

โพชฌงค์

และ

พลธรรม ๕ ประการ

ที่ระลึกในงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมถวายเป็นพระราชกุศล

จัดโดย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

ร่วมกับ

ชมรมกัลยาณธรรม และชมรมเพื่อนคุณธรรม

ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ

๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑



หนังสือลำดับที่ ๔๖

โพชฌงค์ และ

พลธรรม ๕ ประการ : พระมหาวิบูลย์ พุทธญาโณ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กุมภาพันธ์ ๒๕๕๑

จำนวนพิมพ์ : ๕,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย : ชมรมกัลยาณธรรม
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง
จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๐๒-๓๓๕๓, ๐-๒๖๓๕-๓๕๙๘

จัดรูปเล่ม : บริษัท วิธิต่า จำกัด โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๗-๐๔๑๗

แยกสี : แคนนา กราฟฟิก โทรศัพท์ ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑

ISBN : ๙๗๘-๙๗๔-๐๔๔-๐๔๒๐-๐

จัดพิมพ์ที่ : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด
๕๙/๘๔ หมู่ ๑๙ ถนนบรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์
เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๐-๘๒๗๒

สีพพานัง รัชมหานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง
www.kanlayanatam.com

คำนำจากชมรมกัลยาณธรรม

นับเป็นมงคลวาระของพุทธศาสนิกชนทุกท่านที่พระอาจารย์มหาวิบูลย์ พุทธญาโณ จากวัดโพธิ์คุณ อ.แม่สอด จ.ตาก ได้เมตตา มาแสดงธรรมและปฏิบัติธรรม ในงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็น ธรรมทานเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลฯ ซึ่งจัดขึ้นโดยมหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ร่วมกับชมรมกัลยาณธรรม และชมรม เพื่อนคุณธรรม ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ ในวันอาทิตย์ที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑ นี้

ในวาระนี้ คณะผู้จัดงานได้จัดพิมพ์หนังสือ “โพชฌงค์ และ พลธรรม ๕ ประการ” จากหนังสือ “อาจารย์ขุติ” เดิม ซึ่งเคยตีพิมพ์ ในปี พ.ศ.๒๕๓๘ เพราะเห็นประโยชน์และคุณค่าแห่งอรรถธรรมที่ องค์พระอาจารย์ได้แสดงไว้เป็นที่แจ่มแจ้งในธรรม หวังเป็นอย่างยิ่ง ว่าจะเป็นประโยชน์ในการปฏิบัติ พัฒนาจิตใจของสาธุชนทุกท่าน

ขอน้อมถวายอาภิสงส์แห่งปัญญาทานนี้เป็นพุทธานุชา และ อจริยบูชา แต่หลวงพ่อพระมหาวิบูลย์ พุทธญาโณ พระผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบตามรอยบาทพระศาสดา เทอญ



คำปรารภจากการพิมพ์ครั้งแรก

เนื่องจากพระเดชพระคุณหลวงพ่อบรมหาวิบูลย์พุทธญาณ เจ้าอาวาสวัดโพธิ์คุณ อ.แม่สอด จ.ตาก เจริญอายุครบ ๕ รอบ (๖๐ ปี) ในวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๓๘ นี้ คณะศิษยานุศิษย์ในธนาการแห่งประเทศไทยได้มีความเห็นร่วมกันว่า ในมงคลวโรกาสเช่นนี้ ควรจะจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเป็นที่ระลึกสักเล่มหนึ่ง จึงได้รวบรวมธรรมกถาบางเรื่องของหลวงพ่อ ที่ได้บรรยาย ณ ชมรมศึกษาและปฏิบัติธรรม ธนาการแห่งประเทศไทยมาจัดพิมพ์ และให้ชื่อว่า **“อาจารย์บุญชิต”** เพื่อถวายให้หลวงพ่อแจกจ่ายเป็นธรรมบรรณาการสำหรับผู้มาร่วมทุกบุญในวาระคล้ายวันเกิดของท่าน

คณะผู้จัดทำหนังสือนี้ หวังว่าธรรมบรรณาการนี้จะอำนวยประโยชน์เกื้อกูล และความสุขแก่ท่านผู้ได้รับ ซึ่งได้ศึกษาและปฏิบัติตามสมควรแก่การปฏิบัติของแต่ละท่านสมตามความมุ่งหมายทุกประการ

ขอความสวัสดิ์จงมีแก่สรรพสัตว์และสรรพวิญญาณทั้งหลาย
ทั่วสากลจักรวาล

คณะศิษยานุศิษย์ ธนาการแห่งประเทศไทย
๕ มีนาคม ๒๕๓๘

อาจารย์กิตติศาธา

โย สงฆโสภโณ เถโร
สีลาทิคุณสมปนโน
พurahมแจรม จริตวาน
นิพพานัง สัจจิกาตุมปิ
สุปฏิปนุโก ภิกขุ
ปฏิปนุโน จ ญายสส
อชชทานิ ทิ ตสฺสายุ
ตมฺหิ สหุชฺสาปสนุหานัน
รตนตฺยานุภาเวน
ทีฆายุกุ ลุขี โหตุ
เอวเมตํ มหาเถรํ
เอเตน สจฺจวชฺเชน

พุทธญาณโณติ วิสุสุโต
สมาธิภาวนารโต
อุปสมปทกาลโต
อุรํ ทตฺวาน สาสเน
อุชฺฌวจฺ ปฏิปนุโก
สามิจิปฏิปนุโก
สฺญจิวสุเสหิ ปุณฺณกํ
ลิสฺสานมฺปิ มโนรมํ
รตนตฺตยเตชสา
วิรุฬฺโห สตฺถุสสาสเน
อาทเรน นมามิหํ
สทา โสตฺถิ ภาวนตุ โนติฯ

(รจิตายํ มยา ที่ปงฺกรอุปาสเกน นาม ๒๕๓๘ พุทฺธสเก มกราคม
สฺสปรณฺจวี สติมฺทีเน)

คำแปลอาจริยาภิกษุติคาถา

พระเถระองค์ใด เป็นผู้ประดับหมู่พระสงฆ์แห่งดงาม มีนามว่า “พุทธญาโณ” เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยสี่ลาภคุณยินดีในการบำเพ็ญสมาธิ

ตั้งแต่กาลอุปสมบท ท่านประพฤติพรหมจรรย์ ถวายออกใน พระพุทธศาสนา เป็นผู้เห็นภัยในสงสาร ปฏิบัติดีปฏิบัติตรง ปฏิบัติ เพื่อบรรลุนิพพาน และปฏิบัติชอบเพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

ณ วันนี้เป็นวันที่อายุของพระเถระองค์นั้น ครบ ๖๐ ปี บริบูรณ์ ย่อมนำมาซึ่งความร่าเริงยินดี แก่ศิษยานุศิษย์ทั้งหลาย ผู้มีศรัทธา ปสาทะในพระเถระองค์นั้น

ด้วยเดชานุภาพแห่งพระรัตนตรัย ขอให้พระเถระองค์นั้นจง มีอายุยืน มีความสุข เจริญอกงามในพระศาสนาของพระบรมศาสดา ด้วยประการฉะนี้ ข้าพเจ้าขอนมัสการพระมหาเถระองค์นั้นด้วยความ เคารพเอื้อเฟื้อ แลด้วยการกล่าวสรรเสริญขอมความสวัสดิ์ดีทั้งหลาย จงบังเกิดมีแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายด้วยเถิดฯ

(ข้าพเจ้าผู้มีชื่อว่า ที่ปังกกรอุบาสก ได้ประพันธ์อาจริยาภิกษุติคาถานี้ ในวันที่ ๒๕ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๓๘)

วัตถุประสงค์ของการทำบุญ

จากฉบับเดิมที่พิมพ์เมื่อ พ.ศ.๒๕๓๘

ในวันที่ ๕ มีนาคม ของทุกปี

ณ วัดอินทารามวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร
วัตถุประสงค์หลักๆ ของการทำบุญมีดังนี้

๑. เนื่องจากวัดอินทารามวรวิหาร เป็นวัดของพระนิสสยาจารย์ คือ พระเดชพระคุณหลวงพ่อดีริชเชียมณี (พัน จีรวฑฒเถร) ซึ่งเป็นพระนิสสยาจารย์หลังจากย้ายมาจากจังหวัดพิจิตร เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๑ พระอุปชฌาย์ได้นำมามอบนิสสัยแก่พระเดชพระคุณหลวงพ่อดีริชเชียมณี หลังจากนั้นพระอุปชฌาย์ได้มรณภาพและได้ศึกษาปฏิบัติธรรมตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๐๑ จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๒๒ พระนิสสยาจารย์มรณภาพ จึงได้เที่ยววิเวกต่อไปจนไปสร้างวัดโพธิคุณ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก วัดอินทารามวรวิหารจึงเป็นเสมือนวัดที่ให้ทุกสิ่งทุกอย่างทั้งการศึกษา และข้อปฏิบัติในหลักธรรมวินัย ก็เพราะพระนิสสยาจารย์ ได้ตัดเตือนแนะนำพร่ำสอนจนได้แนวทางปฏิบัติรักษาตัวรอดมาในหลักพรหมจรรย์จวบจนทุกวันนี้

๒. พระเดชพระคุณท่านเจ้าอาวาสองค์ปัจจุบัน คือ พระสุนทรธรรมสุธี (บุญธรรม ติสุสวัสดิ์) เป็นพระมหาเถระรุ่นพี่ที่อยู่ร่วมกันมานาน ก็อยู่กันแบบพี่น้องมีปัญหาอะไรก็ปรึกษาหารือกัน และช่วยเหลือเกื้อหนุนกันด้วยความเข้าใจกันมาโดยตลอด

สารบัญ

๓. เนื่องจากวัยอายุมากขึ้น โรคภัยมักเบียดเบียนอยู่เสมอ เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้จิตใจอยู่ตลอดเวลาว่าอะไรก็ตามที่เป็นบุญเป็นกุศล ก็ควรทำเมื่อยังมีกำลังพอทำได้

ทั้ง ๓ ข้อนี้ เป็นวัตถุประสงค์ในการกำหนดให้มีการทำบุญ ในวันที่ ๕ มีนาคมของทุกปีขึ้น ที่วัดอินทารามวรวิหาร ซึ่งเป็นวัดที่มีพระคุณต่อเพชรพรหมจรรย์ของข้าพเจ้า ที่รักษาตัวรอดมาได้จนทุกวันนี้ ก็อาศัยคุณงามความดีของพระนิสสัยอาจารย์ ซึ่งเป็นพระมหาเถระที่ทรงพระวินัยเป็นเยี่ยม มักน้อย สันโดษ เป็นแบบแผนที่ดีงาม ทำให้ได้แนวทางปฏิบัติของท่านรักษาตัวรอดมาเมื่อถึงวันคล้ายวันเกิด จึงได้กำหนดทำบุญขึ้นเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ตนเองด้วย และเป็นการบูชาพระคุณท่านผู้มีพระคุณ และสถานที่ที่ให้ทุกอย่างในเพชรพรหมจรรย์

ฉะนั้นในโอกาสนี้จึงขออนุโมทนาแก่ทุกฝ่ายที่ให้การสนับสนุนในส่วนทานการบริจาคทั้งวัตถุมงคลและอาหารบิณฑบาตแต่พระสงฆ์จำนวนประมาณ ๑๐๐ รูป ขอให้ทุกฝ่ายจงประสบแต่สิ่งอันเป็นมงคลแก่ชีวิตและจิตใจตลอดไปไม่รู้เสื่อม สิ่งใดอันเป็นความสุข ความเจริญ ขอสิ่งนั้นจงสำเร็จสมความปรารถนาทั่วกันทุกท่านเทอญ

พุทธญาณ ภิกขุ

เจ้าอาวาสวัดโพธิ์คุณ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก

โพชฌงค์

๑๑

ตอบคำถามสมาชิก

๓๐

พลธรรม ๕ ประการ

๔๕

ภาวณาก็คือการฝึกสติ

๖๕



สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช

พระมหากษัตริย์ไทยผู้ทรงกอบกู้เอกราช

ถวายแผ่นดินให้เป็นพุทธบูชา

ประดิษฐานอยู่ ณ วงเวียนใหญ่ กรุงเทพมหานคร

อันตัวพ่อ ชื่อว่า พระยาตาก
 ถวายแผ่นดิน ให้เป็น “พุทธบูชา”
 ให้ขนิษฐา คงถ้วน ทำขันนวิ
 เจริญสมณะ วิปัสสนา พ้อชื่นชม
 คิดถึงพ่อ พ่ออยู่ คู่กับเจ้า
 พุทธศาสนา อยู่ยง คู่องค์กษัตริรา

ชนทุกขัยยาก กู้ชาติ พระศาสนา
 แต่ศาสนา พระสมณะ พระโคตม
 สมณะพราหมณ์ชั้ ปฏิบัติ ให้เหมาะสม
 ถวายบังคม รอยบาท พระศาสนา
 ชาติของเรา คงอยู่ คู่พระศาสนา
 พระศาสนา ฝากไว้ ให้คู่กัน.

โพชฌงค์



ต่อไป ขอให้โยมตั้งใจเจริญภาวนา พร้อมกับการฟังธรรม
 บรรยายประกอบการปฏิบัติไปด้วย ในเบื้องต้นอาตมาก็อยากจะ
 พรารภข้อธรรมะเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติ โดยเฉพาะการปฏิบัติในเบื้องต้น
 นั้น ครูบาอาจารย์ในแต่ละสายก็จะใช้วิธีการฝึกสติในการปฏิบัติ
 แตกต่างกันไป คือในบางสายท่านก็ให้ใช้ **พุทโธ** เป็นที่ตั้งของสมาธิ
 บางท่านก็ให้ใช้ **สัมมารัง** เป็นที่ตั้งของสมาธิ หรือบางแห่ง
 บางท่านก็ให้ใช้ **สัมพุทโธ** เป็นที่ตั้งของสมาธิ หรือในบางที่ท่านให้
 กำหนดรูปกำหนดนาม คือ **ยุบนอพนอ** เป็นที่ตั้งของสมาธิ

อันนี่ก็เป็นเบื้องต้นของการปฏิบัติทั้งนั้น คือ จะเป็นสายใด
 ก็ตาม จะเป็นครูบาอาจารย์ใดก็ตาม ทุกสายก็เป็นไปเพื่อปฏิบัติธรรมะ

คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งนั้น แต่ที่ครูบาอาจารย์แต่ละสายท่านได้ปฏิบัติกันคือโดยเฉพาะองค์ครูบาอาจารย์นั้น ท่านปฏิบัติและก็ได้ผลจากการฝึกสติในวิธีการของท่าน ท่านก็ยึดถือเอาแบบปฏิบัตินั้น มาเผยแพร่สอนให้ผู้อื่นได้ปฏิบัติตามวิธีที่ท่านปฏิบัติ

ฉะนั้น ผู้ใดจะปฏิบัติมาในสายปฏิบัติ พุทฺโธ สัมมา อรหัง หรือยุบหนอพองหนอ หรือสัมพุทธโธอะไรก็ตามก็ถือว่าเป็นวิธีการปฏิบัติเพื่อฝึกสติให้เกิดขึ้น ที่กายที่จิตของเราทั้งนั้น คือ เมื่อมีสติเกิดขึ้นที่กายที่จิตของเราสามารถควบคุมจิตของเราให้อยู่ที่องค์สมาธิที่เรากำหนดขึ้น เช่น พุทฺ หายใจเข้า โธ หายใจออก ถ้าหากว่าจิตของเราอยู่ที่พุท อยู่ที่โธชัดเจน อันนี้ก็แสดงถึงว่าจิตของเราเริ่มมีสมาธิ และเมื่อจิตของเราเริ่มมีสมาธิความรู้ในสมาธินั้นก็จะเกิดขึ้น อันนี้เราไปว่ากันอีกทีหนึ่ง และในโอกาสนี้ อาตมาได้อัญเชิญธรรมหมวดหนึ่งในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ คือ โพชฌงคธรรมเพื่อนำมาเป็นธรรมบรรยาย เนื่องในการปฏิบัติในโอกาสนี้

ในเบื้องต้นก็ควรจะทำความเข้าใจคำว่า **โพชฌงค** คำว่าโพชฌงค นั้นก็หมายความว่า เป็นองค์ธรรมแห่งญาณเครื่องปลุกใจ ทำให้ถึงว่าเป็นองค์ธรรมแห่งญาณเครื่องปลุกใจ ก็คือจิตใจของสามัญชนทุกๆ ไปนั้น จะหลับอยู่ด้วยอำนาจของนิวรณ์ นิวรณ์ทั้ง ๕ จะครอบงำจิตใจของสามัญชนทุกๆ ไป ให้ตกอยู่ในอำนาจตลอดเวลา

นิวรณ์ธรรมทั้ง ๕ นั้นคืออะไร คำว่านิวรณ์ก็หมายความว่าเครื่องกั้น เครื่องกั้นดวงจิตของเราไม่ให้บรรลุ หรือไม่ให้ประสบความสำเร็จได้ ก็มีอยู่ ๕ อย่าง คือ กามฉันทนิวรณ์ พยาบาทนิวรณ์ ถีนมิทธนิวรณ์ อุทธัจจกุกกุกจนิวรณ์ วิจิกิจฉานิวรณ์

กามฉันทนิวรณ์ นั้น คือ จิตที่ถูกกั้นถูกกันอยู่ด้วยอำนาจรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ซึ่งเป็นที่พอใจถูกใจหรือพอใจ ที่จะทำให้อารมณ์ของเราไปติดในรูป ในรส ในกลิ่น ในเสียงที่ดีที่ชอบใจ อันนี้ก็เป็นเรื่องธรรมดาของสามัญชน แต่ถ้าหากเราไปติดใจพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส จนเกินขนาด จนเกินพอดีไป ในส่วนที่เป็นรูปดี เสียงดี กลิ่นดี รสดี ผัสสะดี หรือติดในลักษณะที่ไม่มีความรู้ความเข้าใจ ในเบื้องต้นให้ถูกต้องเสียก่อนสิ่งที่ดีๆที่เราติดนั้นก็จะสร้างความทุกข์ให้กับเราในภายหลังได้ คือสามารถจะสร้างความโศกเศร้าความแค้นใจ ปริเทวะ ความคร่ำคราญให้กับเราเมื่อรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ชอบใจถูกใจนั้นจะต้องมีการเปลี่ยนไป คือทุกอย่างตกอยู่ในลักษณะของความไม่เที่ยง เพราะรูปที่ถูกใจนั้น ก็ไม่ใช่ว่าจะเที่ยงอยู่ในลักษณะที่เราชอบใจตลอดไป รูปต่างๆ จะเปลี่ยนอยู่อย่างสม่ำเสมอ แต่ถ้าเราไม่ดูให้เข้าใจหรือเราไม่เข้าใจในเบื้องต้น เข้าไปคลุกคลีหรือติดใจพอใจใน รูป เสียง กลิ่น รส จนไม่ได้พิจารณา พื้นฐานความเป็นจริงของรูป เสียง กลิ่น รส ให้ชัดเจน ก็สามารถจะทำให้เราเศร้าโศกเสียใจได้ในภายหลัง อันนี้ก็เรียกว่าเป็นนิวรณ์ข้อต้น

นิเวศข้อที่ ๒ คือ **พยาบาทนิเวศ** หมายถึงจิตที่ถูกเผาด้วยอำนาจของโทสะ คือเป็นรูปที่ไม่ดี เป็นเสียงที่ไม่ดี เป็นกลิ่นที่ไม่ดี เป็นรสที่ไม่ดี เป็นผัสสะที่ไม่ดี เมื่อมากระทบถูกทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายของเรา มันก็จะเผาใจของเราให้ลุกเป็นไฟขึ้นมาทันที อันนี้ก็ไม่มีประโยชน์ทั้งกับจิตของเราเอง และถ้าหากว่าเราคุมไฟในจิตของเราไม่ได้ ปล่อยให้ลุกลามมาทางกายหรือทางวาจา ไฟนั้นก็จะลามไปเผาบุคคลอื่นหรือสัตว์อื่นให้เดือดร้อนให้วุ่นวายอีก อันนี้ก็เป็นนิเวศข้อที่ ๒ ที่กั้นจิตของเราไม่ให้บรรลุความดีได้

นิเวศข้อที่ ๓ **ถีนมิตินิเวศ** คือ ความคิดในลักษณะที่มันซึมเบื่อ ท้อแท้ เกียจคร้านที่จะทำความดี หรือแม้แต่จะประกอบกิจการงาน จึงเป็นเครื่องกั้นมิให้เกิดการพัฒนาทางจิตให้ก้าวสู่ความดีที่สูงๆ ขึ้นไป อันนี้เรียกว่าเป็นถีนมิตินิเวศ

อุทธัจจกุกกัจจนินิเวศ หมายถึงถึง จิตที่ฟุ้งซ่านอยู่ตลอดเวลา ด้วยความทะเยอทะยานเกินเหตุเกินผลหรือเกินความสามารถอะไรทำนองนี้ อันนี้จิตของเราจะฟุ้งซ่านอยู่ตลอดเวลา ไม่สามารถจะรวมเป็นสมาธิได้

ข้อสุดท้าย คือ **วิจิกิจฉานิเวศ** อันนี้สามัญชนทุกๆ คนก็ย่อมจะมีด้วยกันทั้งนั้น แต่ว่าความสงสัยไม่แน่ใจหรือไม่ตกลงใจได้ว่าอะไรดีอะไรชั่ว กรรมดีกรรมชั่วอะไรทำนองนี้ บางครั้งเราเข้าใจผล

ของกรรมดีกรรมชั่วผิดไป เพราะบางทีกรรมดีหรือกรรมชั่ว ที่เราทำไปนั้นไม่ให้เกิดผลทันที คือ เมื่อผลของกรรมชั่วยังไม่ปรากฏก็คิดว่าผลกรรมดีกรรมชื่อนั้นไม่มีอะไรทำนองนี้ ทำให้เราลังเลสงสัยไม่แน่ใจในกรรมคือการกระทำ อันนี้ก็เป็นนิเวศเครื่องกั้นจิตของเราไม่ให้บรรลุความดีได้

ฉะนั้น การอบรมภาวนาสมาธิในเบื้องต้น ก็คือการฝึกสติให้เกิดขึ้นกับจิตของเรา คือ พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก ในขณะที่เรากำลังบริกรรมพุทโธๆ อยู่ จิตยังไม่เป็นสมาธิ คือ ยังเป็นบริกรรมภาวนา ต่อเมื่อใดจิตของเราหายจากพุทโธ หนึ่งสงบไม่คิดนึกสิ่งอื่น สงบอยู่ด้วยอำนาจของสติ คือสามารถบังคับจิตของเราให้นิ่งอยู่ได้ อันนั้นเรียกว่าสมาธิและในสมาธินั้นจิตของเราก็ไม่ใช้หลับ ไม่ใช่เพลอ แต่รู้ที่อยู่ว่าจิตของเราสงบไม่มีอารมณ์อย่างอื่นปนอยู่ในความสงบนั้น อันนี้เป็นสมาธิในเบื้องต้นเรียกว่า **บริกรรมนิมิต** จิตของเราเห็นชัดในความสงบ ถ้าจิตของเราเห็นชัดอย่างนี้ จะใช้แบบวิธีของหลวงพ่อดัดปากน้ำก็ได้ คือวิธีของหลวงพ่อดัดปากน้ำนั้น เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิในระดับอย่างที่ว่านี้ ก็สามารถจะสร้างมโนภาพขึ้นมาได้ตามวิธีที่ท่านใช้เรียกว่า **ดวงปฐมมรรค** คือ นึกถึงดวงแก้วที่ใสๆ ให้ปรากฏขึ้นในกึ่งกลางกาย คือ เหนือสะดือขึ้นมาสองนิ้ว หรือจะปรากฏในส่วนใดก็ได้จะทีหน้าผากเข้าไปภายในก็ได้ อันนี้ก็เรียกว่า เป็นดวงปฐมมรรค ถ้าหากว่าสามารถสร้างมโนภาพเป็นดวงใสขึ้นมา เป็นดวงดาว เป็น

