


# ธรรมะ ชาวบ้าน



พระธรรมวิสุทธินังกค  
(ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน)  
วัดป่าบ้านตาด จังหวัดอุดรธานี



ขอนอบน้อมบูชาอาจารย์คุณแต่  
พระธรรมวิสุทธิมงคล  
(ท่านพระอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน)  
ด้วยเศียรเกล้า

# ธรรมะชาวบ้าน

พระธรรมวิสุทธิมงคล  
(ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน)  
วัดป่าบ้านตาด จังหวัดอุดรธานี



## ชมรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีลำดับที่ ๒๑๐

แจกเป็นธรรมทานถวายเป็นอาจริยบูชา

### พิมพ์ครั้งที่ ๑

จำนวน ๘,๐๐๐ เล่ม กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

### จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย

ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ

อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

### ศิลปกรรม

ศิริส วัชรระสูขจิตร

### แยกสีและอนุเคราะห์จัดพิมพ์โดย

บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)

๖๕/๑๖ ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี)

เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐

โทรศัพท์ ๐๒-๔๒๒-๙๐๐๐ โทรสาร ๐๒-๔๒๔-๑๓๘๒

### สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

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

# ลิลี ช ลี ท ธิ



หนังสือเล่มนี้ ผู้เขียนประสงค์ให้เป็นธรรมทานแก่  
พุทธบริษัทและผู้สนใจทุกท่านอย่างแท้จริง ฉะนั้น หาก  
ท่านใดหรือคณะใดมีความประสงค์จะนำไปพิมพ์เผยแพร่  
เป็นธรรมทาน โดยไม่มีการเรียกร้องหรือขอรับค่าตอบแทน  
ไม่ว่าในรูปแบบใดทั้งสิ้น ก็ให้กระทำได้โดยมิต้องขออนุญาต  
ผู้เขียนแต่อย่างใด เช่นเดียวกับหนังสือเล่มอื่น ๆ ทุกเล่มที่  
ผู้เขียนได้เขียนหรือเรียบเรียงขึ้นและได้พิมพ์แจกจ่ายไปแล้ว  
แต่หากเป็นการพิมพ์เพื่อจำหน่ายหรือมีค่าตอบแทน ผู้  
เขียนขอสงวนสิทธิ์ทุก ๆ เล่ม ดังที่ได้ถือเป็นหลักปฏิบัติมา  
โดยตลอด ทั้งนี้ ด้วยเจตนาที่จะเกิดทุนพระศาสนาและครู  
อาจารย์ตามกำลังด้วยความบริสุทธิ์ใจ

ธช

## ตัวหน้า ชมรมกัลยาณธรรม



หนังสือธรรมะชาวบ้านเล่มนี้ ข้าพเจ้าได้รับต้นฉบับจาก ท่าน ผศ. อุ๋นใจ ลิมตระกูล อดีตรองอธิการบดีฝ่ายบริหาร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ซึ่งหนังสือนี้เคยจัดพิมพ์แจกในงานพระราชทานเพลิงศพ (เป็นกรณีพิเศษ) คุณแม่ของท่าน เมื่อวันที่ ๑๓ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๓๘ เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้น่าสนใจมาก เพราะเป็นการรวบรวมเกร็ดธรรมจากพระธรรมเทศนาหลาย ๆ เรื่องของพระธรรม วิสุทิมงคล (ท่านพระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน) จัดรวบรวมโดยศิษยานุศิษย์ของท่านซึ่งข้าพเจ้าไม่ทราบว่าเป็นท่านใด จึงขออนุโมทนาในบุญกุศลของท่านผู้รวบรวมธรรมทานนี้เป็นอย่างยิ่ง

ธรรมะขององค์ท่านพระอาจารย์มหาบัว พ่อแม่ครูบา  
อาจารย์ผู้ทรงบารมีธรรมอันศักดิ์สิทธิ์ ประกอบด้วยอนุสาสน์  
ปาฏิหาริย์ที่เลิศล้ำคุณค่า คมคาย เขียวชาด กระตุ่นจิตใจ  
ของพุทธบริษัทให้อาจารย์ว่าเรื่องในธรรม เนื้อหาธรรมที่สรุป  
คัดมา เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้อง ทาน ศีล ภาวนา และ ศีล สมาธิ  
ปัญญา ซึ่งอ่านง่าย เข้าใจได้ในความหมายอุปายในการ  
ปฏิบัติที่ลึกซึ้ง ตรงตามธรรม ขอพวกเราได้น้อมนำไปปฏิบัติ  
เพื่อกระทำที่สุดแห่งทุกข์ไปตามลำดับ

ขอกราบขอบพระคุณ บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์  
พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) โดย คุณเมตตา อุทกะพันธุ์ ที่  
กรุณาอนุเคราะห์กระดาดและเป็นเจ้าภาพในการดำเนินการ  
จัดพิมพ์แจกเป็นธรรมทานในงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๕ ของ  
ชมรมกัลยาณธรรม ขอโน้มถวายอาภิสงส์แห่งธรรมทาน  
เป็นพุทธบูชาและน้อมบูชาอาจารย์คุณด้วยเศียรเกล้าแต่พระ  
ธรรมวิสุทธิมงคล (ท่านพระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน)  
พ่อแม่ครูบาอาจารย์ผู้ผ่านพ้น ขอแสงสว่างแห่งพระลัทธิธรรม  
จรุงเรืองในใจของสรรพสัตว์ตลอดกาลนาน

กราบอนุโมทนาบุญทุกท่าน  
ทพญ.อััจฉรา กลินสุวรรณ  
ประธานชมรมกัลยาณธรรม

## ทาน

“คำว่าทาน การเสียสละ แบ่งปันสมบัติเงินทอง เรี่ยวแรง วิชาความรู้ ตลอดจนอุปนิสัยและความคิดเห็นต่าง ๆ ต่อกัน นี่เป็นเรื่องที่ประทับใจแก่ผู้ได้รับอย่างจับใจซาบซึ้ง และสนิทติดใจ ไม่มีวันหลงลืมตลอดกาล แลยังเป็น เครื่องหมายที่หวังฝากชีวิตจิตใจ ฝากเป็นฝากตาย ด้วย ความเชื่อถืออย่างฝังใจอีกด้วย..”

## ศีล

“ศีล มีอำนาจกำจัดความประพฤติที่ไม่ดีทางกาย วาจาให้สะอาด กลายเป็นความประพฤติเรียบร้อย สวยงาม ทางกาย วาจา ใจ คนที่มีศีล พุทฺธิที่จับปลง มีสาระแก่น สารในคำพูด พุทฺธิมีเหตุมีผล...”

## ภาวนา

“การภาวนา คือวิธีอ่านตัวเรา ให้รู้ความผิด ถูก ชั่ว ดี ได้อย่างถูกต้อง ยิ่งกว่าผู้อื่นจะมาคอยชี้แจงความบกพร่องของเราให้เราทราบเสียอีก ในขณะที่เดียวกันก็เป็นวิธีกำจัดหรือลดละความผิดของตัวที่เคยมีมา และปิดกั้นสิ่งไม่ดีทั้งหลายมิให้เกิดขึ้นอีกต่อไปด้วย...

“การไม่หัดอ่านตัวเองทำให้เกิดเรื่องยุ่งบ่อย ๆ”

...การภาวนานี้แล เป็นวิธีการของผู้แสวงหาความสุข โดยถูกต้องอย่างแท้จริง และเป็นวิธีที่ไม่หลอกลวงให้เกิดความฟุ้งเพื่อเห่อเหิมไปในทางที่ผิด...”



## ความหมายของคำศัพท์



ท่านผู้อ่านควรศึกษาความหมายของคำศัพท์ที่ปรากฏ  
อยู่ที่นี่ ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ก่อน ทั้งนี้เมื่ออ่านบทความ  
คำสอนของท่านอาจารย์จะได้เข้าใจบทความนั้นได้อย่าง  
ละเอียดถูกต้อง

**กิลีส** = สิ่งที่ทำให้ใจให้เศร้าหมอง ความชั่วที่แฝงอยู่  
ในความรู้สึคนึกคิด

**เกสา-โลมา-นขา-หนตา-ตโจ** = ผม-ขน-เล็บ-ฟัน  
และหนัง

**ขันธุ์** = กอง พวก หมวด หมู่ ของรูปธรรม นามธรรม  
แบ่งเป็น ๕ กอง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

**ญาณ** = ความรู้ ปรีชาหยั่งรู้ ปรีชากำหนดรู้ มี ๓ หมวด

หมวด ๑ รู้ในอดีต-อนาคต-ปัจจุบัน

หมวด ๒ หยั่งรู้ในอริยสัจแต่ละอย่าง หยั่งรู้กิจในอริยสัจ หยั่งรู้กิจอันได้ทำแล้วในอริยสัจ

หมวด ๓ คือ วิชชา ๓ - ความรู้ที่ทำให้ระลึกชาติได้ - ความรู้จุดติและอุปติของสัตว์ทั้งหลาย - ความรู้ที่ทำให้อาสวะสิ้น

**ตัณหา** = ความทะยานอยาก ความปรารถนา มี ๓ คือ

๑. กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม

๒. ภวตัณหา ความอยากเป็นนั่นเป็นนี่

๓. วิภวตัณหา ความอยากไม่เป็นนั่นไม่เป็นนี่

**ไตรลักษณ์** = ลักษณะที่เป็นสามัญทั่วไป ๓ ประการ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความมิใช่ตัวตน (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา)

**ธาตุ** = คือ ธาตุ ๔ ดิน-น้ำ-ลม-ไฟ เป็นสิ่งดั้งเดิมมา ผสมกันเข้า มีจิตเป็นตัวการเข้ายึดเป็นเจ้าของ เลยเรียกว่า เป็นสัตว์เป็นบุคคลไป

**นิพพาน** = การดับกิเลสและกองทุกข์ เป็นโลกุตตรธรรม และเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

**บาป** = สิ่งที่ทำให้จิตตกสู่ความชั่ว คือ ทำให้เลวลง ให้เสื่อมลง

**บุญ** = ความดี ความสุข ความประพฤดิชอบ ทางกาย วาจา และใจ

**พระปัจเจกพุทธเจ้า** = เป็นชื่อพระพุทธเจ้าจำพวกหนึ่ง ที่ตรัสรู้เฉพาะตัว มิได้สั่งสอนผู้อื่น

**พระองค์** = สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

**พระอรหันต์** = ผู้กำจัดข้าศึกคือกิเลสหมดสิ้นแล้ว

**พระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบัน** = บุคคลผู้บรรลุนิพพานวิเศษ มีโสดาปัตติมรรค เป็นต้น

**ภพชาติ** = การเกิดที่อยู่ในวิภวภูสงสาร

**วิภวภู** = การเวียนเกิด เวียนตาย

**สมุทัย** = เหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา (ดูคำอธิบาย ตัณหา)

**สามแดนโลกธาตุ** = โลกทั้งสามได้แก่

*กามภพ* คือ ภพของเทวดาลงมา

*รูปภพ* คือ ภพของพรหมที่มีรูป

*อรุภพ* คือ ภพของพรหมที่ไม่มีรูปหรือสวรรค์ มนุษย์โลก และบาดาล

**โสดาบัน** = ผู้แรกถึงกระแสธรรม เป็นชื่อพระอริยบุคคลชั้นต้น

**หลวงพ่อก, หลวงตา, อาจารย์** = พระมหาบัว ญาณสัมปันโน หรือพระธรรมวิสุทธิมงคล

**ห้องพระ** = เป็นห้องพิเศษจัดตั้งพระพุทธรูป เครื่องบูชา และนิยมใช้เป็นที่สวดมนต์ ภาวนาสงบจิตใจ ฯลฯ

**อจลศรัทธา** = ศรัทธาที่ไม่หวั่นไหว ไม่คลอนแคลน

**อริยสัจ** = ความจริงของพระอริยะ, ความจริงอันประเสริฐ, ชื่อธรรมะสำคัญในพระพุทธศาสนา มี ๔ ข้อ คือ

๑. ทุกข์
๒. ทุกขสมุทัย (ที่เกิดแห่งทุกข์)
๓. ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์)
๔. มรรค (ทางแห่งความดับทุกข์)

**อวิชชา** = ความไม่รู้แจ้ง หมายถึง ไม่รู้แจ้งอริยสัจ ๔ ความเขลา ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

**อายตนะ** = ความสัมผัสต่อ อายตนะภายในคือ หู-ตา-จมูก-ลิ้น-กาย-ใจ อายตนะภายนอก คือ รูป-เสียง-กลิ่น-รส-เครื่องที่มาสัมผัส

**อุบัติ** = เกิดขึ้น เหตุให้เกิด

**อุปาทาน** = การยึดมั่นถือมั่น โดยนึกเอาเองว่าจะต้องเป็นอย่างนั้น ๆ

# สารบัญ



คุณค่าของท่าน-ศีล-ภาวนา ๑๔

บุญ บาป ๒๔

อุบายวิธีทำให้จิตสงบ กิเลสสงบ  
(สติ-ปัญญา) ๓๗

อุบายวิธีการหลุดพ้น ๕๐

ธรรมะประทับใจบนศาลา ๖๓

หนังสืออ้างอิง ๗๑

บทส่งท้ายจากใจถึงผู้อ่าน ๗๓



## คุณค่าของทาน-ศีล-ภาวนา



...พระพุทธเจ้าจึงสอนธรรมะนี้ เพื่อให้เป็นคุณธรรม ให้เป็นสิ่งที่มีความค่า เป็นเครื่องประดับมนุษย์ให้มีความสวยงาม สวยงามภายนอก สวยงามภายใน เช่น ดอกไม้ ทั้งสวยงามด้วยทั้งกลิ่นหอมด้วย นำทัศนัทธมาก...

...ธรรมเป็นทั้งแว่นดวงใจคอยส่องทาง เป็นทั้งเครื่องป้องกันและเป็นทั้งโอฆารสที่ปรากฏอยู่กับใจ จะอยู่จะไปไม่ลำบากทรมาน มีแต่ความสุข อาจหาญ และสำราญ บานใจไปตามภพชาติที่ตนอุบัติและอยู่อาศัย...

...ทาน-ศีล-ภาวนา ธรรมทั้ง ๓ นี้ เป็นรากแก้วของความเป็นมนุษย์ และเป็นรากเหง้าของพระศาสนา ผู้เกิดมาเป็นมนุษย์ต้องเป็นผู้เคยสั่งสมธรรมเหล่านี้มา อยู่ในนิสัยของผู้จะมาสวมร่างเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยมนุษย์สมบัติ



อย่างแท้จริง...

...ผู้มีปัญญาได้เห็นในธรรมซึ่งเป็นปัจจุบัน ควร  
เจริญความเห็นนั้นไว้เนื่อง ๆ ควรรีบทำเสีย...

...วิธีปฏิบัติเพื่อความ สุข ความเจริญเป็นขั้น ๆ และ  
ประจักษ์ใจ คือการอบรมภาวนา คุณงามความดีอื่น ๆ ย่อม  
เป็นเครื่องอุดหนุนกันไป ขึ้นชื่อว่าเป็นความดีแล้ว ต้องเป็น  
เครื่องหนุนกันไปทั้งหมด ...ไม่ว่าจะเกิดจากกุศลกรรมบถ  
ประเภทใด รวมกันแล้วจะกลายเป็นกองบุญอันใหญ่โต  
เช่นเดียวกัน... ท่านซึ่งมีความมุ่งหวังในธรรมอย่างเต็มใจ  
นำไปปฏิบัติดัดแปลงตัวเองตามฐานะ ให้ถูกเข็มทิศทาง  
เดินของธรรมในขณะที่มีชีวิตอยู่ แม้ถึงคราวจำเป็นทุกคน  
จำต้องเผชิญ จิตจะมีหลักยึด ไม่รวนเรในทางผิด ขึ้นชื่อว่า  
ความสุขความเจริญที่เรารำพึงรำพันถึงอยู่ทุกขณะจิตนั้น  
จะกลายมาเป็นสมบัติเครื่องครองใจในภาพของตน ๆ โดย  
ไม่ต้องสงสัย...

...ทาน ศีล ภาวนา จึงเป็นทางข้ามแดนทุกข์ได้ โดย  
สวัสดี...

...ผู้มีภาวนาเป็นหลักใจ จะทำอะไรชอบใช้ความคิด  
อ่านเสมอ ไม่เสีียง และไม่เกิดความเสียหายแก่ตนและผู้  
เกี่ยวข้อง การภาวนา จึงเป็นผลเพื่อในปัจจุบันและอนาคต...



...คนคึกคะนองยิ่งร้ายกว่านั้น... สิ่งนี้เป็นสิ่งบั่นทอน  
 ทั้งหญิงทั้งชายทำให้เสียไป ถ้าต่างคนต่างประพடுத்தัวให้ดี  
 ตามหลักธรรมที่ท่านสอนไว้แล้ว... ไม่มีอะไรจะรุ่มเย็นยิ่ง  
 กว่าครอบครัวของเรามีศีลธรรม...

