

ประวัติหลวงปู่ พระธรรม

เทศนา

และ

วิธีเจริญสมถวิปัสสนา

ฉลองอายุ ๙๑ ปี

หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

วันที่ ๘ มกราคม ๒๕๔๖





## คำนำ

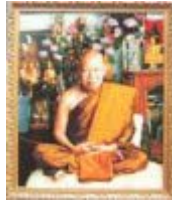
หนังสืองานฉลองอายุ ๙๑ ปี หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ ที่ท่านเห็นอยู่นี้ อาจแปลกกว่าหนังสือธรรมะเล่มอื่นๆ ของหลวงปู่ที่ท่านเคยได้รับ หรือ พบเห็นมาก่อน ซึ่งการจัดทำหนังสือในครั้งนี้ เป็นการนำไฟล์หนังสือขึ้นมาให้ดาวน์โหลดอ่านทางอินเทอร์เน็ต (E-Book) หรือ หากต้องการพิมพ์เป็นรูปเล่มก็สามารถทำได้เช่นกัน แล้วแต่ความสะดวก

หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่รวบรวม ประวัติหลวงปู่ฉบับย่อ ซึ่งได้ลงในเว็บไซต์หลวงปู่เหรียญ (<http://www.geocities.com/worralapo> หรือ <http://worralapo.cjb.net>) ซึ่งได้รับอนุญาตสร้างจากหลวงปู่ตั้งแต่ปี พุทธศักราช ๒๕๔๒ และ ธรรมะของหลวงปู่ที่อยู่ตามเว็บไซต์ต่างๆ ที่ได้มีผู้ศรัทธาในหลวงปู่พิมพ์เผยแพร่ ถึงแม้ว่าบางพระธรรมเทศนาจะจัดพิมพ์ได้ไม่ครบทั้งบท หรือตกหล่นไปในบางประโยคดังที่ผู้จัดพิมพ์เขียนแจ้งไว้ แต่ก็แสดงถึงความศรัทธาได้เป็นอย่างดี รวมถึงธรรมะสั้นๆ ที่ได้มีผู้ตัดตอนออกมาเป็นข้อคิดที่น่าสนใจ โดยนำทั้งหมดมารวมกันขึ้นมา จัดทำเป็นไฟล์หนังสือไฟล์นี้

หวังว่าหนังสือฉบับนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจ และสามารถนำธรรมะ วิธีการปฏิบัติสมถะ วิปัสสนา ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ขออนุโมทนากับท่านทั้งหลายที่ได้มีส่วนในการจัดพิมพ์ธรรมะหลวงปู่ ซึ่งหากมีข้อผิดพลาดประการใด ทางผู้จัดทำก็ต้องขออภัยไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลให้ท่านผู้สนใจสามารถฝึกกาย วาจา ใจ ของตนให้สำเร็จตามแนวทางแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และ มีความสุขสวัสดิ์ตราบจนกว่าจะเข้าสู่พระนิพพาน เทอญ

ผู้จัดทำ



หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ  
วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

นามเดิม	เหรียญ ใจขาน
สมณศักดิ์	พระสุธรรมคณาจารย์ (หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ)
เกิด	วันที่ ๘ มกราคม ๒๔๕๕ ตรงกับวันพุธ ขึ้น๒ค่ำ เดือนยี่ ปีชวด
สถานที่เกิด	ตำบลบ้านหม้อ อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย
บิดา	นายผา ใจขาน
มารดา	นางพิมพ์พา ใจขาน
พี่น้อง	ร่วมบิดา มารดาเดียวกัน ๗ คน (เสียชีวิตแต่ยังเล็ก ๖ คน) ร่วมบิดาเดียวกัน แต่ต่างมารดา ๒ คน
อาชีพเดิม	กสิกรรม
ออกบวช	เดือนมกราคม ๒๔๗๕
สถานที่บวช	อุโบสถวัดบ้านหงษ์ทอง อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย
พระอุปัชฌาย์	ท่านพระครูวาปีดิฐวัตร
พระกรรมวาจาจารย์	พระอาจารย์พรหม
สังกัดเดิม	มหานิกาย
ญัตติใหม่	ธรรมยุติกนิกาย
แปรญัตติใหม่เมื่อ	วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๔๗๖
สถานที่แปรญัตติ	วัดโพธิสมภรณ์ จังหวัดอุดรธานี
พระอุปัชฌาย์	ท่านเจ้าคุณธรรมเจดีย์
พระกรรมวาจาจารย์	พระครูประสาทคณานุกิจ



# ประวัติหลวงปู่



## ก่อนบวช - พรษาแรก

หลวงปู่ได้เล่าไว้ในอัตตโนประวัติไว้ว่า ท่านเกิดในครอบครัว ใจขาน เมื่อวันที่ 8 มกราคม 2455 ครอบครัวมีอาชีพทำนา ทำสวนและเลี้ยงสัตว์ มีพี่น้องด้วยกัน 7 คนแต่ได้เสียชีวิตตั้งแต่ยังเล็กทุกคน เมื่อหลวงปู่มีอายุได้ 10 ขวบ มารดาท่านก็ได้เสียชีวิตลง ไม่นานบิดาท่านก็มีภรรยาใหม่ หลวงปู่จึงได้ไปอยู่อาศัยกับคุณยายจนอายุได้ 13 ปีเรียนหนังสือจบ ท่านจึงได้ย้ายไปอยู่กับบิดา ช่วยบิดาและมารดา ทำงานร่วมกับพี่น้อง ที่เป็นลูกของมารดาใหม่อย่างขยันขันแข็ง

ครั้นเมื่อท่านมีอายุได้ 20 ปี ก็มีความปรารถนาจะออกบวช โดยพิจารณาเห็นว่าชีวิตนี้เกิดมาแล้ว ทำงานไม่รู้จักจบจักสิ้น ตายแล้วก็ไม่ได้อะไรติดตัวไป โลกนี้มีทั้งสุขและทุกข์ แต่ความสุขที่ว่าเป็นความสุขชั่วคราวที่ไม่ยั่งยืน มันเป็นเพียงเหยื่อล่อ ให้คนเราติดอยู่ในทุกข์เท่านั้น คนเราเกิดมาแล้วที่สุดก็ต้องตายด้วยกันทุกคน ร่างกายนี้เมื่อจิตละไปแล้ว ก็ต้องแตกสลายออกจากกัน ไม่มีอะไรเป็นขึ้นเป็นอันเลย เมื่อพิจารณาดังนี้แล้ว ท่านจึงไปขออนุญาตบิดาและมารดาเพื่อขอลาบวช

เมื่อท่านบิดาได้อนุญาตแล้ว ท่านก็ได้บวช ณ อุโบสถวัดบ้านหงษ์ทอง มีท่านพระครูวาปีดิฐวัตร เป็นพระอุปัชฌาย์ มีพระอาจารย์พรหม เป็นพระกรรมวาจาจารย์ เมื่อเดือนมกราคม 2475 บวชแล้วจึงกลับมาอยู่วัดโพธิ์ชัย บ้านหม้อ โดยท่านอาจารย์วัดโพธิ์ สอนให้ท่านภาวนาอนุสติ 10 ท่านก็ได้ท่องเอา แล้วบริกรรมไปเรื่อยๆตั้งแต่พุทธานุสติ ธรรมานุสติ ไปจนถึงอุปสมานุสติแล้วจึงตั้งใหม่

ครั้นถึงเดือนพฤษภาคมปีนั้นเอง ท่านจึงได้ไปจำพรรษาอยู่ ณ วัดศรีสุมัง ท่านจึงได้เข้าไปเรียน ถาปนวิธิจริณภาวนา กับท่านอาจารย์บุญจันทร์ รองเจ้าอาวาส ซึ่งได้รับคำสอนให้เลิกเอากรรมฐานบทยกบทยกหนึ่ง ที่ถูกกับนิสัยของตน บริกรรมเฉพาะบทยกเดียวเท่านั้น พร้อมกับแนะนำให้บริกรรมพุทโธเป็นอารมณ์ ท่านจึงได้บริกรรมพุทโธมาตั้งแต่นั้น พอถึงเดือนธันวาคมสอบนักธรรมเสร็จ ท่านจึงได้เดินทางกลับวัดโพธิ์ชัย

ในระหว่างนั้นบิดาท่านได้นำหนังสือของท่านพระอาจารย์สิงห์ ขันตยาคโม มาถวายหลวงปู่ เมื่ออ่านแล้วท่านรู้สึกสนใจในเรื่องกายนุสสนา ซึ่งในหนังสือได้แนะนำ ให้พิจารณากายแยกย่อยไปเป็นส่วนต่างๆ ให้สติได้รู้ว่า ร่างกายนี้ไม่ได้มีอะไรเป็นของตนสักอย่างเดียว เมื่อท่านพิจารณาได้ดังนี้จึงมีดำริ จะออกไปอยู่ในป่า

แต่ท่านก็ยังไม่วางใจตัดสินใจได้เพราะใจหนึ่งอยากสึกไปครองเรือน แต่อีกใจหนึ่ง อยากออกปฏิบัติธรรมตามที่ตั้งใจไว้ ท่านจึงได้นั่งสมาธิตัดสินใจ แล้วท่านก็ได้คำตอบว่าไม่สึกถึง 3 ครั้ง ซึ่งไม่นานท่านจึงได้ ออกจากวัดไปอยู่ป่าที่ ผาชัน ริมฝั่งแม่น้ำโขง พร้อมกับศึกษาต่อกับท่านอาจารย์ภู ธรรมทินโน ซึ่งท่านก็ได้รับฟังจนเข้าใจดี



## ธรรมยุติ พรรษาที่ ๑ - ๕

ครั้นปี 2476 หลวงปู่ได้พบกับท่านอาจารย์บุญมา จิตเปโต ท่านอาจารย์บุญมาได้พาท่านไปบวชเป็นธรรมยุติที่วัดโพธิสมภรณ์ อุดรธานี ในพรรษาแรก ท่านได้ไปจำพรรษาอยู่ที่วัดป่าสาละวัน จ.อุดรธานี เมื่อออกพรรษาแล้วท่านจึงได้รุดงค์ขึ้นไปพักวิเวก ที่ถ้ำผาปู่ และถ้ำผาบึง จังหวัดเลย

พอปี 2477 ท่านจึงได้กลับลงมาจำพรรษาที่วัดอรัญวาสี จ.หนองคาย ในพรรษานี้ ท่านเล่าว่าท่านได้ตั้งใจบำเพ็ญเพียรอย่างหนัก ซึ่งท่านมีความตั้งใจดังนี้คือ 1.จะไม่นอนกลางวัน 2.เมื่อค่ำลงจะทำความเพียร จนถึง 4 ทุ่มจึงจำวัด พอถึงตี 2 จึงลุกขึ้นทำความเพียรต่อ จนถึงสว่าง พอออกพรรษา ท่านจึงได้รุดงค์ไปอยู่ที่ถ้ำผาบึงอีก พอถึงเดือนหก จึงกลับมาที่วัดป่าบ้านค้อ ในวันออกพรรษาปีนั้นเอง ท่านก็เกิดรักผู้หญิงเข้าคนหนึ่ง ท่านจึงได้รับหนักกลับมาอยู่ที่วัดอรัญญบรรพต แต่ก็ไปเกิดรักใหม่จนท่านตัดสินใจว่าจะลาสิก และจึงได้เดินทางไปหาพระอุปัชฌาย์เพื่อลาสิก แต่ในคืนวันนั้นเอง ท่านได้พิจารณาเห็นถึงความทุกข์ในโลก จนในที่สุดท่านจึงคลายจากความอยากสึกลง จากนั้นท่านจึงได้กลับไปจำพรรษาที่วัดป่าสาละวันอีกครั้ง เป็นพรรษาที่ 3 พออย่างเข้าเดือน 10 ท่านก็ล้มป่วยลง พอออกพรรษา บิดาจึงได้พาท่านกลับมารักษาตัว ที่วัดอรัญญบรรพต ท่านเล่าว่าเจ็บครั้งนั้นเกือบเอาชีวิตไม่รอด

ครั้นต่อมาการภาวนาก็ทำให้จิตสงบลงเรื่อยๆ จนสงบดีแล้ว แต่พอมีเรื่องต่างๆ เข้ามากระทบ เช่นทางตา ก็ทำใจจิตใจหวั่นไหว แก้อย่างไรก็ไม่ตก ท่านจึงได้คิดถึงท่านอาจารย์มั่น ทั้งๆที่ท่านไม่ได้รู้จักเลย เพียงแต่เคยได้ยินมาว่าท่านเป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ หลวงปู่จึงได้ชวนเพื่อนภิกษุรูปหนึ่ง เดินทางมาหาท่านอาจารย์มั่นด้วยกันที่ จ.เชียงราย

ในคืนวันหนึ่งที่ยังเดินไปไม่ถึงหมู่บ้าน จึงนอนอยู่ในป่าข้างทาง คืนนั้นท่านได้นิมิตเห็นท่านอาจารย์มั่น พอถึงรุ่งเช้าท่านก็ได้ทราบว่าเป็นเพื่อนภิกษุก็ได้มีนิมิตเห็นท่านอาจารย์มั่นเช่นกัน พอสอบถามถึงลักษณะที่ปรากฏก็ทราบว่าเป็นเช่นเดียวกัน ถือว่าเป็นนิมิตหมายอันดี ทำให้ท่านแน่ใจว่า จะต้องได้พบท่านอาจารย์มั่นอย่างแน่นอน

ครั้นเมื่อเดินทางไปถึง จ.เชียงใหม่ ไปที่วัดเจติยหลวง ได้พบกับหลวงตาเกต ซึ่งได้พาท่านไปพบพระอาจารย์มั่น ที่ป่าละเมาะใกล้ๆโรงเรียนแม่ใจ ในวันนั้นท่านอาจารย์ได้ให้โอวาทแก่หลวงปู่ว่า ธรรมดาเขาทำนาทำสวน เขาไม่ได้ทำใส่บ่นอากาศเลย เขาทำใส่พื้นดินนี้แหละจึงได้รับผล ฉันทโยคาวจรผู้บำเพ็ญเพียรทั้งหลาย ควรพิจารณาร่างกายนี้แหละเป็นอารมณ์ จนเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่ายในนามในรูปนี้ ด้วยอำนาจแห่งปัญญาที่นั่นแหละ จึงจะเป็นทางหลุดพ้นได้ ไม่ควรติดใจความสงบโดยส่วนเดียว

## พรรษาที่ ๖ - ๑๘

ในพรรษาที่ 6 ท่านได้รับการแต่งตั้งจากท่านพระอาจารย์มั่นให้จำพรรษาที่ อ.พร้าว จ.เชียงใหม่ พร้อมกับพระอาจารย์เนียม และพระอาจารย์อ่อนศรี ครั้นออกพรรษาแล้วจึงได้ออกรุดงค์ ไปบนเขาตอย



พระเจ้า พร้อมกับท่านพระอาจารย์มั่น และพระรูปอื่น รวม 6 รูปด้วยกัน นับตั้งแต่หลวงปู่ได้พบท่านพระอาจารย์มั่น ในปี 2481 เป็นต้นมา หลวงปู่ก็ยิ่งเลื่อมใสท่านพระอาจารย์มั่นมากขึ้นตามลำดับ ท่านจึงตัดสินใจตั้งที่อยู่ทางภาคเหนือต่อ จำพรรษาที่เชียงใหม่รวมทั้งสิ้น 10 ปี และ อ.เถิน จ.ลำปาง อีก 3 ปี ซึ่งในครั้งนั้นมีพระอาจารย์ที่ร่วมชู้ตงค์ด้วยทางภาคเหนือ ได้แก่ ท่านพระอาจารย์มั่น ท่านพระอาจารย์กู่ หลวงปู่สิม หลวงปู่ชอบ และหลวงปู่ขาว เป็นต้น

โดยในพรรษาที่ 7-9 ได้อยู่จำพรรษากับท่านอาจารย์กู่ และท่านอาจารย์สิมที่วัดสันตันแป จ.เชียงใหม่ และในพรรษาที่ 10 ได้จำพรรษาอยู่ที่สำนักสงฆ์แม่หนองหาร กับหลวงปู่ชอบ ซึ่งในพรรษานั้นหลวงปู่ชอบได้มาชวนให้ท่านไปชู้ตงค์ที่ประเทศพม่า แต่ท่านลองนั่งสมาธิแล้วเห็นว่า หนทางไม่ปลอดภัย ท่านจึงได้ปฏิเสธหลวงปู่ชอบไป ซึ่งในภายหลัง ท่านได้พบกับหลวงปู่ชอบอีกครั้ง ท่านจึงได้ถามถึงการไปพม่า ซึ่งได้รับคำตอบว่าไปพม่าครั้งนั้น ได้รับความลำบากมาก

ตั้งแต่พรรษาที่ 11-14 ท่านได้อยู่จำพรรษาที่สำนักสงฆ์ ในระหว่างนี้ท่านได้พบกับหลวงปู่ชอบ และหลวงปู่ขาว จึงได้ชวนกันไปวิเวกตามเขาและถ้ำ แต่ในภายหลังหลวงปู่ขาวไม่สบาย ท่านจึงกลับลงมา แต่ไม่นานหลวงปู่ชอบก็ชวนขึ้นไปอีก ท่านเล่าว่าในคืนหนึ่ง ขณะที่นั่งสมาธิอยู่ ก็เกิดความรู้สึกในจิตว่า "ระวังอย่าประมาท คิณนี้เสื่อใหญ่มา" ท่านจึงได้นั่งสมาธิอยู่ ก็ไม่เห็นมีอะไร นานเข้าท่านจึงจำวัด รุ่งเช้าท่านก็ได้ไปปฏิบัติท่านอาจารย์ชอบ พร้อมเรียนถามท่านว่าเห็นนิมิตอะไรหรือไม่ ก็ได้รับคำตอบว่า เห็นอุบายสกมาบอกให้ระวังเสื่อ ท่านจึงได้นั่งสมาธิคอยแต่ไม่มีอะไรเกิดขึ้น เมื่อหลวงปู่เหรียญทราบดังนั้นแล้ว ท่านจึงได้ไปสำรวจรอบๆที่พัก ก็ได้เห็น รอยเสื่อคู้ดินเป็นระยะๆ เมื่อท่านออกบิณฑบาต ก็เห็นรอยเสื่ออยู่ตามทาง ท่านจึงได้แผ่เมตตาให้ ซึ่งหลังจากนั้นก็ไม่มีเสื่อไปหาอีกเลย

ในพรรษาที่ 15 และ 17-18 ได้จำพรรษาอยู่ที่ อ.เถิน จ.ลำปาง ซึ่งระหว่างที่หลวงปู่ได้จำพรรษาอยู่ที่ จ.ลำปาง นี้ ก็ได้พาบิดาไปบวช ณ วัดเซตวัน จ.เชียงใหม่ และได้อุปการะท่านมาโดยตลอด ส่วนในพรรษาที่ 16 หลวงปู่ได้ไปจำพรรษาที่ จ.เชียงใหม่ ไม่นานท่านก็ได้ไปชู้ตงค์ต่อที่ประเทศลาว ที่นั่นท่านได้เห็นนิมิตอนาคตของประเทศลาว ได้คิดว่าต่อไปประเทศลาวจะหาความสงบได้ยาก ท่านจึงเดินทางกลับประเทศไทย

เมื่อหลวงปู่กลับมาประเทศไทย ท่านก็ได้เจอกับหลวงปู่เทศก์ ซึ่งหลวงปู่เทศก์ก็ได้ชวนท่านไปเผยแผ่ธรรมะทางภาคใต้ ซึ่งในการเดินทางครั้งนั้น มีทั้งพระและเณร รวมทั้งหมด 9 รูป ในระหว่างเดินทางทางเรือ ท่านก็ได้พิจารณาเห็นธรรมะดังนี้

**"เรือที่นายช่างต่อดีแล้วอย่างแข็งแรง  
เมื่อถูกคลื่นกระทบแล้วไม่เสียหายฉันท  
จิตของบุคคลใดเมื่อฝึกฝนให้ดีแล้ว  
คลื่นของกิเลสกระทบเข้าย่อมไม่หวั่นไหวก็ฉันทนั้น"**



## พรรษาที่ ๑๙ - ปัจจุบัน

ตั้งนั้นในพรรษาที่ 19-20 ท่านจึงจำพรรษาที่สำนักสงฆ์ ต.ตะกั่วทุ่ง จ.พังงา 2 พรรษา เมื่อออกพรรษาแล้วจึงไปวิเวกตามถ้ำใน จ.พังงานั้นเอง ครั้นเมื่อใกล้จะเข้าพรรษาก็ได้มีผู้นิมนต์ให้จำพรรษาที่เมืองพังงา ขณะที่ท่านได้ไปบำเพ็ญอยู่ที่ถ้ำหลักเมือง หน้าถ้ำมีศาลเจ้าพ่อหลักเมืองตั้งอยู่ มีการขอบัตรขอเบอร์ ทรงเจ้า ข่าสัตว์สังเวชทุกปี วันแรกก่อนที่ท่านจะเข้าถ้ำ ท่านจึงเข้าไปในศาล เห็นหิน 2 ก้อนฝังดินอยู่ แต่พื้นดินอยู่ส่วนหนึ่ง ท่านจึงสวมรองเท้าขึ้นไปเหยียบหินทั้ง 2 ก้อนแล้วกล่าวว่า ได้ยินว่าเจ้าพ่อหลักเมืองมาอาศัยอยู่ที่นี้หรือ ถ้ามาอยู่ที่นี้จริงขอให้เจ้าพ่อคอยฟังธรรมนะ อาตมาจะแสดงธรรมให้ญาติโยมฟังอยู่หน้าถ้ำนี้แหละ แล้วท่านก็เข้าไปในถ้ำ บำเพ็ญสมณธรรมได้ 2 เดือน ก็มีโยมเข้าไปสร้างศาลาหลังเล็กๆให้ ต่อมาก็มีผู้ซื้อที่ดินจัดทำเสนาสนะให้อยู่จำพรรษา มีพระจำพรรษาด้วยกัน 5 รูป มีญาติโยมไปนั่งสมาธิและฟังธรรมทุกคืน

ในวันอุโบสถวันหนึ่ง มีชายคนหนึ่งซึ่งไปดูการเข้าทรงมา มาจำศีลอุโบสถที่วัด เล่าว่าในวันที่มีการเข้าทรงกัน เจ้าพ่อในร่างคนทรงบอกว่า ต่อไปอย่ามาขอเบอร์ และข่าสัตว์สังเวชอีกเพราะมันเป็นบาป มีคนถามว่าเมื่อก่อน เจ้าพ่อยังบอกลูกหลานอยู่ ทำไมจึงว่ามันบาป เจ้าพ่อตอบว่า เมื่อก่อนท่านยังไม่รู้ว่าบาปเป็นอะไร แต่พอได้ฟังธรรมจากพระกรรมฐานที่มาแสดงที่หน้าถ้ำ ท่านจึงรู้ว่ามันเป็นบาป แล้วบอกว่า ต่อไปถ้าจะเอาของมาสังเวชก็ขอให้เอา ขนม ผลไม้ มาบวงสรวง ตอนนี้ท่านก็จำศีลภาวนาอยู่เสมอ หลวงปู่บอกว่าการไปเผยแผ่พระพุทธศาสนาในครั้งนั้น ได้ผลมากพอสมควร