ดวงแก้ว เป็นหยดน้ำ ในเบื้องตันอย่าไปสนใจ ดวงนิมิตทั้งหมดให้เอาจิตของเราเพ่งอยู่กึ่งกลางดวงนิมิต คือ ให้กำหนดความรู้สึกให้เล็กที่สุด ถ้าหากว่าจิตของเรายังไม่สงบนิ่งได้ก็ให้บริกรรมภาวนาไปด้วย บริกรรมพุทโธหรือสัมมาอรหังก็ได้ บริกรรมเพ่งอยู่ในจุดกึ่งกลางดวงนิมิตให้สงบลงอีกครั้งหนึ่ง และดวงนิมิตที่เกิดขึ้นในครั้งแรกที่ไม่สว่างที่ไม่สุกหรือยังมีแสงสีอย่างอื่นปะปนอยู่ในดวงนิมิต ถ้าสงบลงอีกครั้งหนึ่ง ความสว่างนั้นจะชัดเจนขึ้น ท่านก็ให้กำหนดอยู่ที่จุดกึ่งกลางของดวงนิมิตนั้นอีก ด้วยการบริกรรมภาวนา จนจิตสงบนิ่งเป็นสมาธิอีกครั้งหนึ่ง ความใสบริสุทธิ์ของนิมิตนั้นเราสามารถจะเห็นได้ทั่วถึง จะไม่มีแสงสีอย่างอื่นปน อันนี้ก็เรียกว่าเป็นดวงปฐมมรรคตามวิธีของท่าน และท่านให้เอามาเพ่งดูกาย คือ เมื่อทำได้ระดับนี้ ถ้าหากว่าเรามาเพ่งดูกายนี้ ก็หมายความว่าดูกายมนุษย์ของเรา คือดูกายของเรา อย่าไปดูกายอื่นนี้เป็นวิธีของท่าน

บางรายบางท่าน เมื่อได้ยินคำสอนของท่านแล้วอาจจะเข้าใจผิดหรือเอาไปใช้ไม่ถูกทาง เอาไปใช้เป็นหมอดูบ้าง หรือดูอะไรภายนอกบ้าง อย่างนี้เรียกว่าใช้ไม่ถูก คือ ท่านให้เอามาเพ่งดูกาย ดูกายมนุษย์หยาบ ซึ่งก็คือดูกายของเรานี้เอง คือ เมื่อทำจิตสว่างได้ระดับนั้น ให้เอาความสว่างนั้นมาเพ่งดูกายของเราทั้งหมด เมื่อเพ่งดูเราก็จะเห็นชัดว่ากายของเรานี้มีอะไร มีอะไรอยู่ในกายของเรา คือดูให้เห็นจากนิมิตที่ทำขึ้น เราก็จะเห็นว่ากายของเรานี้ประกอบขึ้นด้วยธาตุ ๔ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ประชุมขึ้นเป็น

ร่างกายของเราทั้งหมด ถ้ามันเป็นแสงสว่างปรากฏขึ้นในภายใน ดูจริงๆ แล้ว ภายในนี้แต่ละอณูของชีวิตที่เป็นรูปชีวิตทั้งหมดอณูของชีวิตแต่ละอณูนั้นไม่ได้หยุดอยู่นิ่งๆ ทำหน้าที่อยู่ตลอดเวลา อันนี้ธรรมชาติของพระพุทธรูปเจ้าเป็นวิทยาศาสตร์ คือพิสูจน์ได้และเห็นผลชัดว่ามันเป็นจริงอย่างนั้นไม่ใช่โอนูมานเอาหรือไม่ได้คาดเอาคะเนเอาเมื่อเห็นอณูของชีวิตแต่ละอณูนั้นไม่ได้หยุดนิ่ง มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แต่ละอณูนั้นเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วก็ดับไป อณูใหม่เกิดขึ้น เพราะอากาศบ้าง เพราะอาหารบ้าง มันจะเปลี่ยนอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา อันนี้เราก็จะเห็นอนิจจลักษณะที่มีอยู่ในกายมนุษย์หยาบ ที่เราเคยมีสัญญาอุปาทานว่า ชีวิตคือร่างกายนี้เป็นอัตตาตัวตนของเรา ส่วนใดมีเป็นตัวตนของเราบ้าง เราดูให้เห็นอย่างนี้แล้ว จะเข้าใจชีวิตดีขึ้น

ชีวิตที่เป็นรูปร่างกายที่เราใช้สอยอยู่ในปัจจุบันนี้จริงๆ แล้วเกิดขึ้นด้วยปัจจัยของกรรมทั้งสิ้น ปัจจัยของกรรมที่เราทำไว้ในอดีต ประกอบกันขึ้นเป็นรูปชีวิตนี้และก็ได้อยู่ในอำนาจของใคร มันอยู่ในอำนาจของกรรมทั้งนั้น คือ บางชีวิตมีปัจจัยทำให้ดำรงอยู่ได้ร้อยปีบ้าง ๗๐ ปีบ้าง ๕๐ ปีบ้าง หรือน้อยกว่านั้นก็ยังมี ปัจจัยของชีวิตหมดไปสิ้นไป ก็เป็นเพราะผลกรรมที่ทำไว้ในอดีต อายุของคนเราส่วนใหญ่ไม่เกินร้อยปีก็ต้องแตกดับ คือ ธาตุไฟไป ธาตุลมไป ธาตุดินไป ไม่สามารถจะประชุมกันเป็นรูปร่างไปได้นาน อันนี้เราจะเห็นอนิจจลักษณะ เมื่อเห็นชัดอย่างนี้เราจะได้ใช้ชีวิตเป็น ทำให้เราเข้าใจได้ว่า สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นก็มีความทุกข์ และเมื่อ

มันมีความทุกข์อยู่ในตัวของมันถ้าเราเอาใจไปพัวพันด้วยอำนาจของความไม่รู้ความไม่เข้าใจคิดว่า ชีวิตนี้มันเป็นของเรา เราสามารถจะบังคับให้เป็นไปตามที่เราปรารถนาได้ ตามอำนาจกิเลสของเราได้ แต่ชีวิตนี้มันไม่ได้เป็นไปตามที่กิเลสกำหนดให้มันเป็น เป็นของมันไปตามปัจจัยของกรรมเมื่อสิ้นกรรมแล้วมันก็แตกดับ ถ้าหากว่าเราเอาใจของเราเข้าไปมีอุปาทานในชีวิตมากไป แทนที่ทุกข์มันจะมีอยู่ตามปกติธรรมชาติของมัน ทุกข์นั้นมันจะกระทบมาถึงใจของเราด้วย ใจของเราจะไม่สบาย เมื่อชีวิตนั้นมันเปลี่ยนไปแปรไป ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นในใจของเรา อันนี้ก็จะได้เห็นสามัญลักษณ์ที่มีอยู่ในสัตว์ ในสังขารต่างๆ ไป

อนึ่ง จะต้องเข้าใจด้วยว่า อนัตตาที่เราว่าไม่ใช่ตัวตน ก็คือขั้น ๕ ของเรา ถ้าหากว่าจิตของเราเข้าใจขั้น ๕ ได้ชัดเจนว่า ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน และจิตของเราเข้าใจสภาวะธรรมตาความเป็นจริงลงตัวชัดเจน ก็อาจบรรลุนิพพานได้ นิพพานนั้นมี อย่าเข้าใจว่าพระนิพพานสูญว่างไม่มีอะไรเลย อย่างนี้เป็นเรื่องเข้าใจผิด ในทางพระศาสนา พระนิพพานนั้นมี มีอยู่ในลักษณะของพระนิพพาน คือไม่มีการเกิด แต่ว่าจิตที่บรรลุนิพพานนั้นมีอยู่ อันนี้เราจะต้องทำความเข้าใจในเบื้องต้นว่า คำว่าอนัตตา คือ สิ่งที่ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ก็คือรูปร่างกายของเรานี้รวมทั้งเวทนาความสุขความทุกข์ที่เกิดขึ้นในจิตของเราด้วย แต่จะมองไม่เห็นชัด ท่านจึงบอกให้ดูกายหยาบ และกายหยาบมีอะไรบ้าง เมื่อดูแล้ว ธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ นี้ค่อนข้างจะหยาบ

ชอยลงไปให้ละเอียดเป็นอาการ ๓๒ ดูแต่ละอาการให้เห็นชัด เฟ่งดูในผมบนศีรษะของเราแต่ละเส้นให้เห็นชัดเป็นเส้นๆ อย่างที่เรากำหนดให้เป็นหรือสมมุติให้เป็น บัญญัติให้เป็น เมื่อเรากำหนดแสงสว่างเข้าไปในเส้นผมแต่ละเส้น ก็เป็นอนุฏีก คือ เป็นอนุฏิตที่ละเอียดที่ปนกันอยู่ด้วยธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ คือธาตุใดมีลักษณะมากหน่อย ธาตุนั้นก็ปรากฏ ธาตุใดมีลักษณะน้อยหน่อย ธาตุนั้นก็ปรากฏ อันนี้เมื่อเราเพ่งพิจารณาลงไปให้เห็นชัด ตามความเป็นจริงในอาการแต่ละอาการจนเห็นที่ตั้งอยู่หรือที่เกิดว่า เกิดจากอะไร เกิดที่ผิวหนัง ใต้ผิวหนังลงไปนั้นเป็นอะไรเป็นเลือดเป็นหนอง ดูลงไปแล้ว ก็จะเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้นจริงๆ นี่เราไม่ได้แสร้งเห็น หรือไม่ได้ทำในลักษณะที่แกล้งทำ แต่เมื่อความสว่างปรากฏขึ้นที่จิตของเรานั้นจะเห็นว่าเป็นอย่างนั้นจริงๆ และเมื่อเป็นอย่างนั้นจริงๆ อัตตาตัวตนของเราที่มีที่รูปร่างนี้มันก็ไม่ มี อัตตาที่เป็นตัวเรานั้นไม่ได้มีอยู่ที่รูปร่างนี้เลย จะมีแต่อาการ ๓๒ เท่านั้น อันนี้เราก็จะเห็นว่า ในกายมนุษย์หยาบ นั้นอัตตาที่แท้จริง ตัวตนที่แท้จริงไม่มี แต่จะต้องเข้าใจด้วยว่า เมื่อชีวิตนี้ยังอยู่ เราก็ไม่ควรทำให้มันหมดสิ้นไป หรือทำให้มันแตกดับไปก่อนกาลเวลา ก็จะต้องปฏิบัติอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ด้วยอริยมรรค มีองค์ ๘ เมื่อย่อสั้นลงก็คือ คีล สมาธิ ปัญญา นั้นเอง

สัมมาทิล्लीข้อต้นเห็นชอบ คือ เห็นทุกข์เป็นทุกข์ เห็นที่เกิดของทุกข์เป็นที่เกิดของความทุกข์ ก็คือค้นหาสามคือความทะยานอยากดิ้นรนในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ชอกใจ (กามตัณหา) ความ

ทะยานอยากในความมีความเป็น (ภาวตัณหา) เป็นมนุษย์แล้ว ไม่อยากตายจากมนุษย์อยากจะเป็นมนุษย์หรืออยากจะเป็นนั่นเป็นนี่อะไรทำนองนั้น ความไม่อยากมีไม่อยากเป็น (วิภาวตัณหา) เช่น ร่างกายของเรามันมีโรค หรือว่าเกิดมามีทุกข์ มันลำบาก ไม่อยากจะเป็นมนุษย์ อยากจะตายให้มันรู้แล้วรู้รอดอะไรไปทำนองนี้ เป็นที่เกิดของความทุกข์ทั้งนั้น ต่อไปเห็นนิโรธ ความดับทุกข์ ทุกข์เกิดที่ใดเมื่อทำสติให้เกิดขึ้นเราก็เห็นความทุกข์นี้มันเกิดขึ้นที่ตัวสมุทัย ตัณหา ๓ ก็ดับตัณหา ๓ เสียก็เป็นนิโรธ และเห็นมรรคผล คือ ดำเนินตามอริยมรรคมีองค์ ๘ นั่นเอง

สัมมาสังกัปปะ ดำริออกจากทุกข์ก็คือดำริในการออกจากกาม ความใคร่ ความติดความพอใจในรูป รส กลิ่น เสียงนี้เอง เราจะต้องชักใจของเราออกมาในบางครั้งบางโอกาส แม้จะไม่ได้ทั้งหมดก็ให้ชักใจของเราออกมาบ้างในบางครั้ง ในบางจังหวะบางเวลา ถ้าหากว่าเราไม่ชักใจของเราออกมา ใจของเรามันก็จะเป็นทุกข์อยู่ด้วยอำนาจความใคร่ในรูป รส กลิ่น เสียง อยู่ตลอดเวลาอันนี้ก็เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

สัมมาวาจา เจรจาชอบ คือ วาจาที่เป็นคำสัตย์คำจริง คำไพเราะ อ่อนหวาน คำสมานสามัคคี คำที่มีสาระมีประโยชน์

สัมมากัมมันตะ การงานชอบ เมื่อชีวิตของเราอยู่เราก็จะต้องมีการงาน เราจะต้องมีหน้าที่ที่แตกต่างกันออกไปตามความ

สามารถ ตามวิชาการที่เรามี ต้องทำการงานนั้นให้ดี ทำการงานนั้นให้ชอบ คือ ไม่ทุจริตไม่โกงงาน อะไรทำนองนี้

สัมมาอาชีวะ คือ อาชีพชอบ เมื่อเรามีชีวิตแล้วจะต้องประกอบอาชีพ เพื่อเลี้ยงชีวิต อาชีพที่ชอบนั้นก็หมายความว่าถึงอาชีพที่สุจริต

สัมมาวายามะ คือ เพียรชอบ ความเพียรนั้นมีทั้งคติโลก คติธรรม ในฝ่ายคติโลกนั้นก็เพียรประกอบการทำงานที่ให้มีชีวิตที่ดีตั้งมีความหมาย เพียรในคติธรรม นั่นก็คือเพียรละชั่วประพฤติดีหมายความว่า สิ่งใดก็ตามเป็นความชั่วเป็นสิ่งที่ไม่ดีต้องเพียรละแล้วสิ่งใดเป็นความดีเป็นความเจริญเป็นไปเพื่อความสุขเพื่อความพ้นทุกข์ก็ต้องเพียรเจริญให้มีมากขึ้น ฉะนั้น ความเพียรในที่นี้เราจะต้องกล้า ความเพียรนั้นโดยพยัญชนะนั้นแปลว่ากล้าหาญ คือ กล้าที่จะทิ้ง กล้าที่จะละ กล้าที่จะเลิก กล้าที่จะสลัดออกจากความรู้สึกของเราให้ได้ อันนี้ก็เรียกว่าเป็นความเพียรที่พระพุทธเจ้าของเราได้ทรงกระทำมาเป็นตัวอย่างในวันที่พระองค์ตรัสรู้ คือ พระองค์ได้ตั้งจิตอธิษฐานว่า ถ้ายังไม่บรรลุคุณธรรมที่จะพึงบรรลุด้วยเรี่ยวแรงของบุรุษ เนื้อเลือดในกายจะเหือดแห้งไปหมดก็ตามที จะไม่ลุกขึ้นจากที่นั่ง นี่ก็แสดงว่าจะต้องกล้า เมื่อเราจะทำความเพียร

สัมมาสติ ก็จะต้องฝึกสติด้วย เพราะการฝึกสตินี้ก็มีทั้งผิดทั้งถูก คือที่ถูกต้องนั้นก็หมายความว่าถึงสัมมาสติ คือสติที่เป็นไปในภายในเวทนา ในจิต ในธรรม นี้เรียกว่า เป็นสัมมาสติ

สัมมาสมาธิ หมายถึงการฝึกสมาธิด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งจนได้รูปฌาน หรือสูงขึ้นไปถึงอรุปรุฌาน เพื่อเป็นบาทเป็นฐานแห่งวิปัสสนา ความจริงสมาธิมีทั้งถูกและผิด สมาธิผิด ก็เช่นที่เอาไปใช้ในเวทมนต์ ทำให้คนตาย ทำให้สัตว์ตาย หรือทำให้เพื่อนมนุษย์มีอันเป็นไปในลักษณะต่างๆ มนต์อย่างนี้มีก่อนพุทธกาลก็มี ปัจจุบันนี้ก็ยังมีที่ผู้ใช้มนต์อย่างผิดๆ ใช้สมาธิผิด ใช้สติในทางที่ผิด ฝึกจิตจนสามารถบังคับอะไรต่ออะไรได้ แล้วก็ไปบังคับให้สิ่งที่ตนต้องการเป็นไปในลักษณะที่ตนชอบใจ คือ ทำให้เขาตาย ทำให้เขาวิกลจริต ทำให้เขาบ้า บังคับภูตผีวิญญาณอะไรต่างๆ ให้มาอยู่ในอำนาจของตน อย่างนี้มนต์ตัวนี้มีอยู่ แม้ในปัจจุบันนี้ก็ยังมี และโดยเฉพาะอาตมาเที่ยวไปในสถานที่ต่างๆ ก็เคยประสบกับเรื่องนี้พอสมควร ฉะนั้น สัมมาสมาธินี้ก็มีความสำคัญต่อการปฏิบัติมาก ถ้าหากว่าเราฝึกผิด จิตที่เป็นสมาธิแล้วนี้มีพลังงานค่อนข้างจะสูงคือค่อนข้างจะมีอำนาจ สามารถบังคับสิ่งที่เราเข้าใจว่าไม่น่าจะเป็นไปได้ ให้เป็นไปตามอำนาจจิตของผู้มีสมาธิได้ อันนี้ก็เรียกว่า สัมมาสมาธิ

เมื่อชีวิตของเรายังมีอยู่ เราก็จะต้องใช้ชีวิตให้ดำเนินไปตามองค์มรรค คือไม่ทรนทาน หรือไม่เป็นไปในลักษณะทำลายชีวิตก่อนกาลเวลา ใช้ชีวิตเป็นไปในลักษณะตามเหตุตามปัจจัย เพราะชีวิตที่เราเกิดมานี้เราจะต้องทำความเข้าใจใส่เบื้องต้นให้ถูกต้องเสียก่อนว่าเรามีชีวิตนี้เกิดมาเพื่ออะไร เราจะต้องทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้ถูกต้อง แล้วก็ใช้ชีวิตให้เป็น คือชีวิตนี้เราถามว่าเกิดมาเพื่ออะไร

คำตอบก็จะมีในลักษณะที่แตกต่างกันออกไป เพื่ออย่างนั้น เพื่ออย่างนี้ เพื่อสิ่งนั้น เพื่อสิ่งนี้ แต่ถ้าตอบกันให้ตรงตามความเป็นจริง ชีวิตนี้เกิดมาเพื่อจะตาย คือเพื่อจะตายในที่สุด นี่เป็นเรื่องของชีวิต ไม่ใช่เกิดมาเพื่อจะอยู่ หรือเกิดมาเพื่อจะอย่างนั้น อย่างนี้ เพื่ออย่างนั้นอย่างนี้ เป็นไปในระหว่างการมีชีวิตอยู่เท่านั้นเอง เมื่อชีวิตถึงที่สุด ถึงจุดหมายของชีวิต ชีวิตนี้ก็จะต้องแตกดับไป

พูดถึงการแตกดับ ในพุทธศาสนาของเราสอนไว้ว่ามี ๓ ประการด้วยกัน คือ

(๑) ชณิกมรณะ คือ ตายทุกขณะที่เราหายใจเข้า เราหายใจออก

(๒) กาลมรณะ คือ ตายอยู่ทุกวันทุกสัปดาห์ทุกเดือนทุกปี สิ่งทั้งหมดไปแล้วนั้นแสดงถึงว่า เราใช้ปัจจัยชีวิตหมดไปแล้ว ก็คือตายไปแล้วนั่นเอง

(๓) สมุจเฉทมรณะ คือ การตายเด็ดขาดเก็บเข้าโลงเผาหรือฝังทิ้ง นี่ก็เป็นเรื่องของชีวิตอันนี้หมายถึงว่า เรามาดูกายหยาบและกายละเอียด เรามาดูกันในชีวิต เราที่มีกายอยู่มาหลาย อยู่ในจิตของเรา ทั้งกายปัจจุบันทั้งกายอดีต ถ้าหากว่าสามารถดูกายในจิตของเราได้ สามารถระลึกชาติได้ คือชาติที่เราเคยเกิดมาในอดีต

เกิดมาที่ใด อยู่ที่ไหน มีเรื่องราวอย่างไรสามารถจะดูได้ที่จิตของเรา
ที่เรียกว่า สัญญาอุปทานคือบางคนเข้าใจผิดนั่งภาวนาไป เห็นโครง
กระดูกหรือผิอะไรปรากฏขึ้นมาก็เข้าใจว่าผินั้นมาหลอกในสมาธิอะไร
ทำนองนี้ ขอให้ฟังพิจารณาคุณภาพต่างๆ ที่ปรากฏขึ้นในจิตของเรา
ฟังดูจริงๆ ไม่ใช่ผิมาจากไหน คือเป็นสัญญาอุปทานในสมัยเด็กๆ
เราอาจจะยังไม่คุ้นเคยกับโลกนี้ ผู้หลักผู้ใหญ่ผู้บังคับว่าผิมีรูปร่าง
อย่างนั้น มีรูปร่างอย่างนี้ มีความน่ากลัวอย่างนั้น มีความน่ากลัว
อย่างนี้ แล้วจิตของเราก็สร้างภาพที่น่ากลัวขึ้น เมื่อสร้างภาพที่น่า
กลัวขึ้นก็จะเก็บภาพนั้นไว้ในความรู้สึก พอถูกสะกิดขึ้นมา ถ้าจิต
ของเรายังกลัวอยู่ภาพที่น่ากลัวนั้นจะลอยเด่นขึ้นมาในความรู้สึกทันที
อันนี้คนที่ไม่มีสติชัดเจนอาจจะตกใจกลายเป็นวิปลาสไปก็ได้ อันนี้
จะต้องเข้าใจในเบื้องต้น

