



๗๒ ปี
รังสีแห่งธรรม

พระราชภาวนาวิริยญาณ

เขมรังสี ภิภขุ

๗๒ ปี
รังสี
IIห้องธรรม
พระราชภาวนาวิธาน

กราบถวายมุทิตาสักการะ
๗๒ ปีแห่งชาตกาล
พระราชภาวนาวิธาน
(พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี)



พระ ผู้พร้อมวิปัสสนา ธรรมจริต
ราช ทรงประกาศิต เกลิงศักดิ์
ภาวนา น้อมยศสถิต ที่พระ ราชเอย
วชิรญาณ บริรักษ์ เจิดจิตเจริญธรรม

คณะศิษย์จิตน้อมพร้อมสมาน
กราบมุกิตาสักการตื้นตันหนอ
ปลื้มปิติยิ่งหนาน้ำตาคลอ
ทำนเจ้าคุณหลวงพ่อรับพระราชทาน
สัตยาบัตระพัตยศวดงามวิจิตร
จอมราชทรงประกาศิตปาฏิหาริย์
เกลิงศักดิ์ “พระราชภาวनावชิรญาณ”
เฉลิมवारเจ็ดสิบสองปีโสทธิ เทอญ

กรรณามารณ์ เจริญศักดิ์กุล ประพันธ์
ในนามคณะศิษย์สุปฏิปันโน วัดมเหยงคณ์

คำนำชมรมกัลยาณธรรม



ในมงคลวาระความทราบตามที่ พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว มีพระบรมราชโองการ โปรดพระราชทานสัญญาบัตรตั้งสมณศักดิ์ พระภาวนาเขมคุณ วิ. (สุรศักดิ์ เขมรังสี) เป็นพระราชาคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ที่ พระราชภาวนาวิริยญาณไพศาลวิปัสสนาวรกิจ มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี พระราชาคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ สถิต ณ วัดมเหยงคณ์ จ.พระนครศรีอยุธยา ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖ (ประกาศ ณ วันที่ ๑ มิ.ย. ๒๕๖๖ เป็นปีที่ ๘ ในรัชกาลปัจจุบัน)

ปวงข้าพระพุทธเจ้าสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นพ้นพระมหากรุณาธิคุณครั้งนี้ เป็นสิริมงคลและเป็นเกียรติยศยิ่งแก่ผู้เป็นศิษยานุศิษย์ของท่านพระอาจารย์ทั้งปวง พร้อมกันนี้ ขอพระราชทานกราบถวายบังคมมาแทบเบื้องพระบรมบาทยุคล ด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณและด้วยความจงรักภักดีเป็นล้นพ้น

และเนื่องในมหามงคลวาระเจริญอายุวัฒนมงคล ครบรอบ ๗๒ ปี ของท่านพระอาจารย์ ในวันที่ ๓ ธันวาคม ศกนี้ คณะ



ศิษยานุศิษย์ต่างสำนึกในธรรมานุสาสนีและคุณูปการโดยธรรมที่ท่านได้ประทานแก่ศิษย์ทั้งหลายอย่างต่อเนื่องยาวนาน ด้วยองค์ความรู้ในวิปัสสนากรรมฐาน ทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ พร้อมทั้งแบบอย่างแห่งชีวิตปราชญ์ที่บริสุทธิ์งดงาม พระสุปฏิปันโนที่เปี่ยมด้วยปณิธานแห่งการบำเพ็ญบารมี ประหนึ่ง “รังสีแห่งธรรม” ทั้งส่องสว่างทางชีวิตเพื่อยังประโยชน์และความสุขแก่พหุชน โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก ทุ่มเทเสียสละ อุทิศองค์มั่นคงในปณิธานธรรมมาตลอด ๔๙ พรรษาแห่งการครองผ้ากาสาวพัตร์

ท่านมุ่งมั่นสร้างสรรค์ทั้งสัปปายะสถาน เทคโนโลยีและบุคลากร เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในงานสอนวิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งในภาคพระปริยัติธรรม ก็ให้ความสำคัญและใส่ใจไม่ทอดทิ้ง ด้วยมโนปณิธานสืบสานพระสัทธรรมขององค์พระบรมศาสดา เพื่อเป็นแนวทางสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตจิตใจให้แก่สาธุชน ทั้งบรรพชิตและฆราวาส ท่านเป็นพระวิปัสสนาจารย์ที่มีประสบการณ์สอนวิปัสสนากรรมฐานมายาวนาน เป็นพ่อแม่ครูบาอาจารย์ ปุชนิยบุคคลผู้เลิศปราชญ์ธรรมผู้เปี่ยมเมตตาและเป็นบุคคลที่หาได้ยาก ควรแก่การสักการะเทิดทูนบูชา สำนึกกตัญญูในพระคุณด้วยเศียรเกล้า

ในสองมงคลวาระดังกล่าวมาแล้ว คณะศิษย์จึงได้พร้อมใจกันจัดสรรพระธรรมเทศนาอันเปี่ยมด้วยคุณค่าสารธรรมเพื่อการดำเนินชีวิต มาจัดพิมพ์หนังสือ **“๗๒ ปี รังสีแห่งธรรม : พระราชภาวนาวัชรญาณ”** เพื่อน้อมกราบถวายมุทิตาสักการะ เป็น

ธรรมานุสรณ์ อนุสาสนีปาฏิหาริย์แห่งคุณูปการโดยธรรม ที่ท่าน
พระอาจารย์ได้ปฏิบัติบำเพ็ญแก่พหุชนมายาวนานเกือบกึ่งศตวรรษ
ทั้งจะเป็นสาระประโยชน์แก่การศึกษาปฏิบัติและเป็นคู่มือพัฒนา
ชีวิตเพื่อความเจริญงอกงามในธรรมให้แผ่ไพศาลสืบไป

ในนามคณะศิษยานุศิษย์ ขอกราบอนุโมทนาในกุศลจิต
และบุญกุริยาบารมี ที่ทุกท่านได้ร่วมกระทำบำเพ็ญ เพื่อน้อมถวาย
สักการะ เป็นพุทธานุชา อัจฉริยบูชา ทั้งถึงพร้อมด้วยการปฏิบัติบูชา
มาอย่างต่อเนื่อง หวังว่าหนังสือเล่มนี้ จะช่วยเพิ่มพูนความรู้ความ
เข้าใจในพระพุทธศาสนา ทั้งในภาคปริยัติและการปฏิบัติ ตลอดจน
อำนวยความสะดวกปัญญา เพื่อความเจริญมั่นคงแห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และความ
ความแผ่ขยายประโยชน์สุขของมหาชน ตลอดกาลนาน

จิรฺ ติฏฺฐตุ สหุสมฺโม ธมฺเม โหนตุ สคารวา.

ขอพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จงดำรงมั่นตลอดกาล

ขอสาธุชนทั้งหลาย จงมีความเคารพในธรรม

กราบถวายมุทิตาสักการะด้วยเศียรเกล้า

ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

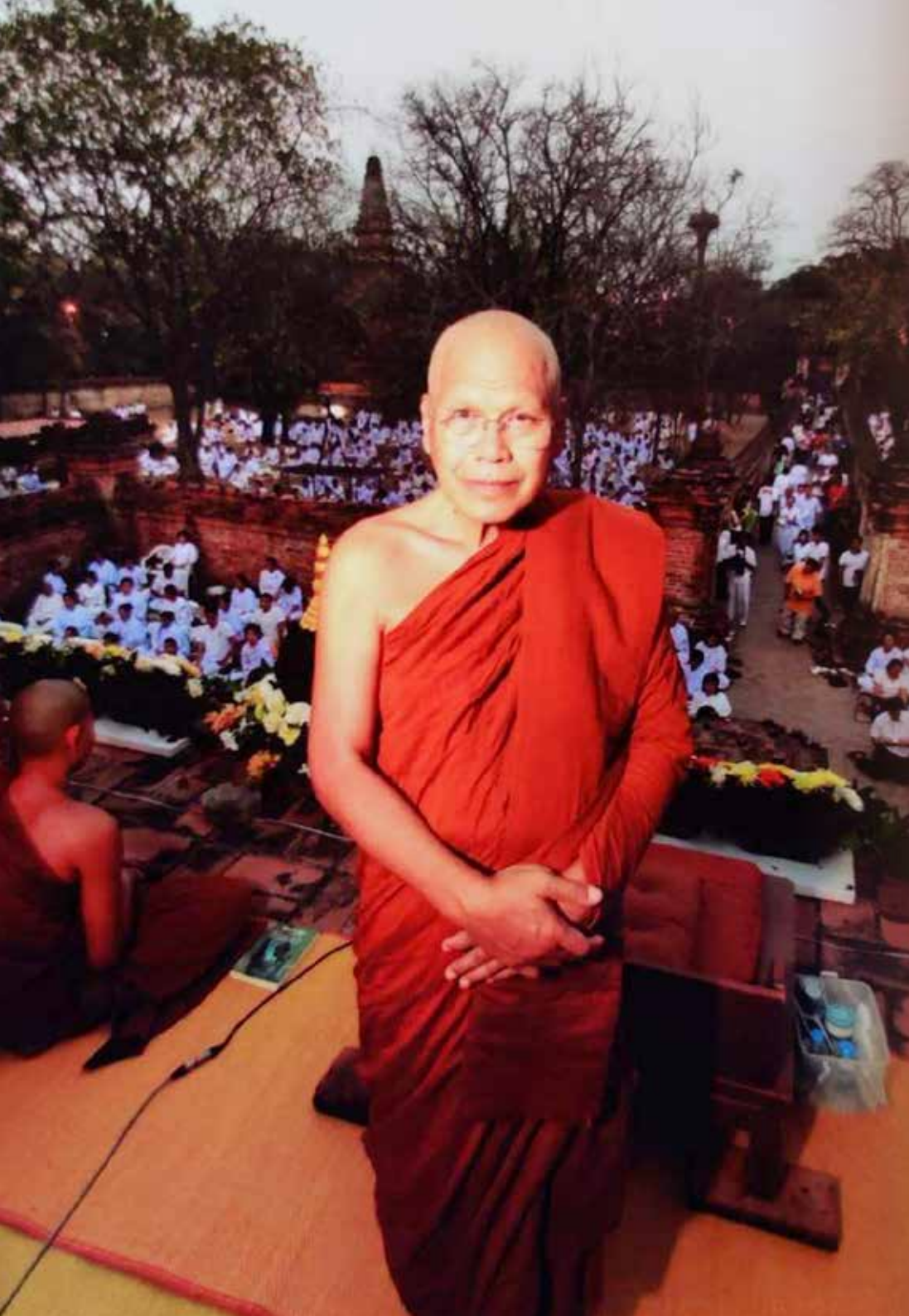
ประธานชมรมกัลยาณธรรม

วันมหาปวารณา ๒๕๖๖

สารบัญ



กรรมลิขิตชีวิตคน.....	๑๓
พระมหากัปปินะ.....	๓๑
ความเป็นไปแห่งทุกข์และการดับทุกข์.....	๕๓
ประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุข.....	๗๕
ภพภูมิในสังสารวัฏ.....	๙๓
พระเมธียะ.....	๑๑๗
ประวัติพระราชภาวนาวชิรญาณ.....	๑๓๔





เรามาฝึก ก็เพื่อเพิ่มสมรรถภาพของจิตใจ
ให้มันหนักแน่น ไม่หวั่นไหว
เพื่อรู้ ละ สละ วาง
เราจะได้พัฒนาสะสมเหตุปัจจัย
ที่จะก้าวไปสู่วิมุตติความหลุดพ้น
เป้าหมายสูงสุดของเราคือ
วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลส
แต่ระหว่างที่ยังไม่หลุดพ้นโดยเด็ดขาด
เราก็จะอยู่กับโลกนี้ได้
ผ่านปรนต่อความทุกข์มากขึ้น
ถ้าเราไม่มีกรรมฐานเลย
เราจะทุกข์ ทุกข์มากกว่าธรรมดา





บุคคลที่พิจารณาสังขาร
ให้เห็นตามความเป็นจริง
จนกระทั่งเข้าไประงับดับสังขารเสียได้
นั่นแหละคือ “เตสังวุปะสะโม สุโข”
ความสงบระงับซึ่งสังขารทั้งหลาย
ย่อมเป็นความสุขที่แท้จริง





กรรมลิขิตชีวิตคน



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอนอบน้อมแด่พระรัตนตรัย
ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติสัมมาปฏิบัติ
ธรรมทั้งหลาย

โอกาสนี้จะได้ปรารภธรรมะ ตามหลักคำสั่งสอนของพระผู้มี
พระภาคเจ้า ก่อนอื่นก็นุโมทนาสาธุการ ในการมาเข้าวัดปฏิบัติ
ธรรม ถือว่าได้มาสั่งสมบุญกุศลคุณงามความดี เพื่อประโยชน์
และความสุขแก่ตนเอง การได้เข้าวัด ได้มาบำเพ็ญกุศลกรรม
ต่างๆ ได้ถือศีล สมาทานศีล ๘ ถือว่าเป็นกุศลใหญ่ อาานิสงส์มาก
ชั่ววันหนึ่งคืนหนึ่ง ก็เอาสมบัติในโลกนี้มาเทียบไม่ได้ การถือศีล
จะทำให้เราเข้าถึงสุคติภูมิ สุคติภพ ในสุคติภพ การอุปบัติบังเกิดขึ้น
ในความเป็นมนุษย์ การอุปบัติบังเกิดขึ้นในเทวโลก โลกของเทวดา

เรียกว่าอยู่ในสุคติภูมิ ไปดี มาดี พ้นจากอบายภูมิ อันเป็น
ทุคติภูมิ ภูมิที่ไปสู่ความทุกข์ ความเดือดร้อน คือ นรก เปรต
อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน ที่เรามองเห็นกันอยู่ ก็คือพวกสัตว์
เดรัจฉาน หมู หมา เป็ด ไก่ วัว ควาย สัตว์เล็กสัตว์น้อยมากมาย
เป็นทุคติภูมิ ไปเกิดก็ได้รับความทุกข์มาก ถูกเบียดเบียน
ถูกทำร้ายได้ง่าย สติปัญญา ก็ไม่มีมาก ความคิดความอ่าน
ก็ไม่ได้รู้ ไม่ได้มีเหมือนมนุษย์

การได้ความเป็นมนุษย์ ความเป็นเทวดา เป็นสุคติภูมิ
มีสมอง มีสติปัญญา มีความสามารถ มีศักยภาพ สามารถที่
จะดำเนินชีวิตของตนเองให้เป็นไปในทางที่ถูกต้อง พัฒนา
จิตวิญญาณตนเอง ไปถึงการดับทุกข์พ้นทุกข์ได้ นับว่าเป็นสมบัติ
อันเป็นผลจากการที่รักษาศีลมาดี เป็นเหตุให้เข้าถึงสุคติภูมิ

การที่เราได้เข้าวัด ได้มาถือศีล ฟังธรรม เจริญภาวนา
เป็นบุญกุศลมาก การฟังธรรมก็เป็นมหากุศล จิตเป็นมหากุศล
ทำให้เรามีปัญญา มีความเข้าใจในธรรม ทำให้ศรัทธาของเรา
มั่นคง ศรัทธาตั้งมั่น คำสอนที่พระสงฆ์นำมาแสดง มาบอกกล่าว
ก็เป็นพระธรรมคำสอนที่พระองค์ได้ตรัสไว้ ซึ่งเป็นสังฆธรรม
เป็นความจริง เป็นความถูกต้อง เพราะพระพุทธเจ้านั้นตรัสรู้ชอบ
คำสอนไม่ได้เกิดจากการคิด การคำนวณ หรือสถิติ ถือว่าเดิม
เรามีบุญที่ได้ฟังธรรมคำสอน เป็นเรื่องยากที่เราจะได้ฟัง ในชีวิต

เวียนว่ายตายเกิด ยิ่งถ้าเป็นสัตว์เดรัจฉาน ก็ฟังไม่รู้เรื่อง เป็น
อากัฏ การได้ฟัง เข้าใจ มีปัญญาจากการฟัง แล้วนำมาปฏิบัติ
ได้สั่งสมบุญกุศลต่างๆ เป็นสมบัติที่ติดตัวเราไป ที่จะไปอำนวยการ
ประโยชน์และความสุขให้กับชีวิต ที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิด

สมบัติภายนอกเอาไปไม่ได้ เงินทองข้าวของ ที่ไร ที่นา
ตึกรามบ้านช่อง เงินทองทุกอย่าง เราไม่สามารถเอาไปได้เลย
ญาติพี่น้อง เอาไปด้วยกันไม่ได้ เราจะมีกินมีใช้ ได้ใช้ ก็ตอนที่
เรายังมีชีวิตอยู่ ถ้าเก็บไว้มากแล้วไม่ได้ใช้ มีแล้วก็เหมือนไม่มี
เอาไปไม่ได้ แต่ถ้าหากว่าเรารู้จักเอาทรัพย์มาทำให้เกิดเป็น
ประโยชน์ ทำให้เกิดเป็นบุญกุศลขึ้น อันนี้จะติดตัวเราไปได้
บุญกุศลเป็นสมบัติของตน ติดตัวตามตนไป ใครจะมาโกง
มาแย่งเอาไปไม่ได้ โจรปล้นไม่ได้ ไม่เหมือนสมบัติภายนอก
อาจจะถูกโกง อาจจะถูกแย่ง ถูกขโมยออก ถูกจี้ปล้นเอาไป ฉะนั้น
สมบัติที่เรามีอยู่ เราก็ต้องรู้จักแปลงให้มาเป็นบุญ เพราะมีแล้ว
ไม่ได้ใช้ ก็ไม่ได้มีประโยชน์

มีเศรษฐีคนหนึ่ง เป็นคหบดีเศรษฐีเมืองสาวัตถี เป็นเศรษฐี
ที่มีสมบัติมาก มีเงินมากเป็นล้นล้านขึ้นไป แต่ว่ากินอยู่อย่าง
อัตคัด ใช้เสื้อผ้าเนื้อหยาบเก่าๆ ผ้านุ่ง ผ้าห่ม ก็เป็นผ้าที่ไม่มีค่า
ไม่มีราคา ผ้าดีๆ ไม่รู้จักซื้อใช้ ใช้ผ้าเนื้อหยาบตัดมานุ่งห่ม
หยาบๆ เก่าๆ อาหารก็ไม่กินอาหารดีๆ กินปลายข้าว เอาปลายข้าว

มาตัมกับน้ำผักตบชว กิน ไม่อยากจะเสียเงินมาก จะซื้ออาหาร จะซื้ออะไรดี ๆ ก็กลัวเปลือง รถก็ใช้รถเก่า ๆ รถสมัยนั้นไม่ได้ใช้ เครื่องยนต์ เป็นรถที่ใช้มาลาก ก็ใช้ของเก่า ๆ ใช้ของไม่ดี ไม่มีค่า ไม่ประหยัด ทั้ง ๆ ที่เป็นเศรษฐีมีสมบัติมากมาย แต่ก็ไม่มีลูก ฉะนั้นพอตายลงก็ไม่มีใครรับทรัพย์มรดก ไม่มีทายาท สมบัติ ก็ต้องถูกริบเข้าคลังหลวง เป็นธรรมเนียม ทรัพย์สมบัติต่าง ๆ เหล่านั้น ก็ชนเข้าคลังหลวงทั้งหมด

สมัยนั้นพระเจ้าปเสนทิโกศลท่านเป็นพระราชาแห่งสาวัตถี เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า แล้วก็ทูลเล่าเรื่องนี้ให้พระองค์ได้ทราบ เศรษฐี คหบดีตายลง ไม่มีบุตร สมบัติก็ต้องชนเข้าคลังมากมาย เล่าถึง เศรษฐีใช้ของไม่ประหยัด อาหารไม่ประหยัด เสื้อผ้าก็เก่า รถเก่า พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสเล่าถึงอดีตกรรมของเศรษฐีนี้ว่า ในอดีตชาติ เคยทำบุญเหมือนกัน แต่ว่ามาารู้สึกเสียดายในการทำบุญนั้น ในอดีตชาติเคยสั่งให้คนจัดเตรียมอาหารถวายพระปัจเจกพุทธเจ้า (พระปัจเจกพุทธเจ้าก็หมายถึงผู้ที่ตรัสรู้เอง บรรลุธรรมบริสุทธิ์ เป็นพระอรหันต์ แต่ว่าไม่สอนผู้อื่น ไม่สามารถที่จะบัญญัติ คำสอน ไม่เหมือนพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ตรัสรู้เองด้วย สอนผู้อื่นได้ บัญญัติพระธรรมคำสอน มีสาวก แต่พระปัจเจก พุทธเจ้าท่านก็ไปตามลำพัง ก็จะบรรลุธรรมได้เอง อยู่อย่างสันโดษ ไม่ได้มีสาวกที่จะสั่งสอน)

ในอดีตชาติของคหบดีนี้ ได้ให้คนจัดอาหารถวายพระปัจเจกพุทธเจ้าในครั้งหนึ่ง แล้วตัวเองก็ออกไปธุระ ไม่ได้อยู่ถวายเอง แต่เมื่อกลับมาแล้วได้ทราบว่า มีการจัดอาหารถวายพระปัจเจกพุทธเจ้ามากมายอย่างดี ตนเองก็กลับนึกเสียดาย นึกตำหนิคิดว่าหมดเปลืองสมบัติข้าวของเหล่านี้ให้พวกกรรมกร ให้ข้าทาสของเรายังดีกว่า เพราะว่าพวกเขานั่งทำงานให้ ดีกว่าไปให้กับพระปัจเจกพุทธเจ้า หมดไปเปล่าๆ นึกเสียดายขึ้นมา ที่คหบดีเขานั่นเป็นบุญใหม่ การให้ทานนั้นได้บุญ แต่บุญนั้นมันหก เพราะว่ามาเสียดายภายหลัง ทำบุญแล้วไม่เด็ดขาด ไปตระหนัไปหวงในทานที่ตัวเองทำ ด้วยการที่ได้บริจาคทาน ก็ทำให้เขาไปเกิดบนสวรรค์ ๗ ชาติ ไปเกิดเป็นมนุษย์เป็นเศรษฐี ๗ ชาติ แต่ก็ยังเป็นเศรษฐีที่ไม่ได้ส่วยความสุขในทรัพย์ของตัวเอง ไม่ได้กิน ไม่ได้ใช้ ตัวเองก็กินแต่ของเลวๆ ใช้แต่ของไม่ประณีตอยู่อย่างนั้น

นี่เรียกว่าบุญที่ทำ บำเพ็ญทานที่ทำไป อานิสงส์ทำให้เกิดเป็นผู้มีทรัพย์ แต่เพราะไม่ได้สละอย่างเด็ดขาด ไปหวง ไปตระหนัไปเสียดายในทรัพย์ ทำให้ตัวเองเกิดมาเป็นเศรษฐีมีทรัพย์ แต่จิตไม่น้อมไปที่จะส่วยทรัพย์เหล่านั้น จิตไม่ยินดีในการที่จะส่วยทรัพย์ให้มีความสุขในทรัพย์ ใช้แต่ของไม่ดี ไม่ประณีต แล้วในอดีตเคยฆ่าลูกของน้อง ฆ่าหลาน เพราะเรื่องของสมบัติ ด้วยอานิสงส์นี้ต้องไปตกนรกอยู่นาน แล้วเมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ เป็นเศรษฐี ก็ไม่มีบุตร เพราะว่าเคยไปฆ่าลูกเขาไว้ ลูกคนเดียวของ

เขา พระพุทธเจ้าตรัสว่า ปัจจุบันนี้ไปตกนรกอยู่ เพราะว่าหมดบุญ บุญที่ทำไว้ ให้ผล ๗ ชาติ บนสวรรค์ ๗ ชาติ เป็นมนุษย์อยู่ ๗ ชาติ เป็นเปรตอยู่ ตอนนี้บุญเก่าหมดแล้ว ไปตกนรกแล้ว

ความที่ประมาท ความที่ไม่เข้าใจในธรรม เราก็ต้องมาสำรวจ ตัวเราเองบ้าง ในชีวิตของเรา ที่เรายังมีชีวิตอยู่ เราได้ทำกรรมดี กรรมชั่วไป มากน้อยแค่ไหน ในวันหนึ่งๆ ทำกรรมดีสมบูรณ์แบบ ไหม ทำบุญ ทำกุศล ทำความดี สะสมมากน้อยขนาดไหน ทำบาปไปแค่ไหนอย่างไร เพราะว่าสิ่งที่เรากระทำไว้นั้น มันเป็น เหตุ กรรมเป็นต้นเหตุ ผลก็จะไปตามเหตุ เราสร้างเหตุไว้แบบไหน ผลก็จะตามไปอย่างนั้น ถ้าเราสร้างเหตุที่เป็นบาป เป็นอกุศล ในการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ทูจริต ฉ้อโกง ปฏิบัติผิดทางเพศ ปฏิบัติผิดในกาม โกหกหลอกลวง พูดยาหยาบคาย พุดจา ส่อเสียดยุ้งให้เขาโกรธเกลียด เหล่านี้เป็นบาป เป็นอกุศล เรา ต้องรู้ว่า สิ่งเหล่านี้เป็นบาป เป็นสิ่งที่ทำแล้วนำความทุกข์มาสู่ตนเอง แสดงว่าเราเองลิขิตชีวิตตัวเอง เราไปลิขิตบาปไว้ ทำบาปไว้ มีผลคือ ทุกข์ เดือดร้อน

แต่ถ้าเราลิขิตกระทำบุญ ทำความดี ชีวิตเราก็ดี มีสุขคติ ภูมิ มีผลเป็นความดี เพราะฉะนั้นเราต้องการให้ชีวิตเราดี เราก็ สามารถจะทำให้ดีได้ด้วยการทำเหตุให้ดี เราไม่ต้องการผลที่เป็นความทุกข์ความเดือดร้อน เราก็สามารถทำได้ ก็คือ เว้น

การทำบาป ไม่สร้างเหตุที่เป็นบาป ชีวิตเราก็ปลอดภัยจากภัย
จากทุกข์ ใครก็มาทำอะไรเราไม่ได้

อย่างที่เรารู้กันกระทำ ทำไมเราถึงไปถูกคนอื่นเขามากระทำ
ไม่ดีต่อเรา โดนเขาโกง โดนเขาแกล้ง ถูกเขามาทำร้าย โดน
ภัยพิบัติ อุบัติเหตุ บาดเจ็บ หรือว่าเสียชีวิตลง เราอาจจะ
มองว่า เพราะคนนั้นคนนี้มาทำกับตัวเรา แล้วทำไมต้องมีคน
เหล่านั้นมาทำกับเรา ทำไมเราต้องเจอเหตุการณ์ที่จะต้องให้บาดเจ็บ
สูญเสียชีวิตต่างๆ **อะไรเป็นตัวจัดการ ให้เป็นไปอย่างนั้น**
นั่นก็คือกรรม อกุศลกรรมที่เราทำไว้เอง มันเป็นตัวจัดแจงให้
ชีวิตเราต้องประสบกับเหตุการณ์เหล่านั้น

เพราะฉะนั้น ถ้าเราเว้นบาปได้ เราไม่มีเหตุที่เป็นบาป ก็
ไม่มีใครมาทำอะไรเราได้ ชีวิตเราก็แคล้วคลาดปลอดภัยจาก
ทุกข์เหล่านั้น เราจึงสามารถจะลิขิตชีวิตเราให้ปลอดภัยได้ คือ
เว้นบาปทั้งปวง ส่วนกุศล กรรมดีต่างๆ ถ้าเราได้พยายามสั่งสม
แน่นอน ก็ต้องมีผลที่ดีเกิดขึ้นต่อชีวิตของเรา ใครจะมาแย่งไป
ก็ไม่ได้เลย ความสุขความเจริญต่างๆ ที่ทำไว้ เราจะต้องเป็นผู้รับ
เป็นทายาทของกรรม รับมรดกที่เราทำไว้ เราก็สามารถลิขิตชีวิต
เราเองได้ ต้องการให้เราใช้ชีวิตที่ดีงาม เราก็ทำเหตุที่ดี ทำกรรมดี
ก็ไม่ต้องไปอ้อนวอนให้ใครมาช่วย บุญกุศลความดีก็จะอำนวยความสะดวก
ให้เราเอง อาจจะมาในรูปแบบของตัวบุคคลที่เรามาเจอว่าเขาเข้ามา

ช่วยเหลือเรา หรือว่าเทวดาสีงคักดีลีสหิธิมาช่วยเราก็ตาม แต่วา
ตันเหตุจรงๆ นั้นคือนบุญต่างหาก ตัวบุคคลนั้นเป็นเพียงอุปกรณ์
ของบุญที่ทำได้ ถ้าไม่มีบุญ ก็ไม่มีใครที่จะมาช่วยเราได้ เป็นไป
ตามกฎแห่งกรรม เราจึงมีลีสหิธิ มีโอกาส ที่จะพัฒนาชีวิตของเรา
ได้ เพราะว่าอยู่ที่การกระทำของเราเอง

การกระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ อยู่ที่ตัวเราเอง เรา
มีลีสหิธิที่จะทำได้อยู่แล้ว เราจะเว้นบาป เราก็เว้นของเราเอง เราจะ
ทำกุศลต่างๆ เราก็ต้องทำเอง ชีวิตนี้เป็นผลของกรรม กรรมลิขิต
ชีวิตของตน เรามีชีวิตมาปัจจุบันชาตินี้ เป็นผลของกรรมในอดีต
ที่เราทำมา ใครเกิดมาหน้าตา รูปร่าง ผิวพรรณดี ไม่ดี ก็เป็นผล
ที่ทำได้ เพราะฉะนั้นเรามองเห็นผล เราก็สาวไปหาเหตุได้ หมั่น
พิจารณาอย่างนี้บ้าง เรียกว่า**พิจารณากรรมและผลของกรรม**
เห็นผลของกรรมแล้ว สาวไปหาเหตุเอาได้ รู้จักกรรม แล้ว
เมื่อเราเข้าใจ เราก็พิจารณากรรมเพื่อรู้ไปถึงผลของกรรมได้
คนทำกรรมแบบนี้ก็ต้องมีผลอย่างนั้น สามารถจะเข้าใจได้
เพียงแต่ว่าเราไม่ได้สามารถจะไปชี้ชัด อันต้ออัน แต่วาแบ่ง
ออกมาว่า ผลดี ผลไม่ดี เราชี้ได้ ทำอย่างนี้ต้องมีผลอย่างไร
ถ้ากรรมดี ก็ต้องมีผลที่ดีแน่นอน ถ้ากรรมชั่วก็ต้องมีผลไม่ดี
แน่นอน แต่เราก็ต้องรู้ด้วยว่าอันไหนกรรมดี อันไหนกรรมไม่ดี

การที่เรามาวัด นั่งฟังธรรม ทำกรรมดีไว้ ฟังธรรม ต้องใช้ ความสำรวมความอดทนอดกลั้น เหล่านี้ก็เป็นกรกระทำความดี ทางกายด้วย ที่เราต้องสงบเสงี่ยม ต้องสำรวม ต้องใช้ความอดทน นั่งพับขาแล้วก็ต้องปวดเมื่อย ต้องอดทนอดกลั้น แต่เป็นกุศล เป็นการที่เราเคารพในการฟังธรรม ใช้ขันติ (ความอดทน) ใช้ทมะ (ความข่มใจ) แล้วเราก็ต้องตั้งจิต ตั้งโสธประสาธ ในการที่จะ ฟังธรรม เกิดความเข้าใจ เกิดความเลื่อมใสศรัทธา เกิดปัญญา ขึ้นมา เป็นกุศลเกิดขึ้น วันหนึ่งๆ เราจะต้องสั่งสมบุญเอาไว้ ซึ่งบุญไม่ได้หมายความว่า เราจะต้องบริจาคทานเท่านั้น ไม่ต้อง คอยที่เราจะต้องรวักก่อนถึงจะทำบุญได้ ทำความดี ทำบุญ โดยที่ไม่ต้องเสียสละทางคัมภีร์ใหม่ รักษาศีล เว้นบาป มีศีลเป็น ข้องตเว้น คือเราสมาทานงดเว้น เว้นบาปด้วย ได้กุศลด้วย ถือศีล ศีลมัย บุญจากการรักษาศีล ทาน อย่างการให้ ถ้าเรา ไม่ให้ เป็นบาปไหม ไม่ให้ ก็ไม่ได้เป็นบาป แต่ให้แล้วได้บุญ แต่อย่างศีล ถ้าเราไม่เว้น เราเป็นบาป ถ้าเราไม่เว้นฆ่าสัตว์ ไม่เว้น ลักทรัพย์ เป็นบาป แต่ถ้าเราเว้น เราไม่เป็นบาป เราได้บุญด้วย เรานำเพ็ญทานแล้วอุทิศกุศลให้ญาติ ถ้าเราไม่อุทิศผิดไหม บาปไหม มันก็ไม่บาป แต่เมื่อเราอุทิศ เรากลับได้บุญขึ้นมาอีก ญาติที่ล่วงลับไปแล้วก็อนุโมทนาได้บุญด้วย

เพราะฉะนั้น บางอย่างถ้าไม่ทำ ผิด บางอย่างไม่ทำ ก็ไม่ผิด การเว้นฆ่าสัตว์ เว้นลักทรัพย์ เว้นประพฤติดีกในกาม เป็นสิ่งที่

เราต้องทำ ต้องตั้งใจ ตั้งเจตนางดเว้น ถ้าเราไม่เว้น มันก็ผิด เราจะบอกว่า ฉันไม่สมาทานศีลไว้ จะได้ไม่ผิดศีล ได้ไหม ถึงเราไปทำบาปก็เป็นบาปอยู่ดี จึงเป็นสิ่งที่ต้องทำ ต้องเว้น ต้องมีศีล ต้องสมาทาน แต่พอเราตั้งใจสมาทาน กลับได้บุญ ไม่เป็นบาปด้วย ได้บุญด้วย เพราะฉะนั้นอย่าไปเข้าใจว่า ถ้าไม่สมาทานศีลแล้วเราจะผิดศีลได้ เราจะทำบาปได้

ถ้าเป็นศีล ๘ เป็นศีลพิเศษขึ้นไปของฆราวาส ถ้าเราไม่สมาทานจะบาปไหม ไม่บาป การเว้นอาหารในเวลาวิกาล ไม่สมาทาน เว้นฟ้อนรำขับร้องเครื่องประดับ ไม่สมาทาน เว้นที่นั่งนอนสูงใหญ่ บาปไหม ก็ไม่บาป เพราะว่ามันยังไม่ใช่เป็นสิ่งที่เบียดเบียนใคร แต่ถ้าเราสมาทาน เราเว้นได้ เรากลับได้บุญพิเศษขึ้นไป แต่ศีล ๕ เป็นเรื่องที่เราต้องรักษา ถ้าไม่รักษา ไม่สมาทาน ไปทำขึ้นมามันผิด ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม โกหก ผิดเป็นบาป ถ้าสมาทานได้กุศล เพราะฉะนั้นเราจึงควรสมาทาน