ท่านได้อยู่บำเพ็ญสมณกิจที่สำนักสงฆ์นั้นมาจนขออนุญาตสร้างวัดได้สำเร็จ ตั้งชื่อว่า วัดประชาสันติ อยู่วัดนี้ได้ 6 ปี จึงย้ายมาอยู่ วัดสันติวราราม อีก 2 ปี จึงย้ายกลับไปอยู่วัดอรัญญบรรพต ตั้งแต่ปี 2502-ปัจจุบัน







# บุญญาพาชีวิตรอด

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

๓ เมษายน ๒๕๓๗



ตอนนี้ไปฟังพากันตั้งใจ สรรวมจิตใจของตัวให้แน่น อยู่ภายใน อย่าให้ใจมันคิดส่งออกไปข้างนอก เวลานี้เป็นเวลาที่เรา มาชุมนุมกันเพื่ออบรมจิตใจโดยเฉพาะ เพราะจิตใจนี้เป็นเรื่องที่ อบรมฝึกฝนได้ยาก แต่ก็ไม่ใช่ลึกลับสำหรับผู้มีความหมั่นความขยัน มีความเพียร มันเป็นการยากสำหรับผู้ไม่ขยันหมั่นเพียร ไม่เอาใจใส่ ต่อจิตใจของตัวเอง ไม่วางานสิ่งใดทั้งหมด ถ้าหากว่าเอาใจจดจ่อ เข้าไปแล้ว มันก็ดำเนินไปได้ จะให้ยากลำบากอย่างไร ก็ ถ้าหากว่า อยู่ในวิสัยที่เราจะทำได้แล้ว เราเอาใจฝึกฝนเข้าไป ใช้โยนิโสมนสิการ พินิจพิจารณาหาทางแก้ไขอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นให้มันลุล่วงไป ถ้ามันไม่เหลือวิสัยจริงๆ มันก็เป็นไปได้ การที่คนเราจะฝ่าฟัน อุปสรรคต่างๆ ไปไม่ได้นั้น ก็เพราะมันขาดความเพียรความเอาใจใส่ อันนี้แหละสำคัญ ไม่ว่าจะงานสิ่งใด ถ้าหากว่าเราไม่เอาใจใส่แล้ว มันจะไม่สำเร็จผลเลย

ที่นี้งานเกี่ยวกับการฝึกฝนอบรมจิตใจนี้ มันก็ยิ่งต้องการความ เอาใจใส่เป็นพิเศษเลย หมายความว่า ตนเองพยายามดูตนเองให้มาก ที่สุดเท่าที่จะมากได้ เพราะตามธรรมดาแล้ว บุคคลผู้ปล่อยให้ความหลงครอบงำจิตใจแล้ว มันลืมตัวไม่รู้ว่าตัวเป็นอย่างไร ไม่รู้ว่าจิตใจของตนมันเป็นอย่างไร จิตใจของตนมันหลงไปอยู่ มันเห็นผิดเป็นชอบไปอยู่ ก็ไม่รู้ตัวเอง นี่แหละคนเราถ้าปล่อยให้ความหลงครอบงำไปแล้ว เป็นอย่างนั้น ดังนั้นวิธีแก้ มันก็อยู่ที่สติ สมัชชัญญะ เราหมั่นระลึกเข้ามาหากายหาจิตนี้ มาควบคุมจิตนี้ ให้ตั้งอยู่ภายใน ถ้าหากว่าควบคุมเฉยๆ มันหยุดมันนิ่งไม่ได้ ก็ต้องบริกรรม พุทโธ แทน จิตใจผูกพันอยู่กับ พุทโธ คุณอันประเสริฐนั้น ถ้าหากว่าทำได้อย่างนี้ ความหลงความเข้าใจผิดต่างๆ นานานั้นมันก็จะระงับไปโดยลำดับ เพราะมันมารู้ตัว รู้ตัวนี้หมายความว่า เรารู้ว่า อารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในจิตนี้ ล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้ว ก็ดับไป เราจะไปเอาจริงเอาจังกับความคิดความนึกต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้เลย เพราะมันไม่จริงยั่งยืน มีแต่การทำใจสงบลงเป็นหนึ่งให้ได้ อันนี้แหละเป็นสิ่งที่อุ่งใจของเรา

เมื่อใครทำใจให้สงบลงไปได้แล้ว ผู้นั้นก็ได้รับความ อุ่งใจ ความสงบนี้หมายถึงความอึดใจ มันอึดทุกสิ่งทุกอย่าง มันไม่อยากจะอะไรในขณะที่ใจสงบอยู่นั้น เพราะฉะนั้นเมื่อมันมีอึดได้ มันก็สบาย ไม่ใช่หรือ คิดดูให้ดี เหตุที่มันไม่สบายนั้น ก็เพราะมันหิว จิตนี้มันหิวอยู่เรื่อย มันหิวอารมณ์ มันหิวเรื่องดี เรื่องชั่วต่างๆ นานา ในโลก เหตุนี้มันจึงหาความสุขสบายไม่ได้ ดังนั้นการที่เราทำใจให้สงบนี้ ก็เพื่อที่จะระงับความหิวของจิตใจนั่นเอง ให้มันค่อยสงบไปโดยลำดับ แล้วการที่เรามาใช้ปัญญาพิจารณา เหตุผลต่างๆ ที่จิตใจมันยึดมั่นถือมั่นอยู่นั้น อันนั้นมันเป็นวิธีการ ที่จะละอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นให้หมดไปสิ้นไป แต่ลำพังสมาธินั้น เพียงแต่ระงับความอยากความหิวไปได้ชั่วระยะหนึ่งเท่านั้นเอง ส่วนที่จะละความอยากความหิวให้มันขาดเต็ดออกไปจากจิตใจได้ ต้องอาศัยปัญญา



ปัญญานั้นก็ต้องเกิดจากสมาธิ ไม่ใช่ว่าปัญญาที่เรา นึกเดาเอา นึกคาดคะเนไปตามอาการต่าง ๆ อย่างนั้นไม่ใช่ ปัญญา ในที่นี้หมายถึง ปัญญาเกิดจากใจที่สงบตั้งมั่นอยู่ในภายใน เมื่อใจตั้งมั่น อยู่ในภายในแล้ว มันก็ส่องใส มันก็ไม่มัวหมอง เมื่อมันส่องใสแล้ว เราจะคิดนึกถึงเรื่องอะไร มันก็เห็น มันก็รู้ เรื่องนั้นโดยแจ่มแจ้งได้ เหมือนอย่างไฟฟ้าที่ใส่มันก็ยังติดอยู่ หัวเทียนก็ดี อย่างนี้แหละ ไม่เสียอะไร พอ กดสวิทช์เท่านั้น มันก็สว่าง มองเห็นวัตถุสิ่งของต่าง ๆ อยู่ในรัศมีแห่งความสว่างนั้นได้โดยชัดเจน ข้อนี้ฉันใด ปัญญาก็เป็นเช่นนั้นแหละ เมื่อใจสงบส่องแผ่ดีแล้ว เราพิจารณา เรื่องอะไรมันก็เห็นชัดไปในเรื่องนั้น เพราะว่ากระแสจิตมันใสสะอาด กระแสจิตมันสว่าง ดังนั้นมันจึงรู้ความจริงของเรื่องนั้นได้ตาม ความ เป็นจริง

แต่ว่าความรู้ในการเจริญวิปัสสนานี้ พระศาสดาก็ทรง สอนให้ ยกชั้นห้านี้แหละขึ้นมา พิจารณาก่อนสิ่งอื่นทั้งหมด ทั้งนี้ ก็เพราะว่า จิตใจมันยึดมั่นถือมั่นอยู่ในชั้นห้านี้ ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็น เราเป็นเขา มันจะหลงละเมอไปในเรื่องต่างๆ ภายนอกโน้น ก็เพราะมันหลงชั้นห้านี้ก่อน มันสำคัญผิด ในชั้นห้านี้แล้ว มันจึงได้หลงผิดไปในอารมณ์อื่นภายนอก เห็นอารมณ์ต่างๆ ภายนอก เป็นตัวเป็นตนไป เป็นดีเป็นชั่วไปหมดเลย ก็เพราะมันหลงชั้นห้า นี้แล ถ้ามันรู้แจ้งในชั้นห้านี้ตามเป็นจริง มันไม่สำคัญ ว่าเป็นตัว เป็นตนเป็นเราเป็นเขาแล้ว ปล่อยวางไว้ตามสภาพเหล่านี้แล้ว มัน จะไม่หลงผิดไปในเรื่องใดๆ ทั้งหมดเลย เพราะว่าสิ่งต่างๆ ภายนอกโน้นมันก็อาศัยดวงจิตนี้ต่างหาก เป็นผู้ไปยึดไปถือไปสมมติมัน ขึ้นว่า อันนั้นดีอันนี้ชั่ว สิ่งนั้นน่ารักสิ่งนี้น่าชัง มันออกไปจาก ดวงจิตดวงนี้ ซึ่งมีชั้นห้านี้แหละเป็น เครื่องส่องไป เป็นเครื่อง ดำเนินไปตามความนิยมสมมติของโลก เช่นอย่างว่า สัญญาอย่างนี้ ก็ความจำ หมายถึง มันจำผิดไปด้วยอำนาจแห่งความรู้ผิด มันจำว่า สิ่งนี้ไม่สวย มันก็เห็นว่าสวยว่างามอย่างนี้แหละ สิ่งนี้ไม่สวยไม่งาม น่าเกลียดน่าชัง มันก็เห็นไปว่าน่าเกลียดน่าชัง เห็นไปตามสมมติ นิยมของโลก เหตุ นั้นมนุษย์เราถึงได้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ประหัตประหารซึ่งกันและกัน ก็เพราะมันหลงสมมตินี้เอง แหละ

เมื่อมีผู้มาเจริญวิปัสสนาโดยลำดับไป มาแจ่มแจ้ง ชั้นห้านี้ออก ให้มันเห็นเป็นของว่างของ เปล่าจากสัตว์จากบุคคล เห็นว่าไม่มีสัตว์ไม่มีบุคคลอยู่ในชั้นห้านี้เลย เช่นนี้แล้วมันก็จะไม่หลงสมมติ เหล่านั้น มันก็จะมองเห็นแต่เพียงว่า เรื่องดีเรื่องชั่วต่างๆ นั้น มันก็มีการเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเท่านั้นเอง ไม่มีอะไรเป็นตัวเป็นตนเลย แต่ถ้าว่าไปตามสมมติแล้ว มันก็มีดีมีชั่วอยู่นั้นแหละ แต่ถ้าเราจะ ไปยึดเอา แต่ดีแต่ชั่วไปตามสมมติอยู่นั้น มันก็พันทุกขีไม่ได้เลย จิตใจมันก็เอียงซ้ายเอียงขวาไปอยู่อย่างนั้น เดียวก็รัก เดียวก็โกรธ เดียวก็พยายามเบียดเบียนกันและกันนี้ เมื่อหากว่าไปยึดเอาสมมตินั้น มาเป็นอารมณ์ แล้ว มันก็จะไปอย่างนั้นแหละ วิธีชีวิตของคนเรานี้ แต่ที่คนเราจะกลายเป็นคนเกรงเป็นคนชั่วยกลายเป็น อัมธพาล ชอบเบียดเบียนแต่บุคคลอื่นและสัตว์อื่นไปนั้น ก็เพราะเหตุที่มัน หลงสมมติปัญญาติดอย่างว่านี้ แหละ ไม่ได้เจริญปัญญาวิปัสสนา เห็นแจ้งในชั้นห้านี้ตามเป็นจริง นี้ทำให้คนเสียคนไป ทำให้คนเรานั้น ตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอิจฉาพยายามเบียดเบียนซึ่งกัน และกัน เมื่อมันล้วนตั้งแต่ มันเห็นชั้นห้าเป็นตัวเป็นตนทั้งนั้นแหละ มันจึงได้สำคัญว่าตนนั้นวิเศษกว่า คนอื่น ตนนั้นมีกำลังแข็งแรงกว่าคนอื่น เราไม่กลัวใคร จะชกจะต่อยจะตีจะอะไรก็เอาทั้งนั้น เมื่อมันโกรธ จัดขึ้นมาแล้ว นี่แหละความถือว่ามีตัวมีตนมันมีผลร้ายอย่างนี้เองแหละ ให้พากัน เข้าใจ



การที่เรามาเจริญภาวนาฟังพิจารณาให้เห็นขั้นห้า ลงไปว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ใช่ตัวตนเราเขาอย่างนี้แล้ว มันจะทำให้กิเลสเหล่านี้อ่อนลงไปเป็นลำดับ ใครด่าว่าติเตียน มันก็กำหนดรู้ทันว่า เขาไม่ได้ด่าเรา ไม่ได้ว่าเรา เขาด่ารูปนี้ต่างหาก รูปนี้ ไม่ใช่ของเรา เมื่อรูปนี้ไม่ใช่ของเรา เราจะไปโกรธทำไมเล่า จะไปหวงมันไว้ทำไม หวงไว้ได้แล้วมันก็ไม่ยั้งยั้งอะไร รูปนี้มันก็แปรปรวนไป ในที่สุดมันก็แตกดับลง การหวงไว้โดยไม่ชอบด้วย เหตุผลอย่างนั้น รังแต่จะเป็นเหตุให้สร้างบาปสร้างกรรมใส่ตัวเอง และบุคคลอื่น ก่อทุกข์ให้แก่กันและกันไม่มีที่สิ้นสุดลงได้ นี่โทษ อย่างหยาบที่บุคคลถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขา มันก็ เป็นไปอย่างนี้แหละ เพราะฉะนั้นเราเป็นนักภาวนานี้ ก็ต้องพิจารณา ให้มันเห็นแจ้งลงไป เราจะไปนั่งอยู่เฉยๆ ทำไม นั่งภาวนาอยู่เฉยๆ ไม่คิดไม่พิจารณาไม่กำหนดรู้อะไร ความจริงของขั้นห้ามีอย่างไรก็ไม่ดำริตรตรอง ให้เห็นแจ้งประจักษ์ด้วยใจของตนเอง เช่นนี้มันก็จะไปปลงไปวางขั้นห้าลงได้อย่างไร มันก็จะถือมั่นว่าเป็นของตัว อยู่แน่แหละ หวงไม่ยอมให้ใครมาตีมาว่านิตหนึ่งก็ไม่ได้ ใครมาว่า นิตหนึ่งก็เกิดโมโหโทโสขึ้นเลย ลืมความดีทุกสิ่งทุกอย่างไปเลย ถ้าหากว่าไม่มีผู้มาทักกลางไว้ เดียวก็จะได้สังหารกันลงไป ย่อยยับ ลงไปด้วยกันทั้งสองฝ่าย ไม่มีใครดีกว่าใคร เหลวกันทั้งหมูเลย ทีเดียวละ ถ้าเป็นหมูก็ดี นี่แหละโทษที่ความหลงใหลยึดมั่นถือมั่น ในขั้นห้าว่าเป็นตัวเป็นตน พวกนี้พิจารณาเอา

เหตุที่คนเราจะพันทุกข์ในสังสารไม่ได้นี้ ก็เพราะมัน ไม่ยอม ไม่ยอมพากเพียรพยายามปลงวางขั้นห้านี้ มีแต่ยึดแต่ถือ เอาไว้้อยู้อย่างนั้น ถือไว้เท่าไรก็ยิ่งสะสมกิเลสให้หนาขึ้นเท่านั้น ก็ไม่สามารถที่จะทำความดีให้สูงขึ้นไปได้เลย เพราะว่ากิเลสเหล่านี้มัน มาขัดขวางอยู่เรื่อยไป จะทำความดีคือว่าทำใจให้สงบระงับจาก ความโลภ ความโกรธ ความหลง เหล่านี้ละ มันทำไปไม่ได้ มันเป็น อย่างนั้น ผู้ที่จะบรรเทากิเลสเหล่านี้ลงได้นั้น จะต้องมาปล่อยวาง ขั้นห้านี้ลงไปอย่าไปสำคัญว่าเป็นเราเป็นของของเรา นี่แหละมันถึง จะบรรเทากิเลสเหล่านี้ลงได้ ไม่เช่นนั้นแล้ว ใครจะทำความดีอย่างไร สักเท่าไรก็ไม่มีทางที่จะบรรเทากิเลสให้เบาบางลงไปได้เลย ให้กัน เข้าใจ เราจะหวงไว้ทำไม หวงขั้นห้านี้ หวงไว้ได้มันก็ไม่เป็นไป ตามใจหวัง อยู่ไปคืนวันปีเดือนล่วงไปๆ มันก็ทรุดโทรมไปโดย ลำดับ ในที่สุดมันก็แตกสลายออกไปจากกันไป ก็ดังที่เราๆ เห็นๆ กันอยู่ มันก็มีเท่านั้นเอง ความเป็นไปแห่งชีวิตนี้ แล้วทำไมเราถึง จะมาหวงกันไว้อย่างนี้ ไม่สมควรเลย

หากว่าเราเชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าจริง ๆ มันก็ควรที่จะน้อมตัวลงสู่คำสอนของพระองค์ ละอัตตานุทิฏฐิลงไป ความเห็นว่ามิตัวตนมีเรา มีเขา นี้ ควรจะจริง ๆ เพียรละมันไปเรื่อย ๆ ถ้าไม่ปล่อยวางความเห็นอย่างนี้แล้ว จิตสงบลงไม่ได้เลย จิตจะ สงบลงไปได้ก็เพราะเราวางคำว่าตัวตนเราเขา ลงไป เมื่อวางลงได้ อย่างนี้ สุข มันก็ไม่ยินดีไปตามสุข ทุกข์เกิดขึ้น มันก็ไม่ยินร้ายไปตาม มีสติคุมจิตให้เป็นกลางอยู่อย่างนั้น นี่แหละจิตจะรวมลงไปได้ มันต้องปล่อยวางความสุข ความทุกข์ อันเกิดขึ้นในกายในจิตนี้ลงไป

การที่มันเกิดเวทนาขึ้นในใจนั้นแหละ คือลักษณะแห่งความทุกข์ มันเกิดความกระวนกระวายขึ้นในใจ มันก็มี บางทีก็เกิด จากอำนาจของกิเลส ไม่ใช่เกิดจากโรคภัยเบียดเบียนร่างกาย พอหนึ่ง ภาวนาลงไปอย่างนี้ หากว่ากิเลสมันยังหนานอยู่ มันก็จะแสดงอิทธิพล ของมันออกมา บั่นจิตให้หวั่นไหวกระทบกระทั่งกับร่างกาย กายก็รู้สึก ว่าอึดอัด ขัดข้องไปต่างๆ นานา เจ็บโน้นปวดนี้ คันตรงนั้น อะไร มันก็มีอยู่



นั่นแหละ นี่มันเป็นอยู่นั้นแหละ ถ้าเราน้อมใจลงสู่ความสงบแล้ว ก็เลสมันไม่ยอม มันไม่ยอมให้กดหัวมันลง มันก็ดิ้น ถ้าหากว่า เรามีสติเข้มแข็งควบคุมจิตไว้ได้ ไม่หวั่นไหวไปตามอาการของกิเลส นั้น จิตมันก็สงบลงได้ เมื่อมันสงบลงได้แล้ว มันก็จะสุขละทุกข์ จิตที่สงบลงไปเป็นสัมมาสมาธินั้น มันยอมไม่ยึดถือเอาความสุข ความทุกข์ มันมีสติกำหนดรู้ว่าจิตนี้เป็นกลางอยู่อย่างนั้น ไม่ยินดี ในความสุข ไม่ยินร้ายใน ความทุกข์ อย่างนี้จึงจะชื่อว่าสัมมาสมาธิ การตั้งจิตไว้ชอบ ให้เข้าใจกัน

ถ้ายังไปหวั่นไหวความสุข หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นใน ระหว่างภาวนาเพ่งพินิจอยู่นั้น เช่นนี้แล้ว ไม่มีทางจิตมันจะรวมลงได้ มีแต่มันจะกระเด็นออกไปข้างนอกโน้น ไหลไปตามอารมณ์ต่างๆ ในอดีตที่ล่วงแล้วมาบ้าง อนาคตบ้าง ไปเรื่อยเปื่อยไปแล้ว เป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นผู้ภาวนาให้พึงเข้าใจ ไม่ใช่ว่า นั่งภาวนา ลงไปแล้วอย่างนี้ มันจะสบายไปเลยไม่ต้องออกแรงอะไร จึงจะ ชื่อว่าตนภาวนาเป็นอย่าไปเข้าใจอย่างนั้น ก็เพราะว่ามันมีกิเลสเป็น มารอยู่ในหัวใจนี้แหละ พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ภาวนา เมื่อมันมีกิเลส เป็นตัวมารอยู่ในใจแล้วอย่างนี้ เวลาเราภาวนากำหนดใจจะละมัน อย่างนี้ มันก็ต้องเล่นงานเราแน่นอนแหละ มันไม่ยากหนีจากเรา เป็นอย่างนั้น เราก็ต้องรู้ไว้ เมื่อเรารู้อย่างนี้แล้วเห็นว่า กิเลส มัน แสดงปาฏิหาริย์อะไรออกมา มันก็ไม่หวั่นไหว เราพยายามตั้งสติ ประคองจิตให้แน่วแน้อยู่ ไม่ต้องเสียใจดีใจกับอารมณ์ต่างๆ เหล่านั้น มีแต่ให้มันเข้าสู่ความสงบอย่างเดียว มีแต่ให้มันจมลงให้เป็นกลางลงไป มุ่งต่อความเป็นกลางนั้นเป็นที่ตั้งเลยทีเดียว สุขก็ไม่ยึดถือเอา ทุกข์ก็ไม่ยึดถือเอา เพราะว่าสุขทุกข์มันเป็นสังขาร มันมีเกิด มันมีดับ อยู่นั้น ไม่แน่นอนเลย ลองสังเกตดู ความสุขเมื่อมันเกิดขึ้นไปๆ มันก็ดับลงได้ เดียวก็ทุกข์เกิดขึ้นมาแทน แล้วทุกข์เกิดขึ้นมา ก็ไม่ใช่ ว่ามันจะตั้งยั้งยืนอยู่ตลอดไป ประเดี๋ยวประด๋าวมันก็ดับไป แล้วก็ สุขเกิดขึ้นมาแทน สลับกันไปอยู่อย่างนี้แหละ

เมื่อผู้มีปัญญามาเจริญวิปัสสนา มาเห็นแจ้งว่า อารมณ์ แห่งความสุขความทุกข์นี้ เป็นของไม่เที่ยงไม่ยั่งยืนอะไรเลย เกิด แล้วดับไปอยู่อย่างนั้น เมื่อเห็นแจ้งอย่างนี้แล้ว ก็ไม่ยินดียินร้าย ไปกับสุขกับทุกข์ ดังกล่าวมาแล้วนั้นแหละ เราฝึกจิตสอนจิตนี้ให้เป็น ให้รู้เท่าสุข รู้เท่าทุกข์อยู่อย่างนี้แหละ การภาวนาอย่าไปเข้าใจไป อย่างอื่น เมื่อจิตใจมันรู้เท่าอารมณ์ต่างๆ ดังกล่าวมานี้ได้แล้ว มัน รวมเป็นหนึ่งลงไปได้แล้ว นั้นแหละมันถึงจะพบกับความสุขที่แท้จริง ถ้าหากว่ายังปล่อยวางอารมณ์ต่างๆ เหล่านั้นยังไม่ได้ มันก็ยังไม่ได้ พบความสุขอันแน่นอน ขอให้เข้าใจอย่างนั้น