ภายในจิตของเรามีกายอยู่ทุกกาย ตั้งแต่กายของสัตว์นรก
กายของเปรตอสุรกาย และกายเทวดา ถ้าหากว่าจิตของเรายินดี
พอใจในศีล ๕ มีหิริ มีโอตตัมปะ ความละอายบาปและความกลัวบาป
ปรากฏในจิตของเรา ภายในจิตของเรานั้นจะเป็นกายเทวดา ถ้าจิต
ของเรานิ่งสงบเป็นสมาธิ มีพรหมวิหารธรรม คือ มีเมตตา ที่เป็นไป
ในสัตว์อย่างสม่ำเสมอ ไม่เลือกว่าผู้นี้เป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ เป็นคน เป็น
สัตว์ เป็นอะไร มีเมตตาเสมอในสัตว์ทุกประเภทเหมือนกันหมด
เมตตาอย่างนี้ เขาถือว่าเป็นเมตตาของพรหม แล้วเราจะเห็นว่ากาย
ของพรหมที่มีในจิตของเรานั้นไม่มีเพศ คือ ไม่มีเพศหญิง ไม่มีเพศ

ชาย คือ เป็นเพศของพระพรหม ที่ประกอบด้วยคุณธรรม ๔ ประการ
คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา พรหมวิหารเราจะเห็นว่ากายนี้
เป็นกายที่มีแต่ความสงบ เป็นกายที่มีความสุขละเอียดอ่อนมาก
อันนี้ถ้าหากว่าจิตของเรามีสมาธิในขั้นปฐมฌานก็จะเห็นเป็นลำดับ
ไปอย่างนี้ และกายของพระอริยบุคคล ตั้งแต่กายของพระโสดาบัน
เป็นต้นไปจนถึงกายของพระอรหันต์

ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ กำหนดสอดส่องดูธรรมอย่างที่ว่า
ดูภายในกายเรื่อยๆ ไป กายที่มีบาปกายที่มีกุศล ก็จะเห็นว่ากาย
แต่ละกายนั้นแตกต่างกัน คือ กายที่เป็นบาปนั้นก็จะเป็นกายที่น่า
กลัวน่าเกลียด ไม่น่าปรารถนา กายที่เป็นบุญเป็นกุศลนั้นก็จะเป็นกาย
ที่น่าดูน่าชม อันนี้ก็จะดูได้จากธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ในข้อที่ ๒ และ
ก็จะเป็นการแก้กรรมอย่างหนึ่งที่เราเข้าใจผิดกัน คือ เมื่อ
เรามาสอดส่องดูกรรมในจิตของเรา ในจิตของเรานั้นจะมีกรรมอยู่ ๔
ชนิดเท่านั้น คือกรรมดำ ให้ผลเป็นทุกข์ กรรมขาว ให้ผลเป็นสุข
กรรมดำกรรมขาวปะปนคละเคล้ากัน อันนี้แหละที่เรามักจะเข้าใจ
ผิดกัน แล้วก็สงสัยไม่แน่ใจ บางครั้งมีคำพูดที่มักจะได้ยินเสมอๆ
เช่นทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป อะไรทำนองนี้อันนี้เพราะ
กรรมดำกรรมขาวที่คละเคล้าอยู่ในจิตของสัตว์โลก และไม่ได้
พิจารณาฟังดูกรรมนี้ ที่กรรมขาวให้ผลเป็นสุขนั้นเราเห็นกันอยู่ใน
ปัจจุบัน คือกรรมขาวส่งผลให้มาเกิด เกิดในฐานะที่มีความสมบูรณ์
ทั้งยศศักดิ์อำนาจวาสนา ทรัพย์สินสมบัติพร้อมแล้วก็ยัง

กรรมขาว คือ กรรมดีที่สนับสนุน บุคคลที่เกิดมาในฐานะที่ดีแล้วไม่
ประมาทในความดี พยายามกระทำความดีเพิ่มขึ้น ด้วยการให้ทาน
รักษาศีล เจริญภาวนาอยู่อย่างสม่ำเสมอ บุคคลผู้นี้ก็จะเป็นคน
รุ่งเรืองไม่ตกต่ำ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต อันนี้พระพุทธเจ้าท่าน
ตรัสว่า **โชติโชติปรายโน** คือ สว่างมาสว่างไป

กรรมดำให้ผลเป็นทุกข์ กรรมดำส่งผลให้มาเกิด เกิดใน
ฐานะที่ขัดสนลำบาก ทั้งความเป็นอยู่ทุกอย่างขัดสนไปหมด บุคคล
ผู้นี้แทนที่จะเห็นผลของกรรมที่ส่งผลให้มาเกิดเป็นกรรมชั่ว แทนที่
จะกลัวกรรมชั่วกลับทำกรรมชั่วซ้ำลงไป ซ้ำลงไป กลายเป็นหาความ
สุขหาความเจริญในชีวิตไม่ได้ เมื่อชีวิตเป็นอยู่ก็มีแต่ความลำบาก
เมื่อแตกดับไปแล้ว ก็จะไปในภพที่ต่ำเรื่อยๆ ไป คือ จากคนเป็นสัตว์
จากสัตว์เป็นสัตว์ในอบายภูมิอะไรทำนองนี้ อันนี้เรียกว่า **ตโม ตม
ปรายโน** คือ มีตมาแล้วก็มืดไปแต่สามัญชนทุกๆ ไป ก็มักทำทั้ง
กรรมดำกรรมขาวคละเคล้าปะปนกันอยู่ ถ้าหากว่าในขณะที่ปฏิสนธิ
กรรมดีส่งผลให้มาเกิด เกิดในฐานะที่มั่งคั่ง มีทรัพย์มีสมบัติมาก มี
ยศมีอำนาจวาสนาสสูง หากกรรมขาวสิ้นลง ผลของกรรมดำติดตาม
มาให้ผล ก็ใช้ผลของกรรมขาวที่ตัวมีทั้งทรัพย์สมบัติ ยศ อำนาจ
วาสนาในทางที่ไม่ถูก สร้างความเดือดร้อนให้กับบุคคลอื่น กับสัตว์
อื่นอยู่ตลอดเวลา นี่ถ้าหากว่าผลกรรมขาวที่ส่งผลให้มาเกิดนี้มี
กำลังสูงหน่อย กรรมดำยังไม่ให้ผลในปัจจุบัน แต่ว่าในอนาคตต้อง
ให้ผลแน่ แต่บางรายก็ให้ผลในปัจจุบันนี้ เช่น บางคนรุ่งเรืองแล้ว

ตกต่ำวูบลงไปเลย เพราะอำนาจของกรรมดำให้ผลในปัจจุบัน ก็มี
ให้เราเห็นอยู่ในปัจจุบันนี้และบางรายบางท่าน กรรมขาวส่งมาเกิด
แล้วกรรมดำมาตัดรอนกรรมขาว อันนี้พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า
โชติตมปรายโน คือ สว่างมาแต่มืดไป แต่บางรายที่กรรมดำส่งผล
ให้มาเกิดเห็นโทษของกรรมดำ คือ พยายามไม่ทำกรรมชั่วทั้งทาง
กายและทางจิต บางรายบางท่านก็รุ่งเรืองในชีวิตนี้ และเมื่อถึงคราว
ที่ชีวิตนี้แตกดับ ก็จะไปในภพที่รุ่งเรืองกว่าในปัจจุบัน อันนี้ก็มีให้
เราเห็นในปัจจุบันนี้เรียกว่า **ตโม โชติปรายโน** คือ มีตมาแต่สว่างไป
แต่ว่ากรรมอีกชนิดหนึ่ง กรรมไม่ดำกรรมไม่ขาว อันนั้นไม่ต้องพูดถึง
นั่นเป็นกรรมของพระอริยเจ้าท่าน คือ กรรมของพระอรหันต์ท่าน
คือท่านทำแต่กรรมดี แล้วท่านก็ไม่ได้หวังผลในกรรมดีที่ท่านทำ คือ
ทำเพื่อประโยชน์เพื่อความสุขเพื่อส่วนรวมของโลก ท่านไม่ได้หวัง
ผลของกรรม และกรรมนั้นก็ให้ผลแก่ท่านไม่ได้

ทั้งหมดนี้เราสามารถดูได้ที่จิตของเรา คือ ดูได้จากความรู้สึก
ในจิตของเรา ในขณะที่ใดก็ตามจิตของเราจะทำอะไรขึ้นมา ถ้า
เป็นกรรมส่วนที่เป็นกุศล เป็นความดีแล้ว จิตของเรามันจะสบาย
คือไม่สะดุ้งไม่มีความหวาดกลัวเกิดขึ้น ไม่มีภัยในจิตของเรา คือ
ถ้าหากว่าเราคิดจะทำอะไร มันมีความกลัวปรากฏในจิตของเรา
นั่นแหละท่านเรียกว่าจิตของเรามีภัย ก็แสดงถึงว่าเราจะต้องใช้สติ
ในลักษณะของ **ธัมมวิจยะ** สอดส่องดูกรรมส่วนนั้นให้ละเอียด
รอบคอบว่า กรรมที่เรากำลังคิด ที่เรากำลังจะกระทำนั้นเป็นกรรมที่

เป็นกุศล หรืออกุศล อันนี้ก็แนะไว้สำหรับเป็นข้อพิจารณา ในการปฏิบัติเพียงเล็กน้อยเพียงแค่นี้

ต่อไปขอให้ทำสมาธิโดยไม่ต้องฟังสัก ๑๕ นาที แล้วต่อไปก็ ตั้งใจเจริญภาวนา โดยในเบื้องต้นก็หลับตา คือ หลับตากำหนดทำ จิตของเรา ให้สงบด้วยองค์บริกรรม พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก และอย่าเผลอสติให้มีสติกำหนด อยู่ที่องค์บริกรรม ถ้าจิตของเรา สงบลมหายใจของเราจะเบา และหัวใจก็จะทำงานน้อยลงพอเรา รู้สึกตัวขึ้นหัวใจจะเต้นแรง อันนี้ก่อนเลิกทุกครั้งให้ค่อยๆ ผ่อนหายใจ กำหนดความรู้สึกไปที่ร่างกายทุกส่วน ถ้าหากว่าจิตของเราสงบเป็น สมภา ก็เท่ากับจิตดวงนี้จะรักษาธาตุขันธ์ คือร่างกายของเราด้วย จิตที่มีสมภาดี จะสามารถรักษาโรคภัยไข้เจ็บที่มีอยู่ในธาตุขันธ์ของ เราไปได้ด้วย และพระพุทธเจ้าของเราได้ตรัสอานิสงส์ของสมาธิไว้ว่า ผู้ที่พยายามอบรมภาวนาสมาธิแม้จิตสงบเพียงเล็กน้อย ถ้าหากว่าผู้นั้นยังจะต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ จะเกิดในที่ใดๆ ใน ภพใดๆ จะไม่เกิดในฐานะต่ำทราม คือจะเกิดในฐานะที่มียศ มี อำนาจวาสนาสสูง จะเป็นหัวหน้าหมู่ จะเป็นหัวหน้าคณะจะเป็นผู้นำ ของสังคมอะไรทำนองนั้น อันนี้ก็เป็นผลที่เกิดจากสมาธิทั้งนั้น

ถ้าหากว่า เราทำจิตของเราสงบเป็นสมาธิถึงขั้นได้รูปฌาน หรืออรูปฌาน เมื่อร่างกายถึงคราวแตกดับก็สามารถจะไปอุบัติใน พรหมโลกได้ และถ้าหากว่าเราทำจิตของเราสงบเป็นสมาธิ ยกจิตขึ้น

กำหนดไตรลักษณ์ให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คลายสิ่งที่เราเคย เข้าใจผิด จนสามารถละความเห็นผิดออกจากจิตของเราได้ ก็ จะ บรรลุมรรคผลนิพพานในชาติปัจจุบัน อันนี้ก็เป็นอานิสงส์ที่เกิดขึ้น จากการเจริญภาวนาสมาธิทั้งนั้น คือผลของทานการให้นั้นมีอานิสงส์ คีลการรักษากายวาจาให้เรียบร้อยก็มีอานิสงส์ แต่ว่าสมาธิที่เรา อบรมภาวนานี้จะมีอานิสงส์ยิ่งกว่าอานิสงส์ทั้งสองอย่างที่กล่าวมา แล้วทั้งหมด เพราะการจะบรรลุมรรคผลหรือพ้นทุกข์ได้ ก็ด้วย อาศัยการเจริญภาวนาสมาธิทั้งนั้น ท่านจึงให้ความหมายในบุญ กิริยาวัตต์ได้ว่า ทานการให้ คีลการรักษากายวาจาให้เรียบร้อย และ ภาวนาการอบรมจิตของเราให้เจริญขึ้น ให้รุ่งเรืองขึ้น ให้ก้าวหน้าขึ้น นี้เป็นหลักของบุญกิริยาวัตต์

ท้ายที่สุดแห่งการบรรยาย อาตมาขออภังคคุณพระศรี รัตนตรัย พร้อมด้วยบุญสมบัติที่ท่านทั้งหลายได้พากันบำเพ็ญให้ เป็นไปในวาระต่างๆ มีทานมัยบ้าง คีลมัยบ้าง ภาวนามัยบ้าง ขอจง เป็นพลวปัจฉัย เป็นนิลยตามส่ง ให้ท่านทั้งหลายได้บรรลุทิพย์ทวี บุญมณูญผลปรารถนาสิ่งหนึ่งประการใด อันเป็นไปในทางที่ชอบ ประกอบด้วยธรรมซึ่งจะนำความพ้นทุกข์ให้บังเกิดมีแก่ท่านทั้งหลาย ขอความปรารถนาอันดีงามนั้น จงสำเร็จด้วยอำนาจไตรสรณคมณ์ และบุญสมบัติที่ท่านทั้งหลายได้สั่งสมอบรมมาดีแล้ว จงทุก ประการ เทอญ

ตอบคำถามสมาชิก

ญาติโยมก็คงจะมีข้อข้องใจสงสัยในการปฏิบัติ มีอะไรพอจะถามก็ได้ คือ ที่บรรยายไปก็ยังมีเรื่องที่ตั้งค้าง ในเรื่องมิจฉาสมาธินี้มีจริงนะ และทุกวันนี้ก็ยังทำได้ คือ ในแถบชายแดนพม่าที่อาตมาอยู่นั้นมีพวกเล่นมนต์คาถา ทำให้คนเจ็บทำให้คนป่วยทางแถบเพชรบูรณ์ก็มี

เมื่อปี ๒๕๑๖ สมัยอาตมาไปอยู่กับหลวงปู่แหวน หลวงปู่แหวนให้อาตมาเดินธุดงค์มาทางนี้ อาตมาก็ไม่คิดว่าเขาจะมีมนต์บังคับผีได้ เมื่อหลวงปู่ให้อาตมามาและท่านก็ไม่ได้บอกกับอาตมาเกี่ยวกับเรื่องนี้ แต่เมื่อมาแล้วก็นั่งภาวนาอยู่ มีโยมเข้ามาหา และบอกว่าท่านช่วยทำน้ามนต์ให้โยมหน่อย มีคนป่วย อาตมานั่งทำ

น้ามนต์ในความรู้สึกปรากฏว่าคล้ายๆ มันมีภาพผีนี้ปรากฏอยู่ตลอด ก็ถามว่าโยมนี่ป่วยธรรมดา หรือมีอะไรสิงอยู่ แกก็บอกว่า มีผีสิงอยู่ มันสิงมาแล้วหลายวัน อาตมาก็บอกว่าอาตมาไม่ใช่หมอผี ไปนิมนต์พระมาอีกองค์หนึ่ง ชับกันอยู่ทั้งคืนทั้งวันไม่ออก จนหมดปัญญา และบอกให้อาตมาช่วยหน่อย อาตมาก็บอกว่าผมไม่มีมนต์นะ มนต์ชับผีผมไม่มี ท่านบอกอะไรก็ได้ช่วยกันหน่อย อาตมาก็อธิษฐานขอขามีสพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ และขอขามีสของหลวงปู่ ถ้าหากว่าใช้อาตมาเพราะเรื่องนี้ ก็ขอให้ผีที่สิงอยู่ในร่างกายคนนี้ออกไป เพราะมันเป็นการสร้างบาปสร้างกรรมเดือดร้อน เมื่ออยู่ในภูมิของสัมภเวสีแล้วก็อย่างสร้างกรรมกันอีกเลย ให้อาศัยขามีสพระพุทธรูป อาศัยขามีสพระธรรม อาศัยขามีสพระสงฆ์เป็นทางไปสู่ความสุขความเจริญ พออธิษฐานจบ คนที่ถูกผีสิงนี้ล้มตึง และขอข้าวกิน ขอน้ำกินทันที ตั้งแต่ถูกสิงมาตั้ง ๗ วันไม่ได้กินข้าวเลย

อันนี้ยังมีอยู่นะ เรื่องมิจฉาสมาธิที่เขาเอาไปใช้ในลักษณะเป็นเสน่ห์เสน่ห์กอลอะไรนี้ก็มี มีผลจริงด้วย ไม่ใช่มีผลไม่จริง คนที่เขาทำได้มี เราฝึกเราก็จะต้องฝึกกันให้เป็นสัมมาสมาธิ ให้เป็นไปในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรมจริงๆ นั่นแหละ ถึงจะเป็นไปในทางพ้นทุกข์ได้และในมนต์ดำเขาเรียกว่า **เดรัจฉานมนต์** ทำไมพระพุทธรูปเจ้าเรียกว่าเดรัจฉานมนต์ เดรัจฉานก็หมายถึงสัตว์ที่มันไปขวางตะวัน ที่เราเรียกว่า สัตว์เดรัจฉานนะ คือเวลามันจะเดินหรือมันจะไปหากินนี้ตัวมันจะขวางตะวัน ไม่เหมือนมนุษย์เรา

มนุษย์เราใช้เวลาเดินตัวจะตรงตะวันและมนต์ใดก็ตาม ที่เป็นไปในลักษณะที่ขวางมรรคผลนิพพาน พระพุทธเจ้าของเราเรียกว่า เตรีจฉานคาถา คือ เป็นคาถาที่ขวางทางที่จะบรรลุมรรคผลนิพพาน

ถาม : ถ้าเรายึดมั่นในพระรัตนตรัย เราจะพ้นจากการตกนรกหรือไม่?

ตอบ : อันนี้รับรองว่าไม่ตกนรกแน่นอน

ถาม : มนต์ดำจะทำอันตรายเราได้หรือไม่?

ตอบ : ทำอะไรไม่ได้ หรือถ้าหากว่าผู้ที่ไม่มั่นคงในไตรสรณคมน์ดีพอ มีทองติดตัวก็ทำอะไรไม่ได้ คนโบราณจึงใช้ทองเลี่ยมพันกัน มีทูน้อยก็ใช้เลี่ยมพันทองกันไว้ คือกันมนต์พวกนี้ที่เขาปล่อยมาตามลมตามอากาศนี้ อันนี้ถ้าเรามีความมั่นคงในไตรสรณคมน์ โยมจะสังเกตดูพระเจ้าแผ่นดินคือทุกๆ พระองค์น่าจะตกนรกอย่างพระเจ้าตากสินมหาราชอย่างนี้ อย่างสมเด็จพระนเรศวรมหาราชอย่างนี้ แต่ทำไมท่านไม่ตกนรก ท่านฆ่าคนเยอะ อันนี้มันน่าสงสัยก็แน่แหละเพราะท่านมั่นใจในไตรสรณคมน์ ดูพระมหากษัตริย์สมัยเก่าๆ พระชนมายุไม่ค่อยยืนหรือ ๕๐ ปี หรือเกินกว่านั้นก็ไม่มีมาก อันนี้เพราะท่านทำปาณาติบาตกันมามาก อย่างพระเจ้าตากสินมหาราชนี้ อาตมาก็มั่นใจ เพราะอาตมาอยู่วัดของท่านมาตั้งแต่ปี ๒๕๐๐ (วัดอินทาราม) ท่านภาวนาที่วัดนี้ แล้วครูอาจารย์หลายองค์ ท่านก็เคยเตือนและเคยดูอาตมาว่า มันอยู่วัดพระเจ้าตากสิน แต่มันไม่เคย

สนใจพระเจ้าตากสิน หลวงพ่อมหาปิ่น ต่อาตมาแรงๆ และที่อาตมาไปสร้างวัดโพธิ์คุณก็เหมือนกัน อาตมาก็ไม่ได้ตั้งใจจะทำเพื่อใคร จะทำเพื่อพระพุทธศาสนาแต่เหตุที่อาตมาไปสร้างวัด ก็ไม่ใช่เป็นความตั้งใจของอาตมาที่จะไปสร้าง อาตมาชอบเที่ยวดูดวงค์มากกว่า คือ มันมีอิสระ ไม่ติด อย่างน้อยไม่ติดโยม คือ พระเราเนี่ยมันติดโยม หรือโยมติดพระมันเป็นภาวะ มันเป็นปฏิกิริยาในการปฏิบัติกรรมฐาน คือถ้าอยู่ไหนนานมันเป็นห่วงโยม โยมเจ็บป่วยอะไรสารพัด อันนี้อาตมาพยายามตัด

อีกอย่างหนึ่งที่เราเข้าใจว่า ในสองวงศ์ระหว่างวงศ์จักรีกับวงศ์ตากสิน มีการชกกันนั้นอยากจะให้ลืมความรู้สึกอย่างนี้เสียจริงๆ แล้วท่านไม่ได้ชกกัน คือบางคนก็ยังเคียดแค้นวงศ์จักรีว่า ไปแย่งสมบัติของวงศ์ตากสิน อะไรทำนองนี้ แต่จริงๆ แล้วไม่ใช่ คือท่านสละของตัวเอง และโยมนิ่งหลับตามาวนาเมื่อสักครูโยมอาจจะเห็นอะไรๆ ในชีวิตที่ผ่านมา คือผ่านมาเมื่อวานบ้าง เมื่อวันก่อนบ้าง หรือนานกว่านั้นบ้าง แต่พระเจ้าตากสินมหาราชในขณะที่พระองค์ท่านกอบกู้ชาติบ้านเมือง ท่านต้องทำงานอย่างรวดเร็ว และเริ่มฆ่าคนนับแต่จับทบฏรีเรื่อยไป กว่าที่จะจบรอบประเทศนี้ฆ่าเท่าไร แล้วในระหว่างนั้นก็มีการตีกันมาติดพันกันยุ่งอยู่แล้วท่านก็ไม่มีเวลาที่จะมาสนใจในการทำบุญทำกุศล ก็พอดีพระราชมารดาท่านประชวรหนัก ขนาดมารดาเจ็บก็ไม่มีเวลาจะมาดูมารดา เพราะติดพันอยู่กับข้าศึก ในที่สุดพระราชมารดาท่านสิ้นพระชนม์ ก็ทำศพที่วัดอินทาราม

ก็ทำลวกๆ ไปครั้งหนึ่ง เมื่อท่านเสร็จศึกเรียบร้อยแล้ว ท่านก็มาทำ พิธีใหญ่อีกครั้งหนึ่ง และในช่วงนี้ศึกอะไรต่างๆ ก็เบาลง เจ้าพระยามหากษัตริย์ศึกท่านก็รับหน้าที่หน้าศึกอะไรก็ได้ และท่านก็มีโอกาส มาใกล้ชิดกับวัดอินทาราม และในครั้งนั้นอาตมาก็เข้าใจว่าคงจะมี พระกรรมฐานที่เชี่ยวชาญพอสมควร จึงให้อารมณกรรมฐานท่าน ได้ดีและในระหว่างที่ท่านทำศพพระราชมารดา ท่านก็มานั่งกรรม ฐานที่วัดอินทาราม เติงบรรทมท่านปัจจุบันนี้ยังอยู่ เติงที่ท่านไป ทรงธรรมยังอยู่ที่วิหาร เขาเรียกวิหารพระเจ้าตาก เป็นไม้สักสองแผ่น รอบๆ นี้ก็เป็นนางฉลุ ยังอยู่ที่วัดอินทาราม