อย่างศีลของพระ หรือนาคที่เตรียมจะบวช ยิ่งต้องมีข้องดเว้นอีกมาก ถ้าเราไม่บวช เราเป็นฆราวาส เราไม่ผิด ข้องดเว้นหลายอย่างของพระ ฆราวาสทำได้ แต่พอเราเป็นพระ เราทำไม่ได้ เราไปทำกลับเป็นบาป เพราะฉะนั้นคนที่จะบวชก็ต้องรู้ว่า การบวชเป็นพระ เราจะต้องเว้นในสิกขาบทต่างๆ อะไรบ้าง เราทำ

ไหว้ใหม่ เราเห็นว่าเราทำได้ มีศรัทธาที่ทำ เราจึงเข้ามาบวช ไม่เช่นนั้น ถ้าเราไม่รักษา เราไม่เว้น เราก็จะบาปกว่าธรรมดา เป็นพระ ถ้าไปทำผิดก็จะบาปมากขึ้นอีก เพราะฉะนั้น มันไม่ใช่ ว่าบวชแล้วจะได้บุญเลย อยู่ที่ต้องมาเว้นสิ่งที่พระพุทธรเจ้าท่านได้ บัญญัติไว้ในสิกขาบทต่างๆ ถ้าเราเว้นได้ เราก็ได้บุญ แล้วก็ ไม่เป็นบาป ถ้าเว้นไม่ได้ ไม่ได้บุญด้วย แล้วกลับได้บาป อยู่เป็น ฆราวาสยังดีกว่า เพราะว่ามันไม่ผิด

การประพฤติปฏิบัติต่างๆ ที่พระต้องเว้น เช่น การเสพ เมถุน หรือว่าอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งถ้าเราไม่เว้น ก็เป็นบาป อย่างฆราวาสเขาทำได้ เสพเมถุนในคู่ครองของตัวเอง แต่ เป็นพระทำไม่ได้ หรือเช่นการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ หากเป็นพระไปทำเข้า จะขาดจากความเป็นพระ หากเป็นฆราวาส ก็ผิดเหมือนกัน ไปเอาของเขามา แต่ว่าเป็นพระถือว่าผิดมาก หมดสภาพ ขาดจากความเป็นพระตลอดชีวิต เพราะฉะนั้น บางอย่าง เป็นฆราวาสทำได้ เป็นพระทำไม่ได้ บางอย่างไม่ทำก็ ไม่เป็นไร ไม่ผิด แต่ทำแล้วได้บุญ แต่บางอย่าง ทำแล้ว ไม่ทำ กลับผิด อย่างศีลเป็นฆราวาส ต้องรักษาศีล ๕ ถ้าเราไม่เว้น ก็ผิด

ถ้าเรามีใจเชื่อมั่นในเรื่องของกรรมว่ามีผล กรรมดี กรรมชั่ว ให้ผลต่างๆ กันไป สมมติว่าเราประสบผลกรรมอยู่ในปัจจุบัน

จะต้องมองให้ออกว่า มันเป็นผลจากอะไร หรือที่คนอื่นกระทำก็ตาม เรารู้จักพิจารณาได้ว่าเขาทำดีหรือทำชั่ว และบางทีสิ่งที่เราไปทำ คิดว่าเป็นความดี แต่กลับกลายเป็นบาป ต้องดูว่า เป็นการไปเบียดเบียนเขาหรือเปล่า ทำให้เขาทุกข์ ทำให้เขาเดือดร้อนไหม สิ่งที่เราทำไป ถ้าเป็นเรื่องที่ทำให้เขาเดือดร้อน เราต้องรู้ว่าไม่ดี บางทีสิ่งที่เราทำ เราคิดว่าเราทำความดี แต่เป็นความดีที่เป็นบาปอยู่ด้วย แทนที่เราจะไปช่วย กลับกลายเป็นเราไปทำร้าย เช่นสัตว์ตัวหนึ่งจะไปทำร้ายสัตว์อีกตัวหนึ่ง โยมจะอย่างไร จะช่วยตัวที่ถูกทำร้าย แล้วไปตีไปฆ่าตัวที่ไปทำร้าย บาปก็มาลงที่เราอีก เจตนาเราก็จะไปช่วย แต่เราไปตีสัตว์ตัวนั้นอานเลย นี่เรียกว่าความดีมันไม่บริสุทธิ์ เราต้องใช้สติปัญญาเหมือนกัน

ผลบุญ ผลบาปจะเกิดขึ้น ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ การเห็นแต่ละครั้ง เป็นวิบาก เป็นผลของกรรม การได้ยินเสียงอยู่ทุกขณะ ในแต่ละวันๆ เป็นวิบาก เป็นผลของกรรมทั้งหมด โดยจิตเรียกว่าวิบากจิต เป็นอเหตุก-วิบากจิต จะรู้ว่าเป็นผลของกุศลกรรมบ้าง อกุศลกรรมบ้าง ก็ดูว่าเป็นผลดีหรือผลไม่ดี มันให้ผลอยู่ตลอด ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ภาพที่เห็นในขณะนี้ เห็นดีหรือไม่ดี ถ้าภาพที่เราเห็นดี สบายตาสบายใจ เห็นแล้วมีความสุข ก็เป็นผลของบุญ

อย่างเรามองพระพุทธรูป เห็นสีแสง ดูแล้วก็สบายตา ดูแล้วชื่นใจ ดูแล้วเลื่อมใสศรัทธา เห็นคน เห็นพระสงฆ์ เห็น อุบาสก อุบาสิกา สงบเสงี่ยมเรียบร้อย เห็นสถานที่สะอาดสะอ้าน มีต้นไม้ มีความร่มรื่น สายตาที่มองแล้วสบายตา นี่ก็เป็นผลบุญที่เกิดขึ้นแล้ว แสดงว่าเราต้องทำบุญไว้ ส่งผลทางตาให้เห็น เป็นภาพที่ดี ภาพอะไรบ้างที่ไม่ดี ภาพน่าเกลียดน่ากลัว ดูแล้ว ไม่สบายตา เป็นผลบาปส่งมาทางตา เห็นแล้วเกิดภาพน่าหวาดเสียว เห็นภาพอุบัติเหตุ ภาพเหล่านี้เป็นผลของบาป หรือเสียงที่เราฟัง ขณะนี้ เป็นผลบุญหรือผลบาป เสียงที่เราฟัง ฟังแล้วสบายหู ฟังชัด ก็เป็นผลบุญ ฟังแล้วหนวกหู ฟังเป็นเสียงด่าเสียงว่า ก็เป็นผลบาป ทางกายขณะนี้ เสวยผลบุญหรือผลบาป หรือว่า สลับกันอยู่ เสวยผลบุญบ้าง บาปบ้าง อย่างที่เราถูกขังกักแล้ว ก็คันอยู่ ผลบาปมาอยู่นี้ให้แล้ว

อากาศขณะนี้ไม่ร้อน ไม่หนาว พอสบายๆ มันเป็นผลบุญ ส่งมาทางกาย ได้อากาศที่พอดี แล้วพอจะนั่งก็มีเสื้อให้รองนั่ง ได้เก้าอี้รองนั่ง ถ้าไม่มีเก้าอี้รองนั่งก็คงจะลำบาก ได้เก้าอี้มัน เป็นผลบุญ มีไฟส่องสว่าง ถ้าไม่มีไฟก็มืด ลำบาก ก็ส่งมาให้ได้ รับความสะดวก บุญส่งทางตา ทางสัมผัส ทางตา หู จมูก ลิ้น กายใจ จิตใจก็ได้รับเรื่องราวที่ดี เป็นผลของความดีที่เราได้ทำไว้ ถ้าเราพิจารณาอยู่แต่ละขณะ วันๆ หนึ่งเรารับผล ดีบ้างไม่ดีบ้าง มนุษย์เป็นผู้ที่จะต้องเสวยผลทั้งกรรมดีกรรมชั่ว เพราะทำ

คละเคล้ากันมาในชีวิต แม้ปัจจุบันนี้ เรายังทำต่ออีก ทำบุญ บ้าง ทำบาปบ้าง คละเคล้ากันอยู่แบบนี้ แทนที่จะทำให้บริสุทธิ์ เป็นบุญตลอด แต่ก็ทำยาก ปุณฺชนก็จะทำคละเคล้ากันไปอย่างนี้

ถ้าเราเข้าใจ เรายังต้องพยายามเว้นเหตุที่ไม่ดีที่เป็นบาป เพราะเราควบคุมได้ ดูแลได้ รับผิดชอบในตัวเองได้ อยู่ที่กาย วาจา ใจของเรา สำรวมระวังรักษากาย กายเราไม่ฆ่า ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติดิฉินในกาม เรายังระวังไว้ได้ไหม ดูแลของตัวเอง เพราะเราไม่ต้องไประวังคนอื่น ดูแลตัวเอง วาจาของตัวเอง ดูแลได้ไหม พูดแต่ละครั้งต้องดู จะพูดโกหกไหม หลอกลวงไหม พูดคำเท็จ พูดจาต่อเสียดไหม หยาบคายไหม เพ้อเจ้อไหม

วันๆ หนึ่ง เราต้องดูแลดีสำรวมระวังจิตใจ ไม่เช่นนั้นจะเป็นอกุศล เป็นบาปเกิดขึ้น พอเราโกรธแค้น พยาบาทอาฆาต ก็จะเป็นบาป เหมือนเรากู้หนี้ สร้างหนี้สินขึ้นไปอีก เวลาที่เราได้ รับผลที่ไม่ดี จึงเปรียบเสมือนเราใช้หนี้ มีหนี้ก็ต้องชดใช้ พอเรา ทำใจว่าได้ใช้หนี้ เราจะได้ไม่โกรธ เวลาเราเป็นหนี้สิน เวลาเขา มาทวงเรา ควรที่จะโกรธเขาไหม การที่เราได้ใช้คืนเขาไป ควรจะ โกรธหรือควรจะเบาใจ เอาเงินใช้หนี้เขาไป ปลดหนี้ได้ ควรจะ เบาใจใช้ไหม

เพราะฉะนั้นเวลาที่เราประสบอารมณ์ที่ไม่ดีต่างๆ เรายัง คิดว่า เราได้ใช้หนี้ ปลดหนี้กันไปที เพราะเราเป็นหนี้ไว้ เบาใจ

ไม่โกรธ แต่ถ้าเราไม่พิจารณาเรื่องกฎแห่งกรรม เราก็จะไป
ก่อกวนนี้อีก มึงทำกู กูต้องทำมึง ตาต่อตาฟันต่อฟัน หาว่า
จะไม่ยอมใช้หนี้ดีๆ ซ้ำยังก่อกวนใหม่อีก ก็ต้องไปเสวยผลต่อ
ก็ต้องไปเป็นลูกหนี้ต่อไปอีก เพราะฉะนั้นพิจารณาปัจจุบัน
ทำกรรมปัจจุบันให้ดี ทำกรรมดีไว้ เว้นกรรมชั่วไว้ พิจารณาวิบาก
ผลในปัจจุบัน เราเอาวิบากนั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ให้มาต่อ
เป็นบุญได้ใหม่ รับผลบาปแต่ให้เกิดเป็นบุญ ถ้าเราเข้าใจ เราจะ
ทำได้ รับผลบาปแต่ได้บุญ ถ้าไม่เข้าใจ มันจะเป็นลักษณะ
รับผลบาปแล้วก็เป็นบาป

บาปกับผลบาปเหมือนกันไหม คนละอย่างกัน เห็นภาพ
ไม่ดี ได้ยินแต่เสียงด่า เสียงหนวกหู ได้กลิ่นเหม็น ได้รส
ไม่อร่อย ได้สัมผัสทางกายที่ไม่ดี อันนี้เป็นผลบาป แต่ยังไม่ได้
เป็นบาป จะบาปก็ตอนที่โกรธเขา จิตโกรธเจ็บแค้นอาฆาตเขา
อันนี้เป็นบาป ตัวบาปเป็นเหตุ พอได้รับผลบาป แล้วก็มาเป็น
บาป มันขาดทุน แต่ถ้าเราเข้าใจ เราได้รับผลบาป เราคิดพิจารณา
ว่านี่เป็นวิบากกรรม ใช้หนี้ไปอย่างมีสติ จิตเราก็เป็นกุศล จิตเป็น
มหากุศล เข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม หรือว่ามีสตินี้รู้ว่าได้ยิน
เสียงด่า เสียงว่า ก็แค่เสียง มีสติระลึกว่า ได้กุศล ได้มีปัญญา
มีวิปัสสนาปัญญา เป็นต้น มีความเข้าใจเวลารับผลบาปแต่ได้บุญ
รับผลบาปที่ไรก็ได้สติปัญญา อาศัยปัญญาเพื่อปัญญาบรรเจิด
ได้อุปสรรคก็มีปัญญารุ่งขึ้น

เวลารับผลบุญ ถ้าไม่เข้าใจอาจจะเป็นบาป รับผลบุญแต่ได้บาปมีไหม พอได้เงิน ได้ทอง ได้ลาภ ได้ชื่อเสียง ดียกดีใจ โลกหล่มหลง อย่างนี้รับผลบุญ แต่ตัวเองต้องไปเป็นบาป ขาดทุน แต่รับผลบุญแล้วได้บุญต่อๆ ไปได้ไหม เวลาที่เราประสบอารมณ์ดีๆ ต่างๆ เราก็รู้ว่าเป็นผลบุญ ไม่ต้องไปหลงใหล รู้ว่าเหมือนเราเบิกเงินออกจากธนาคาร แล้วต้องรู้ว่าเงินมันยุบลงไปไหม ที่เราได้ลาภสักการะ สิ่งที่ดีต่างๆ ที่เป็นผลบุญนี้ ก็เหมือนเราเบิกเงินเราออกมาใช้ ต้องไม่ประมาท และต้องหมั่นเติมเข้าไปใหม่ สิ่งสมบุญไว้ ให้รู้ว่าเป็นผลบุญของเราที่ทำไว้ อย่าหลงระเหิร อย่าประมาท บุญมันหมดได้ คนหมดบุญนี้ลำบากนะ เหมือนคนหมดเงินในธนาคาร ลำบาก เดือดร้อน เหมือนไม่มีปัจจัยจะใช้สอย

คนมีบุญก็สบาย ได้เสวยผลบุญ โดยไม่หลงระเหิร ไม่หล่มหลง ในลาภสักการะ ในสิ่งที่ได้รับที่ดี เวลาที่เราได้รับผลบาป เราก็ไม่ไปเป็นบาปต่อ เข้าใจว่า ไม่เป็นไร นี่มันเป็นผลบาปของเราเอง ได้ใช้หนี้ มีสติไว้ จำไว้ บาปเป็นผลให้เราทุกข์ ต่อไปเราก็ไม่ทำบาปดีกว่า เพราะเวลาบาปให้ผลมันเดือดร้อน ต้องมาป่วย ทุกข์ทรมาน เกิดจากผลบาปที่เราเคยทำไว้ เบียดเบียนเขาไว้ ไม่เป็นไร มีสติในปัจจุบัน รับผลบาปก็ได้บุญ เพราะมีสติ ปัญญา ได้ข้อคิดพิจารณา ทำให้เราไม่ทำบาปต่อ

สูงขึ้นไปคือเรามีสติ กำหนดรู้สภาวะ กำหนดดูสภาพ เห็นลึกว่าเห็น ได้ยินลึกว่าได้ยิน ทราบลึกว่าทราบ รู้ลึกว่ารู้ ให้มีปัญญาเห็นแจ้งว่า สิ่งต่างๆ เหล่านี้ก็เป็นเพียงสิ่งที่เกิดขึ้น หมดไป ดับไป แปลว่า ธาตุ ธรรมชาติ ไม่ใช่ตัวเรา ของเรามีปัญญาเกิดขึ้น ที่สุดจะได้หลุดพ้นไปจากสังสารวัฏ พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด อันเป็นการดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง

วันนี้ก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ ขอความสุขความเจริญในธรรม จงมีแด่ทุกๆ ท่าน 🌸



พระมหากษัตริย์



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอถวายความนอบน้อมแด่
พระรัตนตรัย ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติ
สัมาปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ต่อไปนี้จะได้ปรารภธรรมะ ตามหลัก
คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นเครื่อง
ส่งเสริมสติปัญญา ศรัทธาปสาทะ ในฐานะที่ท่านทั้งหลายได้เป็น
ผู้ที่ใส่ใจ สนใจในธรรม น้อมนำชีวิตของตนเอง เข้ามายังวัดวา
ศาสนา มารักษาศีล มาปฏิบัติธรรม มาฟังธรรม ถือว่าเป็นการ
ได้สะสมกุศลบารมี สร้างสมอบรมอินทรีย์ให้แก่กล้า

บุคคลที่จะพ้นทุกข์ได้ต้องมีบารมี คือกุศลที่บำเพ็ญไว้ ถึงพร้อมเต็มเปี่ยม จึงจะได้ก้าวพ้นความทุกข์ ฉะนั้นบุคคลผู้มีปัญญาอ่อนแสงหากุศลธรรม พัฒนาชีวิตจิตใจของตนเอง การที่ได้เข้ามาวัด ก็ย่อมจะมีโอกาสได้บำเพ็ญกุศลต่างๆ อย่างน้อยก็ได้ทำสัณฐานุตตริยคุณ คือ การเห็นที่เป็นคุณ เรามาเห็นวัดวา ศาสนสถาน สถานที่สงบ ร่มรื่นสะอาด หรือได้เห็นพระสงฆ์ จิตใจก็มีความผ่องใส มีใจศรัทธา การเห็นอย่างนี้ก็เป็นคุณ เป็นมงคลอันสูงสุดประการหนึ่ง ได้มาบำเพ็ญทาน เสียสละ จตุปัจจัยตามกำลัง ให้เป็นบุญ เป็นเสบียงติดตัวเราไป ได้สมาทานศีล ศีล ๕ ศีล ๘ ศีลอุโบสถ ได้มาประพาสพระรัตนตรัย ได้เนกขัมมะบารมี ออกจากกาม ออกจากครองเรือน แม้จะเป็นชั่วระยะหนึ่งก็ตาม ก็เป็นการสะสมบารมีไว้ และการได้ฟังธรรมะนี้ ก็เป็นสิ่งที่ทำได้โดยยากในโลกอีกประการหนึ่ง

ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ทุลลพํ สหุทฺทมมสฺสวณํ” การได้มีโอกาสฟังธรรมะเป็นสิ่งที่ทำได้โดยยากในโลก ถ้าไม่มีพระพุทธศาสนา ไม่มีพระพุทธเจ้าตรัสรู้ขึ้นในโลก ก็จะไม่มีการสอนธรรมะปรากฏ บุคคลก็จะไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ ไม่รู้ว่าการฆ่าสัตว์เป็นบาป ลักทรัพย์เป็นบาป ประพฤติผิดในกามเป็นบาป โกหก หลอกลวงเป็นบาป ก็จะไม่รู้ แม้ในปัจจุบันนี้ คนบางพวกที่มีความเห็นผิดเขายังคิดว่าฆ่าสัตว์บูชายัญเป็นบุญ ฆ่าสัตว์มาเลี้ยงกันเป็นบุญ อะไรเหล่านี้เป็นต้น นั่นเพราะไม่ได้ลำดับตรับฟัง

คำสอนในทางพระพุทธศาสนา ฉะนั้น การได้ฟังธรรมก็ทำให้เรารู้ว่าอะไรเป็นบาป อะไรเป็นบุญ อะไรเป็นคุณเป็นประโยชน์ จึงรู้ว่าการให้ทาน การรักษาศีล การเจริญภาวนานั้นเป็นบุญย่อมนำมาซึ่งความสุข ความพ้นทุกข์ การฟังธรรมก็เป็นกุศลเป็นบุญ

ที่ทรงตรัสว่า “กาเลน ธมฺมสุสฺวนํ เอตมฺมมงคลมุตฺตมํ” การฟังธรรมตามกาลเวลา เป็นมงคลอันสูงสุดประการหนึ่ง มงคลคือความเจริญ จิตใจมีความเจริญก้าวหน้า เป็นไปเพื่อละ เพื่อสละ เพื่อปลดปล่อยเหตุแห่งความทุกข์ ฟังธรรมก็รู้ได้เข้าใจในสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง สิ่งใดไม่เคยได้ยินได้ฟังก็ได้ยิน สิ่งใดที่เคยได้ฟังแล้วก็จะเข้าใจยิ่งขึ้น กำจัดความสงสัย ทำจิตใจให้แจ่มใสเบิกบาน โอกาสที่ท่านทั้งหลายจะได้มีโอกาสฟังธรรมะจริงๆ ที่เป็นสังฆธรรม ปรมาตมธรรม ไม่ใช่เกิดขึ้นได้ง่าย ถ้าไม่มีพระพุทธเจ้าตรัสรู้ แสดงธรรม ไม่มีพระสงฆ์สืบทอดกันมา เหมือนอย่างขณะนี้ ถ้าไม่มีพระสงฆ์สืบทอดมา อาตมาก็ไม่มีโอกาสจะได้ฟัง ได้ศึกษา ได้ปฏิบัติ นี่ก็เพราะพระสงฆ์ได้ฟัง ได้ปฏิบัติสืบทอดกันมา พระสงฆ์จึงมีคุณ สังฆคุณ

พระพุทธเจ้าจึงให้ความสำคัญกับสงฆ์ ทำบุญกับสงฆ์จึงมีอานิสงส์มาก เรียกว่าสังฆทาน พระสงฆ์จะสืบทอดต่อๆ กันมา ฉะนั้น การที่ได้เข้าวัดก็ได้รับประโยชน์ ได้ฟังธรรม ได้ปฏิบัติ เจริญกรรมฐาน ได้มาเดินจงกรม ได้มานั่งสมาธิ ได้ทำจิตใจให้สงบ

ทำให้จิตใจมีสติปัญญา ชีวิตอย่างนี้เป็นชีวิตที่มีคุณค่ามีสาระ เราจะเอาอะไรกับ ยศ ลาภ ชื่อเสียงสักการะ มันได้คุณค่าได้ประโยชน์แค่ไหน เราพิจารณาดูแล้ว เราจะมีเงินทองมากมาย มันก็ไม่ได้ทำให้เราดับทุกข์ได้จริงๆ ถ้าจิตใจของเราหาความสงบไม่ได้ นอนห้องแอร์ นอนที่นอนหนาขนาดไหน ถ้าใจไม่มีธรรม ก็หาความสุขไม่ได้ ใจมันเร้าร้อน อยู่ที่ไหนก็เป็นทุกข์

ฉะนั้น ความสุขไม่ได้อยู่ที่เรามีทรัพย์มากมาย ความสุขอยู่ที่เรามีธรรมะ ลดละ สละกิเลสได้ เราควรจะต้องแสวงหาธรรมะ เป็นอริยทรัพย์เป็นทรัพย์ภายใน ทรัพย์ภายนอกทรัพย์สิ้นเงินทอง ลูกหลานบริวาร มันก็อยู่กับเราได้ชั่วคราวที่เรามีชีวิตอยู่ พอสิ้นชีวิตไปแล้วสิ่งเหล่านั้นก็ไปกับเราไม่ได้ เป็นสมบัติของคนอื่น เป็นของโลก แต่อริยทรัพย์ ทรัพย์ภายใน คีล สมาธิ ปัญญา บุญกุศล จะเป็นทรัพย์ที่ติดตัว เป็นที่พึ่งให้กับเราได้ ฉะนั้น บุคคลควรแสวงหาทรัพย์ภายใน ควรมีใจอยู่กับธรรมะ บุคคลที่อยู่กับธรรมะก็จะมีความสุข มีความเบิกบานใจ โดยเฉพาะผู้ที่มาปฏิบัติธรรมเก็บตัวเจริญภาวนา ได้ใช้เวลาในการเจริญสติ ระลึกรู้ ดูรูป ดูนาม ดูสภาวะ กำหนดดูกายดูใจอยู่เสมอ พอฝึกไปมากๆ เข้า ก็เริ่มมีผล เกิดความสงบใจ เกิดความเบิกบานใจ มีสติ มีปัญญา เห็นรูป เห็นนาม เห็นปรมาณู เห็นสภาวะ เห็นความเกิด ความดับ จิตใจก็มีความสุข มีปีติ อยู่เย็นเป็นสุข ถึงจะนอน กระต๊อบ นอนใต้ต้นไม้อายุกับดิน อยู่กับสถานที่ไม่ได้ใหญ่โต

สวยงาม แต่ก็มีความสุข ถ้าเรามีธรรมะ นี่เป็นสิ่งที่ประจักษ์ได้
สำหรับผู้ปฏิบัติธรรม มีความสุข

เหมือนสาวกภิกษุรูปหนึ่งในสมัยพุทธกาล ท่านก็มีความสุข
ท่านจะนั่งตรงไหน จะอยู่โคนไม้ อยู่เรือนว่าง อยู่ในป่า กลางวัน
กลางคืน ท่านก็มักจะเปล่งอุทานของท่านอยู่เสมอว่า “สุขหนอ
สุขหนอ สุขหนอ” พระเถระรูปนี้ท่านชื่อว่า**พระมหากัปปินะ**

พระมหากัปปินะท่านจะเปล่งอย่างนี้อยู่เรื่อย “สุขจริงหนอ
สุขจริงหนอ” อุทานออกมา จนภิกษุทั้งหลายก็สงสัย พระเถระ
รูปนี้ท่านคงจะนึกถึงราชสมบัติของท่านกระมัง เพราะว่าท่านเป็น
กษัตริย์ออกบวช ก็เลยนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าก็เรียกตัวพระมหากัปปินะเถระมาเข้าเฝ้า แล้วก็
ตรัสถามว่า “ดูก่อนมหากัปปินะ ได้ทราบว่าเขาเลิกเปล่งอุทาน
ในที่ต่าง ๆ อยู่เสมอว่าสุขหนอ สุขจริงหนอ จริงหรือ”

พระมหากัปปินะก็ทูลรับว่า “จริงพระพุทธเจ้าข้า”

พระพุทธเจ้าก็ถามในที่ท่ามกลางสงฆ์นั้นว่า “ดูก่อน
มหากัปปินะ เธอนึกถึงความสุขในราชสำนักหรืออย่างไร”

พระมหากัปปินะท่านก็ทูลตอบว่า “พระพุทธองค์ย่อมทราบ
ดีว่า ข้าพระองค์นี้มีความสุขอย่างไร พระองค์ย่อมทราบดี”

พระพุทธเจ้าจึงตรัสกับภิกษุสงฆ์ที่ประชุมกันอยู่ว่า “มหากัปปิณะ บุตรของเรานั้น ไม่ได้ร่ำพึงถึงความสุขในราชสำนัก แต่ว่าร่ำพึงถึงความสุขในธรรม คือนิพพาน” และพระพุทธเจ้าก็ตรัสว่า “ผู้ยินดียิ่งในธรรมะ มีจิตใจผ่องใส นอนอยู่ก็เป็นสุข”

ฉะนั้น บัณฑิตย่อมยินดีในธรรมะที่พระอริยะประกาศไว้อยู่ทุกเมื่อ พระพุทธเจ้าก็รับรอง นั่นก็คือท่านบรรลุเป็นพระอรหันต์ พระมหากัปปิณะท่านเป็นพระอรหันต์แล้ว และก็เสวยความสุข

ความจริงความสุขในระดับถึงแม้ยังไม่ถึงพระอรหันต์ เราปฏิบัติไป ได้สัมผัสสภาวะธรรม รู้จักปล่อย รู้จักวาง ก็เริ่มมีความสุขใจ มีสมาธิเกิดขึ้น จะพบความสุขขึ้นมาแล้ว ยังไม่ต้องถึงขั้นระดับนิพพาน บุคคลที่ปฏิบัติธรรมก็จะสัมผัสกับความสุขความสงบได้ ตามสมควรแก่การปฏิบัติ

พระมหากัปปิณะท่านสละราชสมบัติออกบวช เพียงได้ฟังว่าพระพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นในโลก ในครั้งที่ท่านพาข้าราชการอำมาตย์เสด็จไปที่พระราชอุทยาน ที่จริงทุกวันพระราชารองค์นี้ซึ่งครองเมืองกุกกกฏาดี ก็จะได้รับสั่งใช้ให้ถวายม้าออกตระเวนไปทุกสี่ทิศ ไปสืบข่าวว่า จะมีพระพุทธเจ้าอุบัติบังเกิดขึ้นหรือยังในโลกนี้ ฉะนั้นเมื่อเสด็จมาที่อุทยานได้พบพ่อค้า ๕๐๐ คน เดินทางไกลมา จึงเรียกตัวเข้าเฝ้าสอบถามว่า “ท่านมาจากไหน”

พ่อค้าก็บอกว่า “มาจากเมืองสาวตถิ”

“เป็นอย่างไร ประชาชนที่นั่นอยู่เย็นเป็นสุข พระราชาตั้งอยู่ในธรรมดีหรือ”

พ่อค้าก็บอกว่า “อยู่เย็นเป็นสุข พระราชาก็ตั้งอยู่ในทศพิธ-
ราชธรรมที่ดี”

พระราชาก็ถามว่า “แล้วที่เมืองของท่าน มีเหตุการณ์มีอะไร
แปลกๆ เกิดขึ้นบ้าง”

พ่อค้าเมื่อจะกล่าวให้เห็นความสำคัญ ก็บอกว่าข้าพระองค์
นั้นยังไม่ได้บ้วนปาก ก็เลยยังไม่กล้ากล่าวสิ่งอันมีค่าสูงยิ่งที่
บังเกิดขึ้น พระมหากษัตริย์พระราชาจึงได้พระราชทานน้ำใน
ผอบทองพระองค์ส่งให้ เมื่อพ่อค้าได้รับมาบ้วนปากแล้ว ก็หันไป
ทางทิศเมืองสาวตถิ

กราบแล้วก็เปล่งว่า “พุทฺธังรัตตะนัง นามะอุปปันนัง” แปลว่า
พระพุทธเจ้าได้บังเกิดขึ้นแล้วในเมืองของข้าพระองค์

พระมหากษัตริย์พระราชาพอได้ฟังเช่นนั้นก็เกิดปีติซาบซ่าน
ทั่วพระวรกาย ไม่สามารถจะเปล่งคำพูดอะไร สงบนิ่ง พอได้สติ
ก็ถามซ้ำว่า “ดูก่อนพ่อค้า ท่านกล่าวอะไรนะ ให้ท่านว่าใหม่ซิ”

พ่อค้าก็บอกอีกว่า “บัดนี้พระพุทเจ้าได้บังเกิดขึ้นแล้วในโลก”

พระราชาก็ประทับนั่ง เกิดปีติซาบซ่านพักหนึ่งแล้วก็ถามใหม่อีกว่า “กล่าวใหม่ซิอะไรที่ท่านว่า”

พอพ่อค้ากล่าวซ้ำอีกก็แน่ใจไปอีกเหมือนกัน พุดอะไรไม่ออก เกิดปีติ บุคคลที่มีบาปมีมา ได้สะสมมาในอดีตที่จะได้บรรลุธรรม พอได้ฟังว่าพระพุทเจ้าบังเกิดขึ้นในโลก ปีติเกิดขึ้นซาบซ่านทั่วกาย แล้วก็จึงพระราชทานทรัพย์ ๑๐๐,๐๐๐ กหาปณะที่สามารถเอาข่าวดีนี้มาบอก พระราชาก็ถามอีกว่า “แล้วยังมีอะไรอีกไหม มีข่าวดีมีอะไรเกิดขึ้นอีก”

พ่อค้าก็ได้ทูลว่า “ธัมมังรัตตะนัง นามะอุปปันนัง” พระธรรมได้เกิดขึ้นแล้วในโลก

พระราชาก็ได้ฟังเช่นนั้นก็นิ่งไปอีกเหมือนกันเกิดปีติ ให้กล่าวถึง ๓ เทียว เกิดปีติอยู่อย่างนั้น พอครบ ๓ วาระก็เลยพระราชทานทรัพย์ให้อีก ๑๐๐,๐๐๐ กหาปณะ และถามว่า “มีอะไรอีกไหม มีอะไรเกิดขึ้นที่เมืองของท่านอีก”

พ่อค้าก็เปล่งใหม่ว่า “สังฆังรัตตะนัง นามะอุปปันนัง” พระสงฆ์ได้บังเกิดขึ้นแล้วในโลก

พระราชาก็เกิดปีติ เพียงฟังว่าพระสงฆ์ ไม่เคยได้ฟังมาก่อน ในยุคนั้น ฟังว่าพระสงฆ์เกิดขึ้นแล้ว ปีติก็เกิดขึ้นอีก เปล่งอะไร ไม่ได้ พุทอะไรไม่ได้อีกพักหนึ่ง ฟังถึง ๓ วาระ แล้วก็เลย พระราชทานทรัพย์อีก ๑๐๐,๐๐๐ ฟ่อค้าได้ไป ๓๐๐,๐๐๐ เสร็จแล้วก็ให้คนเขียนสาสน์ เขียนจดหมายฝากพ่อค้ากลับไป ในเมือง และเอาจดหมายนี้ไปให้พระราชเทวี เพื่อพระนางจะได้ พระราชทานเงินที่พระองค์มอบประทานให้ ๓๐๐,๐๐๐ และ ถ้าหากพระนางถาม ก็บอกว่าพระราชได้สละทรัพย์ทั้งหมดให้กับ พระนางแม่เจ้านั้น คือสละราชสมบัติจะออกบวชตามพระพุทเจ้า ปราภณเมื่อพ่อค้ากลับไปแล้วก็ปรึกษาอำมาตย์ อำมาตย์ที่ไป ด้วย ๑,๐๐๐ คน ก็เช่นเดียวกันกับบวชตาม ส่งข่าวบอกภรรยา ของตนเองทั้งหมด พระราชามหากัปินะก็เสด็จขึ้นม้าไปพร้อม ด้วยอำมาตย์ผ่านแม่น้ำ ก็ตั้งสัตยาธิษฐาน ระลึกถึงคุณของ พระพุทเจ้า ถ้าพระพุทเจ้าอุบัติบังเกิดขึ้นในโลกจริง เป็น พระสัมมาสัมพุทเจ้าก็ขอให้ผ่าน ก็ปราภณว่าด้วยพุทธานุภาพ สามารถข้ามแม่น้ำนั้นไปได้ เจอแม่น้ำที่ ๒ ก็ข้ามด้วยระลึกถึง พระธรรม ครั้งที่ ๓ แม่น้ำที่ ๓ ก็ข้ามด้วยระลึกถึงพระสงฆ์