เราอย่าไปมุ่ง อย่าไปมุ่งอยากให้มีมีความสุขอย่างโน้นอย่างนี้ การภาวนาอย่าไปมุ่งอย่างนั้น ให้มุ่งแต่ว่าเราจะกำหนดปล่อยกำหนด วางขันธห้านี้ลงไป จะไม่ให้จิตนี้สำคัญว่า ขันธห้านี้เป็นตัวเป็นต้นเป็นเรา เป็นเขาอะไร นี่ใช้ปัญญาสอนจิตเข้าไป ถ้าเมื่อจิตตั้งมั่นลงไปได้แล้ว สุดแล้วแต่เราจะมีอุปายอย่างไรมาสอนจิตนี้ให้มันปลงมันวางขันธห้า เราก็หาอุปายต่างๆ มาสอนจิตนี้เข้าไปเรื่อย ๆ เป็นอย่างนั้นใครคนอื่นนั้น จะสอนเราให้เราละกิเลสต้นเหตุไปได้โดยเราที่ไม่ต้องทำความเพียร เพ่งพินิจอะไรเลยอย่างนี้ เป็นไปไม่ได้ ถึงพระพุทธเจ้า พระองค์ก็ ไม่สามารถที่จะไปสั่งสอนคนให้หลุดพ้นจากกิเลสโดยลำพัง อานุภาพ แห่งคำสอนเท่านั้น ถ้าผู้นั้นไม่มีอุปายแยบคายในใจแล้ว ก็ไม่มีทางที่มัน จะหลุดพ้นไปได้ ก็ให้เข้าใจกันอย่างนี้

เพราะฉะนั้นในขณะที่ฟังธรรมอยู่ เราก็มีอุปายแยบคาย อยู่ในใจสอนใจของตนไปในตัว ให้ปลงให้วาง นี่มันต้องช่วยตัวเอง เข้าไปไม่ใช่จะไปพึ่งแต่เสียงที่ทันทูตไปเท่านั้น แล้วไม่กระทำอุปาย



แบบคายในใจอย่างนี้ มันก็ไม่บรรลุผลตามเป้าหมาย มันสงบอยู่ได้ แต่เวลาที่ท่านอธิบายธรรมะให้ฟังเท่านั้น พอหยุดแสดงธรรมแล้วมันก็ ฟุ้งไปเหมือนเดิมอย่างนี้แหละ ตนผู้ที่ไม่มียุบายแบบคายในใจ ไม่ฉลาด สำนวนจิต ไม่ฉลาดประคับประคองจิตของตนให้เป็นปกติอยู่ มันจะ ตั้งมั่นเสมอไปไม่ได้เลย ดังนั้นแหละ ให้พากันเข้าใจ เราต้องมีอุบาย แบบคายในใจ สอนใจของตนนี้ให้มันได้ ผู้อื่นสอนนั้นถ้าตนไม่สมัครใจ จะละจะถอนแล้ว มันก็ถอนไม่ได้หรอก ถ้าหากว่าตนเองสอนตนเอง เข้าไปแล้วอย่างนี้ มันมีทางที่จะละจะถอนได้ เป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นจึงว่าทุกคนขอให้มียุบายสอนจิตใจของตนให้ได้ ถ้าใจของตนมันมากไปด้วยกิเลสชนิดไหน ก็พยายามสอนใจให้มัน เห็นโทษของกิเลสชนิดนั้นให้มากๆ จนมันเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่าย ขึ้นมา เช่นอย่างผู้มากไปด้วยความรักอย่างนี้ ก็ต้องสอนใจของตน ให้เห็นโทษแห่งความรักว่า มันเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์ อย่างนั้น อย่างนั้น อย่างนั้น เราก็ต้องใช้ปัญญาสอนจิตให้มันรู้ฤทธิ์เดชแห่งความรักว่า มันเป็นทุกข์แก่บุคคลผู้ตกเป็นทาสแห่งความรักได้อย่างไรบ้าง นี่ถ้าเรา ฟังพิจารณาไป ก็จะมีรู้จะเห็นได้แน่นอนเลย อย่างเช่นที่พระศาสดา ทรงแสดงไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร บุคคลผู้มัวเมาอยู่ในกามสุขสมบัติเหล่านั้นนั้น มันเป็นไปเพื่อให้ได้สร้างบ้านสร้างเรือน ให้ได้ ขวนขวาย ในการทำงานต่างๆ หลากอย่างหลายประการ เพราะการ สร้างบ้านสร้างเรือนมันเป็นกังวล มันไม่มีโอกาสที่จะได้หาทางพ้นจากทุกข์ได้ มีแต่มัวเมาอยู่ในกามคุณ อันเป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอนนั้นเสีย เป็นส่วนมาก

พระศาสดาก็ทรงชี้แจงแนะนำสั่งสอนให้ผู้ฟังทั้งหลายนั้น ได้คิดได้พิจารณาอย่างนี้แหละ แต่ถ้าผู้ใดฟังแล้วไม่เอาไปคิดไป พิจารณา ผู้นั้นก็จะไม่เห็นโทษแห่งกามคุณตามที่พระศาสดาทรง แสดงไว้ แม้บุคคลผู้มากไปด้วยความโกรธก็เหมือนกันแหละ ถ้าหากว่าตนของตนเองไม่พิจารณาให้เห็นโทษแห่งความโกรธนั้น มันก็ละความโกรธไม่ได้ แม้ว่าท่านจะแนะนำสั่งสอนชี้โทษแห่ง ความโกรธให้ฟังสักเท่าใด เท่าใดก็ตาม แต่ถ้าตนเองไม่น้อมเข้าไปคิด ไปตรองพิจารณาดูว่าความโกรธมันให้โทษอย่างไรที่ท่านแสดงมานั้น หรือไม่ ถ้าตนไม่น้อมเข้าไปคิดไปตรองอีกทีหนึ่งนั้น มันก็จะไม่ เห็นโทษแห่งความโกรธนั้นแหละ มันจะยึดจะถืออยู่อย่างนั้น อันต้นตอแห่งความโกรธที่แท้จริงก็อย่างที่ว่ามาแล้วนั้นแหละ คือมันสำคัญว่าฉันท์ห้าเป็นตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขา นี้มันเลยเกิด หยิ่งขึ้นมาเลยว่า ไอ้เรามันก็คนหนึ่งแหละ ใครจะมาดูถูกดูหมิ่น ไม่ได้เลย นี่มันเกิดหยิ่งขึ้นมาอย่างนี้ในใจนะ มันยึดเอาอารมณ์ อย่างนี้ไว้ในใจ พอว่ามีใครมาดูถูกดูหมิ่นด่าว่าตีเตียนขึ้นมาอย่างใด อย่างหนึ่งนี้ แน่นอนละมันก็ลุกเป็นไฟขึ้นเลย ความโกรธนั้นมันก็ ลุกขึ้นอย่างแรง เป็นอย่างนั้น

ดังนั้น ถ้าใครมาภาวนาพิจารณาให้เห็นฉันท์ห้านี้ ว่าไม่ใช่ ตัวตนเราเขาตามที่พระพุทธเจ้า ทรงสั่งสอนนั้น มันต้องบรรเทา ความโกรธได้แน่นอนทีเดียว ก็เพราะว่า เมื่อเรามองเห็นว่ารูปกาย อันนี้ไม่ใช่ของเราแล้วอย่างนี้ จะไปหวงมันไว้ทำไม หวงไว้มันก็เป็นทุกข์เปล่าๆ นี่ หวงไว้แล้วมันก็ไม่ยั่งยืนตลอดไปนี่ แม้นามธรรม ความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจ สัญญาอารมณ์ความจำความหมาย เรื่องดีเรื่องชั่วต่างๆ หมู่นี้ละ สังขารความคิดความปรุงแต่งในใจ หมู่นี้ ลองฟังดูซิว่ามันเป็นของเที่ยงไหม มันมีตัวมีตนไหม อันเรื่อง หมู่นี้ละ เมื่อฟังดูด้วยปัญญาแล้วต้องเห็นแจ่มแจ้งในใจว่า มันไม่มีตัวตนจริงจิงอะไรเลย มันเกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไปเท่านั้นเอง นามธรรมก็ดี ถ้าหากว่าผู้ภาวนาทั้งหลายมาเจริญปัญญาวิปัสสนาเสมอๆ ไป บำรุงความคิด ความเห็นให้มันแจ่มแจ้งในเรื่องฉันท์ห้า ตามเป็นจริงอย่างว่านี้แล้ว แน่นอนละ



ต้องบรรเทาความโกรธลง ได้เลย แล้วมานะทิวฏฐิตความถือตนต่างๆ ก็เบาลงไปตามกัน มานะ นี่แหละมันเป็นกิเลสที่ส่งเสริมให้ความโลภ ความโกรธมันเกิดขึ้น ถ้ากำหนดละมานะความเห็นว่ามีตัวมีตนลงได้เสีย ไอ้กิเลสเหล่านั้น มันก็เบาบางไปตามกัน เป็นอย่างนั้นให้เข้าใจ

เพราะฉะนั้นสิ่งต่างๆ ดังกล่าวมานี้แหละ มันเป็นเรื่องไม่เหลือ วิสัยเลย ซึ่งทุกคนถ้าหากว่า เพียรพยายามเพ่งพินิจเข้ามาภายใน จิตใจ ทำใจให้สงบลงไปได้แล้ว เพ่งพิจารณาดูแล้วย่อมเห็นได้ แน่นนอนเลยทีเดียว เห็นรูปเห็นนามนี่เองแหละ ไม่ใช่เห็นอย่างอื่น กิเลสทั้งหลายมันก็เกิดขึ้นจากจิตใจที่มาหลงรูปหลงนามดังกล่าวมา นั่นเอง

เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว ถ้าผู้ใดมารู้แจ้งในนามในรูปนี้แล้ว ปล่อยวางไว้ตามสภาพอย่างนี้แล้ว กิเลสเหล่านั้นมันจะไม่งอกงาม เจริญขึ้นในจิตใจได้เลย อย่างเช่นความรักอย่างนี้ ไม่ทราบว่าจะรัก ไปทำไม รูปนี้มันก็ไม่เที่ยง ทั้งไม่สะอาดด้วยอย่างนี้ ทั้งเป็นทุกข์ แปรปรวนไปอยู่อย่างนั้น ทั้งรูปนี้และรูปอื่น ไม่ทราบว่าจะรักมัน ไปทำไม เมื่อมันเห็นชัดลงไปอย่างนี้แล้ว มันก็บรรเทาความรักลงได้ แม้ความโลภก็เหมือนกันแหละ ไม่ทราบว่าจะไปแย่งชิงเอาสมบัติผู้อื่น มาเป็นของตนทำไมละ ในเมื่อร่างกายอันนี้ นามรูปนี้มันไม่ใช่ตัวตน แล้วมันไม่ยั่งยืนอะไรแล้ว จะไปแย่งชิงเอามาทำไม ให้เป็นกรรม เป็นเวรเป็นบาปเปล่าๆ มันรู้มันเห็นขึ้นมาอย่างนี้แล้ว ความโลภมันก็ เบาบางลงไป ความโกรธก็เหมือนกัน ขอให้พากันพิจารณาดูให้ดี ความหลงก็เหมือนกัน ความหลงก็หมายถึงความไม่รู้แจ้งในความดี ความชั่วนี้เองแหละ เห็นดีเป็นชั่วไป เห็นชั่วเป็นดีไป เห็นสุข กลายเป็นทุกข์ไป เห็นทุกข์กลายเป็นสุขไปอย่างนี้ละ นี่แหละเรียกว่า หลง ไม่รู้จริงตามเป็นจริง เห็นของไม่เที่ยงว่าเป็นของเที่ยงไป

อย่างนี้ ถ้าหากว่า เจริญปัญญาวิปัสสนาให้เกิดขึ้นแล้ว อย่างนี้ มันจะเห็นแจ้งตามเป็นจริงเลย สิ่งใดไม่เที่ยง มันก็เห็นว่า ไม่เที่ยงตามเป็นจริง ไม่ได้เห็นว่ามันเที่ยงเลย สิ่งใดมันเป็นทุกข์ มันทนได้ยากลำบาก มันก็เห็นว่า เป็นทุกข์ทนได้ยากลำบากตาม สภาพความเป็นจริง สิ่งใดมันเป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตนบังคับไม่ได้ ไม่เป็นไปตามใจหวัง มันก็เห็นชัดตามเป็นจริงอย่างนั้น เห็นชัดว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งเหล่านั้นย่อมไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของผู้ใด มันย่อมแปรปรวนได้ตามกาลเวลา ของมัน ถึงเวลามันแตกมันดับมันก็แตกดับไป ใครจะมีอำนาจ บาตรใหญ่สักเท่าใดมาต้านทานไม่ให้มันแตกมันดับไม่ได้เลย นี่เรียกว่า กฏอนัตตา มันมีประจำอยู่กับโลกสันนิเวสอันนี้แต่ไหนแต่ไรมา แต่บุคคลผู้หลงผู้เผลอแล้ว มันหากไม่รู้แจ้งอย่างว่านี้ มันจึงได้ สำคัญว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขาไป จึงได้สร้างกิเลสพันห้า ตัณหาร้อยแปด ให้บังเกิดขึ้นในจิตใจ จึงได้ประสบกับความทุกข์ เป็นผล วนเวียนไปในวัฏฏสงสารนี้ไม่มีที่สิ้นสุด

เพราะฉะนั้นทุกคนเมื่อทราบอย่างนี้แล้ว ก็ขอให้พากัน ตั้งสติสัมปชัญญะควบคุมจิตของตนไว้ให้ได้ เพียรเพ่งเข้ามา ภายในนี้ อย่าส่งใจออกไปข้างนอก แม้ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พุดจาทำการงานอะไรก็ตาม เราต้องพยายามน้อมสติเข้าเพ่งจิต ประคองจิตให้มันตั้งอยู่ภายใน อย่าให้มันเดินไปตามอารมณ์ภายนอก ใครพุดเรื่องอะไรดีชั่วอย่างไรๆ ก็ตาม อย่าให้ใจมันพุ่งไปตาม คำพุด หรืออารมณ์ที่เขาแสดงออกมานั้น ให้จิตของตนมันตั้งเป็น ปกติ มองเห็นอารมณ์ต่างๆ เหล่านั้น เสียงต่างๆ เหล่านั้น เกิดขึ้น แล้วดับไปเท่านั้นแหละ ไม่มีดีมีชั่วอะไร ดีชั่วเป็นแต่เพียงแค่สมมุติ บัดนี้เรายกจิตให้เลยสมมุติไป ให้มันเป็น ปรมาตถธรรม ปรมาตถธรรมนี้ ไม่มีอะไรเป็นแก่นเป็นสาร เกิดขึ้นแล้วแปรปรวน แตกดับไป ว่าง



จากสัตว์จากบุคคล นี้ ปรมาตถธรรม ธรรมอันยิ่ง เรายกจิตขึ้นสู่ปรมาตถธรรมอย่างนี้เรื่อยไป อย่าไปติดอยู่  
เพียงแต่ สมมุติเท่านั้น

คนส่วนใหญ่นั้นไปติดอยู่แค่สมมุติเท่านั้นแหละ มันเลย สมมุติไม่ได้ ที่เป็นทั้งนี้ก็เพราะอะไร  
เล่า ก็เพราะขาดความเพียร ความพยายามทำสมาธิภาวนา ทำก็ทำพอแต่เพียงขอไปที่เท่านั้น ไม่เอาจริง  
เอาจริง ธรรมดาผู้ที่เอาจริงเอาจริงนี้ เมื่อนั่งภาวนา ลงไปอย่างนี้ จิตมันทำทำว่าจะไม่สงบอย่างนี้ อธิษฐาน  
ใจลงไปเลย เอา ถ้าหากว่า ทำจิตนี้ให้สงบไม่ได้ เราจะไม่ลุกจากที่นั่งนี้เลย ตายกับนี้แหละอย่างนี้  
อธิษฐานใจมันลงไปอย่างนั้นแล้ว ก็ทำ ความเพียรเพ่งพินิจลงไปเลย เอามันจะไม่สงบก็ลองดูซิ เราจัก ไม่  
ลุกจากที่นั่งนี้เลย มันจะเจ็บจะปวดมันจะเป็นอย่างไร ก็ให้ มันเป็นไป ถ้ามันยังไม่เมื่อไม่หน่ายต่อความ  
เที่ยงแท้แน่นอนของ สังขารร่างกายนี้แล้ว ก็ให้มัน ลองดูซิ นี่คนส่วนมากใจไม่ถึง กลัวตาย ถ้าอดกลั้นทน  
ทานอย่างว่านี่กลัวมันจะตาย นั่นแหละ กลัวแต่ตายอยู่ มันก็เลยไม่ จิตไม่มีอำนาจเหนือกิเลสได้เลย การ  
ที่จิตจะมีอำนาจเหนือกิเลสได้นะ มันต้องไม่กลัวตาย ต้อง เอาตายไว้เบื้องหลังเลย แต่ความจริงมันไม่  
ตายหรอก แต่ตนเอง ไปกลัวล่วงหน้าไว้เฉยๆ นี่ มันทุกขเวทนาเข้าไปจริงๆ มันกลัวตาย แล้วมันก็จิต  
รวมลงเท่านั้นเองแหละ จิตมันก็รวมลง เราถือ ความสัตย์มันไว้ในใจเลยอย่างนี้ เมื่อมันเห็นว่า ถ้าขึ้นไม่  
รวมลงนี่ มันจะตายจริงๆ อย่างนี้ มันก็รวมลงซิ นั่นแหละ เราต้องเอาลง ไปมันถึงขั้นนั้น

การนั่งสมาธิภาวนานั้นนะ ดูฟังจากประวัติของ พระพุทธเจ้าเป็นไฉนเล่า พระองค์ก็ทรงตั้งพระ  
หฤทัยอธิษฐาน มหาปธานความเพียร 4 อย่างนั้น ถ้าหากว่าไม่บรรลุ สัมมาสัมโพธิญาณนี้ตราบดีแล้ว  
เราจะไม่ลุกจากที่นั่งนี้เลย ต่อจากนั้นก็จึงได้ทำความเพียรเพ่งพินิจลงไป ในที่สุดพระองค์ก็ ตรัสรู้ในญาณ  
ที่ 1 ญาณที่ 2 ญาณที่ 3 เป็นญาณสุดท้าย เรียกว่า อาสวกขยญาณ ปรีชาหยั่งรู้ว่า อาสวะกิเลสน้อยใหญ่  
ทั้งหลาย หมดสิ้นไปแล้ว เมื่อนั้นแหละพระองค์จึงได้คลายออกจากสมาธิ แต่พวกเราเหล่าพุทธบริษัทก็ไม่  
ถึงกับที่ว่า เราจะต้องอธิษฐานใจ ถ้าหากว่าละอาสวะกิเลสไม่หมดสิ้นจะไม่ลุกจากที่นั่งนี้เลย ก็ไม่ถึงขนาด  
นั้นหรอก ความจริงนะ เราเอาเพียงแค่ว่า ให้ใจมันรวมลง เป็นหนึ่งเท่านั้นแหละ ให้มันละนิวรณ์ 5 ลงไป  
ให้ได้ นี่ก็ยังไม่นับว่าดี อยู่แล้ว

นี่แหละที่เรียกว่า อุบายที่แนะนำพร้าสอนนี่นะ ถ้าหากว่าใครเบื่อทุกข์ในวัฏฏสงสารจริงจัง  
แล้วก็เอา ตั้งอกตั้งใจลง ทำความเพียรลงไปอย่าไปกลัวตาย ไม่ตายหรอก มีแต่มันจะจิตใจ หนักแน่นสงบ  
เยือกเย็นต่อไป ใจตั้งมั่นหนักแน่นแล้ว มันก็ไม่หวั่นไหว ต่ออำนาจของความชั่วร้ายต่างๆ ที่มีกระทบ  
กระทั่งมา จิตใจก็จะ มิได้หวั่นไหว ปัญญา ก็จะเกิดขึ้นรู้เท่าทัน รู้เท่าทันสังขารทั้งภายนอก ทั้งภายในทั้ง  
หยาบทั้งละเอียดตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าแล้วก็ ปล่อยวางเท่านั้นเองแหละ ไม่ใช่อย่างอื่น ที่ว่าไม่รู้  
เท่านั้นมันไม่ยอม ปล่อยวาง เป็นอย่างนั้น ถ้ารู้เท่าแล้วก็ต้องปล่อยวาง ถ้าปล่อยวาง ได้จริงจิตมันก็รวม  
ลง

ก็ให้สังเกตเอาตรงนี้แหละการภาวนานะ ถ้ามันจิตรวมลง ไม่ได้เลยอย่างนี้แสดงว่ามันปล่อย  
วางไม่ได้ เราก็ต้องเพียรพยายาม เพ่งพินิจไปจนให้เต็มความสามารถของตนของตน ดังแสดงมา สมควร  
แก่เวลาขอยุติลงเพียงเท่านี้

คุณ ปราโมทย์ สันตยากร และคุณอรุณฯ สันตยากร ผู้พิมพ์

จากเว็บ [บันทึกฉบับภิกษุนิรนาม](http://www.geocities.com/worralapo)



# ชีวิตจะพ้นภัย อาศัยธรรมของหลวงปู่

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย



ก็ฟังพากันตั้งใจเกิดมาในโลกนี้มันหาความสะดักสบายได้ยากเต็มที ถ้าจะพิจารณาให้เกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่าย อย่าไปเห็นแก่อาภิสสุขเล็ก ๆ น้อย ๆ เหล่านั้นมาเป็นเครื่องติเครื่องผูกพันอยู่ในโลกอันนี้ พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนพุทธบริษัททั้งหลายก็เพื่อที่จะให้พุทธบริษัททั้งหลายตื่นตัวเห็นว่าภัยมันมีอยู่รอบด้าน เช่น อุทกภัย ภัยคือน้ำท่วมก็ปรากฏอยู่แล้ว มันก็นำความเสียหายมาให้แก่ประชาชน เอ้า! ทำนาไว้ นาไว้ น้ำท่วมข้าวก็ตาย เลี้ยงปลาไว้ในบ่อ น้ำท่วมนา น้ำท่วมมาปลาที่หนี ปลูกพืชต่างไว้ที่ลุ่ม น้ำท่วมก็ตาย ในบ้านเรือนที่ปลูกอยู่ในที่ต้ำน้ำท่วมก็อยู่ไม่ได้ เตือนร้อนกันต้องอพยพหนีน้ำ นี่เรียกว่า "อุทกภัย" บางรายก็ปลูกบ้านอยู่ริมแม่น้ำ น้ำล้นฝั่งมาอย่างรุนแรง พัดเอาบ้านที่ไม่แข็งแรงให้พังไปเลย ข้าวของมวลใดก็ไม่มีเหลือ.. หมู่นี้ละ.. ควรเอามาเป็นอารมณ์พิจารณาให้เห็นว่า ภัยดังกล่าวมานี้ มันมีประจำโลก พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงยกเอามาเปรียบเทียบทางธรรมว่า คนเราที่หลับใหลไม่รู้ตื่น ไม่ตื่นกลัวต่อภัยทั้งหลาย เหมือนคนนอนหลับนอนในกลางคืนแล้ว น้ำหลากมาพัดพาเอาบ้านเอาช่องเสียหายไป ตัวเองก็จมน้ำตาย อันนี้ฉันใดก็อย่างนั้นแหละ.. ผู้ใดปล่อยให้ความโลภ โกรธ หลง กิเลสต่าง ๆ ท่วมทันจิตใจแล้วใจก็มีตมนอนธการ ทำคุณงามความดีอะไรก็ไม่ได้ กิเลสมันบังคับไม่ให้ทำความดี ไม่ให้ฝึกตน กิเลสมันบังคับจิตใจให้ยึดให้คล่องอยู่ในขั้นทั้ง ๕ อันนี้ หรืออยู่ในโลกสงสารอันนี้ ก็เป็นไปตามอำนาจของกิเลสนั้น เช่นนี้ ผู้ที่ไม่พ้นจากทุกข์ได้เลย ตายแล้วจิตวิญญาณก็เร่ร่อนอยู่ในโลกอันนี้ ไม่ได้ทำบุญกุศลก็ไม่มีสิ่งอำนวยความสุขความสบาย ให้ละโลกนี้ไปแล้วก็ตกทุกข์ได้ยากลำบาก จะไปเกิดกับคนก็ไปเกิดไม่ได้เพราะบุญน้อย