...**วิธีภาวนา** ก็คือวิธีสังเกตตัวเอง สังเกตจิตที่มีนิสัย  
 หลุกหลิกไม่อยู่เป็นสุข ด้วยมีสติตามระลึกรู้ความเคลื่อนไหว  
 ของจิต โดยมีธรรมบทใดบทหนึ่งเป็นคำบริกรรม เพื่อเป็น  
 ยารักษาจิตให้ทรงตัวอยู่ได้ด้วยความสุขและในขณะภาวนา...

...แท้จริง การภาวนาคือวิธีแก้ความยุ่งยากลำบากใจ  
 ทุกประเภทที่เป็นภาระหนักให้เบาและหมดสิ้นไป ได้อูบาย  
 มาแก้ไขไล่ทุกข์ออกจากตัว การอบรมใจด้วยการภาวนาก็  
 เป็นวิธีหนึ่งแห่งการรักษาตัว เป็นวิธีที่เกี่ยวกับจิตใจผู้เป็น  
 หัวหน้างานทุกด้าน...

...ส่วนผู้ได้รับการอบรมจากศาสนาอย่างถึงใจแล้ว  
 ความประพடுத்தั้ทั้ง ๓ ทวาร ย่อมกลมกลืนกับศาสนาได้  
 อย่างสนิท...

...ร่างกายกับจิตต้องอาศัยซึ่งกันและกัน เมื่อจิตไม่  
 เป็นศีล กายก็ประพடுத்தั้ไปต่าง ๆ มีโทษต่าง ๆ ผู้มีศีลแล้ว  
 ไม่มีโทษ จะเป็นปกติแบบเนียนไม่หวั่นไหว ไม่มีเรื่องหลง  
 หา-หลงขอ คนที่หา-คนที่ขอต้องเป็นทุกข์ ขอเท่าไรยิ่ง  
 ไม่มี ยิ่งอดอยากยากเข็ญ...



...ผู้มีศีลยอมเป็นผู้องอาจกล้าหาญ ผู้มีศีลยอมมีความสุข จักมั่งคั่ง บริบูรณ์-สมบูรณ์ ไม่อด-ไม่ยาก ไม่จน ก็เพราะรักษาศีลได้สมบูรณ์ จิตดวงเดียวเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา...

(ผู้มีศีลแท้ เป็นผู้หมดเวร หมดภัย)

...เมื่อจิตมีความสงบเป็นอารมณ์สืบทอดกันโดยลำดับ เรียกว่าจิตมีความตั้งมั่น ความตั้งมั่นของจิตเรียกว่า **สมาธิ...** สมาธิทั้งสามคือ **ขณิกสมาธิ** จิตรวมอยู่ได้ชั่วครู่ชั่วขณะ รวมไ้ได้นานกว่านั้น เรียกว่า **อุปจารสมาธิ** รวมอยู่ได้ละเอียด แนบแน่นและอยู่ไ้ได้นาน เรียกว่า **อัปปนาสมาธิ** ในสมาธิทั้งสามนี้ เป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนา...

...เราชาวพุทธ เวลาจะเป็นจะตายก็เข้าห้องพระระลึกร ถึงพระพุทธรเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ แล้วกราบลงชั่วขณะหนึ่งก็เย็นใจ นั่งภาวนารำพึงถึงความตาย ความไ้ความเสีย ความเป็นมาของตน ตลอดจนความที่ไ้จะไปข้างหน้า จะไ้ได้มีอะไรติดเนื้อติดตัวของตนไปบ้าง เวลานี้มีแต่ความ หมุนเวียนไปตามอำนาจของกิเลส ความหมุนมาเพื่ออรรถ เพื่อธรรม เพื่อแก้ตนเอง ถอดถอนตนเองให้หลุดพ้นจาก สิ่งพัวพันทั้งหลายเหล่านี้หรือไม่มีก็ได้ค้ำหนึ่งในห้องพระบ้าง สำหรับชาวพุทธเราถ้าไ้ไม่ได้ค้ำหนึ่งอย่างนี้แล้วก็ตายทิ้ง เหมือนลั้ตว์นั้นแล...

...สมบัติในโลก ไม่มีอะไรมีคุณค่ายิ่งกว่าตัวเรา จง  
 ประคองรักษาด้วยดี...

...การปฏิบัติบูชาภานา เป็นสิทธิของบุคคลเรา เรา  
 ต้องการเร็วเราก็ไปให้เร็ว เดิน-วิ่งให้เร็ว ก็ถึงจุดหมาย  
 ปลายทางเร็ว ถ้ามีวัชระ เก็บดอกไม้ข้างทางอยู่ ดอกนั้นก็  
 สวยดอกนั้นก็สวย เลยไปไม่ถึงไหน อยู่แค่นั้นแหละ...

...เมื่อจิตก้าวสู่ความสงบคือสมาธิแล้ว..อย่าพึ่งติด  
 ความสงบคือติดสมาธิ... เมื่อพิจารณาธรรมทั้งหลาย ก็  
 อย่าให้เกินกว่าเหตุ ให้มีเวลาพักเข้าสงบบ้าง เพื่อเป็นกำลัง  
 หนุนปัญญาให้คมกล้าแก่การตัดพันกิเลส ซึ่งเป็นเหมือน  
 ยางเหนียว เมื่อสมถะกับวิปัสสนาดำเนินเคียงคู่กันไปโดย  
 ความสม่ำเสมอ ไม่ให้ยิ่งหย่อนข้างใดข้างหนึ่ง จะพึงถึง  
 ฝั่งแห่งสันติธรรม โดยปราศจากอุปสรรคใด ๆ ทั้งสิ้น...

...การบำเพ็ญจิตภาวนา เป็นกิจจำเป็นสำหรับบุคคล  
 ผู้หวังพึ่งตน ตามธรรมมีว่า..อดีตชาติ อนาคตโน นาโถ ตนเป็น  
 ที่พึ่งของตน...

...คุณมาเรียนธรรมกับอาจารย์ ขอให้ธรรมติดตัวไป  
 ถึงบ้านถึงเรือน อย่าให้ธรรมหลุดหายกลางทาง ยังเหลือแต่  
 กิเลสล้วน ๆ ไปอวดลูกอวดสามี... ถ้าคุณมีกิเลสประเภท  
 ดังกล่าวอยู่ในใจ และเคยระบายออกเป็นยาพิษไปรรม  
 ครอบครัวยุ่บ้าง ก็กรุณากำจัดเสียบัดนี้...



...ท่านได้บอกไว้หรือเปล่าละ นี่นิพพานของศีล ๕ นี่  
นิพพานของศีล ๘ นี่นิพพานของพระ ๒๒๗ ...ถ้าไม่ได้บอกไว้  
เราก็อุตริละซี เราจะตอบตามหลักความจริงว่า นิพพานมี  
อันเดียวเท่านั้น ธรรมแท้มีอันเดียวเท่านั้นไม่มีสอง ใคร  
จะปฏิบัติในศีลในธรรมข้อใดก็ตาม ธรรมแท้นั้นสามารถ  
จะปฏิบัติได้ด้วยกัน ถึงได้ด้วยกันทั้งนั้น...

...การภาวนาจะได้ผลหรือไม่ได้นั้น ไม่คิดคำนึงให้  
เสียเวลา ทำความพยายามรักษาจิต คิดอย่างเดียวว่า ทำ  
อย่างไรสติกับจิตจึงจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน คือระลึก  
รู้ทันกัน ในขณะที่จิตเคลื่อนไหวออกสู่อารมณ์ต่าง ๆ ไม่  
ปล่อยให้จิตเที่ยวกอบโกยเอาอารมณ์มาเผาผลาญตนโดย  
ไม่มีสติตามรักษา... ทั้งการรักษาจิตด้วยสติ ทั้งการพิจารณา  
อารมณ์ดีชั่วที่เกี่ยวข้องกับใจด้วยปัญญา ผลย่อมเห็น  
ประจักษ์ใจในทุกขณะที่อารมณ์กับจิตเข้าสัมผัสกัน และ  
แยกจากกันด้วยอำนาจของสติ-ปัญญาที่ตามรักษา และ  
แก้ไขกันไปเป็นระยะ...

...การภาวนาจะดีหรือไม่ดี ละเอียดหรือไม่ละเอียด  
จงถือเป็นกิจจำเป็นประจำอิริยาบถและประจำวัน เราเป็น  
ศิษย์ตถาคต บุกหน้าเรื่อย ๆ ไป ไม่ต้องถอยหลัง... จงตั้ง  
หน้ารับความตายด้วยความเพียรของเรา จะมีชัยชนะไป  
เป็นลำดับ...

...จากแก้วของศาสนา คือ อริยสัจ ใครถ้าได้ผ่านนี้  
แล้วไม่หมอบกราบต่อความจริงไม่มี...

...มองโลก เราอย่ามองด้วยความดูถูกเหยียดหยาม  
อย่ามองด้วยความชมเชยสรรเสริญ และอย่าตำหนิติฉิน  
นินทา แต่ให้มองดูตามหลักความจริง มีความจริงเป็นที่ตั้ง  
มีธรรมเป็นจุดศูนย์กลาง สรูปลงในธรรม ยุติลงในธรรม  
เป็นยุติได้...

...ทางเรามีวิธีสอนด้วยการมอบหนังสือให้แล้ว นั่น  
เป็นวิธีสอน แต่ตัวเองไม่ได้ปฏิบัติ แล้วมันจะใช้ได้  
อย่างไรล่ะ...

...ของเยอะนะ ของใคร? มีของเราไหม? ไม่มี นาน-ดู  
ตรงนี่สิ ใครทำบุญคนนั้นก็ได้อะไร เราไม่ได้ทำเราได้อะไรไหมล่ะ?  
เฮ้อ...ของง่าย ๆ ลูกศิษย์พระกรรมฐานทำไมเป็นอย่างนี้ล่ะ...

...ใครเขาจะทำมากน้อยเพียงไร ไม่ใช่เรื่องของเรา  
แต่เราไม่ถอยซีเรื่องการบุญ เราทำความดีเพื่อตัวเราเอง  
แยกออกไปให้เป็นให้มันเห็น ของง่าย ๆ แท้ ๆ...

...การสร้างความดีนั้น นับเป็นอุปสรรคอยู่ในตัวเสมอ  
คำว่าอุปสรรคคืออะไร คือกิเลสที่มีอำนาจบังคับเรา อยู่  
เหนือหัวใจเราอยู่เสมอ นั่นแหละ มันหาอุปายก็ดกกัน จะ  
ทำบุญให้ทานสักเล็กน้อย มันก็กลัวจะสิ้นจะเปลืองหมด...



ผู้ที่ตระหนี่เหนียวแน่น ไม่สามารถที่จะสละสิ่งของทำบุญ ให้ทานแก่ผู้หนึ่งผู้ใดได้... มันสร้างอุปสรรคให้คนเห็นแก่ตัวได้มาก... ยังสร้างงานส่งเสริมจิตใจคนให้โลภมากอีกด้วย... ความเอาวัดเอาเปรียบก็มีมาก เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว จิตก็แห้งผาก เข้าใกล้ใครไม่ได้ เข้ากับใครไม่ติด เป็นพื้นเป็นไฟไปหมด...

...คนเราอยู่ด้วยกันต้องมีเหตุผล ต่างคนต่างมีเหตุผลแล้วอยู่ด้วยกันเกิด มนุษย์เราเป็นได้ยิ่งกว่าอะไรเสียอีก ใจเรื่องความมั่งมี ความร่ำรวย ความเด่นดัง อะไรนั้น ไม่สำคัญไปกว่าใจที่มีความปรองดองสามัคคี ความซื่อสัตย์สุจริตต่อกันระหว่างสามภรรยา นั้นเป็นแก้วสารพัดนึก เป็นรากเหง้าเค้ามูลแห่งความอยู่เย็นเป็นสุขในครอบครัว นี้เป็นรากฐานสำคัญมาก ขอให้พากันรักษาให้ดี...

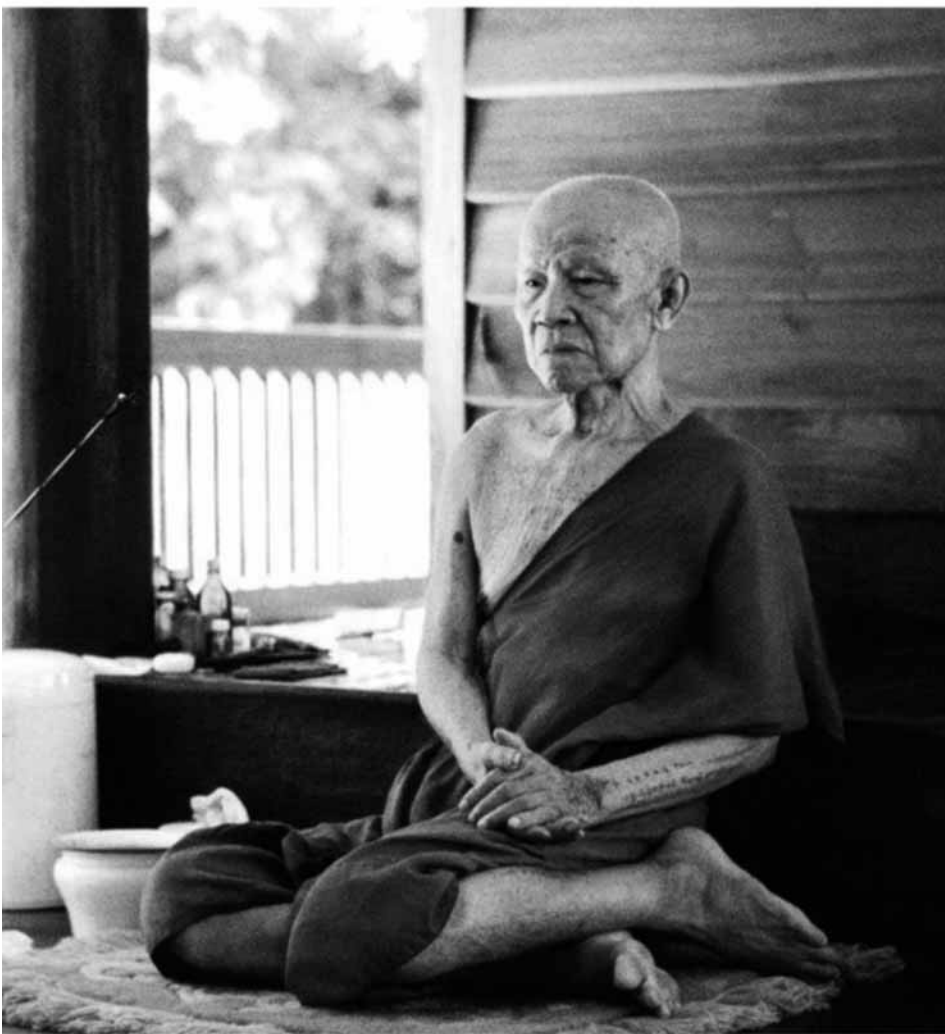
...การทำบุญมีสองอย่าง หนึ่งคือการสละทรัพย์สินเงินทอง เพื่อสร้างถาวรวัตถุในพระศาสนา หรือการบูชาด้วยดอกไม้ธูปเทียน ข้าวของ เรียกว่า “อามิสบูชา” ส่วนบุญอีกอย่างหนึ่งนั่น คือ การถือศีล ภาวนา การทำสมาธิวิปัสสนา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งแทงตลอด ให้เกิดเป็นปัญญา เป็นผู้รู้ดังที่เราภาวนาว่า “พุทฺโธ” ซึ่งแปลว่า ผู้รู้ผู้ฉลาด อันนี้เรียกว่า “ปฏิบัติบูชา” เป็นบุญอันสูงสุด อันจะนำตนเองให้พ้นจากกองทุกข์ในโลกนี้ได้ ช่วยตัวเองได้ มิให้ต้องเวียนว่าย

ตายเกิดต่อไป บุญข้อนี้เป็นบุญอันสูงสุดที่พระพุทธเจ้าทรง  
สรรเสริญผู้ปฏิบัติ ทั้งอามิสบูชาและปฏิบัติบูชา เป็น  
เสมือนแม่น้ำสองสายที่ใสสะอาด ไหลมารวมกันลงสู่แอ่งน้ำ  
ใหญ่อันอยู่ในห้วงหัวใจของเราเอง เป็นแหล่งน้ำอันเต็ม  
เปี่ยมสมบูรณ์ พร้อมทั้งจะนำความจำชุ่มเย็นไปทั่วทุกหัว  
ระแหง เกิดคุณค่าและประโยชน์อันประมาณมิได้ ที่สายน้ำ  
นั้นได้ซึมซาบผ่านไปยังถิ่นต่าง ๆ แอ่งน้ำในหัวใจเราเป็น  
เสมือนเขื่อนกักน้ำไว้เพื่อประโยชน์ตนและผู้อื่น...