ในระหว่างที่ท่านนั่งกรรมฐาน อย่างที่โยมนั่งกันเมื่อสักครู่นี้ เมื่อหลับตานั่งภาวนาลงไปภาพที่ท่านฆ่าคนจำนวนมากก่อนที่จะมา นั่งภาวนาจะต้องปรากฏทางใจของท่าน และภาพเหล่านี้เป็นลักษณะ ที่ทำให้ท่านตัดสินใจพระทัยได้ คือเมื่อปรากฏในใจของท่าน ท่านก็มี ความเพียรทำให้จิตของท่านเป็นสมาธิได้ ในช่วงบางช่วงจิตของ ท่านสงบเป็นสมาธิ มีอิสระ จิตของท่านเริ่มมีอิสระ ท่านจึงรู้ว่าความสุข กับความทุกข์มันต่างกันอย่างไร ความสุขในการครองราชย์กับ ความสุขที่มันเป็นอิสระจริงๆ จากสมาธิ มันห่างไกลกันมาก นี่แหละ เป็นเหตุให้ท่านตัดสินใจพระทัย ท่านก็คงจะตัดสินใจพระทัยไปในทางว่า ถ้าเรายังเป็นพระมหากษัตริย์ต่อไป เราก็จะต้องกำดาบตัดคอคน อยู่ตลอดเวลา ไม่มีโอกาสจะมานั่งหาความสุขความสงบทางจิตใจ ได้อย่างนี้ และท่านเห็นว่าบ้านเมืองก็เข้มแข็งแล้ว เจ้าพระยามหา

กษัตริย์ศึกก็เข้มแข็ง แล้วท่านก็สละ นี่การเสียดสละครั้งนี้ อาตมาว่า เป็นการเสียดสละครั้งยิ่งใหญ่ของท่าน คือ ท่านสละราชย์ให้กับพระ พุทธยอดฟ้าฯ แล้วท่านก็ให้เขียนประวัติของท่านในลักษณะที่ท่าน เป็นคนบ้า เสียดสติ วิกลจริต จะต้องฆ่ากันตาย อะไรทำนองนั้น อันนี้อาตมาว่าเป็นเจตนาของท่าน คือ ถ้าหากว่าท่านจะออกไปใน ลักษณะที่ไม่ดีไม่มีผล ในเมื่อขุนศึกที่จะอยู่ฝ่ายท่านก็เยอะ ขุนทหารที่ยังรักเคารพท่านก็ยิ่งมากทางออกที่ดีก็มีอยู่ทางนี้ทางเดียว คือเพื่อจะให้ขุนศึกขุนทหารเห็นว่า ถ้าเอาคนบ้าขึ้นไปนั่งเมือง บ้าน เมืองก็จะเป็นความสงบ นี่เป็นเจตนาของท่าน ท่านให้เขียนประวัติ อย่างนั้น ท่านให้ออกข่าวอย่างนั้นว่า พระเจ้าตากสิ้นเป็นบ้า เขียน ตีพระเถระอะไรทำนองนี้ อันนี้เป็นเรื่องที่ท่านให้ทำขึ้นมากกว่าจะ ปรากฏว่าท่านได้ออกบวช เป็นเรื่องที่น่าจะตกนรก แต่ท่านไม่ตกก็ เพราะไตรสรณคมน์ อย่างที่โยมว่าเมื่อกี้คือท่านอยู่สวรรค์ อาตมา เข้าใจว่าท่านอยู่สวรรค์

เมื่อปี ๒๕๑๗ ขโมยมันลักงาช้างจากเตียงของท่านไป ๘ แผ่น หลวงพ่อเจ้าอาวาสองค์เดิมท่านเป็นพระนักปฏิบัติ ท่านประชุมสงฆ์ ตอนนั้นโยมซีแกดูแลสมบัติพระเจ้าตากอยู่ ขโมยมันมาลักไปได้ หลวงพ่อท่านให้เปลี่ยนจากชีมาเป็นพระ เปลี่ยนเป็นเวรกันลงไปดู สมบัติพระเจ้าตากฯ สมบัติของท่านก็มีเตียงกับดาบเล่มหนึ่ง ใน ระหว่างที่ประชุมกัน พอดีอาตมาก็มานั่ง คือ นั่งตีท่านหน่อย ตี ท่านในใจไม่ได้ออกปากและก็ได้บารากให้ใครฟังด้วย นั่งตำหนิ

ท่านในใจ เอพระเจ้าตากฯ นี่ยังไ้กัน วันหนึ่งๆ คนเขามาบูชาสักการะขอความคุ้มครองตัว ขอความคุ้มครองทรัพย์สินสมบัติของเขา และนี่สมบัติของท่านเองยังคุ้มครองไม่ได้ ท่านจะไปคุ้มครองใครเขาได้ละ นี่เป็นแต่เพียงนึกอาตมานึกในใจเพียงแค่นี้ แล้วตอนเย็นอาตมาไปนั่งสวดมนต์เจริญภาวนาแม่เมตตาถึงท่าน เสร็จแล้วอาตมาก็เข้าจำวัด พอรู้สึกเคลิ้มๆ ก็มีเสียงพูดข้างหู บอกมันเรื่องอะไรของท่าน มันเอาไปได้มันก็ต้องเอามาคืนได้ ที่ท่านคิดนะมันไม่ถูก แล้วก็มีอะไรคล้ายๆ มีคนลูบลงที่หน้าอาตมา ไม่ใช่ตบคล้ายๆ ผู้ใหญ่ปลอบเด็ก ผลปรากฏว่าขโมยมันเอาไปเดือนมิถุนายนะ พอสิงหาคมก็เอาใส่ถุงมาคืนให้หมด ยังครบอยู่ทุกวันนี้ อันนี้แหละแสดงว่าอยู่ในสวรรค์ ท่านไม่ได้ตกนรก

ไตรสรณคมน์ขอให้เรามั่นคงจริงๆ ช่วยเราได้ ขอโทษเถอะ ไม่ใช่ดี ชาวพุทธเราทั่วไปนี่อันนี้ไม่ใช่ตำหนิญาติโยม ที่นี้เขาเรียกว่ามันคงในไตรสรณคมน์กันอย่างแน่นอนแล้วละ ที่ทั่วไปมีแต่ทะเลเบียนเป็นชาวพุทธ คือ บางที่มีอะไรเกิดขึ้นแทนที่จะพุทธโธไป เรื่องอะไรกันก็ไม่ทราบ อันนี้อาตมาก็เคยโดนตำหนิมาที่หนึ่งในการบรรยายนี้แหละ บอกว่าชาวพุทธเราไม่รู้เป็นชาวพุทธแบบไหน บางทีจอมปลวกก็ไปยอแม่มั้บางที่ต่อไม่เราก็ไปยอแม่มั้แล้ว แม่น้ำเราก็เห็นศักดิ์สิทธิ์ ต้องไปอะไรต่ออะไร เพื่อจะชำระเขาเรียกว่าชำระความทุกข์ มันจะชำระได้ยังไง มันก็แค่ทำให้ร่างกายของเรามั่นยืนเท่านั้น ล้างซี้โคลได้หน่อยหนึ่ง จอมปลวกนี้เราไปยอแม่มั้พระเจ้าตากฯ พระธรรม พระสงฆ์ ไปแลก อาตมาเห็นว่ามันผิด มันไม่สมควรเลย

อาตมาลงมากรุงเทพฯ ลังเกตเห็นว่า มีจอมปลวกแห่งหนึ่งอยู่ข้างถนนแถวอยุธยา คนไปบูชาสักการะด้วยเครื่องสังเวทยะเยอะเหลือเกินเรียกว่า มีชาวพุทธที่ยอแม่มั้จอมปลวกไปกราบไหว้เป็นจำนวนมาก อาตมาก็บอกว่า ศรัทธาที่มันไม่ถูกต้อง ศรัทธาในศาสนา มันมีสองศรัทธาคือศรัทธาที่เป็นญาณวิญญูต์กับศรัทธาที่เป็นญาณสัมผัสญูต์ ศรัทธาที่ผิดไม่ประกอบด้วยปัญญา พระพุทธเจ้าท่านว่าเป็นโมหศรัทธา ศรัทธาแปลว่าเชื่อ เชื่อแล้วมันก็จะเลื่อมใสสิ่งที่เราเชื่อ เมื่อเลื่อมใสจิตของเรามันจะแล่นไป มันเป็นวิถีจิตเชื่อ เลื่อมใสแล่นไป และถ้าไปเชื่อจอมปลวกมันจะวิ่งไปที่ไหน มีทุกข์มันก็วิ่งไปที่จอมปลวกทุกที่ถ้ามันวิ่งไปที่จอมปลวก เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยแทนที่จะนึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พุทธโธ ธัมโม สังโฆ แต่ไปนึกถึงจอมปลวกให้ช่วย แต่ถ้าจอมปลวกมันช่วยไม่ได้ เกิดตายลงจิตมันวิ่งไปที่นั่น แล้วมันจะไปเป็นอะไร ก็ที่จอมปลวกนั้นมันมีพ่อปลวกแม่ปลวกเป็นล้านๆ ตัว มันพร้อมที่จะให้กำเนิดอยู่แล้วก็ต้องไปเป็นลูกปลวก ก็นี้แหละเขาเรียกโมหศรัทธา

พระราชามหากษัตริย์ของเราหลายองค์ที่พระภาวนาเจอะเจอกัน อย่างเช่นพระเจ้าตากสินมหาราช อาตมาไม่สงสัย พระนเรศวรมหาราชอย่างนี้ แม้จริงๆ แล้วอาตมายังไม่มีประสบการณ์กับท่านก็ตาม และก็อีกหลายพระองค์ แต่พระเจ้าตากสินนี่อาตมาค่อนข้างจะมีประสบการณ์ที่อาตมาไปสร้างวัดนี้ครั้งหนึ่งเมื่อปี ๒๕๒๕ ลูกเสือชาวบ้านที่ธนบุรี เขาจะไปทอดผ้าป่าหาเงินสร้างกุฏิ ตอนนั้นอาตมาไปอยู่ใหม่ๆ ไปอยู่ในป่าสงวน ที่วัดไม่มีอะไรเลย ห้องน้ำ ห้องส้วม

ที่อาบน้ำอาบท่า อาหารการกินอะไรมันไม่มี แล้วก็ญาติโยมที่จะไปจากกรุงเทพฯ ก็ร้อยกว่าคนญาติโยมทางแม่สอดเขามาบอกอาตมาเหมือนกันว่าท่านไม่ต้องวิตก โยมจะจัดการต้อนรับกันเองอาตมาก็ไม่ไว้ใจ เพราะอาตมาไปอยู่ใหม่ๆ และยังไม่ทำอะไรให้กับคนแม่สอด เกิดเขาไม่มาช่วยเรื่องอาหารการกิน โยมจะไปกินอาหารกันที่ไหน แล้วน้ำท่าห้องน้ำห้องส้วมมันไม่มี โยมจะทำยังไงกัน แต่ระหว่างที่อาตมานั่งภาวนาตอนหัวค่ำพอจิตเป็นสมาธิ ปรากฏว่าพระองค์ท่านมาปรากฏเต็มองค์ของท่านเลย ทรงเครื่องกษัตริย์ครบในขณะนั้นอาตมาคล้ายๆ ถูกผีอำ ขยับตัวไม่ได้ ขนาดนั่งภาวนา ขยับตัวไม่ได้และแล้วภาพที่ปรากฏให้เห็นค่อยๆ จางหายไป แม้อาตมาจะขยับตัวไม่ได้ แต่หูนี้ได้ยินเสียงเหมือนมีคนทำความสะอาดวัดวาอาราม ทั่วบริเวณป่าที่อาตมาอยู่ตั้งแต่หัวค่ำจนสว่าง พอสว่างพออาตมาขยับตัวได้ก็รีบออกไปดู พอดิรถผ้าป่าขึ้นมา ปรากฏว่าลูกเสือชาวบ้านแม่สอดมาต้อนรับกันอย่างสนุกสนาน ค็นั้นทั้งค็นเขาเล่นกันเขาไม่มีเรื่องไม่สบายใจ อย่างที่อาตมาคิดเลย เขาไม่ได้วิตกเขาไม่ได้เดือดร้อนกัน เขาแก้ปัญหากันได้ อันนี้อาตมาเคยคิดว่า ท่านคงจะไม่ให้อาตมาคิด ก็เลยมาทำให้อาตมาเป็นอย่างที่เรา

โยมไปเที่ยวที่วัดแล้วจะเข้าใจเอง โบสถ์ที่อาตมาสร้างขึ้นนี้อาตมาไม่ได้มีเจตนาจะทำอย่างนั้น แต่หลวงพ่อกฐาอาจารย์ท่านก็พูดในทำนองว่า พระเจ้าตากท่านต้องการบุญว่าฉันช่วยทำอะไรให้ท่านหน่อย ในปี ๒๕๒๓-๒๔ ที่เริ่มสร้าง ตอนนั้นการสร้างโบสถ์

เริ่มมีปัญหาคือช่างทำผิดแบบ แล้วยังไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นคนอื่นอีก เขามีเจตนาดี แต่ว่าการไม่ฟังความคิดเห็นคนอื่น นี้ก็ทำให้ค่อนข้างจะเสียหายทีเดียว ผลสุดท้ายก็พบบ้างผู้หนึ่ง ซึ่งจบปริญญาโทใหม่ๆ แต่ยังไม่ได้ทำวิทยานิพนธ์ เขามาเจอกับอาตมาเพื่อนเขาแนะนำไว้ว่าเขาบั้นช่อฟ้าแก่งอาตมามีดินน้ำมันอยู่ก้อนหนึ่งก็บอกว่าเขาไหนบั้นให้ดูซิ ก็บั้นเดี๋ยวนี้เลย พอบั้นแล้วมันสะดุดใจขึ้นมา อาตมาถามเขาว่า ไปทำงานด้วยกันไหม แล้วจะคิดค่าตัวอย่างไร คิดเป็นเดือนคิดเป็นวันๆ ละเท่าไร เดือนละเท่าไร เขาก็ยื่นข้อเสนอมากับอาตมาว่า ถ้าจะให้เขาไปทำงานเขาขออาตมา ๒ ข้อ ข้อ ๑ จะต้องไม่ให้ค่าตอบแทนใดๆ ทั้งสิ้น ข้อ ๒ ให้เขามีอิสระในการทำงาน ก็ตกลงทั้งสองข้อ พอเริ่มทำงานได้สองสามเดือนแรก เขามุ่งทำงานมาก ไม่ยอมกลับไปทำวิทยานิพนธ์ อาตมาบอกกลับไปทำวิทยานิพนธ์ถ้าหากไม่กลับไปอาตมาจะสั่งหยุดเลย ขอให้เขียนมหาบัณฑิตอย่างสมบูรณ์แบบ มีความเพียรอย่างนี้อาตมาเข้าใจว่าไม่เกิน ๕ เดือนทำวิทยานิพนธ์เสร็จ ก็สั่งปิดงาน ๕ เดือน แยกกลับไปทำวิทยานิพนธ์ ๕ เดือนจบ เป็นมหาบัณฑิตเต็มตัว เขาเป็นคนมาก่อนข้างจะมีศิลปะครบเครื่องเลย คือเรียนโบราณคดีมา แต่มาทำงานด้านจิตรกรรมแล้วก็ยังเป็นศิลปินอีกด้วย เป็นมีอิสระนอกเล่นชอเก่ง พิณฑาทย์ทุกๆ ตัวเขาเล่นได้ เขามีอะไรเล็กๆ น่าสนใจ

เป็นอันว่าที่อาตมาสร้างโบสถ์ ก็เพราะอยากจะถวายท่านเป็นส่วนกุศล ครูบาอาจารย์ท่านทักท้วง อาตมาก็ทำ ก็เพียงแต่คิด

ว่าถ้าหากว่าท่านต้องการให้อาตมาทำกุศลให้ท่านก็ขอให้สิ่งต่างๆ เป็นไปในลักษณะที่เหมาะสมที่ควร แล้วก็ให้สมพระเกียรติท่าน แต่ว่าอาตมาก็จะทำตามกำลังของอาตมา อาตมาไม่โฆษณา ไม่บอกบุญสำหรับพระนั้น อาตมาก็ทำแค่เป็นอนุสติคนโน้นให้บางคนนี้ให้บ้าง แต่จะให้อาตมาเอาเงินไปสร้างอาตมาไม่มีเงิน คือใครทำให้ อาตมาแจก ห้ามโฆษณาพระของอาตมา เคยมีพวกหนึ่งลือพิมพ์ศักดิ์สิทธิ์ลานโพธิ์ นี่เขาไปขอทำรูป ทำอะไรบ้าง แต่อาตมาบอกว่า คุณนะ เก่งกันเหลือเกินเสกพระเก่ง เสกจนตายไปเป็นองค์ๆ แล้วให้ท่าน เก่งอย่างนั้น ให้ท่านวิเศษอย่างนี้ ให้ท่านดีอย่างนี้ ตายไปเป็นองค์ๆ แล้ว โยมไปกว่นท่านจนไม่มีเวลา คือพระท่านรู้ตัวท่านดี ท่านดีแค่ไหนหรือท่านไม่ตัวอย่างไรที่ท่านรู้ตัวท่านไม่ต้องไปโฆษณาท่านหรือ คุณอย่ามาโฆษณาอาตมานะ อาตมาไม่ชอบ นี่แหละอาตมาขอรับรองไว้ อาตมาก็จะทำด้วยเจตนาที่บริสุทธิ์ และช่างเขาก็ทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ และที่อีกคนหนึ่งอาตมาก่อนข้างจะมั่นใจคือรองอธิบดีกรมธนารักษ์คนปัจจุบัน คือตั้งแต่เริ่มสร้างมาก็จองที่ดินทุกปี ในลักษณะเป็นกฐินสามัคคีมาจนทุกวันนี้ เขาทำด้วยความบริสุทธิ์ใจกันมา ถ้ามีโอกาสก็แวะไป นี่ไม่ใช่โฆษณานะแต่ว่าในส่วนหนึ่งที่พระเจ้าแผ่นดินของเราท่านได้เสียสละไว้ก็ญาติโยมเคยพูดว่าท่านมาสร้างในป่าในดง สร้างเสียสวยงามอย่างนี้ ท่านสร้างไปเพื่ออะไร นี่ก็เป็นคำพูดหนึ่ง และที่วัดที่อาตมาอยู่นั้นก็ได้ทำพระรูปพระเจ้าตากสินมหาราชไว้ ทรงม้าถือดาบเหมือนที่วงเวียนใหญ่ เขาก็มาต่อว่าว่า ท่านเมื่อไหร่จะสร้างให้ท่านนั่งสบายๆ บ้าง เห็นที่ไร่ซึ่งมี

ถือดาบอยู่เรื่อย อาตมาก็บอกว่านี่โยมหวังดีนะ เป็นอนุสติดี โยมดูให้มันเป็นอนุสติ คือท่านสร้างแผ่นดินให้เราอยู่ ท่านมีสมบัติอะไร ท่านมีแต่ผ้าตัวหนึ่งกับดาบเล่มหนึ่ง ท่านก็สร้างแผ่นดินให้เราอยู่นี้ ถ้าเรานึกถึงความดีของท่านบ้าง เราจะทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่แผ่นดินที่ท่านสร้างให้เราบ้างหรือเปล่า ตรงนี้มันเป็นอนุสติดี อันนี้แหละอาตมาก็เคยเถียงเขาและเคยให้สติเขา

เรื่องนี้โยมไม่ต้องไปกลัวนะ ไม่ต้องไปกลัวตกนรก ขอให้มั่นใจในไตรสรณคมน์ของเรา มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นี้ที่อาตมามักจะให้ความหมายว่า เป็นแก้วสารพัดนึกด้วยซ้ำไป ถ้าใครทำให้ไตรสรณคมน์ พุทฺโธ ธัมโม สังโฆ เป็นดวงใสปรากฏขึ้นที่ใจของเรา ก็สามารที่จะนึกเอาอะไรก็นึกเอาได้ นึกเอาสวรรค์ก็ได้ นึกเอานิพพานมันก็ไม่ยาก ถ้าหากว่าทำให้เป็นดวงใสขึ้นมาได้ด้วยการบริกรรมพุทฺโธ ธัมโม สังโฆ จริงๆ

เรื่องของศีลนั้นพระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ ถ้าหากว่าใครอยากจะทำอายุยืนข้างหน้า ก็ให้มีศีลข้อ ๑ คือปาณาติบาตไม่ฆ่าสัตว์ เกิดในชาติใดภพใดอายุของเราจะยืนนาน ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนในชีวิตมากนัก ศีลข้อ ๒ ถ้าใครมีศีลข้อนี้อยากจะมีทรัพย์สมบัติ มั่งคั่งท่านให้ประกอบสัมมาชีพโดยมีศีลข้อ ๒ แล้วศีลข้อ ๓ ถ้าใครไม่ยอมให้มีศัตรูเกิดขึ้น ก็ให้มีศีลข้อ ๓ และศีลข้อที่ ๔ ถ้าหากว่าเราอยากจะเป็นคนได้ยืนแต่คำสัตย์ คำจริง คำไพเราะอ่อนหวาน

คำสมานสามัคคี คำที่มีสาระมีประโยชน์ ก็จะต้องมีศีลข้อที่ ๔ แล้ว ใครอยากจะมีสติปัญญาดี จิตสงบเป็นสมาธิได้เร็ว ก็จะต้องมีศีลข้อที่ ๕ และตรงกันข้าม คนไม่มีศีลข้อที่ ๑ โรคภัยไข้เจ็บจะเบียดเบียน ในชีวิตมาก จะมีอุบัติเหตุอันตรายระหว่างอายุ โทษของศีลข้อที่ ๒ ผู้ที่ไม่มีศีลรวบรวมทรัพย์ไว้ได้มาก อาจจะถูกไฟไหม้ น้ำท่วม โจรปล้น คนมีเวรมาตุ้มมาโงมมาหลอกลวงเอาทรัพย์ของเราไป คนที่ไม่มีศีลข้อที่ ๓ จะไปที่ใดจะอยู่ที่ใดจะมีศัตรูในที่ที่เราอยู่ในที่ที่เราไปทุกที่ ศีลข้อที่ ๔ ถ้าหากว่าเราไม่มีศีลข้อนี้ จะอยู่ที่ใด จะไปที่ใด จะมีคนดูเราด้วยเรื่องที่ไม่เป็นจริง หรือถูกกล่าวหาด้วยเรื่องที่ไม่เป็นจริงและในศีลข้อที่ ๕ ถ้าเราไม่มีศีลข้อนี้จิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิไม่ได้ จะเป็นโรคไข้บ้าเสียสติ หรือวิกลจริต แล้วก็เป็นโรคระบบประสาทด้วยอันนี้ปัจจุบันเห็นกันเยอะแยะเลย อาตมาไปเยี่ยมตาม โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา ปากคลองสานบ้าง พญาไทบ้าง รู้สึกมันเยอะเหลือเกิน จำนวนโรคพวกนี้เยอะมาก อันนี้แหละคือ อานิสงส์ที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้เราดูได้ อันนี้อาตมาอยากขอฝากไว้