ดังนั้นพระบรมศาสดาจึงได้ทรงตักเตือนให้พุทธบริษัทมีสติสัมปชัญญะตื่นตัวว่า ภัยทั้งหลายมันมีอยู่ทั้งภายนอกภายในนอกจากอุทกภัยแล้วก็อัคคีภัย เตี้ยวไป ๆ มาหน้อยได้ข่าวว่าไฟไหม้.. มันไม่ใช่ ไหม้กระต๊อบกระแต้บธรรมดานะไหม้ตึกไหม้ลามสิบชั้นยี่สิบชั้นโน้น พังพินาศลงมาอย่างนี้.. คนก็ทำงานอยู่ก็ตาย ตึกมันพังลงทับเอา โจรภัย เอ้า.. วันดีคืนดีโจรได้จ้องมองเห็นบ้านไหนพอได้ปล้นมันก็ปล้นเอาขีตขึ้นก็ฆ่าเจ้าของซะ ตายแล้วค้นเอาทรัพย์สมบัติของผู้นั้นไป สงครามภัย เอ้า.. วันดีคืนดีก็นอนก็เกิดสงครามขึ้นมารบราฆ่าฟันกัน ผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องด้วยก็พลอยมาตาย ตายด้วยถูกระเบิดบ้าง ตายด้วยการอพยพหนีลูกกระสุน ตายนอนกลางดินกินกลางหญ้า โรคภัยเบียดเบียนเอา ตายอยู่กลางดินกลางหญ้า.. หมู่นี้ละ.. นี่แหละเรียกว่า โจรภัย สงครามภัย มันมีแต่ภัยโลกสันนิหาว่าอันนี้ มันมีภัยภายในได้แก่ ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อันนี้ก็เป็นภัยประจำอยู่กับชีวิตหลีกเลี่ยงไม่พ้นจริง ๆ แต่ภัยภายนอกนั้น บางคนอาจจะไม่ได้พบตลอดชีวิตก็ได้ ได้พบก็ไม่ได้พบมากก็มี ส่วนภัยภายในนี้ ไม่มีใครพ้นได้สักคนเดียวเลย จะเป็นคนชั้นสูง ชั้นกลาง ชั้นต่ำ อะไรก็เว้นไม่ได้เลย จำเป็นอยู่ยาวนานปีนานเดือนไป ร่างกาย





นี่มันก็ทรุดโทรมลงเรื่อย ๆ ไป เมื่อร่างกายทรุดโทรมลง หมายความว่า ธาตุทั้ง ๔ มันอ่อนกำลังลง แล้วมันก็เป็นบ่อเกิดแห่งโรคร้ายไข้เจ็บนี้แหละ เช่น เมื่อความชราครอบงำเข้ามาแล้ว รับประทานอาหารเข้าไปไฟธาตุก็ย่อยไม่ค่อยดีเท่าไรหรอก มันไฟธาตุมันอ่อนก็เกิดท้องอืดท้องเฟ้อขึ้นบ้าง บางคนก็ท้องผูกไม่ขับถ่ายสะดวก บัดนี้ก็ปล่อยให้มันท้องผูกอยู่นั้น อาหารเก่าก็ทำพิษ ให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ขึ้นมา.. หมู่นี้.. ก็ลองพิจารณาดูว่า ความชราภาพนั้นะ มันเป็นอย่างนั้นแหละ.. เวลาที่ยังหนุ่มยังแน่นนะ มันก็แข็งแรงดี เพราะธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอะไรมันก็สมบูรณ์อยู่เต็มที่ เนื่องจากบุญกุศลที่ทำมาแต่ก่อนนั้นมันยังไม่หมด มันยังอุปถัมภ์บำรุงธาตุทั้ง ๔ อันนี้ให้มีกำลังเรียวแรงดีอยู่ ครั้นพอบุญเก่ามันพร่อย หรือลงไป ธาตุทั้ง ๔ ก็อ่อนแอลงเหมือนกันแหละ อะไรก็อ่อนแอลงหมด แต่ถ้าผู้ใดรู้จักบำรุงธาตุอันนี้ไว้ก็ยังชั่วหน่อย พอได้อยู่ดีไปได้สักหน่อยเท่านั้นแหละ แต่ถึงจะบำรุงให้ดีอย่างไรมันก็ไม่พึงหรอก แต่ว่ามันให้โอกาสได้บำเพ็ญกุศลคุณงามความดีไปได้อยู่ยาวนานพอสมควร ผู้ใดรู้จักรักษาร่างกายสังขารอันนี้ให้เป็นปกติอยู่ได้ ดังนั้นแหละทุกคนอย่าไปท้องผูก ต้องพยายามหาอาหารมาไว้รับประทาน ตอนรับประทานอาหารนี้ต้องรับประทานหัวรุ่งตั้งแต่ตี ๔ ไป ไฟธาตุมันย่อยอาหารหมดไปแล้ว ยานี้มันเพียงแต่ไปขับอาหารเก่าออกไปเท่านั้นเอง เมื่อลำไส้กระเพาะมันสะอาดแล้ว มันก็ไม่ใช่เกิดแห่งเชื้อโรคต่าง ๆ อย่างนี้นะ.. โรคร้ายทั้งหลาย สังเกตดูแล้วมันเกิดกับอาหารนี้แหละเป็นส่วนมากเลย บางคนก็ดื่มเหล้ามาก ๆ เข้าไป หรือว่าสูบบุหรี่มาก ๆ เข้า หรือสูบบุหรี่ยา ยาคีน เฮโรอีน อะไรหมู่นี้.. มันล้วนแต่เป็นบ่อเกิดแห่งโรคร้ายทั้งนั้นเลย ไม่ใช่เป็นของดี

ดังนั้น เมื่อผู้ใดรูปร่างกายอันนี้มีคุณค่ามหาศาลต่อตัวเองมากมาย เพราะการได้เกิดมาเป็นมนุษย์แต่ละชาตินี้ยากนักยากหนา หรือเกิดมาแล้วจะมีวิริยะร่างกายสมบูรณ์อย่างนี้มันก็หายากเหมือนกัน เมื่อผู้ใดได้รูปร่างนี้สมบูรณ์อย่างนี้ละก็ ก็อย่าไปทำให้ร่างกายอันนี้วิบัติลงด้วยการบริโภคสิ่งที่ไม่ดีให้เกิดโรคร้ายอันร้ายแรงต่าง ๆ ดังกล่าวมานั้น ในอาหารบางอย่างก็เหมือนกันนะต้องเลือก อาหารอะไรมันแสดงกับโรคในกายตัวเองนะก็อย่าไปรับประทาน แม้จะอยากอย่างไรก็ไม่เอา เพราะมันให้แต่โทษไม่ได้ให้คุณต่อร่างกาย เช่นนี้ ผู้ใดตื่นตัวได้อย่างนี้ ปฏิบัติร่างกายให้ถูกต้องตามสุขอนามัยอย่างว่านี้แล้วก็มีอายุยืนไปพอสมควร ถ้าผู้ใดประมาทอย่างว่านั้นแหละ บริโภคอาหารก็ไม่ระมัดระวัง และก็หาของเสพยาเสพติดของเสพยาเสพติด ดังกล่าวมานั้น จนติดงอมแงมแล้วก็ชีวิตของผู้นั้นไม่มีความหมายอะไรเลย แม้จะหาเงินหาทองสร้างเนื้อสร้างตัวอะไรก็ได้ไม่ได้เลย เพราะว่าคนเสพยาเสพติดดังกล่าวมานั้นแล้ว มันกำลังกายก็ลดน้อยถอยลง กำลังใจก็ไม่เข้มแข็ง เพราะว่าร่างกายมันซำรุดลงไป นี่แหละจิตใจก็ซำรุดลงไปด้วยกัน ธรรมดาปุถุชนมันเป็นอย่างนั้น ก็ของเสพยาเสพติดเหล่านั้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า มันเป็นโทษในทางจิตใจ ใจซุ่นมัว ใจเศร้าหมอง เป็นอย่างนี้นะ พระองค์เจ้ารู้แจ้งแทงตลอดแล้วจึงได้ทรงบัญญัติห้ามไว้ เราผู้เป็นบริษัทของพระองค์นะ ก็ควรที่จะทำตามนะ ควรถ้ามีใจเด็ดเดี่ยวไม่รู้อำนาจแก่ตัณหา ดังกล่าวมานั้น แล้วก็พ้นทุกข์ตามพระศาสดาไปได้ ในที่สุดก็จะเป็นการปฏิบัติใกล้ชิดต่อพระนิพพาน ผู้ใดเว้นจากความชั่วต่าง ๆ ดังว่านั้น เว้นจากโทษอื่น ๆ มาแล้ว ก็มาเว้นจากของเสพยาเสพติดให้โทษ ดังกล่าวมานี้ ชีวิตก็บริสุทธิ์สดใส ร่างกายก็ปราศจากโรคร้ายอันร้ายแรง ก็มีกำลังวังชาได้ประกอบความเพียรสำหรับผู้ที่ทำความเพียรทางจิตใจ ก็สามารถทำความเพียรได้ นั่งภาวนาได้นาน ทำการงานการกุศลอะไรก็ทำได้แข็งแรง เช่นอย่างว่า ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นแม่ครัวทำงานอยู่ในวัดวาอารามอย่างนี้นะ ถ้าร่างกาย



แข็งแรงดีมันก็มีกำลังทำได้ มันก็เป็นบุญกุศลอันมากมาย ถ้าผู้ใดไม่รู้จักรักษาสุขภาพอนามัยของตัวเองแล้ว แม้อายุยังอยู่ในวัยหนุ่มวัยกลางคน เช่นนี้ก็อ่อนแอท้อแท้ ไม่สามารถจะทำการงานอันเป็นบุญเป็นกุศลได้ก็มี อันหมั่นนี้แหละ..มันต้องให้เข้าใจ ให้ฉลาด พระพุทธเจ้าสอนให้มีความฉลาด อย่างว่านี้แหละ ฉลาดรู้จักรักษากาย รักษาวาจา รักษาจิตใจ ให้บริสุทธิ์จากบาปจากโทษต่าง ๆ แล้วก็ให้มีสุขภาพอนามัยดี เว้นเสียแต่กรรมเวรหนหลังมี มันตามสนองเอา อันนั้นแท้มันแก้ไม่ตก ก็ตามเรื่องมัน ถ้าผู้ใดมีกรรมมีเวรมาแต่ก่อน รู้ตัวแล้วก็อดก็ทนเอา อธิษฐานใจละเว้นไม่ทำชั่ว ๕ อย่างนั้นต่อไปอีก แล้วชาติต่อไปก็จะเป็นผู้มีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์ดี ผู้ใดไม่มีบาปติดตัวนะ..นั่นแหละ แต่สำหรับชาตินี้แล้วบาปกรรมตามสนองเอาแล้วไป ไม่ต้องเศร้าโศกเสียใจ ฝึกใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในบุญในคุณให้ได้ พิจารณาให้เห็นว่า ภัยทั้งหลายมันเกิดจากมันมีเหตุมีปัจจัยมา ไม่ใช่ไม่มีเหตุไม่มีปัจจัย เออ..อัคริภัย อุทกภัย โจรภัยต่าง ๆ หมู่นี้..ถ้าบุคคลใดมีกรรมมีเวรมาแต่ชาติก่อนแล้ว มันก็ประสบภัยเหล่านี้ไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่งหรือหลายอย่าง ผู้ใดไม่มีเวรไม่มีมาแต่ก่อน บางทีก็พ้นจากภัยต่าง ๆ เหล่านั้นไปได้ มันต้องเรียนรู้ไปหมดเลยเป็นอย่างนั้น ภัยภายนอกนั้นแหละก็ไม่มียปัจจัย กรรมมีเวร กรรมชั่วเวรชั่วแต่ชาติก่อนที่ตนได้ทำมาบ้าง และบางทีก็อาจจะเกิดจากเหตุปัจจุบันนี้ก็ได้ ไม่ต้องอาศัยกรรมเวรแต่หนหลัง อันภัยธรรมชาตินี้มันไม่ว่าแหละ คนมีกรรมมีเวรหรือไม่มีกรรมไม่มีเวรมันอาจได้ประสบเหมือนกันหมดเลย แต่ว่าภัยมันเกิดจากกรรมเวรจริง ๆ ก็คือทำให้ร่างกายชำรุดทรุดโทรมโรคภัยอันร้ายแรงเบียดเบียนรักษาอย่างไรก็ไม่หาย อันนี้แท้มันเว้นไม่ได้แน่นอนเลย ดังนั้น พระศาสดาจึงได้ทรงสอนให้เว้นจากกรรมเวร ดังกล่าวมาแล้วนั้น มันถึงจะมีความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ถ้าหากว่าได้ท่องเที่ยวไปในสงสาร ก็ไปดี เกิดดี ตายดี เกิดมาแล้วก็ได้ทำบุญกุศลได้ทำความดีต่าง ๆ บุญกุศลมันพาไปสู่สถานที่พาไปเกิดในสถานที่ที่มีโอกาสจะได้ทำบุญกุศลต่าง ๆ ขึ้นชื่อว่าบุญแล้วนะ..เป็นอย่างนี้แหละ..มันยอมอำนวยความสะดวกสบายให้แก่ผู้สั่งสมบุญกุศลนั้น ๆ ไม่ใช่จะไปหาเกิดเอาได้ตามประสงค์เมื่อไรคนเรานะ..เมื่อเราทำบุญกุศลความดีชำระกาย วาจา ใจ ให้สะอาดในชีวิตนี้ ในโลกนี้แล้ว ก็ไม่ต้องปรารถนาให้ไปเกิดที่ดีถึงสุขอะไรต่ออะไรหรอก เมื่อจิตใจมันสะอาดปราศจากบาปอกุศลแล้ว เมื่อตายลงไปจิตออกจากร่างนี้ไปแล้วบุญกุศลมันก็นำไปเองแหละ นำไปบังเกิดที่มีความสุขความสบายตามกำลังของบุญที่ตนกระทำแต่ในโลกนี้.. มันเป็นอย่างนั้น..เรื่องมันนะ..

ดังนั้นทุกคนควรพากันตื่นตัว เมื่อบุคคลตื่นตัวได้ละชั่วออกไปจาก กาย วาจา ใจ ให้หมดทำคุณงามความดีเข้าไปแล้ว ที่นี้เมื่อหมดอายุสังขารลงไปแล้ว ก็บุญใหม่ที่ทำนี้มันก็นำไปเกิดที่มีความสุขยิ่งกว่านี้ ที่ไม่มีโจรภัย อัคริภัย อุทกภัย สงครามภัย อะไรนะมันไม่มี อย่างเช่น สวรรค์ อย่างนี้ไม่มีนะ ไม่มีภัยเหล่านี้เลย..นั่นแหละ มีแต่มรณะภัย เมื่อบุญกุศลหมดลงหรือว่าอายุในสวรรค์ชั้นนั้นหมดลง ดังนั้นมันก็ต้องได้เคลื่อนไปจากที่นั่น ดังนั้นมันหลีกเลี่ยงไม่พ้นอีกเหมือนกัน แต่ว่าก็ยังดีกว่าผู้มีกรรมมีเวรอยู่ในโลก อันนี้ เสวยแห่งกรรมเวรที่ตนทำมานี้มันแสนทุกข์แสนยากลำบากจริง ๆ นะ ควรพากันตื่นตัว มันก็ไม่ใช่อื่นไกลแหละโทษ ๕ ประการนะ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างนั้นแหละที่บุคคลล่วงเกินมาแต่ชาติก่อนโน้น เช่น ฆ่าสัตว์ ทรมานสัตว์ให้เจ็บให้ปวด ให้อดน้ำ อดอาหารอะไรต่ออะไร ทุบตีแข่งหัก ขาหัก เสียองค์อะไรหมู่นี้..กรรมที่ทรมานสัตว์นั้นแหละ เท่าที่พระพุทธเจ้าทรงนำแสดงมานะนำมาให้ตกแต่งให้คนเราเกิดมาในโลกอันนี้มีอวัยวะร่างกายไม่สมบูรณ์อย่างนี้ เอ้า..กรรมที่ไปลักไปล่อลวงโกงเอาสมบัติของ



ผู้อื่นมาเป็นของตน มันก็ดลบันดาลให้เป็นคนมีทรัพย์สมบัติมาแล้วก็ถูกโจรเขามาจับปล้นเอา หรือไม่เช่นนั้นก็นักเลงตีมาหลอกหลวงให้หลงกลเขา เสียเงินเสียทองเป็นล้าน ๆ หมู่นี้.. มีผู้มีเมียมาย่างนี้ ถ้าไปแต่ชาติก่อนได้ไปทำชู้จากผัวจากเมียแล้วก็ นั่นแหละกรรมนั้นแหละตามมา สนองเอา บางทีก็เมียก็วิ่งไปตามชายชู้ บางทีผัวก็ไปติดหญิงอื่น ทั้งให้เมียกับลูกน้อยอยู่บ้านโดยลำพัง อยู่ด้วยความอดอยาก ทุกข์ยาก นี่แหละโทษแห่งกาเมสุมิจฉาจาร อันนี้มันก็แน่นอนแล้ว บางคนเกิดมามีสิ้นไถ่สิ้น พุดรัว ๆ พุดไม่รู้เรื่อง อันนี้ก็เพราะโทษมุสาวาท บุคคลบางคนชอบพุดเท็จ คือ พุดไม่จริงนั้นแหละเพื่อที่จะให้คนผู้ฟังนั้นเข้าใจผิดจากความเป็นจริงไป บางทีก็พุดหลอกหลวงเอาเงินเอาทองเขาอะไรหมู่นี้แหละ.. หรือว่าตนได้ทำอย่างนั้นอย่างนี้แล้วตนได้ทำผิดทำไม่ได้อย่างนั้นอย่างนี้ เวลาเขาจับได้ มาถามปฏิเสธไม่ได้เอา ไม่ได้ลัก หรือเจ้าของบ้านตามทันก็ปฏิเสธว่าไม่ได้เอา แล้วก็โกหกเอาคือ ๆ ไปอย่างนั้น บางคนก็ไปเล่นชู้จากผัว เมื่อผัวจับได้ ผัวได้ถามก็ปฏิเสธว่าไม่ได้เล่น สาบถสาบานให้ผัวว่าอย่างโน้นอย่างนี้.. หมู่นี้ กรรมหมู่นี้แหละมันตามคนเรานะอย่างว่า บางคนก็ดื่มเหล้า เมาสุรา ก็ัญชา ยาฝิ่น เฮโรอีน เข้าไปแล้ว อันกรรมเวรดังกล่าวมานี้ต้องไปตกนรกก่อนนะ เมื่อพ้นจากนรกแล้วบาปกรรมยังไม่หมดมันก็ตามสนองเอาอีกอย่างนี้นะ ไม่ใช่จะทำบาปกรรมในชาตินี้ตายไปแล้วมาเกิดเป็นคนอีกมาเสวยบาปกรรมอันเป็นคนนี้ที่เดียวเลย ไม่ใช่ซะ เออ ต้องไปนรกก่อน พ้นจากนรกมาแล้ว ก็จึงมาเกิดเป็นคนบาป กรรมไม่หมดมันก็ตามติดตามมาให้ผลต่ออย่างนี้นะ จนได้รับทุกข์ทรมาน แต่ตอนไปตกนรกนั้นเมื่อมาเกิดเป็นคนแล้วระลึกชาติหนหลังไม่ได้เหมือนกับว่าตนไม่ได้ไปสู่นรกเลย เหตุอันคนเราจึงไม่เข็ดไม่หลาบนั้นเองแหละ เรื่องมันนะ ถ้าผู้ใดระลึกชาติหนหลังได้ก็คงจะเข็ดหลาบไป มันรู้เรื่องของตนว่าไปทนทุกข์ทรมานอยู่ในนรกอยู่ในเปรตอะไรหมู่นี้.. นานแสนนานอะไรหมู่นี้ก็เบื่อหน่าย มันอาจจะเว้นความชั่วเหล่านี้ได้ แต่คนส่วนมากมันระลึกชาติหนหลังไม่ได้ เหตุตั้งนั้นมันจึงไม่เบื่อหน่าย หากบางคนก็กรรมเวรมันหมดแล้วแต่ชาติก่อน ๆ โน้น บุญนำมาตกแต่งให้เกิดเป็นคน มามีอวัยวะร่างกายสมบูรณ์ดี ก็เลยนึกว่าตนนั้นไม่มีบาปมีกรรมอะไร นึกว่าตนนั้นมีความสุขมาก โรคภัยไข้เจ็บก็ไม่เบียดเบียน เงินทองข้าวของอะไรก็มีมาก เกียรติยศชื่อเสียงก็โด่งดัง มีคนนับหน้าถือตาได้เป็นใหญ่ในเศรษฐกิจบ้าง ได้เป็นใหญ่ในการเมืองบ้าง อะไรต่าง ๆ หมู่นี้ ก็ลืมตัวเลยนึกว่าตนไม่ได้ไปตกนรกมาแต่ก่อนระลึกไม่ได้ มันจึงไม่เบื่อหน่ายต่อความชั่ว บางคนมีเงินมีทองเท่าไรรั่ แทนที่จะรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ไม่เลย..ไม่รู้มันเมา เมาในลาภในยศนะ มีเงินมีทองเอ้า..ซื้อน้ำดื่มอันชั้นเยี่ยมมาดื่มกันเช่น เบียร์ เนาะ..อะไรต่ออะไร เหล้าราคาแพง ๆ เอามาดื่มกันสนุกสนาน นี่แหละความไม่เชื่อในพระบัญญัติสวรรค์ของพระพุทธเจ้า ความหลง ความเมา ความไม่ได้นึกถึงคำสอนของพระพุทธศาสนา แล้วมันก็เป็นไปตามอำนาจของกิเลส เลยไม่กลัวบาปกลัวกรรมอะไรเลย นี่เป็นอย่างนั้นแหละ คนเรานะ ผู้ใดตื่นตัวได้รู้สึกตัวได้เชื่อพระบัญญัติสวรรค์ของพระพุทธเจ้าว่า เมื่อทำความชั่วดังกล่าวมานั้นแล้วหากไม่ละไม่วางทำเรื่อยไปจนตลอดชีวิตลงไปแล้วอย่างนี้ ก็มีหวังได้ไปตกนรกแน่นอนเลย แต่ถ้าผู้ใดทำมาครั้ง ๆ กลาง ๆ แล้วรู้สึกตัวได้ไม่ได้ทำไปตลอดชีวิตไป อย่างนี้แล้วอธิษฐานใจละเว้นเสียแล้วทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปอย่างนี้เมื่อทำบุญกุศลอบรมจิตให้สูงขึ้นไป

