต้องกังวลห่วงใย ตื่นมาก็สบายหู เรียกว่า “สุข สุปติ สุข ปฏิพยุตติ. สุปิโน” เราจะนอนหลับอยู่ก็ผืนดี ตื่นอยู่ก็ผืนดี “ผืนดี” ก็คือคิดไปในเรื่องบุญ เรื่องกุศล “ผืนหลับ” ก็คือเห็นพระเจ้าพระสงฆ์ ครูบาจารย์ มนุสสถาน ปิโย โหติ จะไปอยู่ไม่ว่ากับคนประเภทไหน ก็เป็นที่รักของเขาไปทั้งหมด คนจนก็ชอบ คนมีก็รัก ไปอยู่ที่ไหน ลงเรือนไปแล้วเขาก็กวักมือตามหลัง อยากให้มาอีก ส่วนคนที่ไม่ดี พอลงบันไดบ้านเขาก็เตะไล่ส่งเลย คนข้างหลัง

ก็ดี คนข้างหน้าก็ดี ดีอย่างไร? คนข้างหลังคือเราจากไปแล้วยังไม่ถึงเขาก็ตามเป็นห่วง คนข้างหน้าคือเรายังมาไม่ถึงเขาก็อยากให้มา จะไปอยู่ในป่าดงพงทึบ พวกผีปิศาจราชทูตก็พากัน มาราบไหว้ ที่มาโดยอัธยาศัยไม่ได้ก็เข้าไปสิงอยู่ในคน เหมือนพระสารีบุตรเมื่อท่านเข้าไปทำความเพียรในป่าซึ่งแสนจะกันดาร แต่ท่านก็ไม่อด เพราะต้องร้อนถึงพระอินทร์พระพรหม ให้เทวดามาสิงคนแล้วหาอาหารมาถวาย ในเรื่องอำนาจของบุญกุศลนี้จะพรรณนาไปอีก 3 เดือนก็ไม่สิ้นอาณิสสฺส ฉะนั้น ถึงเราจะเป็นผู้บาปหนาสาหัสมาอย่างไรก็ช่างมันเถิด เอาเกลือ ใส่เข้ามันก็หายเน่าเอง ถ้าเราเป็นคนดีคนสด เกลือเราก็ใช้น้อยไม่เปลือง เหลือใช้ในครัวแล้ว ก็จะได้แจกให้คนอื่นเขาต่อไปอีก ต่อหน้าก็แจกให้เขา ลับหลังก็แจกให้เขา ต่อหน้าแจกให้ดูก็คือ ทางกายเราก็ทำตัวอย่างให้เขาดูว่า “นี่ ทำอย่างนั้นนะ นั่งขัดสมาธิอย่างนี้ วางมือขวาทับมือซ้าย อย่างนี้ แล้วก็หลับตาอย่างนี้” ทางวาจาก็บอกกับเขาว่า “ทำอย่างนั้นะหายใจอย่างนี้” ส่วนลับ หลังได้แก่ทางใจ เราก็สวดมนตร์ภาวนาแผ่เมตตาจิตให้เขาปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ประสพแต่ความสุขสวัสดิ์พิพัฒนามงคล ไม่อดอยากยากจน ร่มเย็นเป็นสุข ดังนี้ เป็นต้น.

จาเคบารมี

19 สิงหาคม 2500

“พุทธ ธรรม สงฆ์ สรณ คจฺฉามิ”

1. ธรรมะเป็นสิ่งที่มิมีเหตุผล ถ้าใครเชื่อและปฏิบัติตามก็จะต้องได้รับผลดีจริง ๆ อย่างแน่นอน ไม่ต้องสงสัย ใครใส่ใจในทางโลกเมื่อนำธรรมะของพระพุทธเจ้าไปใช้ก็จะต้องสำเร็จ ในภพภูมิมีกตตประโยชน์ ใครใส่ใจในทางธรรม เมื่อนำธรรมะของพระพุทธเจ้าไปใช้ก็จักต้องสำเร็จในสัมปรายภพกตตประโยชน์ ฯ

2. นักศึกษาและปฏิบัติธรรมทุกวันนี้ ต่างก็แสดงตนว่าเป็นนักเหตุผลด้วยกันทั้งนั้น แต่ก็มีใครจะมีใครสนใจและประพฤติตามในข้อปฏิบัติของพระองค์อย่างจริงจัง ถ้าเป็นนักเหตุผลจริงก็จะต้องเชื่อในเหตุผลนั้น และเมื่อปฏิบัติตามแล้วก็ต้องได้รับผลสมความมุ่งหมาย แต่นี้ก็คว้าน้ำเหลว ไม่เห็นมีอะไรติดกำมือมาสักอย่าง ฉะนั้น คำที่ว่า นักเหตุผล ๆ นั้น ก็ไม่ใช่ความจริง เพราะจริงอยู่ในเรื่องของ คำที่พูด เท่านั้น ไม่ใช่จริงในเรื่องของ การกระทำ ฯ

3. ในเรื่องของธรรมะนี้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “กมฺมสุตฺตโกมฺหิ” สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของ ๆ ตน “กมฺมทายาโท” เราเป็นทายาทที่จะต้องได้รับผลของกรรมนั้น สองคำนี้เป็นสิ่งที่จะหนีจากความจริงไปไม่ได้เลย เป็นเหตุผลที่ตายตัวอันจะหาคำใดมาแย้งอีกไม่ได้ กรรมใดที่บุคคลได้กระทำไว้จะดีหรือชั่วก็ตาม เมื่อทำไปแล้วเขาย่อมจะต้องได้รับผลของกรรมนั้นในวันหนึ่ง ผลของกรรมไม่หนีไปไหน เหมือนกับน้ำในทะเลถูกแดดเผากลายเป็นไอระเหยขึ้นไปบนอากาศ เมื่อรวมกันมาก ๆ เข้าวันหนึ่งก็ต้องกลับเป็นฝนตกลงมาในทะเลตามเดิม ที่มันจะเลยมอกจากนอกฟ้าป่าหิมพานต์ไปนั้นย่อมไม่ได้ ฯ

4. เหตุและผลเป็นของคู่กัน สุขกับทุกข์ก็คู่กัน ความเจริญและความเสื่อมก็เป็นของคู่กัน โลกเราเมื่อมีการเจริญถึงที่สุดแล้วก็ต้องมีการเสื่อม ชีวิตของคนและสัตว์ก็เช่นเดียวกัน เมื่อเจริญเต็มที่แล้วก็เสื่อมสิ้นทรุดโทรมตายไป แต่ตายแล้วจะไปไหนเล่า? ไม่มีใครสามารถจะมองเห็น จะกลับมาอยู่ที่เดิมอีกหรือไปไหนต่อไป? นี่เป็นสิ่งที่เราจะต้องเรียนรู้ ฯ

5. สิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายในโลกนี้ดำรงตัวอยู่ได้ด้วยการสืบทอดที่เรียกว่า “สันตติ” เช่นคนเราเกิดมาตอนแรกก็เป็นเด็กทารกไม่รู้เดียงสาอะไรเลย ต่อมาก็ค่อย ๆ เติบโตจนเป็นหนุ่มเป็นสาวเป็นผู้ใหญ่ แล้วก็กลายเป็นคนแก่และในที่สุดก็ต้องตาย เมื่อตายแล้วผู้ใดทำกรรมดีหรือชั่วไว้ กรรมนั้นก็จะเป็นเหตุทำให้ผู้นั้นมาเกิดมีชาติมีภพใหม่ต่อ ๆ ไปอีกตามปัจจัยหรือวิบาก ซึ่งเป็นผลของกรรมที่ตนกระทำไว้ เช่นทำกรรมดีก็ไปเกิดในสถานที่ดี ทำกรรมชั่วก็ต้องไปสู่สถานที่ชั่วได้เสวยผลสุข-ทุกข์ตามเหตุที่ตนกระทำไว้นั้น ๆ

6. ความเจริญและความเสื่อมเป็นของคู่กันไปในโลกนี้ บางทีเสื่อมอยู่หน้า เจริญก็ตามมาข้างหลัง เสื่อมอยู่ซ้ายเจริญก็อยู่ทางขวา ชีวิตของคนเราบางคนก็เจริญตั้งแต่เริ่มอยู่ในวัยเด็ก บางคนก็ไปเจริญเมื่อกลางคน บางคนก็ไปเจริญเอาเมื่อแก่ ของเก่าเสื่อมไป ของใหม่ก็มาแทนที่หมุนเวียนเปลี่ยนกันไปอยู่เช่นนี้ตลอดกาลมา ถ้าคนเราไม่มีการสืบทอดชีวิตก็คงดำรงอยู่ไม่ได้ ๆ

7. อาการสืบทอดนี้เราจะเห็นได้ง่าย ๆ ก็เช่น ฝ่าเท้าของเราเนี่ เราได้ใช้เดินมาตั้งแต่เล็กจนโตเป็นเวลาคนละหลาย ๆ สิบปี ถ้าไม่มีการสืบทอดของหนังกำพร้าที่ได้ฝ่าเท้าแล้ว เท้าของเราก็คงจะสึกเข้าไปถึงหัวเข่าเป็นแน่ เมื่อเห็นอาการสืบทอดหมุนเวียนของคนเราอย่างนี้แล้วเราก็จะได้เบื่อบ่อยในชีวิตความเป็นอยู่ของตัวเราเอง ที่มามีวามหมุนเวียนอยู่กับสุขทุกข์ในโลกนี้ เมื่อเกิดความเบื่อบ่อยแล้ว เราก็จะได้คลี่คลายจากอารมณ์นั้น ๆ หันไปใส่ใจทางธรรม จึงเป็นเหตุให้หวนคิดถึงชีวิต ตายแล้วเราจะไปไหนเล่า? ผู้ที่คิดได้เช่นนี้ก็ได้ชื่อว่ามียายตายาว เมื่อสาวไปถึงชีวิตก็มีแต่เปล่าประโยชน์ดังนี้แล้ว ก็เป็นเหตุให้นึกถึงบุญกุศล มีการเสียสละ วัตถุภายนอกอันเป็นความสุขของโลกเสียได้ การกระทำหรือ “กรรม” อย่างนี้เรียกว่า “กุศลกรรม” ความดีเป็นตัวเชื่อในผลของกรรมที่จะนำไปเกิด นอกจากนั้นยังทราบว่าจะต้องได้รับผลดีตามอีกด้วย เหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า สิ่งของทั้งหลายในโลกมันเป็นศัตรูแก่ดวงใจของเรา ถ้าเราไม่มีการเสียสละ มันก็จะต้องนำความทุกข์มาให้เราในวันหนึ่ง ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงสละสิ่งทั้งหลายเสีย ซึ่งผลแห่งการเสียสละนั้นก็จะนำความสำเร็จประโยชน์มาให้ทั้งโลกนี้และโลกหน้า ๆ

8. การเสียสละ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “การบริจาค” นี้ มีอยู่เป็น 2 ประการ คือ การบริจาคทรัพย์หรือวัตถุภายนอกเป็นหลักของโลกอย่างหนึ่ง และการบริจาคทรัพย์หรือวัตถุภายในเป็นหลักของธรรมอย่างหนึ่ง บุคคลที่บริจาคทรัพย์ภายนอกได้ ก็เท่ากับนำเงินไปฝากไว้ในธนาคาร และได้ดอกเบี้ยกินเรื่อย ๆ การเสียสละทรัพย์ภายนอกซึ่งเป็นของชอบใจของเรานี้ ดูก็จะเป็นการขัดใจมากอยู่สักหน่อย เช่น บุตร ภรรยา หรือสามีของเรานี้ บางคนก็เข้าใจว่าเป็นบุตรของตนจริง ๆ เป็นภรรยาของตนจริง ๆ และเป็นสามีของตนจริง ๆ ถ้าสิ่งเหล่านี้ต้อง

วิบัติพลัดพรากจากตนไปเมื่อใดก็เกิดความเสียใจแทบไม่เป็นอันกินนอน คนเรามีทั้งนึกผิดและเข้าใจผิด ฉะนั้น จึงเป็นเหตุให้เกิดความหลง เมื่อหลงมาก ๆ เข้าในที่สุดก็ต้องนั่งน้ำตาไหลเมื่อแก่ ๆ

9. จะเล่านิทานให้ฟังเรื่องหนึ่ง ในสมัยพุทธกาลมีสามีภรรยา 2 คน อยู่ด้วยกันมานาน ยังไม่เคยมีบุตร ต่อมาก็ก่เกิดบุตร 2 คน เป็นชายคนหนึ่งหญิงคนหนึ่ง สองสามีภรณานั้นก็มีความหลงรักใคร่ในบุตรของตนเป็นอย่างมาก ลูกผู้หญิงภรณาก็ว่าเป็นลูกของตัวเอง จะเป็นผู้เลี้ยงเอง ส่วนลูกผู้ชายสามีก็ว่าเป็นลูกของตัวเอง จะเป็นผู้เลี้ยงเอง ตกลงก็เลยแบ่งกันเลี้ยงคนละคน ทางฝ่ายลูกผู้หญิงนั้นภรรยา ก็คิดว่า “เมื่อเราเลี้ยงดูเขาจนโตเป็นสาวแล้ว เราก็จะให้แต่งงานกับผู้ชายที่มีหลักฐาน แล้วต่อไปวันข้างหน้าลูกสาวของเราก็จะได้หาลูกเขยมาช่วยเลี้ยงดูเราเมื่อแก่” ทางฝ่ายสามีก็คิดว่า “ลูกชายของเรานี้ เราจะต้องเลี้ยงดูเขาให้ดีที่สุด จะให้เขาศึกษาเล่าเรียนให้มีวิชาความรู้เต็มที่แล้ว พอโตเป็นหนุ่มเราก็จะหาภรรยาให้เป็นหลักฐาน เมื่อเราแก่ชราทุพพลภาพไปแล้ว ลูกชายของเราก็จะได้พาลูกสะใภ้มาช่วยปรนนิบัติเราในวันข้างหน้า” ต่างคนได้หมายมั่นที่จะพึงบุตรของตนอย่างเต็มที่ ก็เกิดความรักในบุตรทั้งสองเสียเหลือเกิน อุตส่าห์ทะนุถนอมเลี้ยงดูเป็นอันดี จะออกจากบ้านไปไหน ๆ ก็ไม่กล้าทิ้งไว้ให้ใครดู จะต้องหอบเอาเสื้อผ้าห่อหุ้มบุตรของตนผูกติดหลังไปกับตัวด้วยอริ่งตุงรัง เหมือนกับตัวลิงที่มีมันอาลูกห้อยไว้ข้างหลัง ฉะนั้น

วันหนึ่งสองสามีภรรยาได้ทราบข่าวว่า พระพุทธเจ้าจะเสด็จมาแสดงธรรม ณ ละแวกบ้านตำบลนั้น ก็มีความยินดีจึงชวนกันหอบลูกน้อยทั้งสองผูกติดหลังไปฟังธรรมของพระองค์ด้วย พระพุทธเจ้าทอดพระเนตรเห็นสามีภรรยาพร้อมทั้งบุตรน้อยทั้ง 2 คนนี้แล้ว ก็ทรงหยั่งทราบในพระญาณได้โดยตลอดว่า บุตรทั้งสองของเขานั้นแท้จริงเคยเป็นเจ้าหน้าที่ของสามีภรรยาผู้นี้มาแต่กาลก่อน และได้จองเวรจองกรรมกันไว้ จึงต้องตามมาทวงหนี้ในชาตินี้ เมื่อสามีภรณานั้นคลานเข้าไปถวายนมัสการพระพุทธเจ้า พระองค์จึงได้ตรัสถามว่า “เด็กทั้งสองที่ผูกหลังไว้วันนี้เป็นอะไรกับเธอ?” สามีภรณาก็ทูลตอบว่า “เด็ก 2 คนนี้เป็นบุตรชายและบุตรหญิงแห่งข้าพเจ้า” พระพุทธเจ้าก็ทรงตรัสถามต่อไปอีกว่า “เด็ก 2 คนนี้เธอคิดว่าเป็นลูกของเธอจริง ๆ หรือ?” สามีภรณาก็ทูลตอบว่า “เขาเป็นบุตรของข้าพเจ้าจริง ๆ” พระพุทธเจ้าก็ทรงตรัสถามอีกว่า “เธอทั้งสองมีความรักในลูก 2 คนนี้มากนักรึ? จึงได้ผูกติดตัวมาด้วย” สองสามีภรณาก็ทูลรับสารภาพว่า “ข้าพเจ้ารักเขามากที่สุด” เมื่อพระองค์ได้ทรงหยั่งทราบในผลของกรรมอดีตแห่งสามีภรณากับเด็กน้อยผู้นั้นแล้ว ก็ทรงโปรดเทศนาเป็นคติให้เขาทั้งสองได้ฟังแล้วเก็บไปคิดพิจารณาถึงตัว เพื่อจะได้สละละเสียซึ่งความรักความหวัง และความยึดถืออันเป็นเหตุที่จะนำ

มาซึ่งความทุกข์ในวันข้างหน้าว่า “สิ่งใดที่เป็นของรัก สิ่งนั้นย่อมจะเป็นศัตรูแก่ดวงใจ จึงควรละสิ่งนั้นเสีย แล้วตนเองก็จะมีความสุข” แต่ด้วยผลของกรรมปิดบังไว้ ก็ทำให้คนทั้งสองหาเข้าใจในข้อความที่พระองค์แสดงนั้นไม่ เมื่อเลิกจากพิธีกรรมแล้วก็พากลับมาที่บ้าน ต่อขึ้นไปสามิภรรยาทั้งคู่ก็ตั้งหน้าทะนุบำรุงบุตรน้อยทั้งสองเป็นอันดี ได้ทุ่มเทพริยสินเงินทองเป็นอันมาก เพื่อจะให้บุตรของตนได้มีวิชาความรู้อย่างเต็มที่ ส่วนผลแห่งกรรมเก่าของสามิภรรยาทั้งคู่ ก็ได้ติดตามเขาเข้ามาเป็นลำดับ จนกระทั่งถึงวาระที่บุตรทั้งสองเจริญวัยขึ้น ลูกผู้หญิงนั้น ครั้นเติบโตเป็นสาวขึ้น ก็ไปคบหาชอบพอกับผู้ชายซึ่งเป็นพวกฝูงโจรปล้นสะดม ส่วนลูกผู้ชาย พอโตเป็นหนุ่มก็เกิดไปชอบพอรักใคร่กับผู้หญิงสาวซึ่งเป็นพรรคพวกกับฝูงโจรอีก จนในที่สุด ลูกผู้หญิงก็ได้ไปเป็นลูกสะใภ้ของพวกโจร และลูกผู้ชายก็ได้ไปเป็นลูกเขยของพวกโจร ทั้งสองได้ไปมาหาสู่กับพวกโจรนั้นอยู่เสมอ ก็เก็บความลับในบ้านของบิดามารดาไปบอกเล่าให้แก่พวกโจร รั้หมด ข้างฝ่ายบิดามารดาก็ยังตามีดหลงรักลูกของตนอยู่ จึงหาวิธีรักษาความเป็นภักย์อันตรายนั้น ไม่ บุตรทั้งสองนั้นก็ยังไปมาติดต่อกับบ้านพ่อแม่ของตนอยู่เป็นครั้งเป็นคราว กาลเวลาล่วงมา สองสามิภรรายก็มีความแก่ชราลงไปทุกวัน แต่ก็ยังไม่ได้ฟังพวาศัยสิ่งใดสิ่งหนึ่งในบุตรทั้งสองของตนนั้นเลย อยู่มาเย็นวันหนึ่ง สองตายายนั่งกลับจากธุระไปทวงหนี้ทวงสินเขามา กว่าที่จะถึงบ้านก็พลบค่ำพอดี ทั้งสองคนมีความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าเป็นอย่างยิ่ง เพราะต้องเดินตราดเตลออกจากบ้านไปวันยังค่ำตั้งแต่เช้าจนเย็น ก็รู้สึกอ่อนเพลียเป็นอันมาก ทั้งหิวก็หิว จะเข้าไปหาข้าวกับในครัวกินก็ไม่มีข้าวติดกันหม้อเลย สองตายายก็ต้องจัดแจงก่อไฟ ตาเป็นคนหุงข้าว ส่วนยายก็ไปหาผักมาต้มแกง ด้วยความเหน็ดเหนื่อยและหิวโหยเป็นอย่างยิ่ง ก็ทำให้สองตายายเกิดความทุกข์เวทนาจนน้ำตาตก นั่งกินข้าวไปพลางก็ร้องไห้ไปพลาง ต่างคนต่างหันหน้าปรบทุกข์กันว่า “เราไม่นึกเลยว่า แก่เฒ่าลงแล้วเราจะต้องได้รับความทุกข์ยากลำบากถึงเพียงนี้ หวังฟังลูก 2 คนก็หาเป็นไปตามความปรารถนาไม่ ทรัพย์สินเงินทองก็มอบโยให้เขาจนหมดเนื้อหมดตัว ต่อไปนี้เราจะทำอะไรกัน? สองตายายก็ได้สติรู้สำนึกตัวในความหลงรักบุตร จนต้องประสบกับความทุกข์ยากลำบากใจถึงเพียงนี้ ต่างก็พากันระลึกรู้ขึ้นได้ถึงถ้อยคำที่พระพุทธรเจ้าทรงแสดงธรรมให้ตนฟัง ตั้งแต่ครั้งสมัยที่บุตรทั้งสองยังเยาว์วัย เมื่อประสบความจริงเข้ากับตัวเองดังนี้ แล้วก็เลยคลี่คลายความรักความหลงในบุตรทั้งสองออกจากใจได้ทันที พอรุ่งขึ้นเข้าจึงชวนกันเดินทางออกจากบ้านไปเฝ้าพระพุทธรเจ้ายังพระเชตวันาราม ได้สารภาพความผิดต่อพระองค์ และเล่าเรื่องราวที่เป็นมาแล้วนั้นถวายจนสิ้นเชิง พระพุทธรเจ้ายังทรงจำคนทั้งสองได้ดี ก็โปรดเทศนาให้ฟังอีกครั้งหนึ่ง จนคนทั้งสองมีความแจ่มกระจ่างในตนเองก็ทูลขอปฎิญาณตนเป็นพุทธมามกะ และขอถึงพระไตรสรณาคมน์ตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมา ต่อจากนี้สองตายายก็หมั่นมาวัดฟังธรรม เจริญทาน ศีล ภาวนา มิได้ขาด สละเสียซึ่งความรักใคร่หลงใหลในบุตรทั้งสอง ไม่เกาะเกี่ยวยึดถือเหมือนเช่นเดิมอีกต่อไป ตั้งหน้าแต่บำเพ็ญบุญกุศลให้ตัวเองอย่างเดียว สองตายายก็มีจิตเบิกบานแจ่มใสได้รับแต่ความร่มเย็นเป็นสุขทุกทีวาราศรีกาล เมื่อได้พากเพียรแก้กมลในกรรมฐาน ดวงจิตก็หลุดพ้นจากความยึดถือได้เข้าสู่สุคติโลกสวรรค์ในที่สุด ฯ

10. อดีตนิทานเรื่องนี้แสดงถึงส่วนกรรม และผลของกรรม ที่บุคคลทำกรรมอันใดไว้ก็จักต้องได้รับผลของกรรมนั้น เพราะกรรมเป็นของ ๆ ตน ไม่มีใครอื่นจะรับแทนกันได้ เมื่อสองตายายได้เป็นลูกหนี้แล้วไม่ใช้เงินให้เขา เขาจึงเฝ้าเฝ้าเขาก็ต้องตามมาทวงของเขาไปจนกว่าจะหมด ถ้ายังใช้ให้เขาไม่หมดตนก็ยังไม่สามารถที่จะหลุดพ้นไปจากกรรมนั้นได้ เหตุนี้ท่านจึงทรงสอนให้เราหมั่นทำบุญทำกุศลไว้ เพื่อใช้หนี้กรรมที่เราเองไม่เห็น ให้มีการเสียสละทรัพย์ของตนบูชา พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ และเป็นทานแก่คนอื่นเป็นต้น ซึ่งนับว่าเป็นบุญกุศลอย่างหนึ่ง ที่เรียกว่า ทาน หรือ การบริจาค ของสิ่งใดที่จะเป็นภัยแก่จิตใจให้ทำลายหรือสละสิ่งนั้นเสีย แล้วผู้นั้นก็จะมีความสุขเป็นการตอบแทน การบริจาคมนี้มีอยู่ 2 อย่าง คือ การบริจาค “ทรัพย์ภายนอก” อย่างหนึ่ง และ “ทรัพย์ภายใน” อย่างหนึ่ง ทรัพย์ภายนอกเป็นของของโลก เป็นของกลาง ๆ อยู่ก็อย่าไปถือว่าเป็นของของเรา เพราะมันจะอยู่กับเราตลอดไปนั้นไม่ได้ มันจะต้องยกย้ายถ่ายเท เมื่อไปอยู่กับคนเขาก็ถือว่าเป็นของของเขา เช่น บุตร ภรรยา สามี และทรัพย์สินเงินทองเหล่านี้ย่อมจัดว่า เป็นทรัพย์ภายนอกทั้งสิ้น ใครหลงรักใคร่ยึดถือไว้ว่าเป็นของของตน ก็ย่อมจะเป็นภัยแก่จิตใจของผู้นั้น ทวความสามัคคีได้ ดังนี้ท่านจึงกล่าวเป็นคติไว้ว่า “รักลูกก็เหมือนเชือกผูกคอ รักสามีภรรยาก็เหมือนปอผูกศอก รักทรัพย์สมบัติภายนอกก็เป็นห่วงผูกข้อเท้า” ถ้าผู้ใดติดอยู่บ่วง 3 บ่วงนี้แล้ว ก็ย่อมจะกระดิกตัวไม่ไหว ไปไหนไม่รอดแน่ จะต้องติดอยู่ในโลกนี้เอง ฯ

11. ทรัพย์ภายนอกทั้งหลายนี้ ถึงแม้เราจะสละออกจากใจแล้ว เช่น บุตร ภรรยา สามี หรือทรัพย์สินเงินทองก็ดี แต่สิ่งเหล่านี้ก็ยังอยู่กับเราเอง ถึงจะยึดถือไว้หรือปล่อยวางเสีย ก็ยังคงมีอยู่เช่นนั้น ไซ้ว่าเราสละไปแล้วจะได้รับความเสื่อมหรือเจริญด้วยการบริจาคก็หาไม่ ถ้าใครมาคิดได้เช่นนี้ก็จะได้เปรียบมากเป็น “จาโค ปฏินิสสัคโค” สิ่งใดที่เรารักมากก็เป็นศัตรูแก่เรามาก สิ่งใดที่รักน้อยก็เป็นศัตรูแก่เราน้อย สิ่งใดที่เราไม่รักเลยก็เฉย ๆ เมื่อเราทั้งหลายพากันบริจาคซึ่งทรัพย์ภายนอก โดยวางใจเป็นของกลางเสีย ก็เท่ากับนำทรัพย์นั้นไปฝากพ่อแม่ไว้ แล้วพ่อแม่จะมากับคำรักษาเอากับลูกได้อย่างไร ? มีแต่จะต้องหาผลประโยชน์มาให้ เมื่อใครสละในบุตร ภรรยา หรือสามีของตนก็ตาม บุตร ภรรยา สามีนั้นก็ยังคงมีความดีเสมอภาคกัน เขาจะเจริญหรือเสื่อมเพราะการที่เราปล่อยวางหรือยึดถือก็หาไม่ เหตุนี้เราจึงควรพากันบริจาคทรัพย์ของตนบูชาพระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์เสีย เพราะเมื่อบริจาคไปแล้วเราก็จะต้องได้กำไรอยู่เป็นนิรันดร์ ฯ

12. การบริจาคอย่างนี้เรียกว่า ทำทรัพย์ดิบให้เป็นทรัพย์สุก สิ่งใดที่นำไปฝากพระพุทธรูปเจ้าแล้ว สิ่งนั้นก็จะเป็นของสุก ของที่อยู่ได้ต้นไม้ ในบึง ในหนอง ยังมีได้ถูกเพลิง ก็คือของที่เก็บไว้ในตน เท่ากับของนั้นยังเป็นของดิบอยู่ เมื่อใดได้บริจาคเป็นทานแล้ว นั้นแลจึงจะเป็นของสุกได้ เหตุนี้จึงควรยังความบริจาคให้เกิดขึ้นในใจของตน การงอกเงยของวัตถุดิบนั้นย่อมไม่เหมือน

ของสุข เพราะเมื่อความมกเงยมืออยู่ ส่วนความเสียหายก็ย่อมจะต้องมีอยู่ในตัวของมันเองด้วย เหมือนต้นไม้ที่ถูกตัดเสียก่อนออกผล ชีวิตเราถึงจะเจริญไปในโลกแต่ก็จะต้องถูกทำลายเสีย บางคราวก็เสียไปเพราะเพื่อน เพราะสามีเพราะภรรยา เพราะบุตรชายบุตรสาว ความเจริญแห่งทรัพย์กิติ เมื่อยังเป็นของดิบอยู่ก็ย่อมยังความเสื่อม และยังภัยให้เกิดขึ้นแก่ตนได้ เหตุนั้นจึงควรยังจากระบามีให้เกิดขึ้นในจิตใจ สละทรัพย์ภายนอกเหล่านี้ไปบูชาพระศาสนาเสีย เพราะพระพุทธรูปเจ้านั้นทรงเป็นบุคคลที่จะยังความสุขในสัตว์โลกทั้งหลาย ให้บังเกิดขึ้นได้ด้วยกำลังของตน ฉะนั้นเมื่อใครเห็นดังนี้แล้วก็ควรทำทรัพย์ของตนให้เป็นของสุขเสีย จะได้ไม่เกิดความเสียหายอย่าเก็บหวงแหนไว้กับตน เพราะมันย่อมจะไม่ปลอดภัยได้ ถ้าเราบริจาคให้เป็นประโยชน์แก่พระศาสนา ก็เท่ากับเรานำเงินไปฝากไว้ในธนาคาร เราก็จะได้ดอกเบี้ยทุกวัน คือดวงใจก็ผ่องใส แม้ตายก็จะได้ไปสวรรค์ อย่างนี้แหละเรียกว่า จากระบามี ย่อมจะยังความสำเร็จให้เกิดในกระแสโลกและกระแสธรรมได้ ๕

13. จากระบัตติ 2 ได้แก่สละ วัตถุภายใน คือ 1. สละเวลา 2. สละอรรถภาพอันเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งความดีทั้งหลาย เช่น วันพระเราก็มาตั้งใจสมาทานศีล 5 ศีล 8 แสวงหาปัญญาความรู้ สดับพระธรรมเทศนา เราควรจะคิดคำนวณดูว่า ปีหนึ่งมี 12 เดือน เดือนหนึ่งมี 30 วัน วันหนึ่งมีกลางวัน 12 ชั่วโมง กลางคืน 12 ชั่วโมง เราควรจะทำความดีได้เท่าไร ในวันหนึ่ง เดือนหนึ่ง และปีหนึ่ง จึงจะไม่เป็นการปล่อยเวลาของชีวิตให้ล่องไปเปล่า ทางราชการเวลานี้ รัฐบาลท่านก็ยังอนุญาตให้ข้าราชการมีวันหยุดทำงานในวันพระเพิ่มขึ้นอีก 1 วัน ทั้งนี้ก็เพื่อให้โอกาสแก่คนทั้งหลายที่จะได้ประกอบความดีในทางธรรม อันเป็นคุณประโยชน์แก่ตนและประเทศชาติ บ้านเมืองให้ทวียิ่งขึ้น เท่ากับท่านหาที่ว่างไว้ให้เราสำหรับปลูกอาคารสงเคราะห์ หรือเพาะปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร ซึ่งจะเป็นคุณเป็นประโยชน์แก่ตน แต่คนสันดานด่ำก็กลับไปปลูกของมีพิษลงในที่ว่างนั้น เลยกลายเป็นการยังความทุกข์ให้แก่ตนและผู้มีคุณด้วย เช่นเอาวันว่างไปตั้งบ่อนไฟเล่นการพนันเป็นต้น อย่างนี้ก็ย่อมยังความเดือดร้อนให้แก่ตนและเจ้าพนักงานด้วย บางทีก็ถือโอกาสไปเที่ยวยิมนก ตกปลา ดูหนัง ดูละคร อันเป็นทางที่นำบาปและความหายนะมาสู่ตนเองก็มี เหตุฉะนั้น ในวันพระ 8 ค่ำ 14 ค่ำ 15 ค่ำ เช่นนี้ จึงไม่ควรละโอกาสอันดีเสีย ควรพากันไปวัดไปวาบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนาหา ความดีไว้ใส่ตน และไม่ควรกระทำสิ่งอันจะยังความเสียหายให้เกิดขึ้นในวันนั้นๆ เลย ถ้ามิฉะนั้นแล้วตนก็จะไม่ผิดอะไรกับคนที่จับปู จับปลา ฆ้อง ฆ้องยอย ซึ่งเนื้อตัวหน้าตาจะมีแต่โคลนเลน เปียกน้ำเปียกท่ามอมแมมจนมองไม่เห็นลูกตาตลอดทั้งปี ทั้งเดือน ทั้งวัน คนประมาทย่อมหาเวลาสำหรับทำความดีไม่ได้ จะไปวัดไปวา ก็อ้างว่า “ยังไม่มีเวลา” เวลานั้น จะไปหาให้มากกว่า 12 ชั่วโมง จะไปหาที่ไหน? (หมายถึงเวลาทำงาน) เหตุนั้นถ้าใครเป็นผู้ไม่ประมาทก็ควรบริจาคเวลาของตนบำเพ็ญบุญกุศลเสียบ้าง ผู้นั้นก็จะเท่ากับได้ที่ว่างมาหว่านพืชพันธุ์ธัญญาหาร ยังพืชให้เกิดแก่ตน ยังผลให้แก่

คนทั้งหลาย พื้นที่ว่างของตนก็จะกว้างขวางขึ้น เกิดความอุดมสมบูรณ์ยังความสุขความเจริญ ปกคลุมไปถึงกุลบุตรกุลธิดา กุลบุตรกุลธิดานั้นก็จะกลายเป็นคนดีตามไปด้วย แล้วผลก็ต้องขยายตัวแผ่กว้างออกไปทุกที เช่น ครอบครัวหนึ่งมีบุตร 2 คน บุตรก็จะขยายต่อไปถึงหลาน 4 คน หลานก็จะขยายออกไปถึงเหลน 8 คน ฯลฯ เมื่อความเจริญขยายจากบ้านมากขึ้น ๆ ก็จะแผ่ออกมาเป็นความเจริญของหมู่บ้าน เป็นตำบล เป็นอำเภอและจังหวัด จนขยายไปถึงส่วนภูมิภาคทั้งหลายด้วย ฯ

14. จาคะตัวที่ 3 คือ สละกิเลส ซึ่งจะมีขึ้นภายในจิตใจของเรา อันใดเป็น “กาพธรรม” ที่จะนำความทุกข์และโทษมาให้แก่ตนและคนอื่น ก็จงละเสีย อันใดเป็น “สุกกธรรม” ที่จะนำความสุขความเจริญมาให้ ก็จงทำให้มาก จงพากันเสียสละตัวกิเลสของใจอันจะเกิดขึ้นจากทางกาย วาจา ใจ จมูก ลิ้น ฯลฯ บุตร ภรรยา สามี และทรัพย์สมบัติ อย่าให้มันมีขึ้นสิ่งใดที่เป็นศัตรูแก่ศีลธรรมก็ควรบริจาคนั้นเสีย อย่าเข้าไปใกล้ สิ่งใดที่จะเป็นผลสำเร็จอันดีแก่ศีลธรรม ก็จงพากันบำเพ็ญ เช่น ตาของเรา แทนที่จะใช้ไปดูละคร โขน หนัง เราก็พากันสละตาไปบูชาพระเสีย กล่าวคือ ไปวัดไปวาได้พบเห็นสมณะชีพราหมณ์อันเป็นศิริมงคลของเรานี้ที่จะคอยเล่าหาเรื่องเดือดร้อน เราก็พากันแผ่ส่ายไปพึ่งศรัทธาพึ่งธรรมเสีย เพื่อชำระโทษทุกข์ของตนให้กลับเป็นบุญกุศล จมูกที่ชอบจะดมแต่ของหอม ๆ เราก็โน้มไปถวายเครื่องบูชาคันธารมณีสัย ปากที่เคยพูดไปรยประโยชน์ เราก็มาสวดมนต์ภาวนาเสีย ผัสสะที่เคยชอบนั่งนอนบนเบาะฟูกที่อ่อนนุ่มสุขสบาย เราก็พากันไปนั่งนอนอยู่ที่วัด ซึ่งเป็นสถานที่ลำบากแก่ร่างกายเสีย สละความสนุกสนานเพลิดเพลินไปอยู่ในที่บำเพ็ญตะปะ คือ เติบจงกรมบ้าง นั่งสมาธิบ้าง เมื่อทำได้อย่างนี้ สิ่งที่จะเป็นศัตรูแก่ตา จมูก ลิ้น กาย ใจของเราก็คงจะหายไป บุญกุศลก็จะเกิดมีขึ้น วันพระเราก็ถวายตัว รักษาศีล ไหว้พระ บูชาพระศาสนาเสีย กิเลสตัวที่ 1 ก็ถวายพระพุทธ ตัวที่ 2 ก็ถวายพระธรรม ตัวที่ 3 ก็ถวายพระสงฆ์ ควรพากันเสียสละไปถวายให้เป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา เสียให้หมด และจงพากันเคารพเวลา โอกาส และสถานที่ อันใดที่จะไม่ควรเกิดก็อย่าให้เกิด จงพากันระมัดระวัง กาย วาจา ใจ ของตนไว้ให้อยู่ อย่าให้มันพังทลาย ความโกรธ โลภ หลง มันอยากจะเกิดขึ้นก็อย่าให้มันมาเกิดในวัดในวา ดังนั้นแหละเชื่อว่าเป็น “จาคะปรมัตถบารมี” อันเลิศ ใครทำได้อย่างนี้ก็เรียกว่า “กัมมัธสกตาสัทธา” เป็นคนชื่อกกรรม ส่วนผลก็ย่อมจะเกิดตามมา เพราะเมื่อเรามีแผ่นดินดี มีพืชดี ผลก็ย่อมจะต้องดีตามมาด้วย พืชใดที่หว่านลงไปในปีพืก็จะเป็นผลแก่บุคคลนั้น ๆ ที่ท่านกล่าวว่า “กมฺมทายาทอ” บางทีก็ให้ผลในชาตินี้ บางทีก็ไปให้ผลในชาติหน้า หรือในเวลาที่จวนจะตายก็มีเป็นต้นว่า บิดา มารดา หรือครูบาอาจารย์ ที่เราได้พากันปฏิบัติท่านมานั้น ถ้าท่านมาแลเห็นลูกของท่าน หรือลูกศิษย์ของท่านทุกข์ยากอับจนเข้า ท่านจะทนได้ทีไหน เมื่อจำเป็นเข้าแล้วควรหอบก็ต้องหอบ ควรหาบก็ต้องหาบ ควรจูงก็ต้องจูง หรือควรจะช่วยอย่างไร ก็ต้องทำได้

ทั้งสิ้น ถ้าเราไม่ทำคุณงามความดีต่อท่านแล้ว ก็ย่อมไม่มีใครเหลียวแล ท่านก็จะพากันหันหลังหนีเราหมด ฯ

15. บุคคลใดทำความดีที่เป็น กามาวจรกุศล ก็ยังผลให้บุคคลนั้นไปเกิดในสวรรค์ ถ้าเป็น รูปาวจรกุศล ก็ยังผลให้เกิดในพรหมโลก เทวดา ได้แก่การบำเพ็ญสมณธรรมฐาน ถ้าใครมาบำเพ็ญได้อย่างนี้ก็จะยังดวงจิตให้ก้าวไปสู่กระแสธรรม กล่าวคือโลกุตตระ ใครมาเจริญทาน ศีล ภาวนาอยู่เสมอเป็นนิจ เมื่อแตกดับไปก็จะได้ไปเสวยผลในพรหมโลก ยังจิตให้เกิดความสุขและผ่องใส ถ้าใครมาเบือนหน้าในโลกลหลังและโลกหน้า พากันเจริญสมณธรรมฐาน ตัดเสียซึ่งสัญญาอุตารมณและอนาคตารมณ ก็เปรียบเหมือนกับปิดท่อน้ำเสียให้น้ำใส มาตั้งสติกำหนดอยู่ในปัจจุบันธรรม วิตกพิจารณาในกรรมฐานของตน ก็ยังความปิติให้เกิดขึ้นในดวงใจ ยังความสว่างไสวให้แจ่มแจ้งเหมือนกับดาวเดือนบนท้องฟ้า ผู้นั้นก็จะมีมองเห็นใน สังขารธรรมทั้งหลาย และ สังขารโลก ทั้งหลาย ว่าเป็นของไม่แน่นอน เพราะความสรรเสริญในโลกก็ต้องสลาย มียศก็เสื่อมยศ มีลาภก็เสื่อมลาภ มีสุขก็เสื่อมสุข ขึ้นชื่อว่า "สังขาร" แล้วก็ต้องเป็นไปโดยอาการอย่างนี้ทั้งสิ้น ก็จะต้องตกไปอยู่ในความจริงของเขาคือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ร่างกายก็เป็นสังขารธรรม ใจก็เป็นสังขารธรรม ตา หู จมูก ลิ้น ฯลฯ ก็เป็นสังขารธรรม ใครไม่ยึดถือในรูปในนาม ไม่ยึดถือในการกระทำ ไม่ยึดถือในเหตุผล ก็จะหลุดไปจากกรรมและวิบาก ไม่มีการยึดในสิ่งซึ่งเป็นเหตุ ไม่มีการยึดในสิ่งซึ่งเป็นผล ก็จะถึงซึ่งวิระคะธรรม ซึ่งเรียกว่า นิพพาน ปรมิ สุข ใจก็จะร่มเย็นเป็นสุข เหตุนั้นสาธุชน พุทธบริษัททั้งหลายก็ควรจะน้อมนำไปโยนิโสมนสิการ แล้วพากันละเสียซึ่งความชั่ว กระทำแต่ความดี ผู้นั้นก็จะมีแต่ความสุขเกษมสำราญสมดังความมุ่งมาดปรารถนา ดังได้แสดงมาก็พอสมควรแก่กาลเวลา เอร่ก็มีด้วยประการฉะนี้ ฯ

วัดอโศการาม 24 สิงหาคม 2500

1. **ธรรม** เป็นสิ่งที่ให้ความร่มเย็นเป็นสุขแก่โลก ถ้าโลกปราศจากเสียซึ่งธรรมะ ก็ย่อมจะหาความสงบมิได้ บุคคลใด หมู่ใด กลุ่มใด และคณะใดก็ดี ถ้ามีธรรมะประจำใจอยู่ก็เปรียบเหมือนต้นหญ้าที่ขึ้นอยู่ในน้ำ ในบึง ในชอกเขาหรือกลางทุ่งนา และมีฝนตกลงมาหล่อเลี้ยงให้ชุ่มชื้นอยู่เสมอ ถ้าบุคคลใด หมู่ใด กลุ่มใด หรือคณะใด ขาดเสียซึ่งธรรมะ ไม่มีความดี นิยมแต่บาปและโทษแล้ว ก็เปรียบเหมือนต้นหญ้าในฤดูแล้ง ซึ่งนอนตายอยู่บนพื้นดิน ย่อมไม่มีอะไรจะดึงดูดหัวใจประชาชนให้นิยมนับถือและรักใคร่ได้ ก็มีแต่จะถูกเขาเหยียบย่ำและโกยไปทิ้ง ได้รับแต่ความทุกข์และความเสื่อมเท่านั้น

2. คนที่มีธรรมะประจำใจ หรือคนที่ประกอบไปด้วยบุญกุศล เปรียบเหมือนต้นไม้ที่มีดอกสวยและกลิ่นหอมชื่นใจ ใคร ๆ ก็อยากเข้าใกล้และคบหาสมาคมด้วย ส่วนคนที่ประกอบไปด้วยความชั่วเป็นบาปอกุศล ก็เปรียบเหมือนดอกไม้บางชนิด ซึ่งบางทีดอกก็สวย แต่มันมีหนาม และบางทีก็ไม่มีกลิ่น หรือบางทีก็เหม็นเลยทีเดียวก็มี ฉะนั้นคนจึงรังเกียจไม่อยากจะเข้าใกล้

3. **ธรรม** เปรียบเหมือนกับแสงไฟ ปกติมันย่อมมีแสงสว่างอยู่ในตัวของมันเสมอ ดวงใจของเราเปรียบเหมือนกับโປ๊ะตะเกียง แม้แสงไฟนั้นจะสว่างสักเพียงไร แต่ถ้าเรานำโປ๊ะที่ขุ่นมัว เต็มไปด้วยเขม่าไม่ได้ขัดล้าง ไปครอบลงแล้ว ก็ทำให้แสงไฟนั้นมีดมัว ไม่สามารถส่องแสงสว่างออกมาภายนอกได้ ฉันทิ ดวงใจของเรา ถ้ามีความชั่วเป็นหมอกมืดปกปิดอยู่ ก็ไม่ผิอะไรกับโປ๊ะตะเกียงที่มีเขม่าจับ บุคคลนั้นถึงจะบำเพ็ญความดีแต่ก็ไม่สะอาด เพราะดวงใจของเขายังมีมลทินติดอยู่ ก็เหมือนกับเขม่าที่จับอยู่ภายในโປ๊ะตะเกียงฉันทิ

4. อนึ่งบุคคลควรรู้จักสถานที่ซึ่งเป็นบุญเป็นกุศลด้วย เช่นเราก้าวเข้าไปในวัดวาอาราม ซึ่งเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูป และเป็นที่พักอาศัยของสมณะชีพราหมณ์ชั้นนี้ เมื่อเราก้าวเข้าไปเราจะต้องทำใจของเราให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง ขำระกายวาจาของตนให้สะอาด ทั้งภายนอกก็สำเหนียกให้เป็นบุญเป็นกุศล ภายในใจก็ต้องให้เป็นบุญเป็นกุศลด้วยพร้อมกันทั้ง 2 ประการ เราจึงจะเป็นคนสะอาดสมควรแก่สถานที่นั้น ๆ ซึ่งเป็นสถานที่สงบ

5. ความสงบ เกิดจากเหตุ ถ้าไม่มีเหตุก็ไม่เกิดความสงบ ความไม่สงบเป็นความสุขชั่วแล่นจิตใจเดียวเท่านั้น แต่ความสงบเป็นความสุขที่ยืดยาว ถ้าสถานที่ใดปราศจากความสงบแล้ว กิจกรรมทั้งหลายก็ไม่สามารถที่จะอำนวยผลดีให้บังเกิดขึ้นได้ เช่นเราต้องการเขียนอ่านหรือท่องหนังสือเช่นนี้ ถ้าสถานที่นั้นไม่มีความสงบแล้วก็เป็นการยากที่สุดที่เราจะกระทำกิจกรรมนั้น ๆ ได้ ฉะนั้นความสงบจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ซึ่งเราจะต้องพากันประกอบให้มีขึ้นทั้งภายนอกและภายใน

6. ที่ท่านกล่าวไว้ในโอวาทปาฏิโมกข์ว่า “อนุปวาโท อนุปนาโต ปาติโมกฺข จ สวโร มตฺตณฺณตฺตา จ ภตฺตสฺมี ปนฺตณฺจ สยนาสนํ” ทั้งหมดนี้เป็นตัวธรรมทั้งสิ้น ส่วนเรื่องราวที่จะพูดหรืออธิบายข้อความเหล่านี้เป็นตัวปริยัติธรรม ฉะนั้นส่วนใดที่ควรจะสำเนียงให้เข้าใจในเรื่องของธรรมะแล้ว ก็ควรพากันสนใจ

7. ร่างกายของคนเรานี้เปรียบเหมือนกับตุ่ม ดวงใจก็เปรียบเหมือนกับน้ำ ส่วนกิเลสท่านเปรียบเหมือนกับตะกอน ถ้าเรานำสารส้มมาแกว่งลงในน้ำ ตะกอนทั้งหลายจะมาร่วมกันเกาะเป็นก้อนอยู่ข้าง ๆ หรือก้นตุ่ม ทำให้น้ำนั้นใสสะอาดดีขึ้น ฉะนั้น ธรรมะก็เปรียบเหมือนกับสารส้มที่จะทำความสะอาดให้แกจิตใจคนได้ คือเมื่อเราได้พากันมาสนใจศึกษาในธรรมะ แล้วก็นำไปไตร่ตรองพิจารณาให้เกิดประโยชน์แก่ตน ธรรมะก็จะเข้าไปกลั่นกรองความชั่วของเราซึ่งเป็นตัวกิเลสให้มารวมเป็นตะกอนนอนอยู่ใต้ฉนั้น ถ้าเรามีธรรมะอยู่ในใจแล้ว ถึงเราจะไปโกรธมันก็ไม่โกรธ ถึงเราจะไปเกลียดมันก็ไม่เกลียด ถึงเราจะไปหลงมันก็ไม่หลง แต่ถึงกระนั้นมันก็ยังคงนอนนิ่งอยู่ในสันดาน เหตุนี้เราจึงจำเป็นต้องบำเพ็ญความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปกว่านี้อีก เพื่อขับไล่ตะกอนให้ออกไปพ้นจากตุ่มได้

8. ความดีที่เราจะต้องบำเพ็ญให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ก็คือการทำดวงใจของเราให้เกิดความสงบ ดวงใจที่สงบย่อมเกิดคุณภาพขึ้นในตัวของเราเอง เหมือนกับน้ำที่อยู่นิ่ง ๆ ก็ย่อมยังความใสให้เกิดขึ้น คน ๆ หนึ่งนี้มีความสำคัญอยู่ในตัว 3 สิ่ง คือ ตา หู และปาก ที่พูดถึงในส่วนกาย ส่วนนามธรรมก็มีความสำคัญอยู่สิ่งหนึ่งได้แกใจ ในส่วนสำคัญเหล่านี้แหละ มักเป็นเหตุที่จะนำความไม่สงบมาให้ ฉะนั้นยาพิษ ยาเบื่อ ยาเมา เหล่านี้ท่านจึงสอนว่าอย่ากินมันเข้าไป ถ้ารู้สึกตัวก็ให้รีบคายเสีย มิฉะนั้นมันจะให้โทษ ตา หู และปากของเรา 3 อย่างนี้ ต้องสำรวมระวังให้มาก ตามันก็ชอบไปหาเรื่อง หูก็ชอบไปหาเรื่อง และปากก็มักพูดในสิ่งไม่ดี การพูดดีนี้ก็ต้องเป็นผู้มีวิชา (คือปัญญา) คนใดมีวิชาแล้วแม้จะกินของดีก็ไม่มิโทษ กินยาพิษก็ไม่ตาย คนธรรมดาสามัญเรานี้ได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่มีวิชา บุคคลสำคัญผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ประการ คือ “บุพเพนิวาสญาณ, จุตูปปาตญาณ และ อาสวักขยญาณ” เหล่านี้ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีวิชา เหตุฉะนั้นคนใดที่ไม่มีวิชา ก็ควรจะต้องระวังรักษาตัวให้มาก เพื่อจะได้รู้ว่าเป็นคนใดเป็นบุญ ส่วนใดเป็นบาป

9. การระวังรักษาดังนี้ก็คือ 1. รักษาความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น 2. รักษาของดีไม่ให้เกิดหล่น 3. ใช้ความดีให้เกิดประโยชน์ การพูดดีย่อมยังความสงบ ถ้าพูดไม่ดีก็ยั้งความเดือดร้อนวุ่นวาย การกล่าวไม่ดีนั้นเท่ากับคนที่กินยาพิษเข้าไป ย่อมให้โทษทั้งตัวเองและผู้อื่น เพราะคนเรานั้นใจย่อมประกอบด้วยโกรธ โลภ หลงอยู่ เมื่อพูดไปด้วยกิเลสเหล่านี้ก็เหมือนกับปลากัด ที่คนเขาเอายาพิษโรยลงไปใต้อ่างน้ำ เมื่อตัวหนึ่งไปกัดอีกตัวหนึ่งเข้า ยาพิษนั้นก็จะได้ซึมซาบต่อ ๆ กันไปจนในที่สุดก็นอนตายลอยเป็นแพอยู่ในอ่างนั้นเอง ฉะนั้น การพูดไม่ดีก็ย่อมให้โทษแก่ตนและคนอื่นเช่นเดียวกันดังนี้ เหตุฉะนั้นเมื่อใจของเรายังประกอบด้วยโกรธ โลภ หลงอยู่แล้ว ต้องระวังยับยั้งรักษาการพูดให้ดี สิ่งใดจะควรกล่าว สิ่งใดไม่ควร ระวังอย่างนี้เรียกว่าสำรวมความดีของตนให้ได้อยู่และจัดความชั่วให้หายไป ทุุกี่ต้องระวังให้ดี บางทีเขาพูดดีแต่เราฟังเป็นไมตรีไปก็ได้ บางทีเราพูดดีแต่เขาฟังไม่เข้าใจก็มี เช่นนี้ก็ไม่ผิดอะไรกับเป่าปี่ใส่หูควาย ย่อมหาประโยชน์อันใดมิได้

10. การอยู่รวมกันเป็นหมู่เป็นกลุ่ม เป็นคนละนั้นก็ย่อมจะต้องมีเสียงหลาย ๆ อย่างกระทบกัน ถ้าจะเปรียบแล้วก็เหมือนกับวงพิณพาทย์หรือวงดนตรี ซึ่งจะต้องมีทั้งเสียงปี เสียงฆ้อง เสียงระนาด และเสียงก็ใหญ่บ้าง เล็กบ้าง ทุ้มบ้าง ต่ำบ้าง สูงบ้าง ถ้ามันเป็นเสียงเดียวกันไปหมด ก็ย่อมจะไม่มีความสุขเลย เพราะพิณพาทย์เสียงเดียวนั้นคงไม่เกิดความสุขเพราะเป็นเน่ ฉะนั้น คนที่อยู่รวมกันมาก ๆ ก็ย่อมจะต้องมีเสียงดีบ้าง ไม่ดีบ้างขึ้นในหมู่คณะ ฉะนั้นจึงให้รักษาใจของเราไว้ อย่าให้ไปโกรธ เกลียด พยาบาท ในเสียงที่ไม่ดี เพราะเกลียดมาก ๆ เข้ามันก็จะกลายเป็นโกรธ เมื่อโกรธมาก ๆ เข้าก็อาจกลายเป็นพยาบาท และเมื่อมีการพยาบาทเกิดขึ้นแล้ว ก็ย่อมจะเป็นเหตุให้ถึงทะเลาะวิวาทและก่อความไม่สงบขึ้น เหตุนี้จึงควรแผ่เมตตาในคนทั้งหลาย ตลอดทั้งคนเบื้องสูงท่ามกลางและเบื้องต่ำ คนชั้นต่ำนั้นถึงเขาจะแสดงมรรยาทที่ไม่พอใจให้ปรากฏในทางกายหรือทางวาจาก็ดี เราก็ควรให้อภัยเสีย ทำได้เช่นนั้นความสงบก็จะเกิดขึ้นแก่ตนและหมู่คณะนั้น ๆ ได้

11. ดวงจิตของคนเรานี้ ไม่ใคร่จะมีเวลาได้พักผ่อน หรือหยุดทำงานเสียเลย ทุกคนต่างก็มีเรื่องที่จะคิดไปนึกไป ดูเหมือนเกิดมาตั้งแต่รู้ความก็คิดกันมาเรื่อย ไม่มีเวลาหยุด เรียกว่าดวงจิตมันขยับจนตายนั้นแหละ แต่ถ้าความคิดนั้นตกไปในทางชั่วแล้ว ก็ไม่มีคุณอะไรจะใส่กันทีเดียว ถ้าร่างกายมันขยับอย่างนี้บ้าง ก็ต้องร่ำรวยเป็นเศรษฐีตามกันหมด จิตที่ไม่มีเวลาพักย่อมเป็นจิตประกอบไปด้วยนิรวณ จึงเป็นจิตที่ไม่สงบ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้เรามาเจริญสมาธิภาวนา ให้ละกามวิตก คือปิดทวารทั้งหกเสีย อย่าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งใด ๆ ทำใจของตนให้ตั้งเที่ยงอยู่ในพุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ และสังฆานุสสติ อย่าให้มันตกไปในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ซึ่งเป็นวัตถุภายนอก 2. กิเลสกำ คือบางทีเวลาที่เรานั่งสมาธิอยู่บางครั้งก็เป็นไปตามที่นึก เราก็กเกิดความชอบเพลินไป บางทีไม่เป็นไปตามที่นึก เราก็จักจะหงุดหงิดไม่พอใจ นี่ก็เป็นตัวระคะโทสะอย่างหนึ่ง 3. โมหะ คือความหลง นั่งอยู่ก็ลืมตัว เผลอตัว ดีก็ไม่วู้ ชั่วก็ไม่รู้ นี่ก็เป็นเหตุ

ให้ดวงจิตตกไปในความมืดดำ คือตกไปในบาปอกุศลนั้นเอง ความพยาบาทนี้เกิดจากสัญญาอดีต บางทีก็อยากแก้แค้นเขา ทำร้ายเขา เป็นตัวจด ตัวจำ ตัวเอาชนะ นี่เป็นวิหิงสา ความเบียดเบียน ทั้งสิ้น กิเลส 3 ตัวนี้เป็นต้นพื้นใหญ่ ที่เราจะต้องพยายามขัดออกให้หมด

12. สติสัมปชัญญะ เป็นตัวพุทธคุณ ความร่มเย็นเป็นสุขเป็นธรรมคุณ รักษาความเย็นไว้จนกลายเป็นก้อนน้ำแข็ง หมายความว่ารักษาความดีนั้นไว้จนเกิดความเข้มแข็งขึ้นในดวงจิตของตน หรือความดีทำให้มีมากขึ้น นั่นเป็นตัวสังฆคุณ เมื่อเราทำความดีมากขึ้นจนกลายเป็นก้อนได้แล้ว ก็ย่อมสามารถจะหยิบยกความดีก้อนนั้นไปใช้ทำอะไร ๆ ได้สำเร็จตามความปรารถนา จะกล่าววาทาใดก็เป็นผลสำเร็จ (จะทำอะไร ๆ ก็เป็นผลสำเร็จ) ความดีอันนั้นก็จะเป็นประดุจก้อนแก้วสารพัดนึก ใครมีไว้ก็จะยังความสุขให้ได้ทุกสิ่งทุกประการ ได้แสดงมาโดยย่อก็พอสมควรแก่เวลา เอวักมีด้วยประการฉะนี้

วัดโศการาม, 25 สิงหาคม 2500

1. คนที่ตั้งใจไว้ว่าจะทำอะไรอย่างหนึ่ง แต่กลับไปทำเสียอีกอย่างหนึ่ง ผลที่จะได้จากการกระทำนั้น ๆ ย่อมไม่มี นี่จัดว่าเป็นคนโง่มาก เป็นคนอกตัญญูต่อตัวเองและทรยศต่อตนเอง ตัวอย่างเช่นเด็กที่ลาพ่อแม่จะไปโรงเรียน แต่กลับไปเที่ยวดูละครดูหนังเสียกับเพื่อน พ่อแม่ก็ไม่วู้ คิดว่าลูกไปโรงเรียน กว่าจะสืบสวนได้ความจริงก็เสียเวลาไปหลายวัน เช่นนี้ย่อมทำให้เกิดโทษแก่ตนเองถึง 4 ประการ ประการที่ 1 บาปที่หลอกพ่อแม่ ประการที่ 2 ทำให้พ่อแม่เสียทรัพย์สิ้นเงินทองที่ให้ไปเล่าเรียน ประการที่ 3 ตนเองจะต้องเป็นคนโง่ไม่รู้วิชา ประการที่ 4 ความตายก็จะมาถึงทุกวัน ๆ ตัวเองก็แก่ไปทุกทีจนเป็นพ่อเป็นแม่คน หนังสือสามตัวก็อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ ฉันทิดก็ตี พุทธบริษัทที่ไม่มีความตั้งใจจริงต่อการปฏิบัติ มานั่งอบรมสมาธิภาวนาแต่ใจไม่อยู่กับตัวไปเที่ยวคิดถึงเรื่องราวต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวกับธรรมะ เช่น คิดถึงบ้าน คิดถึงเรือน คิดถึงลูกคิดถึงหลาน คิดถึงคนนั้น คิดถึงคนนี้ คิดข้างหน้า คิดข้างหลังบ้าง จิตใจไม่ได้ตั้งอยู่ในความสงบ นั่งหลับตาอยู่ แต่ใจก็หนีไปเกี่ยวกับสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ บางทีพบหมาก็ไปเล่นกับหมากับแมวเสียบ้าง เช่นนี้ก็ย่อมจัดเป็นโทษอย่างเดียวกัน ประการที่ 1 บาปที่หลอกครูบาอาจารย์ว่าจะมานั่งสมาธิแต่ก็หาได้ทำจริงไม่ ประการที่ 2 ทำให้ครูอาจารย์เข้าใจผิด หลงนัยเทศนาสั่งสอนจนน้ำลายแห้งแทบหมดปาก แต่ก็ไม่ได้ผลอะไรเลย ประการที่ 3 ตนเองก็ต้องกลายเป็นคนโง่เขลา มานั่งสมาธิตั้ง 3 ปี ก็ยังไม่ได้อะไร ใครมาถามก็ไม่ได้เรื่องได้ความ ทำให้เสียชื่อเสียงถึงครูบาอาจารย์ด้วย ประการที่ 4 เมื่อความตายมาถึงก็ต้องตายไปกับความทุกข์ยากลำบาก ไม่มีสมบัติ (คือบุญกุศล) ติดตัวไปชาติหน้า ดังนั้นก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่แน่นอน, ไม่รู้จักชาติที่ภพ ทำเท่าไรก็ไม่อาจถึงพระนิพพานได้ ทั้งนี้ก็เพราะเกิดจากความไม่ตั้งใจทำจริง ถ้าผู้ใดมาตั้งใจปฏิบัติธรรมกันจริง ๆ แล้ว ทำอย่างไรเสียก็ต้องได้รับผล มากหรือน้อยก็สุดแต่กำลังเท่าที่ตนจะทำได้

2. จะนั่งสมาธิก็จงตั้งใจอยู่กับสมาธิ จะมาพึ่งเทศน์ก็จงตั้งใจอยู่กับพึ่งเทศน์ จะพูดก็ให้ตั้งใจอยู่กับพูด จะทำสิ่งใดก็ให้ตั้งใจอยู่กับสิ่งนั้น ทำอย่างนี้จึงจะได้รับผลจากการกระทำที่ตนปรารถนา

3. การตั้งใจ ด้วยประกอบด้วย อิทธิบาท 4 คือ 1. ฉันทะ มีความรักใคร่พอใจในกิจการนั้น ๆ เช่นมานั่งสมาธิก็ตั้งใจมีสติ กำหนดอยู่กับลมหายใจ 2. วิริยะ มีความพากเพียรไม่ย่อท้อ ถึงร่างกายจะปวดเมื่อยก็ทนได้ 3. จิตตะ ตั้งใจจริง ๆ อย่าทำเล่น อย่าเอาใจไปเที่ยวคิดอะไรอื่น 4. วิมังสา เมื่อทำจริงแล้วก็จะมองเห็นความสุขสงบในจิตใจและร่างกาย ถ้าองค์ภาวนาของผู้ใดประกอบด้วยอิทธิบาท 4 พร้อมบริบูรณ์ดังนี้ ก็เปรียบเหมือนกับผู้นั่งอยู่บนโต๊ะที่มีขาครบ 4 ขา ไม่ต้องกลัวว่ามันจะเอียงหรือจะล้ม ผิดกับที่เราจะนั่งอยู่บนโต๊ะที่มีขาเดียวหรือ 2 ขา เพราะมันไม่มีความมั่นคงพอ ถ้าใครเขาเฉียดเข้ามาใกล้นิดเดียว เราก็อาจจะแคงหรือนอนหงายเลยก็ได้ แต่ถ้าเรานั่งอยู่บนโต๊ะ 4 ขาแล้ว ถึงใครจะมาโดนหรือจับโยก หรือทำอะไร ๆ ให้เราก็มั่นคงหวั่นไหว ไม่ต้องกลัวพลัดตก หรือใครจะมาจับยกไปวางที่ไหน ๆ เรายังนั่งอยู่ได้อย่างสบาย ไม่ต้องกลัวอันตรายใด ๆ ทั้งสิ้น นี่ก็เปรียบเหมือนผู้ปฏิบัติที่ทำความดีของตนได้แก่กล้า มั่นคงจนเต็ม เหนียวแน่นอยู่ด้วยบุญกุศลแล้ว จะนั่งนอนอย่างใดก็เป็นสุข จะอยู่วัดหรืออยู่บ้านก็อยู่ได้อย่างสบาย จะกินหรือไม่กินก็สบาย จะมีงานมากหรืองานน้อยก็สบาย จะมีเงินตั้งสิบล้านโกฏิ หรือไม่มีสักแดงเดียวก็สบายเหมือนกันหมด เมื่อความตายมาถึงก็นอนตายอย่างสบาย ไม่เหี่ยวแห้งทุกข์ยากลำบากเลย ใครทำได้ดังนี้ เทวดาท่านรู้เห็นก็ไม่ว่าตนบมมือยินดี ถ้าทำไม่ได้เทวดาก็หน้าม่อย พวกพญามารก็พากันตบมือหัวเราะชอบใจ ว่ามันชนะลูกศิษย์พระพุทธเจ้า เราจะยอมตัวเป็นลูกศิษย์พญามารหรือไม่ก็คิดดู

4. เราจะต้องขัดตัวของเราให้เป็นคนตั้งงามด้วยบุญกุศล กล่าวคือ ขัดกาย วาจา ใจของเราด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ผู้ใดได้ฝึกหัดอบรมจิตอยู่ในสมาธิภาวนาจนมีกำลังแก่กล้าแล้ว จิตของผู้นั้นก็จะมีคุณสมบัติที่ใสสว่างเหมือนกับน้ำนิ่งอยู่ในบ่อลึก หรือดวงดาวที่อยู่บนท้องฟ้า นีวรณทั้งหลายไม่สามารถจะมาย่ำยิดดวงจิตของผู้นั้นได้ ภูมิจิตของเขาก็จะสูงขึ้น ๆ ทุกที เมื่อสูงแล้ว ย่อมเกิดความเป็น เหมื่อนอย่างเรานั่งอยู่นี้ เราจะไม่รู้สึกว่ายาวนานมีมากเท่าไร แต่ถ้าเราขึ้นไปบนที่สูงสูงจากพื้นดินสัก 2-3 กิโลเมตรแล้ว เราจะรู้สึกว่ายาวนานขึ้นมาทันที นอกจากจะได้รับความเย็นแล้ว ดาของเราก็มองเห็นสิ่งทั้งหลายไปได้ไกล ๆ อีกมาก จะได้มองเห็นสภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์และสัตว์ มองเห็นความทุกข์ยากและอันตรายต่าง ๆ ของโลกเบื้องล่าง ทำให้เราเกิดความกลัวภัยเหล่านี้ จนไม่อยากจะกลับลงมาข้างล่างอีกเลย จิตที่สูงขึ้นนี้มีชื่ออย่างเครื่องบิน หมายถึงภูมิแห่งจิตที่สูงขึ้นด้วยการอบรมสมาธิปัญญาแล้ว ผู้นั้นก็จะมองเห็นเหตุผลของความเป็นจริง มองเห็นภัยในสังสารวัฏ และเกิดการเบื่อหน่ายต่อการเกิดแก่เจ็บตาย เพราะมีแต่ความทุกข์เดือดร้อนทั้งสิ้น เมื่อมองเห็นเช่นนี้แล้วก็หมดความยินดีในรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะและ

ธรรมารมณฺ์ ตั้งใจบำเพ็ญแต่คุณธรรมความดีอย่างเดียว เพื่อให้จิตหลุดพ้นจากอาสวกิเลส ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในโลกอีก

อบรมสมาธิ

วัดอโศการาม, 26 สิงหาคม 2500

1. เวลานั้น เมื่อมีความไม่สบายเกิดขึ้น ก็จงตรวจตรองดูว่ามันเกิดจากอะไร อย่าเอาใจไปเป็นทุกข์เดือดร้อนกับอาการเหล่านั้น ส่วนใดไม่สามารถเป็นไปได้อย่างที่เรานึกคิดก็อย่าไปกังวลกับมัน ปล่อยไป เพราะสังขารร่างกายนี้มีสภาพเหมือนกันหมดทุกรูปทุกนาม ไม่ว่าคนหรือสัตว์ ก็จะต้องตกอยู่ในการที่ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และบังคับบัญชาไม่ได้ ฉะนั้นส่วนใดที่สามารถเป็นไปได้ตามคิดนึก เราก็อยู่ในส่วนนั้น และรักษาไว้ อย่างนี้เป็น “ธมฺมวิจย” คือความเลือกสรรในส่วนที่ดี

2. ร่างกายเรานี้ก็เปรียบเหมือนกับต้นไม้ ต้นหนึ่ง ๆ มันจะมีส่วนดีทุกอย่างไปหมดทั้งต้น ย่อมไม่ได้ เช่น ใบของมันก็ต้องมีทั้งใบอ่อน ใบแก่ ใบเขียว ใบเหลือง ใบสด และใบแห้ง ส่วนใดที่แห้งมันก็ต้องร่วงหล่นไปก่อน ส่วนที่ยังสดก็ค่อย ๆ แห้งตามไปทีหลัง กิ่งของมันก็มีทั้งกิ่งใหญ่ กิ่งโต และกิ่งเล็ก ลำต้นของมันก็มีโคนใหญ่เรียวไปหาปลาย ผลของมันที่เกิดมาก็ไม่เท่ากัน ฉนั้นใด ร่างกายเราก็ก็น่าจะมีสภาพไม่แตกต่างไปจากนี้ ความสุขความทุกข์ในตัวก็ย่อมไม่เสมอภาคกัน ทั้งหมดได้ จะต้องมีส่วนดีและส่วนเสียปนกันอยู่ เช่นบางครั้งก็ดีมาก บางครั้งก็ดีน้อย จะไปถือเอาเป็นของแน่นอนทุกอย่างไม่ได้ ส่วนใดดีเราก็รักษาส่วนนั้นไว้และอย่าไปเอาใจใส่กังวลกับส่วนที่เสีย ซึ่งเหลือความสามารถที่เราจะทำให้ได้ เหมือนกับบ้านเรือนของเรา ที่ใดกระดานมันผุพังก็อย่าไปนั่งนอนในที่นั้น ที่ใดดีก็เลือกหาเอา และนั่งนอนในที่นั้นก็แล้วกัน ใจเราไม่ต้องไปเดือดร้อนวุ่นวายกับสิ่งที่บังคับบัญชาไม่ได้ จะเปรียบอีกอย่างหนึ่ง ร่างกายเราก็เหมือนกับผลมะม่วง ถ้าซีกไหนมันน่าหรือเป็นหนอน เราก็เอามือผ่ามันทิ้งไป ซีกไหนดีเราก็กินซีกนั้น ถ้าเราจะไปกินซีกที่เป็นหนอน มันย่อมเกิดโทษแก่ตัวเรานั้นเอง อันนี้ก็เช่นเดียวกันกับร่างกาย ไม่แต่เฉพาะในส่วนร่างกายอย่างเดียว แม้ใจก็ย่อมไม่เป็นไปอย่างที่เรานึกคิด บางคราวมันก็ดี บางคราวมันก็ไม่ดี ฉะนั้นเราจึงจำเป็นจะต้องใช้วิตรกพิจารณาให้มาก

3. วิตรกวิจารณ์นี้ เปรียบเหมือนกับเราทำงานอย่างหนึ่ง งานนี้ก็เหมือนงานสมาธิ คือใจที่ตั้งอยู่ในความสงบ สมาธิกรรมฐาน คือทำให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันใดอันหนึ่งและมีสติสัมปชัญญะเป็นผู้ตรวจตรอง คือวิตรกวิจารณ์ ถ้าวิตรกวิจารณ์ของเรานั้นน้อย ผลแห่งความสงบก็มีน้อย หรืองานของเรานั้นหยาบ เราก็ได้ผลหยาบ ถ้างานของเราละเอียด ก็ย่อมได้ผลละเอียด ผลหยาบนั้นใช้การอะไร ใคร่จะได้ดี ถ้าผลละเอียดแล้ว คุณภาพมันก็สูง สามารถจะใช้การอะไร ๆ ได้ทุกอย่าง เปรียบเหมือนกับละอองปรมาณู ที่ลอยอยู่ในอากาศ ย่อมสามารถจะแทรกซึมเข้าไปในภูเขาหรือต้น

ไม้ก็ได้ ของหยานนั้นคุณภาพต่ำ และใช้ก็ยาก บางทีเอาไปแช่น้ำทั้งวันก็ยังไม่ค่อยจะเปื่อย ส่วนของละเอียดนั้นเพียงถูกละอองน้ำหรือความเย็นชื้นเข้านิดเดียวก็ละลาย ฉะนั้น คุณภาพของงานสมาริก็เช่นเดียวกัน เมื่อวิตกวิจารณ์ของเราเป็นไปโดยละเอียดรอบคอบ ความสงบของเราซึ่งเป็นผลของงานสมาริก็ย่อมจะมีมากขึ้น ถ้าวิตกวิจารณ์ของเราหยาบ ความสงบก็มีน้อย ร่างกายก็มักจะปวดเมื่อย ใจคอไม่สบาย ฟุ้งซ่าน หงุดหงิด ถ้าความสงบมีมากร่างกายก็จะมีสุขร่มเย็น ใจก็โปร่งโล่ง เวทนาก็หายไป ธาตุในตัวก็เป็นปกติ ร้อนก็ไม่ร้อนจัด เย็นก็ไม่เย็นจัด อุ่นก็อุ่นพอดี และถ้างานของเราไม่เสร็จลุส่งไปเมื่อใด เมื่อนั้นเราก็ได้ผลเป็นความสุขอย่างยิ่ง (คือพระนิพพาน) ถ้างานของเรายังไม่เสร็จไม่แล้ว ใจของเราก็กังวลไม่มีความสุขเต็มที่ ยังจะต้องมีห่วงกังวล ไปไหนก็ไปไม่ได้ตลอด จะต้องกลับมาทำงานนั้นต่อไปอีก จนกว่าจะแล้วเสร็จ เหตุนี้ท่านจึงว่า “อนาถา จ กมฺมุนตา เอตมฺมจฺจกฺลฺมฺตฺตม” แปลความว่า “การงานไม่คั่งค้างอาตุลย่อมเป็นมงคลอย่างยิ่ง” ถ้างานของเราแล้วเสร็จเรียบร้อยเราจะไปไหนก็ไปได้สะดวกสบาย ใจก็ไม่ต้องห่วงหน้าห่วงหลัง คนเราที่ทำงานกันไม่เสร็จนั้น ก็เพราะ 1. ไม่ตั้งใจ 2. ไม่ทำจริง ทั้งหน้าที่ของตน หยุดเกล็ดเลอะเลี้ยวบ้าง ถ้าเราตั้งใจทำงานกันอย่างจริงจัง ๆ จัง ๆ แล้ว งานนั้นก็จะต้องสำเร็จโดยไม่ต้องสงสัย

4. เมื่อเรารู้กันอยู่ทุกคนแล้วว่า ร่างกายนี้เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และบังคับบัญชาไม่ได้ เราก็ควรจะวางใจให้เป็นปกติต่ออาการเหล่านี้ คำว่า “ไม่เที่ยง” หมายความว่ามีการเปลี่ยนแปลง ส่วนคำว่า “ทุกข์” นี้ไม่ใช่หมายถึงความไม่สบายอย่างเดียว ย่อมหมายถึงความสบายที่เป็นสุขด้วย คือความสุขนั้นก็เป็นของไม่เที่ยง ไม่คงที่เหมือนกัน สุขน้อยมันอาจเพิ่มให้เป็นสุขมากขึ้นก็ได้ หรือสุขแล้วก็อาจจะกลายเป็นทุกข์ ทุกข์แล้วอาจจะกลับมาเป็นสุขอีกก็ได้ ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันไปมา คนเราถ้ามีแต่ทุกข์ไปอย่างเดียวทั้งหมดก็ต้องตายกันเท่านั้น เหตุนี้เราจึงไม่ควรเดือดร้อนวิตกกังวลกับเรื่องของมันเลย ร่างกายเราก็มีอยู่ 2 ซีกเหมือนผลมะม่วง เมื่อขณะใดเราไปอยู่ในซีกสบาย ใจของเราก็สงบ ส่วนความไม่สบายมันก็อยู่อีกซีกหนึ่ง ฉะนั้น ถ้าเรามีกรรมฐานแล้วเราก็จะต้องไปอยู่ในซีกที่สบาย ซีกที่ไม่สบายเราก็ไม่ไปอยู่ เหมือนคนที่มีบ้านเรือนอยู่เป็นสุขสบายแล้ว จะต้องลงไปนอนใต้ถุนทำไม คนเราไม่ใช่มีแต่ทุกข์ประจำอยู่ที่เดียว บางทีมันก็ปวดหลัง บางทีก็ปวดขา บางทีก็เลื่อนจากขาไปปวดเอว บางทีวันนี้เจ็บพอรุ่งขึ้นวันพรุ่งนี้ก็หาย หรือบางทีหายแล้วก็กลับมาเจ็บอีกดังนั้นก็มิ เพราะเป็นของไม่แน่นอนไม่คงที่ ฉะนั้นส่วนใดที่มันไม่ติดใจให้เป็นส่วนของบาปเสีย ส่วนใดดีเป็นส่วนของบุญ แล้วเราก็ถามตัวเราดูว่า เราอยากจะมีบาปหรืออยากจะมีบุญเล่า ถ้าเราไม่ชอบบาปเราก็วางเสียข้างหนึ่ง ชอบบุญก็อยู่ในส่วนของความสบาย ถ้าทำได้ดังนี้ เจ้าตัวทุกข์มันก็จะหายไป เจ้าตัวบุญก็จะเจริญขึ้น ๆ ในที่สุดขั้นห้ามันก็จะสุขไปหมด คือ “รูป” มันก็สบาย “เวทนา” ก็สบาย “สัญญา” ก็สบาย “สังขาร” ก็สบาย และ “วิญญาณ” ก็สบาย เมื่อความสบายทั้ง 5 อย่างนี้เกิดขึ้นแล้ว ดวงใจนั้นก็จะมีแต่บุญ นอนกินแต่บุญที่เรียกว่า “ปีติ” หรือ “ปีสัทธิ” นี้แหละเป็น “ธมฺมวิจย” คือการค้นคว้า

5. เมื่อเรารู้จักความเป็นไปในตนของตนเช่นนี้แล้ว เราก็จะเพียรอยู่ใน “ความดี” หรือ “บุญเก่า” ที่เคยมี ใจของเราก็จะได้รับแต่ความสุขสบาย หรือที่เรียกว่า “ปิติ” เมื่อใจของเรามีปิติมาก ๆ ขึ้น เราก็จะอัมไปหมด เมื่ออัมแล้วก็หายหิว หายเหนื่อย หายหนาว หายร้อน จะอยู่ที่ไหน ก็สบาย เกิดกำลังกายกำลังจิตเข้มแข็งมีอำนาจ สามารถจะนั่งอยู่ตั้ง 5 ชั่วโมงก็ไม่มีอาการปวดเมื่อย เมื่อใจอัมอย่างนี้แล้วมันก็นอนหลับ แต่ไม่ใช่นอนหลับจริงๆ อย่างที่เรานอนหลับตา นอนหลับอย่างนี้หมายถึงความสงบ คือดวงจิตเข้าไปอยู่ในสมาธิ ก็มีความสุขสบายไม่มีสิ่งใดมารบกวนนอนสบายอย่างนี้เรียกว่า “วิหารธรรม” ดวงจิตเข้าไปอยู่ในองค์ฌาน ก็เปรียบเหมือนเรานั่งอยู่บนที่สว่าง ย่อมจะมองเห็นอะไร ๆ ได้ถนัดชัดเจนทั้งใกล้และไกล ถ้าไปนั่งในที่มืดเราก็ไม่สามารถจะมองเห็นอะไร ๆ ได้ คือใจปกคลุมไปด้วยอำนาจของนิวรณ์ ถ้าเราอยู่ในที่สว่าง พวกนิวรณ์ทั้งหลายก็ไม่สามารถจะเข้ามาเบียดเบียนย่ำยีดวงจิตของเราได้ หลับอย่างนี้เป็นการหลับอย่างลึกลับ คือมีความรู้อยู่ทุกขณะลมหายใจ ความรู้ทั้งภายในและภายนอกมีอยู่เสมอทุกด้านทุกมุม แต่ดวงจิตก็ตั้งเที่ยงสงบอยู่ กายก็เจียบจิตก็เจียบ เรียกว่า “กายปัสสัทธิ” และ “จิตปัสสัทธิ”

6. สมาธิ คือจิตที่แน่วอยู่ในอารมณ์เดียวเรียกว่า “สมถะ” จิตที่ไม่ติดต่อกับสิ่งใด มีความสะอาดปราศจากอารมณ์ภายนอก มีสติสัมปชัญญะรู้รอบคอบปลดปล่อยอารมณ์เสียได้ เรียกว่า “วิปัสสนา” เมื่อสมาธิซึ่งประกอบด้วยวิปัสสนาเกิดขึ้น ความเป็นใหญ่เป็นอิสระในตัวทั้ง 5 อย่างก็จะบังเกิดขึ้นพร้อมกัน คือ 1. “สัทธินุทริย” ศรัทธาความเชื่อก็เข้มแข็งมั่นคง ใครจะมาพูดดีหรือไม่ดีอย่างไร ใจก็ไม่หวั่นไหว 2. “วิริยinuทริย” ความพากเพียรก็แก่กล้า ถึงใครจะมาสอนให้หรือไม่สอนให้ก็ทำไปเรื่อย ไม่ท้อถอยหรือหยุดหย่อน 3. “สติณุทริย” สติก็เป็นใหญ่เป็นมหาสติ ไม่ต้องไปข่มไปบังคับ มันก็แผ่กระจายไปทั่วตัวเหมือนต้นไม้ใหญ่ กิ่งก้านใบของมันย่อมจะแผ่สาขาลงมาคลุมลำต้นของมันไว้ และพัดกระพือขึ้นเอง โดยไม่ต้องมีใครไปจับเขย่าหรือดึงยอดมันลงมา ความรู้ของเราจะจำไปหมด ทั้งยืนเดินนั่งนอนทุกอิริยาบถ มันรู้ของมันได้เอง โดยไม่ต้องไปนึก ความรู้รอบอย่างนี้แหละเรียกว่า “มหาสติปฐฐาน” 4. สมาธิณุทริย” สมาธิของเราเป็นใหญ่ จะทำอะไร ๆ อยู่ก็ตาม จิตก็ไม่มีวอกแวก ถึงจะพูดจะคุยกันให้ปาก้าออกไปตั้งว่า ใจก็คงที่เป็นปกติอยู่ กายมันจะอยากกิน อยากนอน อยากนั่ง อยากยืน อยากเดิน อยากวิ่ง อยากนึก อยากคิด อยากพูด อยากทำก็ทำไป ช่างมัน หรือว่ากายมันจะเจ็บจะป่วยจะปวดจะเมื่อย ที่ตรงไหนก็ให้มันเป็นไป แต่ใจก็ตั้งเที่ยงอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่วอกแวกไปทางอื่น 5. “ปัญญาณุทริย” ปัญญาความฉลาดรู้ก็เป็นใหญ่เกิดขึ้นในตนเอง อาจสมารถที่จะทำดวงจิตของตนให้บรรลุนิพพาน สำเร็จมรรคผลเป็นโสดา สกิทาคา อนาคา จนถึงอรหัตต์ก็ได้

7. คนเรานั้นมีแต่อยากดื้ออยากได้กัน แต่ไม่ทราบว่ายอันใดเป็นความดี อันใดเป็นกิเลส นั่งทำกันจนตาย มันก็ไม่ถึงพระนิพพานสักที ถ้าเรามีความรู้และตั้งใจทำกันจริง ๆ แล้ว มันก็เป็น

ของไม่ยาก เรื่องของพระนิพพานเป็นของง่าย เพราะเป็นสิ่งที่ยืนตัวคงที่อยู่เสมอ ไม่มีอาการแปรเปลี่ยน ส่วนเรื่องของโลกนั้นแหละเป็นของยาก เพราะแปรตัวได้ไม่แน่นอนอะไร วันนี้เป็นอย่างหนึ่ง พรุ่งนี้เป็นอีกอย่างหนึ่ง ทำแล้วก็ต้องเก็บรักษาไว้ให้ดี ส่วนนิพพานไม่ต้องมีการเก็บ ไม่ต้องมีการรักษา ทำแล้วก็จะ ทำแล้วก็ทิ้ง ทำไปละไป ทำไปทิ้งไป เหมือนคนที่กินข้าว พอถึงปากก็คายบับ กินแล้วบ้วนทิ้งเลย ไม่ได้กลืนเข้าไปในท้องให้มันเป็นอาหารเก่า กากก็ไม่ต้องมี หมายความว่า ทำความดีทั้งหลายแล้วไม่ยึดว่าเป็นของตน ผู้ที่ทำความดีแล้วก็คายความดี ไม่ยึดความดีว่าเป็นของ ๆ ตนนั้นแหละเป็น “วิราชธรรม” โลกนั้นเมื่อทำอะไรแล้วก็ยึดว่าเป็นของตัว และทำแล้วก็ต้องคอยระวังเก็บรักษา เก็บไม่ดีถูกเขาแย่งไปหรือเสื่อมไปก็เสียหาย เหมือนกับคนที่กินแล้วกลืน กินแล้วกลืน กลืนเข้าไปแล้วก็ต้องถ่ายออกมา ถ่ายแล้วก็หิวอีก หิวอีกก็กินเข้าไปใหม่ แล้วก็ถ่ายออกมาอีก ไม่มีเวลาอึดเวลาพอกันได้สักที ส่วนพระนิพพานนั้น กินไปก็คายไป ทำไปก็ละไป เหมือนกับคนที่เขาไถนา เมื่อไถไป ๆ ขี้ไถมันก็จะร่วงหลุดไปตามรอยไถเอง ไม่ต้องเก็บใส่ถุงหรือใส่ตะกร้าผูกติดขาควายไปด้วย คนโง่ที่หอบเอาถุงไปคอยเก็บขี้ไถด้วยนั้น ควายมันก็หนักเกินไป ไม่ใคร่จะไป บางทีตัวเองก็ไปสะดุดถุงขี้ไถเข้าก็หกล้มหงกกลิ้งอยู่กลางนา นั่นเอง นาก็ไถไม่แล้ว ข้าวเปลือกก็ไม่ได้หว่าน ข้าวสารก็ไม่ได้กิน ท้องก็หิว

8. นี่แหละการปฏิบัติธรรมของพวกเรา ก็มักจะพากันเป็นไปเสียเช่นนี้ จะทำอะไรก็ไม่ค่อยจะตั้งใจทำกันจริง ๆ จะเดินไปก็คอยเหลียวซ้ายแลขวา ลืมหน้าลืมหลังเหมือนกับตาแก่กับยายแก่สองฝ่ายเมีย วันหนึ่งได้พากันถือมิดเข้าไปในป่าเพื่อจะถางไร่ เมื่อฟันต้นไม้ใหญ่ ๆ หมดแล้วพอไปพบต้นหญ้าเข้า ตาแก่ก็เอาผ้าขาวม้าที่โพกหัวมารัดตัวคาดไว้ที่เอว แล้วก็เอามิดเหน็บหลังไว้ นั่งลงถอนหญ้า ครั้นถอนไป ๆ พอไปพบต้นไม้เข้า ก็หันมาหามิดจะไปฟันต้นไม้อีก ก็หามิดไม่พบ นึกไม่ออกว่าตัวเองไปวางลืมไว้ตรงไหน ก็ออกเดินไปเที่ยวตามในป่า สองเที่ยวสามเที่ยว ก็หาไม่เจอ ยายก็ร้องถามว่า “นั่นแกไปเที่ยวเดินตามหาอะไร” ตาก็ตอบว่า “ไปเดินตามหา มิด จะเอามาฟันต้นไม้” ฝ่ายยายเห็นมิดเหน็บอยู่หลังสามีก็นึกขบขัน ได้แต่หัวเราะแกล้ง ๆ แกล้ง ๆ อยู่คนเดียว ไม่เป็นอันจะพูดว่าอะไรได้ จนตาแก่เห็นหมดปัญญาที่จะเที่ยวเดินตามมิดต่อไปอีกแล้ว เพราะแดดก็ร้อน เหนื่อยก็เหนื่อย ในที่สุดก็เลยทรุดตัวลงนั่งบนพื้นดิน เผอิญมิดที่เหน็บหลังอยู่นั้นดันได้ไปกระแทกกับดินเข้าโดยแรง ตาแก่เลยตกใจหันไปดู จึงรู้สึกตัวว่ามิดเหน็บอยู่ที่ข้างหลังของตนนั่นเอง นี่ฉันใด พวกเราที่พากันมาเจริญสมาธิก็มีลักษณะไม่ผิดตาแก่นี้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้พวกเราพากันวิคกวิจารณ์หมั่นตรวจตรองอยู่ในกรรมฐานของตน โดยมีสติสัมปชัญญะคอยกำกับ อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก

9. คำภาวนา “พุทโธ ๆ” นี่เป็นพระฉยานามของพระพุทธเจ้า ซึ่งแปลว่าท่านเป็นผู้เบิกบานแล้ว หรือเป็นผู้ตื่นแล้ว “ตื่น” คำนี้ ตื่นตกใจรู้ตัวขึ้น เหมือนอย่างพระพุทธเจ้าของเราเมื่อก่อนหน้าที่พระองค์จะได้สำเร็จพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณนั้น พระองค์ก็ได้เสด็จจาริกไปเที่ยว

แสวงหาคุณธรรมในพระคณาจารย์ต่าง ๆ เป็นเวลาถึง 6 ปี แต่ก็ไม่สำเร็จ จึงได้ทรงหลบหลีก ปลีกพระองค์ไปประทับอยู่โดยลำพัง ณ ภายใต้ต้น “ศรีมหาโพธิ์” ในวันเพ็ญวิสาขมาส โดยทรงตั้งสัจจะอธิษฐานว่าจะไม่ลุกจากที่ตลอดคืน จนกว่าพระองค์จะได้บรรลुरुธรรม ในที่สุดพอถึงปัจฉิมยามพระองค์ก็ได้สำเร็จพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณด้วยการตั้งสติกำหนดอานาปานสติภาวนา ก็ทรงรู้คุณธรรมขึ้นที่ปลายพระนาสิกของพระองค์เอง จึงได้เปล่งพระอุทานขึ้นมาว่า “พุทโธ พุทโธ เราเที่ยวแสวงหาคุณธรรมมานานแล้ว เพิ่งมาพบเข้าในขณะที่จิตหยุดพัก ตั้งอยู่ในฌานอันเป็นบ่อเกิดแห่ง วิปัสสนา นี่เอง”

10. พระนิพพาน นั้นไม่ได้อยู่ไกลตัวเราเลย อยู่ตรงปลายจมูกหรือริมฝีปากแค่นี้เอง แต่เราก็คล้าหากันไม่พบ เหตุนั้น เมื่อเราหวังจะเอาความบริสุทธิ์กันจริง ๆ แล้วก็จงอย่าไปเอาอะไรอื่น ตั้งหน้าทำแต่ความเพียรไปทำเดียว อะไรมันจะมาทางไหนก็ไม่เอาทั้งสิ้น สุขก็ไม่เอา ทุกข์ก็ไม่เอา ดีก็ไม่เอา ชั่วก็ไม่เอา ความได้ก็ไม่เอา ความดีก็ไม่เอา มรรคก็ไม่เอา ผลก็ไม่เอา นิพพานก็ไม่เอา ไม่เอาอะไรทั้งหมด และเมื่อเราไม่เอาอะไรแล้ว มันจะมีอะไรเล่า มันก็ไม่ต้องมีอะไร นี่แหละนิพพาน เราก็คงได้ตรงนี้เอง เปรียบเหมือนคนไม่มีเงินนั้น ขโมยมันจะเข้ามาปล้นได้อย่างไร คนที่ได้มาก็ยึดถือไว้ ๆ นั้นแหละจะต้องถูกเขามาตาย โฉนก็จะเอา นี่ก็จะเอา หอบไว้ ๆ จนพระรุ้งพระวังไปหมด แล้วจะไปไหนรอด

11. คนเราในโลกก็ย่อมอยู่กับความดีความชั่วสองอย่างนี้แหละ ผู้ที่มี วิชาธรรมแล้ว ความดีก็มีอยู่เต็มตัว ความชั่วก็รู้อยู่เต็มใจ แต่ก็ไม่เอา ท่านไม่เก็บเอาดีชั่วมายึดเป็นของตน ปล่อยาวงทั้งหมด ท่านจึงเป็นผู้เบาสบาย พระนิพพานไม่ใช่ของยาก สมัยพุทธกาลนั้นพระบางองค์เดินบิณฑบาตอยู่ก็ยังสำเร็จเป็นพระอรหันต์ได้ บางทีนั่งถ้ำยบัสสาวะอยู่ก็สำเร็จ บางทีเห็นเขาไถนาอยู่ก็ยังสำเร็จก็มี ความดีต้องอาศัยความยากลำบากเป็นบาทเบื้องต้น คือให้มีสติสัมปชัญญะ วิตกวิจารณ์อยู่ในกรรมฐานของตนเสมอ ๆ นั้นแหละ ความสำเร็จก็ต้องตามมาในภายหลัง

วัดโอศการาม, 28 สิงหาคม 2500

1. ใจของคนเราปกติมันนิ่งอยู่ไม่ใคร่ได้ คือมักจะชอบคิดนึกไปในสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดี เรื่องที่ดีก็เก็บมาคิด เรื่องไม่ดีก็เก็บมาคิด ได้ก็เก็บมาคิด ไม่ได้ก็เก็บมาคิด นี่แหละดวงจิต มันจนถึงอย่างนี้ คิดในส่วนที่ดีที่ชอบก็เป็น กามตัณหา คิดในสิ่งที่เป็นไปได้ก็เป็น ภวตัณหา คิดในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ก็เป็น วิภวตัณหา แต่เขาเหล่านั้นก็หารู้สึกตัวไม่ นี่เรียกว่า อวิชชา คือความไม่รู้ เพราะความไม่รู้นี้แหละจึงเป็นเหตุให้เกิดความคิดวิตกวิจารณ์ไปต่าง ๆ อันเป็นบ่อเกิดแห่งตัณหาอุปาทาน คือ ความชอบไม่ชอบและความยึดถือ

2. เรื่องราวต่าง ๆ ที่คนเราคิดกันไปในนั้น บางทีก็เป็นไปได้ตามที่คิด บางทีก็เป็นไปไม่ได้ เป็นไปได้ถ้าจะคิดไปก็ยังพอมีประโยชน์อยู่บ้าง แต่ที่ไม่ได้อะไรเลยก็ยังอุตสาหไปคิด คือเรื่องที่มี

เป็นไปไม่ได้แล้วก็ยังไปยึดอยู่ในสิ่งที่ไม่ได้นั้น แล้วก็เกิดความเสียใจน้อยใจ เรื่องมันไม่ได้แล้วก็ยังจะให้ได้รับผลอยู่อีก สิ่งใดที่ปรารถนาเมื่อไม่ได้มาสมหวังก็ยึด เมื่อได้มาสมหวังก็ยึด แล้วก็เกิดความชอบไม่ชอบ ยึดทั้งสัญญาข้างหน้า ยึดทั้งสัญญาข้างหลัง คนธรรมดาเรานั้น อะไรได้มาก็ยึดดีใจ ถ้าไม่ได้มาก็ยึดเสียใจ บางทีก็ยึดความดี แต่ยึดความดีก็ยังพอมิหนทางที่จะคลุกกลานไปได้บ้าง บางทีชั่วแท้ ๆ ก็ยังไปยึดเอาไว้ นี่แหละพระพุทธเจ้าทรงเห็นเช่นนี้ จึงได้เกิดความสงสาร ท่านสงสารอะไร สงสารเพราะความโง่เขลาของคนเราที่ไม่รู้จักว่าอะไรมันเป็นความทุกข์ รู้ว่ามดแดงนั้นมันกัดคันและทำให้กลายเป็นพิษ แต่ก็ยังอุตส่าห์ไปเอารังมดแดงมาเคาะใส่หัวของตัวเอง แล้วก็ต้องมานั่งปวดแสบปวดร้อนอยู่ มันได้ผลอะไรบ้าง

3. ตา ไปเห็นรูปดีไม่ดีก็เก็บมายึดไว้ หู ไปฟังเสียงดีไม่ดีมาก็ยึดไว้ จมูก ไปได้กลิ่นดีไม่ดีมาก็ยึดไว้ ลิ้น ได้รับรสดีไม่ดีมาก็ยึดไว้ กาย ได้รับสัมผัสดีไม่ดีมาก็ยึดไว้ ใจ ได้รับอารมณ์ดีไม่ดีมาก็ยึดไว้ คราวนี้รูปต่าง ๆ มันก็จะมาห้อยอยู่ที่ตาของเรา เสียงต่าง ๆ ก็มาห้อยอยู่ที่หู 2 ข้าง กลิ่นต่าง ๆ ก็มาห้อยอยู่ที่ปลายจมูก รสต่าง ๆ ก็มาห้อยอยู่ที่ปลายลิ้น สัมผัสต่าง ๆ ก็มาห้อยอยู่ที่ตัว อารมณ์ต่าง ๆ ก็มาห้อยอยู่ที่ใจ เกะกะรุงรังไปหมด คราวนี้รูปมันก็จะต้องมาปิดตาไว้ เสียงก็ปิดหูไว้ กลิ่นก็มาปิดจมูกไว้ รสก็มาปิดลิ้นไว้ สัมผัสก็มาปิดตัวไว้ ธรรมารมณ์มาปิดใจไว้ เมื่อทวารทั้งหกของเราถูกปิดตันไปหมดทุกช่องทุกทางเช่นนี้ คนนั้นก็ต้องเป็นผู้มืด คือมืดด้วยอวิชชา คลำหาหนทางไม่พบ จะไปทางไหนก็ไปไม่รอด ตัวก็หนักใจก็มืด คนนั้นก็ต้องหมดความสุข นอนที่ไหนก็ต้องยกมือก่ายหน้าผาก นิ่งที่ไหนก็ต้องเอามือกอดเข้า หน้าตาก็ดำเกรียมไม่มีสง่าราศี นี่เรียกว่า เบียดเบียนตัวเอง ฆ่าตัวเอง และทำลายตัวเองให้เสื่อมจากความเจริญ

4. สัญญาต่าง ๆ ของคนเรานั้น มันเป็นเรื่องติดใจ ยิ่งเป็นเรื่องไม่ดีด้วยแล้ว จำกัณานคิดก็มาก นี่ก็คือตัวโมหะ นี่เอง ซึ่งเป็นพวกพ้องของตัวอวิชชา ฉะนั้นเราจึงควรพากันกำจัดโมหะตัวนี้ให้ออกไปจากใจของเราเสีย โดยการฝึกฝนอบรมตนให้มีสติสัมปชัญญะ รู้รอบทุกลมหายใจเข้าออก อันนี้แหละจะเป็นบ่อเกิดแห่งวิชา เมื่อวิชาเกิด ปัญญา ก็จะเกิดขึ้น ถ้ายังไม่มึวิชา ตัณhamันจะออกได้อย่างไร เมื่อมีวิชาเกิดขึ้นแล้ว กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหาก็ย่อมดับ และอุปาทานก็ไม่มี นี่แหละเป็นทาง อริยมรรค

5. คนเรานั้นมักจะไหลไปในฝ่ายชั่วมากกว่าฝ่ายดี สิ่งที่เป็นความดีนั้น เขาพูดชักโย่งให้ฟังตั้งหลาย ๆ คำก็ยังไม่ค่อยเขยื้อน แต่ส่วนความชั่วเขาพูดเพียงคำสองคำเท่านั้น ก็วิ่งเล่นตามไปแล้ว เหตุนี้พระพุทธเจ้าท่านจึงตรัสว่า มนุษย์นั้นโง่ ชอบกลืนกินแต่อารมณ์แล้ว ไซ้แต่เท่านั้น เรื่องที่ไม่มีความจริงก็ยังกลืนเข้าไปอีก ของดีก็ไม่อยากจะสนใจคิด ส่วนของไม่ดีอุตส่าห์ไปกะแด้ว ๆ เอาใจไปจดไปจำ เนื้อก็ไม่ได้กิน หนังกี่ไม่ได้รอนึ่ง เอากระดูกมาแขวนคอ ที่ว่า "เนื้อก็ไม่ได้กิน" นั่นคือ เรื่องไม่มีความจริงก็ไปเก็บมาคิด คิดแล้วก็ไม่มีความสุข คนที่อ้าปากขึ้นแล้วก็เอาข้าวหรือขนมป้อนเข้าปากนั้น ก็ยังจะทำให้มีท้องได้แต่คนที่ไปยื่นอ้าปากป้อนชะเง้อชะแห้ง

เหนียวแต่ลมกลืนเข้าไปในท้อง นั่นสิ มันน่าขัน ท้องของตัวก็แห้งเปล่า ไม่ได้อะไรถ่วงกระเพาะ สักนิด นี่ก็ได้แก่สัญญาณต่าง ๆ ที่ไม่จริงไม่จัง เราก็พากันกะแฉ่ว ๆ ไปเที่ยวเก็บมาคิดมานึก คิดไปนึกไปปรุงไปต่าง ๆ นานา แล้วก็ไม่ได้ประโยชน์อะไรเลย นอกจากจะทำให้ฟุ้งซ่าน วุ่นวาย ดวงจิตก็กระสับกระส่ายทรมานทรมายืดเยื้อรอนไม่เป็นอันจะนั่งจะนอน อยู่กับที่ก็วิ่งไป เดินไป จนหนักจนไม่มีเวลาที่จะได้อยู่ติดกับพื้นกระดาน อย่างที่เขาว่า “หนักก็ไม่ได้รอนนั่ง” นั้นแหละ จะนอนก็นอนไม่ลง จะนั่งก็นั่งไม่ติด ถึงตัวจะนั่งแต่ใจมันก็ไม่อยู่ เนื้อก็ไม่ได้กิน กระดุกก้างก็มาติดอยู่ที่คอ จะกลืนก็กลืนไม่ได้ จะคายก็คายไม่ออก

6. ที่ว่า “กระดุกติดคอ” นั้น ก็คืออารมณ์ต่าง ๆ ที่ไม่ติดนั้นแหละมันมาติดขวางบาดเจ็บ อยู่ในใจ ก้างหรือกระดูกเหล่านี้ก็คือพวกนิเวศทั้งห้า ได้แก่ 1. กามฉันทะ ใจก็หลงไหลเพลิดเพลินไปในเรื่องที่ดีที่ชอบ 2. พยาปาทะ เรื่องที่ไม่ดีก็เป็นก้างเป็นกระดูกมาเสียบแทงดวงใจ ใจก็ต้องอยู่ในความไม่ดี ข้างอยู่ในความไม่ชอบ กลายเป็นโกรธ เกลียด ปองร้าย บางทีก็ไปเก็บเอากระดูกที่เขาทิ้งไว้บนถนนมาเล จมมันจืดชืดไม่มีรสเหมือนอย่างกระดูกเปิดกระดูกไก่ หรือกระดูกหมูที่เขาเอาไปต้มทำซุปนั้น น้ำหวานของมันเขาก็กินไปกินจนเกลี้ยง เนื้อก็เปื่อยจนหลุดออกไปหมด เหลือแต่กระดูกแข็งโคงโก่งที่เขาจะโยนให้สุนัขกิน ได้แก่พวกสัญญาณเก่า ๆ ที่ล่วงเลยมานานตั้งแต่ 20 ปี 30 ปีแล้ว นั้นแหละเรายังอุตส่าห์ไปเก็บมาแตะ ดูเกิดดวงใจมันยากจนถึงขนาดนี้ จนถึงกับต้องไปเก็บเอากระดูกเก่ามาเล็มกิน นี่มันก็น่าทุเรศ 3. ถีนมิทธะ เมื่อใจได้เสพแต่อาหารที่มีพิษมีโทษ ไม่เกิดประโยชน์แก่ร่างกายเช่นนี้ กำลังวังชามันก็น้อยลง จิตใจก็หดหู่ไม่เบิกบาน มีแต่ดวงเหงาซบเซา ใครพูดจาว่าอะไรก็ไม่รู้เรื่อง ตามอะไรก็ไม่ได้ยิน ฟังอะไรก็ไม่เข้าใจ 4. อุทธัจจะกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจหงุดหงิดก็เกิดขึ้น ทำให้เคลิบเคลิ้มหลงลืม 5. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยก็ตามมา บางทีเรื่องดีก็ตัดสินว่าไม่ดี เรื่องไม่ดีตัดสินว่าดี เรื่องผิดตัดสินว่าถูก เรื่องถูกตัดสินว่าผิด บางทีสิ่งที่ตนทำไปถูกธรรมก็ไม่รู้ บางทีผิดธรรมแต่ถูกใจตนก็ไม่ทราบ กลืนไม่ได้คายไม่ออก คราวนี้ก็ลังเลไม่รู้อะไรจะไปทางใด ก็คิดวนไปเวียนมา เหมือนกับคนที่พายเรือในอ่าง หรือทะเลสาบ พายไป ๆ ดังหลายชั่วโมง ก็คิดว่าตัวเองคงจะพายไปถึงไหน ๆ แล้ว ที่แท้ก็วนอยู่ในเกาะกลางทะเลสาบนั้นเอง อย่างนี้แหละจึงเรียกว่าเบียดเบียนตัว ฆ่าตัว ทัฬหะตัว และลงโทษตัวเอง และเมื่อทำกับตัวเองได้ ทำไมจะทำกับคนอื่นไม่ได้ เหตุนี้จึงไม่ควรอิจฉาริษยาและพยาบาทซึ่งกันและกันเลย ถ้านิเวศทั้งห้านี้เกิดขึ้นในจิตใจของใครแล้ว ความทุกข์ยากมันก็จะไหลพ่วงประดังเข้ามาเหมือนกับห่าฝน คนนั้นก็จะไม่สามารถทนทุกข์อยู่ได้ นี่ก็เพราะ “อวิชชา” เป็นเหตุ จึงไม่มีธรรมเป็นที่พึ่ง ถึงคนนั้นจะอยู่ดีที่สูงตั้ง 7 ชั้น 9 ชั้น กินอาหารจานละ 40 บาท เขาก็หาความสุขไม่ได้

7. คนที่ไม่มีธรรมะ ก็เหมือนกับคนที่ไม่มีบ้านอยู่ ต้องไปนั่งตากแดด ตากฝน และตากลมอยู่กลางแจ้งทั้งกลางวันกลางคืน มันจะไปหายร้อนหายหนาวได้อย่างไร จะหาที่หลบกำบังอะไรก็ไม่มียึดอย่าง ตัวเองก็ต้องนั่งชดนั่งดูจนหลังโคงหลังค่อม พอลมพายุพัดมาก็วิ่งไปเที่ยว

หาที่พึ่ง จะหันเข้าไปดันไม้ก็กลัวดันไม้จะโค่นทับใส่ตัว ครั่งวิ่งออกไปกลางทุ่งก็กลัวฟ้าจะผ่า เวลากลางวันแดดก็ร้อน จะนั่งอยู่นาน ๆ ก็ทนไม่ไหว เหมือนยายแก่ที่ไม่สวมรองเท้าไปเดินกลางถนนคอนกรีตหรือลาดยางเวลาแดดร้อนจัด ๆ จะเหยียบลงไปก็กลัวเท้าพอง ก็ยกขึ้นยกลงเดินกระหย่องกระแหงอยู่กับที่นั่นเอง ไม่รู้จะก้าวเท้าไปวางลงตรงไหนได้ เหตุนี้แหละพระพุทธเจ้าจึงทรงสงสาร ท่านจึงสอนให้พวกเราพากันหาที่กันแดดกันฝนของตัวเองไว้ คือบำเพ็ญกุศลให้มีสมาธิ เป็นหลักของใจและมีวิหารธรรม เกิดขึ้นในตน จะได้ไม่ต้องเดือดร้อนกระวนกระวายทั้งคนอื่นจะพลอยเป็นสุขไปด้วย เรียกว่าเป็นผู้ที่มีที่พึ่ง

8. คนที่ไม่มีที่พึ่งนั้น ย่อมชวนชวายเป็นแต่สิ่งที่ไม่ดีมีสาระ คือไม่มีสิ่งป้องกันทุกข์ภัยอันจะเกิดขึ้นในคราวจำเป็น คนที่ไม่มีปัญญาไม่แสวงหาที่พึ่งย่อมลำบาก จึงจะยกข้ออุปมามาเทียบเคียงให้เลเห็นใกล้ ๆ ว่ามีลิงฝูงหนึ่งต่างตัวต่างก็ไปหากินในราวป่าสูง และอุ้มลูกกอดหลานของตนไปด้วย อยู่มาวันหนึ่ง เกิดลมพายุใหญ่พัดมาอย่างแรง พอลิงเหล่านั้นได้ยินเสียงลมก็พากันหักกิ่งไม้มาทำรัง หักมาพอก ๆ ไว้ที่กิ่งไม้ใหญ่แล้วก็ลงมาส่งมองดูข้างล่าง ถ้าเห็นที่ไหนโปร่งทะลุก็ไปหากิ่งไม้มาพอกไว้อีกจนหนาหีบ เมื่อลมและฝนมาถึงเข้าก็พากันขึ้นไปนั่งอยู่บนรังตากแดด ตากลม อ้าปากหาว ทั้งหนาวทั้งร้อน การกระทำของตนนั้นหาเป็นที่พึ่งของตนได้ไม่ เพราะอาศัยความโง่เขลา ในที่สุดรังของตนที่นั่งหับอยู่ก็ถูกพายุใหญ่หอบพัดไปหมด ตนเองต้องห้อยโหนโยนตัวไปตามลมตามแล้ง ลูกทั้งสองอันเป็นที่รักเกาะอยู่ข้างหน้าห้อยอยู่ข้างหลัง ก็หลุดร่วงพลัดพรากจากอกแห่งตน แล้วต่างตัวก็ต่างไปได้รับความทุกข์เดือดร้อนตาม ๆ กัน นี่ฉันใด บุคคลซึ่งไม่แสวงหาคุณธรรมเป็นที่พึ่งไว้แล้ว ก็เสมือนดังลิงเหล่านั้นเอง อุทิศสำหรับพยายามสะสมทรัพย์สินเงินทอง บ้านช่องดีกรามและบริษัทบริวารไว้ว่าจะเป็นที่พึ่งอุ่นใจของตน เมื่อถึงคราวสำคัญเกิดขึ้นแก่ชีวิต ก็ไม่เห็นว่าเป็นที่พึ่งสละจริงใจได้อย่างไรเมื่อคราวที่ทุกข์ภัยมาถึงตัว ฉะนั้นพระพุทธองค์จึงทรงเมตตาแก่ฝูงชนทั้งหลายในโลกที่หลงอยู่ ได้อุทิศสำหรับพยายามแนะนำพร่ำสอน เพื่อให้แสวงหาคุณธรรมอันเป็นสละแทนต่อไป

9. คนใดมีธรรมเป็นที่พึ่ง ชื่อว่าเป็นผู้มีเมตตาแก่ตนเองและเมตตาคนอื่นด้วย เปรียบเหมือนเรามีบ้านของเราอยู่แล้ว เราก็น่าจะสร้างกระต๊อบให้คนอื่นเขาอยู่อีก เช่นเห็นกระต๊อบของเขามันจะพัง เราก็น่าจะไปหาจากหรือโบไม้มาช่วยมุงช่วยแซมให้ เพื่อกันแดดกันฝน หากถามกันทางซ้ายทางขวา ทางหน้าทางหลัง เพื่อกันไม่ให้ถูกพายุ ยกพื้นให้สูงเหนือน้ำ กันน้ำท่วม เหล่านี้ก็ได้แก่การที่เราช่วยแนะนำสั่งสอน เพื่อให้เขาหลุดพ้นจากกิเลส บอกวิธีให้เขาทำตามอย่างที่เราได้เคยทำมาแล้วบ้างนั้น เราบอกให้เขาทำสมาธิก็เท่ากับหาหลังคามาคูมบ้านให้เขา เขาก็จะพ้นจากแดดจากฝนและมดแดงกัดหัวหาผาด้านหน้าด้านหลัง 2 ข้าง ก็ได้แก่สัญญาอธิตอนาคตเราก็ให้เขาปิดเสีย ผาด้านซ้ายด้านขวาก็ได้แก่อารมณ์ที่ชอบไม่ชอบ เราก็น่าให้เขาปิดเสีย พื้นที่ยกขึ้นให้สูงก็เท่ากับใจที่ให้เขาดั่งมั่นเป็นสมาธิ ทำจิตวางเฉยอยู่ในองค์ภาวนา เมื่อใครมีบ้านที่หลังคาสูงพื้นก็หนา ผาก็นั่นแล้ว ถึงคนนั้นจะไม่มีสมบัติอะไรภายนอกติดตัวเลย มีแต่ผ้าชีริ้วผืน

เดียว คนนั้นก็สบาย กายก็เป็นสุข ใจก็สงบเย็น ถ้าบ้านมันจมอยู่ในโคลนในตมแล้ว จะไปได้สมบัติอะไร ก็จะต้องเล่นอยู่กับพวกปูพวกหอยกึ่งก็ไถ่เดือนเหล่านั้นแหละ ฝามันก็ไปร่งโล่ง มองแลจากชายทะเลไปถึงขวา แลจากขวาก็มองมาทะเลข้างซ้าย คนเดินอยู่ไกลตั้ง 4 - 5 โยชน์ ก็มองมาเห็นไล่เห็นพุงหมด โจรผู้ร้ายมันก็จะพากันขึ้นมابلัน พวกโจรผู้ร้ายนั้นก็ได้อารมณ์ที่ชั่วต่าง ๆ มันก็จะไหลเข้ามาแย่งดวงใจ หลังคามันก็ทะลุปรุโปร่ง แหงนหน้าขึ้นไปมองเห็นดาว มีแต่ขี้ผงขี้มอด และขี้ปลวกจะร่วงหล่นมาใส่หูใส่ตา ทั้งนกกา มันก็จะบินมาขี้ใส่หัวอีก ที่นี้ตัวเองก็ต้องลงนั่งเกาศีระะยิก ๆ เพราะความทุกข์ เพราะตนเองไม่มีที่อาศัย เมื่อเป็นดังนี้ก็ควรที่จะมีความสงสารสังเวชตัวเอง ทำความดีให้เกิดขึ้น หมั่นเจริญสมาธิภาวนาจนจิตแก่ขึ้น ๆ เป็นลำดับ ผู้นั้นจึงเกิดปัญญาเป็นแสงสว่าง คือ วิชา สามารถขับไล่วิชาออกไปเสียได้ เมื่อไม่มีวิชาแล้ว ก็จะหมดจากต้นเหตุอุปาทาน ได้เข้าสู่พระนิพพานเป็นที่สุด

10. เหตุนั้นพวกเราทั้งหลายก็ จงพากันหมั่นเจริญสมาธิ ตั้งหน้าบำเพ็ญแต่ความดีอย่าทอดทิ้ง สิ่งใดที่เป็นความดีแล้ว ก็ให้ใจกระเบนเหน็บหลัง มือถือจอบข้างหนึ่ง เสียมข้างหนึ่ง หันหน้ากระโจนใส่ ขนابมันเข้าไปเลย บุกรเข้าไปจนหัวฤดูชนกำแพงตายคาที่ก็ช่างมัน ถ้าเรามีความกล้าหาญพากเพียรโดยถูกต้องอย่างนี้ กิจของเราก็จะต้องสำเร็จสมประสงค์เป็นแน่ แต่ถ้าเป็นความชั่วแล้ว มันจะเข้ามาขออาศัยนอนในบ้าน (คือใจ) ของเรารู้สึกหนึ่ง ก็จงรีบขับไล่ให้ออกไปในทันที อย่าให้มันมานอนค้างอยู่ได้เลย แม้แต่คืนเดียว

11. ในการสร้างความดี คือเจริญสมาธินี้ เราจะต้องมีอิทธิบาท 4 เป็นเครื่องมือเหมือนล้อพาหนะที่จะนำเราก้าวไปสู่จุดที่หมายได้โดยสะดวกฉะนั้น ล้อทั้งสี่นี้ก็คือ 1. ฉันทะ เราต้องรักงานของตนให้ยิ่งกว่าชีวิต เมตตาตัวเราเองให้มากกว่าใคร ๆ คือสิ่งใดที่เป็นความชั่วซึ่งจะมาเบียดเบียนตัวเราแล้ว จงอย่าได้ทำเลยเป็นอันขาด สิ่งใดที่เป็นคุณงามความดี ให้มีใจรักใคร่ยินดีและพอใจในสิ่งนั้น ๆ 2. วิริยะ ความบากบั่น ให้เรามีความพากเพียรกล้าหาญทั้งกลางวันกลางคืน ทำจิตของตนให้ผ่องแผ้วและมีสติสัมปชัญญะตื่นอยู่เสมอ ที่เรียกว่า “ชาคริยานุโยค” 3. จิตตะ ใจตั้งมั่น เฟื่องเล็ง จดจ้อง มองไปในจุดที่ถูกที่ดี บุกรุกไปข้างหน้าเรื่อยไป ให้ก้าวหน้า ทำสมาธิปฏิบัติให้เต็มที่ จดจ่ออยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว อย่าจับปลาสองมือ คนจับปลาสองมือนั้นเป็นลักษณะของ คนโง่มาดมาดหาย อยากกินหลายก็เลยได้กินน้อย คนผู้อยากกินเท่าปลายนิ้วก็ยกกลับได้กินเท่าหัวแม่มือ คนที่จับปลาสองมือ คือมือซ้ายก็กำไว้ตัวหนึ่ง มือขวาก็กำไว้อีกตัวหนึ่ง พอไปพบปลาตัวอื่น ๆ เข้าหลาย ๆ ตัว ก็เลยไม่มีมือที่จะไปจับได้อีก กลับไปถึงบ้านก็จะได้แต่ปลาไปเพียง 2 ตัวเท่านั้น นี่ก็เพราะตัวเองเป็นคนโง่เกินไป ใครว่าดีก็ไปตามเขา จับเอาความดี ใครว่าชั่วก็ไปตามเขา จับเอาความชั่ว หัวใจไม่เที่ยงตรง ทำอะไรโลเล ย่อมขาดจากธรรมข้อนี้ ของดีซึ่งตนควรจะได้ก็มากมายดีกว่านั้นก็เลยไม่ได้ไปเลย 4. วิมังสา ต้องตรวจตรองใคร่ครวญดูในเหตุผลที่ตนกระทำนั้นด้วย ถ้าสิ่งใดที่เราทำไปนั้นเหตุมันเป็นทุกข์

แต่ผลมันดีก็จงทำไป ถ้าเหตุมันดีซึ่งเป็นที่ยอมรับใจของตน แต่ผิดกรรม ย่อมให้ผลเป็นทุกข์ก็ผิด จงอย่าทำเป็นอันขาด

12. ความสำเร็จทั้งหลายทุกอย่างในทางโลก และทางธรรม ต้องมีอิทธิบาทธรรม 4 ประการนี้ประจำใจจึงยอมจักอำนาจผลให้บุคคลนั้นเป็นไปได้ 2 อย่างคือ 1. อิทธิฤทธิ์ อำนาจเกิดขึ้นในทางจิตใจของตนเอง ความสำเร็จย่อมรู้ได้ในทางจิตของตน สามารถที่จะบังคับใน เหตุการณ์ต่าง ๆ อันไม่เป็นธรรม และกำจัดให้สิ้นสูญไปได้โดยอำนาจแห่งจิตนี้อย่างหนึ่ง 2. บุญฤทธิ์ ความดีซึ่งได้บังเกิดขึ้นแล้วในตน ผลความดีนั้นแล ย่อมอำนาจให้สะดวกสบายและ สำเร็จในกิจธุระหน้าที่โดยง่ายดาย

13. คนที่ชอบไปเก็บเอาสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ มายึดถือไว้นั้น ย่อมไม่ผิดอะไรกับนัก โทษที่ถูกเขาพันนาการ ยึดในสัญญาอดีตก็เท่ากับเอาเชือกผูกข้อมือของตนติดไว้กับเสาข้างหลัง ยึดในสัญญานาคตก็เท่ากับเอาเชือกผูกคอไว้กับประตูข้างหน้า ยึดสัญญาความชอบ ก็เท่ากับเอา เชือกผูกข้อมือไว้กับเสาด้านขวา ยึดสัญญาความไม่ชอบก็เท่ากับเอาเชือกผูกข้อมือไว้กับเสาด้าน ซ้าย ตัวเองจะก้าวไปข้างหน้าก็ถูกเชือกเหนี่ยวไว้ที่เอวข้างหลัง จะถอยมาข้างหลังก็ติดเชือก ที่คอเหนี่ยวไว้ข้างหน้า จะหลีกมาทางซ้ายก็ถูกเชือกเหนี่ยวไว้ที่ข้อมือข้างขวา จะหลบไปทางขวาก็ ถูกเชือกเหนี่ยวไว้ที่ข้อมือข้างซ้าย ก็ชักจะเยือกกันไปมา ยันหน้ายันหลังอยู่อย่างนี้ แล้วผู้นั้นจะก้าว ไปทางไหนได้ ส่วนผู้ที่ปลดปล่อยสัญญาทั้งหลายออกเสียได้ ก็เท่ากับคนที่เป็นอิสระยืนตัวตรง แนวแบบทหารหรือนักรบ มือซ้ายก็กำศาตรา มือขวาก็กำอาวุธ ข้าศึกจะเข้ามาประชิดทางด้าน ไหนก็ไม่ต้องกลัว ศัตรูมองเห็นก็ไม่กล้าเข้าใกล้ ผู้นั้นจะต้องเป็นผู้ชนะวันยังค่ำ ถ้าหากเราเป็นผู้ ที่มีเชือกรุงรังผูกมัดอยู่รอบตัวแล้ว ใครมองเห็นข้าก็ไม่กลัว เพราะไม่มีท่าอะไรที่จะไปสู้รบกับเขา ได้เลย ข้าศึกมากก็ได้แต่กระโดดโหยงเหยิง ๆ อยู่คนเดียว นี่แหละจึง ให้พากันสำเหนียกตัวของเร าเองและพยายามปลดปล่อยสัญญาอารมณ์ภายนอกทั้งหลายเสีย อย่าให้มาติดข้องอยู่ในดวงใจ สมาริของเรา ก็จะเป็นผลดี ดวงจิตก้าวขึ้นสู่กระแสธรรมถึงโลกุตตระ เราก็มียุขชนะในวันหนึ่งฯ

วัดโศการาม, 2 กันยายน 2500

1. วันนี้เป็นวันธรรมสวนะ พุทธบริษัทต่างก็มาประชุมกัน เพื่อสดับพระธรรมโอวาท เหตุนั้นจึงจะได้เชิญพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาแสดงให้ฟังสักเรื่อง หนึ่ง เพื่อเป็นเครื่องส่งเสริมกำลังใจให้เกิดความมานะพากเพียร ในอันที่จะประกอบคุณงามความดี ให้แก่ตน และสิ่งที่พวกเราปรารถนา กัน คือ “ความสุข” นั้น ก็จะมีขึ้นสมตามความประสงค์ ส่วนความทุกข์เดือดร้อนวุ่นวายที่เป็นกันอยู่ทุกวันนี้ ก็จะได้อันตรธานหายไป เพราะคนเราทุกคนย่อม ไม่มีใครชอบความทุกข์ ต่างคนก็แสวงหาและต้องการแต่ความสุข แต่ความสุขของโลกที่เราได้รับ กันอยู่นั้น ก็มีได้เป็นไปอย่างสมใจตามความปรารถนาของบุคคล เพราะสุขของโลกนั้น เมื่อให้ผล

ถึงที่สุดแล้ว มันก็ย่อมกลับมาที่เดิมอีก เหตุนั้นพระพุทธเจ้าของเราจึงทรงสอนให้พวกเราพากันแสวงหาความสุขในทางธรรม อันเป็นความสุขที่ถาวร ไม่เปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่นฯ

2. บุคคลเรานี้โดยส่วนมาก นับแต่พระราชามหากษัตริย์ลงมาตลอดจนถึงเศรษฐี พ่อค้า กหบดี และคนธรรมดาสามัญ ทุก ๆ คนย่อมมีวาจาที่จะกล่าวให้ได้ยินกันอยู่เสมออีกเพียง 2 คำเท่านั้น คือ “สบายดี” กับ “เหลือทน” ที่จะมีใครกล่าวเป็นนิจยอยู่เสมอว่า “สบายจริงหนอ” หรือ “สบายดีหนอ” อย่างนี้ไม่มีใครจะได้ยิน จะมีอยู่บ้างก็สัก 10 เปอร์เซ็นต์ของคนทั้งโลก เหตุนั้นเราจึงควรจะสำเหนียกดูในตัวเราว่า วันหนึ่งชั่วโมงหนึ่งนั้น เรามีความสุขสบายว่างโปร่งโล่งใจจริง ๆ สักกี่นาที สังเกตดูคนราชณะที่ได้พบปะหรือสนทนากันกันนั้น ฝ่ายหนึ่งก็มักจะเอ่ยปฏิสันถารขึ้นก่อนเป็นคำแรกว่า “เป็นอย่างไบบ้าง สบายดีหรือ” แล้วอีกฝ่ายหนึ่งก็จะตอบไปตามความรู้สึกของตน ๆ คนที่ไม่มีความสุขในใจเลย ก็จะตอบว่า “ไม่ค่อยสบาย” เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ส่วนคนที่สำคัญว่าตนมีความสุขก็จะตอบว่า “จะ สบายดี” แต่คำว่า “สบายดี” นี้ เรื่องลึกลับซึ่งมีอยู่ในใจจริงของเขาไม่มีใครจะล่วงรู้ความทุกข์ความขัดข้องนั้น จะต้องมียู่ถึง 90 เปอร์เซ็นต์ ในตัวคนเราที่จะเป็นความสุขสบายจริงนั้นมันน้อยเหลือเกิน ดังนั้นจึงย่อมจะเห็นได้ว่าความสุขในโลกนี้ไม่มีใครค่อยจะสมหวังเลย ถ้าสิ่งใดได้มาอย่างนี้ก็คิดก็พอใจ ที่ดูกันแต่ผิว ๆ ก็ว่าดี แต่ถ้าจะดูยาว ๆ แล้วก็ไม่ดีอีกฯ

3. มีเรื่องนิทานเล่าว่า เศรษฐีสองคนสามีภริยาอยู่ด้วยกันมาเป็นเวลานานไม่มีบุตร ทั้งสองคนก็ปรารถนากันว่า ทำอย่างไรเราจึงจะได้บุตรชายสักคนหนึ่งเพื่อไว้สืบสกุล ถ้าหากว่าเรามีบุตรสมใจแล้ว เราก็คงจะต้องมีความสุขอย่างยิ่ง เพราะ 1. เวลาเราจะไปไหน ๆ ก็ไปได้ไม่ต้องเป็นห่วงบ้านเรือนและทรัพย์สินเงินทอง 2. เราจะได้ยกทรัพย์สมบัติมรดกที่มีอยู่ทั้งหมดให้แก่บุตรของเรา และ 3. เมื่อแก่เฒ่าขราลงบุตรของเราก็จะได้มาดูแลปรนนิบัติให้เรามีความสุข เมื่อมาพิจารณาเช่นนี้แล้ว เศรษฐีทั้งสองก็มีความปรารถนาในบุตรเป็นอย่างยิ่ง จึงออกจากบ้านไปเที่ยวเช่น สรรวงบนกับเทพยดาอารักษ์ เจ้าป่าเจ้าเขาลำเนาไพรต่าง ๆ ว่า “ข้าพเจ้าทั้งสองไม่มีบุตรชายจะสืบสกุลเลย ขอให้ข้าพเจ้าได้มีบุตรสมใจสักคนหนึ่งเถิด”ฯ

4. ในกาลครั้งนั้น มีพระภิกษุรูปหนึ่งได้มาอาศัยเจริญสมณธรรมอยู่ในป่า วันหนึ่งนางเศรษฐีผู้ภริยาก็ออกจากบ้านไปเที่ยวแสวงหาบุตร ได้เดินผ่านไปพบพระภิกษุองค์นั้น นางจึงตรงเข้าไปหาและเล่าความปรารถนาของตนให้ภิกษุนั้นฟังโดยตลอด ภิกษุนั้นก็คิดแต่ในใจว่า “นางผู้นี้ยังไม่เคยประสบทุกข์ จึงไม่รู้จักเหตุแห่งทุกข์ ครั้นเราจะแสดงธรรมอธิบายให้เขาฟัง เขาก็คงจะไม่ยอมเชื่อและไม่สนใจ เพราะไม่มีพยานมาปรากฏให้ดู” แต่ด้วยความเมตตาที่มีอยู่ในใจ ภิกษุนั้นก็ได้กล่าวธรรมะให้ฟังเพียงเล็กน้อยว่า “สิ่งใดที่เป็นสุข สิ่งนั้นก็ย่อมเป็นทุกข์ เพราะกระแสของโลกย่อมเป็นอย่างนี้ คือสิ่งใดที่ยังไม่ได้มาย่อมเป็นทุกข์ และได้มาแล้วก็ยังเป็นทุกข์อีก ส่วน

กระแสของธรรมมีแต่สุขอย่างเดียว ย่อมไม่กลับไปกลับมา และจะได้หรือไม่ได้มาก็ไม่เป็นทุกข์ ฉะนั้นนางควรจะทำเพื่อบุญกุศลในทางธรรมให้มากจะดีกว่า ถ้าปรารถนาจะได้บุตรก็อย่าไปเช่น สรวางบนบนเลย ให้เจริญภาวนาในพุทธคุณ ธรรมคุณและสังฆคุณ วันละ 108 ครั้ง แล้วแผ่กระแสจิตไปทางโลก นั้นแหละสิ่งที่นางต้องการก็จะได้สมตามความปรารถนา”

5. ต่อมานางเศรษฐีนั้นพอรู้สึกตัวว่าตนได้ตั้งครรภ์ขึ้นแล้ว ก็มีความปีติยินดีเป็นอย่างยิ่ง ตั้งแต่วันตั้งครรภ์มา ใบหน้าของนางก็ยิ้มแฉ่งอยู่เสมอ ผิวพรรณก็สดใสตลอดมาจนกระทั่งถึงวันคลอด และในที่สุดนางนั้นก็ได้นุตรเป็นชายคนหนึ่งสมความหวัง แต่พอคลอดบุตรออกมาแล้ว ใบหน้าที่เคยยิ้มแย้มเบิกบานอยู่เสมอตลอดทั้งวันนั้นก็หายไป 50% เพราะประเดี้ยวลูกก็เจ็บเป็นอย่างมาก นี่อย่างนี้ ตัวเองก็ป่วยกระเสาะกระแสะเรื่อยมา จะประกอบภาระงานอะไรก็ทำไม่ได้เหมือนแต่ก่อน ทรัพย์สินเงินทองก็มีแต่เสียไป ครั้นเมื่อบุตรโตขึ้นก็เริ่มผลาญทรัพย์สมบัติของบิดามารดาอีก จนในที่สุดเศรษฐีทั้งสองก็ยากจนลง จิตใจก็หมดความสุข กินก็ไม่ได้ นอนก็ไม่หลับ สองตายายก็น้ำตาไหลอาบหน้าเพราะความทุกข์ เมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้นเช่นนี้ นางเศรษฐีก็นึกถึงพระภิกษุองค์นั้นว่า เดียวนี้ท่านจะยังอยู่ในที่นั้นหรือเปล่าหนอ เราจะไปหาท่านและเล่าความทุกข์ของเราให้ท่านฟัง เมื่อท่านจะมีหนทางช่วยเราได้บ้าง คิดเช่นนั้นแล้วก็ออกจากบ้านเดินไปในป่ายังที่ซึ่งตนได้เคยไป ก็ได้พบพระภิกษุองค์นั้นกำลังนั่งฉันอาหารอยู่ นางก็ตรงเข้าไปกราบไหว้และนำอาหารที่ติดมือมาบ้างนั้นเข้าไปถวาย พระภิกษุสังเกตเห็นนางมีหน้าตาเศร้าหมองผอมคล้ำคิดว่าแต่ก่อนก็หัวเราะและถามว่า “เมื่อก่อนนี้หน้าตาของเธอแจ่มใส เดียวนี้เหตุใดสิสิ้นวรรณะจึงดูซูบซีดไปอย่างนี้ ดูเหมือนเธอจะไม่มีความเป็นกานธกะอะไรเลย” นางก็ตอบว่า “เมื่อก่อนนี้ข้าพเจ้ามีความปรารถนาว่า

1. มีบุตรแล้วจะได้ไปวัดวาได้ง่าย ๆ
2. ทรัพย์สมบัติทั้งหลายก็จะยกให้แก่บุตรผู้เป็นทายาท
3. เมื่อแก่ชราลงบุตรก็จะได้มาปฏิบัติดูแลให้มีความสุข แต่บัดนี้ก็หาสำเร็จดังที่ข้าพเจ้าปรารถนานั้นไม่ มันกลับกลายเป็นมหันตทุกข์ใหญ่โต เพราะบุตรของข้าพเจ้านั้นตั้งแต่เริ่มเกิดมาก็ได้ก่อแต่ความทุกข์ยากให้อย่างเดียว ข้าเมื่อเลี้ยงเขาเติบโตขึ้นมาแล้ว คิดว่าจะได้พึ่งพาอาศัยบ้าง เขาก็กลับไปคบหาสมาคมกับคนไม่ดีต่าง ๆ ทำให้ทรัพย์สินเงินทองหมดเปลืองเสียไปทุกวันเวลา ในที่สุดข้าพเจ้าสองคนก็เลยหมดปัญญาที่จะเลี้ยงดูเขาได้ เพราะเขามีแต่จะนำความทุกข์ความเดือดร้อนนิพายมาให้เท่านั้น ขอท่านได้โปรดช่วยข้าพเจ้าทั้งสองให้พ้นจากความทุกข์นี้ด้วยเถิด” พระภิกษุองค์นั้นก็ตอบว่า “เราเป็นผู้ทราบถึงเหตุนี้มานานแล้ว แต่ไม่มีพยานให้ปรากฏ ก็ไม่สามารถจะชี้แจงให้เธอเชื่อและเห็นความจริงได้ มาบัดนี้พยานก็ปรากฏขึ้นแก่ตัวเธอแล้วว่าสิ่งใดเป็นสุข สิ่งนั้นก็ย่อมเป็นความทุกข์” แล้วภิกษุองค์นั้นก็ได้แสดงธรรมให้นางเศรษฐีนั้นฟังว่า “สิ่งทั้งหลายไม่มีที่สิ้นสุด เช่นเราปลูกต้นไม้ไว้ต้นหนึ่ง เมื่อมันมีผลออกมาผลนั้นก็ค่อย ๆ แก่ขึ้นทีละน้อยจนกระทั่งสุกงอมแล้วในที่สุดก็จะหล่นลงมายังพื้นดิน เมื่อตกลงมาแล้วมีขี้มันก็จะนำเหล่าละและก็จะลงในแผ่นดินนั้นเอง ฉนั้นใดก็ดี สิ่งที่เราปรารถนานั้นเมื่อไม่สำเร็จก็เป็นทุกข์เมื่อได้มาแล้วก็ยังเป็นทุกข์อยู่ ฉะนั้นจึงควร

ใส่ใจแสวงหาความสุขในทางธรรมจะดีกว่า นี่แหละจึงจะเป็นความสบายร่มเย็น และเป็นสุขตลอดกาลนาน กล่าวคือจงชำระอาสวะกิเลสที่มีอยู่ไม่ให้มาพอกพูนดวงจิตของตน แล้วผู้นั้นก็จะมีความสุข”

6. ใจของคนเรานี้มีอยู่ 2 อย่างคือ บางคราวก็เป็นบาป และบางคราวก็เป็นบุญ ถ้าเราไม่ล้าง ขัด ตัด คลาย ซึ่งกิเลสความชั่วให้ออกไปเสียจากใจของเราได้แล้ว บาปทั้งหลายก็จะรัดรั้งตรึงตรายอยู่ในดวงใจของผู้นั้นไม่เสื่อมคลายหรือลดน้อยถอยลงได้ เพราะของใดที่ยังมีเครื่องประสมอยู่ของนั้นย่อมไม่ใช่ของดี ต้องเป็นของที่ไม่มีสิ่งใดเป็นส่วนผสมอยู่ นั่นแหละจึงจะเป็นของดีของแท้ เช่นทองหรือเงินที่ไม่มีสิ่งใดเจือปนนั้น ที่เรียกว่าทองแท้ เงินแท้ จะมีราคาสูง ในตัวของเรานี้ก็มียาอยู่ 2 ยา คือยาดีที่ผสมและยาที่ไม่ผสม ตามที่ท่านกล่าวว่า “สงฺขตํ วา อสงฺขตํ วา” ขลย ยาที่มีส่วนผสมก็เป็น “โรคธรรม” ยาที่ไม่มีส่วนผสมก็เป็น “วิโรคธรรม” เหตุนั้น เราจึงต้องพากันล้าง ขัด ตัด คลาย ส่วนที่ผสมออกเสียให้หมด นั่นแหละจึงจะเป็น “วิโรคธรรม” ได้

7. ร่างกายของคนเรานี้ ก็เปรียบเหมือนภูเขาลูกหนึ่ง ซึ่งมีธาตุอยู่หลายชนิด คือแร่ ธาตุทอง ธาตุเงิน และเพชรก็ย่อมฝังอยู่ในก้อนหินนั้น เรียกว่า “อสังขตธาตุ” อย่างหนึ่ง และส่วนต้นไม้บ้าง ดินบ้าง หินบ้าง เหล่านี้ก็เป็น “สังขตธาตุ” ซึ่งเป็นที่อาศัยของคนและสัตว์ต่าง ๆ เช่นฝูงลิงค่างช้างเสือ ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น ส่วนแร่ธาตุทอง เงิน นั้นย่อมไม่ใช่เป็นที่อาศัยแห่งสัตว์เหล่านี้ เหตุนั้นถ้าพวกเราเหล่าพุทธบริษัททำตัวให้เป็นลิง เป็นค่าง เป็นช้าง เป็นเสือเหล่านี้แล้ว เราทั้งหลายก็จะได้พบเห็นแต่ต้นไม้ใบหญ้าและก้อนดินก้อนหินเท่านั้น จะไม่มีโอกาสพบกับแร่ธาตุเงินทองซึ่งเป็นของมีค่าเลย เหตุนั้นจงอย่าทำตนของตนให้เป็นเหมือนลิงเหมือนค่าง ที่ว่าเป็นลิงเป็นค่างนั้นก็คือทำอะไรจับ ๆ จด ๆ ไม่เป็นหลักเป็นแหล่ง จะอยู่ที่ไหนก็ไม่แน่นอน จะกินที่ไหนก็ไม่เป็นที่ เป็นทาง ชัดเจนพอจะไปตามเรื่องตามราว เทียวห้อยโหนโยนตัวไปในที่ต่าง ๆ นี่ก็ได้แก่ใจของคนเราที่ไม่มีหลัก ไม่มีสมาธิ เทียวคิดซอกแซกไปในเรื่องราวอดีตอนาคตและสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ไม่มีเวลาหยุดนิ่งอยู่กับที่ได้ นี่เป็นลักษณะของพวกลิงพวกค่าง ไม่ทำตัวให้เหมือนกับเสือ ก็คือเสือโคร่งนั้น ลักษณะของมันมีความเหี้ยมโหดดุร้าย ได้แก่ความโกรธของมนุษย์ที่เกิดขึ้นในดวงจิตแล้วก็ย่อมจะแผลงฤทธิ์ออกมาเป็นเหตุให้กลบเสียซึ่งความดีของตน ส่วนช้างนั้นลักษณะของมันก็ได้แก่บุคคลผู้ชอบฟังแต่คำสรรเสริญเยินยอ ไม่ชอบคำตำหนิตติเตียน เวลาทำชั่วถูกเขาติก็โกรธ ไม่พอใจ เวลาทำดีเขาชมเข้านิดก็แก้มดุ้ง นี่แหละเป็นลักษณะของช้าง ฉะนั้น ถ้าเราพากันกำจัด ลิง ค่าง ช้าง เสือ ฯลฯ เหล่านี้เสียได้แล้ว เราก็จะเป็นผู้เป็นคนขึ้น เมื่อเป็นดังนี้แล้วเราก็จะรู้สึกได้ว่าภูเขาลูกนั้น ถ้าเราต้องการของสูง ๆ เราก็จะได้ของสูง ถ้าเราปรารถนาของต่ำ ๆ เราก็จะได้ของต่ำ แล้วเราก็จะได้คุณสมบัติต่าง ๆ จากภูเขาลูกนั้นได้มากมาย เช่นแผ่นดิน เราก็จะปราบเสียให้ราบทำเป็นไร่เป็นนา ก้อนหินเราก็จะนำมาสกัดและถลุงให้กลายเป็นเงินเป็นทอง ส่วนต้นไม้เราก็จะฟันให้เป็นฟืนหรือเผาเป็นถ่านหุงข้าว หรือจะใช้ทำเป็นไม้เป็นเสาปลูกบ้านปลูกเรือนอยู่ก็ได้

ประโยชน์ทั้งหลายนี้เราก็จะได้มาจากภูเขาสูงนั้นเป็นอันมาก โดยอาศัยที่เราจะต้องมีความพากเพียรพยายาม ถ้าเราต้องการแร่เงินแร่ทอง เราก็จะต้องทำการถลุงขึ้น คือนำหินมาเผาไฟแล้วแยกธาตุดูว่าส่วนใดที่เป็นส่วนผสม (สังขตธาตุ) ก็จัดไว้ธาตุหนึ่ง ส่วนใดที่ไม่ใช่ของผสม (อสังขตธาตุ) ก็จัดไว้ธาตุหนึ่ง ต้องอาศัยการถลุงอย่างนี้ คือ

1. เราต้องมีเตาใหญ่ 2. มีพื้นที่แน่นอนเป็นสถานที่สูมเผา 3. มีไฟ, เราต้องมีเครื่องมือทั้งสามสิ่งนี้จึงจะสามารถถลุงแร่ขึ้น ๆ ออกจากก้อนหินได้

ข้อที่ 1. เราต้องพากันหาหินมาให้มาก ๆ สำหรับมาสูมแร่ ก็ได้แก่การเสียสละวัตถุต่าง ๆ ทั้งภายนอกและภายในที่เรียกว่า “จาคะ” ข้อ 2. สถานที่ ๆ จะก่อเตาสูมก็ต้องให้มีพื้นแน่นอนหนาและหลังคาไม่รั่ว ได้แก่ “วีริยะ” ความพากเพียรกล้าหาญ 3. เมื่อหาสถานที่ตั้งเตาได้แล้ว เราก็ก่อไฟขึ้นคือ “ตปะ” แร่ธาตุต่าง ๆ ในก้อนหิน (คือร่างกายนี้) ก็จะละลายออกเป็นส่วน ๆ ตามธาตุของมัน เพราะธรรมชาติเงินทองตะกั่วก็ดี เมื่อเผาแล้วมันก็จะแยกจากกันเอง ส่วนใดเป็นธาตุชนิดใดมันก็ย่อมจะแสดงให้เห็นปรากฏออกมาตามชนิดของมัน ร่างกายของเราก็เช่นเดียวกัน เมื่อได้ถูกความเพ่งเล็งและแผดเผาแห่งจิตมาก ๆ แล้ว มันก็จะแสดงให้เห็นปรากฏทั้งส่วนธาตุแท้และธาตุผสม แต่นักธรรมะของเราทุกวันนี้ไม่ได้หันจะทำการถลุงก็พากันไปแสดงเสียเอง นี่ก็เอาเอง แยกเอาเอง เครื่องมือในการถลุงของตนก็ไม่มีสักอย่าง ฟืนก็ไม่มี เตาก็ไม่มี ไฟก็ไม่มี พื้นก็ยุบ หลังคาที่รั่ว แล้วจะนำอะไรไปถลุงเช่นเขาว่า “โลกุตตระ” ต้องมีอย่างนั้น ๆ “วิปัสสนา” ต้องเป็นอย่างนี้ ๆ “โสดา” ก็ต้องละอย่างนั้น ๆ เมื่อละได้แล้วจึงจะไปถึงขั้นนั้น ๆ “สกิทาคา” “อนาคา” และ “อรหันต์” ก็ต้องละได้อย่างนั้น ๆ ฉาน 1 ฉาน 2 ฉาน 3 และ ฉาน 4 ต้องทำได้อย่างนั้น ๆ ตัวเองก็ไม่แยกเอาเสียเองหมด แต่แยกเท่าไรมันก็ไม่ออก เพราะตัวเองไม่มีฟืน ไม่มีเตา และไม่มีไฟเลย ความสำเร็จจะเกิดมาได้แต่ไหน ความสำเร็งนั้นไม่ได้เกิดจากความคิดนึก เกิดจากคุณสมบัติของตัวเองต่างหาก เราอย่าไปแยกมันเสียเอง เหมือนคนที่เห็นเขาถือหรือแบกก้อนหินก้อนโต ๆ ไปบ้านก็คิดว่าคนที่ทำอย่างนั้นช่างโง่งจริง หนักก็หนัก แล้วจะไปได้อะไรในหินก้อนนั้น ครั้นแล้วตัวเองก็ถือจอบถือเสียมตรงไปที่ภูเขา เพื่อจะขุดเอาเฉพาะแต่ก้อนเพชรก้อนทองและก้อนเงิน ที่เป็นของเบา ๆ และก้อนเล็ก ๆ ห่อไปบ้าน แต่ในที่สุดก็คว้าน้ำเหลว ไม่ได้อะไรติดมือไปเลย เพราะธาตุเหล่านี้มันติดแน่นกันอยู่ในภูเขา จะใช้แต่จอบกับเสียมไปขุดเอาเฉย ๆ มันก็ย่อมจะไม่หลุดออกมาได้ ส่วนคนโง่งนั้นพอแบกก้อนหินไปถึงบ้านก็ลงมือหาฟืนที่ หาเดามาตั้ง หาฟืนมาสูม แล้วก็ก่อไฟขึ้น ยกก้อนหินนั้นโยนเข้าไปในไฟ เมื่อหินถูกความร้อนจัด ๆ เข้า พวกแร่ธาตุต่าง ๆ ที่ติดอยู่ในหินก็ละลายตัวแยกออกมาเป็นส่วน ๆ ที่เป็นเงินก็ไปรวมอยู่กับพวกเงิน ที่เป็นทองก็ไปรวมอยู่กับพวกทองที่เป็นตะกั่วดีบุกหรือเพชรก็แยกไปอยู่คนละส่วน ๆ ไม่ปะปนกัน คนโง่งนั้นก็ถือเอาแร่เงินทองเพชรไปได้สมตามความประสงค์ ส่วนคนที่สำคัญตนว่าฉลาด มีความรู้ดีว่าอันนั้นเป็นอันนี้ อย่างนี้เป็นอย่างนั้น ทำถึงขั้นนั้นแล้วจะไปถึงขั้นไหน “สมาธิ” เป็นอย่างนั้น “วิปัสสนา” เป็นอย่างนี้

“โลกุตตระ” เป็นอย่างนั้น ฯลฯ ผลสุดท้ายก็ได้กินแต่น้ำลายของตัวเองทั้งเรื่อง ไม่ได้สมบัติอะไร ไปสักชิ้นสักอัน ส่วนคนที่คิดว่าตนโง่นั้น เมื่อไปพบเห็นอะไรเข้าก็ขบไป คิดไป ขุดไป จนเกิดปัญญขึ้น เช่นเมื่อเราต้องการความสุขก็ต้องพากันสร้างเหตุขึ้น คือ 1. หาพินมามาก ๆ ได้แก่ การยอมเสียสละ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธรรมารมณ์ ซึ่งมีอยู่ในตัวเราน้อยอย่างหนึ่ง และวัตถุต่าง ๆ ที่เป็นของภายนอกอย่างหนึ่ง ด้วยการบำเพ็ญทาน ศีลและภาวนา เมื่อทำได้ดังนี้ก็จะเป็นการแผดเผากิเลสของตนเองให้หมดไป เรียกว่า “จาคะบารมี” จาคะบารมีนี้จะต้องเป็นพินอย่างกิเลสอย่างดี 2. หาตามาสำหรับสุมนั้น ก็ได้แก่วิระความพากเพียร คือเราก็กิเลสร่างกายของเรา มาเจริญกรรมฐาน มาทำความเพียรนั่งสมาธิภาวนา นึกถึงคุณพระพุทฺธ พระธรรมและพระสงฆ์ ทำดวงจิตของตนให้เยือกเย็น นี่แหละเป็นการสร้าง “เตา” แล้วเราก็กินสุมลมหายใจเข้าไปเกิด ให้เหมือนกับที่เราสุมเตาหลอมทองหล่อพระอย่างนั้น แล้วเราก็กินไฟให้แน่น มีสติสัมปชัญญะกำกับอยู่เสมอ ตบธรรมของเราก็กะแค้น ๆ และเมื่อสุมบ่อย ๆ เข้าก็จะต้องเกิดแสงสว่าง เมื่อเราก่อเตาขึ้นแล้วเรา จะต้องสุมลมให้สม่ำเสมออยู่เป็นนิจ รวมก้อนกายใจทั้งหมดให้เป็นก้อนเดียวกัน อย่าไปทุบอย่าไปต่ออะไร ๆ ทั้งหมด จะเป็นลักษณะของคนโง่ เมื่อเราเผาไฟให้แรงมาก ๆ เข้าแล้ว ธาตุต่าง ๆ มันย่อมจะละลายตัวออกมาเอง ในการปฏิบัติธรรมนั้น มันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมัน ไม่ต้องไปจัดแจงหรือตกแต่งให้เขาเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เมื่อเราสุมไฟได้แรงเต็มที่แล้ว สนิมต่าง ๆ คือนิสัยก็จะหลุดไป เหลือแต่ก้อนแร่ซึ่งเป็นธาตุแท้ ก้อนหินที่ไปติดอยู่ในก้อนแร่ คือนิเวศต่าง ๆ ก็จะหลุดออกไปจากใจของเรา ถ้าเตา ของเราก็กะลุ ไฟก็แลบ เพราะการแผดเผาของเราอ่อน เราก็กจะไม่สามารถหลอมขี้สนิมเหล่านี้ให้ออกไปจากใจได้ ฉะนั้น เราจึงควรทำตัวให้เป็นเหมือนกับคนเผาถ่าน 3. หาไฟ คือเมื่อเขาก่อเตาขึ้นแล้วเขาก็ลงมือสุมไฟ แล้วก็ปิดเตาเสีย เพื่อมิให้ความร้อนกระจายออกไปข้างนอกได้ (ได้แก่การปิดอายตนะ) เหลือแต่ช่องลมเปิดไว้นิดเดียว (คือจมูก) เมื่อปิดเตาเสียหมดเช่นนี้แล้ว ต้นไม้ที่เราส่งเข้าเผาในเตานั้นก็ไม่มีอาการสีกหรือหรือเป็นขี้เถ้า เมื่อเปิดเตาออกก็จะกลายเป็นถ่านอย่างดี ฉนั้น ตัวเราก็ก็นั่นเหมือนกัน เมื่อดวงใจจำคำภาวนาได้แล้ว ดวงใจก็จะไม่สั่นไม่เปลว การปิดเตาก็เท่ากับเราปิดสัญญาต่าง ๆ ที่จะเข้ามากระทบทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็เสียซึ่งนิเวศธรรมทั้งหลาย ดวงใจก็ไม่ให้เลบออกไปรับสัญญาอารมณ์ภายนอก เมื่อปิดเสียเช่นนี้ ไฟถ่านของเราที่เผาไว้ก็จะคุกรุ่นอยู่ในเตา พอได้เวลาสมควรแล้ว เราก็กะเปิดออก พืนนั้นก็จะไม่เป็นขี้เถ้าเลย จะกลายเป็นถ่านที่แกร่งดีมีคุณภาพสูงกว่าพินธรรมดา นี่แหละเรียกว่าเราหา “ไฟ” มาสุม คือ การบำเพ็ญตบะ “ถ่าน” ก็คือความเป็นแก่นสาร ร่างกายของเราก็กะไม่มีขี้เถ้า มีคุณภาพสูง บาปทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจก็จะสูญ บุญก็จะเกิดมาแทนที่ ความดีนั้นก็จะเปรียบเหมือนกับ ถ่านไฟ ที่จะนำไปใช้ถลุงแร่ได้ต่อไป ธาตุของเราก็กะมีกำลัง สามารถแยกตัวของมันเองให้เป็น “สังขตธาตุ” และ “อสังขตธาตุ” มีความเข้มแข็งต่อไป ที่นี้ก็หันไปทางดวงจิตของเรา บังคับดวงจิตให้สงบ บำเพ็ญฌาน 4 ให้เกิดขึ้น “อกุศล” ซึ่งเป็นก้อนหินอยู่ก็จะแตกออก กามฉันทะก็แตก พยาปาทะ ถีนมิทธะ อุทธะจะกุ- กุจจะและวิจิกิจฉาก็แตกออก แยกออกไปซีกหนึ่ง ดวงจิตก็จะคุดตมไปในฌาน มี วิตกวิจารณ์

กำกับอยู่เท่านี้ก็จะเป็น “วิปัสสนา” เราก็คงทราบว่า อันนี้แหละเป็นเพชร เป็นทอง ส่วนแร่เงินก็คือ ปิติ อิ่มกายอิ่มใจ สุข ก็คือมีความสุขเกิดขึ้นภายใน ซึ่งเปรียบเหมือนกับแร่ทองคำ เมื่อมีความสุขแล้วความวุ่นวายก็จะไม่ปรากฏ เหมือนกับแสงตะเกียงที่ไม่มีลมพัดก็จะเป็น “ธมฺโมปทีโป” หรือ “ปัญญาปโชโต” คือ “วิปัสสนาญาณ” เกิดขึ้น ก็จะแลเห็นแก้ว 3 ประการ คือ พุทธะ ธรรมะ และสังขะ ก็จะเกิดในบุคคลผู้นั้น มีสมบัติเกิดขึ้นในดวงใจ นี่ก็เปรียบเหมือนการสร้างฝืน เตา แล้วนำก้อนถ่านไปถลุงหิน หินนั้นก็จะแตกแยกออกเป็น “อสังขตธาตุ” “วิปัสสนาญาณ” เป็นไฟที่ใช้สุ่ม การแยกธาตุอย่างนี้ต้องแยกด้วย “วิปัสสนากรรมฐาน” จึงจะเป็นประโยชน์ได้ตามที่ต้องการ อย่าไปแยกเอาเอง อันใดควรเป็นแสง เป็นแก้ว เป็นถ่าน หรือเป็นควัน มันก็เป็นของมันเอง ถ้าเราจะกำจัด “สังขตธาตุ” ออกจากตนก็ต้องทำอย่างนี้ ส่วนที่เป็น “อสังขตธาตุ” ก็จะแยกไปซีกหนึ่ง ส่วนที่เป็นสังขตธาตุก็ไปซีกหนึ่ง บุคคลนั้นจึงจะได้เห็นของจริงแท้ แต่ส่วนใดจะดีหรือชั่วก็ต้องอาศัยมีปัญญาอีก ถ้าไปยึดของดีเข้าก็เกิดโทษ หรือไปยึดส่วนชั่วเข้าก็ผิดๆ

อุปาทานขันธ

วัดโศการาม, 9 กันยายน 2500

วันนี้จะได้นำธรรมะซึ่งเป็นโอวาทานสาสนีย์ ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรื่องอุปาทานขันธ อันเป็นสิ่งที่เกิดแห่งความทุกข์ทั้งหลาย มาบรรยายให้ฟังสัก 1 ข้อ พอเป็นเครื่องบำรุงปรุ้งแต่งดวงจิต ให้สำเร็จผลในสันติสุขตามความปรารถนา เหตุนั้น จึงขอให้พากันตั้งใจสดับตรับฟังด้วยดี เพื่อจะได้เกิดเป็นบุญกุศลแก่ตนของตนสืบไป เพราะการตั้งใจฟังธรรมะนี้ ย่อมจะอำนวยประโยชน์ให้แก่ผู้ฟังได้เป็น 3 ประการ คือ 1. ทำให้เกิดความรู้ 2. ทำให้เข้าใจในเรื่องราวต่าง ๆ ของตน และ 3. ทำให้เกิดความเย็นใจเหมือนกับต้นไม้ที่ได้ฝนฉะนั้น

ธรรมะ ท่านเปรียบเหมือนกับฝน คนฟังนั้นเปรียบเหมือนต้นหญ้า หรือเถาวัลย์ ขณะที่ที่มีฝนตกลงมา ลำต้นของมันก็จะแข็งแรงสดชื่น ตั้งตรง ไม่โอนเอียงไป-มา ยังความสดสวยสง่าให้แก่ต้นไม้ต้นนั้น การตั้งใจฟังจึงเรียกว่าเป็นบุญกุศลอย่างนี้ การฟังนั้น ถึงแม้ธรรมะเบื้องสูงจะยังไม่เกิดขึ้นในดวงจิต ก็ยังความโสภณให้บังเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้นั้น คือ เมื่อฟังนาน ๆ เข้า ความเจริญก็จะเกิดขึ้นในจิตใจ เหมือนต้นไม้ที่ได้ฝนบ่อย ๆ ก็ย่อมจะงอกงาม แม้กิ่งก้านสาขาเกิดดอกออกผลยังประโยชน์ให้สำเร็จได้หลายด้านหลายมุม บุญกุศลที่เกิดขึ้นแก่บุคคลก็ย่อมจะยังความสง่าผ่าเผยแผ่ขยายออกไปปกคลุมถึง ลูก หลาน เหลน ต่อ ๆ ไป ใช่แต่เท่านั้น ยังจะเกิดดอกออกผลตามออกมาอีก และดอกนั้นก็ยังให้ประโยชน์ต่อไปคือ ได้เป็นที่อาศัยแห่งแมลงผึ้ง และแมลงอื่น ๆ ที่จะมาดูดกินซึ่งรสหวานในเกษรของมันนั้นอีกด้วย ผู้มีปัญญาเมื่อน้อมระลึกนึกไปถึงความดี ก็ย่อมจะยังความสำเร็จให้เกิดแก่ตนได้เหมือนขอมะม่วง ที่นอกจากจะให้น้ำหวานแก่แมลงผึ้งแล้ว ก็ยังเป็นอาหารของคนได้อีก คือสำเร็จเป็นอาหารก็ได้ สำเร็จเป็นผลก็ได้ และเมื่อเหลือกินแล้ว ก็ยังเมล็ดไว้สืบพันธุ์ปลูกเป็นต้นต่อออกไปได้อีกมากมาย บุญกุศลก็ย่อมขยายตัวได้อย่างนี้ ถ้าใครมองเผิน ๆ แล้วก็จะไม่เห็น แต่ถ้ามองให้ลึกแล้วก็จะเป็นอย่างนี้

บุญกุศลนั้นใช่แต่จะยังประโยชน์ปกคลุมแต่ตัวคนเดียวก็หาไม่ ยังสามารถเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติบ้านเมืองและศาสนาได้อีกมากมาย ไม่ต้องดูอื่นไกลจะยกตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ เช่น