พรของท่านประเสริฐนำ ผู้ใดอยู่ในศีลธรรม เชื่อฟัง  
คำสั่งสอนของท่าน ย่อมสมความปรารถนา

ไปที่ไหนก็อย่าลืมพุทฺธภายในใจ ให้พุทฺธ ๗ เสมอ  
ไปใจจะสงบเย็นเป็นสุขอยู่กับตัวตลอดกาลสถานที่







## บุญ บาป



...แทบทุกสิ่งในโลกย่อมมีประโยชน์แก่ผู้ใช้ แต่ไม่เกิดประโยชน์แก่ผู้ไม่สนใจและไม่รู้จักใช้ คุณธรรมมีประเภทต่าง ๆ ที่มีอยู่ในโลกก็เช่นเดียวกัน ย่อมขึ้นอยู่กับผู้สนใจปฏิบัติรักษา คุณธรรมก็อำนวยความสะดวกแก่ผู้นั้น ๆ.. กตัญญูกตเวทิตาคุณ ที่ใคร ๆ ก็ตามเคยบำเพ็ญต่อท่านผู้เคยมีคุณแก่ตน เมื่อถึงคราวจำเป็นและต้องการระลึกถึง ก็ย่อมมีหวังได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกับสิ่งที่มีคุณภาพด้านอื่น ๆ ...

...ท่านว่าดี-ชั่ว มิได้เกิดขึ้นมาเอง แต่อาศัยการทำบ่อย ก็ชินไปเอง เมื่อชินแล้วก็กลายเป็นนิสัย ถ้าเป็นฝ่ายชั่วมิก็เขินยาก คอยแต่จะไหลหลงไปตามนิสัยที่เคยทำอยู่เสมอ ถ้าเป็นฝ่ายดีก็นับว่าคล่องแคล่วแกล้งกล้าขึ้นเป็นลำดับ...



...สัตว์ใดก็ตาม บุคคลใดก็ตาม ถ้าลงเชื่อแน่ว่าตายแล้วสูญคนก็ฉิบหายทั้งเป็น ยิ่งเหลือแต่ลมหายใจฟอด ๆ เท่านั้น ใครจะแก้ต้องรีบแก้ ไม่แก้ไขไม่ได้ อันนี้จะจมแน่ ๆ เพราะมันไม่สูญละซี... กิเลสวัฏฏ์นั้นแหละมันให้ทำกรรมอยู่นั้น มันจะเอาอะไรมาสูญ ถ้าทำกรรมด้วยอำนาจของกิเลสมันก็จะบอกให้ทำแต่บาปแต่กรรมชั่วลามกทั้งหลายแล้วตายลงไป ก็ไปจมอยู่ในนรก... ไม่เคยได้ยินว่าบาปสูญ บุญสูญ นรกสูญ สวรรค์ พรหมโลก นิพพานสูญ ไม่เคยมีมีแต่กิเลสมันแหละ มันอุตุริมาหลอกโลกกว่า ตายแล้วสูญๆ...

...อำนาจแห่งความดีมีศีลธรรม นี่แหละมนุษย์จะสามารถทำได้ด้วยความฉลาด เราสามารถทำตนให้ร่มเย็นเป็นสุขได้ เพราะอำนาจแห่งความฉลาดของตน...

...คำว่าบาปก็เป็นความจริง บุญก็เป็นความจริงอันหนึ่งที่มีอยู่แล้ว ทรงรู้เห็นมาแล้วด้วยพระจักขุญาณหยั่งทราบตลอดทั่วถึงว่า นรกก็น่ากลัวไม่ว่าหลุมใด สวรรค์ก็ดีไม่ว่าชั้นใด ตลอดพรหมโลกถึงนิพพาน พระองค์ทรงผ่าน ทรงรู้ทรงเห็นไว้หมดเรียบร้อยแล้ว แล้วนำมาสั่งสอนสัตว์โลกให้รู้เห็นตามนั้นแล้ว ให้มาประพฤติปฏิบัติตัดกาย วาจา ใจ ของตน ด้วยการกระทำ คือ ละบาป บำเพ็ญบุญ ให้เกิดผลประโยชน์แก่ตน เพื่อเป็นการส่งเสริมจิตใจซึ่งกิเลสวัฏฏ์มันรุ่มล่อมอยู่นี้ให้ค่อยจืดจางและหายไปโดยลำดับ...

ยังไม่ขาดสภาพชาติเพราะมีกิเลสอยู่ในจิตสันดาน ก็ให้ได้ไปเกิดในสถานที่ดี คดีที่เหมาะสมเป็นชั้น ๆ ภูมิ ๆ ขึ้นไป... สามแดนโลกชาตุนั้นทรงแสดงไว้แล้วทั้งนั้น...

...ผลที่เกิดจากการอบรมฝึกฝนตนด้วยธรรม ไม่ลดละความพยายาม ทำให้คนชั่วกลายเป็นคนดี ใจชั่วกลายเป็นใจดี และทำให้ผู้มีคุณธรรมอยู่แล้วกลายเป็นคนดีขึ้นไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด... อย่างน้อย ใจมีเหตุผลอย่างเดียว ภาวะที่เกี่ยวข้องกับตัว น้อยหรือมาก ซึ่งอยู่ในความรับผิดชอบของใจเป็นผู้ดำเนินงาน ย่อมกลายเป็นสิ่งที่มีเหตุผล และสะดวกราบรื่นไปตามเราผู้เป็นเจ้าของ...

...การกล่าวโทษผู้อื่นโดยขาดการไตร่ตรอง เป็นการสั่งสมโทษและบาปใส่ตนให้ได้รับทุกข์ จึงควรลดสังเวทต่อความผิดของตน งดความเห็นที่เป็นบาปภัยแก่ตนเสีย ความทุกข์เป็นของน่าเกลียดน่ากลัว แต่สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ทำไมพอใจสร้างขึ้นเอง...

...การทำความดีใส่ตัวเป็นสิ่งที่ทำยากมาแต่กาลไหน ๆ มิใช่จะมายากเฉพาะวันนี้ และยากเฉพาะเราคนเดียว แต่ทำยากมาทุกยุคทุกสมัย และยากมาด้วยกันทุกคน.. เพื่อเป็นการเตือนตนที่เข้าใจว่ามีความยุ่งยากลำบาก และฝืนใจยิ่งกว่ามนุษย์ทั้งหลาย พอมีช่องเดินได้ ไม่ปิดทางตัวเอง...



...กรรม คือ การกระทำ ดี-ชั่ว ทางกาย-วาจา-ใจ ต่างหาก ผลจริงคือ ความสุข-ทุกข์ ที่ได้รับกันอยู่ทั่วโลก กระทั่งสัตว์ผู้ไม่รู้จักกรรม รู้แต่การกระทำคือหากินหาอยู่ ทางศาสนาเรียกว่า กรรมของสัตว์ ของบุคคล และผลกรรมของสัตว์ ของบุคคล...

...ความรู้สึกในพระคุณ การยอมรับคำตักเตือนสั่งสอนด้วยความเต็มใจ และปฏิบัติตาม ไม่ฝ่าฝืน ยึดถือท่านเป็นเส้นชีวิตและทางดำเนินโดยชอบธรรม ภาระหนักเรายอมรับ แม้ท่านห้ามเราในขณะที่ทำผิด เราก็ยอมจำนนปฏิบัติตนต่อท่านประหนึ่งผ้าขี้ริ้วเช็ดเท้าฉันนั้น...

...การทำหิตีเตียนผู้อื่น ถึงเขาจะผิดจริง ก็เป็นการก่อกรรมจิตใจของตนเองให้ขุ่นมัวไปด้วย...

...ผู้เห็นคุณค่าของสัตว์ จึงควรเห็นคุณค่าของผู้อื่นว่ามีความรู้สึกเช่นเดียวกัน ไม่เบียดเบียนทำลายกัน...

...บุคคลควรพยายามคบแต่บัณฑิต เพื่อเลื่อนภูมิवासนาของตนให้สูงขึ้น...

...ถ้าหากว่าหมดบุญवासนาลงไปเมื่อใดแล้ว รูปร่างกายนี้ก็ตั้งอยู่ไม่ได้ ต้องแตกดับทำลายไป โดยเหตุใดเหตุหนึ่ง...

...เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด ท่านเรียกวัฏฏวน... กรรมดีกรรมชั่ว นี่เป็นเชื้อสำคัญ ที่ยังสัตว์ทั้งหลายให้ไปเกิดและมีความสุขความทุกข์ มีอำนาจวาสนา โง่ฉลาดต่างกัน มีอยู่ที่ตรงนี้...

...ความมั่งมีศรีสุข จะไม่บังเกิดแก่ผู้ทุจริตสร้างกรรมชั่ว มีมากเท่าไรย่อมหมดไป พ่อ-แม่-ปู่-ย่า-ตา-ยาย ที่สร้างบาปกรรมไว้ ผลกรรมนั้นย่อมตกอยู่กับลูกหลานรุ่นหลังให้มีอันเป็นไป ผู้ทุจริตเบียดเบียน รังแกผู้อื่น จะหาความสุขความเจริญไม่ได้เลย...

...เมื่อมนุษย์เราเกิดเสวยชาติเป็นคน มีสุขบ้าง ทุกข์บ้างตามวาระของกรรมที่อำนาจ มนุษย์ก็มีกรรมชนิดหนึ่ง ที่พามาให้เป็นเช่นนี้ ซึ่งล้วนผ่านกำเนิดต่าง ๆ มาจนนับไม่ถ้วน ให้ตระหนักในกรรมของสัตว์ว่ามีต่างๆ กัน เพราะฉะนั้นไม่ให้ดูถูกเหยียดหยามในชาติกำเนิดความเป็นอยู่ของกันและกัน และสอนให้รู้ว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมดีกรรมชั่ว เป็นของ ๆ ตน...

...การทำบาปหยาบคาย มีมาประจำแทบทุกคน ปล่อยให้ผลเป็นทุกข์ ตนยังไม่อาจรู้ได้ และตำหนิมันบ้าง พอมีทางแก้ไข แต่กลับตำหนิคำสั่งสอนว่าหยาบคาย ก็นับเป็นโรคที่หมดหวัง...



...บรรดาบุคคลทั้งมวลที่บำเพ็ญ การทำภาวนาเป็น  
เยี่ยมกว่าทุกวิธี และเป็นเหมือนกันอย่างเก็บน้ำ คือความดี  
ทั้งหลายซึ่งจะไหลรวมมาสู่จุดนี้แห่งเดียว ผู้บำเพ็ญภาวนา  
ทางจิตจนได้รับความสงบแน่วแน่ ย่อมเป็นผู้มีสติอันแน่นอน  
ทั้งเวลาปกติและเวลาจนตัว เป็นผู้องอาจกล้าหาญต่อคติ  
ธรรมดาคือความตาย ทั้งที่ยังมาไม่ถึงและขณะที่กำลังถูก  
มรณภัยคุกคาม สามารถวางตน (ใจ) อย่างสม่ำเสมอ  
ตลอดวาระสุดท้าย...

...เพราะความพลัดพรากจากกันนั้นแล ทำให้คู่ครอง  
ของแต่ละฝ่ายต้องอยู่คนเดียว เปลี่ยวกาย เปลี่ยวใจ ไม่มี  
ใครเป็นคู่ทุกข์คู่ปรึกษา แม้จะแสนทนทุกข์ทรมานแสน  
ขมขื่น ก็จำใจกล้ำกลืนไปตามกฎของกรรม ซึ่งจำมาจำจาก  
จำพลัดพรากจากไปเช่นนั้นทั่วไตรภพ...

...การอุทิศนี้เป็นของสำคัญนะ อุทิศด้วยการกรวด  
น้ำก็ได้ไม่กรวดน้ำก็ได้ **สำคัญที่อุทิศทางใจ...** น้ำนี้เป็นสักขี  
พยานภายนอกต่างหาก หลักอันใหญ่โตจริง ๆ คือใจ... น้ำใจ  
ต่างหาก นี่หลักของธรรมแท้เป็นอย่างนี้...

...ทางศาสนามีบทธรรมเตือนไว้อยู่เสมอเพื่อป้องกัน  
ความลืมหืมหรือกลัวจะเป็นทำนองสัตว์นรก พวกลืมหืม ลืม  
ตายเหล่านั้น... แม้จะอยู่ในที่เช่นไรก็ทำให้คิดถึงธรรมบท

นั้นอยู่เสมอว่า... เรามีความแค้นติดตัวอยู่ มีโรคภัยต่างๆ อยู่ในตัวนี้ มีความตายเป็นประจำ ถึงวาระแล้วต้องตายแน่ จะล่วงพ้นความเป็นไปเหล่านี้ไปไม่ได้ นอกจากนั้นเรายังมีความพลัดพรากจากสิ่งที่รักชอบและเจริญใจทั้งหลายไปในเวลาหนึ่งแน่นอน เรามีกรรมเป็นของตัว มีได้ตกเป็นของใครเหมือนสมบัตินอกกาย เรามีกรรมพาให้ไป พาให้เกิด พาให้อยู่ พาให้เสวยผล เราควรจะปฏิบัติกับตัวเองอย่างไรบ้าง เป็นทางชั่วหรือทางดี ถ้าทางชั่วเราก็เป็นคนชั่ว และรับผลชั่วเป็นทุกข์ ถ้าทางดีก็เป็นคนดี ได้รับผลดีเป็นสุข... มีทางเดียวคือต้องดัดแปลงตัวเราให้เป็นไปตามเท่านั้น จึงจะสมหวังในสิ่งที่หวัง...

...ท่านผู้จิตผาดโผนโดยตัวไม่อยู่กับร่องกับรอย ที่ขีดเส้นบังคับไว้ด้วยหลักธรรมความมีขอบเขตเหตุผล ก็กรุณานำธรรมข้างบนมาหักห้ามไว้บ้าง จิตอาจลดความเร็วในทางไม่มีขอบเขตลงบ้าง พอมีทางพิจารณากับตัวเอง และหาหนทางหลีกเลี่ยงได้ ไม่ปล่อยให้กิเลสตัณหาชักจูงพาเหมาเอาไปหมดเสีย...

...การทำความเข้าใจเรื่องกรรม เป็นการศึกษาศาธรรมะเพื่อเตรียมพร้อมที่จะรับภาระของตัวเราเอง ซึ่งจะต้องเป็นไปตามกรรมที่ได้ทำไว้ ตามพุทธภาษิตที่มีว่า ... กรรมจำแนกสัตว์ให้ทรมานและประณีตต่างกัน...



...คนมีศาสนาเป็นหลักใจกลับตรงกันข้าม คือเป็นคนขยันหมั่นเพียรในการทำงานเพื่อแสวงหาทรัพย์ รู้จักเก็บหอมรอมริบ ไม่สุรุ่ยสุร่าย เป็นคนชอบประหยัด และพยายามกำจัดสิ่งที่เป็นภัยแก่ตนและครอบครัว... รู้จักพรางตัวกับคนทุกเพศที่ไม่แน่ใจต่อความประพฤติของเขา ซึ่งเข้ามาเกี่ยวข้องกับตน เพื่อรักษาตัวและสมบัติให้ปลอดภัย...

...ร่างนี้ไปหาเมรุหมด กลายลงไปเป็นดิน เป็นลม เป็นไฟ แต่ใจนี้ออกไปถือภพใหม่แล้วเกิดมาอีก นี่แหละจึงไม่หมด ทำบุญก็เกิดตั้งแต่มนุษย์ขึ้นไปเรื่อย ๆ สูงขึ้นไปโดยลำดับ ถ้าไม่มีบุญมีแต่บาปก็เกิด แต่ไปเกิดต่ำ หน่อยไปเป็นสัตว์เดรัจฉาน มากกว่านั้นก็เป็ดเป็นผีไปตามวิบากกรรมดีชั่วของตนทำ...

...สัตว์นรกผู้มีกรรมหนักมาแต่คราวเป็นมนุษย์ พากันประมาทเพลิดเพลินเกินตัวจนไม่รู้จักตาย พอถึงวันรู้ก็เป็นวันตายของตนเสียแล้ว เลยคิดแก้อะไรไม่ทัน... แม้ขณะที่กรรมพัดผันขึ้นมาจากบาปนรกแล้ว เพียงจะกล่าวคาถาย่อ ๆ ว่า หุ-สะ-นะ-โส เท่านั้นก็ยังไม่วาง ต้องจมไปกับนรกอีก... คำแปลของคาถานั้น ...พวกเราทั้งหลายเมื่อเป็นมนุษย์อยู่ พากันประมาท ประพฤติแต่ความชั่วเสียหายอยู่เป็นประจำชาติ ไม่สนใจไยดีในความดีทั้งหลาย คติ



ความเป็นไปของพวกเราจึงถึงทุกข์มหันต์ เมื่อพวกเราพ้นโทษนี้ไปแล้ว จะไม่พากันประมาทดังที่เป็นอยู่ในเวลานี้ จะตั้งหน้าสร้างแต่บุญแต่กุศลโดยถ่ายเดียว ไม่ยอมทำชั่วอีกต่อไป เท่าที่เป็นอยู่ที่นี่ นับว่าแสนทุกข์ทรมานแทบทนไม่ไหว แต่กรรมก็ชုပ်ไว้ ให้จำต้องทนไปจนกว่าจะหมดกรรมที่ทำมา ดังนี้...