เป็นอย่างไรนี่พระศาสดาก็ไม่ทรงสอนให้ละบาปเลย พระองค์พิจารณาเห็นแล้วบาปที่เป็นลหุกรรมเป็นกรรมเบา บุคคลสามารถละได้ เหตุอันพระองค์ได้จึงสอนให้ละ คำว่าสอนให้ละ หมายความว่ามันได้ทำมาแล้ว ได้ทำบาปมาแล้วแต่ก่อนไม่ตื่นตัวไม่รู้ตัว เมื่อได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วตื่นตัว



ได้กลัวบาป บัดนี้แล้วก็เพียรพยายามละได้อยู่ พระองค์ก็ได้ตรัสไว้ เว้นเสียแต่อนันตริยกรรม กรรม ๕ อย่างนั้น เช่น ฆ่าพ่อ ฆ่าแม่ ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้าจนถึงยังไปโลहितให้ห้อยขึ้นไป ทำสงฆ์ให้แตกจากกัน เช่นนี้ละ กรรม ๕ อย่างนี้หลีกเลี่ยงไม่ได้แล้ว รู้ตัวแล้วทำความดีอย่างไรในชาตินี้เท่าใดก็พ้นไม่ได้เลย ตายแล้วก็ไปสู่อเวจีมหานรก เมื่อพ้นจากอเวจีมหานรกมาโน้นแหละ ถึงจะมาเสวยผลบุญที่ตนทำ ให้เข้าใจมันเป็นอย่างนี้ ดังนั้นทุกคนก็ให้พิจารณาดูให้มันเห็น เมื่อผู้ใดได้พิจารณาถึง พระพุทธเจ้าถึงพระคุณของพระองค์ความดีของพระองค์ที่กระทำมา พระองค์จะได้เป็นผู้พิเศษได้อย่างนั้นเพราะพระองค์ละบาปไม่ทำบาป ๕ ประการนี้ แล้วแถมก็ยังรักษาอุโบสถศีลตอนเป็นพระโพธิสัตว์ พระองค์ก็รักษาศีลอุโบสถ แม้แต่เป็นสัตว์เดรัจฉานพระองค์ก็รักษาศีลอุโบสถ ก็มีบางชาตินะเช่นชาติที่เป็นพญานาคชื่อว่าภริทัตตะ ชาตินั้นก็ไต่เสด็จจากเมืองนาคขึ้นมาได้รักษาศีล ๘ อยู่พื้นชมพูทวีปที่เป็นที่อยู่ของมนุษย์นี้แหละเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นบุญบารมีของพระองค์จึงได้แก่กล้ามาโดยลำดับในที่สุดก็เต็มได้ ถ้าหากว่าพระองค์ได้ทำแต่บาป ๕ อย่างนี้ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างมาในทุกชาติทุกภพมาอย่างนี้ไม่ไหว ก็ไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้าหรอก มีแต่จะไปเสวยวิบากกรรมอยู่ในนรกอบายภูมิต่างอย่างนั้นแหละ จะเอาโอกาสที่ไหนมาสร้างบารมี เหตุที่นี้ก็เพราะพระองค์พระองค์ละกรรมชั่ว ๕ ประการนั้นเสียแล้ว ดับขันธบรรลัยไปก็ต้องไปเกิดบนสวรรค์ บางชาติก็ไปเกิดนรกไปเกิดพรหมโลกชาติใดที่ออกบวชเป็นฤาษีบำเพ็ญกสิณฌานอยู่ในป่า ได้บรรลุกสิณฌานหมดอายุสังขารก็ไปเกิดพรหมโลก แต่ดูเหมือนจะมีน้อยหรือที่ไปเกิดพรหมโลกเพราะว่าพระโพธิสัตว์ทั้งหลายนั้น ถ้าไปเกิดในพรหมโลกแล้วอายุยืนยาวนานไม่ได้สร้างบารมี จึงให้ไปเกิดสวรรค์เป็นส่วนมากเลย ฉะนั้นหมดอายุบนสวรรค์แล้วก็ลงมาเกิดในโลกนี้ ก็มาสร้างบุญบารมีเพิ่มเติมลงไปเรื่อย ๆ มันเป็นอย่างนั้นแหละ และต้องนึกถึงพระพุทธเจ้าบ่อย ๆ ผู้ใดมันไม่นึกถึงประวัติความเป็นมาของพระพุทธเจ้าแล้ว นี่แหละเป็นเหตุที่ไม่ให้เชื่อคำสอนของพระองค์ แม้ปฏิญาณตนเป็นชาวพุทธนับถือพระพุทธศาสนาแต่อ่อนแอออกโน้นก็ตามนะ อันนับถือศาสนาก็อีกเรื่องหนึ่ง อันปฏิบัติตามคำสอนก็อีกเรื่องหนึ่ง นับถือเฉย ๆ เพียงแค่กราบไหว้เท่านั้น อันนี้ก็ได้อธิษฐานนับถือพระพุทธศาสนาเหมือนกัน แต่ว่าป้องกันบาปกรรมไม่ได้นับถือแค่นั้นนะ ต่อเมื่อได้ลงมือประพฤติปฏิบัติตามเชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้าว่าพระองค์ตรัสว่า สิ่งนี้เป็นบาป เราต้องเชื่อว่าเป็นบาปจริง ๆ เลย แล้วก็พิจารณาให้เห็นด้วยปัญญาของตัวเองด้วย ไม่ใช่เพียงแค่เชื่อตามที่พระองค์เจ้าได้แสดงตามที่บัญญัติไว้เท่านั้น พิจารณาเห็นด้วยปัญญาของตนแล้วก็ อ้อ..ยกตัวอย่างเช่นว่า ทรงบัญญัติห้ามฆ่าสัตว์ตัดชีวิตอย่างนั้นนะ เมื่อพิจารณาโดยเหตุผลแล้วก็ว่าสัตว์ทั้งหลายเกิดมาก็ย่อมรักชีวิตของตนไม่อยากจะใครมาเบียดเบียนทำลายให้มันตายไปเองหมด หมดอายุก็ตายไปเอง ก็เป็นอย่างนี้หมดทุกประเภทเลย สัตว์ที่เกิดมาในโลกนี้ ทั้งมนุษย์ก็ดี ทั้งสัตว์เดรัจฉานก็ดี เป็นอย่างนี้ รักชีวิตของตัวเองหมดเลย เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว หากว่ามนุษย์ผู้ใดผู้หนึ่งไปจับสัตว์มาจะฆ่ามัน มันก็กลัวตาย แต่มันพูดไม่ได้ สัตว์ทั้งหลายนะมีแต่มันดิ้น การที่มันดิ้นนั้นแหละเรียกว่ามันกลัวตายนะ มันไม่อยากจะตาย แต่มนุษย์มันไม่มีความเมตตากรุณาเลย นึกอยากจะกินเนื้อของมันเท่านั้นเอง..เช่นนี้แหละ แล้วบัดนี้เมื่อเวลาหากว่าคนอื่นจะมาทูปมาตีตนละ ตนก็ยังกลัวตายเหมือนกันนี้ ตนก็ยังป้องกันตนเต็มที่เลย ถ้าหลีกเลี่ยงไม่พ้นแล้วแล้วจึงยอมตาย ถ้าหากว่าบุคคลนั้นมานึกถึงสัตว์อื่นแล้วก็มาเทียบกับตัวเองได้อย่างนี้แล้ว เป็นอันไม่ฆ่าสัตว์แน่นอนเลย มันเป็นอย่างนั้น โดยเหตุผลแล้วเป็นอย่างนี้แหละ แต่คนเรามันไม่ได้พิจารณาเทียบเข้ากับเรา



ใส่กัน มีแต่อาศัยแต่ความอยาก อาศัยแต่วิชา ความไม่รู้เหตุรู้ผลในพุทธบัญญัติต่าง ๆ เหล่านี้ ไม่ได้สนใจเลย เหตุตั้งนั้นมันจึงล่วงศีลนั้นไปได้ เมื่อล่วงศีลไปได้แล้วบาปกรรมที่ทำนั้นไม่ใช่มันให้ผลปั๊บปั๊บทันทีเลย มันไม่ให้ผลมาก่อน มันให้สบายสบายไปอย่างนั้นแหละ เพราะว่าบุญเก่าที่ทำมาแต่ก่อนนั้นยังให้ผลอยู่ บาปกรรมที่ทำมันจึงให้ผลไม่ได้ แต่เมื่อเวลาบุญเก่าที่ทำมาแต่ก่อนนั้นมันหมดลงเมื่อใดแล้ว ก็บาปที่ทำนั้นมันก็ได้โอกาสแล้ว พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าบาปกรรมอันนี้นะมันจะไปให้ผลเวลาจนจะตาย เมื่อบุญเก่ามันหมดลงไป บาปกรรมอันนี้นะมันก็จุดมาดวงจิตนี้ไปเกิดเป็นสัตว์นรกบ้าง เป็นเปรตบ้าง เป็นอสุรกายบ้าง เป็นสัตว์เดรัจฉานบ้าง ตามบาปตามที่ทำนั้นมากหรือน้อย หนักหรือเบา ก็เป็นอย่างนี้แหละ ที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้แจ้งแทงตลอดมา

ดังนั้น เราผู้เป็นชาวพุทธนี้ ควรที่จะเชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าแท้ ๆ ไม่ควรจะไปเชื่อตักโหนกความอยากอันมีวิชาเป็นเพื่อน ชักจูงให้ไปทำบาปทำกรรมทำเวรใส่ตัวเอง แล้วตายแล้วไปได้รับทุกข์ทรมานอยู่ในโลกหน้าต่อไป ใ้ออย่างนี้นะมันก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำร้ายตัวเอง ไม่ปรารถนาดีต่อตัวเอง ไม่รักตัวเอง ไม่ต้องการอยากจะยกยอตัวเองให้พ้นจากทุกข์ต่าง ๆ เหล่านี้ น่าเสียดายจริง ๆ นะ การเกิดมาเป็นมนุษย์แล้วนะ ควรพากันพิจารณาตรองให้ดี มันบุญกุศลมีมันจึงได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ขอให้คิดอย่างนี้ เมื่อบุญมาตกแต่งร่างกายนี้ให้แล้วเราต้องใช้กายวาจาอันนี้ บำเพ็ญบุญกุศลคุณงามความดีให้เป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น เช่นนี้มันจึงค่อยเรียกว่าถูกต้อง จึงค่อยเหมาะสมความเกิดมาเป็นมนุษย์สมกับว่ามีบุญ ถ้าเราอาศัยบุญเก่าแล้วสร้างบุญใหม่เพิ่มเติมเข้าอย่างนี้นะ เหมือนอย่างบุคคลผู้มีทุนมีรอนก่อนหนึ่งแล้ว นี้ก็ลงทุนค้าทำการค้าขายนำกำไรมาเพิ่มของเก่าให้มากขึ้นโดยลำดับ ผู้มีปัญญาทำการค้าไป ไปแล้วก็ได้กำไรเพิ่มเติมมาเรื่อย ๆ ในที่สุดก็ได้เป็นเศรษฐีได้ อันนี้ฉันใดก็อย่างนั้นแหละ ผู้มีบุญมีกุศลเป็นทุนรอนมาแต่ชาติก่อนแล้วมาตกแต่งอัฐภาพร่างกายนี้ให้แล้ว หากรู้จักใช้กายวาจาทำกุศลคุณงามความดี รู้จักละเว้นจากกรรมอันชั่วดังกล่าวนั้นได้ ชีวิตของผู้นั้นก็ได้อีกชื่อว่าเป็นหมั่น เกิดมาแต่ละชาติก็ได้โอกาสสั่งสมบุญบารมีให้เต็มความสามารถเลยที่เดียวนะ เพราะมันไม่มีบาปมาสกัดกั้นทางเดินแห่งชีวิต ผู้นั้นก็ดำเนินไปตามทางที่ไม่เป็นบาปเป็นโทษ เดินตามทางแห่งความสุข ความเจริญ อาศัยบุญเก่าที่นั่นนะหนุนส่งขอให้เข้าใจ อันบุญนี้จึงชื่อว่าเป็นมิตรเป็นสหายอันสนิทสนมใกล้ชิดจริง ๆ เลย ใกล้ชิดกว่ามิตร กว่าญาติ กว่าสหายภายนอกเป็นไหน ๆ เพราะว่ามีมิตรสหายภายนอกนั้นนะไม่ใช่ว่าจะได้คบกันอยู่ตลอดเวลา นาน ๆ จึงได้พบกันครั้งหนึ่ง นาน ๆ จึงได้ช่วยเหลือกันครั้งหนึ่ง บุญกุศลที่บุคคลกระทำให้เกิดให้มีจิตใจของตัวเองชาติก่อนแล้ว พอเกิดมาชาตินี้ บุญกุศลนั้นก็มาเตือนจิตให้ถึงนึกตัวเองได้ เช่นว่าแต่ชาติก่อนบุคคลได้ยินได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า คนเราเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจ ผู้ใดทำกรรมอันใดก็ย่อมได้รับผลแห่งกรรมอันนั้น จำแล้วเอาไปคิดไปกรองจนละความชั่วได้ทำความดีให้เกิดมีในตน เมื่อตายจากชาตินั้นแล้วหากว่าได้โอกาสมาเป็นคนอื่นนี้แหละบุญกุศลอันนั้นจะเป็นอุปนิสัยปัจจัยติดตามมาตักเตือนจิตใจให้ระลึกถึงความแก่ ความเจ็บ ความตายได้ ระลึกถึงความพลัดพรากจากกันได้ ระลึกถึงบุญและบาป ผู้ใดทำบุญย่อมอำนวยผลให้เป็นสุขจริง ผู้ใดทำบาปย่อมอำนวยผลให้เป็นทุกข์จริง บุญเก่าที่นั่นมาเตือนใจให้เกิดความเชื่ออย่างนี้ เรื่องมันนะ



บุคคลที่ไม่ได้ลำดับรับฟังคำสอนของพระพุทธเจ้ามาแต่ก่อน ไม่สนใจในบาปบุญคุณโทษ ตามคำสอนของพระพุทธเจ้านี้ แม้ได้สนใจทำบุญทำทานมาตามประเพณีเท่านั้นเองนะ ที่จะโน้มเข้าคำสอนพระองค์พิจารณาให้เห็นบาปเห็นบุญจริง ๆ ไม่มีอย่างนี้ละ ผู้เช่นนั้นเกิดมาในชาตินี้มันก็ไม่สนใจในเรื่องบาปบุญคุณโทษอะไร ไม่สนใจที่จะฟังธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อันสมกับที่ว่าผู้ใดทำกรรมอันใดก็ย่อมได้รับผลแห่งกรรมอันนั้นนะ มันเป็นความจริงแท้ ๆ แล้ว ผู้ได้สนใจในศีลธรรมมาแต่ชาติก่อน มันเป็นอุปนิสัยปัจจัยติดตามมา พอมาชาตินี้เมื่อได้มาเกิดเป็นมนุษย์ได้พบพระพุทธศาสนา ได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าก็ตื่นตัวได้บุญเก่ามาสวมทับด้วย ทั้งบุญใหม่ที่ทำในปัจจุบันมาสวมทับเข้าไปอีก ก็ทำให้มีศรัทธาแรงกล้าขึ้นในอันที่จะปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป นี่มันมีเหตุปัจจัยอย่างนี้..คนเรานะ..จะนั้นทุกคนอย่าไปลืมนุญเก่าของตัวเอง อย่างผู้ที่ได้บวชในพุทธศาสนาอย่างนี้ก็เหมือนกันนะ แต่ชาติก่อนตนเองคงได้ยินดีในการบวช ถ้าไม่ได้บวชก็ดี ก็ได้เป็นเจ้าภาพบวชลูก บวชหลาน บวชญาติมิตรผู้มีศรัทธาทั้งหลาย นั่นความยินดีในการบวชอย่างนี้มันก็เป็นนิสัยปัจจัยติดตามมา เมื่อมาพบพระพุทธศาสนาในชาตินี้ก็ยินดีในการบวช ผู้ไม่ได้ยินดีในการบวชเรียนในพระพุทธศาสนา มาแต่ก่อน ไม่ได้เป็นเจ้าภาพในการบวชภาค บวชอะไรเลยอย่างนี้ ตัวเองก็ไม่ได้บวช เพียงแต่ยินดีในการทำบุญทำทานไปกับเพื่อนธรรมดาเถย ๆ พุดเช่นนั้นแล้วถึงเกิดมาในชาตินี้ก็ไม่มีจิตยินดีจะบวชเรียนนี้เลย ไม่มีความสามารถแล้ว เป็นอย่างนี้แหละ เหตุปัจจัยของชีวิต พิจารณาให้เข้าใจ เมื่อผู้ใดได้พิจารณาให้เข้าใจอย่างนี้แล้ว มันก็สามารถละบาปบำเพ็ญบุญได้ตั้งกล่าวมานั้นแหละ ชำระกายวาจาใจของตนให้สะอาดปราศจากบาปอกุศลต่าง ๆ เมื่อกายวาจาใจปราศจากบาปอกุศลต่าง ๆ แล้ว บุญกุศลอันนี้ยิ่งดลบันดาลให้ชอบบุญชอบกุศลยิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่มีถอยหลัง บุญกุศลอันนี้มันก็ดลบันดาลให้เบื่อง่ายในความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตายอันนี้ ให้เบื่อง่ายในบาปกรรมความชั่วทั้งหลาย เห็นเขาทำความชั่วทั้งหลายก็ไม่พอใจ ไม่ชอบเลย นี่บุญกุศลมันดลบันดาลมันเป็นอย่างนั้น เห็นเขาทำกุศลคุณงามความดี ชอบใจปรารถนาที่จะทำบัดนี้ นั่นแหละ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าบุคคลคบคนเช่นใดก็เป็นเช่นนั้น ตั้งแต่ก่อนเคยคบนักปราชญ์บัณฑิตมา เคยได้ทำบุญกุศลคุณงามความดีกับนักปราชญ์ นักปราชญ์ท่านก็ชักจูงแนะนำอย่างนี้ มันก็เป็นอุปนิสัยปัจจัยติดตาม บุญกุศลก็ส่งให้มาเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาแล้วก็ให้ไปบันดาลให้ไปพบนักปราชญ์บัณฑิต ให้ยินดีเลื่อมใสในนักปราชญ์บัณฑิตนั้น เบื่อง่ายต่อคนพาล บัดนี้ นี่แหละอนุภาพของบุญกุศลขอให้เข้าใจกัน ไม่ใช่ไม่มีเหตุผลนะการทำบุญทำกุศลมีเหตุผลตั้งกล่าวมานี้ ถ้าจะพรรณนาไปมันก็มีมากมายคุณค่าแห่งบุญแห่งกุศลความดีนี้แหละ

ดังนั้น ก็ขอให้พาเข้าใจไว้ว่า บุคคลจะพ้นทุกข์ไปได้ในขั้นใด ๆ ก็อาศัยบุญกุศลนี้ทั้งนั้นเลย จะถึงปริณิพานก็เพราะทำบุญกุศลให้เต็มบริบูรณ์ เมื่อสั่งสมบุญกุศลให้เต็มบริบูรณ์แล้ว ส่วนมากก็บุญกุศลดลบันดาลให้ออกบวชในตำราท่านกล่าวไว้ ดังพระสาวกของพระพุทธเจ้า ในครั้งพุทธกาลท่านผู้มีบารมีอันแก่กล้าเต็มมาแล้ว พอได้ฟังธรรมคำสอนของพระพุทธองค์จบลงเท่านั้นแหละ บางท่านก็สำเร็จอรหันต์เลยแต่ยังไม่ได้ออกบวช แต่บางท่านบางเหล่าก็ยังไม่สำเร็จแต่มีศรัทธาบวชอย่างแรงกล้าอย่างนี้แหละ ก็ขอบวชกับพระศาสดาเลย เหมือนอย่างพระรัฐบาล ชื่อรัฐบาลนะเป็นลูกเศรษฐีพอได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว พระองค์ก็ตรัสว่าการที่บุคคลจะพ้นทุกข์ไปได้นั้นก็ต้องอาศัยการบวชจะพ้นทุกข์ไปโดยจริงจิ่งแล้ว อย่างนี้ ผู้ครองเรือนนี้ย่อมมีจิตห่วงใยอาลัย กิจการงานต่าง ๆ ไม่มีโอกาสที่จะชำระจิตใจให้



บริสุทธิ์จากกิเลสได้ ท่านได้ฟังอย่างนี้แล้วท่านก็ โอ้.. เป็นความจริงเลยมีทรัพย์สมบัติมากเท่าใดก็ยิ่งเป็นทุกข์หลายเท่านั้น ตายแล้วก็เอาติดตัวไปไม่ได้เลย อย่างนี้ เอ้า..อย่าเลยเราจะขอบวชกับพระศาสดาซะเลย ขอบวชกับพระองค์ พระองค์ก็รับสั่งให้ไปลาบิดามารดาซะก่อน ท่านก็ไปลาบิดามารดา บิดามารดาไม่อนุญาตที่แรก เมื่อไม่อนุญาตท่านก็อดข้าวไม่ยอมทานข้าวเลย ถ้าไม่อนุญาตก็ให้ตายไปเลย โน้นเลย ท่านผู้มีบุญบารมีแก่กล้าก็ใจเด็ดใจเดี่ยว พ่อแม่กลัวลูกจะตายก็เลยต้องอนุญาตให้ไปบวชได้ ท่านก็รับประทานอาหารมีกำลังดีแล้วก็หาเครื่องบริวาร เสร็จแล้วก็ไปบวชกับพระศาสดา พระองค์ก็บวชให้ บวชให้แล้ว ท่านก็บำเพ็ญเพียรไปไม่นานก็ได้สำเร็จจรหันต์ และก็สำเร็จจรหันต์ก็ได้มาโปรดมารดาบิดาให้มีศรัทธาเลื่อมใสในพุทธศาสนาทั้งอดีตภพชาติด้วยเหตุนี้ อันนี้ประวัติของพระรัฐบาลก็พอเอาเป็นตัวอย่างได้สำหรับคนมั่งมีศรีสุขมีเงินมีทองมากมาย ผู้มีบุญบารมีแก่กล้ามันก็สมควรจะพิจารณาให้รู้ให้เห็นตามความเป็นจริงอย่างที่ว่านี้แหละ แล้วก็ควรจะถอนตัวออกไปแสวงหา นิรามิตรสุข สุขที่ไม่ต้องอิงอาศัยอามิสคือสิ่งของ อันนี้เป็นสุขอันบริสุทธิ์สุดใจจริง ๆ ไม่อิงไม่อาศัยรูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัสต่าง ๆ และอาศัยความบริสุทธิ์เท่านั้นเอง การชำระอาสวะกิเลสให้หมดสิ้นไปจากจิตดวงนี้ จิตดวงนี้ก็พึ่งตนเองได้ หมายความว่าอย่างนั้น ไม่ไปพึ่งรูป ร่างกายที่เคยเกิด เคยแก่เจ็บตายมาแต่ก่อนไม่เอาแล้ว มันไม่เที่ยงไม่ยั่งยืนอะไรเลยรูปกายธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ เงินทองข้าวของอะไรต่ออะไร ล้วนแต่เป็นของให้มีความสุขชั่วคราวเท่านั้น ไม่ได้อำนวยความสะดวกให้ยั่งยืนอะไรเลย ให้พิจารณาเห็นอันนี้คนมีบุญมากแล้วต้องการความสุขอันเป็นแก่นสาร เหตุนี้จึงได้ลามารดาบิดาออกบวช พวกเราได้ชื่อว่ามีบุญที่ได้มาบวชในพุทธศาสนา นี้ ดังนั้น บุญอันนี้มันก็ยังเป็นโลกียอยู่ หากว่าเราไม่พยายามสั่งสมบุญนั้นให้มากขึ้นไปกว่านี้มันจะสู้อ่านาจากกิเลสไม่ได้ ผู้บวชเข้ามาแล้วสึกออกไปก็เพราะมันสู้อ่านาจากกิเลสไม่ได้นั่นเอง เรื่องมันนะ