พระพุทเจ้าเวลาเข้ามิตก็จะตรวจดูสัตว์โลกทั้งหลายว่า ผู้ใดสมควรที่จะไปโปรด วันนั้นก็เห็นพระราชามหากัปินะ พร้อมด้วยอำมาตย์ ๑,๐๐๐ เข้าไปในชายพระญาณ พระองค์ก็ เสด็จมาประทับใต้ต้นไทร เปล่งฉัพพรรณรังสีออกมา เมื่อพระ

มหากัปปิณะได้เห็นรัศมี ก็รู้ได้ทันทีว่าเป็นพระพุทธรเจ้า พร้อมด้วย
อำมาตย์ก็น้อมกายหมอบเข้าไปด้วยความปลื้มปิติ ก็ไปกอด
ข้อพระบาทพระพุทธรเจ้าไว้ มีศรัทธาเต็มที เสร็จแล้ว พระพุทธรเจ้า
ก็ได้แสดงธรรมะ แสดงอนุปฺพุทฺธิกา ว่าด้วยเรื่องทาน เรื่องศีล
เรื่องสวรรค์ เรื่องโทษของกาม เรื่องเนกขัมมะ ซึ่งเป็นการแสดง
ธรรมไปตามลำดับที่พระพุทธรเจ้ามักจะใช้วิธีนี้แสดงธรรมเรียกว่า
อนุปฺพุทฺธิกา กล่าวพรรณนาเรื่องของการทาน เรียกว่าบุญพื้นฐานให้
ผู้ฟังได้มีจิตใจอ่อนโยนจากการเห็นคุณค่าของการบริจาคทาน
แล้วก็พูดถึงศีล การสำรวมกายวาจา ศีลมีผล มีอานิสงส์มาก
พูดถึงสวรรค์ พูดถึงการที่บุคคลบำเพ็ญทานศีลนี้ก็จะเข้าถึงโลก
สวรรค์ แล้วก็แสดงถึงโทษของกาม การที่บุคคลติดอยู่ข้องอยู่
ในกามคุณอารมณ์ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ก็จะมีโทษต่างๆ
แล้วจึงแสดงถึงอานิสงส์ของเนกขัมมะ ของการออกจากกาม
ของการออกบวช แล้วก็ต่อยอดด้วยอริยสัจจะ

ปรากฏว่าพระมหากัปปิณะ พร้อมด้วยอำมาตย์ ๑,๐๐๐ คน
ก็ได้บรรลुเป็นอริยบุคคลชั้นที่ ๑ คือโสดาบัน ฝ่ายพ่อค้าเมื่อ
นำข่าวสารไปส่งให้พระราชเทวีทรงพระนามว่าพระนางอโนชา
พระนางได้รับข่าวสารเช่นนั้น ก็ถามว่าทำไมจึงเป็นอย่างนั้น พ่อค้า
ก็บอกว่า พระราชาได้ทราบข่าวจากที่ตนเองไปแจ้งให้ พระนาง
ก็เลยต้องการจะทราบว่ามีข่าวดีอะไร พอพ่อค้าบอกเหมือนที่
บอกพระราชา พระนางก็เกิดปิติเหมือนกัน เกิดปิติแล้วให้พ่อค้า

นั้นยืนยันรับรองถึง ๓ วาระ ก็จึงพระราชทานทรัพย์ครั้งละ ๓๐๐,๐๐๐ รวม ๙๐๐,๐๐๐ บวกกับที่พระราชทานพระราชทานอีก ๓๐๐,๐๐๐ พ่อค้าได้ไป ๑๒ แสน ครั้งนั้น เมื่อออกไปแล้ว พระนางก็เรียกบรรดาภรรยาของอำมาตย์ทั้งหมดเป็นบริวารมาแจ้งข่าว แล้วก็เราจะทำกันอย่างไร ภรรยาอำมาตย์ทั้งหลายก็ย้อนถามว่า พระนางจะคิดอย่างไร มีความประสงค์อย่างไร พระนางก็คิดว่า การที่พระราชทานได้พระราชทานราชสมบัติให้กับเรานี้ ก็เหมือนกับว่า การที่จะให้เราหนึ่งคุกเข่าอ้าปากรับ เสมือนกับรับก้อนเขฬะ ใครจะทนได้

คนที่มีปัญญา คนที่มีบารมี มองเห็นโลกีย์ทรัพย์กลายเป็นเหมือนก้อนเขฬะ พระราชาสละราชสมบัติให้ครอง กลายเป็นเห็นว่าก้อนเขฬะ ก็คือก้อนน้ำลาย ใครจะรับได้ ก็เลยปรึกษาว่าตกลงว่าจะออกบวชเหมือนกัน บรรดาภรรยาอำมาตย์ทั้งหมดก็มีจิตใจยินดีเห็นด้วยที่จะออกบวช เสร็จแล้วก็ข้ามน้ำติดตามไป ก็ไปเจอพระพุทธเจ้าประทับอยู่ พระนางก็ถามถึงว่าพระราชทานได้เสด็จมาด้วยไหม หวังที่จะพบพระองค์ เข้าใจว่าพระพุทธเจ้าคงจะทราบว่าจะองค์อยู่ที่ไหน พระพุทธเจ้าก็บอกว่า ขอพระนางเทวีได้นั่งอยู่ที่นี้ จะได้มีโอกาสได้พบ

ที่จริงพระพุทธเจ้าก็ใช้ฤทธิ์ ในการไม่ให้เห็นกัน เพราะถ้าปล่อยให้เห็นกันตอนนั้น ก็อาจจะไม่ได้ฟังธรรม ไม่ได้บรรลุ

ธรรม เมื่อเห็นนางได้นั่งนิ่งแล้ว พระพุทธเจ้าก็แสดงธรรม แสดง
อนุปฺพฬิกถา พระนางอโนชาพร้อมด้วยบริวาร พระราชาซึ่งตอนนี
บวชแล้ว คือหลังจากฟังธรรมพระพุทธเจ้า สำเร็จเป็นโสดาบัน
ก็ขอบวชพร้อมด้วยบริวารหนึ่งพัน พระพุทธเจ้ารู้ว่าบุคคลเหล่านี้
มีบารมีมาแต่อดีต จึงอนุญาตให้บวช บุคคลที่เคยถวายจีวร ถวาย
บาตรมาแต่อดีต ก็ยอมให้บวชได้ เพราะว่าเมื่ออนุญาตให้บวช
บาตรและจีวรจะเกิดขึ้นเอง พระพุทธเจ้าแสดงการบวชให้เอง
ที่เรียกว่าเอหิภิกขุอุปสัมปทา เธอจึงมาเป็นภิกษุเถิด ธรรมอันเรา
กล่าวดีแล้ว เธอจึงมาประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์
ก็ปรากฏบาตร จีวร ก็สำเร็จเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา

เมื่อพระนางได้เห็นพระราชาบวชพร้อมด้วยอำมาตย์ ก็ลุก
ขึ้น นั่งกราบแล้ว นางก็ขออนุญาตพระพุทธเจ้าขอบวชเป็นภิกษุณี
พระพุทธเจ้าก็นึกถึงภิกษุณีอุบลวรรณา ภิกษุณีอุบลวรรณา
รู้วาระจิต ก็ออกมา พระพุทธเจ้าก็ให้ภิกษุณีอุบลวรรณา พา
พระนางอโนชาพร้อมด้วยบริวารไปยังสำนักภิกษุณีไปบวช ตอนหลัง
ก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์กันทั้งหมด นี่คือผู้มีบารมีมาเก่าก่อน
พอได้ฟัง ได้พบ ได้ยินคำว่าพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์
ความศรัทธาเลื่อมใสก็เกิดขึ้น สามารถจะสละสมบัติแห่งโลกียะ
ออกมา เนื่องจากว่าอดีตนั้นได้สะสมบารมีมา อริยบุคคลทั้งหลาย
ในอดีตท่านต้องสะสมบารมีมาทั้งนั้น เหมือนอย่างพระมหากษัตริย์
หรือพระนางอโนชา หรืออำมาตย์ หรือภรรยาของอำมาตย์ ล้วน

แล้วแต่สะสมบารมีมาแต่อดีต

ย้อนหลังไปหนึ่งแสนกัป ในสมัยพระพุทธเจ้าพระนามว่า ปทุมุตระ พระมหากัปปิณะท่านก็เกิดในเมืองหงสาวดี ได้มีโอกาสไปฟังธรรม แล้วเห็นพระพุทธเจ้าพระปทุมุตระแต่งตั้งภิกษุรูปหนึ่ง ว่าเป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุทั้งหลายในการให้โอวาทแก่พุทธบริษัท พระมหากัปปิณะในอดีตก็เกิดความเลื่อมใสศรัทธาปรารถนาที่จะเป็นอย่างนั้นบ้าง ก็ได้บำเพ็ญกุศล ถวายทานต่อพระสงฆ์ โดยมีพระพุทธเจ้าเป็นประมุขเป็นประธานอยู่ ๗ วัน แล้วก็จึงตั้งความปรารถนา ที่จะเป็นอย่างผู้เลิศในทางให้โอวาทแก่พุทธบริษัท พระพุทธเจ้าก็รับรองว่าความปรารถนาจะได้สำเร็จเมื่อตายจากชาตินั้น ท่านก็ท่องเที่ยวอยู่ในโลกสวรรค์เป็นเวลานานแสนนาน ไม่เคยลงอบายเลย ในชีวิตการเวียนว่ายตายเกิดบุคคลที่ได้ทำบุญอันยิ่งใหญ่ กับพระสงฆ์สาวก กับพระพุทธเจ้า มักจะท่องเที่ยวอยู่ในโลกสวรรค์ตลอด จนมาอีกชาติหนึ่ง มาเกิดในตระกูลใกล้เมืองพาราณสีเป็นช่างหูก เป็นช่างหูกผู้ใหญ่อยู่ในเมืองพาราณสีนั้น แล้วก็ภรรยาของช่างหูกนั้น วันหนึ่งก็ได้ไปพบพระปัจเจกพระพุทธเจ้าสอบถามว่า “พระคุณเจ้ามาในเมืองนี้มีวัตถุประสงค์อะไรหรือ”

พระปัจเจกพระพุทธเจ้าก็บอกว่า “อาตมามาเพื่อจะแสวงหาที่อยู่ใกล้บ้าน ใกล้หมู่บ้านในฤดูฝน ๔ เดือนนี้” เพราะว่าอยู่

ในป่าลำบาก ระยะหน้าฝน คือจะอยู่ป่า ๘ เดือน อีก ๔ เดือน ฤดูฝน ก็จะมาอยู่ใกล้หมู่บ้าน

ภรรยาของช่างทุกผู้ใหญ่นั้นก็ดีใจ บอกว่า “ถ้าเช่นนั้น ขอนิมนต์พระคุณเจ้าไปฉันภัตตาหารที่บ้านของพวกดิฉันในวันพรุ่งนี้เถิด”

“อาตมามากันเยอะ มีด้วยกันเยอะนะ ก็เกรงว่าอุบาสิกจะลำบาก จะหนักใจ”

“พระคุณเจ้ามากันทั้งหมดเท่าไร”

“มีทั้งหมด ๑,๐๐๐ รูป เป็นพระปัจเจกพระพุทธเจ้าทั้งนั้น”

พระปัจเจกพระพุทธเจ้าก็คือผู้ที่ตรัสรู้เอง ล้นกิเลสหมดแล้ว พระปัจเจกพุทธเจ้าจะเกิดในยุคในสมัยที่ว่างจากศาสนา คือในช่วงที่ไม่มีศาสนา ตรัสรู้ได้เองแต่ที่ไม่สามารถจะประกาศศาสนา ไม่สามารถจะสั่งสอนผู้อื่นได้ แต่ว่าเป็นผู้สิ้นกิเลสแล้ว เรียกว่า พระปัจเจกพระพุทธเจ้า ส่วนพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ตรัสรู้เองโดยชอบ และสามารถจะสั่งสอนผู้อื่นได้ ตั้งศาสนาได้ มีพระสาวก บัญญัติศัพท์คำสอนได้ แต่พระปัจเจกพระพุทธเจ้านี้สอนไม่ได้ ได้แต่สิ้นกิเลสก็พ้นทุกข์ด้วยตนเอง

เมื่อนางได้ฟังเช่นนั้นก็ดีใจ “ไม่เป็นไรหมู่บ้านของฉันมี
ทั้งหมดประมาณ ๑,๐๐๐ หลัง ก็จะช่วยกัน ไม่มีปัญหาอะไร”
พระปัจเจกพระพุทธเจ้าก็รับด้วยดุชนิภาพ

กลับมาแล้ว นางก็มาป่าวประกาศบรรดาชาวบ้านทั้งหลายว่า
“บัดนี้ฉันได้ไปนิมนต์พระปัจเจกพระพุทธเจ้า ๑,๐๐๐ รูป มา
ฉันอาหารในวันพรุ่งนี้ พวกเรามาช่วยกัน” แต่ละบ้านๆ ก็ช่วยกัน
ทำอาหาร แล้วก็ช่วยกันสร้างปะรำ จัดอาหาร รุ่งเช้า พระปัจเจก
พระพุทธเจ้า ๑,๐๐๐ รูปก็มา ถวายภัตตาหารฉันเรียบร้อยแล้ว ภรรยา
ของช่างหูกผู้ใหญ่นั้น พร้อมด้วยผู้หญิงทั้งหลายในหมู่บ้านก็ไป
อาราธนาว่า “พระคุณเจ้าทั้งหลาย ขอนิมนต์ท่านได้พักที่นี้เถิด
ในระยะเวลาฤดูฝนนี้ พวกดิฉันพร้อมด้วยชาวบ้านทั้งหมดจะสร้าง
ที่พักอาศัยให้” พระปัจเจกพระพุทธเจ้าก็รับคำ จากนั้นก็พากัน
ผู้ชายทุกบ้านๆ ก็เข้าป่าตัดไม้มาสร้างบ้านหนึ่ง ก็สร้างให้อ่างค์หนึ่งๆ
เสร็จไม่ยากอะไร พอออกพรรษา นางภรรยาช่างหูกผู้ใหญ่นี้ ก็ชวน
ชาวบ้านทั้งหลายถวายทาน ถวายผ้าราคา ๑,๐๐๐ กหาปณะ
ถวายกันคนละผืนๆ ได้ทำบุญกันไว้ในอดีต พ้นจากชาตินั้นก็
เวียนว่ายอยู่ในโลกสวรรค์ ในเทวโลก

แล้วก็มาอีกยุคหนึ่ง สมัยพระพุทธเจ้าพระมหากัสสปะสัมมา-
สัมพุทธเจ้า ก็มาเกิดเป็นมนุษย์กันอีก แล้วก็ได้มาเป็นพวกพ้อง
กัน วันหนึ่งก็ไปฟังธรรม และขณะที่ไปนั้น ฝนตก ก็เลยไม่มี

ที่פקกันฝน ก็เลยคิดจะสร้างที่פקถวายพระสงฆ์ ก็พากันสละ
ทรัพย์ หัวหน้านั้นก็สละ ๑,๐๐๐ คนอื่นก็ ๕๐๐ ภรรยาอีก ๒๕๐
ร่วมกันสร้างศาลาที่פק สร้างแล้วก็ยังขาดเงินอีก ก็สละกันอีก
คนละครึ่ง รวมกันก็จึงสร้างสำเร็จ นิมนต์พระสงฆ์มาฉัน พร้อม
ด้วยพระมหากัสสปะสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธาน แล้วนางผู้เป็น
ภรรยาหัวหน้านั้น ก็คิดว่าเราจะทำบุญอะไรที่พิเศษขึ้น ก็จึงไป
เอาพอบดอกอังกาบพร้อมด้วยผ้าจีวรราคา ๑,๐๐๐ ที่มีสีเหมือน
ดอกอังกาบ น้อมเข้าไปถวายพระมหากัสสปะสัมมาสัมพุทธเจ้า
แล้วก็ตั้งจิตอธิษฐานต่อหน้าว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอให้บุญ
กุศลนี้ ให้ข้าพเจ้าเกิดชาติใดภพใด ก็ขอให้มิมีผิวกายสีเหมือน
ดอกอังกาบ แล้วก็ให้ได้มีชื่อว่า อโนชา” อโนชา แปลว่า ดอก
อังกาบ

พระมหากัสสปะสัมมาสัมพุทธเจ้าก็บอก “ขอความปรารถนา
ของเธอจงพลันสำเร็จ”

พ้นจากชาตินั้นมาก็ไปท่องเที่ยวอยู่ในโลกสวรรค์ จนกระทั่งมา
ในยุคพระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ก็พากันมาเกิดกันอีก มาเป็น
พระราชา เป็นนางกษัตริย์ เป็นอำมาตย์ ก็เป็นพวกพ้องเดียวกัน
ที่ได้บำเพ็ญกุศลไว้ อันนี้ยกมาแล้ว ก็เพื่อจะให้ท่านทั้งหลายได้
เห็นของแต่ละชีวิตนั้น ที่จะได้มาประสบความสำเร็จถึงขั้นบรรลุ
มรรคผลนิพพาน ล้วนแล้วแต่ต้องสะสมบารมีสะสมมา

แต่ละภาพแต่ละชาติจากพระพุทธรูปองค์ก่อนๆ มา ฉะนั้นในการปฏิบัติธรรมของเราในชาตินี้ ก็อย่าใจร้อน ว่าเราจะทำอะไรให้มันได้ ต้องสะสม สะสมบารมีกันไป ให้เรารักษาสติของเราให้พอใจอยู่กับปัจจุบัน ยิ่งเราอ่อนรน จะเอาให้ได้ มันก็ยิ่งไม่ได้อะไร การปฏิบัติในส่วนของ การเจริญวิปัสสนา มันทำใจร้อนไม่ได้ มันไม่เหมือนทำงานอย่างอื่นที่เราจะรีบทำๆ ให้มันสำเร็จ แต่การทำงานเจริญวิปัสสนาต้องใจเย็น ทำแบบใจเย็น ทำแบบไม่ยากได้อะไร ที่มันจะทำให้จิตใจดำเนินไปได้ ถ้ายังอยาก มันก็ยิ่งดำเนินไปไม่ได้ อย่างบางคนพออยากแล้ว มันก็จะฟุ้ง พออยากแล้วมันก็จะโกรธ โกรธตัวเอง ว่าทำไมมันฟุ้ง ทำไมมันไม่หายฟุ้ง หรือบางทีมันเบื่อ ดูความเบื่อแล้วอยากจะทำให้มันหายเบื่อ พอมันไม่หาย ก็โกรธ กลายเป็นความโกรธขึ้นมาอีก ความโกรธ ความเคียดแค้นก็มาจากความอยาก มันอยากจะได้ พอมันไม่ได้มันก็เลยฟุ้ง มันก็เลยโกรธ มันก็เลยเครียด

ฉะนั้น ถ้าละความอยากเสียได้ ดูสภาวะดูสิ่งที่มันปรากฏนั้น มันฟุ้งก็ดูฟุ้ง มันเบื่อก็ดูเบื่อ มันไม่สบายก็ดูความไม่สบาย กำหนดดูมันอย่างวางเฉย โดยไม่ต้องไปคิดให้มันหาย ในวิธีการปฏิบัติไม่ใช่ปฏิบัติเพื่อให้มันหาย หรือว่าปฏิบัติให้มันเป็นอย่างนั้น ให้มันเป็นอย่างนี้ ต้องทำใจเป็นกลางวางใจให้เป็นปกติ ทำเหมือนว่าไม่ว่าอะไร สภาวะอันใดที่มันปรากฏ จะดีไม่ดี มันจะเป็นกิเลสก็ตาม ก็ไม่ว่าอะไรเกิดขึ้นมา ก็ดูมันไป

พระพุทธเจ้าจึงเน้น ขมวดตอนท้ายของสติปัฏฐานทุกข้อว่า พึงละอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ คืออย่ายินดี อย่ายินร้าย เวลากำหนดรู้สภาวะธรรมต่างๆ กำหนดกายก็อย่าไปยินดี ยินร้ายในกาย กำหนดเวณาก็อย่าไปยินดี ยินร้ายกับเวณา กำหนดรู้จิตก็อย่าไปยินดี ยินร้ายกับจิต กำหนดรู้ธรรมก็อย่าไปยินดี ยินร้ายในธรรม ธรรมที่ว่านี้ทั้งกุศลธรรมและอกุศลธรรม มันเกิดขึ้นในจิตใจของตนเอง ในฐานะเราเป็นปุถุชน ก็อย่าไปยินดี ยินร้ายกับมัน หัดใจให้มันเป็นกลาง โดยปกติของปุถุชน เราก็พลอยจะยินดีในสิ่งที่ดี เช่น มันเกิดความสงบ เกิดปิติ เกิดความสุข มันก็จะยินดี พอใจ ติดใจ ไปยินดี พอใจ ติดใจ มันก็จะจมปลักอยู่อย่างนั้น ไม่ก้าวหน้า พอได้ห้องแอร์แล้วก็แหม ไม่ออกจากห้องแอร์เสียแล้ว มันร้อนข้างนอก หรือมันหนาว พออยู่ในห้องอุ่นก็ไม่อยากออกจากห้องเสียแล้ว มันก็จะไม่ไปต่อ ถ้าเราไปยินดีต่อความสุข

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ไม่ให้ยินดี ให้ใจเป็นกลาง ไม่ให้ยินร้าย ส่วนมาก เวลาเจออารมณ์ไม่ดี เราก็มักจะยินร้าย เกิดความยินร้าย เสียงหนวกหู สิ่งที่มาสัมผัสทางกาย อากาศร้อน เกินไป หนาวเกินไป เราก็จะเกิดความยินร้าย แม้แต่กิเลส อกุศลธรรมเกิดขึ้นในจิตก็ไปยินร้ายอีก เช่น ฟุ้งขึ้นมา ไม่สบายใจ ไปกำหนดดูแล้วก็ไปยินร้าย ไปโกรธ ไปเกลียด ไปอยากให้หาย ก็ไปเติมกิเลสไปอีก พอไม่ได้อย่างใจก็โกรธ ก็หงุดหงิด ก็ฟุ้ง

ก็เครียดขึ้นมาอีก เพราะฉะนั้น การปฏิบัติท่านจึงว่าให้ทำใจ
เป็นกลาง เวลาจิตใจมีความฟุ้ง มีความเบื้อ มีความท้อถอย
มีความไม่สบาย ก็กำหนดดูไป ดูอย่างปล่อย ดูอย่างวาง

ถ้าใจยังวางไม่เป็นก็สอนใจไปก่อน มีคำสอนติดอยู่ในใจไว้
เสมอว่าปล่อยวาง...ปล่อยวาง กำหนดดูแล้วก็ปล่อยวาง...ปล่อยวาง
สอนใจเราไว้ปล่อยวาง ถ้าจิตวางได้ อากาเรเหล่านั้นก็คลายเอง
เหมือนกับไม่มีให้ดูเสียอีก ความฟุ้ง ความท้อถอย บางคนนั่งไป
เงียบไปหมด เกิดอยากจะทำให้มีฟุ้งเสียด้วยซ้ำ อยากจะให้มึนคิด
บางคนอยากให้เกิด เพราะไม่คิดแล้วไม่รู้จะดูอะไร ไม่มีอะไรจะดู
เลยอยากให้เกิด คนที่คิดมากก็อยากจะหยุดคิด เพื่อความคิด
สรุปแล้วก็ไม่ได้ความทั้งคู่ การปฏิบัตินั้น ต้องเป็นกลาง คิดก็
ดูไป ดูความคิดไป ไม่ต้องไปบังคับ ไม่ต้องไปอยากอะไร ฟุ้งก็
ดูฟุ้ง เบื่อก็ดูความเบื่อ ดูอย่างปล่อย ดูอย่างวาง

ฉะนั้น เงียบ เรียบ สงบ ไม่มีความฟุ้ง ไม่มีความคิด
ก็ดูสิ่งที่เป็นรายละเอียด ตอนนี้ก็ต้องใช้ความสามารถขึ้นไปอีก
สงบ นิ่ง เรียบเฉย ในนั้นก็ยังมีสังขารปรุงอยู่ในจิต ดูให้ดี
จะมีปรุงอยู่ มีตรึกนึกอยู่ มีสัญญาอยู่ ปรุงอยู่ในจิตใจที่ละเอียดอยู่
โดยเฉพาะว่าผู้รู้มีอยู่แน่นอน เวลาเป็นผู้รู้อยู่ นิ่ง เงียบ เรียบ
แล้วก็ไปดูอื่นๆ แสดงว่ามีความนิ่ง กับมีผู้รู้นิ่ง ไม่ใช่มีแต่นิ่ง
มีผู้รู้นิ่ง ต้องกำหนดดูผู้รู้นิ่ง ไม่ใช่ดูแต่ความนิ่งแต่ดูผู้รู้บ้าง หรือ

เฉยไปดูความเฉยก็มีเฉยกับผู้รู้เฉย วางไปดูความว่าง ก็มีผู้รู้ว่าง
เท่ากับมีว่าง กับผู้รู้ว่าง ต้องหัดดูที่ผู้รู้ ไม่ใช่ไปดูแต่ว่าง ดูแต่ว่าง
ก็ไม่มีอะไร แต่ที่จริงมีผู้รู้ว่างที่เป็นกระแสเกิดดับ สภาพรู้จะ
เกิดดับตลอดเวลา จะได้ไม่ยึดถือเป็นตัวตน ไม่อย่างนั้นก็ยึด
เอาจิต เอาใจ เอาผู้รู้เป็นตัวเราอีก เป็นเรารู้ เป็นเราเห็น เป็นเรา
สงบไปอีก ทั้งๆ ที่ก็ไม่ใช้ตัวเรา ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติก็เพื่อ
ที่จะละ เพื่อจะถอนความรู้สึkyึดถือเป็นตัวตน เป็นคน เป็นสัตว์
เป็นเรา เป็นของเรา จำเป็นต้องมีปัญญาเข้าไปรู้แจ้งตามความ
เป็นจริง

ฉะนั้น ต้องเจริญสติ กำหนดให้ตรงต่อปรมัตถธรรมที่
เป็นรูป เป็นนาม สภาวะที่เกิดขึ้น เขามีอยู่แล้ว เขาเป็นไปอยู่แล้ว
เขาเกิด เขาดับ เขาเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอยู่แล้ว
ไม่ได้ไปสร้างอะไรขึ้นมา เพียงเข้าไปดูตามความเป็นจริงของเขา
เขาจะเกิดก็เกิด เขาจะดับ เขาจะมีหรือไม่มีก็แล้วแต่ หัดทำใจ
ให้เป็นกลาง ให้วางเป็นปกติ แล้วก็จะพบ จะเห็นสังขารม สติ
ปัญญาของเราก็จะได้ดำเนินขึ้นเป็นไปตามลำดับ

วันนี้ก็ได้ใช้เวลามาพอสมควร ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ ขอ
ความสุข ความเจริญในธรรม จงมีแก่ทุกท่านเทอญ 🌸



เราก็ต้องมาสำรวจตัวเราเองบ้าง
ในชีวิตของเรา ที่เรายังมีชีวิตอยู่
เราได้ทำกรรมดีกรรมชั่วไปมากน้อยแค่ไหน
ในวันหนึ่งๆ ทำกรรมดีสมบูรณ์แบบไหม
ทำบุญ ทำกุศล ทำความดี
สะสมมากน้อยขนาดไหน
ทำบาปไปแค่ไหน
เพราะว่าสิ่งที่เรากระทำไว้นั้น
มันเป็นเหตุ กรรมเป็นตัวเหตุ ผลก็จะไปตามเหตุ
เราสร้างเหตุไว้แบบไหนผลก็จะตามไปอย่างนั้น





ความเป็นไปแห่งทุกข์ และการดับทุกข์



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอถวายความนอบน้อมแด่
พระรัตนตรัย ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติ
สัมาปฏิบัติธรรมทั้งหลาย

ต่อไปนี้ก็จะได้ปรารภธรรมะ ตามหลักคำสั่งสอนขององค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจ
ในแนวทางแห่งการปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงความดับทุกข์

ด้วยว่าเรามีความทุกข์ด้วยกัน ฐานะที่ได้เกิดมามีชีวิต
มีอรรถภาพ มีร่างกายจิตใจขึ้นมาแล้ว ก็ต้องเสวยความทุกข์
นานัปการ ทุกข์จากความเกิด เรียกว่า *ชาติปิ* ทุกขา ความเกิด

เป็นทุกข์ ชราปี ทุกขา ความแก่ก็เป็นทุกข์ มรณัมปี ทุกข์
ความตายก็เป็นทุกข์ โสกะปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสสถานัง ความ
โศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจก็
เป็นทุกข์ อุปายาสะ ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ ความประสบกับ
สิ่งที่ไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์ ปรรณาสังโตะไม่ได้สิ่งนั้น
นั่นก็เป็นทุกข์ พลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งหลายก็เป็นทุกข์
รวมความว่า เรามีทุกข์กายทุกข์ใจอยู่

ถามว่าความทุกข์ต่างๆ เหล่านี้ มีได้ เกิดขึ้นได้ ด้วยเหตุ
อันใด ที่มีทุกข์ ก็เพราะมีอวิชชา ความหลง หรือสภาพที่ไม่รู้ตาม
ความเป็นจริง

ถ้ามีความหลง ก็มีตัณหา ความทะยานอยาก กามตัณหา
ภวตัณหา วิภวตัณหา จึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ความหลงคือสภาพ
ที่ไม่รู้ตามความเป็นจริง ไม่รู้จักทุกข์โดยความเป็นทุกข์ คือมีชีวิต
ขึ้นมาอันเป็นก้อนทุกข์ เป็นกองทุกข์ ก็ไม่รู้จักความทุกข์ เห็น
สังขารว่าเป็นสุข สนุกเพลิดเพลิน ไม่เห็นเหตุ ไม่รู้จักเหตุแห่งทุกข์
เข้าใจว่าเกิดความทุกข์เพราะไม่สมปรารถนา จึงพยายามทำสิ่ง
ต่างๆ ให้สมปรารถนา ดิ้นรน แสวงหา ตอบสนองความต้องการ
คิดว่านั้นคือความทุกข์ และนั่นคือความดับทุกข์ให้ตนเอง นี่เรียก
ว่าไม่รู้เหตุแห่งทุกข์ ไม่รู้ความดับทุกข์

ความดับทุกข์จริงๆ นั้นเป็นอย่างไร ปุณฺณท้าวไปก็จะเข้าใจ ความดับทุกข์เพียงว่า ได้สมความปรารถนา ได้ตอบสนองความต้องการ คิดว่านั่นแหละคือความสุข หรือความดับทุกข์ แต่ที่จริงไม่ใช่อย่างนั้น ความดับทุกข์ต้องดับที่เหตุ ความอยากเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ก็ต้องละความอยาก ความดับทุกข์คือความสิ้นไปจากความอยาก

ฉะนั้น อวิชชาจะไม่รู้จักความดับทุกข์ ไม่รู้ถึงข้อปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ ความทุกข์ก็ไม่รู้ เหตุให้เกิดทุกข์ก็ไม่รู้ ความดับทุกข์ก็ไม่รู้ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ก็ไม่รู้ นี่คืออวิชชา ไม่รู้ธรรมที่เป็นอดีต ชันธ์ อายตนะ ธาตุ ที่เป็นอดีตก็ไม่รู้ ที่เป็นอนาคตก็ไม่รู้ ทั้งอดีตทั้งอนาคตไม่รู้ ไม่รู้ถึงธรรมที่เป็นเหตุเป็นปัจจัยกันอยู่ สิ่งนี้เกิดสิ่งนี้จึงเกิด สิ่งนี้ดับสิ่งนี้จึงดับ มีอวิชชาก็เกิดสังขาร เมื่อมีสังขารก็เกิดวิญญูณ เมื่อมีวิญญูณก็เกิดนามรูป เป็นต้น หรือพูดง่ายๆ คือไม่รู้จักทุกข์ หรือว่าไม่รู้ความจริง ชีวิตนี้เกิดมาเป็นกائنทุกข์ก็ยังไม่รู้อีก มีความทุกข์ขึ้นมาแล้วก็ยังไม่รู้จักทุกข์ ฉะนั้นเมื่อไม่รู้จักความจริงของชีวิตว่าเป็นอย่างไร ก็หลงใหลเพลิดเพลีน ยึดมั่นถือมั่น เรียกว่ามีตัณหาอุปาทาน มีกิเลสเกิดขึ้น ตัณหาคือความทะยานอยาก เมื่อมีกำลังก็กลายเป็นอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น เรียกอีกแง่หนึ่งก็คือกิเลส กิเลสคือเครื่องเศร้าหมอง เป็นสิ่งไม่ดี เป็นอกุศลธรรม เมื่อเกิดขึ้นในจิตใจ ก็พาให้จิตใจเศร้าหมอง สิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง เรียกว่ากิเลส

กิเลส ก็มีหลายๆ ชนิด เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นต้น เป็นกิเลส โลภ โกรธ หลง เป็นรากเหง้าของ อกุศลธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น ความไม่รู้จักรักความจริง ก็ทำให้เกิด กิเลสตัณหาอุปาทานต่อๆ กันไปอีก เมื่อเกิดมีกิเลส ตัณหา อุปาทาน เป็นต้น ก็ย่อมจะกระทำความผิด สร้างกรรมต่อไป มีอกุศลกรรมบ้าง มีกุศลกรรมบ้าง ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เป็นกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม

กรรมก็คือการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา จะนำไปใน ทางกาย ทางวาจา หรือทางใจก็ตาม ก็เป็นกรรม กรรมที่ให้ผล ไปในทางความสุขก็เป็นกุศลกรรม กรรมที่ส่งผลให้เข้าไปใน ความทุกข์ก็เป็นอกุศลกรรม แม้กุศลกรรมก็ยังมียกิเลส ตัณหา อุปาทาน เป็นแรงหนุนได้ ให้ได้รับความสุข แต่เป็นความสุขที่ยังหมุนเวียน เป็นความสุขที่เป็นไปในวัฏฏสงสาร ยังไม่ได้เป็น ความสุขที่แท้จริง เมื่อมีกรรม เมื่อทำความลงไป จึงมีวิบากเกิดขึ้น วิบากแปลว่าผล ผลของอกุศลกรรมก็เรียกว่า “อกุศลวิบาก” เป็นผลที่เกิดขึ้น มีสภาพไม่ดี ไม่งาม กุศลส่งผลก็เป็นกุศลวิบาก คือผลของกุศล เรียกว่า “กุศลวิบาก” ก็เป็นผลที่ดีเกิดขึ้น การ ส่งผลของกุศล อกุศล ก็จะส่งผลให้เกิดขึ้นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ได้เห็นดี ไม่ดี ได้ฟังเสียงดี ไม่ดี ได้กลิ่นเหม็น หอม ได้รสอร่อย ไม่อร่อย ได้สัมผัสทางกาย ดี ไม่ดี มาจากกรรมเป็นตัวจัดแจง