...คำกล่าวของพ่อแม่ เป็นคำศักดิ์สิทธิ์และบริสุทธิ์อย่างยิ่ง ควรทำความเคารพและนับถือเป็นหลักใจอย่างสำคัญจนวันอาวสาน ... โปรดอย่าหลงลืมคุณและคำสั่งสอนอบรมของท่าน จะเป็นผู้เจริญทั้งปัจจุบันและอนาคต... เวลาตกตาจน คือเวลาถึงความจำเป็นจริง ๆ โปรดระลึกถึงพระคุณของท่านที่เราทำความเอื้อเพื่อต่อท่านมา คุณนั้นจะดลบันดาลให้ผ่านอุปสรรคไปอย่างไร้ที่น่าเชื่อ...

...ท่านได้กล่าวไว้ในธรรมว่า แม้จะเอาน้ำในมหาสมุทรทุกหยดทุกหยาดมาผสมเป็นน้ำหมึก เอาดินทั้งแผ่นดินเป็นหมึกละลายน้ำ เอาเขาพระสุเมรุทั้งลูกมาเป็นด้ามปากกา เอาท้องฟ้าอากาศเป็นหน้ากระดาษ มาเขียนพรรณนาพระคุณของท่าน จนกระทั่งผู้เขียนตาย ผู้ใหม่มาเขียนแทนสืบต่อกันไป... แต่พระคุณของบิดามารดา ยังพรรณนาไม่จบ ด้วยยุดิลงด้วยการสวดวิสัยที่จะหาอะไรมาบันทึกต่อเพื่อความสิ้นสุดแห่งพระคุณ... บุตรธิดาจึงควรสลัดใจ



และเห็นโทษของตน... ซี้เอา... ทวงเอา... เถียงเอา... ชัดเอา  
อย่างใจ... เล่นตัวเอา... ร้องไห้เอา... ไม่ใช่ทางดำเนินของ  
บุตริตาที่ดีจะนำมาใช้ต่อผู้บังเกิดเกล้า...

...ตราบใดที่ใจยังปล่อยตัวไปตามกระแสความอยาก  
อันเป็นทางเสื่อมโทรมสุขภาพและโภคทรัพย์ ไม่มีการหัก  
ห้ามต้านทานบ้าง ยังจะไม่เจอความสุข ความเจริญ ตั้งใจ  
หมายอยู่ตราบนั้น...

...ใครจะมั่งมีศรีสุขเพียงใดก็ตามเถอะ ถ้าหัวใจแห่ง  
ผากยากจนธรรม เช่น มีความลืมนั่น เป็นต้น ผู้นั้นจะ  
มีความสุขสมกับความมั่งมี เป็นเครื่องส่งเสริมย่อมเป็นไป  
ไม่ได้เลย กองสมบัติเท่าภูเขา ก็ตาม ย่อมเป็นกองสมบัติอยู่  
เฉย ๆ... ไม่สามารถอำนวยความสะดวก หรือลดความทุกข์  
ทางใจของเขายให้ลดน้อยลงได้บ้างเลย ...

...ผู้ปฏิบัติด้วยความเพียร... ย่อมเห็นผลที่เกิดจาก  
การกระทำของตน... มีความเชื่อบุญ คือความสงบสุขที่  
เกิดจากใจ อันแสดงตัวเป็นความสงบสุขอยู่ในเวลานั้น มี  
ความเชื่อกรรมว่า ความสงบเย็นใจนั้นเกิดจากการระวาง  
รักษาคใจที่เรียกว่ากรรม ไม่สงสัย เพราะระหว่างเหตุกับผล  
มีความสืบเนื่องไปจากใจผู้ทำงานละชั่วทำดีอยู่แต่ผู้เดียว...  
ใจเกิดความอาภรณ์ว่าเร่งต่อผล คือความสงบสุขและทาง

ดำเนินของตน ว่านี่แน่แล้ว ที่จะก้าวสู่ความพ้นทุกข์ เพราะ  
ความเพียร...

...ใครมีความฉลาดแหลมคมเพียงไรก็ตาม ถ้าไม่มี  
hiriโอตตัมปะอยู่ในใจและความประพฤติกแล้ว ท่านเรียกว่า  
พาลทั้งนั้น... คำว่าพาลและปราชญ์ ในหลักธรรม จึงหมาย  
เอาคนชู้กับคนดีเป็นสำคัญ... คำว่าพาลนี้ พาลทั้งตัวเอง  
พาลทั้งผู้อื่น คำว่าพาลนี้มีทั้งพาลหยาบและพาลละเอียด  
พาลภายนอก พาลภายใน พาลให้คนอื่น พาลให้ตนเอง...  
การผัดวันประกันพรุ่ง เพื่อหลีกเลี่ยงการทำหน้าที่ใส่ตน  
มีให้พระ สวตมนต์ ภาวนา เป็นต้น... มักจะมีอุบายแปลก ๆ  
เพื่อออกตัวไปทางใดทางหนึ่งจนได้ อุบายประเภทที่  
ปราชญ์ท่านว่าเป็นอุบายของคนพาลภายใน...

...คนเราเมื่อยังหวังอะไร ๆ ก็ตามกับอนาคตอยู่ จึง  
ไม่ควรตัดอนาคตของตนด้วยความรู้ ความเห็น และความ  
ประพฤติกต่าง ๆ ที่นักปราชญ์ผู้ทำนายอนาคตติเตียนไม่  
เห็นด้วย จะเป็นผู้หมดหวัง ทั้ง ๆ ที่อนาคตยังมีอยู่กับโลก  
ผู้มีหวังทั้งหลาย นอกจากความไม่มีหวังเป็นของเราแล้ว  
ความทุกข์มหันต์อันแสนที่จะทรมาณยังมาเป็นของเราเข้าอีก  
นับว่าทุกข์ ทั้งช้า ทั้งยา ทั้งเหยียบจนแหลกละเอียดไม่มีชิ้นดี  
ทั้ง ๆ ที่หัวใจยังอยู่ ที่ท่านเรียกว่า เสวยวิบากกรรม...

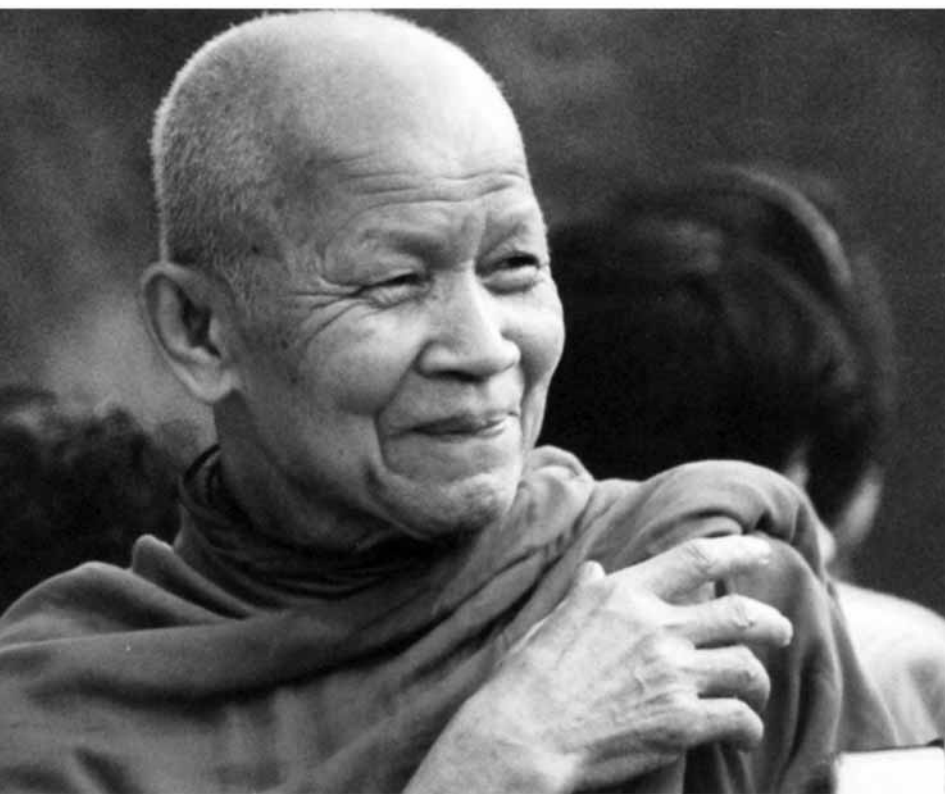


...ความสุขความทุกข์มันจะเกิดกับผู้ใด ก็มีธรรมเป็นเครื่องชำระล้างสิ่งนี้ได้จริง ๆ ... และโดยสิ้นเชิง ทำยที่สุดร่างกายจะมีความเจ็บไข้ได้ป่วยขนาดไหนก็ตาม จิตจะไม่ได้รับความกระทบกระเทือน จิตรู้ตามความเป็นจริงอยู่ตลอดเวลา... เพราะจิตมีความรอบรู้ และมีความฉลาด... ถ้าจิตโง่เสียอย่างเดียว... ก็จะเกิดความยุ่งเหยิงวุ่นวาย ชุณหวัขึ้นภายในจิต เกิดความทุกข์ขึ้นมา...

“อันชนกชนนีนี้รักเจ้า เทียบเท่าชีวิตก็ได้”

...รักนี้ใช้ เพียงรูปกาย รักนี้มีหน่าย รักนี้มีคิดทำลาย...

ดูตัวเองรอบ ดูจิตรอบ ด้วยสติ-ปัญญา อยู่โดยสม่ำเสมอ ย่อมจะดูตนรอบข้าง รอบเข้าเรื่อย ๆ



## ฉบายวิธี ทำให้จิตสงบ กิเลสสงบ



...ความคิดความปรุงทุกแง่มุมที่แสดงออกมาจากใจนั้น ล้วนแต่เป็นบงการของกิเลสให้คิดแทบทั้งสิ้น และก่อความไม่สงบแก่ใจอยู่ตลอดเวลา... กิเลสแต่ละประเภท ๆ ผลักดันออกมา บังคับออกมาให้คิดให้ปรุง ให้ยุ่งเหยิงวุ่นวาย ให้รักให้ชัง ให้เกลียดให้โกรธ... ศาสนาเป็นธรรมเครื่องชำระกิเลสให้เบาบางและหมดสิ้นจากใจ ตามหลักธรรมอันเป็นจริงแล้วอย่างนั้น...

...ความหนาบาง จริตนิสัย ตลอดจนการปฏิบัติและไม่สามารถรู้กลอุบายของกิเลสประเภทต่าง ๆ ที่เป็นเครื่องต่อต้านภายในจิตใจ... นี่ถ้าซ้า ก็ต้องซ้า ตรงนี้เป็นสำคัญ...

... ถ้ามีศีลมีธรรมเป็นเครื่องรักษาตัว เป็นเครื่องป้องกันตัว ก็อยู่ผาสุกเย็นใจ อยู่คนเดียวก็สบาย เพราะอยู่

ด้วยธรรมครองใจ ...

...เมื่อโลกสันนิวาสนี้ เป็นพื้นเป็นไฟ เผาไหม้กันทั้งวันทั้งคืน ท่านทั้งหลายยังหัวเราะหาอะไรกันอยู่ ทำไมไม่เสาะแสวงหาที่พึ่ง... ไฟคือ ราคะ โทสะ โมหะ มันเผาทั้งวันทั้งคืน ยืน เดิน นั่ง นอน ไม่สงบ หัวเราะเรื่องพื้นเรื่องไฟหาประโยชน์อะไรกัน ...

...ทางวิภูฏะที่พระพุทธเจ้าของเรา หรือพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ เป็นทางของความสุขเกษม อันเป็นทางของความหลุดพ้นแห่งวิภูฏาน คือมัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ทางสายกลาง... เป็นทางราบรื่นดีงาม... ได้ประทานให้สัตว์ทั้งหลายได้ดำเนิน ได้แก่ สติ ปัญญา ศรัทธา ความเพียร รวมเข้าแล้วเป็นสุปฏิปันโน อุชุปฏิปันโน ญายุปฏิปันโน สามีจิปฏิปันโน นี่คือประโยชน์แห่งการเดินของผู้เดินทางไปถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน ผ่านโลกวิภูฏานอันกันดารนี้เสียได้โดยปลอดภัย กิริยาของท่านผู้ดำเนิน... ย่อมงามทั้งกิริยาแห่งการคิดอ่านทางด้านจิตใจ งามทั้งวาจาที่พูด เต็มไปด้วยเหตุผล ไฟเราะเพราะพริ้ง เป็นเครื่องรื่นเรียงกันและกัน งามทั้งการประพฤติ กิริยาอาการ การแสดงออกทางกาย ทุกด้าน ทุกแง่ทุกมุม กลมกลืนกันไปตามแนวทางมัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งเป็นทางที่ตรงแนวแห่งวิภูฏะ คือ พระนิพพาน ...



...จะมีศีลอะไรก็ตาม ถ้าจิตไม่บริสุทธิ์ก็ไปนิพพานไม่ได้ นั่นหลักตายตัวมีอย่างนั้น... จิตบริสุทธิ์ของคนธรรมดาทั่ว ๆ ไปอย่างนี้เป็นอย่างหนึ่ง ท่านเรียกว่าจิตบริสุทธิ์ เพราะไม่ได้ทำผิดอะไร แต่จิตของพระอรหันต์นั้นไม่มีกิเลสประเภทใดติดอยู่ในนั้นเลย นั่นมันต่างกัน นั่นแล้วจิตบริสุทธิ์นั้น ...

...ให้เรียนวิธีปฏิบัติต่อจิตใจเข้าไป ตั้งแต่เริ่มจิตภาวนา เช่น พุทโธ ชัมโม สังโฆ บทใดก็ตาม... นึกพุทโธ ๆ อยู่ในใจ หรือนึกให้รู้อยู่กับลมหายใจก็ได้ ใจจิตอยู่กับคำบริกรรมนี้ มีสติควบคุมอยู่ จิตจะสงบเย็นลงไป พอจิตเย็นลงไปแล้ว จะก้าวเข้าสู่ความสงบ ...

...การปล่อยวางความยึดมั่นในวัตถุและอารมณ์ต่าง ๆ เป็นจุดมุ่งหมายของศาสนธรรมโดยแท้ แม้ธาตุขันธ์ยังต้องอาศัยสิ่งเหล่านั้นอยู่ ก็ไม่จำเป็นต้องยึดถือแบกหามเสียจนหนักอึ้งตลอดเวลาจนหาอิสระทางจิตใจไม่ได้ คนเราย่อมเป็นทุกข์กันตรงนี้ มิได้เป็นทุกข์เพราะความไม่มีกินไม่มีใช้ แต่เป็นทุกข์เพราะมีมากน้อยเท่าไรก็ยึดมั่นเหนียวแน่นต่างหาก ลูกศิษย์พระพุทธเจ้าจะมีทางรู้ และปล่อยวางภาวะคือความยึดถือเหล่านี้ได้โดยลำดับ และได้โดยเด็ดขาด...

...ผู้มีปัญญาไม่ควรให้สิ่งที่ล่วงแล้วตามมา ไม่ควรทำความหวังในสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ...



...สิ่งใดเป็นข้าศึกต่อใจ แต่ใจชอบคิด ชอบไฟฝัน พึ่ง  
 ทราบว่านั่นคือการวิ่งตามกระแสของโลก คำว่า โลก ไม่ได้  
 หมายถึงใคร แต่หมายถึงหัวใจของเราโดยเฉพาะ หัวใจ  
 ย่อมหมุนเวียนต่อตนเองและหลอกลวงตนเองเสมอ โดย  
 ยึดสิ่งแวดล้อมภายนอกมาเป็นวัตถุตัวเหตุ แต่ทำความ  
 หมุนตัวเอง ให้เป็นไฟเผาตัวอยู่ตลอดเวลา ...

...เวลาชีวิตจิตใจของคนที่จนตรอกจนมุมเข้ามาจริง ๆ  
 วาระสุดท้ายที่ชีวิตสิ้นสุดลงต้องเป็นแบบนี้ จิตจะต้องคิด  
 ไปต่าง ๆ เช่น คิดถึงคุณงามความดีบ้าง คิดถึงความชั่ว  
 บ้าง... ถ้าเคยทำความดีไว้ พอคิดถึงความดีจิตเกาะบิ๊บบั้นที่  
 และเย็นไปเลย ยิ่งผู้ปฏิบัติความดีอยู่เรื่อยมาแล้ว ไม่ต้อง  
 สงสัย ความดีนั้นแลเป็นเพื่อนสอง เป็นมิตรสหาย เป็น  
 คู่พึ่งเป็นพึ่งตายได้อย่างแท้จริง ยิ่งกว่าสิ่งใด ๆ ในโลก ...

...ไม่ว่าความโกรธ ไม่ว่าความรัก อะไรก็ตาม ถ้าหาก  
 ส่งไปข้างนอก และไม่สนใจจุดจุดของมันที่เกิดขึ้น จะต้อง  
 ทวีความรุนแรงขึ้นไปเรื่อย ๆ ...