ต่อไปนี้ภัยมันจะเกิดขึ้นเยอะ อันนี้หลวงปู่แหวนท่านพูดมานานแล้ว ถ้าหากว่าเราไม่อบรมเจริญภาวนา ไม่รักษาศีลกัน คือถ้าเราไม่อยากพลอยร่วมในเหตุภัยที่มันเกิดขึ้นเป็นลักษณะกลุ่ม ลักษณะหมู่ ลักษณะพวกนี้ อย่าไปร่วมกลุ่มร่วมหมู่ร่วมพวกกับ คนที่มีกรรม ปัจจุบันนี้ต่อไปจะเกิดหนัก และอาตมาเคยเตือนญาติโยมที่รู้จักอาตมาตั้งแต่ ๒๕ เมษาที่แล้วมาแล้ว จะมีการตายกลุ่ม

ตายหมู่ ตายฉับพลันทันที แล้วยังจะเกิดจะมีไปจนถึง ๒๕๓๗ อันนี้ก็ต้องระวังนึกหนึ่งที่จะพ้นจากภัยพวกนี้ได้ด้วยภาวนา นี่หลวงปู่ ท่านเตือนอาตมา ถ้าหากว่าเรายังไม่ภาวนากัน

เรื่องโรคเครียด โรคอะไรนี่ ตะกี้เดินทางมากับโยมก็ยังคงอ่อน ข้างจะอึดอัดพอสมควรออกจากบ้านแล้วโรคเครียดมันเริ่มเข้ามาแล้ว ถ้าหากสมัยใหม่เขาเรียกว่าเครียด ก็แสดงว่าถึงเป็นโรคโศสะ คือเรื่องโศสะพยาบาทตัวนี้มันเริ่มออกจากบันไดบ้าน ก็ให้รถติดบ้าง ปัญหามลพิษบ้าง ต่อไปมันจะหนักขึ้น แล้วสิ่งเหล่านี้ถ้าโยมไม่แก้ ด้วยภาวนามันไม่มีทางแก้ทางอื่น คือทำใจไม่ได้ สติสัมโพชฌงค์ ๕ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ๕ วิริยสัมโพชฌงค์ ๕ ปีติสัมโพชฌงค์ ๕ โโพชฌงค์ข้อที่ ๔ ทำไม่ได้แล้วนี่ ต่อไปโรคจิตจะเป็นกันมากขึ้น ถ้ามีโรคจิตมากขึ้นนี้ ลักษณะการที่จะทำให้เกิดตายกลุ่ม ตายหมู่นี้มันจะมีได้เสมอๆ อันนี้ถ้าหากว่า เรามีปีติสัมโพชฌงค์ที่ทำได้ของเราให้สงบ มันมีอะไรเกิดขึ้น เราทำจิตของเราให้สงบ อย่าไปตื่นตื่น อย่าไปเชื่ออะไรง่าย จะต้องเชื่อด้วยเหตุด้วยผล คือ บางทีก็อาจจะไปร่วมกลุ่มกับ พวกที่เขาไม่กรรม อะไรมันตุมตามขึ้นมาเราตายพร้อมกับเขา อย่างนี้มันไม่เข้าท่า ต่อไปมันจะมี ยังมี คือ หลวงปู่แหวนท่านพูดไว้ อย่างนี้ว่า สัตว์ในป่ามันตายแล้วมาเกิดเป็นคนเยอะ อันนี้เป็นคำของหลวงปู่ท่านเมื่อ ๒๕๑๖ ที่อาตมาอยู่กับท่าน เพราะอาศัยกุศลเล็กน้อยมาเกิดเป็นคนแล้วก็ยังใช้นิสัยแบบสัตว์ป่า ชอบกัดกัน ชอบตีกัน ชอบมีปัญหากันแล้วก็ชอบพากันสร้างกรรมชั่วอะไรทำนองนั้น

ผลสุดท้ายพวกนี้ตายแล้วมันก็ตกนรก เมื่อตกนรกแล้วนั้นแหละ มันพ้นจากนรกมา มันก็จะเกิดเป็นสัตว์ในป่าต่ออีก อันนี้ท่านว่า ก็คงจะไม่นาน อาตมาคิดว่าคงจะไม่เกิน ๑๐ ปีนะ คำทำนายของท่านที่ท่านายไว้ที่อาตมาได้รับฟังกับตัวของอาตมาเองท่านว่าจะมีสงครามโลกเกิดขึ้นแล้วสงครามโลกครั้งนี้ พลโลกสามส่วนไปสองเหลือหนึ่ง ตอนนั้นก็ประมาณ ๗ พันล้านได้ ถ้าไปสองเหลือหนึ่งก็คิดเอาเองก็แล้วกัน อันนี้หลวงปู่ท่านพูด ก็ขอฝากเอาไว้ไม่ใช่ชู้หรืออก คืออันนี้ท่านพูด และก็ให้อาตมาจำคำพูดของท่านมา อาตมาติดตามคำพูดของท่านมา มันจริงหมดทุกเรื่องเลย ตายกลุ่มตายหมู่เครื่องบินตกที่แก๊สระเบิดที่เรือล่มที่หนึ่งแล้วก็โรงงานเคเตอร์ โรงแรมรอยัลพลาซ่า เป็นต้น



หมายเหตุ :

เมื่อมาดูเหตุการณ์สถานการณ์ของสังคมของโลกในปัจจุบัน นับว่าคำตักเตือนขององค์หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ มิได้ล้าสมัยเลย สาธุชนจึงสมควรประมาทในศีลในธรรม

...ชมรมกัลยาณธรรม...

พลธรรม ๕ ประการ

ต่อไปนี้ขอให้ญาติโยมตั้งใจเจริญภาวนาสมาธิ พร้อมทั้งตั้งสติในการฟังธรรมะ ซึ่งอาตมาจะได้นำมาบรรยายในวาระนี้

ธรรมที่อาตมาจะได้นำมาบรรยาย พร้อมกับการปฏิบัติไปในโอกาสนี้ก็คือ พลธรรมทั้ง ๕ ประการ ซึ่งเป็นหมวดหนึ่งของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ธรรมทั้ง ๓๗ ประการนี้จะเป็นธรรมหมวดใดก็ตาม เมื่อยกขึ้นแสดงแล้ว จะกระทบถึงกันทั้ง ๓๗ โดยเฉพาะพลธรรมที่อาตมาจะได้นำมาบรรยายในโอกาสนี้

คำว่า พละ ในที่นี้ก็หมายถึงกำลังนั่นเอง ถ้าหากว่าคนเราขาดกำลัง จะเป็นกำลังกายก็ดีหรือกำลังใจก็ดี ก็จะทำอะไรไม่สำเร็จ เช่น กำลังกายไม่สมบูรณ์มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน อันนี้ก็เป็นอย่างอุปสรรคต่อการทำงานต่อหน้าที่ และโดยเฉพาะผู้ที่มีกำลังกายดี แต่ถ้าหากขาดกำลังใจ หรือกำลังใจเสีย แม้กำลังกายจะดีก็ไม่สามารถจะทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวมได้สำเร็จ

พลธรรมทั้ง ๕ ข้อ ข้อ ๑ คือ ศรัทธาพละ เราเคยได้ยินคำว่าศรัทธา และมักจะเข้าใจว่าศรัทธาก็คือการให้ เช่นการให้ทานหรืออะไรทำนองนั้น เมื่อเราเห็นคนทำบุญหรือแจกจ่ายทรัพย์สมบัติแก่คนโน้นคนนี้ เราก็จะเรียกคนนั้นว่าเป็นคนมีศรัทธา แต่ศรัทธาในความหมายแท้จริงนั้น ก็คือความเชื่อ และความเชื่อนี้ พระพุทธเจ้าของเราตรัสเตือนไว้ มีอยู่ ๒ ลักษณะ คือลักษณะหนึ่งคือเชื่อตามเขา และอีกลักษณะหนึ่งคือเชื่ออย่างมีเหตุผล ศรัทธาที่พระพุทธเจ้าของเราต้องการหรือทรงประสงค์ คือศรัทธาที่มีเหตุผลสามารถพิสูจน์ให้เห็นว่าเป็นความจริงอย่างนั้นจึงจะเชื่อ ฉะนั้น ในอภิธรรมจึงมีศรัทธาที่เป็นญาณวิปยุต กับศรัทธาที่เป็นญาณสัมปยุต ศรัทธาญาณวิปยุตหมายถึงศรัทธาที่ไม่ต้องอาศัยเหตุผลอะไร คือใครเขาพูดว่าดีก็เชื่อ เชื่อไปหมดทุกเรื่องที่เขาบอกว่าดี โดยเฉพาะในปัจจุบันนี้ดีมันมีมาก จนบางครั้งบางโอกาส ดีไปอยู่ที่ต้นไม้ก็มี ดีไปอยู่ที่จอมปลวกก็มี ดีไปอยู่ที่แม่น้ำลำธารก็มี ดีไปอยู่ที่คนโน้น คนนี้คนนั้นอะไรทำนองนี้ เราก็ไปติดดี ไปติดดีในสิ่งที่มันจะดีจริง

หรือไม่ดีจริงก็ไม่รู้ อันนี้พระพุทธเจ้าของเราตรัสไว้ว่า ศรัทธาใดที่ไม่ประกอบด้วยเหตุด้วยผลที่พิสูจน์แล้วว่ามันดีจริงตามนั้นพระองค์ไม่ให้เชื่อ และถ้าหากว่าเราเชื่อตามไปหมด เชื่อโดยไม่ต้องอาศัยเหตุผล ไม่ต้องอาศัยการพิสูจน์เหตุผลให้มันชัดเจนว่า สิ่งที่เราเชื่อนั้นมีเหตุมีผลดีจริงตามนั้น อันนี้พระองค์ทรงไม่สรรเสริญแล้วพระองค์ตรัสว่าเป็นโมหศรัทธา และโมหศรัทธานี้เป็นศรัทธาที่ค่อนข้างจะอันตราย

ถ้าหากว่าจิตใดประกอบด้วยโทสะ และเมื่อโทสะมีกำลังทำให้ธาตุขันธ์คือร่างกายของเราแตกดับลง จิตที่อาศัยกำลังของโทสะ จิตดวงนั้นจะไปบ้าย คือจะไปเกิดในนรกทั้ง ๘ ชุม ชุมใดชุมหนึ่ง แต่จิตดวงใดที่เป็นไปในอำนาจของโลภะ คือเชื่อว่าอันนั้นดีอยากได้อันนี้ดีอยากได้ คืออยากได้โดยไม่ต้องอาศัยเหตุผลว่า มันดีจริงหรือเป็นประโยชน์จริงหรือไม่ อะไรทำนองนี้ ถ้าหากร่างกายแตกดับในขณะที่จิตนี้ ก็ไปเกิดในกำเนิดเปรตตอสุรกายได้ แล้วจิตใดที่ประกอบด้วยโมหะ คือเชื่อตามโดยไร้เหตุผล อันนี้อาตมาเคยยกตัวอย่างเรื่องจอมปลวกอาตมาเดินทางจากแม่สอดมากรุงเทพฯ สังเกตเห็นจอมปลวกอันหนึ่งแถวๆ อยุธยา มีคนไปบูชาสักการะ มีเครื่องเช่นเครื่องสังเวชามากมาย ทั้งๆ ที่เป็นพุทธศาสนิกชน เป็นคนนับถือพระพุทธเจ้า แต่ว่าไปบูชาจอมปลวกถ้าหากว่าศรัทธาเป็นไปในลักษณะนั้น เป็นโมหศรัทธาคือศรัทธาที่ประกอบด้วยโมหะ ถ้าหากว่าร่างกายแตกดับตายลง จิตก็จะไปที่ต้นมีความเชื่อถือ ไปที่

จอมปลวกนั้นไปเกิดในกำเนิดดิรัจฉานได้ และถ้าหากว่าเราเชื่ออย่างนั้น เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย แทนที่จะอาศัยหมอ อาศัยยาหรือให้หมอรักษาให้หมอพิจารณา เราก็ไปที่จอมปลวกขอให้จอมปลวกช่วยอย่างนั้นอย่างนี้ ช่วยให้เราหายโรคหายภัย ผลสุดท้ายร่างกายแตกดับไป กำลังของโมหะที่อยู่ในจิตของเราก็จะหนุนนำจิตของเราไปกำเนิดในภพที่ไม่น่าปรารถนา คือที่จอมปลวกนั่นเอง

ลักษณะจิตที่มีศรัทธาความเชื่อ ก็คือถ้าเราเชื่อก็จะเกิดความเลื่อมใส คือเชื่อเรื่องใด เราก็จะเลื่อมใสในเรื่องนั้น อันนี้เป็นลักษณะของจิต คือจิตของเราเชื่ออยู่ในที่ใด จิตของเราก็จะแล่นไปที่นั่นบ่อยๆ จะวิ่งไปในสิ่งที่เราเชื่อ และเมื่อวิ่งไปในสิ่งที่เราเชื่อก็จะรวมลงตรงนั้น จะรวมลงในวัตถุที่เราเชื่อหรือในสิ่งที่เราเชื่อ เอามาเป็นอารมณ์ของจิต เอามาเป็นตัวภพตัวภูมิของจิต เอามาเป็นกำลังของจิต ซึ่งสมัยใหม่เขาเรียกว่า เป็นพลังงานอะไรนั้น แต่ในภาษาพระพุทธศาสนาท่านใช้คำว่า อิทธิ ก็มี ท่านใช้คำว่า จิตชรูป ก็มี คือรูปที่เกิดแต่จิต ถ้าหากว่าเราไปเชื่อในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง สิ่งที่เกิดขึ้นในจิตนั้นก็จะเป็นรูปที่ไม่ถูกต้อง เช่น ไปเชื่อจอมปลวก ภพภูมิของจิตก็เป็นจอมปลวกอยู่ตลอดเวลา ภาษาพระท่านเรียกว่า จิตชรูปที่เป็นศรัทธาญาณวิปยุต และคำสอนของพระพุทธเจ้าท่าน พระองค์ทรงสอนแม้แต่พระองค์เองให้ตั้งอยู่ในสวากขาตธรรมเช่นคำว่า อักขาตาโร ตถาคตา พระตถาคตเป็นผู้บอกเป็นผู้ชี้ คือพระองค์ไม่ให้เชื่อสิ่งที่พระองค์บอก ที่พระองค์ทรงชี้ขึ้น ผู้ที่ฟังเขาจะต้องหาเหตุผล

ว่าจริงอย่างที่พระองค์ตรัสหรือไม่ ถ้าไม่จริงก็มีสิทธิไม่ต้องเชื่อพระองค์ก็ได้ ธรรมะคำสอนในพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ตรัสแต่ละข้อแต่ละหมวดนั้น สามารถจะพิสูจน์ได้ หาเหตุผลจากคำสอนของพระองค์ได้ คือเมื่อพระองค์ตรัสแล้วจะไม่นับถือพระองค์ก็ได้ จะไม่ถือพระองค์เป็นที่พึ่งก็ได้ แต่ให้อาธรรมะที่พระองค์ทรงชี้ทรงแสดงนั้นเอามาพิจารณาหาเหตุผล อันนั้นแหละจะเป็นที่พึ่งของผู้ที่เชื่อในสิ่งที่มีเหตุผล

เหตุการณ์ในปัจจุบันนี้เกิดขึ้นในโลกปัจจุบัน ก็เป็นเรื่องที่น่ากลัวซึ่งเป็นผลมาจากศรัทธาความเชื่อที่ผิด อาตมาก็อยากจะขอยืมคำพูดของหลวงปู่แหวน ซึ่งท่านเคยเตือนอยู่เสมอว่า ในสมัยพวกท่านจะได้เจอเหตุการณ์ที่ไม่น่าจะมี ไม่น่าจะเป็นเกิดขึ้นในโลกอย่างสม่ำเสมอ คือเหตุการณ์ตายหมู่ ตายกลุ่ม ตายกันเป็นพวก ตายกันเป็นจำนวนมากๆ ในอายุของพวกท่าน ท่านจะต้องพบต้องเจอกันอยู่อย่างสม่ำเสมอ เพราะความเชื่อผิดเพราะความหลงผิดของบุคคลจะมีมากขึ้น และสิ่งชวนเชื่อในปัจจุบันนี้มีมาก ใครเขาพูดอะไรเราก็เชื่อโดยไม่ต้องอาศัยเหตุผลอะไรเลย อาตมาสังเกตบางที่มีคนที่เขาโฆษณาชวนเชื่อเราก็ไปกันเป็นจำนวนมากๆ อย่างเมื่อคราวที่แล้ว ที่นักร้องไมเคิล แจ็กสันมา คนแห่ไปดูจนเวทีแทบแตก แต่พระเทคนิพระแสดงธรรมไม่ค่อยมีคนไปฟังกัน อันนี้แหละที่เขาเรียกว่าสื่อ เราจะต้องพิจารณาสื่อ เพราะบางที่สื่ออาจจะนำไปให้เกิดเหตุร้ายและภัยพิบัติต่างๆ ได้ และหากได้หมู่ได้กลุ่มที่มีกรรม

ร่วมกัน ซึ่งจะต้องมีเหตุให้ตายในลักษณะเป็นหมู่เป็นกลุ่ม มันก็จะเกิดเหตุขึ้น และหลายเรื่องก็เกิดมาแล้วด้วย อันนี้ก็อยากจะฝากไว้

ลักษณะศรัทธาความเชื่อ เราจะต้องเชื่อธรรมะ เราจะต้องเชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าของเราทรงสอนว่า คีลนี้ดี คีลนี้เป็นที่พึ่ง คีลนี้เป็นเครื่องกันเครื่องห้าม และเป็นเบื้องต้นของความดีทุกอย่างฉะนั้นเมื่อใดก็ตามที่เป็นเหตุให้เกิดปัญหาซึ่งจะทำให้เราตัดสินใจว่าเราจะเชื่ออะไรดี เราก็จะต้องมีเครื่องจับ และเครื่องจับในที่นี้ก็คือคิล สำหรับญาติโยมทั่วไปก็คือคิล ๕ เราจะต้องเอาคิลไปเป็นเครื่องจับไปเป็นเครื่องพิจารณา ว่าสิ่งที่เขาพูด สิ่งที่เขาชวนให้เราเชื่อ สิ่งที่เขาชวนให้เรากระทำ ประกอบด้วยคิล ๕ หรือไม่ มีคิล ๕ ครบหรือไม่ เช่น คิลข้อ ๑ ปาณาติบาต เขาชวนไม่ให้ฆ่าสัตว์ เขาชวนไม่ให้ทะเลาะกัน ชวนไม่ให้เบียดเบียนกันหรือเบลา อันนี้เราต้องเอาคิลเป็นหลัก เอาคิลเป็นข้อพิจารณาในสิ่งที่เราจะเชื่อ และในคิลข้อที่ ๒ อทินนาทาน คือสิ่งที่เขาโฆษณาชวนเชื่อ มันทำให้เราเสียหาย ทำให้เราเสียหาย ทำให้เราเสียหาย ทำให้ทรัพย์สมบัติเขาเสียหายหรือไม่ อันนี้เราก็จะต้องเอาคิลข้อที่ ๒ เป็นเครื่องจับ ก่อนที่เราจะเชื่ออะไรลงไป ในคิลข้อที่ ๓ คือกาเมสุมิจฉาจาร คือเป็นสิ่งที่ยั่วอยู่ในเรื่องที่ทำให้เกิดการพลัดพรากจากสามีภรรยา กันหรือไม่ เป็นเรื่องลับสนในเรื่องเพศภาวะอะไรต่างๆ หรือไม่ ในคิลข้อที่ ๔ ก็คือมูสาวาท คือคำพูดนั้นเป็นการโกหกทำให้บุคคลอื่นเสียหาย และเป็นวาจาส่อเสียด ทำให้แตกกลุ่มแตกหมู่คณะไม่สร้างสรรค์

สามัคคีในหมู่คณะหรือไม่ และในคิลข้อที่ ๕ ก็คือสุราอันนี้ไม่ต้องพูดถึง เราทราบกันดี อันนี้เราก็จะต้องอาศัยคิลนี้เป็นตัวจับ

แต่ปัจจุบันนี้เท่าที่เคยได้ยิน ปัญหาที่เกิดขึ้นและทำให้สังคมปั่นป่วนทำให้โลกวุ่นวายก็เพราะชาวพุทธเราเชื่อในสิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้สอน คือไม่ได้สอนให้เชื่อ เป็นศรัทธาญาณวิปยุต เชื่อโดยไม่ต้องอาศัยเหตุผลอะไร ใครเขาโฆษณาชวนเชื่อ เราก็เชื่อ แล้วก็สร้างปัญหา สร้างความแตกแยก สร้างความวุ่นวายอะไรทำนองนี้ ถ้าหากว่าศรัทธาเชื่อถูกต้อง เป็นศรัทธาญาณสัมปยุต เชื่อประกอบด้วยปัญญา มีเหตุมีผลพิสูจน์แล้วว่าจริงตามนั้นจึงเชื่อ อย่างนี้พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ แต่สิ่งที่ควรเชื่อนั้นคืออะไร ก็เชื่อกรรมคือการกระทำทางกายก็ดี การกระทำทางวาจาที่ดี การกระทำทางใจที่ดี (กายกรรม วาจกรรม และมโนกรรม) ถ้าหากว่ากรรมทั้งสามนี้เป็นไปในลักษณะเดียวกัน คือคิดอย่างไร ทำอย่างนั้นพูดอย่างนั้น คือถ้าจิตของเรามีกุศลกรรม และก็พูดแต่ในสิ่งที่ เป็นประโยชน์ ในสิ่งที่ เป็นความดีต่อกัน และทำสิ่งที่จะเป็นประโยชน์ ก่อกุศลสนับสนุนความดีของกันและกัน อันนี้ไม่ต้องไปรอชาติหน้า ภาพหน้าชาตินี้เราได้ อันนี้เรียกว่าเชื่อกรรม

เชื่อผลของกรรม เราเกิดกันมาในยุคปัจจุบันนี้ เวลาที่มีทุกข์ มีความเดือดร้อนเกิดขึ้น เรามักจะโยนไปว่า คนโน้นทำให้ คนนี้ทำให้ อะไรทำนองนี้ แต่ว่าพระพุทธเจ้าท่านไม่ได้ตรัสสอนอย่างนั้น