ฉะนั้น การอุบัติบังเกิดขึ้นของชีวิตนี้ ก็เป็นวิบาก เป็นผลของกรรม ตราบใดที่ยังไม่สิ้นกรรมก็จะต้องเกิดต่อไป ยังต้องอุบัติบังเกิดขึ้น ยังต้องมีชาติเกิดขึ้น เมื่อมีชาติคือความเกิด ก็ติดตามมาด้วยชรา - ความแก่ มรณะ - ความตาย และความทุกข์ต่างๆ ที่เข้ามา ล้วนแล้วแต่เป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ คนที่อยู่ในสภาพแก่ชรา ก็ารู้ซึ่งว่ามันทุกข์อย่างไร จะนั่งจะลุกขึ้นก็ลำบาก ลุกแล้วจะนั่งก็ลำบาก บางคนเวลาจะลุกก็ต้องช่วย ต้องมีคนช่วยพยุงปีกขึ้น ลุกขึ้นเองไม่ไหว นั่งแล้วลุกไม่ไหว ลุกขึ้นมาแล้ว พอเดินได้ จะนั่งก็ลำบากอีก ความเสื่อมทรุด ความชราภาพของสังขาร จะกิน จะถ่าย จะหายใจ มันเป็นเรื่องลำบากไปตลอด ฉะนั้น เมื่อมีชีวิตอุบัติขึ้นก็มีทุกข์อย่างนี้ และเมื่อมีชีวิตขึ้นมาแล้ว ก็ยังมีความหลงขึ้นมาอีก มีชีวิตขึ้นมาแล้ว ก็ยังหลงในชีวิตว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นของเรา เป็นสัตว์เป็นบุคคล หลงในทุกข์ หรือว่าไม่รู้ความจริงตามความเป็นจริง มันก็มีกิเลสขึ้นมาอีก มีกิเลสตัณหาอุปาทาน มีกิเลสก็ต้องทำกรรมลงไปอีก เมื่อมีกรรม ก็แน่นอนก็ต้องอุบัติมาเกิดขึ้นอีก เกิดขึ้นมาแล้ว ก็ต้องแก่อีก เจ็บอีก ตายอีก พลัดพรากอีก

เราพิจารณาแล้วย่อมควรที่จะเบื่อหน่ายต่อความเกิดซ้ำๆ แก่ซ้ำๆ เจ็บซ้ำๆ ตายซ้ำๆ พลัดพรากซ้ำๆ เป็นทุกข์ซ้ำๆ ฉะนั้น คนที่มีความเบื่อหน่าย หรือมองเห็นทุกข์ เป็นทุกข์จริงๆ ใคร่หาทางพ้นทุกข์ ก็ถือว่ามปัญญาอย่างหนึ่ง ถ้าไม่เห็นทุกข์เห็นโทษของ

ชีวิต ของสังขาร ก็ย่อมจะไม่แสวงหาความดับทุกข์ ไม่แสวงหา
ข้อปฏิบัติ ไม่ดำเนินการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ เขาก็จะต้อง
หลงระเหิดอยู่กับชีวิตกับโลกไปจนตาย ตายไปพร้อมกับกิเลส
ตายพร้อมกับความหลงต่อไป

การจะออกจากทุกข์เหล่านี้ ก็ต้องละที่เหตุ ดังกล่าวแล้วว่า
เหตุคือตัณหา เหตุคืออวิชชา ความไม่รู้ความเป็นจริง การที่จะ
ทำลายอวิชชา ความหลง ความไม่รู้ ให้หมดไปจากใจ จะเอา
อะไรมาทำลายได้ เอาอย่างอื่นมาทำลายไม่ได้ จะปลุกเสก ให้ใคร
มาดลบันดาลให้ก็ทำไม่ได้ ทำได้เพียงวิชา มีวิชาหรือมีปัญญา
ที่จะเข้าไปทำลายอวิชชา เรียกว่าความรู้ นั่นแหละจะทำลายความ
ไม่รู้ ปัญญา นั่นแหละจะตัดความหลง ต้องมีปัญญาเกิดขึ้น
เมื่อมีปัญญาตัดความหลง ความหลงสิ้นไปจากใจ ก็หมดเหตุที่จะ
ให้เกิดกิเลสตัณหาอุปาทาน ด้วยว่าสิ้นกิเลส กิเลสขาดไปจากใจ
ก็กลายเป็นสังขาร ทำอะไรก็เป็นกิริยา ไม่เป็นกรรม ไม่เป็น
กุศลกรรม อกุศลกรรม เมื่อสังขารก็ต้องสิ้นเกิด ยุติการเกิด
ต่อไป เพราะว่าไม่มีกรรมแล้ว สังขาร

พระอรหันต์ทั้งหลายท่านสิ้นกรรมแล้ว ท่านกระทำสิ่งใดๆ
ทางกาย ทางวาจา ทางใจ ไม่เป็นกรรม เพราะว่าจิตไม่มีกิเลส
ทำสิ่งใดก็เป็นเพียงกิริยา ทำด้วยมหากิริยาจิต จึงสิ้นการอุป
บังเกิดขึ้น ก็เป็นอันว่าดับรอบ ปรินิพพานดับโดยรอบ วิมุตติ

หลุดพ้นจากชั้นทั้ง ๕ เข้าถึงชั้นธัมมุตติ หลุดพ้นด้วย “อนุปา-
ทิสสนิพพาน” คือนิพพานที่ชั้น ๕ ทั้งหมด หมดลง ยุติลง
สิ้นสุดลง

โดยก่อนหน้านั้นมี “สอุปาทิสสนิพพาน” ก่อน คือสิ้นกิเลส
แต่ยังมีชั้น ๕ อยู่ ยังมีชีวิตอยู่ ยังมีชั้น ๕ ที่เป็นวิบากสืบต่อกันอยู่
เรียกว่ายังมีชีวิต ยังมีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส คิดนึก รับรู้อารมณ์ มีเวทนา สุข ทุกข์
เพียงแต่ว่าไม่มีโสมนัสเวทนา ไม่มีความทุกข์ใจ มีแต่ทุกข์ทางร่างกาย
สังขารสิ่งที่ปรุงแต่งจิตก็มีเฉพาะที่เป็นกิริยา ไม่เป็นอกุศล
สังขารที่เป็นอกุศลตัดขาดเกลี้ยงเกลามีสัญญา สังขารก็เป็นกิริยา
ยังมีวิญญาณก็เป็นกิริยาไปหมด เรียกว่ายังมีชั้น ๕ อยู่
แต่ว่าสิ้นกิเลสแล้ว เรียกว่า “สอุปาทิสสนิพพาน” เข้าถึงนิพพานแต่ยังมีชั้น ๕ อยู่

จนเมื่อพระอรหันต์สิ้นชีวิต ก็เป็น “อนุปาทิสสนิพพาน”
ชั้นทั้ง ๕ สิ้นสุดยุติลง ดับโดยรอบ คือว่าไม่มีทุกข์ทางร่างกาย
อีกต่อไป ถ้ายังมีชีวิตอยู่ท่านก็มีทุกข์ทางร่างกาย แต่ว่าจิตใจ
ไม่ทุกข์ คือยังปวด ยังเจ็บ ยังร้อน ยังหนาว ยังหิวกระหาย
เป็นธรรมดา

เพราะฉะนั้น การจะเข้าถึงความดับทุกข์ ต้องมีปัญญา
ทำลายอวิชชาให้สิ้นไปจากใจ ทำอย่างไรถึงจะมีปัญญา ปัญญา

คือความรู้ รู้อะไร และจะทำอย่างไร รู้ที่ารู้ ที่ว่ามีปัญญา หรือ
ความรู้นั้น ก็คือ รู้ความจริงของชีวิต ชีวิตที่มีอยู่ ที่ว่าทุกข์กาย
ทุกข์ใจ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่เข้าใจว่าเป็นตัวเราของเรา เป็นสัตว์
เป็นบุคคล จะต้องมีความรู้จริง เข้าไปรู้แจ้งเห็นจริง

ความรู้แจ้งเห็นจริงในสังขารในชีวิตนี้ ก็จะเป็นความรู้ที่
รู้เห็นว่ามันเป็นเพียงสภาวะธรรม หรือเป็นเพียงธรรมชาติ หรือเป็น
เพียงธาตุ ไม่ใช่สัตว์บุคคล ไม่ใช่ตัวตนเราเขา

มีสภาพไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงเกิดดับ

**มีสภาพเป็นทุกข์ทนอยู่สภาพเดิมไม่ได้ ต้องดับไป ต้อง
หมดไป ต้องดับไป**

**มีสภาพเป็นอนัตตาบังคับบัญชาไม่ได้ วางเปล่าจากความ
เป็นตัวเราของเรา**

นี่คือปัญญาที่เป็นวิปัสสนา ที่เห็นความรู้แจ้งเห็นจริง ก็คือ
รู้ในสังขารร่างกาย ชีวิตจิตใจ ที่ยึดถือว่าเป็นตัวเราของเรา

ให้มีปัญญารู้แจ้งว่ามันไม่ใช่ตัวตน

มีปัญญาเห็นว่ามันเป็นทุกข์ เกิดดับ ทนอยู่ในสภาพเดิม
ไม่ได้

มีปัญญาเห็นว่ามันไม่เที่ยง มันเปลี่ยนแปลง เปลี่ยนแปลง
ตลอดเวลา ทั้งที่ในสรีระ ในส่วนของรูปธรรม ทั้งที่จิตใจ หรือ

ทั้งที่ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

เห็นเป็นเพียงสักแต่ว่าธรรมชาติที่เกิดขึ้นดับ หรือเป็นสิ่งๆ
หนึ่งที่เกิดขึ้นและดับไป เป็นเหตุเป็นปัจจัยแก่กัน สิ่งใดสิ่งหนึ่ง
มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านั้นก็มีความดับ
ไปโดยธรรมดา ธรรมดา เป็นธรรมชาติที่เป็นธรรมดา ธรรมดาก็
คือว่า มันต้องเป็นเช่นนั้นเอง คือมันเกิดขึ้น มันเกิดขึ้นจากเหตุ
มีเหตุมันก็มีผลเกิดขึ้น เมื่อเหตุดับผลก็ดับ มันเป็นธรรมดา
อย่างนั้น คือมันสมควรที่จะเป็นอย่างนั้นๆ เหมือนคนเอา
หน่อกล้วยไปปลูกลงในดิน มันก็ต้องขึ้นมาเป็นต้นกล้วย ออกผล
มาเป็นกล้วย มันก็เป็นธรรมดาอย่างนั้น เมื่อแตกออกมันก็
ต้องร้อน ฝนตกมันก็เปียกมันก็เย็น เมื่อแสงอาทิตย์หมดไป
ก็มีความมืดเกิดขึ้นมา มันเป็นธรรมดา เป็นธรรมนิยาม เป็น
ธรรมชาติ ความทุกข์ทั้งหลายก็เป็นธรรมดา เหตุให้เกิดทุกข์ก็
เป็นธรรมดา ความเป็นเหตุเป็นปัจจัยของมันก็เป็นธรรมดา
บุคคลที่เห็นความเป็นธรรมดาของชีวิต ของสังขาร ยอมรับกับ
ความเป็นเช่นนั้น เพราะมันเป็นอย่างอื่นไม่ได้ สิ่งใดไม่เที่ยงมัน
ก็ต้องไม่เที่ยงอย่างนั้น เป็นอย่างอื่นไม่ได้ จะให้มันเกิดและ
ตั้งอยู่ ไม่เปลี่ยนแปลงมันไม่ได้ สิ่งใดเป็นทุกข์ก็ต้องเป็นทุกข์
คือเกิดแล้วต้องดับไป อาการที่ต้องดับไปๆ เป็นอาการของทุกข์
มันก็ต้องเป็นอย่างนั้น มันบังคับไม่ได้ เป็นอนัตตา

ฉะนั้น บุคคลมาเห็นความธรรมดาของสังขารของชีวิต ว่ามันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ ว่ามันเป็นอนัตตา ก็จะต้องเบือนหน้าคลายความกำหนัด จิตจึงหลุดพ้นจากความอยาก ความยึด หลุดจากอัสวะกิเลสทั้งหลาย เข้าถึงความดับทุกข์ ฉะนั้นปัญญา รู้ความจริง รู้แจ้งเห็นจริงเหล่านี้ จะละจะตัดความหลงออกไปได้ เหมือนเมื่อความสว่างเกิดขึ้น ก็ทำลายความมืดให้หมดไป อวิชชาเหมือนความมืด การที่จะทำลายความมืดไม่ต้องไปทำอะไร เพียงแต่ทำให้มันสว่าง จุดไฟขึ้น มันมีแสงขึ้นมามันก็ทำลายความมืด บุคคลจะหายหลงก็คือทำปัญญาให้เกิดขึ้น ทำความรู้แจ้งเห็นจริงเกิดขึ้นก็ทำลายอวิชชาให้สิ้นไป ฉะนั้นเมื่ออวิชชาสิ้นกิเลสตัดหนอุปาทานดับ ก็สิ้นกรรม ล้นกรรมก็สิ้นเกิด ก็สิ้นทุกข์ ดับทุกข์ เข้าถึงความดับทุกข์

ฉะนั้น ปัญญาเป็นส่วนที่จะต้องสั่งสมพัฒนาให้เกิดขึ้น จะทำอะไรถึงจะสร้างปัญญา ปลูกปัญญาให้เกิดขึ้น ก็ต้องมาสู่มรรค คือข้อปฏิบัติ ทางดำเนิน ต้องมาสู่การประพฤติปฏิบัติ

ก็คือ ต้องมีศีล สมาธิ ปัญญา

หรือว่าต้องมี สัมมาทิฐิ - ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ - ดำริชอบ อันเป็นส่วนของปัญญา มีสัมมาวาจา - กล่าววาจาชอบ คือเว้นจากวจีหุจรีต ๔ มีสัมมากัมมันตะ - ทำการงานชอบ คือเว้นจากกายหุจรีต ๓ มีสัมมาอาชีวะ - เลี้ยงชีพชอบ คือเว้น

กายสุจริต ๓ วชิสุจริต ๔ ที่เกี่ยวกับอาชีพ มีสัมมาวายามะ -
เพียรชอบ มีสัมมาสติ - ระลึกรู้ชอบ มีสัมมาสมาธิ - ตั้งมั่นชอบ
เป็นข้อปฏิบัติที่จะให้เกิดปัญญา

ฉะนั้น องค์มรรคย่อลงมาแล้วก็คือ คีล สมาธิ ปัญญา

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ เป็นปัญญา
สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ เป็นส่วนของศีล
สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ เป็นส่วนสมาธิ
สัมมาสติ สัมมาวายามะ ก็สงเคราะห์เข้าไปในองค์ของสมาธิ

สัมมาสังกัปปะ - ดำริชอบ ก็สงเคราะห์เข้าไปในองค์ของ
ปัญญา ปัญญาโดยตรงก็คือ สัมมาทิฐิ - ความเห็นชอบ สมาธิ
โดยตรงก็คือสัมมาสมาธิ ฉะนั้นต้องเจริญศีล สมาธิ ปัญญา
บุคคลต้องมีศีล มีกายสุจริต วาจาสุจริต มโนสุจริต มีศีล
มีสมาธิ มีปัญญา พุดย่อๆ ก็คือ การเจริญสติ

สติก็เป็นองค์มรรคองค์หนึ่ง สัมมาสติ - ความระลึกรู้ชอบ
สติระลึกรู้ที่ไหน สติต้องระลึกรู้ที่กายในกายอยู่เรื่อยๆ สติจะต้อง
ระลึกรู้เวทนาในเวทนาอยู่เรื่อยๆ สติจะต้องระลึกรู้จิตในจิตอยู่
เรื่อยๆ สติจะต้องระลึกรู้ธรรมในธรรมอยู่เรื่อยๆ เรียกว่า “เจริญ
สติปัฏฐาน”

ลงละเอียดลึกซึ้งลงไป สติจะต้องระลึกรวมต่อปรมัตถธรรม หรือรูปนาม หรือธาตุ หรือธรรมชาติ หรือสภาวะที่กำลังปรากฏ สิ่งทีประกอบเป็นชีวิตจิตใจ กายใจ ที่บุคคลยึดถือเป็นตัวตน เป็นเราเป็นของเรา สติระลึกเข้าไปสัมผัสสิ่งที่เป็นจริงโดยแท้ คือ ปรมัตถธรรม เรียกว่าต้องเพิกสมมติออกไป คัดสมมติออกไป เพื่อจะเข้าไปสัมผัสรู้แก่นแท้ของธรรมชาติ ของความเป็นจริง ถ้าไม่เพิกสมมติ มันก็ไปเกาะยึดติดค้างอยู่ในของปลอม รูปร่าง ลักษณะ รูปรทรงลักษณะนี้เป็นสมมติ รูปรทรง แขนขา หน้าตา อวัยวะ นี่เป็นสมมติ ถ้าจิตหรือสติไปเกาะเพียงแค่รูปร่างลักษณะ มันก็อยู่กับสมมติ บังสภาวะ ถ้าไม่ระลึกรู้เพื่อเชื่อมต่อ มันก็บัง คือไปอยู่แค่นั้น ไม่เจอปรมัตถธรรม ถ้าไปเกาะยึดอยู่

เหมือนคนจะเดินข้ามฟาก เดินขึ้นบนสะพาน ถึงสะพาน ก็เกาะยึดสะพานอยู่อย่างนั้นไม่ไปไหน มันก็ไม่ถึงอีกฝั่ง ฉะนั้น สะพานก็เป็นเพียงแค่ผ่าน เป็นแค่ที่อาศัยเชื่อมโยงไป สมมติ บัญญัติก็เช่นเดียวกัน อาศัยเป็นที่เชื่อมโยง เป็นที่ผ่านเข้าไปอีกที เข้าไปสู่ปรมัตถธรรมให้ได้ เรียกว่า เพิกออกไป เพิกรูปร่าง ลักษณะออกไปจากใจ เพิกชื่อภาษาออกไปจากใจ เพิกความหมาย ออกไปจากใจ ถ้าไม่เพิกออกไป เกาะติดอยู่กับสมมติ มันก็หยุด อยู่อย่างนั้น ค้างอยู่อย่างนั้น เลยไม่เจอสภาวะปรมัตถ์ เมื่อไม่เจอ สภาวะปรมัตถ์ มันก็ไม่รู้แจ้ง ไม่มีปัญญา มีเพียงสมาธิ มีความสงบได้

ฉะนั้น บุคคลจะเจริญเข้าถึงปัญญา ก็ต้องอาศัยสมมติแล้ว ก็เพิกออก เชื่อมโยงเข้าไปสัมผัสปรมาตตธรรม เมื่อสัมผัสได้เป็น ได้เข้าใจ ก็ไม่ต้องอาศัยสมมติ ระลึกที่ไรก็ระลึกถึงตัวปรมาตตเลย ถึงสภาวะธรรมเลย ก็คือ อย่างที่กาย ก็ระลึกไปที่ความรู้สึก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง สบาย ไม่สบาย นี่คือตัวสภาวะ ความรู้สึกเย็นๆ ร้อนๆ ตึงๆ หย่อนๆ ไหวๆ สบาย ไม่สบาย นั่นแหละคือความจริงของชีวิต ที่เรียกว่าปรมาตตธรรม รู้ความจริง ระลึกให้ตรงความจริง ก็จะได้รู้ตามความเป็นจริง คือจะเห็นว่า สิ่งเหล่านี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน สิ่งเหล่านี้ จะแสดงความเปลี่ยนแปลงเกิดดับ แสดงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้เห็น ให้รู้ แต่ถ้าไปหยุดอยู่แค่รูปร่าง ดูแต่ท่าทางของกาย ดูแต่ความหมายอยู่ เข้าออก ดูแต่รูปร่างความหมายว่านั่น เกาะติด อยู่กับรูปทรงสัญญาณ เกาะติดอยู่กับความหมาย เกาะติดอยู่กับ คำบริกรรมชื่อภาษา มันก็ได้เพียงสมาธิ สงบ ไม่เจอ ไม่เห็น ความรู้สึก ไม่เจอสภาวะ

เพราะฉะนั้น ถ้าอาศัยสมมติในการเจริญสติอยู่ เมื่อถึง ระยะเวลาหนึ่งก็ต้องเชื่อมโยงเข้าไปรู้ปรมาตตธรรม และก็เพิกสมมติ ออกไป เข้าไปถึงความไหว ความตึง ความแข็ง อ่อน เย็น ร้อน ความรู้สึกสบาย ไม่สบายที่กาย ความรู้สึกเหล่านี้ไม่ใช่รูปร่าง กำหนดไปที่แขน เจอความไหว ความเย็น ความตึง มันก็มีแต่ ความรู้สึก ถ้ารู้แค่ปรมาตต มันจะไม่มีรู้สึก มันจะไม่รู้ มันจะ

ไม่เห็นในใจว่าเป็นแขน ไม่มีความหมายว่าแขน ไม่มีรูปร่างของ
แขน เวลางอแขน เหยียดแขน ก็รู้ถึงความรู้สึกที่มันตึงหย่อนไหว
ไม่มีความหมายว่างอ ว่าเหยียด งอเหยียดเป็นสมมติ ยกเป็น
สมมติ จับเป็นสมมติ มาเป็นสมมติ ไปเป็นสมมติ รูปร่างแขน
เป็นสมมติ รูปร่างขาเป็นสมมติ ยกเป็นสมมติ ก้าวเป็นสมมติ
เหยียดเป็นสมมติ ขวาช้าย เป็นสมมติ ขวาช้าย ก็เป็นความหมาย
ยก ย่าง เหยียด เป็นความหมาย รูปทรงของขาของเท้า เห็น
รูปทรง เห็นรูปร่างของขาเป็นก้อนๆ เป็นเงาๆ ก็ตาม เป็นแห่งๆ
นี่ก็เป็นบัญญัติ เป็นสมมติ

ปรมาัตถ์จริงๆ คือ ความรู้สึกไหวๆ ตึงๆ แข็งๆ อ่อนๆ
เย็น ร้อน ปวด เจ็บ เมื่อย ซา คั่น ร้อน หนาว นั่นคือสภาวะ-
ธรรม หรือปรมาตถธรรม ฉะนั้น เมื่อระลึกเข้าสู่ปรมาตถธรรม
ทางกายได้ ก็ยังต้องระลึกรู้ เจริญสติสัมผัสสัมพันธ์สู่ปรมาัตถ์
ทางด้านจิตใจอีก เพราะว่าอุปาทานมันยึดไม่ได้ยึดเฉพาะกาย
มันยึดทางจิตใจด้วย ก็ต้องระลึกไปทั่วถึง อุปาทานมันยึดอะไร
ก็ต้องระลึกรู้ไปที่นั่น มันยึดจิตใจ จิตใจนี้ก็มีทั้งเวทนา สัญญา
สังขาร วิญญาณ พุดย่อยๆ พุตรวมๆ ว่าจิตใจ

เวทนาทางใจมันก็มีสบายใจ ไม่สบายใจ ดีใจ เสียใจ เศษๆ
อุปาทานมันจะไปคอยยึดเป็นตัวเรา เป็นของเรา เป็นเราดีใจ
เป็นเราเสียใจ ถ้ามีสติระลึกรู้ไปที่เวทนาทางใจ บ่อยๆ เนืองๆ

เกิดปัญญาขึ้นมา ก็เห็นว่าความดีใจ เสียใจ เฉยๆ ก็สักแต่ว่า เป็นสิ่งหนึ่ง เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง ที่เปลี่ยนแปลง ที่เกิดดับ ไม่เป็นตัวเป็นตน

สัญญา ความจำได้หมายความว่าประกอบกับจิต มันก็ไม่ใช่ ตัวตน ถ้าไม่มีสติระลึก รู้ มันก็ดูว่าเป็นตัวตน เป็นเหมือนเรา จำได้หมายความว่า แต่เมื่อมีสติระลึก รู้ สัญญาที่ไม่มีตัวตน ปรากฏ แล้วก็หมดไป ปรากฏหายไปทันที ไม่เป็นแห่งเป็นก้อนเป็นกลุ่ม เป็นตัวเป็นตนอะไร เป็นเพียงสภาพความจำได้หมายความว่า ดับไป เปลี่ยนแปลงไป มีแล้วก็หมดไป

สังขาร สิ่งที่ปรุงแต่งจิต ก็ไม่ใช่ตัวเราของเรา สติระลึก พิจารณาสังขารที่มันปรุงแต่งอยู่ในจิตใจ วิตกกังวลบ้าง วิจัย วิचारสงสัยบ้าง บางทีก็ปรุงแต่งไปในทางธรรมะ วิตก วิचार ในเรื่องธรรม ข้อนั้น ข้อนี้นี้ คิดนึก ตรีนึก นั้นแหละมันมีสังขาร ปรุงแต่ง ถ้าไม่ระลึก รู้ มันก็สำคัญมันหมายเป็นตัวเรา มีความรู้สึก เป็นเราคิด เรานึก เราตรึก เรารู้ เราเข้าใจ แต่ที่จริงสิ่งเหล่านี้ ไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นเพียงสักแต่สิ่งที่ปรากฏ ปรุงแต่งจิต ตรีนึก รู้สึก ปรุงแต่ง มันดับไปตลอด ปรากฏปรุงแต่งดับไป ปรากฏหมดไป ถ้าสติระลึก รู้ได้ตรงบ่อยๆ ปัญญาเกิดขึ้น ก็จะ เห็นสิ่งเหล่านี้เป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ตัวตน สังขาร ปรุงแต่งในทางดีบ้าง ไม่ดีบ้าง และมันก่อให้เกิดทุกข์ ที่พึงชาน

ที่หยุดหิด ที่เราร้อน ลนลานไปด้วยอำนาจของสังขาร ที่เป็น
ราคะบ้าง เป็นโทสะบ้าง เป็นโมหะบ้าง

ฉะนั้น บุคคลที่พิจารณาสังขารให้เห็นตามความเป็นจริง
จนกระทั่งเข้าไประงับดับสังขารเสียได้ นั่นแหละคือ “เตสัง
วุปะสะโม สุโข” ความสงบระงับซึ่งสังขารทั้งหลายย่อมเป็น
ความสุขที่แท้จริง คือความสุขที่ลื่นไถลไปจากสังขาร คือกิเลส สังขาร
ที่เป็นส่วนของกิเลส กิเลสทุกชนิดเป็นสังขาร เมื่อตัดได้ ละได้
สังขารที่เป็นกิเลสลื่นไถลไปจากจิตใจ ก็เข้าถึงความสงบของจิต สงบ
จากกิเลส แม้ว่าจิตยังรับรู้อารมณ์ต่างๆ ซึ่งไม่สงบจากอารมณ์
แต่มันสงบจากกิเลส ทำงานเคลื่อนไหว จิตใจรับรู้ แต่ไม่มีทุกข์
ไม่มีความเร่าร้อน เรียกว่าสงบจากกิเลส

ฉะนั้นความสงบไม่ได้หมายถึงว่านั่งนิ่งดับความรู้สึก สงบ
ไม่รู้อะไร นิ่งเฉยบ อย่างนั้นเรียกว่าสงบจากอารมณ์ สงบจาก
อารมณ์คือจิตมันไม่ไปอารมณ์นั้น อารมณ์นี้ อยู่หนึ่งอารมณ์เดียว
เรียกว่าสงบจากอารมณ์ เป็นสมาธิ คนที่เจริญสมณะ ก็จะเข้าถึง
ความสงบจากอารมณ์ และก็ข่มกิเลสได้นานๆ

แต่คนเจริญวิปัสสนา呢 ไม่ได้สงบจากอารมณ์ แต่ว่าสงบ
จากกิเลส คือยังรับอารมณ์ต่างๆ สติก็รับไป สติกับจิตก็เกิด
ด้วยกัน รับรู้เย็นบ้าง ร้อนบ้าง ตึงบ้าง ลึบบ้าง เสี่ยงบ้าง กลิ่นบ้าง

รบบ้าง รับรู้ที่ใจบ้าง สังขาร เวทนา สัญญา แต่ว่าไม่ได้ยินดี
ยินร้าย ปล่อยาวอยู่ ถ้าวะลึกโดยที่ไม่มีสังขารเข้ามาปรุงแต่งใน
ส่วนของกิเลสตัณหาอุปาทาน อภิชฌาและโทมนัส มันก็จะสงบ
จากกิเลส เป็นช่วง เป็นช่วงๆ จิตแม้จะรับอารมณ์ต่างๆ แม้จะ
เป็นไปกับการยิน การเดิน การนั่ง การนอน ซึ่งมีอารมณ์ต่างๆ
จิตยังรับอารมณ์ต่างๆ แต่ทำไมไม่เร้าร้อน ไม่กระวนกระวาย
ไม่กระสับกระส่าย เรียกว่าสงบ สงบจากกิเลส “นัตถิ สันติ
ปะรัง สุขัง” สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี ต้องเข้าถึงความสงบ
จากกิเลสด้วย ฉะนั้นก็ต้องระลึกทั่วถึง ทั้งสภาวะทางจิตใจ
ตลอดทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ให้เข้าถึงปรมัตถธรรม

สีเป็นรูปธรรม เห็นเป็นนามธรรม เลยจากนั้นเป็นสัตว์
เป็นคน เป็นสิ่งของ เป็นรูปร่าง เป็นความหมาย นั่นก็เป็นสมมติ

เสียงเป็นรูป ได้ยินเป็นนาม เลยจากนั้นเป็นเสียงคน เสียง
สัตว์ เป็นความหมาย เป็นชื่อ เป็นเรื่องราว ก็เป็นบัญญัติ

กลิ่น เฉพาะแค่กลิ่นเป็นรูป รู้กลิ่นเป็นนาม เลยจากนั้น
เป็นกลิ่นวัตถุสิ่งของ เป็นบัญญัติ

รสเป็นรูป รู้รสเป็นนาม เลยจากนั้นเป็นวัตถุสิ่งของ สิ่งนั้น
สิ่งนี้ มีความหมายอย่างนั้นอย่างนี้ เป็นบัญญัติ



จิตที่คิด จิตที่นึก จิตที่รู้สึก เป็นปรมาัตถธรรม เรื่องราว
ของจิต เรื่องคน เรื่องสัตว์ เรื่องการงาน นั้นเป็นบัญญัติ ที่จิต
ไปนึกถึงไปคิดถึงเรื่องต่างๆ ความคิดความนึกเป็นปรมาตถ์ เป็น
สภาวะ เรื่องราวเป็นบัญญัติ เพราะฉะนั้นสติจะต้องกลับมารู้ มารู้
มาระลึกที่จิต ที่กำลังคิด ที่กำลังนึก ที่กำลังรู้สึก ที่กำลังปรุงแต่ง
อยู่ มันก็จะตัดบัญญัติออกไป ตัดเรื่องออกไปโดยธรรมชาติ
ของมัน เมื่อสติมารู้สิ่งที่มันกำลังผลิตเรื่องราว คือปรุงแต่งเรื่องราว
ตริกนึก ตริกนึกถึงเรื่องราว พอสติมารู้ที่ความตริกนึกมันเป็น
ตัวผลิตเรื่องราว เรื่องราวก็ขาดไป หายไป หมดไป มาระลึกรู้บ่อยๆ
เรื่อยๆ ก็เห็นสภาวะธรรมของจิตใจ มันมีสภาพเปลี่ยนแปลง
มีสภาพเกิดดับ มีสภาพไม่ใช่ตัวตน

จิตวิญญาณนี้เกิดดับอยู่ตลอดเวลา บุคคลจะรู้หรือไม่รู้ก็ตาม เขาก็เกิดดับอยู่ ความคิด คิดๆๆ เกิดดับอยู่ตลอด คิดกว่าจะได้ต่อเป็นเรื่องเป็นราว มันมีความคิดมากมาย ผุดๆ ผุดขึ้นในจิตใจ ถ้าสติรู้ก็จะเห็นความคิดนั้นหมดไปๆ ปรากฏหมดไปทันที จิตที่คิดก็อย่าง จิตที่ไม่คิดไม่นึก มีความรู้อยู่ในตนเอง ตั้งมั่น แม้กระนั้นก็ยังเกิดดับ จิตที่มีสติสมาธิ ตั้งมั่น แน่วแน่ รู้อยู่ในกาย ไม่สนใจออกนอก รู้อยู่ รู้สภาวะ ตลอดเวลาๆๆ แม้ขณะนั้นจิตวิญญาณนั้นก็เกิดดับ วิญญาณคือธาตุรู้ สภาพรู้ เป็นกระแสที่ขาดตอนตลอดเวลา รู้หมดไป รู้หมดไป รู้หายไป รู้หายไป

ฉะนั้นเมื่อปฏิบัติหม้อมรู้เข้าสู่จิตใจ ก็จะประจักษ์ความจริงว่าสิ่งเหล่านี้มีความหมดไปสิ้นไป ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืน บังคับไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตน นี่เรียกว่ามีปัญหาเกิดขึ้น มีวิขาเกิดขึ้น มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น คือความรู้เห็นความจริง ธาตุแท้ความจริงของชีวิต ก็สะสมการรู้เหล่านี้ไปบ่อยๆ เนืองๆ ซึ่งกิเลสมันก็ค่อยจะมารั้งให้เพลอ ให้ลืม ให้หลงไปเรื่อย ต้องพยายามรู้ พยายามเพียรรู้ เพียรรู้ กำลังความเพียรมีมาก สติมีกำลัง สมาธิมีกำลัง และก็วางได้เหมาะสม ปรับผ่อน ปล่อยวาง คลี่คลาย เข้าสู่ความเป็นกลาง ความพอดี ไม่เพ่ง ไม่เพลอ ไม่จดไม่จ้อง ประคับประคองพอดีๆ มีรู้ มีละ ประสมกลมกลืนกันไป ก็จะประจักษ์สภาวะธรรม เพราะว่าเขาเป็นจริงอย่างนั้นอยู่แล้ว ไม่ได้

สร้างอะไรขึ้นมา เพียงแต่ทำเครื่องไม้เครื่องมือของสติสัมปชัญญะ ให้มันประณีต ให้มันมีกำลัง ที่จะไปจับ ไปจับไปรู้กับสภาวะธรรม นั้น ความจริงเขาก็ปรากฏให้รู้