“เสือกกจันทบุรี” นี่ เดิมทีพวกชาวพื้นบ้านพื้นเมืองก็ทอกันไว้ใช้เองภายในครอบครัวไม่กี่หลังคาเรือน บ้านหนึ่ง ๆ ก็มีกันพอใช้สำหรับปูนั่งปูนอน ต่อมา ๆ ก็เกิดนิยมกันแพร่หลายมากขึ้น การทอเสือกก็ขยายตัวจากหมู่บ้านออกมาเป็นตำบล อำเภอ จังหวัด และส่งไปขายตามท้องตลาดทั่วไปเกือบทั่วประเทศไทย จนเวลานี้ใคร ๆ ก็รู้จักว่าเสือกกจันทบุรีมีฝีมือละเอียดประณีต และมีคุณภาพดีอย่างไร นี่แหละจึงแสดงให้เห็นว่า บุญทั้งหลายเมื่อได้สะสมอยู่เสมอ ๆ ก็ย่อมจะได้ผลมากเหมือนคนที่ทำไร่นานนั้น แรก ๆ ก็คิดทำกันเล็ก ๆ น้อย ๆ เพียงอาศัยเลี้ยงชีวิตภายในครอบครัวของตนเองเท่านั้น แต่ในที่สุดทำไป ๆ ก็ขยายตัวมากขึ้นทุกที ๆ จนกลายเป็นสินค้าสำคัญส่งออกไปขายนอกประเทศ ได้เป็นกระดุกสันหลังของประเทศไทย และนำเกียรติมาให้แก่ประเทศชาติของตนอีกด้วย เมื่อของ ๆ เรามีมากจนเหลือกินเหลือใช้ภายในบ้านแล้ว ใครมาซื้อเราก็ขาย ใครมาขอเราก็ให้ เมื่อเป็นดังนี้ก็ย่อมจะเป็นเครื่องเยี่ยวยาสมาสนมิตรสหาย ให้มีความรักใคร่สามัคคีกัน คนที่จะเป็นศัตรูกับเราก็ไม่มี การแย่งชิงวิ่งราวฟันแทงกันก็จะไม่มี ถ้าการตระหนี่หวงแหนเกิดขึ้นก็ย่อมเป็นเหตุให้ฆ่าฟันกันได้ เหตุนั้น เราจึงควรจะสนใจในเรื่องบุญกุศลนี้ให้มาก คิดดูว่า ภูเขาทั้งลูกเขายังทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นได้ แต่ทำบุญกุศลใส่ตัวคนเดียวเท่านั้น ทำไมเราจะทำไม่ได้

คนที่อบรมดวงจิตบ่อย ๆ ใจก็จะกล้าขึ้นเป็นตะปะ ใช้เป็นเครื่องหุงต้ม-เผา-ย่างอาหารให้สุกได้ ไม่ต้องมานั่งกินของดิบให้เกิดโทษ เมื่อคนเราได้กินของที่สุกแล้วก็ย่อมจะเป็นสุข การอบรมจิตนี้มีอานิสงส์ทำอยู่เสมอ ๆ นาน ๆ เข้าก็จะกลายเป็นนิสัยสืบเนื่อง ทำให้เป็นคนนิสัยบาง คือพอแลเห็นแสงสว่างเพียงเงา ๆ ถ้าทำมากเข้า ๆ ก็จะได้แสงมาใช้อาศัยทำความดี คือเผาศัตรูหมู่มาร (คือกิเลส) ให้เป็นถ้ำถ่านจนกลายเป็นปุ๋ยมาใส่ต้นไม้ของตนให้งามได้ นี่ฉันใด สิ่งที่เป็นเสียหนามหลักตอ คือหมู่มารนั้นเราก็จะได้เผาเสีย จะได้ไม่มารบกวนดวงใจของเราให้เสียไป และเมื่อเผาแล้วมันก็จะกลายเป็นปุ๋ยมาเพิ่มพูนบารมีของตนให้แก่กล้า คราวนี้เราก็พอได้ร่ำรวยกับเขาขึ้นละ และก็พอจะได้กินของสุก ๆ กับเขาบ้าง

คนที่มีปัญญาชื่อว่า “ผู้มีไฟ” คือเมื่อมีปัญญาแล้ว เราก็จะมาพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้ถูกต้องได้ เพราะคนเราบางคนทำชั่ว แต่ถูกเขาชมก็มี บางคนทำดี แต่ถูกเขาติก็มี เหตุการณ์อย่างนี้ย่อมเกิดมีแก่บุคคลในโลกแทบทุกคน ถ้าใครไม่มีไฟ คือปัญญาแล้ว คนนั้นก็ต้องกลายเป็นคนที่กินของดิบ เช่น กินเป็ด กินไก่เข้าไปทั้งเนื้อทั้งหนัง-ทั้งขน-ทั้งกระดูก ถ้าใครมีปัญญาพิจารณาในตนแล้วความจริงก็ย่อมจะสำเร็จอยู่ในใจของตนคนเดียวเท่านั้น เมื่อปลงใจได้เช่นนี้ก็จะละวางสิ่งต่าง ๆ ทั้งหลายได้ ว่าเราจะดีเพราะคำสรรเสริญของเขาก็หาไม่ หรือเขาว่าดีเตียนเรา ๆ ก็มีได้เลวไปตามเขาว่า

เมื่อเป็นเช่นนี้ การออกแวกในการเดินทาง (การปฏิบัติธรรม) ของเราก็จะไม่มี นี่แหละถึงจะเป็นของที่ไม่ดี แต่เรานำมาเผาเสีย ก็จะกลายเป็นปุ๋ยไปได้

คนที่ไม่มีไฟจะเผาไหม้ การเดินทางของเขาก็คงไม่สามารถจะถึงจุดหมายได้ ไป ๆ มา ๆ กวัก ๆ วน ๆ เกยหาดเกยแห้งอยู่นั่นเอง

ไฟ เป็นเครื่องช่วยในการหุงต้มอาหารอย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งช่วยให้เกิดแสงสว่างทั้งกลางวันและกลางคืน นี่ฉันใด คนที่มาอบรมปัญญาให้เกิดขึ้นในตนแล้ว ก็ย่อมจะพ้นจากบาปและก้าวไปสู่กระแสแห่งวิมุติธรรมได้ คือความปล่อยวางเป็นเหตุ

ฉะนั้น บัดนี้จะได้อธิบายในการยึดถือขั้น 5 อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ต่อไป มีใจความย่อ ๆ ดังนี้

อุปาทานนั้น เป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ทั้งหลาย เป็นสิ่งที่ก่อกำพอกำขาคิ ไม่ปล่อยภัยสิ่งใดที่ปรากฏตัวเป็นรูปร่าง สิ่งนั้นย่อมยังความทุกข์ให้เกิดขึ้น เหมือนบุคคลที่มีเงินปรากฏให้เห็นก็ย่อมจะต้องมีขโมยมาแย่งชิงวิ่งราว เมื่อมีเงินแล้วเขาจะเห็นก็กลัว เขาไม่เห็นก็กลัว นี่ฉันใด ผู้ที่ยึดถือว่าขั้น 5 เป็นตัวตนอยู่ในโลกนี้ก็ทุกข์ ตายไปโลกหน้าก็ทุกข์ อันการยึดถือของคนเรานั้นมีอยู่ถึง 3 ชนิดหรือ 3 กาล คืออดีต-อนาคต-และปัจจุบัน ในกาลหนึ่ง ๆ นั้น ก็มีขั้นอยู่กัลละ 5 ขั้น ฉะนั้น คน ๆ หนึ่งจึงมีขั้นกันคนละ 15 ขั้น ก็เมื่อคนเราแบกขั้นกันไว้มากเช่นนี้ก็ย่อมเกิดทุกข์ คือ ข้างหน้าก็คิดไปว่า ถ้าตัวเรานี้จะไปจนอายุถึง 60-70-80 ปี แล้วเราจะเป็นอย่างไรหนอ? หรือถ้าเราจนกรอบลงไปในวันข้างหน้า แล้วเราจะทำอย่างไรดี? คิดอย่างนี้แล้วก็วิตกวิจารณ์ไปต่าง ๆ นานา คิดไปดีก็เป็นอิฏฐารมณ์ คิดไปไม่ดีก็เป็นอนิฏฐารมณ์ บางคนก็คิดไปในทางที่ไม่ดีมาก ๆ เข้า ก็เกิดความทุกข์ท้อใจ เศร้าใจ ไม่มีความสุข เพราะตนนั้นไปยึดเอาในสัญญาอารมณ์ของตนเข้าไว้ นี่ก็เรียกว่าเรามีก้อนหินหนัก ๆ ถึง 5 ก้อนวางไว้ข้างหน้า แล้วกวักไปถึงข้างหลังอีกว่า ลูก-หลาน-เหลน ของเรานี้ ถ้าเราตายไปแล้วเขาจะเป็นอย่างไรหนอ? อีกอย่างหนึ่งก็คิดว่าถ้าเราตายไป เราก็จะแบ่งสมบัติให้แก่ลูกหลานของเราให้เขาปกครองแทนตัวเรา แล้วเขาก็จะได้ตั้งเนื้อตั้งตัวเป็นหลักฐานต่อไป แต่ลูกหลานของเรามันก็เป็นคนโง่ ถ้าเราให้ทรัพย์สินสมบัติไปแล้วมันก็จะไปเล่นการพนันฉิบหายหมดแล้วเราจะทำอย่างไร คิดเช่นนี้แล้วก็เกิดความท้อใจขึ้น บางคราวก็คิดถึงความดีของตน ของลูก ของหลาน ว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ก็สบายใจเป็นอิฏฐารมณ์ขึ้น นี่ก็เป็นหินหนัก ๆ อีก 5 ก้อน ตกลงรวมเป็นหินข้างหน้า 5 ก้อน ข้างหลัง 5 ก้อน แล้วก็ปัจจุบันอีก 5 ก้อน มือขวาก็ยึดรูป มือซ้ายก็ยึดนามเข้าไว้ ถือว่ารูป เวทนา-สัญญา-สังขาร และวิญญาณเหล่านี้ว่าเป็นของ ๆ ตัว มือขวาก็หิว มือซ้ายก็หิว อุปาทานก็หาบอยู่บนไหล่ คราวนี้ก็พากันหาบไป-หาบไปเถอะ ไม่ละไม่วางก็จะมีแต่ความทุกข์ เมื่อทุกข์แล้วก็ไปยึดทุกขั้นนั้นเข้าอีกก็เลยลำบากทั้งกายทั้งใจ ทั้งหิว ทั้งหอบ จนหน้ามืดโหล่เอียง เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสงสาร ทรงสอนให้ราสละละวางเสียให้เป็น "จาโค ปฏินิสสัคโค" ใครไม่วางไม่คานออกจากไหล่คนนั้นก็เดินไปไม่รอดถ้าวางสัญญาข้างหน้า ข้างหลังเสียก่อนก็พอก่อยเบาลง มีแต่มือหิ้วไว้สองข้างก็ยังพอไปได้

นี่แหละถ้าผู้ใดไม่มาบำเพ็ญสมาธิภาวนา ทำจิตให้สงบจากนิวรณ์ ผู้นั้นก็ได้ชื่อว่ายังหวายอยู่ เพราะไม่ได้ปลดปล่อยสัญญาอดีต-อนาคตอันใดเลย สัญญาเหล่านี้เราไม่จำเป็นจะต้องไปนึกถึงมัน เช่นเรื่องของตัวเราเองก็ดี เรื่องของลูกเค้า หลาน เหลนก็ดี หรือทรัพย์สินสมบัติอันใดก็ดี ในเวลาที่มาทำความสงบนี้ เราจะต้องไม่นึกคิดถึงอะไรทั้งหมด ตั้งใจนั่งนิ่ง ตัวตรงมองดูปัจจุบันอย่างเดียว คือลมหายใจ แล้วแสงสว่างก็จะปรากฏขึ้น ถึงมือซ้าย-ขวา จะยังยึดรูป-นามอยู่ ก็ยังตัดภาระส่วนใหญ่สองข้างบนไหล่เสียได้ ส่วน “รูป” ที่มันยังหนักตื้ออยู่นั้นก็เพราะพญามัจจุราชเขาคอยนำยาพิษมาโปรยใส่ให้เรา เช่น “ตา” ที่แรกมันก็ใส มองอะไรแจ่มกระจ่างดี ต่อมาพอพญามัจจุราชเขานำยาพิษมาโรยใส่ก็ทำให้ตาของเรามืดฟางไป บางทีก็เป็นต้อมืดไปบ้าง คราวนี้เราก็ต้องวิ่งไปหาหมอตระวจวัดสายตา หาแว่นใส่ หายาใส่ ลอกตา ควักลูกตา เปลี่ยนแก้วตา มันก็เกิดเป็นทุกข์ขึ้นมาทุกอย่าง ที่นี้ลูกตานิดเดียวมันก็จะหนักขึ้นมาเท่ากำปั้น “หู” ของเราก็มืดได้ยินเสียงอะไร ๆ ได้ดี ต่อมาพอพญามัจจุราชเขาก็นำเอายาพิษมาโรยใส่ให้อีกทำให้หูอื้อ หูตึง ใครจะพูดจะว่าอะไรก็ไม่ใคร่ได้ยิน ฟังอะไรก็ไม่รู้เรื่องไม่เข้าใจ ก็อึดอัดรำคาญ บางทีเขาพูดไม่ได้ฟังเป็นตี พูดตีฟังเป็นไม่ได้ ฟังผิด ฟังถูก ก็เลยเกิดเป็นปากเป็นเสียงทะเลาะวิวาทกันขึ้น “จมูก” ก็เหมือนกัน เมื่อแรก ๆ มันก็ดี ต่อมาพอมัจจุราชเขาก็มาโรยยาพิษให้อีก ทำให้เกิดเป็นโรคเนื้องอก ริดสีดวงขึ้นมา ต้องวิ่งหาหานัดถู๋มาดม หายารมยาสูบ ไปหาหมอจี้ไฟไฟฟ้าบ้าง จมูกก็เลยกลายมึนกลิ่นเหม็น เสียรูปเสียรทรง ผิดปกติ ลิ้น-กาย-ใจ ก็มีแต่ความทุกข์เข้ามาทับถมเช่นเดียวกัน เหตุนี้ท่านจึงว่า “รูป อนิจจัง” รูปทั้งหลายมันไม่มีความยุติธรรมสม่ำเสมอ เมื่อคิดแล้วก็เราร้อนใจตน จะดูเนื้อหนังก็เหี่ยวแห้งหลังคด หลังโก่ง เมื่อแก่เข้าอย่างนี้ก็เป็นภาระหนักใจตนเอง ทั้งยังหนักลูกหลาน หนักเงิน หนักทอง หนักทรัพย์สินสมบัติสิ่งของที่เหี่ยวเหยา ถ้าเราไปยึดของที่ไม่เที่ยงมาเป็นของ ๆ ตน เราก็คงต้องเดินไม่เที่ยงไปด้วย คนเรานั้นมักจะยึดในวัตถุกันเสียโดยมาก คือยึดว่า เป็นเรา เป็นเขา เป็นดี เป็นชั่ว บางคราวก็ยึดถือ “นาม” ว่าเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เหล่านี้เป็นของ ๆ ตัว นี่แหละจึงเรียกว่า หิว ไว้ทั้งสองมือ แต่ก็ยังดีกว่า หาบ เพราะมีแต่ที่มือเรายังพอจะนั่งนอนถือได้ แต่ถ้ามีหีบวางอยู่บนไหล่แล้ว เราจะนั่งก็นั่งไม่ได้ ได้แต่ยืนท่าเดียว เหตุนี้เราจึงควรมาทำความสงบใจเสีย คือพากันเจริญสมาธิภาวนา ทำดวงจิตให้สงบเป็นสมณะ แล้วก็จะเกิดปัญญาขึ้น เมื่อปัญญาเกิดแล้วก็จะมองเห็นชาติของตนว่า เราเกิดมานี้ แม้พ้นชี้เดียว หรือผ้าสักผืนก็มีได้ติดตัวมา เมื่อเรามาอย่างไรเราก็จะต้องกลับไปอย่างนั้น ไม่มีอะไรติดตัวไปได้สักอย่างเดียว ความดี ความชั่วเท่านั้นที่จะส่งคนให้ไปเกิดในคติดี ชั่ว สวรรค์ หรือนินพาน เมื่อใครมาเจริญกรรมฐานอย่างนี้ ผู้นั้นก็จะเป็นคนดี มีภาระน้อย เพราะเขาปล่อยวางมือทั้งสองข้างเสียได้จากการหิว ผู้นั้นก็จะถึงซึ่งความสุข เท่ากับได้แก้ว 3 รัตนะเป็นเครื่องประดับตัว เมื่อจะเดินทางไปถึงด่านทาง ไน้หนักขายได้มีราคา จะใช้ประดับประดาอยู่ในบ้านก็สวยงาม ใครฉลาดมาบำเพ็ญการเสียสละ ปล่อยวางได้เช่นนี้ก็เป็นสาธารณประโยชน์เปรียบเหมือนทองคำของตน จะตกไปอยู่ในประเทศใด ก็มีค่าอยู่เสมอ ไม่เหมือนกับธนบัตร ซึ่งใช้ได้เฉพาะแต่ในประเทศของตนอย่างเดียวเท่านั้น เหตุนี้ เมื่อใครมาทำจิตปล่อยวางให้พ้นเสียได้จากการยึดหน้า ยึดหลัง ยึดปัจจุบันแล้ว ผู้นั้นก็จะ

เปรียบเหมือนกับได้ทอง “ชมพูนุช” ไว้ทั้งแท่ง ก็ย่อมจะมีแต่ความสุขทุกวันเวลา ถ้าใครมายึดมันสำคัญผิดว่าเป็นของ ๆ ตนแล้ว ก็ย่อมจะทำดวงจิตให้เร้าร้อนไม่มีความสุข

เหตุนี้ท่านจึงได้กล่าวเตือนใจไว้ว่า ใครไปยึดถือในรูป-นาม และสัญญาทั้งหลายแล้ว ผู้นั้นก็ต้องเป็นผู้หนัก ไปไหนไม่รอด ในที่สุดก็ต้องติดโลกตายเหมือนกับลิงที่ขโมยแตงในไร่ของตา-ยาย แล้วก็ต้องติดตังตายอยู่กับที่ ดังจะได้ยกมาเล่าให้ฟังเป็นอุทาหรณ์ต่อไป

มีเรื่อง ๆ หนึ่ง ซึ่งเป็นสิ่งควรคิดเทียบเคียงในเรื่องความยึดถือ ว่าลำบาก เป็นทุกข์ทรมาน มากน้อยเพียงไร

มีนิทานเล่าไว้ว่า มีตายายสองคน อยู่รกรป่าใกล้ตีนภูเขาแห่งหนึ่ง เกิดน้ำท่วมทุ่งนา ทำนาไม่ได้ จึงพากันไปทำไร่ที่เชิงเขา ปลูกข้าว ปลูกข้าวโพด ปลูกถั่ว ปลูกแตงโม และแตงไทย พอจะได้อาศัยเลี้ยงชีพของตน แต่พอตกเวลากลางคืน ก็มีพวกเม่น พวกสัตว์มากอยกินพืชผลอยู่เสมอ ทั้งเวลากลางวัน ก็มีนก มีลิง มีค่างมารบกวน ในที่สุดสองขัวเมียจึงปรึกษากันว่า เราจะต้องไปนอนเฝ้าอยู่ที่ไร่ ทำบ่วงทำหน้าไม้ไว้ช่วยป้องกันรักษา กลางคืนเป็นยามวาระของสามี ส่วนกลางวันเป็นยามวาระของภรรยา

อยู่มาวันหนึ่ง ผุ่งลิง ค่าง ก็มารบกวน ไล่ก็ไม่ค่อยหนี กระโดดไปตั้นนั้นมาตั้นนี้ ทำท่าหยอกหลอกยายจนไม่มีเวลาที่จะได้พักผ่อนในเวลากลางวัน ยายจึงคิดอุบายแสวงหาขมังไม้ในป่ามาเคี้ยวให้เหนียวเป็นดั่ง ดันไม้ตันโหดหรือตออันใดที่ลิงชอบไปอาศัยอยู่ ยายก็เอาดั่งไปเทียบบ้างทาไว้ อยู่มาวันหนึ่ง ในเวลากลางวันก็มีลิงผุ่งหนึ่งพากันมามากมาย ต่างตัวต่างก็คว้าลูกแตงโม แตงไทยกินกันจนอิ่ม ยังมีเมล็ดตัวหนึ่งมีลูกสองตัว ลูกตัวหนึ่งปวย นางเมจึงให้ตัวพ่อคอยเฝ้ารักษา ไม่ได้มากับลิงผุ่งนั้น ส่วนลิงตัวเมียก็พาลูกอีกตัวหนึ่งห้อยอกติดตามผุ่งมาหากิน ในเวลาวันนั้นก็นึกขึ้นได้ถึงลูกที่ปวยอยู่ข้างหลังซึ่งไม่ได้มา ก็คิดจะเอาแตงไปฝากลูกและสามีของตน เมื่อตนกินอิ่มแล้ว ก็เอาแตงลูกเล็ก ๆ ๑ ม้วนไว้ในปากสองกระพุ้งแก้มเพื่อจะเอาไปให้ลูก แล้วก็คว้าเอาลูกที่เชื่อง ๆ มาใส่ไว้ที่อกเพื่อเอาไปฝากสามี ให้ลูกที่เกาะอยู่ข้างหน้าไปเกาะเสียข้างหลัง พอเตรียมตัวเช่นนั้นแล้วก็พอดิยายแก่ถือเสียมเดินมาเจอจะเข้าจึงขับไล่ พวกลิงทั้งผุ่งก็พากันตกใจ ต่างพากันวิ่งหนี ส่วนลิงตัวนี้ก็กระโดดไปกระโดดมาเพราะความหนักแน่นของตน หนักทั้งหลัง หนักทั้งหน้า หนักทั้งปาก ร้องก็ไม่มีเสียง พอดีกก็กระโดดขึ้นไปนั่งบนตอ ๆ หนึ่ง ซึ่งยายแก่เอาดั่งไปทากไว้อย่างหนาแน่น ยายแก่คนนั้นก็วิ่งถือเสียมเข้าไปไล่ ลิงตัวนั้นก็จะกระโดดหนีจะเหยียดตัวก็ไม่ขึ้น หางก็ไปขมวดม้วนอยู่กับดั่ง จึงเอามือไปแกะดั่งออกจากหาง มือก็ติดดั่งเข้าไปอีก อีกข้างหนึ่งก็ไปช่วยจับช่วยแกะ เห็นเหลว ๆ คำ ๆ ลงอาคมดู มือก็เลยติดกับจมูก เอาตีนข้างหนึ่งไปเกี่ยวข้างหน้าเพื่อจะยัน

ให้กันหลุดจากตอก็ยังติดเข้าไปอีกเปะปะ เอาดินไปช่วยเซ็ดถู ดินทั้งสองก็เลยติดกันเหมือนหมูมัดเหยียดตัวก็ไม่ออก นั่งกลอกหน้าเหมือนลิง นึกไปมาก็ก้มกั้ดด้วยปากอย่างใจโกรธใจฉวยอยากจะกัด ยายแก่แต่ก็ต้องก้มกั้ดตั้ง ฝ่ายยายแก่พอเห็นลิงติดตั้งก็ร้องเรียกให้ตามาดู แล้วสองตายายก็ช่วยกันหักเอารังมดแดงมาเคาะใส่ เอาไฟมาลนขนหลุดขนร่วงทรมาณตอนอยู่บนตอ

ฝ่ายสองตา-ยาย คนหนึ่งได้ตำจอบ อีกคนหนึ่งได้ตำเสียมก็ช่วยกันตีลิงนั้นจนถึงแก่ความตายทั้งแม่ทั้งลูกอย่างทรมาณตน

ผลอันนี้ที่เกิดขึ้นได้แก่ความห่วง ความอาลัย ความยึดถือข้างหลังและข้างหน้า ทั้งปัจจุบัน คือ ลูกที่เกาะอยู่บนคอ แดงโมที่อุ้มอยู่บนอก จึงต้องตกทุกข์ทรมาณจนถึงเพียงนี้ ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ปล่อยวางสัญญา อดีต อนาคต ข้างหลัง ข้างหน้า ชั้น 5 ทั้งหลาย ปัจจุบัน คือ นามกับรูป รูปเปรียบเหมือนลูกแดงที่อยู่ข้างหน้า นามเปรียบเหมือนลูกที่อยู่บนคอเกาะอยู่บนไหล่ พ้นไปไม่ได้เพราะมีภาระอันหนัก

เมื่อบุคคลผู้ใดมีความยึดถือ ชื่อว่า ผู้มีภาระอันหนัก แม้อยู่ในโลกนี้ก็แสวงหาความดีได้ยาก แม้ตายไปก็มีภาระอันหนักขวางอยู่ข้างหน้า ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้ปล่อยวาง อย่าเข้าไปยึดถือในสัญญาอดีต อนาคต ปัจจุบัน ทำจิตอันนั้น ให้เสมอเหมือนน้ำค้างที่อยู่บนใบบัว ไม่รั่ว ไม่ซึม ไม่เชิบ จะถึงธรรมที่ไม่ตาย หายจากความทุกข์ ถึงบรมสุขอย่างเลิศ ไม่ต้องมาเกิดมาตายในโลกนี้ และโลกหน้า ฉะนั้นสารถชน พุทธบริษัทจึงสมควรจะหาหนทางลดหย่อนผ่อนเบาให้จงได้

บรรยายมาในอุปาทานชั้น ๓ ก็ยุติลง เสมอเพียงเท่านั้น



วัดอโศการาม, 17 กันยายน 2500

1. คนเราย่อมต้องการความสุขอยู่ 2 อย่าง คือความสุขในทางโลก ซึ่งเรียกว่า “อามิสสุข” อย่างหนึ่ง กับความสุขในทางธรรม เรียกว่า “นิรามิสสุข” อย่างหนึ่ง แต่ความสุขในทางโลก นั้นย่อมเป็นของลุ่ม ๆ ดอน ๆ ไม่แน่นอนไม่คงที่ ท่านจึงกล่าวว่า “วัฏฏโก โลโก” เป็นสิ่งที่หมุนเวียนเปลี่ยนไปมา เพราะโลกนั้นถ้าจะเปรียบก็เหมือน “แป้งจี” ลักษณะของมันเป็นแผ่นกลม ๆ มีหน้า 2 หน้า ถ้าด้านใดด้านหนึ่งวางติดแนบอยู่กับกระทะ ด้านนั้นก็ย่อมถึงไฟสุก กินอร่อย แต่ถ้าสุกมากเกินไปก็ไหม้เกรียม กินไม่ได้ ส่วนด้านที่ไม่ถูกไฟก็ไม่สุก จะต้องกลับไปกลับมารีบมาจึงจะสุกกินได้ทั้ง 2 ข้าง เหตุนี้ความสุขของโลกจึงหาความสม่ำเสมอมิได้ และเมื่อเป็นดังนี้ จึงย่อมไม่เป็นที่สบายแก่ชาวเรา

2. ความสุขทั้งหลายย่อมสำเร็จมาจาก “บุญ” เหมือนกันทั้งหมด แต่เป็นบุญที่ได้มาจากพ่อแม่ปู่ย่าตายายหาไว้ให้ก็มี แต่กระนั้นบุญนี้ก็ยังมีอาการเหมือนกับสายน้ำไหล คือบางวันก็ไหลตลอด บางวันก็ขาดเป็นห่วง ๆ ไม่เหมือนกับความสุขที่เกิดจากการกระทำของตัวเอง ซึ่งไม่ต้องอาศัยอะไรเลย ความสุขทางโลกซึ่งต้องอาศัย “พัสดุกาม” นั้นก็ทำความเพลิดเพลินให้ชั่วคราว แต่แล้วก็จากลบลบกลายเป็นความทุกข์ได้ “พัสดุกาม” นั้นก็คือรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ซึ่งเนื่องด้วยอายตนะภายนอก เรียกว่า อามิสสุข ส่วน นิรามิสสุข นั้นเป็นความสุขที่เนื่องมาแต่การอบรมจิตโดยเฉพาะ ได้แก่การที่เราสัปปะสร้างความคิดภายใน เช่นที่เรามา นั่งสมาธิฟังธรรมกันอยู่นี้ ความสบายกายสบายใจก็มีพอสมควร แต่ความสุขอีกชนิดหนึ่งเกิดขึ้นในดวงจิต เป็นความสุขที่สูงเหนือความสุขชนิดใด ความสุขชนิดนี้แหละที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เราพากันแสวงหาไว้สำหรับตัว เพราะเป็นความสุขที่ถาวร คงที่ และไม่เปลี่ยนแปลง

3. ดวงจิตของคนเรานั้น ตามปกติก็มักจะตกไปได้ใน 2 ทาง คือถ้าจิตนั้นตกไปในอารมณ์ที่ไม่ดี เราก็มิสบายไม่มีความสุข ถ้าจิตตกไปในอารมณ์ที่ดี เราก็มิสบายมีความสุข เมื่อยังตกไปได้ใน 2 ฝ่ายดังนี้ ก็เปรียบเหมือนกับคนที่กำลังเดินทางอยู่ ย่อมจะมีความสุขสบายที่เดียว ยังไม่ได้ เพราะระหว่างเดินทางนั้นก็ต้องมีทั้งแดดทั้งฝนทั้งฝุ่นทั้งลม ร่างกายก็เหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า เนื้อตัวก็เปื้อนเหงื่อเปื้อนโคล สู้คนที่เขาหยุดเดินแล้วไปนอนอยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่ มีเสื้อผา

น้ำใส และลมพัดเย็นสบายนั้นไม่ได้เหตุที่นั่นท่านจึงสอนให้ทำความสงบขึ้นในใจของตน ดังที่ว่า “นตฺถิ สนฺติ ปรี สุขํ” ซึ่งแปลว่า ความสุขอย่างอื่นนอกจากความสงบย่อมไม่มี หรือจะแปลว่า ความสงบเป็นความสุขอย่างยิ่งก็ได้ เมื่อใจของเราสงบนิ่งแล้ว เราจะแลเห็นสภาพของการหยุดนิ่งกับการเดินทางอยู่ว่าผิดกันไกล

4. “ธรรมะ” นั้น ไม่ใช่เป็นของศาสนาโน้นศาสนานี้ ไม่ใช่เป็นของคนโน้นหรือคนนี้ และก็ไม่ใช่อยู่วัดโน้นหรือวัดนี้ ความจริงธรรมะนั้นไม่มีเจ้าของ เป็นสาธารณธรรม เพราะคนเราที่เกิดมานี้ ถึงใครจะถือศาสนาใดหรือไม่ถือก็ตาม ธรรมะก็ย่อมมีอยู่ในตัวทุกคน ถ้าจะกล่าวอีกนัยหนึ่ง ธรรมะก็เป็นชื่อของจิตวิญญาณ ใครจะเรียนก็มี ใครไม่เรียนก็มี ใครจะปฏิบัติก็มี ใครไม่ปฏิบัติก็มี ลักษณะของดวงจิตนั้นท่านแบ่งให้เป็น 3 อย่าง คือ ถ้าจิตดีก็เรียกว่า “กุศลจิต” หรือ “กุศลธรรม” ถ้าไม่ดีก็เรียกว่า “อกุศลจิต” หรือ “อกุศลธรรม” ถ้าจิตเป็นกลาง ๆ ไม่ดีไม่ชั่วก็เป็น “อพยากธรรม” (อพยากฤต) ลักษณะเช่นนี้ย่อมมีอยู่ในตัวคนเราทุกผู้ทุกคน การทำจิตของตนให้ดีขึ้นมีอยู่ 2 บรรยาย คือถ้าเราเดินทางเกวียนเป็นหลุมเป็นบ่อ เราก็ต้องเหนื่อย ถ้าเราเดินทางรถราบรื่น เราก็จะสบาย ฉะนั้นใจ ดวงจิตของเราถ้าตกไปในทางบาปกรรม เราก็ไม่มีความสุขสบายใจ คือคิดไปในทางโลกที่ดีและไม่ดี หรือคิดไปในทางธรรมที่ดีและไม่ดี อย่างนี้ก็เปรียบเหมือนกับคนที่เดินกินอาหาร ย่อมจะมีความสุขไม่สมบูรณ์ ถ้าเรามาจัดอาหารใส่ภาชนะและนั่งกินให้เป็นที่เป็นทางแล้ว เราก็จะมีความสุขสมบูรณ์ได้ ความสงบระงับนั้นแหละจะมีรสเกิดขึ้นในดวงจิต รสของความสงบก็คือ 1. ให้ความเย็น 2. ให้ความโปร่งโล่งใจ 3. ให้ความบานใจ 4. ให้ความโล่งสะอาด และ 5. ให้ความสว่างอันสามารถจะมองเห็นสิ่งทั้งหลายในโลกได้ถนัดชัดเจน ผลอย่างต่ำที่สุดก็จะได้รับความสบายใจและได้วิชาความรู้

5. ดวงใจของเราเปรียบเหมือนตะเกียงที่มีโตะครอบอยู่ ถ้าโตะนั้นแตกหรือร้าว แสงสว่างก็ย่อมจะรั่วไหลออกไปข้างนอกได้ ทำให้แสงสว่างภายในตะเกียงลดน้อยไป ถ้าโตะนั้นดีไม่แตกไม่ร้าว แสงไฟก็ย่อมสว่างแจ่มแจ้งมีกำลังมาก ร่างกายของเราเปรียบเหมือนกับโตะหรือหลอดตะเกียง ฉะนั้นท่านจึงสอนให้มันขัดล้างให้ขาวสะอาด หรืออีกอย่างหนึ่งก็เปรียบเหมือนสายไฟฟ้า ถ้ามันถูกขดสียายถลอกไปถึงลวด ย่อมนำความเสี่ยงของกระแสไฟ ยังอันตรายให้เกิดขึ้นแก่ตนและคนอื่น จำเป็นจะต้องตรวจตราดูแลซ่อมแซมให้ดี ส่วนดวงจิตก็เปรียบเหมือนกับไฟ ต้องคอยหมั่นสำรวจอย่าให้แสงมันแลบออกไปข้างนอก คือให้เราพยายามทำความสงบ ตัดเสียซึ่งเครื่องกังวลต่าง ๆ น้อมใจไปทางพระพุทธรูป ธรรมคุณ และพระสังฆคุณ ซึ่งเรียกว่า “พุทธานุสสติ” “ธรรมานุสสติ” และ “สังฆานุสสติ” ถ้าเราไปนึกถึงเรื่องที่ไม่ดีแล้ว ดวงจิตของเราก็จะพลอยเสียไปด้วย เหมือนกับการถ่ายภาพ ถ้าไปถ่ายภาพที่มืดเราก็ได้รูปที่มืดที่สวยงาม ถ้าไปถ่ายเอาภาพไม่ดีเข้าไว้ เราก็จะต้องได้รูปที่ไม่สวยงามไม่น่าดู เช่น บางคนก็ไปนั่งดูมวย หรือเล่นม้าแข่ง หรือไปดูละครจำวัดที่ขบขันตลกคะนองก็ดี ภาพเหล่านี้จะเข้ามา

ติดอยู่ในดวงใจ บางทีตัวเองก็เพลินผลอไปจนลืมตัวถึงกับแสดงกิริยาทำทางวิปริตออกมาให้คนอื่นเห็น เช่นคนที่ดูมวนนั้น บางทีลืมตัวเกิดมันมือถึงกับชกเอาคนที่นั่งดูอยู่ข้างหน้าก็มี เหตุนี้ท่านจึงสอน ให้เราพากันระลึกถึงแต่สิ่งที่ดีงาม เช่น นึกไปในทางพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ซึ่งเป็นความดี ฯ

6. พระพุทธเจ้านั้น ท่านคืออะไร ดีเพราะท่านเป็นผู้ไม่มีเขม้ามลทินอะไรเลยแม้แต่ชนิดหนึ่งน้อยหนึ่งในพระวรกายและพระหฤทัย ธาตุชั้นธายณะของพระองค์ก็บริสุทธิ์ไปหมด เหตุนี้ เมื่อพระองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว พวกมัลลกะสตรีและสาวกสาวิกา ซึ่งพากันมาถวายพระเพลิงพระพุทธสรีระนั้น เตโชธาตุจึงหาได้เผาพระสรีรธาตุบางส่วนของพระองค์ให้อันตรธานหายสูญไปไม่ ธาตุทั้งหมดเมื่อถูกความร้อนเข้าก็ละลายไหลมาจับกลุ่มรวมกันเป็นก้อนได้อีก ซึ่งเรียกว่า “พระบรมธาตุ” นี่แหละจึงแลเห็นได้ว่า ของดีและบริสุทธิ์นั้นก็ย่อมจะต้องศักดิ์สิทธิ์ดังนี้ เหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า บุญกุศลนั้นตกนาก็ไม่ไหล ตกไฟก็ไม่สูญ และความดีของพระองค์นั้นก็ได้ปกคลุมพวกเราให้ร่มเย็นเป็นสุขมาจนถึง 2,500 ปีแล้ว ฯ

7. ในส่วนดวงใจของพระองค์นั้น พระองค์ก็ทรงมีน้ำพระหฤทัยเยือกเย็น และเปี่ยมไปด้วยพระมหากรุณาธิคุณแก่พวกเราเป็นอย่างยิ่ง ท่านรักเราและเมตตาเรายิ่งกว่าลูกกว่าหลานไปอีก เหตุนี้ จึงได้ทรงแสดงธรรมะอันเป็นทางปฏิบัติ เพื่อให้เราทั้งหลายได้พ้นจากกองทุกข์และมีความสุข ซึ่งถ้าจะเปรียบแล้วก็เหมือนกับแสงอาทิตย์ที่ยังความสว่างไสวไปทั่วในทุกทิศทุกทาง ไม่เหมือนกับแสงไฟธรรมดาซึ่งเกิดจากตะเกียงหรือดวงเทียน เพราะแสงไฟธรรมดา ถ้าตรงไหนเป็นที่ปิดบังแล้ว ก็ย่อมส่องไปไม่ถึง และมองไม่แลเห็น แต่ดวงจิตของพระพุทธเจ้านั้น ย่อมจะส่องไปให้เห็นได้ทั้งในที่ลับและที่แจ้ง ลืมตาก็เห็น หลับตาก็เห็น จึงเรียกว่าดวงจิตของพระองค์นั้นให้ความสว่างทั่วโลก ใครจะคิดเตียนนินทา ท่านก็เป็นสุข ใครจะสรรเสริญเยินยอ ท่านก็เป็นสุข มีความสุขอยู่เรื่อยตลอดเวลาเหมือนทองคำธรรมชาติ ซึ่งสุกปลั่งอยู่เสมอไม่ว่าจะตกไปอยู่ในสถานที่ใด ๆ ถึงใครจะเอาไปทำเป็นแหวน เป็นสายสร้อย หรืออะไร ๆ มันก็สุกเป็นทองคำธรรมชาติอยู่อย่างนั้น นี่แหละเรียกว่า “สมณธรรม” คือไม่มีอาการเอียงไปในฝ่ายรักฝ่ายชังในดวงจิต ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงความดีอย่างนี้ และเมื่อพระองค์หนีไปแล้ว คนก็ยังรักและอาลัยอาวรณ์ ไม่เหมือนกับคนธรรมดาเรา ซึ่งไปไหนก็คายความชั่วให้เขาก่อนเท่าที่กำบัง ส่วนความดีคายไว้ให้นิดเดียว พระพุทธเจ้านั้นเมื่อไปคบคนพาล ท่านก็คายความดีให้คนพาล เมื่อไปคบบัณฑิตท่านก็คายความดีให้บัณฑิต คบคนโง่ ท่านก็คายความดีให้คนโง่ คบคนฉลาดท่านก็คายความดีไว้ให้คนฉลาด ตลอดไปจนถึงบ้านใดเมืองใด ท่านก็คายความดีไว้ในบ้านนั้นเมืองนั้น เหตุนี้เมื่อพระองค์เสด็จไปอยู่ ณ ที่ใด จึงไม่มีภัย มีแต่ลูกหลานญาติมิตรห้อมล้อมไปหมด ท่านจึงกล่าวว่า “วิสาสา ปรมา ญาติ” ถ้าถือเป็นญาติกันอย่างนี้ก็ย่อมปลอดภัย มี

การสนิทกันทางกาย ไปมาหาสู่เยี่ยมเยียนกัน สนิททางวาจาก็มีการทักทายปราศรัย ถามทุกข์สุขซึ่งกันและกัน สนิททางใจก็เมตตาช่วยเหลือเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน นั้นแหละเรียกว่า **กายความดี** ของตน ผู้นั้นจะไปกินข้าวบ้านไหนก็กินได้ จะไปนอนบ้านใครก็นอนได้ ไม่มีคนรังเกียจ ญาติมิตรสหายทั้งหลายก็ย่อมจะช่วยป้องกันภัย และช่วยเหลือทุกสิ่งทุกประการ นี่แหละเป็น**ตัวธรรม** ๙

8. เหตุนั้น เราจึงควรเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในความดีเช่นพระองค์บ้าง ใครจะทำดีหรือทำชั่วให้แก่เรา เราก็แผ่เมตตาให้เขาร่มเย็นเป็นสุข นั้นแหละเรียกว่า **“จิตเป็นธรรม”** กล่าวทางปรมัตถ์ก็เรียกว่า **“จิตเป็นกลาง”** คือ ใครจะรักใครก็อย่าให้จิตมันรักเขามากจนเกินไป จะเกลียดใครก็อย่าให้เกลียดเขามากนัก ปรับปรุงความรักความเกลียดให้พอดีพองาม อย่ารักจนหลงหรือเกลียดจนไม่ยอมมองดูหน้า รักแต่พอปานกลาง เกลียดก็แต่พอปานกลาง พอประสานสมานคุณงามความดีต่อกันได้ ทำเช่นนี้ คนที่เกลียดเราอยู่บ้างก็จะรักเรา คนที่รักเราอยู่บ้างก็จะสงสารเรา อย่างนี้เรียกว่า**ทำความเป็นกลาง** ตั้งอยู่ใน**ธรรม** คือ กำจัดความชั่วมองออกไปจากจิตใจ ๙

9. **“ธรรม”** นั้น เปรียบเหมือนน้ำฝนในอากาศ เมื่อตกลงมาแล้วก็ย่อมยังความสกปรกในพื้นที่พื้นดินให้สะอาดได้อย่างหนึ่ง 2. ยังต้นไม้และต้นหญ้าทั้งหลายให้สดชื่น 3. เป็นน้ำดื่มบริโภคแก่คนและสัตว์แก้ความหิวกระหาย 4. เป็นเครื่องระงับดับไฟให้บรรเทาความร้อน เหตุนั้น**คุณของธรรมะจึงยังคนให้สะอาดร่มเย็นเป็นสุข** คือดับเพลิงกิเลสเสียได้ไม่ให้ลุกลาม เมื่อใครเขาจะทำให้เราเกลียด แต่เราก็ไม่เกลียด เขาจะทำให้เราโกรธ เราก็ไม่โกรธ หรือจะทำให้รักให้หลง เราก็ไม่รักไม่หลงไปตามเขา ธรรมะไม่ใช่เป็นของคนโน้นหรือของคนนี้ เมื่อใครนำไปปฏิบัติให้เกิดมีในตน บุคคลนั้นก็ย่อมมี**อิสรภาพ** ๙

10. ทีนี้จะได้กล่าวถึงคุณ **“พระสงฆ์”** คุณพระสงฆ์ภายนอกนั้น ได้แก่คุณภาพ พระสงฆ์ที่โคนมม นุ่งเหลืองนั้น ไม่ใช่พระสงฆ์ตัวจริง ตัวจริงได้แก่ ดวงจิตที่บริสุทธิ์ ชื่อ**สัตย์สุจริต** นั้นแหละชื่อว่า **“พระสงฆ์”** เรียกว่า **“สงฆ์”** ส่วนสงฆ์ภายนอกนั้น ย่อมมีทั้งดีและไม่ดีที่เป็นโจรเป็นขโมยก็มี การทำความดีให้เกิดขึ้นในตนนั้นแหละเป็น**คุณธรรม** กล่าวคือ **“สุปฏิปันโน”** ผู้ที่ทำความดีตั้งมั่นอยู่ในอารมณเดียวเป็นปฐมฐาน **“อุสุปฏิปันโน”** ทำใจให้เที่ยงตรงไม่โอนเอียงไปในฝ่ายชั่ว คือ ทุจริต **“อสุปฏิปันโน”** ทำจิตให้ละเอียดประณีตสูงขึ้นไปอีกเป็น**คฤหัสถ์** **“สามเณร”** ทำจิตให้คล่องแคล่วขึ้นไปกว่านั้นอีกเป็น**จตุตถภูมิ** อย่างนี้เรียกว่า บำเพ็ญอยู่ใน**กรรมฐาน** ทำจิตสันดานให้ผ่องใสสงบบจากนิวรณ์ธรรม ไม่เอียงไปข้างหน้า ไม่โอนมาข้างหลัง ไม่เหลียวมาทางซ้าย ไม่แลไปทางขวา เป็น**มัชฌิมาปฏิปทา** ทำจิตของตนให้อยู่ใน**พุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ** อย่างเดียว ๙

11. ความอึดของร่างกาย ย่อมเกิดได้ 2 ทาง คือ 1. ทางกาย ได้แก่อาหารที่เราบริโภคเข้าไป มีข้าว น้ำ เป็นต้น 2. ทางใจ ได้แก่การเจริญกายคตาสติ อาหารทั้งหลายซึ่งเป็น “ปุ๋ย” ของร่างกาย ก็จะเกิดประโยชน์แก่ตัวเราได้เต็มที่ ถ้าใครไม่เจริญกรรมฐานอาหารนั้นก็จะให้ความเจริญแก่ร่างกายเพียง 30 เปอร์เซ็นต์เท่านั้น ถ้าใครหมั่นพิจารณา พลิกแพลง แก่ไข ปรับปรุง ในธาตุขันธ์อายตนะของตนให้ดี ก็จะเปรียบเหมือนกับเชื้อไฟให้ลูกไฟลง เพราะธาตุทั้งหลายที่คูกกันอยู่นี้ ถ้าใครมีสติพิจารณาค้นคว้าดูกายคตาสติให้ตลอดทั่วทั้งตัวแล้ว ผู้นั้นก็จะรู้เรื่องของร่างกายได้ดีและมีความสุข ยิ่งความอึดกายให้บังเกิดขึ้น ธาตุทั้งสี่คือธาตุดินก็จะเต็ม ธาตุน้ำก็จะเต็ม ธาตุไฟก็จะเต็ม ธาตุลมก็จะเต็ม ไม่มีอาการบกพร่องเหมือนกับไฟที่เราเชื้อขึ้น ก็ย่อมจะเกิดความสุขสว่าง สุขสงบก็จะมีขึ้น เจ้าบาปกรรมทั้งหลายก็จะหายสูญ บุญก็จะไหลเข้ามาแทนที่ สามารถจะนั่งอยู่ได้นาน ๆ ตั้งหลายชั่วโมง ก็ไม่มีอาการปวดเมื่อย คนนั้นก็จะมีการล้างกายเข้มแข็ง ดวงจิตของเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราปล่อยไปตามรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธรรมารมณ์แล้ว ก็จะเหมือนกับมิดที่ไปถูกน้ำกรด มันย่อมจะเป็นสนิมขึ้นมา และใช้การอะไรไม่ได้ ฉันทิด ถ้าเราปล่อยใจไปตามคนไปตามโลกภายนอกแล้ว ความดีก็ย่อมจะหายสูญไปหมด เหตุนี้ท่านจึงให้สังวรดวงใจของตนให้เป็นเอกัคคตารมณ์ ดวงจิตก็จะหยุดเที่ยวไปในสัญญาต่าง ๆ จิตนั้นก็จะอึด คนที่เที่ยวไปในสัญญาอารมณ์นั้นคือดวงจิตที่หิวโหย จึงต้องไปเที่ยวแสวงหาอาหาร ส่วนคนที่ไม่เที่ยวไปในสัญญาอารมณ์ ดวงจิตนั้นก็เกิดกำลัง มีความอึด มีความสุขสบาย ดวงใจนั้นก็ได้พัก คือ สงบจากสัญญาทั้งปวง เมื่อมีความสงบแล้ว ก็ย่อมจะสบาย สว่าง และมีสติปัญญา เมื่อมีปัญหาแล้วก็นำปัญญานั้นมาชำระดวงใจของตนให้พ้นจากอาสวะทั้งหลาย ดวงใจนั้นก็จะไม่ต้องอาศัยรูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ ไม่ต้องอาศัยธาตุทั้งสี่ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม แต่ก่อนนี้ธาตุทั้งสี่มันเป็นคนใหญ่คนโตมโหฬาร แต่พอใจของเราแก่ขึ้นแล้ว เราก็จะเห็นว่าธาตุทั้งสี่เสมอเหมือนกับเด็กเท่านั้น และดวงใจก็จะปล่อยวางร่างกายเสียได้ไม่ยึดถือ ไม่ยึดมั่นในรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ว่าเป็นของตน ดวงจิตนั้นก็เปรียบเหมือนไปลอยอยู่กลางแจ้ง ไม่ต้องอาศัยอะไรเลย ใครทำจิตได้อย่างนี้ก็จะเท่ากับมีเครื่องเพชรทองประดับตัว เราก็จะพ้นไปจากกองทุกข์ จิตก็จะเหมือนกับเพชรเม็ดใหญ่โตทีเดียว คือ พุทธรัตน ธรรมรัตน และสงฆรัตน ก็จะปรากฏอยู่ภายในใจ ผู้นั้นก็จะหายจากความยากจน จะอยู่ในโลกนี้ก็มีความสุขจะย้ายไปอยู่โลกอื่นก็มีความสุข ฯ

อบรมสมาธิตอนบ่าย

1. การเจริญสมาธิ เปรียบเหมือนการชูดบ่อเพชร ร่างกายเปรียบเหมือนก้อนหินใหญ่ สติเปรียบเหมือนกับจอบหรือเสียม ถ้าใครไม่ทำจริง ๆ คือชูดั้น ๆ เพียงผิว ๆ หรือชูดตรงนั้นบ้าง ตรงนี้บ้าง ไม่ชูดลงไปทีเดียวแห่งเดียวแล้ว ชูดทั้งวันทั้งเดือน บ่อนั้นก็จะไม่ลึกถึงแค่หัวเข่า ถ้าเราตั้งใจชูดลงไปเฉพาะที่เดียวจริง ๆ แล้ว บ่อนั้นก็ต้องลึกลงไป ๆ ทุกที จนกระทั่งไปพบก้อนหินใหญ่ แต่คนโง่พอไปพบก้อนหินเข้าก็จะวางจอบวางเสียมทิ้งเปิดหนีเลย (ได้แก่คนที่นั่งสมาธิ พอมีอาการปวดเมื่อยก็ทนไม่ได้) ส่วนคนฉลาดเมื่อพบก้อนหินก็ยิ่งจะชูดเขาจะลงไป ๆ จนเลยพ้นไปจากก้อนหินนั้น แล้วเขาก็จะได้พบก้อนเพชรอันมีค่า ซึ่งติดอยู่ภายใต้ก้อนหินนั้น ถ้ายังเป็นโคตรเพชรด้วยแล้ว ก็จะต้องนั่งกินนอนกินไปจนตายทีเดียว ๕

2. คนเราที่เกิดมานี้ ทุกคนย่อมมีหนี้เวรกรรมอยู่ในโลกมากมายนัก คือ 1. เป็นหนี้บิดามารดาที่เอาเลือดเนื้อของท่านมาใช้ 2. เป็นหนี้สัตว์สาราสัตว์ที่บริโภคเลือดเนื้อของเขาเข้าไปตั้งแต่เล็กจนโตมานี้ เรากินกุ้ง หมู ปู ปลา เป็ด ไก่ ควาย วัว เข้าไปเท่าไร ถ้าคิดถึงพวกกุ้ง พวกปลาแล้วก็นับกันเป็นข่ง ๆ ที่เดียว ถ้าคิดถึงเป็ดไก่แล้วก็นับกันเป็นล้าน ๆ หมูก็นับเป็นสิบ ๆ ตัวขึ้นไป ทั้งนี้ก็โดยซื้อหาจากการกระทำอันเป็นบาปของผู้อื่นบ้าง บางทีก็เป็นด้วยการกระทำของตนเอง โดยจงใจฆ่าเขามากิน ซึ่งทั้งนี้ก็ล้วนเป็นหนี้เวรกรรมเขาอยู่ทั้งนั้น เพราะสัตว์ทั้งหลายย่อมไม่มีตัวใดยินดีที่จะให้ชีวิตของตนแก่ใครด้วยความเต็มใจเลย ล้วนแต่ถูกบังคับข่มเหงใจให้มาเป็นอาหารทั้งนั้น แล้วเมื่อเรากินเลือดเนื้อของเขาเข้าไปแล้ว ก็ยังมาตู่ว่าเป็นเลือดเนื้อของเราเสียอีก แท้จริงก็ล้วนแต่เป็นเลือดเนื้อของผู้อื่นทั้งสิ้น ดังนี้ จึงเรียกว่า เราเป็นหนี้เขาอยู่ และถ้าเราไม่สร้างความดีไว้ใช้หนี้เหล่านี้แล้ว พอคับขันสิ้นท่านอนหายใจครอก ๆ ตาหลับไม่ลืม ลืมไม่หลับเมื่อไร นั่นแหละเขาจะพากันมาทวงหนี้ของเขาละ คนเราเวลาที่มีสมบัติติดกรรมบ้านเรือนดี ๆ อยู่ เจ้าหนี้เขาก็ไม่ค่อยจะสนใจ แต่เขาก็มาคอยเก็บดอกเบี้ยอยู่เรื่อย ๆ ได้แก่การเจ็บป่วยเป็นนั่นเป็นนี่ อะไรต่ออะไรต่าง ๆ ซึ่งเขาก็ยังพอผ่อนผันให้เราบ้าง ยังไม่เรียกคืนคืนทั้งหมดทีเดียว แต่ถ้าเขาเห็นราย่อยยับอับจนจะหมดเนื้อหมดตัวไปเมื่อไร นั่นแหละเขาจะรวมกันมาฟ้องร้องเรียกทรัพย์สินของเขาคืนทันที คราวนี้ถ้าเรามีโคตรเพชรเม็ดใหญ่ (คือบุญกุศล) แล้วเราจะต้องไปกลัวอะไร ก็จับก้อนเพชรโยนทุ่มหว่านลงไปเลย เจ้าหนี้ต่าง ๆ ก็จะต้องหายเงียบ ไม่มีเสียง ๕

3. นี่ก็ได้แก่การที่เราสะสมบุญกุศลไว้มาก ๆ เมื่อถึงเวลาเจ็บไข้ เราก็จะได้ต่อสู้กับความทุกข์เวทนาได้ หรือเวลาจะตายเราก็ไม่ต้องทรมานทรมาย นอนหลับตาตายอย่างสบายเป็นสุข และเมื่อตายแล้วเราก็จะต้องได้ชาติภพที่ดีเป็นทีไป ไม่ต้องไปเสวยทุกข์ยากอยู่ในอบาย เหตุนั้น “บุญกุศล” นี้แหละจึงเป็นสมบัติที่เราจะใช้หนีเวรกรรมทั้งหลายได้ ฯ

ภาวนาบุญญกิริยาวัตถุ

วัดโศการาม, 7 พฤษภาคม 2501

ในการนั่งสมาธิ ให้คอยสังเกตดูว่า จิตใจของเราได้ตั้งอยู่ครบในองค์ภาวนาหรือไม่ การเจริญสมาธินั้น จะต้องประกอบพร้อมไปด้วยองค์ทั้ง 3 ประการ จึงจะนับว่าเป็นไปโดยถูกต้องตามหลักของการภาวนา ซึ่งจะเป็นเหตุให้เกิดผลสมบูรณ์ขึ้นได้ตามความปรารถนา องค์ของภาวนาที่กล่าวนี้ก็คือ

1. **วัตถุสมบัติ** หมายถึงที่ตั้งของดวงจิต กล่าวคือ ลมหายใจเข้าออก ซึ่งเราจะต้องคอยกำหนดรู้อยู่เสมอ ไม่ให้ใจออกแวกไปทางอื่น หรือจะเรียกอีกอย่างหนึ่ง ก็คือ “ฐาน” ซึ่งแปลว่า “หลัก” หรือ “ที่ตั้งแห่งการทำจิต” ๔

2. **เจตนาสมบัติ** ได้แก่ “ความตั้งใจ” คือ เมื่อเรากำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกแล้ว เราจะต้องมีสติจดจ่ออยู่เฉพาะแต่ลมหายใจอย่างเดียว โดยการระลึกคำว่า “พุท” ตามเข้าไปพร้อมกับลมหายใจเข้า และคำว่า “โธ” ตามออกมาพร้อมกับลมหายใจออก ทำอย่างนี้จนกว่าใจของเราจะนิ่งอยู่กับที่แล้ว เราก็ทิ้งคำภาวนาเสียได้ เมื่อใจนิ่งไม่ไปทางอื่นแล้ว สติก็จะแนบสนิทอยู่กับลมหายใจอย่างเดียว ไม่มีการพลาด การลืม การเผลอ นี่เป็นตัว “เจตนา” หรือที่เรียกว่า “กรรม” ๔

3. **คุณสมบัติ** ได้แก่ความฉลาดที่จะต้องรู้จักปรับปรุง แก้ไข และยับยั้งขยาลมหายใจของตนให้เป็นทีสบาย เช่นถ้าหายใจสั้นไม่สบาย ก็เปลี่ยนเป็นหายใจยาวสักหน่อย หรือถ้าหายใจยาวไปไม่สบายก็หายใจให้สั้นสักนิด สังเกตดูว่าหายใจยาว สั้น ช้า เร็ว อย่างไหนสบาย เราก็หายใจอย่างนั้นเรื่อย ๆ ไป เมื่อขัดข้องไม่สะดวกก็เปลี่ยนเสียใหม่ แต่อย่าไปเกร็งไปกัก หรือแข็งลม สะกดลมไว้ ต้องปล่อยให้หายใจไปตามสบาย การหายใจของเราจึงจะไปร่งโล่ง คล่องแคล่ว ไม่จุก ไม่แน่น ไม่อึดอัด เมื่อเป็นเช่นนี้ ความอึด ความเต็ม ความสุขเย็นก็จะบังเกิดขึ้นในดวงใจ ส่วนร่างกายก็จะพลอยได้รับความสุขไปด้วย นี่แหละคือตัว “บุญกุศล” ที่ท่านเรียกว่า “กุศล ฐมา” อันเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการปรารถนา ๔

เมื่อบุคคลใดได้มาฝึกหัดอบรมดวงจิตของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในหลักขององค์ภาวนาทั้ง 3 ประการนี้แล้ว ดวงจิตของบุคคลผู้นั้นก็จะมีอาการเชื่อง ว่อง่าย สอนง่าย ไม่ตื้อตึง เพราะจิตเกิดความฉลาดขึ้นก็จะรู้จักว่าอะไรเป็นความดีของเรา อะไรเป็นความไม่ดีของเรา อะไรเป็นเรื่องของคนอื่น อะไรเป็นเรื่องของตัวเอง ความเดือดร้อนวุ่นวายต่าง ๆ ก็จะไม่บังเกิดมีแก่บุคคลผู้นั้น เปรียบเหมือนกับวัวที่ฝึกหัดดีแล้ว ก็ยอมใช้การได้ดี เชือกที่จะผูกก็ไม่ต้องเปลี่ยน เจ้าของก็เบาใจ แม้จะปล่อยไปไหนตามลำพัง มันก็ไม่หนีหาย เมื่อไปแล้ว มันก็จะกลับคืนมาที่เก่าได้ เพราะมันรู้จักว่า ที่ใดเป็นคอกของมัน ที่ใดเป็นคอกของคนอื่น คนใดเป็นเจ้าของ คนใดไม่ใช่เจ้าของ สิ่งนั้นเป็นต้นหญ้า สิ่งนี้เป็นต้นข้าว มันก็จะไม่บุกรุกเหยียบย่ำเข้าไปกินข้าวในนาของคนอื่น อันเป็นเหตุที่จะให้เกิดการทะเลาะวิวาทขัดเคืองใจกัน ความสงบสุขก็จะมีแก่เจ้าของและคนเลี้ยง นี้อุปมาฉันใด ดวงใจของบุคคลเราก็คงเหมือนกัน เมื่อได้ฝึกหัดอบรมดีแล้ว ใจนั้นก็จะต้องไม่เพ่นพ่านไปตามสัญญาอารมณ์ภายนอกต่าง ๆ ซึ่งโดยปกติแล้วใจของเราก็มักไม่ใคร่จะชอบอยู่กับตัว กล่าวคือมันย่อมจะไหลไปในทางตาบ้าง ไหลไปทางหูบ้าง ไหลไปทางจมูกบ้าง ไหลไปทางลิ้นบ้าง และไหลไปในทางกายบ้าง ซึ่งแตกแยกออกไปเป็น 5 สาย เหมือนกับแควแม่น้ำทั้ง 5 ซึ่งมีได้รวมอยู่เป็นสายเดียวกัน กำลังแห่งแม่น้ำนั้นก็ย่อมน้อยลงไม่ไหลได้แรงเต็มที่ นอกจากดวงจิตของเราจะไหลไปตามทวารทั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะแล้ว มันยังจะไหลไปตามสัญญาอดีตบ้าง สัญญานาคตบ้าง มิได้ตั้งอยู่ในปัจจุบันแห่งเดียว เหตุนี้ดวงจิตจึงไม่มีความสงบ เพราะไม่มีเวลาได้พักผ่อน เป็นเหตุให้ขาดกำลัง เมื่อกำลังจิตเสื่อม กำลังกายก็ถอย ไม่สามารถในอันที่จะประกอบกิจการใด ๆ ให้สำเร็จได้ ไม่ว่าจะเป็นทางโลกและทางธรรม เปรียบเหมือนกับคนป่วย ซึ่งย่อมเป็นที่หนักใจของหมอและคนพยาบาล เพราะหมอก็คงต้องหมั่นมาตรวจดูอาการไข้ คนพยาบาลก็ต้องคอยระวังให้ยาให้อาหารให้ถ่ายอุจจาระ บัสสาวะ จะลูกนึ่งก็ต้องคอยอุ้มคอยพุง ต้องอดหลับอดนอนทั้งกลางวันกลางคืน ทอดทั้งไม่ได้ ส่วนผู้ที่ เป็นเจ้าของไข้ก็ต้องเดือดร้อนวิ่งเต้นหาเงินทองมารักษา พ่อแม่ญาติพี่น้องลูกหลานก็พากันหนักใจ ตัวเองก็ไม่ได้มีความสุข จะไปไหนก็ไม่ได้ จะทำอะไรก็ไม่สะดวก ขัดข้องเป็นทุกข์ไปทุกอย่าง ข้าวปลาอาหารก็กินไม่ได้ นอนก็นอนไม่หลับ เมื่อร่างกายเจ็บป่วยเช่นนี้ ผู้นั้นก็ย่อมขาดกำลัง นี้อุปมาฉันใด ดวงจิตของบุคคลซึ่งมิได้ตั้งอยู่ในความสงบนิ่ง ไหลไปตามสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ก็เปรียบเหมือนกับคนป่วย ย่อมขาดกำลังที่จะประกอบกิจการใด ๆ ให้สำเร็จได้ เพราะดวงจิตที่มิได้ฝึกหัดอบรมนั้น ก็จะเพ่นพ่านไปตามอำเภอใจ เป็นจิตที่ตื้อตึงว่าก็ไม่ได้สอนก็ไม่ฟัง เช่น บอกให้นอนมันจะนั่ง บอกให้นั่งมันก็จะเดิน บอกให้เดินมันก็จะวิ่ง บอกให้วิ่งมันก็จะหยุด จะบังคับบัญชาอะไรก็ไม่มีผล คราวนี้เจ้าตัวบาปอกุศลต่าง ๆ ก็จะพากันไหลตามเข้ามา กล่าวคือกิเลสอวิชชา ได้แก่ความโกรธ โลภ หลง เป็นต้น และนิวรณ์ธรรมทั้ง 5 ก็จะเข้ามาครอบครองแทรกสิงอยู่ในดวงใจของผู้นั้นดังที่เรียกว่าเปรตหรือสุรกายเข้ามาสิงอยู่ ผู้นั้นก็จะมีแต่ทุกข์ โทษ เดี๋ยวร้อนวุ่นวายด้วยประการต่าง ๆ ซึ่งเป็นเหตุนำความพินาศภัยมาสู่ตัวเจ้าของเอง เพราะดวงใจผู้นั้นขาดกำลังที่จะต้านทานหรือขับไล่อวิชชาให้ออกไปจากจิตของตนได้

พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า คนเราทั้งหลายที่เกิดมาโดยมาก ย่อมจะเป็นไปด้วยอาการอย่างนี้ จึงมีแต่ความทุกข์ไม่ปลอดภัย เหตุนั้น พระองค์จึงทรงสอนให้พวกเราทั้งหลายพากันสะสมกำลังกายและกำลังใจไว้เพื่อต่อสู้กับความทุกข์ยากต่าง ๆ กล่าวคือทรงสอนให้เจริญ สมาธิภาวนา เพื่อสร้างกำลังกายใจให้มั่นคงเข้มแข็ง สำหรับต่อต้านกับข้าศึกศัตรูที่จะเข้ามาย่ำยีบิดเบือนจิตใจของเรา การเจริญสมาธิก็คือการฝึกจิตให้มีความสงบนิ่ง เมื่อจิตได้มีความสงบนิ่งนาน ๆ เข้า ก็เกิดความสุข ต่อจากนั้นแสงสว่างก็จะบังเกิดขึ้น คือ “ปัญญา” ตัวปัญญานั้นแหละ เป็นตัวกำลังที่จะให้ดวงจิตของเรารู้จักต่อสู้กับเหตุการณ์ชั่วทั้งหลายได้ เพราะจิตฉลาดรู้เท่าทันในอารมณ์ทั้งหลายที่ผ่านเข้ามาทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ, รู้จักสัญญา อดีต อนาคต ปัจจุบัน รู้จักธาตุชั้นธรรมาสนะ รู้จักว่า อะไรดี อะไรไม่ดี อะไรควรคิด อะไรไม่ควรคิด อะไรเป็นของไม่จริง อะไรเป็นของจริง ฯลฯ เมื่อรู้เช่นนี้จิตก็จะชัดเจน เบื่อหน่าย ปล่อยวาง ปล่อยวางอารมณ์ต่าง ๆ ปล่อยวางความยึดถือในอัตภาพร่างกาย ปล่อยวางความยึดถือในสิ่งภายนอก ซึ่งล้วนแต่เกิดขึ้นจากความปรุงแต่ง หาสาระอันใดมิได้ ฯ

เมื่อจิตผู้ใดปลดปล่อยสัญญาอารมณ์ทั้งหลายได้แล้ว จิตของผู้นั้นก็มีความเบาสบาย เหมือนกับคนที่วางหอบ วางหัวลงแล้ว จะเดิน จะวิ่ง หรือจะกระโดดก็ย่อมทำได้คล่องแคล่ว จะนั่งหรือนอนก็เป็นสุข จะไปอยู่ในที่ไหน ๆ ก็สบาย เมื่อใจได้รับความสบาย ใจก็มีความอึดไม่หิวโหย มีความสุข เมื่อมีความสุขแล้วก็นอนหลับ เมื่อนอนหลับก็มีกำลัง จะประกอบกิจการในทางโลกก็ย่อมสำเร็จ ทางธรรมก็สำเร็จ ส่วนคนที่หิวนั้นก็เพราะไม่มีความอึด จึงเกิดการหิว เมื่อหิวแล้วก็โมโห แล้วก็หงุดหงิดไม่สบายใจ เมื่อไม่สบายก็เปรียบเหมือนกับคนที่เป็นโรคเป็นคนป่วย ย่อมขาดกำลังวังชา จะประกอบกิจการใด ๆ ก็สำเร็จได้โดยยาก ส่วนผู้ที่ฝึกหัดอบรมดวงจิตให้เป็นสมาธิจนมีความสงบเกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีความอึดเต็มไม่หิว เกิดพลังกำลัง 5 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา อันเป็นเหตุให้ก้าวขึ้นสู่ความดียิ่ง ๆ ขึ้นไป เมื่อจิตสงบเป็นจิตบริสุทธิ์ กายก็สงบเป็นกายบริสุทธิ์ด้วย ธาตุชั้นนี้ก็เป็นที่ไปด้วยความสงบ ไม่มีใครทะเลาะวิวาทกัน ร่างกายซึ่งประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 นั้นก็จะอาบไปด้วยบุญกุศล คือความบริสุทธิ์ ซึ่งไหลจากกระแสจิตไปตามธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม เปรียบเหมือนกับเทวดา 4 องค์มาสิงอยู่ คือธาตุดินก็มีเทวดารักษาองค์หนึ่ง ธาตุน้ำก็มีเทวดารักษาองค์หนึ่ง ธาตุไฟก็มีเทวดารักษาองค์หนึ่ง ธาตุลมก็มีเทวดารักษาองค์หนึ่ง เมื่อสิ่งใดมีผู้รักษา สิ่งนั้นก็ย่อมไม่สึกหรอ เหตุนี้ธาตุทั้ง 4 จึงมีแต่ความเจริญ ไม่มีความเสื่อม ก็เป็น สัมมัตถิธาตุ มีกำลังสามารถที่จะทนต่อความทุกข์ทรมาน เจ็บ ปวด เมื่อยต่าง ๆ ได้ ส่วนจิตที่มีกำลังสูงขึ้นสามารถต่อสู้กับความทุกข์ทรมานใจต่าง ๆ ได้ จิตก็จะยิ่งมีอำนาจแรงขึ้นทุกที เหมือนกับดินตะไคร้ที่เขาทำพลู หรือดอกไม้เพลิง เมื่อจุดไฟเข้าก็จะระเบิดดังและพุ่งขึ้นสู่อากาศได้สูงเต็มที่ ฯ

การเจริญสมาธิภาวนานี้ ก็เพื่อจะสะสมกำลังหรือเสบียงสำหรับที่จะเดินทางต่อไปข้างหน้า

กำลังหรือเสบียงนี้ก็คือบุญกุศล ถ้าใครมีกำลังมาก เเสบียงมาก ก็ย่อมจะเดินทางไปได้สะดวก จะไปโลกมนุษย์ โลกสวรรค์ พรหมโลก หรือพระนิพพานก็ได้ จะต่างกันก็แต่ช้าหรือเร็ว เท่านั้น คนที่มีเสบียงมาก มีกำลังมาก การเดินทางก็ย่อมสะดวก เพราะจะขึ้นรถหรือลงเรือก็ได้ ที่พักอาศัยก็ร่มเย็นสบาย อาหารการกินก็บริบูรณ์ การเดินทางไม่ต้องเหน็ดเหนื่อยเท่าใด นักก็สามารถไปได้ไกลและถึงที่หมายเร็ว ส่วนผู้ที่มีเสบียงน้อย มีกำลังน้อย ไม่สามารถจะขึ้นรถได้ก็ต้องเดินเท้าเปล่า เหยียบกรวดบ้าง เหยียบหนามบ้าง กรำแดด กรำฝนบ้าง ไม่มีที่พักอาศัยดี ๆ อาหารก็ไม่สมบูรณ์ อุดบ้างกินบ้าง การเดินทางก็ต้องเหน็ดเหนื่อยเนิ่นช้า กว่าที่จะถึงที่หมายก็อ่อนใจแทบหมดแรง แต่การเดินทางนี้ใครจะไปถึงช้าหรือเร็วก็ย่อมไปสู่จุดที่หมายอันเดียวกัน สมมุติว่าทุกคนต่างก็มุ่งหน้าจะเดินทางไปสู่กรุงเทพฯ คนที่เดินด้วยเท้าอาจไปถึงในเวลา 3 เดือน คนที่ขึ้นรถอาจไปถึงภายใน 3 วัน แต่คนที่ขึ้นเครื่องบินอาจไปถึงภายในเวลา 3 นาที เท่านั้น ๙

เหตุนี้เราทั้งหลายจงอย่าท้อใจในการทำความดี จงเร่งรีบสะสมกำลังคือ “บุญกุศล” ไว้ให้มาก เพื่อจะได้เป็นเสบียงและยานพาหนะที่จะส่งเสริมตัวเราให้เดินทางไปถึงจุดที่หมายได้เร็ว เมื่อไปถึงแล้วเราก็จะได้ประสบแต่ความร่มเย็นเป็นสุข การทำความดีในทางธรรม ถึงแม้จะไม่สามารถสำเร็จมรรค ผล นิพพานได้ในชาตินี้ ก็ยังเป็นปัจจัยให้ส่งผลต่อ ๆ ไปในภายภาคหน้าได้ ๙

ผู้ที่เจริญสมาธิเปรียบเหมือนกับคนที่กำลังขับรถเดินทางไป ผู้ใดมีความฉลาดรู้จักปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของรถให้เป็นไปด้วยดี ก็เท่ากับผู้นั้นได้เดินทางไปตามถนนที่ลาดยาง ราบรื่น รถก็จะแล่นไปได้โดยสะดวก หนทางไกลก็จะกลายเป็นใกล้ ส่วนผู้ที่ไม่มีความฉลาดใจกว้าง ไม่รู้จักปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของรถ ก็เปรียบเหมือนคนที่ขับรถไปตามถนนที่ขรุขระ เป็นหลุมเป็นบ่อ ลุ่ม ๆ ดอน ๆ บางทีก็สะพานขาด บางทีก็ดินพังทั้งนี้ก็ได้แก่การลืมนำเมล็ดดี ขาดสติ ปลื้มใจให้ตกไปในสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ บางทีก็อดทนบ้าง อดทนบ้าง ไม่ตั้งอยู่ในปัจจุบัน ผู้นั้นก็เปรียบเหมือนกับคนที่ไม่รู้จักร่อมแซมถนนหนทางของตน ไม่คอยดูสิ่งกีดขวางและอันตรายที่จะมีข้างหน้า เขาก็จะต้องขับรถไปไม่สะดวก ต้องหยุดซังกิดขัด ค้างแรมค้างเดือน หนทางไกลก็จะกลายเป็นใกล้ บางทีก็กลับมามาตั้งต้นใหม่อีกถอยหน้าถอยหลัง วกลงไปมาอยู่อย่างนี้ ผู้นั้นก็ไม่สามารถที่จะขับรถพาตนเองไปสู่จุดที่หมายได้ ๙

เหตุฉะนั้นเราทั้งหลายจงพากันตั้งใจจดจำคำบรรยายที่กล่าวมานี้ และนำไปคิดพิจารณาปรับปรุงแก้ไขจิตใจของตนดู หมั่นฝึกหัดอบรมให้เป็นไปโดยถูกต้องตามหลักขององค์ภาวนา ซึ่งเรียกว่า “ภาวนาบุญกิริยาวัตถุ” ดังที่อธิบายมานี้ ก็อาจจะประสบพบเห็นซึ่งความสงบสุขได้ตามความปรารถนา ได้แสดงมาในธรรมกถาแต่โดยย่อพอเป็นแนวทางที่จะให้เข้าใจในหลักของการภาวนา ก็ยุติลงเสมอเพียงเท่านี้.

วิมุตติธรรม

11 พฤษภาคม 2501

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมุทฺทสฺส
พุทฺธ ฐมฺมํ สจฺจํ นมามิ ฯ

วันนี้จักได้นำธรรมะมาบรรยายให้ฟังสักข้อหนึ่ง คือ เรื่อง “วิมุตติธรรม” เพื่อเป็นเครื่องสนับสนุนและส่งเสริมกำลังใจของพวกเราทั้งหลาย ให้ก้าวไปสู่ทางแห่งความดี คือ ความสงบ อันเป็นเหตุที่จะให้พ้นจากความทุกข์ทั้งปวง เพราะธรรมะนั้นเปรียบเหมือนน้ำที่ใสสะอาด เมื่อผู้ใดได้บริโภคดื่มกินหรือใช้อาบชำระล้างร่างกายของตนแล้ว ผู้นั้นก็ย่อมจะได้รับความสดชื่นอัมเิบ และเยือกเย็นทั้งกายใจ ฉะนั้นขอให้พวกเราพากันตั้งใจสดับรับฟัง และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติ ก็จักเกิดประโยชน์ คือ จะเป็นเครื่องชำระล้างมลทินโทษแห่งตัวเราเอง ให้กลายเป็นผู้บริสุทธิ์สะอาด ปราศจากเวรภัยและความทุกข์ทั้งปวงได้ ฯ

คนเราทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ ย่อมจะต้องประสบกับความทุกข์ภัยพิบัติ และความยุ่งยากด้วยประการต่าง ๆ ถึงจะอยู่ในโลกก็ตาม หรืออยู่ในธรรมก็ตาม ก็ยังไม่พ้นไปจากความทุกข์ เพราะทุกข์เป็นของประจำโลกประจำตัวทุกรูปทุกนาม เมื่อใดเราพ้นไปจากโลก ไม่กลับมาเกิดอีกนั้นแหละเราจึงจะพ้นไปจากทุกข์ ฉะนั้นเราจึงควรจะต้องศึกษาให้รู้จักวิธีกำจัดทุกข์ ว่าความทุกข์ทั้งหลายเกิดมาแต่อะไร และทำอย่างไรเราจึงจะพ้นไปจากทุกข์ เหล่านี้ได้

ความทุกข์ทั้งหลายย่อมเกิดมาแต่เหตุ เมื่อเรารู้จักเหตุ เราก็จะรู้จักวิธีกำจัดทุกข์ได้ เหตุของความทุกข์นั้นก็ย่อมเกิดจากตัวของเราเอง คือเครื่องกังวลใจต่าง ๆ ที่สะสมรุมรอบอยู่ในตัวเรา ดวงใจที่ไม่มีอิสระภาพ ต้องตกเป็นทาสของสิ่งอื่น ตัวอย่างที่จะเห็นได้ง่าย ๆ เช่นเวลาที่เราหนีออกจากบ้านมาถึงวัด เราจะรู้สึกว้า จิตใจของเราค่อยปลอดโปร่งเบาขึ้น และมีความสุขมากกว่าเวลาที่เรายู่ในบ้าน นั่นเป็นเพราะเหตุไร? ก็เป็นเพราะใจของเราได้ปลดปล่อยภาระและกิจการบ้านอันเป็นเครื่องกังวลใจต่าง ๆ เสียได้ชั่วคราว แต่ความสุขนั้นไม่ใช่สุขเหมือนกับที่เราได้เข้าไปนั่งอยู่ในโรงหนังหรือโรงละคร เป็นความสุขสงบเย็นที่ปราศจากเรื่องเดือดร้อน

กังวลใจต่าง ๆ ถ้าเรามาวัดแต่ใจของเรายังมีความห่วงใยในภาระทางอื่นหรือเรื่องราวทางบ้านอยู่ ไม่สามารถจะสละละวางได้ ใจของเราก็กังขังไม่มีความสุข ฉะนั้นถึงเราจะมาอยู่ที่วัด แต่ใจยังหมกมุ่นอยู่กับการงานของโลก จิตใจของเราก็กังขังเป็นทุกข์ เพราะหาความสงบพักผ่อนแห่งจิตมิได้ เรียกว่าใจยังตกเป็นทาสเขาอยู่ ไม่มีความสุขอิสระ ฯ

ความทุกข์ของคนเรานั้นมีอยู่ 2 อย่าง คือ ทุกข์อย่างทาส กับทุกข์อย่างผู้ดี ทุกข์อย่างทาส นั้นเป็นทุกข์ทางโลก คือตกเป็นทาสของกิเลสตัณหา ซึ่งเปรียบเหมือนกับนายจ้างที่โหดร้ายทารุณ ไม่มีความเมตตาปรานีแก่ผู้ที่รับใช้การงาน คือมีการบังคับขู่เข็ญ ให้ทำงานตลอดทั้งกลางวันกลางคืน ไม่มีเวลาได้พักผ่อนหลับนอน อำนาจของกิเลสเป็นเช่นนี้ ส่วน ทุกข์อย่างผู้ดีนั้น เป็นความทุกข์ในทางธรรม เป็นความทุกข์ในทางศาสนา ได้แก่การที่เรายอมตัวเข้ามาเป็นทาสของ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราจะต้องรับใช้ท่านด้วยความสุจริตกาย วาจา ใจ เป็นทุกข์เบา ๆ ไม่ร้ายกาจทารุณ เพราะบุคคลที่ใช้เรา คือ พระพุทธเจ้า นั้น ท่านเป็นลูกกษัตริย์ มีพระนิสัยอ่อนโยนสุภาพ และท่านเป็น “อริยะ” อริยะ แปลว่า ผู้เจริญแล้ว หรือผู้ทรงคุณธรรม ท่านเป็นผู้ดี ธรรมดาศาของผู้นั้น ก็ย่อมมีเมตตาจิต ท่านจะให้การงานอะไร ก็รู้จักใช้เป็นเวลาไม่พรั่นเพรื่อ มีเวลาให้ได้พักผ่อนหลับนอน และหาความสงบใจได้บ้าง แต่ถึงกระนั้นก็ดี เราก็กังขังไม่มีอิสระ เพราะยังถูกท่านใช้ให้ทำงานอยู่ เรายังต้องอยู่ภายใต้บังคับบัญชาของท่าน จึงยังไม่พ้นไปจากทุกข์ได้ ตัวอย่างสั้น ๆ เช่น เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพานได้ 7 วัน ก็มีผู้ที่เลื่อมใสในพระองค์พากันเศร้าโศกเสียใจว่า ต่อนี้ไปเมื่อพระองค์ไม่มีพระชนม์อยู่แล้ว ใครเล่าจะมาเคี่ยวเข็ญว่ากล่าวให้เราทำตอย่างนั้นอย่างนี้อีก นี่ก็แสดงให้เห็นว่า บุคคลเหล่านั้นยังต้องพึ่งพาอาศัยพระพุทธเจ้าอยู่ เมื่อไม่มีพระองค์แล้วก็พากันละเลิก ท้อถอยไม่ประกอบความดีได้ ต้องอาศัยอยู่ในบังคับบัญชาของผู้อื่น แล้วจึงจะทำคุณงามความดีแก่ตัวเองได้ สิ่งนี้เป็นการผิด พระพุทธเจ้าไม่ประสงค์ให้คนเราอาศัยคนอื่น สิ่งอื่นเป็นสรณะที่พึ่ง แม้จะเป็นการพึ่งพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ท่านก็ยังไม่ทรงสรรเสริญว่าเป็นความดีแท้ พระองค์ต้องพระประสงค์ให้บุคคล มีตนของตนเองเป็นที่พึ่ง คือ “อตุตาหิ อตุตโน นาโถ” ไม่ต้องอาศัยอิงผู้อื่น ให้มีตนของตนเป็นหลัก มีตนของตนเป็นใหญ่ เป็นอิสรภาพ ไม่ต้องขึ้นแก่ใคร นี่แหละจึงจะพ้นจากความเป็นทาส และมีความสุขได้ ฯ

การเป็นทาสของผู้ดี หรือเป็นทาสทางธรรม คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ นี้ก็คือท่านใช้ให้เราทำ ทาน ศีล และภาวนา อันเป็นบุญกุศล ที่จะให้บังเกิดมีขึ้นในตนของตน การทำทานก็ยังคงเป็นทุกข์ เหนื่อยยาก เพราะต้องชวนหาทรัพย์สิ่งของมาทำบุญทำกุศลต่าง ๆ รักษา ศีล ก็ต้องมีการเสียสละ กาย วาจา ในอันที่อยากจะทำจะพูดอะไร ๆ ตามความพอใจ ทั้ง 2 อย่างนี้เป็นการทำประโยชน์และรักษาประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นมากกว่าตัวเอง แต่การเจริญ สมาธิภาวนา นั้นเป็นการเสียสละวัตถุภายใน ได้แก่จิตใจที่เป็นโทษ อันตกไปในบาป

อกุศล ทำใจให้บริสุทธิ์ตั้งมั่น ทำใจให้เป็นใหญ่เป็น “อธิปัตติปัจจัย” คือเป็นอิสรภาพในตนเอง อย่างนี้เรียกว่า “ปฏิบัติบูชา” ในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญยิ่งกว่า “อามิสบูชา” อามิสบูชานั้นแม้ผู้ที่ใช้ให้ทำจะมีส่วนได้ส่วนแบ่งในการทำของเขา แต่ก็ไม่ทรงสรรเสริญยิ่งกว่าปฏิบัติบูชา ซึ่งผู้ที่ใช้ให้ทำมิได้มีส่วนได้ส่วนแบ่งในการทำของเขาเลย เป็นประโยชน์เฉพาะตัวผู้ที่ถูกใช้ให้ทำอย่างเดียวนั่น แต่พระองค์ทรงก็พอพระทัยในสิ่งนี้ เพราะการปฏิบัติจิตใจให้ถึงซึ่งความบริสุทธิ์ เป็นทางที่จะทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติพ้นจากความทุกข์ พระองค์มีพระเมตตากรุณา หวังจะช่วยรื้อสัตว์ชนสัตว์ให้พ้นไปจากกองทุกข์ทั้งหลาย เหตุนั้น พระองค์จึงทรงสอนให้พวกเราพากันเจริญภาวนา เพื่อทำดวงจิตให้หลุดพ้นจากความเป็นทาสกิเลสของโลก

เมื่อเรามาเข้ามาในสายของศาสนา คือยอมตัวเป็นทาสในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์แล้ว แต่จิตใจของเรายังมีเครื่องกังวลอยู่ เราก็กังวลใจไม่ได้ การเป็นทาสเปรียบเหมือนเป็นลูกหนี้เขาอยู่ คนที่เป็นลูกหนี้เขานั่นย่อมไม่มีอิสระในดวงใจ ต่อเมื่อเราได้หาเงินไปชำระเจ้าหนี้เขาได้หมดสิ้นเมื่อใด นั่นแหละใจของเราจึงจะเป็นสุข มีความอิสระ หมดความยุ่งยากกังวลใจ หรือเราผ่อนหนี้ใช้เขาได้มากเท่าใด เราก็จะได้รับความสุขใจเบาใจมากขึ้นเท่านั้น นี้อุปมาฉันใด ถ้าบุคคลเรามาละความกังวลใจในเรื่องราวต่าง ๆ เสียได้ ความสงบก็จะบังเกิดขึ้นในดวงจิต บุคคลนั้นก็จะพ้นจากความเป็นทาสของกิเลสตัณหา มีความสุขใจ เพราะความสงบเป็นเหตุให้พ้นจากความทุกข์ เหตุนั้นพระองค์จึงทรงสอนให้พวกเราพากันฝึกหัดอบรมจิตใจให้เป็นสมาธิ เกิดความสงบ คือบำเพ็ญความดีให้เกิดมีขึ้นในตนเองของตน กล่าวคือ บุญกุศลอันเป็นบ่อเกิดแห่งอริยทรัพย์ เพื่อจะได้เป็นการชำระหนี้สินของตัวเราเองให้หมดสิ้นไป ความเบาสบายก็จะบังเกิดขึ้นแก่ผู้นั้น ภาระและความทุกข์ทั้งหลายก็จะปลดปล่อยไปจากใจ อันจะก้าวไปสู่ความเป็นอิสระได้โดยสมบูรณ์ ๔

ความทุกข์ในทางธรรม ก็คือใจที่ข้องอยู่ในกามวิตก กามวิตกนี้มีอยู่ 2 อย่าง คือ “กุศลวิตก” และ “อกุศลวิตก” อกุศลวิตกก็คือใจที่ตรึงนึกคิดไปในทางไม่ดี คิดในความโลภ โกรธ หลง เกี่ยวกับสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งอดีต อนาคต นี้เรียกว่าใจที่ตกเป็นทาสของกิเลส ส่วนกุศลวิตกนั้นก็คือใจที่คิดไปในทางที่ดีในเรื่องที่เป็นบุญเป็นกุศล บุคคลจะต้องพยายามละวิตกทั้ง 2 อย่างนี้ มิให้มีขึ้นในดวงใจ ผู้นั้นก็จะก้าวพ้นจากความเป็นทาสได้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้เจริญสมาธิภาวนา อันประกอบด้วย “บุญกิริยาวัตถุ” มีองค์ 3 เหมือนเชือก 3 เส้นที่เราควั่นให้รวมเป็นเกลียวเดียวกัน มิได้แตกแยกออกไปเป็นคนละทาง บุญกิริยาวัตถุที่กล่าวนี้ก็คือ

1. วัตถุสมบัติ ได้แก่การนึกถึงลมหายใจเข้าออกเป็นจุดหมาย
2. เจตนาสมบัติ ได้แก่การมีสติกำหนดรู้ในลมหายใจด้วยการระลึกถึงพุทธานุ ธรรมคุณ และสังฆคุณ น้อมตามเข้าไปด้วย
- เช่นที่เราภาวนาว่า “พุทโธ” ตามเข้าออกพร้อมกันไปกับลมหายใจเป็นต้น
3. คุณสมบัติ คือความฉลาดรอบคอบในการเดินหน้า ถอยหลัง และตั้งอยู่ หมายถึงการตัดสัญญา อดีต

อนาคต ให้จิตตั้งอยู่ในปัจจุบัน ถอยหลังได้แก่สัญญาอดีต เดินหน้าได้แก่สัญญาอนาคต ทำใจให้คล่องแคล่วสะดวกสบาย ทำกายให้เป็นสุข ดังคำบาลีที่ว่า “อติตฺตํ นานวาคเมยฺย นปฺปฏิกงฺเข อนาคตํ ปจฺจุปฺปนฺนญฺจ โย ธมฺมํ ตตฺถ ตตฺถ วิปสฺสตี”^๑ ซึ่งแปลความว่า “บุคคลปล่อยสัญญาอดีตอนาคต ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ปัจจุบันได้แล้ว บุคคลนั้นก็ย่อมจะถึงซึ่งความสุขได้” ๕

นอกจากนี้การเจริญสมาธิจะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติอีก 4 ประการ คือ 1. ฉันทะ พอใจในเหตุแห่งความสงบ คือความสุขกาย สุขจิต อันเกิดแต่ลมหายใจของตน 2. วิริยะ ความพากเพียรในการทำเหตุแห่งความสงบ คือเพียรระงับดับนิวรณ์ธรรม อันเกิดจากสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ให้ขาดจากใจ เป็น “ปหานกิจ” เพียรทำความเจริญในการมีสติตั้งมั่นในปัจจุบันไม่ลืมนั่นไม่ผลอ เป็น “ภาวนากิจ” 3. จิตตะ สนใจอยู่ในความสงบแห่งกายและจิตซึ่งตนได้รับอย่างเดียว ไม่คิดในสิ่งอื่น 4. วิมังสา มีความฉลาดรอบคอบในการสำรวจตรวจดูในกิจการซึ่งตนกระทำว่าจะจะเป็นไปโดยถูกต้อง สะดวกสบาย หรือขัดข้องประการใด ถ้าไม่ดีก็แก้ไขดัดแปลงให้ดี มีความรอบคอบในการเดินหน้า ถอยหลัง และตั้งอยู่ เมื่อจิตของผู้ใดประกอบพร้อมไปด้วยคุณสมบัติอันเป็นอิทธิบาททั้ง 4 นี้แล้ว จิตของผู้นั้นก็จะต้องมั่นอยู่ในสมาธิและเจริญขึ้นเป็นลำดับจนก้าวขึ้นสู่ปฐมฌาน มีวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตารมณ์ ผู้นั้นก็จะได้เลิกละออกจากใจได้ขาดเป็นห่วง ๆ ถึงแม้จะยังละไม่ได้เด็ดขาดทั้งหมด แต่พระพุทธเจ้าก็ยังทรงสรรเสริญ เพราะผู้นั้นมีหนทางที่พอจะดำเนินต่อไปให้พ้นจากความทุกข์ได้ ๕

การที่จะชำระหนี้สินของตัวเราให้หมดไปได้นั้น ก็คือการทำพื้นที่นา 4 ไร่ของเราให้เกิดผลงอกงาม ได้แก่การทำธาตุทั้ง 4 ในกายตัวเราให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ ด้วยการเจริญเมตตาภาวนา ใช้ลมบริสุทธิ์เข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกายทุกส่วน เมื่อใจบริสุทธิ์ กายสบาย ก็เท่ากับพื้นที่นาหรือที่สวนของเรานั้น มีฝนและน้ำหล่อเลี้ยงต้นข้าวงอกงามดี คือสมาธิของเราตั้งมั่น ยังดวงจิตให้เข้าสู่ปฐมฌาน เป็นต้น “วิตก” นั้นก็ได้แก่การคิด “วิจารณ์” ได้แก่การไตร่ตรองหาข้อพิพาท “ปีติ” ก็เหมือนกับต้นไม้มงคลของเราออกชื่อ “สุข” เป็นตุ้มและบานขยาย “เอกัคคตา” ผลของมันก็เกิดตามมาจากสูงเหลือมีรสหวาน ซึ่งเมล็ดในของมันยังสามารถที่จะคุมโคตรแข่งศัตรูของมันเป็นไปได้ทั้งหมดด้วย คือภายในเมล็ดของมันนั้นย่อมมีทั้งลำต้น กิ่งก้านและดอกใบรวมอยู่ด้วยกันทั้งสิ้น เมื่อผู้ใดนำไปเพาะมันก็จะแตกเป็นต้นเหมือนกับพืชพันธุ์เดิมของมัน ฉะนั้น ผู้ที่เจริญสมาธิจิตเข้าสู่ปฐมฌาน ย่อมจะบังเกิดอุปเพนิวาสญาณ ระลึกชาติกำเนิดของตนที่ล่วงมาแล้วได้ นับเป็นหลาย ๆ ชาติก็มี ซึ่งดีบ้างเลวบ้างต่าง ๆ กัน อันเป็นเหตุให้ยังความดีใจบ้างเสียใจบ้าง ทั้งนี้จึงเป็นเหตุทำให้สลดใจเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย จิตจางในชาติภพของตน จิตก็จะปล่อยวางความยึดถือในตัว ในตน ในรูป ในนาม ปล่อยวางในสัญญาอารมณ์ อดีต อนาคต ทั้งดีและชั่ว ตั้งจิตเป็นกลางอยู่ในอุเบกขาสมาธิ พยายามทำความเพียรเจริญจิตให้แก่กล้าจนบรรลุใน

ฉานสูงขึ้นเป็นลำดับ ผู้นั้นก็จะตัดชาติภพความเกิดของตนให้สั้นเข้าน้อยเข้าทุกที นับตั้งแต่เป็น
โสดาบันขึ้นไปก็มาเกิดในมนุษย์โลกอีก 7 ชาติ เป็นสกิทาคาก็มาเกิดอีก 1 ชาติ เป็นอนาคา
ไปเกิดในสุทธาวาส เมื่อจิตก้าวขึ้นสู่โคตรภูญาณข้ามจากโลกียะไปสู่โลกุตตระ จิตก็จะวิมุตติหลุดพ้น
จากกิเลสอาสวะเข้าถึงพระนิพพานเป็นที่สุด นี่เป็นการใช้หนี้หมดไม่มีเหลือ สมดังคำบาลีที่
กล่าวว่า “วิมุตตสุมี วิมุตตมิตี ญาณ โหติ, ขีณา ชาติ, วุสิตํ พุรหมจริย” ซึ่งแปลความว่า
“เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ย่อมมีความรู้ว่ เรามีจิตหลุดพ้นแล้ว สิ้นชาติ อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ฯ”

เหตุนี้จึงควรพากันสนใจปฏิบัติขัดเกลาจิตใจของตน ๆ เพื่อให้หลุดพ้นจากเครื่องกังวลใจ
อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ความสงบเย็นเป็นสุขผ่องแผ้ว ก็จะบังเกิดมีขึ้นในดวงใจเหมือนคนที่
ได้เปลี่ยนหนี้สินและการะรุงรังต่าง ๆ ออกจากตน บุคคลนั้นก็ย่อมจะมีอิสรภาพ ก้าวพ้นจากความ
ทุกข์ทั้งปวง ดังพรรณนามา ด้วยประการฉะนี้ ฯ

กุศลจิต และ อกุศลจิต

18 พฤษภาคม 2501

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
พุทฺธ รมฺม สงฺฆ นมามิฯ

วันนี้จักได้แสดงธรรมะอันเป็นเครื่องจูงใจพุทธบริษัททั้งหลายให้ดำเนินไปสู่แนวทางแห่งความสันติสุข เพราะความสุขเป็นสิ่งที่ทำให้เยือกเย็น ร่มรื่น ชื่นบาน ฉะนั้นความสุขจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการปรารถนา แต่ความปรารถนาของบุคคลเรานั้น บางทีก็เกินไปตามความต้องการ บางทีก็เกินไปในทางที่ตรงกันข้าม ทั้งนี้ก็เพราะบุคคลนั้นมีได้รู้จักว่า อันใดเป็นตัวความสุข อันแท้จริง เหตุฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงทรงสอนให้เราทั้งหลายได้รู้จักตัวสุขและทุกข์ทั้ง 2 ตัวนี้ไว้ เพื่อจักได้ปฏิบัติจิตใจของตนให้ดำเนินไปในทางที่ถูกต้องสมบูรณ์ตรงกับจุดประสงค์ที่ตนมุ่งมาดปรารถนานั้นๆ

ธรรมะซึ่งจะนำบุคคลให้ไปสู่ความสุขและความทุกข์นี้ก็คือ “กุศลธรรม” กับ “อกุศลธรรม” กุศลธรรมเป็นธรรมฝ่ายขาว เรียกว่า “สุกกุศลธรรม” เป็นความสุขเย็น ร่าเริง ที่จะผลัดกันดวงจิตของบุคคลให้ไปสู่ที่เจริญ คืออย่างต่ำก็ได้แก่โลกสวรรค์ อย่างสูงสุดก็ถึงพระนิพพาน ส่วนอกุศลธรรม เป็นธรรมฝ่ายดำ เรียกว่า “กามกุศลธรรม” เป็นความเศร้าหมองขุ่นมัว ซึ่งจะผลัดกันดวงจิตบุคคลให้ลงสู่ที่เสื่อม มีนรกและอบายเป็นต้น เหตุฉะนั้นผู้แสวงหาความดีความสุขจึงควรจะต้องหลีกจากอกุศลธรรมด้วยประการทั้งปวง ผู้นั้นจึงจะมีสุคติเป็นที่ไป ถ้าผู้ใดไม่รู้จักหลีกเสี่ยงเสียจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว ผู้นั้นก็ต้องเดินก้าวไปสู่ทุคติโดยไม่ต้องสงสัยฯ

ในร่างกายของคนเรานี้ย่อมแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนหนึ่งได้แก่ธาตุทั้ง 4 ซึ่งประกอบกันขึ้นเป็นรูปร่างกาย เรียกว่า “รูปธรรม” อีกส่วนหนึ่งเป็นธรรมแต่อย่างเดียว คือ ตัวจิต เรียกว่า “นามธรรม” ตัวจิตนี้ได้แก่ “เจตสิกธรรม” หรือจะเรียกว่า “มโน” ที่แปลว่า “ใจ” ก็ได้ ฉะนั้น สัตว์ที่มีใจสูงจึงเรียกว่า “มนุษย์” ซึ่งแปลมาจากคำว่า “มโน” นี้เองฯ

คนเราที่เกิดมานี้ จะสุขหรือทุกข์ จะดีหรือชั่วก็ย่อมขึ้นอยู่กับที่ “ใจ” ตัวเดียว ฉะนั้นใจจึงเป็นใหญ่เป็นประธาน เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในร่างกายเพราะจิตใจเป็นของถาวร และเป็นผู้รับผิดชอบในความดี ความชั่วทั้งหลาย ส่วนร่างกายนั้นไม่มีส่วนได้ส่วนเสียในสุขในทุกข์ และไม่มีส่วนรับผิดชอบในการกระทำดีทำชั่วของบุคคลใดเลย ทั้งนี้เพราะอะไร? ก็เพราะร่างกายของคนเรานี้ไม่ใช่ของถาวร เป็นของสูญเปล่า ที่ว่าสูญเปล่านั้นก็หมายความว่า ร่างกายของคนเรานี้พอปราศจากลมหายใจแล้ว ธาตุทั้ง 4 ก็แยกแตกสลายออกจากกัน กลับคืนไปสู่สภาพเดิมของมัน คือส่วนใดที่เกิดจากธาตุดินก็กลับไปเป็นดินตามเดิม ส่วนใดที่เกิดจากธาตุน้ำ ก็กลับไปเป็นธาตุน้ำตามเดิม ส่วนใดที่เกิดจากธาตุไฟและธาตุลม ก็กลับไปเป็นธาตุไฟและธาตุลมตามเดิม ไม่มีตัวมีตน ไม่มีผู้หญิง ผู้ชาย ไม่มีดีมีชั่ว ดังนั้นท่านจึงกล่าวว่า “รูป อนิจจัง” รูปไม่เที่ยง มีความเสื่อมแปรปรวนไป เป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ และเป็น “อนตตา” ไม่มีตัวตน เป็นของสูญเปล่า และบังคับบัญชาไม่ได้ คือไม่ยอมอยู่ในอำนาจของผู้ใดทั้งหมด เช่นเราอยากจะไม่ให้มันแก่ ไม่ให้มันเจ็บ ไม่ให้ตาย มันก็ไม่ยอมเป็นไปตามความปรารถนาของเรา มันจะต้องเป็นไปโดยอาการเกิด เสื่อม ดับสลายตามสภาพความปรุงแต่งของธรรมชาติ ทุกรูป ทุกนาม แต่ร่างกายของเรานี้จะว่าเป็น “อนตตา” ไปเสียทั้งหมดก็เดี๋ยวก็นี่ไม่ได้ เพราะส่วนที่เป็น “อตตตา” ตัวตนอยู่ในบังคับบัญชาของเราได้ก็มี เช่นเราต้องการจะให้เดิน มันก็เดิน ต้องการให้นอน มันก็นอน ต้องการให้กินข้าว มันก็กินข้าว ต้องการให้อาบน้ำ มันก็อาบน้ำ ฯลฯ อย่างนี้เรียกว่าเราบังคับบัญชาได้ ดังนั้นร่างกายจึงเป็นทั้ง “อนตตา” และ “อตตตา” แต่อย่างไรก็ดี ทั้ง 2 ส่วนนี้ย่อมมีความเป็นไปเสมอภาคกันหมด คือ เป็นของสูญเปล่า ไม่รับผิดชอบในความดีความชั่วทั้งหลาย เช่นใครจะทำความดีความชั่ว หรือสร้างบุญกุศลให้มากมายสักเพียงไร ร่างกายนี้ก็ไม่มีส่วนได้ส่วนดีด้วย เมื่อตายแล้วก็เป็นที่เท่าเทียมกันหมด หรือใครจะไปทำความชั่วชั่วเลวทราม ร้ายกาจสักเพียงไร ร่างกายก็ไม่มีส่วนรับผิดชอบในบุญบาปนั้น ๆ ไม่รับผิดชอบในความสุขหรือความทุกข์ของผู้ใดทั้งสิ้น เมื่อใครกระทำดีหรือชั่ว ผลแห่งความดีและความชั่วนั้นย่อมจะขึ้นอยู่กับดวงจิตของผู้กระทำนั้นอย่างเดียว ความสุขหรือความทุกข์ก็ดี ย่อมไม่ขึ้นอยู่กับกาย ตัว “จิต” เป็นผู้รับผิดชอบในการกระทำทั้งหลาย และเป็นผู้เสวยผลแห่งกรรมของตนเองด้วย เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้บุคคลพากันชำระดวงจิตของตนให้บริสุทธิ์สะอาด เพื่อจักได้ดำเนินไปสู่ความสุขในภายหน้า

การชำระจิตให้บริสุทธิ์นี้เราจะชำระได้ด้วยอะไร? การชำระจิตให้บริสุทธิ์ เราจะชำระได้ด้วย “บุญกุศล” คือ บำเพ็ญบุญกุศลให้เกิดมีขึ้นในจิตใจของตน ได้แก่การเจริญ “สมาธิภาวนา” ตัดสัญญา ความโลภ โกรธ หลง ที่มีอยู่ในดวงใจให้หมดสิ้นไป ได้แก่ตัว “นิรณธรรม” ต่าง ๆ มีกามฉันทะ พยาบาทะ ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุกกุจจะ และวิจิกิจฉา เป็นต้น เหล่านี้ล้วนแต่เป็นเครื่องที่นำดวงจิตของเราให้เศร้าหมองทั้งสิ้น เมื่อดวงจิตเศร้าหมองแล้ว จิตนั้นก็ย่อมเป็นทุกข์และเดินทางไปสู่ความมืด เพราะจิตเป็นผู้เสวยผลของกรรมที่ตนกระทำนั้น

กรรม ขั้วของคนเรา จำแนกออกเป็น 3 ตัว ตัวที่ 1 จำเหมือนเวลากลางคืน คือมืดมืดหมด ไม่มีแสงสว่างเลย กรรมตัวที่ 2 จำเหมือนเมฆ คือมีมืด มีสว่างเป็นพัก ๆ เหมือนพระจันทร์ที่บางครั้งก็สว่างไสวดี บางคราวก็มีเมฆมาบังก็มีมืดมัวไป กรรมตัวที่ 3 จำเหมือนกับหมอก คือมืดคลุ้มไปหมดทั้งกลางวันและกลางคืน ดวงจิตของคนเราเหมือนกับแสงพระจันทร์หรือแสงพระอาทิตย์ ไม่มีวันหยุดยั้งตั้งอยู่ กลางคืนก็เป็นแสงจันทร์ กลางวันก็เป็นแสงอาทิตย์ ย่อมจะหมุนเวียนอยู่ในอาการอย่างนี้ ทั้งวัน ทั้งคืน มนุษย์เราซึ่งเกิดอยู่ในรัศมีของดวงอาทิตย์และดวงจันทร์ ก็ย่อมหมุนเวียนไปตามอาการของโลก ดวงจิตของเรานั้นเรียกว่า “มนุษย์โลก” เพราะคนเรามีความหมุนเวียนไปด้วยอาการยีน เณร นักรบ อยู่เสมอ ส่วน “โอกาสโลก” ก็คือพื้นแผ่นดิน ซึ่งมีอาการหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะ คือมีกลางวัน กลางคืน มีฤดูร้อน ฤดูหนาว และฤดูฝน เป็นต้น เมื่อเปรียบเทียบกับร่างกาย ร่างกายก็คือ “โอกาสโลก” เพราะบางครั้งก็สว่างไสวดี บางครั้งก็มีมืดมัวอัดอั้นตันใจ เหตุนี้ท่านจึงว่า “รูป อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา” รูปนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ส่วนดวงจิตคือ “มนุษย์โลก” เมื่อดวงจิตมาอาศัยอยู่ใน “โอกาสโลก” มนุษย์จึงพลอยหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไปตามโลกด้วย บางคราวก็หมุนไปมืด บางคราวก็หมุนไปสว่าง คือขณะใดที่ใจได้มารำพึงถึงพุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ ก็ย่อมจะก่อให้เกิดแสงสว่างในตน คือ “บุญ” ส่วนบุคคลใดไม่สนใจในคุณพระพุทธรูป ธรรม และพระสงฆ์ ดวงจิตมีแต่หนาไปด้วยไกรธ โลภ หลง ก็ย่อมจะพากันป้ายหน้าไปทางที่มืดซึ่งเปรียบเหมือนเวลากลางคืน คนหลงนั้นก็คือคนหลับ ธรรมดาคนหลับย่อมอยู่ในที่มืด ที่มืดก็มีแต่ความหลับอย่างเดียว ผู้ใดมองเห็นแสงสว่าง คือ พุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ ก็จะเป็นเหตุกำจัดเสียซึ่งราคะ โทสะ และโมหะ ผู้นั้นก็จะเดินพ้นจากที่มืดไปสู่ที่สว่างได้

กรรม ตัวที่ 3 คือ “อวิชชา” จำเหมือนกับหมอกที่มาปกคลุม ปิดบังดวงจิตผู้นั้นไว้ คือ ความไม่รู้จักอารมณ์ที่เป็นอดีต อย่างหนึ่ง ความไม่รู้จักอารมณ์ที่เป็นอนาคต อย่างหนึ่ง และความไม่รู้จักอารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน อย่างหนึ่ง เป็นเหตุให้ดวงจิตนั้นกังวลอยู่ในอดีต อนาคต และปัจจุบัน ไม่มีความตั้งมั่นอยู่กับที่ จิตนั้นก็จะไม่มีความแน่นอน นี่ท่านเรียกว่า “อวิชชา” ตัณหาก็ย่อมเกิด เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ทั้งหลาย

การที่เราจะกำจัดเมฆหมอกได้ ก็ต้องอาศัยการเจริญกรรมฐาน กำจัดสัญญา อดีต อนาคต ให้มองเห็นเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาเสีย เห็นรูปนามก็เป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เห็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็เป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ไม่มีอดีต อนาคต ปัจจุบัน จิตก็จะพ้นไปจากเมฆหมอกคือ “นิวรณ์ธรรม” เข้าสู่แสงสว่างได้

คนเรามี 2 ประเภท อย่างหนึ่งเปรียบเหมือนคนตาดีที่เกิดมาในโลก มองเห็นแสงสว่าง ทั้งกลางวันและกลางคืน จะประกอบกิจการสิ่งใดก็สำเร็จเป็นบุญเป็นกุศล บางคนไม่สร้าง

กุศลจิตให้เกิดขึ้นในตนเลย ก็เปรียบเหมือนกับคนตาบอด ถึงแม้จะมีแสงอาทิตย์แสงพระจันทร์ส่องสว่าง แต่ก็ต้องมีตาแต่กำเนิดตลอดชีวิตเพราะดวงจิตมืดมน เหตุนี้ท่านจึงสอนให้เราพากันขยับขยายถ่ายเทจิตใจออกไปเสียจากความมืด ดังคำบาลีว่า “กณฺหํ ธมฺมํ วิปฺปหาเย สุกฺกํ ภาวเถ ปณฺชิโต” แปลว่า “บัณฑิตย่อมละกรรมดำเสียและยังกรรมขาวให้เจริญ” หมายความว่าผู้ฉลาดย่อมใช้แสงสว่างเป็นประโยชน์แก่ตนได้ทุกเมื่อ เช่นกลางคืนก็พากันได้พักผ่อนหลับนอน กลางวันก็ทำการงาน ได้ชื่อว่ารู้จักหาความสุขให้แก่ตน คนที่มีแสงสว่างในตน จะใช้ประกอบกิจการใด ๆ ก็ย่อมสำเร็จได้ตามความปรารถนา จะต้องการบำเพ็ญทาน ศีล หรือ ภาวนา ก็ทำได้ เปรียบเหมือนกับคนที่มีตาดี ถ้าเป็นคนตาบอด ก็ย่อมทำได้ไม่สมบูรณ์ ตัวอย่างเช่นคนที่เข้าวัดฟังธรรม ถึงจะทำบุญกุศลมากมายเพียงไร แต่ใจของตนยังเป็นคนร่อนเร่สัณฺจฺรไปในที่ต่าง ๆ ก็เปรียบเหมือนมดหมกปิดบัง คือตัว “นิรณธรรม” นี้อง ซึ่งเราเรียกว่า “อกุศลธรรม” ก็ได้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้เรามาบำเพ็ญสมณกรรมฐาน ตั้งจิตให้อยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ให้เห็นว่าพุทฺธคุณเป็นอันหนึ่ง ธรรมคุณเป็นอันหนึ่ง และสังฆคุณเป็นอันหนึ่ง เช่นในบาลีมีว่า “พุทฺโธ ธมฺโม สงฺโฆ จาติ นานาโหนตฺตมฺปิ วตฺตฺโต, อญฺญมมญฺญาวิโยคา ว เอกํภูตมฺปนตฺตโต” เป็นต้น ซึ่งแปลว่า ถึงใครจะเห็น พุทฺธคุณเป็นอันที่ 1 ธรรมคุณเป็นอันที่ 2 และสังฆคุณเป็นอันที่ 3 ก็ตามแต่เราเห็นว่าเป็นอันเดียวกัน ฉะนั้น เมื่อทำใจให้เที่ยงตรงเป็น “พุทฺธะ” ตัวเดียวแล้ว ดวงจิตก็จะเป็น พุทฺธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณด้วย สมาริของเรา ก็จะเป็นไปโดยถูกต้องฯ

เหตุนี้ จงพากันละอกุศลจิตเสีย และชำระดวงจิตของตนให้ผ่องแผ้ว บริสุทธิ์ ความสว่างไสวก็จะบังเกิดมีในใจของตน บุคคลใดได้ปฏิบัติดังกล่าวมาแล้ว ก็จะถึงซึ่งความสุขโดยไม่ต้องสงสัย สมกับคำบาลีที่ว่า “จิตฺเต สงฺกิลิฏฺเฐ ทฺถคฺคิ ปาฏิภฺงฺขา จิตฺเต อสงฺกิลิฏฺเฐ สฺสคฺคิ ปาฏิภฺงฺขา” ซึ่งแปลความว่า “เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทฺถคฺคิ เป็นหวังได้, เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สฺสคฺคิ เป็นหวังได้ฯ”

บรรยายมาในจิตกถาว่าด้วย “กุศลจิต” และ “อกุศลจิต” ก็ยุติลงเพียงเท่านี้

“ธรรมะที่ประกอบด้วยเหตุ เปรียบเหมือนเมล็ดข้าวที่มีทั้งเปลือก ทั้งข้าวสาร ทั้งแกระบ และทั้งรำ ส่วนธรรมะที่ประกอบด้วยผล ย่อมเปรียบเหมือนกับข้าวสุกที่เราหุงต้มสำเร็จแล้ว”

พระสุทธธรรมรังสี

(แสดงธรรมที่วัดป่าคลองกุ้ง, จันทบุรี)

พุทธวิชา

วัดอโศการาม 26 พฤษภาคม 2501

(บันทึกโดย อุบาสิกา อรุณ อภิวัฒนา)

บัดนี้ จักได้แสดงธรรมะอันเป็นเครื่องจูงใจพุทธบริษัททั้งหลาย ผู้แสวงหาความสุขในทางธรรม ให้ดำเนินไปสู่จุดที่หมายโดยทางอันถูกต้อง ซึ่งเป็นหลักสำคัญในพระพุทธศาสนา ผู้ปฏิบัติจิตใจเพื่อหวังมรรคผลนิพพานนั้น ถ้าไม่มีการอบรมศึกษาให้เข้าใจในหลักธรรมดาของโลกลแล้ว ก็มักจะเดินไปผิดทาง หรือมีฉะนั้นก็จะเวียนวนไม่ถึงจุดที่หมายได้ ฉะนั้นถ้าใครต้องการสิ้นทุกข์จริง ๆ แล้ว ก็ควรจะพากันสำเหนียกศึกษาในตัวของตัวเองว่า เรามีหลักอะไรจะเป็นที่พึ่งอันแท้จริงของตัวเอง การสำเหนียกเช่นนี้ควรจะให้มีความเสมอ ๆ ดังเช่นพระองค์ทรงกล่าวว่า “สุวาสุขาโต ภควตา ธมฺโม ชลย” ซึ่งแปลว่า ธรรมะที่พระองค์ทรงแสดงไว้ดีแล้ว ผู้ปฏิบัติย่อมเห็นได้ รู้ได้เฉพาะตัว ให้ผลไม่มีกาล ไม่มีเวลา คือเมื่อใครต้องการความสำเร็จก็ต้องสำเร็จ ใครไม่ต้องการความสำเร็จ ก็ไม่สำเร็จ แต่การที่จะสำเร็จหรือไม่สำเร็จนั้นก็เกี่ยวข้องด้วยเหตุ เหตุ นั้นคือหลักยืนตัว ประการหนึ่ง และหลักสนับสนุน ประการหนึ่ง หลักยืนตัวนั้น คือเป็นของคงที่ตามธรรมชาติ เรียกว่า “ธรรมฐิติ” หลักสนับสนุนคือ การศึกษาอบรม ซึ่งเป็นทั้งดีและไม่ดี เพราะฉะนั้น การปฏิบัติของคนเราจึงโอนเอียงเหมือนต้นสนกลางแจ้งที่ไหวไปตามกระแสลม ถ้าหลักยืนตัวไม่เกิดขึ้นแล้ว ก็ยังหาอะไรเป็นที่พึ่งไม่ได้ เพราะการศึกษาอบรมเป็นเพียงเครื่องอุปถัมภ์เท่านั้น

ฉะนั้น จึงควรสำเหนียกในตัวของตัวเองว่า “เรามีหลักอะไรเป็นที่พึ่งในตัวได้หรือยัง” ถ้ายังพึ่งคนอื่นสิ่งอื่นอยู่ ก็เป็นที่พึ่งของตนเองยังไม่ได้ การศึกษาอบรมก็คืออาศัยเป็นเพียงเครื่องสนับสนุนเท่านั้น เปรียบก็เหมือนกับ “ปุ๋ย” ที่นำมาใช้ใส่โคนต้นไม้ ถ้าหมดกำลังแห่ง “ปุ๋ย” ต้นไม้นั้นก็จะจมดินเป็นขี้เถ้า แม้ พระพุทธเจ้า ก็เช่นเดียวกัน เมื่อหมดอำนาจแห่งสรีระแล้ว ก็เป็นธาตุทั้งสี่ พระธรรม เมื่อหมดอำนาจก็เป็นตัวหนังสือที่ติดอยู่บนแผ่นกระดาษหรือใบลานแล้วก็ผุไป พระสงฆ์ เมื่อหมดอำนาจก็ถึงมรณภาพ ฉะนั้นการพึ่งสิ่งเหล่านี้ จึงเป็นได้เพียงอาหารเบา ๆ ว่าง ๆ เท่านั้น แต่คนโดยมากไปสำคัญผิดว่าเป็นที่พึ่งอันแท้จริง ฉะนั้นจึงเข้า

ใจว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นั้นแหละ ที่จะชน ลาก จุด ดึง ให้พวกเราไปถึงสวรรค์ นิพพาน อันนี้ก็เป็นของจริงส่วนหนึ่ง แต่ก็ไม่จริงส่วนหนึ่ง ส่วนที่จริงก็คือ เป็นเชื้อสายความดี ที่จะให้เรายึดเพื่อดำเนินตาม ส่วนไม่จริงก็คือ ไม่ใช่สิ่งที่ทำให้เราสำเร็จมรรคผลนิพพาน ได้ เพราะความสำเร็จอยู่ที่การกระทำ คือการประพฤติปฏิบัติ

ประเด็นที่สำคัญก็คือ เราจะต้องสำเหนียกตนของตนว่า “เราต้องการอะไร” เมื่อเราต้องการสิ่งนั้นจริง ก็ต้องเป็นความสำเร็จทุกอย่าง แต่การไม่สำเร็จก็มาจากตนเอง เช่นถ้าเราต้องการเป็นมหาเศรษฐี ก็ต้องได้เป็นมหาเศรษฐี เราต้องการจะเป็นขอกทานก็ต้องได้เป็นขอกทาน อากาสำเร็จหรือไม่สำเร็จย่อมมาจากตัวของเราเอง คือมาจากเหตุที่อยู่ในขอบเขตคุณธรรมของเราในแหละ คือเมื่อใครปฏิบัติถูกต้อง ก็ต้องสำเร็จ อาศัยหลักยืนตัวซึ่งมีอยู่ในโลก และหลักสนับสนุนเป็นเครื่องชี้แนวทาง หลักสนับสนุนได้แก่ บัญญัติ ซึ่งเกิดจากนักปราชญ์บัณฑิต หลักยืนตัว คือ ธรรมจิติ มาจากหลักธรรมชาติ การสำเร็จมรรคผล นิพพาน มาจากธรรมจิติ

ตัวอย่างพระพุทธเจ้าของเรา และพระปัจเจกพุทธเจ้านั้น ท่านเกิดมาก็ไม่มีพระพุทธเจ้าองค์ใดมาสั่งสอน แต่พระองค์อาศัยการผ่านพบจากนักปราชญ์บัณฑิต และสดับพระธรรมจากพระพุทธเจ้าองค์ก่อนๆ มีเป็นนิสัยติดตัวมาเลยกระตุ้นเตือนใจให้มีจิตใจสูงเป็นธรรมดา อีกข้อหนึ่ง พระองค์ทรงเห็นโทษในโลกโลภีย ซึ่งหนาแน่นไปด้วยกิเลสตัณหา และการเกิด แก่ เจ็บ ตาย พระองค์ก็ทรงเบื่อหน่าย จึงปรารถนาทำพระองค์ให้พ้นไปจากทุกข์นี้ เพราะคนเรานั้น ถ้ายังมีการเกิด - ตายอยู่แล้ว ถึงแม้จะมีปีกบินไปมาได้ ก็ย่อมไม่หายทุกข์ ถ้าไม่มีการเกิด - ตายแล้ว แม้จะคลานสี่ขาจะเดินดินก็ไม่มีความทุกข์ ฉะนั้นพระองค์จึงทรงละเพศฆราวาส เสด็จออกไปแสวงหาความสงบวิเวกตามลำพังพระองค์ และทรงบำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญา จนสำเร็จเป็น พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อพระองค์สำเร็จแล้ว ยังมีพระนิสัยอีกอันหนึ่ง คือ พระมหาเมตตา ได้ทรงโปรดแสดงธรรมให้พระประยูรญาติ และสัตว์โลกทั้งหลายให้พ้นทุกข์ด้วย

การบำเพ็ญศีล เรียกว่า “เมตตาภาวนากรรม” เมื่อเมตตาภาวนากรรมเกิดขึ้นแล้วก็มีการสงเคราะห์ด้วยวาจา และน้ำจิต เมตตาภาวนากรรมนั้น เป็นเหตุให้คนทั้งหลายจะต้องมีการตอบแทน พระองค์ คือ รักใคร่ เคารพ และให้อำนาจ เมตตาที่ยังแยกออกไปอีกเป็นสอง คือ โลภัตถจริยา และ ญาติัตถจริยา

โลภัตถจริยา คือ เมตตาว่างกว้างแผ่ออกไปทั่วโลก ไม่เลือกสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ญาติัตถจริยา พุดง่าย ๆ ก็คือการสงเคราะห์ญาติ เพราะธรรมดาคณเราต้องมีพ่อแม่ พี่น้อง ปู่ย่า ตายาย บุคคลเหล่านี้ก็ต้องมีลูกมีเต้า หลานเหลน เขยสะใภ้ สืบต่อกันออกไปอีก ความเมตตาก็ขยายออกไปตามสายสัมพันธ์เหล่านั้นทางกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม ความเมตตานี้ย่อมขยายออกไปจากตนของตนเอง ซึ่งเป็นที่พึงแก่ตนเองได้แล้ว จึงสามารถแผ่ออกไปเป็นที่พึงของคนอื่นด้วย เพราะเมื่อตนเป็นที่พึงของตนเองได้แล้ว ความดีนั้นค่อย ๆ ขยายไป ๆ แผ่ไปในตัวของมันเอง มีสายถึงดูดยายถ่ายเทไปในตัว ญาติหรือมิใช่ญาติก็ตาม เมื่อมีนิสัยใจคอ

อยู่ในเครือเดียวกันแล้ว ก็แผ่ไปได้ตลอด ขยายทางวจีกรรมก็ช่วยว่ากล่าวตักเตือน ทางมโนกรรมก็ไม่โกรธเกลียดวิจารณ์วิชา มีการเสียสละ ในส่วนใดควรช่วยด้วยจิตใจ พระองค์ก็ทรงแผ่ไปเป็นนิมิต แต่การจะเผยแผ่ความดีไปในหมู่ชนทั้งหลายโดยกว้างขวางนั้น พระองค์ทรงดำริเห็นว่าไม่สะดวกในการครองเพศมรณวาส จึงได้ตัดสินพระทัยออกบวชในพระศาสนา โดยที่ทรงเห็นว่าเมื่อเป็นกษัตริย์อยู่ก็มีทั้งความดีและความชั่ว เพราะธรรมชาติของโลก มีการถือชาติตระกูล นี่จึงเป็นเหตุให้แบ่งชั้นวรรณะ แบ่งกลุ่มก้อน ไม่เป็นความเสมอภาคกัน เมื่อความแบ่งเกิดขึ้นในโลกเช่นนี้ จึงเป็นการขยายความดีได้ยาก ฉะนั้นพระองค์จึงได้ทรงปลีกตัวออกจากเครือญาติทั้งหลาย ชาติจากสกุลของโลก

ดังที่พระกรรมวาจาจารย์ได้ถามผู้ที่มาขออุปสมบทว่า “มารดาบิดาของท่านอนุญาตมาแล้วหรือยัง” นาคก็ได้ตอบว่า “อนุญาตแล้ว” เพราะตนได้หนีจากขอบโลกีย์มาบวชแล้ว มิได้อยู่ในสกุลใด ๆ ทั้งหมด ก็ย่อมขาดกระเด็นจากชาติ ภาษา สกุล และบวชแล้วก็อย่าไปจุ่นจ้านในสกุลนั้น ๆ ด้วย ฉะนั้นเมื่อพระองค์ออกบวชแล้ว จึงเสด็จหนีมาอยู่ตามลำพังพระองค์เดียว และก็ทรงศึกษาหาความจริงในข้อธรรมะ จะพบบัญญัติหรือไม่พบก็ตาม พระองค์ทรงค้นพบในตัวของพระองค์เอง โดยมิได้พึงทรัพย์ พึ่งชาติ ญาติสกุลใด ๆ ทั้งหมด อุตฺตมพระองค์อยู่ในข้อปฏิบัติอย่างเดียวกันเท่านั้น ชั้นแรกพระองค์ไปทรงศึกษาในครูทั้งหกนั้น ก็ไม่ทำให้พระองค์เชื่อได้สักอย่างเดียว

อาจารย์คนที่ 1 คือ **ครูจกฺขุ** (ตา) มันก็หลอกไปในอาการต่าง ๆ เป็นต้นว่ารูปนั้นสวย รูปนี้ไม่สวย รูปนั้นดี รูปนี้ไม่ดี ก็เป็นเหตุให้ตาไปกระซิบกระซาบในดวงใจ ตาก็ทำให้เราหกละเมนแทนเท่ เพราะไม่เห็นไปในหลักธรรมดา คือรูปอะไร ๆ มันก็เหมือนกันหมด ไม่ว่าจะเป็นก หนู คน สัตว์ ต้นไม้ เทวาลัย ฯลฯ มันต่างกันไปเพียงลักษณะเท่านั้น แต่อาการของมันย่อมเหมือนกันหมด คือมีเกิดขึ้น เสื่อม แล้วก็ดับไป เป็นไปตามหลักธรรมดา

อาจารย์คนที่ 2 คือ **ครูโสต** (หู) ครูคนนี้ได้มีอยู่ 2 หู แต่มันก็กลายเป็น 4 หู จึงเกิดความยุ่งยากขึ้นอีก คือหูซ้ายมันก็ฟังทั้งดีทั้งชั่ว หูขวามันก็ฟังทั้งดีทั้งชั่ว เป็นเหตุให้เกิดสัญญาวิปลาส มีการสำคัญชั่วว่าเป็นดี สำคัญดีว่าเป็นชั่ว ที่เป็นจริงสำคัญว่าไม่จริงที่ไม่จริงสำคัญว่าจริง ดังนั้นจึงเรียกว่า “ครูโสต” มันก็หลอกหลวงอีก พระองค์จึงทรงตัด “ครูตา” และ “ครูหู” ออกเสียแล้ว ก็เลื่อนไปศึกษากับ

อาจารย์คนที่ 3 คือ **ครูมานะ** (จมูก) เจ้าครูคนนี้ได้มีอยู่ 2 ช่อง แต่แล้วก็กลับแตกออกเป็น 4 ช่องอีก คือบางทีกลิ่นหอมก็ชอบ บางทีกลิ่นหอมไม่ชอบ กลิ่นไม่หอมกลับชอบ แล้วเข้าไปกระซิบกระซาบดวงจิตให้สำคัญผิดอีก ถ้าเราสามารถจะถ่ายภาพตามดวงจิตได้แล้ว ตามันก็จะเหลือกโปน หูก็กางใหญ่ จมูกก็จะบานกว้าง เมื่อสามครูนี้ใช้ไม่ได้แล้ว พระองค์ก็เลื่อนไปศึกษากับ

อาจารย์คนที่ 4 คือ **ครูชีวกา (ลัน)** เจ้าครูปากคนนี้ก็ยิ่งยุ่งยากมากภาระใหญ่ ถ้าเป็นทหารก็ต้องเรียกว่า “กองพลธิการ” ที่เดียว คือ 1. อาศัยต้องกินอาหาร 2. การพูดร้อยแปดประการ มันก็ต้องพูดไปต่าง ๆ นานา พูดดีก็ชอบ พูดไม่ดีก็ชอบ บางทีพูดดีไม่ชอบ พูดไม่ดีก็กลับชอบ เจ้าปากเดียวลันแต่นี้ ก็แตกออกไปเป็น 4 อีก นอกจากนี้แล้ว เมื่อไม่พูดมันก็จะกินขึ้นมาอีก บางทีคนนั้นได้กิน คนนี้ไม่ได้กิน คนนี้กินน้อย คนนั้นอดกิน คนนี้เหลือเกิน โทษภัยอย่างนี้ก็เป็นสิ่งที่กีดกันมรรคผลนิพพานอีก คราวนี้พระองค์ก็เลื่อนไปศึกษากับอาจารย์คนที่ 5 ซึ่งสำเร็จรูปมาจากธาตุทั้ง 6

อาจารย์คนที่ 5 คือ **ครูกายา (กาย)** ครูคนนี้มีธาตุไม่เสมอภาคกัน ก็เกิดมีอาการร้อนบ้าง เย็นบ้าง อ่อนบ้าง แข็งบ้าง บางทีเกิดเสียดสีมากเข้า ก็เลยเสื่อมสีกหรือ

อาจารย์คนที่ 6 คือ **ครูมน (ใจ)** ครูคนนี้ก็คิด ๆ นึก ๆ หลอกตัวเองไปต่าง ๆ เป็นต้นว่า พอจะออกจากบ้านมาวัด เริ่มตั้งแต่ออกจากบ้าน มันก็หลอกเรามาเรื่อยว่า ลำบากเดินไกล เสียเวลา แดดร้อน ฯลฯ ครั้นพอเรามาถึงวัด เริ่มนั่งสมาธิ มันก็หลอกอีกว่านั่งมาก เมื่อย ปวดขา เป็นเหน็บ หลังแข็ง มันก็คอยมาบีบขา บีบแขนของเรา ทูบหลังกดท้อง ให้แน่น ให้จุกเสียด ยอก ฯลฯ เราถูกเขี่ยนถูกต้อนอยู่อย่างนี้ จนในที่สุดเราก็ตนไม่ไหว เลยต้องยอมแพ้มัน บางทีมันกระซิบบว่า “หยุดก่อนดิกระมัง หมดเวลาแล้ว ลืมตาเถิด” แล้วต่อไปเรายกมือขึ้น “สาธุ” ไหว้พระแล้วก็เลิก มันสอนเราต่าง ๆ อย่างนี้ให้ใครมีสันดานไม่มันคงก็หลงเชื่อมัน โดยเหตุนี้พระองค์จึงลาออกจากครูทั้งหกนี้ ปิดทวารตา ทวารหู ทวารจมูก ลัน กาย ใจ ไม่ให้ดวงจิตแล่นไปทางรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์

ปิดกายของตนให้พ้นจากสิ่งเหล่านี้ นอกนั้นก็เหลือแต่มนทวาร ซึ่งเป็นเรื่องที่ดีเมื่อเป็นดังนี้ก็จะไม่ปลิวพรกัฏฐกับอายตนะ ฉะนั้น พระองค์จึงเสด็จไปประทับนั่งขัดสมาธิ บัลลังก์อยู่ ณ โคนไม้ศรีมหาโพธิ์ ณ วันเพ็ญกลางเดือน 6 ทรงทำปัญญาภายในให้บังเกิดขึ้น รวบรวมความคิดเห็นให้ถูกต้อง ไม่ไปข้องเสพคนนอกศาสนา ตั้งใจปฏิบัติในทาน ศีล ภาวนา อย่างเดียว เพราะการรักษาศีลภาวนานี้ ก็สำเร็จมาจากดวงใจ ฉะนั้นจึงเจริญเมตตา ภาวนา ทำลายสายอดีตอนาคตให้ขาดกระเด็น มีการสืบสาวไปถึงประสาทตา หู จมูก ลัน กาย ใจ คือ การทำอานาปานสติ เจริญสมุหยาใจให้ละเอียดเข้า สภาพของร่างกายก็จะหายไป มีรูปเป็นทิพย์ มีเสียงเป็นทิพย์ ฯลฯ มีแต่สภาพความเป็นจริง ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ก็เป็นสภาพลักษณะ เช่นลมตัวจริงเป็นอย่างไร หยุดอยู่ และพัดไปอย่างไร นี่เรียกว่า “พุทธวิชา” พุทธวิชานี้เห็นเป็นสภาพไม่เป็นลักษณะ อนิจจังความไม่เที่ยง เป็นตัวลักษณะ ทุกขัง อนัตตา ความทนอยู่ไม่ได้ บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นตัวลักษณะ

ตัวสภาพนั้นเป็นของกลาง คือตัว “เที่ยง” อาการไม่เที่ยงเป็นตัวละครนะ ถ้าจะอธิบายซ้ำเข้าไปอีก ก็เช่น ปากจะกลายเป็นจมูกไปไม่ได้ นี่เป็นสภาพ ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงแล้ว คนทั้งหลายก็อยู่ไม่ได้ เช่น คีนนี้หูไปเป็นตา หรือขาไปเป็นแขน จมูกไปเป็นปาก อย่างนี้ก็จะ

ต้องบ้านแตกสาแหรกขาดกันไปหมด ถ้ามองเห็นแต่ลักษณะมันก็เป็นวิชาของครูทั้ง 6 โคตร-
 ภูณานันจะต้องเห็นทั้งสองกระทง คืออย่างหนึ่งเป็น ลักษณะ อีกอย่างหนึ่งเป็น สภาพ
 เช่น ข้า ของเรานี้ ตั้งแต่เป็นเด็กอายุ 2 ขวบ มันก็เป็น “ข้า” จนถึงอายุ 80 ปี ก็ยัง
 เป็น “ข้า” อยู่ตามสภาพเดิมของมัน นี่เป็น “นิจจัง” ตัวจริง มันเป็นอย่างไรมันก็เป็นอย่าง
 นั้นจนวันตาย ถ้าใครไม่เห็นถึงตัวสภาพด้วย ครูทั้ง 6 ก็จะลากพวกนั้นไปในทางของเขา
 เหตุนี้พระองค์จึงทรงหนีจากครูทั้ง 6 ไปเรียน พุทธวิชา คือให้เห็นทั้งตัวที่ยั่งยืนและตัวที่ไม่
 ยั่งยืน ถ้าใครมาเห็นทั้ง 2 เจอนอย่างนี้ คือเจอนหนึ่งเห็นเป็น “อนิจจัง” อีกเจอนหนึ่งเห็น
 เป็น “นิจจัง” นี่ก็จะเป็น โคตรภูณานัน รู้หลักธรรมของ โลก และสภาพของ ธรรม

ท่านจึงกล่าวว่า “สัพเพ สขารา อนิจจา สัพเพ ธมมา อนตฺตา” ซึ่งแปลว่า “สังขาร
 ทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง และธรรมทั้งหลายก็ไม่ใช่ว่าตัวตน” ดังนั้นเมื่อใครจะว่า “เที่ยง
 หรือ “ไม่เที่ยง” “ทุกข์” หรือ “ไม่ทุกข์” “มีตัวตน” หรือ “ไม่มีตัวตน” พระองค์ก็เฉย
 ได้ นี่แหละเรียกว่า “อตุตฺตาหิ อตุตฺตาโน นาโถ” เมื่อบุคคลใดทำให้เกิดวิชาขึ้นในตนดังนี้
 ตนก็ย่อมพึ่งตนของตนได้ ความรู้ คือ “วิชา” รู้อดีต อนาคต ปัจจุบัน ไม่ยึดมั่นกาลใดๆ
 ละสมมุติ ละบัญญัติ ปรมาตฺถ์ ไม่มีติด ละในจิตได้คนเดียว รู้ในจิต รู้ในใจ ท่านรู้ได้โดยลำพัง
 นั่นคือ “พึ่งตนเองจริง ๆ” การปฏิบัติใจซึ่งจะก้าวสู่มรรค ผล นิพพานนั้น ก็จะต้องสำเร็จสม
 ตามความปรารถนา ไม่มีการเดินทางผิด ได้บรรยายมาโดยย่อก็ยุติลงเพียงเท่านี้

อริยชนกถา

วัดอโศการาม, 24 มิถุนายน 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

วันนี้เป็นวันพระขึ้น 8 ค่ำ พุทธบริษัทต่างก็ได้พากันสละเวลาอันมีค่าของตน เข้ามาสู่วัด เพื่อบำเพ็ญศีล ทาน การกุศล มีการถวายอาหารบิณฑบาตแก่พระเจ้าพระสงฆ์ และสวดมนต์ ภาวนา รักษาศีล ฟังธรรม เป็นต้น ฉะนั้น โอกาสนี้จึงเป็นเวลาที่สมควรจะพากันรักษาความสงบ และตั้งใจสดับพระธรรมเทศนา ซึ่งจักนำมาบรรยายสู่ท่านทั้งหลายฟัง เพื่อน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติขัดเกลากาย วาจา ใจ ของตน ให้เป็นผู้ถึงซึ่งความสันติสุข เพราะตามธรรมดาจิตใจของคนเรานั้น ย่อมพอกพูนหนาแน่นไปด้วยกิเลสอาสวะ ถ้าจะเปรียบแล้วก็เหมือนกับตัวเชื้อโรค ซึ่งจะนำโทษร้ายมาสู่ตัวของเราเอง ถ้าเราปล่อยปละละเลยไป ไม่พยายามชำระล้างเพื่อกำจัดกิเลส ซึ่งเป็นของโสโครกปฏิกุลเหล่านี้ ออกจากดวงใจของเราแล้ว เราก็จะไม่มีโอกาสที่จะประสบพบเห็นซึ่งความสุขได้ ดวงใจของเราก็จะถูกตัวเชื้อโรคต่าง ๆ เกาะกิน ให้เสื่อมโทรมสึกหรอ และกร่อนลงไปทุกวัน ๆ จนในที่สุดเมื่อเราได้รับความทุกข์ทรมานบีบคั้นมาก ๆ เข้า จนทนไม่ได้ เราก็ต้องตาย ตายด้วยความทุกข์ไม่ใช่ตายอย่างมีสุข เหตุฉะนั้น เราทั้งหลายจึงควรพากันรักษาดวงใจของตนเองไว้ให้ดี อย่าปล่อยให้ตัวเชื้อโรคร้ายต่าง ๆ มาเกาะกินดวงใจของตนได้ ถ้าเราไม่พยายามขัดล้างจิตใจของเราให้สะอาดแล้ว ดวงใจนั้นก็จะใช้การอันใดมิได้ เปรียบเหมือนกับมิดที่มีสนิมจับมาก ๆ ย่อมจะนำไปใช้ตัดอะไรไม่ได้ดี และเมื่อปล่อยทิ้งไว้ให้สนิมจับมาก ๆ เข้า ในที่สุดมิดนั้นก็ต้องผุและใช้การไม่ได้เลย ฉะนั้น กาย วาจา ใจ ของเรานี้ ก็เปรียบเหมือนกับมิด ถ้าเจ้าของมันขัดหมั่นลับ ก็จะต้องคมใช้การได้ดี ถ้าปล่อยให้สนิมจับเสียแล้ว จะทำอะไรจะพูดจะคิดอะไร ก็ย่อมเป็นการยากที่จะสำเร็จประโยชน์ได้ เหตุนี้ พระพุทธเจ้าท่านจึงตรัสว่า ทุกข์ ทุกข์ตัวนี้ก็คือสนิมต่าง ๆ ที่มาพัวพันอยู่ในดวงจิตของเรานั่นเอง

การที่เราได้พากันมาสดับพระธรรมเทศนา นี้ ก็เปรียบเหมือนกับเราได้มาอาบน้ำพระพุทธมนต์ครั้งหนึ่ง เพราะธรรมะเป็นของเยือกเย็น จึงเปรียบได้เหมือนกับน้ำ เมื่อผู้ใดได้อาบน้ำชำระล้างร่างกายหรือตีมนั่นแล้ว ผู้นั้นก็ย่อมจะได้รับความสุขเย็นกาย และเย็นใจ หรือจะเปรียบอีก

อย่างหนึ่ง ก็เหมือนกับพวกเราได้พากันเดินทางมากลางแดด กำลังเหน็ดเหนื่อยและสับสนร้อนผิวกาย เมื่อมาได้พบต้นไม้ใหญ่อยู่ริมทาง ก็เข้าไปนั่งพักอาศัยอยู่ใต้ร่มเงาของต้นไม้ นั่น เรา ก็ จะ ได้รับ ความเย็นสบายเป็นทอด ๆ นอกจากนี้แล้วก็ยังจะได้แอบสร่งซึ่งน้ำอันใสสะอาด อันจะทำดวงจิตของเราให้เยือกเย็นเป็นสุขต่อไปอีกด้วย เหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงตรัสว่า “กาเลน ธมฺมสุสวนิ เอตมฺมุงฺคณฺมุตฺตมํ” ซึ่งแปลความว่า “การสดับธรรมตามกาล เป็นมงคลอันสูงสุด” เพราะธรรมะเป็นบ่อเกิดแห่งตัว “ปัญญา” ผู้มิได้อบรมตนให้เกิดปัญญาแล้ว ก็ย่อมจะต้องตกไปสู่ความเสื่อมหายนะ หากความศิริมงคลมิได้

คนโง่เขลาที่ไม่มีปัญญานั้น แม้จะได้รับทรัพย์สินมรดกจากพ่อแม่ ปู่ย่าตายาย มาเท่าไร ก็ไม่วายไปก่อกรรมทำทุกข์ได้มากมาย ส่วนคนฉลาดที่มีปัญญานั้น แม้จะมีอิสรภาพเพียงคนเดียว ก็สามารถไปก่อความเจริญตั้งเนื้อตั้งตัวของตนได้ เหมือนกับนางอุบลิกาคนหนึ่ง ในสมัยพุทธกาลนั้น นางเป็นผู้ที่ประกอบด้วยปัญญา ได้นำดอกไม้เพียงช่อเดียวไปถวายบูชาพระพุทธเจ้า ด้วยจิตอันบริสุทธิ์ และผลแห่งความดีอันนี้ได้กระทำให้นางได้ไปบังเกิดในสวรรค์มีรูปร่างกายและผิวพรรณวรรณะเปล่งปลั่งงดงามมาก อย่างนี้เป็นต้น ฉะนั้นการกระทำทุกอย่างจึงต้องอาศัยปัญญา จึงจะนำมาซึ่งประโยชน์สุขและความสำเร็จแก่ตนได้ตามความต้องการ เช่น การนั่งฟังเทศน์นี้ ถ้าคนใดไม่มีปัญญาแล้ว ก็ฟังไม่รู้เรื่อง และการที่ไม่รู้เรื่องนี้ก็เพราะคนนั้นตั้งใจไม่จริง นี่ก็อาศัยความไม่มีปัญญานั้นเอง เพราะเขาไม่เห็นว่า การฟังธรรมนั้นจะมีประโยชน์แก่ตนเพียงไร ก็เลยปล่อยใจของตนให้เพ่นพ่านล่องลอยไปตามสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ นี้ก็กำย่อมกล่าวว่าเป็นอัมมกมลอย่างหนึ่ง

ในสมัยพุทธกาลนั้น ได้มีประชาชนพลเมืองไปฟังธรรมเทศนา ในกรุงสาวัตถีกันมากมาย พระเจ้าพิมพิสารจึงทรงดำริให้ข้าราชการไปนิมนต์เชิญเสด็จพระพุทธเจ้ามาโปรดแสดงธรรม ในครั้งนั้นคนทั้งหลายได้ยินกิตติศัพท์เล่าลือว่า สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จมาแสดงธรรมโปรด ก็ชวนกันมาฟังพระธรรมเทศนา กันเนืองแน่นทั่วปฐพี แต่พวกที่มาฟังธรรมนั้นมีหลายเหล่าหลายประเภท บางคนก็มาคุยกันหัวเราะกันอย่างสนุกสนานเฮฮา บางคนก็นำเรื่องครบครว้ ผัวเมียซึ่งได้ทะเลาะวิวาททุ่มเถียงกันมาแต่บ้านมาคุยให้เพื่อนฟัง บางคนก็คุยในเรื่องค้าขาย จับกลุ่มกันเป็นพวก ๆ เป็นกลุ่มเป็นก้อน บางคนก็นั่งเอามือเอาไม้ขีดเขียนแผ่นดินเล่น บางคนก็ร้องตะโกนเรียกขานทักทายกันอย่างนั้นอย่างนี้ด้วยประการต่าง ๆ ไม่เป็นอันได้ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนา นี่เป็นลักษณะของคนไม่มีปัญญา ก็ชนแอแต่ความอัมมกมลใส่ตัวต่าง ๆ แต่คนฉลาดที่มีความคิด ก็ทำใจของตนให้ตั้งเที่ยงไม่เอียงเอน ราพึงแก่ตัวเองในใจว่า “ตั้งแต่เราเกิดมาจนบัดนี้ ก็ยังไม่เคยเห็นพระพุทธเจ้าเลย ฟังจะมีโอกาสได้มาพบเห็นในครั้งนี้นับว่าเป็นลาภอันประเสริฐยิ่งเหลือเกิน” ก็เกิดความปิติโสมนัสในดวงใจ เกิดความร่าเริงแจ่มใส บางพวกก็ราพึง “ตั้งแต่เรา

เกิดมายังไม่เคยฟังพระพุทธเจ้าตรัสเทศนาสักที ฟังจะได้มาฟังในวันนี้” ก็ตั้งอกตั้งใจอย่างเต็มที่จนดวงจิตของผู้นั้นใสสะอาด ละความชั่วในสันดานของตนให้หลุดไปได้เป็นห่วง ๆ ดวงจิตของผู้นั้นได้ถอนจากห่วงนิวรณ์ธรรม ชาติจากสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ก็เป็นเหตุให้สำเร็จบรรลุมรรคผลได้เป็น “โสดา” บ้าง “อนาคา” บ้าง จนถึง “อรหัตตนิมิตตภาพ” เหตุการณ์อย่างนี้มีมาแต่ครั้งสมัยพุทธกาล เพราะปัญญาอย่างเดียวกันนั้น จะทำอะไรก็ย่อมสำเร็จทุกอย่าง พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “เมื่อใครมีปัญญาแล้ว ผู้นั้นย่อมไม่ยากจนตลอดชีวิต” เพราะเหตุนี้ จึงได้นำมาพูดให้ฟังเพื่อพวกเราจะได้พากันสนใจสดับตรับฟัง และอบรมจิตใจของตนให้เกิดปัญญาแล้ว ดวงจิตนั้นก็จะมีกำลังสามารถตัดกิเลสอะไรในตัวของเราให้ขาดได้ ฉะนั้น ในโอกาสต่อไปนี้ก็ควรทำตนของตนให้มีค่า ทำเวลาของตนให้มีประโยชน์

คนเราเกิดมาในชาติหนึ่งนี้ ควรจะตีราคาคุณค่าเวลาของตนว่ามีมากน้อยเพียงไร เวลาที่เรามานั่งฟังธรรมอย่างนี้ เราจะต้องเสียเวลาอย่างน้อยก็ 1 ชั่วโมง เราจะต้องนึกว่า “วันนี้เราจะมากอบโกยคุณประโยชน์อันใดได้บ้าง ที่จะไม่ให้เสียเวลาอันมีค่าของเรา สิ่งนี้ก็คือเราควรตั้งใจสดับธรรม เพื่อจะได้มีมงคลและความราบรื่นก็จะได้มีแก่ตัวเราด้วย” ฉะนั้นในวันนี้จึงจะพูดให้ฟังถึงเรื่อง อริยทรัพย์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่า “เป็นสิ่งที่ประเสริฐยิ่งกว่าทรัพย์ทั้งหลายใด ๆ ในโลก” เพราะอริยทรัพย์นี้ ย่อมยังความสุขให้แก่บุคคลทั้งหลายทั่วไป

ในการฟังธรรมนั้น ใจของเราเปรียบเหมือนกับขันทหรือภาชนะที่จะใส่น้ำ ส่วนธรรมะนั้นนั้น ท่านเปรียบเหมือนกับฝนหรือน้ำที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ ถ้าขันทของเราตั้งตรงเที่ยงไม่เอียงเอนแล้ว ธรรมะทั้งหลายก็จะไหลเข้าไปชำระกิเลสอันเป็นมลทินโทษในดวงใจให้หมดสิ้นไป ดวงใจของเราก็จะได้รับความเย็นสบายเป็นขณะ ๆ เหมือนกับต้นไม้หรือเถาวัลย์ซึ่งได้น้ำมารด ก็ย่อมยังความสดชื่นและเติบโตเจริญงอกงาม ฉันท บุคคลผู้ได้สดับธรรมะ ก็ย่อมยังดวงจิตของตนให้สดชื่นและเจริญขึ้นฉันทนั้น เมื่อมีความเจริญหรือวัฒนธรรมเกิดขึ้นแก่ผู้ใดแล้ว ผู้นั้นก็จะมีแต่ความมงคลและความดีงามมาสู่ตน ฉะนั้น ในลำดับนี้จึงจะได้ชี้แจงแสดงไขในข้อธรรมะของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่พระองค์ได้ทรงประทานแก่พุทธบริษัททั้งหลาย ให้ได้สำเร็จประโยชน์ในโลกีย์และโลกุตระต่อไป

ในสมัยพุทธกาลนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมโปรดพระเบญจวัคคีย์ทั้งห้า พระเบญจวัคคีย์ทั้งห้าก็ตั้งใจสดับธรรมและปฏิบัติตามจนสำเร็จเป็นพระโสดา เมื่อเป็น พระโสดาแล้วก็พยายามบากบั่นปฏิบัติตามให้สูงขึ้นไปอีก จนได้เป็น พระ “สกิทาคา” พระ “อนาคา” และจนสำเร็จเป็น “พระอรหัตตนิมิตตภาพ” พระองค์ทรงเห็นว่า มนุษย์ทั้งปวงนี้ต้องอาศัยปัญญาเป็นภาคพื้น ถ้าขาดปัญญาแล้วก็ย่อมยังดวงใจให้ยุ่งเหยิง ไม่มีความสงบสุข ถ้ามีปัญญาก็จะยัง

ความสวัสดิภาพราบรื่นมาสู่ตน เหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า อริยทรัพย์ เป็นทรัพย์ภายในที่อยู่ในตัวของคนทุกคน แต่โลกียทรัพย์เป็นสิ่งที่มิคุณค่าราว 50 เปอร์เซนต์เท่ากัน ส่วนที่กำเริบเป็นโทษก็มี 50 เปอร์เซนต์เท่ากัน เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เรียกว่าเป็นสุขครึ่งหนึ่ง เป็นทุกข์ครึ่งหนึ่ง เหตุนั้นมนุษย์ทั้งหลายจึงมีความทุกข์รุกรานอยู่ไม่ขาด ไม่ว่าคน ๆ นั้นจะอยู่ในฐานะพระราชา มหาเศรษฐี คหบดี ยาก อะไร ๆ ทั้งหมด แต่มันก็เป็นวิสัยของคนที่จะหนีไปไม่ได้ เพราะคนเราไม่มีปัญญาที่จะปลดปล่อยถ่ายหนี้ให้ตนของตนพ้นไปจากทุกข์ ไม่เหมือนกับพระพุทธองค์ซึ่งทรงพ้นไปจากกองทุกข์ทั้งปวงแล้ว เหตุที่ผิดกันดังนี้ ก็เพราะพระพุทธเจ้านั้น พระองค์ทรงอุบัติเกิดมาก็ย่อมมองดูเครื่องแวดล้อมต่าง ๆ ของโลก ทรงเห็นว่าสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ได้มีความสมบูรณ์พูนสุขประกอบไปด้วยทรัพย์ต่าง ๆ เป็นอริยธรรมณนั้นซึกหนึ่ง อีกซึกหนึ่งประกอบไปด้วยอนิยธรรมณยังความทุกข์ใจให้ประสบกับตนเอง ส่วนที่เป็นอริยธรรมณนั้นถ้าใครได้ประสบพบเห็นก็รื่นเริงสนุกสนาน เป็นต้นว่า วัตถุ แก้ว แหวน เงิน ทอง บริบูรณ์ ก็เรียกว่า “ลาภ” อย่างหนึ่ง “ยศ” มียศ มีชื่อเสียง เกียรติ อำนาจ วาสนา ก็เรียกว่าสมบูรณ์ด้วยยศอย่างหนึ่ง มีทรัพย์ใช้สอยบริบูรณ์มีข้าทาสบริวาร มีเกียรติยศชื่อเสียง มีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรค กิณอัม โนอนหลับ ก็เรียกว่า “สุข” อย่างหนึ่ง และอีกอย่างหนึ่ง ก็คือความ สรรเสริญ ยินยอม พอไต่ยินใครเขาชมก็แก้มตุ้ย อย่างนี้เป็นความปรารถนาในโลก เป็นความสุขของโลกีย์

เรื่องมีลาภ มียศ มีสุข และสรรเสริญนี้ ย่อมเป็นเหตุให้เกิดความสบาย ฉะนั้น บุคคลก็สร้างตัวของตัวเองให้มี ยศ เมื่อมียศแล้วก็นำมาซึ่งทรัพย์สินเงินทอง เกิดเป็น ลาภ เมื่อเกิดลาภแล้ว ความชมเชยของประชาชนก็มีมาก ก็เกิดเป็นความ สรรเสริญ เมื่อได้รับคำสรรเสริญ ก็เป็นเหตุให้เกิดความ สุข พึงพอใจ ที่นี้หนัก ๆ เข้าไป ก็กลายเป็นสิ่งที่ตรงกันข้ามคือ เมื่อมียศแล้ว ก็ เสื่อมยศ มีลาภแล้ว ก็ เสื่อมลาภ คำสรรเสริญก็กลายเป็นคำติเตียน นินทา เป็นเหตุให้เกิดอนิยธรรมณ เป็น ทุกข์ ไม่พึงใจ พระองค์จึงทรงคิดว่าสมบัติโลกีย์นั้น ถึงใครจะมีมากมายสักเพียงไร ก็ไม่มีความสุขที่แท้จริง และก็ทรงเห็นว่า ผู้ที่ติดอยู่ในสมบัติโลกีย์เหล่านี้ ย่อมไม่คิดอะไรกับนักโทษที่ถูกเขาจองจำโซ่ตรวนไว้ คนที่มียศก็ติดยศที่ตนมี พอคนอื่นเขามาปลดไป ก็ไม่พอใจ มีทรัพย์สินเงินทองร่ำรวย พอจนเข้าก็เป็นทุกข์ มีคนสรรเสริญยินยอมพอถูกเขานินทา ก็ไม่พอใจ มันก็หมุนเวียนกันอยู่อย่างนี้ คือ ส่วนที่พอใจก็เป็นโซ่ตรวนขนาด 4 หุน ส่วนที่ไม่พอใจก็เป็นโซ่ตรวนขนาด 4 หุน รวม 2 อย่าง ก็เป็น 8 หุน พอแก้หลุดจากข้างโน้น มันก็มาผูกข้างนี้ พอแก้หลุดจากข้างนี้มันก็ไปผูกข้างโน้นอีก เมื่อมียศก็ดีใจ พอเสื่อมยศก็เป็นทุกข์ เมื่อมีลาภก็ดีใจ พอเสื่อมลาภก็เป็นทุกข์ เมื่อเป็นสุขก็ดีใจ พอขัดข้องไม่สบายก็เป็นทุกข์ เมื่อเขาสรรเสริญยินยอมก็ดีใจ พอเขาตำว่านินทาให้ก็เป็นทุกข์ ทำให้จิตใจอับเฉาเสื่อมโทรม เมื่อจิตใจเสื่อมสังขารร่างกายก็เลยทรุดโทรม ทุพพลภาพไปต่าง ๆ ความเสื่อมก็บังเกิดขึ้นในอิตถาพร่างกายของตนทุกทาง ในที่สุด พญามัจจุราชก็มาฟาดคอฉับ ! หมดยกกันเพียงเท่านั้นเอง

นี้แหละจึงได้นามว่า “โลกียทรัพย์” มันบำรุงบำเรอความสุขได้ก็เพียงโลกนี้เท่านั้น พอตายแล้วก็หมดกัน เหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า อริยทรัพย์ เป็นสิ่งที่ประเสริฐกว่าทรัพย์ทั้งหลาย เมื่อใครมี อริยทรัพย์ แล้ว ก็ยังเป็นเครื่องมือสำหรับแก้ไขเรื่องราวขัดข้องในโลกโลกียได้ เปรียบเหมือนคนที่มียอดคเดินไปในป่า เมื่อพบต้นไม้หรือเถาวัลย์กีดหน้าขวางทางอยู่ ก็ใช้มีดคมนั้นฟันผ่าให้เดินทางไปได้ตลอด มนุษย์ทั้งหลายตั้งตัวอยู่ในมรรควิถี มี “สัมมาทิฐิ” ความเห็นชอบ “สัมมาสังกัปป” ความดำริชอบ “สัมมากัมมันโต” การงานชอบ ฯลฯ เช่นนี้ เราจะทำอะไรก็ตาม เช่น เป็นข้าราชการ คำขาย หรือทำไร่นา ก็ตาม เมื่อมีมีดคม (คือ ปัญญา) กำกับอยู่ในมือแล้ว ก็ย่อมจะยังความสะดวกและความสำเร็จได้ทุกอย่าง คือ เมื่อทำลงไปประกอบด้วยปัญญาแล้ว สิ่งนั้นจะยังความเจริญแก่ตน ก็รู้ จะยังความเสื่อมให้แก่ตน ก็รู้ หรือทำการสิ่งใด การนั้นจะยังความสำเร็จหรือไม่สำเร็จ ก็รู้ จะยังความเสียหายแก่ตนหรือไม่ ก็รู้ เมื่อมีปัญญาแล้ว การงานทุกสิ่ง เราย่อมทำไปโดยไม่มีการพลาด คนที่ไม่มีปัญญานั้น ก่อนที่จะลงมือทำอะไรลงไป ก็ไม่รู้เหตุรู้ผล และทำแล้วก็ไม่รู้อีก เช่นนี้ ก็ย่อมยังความเสียหายให้เกิดขึ้นแก่ตน ผู้มีปัญญาย่อมได้รับผลในสิ่งที่ตนกระทำเป็น 4 อย่าง คือ 1. ทำให้การงานนั้นง่ายสะดวก 2. ผลประโยชน์ที่จะได้รับก็มีมาก 3. ประกอบไปด้วยสุจริตธรรม ไม่เป็นภยันตรายแก่ตน 4. ยังผลดีงามแก่ตนในชาติหน้าด้วย

“สัมมาวาจา” การประกอบวจีกรรมก็เหมือนกัน ไม่ควรกล่าวพร่ำเพรื่อ และจะต้องรู้ด้วยว่าสิ่งที่ตนกล่าวไปนั้น คนเขาเชื่อหรือไม่เชื่อ การกล่าวนั้นเป็นประโยชน์แก่คนอื่นหรือไม่เพียงไร ถ้าสิ่งที่กล่าวนั้นเป็นเรื่องจริง แต่ไม่เป็นประโยชน์แก่ผู้ฟังหรือคนอื่น ก็ไม่ควรกล่าว หรือเป็นประโยชน์แก่คนอื่นแต่เป็นผลเสียหายเกิดขึ้นแก่ตน ก็ไม่ควรพูด ไม่ควรทำ ถ้ามีด (ปัญญา) ของเราดีฟันลงไปก็ไม่เสียหาย คมก็ยังดี มีดก็ไม่เสีย ถ้าคนเรามีการกระทำทางกายก็ขาวสะอาด การกล่าวทางวาจาก็ขาวสะอาด การคิดนึกทางจิตใจ ก็ขาวสะอาด มีปัญญารอบคอบใน 3 ประการนี้ ก็ย่อมจะยังทรัพย์ทั้งหลายให้ไหลมาสู่ตนได้เป็นอย่างดี ผู้นั้นก็จะมีสุขร่าเริงบันเทิงใจแจ่มใสอยู่เป็นนิจ เหตุนี้ผู้มีปัญญาจึงหาทรัพย์ได้ 2 ประการ ยังโลกียทรัพย์ให้เกิดทางภายนอกก็ได้ ยังอริยทรัพย์ให้เกิดทางภายในก็ได้ “อามิสสุข” ก็มี “นิรามิสสุข” ก็มี ย่อมยังประโยชน์ทั้งชาตินี้และประโยชน์ชาติหน้าให้เกิดขึ้นอีกด้วย เหตุฉะนั้นตัวปัญญาที่จะเกิดขึ้นนี้จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง

“ปัญญา” เป็นตัววิจารณ์เหตุผล คนใดมีปัญญาแล้ว ความเชื่อถือคือศรัทธาก็ย่อมไม่พลาด เหตุนี้คนที่มีปัญญาอยู่ในกระแสโลกียก็ย่อมเป็นไปโดยราบรื่นเช่นนี้ ส่วนคนที่ไม่มีความปัญญานั้น จะประกอบการทำงานสิ่งใด หรือกล่าววาจาใด ก็ล้วนแต่หาขวากหนามมาใส่ตัว บางทีคนอื่นเขาไม่เหยียบตัวก็ไปเหยียบเอง ส่วนคนมีปัญญาก็ย่อมฉลาดเลือกอาหาร สิ่งใดที่มีประโยชน์กับบริโภค

สิ่งใดไม่มีประโยชน์ก็ไม่บริโภค สิ่งใดเป็นพิษจะนำความไข้เจ็บมาสู่ตนถึงดวันสิ่งนั้นเสีย นี่เป็นลักษณะของคนมีปัญญา กิจการใดเป็นบุญเป็นกุศลจึงค่อยกระทำกิจนั้น ๆ เพราะอย่างต่ำก็ต้องให้ผลเป็นความสุขแก่ตน อย่างสูงให้ความสุขทั้งแก่ตนและคนอื่นด้วย วาจาก็เหมือนกัน วาจาใดจะเป็นประโยชน์แก่ตนและคนอื่นแล้ว จึงควรกล่าว ในทางจิตก็เช่นเดียวกัน ความคิดใดจะเป็นประโยชน์ให้ผลแก่ตนเป็นความสุขความเจริญจึงควรคิด ถ้าจะให้ผลเป็นความทุกข์ความเสียหายแล้วก็ไม่ควรคิดไป ทุกคนย่อมมีสิทธิ์ที่จะเลือกได้ในการทำ การพูด และการคิด สิ่งใดเป็นของไม่ดีก็ไม่ทำ นี่เป็นปัญญาในทางโลกีย์

คนมีปัญญา จะต้องประกอบพร้อมด้วยเหตุ 3 ประการ คือ 1. ตนเห็นด้วยตาของตนเองอย่างหนึ่ง 2. ได้ยินได้ฟังกับหูของตนเอง และ 3. ต้องรู้และเข้าใจในสิ่งนั้นด้วย คนที่พ่ายแพ้ในการทำ การพูด และการคิด เช่น โจทก์จำเลยที่แพ้ความกันในศาลนั้น ก็เพราะเหตุผลไม่เพียงพอ บางทีเห็นด้วยตา แต่ไม่รู้ด้วยใจ บางทีได้ยินด้วยหู แต่ไม่แลเห็น ไปนึกเดาเอาก็เสียท่าจะไปเชื่อแต่ตาอย่างเดียวก็ไม่มีปัญญา เชื่อแต่หูอย่างเดียวก็ไม่มีปัญญา เมื่อใครจะทำการใดในโลกนี้จะต้องเห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหู และรู้ด้วยใจ จะต้องมีหลักแหล่งแก่นสารอย่างนี้จึงจะเป็นหลักปัญญาได้ อาศัยการเห็น การได้ยิน และการตรองเป็นเครื่องพิสูจน์จึงจะไม่เป็นผู้มงายถือมงคลตื่นข่าว บางทีเห็นแต่ตา ไม่ได้ยินด้วยหู บางทีเห็นทั้งตา ฟังทั้งหู แต่ไม่ตรองด้วยปัญญาก็เป็นมงคลตื่นข่าวหลงเชื่อไป เป็นดังนี้ก็ย่อมยังความกระทบกระเทือนเสียหายให้เกิดขึ้น เหตุนั้นถ้าใครต้องการ ปัญญา เป็น อริยทรัพย์ แล้ว ก็ควรจะมีฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้มีเหตุผลในดวงใจ

ความสุข 2 ประการ คือ อามิสสุข และ นิรามิสสุข กิตติ ย่อมเกิดขึ้นด้วยอาศัย “ปัญญา” ความสุขในโลกมนุษย์ก็คือปัญญา ความสุขในโลกสวรรค์ก็คือ “ปัญญา” “ปัญญา” จะยังดวงจิตดวงใจของตนให้หมดไปจากความทุกข์ทั้งหลาย เหตุนั้น นักปราชญ์ท่านจึงสรรเสริญปัญญานี้ ไม่ว่าในทางโลกและทางธรรม เมื่อผู้ใดปรารถนาจะเป็นผู้มีปัญญาในทางธรรม ก็ควรพากันหมั่นไปฟังเทศน์ฟังธรรมคำสั่งสอน ผู้ใดปรารถนาจะเป็นผู้มีปัญญาในทางโลก ก็หมั่นพากันเพียรเรียนศิลปวิทยา ก็จะทำให้เกิดความฉลาดหลักแหลมไม่โง่เขลา ได้เป็นเจ้าของคนส่วนคนไม่มีปัญญานั้นจะต้องไปเป็นลูกจ้างกรรมกรเขา ต้องหาเช่ากินค่า อาบเหงื่อต่างน้ำ ก็ยังไม่พอเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เลี้ยงลูก เลี้ยงเมีย ส่วนคนมีปัญญานั่งเซ็นชื่อ 2 ตัว ก็ได้เงินเดือนตั้ง 2 หมื่น 3 หมื่น ไม่ต้องเหนื่อยยากอะไรเลย นี่ก็มาจาก ปัญญา ตัวเดียว

คนที่ฟังเทศน์สดับธรรมสิ่งใดหรือจะกระทำทาน ศีล ภาวนา กิตติ ก็จะต้องใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองในสิ่งนั้น ๆ เสมอ เมื่อมีความรู้และเกิดปัญญาขึ้นแล้ว ผู้นั้นก็จะไม่ก้อเขินในที่ใด ๆ จะไปในบ้านใครก็ไม่ก้อเขิน จะเข้าไปในวัด สวดมนต์ ฟังเทศน์ หรือนั่งภาวนาก็

ไม่ก่อเงิน เหล่านี้ย่อมสำเร็จมาจาก **สุตมยปัญญา** การสดับฟังอย่างหนึ่ง สอง ฟังแล้วก็อย่าเพิ่งเชื่อ อาศัย **จินตามยปัญญา** ไปคิดตรองดูเสียก่อน ถึงการฟังพระเทศน์นั้น เขาว่าพระเทศน์ดี ๆ ก็อย่าเพิ่งไปเชื่อตามเสียทั้งหมด แต่ก็อย่าไปปฏิเสธเสียทีเดียว ควรเก็บคำสอนของท่านไปคิดตรองดูเสียก่อน ว่าควรเชื่อได้หรือไม่ควรเชื่อ เพราะพระที่เทศน์บนธรรมาสน์นั้น ไม่ใช่อื่นไกลก็เป็นลูก ๆ หลาน ๆ ของญาติโยมนี่เอง เมื่อท่านละบ้านมาบวชก็เชื่อว่าท่านได้วางกิเลสกองทิ้งไว้ที่บ้านเมื่อไร ท่านก็ขนห่อเอาของท่านติดตัวมาด้วย ฉะนั้น การเทศน์ก็อาจจะมียึดบ้างพลั้งบ้าง จึงไม่ควรเชื่อทีเดียวหรือปฏิเสธเสียเลย การฟังเทศน์นั้นก็เหมือนกับเราได้ห็นกันไปคนละก้อน สำหรับนำไปลับมีด ฟังแล้วใครจะเก็บไปบ้านหรือโยนทิ้งไว้ที่วัดก็สุดแต่ผู้นั้น ผู้มีปัญญาก็จะต้อนำห็นนั้นไปลับมีดของตนให้คม เพื่อใช้ประโยชน์ได้ตามความต้องการ คนโง่ไม่มีปัญญาก็จะโยนทิ้งกลิ้งอยู่ที่วัด ถ้าเราพากันเก็บห็นนั้นห่อผ้าหรือใส่กระเป่ากลับไปบ้านด้วย ผู้นั้นก็จะได้รับประโยชน์จากการฟังเทศน์ ไม่มานั่งเสียเวลาเปล่า ข้อธรรมใดที่พระท่านเทศน์เราก็นำไปพิจารณาไตร่ตรองดูว่า ส่วนนั้นเป็นของจริง หรือส่วนนั้นเป็นของไม่จริง ส่วนใดดี ส่วนใดถูกเราก็กเลือกเฟ้นเอา ไม่ถือเป็นดุ้น ๆ แท่ง ๆ พระว่าผิดก็ผิดไปตามพระ ใครว่าถูกก็ถูกไปตามเขา ถ้าเชื่อไปเสียหมดอย่างนี้ เราจะต้องกลายเป็นพวกชี้วัวควายนั่นเอง วัวควายนั่นมันมีเขาคมแหลม ถ้าเราไปชี้วัวควายนาน ๆ เข้า ก็อาจจะเกิดทุกข์เกิดโทษแก่ตน คือถ้ามันไม่สลัดเราดตกลงมา มันอาจจะหันมาขวิดเราดายก็ได้

การเชื่อโดยการฟัง คือ “**สุตมยปัญญา**” อย่างเดียวนั้น บุญกุศลก็น้อย ฉะนั้น จึงต้องใช้ “**จินตามยปัญญา**” คือ ไตร่ตรอง คิด พิจารณาตามด้วย จึงจะสำเร็จผลในโลกสวรรค์ แต่ปัญญาทั้งสองจะยังความสำเร็จได้ก็เพียงแค่ออกมุนุษย์โลกสวรรค์เท่านั้น ถ้าใครมี “**ภาวนามยปัญญา**” ด้วย คือ ผีก็หัดอบรมจิตใจให้มีสมถวิปัสสนากรรมฐาน ละกิเลสออกจากสันดานของตนได้ ผู้นั้นก็จะถึงซึ่ง “**นิรามิสสุข**” จนกระทั่งถึงพระนิพพาน กลางวันก็จะสว่าง กลางคืนก็จะสุขใส ไม่มีอะไรหม่นหมอง “**มุนุษย์สมบัติ**” “**สวรรค์สมบัติ**” และ “**นิพพานสมบัติ**” ก็ย่อมจะสำเร็จมาจากปัญญาทั้งสิ้น เมื่อใครต้องการความสุขในโลกก็จงพากันพอกพูนปัญญาให้เกิดขึ้นในตน ถ้าอยากให้สูงกว่าโลกมนุษย์ก็ควรบำเพ็ญศีล ทาน การกุศลต่าง ๆ ให้มากเข้า ก็จะได้ไปโลกสวรรค์ ถ้าใครเห็นว่าโลกมนุษย์หรือโลกสวรรค์ก็ยังเป็นทุกข์ ก็ควรพากันเจริญสมถภาวนา วิปัสสนากรรมฐาน 2 อย่างนี้ ก็จะเกิดปัญญา ผู้นั้นก็จะพ้นจากกิเลสอาสวะ ดวงจิตก็จะล่องไหลไปสู่กระแสพระนิพพาน บรรลุถึงซึ่งความบรมสุข สมดังคำบาลีซึ่งกล่าวว่า “**นิพพานํ ปรมํ สุขญํ**” “**นิพพานํ ปรมํ สุข**” เป็นความว่างเปล่าที่ไม่มีอะไร และเป็นความบรมสุขซึ่งไม่มีสิ่งใดเสมอเหมือน บรรยายมาใน “**อริยชนกถา**” ก็ยุติลงเพียงนี้ ๆ

วัดอโศการาม และ วัดสันติธรรม

กรกฎาคม 2501

1. กายส่วนที่ปวดเมื่อย ไม่สบาย เป็นทุกข์ จัดเป็นพวกบาป พวกคนพาล กายส่วนที่สบาย เป็นสุข เป็นพวกบุญพวกนักปราชญ์บัณฑิต เราอยากจะไปอยู่กับพวกบัณฑิต หรือพวกคนพาล ก็ลองถามตัวเองดู ๕

2. ร่างกายของเราไม่ใช่ว่าจะเป็นทุกข์ไปพร้อมกันทุก ๆ ส่วนในคราวเดียว บางทีมือเจ็บ แต่แขนไม่ได้เจ็บ บางทีเจ็บท้อง แต่ไม่เจ็บหลัง บางทีเจ็บขา แต่เท้ามันก็ยังดี บางทีเจ็บที่ตา แต่หัวมันไม่เจ็บ ฉะนั้น เราก็จะเลือกอยู่เฉพาะส่วนที่ดี ถ้าเราไปคบกับพวกคนดีมาก ๆ เข้า พวกคนดีก็จะมีมากขึ้นจนขับไล่พวกอันธพาลไปหมด ฉันทิด จิตที่สงบมาก ๆ ความสุขสบาย ก็ย่อมจะมีมากจนลืมความทุกข์ปวดเมื่อยได้ ๕

3. ลมในร่างกายเปรียบเหมือนลม “ราชทูต” ขณะที่เราขยายลมซึ่งเรียกว่า “วิจารณ์” นั้น สติก็จะแล่นไปตามร่างกายเหมือนสายไฟฟ้า การทำสติคือการปล่อยไฟไปตามสาย “สัมปชัญญะ” เปรียบเหมือนความร้อนที่ไปปลุกให้ตื่น เมื่อกายตื่นก็ไม่มีเวทนาครอบงำ คือ ไปปลุกธาตุดิน น้ำ ลม ไฟให้ทำงาน ความสมบูรณ์ในธาตุก็เกิดขึ้นเป็นความสบายกาย เรียกว่า “มหาภูตรูป” เมื่อมหาภูตรูปถูกเลี้ยงด้วย ลม และสติ อย่างนี้ก็จะโตเป็นผู้ใหญ่ ธาตุก็สงบเป็นกายใหญ่ เป็น “มหาสติปฐฐาน” นี่เป็น “อุปะการภาวนา” เป็นตัว “วิจารณ์” คือขยายลม ถ้าขยายธาตุดิน มักจะตกไปในอุสภกรรมฐาน เช่นเห็นเป็นไส้ไหลบ้าง เห็นคนตายจนขึ้นพองเป็นหนองเน่าเฟะบ้าง คนไม่รู้รู้จักก็จะทำให้ดวงจิตหวาดไป ถ้าเจริญธาตุน้ำก็ไม่มีความสุข ถ้าเจริญธาตุสุกาก็ไม่มีความเบา ความขาว และความเย็น ๕

4. ธาตุน้ำกับธาตุลม เปรียบเหมือนลูกหญิง ธาตุไฟกับธาตุดินเปรียบเหมือนกับลูกชาย ดวงจิตคือพ่อแม่ ถ้าลูกหญิงของเรา 2 คน ก็เติบโตมีหลักฐานเป็นคุณหญิงคุณนาย ลูกชาย 2 คน ก็เป็นใหญ่เป็นโต เป็นคุณพระ พระยา เราก็จะนอนตาหลับหมดความกังวลห่วงใย ฉันทิด เมื่อร่างกายของเราสมบูรณ์แล้ว จิตใจก็ย่อมเป็นสุข ๕

วัดป่าันทวนาราม อ.เถิน จ.ลำปาง

10 กรกฎาคม 2501

1. ผู้มีปัญญา จะมีความเข้มแข็งเหมือนเหล็กหรือรถไฟ ใครจะเหนียวก็ไม่หลุด ใครจะฉุดก็ไม่ไหล ย่อมยืนหยัดอยู่กับที่ ไม่คลอนแคลนได้ฯ
 2. คนที่จะทุกข์นั้น ถึงจะอยู่บนฟ้าก็ต้องเป็นทุกข์ คนที่สุขแล้ว นอนบนดินก็สบายฯ
 3. บุญ คือ ปัญญา ไม่มีบุญก็ไม่มีปัญญา ปัญญาไม่มีบุญก็ไม่เกิด ฯ
 4. การนั่งสมาธิจริงๆ คือ กายก็นิ่งตรงไม่คดงอ หรือเคลื่อนไหว วาจาก็สงบนิ่งไม่กล่าวคำพูดใด ๆ ใจก็ตั้งเที่ยงไม่เอียงเอน และไม่วอกแวกไปจากตนฯ
 5. เมื่อใจว่างแล้ว มันก็โปร่งเบาสบายไม่รับอารมณ์ใด ๆ เหมือนนกที่มีตีนแต่ก็ไม่มีรอยในอากาศ เราจะมองไม่เห็นรอยตีนของมันเลย นี่ฉันใด ใจที่ว่างเปล่าจนถึงใครจะดำ่ว่าให้มันก็ไม่มีความสงสัยในอากาศ ย่อมไม่มีอะไรติดอยู่ในใจฉันนั้นฯ
 6. คนใจกว้างนั้น คือ ต้องทำใจไม่ให้เห็นว่าคนนั้นเป็น "พี่" คนนั้นเป็น "น้อง" หรือคนนั้นเป็น "พ่อ" เป็น "แม่" เป็น "ลูก" เป็น "หลาน" ฯลฯ ต้องให้เห็นว่าคนในโลกนี้มีค่าเท่ากันหมด ตลอดจน นก หนู หมู แมว และสัตว์ทั้งหลาย ก็ต้องเห็นว่าเป็นพี่น้องเป็นญาติกันทั้งนั้น เห็นอย่างนี้จึงจะเป็นลักษณะของคนใจกว้างฯ
 7. คนใจแคบนั่น คือ มีการเลือกพวกเลือกพ้องที่เป็นของตน ไม่แผ่เผื่อเจือจานให้เสมอภาคกัน จะเลือกทำดีก็เฉพาะแต่ที่ตัวชอบ เช่นนี้เป็นลักษณะของคนใจแคบ เพราะคิดอยู่ในวงแคบ ทำในวงแคบ ประโยชน์ที่ตนกระทำก็ย่อมได้รับผลแคบฯ
-

อบรมสมาธิ

วัดสันติธรรม, 12 กรกฎาคม 2501

(บันทึกโดยแม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

1. คีล มาจาก “สีละ” หรือ “ศิลา” ซึ่งแปลว่า “หิน” หินนั้นก้อนมันใหญ่ มีความหนักแน่น และเก็บความร้อนความเย็นไว้ได้ในตัว ผู้ใดทำตัวให้มีคิล ผู้นั้นก็ย่อมมีคุณภาพในตัวเช่นเดียวกัน

2. สมาธิ คือ มีใจตั้งอยู่ในอารมณ์อันเดียว กระแสจิตที่เป็นสมาธิย่อมมีอำนาจประจักษ์ข้างสารหรือรูปนิมิต ฉะนั้น ท่านจึงว่า ถ้าใครได้ทำชั่วช้ากระดิกหู ภูแลบลิ้นเท่านั้น ก็มีอานิสงส์มากมาย สามารถสังหารทำลายล้างกิเลสสมาธิให้ย่อยยับพินาศไปจากใจได้

3. ปัญญา คือแสงสว่างหรือความรู้อันเกิดจากอำนาจแห่งสมาธิ เป็น “สวากขาตธรรม” เป็นตัว “พุทธคุณ” หรือ “พุทธะ” มีอำนาจยิ่งกว่าแสงจันทร์ หรือแสงอาทิตย์ซึ่งส่องโลก แห้งยิ่งกว่าหิน สว่างยิ่งกว่าแก้ว แฉวยยิ่งกว่าเพชร ฉะนั้นอำนาจของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรานั้น จึงส่องสว่างจากอินเดียมาถึงประเทศไทย และประเทศน้อยใหญ่อีกเกือบทั่วโลกจักรวาล ผู้ใดมีสมบัติ 3 ประการ คือ คีล สมาธิ ปัญญา นี้ ย่อมเป็นผู้มีความสุขทั้งโลกนี้และโลกหน้า

4. คนโง่ ก็เก็บสมบัติแต่ก่อนกรวด ก้อนหิน ที่หนัก ๆ และไม่มีราคาติดตัวไป ส่วน “คนฉลาด” เขาก็จะเลือกเก็บแต่ก้อนแร่ ก้อนเพชรที่มีราคาสูง เหตุนี้ผู้ที่เจริญสมาธิจนเกิดปัญญา จึงมีสมบัติมากและเป็นผู้ไม่จน

5. ทุกสิ่งทั้งหลายในโลก ไม่มีอะไรถาวร จะต้องเสื่อมโดยธรรมชาติธรรมดาทุกอย่าง ฉะนั้นจึงไม่ควรไปสนใจกับสิ่งที่ไม่ถาวรเหล่านี้ คนจะรวยจะจนก็ต้องแก่และตาย กุหลาบสวย

ก็ต้องโรย ดอกบัวงามก็ต้องร่วง มะม่วงสุกหอมก็ต้องมีแมลงกิน สิ่งที่ถาวรและไม่ตายนั้น คือ “ดวงจิต” อย่างเดียว สิ่งนี้จึงควรสนใจและรักษาให้มาก

6. “สมาธิภาวนา” เปรียบเหมือนบ่อน้ำบาดาล ย่อมไม่มีนกหนู หนูปึก ที่จะลงไปทำ ความสกปรกโสโครกแก่น้ำได้เพราะความลึก จิตใจของคนเราที่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิ ก็ย่อมมีความ ลึกใสสะอาด เยือกเย็น และไม่มีโทษเช่นเดียวกัน ฉะนั้นดวงใจที่ลึกจึงเป็นสิ่งปลอดภัย เหมือน เงินที่เก็บไว้ในตู้เซฟ ถ้าใจไม่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิที่เยวเพ่นพ่านไปตามสัญญาอารมณ์ภายนอก ก็ เปรียบเหมือนเงินทองที่วางเรียราดไว้ตามประตู หน้าต่าง หรือใต้ถุนบ้าน ย่อมไม่เป็นการ ปลอดภัย เจ้าของเองก็ไม่มีความสุข บางทีนอนไม่หลับทั้งคืน กลืนข้าวไม่ได้สักเมล็ด ถ้าเราเก็บ เข้าตู้เซฟเสียแล้วก็ย่อมมีความสุขและปลอดภัย

7. “ความดี” ที่อยู่ภายนอกไม่ได้อยู่ในตัวของตัวเอง ได้แก่ทานและศีลนั้น เปรียบ เหมือนสระหรือบ่อน้ำตื้น ๆ เมื่อตักขึ้นมาใช้สอย ถ้าเราไม่พิจารณาพิจารณาให้ดี ก็อาจจะตักเอา ตัวกบ ตัวเขียด หรือตัวแมลง ตัวลูกน้ำ ตัวหนอนขึ้นมาได้ เราจะต้องนำมากลั่นกรองเสียก่อน น้ำนั้นจึงจะใสสะอาดปราศจากโทษ หรืออีกอย่างหนึ่งบ่อลึกลงเวลาที่เรารับไปตักถ้าไม่ระวัง ให้ดี อาจถูกงูหรือจระเข้กัดเอาก็ได้ งูหรือจระเข้ก็เปรียบเหมือนกับวัดที่มีพระเณรไม่ดี เป็น คนโลกทุศีล ไม่ตั้งอยู่ในพระธรรมวินัย เมื่อเราไปทำบุญทำทานกับบุคคลประเภทนี้แล้ว เราก็ อาจจะได้รับความเสียหายใจกลับมา ฉะนั้นความดีซึ่งเราจะต้องไปเอาจากวัดจากวาจาก พระเจ้าพระสงฆ์ และจากบุคคลอื่น ๆ ภายนอก จึงมักเป็นเรื่องไม่ค่อยสมหวัง และกลายเป็น ทุกข์เป็นโทษไปก็ได้

8. คนที่ใจแลบยื่นออกไปในสัญญาต่อนาคตนั่นเป็นลักษณะของ “คนโลภ” “คนหิว” ไม่ได้อะไรเลยก็นั่งแต่เลียริมฝีปากบน ริมฝีปากล่างของตนเอง ลื่นนั้นมันยาวไปถึงยอดเขาไม่พอ ยังแลบลงมาถึงพื้นดินข้างล่างอีก ลักษณะอย่างนี้เป็นคน “จะกละ” เสียมรรยาทของผู้ดี เป็น คนโลภ คนหิว “คนโลภ” ก็คือคนที่ไม่พอ “คนหิว” ก็คือคนอยาก ความอยากก็เกิดจากความ ไม่มี ความไม่มีก็คือ “ความจน” ฉะนั้นจึงเป็นลักษณะของ “คนจน” ด้วย คือ จนอริยทรัพย์ จนในความดีของตนเอง

9. คนมี อริยทรัพย์ แล้วย่อมจะมีความสุข คือเปรียบเหมือนในสวนของเรามีมะม่วง มาก ๆ ถ้าเราอยากได้ต้นอีกก็ตอนต้นตอนกิ่งมันไปปลูก หรือนำลูกมันเพาะ ถ้าเราอยากได้ สดางค์ใครมาซื้อเราก็ขาย ใครมาขอเราก็ให้ มะม่วงนั้นเมื่อเรามีมาก ๆ เสียแล้ว เราก็ไม่ยาก กิน เพียงแต่ดูแต่เห็นเท่านั้น บางทีลูกละ 3 บาท 4 บาท ก็ต้องซื้อกิน หรือจะเปรียบอีกอย่างหนึ่ง ก็เหมือนคนที่มีเงินหลายพันล้านนั้น เมื่อภัย ความยุ่งยากและความขัดข้องภายในครอบครัวเกิดขึ้น

เพียง 4-5 สตางค์ เท่านั้นจะไปกลัวอะไร หรือใจมันจะมาปล้น เจ้าหนี้จะมาทวง เมื่อเรามีก้อนเพชรโยนให้มันไป มันก็จะพากันหายหน้าไปหมดไม่มารบกวนเราบ่อย ๆ

10. การเทศน์ ให้คนฟังนั้น ถ้าผู้เทศน์ต้องการให้ประโยชน์แก่ผู้ฟังจริง ๆ ก็ไม่ควรมุ่งในลาภ เขาจะใส่กัณฑ์เทศน์หรือไม่ใส่ก็เทศน์ ใครไม่ฟังเจ้าของก็ฟังเอง ใช้หูฟัง ใจก็ตั้งนิ่ง ประโยชน์ก็ได้แก่ตัวเอง การให้ ธรรมทาน นั้นเป็นการชนะซึ่งการให้ทั้งปวง เช่น เราให้ข้าวเขา 1 จาน เขาจะกินอิ่มได้เพียงคนเดียวหรือสองคน หรือให้เขา 1 ชามอ่าง ก็กินได้ราว 10 คน แต่ถ้าเราเทศน์ให้เขาฟังครั้งเดียวอาจจะฟังกันได้ตั้งหมื่นคน นี่จึงเรียกว่า ธรรมทาน ชนะการให้ออย่างอื่นทั้งหมด

11. เสียงเป็นมาร หูเป็น บ่วง รูปเป็นมาร ตาเป็นบ่วง กลิ่นเป็นมาร จมูกเป็นบ่วง รสเป็นมาร ลิ้นเป็นบ่วง สัมผัสเป็นมาร กายเป็นบ่วง อารมณ์เป็นมาร ใจเป็นบ่วง ถ้าเราปิดบ่วง คือ อายตนะทั้ง 6 เหล่านี้แล้ว มารจะเข้าได้อย่างไร การฟังเทศน์ต้องตั้งใจฟังจริง ๆ ปิดประตูอื่นทั้งหลายเสียให้หมดจึงจะเกิดประโยชน์ ผู้เทศน์ก็ไม่ควรกังวลเดือดร้อนอะไร ใครจะฟังหรือไม่ฟัง ใครจะเก็บไปหรือไม่เก็บก็ตาม ทำดวงใจของตนให้ตั้งเที่ยงไว้ ใครตั้งใจฟัง ดวงใจของเขาก็จะไหลเข้าไปใน พุทธคุณ ธรรมคุณ และ สังฆคุณ ผลักดันให้พ้นไปจากมาร รูป รส กลิ่น เสียง ใด ๆ ที่เคยพบเคยสัมผัสอย่าเก็บมานึกถึง เราก็จะได้หยุดพักซึ่งดวงใจ เหมือนคนที่นั่งพักได้ร่มไม้ย่อมมีความสุขสบายและหายเหนื่อย

วัดสันติธรรม เชียงใหม่, 13 กรกฎาคม 2501

1. ใจที่ตกเป็นทาสของกิเลสและอารมณ์ ท่านเปรียบเท่ากับเป็นทาสของใจ ของคนพาคนแล้วและคนจน ซึ่งเป็นบุคคลที่เราไม่ควรจะไปเป็นทาส คนจนคือตัว “โลภะ” ได้แก่ ความหิว ความไม่พอ ความไม่พอก็คือ “ความจน” ส่วนคำว่า “ทุสโก” ไม่ใช่ความโกรธ แต่หมายความว่าอารมณ์ไม่ดีอยู่ เมื่อมีใครมาทวงหรือทำไม่ถูกใจก็เกิดรำคาญ ขุ่นขึ้นมาในใจ เป็นพวกคนพาล “โมหะ” หลงความคิดเป็นชั่ว ความชั่วเป็นดี ตัวชั่วนึกว่าตัวดี ตัวดีนึกว่าตัวชั่ว นึกว่าถูกเป็นผิด นึกว่าผิดเป็นถูก นี่เป็นพวกคนแล้ว เป็นพวกใจร ถ้าใจของเราตกเป็นทาสของความดี ก็ได้ชื่อว่าเป็นทาสของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ แต่อย่างไรก็ดี トラบโดที่เรายังเป็น “ทาส” อยู่ มันก็ยังไม่ดีอยู่นั่นเอง เพราะคำว่าทาสยังไม่เป็นอิสระ ยังมีคำตัวผูกพันอยู่ ถ้าเราหลุดจากความเป็นทาสเมื่อไร เราจึงจะมีความสุขและอิสระเต็มที่ ฉะนั้น จงรีบขยันทำงาน ทำสมาธิให้ได้วันละมาก ๆ จะได้มีผลประโยชน์มาก และถ้ายึดตัวให้หลุดออกจากความเป็นทาสในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ อย่าต้องให้มีใครใช้ใครสอย และใครบังคับ นั่นแหละจึงจะดี

วัดโศการาม, กรกฎาคม 2501

1. กล่าวถึงการฟังเทศน์ว่า ผู้เทศน์ก็ตั้งใจเทศน์เต็มที ผู้ฟังก็ตั้งใจฟังเต็มที และต้องทำให้เป็นธรรมด้วย เพื่อให้สำเร็จรูปในการฟังธรรม คือได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่า “การสละธรรมเป็นทานย่อมเป็นการให้ประโยชน์อย่างใหญ่หลวง”

2. คนอ่อนแอย่อมไม่สามารถประกอบกิจการได้สำเร็จ เหมือนคนป่วย แม้จะลุกขึ้นหุงข้าวก็ไม่ไหว คนไม่มีอำนาจกำลังใจ ก็ย่อมประกอบกิจการอันใดไม่สำเร็จได้ฉนั้น

3. กำลังเกิดได้ด้วย 1) กำลังกาย และ 2) กำลังจิต ฉะนั้น การอบรมจิตให้เป็นธรรมจึงเป็นกำลังอย่างหนึ่ง เหมือนกับของที่บริโภค แม้จะถูกกับธาตุขันธ์ แต่ได้มาโดยไม่บริสุทธิ์ ย่อมเสียกำลังใจไป เพราะเรารู้ว่าได้มาโดยทางผิด และอีกอย่างหนึ่งได้มาด้วยสุจริต แต่ไม่มีปัญญากิน บริโภคด้วยความไม่รู้จักประโยชน์ ก็เป็นเหตุให้เสียกำลังกาย

4. อาหารจิตก็มีอยู่ 2 อย่าง คือ 1. ทำให้เกิดกำลัง และ 2. ทำให้เสียกำลัง อธิบายความก็ได้แก่ 1) **ผัสสาหาร** ได้จากทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีอยู่ 6 ก่อน 6 คำ และ 2) **วิญญาณาหาร** คือความรู้สึกในระหว่างตากับรูปกระทบกันขึ้นก็เป็นอาหารชนิดหนึ่ง เรียกว่า “จักขุ-วิญญาณ” หูกระทบเสียง ก็เรียก “โสตวิญญาณ” ฯลฯ ก็มีอยู่ 6 ก่อนเหมือนกัน 3) **มโน-สัญญาเจตนาหาร** (เจตสิกกรรม) คือการปรุงแต่งเกิดขึ้นในดวงใจ เป็นเหตุให้คิดไปในอดีตบ้าง อนาคตบ้าง ก็รู้นั่นดีหรือชั่ว สบายหรือทุกข์ เมื่อเรารู้ว่ากายและใจของเราต้องอาศัยเป็นอยู่ด้วยอาหารอย่างนี้ เราก็ต้องใช้ปัญญา เรียกว่า **ปัจจุเวกขณะ** ต้องพิจารณาดูให้ดี ปัญหานั่นแหละเป็นเขียวเป็นพัน เด็กเล็ก ๆ ต้องอาศัยคนอื่นหั่นหรือบดให้ ส่วนผู้ใหญ่มีฟันเคี้ยวเอง ไม่ต้องอาศัยใคร ถ้าใครมีปัญหาเลืกก็ไม่ต้องเคี้ยวอาหารหยาบเลย เช่น นายพรานที่มีปัญหาเมื่อฆ่าสัตว์ได้มาแล้ว ก็ย่อมถอนขน ตัดปีก ตัดขาหรือตัดเขามันออกเสียก่อน นำมาแต่ตัว แล้วก็เอามาฆ่าแหละเนื้อให้เป็นชิ้น ๆ มันก็จะกลายเป็นอาหารของตนได้ คนผู้ฉลาดก็ย่อมทิ้งส่วนที่หยาบ ๆ เป็นส่วน ๆ เสีย ฉนใด ผู้ฉลาดที่ต้องการ “วิราคะธรรม” ก็ต้องใช้ปัญญาสมาธิ ไตร่ตรองในรูป รส กลิ่น เสียง ฯลฯ ให้ดี จึงจะเป็นประโยชน์ไม่เกิดโทษได้ คนใดที่กินปลาทั้งตัว กินทั้งก้าง ทั้งเกล็ด ทั้งครีบ ทั้งขี้ คนนั้นก็จะต้องถูกก้างติดคอตาย ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องหา “เขียว” และ “มีด” คือตั้งสติเพ่งในรูปนั้น ๆ เป็นอารมณ์ และพิจารณาให้รู้ว่ามันเป็นรูปชนิดไหน เป็นรูปที่ควรจะทำอะไรหรือไม่ เป็นโทษหรือเป็นคุณแก่ดวงจิตอย่างไรบ้าง ถ้ารูปใดจะก่อให้เกิดความเสียหายแก่ดวงจิต ก็ไม่ควรสนใจในรูปนั้น ถ้าเราเห็นรูปดีต้องมองทางไม่ดีไว้ด้วย เพราะคนเรามี 2 ตา บางทีเห็นเป็นรูปดี แต่ไม่แลดูทางชั่ว บางทีเห็นรูปชั่ว แต่ก็ไม่มองดูทางดี ถ้ารูปมันดี เราต้องเพ่งไปในทางไม่ดีไม่สวยด้วย ถ้าไม่สวยก็ให้ดูทางสวย คนไม่รู้จักเลือกอาหารย่อมทำให้สังขารย่อยยับ ต้องทำใจให้เป็นมัชฌิมาปฏิปทา คือเราไม่ยินดีในรูปที่เราว่าดี ไม่ยินร้ายในรูปที่เราว่าไม่ดี อย่าทำตัวของเราเป็นคนหูเดียว ตาเดียว ฯลฯ อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้มีปัญญา คือ คลายรูป รส กลิ่น เสียง ฯลฯ ออกจากดวงใจ เมื่อเรารู้ชัดว่า “ดี” มันก็แอบแฝง “ชั่ว” ไว้ และ “ชั่ว” มันก็แอบแฝง “ดี” อยู่เช่นเดียวกัน ดังนั้นเรา ก็อย่าไปหลงในรูป รส กลิ่น เสียง ฯลฯ นั้น ๆ อย่างกายของเราก็มีทั้งข้างหน้าและข้างหลัง ต้องพิจารณาดูให้ดี

5. ดวงใจ ของเรามีอาหารอยู่ 2 อย่าง คือ **กุศลจิต** และ **อกุศลจิต** ถ้าคิดไปในทางดีก็มีกำลังเกิดขึ้น (วิราโค เสฏฺฐโฐ ฐมมาน) ถ้าใครมีปัญหาที่จะได้กินอาหารประณีต ถ้าใครไม่มีปัญญาก็ต้องได้กินหยาบ เช่น ไปได้ปุทะเลมา 1 ตัว ก็กินเข้าไปทั้งดิบ ๆ ไม่รู้จักต้มและแกะเปลือกแกะก้ามออก **ตปธรรม** เปรียบเหมือนไฟ **สมาธิ** เปรียบเหมือนหม้อ **สติ** เปรียบเหมือนขี้ยิง **ปัญญา** เปรียบเหมือนมีด คนฉลาดย่อมใช้สิ่งเหล่านี้เป็นเครื่องหุงต้มอาหาร ต่อจากนี้รสอาหารคือ รสพระธรรมก็จะซึมซาบอาบเข้าไปในดวงจิต ทำให้เกิดกำลังเป็น **สัทธาพลัง** ความเชื่อ **วิริยะพลัง** ความเพียร ดวงจิตของผู้มีความเพียรย่อมเหมือนกับล้อรถยนต์ที่หมุนอยู่เป็นนิจ ก็จะเห็นว่าความดีเกิดจากความเพียรของตน สติพลัง มีสติเป็นประตูหน้าต่าง รู้จักปิดเปิดให้ดี

สมาธิพลัง จะมีสมาธิตั้งมั่นอยู่ในใจเสมอทั้งนั่งนอน ยืนเดิน ปากพูด ใจฟัง คนฟังก็ไม่ยี่ดเสียงพูด คนพูดก็ไม่ยี่ดเสียงตน ปัญญาพลัง เกิดความรู้ความฉลาดในสิ่งทั้งปวง, อย่างนี้เรียกว่า “สุดโต” หายใจเข้าก็สบาย หายใจออกก็สบาย เป็น “โลกวิทู” พิจารณากาย โลก และจิตให้เป็นธรรม เป็น “กายานุสสนา สติปัฏฐาน” “เวทนานุสสนา สติปัฏฐาน” “จิตตานุสสนา สติปัฏฐาน” และ “ธัมมานุสสนา สติปัฏฐาน” ด้วย, “อนุตตรโ” ทำใจให้เป็นเอกัคคตารมณ์ เห็นอานาจ “นิรณธรรม”, “ปฐิธัมมสารธิ สัตถา เทวานุสสนัง” ทำใจให้สูงเป็นคน เป็นมनुสสเทโว, สัตถา คือสอนตัวเองให้เป็นมนุษย์ เทวดา อินทร์ พรหม, “พุทโธ” ทำใจของตนให้แล่นอยู่ในแก้ว ให้แก้วฝังอยู่ในตัว

6. คนที่มีบุญจริง นั้น จะนั่ง นอน ยืน เดิน ไปไหนก็สะดวกสบาย เพราะไปด้วย “จักรแก้ว” ไม่ใช่ไปด้วย “เงิน” หรือ “เครื่องจักร” อย่างที่พวกเราไป ๆ กันนี้

วัดโศการาม, กรกฎาคม 2501

1. มิจจาสมาธิ คือไม่มีสติสัมปชัญญะ มิจจาวิมุตติ คือ หมดนิรณด้วยการเล่นจิตวิสุทธิตี คือจิตที่วางในอารมณ์อดีต อนาคต ไม่ยินดียินร้ายในรูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ ใด ๆ ทั้งหมด

2. เมตตา เป็นเครื่องทำตนให้เป็นคนเย็น แล้วก็เย็นถึงคนอื่นด้วย “เมตตาตัว” เปรียบเหมือนน้ำฝนที่อยู่ในขัน “เมตตาสัตว์โลก” เหมือนน้ำแข็งที่มีโอ

3. ปัจเจกพุทธะ ไม่มีवासนา ไม่บัญญัติคำพูดและศาสนา (ไม่สอนคนอื่นให้รู้ตามเหมือนพระพุทเจ้า)

4. รวบรวม ก็ทำให้เป็นสมาธิ รวมเสียง ทำให้เกิดกำลัง รวมจิต ภายในก็คือสมาธิ

5. ความบริสุทธิ์ มีรยเย็นที่สุด จะแก่ก็เย็น จะเจ็บก็เย็น จะตายก็เย็น จะสุขก็เย็น จะทุกข์ก็เย็น จะมีก็เย็น จะจนก็เย็น ฉะนั้นท่านจึงกล่าวว่า “นิพพาน ปรม สุข” พระนิพพาน เป็นสุขที่สุด และเย็นที่สุด

6. จิต ท่านเปรียบเหมือนกับ ธาตุทอง จิตที่ไม่บริสุทธิ์ก็เท่ากับทองที่เจือด้วยธาตุต่าง ๆ อันทำให้ทองนั้นเป็นเนื้อกระด้าง จะนำมาใช้ทำอะไร ๆ ก็ต้องนำมาเผาหลอมไล่ขี้ คือธาตุผสมต่าง ๆ เหล่านั้นออกให้หมดเสียก่อน จึงจะเป็นเนื้อทองแท้ที่มีลักษณะนิมนวล จิตของเราที่เจือปนอยู่ด้วยอารมณ์ต่าง ๆ ก็จำเป็นจะต้องนำมาแก้ไขดัดแปลง ไล่ขี้ คือกิเลสต่าง ๆ ออกให้หมดเสียก่อน จึงจะเป็นจิตบริสุทธิ์ หรือ “จิตวิสุทธิ” ซึ่งจะกลายเป็นสิ่งที่มีอานาจอย่างยิ่ง และใช้การได้ดีที่สุด เหมือนทองแท้ที่นิมนวล ย่อมจะไหลละลายแทรกซึมเข้าไปในอะไร ๆ ก็ได้ทุกอย่าง

จิตที่บริสุทธิ์ย่อมไหลไปได้รอบโลกโดยไม่ติดขัด และกลิ้งไปได้รอบตัวเหมือนน้ำที่หยดลงบนใบบัว ย่อมจะกลิ้งไปมาโดยไม่ซึมซับเข้าไปในบัวฉะนั้น นี่แหละที่เรียกว่า “ธรรมะ” หรือจะเปรียบจิตที่บริสุทธิ์เหมือนกับ จี๊ผิ้งแท้ ก็ได้ ซึ่งไม่ต้องเผาสนใช้ไฟเลย แม้จะก้อนใหญ่หรือเล็กเท่าไรก็ตาม เพียงถูกแดดนิดหน่อย หรือไอมือเท่านั้นก็ย่อมจะอ่อนนิ่ม และปั้นให้เป็นรูปอะไร ๆ ก็เป็นได้ทั้งสิ้น จิตที่บริสุทธิ์ ก็ย่อมจะใช้กิจการทุกอย่างให้เป็นไปได้ตามความปรารถนาเช่นเดียวกัน ท่านจึงว่า ความสำเร็จทุกประการย่อมขึ้นอยู่กับที่อำนาจแห่งดวงจิตดวงเดียว ของแท้หรือของบริสุทธิ์แม้จะเล็กนิดเดียว ก็ยังผลประโยชน์อันใหญ่โตให้ปรากฏขึ้นได้ เหมือนธนบัตรแท้ที่มีตราของรัฐบาลประทับลงเพียงแผ่นนิดเดียว ย่อมใช้ประโยชน์ได้ทุกอย่าง แต่ถ้าเป็นกระดาษหนังสือพิมพ์แล้ว ตั้งก่อนกระเบื้องก่อนตะกร้าก็นำไปซื้อหาอะไรไม่ได้ เพราะฉะนั้น “จิตวิสุทธิ” นี้ แม้ทำได้เพียงชั่วเวลานิดเดียว แต่ก็ได้รับผลเกินค่า ผู้ที่ตั้งใจทำจริง ๆ อาจจะหมดตัวข้ามโลกก็ได้ ฉะนั้น ท่านจึงว่าผู้ที่จิตไม่บริสุทธิ์นั้น แม้จะมากด้วยทานหรือศีลนับหมื่นนับแสนครั้งก็ตาม แต่ไม่อาจพ้นนรกได้ อย่างดีก็เพียงแค่ มนุษย์เท่านั้น จิตที่เจือด้วยอารมณ์ชั่วก็ต้องไปสู่คติชั่ว จิตที่เจือด้วยอารมณ์ดีก็ย่อมไปสู่คติสูง ได้เป็น เทพ ถ้าเป็นจิตวิสุทธิ ก็ได้เป็น อริยะ ฉะนั้นจงพากันมองดูจิตของตนเองอย่างเดียว อย่าให้มันรั่วไหลออกมาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ถ้ามั่นชุนก็จงทำให้มันใส พยายามขับไล่อารมณ์ต่าง ๆ ออกไปให้หมดสิ้น จนเหลือแต่ “ธาตุทองแท้” คือ จิตวิเวก หรือ จิตวิสุทธิ ให้พากันตั้งใจทำ ณ บัดนี้

2. ยอด เป็นของสูงโดย ลักษณะ อย่างหนึ่ง และ คุณภาพ อย่างหนึ่ง ลักษณะนั้นก็คือได้แก่ทานมัย สิลมัย และภาวนามัย “ภาวนามัย” เป็นยอดของกุศล มีความลึกแน่นและมันเหนียวเป็นคุณภาพ คือสามารถที่จะดึงกุศลน้อยใหญ่ทั้งหลาย ให้เข้ามาในดวงจิตของเราได้ทั้งหมด ดวงจิตของเราก็จะเป็นแหล่งบุญใหญ่ เมื่อความดีทั้งหลายเข้ามารวมอยู่ในดวงจิตของเรา มาก ๆ ความดีนั้น ๆ ก็จะขยายตัวออกมาครอบกาย วาจา ปากก็จะหมดบาป ตาที่เราเคยสร้างบาปมา หูที่เคยสร้างบาปมา ฯลฯ ก็จะมีหมดบาป เพราะความดีที่ภาวนานั้นมันขยายตัวมาล้างมาชำระให้หมดมลทิน กายที่บาปด้วยสัมผัส บุญก็จะขยายมาล้าง ที่นี้กาย วาจา ตา หู จมูก ปาก ส่วนนั้น ๆ (คือกุศลน้อยใหญ่ทั้งหลายที่จะเกิดจากทวารเหล่านี้) ก็จะสะอาดไปทั้งหมด เมื่อเราได้ของสะอาดมากำกับตัวดังนี้ ก็เรียกว่ามี “คุณภาพ” คุณภาพนั้นเหมือนน้ำสูงที่ตกลงมาแต่อากาศ ย่อมกระจายไปทั้งพื้นแผ่นดิน ยิ่งสูงก็ยิ่งกระจายมาก ดวงจิตของเราถ้าสูงด้วยคุณภาพ ความดีทั้งหลายก็ย่อมกระจายไป ตามตา หู จมูก ฯลฯ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส กระจายไปทั้งอดีตและอนาคต ความดีก็จะขยายทั่วไปในโลกโลกก็จะเป็นลำดับ การภาวนาจึงมีอันส่งผลโดยสิ้น ๆ อย่างนี้

3. ทางกายก็ต้องสะสมความดีให้เกิดขึ้น ทางจิตก็สะสมความดีให้เกิดขึ้น คือ การปล่อยวาง รูป-นาม นี่ซึ่งเป็นของหนัก ท่านจึงว่า “ภารา หเว ปัญจักขันธธา” กายเรานี้มันหนักยิ่งกว่าหิน มันหนักอย่างไร ? คือมันใหญ่ หนัก กว้าง ปากก็สามารถกินควายได้เป็นฝูง ๆ กิน

ข้าวก็หลายสิบตัน ก็ยังไม่อิ่มพอสักที จะต้องอดอดกันเข้าไปอีกเรื่อย ๆ จนเป็นเหตุให้เกิดความ
 หงุดหงิด เราสะสมพอกพูนกายก่อนนี้ ให้มันตั้งอยู่ตั้งแต่ตัวแดง ๆ เพื่อจะให้มันอยู่ มันก็ไม่อยู่
 ที่อยู่นั้นก็เท่ากับเศษของ ของดี ๆ มันหนีไปหมด ไม่อยู่กับเราดอก ส่วนที่เหลืออยู่ก็เป็นเหตุ
 ทั่วมนุษย์คนนั้นให้เกิดทุกข์ ฉะนั้นท่านจึงสอนเราให้สละ จาคะสิ่งของภายนอก คือ ร่างกาย
 สละภายในจิต คือ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เป็นไปกับด้วยโลก ถ้าเราวางได้ เราก็จะเบากายเบาใจ
 เมื่อเราเบาเช่นนี้เราก็จะสบาย แล้วก็มาพิจารณาพิจารณาอีกว่า สิ่งทั้งหลายนี้เป็นอยู่ด้วยความจริง
 ของโลก คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันทำให้เราเข้าใจผิดทุกอย่าง เหมือนกับเราถูกหลอก
 เราจะต้องเสียทรัพย์ เช่น เขาทำน้ำหวานสีต่าง ๆ ให้เรากินแก้วละ 10 - 20 - 30 สตางค์ เป็นต้น
 แท้จริงมันก็อย่างเดียวกันกับน้ำที่เรากิน แต่เราไปเข้าใจผิดนึกว่าเป็นน้ำวิเศษ เราก็เสียทรัพย์
 ซ้ำอีก นี่เป็นอนิจลักษณะ มันเป็นลูกกลิ้งระลอกอยู่เรื่อยไป ทำให้ตัวของเราไม่สงบ หวันไหว
 เห็นอย่างนี้เราก็น้อมจิตไปอบรมในทางธรรม วันพระวันเจ้าก็ไปวัดเสียบ้าง นิดหน่อยก็ยังพอได้
 บุญ ฟังพระท่านเทศน์ ไตร่ตรองพิจารณาแล้วก็ยกตนให้พ้นจากกระแสโลกีย์ คนนั้นก็จะพ้นไป
 จากเด็ก เป็นมัชฌิมบุรุษ เราก็จะสบายขึ้นไปหน่อย เมื่อตกมาอยู่ในภาวะนี้ เราก็ต้องนึกถึง
 ภาวะข้างหน้าว่า เราจะเป็นกลางอยู่อย่างนี้ไม่ได้ เช่น โลภียวิสัย โภไฟไหม้โลก สงคราม ถึงแม้
 ประกาศเป็นกลาง เราจะนั่งเป็นกลางไปไม่ได้ ได้ก็ชั่วขณะที่ยังไม่มีเหตุการณ์ เมื่อเหตุการณ์
 เกิดขึ้น เราจะต้องล้มไปข้างหนึ่ง คือ ขราภาพ มันจะต้องดูดเราให้เซ เหนี่ยวเราให้ล้มไปทุกที
 เห็นอย่างนี้แต่ไม่มีหนทางจะกำจัด ก็ต้องสร้างความดีให้มันยิ่ง ๆ ขึ้น อบรมจิตของเราให้เป็น
 สันติสุข ไตร่ตรองด้วยปัญญาของเราให้เกิดความสงบ ที่ท่านเรียกว่า "วิปัสสนา"

4. คนที่ปล่อยจิตใจให้เศร้าหมอง เปรียบเหมือนกับคนที่ปล่อยถูกให้ไปเล่นโคลนตม
 ยังความลำบากให้แก่ผู้ที่ปกครองรักษา คือพ่อแม่ ไข่แต่เท่านั้น ยังจะยังความลำบากให้แก่ตัวเอง
 ด้วย เพราะเด็กนั้นไม่มีอาชีพ เป็นคนไม่มีหลัก ตั้งตัวไม่ได้ เหตุฉะนั้นจึงควรอบรมจิตให้เป็น
 ผู้ใหญ่ เพื่อคลายความเศร้าหมองโสมมนั้น คนเราที่เกิดมาดังนี้จึงเกิดมาเป็นคนครึ่งชาติก่อน
 ชาติเท่านั้น ปฐมวัยก็ตั้งแต่วินาทีแรกที่เกิดจนถึงอายุ 20 ปี มัชฌิมวัย 21 ถึง 40 ปี ถ้ามันไปแต่
 40 ถึง 70-80 ปี หรือยิ่งขึ้นไปไม่มีกำหนด ก็เป็นวัยขราภาพคร่ำคร่าเต็มที นี่ท่านเรียกว่า
 บัจฉิมวัย ภาวะของมนุษย์ย่อมเป็นอย่างนี้ ความเจริญของมนุษย์อยู่ในมัชฌิมวัยเป็นส่วนมาก
 เด็กก็ยังตั้งตัวไม่ติด ถ้าตกไปในปูนกลางแล้วจึงจะตั้งตัวติด ตอนปลายนอนกินทรัพย์จึงจะมี
 ความสุข ถ้าไม่มีทรัพย์แล้วก็ลำบาก กล่าวในธัมมามัชฌิมฐาน พระพุทธเจ้าทรงกล่าวว่า 1.
ภิกษุข่มมิกถตประโยชน ประโยชน์ปัจจุบัน 2. **สัมปรายิกถตประโยชน** ประโยชน์ชาติหน้า
 ถ้าเห็นว่าเราคร่ำคร่าเต็มที ก็ควรชักจูงตัวให้ไปอยู่ในสุคติ พวกเราก็ไม่ควรไปยุ่มย่ามอยู่กับ
 เรื่องโลกีย์ เพราะมันดีก็เพียง 20 ถึง 40 อีกอย่างหนึ่งยิ่งนานไป ปากของเรานั้นก็จะเล็กไปทุกที
 ตาก็เล็กแทบจะลืมไม่ขึ้น มีปากก็พูดอะไรไม่พ้นริมฝีปาก มีมือก็สันต้องต่อไปอีก 1 เมตร เรียก
 ว่า ไม้เท้า หลังก็โก่ง มีภาวะเสื่อมไปอย่างนี้ แล้วเราจะเอาอะไร เป็นเหตุให้เกิดสังเวชจึงควร

บำเพ็ญคุณงามความดีให้แก่ตน ทำความดีให้เป็นอริยทรัพย์ ผลที่จะได้ถึงชาติหน้า คือ จาคะ กับ สีละ สองอย่างนี้ควรทำให้มีขึ้นในดวงจิต เพื่อให้ก้าวไปสู่ความเจริญ เป็นผู้เบิกบานแจ่มใส ชีวิตของเราจะกลายเป็นภาวะของเด็กเป็นคนกลาง คนมีธรรมะอยู่ 4 อย่าง ย่นลงมาเป็น 2 คือ จาคะ กับ สีละ ผู้มีมรรยาทอันประกอบด้วยศีล คุณกิลเลสไม่ให้กำเริบขึ้นในตัวของตัว ถ้าตกไปถึงมัชฌิมวัยมันก็สั้น ๆ หันเข้าไปสู่ความเป็นเด็กทุกเวลา ท่านจึงสอนว่าอย่าประมาท อันใดจะเกิดขึ้นเป็น “วิชา” ให้ชวนขวย เหมือนเด็กเรียนเลข ฯลฯ ไม่ไถลลากลาก-เห็นแก่เล่นสนุก เพลิดเพลิน ก็จะมีวิชาสูงในเบื้องต้น

“คนทั้งหลายที่เกิดมาในโลก ถ้ายังจมอยู่ในโลกียวิสัย ถึงมีอายุ 80 ปี ก็ยังเป็นเด็ก” “จาคะ” คือการบริจาค “สีละ” คือการระมัดระวัง ถ้าทำทั้ง 2 อย่างนี้ บุคคลนั้นก็ได้อีกว่า ก้าวล่วงไปในความเป็นผู้ใหญ่ บุคคลนั้นก็จะเป็นผู้รู้จักภาวะของตน เราจักสมบูรณ์ในการเป็นมนุษย์ ปฐมวัย มัชฌิมวัย เราก็ผ่านมาแล้ว คนนั้นเชื่อว่าเกิดมาแล้วมีความสมบูรณ์ตลอดชาติ ถ้าเราทำได้อย่างนี้ ก็ได้ชื่อว่าเราเป็น “นักบุญ” ตลอดชีวิต ทางพระก็เท่ากับเป็น มหาเถระ ทางโลกเราก็เรียกว่า “บุรุษ” “สตรี” ไม่เช่นนั้นภาวะของเรายังเป็นเด็ก จึงอย่าปล่อยใจให้ตกไปในเรื่องที่ไม่ดี บางคราวก็มีทั้งดีไม่ดี เรื่องดีก็จับยาก เรื่องชั่วก็จับง่าย ถ้าเราปล่อยเด็กไปเล่น ก็มีแต่จะนำเรื่องโทษมาให้เราส่วนมาก บางทีก็ไม่ทำอะไร ไปฉวยเอาของของคนอื่น เขาติดมือมา คือบางทีเขาทำแต่เรานำมาติดอยู่ในใจของเรา นี่แหละเรียกว่า “การก” มันกรงรัง ไม่ราบ จึงเรียกว่าเป็น “เด็ก” เกิดความเศร้าหมองในดวงจิต เราก็ต้องพิจารณาดูสิ่งใดมีประโยชน์ก็ควรสนใจ เป็น “กามาวจรจิต” หรือ “กามาวจรกุศล” คนจนไปเที่ยวกระซอก กระแซกคนเขาก็ไม่รังเกียจ แต่คนมั่งมีทำอย่างนั้นเขาเกลียดมาก คือ **ไม่ควรปล่อยใจของเราให้ร่อนไปในทางบาป อกุศล** ต้องทำสมถกรรมฐานให้จิตสงบ นั้นแหละเราจะได้เข้าไปในภาวะของบุรุษ จิตสงบลงก็จะเกิดปัญญขึ้นเป็นลำดับ เหมือนตะเกียงที่เราเติมน้ำมันบ่อย ๆ ไม่ปล่อยให้อะไรมาปะทะกับไฟนั้น ตะเกียงก็จะมีแสงสว่าง “ใส” ได้แก่ลมหายใจของเรา เรียกว่า “กรรมฐาน” ความเพียรเท่ากับ “น้ำมัน” หมั่นขยับคอยระวังสิ่งต่าง ๆ คืออารมณ์ทั้งหลายซึ่งมา ตา หู จมูก ฯลฯ มีการปิดหู ปิดตา จมูก ลิ้น กาย อารมณ์ภายนอกก็จะไม่มากระทบดวงจิต ดวงจิตก็จะสว่างไสวเหมือนไส้ตะเกียงที่เราหมั่นเช็ดไส้เติมน้ำมัน ถ้าวิปัสสนาเกิดขึ้นก็จะได้มองเห็นซึ่ง “อริยสัจธรรม” ว่าอารมณ์ทั้งหลายเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา บังเกิดขึ้นในดวงจิตของเรา เมื่อมองเห็นได้ชัดเช่นนี้ก็เป็นเหตุให้ปล่อยวางอารมณ์นั้น ๆ ดวงจิตก็จะเกิดแสงสว่างเป็น “ธมมปโชโต” ก็จะบรรลุโลกุตตรจิตเป็นดวงจิตอย่างสูง ใครทำได้ถึงขั้นนี้แหละ ท่านเรียกว่า “ผู้ใหญ่” อยากเที่ยวไหนก็เที่ยวไปได้ ไม่มีใครมาหลอกให้ลุ่มหลง ถ้าใครไม่มีธรรมะ 4 อย่าง คือ สัทธา สีละ จาคะ ปัญญา ก็นับว่ายังเป็นเด็กอยู่ จะทำให้ถูกหลอกหลอนให้หลงไปต่าง ๆ (สัทธา กับ จาคะ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับภายนอกคือกาย ส่วน สีละ กับ ปัญญา เกี่ยวข้องกับทางภายในคือจิต รวมแล้วมี 2 แผนก)

'พุทธสถาน' เชียงใหม่

16 กรกฎาคม 2501
(บันทึกโดยแม่ชีอรุณ อภิวงษา)

ณ โอกาสนี้ จัดได้นำข้อธรรมเรื่องทรัพย์สินมาแสดง เพื่อทำความเข้าใจในพุทธบริษัททั้งหลาย ให้เป็นไปในธรรมปฏิบัติ

โภคทรัพย์ทั้งหลายนั้น ทำอย่างไรจึงจะเกิดประโยชน์แก่พวกเรา กล่าวคือให้เกิดประโยชน์แก่ตัวเอง ตัวเรานี้เรียกว่า 'มนุษย์' โดยธรรมดา แล้วทำอย่างไรเราจึงจะกลายเป็น 'อริยชน' ขึ้นมา ข้อนี้ก็คือการเข้าถึงพระรัตนตรัย การเข้าถึงพระรัตนตรัยนี้แหละ คือการฝากทรัพย์สินให้เป็น 'อริยทรัพย์' หรือฝากตัวของเราไว้ในพระพุทธศาสนา

ถ้าที่ว่าฝากทรัพย์สินให้เป็น 'อริยทรัพย์' นั้น คือทำ 'โลกียทรัพย์' ให้เป็นบุญกุศล ทรัพย์ทั้งหลายมีความหมายเป็น 2 อย่าง คือ 1. ทรัพย์สมบัติ 2. ทรัพย์วิบัติ ถ้าใครเป็นผู้มีปัญญามีความเห็นชอบก็จะทำทรัพย์ของตนให้เป็นอริยทรัพย์พ้นไปจากความวิบัติ ได้แก่การบริจาคเรียกว่า 'จาคะ' จาคะเป็นกำเนิดของ 'อริยทรัพย์'

อธิบายถึง 'ทรัพย์สมบัติ' ก็หมายความว่า สิ่งต่าง ๆ ที่ตนหามาได้ จะเป็นวิญญานก-ทรัพย์ หรือวิญญานกทรัพย์ก็ตาม เมื่อตนแสวงหามาด้วยกำลังแรง หรือความคิดอันสนใจ บ้าง ไม่สนใจบ้าง ท่านเรียกว่าทรัพย์ แต่ทรัพย์นั้น ถ้าคนใดเป็นผู้มีปัญญา ก็เป็นเหตุที่จะทำให้ถึงซึ่ง 'อริยทรัพย์' ได้ คือฝากไว้ในพระพุทธศาสนา

'ทรัพย์วิบัติ' นั้นมีอยู่ 2 ทาง คือ 1. วิบัติไปเป็นที่พอใจของเจ้าของ 2. วิบัติไปโดยไม่เป็นที่พอใจของเจ้าของ เช่น ถูกเสียหายไปในน้ำบ้าง ถูกเขาฉ้อโกงไปบ้าง ถูกไฟไหม้บ้าง ฯลฯ อย่างนี้เป็นต้น เรียกว่าวิบัติไปในทางที่ไม่พอใจ เป็นเหตุให้เกิดขึ้นซึ่งความทุกข์ อีกอย่างหนึ่งวิบัติไปในทางพอใจ ถ้าในทางชั่วทุจริตเช่นนำไปเล่นการพนัน ดูการมหรสพเสพสุรายาเมา เที่ยวเตร่ไปในสถานที่อันไม่สมควร เหล่านี้เป็นต้น วิบัติไป แต่ตนพอใจของตนเองนี้ ประการหนึ่ง ประการที่สอง วิบัติไปในทางที่ชอบ คือการที่เรานำไปจับจ่ายใช้สอยในการบุญ

กุศล ซึ่งเป็นเหตุให้อยู่เย็นเป็นสุข หรือให้บุตรภรรยาเลี้ยงชีวิตเป็นต้น แต่ถึงอย่างไรทรัพย์นั้นก็ต้องวิบัติไปโดยธรรมชาติของมัน เช่นร่างกายนี้ เรานอนให้มันอึด กินให้มันอึด แต่มันก็ไม่พ้นจากความจริง คือมันเสื่อมสลับเปลี่ยนไปทุกวัน เราบอຍມັນแต่มันก็เจ็บป่วยสึกหรอไปทุกวัน ในที่สุดก็ตายถมแผ่นดินไม่มีแก่นสาร

พระพุทธองค์จึงทรงสอนแก่พุทธบริษัทว่า ให้พิจารณาในขันธห้า ทำตาของตนให้เห็น 2 ด้าน แต่คนก็มักไม่พิจารณาในอดีตอนาคต นอกจากผู้มีปัญญาเท่านั้น จึงจะรู้จักพิจารณา คนไม่มีปัญญาก็จะคิดพิจารณาไปตามวิสัยมนุษย์เท่านั้นว่า “เกิด แก่ เจ็บ ตาย” เรามาทางใด ก็ต้องไปทางนั้น มาแล้วไม่ไปก็ไม่ได้ เกิดแล้วก็แค่ตาย แต่การตายนี้สิ เมื่อจะตาย เราจะทำอย่างไรบ้าง ก็ต้องทำ “โลภียทรัพย์” นี่แหละให้เป็น “อริยทรัพย์” เพราะกายนี้มันไม่ใช่ของเรา เป็นของกลาง ก็ควรจะทำให้เป็นอริยทรัพย์เสีย เพื่อให้พ้นจากความวิบัติ ได้แก่การบริจาค การเสียสละ คือ ‘จาคะ’ การเสียสละนี้แหละท่านเรียกว่าอริยทรัพย์ ย่อมจะเกิดประโยชน์ได้ 2 ทาง คือประโยชน์ทั้งชาตินี้และประโยชน์ชาติหน้า นี่จึงจะเรียกว่าเรามีตา 2 ด้าน คือมองทั้งข้างหน้าและข้างหลัง

เมื่อใครรู้จักตนว่า ตัวเราต้องไปแน่ ๆ เราก็ควรจะนำทรัพย์ไปฝากธนาคารเสีย เหมือนธนบัตรที่ใช้ได้เฉพาะในประเทศไทย ถ้าใครจะไปต่างประเทศก็ต้องนำไปธนาคารแลกเปลี่ยนเสียก่อน ทรัพย์โลกีย์นั้นใครจะมั่งมีสักเท่าไรก็อึดได้แค่ท้องถิ่นเอง บางคนก็ไม่มีเหลือเลยลงนอนแผ่ เหตุนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้นำไปฝากในพระศาสนาเสีย ให้เป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา นั้นแหละจึงจะเป็น ‘อริยทรัพย์’ เช่นคนที่เขาทำบุญกันนั้น พระท่านก็ให้กุศลให้ศีลให้พรแก่เจ้าภาพ เหมือนกับเราถือเช็คใบเดียว แต่เราสามารถนำไปขึ้นได้ตั้งล้านฉันทใด ถ้าใครพากันไปทำกุศลบูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ก็จะเป็นอริยทรัพย์เกิดขึ้นแก่ตน ชาตินี้ก็สบาย ชาติหน้าก็จะหายยากจนขี้ขี้ใจน้อยอธิบายถึงการทำ ‘โลภียทรัพย์’ ให้เป็น ‘อริยทรัพย์’ อย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่งตัวเรานี้เรียกว่า ‘ขันธห้า’ ร่างกายนั้น เราสมมุติว่าเป็นตัวของเรา แต่ทางพระท่านว่าไม่ใช่ เมื่อเป็นดังนี้เราต้องพิจารณาว่าอย่างไรหนูก ก็น่าจะเป็นจริงของท่าน ถ้าเป็นตัวของเรา ๆ ก็ควรหวง ถ้าไม่เป็นก็ไม่ควรหวงแหน ‘กาย’ นี่แท้จริงเราขี้มัวเมา พระท่านจึงว่ามีบุญมีบาปส่งมาเกิด บุญก็ส่งให้มาเป็นคนดี บาปก็ส่งให้มาเป็นคนชั่ว เป็นกรรมซึ่งรับทอดมาจากดีชั่วของผู้นั้น ๆ กายนี้เราต้องเลี้ยงดูเขาเหมือนพ่อแม่ที่ต้องแสวงหาสิ่งต่าง ๆ มาบำรุงลูกหลาน คือธาตุทั้งสี่ แล้วก็แสวงหาอาหารต่าง ๆ มาจากปลา ปู หมู เป็ด ไก่ วัว ควาย ฯลฯ และจากผักหญ้าต่าง ๆ บ้าง มาแปรรูปเป็นแกง เป็นผัด เป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย หมู เป็ด ไก่ และผลไม้เหล่านั้นก็หายไปจากสภาพเดิมของมัน แปรรูปมาเป็นธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ แล้วก็กลายเป็นแขน ขา มือ เท้า ขน ผม

เล็บ ฟัน หนัง ฯลฯ เลยกลายเป็นตัวผู้ตัวคน ดังนั้น ‘คน’ นี้ท่านจึงเรียกว่า ‘สัตว์มนุษย์’ เพราะร่างกายนั้นสำเร็จมาจาก สัตว์มีเท้า หมู ปู ปลา วัว ควาย ฯลฯ ทั้งสิ้น คราวนี้ จึงมีปัญหว่า ‘ถ้าเจ้าของเขาเรียกคืนจะทำอย่างไรล่ะ’ เมื่อเป็นเช่นนี้เราก็ต้องเดือดร้อน เพราะมันไม่ใช่ของ ๆ เรา มันเป็นคนของ ๆ สัตว์ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้ฝากตัวของเราให้เป็นพุทธบริษัทเสีย โดยปฏิญาณตนต่อพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ เรียกว่าฝากตัวต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วเราก็จะได้ส่วนแบ่งบ้าง คือ ‘บุญกุศล’ ที่จะส่งคืนตอบแทนให้แก่เขาได้

เราควรฝากตัวต่อพระรัตนตรัย คือฝากกายได้แก่การสมาทานศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 และศีล 227 อย่างนี้เรียกว่าเป็น ‘พุทธทาส’ ส่วน ‘ธรรมทาส’ นั่นก็คือ ปฏิบัติจิตใจของตนให้เป็นธรรมะ มีสมาธิตั้งมั่นในใจ และ ‘สังฆทาส’ คืออุทิศสาคำกบ้นกระทำจิตใจของตนให้บริสุทธิ์สะอาด เพราะร่างกายนี้มันตายถมแผ่นดินก็ไม่ใช่สาระแก่นสาร เราจึงควรนำไปฝากพระท่านเสีย เพื่อให้เป็น ‘กัลยาณชน’ มีกาย วาจา ใจ สะอาด ไม่ทำความเดือดร้อนให้แก่ใคร ทรมานก่อนนี้ก็จะไม่สูญ ถ้าเราทำทรมานของเราวิบัติ เจ้าของเขามาทวงไม่มีให้ของเดิมก็จะต้องขายทอดตลาด เพราะเป็นลูกหนี้เขา ถ้าเราฝากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เสียแล้ว ทรมานนี้ก็จะกลายเป็นบุญกุศล ฝากกาย ๆ ก็เป็นกุศล ฝากวาจา ๆ ก็เป็นกุศล นี่เป็นวิธีหนึ่ง คือทำตนให้เป็นกัลยาณชน

‘มนุษย์’ มาจาก ‘มนะ’ คือ ‘ดวงจิต’ ดวงจิตของเราต้องรับผิดชอบในบุญและบาป ฉะนั้น ท่านจึงเรียกว่า ดวงจิตนี้ ‘ไม่ตาย’ แต่ก็มีสองชนิด คือบางครั้งเป็นกุศลจิต บางครั้งก็เป็นอกุศลจิต ในเมื่อดีหรือชั่วไหลเข้ามาก็เป็นไปตามนั้น นี่เป็นความจริง ดวงจิตนั้นดวงจิตนี้จะว่าฝึกลึกก็ยาก ถ้าใครไปฝึกหัดอบรมชั้นนี้ ก็ไม่อยู่ในอำนาจของตนได้ จะว่าง่ายก็ง่าย เมื่อใครสนใจก็เป็นของง่าย ถ้าไม่สนใจก็เป็นของยาก พระองค์จึงทรงแสดงว่า เมื่อใครต้องการทราบพระพุทธานุสาสนาให้แจ้งชัด ก็จงหมั่นฝากกายให้เป็นสมาธิ ฝากวาจาให้เป็นสมาธิ และฝากใจให้เป็นสมาธิ จึงจะเกิดปัญญา ถ้าปัญญาไม่เกิดก็ไม่มียุทธวิธี ท่านจึงว่ายุทธวิธีโลกีย์นั้น ถึงจะดีอย่างไรก็ไม่แน่นอน ทำดวงจิตของตนให้เป็นอริยทรัพย์ เข้าสู่กระแสธรรม คือสมาธินั้นแหละ เป็นทรัพย์ที่แน่นอน เมื่อสมถกรรมฐานเกิดขึ้น ดวงใจก็จะเกิดปัญญา มีญาณความรู้ แต่ปัญญาในขั้นนี้ไม่ได้เกิดขึ้นจากธรรมดาสาสามัญ วิชาที่เกิดจากการเจริญสมาธิเช่น ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ หรืออัสวักขยญาณก็ดี เป็นวิชาที่ไม่มีใครจะสอนกันได้ ถ้าจะสอนให้ก็สอนได้แต่ให้เขาทำ แต่จะสอนให้เขาเป็นนั้นสอนไม่ได้ ใครต้องการวิชาปัญญาก็ต้องทำให้เกิดขึ้นเองในตน เพราะวิชาอย่างนั้นไม่ได้เกิดจากคนธรรมดา คนธรรมดานั้นได้ปัญญาจากหนังสือ หนังสือเป็นวิชาโลกีย์ แต่ปัญญาซึ่งเป็นอริยทรัพย์นี้เป็นวิชาของโลกุตตระ เป็นวิชาซึ่งเกิดจากการทำดวงจิตให้บริสุทธิ์ ฉะนั้นผู้ใดปรารถนาได้อริยทรัพย์ ก็จงเจริญสมาธิภาวนา ทำกาย วาจา ใจ ของตน ให้เข้าถึงซึ่งพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ดังกล่าวมาแล้ว

กาลอันเป็นมงคล

วัดโศการาม, 31 กรกฎาคม 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

เพราะเหตุใดคนเราจึงได้พากันมาแสวงหาความสุขในทางธรรม ก็เพราะว่าความสุขในทางโลกนั้นเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน เหมือนกับการทำสวนหรือทำนา บางครั้งก็ได้ผลดี บางครั้งก็เป็นผลเสียหาย เหมือนผลไม้ที่มันสุกหล่นลงบนพื้นดิน บางลูกก็ดี บางลูกก็ถูกนกกาจิกกิน บางลูกก็เป็นหนอน บางลูกก็เน่าจมนดินเลย หรือการทำนาก็เช่นเดียวกัน ถ้าปีใดมีฝนดีหล่อเลี้ยงต้นข้าว ข้าวก็รวงใหญ่ เมล็ดงาม ถ้าฝนแล้งข้าวก็รวงเล็ก เมล็ดลีบ ทั้งนี้จึงย่อมได้ผลไม่สม่ำเสมอ ถ้าการทำสวนทำนามีผลแน่นอนก็คงไม่ต้องมาทำกันบ่อย ๆ ทำแล้วทำอีก ความสุขในทางโลกก็เช่นเดียวกัน บางครั้งก็เป็นสุข บางครั้งก็เป็นทุกข์ ส่วนความสุขในทางธรรมเป็นของคงที่แน่นอนไม่เปลี่ยนแปลง

คนเราเปรียบเหมือนต้นไม้ ถ้าต้นไม้ชนิดใดมีแก่นมาก เช่น ไม้พะยูน ไม้สัก หรือไม้ประดู่ ก็เกิดประโยชน์มาก แม้ใช้สอยอยู่ในบ้านก็มีค่ากว่าไม้ธรรมดา จะทำของใช้ เป็นโต๊ะเตียง เก้าอี้ ฯลฯ ก็ทนทานเหนียวแน่น แล้วยังสามารถสร้างบ้านเมืองของเราให้เจริญอีกด้วย เช่น ส่งไปขายนอกประเทศก็เป็นสินค้าอย่างดีราคาสูง ให้ประโยชน์ทั้งคนให้และคนรับ คือคนขายก็ได้เงินมาก คนซื้อก็ได้ของดีมีประโยชน์ไปใช้ ลักษณะของคนเราก็เช่นเดียวกับต้นไม้ ถ้ามีความดีเป็นแก่นสารก็เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเอง และพ่อแม่ พี่น้อง ลูกหลาน เพื่อนฝูง ขยายออกไปจนถึงคนอื่น ๆ ในโลกด้วย ตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้าของเรา เมื่อพระองค์ทรงกระทำความดีเป็นแก่นสารสำหรับพระองค์เองแล้ว ก็ยังได้ทรงโปรดสัตว์ทั้งหลายตลอดถึงอภยาภูมิ สัตว์เดียรัจฉาน เปรต นรก ดังที่ทรงใช้ให้พระมาลัยไปโปรดเป็นต้น ส่วนโลกเบื้องบนก็ได้เสด็จไปทรงโปรดเทพยดา และพระพุทธรูปในสวรรค์ เป็นต้น พระองค์ยังได้ทรงถ่ายทอดดีไปให้คนทั้งหลายในโลกอีกมากมายต่อมาจนถึงทุกวันนี้ เพราะฉะนั้นเมื่อพวกเราได้มีชีวิตมาถึงโอกาสอันดีเช่นวันนี้ (วันเข้าปฐมพรรษา) ก็ควรที่จะมาทำดีเช่นพระองค์บ้าง

วันเพ็ญเดือน 6 เป็นวันที่พระพุทธเจ้าของเราได้ทรงตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นพระอรหันต์ในโลก ได้ทรงชำนะมารเวทดาทั้งหลาย ครั้นถึงวันเพ็ญเดือน 8 พระองค์ได้ทรงชำนะมนุษย์ทั้งหลายโดยทรงแสดงปฐมเทศนาเปิดพระโอษฐ์ โปรดเวไนยสัตว์เป็นครั้งแรก คือได้ทรงแสดง “พระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร” โปรดพระเบญจวัคคีย์ทั้งห้า ให้พระอัญญาโกณฑัญญะได้สำเร็จพระอริยธรรมเป็นองค์แรก ต่อมาจึงได้ทรงเทศนา “อนัตตลักขณสูตร” และ “อาทิตตปริยายสูตร” โปรดพระเบญจวัคคีย์ 5 องค์ ให้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ และจากนั้นมา พระองค์ก็ได้ทรงจาริกไปโปรดเวไนยสัตว์ตามบ้านน้อยเมืองใหญ่ทั่วชมพูทวีป เพราะโลกนั้น เต็มไปด้วยความมืดมนอนธการ เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จไปแสดงธรรมครั้งไร โลกก็ได้รับแสงสว่าง ขึ้นครั้งหนึ่ง เวไนยสัตว์ก็ได้เปิดหูเปิดตา และเห็นธรรมอันสดชื่นเบิกบานใจ ก็ในวันเช่นนี้เป็นวันที่ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ที่พระองค์ทรงแสดงปฐมเทศนาโปรดพระเบญจวัคคีย์ในสมัย พุทธกาลนั้น ย่อมนับว่าเป็นวันมหามงคลอันเลิศวันหนึ่ง เราทั้งหลายจึงไม่ควรจะปล่อยให้ผ่าน ผ่านไปเสียโดยไร้ประโยชน์

กาลเวลาในโลกนี้ย่อมมีอยู่ 4 กาล คือ

1. กาลของปี
2. กาลของเดือน
3. กาลของวัน
4. กาลของชีวิต

กาลของปี นั้นแบ่งออกไปเป็น 3 กาล คือ

1) **ปฐมกาล** ได้แก่ สมัยที่พระพุทธเจ้าของเราได้ทรงอุบัติมาในโลก ได้ตรัสรู้ธรรม เป็นพระอรหันต์ และได้ทรงประกาศพระพุทธศาสนาแสดงธรรมโปรดเวไนยสัตว์ในชมพูทวีป พระสาวกและมหาชนทั้งหลายได้พากันไปสดับพระธรรมของพระองค์ จนได้สำเร็จเป็นพระอรหันตชีนาสหกันมากมาย จึงนับว่าเป็นกาลสำคัญอันหนึ่งในสมัยนั้น

2) **มัชฌิมกาล** คือ สมัยที่พระพุทธศาสนาสว่างแล้วได้ 2,500 ปี นับแต่วันที่พระพุทธเจ้าของเราเสด็จดับขันธปรินิพพาน บรรดาพุทธศาสนิกชนนานาประเทศทั้งภาคตะวันตก และตะวันออก ต่างก็ได้มีการประกอบศาสนกิจตามประเพณีของตนเพื่อฉลองสมโภชพระพุทธศาสนาเป็นการใหญ่ในวันเพ็ญเดือน 6 ซึ่งตรงกับ “วันวิสาขบูชา” ดังที่เราได้กระทำการมาแล้วนั้น

3) **ปัจฉิมกาล** จะเต็มไปด้วยคนกิเลสหนา มิจฉาทิฐิ กระทำการย้ายิลบลู่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ล่วงละเมิดในศีลธรรม วินัย ไตรปิฎก เป็นเหตุให้พระพุทธศาสนาต้อง

เสื่อมลงจนในที่สุดก็สูญหายไปเ็นท่ามกลางชมพูทวีปตามเดิมในอนาคตกาล อันนี้พวกเราทั้งหลาย บางคนอาจจะได้ผ่านเข้ามาประสบพบเห็นกับเหตุการณ์เหล่านี้ก็ได้ นี่ก็จะต้องนับว่าเป็นกาลสำคัญอีกสมัยหนึ่ง

กาลของเดือน นั้นก็ได้จัดแบ่งเป็น 4 กาล คือ

1) เพ็ญเดือนหก เป็นวันคล้ายวันประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพานของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรียกว่า “วิสาขมาส” เราก็ได้พากันบำเพ็ญพุทธกิจตามประเพณีนิยม

2) วันเข้าพรรษา กลางเดือนแรม สงฆ์ทั้งหลายที่ประจำอยู่ในอาวาสไม่มีการสัญจรไปค้างแรมในที่แห่งอื่นเป็นเวลา 3 เดือน ฝ่ายฆราวาสก็มีการทำบุญถวายผ้าอาบน้ำฝนตามประเพณี

3) วันออกพรรษา กลางเดือนสิบ มีการทอดกฐินและผ้าป่ากันทุก ๆ วัด

4) วันมาฆบูชา กลางเดือนสาม เป็นวันคล้ายวันประชุมสงฆ์ “จาตุรงคสันนิบาต” คือพระอรหันตชีณาสพ 1,250 องค์ ได้มาเฝ้าประชุมพร้อมกันโดยมิได้นัดหมาย เป็นมหัศจรรย์ และเป็นวันปลงอายุสังขารของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่ก็จัดว่าเป็นวันสำคัญวันหนึ่งในกาลของเดือน

กาลของวัน ก็คือวันธรรมสวนะ ขึ้น 8 ค่ำ 14 ค่ำ 15 ค่ำ ซึ่งเป็นวันประชุมฟังพระธรรมเทศนา รักษาศีล บำเพ็ญทาน และสวดมนต์ภาวนาของพุทธบริษัท

ผู้ฉลาดย่อมไม่ปล่อยให้กาลของปี ของเดือน และของวันดังกล่าวมานี้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เพราะเป็นกาลสำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งเราทุกคนควรจักต้องกระทำความดีให้แก่ตนของตนให้ยิ่งกว่าในกาลใดอื่น

กาลของชีวิต ก็แบ่งออกเป็น 3 ตอน

ตอนต้นเรียกว่า “ปฐมวัย” คือนับแต่วันแรกเกิดจนอายุ 20 ปีบริบูรณ์ วัยนี้เป็นวัยเด็ก ก็จะต้องมีการศึกษาเล่าเรียนศิลปวิทยาต่าง ๆ ไว้เป็นเครื่องประดับตัว

ตอนกลางเรียกว่า “มัชฌิมวัย” นับแต่อายุ 20 ปีขึ้นไปจนถึง 40 ปีบริบูรณ์ เป็นวัยของผู้ใหญ่ที่จะต้องประกอบอาชีพเป็นหลักฐานสำหรับตัวเองและครอบครัว

ตอนปลายเรียกว่า “ปัจฉิมวัย” คือนับตั้งแต่อายุ 41 ปีขึ้นไปจนถึง 70 ปีบริบูรณ์ ตลอดจนตายเป็นวัยของคนแก่ที่จะต้องมุ่งหน้าบากบั่นบำเพ็ญกุศลใส่ตน มีการให้ทาน รักษาศีล และเจริญเมตตาภาวนา เพื่อเป็นความสุขแก่ตนทั้งในเวลาปัจจุบันและอนาคต

ถ้าในกาลชีวิต 3 ตอน นี้ได้ผ่านมาถึง ก็ไม่ควรละโอกาสที่จะบำเพ็ญคุณงามความดีตามวัยและหน้าที่ของตน ๆ นี่จึงนับว่าเป็นบุคคลที่รู้จักกาลของชีวิต

ก่อนที่จะถึงวันปฐิมพรรษา ซึ่งเป็นวันสำคัญในกาลของเดือน พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้เป็นกุลบุตรอายุครบ 20 ปีบริบูรณ์ จะก้าวขึ้นสู่ความเป็นผู้ใหญ่ คือบรรลุนิติภาวะแล้ว ต่างก็พากันมีศรัทธาสละเพศฆราวาส สละครอบครัว เข้ามาอุปสมบท เป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา มีกำหนด ๓ เดือน บางคนที่มีวัยล่วงเลยมาแล้วแต่ยังไม่เคยอุปสมบทเลยก็ลาสิกขาการเข้ามาอุปสมบทเพื่อศึกษาอบรมในธรรมวินัย บางคนก็พากันสมาทานศีลห้า ศีลแปดตลอดไตรมาสบ้าง รวมทั้งถืออุปัชฌาย์ และบำเพ็ญกรรมฐานตามสมควรแก่อัธยาศัยก็มี ที่เรียกว่า “ชาครียอุโบสถ” บางคนก็สมาทานเฉพาะวัน 7 ค่ำ 8 ค่ำ 9 ค่ำ และ 14 ค่ำ 15 ค่ำ 1 ค่ำ ก็มี อย่างนี้เรียกว่า “ปาฏิหารียอุโบสถ” ซึ่งจัดว่าเป็นอุโบสถชั้นสูงและชั้นกลาง ส่วนชั้นต่ำนั้นก็ได้แก่การรักษาอุโบสถเฉพาะวันพระ 8 ค่ำ 15 ค่ำ ขึ้นแรมตามปกติเท่านั้น นี้เรียกว่า “ปกติอุโบสถ”

บุคคลทั้งหลายไม่ควรประมาทในกาลของชีวิต คือ 1. ในเมื่อตนยังมีทรัพย์สินเงินทอง บริบูรณ์ 2. ยังมีกำลังวังชาแข็งแรง 3. ยังไม่เจ็บไข้แก่ตาย ก็ควรจะรีบเร่งทำบุญให้ทาน รักษา ศีล และเจริญเมตตาภาวนา หาความดีให้แก่ตนตามสติกำลังที่จะทำได้ ถ้าปล่อยให้กาลทั้งสามนี้ ล่วงเลยไปเสียแล้ว ก็จะต้องหมดโอกาสทำความดี ได้แต่รอวันตาย เพราะสังขารร่างกายมีแต่จะเสื่อมทรุดโทรมไปทุกวัน เมื่อวัยชราผ่านมาถึงเข้าแล้วนั้นนัยน์ตาก็จะมีดมัวไป หูก็ตึงฟังอะไร ไม่ถนัด หลังก็โก่งคดงอ เดินสองขาก็ยังไม่พอใจ ต้องเป็นสามขาหรือสี่ขา ลงคลานก็มี ในที่สุด เขาก็จะปลุกกระดูกเล็ก ๆ ให้คนแก่อยู่นั่งลุกเฝ้าหลาน ไปไหนไม่รอด นาน ๆ เงินทองก็ร่อยหรอ น้อยไป ๆ ทุกที อยากจะทำทานก็ไม่สะดวก ลูกหลานเพื่อนฝูงก็หนีไปห่างไป ผลสุดท้ายก็จะมีแต่ตัวคนเดียว เหตุนี้จึงไม่ควรประมาทในกาลอันเป็นมงคลดังกล่าวมาแล้ว ฯ

สังฆการวตา

วัดอโศการาม, 5 สิงหาคม 2501

(บันทึกโดยแม่ชีอรุณ อภิวิมุตตา)

ความสุขอันใดเมื่อแปรรูปเสียแล้วมันไม่เนา นี่ก็เหมือนแม่ค้าที่ขายผลไม้ เช่น มะม่วง ขนุน หรือทุเรียน เมื่อเห็นว่ามันสุกงอมมาก ๆ จะเก็บไว้ก็ไม่ได้ จะกินก็ไม่ทัน ขายก็ไม่หมด เขาก็นำมาปอกเปลือกออก แล้วผ่านเอาแต่เนื้อในมันมากวนเสีย ทำให้เป็นขนุนกวน ทุเรียนกวน หรือมะม่วงแผ่น ผึ่งแดดให้แห้งแล้วก็เก็บไว้ได้ทนทาน รับประทานก็อร่อย ขายก็ได้ราคา นี่เรียกว่ามีปัญหาทำของสุกไม่ให้น่าเสียหาย ฉันทใด เมื่อบุคคลเรามีความสุขมากแล้ว ก็จงอย่าติดหลงระเหิรในความสุขจนลืมนั่น ต้องบดขยี้ความสุขนั้นให้แตกออกเป็นความทุกข์ แล้วก็จะรู้จักตัวความสุขที่แท้จริงอันเป็นของไม่แปรเปลี่ยน เป็นความสุขที่คงทนถาวร มีค่าสูง ตัวอย่างได้แก่พระภิกษุหรือสามเณรที่ดี ผู้ซึ่งมีความสุขสบายอยู่ด้วยปัจจัยธาตุที่บุคคลเอามาถวาย ไม่ต้องไปแสวงหาหรือประกอบอาชีพเหนื่อยยากเหมือนคนชาวบ้านที่เขาต้องไปแบกไปหาม บุกป่า ฝ่าหนาม กรำแดดกรำฝน กลางทุ่งนา เพียงแต่นั่งนอนทำ “นาข้าวสุก” อย่างเดียวก็อึดปากอึดท้อง นี่เป็นสุข “เนกขัมมะ” ถ้านักบวชประเภทนี้จะหลงติดสุขอยู่ในปัจจัยธาตุ มีจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานภสัช เหล่านี้แล้วไม่ทำความดีให้สมกับคุณค่าที่บุคคลเขาเสียสละเป็นความเหนื่อยยากมาบูชาตนแล้ว ก็หาเป็นสมณะที่แท้จริงไม่ เป็นการกินแรงเอาเปรียบชาวบ้านเขานั้นเอง ฉะนั้นเมื่อตนมีความสุขเช่นนี้แล้วก็ควรพากันบดขยี้ตัวความสุขนั้นให้ออกเป็นความทุกข์ คือทำความพากเพียรเสียสละความสุขอันตนเคยได้รับนั้นให้เป็นไปในการสมาทาน ธุตคุณัตถตามแบบอย่างที่พระพุทธองค์ทรงกระทำมาเพื่อให้รู้จักความทุกข์ทรมานแห่งอัตภาพร่างกาย ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติธรรมดา ความสุขอันใดได้มาจากบุคคลอื่นนั้นควรพิจารณาว่าไม่ใช่สิ่งคงทนแก่เนสาร ความสุขที่เป็นแก่เนสาร ต้องเป็นความสุขที่ได้จากตัวของเราเอง คือเราต้องหัดอดทนต่อสู้กับความทุกข์อันเกิดขึ้นจากร่างกาย เมื่อเราทำได้ ดวงจิตของเราก็จะมั่นคง มีกำลังแรงกล้าลอยตัวขึ้นสู่ระดับสูงเป็นลำดับ ในที่สุดเราก็จะประสบกับความสุขอันแท้จริง ซึ่งพระองค์ทรงตรัสว่าเป็น ความบรมสุข

เหตุนี้ท่านจึงสอนให้พากันบีบโลภียสุขให้เป็นความทุกข์เสียก่อน อย่าหลงกิน หลงนอน รับประทานอาหารกิริยา รับประทานอาหารอยู่เสมอ เพราะความสุขนั้นมันปิดบังความทุกข์ไว้ไม่เปิดเผย ถ้าใครตระหนักรู้เห็นแน่นอนไม่ยอมเสียสละโลภียสุข พอความทุกข์มันจะเกิดก็ปิดบังไว้เสีย เปรียบเหมือนเห็นกองทัพบกวิ่งหนีไปเสีย เช่นนี้ ผู้นั้นก็ไม่อาจชนะสงครามได้ ฉันทัดเราต้องการพ้นทุกข์ แต่เอาสุขไปกลบไว้เสีย ก็ยอมไม่สามารถจะแลเห็นทุกข์ได้ เหมือนคนที่เสียขายผลไม้กล้วยจะนำเสีย แต่ไม่นำไปกววให้มันสุกไฟ ผลไม้นั้นก็ต้องเน่า กินไม่ได้ต้องโยนทิ้ง ความทุกข์ซึ่งเกิดจากการกิน ดื่ม นอน เมื่อเราปิดเสียมันก็หายไป เหมือนคนหิว พอกินอาหารแล้วมันก็หายหิว อิริยาบถของเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าเรานั่งนาน ๆ ชักเมื่อยเราก็ลุกไปเดินเสีย มันก็หายไป หรือยืนนาน ๆ มันปวดขาก็นั่งลงเสีย มันก็หายไป นั่งนาน ๆ หลังแข็ง เราก็นอนเสีย มันก็หายไป เช่นนี้ การเดินก็ไปปิดทุกข์การนั่ง การนั่งก็ไปปิดทุกข์การยืน การนอนก็ไปปิดทุกข์การนั่ง เสียหมด สรุปแล้วก็คือ อิริยาบถทั้ง 4 เราก็ปิดเสียซึ่งของจริง ความหิวโหยซึ่งเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ เราก็ไม่อดทน เกิดโรคก็หาอาหารวิเศษมาเยียวยา เจ้าตัวสัตว์นั้นเมื่อมันได้เป็นอาหารของใครมา มันก็ต้องมากลุ่มมวนคนนั้น แล้วในที่สุดเขาก็จะมาจิกกระเพาะรากของคนนั้นแหละ ยิ่งเจ็บก็ยิ่งถวายเป็นเข้าไป ในที่สุดความตายมันก็จะมาจิกตัวเอง ฉะนั้นจึงควรบำเพ็ญกรรมฐาน แยกกายออกให้เหมือนมะม่วง ส่วนเปลือกก็เป็นเปลือก ส่วนเนื้อก็เป็นเนื้อ ส่วนเมล็ดของมันก็คือ “กิลเลส” ทำอย่างนี้เรียกว่า **สังฆการวตา** คือเคารพในคุณพระสงฆ์ ได้แก่ข้อปฏิบัติ

สมมุติสงฆ์ นั้นก็ได้แก่พวกที่นั้งกิน นอนกิน เสวยแต่ “ข้าวสุก” แล้วก็บำเพ็ญศีลภาวนาอยู่ภายในขอบเขตของตน ๆ ส่วนสงฆ์อีกพวกหนึ่งได้แก่ผู้ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติตรง ไม่หลงมกมาย ปฏิบัติยิ่งชีวิต ได้แก่ พระโสดา พระสกิทาคา พระอนาคา และพระอรหันต์ นี้เรียกว่า **อริยสงฆ์** โดยธรรมชาติฐาน **สังฆการวตา** นั่นคือเคารพในตัวเอง เคารพในไตรสิกขา มี ปกติศีล อูปริมศีล และภาวนาศีล คือ ศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ และศีล 227 เป็นต้น ศีลนี้ก็แบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ 1. **ปหานศีล** และ 2. **ภาวนาศีล** ส่วนใดที่พระองค์ทรงติเตียนว่าไม่ดีก็ละเว้นเป็น **ปหานศีล** ส่วนใดที่พระองค์ทรงสรรเสริญว่าดีก็เจริญเป็น **ภาวนาศีล**

อภิสมจาร คือการสำรวมในมรรยาท เดิน ยืน นั่ง นอน สำรวมในการบริโภคปัจจัยสี่ คือ ผ้าจีวร เครื่องนุ่งห่ม อันใดควรใช้ไม่ควรใช้ ต้องให้รู้จักทั้งการกินการใช้น และการเก็บรักษา ส่วนใดควรละก็ละไป ส่วนใดควรประกอบก็ประกอบไป ใครทำอย่างนี้เรียกว่า **ศีลการวตา** ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเป็น **สุปฏิปันโน**

อุสุปฏิปันโน นั่นคือ ปฏิบัติชั่วตรง ต่อหน้าเคยทำอย่างไรลับหลังก็ทำอย่างนั้น ตัว **อุสุ** คือ อินทริยสังวร

1. อินทรีย์สังวรศีล คือสำรวมอินทรีย์หกให้กลมกลืน ได้แก่

1) จักขุสังวร คือสำรวมตาอย่าให้ตามันโตกว่ารูป และอย่าให้รูปมันโตกว่าตา ตัวอย่างตามันเล็กแต่รูปมันโตก็คือ ดูแล้วยังหลงอาลัยติดใจไปตั้งวัน ๆ คืน ๆ อย่างนี้ก็เรียกว่าปฏิบัติไม่ตรง เพราะรูปมันโตกว่าตา ส่วนตาโตแต่รูปมันเล็กนั่นคือ คนที่มักได้ในรูป ครั้นหายไปก็เสียดายอาลัยอาวรณ์ ไม่สามารถจะละได้ นี่เรียกว่าตามันโตกว่ารูป ก็เกิดความโลภ รูปโตกว่าตาก็คือเกิดความโลภ ความหลง ใครไม่รู้จักสำรวมตาของตนก็จะเกิดไฟ 3 กอง เผาตาคนนั้นให้เกิดทุกข์

2) โสตสังวร คือสำรวมหูกับเสียงให้พอดีกัน คือบางที่หูมันโตกว่าเสียง บางทีเสียงก็โตกว่าหู เช่น ฟังเขาพูดนิดเดียวแต่เก็บไปคิดตั้งหลายวัน นี่แหละหูมันโตกว่าเสียง หรือพระท่านพูดองค์เดียวแต่ฟังไปได้ตั้งหลายร้อยคน อย่างนี้เสียงมันโตกว่าหู ถ้าหูโตกว่าเสียงแล้ว ก็มักจะเกิดความชอบบ้าง ไม่ชอบบ้าง ราคะคตินา โทสะคตินา โมหะคตินาก็เป็นไฟไหม้หูคนนั้น เพราะไม่สำรวมความชั่ว ความชั่วก็ไหลเข้ามาได้

3) ฆานสังวร คือสำรวมจมูกกับกลิ่น กลิ่นใดหอม ก็อย่าไปหลงมัน กลิ่นใดเหม็นดมไม่ได้ก็ไปเสียให้พ้น อย่าไปนึกเกลียดชังมัน จมูกกับกลิ่นนี้ถ้าใครมารู้จักพิจารณา ก็จะเห็นว่า บางทีกลิ่นโตกว่าจมูก คือพอดมแล้วกลิ่นมันติดอยู่อีกตั้งหลายวัน หลายเดือน หลายปี บางทีกลิ่นหายไปตั้งหลายวันหลายเดือนหลายปีแล้วแต่จมูกมันก็ยังไม่หาย รากะ โทสะ ก็กำเริบและโมหะก็หลงไหลไปตามกลิ่นนั้น นี่เรียกว่าไม่สำรวมในฆานะ

4) ชิวหาสังวร การสำรวมลิ้นกับรส อาหารใดพอรับประทานได้ก็อย่าดิ้นรนไปเสาะแสวงหาให้มันวิเศษยิ่งไปกว่าที่มี ชอบก็กินให้มาก ไม่ชอบก็กินแต่น้อย เลือกกินอาหารที่เป็นคุณประโยชน์แก่ร่างกายจึงจะไม่มีโทษ อย่าไปตามใจลิ้นมันกินไป จะกลายเป็นความทุกข์ บางทีรสมันโตกว่าลิ้น เช่น มันนี้ก็อยากกินเปิด อยากกินไก่ อยากกินหมู อยากกินปลา ก็ดิ้นรนแสวงหามันมา เมื่อได้มาแล้วลิ้นมันก็หดยึดลงไป กลืนไม่เข้ากินไม่ได้อย่างนี้ ก็คือไม่รู้จักพอดี ชื่อว่าเป็นผู้ไม่สำรวม อีกข้อหนึ่งลิ้นทำงานในการพูด บางครั้งลิ้นยาว ลิ้นโต พูดอะไรเกินความจริงไป พูดไม่รู้จักจบ เอาเรื่องไม่ได้ นี่เขาเรียกว่าพูดมากปากเปือก น้ำลายเหนียว บางคราวเรื่องมากปากเล็ก ควรพูดชี้แจงเหตุผลให้แจ่มแจ้งกลับพูดอ้ออึ้งไม่รู้เรื่องความจริง ลักษณะเหล่านี้ชื่อว่า ไม่สำรวมลิ้นให้พอดีกับเรื่อง เป็นเหตุให้นามาสังความทุกข์ประการหนึ่ง

5) **กายสังวร** การสำรวมกายกับสัมผัส บางคราวก็รู้สึกว่ายสบาย บางคราวก็ไม่สบาย คือสถานที่ใดแต่กายมันลึกบ้าง สถานที่เล็กแต่กายมันโตบ้าง ไม่พอดีพอสมซึ่งกันและกัน เครื่องสัมผัสถูกต้องกายไม่พอเหมาะพอดี บางทีกายมันลึกสัมผัสโต เช่น ได้พบผ่านสัมผัสอันใดที่พอใจ สัมผัสอันนี้หายไปแล้วเป็นเวลาหลายวันก็ยังอาลัยในสัมผัสนั้นอยู่ บางทีกายมันโตแต่สัมผัสเครื่องรับรองกายมันเล็ก เช่น ไปนั่งนอนที่ไหนก็ไม่มีความสุข อย่างที่เขาเรียกว่า **โลกแคบ** นั่นก็คือไม่สำรวมกายกับสัมผัสให้พอดีพองามจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์โทษ

6) **มโนสังวร** ให้สำรวมใจไว้ในทางที่ชอบพอเหมาะพอดีตามมีตามเกิด บางทีเรื่องมันโตกว่าจิต คิดมากเกินไป คิดเลยไปจากความจริง เป็นเหตุให้เข้าใจผิด ทำให้จิตฟุ้งซ่าน บางทีจิตมันโตกว่าเรื่อง เรื่องมันนิดแต่จิตมันโต เช่น เรื่องนิดเดียวสาวไปสี่ห้าอย่าง คือ ไม่สำรวมใจให้พอเหมาะพอดีกับความเป็นอยู่ของตน เข้ากับสุภาภิตเขาว่า “เกี้ยวพญาหมู่” ทำให้จิตฟุ้งซ่านไปเปล่า ถ้าไม่สำรวมใจไว้ด้วยดียอมเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ เป็นที่โหลมาแห่งความโลภ โกรธ หลง ฉะนั้นจึงให้มีการสำรวมใจของตนด้วยดี เป็นไปเพื่อความสงบ จึงเรียกว่า **มโนสังวร**

2. **ปัจเจกขณศีล** คือทำกรรมสิ่งใดด้วยกาย วาจา ใจ ก็ให้เป็นไปในทางตรงสุจริต จิตที่สำนึกไปในการณ์ต่าง ๆ ก็ให้สุจริต

3. **อาชีวนิรุตติศีล** คือ รู้จักจับจ่ายเลี้ยงดูร่างกาย สิ่งใดที่จะให้ความร่มเย็นสุขสบาย แก่ตัว ก็ควรเลี้ยงดูด้วยสิ่งนั้น บางคราวกายมันชอบแต่ใจไม่ชอบ บางคราวใจชอบแต่กายไม่ชอบ เมื่อเรามาพิจารณาสังขารของเราเห็นสิ่งใดขัดเขินก็แก้ไขเสีย รู้จักใช้เครื่องอุปโภคบริโภคให้เป็นคุณประโยชน์แก่ร่างกาย สิ่งใดจะให้โทษแก่ร่างกายก็จงพากันละเสีย นี่เรียกว่า **อาชีวนิรุตติศีล**

อริยทรัพย์ เป็นเรื่องจิตใจ คือคนทั้งหลายเขาค้นแสวงหาอาหารมาบำรุงหัวใจด้วยอาหาร 3 อย่าง คือ 1. **ผัสสาหาร** 2. **วิญญานาหาร** และ 3. **มโหสถัญเจตนาหาร** รู้จักเลี้ยงใจของตัวด้วยบุญกุศล ดวงจิตของผู้นั้นก็สว่างผ่องดงาม เกิดกำลังผากเพียร คือ **ศรัทธา วิริยะ สติ สมธิ ปัญญา** เป็น **อุปปิปปันโน** ปฏิบัติตรงต่อโลกุตระกุศล ไม่เวียนวนในโลภี ส่วน **ญายปิปปันโน** และ **สามิฉิปปิปปันโน** นั้นก็ยังมีคุณธรรมดียิ่งไปกว่านี้อีกหลายประการ เหตุนั้นถ้าใครพากันสำรวมในศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ และศีล 227 ให้เป็นไปด้วยดีและบริสุทธิ์แล้ว ผู้นั้นก็จะเป็นผู้มีความเคารพต่อตัวเอง คือ **สังฆคารวตา** สิ่งใดควรละก็ละ สิ่งใดควรเจริญก็เจริญ จงพากันรักษาความดีของตนไว้อย่าให้เสื่อม คนพาลนั้นทำดีมักง่ายบาป แต่นักปราชญ์ท่านทำดีง่ายดี

คนเรามักชอบจ่ายบาปให้คนอื่น แต่ส่วนบุญนั้นไม่รู้จะไปเก็บไว้ที่ไหน ยังความทุกข์ให้เกิดแก่คนอื่นเป็นส่วนมาก แต่ส่วนตนเองไม่ยากได้ทุกข์

นี่กล่าวถึงการเคารพสงฆ์ภายใน ส่วนสงฆ์ภายนอกนั้นบางคนก็ดี บางคนก็หนาแน่นไปด้วยกิเลส ถ้าใครมาเห็น พระสงฆ์ภายใน ก็ได้ชื่อว่าเห็น พระพุทธ ถ้าใครเห็น พระพุทธ ก็ได้ชื่อว่าเห็น พระธรรม ความชั่วทั้งหลายก็จะจืดจางห่างไกลไปจากใจของผู้ปฏิบัติ จักประสบแต่ความร่มเย็นเป็นสุข ดังได้พรรณนาด้วยประการฉะนี้

อบรมสมาธิ

วัดอโศการาม, 7 สิงหาคม 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

ในการนั่งให้ทำลมให้แคบที่สุด อย่าให้จิตไปอยู่นอกตัว ถ้าเราเอาจิตไปอยู่กับคนอื่นสิ่งอื่น เราก็จะต้องได้รู้แต่เรื่องของคนอื่นสิ่งอื่น ส่วนเรื่องของตัวเองก็เลยไม่ได้รู้ได้เห็นอะไรเลย เราอยู่ใกล้กับสิ่งใดจะต้องสนใจกับสิ่งนั้น เราอยู่ใกล้คนใดก็ต้องสนใจกับคนนั้นให้มากที่สุด คนใดหนึ่งใกล้เรา ต้องสนทนาปราศรัยกับเขา อย่างนั่งเป็นใบ้ ทำความคุ้นเคยสนิทสนมกับเขาไว้ ถ้าเราไม่พูดคุยทำไมตรึกับเขาไว้บ้าง เขาก็จะต้องไม่ชอบเรา และกลายเป็นศัตรูของเราไป นี่ฉันใด เมื่อร่างกายของเรานี้ประกอบขึ้นด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ธาตุเหล่านี้ก็ย่อมเปรียบเหมือนกับญาติหรือมิตรสหายของเรา เพราะเราจะนั่งนอนยืนเดินไปทางไหน เขาก็ติดตามเราไปทุกแห่ง ฉะนั้นเราต้องสนใจทำความรู้จักคุ้นเคยกับเขาไว้ให้มากกว่าคนอื่น เมื่อสนิทสนมกันแล้ว นาน ๆ ไปเขาก็จะรักเราและช่วยเหลือเราได้ทุกสิ่งทุกอย่าง เมื่อเรามีมิตรที่ดีและซื่อตรงเช่นนี้ เขาก็ย่อมจะปลอดภัยและมีความสุข

ถ้าเรารู้เรื่องธรรมชาติของโลก และรู้จักความเป็นจริงของธรรมแล้ว เราก็จะไม่ต้องมีความยุ่งยากในการเป็นอยู่ เรื่องภายนอกนั้น ถึงเราจะศึกษาให้มีความรู้สึกเท่าไร ๆ ก็ไม่ทำให้เราพ้นจากทุกข์ได้ สู้การเรียนรู้จิตใจของตนอยู่ภายในวงแคบ ๆ นี้ไม่ได้ เรื่องของโลกยิ่งเรียนก็ยิ่งกว้าง เรื่องของธรรมยิ่งรู้ก็ยิ่งแคบ และรู้แคบเท่าไรก็ยิ่งดี ถ้ารู้กว้างออกไปมักฟุ้งซ่าน เป็นเหตุให้เกิดความไม่สงบ ถ้าจะเปรียบก็เหมือนกับการเดินไปในหนทางที่แคบ ๆ ย่อมจะไม่มีใครกล้าเดินสวนทางเข้ามาชนกับเราได้ ส่วนคนเดินตามหลังนี้ช่างเขา เมื่อไม่มีใครสวนทางเข้ามา ช่างหน้าแล้ว คนที่จะเดินบังหน้าเราก็ไม่มี เราก็จะมองเห็นสิ่งที่อยู่ข้างหน้าออกไปได้ไกลที่สุด ฉะนั้นผู้ทำจิตให้แคบเข้า ละเอียดยิ่งเข้า ก็จะเกิดความวิเวกสงบ เกิดแสง และเกิดวิปัสสนาญาณ มองเห็นอดีต อนาคต และปัจจุบันได้ทุกอย่าง เหตุฉะนั้นท่านจึงว่าผู้มีวิปัสสนาญาณเป็นผู้มีสายตาอันไกล คนที่ส่งจิตออกไปอยู่นอกตัว เปรียบเทียบกับคนที่เดินไปตามถนนกว้าง ๆ ถนนกว้างนั้นอย่าว่าแต่คนจะสวนทางเข้ามาได้เลย แม้แต่สุนัขและสัตว์ตัวโต ๆ มันก็เดินสวนเข้ามาได้ ฉะนั้นจึงไม่ปลอดภัย จิตผู้นั้นก็จะมีแต่ความฟุ้งซ่าน เต็มไปด้วยนิรวณธรรมหาความสงบมิได้

การทำจิตให้แคบ เปรียบอีกอย่างหนึ่งก็เหมือนกับการขุดหลุม ถ้าเราขุดหลุมเล็ก ๆ ก็ย่อมจะขุดได้ลึกและเร็วกว่าหลุมกว้าง ๆ ความเหน็ดเหนื่อยก็มีน้อย กำลังก็ไม่สึกหรอ ย่อมได้ผลดีกว่ากัน หรือจะเปรียบอีกอย่างหนึ่งก็เหมือนกับแม่น้ำ ถ้ากว้างมากก็มักไหลช้าและไม่แรง ถ้าแคบก็จะไหลเร็วและแรงด้วย หรือน้ำฝนที่ตกลงในที่กว้างย่อมกระจายไปทั่วในที่ต่าง ๆ น้ำก็จะไม่ขังในพื้นที่เหล่านั้นได้เท่าไร ถ้าตกลงมาเฉพาะในที่นาแห่งใดแห่งหนึ่งแต่เพียงแห่งเดียวแล้วมีข้าก็อาจจะท่วมทันหัวคันนาได้ ฉะนั้น อานาจแห่งจิต ก็เช่นเดียวกัน ถ้ายิ่งแคบและละเอียดมากเท่าไรก็ยิ่งมีกำลังแรงและคุณภาพสูงยิ่งขึ้น ฉะนั้นท่านจึงสอนให้เอาจิตมาจดจ่ออยู่กับลมหายใจอย่างเดียว ไม่ต้องไปคิดถึงเรื่องราวอื่น ๆ ให้มีสติสัมปชัญญะอยู่ในลมหายใจอย่างเดียว ไม่ต้องไปคิดถึงเรื่องราวอื่น ๆ ให้มีสติสัมปชัญญะอยู่ในลมเท่านั้น มันจะไม่ตี จะโง่ จะมืด จะหนาท่าอย่างใดก็ช่างมัน มุ่งดูลมอย่างเดียวจนจิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ต่อไปความรู้ก็จะผุดขึ้นในตัวของมันเอง ไม่ต้องไปนั่งคิดถึงว่าอะไรมันจะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความรู้เขาจะบอกเรื่องราวเหล่านี้แก่เราเองอย่างแจ่มแจ้งชัดเจน ไม่ใช่ความรู้ตามสัญญาที่ได้ยินเขาบอกเล่า แต่เป็นความรู้ซึ่งเกิดจาก “วิปัสสนาปัญญา”

จิตและลมของเรานี้มีอยู่ถึง 5 ชั้น ชั้นที่ 1 ลมหายใจสุด ก็ได้แก่ลมที่เราหายใจเข้า “พุท” หายใจออก “โธ” อยู่ขณะนี้ ชั้นที่ 2 ลมที่หายใจผ่านลำคอเข้าไปแล้วเชื่อมต่อกับธาตุต่าง ๆ ภายในให้เกิดความสลายหรือไม่สลาย ชั้นที่ 3 ลมหยุดนิ่งอยู่กับที่หมด ไม่วิ่งไปมา ทุก ๆ ส่วนในร่างกายที่เคยวิ่งขึ้นบนลงล่างก็หยุดนิ่ง ที่เคยไปข้างหน้ามาข้างหลังก็ไม่ไปไม่มา ที่เคยพัดในลำไส้ก็ไม่พัด ฯลฯ หยุดนิ่งสงบหมด ชั้นที่ 4 ลมที่ทำให้เกิดความเย็นและเกิดแสง ชั้นที่ 5 ลมละเอียดสุขุมมากจนเป็นปรมาณู แทรกแซงไปได้ทั่วโลก มีอำนาจความเร็วและแรงมาก

รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส นี้ ก็มีอยู่อย่างละ 5 ชั้น เหมือน ๆ กัน เช่น เสียงหยาดชั้นที่ 1 ก็ได้แก่ เวลาที่พุดจบแล้วดับไป ชั้นที่ 2 พุดไปแล้วยังดังอยู่ถึง 2-3 นาที จึงจะดับ ชั้นที่ 3 อยู่ได้นานมากแล้วจึงจะหายไป ชั้นที่ 4 พุดแล้วได้ยินถึงพรหมโลก ยมโลก และ ชั้นที่ 5 เป็นเสียงทิพย์ พุดแล้วได้ยินอยู่เสมอ พุด 100 ครั้ง ก็มีอยู่ทั้ง 100 ครั้ง เสียงไม่สูญไปจากโลก เพราะอำนาจแห่งความละเอียดจึงสามารถแทรกแซงอยู่ได้ทุกปรมาณูในอากาศ ฉะนั้น ท่านจึงว่ารูป รส กลิ่น เสียง ไม่สูญไปจากโลก เพราะโลกนี้เปรียบเหมือนกับจานเสียงที่อัดเสียงอะไร ๆ ไว้ได้ทุกอย่าง รูป รส กลิ่น เสียง หรือกรรมดีกรรมชั่วอันใดก็ดีที่เรากระทำไว้ในโลก มันย่อมจะย้อนกลับมาหาเราเมื่อตายทั้งหมด เหตุฉะนั้น ท่านจึงว่า “บุญ บาป” ไม่สูญหายไปไหน คงติดอยู่ในโลกนี้เสมอ

จิตละเอียดที่สุด ซึ่งเปรียบเหมือน “ปรมาณู” นั้น มีอำนาจความแรงเหมือนกับดินระเบิดที่จมลงในพื้นแผ่นดิน แล้วก็สามารถระเบิดทำลายมนุษย์สัตว์ให้ย่อยยับพินาศไปได้ ฉะนั้น จิต

ละเอียดที่จมลงในลมก็สามารถระเบิดคนสัตว์ให้พินาศย่อยยับไปได้เช่นเดียวกัน คือ เมื่อจิตละเอียดที่สุดถึงขั้นนี้แล้ว ความรู้สึกในตัวตนเราเขาก็ดับไปสิ้นไม่มีเหลือ จิตนั้นก็จะหมดความยึดถือในอัตภาพร่างกายตัวตนคนสัตว์ใด ๆ ทั้งสิ้น จึงเหมือนกับ “ปรมาณู” ที่ทำลายคนสัตว์ทั้งหลายฉนั้น

“วิตก” คือ การกำหนดลมหายใจ เปรียบเหมือนกับเราบ้วนข้าวเข้าไปในปาก “วิจารณ์” คือ ขยาย แต่ง ปรับปรุงลมหายใจ เปรียบเหมือนกับเราเคี้ยวอาหาร ถ้าเราเคี้ยวให้ละเอียด ๆ แล้วกลืนลงไป อาหารนั้นก็จะย่อยง่าย และเป็นประโยชน์แก่ร่างกายได้มาก การย่อยนั้นเป็นหน้าที่ของธรรมชาติร่างกาย ส่วนการเคี้ยวเราต้องช่วยจึงจะเกิดผล ถ้าเรากลืนกรอมลมละเอียดได้เท่าไรก็ยิ่งได้ผลดีขึ้นเท่านั้น เพราะของสิ่งใดละเอียดสิ่งนั้นย่อมมีคุณภาพสูง การทำลมละเอียดนั้นจิตก็ต้องละเอียดตาม และกายก็ละเอียดด้วย ฉะนั้น พระบางองค์ที่มานั่งเจริญกรรมฐานอยู่จนลมละเอียด จิตละเอียด กายของท่านจึงละเอียดเล็กลง ๆ จนสามารถลอดซี่กรงหน้าต่างเข้าไปนั่งอยู่ในโบสถ์ หรือวิหารได้ทั้ง ๆ ที่ปิดประตูหน้าต่างอยู่ดังนั้นก็มิ นี่ก็เป็นอำนาจของลมละเอียดอย่างหนึ่ง

วัตถุใดที่มีความกลั่นกรองมาก ๆ ย่อมเป็นเหตุให้คุณภาพสูงขึ้นกว่าเดิม เช่น กลือนั้น ถ้าเรานำมากลั่นกรองมาก ๆ เข้า รสเค็มของกลือนั้น จะกลายเป็นรสหวานไปได้ หรือน้ำตาลซึ่งเดิมที่มันมีรสหวานและเปรี้ยว ๆ นิดหน่อย แต่ถ้ากลั่นมากเข้า ๆ ก็จะเป็นรสขมไปได้ เหตุนี้ท่านจึงว่าไม่มีอะไรเป็นของเที่ยง แต่อะไรจะเที่ยงหรือไม่เที่ยงนี้ เราก็ไม่ต้องไปนึกถึงมัน เพราะเมื่อเราทำจิตให้แคบและละเอียดจนเกิดเป็นญาณความรู้ขึ้นในตนแล้ว อาการทั้งหลายจะบอกให้เรารู้เห็นเองในสิ่งเหล่านี้ เพียงตั้งใจทำจริงอย่างเดียว แล้วในที่สุดก็ต้องเห็นผลแห่งความจริง

มีบางคนเชื่อว่าคนที่มานั่งหลับตาทำสมาธิ ว่า “การมานั่งหลับตานั้นจะได้ผลอะไร แต่คนที่เขามีความรู้มาก ๆ สูง ๆ ลืมตาอยู่ยังไม่เห็นผล นี่รู้ก็ไม่เท่าไร แล้วมานั่งหลับตานิ่ง ๆ อย่างนี้ จะได้ผลอะไร” เราก็ควรจะตอบได้ว่า “ผลอันแท้จริงนั้น ไม่ได้เกิดจากการเรียนรู้มาก หรือการศึกษาตำรับตำราบาลี เป็นมหาเปรียญอะไรดอก ผลของความดีนั้นเกิดจากการกระทำจริง เมื่อใครทำจริงแล้วผลก็ต้องได้จริง” คนที่มานั่ง “พุทโธ” ๆ ๆ แต่จิตคอยเผลอบ้าง แลบไปข้างหน้ามาหลังบ้าง ใจง่วงบ้าง อย่างนี้ดียาก็ลืมนหมด นั่ง 10 ปี จนแห้งไปกับที่ ก็ไม่เกิดผล

การไม่ทำจริง เป็นเหตุให้ไม่เกิดผล เมื่อไม่เกิดผลก็ย่อมเกิดสนิมขึ้นในใจ คือ ความเบื่อหน่าย ท้อถอย เกียจคร้าน แล้วในที่สุดก็เลิกลาง ทั้งเลย พวกเราก็มักเป็นอย่างนั้นกันโดยมาก การเจริญสมาธินี้ ถ้าทำจริงแล้วย่อมจะเกิดผลเป็นกำลัง (พลัง) 5 ประการ คือ ศรัทธา ความเชื่อ เมื่อเกิดความเชื่อเห็นผลในการกระทำของตนแล้ว วิริยะ ความขยันก็จะเกิดตามขึ้นมาเอง

โดยไม่ต้องมีใครบังคับ ต่อจากนี้ สติ ก็มีความรอบคอบในการกระทำ สมาธิ ก็ตั้งมั่นในสิ่งนั้น จึงเกิด ปัญญา ความรู้พิจารณาความถูกผิดทั้งหลายได้ นี่รวมเรียกว่า “พละ 5”

ปัญญา ที่เกิดจากการเจริญสมาธินี้ มีความคมรอบตัวเหมือนกับใบจักรเลื่อยวงเดือนที่ตั้งอยู่บนแท่น แกนของมันคือตัวจิต เลื่อยวงเดือนนี้เมื่อมีอะไรส่งเข้ามาก็สามารถจะบันทึกจนตัดขาดได้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง จะส่งเข้ามาทางด้านไหน วงเลื่อยก็หมุนไปตัดได้ทุกด้าน ส่วนแกนในของมันคือดวงจิต ก็ตั้งเที่ยงอยู่บนแท่น ไม่หมุนไปตามตัวเลื่อย ใครอยากได้ไม้ซุง ไม้เสา ไม้ฝา ไม้พื้น หรือตรงรอยใดๆ ก็สามารถจักมันให้ได้ทุกชนิดตามความต้องการ ปัญญา นี้ เมื่อหมุนไปทางกายกรรมก็เป็นการงานที่ชอบ สามารถประกอบกิจการต่างๆ ให้สำเร็จประโยชน์ได้ทุกประการ หมุนไปทางวจีกรรม ก็สามารถกล่าวคำอันเป็นคุณประโยชน์แก่ผู้ฟังได้ทุกอย่าง พุทธก็เป็นน้ำตาล น้ำอ้อย พุทธไม่ดีก็เป็นน้ำร้อนลวกเผาใจเขา เมื่อประกอบด้วยปัญญาแล้วจะเทศนาหรือพูดให้คนฟัง ก็สามารถกลั่นกรองให้ถูกกับอัธยาศัยของคนได้ทุกชั้น ทุกเพศทุกวัย หมุนไปทางมโนกรรม ก็สามารถพิจารณาในความคิดความชั่ว และบุญบาปทั้งหลายได้ถูกต้องเมื่อเป็นดังนี้ก็จะมีแต่คุณประโยชน์แก่ตนและผู้อื่น หาเวรภัยมิได้

วิตกวิจารณ์ลมหายใจนี้ ท่านเปรียบอีกอย่างก็เหมือนกับช่างแกะรถยนต์ ตัวจิตคือนายช่าง เมื่อเราขับรถไปนั้น เราจะต้องมีสติคอยสังเกตและหมั่นตรวจดูเครื่องยนต์ของเราว่า มีสิ่งใดชำรุดขัดข้องบ้าง เช่น พวงมาลัย ล้อ แหนบ ท่อน้ำมัน เหล่านี้เป็นต้น ถ้าสิ่งใดขัดข้องเสียหาย ก็ต้องรีบจัดการแก้ไข เปลี่ยน ปรับปรุงเสียทันที แล้วรถของเราก็จะแล่นไปได้ตลอดสุดที่หมายปลายทางโดยไม่มีอันตราย การทำสมาธิต้องคอยสังเกต สำรวจตรวจตราดูลมหายใจของตอนที่ผ่านเข้าไปนั้นเสมอว่าสะดวกหรือขัดข้องอย่างไร แล้วก็ขยับขยาย ปรับปรุงให้เป็นที่สบาย สมาธิของเราก็จักเจริญขึ้นเป็นลำดับ จนถึงที่สุดแห่งโลกุตระดังนี้

การเจริญสมาธินี้ ควรเจริญใน “อารักขกรรมฐาน” ด้วยคือ “พุทธานุสสติ” ทำกายจิตให้เป็นศีลก่อน ทำใจให้พ้นจากนิวรณ์ แล้วตั้งใจหายใจจริง ๆ ด้วยการระลึก “พุทโธ ๑” “มตฺตา ญ” เมตตาดูตนเองโดยนึกถึงตัวว่า “เราเกิดมาไม่มีอะไรเลย ช่างน่าสงสารจริง ๆ หนอ ร่างกายก็ไม่ใช่ของตน ไม่ได้เอาอะไรมา แล้วก็ไม่ได้เอาอะไรไป ผ่าขี้นิ้วผื่นเดียวก็ไม่ได้ติดตัวมา เราจะต้องหาอริยทรัพย์ คือ ทำบุญกุศลไว้ จะได้นำติดตัวไปได้ เราเกิดมาตอนแรกมันก็แข็งแรงสวยงามดีต่อไปมันก็จะแก่ไป ๆ แล้วก็เจ็บ แล้วในที่สุดเขาก็จะหามขึ้นชิงตะกอน” “อสุภ” ทำความคุ้นเคยกับธาตุขันธ์ในตัวไว้ พิจารณาให้เห็นความไม่สะอาดในกาย ตั้งแต่ขน ผม เล็บ ฟัน หนัง ฯลฯ มันจะต้องเปื่อยเน่าผุพังไปตามสภาพของมัน “มรณสฺสติ” ลมหายใจเข้าไม่ออก หรือออกแล้วไม่กลับเข้า เราก็ต้องตาย ชีวิตความตายเป็นอยู่อย่างนี้ นี่แหละ จะทำดวงจิตให้ถึงความสงบและสิ้นทุกข์ได้

วัดโศการาม, 9 สิงหาคม 2501

1. ในคน ๆ หนึ่งมีทั้งวิชาและอวิชา เหมือนนายแพทย์ที่เรียนรู้โรคต่าง ๆ โรคใดที่ได้ศึกษามาแล้ว ก็รู้ได้ในโรคนั้น แต่ส่วนโรคใดที่ไม่ได้เรียน ก็หาความรู้ในโรคนั้น ๆ ไม่ คนเราก็มีทั้งมืดทั้งสว่าง ความมืด คือ “อวิชา” ความสว่างก็คือ “วิชา” สิ่งใดที่เป็นความรู้แล้ว สิ่งนั้นก็ เป็น วิชา ฯ

2. เรื่องของโลก มีความเป็นไปได้ด้วยความหมุนเวียนเหมือนวงจักร ฉะนั้น คนเราซึ่งอาศัยอยู่ในโลกจึงมีทั้งสุขและทุกข์ เป็นไปตามอาการของโลก คือ “สังสารจักร” คราวใดที่คนเราหมุนไปถูกวงทุกข์ ก็รู้สึกว่ โลกนี้ช่างแคบเสียเหลือเกิน ถ้าคราวใดหมุนไปถูกวงสุข ก็รู้สึกว่ โลกนี้กว้างขวางสดชื่นเป็นที่น่าอยู่อย่างยิ่ง ที่เป็นดังนั้นก็เพราะตัวเราไปหมุนตามโลกจึงยังไม่รู้จักโลกที่แท้จริง ถ้าเราหยุดหมุนเมื่อไร เราก็จะรู้จักธรรมชาติของ “โลก” และรู้จักความเป็นจริงของ “ธรรม”

3. ขณะใดที่เราวิ่งไปตามโลก เราจะมองไม่เห็นโลกได้ถนัด ฉะนั้น เราจำเป็นต้องหยุดวิ่งเสียก่อน แล้วเราจึงจะมองเห็นโลกได้ชัดเจน เมื่อโลกก็หมุนและเราก็หมุนด้วยอย่างนี้ จะมองเห็นกันอย่างไร เปรียบเหมือนคนวิ่งกับคนวิ่ง ย่อมยากที่จะมองเห็นหน้ากันได้ เราหยุดไม่วิ่ง แต่เขารวิ่ง ก็ยังพอมองเห็นกันบ้างแต่ไม่ชัดเจน ถ้าสองคนต่างวิ่งแล้ว ก็ยังไม่แลเห็นกันเลย ตัวอย่างเช่นเรานั่งหรือยืนอยู่เฉย ๆ มีคน ๆ หนึ่งแอบวิ่งมาตีหัวเราแล้วก็วิ่งหนีไป อย่างนี้เราก็จับตัวได้ยาก ฉะนั้นถ้าเราหมุนหรือแทรกแซงในความหมุนของโลก เราก็จะยังไม่รู้ไม่เห็นอะไรเลย ในทางธรรมท่านจึงสอนให้เราเป็นผู้หยุดหมุน “สังสารจักร” เพื่อจะได้ทราบโลกแจ้งชัด ฯ

4. ใบพัดเครื่องบินหรือใบจักรใด ๆ ก็ตาม เมื่อมันยังหมุนอยู่ เราจะมองไม่เห็นว่ ใบพัดนั้นมีรูปร่างลักษณะอย่างไร และมีกี่ใบพัด หรือใบจักรนั้นมีความหนาเบละเอียดอย่างใด ถ้ายังหมุนเร็ว เราก็ไม่เห็นรูปร่างอะไรเลย ต่อเมื่อมันหมุนช้าลง หรือหยุดหมุนแล้ว เราจึงจะมองเห็นได้ ถนัดชัดเจนว่ รูปร่างของมันเป็นอย่างไ นี่เป็นข้อเปรียบเทียบอย่างหนึ่ง ในการหมุนตามกระแสของโลกโลกก็ยซึ่ง เป็น “โอกาสโลก” กับตัวเราที่อาศัยอยู่ในพื้นโลก

5. “โอกาสโลก” ได้แก่พื้นแผ่นดินที่เราอาศัยอยู่ ส่วน “มนุษย์โลก” นั้นได้แก่ตัวของเรา นี่คือ กาย และ จิต ซึ่งมันก็เป็นคนละอย่างไม่เหมือนกัน แต่ก็ต้องอาศัยกันอยู่ เหมือนโลกกับคน ซึ่งเป็นคนละอย่าง แต่ก็ต้องอาศัยกันอยู่ มีกายแต่ไม่มีจิตก็ไม่ได้ เพราะจะทำสิ่งต่าง ๆ ย่อมไม่สำเร็จ มีจิตแล้วไม่มีกายก็ไม่ได้เช่นเดียวกัน ฉะนั้น ดวงจิตจึงเปรียบเหมือนคนที่อาศัยโลก ดวงจิตเป็นนายช่าง ส่วนกายเป็นจิตรกรรม จิตเป็นผู้สร้างรูป หรือสร้างโลก ถ้าดวงจิตเข้าไปสู่ภวังค์ที่ดีก็สร้างรูปได้สมบูรณ์ แล้วกายนั้นก็เจริญขึ้นด้วยภาวะของมันเองบ้าง ด้วยการตกแต่งของดวงจิตบ้าง เหมือนพ่อแม่ที่เลี้ยงลูก เดิมทีมารดาก็กินอาหารเข้าไปบำรุงเลี้ยงทารกในครรภ์ก่อน แล้วทารกนั้นก็ค่อย ๆ เจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้หญิงผู้ชาย เป็นเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ต่อ ๆ มา ทารกนั้นที่แรกก็มีแต่ กุศลจิต อกุศลจิต แต่ไม่มีกุศลกรรม อกุศลกรรม ต่อไปเมื่อมีความรู้แล้วจึงจะมีกุศลกรรมบ้าง อกุศลกรรมบ้าง คือมีกรรมขึ้นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ผลของกรรมดีและกรรมชั่ว มันก็แข่งกันเจริญขึ้น แล้วก็ชักดึงบุคคลนั้น ๆ ไปในทางบุญและบาป ถ้าใครศึกษาในทางธรรม ท่านจึงกล่าวว่า “อเสวนา จ พาลาญ ปณฺชิตานญฺจ เสวนา” ถ้าจิตไปทางใดกรรมก็ดึงไปทางนั้น ฉะนั้นคน ๆ หนึ่งจึงมีหลายใจ บางทีก็ไปอยู่กับใจ กับบัณฑิตกับคนพาล กรรมจึงดึงชักคะเย่อกันไปมา บางทีขณะที่กำลังทำความชั่วอยู่ก็ไม่วายคิดในทางดี บางทีกำลังทำความดีอยู่ก็ไม่วายที่จะคิดชั่ว แต่ความคิดดีมันมักจะมีกำลังน้อย ด้านทานความคิดชั่วไม่ใคร่ไหว ก็ต้องล้มไปทางชั่วเสียโดยมาก

6. “โลก” เป็นของกว้างขวาง และหมุนอยู่เสมอ ยากที่จะมองเห็นได้ง่าย ท่านจึงสอนให้เราหยุดหมุนตามโลก ให้มองแต่ตัวของเราอย่างเดียว แล้วเราก็จะมองเห็นโลกได้ ตัวของเรานี้เป็นของเล็กน้อย เพียงยาววา หนาคืบ กว้างศอกกำมาเท่านั้น เสียก็แต่พุงมันใหญ่ กินเท่าไร ๆ ไม่รู้จักอิ่มรู้จักพอ หมายถึงความโลภแห่งดวงจิตของคนเรา เหตุนี้จึงทำให้เกิดความทุกข์ เพราะความไม่พอ ความอยาก ความหิวกระหาย การที่จะมองดูตัวของเรา หรือมองให้เห็นโลกนั้น ท่านสอนให้สำรวจตัวเราเองตั้งแต่ศีรษะลงไปถึงปลายเท้า ตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาถึงศีรษะ เหมือนกับการปลูกต้นไม้ เราจะต้องสำรวจตั้งแต่พื้นดินขึ้นมาจนถึงยอดของต้นไม้ พื้นดินนั้นก็ให้แก่ “อาชีวะปริสุทธิศีล” ให้สำรวจดูว่าพื้นดินนั้นมีตัวปลวก ดินหนู หรือตัวสัตว์อะไรหรือเปลา่ ที่มันจะเป็นศัตรูมาทำลายรากต้นไม้ของเราให้เสียไป แล้วก็ต้องคอยดูใส่ปุ๋ยให้พอดีพอดรว ไม่มากเกินไปน้อยเกินไป ให้เลี้ยงปริมาณตัวให้ถูกต้อง เช่นศีล 5 จะต้องรักษาให้บริสุทธิ์อย่างไร ศีล 8 ศีล 10 และศีล 227 จะต้องรักษาให้บริสุทธิ์อย่างไร ข้อใดผิดไม่ควรทำ ข้อใดถูกต้องควรทำนี้เรียกว่า “สัมมาอาชีวะ”

7. ตัวเรานั้น ถ้าบำรุงความสุขมากเกินไป มักไม่มีใครเกิดความสุขเหมือนต้นไม้บางต้นที่งามมาก ๆ กิ่งก้านใหญ่โตสาขา ใบเขียวช่อ แต่ไม่มีใครจะมีผล เหมือนคนที่กินมากนอนมาก กังวลแต่ในเรื่องการกินการนอน ร่างกายมันก็จะอ้วนใหญ่ เหมือนต้นไม้ที่ลำต้นใหญ่ ใบใหญ่

กึ่งใหญ่ แต่ผลไม่งาม คือไม่ค่อยจะตก คนเรากำร่างกายสมบูรณ์ด้วยอาหารมากนัก จะมานั่ง ฟังเทศน์หรือนั่งสมาธิ ก็มักจะโง่งงเพราะสมบูรณ์มากเกินไป นิ่งนานก็อึดอัด ฟังเทศน์ก็ไม่รู้เรื่องเพราะง่วง เสียความดีของตนเอง คนบำรุงตัวมากเกินไปมักเกิดความเกียจคร้าน มักง่าย และติดสุข ทำสมาธิก็มีนชา เหน็ดเหนื่อย ง่วงงุน ฉะนั้นท่านจึงสอนให้รักษาอุโบสถ วัตรศีล 8 เสียเป็น “มัชฌิมา ปฏิปทา” กินอาหารแต่เพียงครึ่งวัน ครึ่งท้อง ก็พอแล้ว เรียกว่า “โภชนมัตตัญญตา” ไม่ต้องเก็บ กัก คุณ ไม่ต้องเผื่อมือเย็น กินแต่พออิ่มพอควร “วิกาลโภชนา” ตอนบ่ายก็ไม่ต้องกิน เพราะใจมันจะบ่ายไปตามตะวันตามโลก นี่ก็เปรียบเหมือนกับเราใส่ปุ๋ย ต้นไม้แต่พอดีพอควร “นจุจตีตวา” ท่านไม่ให้บำรุงลูกไม้ด้วยน้ำอบของหอมและตกแต่งประดับ ประดาร์่างกายด้วยเพชรนิลจินดาให้สวยงาม นี่ก็เปรียบเหมือนให้รดน้ำแต่พอดี อย่าให้พื้นดินชุ่มโชกเกินไป รากต้นไม้มันจะเน่า คือถ้าเราติดอยู่ในเครื่องหอมและความสวยงามเหล่านี้แล้ว ก็จะเป็นเหตุให้เพลินหลงตัวจนเสียความดี ข้อนี้เปรียบเหมือนร่านาของโสโครก มีข้าวสุกและเศษอาหาร เป็นต้น ไปโปรยไว้ที่พื้นดินตรงโคนต้นไม้ สุนัข ไก่ และมดคันไฟ มันก็จะมาเหยียบย่ำจิกดอกจิกใบ และกัดรากต้นไม้ของเราให้แห้งเฉาหรือตายไป ความยุ่งยากมันก็จะมาเบียดเบียนตัวเรา “อุจฺจาสยนมหฺสยนา” การนอนท่านก็ไม่ให้นอนบนเบาะฟูกอ่อนนุ่มที่สบายเกินไป เพราะถ้าสบายมากแล้วก็จะนอนมากไม่อยากจะลุกขึ้นทำความดี ผลในการทำสมาธิ ก็ได้น้อย ตัวเกียจคร้านก็จะกำเริบขึ้น เปรียบเหมือนกับตัวบุงตัวหนอน ที่มันแทรกแซงอยู่ในพื้นดิน มันก็จะคอยกระชิบกระชาบสอนเราต่าง ๆ นานา ในที่สุดก็สอนว่าให้หยุดเลิกเสียเถิด แล้วเราก็เลิกเลย นี่ก็เหมือนกับตัวแมลงที่มันไต่ขึ้นมาจากพื้นดิน และเจาะกินซึ่งลำต้นไม้ ค่อย ๆ กินสูงขึ้น ๆ จนถึงยอด “ยอด” นี่ก็ได้แก่ ดวงจิต ในที่สุดต้นไม้ก็ยอดขาด เมื่อยอดขาดก็ไม่มีดอก เมื่อดอกไม่มีผลก็ไม่เกิด นี่ฉันใด ถ้าเราไม่รู้จักประมาณในการเลี้ยงตัว ก็ไม่เป็น “สัมมาอาชีวะ” ไม่รู้จักบำรุงปรุงแต่งร่างกายให้พอดีพองาม มันก็จะต้องเสื่อมเสียไป ถ้าใครรู้จักบำรุงปรุงแต่ง ให้พอดีพองามแล้ว ร่างกายก็ต้องเจริญด้วยความบริสุทธิ์ แล้วดวงจิตก็ต้องเจริญตามเป็นลำดับ

8. โลก นั้นมีสูง ๆ ต่ำ ๆ ดี ๆ ชั่ว ๆ ตัวเราก็เหมือนโลก ร่างกายนี้ถึงแม้จะบำรุงให้มัน อิ่มหนำมีมันอย่างไร สวยงามอย่างไร สุขสบายอย่างไร มันก็ต้องมีเสียหายนาง ติบ้าง ลำคัญแต่ดวงจิตของเรา ต้องคอยระวังอย่าให้มันเสีย คืออย่าให้มันแตกแยกออกไปตามอารมณ์ต่าง ๆ คือ จิตที่คิดติดขัดในอารมณ์ทั้งหลาย ก็ย่อมจะทำให้ดวงจิตของบุคคลผู้นั้นก้าวขึ้นสู่ระดับสูงได้ ฉะนั้นเราจะต้องทำให้มันเป็นยอดเดียว คือเป็นสมาธิตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว อย่าให้อารมณ์มันมาบังคับจิตของเรา เราต้องตัดออกไปเสียจาก รูปารมณ์ สัทธารมณ์ คันธารมณ์ ารสารมณ์ และไฟภุภพารมณ์ ให้เหลือแต่ ธรรมารมณ์ อันเดียว คือให้เป็นกุศลธรรมเกิดขึ้นในดวงจิต อย่าให้มีมโนทุจริตเกิดขึ้นได้

๑. “มโนทุจจิต” ก็คือ 1. “โธระ” ได้แก่ความเพ่งเล็งปรารภนาในรูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ 2. “พยาปาทะ” ได้แก่ความเพ่งเล็งในเรื่องนั้นหรือบุคคลนั้นว่าไม่ดี แล้วก็เกิดความอาฆาต จะต้องได้ตอบหรือทำร้ายเขาให้ได้ 3. “วิหิงสา” คือตัว “มิจฉาทฐิ” เห็นว่าทำอะไร ๆ ไปก็ไม่เกิดผลดีแก่ตน เช่น ทำทาน รักษาศีล ภาวนา ก็ไม่เห็นร่ำรวยหรือมีความสุขสบายอย่างไร ก็เลยหยุดทำความดี เราควรจะต้องขับไล่มโนทุจจิต 3 ตัวนี้ไปให้พ้นจากจิตใจ เมื่อใจพ้นจากทุจจิตแล้วก็จะเดินเข้าสู่ “มโนสุจจิต” เป็น “กุศลจิต” เกิด “สัมมากัมมันตะ” การงานชอบ คือ “กรรมฐาน” ๔

10. การทำ “กรรมฐาน” นี้ ต้องเป็นการทำงานจริง ๆ จึงจะได้ผล คือต้องจริงทั้งกายจริงทั้งวาจา และจริงทั้งใจ กายก็นั่งตัวตรงขัดสมาธิไม่เคลื่อนไหว วาจาก็สงบนิ่ง ไม่กล่าวสิ่งใด ๆ ใจก็ตั้งเที่ยงไม่วอกแวกไปตามสัญญาติดอนาคต ถ้าเราทำได้จริงดังนี้ การงานของเราก็จะต้องสำเร็จและเห็นผล ถ้าเราทำจับจดการงานก็ย่อมไม่สำเร็จ ท่านจึงว่า “อนากุตา จ กมฺมุนตา เอตมฺมจฺจกฺกมฺมุตฺตม” ๔

11. การทำ “กรรมฐาน” นั้น จิตเป็นผู้สั่งงาน คือให้มี สติปัฏฐาน พิจารณาลมหายใจของตนให้ละเอียด เพราะของยิ่งละเอียดเท่าไรก็ยิ่งมีคุณภาพดีเท่านั้น ลมหายใจของเรานี้มีอยู่ถึง 5 ชั้น จำพวกที่ 1 ลมพัดจากศีรษะลงสู่ปลายเท้า จำพวกที่ 2 ลมพัดจากปลายเท้าขึ้นสู่เบื้องบนถึงศีรษะ ลม 2 จำพวกนี้ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันไปมาเหมือนกับสายพานที่สวขึ้นสวลง จำพวกที่ 3 ลมที่พัดทั่วร่างกาย เป็นลมสนับสนุนและถ่ายเท เปรียบเหมือนลมรับแขก ที่คอยชิมซาบอาบอยู่ในผิวหนัง คอยส่งลมนอกเข้าไปใน ขับลมในออกนอก คือเก็บลมดีบริสุทธิ์ที่เป็นประโยชน์เข้าไปในร่างกาย และถ่ายลมที่เสียเป็นโทษออกไปจากตัวทางขุมขนและผิวหนัง จำพวกที่ 4 ลมในท้องก้นอยู่ระหว่างหัวใจ ตับ ปอด ส่วนหนึ่ง กับกระเพาะอาหารและลำไส้ ส่วนหนึ่ง คือคอยรับอวัยวะส่วนบนไว้ให้เบา ไม่ให้ลงมาทับส่วนล่าง และคอยดันอวัยวะส่วนล่างไว้ไม่ให้ขึ้นไปเบียดส่วนบน ลมจำพวกนี้เราต้องคอยสังเกตให้รู้ว่ามันจะหนักไปทางซ้ายหรือขวามากน้อยอย่างไร จำพวกที่ 5 ลมพัดในลำไส้ คือช่วยเตโชธาตุให้เกิดความร้อนความอบอุ่นขึ้นเหมือนกับเราหนึ่งปลาหรือหนึ่งอาหารมิให้เกิดความบูดเสีย เมื่ออาหารเป็นของสุกแล้วก็จะเป็ประโยชน์เหมือนกับไอน้ำที่ขึ้นไปจับบนฝาหม้อ ก็จะกลายเป็นไอลิหิตส่งไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ส่วนใดที่ควรไปเป็น ขน ผม เล็บ ฟัน หนัง ฯลฯ อย่างไรก็ดี ก็ส่งไปยังส่วนนั้น ๆ ลมจำพวกนี้คอยพัดโบกไปมาในลำไส้อยู่เสมอ เพื่อถ่ายเทความร้อน เมื่อเวลาเรารับประทานอาหารเข้าไปนั้นก็เปรียบเหมือนกับนำอาหารใส่หม้อไปวางไว้บนเตาแล้วปิดฝา ถ้าไม่มีการถ่ายเทอากาศเข้าออกบ้างแล้ว สุ่มแต่ไฟอย่างเดียว ไม่ช้ากระเพาะก็ต้องแตก ลำไส้ก็ต้องพังเพราะปิดฝาไว้แล้วไม่มีการถ่ายเทลมอากาศให้เข้าออกได้ ไฟก็จะร้อนจัดเกินไปจนทำให้อาหารแห้งหรือไหม้เกรียมเลยไม่เกิดประโยชน์ หรือมีฉะนั้นถ้าไฟอ่อนเกินไปทำให้อาหารไม่สุกทั่ว

ก็เกิดการบูดเน่าท้องเสียไม่เป็นประโยชน์แก่ร่างกายได้อีก ลมจำพวกนี้จึงช่วยทำให้ธาตุไฟอบอุ่นพอดีแก่ร่างกาย ถ้าเราบริหารลมทั้ง 5 จำพวกนี้ได้ถูกต้องแล้ว ก็จะต้องให้ผลเป็น 2 อย่างคือ

1. ทางกาย ผู้ที่มีโรคนานก็จะกลายเป็นโรคน้อย ผู้ที่มีโรคน้อยก็อาจจะหายเลย ส่วนโรคที่ยังไม่เกิดก็เกิดได้ยาก
2. ทางใจ ก็จะเกิดความอึดมั่นสำราญเบิกบาน สดชื่น ฉะนั้นการทำการมรรณานี้จึงทำให้เราหมดเวรหมดกรรมด้วย เพราะตัวอกุศลไม่มีโอกาสที่จะเข้ามาแทรกแซงในดวงจิตของเราได้ อายุก็จะยืนนาน สังขารก็สมบูรณ์ ถ้าเราหมั่นเจริญกรรมฐานให้สูงขึ้น ๆ ขึ้นไป ธาตุทั้งสี่ในตัวเราก็จะกลายเป็นธาตุสีขาวบริสุทธิ์ เหมือนพระพุทธเจ้าของเรานั้น พระองค์ก็ได้ทรงกลั่นกรองธาตุชั้นธของพระองค์อย่างละเอียดที่สุด จนกลายเป็นของบริสุทธิ์สะอาดและศักดิ์สิทธิ์ เช่นพระบรมสารีริกธาตุที่ปรากฏให้เราเห็นอยู่ทุกวันนี้ แม้จะถูกเศษธาตุเผาศาญพระสรีระหมดสิ้นแล้ว แต่พระบรมสารีริกธาตุของพระองค์ก็ยังมีได้สูญหายไปจากโลกแม้แต่ส่วนเดียว ยังเป็นของอัศจรรย์ยิ่งอยู่จนทุกวันนี้

12. ถ้าเราเจริญ กรรมฐาน ด้วย อานาปานสติ จนลมละเอียด จิตละเอียด ลมหยุดนิ่ง จิตสงบนิ่งแล้ว เราจะสามารถมองเห็นร่างกายและดวงจิตของเราได้ดี กายและจิตมันจะแยกออกจากกัน ต่างคนต่างอยู่ เหมือนคนนอกก็ไม่เข้าไป คนในก็ไม่ออกนอก วิชาความรู้ก็จะเกิดขึ้นในตัวของเราเองว่ากายนี้เป็นอย่างไร จิตเป็นอย่างไร กายของเราเนื้อมันมาอย่างไรหนอ เราก็รู้แล้วมันจะไปอย่างไรหนอ เราก็รู้ที่มันจะไปของมันอยู่ที่ไหน เราก็จะรู้ได้ตลอด เราทำกรรมอันใดไว้ในอดีตชาติที่ผ่านมาจึงส่งผลให้มาเกิดในสภาพอย่างนี้ ๆ เราก็จะรู้ นี่เรียกว่า “ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ” อย่างหนึ่ง 2. มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายที่เป็นพ่อแม่ ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงของเรา นั้น คนใดมีความเป็นมาอย่างไร และตายแล้วจะไปเสวยสุขหรือทุกข์อย่างไรที่ไหน เราก็อาจจะติดตามส่งกระแสจิตไปคอยดูคอยช่วยเหลือเขาได้ เรียกว่า “จุตูปปาตญาณ” อย่างหนึ่ง 3. จะมองเห็นกายและจิตของตนเองว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนเกิดความเบื่อหน่าย ก็จะเป็นเหตุให้ปล่อยกายได้ พ้นจากสังโยชน์ความติดข้อง สังโยชน์นี้ก็มีตัวอย่างเช่น ติดใน โลภธรรม อย่างหนึ่ง คือ เมื่อมีลาภ ยศ สุข สรรเสริญก็ชอบใจ ไม่ผิดอะไรกับ “มัจจุราช” เขามัดมือเราไว้แน่น พอเขาเอาแสหัดเข้าที่เดียว คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ เป็นทุกข์ ถูกนินทา ก็ล้มกลิ้งเลย อีกอย่างหนึ่ง สักกายทิฐิ ติดในตัวตน เห็นเป็นเราเป็นเขา ก็ทำให้เกิดความยึดมั่นสำคัญผิด แล้วอีกอย่างหนึ่ง วิจิจฉา ก็เกิดความลังเลสงสัยวิ่งกันไปวิ่งกันมา ไม่รู้ว่าจะไปข้างไหนดี ก็เลยหมุนไปหมุนมาอยู่ตามโลกนี้เอง เมื่อเรารู้ความเป็นไปของกายและจิตดี เราก็จะพ้นจากเครื่องข้องดังกล่าวมาแล้ว จิตก็จะหลุดจากกาย ละเสียได้ซึ่งกิเลส อาสวะ เรียกว่า “อัสวักขยญาณ” ดวงจิตเข้าถึง วิปัสสนาญาณ ก็จะไหลเข้าสู่กระแสธรรมถึงพระนิพพาน เป็นที่สุด ฯ

13. เมื่อเราหยุดหมุนตามโลก เราก็จะมองเห็น “โลก” คือตัวของเราได้ชัดเจน คือ

จิตของเราหยุดเราจึงมองเห็นกาย ฉะนั้นเราทั้งหลายจึงควรจะพากัน สกัดความหมุ่นแห่งกาย ให้น้อยลง คือกลั่นกรองในธาตุทั้งสี่ ให้ละเอียดมาก ๆ สกัดวาจาให้สงบ และสกัดใจให้ตั้งเที่ยง โดยการเจริญสมาธิ วิตกวิจารณ์อยู่ในลมหายใจของตน เมื่อจิตของเราหยุดหมุ่นไปตามสัญญา อารมณ์ต่าง ๆ กาย วาจา ก็จะหยุดตาม เมื่อต่างคนต่างหยุดก็จะมองเห็นกันได้ถนัด จิตก็จะรู้ เรื่องของกายได้ตลอด เกิด วิปัสสนาญาณ เป็นการสกัดความหมุ่นเวียนแห่ง “สังสารจักร” ให้ช้าลง ซาติภพก็จะน้อยเข้า ๆ จนในที่สุดเราก็จะไม่ต้องกลับมาอยู่ในโลกอีก ฯ

14. การเจริญกรรมฐานเป็นอาหารของใจอย่างหนึ่ง อาหารของร่างกายนั้นไม่เป็นของ ถาวร กินเช้า กลางวันหิว ป้ายกิน เย็นหิวอีก กินวันนี้อิ่ม พรุ่งขึ้นก็หิวอีก กินไปถ่ายไปอย่างนี้ ไม่มีวันพอเพียง ต้องหามาให้กินกันอยู่เรื่อย ส่วนอาหารของใจนั้น ถ้าทำให้ดี ๆ ชั่วโมงเพียง นิดเดียวจะอิ่มไปจนตลอดชีวิต ฯ

ทำจริง ได้จริง

วัดอโศการาม,
23 สิงหาคม 2501

1. ทำไมเขาจึงเรียกวัน 8 ค่ำ 14 ค่ำ หรือ 15 ค่ำว่า “วันพระ” วันพระคำนี้มาจาก “วระ” ซึ่งแปลว่า “ดีเลิศ” “ประเสริฐ” การที่เรียกเช่นนี้ก็เห็นจะเป็นเพราะในสมัยพุทธกาลนั้น พระสาวก หรือพุทธบริษัทของพระองค์ที่มาฟังพระธรรมเทศนานั้น ได้สำเร็จมรรคผลเป็น โสดา สกิทาคา อนาคา และอรหัตต์ กันในวัน 8 ค่ำ 14 ค่ำ และ 15 ค่ำ เป็นส่วนมาก ฉะนั้น วันดังกล่าวนี้จึงถือว่าเป็นวันดี วันเลิศ วันประเสริฐ เป็นวันมหามงคล ท่านจึงได้กำหนดให้พุทธศาสนิกชนได้มาประชุมทำบุญรักษาศีล และฟังธรรมกันตามวัดวาอารามต่าง ๆ ในวันดังกล่าวนี้ เพื่อทำสถานที่ให้เกิดมงคล และทำตนของตนเองให้เกิดมงคลด้วย

2. การบำเพ็ญคุณงามความดีให้แก่ตัว ก็คือมีการให้ทาน รักษาศีล 5 ศีล 8 ฟังเทศน์ และเจริญสมาธิภาวนา เป็นต้น นี่เรียกว่าเป็นการหาสมบัติ คือ อริยทรัพย์ ให้แก่ตนคนไม่มีปัญญานั้นจะหาทรัพย์ก็หาไม่เป็น เก็บทรัพย์ก็เก็บไม่เป็น และใช้ทรัพย์ก็ใช้ไม่เป็น คือไปแสวงหาในทางที่ผิดบ้าง เก็บไม่พ้นภัยบ้าง และใช้ก็เป็นโทษ ทรัพย์นั้นก็ย่อมนำความทุกข์ ความเดือดร้อนมาให้แก่ตัวเจ้าของเอง ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้มีปัญญารู้จักหาทรัพย์ รู้จักเก็บรักษา และรู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ตนและผู้อื่นด้วย

3. ทรัพย์ทางโลก คือ โลภียทรัพย์ เป็นของที่ไม่ถาวร ได้แก่ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ เป็นต้น ได้มาแล้วก็กลับเสื่อมได้ ท่านจึงสอนให้บุคคลพากันทำบุญ กุศล คือ แสวงหา อริยทรัพย์ไว้ เพื่อเป็นของไม่เสื่อม ไม่สูญ คงทน แน่นอน และปลอดภัย คือ ได้แก่การให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เป็นต้น ทานและศีล เป็น “บุญภายนอก” เปรียบเหมือนเครื่องทรงของกษัตริย์ที่จะแต่งกายคนให้งดงาม ส่วน “บุญภายใน” คือ ภาวนา เป็นเครื่องแต่งดวงใจให้งดงาม เครื่องทรงและ

เครื่องแต่งทั้ง 3 ประการนี้ เป็นสมบัติที่พระพุทธเจ้าทรงประทานไว้ให้เป็นมรดกแก่พระสาวก ซึ่งเป็นลูกของท่าน ตลอดจนอุบาสก อุบาสิกา อันตกทอดมาถึงพวกเราได้ใช้แต่งกันมาจนถึงทุกวันนี้

4. ทาน การบริจาคหรือการสละ ก็เป็นอาภรณ์อย่างหนึ่ง ศีล การรักษามรรยาททางกาย วาจา ก็เป็นอาภรณ์อย่างหนึ่ง และภาวนา การทำใจให้ตั้งมั่นบริสุทธ์ ก็เป็นอาภรณ์อย่างหนึ่ง การกระทำ กาย วาจา และใจ ให้งดงามนี้ เป็นเครื่องแต่งเครื่องทรงของกษัตริย์และผู้ดี พระอริยสงฆ์สาวกของพระองค์ที่ท่านได้สำเร็จกันไปแล้วนั้น ก็อาศัยเครื่องทรงอย่างนี้มาก่อน พระพุทธเจ้านั้นท่านเป็นลูกพระมหากษัตริย์ เมื่อมุ่งหน้าจะเข้ามาเป็นลูกของพระองค์ เราก็คงต้องแต่งตัวให้ภาคภูมิสมเกียรติกับที่จะเป็นลูกกษัตริย์ด้วย เช่น มีการรักษาศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 และศีล 227 เป็นต้น เครื่องทรงของพระภิกษุสามเณรที่เป็นเพศนักบวชก็คือ รักษา ศีล 227 และศีล 10 กับอาศัยปัจจัย 4 เป็นเครื่องสนับสนุน ปัจจัย 4 นั้น เป็นเพียงเครื่องทรงที่ทำให้หายจากความไม่นาดู และดำรงชีวิตอยู่ได้ แต่ไม่ใช่เครื่องแต่งใจ ส่วนอุบาสก และอุบาสิกา ก็พากันแต่งกายด้วยศีล 5 บ้าง ศีล 8 บ้าง ถ้าใครแต่งตัวไม่งดงาม ผู้นั้นก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำลายเกียรติในพ่อของตัว คือ พระพุทธเจ้า และทำลายตัวเองด้วย

5. เครื่องทรงอีก 4 อย่างของพระภิกษุสามเณรนั้น ก็คืออาหารบิณฑบาต, จีวร เครื่องนุ่มห่ม, เสนาสนะ ที่อยู่อาศัย, และกิลานเภสัช ยาแก้โรค เมื่อผู้ใดประกาศตนว่าจะเข้ามาสมัครเป็นลูกของพระพุทธเจ้าอย่างนั้นแล้ว คนเขาก็จะหาเครื่องทรงเหล่านี้มาถวาย ถ้าไม่อาศัยเครื่องทรงอย่างนี้ ท่านก็จะมีรูปกายตั้งอยู่ไม่ได้ แต่ก็อย่าหลงไปในเครื่องทรงเหล่านี้ ต้องรู้จักประมาณในการบริโภคใช้สอย รู้จักประมาณในการเก็บรักษา และรู้จักประมาณในการใช้ด้วย ส่วนเครื่องแต่งใจนั้น ก็คือ “ข้อปฏิบัติ” ได้แก่ การเจริญสมาธิภาวนา ทำจิตใจให้เป็นไปด้วยความบริสุทธิ์ไม่เศร้าหมอง

6. คนในโลกนั้น มีจำนวนตั้งหลายร้อยล้านคน แต่ก็ไม่มีใครเป็นคนที่ค้นพบความจริงของโลกได้ มีพระพุทธเจ้าของเราซึ่งเป็นวีรบุรุษองค์เดียวเท่านั้น ที่ทรงเป็นผู้กล้าหาญบากบั่น และมีความเพียรจริง พระองค์จึงได้ทรงค้นพบของจริง คือ ความไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ และไม่ตาย อันเป็นความบรมสุขในโลก พวกเราทุกคนก็ต้องการสิ่งนี้แต่ไม่กระทำจริง จึงได้พบแต่ของไม่จริง พบแต่ของลวง ซึ่งทำให้เพลินไปชั่วขณะ แล้วก็กลับเป็นความทุกข์ในภายหลัง

7. พระพุทธเจ้านั้น พระองค์ทรงตั้งพระทัยอย่างจริงจังว่า “เราต้องการความบรมสุขอันแท้จริง สิ่งอื่นเราไม่เอา จะวิเศษวิโสเพียงใดก็ไม่ต้องการ จะต้องการแต่ความสุขอัน

แน่นอน อันไม่กลับกลายเป็นอื่นได้” ฉะนั้น พระองค์จึงทรงอุตสาหะ วิริยะ พากเพียร บากบั่น ไม่ท้อถอยในการที่จะค้นคว้าหาของจริง แม้จะถึงแก่พระชนมชีพดับสลายก็ทรงยอม จนในที่สุดพระองค์ก็ได้พบของจริงอันนั้น คือ นิพพานธรรม ถ้าพวกเราเป็นผู้แสวงหาความจริงเหมือนอย่างพ่อ ตั้งใจจริงและทำจริงลงไปแล้ว ความจริงจะหนีเราไปไม่ได้ ผู้หนึ่งก็ต้องได้พบของจริงสมตามความปรารถนาฯ