ทรงสอนให้เชื่อวิบาก คือ เชื่อผลของกรรม ทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับชีวิตของเรานั้นไม่มีสิ่งบังเอิญ ไม่มีเทพเจ้าองค์ใดหรือไม่มีใครที่ไยหนมาทำให้เรา นอกจากกรรมที่เราเคยสร้างเคยทำไว้ในอดีตซึ่งอาจเป็นอดีตไกลๆ คือจะเป็นวันใดวันหนึ่ง เราอาจจะทำกรรมที่เป็นเหตุให้เราได้รับผลความเดือดร้อนก็ได้หรือในปัจจุบันชาตินี้เราไม่ได้ทำไว้ในอดีตไม่แน่ เราอาจจะทำกรรมร่วมกับบุคคลนั้น บุคคลนี้ไว้ และบุคคลเหล่านั้นได้มาเกิดร่วมภพร่วมชาติ หรือมาร่วมงานร่วมหน้าที่ เป็นสามีภรรยา เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นมิตรเป็นสหาย เป็นเพื่อนร่วมงาน เป็นเพื่อนร่วมชาติ เป็นเพื่อนร่วมประเทศ หรือเป็นเพื่อนร่วมโลกกันอย่างในปัจจุบันนี้ อันนี้ก็เกิดผลของกรรมอดีตทั้งนั้น เช่น บุคคลบางคน เราเพียงแต่ได้ยินชื่อเท่านั้น บางคนอยู่คนละประเทศด้วยซ้ำไป พอได้ยินชื่อมันเกลียดเอาเฉยๆ ไม่ชอบชู้หน้าเอาเฉยๆ อย่างนั้นแหละ ทั้งๆ ที่เขาก็ไม่ได้มาทำอะไรให้เราอันนี้ถ้าหากเราว่าเราฟังพิจารณาลงไปในชีวิตจนทำให้เกิดเป็นฉนวนเป็นสมบัติ เกิดความสว่างชัด มีพลังงานของจิตที่สามารถถอยไปหาอดีตได้ไกลๆ จะเห็นว่าในภพหนึ่งชาติหนึ่ง บุคคลนั้นอาจจะเคยทำอะไรกับเราไว้ เขาอาจจะสร้างความเดือดร้อนกับเราไว้แล้วพอได้ยินชื่อของเขาเราจึงเกลียดทันที อันนี้ถ้าหากว่าเราทำจิตของเราให้เป็นอุเบกขาไม่ได้ เรายังมันก็จะต่อเนื่อง วันหนึ่งก็ต้องเจอกัน เมื่อเจอกันแล้วปัญหามันจะเกิด แต่ถ้าเราทำจิตของเราให้เป็นอุเบกขาวิปากกรรมกับบุคคลผู้นั้นก็เป็นอันจบกันไป

บุคคลบางคนเมื่อเราได้ยินชื่อได้ยินเสียงเรารู้สึกชอบใจพอใจอันนี้ก็เกิดกรรมทั้งนั้น คือถ้าหากว่าเราเชื่อตามคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ทุกอย่างมีเหตุมีผลคือเราจะต้องเชื่อเหตุเชื่อผลคือผลดีเกิดขึ้นจากกรรมดีผลชั่วเกิดขึ้นจากกรรมชั่ว แม้ว่าบางครั้งผลที่เกิดขึ้นตรงกันข้ามกับการกระทำของเรา เช่นเราทำดีแต่เราเดือดร้อน เราก็จะต้องสงบใจลงด้วยพิจารณาข้อแรกคือศรัทธาเชื่อกรรม กำหนดลงในจิตของเรา ฟังดูในจิตของเราว่า ชาติที่เราเคยทำความเดือดร้อนให้แก่บุคคลนี้ที่ใดที่ไหนบ้างหรือเปล่า เมื่อไม่เห็นเราก็ฟังต่อไปอีกถึงอดีตชาติหลายๆ ชาติ ไม่แน่เราอาจเคยทำกรรมกับเขาไว้ในชาติใดชาติหนึ่งก็ได้ ในชาตินี้เราจึงพบและถูกเขาทำให้เราเดือดร้อน เราก็ควรจะโหลิกรรมให้เขา กรรมจะหมดในปัจจุบัน คือ ความเดือดร้อนมันไม่ต่อปัจจุบันนี้เรามักจะทำกรรมต่างๆ ไม่ตรงกันในสามทวารทางกายวาร วาจาวาร มโนทวาร คือ ใจคิดอย่างหนึ่งแต่เวลาเราพูดเราพูดเสียอีกอย่างหนึ่ง เมื่อถึงคราวกระทำเราก็ไปกระทำเสียอีกอย่าง ผลมันก็เกิดสับสนกัน เช่นในขณะที่ทุกคนนั่งฟังอยู่นี้ จิตอาจคิดไปต่างๆ นานา บางคนก็สงสัย ว่าที่ท่านเทศน์นี่จริงหรือเปล่า เอาธรรมะของพระพุทธเจ้ามาพูดจริงหรือเปล่า หรือเอาเรื่องของท่านมาพูดเอง มาว่าโยมหรือเปล่า หรืออะไรทำนองนั้น อันนี้มันเป็นเรื่องของความคิด แต่ถ้าหากว่าจิตความคิด วาจาคำพูด กายคือการกระทำทางกายตรงกันทั้งสามทวาร ถ้าหากว่ากุศลกรรมเกิดขึ้นในจิตเราพูดแนะนำกันเ็นทางสร้างสรรค์หรือเป็นไปในเรื่องของกุศลคุณงามความดี การกระทำทางกายก็

ร่วมกันทำแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ผลก็จะได้รับในปัจจุบัน อย่างที่ญาติโยมนั่งอยู่ที่นี่เราก็เห็นชัด หากว่าจิตมันสงบ กายมันก็สงบ นั่งกันสงบเรียบร้อย วาจาก็ไม่ต้องเถียงกันไม่ต้องทะเลาะกัน ไม่ต้องมีปัญหากันทางวาจา อันนี้เราจะเห็นว่านี่คือความสงบเกิดขึ้นที่ใจกายก็สงบ วาจาก็สงบ อันนี้เราเชื่อผลของกรรม

กัมมัฏสกตาสัทธา เชื่อความที่สัตว์มีกรรมไม่เหมือนกัน คือสัตว์ที่เกิดมาในโลกนี้ มีกรรมไม่เหมือนกันคือมนุษย์ก็มีกรรมอย่างมนุษย์ เทวดาก็มีกรรมอย่างเทวดา พรหมก็มีกรรมอย่างพรหม สัตว์ดิรัจฉานก็มีกรรมอย่างสัตว์ดิรัจฉาน สัตว์วิเนอบายก็มีกรรมอย่างสัตว์วิเนอบาย คือสัตว์ต่างๆ นี่เกิดมาด้วยอำนาจกรรมทั้งนั้น จำแนกให้เป็นไปต่างๆ แต่มนุษย์เราที่เกิดมาก็มีกรรมแตกต่างกันบางคนรวย บางคนจน บางคนสวย บางคนขี้เหร่ นี่ก็เป็นเรื่องของกรรมจำแนกมาทั้งนั้นทุกคนก็อยากเป็นคนดี อยากเป็นคนรวย อยากเป็นคนมีวาสนาสูง แต่ทำไมเป็นไม่ได้ ก็เพราะกรรมทั้งนั้นจำแนกให้เป็นไปต่างๆ กัน คือถ้าหากว่าไม่ใช่อำนาจของกรรม ทุกคนมันก็เกิดมาเหมือนกัน เพราะคนทุกคนอยากจะเป็นคนดี อยากจะเป็นคนร่ำรวย อยากจะเป็นคนมีความสุขเหมือนกันหมด แต่ว่าความสุขที่มีความสุขที่ได้ไม่เท่ากัน และอำนาจวาสนาที่มีก็ไม่เท่ากัน อันนี้ถ้าหากว่าไม่เกิดขึ้นแต่กรรม เป็นอย่างอื่นไม่ได้ เกิดขึ้นจากกรรมทั้งนั้น อันนี้ก็เรียกว่ากัมมัฏสกตาสัทธาเชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของๆ ตน

ตถาคตโพธิสัทธา เชื่อความตรัสรู้ของพระตถาคตเจ้า ก็หมายถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง เชื่อว่ากรรมที่พระองค์ตรัสรู้นั้นเป็นธรรมที่จะนำความพ้นทุกข์ให้กับผู้ประพฤติปฏิบัติตามได้อย่างแท้จริง อันนี้ ก็อยากจะเสนอแนะไว้ในเรื่องศรัทธาความเชื่อ ถ้าหากว่ามีกำลังในด้านความเชื่อถูกต้อง จะเป็นพลังทำให้จิตของเราก้าวหน้าไปในกำลังข้อที่ ๒ ต่อไป

ถ้าหากว่าความเชื่อถูกต้อง เชื่อว่ากรรมดีทำแล้วจะได้ผล เป็นความสุข จิตของเราจะมุ่งทำแต่ความดี เช่นเชื่อว่าศีลรักษาแล้วสามารถจะทำความสุขให้เกิดขึ้นกับชีวิตของเราได้ เช่นในศีลแต่ละข้อที่ได้รับไป พระพุทธเจ้าตรัสความหมายของศีลไว้ในหลายๆ ลักษณะ ก็ลองนึกเถียงดูในใจก็ได้ว่า ที่พระองค์ตรัสไว้จริงหรือไม่ ในความหมายที่พระองค์ตรัสว่า ศีลซึ่งแปลว่าปกติก็คือปกติในจิตของสัตว์โลกนั่นเอง คือสัตว์โลกทุกประเภทจะเป็นคนหรือสัตว์ แม้เป็นสัตว์เดรัจฉานตัวเล็กๆ โดยปกติในจิตมีใครบ้างอยากจะทำให้ใครมาทำลายชีวิตของตัวเอง อยากจะให้ใครมาฆ่าอยากจะให้ใครมาเบียดเบียนชีวิตของตัวเองมีไหม โดยปกติของจิตก็อยากจะทำให้ทุกคนมีเมตตาปราณีต่อชีวิตของตนทั้งนั้น อันนี้เป็นปกติที่มีในจิตใจของสัตว์โลก แต่ที่จิตผิดปกติก็เพราะความกลัว กลัวว่าสัตว์นั้นจะเป็นอันตรายต่อเราสัตว์นี่จะเป็นอันตรายต่อเราจึงเกิดการฆ่าเกิดการทำลายกันขึ้นนี้เรียกว่าผิดปกติ เมื่อผิดปกติจิตมันก็กลัว มีแต่ความกลัว ถ้าหากว่า

จิตเราเข้าถึงปกติดั้งเดิมก็จะมีแต่เมตตาทปราณี และในศีลข้อที่ ๒ ศีลข้อ ๓ โดยปกติก็จะเป็นอย่างนั้น และในความหมายอีกความหมายหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ศีลนี้ทำนอุปมาเหมือนกับศีระะ คือ บนศีระะของเรามีขงดี่ๆ อยู่หลายอย่าง เช่น ตาดูโลกเห็นสิ่งต่างๆ ได้ก็อยู่ที่ศีระะ หูฟังเสียงต่างๆ ได้ก็อยู่ที่ศีระะ จมูกหายใจให้ชีวิต ปากกินอาหารให้ชีวิตอยู่ได้ก็อยู่ที่ศีระะ อดวัยวะล่ำค้ำญขงชีวิต ทั้งหมดอยู่ที่ศีระะทั้งนั้น ที่พระพุทธเจ้าเปรียบเทียบศีลเหมือนกับศีระะนั้น ก็เพราะพระองค์ตรัสว่า ที่เราเกิดมาในโลกปัจจุบันนี้ สิ่งที่เราปรารถนาอย่างยิ่ง ก็คือความสุข เราแสวงหาความสุขกันในลักษณะต่างๆ แต่ถ้าหากว่าความสุขนั้นไม่ได้มาจากพื้นฐานของศีล ก็อย่าไปหวังว่าความสุขนั้นจะเป็นความสุขที่แท้จริงหรือเป็นความสุขที่แน่นอน หรือเป็นความสุขที่มั่นคง หรือเป็นความสุขที่เราหวังได้ ความสุขนั้นก็จะเป็นความสุขที่เลื่อนลอย เป็นความสุขที่เป็นมายาที่เราต้องวิ่งตามอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าความสุขนั้นมีพื้นฐานมาจากศีลแล้ว ความสุขนั้นเป็นความสุขที่ชัดเจนแน่นอน เมื่อถึงคราวชีวิตของเราต้องแตกดับลงไปจิตของเรามีความมั่นคงในศีลชัดเจน ศีลนั้นก็พาไปอุปบัติในภพที่มีความเจริญ ในภพที่มีความสุขมาก

อานิสงส์ขงศีลแต่ละข้อ เช่น ถ้าใครมีศีลข้อที่ ๑ อยู่ในใจ เป็นปกติ จะเกิดที่ใดท่านว่าจะมีอายุยืนนาน โรคภัยไข้เจ็บจะไม่มี เบียดเบียนในชีวิต หรือจะไม่มีโรคประจำตัวนั่นเอง เกิดที่ใดจะมีอายุยืนนาน ผีวพรรณจะดี จะเป็นคนสวยคนงาม ศีลข้อที่ ๒ เกิด

ที่ใดจะมั่งคั่งด้วยทรัพย์สมบัติสมบัติจะไม่อันตรายกันไปเพราะไฟไหม้ น้ำท่วม โจรปล้น คนมีเวรมาตุ้มมาโงงหลอกลวงเอาทรัพย์ของเราไม่ได้ อันนี้เป็นอานิสงส์ในศีลข้อที่ ๒ ศีลข้อที่ ๓ ถ้าใครมีศีลข้อนี้เกิดที่ใดก็จะมีศัตรูเกิดขึ้นไปได้จะมีคนเป็นมิตรเป็นสหาย ทั้งหญิง ทั้งชายก็จะเป็นมิตรเป็นสหายกันอย่างสนิทสนม อันนี้ก็ เป็นอานิสงส์ศีลข้อที่ ๓ ศีลข้อที่ ๔ ถ้าใครมีศีลข้อนี้ จะอยู่ที่ใดจะไปที่ไหนก็ได้ ยินแต่คำสัตย์คำจริงคำไพเราะอ่อนหวานคำสมานสามัคคี คำที่มีสาระมีประโยชน์ คือ จะไม่ถูกโกหกหลอกลวง ให้เราหลงทิศ หลงทางอะไรทำนองนี้และศีลข้อที่ ๕ ถ้าใครมีศีลข้อนี้ จิตจะตั้งมั่น เป็นสมาธิแก้ปัญหาของชีวิตได้ชัดเจน คือจะไม่เป็นโรคใบ้บ้าเสียสติหรือวิกลจริต หรือจะไม่เป็นโรคเกี่ยวกับระบบประสาทผิดปกติ อันนี้เป็นอานิสงส์ขงศีลทั้ง ๕ ข้อที่พระพุทธองค์ตรัสไว้

เมื่อมีศรัทธาเห็นว่าศีลนี้ดีจริง ให้ประโยชน์จริง ก็จะเกิด ความเพียรในการที่จะรักษาศีล ซึ่งเป็นผลข้อที่ ๒ มีความกล้าหาญที่จะกระทำความดี กล้าหาญที่จะทิ้งความชั่ว คือความชั่วที่มีในจิตใจของเรา เพราะยังไม่เคยได้ฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราหลงทำความชั่วเราหลงทำสิ่งที่ไม่ดี ที่เป็นเหตุของความทุกข์ เมื่อเราได้ฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว เรากล้าทิ้งกล้าสละแล้วก็กล้าที่จะทำความดีอย่างนี้เรียกว่าความเพียร เป็นผู้มี ความเพียรทั้ง ๔ ข้อ ซึ่งเป็นโพธิปักขิยธรรมเหมือนกัน คือ สังวรปธาน คือเพียรระวังบาปไม่ให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นหรือมีอยู่ในจิต

ของเรา ภาวนาปธาน ก็เพียรทำกุศลให้เกิดขึ้น คือทำกุศลให้เกิด พญวจิตของเราให้เจริญขึ้นให้ก้าวหน้าขึ้น คือให้มีความคิดที่เจริญที่เป็นกุศลที่มีความฉลาด ไม่ให้อกุศลธรรมแปดเปื้อนจิตของเราได้ และอนุรักษนาปธาน คือตามรักษาความดี จะเป็นศีลก็ดี เราก็กายรักษา ภาวนาก็คือระลึกถึงคุณของพระพุทธ ระลึกถึงคุณของพระธรรม ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ด้วยการเจริญภาวนา พุทฺโธ ธัมโม สังโฆ อยู่ตลอดเวลา อันนี้ก็อนุรักษนาปธาน รักษากุศลต่างๆ ด้วยอำนาจของสติให้มีอยู่ในจิตของเราสม่ำเสมอ

กำลังข้อที่ ๒ คือ สติพละ สติพละอันนี้ต้องจำปรารภนาในที่ทุกสถาน คือเราจะต้องฝึกสติให้มีความชัดเจนในกายในวาจาในจิต เช่นที่เราเรียกว่าจะทำการเจริญภาวนาเราก็เข้าใจว่ามานั่งหลับตาภาวนากันชั่วครึ่งชั่วครวหรือชั่วโอกาสอะไรทำนองนี้เป็นบุญเป็นกุศล เรากายกันเพื่อให้เกิดบุญเกิดกุศล ความคิดอย่างนี้ก็เป็นบุญเป็นกุศลเหมือนกัน แต่ถ้าหากว่าเราจะทำภาวนาให้มีประโยชน์จริงๆ ต่อชีวิตจิตใจในชาติปัจจุบันของเรา ที่เราได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา และให้ไต่ธรรมะคำสอนทางศาสนา ใช้กับชีวิตให้ถูกต้องตลอดชีวิต ก็คือเราจะต้องมีสติควบคุมกายวาจาจิตในทุกเหตุการณ์ทุกสถานที่ จะเป็นการยืน การเดิน การนั่ง การนอน การเหยียด การคู้ การทำหน้าทำการงานทุกอย่าง เราจะต้องมีสติคุมจิตของเราให้อยู่ในหน้าที่ที่เราทำ ในทุกเรื่องทุกอย่าง งานที่เราทำเป็นงานตามองค์มรรคหรือไม่คืองานตามองค์มรรคก็คือสัมมาสัมมัณฑะ คือ การงานถูกต้อง

เป็นคนที่ทำงาน เป็นคนที่ละเอียดอ่อนงาน เป็นคนที่ละเอียดต่อหน้าที่ที่มีหรือไม่มี ถ้าหากว่าจิตของเราละเอียดต่อหน้าที่คือผลงานผละหน้าที้อย่างนี้ เขาเรียกว่าไม่มีสมาธิในงาน คือ เผลอหน่อยเราก็เอาเวลาไปใช้อย่างอื่น ที่เขาเรียกว่าจิตขบถต้องงานอยู่ตลอดเวลา อย่างนี้เขาเรียกว่าไม่มีสมาธิ จิตนั้นไม่เป็นสัมมาสัมมัณฑะ หรือเราไม่เคารพต่ออาชีพ คือ อาชีพที่เราแต่ละคนไม่เหมือนกันเป็นชวานาก็มี เป็นชาวไร่ก็มี เป็นข้าราชการก็มี นี่ก็เป็นอาชีพ ถ้าหากว่าจิตของเรา มีองค์มรรคอยู่ในจิตของเรา เป็นทางเดินของจิต คือ เรามีอาชีพอะไร เราก็จะต้องมีจิตที่เป็นสัมมาอาชีพ คือ มีอาชีพถูกต้อง ก็หมายความว่าจิตของเราต้องเคารพในอาชีพนั้น คือ ทำอาชีพให้ดี ทำอาชีพให้ถูกต้องงดงาม คือ ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนบุคคลอื่น อันนี้ก็เรียกว่าเป็นอาชีพในองค์มรรค นี้ก็เรียกว่าเราจะต้องฝึกสติกันอยู่ตลอดเวลาให้มีสติในหน้าที่ ให้มีสติในชีวิตอยู่ตลอด จะเดินนั่งนอนเหยียดคู้ คิดรู้อะไรต่างๆ เว้นแต่ขณะหลับไป เรายกประโยชน์ให้ คือ เมื่อเราหลับ สติมันอาจจะไม่มี ถ้าหากว่าคนหลับอย่างมีสติจะไม่ฝัน คือ จะเป็นคนนอนหลับไม่ฝัน คนที่นอนหลับฝันเป็นเรื่องเป็นราวอะไรอย่างนั้น เขาเรียกว่าหลับแบบไม่มีสติ แต่คนหลับแบบมีสตินั้นจะไม่ฝัน หลับพักเพียงชั่วโงมสองชั่วโงมตื่นมาก็สบาย จิตใจจะแจ่มชื่น แต่คนที่หลับแบบไม่มีสติจะนอนก็ชั่วโงมก็ไม่ค่อยมีความหมาย คือ ตื่นแล้วจิตมันไม่กระปรี้กระเปร่าอะไรทำนองนี้ อันนี้ก็เรียกว่าสติจะต้องฝึกกันในทุกๆ อิริยาบถ คือ ให้มีกำลังในการที่จะควบคุมกาย ควบคุมวาจา

ความภูมิใจของเราให้ได้ในทุกๆทีในทุกๆ ขณะ อันนี้ก็จะเป็นผลข้อที่ ๓

ผลข้อที่ ๔ คือ สมานิผล สมานินี้เราเข้าใจกันว่าคนมีสมาธิ จะต้องมึฤทธิ์มีเดชมีอำนาจแปลกกว่าบุคคลอื่น แต่สมาธิในที่นี้ก็ หมายถึงจิตของเราตั้งมั่น คือเมื่อมีความเชื่อถูกต้อง ความเพียรถูกต้อง สติถูกต้อง จิตของเราจะรวบรวมเอากุศลความดีไว้อย่างมั่นคง คือใครจะมาผลัก ใครจะมาหลอก ใครจะมาทำลายหรือใครจะมาเลี่ยมสอนในลักษณะใดก็ตาม จิตของเราจะไม่หวั่นไหวจากความดี อันนั้น อันนี้ก็เรียกว่าจิตมีสมาธิ แต่ถ้าหากว่าจิตของเราเป็นลักษณะเขื่อง่าย คนนั้นบอกว่าอันนี้ดี คนโน้นบอกว่าอันนี้ดี ก็จะเชื่อไปหมด เชื่อดีไปหมด อันโน้นก็ดีอันนี้ก็ดี มันหลงติดอย่างนี้ แสดงถึงว่าจิตของเรามันไม่มีหลัก คือไม่มีสมาธินั่นเอง มันเชื่อดีไปทุกอย่าง ไม่รู้ว่าของนั้นดีหรือไม่ดีจริง แต่ถ้าหากว่ามีกำลังข้อที่ ๑ อย่างชัดเจน คือเชื่อกรรมเชื่อผลของความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน เชื่อกรรมที่องค์พระสัมมาสัมพุทธะเจ้าตรัสรู้ แล้วปฏิบัติตามคำของพระองค์ และมีความเพียรมีสติรักษาจิตให้อยู่ในความดีและจิตก็ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว อันนี้ก็เรียกว่าสมานิผล คือ จิตของเรารวมอารมณ์มั่นคงไม่หวั่นไหว

กำลังข้อที่ ๕ คือปัญญาผล ก็หมายความว่ารู้ตามความเป็นจริง และความจริงที่ควรรู้ก็คืออริยสัจธรรมทั้ง ๔ ประการ คือ ทุกขสัจ เราจะต้องรู้จักทุกข์ คือทุกวันนี้เรารู้แต่ความสุข แต่ความทุกข์