...ผลของกิเลสที่จะให้เราเกิดทุกข์ต้องแสดงขึ้นที่จิต  
 ให้เราเห็นจุดนี้ก่อน เห็นความทุกข์นี้ก่อน แล้วค่อยพิจารณา  
 แก้ไข... สำคัญที่อุบายการแก้ พออะไรปรากฏขึ้นมาก็  
 พยายามแก้ หาอุบายวิธีแก้... คือสติปัญญา ...



...ใจของเราถ้าแห้งผากจากอรรถจากธรรมะ จะมีแต่ความหิวโหย ความกระวนกระวาย ตายไปด้วยความทุกข์ความลำบากความทรมาน... ท่านจึงว่าให้ฉลาด ฉลาดในสิ่งที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตน... เพราะฉะนั้นจึงต้องสอนให้มีเครื่องหล่อเลี้ยงหัวใจ ใจไม่ตาย ไปข้างหน้าให้ได้ เครื่องเจ้าของไปด้วยซิ สมบัติเงินทองข้าวของแปรสภาพให้เป็นบุญเป็นกุศลเป็นได้ อันนี้เอาไว้สำหรับร่างกาย อันนี้เอาไว้สำหรับทำประโยชน์ในหัวใจเรา ...

...ปลอมอะไรก็ตาม สำคัญที่ปลอมในตัวเอง หลอกตัวเอง นี่เป็นสิ่งสำคัญมาก ควรจะได้พิจารณาพิจารณากัน ...

...เมื่อจิตได้รับธรรมเป็นเครื่องอบรม เป็นเครื่องเกาะเครื่องเหนี่ยวแล้ว จิตจะต้องมีหลักฐานมั่นคงขึ้นโดยลำดับ ...

...วันหนึ่ง ๆ ควรระลึกถึงความตาย อย่างน้อยสัก ๕ ครั้ง ใจคนเราก็จะมีหยุดชะงักบ้าง การกระทำความชั่วลามกทั้งหลาย หรือความฟุ้งเฟ้อเห่อเหิม การลืมนื้อลืมนตัว ก็จะมีสติตั้งบ้าง เพราะป่าช้ามีอยู่กับตัว เราต้องตายสักวันหนึ่ง... จึงควรสร้างความดีไว้สำหรับตน จะได้เป็นสิริมงคล ในปัจจุบันและอนาคต ...

...นิสัยคนมีกิเลส ชอบเข้าข้างตัวเองเสมอมา แต่ธรรมชาติเป็นมนุษย์มีปัญญา มีความเป็นกลาง มีความสม่ำเสมอ ...

...พีเลียงของจิต คือสติกับปัญญา คอยให้ความปลอดภัยแก่จิตตลอดสายที่จิตคิดไปตามอารมณ์ต่าง ๆ คอยพยายามปลดปล่อยอารมณ์ที่มาเกี่ยวข้องกับใจ และพยายามแสดงเหตุผลให้จิตรับทราบเสมอ ใจที่ได้รับเหตุผลจากปัญญาพร่ำสอนอยู่เป็นนิจ จะคิดฝันและติดอารมณ์ที่เคยเป็นข้าศึกต่อไปอีกไม่ได้ ...

...ตราบใดที่ใจยังปล่อยตัวไปตามกระแสแห่งความอยาก อันเป็นทางเสื่อมโทรมทางสุขภาพและโภคทรัพย์ ไม่มีการหักห้ามต้านทานบ้าง ยังจะไม่เจอความสุขความเจริญดังใจหมายอยู่ตราบนั้น ...

...การฝึกจิตของตนให้สงบนั้นแหละ เรียกว่าปิดโรงงานเสียบ้าง จะได้มีความสงบร่มเย็น เหมือนอย่างเขาพักงานแล้วมาพักผ่อนนอนหลับหรือรับประทานอาหาร ก็มีกำลังควรแก่การทำงานอีกต่อไป ...

...แต่ปัญญาชอบเกิดจากการคิดอ่านไตร่ตรอง คนที่ไม่มีปัญญาความฉลาดจะประกอบการทำงานทุกชิ้นให้สำเร็จลงด้วยความเรียบร้อยย่อมไม่ได้... พระศาสนาจึงสำคัญอยู่ที่สติและปัญญา... ผู้มีสติปัญญาตามรักษา ความประพฤติ ย่อมงามทั้งภายนอก งามทั้งภายใน และเป็นผู้ทรงความ



งามไว้ได้ ไม่จิตจางตลอดกาล เมื่อนำสติปัญญาเข้าไป  
แก้ทางภายในคือใจกับอารมณ์ที่ทำให้รกรุงรัง ก็จะทำให้  
เป็นใจที่ใสสะอาดและมีคุณค่าขึ้นมาทันที ...

...การปฏิบัติธรรม เราพูดแล้วพูดเล่าพูดย้ำอยู่เสมอ  
เรื่องของสติปัญญาให้นำมาใช้ทุกแง่ทุกมุม ไม่ว่าจะกิจนอก  
การใน อันนี้สำคัญมาก ได้เห็นคุณมากเต็มหัวใจ จึงต้อง  
ได้ยกขึ้นอยู่เสมอ แม้แต่ขั้นสมาธิ ถ้าไม่มีสติและปัญญา  
รอบตัวอยู่ด้วย มันก็มีทางให้เสียได้เหมือนกัน หากมี  
ปัญญาพิจารณาพิจารณาความผิดถูกชั่วดีต่าง ๆ จิตก็ไม่ผาดโผน  
คนเราเมื่อมีการใคร่ครวญ เป็นเบรคห้ามล้อไว้ ไม่ให้มัน  
ผาดโผนเกินไป สติเป็นของสำคัญที่จะกำกับงาน ให้พึง  
กำหนดไว้เสมอ ...

...ในด้านการปฏิบัติ ความจำได้เป็นอย่างหนึ่ง ความ  
จริงเป็นอย่างหนึ่ง...แต่เวลาเราปฏิบัติไปเจอความจริงเข้าแล้ว  
ความจำนั้นก็ปล่อยวางหมด... อาจารย์เคยพูดให้ลูกศิษย์  
ลูกหาฟัง คือเราดูในตัวเราแหละ เราปฏิบัตินี้ก็แค่ดูตัว  
เราเอง ก่อนอื่น การปฏิบัติคือการเรียนธรรมภายในคือดู  
ตัวเอง

เมื่อมีอะไรขึ้นมามันก็รู้ ถ้าจิตของเราอยู่ที่นี้แล้วมี  
อะไรผ่านก็รู้... เราเรียนเข้า มันก็รู้เรื่องของเรา ไปกระทบ  
กับเรื่องอะไรเพราะเหตุไรก็รู้ไปพร้อม ๆ และพยายาม

แก้ไขไปเรื่อย ๆ ...

...เมื่อปัญญาได้เคลื่อนย้ายจากสมาธิแล้ว นับวันจะ  
 เร่งเครื่อง คืออุบายต่าง ๆ ไหวตัวอยู่ตลอดเวลา กับอารมณ์  
 ที่มากระทบ ... ตอนนี้จะได้เห็นว่ามีกิเลสพุ่งตัวขึ้นเต็มที... ขณะ  
 เดียวกันก็จะเห็นกำลังใจที่กล้าหาญ และกำลังสติปัญญา  
 ความพากเพียร... ทั้งจะได้เห็นปัญญาอันแก่กล้าต่อ  
 สงคราม คืออารมณ์เครื่องช่วยวนใจให้ลุ่มหลง

...ในขณะที่เดียวกัน อากาโรกับชัฏเกิดเป็นคู่แข่งกัน  
 ทั้งนี้เรียกว่า **สงครามธรรม** เมื่อฝ่ายกิเลสมีกำลังมากกว่าก็  
 กำเอาชัยชนะครองวิญญูะ บังคับให้จิตซึ่งอยู่ที่อำนาจของ  
 เขาเสวยวิบากกรรมต่อไป เมื่อฝ่ายธรรมมีกำลังมากกว่า  
 ก็กำเอาชัยชนะ หักงกรรมวิญญูะให้แตกสลายไปจากจิต  
 ครองตำแหน่งธรรมิกราชต่อไป ...

...อย่าไปว่าคนอื่นเขา ตัวเรานั้นดีแล้วหรือ ให้หมั่น  
 ถามตัวเองไว้เช่นนี้ตลอดเวลา แล้วจะไม่มีความเดือดร้อนใจ  
 ไม่ต้องลับเขี้ยวไว้กัดกัน...

...ถ้าเมื่อใดอยากทำในความไม่ดี นั่นเป็นต้นหา ...

...อาหารของธาตุของขันธ์ คือ ข้าว น้ำ วัตถุ ต่าง ๆ  
 อาหารของใจ ได้แก่ ทาน คีล ภาวนา เป็นบุญเป็นกุศลรวม  
 เข้าสู่ใจของเรา... ใครมีอาหารนี้ ใจจะเป็นผู้มีความร่มเย็น



เป็นสุข ไปเกิดก็เกิดสถานที่ดี คติที่เหมาะสม สมความ  
มุ่งมาดปรารถนา นอกจากนั้น เมื่อมีบุญมาก ๆ แล้วก็ผ่าน  
พ้นถึงนิพพาน ...

...กาลใดที่เราห่างเหินจากศีลธรรม เพราะการงาน  
ปีบรัดตัว หาเวลาว่างไม่ค่อยได้ หรือเพราะเหตุอื่นบังคับ...  
กาลนั้นความเคลื่อนไหวของเราทั้งภายในภายนอกจะรู้สึก  
แปลกหูแปลกตาและแปลกใจ ความโลภเริ่มไหวตัวทุกทิศ  
ทุกทาง ตลอดราคาตะหนักชอบจะหาเศษหาเลย... เจ้าตัว  
นี้ไม่ชอบเป็นคู่กับความเสื่อม มีแต่ชอบเจริญขึ้น... ความ  
โมโหโทโสก็ไหลขึ้นเร็วกว่าปกติ... ทำกิจการอะไรก็ผิด ๆ  
พลาด ๆ ไม่ค่อยมีเหตุมีผลคอยกำกับ อยู่โดยลำพังตัวเอง  
ก็ร้อน สุมอยู่ด้วยอารมณ์ความไม่สบายใจ จะทำพุดคิด  
อะไรไม่ค่อยมีเหตุผลหลักเกณฑ์

...แต่กาลใดศาสนาหรือศีลธรรมเจริญในใจ กาลนั้น  
มีความสุข จิตใจชุ่มเย็น หน้าตาเบิกบาน ถ้าเจริญมากก็ยิ่ง  
มีความสุขมาก ความเมตตาสงสารมาก ตลอดความเห็นอก  
เห็นใจผู้อื่นและสัตว์อื่นก็พลอยมากไปตาม ๆ กัน... ฉะนั้น  
ธรรมมีอยู่ในผู้ใด ผู้นั้นจึงเป็นผู้ร่มเย็นน่าเข้าใกล้ซิด... น่า  
เคารพนับถือ ท่านจึงสอนให้พากันสร้างเรือนใจ... เรือน  
ธรรมเพื่อใจ เรือนไม้เพื่อกาย ได้อยู่สบายด้วยกันทั้งสอง  
ฝ่าย... ถ้าใจมีเรือนหลังเย็นสบายคือสันติธรรมเป็นที่อยู่

อาศัยแล้ว เรือนกายจะเป็นเรือนชนิดใด... พวกกันแตกกัน  
ฝนได้ก็สบาย...

...ผู้เห็นภัยในความเกิดตาย ช้ำ ๆ ซาก ๆ อยู่ทุก  
ขณะลมหายใจเข้าออก เพราะความเพียรกล้า ซึ่งเกิดจาก  
ใจที่เห็นภัยในทุกข์มาจนเพียงพอแล้ว ประคองสติปัญญา  
ให้เป็นไปในกายในจิตตลอดเวลาในทุกอิริยาบถไม่ลดละ  
ก็สามารถถอดถอนกิเลสอาสวะออกจากจิตใจได้ด้วย  
สมุจเฉทปหาน ...

... **คุณสมบัติประจำใจของพระโสดาบันบุคคล**นั้นถือ  
หลักความเชื่อมั่นประเภท**อจลศรัทธา** เป็นผู้เชื่อมั่นต่อผลที่  
รู้เห็นประจักษ์ใจแล้ว และเชื่อมั่นต่อคุณธรรมเบื้องสูงที่ตน  
ยังไม่รู้ไม่เห็น **สมาทนตตตา** ความเป็นผู้วางตนสม่ำเสมอ  
ไม่ถือตัวด้วยมานะชนิดใดชนิดหนึ่งกับคนทุกชั้น เป็นผู้มี  
ธรรมครองใจ ไม่ถืออะไรยิ่งกว่าเหตุการณ์ที่เห็นว่าถูกต้อง  
ด้วยเหตุผล พระโสดาบันบุคคลยอมรับและปฏิบัติตาม  
ทันที ไม่ยอมฝ่าฝืนหลักความจริง ... แม้คนชั่วที่เคย  
ประพฤติตัวไม่ดีมาแล้ว ตลอดสัตว์เดรัจฉาน พระโสดาบัน  
บุคคลก็ไม่รังเกียจ โดยเห็นว่าเขากับเราตกอยู่ในวงแห่ง  
กรรมดี-ชั่วเหมือนกัน... พระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบันแม้  
จะเป็นฆราวาส ก็เป็นผู้แน่วแน่ในศีลของตนรักษาอยู่ ไม่  
รับศีลแล้วรับศีลเล่าเหมือนสามัญชน... ไม่ยอมให้ศีลขาด



หรือต่างพร้อมด้วยเจตนาสว่างเกิน ...

...การรักษาสมบัติได้ในโลก ไม่ยากเท่ารักษาตนคือตัวเรา ที่จะไม่ให้ตกเป็นเหยื่อแห่งความชั่วนี้ รู้สึกยากมาก ... เพราะสิ่งที่พาให้เสียซึ่งมืออยู่ภายในนั้น มีขึ้นอยู่กับวัย กาลสถานที่ อะไรเลย **สิ่งนั้นคือความอยาก** เป็นเจ้าของเรือนเรื่องอำนาจ คอยหาโอกาสจะช่วงชิง พาให้ไปในทางเสื่อมเสียอยู่เสมอ ...

...ปฏิบัติศาสนา คือปฏิบัติที่ตัวเรานี่เอง ให้เป็นไปในทางที่ให้ความสงบเย็นใจ ให้คุณแก่ตน ๆ มากขึ้น สมกับศาสนาสอนคนให้ฉลาดในการรักษาตนให้พ้นภัย ...

...ถ้าจิตมีรากฐานแห่งความสงบ แล้วมีงานทำในขณะที่ยังเพ่งตามฐานะหรือตามชั้นภูมิของจิตแล้วจะไม่ว่าง ถ้าทำสมาธิก็จะเพลินไปทางสมาธิ ชั้นของปัญญา ก็จะเพลินไปตามเวลาเทศน์ ใจเราจะคล้อยไปตาม ทำให้เพลินเพลินกับอารมณ์แห่งธรรม เหมือนกับท่านช่วยบุกเบิกให้ ...

...พระพุทธเจ้า หรือครูอาจารย์ ทรงชมเชยบุคคลผู้มีสติปัญญาอันค้นคิดขึ้นมาโดยลำพังตนเอง และรักษาตัวเองให้ปลอดภัยด้วยความฉลาดเท่านั้น แม้อุบายวิธีที่จะทำให้เกิดสิริบริสุทธ์ก็ดี ทำให้สมาธิเกิดขึ้นก็ดี และอุบายทำให้เกิดปัญญาเกิดขึ้นเพื่อมรรคผลนิพพานก็ดี พระองค์ตรัสไว้พอประมาณเท่านั้น ...



รอยยิ้มที่ประทับใจของศิษย์นั้นเปี่ยมไปด้วยความเมตตาเต็มหัวใจของท่าน เหมือนเตือนให้ศิษย์สำรวจกาย วาจา ใจ ให้อยู่ในศีลในธรรม เพื่อเป็นคนดี

ถ้าด้วยความระมัดระวัง ความบกพร่องแม้มีก็ไม่มาก ฉะนั้น สติจึงสำคัญและมาอันดับหนึ่ง ปัญญามาเป็นที่สอง การทำบุญตักบาตรเป็นความดี เป็นบุญแก่จิตใจ เมื่อมีโอกาสทำได้เมื่อใดจึงควรทำเสมอ





## ดูบายวิถีการหลุดพ้น



...คำว่า “นิพพาน” เป็นศัพท์ใช้เฉพาะพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายที่สิ้นกิเลสและภพชาติภายในใจแล้วโดยเฉพาะ ...

...ผู้จะพ้นจากโลกสมมติ ต้องเห็นสังขารเป็นของจริงเต็มส่วน ...