นี่คือปัญญา เมื่อมีปัญญาก็ทำลายอวิชชาเป็นขณะๆ เป็นช่วงๆ จนกว่าปัญญาที่สะสมมีกำลังส่งต่อ ต่อเนื่องขึ้นไปสู่ปัญญา ในมรรค ซึ่งมีคุณสมบัติในการประหารอนุสัยกิเลสขาด นั้นแหละ กิเลสตัวใดที่ตัดขาดไปแล้ว กิเลสนั้นก็จะไม่ฟื้นขึ้นมาในจิตใจ ได้อีก ก็ต้องอาศัยปัญญาวิปัสสนาในส่วนของโลกียะ ปัญญานี้ก็ ต้องอาศัยสติ สติก็ต้องมีความเพียร ความตั้งใจ เพียรประพฤติ ปฏิบัติ ก็จะสามารถพัฒนาชีวิตจิตใจตนเอง ก้าวไปสู่ความรู้แจ้ง เห็นจริง ลดละสละกิเลสไปตามลำดับ

ตามที่ได้แสดงมาก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ ขอความสุข ความเจริญในธรรม จงมีแก่ทุกท่านเทอญ ❀



ควรหรือยังที่เราจะเบือนหน้าต่อความเกิดซ้ำๆ
แก่ซ้ำๆ เจ็บซ้ำๆ ตายซ้ำๆ
พลัดพรากซ้ำๆ เป็นทุกข์ซ้ำๆ
ถ้าไม่เห็นทุกข์เห็นโทษของชีวิต ของสังขาร
ก็ย่อมจะไม่แสวงหาความดับทุกข์
ไม่แสวงหาข้อปฏิบัติ
ไม่ดำเนินการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์
เขาก็จะต้องหลงระเห็จอยู่กับชีวิตกับโลกไปจนตาย
ตายไปพร้อมกับกิเลสตายพร้อมกับความหลงต่อไป





ประพจน์ธรรม ย่อมอยู่เป็นสุข



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอถวายความนอบน้อมแด่
พระรัตนตรัย ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติ
สัมมาปฏิบัติธรรมทั้งหลาย

ต่อไปนี่ก็จะได้กล่าวธรรมะ เพื่อเป็นสาระ เป็นประโยชน์
ส่งเสริมกำลังใจ เพื่อจะได้ใคร่ต่อการพากเพียร บางครั้งเราก็
อาจจะเกิดความท้อแท้ ท้อถอย ต่อการประพฤติปฏิบัติ การฟัง
ธรรมะก็เป็นส่วนหนึ่งที่ปลุกสร้างศรัทธา นำมาซึ่งความเพียรให้
เกิดขึ้น เราต้องสอนตัวเอง ปลุกใจตัวเอง เราได้เข้ามาอยู่ในร่มเงา
ของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นศาสนาที่มีองค์สมเด็จพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้าเป็นศาสดา พระพุทธองค์ต้องสร้างสมอบรมบารมี
มาอย่างยาวนาน เสียสละชีวิตมา เสียสละอวัยวะ เสียสละต่างๆ มา

ก็เพื่อที่จะมาอบรม มาสอน มาแสดงธรรม มาเปิดเผยความจริง ให้สัตว์โลกทั้งหลายได้เข้าใจ ได้ปฏิบัติ พระองค์ได้ตรัสรู้ทางดำเนินเพื่อความดับทุกข์ นำมาสอน นำมาบอกไว้ ถ้าเราไม่ใส่ใจ สนใจ ก็เสียโอกาสนี้ไป อยู่ใกล้ๆ ไม่มีน้ำกิน ช่างปั้นหม้อดิน ไม่มีหม้อใช้

เราอยู่ใกล้กับพระพุทธศาสนา ประเทศไทยเป็นเมืองพุทธศาสนา แต่เราไม่ได้เข้าถึงศาสนา ไม่รู้หลักคำสอนของพุทธศาสนา จึงไม่มีน้ำจะกิน ไม่มีธรรมะ ไม่มีสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกให้ตนเองอย่างแท้จริง คนที่ไม่มีธรรมะก็จะนำพาชีวิตของตนเองเดินไปในเส้นทางที่ไม่ถูกต้องได้ เหมือนคนตาบอด นับโอกาสที่จะเดินตกหลุมตกร่องได้ง่าย การที่เรามีธรรมะ ก็เหมือนเรามีดวงตาดี คนมีธรรมะคือคนมีปัญญา เป็นเหมือนแสงสว่างนำพาชีวิตของตนเองได้ถูกต้อง ยิ่งเราได้มีโอกาสเข้ามาอยู่ในวัด อยู่ในสถานที่ ที่มีไว้สำหรับประพาศปฏิบัติธรรม แต่เราไม่สนใจ อยู่ใกล้ก็เหมือนอยู่ไกล อยู่ใกล้ๆ ก็ไม่มีน้ำกิน สถานที่ที่อำนวยความสะดวกสำหรับผู้ประพาศปฏิบัติ มีต้นไม้ มีป่า มีความร่มรื่น เหมาะสมที่เราจะได้ทำความพากเพียร ฉะนั้น สถานที่ที่จะมีค่า ป่าจะสวยงาม ถ้ามีผู้ประพาศปฏิบัติธรรม ก็มีความงาม ดังที่ครั้งหนึ่งพระก็แสดงความเห็นกัน ถึงเรื่องป่าทำไมจึงจะงาม ก็มีความเห็นต่างๆ กัน

ครั้งนั้น พระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่ป่าโคสิงคสาวัน ในครั้งนั้น ก็มีพระเถระ พระอรหันต์ พระเถระผู้ใหญ่หลายรูปพักอยู่ด้วย ในเย็นหรือในยามค่ำของวันหนึ่ง ท่านพระมหาโมคคัลลานะ ก็ชวนพระมหากัสสปะ ไปยังที่พักของพระสารีบุตร เพื่อจะไปฟังธรรม แสดงถึงว่าพระสารีบุตรนั้น ท่านก็เป็นทีเคารของพระสงฆ์ อยากจะฟัง แม้เป็นพระอรหันต์ด้วยกัน ท่านก็ใคร่ในการฟังธรรม พระสารีบุตรเป็นผู้มีปัญญามาก พระพุทธเจ้าก็ได้ยกย่อง เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุทั้งหลาย ในด้านมีปัญญา เรียกว่าเอตทัคคะ เป็นผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลายในด้านปัญญา

พระโมคคัลลานะชวนพระมหากัสสปะไปฟังธรรมของ พระสารีบุตร และก็นชวนพระอนรุทธะไปด้วย พระอานนท์เห็น ดังนั้นก็เลยชวนพระเรวตะไปด้วย ไปฟังธรรมพระสารีบุตร เมื่อไปถึงแล้ว สนทนาธรรม ตามอายุพรรษาแล้ว พระสารีบุตร ก็ได้กล่าวขึ้นว่า “ท่านทั้งหลายมีความเห็นอย่างไร ว่าป่าโคสิงค-สาวัน ที่จะงาม จะต้องภิกษุอย่างไร ถึงจะเหมาะสม ที่จะทำให้อป่านี้ดูงาม”

ก็ถามพระอานนท์ก่อนว่า “ท่านมีความเห็นอย่างไร ที่ภิกษุที่จะอยู่ป่าอย่างนี้ ที่จะทำให้เกิดความงาม”

ท่านพระอานนท์ก็ได้กล่าวว่า “กระผมมีความเห็นว่า ภิกษุที่ทรงพหูสูต (ภิกษุที่มีพหูสูต คือมีการศึกษา มีการสดับตรับฟังมาก) อยู่ ณ ป่าใด ป่าก็งาม ภิกษุมีความงาม”

พระสารีบุตรก็หันไปถามพระเวทชะบั้งว่า “ท่านมีความเห็นอย่างไร”

พระเวทชะบั้งกล่าวว่า “กระผมเห็นว่า ภิกษุที่ใคร่หรือนิยมในการอยู่ป่า มีความสงบระงับอยู่ภายในนั้นแหละ จะเป็นความงามสำหรับป่าโคสิงคสาวัน”

พระสารีบุตรได้ถามทุกรูป ในโอกาสที่มาประชุมกันถึงที่พักของท่าน ในยามค่ำของคืนนั้นว่า “ป่าโคสิงคสาวันนี้น่ารื่นรมย์ราตรีนี้ก็แจ่มกระจ่าง ดอกสาละก็บานสะพรั่งเต็มต้น ขจรกลิ่นฟุ้งไปเหมือนกลิ่นทิพย์ ท่านทั้งหลายมีความเห็นอย่างไร ที่ภิกษุอย่างไร ที่จะอยู่ป่านี้มีความงาม” ก็ถาม

พระอานนท์ก็ว่า “ต้องเป็นพหูสูต”

พระเวทชะบั้งว่า “พระที่อยู่ป่ามีความสงบระงับนั้นแหละมีความงาม ป่ามีความงาม”

หันไปถามพระมหากัสสปะบั้ง พระมหากัสสปะก็กล่าวว่า “กระผมเห็นว่า ภิกษุผู้ถือธุดงค์ (ถือธุดงค์คือ ถืออยู่ป่าเป็นวัตร ถือการอยู่โคนไม้เป็นวัตร ถือการอยู่พิณฑบาทเป็นวัตร ถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร) และสรรเสริญคุณของธุดงค์นั้นแหละ ที่จะเหมาะสมอยู่ป่าอย่างนี้ จะมีความงาม”

พระสารีบุตรก็เลยถาม ก็เรียกว่าท่านรู้จักตั้งคำถาม คือสามารถถามได้ทุกคน แสดงความคิดเห็น นี่คือพระอรหันต์ด้วยกันทั้งนั้น พระอรหันต์สนทนากัน แม้เป็นพระอรหันต์ ท่านก็ยังไม่ใคร่ในการฟังธรรม ยังสนทนาธรรม ทั้งๆ ท่านหมดภาระเรื่องการปฏิบัติเพื่อละกิเลสแล้ว กิจที่จะต้องทำเพื่อละกิเลสไม่ต้องทำแล้ว เพราะหมดกิเลสหมดสิ้นจากจิตใจ ดับทุกข์ให้ตนเอง แต่ท่านก็ยังสนใจในการสนทนาธรรม

หันไปถามพระอนรุทธะบ้างว่า “ท่านมีความเห็นอย่างไร ปาณี้จึงจะงาม สำหรับภิกษุนี้”

พระอนรุทธะก็กล่าวว่า “ผมเห็นว่าปาจะงาม ภิกษุผู้มีทิพยจักขุ (คือมีตาทิพย์) ใช้ทิพยจักขุตรวจดูโลกทั้งหลายอยู่เสมอ นั่นแหละ เป็นความงามแห่งปาณี้”

พระสารีบุตรก็ถามพระมหาโมคคัลลานะบ้าง “ท่านมีความเห็นอย่างไร ปาณี้จึงจะงาม”

พระมหาโมคคัลลานะก็กล่าวว่า “ผมเห็นว่า ภิกษุผู้สนทนากันในเรื่องอภิธรรม สนทนาอภิธรรมซึ่งกันและกัน เป็นความงามแห่งปา” อภิธรรมก็เป็นธรรมะอันยิ่ง ว่าด้วยเรื่องจิต เจตสิก รูป นิพพาน หรือว่าด้วยปรมัตถธรรม

เสร็จแล้ว ถ้ามทุกรูปแล้ว ก็ต่างความเห็นกันไปคนละอย่าง พระมหาโมคคัลลานะก็เลยย้อนถามท่านพระสารีบุตรบ้างว่า “และท่านมีความเห็นอย่างไร ภิกษุอย่างไรที่เหมาะสม ที่ปานี้จะงาม”

พระสารีบุตรก็กล่าวว่า “ผมเห็นว่า ภิกษุผู้บังคับจิตใจได้ สามารถที่จะอยู่ด้วยธรรมอันใดก็สามารถจะอยู่ด้วยธรรมอันนั้น ได้ตามความปรารถนา เปรียบเสมือนพระราชามีภุชามา มีผ้ามาก ปรารถนาจะทรงด้วยผ้าคู่ใด ก็สามารถจะหยิบมาทรงได้ตามความปรารถนา เหมือนภิกษุที่ควบคุมจิตใจตัวเองได้ จะอยู่ด้วยธรรมอันใดก็สามารถจะอยู่ด้วยธรรมอันนั้นได้”

ตกลงว่าความเห็นไม่เหมือนกันเลย จริงๆ แล้ว ท่านก็กล่าวไปตามความเห็นที่ท่านถนัดนั้นแหละ ถ้ามพระอานนท์ พระอานนท์ท่านก็เป็นพหูสูตอยู่แล้ว ท่านถนัดเรื่องการศึกษา การสวดตบตีรับฟังมาก ท่านก็มีความเห็น พระเวทตะก็ถนัดเรื่องอยู่ป่าอยู่แล้ว พระมหากัสสปะก็เป็นพระที่หนักในเรื่องถือธุดงค์อยู่แล้ว ถือผ้าบังสุกุล อยู่ป่าเป็นวัตร บิณฑบาตเป็นวัตร พระอนุรุทธะท่านก็เอดหักคคะในด้านทิพยจักขุอยู่แล้ว แต่ละองค์นี่ล้วนแล้วแต่เป็นเอดหักคคะทั้งนั้น พระอานนท์ก็เป็นผู้เลิศจว่า ภิกษุทั้งหลายในด้านเป็นพหูสูต พระมหากัสสปะก็เป็นผู้เลิศจว่า ภิกษุทั้งหลายในการถือธุดงค์ พระมหาโมคคัลลานะนี้จะเลิศในทางฤทธิ์ มีฤทธิ์มาก แต่ท่านกลับไปบอกว่สนทนากันเรื่อง อภิธรรม ส่วนพระสารีบุตรท่านเป็นผู้มีปัญญา ท่านอยู่ในธรรม

ได้หลายอย่าง ท่านก็เลยบอกว่าภิกษุผู้บังคับจิตได้ ปราธนะจะอยู่ในธรรมอันใดก็สามารถจะอยู่ในธรรมอันนั้น ความเห็นไม่เหมือนกัน แต่ท่านจะไม่ขัดแย้งโต้เถียงขุ่นเคืองกัน เพราะไม่มีกิเลส สนทนากันด้วยธรรม

ก็เลยพากันไปเฝ้าพระพุทธเจ้า แล้วก็ได้ไปกราบทูลให้พระองค์ได้ทราบว่ “ข้าพระองค์ทั้งหลายสนทนากัน มีความเห็นว่าป่าโคสิงคสาละวันนี้ ซึ่งคีนนี้ก็เป็นคีนแห่งราตรีแจ่มกระจ่าง ก็คงจะเดือนหงาย พระจันทร์เต็มดวงอยู่ ในสวนนั้นก็มีดอกสาละบานสะพรั่ง ขจรกลิ่นฟุ้งกระจายเหมือนกลิ่นทิพย์ ข้าพระองค์ก็เลยสนทนาถามกันว่า ป่านี้ ภิกษุอย่างไรถึงจะงาม ทำให้ป่านี้งาม” ก็เล่าแต่ละองค์ก็ความเห็นอย่างนั้นๆ ถามว่าความเห็นของใครถูกต้อง และพระพุทธองค์มีความเห็นอย่างไร

พระบรมศาสดาก็ได้ตรัสว่า “ความเห็น คำกล่าวของพวกเธอทั้งหลาย ก็ถูกต้องดีงาม แต่ความเห็นของเราตถาคตมีความเห็นอีกอย่าง”

มีความเห็นอย่างไร “ตถาคตมีความเห็นว่า ป่านี้ ถ้าหากภิกษุที่อยู่ป่านี้ หลังจากกระทำวัตตกิจแล้ว บรรเทาความเมาแห่งอาหาร นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรงดั่งรังสดีไว้มั่น มีสติทำความเพียรด้วยตั้งความปราธนะว่า ตราบใดที่ยังไม่สิ้นอาสวกิเลส ก็จะไม่ลุกจากสถานที่นี้”

ความเห็นของพระพุทธเจ้า จะเห็นว่าพระพุทธองค์ให้ความสำคัญกับผู้ทำความเพียร ไม่ได้ให้ความสำคัญกับผู้ที่ไม่ลืมนิกิเลสแล้ว เพราะว่าผู้ที่ลืมนิกิเลสแล้วก็หมดภาระแล้ว แต่ผู้ที่ยังไม่ลืมนิกิเลส ยังเป็นปุถุชนอยู่ จะต้องชวนชวาย ฉะนั้นใครก็ตาม จะเป็นปุถุชน จะเป็นผู้มีกิเลสไม่มีกิเลสก็ตาม ประกอบความเพียรอยู่นี้แหละ เป็นความงามแห่งป่านั้น เป็นความเห็นที่อนุเคราะห์ เอื้อกำลังใจต่อผู้ที่กำลังปฏิบัติ แต่พระองค์ก็ไม่ได้ตำหนิความเห็นของท่านภิกษุรูปอื่นๆ พระองค์ก็บอกความเห็นอย่างนั้นก็ดีงามอยู่ทั้งนั้นแหละ แต่พระองค์เห็นอย่างนี้ ความเห็นของพระองค์ ก็เป็นความเห็นที่เกื้อกูลต่อผู้ที่ยังมีกิเลสนี้แหละ แต่มุ่งมั่นในการทำความเพียร

ฉะนั้น เราซึ่งมาอยู่ในสถานที่วัด ซึ่งเป็นป่า เป็นต้นไม้ เราจะปล่อยปลดละเลยไม่สนใจ ไม่ให้โอกาสกับตัวเอง ก็จะสูญเปล่า ฉะนั้นเมื่อเราทำความเพียรกัน บางท่านก็เดินจงกรมอยู่ในป่า บางท่านก็นั่งทำความเพียรอยู่โคนไม้ แม้เราจะไม่ถึงขนาดอธิษฐาน ไม่ลุดจากสถานที่นี้ ตราบใดที่ยังไม่ลืมนิกิเลส เราคงไม่ถึงขนาดนั้น แต่เราก็พยายามเพียรนั่งบ่อยๆ เดินจงกรม นั่งกรรมฐานสลับต่อ มันก็เป็นความงาม เราลองดูด้วยตัวเอง ดูด้วยตัวเอง หมั่นคนที่กำลังประพฤติปฏิบัติ เพื่อจะเป็นกำลังใจให้ตัวเราเอง เราเห็นคนประพฤติ เขาประพฤติปฏิบัติ เรามองแล้วก็จะชื่นใจ เกิดกำลังใจพากเพียรประพฤติปฏิบัติ เป็นความงาม

ต้นไม้ ที่จริงมันก็มีความงามอยู่โดยธรรมชาติอยู่แล้ว แต่ ถ้ามีที่ เป็นที่ประพาศปฏิบัติด้วย มีผู้นั่งทำความเพียรอยู่ มันมี สาระขึ้น ป่านี้มันมีสาระด้วย มันได้ใช้ประโยชน์ อานิสงส์ของ คนที่ปลูกป่าปลูกต้นไม้ จึงได้บุญทั้งกลางวันกลางคืน ที่พระพุทธ- เจ้าตรัสไว้ การทำบุญอันใดที่จะได้บุญทั้งกลางวันกลางคืนก็มีอยู่ ในตำราที่พระองค์ได้ตรัสไว้ การปลูกต้นไม้ ปลูกป่า การขุด สระน้ำ บ่อน้ำ สร้างสะพาน สร้างที่อยู่อาศัย บุญนั้นเกิดขึ้นทั้ง กลางวันกลางคืน ดูแล้วก็น่าจะเป็นอย่างนั้น เพราะให้ประโยชน์ มาก ต้นไม้ให้ความร่มรื่นตลอดเวลา เป็นที่พักที่อาศัยทั้งสัตว์เล็ก สัตว์น้อย ให้ความร่มเย็น ให้ความชุ่มชื้นแก่แผ่นดิน

โลกนี้ถ้าขาดต้นไม้แล้ว สัตว์ทั้งหลายก็ไปไม่รอด ปัจจุบัน นี้ ฤดูกาลก็เริ่มแปรวนแปร เปลี่ยนแปลง เดี่ยวฝนแล้ง ตกก็ตก จนน้ำทะเลกล่มบ้านเมือง เพราะไม่มีป่า ภูเขาโล้น เวลาฝนตก มากๆ ดินพังทลาย ไหลมาท่วมทับบ้านคนที่อยู่ตีนภูเขา ตายกัน ไปเยอะ ฝนแล้งเพราะภูเขามันไม่มีต้นไม้ มันไม่มีความชุ่มชื้น ต้นไม้ ป่า มันจะช่วยซับน้ำไว้ ถ้ามีป่า ถึงฝนตกมาก น้ำมันก็ ถูกกรองไว้ มันก็ค่อยไหลมา ไม่พรวดมาทีเดียว และป่ามากๆ ก็เกิดความเย็น ทำให้เกิดฝนตกต้องตามฤดูกาล อาหาร พืชพันธุ์ ธัญญาหาร มันให้ความสมดุล ปัจจุบันนี้มนุษย์เราทำลายป่า ตัดป่ากันเกลี้ยง ก็คือทำร้าย ทำลายที่อยู่ของตัวเอง มนุษย์ ก็เดือดร้อน เพราะว่าโลกก็จะร้อนขึ้น

ฉะนั้น ถ้าบุคคลใดได้พยายามปลูกป่า เขาตัดเราปลูก เขาตัดเราปลูกไว้ ให้ความมสุขร่มเย็น ได้อาศัย เราจะเห็นชัดอย่างที่วัด พอเรามีป่า มีต้นไม้ขึ้นมา มันก็ร่มรื่น สบายขึ้นเยอะ เต็มไปด้วยป่าคอนกรีตนี้ร้อน มันก็อบอ้าว อย่างที่วัดนี้ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ก็จะไม่อยากสร้างอาคารอะไรขึ้นมา ปลูกต้นไม้ที่มันไม่เสียหาย ปลูกเท่าไรก็ได้ แต่อาคารจะขึ้นมาที่ต้องคิดแล้ว คิดอีก ไม่ได้ตัดสินใจได้ง่าย ต้องวางแผน หลบเลี่ยงไปให้ตีฝนตกมาก็ต้องมีอาคารบัง อบรมคนเยอะๆ พอเรามีต้นไม้ขึ้น เราก็มียาอาศัย ไม่เฉพาะมนุษย์ นก แมลง ทุกอย่าง ได้อิงอาศัย ป่อน้ำ สะพาน ที่อยู่อาศัย กุฏิวิหาร ที่อยู่อาศัย เป็นบุญเกิดขึ้น ทั้งกลางวันกลางคืน

ฉะนั้น ก็ให้เราได้มองเป็น มองให้เกิดความชื่นใจ สุขใจ มองอะไรให้เป็น มันก็มีความสุข มองแล้วก็ดูงาม ดูดีไปหมด ถ้ามองอะไรไม่เป็น มองอะไรก็ดูขัดแย้งไปหมด อะไรๆ ก็ไม่ดี อะไรก็ไม่ดี หนักๆ เข้าก็กลุ้ม เครียด เป็นคนจิตใจไม่สงบ ต้องหัดมองอะไรก็ดี ทุกอย่างถ้าเรามองเป็นมันก็มีประโยชน์ แม้แต่กองขยะ สิ่งปฏิกูล มองดีๆ ก็เป็นประโยชน์ ก็ทำประโยชน์ได้ ถ้าคนคิดเป็นจริงๆ ทุกอย่างเอามาเป็นประโยชน์ได้หมด ขยะก็เอามาเป็นปุ๋ยได้ เราไปเห็นคนทำไม่ดี ประพฤติไม่ดี ก็เป็นประโยชน์ต่อเราเหมือนกัน อย่างนี้ไม่ดินะ ประพฤติกายแบบนี้ไม่ดี พุทแบบนี้ไม่ดี ย้อนมาดูตัวเรา เราเป็นอย่างนี้บ้างไหม

ถ้าเราดูแล้ว เราก็เป็นอย่างเขา แสดงว่าไม่ดี เราก็หัดปรับตัวเราเองใหม่ แต่ถ้ามาดูตัวเรา เราก็ไม่ได้เป็นอย่างเขา เราก็รู้ว่าเราไม่ได้เป็นอย่างนั้นนะ เราดี เราไม่ได้เป็น เราไม่ได้ประพฤติเห็นคนดี เราก็จะได้ดูแบบอย่างความดี อย่างนี้ดีนะ ประพฤติอย่างนี้ดี เราก็จะได้เอาอย่าง เห็นคนไม่ดี เราก็ไม่เอาอย่างด้วยจิตใจของเราก็มีแต่ความสงบร่มเย็น

คราวใดที่เสียงมันดัง อย่างวัดที่จริงก็อยู่ห่างไกลจากหมู่บ้าน แต่มันก็ยังมีเสียงเครื่องขยายดังมากวน เสียงแข่งกีฬาเชียร์กัน บางทีก็เปิดเพลงตั้งแต่เช้ามืด ถ้าเรามัวแต่คิดไม่ดีนึกบ่น นึกว่าอยู่ แล้วเราก็ไปแก้ปัญหาไม่ได้ มีแต่ไม่สบายใจ มีแต่ขุ่นใจ ไหนๆ มันก็ต้องได้ยินอยู่แล้ว ไหนๆ มันก็ต้องฟัง เราก็ดีเหมือนกันลองฝึกกรรมฐานแบบนี้ดู ฝึกอยู่กับเสียงดังๆ ว่าเป็นอย่างไร ก็ทดลองฝึก มันก็ได้ประโยชน์ ถ้าเราเคยอยู่เงียบๆ เราทำได้ ไม่เคยฝึกอยู่กับเสียง แล้วชีวิตนี้เราจะเจอแต่ความเสียงบตลอดไปหรือ เดี่ยวเราก็ต้องเจอเสียงดัง เจอคนรุ่มวาย เราก็จะแย่ อย่างบางคนเคยอยู่กับความสงบตลอด ออกไปอยู่สังคม นี้อยู่ไม่ได้เลย เพราะฉะนั้นต้องฝึก แต่ก็ไม่ใช่ที่เราต้องไปแสวงหาอย่างนั้นนะ มันได้อย่างไรก็ต้องเอาอย่างนั้น

เมื่อพอใจในสิ่งที่ตนมี ยินดีในสิ่งที่ตนได้ เป็นคนโชคดียิ่งที่สุดในโลก

ไม่พอใจในสิ่งที่ตนเองมี ไม่ยินดีในสิ่งที่ตนเองได้ เป็นคน
อาภัพอัปโชคที่สุดในโลก

คนบางคน ถ้ารู้สึกอะไรก็ไม่ดี อะไรก็ไม่ดี ทุกอย่างก็
ล้วนแต่ไม่ดี ใจตัวเองจะเศร้าหมอง จะเดือดร้อน อาภัพที่สุด
ถ้ารู้จักยินดีในสิ่งที่มีที่เป็น พอใจในสิ่งที่มีที่เป็น จิตใจของตัวเอง
ก็ยอมรับได้ มันก็โชคดี แม้จะได้สิ่งไม่ดี มันก็ได้ดี

ฉะนั้นต้องมีสันโดษ สันโดษแปลว่า พอใจในสิ่งที่เรามี
เราเป็น ขรवासก็จำเป็นต้องมี ในบางยุคบางสมัยเขาห้ามสอน
เรื่องนั้นะ มีระดับผู้บริหารในบางยุคไม่ให้พระเทศน์เรื่องสันโดษ
เพราะทำให้ประเทศชาติไม่เจริญ ความจริงเขาเข้าใจผิด เขาไป
นึกว่าสันโดษคืออ้อมอ้อมทำอะไรไม่ยอมทำอะไร พอแค่นั้น ไม่ใช่
อย่างนั้น ที่จริงมีสันโดษอยู่ ขรवासต้องมี พอใจในสิ่งที่มีที่เป็น
แต่ไม่ได้หมายถึงว่างอ้อมอ้อมทำอะไรแค่นั้น พระพุทธเจ้าสอนให้
ขยัน ขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพการงาน รักษาทรัพย์
ที่หามาได้ คบเพื่อนดี มิตรดี จ่ายทรัพย์อย่างประหยัด ก็สอน
ไม่ได้สอนให้เป็นคนอยู่แบบไม่ทำอะไร ให้ขยัน แต่ว่าได้อย่างไร
ก็รู้จักพอใจ ได้เงินเดือน เท่านี้ ก็รู้จักพอใจ แต่เราก็เพียรต่อไป
เราได้รายได้เท่านี้ก็พอใจ แต่ก็ไม่ใช่ที่เราจะไม่ทำ ต่อไปก็ทำ
ต่อไป มันก็มีความสุข

เราได้อ่านอย่างนี้ ได้ครอบครัวยังนี้ ได้เพื่อน ได้ญาติ ได้อะไรก็พอใจ ถ้าเราไม่มีสันโดษ มันก็จะรู้สึกว่ที่เราได้มันไม่ดี อยากจะได้อย่างโน้นที่มันไม่ได้ แล้วมันก็ยังไม่ได้ แล้วก็ยังอยากจะได้ แล้วก็ทุกข์อยู่อย่างนั้น มีคู่ครองก็ไม่พอใจในคู่ครอง ไปพอใจในคู่ครองของคนอื่น เรียกว่าไม่มีศรัทธาและสันโดษ ไม่รู้จักพอใจในคู่ครองของตัวเอง มันก็ยุ่ง เดือดร้อนตนเองและ ผู้เกี่ยวข้อง ฉะนั้นมีศรัทธาชีวิตก็就会有ความสุข

ส่วนมักน้อย มักน้อยต้องใช้สำหรับพระ นักบวชมีอะไร ก็มันน้อยๆ ดี มีจำกัด จีวร ที่จริงก็ให้มีแค่ผ้านุ่งแล้วก็ผ้าห่ม สมัยแรกๆ ให้มีแค่นั้น ต่อมาก็อนุญาตผ้าสังฆาฏิ ผ้าสังฆาฏิ สำหรับผ้าซ้อนเพื่อให้ความอบอุ่นอีกชั้นหนึ่ง ก็มีอยู่แค่นั้น ก็มี บาตรเป็นบริวาร ต่อมาก็อนุญาตผ้าอาบน้ำ ผ้าปูที่นอน อะไรเหล่านี้ ก็มีอนุญาตเพิ่มเติม

ฉะนั้น เราก็ต้องมีความเห็น มีทัศนะที่ถูกต้อง เราก็จะได้ ดำเนินชีวิตไปด้วยความสงบร่มเย็น คิดอะไรก็คิดให้เป็นไป เพื่อให้อยู่ได้ เวลาคราวใดมันมีทุกข์ ก็ให้รู้ว่าทุกข์มันก็ไม่เที่ยง คนบางคนมีทุกข์มันก็ไปทำลายตัวเอง บางทีฆ่าคนในครอบครัว ตัวเองจะตายแล้วก็เอาลูกตายไปด้วย ฆ่าลูก ฆ่าตัวเอง เรียกว่า มันขาดความคิดที่ถูกต้อง เขามีความรู้สึกว่าเขาทนไม่ไหว มันทนไม่ได้แล้ว ชีวิตนี้ทนไม่ได้ต้องตาย เรียกว่าคิดสั้น คิดไม่

รอบคอบ นึกว่าจะพันทุกข์ ตายอย่างนั้นยิ่งทุกข์ใหญ่ ความทุกข์ หรือความสุข หรืออะไรก็ตาม มันไม่ได้คงที่ ถ้าเรามีความทุกข์ เราอดทนไประยะหนึ่ง เดียวก็คลี่คลายแล้ว ไม่เห็นมีใครร้องไห้ เศร้าโศกได้ตลอดทุกวันๆ ลึกคน เจอปัญหาขนาดไหนเดี๋ยวมันก็หัวเราะได้อีก

ถึงจะทุกข์ขนาดไหน	ก็ใช้จะคงที่
เมื่อลมหายใจยังมี	ชีวิตนี้ย่อมมีหวัง
เอาความเข้มแข็งเติมพลัง	เอาความหวังเป็นกำลังใจ

ฉะนั้น ถ้าเราคิดว่ามันมีทุกข์ขนาดนี้ แต่มันไม่ได้ตั้งอยู่นานนะ เดี่ยวมันก็เปลี่ยนไป บางทีเรามาทุกข์เพราะตัวเราเอง อาจจะทำผิดพลาดบกพร่อง แล้วก็มานั่งเสียใจ เราไม่น่าทำตรงนั้นเลย ไม่น่าตรงนี้เลย มานั่งเสียใจกลุ่มตัวเอง เราก็ต้องสอนตัวเองว่า มันแล้วก็แล้วไป ก็ตั้งต้นใหม่ ทำใหม่ ทำให้ดีใหม่ก็ได้ มีความทุกข์อะไรขึ้นมา ก็รู้ว่าเดี๋ยวมันก็เปลี่ยนแปลง มันไม่ได้ตั้งอยู่หรอก เปลี่ยนไป แค่กาลเวลาก็สามารถจะกลืนความทุกข์เหล่านั้นไปได้แล้ว ยิ่งถ้ารู้จักคิดเป็นก็ยิ่งแก้ได้ง่าย และยิ่งปฏิบัติเจริญ วิปัสสนาเป็น ก็ยิ่งประเสริฐมากขึ้น

ฉะนั้นคนที่เจริญวิปัสสนาเป็น ก็ไม่ต้องเสียเวลาใช้ความคิดอะไร ใช้การระลึกรู้ตรงๆ ต่อสภาวะที่ปรากฏ ไม่ต้องเสียเวลานั่งคิดหาเหตุผลมาปลอบใจ มาแก้ไขตัวเอง ใช้การระลึกรู้

ด้วยความปล่อยวาง ใจมันเกิดวุ่นวายขึ้นมา เราร้อนขึ้นมา คิดมากขึ้นมา ก็ตั้งสติระลึก รู้ จิตที่มันคิด จิตที่มันวุ่นวาย จิตที่มันไม่สบาย จิตที่มันฟุ้งซ่าน รู้ไป ปล่อยวาง รู้ละ รู้ปล่อย รู้วาง รวมทั้งรู้สภาวะทางกายด้วย เวลาจิตมันไม่ดี กายก็รู้สึก อึดอัดขัดเคืองไปด้วย มันเป็นไปด้วยกัน จิตกับกายมันเกี่ยวข้อง พอใจมันกลุ้ม ใจมันกระวนกระวาย มันก็ไปบีบกาย สมอง เครียดหนัก ร่างกายก็เดือดร้อน อึดอัดขัดเคือง เป็นทุกข์ขึ้นมา อีก เวลากายเป็นทุกข์ สมองเครียด ปวดหัว กายอึดอัด ก็เกิด ทุกข์เวทนามาก ใจก็ไปเสวย ใจก็กลุ้มเข้าไปอีก ใจก็ทรมาน ไปอีก ตีกลับไปกลับมา