ดังนั้นควรพากันบำเพ็ญสมาธิปัญญาให้เจริญแก่กล้าขึ้น สำรวมในศีลให้บริสุทธิ์เข้าไป ไม่ท้อไม่ถอยแล้วบุญกุศลมากขึ้นโดยลำดับ เมื่อบุญกุศลมากขึ้นแล้วมันก็สู้อ่านาจากกิเลสได้บัดนี้ กิเลสก็ครอบงำจิตไม่ได้มันเป็นอย่างนั้น ถ้าเป็นเหตุห้สธ บำเพ็ญบุญกุศลมาก ๆ เข้าไปแล้ว มันก็เป็นเหตุให้เปื้อนหายในบาปในโทษไม่ทำบาปแล้ว ไม่ทำบาปเพราะปากเพราะท้องไม่ทำบาปเพราะลาภยศสรรเสริญเยินยอต่าง ๆ ไม่เอา จะพยายามชำระตนให้บริสุทธิ์จากบาปจากโทษให้ได้ แล้วตนจะได้ประสบความสุขอันเป็นแก่นสารที่ท่านเรียกว่านิรามิตรสุขคือสุขปราศจากเหยื่อล่อให้ติดอยู่ในทุกข์ดังแสดงมา

ถอดเทปโดย  
คณะนักเรียนโรงเรียนท่าบ่อ อ.ท่าบ่อ จ.หนองคาย

สนับสนุนโดย  
พระวีระชาติ ธมฺมรตโน

เรียบเรียงโดย  
คุณพงศ์พิพัฒน์ ดำรงวัฒนกุล





# จิตเป็นแก่นของชีวิต

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย



สุดท้ายก็มาอยู่ที่ภาวนา เพราะการภวานานี้มันเป็นการฝึกจิต จิตที่กวัดแกว่งเลื่อนลอย ทำให้สงบลงตั้งมั่นลงไป จิตดวงเดียวเท่านั้นแหละเป็นแก่นของชีวิต เมื่อเราฝึกตนเองให้ตั้งมั่นอยู่ในกุศลธรรมได้ ก็ย่อมเอาชนะความชั่วทั้งหลายได้ ความชั่วกิเลสทั้งหลายก็ไม่มาครอบงำจิตใจ ตั้งแต่เราเที่ยวเกิดเที่ยวตายมาในสังสาร นี้ส่วนมากก็ไม่ได้ฝึกฝนอบรมตน เกิดมาชาติใดก็อยู่ไปตามยถากรรม หากินไปอยู่ไปหมดบุญหมดกรรมแล้วก็อายุหมดลงแล้วก็ตายไป ตายไปแล้วก็ไปหาที่เกิดใหม่ เป็นอยู่อย่างนี้แหละ พระพุทธเจ้ายังตรัสว่า วัฏฏะโตโลก โลกมันหมุน โลกคือหมุนมนุษย์ ย่อมหมุนไปตามกรรม สุดแล้วแต่ทำกรรมอันใดไว้ กรรมอันนั้นมันก็พาหมุนไป เกิด แก่ เจ็บ ตาย ถ้าทำกรรมดี กรรมดีก็พาหมุนไปทางดี ทำกรรมชั่ว กรรมชั่วมันก็พาไปทางชั่ว ชีวิตของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายนี้ มันย่อมหมุนเป็นวงกลมอยู่อย่างนี้ หาทางออกจากทุกข์ไม่ได้ เพราะเมื่อยังไม่ได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าตราบใจแล้ว ไม่รู้จากทางออกจากทุกข์เลย สัตว์ทั้งหลายจึงვნอนอยู่แต่ในโลกอันนี้ ก็ถึงมีศาสนามีพระพุทธเจ้ามาบังเกิดปานนี้ ทรงแสดงธรรมไว้ แต่คนก็ยังไม่วางใจ คล้าย ๆ กิ่วเห็นเป็นของไม่สำคัญ ไม่ดีอะไร เงินโน้นดีกว่า ดิ้นหาแสวงหาแต่เงินทองข้าวของกัน ก็สำคัญว่าเมื่อมีเงินแล้วก็มีความสุข มนุษย์ส่วนมากมันดิ้นแสวงหาแต่ความสุขในปัจจุบันนี้เท่านั้นเอง ไม่คิดถึงอนาคตเบื้องหน้า ที่ตนจะพึงเลื่อนลอยไปหาที่เกิดอยู่รำไป ไม่คำนึงถึงทางที่ไปสู่อนาคตเบื้องหน้ายังไกลแสนไกล แต่ส่วนที่สว่างมาแล้วมันก็หมดมาแล้ว ไม่คิดที่จะสร้างยานพาหนะนำตนให้ไปที่สุขสบาย ก็แต่ตนได้มีความสุขอยู่ในปัจจุบันนี้ก็พอใจแล้ว

ดังนั้นคนเรามันจึงยากจนจนกันแค่นั้นเกิดมา คนจนหลาย ๆ ในโลกเหล่านี้ เนื่องจากมันเกียจคร้านทำความดี ในการฝึกกาย วาจา จิต ให้ตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เมื่อไปสั่งสมกรรมชั่ว คือสั่งสมกิเลสต่าง ๆ แล้ว กิเลสเหล่านั้นมันก็พาจิตนี้ไป เลื่อนลอยไป หาที่เกิดแต่ที่อยากลำบาก ถ้าบาปไม่มาก ก็พาเกิดเป็นสัตว์สังเดรัจฉาน ได้รับทุกข์ทรมานเป็นสัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ก็จะเบียดเบียนไปฆ่าฆ่าแหละเอาเนื้อมาขายเลี้ยงชีวิต นี่แหละชีวิตของสัตว์โลก ผู้ที่ไม่รู้หนทางออกจากทุกข์ มันก็วนมาหาทุกข์อยู่รำไป เป็นอย่างนั้น ทางออกจากทุกข์ที่พระพุทธเจ้าแนะนำสั่งสอนไว้ การให้ทานก็เป็นการออกจากความโลภความตระหนี่หวงแหน เพราะความโลภความตระหนี่เป็นเหตุให้ทำบาปแล้วมันจะไปสู่ทุกข์ ถ้าผู้ใดให้ทานอยู่ ใจความโลภอยากได้สมบัติของคนอื่นมาเป็นของตนมันก็ไม่มี ตนหาได้เท่าไรก็บริโภคใช้สอยเท่านั้น เช่นนี้ก็ไม่ได้ทำบาป นี่แหละท่านจึงว่า การทำบุญให้ทานเป็นทางออกจากทุกข์สายหนึ่ง การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ อันนี้ก็ยิ่งเป็นหนทางออกจากทุกข์สูงขึ้นไปกว่าท่านนั้นอีก เพราะว่าศีลนี้ป้องกันบาป ป้องกันไม่ให้คนทำบาปด้วยกาย วาจา ใจ เมื่อผู้ใดมั่นในศีล เชื่อมั่นในศีลว่าจะพาตนให้พ้นทุกข์ พ้นจากนรกอบายภูมิ อย่างนี้แล้วก็คนผู้นั้นก็ไม่ได้ทำบาป เมื่อไม่ทำบาปแล้ว บาปก็ไม่นำไปสู่ทุกข์ เมื่อละ





โลกนี้ไป ก็ไปบันเทิงในสวรรค์เท่านั้นแหละก็พูดกันมาบ่อย ๆ เรื่องหมู่นี้แหละ และตายจากมนุษย์นี้ไป เกิดสวรรค์ มันก็พันทุกข์ไปชั้นหนึ่ง ทุกข์ของมนุษย์นี้ก็ไม่ใช่ย่อย ทุกข์เพราะเสวยวิบากกรรมที่ตนทำมา แต่ก่อนก็พอแรง ทุกข์เพราะความแก่ ความเจ็บ ความป่วยไข้ ความแสวงหาทรัพย์สินเงินทองข้าวของ มาเลี้ยงอัตภาพอันนี้ ก็เป็นทุกข์ไม่ใช่ย่อย

เมื่อบุคคลมีศีลแล้วไม่ทำบาปแล้ว หาเลี้ยงชีพแต่โดยทางที่สุจริตเช่นนั้นแล้ว ตายแล้วมันก็ไป สวรรค์เท่านั้นละมันไม่มีบาป ไม่มีบาปนำไปสู่ทุกข์แล้ว แต่การรักษาศีลการไม่เบียดเบียนบุคคลอื่นสัตว์อื่นเป็นบุญกุศล แต่คนไม่รู้จักบุญนะ นึกว่ารักษาเฉย ๆ รักษาศีล นึกว่าไม่เป็นบุญกุศล ก็เมื่อละบาปไปแล้วบุญมันก็ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดาเป็นอย่างนั้น ผู้ใดไหว้พระภาวนาไม่ท้อไม่ถอยฝึกฝนจิตของตนให้สงบบรรเทาเสียซึ่งความโลภ โกรธ หลง เสียได้ รู้สึกตัวได้ว่าดวงจิตนี้มาอาศัยอยู่ในร่างกายอันนี้เป็นของไม่เที่ยงมันจึงได้รับทุกข์ จึงได้เสวยทุกข์ทรมานอยู่อย่างนี้แหละ หน้อยหนึ่งก็เจ็บโน้น ปวดนี้สารพัด แต่คนเราเกิดมาแล้วมีโรคภัยเบียดเบียน อยากไปเห็นคนเจ็บคนป่วยต้องไปที่โรงพยาบาล สารพัดจะคนป่วย ไปแสดงบัตรนี้ต้องเข้าคิวกันยาวเหยียดเลยโรงพยาบาลใหญ่ ๆ บางคนไปคอยอยู่ตั้งครึ่งวันจึงได้ตรวจตราก็มี ครึ่งวันจึงได้ตรวจโรค เพราะคนป่วยมีมาก แต่มนุษย์นะหากไม่เบื่อไม่หน่ายความเจ็บป่วย ไข้ต่าง ๆ หมู่นี้ เจ็บก็เจ็บอยู่ร้องครวญคราง ก็ร้องอยู่อย่างนั้นละ แต่ไม่มีอุบายความคิดนึกในใจว่าทำอะไรหนอเราจึงจะพ้นจากทุกข์เหล่านี้ไป ไม่คิดเลย เพราะฉะนั้นมันจึงออกจากทุกข์ไม่ได้มันแหละ ถ้าผู้ใดเจ็บปวดไม่สบายอย่างไรแล้ว มากำหนดพิจารณา เออ..ก็เพราะเหตุว่าจิตนี้มาถือมั่นในขันธ ๕ อันนี้ว่า เป็นตัว เป็นตน เป็นเรา เป็นเขา ไม่ว่าว่าชาตินี้ ชาติหลัง ๆ ล่วงมาแล้วมันชาติไม่ถ้วน มันก็มาถือเอาขันธ ๕ เป็นที่พึ่ง ที่อาศัย สำคัญว่าเป็นของตัว ของตน บัดนี้ขันธ ๕ ไม่เที่ยงก็วิบัติแปรปรวนไป จิตที่อาศัยอยู่ในขันธ ๕ นี้ก็เป็นทุกข์ทรมาน แต่มันก็ไม่เชื่อว่ามันเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา นี่แหละที่คนจะหลงติดอยู่ในโลกอันนี้แหละ เมื่อโรคภัยหายไปแล้วร่างกายก็สมบูรณ์ดีขึ้นมากก็นึกว่าตนสบายแล้ว ก็ยิ่งเพริศเพลินยิ่งมัวเมา แต่มันก็หาได้หายไปเด็ดขาดแล้ว ๆ ไปเลยไม่ตกไป หายไปชั่วคราวชั่วระยะหนึ่ง ไป ๆ เตี้ยมันก็เกิดขึ้นมาอีก ก็ได้รับทุกข์เวทนาอยู่อย่างนั้นแหละ คนเราถ้าไม่เจ็บไม่ป่วยมันก็ไม่ตาย ก่อนจะตายมันต้องเจ็บป่วยซะก่อน ร่างกายมันจะทรุดโทรมลงไปเยียวยารักษาอย่างไรก็ไม่หาย เมื่อเวลาจนจะตายแล้วมานึกถึงพุทโธแล้ว มานึกไม่ได้ เพราะทุกข์เวทนามันครอบงำจิตใจพอแรง นึกไม่ออกซ้ำเป็นไร เว้นเสียผู้ที่ได้ภาวนาอยู่แต่ยังมีชีวิตดีอยู่ ภาวนาพุทโธจนติดนิสัย จนใจเข้มแข็งตั้งมั่นอยู่ด้วยดี ถ้าทำได้ อย่างนี้เวลามีชีวิตอยู่ดี ๆ เมื่อเวลาโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนเจ็บป่วยลงจะตาย มันก็ระลึกได้ เพราะใจที่ฝึกแต่ยังดี ๆ อยู่อย่างนี้มันเข้มแข็ง มันตั้งมั่นทั้งพิจารณาเห็นว่า ธาตุ ๔ ขันธ ๕ นี้มันไม่พ้นจาก ความแก่ ความเจ็บ ความตาย มันมีอยู่อย่างนี้เป็นธรรมดา ภาวนาพุทโธแล้วก็พิจารณาถึงความจริงของร่างกายอันนี้ ทุกวันทุกคืนไป มันก็เห็นแจ้งด้วยญาณอันเกิดจากสมาธินัยเห็นว่า ธาตุ ๔ ขันธ ๕ อันนี้ไม่มีสาระแก่นสารอะไรเลย ไอ้ที่ได้อาศัยมันอยู่นี้มันยังไม่แตกไม่ดับ เพราะอาศัยบุญกุศลที่นำมาแต่ชาติก่อน มาหล่อเลี้ยงไว้สมประกอบกันกับอาหารในปัจจุบัน หล่อเลี้ยงไว้ถ้าจะอาศัยแต่อาหารอย่างเดียวไม่ได้ อาศัยบุญกุศลแต่ชาติก่อนนั้นมันอยู่ไม่ได้ ถ้ามันอยู่ได้มันก็ไม่เจ็บ ไข้ ไม่ตาย คนเราอาหารมีกินอยู่ตลอดไป นึกให้ดีพิจารณาให้เห็น เหตุที่มันยังอยู่ได้ก็เพราะอาศัยบุญเก่ามาหล่อเลี้ยงไว้กับอาหารการบริโภคนั้น สมทบกันเข้าไปอีก ถ้าบุญเก่าหมดลงแล้วอาหารก็ดิบรับประทานไม่ได้ แม้แต่น้ำยัง



กลิ่นไม่ลง เอามาพอ ได้เอาสำลีชุบน้ำหยอดใส่ปากให้ เพื่อให้น้ำมันไปทำให้ชุปคอบหายใจสะดวกสักหน่อย มันเป็นอย่างนั้น เวลาคนเราใกล้จะตาย

ตั้งนั้นอย่าพากันไปนั่งนอนใจ แน่นนอนเราทุกคน เรียกว่าถูกคนดี ๆ ยังไม่ตาย เอาสำลีจุ่มน้ำ แล้วก็หยอดใส่ปากให้ แน่นนอนแหละถึงวาระนั้นมาแล้ว นอนทอดหายใจแฉ่ม ๆ อยู่ บางคนก็หายใจปลาปลาที่เอาขึ้นมาบนหายใจเบา ๆ มันไม่ได้มีน้ำแล้วมันอยู่ไม่ได้ปลา เมื่อหนึ่งก็หมดลมหายใจเจียบไป คนเรามันก็ไม่ผิดอะไรจากสัตว์เท่าไรนักเวลาจวนจะตาย ตั้งนั้นเราต้องเตรียมตัวไว้ภาวนาไว้เสมอ ๆ ใช้ปัญญาพิจารณาว่าคำว่า ตาย ๆ นี้ อะไรมันตาย เมื่อใจตั้งมั่นแล้วมันก็รู้ได้ ว่าไอ้ธาตุทั้ง ๔ มันไม่ปรองดองสามัคคีกัน บางทีธาตุไฟต้องอ่อนลง บางทีธาตุลมก็อ่อนลง เมื่อธาตุเหล่านี้มันอ่อนแอลงไปแล้ว มันก็ไม่มีกำลัง รับประทานอาหารอะไรไม่ได้ ไอ้คนเราที่จะรับประทานอาหารอยู่นี้ได้เพราะธาตุไฟมันแรง มันทำให้อยากอาหาร ธาตุไฟนี่นะ ธาตุลมมันมีมันช่วยกลืนอาหารลงไปในห้องในไส้ก็เพราะธาตุลมนี้แหละคนเราเมื่อลมมันอ่อนลงไปแล้วก็เลยไม่มีกำลังแม้แต่กลืนข้าวนี้ก็ไม่ลง กลืนน้ำก็ไม่ลงเลย ให้พิจารณาให้ถึงลักษณะแห่งความตาย มันมีอาการอย่างไร เมื่อเราพิจารณาดูไปบ่อย ๆ ก็เกิดญาณความรู้แจ้งขึ้นมา โอ...ความตายมันเป็นอย่างนี้ ๆ หน่อ ลงความแล้วไม่ใช่เราตาย บัดนี้ เราไม่ได้อยู่ในชั้น ๕ นั้น ชั้น ๕ ไม่ได้มีอยู่ในเรา หมายความว่าจิตไม่ใช่ชั้น ๕ ชั้น ๕ ไม่ใช่จิต ชั้น ๕ นี้เมื่อจิตถอดออกไปแล้วมันก็นอนทอดอยู่บนพื้นเอาไฟเผาก็เหลือแต่ถ้ำกับกระดูกเท่านั้นเอง จิตนี้ก็มีบุญและบาปนำไป อ้อ ...ไม่ใช่อยู่กับกระดูกนั้นหามิได้ แต่ความเห็นของแขกอินเดีย เขาเห็นว่าคนตายลงไปแล้ว จิตวิญญาณมันผูกพันอยู่กับรูปกับร่าง อันนี้ไม่ไปไหน เอาไปเผาไฟแล้วเหลือแต่กระดูก เอากระดูกมาบดใส่ครกให้ละเอียดแล้วเอาใส่ขันไปโปรยลงน้ำโน้น ให้ปลากินให้มันหายไปเลย จิตมันจะได้ไม่มาหวังอยู่กับกระดูกนี้ ไอ้ความเห็นของแขกอินเดีย มันปราศจากเหตุผล นั่นแหละ มันจึงมีลัทธิขึ้นมา ๑๐๘

จิตนี้เมื่อมันออกจากร่างนี้แล้วหากว่าจิตผู้ใดเวลาจะตายมีความหวังโยะไรอยู่กับลูกกับร่าง กับบ้านกับช่องกับทรัพย์สมบัติ จจริงอยู่อันนี้ เมื่อจิตนี้ออกจากร่างแล้วไปไหนไม่ได้ ก็ต้องวนเวียนอยู่กับสิ่งที่ตนข้องใจ อาลัย หวงแหนนั่นแหละ ไม่ใช่ไปอยู่กับกระดูกนั้นหรือ ไปอยู่กับที่จิตตรงมันหวังตรงไปไหนมันก็ไปข้องอยู่ตรงนั้น อย่างที่ในนิทานท่านกล่าวไว้ คนโบราณเอาเงินไปฝังไว้ในดิน ตายแล้วก็เกิดเป็นงูเผ่าไหเงินอยู่ตรงนั้น เป็นอย่างนี้แหละ เพราะดูเฉย ๆ เอาเงินนั้นไปใช้จ่ายอะไรก็ได้ เผ่าอยู่เพราะจิตมันหวงแหน นั่นแหละคนที่ไม่ได้ภาวนา ไม่ได้มองเห็นความจริงของทรัพย์สมบัติก็เพราะว่าธาตุทั้งหลายเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพราะไม่เคยคิด เคยพิจารณาสักทีเลย เวลาใดก็ตามแต่ของกู ของเรา ของกูอยู่ อย่างนั้นเมื่อตายลงมันจึงหนีจากสมบัติเหล่านั้นไม่ได้เลยได้ทนทุกข์ทรมาน กลัวคนจะมาพบมาเอาไปอยู่อย่างนั้นแหละ นี่แหละการภาวนามันมีประโยชน์ มีประโยชน์จริง ๆ เมื่อฝึกจิตนี้ให้ตั้งมั่นลงไปแล้ว ตั้งมันอยู่ภายในแล้วมันก็ผ่องใส เมื่อนึกถึงร่างกายส่วนไหนมันก็เห็นร่างกายส่วนนั้น นึกถึงความไม่เที่ยงมา มันก็ปรากฏว่าร่างกายนี้แตกสลายลงไป แสดงภาพให้เห็นว่าไม่เที่ยงอย่างนี้แหละ แต่ที่จริงมันก็ไม่แตกจริง ๆ หรือก็เพียงแต่มันแสดงภาพให้รู้เท่านั้นแหละ มันเป็นสัพพัญญูมันก็แสดงธาตุเมื่อตายแล้ว เอาไฟเผาแล้วมันก็ลงเป็นธาตุดิน กระดูกก็ธาตุดินนั่นแหละ ถ้าวาง ๆ มันก็ธาตุดิน มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ ใช้ปัญญาญาณหยั่งรู้พิจารณามันให้ถึงความจริง อย่างว่านี่แหละมันก็หายห่วงบัดนี้แหละ หายห่วงคำว่าเป็นตัวเป็นตนนะไม่ห่วงแล้ว ทำจิตให้เป็นอุเบกขาในปัจจุบันนี้ เมื่อยังไม่ตายก็ จิตก็ยังเป็นอุเบกขาอยู่