8. ทุกคนที่เกิดมายุ่อมต้องการความสุขกันทุกคน แม้แต่สัตว์เดียรัจฉาน มันก็ดิ้นรนแสวงหาความสุข แต่ความปฏิบัติของเราไม่ตรงต่อเจตนาของตนเอง ความสุขที่เราต้องการจึงไม่สมปรารถนา เป็นเช่นนี้ส่วนมาก ก็เพราะไม่มีความจริงนี้แหละ เช่นอย่างคนที่มาวัดนั้นถ้าเขามานำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา เพื่อความสรรเสริญเยินยอหรือความมีหน้ามีตาแล้ว การกระทำนั้นๆ ก็ไม่เป็นบุญเป็นกุศล และความสุขซึ่งต้องการจากบุญอันนั้น ก็ไม่สมหวังจึงกลายเป็นทุกข์ แล้วก็พากันลงโทษ ทาน ศีล ภาวนา ว่าไม่เห็นได้ผลดีอย่างไร แต่หากไม่ว่าตนเองเป็นผู้ทำไม่ถูกไม่ตรง และไม่ดีเอง กลับไปลงโทษบุญกุศล และลงโทษพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ว่าไม่ดีจริงบ้าง หว่าพระพุทธรูปศาสนาเป็นของหลอกลวงเหลวไหลบ้าง แต่แท้จริงนั้น พระพุทธรูปศาสนาเป็นเรื่องของความจริง ถ้าใครไม่จริงต่อพระพุทธรูปศาสนา พระพุทธรูปศาสนาก็ไม่จริงกับผู้นั้น และผู้นั้นก็จะรู้จักพระพุทธรูปศาสนาที่แท้จริงไม่ได้ฯ

9. การปฏิบัติธรรมที่ไม่จริงนั้น ก็เปรียบเหมือนกับการเล่นละครให้คนดู แต่งตัวออกมาอยู่หน้าเวที บอกว่าเป็นตัวนั้นตัวนี้ แต่ความจริงเขาไม่ได้เป็นดังที่แต่ง เช่น แต่งเป็น “ตำรวจ” แต่คนนั้นก็ไม่ได้เป็นตำรวจ แต่งเป็นเทวดา นางฟ้า แต่คนนั้นก็ไม่ได้เป็นเทวดาหรือนางฟ้า การเล่นละครนั้นเขาเล่นเพื่อให้คนนิยม สรรเสริญ เยินยอ มีหน้ามีตาและเพื่ออาชีพรายได้มาเลี้ยงปากเลี้ยงท้องไปวัน ๆ หนึ่ง ถ้าใครเล่นดีก็มีชื่อเสียง รายได้ก็มาก เมื่อเป็นดังนี้ ต่อไปก็ชักรจะกลายเป็นกิเลส เกิดการฟุ้งเฟ้อ เหน่อเหิม โอ้อวด เป็นเหตุให้มีภัยมาถึงตน เช่น รวยมาก ๆ ก็ซื้อเพชรนิลจินดาตกแต่งร่างกาย หรืออวดเขาว่าเป็นคนมั่งมีก็เลยถูกโจรผู้ร้ายมาปล้น จี้ฆ่าตายบ้าง หรือถ้ามีคนนิยมมาก ก็เป็นเหตุให้เกิดการริษยา ปองร้ายแข่งดิบแข่งดีกัน แย่งชื่อเสียงหรือแย่งอาชีพกันขึ้น ก็ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตัว หรือในการแสดงละคร สมัยหนึ่งเป็นที่นิยมชมชอบของมหาชนมาก ต่อมาภายหลังกลับเสื่อมความนิยมไป รายได้ก็ตกต่ำ ตนเองก็ทุกข์พลภาพไม่สามารถที่จะแสดงได้ดีเหมือนแต่ก่อน เป็นเหตุให้ไม่สมหวัง ก็กลายเป็นความทุกข์นี้อุปมาฉันใด การบำเพ็ญความดีของพุทธบริษัทนั้น ถ้าต้องการทำเพื่อความสรรเสริญเยินยอ มีหน้ามีตา หรือเพื่อลาภสักการะอย่างอาชีพในการเล่นละครแล้ว ก็ย่อมจะต้องเป็นไปโดย

อาการอย่างเดียวกันนี้ คือ ไม่พ้นไปจากความทุกข์ได้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้ทำสิ่งใดด้วยการทำจริง ท่าน ก็ท่านให้จริง คือ ก็คือให้จริง และ ภาวนา ก็ภาวนาให้จริง อย่าทำเล่น ๆ แล้วผลแห่งความจริงก็ย่อมจะต้องเกิดจากการกระทำเหล่านี้ไม่ต้องสงสัย

10. การที่เรามุ่งหน้ามาวัดวันนี้ ก็เพื่อต้องการจะนำเครื่องทรงของกษัตริย์และเครื่องแต่งใจของ อริยะ มาประดับประดา คือ คือ สมาริ และปัญญา ซึ่งเป็นอาการทั้งดงามจริง แต่ถ้าผู้ใดประพฤติปฏิบัติไม่จริง ทำหลอกตนเองและหลอกผู้อื่น ก็จะไม่ผิดอะไรกับนำเครื่องทรงไปแต่งให้แก่ลิง ลิงนั้นก็รังแต่จะทำความสกปรกและเอะอะให้แก่เครื่องทรงหรือฉีกขาดทำลายเสีย เพราะลิงนั้นมันไม่มีความรู้ในเรื่องความสวยงาม และคนดูเขาก็มองเห็นว่า นั่นเป็นละครลิง เครื่องทรงภายนอกนั้นมันเป็นของจริง แต่ตัวในมันไม่จริงอย่างเครื่องแต่งตัว เช่น เอาเสื้อหมวก ทางเกงทหารไปแต่งให้มันเป็น “ทหาร” มันก็เป็นอยู่ที่เสื้อ หมวก และทางเกงเท่านั้น แต่ตัวจริงมันเป็น “ลิง” ไม่ใช่ “ทหาร”

11. ดวงจิตของคนเรานี้ ถ้าจะเปรียบแล้ว ก็ไม่ผิดอะไรกับลิง เพราะลิงนั้น ตามปกติมันอยู่ตัวเดียว ก็จะเหมือนกับอยู่หลายตัว คือ มันยุกยิก เกาโน่น แกะนี่ ทำเล็กคิ้วหลี้ยวตาเหลียวหน้า เหลียวหลัง เดียวก็วิ่งขึ้นวิ่งลง ไม่มีเวลาที่จะนั่งนิ่ง ๆ อยู่กับที่ได้เลย ใจของคนเราก็คือเช่นเดียวกันกับลิง คือ มักอยู่นิ่งไม่ได้ มันคอยแต่ยิบ ๆ แยก ๆ ยื่นไปทางโน้นยื่นมาทางนี้ เดียวก็คิดไปข้างหน้า เดียวก็คิดมาข้างหลัง เมื่อเรานำเครื่องทรงของลูกกษัตริย์คือ สมาริ มาสวมไว้ แต่ดวงใจไม่ตั้งมั่น ก็ไม่ผิดอะไรกับนำเพชรพลอยมาแต่งให้กับวานร หรือเครื่องทรงภายนอกเป็น “พระ” แต่ตัวจริงภายในไม่เป็นพระ ก็ไม่ใช่ “พระ” หรือเครื่องทรงภายนอกเป็น “อุบาสิกา” แต่ภายในไม่เป็นอุบาสิกา ก็ไม่ใช่ “อุบาสิกา” เป็นการหลอกคนดูที่โง่ ๆ เพื่ออาชีพและความหลงใหล เพลิดเพลินชั่วขณะเท่านั้นเอง หาประโยชน์อันใดมิได้

12. เวลาเป็นของมีค่าสูง อย่าประมาทเวลาอันเล็กน้อย จงรีบทำความดีใส่ตนเสียโดยเร็ว อย่าเห็นว่าเป็นของสายเสียแล้ว จะทำไม่ได้ “องคุลิมาล” จอมโจรซึ่งฆ่าคนตายมานับจำนวนเกือบพันคน ยังเหลือแต่จะฆ่ามารดาของตนเองอีกคนเดียวเท่านั้น แต่เมื่อได้พบพระพุทธเจ้า และได้สดับธรรมของพระองค์ ก็กลับใจละทิ้งความชั่ว ตั้งใจทำความดี เพียงวันเดียวเท่านั้น ยังสำเร็จพระอรหันต์ล้างบาปได้ตลอดชาติ นี่จึงเห็นได้ว่า การทำความดีเพียงชั่วเวลาประเดี๋ยวเดียว อาจลบล้างความชั่วอย่างมากมายให้สูญสิ้นไปได้ เหตุนี้ ท่านจึงสอนให้พากันเจริญสมาริภาวนาอันเป็นตัณูญสูงสุดที่สามารถจะผลักดันให้บุคคลไปสู่ความสุขอันแท้จริงได้

13. อำนาจของความคิดและความชั่วนี้ เปรียบเหมือนกับแม่เหล็กหรือแร่ธาตุที่จะดูดดึงดวงจิตของคน ให้ทำความดีความชั่ว และไปเกิดในที่ใดก็ได้ตามอำนาจความแรงของมัน เราทำความดีหรือความชั่วไว้ มันก็เป็นแม่เหล็กตกอยู่ในโลก แล้วแม่เหล็กนั้นก็ดูดดึงตัวเราจิตเรา ให้ไปสู่สถานที่ของมัน คนโง่ที่ไม่รู้จักหลบลี้หรือถอนตนให้พ้นจากอำนาจของความคิดความชั่ว ก็ย่อมจะถูกดูดดึงไปตามสายแร่ธาตุนั้น ๆ แล้วก็ต้องเวียนว่ายอยู่ในโลกนี้อีก ไม่ไปไหน แต่นักปราชญ์ท่านมองเห็นภัยในสิ่งนี้ ท่านจึงพยายามหาทางตัดสายแร่ธาตุดอกเสีย ให้หลุดลอยตัวเป็นอิสระพ้นจากอำนาจของมัน คือ ทำดีแล้วก็ตัดสายแร่ ทำชั่วแล้วก็ตัดสายแร่ ไม่ให้ติดต่อก็คือ การไม่ยึดมั่นถือมั่น ในสิ่งที่ตนได้กระทำไปแล้ว จะทำความดีหรือความชั่วก็ตาม ไม่ยึดถือเอามาเป็นสมบัติของตัว ทั้งไว้ให้เป็นสมบัติของโลก ไม่เก็บมาลูกคล่าเลย อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้มีปัญญา สามารถตัดสายแร่ของโลกียะเสียได้

14. ปัญญาของคนเรานั้น เปรียบเหมือนกับแสงไฟ มีอยู่เป็น 3 ชนิด คือ 1. ปัญญาอย่างหยาบ เปรียบเหมือนแสงไฟใต้ 2. ปัญญาอย่างกลาง เปรียบเหมือนแสงไฟเทียน หรือตะเกียง 3. ปัญญาอย่างสูง เปรียบเหมือนแสงไฟฟ้า ปัญญาไฟใต้นั้น ต้องใช้เชื้อมาก ๆ ก้อนใหญ่ จึงจะมีแสง และถึงแม้ว่าจะสว่างก็มีควัน ท่านเปรียบด้วยการบำเพ็ญทานมัย คือ ต้องมีกำลังทรัพย์มาก แล้วก็ต้องต่อสู้กับการกระทบกระเทือนภายนอกบ้าง ปัญญาไฟตะเกียงหรือเทียนนั้น ท่านเปรียบด้วยศีลมัย คือ ต้องมีความอดทน และต้องมีความสำรวมระวัง ให้บริสุทธิ์ด้วย ไฟตะเกียงนั้นต้องมีเชื้อ คือน้ำมัน และมีไส้จึงจะเกิดแสงไฟได้ตามต้องการ หรือเทียนนั้นก็ต้องประกอบด้วยไส้และเนื้อเทียน มีเนื้อเทียนแล้วไม่มีไส้ก็ใช้ไม่ได้ และไฟเทียนหรือตะเกียงนี้ เมื่อจุดขึ้นแล้วก็ต้องมีเขม่าและควัน ยังนับดีไม่ได้ ส่วนปัญญาไฟฟ้านั้นไม่ต้องอาศัยเชื้อ ไม่มีควัน ไม่มีเขม่า เป็นของสะอาดง่าย จะต้องการใช้เมื่อใดก็เปิดได้ทั้งกลางวันและกลางคืน คือ ปัญญาที่เกิดจากการเจริญสมาธิ อำนาจของดวงจิตที่บริสุทธิ์ตั้งเที่ยง จะเกิดแสงความรู้เป็นวิปัสสนาญาณ สามารถมองเห็นเหตุการณ์ได้ตลอดแจ่มแจ้งทั้งทางโลกและทางธรรม “บุญ” ก็เป็นไฟชนิดหนึ่ง “ดวงจิต” ก็เป็นไฟชนิดหนึ่ง ฉะนั้น ถ้าผู้ใดทำดวงจิตของตนให้สะอาดบริสุทธิ์แล้ว ก็ย่อมจะเกิดสมาธิเป็น “ปณฺณปิโชโต” ซึ่งเปรียบเหมือนกับแสงไฟฟ้า หรือแสงอาทิตย์ที่สว่างจ้าอยู่ได้ตลอดเวลา 12 ชั่วโมง นี่แหละท่านจึงเรียกว่า “ธมฺมปิโชโต” หรือ “ปณฺณปิโชโต” เป็นปัญญาของพระอรหันต์

15. บุญ 3 อย่างนี้ต้องอาศัยปัญญา เมื่อมีปัญญาแล้ว ก็จะรู้จักหาบุญได้เอง แล้วเราจะต้องการบุญชนิดไหนเล่า? ไฟใต้ ไฟเทียน ไฟตะเกียง หรือไฟฟ้า? ความตายนั้นคือความมืด

เมื่อมรณกาลมาถึงเข้าแล้ว แสงไฟ คำพูด หรือมือ เท้า แขน ขา ก็ใช้การไม่ได้ ช่วยอะไร เราไม่ได้ นัยน์ตาก็จะไม่แลเห็นแสงไฟ คำพูดก็จะไม่ได้ยิน มือเท้าก็กระดิกจပ်อะไรไม่ได้ วิญญาณ กทริย์ หรือ อวิญญาณกทริย์ ก็ช่วยไม่ได้ ทรัพย์สินของเรานั้นคือ ปัญญา เป็นสิ่งที่จะขจัด โลก โกรธ หลง ไม่ให้กำเริบ คือ ให้เป็นอโลภจิต อโทสจิต อโมหจิต แยก กาย-จิต-กิเลส 3 อย่างนี้ออกจากกัน เหมือนเราแยกเนื้อเทียนและไส้เทียนออกจากกัน ไฟ คือ กิเลสก็ต้องดับ เพราะเนื้อเทียนและไส้อยู่คนละทาง ไม่ติดต่อกัน ฉนั้นใด ถ้าเราแยก กาย และจิต ออกจากกัน ความรู้ของเราดับ แต่ดับแล้วไม่ได้สูญไปไหน ยังคงมีอยู่ในโลก แต่เป็นความรู้พิเศษที่ไม่ต้องอาศัยกายและจิต ก็รู้ได้ เหมือนกับไฟที่ดับไปจากเทียนแล้ว ก็ไม่ได้สูญไปไหน ยังคงมีอยู่ในโลกนี้เหมือนกัน แต่ไม่ต้องอาศัยเชื้อก็มีอยู่โดยธรรมชาติ ย่อมดีกว่าไฟที่ต้องอาศัยเชื้อ เพราะไฟอย่างนี้ใช้ก็ไม่มีสีกหรือ แต่ไฟนั้นก็มีอยู่โดยลำพังตัวเอง บุญชนิดนี้จึงจัดว่าเป็นของเลิศกว่า บุญชนิดอื่นๆ

16. ไฟ ย่อมมีอยู่ทุกหนทุกแห่ง แม้แต่ก้อนน้ำแข็ง ถ้าเราแยกกาย จิต และกิเลสออก เสียจากกันแล้ว ความร้อนก็ไม่มี จิตก็ไม่ร้อน ใจก็เย็นอยู่เสมอ แสงของไฟเกิดจากความ หมุนเวียนของคลื่น ถ้าไม่มีคลื่น ความหมุ่นก็ไม่มี คลื่นเปรียบเหมือนกิเลส ถ้าเราตัดคลื่นเสียแล้ว ความหมุ่นก็หยุด ความเกิดก็ไม่มี โลภะ โทสะ โมหะ เป็นเหมือนคลื่นหรือไส้เทียน ถ้าเราตัดไส้ เทียนออก มีแต่เนื้อเทียน ไฟก็จပ်ไม่ติด ต้องดับ อาการของเทียนที่ดับไปเหมือนความตายของคน คือ “ตายวาย” ที่มองกันเห็น ๆ แต่ไฟที่ดับไปจากเทียนมิได้สูญหายไปจากโลก เหมือนกับดวง จิตที่ดับไปจากกาย ก็ไม่ตายไปจากโลกเช่นเดียวกัน แต่กลับไปอยู่ตามลำพังของมันเองโดยไม่ต้อง อาศัยรูปกาย ไม่ปรากฏรูปร่าง นี่คือตัวรู้แห่ง “นิพพานธรรม” ความรู้อันนี้แหละเหมือนกับ แสงไฟฟ้า เราจะต้องการรู้เมื่อใด ก็รู้ได้ ไม่ต้องการรู้ ก็ไม่รู้ บางที่ไม่ต้องการรู้ก็มาให้อู้ก็ มี ส่วนคนธรรมดา นั้น บางทีอยากรู้ก็ไม่วู้ อยากรู้เห็นก็ไม่เห็น เหมือนไฟได้ ไฟเทียน ถ้า ปราศจากเชื้อเสียแล้ว ก็หาความสว่างไม่ได้

17. เหตุฉะนั้นท่านจึงสอนให้พากันหมั่นฝึกหัดอบรมจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิภาวนา เพราะจิต ซึ่งได้อบรมแล้วย่อมจะเกิดแสงสว่าง คือ ปัญญา จิตที่มีได้อบรมย่อมไม่เกิดปัญญา ปัญญา นี้เป็นปัญญาที่ไม่หลง เป็นปัญญาที่รู้แน่นอน ฉะนั้น จึงขอให้พากันตั้งอกตั้งใจทำจริง ๆ คือ “ทาน” ก็ให้ทานจริง ๆ “ศีล” ก็ให้ศีลจริง ๆ “ภาวนา” ก็ให้ภาวนาจริง ๆ เป็น “พระ” ก็ให้เป็นพระจริง ๆ เป็น “เณร” ก็ให้เป็นเณรจริง ๆ เป็นอุบาสก อุบาสิกา ก็ให้เป็นอุบาสก อุบาสิกาจริง ๆ อย่าเอาเครื่องทรงมาแต่งหลอกไว้เฉย ๆ อย่าเล่นละครให้เขาดู เมื่อใครปฏิบัติ

ทำจริง ๆ ผู้นั้นก็ย่อมจะได้ผลจริง คือความสุข ถ้าใครปฏิบัติไม่จริงผลก็ย่อมไม่จริง เลยเป็นเหตุให้ท้อถอย ศรัทธาความเชื่อในพระศาสนาก็น้อยลง ทานการบริจาคก็เสื่อมไป ศีลก็เศร้าหมอง ไม่บริสุทธิ์ ภาวนาก็เกียจคร้าน ในที่สุดก็ลงโทษพระพุทธศาสนาว่าไม่มีความจริง แล้วก็เลยหยุดเลิก นี่เป็นข้อเสียหายอันเกิดจากการไม่ทำจริง เหตุนี้สาธุชนทั้งหลายผู้มุ่งหวังความสุขอันแท้จริงแล้ว ก็จงพากันสำเหนียกจดจำไว้และนำไปประพฤติปฏิบัติขัดเกลาดวงจิตของตน ๆ ดู ก็จะไม่เสียเวลาที่เราได้สละกิจการงานต่าง ๆ ของโลกมาหาความดีในวันพระนี้ เราก็จักได้บุญกุศลเป็นเครื่องทรงและเครื่องแต่งตัวของเราให้งดงามดังที่ได้พรรณามาแล้ว



วัดโอศุการาม, 29 สิงหาคม 2501

1. บุญ มี 2 ชนิด คือ 1. บุญที่ยังไม่เข้าถึงดวงจิต เรียกว่า “วิภูฏคามินีกุศล” เป็นบุญภายนอกที่ยังเป็นไปเกี่ยวกับมารยาท และกิริยาอาการ ย่อมมีความหมุนเวียนไปในความเสื่อมได้เหมือนกับล้อรถยนต์ที่หมุนไปตามถนน 2. บุญที่เข้าถึงดวงจิต เรียกว่า “วิวิภูฏคามินีกุศล” เป็นบุญที่สกัดความหมุนเวียนของบุคคลไม่ให้ไหลไปสู่ความเสื่อม และไม่ต้องกลับมาเกิดในโลกอีก เป็นบุญในทางโลกุตตระ ก็มีความหมุนเหมือนกัน แต่หมุนอย่างใบพัดเครื่องบิน หรือดอกไม้ตะไล ที่หมุนวงขึ้นไปบนท้องฟ้า เป็นการหมุนเพื่อสร้างความเจริญให้แก่ตัวเอง หมุนขึ้นไปสู่เบื้องสูงไม่มีภัย ส่วน วิภูฏคามินีกุศล นั้นเป็นบุญในทางโลกที่หมุนลงสู่เบื้องต่ำ ย่อมมีภัย บุญกุศลทั้งหลายอันใดก็ตาม ถ้ายังไม่ไหลเข้าสู่ถึงดวงจิตของบุคคลแล้ว บุคคลนั้นก็ไม่วายที่จะหิวโหย เดือดร้อน และต้องการ ฉะนั้น จึงควรพากันทำบุญกุศลให้ไหลเข้าสู่ดวงจิต จึงจะพ้นจากความทุกข์ และความต้องการปรารถนา

2. การหลอมแร่ธาตุที่จะให้รวมเป็นเนื้อเดียวกันได้นั้น จะต้องหลอมแร่ที่เป็นธาตุชนิดเดียวกัน เช่นเหล็กต่อเหล็ก หรือตะกั่วกับตะกั่ว ถ้าจะนำตะกั่วมาหลอมปนกับเหล็กเช่นนี้ ก็ย่อมเป็นผลสำเร็จไปไม่ได้ ยิ่งหลอมไปก็ยิ่งจะทำให้เกิดผลแข็งกระด้างและแตกร้าเสียหาย ฉะนั้น การทำบุญกุศลก็เช่นเดียวกัน ถ้าเรามาพึ่งพุทธรูป แต่ใจของเราไม่เป็นไปเหมือนกับพุทธรูป ก็ไม่ได้รับผลเป็นบุญเป็นกุศล การเทศน์นั้นผู้แสดงย่อมกล่าวด้วยจิตอย่างหนึ่ง และกล่าวด้วยหลักธรรมข้อหนึ่ง ต้องใช้ความเลือกเฟ้น และพิจารณาไตร่ตรองว่าควรที่จะกล่าวคำใดเรื่องใด จึงจะสมควรแก่ผู้ฟัง และให้ประโยชน์แก่ผู้ฟัง ฉะนั้นการฟังเทศน์ก็ควรพากันฟังด้วยจิตด้วยใจจริง ๆ ให้ธรรมะคำสอนนั้นไหลเข้าสู่ถึงดวงจิตดวงใจ แล้วก็ใช้ข้อสังเกตพิจารณาเหตุผลดูว่าจะสมควรเชื่อและควรกระทำตามหรือไม่ ถ้าผู้เทศน์และผู้ฟังต่างกระทำหน้าที่ของตนด้วยความตั้งใจแน่วจริงตรงกันดังนี้แล้ว ผลก็ต้องเกิดขึ้นเป็นตัวบุญกุศลทั้งสองฝ่าย

3. การเคารพในสิ่งที่ควรเคารพย่อมเป็นมรรคอันสูงสุด การเคารพที่จะพูดถึงนี้ก็มีอยู่

สั้น ๆ 3 อย่าง คือ 1. เคารพต่อสถานที่ 2. เคารพต่อบุคคล และ 3. เคารพต่อตนเอง การเคารพต่อสถานที่และเคารพต่อบุคคลนั้นเป็นการเคารพภายนอก แต่การเคารพตนเองนั้นเป็นการเคารพภายใน การเคารพต่อสถานที่นี้ ถ้าจะยกตัวอย่างก็ได้แก่ 1. “อุเทสิกเจดีย์” มีพระพุทธรูปซึ่งหล่อหลอมด้วยโลหะ หรืออิฐปูน หรือแกะสลักด้วยวัตถุสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อใช้เป็นที่เคารพสักการะแทนองค์พระพุทธรูปเจ้า นี่เราควรเคารพกราบไหว้ไม่ตีเสมอ 2. “ธรรมเจดีย์” คือ หนังสือ ไบลาน หรือคัมภีร์ ซึ่งบุคคลไม่สามารถทรงจำคำสั่งสอนของพระองค์ไว้ได้ ก็พากันเขียนไว้เป็นตัวอักษร สำหรับกราบไหว้และบูชา 3. “บริโศกเจดีย์” คือบริวาร เที่ยง ตั้ง บาตร จีวร ธรรมกรก กล้องเข็ม ฯลฯ เป็นต้น ซึ่งเป็นบริวารที่พระพุทธรูปเจ้าทรงใช้นั้น บุคคลได้นำมาบรรจุไว้ในเจดีย์ เพื่อเป็นที่ระลึกถึงพระองค์นั้นอย่างหนึ่ง กับอีกอย่างก็ได้แก่สถานที่ซึ่งพระองค์ประสูติ ตรัสรู้ แสดงธรรมจักร และปรินิพพาน เป็นต้น หรือต้นพระศรีมหาโพธิ์ ซึ่งบุคคลได้นำต้นและหน่อของเดิมไปปลูกไว้ ณ สถานที่ต่าง ๆ นั้น ก็จัดเป็น บริโศกเจดีย์ ที่ควรเคารพส่วนหนึ่งเหมือนกัน 4. “ธาตุเจดีย์” คือ สถานที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น

4. เมื่อเราได้ผ่านหรือพบเห็นสถานที่เหล่านี้ เราก็จะต้องมีความเคารพ กราบ ไหว้บูชา ด้วย กาย วาจา ใจ ไม่แสดงกิริยาลบหลู่ดูถูกเหยียดหยาม แม้พระพุทธรูปจะไม่ใช่องค์จริงของพระพุทธรูปเจ้า แต่เราก็ได้สร้างขึ้นเพื่อเป็นตัวแทนของพระองค์ นี่เป็นการเคารพในอุเทสิกเจดีย์ ส่วนธรรมเจดีย์นั้น จะเป็นหนังสือ คัมภีร์ หรือไบลานก็ดี เราจะต้องทอ่ง เรียนสวด และเก็บไว้ด้วยความเคารพอย่างสูง ตั้งแต่คอของเราขึ้นไปถึงศีรษะ หมายความว่าเหนือจากที่เรานอนขึ้นไป ไม่ใช่โยนๆ ไว้ตามพื้น หรือใต้โต๊ะ ใต้เตียง ตามถนนหนทางที่เดินเหยียบย่ำไปมา บางคนแสดงตนเป็นนักธรรมะ และพุทธธรรมะคล้องแคล้วตากฉาน แต่นำหนังสือธรรมไปฉีกทิ้งไว้ในส้วมก็มี อย่างนี้เป็นการไม่เคารพในพระพุทธรูปเจ้า คือลบหลู่คำสั่งสอนของพระองค์

5. การเคารพในบุคคลนั้น ก็คือบุคคลใดเป็นผู้ประพฤติดีมีศีลธรรม เราก็ควรนอบน้อมกราบไหว้ หรือผู้ใดควรแก่ทักษิณาทาน เราก็ทำด้วยความเคารพ ผู้ใดเป็นผู้ที่ควรเคารพด้วยประการใด เราก็ควรทำให้เหมาะสมกับความดีงามของบุคคลผู้นั้น เช่น บิดา มารดา พระมหากษัตริย์ ครู อาจารย์ ผู้แก่ผู้เฒ่า หรือผู้เป็นใหญ่เป็นประธาน และสมณชีพราหมณ์ ผู้ทรงความดีความบริสุทธิ์ เป็นต้น

6. การเคารพต่อตัวเองนั้นก็คือ เคารพในกาย วาจา และใจของตนเอง กาย หมายถึง การกระทำทุกสิ่งต้องระวังให้เป็นไปด้วยกายสุจริต 3 และตั้งอยู่ในศีล ไม่ล่วงละเมิด วาจา หมายถึงคำที่กล่าวออกไปก็ให้เป็นไปด้วยวจีสุจริต 4 ใจ ก็ให้คิดนึกประกอบไปด้วยมโนสุจริต 3 ผู้ใดรักษากาย วาจา และใจของตนไว้ให้ดีให้ชอบ ได้ชื่อว่าผู้นั้นเป็นคนสะอาดไม่มีมลทิน และเป็นผู้ที่มีความเคารพต่อตัวเองๆ

7. คำว่า “ปิตุณวาทา” ซึ่งแปลว่า “พูดส่อเสียด” นั้น ไม่หมายความว่าเฉพาะแต่พูดเรื่องที่ผิด เรื่องที่ดีบางอย่างก็ไม่ควรพูด เพราะคนเราย่อมมีความดีไม่เสมอกัน ถ้าเรานำเรื่องความดีของคนหนึ่งไปพูดให้อีกคนหนึ่งฟัง บางทีเขาก็ไม่พอใจ เพราะคนเรานั้นมักจะมีความอิจฉาริษยากันอยู่เกือบแทบทุกคน ถ้าได้ยินใครนำเรื่องความดีของคนอื่นซึ่งดีกว่าตัวมาแล้วให้ฟังแล้วก็จะเห็นเป็นเยาะเย้ย เลยทำให้เกิดบาดหมาง พยาบาทและเกลียดชังขึ้นได้ ฉะนั้น ถึงแม้จะเป็นคำดีก็ไม่ควรกล่าว ถ้าไม่เสมอกากัน ชั่วก็ไม่ควรกล่าว ความชั่วก็ต้องสงวน ความดีก็ต้องระวัง เหมือนกับการที่เราส่งมิดไปให้คน ๆ หนึ่งนั้น เราเจตนาจะให้เขาใช้ประโยชน์ แต่เขากลับนำไปฆ่าไปประหารกัน เช่นนี้กลายเป็นโทษ ทั้งแก่ตัวเองและผู้รับด้วย

8. คำว่า “วันพระ” นี้เป็นวันมหามงคล ซึ่งเราควรจะต้องเคารพด้วยอีกอย่างหนึ่งเหมือนกัน คือเคารพในวัน เคารพในเวลา และเคารพในการปฏิบัติ ไม่ควรปล่อยให้วันเวลาผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เราควรจะพากันมาบำเพ็ญบุญกุศล ทั้งทางกายและทางใจ ควรเสียสละกิจการงานของโลกในวันนี้เสียชั่ววันเวลา แม้ว่าวันนี้เรามีรายได้เป็นมหาเศรษฐีเท่าไรก็ยอมสละหมด ไม่เอาอะไรทั้งสิ้น สละรายได้ ผลประโยชน์ ซึ่งจะเป็นความดีงามในทางโลกโลกีย์ มุ่งหน้าเข้ามาวัดเพื่อบำเพ็ญทาน ศีล และภาวนา หาบุญกุศลให้แก่ตน เป็นการเคารพตัวเองและเคารพในพระพุทธเจ้าด้วย ลูกของพระพุทธเจ้านั้นก็มีอยู่ 4 คนเท่านั้น คือ พระภิกษุ สามเณร อุบาสก และอุบาสิกา ซึ่งเรียกว่าพุทธบริษัท 4 เมื่อเราแสดงตนเป็นลูกของท่านแล้ว เราก็ต้องสร้างความดีงามให้แก่ตน เพื่อเป็นการเคารพใน “พ่อ” ของเราด้วย

9. “พุทธคารวตา” เคารพในศีล คือ ขำระ กาย วาจา ของตนให้บริสุทธิ์เพื่อเป็นพุทธบูชา “ธรรมคารวตา” เคารพในสมาธิ ขำระใจของตนให้สะอาดผ่องแผ้วพ้นจากนิวรณ์ธรรม เครื่องเศร้าหมอง แผ่เมตตาจิตให้แก่กันและกันในหมู่คณะ คนร่วมโลกตลอดจนสัตว์เดียรัจฉาน บางคนเคียดแค้นชิงชังกัน พออีกฝ่ายหนึ่งเสียใจไปกระโดดน้ำตาย คนที่เคยเกลียดโกธรกันนั้น ไปเห็นศพลอยน้ำมาดับปอง ๆ ก็ไปนั่งร้องไห้ซุกซน ย่อย เช่นนี้ก็น่าจะผลึกหวัคนั้นให้มันจมลงไป

ในน้ำเสียด้วย เพราะเวลาเป็น ๆ อยู่ด้วยกันก็ไม่รักใคร่กัน ทำให้เขาเจ็บช้ำน้ำใจ จะมาสงสารกันเมื่อเวลาตายไปแล้วเช่นนี้ จะเกิดประโยชน์อันใด เป็นการเมตตาที่ไม่ถูกทางเลย บางคนไม่เคารพในสมาธิ ทำมรยาทและส่งเสียงอึกทักให้เขาใจอกแวกไปในเวลาที่กำลังนั่งสงบอยู่ อย่างนี้ก็ไม่เคารพในธรรม เป็นโทษแก่ตนด้วย ถ้าผู้นั้นตายไปก็ต้องไปเกิดในชาติคนต่ำเป็นคนโง่ไม่มีปัญญา สติก็ไม่สมบูรณ์ จะต้องกลายเป็นคนไม่เต็มบาทอย่างที่เขาเรียกกันว่าคน 2 สิ่งบ้าง คน 3 สิ่งบ้างเป็นต้น “สังฆคารวตา” จงพากันเคารพในปัญญาคือนำปัญญาไปใช้หาความดีในทางธรรม ไม่ควรมุ่งไปหาความดีทางโลก เพราะความดีทางโลกเป็นของที่ตกต่ำได้ ไม่ถาวร ไม่เป็นทางพ้นไปจากทุกข์ จึงควรพากันเจริญสมาธิให้สูงขึ้นโดยลำดับ จนปลดปล่อยกิเลสอาสวะของตนเองให้หมดสิ้นไปจากใจ การเคารพใน 3 ประการนี้ จักเป็นมหามงคลอันยิ่งย

10. เมื่อเราทำความเคารพต่อสถานที่ใด สถานที่นั้นก็ย่อมเป็นมงคล และตัวเราก็เป็นมงคล เราเคารพต่อบุคคลใด บุคคลนั้นก็เป็นมงคลและตัวเราก็เป็นมงคลด้วย ฉะนั้น เมื่อเราเคารพในพระพุทธเจ้า พระธรรม และ พระสงฆ์ เราก็จะมีความมงคลอย่างสูงสุด คือ มีความสุข ร่มเย็น ใครมาทำบุญกุศลให้ไหลเข้าสู่ดวงจิต ก็เป็น “วิวิฏฐคามินีกุศล” จะเป็นทางให้พ้นจากความเวียนว่ายตายเกิด คนไม่เชื่อบุญก็คือคนไม่ใคร่จะทำบุญ คนไม่เชื่อบาปก็คือคนที่ทำความชั่วเสมอ ๆ นำความอัปมงคลมาสู่ตนเอง คือความทุกข์ ผู้ใดปรารถนาความสุข ความมีมงคล ก็จงนำไปประพฤติปฏิบัติดังได้พรรณนามาแล้วนั้น

วัดโศการาม, 30 สิงหาคม 2501

1. เวลานั่งสมาธิ อย่างนี้กว่าเรามานั่งที่ศาลานี้ ให้นึกว่าเรานั่งอยู่ในป่าลึกคนเดียว ตัดปณิธานทิ้งแล้ว ไม่คิดถึงหมู่คณะและใครทั้งหมด เรื่องดี ชั่ว มี จน ก็ไม่ต้องคิด คิดแต่เรื่องในกายของตัวเอง และตั้งสติดูลมหายใจของตนอย่างเดียว หรือมีฉะนั้นก็ให้คิดว่าเวลานี้เรากำลังนั่งอยู่เฉพาะพระพักตร์พระพุทธเจ้า เราจะต้องระวังตัวระวังมารยาทของเราให้ดี ไม่ทำกริยา ลุกลุกหลุกหลอน หรือแคะโน่น เกาที่นี่ กายก็ตรง ใจก็ตั้งเที่ยงเฉพาะพระองค์ คือ “พุทโธ” อย่างเดียว มีสติทุกลมหายใจเข้าออก ไม่วอกแวกไปไหนๆ

2. ถ้าใครไม่ตั้งใจทำจริง ก็เป็นการหลอกครูบาอาจารย์ หลอกคนอื่น และหลอกตัวของตัวเองด้วย การหลอกนั้นก็คือ เรามานั่งหลับตาทำสมาธิ แต่ใจมิได้สงบนิ่งให้เป็นไปตามกิริยาอาการภายนอก เช่นนี้ย่อมเป็นโทษและเป็นบาปแก่ตนเองด้วย

3. ผลก็เกิดจากการไม่ตั้งใจจริงนั้น คือ เราก็คงทำได้ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง รู้บ้าง ไม่รู้บ้าง และเห็นบ้าง ไม่เห็นบ้าง ผลดีจึงได้ไม่สม่ำเสมอ นี่เป็นเหตุร้ายข้อที่ 1 ข้อที่ 2 การเหม่อ คือใจไปคิดถึงสิ่งอื่น เรื่องอื่น คนอื่น ไม่อยู่ในตัวเอง ไม่อยู่ในปัจจุบัน เปรียบเหมือนคนที่นั่งรับประทานอาหาร มือตั้งใจจะเปิบข้าวใส่ปาก แต่ตามัวเหม่อไปมองดูสิ่งอื่น บางทีจะตักแกงก็ไปตักเอาน้ำพริก จะหยิบขนมก็ไปคว้าเอาก่อนดินก่อนกรวดเคี้ยวกินเข้าไป หรือมีฉะนั้นก็เปรียบเหมือนคนตาบอดที่นั่งกินข้าว คนตาดีส่งอะไรให้ เขาก็บอกว่า “นี่นะข้าว นี่นะแกง นี่นะขนม ฯลฯ” แต่ตัวเองไม่ค่อยจำไว้ก็ไปหยิบผิดหยิบถูก ไม่ได้สนใจที่ต้องการ แล้วก็พาลไปลงโทษคนที่บอกให้ ดังนั้นเป็นตัวอย่าง ข้อที่ 3 การผล่อ คือ ลืมสติ ลืมลม และลืมตัวเอง สามประการนี้ย่อมเป็นภัยต่อการปฏิบัติ เป็นการไม่ซื่อตรงต่อหน้าที่ๆ

4. ความรู้นั้นมีอยู่ 2 ตัว คือรู้ตัวจริง และรู้ตัวหลอก รู้ตัวจริงนั้นก็คือ รู้ที่อยู่ในตัวไม่ไปไหน นิ่งก็รู้ ยืนก็รู้ นอนก็รู้ พุดก็รู้ คิดก็รู้ ฯลฯ ส่วนรู้ตัวหลอกนั้น คือรู้ตามสัญญา สัญญา

เป็นอาการของตัวรู้ แต่ไม่ใช่ ตัวรู้ เปรียบเหมือนกับ “เงา” ซึ่งเป็นตัวหลอก ไม่ใช่ตัว
รู้จริง ตัวรู้จริงคือรู้มีสติ รู้เหตุรู้ผล เป็นตัว ปัญญา

5. ฉะนั้นเราทุกคนควรทำตัวเองให้เกิดปัญญา ความรู้จริง ที่จะไม่หลอกลวงให้เราตกไปสู่
ในกองทุกข์ โดยทำใจให้แน่วแน่เป็นสมาธิ มีสติรอบคอบในการหายใจ มีสัมปชัญญะในการ
เคลื่อนไหวรู้ตัว มีความตั้งใจจริงในการกระทำหน้าที่ของตน และมีความเคารพเชื่อตรงต่อครู-
บาอาจารย์ และต่อตัวเอง ก็จะเป็นเหตุให้ประสบความสำเร็จได้ดังความปรารถนาฯ

วัดโศการาม, 30 สิงหาคม 2501

1. ต่อมโลหิตของคนแก่นั้น แผลบ ตีบ ไม่โปร่งเหมือนกับคนหนุ่มคนสาว การหายใจเข้าไปได้กำลังน้อยกว่าและมีการเหนื่อยง่าย คนธรรมดาหายใจเข้าไปครั้งหนึ่งอาจเสียหายไป 30 เปอร์เซ็นต์ เพราะความไม่มีสติ ต่อมโลหิตก็ยอมสีกหายไปด้วยเช่นเดียวกัน ฉะนั้น การหายใจด้วยความมีสติจึงเป็นการช่วยร่างกายให้สมบูรณ์ การเจ็บไข้ก็เกิดยาก ถึงจะเกิดขึ้นก็รักษาง่าย และหายเร็ว

2. ความหมุนเวียนแห่งดวงจิต ทำให้เกิดคลื่นคือกิเลส การทำจิตนิ่งทำให้คลื่นสงบ กิเลสก็ดับ

3. คนไม่ดี ไม่มีใครเขาอยากให้เข้าบ้าน เพราะเป็นอัปมงคล คนตายโหงนั้น แม้แต่กระตูกเขาก็ไม่นำเข้าบ้าน เมรุเขาก็ไม่ยอมให้เผา ต้องนำศพไปฝังไว้ที่ป่าช้าไกลๆ แต่พระพุทธเจ้าของเรา ท่านเป็นผู้ที่เลิศประเสริฐและนำศิริมงคลมาสู่มนุษยทั้งโลก ฉะนั้น พระบรมอัฐิธาตุและพระอังคารธาตุของพระองค์ จึงถูกแย่งกันไปบูชาจนไม่มีเหลือ การที่เราหายใจ “พุทโธ” เข้าไปนี่จึงยอมเป็นศิริมงคลแก่ตัวเรา เหมือนบูชาพระองค์ไว้ในจิตใจของเราทุกลมหายใจที่เข้าออก ท่านก็ต้องทรงพระเมตตาช่วยให้เรามีความสุข

4. คนที่มีสติอยู่เสมอ เขาเรียกว่า “คนเต็ม” คนอย่างนี้มีกำลังจิตแข็งแกร่ง สามารถต่อสู้ยันตรายได้ทุกอย่าง ฉะนั้นเขาจึงนิยมและต้องการให้ไปปลุกเสกของขลัง เช่นไปนั่งปรกทำพิธีหล่อพระพุทธรูป หรือเครื่องรางกันภัยต่าง ๆ เพราะเขาต้องการให้กระแสแห่งความดีเข้าไปแทรกซึมอยู่ในวัตถุนั้น ๆ เพื่อเป็นของศักดิ์สิทธิ์วิเศษแก่ผู้ใช้

5. ใจที่ดิ้นรน บั่นป่วน หวั่นไหวในกิเลส คือ ใจที่ยังอยู่ในรูป รส กลิ่น เสียง ย่อมจัดได้ว่าเป็นใจที่ต่ำ ถ้าอยู่กับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ก็เป็นใจที่สูง ฉะนั้น ท่านจึง

5. การเจริญสมาธิ ต้องทำจิตให้เป็น “มัชฌิมา ปฏิปทา” ตัดเรื่องอดีต, อนาคตให้หมด โลกธรรมชั่วดีพิเศษอย่างไรก็ตาม เราไม่สนใจ เพราะถ้ามันดีจริง มันก็หนีไปนานแล้ว ส่วนดีข้างหน้าก็ยังมาไม่ถึง คนที่กลืนกินอารมณ์ที่ล่วงแล้ว เปรียบเหมือนกินของที่เขาคายทิ้งแล้ว ของที่เขาคายทิ้งนั้น ไม่ควรเก็บมากลืนกินอีก พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ถ้าใครเก็บมากินก็เป็นเปรตวิสัย คือดวงจิตเป็นทาสตัณหาซึ่งเปรียบเหมือนน้ำลาย อาหารไม่มีก็นั่งกลืนกินแต่น้ำลาย ท่านจึงว่าเป็นวิสัยอสุรกาย ดวงจิตไม่เป็นมัชฌิมา คิดไปในอนาคตก็เหมือนไปเลียปากหม้อแกงฟุ้งนี้ ก็ไม่มีแกงสักหน่อย คิดถึงอดีตก็เหมือนเลียกันหม้อแกงที่หมดไปแล้ว เหตุนี้พระองค์จึงทรงเบื่อหน่าย เพราะมันเป็นของไม่แน่นอน บางทีก็ทำให้ดีใจเป็น “กามสุขัลลิกานุโยค” บางทีก็ทำให้เสียใจเป็น “อศตคิลมถานุโยค” เมื่อเราทราบชัดว่าอันนี้ไม่ใช่มรรคปฏิบัติ ก็จงอย่าเข้าไปใกล้ พระองค์จึงทรงตรัสสอนว่า “ให้พากันปกปิดดวงจิตให้สงบเงียบ” คือ การเจริญสมาธิ ฯ

6. คนที่ชอบแลกเปลี่ยนอารมณ์นั้น ถ้าเป็นสายชู้ก็ยังหนัก ถ้าเป็นสายดีก็ตีหน้อย แต่ก็ตกอยู่ในโลกียะทั้งสิ้น เหตุนี้ท่านจึงให้เข้าไปตั้งอยู่ในปัจจุบัน เมื่อดวงจิตไม่เกี่ยวกับอดีต อนาคต ก็จะเข้าไปอยู่ในองค์ “อริยมรรค” แล้วก็จะเกิดวิชาว่า อ้อ! เรื่องอดีตมันก็เหลวอย่างนี้ นี่เป็น “ปุพเพนิวาสญาณ” เรื่องเก่ามันก็วกมาใหม่ ๆ กวักมาเก่า เหมือนชาวโลกเขาว่า อนาคตมันก็มาอดีต ๆ ก็มาอนาคต เมื่อทั้งอดีต อนาคตเสียได้ ดวงจิตก็ยิ่งจะมันเข้าไปอีก เรียกว่า “สัมมาสติ” เกิด สทฺธาพล ว่าจริงอย่างนี้ คือศรัทธาก็เชื่อจริงเข้าไปในปัจจุบัน วิริยพล ความเพียรก็กล้าหาญ สติพล สติก็ใหญ่เป็นมหาสติ สมาธิพล ใจก็ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ปัญญาพล ปัญญา ก็แตกออกเป็นตัวปัญญาเกิดขึ้นถึงขนาดเห็นสภาพขั้นอันแท้จริง เกิดความเบื่อหน่ายจิตจาง ปลอ่ยวางในอึดภาพร่างกาย จิตก็หลุดพ้นจากอำนาจความยึดถือ นักปราชญ์จึงสรรเสริญว่า นี่เป็น “อัสวักขยญาณ” รู้ที่เกิดที่ไปของสัตว์บุคคล เป็น “จุตูปปาตญาณ” เกิดเบื่อหน่ายในภพ เมื่อรู้จักเบื่อในภพชาติ ๆ ก็น้อยเข้า ภาระกังวลต่าง ๆ ก็เบาลงไป ภาวะมันก็หมุนช้าลงเหมือนล้อรถที่เราเอาหนามไปใส่ เอาไม้ไปขวาง มันก็หมุนช้า เมื่อดวงจิตหมุนช้า ก็จะนับวาระของมันได้เรียกว่า “รู้ขณะจิต” เมื่อรู้อย่างนี้ก็เป็น “วิปัสสนาญาณ” เป็น “วิชา” รู้อดีต อนาคต และปัจจุบันก็เป็น วิชา

7. “สัมมาสมาธิ” เป็นตัว “ปการธรรม” “สัมมาวายามะ” กับ “สัมมาสติ” เป็นตัว “อุปการธรรม” สำหรับที่จะเป็นเครื่องป้องกันจิตไม่ให้ตกไปใน “มิจาสมาธิ” ฯ

8. พระอริยะ ท่านไม่ยึดถือในอาการกริยา ในการทำ การพูด การคิดทั้งหมด กายสังขารดับ ใจว่างเปล่า เหมือนอากาศธาตุ แต่คนธรรมดาเรามายึดถือในการพูดจา ยืน เดิน นั่ง นอน ทุกอย่าง มันจะไม่หนักอะไร? พระอริยะท่านวางหมด ท่านก็สบาย จะเดินนาน ท่านก็ไม่เหนื่อย จะนั่งนานท่านก็ไม่เมื่อย จะทำอะไรทุกประการท่านก็ไม่หนัก คนหนักก็คือคนที่

แบกไว้ต่างหาก เหตุนั้นพระอริยเจ้าท่านจึงเดินน้ำดำเนินได้ ๔

9. “อิทธิฤทธิ์” คือร่างกายไม่เจ็บไข้ “บุญฤทธิ์” คือ ดวงจิตที่อาจเข้าถึงพระนิพพาน ๔

10. “ทุกข์ร้อนใจ” คือ ทุกข์อย่างทาส ทุกข์นักปราชญ์ คือ “สุขมันไหวตัว” ๔

11. ในสวรรค์ไม่มี แก่ เจ็บ ตาย พอรู้สึกละไม่สบายก็ตายทันที รักษาไม่ทันเป็นทุกข์แต่ไม่นาน คือทุกข์ในความอาลัย ไม่อยากตาย ๔

12. การเจริญภาวนา คือ อุปจารภาวนา ไม่ใช่ปริกรรมภาวนา ได้แก่การกำหนดรูปของต้นส่วนใดส่วนหนึ่ง ก็ตั้งใจกำหนดเข้าจนเราได้รับความชัดเจน แล้วขยายให้มากขึ้น ๔

13. ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ท่านเรียกว่า “จตุธาตุวตถุฐาน” ธาตุของใจคือ “นาม” ธาตุของกาย คือ “รูป” ๔

14. “ลมเกิด” คือ ลมหายใจเข้า เรียกว่า “ลมชีวิต” ลมออกไม่เข้าเป็น “ลมตาย” เรียกว่า “มรณวาโย” คนจะมีอายุสั้นหรือยาวก็เพราะลมหายใจเข้าออกนี้ ฉะนั้นจึงเรียกลมนี้ว่า “กายสังขาร” เป็นส่วนสำคัญของชีวิต เมื่อจับลมนี้ได้แล้วก็กำหนดดูความเกิดและความตายของตน นี่เป็นความเกิดตายอย่างปกปิด ส่วนการเกิดและตายอย่างเปิดเผยนั้น คนโง่หรือเด็ก ๆ ก็ทราบได้ “เกิด” นั่นก็คือมีลมหายใจ นิ่ง นอน ยืน เดิน ฯลฯ ได้ ส่วน “ตาย” นั่นก็คือเมื่อลมหมดแล้วเขาก็หายไปเฉา แต่การเกิด-ตาย ที่ปกปิดนั้น จะรู้ได้เฉพาะตัว ไม่ใช่รู้กันทั่วไป รู้ได้แต่ผู้ที่ทำความสงบ ๔

15. การกำหนดลมหายใจอย่างนี้เป็น “มรณานุสสติ” “อานาปานสติ” และ “กายคตาสติ” ด้วย หรืออีกอย่างหนึ่งก็เรียกว่า “เอกายนมรรค” คือ ทำกายอยู่ในทางเส้นเดียว “วิตก” คือยกกรรมฐานขึ้นสู่ดวงจิต, ยกดวงจิตขึ้นสู่กรรมฐาน “วิจาร” คือการขยาย แก่ใช้ปรับปรุงลมให้ดี เมื่อกำหนดนาน ๆ เข้า ก็จะมีรู้สึกสบายเหมือนกับการทำถนนให้เรียบ ที่นี้กายของเราก็จะเกิดผลขึ้น 3 อย่าง คือ มีอาการเบา ๆ เย็น ๆ สบาย ต่อไปก็เจริญกรรมฐานให้แก่กล้าขึ้นอีก จิตก็จะได้รับความสบายยิ่งขึ้นเป็น “จิตวิเวก” กายก็สงบมากขึ้นเป็น “กายวิเวก” ๔

16. ลมในร่างกายเรามีอยู่ 2 พวก ๆ หนึ่งเรียกว่า “อิตถิวาโย” เป็นลมอ่อน ๆ จากภายใต้สะดือถึงศีรษะออกจมูก อีกพวกหนึ่งเรียกว่า “ปฐิสวาโย” เป็นลมแข็ง คือ จากปลายเท้าถึงสันหลัง เมื่อจับลมนี้ได้แล้วก็อย่าไปทิ้งหลักเดิมของมัน คือเวลาที่เข้าไปเชื่อมกันเราก็รู้ แล้วก็สังเกตผลที่

สอนให้พากันฝึกจิตของตนให้สูงขึ้นด้วยการตัดสัญญาอารมณ์ภายนอก พยายามทำใจให้ตั้งเที่ยงอยู่ในคุณธรรมแห่งการภาวนาฯ

6. เมื่อลมเต็มอิมในกายแล้ว จิตก็ละเอียดขึ้น ลมหายใจที่เคยเร็วก็จะช้าลง ที่แรงอยู่ก็จะค่อย ที่หนักอยู่ก็จะเบา จนดับ ไม่ต้องหายใจ เพราะลมเต็มหมดไม่มีช่องว่าง เหมือนน้ำที่เรารินใส่ภาชนะจนเต็มที่แล้วก็พอแค่นั้น ไม่ต้องเติมอีก ความเต็มอย่างนี้ทำให้เกิดความใสและความเย็น ใครทำได้ก็เปรียบเหมือนดื่มน้ำอมฤต กินแล้วไม่ตายฯ

7. กำลังจิตเปรียบเหมือนกำลังของใบพัดที่หมุนไป ถ้ากำลังจิตใหญ่ คือสติแรง ความเย็นก็จะมีมาก ถ้าสติอ่อน ใบพัดก็จะหมุนช้า ความเย็นก็น้อยลง การที่สติอ่อนหรือสติน้อยไปก็เพราะใจไปอยู่เสียที่อื่นหมด มิได้อยู่กับลม มิได้อยู่กับตัว จิตนั้นก็จะมีการน้อย ใบพัดก็หมุนไม่ได้แรง ความเย็นจึงเสื่อมถอย เพราะกิเลสเข้ามาแทรกสิงในดวงใจได้ ดวงใจนั้นก็จะมีแต่ความร้อนฯ

8. ถ้าใจไม่เป็นสมาธิ ต้องพยายามให้เป็นสมาธิและรักษารมณ์อันนั้นไว้ให้ดีฯ

9. ระวังกิเลสข้างในกับข้างนอก อย่าให้มันโดนกัน ถ้าเขามีเราก็มี ไปเจอกันเข้ามันเกิดความสะ เช่น เราโกรธเขาก็โกรธ เราโลภเขาก็โลภ เราหลงเขาก็หลง อย่างนี้ต้องพากันฉิบหายแน่ ตัวอย่าง เช่น พระชีโลภโยมนำของไปถวายก็ชอบใจ โยมเห็นพระชอบก็ดีใจ ยิ่งไปหามาถวายให้มากขึ้น พระก็ไม่ยอมพอ ยิ่งชอบใจหนักขึ้นไปอีก โยมก็ไม่ยอมแพ้หาไปถวายให้มากขึ้นอีก อย่างนี้ทั้ง 2 ฝ่ายก็ย่อมเกิดความฉิบหายแน่ ฉิบหายอย่างไร โยมก็ฉิบหายทรัพย์ พระก็ฉิบหายศีล พินาศวิบัติกันหมดฯ

10. โกรธต่อโกรธเจอกันก็เกิดความอีก เราจะต้องพยายามหลีกเลี่ยงไม่ให้มันพบกัน เช่น คนหนึ่งโกรธมาอีกคนหนึ่งต้องลดความโกรธของตนให้น้อยลง เขาพูดมา 10 คำ เราต้องลดเหลือ 5 คำ ถ้าเขาพูดมา 5 คำ เราก็ตกลงให้เหลือ 2 คำหรือไม่พูดเลย เขาหันหน้ามาเราต้องหันหลังให้ ถ้าหันหน้าใส่กันมันเกิดความ หรือหันหน้าไปตามกันก็ยังใช้ไม่ได้ นี่เป็นวิธีระวังกิเลสตัวใน กับ ตัวนอก ไม่ให้มันโดนกันฯ

11. หลงกับหลงเจอกันก็จะพากันเลอะไปใหญ่ เราต้องพยายามคบค้ากับนักปราชญ์บัณฑิตที่ท่านมีความรู้ ท่านจะได้แนะนำตักเตือนให้เรา รู้ถูก รู้ผิด ต้องมีสติให้รอบคอบ และ

พยายามเชื่อในสิ่งที่มีเหตุผล

12. โลก ไกรธ หลง 3 ตัวนี้ย่อมเป็นภัยอย่างยิ่งแก่พระ “พระ” ในที่นี้หมายถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ ซึ่งเป็นองค์สามที่เรารักษาอยู่ ถ้ามีพระ 3 องค์นี้ผูกคอตไว้ ย่อมเป็นเครื่องประกันความไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ และไม่ตายได้ แต่ถ้าตัวโลก ไกรธ หลง เข้ามาแทรกจิตใจของเราเมื่อใด พระ 3 องค์นี้ท่านก็หนีหาย

13. การตายเป็นเรื่องของวิบาก ใครขัดไม่ได้ แต่จะตายดีหรือตายร้ายอะไรก็ตาม เวลาตายขอให้ใจตั้งอยู่ในความดีก็แล้วกัน

14. สมบัติที่ตกไปในนิรณธรรม ก็คือ ความดีนั้นเป็นแผล ได้แก่ใจที่ตกไปในความชั่ว คือ ราคะ โทสะ และ โมหะ

15. วัฏกรรมอดีต คือ “ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ” รู้อนาคตที่เกิดที่ไปคือ “จุตูปปาตญาณ” รู้เหตุรู้ผลในปัจจุบัน คือ “อาสวักขยญาณ”

16. ของใดที่เจ้าของยังยึดถือหวงแหนอยู่ ของนั้นย่อมไม่เกิด บุญ ของใดที่สละแล้วของนั้นย่อมเกิด บุญ ๕

17. ทรัพย์สินใด ๆ ที่เจ้าของยังหวงอยู่ ใคร ๆ ก็มักจะอยากได้ เพราะเป็นของมีค่า ถ้าสละทิ้งเสียแล้วก็ไม่มีใครต้องการ เพราะของที่เขาโยนขว้างทิ้งแล้วย่อมไม่มีค่า นั้นฉันใดร่างกายของคนเราก็คงเช่นเดียวกัน ถ้าเจ้าของยังหวงแหนไว้ก็ยังไม่เป็นบุญ สละคืนเขาไปไม่ยึดถือ นั่นแหละจะเป็นบุญเป็นกุศล ตัวอย่าง ของใดที่เก็บซ่อนไว้ คนก็ยังอยากขโมย ถ้าวางทิ้งไว้เถิดมันไม่หายไปไหนดอก ดูแต่พระพุทธเจ้าของเราท่าน ท่านทรงยอมสละพระสรีระร่างกายได้หมดสิ้นแล้ว ฉะนั้น แม้จะเผาไฟอยู่ถึง 7 วัน 7 คืน พระสรีระธาตุของพระองค์ก็ยังไม่ไหม้ ยังคงมีปรากฏเป็นพระบรมสารีริกธาตุอยู่ในโลกจนทุกวันนี้

อบรมสมาธิ

วัดโศการาม, 31 สิงหาคม 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

ต่อไปนี้จะพากันตั้งใจทุก ๆ คนว่า เราจะต้องทำดวงจิตของเราให้เป็น “ธรรมะ” เพราะวันนี้เป็น “วันพระ” คำซึ่งเราเรียกกันว่า “วันพระ” นี้ ไม่ได้หมายถึงเพศ หรือสีสนัวรรณะ หมายถึงวันแห่งความดี คือ “วร” ฉะนั้นวัน “พระ” ก็คือวันซึ่งพวกเราควรจะพากันมากระทำ ความดีใส่ตน

“ความดี” นั้นทำอย่างไรจึงจะดี ความดีก็คือให้เราพากันตั้งใจว่าในวันนี้ซึ่งเป็นวันพระ เราจะสร้าง “พระ” สักองค์หนึ่งไว้ในจิตในใจ เพื่อเป็นนามมงคลแก่ตัวเรา เพราะพระพุทธรูปนั้น เป็นของวิเศษ และศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่าวัตถุใด ๆ ในโลก เป็นสิ่งที่จะป้องกันตัวเราให้แคล้วคลาด จากความทุกข์ภัยทั้งปวง ดังที่ท่านได้กล่าวไว้เป็นบาลีว่า “สพฺพทุกฺขา สพฺพภยา สพฺพโรคา วินสฺสนตุ” หมายความว่า ทุกข์ทั้งหลาย ภัยทั้งหลาย และโรคทั้งหลาย ย่อมพินาศไปหมดสิ้น ด้วยอำนาจแห่งพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์

ถ้าผู้ใดมีพระอยู่ในตัวเองแล้ว ภัย 3 ประการ ย่อมจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย คือ 1. ภัยแห่งความทุกข์ ก็ได้แก่การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ภัยอย่างนี้พระท่านไม่กลัวเลย เพราะท่านเป็นผู้ป้องกันความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตายได้ ใครจะเกิดกันก็หมิ่นก็พัน ท่านก็ไม่ทุกข์ ใครจะแก่ ท่านก็ให้แก่ไป ท่านไม่ทุกข์ ใครจะเจ็บก็เจ็บไป ท่านไม่ทุกข์ หรือใครจะตายก็ตายไป ท่านก็ไม่ทุกข์อีก 2. ภัยต่าง ๆ เช่น โจรภัย ใครจะมาปล้นสะดมหรือแย่งชิงทรัพย์สมบัติ ท่านก็ไม่กลัว เพราะโจรนั้นย่อมไม่สามารถที่จะปล้นทรัพย์สมบัติของท่านไปได้ อีกคือภัยเล่า อย่าว่าแต่มันจะไหม้แค่บ้านแค่เรือนหรือถูกบอมบ์ด้วยระเบิดปรมาณูเลย ต่อให้ไฟบรรลัยกัลป์ไหม้โลก ท่านก็ไม่สะดุ้งกลัว อุทกภัย น้ำจะท่วมตั้งแต่พื้นปฐพีถึงนภาภาส ท่านก็ไม่ต้องตกใจ ทุพภิกขภัยต่าง ๆ เช่น ข้าวยาก หมดน้ำแล้ง ฝนแล้ง โรคระบาด ท่านก็ไม่ทุกข์ ไม่เดือดร้อน 3. โรคต่าง ๆ ที่จะบังเกิดขึ้นในร่างกาย ท่านก็ไม่กลัวอีก จงมองดูพระพุทธรูปเถิด ท่านกลัวอะไรที่ไหน ใครจะ

ทำอะไร ๆ ให้ท่าน ๆ ก็นั่งเฉย ไม่กลัวสิ่งใดทั้งหมด เหตุนี้เราจึงควรพากันสร้างพระไว้คนละองค์ เพื่อสำหรับจะได้ผูกติดคอเราไปทุกหนทุกแห่ง

การสร้างพระหรือหล่อพระนี่เขาทำกันอย่างไร ก่อนอื่นเขาจะต้องปั้นหุ่นแต่งหุ่นให้งดงาม ได้ส่วนสัดส่วนเสียก่อน แล้วก็ทำการสุมหุ่นนั้นให้ร้อนทั่ว แล้วเขาจึงจะเททองที่หลอมลงไปให้เต็มหุ่น แล้วทิ้งไว้ให้เย็นดีแล้วจึงแกะหุ่นนั้นออกให้เหลือแต่องค์พระ แต่ยังขรุขระไม่งดงามทีเดียว เขาจะต้องนำมาแต่งมาขัดอีกครึ่งหนึ่งจนขึ้นเงาใส หรือมีฉนวนนั้นก็ทวารักปิดทองพระพุทธรูปนั้น จึงจะสำเร็จเป็นองค์พระได้สมบูรณ์ตามความปรารถนา เหตุนี้การสร้างพระหรือหล่อพระของเรานี้ ก็จะต้องพากันสุมหุ่นให้ร้อนทั่วเสียก่อนแล้วจึงเททอง หุ่นนี้สมมุติก็ได้แก่ร่างกายของเรา ส่วนดวงจิตเป็นตัวแทนช่างหล่อ ต่อไปนี้ ก็ให้พากันตั้งใจทุก ๆ คนว่าเรากำลังจะสร้าง “พระ” และพระพุทธรูปของใครจะงดงามกว่ากัน ก็แล้วแต่นายช่างจะมีฝีมือและความสามารถในการหล่อ

วิธีสุมหุ่นนั้นคือทำอย่างไร วิธีสุมหุ่นนั้นก็ได้แก่การนั่งสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้ายตั้งกายตรงไม่คดงอเอนเอียง ถ้าหุ่นของเราเอน พระพุทธรูปของเราก็จะต้องเอนไปด้วย ต่อจากนั้นก็พยายามตั้งสติกำหนดลมหายใจของตนเข้าไประยะหนึ่ง “พุท” หายใจออกว่า “โธ” จดจ้องอยู่กับลมหายใจสิ่งเดียว ไม่ต้องคิดถึงสิ่งอื่น เหมือนกับเราสูบลมเข้าไปเป่าไฟให้หุ่นร้อน ถ้าสติของเราไม่อยู่กับลมหายใจ ไปลืมหือเผลอคิดถึงสิ่งอื่นแล้ว ก็เปรียบเหมือนกับลูกสูบของเรานั้นเสียไป ไฟก็จะไม่แรง หุ่นก็จะไม่ร้อน ถ้าหุ่นไม่ร้อน เททองลงไปหุ่นก็จะแตก และทองก็จะไหลไปหมด ฉะนั้นเราจะต้องระวังอย่าให้หุ่นแตก และระวังลูกสูบไม่ให้สึกหรือด้วย คือ ระวังสติอย่าให้ลืมหือเผลอ

คราวนี้จะกล่าวถึงการหลอมทอง คือ ทองเหลือง ทองขาว เงิน ทอง นาก หรือโลหะชนิดใดก็ตามที่จะใช้เทเป็นองค์พระพุทธรูปนั้น เขาจะต้องนำมาหลอมไล่ขึ้น คือ ส่วนที่เป็นมลทินไม่สะอาดออกเสียให้หมดก่อน ให้เหลือแต่เนื้อแท้ที่เป็นของบริสุทธิ์จริง ๆ แล้วจึงจะเทเป็นองค์พระนี่ฉันใด เราก็ต้องตัดสัญญาอารมณ์ทั้งหลาย ซึ่งเป็นตัวนิวรณ์ธรรมให้ออกจากดวงใจของเราให้สิ้นเชิง นิวรณ์ธรรมทั้ง 5 คือ มลทินโทษที่เจือปนอยู่ในเนื้อทอง ถ้าไม่ละลายหรือขจัดออกไปให้พ้นจากจิตใจได้แล้ว พระพุทธรูปของเราก็จะสำเร็จเป็นองค์พระที่สมบูรณ์ศักดิ์สิทธิ์ไม่ได้ กล่าวคือจะต้องมีตำหนิแห่งเงาไม่งดงาม จะนำไปตั้งบูชาที่ไหนก็ไม่แนดู จะให้ใครก็ไม่มีความอยากได้ ฉะนั้นจึงเป็นความจำเป็นและสำคัญที่สุดที่นายช่างจะต้องเป็นผู้มีความละเอียดรอบคอบ ไม่สะเพร่า มีความพากเพียรทำความบริสุทธิ์ให้แก่เนื้อทอง คือ บัดสัญญา อดีต อนาคต ออกให้หมดให้เหลือแต่ปัจจุบันคือลมหายใจ ทำความรู้ไว้ในลมอย่างเดียว เมื่อหุ่นของเราก็ร้อนระอุทั่ว (คือมีสัมปชัญญะความรู้ตัว) ลูกสูบของเราก็ใช้การได้ดีไม่สึกหรือ (คือมีสติมั่นคงแน่วแน่) และ

ทองของเราก็เป็นเนื้อแท้บริสุทธิ์ไม่มีมลทิน (คือใจไม่มีนิวรณ์ธรรม) ทั้ง 3 ประการ นี่แล้ว พระพุทธรูปที่เราสร้างก็จะเป็นองค์พระที่งดงามเป็นที่พอใจ

การสร้างพระไว้ในตัวก็คือ การนั่งสมาธิภาวนา ทำดวงจิตให้เกิดความสงบ เมื่อจิตสงบ กายก็สงบ ปิตติความอึดกายอึดใจก็จะบังเกิดขึ้นในร่างกาย (คือ สติเต็มตัว ใจก็เต็มตัว) เมื่อ ปิตติ เกิดมาก ๆ ก็จะกลายเป็น สุข ขึ้น เมื่อสุขมาก ๆ แล้ว มันก็ต้องใส ความใส คือตัว วิปัสสนาญาณ มองเห็นสังขารร่างกายของตนเองในความเป็นจริงว่า กายนี้คือธาตุทั้ง 4 ไม่ใช่ตัวตน เราเขา เป็นของไม่เที่ยงและเป็นทุกข์ ต่อจากนี้ก็จะเกิดความเบื่อหน่าย ปล่อยาวในสังขาร ไม่ยึดถือว่าเป็นสาระแก่นสาร แยกกายจิตออกเป็นคนละส่วน จิตนั้นก็จะหมดภาระในการแบกหาม รูปกายไว้ กลายเป็นจิตที่มีอิสระภาพเบาสบาย จะมองไปทางไหนก็โปร่งโล่ง เหมือนเราวิ่งขึ้น กระดานบันได รื้อหลังคา รื้อฝาออกหมดแล้ว เมื่อมองไปข้างล่างก็จะแลเห็นพื้นแผ่นดิน แหงนดู ข้างบนก็จะแลเห็นดาว มองไปในทิศทั้ง 4 ก็ไม่มีสิ่งใดมาบังตาของเราไว้ ย่อมแลเห็นได้ตลอด ชัดเจนหมด มองไปทางตะวันตกเราก็จะมองเห็น ทุกข์ มองไปทางใต้ก็จะเห็น สมุททัย มองไปทางตะวันออกก็เห็น นิโรธ และมองไปทางเหนือก็แลเห็น มรรค ใครมองเห็นอย่างนี้ท่าน เรียกว่าคนเต็มบาท คือมีครบ 4 สิ่ง และถ้า 4 สิ่ง หลาย ๆ หน ก็จะเป็นกำลังจนถึงซึ่ง มีค่าสูงขึ้นไปทุกที ผู้นั้นก็จะเป็นคนมีสมบัติมาก คือ มีอริยทรัพย์ พ้นจากความยากจน

ผู้ใดมี อริยทรัพย์ ท่านเรียกผู้้นั้นเป็น “อริยชน” อริยชนก็คือคนที่มองเห็น อริยสัจ ผู้ใดมองเห็นอริยสัจ ผู้้นั้นก็มองเห็น “พระ” พระท่านก็ชอบอยู่กับคนผู้้นั้น เมื่อพระอยู่กับผู้ใด ผู้้นั้นก็ย่อมมีมงคลไม่ตกต่ำ มีแต่จะบ่าหน้าไปในทางสูงอย่างเดียว เหตุนี้เราท่านทั้งหลายจึง ควรพากันสร้างพระไว้ให้อยู่ในตัวของเราเป็นประจำกันทุก ๆ คน โดยการบำเพ็ญสมาธิภาวนา ทุกโอกาสที่จะทำได้ หรือที่เรียกกันว่า “อสุภกรรมฐาน” คือให้มันพิจารณาในตัวของเราเสมอ เป็นนิจว่า “อโย โข เม กาโย” กายของเรา “อุทฺธ ปาทศลา” ตั้งแต่ปลายหัวแม่เท้าขึ้นมาถึง ศีรษะมันเป็นอย่างไ “อโร เกสมตุถกา” ตั้งแต่ปลายผมลงไปจนถึงหัวแม่เท้ามันเป็นอย่างไ “ตจปริญฺโต” ภายในกระสอบใบนี้ มันมีสมบัติอะไรอยู่บ้าง คือ เปรียบหนึ่งที่หุ้มห่อ อยู่นี้เหมือนกับกระสอบใบหนึ่งที่บรรจุของไว้ แล้วเราก็จงมองดูซิว่า กระสอบของเรา มันมี สมบัติพิเศษอะไรบ้าง มองไปตั้งแต่ซี่โครง หัวใจ ตับ ปอด ลำไส้ อาหารใหม่ อาหารเก่า น้ำเลือด น้ำดี น้ำเหลือง น้ำมูตร ฯลฯ มันเป็นของนำดูอย่างไรบ้าง

ถ้าเรามาพิจารณาดูร่างกายของเราให้ดีแล้ว ก็จะได้เห็นว่า ภายในตัวของเรานี้ก็ คือ อบาย 4 นี้เอง มิได้เป็นของวิเศษวิโสอะไรเลย

อบายที่ 1 เป็นที่อยู่ของสัตว์จำพวกพยาธิ หนอนและตัวเชื้อโรคต่าง ๆ ซึ่งมันอาศัยเกาะกิน อยู่ในกระเพาะอาหารบ้าง ลำไส้บ้าง ภายในเส้นโลหิตและชุมชนก็มี เมื่อมีอาหารให้มันกินอยู่

เสมอ มันก็จะขยายตัวเพาะพืชเพาะพันธุ์อยู่เรื่อยไป ซึ่งเป็นเหตุก่อความเจ็บไข้ให้แก่ตัวเรา ส่วนภายนอกก็มีพวกเหา พวกเห็บ มอด หมัดอาศัยอยู่ตามเส้นผมเส้นขนตามร่างกาย ถ้าผู้ใดไม่รักษาความสะอาดมันก็จะชอบมาอาศัยอยู่ด้วย ทำให้ร่างกายเป็นพุพองผื่นคัน ส่วนที่อยู่ในเส้นโลหิตและชุมชนก็ทำให้เราเป็นซีกกลาก เกื้อน ขี้เรื้อน แผลฝีต่าง ๆ เป็นต้น

อบายที่ 2 เป็นที่อยู่ของจำพวกเปรต คือได้แก่ธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่มันคอยหลอกหลอน ตัวเราอยู่เสมอ เดี่ยวร้อน เดี่ยวหนาว เดี่ยวก็เจ็บไข้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เดี่ยวก็อยากกินโน้น อยากกินนี่ เราก็ต้องคอยบอ้ยอ วังหามาให้มันไม่หยุดหย่อน แล้วก็ไม่มีควมอิ่มความพอใจ เหมือนกับพวกผีเปรตที่มันตายอดตายอยาก ไม่มีใครจะให้กิน มันก็คอยแต่รบกวนเราอยู่เสมอ และทำอะไรให้ก็ไม่ใคร่ถูกใจ บางทีของร้อนก็ไปหาน้ำแข็งมาใส่ บางทีเย็นไปไม่ร่อยต้องนำไปตั้งไฟอีก เหล่านี้เป็นอาการวิปริตแห่งธาตุซึ่งไม่มีความสม่ำเสมอกัน เดี่ยวก็ดีเดี๋ยวก็ร้าย หากความแน่นอนเป็นปกติไม่ได้ ก็ทำให้เกิดความทุกข์ต่าง ๆ

อบายที่ 3 เป็นที่อยู่ของพวกอสุรกาย คือบางครั้งเมื่อความเจ็บป่วยมาถึง หรือมีสติวิปลาสคลุ้มคลั่งขึ้นมา ก็เที่ยวเดินเพ่นพ่าน ผ่าผ่านลอนจอนไม่มีติดตัว จะนั่งห่มก็ได้ บางคนก็ไปนอนให้เขาตัดไส้ตัดพุง ผ่าโน้น เจาะนี่ ร้องครวญครางโอย ๆ อาย ๆ ฐมือชักไขว่เป็นที่นาทุเรศทุรังต่าง ๆ บ้างก็อดอยากหิวโซอยากจนไม่มีอะไรจะกิน ร่างกายผอมเหลืองเหลือแต่ซี่โครงกับกระดูก มีแต่ทุกข์ทรมานเหมือนพวกอสุรกายที่มองไม่เห็นแสงสว่างของโลก

อบายที่ 4 คือ เมืองนรก นรกนั้นเป็นที่อยู่ของพวกภูติผีปิศาจต่าง ๆ ที่มีบาปมีกรรมมาก ๆ ก็ต้องไปถูกเขาทรมาน อย่างเผา เสียบเหล็กแดง และแทงด้วยหนามบ้าง พวกกุ้ง หมู ปูปลา วัวควาย ฯลฯ ที่เราบริโภคเข้าไปเป็นอาหารนั้น มันก็ต้องถูกเผาถูกต้ม ถูกฆ่าแกงด้วยวิธีต่าง ๆ ได้พากันเข้าไปรวมอยู่ในห้อง หายเข้าไปในตัวของเราเป็นจำนวนมาก ถ้าจะนับแล้วเปิดไต่ก็เป็นแล้ว ๆ วัวควายก็เป็นฝูง ๆ ปลาที่ตั้งครึ่งแม่น้ำครึ่งทะเล ห้องของเรามันลึกนิดเดียวแต่กินเท่าไร ๆ มันก็ไม่พอ กินก็ต้องกินของร้อน ๆ เหมือนกับพวกนรกที่มันชอบเปลวไฟ ถ้าไม่มีไฟมันก็อยู่ไม่ได้ ฉะนั้นจึงต้องมีกระทะทองแดงใบใหญ่ ๆ ไว้สำหรับมัน เจ้าพวกภูติผีปิศาจต่าง ๆ ที่เรากินมันเข้าไปนี้มันก็เข้าไปอยู่ในกระทะทองแดงในห้องของเรา แล้วก็พากันหลอกหลอนเราต่าง ๆ นานา อำนาจของมันที่ซึมแทรกเข้าไปตามเลือดเนื้อของเราก็ทำให้เราเกิดโรคะโทสะ โมหะ ดันรน กระวนกระวาย เหมือนถูกไฟนรกด้วย

เมื่อใครได้พิจารณาโดยอาการอย่างนี้ก็จะเป็นผู้ปัดอบายทั้ง 4 เสียได้ ฉะนั้น ท่านจึงว่า “สวรค้อยู่ในอก นรกอยู่ในใจ” เราจะเห็นว่าร่างกายนี้ไม่ใช่ของวิเศษอะไรเลย นี่แหละสมบัติที่อยู่ในกายมันเป็นของเราหรือเปล่า มันมาจากไหน มันเป็นของใคร ร่างกายนี้จะปรนปรี้อสัก

เท่าไรมันก็ไม่อยู่กับเรา มันต้องหนีกลับไปสู่ที่เดิมของมันหมด คือ ชาติดิน น้ำ ลม ไฟ ที่ร่างกาย เป็นอยู่ได้นี้ก็เพราะลมหายใจอย่างเดียว พอหมดลมหายใจก็เหม็นเน่า พังเค ไม่มีใครต้องการ ตัวเองก็นำไปไม่ได้ ไม่มีใครสามารถหอบหิ้วเอา ขา แขน มือ เท้าของตัวเองไปได้สักคนเดียว เหตุนี้จึงว่าร่างกายไม่ใช่ของของเรา เป็นของกลาง เป็นของโลก ส่วนดวงจิตนั้นก็ทำความ ดีชั่วของตนไปเกิดตามกรรมที่ทำไว้ ดวงจิตนี้จึงเป็นตัวที่ไม่ตาย เป็นผู้เสวยสุขและทุกข์ทั้งมวล

เมื่อใครมาเห็นอย่างนี้แล้ว ก็ควรทำความดีใส่ตนไว้ พระพุทธเจ้าท่านทรงเมตตาสงสาร แก่พวกเรา ท่านอุตส่าห์พร่ำสอนอย่างนี้ แต่เรานั้นไม่ค่อยสงสารตัวเอง ชอบหาความทุกข์มา ใส่ตน คนอื่นสอนเรานั้นรู้เราสอนตัวเองตักเตือนตัวเราเองไม่ได้ เพราะคนอื่นนั้นนาน ๆ เขา จึงจะสอนสักที ไม่ใช่ทำเสมอ สัตว์ มนุษย์ สวรรค์ และนิพพานสมบัติ มีอยู่ในตัวของเรานี้ทุก อย่าง ก็จงเลือกเอาสิว่าเราต้องการอย่างไหน ผู้ที่เป็น “มนุสฺโส” คือเชื่อบุญเชื่อบาป อันใดเป็น ความชั่วก็ควรขบหนี อันใดเป็นความดีก็ควรขบใส่ นี่เป็นสมบัติของเราที่จะนำติดตัวไปกายภาค หน้า เหตุนี้พระองค์จึงทรงสอนให้เราเจริญเมตตาภาวนา พิจารณาในอัฐภาพร่างกายของตน ให้เห็นชัดว่าเป็นของน่าเบื่อหน่าย มีแต่ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่สมบัติของเรา ยืมเขามาใช้ ชั่วคราวแล้วก็ต้องส่งคืนไป กายไม่ใช่ของจิต จิตก็ไม่ใช่ของกาย มันเป็นคนละส่วนแต่อาศัยกันอยู่ เราก็จะหมดกังวล ยึดถือ วางกายได้ สนิมก้อนใหญ่ ๓ ก้อน คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และ สิลลัพพตปรามาส ก็หลุดออกไปจากใจ ดวงจิตก็จะไม่มีโรค กายก็สูญเลย ความยึดถือว่าเป็น ตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขา ความเห็นผิดในบุญบาป ความลัษณสงสัยอันใดก็ไม่มี ในสิลลัพตาก็ไม่ติด ไม่ลุ่มคล้ำความดีภายนอก ทำความดีได้เสมอทุกเวลา ไม่ต้องติดวันโกนวันพระ หรือเข้าพรรษา ออกพรรษา ไม่ติดศีลติดทานภายนอก ย่อมเห็นว่า ความดีความชั่วทั้งหลายสำเร็จจาก “ใจ” ของเราคนเดียว ทำดวงใจบริสุทธิ์เป็นยอดความดีอย่างยิ่งในโลก

วัดอโศการาม, 23 กันยายน 2501

1. คนที่ไม่มี ศีล เป็นเครื่องปกปิดกาย ไม่มี วิหารธรรม เป็นเครื่องปกปิดใจ ถึงจะอยู่ตึกตั้ง 9 ชั้น ก็ไม่มีความเย็น ๕

2. รู้ลักษณะ ของธรรม เป็นความรู้วิเศษ เป็น “ไสยศาสตร์” รู้ตัวจริง เป็น “พุทธ” คือ รู้ในตนโดยไม่มีใครสอน ๕

3. การมาวัดนั้น เวลา ก็เปลี่ยน อาหารก็หมดเปลือง กิจการทางโลกก็เสียไป ทรัพย์ ก็เสียไป ฉะนั้น ควรทำกิจในทางธรรมให้สมกับค่าของสิ่งที่เราต้องเสียสละ ๕

4. วัว เราผูกไว้ที่ใด มันก็เตียน ณ ที่นั้น จิต ที่เราผูกไว้กับกายมีลมเป็นหลัก กายนั้นก็ต้องเตียนราบรื่น ใจก็เป็นสุข ๕

5. ก่อนบริโภคปัจจัยสี่ที่ได้มา ควรพิจารณาให้ถี่ถ้วน เช่น อาหาร ก็ไม่ใช่กินเพื่อความอร่อย สบายงาม ของทุกอย่างได้มาด้วยความร้อน ความเหน็ดเหนื่อย และทุกข์ยากของผู้หา จึงควรจะต้องพากัน “เสก” ให้เย็นเสียก่อน มิฉะนั้นก็จะกลายเป็นก้อนเพลิง ๕

6. สังขาร ความคิดเปรียบเหมือนไฟ มันย่อมเผาเราให้เราร้อนอยู่เป็นนิจ ท่านจึงว่ากลางคืนเป็น ควัน กลางวันเป็น เพลว “ควัน” คือวิตกพิจารณา เวลานอนก็คิดไปปรุงไป ความร้อน ก็เป็นควันมันอยู่ในดวงจิต เวลากลางวันกาย วาจา ก็เล่นออกไปเที่ยวเสาะแสวงหาไปตาม ความต้องการของตน ความทุกข์ความร้อนก็แสดงออกเป็นเปลวไฟ ไหม้เผาทั้งกายและจิตของคนนั้น ๕

7. มนุษย์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลก เปรียบเหมือนนอนอยู่กลางทุ่งกลางป่า ไม่ได้อยู่ในที่พักของตน จึงถูกไฟเผาอยู่เป็นนิจ คือ ต้องได้รับความเดือดร้อนจากฝนบ้างแดดบ้าง ถูกฝนก็หนาว ถูกแดดก็ร้อนทนไม่ได้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้หาเครื่องปิดบังไว้ไม่ให้ไปอยู่ในป่า

ทุ่ง ถ้าใครไปอยู่ในป่าก็จะกลายเป็นสัตว์เป็นเสือ ไปอยู่ในทุ่งก็จะกลายเป็นไส้เดือน กบ เขียด ฯลฯ นี่คือผู้ที่ไม่มีธรรมะประดับจิตใจ เหตุฉะนั้นมนุษย์ทั้งหลายจึงไม่พ้นไปจากอบายทั้ง 4 และเมื่อเรாதกอยู่ในภาวะอย่างนี้ เราก็มักจะปล่อยให้มันเป็นอยู่อย่างนี้ละหรือ ถ้าเรายังไม่รู้จักทุกข์ โทษก็ทดลองออกไปตากแดดดูเตี๋ยวนี้ ตากฝนดูเตี๋ยวนี้ แล้วจะเป็นอย่างไร จะสบายดีไหม ก็จะต้องพากันตะลึงตะลานวิ่งเข้าหาร่มไม้ทัน นี่เป็นวิสัยของคนเรา ที่จะต้องแสวงหาร่มเงาเสมอ “ร่มเงา” นั่นก็คือ ศีลและธรรม ๙

8. พ่อแม่จนถึงแม้ว่าจะรักเราสักเพียงไร ก็ยังมีเวลาที่โกรธเกลียดลูกในบางขณะ แต่พระพุทธเจ้านั้นนับแต่วันที่พระองค์ได้ทรงตรัสรู้จนถึงวันเสด็จดับขันธปรินิพพาน ท่านไม่เคยโกรธเกลียดลูกศิษย์คนไหนคนใดเลย เหตุฉะนั้นพ่อแม่ของเราก็ไม่ดีเลิศเท่าพระพุทธเจ้าได้ พระองค์ได้มีพระหฤทัยเมตตาสงสารพวกเราจริง ๆ แต่ถึงกระนั้นก็ดี ถ้าเรாதกนรกแล้ว พระพุทธเจ้าก็โปรดได้ยากนัก พ่อแม่ที่รักเรามากปานชีวิตก็ช่วยเราไม่ได้ คนที่จะช่วยได้ก็คือตัวของเราเอง ฉะนั้น จงทำตัวของเราให้เป็นที่ยิ่งแก่ตน ๙

9. มนุษย์ผู้ไม่สรรค์สร้างความดี ดวงจิตย่อมไหลไปสู่ความชั่ว (คือความชั่วไหลเข้าสู่ดวงจิต) เพราะไม่มีธรรมะเป็นเครื่องกำบังกิเลส พระพุทธเจ้าของเราเมื่อยังทรงเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ได้เสด็จประทับอยู่ในปราสาทถึง 3 ถดู แต่ปราสาทนั้นก็ยิ่งร่ำวันยังค่ำ หาความบรมสุขมิได้ พระองค์จึงทรงตัดสินใจพระทัยเด็ดขาดสละโลกียสุขเสด็จออกไปสู่ป่าทรงเพศเป็นบรรพชิต และบำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญาเรื่อยไป ดวงจิตของพระองค์ก็ไม่ร่วไหลไปในความชั่ว ทรงตั้งจิตให้เป็นมัชฌิมาปฏิบัติ จะเกลียดก็ไม่ให้ตกไปทางเกลียด จะโกรธก็ไม่ให้ตกไปทางโกรธ จะรักก็ระวังไม่ให้ตกไปที่รัก เพราะมันจะกำเริบ ดวงจิตก็เป็น “จิตมรรค” คือไม่เอื้อมไปข้างหน้า ไม่เอนมาข้างหลัง เอียงขวา ก็คือตกไปในทางที่ชอบ เอียงซ้าย ก็ตกไปในทางที่ไม่ชอบ ทรงตั้งมั่นเป็นกลางอยู่อย่างเดียว ๙

10. ในสมัยนั้นพวกโยคีได้ถือการทรมานกายต่าง ๆ ว่าเป็น “บุญ” แต่พระองค์ทรงเห็นว่าเป็นอัตตกิเลสมถาณโยค จึงทรงพิจารณาถึงการเกิด แก่ เจ็บ ตายว่า มันเป็นอย่างไร คนเราที่ยังอยู่ในท้องมารดานั้น เรียกว่า เกิดโดยกรรม เมื่อคลอดออกมาแล้วเรียกว่า เกิดโดยลม (ตอนนี้ท่านพ่อได้อธิบายถึงลมของเด็กในครรภ์กับลมภายนอกที่สัมผัสกัน ทำให้เกิดความรู้ทางวิญญาณทั้ง 6) คือลมหายใจเข้าทำให้เป็นความเกิด คือ ชีวิต ลมที่หายใจออกทำให้เป็นการดับ คือ ความตาย พระองค์ได้ทรงสังเกตเมื่อครั้งที่บำเพ็ญทุกขกิริยา อดพระกระยาหารจนสลบไปนั้น จึงพอรู้เงาๆ แห่งการเกิดและการตาย แต่ตัวที่ไม่เกิดไม่ตายจริง ๆ นั้นยังไม่มี ต่อจากนั้นพระองค์ได้ทรงละเลิกจากการทรมานพระกาย หันไปค้นคว้าในทางจิต มุ่งพระพักตร์ตรงไปยังสถานที่แห่งหนึ่ง ซึ่งไม่ห่างไกลจากแม่น้ำเนรัญชรา และอนาชา อันเป็นทางโคจรในแคว้น

พุทธคยา ทรงเลือกที่ประทับภายใต้ต้นศรีมหาโพธิ์ สาขาใหญ่ ซึ่งร่มรื่นเย็นสบายดีกว่าปราสาท 3 ถูของพระองค์ เอาใบโพธิ์นั้นแทนแผ่นผ้ากำบังแดดฝน พระองค์ได้ทรงปรารภกับพระองค์เองว่า “เมื่อก่อนนี้กรรมมันปิดตาไว้ แต่เดี๋ยวนี้เราจะเป็นผู้เปิดเอง” แล้วพระองค์ก็เสด็จเข้าที่ ทรงขัดสมาธิบัลลังก์ หลับพระเนตรเพ่งอยู่ในปฐมฌาน แล้วก็สังเกตว่าลมมันเป็นอย่างไร ทุติยฌาน ลมมันเป็นอย่างไร ตติยฌานลมเป็นอย่างไร แล้วก็ย้อนกลับขึ้นมาหาปฐมฌานอีก วกกลับไปกลับมาจนคล่องแคล่ว พอถึงจุดตกตามลมสงบหมด จิตมีแต่ความรู้อย่างเดียว เข้าถึงวิปัสสนาญาณ มีความรู้เท่าทันในสังขารทั้งมวล มองเห็นตัวเกิดและตัวตายซึ่งเป็นตัวจริงได้ชัดเจนหมดความสงสัย ดวงจิตบริสุทธิ์เข้าถึง วิมุติธรรม จึงทรงสำเร็จพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ ด้วยการเจริญ อานาปานสติ อย่างที่เราได้บำเพ็ญกันอยู่ ๫

11. “อานาปาน” แปลว่า ลมหายใจ “สติ” แปลว่า การระลึก “อานาปานสติ” ก็คือการระลึกถึงลมหายใจเข้าออก (ไม่ใช่การยึดลมหายใจด้วยความเชื่อมั่นถ้อมมั่นไม่ปล่อยวางอย่างที่นักปฏิบัติบางคนเข้าใจผิด และกล่าวหาว่า การให้กำหนดลมหายใจก็แปลว่า ยังยึดสมมุติอยู่ ติดสมมุติบัญญัติ ก็ยังไปนิพพานไม่ได้) นี่แหละเป็นตัว เกิด-ตาย ร่างกายเป็นตัว “ตาย” จิตเป็นตัว “เกิด” ถ้าเราแยกออกจากกันเสียได้ เราก็จะพ้นจากเกิด-ตาย ๫

12. อย่าเอาใจไปยุ่งกับเรื่องของคน เพราะไม่มีสาระแก่นสารอะไร เห็นกันไม่กี่วันแล้วก็จะหันหน้าจมดินไปด้วยกัน ถ้าเรายังยุ่งกับเรื่องคน เราก็กังขาไปไหนไม่รอด จะต้องกลับมาอยู่บ้าน แล้วก็เวียนว่ายตายเกิดกันอยู่ในโลกอย่างนี้อีก ไม่มีโอกาสที่จะพ้นทุกข์ได้ มันก็ถกกันไปถกกันมาเหมือนยายแก่ที่คนขมม ยิงคนมาก ๆ มันก็ยังเหนียวเข้าทุกที ในที่สุดถึงด้ามพายที่คนขมมไม่ขึ้น มันก็กลับมาฟาดเอาตัวเอง นี่แหละมันทำให้เดือดร้อนลำบาก ๫

13. คนที่ปล่อยใจให้ตกไปอยู่ในนิเวศธรรม คือ สัญญาอารมณ์ภายนอกต่าง ๆ นั้น เปรียบเหมือนกับคนที่เดินบุกเลนลงไปในทะเล ยิ่งก้าวออกไปก็ยิ่งจมลึกลงไปทุกที จนถอยเท้าไม่ขึ้น ในที่สุดก็ต้องจมถึงบั้นเอว ถึงคอ แล้วก็มิดหัวจมทะเลเลย ๫

14. ตาเป็นไฟ รูปเป็นไฟ, หูเป็นไฟ เสียงเป็นไฟ, จมูกเป็นไฟ กลิ่นเป็นไฟ, ลิ้นเป็นไฟ รสเป็นไฟ, กายเป็นไฟ สัมผัสเป็นไฟ, และ ใจเป็นไฟ อารมณ์ก็เป็นไฟ อย่างคณะทั้ง 6 นี้ จึงเปรียบเหมือนกับเตาที่มีถ่านไฟ ถ้าเรายังนำเชื้อเข้าไปใส่ มันก็ยิ่งเพิ่มความร้อนแรงมากยิ่งขึ้น เหตุนี้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจของเราจึงเป็นของร้อน เพราะเราคอยส่งเชื้อไปเติมให้มันอยู่เสมอ ปาก ของเรานั้นยังเป็นเตาไฟใหญ่ที่สำคัญกว่าเพื่อน เตาธรรมดานั้นมันยังกินแต่เชื้อฟืนหรือถ่านอย่างเดียว แต่เตา “ปาก” ของเรานี้มันกินทุกสิ่งทุกอย่าง แม้วัวควาย ตัวใหญ่ ๆ โต ๆ ก็กินได้ และกินเท่าไรก็ไม่รู้จักอิ่มรู้จักพอด้วย ลองส่งเข้าไปเกิดไม่ว่า

อะไร ๆ มันหายเข้าไปในเตานี้หมด ฉะนั้น ต้องระวังคอยปิดปากเตาใบนี้ให้ดี ๆ อย่าเปิดรับเชื้อให้มากนัก มันจะทำให้เราเดือดร้อนไม่มีที่สิ้นสุด ฯ

15. การเป็นทาส พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นั้น ท่านเรียกว่าเป็นทาสของผู้ดี อันเป็นผู้สมควรที่เราจะยอมตัวเป็นทาส แต่เป็นทาสของอารมณฺ์ คือ กิเลสตัณหานั้น ท่านว่าเป็นทาสของ ผู้ร้าย หรือ มหาโจร เราเอง มันจะมีสมบัติอะไรให้เรา? ถึงแม้การเป็นทาสของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์จะเป็นการสมควร แต่ก็ยังไม่นับว่าดีเท่าการไม่ต้องเป็นทาสใครเลย เพราะคำว่า “ทาส” นั้น เราก็กังไม่เป็นอิสระภาพได้ ฉะนั้นท่านจึงสอนให้พึ่งตัวของตัวเอง คือ “อตุตาหิ อุตตโน นาโถ ฯ” นั่นแหละเราจะลอยตัวเป็นอิสระ พ้นจากความเป็นทาส ไม่ต้องมารับใช้ใครอีก ฯ

28 กันยายน 2501

1. ความสุข กับ ความบริสุทธิ์สะอาด มีความหมายเป็นคนละอย่าง ไม่เหมือนกัน “ความสุข” คือความสบายกายสบายใจที่เนื่องจากอามิส แต่ไม่เป็น ความบริสุทธิ์สะอาด เพราะใจยังดูดดื่มซึมซาบไปด้วยอารมณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นตัวกิเลส ส่วน “ความบริสุทธิ์สะอาด” นั้น เป็น ความสุข ที่ไม่เนื่องด้วยอามิส เป็นความสุขที่เกิดจากความสงบสบายแห่งดวงจิต

2. ความสุข เป็นความดีส่วนต่ำ เป็นโลกียะ ความบริสุทธิ์ สะอาด เป็นความดีส่วนสูง คือโลกุตตรธรรม

3. สัมมาวายามะ เป็น อุปการธรรม สัมมาสติ, สัมมาสมาธิ, เป็นตัว ปธานธรรม เป็นหลักของสมถะ ธรรม 2 อย่างนี้ เป็นเครื่องปกป้องคุ้มกันรักษา ไม่ให้ดวงจิตตกไปใน “มิจฉาสมาธิ”

4. สมถะ กับ วิปัสสนา เขาว่าเป็นคนละอย่าง แต่ความจริงก็เป็นอันเดียวกัน คือ “สมถะ” ทำให้เกิด “วิปัสสนา” “วิปัสสนา” ทำให้เกิดความบริสุทธิ์ ความบริสุทธิ์ ก็มาจาก ความสงบนิ่ง

5. ทำอย่างไรจึงจะบริสุทธิ์สะอาด ? จิตจะบริสุทธิ์สะอาดได้ก็ต้องอาศัยการฝึกหัด การฝึกหัดนี้จะว่าง่ายก็ง่าย จะว่ายากก็ยาก ถ้าทำจริงก็เกิดผลง่าย ถ้าทำไม่จริงก็เกิดผลยาก

6. สมถะ เปรียบเหมือนดวงเทียน ถ้ามีเครื่องปิดป้องให้แข็งแรงดี กันลมพายุได้ ไฟนั้น ตั้งตรงก็จะเกิดแสงสว่างดี มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัดเจน ถ้าเทียนนั้นล้มไฟก็ดับ ต้องใช้มือค้ำไปงมไป อาจจะเห็น “แมว” เป็น “หมา” หรือเห็นหมาเป็นแมวไปก็ได้ เพราะมองไม่ชัด ฉะนั้นเราก็ดี เราต้องใช้ความเพียร ทำสติกันพายุไว้ให้ดี อย่าให้นิรณฺโณเข้ามาครอบงำดวงจิตได้

อบรมสมาธิ

วัดอโศการาม, 28 กันยายน 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวัฒนา)

“ความสุข” กับ “ความดีบริสุทธิ์” นั้นเป็นคนละอย่างไม่เหมือนกัน “ความสุข” คือความสบายกายใจที่เกิดจากสิ่งธรรมดา คือ กิน อยู่ หลับ นอน สบายไม่เจ็บไข้ ทรัพย์สินเงินทอง มีใช้สมบูรณ์บริบูรณ์ ไม่ขัดข้อง ส่วน “ความดีบริสุทธิ์” นั้นเกิดจากความสุจริตที่ผิดธรรมดา เกิดจากจิตใจของตนเองโดยไม่ต้องอาศัยสิ่งภายนอกมาช่วยบำรุงบำเรอ ความสุขชนิดนี้ต้องอาศัยธรรมะเป็นเครื่องสนับสนุน และเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็เป็นของถาวรคงที่ ไม่แปรเปลี่ยน ส่วนความสุขธรรมดานั้นเป็นของไม่แน่นอน มักทำให้คนผิดหวังเป็นส่วนมาก เหตุฉะนั้นเราจึงพากันมาแสวงหาความสุขในทางธรรม ซึ่งเป็นสุขที่ไม่ทำให้คนผิดหวัง

ธรรมะ เปรียบเหมือน “จาก” หรือ “กระเบื้อง” ที่เราใช้มุงหลังคาบังแดดบังฝน มนุษย์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกนี้เปรียบเหมือนบุคคลที่อยู่กลางแจ้ง ปราศจากเครื่องมุงกำบัง ก็ย่อมจะต้องได้รับทุกข์และอันตรายจากแดดฝนและพายุบ้าง ถ้าบุคคลใดมีธรรมะประจำใจ บุคคลนั้นก็จะพ้นจากทุกข์ภัยและอันตรายต่าง ๆ เหล่านี้ได้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้พากันหาเครื่อง “กำบังใจ” คือ ธรรมะ อันเป็นสิ่งที่จะนำมาซึ่งความร่มเย็นเป็นสุข “ธรรมะ” นี้ก็ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา

ศีล 4 อย่าง คือ อินทริยสังวรศีล ปาติโมกขสังวรศีล อาชีวบริสุทธิศีล และปัจจัยปัจจุเวกชนศีล เปรียบเหมือนฝา 4 ด้าน ซึ่งจะกันลมพายุ สมาธิ ก็คือ ฌาน 4 นับแต่ปฐมฌานขึ้นไปถึงจตุตถฌาน เปรียบเหมือนกับหลังคา 4 ด้าน ที่จะกำบัง แดด ฝน ปัญญา คือ โลกุตระปัญญา เปรียบเหมือนพื้นอันหนาแน่น ที่จะเป็นหลักประกันภัย ไม่ให้เรลาดกไปในอบาย เมื่อใครได้ทำเครื่องกำบัง 3 ประการนี้ไว้ ก็เป็นเครื่องอุ้มใจที่จะไม่ต้องกลัวต่อความทุกข์ อันจะมีมาในโลกนี้ และโลกหน้า

ศีล เป็นเครื่องกำบังกาย สมาธิ เป็นเครื่องกำบังใจ เครื่องกำบังใจนี้ก็ได้แก่การบำเพ็ญ “สมถวิปัสสนา” “สมถะ” คือการทำใจให้สงบตั้งมั่นพ้นจากนิวรณ์ธรรม “วิปัสสนา” คือการ

ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลในสังขารทั้งหลาย ซึ่งเป็นอัตรภาพตัวตนของเราให้แลเห็นความจริงในร่างกาย จนละกิเลสได้เป็นขั้น ๆ เมื่อใครละได้ทั้งหมด ดวงจิตของผู้นั้นก็พ้นจากอาสวะ ถึงความดีความบริสุทธิ์ได้ บางคนเขาก็ว่า “สมณะ” กับ “วิปัสสนา” เป็นคนละอย่าง แต่ความจริงนั้นเป็นอย่างเดียวกัน คือ “สมณะ” เป็นการทำให้จิตเกิดความสงบ เมื่อใจสงบแล้ว ก็ย่อมทำให้เกิดรัศมี เมื่อเป็นรัศมีมาก ๆ เข้า ก็เกิดแสงสว่างเป็นความใสเป็นตัว “วิปัสสนา” เมื่อมีวิปัสสนาแล้วก็เข้าถึงความดีความบริสุทธิ์ ฉะนั้นความดีหรือความบริสุทธิ์นี้ จึงได้มาจาก “สมณะ” คือ ความสงบนั่นเอง

ใจที่ไม่สงบ คือใจที่ไม่อยู่กับตัว บุคคลนั้นก็มีความทุกข์เศร้าหมอง เปรียบเหมือนบ้านเรือนที่ไม่มีคนอยู่ ย่อมสกปรก เลอะเทอะ ไม่ต้องดูอื่นไกลดอก ศาลาวัดอโศการามนี้ลองให้พระเถระและพวกโยมหนีไปเสียวันเดียวเท่านั้น กลับมาก็จะเห็นว่าแม้แต่ขี้ผึ้งและขี้ละอองเต็มไปหมด ทั้งนี้ ก็เพราะขาดการชำระปัดกวาดนั่นเอง ฉะนั้นจิตที่หนีไปจากกายก็ย่อมยังความสกปรกเศร้าหมองให้แก่กายและจิตเช่นเดียวกัน และเมื่อกายสกปรกแล้ว จิตจะอาศัยอยู่ในร่างกายได้อย่างไร เหมือนบ้านเรือนที่สกปรก เจ้าของก็อยู่ไม่ได้ คนอื่นก็อยู่ไม่ได้ พระเจ้าท่านก็ไม่มาอยู่กับคนผู้นั้น เช่นโยมนี่แหละ มานิมนต์ให้อาตมาไปที่บ้าน ถ้าบ้านโยมสกปรกเต็มไปด้วยขี้เปิดขี้ไก่ เลอะเทอะ อาตมาก็ไม่อยากเข้ามา เพราะจะนั่งก้นนั่งไม่ลง จะหายใจก็ไม่สะดวก จงคิดเปรียบเทียบคนที่ไม่มีสมาธิ ไม่มีการเจริญธรรม จิตใจก็สกปรก พระเจ้าที่ไหนท่านจะชอบไปอยู่ด้วย เมื่อพระไม่อยู่ด้วย ความมงคลสุขสบายจะมีมาแต่ไหน

จิตอยู่นอกตัวเป็นโลก จิตอยู่ในตัวเป็นธรรม ถ้าเป็นโลกก็ต้องร้อนเหมือนไฟ ถ้าเป็นธรรมก็เย็นเหมือนน้ำ

“กามาวจรกุศล” เป็นความดีในสังคม ต้องอาศัยเกี่ยวเนื่องกับบุคคลและวัตถุภายนอก “โลกุตรกุศล” เป็นความดีนอกสังคม คือ เป็นการรับผิดชอบในตัวเอง ดีชั่วแก่ใจเอง

จิตของบุคคลธรรมดานั้น ยังมีการกลับกลอกเดินหน้าถอยหลัง ไม่แน่นอน ขณะแล้วกลับแพ้กี้มี ขณะวันนี่ พรุ่งนี้แพ้กี้มี ส่วนจิตของพระอริยเจ้านั้นขณะแล้วไม่กลับแพ้ เดินแล้วไม่ถอยหลัง นุกหน้าเรื่อย

จิตที่ไม่แน่นอน ไม่มีหลัก เปรียบเหมือนเป็นจิต “คอมมูนิสต์” คือ เป็นจิตที่ไม่มีศาสนา จิตที่มีศาสนาต้องเป็นจิตที่มีหลัก ฟังตัวเองได้ จิตที่เป็นตัวของตัวเอง

จิตที่ไม่เป็นตัวของตัวเอง ย่อมไม่มีอำนาจสมบูรณ์ จะสั่งการงานหรือบังคับบัญชาใครก็ไม่ได้เต็มที่ เช่น จะบังคับให้กายมันมาฟังเทศน์มันก็ไม่ยอมมา จะบังคับให้มันนั่งสมาธิ มันก็

ไม่ยอมมัน เหมือนการเป็นพ่อแม่เขานั้น ถ้าเป็นพ่อแม่เขาจริง ๆ 100 เปอร์เซ็นต์ ก็ยอมมีอำนาจบังคับบัญชาลูกได้เต็มที่ ถ้าเราเป็นพ่อแม่เขาเพียง 50 เปอร์เซ็นต์ เป็นลูกเสีย 50 เปอร์เซ็นต์ เรายังต้องเกรงใจเขาอยู่ ไม่กล้าใช้อำนาจเต็มที่ ฉันทิ ดวงจิตของเราก็เปรียบเหมือนกับพ่อแม่ ร่างกายก็เปรียบเหมือนกับลูก เหตุนั้น เราจะต้องพากันฝึกหัดดวงจิตของเราให้เป็นตัวของเราเองจริง ๆ เราจึงจะมีอำนาจบังคับกายได้เต็มที่ เมื่อจิตมีอำนาจสมบูรณ์เหนือกายแล้ว เราก็จะสามารถทะนุทะนุทั้งหลายอันเกิดจากกายได้ และชนะกิเลสทั้งหลายอันเกิดแต่จิตได้ เรียกว่า ผู้นั้นได้เป็นตนของตนเองจริง ๆ

ตัวเราเปรียบเหมือนกับแผ่นเสียง เมื่อเราทำความดี ๆ ก็อัดเข้าไปไว้ในตัว เมื่อเราทำชั่ว ๆ ก็อัดเข้าไปในตัว เหมือนกับแผ่นเสียงที่อัดไว้ทั้งเสียงดีเสียงชั่ว เราทำกรรมอันใดไว้ กรรมนั้นก็ย่อมมีอยู่ในตัวเราทุกอย่าง ไม่หายไปไหน เราจะเก็บความดีหรือความชั่วไว้ก็จงคิดดู

ดวงจิต ไม่เป็นดีและไม่เป็นชั่ว แต่เป็นผู้รู้ดีและรู้ชั่ว เป็นผู้ทำดีทำชั่ว เป็นผู้ละดีละชั่ว

กาย เป็นของสูญเปื่อยเน่า จิต เป็นของไม่สูญ ไม่ตาย ตัวเราจึงเหมือนกับเมล็ดข้าวสาร ที่มีทั้งส่วนที่เกิดและส่วนที่ไม่เกิด ส่วนที่ไม่เกิดนั้นมันเป็นแบ่ง ส่วนที่เกิดมันเป็นจุดขาว ๆ อยู่ตรงปลายหัวเมล็ดข้าว ถ้าเราจะไม่ต้องการให้เมล็ดข้าวนั้นเกิด เราก็ทำลายตรงจุดขาวของมันเสีย มันก็จะไม่งอกขึ้นมาเป็นต้นได้ ร่างกายของคนเราก็เช่นเดียวกันกับเมล็ดข้าว กายเป็นส่วนแบ่ง จิต คือจุดขาวที่เป็นส่วนนำความเกิด ถ้าจิตนั้นอมกิเลส คือ ความดีความชั่วไว้ไม่ทำลายเสีย จิตนั้นก็จะเป็นส่วนนำเราไปเกิดในชาติภพอีก ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้ละความดีความชั่ว วางเสียทั้ง 2 อย่าง ไม่ยึดถือ จิตนั้นก็หมดเชื้อพัวพันจากความเกิดและความตายได้

จิตที่ดับจากร่างกาย ย่อมหายไปเหมือนกับไฟที่ดับจากเทียนไม่มีรูปร่างลักษณะให้ตาเนื้อของเราแลเห็นได้ แต่ไฟนั้นก็ได้สูญหายไปจากโลก มันได้กระจายไปอยู่ตามธาตุของมันเหมือนไฟที่อยู่ในสายลวดทองแดง เช่น สายไฟฟ้านั้น ถ้าเราดูแต่ตาก็มองไม่เห็นว่ามีไฟ แต่ถ้าลองเอามือไปจับสายลวดดูเราก็จะรู้สึกร้อนทันที ฉันทิ จิตที่มันไปจากกายก็ไปปรากฏตัวอยู่ในที่ต่าง ๆ เหมือนกับไฟที่ไปแทรกอยู่ตามวัตถุต่าง ๆ ฉันทิ

ผู้ใดยึดกายไว้ก็เท่ากับยึดเวรกรรมไว้ ผู้ใดปล่อยกายได้ก็เหมือนกับปล่อยเวรกรรมเสียได้ เวรกรรมก็หมดไปจากกายเหมือนผืนแผ่นดินที่เรายึดไว้เป็นกรรมสิทธิ์ มีหลักเขตและหน้าโฉนด มันมักเกิดการแย่งชิง ล่วงล้ำ คดโกง เป็นเหตุให้เกิดการพิพาทฟ้องร้องกันได้ ถ้าเราไม่ยึดไว้ปล่อยให้เป็นของกลาง เป็นของโลกเสีย ใครอยากได้ก็เอาไปไม่หวงแหน เรื่องเดือดร้อนนุ่นวายพิพาทบาดหมางกันก็จะไม่เกิดขึ้น เช่นนี้เราก็จะสบายใจ

กาย เปรียบเหมือน “นาวา” แม่น้ำ คือกุศลจิต สติเป็นพายุ หาดทรายคือกิเลส ถ้าบุคคลใดมีสติอยู่เสมอ ก็จะทำ “กายนาวา” ของตน เล่นข้ามน้ำไปถึงฝั่งได้โดยไม่เกยหาด เกยแห้ง

กิเลส เปรียบเหมือน “หาดทราย” หรือ “หลักตอ” ซึ่งเป็นเครื่องกั้นหรือกีดขวาง เรือของเราไว้มิให้ถึงฝั่ง ได้แก่ ราคะ ซึ่งเป็นเครื่องสะดุดอย่างหนึ่ง โทสะ เป็นเครื่องสะกิด อย่างหนึ่ง และ โมหะ เป็นเครื่องทำให้หมุนหรือจมอย่างหนึ่ง ได้มีนิทานเล่าถึงคนขายจอบ เสียม และผานไถนา 2 คน นายจ้างเขาใช้ให้พายเรือไปเร่ร้องขายตามลำแม่น้ำโดยคิดค่าจ้าง ให้คนหนึ่งวันละ 1 กหาปณะ ซึ่งเท่ากับเงิน 4 บาทของเรานี้ ถ้าขายได้หมดก็จะคิดค่าจ้างให้เต็ม ดังนี้ทุกวัน วันแรกนายจ้างนั่งเรือไปด้วย สินค้าในเรือก็ขายได้หมด วันรุ่งขึ้นต่อ ๆ มานายจ้าง ไม่ได้ไปด้วย ใช้ให้ลูกจ้างไปขายแต่ลำพัง 2 คน วันหนึ่งขายลูกจ้าง 2 คนนั้น ก็พายเรือร้องขาย จอบ เสียม และผานไปตามลำแม่น้ำ พาย ๆ ไปตากก็เหม่อ ผลอสติหัวเรือไปชนตอเข้าโครมใหญ่ ส่วนท้ายเรือก็ไปเกยหาดทรายเข้า ชาย 2 คนนั้นก็ตกตะลึง ใจไปนึกอยู่ที่ตอกับหาดทรายก็เลย ลืมร้องขายจอบ เสียม ผาน ที่ตัวเคยร้อง กลายเป็นร้องเป็นชายตอ ชายทราย ตลอดทาง ก็ไม่มีใครถามซื้อ จนในที่สุดถึงเวลาเย็นค่าก็พายเรือกลับไปบ้านนายจ้าง สินค้าก็เหลือเต็มลำเรือ ขายไม่ได้เลย วันนั้นนายจ้างจึงให้เงินเพียงคนละ 1 บาท เท่านั้น ตัวก็นำเงินไปให้แก่ภริยา ภริยาแปลกใจที่สามีเคยนำเงินมาให้วันละ 1 กหาปณะทุกวัน นึกสงสัยว่าสามีตนคงจะยกออกไป ให้ผู้อื่นอื่น ก็เกิดต่อว่าต่อขานกันขึ้น สามีจะอธิบายให้ฟังอย่างไร ภริยาก็ไม่ยอมเชื่อ เลยทำให้ไปสืบถามที่นายจ้าง ถ้าไม่เป็นความจริงก็จะยอมให้ภริยาตีหัว 1 ที ภริยาไม่ทันใจเพราะโกรธ มากก็บอกว่าตัวจะต้องขอตีก่อน พุดแล้วก็เห็นไปคว้าด้ามเสียมก็หาไม่พบ จึงไปคว้าเอาไม้ตีสุนัข เหยียงลงไปบนหัวสามี 3 ที แล้วต่อไปจึงได้ทราบความจริงภายหลัง แต่สามีนั้นก็ได้ถูกตีเปล่าไป แล้ว นี่เป็นอุทาหรณ์ที่ยกมาแสดงให้เห็นโทษของการไม่มีสติ ใจไปติดอยู่ในอารมณ์อื่นย่อมเป็น เหตุให้เกิดความเสียหายแก่ตนเองด้วยประการดังนี้ คือ 1. สินค้าก็ขายไม่หมด 2. ค่าจ้างผลประโยชน์ที่ควรจะได้เต็มทีก็ไม่ได้ 3. เกิดการเข้าใจผิดเป็นเหตุถึงความทะเลาะวิวาททุบตีเจ็บ ตัวด้วย ถ้าจะเปรียบกันแล้วชายคนที่พายหัวเรือก็ได้แก่พระ คนที่พายท้ายก็ได้แก่พวกโยม หลักตอนั้นก็คือ ราคะ โทสะ โมหะ ส่วนหาดทรายนั้นก็ให้แก่ นิเวณธรรม ถ้าเราไม่ระวัง สติให้ตี ปล่อยจิตให้วันไหวไปในกิเลส ใจก็ห่อหุ้มไปด้วยนิวรณ์ทั้งห้าแล้ว การปฏิบัติธรรมของ เราก็จสำเร็จได้ด้วยยาก

กามาวจรกุศล เปรียบเหมือนกับรถที่วิ่งไปตามถนนหรือเรือที่แล่นไปตามลำแม่น้ำ แต่ยังไม่ดีเท่ากับรถหรือเรือที่จอดนิ่งอยู่กับที่หรือกับท่า คือ “โลภุตรกุศล” รถที่วิ่งไปตามถนน หรือเรือที่แล่นไปตามลำแม่น้ำนั้น ก็มีผลตื่อยุ่เหมือนกัน คือ, ประการที่ 1 ก็จะได้รับผู้โดยสาร

ไปในระหว่างทาง หรือบรรทุกสินค้าไปส่ง ประการที่ 2 ได้รับเงินค่าจ้างจากผู้โดยสาร แต่การจอดนิ่งอยู่กับท่าหรืออยู่กับที่นั้น จะได้รับคุณประโยชน์ยิ่งกว่าหลายเท่า ประการที่ 1 เราได้มีเวลาหยุดพักเหนื่อย ประการที่ 2 ได้ขนสินค้าเกวียนขึ้นหมด และรับสินค้าใหม่ต่อไป ประการที่ 3 เมื่อเราได้ไปจอดที่ท่าใดท่าหนึ่งเสมอ ๆ ความคุ้นเคยกับเจ้าของท่าหรือบุคคลในถิ่นนั้น ก็ย่อมจะมีมากขึ้นเป็นลำดับ จนในที่สุดบางที่อาจทำให้เรากินข้าวได้ โดยไม่ต้องเสียสตางค์อย่างหนึ่ง หรืออาจนอนพักโรงแรมโดยไม่ต้องเสียค่าเช่าห้องก็ได้ ทั้งนี้ เพราะความสนิทคุ้นเคยมีมากขึ้น ก็ทำให้เขารักใคร่ชอบพอในตัวเรา จนในที่สุดเขาไว้วางใจเรามากถึงกับให้เราอนาถาเดียวกับเขาก็ได้ เมื่อเป็นเช่นนั้นเราก็อาจจะถามความลับภายในครอบครัวของเขาได้ เช่น เขาเก็บทรัพย์สินไว้ที่ไหน มีอาชีพอะไร มีลูกเมียกี่คน ฯลฯ เขาก็จะบอกเล่าให้เราฟังหมด นี่ฉันใด ถ้าดวงจิตของเราหยุดนิ่งอยู่กับที่คือร่างกาย ไม่แล่นไปตามอารมณ์ต่าง ๆ เราก็จะได้รับประโยชน์ 3 ประการอย่างเดียวกัน คือ 1. จิตได้หยุดพักหายเหนื่อย 2. ได้รับความสุขเย็นสบาย 3. ได้ทำความคุ้นเคยกับธาตุทั้งสี่ ซึ่งเปรียบเหมือนเจ้าของถิ่น เราก็จะารู้เรื่องความเป็นไปของกายและจิตเป็นอย่างดี คือ เมื่อจิตไปหยุดอยู่กับธาตุดิน เราก็จะรู้เรื่องของธาตุดิน ไปหยุดอยู่กับธาตุน้ำ เราก็จะรู้เรื่องของธาตุน้ำ หยุดอยู่กับธาตุลม เราก็จะรู้เรื่องของธาตุลม หยุดอยู่กับธาตุไฟ เราก็จะรู้เรื่องของธาตุไฟ เกิดเป็นวิชา 3 วิชา 8 เราก็จะรู้เรื่องความเป็นมาของร่างกายได้ตลอดจนหมดความสงสัย ก็จะเป็นเหตุให้ว่างกายได้

ความรู้ตามสัญญา รู้ตามเขาเล่า รู้ตามตัวหนังสือ เป็นความรู้ตัวหลอกไม่ใช่ความรู้ตัวจริง เปรียบเหมือนกับ “เงา” ของตัวรู้ ตัวรู้จริงคือความรู้ที่เกิดขึ้นในตนเองเป็น **ปัจจุตัต** รู้เฉพาะตัว เป็นความรู้ที่สอนกันไม่ได้ บอกกันไม่ได้ ต้องทำขึ้นเองในตน จึงจะรู้ว่าสิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์เป็นอนัตตา สิ่งใดเป็นสุขสิ่งใดเป็นของเที่ยง และสิ่งใดเป็นอัตตา **ตัวจริงของธรรมะ** เป็น “**ธรรมฐิติ**” ตั้งอยู่คงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง ส่วนอาการ และลักษณะของมันเป็นเพียงตัว “เงา” หรือตัว “หลอก” เท่านั้น การปฏิบัติธรรมคือการ รู้ตัวจริง ถ้าใครทำไม่จริงก็จะพบแต่ “เงา” ของธรรมะ ฉะนั้น จึงควรปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้ จริงขึ้นในตนของตนเอง

ในร่างกายของคนเรา มีทั้งส่วนเที่ยงและไม่เที่ยง มีทั้งสุขและทุกข์ มีทั้งอัตตาและอนัตตา เช่น ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นของเที่ยง เพราะมันไม่เคยเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น ธาตุดินไม่เคยกลายเป็นน้ำ ธาตุน้ำไม่เคยกลายเป็นลม ธาตุลมไม่เคยกลายเป็นไฟ มันเคยเป็นมาอย่างไรงี้ตั้งแต่ครั้งสร้างโลกจนโลกแตกมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น เช่น น้ำ ถึงใครจะมาทำให้มันเป็นก้อนน้ำแข็ง หรือใส่สีเขียว สีเหลือง สีแดงอย่างไร มันก็คงเป็นน้ำอยู่อย่างนั้น อวัยวะในร่างกายของเราส่วนที่เป็นของเที่ยงมันก็มีอยู่ เช่น มือ ไม่เคยกลายเป็นเท้า แขนไม่เคยเปลี่ยนเป็นขา ตาไม่เคยเป็นหู ริมฝีปากล่างไม่เคยกลับขึ้นเป็นริมฝีปากบน เหล่านี้เป็นต้น นี่เป็นส่วนที่เป็นอัตตาของเที่ยง ส่วนที่ไม่เที่ยงนั้น คือลักษณะอาการของมัน ไม่ใช่ตัวจริง

ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟนี้ เปรียบเหมือนกับคน 4 คน ถ้าเราทำความคุ้นเคยกับเขาไว้เสมอ นาน ๆ เข้า เขาก็จะกลายเป็นมิตรของเราได้ ตอนแรก ๆ เขายังไม่รู้จักเราดี ยังไม่ไว้วางใจเรา เขาก็จะลองดีกับเราก่อน เช่น พอเราจะนั่งสมาธิ เขาก็เอามาหมาแห่ขาแห่แข้งของเราให้เราเจ็บปวดเมื่อยต่าง ๆ ถ้าเราลงนอนเขาก็แห่หลัง ตะแคงข้างเขาก็แห่เอว ลูกขึ้นนั่งอีก เขาก็แกล้งเรามาก บางทีก็มากกระชิบให้เลิก ถ้าเรายอมให้เขา พญามารก็อมยิ้มแถมต้อย แต่เราก็จะต้องทำใจดีสู้เสือ อดทนไปจนถึงที่สุด เราจะต้องหมั่นพูดคุยกับธาตุทั้ง 4 นี้บ่อย ๆ ถึงเขาไม่พูดกับเรา ๆ ก็พูดกับเขาไปคนเดียวก่อน นาน ๆ เข้าเขาก็จะต้องตอบเราสักคำหนึ่ง เราก็คุยกับเขาต่อไปอีก แล้วเขาก็จะตอบเรามากขึ้นกว่านั้น จนในที่สุดก็คุ้นเคยสนิทสนม คุยกันเป็นเรื่องเป็นราว ต่อไปนี้เขาก็จะกลายเป็นมิตรของเรา รักใคร่เราช่วยเหลือเรา เราก็จะเป็นคนมีเพื่อน ไม่ว่าเหว่ กินก็กินด้วยกัน นอนก็นอนด้วยกัน นั่ง ยืน เดิน ก็อยู่ด้วยกัน ไปไหนก็ไปด้วยกัน เราก็มีความอุ่นใจ จะนั่งนานเท่าไร มันก็ไม่เมื่อย จะเดินไปไกลเท่าไร มันก็ไม่เหนื่อย เพราะการเดินมีเพื่อนคุยกันไปเดินกันไป ทำให้เกิดความสุขเพลิดเพลิน ถึงที่เมื่อไรไม่รู้ตัว ท่านจึงสอนให้เจริญสมาธิ ทำสติให้ตั้งมั่นอยู่ในกายตัว วิตกพิจารณาอยู่ในกรรมฐาน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ให้ใจไปเพ่นพ่านอยู่ในสัญญาอารมณ์ภายนอก พิจารณาภายในรู้ความเป็นไปของธาตุทั้งสี่ เวทนา สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ จิตที่เคลื่อนไหวไปมาในความรู้ทั้งหลาย ธรรมที่เป็นความสงบตั้งมั่นและเป็นของจริง เหมือนกับเรานั่ง นอน ยืน เดิน อยู่กับเพื่อนของเราตลอดเวลา คือ กายเดิน ใจก็เดินด้วย กายนอน ใจก็นอนด้วย กายนั่ง ใจก็นั่งด้วย กายหยุดตรงไหน ใจก็หยุดตรงนั้น แต่พวกเราก็มักไม่เป็นดังนี้ ขาดินไป 2 ก้าว แต่ใจมันเดินไปตั้ง 4-5 ก้าว ดังนี้ มันจะไม่เหนื่อยอย่างไร ตัวนอนอยู่ในมุ้งมีทั้งลูกกรง และกำแพงกันตั้ง 7 ชั้น แต่ใจมันก็ยังวิ่งออกไปนอกบ้านได้ อย่างนี้จะหาความสุขมาแต่ไหน คนที่ไม่อยู่ในบ้านของตัวเองก็ต้องไปถูกแดด ถูกฝน ถูกลมพายุ และอันตรายต่าง ๆ เพราะไม่มีเครื่องมุงกำบัง ไม่มีเครื่องอยู่ของใจ คือ "วิหารธรรม" ก็ย่อมต้องประสบกับความทุกข์ตลอดเวลา ฉะนั้น จึงควรพากันอบรมฝึกหัดจิตใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิภาวนา สร้างอำนาจให้สมบุรณ์ในตน เพื่อให้เป็นตนของตนจริง ๆ ผู้นั้นก็ย่อมจะต้องถึงความดีและความบริสุทธิ์ได้ดังกล่าวนั่นแล้ว

ใช้หนี้กรรม

วัดอโศการาม, 29 กันยายน 2501

บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา

ในเรื่องของ กรรม นั้น พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า "ถ้าเราไม่ทำกับเขา เขาย่อมไม่ทำกับเรา" เพราะเราเคยได้เบียดเบียนเขาไว้ก่อน เราจึงต้องได้รับผลแห่งกรรมนั้นจากเขาบ้าง

สัตว์ทั้งหลายที่เราได้เบียดเบียนชีวิตเขามาเป็นอาหารนั้น ความจริงเขาไม่ได้เต็มใจให้ชีวิตแก่เราเลย แต่เราก็กดขี่ข่มเหง บิดคั้นเขามาฆ่ากินด้วยประการต่าง ๆ ถึงแม้เราจะไม่ได้ฆ่าเอง แต่ก็มีส่วนแบ่งในการกระทำบาปของผู้ที่เขาฆ่ามาให้เรากิน ฉะนั้น ท่านจึงว่า “บาปอยู่กับคนทำ กรรมอยู่กับคนกิน” เมื่อเป็นดังนี้ พวกสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ก็คงจะต้องมาทวงหนี้ชีวิตเลือดเนื้อของเขาในวันหนึ่ง ถ้าเราไม่มีทรัพย์คือ บุญกุศลสำหรับใช้หนี้เขา เราก็จะต้องลำบากหน่อย เวลาใกล้ตาย

ชีวิตเลือดเนื้อทั้งก้อนกายนี้ มิใช่เป็นสมบัติของเราเองสักนิดเดียว ร่างกายนี้ล้วนแต่ได้มาจากสัตว์และพืชทั้งนั้น คือพวกกุ้ง หอย ปู ปลา ฯลฯ และผักหญ้าทั้งหลาย ที่นำมาแปรรูปเป็นอาหารดัดแปลงแล้วกับบริโภคเข้าไป ร่างกายก็บดย่อยกลั่นกรองเป็นโลหิตส่งไปบำรุงอวัยวะต่าง ๆ คือ ทำของสุกให้แปรรูปเป็นของดิบ เป็นหู เป็นตา เป็นมือ เป็นแขน เป็นตัว เป็นตน แล้วก็เป็นผู้หญิงผู้ชาย เป็นคุณนายคุณหญิง ฯลฯ แล้วเราก็หลงอยู่ในสมมุติเหล่านี้ แท้จริงมีอยู่นั่นก็เป็นมือปากทอง ขนก็เป็นขนหมู กระดูกก็เป็นกระดูกเป็ด กระดูกไก่ เนื้อก็เนื้อวัวเนื้อควาย ฯลฯ ไม่มีอะไรเป็นของของเราสักอย่างเดียว แต่เราก็เหมาว่าเป็นของของเรา เป็นนั่นเป็นนี่ ลิ้มเจ้าของเดิมที่เราเอาเขามา เกิดความหวงแหนในอัตภาพร่างกาย เมื่อถึงเวลาเขาจะมาทวงก็ไม่ยอมให้ จึงเกิดความเดือดร้อนทรมานเป็นความทุกข์ชั้น ความทุกข์ทรมานอันใดที่เราได้รับจากก้อนกายนี้ ก็คือผลแห่งกรรมที่เราได้เคยทำกับเขาไว้ จะโดยทางตรงหรือโดยทางอ้อมก็ดี ก็จัดว่าได้เป็นลูกหนี้บุญคุณเขาอยู่ ถ้าเรามีทรัพย์ใช้หนี้เขาเป็นที่พอใจ เขาก็ไม่รบกวนเรา ฉะนั้นท่านจึงให้พากันสร้างสมบุญกุศลไว้ เพื่อไถ่ถอนหนี้สินให้แก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย

พวกสัตว์ต่าง ๆ ที่เรากินเขาเข้าไปนี้ ถ้ามันดินออกมาจากตัวเราได้ทุก ๆ คนเดียวนี้แล้ว ไม่พูดถึงสัตว์ใหญ่ ๆ เช่น วัวควาย พูดเฉพาะแต่เพียงเจ้าตัวเล็ก ๆ เช่น กุ้ง ปลา หอย ปู เบ็ด ไก่ หมู เท่านั้น ศาลานี้ก็ไม่มีที่จะให้มันอยู่ พวกโยมทั้งหลายก็อยู่ไม่ได้แล้วในวัด อโศการามนี้ คน ๆ หนึ่งกินหมูเข้าไปก็ตัว เบ็ด ไก่ กุ้ง ปลา คนละกึ่ง ถ้าคำนวณดูแล้วก็ไม่ทราบว่าจะคน ๆ หนึ่งกินเข้าไปจำนวนเท่าไร ตั้งแต่เราเกิดมาจนบัดนี้ ทั้งที่ไปล่าเอาชีวิตเขามาด้วยตนเองบ้าง ที่คนอื่นเขานำมาให้บ้าง คิดดูสิว่าเขาจะไม่มาทวงหนี้เราอย่างไร ถ้าเราไม่มีให้ เขาก็จะต้องยึดทรัพย์เราแน่ เวลาใกล้จะตายนั่นแหละเขาจะมารุมทวงกันใหญ่ ถ้าไม่มีให้เขา เขาก็จะต้องทำเราลงนอนแผ่ละ ถ้ามีให้เขาพอเพียงก็ไม่มีไร ดังมีเรื่องจริงจะนำมาเล่าสู่ฟังเรื่องหนึ่ง

เมื่อ พ.ศ. 2494 อาตมาได้ไปจำพรรษาที่บักซ์ได้ มีสามภิกษาคู่หนึ่ง มีอาชีพในการทำสวนยาง วันหนึ่ง ๆ เขาทำยางขายได้วันละ 500 บาท สามเณรได้เงินมากก็นำไปเล่นหอยเถื่อน

หยาได้ดิน จนหมดเนื้อหมดตัว ในที่สุดก็มาบอกภริยาว่าจะต้องขอสวนยางไปจำนองเขา ภริยาโกรธมากก็ตำราว่าสามีด้วยประการต่าง ๆ สามีขัดใจจึงไปหาหลวงพ่องค์หนึ่ง เข้าไปนึ่งยกมือไหว้กราบ 3 ที แล้วก็ขอให้หลวงพ่อบอกตัวแน่ ๆ ให้สัก 3 ตัว บอกว่า “ผมเต็มที่แล้ว ถ้าหลวงพ่ไม่ช่วยคราวนี้ก็ไม่มีโอกาสได้รอดตัวกับเขาละ ขอให้หลวงพ่อโปรดอีกสักคราวเถิด” หลวงพ่องค์นั้นก็ถามว่า “โยมมีลูกกี่คนละ?” ตาแกนั้นก็ตอบว่า “มี 5 คนครับ” หลวงพ่อก็ถามอีกว่า “ลูกผู้ชายกี่คนละ” แกก็ตอบว่า “สามคน” “ผู้หญิงกี่คนละ” แกก็บอกว่า “สองคน” ตาแกนั้นก็กลับไปถึงก็ไปซื้อลอตเตอรี่ใบหนึ่ง เผอิญถูกรางวัลที่ 2 พอภริยารู้ว่าสามีถูกลอตเตอรี่รางวัลที่ 2 ก็ดีใจใหญ่ ตอนนั้นสามีจะตำราให้รุนแรงอย่างไรก็ไม่โกรธไม่เถียงเลย กลับนั่งอมยิ้มวันยังค่ำ นี่เป็นข้อเปรียบเทียบที่แสดงให้เห็นว่า ลูกหนี้ถ้าเรามีทรัพย์สินให้เขาเป็นที่พอใจแล้ว เขาก็ไม่ร้ายกับเราดอก ร่างกายของคนเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราทำบุญกุศลไว้ให้มาก ๆ ความทุกข์เวทนาอันใดจะมีมาเราก็ต้องสู้ได้ เราก็แบ่งส่วนบุญยอมสละร่างกายคืนให้เขาเสียโดยดี คือปล่อยวางความยึดถือในอัตภาพร่างกาย เราก็จะมีความสุข เราควรรู้ว่า ร่างกายนั้นเขาเวรเราและหนี้เราไปทุกวัน ๆ แต่เราจะไม่เคยหนี้เขา ไม่ยอมวางเขาเลยสักที เราติดเขาทุก ๆ อย่างเหมือนเรากินข้าวเราก็ติดข้าว แต่ข้าวมันไม่เคยติดเรา เราไม่กินข้าว ข้าวก็ไม่ร้องให้สักที มีแต่เราติดมันฝ่ายเดียว

สุขในอัตภาพร่างกายเป็นความสุขของโลก สุขชั่วขณะหนึ่งแล้วก็จะปรวนแปรไป ไม่ยั่งยืนถาวร จงสังเกตอาหารที่เรารับประทาน ว่า ความดี ความอร่อยมันอยู่ตรงไหน มันก็เป็นของดีของวิเศษขณะที่วางอยู่ในจานสวย ๆ เท่านั้น ส่วนความเอร็ดอร่อยก็มีอยู่ขณะที่มันอยู่ในปาก พอพ้นลำคอล่วงไปแล้วมันจะเป็นอย่างไร แล้วลงในถึงลำไส้ใหญ่จนออกทวาร มันเป็นอย่างไรมันก็แปรรูปไปทุก ๆ เมื่อ เห็นอย่างนี้แล้วเราก็น่าจะเกิดความเบื่อหน่ายทุกสิ่งทุกอย่างในโลก สุขโลกก็มันก็ดีแต่ใหม่ ๆ สด ๆ ร้อน ๆ เท่านั้น เหมือนข้าวสุกที่เราตักใส่จานใหม่ ๆ ยังร้อน ๆ ควนขึ้น ก็รับประทาน แต่พอตักไว้นานจนเย็นชืดก็จะกินไม่อร่อย ยิ่งทิ้งไว้จนแข็งเป็นข้าวเย็นก็ยิ่งกลืนไม่ลง พอข้ามวันก็เหม็นบูด ต้องเททิ้งกินไม่ได้เลย ส่วนสุขทางธรรมนั้นสุขเหมือนดาวบนท้องฟ้า สุขเหมือนทองคำ สุขดาวนั้นเป็นสุขที่สว่างไสว ใครมองเห็นก็ชื่นใจ คนมีทุกข์มองดูก็หายทุกข์ ส่วนทองคำนั้นก็สุขปลั่งเป็นสีเหลืองอยู่เสมอ ใครจะเอาทองคำไปทำเป็นอะไร ๆ ทองคำก็ไม่เปลี่ยนสีไปจากเดิม ก็คงสุขเหลืองอยู่อย่างนั้น ไม่กลายเป็นสีอื่นไปได้ สุขธรรมจึงเป็นสุขที่คงที่ ทำความเบิกบานแจ่มใสให้แก่ผู้ปฏิบัติเสมอตลอดกาลนาน บุคคลผู้ฉลาดจึงต้องการแสวงหาความสุขในทางธรรม โดยทิ้งโลกียสุขอันไม่มีสาระแก่นสารเสียเพื่อแลกเปลี่ยนกับความสุขที่ถาวร มาบำเพ็ญสมณกรรมฐาน ทำกายและจิตของตนให้ถึงซึ่งความตั้งามบริสุทธิ อันจักพ้นจากเวรกรรมทั้งปวงได้

อธิปไตย

วัดโศการาม, 6 ตุลาคม 2501

อธิปไตย ความปรารถนาพึงของคนในโลกนี้มี 3 ประการ คือ

1. ธรรมาธิปไตย คือ ข้อปฏิบัติที่จะให้บุคคลพ้นไปจากความทุกข์
2. โลกาธิปไตย ปรารถนาโลกเป็นใหญ่
3. อัตตาธิปไตย ปรารถนาตนเป็นใหญ่

(1) โลกาธิปไตยและอัตตาธิปไตยทั้ง 2 นั้น เป็นทางซึ่งจะนำบุคคลไปสู่ความทุกข์ ความไม่สมหวัง ฉะนั้นจึงควรศึกษาในธรรม 3 ประการนี้ ให้เข้าใจว่าให้คุณและโทษแก่ผู้ปฏิบัติ ธรรมอย่างไร ๆ ๔

(2) ผู้ที่ได้แสดงตัวว่าเป็น พุทธมามกะ นั้น จะต้องเป็นผู้ที่มี ธรรมะ ประดิษฐานอยู่ในตัวของตัวด้วย จึงจะได้ชื่อว่าเป็น พุทธมามกะ ที่แท้จริง ถ้ามีแต่ชื่อ แต่ตัวจริงมันไม่มี ก็เป็นพุทธมามกะปลอม หรือเป็นพวกขโมย ที่มันแอบปลอมแปลงหน้าเป็นไอ้โม่งหรือสวมหน้ากาก เพื่อไม่ให้ตำรวจหรือเจ้าของบ้านเขารู้และจับได้ว่าเป็นคนร้าย ฉะนั้นผู้ที่มุ่งหวังจะเป็นพุทธมามกะจริง ๆ นั้น ชื่อ กับ ความจริง จะต้องตรงกันด้วย จึงจะใช้ได้ ๔

(3) พุทธมามกะปลอม นั้น มีโทษร้ายยิ่งกว่าใช้เงินปลอมหรือธนบัตรปลอมหลายเท่าตัว เพราะโทษของการใช้เงินปลอมนั้นอย่างมากก็เพียงติดคุก ตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไปถึงตลอดชีวิต หรือปรับไหมลงโทษเท่าอัตราราคาสินค้า เมื่อพ้นโทษแล้วก็กลับเป็นอิสระอย่างเดิมได้ แต่พุทธมามกะปลอมนั้นโทษถึงตกนรก มีเวลาจะแก้ไขได้ก็แต่ในเวลาที่ยังไม่ตายเท่านั้น ถ้าตายแล้ว ก็หมดโอกาสที่จะแก้ไขได้ ๔

(4) โทษของการปลอมตัว หรือใช้ของปลอมนั้น ย่อมทำให้เป็นผู้ไม่มีความสุข มีแต่ความทุกข์เดือดร้อน ทุกสิ่งทุกประการ ฉะนั้น ผู้ใดเป็นพุทธมามกะปลอม ผู้นั้นก็ย่อมหาความสุขมิได้ ตัวอย่างเช่น ข้าราชการที่เขาแต่งตั้งให้ทำงานในหน้าที่ใหญ่โตอันหนึ่ง เมื่อตัวได้

ตำแหน่งหุรหรานั่งเก้าอี้ตัวนั้นแล้ว แต่หาได้ปฏิบัติหน้าที่ให้สมควรกับที่เขาแต่งตั้งไว้นั้นไม่มีความประพฤติไม่ซื่อตรง โกลต่องานของตน ในที่สุดผู้บังคับบัญชาเขาก็ต้องปลดข้าราชการคนนั้นออกจากตำแหน่งและมีการลงโทษตำหนิติเตียนด้วย ผลร้ายก็คือตัวเองต้องได้รับความอับอายขายหน้า งานก็ไม่ได้ทำ คนทั้งหลายก็หมดความนับถือ ชื่อเสียงก็เสีย จะไปหาเข้าทำงานใหม่ก็ไม่ได้ทำ ในตำแหน่งอื่นก็ไม่มีใครเขาอยากรับไว้ เพราะเสียประวัติตัวเอง ก็ได้รับทุกข์กลายเป็นคนไร้ค่า ๕

(5) โลกเป็นของไม่เที่ยง ไม่จริง ไม่แน่นอน เปลี่ยนแปลงกลับกลอกได้ คนใดที่ตกอยู่ในกระแสของโลก ก็ย่อมกลับกลายเป็นความเสื่อมได้ เพราะเป็นของได้มาแต่โลก ซึ่งเป็นของไม่จริง ถ้าใครถือโลกเป็นใหญ่คือ โลภกิเลสแล้ว ผู้นั้นก็จะต้องได้รับความทุกข์ และไม่ได้ของจริงติดตัวไปเลย ผู้ต้องการของจริงต้องเป็นผู้ยึดถือ ธรรม ๕

(6) ธรรมะ ไม่ใช่เรื่อง ละคร เป็นเรื่องของ ความจริง ฉะนั้นการฟังธรรมก็ต้องฟังกันจริง ๆ อย่าให้มันไหลไปเสียทางอื่น ปฏิบัติธรรมก็ต้องปฏิบัติกันจริง ๆ อย่าทำเล่น ๆ หลอก ๆ เหมือนเล่นละครให้เขาดู การทำไม่จริง เป็นการหลอกตัวเองและหลอกผู้อื่นด้วย เมื่อเราได้แสดงตัวว่าเป็น พุทธมามกะ ผู้นับถือพระพุทธศาสนา เป็นผู้ใดในธรรมของพระพุทธเจ้า มาบวชเรียนศึกษาปฏิบัติเป็นพระ เป็นเณร เป็นอุบาสกอุบาสิกา อย่างนี้ แต่ไม่มีความจริงของธรรมะอยู่ในตัว ก็เปรียบเหมือนผู้นั้นได้แช่ทองอยู่ในธรรมะ แต่ไปกิน “รา” ของธรรมะ ไม่ได้กินซึ่งตัวจริงของธรรมะ ผู้นั้นก็ย่อมไม่มีความอึดมั่นสำราญ เบิกบานใจ เพราะเราเป็นของร้อนเป็นแก๊สชนิดหนึ่ง ตัวอย่างเช่นเราต้องผัดหรือต้องย่างก็ตาม ถ้าทิ้งไว้นาน ๆ ย่อมไม่เกิดคุณประโยชน์อะไรแก่ร่างกายเลย มีแต่จะเป็นพิษแก่ร่างกาย เพราะเป็นเชื้อแอลกอฮอล์ เป็นของติดไฟเร็ว และเป็นของร้อน เมื่อมันร้อนอย่างนี้ เราจะสบายที่ไหน ดวงจิตก็ไม่สบาย ท่านจึงว่า ราคะคตินา ใจก็จะกำเริบกระสับกระส่ายอยู่เสมอ โทสะคตินา หงุดหงิด ฟุ้งซ่าน โกรธ เกลียด พยาบาท โมหาคตินา ความหลงมกมายก็เกิดขึ้น เข้าใจไม่ถูกต้องตามความเป็นจริง เช่นสิ่งที่เห็นสาระ ก็เห็นว่าไม่เป็นสาระ สิ่งที่ดีควรเจริญกลับไม่ทำดังนี้ เป็นต้น นี่ก็เพราะอะไร? เพราะเราหมกมุ่นอยู่ในธรรม แต่ไม่ได้กิน เนื้อธรรม ไปกินแต่ รา ของธรรม มนุษย์ทั้งหลายแสดงกันว่าเป็นนักบุญ หมกมุ่นอยู่ในพระพุทธศาสนา แต่ธรรมะไม่เข้าถึงดวงจิต ก็เรียกว่า ขี้บรา เพราะเกลือกมันน้อย จึงไม่ได้เข้าถึงตัวจริงคือ ธรรมะ ๕

(7) เมื่อเราตั้งตัวเป็นพุทธมามกะแล้ว เราจะต้องมีหน้าที่อะไรบ้าง? หน้าที่ของเรา ก็คือ ต้องศึกษาสนใจในเรื่องของธรรม การสนทนาธรรมตามกาลเวลา และการประพฤติปฏิบัติตรงตามธรรม ที่พระท่านดัดเตือนสั่งสอน คำใดที่พระท่านเทศน์ เราก็จดจำเก็บเอามา

พิจารณาไตร่ตรองและประพฤติตามในสิ่งที่ดี ถ้าเราไม่ทำตาม เราก็ต้องเป็นคนโง่เสมอไป เหมือนอาหารที่มันเน่าบูดอยู่ในจาน เพราะไม่ถึงเกลือฉะนั้น ความเน่าและนั่นก็คือ

1. ความดีของเราที่ควรจะได้ก็ไม่ได้
2. เกิดความเสื่อมเสีย
3. ตัวของตัวเองก็ห่างไปจากบุญกุศลทุกที สิ่งที่เราควรจะได้จะถึงก็ไม่ได้ไม่ถึง.