ถ้าคนไม่ได้ปฏิบัติธรรม ก็ทุกข์สองชั้น ทุกข์กายทุกข์ใจ ทุกข์ใจทุกข์กาย แต่ถ้าเราปฏิบัติธรรมเป็น กำหนดรู้ มันทุกข์ มันปวด มันเจ็บ มันกลุ้ม มันเสียใจ มันไม่สบายใจ ก็ระลึก รู้ ปล่อยวาง รู้ ปล่อยวาง รู้ ไม่เอาอะไร สภาพธรรมเหล่านั้นก็จะ เปลี่ยนแปร แปรเปลี่ยนไปในทางที่ดี จะคลี่คลาย ใจก็คลายออกจากความวุ่นวาย จิตก็สงบขึ้น เบาขึ้น จิตสงบ กายเบา สมอง คลาย จิตดีงาม สมองก็ปลอดโปร่งไปด้วย ก็ไม่ต้องไปกินยา รับประทาน ไม่ต้องไปกินยาหอมประสาธน์ ไม่ต้องไปกินยาคลาย เครียด เรากินไปก็แก้ได้ชั่วคราว เดียวก็เอาอีก เพราะถ้าเรายัง ปล่อยให้ต้นเหตุ คือจิตใจยังวุ่นวาย ถ้าแก้ไม่หมด แก้ไม่จบ แต่ถ้าเราแก้ไขเราได้ ต้นเหตุคือใจเรามันวุ่นวาย ใจเราปล่อยวาง

ไม่เป็น ใจเราไม่มีสติ ไม่มีกรรมฐาน แล้วใครจะช่วยได้ หมอก็ช่วยไม่ได้ ให้ยาระับ หนักๆ เข้าเดี๋ยวก็มีผลแทรกซ้อนอื่นๆ ทุกข์เรื่องอื่นขึ้นมาอีก แต่ถ้าเราทำใจของเราให้ดี รู้ละ รู้ปล่อย รู้วาง จิตใจสงบร่มเย็น

อย่างที่เรายพยายามมาฝึกให้เป็น ถ้าฟังเฉยๆ มันก็เท่านั้น ฟังแล้วก็ไปทำไม่ได้ จะทำได้อยู่ที่การต้องฝึกหัด เราเรียนขับรถ ด้วยการฟัง มันก็ขับไม่เป็น ขับรถทำอะไร เหยียบคลัช เข้าเกียร์ เลี้ยวซ้าย เบรกทำอะไร ก็เชื่อว่าขับไม่เป็น ฟังก็รอบๆ ก็ขับไม่ได้ เพียงแต่รู้วิธี แล้วลองไปฝึก จะขับรถเป็น ก็คือต้องลงมือฝึกเอง ทำเอง แต่อาศัยความรู้จากการฟัง มาเป็นแบบแผน แล้วก็ฝึก ฝึกใหม่ๆ ก็ไม่เป็น ฝึกนานๆ ก็จึงจะเป็น จึงจะชำนาญ

การปฏิบัติก็เหมือนกัน ฟังแล้วมันก็ไม่ใช่ว่าทำได้ เราจึงรู้สึกว่าการฟังแล้ว รู้สึกมันง่าย แต่เวลาทำมันยาก เพราะว่ามันไม่ใช่เป็นการฟัง มันเป็นการฝึกปฏิบัติ เราจะเป็นได้ เราฝึกได้ เราจะทำเป็น ก็คือต้องฝึก ฝึกทางกายมันก็ยังลำบาก บางเรื่องยังยาก ฝึกทางใจ มันยิ่งยากลำบากเข้าไปอีก เพราะมันมองไม่เห็นตัว ฝึกจิต แต่ก็ยังเป็นเรื่องที่จำเป็น เราต้องเพียรฝึก ฉะนั้น บุคคลที่ฝึกจิตดีแล้ว ก็จะนำความสุขมาให้ จิตที่ฝึกดีแล้ว ก็ใช้ประโยชน์ ใช้งาน เราก็จะมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์ที่มากระทบ คนที่หวั่นไหวต่ออารมณ์ มันก็

เป็นทุกข์ เจออะไรนิด เจออะไรหน่อย ทนไม่ไหว จิตไม่ทานทน
จิตไม่หนักแน่น จิตไม่ปล่อยวาง ยิ่งถูกลี้น้อยอย่างตามใจ ตามใจ
จนเคยตัว ยิ่งอ่อนแอลงมากขึ้น

ฉะนั้น เรามาฝึก ก็เพื่อเพิ่มสมรรถภาพของจิตใจ ให้มัน
หนักแน่น ไม่หวั่นไหว เพื่อรู้ ละ สละ วาง เราจะได้พัฒนา
สะสมเหตุปัจจัย ที่จะก้าวไปสู่วิมุตติความหลุดพ้น เป้าหมาย
สูงสุดของเราคือวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลส แต่ระหว่างที่ยัง
ไม่หลุดพ้นโดยเด็ดขาด เราก็จะอยู่กับโลกนี้ได้ ผ่อนปรนต่อ
ความทุกข์มากขึ้น ถ้าเราไม่มีกรรมฐานเลย เราจะทุกข์ ทุกข์
มากกว่าธรรมดา ก็เพราะไปแก้ผิด พอมีเรื่องอะไรเสียใจ ก็ไป
กินเหล้าเมายา ไปเสพยาเสพติด ลืมไปพักหนึ่ง เริ่มมีปัญหาอื่น
ตามมาอีก แต่ถ้าเราปฏิบัติกรรมฐานเป็น เราอยู่ตรงไหน ก็แก้ไข
ของเรา อยู่คนเดียวเราก็สามารถจะคลายทุกข์ มีความสุขของเรา
ได้ ฉะนั้น ขอให้เราได้สนใจพากเพียรประพฤติปฏิบัติ

ตามที่ได้แสดงมาก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้
ขอความสุข ความเจริญในธรรม จงมีแก่ทุกท่านเทอญ ❀



ภพภูมิในสังสารวัฏ



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอนอบน้อมแด่พระรัตนตรัย
ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติสัมมาปฏิบัติ
ธรรมทั้งหลาย โอกาสต่อไปนี้ก็จะได้ปรารภธรรมะตามหลัก
คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นการ
ส่งเสริมศรัทธาปสาทะ สติ สมาธิ ปัญญาจากการฟังมาสู่
การภาวนา เกิดปัญญารู้แจ้ง รู้ความจริงทั้งตัวตนพื้นปวงมาร
ธรรมะทั้งหลายก็จะรวมสู่มารู้ในกายใจตัวเอง ไม่ใช่รู้ออกไป
ข้างนอก

การรู้ความจริง จะต้องรับรู้เข้ามาสู่กายใจของตนที่กำลัง
ปรากฏอยู่ ให้รู้จักความจริงของชีวิต โดยอาศัยการภาวนา การ
ศึกษาจากการฟัง ก็เป็นเพียงเพื่อให้รู้จักแนวทางของการปฏิบัติ
แต่ที่สุดเราต้องน้อมนำมาสู่การภาวนา เรียกว่า ปฏิบัติ

ปริยัติ คือการศึกษาเล่าเรียน **ปฏิบัติ** คือการลงมือภาวนา **ปฏิเวธ** ก็เป็นผลเกิดขึ้น ผลของการเจริญสมถกรรมฐานก็ให้บรรลुฌานบรรลुโลกียอภิญญา ปฏิบัติเจริญวิปัสสนากรรมฐานก็ให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า โลกุตระธรรม ๙ โลกุตระธรรมที่พ้นโลก เหนือโลก ประกอบด้วยมรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ มรรคเป็นกุศล ผลเป็นวิบาก มรรคเป็นฝ่ายเหตุ เป็นฝ่ายกุศล เป็นโลกุตระกุศล ผลก็เป็นวิบากก็เป็นผลของมรรค วิบากก็คือผล

มรรค ๔ ประกอบด้วย

๑. โสดาปัตติมรรค
๒. สกทาคามิมรรค
๓. อนาคามิมรรค
๔. อรหัตมรรค

ผล ๔ ประกอบด้วย

๑. โสดาปัตติผล
๒. สกทาคามีผล
๓. อนาคามีผล
๔. อรหัตผล

บุรุษบุคคล ๘ นับเรียงตัวบุรุษคือ มรรค ๔ ผล ๔ เป็นมรรคจิต เป็นผลจิต คือเป็นจิตปรমัตถ์ มรรคก็เป็นจิตปรมัตถ์ ผลก็เป็นจิตปรมัตถ์ คือว่าโดยความเป็นจริงแท้ๆ หรือปรมัตถ์

นั้น มรรคผลเป็นจิตปรমัตถ์ ส่วนนิพพานก็เป็นนิพพานปรมัตถ์
คนละอย่างกัน มรรค ผล นิพพาน เป็นคนละสภาพกัน คนละ
ปรมัตถ์กัน

ปรมัตถธรรม มีอยู่ ๔ อย่างคือ

๑. รูปปรมัตถ์
๒. เจตสิกปรมัตถ์
๓. จิตปรมัตถ์
๔. นิพพานปรมัตถ์

หรือพูดย่อๆ ว่า รูป เจตสิก จิต นิพพาน หรือว่า จิต
เจตสิก รูป นิพพาน

ปรมัตถธรรมมี ๔ ได้แก่ จิต เจตสิก รูป นิพพาน ฉะนั้น
มรรคจิตไม่ใช่นิพพาน ผลจิตไม่ใช่นิพพาน คนละอย่างกัน
คนละธรรมชาติกัน รูปปรมัตถ์ก็จะมีลักษณะเสื่อมสิ้นสลายไป
เป็นธรรมชาติ คือไม่ใช่สัตว์ บุคคล ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ตัวตน
ของเรา เรียกว่าเป็นธรรมชาติ มีลักษณะเสื่อมสิ้นสลายไป รูป
แต่ละรูปจะมีความเกิดดับเปลี่ยนแปลงเสื่อมสลาย ก็ไม่ใช่สัตว์
บุคคล ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เจตสิกปรมัตถ์ก็เป็น
ธรรมชาติที่ประกอบกับจิต จิตปรมัตถ์ก็เป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์
นิพพานปรมัตถ์ก็เป็นธรรมชาติที่สันติลักษณะ สงบจากรูปนาม
ขั้นที่ ๕

ฉะนั้น ในสภาพความเป็นจริงของชีวิต สิ่งประกอบเป็นชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย ก็จะประกอบ ด้วยปรมัตถธรรม ๓ อย่าง คือ **รูป จิต เจตสิก** ขาดนิพพาน ปุถุชนยังขาดนิพพาน ยังไม่เกิดนิพพาน ยังไม่มีนิพพานเกิดขึ้น ปุถุชนยังไม่มีโอกาส รู้จักนิพพานจริงๆ ได้ เพราะฉะนั้นนิพพานเป็นธรรมเหนือโลก พ้นโลก จิตของปุถุชนก็จะอยู่ในฝ่ายโลกียจิต จิตที่เป็นโลกุตระ คือ มรรคจิต ผลจิตนั้น ปุถุชนไม่มีเกิดขึ้น เพราะถ้าเกิดขึ้นเมื่อไร ก็เป็นอริยบุคคลทันที โสดาปัตติมรรคเกิดขึ้น โสดาปัตติผลเกิดต่อ ก็เป็นอริยบุคคล ฉะนั้นปุถุชนยังไม่เคยพบนิพพาน สภาพจิต เกิดขึ้นก็เป็นจิตในส่วนของโลกียะเท่านั้น คือจิตที่ยังข้องอยู่กับโลกอยู่ ข้องอยู่ในอารมณ์ที่เป็นไปกับโลก

โลกนี้ก็มิอยู่ ๓ โลกด้วยกัน

๑. กามโลก

๒. รูปโลก

๓. อรูปโลก

กามโลก ก็คือ โลกที่จิตยังข้องอยู่ในกาม ยังเป็นไปในกาม อารมณ์เป็นส่วนใหญ่

รูปโลก ก็เป็นโลกของจิตที่เป็นไปในอารมณ์ที่ไม่เกี่ยวกับ กาม

อรูปโลก ก็เป็นโลกแห่งจิตที่เป็นไปกับอารมณ์ที่ไม่เกี่ยวกับ รูป เป็นอรูป

ฉะนั้น ถ้าว่าโดยที่อยู่ที่เกิดของสัตว์ทั้งหลายในกามโลกหรือ
ในกามภพ ก็จะมีอยู่ ๑๑ ภพ ๑๑ ภูมิด้วยกัน เรียกว่า กามภูมิ
๑๑ ภูมิที่ยังต้องเป็นไปในกามเป็นส่วนมาก มีอยู่ ๑๑ ภูมิ
เป็นที่เกิดของสัตว์ทั้งหลายที่ยังต้องอยู่ในกาม ยังติดอยู่ในรูป
ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในสัมผัสที่น่าใคร่ น่าปรารถนา

๑๑ ภูมิมีอะไรบ้าง ก็ แบ่งออกเป็น กามทุกคติภูมิ ๔ และ
กามสุคติภูมิ ๗

กามทุกคติภูมิ ๔ ได้แก่อะไร ก็ได้แก่ อบายภูมิ ๔ คือ
นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน พวกนี้จิตก็ยังต้องอยู่ในกาม
เป็นกามทุกคติไปสู่ในที่ไม่ดี เป็นทุกคติภูมิ ไปด้วยบาป ไปด้วย
อกุศลกรรม บุคคลที่ทำอกุศลกรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ
ทางกายก็มีการฆ่า เช่นฆ่า ประหัตประหารชีวิตเขา ลักขโมย
ฉ้อโกง ทุจริตทรัพย์สินเงินทองของเขา ประพฤติผิดในกาม
เป็นขู้สามีภรรยา นอกใจคู่ครอง ไปล่วงละเมิดทางเพศ ประพฤติ
ผิด เป็นการทำบาปทางกาย เรียกว่า กายทุจริต โทหก พุดจา
โทหก หลอกลวง พุดจาหยาบคาย ด่าทอ พุดจาส่อเสียด ยุยงให้
เขาโกรธเกลียดกันแตกแยกกัน พุดจาเพ้อเจ้อ เหลวไหล ไร้สาระ
ก็เป็นทุจริตทางวาจา เป็นความชั่วทางวาจา เป็นบาปทางวาจา
เฟื่องเลื่องจะเอาของเขามาเป็นของตน ด้วยทุจริต พยาบาทอาฆาต
เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม นี่ก็เป็นความชั่วทางใจ ฉะนั้น

พวกนี้ก็จะมิตีไปสู่อุคติภูมิ กามอุคติภูมิ เรียกว่าอุคติภูมิเฉยๆ ก็เป็นที่รู้จัก เพราะว่าเป็นอุคติภูมิมันมีแต่อย่างเดียว คือทุกข์ทั้งนั้น นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน

ส่วนอุคติภูมิ สุกติแปลว่าไปดี คติ แปลว่า ไป สุข แปลว่า ดี ไปดีก็คือ กามอุคติภูมิ ได้แก่ มนุษย์ ๑ สวรรค์ ๖ ใช้คำว่า กามอุคติภูมิ เพราะว่าอุคติภูมินั้น ที่ไม่เกี่ยวกับกามมีอยู่ ก็คือ ในรูปภูมิ อรูปภูมิ ที่ไปดี ไม่ใช่มีแต่มนุษย์ สวรรค์เท่านั้น ยังมีพรหมด้วย ฉะนั้น ระดับมนุษย์ ระดับสวรรค์ หรือเทวดา ยังข้องอยู่ในกาม จึงเรียกว่ากามอุคติภูมิ เรียกว่าข้องอยู่ในกาม แต่ว่ามาอยู่ในกามภูมิที่ดีหน่อย

มนุษย์มาด้วยบุญ มาด้วยกุศล มีศีล ๕ รักษาศีล ๕ รักษา กุศลกรรมบถมาดี ก็มาเกิดเป็นมนุษย์ มีหิริโอตตัปปะ ละอาย ต่อบาป เกรงกลัวต่อบาป หมั่นบำเพ็ญกุศล ความดีต่างๆ ก็เกิด เป็นเทวดา เป็นเทพบุตรเทพธิดาในสวรรค์ ซึ่งมี ๖ ชั้นด้วยกัน ก็แล้วแต่ว่าทำกุศลนั้นประณีต ไม่ประณีต คนที่ทำกุศลประณีต ก็อยู่ในสวรรค์ชั้นสูงขึ้นไป อย่างเช่น การบริจาคทาน บางคน ก็ทำแบบไม่ประณีต สิ่งของที่ไม่ประณีต บางคนประณีต ตบแต่ง ภาชนะสิ่งของอะไรต่างๆ พิถีพิถัน ทำบุญเหมือนกัน แต่ว่าบางคน พิถีพิถันจัดของ ก็ต้องเอาของดีเอาของประณีต ตบแต่งประดิด ประดอย จะเป็นภาชนะอะไรใส่ ตลอดทั้งตนเองก็ต้องใส่เสื้อผ้า

สะอาดไป อะไรต่างๆ เรียกว่า ทำบุญประณีต

ในสวรรค์ก็มี ๖ ชั้น ตั้งแต่จาตุมหาราชิกา สวรรค์ชั้นที่ ๑ ชื่อสถานที่ในโลกมนุษย์ก็มี วัดเกตุมะ สวรรค์ชั้นที่ ๒ ดาวดึงส์ เป็นชื่อวัดก็มี สวรรค์ชั้นที่ ๓ ยามา ไม่มีวัดชื่อยามา ชื่อคนมีไหม ชื่อยามา ไปตั้งชื่อก็ได้ยามา สวรรค์ชั้นที่ ๔ ดุสิต มีสวนดุสิต โรงแรมดุสิต สวนสนันทาก็เป็นชื่อสวรรค์ สวนสุจิตรา ศาลาสุทธรรมา จุฬามณีอะไรต่างๆ ก็เป็นเรื่องชื่อบนสวรรค์ สวรรค์ชั้นที่ ๕ นิมมานรดี ก็มีชื่อวัด สวรรค์ชั้นที่ ๖ ปรนิมมิต-วสวัตติ ไม่มีชื่อวัดนี้ คงเห็นยาวเกินไป อันนี้ก็อยู่ในกามสุคติภูมิ มาดีก็ตามเป็นสุคติ มาด้วยบุญ แต่ว่ายังข้องอยู่ในกาม เทวดาก็ยังติดชอบในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะที่น่าใคร่ที่น่าปรารถนา ยังมีครอบครวั เทวดาก็มีสามีภรรยา

ส่วน รูปโลก อันนั้นก็คือ รูปพรหม รูปภาพ เป็นที่อยู่ของพรหม รูปพรหมมี ๑๖ ชั้นด้วยกันใน ๑๖ ชั้น มีอยู่ชั้นหนึ่งชื่อว่า อัสัญญัสตตาพรหม มีแต่รูปชั้นนี้ ไม่มีนามชั้นนี้ ไม่มีเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็เหมือนเป็นหุ่น มีแต่ร่างกาย ไม่มีจิตใจ ส่วนชั้นอื่นๆ มีทั้งรูปทั้งนาม มีตา มีหู มีอวัยวะ แต่ว่าพรหมจะไม่มีเพศแห่งความเป็นหญิงเป็นชาย ไม่ต่างกัน เพราะว่าจิตเขาปราศจากกาม พรหมไม่มีความใคร่ในกาม จึงไม่มีเพศ และก็ปราศจากโทสะ พรหมไม่มีโกรธ

ฉะนั้น คุณธรรมของพรหมคือเมตตา เมตตาเป็นคำที่ตรงกันข้ามกับโทสะ เมื่อไม่มีโทสะก็เท่ากับมีเมตตา คนที่มีเมตตา มีกรุณา เมตตาก็คือความปรารถนาดี กรุณาก็เป็นความสงสาร สงสารก็คือช่วยเหลือ คิดช่วยเหลือต่อทุกสัขิตส์ตว์* เห็นสัตว์ที่กำลังได้รับความทุกข์ ก็มีจิตกรุณา ใคร่ช่วยเหลือ มุทิตาพลอยยินดีต่อสัขิตส์ตว์ เห็นเขาได้ดีก็พลอยชื่นชมยินดีไปด้วย ที่เราใช้นุโมทนาสาธุ คือพลอยยินดีตามด้วยที่เขาทำดี เขาทำความดี เราก็นุโมทนาสาธุ อุเบกขา วางเฉย ไม่ยินดี ยินร้าย ไม่เสียใจ ไม่เศร้าใจ เมื่อช่วยไม่ไหว ก็พิจารณาเป็นกรรมของสัตว์ ต้องวางอุเบกขา

อะไรที่ช่วยไม่ได้แล้ว เราไม่วางอุเบกขาจะเสียใจ จะเกิดความเศร้าโศกเสียใจ อย่างเรามีญาติป่วย พ่อแม่ สามิภรรยา ลูกอันเป็นที่รักป่วย หรือว่าต้องมาล้มหายตายจาก สุตวิสัยที่จะช่วยได้ โรคบางอย่าง ถ้าเราไม่รู้จักพิจารณาว่า นี่ก็เป็นไปตามกฎแห่งกรรม เป็นกรรมของสัตว์ต้องเป็นไปอย่างนี้ ถ้าเราไม่วางเฉยก็จะเศร้าโศกพิไรรำพัน เสียอกเสียใจ ก็เกิดทุกข์ขึ้นมา ฉะนั้น บางอย่างต้องรู้จักอุเบกขา สุตที่จะช่วย สุตวิสัยที่จะช่วย พิจารณากรรมของสัตว์ ที่เราไปปิดประตูหนีบจึงจกตาย จึงจกมันก็ชอบหลบไปตรงสันประตู พอเราเปิดก็หลบไปตรงสันประตู

* สัขิตส์ตว์ หมายถึง สัตว์ซึ่งมีสุขเป็นอารมณ์

พอปิดก็หนีบแบนพอดี โยมไปดูตามประตูมิกลื่นตุๆ ไปดู จิ้งจก
แบนหมด ถ้าเราไม่เจริญอุเบกขา เราจะเศร้าโศกเสียใจ เราไปทำ
เขาตายเศร้าหมอง บาปตอนเศร้าหมอง ที่จริง การไม่มีเจตนา
ไม่บาป ไม่มีเจตนา ไม่ได้ตั้งใจ คือไม่ขาด แต่มันมาบาปตอน
เศร้าหมอง

จิตที่เศร้าหมองเป็นฝ่ายอกุศล โทมนัส เศร้าโศกเสียใจ
โกรธ เสียอกเสียใจก็เป็นจิตกลุ่มของโทสะ ถ้าเราพิจารณาเป็น
กรรมของสัตว์ นึกถึงว่าเราไม่มีเจตนา ตรวจวัดใจดูไม่มีเจตนา
ไม่บาป กรรมของสัตว์นะ แต่เราก็รู้ว่าต่อไประมัดระวังหน่อย
คือเราทำอะไรระมัดระวัง ตรวจดูรอบคอบ บางทีมันก็เป็น
กฏัตตากรรมเหมือนกัน กรรมเล็กน้อย การทำโดยประมาท
อย่างนี้ก็ต้องคอยดู

อาตมาเหมือนกัน เจอหนีบเหมือนกัน ใจที่ไม่รู้ก็มี หนีบ
ไปแล้วก็ไม่รู้ มาเจอตามสันประตูแบนติด บางครั้งล่องลงมาทันที
ดังกร๊อบ รีบเบรคไว้ ร่วงลงมาทางหลุด ยังไม่ตายก็มี เราก็ต้อง
พิจารณากรรมของสัตว์เขามีบาป เขาทำบาปไว้ในอดีต เขาต้องมา
ใช้หนี้กรรม คือมันอยู่ด้านแบนก็ไม่ใช่ไรหลบเข้ามาด้านสัน มัน
ก็หนีบทันที ปิดประตูหน้าต่างมักจะโดนจิ้งจก เราก็ต้องรอบคอบ

ฉะนั้น พรหมก็จะไม่มีเศร้าโศก จิตเสียใจ เศร้าโศกร้องไห้
พิไรรำพันไม่มี เพราะจิตโทสะเขาไม่มีเกิดขึ้น จึงเรียกว่าเป็นผู้มี

เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ใครที่มีคุณธรรม ๔ ประการนี้
จึงถือว่าเป็นผู้ใหญ่ เป็นพรหม อยู่อย่างพรหม ฉะนั้น พ่อแม่
มีเมตตาต่อลูก มีกรุณาสงสารช่วยเหลือลูก มีมุทิตาพลอยยินดี
ต่อลูก มีอุเบกขาวางเฉยต่อลูก แม้ว่าลูกจะกระທกທးທံ
เบียดเบียน ทำร้าย ด่าทอล่วงเกิน พ่อแม่ก็ให้อภัยวางเฉย ท่าน
จึงอุปมาพ่อแม่เหมือนเป็นพรหมของบุตร แต่ที่จริงแล้วยัง
ไม่ใช่เต็มทีนัก ยังไม่ใช่เป็นเมตตาแท้ทีเดียว เพราะฉะนั้น
มันจึงมีความเศร้าโศกตามมาได้ พอลูกไม่ได้อย่างใจก็เศร้าโศก
ถ้าเมตตาจริงๆ แท้ๆ จริงๆ จะไม่เศร้าโศก

เพราะฉะนั้น จิตบางคน สามีภรรยาเขาอยู่กันมา เขามี
เมตตาต่อกัน มันไม่ใช่ เป็นเมตตาเทียมเรียกว่าตัณหาเปมะ
ตัณหาเปมะ เป็นเมตตาเทียม คือเป็นความรักเทียม เมตตาแปล
ว่าความรัก คือความปรารถนาดี เรียกว่าความรัก ความรักของ
หนุ่มสาวเป็นตัณหาเปมะ ไม่ใช่เมตตาจริง เป็นความรักที่เป็น
ตัณหา เพราะฉะนั้น ถ้าไม่ได้อย่างใจ ก็จะโกรธ จะเสียใจ แต่
ถ้าเป็นเมตตาจริง เมตตาแท้ๆ เป็นกุศล เป็นมหากุศล จะไม่มี
ความเศร้าโศกในสิ่งที่บุคคลที่เรามีเมตตาต่อเขา เขาจะไปอย่างไร
ก็ไม่เสียใจ คนที่มีเมตตาต่อกัน มีสามีภรรยาบางคู่ ถึงจะไม่ได้
เกี่ยวข้องกันในด้านสามีภรรยา ในด้านเพศ แต่เขามีเมตตาต่อกัน
เขาก็อยู่ด้วยกันมีเมตตา มีกรุณาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นเมตตา
แม้แต่คนหนึ่งจะไปมีคู่ใหม่ หรือไปอย่างอื่นก็ไม่เสียใจ เพราะว่า

เป็นเมตตา เขามีความสุขก็ใช้ได้ มันยากใช้ใหม่ ส่วนมากเป็น
ค้นหาเปมะ เป็นเมตตาเทียม

อสังขยัตตตาพรหม พรหมที่มีแต่รูป ไปเกิดด้วยการที่
ตอนเป็นมนุษย์เจริญสมถกรรมฐานได้ปฐมฌาน ทุตติยฌาน
ตติยฌาน จตุตถฌาน ปัญจฌาน ได้รูปฌานสูงสุด แล้วก็มี
ความรู้สึ่ว่าการที่ชีวิตมันเป็นทุกข์อยู่นี้ เพราะว่ามันมีจิตใจนี้เอง
จิตใจต้องคอยรับรู้ มันก็เลยต้องมาทุกข์ ต้องมาเห็น ต้องมาได้ยิน
ต้องมารู้กลิ่น รู้รส ต้องมารู้สัมผัส ต้องมาคิดนึก ต้องรู้เรื่องราว
ก็เป็นทุกข์ เขาก็เลยอธิษฐานให้ไม่มีจิตใจ แรงอธิษฐาน บวกกับ
อำนาจของฌาน คนที่มีฌาน เวลาอธิษฐานอะไรเป็นไปตาม
อย่างนั้น ฉะนั้นพวกที่ได้ฌาน ได้อภิญญา พวกฤาษี พวกนี้
เวลาเขาอธิษฐานอะไรก็เป็นอย่างนั้น บางทีสาปแช่งกันก็เป็นไป
อย่างนั้น เพราะว่าสมาธิเขาสูง เวลาตั้งความปรารถนาอะไรก็จะ
เป็นอย่างนั้น ฉะนั้นเมื่อเขาตั้งความปรารถนาไม่ต้องการจะมีจิตใจ
พอตายก็ไปเกิดเป็นพรหมที่ไม่มีจิตใจ มีแต่รูปเรียกว่า อสังขย-
ัตตตาพรหม

ส่วนอรูปโลก คือ อรูปภูมิ ก็เป็นภูมิที่อยู่ของพรหมที่ไม่มี
รูป พวกนี้ ไม่มีรูป มีแต่นาม มีแต่จิตใจ ไม่มีตา หู จมูก ลิ้น
ร่างกาย อวัยวะต่างๆ ไม่มี เรียกว่าสัตว์ที่มีชั้น ๔ ชั้น คือมี
เวทนาชั้น ๓ สัญญาชั้น ๓ สังขารชั้น ๓ วิญญาณชั้น ๓ ส่วนอสังขย-

สัตตภาพรหม มีชั้นชั้นเดียว คือ รูปชั้น นอกนั้นมีชั้น ๕ ชั้น

นับรวมแล้วก็ภูมิ

กามภูมิ ๑๑ รูปภูมิ ๑๖ อรูปภูมิ ๔ เป็น ๓๑ ภูมิ มีชั้นชั้นเดียวอยู่ ๑ ภูมิ คือ อสัณณสัตตภาพรหม มีชั้น ๔ ชั้นอยู่ ๔ ภูมิก็คือ อรูปภูมิ อรูปพรหม

นอกนั้นมีชั้นครบ ๕ ชั้น ก็ภูมิ ๒๖ ภูมิ ใน ๒๖ ก็คือ อบายภูมิ ๔ (นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน) มนุษย์ ๑ เทวดาสวรรค์ ๖ และกัมมภูมิ ๑๕ “ปัญญาโวการภูมิ” คือ ภูมิที่มีชั้น ๕ ชั้น

ฉะนั้นสัตว์เดรัจฉาน หมา แมว จิ้งจก ตั๊กแก เป็ด ไก่ กุ้ง หอย ปู ปลา มีชั้น ๕ ชั้นหมด เขามีรูป มีเวทนา เวทนามีเป็นความรู้สึกส่วยอารมณ์ สุข ทุกข์ เฉยๆ เอามิดไปทิ่มไปแทงเขาก็เจ็บปวด เขาก็มีสัญญา จำได้หมายรู้ มีสังขารปรุงแต่ง มีความโกรธ โลภ หลง มีจิตใจเหมือนกัน แต่ว่าเขาหลงมาก สัตว์เดรัจฉานไม่รู้เรื่อง หลงมาก มนุษย์ก็ยังไม่หลุด แต่ก็ยังมีสติปัญญาที่จะศึกษาที่จะปฏิบัติ ที่จะพัฒนาตัวเองให้สูงส่ง จนกระทั่งหลุดพ้นจากกองทุกข์ได้ เทวดาก็ปฏิบัติตนเองหลุดพ้นได้

พรหมก็เหมือนกัน มีรูปพรหม กับอสังขณัตตาพรหม
อสังขณัตตาพรหมปฏิบัติไม่ได้ ไม่มีจิตวิญญาณ รูปพรหม
ถ้าเป็นปุถุชนไปเกิด ก็ปฏิบัติบรรลุมรรค ผล นิพพาน ไม่เป็น
ปฏิบัติไม่ถูก ไม่มีใครจะไปสอนได้ ไม่มีตา ไม่มีหูจะรับสื่อธรรมะ
ได้ แต่ถ้าเป็นอรูปพรหมที่เป็นอริยบุคคลไปเกิด อันนี้เขาปฏิบัติ
ต่อได้ ถึงไม่มีรูป มีแต่นาม ปฏิบัติบรรลุนิยบุคคลขั้นสูงขึ้นไปได้
จะนั้นความเป็นอริยบุคคลเกิดต่อไป ก็จะเกิดได้ทั้งที่เป็นมนุษย์
ก็มี เกิดเป็นเทวดา เกิดเป็นพรหม เป็นรูปพรหม เป็นอรูปพรหม
ถ้าได้ฌานด้วย เป็นอริยบุคคลที่ได้ฌานก็ไปเกิดเป็นพรหม

พรหมก็มีหลายชั้นต่างๆ แล้วแต่ลำดับของฌาน ถ้าเป็น
อนาคามี มีอินทรีย์ ๕ อย่างใดอย่างหนึ่งแก่กล้าก็ไปเกิดอยู่ใน
พรหมที่เรียกว่าสุทธาวาส สุทธาวาสเป็นชื่อของพรหม เป็นชื่อ
ของภพภูมิของพรหม ซึ่งมีอยู่ ๕ ชั้นด้วยกัน ก็เอามาตั้งชื่อเป็น
ชื่อวัดก็มีวัดสุทธาวาส ฉะนั้น ผู้ที่เป็นอนาคามี เมื่อท่านไปเกิด
ในสุทธาวาส ท่านก็จะบรรลุธรรมชั้นสูง คือเป็นพระอรหันต์ที่นั้น
จะยังไม่พากเพียร อย่างไรที่สุดก็เป็นพระอรหันต์จนได้

ฉะนั้นใน ๓๑ ภูมิ โยมไปเกิดมาก็ภูมิแล้ว สุทธาวาส
ยกเว้นไป เพราะว่าเป็นที่อยู่โดยเฉพาะของพระอนาคามีเท่านั้น
สุทธาวาส โยมไม่เคยไปเกิดแน่นอน นอกนั้นไปเกิดมาแล้ว
ทั้งหมด ทุกคนเป็นพรหมก็เคยเป็น เทวดาก็เคยเป็น มนุษย์ก็

เคยเป็น นรกอภัยไปบ่อยไหม เปเรต อสุรกาย ลัทธิ เดรัจฉาน
ในอบายภูมิต่อมาจน วนเวียน เวียนว่ายตายเกิดไปได้หมด
แสดงว่าไม่พ้นทุกข์ เคยเป็นพรหมก็เคยเป็นมา เป็นเทวดาก็เคย
ไม่พ้น ก็ยังมาเป็นบุคคลคนหนึ่งที่มาอยู่ตรงนี้ ยังมาแก้
มาเจ็บ มาตาย อยู่ทุกวัน

เคยเป็นใหญ่เป็นโตมาก็มี เคยเป็นพระราชา พระราชินี
เคยเป็นกษัตริย์ มาถึงภพ ก็ชาติ เคยเป็นเศรษฐีมหาเศรษฐีมา
เคยเป็นใหญ่เป็นโตมาทุกคน เคยเป็นใหญ่เป็นโตมาแล้วทั้งนั้น
ก็ไม่เห็นไปอย่างไร ก็ยังมาเกิด แก่ เจ็บ ตายอยู่อย่างนี้ ยังมา
คอยหลบหนีอย่างนี้อีก ยังมาปวดหลัง ปวดขาอยู่ หนาม็ด
ยาดม ยาหม่องกันอยู่อย่างนี้ ให้พิจารณาอย่างนี้ว่า การที่
เราปล่อยชีวิตยังเป็นไปในสังสารวัฏ ยังไม่พ้นทุกข์ คงจะเปลี่ยน
เสียก็เคยเป็นมา คนยากจนยาก ขอดทานคนซึ่งทุกข์ถึงเคย
เป็นมาแล้วทั้งนั้นเป็นคนอนาถาอยากไว้ เป็นคนพิกุลพิกุล