ที่เกิดขึ้นประจำชีวิตของเราแต่ละวันนั้นเราไม่ได้ดู ถ้าหากว่าเราถามตัวของเราแต่ละอริยาบถว่า ทำไมเราจึงเดิน ทำไมเราจึงนั่ง ทำไมเราจึงนอน ทำไมเราจึงรับประทานอาหาร จึงถ่ายทุกวัน อากาศก็เปลี่ยนอยู่ทุกขณะ เราลองถามซิว่าเราทำอย่างนั้นเพื่ออะไร เวลานั่ง นิ่งนานๆ ความทุกข์เกิดขึ้น ความเมื่อยขบเกิดขึ้น ทุกข์เกิดขึ้น เราก็ชักลอกตัวเอง ต้องไปยืน ยืนมันจึงจะสบาย ไปยืนสักพักหนึ่ง ชั่วโมงหนึ่ง ความทุกข์ในการยืนเกิดขึ้น สิ่งทีลอกก็ปรากฏในใจ จะต้องไปนอน นานๆ เจ็บข้าง เจ็บหลัง เจ็บเอว จะต้องไปเดิน เราหลอกชีวิตกันอยู่ทั้งวันอย่างนี้ และสิ่งที่ปรากฏกับชีวิตของเราเรารู้กันหรือไม่ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า นอกจากทุกข์แล้วไม่มีอะไรเกิดขึ้น นอกจากทุกข์แล้วไม่มีอะไรตั้งอยู่ นอกจากทุกข์แล้วไม่มีอะไรดับไป ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ถ้าหากว่าเราดูในชีวิตของเรา เราก็จะเห็นว่า มันเป็นอย่างนี้ ตั้งแต่เกิดมาจนถึงปัจจุบันนี้ สิ่งที่เราแก้กันอยู่ตลอดเวลา แก้อะไร เราก็แก้ตัวทุกข์กัน ถ้าทุกข์มันเบาเราก็เข้าใจว่ามันเป็นความสุข แต่ถ้าเราเข้าใจความหมายของพุทธวจนะ คำว่าสุข คำว่าทุกข์ ตามลักษณะของธาตุ ทุกข์นั้นก็แปลว่าสิ่งที่ทนได้ยาก และสิ่งที่ทนได้ยากนั้นเขาเรียกว่าความทุกข์ สุขนั้นก็คือความสุขกาย สุขใจ คือสิ่งที่ทนง่ายเราเรียกว่าสุข มันทนง่ายหน่อย ทนอึดนี้มันทนง่าย ทนหิวนี้มันทนยาก คือ ถ้านิ่งนานๆ มันปวด มันเมื่อยนี้มันทนไม่ได้ ถ้าไปเดินเสียมันพอทนได้ อย่างนี้วันหนึ่งๆ เราจะต้องอยู่กับความอดทน อันนี้ก็เพื่อเราจะได้หาเหตุว่าที่เราต้องทุกข์กันอยู่ทั้งวัน และทุกข์ประจำชีวิตของเรานี้มันเกิดขึ้นมาได้

อย่างไร ก็เกิดขึ้นมาจากสมุทัยที่เป็นตัวเหตุให้เกิดทุกข์ เราก็จะต้องดูด้วยปัญญา ซึ่งเป็นพละข้อที่ ๕

สมุทัยนั้นคืออะไร ก็คือตัณหา ตัณหาก็คือความทะยานอยาก ตัณหาอยากจะได้มาซึ่งรูปอยากจะได้มาซึ่งเสียงอยากจะได้มาซึ่งกลิ่นอยากจะได้มาซึ่งรสอยากจะได้มาซึ่งผัสสะ เมื่อได้มาแล้ว มันสุขจริงหรือไม่จริง ชีวิตของเรามันก็ไม่สุข รูปอื่นเราได้มามันจะสุขอย่างที่เรารู้ใจหรือไม่ เรารู้ใจว่าชีวิตของเราเป็นที่ตั้งของความสุข แต่ทั้งวันเราก็บริหารทุกข์กันอยู่อย่างนี้ ถ้าหากว่าไปได้รูปอื่นมา รูปอื่นก็ต้องมีทุกข์อย่างกับชีวิตของเรา แต่เราจะได้สุขจริงหรือไม่ อันนี้พิจารณาให้ชัดเจนไป เรื่องของรูป จะเป็นรูปคน รูปสัตว์หรือรูปสิ่งของต่างๆ ที่เรียกว่า อุปาทินนกรูป ก็คือรูปสิ่งที่มีวิญญาณครอง มนุษย์สัตว์เทวดามารพรหม อุปาทินนกรูปคือรูปที่ไม่มีวิญญาณครอง บ้านช่องเลือกสวนไร่นาทรัพย์สมบัติพัสดุสถาน ถ้าหากว่าจิตดวงนี้เข้าไปแตะต้องกับรูปชนิดใดด้วยอำนาจของตัณหาคือความทะยานอยากเพื่อจะได้ เพื่อจะยึดครองสิ่งเหล่านั้น และสิ่งต่างๆไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีวิญญาณครองหรือไม่มีวิญญาณครองก็ตาม ทุกอย่างตกอยู่ในไตรลักษณะทั้งนั้น คือมีความไม่เที่ยงอยู่ในตัวของมันเองทั้งสิ้น มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ทุกขณะอย่างญาติโยมที่หนึ่งอยู่ที่นี้ จะอยู่กับเรื่องการเงินการทองเงินที่เราปรารถนา เงินที่เราอยากได้ เงินที่พิมพ์ขึ้นมา พิมพ์ใหม่ๆ ก็นำใช้น่ามี แต่พอเก็บไว้นานๆ มันก็เก่าเก่าแล้วก็ต้องทำลายทิ้งกัน อันนี้อนิจลักษณะอย่างนี้เราเห็นกันอยู่

คือ เห็นกันอยู่ทุกวัน ถ้าพิจารณามันเป็นอนิจลักษณะ ถ้าหากว่าเราเข้าไปแตะต้องด้วยอำนาจของตัณหาชนิดใด จะเป็นกามตัณหาภวตัณหา หรือวิภวตัณหา กามตัณหาคือความดิ้นรนเพื่อจะได้มาตามอำนาจของความใคร่ จะเป็นรูปเสียงกลิ่นรสสัมผัสก็ตาม ภวตัณหาความทะยานอยากดิ้นรนในความมีความเป็น คือ เราเป็นมนุษย์เราก็ไม่อยากจะจากมนุษย์ไปเราอยู่ในฐานะนี้ เราก็ไม่อยากจะให้มันเปลี่ยนฐานะไปอะไรทำนองนี้ มันเป็นตัณหาทั้งนั้น วิภวตัณหา คือ ความทะยานอยากในความไม่มีไม่เป็น ในความไม่มีไม่เป็นก็เป็นตัณหา คือ เรามีโรคภัยไข้เจ็บประจำตัว เราไม่อยากจะมิโรคภัยไข้เจ็บเราอยากจะให้โรคภัยไข้เจ็บมันหมดไปหายไปมันไม่หมดไปหายไปเดือดร้อนใจอะไรต่างๆ อันนี้เป็นตัณหาทั้งนั้น นี่เป็นตัวเหตุที่ทำให้เราคิด ทำให้เกิดทุกข์ทั้งสิ้น อันนี้ปัญญาที่เป็นพละข้อที่ ๕ ก็จะต้องพิจารณาให้เห็นอริยสัจจทั้ง ๔ ข้อ

ฉะนั้น ถ้าเราเห็นชัดว่าทุกข์เกิดขึ้นที่ใด ก็เกิดที่ตัณหา ๓ และการดับทุกข์เราจะดับที่ใด เราก็จะต้องดับตัณหาให้ได้ คือดับความทะยานอยากดิ้นรน ที่เกิดอยู่ในจิตในใจของเราให้ดับลง ด้วยอำนาจของการเจริญภาวนาสมาธิ จิตใจของเราสงบชัดเจนเราก็จะให้เห็น ในขณะที่จิตของเรายังไม่สงบ ความทุกข์ต่างๆ มีอยู่ตลอดเวลาเมื่อจิตของเราสงบเงิบลง ความสุขที่ไม่ต้องอิงอาศัยอะไรอย่างอื่นเป็นเหตุให้ได้รับความสุข ก็จะมีชัดเจนขึ้นในจิตของเรา

ต่อไปโยมลองนั่งภาวนากันสักชั่วขณะ ตามพละทั้ง ๕ การ เจริญภาวนาก็นั่งหลับตา แล้วมีสติกำหนดอยู่ที่องค์บริการม พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก หรือถ้าหากว่าบางท่านไม่สามารถจะกำหนด พุท ตามลมหายใจเข้า โธ ตามลมหายใจออก จิตยังดิ้นรนกวัดแกว่ง ก็ไม่ต้องไปภาวนาพุทโธ กำหนดดูจิตในจิต คือให้มีสติกำหนดดูจิต ในจิต ว่าอะไรเป็นตัวทำให้จิตของเราดิ้นรนให้เห็นตัวนั้นชัดเจน ด้วยสติ แล้วจิตของเราก็จะสงบได้ ต่อไปลองภาวนากัน

คนที่ไม่มีความสุข หรือสุขภาพไม่ดี คือ คนที่มีใจไม่มั่นคง ใจฟุ้งซ่าน คนที่คิดมาก คนที่มีอะไรคิดมากจะหวั่นไหวง่าย เรื่อง เล็กๆ น้อยๆ ก็กลับเอามาคิด คนที่ใจไม่มั่นคง ท่านเปรียบเสมือน กับต้นสน ต้นสนนี้ลมกระดิกนิดเดียวใบก็ไหวระริกๆ แล้ว หรือ เหมือนกับต้นอ้อ เวลาถูกลมพัดก็ไหวไปตามลม



ภาวนา คือการฝึกสติ

ไปเจริญพรญาติโยมพุทธบริษัททุกท่าน

ต่อไปขอให้ตั้งใจเจริญภาวนากัน ตามวิธีของอาตมาที่ได้ไป นำภาวนาในสถานที่ต่างๆ เบื้องต้น ก็อยากจะทำให้ทุกคนได้แผ่เมตตา ให้กับตนเองก่อน และวิธีแผ่เมตตาให้กับตนเองนี้ ก็ให้ส่งใจไปตาม คำแผ่ด้วย ถ้าหากว่าส่งใจไปตามคำแผ่ได้ดังที่กล่าว จิตของเราก็จะ ดำเนินไปได้ถึงปฐมฌาน อันนี้หมายความว่า ผู้ที่ทำความตั้งใจได้อย่างนั้น จะมีเมตตาพรหมวิหาร มีกรุณาพรหมวิหาร มีมุทิตาพรหมวิหาร และมีอุเบกขาพรหมวิหาร ซึ่งอาตมาจะได้นำกล่าวต่อไป ขอให้ตั้งใจ และ ก็ส่งใจไปตามการแผ่เมตตาพร้อมกัน

บรรยายเมื่อ ๒๖ มีนาคม ๒๕๓๕

อหัง สุขีโต โหมิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงมีความสุขเถิด
อหัง นิททุกโข โหมิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากความทุกข์
อหัง อเวโร โหมิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากเวร
อหัง อัปยาปชโซ โหมิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากความอาฆาต
พยาบาทเถิด
อหัง อนีโสม โหมิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากความทุกข์กาย
ทุกข์ใจเถิด
อหัง สุขี อตตานัง ปริหรามิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงมีความสุขกาย
สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยอันตรายทั้งสิ้นเถิด
อหัง สัพพะทุกขา ปมฺญจามิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงพ้นจากทุกข์
ทั้งปวง
อหัง สัทธสัมปัตติโต มา วิคัจฉามิ...ขอให้ข้าพเจ้าจงอย่าพราด
จากสมบัติอันตนได้แล้ว
อหัง กัมมัสโกมฺหิ...เรามีกรรมเป็นของตน
กัมมทายาท...มีกรรมเป็นมรดก
กัมมโยนิ...มีกรรมเป็นแดนเกิด
กัมมพันธู...มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์พวกพ้อง
กัมมปฏิสรโน...มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย
ยัง กัมมัง กริสสามิ...เราทำกรรมอันใดไว้
กัลยาณัง วา...เป็นกรรมงามกรรมดีก็ตาม
ปาปกัง วา...เป็นกรรมชั่วก็ตาม
ตัสส ทายาทो ภวิสสามิ...เราจักเป็นผู้รับมรดกของกรรมนั้น

ต่อไปก็ตั้งใจเจริญภาวนาสมาธิ พร้อมทั้งตั้งสติฟังคำบรรยาย
ไปพร้อมกัน คือในการเจริญภาวนาสมาธิ ก็ไม่มีอะไรอย่างอื่น ก็คือ
เป็นการฝึกสติให้เกิดกับดับพร้อมกับจิตของเรานี้เอง คือ จิตของเรานี้
ถ้าหากไม่มีสติเป็นผู้กำกับ หรือไม่มีสติเป็นเครื่องคัดเลือกอารมณ์
ที่จะให้ปรากฏกับจิต ก็มักจะไปได้อารมณ์ที่ไม่เป็นประโยชน์ คือ
อารมณ์ที่เป็นโทษ อารมณ์ที่เป็นทุกข์ อารมณ์ที่เป็นภัย อารมณ์ที่
เป็นเวร หรือไม่ก็เป็นอารมณ์ที่สร้างความเศร้าโศกเสียใจอะไรต่างๆ
ให้กับจิตใจของเราอยู่อย่างสม่ำเสมอ การฝึกภาวนานี้ก็หมายความว่า
ถึงว่า การฝึกสติให้เกิดมีขึ้นกับจิตใจของเรา คือ สติในการฝึกนี้มัน
ก็มีอยู่ ๒ สติ คือ

(๑) สตินอกพุทธศาสนา ก็มีคนที่ฝึกได้ ทำได้เยอะ อย่างพวก
ฤๅษีชีไพรในป่าในเขา หรือ พวกที่เอาจิตที่มีสมาธิไปใช้ในทางที่ผิด
เอาไปใช้ในเวทมนต์คาถา เอาไปใช้ในการทำลายล้างอะไรต่างๆ นานา
นี้ก็มี อันนี้เรียกว่าใช้สมาธิในทางที่ผิด อันนี้มีอยู่เท่าที่อาตมาเคย
ประสบและได้เห็นมา

(๒) สติในลักษณะที่เป็นสัมมาสติในองค์มรรค คือ ระลึก
ชอบในการที่จะทำอะไรจะพูดจะคิด คือ หมายความว่าเวลาเราทำก็มีสติ
กำกับ อยู่กับการทำ การทำงานทางกาย การพูดเราก็มีสติอยู่กับการพูด
คิดก็มีสติอยู่ด้วยการคิด คือให้มีสติระลึกอยู่เสมอทุกขณะที่เป็นปัจจุบัน
อันนี้ก็เรียกว่าจิตของเราจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ คำว่าสมาธินี้ไม่ได้
หมายความว่าอะไรอย่างอื่น คือจิตของเรามั่นคงนั่นเอง

จิตเป็นสมาธิ คือจิตไม่หวั่นไหว ในขณะที่เราทำงานทำหน้าที่อะไร จิตของเราจะอยู่ในงานในหน้าที่อันนั้นไม่หวั่นไหว เพราะอารมณ์ภายนอกมากระทบกระทั่ง เพราะในสังคมที่เราอยู่นั้นก็มีสิ่ง ที่รบกวนจิตใจของเรามาก ฉะนั้น ผู้ที่มีจิตไม่เป็นสมาธิ ก็อาจจะทำงานไม่ดีหรือถ้าหากว่ารับอารมณ์เก็บอารมณ์ คือเก็บอารมณ์ประจำวันก็จะเก็บอารมณ์ที่ไม่ดี คือแทนที่อารมณ์ต่างๆ ที่มากระทบกระทั่งประจำวันจะหมดไป ในขณะที่กระทบแต่กลับปรากฏ อยู่ในความรู้สึกคือจิตใจของเรา เอาไปนอนทุกข์ ถ้าเป็นเรื่องเดือดร้อน เป็นเรื่องไม่สบายใจอะไรทำนองนี้ อันนี้ก็เรียกว่าจิตของเราขาดสติแล้วไม่รู้จักเก็บ เรียกว่าเก็บอารมณ์ไม่เป็น กลายเป็นจิตที่มีความทุกข์ มีความเดือดร้อน มีความสับสนวุ่นวาย

อย่างที่อาตมาได้กล่าวให้แม่เมตตาให้กับตนเองนั้นหมายความว่า เรารักตน เมื่อเรารักตนแล้วสิ่งที่จะทำให้ตนเดือดร้อน ตนมีความทุกข์ ตนในที่นี้เป็นคำสมมุติคือเราอาจจะเข้าใจว่าเป็นเรื่องของร่างกายก็ได้ อาจจะเป็นเรื่องของจิตใจก็ได้ แต่ตามภาษาธรรมะ ท่านว่าชั้น ๕ ทั้งหมด คือทั้งรูปทั้งนามนี้ คือ ถ้าหากว่าเรายังละตนไม่ได้ เราก็จะต้องเลือกตนในทางที่ถูกที่ดี หรือตนในทางที่มีประโยชน์ คือชั้น ๕ ก็มีรูปชั้น คือ ร่างกายทั้งหมด เวทนามก็หมายความว่าถึง เวทนาชั้น คืออารมณ์ที่เป็นสุขเป็นทุกข์ และเฉยๆ อะไรทำนองนี้ สัญญาชั้น ตัวสัญญาชั้นนี้สำคัญมาก หากว่าเราไม่มีสติในการเก็บ มันก็จะเก็บข้อมูลในทางที่เป็นทุกข์ไว้ยาวนาน

ความรู้สึกในจิตใจของเราตลอดเวลา เช่น พระพุทธเจ้าหรือพระสงฆ์ ที่ท่านระลึกชาติได้เป็นร้อยชาติพันชาติแสนชาติ ก็เพราะสัญญาชั้น อันนี้ เป็นตัวเก็บข้อมูลในภพในชาติต่างๆ ไว้อย่างสมบูรณ์ทุกแบบ หากว่าเราเจริญสมาธิจนจิตสะอาดบริสุทธิ์ ไม่ถูกอารมณ์รบกวนในปัจจุบันก็สามารถจะดูเรื่องราวความเป็นมาของจิตใจได้ทั้งในปัจจุบัน ทั้งอดีตที่ยาวนาน ได้อย่างตลอดตลอดไป อันนี้คือสัญญาชั้น เป็นที่เก็บข้อมูลต่างๆ ในภพในชาติ

เช่น บางคน ประเภทที่กลัวผี กลัวอะไรต่างๆ ภาวนาไป ภาวนาไป พอมีอะไรทำให้เป็นเรื่องคล้ายจะมีผีหลอกหรือเป็นเรื่องน่ากลัวขึ้น ภาพต่างๆ ที่เราเก็บไว้ด้วยสัญญาอุปาทาน คือ เราเก็บไว้ในจิตของเรานี้แหละ คือ จิตของเราเป็นผู้เก็บภาพไว้ คือ เวลาเรานึกกลัวผีเราก็สร้างภาพผีมาในลักษณะที่น่ากลัว คือ อันนี้มันก็ไม่ใช่ว่ามาจากที่อื่น แต่มาจากจิตของเราเป็นผู้สร้างขึ้น สร้างภาพที่น่ากลัว สร้างภาพที่น่าเกลียด แล้วก็เก็บเอาไว้เป็นความรู้สึก มีอะไรมากระทบส่อแสดงให้เห็น หรือส่อแสดงไปในลักษณะที่จะเป็นเรื่องของผี ภาพที่เราเก็บไว้ก็จะลอยขึ้นมาในความรู้สึก ถ้าหากว่าผู้ที่ไม่ม่มีสติชัด จะเข้าใจว่าเรื่องหรือภาพที่เห็นนั้นภาพที่มาจากภายนอก แต่จริงๆ แล้วก็มาจากสัญญาชั้นของเราเองอันนี้เป็นเรื่องเตือนใจ สำหรับผู้ที่ภาวนา คือ อาจจะเห็นภาพนั้น อาจจะเห็นภาพนี้เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิพอสมควร บางท่านอาจจะเห็นเรื่องนั้นอาจจะเห็นเรื่องนี้ แต่ว่าเรื่องที่เห็นให้มีสติ คือให้มีสติชัดๆ แล้วพ่วงดูว่า สิ่งที่

เราเห็นเป็นเรื่องปัจจุบันหรือเป็นเรื่องอดีต โดยมากจะเป็นเรื่องอดีตเสียเป็นส่วนใหญ่ ที่เราเก็บเอาไว้เป็นความรู้สึก มันจะเป็นเรื่องอดีตเสียเป็นส่วนมาก คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ไปจนถึงมันสมอง แต่ถ้าเราฟังจิตของเราชาวบริสุทธ์ อย่างที่ท่านว่าไว้ในโอวาทปาติโมกข์ ปกัสนิมิตัง จิตตัง คือจิตขาวรอบ ถ้าจิตของเราบริสุทธ์ขาวรอบ เราฟังดูรูปขันธ์ทั้งหมด ตรงไหนบ้างที่เป็นตัวของเรา จิตฟังดูแล้วมันไม่มี คือ ดูจริงๆ แล้ว จะมีสิ่งที่เรายึดเอาเป็นที่พึ่งสักอย่างหนึ่งก็ไม่มี คือ จะเอาเป็นที่พึ่งไม่มีเลย เพราะชีวิตที่ภาษาแพทย์ปัจจุบันเขาเรียกว่าเซลล์บ้างอะไบบ้างนั้น ภาษาทางศาสนาเรียกว่า ชีวิตรูป ชีวิตรูปนี้หมายถึงอนุของชีวิตแต่ละอนุ ที่ประกอบขึ้นเป็นรูปทั้งหมด คือ มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป อยู่ตลอดเวลา มีปัจจัยใหม่ส่งเสริมก็ยังเป็นไปได้ แต่ถ้าหากว่าหมดเหตุปัจจัยชีวิตนี้ก็ต้องแตกสลาย คือ ตายไปตามหน้าที่

ถ้าหากเราดูแล้วคือถ้าจิตของเราชาวบริสุทธ์ ก็ดูตามความเป็นจริงอย่างนี้ อย่าเชื่อตามกันมา ต้องดูให้เห็นสภาพความเป็นจริง เราจึงจะละนิวรณ์ได้ นิวรณ์ในข้อสุดท้ายคือวิจิกิจฉานิวรณ์ ถ้าหากว่าเราเห็นด้วยจิตของเราชัดๆ อย่างนี้ เห็นการทำหน้าที่ของชีวิตรูปแต่ละชีวิตที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ชีวิตใหม่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป อยู่ตลอดเวลาอย่างนี้ เราเห็นชัดอย่างนี้ เราก็ไม่ต้องสงสัยถึงคำว่าอนิจจัง คือความไม่เที่ยงที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ คือเราเห็นอย่างนี้เราก็ไม่ต้องไปถามใครว่า คำว่าไม่เที่ยงเป็นยังไง ก็เป็นอย่างนี้ และ