สิ่งที่ควรได้รับประโยชน์คือ 1. ตัวเองก็ต้องแปรรูปเป็นคนดี 2. เมื่อช่วยตัวเองได้แล้วยังชักจูงคนอื่น ซึ่งเป็นการช่วยศาสนาให้เจริญขึ้นเป็นลำดับด้วย ฯ

(8) การทำจริง ย่อมเป็นเหตุให้การทำงานของตนเป็นผลลุล่วงทุกประการ ตัวอย่าง เช่น เราจะบำเพ็ญศีล ๆ ก็สำเร็จ บำเพ็ญสมาธิ ๆ ก็สำเร็จ เจริญปัญญา ๆ ก็สำเร็จ ที่เราไม่สำเร็จกันนี้ก็เพราะเราทำไม่จริง เพียงแต่ คีล 5 ตัว ก็ยังคว้าหัวคว้าหางกันไม่ถูก จะไปทำอะไร ทำมาหากินอะไร? สมาธิก็มีอยู่ 4 ตัวเท่านั้นคือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌานและ จตุตถฌาน เราก็จับผิดจับถูกมกกันไปมกกันมาอยู่อย่างนี้ เขาทำนานกันตั้ง 100 ไร่ เขาก็ยังทำสำเร็จ นี่เราทำสมาธิกัน 4 ข้อเท่านั้นไม่สำเร็จนั้น มันน่าเจ็บใจไหม? การไม่สำเร็จ ก็เพราะเราไม่ตั้งใจทำ ถ้าตั้งใจทำต้องสำเร็จ ปัญญาก็มีกันมากจนไม่มีขอบเขต เมื่อไม่มีขอบเขตมันก็เหมือนกับไฟลามทุ่งนั่นแหละ ไฟลามทุ่งนั้นมันไหม้ไปทุกหนทุกแห่ง สารพัด สารเพ ใหม่มไม่มีเขตไม่มีแดน คือ ฉลาดเสียจนลละ รู้ว่าอะไรดีอะไรชั่ว แต่ก็ไม่วายปล่อยตัวให้เสีย ปัญญา นั้นจึงไม่มีประโยชน์แก่ตน มีแต่โทษ ท่านจึงเปรียบเหมือนกับไฟไหม้ป่าไหม้ทุ่ง มันย่อมไหม้เผาผลาญหมดไม่ว่าสวนใคร นาใคร ผู้นั้นก็จะมีแต่ขาดทุน ฉลาดรู้ทุกสิ่งทุกอย่างทั้งหลายในโลก แต่ไม่รู้จักตัวของตัวอย่างเดียว โทษของปัญญาที่ไม่มีขอบเขตนั้นจึงมีอยู่ 2 ประการคือ 1. ตัวของตัวเองก็เสียหายยับเยิน 2. คนอื่นก็พลอยเสียหายไปด้วย ฯ

(9) ถ้าดวงจิตของบุคคลใดยังหนาไปด้วยกิเลส กิจการงานของผู้นั้นก็ยังหาสำเร็จได้ไม่ พระพุทธเจ้าทรงแสดงว่า “อนากุลา จ กมฺมมนฺตา เอตมฺมมฺกฺลมฺมุตฺตม” การงานสิ่งใดที่ไม่คั่งค้างเป็นอาณูลอยู่ ย่อมเป็นมฆามงคฺล จงสังเกตดูเถิดว่า การงานอันใดก็ตามที่ยังไม่สำเร็จ ย่อมเป็นสิ่งที่เรี่ยราดเกะกะกรุงรังไม่น่าดูเลย มองดูแล้วก็ไม่ทำให้เจริญตาเจริญใจ แต่พอทำสำเร็จเรียบร้อยแล้ว ก็เป็นของสวยงามน่าดู มองเห็นก็ชื่นใจ ถ้ากิจการของเราคือการปฏิบัติธรรมมีความสำเร็จเรียบร้อยแล้ว เราก็ย่อมได้รับความสบายสุขใจเช่นเดียวกัน ถ้ากิจการของเรา ยังไม่สำเร็จ ก็ย่อมไม่เป็นมงคลดังกล่าว สิ่งที่จะทำให้เราสำเร็จในกิจการงานนี้ ท่านได้แสดงธรรมไว้ 3 ข้อ คือ 1. โลกธิปไตย เพื่อชวนบ่าวเราให้ไหลไปทางโลก 2. อุตตathiปไตย เพื่อชวนบ่าวเราให้ตกอยู่ในภวิภูมิ 3. ธรรมาธิปไตย เพื่อชวนบ่าวเราให้ตั้งอยู่ในข้อปฏิบัติที่ถูกต้อง ฯ

(10) วัตถุใดที่วางไว้ในที่ต่าง ๆ ย่อมกระจกระจายไม่นานดู ถ้าเรานำมาวางรวมกองไว้ในที่เดียวกัน ก็จะเลดูเป็นของมากและของสูง ฉะนั้นดวงจิตของบุคคลเรา ถ้ามาอยู่ภายในตัวของเราแห่งเดียวแล้ว จิตนั้นก็ย่อมมีระดับสูงขึ้นและมีอำนาจใช้การได้ทุกอย่าง การรวมจิตนี้ก็ได้แก่การเจริญสมาธิภาวนา ฯ

(11) โลกชิปไทย คือ การปรารถนาโลกเป็นใหญ่ เรื่องของโลกนั้น ไม่มีสิ่งใดเป็นของแน่นอนเลย ลองพากันคิดดูซิว่า ตั้งแต่ตัวเรากิดมาในโลก แต่จำความได้จนบัดนี้ สิ่งที่ผ่านมาแล้วในชีวิตนั้น มีอะไรบ้างที่เป็นของดีที่สุด? สบายที่สุดสำหรับตัวเรา? และอะไรเป็นสิ่งที่เราชอบที่สุด? ถ้าจะตอบแล้วก็ต้องบอกได้ว่า สิ่งที่น่าสนใจในโลกนี้มีอยู่เพียง 50 เปอร์เซนต์เท่านั้น เป็นสิ่งที่ไม่สนใจเสีย 50 เปอร์เซนต์ แต่ถ้าจะให้เจ้าของตอบเองแล้ว ก็จะตอบว่า ไม่มีอะไรสนใจเลย! มีแต่ความทรมานใจทั้งนั้น มีเพื่อนก็เบียดเบียนเรา มีทรัพย์ก็เดือดร้อน มีเงินทองก็เป็นทุกข์

หมู่คณะก็ไม่เป็นไปตามใจเราคิด ญาติพี่น้องลูกหลานก็มีแต่ความวุ่นวาย รวมความแล้วก็ไม่เห็นมีอะไรเป็นสุขแก่ตัวเราเลย มีเงินก็ร้อน มีเพื่อนก็ทุกข์ หมู่คณะก็ไม่ราบรื่นขึ้นบานนี้แหละกระแสของโลกล้มเป็นอย่างนี้ ฯ

(12) โลกนั้นมันมีอยู่ถึง 8 เหลี่ยม แต่ละเหลี่ยมล้วนแต่มีความกล้า สามารถห้าห้า เชือดเฉือนชีวิตมนุษย์ให้วอดวายไปได้โดยไม่ปราณีเลย ฉะนั้นดวงจิตของผู้ใดไหลไปตามกระแสของโลกแล้ว ก็จะมีแต่ความทุกข์ร้อนโศกเศร้า หาความสุขมิได้ “บุญสุตส โลกธมเมหิ จิตตยสุตส น กมฺปติ อโศกํ วิรชํ เขมํ เอตมฺมจฺจลฺลมฺมุตฺตม” ท่านจึงกล่าวว่า จิตของผู้ใดพ้นไปจากโลกธรรมได้ ผู้นั้นก็จะพ้นจากความโศก มีความเกษมสำราญผ่องแผ้ว มีมงคลอยู่เป็นนิมิตของ 8 เหลี่ยมนี้ก็คือ เหลี่ยมลาภ เหลี่ยมยศ เหลี่ยมสุข และเหลี่ยมสรรเสริญ ด้านหนึ่งทั้ง 4 เหลี่ยมนี้เป็นเหลี่ยมที่มีคมกล้ามาก เพราะเป็นสิ่งที่เราพึงพอใจ เราก็ลืมนั่นบ่อย ๆ ยิ่งลืมนั้นก็ยิ่งคมกล้าขึ้นทุกที ในที่สุดมันก็กลับมาเชือดคอตัวเองตายเลย อีกด้านหนึ่งก็มีอยู่ 4 เหลี่ยมเหมือนกัน แต่มันไม่ค่อยคมนัก ที่มันทื่อทึบ ก็เพราะเราไม่ชอบใช้มัน ไม่ต้องการมัน จึงไม่มีใครลืมนั่น จึงเป็นเหลี่ยมที่อ้อ ๆ ไม่คมไม่กล้า มีดเล่มใดไม่คม มีดเล่มนั้นก็ฆ่าคนไม่ตาย เหลี่ยม 4 เหลี่ยมนี้ก็คือ เลื่อมลาภ เลื่อมยศ ทุกข์ นินทา สิ่งเหล่านี้ล้วนไม่มีใครปรารถนาทั้งสิ้น แต่มันก็ต้องมีอยู่ในโลก ฯ

(13) เหลี่ยมคมนั้นมันคมอย่างไร? “ยโส” คือ เหลี่ยมยศ เกียรติ เมื่อใครได้ไปประดับตัวเข้าแล้ว มันทำให้คนนั้นพองตัวโตมากกว่าตัวจริง ไม่ต้องดูอื่นไกลดอก อย่างพระสงฆ์เราทั้งหลาย เมื่อยังเป็นพระเล็ก ๆ น้อย ๆ ธรรมดาอยู่ก็เดินไปไหนมาไหนได้สะดวก คล่องแคล่วไปตามถนนหนทาง ซอกเล็กซอกน้อยที่ไหน ๆ ก็เดินไปได้ตามสบายใจ แต่พอเขาอายุศมาสวมเข้าห้อยเท่านั้น ตัวชักจะใหญ่ผิดธรรมดาเสียแล้ว ถนนที่เคยเดินได้ก็แคบไป จะเดินไปไหนก็

ไม่สะดวก ขาก็กว้างก้าวไม่ออก เท้าก็หนักยกไม่ขึ้น ก้นก็ใหญ่กว่าที่นั่ง จะนั่งที่ไหนก็ไม่เหมาะ แต่ก็ไม่ใช่ทุกคนไปดอก ที่ไม่เป็นดังนี้ก็มี หรือขรราวาสบางคนพอไปโดนเหลี่ยมยศนี้เข้าตัวก็พองใหญ่ขึ้นมา จนไปไหนก็อึดไม่รอด มือก็หนักจนจะยกไหวพระก็ไม่ค่อยขึ้น ขาก็กว้างเดินไปวัดไปวาพังเทศน์รักษาศีล ก็ทำไม่ได้ เพราะกลัวเหลี่ยมจะเสีย คมจะร่อย นี่ก็เป็นเครื่องประหารความดีของตนเหลี่ยมหนึ่ง ๆ

(14) เหลี่ยมลาภ นั้น ก็ได้แก่โภคทรัพย์ เงินทอง พอมีมากเข้าชักเกิดความตระหนี่เสียดยาย จะทำบุญให้ทานก็ไม่กล้าทำมาก เพราะกลัวมันจะหมด เหตุนี้คนรวยมักจมอยู่ในลาภและขี้เหนียว ส่วนคนจนทำหมดแล้วก็หาใหม่ ทำบุญ ทำทาน ไม่ใคร่เสียดยาย มือไม้แขนขาก็ไม่ใหญ่โต ไปวัดวาได้คล่องแคล่ว สะดวกง่ายไม่ติดขัด ๆ

(15) เหลี่ยมสุข เหลี่ยมนี้ก็คมมาก คือสุขเกิดจากไหนแล้ว ติดอยู่นั่นแหละ เช่นสุขเกิดจากเพื่อนก็ติดอยู่ในเพื่อน สุขเกิดจากลูกหลานก็ติดอยู่ในลูกหลาน สุขเกิดจากอัฐภาพร่างกาย คือ เทียวเตร่ กิน นอน ฯลฯ ก็จมอยู่ในอัฐภาพร่างกาย ไม่ยอมเสียสละความสุขเพื่อแลกกับความดี เพราะกลัวความสุขมันจะหลุดร่วง ก็เป็นห่วงเป็นใย จะไปรักษาศีล 5 ศีล 8 ก็ทำไม่ได้ เพราะมันต้องข่มเหง บีบบังคับตัวเอง จะอดข้าวเย็นวันเดียวก็กลัวหิวกลัวเป็นลมจะดูหนังดูละครก็ไม่ได้ ไม่ได้นอนเบาะฟูกก็เจ็บตัวไม่สบาย จะทำสมาธิ ก็กลัวเมื่อย เหลี่ยมนี้ก็เป็นเครื่องประหารประหารความดีของตนเหลี่ยมหนึ่ง ๆ

(16) เหลี่ยมสรรเสริญ ก็คมกล้าเช่นเดียวกัน เมื่อใครถูกสรรเสริญเยินยอเข้าแล้วตัวมันก็ชักจะลอยจนไม่ใคร่ลง พึงแต่คำสรรเสริญ ก็เฟลิตเฟลีนหวานหูจับใจจนลืมตัว หลงตัวนึกว่าตัวดีพอแล้ว ก็ไม่คิดขวนขวายที่จะทำความดีอย่างอื่นต่อไป เหลี่ยม 4 เหลี่ยมนี้ ล้วนเป็นเครื่องประหารตนเองให้เสื่อมจากความดีทั้งสิ้น เพราะความสุขอย่างนี้ มันเหมือนกับสีที่เขาฉาบทาบ้านให้สวย ๆ งาม ๆ มันเป็นอามิสซึ่งอาศัยชั่วคราว แล้วก็จะต้องเสื่อมไป กระเทาะไป หลุดร่วงไป ถ้าใครมาแลเห็นสิ่งเหล่านี้ว่า มันเป็นเครื่องประดับอยู่ตามถนนหนทาง อย่าให้มาติดตัวก็ไม่ใช่ไร แต่ถ้าใครมายึดถือว่าเป็นของ ๆ ตนจริง ๆ จัง ๆ ก็จะต้องได้รับความไม่สมหวังในวันหนึ่ง คือ การเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ทุกข์ นินทา เพราะกฎธรรมดาก็มีอยู่ว่า ของสิ่งใดที่มันเจริญขึ้นเท่าใด ก็ต้องมีความเสื่อมได้เท่านั้น ไม่เสื่อมเมื่อเป็น ก็เสื่อมเมื่อตาย มันคงที่อยู่ไม่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลก เมื่อเรารู้ความจริงอันนี้ คราวประสพเหลี่ยมดีก็ไม่ควรดีใจจนลืมตัว และเมื่อประสพเหลี่ยมชั่วก็ไม่ควรท้อแท้เสียใจ จนใจเสีย ชั่วหน้าที่ของเราที่เคยทำอย่างไรก็ต้องทำไปตามหน้าที่ ไม่ควรปล่อยความดีของตนให้เสียไปเพราะโลกธรรม 8 อย่างนี้ ซึ่งท่านเรียกว่า “โลกธิปไตย” ๆ

(17) “**อัตตคาริပါတย**” บรรารกตนเป็นใหญ่คือ ตนเห็นอย่างไร ชอบใจอย่างไร ก็ทำไปอย่างนั้น การทำทางกายก็ไม่ได้นึกถึงความผิด ความถูก ทำไปตามชอบใจของตน จะเป็นธรรมหรือไม่เป็นธรรม มิได้คำนึงถึงความผิดความถูก เป็นธรรมหรือไม่เป็นธรรม ชอบใจแล้วก็ทำไป ทางวาจาตนเห็นดีพอใจ ก็พูดไปตามความชอบใจของตน จะเป็นธรรมหรือไม่เป็นธรรมมิได้คำนึงถึง ทางจิตความคิดของตน เล่นไปในอารมณ์อันใด เรื่องอันใดที่ตนชอบก็ปล่อยไปตามเรื่องของตน ไม่ได้คำนึงถึงความดีความชั่วผิดถูกในทางอันเป็นธรรม ขึ้นชื่อว่าชอบใจทำได้ทั้งนั้น เช่นเราเห็นว่า สิ่งนี้ไม่ดี คนอื่นเขาไม่ชอบ แต่เราชอบใจเราก็จะทำ บางทีสิ่งที่ดีแต่เราไม่ชอบ เราก็ไม่ทำ บางทีเราชอบใจและเห็นว่าดีด้วย แต่เราไม่ปฏิบัติ สิ่งที่ดีนั้นแหละแต่เราทำไม่ได้ ในเรื่องของธรรมะแล้ว เราจะชอบหรือไม่ชอบก็ตาม ต้องข่มหัวใจ ให้มันทำได้ ต้องเอาธรรมมาเป็นชีวิต เอาชีวิตมาเป็นธรรม จึงจะใช้ได้ ผู้ปฏิบัติจะต้องทิ้ง “**อัตตคาริပါတย**” อย่างนำมาใช้กับตนเป็นอันขาด ๕

(18) “**ธรรมาริပါတย**” บรรารกธรรมเป็นใหญ่นี้เป็นหลักสำคัญของผู้ปฏิบัติ หลักหน้าที่ของพุทธมามกะ ก็คือ 1. บำเพ็ญตนให้อยู่ในศีล 2. บำเพ็ญใจให้อยู่ในสมาธิ 3. ใช้ปัญญาพิจารณาอยู่ในธรรม ไม่ลุ่มลุ่มแก่งเกส

ศีลเบื้องต้น “**เบญจศีล**” คือ รักษากายวาจาไม่ให้เป็นบาปอกุศล ได้แก่การรักษา ศีล 5 ซึ่งชำระมลทินโทษหยาบ ๗ ทางกาย วาจา เป็นศีลที่ทำ สัตว์ ให้เป็น คน ไม่ให้ตกไป ในอบาย ศีลกลางทำคนให้เป็น เทพ เรียกว่า “**มัชฌิมศีล**” เป็นศีลของเทพยดา ได้แก่การสำรวม อายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้เกิดโทษ เรียกอีกอย่างหนึ่งก็คือ “**อินทริยสังวรศีล**” ทำคนให้เป็น เทวดา แต่ก็ยังไม่พ้นจากการเกิดตาย เพราะเทวดานั้นเมื่อหมดบุญแล้วก็ต้อง “**จุติ**” กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ยังต้องเวียนว่ายอยู่ใน “**วัฏสงสาร**” ผู้ใดที่ยังเวียนว่ายอยู่ในวัฏฏะ ท่านย่อมเรียกว่า “**สัตว์**” ทั้งสิ้น อย่างคนเรานี้ท่านก็เรียกว่า “**สัตว์มนุษย**” คำว่า “**สัตว์**” แปลว่าผู้ข้องอยู่ในความดีความชั่ว “**ข้อง**” แปลว่า “**ติด**” หรือ “**ขวาง**” สัตว์ที่มีกายขวาง ท่านจึงเรียกว่า “**เดียรัจฉาน**” สัตว์เดียรัจฉาน ถ้าผู้ใดทำจิตของตนให้พ้นจากความชั่วเสียได้ ผู้นั้นก็ไม่ต้องกลับมาเกิดเป็นสัตว์เป็นมนุษย์และเทวดา ตายไปแล้วก็ไปอยู่พรหมโลก ซึ่งท่าน เรียกว่า “**พรหม**” มีกายเป็นทิพย์ ไม่ต้องมีรูปหยาบ ได้แก่ผู้ที่เจริญสมาธิภาวนา ละความชั่ว ทางใจ ได้ถึงฌานสมาบัติชั้นอนาคา ต่อจากนี้ไปก็เจริญจิตให้บริสุทธิ์หมดจดจากอาสวกิเลส เข้าถึงอรหัต บรรลุถึงพระนิพพานเป็นที่สุด ๕

(19) **เบญจศีล** เป็นเครื่องปกปิดทางกาย วาจา ไม่ให้ออกุศลกำเริบ **มัชฌิมศีล** เป็นเครื่องปกปิดรักษาอายตนะทั้ง 6 ได้ให้สะอาด ความสะอาดของอายตนะทั้ง 6 หมายความว่า ไม่ให้กิเลส 3 ตัวกำเริบ ในทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ส่วนศีลเบื้องต้น ได้แก่ **อุपरิมศีล**

(ศีลใน) คือการบำเพ็ญสัมมาสมาธิให้เกิดขึ้นในทางใจ กล่าวคือ

1. “*ปณาคิบาท*” ไม่ฆ่าสัตว์ คือไม่ฆ่าตัวเอง เช่น เวลาที่เรามือกุศลจิตเกิดขึ้น แต่ไม่ค่อยระวังกำจัดเสีย ปลดปล่อยให้ความชั่วนั้น ๆ ไหลเข้ามา ความดีของตนก็ต้องตาย เพราะดวงจิตของเราซ่องอยู่ในความดีความชั่ว บางทีก็เอาชั่วมาฆ่าดี บางทีก็เอาดีมาฆ่าชั่ว อย่างนี้เรียกว่า ฆ่าตัวของตัวเอง

2. “*อทินนาทาน*” บางทีใจมันก็ไปชนเอาความดีความชั่วของคนอื่นเข้ามาวิตกวิจารณ์ไปในเรื่องของคนอื่น ดวงจิตอย่างนี้เรียกว่า เป็นโจร หรือขโมย เพราะความดีความชั่วของเขา ไม่เคยถามว่า เขาจะหวงจะให้หรือเปล่า ก็เก็บมาคิด ไม่มีสาระ เป็นโทษฐานลักขโมย โดยมากมักจะเก็บเอาขี้หมูรา ขี้หมาแห้ง ขอบฟุ้งแต่ความชั่วของคนอื่นเขา แม้เขามีดีอยู่บ้างก็ไม่มองเห็น ถือแต่ความคิดเห็นของตัวเองเป็นประมาณ กลายเป็นพาลไม่รู้ตัว

3. “*กามสุมิฉฉาร*” จิตคิดไปในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ต่าง ๆ บางทีก็แช่ดวงอยู่ในความโลภ โกรธ หลง อย่างนี้ ได้ชื่อว่าผู้นั้นแสพซึ่งกามสุมิฉฉาร คือ จิตไม่บริสุทธิ์ เกี่ยวข้องกังวลอยู่ในกิเลสกาม พัสดุกามอยู่เสมอ

4. “*มุสาวาท*” การพูดปด โกหก พกลม ทำไมจึงว่า พกลม? ก็เพราะมันพกเอาแต่ลมเข้ามาไว้ทั้งนั้น ไม่มีความสักความจริงในตัวเลย เช่น ไปวัดก็ไปไม่จริง ทำสมาธิก็ทำไม่จริง ตัวไปวัดแต่ใจมันไปอยู่บ้าน หูฟังเทศน์แต่ใจไปนึกถึงสิ่งอื่น บางทีกายมานั่งสมาธิทำความดีเหมือนดังพระพุทธเจ้า ปากก็บริกรรม “พุทโธ” แต่ไม่ใช่ “พุทโธ” พระพุทธเจ้าเป็น “พุทโธ” ที่เหมือนกับคนเขามาตำราว่าเสียดสีให้เจ็บช้ำน้ำใจ หรือตกอก ตกใจ ก็อุทานขึ้นมว่า “พุทโธ พุทโธ” กายนั่งสมาธิแต่ใจมันเปิดเปิงไปในอารมณ์ต่าง ๆ ไปกินอารมณ์อดีตบ้าง อนาคตบ้าง ไม่มีเนื้อ ไม่มีหนัง ไม่มีสาระแก่นสารอะไรเลย เป็นการมุสาวาทพูดปด เขาเรียกว่า โกหกตัวเอง และโกหกคนอื่นด้วย โกหกคนอื่นนั้นอย่างไร? คือเวลาที่เรากลับไปบ้าน ใครเขาถามว่า “วันนี้ไปไหนมา?” ก็ตอบเขาว่า “ไปวัดไปฟังเทศน์” กายมันไปแต่ใจมันไม่ได้ไป กายมันฟังเทศน์แต่ใจมันไม่ได้ฟัง อย่างนี้ก็ย่อมจัดว่าเป็นมุสาวาท

5. *สุราเมรัยมัชฌิมาทฐาน* ความมีเมามาต่าง ๆ คือ ตัวหลง ตัวเผลอ ตัวขาดสติ เมื่อเราพิจารณา กาย, เวทนา, จิต, ธรรม ตามนั้น ใจของเรจะต้องนิ่ง กำหนดอยู่ในสิ่งเหล่านี้จริง ๆ จึงจะเป็น “*กรรมฐาน*” ถ้าเราเผลอสติไป ขาดสัมปชัญญะ ความรู้ตัว ดวงจิตตกไปสู่ทางผิด คือ “*มิจฉาสมาธิ*” เดินเปะปะ ไม่ตรงทางเหมือนคนเมา ต้มสุราจัด ๆ ก็เซไปหน้ามาหลัง บางทีก็หมอบกลิ้งอยู่ข้างทาง ความเสื่อมเสียก็ย่อมจะบังเกิดขึ้นแก่ตัวเราเอง ผู้ใดมา

ระมัดระวังใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในสัมมาสมาธิ ทำความบริสุทธิ์ในศีล 5 ประการนี้ ผู้นั้นก็จะได้ชื่อว่าบำเพ็ญ สีลปรมาตตปารมี เคารพธรรมเป็นใหญ่กว่าโลก กว่าตัวเอง เป็น ธรรมาธิปไตย สมควรแก่ผู้ปฏิบัติ นี่แหละได้ชื่อว่าเป็น “พุทธมามกะ” อันแท้จริงซึ่งจะนำตนก้าวไปสู่ความพ้นทุกข์ทั้งปวง ฯ

คติธรรม

1. ไม่ดี ไม่จริง ควรนิ่งไว้ ฯ
2. ดี มีความจริง ทั้งประโยชน์ มีโทษ แล ฯ
3. โทษคนอื่นเห็นง่าย ความชั่วร้ายมีในตัวมัวมืด ฯ
4. ความตายและความเกิด เป็นกำเนิดแห่งความทุกข์ “นิพพาน” คือ “บรมสุข” ไม่เกิด แก่ และเจ็บตาย ฯ
5. ความดีเป็นของตัว ความชั่วเป็นของเขา ฯ (เพ่งแต่โทษท่านผู้อื่น) ไฟลุกลั่นเหลือเตา สุมหม้อข้าว เผาเคหา ฯ (รู้มากยากนาน)
6. ความดีมีในตัวเท่าไรหา ความดีของเขาเท่าช้าง ตาเราฟางมองไม่เห็น ฯ
7. ตัวเหี้ยมเที่ยวบินร่อน หาลูกไก่อ่อน หัวเขาห้อย เล็บเขาไว เจี้ยวลูกไก่ได้มูลฝอย ตีนขยุ้ม ปากเขาจิก พลิกไปมา ขนชี้หมาไปทั้งกอง ฯ (เพ่งแต่โทษคนอื่น)
8. ยาเบื่อและยาเมา, พิษงูเห่า ฆ่าคนเขลาให้ฉิบหาย ฯ
9. นักปราชญ์ผู้ปรีชา ผสมยาให้คนกินสิ้นโรคยา ย่อมนำมาความเลื่อมใส ฯ
10. ฟุ้งท่านไม่เหมือนเรา ฟุ้งเราไม่เหมือนตน
ความดีที่จะพ้น ใจของตนจงทำเอา ฯ

ดวงตาเห็นธรรม

วัดอโศการาม, 12 ตุลาคม 2501

1. ความดีในทางธรรม ไม่ใช่เรื่องของร่างกาย ร่างกายเป็นเรื่องของโลก ความดีในทางธรรมต้องอาศัยเกิดแต่ดวงจิต ๔

2. หน้าที่ของผู้ปฏิบัติธรรม คือ 1. การฟัง 2. ธรรมสากัจฉา และ 3. การปฏิบัติ แต่ประการที่ 3 นี้ เป็นข้อสำคัญที่สุดที่จะทำให้บุคคลบรรลุความสำเร็จได้ ๔

3. ผู้ที่ปฏิบัติยังไม่ถึงตัวจริงของธรรมะ ก็เท่ากับคนที่เรียนหนังสือพออ่านออกเขียนได้ แต่ยังไม่ได้อ่านหนังสือที่ตนได้ศึกษาเล่าเรียนมานั้นให้เป็นหลักแหล่ง เป็นอาชีพหรือประโยชน์แก่ตนได้ ผู้ใดได้ใช้หลัก 3 ประการนี้ เป็นเครื่องดำเนินการปฏิบัติ จึงจะเรียกว่าผู้นั้นเป็นผู้สนใจในธรรม มิฉะนั้นแล้วก็เป็นเพียงการปฏิบัติเล่น ๆ ๔

4. กาย หรือ “รูปธรรม” เป็นของหายาบ เพราะเป็นของมีรูปร่างลักษณะให้เห็นได้ง่าย ส่วนจิต หรือ “นามธรรม” นั้นเป็นของละเอียด มีแต่ความรู้ ไม่มีรูปร่างลักษณะให้มองเห็นด้วยตาเนื้อได้ นอกจากผู้ใดจะทำตาในให้เกิดขึ้นในตนเท่านั้น จึงจะสามารถมองเห็นลักษณะของจิตได้ “ตาเนื้อ” นั้นเป็นตาโลก ซึ่งเราทุกคนก็มีกันอยู่คนละ 2 ตา “ตาเนื้อ” ไข่มองได้เฉพาะของที่หายาบ ๆ เป็นรูปร่าง และก็เป็นสิ่งที่เชื่อแน่ว่าไม่มีใครได้ เพราะบางทีก็เห็นว่าดีเป็นชั่ว บางทีก็เห็นชั่วเป็นดี ยังมองอะไรผิด ๆ ถูก ๆ หาความจริงความแน่นอนไม่ได้ ส่วน “ตาใน” ถ้าเห็นว่าเป็นดีก็ละได้ ถ้าเห็นว่าเป็นดีก็ยึดถือไว้ เหตุนี้ท่านจึงสอนให้ทำ “ตาใน” ไว้สำหรับเป็นเครื่องพิจารณาในความจริงของโลกและธรรม ๔

5. ตาใน มีอยู่ 3 ตา คือ 1. ญาณจักขุ 2. ปัญญาจักขุ และ 3. ธรรมจักขุ ซึ่งเป็นตัว วิชา การที่จะทำตาในทั้งสามนี้ให้เกิดขึ้นได้ จะต้องอาศัย ความสงบแห่งจิต เมื่อความสงบเกิดขึ้นแล้ว ความใสสว่างแห่งตาในก็จะเกิดขึ้นที่เรียกว่า “ทิพจักขุ” ๔

6. ความไม่สงบเกิดแต่อะไร? ความไม่สงบเกิดจากคลื่น คือ อวิชชา เมื่ออวิชชามันอยู่ในดวงจิตก็ทำให้เกิดสังขาร เมื่อเกิดสังขารก็ทำให้เกิดคลื่น สังขารนี้มีอยู่ 3 ตัว คือ 1. ปุณฺณาสังขาร จิตที่ติดไปในบุญกุศล 2. อปุณฺณาสังขาร จิตที่ติดไปในบาปอกุศล และ 3. บางที่จิตก็เข้าไปหยุดอยู่ในกุศลบางชนิด คืออยู่ในสมาธิ หรือฌานสมาบัติ ก็เป็น อนณฺณาสังขาร ไม่เป็นบุญเป็นบาป แต่ถึงอย่างไรก็ดี ถ้าตราบใจ “อวิชชา” เข้าไปแทรกอยู่ในดวงจิตแล้ว จิตก็ย่อมไม่พ้นไปจากสังขาร 3 ตัวนี้ได้ เหตุนี้ท่านจึงว่า “อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา” และถ้ากระแสของอวิชชาชนิดใดตั้งไปทางใดจิตก็ย่อมตกไปในทางนั้นๆ

7. จิต ที่เข้าไปแทรกแซงอยู่ในสังขาร ก็เหมือนกับไฟที่เข้าไปแทรกอยู่ในต้นไม้หรือวัตถุต่างๆ เช่น ไฟที่แทรกอยู่ในแผ่นกระดานที่เรานั่งอยู่นี้ เราก็ไม่เลเห็นว่ามีไฟหรือมีความรู้สึกว่ามันร้อน เพราะเรามองไม่เห็นตัวไฟ เราก็นั่งกันอยู่ได้โดยไม่ต้องกลัวอันตราย ถ้าเป็นไฟหยาบ ๆ ที่อยู่ภายนอกตามลำพังตัวของมันเองแล้ว เราก็จะมองเห็นทันที และรู้ได้ว่ามันเป็นของร้อน เราก็ไม่กล้าเข้าไปใกล้ หรือเอามือไปจับ ไฟหยาบจึงทำอันตรายแก่เราไม่ได้ ส่วนไฟละเอียดที่เราไม่เห็นด้วยตาเนื้อนั้น มันเผาเราอยู่ทุกวันเวลา แต่เราไม่รู้สึก เราก็จมอยู่ในกองไฟ ไม่รู้จักหนี ฉนใด ผู้ที่ติดอยู่ในสังขารก็ย่อมไม่รู้สึกเดือดร้อนอะไรในสังขาร เหมือนไฟที่แทรกอยู่ในวัตถุ ต่อเมื่อวัตถุนั้นถูกกระทบกระเทือนหรือเสียดสีอย่างหนักขึ้นเมื่อใด นั่นแหละจึงจะเกิดไฟขึ้น และเราก็จะรู้สึกร้อนเมื่อนั้น ไฟหยาบนั้นเรามองเห็นได้ง่าย มันจึงไม่ค่อยจะตายเพราะไฟนี้ดอก เพราะเราหนีทัน ส่วนไฟละเอียดที่เรามองไม่เห็นนี้สิ มันเผาเราตายโดยไม่รู้สึกตัว

8. ไฟละเอียด หรือ อวิชชา นี้ ท่านเรียกว่า “ชาติ” ความเกิด ความค่อย ๆ เสื่อมไปท่านเรียกว่า “ขรา” ความมอดหมดไปท่านเรียกว่า “พฺยาสี” ความดับท่านเรียกว่า “มรณ” ธรรมชาติของไฟนั้น ถ้าเราเหยี่ยวหาหรือส่งเสริมมัน ๆ ก็จะเจริญขึ้น ถ้าเราไม่ส่งเสริมบำรุงมัน ๆ ก็จะหายไป เช่นกองไฟเล็ก ๆ ถ้าเราไม่ส่งเสริมบำรุงมัน ๆ ก็จะหายไป ถ้าเราไปส่งเสริมบำรุงมัน ๆ ก็จะลุกใหญ่โตขึ้นทันที แล้วก็อาจจะกำเริบลุกลามต่อไปอีกไม่เลือกที่ แต่ธรรมชาติของไฟก็มีอยู่ว่า เมื่อเจริญเต็มที่แล้วมันก็ต้องเสื่อม นอกจากจะช้าหรือเร็วเท่านั้น ถ้าเราเห็นว่าไฟมันเป็นของร้อนรณเสียหาย ก็ไปหาน้ำมาดับเสีย มันก็จะดับไปเร็ว อีกอย่างหนึ่งมันดับโดยหมดเชื้อของมันเอง เหตุนี้ท่านจึงเรียกว่าจิตเกิด-จิตดับ แต่ความดับมันก็เป็นทุกข์ ความเกิดก็เป็นทุกข์

9. ถ้าเรามาบำเพ็ญดวงจิตของเราให้อวิชชามันน้อย สังขารมันก็สั้น เปรียบเหมือนกับไส้เทียน ถ้าน้อยเส้นมันก็ไหม้ช้า และเปลวไฟก็ไม่แรง ถ้าเราใช้ไส้หลายเส้นมันก็ไหม้เร็ว และเปลวไฟก็แรง สังขาร 3 ตัวนี้ก็เปรียบเหมือนกับเส้นด้ายไส้เทียนคือ ปุณฺณาสังขาร ก็เป็นด้ายเส้นหนึ่ง อปุณฺณาสังขาร ก็เป็นด้ายเส้นหนึ่ง และ อนณฺณาสังขาร ก็เป็นด้ายเส้นหนึ่ง ถ้ามันรวมกันทั้ง 3 เส้น ไส้นั้นก็มากขึ้นเป็นเส้นโต ความร้อนแห่งจิตก็มีมากขึ้น ถ้าวดวงจิตของเรา

มีอารมณ์เดียวเป็นหนึ่ง เป็นเอกัคคตารมณ์ จิตมันก็เบาสงบระงับ ท่านจึงเรียก “สุโข วิเวโก คุญฺหสฺส สุโข ปุณฺณสฺส อุจฺจโย” ถ้าดวงจิตนั้นมีความวิเวก จิตนั้นก็จะมีการะเบา และของเบา นั้นย่อมจะลอยสูงขึ้นบนอากาศ สามารถมองเห็นสถานที่ได้ไกลและกว้างๆ

10. เมื่อความสูงเกิดขึ้น ดวงจิตก็จะเกิดวิชา อวิชชาที่สิ้นช้า คลื่นก็สงบ ถ้าใจไม่สงบอยู่ในสมาธิแล้ว ก็ยากที่จะทำให้อวิชชาดับได้ เมื่ออวิชชาดับแล้วก็จะเห็นจิตเป็นสิ่งที่ไม่เกิดไม่ตาย เหตุนี้ท่านจึงสอนให้บำเพ็ญศีลสมาธิ ทำใจให้สงบจากนิวรณ์ “นิวรณ์ธรรม” นั้นเปรียบเหมือนกับผง เหม่า หรือ เลนตม ถ้าสิ่งเหล่านี้ตกอยู่ ณ ที่ใด ที่นั้นก็ย่อมสกปรกและเกาะไม่สะอาด ฉะนั้นดวงจิตที่ติดอยู่ในนิวรณ์ธรรม จึงหาความบริสุทธิ์ไม่ได้

11. ดวงจิตที่อยู่ในนิวรณ์ธรรม คือ อวิชชา ความไม่รู้ คนที่ไม่รู้ตัวคือคนที่ไม่รู้จักตัว ท่านจึงเรียกว่าอวิชชา ความรู้ตัวนั้นจะต้องเกิดจากความหยุดนิ่ง เช่นเราอยากทราบอิทธิพลของแดด เราก็นั่งลงกลางแดดซิ สัก 3 นาทีเท่านั้นก็แทบทนไม่ไหว ฉนั้นใด ดวงจิตของเราถ้าไม่หยุดนิ่ง เราก็มองไม่เห็นทุกข์ของตน อยากรู้ว่าพระอาทิตย์ร้อนอย่างไร เราก็ต้องยืนอยู่หนึ่ง ๆ อยู่กลางแดด ประเดี๋ยวเดียวเราก็จะรู้ดี ถ้าเราเดินไปเดินมาตั้งครึ่งวันก่อนวันมันก็ไม่ร้อน ดวงจิตของคนเรายังเพ่นพ่านอยู่ในสัญญาอารมณ์ตราบใด ก็ยังไม่รู้ทุกข์ของตนตราบนั้น ถ้าทำจิตให้สงบนั้นแหละจึงจะรู้ว่าโลกนี้มีความร้อนๆ

12. บุคคลผู้นั้นจะมองเห็นทุกข์เห็นโทษทั่วทั้งปวงได้ จะต้องทำความสงบให้เกิดขึ้นในดวงจิต คือเพ่งเล็งอยู่ในกรรมฐานข้อใดข้อหนึ่ง ก็ให้ตั้งอยู่ในขีดขอบที่เราหมายนั้น มีวิตกพิจารณาอยู่ในธรรมเป็นอารมณ์ เมื่อดวงจิตของเราเป็นอย่างนี้ก็เรียกว่าอยู่ในองค์ฌาน อย่าให้ดวงจิตตกไปอยู่ในอารมณ์อื่น ๆ อันเป็นกระแสของอวิชชา เมื่อดวงจิตไม่ตกไปในอารมณ์อื่น ๆ อันเป็นกระแสของอวิชชา ไม่ตกไปในอารมณ์อดีต อนาคต ดวงจิตนั้นก็เข้าไปหาดตัวอยู่ในปัจจุบันธรรม ยกกรรมฐานเข้ามาอยู่ในจิต ยกจิตเข้าไปอยู่ในกรรมฐาน อารมณ์ของจิตนั้นมีอยู่ถึง 6 อย่าง เรานั่งสมาธิต้องให้มันมีอย่างเดียว คือ “เอกายนมรรค” หรือ “เอกัคคตารมณ์” จึงจะเรียกว่าอยู่ใน สมถกรรมฐาน

13. เมื่อสมาธิเกิดขึ้นในจิต ท่านเรียกว่า “กุศลจิต” จิตนั้นก็มีการะอันเบา มีรส เย็น สุข ว่าง เหมือนกับเราไปนั่งตากอากาศอยู่ในสถานที่ซึ่งเงียบสงัด ไม่มีเสียงอีกทีก ถ้าเราไปนั่งข้างกำแพง ตาของเราก็จะมองไปไม่ได้ไกล ถ้าเราอยู่ในสถานที่ซึ่งไม่มีสิ่งใดบัง สายตาของเราก็จะมองไปได้ยาวไกล ได้แก่ “อดีตสัญญา” และ “อนาคตสัญญา” นั้นแหละเป็นตัว “ปัญญา” ที่จะไปฆ่าทำลายสังขาร 3 ตัวนั้นเสียได้ คือ ญาณจักขุก็ไปฆ่าตัว “กามาสวะ” ปัญญาจักขุก็ไปฆ่าตัว “ภวาสวะ” และ ธรรมจักขุก็ไปฆ่าตัว “อวิชชาสวะ” จิตเกิด

วิชา เป็นตัวญาณ ก็จะไปฆ่าตัว ปุณฺณภิกขังขาร อปุณฺณภิกขังขาร และรู้เท่าใน
 อเนญฺชาภิกขังขาร ไม่ติดอยู่ในสังขารเหล่านี้ ถ้าดวงจิตไม่สํารอกเสียซึ่งตัวอวิชา เราก็จะไม่
 เห็นทุกข์ ท่านจึงว่า “จกฺขุ อุตฺตปาที ญาณํ อุตฺตปาที ปญฺญา อุตฺตปาที วิชา อุตฺตปาที อาโลโก
 อุตฺตปาที” ดวงจิตนั้นก็เลื่อนลอยขึ้นไปสู่ระดับสูง ซึ่งเรียกว่า “โคตรภูญาณ” รู้ว่าอะไรเกิดอะไร
 ไม่เกิด มีความเบิกบานแจ่มใสเป็น “พุทธโธ” คือ ตัวรู้ที่ไม่รู้จักดับ มีความสว่างเป็น จิตวิเวก
 อูปริวิเวก สงบสงัดจากอารมณ์และกิเลสอาสวะ ซึ่งหมักดองในสันดาน เมื่อดวงจิตของผู้ใดมา
 บำเพ็ญเพียรอยู่เสมอเช่นนี้ ผู้นั้นก็จะมาถึง อมตธรรม ความไม่เกิดไม่ตาย ซึ่งเป็นความสุขอันสูง
 สุด เพราะเมื่อเรามีบุญกุศลแล้วก็เปรียบเหมือนมียานพาหนะ ที่จะพาตัวเราให้ไปถึงที่หมายได้โดย
 ง่าย ๆ

อบรมสมาธิ

วัดอโศการาม, 12 ตุลาคม 2501

(บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวิมฺลญา)

เวลามานั่งสมาธิ ต้องปลดปล่อยอารมณ์ภายนอกทั้งหมด อย่าเอาจมาคิด อย่าทำเล่น ๆ ซึ่งเป็นการหลอกตัวเอง คนใดที่ไม่มีความสัจย์ต่อตนเอง คนนั้นก็เป็นคนที่ไม่ได้ใจตัวเองไว้ ใจตัวเองไม่ได้แล้ว การงานของตนก็ไม่สำเร็จ

งานของเราก็คือ การทำ “กรรมฐาน” ถ้าเราไม่ตั้งใจจริง งานของเราก็ไม่แล้วสำเร็จ คำว่า “สำเร็จพระนิพพาน” หมายถึงสำเร็จในงานที่เราทำ คือทำสิ่งใดก็แล้วไปเป็นอย่าง ๆ งานที่แล้วก็คือหมายความว่าไม่ต้องกลับมาทำอีก เราทำงานสิ่งใดอยู่ก็ให้ตั้งหน้าทำเรื่อยไป ผลสำเร็จจะได้มากน้อยแค่ไหนไม่ต้องไปคำนึงถึง กลัวแต่ความสามารถของเราที่ทำได้ก็แล้วกัน

การทำงานทุกอย่างต้องทำด้วยความมีระเบียบจึงจะเรียบร้อยสวยงาม ฉะนั้น เราจะต้องจัดระเบียบในตัวเราให้ดี คือเราจะทำจิตตั้งมั่นในสิ่งใด ก็ให้มีระเบียบอยู่ในสิ่งนั้น ของที่วางไว้ ไม่มีระเบียบย่อมไม่งดงามไม่น่าดู คนที่ใจไม่มีระเบียบก็ย่อมไม่น่าดูเช่นเดียวกัน เช่น ดอกไม้ สีแดง เหลือง ม่วง ชมพู ต่าง ๆ เมื่อยังวางเรียงรายอยู่ก็ยังไม่เป็นของสวยงาม บางทีก็มีตัวbung ตัวหนอนเกาะอยู่ที่กลีบและใบ แต่ถ้าเรานำมาร้อยลงในด้ายให้เป็นพวง หรือจัดใส่พานให้มีระเบียบแล้ว ก็จะกลายเป็นของสวยงามน่าดูขึ้นกว่าเดิมหลายเท่า

ฉะนั้น เมื่อเราจะกำหนดนึกถึง “พุทโธ” ก็ให้นึกถึง “พุทโธ” จริง ๆ คือ ระลึกถึงพระคุณของพระองค์และน้อมเข้ามาไว้ในใจ ไม่ปล่อยใจให้ออกไปเพ่นพ่านในอารมณ์อื่นอันเป็นความเสียระเบียบ งานของเราก็จะไม่เสียหาย เราสละเวลาและกิจการของโลกมาวัดวันนี้ ก็เพื่อจะมาแลกเปลี่ยนหาความดีในทางธรรม เวลา 1 หรือ 2 ชั่วโมงที่เราได้พากันมานั่งสมาธิภาวนาเราอาจจะทำการงานได้ผลประโยชน์เป็นเงินเป็นทองมากมาย เราก็ได้ยอมสละไปแล้ว เมื่อเรามาอยู่วัดแต่ไม่ได้ผลประโยชน์อะไรกลับไปเลยเราก็ต้องเสียหายถึง 2 ประการ นำเสียตายเวลาอันมีค่า แต่เราไม่รู้จักค่าของเวลา ผู้นั้นต้องกลับไปมือเปล่าไม่สมกับเวลาที่เสียไป

อบรมสมาธิ

วัดอโศการาม, 22 ตุลาคม 2501 (บ่าย)

(บันทึก โดยแม่ชีอรุณ อภิวิมฺลญา)

การฟังคำอธิบายนั้น ให้นั่งสงบฟังโดยไม่ต้องยกจิตออกมาสู่อารมณ์ ให้ดวงจิตตั้งอยู่ภายในตนของตน ปล่อยให้กระแสเสียงเล่าเข้าไปเอง ไม่ต้องยกจิตออกมาจับ การฟังโดยยกจิต

ออกมารับ ก็คือ 1. ใช้ความรู้มาจับที่ตัวผู้พูด 2. มาจับอยู่ในเรื่องราวที่พูด และ 3. มาจับอยู่ในเสียงที่พูด อาการทั้ง 3 อย่างนี้ เป็น “กามาวจรกุศล” เป็นบุญขั้นต่ำแค่เวียนว่ายตายเกิด

การฟังโดยทำจิตสงบอยู่ภายในนั้น คือ ฟังเฉยๆ โดยไม่ต้องขงแวงเกาะเกี่ยวกับสิ่งใด ๆ แต่หูก็จะรับฟังและส่งกระแสความรู้เข้าไปถึงใจเอง จะรับหรือไม่รับก็ต้องรู้วันยังค่ำ ไม่ต้องมีเจตสิกธรรม เพราะหูของเรานั้นก็ไม่บอด ใจก็ไม่บอด ถ้าขาดความสงบภายในแล้ว หูก็บอด ใจก็บอด ฟังอะไรก็เหมือนไม่ได้ฟัง การฟังอย่างนี้เป็น “รูปาวจรกุศล” บุญชั้นกลาง

กามาวจรกุศล เป็นเครื่องห่มห่อกีดกัน “นิวรณ์ธรรม” ไม่ให้เข้าถึงดวงจิต เปรียบต้นไม้มักเหมือนกับ “เปลือกนอก” ส่วน “รูปาวจรกุศล” ก็เปรียบเหมือน “กระพี้” ยังไม่มีคุณค่าเท่าใดนัก ส่วน “โลกุตรกุศล” นั้น คือการฟังด้วยความสงบจนเกิดความเย็น นี่เป็นตัว “แก่น” เป็นบุญชั้นสูง

ถ้าจะเปรียบบุญกุศล 3 อย่างนี้แล้ว ก็เหมือนกับเศรษฐี จุลเศรษฐี และมหาเศรษฐี คำว่า “เศรษฐี” นี้ มีอยู่ถึง 3 ชั้น ที่ 1. “เศรษฐีธรรมดา” คือ ผู้ที่มีทรัพย์สินข้าทาสบริวารมากกว่าคนสามัญ ชั้นที่ 2. “จุลเศรษฐี” คือ ผู้ที่มีช้าง ม้า โค กระบือ แพะ แกะ อย่างละ 100 ตัว มี กาเผือก ลิงเผือก นกยูง ฯลฯ อย่างละ 100 ตัว ชั้นที่ 3. “มหาเศรษฐี” ต้องเป็นคนที่มีช้างเผือก หรือ ม้าอาชาไนย หรือ แพะ แกะ โค กระบือเผือก นกยูงทอง หงส์ทอง สิงห์โตทอง หรือราชสีห์ทอง อย่างละ 100 ตัว เครื่องเพชรนิลจินดาก็มีมากกว่า จุลเศรษฐี อีก 2-3 เท่า ถ้าเป็นพระเจ้าจักรพรรดิก็ต้องมีช้างแก้ว ม้าแก้ว ขุนคลังแก้ว นางแก้ว ช้างแก้ว และม้าแก้ว นี่เป็นสัตว์ที่มีสกุลสูงเลิศกว่าสัตว์ทั้งปวง คือ กินก็ต้องกินอย่างดี นอนก็ต้องนอนอย่างดี จะไปไหน ๆ ก็สบายเหมือนกับเดินสวมรองเท้า อย่างว่าแต่จะนำไปใช้เป็นสัตว์พาหนะเลย เพียงแต่คนจะเอามือไปแตะต้องขนของมันก็ยังไม่ได้ เกิดมาสำหรับเป็นเครื่องประดับเกียรติของพระเจ้าจักรพรรดิเท่านั้น ส่วนทรัพย์สินสมบัติอย่างอื่น ก็มีมากกว่ามหาเศรษฐีหลายสิบเท่า ถ้าใครทำบุญกุศลได้ถึงขั้นนี้ ก็เป็น “สุกัม ภาเวถ ปณฺหิตโ”

ใครสละ ละครูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ จากใจของตนเสียได้ จะต้องอาศัยการเจริญสมาธิภาวนา ซึ่งประกอบด้วยหลักธรรม 7 อย่าง คือ

1. สติสัมโพชฌงค์ จิตตั้งมั่นอยู่กับลม รู้กาย เวทนา จิต ธรรม นี่เปรียบเหมือนพญาช้างเผือกตัวที่ 1

2. ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ขยายลมทั่วตัวให้เป็นมหาสติปัญฐาน และรู้จักปรับปรุงแก้ไข เลือกใช้ลมให้เป็นที่สบาย ลมใดที่เป็นโทษก็ทิ้งไป ลมใดที่เป็นคุณก็รักษาไว้ นี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 2

3. **วิริยสัมโพชนงค์** ไม่ทึงลม ไม่ลืมลม คือ ลมเหนียว เพียรสะกัदनิวรรณธรรมออกจากใจ ไม่เกาะไม่เกี่ยวในสัญญาอารมณ์ทั้งหลาย เพียรทำความสงบให้มียิ่งขึ้น นี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 3

4. **ปิตติสัมโพชนงค์** เมื่อจิตสงบลมก็เต็ม มีความอึดเอิบ หมดจากนิวรรณธรรม ความฟุ้งซ่านใด ๆ เหมือนผ้าขาวที่ไม่มีจุดด่างพร้อย ก็แลดูสะอาดตา ใจที่ขาวก็มีแต่ความสบาย ความอึดทำให้เกิดความพอใจ เรียกว่า “ปิตติ” นี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 4

5. **ปัตติสัทธัมมสัมโพชนงค์** ลมหนักแน่นทั่วกาย ธาตุสงบ ใจสงบ ไม่มีสิ่งใดกำเริบ่วนวายนี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 5

6. **สมาธิสัมโพชนงค์** ลมคงที่แน่นแนไม่เคลื่อนไหว ใจตั้งมั่นอยู่ในสมาธิเป็นอารมณ์เดียว นี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 6

7. **อุปกฆาตสัมโพชนงค์** เมื่อกาย เวทนา จิต ธรรม แนบแน่นอยู่ในลมทั้ง 2 อย่างนี้บริบูรณ์แล้ว จิตก็อยู่กับลมเหล่านี้ ไม่ต้องปรุงแต่งอะไร ไม่ติดอยู่ในอาการดีชั่วทั้งหมด ทำจิตเป็นกลางวางเฉย ไม่ยินดียินร้ายต่อสิ่งใด ๆ นี่เป็นพญาช้างเผือกตัวที่ 7 ของ “มหาเศรษฐี”

เมื่อผู้ใดกระทำความจิตของตนให้ประกอบพร้อมไปด้วยองค์คุณทั้ง 7 ประการนี้แล้ว ผู้นั้นก็จะมีแต่ความสุข ใจเย็นสบาย เป็น “ธัมมานุปัสสนา สติปัญฐาน”

คนเราเมื่อกระทำความดีแล้ว จะต้องรู้จักรักษาความดีอันนั้นไว้ และรู้จักใช้ความดีของตนให้แทรกแซงเข้าไปในมรรยาบท การทำ การพูด และการคิดนึก ในทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจทุกอย่างด้วย จึงจะเป็นการทรงไว้ซึ่งสติปัญญา อันจะนำความสุขและความเจริญมาสู่ตนได้ สำหรับมรรยาบททางกายนั้น จะหยาบหรือประณีต ก็ไม่เป็นไร เพราะความดีมันจับอยู่ในดวงจิต แม้ว่าจะจกเช่นเดียวกัน บางทีก็ใช้ไปข้างหยาบ ๆ ตัวอย่างเช่น เจ้าพระคุณท่านเจ้าคุณอุปาสี (จันทร์ สิริจนฺโท) อดีตเจ้าอาวาสวัดบรมนิวาส ผู้ทรงคุณธรรมความดีเป็นเยี่ยมองค์หนึ่งในสมัยนั้น บางครั้งท่านก็มักแสดงออกทางวาจาไปในทางที่ไม่ไพเราะน่าฟัง แต่เขาก็ยังพากันเคารพกราบไหว้บูชาและให้อภัย คนที่ไม่มีปัญญาหรือบางทีความดีของตนไม่มีอย่างท่าน แต่ก็จะไปเอาอย่างท่านบ้างก็เสียหายเลย แทนที่จะทำให้เขานับถือ เลยกลายเป็นทำให้เขาเกลียดสง ทั้งความดีที่ตนมีอยู่ แล้วบ้างก็เลยพลอยเสื่อมไปด้วย ดังมีตัวอย่างอีกเรื่องหนึ่งว่า สมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต) วัดระฆังนั้น ครึ่งหนึ่งท่านได้รับอาราธนาให้เข้าไปถวายเทศน์แด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในงานพระราชพิธี ณ พระที่นั่งจักรพรรดิในพระบรมมหาราชวัง พอท่านขึ้นไปนั่งบนธรรมาสน์เรียบร้อยแล้ว ก็ถวายศีลและไตรสรณคมน์ ต่อจากนั้นก็ว่า โนมะ เเดินคาถาไปจนจบ แต่ใจความในเนื้อเรื่องที่ท่านเทศน์นั้น ไม่มีอะไรียดยาวเลย พอขึ้นต้น ก็แสดงเพียง 4-5 คำ ว่า “อะไร ๆ มหาบพิตรก็ทรงทราบดีทั้งหมดแล้ว เหวก็มีด้วยประการฉะนี้ ขอถวายพระพร” แล้วก็ถือตาลปัตรลงจากธรรมาสน์ มานั่งด้วยคุษณีภาพเป็นปกติ ปรากฏว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพอพระ

ราชหฤทัยมาก ได้เสด็จจากที่ประทับทรงเข้าไปประเคนเครื่องกัณฑ์จุดปัจจัยไทยทานเป็นอันมาก เพราะปกติคนราย่อมพอใจในคำสรรเสริญเยินยอกันแทบทุกคน ต่อจากนั้นมาได้มีพระแก่ ๆ อีกองค์หนึ่ง รับนิมนต์เข้าไปถวายเทศน์ในวังเหมือนกัน พอขึ้นธรรมาสน์ก็จัดแจงเทศน์ เอาอย่างสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต) บ้าง ตอนนี้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงกริ้วมาก เลยมีพระบรมราชโองการสั่งให้ถอดพระแก่องค์นั้นออกจากสมณศักดิ์ ให้ลงมาเป็นพระธรรมดา และยังทำโทษให้เดินตามหลังพระเล็ก ๆ ที่อ่อนพระรชากว่า และสามเณรด้วย นี่แหละคนที่ไม่มีควมดีในจิตทำอะไรก็ยอมคิดทั้งขึ้นทั้งล่อง จะกล่าวดีเขาก็หาว่าย่อ กล่าวไม่ดีเขาก็หาว่าเหี้ยมหยาม เหตุนี้จึงควรพากันสำเหนียก และใช้สติปัญญาในการทำ การพูด และการคิด ให้รอบคอบทุกผู้ทุกคน จึงจะไม่เป็นทางนำมาซึ่งความเสื่อมเสีย

วัดโศการาม, 22 ตุลาคม 2501 (คำ) (บันทึกโดย แม่ชีอรุณ อภิวันทนา)

ในการนั่งภาวนา “พุทโธ ๆ” นี้ เราจะต้องตั้งใจว่าในเวลานี้เราจะนั่งอยู่กับ “พระ” จริง ๆ จะให้พระอยู่กับตัวเราและเราก็จะอยู่กับพระ เราจะเดินตามหลังพระ เป็นลูกศิษย์ท่านไม่ทิ้งท่านหนีไปไหน ถ้าเราทิ้งพระ พระท่านก็จะต้องทิ้งเราบ้างและเราก็ต้องลำบาก ส่วนพระท่านก็ลำบากเหมือนกัน ดังมีนิทานเรื่องหนึ่ง เล่าว่า

ในสมัยพุทธกาล มีเศรษฐี 2 คนสามีภริยาอยู่ด้วยกันมานานไม่มีบุตร เศรษฐีทั้งสองก็ปรารถนาอยากใคร่ได้บุตรชายไว้สืบสกุลและรับทรัพย์มรดกสักคนหนึ่ง จึงปรึกษากันว่าเราจะไปนิมนต์พระมาโปรด และเล่าความประสงค์ของเราให้ท่านฟัง เพื่อท่านจะช่วยให้เรา มีบุตรสักคนหนึ่งได้บ้าง เมื่อตกลงกันแล้ว จึงสั่งให้คนใช้ผู้ชายคนหนึ่งไปในป่า ใกล้ ๆ เขตบ้าน และนิมนต์พระกรรมฐานรูปหนึ่งไปฉันจังหันที่บ้านตน รุ่งขึ้นแต่เช้ามีผู้คนใช้ผู้นั้นก็จัดแจงแต่งตัวออกจากบ้านตรงไปยังที่อยู่ของพระ ซึ่งมาพักเจริญสมณธรรมอยู่ในป่า คนใช้ผู้นั้นเดิมที่ได้เคยเป็นนายพรานล่าสัตว์มาก่อน ครั้นมาอยู่กับเศรษฐีแล้ว นิสัยนั้นก็ยังมีติดอยู่ และธนูหน้าไม้กับเครื่องมือสำหรับล่าสัตว์ต่าง ๆ ก็ยังเก็บรักษาไว้อย่างดี เมื่อได้ถูกนายจ้างเศรษฐีให้ให้ตนเข้าไปนิมนต์พระ อันจะต้องเดินทางผ่านราวป่าไปเช่นนั้น ก็มีใจยินดีแอบนำธนูหน้าไม้ซ่อนติดตัวไปด้วย ครั้นเดินทางออกจากบ้านไปได้ประมาณครึ่งทาง ตัวก็ปรารถนาขึ้นในใจว่า “การที่เราจะเข้าไปหาพระหาเจ้าในเขตวัดวาเช่นนี้ เราจะถือธนูเครื่องประหารสัตว์เข้าไปด้วยมิบังควร จำเราจะต้องวางซ่อนไว้ในป่านี้ก่อนดีกว่า ไว้เวลากลับออกมาแล้ว เราจึงค่อยมานำติดตัวไป” คิดดังนั้นแล้ว จึงปลดธนูหน้าไม้วางซ่อนไว้ในพุ่มไม้แห่งหนึ่งใกล้ ๆ กับทางเดิน แล้วตัวเองก็เดินตัวเปล่าเข้าไปยังที่อยู่ของพระภิกษุแก่รูปหนึ่ง ซึ่งกำลังนั่งอยู่หน้ากุฏิ เมื่อเข้าไปถึงก็ยกมือไหว้กราบลงตรงหน้าพระภิกษุแก่องค์นั้น แล้วกล่าวว่า “ข้าแต่ท่านผู้เจริญ บัดนี้ ท่านเศรษฐีผู้เป็นนายของข้าพเจ้าได้ใช้ให้มานิมนต์พระคุณ

ท่านเข้าไปฉันทันในบ้าน ณ เช้าวันนี้ และสั่งให้ข้าพเจ้าเป็นผู้นำทางไป ขอพระคุณได้เมตตาเข้าไปโปรดท่านเศรษฐีตามความปรารถนาของท่าน ณ บัดนี้ด้วยเถิด” ฝ่ายหลวงตาองค์นั้น เมื่อได้ฟังคนใช้ของเศรษฐีบอกเล่าความประสงค์ของนายตนชั้นนั้น ก็คิดว่าจะเข้าไปโปรดเศรษฐีตามที่สั่งให้มานิมนต์ บังเอิญหลวงตาองค์นั้นก็ไม่มีลูกศิษย์รับใช้ที่จะติดตามไปด้วย ท่านจึงจัดแจงหยิบยืมกับบาตรส่งให้คนใช้ของเศรษฐีเป็นผู้ถือไป ส่วนตนเองก็หยิบไม้เท้าออกเดินกึก ๆ กัง ๆ นำหน้าไปพอเดินไปได้ราวครึ่งทาง ท่านก็ชักไม้เท้าเสียดคนใช้ของเศรษฐีว่า บ้านของเศรษฐีที่จะไปฉันทันนั้นอยู่ตรงไหน ห่างไกลจากที่นี่สักเท่าใด และจะต้องเดินผ่านหนทางใดไปบ้าง คนใช้ของเศรษฐีก็บอกหนทางให้ทราบทุกอย่าง เมื่อบอกหนทางเสร็จแล้วก็พากันเดินต่อไปอีกสักครู่ คนใช้นั้นก็นึกขึ้นมาได้ว่า ตัววางธนูหน้าไม้ซ่อนไว้ในพุ่มไม้ริมทาง ใจก็คิดอยากจะหนีจากพระนั้น ไปหยิบธนูหน้าไม้ และแอบเข้าไปล่าสัตว์เสียก่อน ปลอ่ยให้พระเดินไปตามลำพัง เพราะหนทางเดินที่จะไปยังบ้านของเศรษฐีนั้นจะไปทางใด ๆ เราก็ได้บอกเล่าไว้ถี่ถ้วนแล้ว ท่านคงจะเดินไปองค์เดียวถูกคิดดังนี้แล้วจึงอุบายบอกกับหลวงตาองค์นั้นว่า “ข้าพเจ้าปวดอุจจาระปัสสาวะเต็มที จะแวะเข้าไปในป่าสักครู ขอนิมนต์พระคุณเจ้าได้โปรดเดินล่วงหน้าไปก่อนเถิด เมื่อเสร็จธุระแล้วข้าพเจ้าจักเดินตามไปภายหลัง” หลวงตาไม่ระแวงสงสัย คิดว่าเป็นความจริง ก็อนุญาตให้ไปตามประสงค์ ส่วนตนเองก็รีบเดินล่วงหน้าไป เพราะเกรงตะวันจะสายไม่ทันการ คนใช้เศรษฐีก็เดินเลี้ยวหนทางมุ่งตรงไปยังที่ซึ่งตนได้วางธนูหน้าไม้ซ่อนไว้ แต่ก่อนที่จะไปถึงสถานที่นั้น ก็บังเอิญให้หลวงตาองค์หนึ่งซึ่งรักษาป่าอยู่ คิดอยากจะทดลองความซื่อตรงของคนใช้คนนั้นว่าจะเป็นห่วงพระจริงหรือไม่ ก็จำแลงกายเป็นนกหงส์ทองใหญ่ตัวหนึ่ง แล้วแก้งทำเป็นปีกหักบินถลามาอยู่ตรงใต้ต้นไม้ใหญ่ริมทางเดินที่ชายนั้นจะผ่านไป นายพรานคนใช้ของเศรษฐีได้ยินเสียงนกขยับปีกพื้บพื้ ๆ ก็เหินหน้าขึ้นดู มองเห็นหงส์ทองตัวใหญ่ถนัดกำลังถลาไปถลามา ทำท่าเหมือนจะบินไปไม่รอด ก็มีคามยินดีเป็นอย่างยิ่ง คิดในใจว่าจะต้องพยายามยิงนกตัวนี้ไปเป็นอาหารให้จึงได้ อารามที่ดีใจมากก็เลยลืมนึกว่าตัวถือบาตรและสะพายย่ามพระไว้ คิดว่าตนกำลังสะพายธนูและหน้าไม้อยู่บนป่า มือหนึ่งก็ล้วงลงไปหยิบเอาตะบันหมากเหล็กยาวเกือบศอก ซึ่งอยู่ในย่ามของหลวงตาออกมาทำไว้แน่น อีกมือหนึ่งก็คว้าก้อนดินใส่ลงไปในบาตรเข้าใจว่าเป็นลูกกระสุน แล้วก็ยกเหล็กตะบันหมากนั้นขึ้นเล็งไปยังตัวนกหงส์ทอง ตั้งท่าเหมือนกับเหยี่ยวสายธนูหรือจ้าวไกปืนยิงไปในอากาศ พลังปากก็ร้อง “ปัง ๆ” แทนเสียงปืน แต่ก็มีได้มีอะไรออกไปถูกตัวนกสักที ฝ่ายข้างหลวงตาเดินไปได้สักหน่อยก็เกิดจำทางที่คนใช้บอกไม่ได้ เลยเลี้ยวซ้ายขวาผิด ๆ ถูก ๆ เดินทำไรก็ไม่ออกจากป่าไปถึงบ้านเศรษฐีได้ เหลียวหลังมามองหาลูกศิษย์ก็ยังไม่เห็นตามมาสักที ตัวเองก็กววนอยู่ในป่านั้น ได้ยินแต่เสียง “ปัง ๆ” ดังก้องอยู่ไม่ไกลนัก แต่จะกู่หาเท่าไรก็ไม่มีเสียงตอบ จนสายเข้า ๆ ทุกที แดดก็ร้อนจัดหัวข้าวก็เหว เหนื่อยก็เหนื่อย เพราะแก่แล้ว ก็เลยตัดสินใจค่อย ๆ พยายามถือไม้เท้าเดินโซเซกลับมาก็พัก ส่วนคนใช้ของเศรษฐีนั้นได้พยายามยิงหงส์ทองอยู่เป็นเวลานานก็ไม่สำเร็จ จนเหนื่อยอ่อนใจในที่สุดหลวงตาที่จำแลงเป็นนกเห็นว่าได้ทราบชานี้พอสมควรแล้ว ก็เลยแก้งทำเป็นถูกปืนตกลงมานอนนิ่งหายใจแหม่ว ๆ อยู่ตรงหน้า นายพรานดีใจมากพอวิ่งเข้าไปจะก้มลงคว้าจับตัวนก

หงส์ทองนั้นก็หายวับไปทันที ตนเองก็แปลกใจเป็นอย่างยิ่ง คิดว่าผีสาวนางไม้มคงจะมาหลอกหลอนตนเป็นแน่ ก็คิดถึงหลวงตาแก่ที่มาด้วยกันขึ้นได้ จึงปลดยามกับบาตรโยนทิ้งไว้ในป่า แล้วก็หันหลังวิ่งอ้าวเปิดหนีทันที พลังปากก็ร้องตะโกนเรียกให้พระอาจารย์ช่วยด้วย ๆ แต่ก็มองไม่พบพระอาจารย์เสียแล้ว ตัวเองก็เลยรีบตรงมาบ้าน พลังเล่าเรื่องราวทั้งหมดให้เศรษฐีผู้เป็นนายฟัง เศรษฐีมีความโกรธมาก เลยทำโทษให้คนใช้นั้นอดข้าวเสีย 3 วัน แล้วให้ออกไปนอนนอกกำแพงบ้าน กับตัดเงินค่าจ้างที่เคยจ่ายให้วันละ 1 กหาปณะนั้นเสียด้วย นี่แสดงถึงโทษของการที่ไม่เชื่อตรงต่อพระละทิ้งหน้าที่การงานของตนหนีพระไป เป็นคนไม่มีความสัตย์ความจริง ความเสียหายจึงเกิดขึ้นแก่ตนเองและผู้อื่นด้วย คือ พระนั้นก็ต้องพลอยอดข้าวไปวันหนึ่ง และบริวาร บาตร ยาม กับตะบันหมากก็ไม่จะมีจะใช้ ต้องไปแสวงหาในที่อื่นใหม่ต่อไป ส่วนเศรษฐีสองคนสามีภริยานั้นก็ไม่ได้ได้รับความสำเร็จในสิ่งที่ตนปรารถนา เมื่อจะเทียบกันกับทางธรรมแล้ว ก็ควรจำไว้เป็นคติเช่นเดียวกันคือ ถ้าเราเป็นคนไม่มีความสัตย์ความจริงต่อพระและต่อตัวเอง ทั้งกรรมฐานของตนปล่อยใจให้เผลอลากไปในสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ ลืมลมหายใจที่เราภาวนาว่า “พุทโธ ๆ” นั้นเสีย ก็เท่ากับเราทิ้งพระท่านไป ไม่เดินตามหลังท่าน ไม่เป็นลูกศิษย์ท่านอย่างที่เราตั้งใจว่าจะทำ ผลได้ที่เราควรจะได้รับก็ย่อมเสียไป คือ จิตใจไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ความชั่วคือ นิวรณ์ธรรมทั้งหลายก็จะไหลเข้ามาสู่ดวงใจ ความสงบก็ไม่บังเกิดขึ้น เป็นเหตุให้ได้รับความทุกข์ เสียคุณความดีที่ควรจะได้ควรจะได้ถึงเป็นผลร้ายทำความลำบากให้แก่ผู้อื่น ก็คือพระที่อุตส่าห์มานั่งเทศน์ให้ฟังนี้ ก็เสียเวลาเหนื่อยปากมาพูดเป็นชั่วโมง ๆ และนั่งนาน ๆ ก็เจ็บกัน แทนที่จะได้ไปนอนเอกเขนกมือก่ายหน้าผากสบายก็ไม่ได้นอน พูดไปแล้วก็ไม่ได้รับประโยชน์อะไร นี่จึงควรพากันสำเหนียกไว้เป็นคติ สำหรับสอนตัวเองในเวลาที่ตั้งใจจะมาประกอบคุณงามความดี อย่าทำตัวเป็นคนไม่เชื่อตรงต่อพระ ดังนิทานที่ได้ยกมาเล่าให้ฟังนี้

อีกเรื่องหนึ่งเป็นเรื่องแสดงถึงความดีในการที่เชื่อตรงต่อพระ ดังจะเล่าให้ฟังโดยย่อ ๆ ว่า ครั้งหนึ่งได้มีเศรษฐี 2 คน สามีภริยา ซึ่งมีคหสถานใหญ่โตแห่งหนึ่งในเมืองพาราณสี เป็นคนที่ประกอบด้วยบุญสุนทาน เวลาเข้าพรรษาทุกปี ก็มีศรัทธาณิมนต์พระเข้ามารับอาหารบิณฑบาตในบ้านของตนเป็นประจำ 1 องค์จนตลอดไตรมาส เศรษฐีนั้นมีทาสีทาส 2 คนผิวเมี้ยะคู่หนึ่งรับใช้อยู่ภายในบ้าน นางทาสีนั้นมีหน้าที่เป็นคนตำข้าวผัดข้าวแล้วก็เลือกข้าวนั้นออกเป็นประเภท ๆ ชั้นที่ 1 สำหรับหุงข้าวใส่บาตรถวายพระ ชั้นที่ 2 สำหรับเศรษฐีสามีภริยาสองคนรับประทานเอง ชั้นที่ 3 สำหรับคนใช้ในบ้านกิน ส่วนชั้นที่ 4 ซึ่งเป็นปลายข้าวที่ปนรำนั่นยกให้เป็นส่วนของทาส 2 คนสามีภริยานั้น และทาสผู้สามีของนางทาสีนั้นก็ให้มีหน้าที่ตัดฟืนมาก่อไฟหุงข้าวทุก ๆ วัน กับให้มีหน้าที่ยืนคอยณิมนต์พระองค์หนึ่งที่หน้าประตูกำแพงบ้าน และเป็นลูกศิษย์คอยรับบาตรและยามของท่านเดินตามเข้ามาด้วยในเวลาเช้าทุก ๆ วัน พระองค์ที่เข้ามารับอาหารบิณฑบาตในบ้านของเศรษฐีนี้ดูเหมือนจะเป็นพระปัจเจกโพธิ์ด้วย เมื่อท่านมาถึงหน้าบ้านเศรษฐีแล้ว ทาสผู้นั้นก็ณิมนต์ท่านและคอยรับบาตรกับยาม เป็นลูกศิษย์ตามเข้ามาส่งถึงหน้าเรือนเศรษฐี

พอพระฉันเสร็จแล้วก็รับบาตรกับย่ามเดินตามออกมาส่งท่านถึงประตูกำแพงบ้านทุกวัน ด้วยการปฏิบัติรับใช้พระดังนี้ก็ทำให้ตนมีความรักใคร่ในท่านมาก ส่วนพระองค์นั้นก็มีความเมตตาต่อทาสา เมื่อท่านมีผลหมากรากไม้อันใดที่เหลือจากฉันแล้วก็มักจะแบ่งปันให้ทาสาผู้นี้เสมอ ทำให้ทาสาผู้นี้ยังมีความซื่อตรงจงรักภักดีในพระองค์นั้นยิ่งขึ้น จนเศรษฐกิจทั้งสองไว้วางใจให้ขึ้นไปถึงบนเรือนนอนได้ อยู่มาวันหนึ่งทาสาผู้นี้ได้มีโอกาสตามพระเข้าไปถึงห้องอาหาร ก่อนจะเข้าไปถึงก็ได้ผ่านห้องนอน ห้องนั่งเล่น และห้องรับประทานข้าวของเศรษฐกิจ ตัวก็มองดูเครื่องประดับประดาห้องและเครื่องใช้ของสอยที่สวยงามและมีค่าของเศรษฐกิจนั้นทุก ๆ แห่ง จนถึงห้องที่เศรษฐกิจนิมนต์พระนั่งฉันอาหาร เวลาขากลับออกมาก่อนจะออกประตูห้องทาสานั้นได้มองไปเห็นสุนัขที่เศรษฐกิจรักมากตัวหนึ่งกำลังกินข้าวอยู่ตรงใกล้ ๆ ประตูห้อง เมื่อสังเกตก็เห็นว่าอาหารในจานที่สุนัขกินนั้นเป็นข้าวและกับอย่างดีและใส่ภาชนะเงินด้วย ตนเองก็นึกรำพึงในใจว่า “สุนัขตัวนี้ช่างมีบุญจริงหนอ ได้อยู่แต่บนเรือนไม่ต้องวิ่งไปหากินข้างล่าง ถึงเวลาก็มีคนคลุกข้าวมาให้กินกับข้าวก็น่าอร่อย ข้าวก็เป็นข้าวดีกว่ามกว่าที่เรา 2 คนผัวเมียได้กินอยู่ทุกวัน จานข้าวก็เป็นจานเงินอย่างดี ถ้าเราได้เป็นหมาของเศรษฐกิจอย่างนี้ เราคงจะมีความสุขเป็นอันมาก ครั้นเสร็จจากส่งพระกลับไปแล้ว จึงตรงไปยังที่อยู่ของตน และเล่าเรื่องที่ตนได้ตามพระเข้าไปในเรือนท่านเศรษฐกิจ และได้ไปแลเห็นสุนัขตัวนั้นได้กินข้าวอย่างดีในจานเงินให้นางทาสีภริยาฟังโดยตลอด แล้วก็ปรารภว่า “ทุกวันนี้เรา 2 คน มิได้มีความสุขสบายเลย แกก็เหน็ดเหนื่อยมากต้องตำข้าวสีข้าว และผัดข้าวทุกวัน ส่วนข้าก็ต้องบุกป่าไปหาพินมาก่อไฟหุงข้าวให้เขากินกันทั้งบ้านทุกวัน แต่ตัวเราเองก็ได้กินเพียงปลายข้าวปนว่าเท่านั้น เราจะไม่่าจะเกิดมาเป็นคนกับเขาเลย ทำอย่างไรจึงได้ไปเกิดเป็นหมาของเศรษฐกิจอย่างนั้นบ้าง” ต่อจากนั้นมาสัญญาที่ได้ไปแลเห็นสุนัขของเศรษฐกิจก็โล่งขึ้นในใจเสมอแต่อีกใจหนึ่งที่รักใคร่ในพระองค์นั้นก็ยังมีอยู่ ต่อมาได้อีกไม่กี่วันเท่าใดทาสาผู้สามีนั่นก็เกิดมีอาการป่วยด้วยโรคลมกำเริบและถึงแก่ความตาย พอหมดลมหายใจวิญญาณที่ไผ่ผืนอยู่ในสุนัขนั้นก็ยวดยวนอยู่ในบ้านของเศรษฐกิจไม่ไปไหน ทั้งพอใจในการที่ตนเป็นลูกศิษย์พระองค์นั้นด้วย วิญญาณของทาสานั้นจึงคอยตามท่านเข้าออกอยู่ทุกวันในเวลาเช้า ๆ วันหนึ่งเมื่อได้ถวายอาหารบิณฑบาตเสร็จแล้ว เศรษฐีได้มีเครื่องไทยทานหลายสิ่งถวายพระด้วย เมื่อพระฉันเสร็จแล้ว ก็นำสิ่งของเหล่านั้นติดมือกลับออกมาทางประตูที่สุนัขนอนเฝ้าอยู่ สุนัขนั้นเห็นพระถือสิ่งของพะรุงพะรังเดินออกมา เข้าใจว่าพระนั้นคงจะหยิบข้าวของของนายไปก็มีความหวังของมันจึงอ้าปากเห่ากระโชก “ป๊อก ๆ” ออกไป วิญญาณของทาสาผู้นั้นก็เลยแล่นปราดเข้าไปทางปากสุนัข และเข้าไปอยู่ในท้องของสุนัขตัวผู้นั้น จะออกมาก็ออกไม่ได้ เวลาเช้า ๆ ก็เลยไม่ได้ติดตามพระเข้าออกดังแต่ก่อน วิญญาณนั้นก็กระสับกระส่ายอยู่ในท้องสุนัข ทำให้สุนัขตัวนั้นมีอาการผิดปกติไปจากเดิม นั่งนอนก็ไม่เป็นที่ เป็นทาง เศรษฐีผัวเมียเห็นสุนัขมีอาการทวนทวนผิดปกติ ดังนั้น ก็มีความสงสัยเป็นอันมาก จึงสั่งให้คนใช้นำลงไปข้างกรงรวมกับสุนัขอื่นข้างล่าง ต่อมาสุนัขตัวนั้นก็ได้ไปอยู่ร่วมกับสุนัขตัวเมีย สุนัขตัวเมื่อก็เลยมีท้องขึ้นมา วิญญาณของทาสาผู้นั้นก็เลยแล่นเข้ามาเกิดเป็นลูกของสุนัขตัวเมื่อนั้น เมื่อยังไม่ถึงกำหนดคลอดลูกสุนัขนั้นอยากจะ

ออกมาหาพระก็ออกมาไม่ได้ ก็ดิ้นรนกระเสือกกระสนอยู่ในห้องแม่ ทำความปั่นป่วนเจ็บปวดให้แก่แม่สุนัขตัวนั้นเป็นอย่างยิ่ง จนในที่สุดเมื่อถึงกำหนด นางสุนัขตัวนั้นก็คลอเคลียออกมาเป็นสุนัขตัวผู้มีรูปร่างใหญ่และแข็งแรงผิดกว่าลูกสุนัขธรรมดาเพราะด้วยอำนาจแห่งวิญญาณจิตที่คิดถึงพระอย่างแรงกล้านั่นเอง เลยทำให้ลูกสุนัขนั้นแข็งแรงกว่าปกติ พอออกจากห้องก็ลืมหูลงและวิ่งได้ทันที เพราะความจริงนั้น มันได้วิ่งตั้งแตอยู่ในท้องแล้ว ฉะนั้น พอเกิดมาได้วันเดียวก็วิ่งได้เหมือนกับสุนัขโต ๆ ตอนเช้าพอเห็นพระปัจเจกองค์นั้นเข้ามารับบิณฑบาตในบ้าน เศรษฐีมันก็ดีใจมาก วิ่งตามเห่าแล้วก็ตะคุ่ตะกายผ้าจีวร และกระโดดคาบข้อมือท่านวิ่งตามเข้าไปถึงโต๊ะที่ทานั่งฉันอาหารด้วยทุกวัน จนเศรษฐีผู้มีความแปลกประหลาดใจ และรักใคร่เอ็นดูลูกสุนัขนั้นมาก อยู่มาจนถึงวันรุ่งขึ้นที่จะออกพรรษา ซึ่งเป็นวันหมดเขตที่จะนิมนต์พระมารับอาหารบิณฑบาตในวันต่อไปแล้ว พระองค์นั้นก่อนจะออกจากบ้านเศรษฐี เมื่อฉันอาหารเสร็จแล้วจึงปราศรัยกับเศรษฐีสองสามีภริยาว่า “ดูก่อน โยมทั้งสอง พรุ่งนี้ก็เป็นวันที่จะออกพรรษาแล้ว ซึ่งครบกําหนดที่อาตมาได้รับนิมนต์ให้เข้ามารับอาหารบิณฑบาตในบ้านของท่านเป็นเวลา 3 เดือน ฉะนั้น อาตมาพิกัดจักได้ขอเจริญพรลาโยมทั้งสองในวันนี้ เพื่อกลับไปสู่สำนักอาวาสอันเป็นสถานที่วิเวกสงบสงัดต่อไป” แล้วก็หันมาพูดกับลูกสุนัขว่า “วันพรุ่งนี้เราจะไม่ได้เข้ามาในบ้านเศรษฐีอีกแล้ว เจ้าจงอยู่รับใช้ท่านเศรษฐีด้วยความจงรักภักดีต่อไปเถิด อย่าได้ติดตามไปเลย” ลูกสุนัขได้ยินพระปัจเจกกล่าวอำลาท่านเศรษฐีและพูดจากับตนดังนั้นก็มีความเสียใจยิ่งนัก เลยหมัดกำลังล้มลงขาดใจตายในทันที ด้วยอำนาจแห่งความรักและความซื่อสัตย์กตัญญูในพระปัจเจกโพธิ์อย่างแรงกล้านั้นก็เลยไปอุบัติบังเกิดเป็นเทพบุตรในสวรรค์มีบริวารและทิพยสมบัติเป็นอันมาก วิมานก็สวยงามกว่าของใคร ๆ และยังส่งผลให้เป็นผู้มีรูปร่างงดงามยิ่งกว่าเทพบุตรทั้งหลายในเทวโลกด้วย เสียงกัไพเราะกังวาลจับใจ กลิ่นกายก็หอมดังดอกไม้ นางเทพอัปสรองค์ใดได้ยินเสียงหรือได้กลิ่นกายแล้วก็อยากเห็นรูปร่างและอยากได้มาเป็นคู่ครอง นี่เป็นผลแห่งความดีของทาสผู้มี ความซื่อตรงจงรักในพระปัจเจกโพธิ์อย่างแท้จริง แต่มีส่วนเสียอยู่ตรงที่ไปคิดพะวงอยู่กับสุนัขชนิดเดียวเท่านั้น ทำให้ส่งผลต้องไปเกิดเป็นลูกสุนัขชาติหนึ่ง แต่กรรมดีแห่งดวงจิตที่มีอำนาจแรงกล้าสูงกว่า จึงสามารถลบล้างกรรมเวรในภพเดียรรजनให้ได้ไปเกิดเป็นเทพดาในสวรรค์ได้ นี่ก็เป็นอุทาหรณ์อีกเรื่องหนึ่ง ที่ควรจะพากันสำเหนียกไว้เป็นหลักปฏิบัติในการทำจิตใจ ฉะนั้นจึงควรต้องระวังให้มากที่สุด อย่าปล่อยให้นิเวศธรรมใด ๆ เข้ามาครอบคลุมนดวงจิตในเวลาเจริญสมาธิภาวนา อย่าปล่อยให้พระหิณห์ห่างไปจากตัวเรา และตัวเราก็อำพาทิงพระท่านไป ถ้าใจของเราไม่อยู่กับพระ คือองค์ภาวนาแล้วความเสียหายก็จะต้องเกิดขึ้นดังนิทานที่เล่ามานี้ ส่วนความดีที่ติดตามพระอยู่เสมอ ก็จักส่งผลให้ดี มีภพชาติที่ดี และมีดวงจิตอยู่ในระดับสูงถึงโลกุตระได้

“มิจาสมาธิ” คือ ไม่มีสติสัมปชัญญะ ส่วน “มิจาวิมุตติ” คือหมดจากนิเวศธรรมด้วยการหลับ

“มิจนัสมาธิ” อีกอย่างหนึ่งคือสืมตัวสืมลม อีกอย่างหนึ่งไม่สืม แต่หลง คือ ติดนิตติดแสงแล้วเข้าใจผิดสำคัญตนว่าเป็น “ผู้วิเศษ” หลงยึดถือว่าเป็นสิ่งที่เชื่อได้แน่นอนเป็นจริงเป็นจังเลยกลายเป็น “วิปัสสนูปกิเลส” เกิดสัญญาวิปลาสไปต่าง ๆ

“จิตวิสุทธิ” คือ จิตจางในอารมณ์อดีต อนาคต ไม่ยินดียินร้ายในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น

“คนอยาก” เกิดจาก “ความอด” “คนอด” ก็เกิดจาก “ความอยาก” คนอยาก นั้นมักจะไม่ได้กิน คน “ไม่อยาก” นั้นแหละได้กิน

“โลโก ฐมฺมานํ ปริปนฺโก” ความโลภเป็นอันตรายแก่ความเป็นธรรม คือ “สันติ” ๕

วัดโศการาม, 21 ตุลาคม 2501

1. ประโยชน์ของเมตตา คือ 1. ทำศีลของผู้ปฏิบัติให้ถึงซึ่งความบริสุทธิ์สะอาด 2. ทำจิตให้เป็นสัมมาสมาธิ ฉะนั้น จึงจัดเข้าอยู่ในสมถกรรมฐาน 40 ห้อง ด้วย

2. พระพุทธเจ้าของเราก่อนที่จะทรงบรรลุแจ้งในธรรมจนตรึงถึงเสด็จดับขันธปรินิพพานนั้น พระองค์ก็ได้ทรงปฏิบัติอยู่ในเมตตากายกรรม เมตตาวจีกรรม และเมตตาโมกขกรรมเสมอมา และการที่มนุษย์ทั้งหลายได้พากันร่มเย็นเป็นสุขสืบมา ด้วยคุณของพระรัตนตรัยจนกระทั่งถึงพวกเราในปัจจุบันนี้ ก็เพราะอำนาจแห่งพระมหาเมตตาและพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์นี้แหละ ฉะนั้นเราก็คควรเจริญเมตตาแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายทั่วโลกตามแบบอย่างพระองค์บ้าง

3. อำนาจแห่งความเมตตา นี้ สามารถที่จะยังความสงบร่มเย็นให้แก่โลกได้เป็นอนุประการ มีนิทานสั้น ๆ เรื่องหนึ่งในสมัยพุทธกาล คือมีพระราชองค์หนึ่งได้เดินทางกลับจากการรบ ก็พร้อมพลผ่านเข้ามาในเขตละแวกป่าแห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นสถานที่สงบสงัดร่มเย็น เพื่อจะให้พักผ่อนและหาน้ำอาบน้ำกิน เผอิญไปพบพระภิกษุประมาณ 500 รูป กำลังเจริญเมตตาภาวนาทำสมาธิอยู่ ณ สถานที่นั้น โดยมรยาทอันสงบเยือกปราศจากเสียงใด ๆ ก็รู้สึกแปลกประหลาดพระทัยเป็นอันมาก ทรงปรารภในพระทัยว่า “ในบ้าน ๆ หนึ่งนั้นมีคนเพียง 2-3 คน ก็ยังทุ่มเถียงทะเลาะวิวาทกันวุ่นวาย สมณะเหล่านี้อยู่ร่วมกันนับจำนวนเป็นร้อย ๆ แต่ไม่มีความวุ่นวายอะไรเลย ถ้าในบ้านเมืองของเรามีความสงบอย่างนี้ คงจะไม่ต้องเกิดสงครามรบพุ่งกันเป็นแน่” ก็เกิดความเลื่อมใสตรงเข้าไปกราบพระภิกษุผู้เป็นอาจารย์ และขอเรียนสมณธรรมด้วย เมื่อได้รับคำแนะนำแล้ว ก็ส่งรี้พลให้ล่วงหน้ากลับเข้าสู่เมือง ส่วนพระองค์เองก็เสด็จประทับอยู่ในป่า ทรงบำเพ็ญเพียรเจริญเมตตาภาวนาอยู่ถึง 12 ปี จนบรรลุญาณสมบัติ แล้วจึงเสด็จกลับคืนเข้าสู่บ้านเมือง พอเสด็จถึงพระนครก็ทรงแผ่เมตตาไปทั่วทุกทิศรวมทั้งประเทศใกล้เคียงด้วย ประชาชนก็พากันหลั่งไหลเข้ามาห้อมล้อมชื่นชมโสมนัส และเคารพนับถือในพระองค์เป็นอย่างยิ่ง เมื่อได้ทรงปราศรัยไต่ถามทุกข์สุขราษฎรแล้วก็ทรงแสดงธรรมให้มีเมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขาซึ่งกันและกัน ประชาชนก็สดับฟังด้วยความเชื่อถือจับใจ และพากันปฏิบัติธรรม ต่อจากนั้นความรักใคร่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ก็กระจายไปทุกบ้านทุกหมู่บ้าน ยังความสนิทยามกมลเกลียวเป็นมิตรซึ่งกันและกันทั่วราชอาณาจักร

จักร สงครามต่างบ้านก็มีได้ปรากฏอีกต่อไป ราษฎรก็อยู่ด้วยความสุขสบายเป็นลำดับมา นี่แสดงถึงอำนาจความดีทางจิตของบุคคลคนเดียว สามารถทำให้ไพร่ฟ้าประชาชนร่มเย็นเป็นสุข ได้ตลอดทั่วกันหมดทั้งประเทศฯ

4. เหตุนี้ท่านจึงสอนให้พากันสร้างความคิดให้เกิดขึ้นในตนด้วยเมตตามหานิยม แต่ต้องตั้งใจ ทำด้วยความสัตย์ความจริงจึงจะเกิดผลจริงได้ แม้จะด้วยเวลาอันเล็กน้อยเพียงแค่ข้างกระดิกหู แลบลิ้น ก็สามารถจะยังอำนาจให้เกิดขึ้นได้อย่างเด็ดขาดน่าอัศจรรย์ เหมือนอำนาจของช้างและงูเห่า ซึ่งสามารถจะทำลายล้างชีวิตคนและสัตว์อื่น ๆ ให้พินาศไปได้ในพริบตาเดียวฉันนั้น ถ้าเราไม่ทำ ให้จริง ๆ อำนาจความจริงแห่งดวงจิตก็ไม่เกิดขึ้น จะนำไปใช้ทางใดก็ไม่บังเกิดผลสำเร็จ เปรียบ เหมือนหนูแมวหรือสุนัขนั้น ถึงจะกระดิกอยู่วันยังค่ำก็ไม่มีใครกลัว ถ้าเป็นหูช้างแล้ว พอกระดิก พริบเดียว คนวิ่งหนีกันแทบขาด หูงูเห่ามันแลบลิ้นเพริบเดียว คนหายหลังแทบสลับไปตามกัน นี่แหละอำนาจของความจริงแห่งดวงจิตย่อมมีผลศักดิ์สิทธิ์เช่นเดียวกันนี้

5. “มณฑลโลก” ของพระราชาซึ่งประดับด้วยแก้วนวิรัตน์นั้น ถึงจะงดงามมีค่าสักเพียงไร ก็ยังหามีค่าสูงเลิศเทียบเท่า “มณฑลธรรม” ซึ่งประดับด้วยพุทธรัตน ธรรมรัตน และสงฆรัตนไม่ ฯ

6. ถ้าเราปล่อยให้ความชั่วไหลเข้ามาสู่ดวงใจแล้ว ความดีก็ไม่มีโอกาสที่จะเข้ามาเป็น เจ้าของบ้านได้ ความชั่วนั้นก็จะเข้ามายึดอำนาจครอบครองเป็นเจ้าของเต็มที ส่วนความดีก็ต้อง หนีออกไปยืนอยู่นอกกำแพงฯ

วัดโศการาม, 22 ตุลาคม 2501
(บันทึกโดย อุบาสิกาอรุณ อภิวงษา)

กระแสใจ มีสภาพที่เร็ว กลับกลอก และไม่มีรูปร่างที่จะปรากฏให้ตาเห็นได้ ส่วนกระแสเสียงหรือกระแสกลั่นนั้น ยังมีที่วัดเป็นตัวเลขว่าเป็นที่ 1 - 2 - 3 - 4 ฯลฯ ได้ แต่กระแสใจนี้ไม่สามารถจะวัดมันได้เลย และธรรมชาติของที่เรานั้นก็ต้องละเอียดด้วย เพราะฉะนั้นจึงเป็นของเหลือวิสัยของผู้ที่ไม่ใช่นักค้นคว้าจะมองเห็นได้ และบางคนจึงค้านว่า “จิต” นั้น เป็นของที่ไม่มีอยู่ในตัวบุคคล เห็นกันว่าคนเราก็มีย่อร่างกายอย่างเดียว เหมือนต้นไม้ต่าง ๆ พอตายแล้วก็สูญ ไม่มีตัวที่จะนำไปเกิดอีก คือมีแต่ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ เท่านั้น

ธรรมชาติของสิ่งใดที่มีสภาพความเร็วที่สุดในการเคลื่อนไหว เราจะไม่แลเห็นได้เลย ว่าสิ่งนั้นเป็นอะไร รูปร่างลักษณะอย่างไร ตัวอย่างเช่น เรานั่งรถหรือเรือที่แล่นสวนกันอย่างรวดเร็วที่สุด เราจะไม่สามารถเห็นหน้าคนที่นั่งไปนั้นว่าเป็นใคร หรือคนสองคนวิ่งสวนทางกันอย่างรวดเร็ว คนสองคนนั้นก็อาจจะเห็นหน้ากันได้ นกบางตัวที่บินผ่านไปนออากาศอย่างรวดเร็วที่สุด เราก็จะไม่แลเห็นตัวนกนั้นเลย นอกจากได้ยินเสียงหรือไปในอากาศอย่างเดียวเท่านั้น ดวงจิตของคนเราที่แล่นออกจากร่างกายก็มีสภาพเช่นเดียวกัน

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า ดวงจิต คนเรานี้เป็นสิ่งที่มีอำนาจ มีกำลังและมีความศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่าสิ่งใด ๆ แต่ความหมุนเร็วของมันทำให้เรามองไม่เห็น เมื่อเราอยากจะเห็นจึงต้องทำให้มันหมุนช้า ๆ เมื่อช้าเข้า ๆ เราก็จัดให้มันหยุด เมื่อหยุดแล้วเรารู้สึกว่า ดวงจิตเป็นของไม่ตาย และเป็นของจริง มีความเย็น เมื่อจิตยังไม่หยุดมันก็เป็นความร้อน อาการร้อนนั้นก็คือดวงจิตมันหมุน เมื่อหมุนมาก ๆ ก็อาจเกิดไฟได้ ไฟนี้คือ “ราคคฺคินา โทสคฺคินา และโมหคฺคินา”

เมื่อคนหมุนไฟ 3 กองนี้ขึ้นในตัวแล้ว จิตก็จะวิ่งออกไปตามสายลวด 6 เส้น คือทางประสาทตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถ้าสายต่อสายมันไปขัดกันขึ้น ไฟก็จะเผาบ้านเผาเมืองพินาศ ถ้าไฟมันกำเริบในดวงจิตก็จะทำให้ประสาทต่าง ๆ เช่น ตา หู จมูก ลิ้น กาย มีความสึกรอ เป็นเหตุให้เกิดการเข้าใจผิดขึ้นในทางกาย ถ้าสายมันขัด คนสองคนก็กระทบกันยับเยิน เพราะคนเรานั้นมันหม้อไฟขึ้นแล้ว ก็ยังเอามือไปจับสายมันอีกด้วย เราจะต้องติดสายไฟตายเท่านั้น อันตรายจากสายไฟก็คือ มันติดกับตัว เชื่อมกันเกิดความร้อนและระเบิดเป็นไฟได้

ความหมุนเวียน เป็นการก่อสร้างธาตุให้เกิดความร้อน ความไม่สบาย เมื่อดวงจิตมันหมุนชนนี้ ก็ย่อมเกิดความมืดมนอนธการ ทำให้ตา หู จมูก ฯลฯ หลงผิดไม่เห็นความจริงของรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธรรมารมณ์ ท่านจึงสอนให้บำเพ็ญความสงบ โดยทำเครื่องถ่วง คือ “บุญกุศล” สิ่งที่จะถ่วงดวงจิตนั้นคืออะไร สิ่งที่จะถ่วงดวงจิตให้หมุนช้าลงนั้น ท่านได้สอนให้พากันหาก่อนหินใหญ่ ๆ คือ ทาน นำวัตถุโภคทรัพย์มาบริจาค คีต รักษา กายวาจาให้ปกติ และภาวนา การอบรมจิต ถ้าไม่มีความถ่วงหน่วงเหนี่ยวไปในทางบุญกุศล อันเป็นเหตุให้ดวงจิตหมุนช้าแล้ว ความร้อนก็จะไม่บรรเทาเบาบางลงได้ บางคราวความซั่มมันก็จะตึงไป บางคราวความดีมันก็จะตึงไป ความดีเปรียบเหมือนกระแสดวงผู้ ความชั่วเปรียบเหมือนกระแสดวงเมีย ดวงจิตนั้นก็จะแสวงหาความดีเป็นระยะ ๆ แต่กระนั้นก็ยังไม่สงบระงับทีเดียว พอมองเห็นลง ๆ เหมือนรถที่วิ่งช้าลงแต่ยังไม่หยุดนิ่ง

ให้พากันหาเครื่องสะกิดอีก 4 อย่าง คือ ทำกาย วาจา ใจ ไม่ให้เป็นไปในฉันทาคติ โทสาคติ โมหาคติ และ ภยาคติ ให้ดำเนินไปโดยความละมุนละม่อม อ่อนโยน สุขุม ไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่น นี่เป็นเครื่องสะกิดกันดวงจิตให้หมุนช้าลง จะเดินหน้าก็มีเครื่องติด 4 อย่าง จะเดินหลังก็มีเครื่องถ่วง 3 ก้อน ให้พากันมีหลักในการ ยืน เดิน นั่ง นอน พุด ทำ ฯลฯ นี่เป็นหลักของจิต คือการเจริญ “สมถกรรมฐาน” หรือ “วิปัสสนากรรมฐาน” ซึ่งท่านเรียกว่า “ภาวนา”

ดวงจิต เปรียบเหมือนกับตัวเครื่องจักร ถ้าเครื่องจักรมันหยุด เราก็จะจับสายพานได้ สัญญาต่าง ๆ เปรียบเหมือนกับสายพาน คือสัญญาอดีต อนาคต มันหมุนกลับไปกลับมา ดวงจิตก็ไม่มี ความรุ่มเย็น เพราะมีแต่ความหมุน เมื่อดวงจิตหมุนมันก็ย่อมเกิดความร้อน ถ้าหมุนจืด ๆ เข้าก็เกิดเป็นไฟ ไหม้ตัวเองแล้วก็ลุกลามไปถึงคนอื่น ท่านจึงสอนให้ทำความหยุดหมุน โดยการตัดสายพานออกเสีย ได้แก่ การเจริญสมถภาวนา ไม่ปล่อยใจให้หมุนไปตามกระแสของโลก เมื่อเราประกอบกิจการอยู่ในอิริยาบถใด ก็ให้ดวงใจประกอบอยู่ในอิริยาบถนั้น ๆ เปรียบเหมือนน้ำที่เป็นระลอกคลื่นอยู่ในมหาสมุทร ถ้าเราดักใส่ขันวางไว้ให้มันนิ่ง หรือแกว่งสารส้มให้มันใสแล้ว เราชะโงกหน้ามองดู ก็จะมองเห็นหน้าตาของเราได้ชัดเจน

ตามธรรมดา เราไม่เคยเห็นหน้าตาของตัวเองเลย ปาก แม้จะพูดอยู่ทุกวัน เราก็ไม่เคยแลเห็นว่ามันมีรูปร่างอย่างไร จมูก หายใจอยู่ทุกขณะ เราก็ไม่เคยแลเห็น หูก็ฟังเสียงต่าง ๆ อยู่ตลอดวัน แต่ก็ไม่รู้จึกว่ามันมีลักษณะอันใด ตา มองเห็นทุกสิ่งทุกอย่างได้สารพัด แต่ตัวของมันเอง มองไม่เห็น เหตุนี้เราจึงต้องอาศัยกระจกเงามาส่องดูเรา เราจึงจะสามารถมองเห็นหน้าตาของเราได้ ผู้มีปัญญาก็เปรียบเหมือนมีกระจกบานใหญ่สำหรับส่องดูตัวเอง เพราะปัญญาคือ “ความรู้แจ้ง” ซึ่งเกิดจากดวงจิตที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีคลื่น ไม่มีความหมุน

เมื่อจิตหยุดหมุน เกิดความสงบ ก็เป็นเหตุให้เกิด “ปัญญา” กลายเป็นวิชาขึ้น ในตน ได้แก่วิชา 3 วิชา 8 เช่น ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ มองเห็นตัวของตัวเอง จุตูป-
 ปาตญาณ เมื่อมองเห็นตัวของตัวเองพอสมควรแล้ว ก็เห็นคนอื่น และอาสวกัณขญาณ เห็นว่าส่วน
 ใดดี ส่วนใดชั่ว ส่วนใดเป็นบาป ส่วนใดเป็นบุญ ส่วนใดควรละ ส่วนใดควรเจริญ ส่วนใดเกิด
 และส่วนใดตาย เมื่อมีวิชาเกิดขึ้นในตนเช่นนี้ ก็เกิดความรู้แจ้งรู้เท่าทันในอัตรภาพร่างกายและ
 สังขารทั้งหลาย รากศุคินา โทสศุคินา และโมหศุคินา ไฟ 3 กองนี้ จะห่างเหินไปจากดวงใจ
 ใจก็หยุดหมุน เมื่อความหมุนไม่มี ไฟก็ดับ เกิดความเย็นเป็นสุข

เหตุนั้น ท่านจึงสอนให้พากันทำเครื่องถ่วงหลังและสะกดหน้า สำหรับกันดวงจิตให้หมุน
 ช้าลง ๆ จนหยุดหมุน เพื่อความร่มเย็นเป็นสุขสงบดังกล่าวนี้อแล้ว

มารยาท

วัดอโศการาม, 4 พฤศจิกายน 2501

1. เมื่อออกพรรษาแล้ว ทั้งพระและโยมต่างก็จะแยกทางกันไป การจากมียู่ 2 อย่าง คือ “จากเป็น” และ “จากตาย” การ “จากเป็น” ก็คือทางฝ่ายพระที่มองเห็นองค์เองว่าการอยู่ในหมู่คณะยังมีความบกพร่องในการประพฤติปฏิบัติ ไม่เจริญเคร่งครัดสมาธิก็หลีกตัวออกไปแสวงหาสถานที่วิเวกสงบสงัด เพื่อบำเพ็ญสมณธรรมให้เจริญยิ่งขึ้น ส่วนทางฝ่ายพวกโยมที่ได้พากันมาอยู่วัดบำเพ็ญศีล ภาวนา ตลอดไตรมาส ก็อำลาไปเยี่ยมบ้านเรือน ลูกหลาน และประกอบอาชีพการงานของตน ๆ ที่ได้ละมาชั่วคราวนั้นให้เจริญงอกงามต่อไป เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ควรที่จะนำข้อหลักธรรมอันตนได้มาศึกษาอบรมไว้แน่นติดตัวไปใช้สอยในทางที่ถูก เพื่อให้เกิดคุณเกิดประโยชน์แก่ตนเอง สถานที่ และสังคมนั้น ๆ ด้วย

2. คนเราจะไปอยู่ในแผ่นดินผืนไหนก็อย่าให้เสียแผ่นดินผืนนั้น คือใครจะเป็นคนดีจริงหรือไม่จริงก็ตาม จงอาศัยความดีของตนไว้ อย่าขายชั่ว เพราะความชื่อนั้นตัวเราเองก็ไม่ชอบ และคนอื่นเขาก็ไม่ชอบเหมือนกัน

3. เราไปอยู่ที่ไหน ที่นั่นก็เป็นบ้านของเรา เราไปนอนที่ไหน ที่นั่นก็เป็นบ้านของเรา และเราไปกินที่ไหน ที่นั่นก็เป็นบ้านของเรา ต้องพากันนี้กันอย่างนี้ จึงจะมีความสุขความเจริญในการอยู่และการไป

4. คนมีความดี แต่ไม่รู้จักใช้ก็กลายเป็นโทษ เพราะไม่มีปัญญา ฉะนั้นคนโง่แม้มีความดีก็ยังเป็นบาป ส่วนคนฉลาดย่อมรู้จักใช้ความดีให้เป็นคุณประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นด้วย

5. อธยาศัย ใจคอ และมารยาท เรียกว่า “อภิสมาจาร” เป็นสิ่งสำคัญส่วนหนึ่งสำหรับบุคคล ถึงแม้เราจะเป็นคนดี แต่อธยาศัยใจคอไม่ดีก็เป็นโทษ ถ้าธยาศัยใจคอดี ก็เป็นคุณเพิ่มขึ้นอีกหลายเท่า (ยกตัวอย่างเรื่องสามเณรผู้รักษาความดี จนสามารถทำให้โจรห้าร้อยกลับใจเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนาได้)

6. “มรรยาท” คือการทำความดีโดยละมุนละม่อม เพื่อเชื่อมสามัคคีคนชั่ว และการพูดความดี โดยละมุนละม่อม เพื่อเชื่อมสามัคคีคนชั่ว

7. ความเจริญ ไม่ได้เกิดด้วยการพูด แต่เกิดด้วยมรรยาท ความประพฤติ และอัธยาศัยใจคอ นี่แหละเป็นลักษณะเครื่องหมายของ คนดี

8. ถ้าตัวเราเป็นคนดีอย่างเดียว อะไร ๆ ก็ยอมดีไปหมดทุกอย่าง เช่นพระพุทธเจ้าของเรา นั้น เมื่อพระองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว แม้บริวารต่าง ๆ ของพระองค์ มีบาตร จีวร หมอน กลด ย่าม ฯลฯ เป็นต้น เขาก็ยังนำมาบรรจุไว้ในริโคเจติยให้คนบูชากราบไหว้กัน ถ้าเราเป็นคนเลวอย่างเดียว อย่างอื่นมันก็เลยไปหมดทุกอย่าง

9. คติของเจ้าของเอง (คือองค์ท่านพ่อ) มีอยู่ว่า “ทำตัวของเราให้ดีที่สุดแล้วอย่างอื่นก็จะต้องดีไปตามเรา” ถ้าคนเราไม่ทิ้งตัวเองไปเอาข้างนอก ๆ เสีย เราก็ต้องดี ฉะนั้นอย่าพากันทิ้งตัวเอง จงทำดีให้สมใจของตัวเถิด

10. มติทางโลกนั้นเชื่อว่า “จะดีหรือไม่ดีก็ช่าง ให้มันมีเงินมาก ๆ แล้วเป็นดี” ตรงกันข้ามกับทางธรรมซึ่งท่านเห็นว่า “จะมีหรือจนก็ช่างเถิด ขอให้เป็นคนดีก็แล้วกัน”

11. ถ้าตัวเราดีแล้ว นิ่งนิ่ง ๆ เงย ๆ มันก็ดี ถ้าตัวเราเป็นโรคเรื้อนคุดทะราดสิ พอไหวตัวแมลงวันก็อื้อเลย ถ้าตัวเราบริสุทธิ์ผุดผ่องไม่มีบาดแผล แมลงวันมันก็ไม่มาตอมได้

12. ความดี ถ้าใช้ไม่เป็นก็เป็นโทษเป็นบาป เหมือนกับเงินที่เป็นของดี แต่จ่ายไม่เป็นก็ขาดทุน หรือมิดคมถ้าเราใช้ไม่เป็น มันก็กลายเป็นโทษ เช่นแอมิดไปฆ่าเขาตาย เมื่อเขาจับได้ตัวเองก็ต้องติดคุก หรือถูกประหารชีวิต มิดนั้นก็กลายเป็นอาวุธฆ่าตัวของตัวเอง

13. สมบัติของคนเรา ก็มีอยู่ 4 อย่าง คือ ความดีที่เป็นไปในทางกายกรรม ความดีที่เป็นไปในทางวจีกรรม ความดีที่เป็นไปในทางมรรยาท และความดีที่เป็นไปในทางดวงจิต ฉะนั้น เราจึงควรที่จะต้องพากันรักษาสมบัติทั้ง 4 อย่างนี้ไว้ให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้

14. คนเราโดยมากมีของดีแล้วไม่ค่อยจะนำออกใช้ ชอบเอาแต่ของไม่ดี เสีย ๆ หาย ๆ ออกมาใช้กัน จึงเป็นสิ่งที่ไม่น่าดูน่าชม ชอบเก็บความดีไว้แล้วก็นำออกใช้แต่ความชั่ว เหมือนข้าวของถ้วยชามในบ้านของเราที่สวย ๆ งาม ๆ ก็เก็บใส่ตู้ไว้ ที่ไหนแตก หัก บิ่น ร้าว ก็มักชอบนำมาใช้ที่ตี ๆ ก็เสียตายกล้วมันจะแตก เสื้อผ้าดี ๆ ก็ไม่กล้าใช้ กล้วมันจะเก่าจะขาดเร็ว ในที่สุดก็เก็บไว้ใน

ตู้หรือในหีบจนขึ้นราเป็นดอกเป็นดวง ดำ ๆ ต่าง ๆ บางคนเก็บไว้นานจนเปื่อยยุ่ยใช้ไม่ได้เลย ต้องกลายเป็นผ้าขี้ริ้วก็มี นั่นแหละของดีนั้นก็เลยไม่ได้ใช้ประโยชน์อันใดให้สมกับค่า ความดีมีแล้วไม่ใช้ก็หาคุณประโยชน์แก่ตัวเองและผู้อื่นมิได้เช่นเดียวกัน เหมือนกับมิดที่เก็บไว้นานเป็นสนิม จะนำมาใช้ตัดหรือหั่นอะไรรับประทาน สนิมนั้นก็กลายเป็นพิษให้โทษแก่ร่างกาย ถ้าบาดมือหรือบาดเท้าเข้าก็อาจเป็นบาดทะยักถึงตายเลย

15. “คนฉลาด” ดีชั่วใช้ได้ทั้งนั้นไม่มีโทษ แม้พระอรหันต์ท่านก็ยังใช้กิเลสของท่านให้เป็นคุณประโยชน์ได้ นักปราชญ์พูดหยาบ ก็เป็นบุญกุศล คนพาลพูดดีก็เป็นบาป ยิ่งพูดไม่ดียิ่งซ้ำร้ายใหญ่ คนพูดหยาบกลายเป็นบุญกุศลนั้น ยกตัวอย่างเช่นเจ้าคุณพระอุบาลีฯ สิริจนโท (จันทร์) ครั้งหนึ่งท่านได้รับนิมนต์เข้าไปเทศน์งานสดมวาร พระศพเจ้านายพระองค์หนึ่งในวัง พระศพนั้นเพิ่งจะสิ้นใหม่ ๆ ก็ยังทำความเศร้าโศกาลัยให้แก่หมู่พระประยูรญาติทั้งหลายเป็นอันมาก วันก่อน ๆ มากก็ได้เคยนิมนต์พระซึ่งเป็นเจ้าคุณใหญ่ ๆ ในวัดเทพศิรินทร์ฯ ไปถวายเทศน์เป็นประจำอยู่แล้ว ท่านเจ้าคุณต่าง ๆ เหล่านั้นก็ได้แสดงโอวาทพรรณนาถึงคุณสมบัติของผ้าขาวขมิ้น อันเป็นที่น่ารักน่าอาลัยเสียดาย ซึ่งควรจะได้อำยุมกระทำคุณงามความดีต่อไปอีก ก็มาดวนทั้งโลกไปเสียในเวลาอันยังมีควร เป็นเหตุให้พระประยูรญาติเหล่านั้นยิ่งพากันโศกเศร้ากันมากยิ่งขึ้น ครั้นพอถึงวาระที่ท่านเจ้าคุณอุบาลีฯ ไปถวายเทศน์ท่านก็หาได้รำพันความในทำนองเดียวกันนั้นไม่ ขึ้นต้นก็เริ่มแสดงถึง “กายคตาสติ” ให้เห็นความปฏิกลนนำเกลียดและเห็นทุกข์เห็นโทษโดยประการต่าง ๆ ในร่างกาย ซึ่งล้วนแต่เป็นสิ่งที่โสโครกสกปรกไม่น่าดูน่าชมทั้งสิ้น เช่น ขี้หู ขี้ตา ขี้ฟัน ขี้เหงื่อ ขี้ไคล ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น เวลาตายแล้วก็ไม่เห็นมีอะไรดีสักอย่าง แล้วก็มานั่งร้องไห้อาลัยรักกันจนขี้มูกย่อยลงมาถึงคาง น้ำตาก็ไหลเป็นทางลงมาอาบแก้ม หน้าตาเปราะเอละเทอะแลดูไม่สวยไม่งามเลย ทำให้พระประยูรญาติที่กำลังเศร้าโศกกันแสงอยู่นั้นเกิดความละอายใจ หยุดจากบริเวณอาการเสียได้ในทันที และต่อจากนั้นก็พากันชื่นชมโสมนัสเลื่อมใสในองค์ท่านและคำเทศนาของท่านเป็นอย่างมาก ถึงกับคุณหญิงคุณนายและพวกผู้ดีชั้นสูง ๆ บางคนในสมัยนั้นได้พากันพูดว่า “อยู่บ้านไม่มีคนดำ ต้องพากันไปวัดให้เจ้าคุณอุบาลีฯ ท่านดำแล้วสบายใจ” ดังนั้นก็มี เหตุนี้ท่านจึงว่าคน “ดำเป็น” นั้นเป็น “มหาบัณฑิต” คนมีปัญญาจะพูดอะไรก็เป็นบุญเป็นกุศล เพราะรู้จักการพูดให้ถูกกาล ถูกเวลา สถานที่ บุคคล และสังคม สิ่งใดที่จะเกิดประโยชน์แม้เป็นคำไม่ดีไม่เพราะก็ควรพูด ถ้าสิ่งใดไม่เกิดประโยชน์แล้ว ถึงจะเป็นคำดีก็ไม่พูด

16. คนพูดดี ก็เป็นน้ำเย็นรดหัวใจให้ชื่นบาน เป็นยาบำรุงหัวใจซึ่งกันและกัน และยังเป็นเครื่องบำรุงศาสนาให้รุ่งเรืองด้วย ถ้าพูดไม่ดีก็เป็นน้ำร้อนน้ำกรดมาสังหารซึ่งกันและกัน คนพูดไม่ดีก็เท่ากับตัดริมฝีปากของตัวเอง คือทำลายตนและฆ่าผู้อื่นด้วย ยิ่งฆ่าครูบาอาจารย์ยิ่งซ้ำร้ายใหญ่

17. ท่านว่า “คนดี” นั้นเป็น “สุตโต สุวาคโต” คือไปก็ดี มาก็ดี ไปถึงที่ไหน ๆ ก็มีคนรัก

ต้อนรับ อาลัย คิดถึง ไม่มีเวรภัยและศัตรู มีแต่คนเคารพนับถือฯ

18. คนสวยคนงาม นั้นมีอยู่ 2 อย่าง คือ 1. “งามภายนอก” ได้แก่สวรูป สวยกิริยา วาจา ความประพฤติ 2. “งามภายใน” อย่างนี้งามตลอดชาติ คือ งามด้วยศีลบริสุทธิ์ ได้แก่ อธิษาศัยใจคอ และมรรยาททางจิตใจฯ

19. บางคนรักชาติ แต่กาย วาจา ใจ ไม่สงบ ไม่สำรวมระวัง ก็จัดเป็นคนงามยังไม่ได้ มีเรื่องเล่าว่าในสมัยพุทธกาลนานมานั้น ครั้งหนึ่งได้มีพิธีนักขัตฤกษ์ตามประเพณีโคมไฟในวัดวาอาราม ต่าง ๆ คล้ายกับวันวิสาขบูชา หรือมาฆบูชาของเรานี้ พวกนักบวชและประชาชนชาวบ้านต่างก็พากันมาประกอบพิธีร่วมกัน ครั้งนั้นได้มีนางภิกษุณีผู้สำเร็จอรหัตตผลองค์หนึ่ง เมื่อได้เวียนประทักษิณ รอบลานพระเจดีย์ และต้นศรีมหาโพธิ์แล้ว นางก็เดินเลยตรงไปข้างหน้า และได้มีชายพาลกักขฬะ คนหนึ่งเดินตามหลังไป เมื่อนางเดินไปก็ได้อ้อมลงบ้วนน้ำลาย หรือจะเป็นน้ำหมากอย่างที่เราเห็นกันนี้แหละ ที่ตรงริมทางเดิน ชายนั้นได้แลเห็นก็เกิดความไม่พอใจ คิดโกรธนางภิกษุณี องค์นั้น และนึกอยากจะทำอะไรต่ออย่าปากนางสัก 2-3 ที แต่ก็ทำไม่ได้ ด้วยนิสัยเป็นพาล จึงเดินตรงเข้าไป และเอาเท้าของตัวเหยียบลงบนกองน้ำลายที่นางบ้วนนั้น โดยคิดเสมือนว่าตัวได้เหยียบลงไปที่ปากของนางพร้อมกับกล่าวคำบริภาษว่า “นางโสเภณีคนใดช่างมาบ้วนน้ำลายไว้ ให้เราเหยียบย่าง ณ ที่ตรงนี้” ผลแห่งวจีกรรมที่ได้กล่าวตู่หานางภิกษุณีผู้เป็นอรหัตตผลนั้นเอง ได้ส่งผลให้ตนตายไปเกิดอยู่ในนรกถึง 500 ชาติ และได้กลับมาเกิดเป็นหญิงโสเภณีอีก 500 ชาติ จนต่อมาชาติสุดท้ายได้มาเกิดในสมัยพระพุทธเจ้าของเรา นี้ก็ได้เป็นนางที่มีรูปสวยงามมากชื่อนาง “สิริมา” อันจะหานางใดมีความสวยงามเสมอเหมือนนางมิได้เลย ชายใดได้เห็นแล้วก็มีความหลงใหลในรูปโฉม อยากได้นางมาเป็นภรรยาของตน จนในที่สุดก็ได้มีพระราช 2 องค์มาหลงรัก และต่างก็จะแย่งนางขอไปเป็นมเหสี แต่นางสิริมาก็มีความสามารถจะตัดสินใจไปแต่งงานกับองค์ไหนได้ เลยผลสุดท้ายพระราชทั้งสองนั้นก็ต้องสร้างปราสาทให้นางอยู่คนละหลัง แล้วก็ให้นางผลัดเปลี่ยนไปอยู่ให้แห่งละ 7 วัน นางสิริมาก็เลยต้องคงอยู่ในลักษณะของโสเภณีอย่างเดิมนั่นเอง จะแต่งงานกับชายคนใดก็ไม่ได้จนกระทั่งทำกาลกิริยา (ตาย) นี่แสดงให้เห็นผลแห่งกรรมได้ดี ที่ได้แสดงกิริยาและ วาจาที่กล่าวร้ายในพระภิกษุณีผู้เป็นอรหัตตผลนั้นด้วยจิตใจที่เป็นโทษและเป็นบาปอกุศลฯ

20. เรื่องของศาสนา เป็นเรื่องของ “หัวใจ” อย่าไปดูกันที่ตามดิน ตามหญ้า หรือตามวัดตามวา ตามโบสถ์ วิหาร ถึงใครจะทำดีด้วยกาย วาจา ก็ยังเป็นเรื่องของโลก เรื่องของศาสนาเป็นเรื่องหนึ่ง ๆ สงบเรียบ ไม่วุ่นวาย ท่านหมายถึงดวงจิตที่บริสุทธิ์ผุดผ่องไม่เศร้าหมอง ความดีนั้นไม่ต้องทำอะไรมากมายดอก นั่งเฉย ๆ มันก็บริสุทธิ์ ยกตัวอย่างเรื่องสามเณรน้อยผู้มีมรรยาทสงบเสงี่ยมองค์หนึ่ง เวลาเช้า ๆ เมื่อได้เดินบิณฑบาตเข้าไปในบ้านเศรษฐีสามีภริยาบ้านหนึ่ง ซึ่งเป็นคนชั่วตระหนี่นั้น เขาจะใส่อาหารหรือไม่ใส่ก็ตาม สามเณรน้อยก็ได้กังวลหรือ

ปริปากพูดแต่อย่างใด เมื่อกลับออกมาบาตรเปล่า ก็ค่อย ๆ เดินต่อไปด้วยความใจเย็นไม่รีบร้อน ภริยาเศรษฐีก็สะกดรอยตามไปห่าง ๆ จนไปถึงสถานที่แห่งหนึ่ง สามเณรเกิดปวดปัสสาวะก็ค่อย ๆ วางบาตรลง และใช้เท้าเขี่ยใบไม้ออกไปแล้ว แหวกดินลงให้เป็นแอ่ง พอไม่ให้น้ำไหลได้ ก่อนจะนั่งลงถ่ายปัสสาวะก็เหลียวมองดูรอบ ๆ ตัว ทั้งซ้ายขวาหน้าหลัง เมื่อไม่เห็นมีใครจะเดินผ่านมาแล้ว จึงค่อยทรุดตัวลงนั่งอย่างเรียบร้อย พอถ่ายเสร็จแล้วก็ใช้เท้าขุดดินลงกลบเสียและเอาใบไม้ปิดไว้ตามเดิม แล้วจึงถือบาตรเดินสำรวจต่อไป ฝ่ายภริยาของเศรษฐีที่เดินตามมาดูได้มองเห็นมรรยาทของสามเณรเช่นนั้น ก็เกิดความสงสัยว่าสามเณรคงจะทำการฝังสิ่งของอันมีค่าอะไรไว้เป็นแน่ จึงค่อย ๆ เดินตรงมายังที่นั้น และใช้มือควักดินลงไป ในหลุมตรงที่สามเณรกลบไว้หีบขึ้นมามองดู จึงทราบว่าเป็นปัสสาวะที่สามเณรน้อยองค์นี้ได้รับการปัสสาวะของตนราวกับว่าเป็นทองคำ ถ้าหากว่าเป็นของที่มีค่ายิ่งกว่านี้แล้ว สามเณรน้อยจะรักษาไว้ดีสักเพียงไหน นิสสัยอย่างนี้น่าจะได้มาเป็นบุตรบุญธรรมของเรายิ่งนัก คงจะรักษาทรัพย์สมบัติของเรามีให้เสื่อมสูญได้เป็นแน่ เศรษฐีผู้สามีก็เกิดความเลื่อมใสจึงให้คนไปนิมนต์สามเณรน้อยนั้นเข้าไปในบ้าน และแจ้งความประสงค์ของตนให้ท่านทราบโดยตลอด สามเณรก็ปฏิเสธในการที่จะเป็นทายาทของเศรษฐีนั้นและได้แสดงธรรมโปรดทั้งสามีภริยาให้เห็นอานิสงส์ของการบริจาคทานวัตถุสิ่งของและรักษาศีลภาวนา เศรษฐีคนสามีภริยานั้น ก็มีความซาบซึ้งจับใจเป็นอย่างยิ่ง คลายความตระหนี่เหนียวแน่น และขอสมათานเข้าถึงไตรสรณาคมนี้ตั้งแต่วันนั้นมา จนในที่สุดก็ได้บำเพ็ญตบะอยู่ในศีลภาวนามีสัมมาปฏิบัติจนได้บรรลุเห็นธรรมทั้ง 2 คน ครั้นต่อมาก็ได้บริจาคทรัพย์อีกเป็นจำนวนมาก สร้างพระเจดีย์ไว้ให้ครอบงำตรงที่ซึ่งสามเณรถ่ายปัสสาวะนั้น เพื่อเป็นอนุสรณ์ให้นึกถึงความดีของตนที่เกิดจากกองปัสสาวะที่สามเณรน้อยได้เป็นผู้ประสิทธิ์ประสาทไว้ให้ในครั้งนั้น นี่แหละมรรยาทที่ดีเยี่ยมเป็นเครื่องส่งเสริมพระพุทธศาสนา ได้ตั้งนิทานที่ยกมาแล้วให้ฟังนี้ ฯ

เรื่องของศาสนา คือ “สัจจตปปริโยทปน” การทำดวงจิตให้สะอาดบริสุทธิ์ขาวรอบ “เอตํ พุทธศาสน” นี่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ฯ

11 พุทธจิตถายน 2501

1. ธรรมะ เป็นของจริง การที่เราไม่เห็นของจริง ก็เพราะความหมุ่นเวียนของตัวเรา เช่น เราขึ้นรถไปย้อมไม่เห็นของใกล้เคียงได้ถนัดชัดเจน เช่น ก้อนหินที่พื้นดิน จะโตหรือเล็กเท่าไร สีอะไร เห็นภูเขา ต้นไม้ ทุ่งนา ก็หมุ่นไปหมด ถ้าเราเกิดมาก็ขึ้นรถเรื่อยไม่เคยหยุดพักเดินเลย เราจะต้องบอกว่า “รถก็วิ่ง ต้นไม้ก็วิ่ง ภูเขาก็วิ่ง” แต่ ความหมุ่น กับ ความจริง นั้นมันไม่ตรงกัน ความวิ่งนั้นอยู่ที่ “เรา” กับ “รถ” ไม่ใช่อยู่ที่ต้นไม้และภูเขา

2. “ธรรมะ” ทั้งหลายเป็นของยืนตัวอยู่ จึงเรียกว่า “ความจริง” ถ้าสิ่งใดไม่จริงสิ่งนั้นย่อมไม่ใช่ ธรรมะ ในทางธรรมนี้จุดสำคัญซึ่งพระพุทธเจ้าทรงประสงค์อย่างยิ่ง ก็คือทาง “ปัญญา” ความสงบเยือกเย็น พระองค์ก็ไม่ทรงประสงค์ เพราะมันสงบไม่จริง สบายไม่จริง เย็นไม่จริง ยังมีร้อนเจือปน ความสุขอันยิ่งนั้น มันเหนือปัญญาขึ้นไปอีก

3. คนเรานั้น ถ้าสุขสบายแล้วก็มักประมาท และไม่ใคร่มีปัญหา ตัวอย่างประเทศญี่ปุ่น เป็นเมืองที่อึดคั้มมาก จะปลุกผลหมากรากไม้ก็ไม่งาม แผ่นดินก็เต็มไปด้วยภูเขาไฟ ซึ่งมีการระเบิดบ่อย ๆ ครั้งจนคนนอนตาไม่หลับ ทำให้ต้องชวนขายระมัดระวังตัว คอยหนีภัยอยู่เสมอ จึงทำให้เป็นผู้ตื่นตัวมีปัญหา แก้ไขความทุกข์ยากของตนและประเทศชาติให้ไปสู่ความเจริญ คนมีสุขมากแล้วมักโง่ เพราะไม่รู้จักชวนขายหาวิธีกำจัดทุกข์

4. คนทุกคนนี้เรียนมาก แต่โง่ โง่ยังโง่ โง่เพราะจะหุงข้าวกินเอง เย็บเสื้อผ้า และซักเสื้อผ้าของตัวเองก็ไม่เป็น นี่ไม่ใช่คนเหตุผล คือสิ่งที่สะดวกสบายนี้คนต้องการ แต่ทำเองไม่ได้ ต้องไปจ้างเขาทำ ลักษณะอย่างนี้ย่อมเป็นทุกข์ ก่อความยุ่งยากให้แก่ตัวเอง คน 70 เปอร์เซนต์หาว่าพวกต่างชาติเขามาแย่งทำกิน ก็เพราะตัวไม่มีปัญญา ทำความสุขแก่หัวแม่เท้าของตัวเองไม่ทำ กลับไปมองไกล ๆ คนอื่นเขาวี้งต้นทำทุกอย่าง เพื่อความสุขแก่ตัวเขา ตัวเองนั้นแหละมันก่อความยุ่งให้เสียหายแก่ครอบครัวของตัวเอง เมื่อความทุกข์เกิดขึ้นก็เป็นทางนำมาซึ่งความทุกข์ิต กินแล้วก็ลูกไปไม่เก็บล้าง มีแต่ปัญหาคิน จะดีได้อย่างไร เหตุนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรง

แสดงธรรมทั้งเหตุและผล คือพูดถึงสิ่งรอบตัวเรา ถ้าดีแล้วมันก็แผ่ไปถึงลูกเจ้าหลานเหลน เหตุใดที่จะเป็นความสงบระงับสบายแก่ตัวเรา เหตุนี้ที่เราก็ต้องทำ แล้วผลก็จะตามมาภายหลัง

5. คีล เป็นเหตุแห่ง สมภาสิ สมภาสิ เป็นเหตุแห่ง ปัญญา ความทุกข์ เกิดจาก สมุทัย สมุทัย เกิดจากอะไร ก็เกิดจาก ความโง่เขลา นี่แหละ ความโง่เกิดขึ้นทุกด้านทุกมุม มหันตภัย-ทุกข์จึงเกิดขึ้น เมื่อสมุทัยมันเกิดกำเริบขึ้น มันก็ก่อวินาศภัยให้คนทั่วไป เหตุนี้จึงให้พากันบำเพ็ญเหตุแห่งความระงับสบาย เพื่อขจัดภัยต่าง ๆ เหล่านี้ เพราะเมื่อความขัดข้องเกิดขึ้นดวงจิตของเราก็อมหมุ่นเวียนไปต่าง ๆ อันเป็นความทุกข์ จึงให้คอยสำรวจตัวเราทุกโอกาสและเวลา ถ้าเราเกิดความไม่ระงับสบายขึ้นวันใด ก็จงถามตัวเองดู ลองสาวขึ้นไปหาเหตุที่มาของมันว่า วันนี้ตั้งแต่เข้ามาเราทำอะไรบ้าง ดวงจิตเราคิดนึกอะไรบ้าง ถ้าเราพินิจไม่ไม่ขาด เราต้องดูมีดของเราวามันบิ่นหรือเปล่า ถ้าเราจะเอาฟันไปกัด มันก็ไม่สำเร็จเป็นผลปรากฏ เราต้องสาวไปหาเหตุ จึงจะรู้วิธีแก้ไขได้ แล้วมันก็จะหายขัดข้อง

6. ความรู้ นี่ต้องอาศัยปัญญาที่เกิดขึ้นในตัวเอง ปัญญาอย่างอ่อนหรืออย่างต่ำ คือไม่รู้เหตุและไม่รู้ผล, อย่างกลาง รู้เหตุแต่ไม่รู้ผล, อย่างสูง รู้เหตุก่อนผล คือทำแล้วจะได้รับผลอย่างใดก็รู้ได้ คนเราก่อนจะเกิดเหตุก็ไม่รู้ จึงได้รับแต่ผลที่ไม่ดี เมื่อเราต้องการความเจริญก็ต้องทำเหตุแห่งความระงับสบาย คือการเจริญกรรมฐาน อยู่ในองค์อริยมรรค

7. สัมมากัมมันโต การงานชอบ เป็นเหตุแห่งความระงับสบาย การงานของเราอย่างนี้ ถ้าจะกล่าวก็มากมาย ความตั้งอยู่แห่งร่างกายก็เรียกว่า การงาน การไหวตัวก็เรียกว่า การงาน การงานของโลกต้องวิ่งต้องหยิบจับ ต้องทำด้วยกาย แต่การงานทางธรรมนั้นนิ่งนิ่ง ๆ ก็เป็น การงาน นอนก็เป็นการทำงานอันหนึ่ง เราจะนั่ง นอน ยืน เดิน ทุกอิริยาบถ ย่อมเรียกว่า การงาน ทั้งนั้น เมื่อการงานของเราถูกต้องโดยดี เราก็ระงับสบาย แล้วความทุกข์จะมีมาได้อย่างไร ที่เป็นความทุกข์ก็เพราะการงานมันผิด “เป็นมิฉนากัมมันตะ” คือ นั่ง นอน ยืน เดิน มันผิดธรรม เมื่อไปประกอบการทำงานอย่างอื่น มันก็ต้องผิดไปด้วย เหตุนี้พระพุทธรเจ้าจึงทรงปรับปรุงมรรยาบทในการยืน เดิน นั่ง นอน ของพระองค์ให้สะอาดบริสุทธิ์ด้วยเจตนา ทางดวงจิตท่านหมายเอา “สมถกรรมฐาน” ถ้าดวงจิตสั่งงานกายแล้ว ตัวเองไม่ทำ ก็ไม่บรรลุความสำเร็จ กายมันทำเองไม่ได้ จิตต้องทำงานด้วย มิฉะนั้นมรรยาบทมันจะบังคับจิตภายหลัง เช่น นั่งแล้วไม่ถูก ฯลฯ อย่างนี้เป็นต้น

8. “มิฉนากัมมันตะ” การงานผิด คือตัว “กามวิตก” ดริกไปใน พัสตูกาม ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งดวงจิต กิเลสกาม รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ มันผสมกันขึ้นในตัวเอง

ลำพังกายหรือจิตอย่างเดียวมันไม่เกิด ดวงจิตมันต้องการจึงเรียกว่า “โลภะ” นี่ก็อยากให้มีมัน ก็ไม่ได้ อย่างนี้ ก็เกิดเป็น “โทสะ” ถ้านึกโมโหขึ้นในดวงจิต ก็เกิดเป็น “โมหะ” ตัวอย่าง สามิภรรยาคนหนึ่ง เกิดทะเลาะทุ่มเถียงกัน สามิภรรยาบอกว่า โสรงุ่นออกจากบ้าน แต่ความโมโหไม่ทันได้ดูให้ดี ก็ไปคว้าเอาผ้าขึ้นภรรยาสวมเข้าไปโดยไม่พิจารณาดู จนออกไปถึงนอกบ้านแล้วจึงรู้ นี่เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริง ๆ ไม่ใช่นิทาน

9. วิตก มาตัวกามตัณหา วิจาร มาตัวพยาบาทะ วิจารมี 2 อย่าง คือ 1. วิจารตรวจ ลมหายใจเข้าออก 2. วิจารตรวจลมภายใน วิจารจนตีแผ่ออกไปถึงธาตุต่าง ๆ จนลิ้มพยาบาท ถ้ากายอึดใจอึด มันก็เป็นสุข ปิติ และ สุข เป็นผลที่เกิดจาก วิตก วิจาร จึงเป็น สัมมากรรมันตะ เหล่านี้มันก็อยู่กับเหตุผลเรื่อยไป

10. ทุกข์ มันเกิดขึ้นจาก “กิณ” นี่แหละ กิณคือทุกข์อย่างไร เพราะมันกินไม่อิ่ม กายก็ไม่อิ่ม ใจก็ไม่อิ่ม ไม่พอใจอารมณ์ จึงเกิดความหิว กลายเป็น ทุกข์ใจ บางครั้งก็อยู่กับเหตุ คือ “วิเวก” คนเดียวไม่คำนึงถึงผล บางครั้งก็อยู่กับผล คือ “วิหการธรรม” ถึงการงานที่ทำไป จะเหน็ดเหนื่อยยากลำบากก็ไม่กังวล จิตอยู่กับความสบายเรื่อย การสิ่งใดควรอยู่กับเหตุก็อยู่กับเหตุ ควรใดควรอยู่กับผลก็อยู่กับผล นี่เรียกว่า “รู้ทำด้วยเหตุผล” ไม่อยู่กับอารมณ์ใดในโลก อยู่กับ “ธรรม” อย่างเดียว คือความสบาย การงานเหนื่อยก็ช่างมัน ไม่ยุ่งเกี่ยว ทำใจสบาย ความสบายเป็นเหตุให้จิตไม่ดิ้นรน เกิดความสงบเป็น “วิปัสสนาญาณ” การงานของเราก็เป็นวิปัสสนากรรมฐาน คือ พิจารณาธาตุว่า ตากับรูปกระทบกันขึ้น มันเกิดยินดียินร้าย แล้วมันก็จะที่เสื่อมและดับไป รูปเป็นธาตุมันก็ไหว ตาเป็นธาตุมันก็ไหว เกิดวิญญาณธาตุไหวตัว คือ “รู้” คนมีปัญญาจึงจะรู้ความไหวตัว อายตนะก็เหมือนกัน สรุปลงแล้วมันก็ตกอยู่ในอนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะ ทั้ง 3 อย่าง

11. “ความสุข” ในทางบัญญัติ เป็น “ของเท็จ” ในทางธรรม, ความสุขในทางปรมาตม เป็น “ของจริง” ในทางธรรม

วัดอโศการาม 17 มกราคม 2502

1. ดวงใจ ที่จะไปเบียดเบียนคนอื่นนั้น มันจะต้องมีหนทางเสียก่อน คือ เพราะเราเบียดเบียนตนของตนเองแล้ว มันจึงเป็นหนทางในบ้านที่จะเดินออกไปเบียดเบียนคนอื่นถึงนอกบ้านด้วย ฯ

2. วิหิงสาสังกัปปो นี้เป็นการเบียดเบียนตนเองอย่างหนัก อย่างเบาก็คือทำลายโอกาส และเวลาที่จะทำความดี ต้องรีบทำลายเสียด้วย อวิหิงสาสังกัปปो คือ สมาธิ เปรียบเหมือนเราเห็นว่านาของเรายังมีที่ว่างอยู่มาก การทำกินก็ยังไม่เพียงพอ เราจะต้องกระโดดออกไปกลางทุ่งแจ้ง ๆ เพื่อผลักดินตนของตนออกไปให้ทำความดีในโอกาสนั้นให้เต็มที่ ฯ

3. เนกขัมมะสังกัปปो คือ ความสบายในการวิเวกสงบสัจ อพฺยาปาตะสังกัปปो เรื่องสิ่งไม่ดีของตัวและคนอื่นไม่ต้องไปคิดถึง อวิหิงสาสังกัปปो ไม่เบียดเบียนตนเองให้เดือดร้อน คือ 1. ไม่คิดถึงความเสียหายของตนเอง ซึ่งจะทำให้จิตตก 2. เมื่อคิดถึงสิ่งไม่ดีของตนเองแล้ว มันก็จะลามออกไปคิดถึงสิ่งไม่ดีของคนอื่นด้วย เหตุนี้ให้นักปราชญ์ ท่านจึงยกจิตให้ขึ้นสู่ความดีเสียก่อนเพื่อให้เกิดความรักความเมตตาในตนของตนเอง แล้วมันจะได้รักและเมตตาคนอื่นต่อไป เมื่อดวงจิตของเรามีกำลัง 3 อย่างนี้ ก็เปรียบเหมือนโตะที่มี 3 ขา ย่อมสามารถหมุนไปได้ทั้ง 4 ทิศ 8 ทิศ หรือเมื่อดวงจิตหมุนขึ้นสู่ที่สูงอย่างนั้นแล้ว ก็สามารถจะถ่ายภาพทั้งข้างบนข้างล่าง เข้าในกล้อง เกิดปัญญามีแสงสว่างเป็นแว่นแก้ว หรือเป็นกล้องขยายได้ทุก ๆ ส่วน ซึ่งเรียกว่า ญาณ สามารถรู้ทุกอย่างในโลก เป็นโลกวิทู ปัญญาไม่ใช่ปัญญาสามัญหรือวิชาสามัญ แต่เป็นวิชาพิเศษ เป็นวิชาในองค์อริยมรรค ตาก็จะเกิดขึ้นในใจเป็น 3 ตา เพื่อดูสิ่งเขียวแดงสูงต่ำในโลก โลกีย์ เป็นกิฬาสสำหรับนักปราชญ์ ตาในดูธรรมะซึ่งมีทั้งข้างหน้าข้างหลังเบื้องบนเบื้องต่ำและท่ามกลาง สามารถรู้จักเหลี่ยมมุมของความดีความชั่ว เรียกว่าตัว ปัญญา เราก็จะสบาย มีความสุขไม่มีทุกข์แทรกแซงเลย เรียกว่า วิชาจรณสัมปັນโน สมบูรณ์ด้วยวิชา คนมีปัญญาอยู่ในดวงจิตย่อมช่วยชาติศาสนาได้ เหมือนชาวนาที่ปลูกข้าวให้เป็นสินค้าทั้งในประเทศและนอกประเทศ อันเป็นกำลังแก่ชาติฉะนั้น ถ้าผู้ใดไม่มีก็จะทำลายศาสนาให้เสื่อมลง เมื่อตัวของตัวทำตัวแปลก ก็จะต้องทำให้แปลกถึงคนอื่นด้วย คือ ตัวเองนิดเดียวก็ไม่มีความดี มีแต่กิเลสตัณหา ก็ย่อมจะทำความชั่วล้างตัวเองจนหมดสิ้น แล้วก็จะกระจายไปล้างคนอื่นทั่วบ้านทั่วเมือง เมื่อผู้ใด

มีธรรม 3 อย่างนี้แล้ว ก็จะกลายเป็น สมาริพลัง ดวงใจมีความใสเหมือนหินแก้วและเพชร มองทะลุปรุโปร่งในโลกีย์ มีปัญญาเกิดความรู้ความเห็นเป็น วิชาวิปัสสนา เกิดทั้งปัญญา วิชา ญาณ ถ้าใครยังเห็นโลกเป็นสูง ๆ ต่ำ ๆ ก็ยังไม่ใช่ปัญญาญาณ ถ้าใครมีตาญาณ ปัญญา-ญาณ ก็ย่อมจะเห็นไม่มีสูง ต่ำ ยาก จน เสมอภาคกันหมดในสามัญลักษณะ เหมือนความ เสมอภาคแห่งประชาธิปไตย บ้านเขาก็เห็นเป็นบ้านเรา ไม่ผิดแผกแตกต่างอะไรกัน คนที่มัน ลักขโมยปล้นสะดมกันทุกวันนี้ ก็เพราะมันเห็นไม่เสมอภาค เช่น คน ๆ นั้นดี คน ๆ นี้ไม่ดี กินบ้านนั้นดี กินบ้านนี้ไม่ดี นอนบ้านนั้นดี นอนบ้านนี้ไม่ดี ฯลฯ นี่แหละเพราะไม่มีตาปัญญา ไม่มีวิชาจึงเกิดความยุ่งยาก ฯ

4. กำหนดใจให้รู้เฉพาะในกายซึ่งกว้างคอก ยาววา หนาคืบ เรียกว่า มัชฌิมาปฏิบัติ ถ้าทำลมแคบมากเกินไป ก็จะเป็นสมาริแข็งทื่อ หมดความรู้ตัว ถ้าให้กว้างมากเกินไปจนถึง นรกสวรรค์ ก็จะทำให้หลงเป็นสัญญาวิปลาสไปได้ ฉะนั้น จึงไม่ดีทั้งสองอย่าง ต้องทำปานกลาง ให้พอดีจึงจะควร ถ้าไม่รู้จักทำข้อปฏิบัติให้ถูกต้องแล้ว ถึงพระจะบวชจนตายจนผ้าเหลืองก็ไม่ สำเร็จ ขรवासญาติโยมจะนั่งสมาธิกันไปจนผมหงอก ฟันหัก หลังคดหลังโกงก็ไม่ได้เห็น พระนิพพาน ฯ

5. ใจที่มี สมาริ เปรียบเหมือนน้ำที่อยู่ในการ์มย่อมมีความเย็นมากกว่าน้ำที่อยู่กลางแจ้ง คือใจที่ออกไปอยู่ในสัญญาอารมณ์ภายนอก อันเป็นเครื่องร้อนต่าง ๆ ฯ

6. ความทุกข์ความป่วยไข้ เป็นเหตุให้ศาสนาเจริญ เพราะคนเราเวลาสบายไม่มีทุกข์ ก็ไม่มีใครจะคิดถึงวัดถึงวา เวลาทุกข์ เจ็บไข้ ตาย เป็น นั้นแหละจึงจะวิ่งเข้าหาพระเจ้าให้ช่วย อย่างนั้นอย่างนี้ มารักชาติล มาทำบุญทำทานเพื่อสะเดาะเคราะห์โศกโรคภัย ถ้าไม่มีเจ็บไข้ ไม่มีทุกข์ ก็พากันห่างเหินจากทาน ศีล ภาวนา จนเกือบจะเข้าวัดไม่ถูก ไม่รู้ว่วันไหน เป็นวันพระวันโกน บางคนจะสวดมนต์ก็ยังไม่เป็น ฯ

7. ถ้าเรามาปฏิบัติอยู่ในองค์ อริยมรรค ได้ก็จะเข้าอยู่ใน นิพพานธรรม ศีลก็ดับสมาริก็ ดับ ปัญญาก็ดับ คือไม่ข้องอยู่ในปัญญาคามรู้ของตัว ฉลาดรู้จักสักแต่ว่ารู้ไม่เอาฉลาดมาเป็นแก่นสาร ของตัว อย่างต่ำไม่ติดในศีล สมาริ ปัญญา เบื้องสูงก็ไม่ติดโสดา สกิทาคา อนาคา นิพพานก็ไม่ติด โลก โลกก็ไม่ติดนิพพาน นี่จึงจะเรียกว่า อรหันต์ ที่นี้ก็สบาย เขาจะว่า เทียง ก็เขาว่า เขาจะว่า ทุกข์ ก็เขาว่า จะว่า อนัตตา ก็เขาว่า เขาว่าอะไรก็อย่างนั้น มันจริงของเขา ถูกทุกอย่างแต่มันผิดทุก อย่าง เราให้มันพ้นไปจากความผิดถูกได้ นั้นแหละจึงจะดี เราสร้างภวนให้คนเดิน แต่แมวและ

สุนัขมันก็เดินได้ คนดีคนชั่วมันก็เดิน เขาไม่ได้สร้างให้คนบ้าเดินแต่คนบ้ามันก็มีสิทธิ์เดินได้ รักษา
ศีล คนโง่คนบ้าก็รักษาได้ สมาริก็เหมือนกัน ดีบ้าก็มานั่งได้ ปัญญาที่พูดกันจ้อยไปเลย มีสิทธิ์
ทำกันได้ทุกคน แต่มันจะผิดหรือถูกกับความจริงเท่านั้น

8. สมบัติ ทุกอย่างที่อยู่ในโลกโลภียแล้วยอมไม่ใช่เป็นความสุข เป็นความทุกข์ทั้งนั้น
เป็นของดีสำหรับโลกแต่ไม่จำเป็นสำหรับพระนิพพาน มิจฉาทิฎฐิ หรือ สัมมาทิฎฐิ ก็เป็นเรื่อง
ของโลก พระนิพพานไม่มีมิจฉาทิฎฐิและสัมมาทิฎฐิ เหตุนั้นเมื่อสิ่งใดเป็นมิจฉาทิฎฐิ ก็ควรพา
กันละเลย สิ่งใดเป็นสัมมาทิฎฐิ ก็ควรพากันเจริญ จนมันหลุดจากมือของเราได้เมื่อไรก็สบาย ๆ

วัดโศการาม, 3 กุมภาพันธ์ 2502

(ก่อนวันที่จะออกเดินทางไปจัดงานฉลองฉัตรยอดพระเจดีย์ ที่วัดถ้ำพระสบาย อำเภอ
แม่ทะ จังหวัดลำปาง) คัดแต่ใจความโดยย่อ ๆ ดังนี้.-

1. มรรค เป็นเครื่องสร้างความดีให้เจริญ สมุทัย เป็นเครื่องทำลายความดีให้เสื่อม ๆ
2. “พระอาทิตย์” ทำความมืดให้เฉพาะแต่ในเวลากลางคืน พอรุ่งขึ้นเช้าก็กลับส่องแสง
ให้สว่างใหม่ แต่คนที่มืดด้วย “อวิชชา” นั้น ย่อมมืดตลอดทั้ง 24 ชั่วโมง บางคนมืดตั้งแต่เกิด
จนถึงวันตาย ก็ไม่มีเวลาได้เห็นแสงสว่างเลย ๆ

3. “ตาเนื้อ” สำหรับมอง ดูโลก “ตาใน” สำหรับมอง ดูธรรม ตาเนื้อเป็นตาที่มองแต่หา
เรื่อง เช่น เรื่องดีก็มองเป็นไม่ดี เรื่องไม่ดีก็ไปมองเป็นเรื่องดี มองอย่างนี้เขาเรียกว่า “มองหา
เรื่อง” ส่วนตาในมองแต่เรื่องที่เป็นสาระคุณประโยชน์ทั้งสิ้น เรื่องไม่ดีก็มองให้เป็นเรื่องดี
ได้ มองแต่เรื่องที่เป็นความจริงไม่หลอกหลวง ๆ

4. คนที่จะสร้างความเจริญให้แก่ตนได้ต้องเป็นผู้ที่มี “ตาใน” คนมีตาในท่านเรียกว่า
“คนสว่าง” เป็นคนไม่มีมืด มองเห็นทั้งด้านหน้าด้านหลัง เหมือนคนที่มีตาครบตัว ใครจะลอบมาทำร้าย
ก็ทำไม่ได้ เช่นจะเข้ามาทางหลัง พอเงื่อไม้เราก็มองเห็น จะเข้าทางไหน เราก็กดป้องป้องกัน
และต่อสู้อันตรายได้ทุกด้านทุกมุม ๆ

5. คนไม่มี ตาใน เปรียบเหมือนกับคนที่นั่งอยู่ในที่มืด ๆ หรือคนที่ตาบอด พอคนร้ายย่อง
เข้ามา ยกไม้ตีหัวทีเดียวก็ตายคาที่ ฉะนั้น การอยู่ในที่มืดจึงไม่เป็นการปลอดภัย และหาความสุข
ความสนุกไม่ได้เลย ตัวอย่างเช่น เรานั่งสนทนากับคนตาบอด ถ้าจำเป็นที่จะต้องพูดถึงเรื่องเกี่ยวกับ
รูป สมมุติว่าจะชี้ให้ดูช้างหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็ดี คนตาบอดก็ไม่สามารถจะมองเห็นได้ว่า ช้าง
หรือวัวตัวนั้น ๆ มีรูปร่างลักษณะอย่างไร หรือจะสอนคนตาบอดให้อ่านหนังสือตัว ก ไก่ จะให้

เอามือคลำดูว่า ก ไก่ มันมีรูปเป็นอย่างไร คนตาบอดก็ไม่สามารถที่จะรู้ได้ ดังนั้น การพูดกับคนตาบอดจึงไม่เกิดประโยชน์ หรือความเพลิดเพลินสนุกสนานอะไรเลย คนตาบอดนั้นถึงเขาจะเอาไฟมาจุดอยู่ใกล้เปลือกตาแค่คืบ ก็ไม่สามารถจะมองเห็นแสงไฟนั้นได้ ฉะนั้น คนที่ไม่มีตาในก็ย่อมเป็นผู้มืดในความรู้ฉันนั้น ๕

6. คนที่มีตาใน คือ ปัญญาธรรม เป็นผู้ที่มีความสว่างในตัว เมื่อสว่างก็ย่อมมีความสุขใสเกิดขึ้น คือ มีความดีความเจริญในตัวเอง คนเช่นนี้จะอยู่ในสถานที่ใด ย่อมพาให้สถานที่นั้นพลอยเจริญไปด้วย เพราะกระแสแห่งความดีของบุคคลผู้นั้นได้กระจายออกไปฉาบพาส่องกายนอกหรือบุคคลซึ่งอยู่ใกล้เคียง แล้วก็ขยายแผ่กว้างออกไปทุกที่ อยู่ในวัดใดก็ทำให้วัดนั้นเจริญ อยู่ในบ้านเมืองใดสถานที่ใด ก็ทำให้บ้านเมืองนั้นสถานที่นั้นพลอยรุ่งเรืองมีเกียรติไปด้วย เช่น บ้านที่มีพระยาอยู่ เขาก็เรียกว่าบ้านพระยา แม้จะเป็นกระท่อมเขาก็เรียกว่ากระท่อมพระยา ฉะนั้นจึงควรปลูกความดีไว้ในตัวทุก ๆ คน จะได้ขยายความดีนั้นให้เป็นประโยชน์แก่สังคมสถานที่และประเทศชาติสืบต่อไป ๕

7. อีกอย่างหนึ่งก็เปรียบคนมีปัญญาเป็นคนสุกสว่างเหมือนดาวบนท้องฟ้า หรือสุกเหลืองหอมอย่างผลไม้หรือมะม่วงสุก คือย่อมมีรสหวานหอมและมีผิวพรรณสวยงาม ราคาสูงกว่าผลไม้ที่ดิบ เจ้าของก็ได้เก็บไปขายในท้องตลาด หรือขายส่งต่อ ๆ ไปได้ อีกหลายแห่งหลายตำบล ผลไม้นั้นก็แพร่พันธุ์ของมันออกไปได้ไกล ถ้ามันไม่สุกแล้วก็อาจจะหล่นตกลงมาเน่าจมนดิน หรือเน่าเสียหายอยู่บนต้นก็ได้ ฉะนั้น เราจึงควรทำตัวให้เป็น คนสุก คือ มีปัญญาสุกสว่างในธรรม อย่าให้เป็น คนดิบ ที่เสียหายและไร้เวลาเบาปัญญา ๕

8. ตาใน นั้นเป็นตาที่โตใหญ่และกว้างขวาง พระพุทธเจ้าทรงมีดวงตาใหญ่เต็มโลก ถ้าเรามีดวงตาเล็กก็จะมองอะไรไม่ทั่ว เห็นอะไรก็ไม่ชัดไม่ถนัด เห็นแต่แว่นแคบ ๆ สมมุติว่าเรามีนา 100 ไร่ ของเราจะต้องกว้างถึง 100 ไร่ เราจึงจะทำความเจริญให้แก่พื้นที่นาของเราได้ทั่วถึง หรือเราอยู่ในบ้านซึ่งกว้าง 4-5 วา เราจะต้องมีตาให้กว้าง 4-5 วา เท่ากับบ้านของเรา จึงจะปลอดภัยและสร้างความเจริญภายในครอบครัวให้เกิดขึ้นได้ ถ้านัยน์ตาของเรามันเล็กกว่าหัวแม่เท้าของเราแล้ว เราจะเดินไปทางไหน ก้าวไปที่ใด มันก็ไม่สะดวก คอยสะดุดนั้น เตะนี้ เราก็จะต้องล้มลุกคลุกคลานเรื่อยไป ไม่สามารถตั้งเนื้อตั้งตัวให้เป็นหลักได้ ฉะนั้น เมื่อเราอยู่ในสถานที่ใดวัดใด เราก็จะต้องทำตาของเราให้มันโตกว้างเท่าสถานที่นั้นวัดนั้น เราจึงจะสร้างความเจริญและเผยแผ่ความดีของเรา ให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นต่อไปได้อีก ๕

9. ในระหว่างที่ครูบาอาจารย์ไม่อยู่หลายวันนี้ ให้พยายามรักษาความดีของตน ๆ ไว้ทุกผู้ทุกคน ทั้งพระเถรและญาติโยม เพื่อจะได้ช่วยกันสร้างชาติความดีความเจริญให้แก่ตนเอง และวัดวาอารามที่เราอยู่นี้ให้รุ่งเรืองถาวร อย่าเป็นผู้ทำลายตัวเอง สถานที่ และทำลายครูบาอาจารย์ ๕

10. คนที่ต้องใช้อำนาจของคนอื่นมาบังคับตัวเองนั้น มีโอกาสสร้างตนเองให้เจริญได้ยาก เราต้องทำความดีให้ตนเองโดยไม่ต้องมีใครบังคับจึงจะเป็นคนดีได้ สังเกตดูพวกเราโดยมากมักจะขยันขันแข็งตั้งอกตั้งใจทำสมาธิกันแต่ในขณะที่ครูบาอาจารย์คอยนั่งกำกับอยู่ พอพ้นไปจากครูบาอาจารย์แล้ว ก็ไปนั่งคุยกัน หัวเราะกันบ้าง นอนเสียบ้าง ควรทำความดีให้สม่ำเสมอทั้งในเวลาต่อหน้าและลับหลัง ๔

11. ชั่วก็มาจากดี ดีก็มาจากชั่ว ตัวอย่าง เช่น ข้าวสุก เมื่อแรกกินเข้าไป เราก็ว่ามันอร่อยเป็นของดี แต่แล้วมันก็ไหลลงไปสู่ทางไม่ดี กลายเป็นสิ่งที่ตรงกันข้าม โจรผู้ร้ายก็เกิดจากคนมั่งมี คือถ้าคนไม่มีสมบัติ โจรที่ไหนมันจะมาปล้น พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า ชั่วมันก็ไม่แน่นอน ดีก็ไม่แน่นอน จึงทรงวางเสียทั้งดีและชั่วทั้งหลาย ไม่ต่อสู้สายให้แน่นเข้าสู่ดวงใจ ทรงปลดใจให้หลุดออกจากความดีและความชั่ว อยู่เหนือโลกธรรมทั้งปวง พระองค์จึงเข้าถึงความบรมสุข ๕

วันมาฆบูชา 23 กุมภาพันธ์ 2502

1. วันพระและวันสำคัญของศาสนา เป็นวันซึ่งเราทั้งหลายควรจะแสดงความเคารพต่อพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ให้สมกับที่ได้ปฏิญาณตนเป็นพุทธมามกะ คือพากันสำรวมระมัดระวังกิเลส ความชั่วร้าย ไม่งามต่าง ๆ ของตนไว้ให้ดี อย่าให้ออกมาเฟ้นฟ่านสู่สังคมภายนอกได้ ควรพากันปล่อยแต่สิ่งที่ดี ๆ ออกมาสู่สถานที่และวงสังคม ให้เป็นที่เจริญตาเจริญหูและเจริญใจซึ่งกันและกัน จึงจะเป็นการเคารพต่อพระศาสนา ต่อสถานที่ และต่อตนเอง การมาวัดเป็นการมุ่งหน้าเข้ามาหาความสงบสุขร่มเย็น ฉะนั้นอย่าพากันปล่อยเสียไคร้ จะเข้ และสุนัขบ้าเข้ามาในเขตวัด ซึ่งจะทำให้เกิดอันตรายแก่ปวงชน เสียไคร้ จะเข้ และสุนัขบ้านี้ ก็ได้แก่ ความโลภ ความโกรธ และ ความหลง ซึ่งมีอยู่ในตัวเรานั้นแหละ เราจะต้องพากันผูกไซ้ใส่กรง ลั่นกุญแจขังมันไว้ให้แน่นหนา อย่าให้วิ่งหนีหลุดออกมาทางกาย วาจา ใจ ของเราได้เป็นอันขาด และเมื่อกลับไปถึงบ้านเรือนของตนแล้วก็ควรระวังรักษาไว้ให้ดี เช่นเดียวกัน ควรพากันเปิดแต่ไฟฟ้าคือกระแสแห่งความดีอย่างเดียวกัน ถ้าต่างคนต่างก็คอยระวังเก็บขังกระแสแห่งความชั่วของตนไว้ มิให้รั่วไหลออกมาทางกาย วาจา ใจของตน โดยทั่วหน้ากันแล้ว ก็คงจะมีแต่ความสว่างไสวทุกหลังคาเรือน บ้านเมืองก็就会有ความสันติสุขไม่วุ่นวาย รบพุ่งแย่งชิงกัน ความร่มเย็นเป็นสุขก็จะบังเกิดแก่ประเทศชาติและประชาชนโดยไม่ต้องสงสัย

2. ชีวิตของคนเราเจริญมาได้ทุกวันนี้ก็เพราะอาศัยลมหายใจ ลมหายใจเข้าเป็นตัว “เกิด” ลมหายใจออกเป็นตัว “ตาย” จงสังเกตดูคนแก่ ๆ มักจะมีลมหายใจออกมากกว่าลมหายใจเข้า

ถ้าได้หายใจออกมา ๑ หรือยาว ๑ แล้ว ก็ารู้สึกสบาย นั่นแหละมันบอกลักษณะเครื่องหมายของความตายละ คือแสดงถึงความลึกหรือของต๋อมโลหิต เส้นโลหิตแฟตดับตัน เครื่องเก็บขังลมหายใจชำรุดทรุดโทรม จึงไม่สามารถที่จะกักกันลมหายใจเอาไว้ได้มาก ก็มีแต่ลมออกท่าเดียว พอออกหมดครั้งสุดท้ายก็ตายเลย

3. กิเลสหนา ปัญญาทื่อ ดวงจิตก็ตื้อ เพ่งแต่โทษผู้อื่น คอยแต่ใส่ร้ายป้ายสีให้เขาเสียหายด้วยความเกลียด โกรธ และพยาบาทของตน บุคคลผู้นั้นย่อมจะมีแต่ความเดือดร้อนในดวงใจหาความสงบสุขมิได้ เป็นโทษแก่ตนเองและผู้อื่นด้วย

4. ร่างกายเปรียบเหมือนกับเรือ ดวงจิตเปรียบเหมือนคนที่แจวเรือ ต่างคนต่างก็ทำหน้าที่กันคนละอย่าง แต่ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน มีแต่เรือไม่มีคนแจว ก็ไม่สำเร็จประโยชน์ มีคนแจวแต่เรือไม่มีก็ไปไม่รอด ฉะนั้นจึงจำเป็นจะต้องรักษาเรือไว้ให้ดี ถ้าจิตดีกายก็ดีด้วย ถ้าจิตเสียกายก็เสื่อม ต้องรักษาไว้ให้ดีทั้งสองอย่าง เราจึงจะข้ามไปถึงฝั่งได้

5. ความทุกข์ เกิดเพราะความมี ฉะนั้นคนชาวโลกจึงพากันทุกข์เพราะเหตุนี้ เช่น เขามี 5 ก็อยากเพิ่มให้เป็น 10 พอได้สมใจแล้วก็คิดว่าสบาย พอมี 10 ก็ไปหาเพิ่มให้มันมีถึง 100 เขาก็รู้สึกว่าสบายอีก จึงหาต่อไปเรื่อย ๆ ไม่หามาเพิ่มก็กลัวมันจะหมดจะจน เขาจึงต้องหาต่อไป ๆ อยู่อย่างนี้ จนในที่สุดพอลมหายใจขาดก็หยุดหาได้ นี่แหละท่านจึงว่า ความไม่มีก็เป็นทุกข์ มีก็เป็นทุกข์ เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงทำให้ไม่มีอะไรเลยในพระองค์ พระองค์ทรงตรัสว่า “รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ก็ไม่มีในตัวเรา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็ไม่มีในตัวเรา” เมื่ออะไร ๆ มันก็ไม่มีทุกอย่างแล้ว ใครเล่าจะมาแย่ง ใครเล่าจะมาเบียดเบียน ถ้าเขาให้เรา ก็ว่า “ได้” ว่า “มี” ถ้าเขาเอาไปก็ว่า “สูญ” เมื่อไม่มีอะไรแล้ว “ความมี” และ “ความสูญ” ก็ไม่ต้องมี แล้วความทุกข์มันจะมีมาแต่ไหน

อบรมสมาธิ

12 เมษายน 2502

1. ภัยแห่งชีวิตและร่างกายของคนเรานั้น เปรียบเหมือนงูพิษ, กองไฟ, และมหาโจร ที่คอยขบกัดเผาผลาญและปล้นฆ่าทำลายทรัพย์สินสมบัติ และคุณความดีของมนุษย์ ให้ย่อยยับอยู่ เสมอทุกวันนี้ ๔

2. “งูพิษ” ได้แก่ รากะ โทสะ โมหะ ที่มันเป็นพิษปวดร้าว ซึมซาบอาบเข้าไปสู่ดวงจิต ของปุถุชน เมื่อพิษร้ายเข้าสู่ร่างกายเต็มที่แล้ว บุคคลนั้นก็ต้องถึงแก่ความตาย ๔

3. “กองไฟ” นั้นมีอยู่ 2 ชนิด คือ “ไฟป่า” ชนิดหนึ่ง และ “ไฟบ้าน” ชนิดหนึ่ง “ไฟป่า” เป็นไฟที่ไม่มีเจ้าของ มันเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ และเผาผลาญลุกลามไปกว้างขวาง ไม่มี ขอบเขตจนกว่าจะหมดอำนาจของมันเอง ไฟนี้ก็ได้แก่ไฟแห่งชาติ ชรา พยาธิ และมรณะ ซึ่งเป็นความทุกข์อันเกิดแต่ร่างกายของคนทุก ๆ คน มันย่อมเผาผลาญทั้งโลกียทรัพย์ และอริยทรัพย์ (คือ ความดีในทางจิตใจที่ควรจะได้ควรถึง) ส่วน “ไฟบ้าน” นั้น เป็นไฟที่เกิดขึ้นจากภายใน ดวงจิตดวงใจ ได้แก่ กิเลส อวิชชา ตัณหา และอุปาทาน อันเป็นนิเวศธรรมคอยกัดกินคุณ ความดี ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการบำเพ็ญจิตใจให้เสื่อมเสียไป ๔

4. “มหาโจร” หรือ “โจรห้าร้อย” นั้น ก็ได้แก่ วัณรห้าของเรา คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่มันคอยปล้นฆ่าและเบียดเบียนตัวเรา ตั้งแต่โลกียทรัพย์จนถึงอริยทรัพย์ นอกจากนี้ยังมี “โจรใต้ดิน” อีกจำพวกหนึ่ง โจรชนิดนี้มันคอยแอบย่องมาเจิบ ๆ ไม่ใคร่รู้ตัว ได้แก่ ลาม ยศ สุข สรรเสริญ อันเกิดแต่สิ่งภายนอก ซึ่งถ้าใครหลงผิดเข้าแล้ว ก็ยากที่จะสละ ละวางเสียได้ จึงเป็นเหตุให้ทำลายความดีของตนเอง อันควรจะได้ทางจิตทางใจอีกส่วนหนึ่ง เหมือนกัน ๔

5. ทั้ง ฐุพิษ กองไฟ และ มหาโจร หรือ โจรห้าร้อย นี้ ย่อมเป็นภัยร้ายกาจแห่งจิตใจ ซึ่งคอยทำลายคุณความดีของเราอยู่ทุกขณะ หากผู้ใดไม่รู้เท่าทันในสิ่งเหล่านี้แล้ว ก็ยากที่จะพ้นจากภัยเหล่านี้ได้ การที่จะขจัดภัยอันนี้ได้ก็ด้วยอำนาจแห่ง “ธรรม” คือการบำเพ็ญสมาธิภาวนา วิตกพิจารณาภายในตนของตนเอง จนเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในกองสังขาร เมื่อมองเห็นภัยรอบด้านอันบังเกิดขึ้นในชีวิตและร่างกายดังนี้แล้ว ก็จะมี ความหวาดกลัวระมัดระวัง หาคทางป้องกันและกำจัดทำลายมันเสีย หรือหลีกเลี่ยงให้พ้นจากมันเสียได้ ชีวิตของผู้นั้นก็จะมีความสุข ฯ

6. “ผู้ปฏิบัติธรรม” ย่อมเปรียบเหมือนคนที่กำลังเดินทางไปในป่าเปลี่ยว ที่จะมุ่งไปสู่จุดหมายปลายทางอันบรมสุขและปลอดภัย ผู้เดินทางย่อมจักต้องอาศัยการบำเพ็ญสมาธิภาวนา มีสติรอบคอบ ไม่มีความประมาท ต้องพยายามตัดสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ มิให้เข้ามาทำลายจิตใจ ให้เสียความดีได้ เพราะเรารู้ว่ามี ฐุพิษ, กองไฟ และ มหาโจรห้าร้อย คอยแอบแฝงดักรุมอยู่กลางทางแล้ว เราก็จะได้เป็นผู้มีสติตื่นอยู่เสมอ และเตรียมอาวุธที่ดีไว้สำหรับต่อสู้กับมันด้วย ฯ

7. “วิตก” คือตัวกำหนดรู้ “วิจารณ์” คือตัวผ่านวิมละธรรม “วิตกวิจารณ์” 2 ประการนี้ เปรียบเหมือนการปรุงอาหาร คือเราได้ต้มแกงไว้พร้อมเสร็จแล้ว แต่ยังไม่รู้รสแห่งความโอชะของอาหารนั้น ฯ ถ้าเราทำใจนิ่งลงไปจนเป็นอารมณ์เดียวเมื่อใด เมื่อนั้นก็เท่ากับเราได้บริโภคกลิ่นกินอาหารลงในคอ เราจะรู้จักรสของความโอชะในอาหารนั้น ทำให้เกิดความอึ้งหนำสำราญ คือ ปิติ สุข และ เอกัคคตารมณ์ ใจของเราก็จะเกิดกำลังเต็มที่ เหมือนกับร่างกายที่ได้บริโภคอาหารอันสมบูรณ์นั้น

8. “อาหารภายนอก” เป็นเครื่องบำรุงร่างกายให้เกิดกำลัง เมื่อมีกำลังกายแล้ว เราอยาก จะเดินหรือจะวิ่งไปไหนก็ได้ จะทำอะไรก็ได้สำเร็จทุกอย่าง ส่วน “อาหารภายใน” คือ “ธรรม” นั้นเป็นเครื่องบำรุงจิตใจ ถ้าจิตใจมีอาหารที่สมบูรณ์ กำลังใจก็ย่อมกล้าแข็ง จะคิดพิจารณา สิ่งอันใด ก็ย่อมสำเร็จเป็นไปได้ตามที่เราคิดนึก ถ้าใจขาดอาหารคือ “ธรรม” กำลังใจก็อ่อนเพลีย จะคิดอะไรก็ไม่สำเร็จได้ บางทีก็ได้อะไรไม่ได้บ้าง ไม่ได้เต็มที่ตามความคิดนึก ฉะนั้นเราจึงควร จักต้องพากันสร้างกำลังแห่งจิตใจให้มีขึ้นในตนให้มาก ๆ เพราะเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในตัวเรา อันจะ นำให้เราถึงซึ่ง “ความบรมสุข” ได้ ฯ

9. ขณะที่มึลมหายใจอยู่ อย่ามีความประมาทปล่อยให้เวลาล่วงไปเปล่า ต้องพากันรีบเร่ง ทำความดีเสียโดยเร็ว เพราะสิ้นลมหายใจแล้ว เราก็หมดโอกาสที่จะทำความดีต่อไปได้ เปรียบ เหมือนพ่อค้าหรือแม่ค้าที่กำลังมีสินค้าดีขายดี ย่อมต้องรีบเดิน รีบขาย รีบทำ รีบพูด ถ้าหมด เวลาเสียแล้วก็หมดโอกาสที่จะหากำไรได้ ฯ

10. “อารมณ์” ใดที่จะทำให้จิตใจของเราแน่วแน่เกิดความดีได้แล้ว ก็จงจดจ่ออยู่เฉพาะแต่อารมณ์นั้น อย่าไปข้องแวะกับอารมณ์อื่น แม้จะดีกว่าหรือเร็วกว่าก็ตาม ต้องสลัดปัดทิ้งให้หมด อย่าได้นำมาคิดนึกขึ้นในใจเลย ทำใจให้ตั้งเที่ยงอยู่ในอารมณ์อันเดียว นั้นแหละคือ “หัวใจของเรา” หรือ “หัวใจพระพุทธศาสนา” ๕

11. ความยุ่งยาก เกิดจากกิเลสของเราเอง ไม่ใช่เกิดจากคนอื่น ต้องแก้ที่ตัวของเราเองจึงจะหายยุ่งๆ

12. “ศีล” เกิดจากทางกาย “ธรรม” เกิดจากทางใจ ถ้าต้องการความสงบก็ต้องบำเพ็ญ “ศีลและธรรม” ให้มีขึ้นในตนของตนเอง ๕