...ที่นี้เมื่อเราภาวนา จิตของเรามีความสงบเยือกเย็นแล้ว ที่เราเคยฟุ้งเพื่อ เหน้อเหิม วิ่งเต็นแผ่นกระโดดจนหาหลักเกณฑ์ไม่ได้นั้น เพราะเราไม่มีหลักยึด ทั้ง ๆ ที่เราหาหลักยึด มันยังยึดไม่ได้... แต่พอจิตใจยึดธรรมได้เท่านั้น... คนเรานั้นเมื่อเห็นผลในทางที่ดี ในทางความสุขแล้วใครจะเบื่อ... ติดธรรมยิ่งมากเท่าไร ยิ่งเย็น ยิ่งเบา ยิ่งสบาย สุดทำยอยู่คนเดียวก็สบายแล้ว ติดมากเข้า... หวังพึงธรรมอย่างเดียว



เอาธรรมเป็นชีวิตจิตใจ... ยิ่งหนุนความเพียรเข้าไป กิเลส ยิ่งแตกกระจาย... ธรรมซึ่งเป็นแดนพื้นทุกขโพล้ขึ้นมาเรื่อย ๆ ... ภายในใจ จนกระทั่งสว่างแจ้งเป็นโลกวิทู... คำว่าติด ธรรมก็หายหมด ติดโลกก็หายหมด ไม่ติดอะไรทั้งนั้น ...

...ความเป็นอยู่แห่งชีวิตของพระอรหันต์ทั้งหลาย ก็ ผิดจากความเป็นอยู่ของโลก เพราะชีวิตสดชื่นด้วยธรรม แม้ร่างกายจะเป็นสมมติเหมือนโลกทั่ว ๆ ไป แต่ใจผู้ครอง ร่างเป็นของบริสุทธิ์ จึงทำให้ร่างกายทุกส่วนสดชื่นไปตาม ...

...ท่านให้อุบายวิธี ๕ ข้อ เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตโจ แก่ นักบวช จึงเปรียบเหมือนกับการให้อาหารเข้า ถากถางเพื่อถอดถอนอุปาทานของตนตามส่วนต่าง ๆ แห่ง ร่างกายนี้... ใจเมื่อมีโอกาสรู้เรื่องของตัวเอง เรื่องของทุกข ก็รู้กันที่นี้... การพิจารณาเรื่องของกายให้เห็นว่าเป็นทุกข ให้เห็นว่าเป็นสภาพที่แปรปรวนอยู่ตลอดเวลาทั้งส่วนแห่ง กายและทางด้านจิตใจก็ดี... เป็นอุบายวิธีที่จะให้เราถอน อุปาทานที่ท่านเรียกว่าตัวสมุทัยขึ้นมา ให้ธรรมชาติเหล่านี้ ใต้อยู่เป็นปกติ... ใจจะได้เป็นสุข... ที่ท่านเรียกว่า “ยถากุตฺ ญาณทสฺสน” รู้เห็นความเป็นจริงในส่วนแห่งร่างกายทุก ส่วนว่าเป็นไตรลักษณ์โดยทางปัญญา ...

...อุบายวิธีที่พิจารณาทั้งหมดที่เรียกว่า “มรรค” เป็น อุบายวิธีที่จะถอดถอนเรื่องความถือมั่นสำคัญผิดของตน

ที่ให้ชื่อว่า “สมุทัย” ทั้งนั้น ...

...แต่สิ่งที่เป็นเชื้อให้เกิดนั้นได้แก่อะไร ท่านว่าอวิชชา เป็นเชื้อสำคัญ ...

...ความเชื่อประเภท “อจลศรัทธา” ความเชื่อมั่นไม่ ห้วนไหวโยกคลอนไปตามคำเล่าลือโดยหาหลักฐานและ เหตุผลมิได้ และเป็นความเชื่อมั่นประจำนิสัยของโยคาวจร ผู้นั้นจากประสบการณ์นั้นแล้ว...

... อวิชชาชั้นหยาบ... รู้แกมโง่ ฉลาดแกมโง่ ทั้งรู้ ทั้งหลง จับเอาตัวจริงไม่ได้... อวิชชาชั้นละเอียด... คือ ความหลงของจิตดวงเดียวเท่านั้น เพราะสิ่งอื่น ๆ สามารถ รู้เท่า และปล่อยวางได้แล้ว แต่กลับมาหลงตัวเอง ท่านจึง ให้นำมาว่า “อวิชชา” แปลว่ารู้ไม่รอบ รู้ไม่ชัดเจน ยังมีเงา ปิดบังตัวเองไว้ ...

...เราเป็นมนุษย์ทั้งคน ฉลาดกว่าสัตว์ ทำไม่จึงโง่กว่า สัตว์... ถ้าเราถามตัวเราแล้ว ก็เลสจะหลุดลอยไป เราจะรู้ ได้ในตัวของเรา ...

...พระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยการภาวนา ตรัสรู้ด้วยการ ปฏิบัติ ...

...พระพุทธเจ้าดูพวกเราทั้งหลายเหมือนคนดูสัตว์นั่นเอง จะผิดอะไร เพราะฉะนั้นจึงสงสารมาก ไม่รู้ประสีประสา



อะไร ให้กิเลสจุกจุกไปอย่างนั้น หมุนไปทางรูป คิดไปทางรูปก็จุก ทางเสียงก็จุก ทางกลิ่น ทางรส เครื่องสัมผัสต่าง ๆ มีแต่จุกจุก ๆ ไปโดยไม่รู้เนื้อรู้ตัว ไปแบบเพลिनเพลिनจนลืมหาย นี่พวกเราโง่หรือฉลาด โปรดพิจารณาเพลिनจนลืมหาย ...

...เป็นการทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ตรัสสอนเรื่องกาย-วาจา-จิต มิได้สอนอย่างอื่น ทรงสอนให้ปฏิบัติฝึกหัดจิตใจ ให้เอาจิตพิจารณากาย เรียกว่า **กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน** หัดสติให้มากในการค้นคว้าที่เรียกว่า **ธัมมวิจยะ** พิจารณาให้พอที่เดียว เมื่อพิจารณาเป็น **สติสัมโพชฌงค์** จิตก็จะเป็นสมาธิรวมลงเอง ...

...ประกอบความเพียรทำจิตให้ยิ่ง เป็นการปฏิบัติตามคำสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ...

...*อวิชชา บจฺจยาสงฺขารา* ผลิตสัตว์โลก เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด ไม่มีคำว่าตายแล้วสูญ ...

...คนที่หลงจึงต้องแสวงหา ถ้าไม่หลงก็ไม่ต้องทำอะไรจะไปให้ลำบากทำไม อะไร ๆ ก็มีอยู่กับตัวเองอย่างสมบูรณ์ แล้วจะตื่นเงา ตะครุบเงาไปทำไม เพราะรู้แล้วว่าเงาไม่ใช่ตัวจริง ตัวจริงคือสิ่งทั้งสี่ที่มีอยู่ในภายในใจอย่างสมบูรณ์แล้ว ...

...สิ่งใดเป็นไปเพื่อความขัดขวางตัดรอนความดี และขัดขวางจิตไม่ให้ความสะอาดเพื่อประพาศิตความดี... เหมือนคนใช้ชอบอาหารแสดง... สิ่งนั้นเรียกว่า “มาร” เป็นธรรมฝ่ายชั่ว และเป็นคู่แข่งขันกับธรรมฝ่ายดี ผู้ปฏิบัติเพื่อธรรมฝ่ายดีจึงต้องรบกับศัตรูเหล่านี้ให้ได้ชัยชนะ ...

...สมณะ คือความสงบใจ ... เป็นรากฐานที่จะให้ปัญญานี้เคลื่อนตัวออก และเคลื่อนตัวออกไปเรื่อย ๆ เหมือนกับรถที่กำลังเริ่มออกเอื่อย ๆ ๆ พอออกได้จังหวะแล้วก็พุ่ง ๆ ๆ... จนกลายเป็นปัญญาอัตโนมัติ... ครั้งพุทธกาลท่านว่า มหาสติ มหาปัญญา... คือหมุนตัวเป็นเกลียวอยู่ตลอดเวลา คือเป็นไปเอง... หมดหายไปได้ในเมื่อหมดเหตุหมดปัจจัยที่มันจะตามแล้ว...

...ธรรมแยกโดยย่อมี ๓ คือ กุศลธรรม-ธรรมฝ่ายดี อกุศลธรรม-ธรรมฝ่ายชั่ว และอัพยาทธรรม-ธรรมกลางๆ ปราศจากดีชั่ว...

...แม้ธรรมจะเป็นเครื่องกำจัดกิเลสทุกประเภทก็จริง แต่ก็กำจัดกิเลสเป็นอย่างไร ๆ ไป ตามจรตนิสัยที่ถูกกับบทธรรมนั้น ๆ ... ผู้ฉลาดก็ควรพิจารณาคั่นดูสมุฏฐานของกิเลสว่าควรแก้ด้วยธรรมบทใดก่อน เช่น ผู้หนักในราคะจรตควรนำอสุภกรรมฐานมาแก้... พิจารณาน้อมเข้าไปในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา ด้วยปัญญาจนเกิด



ความเบื่อหน่าย คลายกำหนดได้โดยลำดับ... ธรรมเมื่อใช้  
ถูกทางก็เป็นนิยานิการธรรม นำผู้ปฏิบัติให้พ้นจากความ  
ขัดข้องไปโดยลำดับ ...

...ทุกท่านได้โปรดค้นหาตนเองแท้จริงให้เจอ ตนนั้น  
มีใช้ตนสมมติ หากเป็นตนในหลักธรรมชาติ และมีอยู่กับ  
ทุกคน ถ้าค้นพบแล้วก็จะพบเมืองพอในธรรมชาติก็เช่นกัน  
นั่นแลคือเมืองพอดี ใจพอดี ทุกๆ สิ่งจะพอดีไปตามหลัก  
ใหญ่ที่ค้นพบนั้นทั้งนั้น ...

...ผู้ปฏิบัติธรรมก็มีธรรมในใจ และอาศัยการปฏิบัติ  
ไม่ถอยหลัง ก็สามารถยังธรรมเหล่านี้ให้แจ่มแจ้งในจิตใจได้  
ในบทธรรมคุณมีอยู่ว่า *สันตสิทฺธิโก อกาลิโก* - ผู้บรรลุนะ  
พึงเห็นเอง ไม่เลือกกาลเวลา...

...ส่วนโรคประจำใจมนุษย์และสัตว์โลก คือ **โรคกิเลส**  
ก็แบ่งเป็น ๒ โรคเหมือนกัน คือ โรคฟุ้งธรรมโอสธ กับ  
โรคไม่ฟุ้งอะไรทั้งนั้น โรคประเภทหลังนี้แม้พระพุทธเจ้าก็  
รักษาไม่หาย... ผลสุดท้ายต้องปล่อยให้ริยบาลรักษาเอง...  
จำนรก ...

...ความทำจริง มุ่งต่อความหลุดพ้นจริง ๆ แม้จะเรียก  
เฉพาะกรรมฐาน ๕ เท่านั้น สาวกของพระพุทธเจ้าก็ปรากฏ  
ในตำราว่าหลุดพ้นได้หลายองค์ ...



...การพิจารณารูปกายซึ่งเป็นส่วนหยาบยังไม่ชำนาญ... จัดเป็นปัญญาหรือวิปัสสนาขั้นหยาบ การพิจารณากายส่วนหยาบด้วยปัญญาปานกลาง โดยวิธีทำเป็นปฏิกภาค แยกขยายส่วนของกายได้ตามต้องการทุกเวลา จนเมื่อหน่ายในรูปกาย พร้อมทั้งความเห็นความไม่งามแห่งกาย ... สุภะ คือความงามแห่งกาย... ทั้งสองนี้เป็นอาการของจิตเป็นรูป ด้วยจักขุเป็นเหตุ แล้วปรุงขึ้นหลอกตนเองให้หลงรัก หลงซังไปตามเงาเจ้ามายา ...

...ใจนี้เป็นธรรมอันหนึ่ง ซึ่งมองด้วยตาเนื้อและตากล้องไม่เห็น ลิงอยู่ในกายมนุษย์ และสัตว์ทุกประเภท มีความรู้สึกนึกคิดอยู่ภายในกาย จัดเป็นธาตุรู้ ... เมื่อมีเครื่องปรุง ธาตุอันนี้ก็เปลี่ยนสภาพไปตามอารมณ์ทันทีที่มากระทบ... มีลักษณะให้รักบ้าง ซังบ้าง เพลินบ้าง โศกบ้าง แฝงขึ้นมาทันที... สิ่งทั้งหมดนี้เกิดได้ดับได้ไม่แน่นอน ตกอยู่ในไตรลักษณ์ ๓ คือ อนิจจัง-ไม่เที่ยง ทุกซัง-เมื่อหลงตนก็ลำบาก อนัตตา-เป็นไปตามสภาพของสภาวะทั้งหลาย... แล้วแต่สิ่งแวดล้อมที่จะพาให้เป็นไป... ความรู้เดิมนี้เป็นธรรมชาติที่ไม่รู้จักดับ แต่สิ่งแวดล้อมที่เรียกว่ากิเลสมีอยู่ ตราบใดก็เป็นเหตุให้ท่องเที่ยวไปตามกระแสของวัฏฏะ... จิตออกจากร่างไป คือปฏิสนธิก่อรูปร่างขึ้นใหม่... แม้ขณะจะเข้าสู่ปฏิสนธิในกำเนิดต่าง ๆ ก็หาไม่รู้ว่าเป็นกำเนิดประเภทใด... เมื่อปรากฏเป็นตัวผลขึ้นมาแล้วก็แก้ไขไม่ได้...



แล้วแต่กรรมพาให้นิยม... เมื่อใจได้รับการยับยั้งอบรมด้วย  
ธรรม ซึ่งเป็นสาวกขาตธรรม... จิตจะยับยั้งตนเองด้วย  
ธรรม... เมื่อจาระโนออกก็เป็นมัชฌิมา คือมรรค ๘... นัก  
ปราชญ์ท่านจึงสอนให้ผู้สนใจในทางบุญกุศลบำเพ็ญตนด้วย  
กาย วาจา ใจ เพื่อซึ่งจะเกิดจากผลงานต่าง ๆ และเป็น  
ทางดีอย่างเดียวกัน ...

...สร้างคุณความดีทุกอย่างเพื่อช่วยตัดภพชาติ คึกษา  
อริยสัจให้แจ้ง มันก็หมดกันเท่านั้น ...

...ท่านอาจารย์พระมหาบัวองค์นี้สอนให้คนทั้งหลาย  
รู้จักแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา ไม่เคยสอนให้คนทั้งหลายเชื่อ  
ถือโศคลงของขลัง ...

...ตามปกติจิตย่อมอยู่เฉย ๆ ไม่ได้ จะมีการปรุง  
การคิดถึงอารมณ์ อดีต อนาคต เสมอ ไม่อยู่เป็นปกติ  
ลักษณะที่จิตปรุงถึงอารมณ์เช่นนี้ เรียกว่า รัมมมารมณ...  
การที่จะให้จิตอยู่ด้วยความสงบจึงหาธรรมบทใดก็ได้ตาม  
แต่จิตชอบมาเป็นเครื่องล่อใจ เรียกว่าบริกรรม... ระลึก  
อยู่เฉพาะภายในจิต ...ถ้าเป็นบท “พุทโธ” ก็บริกรรมว่า  
“พุทโธ ๆ” เป็นต้น... อย่าปล่อยวาง ไปคว้าบทอื่นมาบริกรรม  
... จะไม่ได้อะไรเป็นผล... เมื่อบริกรรมจนจิตหยุดตัวอยู่ใน  
ความสงบแล้ว... แม้จิตจะพักสงบอยู่ก็ชั่วโม่ง ก็พึงปล่อย  
ไว้อย่างนั้น ให้จิตถอนขึ้นมาเอง

...จิตที่หยั่งอยู่อย่างสงบ มีลักษณะต่างกันคือ รวม  
 ปับเข้าที่เดียวบ้าง ค่อย ๆ เข้าโดยลำดับบ้าง แต่เมื่อลงถึงที่  
 แล้ว เป็นความสงบมีอารมณ์เป็นหนึ่งเหมือนกัน... จิตสงบ  
 ในขณะรวมพักอยู่ จะไม่คิดไม่ปรุงอะไร... เมื่อถอนออกมา  
 จากความสงบแล้ว แม้จะมีการคิดนึกตามธรรมดาของจิต  
 แต่ก็ไม่ฟุ้งซ่านวุ่นวาย เชื่องต่ออารมณ์ ทั้งเป็นไปในความ  
 สงบทุกอิริยาบถด้วย... กำหนดเวลาใด มีจุดผู้รู้ เป็นความ  
 สงบสบายอยู่โดยเฉพาะด้วย ...

...คำว่า ใจ ใจนี้เป็นธรรมชาติที่ลึกล้ำมาก ยากที่วิชา  
 ใด ๆ จะเอื้อมเข้าถึงได้ วิชาที่เราเรียนมาในโลกนี้จะมีมาก  
 น้อยเพียงใดก็ตามล้วนแต่เป็นวิชาของกิเลสผลิตให้ จะอยู่  
 ในวิสัยของกิเลสครอบงำอยู่ทั้งนั้น ไม่ใช่วิสัยของธรรม... ถ้า  
 เป็นเรื่องของธรรม เรียนแล้วย่อมปฏิบัติตัวให้เป็นคนดี...