ไม่ได้ยินดียินร้ายกับร่างกายอันนี้ เพราะเห็นว่าไม่ใช่ของเราจริงจัง ของมันจะต้องแตกต้องดับอยู่ เวลา มันยังไม่แตกไม่ดับนี้ ก็เพราะบุญกุศลที่ทำแต่ก่อนมารักษาบำรุงไว้ เพื่อให้จิตดวงนี้ได้สร้างบุญบารมีให้ แก่กล้าเพื่อสั่งสมบุญ ให้บุญนี้จะได้นำตนออกจากทุกข์เท่านี้อันนี้แหละ

ทางออกจากทุกข์ก็คือบุญกุศล ด้วยสติปัญญาอย่างว่ามาแล้วนั้นแหละ ไม่ใช่อย่างอื่นใดไม่ใช่ ทางเดินแบบทางเดินด้วยเท่านี้ คือญาณความรู้เห็นเองเป็นทาง เมื่อญาณความรู้เกิดขึ้นแล้ว มันก็เห็นว่า ร่างกายทุกส่วนไม่ว่าส่วนที่เป็นรูปทั่วส่วนที่เป็นนามธรรมไม่มีรูปร่างเป็นแต่ความรู้สึกเฉยๆ นี่ไม่ใช่ของเราทั้งนั้นเลย จิตเมื่อมันเกิดญาณความรู้ขึ้นมันก็เห็นอย่างนี้แหละ เห็นอย่างนี้เรื่อยไปเลยทีเดียว เมื่อ รักษาความเห็นความรู้อันนี้ไว้ได้ตลอดไป เมื่อเวลาความตายมาถึงเข้ามันก็ไม่หวั่นไหวอะไรแล้ว ญาณ ความรู้มันเป็นสักขีพยานแล้วว่าไม่ใช่เราตายไม่ใช่เขาตาย เวลานี้ธาตุ ๔ ชั้น ๕ มันกำลังจะแตกจะดับ อยู่ มันเห็นเป็นสภาวะธาตุเท่านั้นนะบัดนี้แหละ ไม่ได้เห็นว่าร่างกายนี้เป็นตัวเป็นตนเลยเมื่อมันเห็นอยู่ อย่างนี้รู้อยู่อย่างนี้จนหมดลมหายใจ จิตมันก็ได้ขังอยู่ในโลกนี้แล้ว ถึงแม้ว่ายังไม่เข้าสู่นิพพาน มันก็ จิตก็หลุดออกจากโลกอันนี้ ก็บังเกิดสุคติโลกสวรรค์ หรือผู้ที่ได้ฌานโลกีย์เข้าไปก็ไปเกิดพรหมอยู่ใน พรหมโลกโน้น อันมันก็เป็นการพ้นทุกข์ไปชั้นหนึ่ง ทุกข์จากความเป็นมนุษย์นี้ไปเป็นเทวดา เมื่อเป็น เทวดาแล้วความทุกข์เหมือนอย่างอยู่เกิดเป็นมนุษย์อยู่ก็ดับไปพอเป็นเทวดาแล้วมีร่างกายอันละเอียด อ่อนบุญกุศลตบแต่งให้ อาหารก็เป็นอาหารทิพย์ไม่หยาบคายเหมือนอาหารมนุษย์ จะไปไหนมาไหนก็ คล่องแคล่วดี โรคภัยไข้เจ็บก็ไม่เบียดเบียน มีความสุขสนุกสนาน พวกที่เกิดเป็นเทวบุตร เทวดา นี้แหละ เรียกว่าพ้นจากทุกข์อันเป็นมนุษย์นี้ก็ไปเสวยสุขจากการเป็นเทวบุตรเทวดา แต่ความสุขของเทวบุตร เทวดามันก็ยังไม่ใช่เที่ยงอยู่เหมือนกันแต่ว่ามันสุขไปได้นาน นานกว่าสุขมนุษย์นี้หลายร้อยหลายพันเท่า เพราะเทวบุตรเทวดานี้อายุยืน ยืนอยู่ด้วยความสุข ถ้าคนเรามีทุกข์มีโรคภัยเบียดเบียนแล้วไม่ยืนละอายุ เหตุที่บนสวรรค์จะมีอายุยืนก็เพราะเหตุว่าไม่มีโรคภัยเบียดเบียน คนผู้ไปสู่อุบัติแล้วไม่มีบาปติดตามไป มีแต่บุญติดตามไปหล่อเลี้ยงรักษาเพราะเหตุนี้จึงไม่เป็นทุกข์เดือดร้อน แต่ถ้าเมื่อหมดบุญนั้นแล้วก็อยู่ ไม่ได้ ก็เคลื่อนจากที่นั่นไปหาที่เกิดใหม่อีก พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ว่าถ้าจากจุดจากสวรรค์ก็ต้องมาเกิด ในโลกนี้ ถ้าคนมีบุญนะ มาเกิดก็มักจะมาเกิดในสมัยที่มีพระพุทธเจ้ามาบังเกิดในโลก และได้มาสร้างบุญ สร้างบารมี เหมือนอย่างบริษัทของพระพุทธเจ้าที่ติดตามพระองค์มาแต่เป็นพระโพธิสัตว์ ยกตัวอย่างเช่น นางวิสาขา อนุตตบิณฑิตมหาเศรษฐี หรือคนอื่น ๆ ซึ่งไม่ค่อยจำชื่อได้ ท่านเหล่านั้นก็มีบุญได้สร้างบุญ กุศลมามากแต่ก่อน บุญนั้นก็นำมาเกิดร่วมกับพระพุทธเจ้า ก็ได้เป็นพุทธอุปัฏฐาก ได้อุปฐากพระพุทธเจ้า และพระสงฆ์ เพราะว่าคนเช่นนั้นเป็นมีบุญเงินทองก็เป็นกายเป็นกองไม่อดไม่อยาก ทำบุญทำทานไปเท่า ไหร่ก็ยังหลังไหลมาเทมาอันเงินทองข้าวของ เป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นในพุทธศาสนาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ได้มาตรัสรู้ในโลกแล้ว ก็พระองค์มีบริษัทบริวารติดตามมาบังเกิดอุปถัมภ์บำรุงให้พระพุทธศาสนานี้เจริญรุ่งเรือง นี้แหละพวกเรา ก็นับว่ามีบุญอันหนึ่งแต่ว่าบุญไม่แรงเหมือนอย่างคนครั้งนั้น เราก็ได้เกิดมาพบพุทธศาสนานี้ ได้ฟังคำ สอนของพระพุทธเจ้าแล้วตื่นตัวกัน ก็เลยตั้งอกตั้งใจฝึกฝนอบรมตน เพราะมองเห็นว่ากายกับจิตนี้ จิตนี้ สำคัญ จิตนี้แหละท่องเที่ยวไปเกิดที่โน้นเกิดที่นี่ แต่ร่างกายไม่ไปเกิดไหนแล้วแตกดับลงไปไฟเผาก็เหลือ แต่ถ้ากับกระดูกก็คือธาตุดินนั้นแหละ ส่วนดวงจิตนี้มันไม่หยุดบุญกรรมบาปกรรมที่ทำมันก็นำไปเกิดอีก



ถ้าบุญนำไป เกิดไปก็ไปสร้างบารมีแหละ ถ้าไปเกิดเป็นเทวดาก็สร้างบารมีอยู่สวรรค์ ก็มีพญาอินทรีนี้ก็สร้างพระเกตุแก้วจุลณีเจดีย์ไว้บนหลังเขาสุเมรุราชอันเป็นที่ตั้งเมืองสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ แล้วบรรจุพระเกศาธาตุกับเครื่องทรงของพระองค์ต่อนอกบวชที่แรก แล้วก็พระเขี้ยวแก้วตอนเมื่อพระองค์ปรินิพพานแล้วนี้พญาอินทรีมาเอาจากโทณพราหมณ์ไปบรรจุไว้ให้พวกเทวดาทิ้งหลาย ๖ ชั้นฟ้าได้ลงมากราบมาไหว้ในวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ นั้นเป็นสถานที่เทวดาสร้างบารมี แล้วก็ตอนที่พระองค์ พระพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่งมาบังเกิดในโลก แล้วเสด็จขึ้นไปแสดงพระอริยธรรมโปรดพุทธมารดา เทวดาเหล่านั้นก็พลอยได้ฟัง พระองค์ไปอยู่จำพรรษา ๓ เดือน ๓ เดือนในมนุษย์ก็ทรงโปรดเทวดาได้บรรลุมรรคผลมากมาย กอง นือยาไปเข้าใจว่า สวรรค์นี้จะไม่มีมรรคมีผล มี แต่เทวดาผู้ใดตั้งแต่เป็นมนุษย์นี้ได้ภาวนา ได้เจริญไตรลักษณ์ญาณอยู่เสมอ ๆ เห็นความไม่เที่ยงของชั้น ๕ อันนี้เป็นอารมณ์อยู่อย่างนั้น เกิดนิพพานขึ้นเป็นครั้งเป็นคราว เบื่อหน่าย อยากจะไปให้พ้นจากชั้น ๕ นี้ไปยินดีต่อพระนิพพาน ถ้าผู้ใดได้บำเพ็ญเพียรภาวนาอย่างนี้ตั้งแต่เป็นมนุษย์แล้วมีศีลบริสุทธิ์แล้ว ตายแล้วไปเกิดสวรรค์ชั้นฟ้าอย่างว่านั้น เมื่อพระพุทธเจ้าขึ้นไปแสดงธรรม เทวดาเช่นนี้แหละมาฟังเทศน์มักจะได้บรรลุมรรคผลเลย เทวดาจำพวกใดที่ไม่ภาวนามีแต่ให้ทานรักษาศีลธรรมตายแล้วไปเกิดเป็นเทวดา ปัญญาที่ฟังพระอริยธรรมอันเป็นธรรมที่ละเอียดก็เข้าใจได้เล็กน้อย ไม่มาก ส่วนท่านผู้ใดได้ภาวนาตั้งแต่ที่เป็นมนุษย์แล้ว ทรงแสดงพระอริยธรรมเทวดาเหล่านั้นได้ฟังและพิจารณาได้ตามเห็นตามไปได้ ก็จึงสามารถบรรลุมรรคผลได้ มันเป็นอย่างนั้น เรื่องมันนะ ดังนั้นไม่เสียทีที่รอกพวกเราฝึกฝนอบรมตนเนี่ย เอากันไปเถิด เราจะได้พบกับความสุขอันเป็นแก่นสารในอนาคต

ปัจจุบันนี้เราก็พบอยู่แต่พบไม่มากขอให้ทำไปเรื่อย ๆ บนกุศลอันนี้มันส่งผลทำให้ไปเกิดบนสวรรค์แล้วมีอายุยืนยาวนาน แล้วบัดนี้มีพระพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่งมาตรัสในโลกแล้วเสด็จขึ้นไปแสดงพระอริยธรรมอย่างที่ว่านั้น ก็ได้ฟังพระอริยธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า นี้ก็ด้วยอำนาจบุญบารมีนั้นแหละ ทำให้เทวดานั้นมีอายุยืนยาวนาน อย่างในภทฺทกัปปต่อไปนี่ถ้าภทฺทกัปปนี้หมดลงกับปีใหม่ตั้งขึ้นมาจะมีพระพุทธเจ้ามาบังเกิดตั้ง ๑๐ พระองค์โน้น ถ้าหากผู้ที่ปฏิบัติธรรมอยู่ในพุทธศาสนาของพระพุทธเจ้าโคดมนี้แล้ว ตายแล้วไปเกิดสวรรค์อย่างเช่นว่ามาแล้วนั้นอายุยืนยาวนานไป จนว่าถึงพระศรีอริยเมตตรัยมาตรัสรู้ในโลก พระองค์ทรงเสด็จไปแสดงพระอริยธรรม พวกเทวดาเหล่านั้นอาจจะได้บรรลุมรรคผลดับขันธเข้าสู่นิพพานไปก็ได้ หรือไม่ ไม่สามารถบรรลุมรรคผลในพระศรีอริยเมตตรัยก็จะมีอายุยืนต่อไปถึงกับปีต่อไปนั้น ซึ่งมีพระพุทธเจ้าบังเกิด ๑๐ พระองค์ พระพุทธเจ้าเสด็จไปทรงแสดงพระอริยธรรม เทวดาเหล่านั้นอาจได้ฟังธรรมและบรรลุมรรคผลเข้าสู่นิพพานไปอาจจะมี นั้นแหละ เพราะฉะนั้นเราได้เกิดเป็นมนุษย์อย่างนี้แล้วก็อย่าพากันประมาท ให้ทำความเพียรไป แม้ว่าจะไม่บรรลุนิพพานในปัจจุบันนี้บุญบารมียังไม่เต็ม ก็เป็นอุปนิสัยอันสำคัญ ที่ทำให้เราบรรลุมรรคผลบนสวรรค์ชั้นฟ้าก็ได้ ดังนั้นเมื่อได้ยินได้ฟังแล้วก็ขอให้พากันตั้งอกตั้งใจทำความสงบต่อไปจนกว่าจะสมควรแก่เวลา

ถอดเทปโดย คุณ พงศ์พิพัฒน์ ดำรงวัฒนกุล





# กุศลธรรม อกุศลธรรม อพยากตธรรม

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

ณ บ้านลานทอง

๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๓



พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมที่ละเอียดมาก ทรงไปแสดงไว้ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ เพราะเหตุว่า  
เทวดามีกายละเอียด จิตใจผ่องใส เพราะบนสวรรค์ไม่มีการทำบาป คนที่ไปเกิดบนสวรรค์นั้นตอนเป็นคน  
ก็เว้นโทษ ๕ ประการตลอดชีวิต (คือ อยู่ในศีล ๕ ไม่ละเมิดศีลห้า)

กุศลธรรมมา คือ ธรรมอันเป็นกุศล

อกุศลธรรมมา คือ ธรรมอันเป็นอกุศล

อพยากตธรรมมา คือ ธรรมอันไม่ใช่บุญไม่ใช่บาป เป็นกลางๆ ไม่ได้ไม่ชั่ว ไม่เป็นกุศลไม่เป็น  
อกุศล

พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ธรรม มีอยู่ ๓ ประการนี้ แต่ว่าแตกกิ่งก้านสาขาไปได้มากมาย แตก  
ร่บเงาให้คน สัตว์ ได้อาศัย

## กุศลธรรม

คือ ธรรมอันดี พระพุทธเจ้าทรงส่งเสริมให้บุคคลทำ ก็คือ ไม่ทำบาป ๕ ประการ (หนึ่ง) และ  
ไม่ทำบาปอื่นอีก (หนึ่ง) ก็ได้ชื่อว่าเป็นบุญเป็นกุศล ศีลห้าทำให้คนฉลาด คนไม่ฉลาดรักษาศีลห้าไม่ได้  
ใครรักษาได้ก็เป็นบุญกุศลของคนนั้น ได้ชื่อว่ามีบุญ กุศล ความดีเป็นที่รังจืดใจ

ให้นี้คิดว่าพวกเรามีศีลห้าบริสุทธิ์ใหม่ ถ้ามี ก็แสดงว่าเรามีกุศลธรรม (คือ ความฉลาด) อยู่ใน  
ใจ ใจมีความฉลาด หาทองเสียงจากโทษบาปทั้งหลายได้ ใครยังเสียงไม่ได้ก็เพราะขาดปัญญา ขาดความ  
ฉลาด เมื่อมีปัญหาแล้ว ปัญญาที่มาสอนจิต มีปัญญาเอาตัวรอดจากบาปผู้มีปัญญาเอาตัวรอดจากบาปได้  
ถึงจะไม่เจริญด้วยลาภ ยศ สรรเสริญ ฯลฯ ก็ตาม ขอให้มีความปัญญาดังนี้ ปราชญ์ทั้งหลาย มีพระพุทธเจ้า  
เป็นต้น ย่อมสรรเสริญว่ามีปัญญาเอาตัวรอดจากทุกข์ได้

ถ้าเทศน์เรื่องอื่นจะไม่กล่าวการพันทุกข์ จึงนำเรื่อง บุญ-บาป มาเทศน์ให้ฟัง บุญ-บาป ก็อยู่ที่  
จิตใจเราเอง รังของบุญ-บาป ก็อยู่ที่จิตเราเอง ให้ภาวนาดูจิตของเราเอง สังเกตดู จิตของเราเป็นบุญ  
หรือกุศล หรือเป็นกลางๆ ไม่บุญไม่บาป หรือว่าเป็นบาปอย่างเดียว หรือว่าจิตของเราเป็นทั้งบุญและบาป  
หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง หรือสองอย่างหรือทั้งสามอย่าง ฯลฯ

จิตที่เป็นอกุศล ใครมาว่าก็โกรธแล้ว ถ้ามีสติสัมปชัญญะก็จะรู้ว่าจิตเป็นอกุศลอยู่ ยังโกรธ  
คนอยู่ ก็ต้องละความโกรธด้วยการเจริญเมตตา ทำความรู้สึกเอ็นดูต่อเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย  
อารมณ์ต่างๆ นั้น เมื่อใจไม่ยึดถือ มันก็ดับไป



ฟังธรรมมาเยอะแยะแล้ว ควรชำระกายใจให้สะอาด ไม่ให้ความเศร้าหมองเกิดขึ้นในจิตใจ ขอเตือนพุทธบริษัททั้งหลาย เพราะว่าชีวิต คือ จิตดวงนี้ เมื่อได้เสวยผลบุญที่ทำ ก็มีความสุข ไปเกิดที่ใดก็มีความสุข เกิดภพใดชาติใด จิตใจก็มีความสุขอยู่ในภพที่เกิดนั้นและจิตบาปอกุศล ก็จะหนองเหนียวให้ไปเกิดที่ต่ำ ไม่มีทางพาไปสู่ที่สูง ที่ดี หลวงปู่เคยเทศน์ว่านรกอยู่ใต้ดินนี้เอง ในตำราท่านว่าไว้แต่ไม่รู้ยูลึกแคไหน มีสำนักงานของยมพบาล มีสำนักงานของนายนิรยบาล ควบคุมสัตว์นรก สอบสวนสัตว์นรก แล้วก็บอกว่านี่เป็นกรรมของเธอเอง เธอทำมาเอง ตอนนั้นก็ต้องเสวยผลของกรรมนั้นของเธอเอง (นี่คือคำตัดสินโทษ) ว่าแล้วก็จะโยนลงนรกไปนายนิรยบาลเองก็เป็นทุกข์เพราะต้องคอยควบคุมสัตว์นรกอยู่ ส่วนยมพบาลผู้เป็นใหญ่ก็ไม่ค่อยทุกข์เพราะมีหน้าที่สอบสวนสัตว์นรก การสอบสวน ก็คือ ถามว่าเคยทำบาปอะไรบ้าง เคยฆ่าสัตว์ไหม ตัวเล็กหรือใหญ่แคไหน ฆ่าสัตว์เล็กก็บาปเล็กน้อย ฆ่าสัตว์ใหญ่ก็บาปมาก บาปมากก็ต้องตกนรกนาน

ดังนั้น พวกเราควรพากันสะดุ้งหวาดกลัว อย่าเห็นแก่ปากท้อง อย่าเห็นแก่ความสนุกสนานชั่วคราว สุขในโลกนั้นสุขชั่วคราวเท่านั้น ไม่ยั่งยืนอะไรเลย เปรียบดังการรับประทานอาหาร พอกินอิ่มก็สบาย แล้วความอึดก็หายไป ก็ทุกข์อีกเพราะหิวอีก

เป็นนักปฏิบัติธรรม ต้องพิจารณาให้เห็นทุกอย่างว่าไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน ควรรู้เท่าและอาศัยของไม่เที่ยงนี้ (กายก็ไม่เที่ยง จิตก็อาศัยกายอยู่ อาหารที่อาศัยยังกายก็ของไม่เที่ยง) ของไม่เที่ยงกับของไม่เที่ยงมาบารุงกัน ถ้าเที่ยงแล้วก็ไม่ต้องบารุงกัน เป็นอยู่อย่างไก็เป็นอย่างนั้น แต่ในโลกนี้ไม่มีอะไรเที่ยง มีแต่พระนิพพานที่เที่ยง ไม่วิบัติ ไม่ผันแปร เราก็ต้องทำใจให้ยินดีในพระนิพพาน ด้วยการไม่ยึดถือในตัวตนชั้น ๕ อันไม่เที่ยง

**ตณฺหา** เป็นปัจจัยให้เกิด **อุปาทาน** เมื่ออยาก ก็ยึดไม่ได้คราวนี้ ต่อไปก็ต้องเอาให้ได้ ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ขอให้เข้าใจ อย่าคิดว่าเป็นผู้ครองเรือนปฏิบัติธรรมอันลึกซึ้งไม่ได้

พระโสดาบันมีสามี-ภรรยา-ลูก ทำไร่นา ทำงาน ค่าขาย ตามความสามารถอยู่ แต่ท่านไม่ทำบาป ขอทานก็เป็นพระโสดาบันได้ (เคยมีคนโรคเรื้อน ฟังเทศน์จากพระพุทธเจ้า ก็บรรลุโสดาบันแล้วกราบปฏิญาณตนถึงพระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์ พระอินทร์ ได้ยินข่าวเรื่องนี้เข้า ก็ลงมาทดสอบ ให้ปฏิเสศคุณพระพุทธพระธรรม และพระสงฆ์แล้วจะหายาแก้โรคเรื้อนมาให้หายจากโรค ชายโรคเรื้อนนั่นก็ตอบพระอินทร์ว่า ท่านเป็นใคร จึงมาแนะนำให้ข้าพเจ้าถอนตัวจากที่พึ่งอันประเสริฐคือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ข้าพเจ้าถอนไม่ได้ หาได้หันเหวกับโรคภัยไข้เจ็บเหล่านี้ไม่ พระอินทร์ฟังดังนั้น จึงไปกราบต่อพระพุทธเจ้าว่า ผู้นี้บรรลุโสดาบันแล้วจริง ๆ ด้วย (ได้ไปสัสมภาษณ์มาแล้ว)

ขอให้เข้าใจ มรรคผล ธรรมวิเศษ ไม่ได้อยู่ที่ร่างกาย แต่จิตเอาร่างกายเป็นอารมณ์ เห็นว่ากายนี้ไม่เที่ยงหนอ เมื่อโรคภัยมากระทบร่างกาย ก็มากระทบจิต จิตก็เดือดร้อน

พระโสดาบันอาจจนกาย แต่ทรัพย์ภายในไม่จนเลย ความเห็นของพระโสดาบันก็คือ สิ่งใดมีความเกิดขึ้นแล้ว สิ่งทั้งปวงย่อมมีความดับไปเป็นธรรมดา ด้วยอำนาจแห่งปัญญา ใครได้บรรลุความเห็นเช่นนี้ ด้วยปัญญาอันบริสุทธิ์ แล้ว ท่านผู้นั้นก็จะบรรลุพระโสดาบัน ความเห็นอย่างนี้ ต้องเกิดจาก ศีล เมื่อศีลบริสุทธิ์ ก็น้อมเป็น สมานธิ แล้วก็สงบขึ้น ... (ขออภัย ที่จุด ๓ จุดไว้ตรงนี้คือจุดไม่ทัน จำไม่ได้แล้ว



ฉลอง ๙๑ ปี พระสุธรรมคณาจารย์ (หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ)

ว่าหลวงปู่กล่าวต่อว่าอย่างไรคะ - deedi) เห็นอธิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี้เรียกว่าพระโสดาบัน รุกขเทวดา สองแม่ลูก ได้ฟังธรรมจากพระพุทธองค์ด้วยใจสงบด้วยความเคารพ ฟังจบ ก็บรรลุโสดาบันได้

**มรรคผล** อยู่กับผู้มีบุญ ผู้มีบุญแก่กล้าก็จะบรรลุ เบื่อหน่ายคลายความยึดถือ แล้วก็วาง จิตใจ ก็รวมเข้าสู่มรรค ถอนออกจากความสงบก็รู้แจ้งว่า "ธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ทั้งสังขารที่มี วิญญาณครองและสังขารที่ไม่มีวิญญาณครอง เป็นธรรมดา เห็นแล้ว มีปัญญาแล้ว ก็เบื่อหน่าย

**ความเบื่อหน่าย** มีหลายขั้นตอน เมื่อเบื่อหน่ายแล้ว ก็ไม่ทำบาป เพราะทำบาปแล้วต้องลง นรก ถ้าหากไม่ทำบาปแล้วไม่มีกีนกียอมตายไปชะดิกว่าตคนรก ใจนั้นไม่ตาย มีแต่กายที่ตาย เมื่อรู้เช่นนี้ ก็จะไม่หวาดกลัวต่อความตาย

เมื่อจิตเห็นแจ้งตามปัญญา ก็จะไม่เดือดร้อนแล้ว ไกลตายลมหายใจก็จะสั้นเข้าๆ ลมหายใจ หมดเสียงดัง 'พื๊อก' แสดงว่าจิตออกจากกายแล้ว หมด นี่สำหรับคนสามัญ แต่พระอริยเจ้าทั้งหลาย นิพพาน ไม่มีเสียงดังพื๊อก มีแต่เงียบไปเฉยๆ เพราะว่าจิตไม่ได้ห้วงก้วงอะไรแล้ว วางทุกอย่างเรียบ ร้อยหมดเลย

**กุศลธรรม** คือ ความฉลาด คือ อยู่ในศีลห้า เป็นผู้มีปัญญา มีความฉลาด

**อกุศลธรรม** คือ ความไม่ฉลาด คนไม่ฉลาดชอบทำแต่บาปแต่กรรมใส่ตัวเอง

**อพยากตธรรม** คือ เวลาปกติ ใจกลางๆ ไม่ใช่บุญไม่ใช่บาป

คุณ deedi - - deedi\_deedi@email.com ผู้พิมพ์

จากเว็บ [easydharma](http://www.easydharma.com)





# พระธรรมเทศนา

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

ณ บ้านนวธานี

๔ ตุลาคม ๒๕๔๒



...