พระพุทธเจ้าเคยตรัสกับภิกษุสงฆ์ว่า “การที่เธอเห็นบุคคล
อื่น ลัทธิอื่น ไม่ว่าจะเป็นยาก อดยาก ง่ายเปลี่ยนเสียยากไว้
ก็ตาม หรือว่าเป็นผู้มั่งคั่งสมบูรณ์ ให้รู้ว่าเราเคยเป็นอย่างนี้มาแล้ว”
ไปเห็นคนกระจองอกง่อยอะไรต่างๆ ให้รู้ว่าเราเคยเป็นอย่างนี้
มาแล้ว น่าสมเพชเวทนาไหม หมาขี้เรื้อนที่วิ่งโงๆ โงๆ คับ
นอนตรงนี้ก็คับ วิ่งไปตรงโน้นก็คับ เราเป็นมาสารพัดอย่าง

ไม่เบื่อบ้างเลยหรือ แล้วที่เราเคยเป็นใหญ่เป็นโต ยศถาบรรดาศักดิ์สูงส่งขนาดไหนก็เคยเป็น เราไม่ต้องไปไฝ่ฝันอีก เพราะมันเคยเป็นมามากแล้ว มันก็ไม่ไปยังไง ก็ยังมาแก่ เจ็บ ตายกันอยู่อย่างนี้ สิ่งที่เราผ่านมา เคยทุกข์ เคยยากลำบาก เคยร้องไห้ ร้องให้ เสียใจ น้ำตาหลังไหลออกมามากกว่าน้ำในมหาสมุทร ก็เป็นสิ่งที่ผ่านมาแล้ว ผ่านทุกข์มาแล้วมากมาย

แต่ว่ากาลข้างหน้ายังจะเจออย่างนี้อีกไหม ข้อสำคัญ ยังจะเจอทุกข์อย่างนี้อีกไหม ยังจะเจอนรกจะเจอเปรต เคยไปนรก เป็นเปรต เป็นอสุรกายไหม เป็นลัทธิเดรัจฉานไหม เป็นคนง่อยเปลี้ยเสียขา เป็นคนยากจนอนาถาอดอยาก เจ็บป่วย ถูกฆ่า ถูกทำร้าย อะไรนี่ มันรอคอยเราอยู่ในกาลข้างหน้า แล้วมันไม่ใช่ครั้งเดียว มันซ้ำๆ อยู่ น่ากลัว อบายภูมิที่ยังรอคอย ชีวิตเรานี้ยังมีโอกาสเจอ

ฉะนั้นเรื่องปัญหาชีวิตเราในปัจจุบันนี้ ไม่ใช่เรื่องสำคัญอะไร ไม่ใช่เรื่องใหญ่ คนนั้นเป็นอย่างนั้น คนนี้เป็นอย่างนี้ คนนั้นไม่ได้เข้าใจเรา คนโน้นไม่ได้เข้าใจเรา ปัญหาคนนั้น ปัญหาคนนี้เป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องชั่วคราว ปัญหาต่างๆ ที่เราเจอที่เราบางคนถือเป็นเรื่องใหญ่ ทนไม่ไหวต้องฆ่าตัวตาย ทั้งๆ ที่เป็นเรื่องชั่วคราว มันเป็นฉาก หนๆ ไปเดี๋ยวก็ผ่านไป อย่างน้อยมันต้องตายเองอยู่แล้ว ก็หมดจบฉากอยู่แล้ว มีทุกข์ขนาดไหน

ก็ไม่ใช่จะคงที่ ฉะนั้นถ้าเราเข้าใจเราอดทนไปสักพัก เดี่ยวทุกข์ เหล่านั้นก็หมดไป ไม่มีใครร้องไห้ตลอดปี ตลอดชาติ เดี่ยวก็หัวเราะได้

ฉะนั้นคนที่ไปเจอปัญหา เขาคิดว่าหมดแล้ว ชีวิตทุกข์ ไม่มีใครทุกข์เท่าตัวเองแล้ว ก็ทนไม่ได้แล้ว ทั้งๆ ที่มันเป็นเพียงฉากชั่วระยะหนึ่ง เดี่ยวมันก็ผ่านไป เมื่อมันมีฟ้ามีฝนมา เดี่ยวมันก็ผ่านไป มันไม่ใช่มีฝนมีฟ้าตกอยู่ตลอดเวลา เดี่ยวมันก็ผ่านไป มันมีดอย่างนี้ มันก็ไม่ใช่มีดตลอดเวลา เดี่ยวมันก็สว้าง

เพราะฉะนั้น สิ่งที่มารอคอยเราอยู่ คือการเวียนว่ายตายเกิด มันเป็นเรื่องที่ยังน่ากลัว ที่เรายังหลุดพ้นไม่ได้ สังสารวัฏนี้มันเป็นปัญหาใหญ่อยู่ ปัญหาอื่นๆ ที่โยมเจอในชาติในปัจจุบันมีอะไรบ้าง เรื่องสามี เรื่องภรรยา เรื่องลูก เรื่องการงาน เรื่องหนี้สิน เรื่องอะไรมันไม่ใช่เรื่องใหญ่ เรื่องชีวิตที่เราจะต้องไปเวียนว่ายตายเกิด เกิด แก่ เจ็บ ตาย ซ้ำซาก เกิดในอบายภูมิมันหนักกว่าเพื่อน

ฉะนั้น เมื่อเรารู้อย่างนี้ ปัญหาเหล่านั้นให้มองเป็นเรื่องเล็ก เป็นเรื่องชั่วคราว เป็นเรื่องที่ไม่เป็นไร ได้อย่างนี้ก็ไม่เป็นไร เพราะว่าเดี๋ยวก็ผ่านไป ชีวิตพอถึงเวลาตาย มันก็จบทุกอย่างผ่านไปหมด แต่ว่าจิตวิญญาณของเราที่จะสืบต่อด้วยอำนาจกรรม ด้วยอำนาจตัณหา ด้วยอำนาจอวิชชาความไม่รู้ มันจะสืบต่อภาพชาติต่อๆ ไปไม่จบสิ้น

ฉะนั้นทางหลุดรอดของชีวิตมีอยู่ ทางที่จะหลุดพ้นจาก
กองทุกข์เหล่านี้มีอยู่ ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ที่พระพุทธเจ้าได้
แสดงธรรมไว้ให้ เรามาถึงระดับว่ามาเป็นมนุษย์ มาพบพระพุทธ-
ศาสนา เราจะไม่สนใจคำสอนของพระพุทธเจ้า และน้อมมาปฏิบัติ
หรือ ในเมื่อมีทางเดียว มีสิ่งเดียวที่จะทำให้ดับทุกข์ ที่จะพ้นทุกข์
คือการปฏิบัติตามคำสอนที่พระพุทธเจ้าได้วางไว้ งานอื่น การงาน
อื่นๆ ไม่ได้ทำให้เราพ้นทุกข์ได้ โยมจะไปทำงานอะไร อาชีพอะไร
ถึงจะพ้นทุกข์ ถึงจะพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตายได้ โยมจะ
มีเงินเท่าไรถึงจะพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย มียาอะไรไหม
ที่จะช่วยให้เราไม่แก่ ไม่ตาย

มีงานการอย่างเดียวคือ งานของการเจริญกรรมฐาน
โดยเฉพาะเจริญวิปัสสนากรรมฐานนี้เท่านั้น ที่จะทำให้เราพ้นทุกข์
ได้ ที่จะทำให้เราพ้นจากสังสารวัฏนี้ได้ และจะไม่เอาหรือ จะไม่
สนใจหรือ กับคำสอนที่พระพุทธเจ้าได้สอนไว้บอกไว้ โอกาสที่เรา
จะเกิดและก็มีชีวิตมาใกล้ต่อศาสนา มาพบพระพุทธศาสนา ไม่ใช่
เป็นเรื่องง่าย ตอนนั้นมาพบแล้ว เหลือแต่ว่าเราจะศึกษา และก็
ทำความเข้าใจ และก็นำมาปฏิบัติ เข้าใจแล้วก็ยังต้องปฏิบัติ
ต้องพากเพียร ต้องภาวนา

นั่นก็คือเราจะต้องปฏิบัติจนมีปัญญารู้แจ้งเห็นจริง เข้าใจ
เห็นแจ้งในชีวิตตนเองว่าชีวิตนี้มันเป็นเพียงสภาพธรรม เป็น

สภาวะธรรม หรือเป็นเพียงธรรมชาติที่มันเปลี่ยนแปลง มันเกิดดับ มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมัน เพราะมีเหตุปัจจัยประกอบขึ้นมา ชีวิตธรรมชาติเหล่านี้ก็เกิดขึ้นมา แต่ละขณะๆ เหตุปัจจัยหมดไป สภาวะธรรมเหล่านี้ก็หมดไปๆ มันเกิดขึ้นมันหมดไปอยู่ทุกขณะ สังขารร่างกาย จิตใจมันเกิดมันดับมันแตกดับตลอดเวลา ถ้าไปเกิดมีปัญญาเข้าไปรู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งเหล่านี้ได้ ก็ จะละกิเลสได้ ทำลายความหลงออกไปทำลายตัณหา ทำลายอุปาทาน ยอมรับกับความเป็นจริง

ทุกวันนี้ที่เราทุกข์เพราะอะไร เพราะเราไม่ยอมใช้ไหม ไม่ยอมรับกับความเปลี่ยนแปลง ไม่ยอมรับกับความทุกข์ กับความที่ต้องแตกดับ ไม่ยอมรับกับความจริงว่ามันไม่เป็นไปตาม ความปรารถนา เราไม่ยอมรับมันก็เลยทุกข์ มันก็เลยผิดหวัง มันก็เลยทุกข์ใจ แค้นใจ ทำไม่อย่างนั้น ทำไม่อย่างนี้ ทำไม่ไม่น่า อย่างนั้น ไม่น่าอย่างนี้ น่าจะเป็นอย่างนั้น น่าจะให้ได้อย่างนี้ ทำไม่จึงไม่ยอม ทำไม่ใจเราจึงไม่ยอมลงปลงได้กับความเปลี่ยนแปลง ทำไม่จึงไม่ยอมรับกับความเปลี่ยนแปลง กับความที่จะต้องเปลี่ยนแปลงแตกดับ ไม่ว่าจะเป็นตนเอง ไม่ว่าจะเป็นบุคคลอื่นที่มา เกี่ยวข้องกับตนเอง ไม่ว่าจะเป็นวัตถุสิ่งของที่ต้องเปลี่ยนแปลง แตกดับ ทำไม่จึงไม่ยอม ใจทำไม่จึงไม่ยอมรับได้ เพราะว่ามัน ไม่เห็นแจ้งความจริง ว่าความเปลี่ยนแปลงนี้ มันเป็นธรรมดา ที่มันต้องเป็นของมันอย่างนั้น ความเป็นทุกข์ ความเกิดดับ

มันต้องเป็นของมันอย่างนั้น มันเป็นธรรมดาที่ต้องเป็นอย่างนั้น มันไม่สามารถจะบังคับบัญชาได้ เพราะไม่เห็นความจริงว่า ทุกสิ่งทุกอย่างนี้เขาต้องเป็นไปอย่างนั้น เขาต้องไม่เที่ยงอย่างนั้น เปลี่ยนอะไรไม่ได้ ความเปลี่ยนแปลงมาเปลี่ยนอะไรไม่ได้ ต้องเปลี่ยนแปลงตามเหตุตามปัจจัย

เพราะฉะนั้น เมื่อเราสามารถเข้าไปรู้เห็นถึงความเป็นจริงของธรรมชาติของชีวิตว่ามันเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุตามปัจจัย อย่างนี้เอง มันเกิด มันดับ เป็นของมันไปตามเหตุตามปัจจัย อย่างนี้ จะบังคับไม่ได้จะไปฝืนขึ้นธรรมชาติไม่ได้ ไปรู้แจ้งอย่างนี้ จริงๆ รู้ว่ามันฝืนมันขึ้น มันแก้ไม่ได้ มันต้องเป็นอย่างนี้ ใจมัน จึงยอม ใจยอมมันก็หลุดออกมา หลุดพ้นออกมา ปล่อยวาง ออกมา เพราะฉะนั้น เมื่อเจอสิ่งที่เปลี่ยนแปลงก็ไม่ทุกข์เพราะก็รู้ อยู่แล้วว่ามันต้องเปลี่ยนแปลงเจอความแตกดับก็ไม่ทุกข์ เพราะรู้ อยู่แล้วว่ามันต้องแตกดับ ฉะนั้นถ้าเราได้ยินได้ฟังคำสอนทำนองนี้ แม้ยังไม่เข้าไปเห็น ตัวรูป ตัวนาม เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยญาณวิปัสสนาญาณ เพียงแค่ที่เราฟังให้เข้าใจ คิดให้เป็นไปตามสอดคล้อง ก็ช่วยบรรเทาความโศกเศร้า ความทุกข์ไปได้เยอะ มันจะต่างกับคนที่ไม่มีธรรมะ ไม่ฟังธรรมไม่เคยพิจารณาในเรื่องนี้ พอเจอเหตุการณ์ต้องสูญเสียต้องพลัดพรากก็ดี จะทุกข์ใจมาก

แต่ถ้าคนที่รู้จักคิดพิจารณาเป็น เขาจะวางลงไปได้ จะมี
ทุกข์ก็ยังลดลงไป จะเศร้าโศกก็ยังน้อยลง ฉะนั้นถ้าเราเข้าไป
เศร้าโศก เราก็ทุกข์เพิ่มขึ้นอีก เสียแล้วก็ต้องมาเสียอีก เสียหาย
เสียบุคคลอันเป็นที่รัก เสียของอันเป็นที่รักและยังต้องมาเสียใจ
ตัวเองอีก ทุกข์ เสียใจเป็นความเสียซ้ำซ้อนขึ้นมาอีก เรียกว่า
เสียหาย แต่ถ้าเรารู้จักเข้าใจพิจารณา เข้าใจในธรรม เวลาสูญเสีย
มันจะวาง มันจะเข้าใจ มันยอมรับ ดีไม่ดีก็กลับได้ธรรมะ เจอ
ความทุกข์ เจอความผิดหวัง เจอความไม่สมความปรารถนา ก็ได้
ธรรมะ อ้อ...เป็นอย่างนี้ ชีวิตเป็นทุกข์อย่างนี้ เป็นของธรรมดา
ได้ปัญญา ได้ข้อคิดขึ้นมา อย่างนี้เรียกเสียแล้วได้ เสียแล้วได้
สติปัญญาขึ้นมา นี่ก็จะเป็นทางที่เราจะนำพาตนเองให้พ้นทุกข์

วันนี้ก็ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ ขอความสุขความเจริญ
ในธรรมจงมีแก่ทุกท่านเทอญ ❀



บุญกุศลเป็นสมบัติของตน ติดตัวตามตนไป
ใครจะมาโกงมาแย่งเอาไปไม่ได้ โจรปล้นไม่ได้
ไม่เหมือนสมบัติภายนอกอาจจะถูกโกง
อาจจะถูกแย่ง ถูกยึดยกออก ถูกจี้ปล้นเอาไป
ฉะนั้นสมบัติที่เรามีอยู่
เราก็ต้องรู้จักแปลงให้มาเป็นบุญ
เพราะมีแล้วไม่ได้ใช้
ก็ไม่ได้มีประโยชน์





พระเมษิยะ



นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอถวายความนอบน้อมแด่
พระรัตนตรัย ขอความผาสุก ความเจริญในธรรม จงมีแก่ญาติ
ลัมมาปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ต่อไปนี้ก็จะได้ปรารภธรรมะตามหลัก
คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อจะได้มีธรรม
สัญญา สัญญาในธรรม ที่จะเป็นเครื่องเตือนใจ ส่งเสริมข้อวัตร
ปฏิบัติ ความ پاکเพียร การขัดเกลาให้ยิ่งขึ้นไป

ในฐานะที่เรายังเป็นผู้ที่ยังต้องฝึกหัดพัฒนา ยังมีปัญหา
ก็คือเรายังมีทุกข์ ยังมีกิเลสอยู่ ยังมีกิจที่จะต้องกระทำ การมี
ธรรมสัญญา ความจำในธรรมไว้เป็นเครื่องระลึกเครื่องสอนก็เป็น
ส่วนสำคัญ หรือแม้แต่การมีพุทธสัญญา ความจำต่อพระพุทธรูป
ก็ยังเป็นเหตุเป็นปัจจัยแห่งความสุขความเจริญได้ พุทธสัญญา
ความจำต่อพระพุทธรูป ผู้ที่ระลึก ผู้ที่นึกถึงพระพุทธรูป ด้วย

ความเลื่อมใสศรัทธา เกิดปีติโสมนัส ยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้น
จะเป็นปัจจัยให้ชีวิตแห่งวัฏฏะที่เวียนว่ายตายเกิดก็จะไปสู่ในสุคติ
ภาพตลอดไปได้

อย่างเรื่องที่มีตัวอย่างของพุทธสาวกรูปหนึ่ง ที่ท่านอาศัย
พุทธสัญญา ความจำความเลื่อมใสต่อพระพุทธเจ้า เป็นเหตุให้
ท่าน ตลอดชีวิตแห่งการเวียนว่ายตายเกิดมา ๔๑ กัป ไม่เคย
ตกอบาย ไม่ไปอบายเลย จนกระทั่งมาสู่ชาติสุดท้าย แล้วก็ได้
สำเร็จเป็นพระอรหันต์ พุทธสาวกรูปนี้มีชื่อว่า **เมฆียเถระ**

พระเมฆียเถระเป็นภิกษุรูปหนึ่งที่ออกบวชจากศากยราช
ตระกูล ก็เรียกว่าเป็นลูกกษัตริย์ แล้วก็ขึ้นเชื้อสายศากยวงศ์
เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า ท่านออกบวชแล้วท่านก็ยังได้เป็นผู้ที่ได้
อุปัฏฐาก คือเป็นพุทธอุปัฏฐากพระพุทธเจ้า ตอนที่ยังไม่มีใครเป็น
พุทธอุปัฏฐากโดยแน่นอน

ในอดีตชาติของท่าน ของพระเมฆียเถระนี้ ถอยหลังไป
จากภพที่นี้ไป ๔๑ กัป ท่านเกิดในสมัยของพระพุทธเจ้าที่ทรง
พระนามว่าพระวิปัสสี พระวิปัสสีพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในครั้งนั้น
ท่านก็เกิดตระกูลสูง เหตุที่ทำให้อดีตพระเมฆียเถระท่านมี
พุทธสัญญา แล้วก็ขึ้นเหตุให้ท่านมีกุศลสั่งให้เวียนว่ายตายเกิดมา
ไม่เคยไปลงสู่อบายเลย ในครั้งนั้นเมื่อพระวิปัสสีพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้า ซึ่งได้ประกาศพระศาสนา จนกระทั่งมีภิกษุ ภิกษุณี

อุบาทก อุบาสิกา มั่นคงในพระธรรมวินัย แล้วพระพุทธรองค์
ก็ปลงอายุสังขาร ในการปลงอายุสังขารของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ย่อมจะเกิดแผ่นดินไหว ทุกพระองค์ เวลาปลงอายุสังขาร
แผ่นดินไหวสะเทือนสะท้าน ก็เป็นที่เกิดความกลัว หวั่นไหว
ประชาชนตกใจเกิดอะไรขึ้น จนกระทั่งท่านท้าวเวสสุวรรณ ก็เลย
มาประกาศบอกให้ประชาชนมนุษย์ได้รู้ว่า ขณะนี้พระสัมมา-
สัมพุทธเจ้าได้ปลงอายุสังขารเสียแล้ว ประชาชนส่วนหนึ่งก็เกิด
ความสังเวชสลดใจ พระนาถของโลกจะต้องละสังขารเสียแล้ว

อดีตของพระเมธิยะสมัยนั้นท่านก็ไม่ได้บวช เป็นฆราวาส
เมื่อได้ฟังคำประกาศอย่างนั้น ท่านก็เกิดความซาบซึ้งในพุทธานุ-
ภาพ นึกถึงว่าพระพุทธรเจ้ามีพุทธานุภาพอัศจรรย์จริงหนอ
จึงเกิดแผ่นดินไหวอย่างนี้ เกิดความเลื่อมใสขึ้น เกิดปีติโสมนัส
อย่างมาก อำนาจของจิตที่มีพุทธสัญญา นึกถึงอานุภาพของ
พระพุทธรเจ้าแล้วเกิดความเลื่อมใส เกิดปีติอย่างยิ่ง เกิดความ
เคารพต่อพระพุทธรเจ้าเป็นล้นพ้น ท่านตายจากชาตินั้น ท่านก็
เสวยเกิดในสุคติโลกสวรรค์ อยู่ในสุคติภูมิเรื่อยๆ มา เกิดก็ชาติ
ก็อยู่ระหว่างมนุษย์ สวรรค์ พรหม ไม่เคยลงนรก ไม่เคยตก
อบาย ได้รับอานิสงส์มาต่อเนื่องจนกระทั่งมาชาติสุดท้าย ท่าน
มาเกิดในศากยวงศ์ ศากยราชตระกูลกษัตริย์เชื้อสายศากยวงศ์
เรียกว่าเป็นเชื้อสายเดียวกับพระพุทธรเจ้า ท่านออกบวชแล้วก็ได้
เป็นพุทธอุปัฏฐากพระพุทธรองค์เป็นบางครั้งบางคราว

ในครั้งหนึ่ง พระพุทธเจ้าประทับที่จาลิกบรรพต ใกล้เมือง
จาลิกา ในครั้งนั้น พระเมฆิยะก็เข้าไปขออนุญาตพระพุทธเจ้า
เพื่อจะออกไปบิณฑบาตยังชั้นตุมคาม เมื่อพระองค์ได้ทรงอนุญาต
ว่าเธอจงพิจารณาดูเวลาอันสมควรในบัดนี้เถิด พระเมฆิยะก็
อุ้มบาตรหลีกไปสู่การบิณฑบาต หลังจากปัจฉาภัต ก็คือเมื่อ
บิณฑบาตแล้ว ท่านหาที่นั่งฉันเป็นที่เรียบร้อยแล้ว หลังปัจฉาภัต
หลังฉันภัตตาคาร ก็คือเที่ยงไปแล้ว ท่านก็เดินไปสู่ยังแม่น้ำ
กิมิกาฟ้า ณ ริมฝั่งแม่น้ำกิมิกาฟานั้น ท่านก็ได้เห็นป่าอัมพวัน
ปามะม่วง ท่านก็เดินเข้าไปชม เพลิดเพลินในป่าสวนมะม่วง
อันน่ารื่นรมย์นั้น ท่านก็มีความคิดว่า ป่านี้น่ารื่นรมย์หนอ น้ำที่
จะประพতিปฏิบัติทำความเพียร น่าปรารถนาความเพียร ท่านจึงได้
กลับมาเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อขออนุญาต เล่าถึงว่าได้ไปเห็น
ปามะม่วงมีความร่มรื่น น้ำที่จะได้เจริญสมณธรรม ถ้ากระไร
พระองค์จะทรงอนุญาตแล้ว ข้าพระองค์ก็จะขอปลีกตัวไปปรารถนา
ความเพียรเจริญสมณธรรม

เมื่อพระเมฆิยะได้ทูลขออนุญาต พระองค์ก็ได้ตรัสว่า
ดูก่อนเมฆิยะ เธอจงรออยู่ก่อน ให้ภิกษุอื่นได้มาก่อน เธอไป
ตถาคตจะเหลืออยู่องค์เดียว เธอควรรออยู่ก่อน พระเมฆิยะก็ยัง
ขออ้อนวอนจะไปได้ บอกว่าพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์
ไม่ทรงมีกิจอะไรๆ ที่จะต้องกระทำให้ยิ่งขึ้นไปแล้ว กิจที่จะกระทำ
เพื่อความดับทุกข์พระองค์ไม่มีแล้ว แต่ว่าข้าพระองค์ยังมีกิจที่จะ

พระพุทธเจ้าก็จึงตรัสว่า เมฆิยะ เธอได้ปล่อยตาคตอยู่ เพียงลำพัง ทั้งที่ตาคตขอร้องให้เธออยู่ก่อน คอยให้ภิกษุอื่น ได้มาก่อน เธอก็ไม่ฟัง เธอได้ทำกรรมอันหนักยิ่ง ผู้ที่ชื่อว่าภิกษุ ไม่ควรเป็นผู้ตกอยู่ในอำนาจแห่งจิตอย่างนี้ เพราะว่าธรรมดา จิตนั้นเป็นธรรมชาติที่เล่นไป เป็นธรรมชาติที่ดิ้นรน กวัดแกว่ง กลับกลอก บุคคลรักษายาก ฝึกยาก

แล้วพระพุทธองค์ก็เลยทรงตรัสเป็นพุทธภาษิต ก็คือเป็น คาถา เรียกว่าเป็นบทประพันธ์ ภาษิตก็เป็นบทประพันธ์ที่มีความ สอดคล้อง เหมือนเราประพันธ์คำโคลงคำกลอน ทรงตรัสว่า “ผนุหนं จปลं จิตตं ทุรุษं ทุนนิवारย” เป็นอาทิ เป็นต้น ซึ่ง แปลว่า ชนผู้มีปัญญาย่อมบังคับจิตที่ดิ้นรน กลับกลอก บุคคล รักษาได้โดยยาก ห้ามได้โดยยาก ให้ตรงดุจช่างศรดัดลูกศรให้ตรง ฉะนั้น นี่ตรัสให้รู้ถึงว่าจิตมันเป็นธรรมชาติที่ดิ้นรน กลับกลอก ชนที่มีปัญญาแล้วจะต้องควบคุมบังคับจิตที่ดิ้นรน ก็คือแส้ไปสู่ อารมณ์อันเป็นที่รัก ที่ใคร่ ที่ปรารถนา หรือที่พยายาม เบียดเบียน จิตมันก็จะดิ้นรนไปอย่างนั้น เหมือนบุคคลเอาปลาขึ้นมาไว้บนบก มันก็จะกระเสือกกระสนดิ้นรนพยายามจะลงไปสู่ น้ำ

เพราะฉะนั้น จิตที่บุคคลฝึกอยู่นี้มันจะมีความดิ้นรน บางคนเวลาไม่ได้เข้ากรรมฐานก็ไม่ค่อยรู้สึกอะไร พอเข้าไปเก็บตัว ปฏิบัติ นี่ก็จะนั่งให้มันสงบ เอาแล้ว อกุศลวิตกทั้งหลายก็

เข้ามา จิตตื่นรนไหลไปเรื่องงาม คิดเรื่อยไปมาก พยาบาทบ้าง เบียดเบียนบ้าง วุ่นวาย จิตเป็นธรรมชาติอย่างนั้น ตื่นรน กวัด แกว่ง ผึกยาก ห้ามยาก เพราะฉะนั้น บุคคลจะต้องควบคุมจิตใจ เหล่านี้ ไม่ปล่อยให้มันเสียไปตามอารมณ์ มันก็วุ่นวายขึ้นมา แล้ว พระพุทธองค์ก็ได้ทรงประทานโอวาทแก่พระเมฆิยะถึงธรรม ๕ ประการว่า ดูก่อนเมฆิยะ ธรรม ๕ ประการนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อความแก้แกล้งแห่งเจโตวิมุตติที่ยังไม่แก้แกล้ง ธรรม ๕ ประการนั้น เป็นไฉน

“ธรรม ๕ ประการ” นั่นก็คือ

ประการที่หนึ่ง จะต้องเป็นผู้ที่มีมิตรดี สหายดี เพื่อนดี เป็นธรรมที่จะทำให้เป็นความแก้แกล้งที่จะเป็นเหตุแห่งเจโตวิมุตติ คำว่า เจโตวิมุตติ ก็คือการหลุดพ้นจากอาสวกิเลสด้วยกำลังของจิต ต้องมีเพื่อนดี คนเราถ้าหากเราไม่คบเพื่อนดี ไม่มี กัลยาณมิตร ถ้าเรายังอินทรีย์อ่อน มันไม่มีใครช่วยพยุง มันจะไปตามกระแสของกิเลส เพราะฉะนั้น กัลยาณมิตรนี้สำคัญ ต้องคบค้าสมาคมกับบุคคลที่มีศีลมีธรรม มีคุณธรรมความดี จะทำให้เราได้เหตุปัจจัยที่จะเข้าถึงคุณธรรม

ประการที่สอง จะต้องเป็นผู้มีศีล ผู้หวังที่จะหลุดพ้นจากอาสวกิเลส จะต้องเป็นผู้มั่นคงในศีล สำรวมระวังศีลในพระปาติโมกข์ ภิกษุก็มีศีล ๒๒๗ สามเณรก็มีศีล ๑๐ แม่ชี อุบาสก

อุบาทถิการักคิล ๘ ต้องลํารวมระวังให้ดี ลังฆาธิเสส ปาราชิก ปาจิตติย ฤลลัจฉัย นิสลัคคียปาจิตติย ฤกกฎ ฤพภาลิต ต้องระวัง แล้วจะต้องเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยอาจาระ ความประพฤติดี และโคจร โคจรก็คือการไปในที่ที่ควรไป ต้องพิจารณาว่าที่ไหนควรไปไม่ควรไป ไปแล้วเป็นเรื่องที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อพรหม-จรรย์ หรือว่าเป็นไปเพื่อเพิ่มกิเลส ที่นั่นก็ไม่ควรไป ที่ควรไปจะต้องเป็นไปเพื่อสงบระงับ เพื่อความเจริญแห่งฤศลธรรม ต้องพิจารณาที่ใดควรไปไม่ควรไป จะต้องเป็นผู้มีปฤกติเห็นภัยในโทษที่มีประมาณเพียงเล็กน้อย สมารานอยู่ในลิกขาบททั้งหลาย แม้อาบัติเล็กน้อยที่มันมีโทษเพียงเล็กน้อย ผู้ที่ตั้งมั่นอยู่ในศีลแล้วมองเห็นโทษของมัน โทษแม่อเพียงเล็กน้อยก็มองเห็นว่ามันเป็นเรื่องใหญ่ มีปฤกติเห็นภัยเห็นโทษ

ประการที่สาม จะต้องเป็นผู้ที่กล่าวถ้อยคำที่ดี พุดที่ควรพุด เรียกว่า ภถาวัตถุ คำพุดที่เป็นภถาวัตถุ คำพุดที่ดี มี ๑๐ ประการ อยู่ในหลัก ๑๐ ประการ

๑. อัปปีจณกา คือถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดการปรารณาน้อย ก็คือมักน้อย การพุดกัน การใช้ถ้อยคำต่อกัน พุดกัน คำนั้นต้องพิจารณาว่ามันเป็นไปเพื่อมักน้อยหรือไม่ พระพุทเจ้าสอนให้ใช้ถ้อยคำที่ชักนำไปสู่การปรารภปรารณาน้อย หรือมักน้อย ไม่เป็นผู้มักมากสะสม เป็นผู้ที่มีมักน้อย

๒. จะต้องเป็นคำพูดที่เรียกว่า **สันตมูลิทธิกา** สันตมูลิทธิกา ก็คือคำพูดที่ชักนำให้เกิดความสันโดษ เราต้องพูดกันไปให้คนฟัง หรือตัวเราเองใคร่อยากจะยินดีพอใจเท่าที่มีที่เป็น พอใจตามมีตามได้ คำพูดที่ชวนชักนำให้เกิดความสันโดษ พอใจในสิ่งที่เรามีเราเป็น

๓. พระองค์ตรัสว่า **ปวิเวกกา** คือถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดความสังตกาย สังตใจ เราพิจารณาถ้อยคำ ผู้พูดเอง ผู้ฟังเอง ชวนให้รู้สึกลอยๆที่จะหาความสงบกาย สงบใจ

๔. **อสังสัคคกา** เป็นคำพูดที่ชักนำให้เกิดการไม่ระคนด้วยหมู่ด้วยคณะ พูดแล้วฟังแล้วอยากที่จะปลีกหลีกเร้น ไม่ระคน ไม่คลุกคลี สรวลเสเฮฮาตามหมู่ตามคณะ ใครที่จะได้หลีกเร้น อยู่ตามลำพัง เป็นเรื่องที่ดี การใช้ชีวิตไม่คลุกคลีคนด้วยหมู่คณะ จะเป็นความเจริญในธรรม โดยเฉพาะนักบวชต้องปลีกหลีกเร้น พบปะกันก็พอสมควรตามเหตุตามปัจจัย ตามกิจหน้าที่ แล้วก็พยายามหาทางปลีกหลีกเร้นจากหมู่จากคณะ ฉะนั้นคำพูดที่ชวนให้เป็นไปแห่งการหลีกเร้นก็เป็นคำพูดถ้อยคำที่เป็นกถาวัตร

๕. **วิริยารัมภกา** เป็นคำพูดที่ชักนำให้เกิดปรารภความเพียร พูดแล้วฟังแล้วใครที่จะได้พากเพียรพยายามประพฤติปฏิบัติ ทั้งตนเองทั้งผู้ฟัง ฟังแล้วเกิดความพากเพียรขึ้น

๖. สีสกถา คำพูดที่ชวนให้ตั้งอยู่ในศีล เราพิจารณาดู พูดไปแล้วมันเป็นไปให้เกิดความรักในการมีศีล เห็นคุณค่าของศีล เห็นโทษของการผิดศีล ใครที่จะเป็นผู้ที่รักษาศีลให้ดีให้บริสุทธิ์ คำพูดเหล่านี้เป็นคำที่ดี

๗. สมာธิกถา คำพูดที่ชักนำให้เกิดสมาธิ ความตั้งมั่น ของจิต ความสงบของจิต

๘. ปัญญาถา คำพูดที่ชักนำให้เกิดปัญญา ฟังแล้วรู้สึก ได้ปัญญา ได้ฟังแล้วมันสว่าง เข้าใจขึ้นไปตามลำดับ เข้าใจใน ธรรม เข้าใจในความเป็นจริงขึ้น เป็นคำที่ดี

๙. วิมุตติกถา ถ้อยคำที่ชักนำให้ใจหลุดพ้นจากกิเลส ชักนำให้ทำใจให้หลุดพ้นจากกิเลส เรียกว่าชวนให้ประพฤติปฏิบัติ เพื่อสละ เพื่อละจากกิเลส