...ผู้ใดอยู่ในอิริยาบถ ด้วยความมีสติและปัญญา  
 ประจำตนตลอดเวลา ผู้นั้นแลจะเป็นเจ้าของสมบัติอันเลิศ  
 คือมรรคผลนิพพานในชาตินี้ ...

...การพิจารณานามธรรม ๔ อย่าง คือ เวทนา สัญญา  
 สังขาร วิญญาณ ทั้งหมด หรือแต่อย่างใดอย่างหนึ่ง ให้เห็น  
 โดยความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป แห่งขั้นที่ ๔ นี้... สรุปล  
 ความเห็นลงในไตรลักษณ์อย่างชัดเจน พร้อมทั้งการ  
 พิจารณาจิตซึ่งเป็นที่อาศัยของขั้นเหล่านี้... พร้อมทั้งทั้งจิต



เป็นรังไข่ของอวิชชา ตัณหา เป็นต้น มรรค ๘ รวมลง คือ  
สมาธิ ปัญญา กิเลส อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค  
กิเลส เห็นตามเป็นจริงด้วยปัญญาเสมอกันหมด... จะเป็น  
กรรมฝ่ายเหตุแห่งทุกข์กิเลส กรรมฝ่ายเหตุแห่งสุขกิเลส พร้อม  
ทั้งไม่ถือนั่นในจิตด้วย นี่แหละเรียกว่าวิปัสสนาอันละเอียด ...

...จงพยายามทำสติกรรมดานี้ให้กลายเป็นมหาสติขึ้น  
มาและจงทำปัญญากรรมดาให้กลายเป็นมหาปัญญาขึ้นมา  
ที่ดวงใจของเรา เมื่อสติมีกำลังจนเพียงพอแล้ว เราจะเดิน  
ปัญญาพิจารณา แม้กิเลสจะหนาแน่นเหมือนภูเขาทั้งลูก ก็  
ต้องทะลุไปได้โดยไม่ต้องสงสัย ...

...การรบเข้าศึก เราจะไปรบในริมฝีปากคนไม่ได้ เรา  
ต้องรบในความรู้สึกของเรา... การแก้เจ้าของ ให้แก้ที่หัวใจ  
ของเจ้าของ เขาว่าเราดีก็ตาม...เขาว่าเราชั่ว ลมปากนั้น  
ผ่านไปแล้ว แต่ลมของสังขารที่ปรุงอยู่ในจิตนี้ไม่ผ่าน ความ  
ยึดมั่นถือมั่น ความสำคัญผิดมั่นจะยึดไว้อยู่ตรงนี้ แล้ว  
จะเผาเราตรงนี้ ด้วยการครุ่นคิดขุ่นเหงิงวุ่นวายอยู่นั้น

...ถ้าหากแก้ตรงนี้ตกไปแล้ว อยู่ไหนอยู่ไหนหมดนั่น  
แหละ... ภายในจิตของเราจะไม่ติดเราเอง หนึ่ง ไม่ติด  
อารมณ์ที่ผ่านมาเกี่ยวข้องกับเรา หนึ่ง ไม่ติดคนนั้น หนึ่ง  
ไม่ติดลมปากคนนั้น หนึ่ง ไม่ติดอะไรทั้งนั้น นั่นจึงเรียกว่า  
ผู้ปฏิบัติ ...

...โรคกิเลสตัณหา โรคความโลภ ความโกรธ ความหลง  
นี่จะเป็นตัวสำคัญ มันยังอยู่ภายในจิตของเรา แล้วให้ได้  
เอาธรรมะเฉพาะอย่างยิ่ง จิตตภาวนา าระงับดับจิตของเรา ...

...พระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลาย เมื่อท่านได้พ้นไป  
แล้วจึงเปล่งอุทานคล้ายกับเป็นการทักทายวัฏจักรว่า “นาย  
ช่างเรื่อนคือตัณหา ไม่สามารถสร้างเรื่อนคือรูปกายให้เรา  
ได้อีกแล้ว เพราะช่อฟ้าคืออวิชชา เราได้ทำลายแล้ว บัดนี้  
จิตของเราได้ถึงแล้วซึ่งวิสังขาร คือพระนิพพาน...”

...จิตสงบเป็นอย่างไร เราไม่เคยเห็นจิตสงบตั้งแต่  
วันเกิด มีแต่ความฟุ้งซ่านวุ่นวายเรื่องร้อยแปดพันประการ  
เกิดขึ้นจากความวุ่นวายของจิตทั้งนั้น... เพราะฉะนั้นจึง  
ต้องทำจิตของเราให้มีความสงบ เมื่อจิตสงบแล้วจะเย็นจะ  
สบายจะแปลกประหลาดและอัศจรรย์ขึ้นในตัว นี่เราเรียก  
ว่าเริ่มเห็นร่องรอยของจิตแล้ว ... จากนั้นก็ก้าวเข้าสู่ปัญญา  
กิเลสตัวใดเข้ามาเกี่ยวข้องกับพัวพันภายในจิตใจ มาผูกมามัด  
จิตใจของเรา ทำให้ก้าวออกจากโลก จากสงสาร จากความ  
ทุกข์ทรมานไม่ได้ คือกิเลสตัวใด ปัญญาจะสามารถสอด  
แทรกเข้าไปตัดพินให้ขาดสะบั้นไปเรื่อย ๆ จนกลายเป็น  
ปัญญาอัตโนมัติ เป็นมหาสติ มหาปัญญา เป็นสติปัญญาที่  
แก่ล่ำกล้ำ สามารถตามร่องรอยแห่งจิตนี้ได้อย่างชัดเจน  
แจ่มแจ้งไปโดยลำดับ ...



...จะคิดอ่านไตร่ตรองเรื่องธาตุ ชั้นันท์ อายตนะ สภาว  
ธรรมต่าง ๆ จะแยกขยาย แบ่งส่วนให้เป็นส่วนใดขึ้นใด จะ  
เป็นเรื่องการแตกสลาย การทำลาย อยู่ในวงแห่งไตรลักษณ์  
แล้ว ท่านเรียกว่า “ปัญญา” ...

อันตนภายนอกจากตัวเรานั้น อย่าถือเห็นประมาธ  
ยิ่งกว่าการสังเกตดูใจกายวาจาของเรา นี่เป็นจุดสำคัญและ  
จำเป็นมากกว่าสิ่งใด ปราชญ์ท่านไม่ลืมตัวและวางตนต่อ  
โลกได้โดยสม่ำเสมอ เพราะท่านมองดูตัวท่านไปพร้อม ๆ  
กับสิ่งทั้งหลายที่มาสัมผัส



# ธรรมะประทับใจบนศาลา



บ้านกับวัดไม่เหมือนกัน วัดเป็นสถานที่ชำระมลทิน  
ออกจากกาย วาจา และใจ

คนมีธรรมอยู่ได้ในทุกสถานที่

ธรรมะอยู่กับกายใจของบุคคล

คนมีธรรมรู้จักพอ คนมีกิเลสไม่รู้จักพอ

การอยู่ใกล้ครูบาอาจารย์นั้นรู้สึกรอบอุ่นและมีที่พึ่ง

ศาสนาสอนให้คนรู้บุญ รู้บาป รู้ความดี รู้ความชั่ว รู้  
ควรหยุดเว้น

ใจมีธรรม ทำอะไรมันจะรอบคอบ ใจไม่มีธรรมมัน  
คึกคะนอง ทำอะไรมันเอาแต่ใจตัวเอง



คนมีธรรมรู้จักคำว่า “พอ” และพยายามคิดพึ่งตนเอง  
การกระทำ (กรรม) ทำให้ไปเกิดเป็นสัตว์ กบ เขียด  
เป็นเปรต เป็นผี นี่คือผลความคะนองของเรา

คุณธรรมมีค่ามากกว่าเงินทอง  
นักปฏิบัติยอมไม่เป็นผู้สั่งสมกิเลส  
กำหนดดูใจของตนเองเสมอ และแก้ไขด้วยสติธรรม  
ปัญญาธรรม

คนมีกิเลสใจร้อนรน แม้มยามหลับก็นอนไม่สงบ  
คนมีศีลธรรมเป็นหลักปฏิบัติ แม้จะมีครอบครัวก็จะ  
ร่วมเย็น บ้านจะเป็นสวรรค์ของทุกคน

อำนาจกรรมนั้นเหนือการค้นคว้า  
ผู้ชายคนที่สองหรือผู้หญิงคนที่สอง จะเป็นคนเข้ามา  
ทำลายครอบครัว เหวี่ยงทิ้งไปให้ไกล ๕ ทวีป

กิเลสอยู่ที่ไหน ทุกข์อยู่ที่นั่น กิเลสกลัวแต่ธรรม  
เด็กยังสามารถเลือกได้ว่าใครเป็นพ่อเป็นแม่ คนที่  
ไม่สามารถแยกได้ว่าใครเป็นสามี ใครเป็นภรรยา ควรไหว้  
เด็กเสีย เพราะเด็กเก่งกว่า

เราอาภัพนักเธอ สอนอยู่ทุกวัน เอาไปแก้ไขตัวเอง  
ไม่ได้



สมบัติ เงินทอง สิ่งของ วัตถุต่าง ๆ ไม่ช่วยดับไฟ คือ  
ทุกข์ในใจได้ มีแต่จะเสริมมากขึ้น มีแต่คุณธรรม-ความดี  
เท่านั้น จะช่วยดับไฟ หรือลดไฟเปลวน้อยลง

คนเราอยากมี อยากได้ อยากรวย เป็นความอยาก  
เพราะกิเลสพาไป ถ้าอยากทางธรรมต้องอยากเป็นคนดี

ให้วางชีวิตลงกับศีลกับธรรม แม้กระทั่งการปฏิบัติ  
งานต่าง ๆ

คนเราเกิดมาเพื่อแบกทุกข์ แต่จะแบกมากแบกน้อย  
ต่างกันเท่านั้น

เกิดมาก็มีทุกข์ มีชีวิตอยู่ก็มีทุกข์ ผู้ไม่เกิดเท่านั้นจึง  
จะไม่ทุกข์

กิเลสและเครื่องล่อจะพาสัตว์ให้เข้าวัฏจักร และเป็น  
วัฏฏวนเรื่อย ๆ ไป มีแต่ความดีและธรรมะเท่านั้นที่จะพา  
สัตว์หลุดออกจากวัฏฏวน ล้วนหนึ่งจะมีออกไปได้หนึ่งเท่านั้น

เมื่อตื่นนอนแล้วให้สวดมนต์ภาวนาก่อนทำสิ่งอื่นใด  
และให้นึกถึงสิ่งที่เป็นความดี จากนั้นจึงปฏิบัติงานในหน้าที่  
ที่รับผิดชอบ ตลอดวันให้ภาวนาพุทโธอยู่ในใจ...

ธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นเครื่องป้องกันภัย เหมือน  
มีयरักษาประจำบ้าน

มีกายอยู่ จงใช้กายนี้สร้างบุญกุศล คุณความดี กายอันหนึ่งต้องสูญสิ้นแต่ใจไปหาที่อยู่ใหม่ ผู้มีปัญญาพึงรู้ว่าใจนี้ก็เรียกร่องเครื่องรักษา... สิ่งนั้นคือการสวดมนต์ ภาวนา

คำสอนของพระพุทธเจ้านั้นเป็นหนึ่งใน ตรีสร้อยاید เป็นไปอย่างนั้น

สอนคนมันยาก มันชอบเถลไถลไปโน่นมานี่

ศาสนาของพระพุทธเจ้าเป็นศาสนาที่ทรงมรรคทรงผล สอนตั้งแต่ชั้นธรรมดาจนถึงขั้นสุดยอด เป็นศาสนาของผู้สิ้นกิเลส ไม่ทำลายศาสนาใด

สูญญกัปป เป็นช่วงเวลาขาดธรรม คนไม่รู้จักดีชั่วจะเกิดในช่วงนี้ จะมีแต่ความชั่วและความทุกข์ ไม่มีประมาณ คนมีกิเลสเหมือนคนหูหนวกตาบอด พุทธศาสนาเป็นศาสนาของผู้มีหูตาสว่าง เชื่อเรื่องนรก สวรรค์ นิพพานอันเป็นธรรมชาติมีมาแต่ดั้งเดิมไม่สูญสิ้น

พระผู้ทรงมรรคทรงผลนั้น สง่างามไม่มีสิ่งใดเปรียบเทียบกับได้ในสามแดนโลกธาตุนี้ เพราะท่านเหล่านั้นสิ้นกิเลสแล้ว

วัฏจักรหมุนเข้าหาความมืดคือ ธรรมจักรพาหมุนออกสู่ความบริสุทธิ์



ให้แยกกายออกจากจิต ดูว่าทุกข์คืออะไร อยู่ที่ไหน  
ดูที่มาของทุกข์นั้น แก่ด้วยธรรมที่ตรงนั้น จิตก็จะเบาสบาย

กิเลสตันให้คิดปรับปรุง เรื่องอดีต อนาคต มาอุ้มใจ  
เรา พาให้เพลินคิดไป โดยไม่รู้และระวังว่าเรื่องนี้เคยพาให้  
ทุกข์ให้เสียใจไปก็มี กิเลสมันจะพาให้คิดต่อไปเรื่อย ๆ ถ้า  
ไม่คิดยับยั้งก็อาจจะเป็นบ้าไปได้ เพราะระวังไม่เป็น ให้ใช้  
การภาวนาระวังความคิดปรุงนั้นเสีย

กิเลสมันยึดชั้นร์ แต่ธรรมะไม่ยึด เอาชั้นร์มาใช้ให้  
เกิดประโยชน์

การเสียดสละ ความอดทน การแบ่งปัน การสงเคราะห์  
ซึ่งกันและกัน ถือเป็นน้ำใจอันยิ่งใหญ่ แม้เราจะตายไปแล้ว  
น้ำใจนั้นก็ยังไม่หมดไป

ตายอย่างผู้สิ้นกิเลส เป็นการตายนอกสมมติ

กิเลสมันเด็ด ธรรมะต้องเด็ด มันจะได้ทันกัน ฆ่า  
กิเลสได้

พระพุทธเจ้าบอกว่าอะไร ให้เชื่อตรงนั้น อย่าไปค้น  
เดาผล นั่นเป็นเรื่องของกิเลส ซึ่งพาให้เราหลงอยู่อย่างนั้น

อยู่ที่ไหนให้มีวินัยขจัดความชั่ว เพื่อความสุข ความ  
เจริญ

ความสุขที่แท้จริงคือการมีธรรมครองใจ สิ่งอื่น ๆ เป็นเพียงเครื่องประกอบช่วยสภาพความเป็นอยู่ให้พอมีพอบเป็นตามสภาวะอันควรเท่านั้น

คนมีธรรมะ เมื่อมีทรัพย์ มีเกียรติ ก็จะไปใช้ในการสร้างเสริมคุณประโยชน์ให้แก่ตนเอง ไม่ให้กิเลสลากจูงเอาไปใช้ในทางที่ทำให้ตนเองต่ำลง หรือทำลายตนเอง

ให้คิดดี ทำดีเสมอ ๆ ใจจะชุ่มเย็น ไม่ทำความชั่ว เพราะทำให้เดือดร้อนเป็นทุกข์ ให้ทำแต่ความดี

ความร้อนจากทุกข์ที่มีอยู่ในโลกนี้ ไม่อาจเทียบกับเปลวไฟนรกได้ ถ้าตกนรกจะทุกข์ทรมานขนาดไหน

“เมื่อเราตายแล้ว จะไม่มีใครเทศน์อย่างเรา กิเลสมันอยู่ตรงไหน เราฟาดเข้าตรงนั้น กิเลสมันอยู่ที่ใจก็ต้องสอนเข้าที่ตรงนั้น มันจึงจะแก้กิเลสออก ให้เป็นคนดีได้”

ทุกคนควรเป็นคนดีให้เต็มบาท นี้ ๒-๓ คนรวมกันเป็นบาทใช้ไม่ได้ ต้องทำดี แก่ใจตนเอง คนอื่นเขาจะทำอะไรก็ช่างเขา ดูตัวเอง แก้ตัวเองสำคัญกว่าสิ่งอื่น

ผู้ใหญ่ควรทำตัวให้เป็นตัวอย่างที่ดีกับเด็ก เช่น การเอาลูกมาวัด มาทำบุญใส่บาตร และประพาศิตนให้อยู่ในขอบเขตแห่งธรรม



คนที่ไม่พอใจสามี ภรรยาของตนเอง เห็นคนอื่นดีกว่า เป็นพวกไม่ครบบาท เรื่องราคะจะทำให้เหมือนไฟในเตาที่บ้าน เอาใช้ประโยชน์ได้ดี ถ้าผู้ใดอยู่ในศีลข้อนี้ จะมีความสุขยิ่งกว่าเศรษฐีเสียอีก

ความชั่วไม่ต้องสอนใครก็ทำกันเป็น เพราะกิเลสมันมีอยู่ในจิตทุกดวง ส่วนการแก้ไข ต้องมีครูบาอาจารย์เป็นแบบอย่างที่จะแนะนำสั่งสอน และคุณธรรมความดีเท่านั้นที่จะชำระความชั่วออกจากใจได้