7 พฤษภาคม 2502

1. วิตก วิจาร คือการขยายลม แต่งลมหายใจให้เป็นทีสบายเหมือนกับเราขัดแต่งบานกระจกเงาให้ใสสะอาด ก็จะทำให้ส่องเห็นเงาหน้าของเราเองได้ชัดเจน ฉันทใด การแต่งลมก็เท่ากับแต่งจิตของเราด้วย การแต่งจิตก็เหมือนกับแต่งรูป เมื่อแต่งรูปก็เหมือนกับแต่งเงาด้วย ถ้ารูปของเราสวย เงาก็ย่อมสวยตาม เหมือนการส่องกระจกที่มีลักษณะต่าง ๆ ย่อมเปลี่ยนเงาให้แปรรูปไปด้วย เช่น ส่องกระจกที่นูนโค้งขึ้น ก็จะทำให้เงาของเรามีรูปร่างยาวขึ้นกว่าตัวจริง ถ้ากระจกเป็นแอ่งโค้งเข้าข้างในก็จะหดเอาตัวของเราให้สั้นลงจนผิดธรรมดา ถ้ากระจกนั้นแบนราบเป็นปกติ ลักษณะเงาของเราก็เท่ากับตัวจริง ฉะนั้นการแต่งลมหายใจให้ดีจึงเป็นการแต่งใจของเราให้ดีด้วย แล้วก็ย่อมจะเกิดคุณประโยชน์เป็นอเนกประการ เหมือนแม่ครัวที่ฉลาดในการปรุงอาหาร ย่อมรู้จักพลิกแพลงแต่งอาหาร ให้มีรสแปลกและโอชา เป็นที่ถูกใจผู้บริโภคได้ คือบางทีก็เปลี่ยนสี บางทีก็เปลี่ยนรส และบางทีก็เปลี่ยนรูปร่าง ไม่ใช่ทำอยู่อย่างใดอย่างหนึ่งทั้งปีทั้งชาติ เช่น วันนั้นข้าก็ข้าวต้ม พรุ่งนี้ก็ข้าวต้ม มะรืนนี้ก็ข้าวต้ม ฯลฯ ทุกวัน ๆ จนนายจ้างต้องหาแม่ครัวมาเปลี่ยนใหม่ แม่ครัวคนใดฉลาดรู้จักพลิกแพลงอาหารให้เป็นที่พอใจของนายจ้างได้ ให้รับประทานอร่อยและไม่เบื่อ แม่ครัวคนนั้นก็ย่อมจะต้องได้เงินเดือนขึ้น หรือได้รับรางวัลจากนายจ้างเป็นพิเศษ ฉันทใด ถ้าเรารู้จักปรับปรุงแก้ไขลมหายใจ คือ วิตก วิจาร อยู่แต่ในกองลมเสมอแล้ว เราก็จะเป็นผู้มีสติรอบคอบ และมีความรู้ความฉลาดในกองลมกองธาตุของเรา รู้ความเป็นไปในร่างกายตัวเราทุกอย่าง ต่อจากนี้ ปีติ สุข และเอกัคคตา ก็จะตามมา กายของเราที่อึด ใจที่อึด กายสงบ ใจสงบ ธาตุสงบ หหมดความดิ้นรนกระวนกระวาย เหมือนเรารู้จักเลี้ยงลูกของเราเป็น เช่น เวลาร้องขึ้นมา เราก็ให้นมบ้าง ป้อนข้าวบ้าง ให้นมบ้าง อาบน้ำบ้าง อุ้มเดินเล่นบ้าง ใส่เปลไกวบ้าง เอาของเล่นหรือตุ๊กตาให้เล่นบ้าง เด็กก็จะหยุดร้องไห้ไม่อ้อนไม่กวน เราก็จะมีเวลาว่างได้ทำงานสบาย จิตของเราเหมือนลูกหรือเด็กเล็ก ๆ ที่ไม่รู้เดียงสา ถ้าเราเลี้ยงดูให้ถูกหลักแล้ว เขาก็จะว่าง่าย มีความสุข อึดทนสำราญ และโตวันโตคืน

เมื่อกายอึดใจอึดแล้ว ก็จะไม่มีความหิว ไม่ต้องไปเปิดหม้อข้าวหม้อแกง เปิดประตูหน้าต่าง ลุกขึ้นแฟนฟ่านไปมา ก็จะนอนหลับสบาย ความรุ่มรวยก็จะมี พวกผีเปรตอสุรกาย

คือขันธมารต่าง ๆ ก็จะไม่มาแอบมาสิงอยู่ได้ ดังนั้นเราก็จะสบายใจ เพราะนั่งเราก็นั่งอยู่กับคนนอนก็นอนอยู่กับคน กินก็กินอยู่กับคน คนกับคนย่อมอยู่ด้วยกันได้ไม่มีเรื่อง ถ้าคนอยู่กับพวกผีปิศาจก็ต้องวิวาททะเลาะกัน หาความสงบมิได้ ถ้าใครไม่รู้จักปรับปรุงแก้ไข แต่งขยายลมหายใจของตนเองแล้ว ผลในการเจริญสมาธิก็จักไม่เกิดมีขึ้นได้ แม้จะนั่งทำไปจนแก่ตายก็ไม่เกิดความรู้ความฉลาดอะไร ดังมีตัวอย่าง หลวงตาแก่องค์หนึ่งอายุ 70 ปี บวชมา 30 พรรษา จะมาขอเรียนวิปัสสนากับอาตมา เพราะได้ยินข่าวเขาเล่าลือว่า อาจารย์ลีสอนกรรมฐานดีนัก ท่านจึงมาถามอาตมาว่า “ท่านอาจารย์สอนวิธีไหน” อาตมาก็ตอบว่า “ใช้วิธีอานาปานี พุทฺโธ ๆ นี่แหละ” พอได้ยินเท่านั้นท่านก็บอกว่า “ผมก็เคยทำมาตั้งแต่ครั้งท่านอาจารย์มัน, ภาวนา “พุทฺโธ ๆ” มาตั้งแต่หนุ่มจนแก่ ก็ไม่เห็นมันได้มันดีอะไรขึ้นมา มีแต่ “พุทฺโธ” อย่างเดียว ไม่ไปข้างหน้ามาข้างหลังสักที แล้วท่านจะมาสอนให้ภาวนา “พุทฺโธ ๆ” อีก มันจะได้ประโยชน์อะไร จะให้ผม “พุทฺโธ” ไปจนตายหรือ” นี่แหละเป็นเรื่องของการไม่รู้จักวิธีแต่งลมให้ถูกต้อง ก็เที่ยวเดินหาไป ๆ ฉะนั้นการแต่งลมนี้ จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง สำหรับอานาปานีวิถี

2. การที่จะเรียนรู้จักตัวของเราเอง รู้จักกายจิต หรือรู้จักธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ วิญญาณ ว่ามันเป็นมาอย่างไร เกิดอย่างไร ดับอย่างไร ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอย่างไร นั้น จะ ต้องพยายามค้นคว้าให้เกิดความรู้ขึ้นจากตนของตนเอง จึงจะใช้ได้ ถ้ารู้ตามตัวหนังสือหรือตามเขาบอก ก็เป็นการรู้ตามสัญญา ไม่ใช่รู้ด้วยปัญญาของตนเอง รู้ไม่จริงไม่จัง การรู้ตามเขาก็เปรียบเหมือนเดินตามหลังเขา ตามกันเขา มันจะดีอย่างไร ประการที่หนึ่ง เขาอาจนำเราไปผิดทาง ประการที่สอง ถ้าหนทางนั้นมีขี้ฝุ่น เขาอาจเตะฝุ่นมาเข้าหูเข้าตาเราก็ได้ อนึ่งคำว่า “เขา ๆ” นี้ มันก็มีอยู่ 2 อย่าง คือ 1. เขาที่เป็นภูเขาคือเป็นหินแท่งแข็ง ๆ ก้อนโต ๆ ถ้าเราเข้าไปอยู่ใกล้มัน มันอาจกระเทือนกลิ้งลงมาทับเราตายก็ได้ 2. เขาว่า เขาควาย เขาสัตว์ป่า ถ้าเราเข้าไปใกล้มันมันอาจหันมาขวิดเราเมื่อไรก็ได้ 3. ตามบริเวณเขาล้วนมีแต่สัตว์ป่า เช่น หมี เสือ ช้าง และงู ตะขาบ แมลงป่อง ที่ดุร้าย ล้วนแต่เป็นภัยแก่การเดินทางของเรา ถ้าเราไม่มีความระมัดระวังให้รอบคอบ เราก็อาจจะถูกสัตว์ร้ายเหล่านี้ขบกัดเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมจึงไม่ควรเชื่อแต่เขา และเชื่อสัญญา เราต้องบำเพ็ญสมาธิ จนเกิดความรู้ขึ้นในตน จึงจะเป็น “ปัญญา” และปลอดภัยได้

ธรรมาหาร

(พิเศษ) ในคืนวันที่ 11 พฤษภาคม 2502

การนั่งวิปัสสนาโดยเจริญ “อสุภกรรมฐาน” กิติ หรือเจริญ “อนัตตา” กิติ ก็ยังเป็น ภัยต่อการปฏิบัติได้ เช่นเจริญ “อสุภะ” พอไปเห็นนิมิตที่เป็นทราศพหรือที่น่ากลัวต่าง ๆ ก็ อาจทำให้ใจหวาดกลัว บางทีทำถึงเสียสติให้เป็นบ้าไปก็ได้ หรือการเจริญ “อนัตตา” เห็นว่า อะไร ๆ ก็ไม่มีตัวตน มีแต่ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ คนและสัตว์ก็เหมือน ๆ กัน บางคนอยากเป็น “โสดา” ๔ เลยละสักกายทิฏฐิลงไปกินข้าวจานเดียวกับสุนัขก็มี บางคนก็เห็นว่า คนไม่มีผู้หญิง ผู้ชาย มีแต่ธาตุกับธาตุ พระกับผู้หญิงก็เลยนอนหลังคาเดียวกัน กินอยู่ปนกันได้ ทางร่มคันเดียว เดินไปด้วยกันได้ ส่งของกับมือกันได้ไม่ผิดศีลธรรมอะไร บางคนก็เห็นว่าอาหารใหม่ที่กินเข้าไป กับอาหารเก่าที่ถ่ายออกมา ก็คือของอย่างเดียวกัน คือ “ใหม่” แล้วก็กลายเป็น “เก่า” ก็เลยมี หลวงตาองค์หนึ่ง กินอาหารเก่าแทนอาหารใหม่ เหล่านี้ล้วนเป็นความคิดเห็นที่ผิด ๆ ทั้งสิ้น จึงทำให้กลายเป็น “วิปัสสนูปกิเลส” สัญญาวิปาสไปได้ เพราะเหตุนี้ พระพุทธเจ้าของเราจึง ทรงสรรเสริญว่า การเจริญ “อานาปานสติ” คือกำหนดลมหายใจเข้าออก ให้มีสติรู้อยู่ กำกับอยู่ กับลมหายใจทุกอิริยาบถนี้ เป็นวิธีที่ปลอดภัยกว่าอย่างอื่น เป็นวิธีที่ง่ายและเหมาะกับทุกเพศ ทุกวัย ทั้งไม่ขัดกับจริตของบุคคลด้วย ไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต วิทก- จริต พุทธิจริต หรือสัทธาจริต ก็ใช้เจริญกรรมฐานโดยวิธีอานาปานได้ทั้งสิ้น นอกจากนี้ยัง จะได้รับประโยชน์หลายประการ เช่น 1. ได้หายใจลมที่บริสุทธิ์ คือ “พุทธโร” อันปราศจาก “นิวรณ์ธรรม” เครื่องเศร้าหมองใจ 2. การกระจายลมหรือขยายลมทั่วตัว เป็นการบริหาร สุขภาพร่างกายให้มีอนามัยแข็งแรงดี สามารถต่อต้านกับเวทนาทางกาย คือความเจ็บไข้ปวดเมื่อย ต่าง ๆ ให้บรรเทาเบาบางลงได้ 3. ทำให้กายและจิตมีอาการสมบูรณ์ อายุยืน ไม่ใคร่จะมีโรคภัย ไข้เจ็บเบียดเบียน 4. ทำให้เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะไม่ใคร่จะเผลอตัวลืมหอง และ 5. เป็นการเจริญ พุทธานุสสติ เมตตา อสุภ และมรณานุสสติไปในตัว รวมทั้งกายคตาสติ และธาตุวัตถานด้วย

การพิจารณาอย่างนี้แหละ จะเป็นทางนำมาซึ่งความพ้นจากทุกข์ได้ ฯ

2. การอยู่ร่วมในวัดวาอารามเดียวกันนี้ ทั้งพระทั้งเณรและญาติโยมก็ดี ถ้าหากว่าทุก ๆ ท่านทุก ๆ คนก็มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน มีข้อปฏิบัติอย่างเดียวกันแล้ว เราก็จะอยู่ร่วมกันได้ โดยไม่มีเหตุเดือดร้อนวุ่นวาย ที่นั่นก็จะมีแต่ความสงบ ฉะนั้นขอให้พากันสำรวมในศีลในธรรมของตน ๆ ให้ตั้งอยู่ในความถูกต้องดีงาม ซึ่งจะเป็นการรักษาประโยชน์ทั้งส่วนตัว ส่วนรวม และเป็นการช่วยศาสนาให้ถาวรด้วย เมื่อเห็นสิ่งใดไม่ดีไม่งามก็อย่าทำลงไป ต้องคอยเป็นผู้ว่ากล่าวตักเตือนตัวของตัวเองอยู่เสมอ และเมื่อเห็นคนอื่นเขาทำผิด ก็ควรแสดงความเมตตาเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือตักเตือนซึ่งกันและกันให้เขาเข้าใจ และกระทำในสิ่งที่ถูกต้องด้วย เมื่อทำเช่นนี้ ความสามัคคีรักใคร่จะมีขึ้นในหมู่คณะ ยิ่งความเจริญให้แก่สถานที่และวัดวาอารามนั้น ๆ ถ้าพระเณรองค์ใดมีความประพฤติไม่ดีงามในพระธรรมพระวินัย ก็จะไม่เป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของญาติโยม ถ้าชาวบ้านเขาไม่เอาใจใส่ ทอดทิ้งเสียแล้ว พระเณรเราก็จะต้องเดือดร้อน ลำบาก ศาสนาก็จะต้องเสื่อมลง โลกก็จะมีตมน ๔

3. จะขอเตือนให้สำนึกกันไว้อีกข้อหนึ่งว่า เราทุก ๆ คน (หมายถึงสานุศิษย์) อย่าพากันอุ่นใจว่า “หลวงพ่อก” (หมายถึงองค์ท่านพ่อเอง) เออะอะอะไรก็คอยเรียกแต่ “หลวงพ่อก” เป็นที่พึ่ง หลวงพ่อกจะอยู่ให้เป็นที่พึ่งได้แค่ไหนก็ไม่รู้ เพราะตัวหลวงพ่อกเองก็ไม่เคยอุ่นใจว่า จะเป็นที่พึ่งของตัวเองได้เลย สิ่งที่จะเป็นของหลวงพ่อนั้นไม่มีอะไรสักอย่าง มีแต่สิ่งที่คอยแต่จะผลัดกันตัวหลวงพ่อกให้จมหายลงไป เวลานี้ร่างกายหลวงพ่อกมันก็ห่อหุ้มไปมากแล้ว ไม่เหมือนแต่ก่อน ยังแต่ใจเท่านั้นมันจะยอมตามไปด้วยหรือเปล่า? ถ้าใจมันยอมตามไปด้วยเมื่อไร หลวงพ่อกก็จบกันเมื่อนั้น เวลานี้พวกลูก ๆ หลาน ๆ พญามัจจุราชเขาก็คอยมาลอบแข้งลอบขาจะชวนให้ไปอยู่กับเขาอยู่ไม่วันแต่ละวัน เดียวก็มาข้างหน้า เดียวก็มาข้างหลัง ลูบบั้นเอว ลูบสีข้าง ลูบซี่โครง บางทีก็บีบจมูกไม่ให้หายใจ แต่เราก็กังมือคอยเต็มใจไปกับเขานัก จึงได้บอกผลัดให้เขากลับไปก่อนเถอะ แล้วจะตามไปที่หลัง แต่ถ้าเขามาชวนหนัก ๆ บ่อย ๆ เข้า ก็เห็นจะขัดเขาไม่ได้เหมือนกัน เพราะหลวงพ่อกองค์นี้ก็คอยจะยอมง่าย ๆ เสียด้วย ฉะนั้นอย่าพากันอุ่นใจนะว่า “หลวงพ่อก” จะอยู่ด้วยจนคำฟ้า “หลวงพ่อก” องค์นี้นะ มันไม่ใช่มา “อยู่” มันมา “หากิน”! ถ้าได้กิน อิ่มหนำสำราญอ้วนพี มันก็จะอยู่ ถ้าอด ๆ อยาก ๆ ท้องก็ว่ท้องคอด มันก็จะเปิดหนีเท่านั้นแหละ ไม่มีอะไร ถ้าเลี้ยงดีมันก็อยู่ ถ้าเลี้ยงไม่ดีก็ตาย แต่การตายของหลวงพ่อนั้นมีอยู่ 2 อย่าง อย่างหนึ่งตายโดยธรรมชาติ อีกอย่างหนึ่งตายโดยฝืนธรรมชาติ หรือจะเรียกว่า “ไปหาที่อยู่อันตายไม่เป็น” ฉะนั้น ส่วนใดที่ตายก็ตามแต่เรื่องของมัน ๔

4. “หลวงพ่อก” องค์นี้มันติดกับหลวงพ่อกอื่นเขาอย่างหนึ่ง ที่มันไม่ชอบกินอาหารรสเดียว คืออาหารข้าวคั่ว ๆ อย่างที่เรากินทุกวันนี้ มันชอบกิน อาหารก๋อนเดียว แต่ให้มีถึง 3 รส อาหารที่ว่านี้เป็นอาหารประณีต ไม่ใช่อาหารหยาบ, เป็นอาหารของใจ ไม่ใช่อาหารกาย อาหารใจนี้เป็นอาหารก๋อนเดียว แต่มีถึง 3 รส ได้แก่ “ผัสสาหาร” รสหนึ่ง “วิญญาณาหาร” รสหนึ่ง

และ “มนโธญเจตนาหาร” รสหนึ่ง ถ้าจะเปรียบกับทุเรียนแล้ว ก็มีทั้งหวานทั้งมันและทั้งขมด้วย เป็นทุเรียนที่คนเขานิยมรับประทานกันมาก ถ้าจะให้อธิบายถึงรสของ “ผัสสาหาร” แล้วก็ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ซึ่งเป็นที่พอใจ รสของ “วิญญาณาหาร” ก็ได้แก่ความรู้สึที่เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันเป็นที่พอใจ และรสของ “มนโธญเจตนาหาร” ก็ได้แก่ความตั้งใจที่คิดไว้เป็นผลดี ไม่ผิดไปจากความประสงค์ รวมเรียกว่า “ธรรมาหาร” เป็นอาหารก้อนเดียว แต่มีอยู่ถึง 3 รส ถ้าใครได้บริโภคดังนี้เสมอ ๆ ก็จะมีความสุข อายุยืน และเบิกบานใจมาก ๆ

5. อาหารก้อนนี้แหละที่ “หลวงพ่อ” ประรณนา จะกล่าวโดยตรงก็คือ ความพึงพอใจที่ได้รับจากการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบของบรรดาสาธุศิษย์ พระเณร และญาติโยม อาหารนี้ไม่ใช่อาหาร “ข้าวสุก” เป็นอาหาร “คน”! หลวงพ่อก็คือท่านเป็น “หลวงพ่อยักษ์” ขอบกินคน! ถ้าคนใดทำดีเป็นที่ปลื้มพอใจของครูบาอาจารย์แล้ว ก็จะทำให้ครูบาอาจารย์อายุยืนยาวนานออกไป ถ้าทำให้เป็นที่เสื่อมเสียแล้ว ก็เท่ากับทอนชีวิตของครูบาอาจารย์ให้สั้นลง การที่มาอยู่ทุกวันนี้ ต้องการทำประโยชน์ให้แก่ศาสนา, ให้แก่โลก มาเพื่อ “หากิน” หาอาชีพหากำไร มาทำไร่ ไถนา ถ้าหว่านพืชลงไปได้ข้าวรวงใหญ่เมล็ดงาม มีกำไรดี ก็จะอยู่ไปได้นาน ๆ หน่อย ถ้าหว่านลงไปได้แต่ข้าวลีบ ๆ เสียหาย มีแต่ขาดทุน ก็ต้องเปิดหนี ฉะนั้น ถ้าอาตมาเห็นว่าการอยู่ต่อไปนี้จะยังมีประโยชน์ดี ควรอยู่ต่อไป ก็จะพยายามหาใจให้มันยาว ๆ ยาว ๆ ถ้าเห็นว่าไม่มีประโยชน์อันใดแล้ว ก็จะหาใจให้มันสั้นเข้า ๆ จนดับพริบไปเลย นั่นแหละสบาย! และเป็นสุขไม่มีอะไรสู้ ไม่ต้องมานั่งทรมานร่างกายและรับทุกข์ร้อนของใครอีกต่อไป สว่างแจ่มไปคนเดียว ไม่มีห่วงใย ๆ

6. นี้แหละ “อาหาร” ของหลวงพ่อมันเป็นอย่างนี้ อาหารข้าวสุกข้าวสารนะ กินเข้าไป เพราะความจำเป็นเท่านั้นเอง ไม่ใช่จะอยากกินมันดอก เพราะมันไม่มีแก่นสารอะไร กินวันนี้ พรุ่งนี้ก็ต้องทิ้งแล้ว ส่วนอาหารใจนั้นกินวันเดียว มันอยู่ทนไปได้นานถึง 10 ปี 100 ปี อืมจนไม่รู้สึกลัว กินไม่รู้จุกเบื่อ ขอให้พวกเราจงพากันเข้าใจอย่างนี้ว่า “ทุก ๆ คนจะต้องทำความดีเพื่อเป็นที่พึ่งของตนเอง” อย่าคอยหวังพึ่งแต่ “หลวงพ่อ ๆ” หลวงพ่อก็คือมันก็ตายเหมือนกัน แต่ไม่ทราบว่าจะช้าหรือเร็วเท่านั้น, ถ้าการหาอาชีพไม่ได้ผลดีแล้ว ก็ยิ่งจะต้องตายเร็วเข้า ฉะนั้น ถ้าอยากให้ “หลวงพ่อ” เป็นที่พึ่งนาน ๆ ต่อไปแล้ว ก็จงพากันตั้งอกตั้งใจแสวงหาคุณงามความดีใส่ตัวให้มาก ๆ หมั่นเจริญ “สมาธิภาวนา” อย่ามัวไปนั่งคุยกันเสีย ให้เวลาล่วงไปโดยเปล่าประโยชน์ ๆ

15 พฤษภาคม 2502

1. พัสตุ ทุกอย่าง มันเป็น ไฟ ทั้งนั้น แต่กลับเห็นว่าเป็น น้ำแข็ง ฉะนั้นผู้มีความใคร่ในพัสตุคาม จึงย่อมต้องประสบกับความร้อนเป็นธรรมดา

2. การเบียดเบียนตัวเอง เป็นของที่เห็นได้ยาก ความเบียดเบียนตนเองเกิดจากความเห็นแก่ตัว กลัวว่าตัวเองจะไม่ได้ได้รับความสุข เช่น จะรักษาศีลแปดก็กลัวตัวจะหิวข้าวเย็น กลัวจะไม่ได้ทาน้ำอบหอม ๆ กลัวจะไม่ได้นอนเบาะฟูกสบาย จะนั่งสมาธิก็กลัวเมื่อย เลยไม่กล้าทำความดี นี่แหละเป็นการรักตัวเองไม่จริง เป็นการเบียดเบียนตัวเองโดยมองไม่เห็น

3. การปฏิบัติ มีอยู่ 2 อย่าง คือ “สัมมาปฏิบัติ” กับ “มิฉนาปฏิบัติ” บางคนการปฏิบัติเป็น มิฉนา ทุกที แต่ก็คิดว่าเป็น สัมมา ทุกเมื่อ ฉะนั้นจึงเกิดความยุ่งยาก ธรรมดาคนโดยมากกลัวตัวเองจะได้รับความทุกข์ กลัวตัวเองจะไม่มีความสุข ก็พากันแสวงหาทุกอย่างให้เป็นทีพอใจ เช่น ในการกิน อย่างไหนจะดี จะอร่อย ในการนอนอย่างไหนจะดีจะสบาย แล้วก็พากันแสวงหาความสุขให้แก่ตัวในทางที่ผิด เช่น พวกโจรมันรักลูกรักเมียรักตัวเอง กลัวจะอดตาย ไม่มีกิน มันก็ไปปล้นไปขโมยทรัพย์สินของคนอื่นเขามาเลี้ยงชีวิต นี่เป็นการเบียดเบียนตัวเองโดยมองไม่เห็น

4. อย่าคลุกคลีกับหมู่คณะเกินควร จะเสียเวลานั่งสมาธิ ภัยของการคลุกคลีกับหมู่ คือ 1. ถ้าการปฏิบัติไม่เสมอกัน ย่อมทำให้เกิดปัญหา 2. ความคิดเห็นไม่ตรงกัน ย่อมทำให้เกิดเสียงอันนำมาซึ่งกิเลสกรรม เหมือนน้ำที่อยู่ในพื้นไม่เท่ากัน สูงข้างต่ำข้าง ข้างที่สูงย่อมไหลลงมาทางต่ำ ทำให้เกิดมีเสียง “จ๊อก ๆ” ถ้าน้ำมีพื้นระดับราบเท่ากันแล้ว การไหลย่อมปราศจากเสียง การคลุกคลีกับหมู่เปรียบเหมือน “ข้าวราดแกง” มันมักบูดเร็ว เก็บไว้นานไม่ได้ ถ้าข้าวกับแกงมันอยู่คนละชาม มันไม่ค่อยจะเสียง่าย เหมือนคนเราถ้าแยกกันอยู่คนละทางก็ไม่ค่อยจะมีเรื่อง

5. ถ้าเราจำเป็นจะต้องเกี่ยวข้องกับหมู่คณะหรือบุคคล เราก็มืด ๆ เกี้ยว รีบ ๆ พูดยุติ รีบ ๆ ทำ ในรู้นั้น ๆ เสียให้มันเสร็จ ๆ ไป เหมือนกับเรารีบเกี่ยวข้าวในนาของเรา พอเกี่ยวแล้วก็รีบเก็บ รีบตี รีบสี รีบผัด แล้วใส่กระบุงเก็บเข้ายุ้งเข้าฉาง มันก็จะปลอดภัย เรามีเรื่องอะไรก็ว่า ๆ ไปเสียให้มันหมดเรื่องหมดราว แล้วก็เก็บใจเข้าหีบ เข้าปัดของตน เมื่อถึงเวลานั่งสมาธิแล้ว ไม่ต้องเก็บมากังวลนึกถึงสิ่งใด ๆ เลย

6. ถ้าจำเป็นจะต้องเข้าไปอยู่ในหมู่คณะ เราจำเป็นจะต้องรู้จักจิตใจและมรรยาทซึ่งกันและกัน ต้องหมั่นให้กลมกลืนกัน ต้องรู้จักกาลเทศะอันควรไม่ควร เหมือนตะปูที่เขาใช้ตอกไม้ ถ้าเรานำไปตอกดินมันก็ไม่ได้ผล หรือเสียมเขาใช้สำหรับขุดดิน เรานำไปขุดกระดานก็ย่อมไม่ได้ รับผลเช่นเดียวกัน ฉะนั้น การไม่รู้จักใช้มรรยาททางกาย วาจา ให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ควร ก็ย่อมไม่เป็นคุณประโยชน์นั้น

7. การปรับปรุงมรรยาท ทางกาย วาจาของตน ให้มีความสามัคคีเป็นไปในทางเดียวกัน ย่อมจะทำให้เกิดความมั่นคงในหมู่คณะและสามารถผูกหลักอันดีของตนให้แน่นอน ไซ้แต่เท่านั้นยังสามารถชักจูงผู้อื่นให้เข้ามาสู่ความดีได้ด้วย เหมือนเชือกปอเส้น ๆ ที่เขารู้จักควั่นต่อกันเข้า ก็กลายเป็นสายยาวหลาย ๆ กิโล ถ้าควั่นเป็นเกลียว 3 เส้น รวมกันอีกก็ยิ่งเหนียวแน่น สามารถโยงเรืออื่นให้ข้ามมหาสมุทรได้ ดูแต่ไม้ขนนก ๆ เวลาจะยก เขาพูด “เฮโฮ” คำเดียว แล้วตั้งใจยกพร้อมกันก็ยกเบาหวีเหมือนไม่ถึงกิโล เหตุนั้น สามัคคีจึงนำมาซึ่งประโยชน์สุข

8. ดวงจิต ถ้ามันไม่ได้อยู่ในตัว มันก็อ่านตัวเองไม่ออก

9. บุคคลดี แต่ทำความประพฤติไม่ดี ไปอยู่ที่ไหนก็เป็นคนหนัก มีรอยแตกรอยร้าว ท่านจึงเปรียบบัณฑิตหรือคนทำความดีว่าเป็น คนเบา เหมือนเท้าแมว ตัวมันก็มีปุย เท้ามันก็เก็บเล็บไว้ได้ ถึงคราวใช้ก็กางออก ไม่ถึงคราวใช้ก็ซ่อนไว้ในอุ้งเท้าเหยียบกระดานก็ไม่มีรอยตีน เหยียบพื้นดินก็ไม่มีรอยเล็บ

10. คนพาล หรือคนที่ทำตัวไม่ดีท่านเปรียบเทียบว่าเหมือน เท้าสุนัข เหยียบพื้นกระดานก็ได้ยินเสียง เหยียบพื้นดินก็เห็นรอย เป็นคนหนัก เหมือนคนที่หกล้มก้นกระแทกลงดิน ก็จะได้ยินเสียงเหยียบพื้นดินก็เห็นรอย เห็นเป็นรอยกันจมอยู่ในพื้นดิน ไปที่ใดไม่มีคนสรรเสริญ มีแต่คนติฉินนินทา ทำให้แตกสามัคคีในหมู่คณะและเพื่อนฝูง

16 พฤษภาคม 2502

1. กิเลส เปรียบเหมือนเงาตัวของเรา แม้จะอยู่ในที่แจ้งหรือที่มืด ก็มีติดอยู่กับตัวเราเสมอ น้อยอย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งเหมือนกับเงาที่ติดอยู่ในกระจกหรือฟิล์ม เวลาที่เราถ่ายรูปอะไร มันก็ไปติดเป็นภาพอยู่ในแผ่นกระจกหรือฟิล์มนั้น กิเลสที่ประจำตัวอยู่เสมอได้แก่ “อวิชชา” ถึงเราจะหนีขึ้นเครื่องบินไป เราก็มักไม่พ้น มันจะต้องติดตามเราไปด้วยทุกหนทุกแห่ง จะขึ้นเขามันก็ไปด้วย จะลงห้วยมันก็ไปตาม กิเลสอย่างนี้มองเห็นได้ยาก ต้องออกไปกลางแจ้งจึงจะมองเห็น

หมายความว่าถ้าเราเข้าไปกังวล เกี่ยวข้องอยู่แต่ภาระในบ้านและครอบครัว เราก็ไม่สามารถจะ และเห็นมันได้ ต้องสลัดหม้อออกไปหาที่วิวสงบสงัดคนเดียว แล้วเจริญสมาธิภาวนา เราจึงจะ มองแลเห็นได้

2. กิเลสอวิชชา ติดอยู่กับจิต ไม่ใช่ติดอยู่กับกาย ถ้าจะเปรียบทางวิทยาศาสตร์ ก็เหมือนกับ ไวตามิน หรือ โอซารส ที่ติดอยู่กับวัตถุซึ่งเราไม่สามารถมองเห็นด้วยตา เปรียบอีกอย่าง หนึ่งก็เหมือนกับเชื้อแบง์ในเมล็ดข้าว ที่ทำให้เกิดพันธุ์งอกเป็นต้นข้าว ถ้าใครไม่อบรมสะสมดวง จิตด้วยสมาธิ ก็จะไม่แลเห็นกิเลสชนิดนี้ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ หรือ ครูบาอาจารย์ ก็ไม่สามารถเข้าไปช่วยล้างให้หมดมลทินได้

3. อวิชชา แปลว่า “รู้เงา ๆ” เหมือนตาแก่ที่แลเห็นตอไม้ลอยน้ำมาตะคุ่ม ๆ ก็นึกสำคัญ ว่าเป็นผี มิได้รู้ซึ่งความจริงของสิ่งนั้น

4. ดวงจิต ที่เคลื่อนไป เขาเรียกว่า จุตี เคลื่อนไปในวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตาเรา ก็รู้ เรียกว่า “จุตูปปาตญาณ” รู้การเสมอภาค แปร ดับ ของธาตุต่าง ๆ คือดิน น้ำ ลม ไฟ ถ้าธาตุเหล่านี้ไม่มีการแปรเปลี่ยนแล้ว เราก็ต้องตาย อยู่ไม่ได้ เช่นข้าวเรากินเข้าไปแล้วไม่ย่อย ถ่ายออก เราก็ต้องท้องขึ้น ท้องเฟ้อ อยู่ไม่ได้ ธาตุน้ำตาลไม่แปรเป็นจิต เราก็ต้องเป็นเบาหวาน ตายแน่ ลมหายใจเข้าไม่กลับออกมา ก็ต้องตาย

5. วิปัสสนา คือเห็นตาม “อนุโลม” อย่างหนึ่ง เห็น “ปฏิโลม” อย่างหนึ่ง เห็นอนุโลม คือเห็นตามเขาว่า อย่างนี้อาจเป็น “วิปัสสนูปกิเลส” ได้ การเห็นปฏิโลมคือเห็นตามที่เขาไม่ว่า เช่นเห็นว่าอะไร ที่ไม่เที่ยง นั้นแหละ มันเที่ยง อะไรที่มันเป็น ทุกข์ นั้นแหละเป็น สุข อะไรที่เป็นอนัตตา นั้นแหละเป็น อัตตา เห็นอย่างนี้เป็น วิปัสสนาญาณ

6. พุทธะ หมายถึงชื่อของดวงจิตที่ไม่มีบาป มีแต่ บุญ คือ ความสบาย

7. การปฏิบัติธรรม ให้ประโยชน์ 2 อย่าง คือ 1. ทำความร่มเย็นเป็นสุขให้แก่ตนเอง และผู้อื่น 2. เป็นเกียรติแก่พระศาสนา

17 พฤษภาคม 2502

1. คนเรามีแต่ตาอย่างเดียว ย่อมใช้การอะไรไม่ได้ ต้องอาศัยแสงสว่างของดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ หรือดวงไฟด้วย จึงจะไข่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้

2. กระแส แสง รัศมี หรือเจตสิก คืออาการของจิตที่แล่นออกไปเป็นคลื่นอยู่ในอากาศ ที่เปรียบเหมือนแสงของดวงอาทิตย์หรือดวงไฟ ซึ่งจะทำให้ตาของคนเรามองเห็นสิ่งทั้งหลายในโลกได้

3. เวลาเรานึกถึงบุคคล หรือวัตถุอันใด กระแสของจิตย่อมแล่นออกไปสู่คนนั้นหรือวัตถุ นั้น กระแสของดวงจิตที่ได้อบรมด้วยสมาธิอันแก่กล้า ย่อมจะมีอำนาจแรงยิ่งกว่าระเบิดปรมาณูที่สังหารโลก

4. กระแสหรือรัศมีแห่งธรรม ซึ่งมีประจำจิตของบุคคล เปรียบเหมือนกับแสงสว่าง ซึ่งเป็นเครื่องคุ้มครองป้องกันทรัพย์สมบัติของเรา ให้โจรผู้ร้ายปล้นขโมยไปไม่ได้ยาก ตัวอย่าง เช่น ตู้เซฟของเรามีแสงไฟหรือแสงสว่างส่องอยู่ ย่อมไม่ทำให้โจรผู้ร้ายกล้าย่องเข้ามาเปิดได้ ถ้ามันตั้งอยู่ในที่มืด อันปราศจากแสงไฟหรือแสงสว่างแล้ว ก็ย่อมเป็นโอกาสให้คนร้ายเข้ามาลักสิ่งของภายในเซฟของเราได้โดยง่าย หรือบ้านของเราเปิดไฟไว้สว่าง ขโมยย่อมหาโอกาสเข้ามาได้ยาก นี่ฉันใด ดวงจิตที่มีกระแสหรือรัศมีแห่งธรรมปกคลุมหุ้มห่ออยู่ ย่อมพ้นจากภัยแห่งกิเลสและนิวรณ์ธรรม เป็นเหตุให้ถึงความบริสุทธิ์ได้

5. กระแสหรือรัศมีแห่งธรรมนี้ ย่อมเกิดได้จากการเจริญสมาธิภาวนา อย่างเรื่องในสมัยพุทธกาลเรื่องหนึ่ง มีภิกษุราว 50 องค์ นั่งเจริญสมาธิรวมกัน หันหน้าเข้าไปยังต้นไทรต้นหนึ่ง และได้พร้อมกันส่งกระแสจิต แผ่เมตตาให้หมู่ชนทั้งหลาย ที่จับอยู่บนต้นไทรนั้น แม้ว่านกบางตัวจะบินลงมาจากที่ศีรษะบ้าง ขี้อวดบ้าง และจับตามอยู่ตามไหล่ตามจีวรบ้าง หรือลูกไทรจะตกลงมาบนตักบ้างก็ตาม พระภิกษุเหล่านั้นก็ได้เคลื่อนไหวอิริยาบถ หรือสนใจกับสิ่งเหล่านี้ คงนั่งเจริญสมาธิภาวนาอย่างสงบเรียบ โดยปราศจากเสียงพูดเสียงไหวตัว หรือแสดงมรรยาทผิดปกตินั่นใด นกทั้งหลายก็พากันรำเริง ไม่หนีไปทางไหน บินวนเวียนอยู่แต่ ณ ที่นั้น พุทธการณอันนี้เป็นเหตุให้นายพราน 6 คน ซึ่งถือธนูหน้าไม้จะชวนกันมายิงสัตว์พากันแปลกประหลาดใจเป็นอย่างยิ่ง เมื่อท่านออกจากสมาธิแล้ว นายพรานจึงเข้าไปถามพระภิกษุเหล่านั้นว่า “พวกท่านนี้พากันมาทำอะไร นกทั้งหลายจึงไม่บินหนี เหมือนกับเวลาที่มันเห็นพวกของเราเข้ามาใกล้” และภิกษุได้อธิบายถึงการรักษาศีลภาวนาและเจริญธรรมแผ่เมตตาให้นายพรานฟังจนเข้าใจ ทำให้นายพรานทั้ง 6 คน เกิดความศรัทธาเลื่อมใสขอเป็นสาธุศิษย์และบวชตามบ้าง แล้วได้พากันเจริญเมตตาภาวนาด้วยความตั้งใจจริง ๆ แม้จะได้รับทุกข์เวทนาในร่างกาย อันเนื่องมาแต่กรรมที่ตนได้ทำไว้แล้วบ้างเพียงใดก็ดี ก็ได้พยายามอดทน ต่อสู้กับมารทั้งหลายจนได้บรรลุพระอรหันต์ สำเร็จก่อนพระที่บวชก่อนนั้นเสียอีก นี่เป็นเรื่องซึ่งชี้ให้เห็นผลแห่งอำนาจกระแสจิตที่บริสุทธิ์ อันเกิดจากการอบรมสมาธิ

6. บุคคลที่กล่าวว่า เวลาที่ทุกข์ภัยไข้เจ็บ ไม่เห็นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะช่วยได้สักทีนั้น ก็เป็นเพราะผู้นั้นมีได้ปฏิบัติให้ถึงธรรมจริง ๆ คือทำไม่จริงไม่จัง คุณพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ มิได้แทรกซึมเข้าไปถึงดวงจิตดวงใจของผู้คน เหตุนี้ท่านจึงไม่สามารถกำจัดทุกข์ภัยโรคให้แก่ผู้คนได้ ต้องลงโทษด้วยตัวของตัวเองว่าไม่จริงที่ท่านจึงจะถูก

7. จงเอาพระพุทธคุณฝังเข้าไปในลมหายใจเข้า และลมหายใจออกเสมอ บุคคลนั้นจะไม่พบกับความทุกข์ยากลำบากใจ เหมือนดังที่เขากล่าวกันว่า “นิมนต์พระเข้าไปในบ้าน ละ มั่นสบาย-สบาย ไม่เหมือนกับเชิญคนเข้าไปในบ้านเลย” ทั้งนี้ก็เพราะพระท่านไม่ทำความเดือดร้อนวุ่นวายให้ใคร ๆ มีแต่จะให้ความดีความชอบและความเย็นอย่างเดียวกันนั้น ตรงกันข้ามกับคนธรรมดาหรือคนที่ไม่ดี ซึ่งเข้าไปในบ้านก็มักจะทำความเดือดร้อนให้เสมอ

8. พระพุทธเจ้าท่านทรงมีอานุภาพยิ่งใหญ่กว่าเทพยดาและมนุษย์ทั้งหลาย พระสรีระร่างกายของท่านก็ใหญ่มาก ซึ่งคนเราพากันสร้างองค์ท่าน คือพระพุทธรูป มาตั้งแต่สมัยโบราณ จนบัดนี้ก็ยังไม่รู้จักแล้วเสร็จพอเพียงกันสักที พระโอษฐ์ท่านก็กว้างใหญ่ ทรงตรัสอะไร ๆ ไว้ครั้งเดียว ก็มีผู้นามากล่าวไม่รู้จบสิ้น ได้แก่พระธรรมคำสั่งสอน ที่พระสงฆ์ท่านได้ร่ายกรอง ผูกเป็นคัมภีร์มาเทศนาให้เราฟังอยู่ทุกวันนี้ พระโอษฐ์ท่านเล็กนิดเดียว แต่พระวาจาของท่านเป็นของใหญ่มหัศจรรย์จึงเรียกว่าท่านมีพระโอษฐ์กว้าง พระเนตรของท่านก็กว้างใหญ่ เป็นโลกวิทู รู้แจ้ง เห็นแจ้งตลอดโลก ลักษณะของคนดีย่อมมีความใหญ่ยิ่งเป็นอย่างนี้

9. ของใหญ่ ย่อมมาจาก ของเล็ก ก่อนที่พระพุทธเจ้าของเราจะทรงเป็นใหญ่ ท่านก็ได้ทำพระองค์ของท่านให้เล็กเสียก่อน คือตัดขาดจากสกุลกษัตริย์ เสด็จไปอยู่โดดเดี่ยวในป่าได้ดวงไม้ศรีมหาโพธิ์ ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญจรา ทรงกระทำลม อัสสาสะ ปัสสาสะ ให้ละเอียดแคบเข้าทุกทีจนน้อยที่สุด กัดบสนินไม่มีเศษเชื้อแห่งกิเลสอาสวะ ทรงรู้แจ้งในธรรมวิเศษ ตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ดวงพระหฤทัยของพระองค์ซึ่งทำให้เล็กที่สุดแคบที่สุดนั่นเอง ได้ระเบิดออกมาเป็นคุณความดี ปรากฏแก่ปวงชนชาวโลกอันประจักษ์แก่พวกเราทั้งหลายสืบมาจนทุกวันนี้ ฉะนั้นขอให้พวกเราจงพากันตั้งใจปฏิบัติตนให้ตั้งอยู่ในสมาธิภาวนาจริง ๆ ไม่ต้องคิดหน้าคิดหลังห่วงใยไปทางอื่น เมื่อจิตของเราแน่วแน่เป็นสมาธิแล้ว วิชาทั้งหลายต่าง ๆ ก็พลอยได้ติดตามมาเองโดยไม่ต้องไปคอยพะวงถึง ไม่ต้องไปคิດอยากโน่นอยากนี่ มันก็มีมาเอง เขาว่า “คนที่โลภมากมักจะได้กินน้อย คนอยากเท่านั้นวักย่อยจะได้กินเท่าหัวแม่มือ” นี่ก็ควรสังวรไว้

10. ใจที่คิดกว้าง แส่สายออกไปตามสัญญาอารมณ์ภายนอกนั้น ทำให้ดวงจิตขาดพละกำลังที่จะใช้ในกิจการต่าง ๆ จะคิดจะทำสิ่งใดก็สำเร็จได้ยาก เหมือนปากกระบอกปืนมัน

กว้าง เอาลูกปืนก้อนเล็กใส่ลงไปมันก็หลวม ึงออกไปไม่แรงเท่าใด ถ้าลากล้องมันยิ่งแคบ ใส่ลูกปืนเข้าไป เวลายิงออกยิ่งแรงมาก เหมือนจิตที่รวมแคบเท่าใด สมองใจก็จะละเอียดเข้า ๆ จนหายใจทางเส้นขนได้เป็นดีที่สุด จิตชนิดนี้จะมีอำนาจแรงยิ่งกว่าระเบิดปรมาณู

11. ชาวสวนที่มีปัญญา เขาได้กล้วยช่วยทำสวน มะม่วงช่วยทำสวน ไม่ต้องใช้เงินลงทุน เป็นจำนวนมาก คือค่อยถางค่อยปลูกค่อยเก็บค่อยขาย ค่อยทำไปทีละน้อย ๆ จนทวีออกไปได้มากเข้า ๆ ทุกที แรงก็ไม่เหนื่อยมาก ทุนก็ลงแต่น้อย แต่ได้ผลมากยั่งยืน และยืดยาวแพร่หลาย ส่วนคนโง่ไม่มีปัญญา มีสวนก็ขี้หนัด มีนาที่ร่อยไรก็ทุ้มเท้างคนมาขูดมาถางมาคราด แล้วก็หว่านข้าวหรือเพาะต้นผลไม้เต็มไปหมดในคราวเดียว พอฝนแล้งไม่มีน้ำหล่อเลี้ยงสัก 3 วัน หรือ 7 วันเท่านั้น ข้าวก็แห้ง ต้นไม้ก็ตายเกลี้ยง หญ้าก็ขึ้นรกเต็มสวนเต็มนาไปหมด ไม่มีปัญญาจะทำอะไรได้ เพราะมันกว้างใหญ่มาก จะจ้างเขาอีกก็ไม่มีทุน เพราะทุ้มเทไปเสียคราวเดียวหมด ก็ได้แต่นั่งเอามือกอดเข่าทำตาปริบ ๆ ทุนก็หายกำไรก็หมด นี่เป็นลักษณะของคนโลก ส่วนคนที่ค่อยทำค่อยไป ก็ย่อมจะได้ผลกว้างใหญ่ไพศาลออกไปทุกที

ไอวาตตอนหนึ่ง ในวันวิสาขบูชา

คืนวันที่ 22 พฤษภาคม 2502

ในทางคริสตศาสนา บุคคลใดทำความผิดหรือกระทำบาปอะไรไว้ ก็ไปขอล้างบาปล้างโทษของตน โดยเข้าไปสารภาพความผิดกับพ่อบาทหลวง แล้วพระเจ้าก็จะทรงเมตตายกโทษให้แก่คนนั้น ให้พ้นจากบาปความผิด และถึงความบริสุทธิ์ได้ แต่ในทางพระพุทธศาสนาของเรา มิได้เป็นเช่นนั้น ถ้าบุคคลผู้ใดทำความผิด บุคคลผู้นั้นจะต้องเป็นผู้แก้ความผิด เพื่อลบล้างโทษลบล้างบาปด้วยตนเอง หมายความว่า เมื่อบุคคลใดมีกิเลสเกิดขึ้นในดวงใจ ผู้นั้นก็จักต้องพยายามแก้ไขตนเองให้พ้นจากกิเลสนั้น ๆ แล้วผู้นั้นจึงจะพ้นจากทุกข์จากโทษได้ เปรียบเหมือนบุคคลที่ดื่มยาพิษเข้าไป มีอาการเจ็บปวดในไส้ในพุงทรมานทรมาย แล้วจะวิ่งไปหานายแพทย์ บอกว่า “คุณหมอ, ฉันกินยาพิษเข้าไป มันปวดท้องเหลือเกิน ขอให้คุณหมอช่วยกินยาแก้ไข้ให้ฉันหายเถิด!” อย่างนี้มันย่อมแก้กันไม่ได้ ถ้าขึ้นให้หมอกินยาแทนคนไข้แล้ว คนไข้นั้นก็จะต้องมีหวังตายอย่างแน่นอน ฉะนั้น จึงขอให้พวกเราเหล่าพุทธบริษัทจงพากันเข้าใจ ดังนี้คือเราต้องชำระล้างกิเลสของเราเองด้วย “ธรรมะ” ซึ่งเป็น “พุทธโอสธ” จึงจะพ้นจากบาปจากทุกข์จากโทษภายในจิตใจของตนได้ ไม่ใช่ขอให้พระพุทธเจ้าช่วยแก้และล้างบาปให้เรา พระพุทธเจ้าท่านทรงเป็นเพียง “นายแพทย์” ผู้ประทานตำหรับตำราและผลสมยาไว้ให้เราเท่านั้น เมื่อเรามีโรคอันใด ก็ต้องรู้จักรักษาเองแก้เอง จึงจะหายจากโรคนั้น ๆ ได้ ๕

อบรมสมาธิตอนคำ

26 พฤษภาคม 2502

1. สำหรับพระภิกษุสามเณรที่จาริกไปยังสถานที่ต่าง ๆ ในเวลาออกพรรษานั้น ถ้าไปเพื่อประโยชน์ส่วนตัวและผู้อื่นก็ควรไป ถ้ามีเช่นนั้นแล้วก็ไม่บังควรฯ

2. การปฏิบัติธรรม เปรียบเหมือนการเดินทาง ถ้าเรารู้ตัวว่าจะเดินผิดทาง ก็ให้หยุดยับยั้งไว้เสียก่อน อย่าเพิ่งเดินต่อไป หรือมิฉะนั้นก็ถอยหลังกลับไปทีเก่าเพื่อหาทางเดินใหม่ให้ถูกต้อง ถ้าจะเปรียบกับการสังคมในหมู่คณะแล้ว ก็คือสิ่งใดถ้าเรารู้สึกว่าไม่ตรงกันในทางมรรยาท การทำ การพูดจา หรือในทางความคิดเห็นแล้ว ก็ควรหยุดยับยั้งไว้เสียก่อน จนกว่าเราจะมองเห็นความถูกต้องที่แน่นอน หรือเวลาและโอกาสที่สมควรจะพูดจะทำแล้ว จึงควรดำเนินต่อไป ถ้ามีเช่นนั้นแล้ว ก็อาจจะเกิดความไม่พอใจขึ้นเคืองขัดแย้ง โต้เถียง ทะเลาะวิวาทกันขึ้นได้ เป็นเหตุให้แตกสามัคคี ควรรู้จักแก้ไขอะลุ่มอล่วยผ่อนสั้นผ่อนยาวซึ่งกันและกัน หมู่คณะนั้นจึงจะมีความเจริญได้ ฯ

3. คนเราที่อยู่ในหมู่คณะร่วมกัน ย่อมมีความแตกต่างกันหลายประเภท คือมีความเหลื่อมล้ำต่ำสูง ไม่เสมอภาคกันในทางมรรยาทบ้าง การพูดจา ความคิดเห็น เจตนา และความจริงบ้าง บางคนนั้นบางอย่างก็ตรงกัน บางอย่างก็ไม่ตรงกัน บางคนเจตนาดี พูดก็เพราะ บางคนเจตนาดีแต่พูดไม่เพราะ บางคนเจตนาไม่ดีแต่พูดเพราะก็มี บางคนเราพูดดีเขาพอใจ บางคนเราพูดไม่ดีแต่เขาพอใจ และบางคนเราพูดดี แต่เขาไม่พอใจก็มี ฉะนั้นบุคคลที่จะอยู่ร่วมกันได้ด้วยความราบรื่น ต้องอาศัยเป็นผู้มี "วิชา" มีปัญญาปรับปรุงแก้ไขเรื่องของตัวเอง และเรื่องของคนอื่นให้กลมกลืนกันได้ คือต้องรู้จักตัวเอง รู้จักบุคคล รู้จักเวลา และรู้จักสถานที่ ฯลฯ

4. เรื่องของคนเรานี้ย่อมมีทั้งผิดและถูก ไม่ใช่ว่าจะผิดเสมอไป เหมือนการอ่านและเขียนหนังสือนั้น บางทีก็เขียนถูกแต่อ่านผิด บางทีก็เขียนผิดแต่อ่านถูก มันมีพลั้ง มีเผลอ มีหลง

มีสี่มก็ควรให้อภัยต่อกันซึ่งกันและกัน รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา เหมือนคน 4 คน จะหามซุงต้นเดียวกันคนข้างหน้าแบกทางโคนใหญ่ ย่อมหนักมากหน่อย คนอยู่ตอนกลางและตอนปลายก็เบาลงไปทุกที ถ้าสามคนหลังไม่ช่วยแรงประคับประคองกันไว้ เมื่อคนข้างหน้าหนักมากแบกไม่ไหว ทั้งซุงลงทีเดียว ก็ต้องล้มพาดมาทับคนข้างหลัง ๆ ให้ซุงดเซบีแบนกันไปหมด ผู้เป็นหัวหน้าหรือประมุขย่อมจะต้องบริหารงานหนักกว่าใคร ๆ ถ้าคนรอง ๆ ลงมาไม่ช่วยดูแลแทนบ้าง กิจการงานก็ไม่สามารถจะดำเนินก้าวหน้าไปสู่ความเจริญได้ ฉะนั้นขอให้พวกเรา (สานุศิษย์) มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน และรู้จักปรับปรุง แก้ไขมรรยาททางกาย วาจา และความคิดเห็นของตน ๆ ให้เป็นไปในทางเดียวกัน ก็จะมีความสุข

5. การพูดสั่งสอนและตักเตือนกันนั้น บางคนต้องใช้สอนด้วยคำพูดหยาบ บางคนก็ต้องใช้คำละเอียด บางคนก็ต้องใช้ทั้งพูดหยาบและพูดละเอียด จึงจะสามารถอธิบายให้เข้าใจกันได้ ถ้าพูดทั้งหยาบทั้งละเอียดก็ยังไม่สำเร็จแล้ว ก็ต้องเตะทิ้งลงน้ำเลย หมายความว่าให้มาเสียด้วยใจ คือไม่ให้สนใจด้วย ทอดธุระหมดกังวลกันทีเดียว

6. คนที่ไม่มี “วิชา” โดนน้ำลายงูพิษชนิดเดียวก็สลบแทบตาย แต่คนที่มี “วิชา” แล้ว น้ำลายจากเพดานงูพิษ เขาก็เอามาทำยารักษาโรคมูกัดเป็นอาชีพร่ำรวยได้

7. “มหาบัณฑิต” คือผู้ที่รู้จักใช้มรรยาทความดีของตนให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น “นักปราชญ์” คือผู้ที่สร้างความคิดในการคิดพูดและทำให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

8. ในทางโลก คนใดต้องการ “วิชา” ก็ต้องไปเข้าโรงเรียนหัดอ่านเขียนตั้งแต่ ก.ไก่ ข.ไข่ ฯลฯ ไปจนจบวิชาชั้นประถม มัธยม และอุดม ส่วนในทางธรรมก็เช่นเดียวกัน ผู้ใดต้องการมีวิชา ก็ต้องหัดอ่านตั้งแต่ ก.ไก่ ข.ไข่ ฯลฯ เสียก่อน แต่หนังสือแบบเรียนในทางธรรม ไม่เหมือนกับแบบเรียนในทางโลก บทแรกทีเดียวต้องเรียนว่า “เกสา” แปลว่า ผม คือตัว ก.ไก่ “โลมา” แปลว่า ขน คือตัว ข.ไข่ ถัดจากนี้ก็ถึง “นขา” แปลว่า เล็บ “ทันตา” แปลว่า ฟัน “ตโจ” แปลว่า หนั่ง, “มังสัง” แปลว่า เนื้อ ฯลฯ จนจบบทที่ 1 ซึ่งมี 32 ตัว (คือกายคตาสติ) แล้วก็อ่านต่อไปถึงบทที่ 2 คือธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ (มหาภูตรูป 4) ต่อไปก็อ่านตัวโต ๆ ว่า “หญิง” (อิตถิภาวะ) “ชาย” (ปุริสภาวะ) ตัวโต ๆ นี้มันก็ยากหน่อย ต้องกระจายแตกออกไปอีกเป็นธาตุ ขันธ์ อายตนะ อินทรีย์ จนจบถึงจะเกิดเป็น “วิชา” ขึ้นในตัว เรียนอย่างนี้ฝรั่งเขาเรียกว่า Psychology (ไซโคโลยี) แปลว่าวิชาจิตศาสตร์ เมื่อมีวิชาอันนี้แล้วจึงจะเป็นครูบาอาจารย์สอนคนอื่นเขาได้

9. คนที่มี “วิชาธรรม” นั้นแล้ว ย่อมจะต้องได้เป็นใหญ่เป็นโต “ตา” ก็โต จะเปิดกว้างเท่าไร ๆ ทั้งวันทั้งคืนก็ไม่มีซี่ผมปลิวเข้าไปได้ เพราะมี “แว่น” (คือปัญญา) โทะทั้งหลายก็มีได้ไหลเข้าไปถึงดวงใจ คนตาเล็กล้วนมองอะไรไม่ค่อยเห็น ลูกมันลึกลับนิดเดียว ลืมกระพริบ ๆ ของอยู่ในตัวเองใกล้ ๆ ก็มองไม่เห็นถนัด ลืมนาน ๆ หนึ่งตาไม่ปิดก็แห้ง หลับนาน ๆ หนึ่งตาไม่เปิดก็มืด “หู” ก็ใหญ่ ลมพัดไม่กระดิก ฟังอะไรก็ตีไปหมด “จมูก” ใหญ่ หายใจก็เป็นบุญไปหมด คือมีแต่ “พุทโธ ๆ” ไหลเข้าไป หอมเหม็นก็เป็นบุญไปหมด ปากกว้าง ลิ้นใหญ่ กินได้ทุกอย่างทั้งดีทั้งชั่ว เพราะรู้จักกิน รู้จักคาย “กาย” ใหญ่ นอนได้ทุกแห่ง เพราะไม่มีแผล โลกเป็นที่อยู่ของเรา อยู่ได้ไม่ถือว่าเป็นของใคร “ใจ” ก็ใหญ่ไม่ตกไปในหลุมของโลภีภัย ความใหญ่มีผลดีดังนี้ ๆ

10. “โลกธรรม 8” เป็นความชั่ว เป็นความทุกข์ เหมือนตัวหมัดตัวเหาตัวเส้น ซึ่งมันจะต้องกัดกินเลือดของเราทุกครั้ง ส่วนความดี เป็น “เครื่องชำระ” มันจะต้องล้างกาย วาจา ใจของเราให้สะอาดอยู่เสมอ

11. ถ้าเราเอา “สติ” นั่งกับราคะ โทสะ และโมหะไว้เสมอ ๆ มันจะทนอยู่ไม่ได้ ต้องตายไปเหมือนเรานั่งทับต้นหญ้าอยู่ตลอดเวลา 3 เดือนไม่ลุกขึ้นไปไหนเลย หญ้ามันจะต้องเหือดแห้งจมไปกับพื้นดิน จะงอกเงยขึ้นมาไม่ได้เป็นอันขาด

12. “วิราคะ” เกิดจาก “ราคะ” “ความดี” ก็เกิดจาก “ความชั่ว” คือเมื่อใจเราเกิดราคะ โทสะ โมหะขึ้นขณะใด ก็ให้มองดูมันอยู่อย่างนั้นแหละ อย่าหนีไปไหน มองดูมันให้เต็มหน้า อย่าไปดูข้าง ๆ แล้วมันจะต้องหนีหายคลายไปเอง ทนอยู่ไม่ได้ เหมือนคนรา ถ้าดูอะไรนาน ๆ แล้วมันทำให้เบื่อ เพราะฉะนั้นผู้หญิงสวย ๆ เขาจึงหวงกัน ไม่อยากให้ใครดู เพราะการดูจริง ๆ นาน ๆ มันอาจทำให้เกิดความคิดเห็นบางอย่างขึ้น คนสวยก็จะกลายเป็นคนไม่สวย เช่นสามีภรรยาถ้ามองหน้ากันนาน ๆ ก็คงอยู่ไม่ได้

13. ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม (คือร่างกายของเรานี้) เปรียบเหมือนกับเด็ก คอยแต่จะอ่อนจะกวนเอาโน่นเอานี่ ต้องคอยเลี้ยงคอยปลอบคอยเอาอกเอาใจอยู่ทุกเวลา พระอรียเจ้าท่านจึงให้ปล่อยวางมันเสีย ถ้าจะมัวมาป้อยอยู่อยู่กับเด็กวันยังค่ำ เราก็จะต้องตายก่อนแน่ ถ้าปล่อยวางร่างกายไปตามสภาพของมันเสียได้ ดวงจิตของเราก็จะมีอิสระ

14. “ดวงจิต” นี้ ถ้าเราให้มันไปตามความดี ความชั่วก็ต้องหลงราน ถ้าปล่อยได้ก็จะละ สังโยชน์ ได้

อบรมพิเศษตอนกลางคืน

26 พฤษภาคม 2502

(พระบุญญ์ อุบลคุณโน บัณฑิต)

1. คนเรานั้นจะดีขึ้นได้ก็ต้องอาศัยการฝึกฝนตนเอง หรือที่เรียกว่าต้องศึกษา ปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ จึงจะเป็นคนดีได้ มิใช่ปล่อยให้มันดีขึ้นมาเอง คนเรามีไข้อยู่ได้เพียงคนเดียว จำจะต้องติดต่อกับผู้อื่นอยู่บ้าง ฉะนั้นต้องรู้จักวางตัวให้ดีในเรื่องนี้ ฯ

2. หลักในการคบหากับผู้อื่น มีหัวข้อสังเขปดังนี้ คือ 1. ให้รู้จักกาลเทศะ 2. ให้รู้จักสังคม 3. ให้รู้จักตน และ 4. มุ่งประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน อย่าให้ยิ่งหย่อนกันมากนัก ฯ

3. ในการติดต่อคบหาสมาคมกันนั้น ขอให้นึกไว้ว่า คนเรามันไม่เหมือนกัน เช่นนี้มือก็ยังมีความต่าง ๆ กันไป แต่ละคนก็ล้วนเป็นคนด้วยกัน แต่อุปนิสัยใจคอที่จะเหมือนกันหายากนัก ฉะนั้น การติดต่อกับผู้อื่นจึงเป็นของสำคัญ ต้องรู้จักระมัดระวัง เพราะบางทีเราเจตนาดีเขาก็เจตนาดี แต่เมื่อความคิดนึกบางที่ไม่ตรงกัน ก็อาจผิดใจกันได้ ฯ

4. ในการร่วมงาน ถ้ารู้จักขัดกันอย่างขึ้นทำต่อไป เช่นในการเดินทาง เมื่อรู้สึกว่าเดินทางผิดก็ให้หยุดอยู่ หรือถอยกลับทางเดิม เมื่อความเห็นขัดกัน ให้ต่างฝ่ายต่างยับยั้งไว้ ถ้าขึ้นทำหรือคบกันต่อไป เพื่อนก็อาจจะกลายเป็นศัตรู พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้คนมี "วิชา" เอาไว้ใช้ ฯ

5. การร่วมงานกับผู้อื่น ที่จะให้เป็นผลไปด้วยดี ต้องมีความเข้าใจกัน บางทีเจตนาตรงกัน ความคิดตรงกัน แต่มรรยาทไม่ตรงกัน คือคนเรามีกำลังไม่เสมอภาคกันไปหมดทุกคน คนอื่นอาจทำอะไรไม่ได้ด้วยความคิดนึกของเราก็ได้ ต้องรู้จักเลือก ต้องรู้จักใช้คนให้ถูกทางแล้วยังแยกประเภทความสามารถของคนออกไปได้อีก คือ 1. มีความสามารถ แต่กำลังทำเป็น ไม่สามารถ 2. มีความสามารถจริง ๆ ฉะนั้น ถ้าเราจะใช้คนทำอะไรต้องสังเกตพิจารณาเสียก่อน

ถ้าเราไม่มีปัญหารอบคอบพอ อาจก่อให้เกิดความเสียหายขึ้น หลักสำคัญอยู่ที่ให้แบ่งความดีกัน หมายถึงให้รู้จักเห็นใจเขาบ้าง อย่าเอาแต่ใจเราฝ่ายเดียว

6. การใช้มรรยาทในการพูด บางที่ไม่ตรงเจตนา ถ้าต่างคนต่างอ่านกันออกได้ก็จะเป็นการดี บางคนเจตนาดีแต่พูดไม่เพราะ บางคนพูดเพราะแต่เจตนาไม่ดี ฯลฯ ฉะนั้นการหาความสุขจากหมู่คณะต้องอาศัย “สติ” มิฉะนั้นอาจเป็นโทษได้ ฯ

7. คนใดไม่มีปัญญา ไม่มีวิชาการรอบตัว จะเกิดโทษได้เสมอ เช่นการกล่าวดีอาจกลายเป็นกรรมไม่ดีไปก็ได้ ถ้าไม่รู้จักการควรไม่ควร ก็จะไม่เป็นที่พอใจเขาทั้ง ๆ ที่เราเจตนาดี บางทีเราเจตนาดีแต่พอพูดเขา ฯลฯ มันหลายอย่าง เราจะฟังแต่เสียงเขาพูดอย่างเดียวไม่ได้ ต้องลงไปทักใจเขาด้วย เพราะขณะพูดจิตใจคนมักหม่นไป วิธีที่เขาตอบก็ต้องฟังให้ดี การตอบมีอยู่ 2 อย่าง 1. เขาตอบให้เราแก้ 2. เขาตอบ เขาต้องการแก้ ระวังทางแยกให้ดี คือเมื่อมีข้อขัดแย้งให้รู้จักสังเกต เมื่อไม่เข้าใจให้เปลี่ยนวิธีพูดเสียใหม่ หรือลองเปลี่ยนภาษาดู เมื่อมีสิ่งใดสวนทางก็ให้เปลี่ยนภาษาดูว่าจะเหมาะสมกับเหตุการณ์นั้นหรือไม่? เช่นการอบรมลูก ลูกบางคนชอบเหตุผล บางคนไม่ชอบ ถ้าไม่เข้าใจวิธีอบรมลูกก็อาจเสียคนได้ ฯ

8. พระพุทธเจ้าทรงสอนคนโดย 3 วิธี คือ 1. ต้องใช้วิธีละเอียด 2. ต้องใช้วิธีหยาบ และ 3. หยาบก็ใช้ ละเอียดก็ใช้ ถ้าใช้สามอย่างนี้ไม่เกิดประโยชน์ให้เตะมันทั้งเลย ชำมันเลย คือไม่สนใจเขาอีกต่อไป (อย่างวิธีฝึกหัดทรมานม้า) ฯ

9. ในเรื่องของหมู่คณะ ขอยกเรื่องของสงฆ์มากล่าวเป็นตัวอย่าง สงฆ์ถ้าอยู่รวมกันตั้งแต่ 4 รูปขึ้นไป ก็เป็นสมาคมได้โดยไม่ต้องจดทะเบียนอย่างทางโลกเขา จะทำการบวชนาคก็ได้ รับกฐินก็ได้ ทำอุโบสถก็ได้ ฯลฯ การอยู่ด้วยกันมากองค์เช่นนี้ ต้องมีระเบียบไว้ถือปฏิบัติ เพราะมากคนนั้นก็ย่อมอ่านกันไม่ใคร่ออก เพราะคนเราไม่เหมือนกัน กล่าวคือ 1. มรรยาทไม่เสมอกัน 2. เจตนาไม่เสมอกัน ฯ

สมมุติว่ามีท่อนไม้ยู่ท่อนหนึ่ง คนเดียวแบกจะรู้สึกหนักมาก แต่ถ้า 4 คนช่วยกันแบกหามมันก็จะดูเบาขึ้น ถ้าไม้ท่อนนั้นยาว 4 วา และแบ่งกันแบกในระยะเท่า ๆ กัน คือห่างกันคนละ 1 วา อาจเกิดเรื่อง เกิดเรื่องได้อย่างไร? ก็เพราะน้ำหนักของไม้มันไม่เสมอกัน โคนมันย่อมหนักกว่าปลาย จะถือว่าแบ่งระยะเท่า ๆ กันแล้วเป็นยุติธรรมอย่างนี้ไม่ถูก อาจตีกันขึ้นได้ ที่นี้ถ้ามีปัญหาารู้จักคิด ต่างคนต่างเห็นใจกัน ช่วยร่นมาแบกกันให้พอเหมาะ ให้น้ำหนักเฉลี่ยกันพอดี ๆ

ก็จะไปกันได้อย่างสบาย ต่างคนต่างเบา สามารถแบกหามไม้ท่อนนั้นไปถึงยังจุดหมายได้ ฉะนั้นพวกเราทั้งหลายจะมาร่วมคุณงามความดีกัน ก็ต้องรู้จักตั้งสติก่อนบ้าง รู้จักมรรยาท รู้จักเจตนา รู้จักความคิดของผู้อื่นบ้าง ถ้าอ่านกันออกจะไปอยู่แห่งใด จะไปสร้างความคิดที่ไหนก็จะสะดวกมาก มิฉะนั้นจะเกิดขัดกันและก่อความเสียหายขึ้น การทำงานหรือทำอะไรก็ตาม ถ้าทำกันร่วมกันมาก ๆ ขอให้แบ่งงานแบ่งหน้าที่กันให้พอเหมาะ พอสมตามกำลังของกันและกัน ถ้าเห็นเขาจะทนแบกภาระนั้น ๆ ไม่ไหว ผู้มีกำลังมากกว่าก็ต้องช่วยต้องพยุงกันจึงจะอยู่ร่วมกันไปได้ตลอดรอดฝั่ง ฯ

10. การอยู่ร่วมกันในหมู่คณะ ต้องอาศัยความรอบคอบ อ่านมรรยาทของตนทางกาย วาจา ใจ อ่านความคิดและเจตนาของตนให้ถูกต้องดี ถ้าไม่ดีต้องเติม “สระอี” ให้มันดี อย่าอ่านด้วยปาก ให้อ่านด้วยใจ ฯ

11. เจตนาเราดีเป็นบุญกุศล เมื่ออันใดมาแทรกแซงเกี่ยวกับบุคคลต้องระวังให้ดี ปากเรา มันกินผีเยาะ เช่น หมู เป็ด ไก่ วัว ควาย ฯลฯ อาจมีผีสิง ฉะนั้น ก่อนจะปล่อยวาตะใดด้วยเจตนาใดก็ตาม ต้องมองซ้ายมองขวาให้ดี เมื่อเห็นเหมาะเจาะดีแล้วจึงค่อยพูด ระวังอย่าให้ผิดมรรยาท ฯ

12. พวกเราเป็น “สงฆ์” ขอให้เป็นอย่างหมู่หงส์ทอง ไปที่ไหนก็ให้เหลือองอร่าม เป็นเครื่องประดับแก่ญาติโยมที่เคารพนับถือ ถ้าเราบวชเข้ามาเป็นคนดีเป็นที่เคารพของปวงชน พ่อแม่ก็จะเกิดความภูมิใจ ถ้าเราตกต่ำ พ่อแม่ก็จะหน้าบูด เป็นห่วงเป็นใย กลัวเสียชื่อเสียง จะเป็นการบาป ฯ

13. จะเป็น “ครู” เขา ก็ต้องอย่าให้มีปมด้อย “คนรู้มากทำบาปแล้วบาปมาก คนรู้น้อยก็บาปน้อย” อันนี้ไม่จริงเสมอไป ที่จริงมีดังนี้คือ “คนรู้ทำบาปน้อย คนไม่รู้ทำบาปมาก” เช่นคนที่จับถ่านไฟ ผู้ที่รู้ว้าวร้อนจะไม่จับมาก เพราะกลัวความร้อน ฯ

14. ต้องเป็นคนละเอียดในมรรยาท ละเอียดในวิชา ละเอียดในความรอบคอบ และอ่านคนให้ออก (ต้องอ่านตนเองให้ออกก่อนด้วย แล้วจึงอ่านคนอื่น) ต้องแสดงมรรยาทกับผู้มีวัยต่างกันให้ถูก จะคบใคร ก็คบได้ประโยชน์ทั้งนั้น ถ้าเรารอบคอบมีสติปัญญา อาจคบใครก็ตามย่อมได้ประโยชน์ทั้งนั้น ถ้าโง่งเสียอย่างเดียว คบนักปราชญ์ก็ไม่เกิดผล ฯ

15. เจตนาดีแต่พูดไม่เป็น อาจให้โทษได้ ถ้าใช้วาจาให้ถูก อาจเกิดบุญได้มากกว่า เพราะพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “บุพพุนฺเต เจตนา” เจตนาเบื้องต้น ท่ามกลาง และปลาย ถ้าผู้พูดฉลาดก็จะได้ผลถึง 3 ส่วน มิใช่ส่วนเดียว แต่ก็ยังไม่จัดว่าผู้พูดเป็น “มหาบัณฑิต”

คนเราต้องมีเจตนาดี และรู้จักใช้วาทีที่ดี คนมาคบมาหาเขาก็ต้องว่าดี ต่อไปนาน ๆ มาพบหรือมาคบหากันอีกก็ดี การมาคบหาภายหลังก็ย่อมดีตามไปด้วย เช่นเราไปพบใครเข้าคนหนึ่ง ได้สนทนาพูดจากับเขา แม้เมื่อลาจากกันมาแล้ว เรายังระลึกถึงเขาอยู่ จึงถือว่าเขาผู้นั้นเป็นผู้รู้จักพูด ผู้ที่พูดได้อย่างนี้ ท่านเรียกว่า “มหาบัณฑิต” ๔

16. การพูดของคนเรานั้น ลำบากนัก ต้องอาศัยหลักเกณฑ์ มีความรอบรู้โดยรอบคอบอย่าให้ผิดกาลเทศะ เพราะจะนำมาซึ่งความหายนะ ๔

17. เรื่องของคนมีหลายอย่าง คือ 1. กายกรรม-มรรยาท 2. วจีกรรม-มรรยาท และ 3. เจตนา-ความคิด เหล่านี้เป็นตัวใหญ่ ๆ ส่วนตัวย่อย ๆ ก็แยกไปทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง และถ้าหลายคนก็ต่าง ๆ กันไป ๔

18. คนเราเวลาเหนื่อยมักไม่วินิจฉัยอะไรก็อย่าทักท้วง ต้องนึกขอยอออก อ่านหนังสือโดยไม่รู้วิชาก็แยกว่าเขา เช่นเรียน ก.ข. เราไม่ได้เรียนหนังสือไทย แต่เราเรียน “วิชา” อย่าดูถูกหนังสือต่ำ ๆ อาจมี “วิชา” ปนอยู่ แต่มีใช้วิชาอาชีพ ซึ่งต้องดูตำราเฉพาะ ชั้น ก. ข. ก.กา. มิใช่ชั้นอาจารย์ ต้องเรียนตำราจึงจะได้วิชาเป็น “อาจารย์” ได้ พวกเราจะอ่านซึ่งกันและกันต้องระวังอย่าให้เกิดการดูถูกเขาขึ้นได้ ต้องอ่านกันให้ออก มิฉะนั้นเกิดเรื่อง ๔

19. บางคนไม่มีวิชา แต่มีเพชร บางคนวิชาดี แต่เพชรไม่มีเสียเลย บางคนไปยกคนที่ไม่มีสาระก็เกิดบาป จึงอาจเสียหายได้ หรือถ้าไปเหยียดหยามคนดีเข้าก็เกิดบาป เสียประโยชน์เหมือนกัน ๔

20. เข้าใกล้ๆ ถ้าไม่มีวิชาก็แย่ ถ้ามีวิชาไม่เป็นไร เอาพิษงูมาใช้ได้เสียอีก ถึงมีปานกลางได้ก็ตีพอ อย่างน้อยขอให้มีความดีทรงอยู่ ถ้าเราดีจริง ๆ ก็ให้ชวนช่วยให้ดีขึ้นไปอีก โดยรอบคอบ เมื่อใครประพฤติปฏิบัติได้ ควรบำเพ็ญดังนี้ คือ

ดูข้างหน้า ข้างหลัง ดูทางเสื่อม ทางเจริญ ให้เกิดความสามัคคีทั่วถึง มีอิสระ ให้ผลคือไม่จน พอมีพออยู่ อย่างต่ำที่สุดก็ให้ความดีคงที่ ถ้าทำได้ให้ทำความดีรู้ตนหน้า โดยถ้าเรามีสติปัญญา รอบคอบให้ขยายไป แต่ถ้าขยายดูไม่เกิดผล ก็ให้รีบแก้ไข ให้รีบลดลงทันที มิฉะนั้นจะเสียผลใหญ่โต ถ้ามันโตแล้วดีก็จงทำไป ประโยชน์ให้มีแก่หมู่ ๔

21. รู้จักตนของตนก่อน จึงจะรู้จักผู้อื่นได้ดี ๔

22. “มหาบัณฑิต” คือผู้ที่รู้จักใช้มรรยาทของตนให้เกิดประโยชน์แก่ชนทั้งหลาย “บัณฑิต” คือผู้ที่รู้จักสร้างความคิดทางกาย วาจา และความคิด ผู้รู้จักให้ประโยชน์แก่หมู่

แก้ตน คือ “มหาบัณฑิต” ๔

23. การอ่านหนังสือในทางธรรม คือตัว ก.-เกสา ตัว ข.-ชน (โลมา) นขา ทันตา ตโจ ฯลฯ อ่านให้จบอาการ 32 ชาติติน น้ำ ไฟ ลม มีเท่าไรอ่านให้จบ อันนี้แหละ ทบพวนเข้ามาก ๆ มันก็เกิดวิชา เมื่ออ่านตัวใหญ่ ๆ คือชาติติน น้ำ ไฟ ลม, รู้จักแยกชอยลงไป ก็อย่าง ค่อย ๆ อ่านไป ๆ เราก็จะได้วิชาที่มีความรู้มีปัญญาไปเอง ให้ถึถ้วนในการอ่านหนังสือให้เป็นไปเพื่อความสงบแห่งจิต ดวงจิตก็จะบริสุทธิ์เกิด “สัมมาสมาธิ” ให้พวกเราสร้างเป็นเบื้องต้น ก็จะเกิดวิชาต่อไป “วิปัสสนาญาณ” ก็จะเกิดต่อไป ในเรื่องธาตุให้รู้จักให้ดี ๔

24. “ปริญา” เป็นของผู้เรียนวิชาชั้นสูง “วิปัสสนา” ก็เป็นวิชาชั้นสูง เป็นวิชาจิตวิทยา ชั้นสูง ซึ่งจะเกิดในจิตใจของพวกเรา จะได้ความเป็นใหญ่ ลูกตาจะได้โตเป็นตานักปราชญ์ ตาหรีตาเล็กเป็นตาของคนขี้ขลาด คนตาใหญ่นั้นดี จะมองอะไรก็สบาย หลับตาก็เห็น ลืมตาก็เห็น ไม่มีโทษเพราะมีแว่นคือปัญญา ผงก็ไม่เข้าตา คนตาใหญ่หูใหญ่นั้นดี ของดีหรือของไม่ดีก็ดู ได้ พุดดีก็ฟังได้ เขาต่ำก็ฟังได้ คนหูเล็กฟังอะไรก็ไม่รู้เรื่อง คนหูใหญ่จะพุดไกลพุดใกล้ก็ได้ ยืน พุดซั๊กก็ฟังได้ ฟังมนุษย์ อมนุษย์ หรือ เทวดาก็ฟังได้ ไม่รบกวนจิตใจเขา ตาใหญ่สนุก ดู หูใหญ่สนุกฟัง ตาพุดไร หูพุดไร ไม่มีใจเศร้าหมอง จมูกใหญ่หายใจ “พุด” เข้า “ไร” ออก เข้าออกเต็มไปด้วยบุญทั้งนั้น ไหลเข้าทั้งกลางวันกลางคืน ไม่ควรไหลเฉพาะในคราว นั้น กลิ่นเหม็นหรือหอมก็ตาม ถ้าให้ตึงต้องโน้มเน็กเพื่อสมาธิ ผู้ใดทำเช่นนี้ได้จะเรียกว่า เป็นผู้จมูก ใหญ่ ปากใหญ่-พุดคุยกับใครก็เป็นบุญไปหมด ไม่ว่าพุดเล่นหรือพุดจริง เพราะรู้จักพุด ในการ กินจะกินดีหรือกินไม่ดีก็ไม่เกิดโทษ เพราะรู้จักกิน รู้จักกลืน รู้จักคาย เช่นนี้เรียกว่าคนปาก ใหญ่ กายใหญ่-นอนไหนก็นอนได้หมด พ้าเป็นหลังคา ดาวเดือนเป็นมุ้ง พื้นดินเท่ากับพื้น กระดาน นอนสบายไปหมด นั่ง นอน ยืน เดิน สบายหมด ผู้ที่มีกิลเลส นอนไหนก็ไม่สบาย จึงเรียกว่ากายเล็ก ใจใหญ่-มีเมตตาสงสาร ไม่เห็นแก่หน้าใคร ให้ถือว่าทุกคนเป็นเพื่อนร่วม เกิด ร่วมทุกข์ ร่วมสุข มีเมตตาเสมอภาคกันเสมอ ไม่ถือเขาถือเราเสียได้ก็จะเป็นผู้มี ใจใหญ่ ให้ใ้มนำไปสู่วิปัสสนาญาณ อินทรีย์ก็เป็นใหญ่ไปหมด ศรัทธามั่นคงเกิดความดีมีแต่สุข ๔

25. ทำความชั่วต้องได้รับผลเป็นทุกข์จริง ๆ ทำดีต้องได้ผลดีจริง ๆ จะได้เมื่อไรไม่ สำคัญ ขอให้ทำไว้เสมอ เพราะทำดีย่อมเป็นกรรมดีเสมอ ปลูกอะไรย่อมได้ผลอย่างนั้น แต่อาจมา ต่างกัน คนทำดีอาจมีผลต่างกัน ผลที่เกิดอาจผิดกันได้ อย่างคำนึงนัก ขอให้ทำดีไปเรื่อย ๆ เรื่องบุญเรื่องบาปอยู่ที่การกระทำ เราจะได้ความดีจากการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติ ย่อมจะต้อง ได้ผลดีเป็นธรรมดา

26. ความเพียรใหญ่ คือยืน เดิน นั่ง นอน ก็ให้เพียรทำความดี อย่าปล่อยให้ความชั่ว เกิดขึ้นได้ ให้รู้จักทำลายความชั่วเหมือนกับทำลายตัวหมัด ตัวเหา ฯลฯ ความชั่วนั้นมีแต่ทำลาย คน ส่วนความดีเป็นเครื่องชำระ ที่จะให้โทษแก้ตนนั้นไม่มีเลย ให้พยายามละความชั่วสร้างความดี

ในตนให้เกิดขึ้น อย่าให้หายไป ตั้งใจประพฤติปฏิบัติด้วยความดีเสมอ ให้ถือความชั่วว่าเหมือนกับตัวหมัดซึ่งมันกัดกินเลือดของเราเสมอ ต้องมีสติกำกับในการประพฤติปฏิบัติต่าง ๆ ตลอดทั่วทุกภเวสี

27. นึกถึง กายคตาสติ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ฯลฯ ทุกข์เกิดก็ให้อยู่กับทุกข์ สุขเกิดก็ให้อยู่กับสุข ให้รู้จักตัวมัน ให้รู้จักจิตว่าคราวไหนเกิดอะไร? ให้อยู่กับมัน สังเกตดูมัน ให้ควรดูมันโดยกำหนดจดจ่อ ดูมันให้ตลอด ผลที่สุดมันก็จะจิตจางหายไป เช่นเดียวกับนั่งทับหญ้า นาน ๆ ไปมันก็จะค่อย ๆ ตายไปเอง

28. ความดีมันเกิดจากความชั่ว โดยการรู้จักมันให้ดีแล้วมันจะแพ้ไปเอง การดูอะไรให้ดูให้เต็มหน้า ของดี ๆ สตรีสวย ๆ เขาจึงไม่ปล่อยให้ใครดูนาน เพราะมันจะจืด อย่าลืมว่าเราต้องดูอะไรหรือดูใครให้เต็มหน้า รกะ ของสวย ถ้าเราดูให้นาน ๆ จะพบความไม่สวย ไม่น่ารัก โทสะ ต้องพิจารณาให้เกิดเมตตา เมื่อเกิดความโกรธแล้ว ก็ให้แผ่เมตตาไป โมหะ ก็ให้ใช้หลักเช่นเดียวกัน ฯ

29. คราวใดที่ใจเป็นกุศลจิต ให้รักษาไว้ให้ดี และคราวใดเกิดอกุศลจิตก็ให้กำหนดให้ดู อย่าให้มันกำเริบ ให้ระลึกถึงอารมณ์อันเดียว รวมจิตไปอยู่อันเดียว หายใจเข้า พุท หายใจออก ไร ให้ใจกลมกลืนกันไป ให้เป็นผู้มีสติคุม เป็นผู้มีสติใหญ่เป็น สมาริจิต ให้มีใจตั้งมั่นในการ ยิน เติณ นัง นอน ซึ่งสามารถทำสมาธิได้ทุกอิริยาบถ ฯ

30. อย่าให้ดวงจิตหมุนไปตามคำพูด ให้มีจิตใจเป็นสมาธิอยู่เสมอ จะทำให้มีปัญญาใหญ่ มันไม่ติดในสิ่งทั้งปวง อาศัยปัญญาเป็นผู้ปรีชา-แตกฉานในทางธรรม เป็นตัว วิปัสสนากรรมฐาน ดวงจิตของผู้นั้นก็สบาย

31. ร่างกายของเราเปรียบเหมือนกับเด็ก เราอย่าไปตามใจเด็กนัก มันมีแต่อ่อนวอนรบจะเอาโน้นเอานี้ ตามใจมันนักก็แย่ มันเป็นธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ใช่ตัวตน อย่าไปยึดถือในร่างกาย ถ้าปล่อยได้จะสบายเหมือนเด็กนอนหลับ เมื่อปล่อยร่างกายไปตามสบายใจ เราก็จะสบายไม่ต้องยึดถือ จิตจะมีแต่ความเชื่อศรัทธาในของจริง จะปล่อยสิ่งทั้งมกายต่าง ๆ ออกไปหมด เป็นอินทรีย์ของพระอรหันต์ ทุกอย่างโปร่งหมด ไม่รบกวนจิตใจเราได้ กิเลสต่าง ๆ ก็ค่อย ๆ จางไปจนหมดสิ้น อย่างนี้จึงจะได้ชื่อว่าเป็น ผู้มี วิชา (วิชาจรณสัมปັນโน) ให้เจริญกรรมฐาน กำหนดธาตุ ชันธ์ อายตนะ เจริญอินทรีย์ให้แก่กล้า ใครทำได้ก็จะเป็นคนมีวิชา จะไปอยู่กับคนเช่นไร ก็สบายไปหมด ถ้าใครเฝ้าอยู่กับใครก็เฝ้าไปหมด หาคความสุขมิได้ ฯ

33. ถ้าบุคคลใดมี วิชา เกิดขึ้นแล้ว ความกลัวก็จะมี แต่ต้องฉลาดในการอบรมตน อยู่ไหน ก็เป็นสุขทั้งตนเองและผู้อื่น จงทำตนให้เป็นคนฉลาดเกลี้ยกล่อม ท่านจึงจะสรรเสริญว่าเป็นผู้มีวิชามาก ให้ชวนช่วยพยายามทำความดี ให้มีสมาธิในตน ให้มีคุณความดี แล้วขยายความดีให้หมู่สังคม ให้ก่อประโยชน์ตนประโยชน์ท่านให้ดี ควรนำไปนึกคิดพิจารณาให้แจ่มแจ้ง แล้วประพฤติปฏิบัติทำคุณงามความดีให้มากขึ้นทุกเวลาโดยเจตนาดี ก็จะต้องสำเร็จประโยชน์เสมอ

วัดโคกการาม, 25 มิถุนายน 2502

วันนี้จะได้นำข้อธรรมะมาแสดง เพื่อเป็นการส่งเสริมความคิดของผู้ฟัง ให้สมกับที่พวกเราต่างก็สนใจในการปฏิบัติธรรม ตามที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ เพราะว่าธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้นั้นเป็นสิ่งอัศจรรย์ จึงยังคงให้ศาสนาของเราจำเรอสืบมาตลอดสองพันห้าร้อยปีเศษ ที่ว่าอัศจรรย์ก็เพราะผู้ฟังธรรมะนั้น เมื่อนำไปประพฤติปฏิบัติตามที่ยอมได้ ประโยชน์แก่ตัวของตัวเองตามกำลังความสามารถ ถ้าไม่บังเกิดผลก็ยอมถือว่าไม่เป็นสิ่งอัศจรรย์อะไร ฉะนั้นพวกเราผู้จะสืบอายุพระศาสนาต่อไป จึงต้องอาศัยสิ่งอัศจรรย์นี้เป็นรากฐานรากเหง้า

วิธีที่ถูกคือการปฏิบัติธรรมโดยตนของตนเอง ไม่ต้องอ้างอิงแบบแผน ตำรา ครูบาอาจารย์ และหมู่คณะ ข้อสำคัญอยู่ที่การปฏิบัติ ให้พากเพียรชวนช่วยในการที่ตนได้ใคร่ครวญพิจารณาพระธรรมคำสอนนั้น ๆ แล้ว และแลเห็นจริงตามโดยถือกาลามสูตรเป็นหลัก จนให้มีธรรมเกิดขึ้นในหัวใจของตน ถ้ามีฉะนั้นก็จะกลายเป็นว่า ได้รู้แต่ธรรมะ แต่ไม่มีธรรมะเกิดขึ้นในจิตใจของตน เช่นคนที่มีคติเกิดขึ้นในโรงศาล ถ้าถูกชักมาก ๆ กลับซีบซีบี ต้องให้พยานวุ่นวาย ย่อมแสดงว่าอาจมีความเท็จแฝงอยู่ในตัวบุคคลนั้น เพราะคนเราถ้าเป็นคนจริง มีความจริงใจย่อมไม่ต้องพึ่งพาใครมาก พุทธศาสนามีหลักความจริงอยู่ในตัว จนถึงกับทางบ้านเมืองเราได้ให้เกียรติแก่พระเป็นพิเศษ ถ้าพระไปให้การเป็นพยานเพียงปากเดียวศาลเขาก็ให้ความเชื่อถือ บางทีตัดสินความได้เลย

ในการปฏิบัติธรรม ผู้ใดได้พากเพียรประพฤติปฏิบัติจนถึงขั้นที่ธรรมะได้มาเกิดอยู่ในดวงจิตของตนแล้ว ก็เรียกว่าผู้นั้นมีหลักเพียงพออาศัยได้ และก็ย่อมจะไม่ต้องไปมุ่งหาหลักแหล่งที่อาศัยภายนอกมาประกอบอีก ดังนี้จึงเรียกว่า “ธรรมะเป็นสิ่งอัศจรรย์”

ในการปฏิบัติให้มีศรัทธา มีความเชื่อในพระธรรมะ ไม่ให้ไปเชื่อในบุคคล แบบแผน หมู่หรือ สังคม เพราะสิ่งอื่นที่นอกจากธรรมะแล้ว ย่อมเปลี่ยนแปลงโยกไหวไปได้ตามกาลสมัย ในการปฏิบัติธรรมนั้น นอกจากการบำเพ็ญทางจิตใจแล้ว ก็ไม่มีหนทางใดที่จะทำให้สำเร็จดังกล่าวคือทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมาลงเอยที่จิตใจของเราทั้งสิ้น

ต่อไปนี้จะได้นำแนวทางปฏิบัติมาชี้แจง เพื่อให้ท่านทั้งหลายได้บรรลุถึงธรรมที่มีอยู่ในตัวเราทุกคน จงพากันตั้งใจปฏิบัติบำเพ็ญให้จิตเป็นธรรมเกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนี้ได้ก็จะเป็นเครื่องส่งเสริมผลักดันให้ดวงจิตซึ่งเป็นธรรม ได้มีความหนักแน่นละเอียดต่อไป จนถึงกับบรรลุคุณธรรมอันสูงสุดคือพระนิพพาน

ดวงจิตของเราซึ่งตามธรรมชาติธรรมดาย่อมจมอยู่ด้วยกิเลสอาสวะ อันติดมาแต่กำเนิดเสียเป็นส่วนใหญ่ เมื่อเรามามุ่งชะล้างออก ก็ต้องอาศัยความพยายาม ถ้าไม่เช่นนั้นจิตของเราก็จะถูกดูดเลื่อนลอยไปตามกระแสของมัน ดวงจิตธรรมชาติเป็นดวงจิตที่แก้ไขดัดแปลงได้ ไม่เหลือความสามารถของใคร ถ้ามุ่งจริง เพียรจริง

พุทธบริษัทผู้มุ่งความหลุดพ้น พึงทำจิตของตนให้ถึง “อริจิต” โดยความไม่ประมาท เกิด “อริจิตฺเต จ อาโยโค เอตํ พุทฺธานสาสนํ” พระองค์ทรงตรัสไว้ดังนี้ อริจิต นี้ แปลว่าจิตที่ยิ่ง สามารถที่จะขึ้นเหนือกิเลสกรรม การที่จะขึ้นถึงอริจิตนั้น มีอยู่ 2 ประการ คือ

1. ดวงจิตของตนไม่มีคุณธรรมอันยิ่ง แต่ตนทำให้งดด้วยความเพียร
2. ดวงจิตมีคุณธรรม และอาศัยคุณธรรมนั้นปกป้องจิตเอาไว้ให้อยู่เหนือกิเลสกรรม

ประการแรก เช่นจิตคนเราธรรมดา เมื่อไม่นั่งเข้าที่ก็ไม่มีสมาธิ แต่ต้องอาศัยอดทนไตร่ตรอง เมื่อกิเลสเกิดขึ้นในจิต เราก็ต้องรู้และฝืนนึกคิดว่า เราจะไมยอมให้กิเลสนั้น งามาข่มเหงจิตเราได้ เราจะต้องพยายามอยู่เหนืออำนาจกิเลสให้จงได้ นี่เป็นสัมมาสังกัปปไป เช่นนี้ เป็นความคิดนึกที่ถูกต้อง ถึงจะยังไม่มีสมาธิก็ยังพอใช้การได้ หมายถึงจิตเรารู้ทัน เช่นเวลาเราโกรธ เมื่อพบหรือไปกระทบอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาเช่นนี้ก็ให้เรามีความรู้ตัว และให้มีความตั้งใจนึกว่า “เราจะข่มความโกรธนั้น ให้อยู่ในอำนาจของเราให้จงได้!” โดยอดทนต่อผู้นำเอาของดี ๆ ออกมาใช้ คือเมื่อเราโกรธเราก็ทำเหมือนไม่โกรธ ไม่เอาความโกรธมาทับจิตของตน ให้เอาความดีมาทับ นี่เรียกว่า “อริจิต” หรือ เมื่อพบอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา เราก็ไม่แสดงความไม่ชอบออกมา แต่ให้แสดงมรรยาทอันเป็นไปเพื่อความเยือกเย็น และเป็นสุขออกมา จงนำของดีออกมาใช้ อย่างนำของเสียมาใช้เป็นอันขาด

เมื่อผู้ใดมีความรอบคอบรู้จักยับยั้งชั่งใจก่อนที่จะแสดงกิริยาอาการตามอำนาจกิเลสออกมา แล้วข่มกิเลสให้หยุด แสดงแต่มรรยาทที่ควรออกมาได้ ผู้นั้นก็นับว่าเป็นผู้มี “อริจิต” ได้ และจะได้นำมาว่า “กัลยาณชน” เป็นคนดีของหมู่คณะ อันจะเป็นทางนำไปสู่ความเจริญด้วยตามบาลีเรียกว่า “โสรัจจะ” ชื่อว่า เป็นผู้มีจิตเหนือกิเลส ดังกล่าวมานี้เรียกว่าอริจิตประการหนึ่ง ซึ่งควรบำเพ็ญให้มีในตนของผู้ปฏิบัติตามกำลังความสามารถ

ประการที่ 2 อริจิตอีกประเภทหนึ่ง คือจิตที่ปราศจากนิเวศธรรม บำเพ็ญใจของตนให้อยู่ในสัมมาสมาธิ มีจิตตั้งมั่นในคุณธรรม เมื่อกิเลสเกิดขึ้น ก็เข้าครอบครองดวงจิตเขาผู้นั้นไม่ได้ เพราะเข้าไม่ถึง ด้วยจิตของผู้นั้นมีคุณธรรมปกป้องเพียบพร้อมอยู่แล้ว

ขอให้ผู้ปฏิบัติมุ่งบำเพ็ญความดี คืออริจิตนี้ให้เกิดขึ้นกับตน โดยอาศัยความเพียรบากบั่นพยายามให้รักความดีของตน เหมือนเรามีอาหารรสดี เราก็ต้องพยายามขับไล่แมลงหวี่แมลงวันไม่ให้มาไต่ตอมจึงจะบริโภคได้สบายไม่มีโทษ ต้องรู้จักสังเกตและประกอบ โยคะธรรม ให้เกิดขึ้น คือ

1. ปหานปทา สิ่งใดที่เป็นศัตรูหมุมมาร จะมาทำสันดานตนให้หม่นหมอง เราต้องประหารเสีย

2. วิริยะปทา คือต้องอาศัยวิริยภาพ เพียรพยายามสร้างคุณงามความดีให้เกิดขึ้นในตน

ทั้ง 2 ประการนี้ ถ้าใครประกอบเนื่อง ๆ จะยังจิตของตนให้ถึง อริจิต ได้ กล่าวถึงเรื่องความเพียรก็ควรให้รู้ไว้ด้วยว่า เขาแยกออกเป็น 2 ประการ ประการที่หนึ่ง คือการเพียรละเครื่องเศร้าหมองใจ ประการที่สองเพียรยกจิตของตนขึ้นสู่กรรมฐาน อันเป็นเครื่องประหารนิเวศธรรมต่าง ๆ เสียได้

นิเวศธรรม คือธรรมอันกั้นจิตไม่ให้บุคคลบรรลุความดี มีอยู่ 5 อย่าง คือ

1. กามฉันทะ การพอใจรักใคร่ในอารมณ์ที่ถูกใจชอบใจ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เป็นต้น

2. พยาปาทะ การปองร้ายผู้อื่น

3. ถีนมิทธะ ความที่จิตหดหู่และเคลิบเคลิ้ม

4. อุทธัจจะกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ และ

5. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย ไม่ตกลงใจได้

เรื่องกรรมฐานนี้ มี 2 วิธี คือ ชนิดที่ต้องเรียนทาง “อันดับ” และกรรมฐานชนิดที่ต้องเรียนทาง “สันโดษ” ดังจะได้อธิบายต่อไปนี้

1. การเรียนกรรมฐานตามอันดับ คือการพิจารณาไปโดยลำดับ เรียนไปตามหมวดหมู่ของมัน อย่าให้ข้ามหน้าข้ามหลัง ทั้งนี้แล้วแต่เราจะเจริญอย่างไร ใช้ชนิดไหน ก็ต้องให้เข้าใจหมวดหมู่ ลำดับหน้า ลำดับหลังของแต่ละชนิดนั้น ๆ ให้ดี เพื่อจะได้นำไปใช้ให้ถูกกับเรื่องกรรมฐานชนิดนี้มีคุณอนันต์ แต่ก็มีโทษมหันต์เหมือนกัน ตัวอย่าง เช่น การเจริญอสุภะ

ถ้าพิจารณาในด้านคุณก็ก่อให้เกิดจิตสังเวช ปล่อยวาง อารมณ์สงบ ฯลฯ แต่บางทีกลับทำให้ผู้เจริญกลิ่นข้าวไม่ลงคอก็มี เพราะมองเห็นอะไรมันโสมมไปหมด อย่างนี้ก็กลับเป็นโทษ อีกอย่างหนึ่ง บางคนพิจารณาจนเกิดนิมิต แต่กลับมีอาการหวาดกลัวเกิดขึ้น อย่างนี้จึงต้องให้ผู้บำเพ็ญภาวนาพยายามมีความรู้เท่าทันเอาไว้ จะได้ก่อให้เกิดประโยชน์ มิใช่ให้กลับเป็นได้รับโทษมาสู่ตน

2. การเรียนกรรมฐานทางสันโดษ คือให้ตั้งใจกำหนดส่วนที่ละเอียดยิ่ง ที่ไม่มีอาการมากมาย คือ การเจริญธาตุสม ตั้งสติกำหนดลมเข้าออก อย่างออกแวกไปอื่น ลมสบายอย่างไร ก็ควรใช้อย่างนั้น จิตจะสงบลงไป แล้วพยายามทำลมให้ละเอียดเข้า ต้องประทับประคองลมตลอดทั้งจิตของเราด้วย ให้เหมือนกับประคองสำลีในฝ่ามือฉะนั้น จนเรารู้สึกว่าลมไม่มีอาการเข้าออก จิตไม่ออกแวก สงบเยียบ ตัดสัญญา อดีต อนาคตเสียได้ จึงจะละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก ไม่มีความฟุ้งซ่าน จิตจะเที่ยงไม่เปลี่ยนไปตามอารมณ์ จิตจะตั้งมั่นไม่หวั่นไหว จิตจะเป็นอัปปนาสมาธิและเกิดกำลังขึ้น

ผู้เจริญกรรมฐานจนถึงขั้นนี้แล้ว จะทำให้จิตของตนปล่อยวาง มีความรู้ความศรัทธาในเรื่องไตรลักษณ์และญาณ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ความสงสัยต่างๆ จะคลายตัว ย่อมทราบได้ถึงทางพระนิพพาน และทางโลกียะโดยไม่ต้องไปถามใคร เมื่อรู้แจ้งชัดไม่สงสัย ใจมั่นด้วยตนเอง ก็ย่อมได้ชื่อว่าตนของตนเป็นที่พึ่งของตน “อตุตาหิ อุตตโน นาโถ” ไม่ต้องพึ่งพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์อีก เพราะพึ่งตนเองได้แล้ว ความวุ่นวายเดือดร้อน และนิเวศทั้งห้าก็จะดับลง ดวงจิตก็จะขึ้นถึงโลกุตระธรรมได้สำเร็จ ดวงจิตจะไม่หวั่นไหวไปตามผู้อื่น อารมณ์อื่นจิตจะถึงความสุขที่เรียกว่า “อริจิต”

ให้พวกเราปฏิบัติจนบำเพ็ญให้เกิดมีในตน ผู้ใดทำได้ก็จะได้ชื่อว่าเป็นผู้มีอริจิต จะยังประโยชน์ตน และประโยชน์ผู้อื่นให้เป็นไปด้วยดี ทั้งย่อมจะได้ชื่อว่า เป็นผู้ที่มีศีลสัตย์สุจริตต่อพระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์โดยแท้จริงด้วย

ได้ชี้แจงแสดงมากเพื่อให้พวกเรานำไปประพฤติปฏิบัติ เมื่อนั้นแหละจะประสบความร่มเย็นเป็นสุขทุกทิวาราตรีกาล “อริจิตเต จ อาโยโค เอตัม พุทธานสาสนัม” จงทำใจของตนให้ยิ่งด้วยความเพียรอันชอบ นั้นแลคือคำสอนของท่านผู้รู้ทั้งหลาย ดังนี้ ฯ

28 มิถุนายน 2502

1. “ธรรมะ” เป็นเครื่องชำระจิตใจบุคคลให้ผ่องแผ้ว มีความสุข คนเรามีอุปนิสัยใจคอต่าง ๆ กัน คือ บางคนก็หยาบ ปานกลาง และประณีต ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงธรรมตามนิสัยโดยปริยาย คือ นำของสั้น ๆ มาพูดให้ยาว เรียกว่า “ปกิณกะ” เช่น บางครั้งก็แสดงอานิสงส์ในการบริจาคทาน บางครั้งก็กล่าวถึงอานิสงส์ในการรักษาศีล บางทีก็แสดงอานิสงส์ของการปฏิบัติขัดเกลาจิตใจ ที่เรียกว่า “ภาวนา” แต่จุดพุทธประสงค์จริง ๆ คือ ต้องการสอนให้คนทำใจให้บริสุทธิ์ นอกนั้นก็ป็นธรรมปริยาย

2. คนเราเปรียบเหมือนกับปลาที่อยู่ในน้ำ แต่ปลาก็ยังไม่ค่อยจะมีความสุขเท่าใดนัก ต้องเปรียบว่าคนเราเหมือนกับคนที่นั่งเรืออยู่ในกลางมหาสมุทรหรือกลางทะเลใหญ่ที่กำลังเต็มไปด้วยคลื่นลมมรสุม บางคนก็ลอยอยู่ลิบลับไม่แลเห็นฝั่งเลย เหมือนอยู่ปลายเกาะสี่ข้างโน้น บางคนก็ลอยตึบปอง ๆ อยู่ พอเห็นฝั่งบ้างไม่เห็นบ้าง ได้แก่ คนที่ “พุทโธ ๆ” บางคนก็ลอยใกล้เข้ามาถึงกลางอ่าวพอแลเห็นโปะปลา เรือใบ และเห็นต้นไม้เขียวตะคุ่ม ๆ บางคนก็ว่ายกระเสือกกระสนเข้ามาได้ถึงชายหาด แต่ยังไม่ขึ้นฝั่งไม่รอด ส่วนพระพุทธเจ้าเปรียบเหมือนคนที่ขึ้นถึงฝั่ง ได้อยู่บนพื้นแผ่นดินอันปราศจากภยันตรายทุกประการแล้ว พระองค์ได้ทรงเห็นภัยในปวงมนุษย์ซึ่งมีอยู่ดังนี้ จึงทรงพระมหากรุณาธิคุณ คิดจะช่วยให้พวกเราขึ้นพ้นจากทะเลถึงฝั่งรอดพ้นจากอันตราย พระองค์จึงทรงสอนให้พวกเรารู้จักการบำเพ็ญทาน ศีล และภาวนา ซึ่งจะเป็นเครื่องจุดติงผลักดันตัวเราให้ขึ้นไปถึงฝั่งได้โดยปลอดภัย

3. เราจะมุ่งปฏิบัติธรรม ก็ต้องมุ่งไปในจุดของธรรมให้ถูกต้อง อย่าให้เผลอเผลอไปทางอื่นซึ่งเป็นทางนอกธรรม ต้องรู้จักว่าทางไหนเป็นหนทางผิด อันตราย ทางไหนเป็นหนทางถูกและปลอดภัย เหมือนกับการเดินเรือในมหาสมุทร กัปตันจะต้องดูอุตุนิยมวิทยาไฟที่ประกาศการ หรือการเดินทางรถ เจ้าหน้าที่ก็ต้องมีไฟเขียวแดงเหลือง สำหรับเป็นสัญญาณการจราจรไว้ตามทางแยกถนน ถ้าเขาเปิดไฟแดงแล้วไม่หยุด ขึ้นขับต่อไปก็ต้องมีอันตราย และถูกจับแน่ เวลาเขาเปิดไฟเขียวให้ไปได้แล้วไม่ไปก็ผิดอีก บุคคลผู้เดินทางหรือขับรถจำเป็นจะต้องรู้จักสัญญาณของการเดินทางจึงจะปลอดภัยและไปถึงจุดหมายของตนได้

4. ในการเดินทางไปสู่ธรรมะก็เช่นเดียวกัน ผู้ปฏิบัติจำเป็นจะต้องรู้จักสัญญาณจราจรที่พระพุทธเจ้าทรงวางไว้ “ไฟแดง” เป็นเครื่องห้ามเครื่องกีดกัน ถ้าใครปล่อยเรือหรือรถออกไปในสัญญาณไฟแดงนั้นจะต้องมีอันตราย ถ้าไปในสัญญาณ “ไฟเขียว” ย่อมเป็นทางบริสุทธิ์ สะอาดและปลอดภัย ฉะนั้น พวกเราที่มาเจริญเมตตาภาวนากันนี้ ก็ต้องระวังอย่าเดินไปในไฟแดง คือ “กิเลส”

5. กิเลสของเราท่านเปรียบเหมือนกับ “ไฟ” ความร้อนของดวงอาทิตย์ดวงเดียวนั้นสามารถทำให้โลกร้อนระอุเพียงนี้ได้ ถ้ามีสัก 5-6 ดวง จะร้อนแรงสักเพียงไหน เราลองคิดถึงกุฏิของคณราท่านก็เปรียบไว้เหมือนกับ “ไฟ” หรือ “ดวงอาทิตย์” คือ “จุกุฏ อาทิตฺต” ตากก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง “โสถ์ อาทิตฺต” หูกก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง “ฉาน์ อาทิตฺต” จมูกก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง “ชีวหา อาทิตฺตา” ลิ้นก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง “กาโย อาทิตฺโต” กายก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง “มโน อาทิตฺโต” ใจก็เป็นไฟก้อนหนึ่ง ทั้ง 6 ก้อนนี้อย่าให้มันเป็นไฟเผาเรา คืออารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หกอย่างนี้มันเป็นไฟก้อนแดงๆ ที่เผาใจเราทีเดียว เรียกว่า “กามฉันทะนิวรณ์” ถ้าขณะเรานั่งสมาธิ เราเอาใจไปจ่อกับอารมณ์เหล่านี้ก็เท่ากับเราเอาไม้ขีดไฟไปจ่อน้ำมันก๊าดหรือน้ำมันเบนซิน ฉันทะทำอะไรอย่าเอาใจไปจ่อจอกับลูกหลาน บ้านเรือน วัตถุสิ่งของหรือกับเรื่องของใครต่อใครเป็นอันตราย นี่เป็น “ไฟแดง” ท่านห้ามการเดินไป

6. ไฟอีกดวงหนึ่งเขาเรียกว่า “ไฟเขียว” ได้แก่ ธรรมะ ที่นำมาบรรยายนี้ ถ้าเปิดไฟเขียวปล่อยให้เดินได้ ไฟเขียวนี้ก็ให้แก่ ธรรมะที่เราศึกษามาแล้วอย่างหนึ่ง และกำลังศึกษาอยู่ในปัจจุบันนี้อย่างหนึ่ง ถ้าไฟเขียวเปิดเมื่อไร จะช้าหรือเร็วก็ตาม เราต้องเดิน อย่าทำกะๆ กะๆ ไป ดำรวจจรรจาจะจับ คือ เมื่อธรรมะเกิดขึ้นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราต้องรีบดำเนินไปสู่ความดีนั้น

7. ธรรมะเป็นเครื่องผลักดันหรือดึงดูดให้ไปสู่ความสงบและความดี ไฟเขียว คือ ธรรมะที่เกิดในดวงใจซึ่งบริสุทธิ์สะอาด เวลานี้ดวงจิตของเราเข้าไปในตัว “พุทธะ” หรือเปล่า นี่เป็นข้อสำคัญ เราต้องสังเกตดูว่า เรื่องของเรากำลังเดินไปหา “ไฟเขียว” หรือเปล่า หรือกำลังเดินเข้าไปหา “ไฟแดง” ถ้าเดินไม่ถูก ต้องหันใหม่ เปรียบเหมือนเราเก็บดอกไม้มาล้างให้สะอาดแล้วใส่ลงในแจกัน ไม่มีบุงหนอนมากัดกิน ดวงจิตของเราทำให้เหมือนดอกบัวบานบริสุทธิ์อยู่ในแจกัน อย่างนี้ก็ถือว่าเป็นตัว “พุทธะ” อีกอย่างหนึ่ง มองไปก็รู้สึกว่ายือกเย็น สบาย เหมือนดอกบัวบานในกลางสระ มีน้ำหล่อเลี้ยงรอบ มีกลิ่นหอม มีความเย็น ถ้าเรานั่งอยู่ในศาลาเวลานี้ ไม่มีนิวรณ์อันใด ก็เหมือนกับดอกบัวกลางสระ อย่างนี้ก็เป็นตัว “พุทธะ” ดวงจิตนี้ชื่อว่า “ปภัสสรมิตฺต จิตฺต” ดวงจิตเป็นประภัสสร ถ้าจะกล่าวตามโหราศาสตร์คือ “บุญ” เมื่อดวงจิตเข้าไปแช่อยู่ในตัว “บุญ” เราก็เป็นสุข

8. “ธรรมะ” คืออารมณ์ชนิดหนึ่งที่มีอยู่ในดวงจิตของเราเป็นความปีติ อิ่มเอิบ สุขสบาย อย่างนี้ท่านให้เจริญให้มากขึ้น เป็น “ภาวโศ พหุลลโศ” เอาดวงจิตของเราเข้าไปตั้งไว้ในอารมณ์อันใดอันหนึ่งให้เป็น “เอกกคตารมณ” นี่เป็นตัวยุทธะ สิ่งใดดี เราก็นิยามทำตัวอันนั้นให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป เจริญสมณธรรม คือ หมั่นตรวจตรอง ตั้งสติกำหนดอยู่เสมอ ๆ ว่าดวงจิตมันเข้าไปอยู่ในความดีอย่างไร นี่เรียกว่า “สติปฏิฐาน”

9. ถ้าเราตั้งสติกำหนดอยู่ในทางสายเดียว เช่น นึก “พุทโธ ๆ” ไม่สนใจไปทางอื่น จิตของเราก็ยิ่งกว้างลึกเป็นตัว “บุญ” เหมือนคนที่เดินทางไปบนพื้นดิน ถ้าเราเดินอยู่ในทางใดทางหนึ่งเฉพาะสายเดียว หนทางนั้นย่อมจะราบรื่นเตียนดี ภูเขาต่าง ๆ ก็จะเหือดแห้งตายไป ทางก็ลึกลุ่มลง เป็นเหตุให้ไหลมาซึ่งน้ำฝน เป็นบึงบางห้วยหนองลำธาร ยังพืชผลข้าวปลา ธัญญาหารให้องค์กรมเจริญขึ้นในพื้นที่แห่งนั้น กลายเป็นอาชีพร่ำรวย ทรัพย์สินเงินทองก็จะไหลมามากมาย ทำให้ผู้นั้นเป็นผู้ไม่อดอยากยากจน กินอยู่เป็นสุข ท่านจึงเรียกว่า “บุญ” คือ “อริยทรัพย์”

10. ของลึกของละเอียดย่อมมีคุณภาพดี ลมละเอียด ใจละเอียด สติละเอียด ความรู้แสงสว่างก็ยิ่งกว้างออกไปทุกที่เหมือนไฟฟ้าที่ขยายแสงออกไปทั่วพระนคร ไม่เหมือนไฟตะเกียงซึ่งต้องถือวิ่งไปวิ่งมาจึงจะมองเห็นทั่ว เมื่อใจละเอียด ลมละเอียด เราก็จะรู้ลมในโลกธาตุทั้งปวง รู้ความเป็นไปของธาตุต่าง ๆ ใจยิ่งกว้างขวางออกไป ก็ทำให้เป็นมหาสติปฏิฐาน จิตก็ยิ่งลึกยิ่งเย็น อิ่ม ปีติ สุขสบาย เบิกบาน เมื่อใจมีความสมบูรณ์อย่างนี้ ก็เป็นผู้มีอริยทรัพย์ ไม่ยากจน

ความเย็นเปรียบเหมือนน้ำ เมื่อพื้นแผ่นดินมีน้ำที่ไหน ที่นั้นก็จะต้องมีปลา มีปู มีกุ้ง มีหอย มีผักหญ้าธัญญาหาร กลายเป็นทรัพย์ไปทั้งหมด พระพุทธเจ้าทรงเห็นความสมบูรณ์ในธรรมะก่อนนี้ พระองค์จึงทรงบอกกับพระสงฆ์ทั้งหลายว่า “อโยนะ ท่านอย่าไปทำอะไรไถนาหากินเลย แล้วก็อย่ามุ่งไปรับเงินทองของเขานะ ให้มุ่งหน้าทำทางสายเดียว คือ ตั้งใจปฏิบัติธรรมจริง ๆ ทำจิตให้เป็น “เอกายนมรรค” นี่แหละ แล้วท่านจะต้องการปรารภอะไรก็จะต้องได้ทั้งนั้น เพราะเมื่อดวงจิตของเราสมบูรณ์ด้วยศีลธรรมแล้ว เราย่อมเป็นผู้มีทรัพย์เสมอ” นี่เป็นอำนาจของการทำความดีให้ลึก เหมือนแม่น้ำเจ้าพระยาซึ่งเป็นแม่น้ำที่ลึกและกว้างใหญ่กว่าแม่น้ำทั้งหลายในประเทศไทย ย่อมมีทุกสิ่งทุกอย่างบริบูรณ์ เช่น มีเรือ มีแพ เรือยนต์ เรือไฟ เรือเล็กเรือใหญ่ จะไปมาค้าขายอะไรก็สะดวก ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว มีผักแพง แดงกวา แดงลั่น แดงโม ข้าวโพดสาลิ ชลช มีอยู่ในตนทั้งนั้น จะเป็นผู้มีพร้อมไปทุกอย่าง ถ้าทำไม่ดีแล้ว อย่างไร ๆ มันก็ไม่รวย พระองค์จึงทรงสอนพระภิกษุสงฆ์ทั้งหลายว่า “ท่านอย่าไปทำอะไรทำนาค้าขายนะ อย่าไปตกใจเลย มันไม่ยากจนดอก จงสร้างแต่ความดีในจิตใจของท่านให้มาก ๆ เถิด ทรัพย์ทั้งหลายจะไหลมาเอง” แต่พวกเราก็ไม่ค่อยจะเชื่อท่านเลย จิตคอยแต่

จะไหลไปหาไฟก่อนแดง ๆ อยู่เรื่อย เชื่อกิเลสมัน ไม่ไปหาก่อนขาว “ก่อนขาว” คือ ความบริสุทธิ์ ท่านจึงว่า “สุกฏ ภาวถ ปณฺหิตโต” บัณฑิตเป็นผู้ยังธรรมชาติให้เจริญ ที่กล่าวมาแล้วนี้เป็น “พุทธคุณ” และ “ธรรมคุณ”

11. “สังฆคุณ” คือ ทำใจให้ก้าวหน้า อย่าถอยหลัง ทำใจของเราให้มั่นคงเสมอ ๆ เช่น ตาไปเห็นสิ่งที่ไม่ดีมา ใจเราก็ตี หูไปฟังเสียงที่ไม่ดีมา ใจเราก็ตี จมูกไปได้กลิ่นที่ไม่ดีมา ใจเราก็ตี ลิ้นไปลิ้มรสที่ไม่ดีมา ใจเราก็ตี กายไปสัมผัสสิ่งที่ไม่ดีมา ใจเราก็ตี นี่เรียกว่า “อุปปฏิบันโน” ทำจิตของเราให้มันตรงไปในทางดีทางชอบ อย่าไปในทางอื่น นี่เป็น “อุชุปปฏิบันโน” ทำจิตของเราให้ก้าวไปสู่วิปัสสนากรรมฐาน เราก็คouldได้บรรลุคุณธรรมอย่างหนึ่ง คือ “โลกุตตระธรรม” นี่เป็น “ญายปฏิบันโน” “สามิจิปปฏิบันโน” คือ ทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก เช่น เวลากิเลสเกิดขึ้นในใจ เราต้องเอาธรรมะมาทับไว้ กิเลสเปรียบเหมือนสุนัขบ้าที่มันวิ่งซอก ๆ ไปด้วยความทวนทुरาย พบใครหรือพบอะไรมันก็ตรงเข้ากัดไม่เลือกหน้า ในที่สุดก็จะต้องถูกเขาฆ่าหรือล้มตายไปเอง ฉันทิ กิเลสของเรา เมื่อเกิดขึ้นต้องรีบขังมันไว้ให้ดี ต้องกดขี่ข่มเหงมัน อย่างนำกิเลสมาใช้สอย โลก โกรธ หลง เป็นของเมา เมื่อเมาแล้วมันก็มีดี เมื่อมีดีแล้วก็เซซัด พลัดหน้าพลัดหลัง มึนงง จะไปทางไหนก็ไม่ถูก จุดหมายปลายทางที่เราประสงค์ก็ย่อมไม่ถึง

12. “ไฟขาว” คือ พุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ ผู้ใดมี 3 รัตนะนี้ประจำใจก็เปรียบเหมือนมี “จักรแก้ว” เมื่อเราได้นั่งอยู่บนแท่นแก้ว 7 ประการ คือ “อริยทรัพย์” แล้ว เราจะทุกข์อะไร ทำจิตของเราให้เป็นตัวธรรมะ กิเลสต่าง ๆ ซึ่งเป็นตัวหมักหมมก็จะหายไป เราก็คouldขึ้นพ้นจากทะเลได้ ความเศร้าหมองก็ไม่มี เมื่อขึ้นบกแล้วก็สนุกใหญ่ เพราะมีอะไร ๆ หลากอย่างที่เรามิเคยพบเห็นในท้องทะเล เปรียบเหมือนเราขึ้นมาถึงปากน้ำนี้ ก็จะแลเห็นต้นแสม ต้นลำพู ต้นไม้ต้นหญ้าเขียวชอุ่ม เราก็คouldจะเพลิดเพลินติดใจ ก็เดินต่อไปอีก ขึ้นมาพ้นป่าลำพู ถึงถนนสุขุมวิท เห็นรถจักรยาน สามล้อ เห็นรถยนต์ รถจี๊ป รถกระบะ และรถเก๋งสีต่าง ๆ สวย ๆ งาม ๆ ก็ยิ่งตื่นเต้นมากขึ้น แล้วบางคนก็หลงไปบนพื้นแผ่นดินอื่น คือ หลงนิมิตต่าง ๆ เช่น ได้ปุพเพนิวาสญาณ ไปรู้ชาติภพของตนที่แล้วมาซึ่งไม่ดีก็เศร้าเสียใจ ที่ดีก็ดีใจ เลยกลายเป็นตัณหาอยากเป็นนั่นเป็นนี่ ก็เพื่อไปว่าตัวเป็นจริง ๆ ตามความรู้เห็น

เช่น มีตัวอย่างเมื่อเร็ว ๆ นี้ มีหลวงตาองค์หนึ่งเข้ามาในวัด ญาติโยมเขาก็ถามว่าท่านมาจากไหน จะต้องการพบใคร พระองค์นั้นก็ตอบว่า “พวกญาติโยมเหล่านี้ไม่รู้จะอะไร ท่านอาจารย์ลือชังนี้เดิมท่านเป็นพระเจ้าอโศกมหาราช ท่านจึงมาสร้างวัดอโศการาม อาตมานี่แหละเป็นพระเจ้าปเสนทิโกศล เป็นเพื่อนรักกับท่าน จึงอยากจะมาขอเยี่ยมท่านวันนี้” แล้วก็สั่งให้ลูกศิษย์เข้าไปบอกอาตมา ๆ ก็เลยบอกลูกศิษย์ว่า “ไปเร็ว ๆ ไปบอกท่านว่าให้กลับไปเสียนะ อย่าเข้ามาเป็นอันขาด” เป็นไปอย่างนี้ก็มี นี่แหละพวกตื่นพื้นแผ่นดิน คือ หลงนิมิตต่าง ๆ ที่ตัวได้เห็น ท่านองค์นั้นคงจะมีความคิดอะไรบางอย่างเกิดขึ้นในใจ แล้วก็เลยเข้าไป

เมื่อเห็นอะไรต่าง ๆ ปัญญาไม่พอเพียง ก็กลายเป็น “วิบัติสัพทุกิเลส” เปรียบเหมือนคน ตื่นรถเพราะไม่เคยเห็น ก็อยากจะวิ่งเข้าไปหารถ อยากขี่ อยากขับ อยากนั่งบ้าง ไม่เหลียวซ้าย แลขวา พิจารณาให้ถี่ วิ่งออกไปกลางถนน มันก็จะถูกรถชนตาย หรือทับข้างขาหักพิกลพิการไป เท่านั้น นี่ก็หลงไปอีก ไม่ปลอดภัย ถ้าใครมีปัญญาพอก็จะเป็นอริยทรัพย์ เช่น เห็นปลาลำพู ป่าแสม ก็พิจารณาให้เกิดประโยชน์ เอาไม้มาตัดเป็นฟืนไว้ใช้สอย หรือจะขายก็ได้ ฟืนแผ่น ดินมันรกกัถากถางทำให้เป็นไร่เป็นนา อย่ายปล่อยให้ว่างเปล่า ก็จะต้องนำมาซึ่งพืชผลและทรัพย์สิน เงินทอง การหลงนิमितเช่นนี้กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็เรียกว่า “สัญญาวิปลาส” ทางที่ถูก เมื่อเห็น นิमितอะไร เราจะต้องมีสติพิจารณาแล้ววางไว้ตามสภาพของความจริง เราอย่าไปเกาะอยู่ในสิ่งที่รู้ เห็น เพราะสิ่งทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง เช่น เกิดมาจนก็ทุกข์เพราะอยากมี เกิดมามีก็ทุกข์ยาก ในการปกปักรักษาทรัพย์สมบัติ กลัวจะสูญหาย กลัวเขาจะคดโกง กลัวโจรจะปล้น กลัวขโมย จะลัก ก็ไม่มีความสุขอีก สิ่งทั้งหลายไม่มีอะไรแน่นอนสักอย่าง นิमितทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน ฉะนั้น เมื่อรู้เห็นอะไร เราต้องปล่อยให้เป็นไปตามสภาพของมัน ดันลำพูนมันก็อยู่ในป่า หญ้าก็มี ในดิน ข้าวก็อยู่ในนา ทำดังนี้ได้เราก็จะสบาย จะลงไปทะเลลึกก็สบาย เพราะรู้จักขึ้นรู้จักลง รู้จักว่าในทะเลมันเป็นอย่างไร บนบกมันเป็นอย่างไร ผู้มีวิชาจะไปบกไปน้ำก็ได้ สบายทุกอย่าง จะถอนหน้าถอยหลังก็ได้คล่องแคล่วไม่ติดขัด เป็น “โลกวิทู” ใจแนบอยู่กับสิ่งนั้น แต่ไม่ติด อยู่ในทะเลนั่นแหละ แต่ก็ไม่จม อยู่ในโลกก็ไม่จมโลก เหมือนใบบัวที่อยู่ในน้ำ แต่น้ำก็ไม่ซึมซาบอาบเข้าไปในใบบัว ท่านเรียกว่า “อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ สตุถา เทวมนุสฺसानํ พุรุโธ ภควาติ” เป็นผู้ที่คู่ควรแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายจะนำมาซึ่งบุญเขตของโลก

13. สภาพสังขารทั้งหลายไม่มีเจ้าของ พิจารณาแล้ววางไว้ตามสภาพของมัน เหมือนกับ เราปล่อยมือจากมือของเราไม่กำไม่ถือไว้ ดวงจิตจะเข้าสู่จุดสำคัญ คือ “ปกัสสรมิตํ จิตฺตํ”

30 มิถุนายน 2502

(โอวาทย่อ ๆ สำหรับเตือนใจ)

ร่างกายที่เราขอมืมเขามาใช้นี้ เจ้าของเขาค่อย ๆ มาตามทวงเอากลับคืนไปที่ละอย่าง ๆ โดย เราไม่รู้สึกรู้สิดู เช่น ผม เขาก็ค่อย ๆ มาเอาคืนไปที่ละเส้นสองเส้น (คือ หงอกไป ๆ) ตา เขาก็ค่อย ๆ มาเอาคืนไปที่ละข้าง ๆ (คือ ฝ้าฟางมืดมัวบอด) หู เขาก็ค่อย ๆ มาเอาไปที่ละนิด (คือ หูตึงอื้อหนวก) ฟัน เขาก็ค่อย ๆ มาเอาทีละซี่ ๆ เช่น นาน ๆ เขาก็มาโยกไปโยกมาแล้วก็หยุด เสียหักหนึ่ง แล้วก็ย้อนกลับมาโยกใหม่อีก หนัก ๆ เข้ามันก็ไปกระชิบบอกกับหมอฟันให้ มาถอนออก เนื้อหนังมันก็ค่อย ๆ มาฉีกไปที่ละน้อย จนหย่อนยานเหี่ยวแห้ง หลัง มันก็ค่อย ๆ มา ดึงไปข้างหน้าจนคดงอ เขยียดไม่ได้ ฯลฯ บางคนก็ต้องลงคลานหรือถือไม้เท้าเดินโซซัดโซเซ หกล้มหกลุกไม่เป็นท่า แล้วในที่สุดมันก็มาเอาไปหมดทั้งตัวเลย อย่างที่เรียกว่า “ตาย” นั่นแหละ

บุญกตา

5 กรกฎาคม 2502

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ พุทฺธ ฌมฺม สงฺฆํ นมสฺสามีติ ฯ

1. วันนี้ เป็นวันพระแรม 14 ค่ำ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ให้เป็นวันประชุมแห่งพุทธบริษัท เพื่อมีการให้ทาน รักษาศีล ฟังธรรม “วันโกน” ถือว่าเป็นวันชำระมลทิน พระท่านจึงมีการปลงผม โกนหนวด ตัดเล็บให้สะอาดเกลี้ยงเกลาในส่วนร่างกาย ส่วนวันพระสิ้นเดือนกลางเดือน และขึ้นแรม 8 ค่ำ เป็นวันที่พระแสดงธรรมให้พวกเราฟังเพื่อเป็นการอบรมจิตใจให้ดำเนินไปสู่ความดี เพราะความดีในทางธรรมเป็นสิ่งถาวร ซึ่งให้ผลถึงชาติหน้า อย่างสูงที่สุด อาจสำเร็จมรรคผล ถึงพระนิพพานอันเป็นบรมสุข ฉะนั้นในวันนี้พวกเราทั้งหลาย ต่างจึงพากันมาแสวงหาความดี ซึ่งดีกว่าทางโลกีย์ ฯ

2. โลก เป็นของที่จะหาความสุขได้ยาก มองไปทางไหนก็มีแต่ความทุกข์เดือดร้อนวุ่นวาย ถ้าคนเราสามารถจะหนีมันไปอยู่ที่อื่นได้แล้ว ก็พูดได้ว่าเกือบจะไม่มีใครอยู่เลย โลกนี้จะต้องรกร้างว่างเปล่าไม่มีคนอยู่ แต่เราก็สนใจไม่รู้จะหนีไปทางไหน ก็จำเป็นต้องทนอยู่กันไปด้วยความระทมหัวใจ ถ้าไม่เหลือวิสัยจริง ๆ แล้ว คงไม่มีใครอยากอยู่ในโลกนี้เลย ฯ

3. การที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติให้มีการประชุมกันในวันธรรมสวนะนั้น ก็มีจุดหมายเพื่อชักชวนให้คนได้มาฝึกฝนอบรมทำความดี ประชุมใดไม่มีจุดหมาย ประชุมนั้นไม่มีความเจริญ ฉะนั้น การที่พวกเรามาประชุมกันในวันนี้ ก็ต้องมีความตั้งใจจริงที่จะมาแสวงหาความดีงามให้แก่ตน ไม่ใช่เห็นเขาไปวัดก็ไปกับเขาบ้าง เขาประชุมก็ประชุมกับเขาบ้าง ถ้าไปโดยไม่มีความตั้งใจอันใดดังนี้แล้ว ก็ย่อมไม่เกิดประโยชน์ ฯ

4. ในทางโลก เราสนใจกันมาตั้งแต่เกิดจนแก่ แต่ในทางธรรม บางคนก็เพิ่งจะมาสนใจเมื่อมีอายุมากแล้ว บางคนยังไม่ทันจะได้มัวติดกับเขาสักที ก็พอดิตายเลยก็มี เวลาที่จะทำความดีเป็นของมีค่า ฉะนั้น การมาฟังเทศน์นี้ อย่าฟังสักแต่ว่าฟัง หรือ ฟังโดยไม่มีความหมาย ต้องสนใจฟังจริง ๆ จึงจะเกิดผลในการฟังธรรมะ ท่านจึงว่า “กาเลน ฌมฺมสฺสวณํ เอตมฺมจฺจลฺมุตฺตมํ”

การพึงธรรมตามกาล เป็นมงคลอุดมอันสูงสุด คือ หมายความว่า เราจะได้ของอันเลิศไปฝังไว้ในดวงจิตของเรา ๕

5. โลก หมายถึงเรื่องที่เป็นวัตถุ ธรรม หมายถึงเรื่องที่ไม่ใช่วัตถุ ธรรมะเป็นเรื่องของจิตใจ โลกเป็นเรื่องของกาย แต่โลกกับธรรมต้องอาศัยกันเหมือนมนุษย์อาศัยอยู่ในโลก โลกก็อาศัยมนุษย์เป็นผู้ปรุงให้น่าดู เช่นมีการตกแต่งสถานบ้านเรือน อาคาร ถนน หนทาง ฯลฯ ให้สวยงาม เหล่านี้ต้องอาศัยมนุษย์เป็นผู้ปรุง การแต่งบ้าน แต่งวัตถุสิ่งของ และแต่งร่างกายให้สวยงาม ย่อมมีผู้สนใจแต่งกันมาก แต่การแต่งดวงจิตไม่มีใครค่อยสนใจ เพราะเป็นของที่มองไม่เห็น แต่ความจริงแล้วดวงจิตเป็นของสำคัญที่สุดสำหรับมนุษย์ กายกับใจเป็นของต้องอาศัยซึ่งกันและกัน จึงจะเกิดความเจริญ แต่กายกับใจก็เป็นคนละส่วน ไม่ใช่อย่างเดียวกัน เหมือนคนต้องอาศัยแผ่นดิน แต่แผ่นดินก็มีไช้คน และคนก็ไม่ไช้แผ่นดิน

6. ความทุกข์สุขของคนเราเกิดแต่อะไร? พระพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า สิ่งทั้งหลายถ้ามันดีแล้ว มันก็สบายใจ ถ้าไม่ดีมันก็ไม่สบาย ความเป็นอยู่ของมนุษย์โลก ที่เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ย่อมเกิดมาแต่เหตุ 2 ประการนี้ ฉะนั้น ปัญหาจึงมีอยู่ว่า ทำอย่างไรเราจึงจะดี เพื่อเราจะได้สบาย ไม่มีทุกข์ ด้วยประการต่าง ๆ ๕

7. คนเราต้องการอะไร? ลองตั้งปัญหาถามดูก็คงจะตอบได้ว่า “คนเราต้องการสิ่งที่ดีที่สุด สะอาดที่สุด และสนใจนึก!” ถ้าได้สนใจแล้วก็มีความสุขสบายใจ แต่คำว่า “สุข” (สฺก) นี้มีความหมายอยู่ 2 อย่าง เช่นกับข้าวที่เรานำมาผัด มาต้ม และมาแกงเป็นอาหารนั้น เขาก็เรียกว่าเป็นของ “สฺก” ดาวสฺกบนท้องฟ้าเขาก็เรียกว่า “สฺก” สฺกจึงมี 2 อย่างคือ “สฺกข้าว” และ “สฺกดาว” อันนี้ย่อมหมายความว่า “สุขธรรม” นั่นคือสฺกดาว สฺกข้าวคือ “สุขโลก” ๕

8. ดวงใจ ของคนเรา ถ้าจะเปรียบก็เหมือนกับเด็กที่ไม่รู้เดียงสา ซึ่งไปหยิบอาหารผิดมากินก็ให้โทษ คนเราอยากได้ความสุขกันทุกคน แต่ไปคว้าเอาความทุกข์มาใส่ตนโดยไม่รู้ เพราะความสุขมันมี 2 ประการดังกล่าแล้ว สฺกดาวมันสฺกสฺมีรสสูงเย็นใจ สฺกข้าวไม่มีสีแต่มีรสทางประสาทกาย เมื่อคนเราอยากได้รส มันก็ไม่มีสี สี (ศรี) หมายถึงแสงสว่าง คือ ความสุขใจ ๕

9. “ใจสุข” มีรสคือ เย็นสบาย เพราะอาศัยธรรมะเป็นเครื่องอยู่ มีการแก้ไขและซ่อมแซมเสมอ ถ้าดวงจิตไม่มีธรรมะเข้าไปซึมซาบ ก็คงไม่มีความสุข ฉะนั้นเราควรทำใจให้มันสุขอย่างดาว สว่างอย่างเดือน เมื่อเรานึกอย่างนี้ก็ควรทำให้มันได้รับอย่างนั้น ๕

10. ร่างกาย ของเรา คือธาตุต่าง ๆ ที่รวมกันเข้าเป็นก้อน ๆ หนึ่ง ถ้าเราไม่รู้จักแยก ธาตุคว่ำมันมีอะไรบ้าง เราก็จะไม่รู้จักตัวของเราเอง เหมือนเขาส่งเหล็กโยนมาให้เราก้อนหนึ่ง ถ้าเราไม่รู้จักนำมาแยกดูว่า มันมีธาตุ แร่ ดินบุก หรือทองเหลือง ทองแดง อะไรผสมอยู่ เหล็กนั้นก็ไม่มีค่า ราคาตก คนเรามีของดีอยู่ในตัวทุกคน แต่ไม่รู้จักแยก กายมันก็ต้องเป็นก้อนอยู่ อย่างนั้นแหละ แล้วเราก็จะนั่งเผ่ากันไปจนตาย เหมือนกับเรานั่งทอดท่อนเหล็กหรือก้อนหินไว้ ไม่คิดอ่านทำอะไร ประโยชน์มันก็ไม่เกิดมีขึ้นมาได้ ๕

11. พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า กาย กับ ใจ ของเรานี้เป็นคนละเรื่อง และคุณค่าก็ผิดกัน กายเป็นของช้าและเป็นของหนัก ส่วนใจเป็นสภาพที่เบาและเร็วมาก ตัวอย่างเช่น ถ้าเรานึก อยากจะไปกรุงเทพฯ เวลานี้ใจมันก็แล่นปราดไปถึงกรุงเทพฯ ทันที วันหนึ่ง ๆ ก็ไปได้ไม่รู้กี่หน แต่ส่วนเจ้ากายนี่สิ เราอยากไปมันก็ไม่ไปถึงสักที ยิ่งคนแก่ ๆ เฒ่า ๆ ด้วยแล้ว กว่าจะก้าวขา ไปได้แต่ละก้าวก็แทบแย่ ความเร็วและความช้าของใจและกายมันผิดกันอย่างนี้ ฉะนั้นจึงว่าใจเป็น สิ่งที่เร็วมากยิ่งกว่าอะไรในโลก และเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในร่างกาย ซึ่งเราจะต้องพากันเรียนให้รู้จัก มันให้ดี มิฉะนั้นเราก็ไม่สามารถประสพกับความสุขได้ ๕

12. พระพุทธศาสนาไม่ใช่เรื่องของการอ่อนนอน ร้องขอ หรือให้กันได้ ทุกคนจะต้อง ทำด้วยตนเองของตนเอง จึงจะได้รับผล เหตุนี้ท่านจึงสอนให้พากันทำ “บุญ” เพราะบุญเป็นสิ่งที่ จะอำนวยผลให้สำเร็จสุขได้ตามความปรารถนา ลองสังเกตดูสิ คนบางคนจะทำอะไรก็สำเร็จ ไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง บางคนก็ทำอะไรไม่สำเร็จเลย ทำโน่นก็ไม่สำเร็จ ทำนี่ก็ไม่สำเร็จ ก็เพราะบุคคลนั้นไม่มี “บุญ” ช่วย พระพุทธเจ้าจึงทรงสรรเสริญคนที่ทำบุญบ่อย ๆ มาก ๆ ว่าเป็นคนดี จะคิดทำอะไรก็สำเร็จได้ดังใจนึก เป็นคนมีความสุข ๕

13. คำว่า “บุญ” ๕ นี้ บุญอะไรเล่า? ยิ่งทำกันมากก็ยิ่งฉิบหายมาก เสียข้าวเสียของ เสียเงินเสียทอง เป็นบุญอะไรกัน? ดูเผิน ๆ มันเป็นอย่างนี้ ถ้าพูดถึง “บุญ” สั้น ๆ ไม่อธิบายแล้ว ก็ต้องพากันเข้าใจผิด ท่านจึงได้อธิบายไว้ในกาให้ ทาน วัชระ ศีล และ ภาวนา ว่ามีอันสงส ไร ๕

14. ทาน การบริจาคเป็นการสงเคราะห์ช่วยเหลือผู้อื่นให้มีความสุข การช่วยเหลือซึ่งกัน และกัน ให้สิ่งซึ่งมีประโยชน์แก่กันและกันนี้ จะต้องมีความหมายอะไรสักอย่าง ความทุกข์ ความวุ่นวายต่าง ๆ ของโลก เช่น โจรภัย อัคคีภัย และมหาสงครามก็ดี เหล่านี้มันเกิดแต่อะไร? สาเหตุของมันก็เกิดเพราะ ความกินไม่อิ่ม นี่แหละ การกินไม่อิ่มนี้ก็มีอยู่ 2 ประการ คือ 1. ไม่มีจะกิน 2. มีกินแต่มันไม่อิ่ม คือตัวโลกไม่รู้จักพอ (กินหลายไม่หายอยาก นอนมากไม่รู้จัก ตื่น) 2 อย่างนี้เป็นกำเนิดแห่งมหาสงคราม คนเราอยากรวยแต่ตัวคนเดียว ถ้ามีคนรวยจริง ๆ สัก

100 คน คนไม่มีกินสัก 20 ล้านคน ลองดูมันต้องถูกรุมแน่ ๆ ถ้าเขามีอำนาจเมื่อไร เขาจะต้องบังคับพวกคุณให้กินน้ำข้าวนอนพื้นดินกันเท่านั้น เหตุนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ทำทาน ให้แบ่งปันแลกกันกิน อย่างขี้เหินยาว ถ้าเราพากันแจกจ่ายแจกจ่ายให้ปันกันทั่วโลกแล้ว มันก็คงไม่มีความวุ่นวาย เพราะคนเราถ้าได้กินอิ่มแล้วมันก็สงบ ไม่ว่าแต่คนแม้สัตว์เดียรัจฉานก็เหมือนกัน เช่นสุนัข ถ้ามันกินอิ่มแล้วมันก็นอนนิ่งเฉย เราจะเดินข้ามหัวมันไปก็ได้ มันไม่กัดตอก แล้วก็ไม่ได้เบียดเบียนคนด้วยมนุษย์ก็เหมือนกัน เมื่อกินอิ่มนอนหลับแล้วก็ยิ้มแก้มตุ่ย คนดำให้ก็ไม่โกรธ ถ้าเวลาหิว ๆ ใครมาพูดไม่ดีไม่ถูกหูหูนิดเดียวก็แทบจะฉีกเนื้อกันกินได้ สันดานของมนุษย์และสัตว์ย่อมเป็นดังนี้ ๆ

15. “ความไม่มีจะกิน” เกิดจากอะไร? เกิดจาก “ความจนใจ” ความจนนี้ก็เกิดจากหลายอย่าง แต่จะกล่าวสั้น ๆ ว่าเกิดเพราะ “ความขี้เกียจ” หรือ “ความโง่” นี่แหละจึงไม่มีจะกิน เพราะเกียจคร้านไม่ทำการงาน มันจึงต้องจน จนแล้วก็ต้องไม่มีจะกิน นี้อย่างหนึ่ง ๆ

16. อีกอย่างหนึ่ง “มีกินแต่มันไม่อิ่ม” ตัวโลกมันจัดระเบียบเป็นเจ้าเรือน คือ มีกินแต่ไม่กล้ากิน เพราะกลัวหมดเปลืองบ้าง กลัวคนอื่นเห็นบ้าง กลัวเขาจะมาขอกินบ้าง ไม่กล้ากิน เพราะกลัวหมดกลัวคนแย่ง ก็ต้องแอบกินซ่อนกิน พอเอาออกมากินให้คนอื่นเห็น เจ้าพวกที่ไม่มีกินก็นึกว่า ทำไมเจ้าคนนั้นมันจึงมีมากนักร มันแอบกินคนเดียวไม่แบ่งปันให้กันกินบ้าง ก็เลยเกิดการแย่งชิง ลักขโมย ปล้นสะดม นี่แหละเป็นชนวนแห่งมหาสงคราม เพราะการไม่แบ่งกันกิน ถ้าคนเรามีการแจกจ่ายกัน ก็จะไม่มีความรุ่มเย็นเป็นสุข ถ้าไม่ให้ปันกันก็ต้องเป็นความทุกข์วุ่นวายเมื่อสงครามส่วนย่อยเกิดขึ้นส่วนใหญ่มันก็เกิด จึงกลายเป็นมหาสงคราม ๆ

17. พระพุทธเจ้าของเราทรงเห็นเหตุการณ์เหล่านี้แล้ว จึงเตือนใจพวกเราว่า “ทานญจธมฺมจริยา จ ฯลฯ เอตมฺมจฺจกฺลฺมฺมุตฺตม” ด้วยการเสียสละและประพฤดิธรรมโดยชอบแล้วนั้นเป็นมหามงคล ดังนี้ ๆ

การให้ ทาน นั้น มีอยู่ถึง 4 อย่างคือ

1. สงเคราะห์บุตรธิดา แจกจ่ายแบ่งปันทรัพย์นั้นให้เขาตามสมควร ให้เขาได้รับความสะดวกในการศึกษาและอาชีพ ๆ

2. การช่วยเหลือบำรุงคนลำบากยากจน ในสมัยกันดารเกิดขึ้น และช่วยเหลือคนเจ็บคนแก่ชราทุพพลภาพ

3. การช่วยเหลือส่งเสริม เช่นออกทุนช่วยชาติส่วนรวม เช่นสร้างถนนสะพาน วิมานของคนป่วย (โรงพยาบาล) ยอมช่วยเหลือส่วยสาอากร เช่นเสียภาษีไม่หลบหนีซ่อนทรัพย์ ๆ

4. การบูชาพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ผู้ทรงคุณ ดั่งนี้ย่อมประสพแต่มีมงคล

ชื่อว่าเราได้ฝากทรัพย์ไว้ในธนาคารของพระถึง 4 ชนิดแล้ว ต้องการใช้เมื่อไรก็ขึ้นก็สบายใจ นั่นคืออริยทรัพย์ของเราติดตัวตลอดวันตาย ไปโลกหน้าก็จะมีใช้อย่างสบายใจ ๔

18. เพราะเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงเยียวยาโลกให้ร่มเย็นเป็นสุข ด้วยการสอนให้คนบริจาคทาน 4 ประการนี้ แล้วทรงสอนธรรมให้บำเพ็ญศีล และเจริญภาวนา พระองค์ทรงสอนว่าอย่าไปติดอยู่ในความสุขของโลก คือการกินอิ่มนอนหลับ การกินอิ่มนั้นมันก็อิ่มไม่ทนอิ่มไม่จริง กินอิ่มวันนี้พรุ่งนี้มันก็หิวอีก กินอิ่มพรุ่งนี้มะรืนนี้มันก็หิวอีก ก็ต้องทุกข์วิ้งหาให้มันกินอยู่เรื่อยไป ส่วนสุขในการนอนนั้นมันก็ไม่จริงจิงอะไร ลองนอนมาก ๆ สัก 3 วันดูซิ มันก็จะต้องหลังแข็งลุกไม่ขึ้น ต้องหาหมอนมาวาง ต้องหาน้ำมามาทา กลับเป็นทุกข์ไม่สบายไปอีก ฉะนั้นท่านจึงสอนว่าอย่าไปหลงติดสุขในการกินการนอน ให้เราพากันเอาความสุขเหล่านี้ไปขายยี่บับดเสียให้ละเอียดยเป็นจูน มันจะได้กลายเป็นของมีค่าขึ้นมา ตัวอย่างเช่นหัวมันสัมปะหลังหัวหนึ่ง ราคา 20 สตางค์ ถ้าเรานำไปหั่นบดตากให้แห้งเป็นแป้งละเอียดย ๆ แล้วนำไปขายในท้องตลาด ก็จะมีราคาแพงขึ้นถึงกิโลละ 4-5 บาท หรือข้าวสารธรรมดาสิตรละ 6 สลึง ถ้านำไปไม่ให้ละเอียดยตากเป็นแป้งสำหรับทำขนม สิตรหนึ่งจะมีราคาเพิ่มขึ้นอีกตั้งเท่าตัว ดังนี้ ท่านจึงให้เอาความมั่งมีนั้นแหละไปขายยี่เสีย ให้มันเป็นของมีค่า คือให้พิจารณาด้วยปัญญาของตนว่า ทรัพย์นั้นเป็นของกลางในโลกเพียงเท่านั้น แล้วเห็นประโยชน์ในการสงเคราะห์บูชา แล้วจึงทำการบริจาคทานแก่ผู้อื่นเสียบ้างอย่ากินคนเดียว เนกาสี ลมเกตุ สุข กินคนเดียวหาความสุขมิได้ นอนก็อย่านอนให้มันมากนัก ให้พากันสละการนอน โดยนั่งเจริญเมตตาภาวนาสะสมกำลังใจเสียบ้าง ก็จะไม่เป็นการเบียดเบียนผู้อื่นและตนเอง ๔

19. พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “จิตใจของคนเรานั้น ถ้ามันตกไปในเรื่องดีมันก็สบายเป็นสุข ถ้าตกไปในเรื่องชั่วมันก็ไม่สบายเป็นทุกข์” ข้อนี้เราทดลองพิสูจน์ดูก็ได้ เช่นเวลาที่กลับไปบ้านเราลองนึกถึงเรื่องอะไรที่มันยาว ๆ และที่ยาก ๆ ดูซิว่ามันจะเป็นอย่างไร มันจะต้องมีอาการคันหัวปวดหัวขึ้นมาทันที หรือมีอะนั่นก็ลองนึกถึงคนที่เราเกลียด ๆ ไม่ชอบหน้า ดูซิ เช่นคนที่เขาเคยเป็นศัตรูกับเรา เคยเบียดเบียนเราต่าง ๆ นานานั้น เราก็จะไม่สบายใจเลย นี่เป็นด้านที่ไม่ดี ส่วนเรื่องที่ดีเราก็ลองทำดูบ้าง เช่นนึกว่ามีคนเข้ามาบอกเบอร์ลอตเตอรี่รางวัลที่ 1 ให้ถูกแน่ ๆ แล้วจะทำบุญใหญ่อย่างมโหฬาร ดังนี้ ถ้าออกมาถูกเบ้งไม่ผิดเลยสักตัวเดียว เงิน 5 แสนอยู่ในมือแล้ว เราจะต้องการอะไรเล่า? ถ้าคิดอย่างนี้บางทีก็แทบนั่งยิ้มคนเดียวเลย บางทีปิดประตูนอนยิ้มอยู่คนเดียว ฉะนั้นท่านจึงสอนให้เอาไปคิดนึกแต่สิ่งที่ดี ๆ เช่นนึก พุทธ ๑ ดวงจิตจะได้สบาย เบิกบานไม่มีทุกข์ ๔

20. ดวงจิตที่คิดนึกไปในเรื่องบุญ ก็เปรียบเหมือนกินอาหารมีรส ถ้าจะนึกไปในเรื่องเงินก้อนใหญ่ ๆ ที่เราให้คนหาทุยืมไปก็ยังไม่เป็นเรื่องดี เพราะบางรายถึงเดือนแล้วก็ไม่นำดอกเบี้ย

มาให้เรา บางรายก็ต้องทวงเองจึงจะยอมให้ บางรายก็ไม่ให้เลย โกงทั้งต้นทั้งดอก คิดไปแล้วก็
 ทำให้เป็นทุกข์ไม่สบายอีก ฉะนั้นให้คิดในสิ่งที่ดีกว่านั้น คือให้คิดว่า เราจะทำจิตของเราอย่าง
 เดียว ไม่เกี่ยวกับทางตา ทางหู ฯลฯ ทั้งหมด เมื่อดวงจิตของเราไม่มีอะไรมารบกวน มันก็ต้อง
 เกิดความบริสุทธิ์ มีแสงสว่างสุกใสเหมือนดาวบนท้องฟ้า อย่าให้มันสกปรกอย่างข้าวต้ม ดักใส่จาน
 ทิ้งไว้ 6 ชั่วโมงก็บูดหมด ความดีของโลกจะวิเศษวิโสอย่างไร ก็ไม่นานดอก แล้วมันก็ต้องแยกกัน
 กับเรา ไม่เหมือนสุขในทางธรรม คือจิตสุข มันย่อมจะติดกับตัวเราไปเสมอ ไม่ว่าเราจะไปอยู่
 แห่งใด มันก็ติดตามเราไปด้วย ฉะนั้นจงพากันทำจิตให้เป็น “สัมมาสมาธิ” มีวิปัสสนากรรมฐาน
 อยู่ในใจ เราก็คงจะสุขสบาย จะเป็นเศรษฐี ชี้อา ก็ช่างมัน ไม่สนใจกับโลกโลภีย ๆ

21. การปฏิบัติธรรม ต้องปฏิบัติให้ถูกต้องจริงของธรรม เช่นเราอยากขี่วัว ขี่รถ อย่าไป
 ขี่เงาวัล ขี่เงารถ ต้องขี่ตัวจริงของมันจึงจะสบาย และไปถึงจุดหมายได้ บุญภายนอกเปรียบเทียบ
 เงาวัลหรือเงารถ ถ้าเราวิ่งไม่ฝึกใจตนเอง ก็ยังไม่ถึงตัวบุญจริง ถูกแต่หัวมันบ้าง หางมันบ้าง
 บางทีอาจถูกหัวตะเอบ้าง ขวิดเอบบ้าง ดังจะได้เล่านิทานมาสู่กันฟังว่า

วันหนึ่งสองสามีภรรยา เมื่อถึงฤดูกาลเข้าพรรษาแล้ว ก็อยากถวายสังฆทาน เพราะเขา
 เห็นว่าได้บุญมาก ตกเวลากลางคืนจึงได้เตรียมข้าวของเพื่อถวายสังฆทาน ได้มีจิตเบิกบานพร้อม
 ใจกันทั้งสองผัวเมีย พอรุ่งเช้าพระผู้เป็นเจ้าก็ได้ไปรับสังฆทานที่บ้านสองผัวเมียนั้น ผัวชื่อนายแมว
 เมียชื่อนางมา ทั้งสองคนผัวเมียได้นำภาชนะหวานคาวไปตั้งไว้ตรงหน้าพระสงฆ์ 2 รูปแก่ ๆ
 ให้ศีลก็ไม่ได้ ขยิกกันไปขยิกกันมา เลยให้ศีลข้อสุราฯ ขึ้นต้น เพราะเคยฟังเขาเล่ากันว่า ศีลข้อ
 สุรามันเป็นบาปมาก ของมากมันต้องใหญ่ เหมือนต้นไม้มันต้องโตที่โคนต้น เหตุนั้น เราจึงเอา
 ข้อสุราฯ นี้แหละขึ้นก่อนเพราะมันเป็นใหญ่ นึกแล้วก็ว่าไป พอจบลงองค์ที่ 2 ก็ว่า “ท่านให้ศีล
 ไม่ถูก” แล้วก็ตอบกันไปว่า “ถูก” องค์หนึ่งก็ว่า “ผิด”เถียงกันไปเถียงกันมา จนเกิดความโกรธ
 แล้วก็เลยถามกันว่า เรือมันมีกี่หัว? ไม้คานที่เขหาบมันมีกี่หัว? คนมีกี่หัว? ลองให้ท่านคิดดู
 มันก็หัวทั้งสองข้างเหมือนกัน เช่น คนเดิน เอาหัวแม่เท้าไปก่อน คนคลานต้องเอาหัวเข้าหัวแม่มือ
 ไปก่อน ไม้คานหรือเรือก็เหมือนกัน มันมีหัวสองข้าง เมื่อหาบหรือแจวไป หันหน้าทางไหน
 มีหัวทางนั้น ฉะนั้นศีล ก็ต้องมีหัวสองข้างเหมือนกัน ฉะนั้นขึ้น “สุรา” ก่อนก็ไม่ผิด ในที่สุดก็
 ตกลงกันว่า “ถูก ๆ” แต่ที่จริงผิดจากบัญญัติทั้งเรื่อง ธรรมดาเขาต้องขึ้น “ปาณา” ๔ ก่อนทุกราวไป
 อันนี้ก็คือขาดการศึกษาอบรมจึงเป็นมาเช่นนั้น ต่อจากนั้นพระท่านก็บอกถวายเป็นสังฆทานให้แก่
 สามเณรจำได้บ้าง สามเณรก็ได้นำภรรยาของตัวว่า นโม 3 จบ แล้วก็ได้ส่งกับนางมาว่า “ให้ว่าตาม
 จันนะ” ต่อนั้นสามเณรก็กล่าวคำนำถวายสังฆทานว่า “อิมานิ” จบลงเป็นบทแรก แต่นางมาก็ไม่ได้
 ว่าตาม นั่งนิ่งเฉยอยู่ แล้วขึ้นใหม่อีกว่า “อิมานิ” นางมาก็นึกฉวยขึ้นในใจว่า วันนี้เป็นวันทำทาน
 มันยังมาขึ้นอี ๆ ใ ๆ กับกู รู้สึกโกรธขึ้นในใจ สามเณรก็นำว่าอีก “อิมานิ” นางภรรยาก็ทนไม่ไหว
 จึงพูดขึ้นเพื่อเป็นการตอบแทนสามเณรของตนว่า ไ้อ้แมวนิ สามเณรก็โกรธให้ภรรยา ทำหน้าตึงเครียด

ใส่กัน ในที่สุดก็เกิดมีปากมีเสียงกันขึ้น ฝ่ายจึงดำเินว่า “อีตวัักตักข้าวสุก มันรู้จักแต่กิน” เมียก็ดำเินว่า “ไอ้ช้อนตักแกง มันคอยระแวงแต่กู มันจึงขึ้น “อีมาอีมี” แก่กู” ในที่สุดเมียก็ว่าได้ช้อน ฝ่ายว่าได้ตวััก เลยตักกันทั้งปากทั้งมือว่า “มึงไปเรียนมาแต่ไหน? คำพูดอย่างนี้แต่ก่อนกูไม่เคยได้ฟัง อีมาอีมี อย่างนี้” สามีบอว่าพระท่านสอน นางก็เลยลูกลามไปถึงหลวงตา หาวว่าเสียมสอนสามีของตน พูดคำหยาบ พระนี้มีแต่หากิน ให้ศีลก็ไม่ถูก ไม่เอาละวะให้ลงไปเดี๋ยวนี้ หลวงตาทั้ง 2 ก็ลำบาก พูดไปก็ยาก กลัวเขาฉิว ตัวเองก็หิวจึงรีบตะพายบาตรลงจากบ้านไป ถึงวัดต้องหุงข้าวกินเอง นี่แหละบุคคลบำเพ็ญกุศลที่ไม่ถูกตัวจริง จึงก่อความเสียหายขึ้นหลายด้านหลายทาง ฉะนั้นในการบำเพ็ญกุศลจึงสมควรอบรมจิตใจของตนไว้บ้าง เพื่อจะได้ประกอบกับการทำบุญทั่ว ๆ ไป ทำจิตทำใจให้ผ่องใสสะอาด สมกับบาทคณาที่พระพุทธรเจ้าทรงตรัสไว้ว่า กุศลสุสฺสพสมฺปทา จงทำความดีให้สมบูรณ์เพียบพร้อม บุญอันนั้นจะได้เข้าไปย้อมดวงจิตสมกับภาษิตที่ว่า “สจิตฺตปริโยทปนํ” จงชำระจิตของตนให้ขาวสะอาดโดยรอบปราศจากโทษทัณฑ์ เอตํ พุทฺธานสาสนํ นั้นแลถูกต้องตามคำสอนพระพุทธรเจ้าทั้งหลายร้อยแปดพระองค์ ดังนี้

คำถวายทานของนายแม่วว่า อิมานิ มยํ ภนฺเต นีบตฺถัน แต่่นายแม่วไม่ว่าตามพระท่านสอน ไปว่าเสียแต่ “อิมานิ” เท่านั้น จึงเกิดเหตุกันถึงเพียงนี้ ฉะนั้น ในที่นี้จึงขอเขียนแบบไว้ให้นายแม่วนางมาเพื่อเป็นการแก้ตัวในโอกาสหน้า

“อิมานิ มยํ ภนฺเต ภตฺตานิ สปริวารานิ ภิกฺขุสงฺฆมฺมสุส โอลฺลชยาม สาธุ โน ภนฺเต สงฺโฆ อิมานิ ภตฺตานิ สปริวารานิ ปฏิกฺกณฺหาตุ อมฺหากณฺเฏว มาตาปิตุอาทีนญฺช ฌาตกาณํ ทีฆมรตฺตํ หิตาย สุขาย ฯ”

ได้บรรยายในบุญกถา ก็จบลงเพียงเท่านี้ ฯ

6 กรกฎาคม 2502

1. การปฏิบัติที่ไม่ได้รับผล ย่อมทำให้เกิดความท้อแท้รำคาญใจ เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติย่อท้อหมดความพากเพียรในกิจนั้น ความรำคาญใจตัวนี้ เกิดเพราะการปฏิบัติธรรมไม่ได้อย่างใจนี้กอย่างหนึ่ง เกิดเพราะความไม่เจริญในชาติของตนอย่างหนึ่ง เมื่อเป็นดังนี้ ความทุกข์ก็ลุกลามเข้ามาทำให้เกิดความรำคาญใจ ความไม่เจริญในชาติของตนนั้น คือ คนที่เกิดมาในสถานที่ลำบากกับแค้น เพราะทำกรรมที่ไม่ดีไว้ ก็ได้รับแต่ความทุกข์ความรำคาญใจ