๑๐. วิมุตติญาณทัสสนกถา เป็นถ้อยคำที่ชักนำให้เกิด ความรู้ ความเห็น ในการที่จิตหลุดพ้นจากกิเลส เรียกว่าเกิด ปัญญาขึ้น ก็รู้จักเข้าใจในความมีปัญญานั้น ปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริง ที่เป็นไปแห่งความหลุดพ้น มันมีสภาพอย่างไร สิ่งที่ถูกต้อง การ ดำเนินแห่งสติปัญญามันเป็นอย่างไรรู้ พูดแล้วก็ให้มีความเข้าใจ เกิดขึ้น

อันนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอนเมฆิยะ ถึงถ้อยคำที่ควรจะพูด กถาวัตถุ ๑๐ ประการที่อยู่ในข้อ ๓ ธรรมะ ๕ ข้อ ข้อที่ ๓ ใช้กถาวัตถุซึ่งมี ๑๐ ประการนั้น

โอวาทข้อที่สี่ ที่พระพุทธองค์ประทานให้กับพระเมฆิยะ ธรรมะข้อที่สี่ พระองค์ได้ตรัสว่า ภิกษุเป็นผู้ปรารภความเพียร เพื่อละอกุศล เพื่อความเกิดขึ้นแห่งกุศลธรรม เป็นผู้ที่กำลัง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดทิ้งธุระในกุศลธรรม ก็หมายถึงว่า ต้องให้มีความเพียร ถ้าเรารู้ทาง รู้สิ่งที่ควรไม่ควร แต่ไม่ประกอบ ความพากเพียร มันก็ไม่สามารถจะประสบความสำเร็จได้ เพราะ ฉะนั้น ต้องประกอบความเพียรในการที่จะละอกุศล ในการที่ เจริญกุศล ทำกุศลให้ยิ่งขึ้นไป บากบั่นพากเพียร

ประการที่ห้า พระองค์ก็ได้ให้คำสอนว่า ภิกษุเป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญา เครื่องพิจารณาความเกิดความดับ เป็น อริยะ ชำระกิเลส ให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ อันนี้ก็สอนให้มี ปัญญาพิจารณาถึงสภาวะธรรมจนเห็นความเกิดความดับ อย่างนี้ จะเป็นอริยะ ชำระกิเลส สิ้นกิเลส ดับทุกข์ให้ตนเองได้

เมื่อพระองค์ได้ตรัสสอนธรรม ๕ ประการกับพระเมฆิยะ แล้ว พระพุทธองค์ก็ได้สอน ให้ธรรมะ ให้โอวาทอีก ๔ ประการ ให้ฟังเจริญในธรรม ๔ ประการ ว่า

หนึ่ง พิงเจริญสุภะ สอนให้เจริญสุภะเพื่อละกามราคะ
อสุภะก็คือการพิจารณาถึงความไม่งาม การเพ่งการพิจารณาถึง
ความไม่สวยไม่งามแห่งสังขาร ซึ่งต้องพิจารณาให้มาก ถึงจะเห็น
ความไม่งาม เรียกว่าอสุภัสสัญญาเกิดขึ้นมา โดยปกติคนทั่วไป
เรามองเห็นๆ เราก็จะเห็นแต่สุภะคือความสวยความงาม เรามอง
นิमित มองอนุพยัญชนะ มองเป็นนิमित คือมองทรวดทรงรูปร่าง
มองอวัยวะบางส่วน ตาบ้าง ปากบ้าง ส่วนนั้น ส่วนนี้ ไปเพ่ง
แบบนั้น มันก็ดูว่าสวยว่างาม

แต่ถ้าเรามองให้ลึกซึ่งแยกแยะออกไปว่าภายในหนึ่งเป็น
อย่างไร ข้างในมีเลือด มีเนื้อ มีเอ็น มีกระดูก หัวใจ ตับ ปอด
เลือด ฟองเพะไปด้วยโลหิต อูจจาระ ปัสสาวะเต็มอยู่ในตัว
ไหลออกมา ซึมออกมาทางทวารทั้ง ๖ ทางรูขุมขน เรียกว่ามอง
ให้ทะลุเข้าไปให้ถึงข้างในพิจารณา หรือทั้งตนเอง มองพิจารณา
ในร่างกายตนเองมองพิจารณาร่างกายเปรียบเทียบกับร่างกาย
คนอื่นเหมือนกัน มันจะเกิดอสุภัสสัญญาขึ้น ความเห็นความ
ไม่งามของสังขาร มันจะกำจัดพวกราคะได้ โดยเฉพาะภิกษุใหม่
ภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย ต้องหมั่น เพื่อกำราบราคะให้ราบคาบ
ลง มิฉะนั้นเราก็จะอยู่อย่างเดือดร้อน ประพฤติพรหมจรรย์อย่าง
เศร้าหมอง ต้องอาบัติใหญ่อาบัติน้อย ที่สุดก็หลุดไปจากการ
ประพฤติพรหมจรรย์ เพราะฉะนั้นเจริญสุภะให้มาก

สอง พระพุทธองค์ก็ทรงสอนพระเมฆิยะว่า **พึงเจริญเมตตา** เพื่อละพยาบาท จิตที่มีความพยาบาท อาฆาต โกรธแค้น ขัดเคือง ต้องเจริญเมตตา แผ่ความปรารถนาดีต่อสัตว์ทั้งหลาย ต้องอาศัยการเจริญมากๆ แผ่ไปมากๆ จิตถึงจะมีเมตตา เราว่า ครั้งเดียวสองครั้ง มันไม่ไป จิตมันไม่ไป ไปแต่ปาก ใจมันก็ดีอยู่อย่างนั้น มันไม่เกิดเมตตา แต่เมื่อเราว่าซ้ำๆ ว่าในใจ บอกในใจ สัตว์ทั้งหลายจงมีความสุขเถิด จงมีความสุขเถิด อย่าได้มีเวรต่อกัน อย่าได้เบียดเบียน อย่าได้ทุกข์กายทุกข์ใจ หรือว่า คำใดคำหนึ่งที่มันกินใจ จงเป็นสุขเป็นสุข จงเป็นสุขเป็นสุข บ่อยๆ จิตมันจะเกิดเมตตาขึ้น เราจะสังเกตได้จากใจมันจะมีความประพิม্প์ประพาย มันจะรู้สึกแช่มชื่น มันผ่อนคลาย หน้าตา ยิ้มแย้มแจ่มใสขึ้นมา นี่จิตมีเมตตาขึ้นแล้ว ยิ่งทำมาก ๆ ก็ยังมีสภาพธรรมเหล่านี้มากขึ้น จะระงับ ละพยาบาทออกไปได้

สาม พระองค์สอนให้ **พึงเจริญอานาปานสติเพื่อละวิตก** จิตที่ชอบคิดไป วิตกกังวล ต้องเจริญอานาปานสติ พวกกังวล พวกคิดมาก เจริญอานาปานสติก็คือการกำหนดลมหายใจเข้าออก ทำให้มาก ทำให้ยิ่ง หาที่นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติกำหนดรู้ลมหายใจเข้า กำหนดรู้ลมหายใจออก หายใจเข้ายาว ออกยาว ก็ให้รู้ชัด หายใจเข้าสั้น ออกสั้น ก็ให้รู้ชัด ให้รู้ทุกขณะ ตันลม กลางลม ที่สุดของลม เข้าออก ก็ปรับผ่อน ผ่อนระงับ ลมหายใจให้ดี ให้นุ่มนวล ให้สละสลวย ผีอกอยู่กับลมหายใจ

จิตย่อมสงบเป็นสมาธิ จิตที่มันจะคิดไปไหนๆ วุ่นวาย มันก็จะ
สงบตัวลง เราต้องทำให้มาก มันก็มีผลมาก ดุลมหายใจ ดุลมเข้า
ลมออกไปเรื่อยๆ พยายามปรับผ่อนให้ดี ให้นุ่มนวล ให้สบาย
หายใจอย่างสบายๆ ถ้าเราไปบังคับ มันก็แน่น อึดอัด จะต้อง
ไอ้โลมปฏิโลม ปรับผ่อนให้มันสบาย หายใจให้ดี จะได้ไม่อึดอัด
ไม่ขัดเคือง จิตตามลมเข้าลมออก ลมเข้าลมออกบ่อยๆ เดี่ยว
มันก็สงบ

ประการที่สี่ พระพุทธองค์ก็สอนให้เจริญอนิจจสัญญา
การพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง จะเป็นเหตุให้ถอนอัสมิมานะ
คือการถือเราถือเขา อัสมิมานะ การถือตัวถือตน ถือเราถือเขา
พิจารณาให้เห็นอนิจจสัญญา ความไม่เที่ยง

แล้วพระพุทธองค์ได้ตรัสในครั้งนั้นกับพระเมฆิยะว่า
ดูก่อนเมฆิยะ อนัตตสัญญาย่อมปรากฏแก่ภิกษุผู้เห็นอนิจจ-
สัญญา อนัตตสัญญาก็คือการเห็นอนัตตา ความไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน
มันก็มาจากเห็นอนิจจัง เห็นอนิจจสัญญา เห็นความเปลี่ยนแปลง
เห็นความเลื่อนไปสิ้นไป ก็จะทำให้เห็นว่าสิ่งนี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่
เรา ของเรา ตรัสว่า ผู้ได้อนิจจสัญญา ย่อมบรรลุพระนิพพาน
อันเป็นที่เพิกถอนเสียได้ซึ่งอัสมิมานะในปัจจุบันนี้ทีเดียว ไม่ใช่
เรื่องเล็กน้อยนะ เห็นความไม่เที่ยง จะเข้าถึงซึ่งพระนิพพานได้
อันเป็นการถอนเสียได้ซึ่งอัสมิมานะ นั่นก็คือว่าเราจะต้องกำหนด

เจริญสติให้จรดสภาวะถึงจะเห็นความไม่เที่ยงจริงๆ ได้ อย่างเช่น
ตอนแรกอาจจะพิจารณาลม ดูลมหายใจเข้าออก จิตมีสมาธิ
ตั้งมั่น แล้วก็ระลึกให้เชื่อมไปสู่ปรมาตม์ ไปสังเกตสภาวะปรมาตม์
เช่น หายใจเข้าออกจะสังเกตว่ามันมีความรู้สึกอยู่ ความรู้สึก
มันจะซ้อนอยู่ มันมีอยู่ที่กาย หายใจเข้าออกจะสังเกตว่ามันมี
ความรู้สึก มีเวทนา สบาย ไม่สบายซ้อนอยู่ สังเกตดูความรู้สึก
พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงของเวทนาเหล่านี้ ความสบายก็ไม่เที่ยง
ความไม่สบายก็ไม่เที่ยง พิจารณาสภาพธรรมที่มันรู้สึกตึง หย่อน
ไหว กระเพื่อม สะเทือนเหล่านี้ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง
ก็ไม่เที่ยง

ตลอดทั้งจิตใจที่เป็นสภาพรู้ รู้สึก เวลาที่กำหนดดูลม
หายใจเข้าออกก็สังเกตจิตใจไปด้วยได้ พิจารณาจิตว่าจิตนี้ก็
ไม่เที่ยง ความสุข ความสงบ ความปิติที่เกิดขึ้นจากการที่จิต
มีสมาธิ ความสุข ความสงบเหล่านั้นก็ไม่เที่ยง สติที่เข้าไประลึกรู้
ก็ไม่เที่ยง ปัญญาที่เห็นสภาวะอยู่ก็ไม่เที่ยง พิจารณาเห็นความ
ไม่เที่ยงทั้งส่วนที่เป็นรูปเป็นนาม ก็ย่อมจะเห็นอนัตตา พระองค์
จึงกล่าวว่า เมื่อภิกษุได้เห็นอนิจจสัญญา ผู้ได้เห็นอนิจจสัญญา
ย่อมบรรลुพระนิพพาน จะเป็นเหตุแห่งการละอัสมิมานะ ฉะนั้น
ไม่ว่าจะกำหนดอานาปานสติ เชื่อมโยงไปสู่สภาวะเห็นอนิจจัง
ทุกขัง อนัตตา ก็เป็นเหตุแห่งการบรรลุธรรม

หรือแม้แต่การพิจารณาสุภะก็ตาม ก็สามารถเชื่อมโยงไปสู่สภาวะได้ อย่างเช่นเราพิจารณาให้เห็นร่างกายเป็นของไม่สวย ไม่งาม จิตมีความสังเวช มีความสงบ จากนั้นก็กำหนดรู้เข้ามาที่ใจ ดูความรู้สึกของใจที่มันมีสังเวช มีความสงบ มีความรู้สึกมีสภาพเป็นผู้รู้ นิमितเหล่านั้นหลุดไป มาดูสภาวะให้เป็นปัจจุบัน ก็เห็นความเปลี่ยนแปลง เห็นความเกิดดับได้ หรือแม้แต่ผู้ที่เจริญเมตตา ขณะที่เจริญเมตตานี้ก็สามารถจะเจริญวิปัสสนาควบคู่กันไปก็ได้ แผ่เมตตาจิตมีความรู้สึกเป็นอย่างไร กระแสจิตแผ่ไปสู่สัตว์บุคคล บรรณาให้เขามีความสุข ในขณะที่จิตแผ่ไปนี้เป็นการเจริญสมณะ นี่ถึงสัตว์บุคคลเป็นบัญญัติ

แต่ในขณะนั้นๆ สติกลับระลึกรู้สภาวะของจิต จิตที่กำลังนึกแผ่ออกไป จิตที่มีความรู้สึกในการแผ่ออกไป เกิดปีติใหม่ เกิดความสุข เกิดความรู้สึกบรรณาดี พอสติรู้ความรู้สึกเหล่านี้ มันจะเป็นการรู้ปรมาตม์ แผ่ออกไปบ้าง เป็นบัญญัติบ้าง รู้สภาวะมันจะสลับๆ กันได้ จะเห็นความไม่เที่ยงของจิตใจ ของสภาวะธรรมได้ เพราะฉะนั้น เราจะใช้วิธีสมณะก่อน แผ่เมตตา หรือพิจารณาอานาปานสติ ลมหายใจก็ตาม เชื่อมโยงมาสู่สภาวะก็จะเห็นธรรมได้

แล้วพระพุทธเจ้าก็ได้เปล่งอุทานธรรมอีก ในครั้งนั้นว่า วิตกอันเลวทราม วิตกอันสุขุม ตั้งมั่นแล้วในใจ ให้เยื่อหยิ่ง

บุคคลผู้มีจิตหม่นไปแล้ว ไม่ทราบถึงวิตกแห่งใจเหล่านี้ ย่อมเล่น
ไปสู่ภพน้อยและภพใหญ่ ส่วนบุคคลผู้มีความเพียร มีสติ
ทราบถึงวิตกแห่งใจเหล่านี้ ย่อมปิดเสีย พระอริยสาวกผู้ตรัสรู้
แล้วย่อมละได้โดยเด็ดขาด ไม่มีส่วนเหลือ

อันนี้ก็เป็นอุทานธรรมที่ตรัสในครั้งนั้น กล่าวถึงหากบุคคล
ที่มีวิตกอยู่อย่างนี้แล้วก็ไม่รู้ตัว ไม่ทราบ ไม่เห็น ไม่พิจารณา
ก็จะนำพาบุคคลนั้นไปสู่ภพน้อยภพใหญ่ไม่จบไม่สิ้น แต่บุคคล
ที่มีความเพียร พยายามมีสติ พิจารณา คอยสังเกตวิตกที่เกิดขึ้น
เรียกว่าดูความปรุงแต่งในจิตใจ จะเป็นเหตุที่จะระงับ ที่จะปิด
เสียได้ซึ่งกิเลสเหล่านั้น และจะเป็นเหตุแห่งการตรัสรู้ได้

เพราะฉะนั้น เกล็ด วูปสโม สุโข ความเข้าไปสงบระงับซึ่ง
สังขารทั้งหลายย่อมเป็นสุข สังขารในที่นี้ไม่ได้หมายถึงว่าร่างกาย
ไม่ได้หมายถึงว่าตาย ไม่ใช่หมายถึงว่าสิ้นลมหายใจตายแล้ว
ก็จะสงบ คนตายมีกิเลสมันก็ยังไม่วางจริง ก็ยังไปเกิด เวียนว่าย
ตายเกิด ไม่พ้นทุกข์ คำว่าสงบระงับซึ่งสังขารเหล่านี้เป็นสุข
สังขารในที่นี้หมายถึงกิเลส สิ่งที่มีมันปรุงแต่งในจิตใจเป็นสังขารชั้น
สังขารชั้นนี้มีทั้งกิเลสทั้งที่เป็น กุศล อกุศล อพยาगत ฉะนั้น
บุคคลที่ละสังขาร สังขารชั้นที่เป็นอกุศลได้หมดเกลี้ยงในจิตใจ
จิตสังขารก็จะเป็นเพียง อพยาगत เป็นกิริยา สังขารที่เป็นกิริยานี้
จะไม่ส่งผลอีกต่อไป อยู่เหนือบุญและบาป

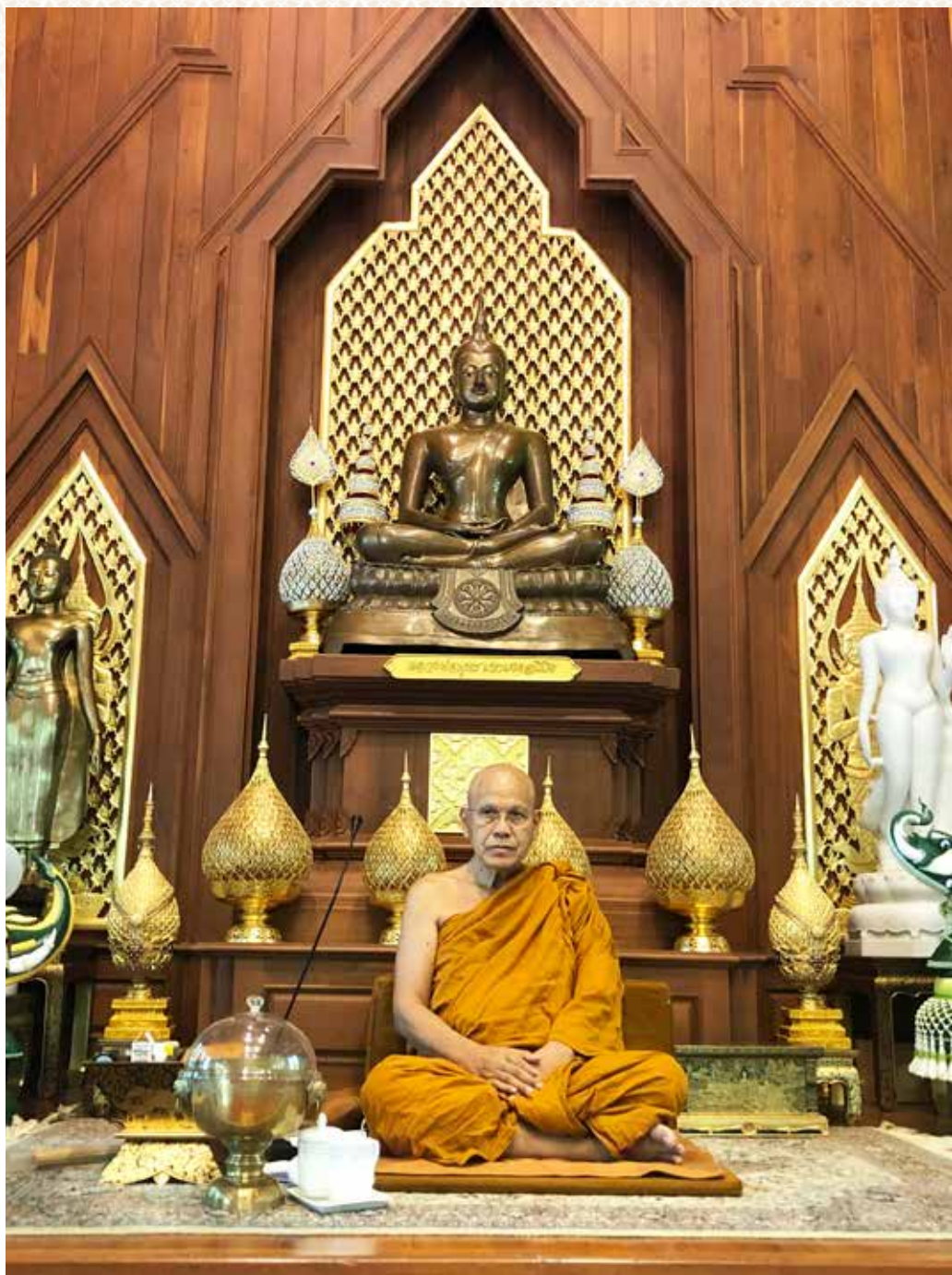
แต่ถ้าหากบุคคลที่ละสังขารที่เป็นอกุศลได้ขาดไปบางส่วน ที่เรียกว่าเป็นเศษบุคคล โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี สังขารก็ยัง เป็นกุศลอยู่ สังขารที่ยังเป็นกุศलयังมี เป็นอกุศลบางส่วนยังมี แต่เมื่อสงบระงับสังขารได้จริงๆ คือตัดกิเลสได้หมดสิ้น สงบระงับ จริงๆ คือจิตจะไม่มีอาการกำเริบ ไม่มีกิเลสเรืองร้อนใจเป็นเพลิง ทุกข์เพลิงกิเลสกำเริบขึ้นมาในใจ สงบระงับ ดับได้อย่างสนิท ก็อาศัยการที่เราต้องประพฤติปฏิบัติพากเพียรเจริญภาวนา ในครั้งนั้น พระพุทธเจ้าได้แสดงธรรม ให้โอวาท และให้ธรรมะ กับพระเมฆิยะ พระเมฆิยะก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ลั่นจาก อาสวกิเลส สำเร็จเป็นพระอรหันต์ เป็นพระภิกษุที่เป็นพระเถระ รูปหนึ่งที่เป็นพระอสีติมหาสาวก เป็นพระผู้ใหญ่รูปหนึ่ง เพราะ ฉะนั้นก็อาศัยฟังและปฏิบัติตามคำสอน

วันนี้ได้ใช้เวลามาพอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ ที่สุดนี้ขอตั้งกัลยาณจิตอาราธนาคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ อภิบาลปกปักรักษาให้ท่านทั้งหลาย แคล้วคลาด ปลอดภัย เจริญในธรรมยิ่งขึ้นไปจนเข้าถึงซึ่งความพ้นทุกข์ คือ พระนิพพานทุกท่านเทอญ ❀



ชีวิตนี้เป็นผลของกรรม
กรรมลิขิตชีวิตของตน
เรามีชีวิตมาปัจจุบันชาตินี้
เป็นผลของกรรมในอดีตที่เราทำมา
เพราะฉะนั้นเรามองเห็นผล
เราก็สาวไปหาเหตุได้
หมั่นพิจารณาอย่างนี้บ้าง
เรียกว่า**พิจารณากรรมและผลของกรรม**
เห็นผลของกรรมแล้ว
สาวไปหาเหตุเอาได้





พระราชภาวนาวิริยญาณ ไพศาลวิปัสสนาวรกิจ
มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี
พระราชคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ
(สุรศักดิ์ เขมรสี)
นามสกุล เพ็งอาทิตย์
อายุ ๗๒ ปี พรรษา ๔๙ วิทฺยฐานะ น.ธ.เอก, พธ.ม.
(กิตติมศักดิ์)
พระวิปัสสนาจารย์
ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๒
เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด
พระนครศรีอยุธยา แห่งที่ ๔
เจ้าอาวาส วัดมเหยงคณ์
ผู้อำนวยการสำนักศาสนศึกษาวัดมเหยงคณ์
ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาวิชชาลัย
ประธานกรรมการมูลนิธิสุปฏิปันโน

ประวัติพระวิปัสสนาจารย์
พระราชภาวนาวิริยญาณ ไพศาลวิปัสสนาวรกิจ
มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี
พระราชาคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ
(สุรศักดิ์ เขมรังสี)

นามเดิม

สุรศักดิ์ เพ็งอาทิตย์

ภูมิลำเนาเดิม

ตำบลนครหลวง อำเภอนครหลวง
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

การศึกษาปฐมวัย

ระดับประถมศึกษา

โรงเรียนนครหลวงวิทยาการ
โรงเรียนนครหลวงพิบูลย์ประเสริฐวิทย์

ระดับมัธยมศึกษา

โรงเรียนนครหลวงอุดมรัษฎา
โรงเรียนวัดวิเศษการ

บรรพชา/อุปสมบท

วันที่ ๖ เดือนกรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๘ ณ พัทธสีมา วัดพร้าวโสภณาราม ตำบลนครหลวง อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
พระครูอดุลย์ธรรมประกาศ เป็นพระอุปัชฌาย์
พระอธิการป่วน โสภโณ เป็นพระอนุสาวนาจารย์
พระครูสำเร็จ เป็นพระอนุสาวนาจารย์
ได้รับฉายาว่า **เขมรสี** (ประทีปธรรมนำความสงบ และหลุดพ้น)

การปฏิบัติธรรม

ได้ปฏิบัติอบรมเป็นพระวิปัสสนาจารย์ โดยมี พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) เป็นพระอาจารย์ใหญ่, เข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐาน โดยมี พระครูสังวรสมาธิวัตร เป็นพระอาจารย์สอน ณ วัดเพลงวิปัสสนาบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร

ศึกษาพระปริยัติธรรม

นักธรรมเอก มัชฌิมอภิธรรมิกเอก ณ อภิธรรมโชติกวิทยาลัย สามารถสอบได้คะแนนสูงสุดของประเทศ และได้เป็นอาจารย์สอนพระอภิธรรมตั้งแต่พรรษา ๓ ได้ศึกษาหาความรู้จากครูบาอาจารย์ต่างๆ และปฏิบัติกรรมฐานอย่างต่อเนื่อง และได้เปิดสำนักปฏิบัติธรรม วัดมเหยงคณ์

สมณศักดิ์

๕ ธันวาคม ๒๔๓๔ ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์เป็น พระครูสัญญาบัตรชั้นโท โดยได้รับพระราชทานนามว่า “พระครูเกษมธรรมทัต”

๕ ธันวาคม ๒๔๔๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็น พระครูสัญญาบัตรชั้นเอก

๕ ธันวาคม ๒๔๕๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็น เทียบเท่าผู้ช่วยเจ้าอาวาส พระอารามหลวงชั้นเอก

๕ ธันวาคม ๒๔๕๗ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะ ชั้นสามัญ ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ในราชทินนามที่ พระภาวนาเขมคุณ

๓๑ พฤษภาคม ๒๔๖๖ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะ ชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ในราชทินนามที่ พระราชภาวนาวิริยญาณ

ประกาศเกียรติคุณ

- พ.ศ. ๒๕๓๓** ปสาทนียบัตตรเป็นผู้ศรัทธาบำเพ็ญประโยชน์กับ
ศูนย์เพื่อส่งเสริมการปฏิบัติธรรมแก่นักเรียน นิสิต
และนักศึกษา จากสมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆ-
ปริณายก
- พ.ศ. ๒๕๔๓** โล่เกียรติยศรางวัลชนะเลิศโครงการป่าพัฒนาเมือง
จากผู้ว่าราชการจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
- พ.ศ. ๒๕๔๗** เกียรติบัตรอบรมความรู้ความเข้าใจในการอนุรักษ์
สิ่งแวดล้อมธรรมชาติ และศิลปกรรมท้องถิ่น
จากมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
- พ.ศ. ๒๕๔๘** รางวัลเสมาธรรมจักร ผู้ทำคุณประโยชน์ต่อ
พระพุทธศาสนา ประเภทส่งเสริมการปฏิบัติธรรม
จากสมเด็จพระเทพรัตนสุตาฯ สยามบรมราชกุมารี
- พ.ศ. ๒๕๕๒** ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิตกิตติมศักดิ์
สาขาวิชาพระอภิธรรม จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง-
กรณราชวิทยาลัย
- พ.ศ. ๒๕๕๓** โล่รางวัลพุทธคุณูปการ รัชตเกียรติคุณ จากคณะ
กรรมาธิการ การศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรม
สภาผู้แทนราษฎร
- พ.ศ. ๒๕๕๘** รางวัลวัฒนคุณาธร เป็นผู้ทำคุณประโยชน์ด้านศาสนา
จากกระทรวงวัฒนธรรม เมื่อวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๘

- พ.ศ. ๒๕๕๙** โล่รางวัลการจัดการสิ่งแวดล้อมในวัด จากกรมส่งเสริม
คุณภาพสิ่งแวดล้อม เมื่อวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๕๙
- พ.ศ. ๒๕๕๙** โล่เกียรติคุณ สนับสนุนโครงการหมู่บ้านรักษาศีล ๕
จากสมเด็จพระสังฆราช เมื่อวันที่ ๖ ตุลาคม ๒๕๕๙
- พ.ศ. ๒๕๖๒** รางวัลผู้มีคุณูปการต่อการศึกษาของชาติ
จากสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา
เมื่อวันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๒
- พ.ศ. ๒๕๖๒** โล่เกียรติคุณ เป็นบุคคลต้นแบบทำความดี
ในฐานะผู้ทำคุณประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา
จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เมื่อวันที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒
- พ.ศ. ๒๕๖๒** รางวัลพระราชทานเสาเสมาธรรมจักร ผู้ทำ
คุณประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาจากสมเด็จพระ-
กนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี เมื่อวันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๒
- พ.ศ. ๒๕๖๒** ประกาศเกียรติคุณเป็นผู้มีคุณูปการต่อการศึกษา
พิเศษ จากเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้น
พื้นฐาน เมื่อวันที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๒

พ.ศ. ๒๕๖๕ โล่เกียรตินิคุณ ผู้เผยแผ่พระพุทธศาสนาดีเด่น
เนื่องในโอกาสครบรอบ ๗๒ ปี ยุวพุทธิกสมาคม
แห่งประเทศไทย เมื่อวันที่ ๑๒ ตุลาคม ๒๕๖๕

พ.ศ. ๒๕๖๕ รางวัลการส่งเสริมการศึกษาเพื่อสันติภาพ
ประจำปี ๒๕๖๕ จากมูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ
พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา

- จัดปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดมเหยงคณ์ เป็นประจำทุกเดือน และตามสถานที่ต่างๆ ทั้งในประเทศ และต่างประเทศ
- พระวิปัสสนาจารย์สอนธรรมนำปฏิบัติ และบรรยายธรรมตาม ที่ต่างๆ ทั้งในภาครัฐ และเอกชน
- พระวิปัสสนาจารย์ ณ ศูนย์วิปัสสนายุวพุทธิกฯ เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดปทุมธานี และศูนย์วิปัสสนายุวพุทธิกฯ เขมรังสี จังหวัด พระนครศรีอยุธยา
- จัดตั้งสำนักปฏิบัติกรรมฐาน เป็นสาขาวัดมเหยงคณ์ในจังหวัด ต่างๆ

จัดโครงการปฏิบัติธรรม วัดมเหยงคณ์

๑. โครงการอุปสมบทหมู่ อบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับพระนวกะ รุ่นระยะเวลา ๑ เดือน จัดเป็นประจำทุกเดือนตลอดปี
๒. โครงการอุปสมบทหมู่ อบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับพระนวกะ รุ่นระยะเวลา ๓ เดือนในพรรษาจัดเป็นประจำทุกปี
๓. โครงการบรรพชาสามเณรหมู่ ภาคฤดูร้อน ปฏิบัติธรรมสำหรับเด็กเยาวชนชาย รุ่นระยะเวลา ๑๕ วัน ในเดือนเมษายน
๔. โครงการบวชศีลจาริณี - ชี้น้อย ปฏิบัติธรรมสำหรับเด็กเยาวชนหญิง รุ่นระยะเวลา ๑๕ วัน ในเดือนเมษายน
๕. โครงการอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับสาธุชนทั่วไป รุ่นระยะเวลา ๓ - ๔ วัน จัดเป็นประจำทุกสัปดาห์ตลอดปี เข้าวันจันทร์ ออกวันพฤหัสบดี เข้าวันศุกร์ ออกวันอาทิตย์
๖. โครงการอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับบุคคลทั่วไป ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต รุ่นระยะเวลา ๙ วัน จัดเป็นประจำทุกเดือน ตลอดปี
๗. โครงการปฏิบัติธรรมในวันสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และวันประเพณีไทย รุ่นระยะเวลา ๓ วันรวมปีละ ๑๒ ครั้ง



๘. โครงการปฏิบัติธรรมพิเศษสำหรับหน่วยงานภาครัฐ และเอกชน ที่ติดต่อขอเข้ามาอบรมเป็นคณะ รุ่นระยะเวลา ๓ - ๕ วัน
๙. โครงการอบรมกรรมฐานออนไลน์ ผ่านแอปพลิเคชันซูม สำหรับ ผู้ปฏิบัติพักอยู่ที่บ้าน ทั้งในประเทศและต่างประเทศ รุ่นระยะเวลา ๗ วัน
๑๐. โครงการ “ฝึกจิตกับชีวิตประจำวัน” ผ่านแอปพลิเคชันซูม ยูทูบ เฟสบุ๊ก

รายการแสดงธรรมทางสถานีวิทยุ

สถานีวิทยุทหารอากาศ ๐๑ มีนบุรี คลื่น ๙๔.๕ AM.
เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. วันจันทร์ - วันอาทิตย์

๗๒ ปี
ธงสีแห่งธรรม
พระราชกาวนาวิชิญาณ
เซมธงสี ภิกขุ



Pdf file Book



ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือลำดับที่ ๔๒๖

วัดมเหยงคณ์	สถาบันวิปัสสนาวิทยาลัย
Line ID : @mahaeyong 	Line ID : @vi22 

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ธันวาคม ๒๕๖๖ จำนวนพิมพ์ ๖,๐๐๐ เล่ม
(คณะศิษยานุศิษย์จัดพิมพ์ถวายเป็นอาจริยบูชา ๗๒ ปี แห่งชาตกาล)
ชมรมกัลยาณธรรม : ๒,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย

ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

ออกแบบปก/รูปเล่ม/พิสูจน์อักษร ชมรมกัลยาณธรรม
เฟลต/พิมพ์ แคนนา กราฟฟิค โทร. ๐๘-๖๓๑๔-๓๖๕๑
พิมพ์ที่ บริษัทชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด โทร. ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง



www.kanlayanatam.com



 kanlayanatam

“

ทางหลุดรอดของชีวิตมีอยู่
ทางที่จะหลุดพ้นจากกองทุกข์เหล่านี้มีอยู่
เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้
เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้แสดงธรรมไว้ให้
เรามาถึงระดับว่ามาเป็นมนุษย์
มาพบพระพุทธศาสนา
เราจะไม่สนใจคำสอนของพระพุทธเจ้า
และน้อมมาปฏิบัติหรือ

”