ความรู้ ความเก่งทางโลก บางครั้งก็อาจนำมาใช้ใน เรื่องของกิเลสที่จะทำให้ลายตนเอง ฉะนั้นจะต้องรู้จักใช้ธรรม เป็นเบรคห้ามล้อไว้บ้าง

มนุษย์เกิดมาเพราะวิบากกรรมดี-ชั่ว ทางดำเนินชีวิต ก็เป็นผลจากการกระทำของตนเอง ให้ระมัดระวังในการทำ ความดี เพื่อความสุขของตนเอง

ความเสียสละออกมาจากความเมตตา ซึ่งเป็นหลัก ของพระพุทธศาสนาและของนักปราชญ์ สังคมจะมีคุณค่า เมื่อผู้อยู่ร่วมกันมีความเสียสละ เมตตา ให้อภัยแก่กัน ธรรมะอยู่ที่ใดมีแต่ความสามัคคี

ความดีต้องมี ทั้งความดีดีและดีชั่ว เราต้อง ดีดีดีเพื่อระงับกิเลส เพื่อป้องกันทุกข์ของตนเอง มันต้อง

อดทนหนักแน่นแก้ไข เพราะกิเลสมันออกรวดเร็วมาก และส่วนมากมักจะไม่ทันกัน

คนไม่รู้ว่ากิเลสมันเป็นพิษเป็นภัย โทษของมันรุนแรงมาก คนไม่รู้ก็พุ่งเข้าหามัน และเป็นทุกข์ ไม่รู้วิธีหาทางออก มีธรรมะของพระพุทธเจ้าด้านปฏิบัติเท่านั้น จึงจะรู้และควบคุมมันได้ หรือปราบมันได้เด็ดขาด

เรื่องเปรต สัตว์นรก มิใช่เรื่องล้าสมัยมีแต่สมัยพระพุทธเจ้าเท่านั้น ปัจจุบันก็ยังคงมีอยู่ ให้ศึกษาอริยสัจเท่านั้น จะรู้การเกิดการตายตามอำนาจแห่งกรรม และหมุนเวียนไปมาไม่มีวันจบสิ้น

แม่น้ำวัดลิกิตันได้ ตัดหวัดไม่ได้ อย่าดีนรนให้มากไป ควบคุมมันให้อยู่ สกฤดใดที่ประพฤตติดีจะมีความสุขยิ่งกว่าสกฤดที่มีเงินเป็นแสน ๆ ล้าน ๆ

คุณงามความดีเท่านั้น ที่จะพาคนออกจากทุกข์ได้

“เวลาทำอะไร เราไม่หวัง และไม่เคยหวังสิ่งใด มีแต่ความเมตตาสงสารเต็มหัวใจ”

“ถ้าเราจะตาย ใครอย่ามาพูด มาบอกอะไรนะ ใจเรารู้พอแล้ว ตายแล้วให้เอาเสื้อเขียนโยนลงเหว ไม่ต้องให้แมลงวันมาตอมยุ่ง เราไม่ชอบ เวลาครูบาอาจารย์ตาย ลูกศิษย์ในวัดนอกวัดเอาครูบาอาจารย์มาหาประโยชน์”



จะกินจะอยู่ จะหลับจะนอน จะไปจะมา ให้เอากรรม  
นำหน้า (พิจารณาทุกเรื่องด้วยเหตุผลแห่งกรรม)

ศีลนั้นกั้นนรก ทำลายศีล คือทำลายกรรม

แบกขันธ์ด้วยอุปาทาน เหมือนแบกภูเขาทั้งลูก

กิเลสมันหลอกว่า นรก สวรรค์ นิพพานไม่มี ตาย  
แล้วสูญนี่มันหนักหนา เพราะคนจะทำชั่วกันมากขึ้น เพราะ  
เชื่อว่าตายแล้วไม่เกิดอีก แต่ความจริงแล้วให้ใช้อริยสัจเปิด  
โลกธาตุของวัฏจักรที่กิเลสมันหลอกก็จะพบความจริง

มีความดีทุกอย่างเท่านั้นที่จะพาคนออกจากวัฏจักรเข้า  
สู่ธรรมจักร พาหุมนอกจากกิเลสที่หลอกว่าตายแล้วสูญ  
ในหัวใจมี ๒ จักรนี้เท่านั้น แต่ถ้ามีความดียิ่งขึ้นก็จะหลุด  
พ้นออกสู่วิวัฏจักรได้เลย ถ้าไม่เชื่อพระพุทธเจ้าก็มีแต่จบ  
การสร้างคุณความดียิ่งมากเท่าใด ธรรมจักรก็จะพาหุมน  
ออกจากวัฏจักรได้เร็วขึ้นเท่านั้น

กิเลสเรื่อง ราคะ โสภะ โกรธ และหลง จะมีหนักเบา  
ในจิตของบุคคล ถ้าแก้ไม่ได้ก็ให้คุมให้มีอยู่พอประมาณ  
อย่าปล่อยให้มันลากจนลุ่มจม ให้ใช้ธรรมคุมความเป็นอยู่  
ทุกเรื่องของตน

คนเราเกิดมาทุกภพชาติ มีกิเลสเป็นเจ้านาย มี  
วัฏจักรเป็นแดนขัง



ความอยาก เป็นความล่องลอย ให้ใช้ธรรมะ นิสัมม  
กรรม เสยโย คือการพิจารณาเหตุผลให้รอบคอบ ดูว่าสิ่งที่  
จะกระทำนั้นจะมีคุณประโยชน์หรือโทษอย่างไร

เรื่องนินทา-สรรเสริญ สุข-ทุกข์ เป็นเรื่องที่มาพร้อม  
กัน ให้ดูตัวเราเอง วันหนึ่ง ๆ ทำอะไรบ้างที่มีคุณประโยชน์  
ถ้าไม่ดีให้แก้ไข ไม่ให้พอใจในคำชม-คำติของผู้อื่นเป็นสำคัญ

หลักใจเป็นสำคัญ คุณธรรมความดีเป็นหลักใจ  
โดยตรง ผู้มีคุณธรรมย่อมไปเกิดในที่สุดดี ตรงข้ามกับ  
คนชั่ว การทำสิ่งใดย่อมได้รับผลไม่ดี ฉะนั้นให้มีใจคง  
เส้นคงวา ด้วยศีลธรรม

คำให้อภัย คำขอโทษนี้เป็นคำที่มีคุณค่ามากที่สุดนะ  
สิ่งที่ให้อภัยนี้เป็นสิ่งที่มีคุณค่ามาก คนที่ขอโทษเวลาตนทำ  
ผิดก็มีคุณค่ามาก

ทุกวันให้สร้างคุณงามความดี ค่อยเป็นเกาะเป็นดอน  
เหมือนคนเวลาตกน้ำจะได้มีที่เกาะยึด มีใจเป็นธรรมะ  
เท่านั้นที่จะช่วยตนเอง ฟังตนเองได้

มีธรรมเท่านั้นที่จะหยุดการเวียนว่ายตายเกิด (วัฏฏวน)  
ของคนเราได้

นิทานธรรมะเรื่องการสอนให้ขี้เสียนั้นได้ให้ข้อคิดว่  
ศิษย์คนใดที่ศรัทธาและเชื่อฟังครูบาอาจารย์ และปฏิบัติ



ตามคำสั่งสอนของท่าน ย่อมจะศึกษาเรื่องนั้น ๆ ได้สำเร็จ  
สมความตั้งใจ ...

หลวงพ่อบริกรรมครู-อาจารย์อันประเสริฐ ท่าน  
เมตตาอบรมธรรมะใดแก่ศิษย์ ท่านได้ทำปฏิบัติเป็นวัตรได้  
พบเห็นขึ้นตาขึ้นใจ ตามหลักธรรมของพระพุทธองค์ทุก  
ประการ

“ผู้ใดได้ฟังคำสั่งสอนของท่านแล้ว มิได้นำไปพิจารณา  
แก้ไขตัวเองแล้วปฏิบัติตามก็เป็นเรื่องที่ช่วยอะไรกันไม่ได้  
จริง ๆ ถ้าเป็นคนไข้ก็ต้องปล่อยให้ตายตามสบาย เพราะ  
เขาเหล่านั้นไม่ยอมกินยาที่ท่านมอบให้แล้ว...”

ระวางเพื่อน ๆ จะเป็นอย่างเจ้าตัวนี้นะ (สุนัข)

การระวางตัวเองนั้นถูกต้องแล้ว ส่วนมากมักระวาง  
แต่ผู้อื่นสิ่งอื่น ไม่ยอมมาระวางตัวเองหรือเป็นตัวการสำคัญ  
บ้างเลย จึงมักผิดพลาดอยู่บ่อย ๆ ธรรมท่านสอนให้ดูตัว  
เอง ระวางตัวเอง จะได้เห็นความบกพร่องของตัวเอง แล้ว  
แก้ไขไปเรื่อย ๆ จนสมบูรณ์ได้ จึงขออนุโมทนาด้วยนะ



## หนังสือข้างอิง



เมื่อเริ่มทำก็คิดจะลงชื่อหนังสือที่อ่านค้นคว้ามา แต่เมื่อทำใกล้จะจบกลับคิดใหม่ว่าหนังสือที่รวบรวมบทความสำคัญมานั้นเป็นของท่านอาจารย์ทั้งสิ้น จะมีเสริมเป็นหนังสือของบุคคลนอกบางเล่ม ฉะนั้น ถ้าท่านผู้อ่านอยากทราบว่าบทความนี้ตัดทอนมาจากหนังสือเล่มใดต้องพยายามอ่านหนังสือของท่านอาจารย์ให้มาก เมื่อพบแล้วก็จะถึง “บางอ้อ” และจะขยันหาอ่านอีกต่อไป นี่เป็นความคิดของผู้รวบรวมที่อยากกระตุ้นให้ท่านผู้อ่านอ่านหนังสือของท่านอาจารย์ อ่านมากแล้วจะพบตัวของตนเองเสียที เพราะชีวิตนี้การพบตัวเองได้คือชัยชนะสุดยอด ขนาดเป็นแม่ทัพที่เดียว (ดับกิเลสตนเองได้) ถ้าไม่เชื่อก็ขอให้ลองดู

รายชื่อหนังสือที่คณะผู้จัดทำได้ใช้อ้างอิงนี้ จึงขอ  
แสดงพอบเป็นสังเขปเท่านั้น

๑. ชั้นระวิมุตติสะมังคีธรรมะ
๒. กว่า ๔๐ ปี ที่เป็นศิษย์
๓. พระราชวรมุณี (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรม  
พุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์
๔. เรื่องที่คุยกัน

## บทส่งท้ายจากใจถึงผู้อ่าน



คนเราทุกคนที่เกิดมาต่างก็แสวงหาความสุข ความสำเร็จให้กับชีวิตของตนเอง แต่มักจะมองข้ามธรรมะของพระพุทธเจ้าที่ทรงสอนวิธีการดำเนินชีวิต แบบคนครองโลก หรือการปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากกิเลสไป จะมุ่งแต่ศึกษาวิชาการทางโลก สร้างวัตถุเพื่อความผาสุก และแสดงให้เห็นว่ามีความเจริญแต่อย่างเดียว

แต่นั้นคือความเข้าใจเพียงแง่เดียวของชีวิต เพราะไม่รู้เลยว่าชีวิตที่เกิดมานี้จะมีความสุขเพราะมีทรัพย์ บริวาร วัตถุ เกียรติอันโอฬารนั้นหาใช่ไม่ ชีวิตทุกชีวิตที่เกิดมาจะมีทั้งส่วนดี ไม่ดี ติตติจิตของแต่ละบุคคลมาทั้งสิ้น และส่วนมากความทุกข์ที่เกิดขึ้นก็เพราะส่วนไม่ดีที่ติดจิตมาโดยไม่รู้ เมื่อกระทำแล้วก็แก้ไขไม่ทัน

ถ้าท่านมีโอกาสนั่งคิดพิจารณาถึงชีวิตที่เป็นจริง ชีวิตที่ดีและมีความสุขแบบคนครองโลกนั้น ในขั้นแรกท่านจะต้องรู้บทบาทและหน้าที่ของตน ปฏิบัติตนต่อคนรอบข้าง ทั้งที่บ้าน ที่ทำงานและในสังคมต่าง ๆ ด้วยหลักธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยจิตที่มีธรรมของท่าน เพราะคนรอบข้างย่อมชื่นชมบุคคลที่มีธรรมอันเป็นปัจจัยสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ส่วนข้อบกพร่องที่ติดจิตท่านมานั้น ท่านต้องพยายามแสวงหาครูบาอาจารย์ผู้ทรงคุณความรู้สภาวะจิต และมีความสามารถอบรมสั่งสอนท่านได้ เพราะขั้นตอนการแก้ไขความประพฤติที่ไม่ดีตามหลักศีล-ธรรมนั้น เป็นความละเอียดอ่อน และต้องฝึกฝนเอาจริงเอาจัง ข้อสำคัญท่านต้องมีกำลังใจ อดทน และยอมรับว่าสภาพจิตของแต่ละบุคคลนั้นต่างกัน การแก้ไขได้เร็ว-ช้า เป็นกรรมของแต่ละบุคคล ไม่ควรนำมาเปรียบเทียบ อาจจะทำให้เกิดการท้อถอย ขอให้มุ่งหน้าทำดีแต่อย่างเดียวตามครูบาอาจารย์สอน

เมื่อถึงวาระที่ตัวท่านปฏิบัติได้ดี (แก้ไขภาวะจิตของตนเองดีขึ้นแล้ว) ตระหนักถึงความถูกต้องตามหลักธรรม ท่านจะยอมหมอบกราบกราบครูบาอาจารย์ และเทิดทูนพระคุณของท่านซึ่งจะไม่สามารถบรรยายความซาบซึ้งในพระคุณออกมาได้หมดสิ้นจากใจ ด้วยการเขียนเป็นตัวอักษรได้



กรุณาพยายามฝึกแก้ไขตนเองตามหลักธรรม เพราะเราทุกคนต้องตาย ตายคนเดียว ถ้าไม่แก้ไขตนเองให้ดีขึ้น ในชาตินี้ ชาติหน้าจะเป็นอย่างไรอย่าดันเดา เพราะช้าไปแล้ว.... ท่านก็ต้องเป็นอย่างนั้น

...คำดู คำสั่งสอนของท่านอาจารย์เป็นคำสอนที่ชะล้างกิเลสได้โดยสิ้นเชิง ใครกิเลสหนาท่านก็ล้างแล้วล้างอีก ใครกิเลสบางล้างหมดเดียว ก็ใช้การได้ทันที เมื่อมาถึงจุดนี้จะแลเห็นเมตตาคารมอันบริสุทธิ์ซึ่งดงามของท่านอย่างชัดเจน แล้วจำใส่ใจไปปฏิบัติตามที่ท่านสอน นำตัวเองขึ้นจากปลักตมของกิเลสช่วยตัวเองได้ดีขึ้นได้ ท่านอาจารย์พระมหาบัวของลูกศิษย์ทุกคนเป็นเสมือนหมอกที่ไม่เลี้ยงไข้ ให้ยาครั้งเดียวแล้วนำไปปฏิบัติตาม ก็เป็นอันรอดพ้นจากภยันตรายทั้งปวงในชีวิต...

ใจเราถ้าเฝ้าสังเกตดูอยู่โดยสม่ำเสมอกับการประกอบกิจทั้งปวง ย่อมจะมีวันรอบคอบไปด้วยกันกับงาน ไม่บกพร่องทั้งใจและงานจนกลายเป็นความเคยชินต่อการระวังรักษา



...คนเราอยู่ด้วยกันต้องมิเหตุผล  
ต่างคนต่างมิเหตุผลแล้วอยู่ด้วยกันเกิด  
มนุษย์เรานี้เป็นได้ยิ่งกว่าอะไรเสียอีก  
ไอ้เรื่องความมั่งมี ความร่ำรวย ความเด่นดังอะไรนั้น  
ไม่สำคัญไปกว่าใจที่มีความปรองดองสามัคคี  
ความซื่อสัตย์สุจริตต่อกันระหว่างสามภรรยาชั้น  
เป็นแก้วสารพัดนึก เป็นรากเหง้าเก้ามุล  
แห่งความอยู่เย็นเป็นสุขในครอบครัว  
นี่เป็นรากฐานสำคัญมาก  
ขอให้พากันรักษาให้ดี...



... การรักษาสমบัติใดในโลก ไม่ยากเท่ารักษาตนคือตัวเรา  
ที่จะไม่ให้ตกเป็นเหยื่อแห่งความชั่วนี้ รู้สึกยากมาก  
... เพราะสิ่งที่พาให้เสียซึ่งมีอยู่ภายในนั้น  
มีขึ้นอยู่กับวัย กาล สถานที่ อะไรเลย  
**สิ่งนั้นคือความอยาก**  
เป็นเจ้าของเรื่องเรื่องอำนาจ คอยหาโอกาสจะช่วงชิง  
พาให้ไปในทางเสื่อมเสียอยู่เสมอ ...