2. คำว่า “รำคาญ” หรือ “คาน” ๑ นี้ ถ้าจะเปรียบก็เหมือนกับ “กลาน” ๑ อันลักษณะของพวกโจรกรรม เพราะคนที่มันจะไปทำโจรกรรมเขานั้น โดยมากมันมักจะต่อกลานไปจะเดินก็กลัวเขาจะได้ยินเสียงฝีเท้า จึงต้องค่อย ๆ ก้ม ค่อย ๆ กลานไป เพื่อซ่อนฝีเท้าไม่ให้เขารู้ คนจำพวกนี้ ถ้าตายไปก็ต้องไปสู่คติที่ไม่เจริญ คือ ไกลไปจากศีลธรรม เช่น ไปเกิดเป็นสัตว์นรกบ้าง เป็นพวกเปรตผีปิศาจต่าง ๆ บ้าง จะต้องได้รับแต่ความทุกข์ยากลำบาก

3. คนไม่เจริญนั้น กล่าวคือ ตัวเป็นคน แต่หัวใจของเขามันตกต่ำ คือ กายมันดีแต่ใจมันไม่ดี เช่น เรานับถือพระพุทธศาสนา วันพระอยากมาวัดเราก็อาศัยเท้าพาเดินมามาถึงวัดแล้วก็นั่งในศาลาฟังเทศน์ แต่เราปล่อยมือ ปล่อยลิ้น คอ ของเราให้เป็นไปในทางชั่วมีมรรยาทไม่ดี ใจก็ต่ำ คือ คิดนึกไปในสิ่งชั่ว คือ พวกกิเลสมารและขันธมาร แม้ไปนั่งฟังเทศน์ก็ไม่รู้เรื่อง เพราะกิเลสมารเหล่านี้มันทำให้ใจมลทิน เหมือนเมล็ดข้าวที่อยู่ใต้พื้นดินลึก แม้ฝนจะตกลงมายังพื้นปรุพีให้ชุ่มโชกเพียงไร ก็ไม่สามารถที่จะงอกขึ้นมาพ้นจากพื้นดินได้ดวงจิตของพุทธบริษัทก็เช่นเดียวกัน ถ้าถูกกิเลสมารทับให้จมลึกแล้ว ถึงจะมาวัดฟังเทศน์ก็ไม่ได้ผลในการฟังธรรม เรานับถือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่ดวงใจมันต่ำกว่ากิเลส ก็เหมือนคางคกที่เอาตีนของมันเกี่ยวไว้ในที่สูง แล้วปล่อยหัวห้อยลงมาข้างล่าง ฉะนั้น

4. “พัสดุกาม” คือ “รูปขันธ์” ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัสต่าง ๆ ถ้าพัสดุกามทั้ง 5 นี้มาดึงดูดจิตของเราให้ตกไปในฝ่ายยินดีและยินร้าย มันก็กลายเป็น “กิเลสกาม” ไปอีก แล้วมันก็จะบีบดวงจิตของเราให้ทะล้นออกไปนอกความดี “พัสดุกาม” นั้นไม่สำคัญเท่าไร

แต่กิเลสถามสำคัญมาก เพราะมันเป็นเครื่องจุดดวงจิตของเราให้ตกต่ำ ท่านจึงเตือนให้ระมัดระวัง ทำจิตใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในมัชฌิมาปฏิปทา อย่าให้ตกไปในฝ่ายกามสุขัลลิกานุโยค ความพอใจยินดี และอัตตกิลมณานุโยค ความไม่พอใจยินร้าย เพราะทั้ง 2 อย่างนี้ ย่อมเป็นของไม่แน่นอน เช่น บางทีเราก็ตบสายกาย สบายใจ เมื่อความสบายนี้แปรรูปไปเราก็ไม่สบายใจ ฉะนั้น จึงอย่าไปเกาะเกี่ยวพอใจกับมันในสิ่งที่ดี ๆ “กิเลสถาม” เป็นศัตรูของดวงใจและเป็นภัยแก่ผู้ปฏิบัติ

5. “ของงาม” เกิดแต่ของสกปรก ไม่ใช่เกิดจากของดี เหมือนผักหญ้าและต้นไม้ต่าง ๆ ที่มีงามเพราะเขาน้ำของเน่า ๆ เหม็น ๆ ไปรดที่โคนต้น “จิตงาม” ก็เกิดจากความไม่ดีเช่นเดียวกัน คือ สิ่งที่ไม่ดีมันผ่านเข้ามา ดวงจิตมันจึงเจริญ ความไม่ดีอันนี้ก็ไต่แก่ความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ความทุกข์และความนิทาน เมื่อผ่านเข้ามาในผู้มีจิตเป็นสัมมาสมาธิแล้ว มันก็จะกลายเป็นของดีขึ้น เมื่อก่อนมันเป็นศัตรู แต่ภายหลังมันก็จะกลับกลายเป็นมิตร คือ เมื่อความไม่ดี 4 อย่างนี้ปรากฏขึ้น ก็มีความสำนึกตัวได้ว่า อ้อ เสื่อมลาภมันไม่ใช่น่าเสียดาย ทุกข์ นิทานมันก็ไม่ใช่น่ากลัว เรื่องของโลกมันเป็นของกลับกลอกเปลี่ยนแปลงได้ ไม่ควรยินดี เมื่อความไม่ดีทั้ง 4 อย่างนี้ ผ่านเข้ามาในดวงจิตของผู้ปฏิบัติ ก็ยิ่งทำให้จิตใจเจริญ คือ ยิ่งเบื่อ ยิ่งหน่าย ยิ่งจิต ยิ่งจางต่อ ความดีทั้ง 4 อย่าง ซึ่งเป็นฝ่ายตรงกันข้าม แม้จะผ่านเข้ามาก็ไม่หลงติดยินดี เป็นเหตุให้ผลักดันดวงจิตของผู้นั้นให้เจริญสูงขึ้นไป พึงเขานินทาก็เหมือนเอามิดไปตาก ยิ่งถากมันก็ยิ่งเล็กยิ่งแหลม เสื่อมลาภก็ดี ทำให้ไม่ติดไปยินดีในลาภสักการะของผู้ใด ถ้ามีมากแล้วมันมักจะจมลึก ไปไม่รอด เพราะมันหลงห่วงสมบัติ เสื่อมยศก็ดียิ่ง เช่น เราเป็น “คน” แต่เขามาลบยศลบชื่อของเราเสีย มาเรียกเราว่าเป็น “หมา” เราก็ยิ่งสบาย เพราะหมามันไม่มีกฎหมาย จะทำอะไร ๆ ก็ทำได้สะดวก ตามชอบใจ ไม่มีใครมาคอยจับคอยว่า ถ้าเขามาเรียกเราว่า “เจ้าฟ้า” “เจ้าคุณ” ฯลฯ แล้วมันยิ่งลำบากมาก เพราะตัวมันใหญ่ มือ เท้า แขน ขามันก็ยาวเกะเกะ จะนั่งนอนยืนเดินไปทางไหนมันก็ไม่สะดวก ส่วนลาภ ยศ สุข สรรเสริญนั้น ก็ไม่แน่นอนอะไรสักอย่าง ยิ่งคิดก็ยิ่งสังเวช สลดใจ เกิดนิพพิทา เบื่อหน่าย วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้าย ดวงจิตผู้นั้นก็จะเป็นอุเบกขา ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิธรรมยิ่งเจริญขึ้นเป็นลำดับ เหมือนต้นผักกาด กระหล่ำปลี ผักชี กระบี่ ฯลฯ ที่พวกจีนเขาปลูกไว้เป็นร่อง ๆ แล้วก็ใช้ปุ๋ยอุจจาระและของสกปรกต่าง ๆ ไปรด มันก็ยิ่งงาม และโตเร็ว ถ้าลองเอาน้ำสะอาดไปรดรด มันยิ่งต้นเล็กและงอหงิก เหตุนี้แหละจึงว่าใครเป็นผู้มีสติ มีสมาธิเกิดขึ้น คนนั้นยิ่งสบายเมื่อโลกธรรมฝ่ายไม่ดีเกิดขึ้น ถ้าไปได้รับแต่ของดี ๆ ก็จะมีวิตติ มัวหลงอยู่ในสิ่งเหล่านั้น เหมือนนมล้นถ้วยหรือเมล็ดพืชที่จมอยู่ในฝัก ย่อมไม่งอกงาม ไม่เจริญขึ้นได้ เหมือนยอดข้าวที่ผุดขึ้นจากเมล็ดของมันแล้ว พอถูกลมถูกแดดถูกน้ำถูกปุ๋ย ก็ยิ่งงาม คือ ปัญญาของเราที่จะแตกออกเป็นวิชา เป็นกึ่งกันสาขางอกงาม (คือ วิชา 3 วิชา 8 ดวงจิตเข้าถึง วิปัสสนาญาณ ไหลเข้าสู่โลกุตตระ) ตามะที่ปลูกผักไว้นั้น ก็จะได้เก็บไปขายร่ำรวยเป็นเศรษฐี เพราะ “ชี้” นี้เอง

6. การทำสมาธิ ต้องสงบจิตจริง ๆ จึงจะได้ผล เหมือนการทำนา เราก็ตองปราบพื้นที่ให้ราบเสียก่อน อย่าให้มีหญ้ามีต่อ เพราะเราต้องการกินข้าวอย่างเดียว อย่างอื่นนอกนั้นเราไม่ต้องการ ถ้าทำไม่จริงไม่ได้เห็นผล คือ ปฏิบัติไม่ได้อย่างไฉนก็เกิดความรู้าถามญ ฉะนั้นอย่าให้มันต้องลง “กลาน” จะลำบาก เพราะคนที่กลานไปนั้นยอมไปถึงช้ากว่าคนที่เดินสองขา เราจะเอามือช่วยเดิน 4 ขาเหมือนอย่างสุนัขยอมไม่ได้ อีกอย่างหนึ่ง การ “กลาน” ก็เป็นลักษณะของพวกโจรกรรม ต้องก้มไปบ้าง กลานไปบ้าง จะยึดคอขึ้นก็กลัวคนจะเห็นตัว ต้องหดหัวลงไปอยู่กับพื้น บางทีต้องซุดหลุมลอดใต้ดินไปก็มี มันลำบากมาก เป็นลักษณะของคนจน คือ พวกโจร

7. พุทธบริษัทต้องพากันกำจัด “พัสดุกาม” และ “กิเลสกาม” ให้ดับสนิทโดยการเจริญอานาปานี 2 แผนก คือ 1. กำหนดจิตอยู่ในลมหายใจเข้าออก อย่าพลั้งเผลอ ทำจิตให้แน่วแน่เที่ยงตรง ย่อมจะกำจัดเสียได้ซึ่ง “กิเลสกาม” 2. ขยายกรรมฐานของตนออกให้กว้างขวาง คือ เดินลมให้ตลอดทั่วตัว จะกำจัดเสียได้ซึ่ง “พัสดุกาม” เหตุนั้น จงพากันเจริญสมาธิให้มาก แต่คำว่า “มาก” ในที่นี้ มิได้หมายความว่าให้มากอย่างหรือหลายสิ่ง คำว่า มาก หมายความว่าให้ทำให้ง่าย ๆ ขึ้นไป อย่าให้ขาดสาย ถ้ามขาดหรือลืมนลเมื่อไร ก็ให้ตั้งใหม่ทันทีเมื่อนั้นอย่าปล่อยให้ถอยหลังหรือเสื่อมลงไป นี้เรียกว่า “เจริญสมาธิให้มาก” ๙

สมณะและวิปัสสนา

วัดอโศการาม,

20 กรกฎาคม 2502

(บันทึกโดย อุบาสิกาอรุณ อภิวัฒนา)

1. **สัมมาทิฐิ** เป็นบ่อเกิดแห่ง “อริยทรัพย์” เปรียบเหมือนก้อนทอง ถ้าเรามีสักแท่งหนึ่ง ก้อนโตเท่าศาลานี้ เราก็จะสามารถซื้อประเทศได้ทั้งประเทศ อริยทรัพย์ก้อนเดียวย่อมอมสมบัติไว้ได้ทั้งหมด คือ มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และ นิพพานสมบัติ แต่จุดประสงค์อันแท้จริงของเรานั้น ก็คือ นิพพานสมบัติ ส่วนมนุษย์สมบัติ และสวรรค์สมบัติ นั้นเป็นผลพลอยได้ เปรียบเหมือนเราจะเดินทางไปยังสถานที่แห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ปรารถนาที่สุด แต่ระหว่างที่เดินทางไป ได้พบพวกผักกาดที่ขึ้นอยู่ริมทางเดิน เราก็เก็บกินไปพลางพอเป็นอาหาร ส่วนข้าวก้อนใหญ่ คือนิพพานเป็นจุดแท้จริงที่เราต้องการกิน ฉะนั้นท่านจึงไม่ให้เรายึดถือ ติดกังวลอยู่กับผักกาดซึ่งเป็นผลพลอยได้เหล่านี้ เพราะไม่ใช่ตัวอริยทรัพย์

2. **การกระทำ อานาปานี** มีหลักสำคัญอยู่ 3 อย่าง คือ 1. ลมหายใจ 2. คำภาวนา “พุทโธ” และ 3. จิต ดังนั้น ลม พุทโธ จิต 3 สิ่งนี้ต้องให้กลมกลืนพร้อมกันไปเสมอ อย่าให้แตกแยกออกจากกัน นั่นแหละจึงจะเป็นองค์ภาวนาที่แท้จริง

3. **วิปัสสนา ไม่ใช่วิชาสอน** เป็นวิชาที่ต้องทำให้เกิดให้มีขึ้นในตัว ไม่ใช่เป็นการฟังเอาแล้วจำไปพูดได้อย่างเดียว ถ้าเป็นการสอนเพื่อให้ฟังและจำกันได้แล้ว ก็ขอรับรองว่าจะสอนให้ได้ภายในไม่ถึง 5 ชั่วโมง แต่ถ้าจะเอาให้อ่านออกกันเพียงตัวเดียวเท่านั้น บางที 3 ปีก็ยังเรียนไม่สำเร็จ การท่องให้ได้ผลคือ “ความจำ” การทำให้ได้ผลคือ “ความจริง” เหตุนี้จึงต้องอาศัยความพากเพียรพยายาม จึงจะได้รู้วิชานี้ด้วยตนเอง คือ “วิปัสสนาญาณ”

4. เมื่อมีวิชาวิปัสสนาเกิดขึ้นแล้ว อะไรมันเป็นอย่างไร มาจากทางไหน และจะไปอย่างไร เราก็จะรู้ได้หมด เช่นเราเห็นตะเกียงดวงหนึ่งสว่างจ้าอยู่ เรามองไปเราก็รู้ได้ว่านั้นเป็น “ไฟ” นั้นเป็น “ควัน” และนั้นเป็น “แสง” มันเกิดมาได้จากอะไรกับอะไรผสมกันเราก็รู้ เราดับตะเกียงแล้ว ไฟมันหายไปทางไหนเราก็รู้ อย่างนี้เป็น วิชาวิปัสสนา

5. อย่าไปหอบเอาเรื่องราวต่าง ๆ มาสุมไว้ในใจเป็น “ยายแก่หอบฟาง” พบอะไรเห็นอะไรก็เก็บหมด เอามาสุมกองไว้ในบ้านจนเต็มไปหมด แต่หาสาระไม่ได้สักอย่าง จงเลือกเอาแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ คือ วิตก วิจารณ์ แต่ลมหายใจอย่างเดียว ไม่ต้องไปคิดนึกถึงเรื่องอื่นๆ

6. บางคนบอกว่า สมณะ กับ วิปัสสนา ไม่ใช่อันเดียวกัน ทำไมจะไม่ใช่ สมณะเป็นตัวยุค วิปัสสนาเป็นตัวยุติ เกิดญาณเป็นตัวยุติ “รู้แจ้ง” เมื่อรู้แจ้งแล้วก็หยุด มันก็มาจกอันเดียวกัน การรู้มันจะต้องมาจากการหยุด ถ้าไม่หยุด มันจะรู้ได้อย่างไร? เช่นรอน้ำไปในรถหรือในเรือที่กำลังวิ่งไปเร็ว ๆ เราจะมองหน้าคนที่อยู่ใกล้ ๆ หรือสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านไปตามทาง ไม่รู้ไม่เห็นถนัดเลยว่าใครเป็นใคร หรืออะไรเป็นอะไร ถ้าเรือหรือรถนั้นหยุดนิ่งอยู่กับที่ แล้ว เราจึงจะมองเห็นได้ชัด ไม่ต้องดูอื่นไกล แม้แต่การพูดของเรา ก็ต้องมีการหยุดเป็นคำ ๆ ไป ถ้าใครลองพูดโดยไม่หยุดเลยสักคำดูซิ จะฟังกันรู้เรื่องไหม? เหตุนี้จึงต้องทำจิตของเราให้มันหยุดสงบนิ่งเสียก่อน การนิ่งเป็นปกติแล้วสมาธิจึงเกิด ปัญญาจึงเป็นผลตามมา เราต้องลงมือฝึกหัดทำกับตัวเอง อย่ามัวไปเชื่อตามเขาว่า ทำให้มันรู้ว่า อ้อ อ้อ ขึ้นมาในตัว อย่ามัวไปรู้แต่ โอ้ โอ้ โอ้ ตามเขาพูด อย่าไปเอาแต่ดีของเขามาใส่ใจของเรา ต้องทำให้มันมีเองขึ้นมาในตัวของเรา ใช้เงินของเราเอง 1 บาท ดีกว่าไปยืมของคนอื่นเขามาให้ตั้ง 100 บาท เราต้องหนักใจเพราะเป็นหนี้เขา เมื่อเราใช้เงินของเราเองแล้วเราก็กสบายใจ

7. การหยุด ทำให้เกิดกำลัง เหมือนคนที่กำลังเดินอยู่ นิ่งอยู่ หรือนอนอยู่นั้น ถ้าจะสู้กับใครเขาก็สู้ไม่ไหวเพราะกำลังย่อมมีกับคนที่ยืนนิ่งอยู่ ไม่ใช่มีในคนวิ่ง เดิน นิ่ง หรือนอนอยู่ ฉะนั้นท่านจึงสอนให้ทำใจให้หยุดนิ่งเสียก่อนเพื่อให้เกิดพลังกำลัง แล้วจึงก้าวต่อไปได้คล่องแคล่ว

8. คนเรามีขา 2 ขาก็จริง แต่เราต้องเดินทีละขา ถ้าใครเดินทีเดียว 2 ขาก็ก้าวไปไม่รอด หรือจะเดินแต่ขาเดียวก็ไปไม่ได้ เมื่อขาขวาหยุด ขาซ้ายก็ต้องก้าว เมื่อขาซ้ายหยุด ขาขวาก็ต้องก้าว ต้องหยุดขาหนึ่งก้าวขาหนึ่ง จึงจะมีกำลัง เพราะกำลังอยู่กับขาข้างที่หยุด ขาที่ก้าวไปนั้นไม่มีกำลังดอก ต้องหยุดเสียก่อนข้างหนึ่งแล้วก้าวไปข้างหนึ่ง จึงจะช่วยประคับประคองกันได้ มิฉะนั้นก็ไม่มีหลัก ต้องล้มกลิ้ง ไม่เชื่อใครลองเดินพร้อม ๆ กัน ทีละ 2 ขาดูบ้างซิว่าจะไปได้ตลอดไหม? ฉนั้นใด สมณะ วิปัสสนา ก็ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน ดำเนินปฏิบัติเช่นเดียวกัน ต้องทำใจหยุดให้เป็น สมณะ เสียก่อน แล้วจึงก้าวไปพิจารณาเป็น วิปัสสนา อารมณ์ก็เกิดเป็นปัญญา ปล่อยอารมณ์นั้นได้ก็เป็น วิมุตติ การหยุดเป็นเหตุให้ได้กำลัง เกิดวิชา เกิดปัญญา (อัปปนาจิต) รู้ได้ทั้งโลกและธรรมเป็นตัวอริสัจ อริจิต อริปัญญา ก็เข้าสู่โลกุตระธรรม

9. ทำใจให้มันแคบเข้า หดเข้า สั้นเข้า จนเป็นจุดเล็กกลมกลืนอยู่ใน เอกัคคตารมณ์ อย่าทำใจให้มันยื่นยาวออกไปหาสัญญาอารมณ์ภายนอก เพราะของอะไรที่มันยาว ๆ นั้น มันจับกันได้ง่าย ถ้าสั้นหรือกลมแล้วมันก็จับยาก จับไม่ใคร่ติด เหมือนลูกฟุตบอลนั้นมีลักษณะกลมเราจึงจับยาก ฉนั้นใด ใจของเราถ้ามันสั้น แคบเข้าหดเข้า จนกลมเกลี้ยงเหลือณิดเดียวแล้ว ก็เลสมันจะเกาะก็จับไม่ติด ต้องร่วงหลุดไปหมด

10. ทำใจให้มันเต็มด้วยคุณธรรม ไปเกิดชาติหน้าร่างกายมันจะได้เต็มไม่แห้งเหี่ยว ถ้าเราทำใจแห้งด้วยบาปอกุศล ชาติหน้ากายของเราก็จะแห้งไปด้วย ของแห้งคนแห้งนั้นมองดูมันไม่สวยไม่งามดอก ขามบินขามแตกขามมันก็ไม่ได้ราคา จะให้ใครเปล้าเขาก็ก็น้อยอยากได้ ถ้าเป็นคนปากแห้ง หรือจุมูกโหว่ ชาติวัน จะไปอยู่กับใครเขาก็ก้อยมั่งเกียจ จะไปเป็นเพื่อนเป็นฝูงกับใครเขาก็กะอายขายขี้หน้า ไม่อยากมีเพื่อนปากแห้ง จุมูกโหว่ แขนด้วน ฯลฯ เพราะเป็นลักษณะที่ไม่เจริญตาแก่ใคร จงดูคนที่จุมูกโหว่ ปากแห้งบ้างชีว่า สวยงามที่ตรงไหน คนปากแห้งหุบปากไม่พูดเลย เขาก็ก้มเห็นพื้นเกือบหมดทั้งปาก คนจุมูกโหว่ก็ยิ่งแลดูน่าเกลียดน่ากลัว คล้ายหัวกระโหลกผี มองเห็นเป็นช่องเกือบทะลุเพดาน ของไม่ดีมันก็ผ่านเข้าไปปบลิวเข้าไปได้ง่าย เพราะมันไม่มีเครื่องกั้น ทำให้เสื่อมเสียคุณภาพและคุณภาพทั้งภายในภายนอก ฯ

11. “คนเต็ม” หรือ “คนจริง ๆ” คือคนที่มีครบ 1 บาท หรือ 4 สิ่ง ได้แก่ผู้ที่รู้จักในอริยสัจ 4 ตั้งแต่โสดา ถึงอรหันต์ แต่พวกเรานั้นบางทีก็ยังไม่ครบถึงบาท บางคนก็มีมากเกินไปถึง 6 สิ่ง คือตัวไม่รู้ก็ว่าตัวรู้ คนเต็มบาทนั้นท่านเรียกว่าคนรักชาติรักตระกูล หมายความว่าพระโสดานั้น ท่านจะเกิดมาเป็นมนุษย์อีกก็เพียง 7 ชาติเท่านั้น แล้วท่านก็ไม่ต้องมาเกิดอีก และก็ไม่ได้ไปเกิดในอบายด้วย เพราะท่านเป็นผู้ที่รักชาติรักสกุลไม่อยากจะไปเกิดเป็นสัตว์เดียรัจฉาน นรก เปรต ท่านจึงต้องพยายามทำดีเพื่อรักษาชาติภพของท่านไว้ ไม่ให้ตกไปสู่ ๓ สกูลต่ำช้าเลวทราม คือเจริญความดีของท่านให้สูงขึ้น ๆ ขึ้นไป จนถึงเทวดา อินทร์ พรหม กระทั่งถึงอรหันต์เป็นที่สุด นี่จึงเรียกว่าท่านเป็นคนรักชาติรักสกุล ไม่ทำลายชาติภพของตนให้ตกต่ำไปกว่าเดิม ฯ

12. ขึ้นชื่อว่าเรื่องของ “โลก” แล้ว จะเป็นของดีหรือไม่ดีก็เป็นทุกขทั้งนั้น เช่นเรามีเงินอยู่ 1 บาท เราก็กินทุกขเพียงหนึ่งบาท ถ้าเรามีแสนบาทมันก็มีทุกขทั้งแสนบาท เพราะเงินเป็นของหนัก ถ้าเป็นเงินเหรียญบาทจริง ๆ อย่างเมื่อก่อนนี้ เราลองเอามาผูกห้อยไว้ที่คอ ดูมันจะหนักจนลูกไม่ขึ้นเลย นี่แหละเรื่องของโลกจึงเป็นของหนัก ส่วนเรื่องของธรรมนั้นเป็นของเบา ไม่ต้องแบกต้องหามต้องหิ้วต้องห่อ มีแต่ ปลอดภัย ปลอดภัย แล้วก็ปลอดภัย จึงเป็นเรื่องที่เบาใจ เมื่อมีแต่เรื่องเบาใจแล้วก็ทำให้เราเบาใจ สบาย ปลอดภัย ปลอดภัย มีแต่ความสุข เรื่องของโลกเป็นของหนักใจ เมื่อหนักใจแล้วมันก็ยกไม่ขึ้น เหตุนี้จึงต้องจมอยู่กับโลก ฯ

13. “เย็นใจ” กับ “ใจเย็น” มีความหมายคนละอย่างไม่เหมือนกัน “ใจเย็น” คือใจที่เฉื่อยชา สิ่งที่ทำให้แล้วเร็วกลับไม่ทำ อย่างนี้เป็นต้น เป็นเหตุให้เสียงานเสียการและเสียเวลา ส่วน “เย็นใจ” นั้น เป็นความสบายสุขุม เยือกเย็นในดวงจิต ไม่มีทุกข์ร้อนวุ่นวายมาเจือปน “เย็นใจ” นั้น แม้ทางโลกเขาก็ต้องการ ยิ่งทางธรรมยิ่งต้องการมาก เพราะของเย็นเป็นยารักษาโรค และถอนพิษร้อนต่าง ๆ ให้บรรเทาเบาบางลงได้ ฯ

14. พุดสั้น ๆ ไม่ต้องคิด คือภาวนาแต่ “พุทโธ” นี่แหละดี พุดยาวนักมักต้องคิดกันมาก ลำบาก พุดสั้น ๆ สองคำมันฟังง่าย เข้าใจง่าย ถ้าเป็นการเดินทาง ระยะสั้น มันก็ถึงเร็ว อื่นอะไรที่ยาว ๆ แล้วมันมักคิดได้ ไม่ตรงเสมอไป เช่นแม่น้ำหรือลำคลอง ถ้ามันมีสายยาว มันก็มักคิดไปคดมามาก เมื่อคดแล้วก็ทำให้ดิ่งฟังง่าย ใช่แต่ดิ่งจะฟังเท่านั้น ยังลูกกลมฟังเข้าไปถึงบ้านเรือน เรือกสวน ไร่นา ที่อยู่ในบริเวณใกล้เคียงอีก เหมือนคนใจยาวที่ลอยแลบไปโน่นไปนี่ คดไปทางนั้น คดมาทางนี้ ไม่ต้องเที่ยงอยู่ในปัจจุบัน ก็ยอมทำลายคุณความดีของตนให้พังทลายและก่อความเสียหายไปถึงบุคคลผู้อื่นด้วย ฯ

15. จงพากันขุดค้น “ของดี” ในตัวเราด้วยความพากเพียรพยายาม ต้องมีความอดทนไม่เห็นแก่ความยากลำบาก ในการที่เรามานั่งทำสมาธิเจริญเมตตาภาวนากันอยู่นี้ ก็เท่ากับเรากำลังขุดค้นของดี ธรรมชาติของดีนั้นก็มักอยู่ลึก ไม่ไช่อยู่ตื้น ๆ เหมือนหน่อไม้ยังลึกอยู่ใต้ดินมากเท่าไร ก็ยิ่งอ่อนยิ่งหวานชวนรับประทาน ดันผักหญ้าบางชนิดขึ้นมาอยู่เหนือพื้นดินเพียงคืบเดียวเท่านั้น ก็แก่แข็งจนเคี้ยวไม่ไหวเลย ฉะนั้น พุทธบริษัทผู้ต้องการขุดค้นของดี ๆ ที่มีรสเลิศในดวงจิต พบของดีที่ปรารถนา ฯ

16. ใจที่เป็น “เอกัคคตารมณ์” นั้นแหละ คือ ตัว “อริยทรัพย์” ถ้าลูกหลานใครได้ อริยทรัพย์ พ่อแม่ก็จะนั่งยิ้มสบายใจ เราทุกคนนับว่าเป็นลูกบุญธรรมของพระพุทธเจ้าโดยการปฏิบัติ ถ้าพระองค์ยังทรงพระชนม์อยู่และทรงทราบว่าลูกคนไหนถูกลอตเตอรี่รางวัลที่ 1 สัก 4-5 ครั้ง ท่านคงยิ้มแป้นทีเดียว ลอตเตอรี่รางวัลที่ 1 นี่ก็คือจิตที่เป็นเอกัคคตารมณ์ การเจริญสมาธินี้เปรียบเหมือนรามาทำการค้าขาย ถ้าใครมีความเพียรอดทน และซื่อสัตย์สุจริตต่อตนเอง ไม่ค้าของปลอม การค้าของผู้นั้นก็ย่อมเจริญได้กำไรมาก หมายถึงการเพียรทำสมาธิจนจิตเที่ยงตรงแน่วแน่เป็น “อัปปนาสมาธิ” แล้ว นั่นแหละคือ “อริยทรัพย์” เปรียบเหมือนเราเป็นพ่อ แม่ หรือ ปู่ ย่า ตา ยาย ถ้าได้เห็นลูกหลานของตนร่ำรวยตั้งห้างร้านใหญ่โต หรือมีเรือกสวนไร่นาหลายร้อยไร่ เราก็นั่งยิ้มได้สบายใจ และก็เบาอกเบาใจ ไม่ต้องห่วงว่าเขาจะทุกข์ยากลำบาก เพราะทรัพย์ก้อนนั้นกินจนตายก็ไม่หมด ฉะนั้นถ้าเราอยากร่ำรวยก็จงทำจิตเป็น “อัปปนาสมาธิ” จะได้เป็นที่พอใจและเบาใจของ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย หรือถ้าเราเป็นพ่อแม่ ฯลฯ เขา เมื่อมีสมบัติร่ำรวยเป็นเศรษฐี ลูกหลานก็จะพากันอุ่นใจว่า พ่อแม่ปู่ย่าตายายของเรา ท่านคงจะไม่ทอดทิ้งเรา คงจะอุดหนุนเอื้อเฟื้อเจือจานให้เราเป็นสุขได้ คือหมายความว่า เมื่อเรามีคุณธรรมในใจเต็มที่แล้ว เราก็จะได้แนะนำสั่งสอน ตักเตือน ให้ลูกหลานของเราเป็นคนดีด้วยคนรายนั้นไปอยู่กับใคร ใครก็ต้องชอบและยินดีต้อนรับ เพราะเป็นคนที่ไม่เบียดเบียนใคร คนจนเข้าใกล้ใครก็มีแต่ขอหยิบขอยืม ไม่เอื้อเฟื้อเจือจานใคร ถ้าขอไม่ให้ก็โกรธด่าว่าเป็นพาลใส่อีก นี่เปรียบกับคนที่ไม่มีธรรมะเข้าใกล้ใครก็เดือดร้อน ไม่มีใครอยากคบ ฯ

21 กรกฎาคม 2502

1. อย่าพากันประมาท ให้รู้สึกตัวว่าพวกเรากำลังถูกขับไล่ออกจากโลกอยู่ทุกวัน ๆ คือ ความแก่ มันก็กำเริบ ความเจ็บ มันก็ค้ำราม ความตาย มันก็เข้ามาถาม อย่ามัวไปคลุกคลีติดโม่งอยู่กับพวกกองกิเลส จงคลุกคลีอยู่กับพุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณจนจิตใจเป็นสัมมาสมาธิ เราจะได้ไม่หวาดหวั่นต่อภัยของโลก

2. “การทำทาน” เปรียบเหมือนเราใส่ปุ๋ยที่โคนต้นไม้ ให้งอกงาม (คือบุญกุศลของเรา) แต่การใส่ปุ๋ยนี้ก็ต้องรู้จักใส่จึงจะเป็นคุณ คือ อย่าใส่ให้มากเกินไปหรือน้อยเกินไป ต้องใส่ให้แต่พอดี ๆ ถ้าใส่มากเกินไปก็จะกลายเป็นโทษแก่ต้นไม้ เพราะต้นไม้บางชนิด เช่น ต้นข้าว หรือต้นกล้วย ซึ่งเป็นต้นไม้อ่อน ๆ ไม่มีแก่น ถ้าไปใส่ปุ๋ยมาก ๆ เข้าก็ตายเลย ถ้าเป็นต้นไม้ใหญ่ที่มีแก่น เช่น ต้นสัก ต้นตะแบก ต้นประดู่ ต้นมะม่วง หรือต้นลำไย ฯลฯ อย่างนี้ ยิ่งใส่ปุ๋ยมากก็ยิ่งงาม ปุ๋ยนั้นก็กลายเป็นแก่น เป็นกระพี้ เป็นใบ เป็นดอก และเป็นผลของมัน ถ้าเป็นต้นไม้อ่อน ๆ ที่ไม่มีแก่น ใส่ปุ๋ยมากมันก็จะเปื่อยเน่าตายหมด เพราะเชื้ออยู่ในปุ๋ยมาก ๆ แล้วมันก็มา ฉ่นไต่ ก็เปรียบเหมือน “ทาน” ปัจจัย 4 ที่ทายกทายิกานำไปทำบุญถวายพระเจ้าพระสงฆ์ พระบางองค์ ไม่ทรงคุณธรรมมีแต่ความโลภ เมื่อได้ลาภสักการะมาก ๆ ก็เลยเพลิดเพลินติดหลง เมาจมอยู่ในลาภสักการะนั้น ๆ จนเป็นเหตุให้ประพฤติดนเสื่อมเสียไม่งดงาม ไม่สมกับเพศสมณะ นี่ก็เหมือนกับ ปุ๋ย “ขี้” ที่เจ็กตักไปรดผักกาดมาก ๆ นั้น มันก็กระเด็นและเหาะขึ้นมาเปื้อนติดค้างอยู่ตามก้าน ตามใบ ทำให้ผักนั้นเน่าสกปรกเสียหาย นี่ก็เพราะใส่ปุ๋ยมากเกินไป และนำไปใส่กับต้นไม้อ่อน ๆ ที่ไม่มีแก่น จึงกลายเป็นโทษไป ถ้านำไปถวายพระที่ท่านทรงคุณธรรม ท่านไม่โลภไม่หลง รู้จักพิจารณาใช้ให้เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่ตนและศาสนา เช่น มีมากก็เหลือใช้ ก็นำไปแจกจ่าย เจือจานองค์อื่น ๆ ที่มีลาภน้อยให้ทั่วถึงกัน หรือมีเงินมาก ก็นำไปซ่อมแซมกุฏิวิหาร หรือก่อสร้าง โรงเรียน ศาลา ให้เป็นถาวรวัตถุ ก็จะเป็นประโยชน์แก่พระศาสนา นี่ได้แก่การใส่ปุ๋ยให้แก่ ต้นไม้ที่มีแก่น สมมติว่าเป็นต้นลำไย มันก็จะงอกงามสาขา มีดอกเต็มต้น เมื่อมีดอกแล้วเราก็ก่อขัง เลี้ยงรักษาให้ดี คอยระวังกำจัดตัวบุ้ง ตัวด้วง ตัวหนอน และแมลงหวี่ แมลงผึ้ง ไม่ให้มา กินดอกกินใบ ถ้าดอกมันร่วงเสียแล้ว ผลก็ย่อมจะเกิดขึ้นไม่ได้ “ทาน” เปรียบเหมือนใส่ปุ๋ย “ศีล” เปรียบเหมือนรดน้ำต้นไม้ ตกแต่งกิ่งใบและลำต้นให้งดงาม ส่วน “ภาวนา” เปรียบ

เหมือนยอดของต้นไม้ที่จะเกิดดอกออกผลให้เรากิน (คือ ตัวบุญกุศลที่เราต้องการ) ตัวบุง ตัวง หนอน ก็คือ ความโลภ โกรธ หลง แผลงหัวหรือแผลงสิ่ง 5 ตัว ก็ได้แก่ นิวรณ์ 5 ต้องคอยระวังอย่าให้มันมารุมตอมดอกกล้วยของเรา ควรขับไล่ไปด้วยการภาวนา “พุทโธ” ให้มีแต่ “วิตกวิจารณ์” จนเหลือแต่ดอกบุญ คือ “ปิติ สุข” เมื่อดอกบุญนี้แก่จัด ๆ เข้า กลีบก็ร่วงหลุดไป กลายเป็นผลเล็ก ๆ ขึ้นมาแทน คือ เอกัคคตารมณ์ ต่อไปนี้เราก็ค่อย ๆ นำชะลอมมาปกปิดไว้ เพื่อกันตัวนก หนู ค้างคาว ที่มันจะมาลักกินในเวลากลางคืน “ชะลอม” ก็ได้แก่ การสำรวมกาย วาจา ใจให้ดี ถ้าพวกนกหนูหรือค้างคาวมันจะได้หรือบินขึ้นมากิน ก็ต้องโดนชะลอมหัวโนเลย คือ คนที่มันอิจฉา เพราะเห็นว่าเราดี พวก “ค้างคาว” นั่นก็คือ พวกที่มองแต่โทษคนอื่น และใส่ร้ายป้ายสีให้เสียหาย เช่น เราไม่รัก มันก็หาว่าเรารัก เราไม่หลง มันก็หาว่าเราหลง ฯลฯ แต่ “นินทาภาเลเหมือนเทน้ำ” สุนัขหอนเห่าไม่เอาจริง สุนัขนิ่งให้ระวัง เราก็ไม่ต้องยึดถือคำของมัน ทำความดีให้มันพองแก่จัด กล้วยอ่อนของเรานั้นก็จะโตขึ้น ๆ จนเปลี่ยนจากรสฝาดมากลายเป็นรสเปรี้ยว พอเปรี้ยวหายไปก็กลายเป็นรสหวานหอมชวนรับประทาน คือ “ปิติ สุข” หายไปจนเหลือแต่ “เอกัคคตารมณ์” เมื่อเรารับประทานผลจนอิ่มแล้ว เราก็แกะชะลอมอื่น ๆ ตัดลูกมันทั้งพวงนำติดมือไปฝากลูกฝากหลาน ฝากญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้านใกล้เคียงสู่กันกินบ้าง ไม่ต้องขาย คือ มีคุณธรรมแล้วก็พูดให้เขาฟัง โดยไม่ต้องการลาภสักการะ ใครจะใส่ก็ถ่มหรือไม่ใส่ก็พูดได้ แต่อย่าไปตั้งขายหาบเร่ตามริมถนน จะโดนเขาจับ คือ อย่าไปสอนคนที่กะกะพาลเถร ไม่รู้จักคุณค่าของศีลธรรมและศาสนา มันจะเป็นภัยและไม่ได้ประโยชน์ ถ้าจะขายก็เดินตรงเข้าไปในตลาดใหญ่ ๆ ให้คนเขาซื้อไปกิน เมื่อกินแล้วมีรสดีเขาติดใจ เขาก็จะนำเมล็ดของมันไปเพาะไปปลูก เกิดเป็นพืชพันธุ์มีชื่อต่อไป อย่างทุเรียน “อิกบ” นั้น ใครก็ชอบกิน รสของมันก็ดี หนามก็แหลม รูปก็สวย เนื้อก็เหลือง กลิ่นก็หอมชวนรับประทาน จนเขาเล่าว่ามีคนติดใจถึงกับพูดว่า “อยากกินกบ ๆ” ฉนั้นใด พวกเราทำความดีแล้ว ก็นำไปฝากลูกหลานบ้าง ถึงเราตายแล้ว เขาก็ยังระลึกถึงความดีของเรา เหตุนี้ ควรขยายความดีให้คนทั้งหลาย ประโยชน์ที่ได้จากผลบุญอันนี้ก็คือ 1. ทำความดีให้แก่ตัวเราเอง 2. เยียวยาพระศาสนาให้ถาวร และ 3. แผ่ความดีไปให้คนอื่นทั้งหลายด้วย เมื่อเราแจกจ่ายให้ปันกันทั่ว ๆ ไปแล้ว ความเบียดเบียนตึงเครียด ครอบงำพันกัน มันก็ไม่เกิดขึ้นได้ โลกก็จะมีความสงบสันติสุขร่มเย็นทั่วกัน

3. เราปลูกต้นกล้วยหรือต้นข้าว ก็ควรเก็บยอดกิน อย่างงูไปเอาดีกับพื้นดิน มันจะจมอยู่กับดิน เหมือนชาวสวนที่ป่วนเปียนอยู่แต่ในสวน ได้ต้นทุเรียน บางทีทุเรียนมันหล่นลงมาใส่หัว หลบไม่ทันก็เลยหัวเจาะเลย

4. “ค้างคาว” มันฉลาด เทียวออกหากินในเวลากลางคืน เพราะมันรู้ว่าคนเขานอนกันหมด ก็ไม่มีใครจะมาคอยทำร้ายมัน ฉนั้นเราก็จงพากันมาเป็น “ค้างคาว” เสียบ้าง เอากลางคืนมาเป็นกลางวัน ทำสติให้ตื่นอยู่เสมอตลอดเวลา

5. คืนวันพระขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ซึ่งเป็นวันกลางของพิธีเข้าพรรษา วัดเราได้มีการสวดมนต์ เวียนเทียน ฟังเทศน์ และเจริญสมาธิภาวนา ทั้งพระเถร อุบาสกอุบาสิกา ชรวาส ญาติโยม ต่างก็ได้มีศรัทธาพร้อมเพรียงกัน ถวายปฏิบัติบูชา ด้วยการถืออิริยาบถ 3 คือ ไม่มีการหลับนอน ตลอดครึ่งเป็นส่วนใหญ่ เมื่อ 5 น. ของวันใหม่ผ่านเข้ามาแล้ว “ท่านพ่อลี” ได้ประทานพรแก่พวกเราว่า

“ชนะแล้ว ชนะแล้ว เราชนะ “รูป” คือ ไม่ได้นอน ชนะ “นาม” คือ นิเวศน์ไม่ครอบงำใจ ต่อไปนี้ก็จะพากันร่มเย็นเป็นสุขทุกคน” รวมความว่า เราชนะทั้งกายใจของเราด้วยสัจจะที่ถวายบูชาต่อ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ในวันนี้ เพื่อเป็นการฉลองวันเกิดแห่งพระอริยสงฆ์ฯ

อริยสัจตัวจริง

พ.ศ.2502

1. คำตรัสของพระพุทธเจ้ามีอยู่ 2 วาทะ คือ คำสั่ง และ คำสอน รวมเรียกว่าพระธรรมวินัย
2. ปฏิเวธธรรม คือธรรมที่เย็นสะอาด ผ่องใส และไม่เกิด แก่ เจ็บ ตาย เมื่อใครมากกระทำในปริยัติธรรม แบะ ปฏิบัติธรรม ให้จริงจังแล้ว ก็เกิดปฏิเวธธรรมโดยไม่ต้องสงสัย ปฏิเวธธรรมเป็นปัจจุตัตที่รู้ได้เฉพาะตัว
3. กายในกาย เป็นตัวที่ไปเกิดในนรกสวรรค์ เป็นกายละเอียดคือ กายทิพย์ กายนอก เป็นกายหยาบ อายุก็สั้น เวณาก็มาก ต้องอาศัยเกิดในครรภ์ เป็นคนบ้างสัตว์บ้าง ส่วนกายในไม่เกิดในครรภ์ ไปเป็นอุปบัติก็เกิดขึ้นก็เป็นตัวโต ๆ เลย
4. เมื่อดวงจิตถูกความดีดึงดูดมาก กายทิพย์มันก็ติดไปด้วย กายนอกก็สูญเสีย อายุยืนไม่ค่อยเสื่อม และไม่ใครมีโรคภัยเบียดเบียน ได้แก่ผู้ที่ไปเกิดในสุคติพรหมโลก
5. ยังมีกายอีกชนิดหนึ่งซ่อนอยู่ในกายทิพย์ ละเอียดมาก ไม่มีความเจ็บปวด ไม่กินก็ไม่หิว ดากแดดหรือนอนดินกายก็ไม่กำเริบ ได้แก่พวกที่เจริญสมาธิมีเดชอำนาจ เป็นกายของพรหม และอริยะซึ่งอยู่ในสุทธาวาส เดินในมหาสมุทรก็ไม่เปียก เดินในไฟก็ไม่ร้อน บางทีก็ไปนั่งสมาธิอยู่ในกองเพลิง หรือดวงอาทิตย์และในท้องมหาสมุทร อย่างพระมหาเถรอุบลุด ที่เขามาสร้างเป็นพระบัวเข็ม ท่านเข้าไปอยู่ในมหาสมุทรถึง 3 เดือนเต็ม เดินผ่านเข้าไปในภูเขาก็ได้ เป็นกายสิทธิ์ กายทิพย์ กายอย่างนี้เป็นกายไม่เกิดแก่เจ็บตาย ขยายโตก็ได้ หดให้เล็กก็ได้ เนรมิตเดินเข้าไปในช่องหินแตกก็ได้ นิภาให้ใหญ่โตก็ได้ ผิดธรรมดาสามัญ เช่นอย่างพระพุทธเจ้าเนรมิตพระกายให้สูงตั้ง 8-16 ศอก บางทีก็ทำรูปร่างให้เหมือนพระสาวก บางทีก็เหมือนสามเณรน้อย ทำได้ต่าง ๆ ด้วยอำนาจของกายทิพย์

6. กำหนด อานาปานสติ อย่างเดียวรู้หมดทั้ง 4 อย่าง เรียกว่า 4 ใน 1 คือลมเป็นกาย เวณาก็อยู่ในกาย จิตก็อยู่ในกาย ธรรมก็อยู่ในจิต ภายในก็มี 4 อย่าง เมื่อพิจารณากายนอก ก็เป็นกายในชั้นที่ 1-2-3-4 นี้แหละ จึงจะเป็นวิปัสสนากรรมฐาน

7. ธาตุลม บอกลักษณะไม่ได้เพราะไม่เป็นก้อนเหมือนธาตุดิน ซึ่งเป็นโอฬาริกรูป

8. กาย เวทนา จิต ธรรม มีอาการอย่างละ 3 คือตั้งอยู่ เสื่อม และดับไป เหมือนลูกคลื่นในท้องทะเล ธาตุทั้ง 4 ก็กำหนดให้เห็นชัด เพราะธาตุดินก็เป็นความรู้สึก ธาตุลมก็เป็นความรู้สึก ธาตุไฟก็เป็นความรู้สึก และธาตุน้ำก็เป็นความรู้สึก เมื่อกำหนดกายก็ให้มันโดน เวทนา จิต ธรรม ด้วย

9. อิทธิบาท 4 เปรียบเหมือนสัตว์ 4 เท้า คือ ข้าง ม้า โค กระบือ อูฐ ซึ่งมีความอดทนสามารถเดินข้ามทะเลทรายไปได้ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นปการธรรม เปรียบเหมือนตัวสัตว์ จันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เป็นเท้า 4 เท้า เป็นอุปถัมภ์ หรืออุปการธรรม ฉันทะ พุทธบริษัท ต้องการกำไรในสินค้าของตนที่จะนำข้ามทะเลทรายไปขาย ก็จงทำข้อปฏิบัติเหล่านี้เถิด

10. พระธรรม 84,000 พระธรรมชั้นนั้น จัดลงมารวมกันเป็นศีลชั้นนี้ หมวดหนึ่ง กล่าวโดยประเภทก็มีความสูงต่ำผิด ๆ กัน คือปกติศีล มัชฌิมศีล และมหาศีล (ศีลปารมี สีลอุปปารมี และศีลปรมตูปปารมี) สมาธิก็มีความสูงต่ำผิดกัน คือ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ ส่วนสัมมาสมาธิก็เป็นตัวอื่นอย่างหนึ่ง

11. อันใดจะเกิดขึ้นซึ่งปัญญา จงพากันแสวงหา คือสุตมยปัญญา สดับฟังสิ่งที่ควรฟัง จินตามยปัญญา เมื่อฟังแล้วไตร่ตรองเสียก่อน อย่าเพิ่งปฏิเสธหรือเชื่อทีเดียว ภาวณมยปัญญา ได้เห็นได้ฟังพิสูจน์แล้วทำตาม นี่เป็นปัญญาปรมาตมามี ได้แก่ตัววิปัสสนาญาณ คือรู้ว่า สิ่งใด เป็นทุกข์ควรแก้ก็แก้ สิ่งใดไม่ควรแก้ก็ไม่แก้ คนรานั้นโง่ สิ่งใดไม่ควรแก้ก็ไปแก้มัน มันก็เป็นไป ไม่ได้ เพราะความทุกข์นั้น อย่างหนึ่งเป็นแต่ควรกำหนดรู้เฉย ๆ ไม่ควรแก้ไข เหมือนนาฬิกาเกิดสนิม ควรขัดก็ขัด ถ้าขึ้นไปรี้อเข้าเลยเสียเงินไม่ได้ ถ้าเราเห็นสภาพความเป็นจริงก็ต้องปล่อยไป คือถ้าเห็นอันใดควรแก้ก็แก้ อันใดไม่ควรแก้ก็ไม่แก้ เราก็จะสบายใจ คนโง่ก็เปรียบเหมือนนายแก่ ที่ก่อไฟตั้งหม้อข้าว พอข้าวสุกแล้วแกก็กิน กินแล้วก็มานั่งสูบบุหรี่ เอาบุหรี่ไปจ่อกับถ่านไฟ ไฟก็เลยไหม้ปากเข้า แกก็เกลียดไฟว่า มันมาไหม้ปากกู เลยเอาไม้ขีดไฟมาวางแล้วก็หาน้ำมาราด เพื่อจะไม่ให้มีไฟในบ้านของตน นี่ก็เหมือนคนที่โง่เขลาเบาปัญญา พอวันหลังจะหาไฟหุงข้าวก็ไม่ มี กลางคืนจะต้องการแสงสว่างก็ต้องไปรบกวนคนอื่น ขอคนโน้นคนนี้ แต่แกก็ยังเกลียดไฟอยู่ คนเราต้องรู้จักใช้ รู้จักประมาณ ไฟนั้นถ้าก่อให้น้อย ๆ ตั้งหม้อข้าวกว่าจะสุกก็ 3 ชั่วโมง

คือ ไฟไม่พอกับอาหาร คนเราก็เหมือนกัน เห็นความทุกข์ว่าไม่ดีก็แก้ หลับตาแก้ปัญหาไปเหมือนคนตาบอด แก้เท่าไรก็ไม่สำเร็จ

12. คนมีปัญหาที่ย่อมจะมากำหนดว่าความทุกข์นั้นมี 2 อย่าง 1) ทุกข์กาย คือสภาวะทุกข์ 2) ทุกข์ใจ คือ กิเลสทุกข์ เกิดมาแล้วก็ต้องมีชรา พยาธิ มรณะ บุคคลใดจะไปหาอะไรมาแก้ แก้ ก็แก้กันไปจนงอม แก้เจ็บก็เหมือนคนแก้ไม้ขีดไฟเอาน้ำมาราด ทุกข์ก็ต้องมาถึงตน คนเราบางทีก็แก้พอดี บางทีก็แก้ไม่พอดี เช่นรอดสะพานหักตัวเดียวไปรื้อถึงหลังคม อย่างนี้เป็นต้น พยาธินั้นคนทั้งหลายก็ย่อมมีกันทุกคน คือโรคที่เกิดทางอวัยวะน้อยใหญ่ในร่างกาย แก่ตายหายมัน ก็ไปเกิดทางหู ทางจมูก หน้า หลัง แขน ขา มือ เท้า ฯลฯ แล้วมันก็เล่นเข้าไปถึงภายใน เหมือนคนจับปลาไหล ยิ่งจับมันก็ยิ่งลื่นไปทางโน้นทางนี้ ก็แก้กันไปจนตาย โรคบางอย่างแก้ก็หายไม่แก้ก็หาย ถ้าแก้มันหายก็กินยาเสีย ถ้าแก้ไม่แก้ก็หาย เราจะไปกินมันทำไม นี่เรียกว่าคนมีปัญหา

13. คนโง่นั้น ทุกข์อันใดควรแก้ไม่ควรแก้ก็ไม่รู้ จึงเป็นเหตุให้เสียเวลา เสียทรัพย์โดยเปล่าประโยชน์ ส่วนคนฉลาดนั้นเห็นอันใดควรแก้ก็แก้ด้วยปัญญาของตน ความทุกข์ก็จะหายไป โรคทั้งหลายย่อมเกิดจากความไม่สมบูรณ์แห่งธาตุเป็นสมุฏฐานอย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งเรียกกันว่า กรรมสมุฏฐานเป็นโรคกรรมเวร ถ้าโรคใดเกิดด้วยธาตุ ก็ควรแก้ด้วยปัจจัยธาตุทั้งสี่ ถ้าเกิดด้วยกรรมสมุฏฐานก็ต้องแก้ด้วยทิพยโอสถ คือความทุกข์ที่เกิดจากทางใจ จะนำอาหารหรือยาไปแก้ไขให้หายไม่ได้ ต้องรักษาด้วยพุทธโอสถ (คือธรรมะ) ใครรู้จักแก้อย่างนี้เรียกว่า “ปริญญะยันติ” (คือรู้จักกำหนดรู้ในทุกข์)

14. อีกอย่างหนึ่งก็คือเห็นว่า ชรา พยาธิ มรณะนี้เป็นเงาของทุกข์ ไม่ใช่ตัวของทุกข์ที่แท้จริง คนโง่ไม่มีปัญญาก็ไปทำลายเงาของมันให้หาย ก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ยาก ทั้งนี้ก็เพราะคนทั้งหลายนั้นไม่รู้จักเงาและตัวทุกข์ ว่าเกิดจากอะไร ดวงจิตของเราต่างหากเป็นตัวทุกข์ แก่ เจ็บ ตาย นั่นคือเงา หรืออาการของมัน ซึ่งแสดงออกให้ปรากฏทางกาย ถ้าเราต้องการฆ่าข้าศึกแล้วเอามิดไปฟันเงา ข้าศึกจะตายได้อย่างไร ฉะนั้น คนโง่ทั้งหลายก็จะไปทำลายเงาของทุกข์ มันก็ย่อมไม่หาย ส่วนความทุกข์ในดวงใจไม่แก้ไข ความไม่รู้รู้อันนี้ก็ใช่อริชาตตัวหนึ่ง

15. อีกอย่างหนึ่ง เงาก็ดี ตัวจริงก็ดี ย่อมเกิดจากตัณหา คือคนไปหาทรัพย์มาได้มาก โจรก็มาปล้นก็จะไปสังหารโจร ไม่เห็นความชั่วของตัวเอง เห็นแต่ของคนอื่น ก็เราไปชนของมากองในบ้านจนเต็มอย่างนี้ โจรมันก็ต้องมาปล้น เปรียบเหมือนคนได้รับทุกข์ก็ไปรังเกียจทุกข์ แต่ไม่พากันแก้ไข ทุกข์อันนี้มันเกิดจากตัณหาสาม จึงควรพากันสังหารกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหาเสีย ใครมาทำลายกามตัณหาเสียได้ก็จะไม่เกิดในอบาย 4 มนุषย์ 5 และสวรรค์ 6 ฆ่าภวตัณหา

ได้ก็ไปเกิดในพรหมโลก ฆ่าวิภวตัณหา ก็เจริญรูปมาน คืออากาศอันญายตนะ ฯลฯ ดวงจิต
 ของผู้นั้นก็จะฉายเงาไปเกิดในอรุปรพพรหม ตัณหาตัวจริงมันสำเร็จอยู่ในดวงใจของเรา ควรทราบ
 ด้วยสติปัญญาของเราเอง พิจารณาให้เห็นแล้วเราก็ตราบว่า ดวงใจอย่างนี้เป็นกามตัณหา
 อย่างนี้เป็นภวตัณหา และอย่างนี้เป็นวิภวตัณหา คนมีปัญญาก็จะรู้ว่ามียูที่ใจทั้งอย่างละเอียด
 อย่างกลาง และอย่างหยาบ เหมือนคนอยู่ใน 3 วัยคือ ปฐมวัย มัชฌิมวัย และปัจฉิมวัย ปฐมวัย
 คือ กามตัณหา พอ กามตัณหาเกิดในดวงจิตก็ไหวตัว เคลื่อนไปเป็นภวตัณหา แล้วไปเป็นวิภวตัณหา
 แล้วก็ยื่นคอออกไปส่ายหาอารมณ์ เป็นสัมผัสเวสี นำมาซึ่งความทุกข์คือเราชอบรูป เสียง กลิ่น
 รส ฯลฯ นั้น ๆ ก็พากันยึดในสิ่งเหล่านั้นก็กลายเป็นทุกข์ ฉะนั้นอย่าวิตกไปในรูป เสียง ฯลฯ
 อันเป็นเหตุให้เกิด โลก โกรธ หลง (กามตัณหา) ทำให้ใจไหว แล้วก็ปิดสัญญาไปเป็นภวตัณหา
 ใจก็ยังไม่วายไหวไม่หยุดไหว เป็นวิภวตัณหา เมื่อมีปัญญาก็ควรทำลายตัณหาเหล่านี้เสียด้วย
 อนุโลมิกญาณ คือรู้ว่า กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหาดับไปแล้วใจมีความสุขแค่ไหน นี้
 เรียกว่ารู้จักนิโรธธรรม อันใดเป็นมรรค สมุทัย ก็รู้ คนโง่ไปขึ้นเงารถ นั้นแหละมันจะบึ้งมอม
 แดก เหมือนคนไม่รู้เงาстилก็เอาเงามาขี่ กายกรรม วาจกรรม เป็นเงาของстил стилจริง ๆ อยู่ที่ใจ
 คือใจปกติเป็นตัวстил ตัวสมาริก็คือความตั้งใจมันอยู่ในอารมณ์อันเดียว ไม่มีสัญญาใด ๆ เข้ามา
 แทรก สมาริกาย วาจา ตา หู จมูก ลิ้น สบนั้นเป็นเพียงเงา คือกายหนึ่ง ปากปิดไม่สนทนา
 ปราศรัย จมูกไม่สนใจกลิ่น ตาหลับไม่สนใจรูป ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น ถ้าจิตตั้งมั่นเป็นอัปปนาจิต
 แม้ยืนเดินนั่งนอนก็ไม่หวั่นไหว นั่นแหละเป็นตัวจริงของสมาริ ถ้าจิตอบรมเป็นอัปปนาสมาริแล้ว
 ปัญญาก็จักเกิดเองโดยไม่ต้องแสวงหา เหมือนกับมิดดาบของจักรพรรดิ ถ้าชักออกมา ก็คมวาว
 เมื่อไม่ใช้ก็เก็บใส่ฝัก เหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า “มโนปุพพกุมา ธมมา มโนเสฏฐา มโนเมยา”
 ใจเป็นของวิเศษสูงสุด ใจเป็นที่ตั้งแห่งธรรม อย่างนี้เรียกว่าคนรู้จักในทุกข์ สมุทัย นิโร
 ธมรรค นี่เป็นปัญญาคันธ์ สมาริคันธ์ стилันธ์ ใครทำได้ก็จะถึง วิมุติธรรมคือพระนิพพาน
 เมื่อใครมาทำปริยัติธรรม ปฏิบัติธรรม ให้มีในตน ก็จะเกิดปฏิเวธธรรม โดยไม่ต้องสงสัย
 ท่านจึงว่าเป็นสันทิฏฐิโก อกาลิโก ให้ผลไม่มีกาล จงพากันเจริญทุกเวลาฯ

วัดโคศคาราม, พ.ศ.2502

1. คนกิเลสหนาสอนง่ายกว่าคนกิเลสเบา เพราะมันเป็นแผ่นหนา กระเพาะง่าย ถ้าเปลือกบางมันปอกยาก (คือถือว่าตัวดีเสียแล้ว ก็ไม่ค่อยจะยอมละ)

2. ปลุกบ้านเรือนนั้นปลุกง่าย แต่ปลุกคนนั้น ปลุกยาก (คือทำคนให้เป็นคนดี)

3. ธรรมะ คือสภาพที่ทรงไว้ซึ่งความจริงของตัวมัน

4. ถ้าสมมติของเราเสื่อมหรือแข็งกระด้างไป เพราะจิตไม่มึนงานทำ ก็ให้พยายามทำใหม่ หมั่นเจริญไว้เสมอ อย่าทิ้ง เมื่อภัยสำคัญเกิดขึ้น คือเจ็บหนัก หรือพบพวกโจรภัย อัคคีภัย เจ็บสาหัส หรือมรณะมาถึงชีวิต เราจะได้หวนระลึกถึงสมมติที่เคยทำ สมมตินั้นจะได้ตั้งองเงรมาช่วยเรา บางทีอาจได้อิทธิฤทธิ์ บุญฤทธิ์เลยก็ได้ ฉะนั้นจึงอย่าปล่อยให้เวลาผ่านไปเปล่า เช่นเราทิ้งไป 2-3 ปี พอจะตายก็นึกบ๊วยช่วยได้ทันที ควรต่อเวลาให้ยาว ท่านจึงเรียกว่าไม่เสียกาล อีกอย่างหนึ่งตัวเราเองก็ไม่เสียคุณภาพ ของวิทยาศาสตร์นั้นดีฉาบฉวย ก็ย่อมไม่มีคุณภาพเช่นเดียวกัน (ตอนนี้ท่านพ่อได้เล่าเรื่องฤาษี ที่แลเห็นนางสนมของพระราชที่สวยมากจนตนเสียตปะ ภายหลังพระราช ซึ่งเป็นเพื่อนรักกันนั้นมาเตือนให้ฤาษีเจริญสมมติใหม่ โดยให้กำหนดนึกถึงฉานที่ตัวเคยทำมาแล้ว จึงแก้จิตของฤาษีนั้นให้กลับมามีสติเดิมได้)

5. ขณิกสมมติ เปรียบเสมือนบ้านที่มุงด้วยจากหรือใบไม้ เสาก็คือเสาไม้ยาง ขณิกสมมติไม่ใช่ฉาน อุปจารสมมติ สำเร็จรูปฉาน 4 เปรียบเหมือนบ้านที่มุงด้วยหลังคากระเบื้อง พื้นไม้กระดาน ฝาไม้กระดาน และเสาก็คือเสาไม้ตั้งรั้ง ย่อมแน่นหนาทนทานกว่ากัน อัปปนาสมมติ เปรียบเสมือนตึกคอนกรีต ไม่มีโยกคลอนหวั่นไหว เราจะเป็นคนนอก คือเอกายนมรรค มีเครื่องหมายคือ พุทโธ มีอารมณ์เหนียวแน่นเป็นเอกัคคตารมณ์ เปรียบเหมือนแรนอนเตียงคนเดียว นั่งเก้าอี้คนเดียว ไม่มีใครมาแย่งนอนแย่งนั่ง อยู่ในห้องคนเดียวไม่มีใครมาจู้จี้จ้น เมื่ออยู่ในห้องคนเดียวแล้ว เราก็ยอมสบาย จะแก้ผ้าก็ได้ จะทำมารยาทก็ได้ ไม่ดีก็ได้ ไม่มีใครว่า ดวงจิตซึ่งมีฉานเป็นเครื่องอยู่จึงสบาย วิตก วิจารณ์ให้มันหนักเข้าไปอีก ปิติสุข ก็มากขึ้น เหมือนเราทำงานหนักเงินก็ได้มาก บ่อลึกก็ได้ น้ำมาก จนละวิตกได้ไม่ต้องคิดนึก ละวิจารณ์ไม่ต้องตรวจเหตุของผล

มีแต่สุขท่าเดียว นี่เป็นเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน กายก็อึดเต็ม ธาตุทั้ง 4 คือดิน น้ำ ลม ไฟก็เต็ม เป็น ปริบูรณ์ ปริสุทฺธ มั่นก็ไม่ต้องการธาตุ 4 อีก (ปิติ) ดวงจิตนั้นบริบูรณ์ไม่มีอะไรบกพร่อง ไม่มีอะไรเสียหาย ดวงจิตแช่ในปิตินาน ๆ ก็เหมือนของที่แช่ในสิ่งใดนาน ๆ ก็ย่อมอึดในสิ่งนั้น ปิติ เป็นเหตุผิวนาน ปิตินี้ถ้าไหวตัวก็ไม่มีสุข เหมือนนั่งเรือโคลงก็อยากขึ้นบก เมื่อปิติทั่วมันก็วาง เหลือแต่สุขกับเอกัคคตารมณ์ เมื่อดวงจิตแช่อยู่ในสุขนานจนเต็มแล้ว มันก็วางวางเป็นอุเบกขา เมื่อจิตว่างมาก ๆ มันก็โล่งเบา จิตที่แช่อยู่ในอุเบกขามากเข้า ๆ ก็เกิดแสงสว่างเกิดแสง เมื่อแสงมากเข้าก็เกิดสัมผัส เกิดตาทิพย์ หูทิพย์ อยากเห็นก็เปิดตาขึ้น ไม่ต้องการก็หลับเสีย หูไม่อยากจะฟังก็ปิด อยากฟังก็เปิดขึ้น คือเมื่อไม่อยากจะเห็น ถึงลืมตาใสแจ้วก็ไม่เห็น เมื่ออยากจะเห็น ถึงหลับตาอยู่ก็แลเห็น ถ้าไม่อยากจะฟัง มีคนมาพูดกรอกหูเข้าไปในหูก็ไม่ได้ยิน เหตุนี้จึงสบายใจ เพราะอารมณ์ทั้งหลายอยู่ในอำนาจจิตทุกอย่าง หูทิพย์ ตาทิพย์นั้น ได้ยินได้ฟังแต่ของดี (คือถึงจะฟังเรื่องไม่ดีก็สบาย) คาหูที่ไม่ดีนั้น คือมีก็สักแต่ว่ามี ฟังก็สักแต่ว่าฟัง บางทีคนพูดไม่ได้ยิน เสียงหมาเห่าได้ยิน ตาทิพย์หูทิพย์นี้ได้จากจตุตถฌาน มโนมยิทธิ บังคับกายจิตได้ เช่นบังคับฝูงโจรให้เป็นคนดี และเจโตปริยญาณ รู้วาระจิต เหล่านี้เป็นวิชาของคนเอก คือ อนาคตา พระอนาคานั้นเป็นคนเอก หูทิพย์ก็เอก ชายก็เอก เป็นวีรบุรุษวีรสตรี ได้อยู่ในห้องใหญ่โตมาก คือ โลกุตตระ มีแผ่นดินเป็นพื้น มีฟ้าเป็นหลังคา มีพระอาทิตย์พระจันทร์เป็นไฟทิพย์สว่างไสวทั้งกลางวันและกลางคืน แล้วก็มีจักรแก้วหรือยานแก้ว เหมือนจรวดที่ไปยังโลกพระอังคาร จักรหรือยานตัวที่ 1 ได้แก่ โสดา ก็ท่องเที่ยวไปในมนุษยโลก จักรตัวที่ 2 สกิทา ก็ท่องเที่ยวไปในเทวโลก จักรตัวที่ 3 อนาคา ก็ท่องเที่ยวไปในพรหมโลก จักรตัวที่ 4 อรหันต์ ก็จะไปพ้นจากโลกเข้าสู่พระนิพพานเลย นี่เรียกว่า จักรแก้ว คืออริยสัจ 4

6. จักรแก้ว เปรียบเหมือนกับฟันแทะของเราเองที่ใช้บดเคี้ยวอะไร ๆ ได้ทุกอย่างทั้งอาหารอ่อนและแข็ง ไม่เหมือนกับฟันวิทยาศาสตร์ ถ้าเคี้ยวของแข็ง ๆ บางทีก็บิ่นหักใช้การไม่ได้

คติพจน์

1. แก่นจันทน์ถูกฟันโค่น ยังไม่พ่นกลิ่นหอมหวล
ทำรูปลุปผิวกาย คนทั้งหลายย่อมนิยม
ลำอ้อยถูกหีบแล้ว มิได้ทิ้งรสของตน
นักปราชญ์ผู้ปรีชา ภาวนาสรางความดี
2. พุทฺโธหรือธรรมะ สมบัติพระคือคุณธรรม
3. พระสงฆ์ผู้ทรงคุณ เป็นนาบุญของญาติโยม
นาดีได้บุญหลาย นาขี้ร้ายไม่มีผล
4. ยาเบื่อและของเมา พิษงูเห่าฆ่าคนเขลาให้ฉิบหาย นักปราชญ์ผู้ปรีชาผสมยาให้คน
กินสิ้นโรคา เกิดแล้วคือศรัทธา ย่อมไปหาแสงบุญ
5. ความนิ่งทึงนินทา ไม่คิดหาเครื่องตอบแทน
6. สุนัขชอบหอมเท้าไม่เอาจริง สุนัขนิ่งชอบเอาจริง ควรระวัง
7. ดีชั่วออกจากใคร ย่อมกลับไปหาเขาเอง
8. ให้ทุกข์แก่ท่าน ทุกข์นั้นจะถึงตัว
9. บัณฑิตคบถึงโจร ทำเขาพ้นเป็นคนดี (องคุลิมาล)
10. ตนดื้ออย่าถือตัว ทำคนชั่วให้เหมือนตน
11. จริงกาย จริงวาจา แสวงหาแต่ความดี
12. สัจจะและขันติ สร้างความดีด้วยเมตตา
13. เวลาเขาให้เราใจ อย่าทำโตเป็นคนฉลาด (คือเขาไม่สนใจคำพูดของเรา)
เวลาเขาให้เป็นนักปราชญ์ เราย่านั่งอมปาก (เขาต้องการและสนใจในเราควรพูด)
14. กลองปี่จาช นักปราชญ์ดี คนเขาไม่ตี เสียงดังเอง (ชอบพูดแต่คำที่คนเขาไม่ชอบฟัง)

โดยพระสุทธจริตรมรังสีฯ

วัดอโศการาม สมุทรปราการ

สิงหาคม 2502

18 สิงหาคม 2502

1. คนสบายใจนั้น จะกินข้าวกับน้ำพริกหรือผักต้มจิ้มน้ำปลา ก็มีความสุข คนไม่สบายใจ ถึงกินข้าวจานละ 50 บาท ก็ไม่มีความสุข เพราะใจมันจน (อริยทรัพย์) ๕

2. ใจที่แช่อยู่ในกองกิเลส เปรียบเหมือนไม้สดที่ชุ่มไปด้วยยาง ย่อมมีความหนักมากกว่าไม้แห้ง และเมื่อเผาไฟก็เป็นเขม่าดำมาก คือเมื่อใจกระทบเชื้ออะไรเข้า ยางนั้นก็ร้อนเดือดพล่านเป็นพิษร้ายออกมาปรากฏอยู่ภายนอก ยางนี้แหละเป็นตัวที่จะทำให้ดินไม้ นั้น แตกกิ่งก้านงอกออกเป็นพืชพันธุ์ ถ้าเราตัดกิ่งหรือตอนไปปลูกลงในดิน มันก็จะเกิดเป็นต้นเป็นแขนงใหญ่โตต่อไป บางทีตัดออกจนเหลือแต่ตอ มันก็ยังแตกผุดออกมาได้ แต่ถ้าเราตัดกิ่งไม้แห้ง ๆ ไปปักดินหรือปลูกลงในกระถาง มันก็จะไม่งอกขึ้นมาเป็นต้นได้อีกเป็นอันขาด ฉะนั้น ใจดวงจิตของคนเราถ้าอมไว้ซึ่งกิเลส มันก็ย่อมจะก่อชาติก่อภพกันเรื่อยไป เพราะยางในเนื้อไม้ยังมีอยู่ การที่จะกำจัดกิเลสให้แห้งได้ ก็ต้องใช้ “ตะปะ” คือ ความเพียรเพ่ง ซึ่งเป็นเครื่องเผาเผากิเลสให้เร่าร้อน เมื่อร้อนมาก ๆ มันก็จะค่อย ๆ แห้งไป ๆ จนหมดเชื้อคือยางนั้น จิตของเรา ก็จะเบาสบาย เหมือนไม้แห้งซึ่งหมดยางแล้วฉะนั้น ๕

3. จิตที่ขาดความอิสระอย่างเดียว ย่อมทำอะไรไม่สำเร็จ (คือใจตกเป็นทาสของกิเลส) ๕

4. พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า ถ้าในโลกไม่มีการแจกจ่ายให้ปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ให้ทั่วถึงแล้ว โลกก็จะรุ่มเย็นเป็นสุขไม่ได้ เช่น คอมมิวนิสต์ที่เกิดขึ้นทุกวันนี้ ก็เนื่องจากการเป็นอยู่ของคนไม่เสมอภาคกัน และไม่มีการเฉลี่ยแบ่งปันกัน ถ้าหากมีการแจกจ่ายให้ปันกันด้วย ทรัพย์ หรือสิ่งของในระหว่างคนมีกับคนยากจนแล้ว การขาดแคลนก็จะไม่เกิดขึ้นได้ คือ บางพวกก็ช่วยเหลือกันด้วยงานด้วยวาตะ และมีเมตตาซึ่งกันและกัน ดังนี้ ความสามัคคีรักใคร่ระหว่างหมู่ก็จักเกิดมีขึ้น คนเราก็จะมีความสุข ๕

5. เมตตา นี้ จำแนกออกไปเป็น 4 อย่าง คือ 1. สงเคราะห์ 2. ช่วยเหลือ 3. บำรุง และ 4. บูชา ตัวอย่าง เช่น บิดามารดาสงเคราะห์เลี้ยงดูบุตรหลานให้มีความสุข บุตรหลาน

ก็ต้องช่วยเหลือรับใช้การงานของท่าน ครูบาอาจารย์สงเคราะห์สั่งสอนศิษย์ ๆ ก็เชื่อฟังปฏิบัติรับใช้ครูบาอาจารย์ ผู้ใหญ่สงเคราะห์ผู้น้อย ๆ ก็ช่วยเหลือผู้ใหญ่ ราษฎรบำรุงชาติบ้านเมืองด้วยการเสียภาษี และทำตนให้เป็นพลเมืองดี บ้านเมืองก็ให้ความยุติธรรมแก่ราษฎร ชาวบ้านถวายปัจจัยสี่แก่พระเจ้าพระสงฆ์ ก็เป็นการบำรุงศาสนา และบูชาคุณพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ๕

6. ถ้ามีการเมตตาต่อกันและกันทั่วหมู่บ้าน สังคม และประเทศแล้ว โลกก็จะร่มเย็นเป็นสุข เพราะภัยทั้งหลายย่อมเกิดจากความจน เช่น โจรภัยก็เกิดจากการอึดอัดขาดแคลน อัดคักยก็เกิดจากความยากจน เช่น พวกกรรมกรไม่มีงานทำ เขาก็คิดเผาตีกรรมให้วอดวายแล้วจะได้มีงานทำใหม่ หรือค้าขายขาดทุนมากเข้าก็เผาร้านเพื่อเอาประกันภัยไปตั้งตัวใหม่ ดังนี้ เป็นต้น ๕

7. เมตตา เป็นเครื่องค้ำจุนโลก ข้อนี้นี้เป็นความจริงที่สุด และเมื่อความจริงในใจอย่างนี้เชื่อมสามัคคีกันจริง ๆ ก็จะช่วยเหลือกันได้จริง เพราะทำอะไรทำจริงย่อมได้ผลจริง เหมือนคนที่ เป็นพ่อแม่เขา ถ้าทำตัวให้สมกับที่เป็นพ่อแม่เขาจริง ๆ ก็ย่อมช่วยเหลือลูกได้จริง และสมควรเป็นที่พึ่งที่เคารพของลูกได้ ผู้ที่เป็นลูกจริง ๆ ก็ต้องเชื่อฟังคำของพ่อแม่ จึงจะตั้งตัวได้ จะเป็นครูอาจารย์สั่งสอนเขา ก็ต้องเป็นจริง ๆ เขาจึงจะเคารพนับถือ ผู้ที่เป็นศิษย์ก็ต้องตั้งใจศึกษาเล่าเรียน และเคารพเชื่อฟังครูอาจารย์จริง ๆ จึงจะมีความเจริญแก่ตน ๕

8. การบริจาคทรัพย์สร้างโรงเรียน ถนนหนทาง สะพาน บ่อน้ำ ศาลา อาวาส เสนาสนะ ฯลฯ เหล่านี้ ก็เป็นทานมัยกุศลส่วนหนึ่ง การสละกาย วาจา ให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ก็เป็นทานมัยกุศลส่วนหนึ่ง ใครทำได้ก็เป็นของดี เพราะเป็นการแสดงความเมตตาเผื่อแผ่แก่กันและกัน “คนเราอาศัยกันไม่ได้ ไม่ควรตัดกันไม้นั้น” ควรจะต้องใส่บุญคุณให้มันงอกงามนี้เป็นการบำรุง เมื่อเราได้รับความสุขจากคนใด เราก็ต้องไม่ลืมบุญคุณผู้นั้น ต้องทำความดีตอบแทนเขา แม้กายวาจาจะไม่สามารถทำได้ ก็ต้องระลึกด้วยใจ ๕

9. คนมีปัญญานั้น “ทรัพย์โลกีย์” ก็จะกลายเป็น “อริยทรัพย์” และเมื่อพิจารณาตัวทำตัวให้ดีขึ้น ก็เป็น “อริยชน” นี่คือเมตตาธรรมที่จะค้ำจุนโลกและตัวเองให้ก้าวขึ้นสู่ความเจริญ เพราะใจที่ประกอบด้วยเมตตา ย่อมนำมาซึ่งความร่มเย็นเป็นสุข และผู้ที่ได้รับก็มีความเย็นด้วย ถ้าขาดเมตตา ดวงจิตขุนมัวเศร้าหมอง สมาริไม่เกิด ปัญญา ก็ไม่มี ๕

19 สิงหาคม 2502

1. **กรรมะ** ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน มีอยู่ 2 อย่างอย่างหนึ่งพุ่งไป (อนุโลม) อย่างที่ 2 ย้อนกลับ (ปฏิโลม) กรรมบางอย่างต้องปฏิบัติให้เป็นอนุโลมปฏิโลม จึงจะมีความเข้าใจแน่ชัด เหมือนกับเราเดินทางผ่านไปพบอะไรเข้าสิ่งหนึ่ง ซึ่งเรายังไม่รู้แน่ชัดว่าเป็นอะไร ถ้าเราเดิน ทบทวนไปมาหลาย ๆ ครั้ง และใช้ความสังเกตดู เราก็จะหายสงสัยในสิ่งนั้นได้ ฉันทิ การปฏิบัติ กรรมก็ต้องทบทวนไปมาเช่นเดียวกัน จึงจะเกิดความรู้กระจ่างแจ้งในกรรมะนั้น ๆ คือ อย่างอง ไปในแง่เดียว ต้องย้อนกลับมามองทางด้านที่ตรงกันข้ามด้วย ฯ

2. **ชีวิต** มีอยู่ 2 อย่างอย่างหนึ่งเกิดจาก “สังขตธาตุ” เป็นชีวิตที่ไม่คืบหน้า มีแต่ถอยหลัง เช่นคนที่มีอายุ 80-90 ปี เขาเรียกว่าเป็นคนอายุยืน นี่เป็นสมมุติของโลก แต่พูดถึงในทางกรรม แล้ว ก็สู้เด็กไม่ได้ เพราะเด็กมีแต่จะเจริญเติบโต ส่วนคนแก่นั้น ยิ่งมีอายุมาก ๆ เข้า ก็ยิ่ง ถอยหลังกลับไปเป็นเด็ก เช่น คนแก่บางคนเจ็บไข้อยอด ๆ แอด ๆ กินยาอะไร ๆ ก็ไม่หาย ต้องต้มยาของเด็กให้กินจึงจะหายก็มี จะลูกจะนั่ง ก็ต้องมีคนอุ้มคนประคอง จะยืนเดินก็ต้องมีคนจูง มิได้ทำย่น ชีวิตอย่างนี้ยังอยู่ไปนานวันก็ยังเสื่อมลงไปทุกที ท่านจึงเห็นว่าชีวิตเป็นของน้อย เพราะมีแต่เสื่อมไปสิ้นไปทุกเวลาในที่ ดังนั้นท่านจึงเปรียบเทียบว่า “คนแก่อายุยืน สู้เด็กवानชื่น ก็ไม่ได้” เพราะเด็กอาจมีความเจริญต่อไปข้างหน้าได้อีกตั้ง 50-70 ปี เขาจะต้องทำประโยชน์ ให้แก่โลกได้อีกมากมาย ฯ

3. **ชีวิตที่เกิดจาก “สังขตธาตุ”** เปรียบเหมือนน้ำค้างบนใบหญ้า ซึ่งมีแต่จะเหือดแห้งหมด ไปด้วยอำนาจแห่งแสงอาทิตย์ มันก็จะหมดไปพรอมร่อทุกวันคืน ฉันทิ ชีวิตของเราก็มีแต่จะถูก เผายู่ทุกขณะด้วยอำนาจแห่งราคะศินา โทสะศินา และโมหะศินา “ชีวิต” คือ ธาตุก้อนนี้ ที่จะเลย 100 ปีไปนั้นยากนัก เหตุนี้จึงควรมาระลึกถึง “ดวงจิต” ของเรา ซึ่งเป็นตัว “ชีวิต” อีกอย่างหนึ่ง ชีวิตอันนี้เป็นตัวที่ไม่ตาย เพราะดวงจิตอันนี้ย่อมจะเกิด ๆ ต่อไปได้อีกหลายร้อย ชั่วอายุคน มันเป็นของที่เกิดขึ้น และเจริญขึ้นด้วยอำนาจแห่งกรรม และเป็นชีวิตที่มีแก่นสาร ฯ

4. ความเป็นมาของดวงจิตอันนี้มันมาจากไหน? พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า “มาจากวิบาก” และมันจะไปสุตลงตรงไหน? พระองค์ก็ทรงรู้ ดวงจิตนี้ก็มีอยู่ 2 อย่าง คือ 1. ดวงจิตที่เป็นไป ในสังสารวัฏ 2. ดวงจิตที่กลายออกจากสังสารวัฏ คือ บางคราวมันก็เป็นบุญกุศล บางคราวก็ ตกไปในบาปอกุศลเป็นคราว ๆ ส่วนใดที่เป็นบุญ เราก็ควรทำให้เจริญ ส่วนใดที่เป็นบาป เราก็ควรกำจัดเสีย และประการหลังนี้เราจะทำได้ก็ด้วยอาศัยการสละ คือ “จาคะกรรม” ฯ

5. “จาคะ” คำเดียวนี้มีความหมาย 2 อย่าง คือ 1. การวาง 2. การละ แขนงที่เรียกว่า “การวาง” นี้ เป็นแขนงแรก เป็นเครื่องบรรเทาทุกข์ คือ สิ่งใดเป็นวัตถุที่จะทำความเศร้าหมองให้แก่ตน ก็อย่าไปคว้าไว้ ให่วางเสียบ้าง คือ อกุศลจิต เราต้องวางเป็นห้วง ๆ เช่น อภิชฌา และ มิจฉาทิฎฐิ สองแขนงนี้เป็นส่วนอกุศลจิต ถึงจะมีอยู่โดยธรรมชาติ เราถึงไม่ได้ก็ต้องหัดวาง ๆ

6. “อภิชฌา” คือ การเข้าไปหมาย เข้าไปยึดพัสดุดัง ๆ นั้น จะเป็นของเราเองหรือของผู้อื่นก็ตาม ถ้าเราเข้าไปยึดมัน ๆ ก็จะต้องตัวเราเข้าไปตายงอ ก่ออยู่ในนั้นแหละ เพราะธรรมชาติวัตถุในโลก มันย่อมหมุนตัวอยู่ทุกขณะ เช่น ไฟฟ้า ถ้าเราเข้าไปจับสายมันเข้า โดยไม่มีเครื่องป้องกัน ก็จะถูกมันดูดเข้าไป ติดตายไหม้เกรียมอยู่ตรงนั้นเอง เพราะเราเห็นว่าไฟนั้นสว่างสวยดี ก็เข้าไปลูบคลำ มันก็จะช็อตเอาเรา วัตถุทั้งหลายถ้าเราเข้าไปยึดไว้ ความพอใจของเรา ก็จะเข้าไปติดอยู่ตรงนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ถึงเราจะละไม่ได้ก็ตามเกิด แต่ต้องวางเป็นคราว ๆ เหมือนเราเข้าไปหลงทางอยู่ในป่าทึบ เราก็จะได้ออกไปพบทุ่งกว้าง ซึ่งไม่ใหญ่โตอะไรนัก แต่ก็พอจะเป็นที่สบายได้ ๆ

7. แขนงที่ 2 การบำเพ็ญเพื่อ “การละ” ข้อนี้ถ้าเราวางไม่เป็นก็จะเป็นทุกข์อีก ตัวอย่างเช่น เราได้ของสิ่งใดมาถือไว้ในมือ ถ้าเราไม่ยอมปล่อยสิ่งที่ถือไว้ ของดียิ่งกว่านั้นเราก็ไม่มีโอกาสที่จะฉวยเข้ามาไว้ในมือของเราได้ เหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ปลง ให่วาง เมื่อวางแล้วมือของเราก็จะไม่มีเหงื่ออย่างหนึ่ง และอีกอย่างหนึ่งเราอาจหยิบพลิกดูสิ่งนั้นได้ทุกแง่ว่ามันเป็นอะไร เช่นเรากำมิดไว้ในมือเล่มหนึ่ง เราไม่อาจบอกได้ว่ามิดนั้นมีลักษณะเป็นอย่างไร ถ้าเราแบมือออก และวางมิดลง เราก็จะหยิบขึ้นดูได้ถนัดกว่ามิดนั้นทำด้วยเหล็กหรือไม้หรือด้วยยางด้วยเขา เป็นของดีหรือไม่ดี และควรใช้ประโยชน์อันใดได้บ้าง

8. “การวาง” ทำให้เรามีความสว่างเป็นห้วง ๆ เป็นขณะ ๆ เหมือนเราเดินไปพบทุ่งกลางดง ก็มีโอกาสดังที่พูดมา ให้เห็นแสงสว่างของท้องฟ้าอากาศได้บ้าง เราก็จะรู้สึกโล่งอกโล่งใจ หรือมีฉะนั้นก็เปรียบเหมือนเราขึ้นเครื่องบินข้ามมหาสมุทร 15 ชั่วโมง และเผชิญได้ทราบข่าวว่ามีเครื่องบินมาตกที่ตรงเขตนั้น เมื่อ 2-3 วันก่อนมานี้ เราก็จะใจเต้นตื๊ตื๊ตื๊บั่นทันท่ว่า ชีวิตของเราก็ไม่รู้อย่างไร ถ้าเครื่องบินลำของเราเกิดมาเป็นเช่นนั้นบ้าง แต่ถ้าเราเข้าไปใกล้ฝั่ง และได้เห็นเครื่องหมายของสนามบิน เราก็จะมีหวังในชีวิต แต่ก็ยังไม่ถึงขนาด ต่อเมื่อมันร่อนลงสู่สนามบินเมื่อไร นั้นแหละเราจึงจะโล่งใจแน่ว่าปลอดภัย เหตุนี้ท่านจึงสอนให้เราหัดวางเป็นอย่าง ๆ เพื่อความเบาใจ ๆ

9. การวาง” อีกอย่างหนึ่งท่านสอนว่า ถ้าสิ่งใดเป็นสิ่งที่เหลือความสามารถของเราแล้ว ก็ไม่ควรลุกลามไปถึงสิ่งนั้น เช่นเราแก่มีอายุมากแล้ว คิดจะสร้างความสำเร็จให้แก่ทรัพย์ให้ มันคงเป็นปีกแผ่นหนาถาวรใหญ่โตออกไปอีก อันนี้ท่านก็ให้วางทิ้งไม่ควรทำ เพราะมันหมดภาระของชีวิตเสียแล้ว และอีกอย่างหนึ่ง เรื่องใดที่อยู่นอกขอบเขตความคิดนักก็อย่าไปคิดมัน จะทำลายตัวเราเอง ตัวอย่างภิกษุรูปหนึ่งมีความมักใหญ่ใฝ่สูง ต้องการเป็นผู้วิเศษมุ่งเสมอพระพุทธรเจ้า ในที่สุดก็เลยตกอเวจีทั้ง ๆ ที่มีชีวิตอยู่ นี่ก็เพราะความคิดมุ่งแรงเกินไป เลยพลาดตกนรก ภิกษุนี้ก็คือ “พระเทวทัต” ผู้คิดจะแข่งขันเป็นใหญ่กว่าพระพุทธรเจ้านั่นเอง ๕

10. ตัวอย่างอีกเรื่องหนึ่ง พระภิกษุต้องการธรรมวิเศษสูงสุด คือสนใจในพระนิพพาน อย่างเดียว ต้องการแต่จะมีความสุข แต่ไม่สนใจในข้อปฏิบัติธรรมและวินัย มุ่งหน้าแต่จะเอาพระนิพพานทำเดียว โดยไม่เดินให้ถูกหลักถูกทาง อย่างนี้ก็ย่อมไม่มีหวัง และกลายเป็นทุกข์คือ เมื่อไม่สำเร็จแล้วก็เลยสึกออกไปเป็นฆราวาส พอสึกไปก็ไปโดนไฟไหม้เข้าอีก คือไปมีครอบครัว พอมีลูกมาลูกก็กลายเป็นพ่อ มีเมีย ๆ ก็กลายเป็นแม่ เพราะเมื่อตอนที่ตัวเองยังเล็ก ๆ อยู่ นั้น พอจะไปโรงเรียนพ่อแม่ก็ไม่กล้าส่งลูกไปเรียน ด้วยความที่รักและสงสารลูก ตนก็เลยไม่มีวิชาความรู้อะไร ครั้นโตขึ้นก็ไม่ได้เล่าเรียนอีก เพราะมัวแต่ไปบวชจะเอานิพพานเสีย ดังนั้น เมื่อสึกมาแล้วตอนแก่ ก็เลยอยากจรรู้ธรรมะธรรมโม จะไปหาพระให้ท่านแนะนำสั่งสอน และรักษาศีลอุโบสถในวันโกนวันพระบ้าง นางเมียบอกห้ามว่า “อย่าไปเลย ท่านแก่แล้ว จะต้องไปทรมานสังขารร่างกาย อดข้าวอดน้ำลำบาก” อยากไปฟังเทศน์ลูกก็ห้ามว่า “พ่ออย่าไปเลย แก่แล้วตาหูก็ไม่ค่อยดี เดินเหินไม่แข็งแรง จะไปหกล้มเจ็บเนื้อเจ็บตัวเปล่า ๆ” เมื่อความไม่สมหวังเกิดขึ้นเช่นนี้ ก็กลายเป็นความทุกข์ใจเร่าร้อน ไม่มีความสุข เหมือนคนที่ถูกไฟไหม้ จะหาสมบัติอะไรติดตัวไปสักอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ ๕

ธรรมคารวตา

1. การฟังธรรม เป็นการบำรุงส่งเสริมดวงจิตซึ่งเป็นบุญอยู่แล้วให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้น ธรรมะนั้นแทรกซึมอยู่ในโลกทุกแห่ง คือมีอยู่ในธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ และวิญญาณ ธรรมะก็คือธรรมชาติของจริงซึ่งมีอยู่ในตัวเรานี่เอง การที่เราจะรู้จักธรรมะของจริงนั้น ก็ต้องอาศัยการทำจริง 2 ประการ คือ 1. อาศัยการค้นคว้า 2. อาศัยการแยกธาตุให้ได้เนื้อบริสุทธิ์ ๔

2. “ดวงจิต” เรียกว่า “มนุษย์โลก” ถ้าดวงจิตไม่อาศัยในร่างกาย ก็เรียกว่า “อากาศโลก” ถ้าอาศัยกายก็เรียกว่า “ขันธธาตุโลก” ดวงจิตของคนเราที่เป็นไปโดยธรรมชาตินั้น ไม่ใคร่จะเป็นทุกข์หนักเท่าไร แต่ที่มันหนักมากขึ้นนั้น ก็เพราะมนุษย์แก่วิทยาศาสตร์ต้องการจะฝืนธรรมชาติธรรมชาติของโลก คือฝืนสังขารไม่ให้มันแก่ เจ็บ ตาย ฉะนั้นจึงเป็นการลำบาก เข้าหลักที่ว่า “รู้มากยากนาน” ความอยากเจริญก็กลายเป็นเสื่อม เพราะมนุษย์ไม่ต้องการจะเป็นอยู่ตามธรรมดาอย่างหนึ่ง และฝืนธรรมชาติอย่างหนึ่ง ด้วยเหตุ 2 ประการนี้แหละ ความไม่สบาย ความเป็นทุกข์ ความวุ่นวายและความเสียหายจึงเกิดขึ้น ถ้าเราปล่อยให้ร่างกายมันเป็นไปตามธรรมชาติธรรมดาแล้ว ถึงจะมีการแก้ไขบ้างก็พอประมาณ ซึ่งเรียกว่า “มัชฌิมา” คือ อย่าไปคิดว่ามันจะเป็นไปตามใจคิด อย่างนี้เราก็จะไม่ต้องมีทุกข์

3. ถ้าจะเปรียบเทียบคนสมัยนี้กับสมัยโบราณแล้ว ก็เห็นได้ว่าผิดกันไกล คนสมัยโบราณไม่ค่อยจะดิ้นรนกันเท่าไร แต่คนสมัยนี้หาแก่วิทยาศาสตร์มีความเจริญมาก ตัวอยู่โลกนี้แต่ใจอยากจะไปอยู่ในโลกพระอังคาร ส่วนความเป็นไปในร่างกาย ก็พยายามแก้ไขดัดแปลงให้มันเจริญขึ้นทุกอย่าง แต่ความเป็นไปก็ไม่พ้นไปจากหลักธรรมชาติธรรมดา ถ้าเพียงแก้ไขให้บรรเทา ก็พอเป็นไปได้บ้างดอก แต่ก็หนีไม่พ้นไปจากสภาพเก่าได้ ธรรมะทั้งหลายก็อยู่ในตัวเราเช่นนี้แหละ ธรรมชาติธรรมดาซึ่งอยู่ในตัวเรานี่ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเป็นของจริง ถ้าเรารู้หลักของธรรมชาติเรา ก็จะสบาย ถ้าเราหลงไปเราก็ยอมเข้าไปผิดและเป็นทุกข์ เช่นยาฝรั่งบางอย่างซึ่งตัวยาเดิมของมันก็นำไปจากบ้านของเรานี้แหละ แต่เขาไปดัดแปลงกลั่นกรองผสมแต่งเสียใหม่ให้เล่าน่าดูขึ้น บางทีก็ทำเป็นน้ำ บางทีก็ทำเป็นเม็ด แล้วก็ใส่ขวดหรือดิลบสวย ๆ บอกว่ามีวิเศษอย่างนั้น ๆ วิเศษอย่างนั้น ๆ ส่งมาขายในเมืองเรา เราก็พากันแตกตื่นนิยมใช้ไปซื้อเขาด้วยราคาแพง ๆ เพื่อจะให้ร่างกายมันเป็นไปอย่างนั้น ๆ เงินของเราก็เปลี่ยนมือเป็นการเสียเปรียบเขา

4. คนโบราณเขาถือหลักธรรมชาติ เขาไม่ตื่นตื่นวุ่นวายเหมือนคนสมัยนี้ แล้วความเป็นอยู่ของเขาก็ไม่ทุกข์ยากลำบากอย่างไร รูปร่างเขาก็ใหญ่โตแข็งแรง ไม่รุ่มร่าม อายุก็ยืนยาวกว่าพวกเรา คนสมัยนี้ตัวเล็กนิดเดียวบางที่มีลูกตั้งโหล อายุก็ไม่ใคร่จะอยู่กันนานเท่าไร คนโบราณนั้นสุขภาพเขาก็นิดี ไม่ต้องมีโรงพยาบาลและร้านหมอมากมายเหมือนอย่างนี้ เขาก็ไม่ค่อยจะเจ็บป่วย ไม่ค่อยจะตายกัน พันเขาก็มีกันเต็มปากจนตาย ส่วนพวกเราอายุไม่เท่าไร ก็ถอนฟันหมดปากเกลี้ยง แล้วยังหาฟันใหม่สวย ๆ มาใส่ เคี้ยวอะไรก็ไม่ถนัด นัยน์ตาก็กินไปบ้าง ยาวไปบ้าง ต้องไปหาหมอตรวจวัดสายตา หาแว่นสวย ๆ แพง ๆ มาใส่ เด็กบางคนเริ่มตาเสียตั้งแต่คลอดใหม่ ๆ ก็มี โรคภัยไข้เจ็บคนโบราณเขาก็ไม่เป็นกันร้ายแรงน่าหวาดเสียวและทุเรศทุรังอย่างพวกเรา เขาไม่ต้องผ่าตัด เจาะนั่น คว้านนี่ ตัดปอดทิ้ง ตัดไส้ทิ้ง ตัดซี่โครงออก ผ่าโน่น ผูกนี่ ฯลฯ เขาไม่ต้องทุกข์ทรมานอย่างพวกเรา การศึกษาเล่าเรียนก็พออ่านออกเขียนได้ ไม่ได้เรียนเมืองนอกเมืองนาหรือเข้ามหาวิทยาลัย มีปริญญาตรีพ่วงท้ายตั้ง 5 ตัว 6 ตัว แต่เขาก็รู้จักหุงข้าว ต้มแกง รู้จักเลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน แล้วเขาก็อยู่เย็นเป็นสุขกันมา ไม่เห็นมีความเดือดร้อนวุ่นวาย คนสมัยนี้เขาเจริญมาก แต่ชีวิตกลับสั้น สังขารก็ทุรุดโทรม ศีลธรรมต่าง ๆ ก็ห่างเหิน เพราะลืมหูลงเล่ห์หลักธรรมชาติธรรมดามากไป นอกจากนี้ก็ยังมีอีกมาก พระพุทธองค์จึงทรงค้นพบว่า มนุษย์ทั้งหลายมีความวุ่นวาย ไม่อยู่ในหลักของธรรมชาติจึงเป็นทุกข์ เช่นมะม่วง มันก็ต้องเป็นมะม่วง แต่คนสมัยนี้จะให้มันเป็นขนุน มันจะเป็นไปได้อย่างไร สัตว์ก็จะให้มันเป็นคน คนก็จะให้ไปอยู่โลกพระอังคาร เหตุนี้แหละจึงได้พากันวุ่นวายฉิบหาย

5. ธรรมชาติของจริงนั้น คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค 4 อย่างนี้ มีอยู่ในมนุษย์ทุกคนเหมือนกันหมด เปรียบเหมือนทองคำซึ่งเป็นก้อนแร่ชนิดหนึ่ง ใครจะเอาทองคำไปทำเป็นสายสร้อย แหวน ต่างหู หรืออะไร ๆ ก็ตาม แต่มันก็เป็นทองคำโดยธรรมชาติอยู่เช่นนั้น ใครจะดัดแปลงแก้ไขก็ทำไปเถิด มันก็คงจะเป็นอยู่อย่างนั้น ธรรมชาติของร่างกายก็เหมือนกัน ใครจะดัดแปลงประดิษฐ์ประดอยให้วิเศษวิโสอย่างไรก็ตาม มันก็ต้องลงมาเป็นสภาพธรรมดาของมัน คือร่างกายของเรานั้นจะต้องมี ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค คนที่ไม่รู้จักธรรมดาก็เรียกว่า “หลง” คนที่รู้จักก็เรียกว่า “รู้” นักปราชญ์ท่านรู้หลักธรรมชาติธรรมดา ท่านจึงไม่หลงไปตามความวุ่นวาย เปรียบเหมือนของสิ่งหนึ่งที่น้ำหนักเดิมมันมีอยู่ 4 กิโล ถึงเราจะห่ออะไรไปพอกไปเพิ่มให้มันหนักมากขึ้น แต่ผลที่สุดมันก็ต้องหลุดลงมาเหลือ 4 กิโลเท่าเก่า มันจะหนักของเดิมไปไม่ได้

6. ธรรมะนั้นมีอยู่ 2 อย่าง เรียกว่า “ธรรมจักร” และ “วัฏจักร” คือหลักธรรมชาติมีจะต้องหมุนเวียนไปตามธรรมดา ผืนไม้ได้ ความทุกข์ที่เป็นอยู่ในธรรมชาตินั้นไม่วุ่นวายมากเท่าไร เช่นการเจ็บป่วย ถ้าเราจะไปผืนไม้ให้มันเจ็บ หรืออยากให้มันหายเร็ว ๆ บางทีมันกลายเป็นเพิ่มหนักยิ่งขึ้นไปกว่าเก่าอีก ถ้าเรารักษาไปแล้วแต่มันจะหายหรือไม่หาย แล้วสิ่งที่เป็นธรรมชาตินั้นก็จะหายไปเอง ความทุกข์ก็ไม่มาก ความวุ่นวายก็ไม่มี เพราะดวงจิตของเราไม่ดิ้นรนที่จะผืน

ธรรมดา กำลังกายก็แข็งแรงที่จะต่อสู้กับความเจ็บไข้ได้ บางทีโรคที่จะถึงตายก็อาจจะทำให้พ้นตายได้ ถ้าจิตไปตั้งนรณายกให้มันหายแล้วบางทีโรคน้อยอาจกลายเป็นมากจนถึงตายเลยก็ได้ เช่นคนที่ไปถูกแมลงป่องหรือตะขาบกัด เข้าใจว่าตัวถูกงูเห่ากัด ก็ตกใจมากจนใจเสียเลยพาลเป็นมากใหญ่โตไปก็มี โรคบางอย่างที่น่าจะตาย แต่อ่านาจิตใหญ่ก็สามารถทำความทุกขให้หายไปได้ นี่ก็อยู่ในหลักธรรมดา แต่ธรรมดาของจริงที่เป็นไปได้นี้ เราก็ไม่ควรนอนใจ ความนอนใจนั้นแหละ ถ้ามันกลับมาใหม่จะยิ่งร้ายไปกว่าเก่าอีก เพราะธรรมดาของจริงนั้น เราจะทำอะไรมันก็ไม่พ้นไปจากของจริง เมื่อของจริงมีประจำตัวอยู่อย่างนี้ ถึงจะแก้ก็แก้ไปเกิด มันก็ต้องกลับมาเป็นจริงอย่างเก่าอีก ใครจะแก้ได้มันก็จริง แก้ไม่ได้มันก็จริง คือแก้ได้มันก็มาเป็นอีก เช่นเวลาที่เราเจ็บ พอกินยาเข้าไปสบายดี เราก็นึกว่ามันหาย แต่ผู้มีปัญญาเห็นว่าไม่หาย คือมันระงับไปชั่วคราว แล้วมันก็ต้องกลับมาใหม่ เรานึกว่า เราทำให้โรคมันหายได้ แต่โรคมันฉลาดยิ่งกว่าคน เวลามันกลับมาใหม่ มันก็สวมเครื่องแต่งตัวใหม่เหมือนเขาเล่นละคร ถ้าเล่นฉากเดียวคนเบื่อเขาก็ฉลาดพลิกแพลงแบบนี้บ่อยก็เปลี่ยนใหม่ มิฉะนั้นคนดูก็ไม่เสียสตางค์อีก คือมันฉลาดมาเสียคนละทาง ถ้ามาฉากเก่าก็จะไม่ได้รางวัล แรกทีเดียวมันมาทางห้อง คราวนี้มันก็เปลี่ยนมาทางข้างข้าง เราแก้ทางขาพอหายไปมันก็มาฉากใหม่อีก คือขึ้นมาทางตา เราก็แก้ตา พอหายไปมันก็มาทางหู เราก็แก้หูมาทางไหนเราก็แก้มันเรื่อยไป ความฉิบหายก็เกิดเรื่อย มันก็ตีใจว่าเราโง่ มันมาคนเดียวแต่มันใส่เสื้อหลายอย่าง เราก็ไม่รู้ตัวจริงของมัน ชาติ ชรา พยาธิ มรณะ มันฉลาดมากนัก สามารถที่จะผูกคอเราติดแน่นไว้กับมัน หนีไปไหนไม่รอด ถ้าใครไม่ฝึกหัดดวงจิตให้เข้าสู่ธรรมะแล้ว ก็ย่อมจะต้องเข้าใจผิด ถ้าใครได้ฝึกหัดให้รู้ความจริงของธรรมะแล้ว ก็จะเข้าใจถูกในเรื่องของธรรมชาติธรรมดานี้

7. การไม่รู้จักรักความจริง เป็นเหตุให้เกิดความเสียหาย 2 ด้าน ด้านหนึ่งเสียหายฝ่ายโลก คือเสียหายเพราะอันใดจำเป็นและไม่จำเป็นก็ไม่รู้จัก แตกตื่นวุ่นวายเกินกว่าเหตุ ด้านสองเสียหายฝ่ายธรรม คือ ศีล สมาธิ ภavanaเสื่อมหมด มันก่อความเสียหายขึ้นเพราะผู้ไม่มีปัญญา เหตุนี้ท่านจึงสอนให้มีตาในตัว เราจะอยู่ในธรรมก็ต้องรักษาธรรม จะอยู่ในโลกก็ต้องรักษาโลก ผลจึงจะเจริญขึ้นตามเรื่องของมัน ใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เรื่องว่าอันใดจำเป็นอันใดไม่จำเป็น ไม่ช้าก็ความเป็นอยู่ของเราจะเกิดผลในทางโลกและทางธรรมแล้ว เรายังไม่ต้องเสียเวลาและเสียหาย ในทางธรรมก็ไม่เป็นสิ่งขัดข้องในทางปฏิบัติ คือเห็นว่าสิ่งใดเป็นของจริงก็อย่าไปขัดขวาง ปล่อยไปตามสภาพของมัน คือให้รู้ว่าจะจิตนั้นไม่แก่ไม่เจ็บและไม่ตาย แต่ส่วนภavnันนั้นจะต้องแก่ เจ็บ ตาย เป็นของธรรมดาฝึกไม่ได้ เมื่อถึงคราวเจ็บก็ควรรักษาพอเป็นไป ในทางโลกก็จะไม่ร้อน ในทางธรรมก็จะไม่เสื่อม ความทุกขในสิ่งเหล่านี้เกิดจากสมุทัย คือหลงไม่รู้จริง ร่างกายบางครั้งมันก็เปราะบาง คือสงบ แต่มันก็กำเริบได้ มรรคนั้นแก่ เจ็บ ตาย ไม่กำเริบ เป็นอยู่อย่างไรมันไม่เพิ่มทุกข คือไม่เพิ่มขึ้นมา ดวงจิตที่หลงโลกนี้ ท่านเรียกว่า “วัฏจักร” คือไม่รู้มรรค สมุทัย ถ้ารู้แล้วความทุกข์ธรรมชาติก็ไม่เกี่ยวข้อง ก็เลสนั้นอาศัยการสะสมจึงเป็นทุกข์ ไม่ใช่เกิดจากแก่ เจ็บ ตาย

ถ้าเรามีมรรคแล้วความเหงาใจ โศกเศร้าพิโรธรำพัน คับแค้นใจก็ไม่มี เปรียบเหมือนน้ำซึ่งกำลังเป็นคลื่นอยู่ในมหาสมุทร ถ้าเรานำขันไปตักน้ำในทะเลนั้นมาตั้ง มันก็ไม่กระเพื่อม การเป็นคลื่นก็เพราะความหวั่นไหว ถ้าเราไม่ว้ายเวียนมันก็จะไม่เป็นคลื่น เหตุนี้จึงต้องยกจิตใจให้เป็นกรรมฐาน ตั้งเที่ยง มันก็ไม่มีอะไรมาแทรกแซง เกิดความใส คือปัญญาที่มองเห็นความจริง

8. ดวงจิตที่เป็นสมุทัยมันก็หมุนไปหาทุกข์ เป็นมรรคมันก็หมุนไปหาทางสุข ถ้าเราไม่ต้องการความทุกข์ก็อย่าไปอยู่ในสายสมุทัย ทุกข์หัวใจที่มันผิตรมรชาตินั้นคือตัวกิเลสมันเข้ามาแทรกโรคเกิดทางกายแต่มันลามไปถึงหัวใจ เราต้องรู้จักว่าธาตุใดมันตาย ธาตุใดมันไม่ตาย ถ้ากิเลสของเรายังหนาแน่น ความแก่ เจ็บ ตาย มันก็มาก ถ้ากิเลสของเรางด แก่ เจ็บ ตาย มันก็ไม่มาก ฉะนั้นเราจึงควรพากันสร้างธรรมะ คือรู้ความจริงในตน มันเจริญเพียงใดก็เสื่อมได้เพียงนั้น อย่างอนใจ ข้อสำคัญให้ดวงจิตของเราเจริญขึ้น เมื่อสูงถึงขั้นแล้วมันก็ไม่เสื่อม คือสมาธิแก่กล้า ถ้าเจริญมากเครื่องหุ้มห่อคือกิเลสมันก็หลุด เหมือนต้นผลไม้เมื่อดอกบานเต็มที่แล้วกลีบมันก็ร่วงกลายเป็นลูก พอลูกแก่มา ๆ เข้ากั้ม เนื้อหลุดไปเหลือแต่เมล็ดซึ่งเก็บพืชพันธุ์เดิมของมันไว้ทุกอย่างทุกประการ ใจซึ่งเจริญมาก ๆ แล้ว แก่ เจ็บ ตายมันก็หลุด ทุกข์ใจก็หลุด เหลือแต่สมาธิ เมื่อสมาธิแก่ก็จะมีตัวตายตัวไม่ตายมันอยู่ที่ไหน ถ้าเราอยากตายก็ไปอยู่กับพวกตาย ถ้าไม่อยากเกิดก็อย่าไปอยู่กับพวกเกิด ไม่อยากแก่ก็อย่าไปอยู่กับแก่ ไม่อยากเจ็บก็อย่าไปอยู่กับเจ็บ ถ้าเราไม่หนีจากมัน เราก็ต้องไปอยู่กับมัน ถ้าเราหนีจากมันเลย ดวงจิตของเราก็จะเป็นคนไม่แก่ แก่ไม่เป็น ไม่เป็นคนเจ็บ เจ็บไม่เป็น ไม่เป็นคนตาย ตายไม่เป็น ใครทำได้อย่างนี้ก็เรียกว่า เรามีธรรมหมุนไปสู่ความเจริญ มีการเคารพในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเรียกว่า “ธรรม-การวตา”

9. “ธรรมการวตา” ไม่ใช่การกราบไหว้ แต่เป็นการรู้จักกาละเทศะ คือสิ่งใดเป็นไปได้ก็ทำ เป็นไปไม่ได้ก็อย่าไปทำ และอย่าไปแก้มัน “กิเลส” คืออวิชชา ตัณหา อุปาทาน เป็นตัวต่ออย่าให้สิ่งเหล่านี้มาเจือปน ดวงจิตที่เป็นอวิชชา คือไม่รู้จักอดีต อนาคต และปัจจุบัน คนรู้วิชาคือรู้อดีต ใจมันก็ทิ้ง ไม่เอา รู้อนาคต ใจก็ทิ้งไม่เอา ปัจจุบันก็รู้ ไม่หลง ถอนความยึดถือได้ ถ้าเรารู้แต่มันยังหลง ก็ไม่ใช่วิชา เป็น “อวิชชา” เพราะอวิชชานั้นมันก็รู้ แต่มันหลง อย่างนี้แหละจึงเป็นเชื้อแห่งความทุกข์ วิชาที่มัน อติต อนาคต ปัจจุบัน ก็รู้ แต่มันไม่ถ่อง รู้แต่มันนิ่ง เจียบสงบ ไม่ไหวขึ้นไม่ไหวลง มันไม่แทรกแซงกัน อดีตมันก็รู้อยู่ในธรรมชาติธรรมดา อนาคตก็รู้อยู่ในธรรมชาติธรรมดา และปัจจุบันก็รู้อยู่ในธรรมชาติธรรมดา ไม่ต้องไปคิดไปนึก คนคิดนึกนั้นคือคนที่ไม่รู้ ถ้ารู้มันก็ไม่คิดนึก แต่ใจก็รู้อยู่ทั่วถึงอย่างนี้แหละ เรียกว่า “วิชา”

10. ตัวรู้ ทำให้เกิด “วิชา เป็น “มรรค” แล้วเกิดแก่เจ็บตายก็เป็นวิมุติไป ไม่มีสังขาร เมื่อสังขารไม่มี เกิดแก่เจ็บตายก็ไม่มี ตัวอุปาทานนี้มันจับเรามัดไว้กับหลักเหมือนอย่างคนที่ถูกเขา

นำไปฆ่า ไม่มีทางดินหนึ่เลย ข้างหน้าก็ติดตัง ข้างหลังก็ติดบ่วง เจ้าตัวตัณหาที่ได้มาตามสายลวด มาแลบลิ้นปลิ้นตา ทำให้ดวงจิตเป็นห่วงในอดีตในอนาคต ข้างหลังก็แตกออกไป 3 ตัว คือกาม- ตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ข้างหน้าก็แตกออกไปเป็น 3 ตัว คือกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ปัจจุบันก็แตกออกไป 3 ตัวเหมือน ๆ กัน รวมทั้งหมดเป็น 9 ตัว แล้วเราคนเดียวจะสู้มันไหวหรือ ในที่สุดเราก็สู้ไม่ไหว ถ้าใครเจริญสมาธิมีปัญญา ก็จะตัดสายลวดของพญามัจจุราชให้ขาดกระเด็นไปได้ เมื่อจิตเป็นมรรคเกิดขึ้น สัญญาอดีตอนาคตมันก็ดับ เป็นตัว “นิโรธ” ตัณหาอุปาทานก็ไม่มี แล้วความทุกข์มันจะมีมาแต่ไหน คนที่ยังมีกิเลสอยู่ถึงจะมีเงินเดือนวันละ 3 พันบาท ก็ไม่วายตกรอก ถ้าคนไม่มีกิเลส ถึงจะไม่มีอะไรเลยมันก็เป็นสุข มีของกิน มีของเที่ยว มีทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ยากไม่จน ใครคิดได้ถูกต้องอย่างนี้เรียกว่า “ธรรมการวตา” เคารพในธรรม ผู้นั้นก็มีความสุข

11. ผู้ปฏิบัติศีลและธรรม ต้องเป็นผู้ปราบปรามสัญญาโลกและสัญญาธรรม คือกายก็ให้เป็นไปตามโลก ใจก็ให้เป็นไปตามธรรม คน ๆ นั้น ก็จะเจริญทั้งทางโลกและทางธรรม การเคารพต่อสถานที่ ประเทศ หมู่สังคม ตัวเองและคนอื่นก็เป็นการเคารพในวัตถุ การเคารพระเบียบ เป็นไปในสันติภาพซึ่งกันและกัน การเคารพในโอกาสและเวลาเรียกว่า “ปฏิสันถารการวตา” ยังความเจริญให้เป็นไปแก่โลก “ธรรมการวตา” นั้นคือทำความเคารพต่ออารมณ์ทั้งหลาย ซึ่งสัญจรเข้ามาในบ้านของเรา 1. ทาง กายทวาร เราต้องสำรวมระวังในอริยาบถยืนเดินนั่งนอนให้เป็นไปในทางที่ไม่เป็นโทษ 2. วจิตทวาร คือทางปากทวารนี้มันใหญ่มาก ลิ้นเป็นของเล็กแผ่นเดียวแต่มันสำคัญอย่างยิ่ง เพราะพูดวันนี้ ตายแล้วก็ยังดังอยู่ชั่วกัปชั่วกัลป์ กายนันตายแล้วมันก็สูญ ไม่สำคัญเหมือนวจา การจารึกด้วยปากมันยืนยาวมาก ฉะนั้นจึงควรเคารพบูชากราบไหว้ปากของตนให้ดี คือพูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ 3. มโนทวาร คือทางใจ ต้องมีความสำรวมในการคิดนึกสิ่งใดคิดไปเป็นโทษก็อย่าคิด คิดนึกแต่ในทางที่ดีที่ชอบ ทั้ง 3 ประตุนี้นี้เป็นทางซึ่งจะต้องรับอารมณ์ซึ่งเป็นแขกผ่านมา คนใดจะเข้ามาตีมาร้ายเราต้องคอยสนใจดูอย่าพลั้งเผลอ ถ้าเป็นคนดีเขาก็จะนำความสุขความมงคลมาให้เรา ถ้าเป็นคนพาล คนร้าย มันก็จะเข้ามาปล้นฆ่า แย่งชิงทรัพย์สินสมบัติของเราไป ก่อความทุกข์ความเดือดร้อนให้แก่ตัวเรา ส่วนตา หู จมูก คือจักขุทวาร โสตรทวาร และฆานทวาร ซึ่งเปรียบเหมือนกับหน้าต่างอีก 3 ช่อง นี้ก็ต้องระวังรักษาให้ดีเหมือนกัน ต้องคอยเปิดปิดให้ดี คนไม่มีปัญญา ย่อมจะนำโจรมาปล้นฆ่าตัวของตัวเอง สมบัติของปู่ย่าตายายพ่อแม่ และครูบาอาจารย์ที่ท่านให้ไว้ ก็ต้องฉิบหายหมด ได้ชื่อว่าเป็นคนอกตัญญู ไม่รู้จักรักษาทรัพย์ที่ท่านให้ไว้เป็นมรดก บิดามารดาท่านให้สมบัติแก่เราก็คือ ชีวิต เลือดเนื้อ กระดูก ฯลฯ ส่วนครูบาอาจารย์ท่านสั่งสอนแนะนำชุบตัวให้เป็นคนดี ให้มีจิตประกอบด้วยศีลธรรม ก็เป็นมรดกสำคัญก้อนหนึ่ง จงตรวจดูตัวของตัวว่า ใครทำความดีสมกับสมบัติที่ท่านให้แล้วหรือยัง ถ้ากาย วาจา ใจ ของใครเปิดให้ความชั่วไหลเข้ามาในตัวของตัวเอง ชั่วมันก็จะไหลเข้ามาเรื่อย ทำความสีกหรือเสื่อมเสียเจ็บไข้ให้แก่ร่างกายและจิตใจ คนนั้นก็ย่อมจะมีบาปกรรมมาก ไม่รู้จักบุญคุณของท่าน

บางทีเปิดประตูไว้ก็ยังไม่พอ ยังเปิดหน้าต่างไว้อีก จิ้งจก ตุ๊กแก งู แมลงป่อง หรือนก กา ค้างคาวมันก็จะเข้ามาอาศัย และเมื่อมันเข้าไปอยู่นาน ๆ มันก็จะยึดกรรมสิทธิ์ว่าเป็นบ้านของมัน คือกายนั้นมันก็ว่าเป็นของของกู วาจาก็เป็นของกู ใจก็เป็นของกู ตา หู จมูก ก็เป็นของกูทั้งหมด แล้วเราก็ตอมให้มัน มันก็จะเข้ามาขี้น เหยี่ยวไล่ ทำความสกปรกโสโครกเลอะเทอะไว้ให้ ความไม่สำรวมก็ทำสังขารให้ย่อยยับ นี่เป็นการทำลายสมบัติของปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ และครูบาอาจารย์ ที่ท่านให้ไว้ ให้พินาศเสื่อมสูญ พ่อแม่และครูบาอาจารย์นั้น ย่อมไม่ฆ่าลูกหรือลูกศิษย์ของตัวเอง ให้ตายดอก ตายยาก แต่สำหรับคนอื่นนั้นเขาย่อมฆ่าได้ง่ายนัก

12. ฉะนั้น ถ้าคนใดเข้ามาในบ้านของเรา เราต้องไล่เสี่ยงไล่ถามว่ามาทำไม มาตีหรือมา ร้าย ต้องดูหน้าดูตาให้รู้ คือนั่ง นอน ยืน เดิน ต้องมีสติไตร่ตรอง ถ้าสิ่งใดไม่ดีต้องกำจัดสิ่งนั้นไป เสีย ถึงมันจะมาในด้านทรัพย์สินหรือชื่อเสียงก็ไม่เอา ทางวาทะก็เหมือนกัน ถ้าพูดไปมันจะเกิดประโยชน์ก็ควรเปิด ถ้าใดควรพูดก็พูด ถ้าใดไม่ควรพูดก็ไม่พูด ถ้าไม่มีประโยชน์ถึงวิเศษวิโสอย่างไร ก็อย่าพูด ต้องรู้จักต้อนรับกิจการต่าง ๆ ที่จะไหลเข้ามา ความชั่วจงหนี ความดีมาเถิด ส่วนดวงใจ นั้นก็ต้องคอยสำรวมระวัง คิดเรื่องใดที่จะเป็นไปด้วยดี เป็นไปด้วยความสุข ก็ควรคิดเรื่องนั้น สิ่งใดที่จะก่อความยุ่งเหยิงอย่าไปดึงเข้ามา สิ่งใดที่ตนชอบก็กลืนกินเข้าไปทั้งหมด นั้นแหละมันจะตาย เขาเรียกว่าคนไม่รู้ภาษา ภาษา ความเห็นว่ายายนะคือ 1. ความดีที่เราได้อยู่แล้วก็จะเสื่อมเสีย 2. ทางสมบัติที่พ่อแม่ พระพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์ให้ไว้ก็เสื่อม ในทางกาย มีตา หู จมูก ลิ้น สิ่งใดจะเกิดประโยชน์แก่เรา ก็ควรสนใจสิ่งนั้น ความชั่วจงชนออก ความดีจงชนเข้ามา ใครทำเช่นนี้ ก็จะได้ชื่อว่าเป็นผู้ยังเกียรติให้แก่บิดามารดาและครูบาอาจารย์ของตน บ้านของเราก็จะสะอาด ดี นั่งนอนอยู่สบาย ชื่นก เบ็ด ไข้ ก็ไม่มี ถ้าเราไม่มีการปฏิบัติที่สำรวม กายก็เศร้าหมอง วาจา ก็เศร้าหมอง แล้วจิตมันจะอยู่อย่างไรรู้ได้ ก็เหมือนบ้านเรือนที่สกปรกเลอะเทอะนั้นใครจะเดินเข้าไปก็ไม่อยากเดิน เจ้าของเองก็อยู่ไม่ได้ ถ้าใครหมั่นชำระปัดกวาดอยู่เสมอ ก็จะเป็นบ้านที่น่าอยู่ และคนที่เข้ามาก็เป็นคนดี คนดีเข้ามา เขาก็ไม่ทำให้เราเสียหาย อารมณ์เปรียบเหมือนแขกที่เข้ามา ก็ไม่ทำความเสียหายในทางจิต จิตนั้นก็เป็นจิตที่ตีว่าง่าย ให้มันอยู่ที่ไหนก็อยู่ที่นั่น ถ้าแก้ไอได้แต่เพียง แม้จะเป็นหินอ่อนแต่เต็มไปด้วยฝุ่นละอองเลอะเทอะ แขกก็นั่งไม่ได้ และเราเองก็นั่งไม่ลง

13. ใครชำระศีลทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของตนให้ผ่องใส จิตก็จะเป็นสมาธิได้ง่าย ดวงจิตนั้นถึงจะมีกิเลสมาเยี่ยมเป็นครั้งเป็นคราวก็ไม่เป็นไร เพราะเรามีทรัพย์ มีคนใช้ ไจรเข้ามา ก็โยนก้อนเพชรปาหัวมันไป เจ้าพวกแก่ เจ็บ ตาย มาขอทาน ก็โยนให้มันอีก ถ้าใครมันมาปล้นคนจน ได้ทรัพย์ไปไม่พอใจ มันก็จะมาเอาชีวิต ถ้าปล้นเศรษฐกิจ ก็แผ่กุศล คือ อริยทรัพย์ ที่เราสรรสร้างไว้ให้มันไป เจ้ากรรมนายเวรได้รับทรัพย์ คือบุญกุศลเป็นที่พอใจแล้ว มันก็จะหายไป ความดีนั้นถ้ายังไม่พอยังไม่เต็ม ความชั่วมันก็ไหลเข้ามาได้ ถ้ามือ เท้า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเราเต็มไปด้วยความดี ความชั่วมันก็เข้าไม่ถึง เป็นอันพ้นไป ความดีก็มีเสียจนเป็นเศรษฐกิจ

ความชั่วก็มีมากเสียจนไม่ต้องการ ใครพ้นจากความดีความชั่วเสียได้ ผู้นั้นก็เป็นสุขไม่มีภัย เหตุนั้นสาธุชนทั้งหลายจึงควรพากันจดจำ และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติกาย วาจา ใจของตน ให้เป็นผู้มีความเคารพในธรรมดังกล่าวนี้อแล้วนี้ ก็จะถึงซึ่งความสุขได้ตามความปรารถนา

ต่อไปนี้เป็น การอบรมสมาธิภาวนา

1. การ “เข้าที่” นั้น เขาทำอะไรกัน การเข้าที่คือหมายความว่า “ทำใจให้อยู่กับที่ให้อยู่กับตัวของตัว” ไม่ให้ใจไปอยู่กับใคร หรือคิดถึงอะไรอื่นทั้งหมด ถ้าใจไปอยู่เสียข้างนอกตัวแล้ว ก็เปรียบเหมือนกับหม้อแบตเตอรี่ที่ไม่มีไฟ จะใช้การอะไรก็ไม่ได้ ความร้อนก็ไม่มี แสงสว่างก็ไม่ปรากฏ ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้เก็บใจเข้ามาไว้ในตัว

2. ดันไม้ที่มันเหี่ยวแห้งนั้น ก็เพราะมันไม่มีอาหารหรือน้ำจะหล่อเลี้ยง คนเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าจิตใจไม่อยู่กับตัวแล้ว ร่างกายก็ขาดความเจริญ ต้องเหี่ยวแห้งทรุดโทรม เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ในที่สุดก็ต้องล้มตายเพราะโรคนั้น ๆ ดวงจิตของคนเราจึงเปรียบเหมือนกับน้ำที่ซึมซาบอาบเข้า ไปหล่อเลี้ยงร่างกาย ถ้าดวงจิตออกไปอยู่นอกตัว ความสดชื่นอัมเิบ สุขสบายก็ย่อมจะบังเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะดวงใจเป็นของสำคัญที่สุดสำหรับร่างกาย เป็นทรัพย์ที่มีค่าสูงยิ่ง

3. เมื่อดวงใจเป็นทรัพย์ที่มีค่าสูงเช่นนี้ เราก็จะต้องรู้จักรักษาให้ดี คือนำไปฝากไว้กับบุคคลที่ไว้วางใจได้ คือฝากไว้กับ “พระ” พระในที่นี้ไม่ใช่หมายความว่า “พระภายนอก” เพราะพระภายนอกนั้นก็ไม่ใช่ของแน่นอน บางทีก็เป็นพระดี บางทีก็เป็นพระไม่ดี ถ้ามาโกงทรัพย์ของเราไป ก็จะทำให้เกิดการเสียหายอีก “พระ” ในที่นี้เป็น “พระภายใน” คือ พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ ได้แก่การที่เราภาวนาน่าว่า “พุทโธ ๆ” กันอยู่นี้

4. “การภาวนา” คือหมายความว่า เราจะฝากดวงใจของเราไว้กับพระ พระนั้นท่านมีเมตตากรุณาต่อตัวเรา ท่านไม่เบียดเบียนเรา และไม่ทำให้ใครได้รับความทุกข์ ฉะนั้น เราจึงเต็มใจที่จะฝากทรัพย์ คือดวงใจของเราไว้กับท่าน การภาวนา “พุทโธ” นี้ เราต้องนึกถึงท่านจริง ๆ อย่างนี้กองอย่างเล่น ๆ นึกเล่น ๆ นั้นก็คือ นึกสักแต่ว่านึก ไม่ได้ตั้งอกตั้งใจ เราจะต้องตั้งใจนึกให้ “พุทโธ” อยู่กับเรา เราอยู่กับ “พุทโธ” ทุกครั้งที่หายใจเข้าออก อย่างนี้จึงจะเป็นการนึกจริง ๆ เป็นการนึกที่เกิดประโยชน์

5. ประโยชน์ คือการสร้างแก่นสารไว้ในตัวให้ไพศาล หรือหมายถึงผลที่เราได้รับอันเป็นของถาวร ส่วนที่ไม่เป็นประโยชน์ ก็คือผลที่เราได้รับนั้นไม่เป็นของถาวร ที่ว่าเป็นของถาวรนั้น ก็เช่นเรามานั่งภาวนาอยู่นี้ แม้ตายไปแล้วก็ยังบังเกิดผลเป็นความดีต่อไปเบื้องหน้า ส่วนการไม่ภาวนา คือเอาใจไปคิดนึกถึงสิ่งอื่น ๆ นอกตัวนั้น ตายแล้วมันก็สูญ เพราะสิ่งที่เราไปคิดถึงนั้นมันก็ไม่แน่นอน ไม่ใช่ของถาวร มันก็ต้องแปรวนแปร เสื่อมสลายและสูญสิ้นตายไปเหมือนกับตัวเราเหมือนกัน

6. การทำความสงบ หรือทำจิตให้เป็นสมาธินี้ เปรียบเสมือนกับเราอัดไฟไว้ในหม้อเบตเตอร์ ถ้าเรามีไฟอยู่ในหม้อแล้ว จะต้องการใช้ประโยชน์เมื่อใด เวลาใด ก็ใช้ได้ จะไม่ใช้ก็ได้ หม้อของเรา ก็จะเต็มไปด้วยไฟ คือ “ปัญญา” สามารถใช้ประโยชน์ได้ทุกอย่าง เมื่อต้องการใช้ก็ต่อสายใช้ หุงต้มก็ได้ หรือจะใช้แสงสว่างก็มี ถ้าเราอัดไว้เฉย ๆ ไม่ต่อสาย มันก็เป็นไฟเย็นอยู่ในหม้อ ไม่มีอันตรายอย่างใด เหมือนกับไฟฉาย หม้อเบตเตอร์นั้น ถ้ามันอยู่เฉย ๆ เราลองเอามือไปจับดู ก็จะรู้สึกว่าย็น ไม่ร้อนเลย แต่ความจริงมันมีไฟอยู่ในนั้น ถ้าเราต้องการใช้แสงสว่างหรือหุงต้มอาหาร เราก็ต่อสายเข้าแล้วเปิดสวิตช์ ไฟก็จะเดินออกจากหม้อ ทำความสำเร็จให้แก่เราได้ตามความปรารถนา

7. หม้อไฟ “เบตเตอร์” ของเราก็เปรียบได้แก่ดวงจิตที่เป็น “สมาธิ” ถ้าเราต่อสายคือ “อาตาปี” ความเพียรเพ่งเข้าไป เพื่อพิจารณาอย่างกิเลส ไฟคือ “ปัญญา” นั้นก็จะเผากิเลสให้พินาศหมดสิ้นไปได้ เหมือนกับเราหุงต้มอาหารให้สุก อาหารนั้นก็หายจากบูดเน่า กลับกลายเป็นคุณประโยชน์แก่ร่างกาย ฉะนั้น บุคคลผู้มีปัญญาในตนเอง ก็ย่อมขจัดกิเลสทั้งหลายอันจะเป็นโทษเป็นทุกข์ให้แก่จิตใจและร่างกายของตนเองให้สูญสิ้นไปได้ฉนั้น โดยเหตุนี้ ท่านจึงสอนให้พากันเจริญสมาธิ เพื่อสร้างสมปัญญาไว้สำหรับใช้เป็นประโยชน์แก่ตนทั้งชาตินี้และชาติหน้า

วัดโศการาม, 19 สิงหาคม 2502

1. ในการนั่ง สำหรับคนที่มาใหม่ยังไม่เคยทำเลยก็ให้เข้าใจเพียงหลักง่าย ๆ 2 ข้อ ก่อนว่า 1. ระลึกถึงพุทธคุณคือ “พุทโธ” 2. ระลึกถึงตัวเราเอง คือ “โอปนยิโก” น้อมเอาความดีของท่านเข้ามาใส่ในดวงจิตของเรา ได้แก่การมีสติทำให้ตั้งเที่ยงอยู่กับลมหายใจอย่างเดียวไม่ ลืม ไม่เผลอ

2. **ไม่ลืมลม** คือมีสติอยู่กับลมเข้าลมออกทุกเวลา **ไม่เผลอ** คือไม่ไปคิดว่าเอาเรื่องอื่นมา คิด ถึงแม้ใจของเราจะตั้ง แต่ไปคิดถึงเรื่องอื่น ก็ไม่เรียกว่า **สัมมาสมาธิ** สติต้องมีประจำจิตอยู่ในขอบเขตของเรื่องราวที่เรากำลังกระทำอยู่ คือ **ลมหายใจ**

3. อย่ากด อย่าเกร็ง อย่ากลั่นลม ให้หายใจตามสบาย ๆ เหมือนเราวางไข่สดลงใน สำลี อย่าวางอย่างทิ้งอย่างกระแทกหรืออย่างกด ไข่นั้นก็จะไม่บวมไม่แตกและไม่รั่ว กรรณฐานของเราก็จะเป็นไปด้วยดีและถูกต้อง

4. **“ลม”** ก็เป็นอย่างหนึ่ง **“สติ”** ก็เป็นอย่างหนึ่ง และ **“จิต”** ก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง ทั้ง 3 เกสียวนี้นี้ต้องให้รวมเข้าเป็นอันเดียวกันไม่แตกแยก คือ **จิต** ความรู้ก็ต้องอยู่กับการ นึก คือ **สติ** และการนึกก็ต้องอยู่กับเรื่องคือ **ลมหายใจ** จึงจะเรียกว่าเป็นองค์ของภาวนา

5. เมื่อรวม 3 เกสียวให้เป็นเกสียวเดียวกันได้แล้ว ให้สังเกตลมหายใจเข้าออกว่าสบาย หรือไม่สบาย ไปร่งโล่งหรืออึดอัด กว้างหรือแคบ อย่างไรก็ดีเป็นที่สบายก็ให้หายใจอย่างนั้นเรื่อย ไป ถ้าไม่สบายอย่างไหนก็แก้ไขเปลี่ยนแปลงจนเป็นที่สบาย

6. ดวงจิตของคนเรานั้น ถ้ากดจึ้นก็มักจะทะเล้น ถ้าปล่อยวางเกินไปก็จะเลิลง ฉะนั้นจึง ต้องประทับประคองให้พอเหมาะพอดี ข้อสำคัญคือต้องมีสติสัมปชัญญะรอบคอบ ขยับขยายผ่อนปรนให้ทั่วถึง อย่าปล่อยตามใจให้ไหลไปกับอารมณ์ต่าง ๆ

7. สติ เปรียบเหมือนคนตื่น หรือคนเป็น ถ้าใจของเราขาดสติก็เท่ากับไปนอนกับคนตายที่ป่าช้า ซึ่งมีแต่กลิ่นของทรากผีและความหวาดสะดุ้งกลัว ท่านจึงสอนให้มีสติอยู่กับตัวเสมอ ทุกลมหายใจเข้าออก ให้ตัดสัญญาอดีตอนาคตทั้งหมด ไม่ให้นามาคิด เพราะเรื่องเหล่านี้เป็นสิ่งที่หลอกลวง เหมือนกับผีปิศาจ มีแต่จะทำความตกต่ำและสิ้นเปลืองให้แก่ชีวิต ให้ทำความรู้อยู่กับลมหายใจอย่างเดียว เพราะลมเป็นผู้นำแห่งชีวิต และนำไปสู่ความเจริญ

8. สติ เปรียบเหมือนกับสุมุขีเสื้อกั๊กหนึ่งสำหรับฟอกลมหายใจ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว ก็เป็นสุมุขีเสื้อกั๊กหนึ่งสำหรับฟอกดวงจิต ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะประจำลม ประจำจิตอยู่เสมอ กายและจิตของเราก็จะเป็นของสะอาดบริสุทธิ์และมีค่า จะอยู่ในโลกก็สบาย จะตายไปก็ไม่ลำบาก

9. ใจตั้ง แต่ลืมลม และเผลอไปคิดเรื่องอื่นเรียกว่า มิจาสมาริ ใจขาดจากนิรณังบางอย่างเพราะความลืมตัวหรือเผลอหลับ เรียกว่า มิจาวิมุตติ ใจตั้งเที่ยงอยู่กับสติและลมหายใจ จึงจะเรียกว่า สัมมาสมาริ และใจขาดจากนิรณังเพราะความรู้เท่านั้น จึงจะเรียกว่า สัมมาวิมุตติ

10. ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะประจำจิตอยู่เสมอ ความเห็นของเราก็จะตรง สมาริก็จะถูกเหมือนแสงกับแสงพบกัน ก็จะเกิดความสุขสว่างไสวเป็น “ปัญญาปโชโต” ปัญญาในจิตนี้เกิดขึ้นเพียงชนิดเดียว แต่มันสามารถเข้าถึงสัตว์โตๆ ได้ เช่นละอุปาทานขันธ คือ สักกายทิฏฐิ ได้แก่การละรูป ละสัทธัพพัตปราคาส ก็ได้แก่การละเวทนา และละวิกิจจณา ก็ได้แก่การละสัญญา สังขาร และวิญญาน

11. ปัญญา ชนิดนี้ ท่านจึงสอนให้พวกเราพากันสะสมให้มีขึ้นในดวงจิต ได้แก่การบำเพ็ญจิตให้เป็น สัมมาสมาริ แม้เกิดขึ้นเพียงชั่วพริบตาเดียว ก็จักเป็นคุณประโยชน์แก่ตัวเรามากมายเหมือนระเบิดปรมาณู ซึ่งเป็นของเล็กชนิดเดียว แต่มันสามารถทำลายล้างโลกให้วินาศย่อยยับไปได้อย่างน่าสะพึงกลัว คุณของมันมากมาย แต่โทษของมันก็ใหญ่มหันต์

12. ปัญญา ที่เกิดขึ้นในดวงจิตนี้ เป็นปัญญาที่พูดให้กันฟังไม่ได้ คือมันเป็นของน้อยชนิดเดียวไม่มากมายเหมือนปัญญาที่เกิดจากการเรียน การท่อง การจำ การเห็น เพราะฉะนั้นจึงนำมาพูดเล่าให้กันฟังไม่ได้ พระพุทธเจ้าถึงกับทรงประณิดไว้ในสิกขาบทที่เดียว เพราะเหตุนี้พระอรหันต์จึงไม่มีใครรู้จักท่าน เป็นสิ่งที่จะรู้กันได้เฉพาะตนเท่านั้น

มันเกิดจากการขยายลม เมื่อคล่องแคล่วแล้วก็ตรงต่อไปจนถึงลำไส้ กระเพาะอาหาร ลมในท้องตอนหว่านนี้เรียกว่า “กระบังลม” เป็นลมนายด่าน กันกระเพาะกับลำไส้มิให้เบียดเสียดสีกัน เหมือนกับสำลิตที่กันถ้วยแก้วมิให้กระทบกัน ฉะนั้นลักษณะของลมก็มี 3 อย่างคือ ร้อน อุณหภูมิเย็น ที่ร้อนก็คือ เจือธาตุไฟแรงจัดเป็นส่วนสร้างโลหิตดำ ลมอุ่นสร้างโลหิตแดง ลมเย็นสร้างโลหิตขาว ฯ

17. ลมสงบ ใจสบาย เป็นมหากุศล ใจสบาย กายอุ่น เป็น จุลกุศล เมื่อมันเป็นความสบายอยู่ในกายส่วนใด ใจก็จะเข้าไปอยู่ในส่วนนั้น เหมือนคนเคยอ้อมที่ไหน ก็ย่อมจะไปกินที่นั่น เมื่ออ้อมแล้วปิดก็เกิด ความสุขก็จะแซ่ใจอยู่เหมือนเกลือที่แช่ปลาร้า ใจนั้นก็กลายเป็นของดี เกิดความใสสว่างเย็นในร่างกาย มีความรู้ค่อย ๆ เห็นทีละอย่าง สามารถมองเห็นสภาพของกายและจิตของตนได้ ซึ่งเรียกว่า “ระลึกชาติ” สติเป็นตัว “มรรค” เป็นตัว “ปุพเพนิวาสญาณ” เมื่อจิตนี้แก่ขึ้น ๆ ก็จะกลายเป็น “ญาณทัสสนะ” ฯ

18. “ญาณ” เกิดจาก สติ “ทัสสนะ” เกิดจาก สัมปชัญญะ เมื่อความไหวตัวแห่งดวงจิตดับ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหาก็ดับ สุขก็ตามทุกข์ก็ตาม ปล่อยขังมัน ถือเสียว่าเป็นคำพูดที่กล่าวกันเล่น ๆ ส่วนความจริงมันอยู่ในดวงใจ ถ้าจิตยังไหวส่าย ภพชาติก็ยังต้องมืออยู่ กามตัณหาไหวก็เป็นภพหยาบ ภวตัณหาส่ายก็เป็นภพกลาง วิภวตัณหาส่าย จิตก็จะเข้าไปเกาะอยู่ในภพน้อย นี่แหละจึงเรียกรู้อดีต อนาคต และปัจจุบัน เมื่อรู้ชัดแจ้งแล้ว จิตก็เบือนหน้าคลายความยึด เป็น อเสสนิโรธ อวิชานิโรธ และ ชาตินิโรธ เหตุนี้พระพุทธเจ้า ท่านจึงไม่ทรงติดบ้าน ติดคน ติดลูก ติดเมีย และทรัพย์สินศฤงคารบริวารสุขทั้งหลาย ฯ

อบรมสมาธิ

23 สิงหาคม พ.ศ. 2502

(1) จะแนะนำหลักในการนั่งสมาธิ ของท่านผู้มาใหม่ยังไม่เคยทำ พอให้เข้าใจง่าย ๆ ดังนี้

1. ให้ตั้งใจว่าเรื่องราวอะไรทั้งหมด เราจะไม่เก็บมาคิดนึก จะนึกถึงแต่พุทธคุณอย่างเดียว คือ “พุทโธ”

2. ตั้งสติกำหนดนึกถึงลมหายใจเข้าว่า “พุท” ออกว่า “โธ” หรือจะนึก “พุทโธ ๆ” อยู่ที่ใจอย่างเดียวก็ได้

3. ทำจิตให้นิ่ง แล้วทั้งคำภาวนา “พุทโธ” เสีย ให้สังเกตแต่ลมที่หายใจเข้าออกอย่างเดียว เหมือนกับเรายืนเฝ้าดูวัวของเราอยู่ที่หน้าประตูคอก ว่าวัวที่เดินเข้าไปและออกมานั้น มันเป็นวัวสีอะไร สีดำ แดง ขาว ดำง วัวแก่หรือวัวหนุ่ม เป็นลูกวัวหรือวัวกลาง ๆ แต่อย่าไปเดินตามวัวเข้าไปด้วย เพราะมันจะเตะขาแข้งหักหรือขวิดเอาตาย ให้ยืนดูอยู่ตรงหน้าประตูแห่งเดียว หมายความว่า ให้จิตตั้งนิ่งอยู่เฉย ๆ ไม่ต้องเคลื่อนไหวไปกับลม ๆ

(2) ที่ว่าให้สังเกตลักษณะของวัวก็คือให้รู้จักสังเกตว่า ลมเข้าสั้นออกสั้นดี หรือลมเข้ายาวออกยาวดี ลมเข้ายาวออกสั้นดี หรือลมเข้าสั้นออกยาวดี ให้รู้ลักษณะของลมว่าอย่างไรเป็นที่สบาย ก็ทำอย่างนั้นเรื่อยไป ๆ

(3) ต้องทำให้ได้อย่างนี้ทั้ง 3 เปราะ คือ เปราะแรกภาวนา “พุทโธ ๆ” ตั้งใจนึกด้วยสติหรือด้วยใจ เปราะที่ 2 ให้สติอยู่กับลมเข้า “พุท” ลมออก “โธ” ไม่ลืมไม่เผลอ และเปราะที่ 3 จิตนิ่ง ทั้ง “พุทโธ” เสีย สังเกตแต่ลมหายใจเข้าออกอย่างเดียว

(4) เมื่อทำได้เช่นนี้ ใจของเราก็จะนิ่ง ลมก็นิ่งเหมือนชั้นน้ำที่ลอยอยู่ในโอ่ง น้ำก็นิ่ง ชั้นก็นิ่ง เพราะไม่มีใครไปกด ไปเอียง ไปกระแทกมัน ชั้นนั้นก็จะลอยเฉยเป็นปกติอยู่บนพื้นน้ำ เหมือนกับเราขึ้นไปนั่งอยู่บนยอดเขาสูง ๆ หรือขึ้นไปลอยอยู่บนเหินเมฆ ใจของเราก็จะได้รับแต่ความสุขเยือกเย็น นี่ท่านเรียกว่าเป็น “มหากุศล” คือเป็น ยอด, แก่น หรือ รากเง้าของกุศลทั้งหลาย ๆ

(5) ที่ว่าเป็น “รากเง่า” ก็เพราะมันลึกและแน่น คือเป็นความดีส่วนลึกที่อยู่ในดวงจิตของเราซึ่งอยู่ตรงกลางตัว ที่ว่าเป็น “แก่น” ก็เพราะมันเป็นของมัน แข็ง และเหนียว เหมือนกับแก่นไม้ซึ่งมีความเหนียวและมันคง มอดก็ไม่สามารถมาเจาะไชให้ผุได้ ถึงแม้จะมาแตะได้บ้างก็เพียงแค่เปลือกนอกหรือกระพี้เท่านั้น คือนิเวศทั้งหลายจะมารบกวนได้ก็เพียงแค่ภายนอก ภายนอก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เช่นรูปมากระทบตา มันก็อยู่แค่ตาไม่เข้าไปถึงใจ, เสียงมากระทบหู มันก็อยู่แค่หูไม่เข้าไปถึงใจ กลิ่นมากระทบจมูก ก็อยู่แค่จมูก ไม่เข้าไปถึงใจ ฯลฯ จึงเรียกความดีส่วนนี้ว่าเป็น “แก่นบุญ” เพราะความชั่วทั้งหลายไม่สามารถจะมาทำลายจิตใจที่มันคงนี้ให้เสียไปได้ง่าย ๆ เหมือนไม้แก่นที่ตัวมอดไม่อาจกัดกินให้ผุได้ ฉะนั้น

(6) ที่ว่าเป็น “ยอด” นั้นก็คือ คำว่า “ยอด” เป็นของสูงโดยลักษณะอย่างหนึ่ง เช่นยอดเนื่องด้วยการบริจาคก็เรียกว่า **ทานมัถกุศล** บุญซึ่งเนื่องด้วยการสรวมกายวาจาให้เป็นปกติเรียกว่า **ศีลมัถกุศล** และบุญซึ่งเนื่องด้วยการบำเพ็ญจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาดก็เรียกว่า **ภาวนามัถกุศล** ฉะนั้น การภาวนาจึงเป็นยอดของกุศลทั้งสามนี้ และมีคุณภาพสูง คือสามารถที่จะดึงดูดบุญกุศลน้อยใหญ่ ให้เข้ามารวมอยู่ในดวงจิตของเราได้ ๔

(7) เมื่อดวงจิตของเราสงบ บุญต่าง ๆ ก็จะไหลเข้ามารวมอยู่ในดวงจิตของเรา คือความดีแล้วความดีในดวงจิตนั้นก็ขยายตัวออกมาครอบทางกาย กายของเราก็จะหมดจากบาป ออกมาครอบทางวาจา ปากของเราก็จะหมดจากบาป ทางกายกรรมคือตาที่เราเคยสร้างบาปมา ทางหูที่เราเคยสร้างบาปมา และมือที่เราเคยสร้างบาปมา ฯลฯ ความดีที่เกิดจากการภาวนานี้มันจะขยายมาล้างตา มาชำระหู มาล้างมือ กายที่บาปด้วยสัมผัส บุญก็จะขยายมาล้าง ที่นี้กายวาจา ตา หู จมูก ปาก และส่วนอวัยวะน้อยใหญ่ทั้งหลายของเรา ก็จะเป็นของสะอาดหมด ๔

(8) เมื่อเราได้ของสะอาดมากำกับตัวเราเช่นนี้ ก็เรียกว่า **คุณภาพสูง** เหมือนน้ำสูงที่ตกลงมาแต่อากาศย่อมกระจายไปทั่ว ยิ่งสูงเท่าไรก็ยิ่งกระจายออกไปมากเท่านั้น ดวงจิตของเราถ้าสูงด้วยคุณธรรม ความดีทั้งหลายก็ย่อมกระจายไปตามตา หู จมูก ลิ้น กาย กระจายไปตามรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส กระจายไปทางอดีต ทางอนาคต ความดีนั้นก็จะขยายให้เย็นทั่วไปในโลกโลกก็เป็นลำดับ ในการภาวนาจึงมีอันสงส์โดยสัน ๆ อย่างนี้

(9) **บุญ** ซึ่งเป็นของสูงโดยคุณภาพนั้น เปรียบเหมือนน้ำฝนซึ่งตกลงมาแต่เบื้องบนอากาศ ย่อมจะเป็นเครื่องชำระล้างสิ่งโสโครกทั้งหลายในพื้นที่แผ่นดินได้อย่างหนึ่ง และช่วยบำรุงหล่อเลี้ยงพืชพันธุ์ธัญญาหาร ให้มนุษย์ได้พึ่งพาอาศัยอย่างหนึ่ง นอกจากนั้นยังทำให้คนได้รับความ

เย็นชื่นเบิกบานใจด้วย พระพุทธเจ้านั้นท่านได้ทรงโปรยความดีของท่านมาตั้งแต่วันแรกที่ทรงตรัสรู้ตลอดมาจนกระทั่งสองพันห้าร้อยปีล่วงแล้ว ท่านก็ยังทรงโปรยอยู่ ดังที่เราได้รับความร่มเย็นเป็นสุขกันมาทุกวันนี้ พระพุทธเจ้าทรงเป็น **มหาบุรุษ** เป็นบุคคลสูงก็เพราะพระองค์ได้ทรงบำเพ็ญความดีส่วนสูงส่วนยอดอันนี้ ๔

(10) การภาวนานี้ถ้าจะพูดอย่างกำปั้นทุบดินแล้ว ก็เป็น “บุญ” ไปทั้งนั้น แม้จะทำได้มากหรือน้อย หรือไม่ได้อะไรเลยก็เป็นบุญอยู่ในตัว คือเพราะที่ 1. ระลึกได้เสมอเพียงแค่ว่า “พุทโธ” เท่านั้นก็เป็นบุญส่วนหนึ่งแล้ว เพราะที่ 2. มีสติอยู่กับลมหายใจอย่างเดียวก็นับบุญ และเพราะที่ 3. ทำใจนิ่งเฉย ๆ รู้แต่ลมหายใจก็เป็นบุญอีก ฉะนั้น จึงเป็นของที่ควรจะทำกันทำอยู่เสมอไม่ควรปล่อยเวลาและโอกาสให้เสียไปโดยเปล่าประโยชน์ ๔

อบรมสมาธิ

วันที่ 23 สิงหาคม 2502

(1) ในการนั่ง ให้เอาสมาธิมาตั้งไว้ในอกกัศตารมณ้อย่างเดียว ถ้าพลาดจากอารมณ์นี้เมื่อใดก็ตกนรก นรกก้นคืออะไร “จกฺข อาทิตฺตํ” ท่านว่าอารมณ์ใดที่ได้รับจากทวารตาก็เป็นก้นไฟนรกก้นหนึ่ง “โสธํ อาทิตฺตํ” อารมณ์ใดที่ได้รับจากทวารหู ท่านก็ว่าเป็นก้นไฟก้นหนึ่ง ฯลฯ อารมณ์ใดที่ได้รับจากจมูก ลิ้น กาย ใจ ท่านว่าเป็นก้นไฟทั้งนั้น เหตุนี้ถ้าใครเอาสมาธิไปไว้กับอารมณ์เหล่านี้แล้ว ผู้นั้นก็จะได้รับแต่ความร้อนเหมือนตกนรกทั้งเป็น จึงควรตัดสัญญาทั้งห้าเสีย อย่าเอามาเกี่ยวข้องกับใจของเรา ฯ

(2) กิเลส ท่านเปรียบเหมือนกับบรสน้ำเค็ม ส่วนธรรมชาติเหมือนกับบรสน้ำจืด ย่อมยังประโยชน์แก่โลกได้ถึง 3 ประการ คือ 1. ให้คนได้บริโภคดื่มกิน 2. เป็นเครื่องชำระล้างสิ่งโสโครก และ 3. ยังพืชพันธุ์ธัญญาหารให้งอกงาม ส่วนน้ำเค็มนั้นจะใช้ดื่มกินก็ไม่ได้ ใช้ล้างอะไรก็ไม่สะอาด ถ้านำไปรดต้นไม้ก็ตายเลย ฯ

(3) คนที่แช่ตมอยู่ในกิเลสก็เปรียบเหมือนกับปลาที่ว่ายอยู่ในน้ำเค็ม ปลาน้ำเค็มนั้นท่านว่ามันควาจัด และมีกลิ่นเหม็นด้วย ข้อนี้ก็คงจะเป็นความจริง เพราะเมื่ออาตมายังอยู่ที่จันทบุรี และได้พักวัดหนองบัว วันหนึ่งมีพวกแม่ค้าเขาหาปลาทะเลสดผ่านวัดไปราว 2 เส้น รู้สึกว่ากลิ่นควาปลานั้นมันส่งเข้ามากระทบจมูกทันที และเหม็นแรงมาก ส่วนปลาน้ำจืดนั้น ก็ควาเหมือนกัน แต่ไม่เหม็น ฉะนั้นคนมีกิเลสจึงเป็นคนเหม็น ไม่มีใครอยากเข้าใกล้ จะเข้าไหนเขาก็รังเกียจ ฯ

(4) ปลาน้ำเค็มนั้น ธรรมชาติของมันก็ต้องชอบอยู่แต่น้ำเค็ม ถ้าขึ้นจับให้มาอยู่ในน้ำจืด มันก็ต้องตายทันที อยู่ไม่ได้ และธรรมชาติของปลาน้ำจืดก็เช่นเดียวกัน ถ้าจับมันไปอยู่ในน้ำเค็ม มันก็ต้องตายทันที แต่นักวิทยาศาสตร์เดี๋ยวนี้ เขาทำปลาน้ำเค็มให้เป็นปลาน้ำจืดได้ โดยเอาน้ำจืดมาผสมลงในน้ำทะเลที่เขาตักมาขังปลาไว้ทีละน้อย ๆ เพื่อให้ลดเค็มจางลงจนปลาค่อย ๆ คุ่นและชินกันไปกับน้ำจืดมากขึ้นทุกที เขาก็ปล่อยลงในบ่อใหญ่ กลายเป็นปลาน้ำจืดไปได้ ส่วนปลาน้ำจืดที่จะให้เป็นปลาน้ำเค็มนั้น เขาก็ใช้วิธีผสมน้ำเค็มลงในน้ำจืดให้ค่อย ๆ

กร่อยขึ้นทีละน้อย ๆ จนปลาคุ่นกับน้ำเค็มสนิท ก็โยนลงทะเลได้ไม่ตาย ฉันทิ พุทธบริษัทผู้ยังหนาแน่นด้วยกิเลส ก็เหมือนกับปลาน้ำเค็ม เมื่อมาวัดตอนแรก ๆ ก็พากิเลสติดตัวมาด้วย ครั้นต่อมาพอได้รับรสพระธรรมเทศนา และได้สวดมนต์ภาวนาบ้าง จิตใจก็ค่อย ๆ เหนห่างจากความเข้มข้น คือ ความโลภ โกรธ หลง ความดีก็ค่อย ๆ ไหลเข้ามาฉาบทาดวงจิตทีละน้อย ๆ ความชั่วคือตัวกิเลสก็ค่อย ๆ จืดจางห่างคลายออกไป จนดวงใจของผู้ที่นั้นจิตสนิทแนบอยู่กับรสของธรรม บุคคลผู้นั้นก็จะหมดความดิ้นรนกระวนกระวาย มีความพอใจอยู่ในธรรมด้วยความสุขสงบ เหมือนกับปลาน้ำเค็มซึ่งลงม่าว่ายอยู่ในน้ำจืดได้อย่างสบาย ฉันทิ นั้น ๆ

(5) น้ำจิตมีอยู่ 4 ชนิด คือ 1. ชังอยู่ 2. ไหลไป 3. ตกลงมา และ 4. ฟุ้งขึ้น ชนิดที่ชังอยู่ก็เช่นน้ำในบึงบ่อ หรือหนอง ชนิดที่ไหลไปก็เช่นแม่น้ำ ลำคลอง และห้วยธาร ชนิดที่ตกลงมาก็เช่นน้ำที่ตกจากยอดเขา หรือตกจากปากฟ้า บางทีมันแรงมากและเย็นจัดจนกลายเป็นก้อนแข็ง (ลูกเห็บ) ตกมาใส่หัวเรา เจ็บไปก็มี ชนิดที่ฟุ้งขึ้น ก็เช่นน้ำพุที่พุ่งจากแผ่นดิน ธรรมะก็มีต่าง ๆ ชนิดเช่นเดียวกัน ฉะนั้น ใครจะชอบเจริญกรรมฐาน 40 ห้องชนิดไหนก็เลือกเอาตามความพอใจ ๆ

(6) คนที่ยังคลุกเคล้าอยู่ด้วยกองกิเลส หรือใจที่วิ่งไปวิ่งมากับสัญญาอารมณ์ภายนอกนั้น ก็ไม่ผิดอะไรกับคนที่ลอยเรืออยู่กลางมหาสมุทรที่เต็มไปด้วยมรสุม จะนั่งนอนก็ได้ เพราะถูกคลื่นกระทบกระแทกให้วิ่งเวียนอยู่ตลอดเวลา ดวงใจก็ปั่นป่วนหาความสุขสงบมิได้ ก็มีแต่จะร้องว่า "ตายแล้ว ๆ" อย่างเดียวเท่านั้น ส่วนคนที่พยายามถอนตนออกจากกองกิเลส หรือกองเพลิงแห่งขุมมรณ มาทำจิตของตนให้อยู่ในคุณพระพุทธร ธรรม และพระสงฆ์ ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิภาวนาก็ย่อมจะพ้นจากกระแสคลื่นลม เปรียบเหมือนคนที่หนีขึ้นมาบนฝั่งได้ และธรรมดาคนที่อยู่บนบกนั้น จะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือวิ่งกระโดดโลดเต้นไปมาอย่างไร ก็ย่อมทำได้ทุกอย่าง มีความสะดวกสบายมากกว่าคนที่อยู่ในทะเลมาก ฉะนั้น ให้พากันบำเพ็ญจิตใจให้เป็น สัมมาสมาธิ ตัดสัญญาอารมณ์ภายนอกให้เด็ดขาด ก็จะพากันได้รับความร่มเย็นเป็นสุขทั่วกัน ๆ

(7) รสของธรรมะ เปรียบเหมือนกับน้ำ อมฤต ซึ่งกินแล้วไม่ตาย ผู้ที่อยู่ในธรรมเมื่อตายไปจึงสู่สุคติ เป็น "อมร" หรือ "อมรา" เป็นวิสุทธิเทพ คือผู้บริสุทธิ์กาย จิต ตายยาก และก็ไม่ตายอย่างพวกเรา ๆ นี้ ผู้ใดปรารถนา อมฤตธรรม แล้วจงพากันชำระกายจิตของตนให้เป็นผู้สะอาดผ่องแผ้วด้วยธรรมะ ซึ่งเป็นของเย็นใสสะอาดบริสุทธิ์ ผู้นั้นก็จะได้พบรสของ อมฤต ซึ่งจักกลายเป็นผู้ไม่ตาย คือได้เข้าถึงโลกุตระธรรม มีพระนิพพานเป็นที่สุข ๆ

โอวาทวันออกพรรษา

วัดโศการาม, ตุลาคม 2502

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
พุทฺธ ธมฺมํ สงฺฆํ นมสฺสามิติ ฯ