อารมณ์ของเราแต่ละขณะที่เราคิดเรานึกก็เช่นเดียวกัน คือความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นในจิตของเรา เมื่อเราฟังดูจริงๆ ฟังดูด้วยสติคือให้มีสติชัดๆ แล้วฟังดูจะเห็นว่า มีบางอารมณ์ที่ทำให้จิตของเราเป็นทุกข์ เราก็ดูซิว่า ตัวอารมณ์ที่ทำให้จิตของเราเป็นทุกข์นั้นคืออะไร ทำให้มีอิทธิพลต่อจิตของเราหนัก เราก็ฟังดู ก็จะเห็นว่าไม่มีก็อย่าง ถ้าหากว่าจิตนั้นยังเป็นจิตในกามาวจรภูมิ ก็จะมีรูป มีรส มีกลิ่น มีเสียง มีผัสสะ ที่ชอบใจและไม่ชอบใจ ทั้งสองส่วน ผังอยู่ในความรู้สึกของจิต ถ้าเราฟังดูเราก็จะเห็นชัด บางทีก็เป็นเรื่องของรูปบ้าง บางเรื่องก็เป็นเรื่องของเสียงบ้าง บางเรื่องก็เป็นเรื่องของกลิ่นของรสอะไรต่างๆ บ้าง คือเมื่อเห็นแล้วเราก็ฟังพิจารณาดูว่า รูปก็ดี รสก็ดี กลิ่นก็ดี เสียงก็ดี ผัสสะก็ดี เป็นของเที่ยงจริงไหม

ถ้าเราดูจริงๆ เราก็จะเห็นว่า จริงๆ แล้วจิตของเรามันเกิดดับ อยู่ตลอดเวลา ประเดี้ยวสุข ประเดี้ยวทุกข์ ประเดี้ยวเฉยๆ เพียงชั่วโม่งหนึ่งมันสุขมันทุกข์ไม่รู้เท่าไร สุขที่เกิดขึ้นกับจิตของเราก็มาก ทุกข์ที่เกิดขึ้นกับจิตของเราก็มาก หรือบางครั้งก็เฉยๆ อะไรทำนองนี้ เราดูแล้วเราจะเห็น จะรู้ชัดว่า อารมณ์ต่างๆ นั้นมันไม่เที่ยงเมื่อไม่เที่ยงแล้ว ควรไหมที่เราจะเข้าไปยึดถือจนเกิดเป็นความทุกข์ขึ้น ควรไหมที่เราจะเอามาเป็นเรื่องเดือดร้อน ทำให้จิตของเราหมดสภาพที่เป็นตัวของตัวเอง นี่ก็คือตกเป็นทาสนั่นเอง เป็นทาสของอารมณ์ สิ่งใดชอบใจจิตของเราตกไปเป็นทาส สิ่งใดไม่ชอบใจจิตของเรากลายเป็นเรื่องหงุดหงิด อยากจะให้มันอันเป็นไปในลักษณะที่

เราต้องการ ก็เป็นฝ่ายโลภะ ส่วนในเราไม่ต้องการก็เป็นฝ่ายของโทสะ ทั้งสองเรื่องก็เป็นเรื่องของความทุกข์ในรูปแบบที่แตกต่างกันคือ เรื่องของโลภะ โทสะ โมหะ เห็นทุกข์ได้ง่าย

แต่เรื่องของโลภะ โทสะ โมหะ นั้นเห็นยากหน่อยคือถ้าไม่มีสติชัดๆ แล้วก็เห็นยาก คือเอาแค่รูปร่างกายของเรา ถ้าร่างกายไม่มีโรค ไม่มีภัย ไม่มีอะไรเป็นเครื่องเตือนเรารอบใจ แต่ร่างกายของเรามันจะต้องมีโรคมีภัย จะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายไปตามหน้าที่ อันนี้ถ้าหากเราดูสิ่งที่เราชอบใจที่สุด คือชีวิตของเรายังเป็นอย่างนี้แล้วสิ่งต่างๆ ที่มีในโลกนี้ ก็ย่อมเป็นเช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าเราเพิ่งพิจารณาให้ชัดเจน เราจะได้เข้าใจลึกลงมรรคขึ้น คือมีสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เห็นถูกต้อง เห็นทุกข์เป็นทุกข์ ไม่ใช่เห็นทุกข์เป็นสุขอะไรทำนองนั้น

คือ ที่ท่านให้ฝึกในการภาวนา เช่น ฝึก พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก พุท หายใจเข้า โธ หายใจออก ก็เพื่อจะฝึกจิต หรือเวลาเดินก็ให้มีสติในการเดิน คือก้าวเท้าขวาก้าวเท้าซ้ายก็ให้มีสติกำหนดในการเดิน แล้วเมื่อมีสติกำกับอยู่ที่กาย เราก็จะเห็นชัด คือเราจะรู้ชัดว่าทำไมท่านสอนให้เดินจงกรม ทำไมสอนให้นั่งภาวนาจะทำกิจกรรมการงานอะไร ทำไมท่านสอนให้มีสติอยู่ที่งานนั้น อันนี้ถ้าหากว่าเราทำไปๆ เราจะได้เห็นอริยสังขลในข้อต้น ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ อริยสังขลข้อต้นก็คือทุกข์สังขลทุกข์ที่มีประจำวันประจำชีวิตของเรา

เราไม่ค่อยได้ดู บางที่มีปัญหาอะไรเราก็โทษสิ่งโน้นสิ่งนี้ โทษนั่นโทษนี้ อย่างที่อาตมาได้พาแผ่เมตตาในเบื้องต้นจริงๆ แล้วถ้าหากสติของเราอยู่กับตัวของเรา อย่างโยมนั่งนานๆ ประเดี๋ยวมันก็ทุกข์แล้ว นั่งข้างซ้ายมันก็ทุกข์ข้างซ้าย ถ้านั่งนานๆ ความทุกข์มันเกิดขึ้น แล้วเราก็โกหกจิตของเรา โกหกตัวเองว่า สุขอยู่ข้างขวา พลิกมาข้างขวาพอนั่งนานๆ ความสุขข้างขวาหมดไป กลายเป็นทนนั่งไม่ไหว ต้องลุกไปเดิน คิดว่าความสุขอยู่ที่การเดิน เดินนานๆ มันก็ทุกข์ เลยเข้าใจว่าไปนอนเสียจะสบาย นอนนานมันก็ทุกข์ อันนี้แหละความทุกข์ที่มีประจำชีวิตของเรา เราไม่ได้ดู คือถ้าหากว่าเรามีสติในการเดินจงกรมในการนั่งภาวนา พอเกิดเมื่อยขึ้นเราก็ดูพระพุทธรูปเจ้านานตรัสไว้ว่า ในโลกนี้ไม่มีอะไรเกิดขึ้น ไม่มีอะไรตั้งอยู่ ไม่มีอะไรดับไป นอกจากทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป ทรงชี้ให้เราเห็นอันนี้นั่นเอง เราจะได้ละสิ่งที่ เป็นอึดตา เขาเรียกว่าอึดตานุหิฐิ คืออึดตาที่มันไม่ถูก อึดตาที่มันไม่สมควรอะไรทำนองนั้น เป็นอึดตาที่สร้างปัญหาให้โลกสับสนวุ่นวายอยู่ในปัจจุบันนี้ ก็เพราะคนที่มีอึดตา มากนั่นเอง

ถ้าหากว่าเรานั่งพิจารณาอย่างนี้ เราก็จะเห็นว่า แม้แต่รูปของเรามันก็เต็มไปด้วยก้อนทุกข์ และสิ่งที่เราจะเอาเป็นที่พึ่งร่างกายของเรา มันก็เป็นที่พึ่งไม่ได้ อะไรเป็นที่พึ่ง พระพุทธรูปเจ้านานตรัสไว้คือเป็นข้อแรก อย่างที่ญาติโยมได้สมาทานไปแล้ว ไม่ว่าจะศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ หรือศีล ๒๒๗

ข้อ ๒ สำหรับฆราวาสญาติโยม ก็คือให้มีเมตตาจิต แม่เมตตา คือความรักความปรารถนาดีต่อกันจะเป็นคนเป็นสัตว์ เป็นคนใกล้ คนไกลก็ให้มีเมตตาปราณีรักใคร่ปรองดองสามัคคีกลมเกลียว อะไร แนะนำตักเตือนให้ภัยกัน สังคมนี้มันก็เป็นสังคมที่เย็น เป็นสังคมที่มีความสงบสุข

ข้อที่ ๓ ภาวนา หมายความว่า การทำจิตของเราให้เจริญขึ้น เรายังละกามภูมิไม่ได้ กามภูมิก็หมายความว่า จิตของเรายังท่องเที่ยวไปในรูป ในรส ในกลิ่น ในเสียง กามภูมิที่ประเสริฐที่ดีกว่าเราอยู่ในปัจจุบันนี้ยังมีอีกมาก คือจะเป็นโลกทิพย์โลกอะไรต่างๆซึ่งเป็นโลกที่มีความสุขความเจริญ เราก็จะต้องทำจิตของเราให้สูงขึ้น ให้ดีขึ้น ให้ก้าวหน้าขึ้นอย่าให้ตกต่ำไปในลักษณะของรูป ของเสียง ของกลิ่น ของรส ของผัสสะ ที่ต้องอาศัยโทสะ ต้องอาศัย โลภะ อาศัยโมหะ เป็นเครื่องประหารล้างผลาญกันอย่างไร ในสังคมที่เราเห็นอยู่ในปัจจุบันนี้ นั่นเรียกว่า ใช้จิตไม่เป็นแต่ถ้าหากว่า เราใช้จิตของเราเป็น คืออารมณ์ที่ดียังมีมาก หากว่าจิตของเราตั้งมั่น เป็นสมาธิจนสามารถบรรลุถึงปฐมฌานได้

ข้อสุดท้ายที่เรียกว่า กัมมัตสกตา เห็นว่า กัมมัตสโกมหิ เรา มีกรรมเป็นของของตน โดยมากเราก็มักจะโทษโน่นโทษนี่กัน คือ อะไรที่มันไม่ดีเกิดขึ้น แทนที่จะดูกรรมของตัวเองเราไม่ดู เราก็ไปโทษว่าคนโน้นทำให้คนนี้ทำให้ คนโน้นสร้างความเดือดร้อนให้

คนนี้สร้างความสะดวกร้อนให้ แต่จริงๆ แล้วกรรมต่างๆ มันอยู่ใน จิตของเรา มันเป็นแม่เหล็กที่จะดึงเอาสิ่งต่างๆ มาแวดล้อมเราได้ สารพัด คือทั้งสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกทั้งสิ่งที่จะอำนวยความสะดวก กรรมตัวนี้แหละเป็นแม่เหล็ก กัมมททยาโท มีกรรมเป็นมรดก คือ มรดกก็หมายความว่าสิ่งที่เราจะใช้สอยจะเป็นทรัพย์สมบัติอะไรต่างๆ มีมากน้อยไม่เท่ากัน อันนี้ก็เป็นที่กรรมของเราสร้างมาในอดีต กัมม โยนิ มีกรรมเป็นแดนเกิด ถ้าหากว่าเราภาวนา เราชักษาจิตของเรา ให้ถูกต้องตามองค์อริยมรรคอยู่ตลอดเวลา อารมณ์ที่ทำให้จิตของ เรามีความรู้สึก คือหน้าที่ของจิตเรานี้มีอยู่ ๔ อย่าง คือ คิด รู้ รับ จำ อันนี้จะทำให้จิตของเรามีความรู้สึกเป็นไปในเรื่องดี เป็นเรื่องของ อริยมรรค คือมีทุกข์น้อย และ กัมมพันธ์ หมายความว่าถึงมีกรรม เป็นเผ่าพันธุ์พวกพ้องอันนี้สำคัญมากสำหรับผู้ที่อยู่ในสังคม ถ้า หากว่าเราทำจิตของเราเป็นอุเบกขาไม่ได้ คือสิ่งที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับ เราทั้งหมดนั้น จะเข้ามาด้วยอำนาจของกรรม บางครั้งบุคคลบาง คนเมื่อเข้ามาใกล้เราแล้ว ทำให้เรามีความสุขทำให้เรามีปัญญา ทำให้ เรามีความสงบเย็นใจ แต่บางคนเข้าใกล้เราแล้ว กลายเป็นทำให้เรา มีความทุกข์กลายเป็นทำให้เรามีความเดือดร้อนสารพัดเรื่อง เพราะ อะไร อันนี้ก็เพราะกรรมของเรานั้นเองเป็นเครื่องดึงเอาสิ่งต่างๆ เข้า มาแวดล้อมตัวเรา และก็ให้สังเกตดูการทำบุญในปัจจุบัน เท่าที่ อาตมาพิจารณาดูในการทำบุญแต่ละครั้งจะมีการเลี้ยง การให้ทาน ต่างๆ ส่วนที่เป็นบุญบางทีก็มีนิดเดียว คือทานที่บริสุทธิ์มีนิดเดียว แต่ทานที่ไม่บริสุทธิ์มีเยอะ เยอะมาก นี่ก็เป็นบริวารกรรมที่จะนำ

ความเดือดร้อน นำความทุกข์นำความไม่สบายใจมาให้กับเรา เมื่อบุคคลเหล่านี้มาใกล้ชิดกับเรา สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องราวของความเดือดร้อนทั้งนั้น คือบุคคลเหล่านี้ก็มีแต่เรื่องยุ่งทั้งนั้น เมื่อเข้ามาใกล้กับเรา อันนี้มันก็เป็นกรรมของเรา ถ้าหากว่าเรามี เราก็จะต้องทำจิตของเราให้เป็นอุเบกขา คือเป็นอุเบกขาวางจิตเป็นกลางให้ได้ วางจิตเป็นกลางในอารมณ์ต่างๆ ให้ได้แล้วก็พิจารณาตุกรกรรมของเราด้วยว่า นี่เพราะกรรมที่เราเคยหลงเราเคยทำ จึงเกิดการอย่างนี้ขึ้น คือให้เราได้ประสบสิ่งอย่างนี้ก็เพราะกรรมที่เราทำไว้ เราก็จะได้ไม่ทำกรรมอย่างนั้นซ้ำลงไปอีกในปัจจุบันชาติ อันนี้ทางพุทธศาสนาเราสอนให้ดูที่กรรมของเรา กัมมปฏิสรโณ นั้นก็มีกรรมเป็นที่พึงอาศัย อันนี้ไม่มีปัญหาอะไร

ที่อาตมาได้บรรยายมาพอสมควร ต่อไปก็จงตั้งใจเจริญภาวนาสมาธิ ด้วยการทำสติระลึกรู้อยู่ที่ลมหายใจเข้าลมหายใจออก หายใจเข้า พุท หายใจออก โธ ให้มีสติคือหายใจเข้า พุท หายใจออก โธ หายใจยาวรู้ หายใจสั้นรู้ แต่บางรายอาจจะภาวนาไม่ได้ คือพุทโธ ไม่ได้ ก็ให้เพ่งดูจิตเฉยๆ กำหนดดูจิตเฉยๆ มีสติในการกำหนดดูจิตเฉยๆ คือถ้าภาวนาพุทโธอาจจะฟุ้งซ่านไป ก็กำหนดดูจิตของเราเฉยๆ ด้วยสติ อย่าหลงลืม เอาละต่อไปนี่ก็ให้ตั้งใจเจริญภาวนาจนกว่าจะหมดเวลาตามที่กำหนด



ประวัติย่อ

พระอาจารย์มหาวิบูลย์ พุทธญาโณ

นามเดิม : วิบูลย์ รวดเงิน
ชาตะ : ๕ มีนาคม ๒๔๗๘
ชาติภูมิ : บ้านไผ่ท่าโพธิ์เหนือ ต.ไผ่ท่าโพธิ์ อ.โพธิ์ประทับช้าง จ.พิจิตร
บรรพชา : อายุ ๑๙ ปี ณ วัดไผ่ท่าโพธิ์เหนือ (วัดประจำหมู่บ้าน)
อุปสมบท : อายุ ๒๑ ปี ณ วัดชัยมงคล อ.บางมูลนาก จ.พิจิตร เมื่อ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๙

การศึกษา

คันถธุระ : น.ธ.เอก พ.ศ. ๒๕๐๓, ป.ธ. ๓ พ.ศ. ๒๕๐๒ และ ป.ธ. ๔ พ.ศ. ๒๕๐๔
วิปัสสนาธุระ : เริ่มศึกษาและปฏิบัติสมาธิภาวนา ออกเดินธุดงค์บำเพ็ญสมณธรรม ตามป่าเขาและสำนักต่างๆ อย่างจริงจัง ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๗ จนถึงปัจจุบัน
วิชาสามัญ : ประโยคครูพิเศษมูล พ.ศ. ๒๕๐๔
การปฏิบัติงาน : อดีต ครูสอนปริยัติธรรม และกรรมการตรวจข้อสอบนักธรรม
ปัจจุบัน เจ้าอาวาสวัดโพธิ์คุณ ต.แม่ปะ อ.แม่สอด จ.ตาก ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๔ เป็นต้นมา

พินัยกรรมที่ฝากไว้

สมภารรูปแรกขอสั่งไว้ในโอกาสนี้ด้วยว่า

“เมื่อสมภารรูปแรก ถึงคราวชีวิตแตกดับลงแล้ว ขอให้ทุกฝ่าย
ที่ว่ารัก ที่ว่านับถือสมภารทุกฝ่าย ช่วยจับร่างใส่โลงซึ่งได้เตรียมไว้ให้แล้ว
แล้วจัดการนำไปเผาทันทีภายใน ๓ วัน ไม่ต้องมาจัดงานอะไรให้เวียน
เรื่องหลอกกัน ให้สิ้นเปลืองทรัพย์สิ้นเงินทอง และไม่ต้องทำพิธีบุญ
อะไรให้สมภารแล้ว ตลอดเวลาในชีวิตของสมภารได้ทำมาแล้วทุกอย่าง
ตามหน้าที่ ใครที่ว่ารัก ใครที่ว่านับถือ ใครที่ว่าเคารพ ตลอดอายุของ
สมภารได้แนะนำพร้าเตือนมาตลอดเวลาในเรื่อง “พุทธธรรม” ขอให้
ช่วยกันรัก นับถือ และเคารพพุทธธรรมนั้น ให้เวียนแบบอย่างที่ดีงาม
ของพุทธบริษัทที่แท้จริงตลอดไป”



ข้อดีของการใช้ลมหายใจพัฒนาจิต

(ตามวิธีอานาปานสติภาวนา)

- ๑. สะดวก** เพราะทุกคนมีลมหายใจอยู่แล้ว จึงสามารถใช้ได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ ไม่จำกัดจิตอัครยาตัย
- ๒. สบาย** เพราะทำให้จิตใจระงับ ร่างกายผ่อนคลาย ดวงตาแจ่มใส และลมหายใจละเอียดประณีตบางเบา ชีวิตได้หยุดพักอย่างแท้จริง
- ๓. สะอาด** ช่วยชำระกายและใจให้สะอาด บริสุทธิ์จากสิ่งเป็นพิษภัย โดยวิถีธรรมชาติ ทำให้ผิวพรรณผ่องใส จิตใจเกลี้ยงเกลา ความคิดนึก และพฤติกรรมทางกาย วาจา เป็นไปในทางกุศล ไม่หม่นหมอง
- ๔. สงบ** เพราะเป็นกรรมฐานที่ให้ความสุขสงบโดยส่วนเดียว และลุ่มลึกไปตามลำดับ จบสงบนิ่งถึงที่สุด ไม่มีเรื่องหวาดเสียว น่ากลัว น่าตื่นตื่นหรือลำบากเหน็ดเหนื่อยกาย-ใจ เมื่อทำถูกวิธี
- ๕. สว่าง** เป็นทางให้เกิดปัญญา เห็นอนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา รู้เท่าทันความจริงของธรรมชาติ สามารถดำรงชีวิตอยู่เหนือความทุกข์ เพราะความไม่ยึดมั่นถือมั่นทั้งปวง และรู้ผลการปฏิบัติด้วยตนเอง ไม่ต้องการให้ใครมารับรอง
- ๖. สม่่าเสมอ** เป็นกรรมฐานที่สามารถปฏิบัติได้ต่อเนื่องกันไป เป็นทั้งสมถะและวิปัสสนา คือ สามารถทำให้เกิดความสงบ (ฌานหรือสมาธิ) และความรู้อย่างแจ้ง (ฌานหรือปัญญา) ได้ตามลำดับ โดยไม่ต้องเปลี่ยนไปใช้กรรมฐานอื่น
- ๗. เสนอสนอง** เป็นกรรมฐานที่พระพุทธองค์ทรงปฏิบัติและตรัสรู้ทั้งทรงเป็นอยู่ด้วยกรรมฐานนี้เป็นประจำ จึงทรงแนะนำให้ทุกคนปฏิบัติเพื่อสัมผัสส่อมตะธรรม นำให้เข้าถึงที่พึ่งอันเกษมและปลอดภัย ได้เป็นธรรมทายาท เพราะปฏิบัติบูชาสนองพระพุทธประสงค์ที่ทรงจำนงหวัง



ชมรมกัลยาณธรรม

วัตถุประสงค์

- เผยแพร่หลักธรรมเพื่อเสริมสร้างปัญญาให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
- ช่วยเหลือสังคมให้เกิดสันติภาพ และมีเมตตาธรรมต่อกัน
- จรรโลงไว้ซึ่งคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและเพื่อพระพุทธศาสนาได้ยั่งยืนถาวรสืบไป

อุดมการณ์

- ปลุกฝังคุณธรรมและจริยธรรมในหมู่สมาชิก
- ไม่แสวงหากำไรหรือรายได้ เพื่อประโยชน์ส่วนตัวแต่ประการใด
- มุ่งยกระดับจิตใจคนให้สูงขึ้น โดยไม่เน้นวัตถุหรือเรียไรรูปแบบต่างๆ

กิจกรรมหลัก

- จัดธรรมบรรยายเป็นธรรมทานปีละ ๓-๔ ครั้ง หรือแล้วแต่โอกาสจะอำนวย
- ผลิตสื่อธรรมะในรูปแบบต่างๆ เช่น หนังสือ เทป แผ่นซีดี วีซีดี เอ็มพีสาม เพื่อแจกเป็นธรรมทาน หรือจำหน่ายในราคาทุน เพื่อจะได้มีปัจจัยยหนุนต่อการพิมพ์หนังสือหรือผลิตสื่อธรรมะในครั้งต่อไป
- บริจาคหนังสือและสื่อธรรมะต่างๆ ให้แก่ห้องสมุดทั่วประเทศ เรือนจำ สถานศึกษา วัดวาอาราม องค์กรสาธารณกุศลหรือหน่วยงานต่างๆ ที่มีความสนใจ
- เผยแพร่หลักธรรมและตอบปัญหาธรรมะทางอินเทอร์เน็ตที่ www.kanlayanatam.com

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชมรม

ทุกท่านที่มีอุดมการณ์เดียวกับชมรมฯ สามารถช่วยเหลือกิจกรรมของชมรมฯ ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย แรงใจ แนวความคิด หรือช่วยค่าพิมพ์หนังสือค่าทำเทปหรือซีดีธรรมะเพื่อแจกเป็นธรรมทาน โดยท่านสามารถบริจาคเข้าชมรมฯ ได้ที่บัญชีข้างล่างนี้

ชื่อบัญชี อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

ธนาคารกรุงเทพ (สาขาสมาทรปราการ) บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๕๕-๗๐๐-๘๒๒๒

(กรุณาฝากชื่อเข้าบัญชีธนาคารเข้ามาที่ทำการชมรมฯ หมายเลข ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓

พร้อมระบุชื่อผู้บริจาคและหมายเลขโทรศัพท์ที่จะติดต่อกลับด้วย)