ณ บัดนี้จักแสดงโอวาทเตือนใจของพวกพุทธบริษัทต่อไป วันนี้เป็นวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 11 เป็นวันที่สิ้นสุดลงแห่งพรรษา 3 นับแต่วันแรม 2500 ปีมา พุทธบริษัททั้งหลาย ภิกษุ สามเณร อุบาสก และอุบาสิกา ซึ่งได้มาบำเพ็ญกุศลร่วมกัน พร้อมด้วยการส่งเสริมช่วยเหลือ สืบสร้าง สละทรัพย์ของตน บำรุงพระ เณร จัดว่าเป็นการสร้างพระบารมีธรรมที่เรียกว่า “ทานบารมี” ฉะนั้นพวกเราทั้งหลายที่ได้มาอบรมฝึกหัดจิตใจแห่งตน ก็ย่อมได้รับผลตามความสามารถ หนึ่ง พวกเราได้มีโอกาสมาทำความดีเช่นนั้น เป็นของที่ทำได้ยาก บางคราวก็ขัดข้องใน อาชีพของตน โดยความจำเป็น จะมาบำเพ็ญกุศลอย่างนี้ก็ได้รับความขัดข้อง อีกประการหนึ่ง การงานเกี่ยวกับความเป็นจริงของชีวิตในครอบครัว ก็จะมาบำเพ็ญกุศลอย่างนี้ได้ยาก บางคราว ก็ยังมีฝูงมารมากอยกีดกันก้างกันเวลาและโอกาสของพวกเรา คือ ความเจ็บ ความป่วยไข้ และโรคพาธอย่างหนัก ก็เป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งในการสร้างชีวิต พวกเราทั้งหลายซึ่งมี เจตนารมณ์ที่ตรงไปในจุดที่ถูกต้องของพระศาสนา ถึงจะมีความสูงต่ำไม่เสมอภาคกันก็ตาม ก็เป็นสิ่งที่น่าภูมิใจที่มีเจตนาคิดด้วยกันทั้งนั้น บางท่านก็ได้บวชเรียน เขียนอ่านในโอวาทของ พระศาสดา บางท่านก็ได้อบรมศึกษาปฏิบัติสมณธรรมตามความสามารถแห่งตน มีการ เจริญสมณะและวิปัสสนากรรมฐานเป็นต้น ฝ่ายอุบาสก อุบาสิกา ก็ได้พากันมาจากทิศต่าง ๆ มาบำเพ็ญกุศลและพึงธรรมะให้เป็นไปตามกำลังความสามารถแห่งตน ซึ่งบางคนได้มาบำเพ็ญ ศีล 5 ศีล 8 อุโบสถ 1 วันบ้าง 3 วันบ้าง 7 วันบ้าง และ 3 เดือนบ้าง บางคนก็บวชเป็น นางชี ตั้งอยู่ในพรหมจรรย์โดยกาลและเวลา การเจตนาของตนก็สำเร็จมาด้วยดี บางคนก็ได้มา บวชพราหมณ์ 3 วันบ้าง 7 วันบ้าง การกุศลทั้งหลายที่กล่าวมานี้ย่อมเป็นบารมีธรรมและสะพาน ทอดไปยังฝั่งโน้น คือ สุตตนิพพาน ฉะนั้น พวกเราได้เล็ดลอดหลุดพ้นอุปสรรคความขัดข้อง มาบำเพ็ญความดีได้เช่นนี้ จึงเป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ ได้ชื่อว่ามาทำชีวิตของตนให้เป็นแก่นสาร นอกจากนี้การกระทำของเราทั้งหลายที่บำเพ็ญมาแล้วนั้น ให้นึกเสียว่าเราได้ทำประโยชน์ให้ ตนเอง หาอริยทรัพย์ คือ ทรัพย์ภายในมาประดับตัวไว้ ก็เป็นการให้เกียรติยศแก่พระพุทธ-

ศาสนา แก่ครูบาอาจารย์ และแก่ภูมิประเทศที่อยู่ของเรา จัดว่าชีวิตของเราไม่เป็นหมันประการหนึ่ง นอกจากนี้ให้คิดเสียว่าเป็นการเผยแผ่ลัทธิธรรมนิยมที่ดีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฉะนั้น การข้อนี้ชื่อว่าช่วยกันเผยแผ่โดยการประพฤติดี ปฏิบัติชอบด้วยกาย วาจา ใจ อีกอันหนึ่งก็ให้คิดเสียว่าเป็นการสืบต่ออายุของพระศาสนาให้ยืนยงทรงอยู่ด้วยความถาวรวัฒนาการเป็นระเบียบแบบอย่างของกุลบุตรกุลธิดาผู้เกิดมา ณ ภายหลัง ฉะนั้นจึงขออนุโมทนากองการกุศลของพวกเราทั้งหลาย อนึ่งในกาลข้างหน้าแห่งชีวิตของพวกเราเป็นของไม่แน่นอน เราอาจจะพลัดพรากจากโลกไปเสียก็ได้ หรือเราอาจมีความเป็นอยู่ แต่มีการขัดข้องเกิดขึ้นในข้างหน้า เราก็ไม่สามารถที่จะมีโอกาสได้มาทำความดี ดังเคยกระทำมา ฉะนั้นในกาลต่อไป ก็จงอย่าได้พากันประมาท ให้ตั้งใจประพฤติปฏิบัติลัทธิธรรมนิยมนี้ประจำตัวไว้ เราจะไปอยู่วัดหรืออยู่บ้านก็ตาม ก็ขอให้ระลึกว่า “เราจะต้องทำความดีตามคำตักเตือนว่ากล่าวของ “ท่านพ่อ” อยู่เสมอ จงปฏิบัติจิตใจของตนให้ตั้งอยู่ในศีล สมาธิ และภาวนาของตนเรื่อยไป อย่าให้พวกผู้มามารมกิดกันความพากเพียรของเราได้

ฉันทะ ขอให้มีความยินดีแนบเนียนฝังอยู่ในพระพุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณตลอดไป

วิริยะ ให้มีความพากเพียรสร้างคุณความดีของตนไว้ พากเพียรพยายามรักษาความดีที่ตนได้ทำไว้แล้วอย่าให้สาบสูญ จงเพียรพยายามใช้จ่ายความดีของตนให้เป็นประโยชน์แก่ปวงชนคนเราทั้งหลายโดยมาก การกระทำเช่นนั้นเป็นการไม่สมควรแก่พวกเราผู้ปฏิบัติธรรม ได้ชื่อว่าขาดดวงปัญญา ถ้าเห็นว่าตนของตนใช้ความดีไม่เป็นก็ไม่ควรจะใช้ จึงจะเรียกได้ว่าเป็นผู้ตั้งอยู่ในวิริยะ คือความเพียรโดยถูกต้องและสมบูรณ์ จะนึกแต่ความหวังดีอย่างเดียวเป็นประมาณไม่ได้ ใช้ความดีไม่ถูกต้องตามโอกาสและเวลา คือ “ปรีชัญญตา” และบุคคลนั้น ๆ ย่อมเกิดโทษทำตนให้ลำบากตกนรกได้ทั้งเป็น

จิตตะ ให้จัดจ้องประกอบจิตของตนอยู่ในธรรม มีการเจริญเมตตาภาวนาประกอบไว้ในใจของตนเป็นนิจ ทำจิตของตนให้พ้นจากนิรวณเครื่องเศร้าหมองใจ ถ้าไม่สามารถทำได้เป็นนิจก็ควรสังวรตนโดยเคร่งครัด ปฏิบัติตนตามโอกาส เช่นเราได้มาอยู่วัดเป็นบางเวลา ก็ควรทำเวลานั้น ๆ ให้หมดจดจากนิรวณธรรมเครื่องเศร้าหมองใจเสียได้ ก็จัดว่าเราได้อาบน้ำพระพุทธมนต์อันเยือกเย็นครั้งหนึ่ง ถ้าไม่สามารถทำได้ในโอกาสที่ยาว ก็ควรสำรวจจะวังในขณะที่เรามา นั่งสวดมนต์กันอยู่ในศาลา หรือขณะที่เรามา นั่งฟังเทศน์กันอยู่ หรือขณะที่เราได้มานั่งบำเพ็ญสมาธิภาวนากันอยู่ ก็ให้รีบนึกพิจารณาจิตของตน ทำความบริสุทธิ์เสียในเวลานั้น ๆ อย่าให้นิรวณตัวใดตัวหนึ่งมารบกวน จึงจัดได้ว่าเป็นผู้ตั้งอยู่ใน “จิตตวิธิบาท” เป็นเหตุให้สำเร็จความหวังของเราได้ทุกประการ

วิมังสา ควรใช้ปัญญาไตรตรองให้รอบคอบให้ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ สิ่งใดควรทำ ไม่ควรทำ สิ่งใดควรพูดไม่ควรพูด สิ่งใดควรคิดไม่ควรคิด พินิจไตรตรองมองเห็นประโยชน์ที่จะพึงได้รับแก่ตนและคนอื่น อย่าทำไปปฏิบัติไปโดยอคติทั้ง 4 คือ

1. ฉันทาคติ ปฏิบัติตนด้วยความรักซึ่งไม่มีเหตุผลเพียงพอ ย่อมเป็นไปในทางอกุศลได้ อย่างหนึ่ง เรียกว่า “กามสุขัลลิกานุโยค” ซึ่งเป็นไปไม่ถูกต้องขององค์อริยมรรค

2. โทสาคติ เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมโกรธแค้นขัดเคือง ทำจิตของตนไม่ให้ตั้งอยู่ในธรรม บำเพ็ญตนให้ลำบากยุ่งยากอยู่ในใจ เรียกว่า “อหัตถกิเลสนานุโยค” ไม่ถูกต้องในคลองธรรม

3. ภยาคติ ทำสิ่งใดอย่าทำใจของตนเกรงหวาดโดยไม่มีเหตุผล ควรทำความเข้าใจของตนและคนอื่นว่าถูกต้องมีเหตุผล รู้จริงในตนโดยแจ่มแจ้ง ไม่ต้องกลัวอำนาจใด ๆ ตั้งใจปฏิบัติตนให้ถูกต้องขององค์อริยมรรคทั้ง 8 ประการ ควรให้มีปัญญาแหลมลึกรอบคอบระวังไว้ในตนด้วยดี

4. โมหาคติ อย่าให้จิตของตนตกไปในทางที่ผิด ควรสำรวจมจิตของตนให้รอบคอบในการทำและการคิด อย่าให้ดวงจิตเขื่อง่ายและงมงาย เป็นต้นว่า สิ่งที่ถูกเข้าใจว่าผิด สิ่งที่ทำพอควรทำได้ ก็เห็นว่าไม่มีหนทาง เห็นความชั่วเป็นความดี เห็นความสูงเป็นต่ำ เห็นต่ำเป็นสูง ความเห็นเหล่านี้ย่อมตกไปในฝ่าย “โมหาคติ” ไม่สามารถจะก่อสร้างความคิดของตนให้สำเร็จลุส่งไปได้ ฉะนั้น ขอเชิญชวนพวกเราท่านทั้งหลาย จงระวังใจของตนไว้ให้งuard ได้

ในที่สุดแห่งโอวาทนี้ ขออัญเชิญคุณพระศรีรัตนตรัย จงมาปกป้องอภิบาลรักษาพุทธบริษัททั้งหลายเหล่านี้ อนึ่งขอทวยเทพทั้งหลายผู้มีใจยินดีในกองการกุศลของพวกพุทธบริษัททั้งหลายที่ได้มาบำเพ็ญแล้วนั้น เทพบุตรผู้มีตา เทพธิดาผู้มีหูทั้งหลาย เมื่อได้ทราบข่าวกองการกุศลของปวงชนพุทธบริษัทที่ได้ทำมาแล้วนั้น ขอท่านผู้เป็นรุกข์ทั้งปวงจงทำการอนุโมทนา ขอให้เป็นผู้เป็นตาปกป้องรักษาให้ความปลอดภัยแก่มนุษย์พุทธบริษัททั้งหลายผู้ปฏิบัติชอบทุกประการ นน เทอญ

สิทธิธมมุตถุ สิทธิธมมุตถุ สิทธิธมมุตถุ ขอจงให้สำเร็จ ๆ ๆ อิทธิผล ขอผลกุศลทั้งหลายที่ทำไว้แล้วนี้ จงให้สำเร็จความปรารถนา เอตตสสุ อาณูภาเวน สพพทุกขา อุปทุทวา ด้วยอาณูภาพแห่งพระรัตนตรัยเจ้าทั้ง 3 ประการ อันเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์จึงมาช่วยกำจัดทุกข์ทั้งหลาย อุบัติวัน-ตรรายทั้งปวงให้ห่างไกล สพพโสตุถิ ภวนตุ เต ขอความสวัสดิศิริชัยมงคล จงดลบันดาลให้เกิดมีแก่เราทั้งหลายตลอดกาลนาน เทอญ

ได้แสดงมาในวันออกพรรษาเดือน 11 ตุลาคมนี้ ครบ 3 ปีนับแต่ฉลอง 2500 มา เอิวก็มีด้วย ประการ ฉะนี้

กาลทานกถา

วัดโศการาม, 31 ตุลาคม 2502
(บันทึกโดย พระบุญกัฏ อนุวฑฒโน)

ในโอกาสที่คณะกรรมการจังหวัด และประชาชน (ชาวสมุทรปราการ) และคณะศิษย์หลายจังหวัดมาร่วมทำการอนุโมทนาในการกฐินนี้ ขอแสดงความยินดีในพวกท่านทั้งหลายที่มีความจงรักภักดี จึงได้พากันมาบำเพ็ญกุศล เพื่อเป็นการสืบสร้างชีวิตในวัดใหม่ “อโศการาม” ของพวกเรา และเพื่อให้เป็นอนุสาวรีย์ ถวายทอดไปยังกุลบุตรกุลธิดาสืบต่อไป

โอกาสนี้ จะได้นำข้อธรรมะมาแสดง เพื่อเป็นเครื่องสนองบำรุงน้ำใจของพวกท่านทั้งหลายให้สมควรแก่หน้าที่ ซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า “สุโข ปุญญสุต อจฺจโย” แปลว่า ใคร ๆ ได้มาบำเพ็ญสะสมกองการกุศล ให้เกิดขึ้นตามกาลและเวลา ย่อมได้รับความสุขในโลกนี้และโลกหน้า ดังจะได้อธิบายไปในกาลบัดนี้ ซึ่งเป็นข้อธรรมะส่วนพิเศษในทางพระพุทธศาสนามีมาในกาลทานกถา การบำเพ็ญกุศลอันเป็นส่วนพิเศษของพุทธบริษัทนี้ เรียกว่า กาลทาน มีอยู่ 5 ประการ

ประการที่หนึ่ง “อาคณฺตุกทาน” คือให้อามิสทาน ธรรมทาน แก่บุคคลผู้มาถึงท้องถื่นของเรา ธรรมดาคนที่มาจากทางไกล อาจมีความบกพร่องอยู่หลายอย่าง บางคราวก็บกพร่องด้วยทรัพย์ บางคราวก็บกพร่องด้วยธรรม เมื่อเขามาถึงแล้วเช่นนั้น ถ้าพวกเราซึ่งเป็นเจ้าของท้องถื่น ได้ช่วยเหลือโดยประการต่าง ๆ เช่น ให้ความสะดวกในทางอามิส เช่น อาหาร ที่พักพาอาศัย คิลานเภสัช และแสดงมรรยาทต้อนรับปราศรัยด้วยความเป็นธรรม คนที่มาถึงแล้วนั้นก็ได้รับความเบิกบานใจ จึงจัดได้ว่าเป็นกุศลพิเศษส่วนหนึ่ง เมื่อเวลาล่วงไปแล้วถึงแม้เราจะช่วยเหลือกันยังไม่สมบูรณ์ก็ไม่เป็นไร มีข้อสำคัญอยู่ในสมัยที่เขามาถึงใหม่ ๆ อาจจะมีความเหน็ดเหนื่อยเป็นธรรมดา เมื่อเราได้ช่วยเหลือเขาในกาลนั้น ๆ พระองค์ก็ได้ทรงตรัสว่า เป็นบุญสำคัญประเภทหนึ่ง ได้รับสรรเสริญไว้ในทางโลกและทางธรรมแก่ผู้บำเพ็ญตนเช่นนั้น

แม้คนที่เป็นศัตรูแก่เรามาก่อน ก็อาจสามารถจะคลายความคิดเช่นนั้นออกได้ เพราะความดีของเรา ก็จะกลายเป็นเพื่อนของเราได้เป็นอย่างดี เราซึ่งเป็นเจ้าของท้องถิ่นจะได้ไม่ถูกนิทา ความดีของเราจะติดตามบุคคลผู้นั้นไปในสถานที่ทั้งปวง ฉะนั้น ผู้ทำดีเช่นนี้ จึงจัดว่าเป็นการผูกมิตรไว้ได้อย่างดี ตามองเราก็จะมีมาก เขาอาจช่วยเป็นหูเป็นตา ให้ความปลอดภัยแก่เรา การกระทำเช่นนั้นก็เป็นการบำเพ็ญกุศลได้อย่างหนึ่งในทางธรรม จะเอาไปใช้ในส่วนโลกหรือทางศาสนาก็สำเร็จประโยชน์ได้ จึงจัดว่าเป็นการทำทานพิเศษส่วนหนึ่ง ถ้ามีธรรมเข้าประกอบด้วยจะเป็นการดึงดูดดวงจิตเพื่อนมิตรสหายที่มาได้เป็นอย่างดี

ประการที่สอง “คมิกทาน” เมื่อบุคคลผู้ใดสมณะชีพราหมณ์และเพื่อนมนุษย์ทั้งหลายในโลก เขามาจากถิ่นของเขาแล้วมาถึงที่อยู่ของเรา เมื่อเขาจะจากเราไปก็อาจจะมีความขัดข้องเมื่อเรามองเห็นประโยชน์ที่จะพอทำได้ ก็สมควรที่จะให้ความสะดวกแก่เขาในทางอาภิสและทางธรรม ความดีของเราทำให้ไปแล้วนั้น เขาก็จะได้รับความสะดวกในการไป ไซ้แต่เพียงเท่านั้นก็หาไม่ เขายังจะต้องผูกความอาลัยไว้แก่เรา ในข้อนี้พระองค์ทรงเห็นว่า เป็นทานอันพิเศษส่วนหนึ่งในทางธรรม ถ้าเราไม่สามารถที่จะช่วยเหลือทางอาภิส ก็ควรที่จะแสดงในทางมรรยาทให้แก่เขา ที่จะต้องออกเดินทางไปจากถิ่นของเรา

ประการที่สาม “ทุพุกิกขทาน” เสียสละทำทานในคราวกันดารและอดอยาก อันเกิดขึ้นแก่ปวงชนในทางโลกและทางธรรม ธรรมดาคนเราเมื่อได้ประสบความอดอยากอดคัดขาดแคลน ย่อมลำบากใจ ไม่สามารถทรงตัวอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ฉะนั้น เมื่อใครได้เสียสละวัตถุต่าง ๆ ให้เป็นทานในสมัยเช่นนั้น พระองค์ทรงสรรเสริญว่าเป็นบุญพิเศษส่วนหนึ่ง ซึ่งผิดจากการทำทานธรรมดา จริงอยู่ข้อนี้แม้พวกเราเองที่ได้ประสบเข้าแล้วด้วยเช่นนั้น ถ้ามีใครสงเคราะห์เราช่วยเหลือปลดเปลื้องความลำบากของเรา เราเองก็จะได้รับความภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง ผู้มีปัญญาเมื่อได้ผ่านไปพบเข้าในเหตุการณ์เช่นนั้นแล้วโดยทางโลกและทางธรรม ก็ไม่ควรที่จะให้เวลานั้น ๆ ผ่านไปเสียเปล่า ควรถือว่าเป็นลาภของเราที่จะได้นำเพ็ญกุศลพิเศษส่วนนี้

ประการที่สี่ “คิลาณทาน” เมื่อเราไปผ่านพบเข้าในกาลใด ๆ ฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม ซึ่งมีความทุกข์ร้อนเกิดขึ้นแก่เขาทั้งหลาย ความเจ็บป่วยไข้โรคาพยาธิ บางคนก็ช่วยเหลือตนเองได้ บางคนก็ไม่สามารถที่จะช่วยเหลือตนเอง ฉะนั้นเมื่อเราไปพบผ่านเข้าแล้ว มีหนทางที่จะช่วยเหลือเขาได้ในทางกายก็ควรช่วยเหลือเขา โอกาสไม่เหมาะเวลาไม่มี ก็ควรช่วยเหลือในทางทรัพย์สินและหยูกยา ช่วยเหลือทางวาจาก็แนะนำให้เขาได้รับความสะดวกในการติดต่อผู้พยาบาล คือนายแพทย์ เมื่อใครทำได้เช่นนั้น ถ้าจะกล่าวในทางพระศาสนาแล้ว พระองค์ทรงตรัสไว้ว่า ถ้าใครต้องการบุญเราตถาคตด้วยปัจจัยทั้งสี่ ถ้ามีภิกษุ สามเณรเจ็บป่วยในสถานที่ใด ให้ไป

แสดงตนของตนเป็นศิลาบุญฐานาก พระองค์ตรัสไว้ว่า บุญกุศลให้ผลเสมอเหมือนกับน้ำของไปถวายเรตถาคต ดังนี้จึงจัดว่าเป็นกาลทานอันพิเศษส่วนหนึ่งในทางธรรม

ประการที่ห้า “นทาน” ได้แก่บุคคลผู้ให้ของใหม่ ๆ ซึ่งตนของตนเองยังไม่ได้บริโภค ให้เสียสละข้าวของนั้น ๆ เป็นทานแก่บุคคลอื่น ตัวอย่างเช่น พวกเราพุทธบริษัททั้งหลายได้มาบำเพ็ญกุศลซึ่งเนื่องด้วยจุลจกฐินนี้ มีวิธีการทำอันรีบด่วน เช่น ผ้ายกยังเป็นดอกอยู่เป็นต้น ผ้าจีวรก็กำลังเริ่มทอ ซึ่งไม่มีบุคคลใด ๆ ได้นำผ้าส่วนนี้ไปใช้สอย เมื่อทำสำเร็จแล้วด้วยดีก็ได้พร้อมใจกันน้อมนำซึ่งจีวรเหล่านั้นไปเป็นองค์พระกฐิน จึงจัดได้ว่า ให้ทานของใหม่ ๆ นอกจากนี้ก็ยังมีอยู่อีก เช่น ปัจจัยทั้งสี่ แม้นตนของตนไม่ได้ประกอบขึ้นด้วยกำลังกายของตนเองก็ดี เราก็ควรนึกว่าวัตถุอันใดที่ตนได้มาแล้ว ที่ยังไม่ได้บริโภคใช้สอย ของอันนั้นก็ถือว่าเป็นของยังใหม่อยู่ พวกเราผู้นับบุญก็ควรที่จะบริจาควัตถุนั้นไปเสียก่อน ตัวอย่างเช่น เงินเดือนที่เราได้มาแล้วอย่าเพิ่งบริโภคให้นำเงินเหล่านั้นไปบริจาคทำทานเสียก่อน มากน้อยเพียงไรไม่มีกำหนด หรือนอกจากนี้ผ้าจะนุ่งข้าวจะกิน ถ้ากล่าวถึงเรื่องชวานาในสมัยโบราณ เมื่อตนเก็บเกี่ยวมาไว้แล้วด้วยดี อย่าเพิ่งขายอย่าเพิ่งบริโภคให้นำสิ่งเหล่านั้นไปถวายเป็นการบำเพ็ญกุศลไว้เสียก่อนจึงบริโภค ณ ภายหลังในข้อนี้คนโบราณซึ่งได้พาพวกเราทำมา แต่พวกเราไม่สามารถจะรู้จักในความหมาย จึงเป็นเหตุให้เสื่อมไป จางไป คนโบราณสมัยก่อน เวลาเกี่ยวข้าวมารวมไว้แล้วในลาน โดยมากเขานิมนต์พระไปบำเพ็ญกุศลเสียก่อน ที่เรียกว่าทำบุญลาน ต่อจากนั้นเขาจะได้บริโภคซื้อขายลักษณะเช่นนี้จัดได้ว่า เป็นทานอันพิเศษส่วนหนึ่งที่เรียกว่า “นทาน” แม้วัตถุอย่างอื่นคนโบราณย่อมมีคติ ถึงกับสิ่งลูกสิ่งหลานไว้ว่า ผลหมากรากไม้เมื่อเกิดผลขึ้นมาใหม่ ๆ ก็ให้นำผลหมากรากไม้เหล่านั้นไปบริจาคทำทาน ต่อจากนั้นจึงบริโภค ณ ภายหลัง นอกจากนี้ เช่น ผ้าเครื่องนุ่งห่มของตน แม้นตนไม่ได้ทำขึ้นด้วยมือตนเองก็ตาม ถ้าตนได้ไปซื้อมาจากตลาด ก่อนที่จะนำวัตถุเหล่านั้นมาสวมกาย ก็ให้นำเพื่อกุศลไว้เสียก่อน จึงใช้สอย ณ ภายหลัง การกระทำเช่นนั้น พระองค์ก็ได้ทรงสรรเสริญว่าเป็นบุญพิเศษส่วนหนึ่ง

ยังมีเรื่องเล่ามาในชาดก มีคฤหบดีเศรษฐีคนหนึ่งไปเห็นบริษัทบริวารเครื่องใช้สอยของเพื่อนคนหนึ่ง เป็นของแปลกประหลาดผิดจากตัวเอง คืออาหารของแกไม่มีอาหารเสียและบูดเน่าในโรงครัวเลยตลอดชาติ ผ้าผ่อนท่อนสไบก็ได้ใช้สอยแต่ของใหม่ ๆ ทั้งสิ้น ไม่ว่ากาลใด ๆ ผ้าเก่าและผ้าขาดมีรอยเข็มเย็บไว้ก็ได้ปรากฏในผ้าของเขาแม้ผืนเดียว จึงเป็นสิ่งแปลกประหลาดแก่มนุษย์ทั้งหลายที่ได้แลเห็น บ้านที่อยู่อาศัยของเขาเองก็ไม่มีเครื่องเศร้าหมอง ปลุกแล้วแม้สามสิบปีก็ไม่มีวัตถุอันใดที่เข้าไปซ่อมแซม ความใหม่และความสวยงามของเขานั้นมิได้แสดงความคร่ำคร่าให้แก่ตาของมนุษย์ทั้งหลาย เป็นเหตุให้ผู้แลเห็นเกิดความสนใจในเรื่องนั้น ว่าเป็นเพราะเหตุอะไร จึงแปลกจากพวกเรา จนตลอดบริษัทบริวารก็ล้วนแล้วไปด้วยคนใหม่และบริสุทธิ์ มีความจงรัก

ภักดียอมเป็นบริษัทรบรivar โดยไม่ต้องเสียค่าจ้างรางวัล เขาก็ยินดีมาห้อมล้อมเป็นบริวารของตนมาแล้วไม่ยากหนึ่ ยินดีที่จะช่วยเหลือบำรุงบำเรอให้แก่บุคคลผู้นั้น จึงเป็นเรื่องแปลกประหลาดแก่มนุษย์ผู้แลเห็น จนที่สุดน้ำบริโภคใช้สอย ขึ้นชื่อว่าเศษและเป็นเดนที่เขาใช้สอยมาแล้วนั้น จะไม่มาถึงแก่บุคคลผู้นั้น แม้จนที่สุด อาหารทั้งปวงซึ่งประกอบขึ้นก็มีโอชารส ทั้ง ๆ ที่แม่ครัวไม่เคยชิมตะไปในลิ้นเลยแม้หยดเดียว อาหารชนิดนั้นก็พอเหมาะพอดีกับความต้องการของมหาเศรษฐีคนนั้น จึงเป็นเรื่องแปลกประหลาดของมนุษย์ทั้งหลาย สรุปลแล้วก็ได้รับผลตั้งแต่ของใหม่ ๆ ทั้งสิ้นในชีวิตของเธอ ในทางโลกก็ได้พบแต่คนดี ๆ มีศีลธรรมก่อนคนอื่น ๆ ทั้งหมด ในทางพระศาสนาพระองค์ใดที่มีคุณธรรมสูง เธอคนนั้นก็จะได้พบสันทนาก่อนคนอื่น ๆ ทั้งหมด ผลอันนี้ก่อให้เกิดความสนใจแก่ปวงชน จนที่สุดอายุวัยของเธอผ่านไปแล้วตั้ง 70 ปี อินทรีย์ของเธอก็ไม่ทุพพลภาพ มีสภาพของตมใหม่อยู่เสมอ ไม่แสดงความแก่ให้ปรากฏแก่ปวงชน เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงมีบุรุษคนหนึ่งต้องการรู้ความเท็จจริงในความเป็นอยู่ของเศรษฐีคนนั้น จึงได้นำเรื่องราวเหล่านี้ไปทูลแก่พระศาสดา พระองค์จึงได้ตรัสเทศนาในกาลานุโมทนาสูตร คือว่า ในสมัยก่อนโน้น ของอันใดที่เขาบริโภคแล้ว เขาไม่ยอมที่จะบริจาคทาน เขาย่อมแสวงหาแต่วัตถุใหม่ ๆ ซึ่งตนยังไม่ได้บริโภคใช้สอย เขาได้ตั้งโรงงานไว้สี่แห่ง แสวงหาของใหม่ ๆ มาเก็บไว้เพื่อแจกทาน เช่น เงินบาทใดที่เขาได้รับแล้ว เขาต้องบริจาคทำทานไว้เสียก่อน เครื่องอาภรณ์ชนิดไหนที่เขาจะต้องใช้สอย เมื่อเขาต้องการผ้าผืนหนึ่งเขาต้องซื้อมาเป็นสองผืน แล้วนำไปบริจาคให้เป็นทานเสียก่อนผืนหนึ่ง เขาจึงจะนำผ้าผืนที่สองมาห่อกาย โภชนะคือข้าวสุกหุงแล้วในหม้อใด ๆ ต้องตักไปบริจาคทำทานเสียก่อนจึงค่อยกลืนกิน ณ ภายหลัง บ้านหลังใด เครื่องเสนาสนะอันใด ก่อนตนจะใช้สอยต้องหาเพิ่ม ตัวอย่างเช่น บ้านของตนปลูกไว้แล้ว ไม่ยอมขึ้นไปเอนหลังในบ้านนั้น ต้องสร้างโรงงานและกุฏิวิหารถวายพระเสียก่อน จึงยอมขึ้นไปนอนบ้านของตน แม้ผลหมากรากไม้ในสวนอุทยานก็สังคนงานและลูกหลานทั้งหลายให้ทราบทั่วกันว่า ต้นไม้ต้นใดซึ่งเริ่มออกผลมาใหม่ ๆ ห้ามบริโภคและซื้อขายทั้งหมด จะต้องนำผลเหล่านั้นไปถวายทานเสียก่อน จึงยอมบริโภคซื้อขาย ทุกสิ่งทุกอย่างเธอต้องปฏิบัติตมเช่นนั้นตลอดมา ผลกุศลส่วนนั้นจึงอำนวยผลให้เป็นสิ่งที่แปลกหูแปลกตาผู้แลเห็น เหตุอันนั้นจึงให้ปรากฏแก่เขาในปัจจุบันชาตินี้ ฉะนั้นจึงจัดว่าเป็นนวมผลทาน

เมื่อบุรุษผู้สงสัยได้ฟังพระองค์ตรัสแล้วเช่นนั้น จึงได้ไปกราบทูลพระราชาองค์หนึ่ง พระราชาองค์นั้นได้ต้องการปรารภนาเพื่อเป็นการบำเพ็ญกุศลพิเศษ จึงได้สั่งมหาอำมาตย์บริษัทรบรivarทั้งหลาย มาบำเพ็ญกุศลอันหนึ่งซึ่งจัดว่าเป็นกาลทาน คือได้บำเพ็ญจุลกฐินซึ่งมีการกำหนดไว้เป็นทอด ๆ

1. กำหนดเวลา ทำได้ตั้งแต่วันแรมค่ำหนึ่ง เดือนสิบเอ็ดไปจนถึงวันกลางเดือนสิบสองเลยจากนั้นไปใครจะนำผ้ากฐินไปทอดย่อมไม่สำเร็จในทางธรรมและวินัย

2. กำหนดเวลาในชั่วขณะที่จะต้องทำ เช่น จุลกฐิน ต้องปลูกต้นฝ้ายใหม่ ๆ ให้พอแก่ การทำองค์ของกฐิน ฝ้ายต้นใดที่เก่าไปแล้ว ไม่ยอมเอามาเป็นฝ้ายองค์กฐิน แล้วได้เก็บมาด้วยความบริสุทธิ์ บริสุทธิ์ทั้งของ บริสุทธิ์ทั้งคน ได้ทรงสั่งให้สตรีที่ไม่เคยแต่งงานให้ไปเก็บฝ้ายในกลุ่มนั้น แล้วก็นำมาหีบ คนที่หีบก็เป็นคนบริสุทธิ์ มิให้คนที่แต่งงานแล้วมาหีบเป็นเด็ดขาด แม้การปั่นด้ายก็ใช้แต่หญิงที่บริสุทธิ์พรหมจารีบุคคล จนตลอดการทอผ้าก็ใช้แต่คนชนดินนั้นทอ ทอเสร็จแล้วแม้จะตัดเย็บให้เป็นของสมณะก็ใช้แต่คนที่บริสุทธิ์ หญิงสาวพรหมจารีทั้งนั้น

เมื่อทำการเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็นำไปถวายในเขตชั่วขณะวันเดียวเป็นกำหนด คือ ภายใน 24 ชั่วโมง แม้ผ่านไปชั่วนาทีเดียวก็ไม่ได้ ฉะนั้นการบำเพ็ญจุลกฐินนี้จึงถือกันว่าเป็น มหากุศลส่วนหนึ่ง แปลว่าผ้าละเอียดประณีตและเป็นของใหม่ เป็นกฐินพิเศษส่วนหนึ่งซึ่งแปลก จากกฐินธรรมดา เพราะเป็นของที่ทำได้ยาก

มาในบัดนี้ พวกเราพุทธบริษัททั้งหลาย มาทำพิธีการทอดจุลกฐิน ก็ได้แนวทางมาจาก ข้อนี้ ซึ่งมีมาในพระสูตร พวกเราพุทธบริษัททั้งหลายต่าง ๆ จังหวัด ซึ่งได้ทราบข่าวกองการ กุศลอันนี้ จึงได้มีศรัทธาพากันด้วยอำนาจจิตอันบริสุทธิ์ มาร่วมเป็นเจ้าภาพและอนุโมทนา ผลอันนี้ก็คงอำนวยให้แก่พวกเราท่านทั้งหลาย ได้ผลส่วนตัวเองอย่างหนึ่ง อย่างหนึ่งได้มาแสดง ความสามัคคีพร้อมเพรียงกันในนามของคณะศิษย์ อีกอย่างหนึ่งเป็นการรักษาประเพณีอันพิเศษ ซึ่งมีมาในพระสูตรที่เรียกว่า กาลทาน ยังความเจริญและผลสำเร็จให้เกิดขึ้นแก่พระพุทธศาสนา โดยดี

ฉะนั้น เมื่อพวกเราท่านทั้งหลาย หญิงชายทั้งปวง ได้มาแสดงความจงรักภักดีแก่อาตมา อาตมาขออนุโมทนาด้วยกองการกุศลของพวกเราทั้งหลาย ขออำนาจการกุศลอันพิเศษนี้ จง อำนวยผลให้แก่พวกเราท่านทั้งหลาย เมื่อปรารถนาสิ่งใดอันเป็นไปเพื่อธรรมะ ขอจงให้สำเร็จ ขอจงให้สำเร็จตามความมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ ได้บรรยายมาในกาลทานกถาก็จบลง เพียงเท่านี้.

โหวาท่านพ่อ

เนื่องในโอกาสเข้าพรรษา

วันที่ 9 กรกฎาคม 2503

“อุตตนา โจทยุตตานํ จงเตือนตนของตนด้วยตนเอง”

จงเร่งรัดพัฒนาตนไว้ให้เจริญ คนเราควรทำตนให้เป็นที่ยิ่ง ควรแก่การปกครองของ
ปวงชน เพื่อความร่มเย็นเป็นสุขโดยสวัสดิภาพ.

บุคคลในโลกนี้มี 2 จำพวก คือ

1. ผู้ที่สร้างคุณดีและความเย็นไว้ใส่ตัว
2. ผู้ที่สร้างความร้อนไว้ใส่ตัว

อธิบาย

1. ผู้ที่สร้างคุณดีและเย็นไว้ใส่ตัวนั้น คือเป็นผู้มีธรรมะประจำจิต มีความซื่อตรงคงที่
โดยสุจริต.

(1) เป็นผู้รู้จักวิธีข่มใจของตนไว้ในความเป็นธรรมะโดยเที่ยงตรง ไม่มีอคติทั้ง 4
คือ ไม่รักจนหลง ไม่มีโทสะรุนแรงเกินไป ไม่กลัวเกินไป ไม่กลัวเกินไป อโหหะ รู้จักกำจัด
ความหลงอันงมงายอันไม่รู้เท่าถึงการฉ้อโกงตนเสียได้ ไม่ลู่ออกของกิเลสและตัณหา.

(2) เป็นผู้ที่มีการอบรมปัญญาให้ถึงพร้อม เป็นผู้รู้เหตุผลที่แท้จริง รู้จักค้นคว้าความชั่ว
และความดีที่มีในตน รู้แล้วว่าสิ่งนี้เป็นบาปอกุศล จงชำระออกจากตนเสียให้จงได้ ให้เข้าถึงแก่
ความเย็น (ใจปราศจากนิวรณ์ธรรม)

(3) จาคอ เป็นผู้ยินดีในการเสียสละ เหตุแห่งความเย็น (เมตตาจิต) ของตนนั้นไปรย
ลงมาเหมือนน้ำฝนที่ตกจากอากาศ บุคคลชนิดนี้ ควรแก่การเป็นที่ยิ่งของปวงชนพลโลก ให้มี
ความสุขสวัสดิภาพ เปรียบเหมือนศีลธรรมชาติซึ่งมีอยู่ในโลกนี้ เช่น พระอาทิตย์ เป็นสิ่งที่ไม่ม
จิตวิญญาณ ยังสามารถให้ความสุขแก่มนุษย์ได้ เช่นทำความร้อนแผ่มาหาสมุทรที่มีความเค็ม
ให้เกิดเป็นไอล้วนลอยขึ้นสู่เวหา กลายเป็นเมฆหมอกอันหล่อโลกไว้โดยดี ก็ดกกันเสียซึ่งแสง

พระอาทิตย์มิให้เกิดเป็นไฟเผาโลก นอกนั้นบางส่วนก็กลายเป็นน้ำฝนอันสะอาด ปราศจากความเค็มตกลงมาบำรุงรักษาพืชผลธัญญาหารของมนุษย์ทั้งปวง ช่วยเหลือสัตว์นานาชนิดที่เดือดร้อนให้ร่มเย็นเป็นสุขได้ นี่แหละคือบุคคลที่ควรแก่เป็นที่พึ่งของปวงชนได้เป็นอย่างดี.

2. บุคคลที่สร้างเหตุแห่งความร้อนไต้ตนนั้น คือ บุคคลที่ไม่มีธรรมะในจิตใจ มีแต่ความมัวมืดและโมโหโทโสโกรธาเป็นใหญ่ มองหาแต่ประโยชน์ส่วนตัวเป็นใหญ่เป็นประธานฝ่ายเดียว ไม่นึกถึงความทุกข์เดือดร้อนอันจะพึงเกิดขึ้นแก่ท่านผู้อื่น คนชนิดนั้น แม้จะเป็นที่พึ่งของปวงชนได้อยู่ ก็เป็นเหตุแห่งความเดือดร้อนบ่อนทำลายความสวัสดิภาพของปวงชน คือ เขาไม่มีธรรมะในใจ ไม่มีการปฏิบัติตัวเอง ซึ่งเปรียบเหมือนน้ำในมหาสมุทร จะใส จะลึก จะกว้างใหญ่สักเพียงไรก็ตาม มันก็ยังเป็นน้ำเค็มอยู่แน่นอน ใช้ได้สำหรับปลาบางเหล่าเพียงเท่านั้น ส่วนสัตว์อื่น ๆ เป็นอันมากยังมีอยู่แต่ไม่นิยมดื่มกินน้ำที่เค็ม คนชนิดนี้เขามีแต่ ธรรมะ ผังอยู่ในตัวของเขาหลายอย่าง คือ

- (1) เป็นคนมักได้ ตระหนี่ขี้เหนียวเป็นเจ้าเรือน
- (2) เป็นคนเห็นแก่ตัว ไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของท่านผู้อื่น
- (3) เป็นคนนิยมชมชอบเท่าชั้นอำมิส คือ เมาอยู่ในยศ ในลาภ สรรเสริญ สุขของโลก ติดพันอยู่เท่าเครื่องสักการะเครื่องสังเวทย์อันเป็นเหยื่อ
- (4) เป็นผู้มีปัญญาต่ำต้อย ไม่ศึกษาอบรมหาอุบายไต่ตนไว้เป็นเครื่องมือ สำคัญแต่ว่าตนเป็นคนฉลาดแล้ว ดีแล้ว สามารถแล้ว เป็นคนไม่มีสัจจะและความรู้ในสังคมและปฏิคม ไม่มีความยินดีในการอบรมบ่มอินทรีย์ของตนให้แก่กล้าโดยธรรมะ คนจำพวกนี้ย่อมเป็นที่พึ่งของปวงชนไม่ได้ ถึงจะเป็นไปได้ ก็เหมือนกับที่พาคอครัวของตัวลงเรือข้ามมหาสมุทรสาคร อันกว้างใหญ่ เรือนั้นก็ลอยโคลงเคลงอยู่เสมอ ลมก็พัด ไฟก็จะดับ น้ำจะกินก็ลำบาก หนัก ๆ เข้าก็จะทะเลาะกันเอง เรือก็จะลอยแท้งเต้งก็จะมองเห็นแต่หลักแจวเป็นที่พึ่ง ในที่สุดก็จะตีสีระกันเอง หมดสุข หมดสนุกรื่นรมย์ชมชอบ คนเช่นนี้ เป็นคนยังไม่ควรแก่การเป็นที่พึ่งของใคร ๆ ได้.

ภาษิต

ต้นไทรใหญ่ในกลางดง กิ่งมันยาว ใบมันมาก รากมันยาวหยดย้อย ห้อยลงดิน ลมโบกและลมพัดกิ่งไม้โค่น ต้นไม้หัก ต้นมันใหญ่ ไม่มีหลัก หักไม่เป็น ใบดกดอกหนา สกุนดาได้อาศัย คนใดได้เป็นใหญ่ ให้มีราก คือ คุณธรรมคอยค้ำจุนเป็นหลักไว้ ไม่คลอนแคลน อโลโก อโทโส อโมโหให้มีไว้ในตน เป็นกุศล คือกองบุญคอยค้ำจุนและเชิดชู สรรวมบุญ สรรวมตา กาย วาจา เป็นสาขา คือกิ่งก้าน (ตกไปอยู่ที่ไหน ๆ ทำแต่ความดีทุกแห่ง) สรรวมไว้ให้จงดี สรรวมอินทรีย์เป็นกำลัง ตั้งใจในสัมมาปฏิบัติ.

“จงทำตนของตนให้เป็นที่พักใจของตน ทำไว้แล้วหรือยังอยู่ กลับคำหนี ไม่ควรทำ”

นิพพาน ปรม สุข

“พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง ไม่มีสุขอันใดยิ่งไปกว่าพระนิพพาน”

นี่คือ พุทธะ กล่าวโดยผล คือบุคคลที่พ้นแล้วจากความหลับ ซื่อว่า เป็นผู้ตื่นแล้วด้วย
ดี ดังนี้

บรรยายมาในรัตนคาถา เพียงเท่านี้

เชื่อใจคน จนใจตัว

วัดอโศการาม,

22 กรกฎาคม 2503

(บันทึกโดย พระบุญญ์ อนุวฑฒโน)

ในพรรษานี้ ให้ทุกคนทำหน้าที่ของตนด้วยดี หน้าที่มีอยู่ 2 หน้าก็คือ 1. ด้านการศึกษา
2. ด้านการปฏิบัติจิตใจ

ด้านการศึกษา ให้จัดเวลาสอนเวลาเล็กให้เป็นระเบียบ และถูกต้องตามที่ทางคณะสงฆ์กำหนดชั่วโมงเรียนไว้ มิให้น้อยกว่ากำหนดนั้น ผู้ศึกษาถ้ามีโอกาสพอจะมารับการอบรมจิตใจด้วยก็ได้

ด้านการอบรมจิตใจ มีการทำวัตรสวดมนต์ และมีการอบรมตามหมวดหมู่ทุกวันไป การอบรมสมาธิให้เรียกประชุมตอนกลางคืนทุกวันไม่มีเว้น กำหนดเวลาราว 2 ทุ่ม. ฯ

ให้ทุกฝ่ายรักษาหน้าที่ของตนให้ดี การรักษา ให้รักษาทั้งข้างหน้าข้างหลังให้รอบคอบทุกด้าน (ตอนนี้พูดถึงการใช้น้ำไฟภายในวัด) ฯ

ที่กำลังเรื่องเหล่านี้ก็เพื่อความปลอดภัย และความสะอาดทั้งของหมู่, ของตน และตลอดจนสถานที่ เพราะขึ้นชื่อว่ามนุษย์แล้ว มันไว้อีกกันไม่ค่อยได้ หลวงพ่อไม่ได้กระหยิ่มในหัวใจเลยที่มีผู้คนมากมายมากกราบไหว้มับ ๆ บางทีเห็นว่ามันมาเป็นไส้ศึกก็มี มาเพื่อเหตุก็มีมาเพื่อเป็นประโยชน์ตน และหวังทำลายประโยชน์คนอื่นก็มี ฯลฯ หลวงพ่อต้องระวังรักษาตัวอยู่เสมอไม่วางใจเสมอและระลึกอยู่เสมอว่า ถ้าไว้อีกคนจะจนใจตัว เราอย่าพากันนอนใจในเรื่องนี้ ถ้าเกิดประมาทจะพลาดพลั้ง ฯ

มีบางคนพูดฝากมาว่า ท่านพ่อลีวัดโคโค. ท่านสบายละซี มีลูกศิษย์ลูกหาถ้วนแต่มาหา-
 เศรษฐี! เรามาเสียใจอยู่หนอยว่ามันไม่ค่อยจริงอย่างเขาลือ บางคนได้ยินแต่เสียงลือ ก็เข้าใจผิด
 คิดว่าเราเป็น 'นักโกยเงิน' ขอให้พวกเราพากันระวังให้ดี ๆ ให้ปลอดภัยไว้ก่อน อย่าหลงมนุषย์
 เรื่องอย่างนี้มันเป็นภัย เมื่อมันนึกว่าหลวงพ่อร่ำรวย มันก็เพ่งเล็งดู ได้ทำก็จะมาทำความยุ่งยาก
 เดือดร้อนขึ้น ที่พูดมานี้เป็นเรื่อง ทางโลก ๆ

ที่นี้มาพูดเรื่อง ธรรมะ พูดกันตามจริงที่พวกเราอยู่กันใกล้ ๆ ใกล้ ๆ และมีจิตมุ่งดีอยาก
 มาอบรมจิตใจของตน ๆ อุตส่าห์เสียสละกันมา โดยได้ยินได้ฟังว่าสถานที่นี้มีการอบรมจิตใจกัน
 เครื่องครัด มุ่งบำเพ็ญความดีกันเป็นส่วนใหญ่ ถ้ากล่าวอย่างนี้ก็เป็นชื่อดีของเรา ฉะนั้น ให้พวก
 เราในที่นี้ทำตัวให้เหมาะสมกับชื่อของเราไว้ ให้รักษาชื่อดีใส่กำมือไว้ อย่าให้รั่วไหล ได้ทั้งชื่อได้
 ทั้งความจริงเป็นดีแน่ อย่าดีแต่ชื่อแต่ตัวมันเชื่อ ! ๆ

เรื่อง อวดอ้าง เป็น 'อรหันต์' นี่ก็เช่นกัน มันหลอกต้มได้จนกระทั่งพระเรา มันไป
 เชียงใหม่ว่าจะไปช่วยอาจารย์... สร้างวิหาร ผู้คนเชื่อถือร่วมทำบุญ พอได้เงินมากก็หาทาง
 ขยับขยายมาที่หัวหิน แล้วพาเงินเชิดไปเลย! คนโกงแบบนี้แกล้งทำอุบาย ทำเป็นเครื่องให้ผู้คน
 เลื่อมใส อย่างนี้มีอยู่บ่อย ๆ ที่ จันทคาม มีพระอยู่องค์หนึ่ง ผู้คนนับถือว่าเป็น 'พระอรหันต์'
 คือท่านชอบนอนป่าช้า ชอบกินข้าวหนเดียว ชอบนั่งสมาธิ ชอบนอนตามดิน แสดงตัวว่าเป็น
 อรหันต์ ขาวลือไปไกลเหมือนกัน ที่นี้ก็มีผู้คนพากันไปกราบไหว้ แต่เมื่อเข้าไปเห็นในป่าช้า
 มีหมาอยู่ข้าง ๆ แกคลุกข้าวใส่ขาม คำหนึ่งเปิบข้าวใส่ปากตัวเอง อีกคำหนึ่งใส่ปากหมา
 เมื่อมีคนถาม แกก็ชักเรื่อง 'อนัตตา' มาว่า ๆ คนกับ หมาก็ไม่ผิดอะไรกัน กินด้วยกันก็ยอมได้
 ผู้คนเลยหมดศรัทธา ก็เลยเรียกหลวงพ่อดังนั้นว่า 'อรหันต์หมา' ไปฉิบ เรื่องอย่างนี้คือว่ามัน
 ทำเกินไปกว่าเรื่อง หลวงพ่อดังนั้นเมื่อเขานิมนต์ไปสวดก็ยังอุตส่าห์เอาหมาตัวนั้นไปด้วย แล้วก็
 ไล่หมาตัวผู้เป็นหมาตัวเมียเสียด้วย ทำอย่างนี้แล้วใคร ๆ ผู้รู้เขาจะไปนับถือท่านได้ ๆ

เรื่อง "ชื่อเสียง" ถ้าเราไม่ช่วยกันรักษา มันก็จะกลายเป็น ชื่อเสีย ฉะนั้น ให้พวก
 เราช่วยกันรักษาให้ดี ถ้ารักษาดีก็จะเกิดประโยชน์ได้ถึง 2 ประการ กล่าวคือ 1. เป็นการ
 เผยแผ่พระศาสนา 2. เป็นเหตุให้เกิดความเชื่อความศรัทธา

ที่ว่าเป็นการเผยแผ่ศาสนา ก็คือแสดงว่า ศาสนาเป็นของที่ดี ที่ผู้ปฏิบัติดีตามหลัก
 ย่อมได้รับผลดี พันทุกขได้จริง และเมื่อเขาเกิดศรัทธาความเชื่อแล้ว เขาก็จะได้มาชวนขยายแสวงหา
 ความดีนั้น ๆ ใส่ตัวบ้างจึงความดีนั้นจะได้งอกงามต่อไป แต่คนบางคนก่อนจะเชื่อเขาจะต้อง
 มาคลาดูความจริงเสียก่อนถ้าเห็นว่าไม่จริงก็หมดศรัทธาไป ฉะนั้นถ้าพวกเราไม่ร่วมกัน
 รักษา ไม่ช่วยกันคนละไม้ละมือ ก็อาจเป็นเหตุให้ตัดรอนศรัทธาได้ ให้ช่วยกันรักษาชื่อเสียงดี
 ไว้ ให้ทำกิจทำตัวให้ดีให้งาม นี่ก็คิดอะไรให้มันยาว ๆ ทำอะไรให้มันยาว ๆ ไว้ ให้ตรงดูเหตุการณ์

ให้ท้องแท้ อย่างการกินข้าวของพวกพระเรา ข้าวจะเข้าปากก็ให้คิดยาว ๆ ให้คิดว่าข้าวนี้ชาวบ้านเขาได้มาด้วยวิธีใด? ก่อนสูกมีการเป็นมาอย่างไร? เช่นต้องหุงต้องหาต้องเก็บต้องเกี่ยว ต้องฝัด ต้องตำ ต้องปลูก ฯลฯ กว่าจะมาถึงบาตรเราต้องลำบากไม่ใช่หน่อย ๆ เมื่อคิดได้เช่นนี้จะได้ไว้เตือนตนเองว่า “เรากินข้าวเขา เราต้องทำตัวให้ดี” ฯ

พวกคนที่ฟังเลื่องหลวงพ่ มีอยู่ 2 แขนง

1. แขนงสาธุ คือพวกมุ่งมาอบรมบ่มนิสัยตน หวังจะได้ความดีจากเรา
2. แขนงอิจฉา แขนงนี้เห็นว่าเราดีกว่าเป็นไม่ได้ พยายามตัดรอนเราอยู่เรื่อย ถ้าพวกฆราวาสยังพอทำเนา มันยอมเป็นไปตามธรรมดา แต่ยังมีพวกหัวโล้นหม่เหลื่องด้วยกันอีกนี่ซี มันแย่! แต่ก็ไม่เห็นมันกล้าเอาจริง มันไม่กล้าทำตามก็เพราะมันมียศมีลาภผูกคอต้ม ถ้าทำพลาดมันก็แย่เหมือนกัน เคยมีโยมมาเล่าให้ฟังว่า ‘สงสารหลวงพ่จะถูกพวกเสือมันกิน’ ถ้ามไปถามมาได้ความว่า ‘เสือเหลื่อง’ เลยตอบไปว่า ‘ไม่กลัวหรอก ไอ้พวกเสือกินหมาทั้งนั้น!’ ฯ

พวกฆราวาสที่มุ่งร้ายเราก็มีอยู่ 2 พวก คือ พวกที่มุ่งร้ายพยายามให้เราเสื่อมเสียโดยประการต่างๆ อีกพวกหนึ่งคือ พวกหน้าไว้หลังหลอก ลับหลังนิทาต่อหน้ายกมือไหว้ ขอให้พวกเราที่เข้ามาประพฤติปฏิบัติด้วยความเลื่อมใสศรัทธาจริง ๆ โดยความมุ่งดีต่อตนเองและต่อศาสนาจงอย่าพากันประมาท.

อย่างเช่นเรามีเงินมากอย่านึกว่าเป็นสุข เพราะมันมีภัยอยู่ถึง 2 ด้าน คือ 1. เขาอาจมาเฟ่งเลื่องหวั่งเงินเรา หวั่งทำลายชีวิตเรา เพื่อแย่งเงินนั้นไป 2. มาเบียดเบียน มาขอใช้บ้าง มาขอกู้บ้าง มาขอยืมบ้าง ฯลฯ มาทำให้เรายุ่งยากไม่รู้จบสิ้น !

อย่านึกว่าเราทำดีแล้วจะปลอดภัยเสมอไป ให้ระวัง เพราะคนมันมีหลายใจ ให้พวกเราช่วยรักษา ช่วยระวังทุกผู้ทุกคน อย่าให้หลวงพ่ช่วยรักษาช่วยคุ้มครองเสียองค์เดียวแล้วเป็นพันภัย เพราะหลวงพ่ก็ไม่ใช่มิแปดหูแปดตาเมื่อไร

อย่านึกเป็นอื่น ให้นึกว่าเรามาช่วยศาสนา อันเป็นของหาได้ยาก การช่วยให้ช่วยด้วยความดี ช่วยโดยธรรมะ จะปลอดภัยและเป็นความดียิ่งกว่าช่วยเรื่องการอยู่การกินเสียอีก การช่วยด้วยความดีนี้ ดีทั้งตัวผู้ทำ และดีด้วยกันไปหมด . ฯ

‘เชื่อใจคนจนใจตัว’ หลวงพ่อนึกเสมออย่างนี้ว่า เวลาเขามากกราบไหว้ ไม่คิดว่าเป็นดอกบัวมาเสมอไป บางทีนึกว่าเป็นขวานมาจากหัวเสียอีกด้วยซ้ำ บางทีหน้ามันอย่างหนึ่ง

พอหันกลับไปมันเป็นเสียอีกอย่างหนึ่งก็มี ฉะนั้น จึงไม่ยอมประมาท ขอให้พวกเราเป็นผู้รอบคอบ ระมัดระวัง จะปลอดภัย ๕

หลวงพ่อบอกไปตามสถานที่ต่าง ๆ ก็มีไข่มุกไปเที่ยวหาความเพลิดเพลินอย่างเดียว แต่มุ่งไปหาวิชาพร้อมกันไปด้วย การจะได้วิชามากขึ้นอยู่กับหลัก 3 ประการ กล่าวคือ เกิดจากการเห็น การฟัง และการคิด ทั้งนี้โดย การรู้จักใช้อิทธิฤทธิ์ทั้งหกให้เป็นประโยชน์ เมื่อเราไปพบ ลัทธิธรรมนิยมของเขานั้นต่ำกว่าเรา เราก็ให้ประโยชน์แก่เขาบ้าง โดยการเทศนาอบรมให้ เขาเดินทางถูกเสียใหม่ แต่เมื่อไปพบคนใดสิ่งใดที่ เห็นด้วยตา-ฟังด้วยหู-และเชื่อด้วยใจแล้ว เห็นว่าของเขาหรือของเราดีจริง ก็จำเอาสิ่งที่ดี ๆ นั้นมาใช้ต่อไป. ๕

เมื่อใจมุ่งจะทำประโยชน์แก่พระศาสนาแล้ว เราก็ทำความดีมันเรื่อยไป ไม่ว่าจะเป็น ในสถานที่ต่ำหรือสูงจะอยู่จะไปก็คิดนึกแต่ประโยชน์เสมอ แต่เรื่องมรรยาท คือ การทำความดี ให้แก่คนต่ำคนสูงนั้น ต้องแล้วแต่เหตุการณ์ เราคิดว่าศาสนามีใช่เป็นของบ้าน ของวัด หรือของ เมืองใดเมืองหนึ่งโดยเฉพาะ แต่ศาสนาเป็นสิ่งที่ต่อประโยชน์ได้ทั่วกันไปหมด คือเป็นสมบัติของชาติ เป็นสมบัติของโลก เมื่อมีการขยายหรือเผยแพร่ความดีของพระศาสนาออกไปได้ไกลเท่าไร ก็ยิ่งดีเท่านั้น ๕

เรามุ่งดี คือปฏิบัติมาอย่างนี้ก็ยังไม่วายถูกเขาติ ที่เขาติก็เพราะเขาคงจะไม่รู้เรื่อง เมื่อ เร็ว ๆ ในวันที่ 20 เมษายน ได้ไปพูดสนทนากับพระยา... มา แต่เราก็ไม่กล้าไปรุนแรงกับเขานัก การติของเขาโดยสรุปก็คือเขาว่า 'ท่านอาจารย์มัวไปยุ่งกับพวกญาติโยมมากเหลือเกิน แล้วการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์จะทำได้อย่างไร?' เราพูดตอบ ก็อาศัยความจริงโดยชักให้แน่ว่า 'เจ้าคุณว้ายังไง' เขาตอบว่า 'สอนคนให้ไปนิพพานซี อย่าไปยุ่งกับคนมากนัก' หลวงพ่อเลยบอกว่า 'อาตมาก็ชอบสอนคนให้ไปนิพพาน, แต่มันยาก ชอบนะชอบ แต่อตมาไม่เอา ถ้าเราเอาอย่างว่า เรามันจะบ้า! เจ้าคุณไปปลุกข้าวเมื่อมันได้ที่สุกเหลืองดี แล้วจะไปเก็บเกี่ยวเอาแต่ข้าวสารมาอย่างเดียวได้ไหม? ไม่ต้องเอาอย่างอื่น? อาตมาเอาทุกอย่าง ใครจะว่าบ้า ข้างมัน หอบมันมาทั้งคันเลย เพราะประโยชน์มันมีหลาย ได้ฟางก็เอามาไว้ให้ควายกิน หรือขายหรือเอาไปทำเชื้อเพลิงก็ยังได้ ได้กลบได้รำก็เอามาไว้ให้หมูกิน!' แกเลยรับว่า 'จริง! จริง!' แล้วเงียบไป ๕

คนเรานั้นมีหลายอย่าง บางคนเหมือนหมู บางคนเหมือนไก่ บางคนเหมือนควาย และบางคนก็เหมือนคน ผู้ใดเหมือนคนราจึงจะให้กินข้าว แม้แต่คนนั้นก็ยังมิหลายพวก บางคนกินข้าวที่หนึ่ง บางคนกินข้าวที่สอง และบางคนก็กินข้าวแดงเลย! ๕

คนส่วนมากมักชอบเฟื่องโห่คนอื่น อวดดีกันไปต่าง ๆ แต่ผลที่สุดก็มักจะหลังติดฝาทั้งนั้น หมายถึงคนที่เฟื่องเรามีหลายคน เขาคอยจับผิดเวลา คลำ ๆ ไป อย่างนั้นเหมือน ‘ตาบอดล่าช้าง’ เรานี้ก็อยู่เสมอว่า ‘เราเป็นผู้มีภัย แต่ไม่กลัวมัน จะอยู่ จะหนี หรือจะตายเราไม่กังวล เป็นห่วงแต่พวกลูกศิษย์เท่านั้น ถ้าหลวงพ่อไม่อยู่ กลัวลูกศิษย์จะรักษาสมบัติหลวงพ่อไว้ไม่ได้’ ๕

ถ้าไม่สามารถในการ คิด-พูด-ทำ ก็อย่าไปแสดงเข้า จะทำอะไร จงมองให้ทั่ว ทำตัวให้ดี สมเกียรติ เมื่อทำดีได้ก็จะสบาย กล่าวคือ

1. ทำให้หมู่พวกพากันเจริญยืดยาวต่อไป

2. เป็นการรักษาเกียรติของวัด ของศาสนา และ 3. พวกเราก็จะเจริญร่มเย็นเป็นสุขโดยทั่วถึงกัน ๕

ถ้าเขามาเตะลูกหลวงพ่อก็อย่าไปคิด ให้เขาเตะดีกว่า แล้วอย่าไปกลัวเรื่องปากเตะ ถ้าตีมันเตะก็หลบ ๆ เอาหน่อย

คาถากันเขาเตะก็คือ ‘เขาจะเตะเขาจะว่าก็ยอม อย่าตอบ ให้หมอบลง ๆ ทำเหมือนล้มหงาย แต่งอเข้าไว้นะ พอได้ที่เหมาะ ๆ จึงพุ่งเข้าใส่’ ๕

ถ้าเตะเขา ไม่ค่อยมาก เมื่อเห็นเขายกตีนมับ ให้หาทางเอาตีนเขานั้นแหละเตะมัน เขาพูดอะไรกับเขา เราก็เอาคำพูดของเขาคล้อยคอมันกลับไป แต่ต้องเข้าใจแปลความให้ดีเสียก่อนนะ มันก็จะหมดทำไปเอง ๕

เขาเคยถามว่า อวิชาเป็นเหตุให้เกิดความคิดจึงควรนับว่าเป็นสิ่งที่ดี เพราะคนเราถ้าไม่คิดมักจะฉลาดไปได้อย่างไร? อาจารย์มัวแต่ให้นั่งนิ่งสงบไม่ให้คิด จะดีได้อย่างไร? ก็ตอบเขาไปว่า “ไม่ต้องพูดถึงอวิชาหรอกคุณ พูดกันง่าย ๆ ดีกว่า เมื่อเล็ก ๆ คุณเรียนหนังสือก็เริ่มต้นตรงสะกดตัวหนังสือ เช่น ก สระ ำ อ่านว่า กา, ก สระ อี อ่านว่า กี, ก สระ โ อ่านว่า โก, จนคุณเรียนสำเร็จรู้แล้ว ก สระ โ เป็น โก ตอนนี้อยู่ที่กรุงเทพฯ แล้วก็ลองทิ้งเสีย ที่นี้คุณไปจันทบุรี คุณไปพบ โก คุณก็ยอมอ่านได้ทันทีว่า โก โดยไม่ต้องคิดใช้ไหม? เพราะรู้อยู่แล้วนี่ ผู้รู้จริงมันจะต้องคิดทำไม? ผู้ไม่รู้จริงต่างหาก มันจึงต้องคิด” ๕

เอาคำพูดของเขานั้นแหละ กลับไปคล้อยคอมัน บางทีเกิดประโยชน์ ทำให้เขาเกิดศรัทธาไปเอง

จะเตะเขาต้องให้เกิดประโยชน์ เขาจะเตะเราต้องอย่าให้เสียท่า ถ้าไม่เกิดประโยชน์อย่าไปยุ่งอยู่เฉย ๆ ดีกว่า ๕

หลวงพ่อกเคยโดนมามาก ตั้งแต่พรรษาห้า เดียวนี้ก็ยังถูกอยู่ ขุนประเสริฐฯ เคยมาขอไปเขียน แต่ไม่อยากเล่า

การที่เรามาทรมานช่วยเหลือกันทุกวันนี้ ถ้าเป็นสิ่งที่สึกหรอได้ก็คงสึกถึงสันนิษฐานแล้วฯ การอันใดจะเป็นประโยชน์แก่พระศาสนา และแก่ตัวแล้ว ให้ทำไปแต่อย่าประมาทของดีบางทีก็เป็นภัย

เรื่องเช่นนี้ของมนุษย์มันมีประจำโลก เราไม่เสียใจหรอก มิใช่เป็นแต่กับเรา มันเป็นไปในทางโลกก็ไม่เท่าไร แต่ถ้ามาจากทางพระใหญ่ ๆ โด ๆ แล้วก็แย่น้อย น่าทุเรศ!

ให้ตั้งใจมิตติตั้งระวังตัว ปฏิบัติตัวให้ก้าวหน้า ให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท จะปลอดภัย. ฯ

ให้พากันแต่งตาให้มาก ๆ ทางเบื้องต่ำก็แต่งเล็บเท้าให้เหมือนตา เบื้องบนก็มีที่แต่งแยะ แต่งตาที่เล็บมือ แต่งตาในหู ในจมูก ริมฝีปาก แต่งให้มันเป็นตาไปรอบทิศ จะได้รับความสว่างไสวปลอดภัยทุกเมื่อ เมื่อมีเหตุทั่วหมดคงจะดีมาก เหมือน 'ท้าวพันตา' ทางจังหวัดอุบลฯ ที่ท่านได้ชื่อนี้ก็เพราะท่านเป็นคนรอบคอบ ชาวบ้านจึงนับถือ ท่านได้ปกป้องรักษาผู้คนชาวบ้านเป็นพัน ๆ คนมิให้มีภัยภัย ชาวอุบลฯ นับถือมาก ฯ

มีตาแล้วต้องรู้จักใช้ตา ลืมไม่หลับ หลับไม่ลืมก็แย ให้รู้จักการปิดเปิด.

การอันใดควรทำไฉ่ ควรทำฉลาด ให้รู้จักปรับปรุงให้เหมาะ อย่าให้ผิดกาละเทศะ ฯ

ขอเตือนพระเถรที่มาจากหลาย ๆ ทาง มีบางอย่างยังไม่เรียบร้อย.

1. ข้อที่พิถีพิถันมาก คือ เรื่องเกี่ยวกับการเงินขออย่าไปเกี่ยวข้องมากนัก อย่าให้เกินควร เช่น การขอเงินจากญาติโยม มันเป็นการเสียมรรยาท ว่ากันตามวิสัยแล้ว ท่านให้บอกกล่าวครูบาอาจารย์ให้ทราบเสียก่อน ว่าจำเป็นหรือไม่

2. การไปบ้านไปตลาด ให้ระวังรักษาหน่อย เมื่อปี 2500 มีพระบางองค์นำเงินใส่กระเป๋ามาไปกินกาแฟที่ตลาด มันแย่น้อยเรื่องอย่างนี้!

วัดนี้พระเก็บเงินเอาไว้ใช้เองไม่มี หากมีขึ้นเป็นไม่ได้ เพราะหมู่คณะนี้ลัทธินิยมเสียสละ ไม่นิยม เราต้องการอยู่เย็นเป็นสุขด้วยปัจจัยสี่เท่านั้น มิได้อยู่เพื่อร่ำเพื่อรวยเพื่อมั่งเพื่อมี เพื่อซื้อเพื่อขาย ขอเตือนพระเถรอย่าละเมิด ถ้ารู้จะจัดการทันทีภายใน 10 ชั่วโมง หรือ 24 ชั่วโมง

วิชาวิมุตติ

1. การรักษาศีลอุโบสถ กล่าวตามมรรยาทของผู้ปฏิบัติมี 3 ชนิด คือ 1. ปกติอุโบสถ 2. ปาฏิหาริย์อุโบสถ 3. ปฏิชาคริย์อุโบสถ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับศรัทธาของผู้ถือศีลเอง

ผู้มีศรัทธาต่ำโดยมีกิจธุระการงานมาก จะถือแค่ปกติอุโบสถก็ได้ คือมาประพฤตินำเพ็ญพรหมจรรย์มิได้ขาด ในวัน 7 ค่ำ 8 ค่ำ และวัน 14 ค่ำ 15 ค่ำ อย่างนี้เรียกว่า “ปกติอุโบสถ” ฯ

“ปาฏิหาริย์อุโบสถ” คือผู้ถือศีลเพิ่มวันขึ้น อย่างต่ำตั้งแต่ 3 วัน 7 วัน ไปจน 3 เดือน หรือตลอดปี เมื่อเพิ่มวันขึ้นก็จะเกิดมีปาฏิหาริย์ หรืออำนาจเพิ่มขึ้นตามส่วนกิเลสมันก็จะกลัวหรือหวาดเสียว ไม่กล้ามารบกวนมาก คล้ายกับบ้านเรามีคนอยู่หลายคน พวกโจรมันก็ท้อใจ เกิดความกลัวไม่กล้ามารังแกฯ

“ปฏิชาคริย์อุโบสถ” การถืออุโบสถชนิดนี้ใกล้เคียงอริยธรรมยิ่งขึ้น คือผู้ถือต้องสมาทานธุดงค์วัตรข้อใดข้อหนึ่ง เช่น การกินอาหารมื้อเดียว อยู่ป่าช้า อยู่ที่แจ้ง หรือไม่นอน เป็นต้น แล้วมาสมาทานสมณธรรม คือมานำเพ็ญสมณกรรมฐาน, วิปัสสนากรรมฐาน ก็จะเป็นเหตุทำใจของผู้ถือให้ได้รับความสบาย ความสว่างไสวขึ้น นับว่าเป็นอุโบสถพิเศษ ผู้ถือปฏิบัติจะนำเพ็ญอย่างต่ำอย่างสูงก็แล้วแต่กำลังศรัทธา คือจะรักษามากวันหรือน้อยวันดังกล่าวข้างต้นได้ แต่นับว่าเป็นของสูงของวิเศษยิ่งกว่าการถืออุโบสถธรรมดา อยู่ในเพศฆราวาสรักษาได้ก็สูงกว่าเขา อยู่ในสงฆ์รักษาได้ก็เป็นการบวชที่สูงกว่าธรรมดาฯ

2. ผู้รักษาศีลอุโบสถมาประพฤติดุปฏิบัติในทางชอบ ไม่ประมาท ชื่อว่าเป็นผู้มาดำเนินตามรอยพระบาทพระพุทธองค์ เมื่อได้เห็นทุกข์ภัยในโลกมาแล้ว มุ่งบากบันปฏิบัติตนไม่เห็นแก่ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ตั้งจิตมุ่งมรรคผลนิพพาน เรียกได้ว่าถือพรหมจรรย์พิเศษ ย่อมชื่อว่า “อภิชาตบุตร” ฯ

3. “สมณธรรม” เป็นเครื่องประดับของนักบวช “กัลยาณธรรม” เป็นเครื่องประดับของฆราวาส บุญกุศลที่สร้างถือเป็นความดี ส่วนหนึ่งเป็นความดีสามัญ เช่นการทำไร่ นา หากินโดยทางสุจริต เป็นความดีสามัญ ส่วนความดีพิเศษเป็นเรื่องต้องชวนชวย เช่นคนมีความรู้

พิเศษ มีวิชาประกอบ รู้จักวิธีหาปุ๋ยมาใส่ทำให้ไร่ นา นั้น ๆ เจริญผิธรรมา ผลน้อยก็จะกลายเป็นได้ผลมาก เจริญมากขึ้น ในทางบุญก็เช่นกัน ส่วนมากที่ทำตาม ๆ กันก็เป็นบุญธรรมดา ไม่สามารถแตกกิ่งก้านได้ เมื่อต้องการบุญมาก ๆ ก็ย่อมต้องอาศัยการฝึก ให้มากจนเกิดวิชา

4. การจะได้วิชาต้องยึดถือตามหลักที่นักปราชญ์ท่านได้แสดงไว้ เริ่มต้นที่ปฐมวิชา คือการสดับรับฟัง ดูแบบแผนตำรา ท่องบ่น จดจำ เรียนรู้ความรู้ความคิดของคนอื่น ๆ เช่น มาสดับฟังธรรมเทศนา ก็ย่อมเกิดความรู้ความเข้าใจขึ้นได้ นี้เรียกว่า สุตมยปัญญา นับเป็น ปฐมวิชา ต้องหมั่นเรียนอยู่เสมอ ถึงวันพระวันเจ้าก็หมั่นมาฟังเทศน์ ดูเขาเทศน์เขาทำอย่างไร? เขาเทศน์อย่างไร? เทศน์ว่าอะไร? มารับทราบและจดจำเอาไปประดับสติปัญญา สิ่งที่ไม่เคยพบเห็นก็จะได้เห็นได้รู้ ถึงแม้จะเป็นคนต่ำต้อยมาก่อนก็จะสูงขึ้นได้โดยลำดับ ฯ จินตามยปัญญา เป็นวิชาชั้นกลาง เกิดจากการคิดใคร่ครวญไตรตรองในสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง ถ้าไม่หมั่นคิดหมั่นตรอง ปัญญาก็ไม่เกิด เมื่อไม่รู้ก็ให้ไต่ถามครูบาอาจารย์ผู้รู้ให้เข้าใจ ฯ ภาวนามยปัญญา เป็นวิชาของผู้ใหญ่ เป็นปัญญาที่เกิดจากภาวนา คือ จะต้องฝึกฝนอบรมตามที่ได้สดับรับฟังและตริตรองมาดี แล้ว เพราะถ้าไม่เคยฟังไม่เคยคิดแล้ว จะมีความรู้ความเห็นปรุโปร่งไปไม่ได้ ผู้มีปัญญาเขาได้ยินได้ฟังอะไรมา เขาย่อมไม่เชื่อหรือปฏิเสธทันที ไม่ถือเป็นเรื่องจริง ไม่ปฏิเสธว่าเป็นของไม่จริง ไม่ถือว่าสิ่งนั้น ๆ ดีหรือชั่วโดยไม่คิดไตรตรองเสียก่อน ฉะนั้นสิ่งใดที่เราพบเห็นแต่ไม่เข้าใจ ไม่ทราบเรื่องของมัน ก็อย่ารีบปฏิเสธ และอย่ารับว่าเป็นของดีของชั่ว ให้ทำความรู้ให้เกิดในตัวเอง เสียก่อน เช่นเมื่อฟังมาแล้วต้องคิด คิดแล้วต้องฟังประกอบกันอยู่เสมอจนรู้ผิธรรมา ทุกสิ่งทุกอย่างที่มาฟังเทศน์ไปนั้นอย่าให้รีบเชื่อว่าเป็นความจริง ให้นำไปไตรตรองให้เห็นถูกต้องเสียก่อนจึงค่อยจดจำเอาไปใช้ ฯ

5. ตามเรื่องที่เคยเล่าให้ฟัง คือมักจะมีข่าวว่าพระอรหันต์เกิดขึ้นที่โน่นที่นี่ ท่านเก่งในวิชาต่าง ๆ พวกโยมก็มักจะตื่นข่าววิ่งเต้นไปหา บางทีก็ขายข้าหน้ากลับมา บางทีก็มีเรื่อง พระศรีอาริย์เกิดขึ้น แะไปหมด เมื่อปี 2500 พวกโยมก็พากันตื่นเต้น ลงทุนลงแรงไปหาไป กราบไหว้ จนหลังแอ่นไปตาม ๆ กัน นี่เป็นลักษณะไม่ไตรตรองเสียก่อน ขายข้าหน้าจริง ๆ บางทีไปหาพระอรหันต์ตามที่เขาสือกัน ไปเห็นกิริยามารยาทผิด ๆ ก็หมดศรัทธา เป็นการเสียเวลาเปล่า ๆ ฯ

6. ถ้าเขาบอกเรื่องอะไรดีหรือไม่ดีอย่างนั้นอย่างนี้ ต้องไตรตรองดู หรือไล่เลียงถามผู้รู้เสียก่อน ถ้าไม่รู้แน่ก็ไปฟังดู ไปดูให้เห็น ไปสำเหนียกให้แจ่มแจ้งแล้วตรีกตรองดู ถ้าเห็นว่าไม่จริงไม่ดีก็ถอนตัวออก อย่างนี้เรียกว่า “จินตามยปัญญา” เป็นวิชาอันดับสองของพุทธศาสนา ถัดจาก “สุตมยปัญญา” ฯ

7. “ภาวนามยปัญญา” เป็นอีกวิชาหนึ่งที่เลิศมาก เป็นวิชาของผู้ใหญ่เรียก “สมถภาวนา” อย่างหนึ่ง และ “วิปัสสนาภาวนา” อีกอย่างหนึ่ง เป็นวิชาเกิดจากการปฏิบัติ ไม่ต้องทำไม่ต้องคิดไปอื่น มาทำจิตให้หมดนิวรณ์ ทำใจเป็นหนึ่ง ทำใจตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิ เป็นวิชาข้ามโลก ไม่ต้องเดินตามดิน ตามน้ำ ตามบก ยกตนขึ้นเหนืออนาการสเลขทีเดียว เป็นการทำความจิตทำใจให้เกิดวิชาขึ้น วิชาจะเกิดได้อย่างไร? ก็คืออย่าเอาวิชา 2 อย่างแรกมาเกี่ยวข้อง “วิตรกวิจารณ์” ตัดให้หมด อย่าให้มาติดในดวงจิต ถ้าเอาสุตมยปัญญามาเกี่ยวข้องในการเจริญภาวนา หรือเอาจินตมยปัญญามาอยู่ในใจก็ไม่ได้วิชาพิเศษนี้ เมื่อตัดทิ้งได้ จิตก็จะเหลือแต่ตามธรรมชาติของมัน ความยุ่งเหยิงหายไป นิวรณ์ก็หายไป นิวรณ์มันก็เกิดจากตรีกตรองนั่นเองฯ

8. ให้ตั้งจิตสงบนิ่งมุ่งเฉพาะภาวนา ดวงจิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิมีผลกายกอง เมื่อกายใจสงบก็จะมีผลขึ้น 2 อย่าง คือ 1. กายเยือกเย็นเป็นสุข ใจสบาย ปลอดโปร่งไม่วุ่นวาย 2. ยังแสงสว่างให้เกิดในดวงจิต เมื่อเป็นเช่นนี้ก็จะยังความสุขความสบายให้เกิดขึ้น อันเป็นที่ปรารถนาของทุก ๆ คน ผู้ปฏิบัติจิตได้ตามนี้ก็จะเป็นผู้มีอริจิต สามารถทำลายนิวรณ์ 5 อย่าง คือ “กามฉันทะ” ความรักใคร่พอใจหมกมุ่นในอารมณ์ที่น่ารักใคร่ “พยาบาท” ความเคียดแค้นปองร้ายผูกใจเจ็บ “ถีนมิทธะ” ความที่จิตหดหู่เคลิบเคลิ้มมัวง่วง “อุทธัจจะกุกกุจจะ” ความฟุ้งซ่านรำคาญพลุ่งพล่านใจ และ “วิจิกิจฉา” ความลังเลไม่ตกลงใจได้ฯ

9. เมื่อนิวรณ์สิ้นไป ดวงจิตก็จะตั้งมั่นในเอกัคคตารมณ์ ภาวนา “พุทโธ” ก็อยู่ในพุทโธ มากำหนดลมหายใจก็อยู่ที่ลมหายใจ จิตไม่วอกแวกไปอื่น จิตจะวิเวกไม่กังวล เกิดความสุขความสบาย เกิดกำลังใจในตัวเอง

10. เมื่อลมไม่พัด แสงไฟก็ย่อมสว่างไสว ถ้าลมพัด ไฟนั้นก็สว่างเป็นที่ ๆ ไป เปรียบได้กับจิตที่ตั้งเที่ยงไม่เอียงไปตามสัญญาอดีตอนาคต ตั้งมั่นอยู่แต่ในปัจจุบันก็ย่อมจะเกิดแสงสว่าง เกิดปัญญาพิเศษขึ้น ปัญญาพิเศษนี้ไม่มีครูบาอาจารย์มาสอนให้เกิดขึ้นได้ จะต้องปฏิบัติเอง ให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงด้วยตนเองฯ

11. “วิปัสสนาวิชา” จะเกิดขึ้นเฉพาะในจิตของผู้ทำเอง ช่วยกันไม่ได้ เมื่อจิตตั้งเที่ยง นิวรณ์หมดไป ก็เกิดฌานต่าง ๆ คือ “ปฐมฌาน” เป็นฌานประกอบด้วยองค์ 5 คือ วิตรก วิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตา เมื่อละวิตรกวิจารณ์ออกจะเหลืออยู่แต่ “ปิติ สุข เอกัคคตา” เป็น “ทุติยฌาน” แล้วละปิติเสียเหลืออยู่แต่ “สุข” กับ “เอกัคคตา” ก็เป็น “ตติยฌาน” แล้วละ “สุข” เสียได้อีก ก็เหลือแต่ “เอกัคคตา” คือมีอยู่แต่อารมณ์เดียว เป็น “จตุตถฌาน” ตามลำดับไปดังนี้ฯ

12. คนเราเมื่อเกิดวิชานิดนี้ ก็จะทำอาสวะกิเลสของตนสิ้นไป วิชานี้ถือเป็นวิชาชั้นสูง ทำให้เห็นทุกข์จริง เห็นสมุทัย เห็นนิโรธ เห็นมรรคจริงไปหมด สามารถแลเห็นผลคือโลกุตระ-กุศล และสามารถยกตนให้พ้นจากสังสารวัฏไปสู่ที่หมาย คือ วิมุติธรรม ได้ในที่สุด

13. ผู้ใดมาอบรมตัวเอง มาปฏิบัติสมาธิขึ้น ก็เกิดปัญญาขึ้นในตนโดยเฉพาะ ผู้นั้นก็จะทำจิตตนให้พ้นจากอาสวะทั้งปวง มีทางพ้นจากวัฏสงสาร ทำจิตสันดานขึ้นถึงธรรมวิเศษได้ ฉะนั้นผู้ใดมีสมาธิ มีปัญญา ก็ย่อมจะขึ้นถึงนิพพานธรรม พ้นจากทุกข์ทั้งปวง และ

พระบุญญ์ อนุวฒาโน บัณฑิต

ธรรมสังเวคกถา

30 สิงหาคม 2503

(บันทึกโดย พระบุญญ์ อนุวาทโน)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

“อนิจจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺชนนฺติ เตสํ รูปสโม
สุโข”

ณ โอกาสนี้ จะได้แสดงถึงเรื่องอวสานแห่งความเป็นไปของเวไนยสัตว์ ซึ่งปวงชนทั้งหลาย
ที่นิยมกันมาเป็นประเพณีกันนั้น บางท่านอาจจะไม่เข้าใจความมุ่งหมายในการกระทำของตน
การกระทำทั้งหมดที่เนื่องด้วยลัทธิของพระพุทธศาสนานั้น ย่อมมีความมุ่งหมายทั้งนั้น ถ้าไม่มีผู้
เข้าใจกันแล้ว ก็จะทำให้พากันทำไปโดยไม่มีเหตุผล สักแต่ทำตาม ๆ กันเท่านั้น ก็กลายเป็นอย่าง
อื่น ก็จะเป็นผู้ที่ห่างจากธรรมะอันมีมูลความจริง ทั้งผลประโยชน์อันควรได้ควรถึงไปเสียเปล่า
ก็จะเป็นการโง่เขลาในลัทธิธรรมเนียมนั้นเสีย

ฉะนั้น ในที่นี้ จึงจะแสดงถึงเรื่องอวสานแห่งชีวิต คือการกระทำตามกิจนี้ เมื่อนำศพ
ไปตั้งไว้หน้าเมรุแล้ว ก็นิมนต์พระสงฆ์ 4 รูป ไปบังสุกุลนั้น มีความหมายอย่างไร ข้อนี้
หมายความว่า ชาติทั้งสี่แตกแยกกันไปแล้วคนละทิศละทาง ไม่มีหวังจะกลับมาทรงอยู่ตามเดิม
ได้แล้ว อีกนัยหนึ่งพระสงฆ์ที่ได้ปลงวาจาออกมาว่า “อนิจจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน
อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺชนนฺติ เตสํ รูปสโม สุโข” ดังนี้ ธรรมะคำที่กล่าวนั้นย่อมมีความหมายทั้งสิ้น
คือท่านแสดงความเมตตาตตน และผู้ที่มรณะไปนั้น และท่านที่มาช่วยในงาน เพื่อให้เป็นมหากุศล
จะได้ส่งวิบากผลไปให้แก่ผู้ที่วายชนม์ไปแล้วนั้น

ที่พระองค์แสดงไว้แล้วนั้น คือให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะทานทั้งปวง ดังนี้ แต่โดยมาก
มักไม่รู้ความจริงกันเสีย จึงทำให้ประโยชน์ในประเพณีนี้เสียไปโดยไม่รู้ ฉะนั้นบัดนี้จึงจะได้นำ
ข้อธรรมะ ที่ได้ยกขึ้นไว้ในเบื้องต้นว่า “อนิจจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน
อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺชนนฺติ เตสํ รูปสโม สุโข” แปลใจความว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง เกิดขึ้น
แล้วย่อมแปรปรวนไปเป็นธรรมดา เกิดขึ้นแล้วย่อมเสื่อมสิ้นไป ดับไป ไม่คงที่ บุคคลใดมารู้เท่า

ทันในสังขารทั้งหลายเหล่านั้น ไม่ยึดมั่นว่าเป็นจริงเป็นจัง บุคคลผู้นั้นจะถึงความสุขและเบาใจอย่างยิ่งในตน

สรุปรวมยอดทั้งหมดก็คือ สิ่งทั้งปวงเกิดแล้วในเบื้องต้น แปรปรวนในท่ามกลาง ดับไปในที่สุด ใครต้องการบรรเทาทุกข์ให้น้อยลง หรือความหลุดพ้นจากทุกข์ จงเพ่งพิจารณาดูสังขาร ที่ปรากฏอยู่ในโลกนี้

อธิบายคำว่า “สังขาร” นั้น จำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สังขารโลก ซึ่งมีประจำอยู่แก่ปวงชนทั่ว ๆ ไป
2. สังขารธรรม ซึ่งมีประจำอยู่ในตัวของบุคคลทุกรูปทุกนาม

สังขารโลกนั้นคือ มนุษย์ทั้งหลายปรุงแต่งเสกสรรค์ขึ้น ทั้งคุณภาพของบุคคลและข้าวของ เช่น มียศ คนหนึ่งอาจมีหลายชั้น มีลาภ ทรัพย์สินเงินทอง บริษัท บริวารทั้งปวงซึ่งตนได้สะสมขึ้นไว้ มีสรรเสริญเยินยอ อันเป็นที่พอใจของมนุษย์ ซึ่งมีความจริงบ้าง ไม่มีความจริงบ้าง และความสุขอันเกิดจากความบำรุงบำเรอสรระร่างกายให้ปราศจากโรคภัย ธรรมทั้งหลาย 4 ประการนี้ เป็นฝ่ายที่ปวงชนปรารถนาอย่างยิ่ง บางคนอาจไม่เคยนึกเลยว่ามันจะเกิดผลร้ายให้แก่เรา ฉะนั้นจึงเป็นเหตุให้ผลิตเพลีนลุ่มหลงจมอยู่ ที่ทางพระท่านเรียกว่า อวิชชาโมหะ เมื่อเป็นเช่นนี้ สิ่งที่ดีตรงกันข้าม ก็ต้องลามมาถึงวันหนึ่งจนได้ เช่น มียศ เสื่อมยศ มีลาภ เสื่อมลาภ เคยถูกสรรเสริญกลับกลายเป็นเรื่องนินทา เคยมีความสุขจากทรัพย์สินสมบัติกลายเป็นคนอัตคัดขาดแคลน ผิดเคืองทุกข์ร้อนต่าง ๆ ฉะนั้นสังขารทั้งหลายเหล่านี้ พระองค์จึงได้ตรัสว่าเป็นของไม่แน่ เกิดขึ้น แปรปรวน ดับไปเป็นธรรมดาของเขา พวกเราควรจะหาทางปลดปล่อยให้เบาบางออกจากสังขารโลก ตนของตนก็จะกลายเป็นคนเบาใจขึ้นได้อย่างหนึ่ง

ประเภทที่สอง ท่านเรียกว่า สังขารธรรม คือ บุญกรรมแต่งให้มาแต่บุริมชาติ (พรหมลิขิต) เช่นบางคนเกิดมาย่อมไม่เหมือนกันก็เพราะบุญกรรมแต่งให้มาเกิด จึงเรียกได้ว่า ตัวของคนเรานั้นหนึ่งเป็นตัวสังขารธรรม จำแนกออกได้ 3 ประการ คือ ธาตุ ชันธ์ อายตนะ รวมแล้วได้แก่สกลกายของเราทุกคน คือส่วนใดแข็ง มีกระดูกเป็นต้น ท่านเรียกว่า ธาตุดิน ส่วนใดเหลว มีโลหิตเป็นต้น ท่านเรียกว่าธาตุน้ำ ส่วนใดอบอุ่นในสรีระร่างกายท่านเรียกว่าธาตุไฟ ส่วนใดพัดไปมา ท่านเรียกว่าธาตุลม ช่องว่างในร่างกายทั้งหมด ท่านเรียกว่า อากาศธาตุ ความรู้สึกที่แทรกอยู่ในธาตุนั้น ท่านเรียกว่าวิญญาณธาตุ สิ่งทั้งหมดที่กล่าวมานี้ จะดีหรือชั่ว จะสุขหรือทุกข์ จะเลวหรือประณีต สำเร็จมาจากบุญกรรม เพราะเราจะมาเสกสรรค์แต่งเอาไม่ได้ตามชอบใจของเรา นี่ส่วนหนึ่ง

ขันธ์ ได้แก่ประเภท เป็นกลุ่ม เป็นก้อน เป็นกอง ที่ตั้งขึ้นชั่วขณะหนึ่ง คุรุหนึ่ง ก็เสื่อมไป ดับไป ที่ท่านเรียกว่า ขันธ์ห้า คือรูป ร่างกายของเราทุกคน เวทนา อันเกิดขึ้นจากความพอใจและไม่พอใจ สุขบ้าง ทุกข์บ้าง เป็นธรรมดา สัญญา ความจำได้หมายรู้ในผัสสุต่าง ๆ ซึ่งมีอยู่ในโลก สังขาร ความคิดปรุงแต่งในทางจิต ผิดบ้างถูกบ้าง ดีบ้างชั่วบ้าง วิญญาณ ความรู้แจ้ง อันบังเกิดขึ้นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต สิ่งทั้งหลายที่กล่าวมานี้ท่านเรียกว่า ขันธ์ห้า สรุปรวมลงก็คือ กายกับใจ ย่อมสำเร็จมาจากบุญกรรมทั้งสิ้น (ทางพระท่านเรียกว่านิสสัยหรืออนิสัย)

อีกแผนกหนึ่ง คือ อายตนะ ได้แก่ตา เป็นคู่กับรูป หูเป็นคู่กับเสียง จมูกเป็นคู่กับกลิ่น ลิ้นเป็นคู่กับรส กายเป็นคู่กับสัมผัส ใจเป็นคู่กับอารมณ์ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ท่านเรียกว่า เป็นส่วนสังขารธรรม

สังขาร ทั้ง 2 ประการ คือสังขารโลกกิตติ สังขารธรรมกิตติ มีลักษณะเสมอภาคกันหมด เช่นเกิดขึ้นแล้วแปรปรวน หวั่นไหว เสื่อมสิ้นไปโดยธรรมชาติ หากใครได้อบรมจิตใจให้เกิดปัญญา ก็สามารถจะผ่านพ้น ปลีกตัวออกจากสังขารเสียได้ ก็จะไม่รู้จักตายจักเกิด ตัวที่ไม่เกิดไม่ตายนั้น เป็นตัววิสังขาร แต่สังขารห่อหุ้มไว้ ตนไม่มีกำลังเบ่งตัว จึงไม่สามารถที่จะกระเทาะเปลือก คืออวิชชา ออกจากใจได้ เหมือนลูกไก่ที่อ่อน ไม่สามารถจะเบ่งตัวกระเทาะเปลือกของตนออกมาได้ ก็จะนอนจมอยู่ในที่มืดนั้นเรื่อยไป ปวงชนของเราก็ฉันใด ถ้าไม่มีวิธีการอบรมจิตใจของตนให้ชนะตนเองแล้ว ก็ไม่มีโอกาสที่จะหลุดออกจากสังขารได้

ฉะนั้น เมื่อพวกพุทธบริษัททั้งหลาย ได้พบผ่านสังขารประเภทใดเข้าแล้ว ก็ควรสำนึกถึงตนว่า สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นชั่วขณะหนึ่งครู่หนึ่ง ก็ค่อย ๆ เสื่อมไป ในที่สุดก็หมดเหมือนเทียนที่จุดไว้ เมื่อหมดเชื้อในไส้แล้ว ก็ดับไปเป็นธรรมดา แต่ไม่ควรเห็นเพียงแค่นั้น ควรสำนึกลงไปอีกว่า สิ่งใดเกิด เกิดขึ้น สิ่งไม่รู้จักเกิดต้องมี สิ่งใดแปรไปได้ สิ่งไม่รู้จักแปรต้องมี สิ่งใดดับต้องมี ควรค้นคิดพิจารณาดูความจริงสิ่งเหล่านี้ ถ้าเป็นผู้มีปัญญาปรีชาแล้ว ก็จะได้รู้ได้ชัดทีเดียว เปรียบเหมือนกับไฟ จุดไว้ในตะเกียงหรือเทียนกิตติ ย่อมมีสีแสงต่าง ๆ สีแดง สีขาว สีเขียว สีนวล สุดแต่แต่ผู้จะแต่งเอา บุคคลเราก็ฉันใด ใจดีใจชั่ว ใจมีดีใจดำ ใจเศร้าใจหมอง ใจใส ใจสะอาด ที่จะเป็นไปได้เช่นนั้น ก็สำเร็จไปด้วยบุญกรรมที่สร้างขึ้น เมื่อไฟทั้งหลายที่จุดไว้ดับไปแล้วจากเทียน ผู้ไม่มีปัญญาก็จะเห็นว่า ไฟดับ ไม่มี แต่ผู้ได้ศึกษาดี แก่การเรียน ก็จะเห็นว่าไฟนั้นไม่ดับ การดับนั้นมันเป็นเรื่องของเชื้อไฟต่างหาก ส่วนแสงที่หายไปนั้น ได้แบ่งส่วนไปอยู่ในเชื้อต่าง ๆ ตามอากาศหรือวัตถุ ผู้มีปัญญาสามารถจะนำแสงไฟมาใช้ประโยชน์ใหม่ได้เป็นอย่างดี

ฉะนั้น การมรณภาพของบุคคล ก็เช่นเดียวกัน หมดเชื้อคือธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่สมดุลงัน ก็กระจัดกระจายไปตามหน้าที่ ส่วนจิตวิญญาณนั้น ได้สร้างคุณงามความดีความชั่วไว้อย่างใดในโลกนี้ ก็เป็นเชื้อดังจุด นำไปบังเกิดในภพอื่นต่อไป เหมือนไฟดับทางนี้ ไปอยู่ที่โน้น ถ้าผู้ประสงค์ที่จะให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวง ก็ควรจะทำลายเชื้อให้หมดไปจากจิตแห่งตน สมกับนิพนธ์ที่กล่าวไว้ว่า "เตสฺ วุปสโม สุโข" บุคคลใดได้ทำการรู้เท่าทัน ไม่ยึดมั่นในสังขารทั้งปวง ทำความสงบระงับในจิตของตน ให้ปราศจากสังขาร ก็จะได้ถึงซึ่งบรมสุขอย่างเลิศ คือสุขที่ไม่ได้เกิดจากความร้อนและความหม่นเวียนเปลี่ยนแปลง เป็นความสุขอันใสสะอาด เหมือนสุกดาวอยู่บนนภาภาค สามารถทำความสว่างได้ทั้งกลางวันกลางคืน แม้มนุษย์ปวงชนได้มองเห็น ก็จะเป็นเหตุเย็นตาร่าเริง

ฉะนั้น บุคคลผู้ใดมาทำใจให้พ้นจากสังขาร 3 ประการ โดยย่อ ๆ คือ อย่ายึดกายสังขาร ว่าเป็นของจริงจัง อย่ายึดวจีสังขาร คือความคิดนึกตรึกตรองที่จะต้องใช้คำพูดเกิดขึ้น เป็นเรื่องเป็นราว จิตสังขาร ความคิดตึกคิดชั่วโดยลำพังตน ควรทำจิตของตนให้พ้น อย่ายึดถือ ว่าเป็นสิทธิ์ของตน บุคคลผู้นั้นก็จะถึงธรรมอันสะอาดสุกใสที่ท่านเรียกว่า อสังขตธรรม ถึงแล้ว พ้นจากความเกิด ความแปรปรวน ความดับ ถึงธรรมชาติไม่เกิดไม่ดับ นั้นแล ทางพุทธศาสนานิยมกันว่าเป็นของเลิศประเสริฐยิ่ง ของสูง ผู้มีปัญญาปรีชาฉลาดแล้วก็ย่อมเกิดเอาจากของต่ำ พวกเราพุทธบริษัท ผู้จะปฏิบัติตนให้ถึงอสังขตธรรม ก็ให้เพ่งพินิจพิจารณาในสังขารโลก และสังขารธรรมนี้เอง

สรุปใจความเพียงย่อ ๆ สิ่งทั้งปวงเกิดขึ้นไม่เที่ยง สิ่งทั้งปวงเกิดขึ้นแปรปรวน สิ่งทั้งปวงเกิดขึ้นดับไป แต่ธรรมชาติดวงจิต ไม่เกิด ไม่แปรปรวน ไม่ดับ เป็นสิ่งที่มีอยู่ในตัวของตนทุกรูปทุกนาม ใครจะรู้เห็นได้ต้องอาศัยค้นคว้าด้วยตนเองจึงจะรู้ได้

บรรยายมา ในธรรมสังเวยกถา ที่ได้ยกขึ้นมาในเบื้องต้น ก็ยุติเพียงเท่านี้.

โงาาาเล็กๆ น้อยๆ

1. กิเลสมาก มันกัดร่างกายให้สึกหรอ เดินไปสวรรค์ก็ไม่ไหว มันอ่อนเพลีย ไปนิพพานก็ไม่สำเร็จ ๕

2. จิต ที่เต็มไปด้วยกิเลส เปรียบเหมือนน้ำเค็มในมหาสมุทร ฉะนั้น จงพากันวิตก วิจารณ์ถกเถียงให้มาก ๆ จนทำน้ำเค็มให้เป็นน้ำจืด ๕

3. ดวงจิตนั้นต้องเลี้ยงมันด้วยบุญกุศล ต้องให้บริโภคนุญมาก ๆ มันจึงจะอ้วนพี ถ้าบุญน้อยมันก็ผอม ๕

4. การบำเพ็ญสมาธิภาวนา มีประโยชน์ 4 อย่าง คือ

(1) ประหยัดคำพูด

(2) รักษาเวลาที่จะทำให้เกิดประโยชน์ 4 อย่าง คือ

(3) เป็นการเชื่อฟังคำสั่งสอนของครูอาจารย์

(4) เป็นการเผยแผ่คุณงามความดีของตนให้เกิดประโยชน์ ดังนี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำให้ตนเป็นคนไม่ว่าง ๕

5. แม้จะไม่เสมอภาคกันด้วยประการใดก็ตาม เมื่อเราถือว่าเราเกิดมาเป็นลูกพ่อเดียวแม่เดียวกันแล้ว (ลูกพระพุทธ พระธรรม) ก็ควรประพฤติตนให้สมแก่ภาวะ คือ มีเมตตาซึ่งกันและกัน ไม่เบียดเบียนกัน และน้อมไปในทางเดียวกัน ๕

6. พุดไม่เพราะ แต่เจตนาดี ก็มีผู้อยากฟัง บางคนพุดเพราะด้วย เจตนาดีด้วย ก็ยังดี พุดเพราะแต่เจตนาไม่ดี ก็ไม่มีผู้อยากฟัง ๕

7. การฟังและการพุดนั้น ก็ควรฟังและควรพุดให้พอเหมาะพอดี ๕

8. เราควรจะเป็นพี่ ก็เป็นพี่ ควรจะเป็นน้อง ก็เป็นน้อง ควรจะเป็นครูอาจารย์ ก็เป็นครูอาจารย์ หรือควรจะเป็นศิษย์ ก็เป็นศิษย์ อย่าทำให้มันขวาง ถ้าไปขวางแล้ว มันก็

ไม่ดีฯ (เราอายุมากกว่าแต่คุณความดีน้อยกว่าเขาก็ต้องเป็นน้อง อายุน้อยแต่คุณความดีมากกว่าเราก็เป็นพี่เขาได้)

9. ถ้าเราควรจะใช้หู ก็ใช้หู ควรจะใช้ตากก็ใช้ตา ควรจะใช้ปากก็ใช้ปาก หรือควรจะใช้กาย ก็ใช้กาย ให้หูคู่กับเสียงให้เหมาะสมกัน ใช้ตากูกับรูปให้เหมาะสมกัน ฯลฯ วาจา และมรรยาทก็ให้เหมาะสมกัน ฯ

10. ให้ถือว่าตัวของเรา ก็เป็นอาหารอันหนึ่งของครูบาอาจารย์ คือ “ผัสสาหาร” ถ้าเราทำดีเป็นอาหารดีของท่าน ถ้าทำชั่ว ก็เป็นเสมือนยาเบื่อหรือยาพิษ ฯ

11. เสียศีลธรรมของตัวเรา คนเขามาพบเห็นเป็นสิ่งไม่ดีงาม จงชำระกาย วาจา ใจ ตลอดจนสถานที่อยู่ของตนให้สะอาดเสมอ จึงจะเป็นมงคล ฯ

12. คนสกปรก (ประพฤติชั่ว) ย่อมไม่มีใครอยากเข้าใกล้ สถานที่สกปรก ก็ไม่มีใครอยากเข้าไปเหยียบ แม้จะถ่ายก็ยังไม่อยากถ่ายในสถานที่เช่นนั้น ฯ

13. แกง เป็ด ไก่ ปลา นั้น เรากินวันนี้ พอพรุ่งนี้มันก็กลับไปบ้าน ส่วนผัสสาหารที่ดีนั้น มันติดไปจนตาย ฯ

14. การประพฤติดี ปฏิบัติชอบด้วยกาย วาจา ใจ ชื่อว่าช่วยกันเผยแผ่ลัทธิธรรมเนียมที่ดีของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อีกอันหนึ่งก็ให้คิดเสียว่า เป็นการสืบต่ออายุของพระศาสนา ให้ยืนยาวทรงอยู่โดยความถาวรวัฒนา เพื่อเป็นระเบียบแบบอย่างของกุลบุตรและธิดา ผู้เกิดมา ณ ภายหลัง ฉะนั้น จึงขออนุโมทนาในกองการกุศลของพวกเราทั้งหลาย อนึ่ง ในกาลข้างหน้าแห่งชีวิตของพวกเรา เป็นของไม่แน่นอน เราอาจจะพลัดพรากจากโลกไปเสียก็ได้ หรือเราอาจมีความเป็นอยู่แต่มีความการขัดข้องเกิดขึ้นในข้างหน้า เราก็ไม่สามารถที่จะมีโอกาสได้มาทำความดี ดังที่เคยกระทำมา ฉะนั้น ในกาลต่อไปก็จงอย่าได้พากันประมาท ให้ตั้งใจประพฤติปฏิบัติลัทธิธรรมเนียมที่ประจำตัวไว้ เราจะไปอยู่วัดหรืออยู่บ้านก็ตาม ก็ขอให้ระลึกว่า “เราจะต้องทำความดีตามคำตักเตือนว่ากล่าวของ “ท่านพ่อ” อยู่เสมอ” จงปฏิบัติจิตใจของตนให้ตั้งอยู่ในศีล สมาธิ และภาวนาของตนเรื่อยไป อย่าให้พวกฝูงมารมากัดกินความเพียรของเราได้ ฯ

เมื่อเราทำตามโอวาทของท่านทุก ๆ อย่างเราก็ได้ชื่อว่าเป็นลูกของท่านจริง ฯ

จริยานุวัตร

จรรยา	ของ นักปราชญ์
มรรยาท	ของ ผู้นำ
1. โลกตถจริยา	ทำตนให้เป็นประโยชน์แก่โลก
2. ชาติตถจริยา	ทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ชาติ
3. อุตตตถจริยา	ทำตนให้เป็นประโยชน์สุขแก่ตน

อธิบายความ

1) โลก คืออะไร? โลกมี 2 คือ

ก. โอกาสโลก ได้แก่ที่อยู่ของสัตว์ทั้งหลาย คือ พื้นแผ่นดินที่ใหญ่กว้าง ส่วนย่อยๆ คือสถานที่ตั้งบ้านเรือน ไร่นา ขอบเขตประเทศชาติ บ้านเมือง ที่ดินมีสิทธิและหน้าที่สร้างสรร ให้เจริญพัฒนาการต่อ ๆ ไป

ข. สัตว์โลก ได้แก่สัตว์เดียรัจฉาน มนุษย์ เทพบุตร เทพธิดา อินทร์ พรหม ยมยักษ์ ซึ่งสถิตอาศัยอยู่ในโลกทั้งปวง คบคนประเภทไหน สร้างความดีไว้ในพวกนั้น เหมือน ช้างสารไปที่ไหน ๆ ย่อมทิ้งรอยของตนไว้ในที่นั้น ๆ

2) ญาติ คือใคร ? ญาติมี 3 จำพวก คือ

ก. เครือญาติที่ได้เกิดมาแล้วในสกุลนั้น ๆ นับแต่ บิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย พี่ ป้า น้า อาว์ นี้ จำพวก 1

ข. ได้แก่คนคุ้นเคยใกล้ชิดสนิทกัน มีบุตร ภริยา พ่อตา แม่ยาย เพื่อน สหายทั้งปวง นี้จำพวก 1

ค. เพื่อนที่ร่วมลัทธิขนบธรรมเนียมเดียวกัน เช่น นับถือศาสนาอย่างเดียวกัน แม้คนคนนั้นจะห่างไกลก็ควรถือว่าเป็นญาติกัน นี้จำพวก 1

3) ตน คืออะไร?

ตน คือหมายเอากายใจนี้เอง ตนของตนให้มีความยุติธรรมแก่ตนเอง ธรรมดา

คนเราก็มีความปรารถนาอยู่อย่างเดียวกัน คือความสุข ความสำราญเบิกบานใจ เท่านั้น จะสำเร็จได้หรือไม่สำเร็จนั้น สุดแต่เหตุที่ควรจะเป็นไปได้ ถ้าทำเหตุที่เหมาะสมก็สำเร็จความ ประสงค์ ถ้าเหตุไม่ดีก็ได้ผลตรงข้ามทีเดียว ประโยชน์ที่ควรจะให้เกิดขึ้นแก่ตน แก่ญาติวงศ์ ปวงโลกทั้งหลายนั้นก็มิใช่ 3 อย่าง คือ 1. ประโยชน์ชาตินี้ 2. ประโยชน์ชาติหน้า และ 3. ประโยชน์อันยิ่งใหญ่ คือ มรรค ผล นิพพาน สามประการนี้เป็นสิ่งที่ไม่เหลือวิสัยของ มนุษย์ ฉะนั้น จึงควรทำขึ้นให้ปรากฏแก่โลกได้ การที่จะเป็นไปได้นั้นต้องมีคุณสมบัติ อยู่ 4 อย่างคือ

ก. **อบรมปัญญา** ให้เกิดโดยชอบ รอบคอบด้วยเหตุผล มองหลังคอยท่า มองข้างหน้า ให้แลเห็น (รู้เหตุการณ์) อย่าเหยียบคนต่ำ อย่าล้ำคนสูง เดินดินระวังเท้า ขึ้นเขาระวังตา

ข. **สัจจะ** ทำอะไรให้ทำจริง มีผลช้าหรือเร็วอย่าเร่งคิด ทำจิตมั่นไม่หวั่นไหว จริงกาย จริงวาจา จริงใจ ได้สำเร็จในวันหน้า อย่าทอดยอซื้อเชื่อผลอดั่วรวดเร็วแล ชื่อสัตย์ ปฏิบัติตนให้รอบคอบในหน้าที่และการงาน จักสำเร็จประโยชน์สันติสุขกัน

ค. **อาคะ** สละทรัพย์จับแจกจ่ายและเจือจาน สละตนให้เกิดผลในการงาน สละสุข อันนิดหน่อยปล่อยภาระ อย่ากังวลในสิ่งที่จะเป็นข้าศึกและศัตรู กัดกันผลประโยชน์ใหญ่อัน ไพบูรณ์ (ส่วนรวม)

ง. **ขันติ** ความอดกลั้นและอดทน ฝึกฝนใจให้สงบ ให้กำจัดสิ่งที่จะเป็นศัตรูในทางใจ คือกิเลสและโทโส อย่าโมโหทำการงาน เมื่อผิดพลาดย่อมเสียผล ประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน จะเสื่อมสูญ

ผู้ใดประพฤติปฏิบัติตนได้โดยธรรมเหล่านี้แล้ว ย่อมสำเร็จประโยชน์ (“พุท” หายใจเข้า “โธ” หายใจออก บอกทางบุญ) ๔

คนในโลกมี 4 จำพวก คือ

1. **คนพาล** ชอบทำชั่ว โทษของตัวมองไม่เห็น
2. **กัลยาณชน** คนดีทำตนให้มีค่า ทำเวลาไม่ให้สูญ
3. **บัณฑิต** ผู้ฉลาด เลือกรางานสิ่งคู่ควร คบคนรู้จักเลือก ทำความดีให้เกิดได้ใน สังคมของนักปราชญ์

4. **มหาบัณฑิต** ไม่รักไม่เกลียดเบียดเบียนใคร ประโยชน์ใหญ่จักเกิดมี ทำความดีให้บัณฑิต ไม่ค่อยมีค่า ทำความดีให้เกิดแก่คนพาล มีค่าสูง พยุงเกียรติ

บทประพันธ์ของท่านพ่อ

วันหนึ่ง นายมัน ลูกศิษย์ประจำกุฏิของท่านพ่อได้นำม้วนกระดาษมาส่งให้ข้าพเจ้าม้วนหนึ่งพร้อมกับหัวเราะอย่างขบขันจริง ๆ และพูดว่า

ท่านพ่อท่านสั่งให้คุณแก้ตัวนครับ แหม! วันนี้ตั้งแต่เช้าท่านไม่ออกมาข้างนอกเลย ปิดประตูเงียบอยู่ในกุฏิทั้งวัน ผมคิดว่าถ้าท่านคงจะนั่งสมาธิ จึงค่อย ๆ ย่องไปแอบมองดูที่เท้าท่านนั่งแต่โคลงกลอนนี่เอง เดียวนี้ท่านพ่อท่านกำลังจะหัดเป็น นักประพันธ์ อย่างคุณบ้างแล้วนะครับ เขาพูดเล่นสนุก ๆ กับข้าพเจ้าแล้วก็เดินอมยิ้มกลับไป.

ข้าพเจ้ารับม้วนกระดาษมาคลี่อ่านดู เห็นเป็นบท คติธรรม เขียนด้วยลายมือตัวโต ๆ ยุ่ง ๆ ยาวเต็ม 3 หน้ากระดาษฟูลสเก็ป พิจารณาไปว่าจะจะเป็น กาพย์ ก็ไม่ใช่ “กลอน” ก็ไม่ใช่ แต่เป็นสารคดีน่าฟัง พอถึงตอนจบก็เห็นมีคำสั่งเขียนตรงบรรทัดล่างที่สุดว่า อรุณแก้ไข ดัดแปลงให้ด้วย

ข้าพเจ้าทราบความประสงค์ของท่านว่า คงจะนำไปพิมพ์เป็นบรรณการสำหรับแจกในงานฌาปนกิจศพ ครูเอื้ออารี ชังคมานนท์ ซึ่งกำหนดจะทำที่วัด ถ้าพระสหาย จ.ลำปาง ในเร็ว ๆ วันนั้น จึงรีบลงมืออ่านทวนต้นใหม่ และได้แก้สัมผัสบางตอนให้ถูกต้องตามแบบของกาพย์ฉะบັง เพราะนึกในใจว่าถ้าไม่แก้ไขให้ถูกแล้ว ท่านผู้รู้ก็อาจจะติเตียนได้ ดังนั้นเมื่อแก้ไขเรียบร้อยแล้วจึงรีบเขียนส่งไปถวาย แต่ก็ไม่เห็นท่านส่งต้นฉบับนั้นกลับมาให้พิมพ์ ซึ่งในที่สุดก็เลยเงียบไป จึงเป็นอันว่าไม่ได้พิมพ์แจกงานศพ ครูอารี ตามที่ข้าพเจ้าคิด.

เมื่อวันนั้น ข้าพเจ้าไปค้นโอวาทต่าง ๆ ของท่านพ่อแล้วไปพบต้นฉบับเดิมของท่านเข้า ก็เลยคัดมาลงพิมพ์ไว้ตามแบบเดิมที่ท่านเขียนส่งมาให้ โดยไม่เปลี่ยนแปลงแก้ไขอะไรของท่านเลย ทั้งนี้นอกจากจะได้คติในเนื้อธรรมของท่านแล้ว พวกเราลูก ๆ ก็ยังจะได้อ่านฟังสำนวนประพันธ์ของท่าน ซึ่งท่านได้อุตส่าห์ลงแรงเขียนเป็นอนุสรณ์ให้แก่ ครูเอื้ออารี ชังคมานนท์ ผู้เป็นศิษย์ เป็นคนแรกและเป็นคนสุดท้ายด้วย เราหวังว่าวิญญานของ ครูอารี คงจะปลาบปลื้มมิใช่น้อย ถ้าสามารถหยั่งรู้ได้ในเมตตาคจิตของท่านพ่อที่ได้มีต่อเรานี้

คติธรรม

ความตายและความเกิดเป็นกำเนิดแห่งความทุกข์

ความสุขอันประเสริฐ
นิพพาน อยู่ในใจ
ความดีเป็นของตัว
ไฟลุกไหม้เหลือเตา
ความดีมีในตัวเท่าไรเท่า
นัยน์ตาฟางมองไม่เห็น
ตัวเหี่ยวเหี่ยวบินร่อน
เล็บเขาไว
ดินขยี้ม ปากเขาจิกพลิกไปมา
ยาเบื่อและยาเมา พิษงูเห่า
นักปราชญ์ผู้ปรีชา
ย่อมนำมาแห่งความเลื่อมใส ฯ
กิเลส คือ ขันธ์ห้า
จงบำเพ็ญทางจิตใจ
ความดีเป็นของตัว
พึงทำนไม่เหมือนเรา
ความดีที่จะพัน
ทำใจให้แน่ว
ทำไปได้ปัญญา
อวิชาเป็นต้นเหตุ
จิตใจเที่ยวฟุ้งซ่าน
เห็นเงาว่าตัวจริง
ทำใจให้อยู่หยุด
กิเลสอวิชา
วิชาเกิดในจิต
อดีตอนาคต
จิตใจไม่พัวพัน
ดีชั่วธรรมดา
อยากอยู่ก็หายใจ

ไม่ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย
ใครรู้ได้เข้าถึงธรรม
ความชั่วเป็นของเขา
สุขหม้อข้าวเผาเผา
ความดีของเขาเท่าช้าง

หาไก่อ่อนหัวเข้าห้อย
เฉี่ยวลูกไก่ได้กองฝอย
ชนชี้หมาไปทั้งกอง
ฆ่าคนเขลาให้ฉิบหาย
ผสมยาให้คนกินสิ้นโรค

เป็นนาวาเครื่องนำไป
ให้ผ่องใสนั่นคือธรรม
ความชั่วเป็นของเขา
พึงเขาไม่เหมือนตน
ใจของตนจงทำเอา
ทำให้จริงทั้งนิรันดร์
อวิชาไม่เหลือเศษ
คือแดนเกิดแห่งสังขาร
หลงสังขารว่าของจริง
ย่อมทอดทิ้งใจของตัว
พุทธ เกิดมา
เหล่าตณฺหาภิสิ้นไป
ดับความคิดละสังขาร
กำหนดได้ปัจจุบัน
ไม่ยึดมั่นกาลใด ๆ
ภาวนาตามสบาย
อยากตายก็ทั้งลม

นั่งเล่นและนอนเล่น
 ทำมรรคก็เกิดผล
 นึก 'พุท' ลมเข้า
 พวกท่านภาวนา 'อานาปาน'
 พุทธะ และ ธัมโม สังโฆ
 วันหนึ่งถึงอันเดียว
 ความดีและความงาม
 ความยากและความจน
 ใครทำไว้มีข้อใจ
 มีแบบ 'อานาปาน'
 วัดตั้งอยู่ไม่ห่าง
 ปากน้ำ กับ บางปู
 มองไป แผลมฟ้าผ่า

อยากพบให้ไปหา
 อยู่ไม่ห่าง จากกรุงเทพฯ ถึงหน้าวัด
 เลยกดและทางโค้ง
 ปีนีสองพันห้า เลยสองปี
 ในเดือนแห่งตุลา.
 ฤกษ์ดีและยามดี
 ได้บวชสองพันห้า
 ได้เที่ยวและชักชวน
 สิ้นแล้วคนอาลัย 'ครูอารีย์'
 เอาแหละพูดถึงตาย
 ใคร ๆ หนีไม่พ้น

สร้างความดีในโลกียให้ปวงชน
 ในโลกนี้อย่างสงสัย
 เอา 'โธ' ไว้ ลมออกมา
 คือความตาย
 แลละตัวเรา
 อย่าไปเที่ยวคิดมีสาม
 จงนั่งตามที่ตัวเอง
 ใครอยากพ้น จงทำใจ
 จงตามไป "อโศกา"
 ภาวนาชี้แนวทาง
 ในระหว่างครึ่งบางปู
 วัดตั้งอยู่ห่างทะเล
 เห็นหลังคาสีเหลืองแดง
 ปาลำพู หลวงพ่ออยู่บางเวลา
 กิเลสหนาคงเบาบาง
 สามสิบเอ็ดแห่งกิโล.
 รถวิ่งตรงเห็นแนวสน
 ครูอารีย์ สิ้นชีวา
 ในพรรษาวันที่สาม
 ได้บวชชีเป็นนางพรหมณ์
 ภาวนาพอสมควร
 พวกชาวบ้านมาเลื่อมใส
 ชาวบ้านนี้เขาเสียดาย
 ในโลกนี้ มันยอมมีหัวทุกคน
 มันมาจนที่ความตาย ฯ

พระอาจารย์ดี

(นี่แหละคือบทประพันธ์ของท่านพ่อ ซึ่งได้คัดจากต้นฉบับเดิมของท่านจริง ๆ -อ.)

โหวาท่านพอในยามอาพาธ

พระสมณะในคราวที่เจ็บป่วย ถ้าวรักษาดัวไม่ตีมีโทษ 3 ประการ

1. พระธรรมลงโทษ
2. เทวดาลงโทษ
3. มนุษย์ลงโทษ

เมื่ออยู่ในลักษณะอย่างนี้ จะตายหรือจะหายย่อมไม่มีประโยชน์แก่ตัว

(1) พระธรรมลงโทษนั้นอย่างไร? คือเมื่อเจ็บป่วยลงก็เข้าใจว่าความเจ็บป่วยเป็นของตัว (ตัวเป็นผู้เจ็บ) ไม่สามารถจะแยกกายแยกจิตให้เป็นคนละส่วนได้ เพราะความสงบจิตไม่เพียงพอ กับสมุฏฐานของโรค ฉะนั้นจึงต้องได้รับโทษคือทุกข์เวทนา

(2) เทวดาลงโทษ คือใครได้เจริญสมณธรรมแล้วด้วยดี ย่อมมีเทวดาคอยพิทักษ์รักษา เมื่อเจ็บป่วยเกิดขึ้นย่อมทำการรักษาความดีของตนไว้ไม่อยู่ ก็แสดงความทรมานทรมายให้เกิดขึ้น เป็นเหตุให้เป็นที่เบียดเบียนของเทพเจ้าทั้งหลาย เพราะโทษที่ไม่แสดงความสงบตามภาวะของสมณะ เทวดาย่อมลงโทษ

(3) มนุษย์ลงโทษนั้นอย่างไร? คือทำตนให้เป็นคนพยาบาลยาก ไม่มีความอดทน ไม่รู้จักรักษาอิริยาบถของตน ให้สมกับภาวะที่ป่วย เป็นคนจุกจิกคลุกคลีในกามารมณ์ เป็นที่อยู่ของนิวรณ์ธรรม คือ ปล่อยนิวรณ์เข้าครอบงำจิต จิตย่อมหม่อมอำนาจและกำลัง ยังความเกลียดชังให้เกิดขึ้นแก่ปวงชน

ฉะนั้น เราผู้ป่วยควรยังความไม่ประมาททั้งกลางวันและกลางคืน จึงจะนำมาซึ่งความสุขสวัสดิ์ มิฉะนั้นจะเป็นหนทางนำมาซึ่งความกำเริบแห่งโรค

เรามาอยู่โรงพยาบาลรักษาดัว ถ้าเข้าใจเพียงแต่เท่านั้นก็ชื่อว่าเข้าใจผิด ต้องทำความเข้าใจว่า เรามาทำจิตปลงสังเวชบาเพ็ญสมณธรรม อันจะนำตนให้พ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวง

ให้ถือเสียว่าเรามารักษาคติของเราต่างหาก เพราะเราไม่ใช่หมอ เราไม่ต้องไปยุ่งกังวลกับเรื่องของร่างกายให้มากนัก ทำจิตให้เสียกำลังไปเปล่า ๆ ตัวเราผู้ป่วยมีหน้าที่ต้องใช้สติรักษาคติของตัวเองเท่านั้น มันจะเป็นมากน้อย จะตาย จะหายอย่างไร ไม่ใช่ธุระของเราทั้งสิ้น ต้องตั้งจิตของตนอย่างนี้จึงจะเป็นการถูกต้อง

พระสุทธธรรมรังสี ๑

24 ธันวาคม 2503

ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า ธนบุรี

รัตนคาถา

28 มีนาคม 2504

(บันทึกโดย พระมหาประสิทธิ์ สุทธิพันธุ์)

เย เกจิ พุทฺธ สรณ คตาเส,

น เต คมิสฺสนติ อปายภูมि,

ปหาย มานุส เทห เทวกาย ปริปุเรสฺสนตติ.

“บุคคลเหล่าใด ถึงแล้วซึ่งพระพุทธเจ้าว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึกของตน บุคคลทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมปิดเสียได้ซึ่งอบายทั้งสี่ มีนรกเป็นต้น เมื่อทำลายกายของมนุษย์แล้ว ย่อมเข้าถึงกายอันเป็นทิพย์ (คือ สวรรค์ เทวโลก)”

จะได้อธิบายในข้อความข้างต้นนี้ต่อไป เพื่อจะได้ปฏิบัติให้เข้าถึงซึ่งสิ่งที่ตนปรารถนาว่าเป็นของเลิศ สามารถที่จะกำจัดทุกข์ภัยของตน เพื่อบรรลุถึงสรณะอันเกษมสำราญ

จริงอยู่มนุษย์ที่เกิดมาในโลก ย่อมไม่มีที่พึ่งของตนอันเป็นแก่นสารได้เลย คือไม่สามารถที่จะให้ผลติดตามตนของตนไปในปรโลก จะมีอยู่ก็คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์เท่านั้น ที่สามารถเป็นที่พึ่งของตนในชาตินี้และชาติหน้า ฉะนั้น ในตอนต่อไปนี้จะได้แยกหัวข้อของพระรัตนตรัยซึ่งได้กล่าวไว้ในเบื้องต้น พระรัตนตรัยนั้น บุคคลทั้งหลายที่ปฏิญาณตนถึงอยู่ 2 ประเภท คือ

1. เป็นส่วนบุคลาธิษฐาน คนบางจำพวกถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์แต่ส่วนบุคคลเพียงเท่านั้น

2. เป็นส่วนธรรมาธิษฐาน คนบางจำพวกถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์โดยธรรม คือทำข้อปฏิบัติให้เกิดมีในตนเอง

1. ส่วนบุคลาธิษฐาน

บุคลาธิษฐานนั้นได้แก่ บุคคล อันเป็นส่วนรูปหรือวัตถุ

1) ส่วนพระพุทธ พระพุทธเจ้าหมายถึงเอาบุคคลผู้หนึ่งซึ่งเป็นผู้ที่มีความบริสุทธิ์สะอาดในทางใจ ถ้ายายไปแล้วก็มีอยู่ 4 ชนิด คือ

ก. สัพพัญญูพุทธะ ผู้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ไม่มีครูสั่งสอน

ข. ปัจเจกพุทฺธะ ผู้ตรัสรู้แล้วไม่ทรงบัญญัติพระศาสนา สำเร็จแล้วทรงอยู่โดยลำพัง

ค. สาวกพุทฺธะ ได้แก่พระสาวกสาวิกาทั้งหลาย ซึ่งปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ แล้วตรัสรู้ตาม

ง. พุทฺธุตตพุทฺธะ ผู้ได้ศึกษาไว้มากแล้ว ปฏิบัติตามก็ได้ตรัสรู้บรรลุนิพพานอย่างสูง ท่านทั้งหลายเหล่านี้ล้วนแต่เป็นบุคคลคนหนึ่ง แต่ละองค์จึงเรียกว่า เป็นส่วนบุคลาธิษฐาน เป็นเครื่องอาศัยที่พึ่งที่ระลึกในส่วนต้น ๆ ยังไม่เป็นแก่นสารเท่าไรนัก แม้จะเป็นความดีได้ก็เสมอการมาจรกุกุลเพียงเท่านั้น ถึงจะปิดบทยได้ก็เป็นบางครั้ง ถ้าเสื่อมจากความเชื่อและความเลื่อมใสในบุคคลเหล่านั้น ก็จะเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างอื่นได้ เพราะท่านทั้งหลายเหล่านั้นตกอยู่ในสภาพธรรมดา คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความลำบาก อนตฺตา ตัวเองก็ไม่สามารถจะกันความตายไว้ได้ ฉะนั้นใครถึงเพียงบุคคลเท่านั้น ก็จะมีผลอันจะพึงได้อยู่สองประการ คือ ตีใจกับเสียใจในคราวพลัดพราก เพราะธรรมดาบุคคลหรือวัตถุในโลกนี้ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ตามธรรมชาติ ไม่ว่านักปราชญ์หรือบัณฑิตหรือคนธรรมดาสามัญ ย่อมเป็นไปเสมอภาคกันหมด

2) ส่วนพระธรรม ซึ่งเราขอถึงกันอยู่นั้น ก็ยังเป็นบุคลาธิษฐานอยู่ เพราะเหตุใด เพราะเหตุว่า คำสอนทั้งหมดย่อมเกิดขึ้นจากวาตะของบุคคลทั้งนั้น นักปราชญ์ได้จัดไว้ดังนี้

ก. พุทธภาษิต พระพุทธเจ้าตรัสเองโดยพระโอษฐ์

ข. สาวกภาษิต สาวกทั้งหลายได้แสดงไว้เพื่อเป็นคำสอน

ค. เทวตภาษิต เทพดาบางเหล่าเมื่อมาเฝ้าพระองค์แล้ว ก็เปล่งคาถาออกมาเป็นคติธรรมที่ควรประพฤติตามได้

ง. อัสสาภภาษิต ฤาษี โยคี นักพรต ให้ภาษิตไว้เพื่อเป็นคติที่ถูก สามารถที่จะให้ประโยชน์แก่พุทธบริษัท

นักปราชญ์ทั้งหลายได้รวบรวมและร้อยกรองไว้เป็นพระปริยัติธรรม คือพระสูตรบ้าง พระวินัยบ้าง พระประมัตถ์บ้าง ที่รวมเรียกว่า “พระไตรปิฎก” ดังนี้

พระธรรมทั้งหลายที่กล่าวมานี้ ล้วนแต่เป็นส่วนแห่งบุคลาธิษฐานทั้งสิ้น ถ้าเราถึงกันเพียง จำได้ เรียนรู้เท่าสัญญาก็ยังไม่เที่ยง ไม่สามารถจะเป็นสรณะที่พึ่งอันเกษมของตนได้แน่นอน อย่งดีก็จะได้เพียงการมาจรกุกุลเท่านั้น เพราะยังอาศัยบุคคลอื่นเป็นที่พึ่ง

3) ส่วนพระสงฆ์ นั้นแยกออกโดยประเภท มีอยู่ 2 คือ

ก. สมมุติสงฆ์ ได้แก่พระสงฆ์ที่บวชเข้าแล้วทรงเพศบรรพชิตโดยธรรมดาสาสามัญชน แยกออกมีอยู่ 4 ประเภท คือ

(1) อุปัชฌิกา บวชเข้ามาแล้วในพระพุทธศาสนา ก็ถือว่าการบวชเพียงแต่เป็นอาชีพรองตนที่สะดวกสบายเท่านั้น ความเป็นอยู่เนื่องด้วยบุคคลผู้อื่นก็ไม่เดือดร้อนอะไร กินนอนใจอยู่เพียงเท่าเพศที่บวช ไม่แสวงหาความดีอันยิ่งขึ้นไปกว่านั้น

(2) อุปุทธิกา บวชเข้ามาแล้วในพระพุทธศาสนา ประทุษร้ายคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยความประพฤติ เช่น สิ่งไม่ควรละ ไม่ละ สิ่งไม่ควรทำ ไม่ทำ ประทุษร้ายต่อความดีของตนเองและของบุคคลอื่น ทำให้หายหน้า เลื่อมจากคุณความดี คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

(3) อุปมูหิกา บวชเข้ามาแล้วในพระพุทธศาสนาทำตนเป็นคนหลง คนมืด และมมาย ไม่หาอุบายประพฤติดตนให้ถูกต้องตามแนวคำสอน ไม่ถอนตนออกจากอกุศลทั้งปวง มัวเมาอยู่ หลงอยู่เรื่อยไป ทำใจของตนให้หมกมุ่นหม่นหมอง

(4) อุปนิสรัณิกา บวชเข้ามาแล้วในพระพุทธศาสนา ตั้งใจศึกษา อบรมประพฤติปฏิบัติตาม แสวงหาที่พึ่งหรือสรณะอันเกษม ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท ส่วนใดเป็นความชั่วที่พระองค์สอนให้ละก็พยายามละ ส่วนใดเป็นความดีที่พระองค์สอนให้ปฏิบัติก็ประพฤติปฏิบัติตาม จะถึงได้หรือไม่ก็พยายามชวนชวายอยู่เช่นนั้น

ที่กล่าวมาเหล่านี้คือ ชนิดของพระสงฆ์อันเป็นส่วนแห่งบุคลาธิษฐานประเภทหนึ่ง

ข. อริยสงฆ์ มีอยู่ 4 จำพวกคือ พระโสดา พระสกิทาคา พระอนาคา และพระอรหันต์ ทั้ง 4 นี้ก็ยังเป็นบุคลาธิษฐานอยู่ เพราะเป็นบุคคลหนึ่งซึ่งได้บรรลุโลกุตระธรรมในทางใจ ตัวอย่างเช่น สมมุติกันว่า พระอัญญาโกณฑัญญะเป็นพระโสดา, พระสารีบุตรเป็นพระสกิทาคา, พระโมคคัลลานะ เป็นพระอนาคา, พระอานนท์ เป็นพระอรหันต์ ทั้ง 4 ท่านก็ยังเป็นบุคคลอยู่โดยชื่อและรูปรกาย ฉะนั้นบุคคลเหล่านี้มาขอถึงว่าเป็นสรณะที่พึ่งก็สักแต่ว่าเป็นส่วนบุคคลคนหนึ่ง บุคคลทั้งหลายเหล่านั้นก็ยังไม่ใช่ของเที่ยงและแน่นอน ต้องมีความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นของธรรมดาของ ธาตุ ชันธ์ อายุตนะ รวมลงก็คือ อนิจจัง ไม่เที่ยง แปรปรวน ทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ อนตตา ตัวของท่านเองก็ไม่สามารถป้องกันธรรมชาติไว้ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้เข้าไปถึงบุคคลเหล่านั้นก็ย่อมไม่เที่ยงด้วย เพราะเป็นเครื่องอาศัยเพียงเท่านั้น ไม่ใช่ที่พึ่งที่เป็นแก่นสาร ถึงแม้จะเป็นไปได้ก็ได้ชั่วขณะครู่หนึ่งคราวหนึ่ง ไม่สามารถปิดอบายได้เด็ดขาดอย่างดีก็เพียงกามาจรกุศล ให้ผลเพียงแค่วโลกิยธรรมดา โลกียนั้นย่อมเปลี่ยนแปลงทุกขณะเวลาอธิบายมาในสรณะทั้งสาม ซึ่งเป็นส่วนบุคลาธิษฐาน ถือเอาบุคคลเป็นที่ตั้งเพียงนี้

2. ส่วนธรรมาธิษฐาน

ส่วนธรรมาธิษฐานนั้น คือ ถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะโดยธรรม “ธรรม” ในที่นี้หมายเอานามธรรม กล่าวสั้น ๆ ก็คือ ถึงด้วยใจของตนเองด้วยการปฏิบัติ ใจถึงพระพุทธ ใจถึงพระธรรม ใจถึงพระสงฆ์ ผู้ที่จะถึงพระพุทธโดยธรรมนั้นคือ ให้รู้คุณพระพุทธก่อน คุณพระพุทธนั้นมีอยู่ 2. อย่างคือ

ก. กล่าวโดยเหตุ แห่งการตรัสรู้ธรรม คือ สติ สัมปชัญญะ

ข. กล่าวโดยผล ได้แก่การตรัสรู้แล้วได้บรรลุโลกุตระธรรม (คือปฏิเวธธรรม กิเลสสวะสงบแล้ว)

เหตุนี้จึงควรสะสมขึ้นในตนของตนเอง ได้แก่ การเจริญสติปัฏฐานทั้ง 4 ตัวสติเป็นเหตุให้ตื่น เรียกว่า พุทฺธสติ, สัมปชัญญะ ความรู้อันสมบูรณ์ รู้เหตุ รู้ผลโดยถูกต้อง, สติ-สัมปชัญญะ 2 อย่างนี้เป็นเหตุให้ตรัสรู้ ควรสั่งสมขึ้นให้มีในตน จึงจะเป็นการถึงพระพุทฺธโดยธรรม การที่จะให้ถึงพระพุทฺธโดยธรรมนั้นต้องเป็นผู้เจริญสติปัฏฐาน 4

1) กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน ได้แก่การตั้งสติระลึกถึงกายของตน มีสติปลุกกายของตนให้ตื่น มีสติปลุกใจของตนให้ตื่นอยู่ ทั้งกลางวันและกลางคืน ทั้งยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น โดยมีสติสัมปชัญญะความรู้รอบคอบสมบูรณ์ทั่วถึงในกายของตน นั้นแหละเหตุให้ถึงพระพุทฺธโดยธรรม คือถึงด้วยตนของตนเอง ไม่ต้องไปพึ่งบุคคลอื่น พึ่งตนเองนั้นแหละถูก การตั้งสติกำหนดกายเพื่อให้ตื่นนั้น ควรทราบเรื่องของกายเสียก่อน ซึ่งมีอยู่ 2 ประเภท ดังนี้

ก. กาย คือธาตุทั้งสี่ประชุมกันเข้าเป็นก้อนเป็นกอง เรียกว่า รูปรกาย

ข. กายในกาย คือส่วนใดส่วนหนึ่งของธาตุทั้งสี่ เช่น ธาตุดิน - ส่วนขัณฑ์แข็ง ธาตุน้ำ - ส่วนเหลว ธาตุไฟ-ส่วนอบอุ่น ธาตุลม-เช่นลมหายใจ ธาตุทั้งหลายเหล่านี้เป็นสามัคคีประชุมกันเข้าย่อมคลุมกันอยู่เป็นก้อนเป็นกอง กายในกายนี้ให้นึกเอาส่วนใดส่วนหนึ่งใน 4 อย่างนั้น เช่น เราจะเอาธาตุลม ก็ให้ตั้งสติสัมปชัญญะ ประคองใจไว้ในลมอย่างเดียว ไม่ต้องไปเกี่ยวในธาตุส่วนอื่น นี้เรียกว่ากายในกาย อีกชนิดหนึ่ง ลมในลม เช่นธาตุลมมี 6 จำพวก คือ ลมพัดลงเบื้องต่ำแต่ศีรษะถึงปลายเท้าและง่ามเท้าง่ามมือ ลมพัดขึ้นเบื้องบนตั้งแต่ปลายเท้า ปลายมือง่ามเท้าง่ามมือแล่นขึ้นไปถึงเบื้องบนศีรษะ ลมพัดในท้อง ลมพัดในลำไส้ ลมพัดทั่วไปในผิวกาย ลมหายใจเข้าออก ทั้ง 6 นี้ ชื่อว่าธาตุลม และลมในลมนั้น ให้ตั้งสติกำหนดเอาแต่อย่างเดียว เช่นตั้งสติระลึกถึงลมหายใจเข้าออกเท่านั้น ลมส่วนอื่นไม่ต้องเกี่ยวข้องกังวล นี้เรียกว่าลมในลมอย่างนี้ก็ได้ ส่วนดินในดินก็เช่นเดียวกัน น้ำในน้ำก็เช่นเดียวกัน ไฟในไฟก็เหมือนกัน

เมื่อเรามีสติสัมปชัญญะประจำอยู่ในกายกิติ กายในกายกิติ ไฟในไฟกิติ ดินในดินกิติ น้ำในน้ำกิติ ส่วนใดซึ่งเป็นความสะดวกสบายของตน ก็ควรทำอย่างนั้นให้มาก เมื่อทำได้เช่นนั้น กายก็จะตื่น เพราะไม่ปล่อยให้เขาเป็นเพียงธรรมชาติ เราเอาสติเข้าไประลึกก็เป็นการช่วยปลุกกายให้ตื่น คือกายจะเบาขึ้นโดยการที่เรานึกถึงอยู่เสมอ สัมปชัญญะความรู้ลึกหรือเครื่องรู้อันทั่วถึง คุณธรรม 2 อย่างนี้ เมื่อเข้าไปอยู่ในกายของบุคคลผู้ใด ก็จะผ่องแผ้ว ว่องไว มีลักษณะอันเบา เรียกว่า กายลหุตา ใจของบุคคลนั้นก็จะตื่น เกิดความรู้ขึ้นในตนเอง ด้วยการปฏิบัติอันเป็นสันตทิฎฐิโก ผู้ปฏิบัติย่อมเห็นได้ด้วยตนเอง บุคคลผู้ตื่นขึ้นแล้วจากหลับ ก็ย่อมรู้เห็นได้เป็นธรรมดา ผู้เจริญกายคตาสติปัฏฐาน ก็ย่อมเห็นสภาพกายของตนเอง ความเข้าไปรู้เห็นนั้นแหละเรียกว่าเป็นผู้ถึงพระพุทฺธ พระธรรม และพระสงฆ์ ซึ่งต่างกันโดยวัตถุ แต่เป็นเรื่องเดียวกัน บุคคลใดที่ไม่ปฏิบัติตามให้ได้เช่นนั้น ก็ชื่อว่า มีกายอันหลับ มีใจอันหลับ ธรรมตาคนนอนหลับย่อมไม่รู้ไม่เห็นอะไรเลย ฉะนั้น จึงเรียกได้ว่า เป็นผู้ยังไม่ถึงพุทธะอันเป็นเครื่องตื่นที่เป็นส่วนเหตุ

2) เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน ให้ตั้งสติระลึกถึงเวทนาของตนที่มีอยู่ เวทนานั้นเป็นผลวิบากที่เกิดขึ้นจากกรรมเก่าและกรรมใหม่ มีอยู่ 3 ชนิดคือ

ก. สุขเวทนา ความเข้าไปเสวยสุข

ข. ทุกขเวทนา ความเข้าไปเสวยทุกข์

ค. อุpekขาเวทนา ความวางเฉยเป็นกลาง สามอย่างนี้เรียกว่า เวทนา

ผู้ปฏิบัติในเวทนานั้นก็ให้ตั้งสติเข้าไประลึกถึงเวทนาแต่ละอย่างต่าง ๆ ชนิดกัน ซึ่งมีอยู่ในกายและใจของตน เช่น บางคราวกายเป็นสุขแต่ใจเป็นทุกข์ บางคราวกายเป็นทุกข์แต่ใจเป็นสุข บางคราวกายก็สบายใจก็สบาย บางคราวกายก็ลำบากใจก็ลำบาก ลักษณะเวทนาซึ่งเกิดอยู่ในตนนั้นย่อมมีอยู่ในตน ควรตั้งสติเข้าไประลึกถึงเวทนา ตรวจตราดูให้ถี่ถ้วน สุขเวทนามีอยู่ที่ตรงไหนให้ตั้งสติเข้าไปกำหนดอยู่ในที่นั้น ทำใจให้ตั้งมั่นเป็นอันเดียว เช่นเราจะกำหนดไว้ในสุขก็ให้กำหนดอยู่อย่างนั้นเรื่อยไป มิให้ปล่อยใจออกแวไปเอาอารมณ์อื่นเข้ามาแทรก ให้มีสติสัมปชัญญะกำกับอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ จนกว่าจะรู้สภาพความจริงของเขาด้วยใจของตนเอง ส่วนนี้เป็นเวทนาธรรม ส่วนเวทนาในเวทนานั้น เรานึกเอาส่วนใดส่วนหนึ่งของเวทนาทั้งหลาย เช่น เราตั้งสติกำหนดเอาสุขเวทนายอย่างเดียวเป็นอารมณ์ ไม่ต้องไปเกี่ยวทุกข์เวทนา อุpekขาเวทนา หรือจะกำหนดเอาความวางเฉยเป็นอารมณ์ไม่ต้องเกี่ยวสุขทุกข์อย่างนี้ก็ได้

เวทนาอันใดอันเป็นส่วนสะดวกในการกำหนดแห่งตนก็ให้ตั้งสติสัมปชัญญะไว้ให้จงมาก ก็เป็นเหตุให้ตื่นจากเวทนาทั้งหลายซึ่งมีอยู่ในตน ผู้ใดกระทำได้เช่นนั้นก็ชื่อว่า เป็นผู้มึนธรรมอันเป็นส่วนเหตุแห่งความตื่น ที่เรียกว่า “พุทธะ”

3) จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน ให้ตั้งสติระลึกถึงจิตของตนเองซึ่งมีอยู่ภายใน เพื่อทำจิตของตนให้ตื่นจากความหลับคือ โมหะ เมื่อมีใจที่ตื่นแล้วย่อมรู้เห็นสิ่งต่าง ๆ ทั้งหลายที่มีอยู่ในปัจจุบัน เป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นเป็นองค์ฌานและสมาธิอันเป็นเหตุแห่งปัญญา วิชา และวิมุตติ คำว่าจิตในที่นี้แยกออกโดยประเภทหรือลักษณะของอารมณ์ มีอยู่ 3 อย่าง

ก. รากจิต จิตประกอบด้วยรากะ ความกำหนดยินดีในผัสสะกาม และกิลเลสกาม อันเป็นเครื่องย้อมใจผลิตเพิลและลุ่มหลงมัวเมา เป็นเหตุไม่ให้เข้าถึงธรรมอันสว่างและแจ่มใสได้

ข. โทสะจิต จิตประกอบด้วยโทสะ ซึ่งเกิดขึ้นบางคราวย้อมทำใจของตนให้ขุ่นมัวและหงุดหงิด แม้ความดีของตนที่มีอยู่บ้างก็เสื่อมไป จึงเรียกว่า โทสะ คือ เป็นเครื่องประทุษร้ายทำลายตนเอง

ค. โมหจิต จิตประกอบด้วยความหลงลืม มัวเมา เข้าใจผิด ทำใจให้มีดมัว

จิตทั้งหลายเหล่านี้เกิดเพราะอารมณ์ที่ชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้าง เมื่อใครเป็นผู้มีสติกำกับจิตของตนอยู่ทุกขณะก็เป็นเหตุให้ผู้นั้นมีจิตอันตื่นและเบิกบาน เป็นเหตุให้รู้ความจริงในจิตของตนเอง ในขณะที่จิตเกิดรากะก็ให้ตั้งสติกำหนดอยู่ในใจของตน ไม่ให้เกี่ยวข้องกังวลในอารมณ์

ภายนอก ตั้งอยู่ในปัจจุบันอย่างเดียว ราคะจิตนั้นก็ลดลง หรือเราจะเจริญเครื่องประกอบบางอย่าง ซึ่งเป็นเรื่องวัตถุก็ได้ เช่น พิจารณาอสุภกรรมฐาน กำหนดสังขารร่างกายภายในกายของตนเอง ให้เป็นของโสโครก โสมม จิตของตนเองซึ่งยึดถือจมอยู่ ก็จะคลายจากความกำหนัดยินดี จิตนั้นก็เบิกบานขึ้นได้ ในขณะที่เกิดโทสะจิต ก็ให้ตั้งสติกำหนดไว้เฉพาะในปัจจุบันที่เกิดขึ้นในตน มิให้ไปนึกถึงบุคคลภายนอกหรือวัตถุภายนอกอันเป็นเหตุให้เกิดโทสะ โทสะที่มีอยู่ในจิตนั้นเปรียบเหมือนไฟ ถ้าใครไม่มีสติสัมปชัญญะในใจของตนแล้ว ไปนึกถึงแต่บุคคลและวัตถุแล้วก็เท่ากับเอาไฟมาเผาตน จะมีแต่ความร้อนรนฝ่ายเดียวเท่านั้น ฉะนั้นจึงไม่ควรจะไปนึกเอามาเป็นอารมณ์ ควรที่จะตั้งสติเข้าไปกำหนดไว้ในจิตที่เป็นโทสะ เมื่อสตินั้นมีกำลังสมบูรณ์แล้วจิตที่มีโทสะก็จะดับไปได้ทันที โทสะนั้นเปรียบเหมือนกระทะครอบกองไฟไว้ ไฟนั้นก็จะแลบร้อนอยู่เสมอ ถ้าเรายกกระทะและพื้นเครื่องสุมและครอบออกเสียได้ ก็เปรียบเสมือนใจของเราปราศจากโทสะ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็เท่ากับว่า ตนเป็นผู้ทำแสงสว่างให้เกิดขึ้นในจิตใจของตน แสงสว่างนั้นคือปัญญาและวิชา อันที่จริงไม่ต้องไปมองหาคำที่ดีในที่อื่น นอกจากจิตของตนเองจึงจะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง ที่ท่านเรียกว่า “จิตตวิมุตติ” จิตพ้นจากอารมณ์ของจิต อันนี้ก็เป็เหตุให้ถึงซึ่งพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ได้อย่างหนึ่งโดยธรรม

โมหจิต - จิตที่หนักไปในทางเพลินและหลงลืม จิตชนิดนี้เนื่องมาจากมีอารมณ์เข้ามาแทรกแซงมาก ฉะนั้นจึงควรทำใจของตนให้ตั้งอยู่ในอารมณ์เป็นหนึ่ง เพื่อรวมกำลังของสติสัมปชัญญะให้แรงกล้า เหมือนกับเอาแสงไฟที่กระจายกันอยู่ให้รวมเป็นกลุ่มอันเดียวกัน ก็ย่อมมีกำลังแสงสว่างได้มาก ฉะนั้นก็ดี เมื่อเรามีสติประจำใจของตนอยู่ ไม่ปล่อยใจของตนไปเกี่ยวข้องกับสัญญาณอารมณ์ต่าง ๆ ภายนอก สตินั้นก็จะเปล่งกำลังแสงสว่างให้เกิดขึ้นคือ วิชา เมื่อวิชาเกิดขึ้นแล้วในตนของตนเอง จิตของบุคคลผู้นั้นก็จะสว่างไสว ใจของบุคคลผู้นั้นก็จะตื่นจากความหลับคืออวิชา บุคคลใดทำได้เช่นนี้ก็ชื่อว่าถึงสรณะอันเกษมในใจของตนเอง (คือถึงคุณธรรมด้วยใจ) รู้เอง เห็นเอง เป็นเหตุให้ถึงอริยธรรมคือโลกุตระ

4) **ธัมมานุปัสสนา สติปฏฐาน** ให้ตั้งสติเข้าไปกำหนดระลึกถึงธรรม ซึ่งมีอยู่ในใจของตนทุกขณะเวลา ธรรมในที่นี้มีอยู่ 2 ประเภท

ก. **ธรรมอันเป็นส่วนตัว** อันเป็นเหตุเครื่องกันจิตมิให้บรรลुकุณความดีอันยิ่ง ที่เรียกว่า นิเวศธรรม มีอยู่ 5 ประเภท

(1) **กามฉันทะ** ความยินดีรักใคร่ในพัสดุกาม มี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ อันเป็นที่พอใจชอบใจของตน ก็เลศกาม ราคะความกำหนัดยินดีชอบใจ โทสะ - ความหงุดหงิด โกรธ - ความโกรธ โมหะ - ความหลง ไม่รู้จริง สำคัญว่าดีเป็นชั่ว ชั่วเป็นดี สำคัญว่าผิดเป็นถูก ถูกเป็นผิด เหล่านี้เรียกว่า กิเลสกาม ซึ่งมีอยู่ในจิตใจของตน เรียกว่า กามฉันทนิเวศ

(2) พยาบาทะ ความพยาบาทคาดหมายไว้ ในบุคคลและพัสดุด่าง ๆ ที่ตนไม่ชอบก็จะทำลายในบุคคลและพัสดุนั้น ๆ (ฆาตโก)

(3) ถีนมิทระ ความท้อแท้ โง่งว่ง อ่อนใจ ทำสิ่งใดก็เกียจคร้าน

(4) อุทธีจจะกุกกัจจะ คิดสิ่งใดก็ไม่สำเร็จดังใจนึก ไม่มีสติยับยั้ง ฟุ้งซ่าน รำคาญ ไม่มีสติยับยั้งดวงจิตของตนให้สงบรับจากความฟุ้งซ่านรำคาญใจ

(5) วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลในเรื่องราวต่าง ๆ หรือคุณธรรมต่าง ๆ ที่ตนปฏิบัติอยู่ ไม่ตกลงใจได้

นิรณธรรมทั้งหลายเหล่านี้ เป็นธรรมฝ่ายต่ำ เมื่อจิตของบุคคลผู้ใดตกอยู่ในอาการเช่นนั้น ก็ย่อมมืดเหมือนคนลงไปอยู่ในกำบ่อ เช่นนั้นแล้วย่อมเป็นผู้มีตาอันมืด ไม่สามารถจะมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในพื้นแผ่นดินได้ ฉะนั้นจึงเรียกว่าเป็นเครื่องกั้นความดีของตนไว้หลายอย่าง ธรรมดาคงลงไปอยู่ในกำบ่ออันลึกเช่นนั้น ย่อมกั้นอริยาบถของตนอย่างหนึ่ง ก้นมือของตนไว้อย่างหนึ่ง คนอยู่ข้างบนพูดก็ไม่ได้ยิน แสงพระอาทิตย์และแสงจันทร์ที่ส่องโลกให้สว่างก็แลไม่เห็น จึงกันหู กันตา เรียกได้ว่าเป็นผู้มีมืดและหลับไม่ตื่น

ข. ฉะนั้น จึงควรเจริญ ธรรมฝ่ายดี ฝ่ายชอบ อันเป็นเหตุที่จะทำให้ใจของตนตื่นจากความหลับคือ อวิชา จึงควรประกอบภาวนาให้เกิดขึ้นในตน เป็นต้นว่า เจริญฌานทั้ง 4 อันเป็นเครื่องปราบหรือทำลายนิรณธรรมเหล่านั้นให้สิ้นไป ฌานทั้ง 4 นั้น คือ

(1) ปฐมฌาน มืองค์ 5 วิตก - นึกถึงอารมณ์ของกรรมฐานอันใดอันหนึ่ง ซึ่งมีอยู่ในตัวของตัวเป็นต้นว่า กำหนดเอาซึ่งลมหายใจ ทำใจของตนให้ถึงความเป็นหนึ่ง ประคองใจของตนให้อยู่กับอารมณ์ที่นึกขึ้นนั้น ไม่ให้เคลื่อนคลาดไปสู่อารมณ์อื่น นี้เรียกว่า เอกัคคตา, วิจารณ์-ตรวจตราในอารมณ์นั้น ๆ ให้ถี่ถ้วน จนกว่าจะเห็นความจริงของอารมณ์นั้น ๆ เมื่อรู้อารมณ์นั้น ๆ แล้วโดยทั่วถึงที่ว่า “สัมปชัญญะ” ย่อมเกิดผลในใจของตนเอง ที่เรียกว่า สุขะ ความสบาย, ที่เรียกว่า ปิติ นั่นคือความอิ่มใจ อิ่มกาย, สติเต็มกาย กายก็อิ่ม เหมือนดินอมน้ำ ปลูกอะไรลงไปก็สดชื่น ต้นไม้และเถาวัลย์ก็ไปเกิดในที่นั้น นกหนูปูปิกก็ยอมไปอาศัยในนั้น เพราะความร่มเย็น เมื่อฝนตกลงมาก็ขังง่ายไม่ซึมหนี บุคคลผู้ทำปฐมฌานให้เกิดขึ้นด้วยดีแล้ว ย่อมเป็นที่ขังไว้แห่งบุญทั้งหลายของหมู่มนุษย์และเทวดา เพราะฌานและสมาธินั้นเป็นเครื่องเย็นใจเย็นจิตของผู้อื่นได้ สติสัมปชัญญะเข้าไปประลึกในใจของตนเอง ใจนั้นก็ย่อมเต็มบริบูรณ์ มีแต่ความปิติปราโมช แจ่มใสอยู่ทุกเมื่อ นี้เรียกว่า ปิติ, “สุขะ” ความสบายกาย ความสบายใจได้เกิดขึ้นแล้วด้วยการเจริญปฐมฌานแห่งตน คนนั้นย่อมมีอิสระ ย่อมหายห่วงและกังวลในวัตถุและบุคคล ธรรมดามืดคนผู้เช่นนั้นย่อมหมดกังวล เปรียบเหมือนคนผู้มีทรัพย์เป็นที่พอใจแล้ว ย่อมเป็นสุข ย่อมมีความสุขใจหายความกังวลต่าง ๆ ในชีวิต เมื่อดวงจิตของบุคคลผู้ใดได้รับความสุขเช่นนั้น ย่อมหมดความฟุ้งซ่านและลังเล ที่เรียกว่านิรณธรรม ให้มีความเพียรพยายามประกอบคุณธรรมขึ้นในตน ให้ตั้งอยู่ในฌาน ใจของบุคคลผู้นั้นก็จะเบิกบานแจ่มใส เกิดแสงสว่าง

คือปัญญาที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณ ผู้ใดมีวิสาขนาบารมีพอสมควรจะเป็นไปได้ มาทำใจของตนให้ถึงแค่ปฐมฌาน เพียงเท่านั้น ก็สามารถที่จะบรรลุถึงโลกุตระธรรมเบื้องต้นได้ คนบางจำพวกก็ทำใจของตนให้ก้าวไปสู่ทุติยฌาน

(2) ทุติยฌาน มืองค์ 3 คือ ปิติ สุข เอกัคคตา กำลังจิตก็แรงขึ้นโดยลำดับ แล้วก็พยายามทำจิตของตนอยู่เช่นนั้นด้วยการเพ่ง และตั้งสติกำกับอยู่เช่นนั้น จิตก็จะมีกำลังเพิ่มขึ้นโดยลำดับ ก็เป็นเหตุให้ถึงตติยฌาน

(3) ตติยฌาน มืองค์ 2 คือ สุข เอกัคคตา ให้เป็นผู้มีความเพียรเพ่งด้วยอำนาจแห่งสติสัมปชัญญะ ก็จะสามารถละองค์ฌานนั้น ๆ ออกได้อีก ก็จะเข้าสู่จตุตถฌาน

(4) จตุตถฌาน มืองค์ 2 คือ อุเบกขา เอกัคคตา องค์ฌานที่สี่นี้กำลังแรงกล้าด้วยการเพ่งอยู่ ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ ดวงจิตก็ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว วางเฉยปลดปล่อยอารมณ์ที่เป็นอดีต อนาคต กำหนดอยู่ในปัจจุบันธรรมอย่างเดียว จิตนั้นก็จะเที่ยงตรงเหมือนแสงตะเกียงเจ้าพายุที่ปราศจากลม ย่อมทำแสงสว่างให้แก่ปวงชนได้ จิตของบุคคลผู้ใดได้บรรลุจตุตถฌาน ย่อมมีแสงสว่างเกิดขึ้น คือปัญญาและวิชาอันยิ่ง ที่เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา ก็เป็นเหตุให้รู้สัจธรรมทั้ง 4 ก็จะถึงซึ่งคุณธรรมอันเลิศ คือ โลกุตระ ชื่อว่าเป็นผู้เข้าถึงโลกอันอุดม โลกอันปลอดภัย ใจของบุคคลนั้นก็จะมีแต่ความเบิกบานแจ่มใส เป็นผู้มีความเป็นอยู่ด้วยคุณธรรมที่เกิดขึ้นในตนของตน ก็จะถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อันเป็นส่วนสูงกล่าวคือ วิมุตติ (หรือปฏิวรรณธรรม - ธรรมอันสงบจากอาสวะกิเลส)

บุคคลผู้ใดมาปฏิบัติใจของตนเองได้เช่นนี้ บุคคลผู้นั้นได้ชื่อว่า ถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์โดยธรรม คือ ถึงด้วยใจของตนเอง ผู้ที่ถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์โดยธรรมนั้น ย่อมปิดอบายภูมิทั้ง 4 ได้อย่างเด็ดขาด เมื่อละโลกนี้ไปแล้ว อย่างต่ำก็เกิดในสุคติโลก อย่างสูงก็ถึงพระนิพพาน เป็นบุคคลที่เที่ยงตรงต่อพระนิพพาน ที่เรียกว่านียตธรรม เป็นผู้ถึงธรรมที่เที่ยง ไม่เป็นผู้ทำตนให้ตกต่ำ บุคคลใดถ้าเป็นผู้ไม่ถึงโดยอาการนี้ก็ชื่อว่าเป็นผู้ไม่แน่นอน ที่เรียกว่า อนียตบุคคล ฉะนั้น พุทธบริษัททั้งหลาย เมื่อต้องการความเกษมสำราญในทางพระพุทธศาสนาก็ควรแสวงหาที่พึ่งของตนไว้ให้จงดี ที่พึ่งอันใดเป็นส่วนแห่งบุคลาธิษฐาน ก็ให้รู้จักคุณภาพอันจะนำตนไปสู่สุคติ ที่พึ่งอันใดอันเป็นส่วนธรรมาธิษฐานอันจะให้เป็นแก่นสารแก่ตนได้จริง ๆ ก็ควรปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในตน

สรุปลง กล่าวโดยธรรมาธิษฐานคือ ธรรมเป็นที่ตั้งแล้ว พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นของอันเดียวกัน ต่างแต่ชื่อโดยวัตถุเท่านั้น

ฉะนั้นจึงควรน้อมเข้ามาในใจของตนเอง ที่เราเรียกว่า โอปนยิโก สนทนิฐิโก ผู้ปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง ปัจจุบัน รู้ได้เฉพาะตนของตน สิ่งใดที่บุคคลผู้อื่นรู้ด้วยยอมไม่ปลอดภัย ฉะนั้นผู้ต้องการความสงบหรือสรวณะ ที่เป็นแก่นสารและแน่นอนแล้ว ก็ควรทำให้เกิดขึ้นในใจของตนก็จะปรากฏผลดับกิเลส คือ พระนิพพานธรรม ดับเสียซึ่งความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ในโลกนี้และโลกหน้า