จิต ของคนมีกรรมอยู่ ๓ อย่าง เป็นกรรมในใจของผู้เวียนว่าย ตายเกิดทั้งหลาย นั่นคือ กรรมที่เป็นกุศล กรรมที่เป็นอกุศลและกรรมที่เป็น อภัยกตเวทิตะ (หรือ อภัยกตเวทิตะ- พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์)

เมื่อใดจิตเป็นกุศล เมื่อนั้นก็เกิดความสุข อิ่มเอม ถ้าอกุศลเกิด ก็คิดไม่ดี ทำร้ายกัน และเมื่อไม่มีเหตุ (คือเหตุดีหรือเหตุชั่ว) มากกระทบ ใจก็วางเฉยอยู่ เวลาเช่นนี้ก็จะทำอะไรต่ออะไรไปโดยซื่อๆ ไม่มีระเบียบอะไร

พระพุทธเจ้านั้นมีจำนวนมากเท่าเมล็ดทรายในมหาสมุทร แต่ละพระองค์ ต้องสร้างบารมียาวนานมาก นับเป็นนอสงไขยกัป แต่ธรรมะของพระพุทธเจ้า ทุกพระองค์ที่มาตรัสรู้ที่ทรงสอนเหมือนกันก็คือให้ละความชั่ว ให้ทำความดีและให้ทำจิตใจให้ผ่องใสบริสุทธิ์

ดังนั้น ขอให้คิดให้ดี การได้มาพบพระพุทธศาสนานั้นเป็นลาภอันประเสริฐ บางศาสนาเป็นศาสนาที่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเพื่อบวงสรวงเทพเจ้า แต่พระพุทธองค์ ได้ตรัสอธิบายการ "บูชาบุญ" ในพระพุทธศาสนาว่า การบูชาบุญ ให้ได้ผลดีนั้น ต้องเอาเกวียนออกไปหาซื้อเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มและอาหาร ให้เต็มแล้วนำไปแจกตามบ้านน้อยบ้านใหญ่ ให้ผู้คนได้ร่างกายอบอุ่น ได้อิ่ม อาหาร เท่านั้นคือการบูชาบุญที่ให้ผลดี

การบูชาบุญที่สูงขึ้นไปอีก ก็คือ การไม่ทำบาป ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ผิดศีล ส่วนการบูชาบุญที่สูงที่สุดก็คือการเจริญภาวนา เจริญสมาธิ ให้ได้ถึงฉาน ๘ (ไม่แนใจนะคะ จดมาตามนี้- deedi) แล้วดำเนินวิปัสสนาต่อ ให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่เป็นการบูชาบุญที่สูงที่สุด

การละชั่ว ก็คือการรักษาศีล การทำความดี ก็คือการให้ทาน การชำระจิตใจให้ผ่องใส ก็คือทำใจให้สะอาด อย่าสะสมความชั่ว ไว้ในใจ ภาวนา พิจารณา ทำใจที่ฟุ้งเลื่อนลอยให้สงบแล้วเจริญวิปัสสนาเพ่งพิจารณาธาตุ ๔ ชั้น ๕ ว่าเที่ยงหรือไม่เที่ยง ทุกข์หรือสุข เป็นตัวตน หรือไม่ เมื่อพิจารณาแล้วก็จะละวาง บรรเทาทุกข์ในใจไปได้เป็นส่วนใหญ่

สมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมเหล่านี้ให้แก่พราหมณ์ พราหมณ์ต่างก็ได้บรรลุโสดาปัตติผลกันมากมาย ถึงพระพุทธศาสนา เป็นสภาวะ กลับไปปล่อยแพะแกะหมูวัวควายที่เลี้ยงไว้ฆ่าบูชาบุญ ดัดแปลงโรงบูชาบุญเป็นอย่างอื่นต่อไป

พระพุทธศาสนานั้น ตั้งขึ้นเพื่อสงเคราะห์แก่ผู้ที่มีวาสนาบารมีแก่กล้า ให้ได้พ้นทุกข์ ผู้ที่ยังวาสนาบารมีไม่แก่กล้าบริบูรณ์ก็ได้เป็นพระโสดาบันไป และผู้ที่บารมีวาสนายังอ่อนแต่ไม่หลงก็จะมาถูก





ทาง โลกของเรามีของคู่ ดีชั่ว สุขทุกข์ เกิดตาย บาปบุญ สวรรค์กับพรหมคู่กัน แต่พระนิพพานมี ๑ ไม่มี ๒

พระนิพพาน เป็นธรรมอย่างยิ่ง เป็นธรรมสูงสุด ทำให้รู้จักทุกข์ ไม่ต้องเกิดแก่เจ็บตายอีก ทำให้ผู้ที่มีปัญญาได้ออกจากทุกข์ ไม่ต้องเวียนว่าย ตายเกิดอีก นี่คือปณิธานของพระพุทธเจ้า ถ้าเป็นผู้ที่วางสเนหามิยังมีอันนั้น สวรรค์นรกก็จะไม่เชื่อ สงสัยในนรกสวรรค์ เพราะอวิชชาและตัณหายังครอบงำจิตอยู่ (ถึงตอนนี้ หลวงปู่ท่านพูดขึ้นมาว่า "อย่ากลัวหลวงปู่เหนื่อย หลวงปู่ไม่เหนื่อย แต่ว่าคอแหบ เป็นหวัดลงคอ ไม่ต้องกลัวหลวงปู่เหนื่อย")

ชีวิตคนเราขึ้นอยู่กับ ปัจจัย ๔ ขาดปัจจัยสี่ไม่ได้ แต่เมื่อแสวงหา โดยสุจริตไม่ได้ ความไม่รู้ก็พาให้แสวงหาในทางทุจริต ถ้าผู้รู้แล้วก็จะไม่เป็น เช่นนั้น

ปัจจัยสี่ เป็นเครื่องดำรงชีวิตในโลก แต่ผู้มีปัญญาจะหามาโดยชอบ โดย ไม่ต้องหลอก ลวง คด โกงหรือฆ่าใคร แต่หาด้วยสติปัญญา การงานในโลก มีอยู่ ๒ อย่าง การงานใดเห็นว่าไม่มีโทษจึงจะเข้าไปจับไปทำ (สัมมา อาชีโว) ขอให้พวกเราเลือกการงานที่ไม่ทำอะไรเบียดเบียนตนและผู้อื่น อะไรที่ไม่เป็นไปเพื่อโทษแก่คนอื่นและตัวเอง ส่วน มิจฉาอาชีโว นั้น ก็คือเลี้ยงชีพในทางทุจริต ขาดสติ ขาดปัญญา

สัมมาทิฐิ เป็น ทางดับทุกข์ในวัฏสงสาร

มิจฉาทิฐิ เป็น ทางไปสู่ทุกข์

ในกาลที่ไม่มีพระศาสนา เชื่อกันว่าท้าวมหาพรหมเป็นใหญ่ในมนุษย์และ เทวดาทั้งหลาย ทั้งนี้ เพราะมีผู้ที่เฟื่องกลิ่น เฟื่องอะไรต่ออะไร ไปเห็น พระพรหมเข้า ฤาษีเหล่านั้นก็มาสอนให้คนปฏิบัติตามที่ตัวไปเห็นมา คนในสมัยนั้นก็ต้องเชื่อฤาษี เชื่อผู้ออกบวช (เพราะถือว่าประเสริฐ สอนอย่างไรก็ตามหมด) สร้างโรงบุงชายัญกันขึ้น

ขอให้พวกเราเข้าใจเอาไว้ ทุกวันนี้มีลัทธิต่างๆ มากมาย ให้คิดตามหลัก ที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอน ดีชั่วสุขหรือทุกข์เกิดจากการกระทำของเรา ทั้งนี้ ไม่ใช่จากปัจจัยภายนอกใดๆ ทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ทรงสอนเหมือนกัน ๓ อย่างนี้ คือ ให้ละชั่ว ทำดีและทำจิตใจให้ผ่องใส แม้รายละเอียดอื่นๆ ในคำสอนอาจแตกต่างกันบ้าง

ความชั่วมี ๕ ข้อ (ฆ่าสัตว์ทำร้ายสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในการ ฯลฯ) การละบาปทั้งปวงก็คือการละ ๕ ประการนี้ ให้เข้าใจโทษ ๕ ประการนี้ ให้ดี ถ้าไม่สำรวมระวัง ประพฤติล่วง ตายไปก็ลงนรกลูกเดียว แต่ถ้าสำรวม ระวัง ตายไปก็ไปสวรรค์ลูกเดียว (สีเลนะ สุกติง ยันติ) สวรรค์ เป็น สถานที่มีความสุข เพราะไม่มีบาปปรบกวาน นรก เป็น สถานที่บาป

ผู้สร้างบารมียังไม่เต็ม ยังไม่ถึงพระนิพพาน ก็ไปพักผอนอยู่บนสวรรค์ สบาย ไม่ต้องดิ้นรน แสวงหา ชื่อชาย กิณบุญที่ทำมา (อาณิสสส์ของศีล) บุญกุศล จะดลบันดาลวิมาน อาหารการกิน ผ้านุ่งห่มและอายุขัย (ตั้งแต่หนึ่งพันปีจน หกพันปี) แล้วแต่บุญกุศลที่สร้างไว้ตอนอยู่บนโลก สวรรค์จึงมี ๖ ชั้น บุญกุศลมากก็ขึ้นชั้นสูงๆ ขึ้นไป ละเอียดประณีตยิ่งๆ ขึ้นไป

พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมด้วยปัญญาวินิษายที่รู้แจ้ง โลกทั้ง ๓ คือกามโลก รูปโลกและอรุณโลก ในกามโลกมีดีชั่วสุขทุกข์ทุกแบบ รูปโลกก็คือผู้ปฏิบัติมาน ๔ เป็นรูปพรหม



พระนิพพาน ไม่ใช่ดิน น้ำ ลม อากาศ ไม่ใช่รูป ไม่ใช่นามธรรม พระพุทธองค์ทรงปฏิเสธไว้ทั้งหมด แต่พระนิพพานเป็นดวงจิตที่ละเอียด อาสวะกิเลสให้ขาดจากกันโดยสิ้นเชิง (จดมาอย่างนี้ ถ้าจดผิดพลาดต้อง ขออภัยด้วยนะคะ- deedi) พระนิพพานอยู่ที่จิตดวงเดียวนี้เท่านั้น ถ้าภาวนาและสำรวมจิตอยู่ที่เดียวแล้ว ก็จะไม่เป็นทุกข์ พอมองเห็นทางเข้าพระนิพพานได้รำไร เป็นของรู้ เฉพาะตัว พระนิพพานคือละ โลภะ โทสะ โมหะ หมดสิ้นกิเลส

สัตว์โลกทั้งหลาย ย่อมหมุนไปตามกระแสของโลก โลก (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส) ทั้งหลายทั้งสิ้น ไหลเข้าสู่ธรรมอัน เดียวคือ จิต ดังนั้น ใครห้ามใจตัวไม่ให้ไหลไปตามกระแสโลกได้ ผู้นั้นก็มีความสุข รู้ด้วยตนเอง คนอื่นไม่รู้ เมื่อวิบัติสหนหาญาณเกิด ไตรลักษณ์ก็มีอยู่พร้อมแล้วที่จิต ถ้าปัญญาแก่กล้า ก็ จะรู้เรื่อยๆ ไป ถ้าปัญญายังอ่อน ก็จรรู้ๆ หลงๆ ไปอยู่

พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้มีความเพียร เพื่อจะได้ไม่หลงและจะได้ รู้จริง การทำจิตให้สงบเป็นการฝึกจิตให้สะอาดและมีปัญญา ถ้าไม่สงบ ปัญญาเกิดไม่ได้ สมามี ๓ ชั้น ขณิกสมาธิ อัปปนาสมาธิ และอุปปจารสมาธิ คนส่วนมากจะได้ กันแค่อุปปจารสมาธิ คือ สงบเฉียดฉาน

คนที่มาเกิดในยุคของพระพุทธองค์ (สมัยทรงมีพระชนม์อยู่) นั้นล้วนวาสนา บารมีแก่กล้า จึงบรรลุมรรคผลได้ง่ายๆ พร้อมกับจุดสัมภีทาญาณ จึงถึง พร้อมทุกอย่าง เมื่อทำสมถะจนจิตนิ่งแล้ว ก็ให้ นึกถึงขั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อจิตสงบต้องคิด ถ้าไม่คิดปัญญาก็ไม่เกิด ต้องนึก จิตที่สงบไปแล้ว คือ ความรู้อันเดียวเท่านั้นเอง พอจิตสงบ กิเลสก็ดับ (คือสงบ แต่ไม่ใช่ขาดตอน) นิเวรณ ๕ ดับ จิตก็ผ่องใสสะอาด พอนึกอยากรู้อะไร ปัญญา ก็จะสว่างออกมาให้รู้ เช่น ขั้น ๕ เป็นอย่างไรหนอ ก็รู้ขึ้นมา เห็นรูป แจกออกเป็นกองๆ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ฯลฯ ไหนตัวตนเราเขากัน เมื่อไม่ใช่ของเราแล้ว จะไปยึด ไปถือไว้ทำไม เมื่อรู้ ก็คลายความยึดถือ ไม่รัก ไม่หลง ไม่โกรธ ไม่หลงไหลไปในลัทธิต่างๆ เมื่อคลาย ปัญญา ก็เหมือนถนนหนทางที่ปรับปรุงดีแล้ว ก็เดินทางไปได้ สบายๆ

\*\*\*\*\*

?-ถามหลวงปู่

คนตายแล้วกลับมาให้เห็นได้อีกไหม

- ไม่แน่ เพราะไปหลายคติ แล้วแต่คน และนิมิตต่างๆ ก็ไม่แน่นอน บางอย่าง ก็จริง บางอย่างก็ ไม่จริง

การไหว้เจ้าที่เจ้าทาง บนบานศาลกล่าว

- พุทธไม่นิยม ไม่เอา อย่าไปสนใจเรื่องพวกนี้ คนตายที่มีบุญมากไปสวรรค์ คำก็ไม่อยากมาคุยกับเราแล้ว คนบุญน้อยก็ไปเกิดเป็นผี ไม่มีอำนาจอะไร

\*\*\*\*\*

คุณ deedi - - deedi\_deedi@email.com ผู้พิมพ์

จากเว็บ [easdydharma](http://easdydharma.com)





# อานุภาพแห่งบุญกุศล

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

ณ ศาลากาญจนภิเษก

๒๕ มิถุนายน ๒๕๕๓



**บุญกุศล** ย่อมอำนวยผลให้ตราบเท่าถึงชรา พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ คือ มีศรัทธา เชื่อบุญ-บาป ตั้งใจบำเพ็ญบุญกุศล ก็จะทำให้ร่างกายปกติ แข็งแรง จิตใจตั้งมั่นไม่ทุกข์ร้อน **คนมีบุญ**ใจไม่ร้อนใจไม่ทุกข์ ลองสังเกตตัวเองว่าตั้งแต่ ตั้งใจทำดี ความโกรธ ความใจร้อน ความโมโหโทโสเบาลงหรือเปล่า อันนี้ต้องพิจารณาเอง คนอื่นรู้ให้ไม่ได้ ตัวรู้ของตัวเอง

บุญ บาป ทุกข์ มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ ให้พากันรักษาจิตใจ ฝึกสติรักษาใจ ให้มากกว่าทรัพย์สินภายนอก ไม่เช่นนั้นกิเลสตัณหา ก็จะมาพาไป ดึงไปให้สุขอยู่กับความสุขในโลก อันไม่ยั่งยืน

**ตัณหา** คือ เหตุให้ทุกข์เกิด

**สมุทัย** คือ เหตุให้ทุกข์เกิด

**นิโรธ** คือ ความดับทุกข์ (เมื่อดับตัณหาได้ ทุกข์ในใจก็หมดลง)

**ศีล-สมาธิ-ปัญญา** คือ ทางปฏิบัติเพื่อความดับไปของทุกข์ทั้งปวง

การกิน การนอน การรำเรียงมหรสพต่างๆ เป็นเพียงสุขชั่วคราว ไม่ยั่งยืน ย่อมแตกดับไปเป็นธรรมดา เพราะฉะนั้นทุกคนที่ปฏิบัติธรรม อย่าไปหลงไหลในความสุขชั่วคราวนั้น แต่ความสุขชั่วคราวนี้ไม่มีก็ไม่ได้ เพียงแต่เมื่อมีมาแล้ว ก็ให้รู้เท่า ถ้าไม่รู้เท่า ก็จะเป็นทุกข์ พอมันหายไปทุกข์ใหญ่ก็จะเกิดขึ้น สร้างเนื้อสร้างตัวให้เป็นฝั่งฝ้า อยู่เย็นเป็นสุข และอาศัยความสุข ชั่วคราวนี้เอง ถ้ายังกินอาหารอร่อยอยู่ ยังไม่เบื่ออาหาร ความสุขในการนอนหลับก็สุขชนิดหนึ่ง ยังเป็นเครื่องบำรุงร่างกายกำลังให้แข็งแรง ใครนอนไม่หลับ ๓ คืนก็แยะเลย รอยแรง ทำการงานก็อ่อนแอ ไม่เข้มแข็ง ดังนั้น จึงต้องอาศัยความสุขชั่วคราวเหล่านี้ พยายามนอนให้หลับ ถ้ายังไม่หลับก็ไปหาหมอมให้ตรวจเสีย เพื่อหมอมจะได้แก้ไขให้นอนหลับได้

กายนี้เป็นอยู่แสนยากลำบาก การมีชีวิตอยู่จนวันนี้นับเป็น วาสนานาบุญที่ทำมาแต่หนหลัง ให้อยู่เย็นเป็นสุข ปราศจากโรคภัย ไม่เจ็บร้ายแรง ผู้มีกุศลในใจ คือ มีบุญในใจ หนักแน่น ใครด่าว่าตีเตียน ก็ไม่เสียใจ ไม่โกรธ ไม่เกลียด เพราะว่าใจมีบุญเป็นเครื่องอยู่ ตรงกันข้ามกับใจที่มีกิเลสเป็นเครื่องอยู่ กิเลสอยู่ในใจใคร ก็มีแต่ปั่นจิตใจให้เดือดร้อนวุ่นวาย ควรกำหนดละกิเลสให้เสมอ บรรเทาโกรธพยายามเจริญเมตตาให้มาก ให้สัตว์ทั้งหลายมองเห็นเราเป็นเพื่อน สัตว์ทั้งหลายเห็นเรา เป็นมิตรก็เลื่อมใสยินดี อยากผูกมิตร (นี่เป็นอานิสงส์แห่งการเจริญเมตตา) ย่อมเป็นที่รักของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย แม้เทวดาแสนสูงในชั้นฟ้า ก็จะมีจิตเมตตาต่อผู้มีใจดีมีคุณธรรม และให้การอารักขาไม่ให้มีอันตรายใด เพราะว่าเทวดาพร้อมด้วยเมตตากรุณาและคุณธรรม จะเห็นว่า เทวดาไม่มีการทะเลาะเบาะ



ฉลอง ๙๑ ปี พระสุธรรมคณาจารย์ (หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ)

แว้ง ต่างคนต่างเสวยผลบุญของตน สวรรค์ไม่มีการค้าขาย ไม่สะสมเงินทองเพราะว่าสวรรค์ เป็นที่อยู่ของผู้มีบุญ

เพราะฉะนั้น ให้พากันน้อมรักษาจิตใจทุกอิริยาบถ ยืนเดินนั่งนอน ให้ใจตั้งมั่นอยู่ในพุทธคุณ ก่อนนอนให้ไหว้พระก่อน นั่งสมาธิ เอาสติเข้าไปตั้งอยู่ในใจ รวบรวมจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในบุญ คุณ มีสัมปชัญญะ คือ รู้ตัวเสมอ ว่าขณะนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ ต้องกำหนดดูรู้ตัวเสมอ เวลาเกิดอะไรก็ไม่ตกใจ ไม่หวั่นไหว เพราะว่ามีสติสัมปชัญญะตามรักษาจิตใจอยู่ แต่ถ้าปล่อยกิเลส ตัณหา ครอบงำจิตใจ เกิดอะไรขึ้นก็จะสะดุ้ง กลัว สัตว์ดุร้ายมีพิษไม่จำเป็นต้องไปฆ่าแกงเค้า ที่แท้ไม่คิดว่า เราเองมีพิษยิ่งกว่าพิษงู เช่น โจรใครก็ใช้วาจาที่มแทงเค้า ให้เจ็บอกเจ็บใจยิ่งกว่าโดนพิษงูกัด เพราะว่าเจ็บที่ใจไม่ใช่ เจ็บที่กาย

โบราณจึงบอกว่า "เจ็บอื่นหมิ่นแสน... เจ็บจนตายเพราะพูดเหน็บให้เจ็บใจ อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย ... เจ็บจนตายเพราะพูดเหน็บให้เจ็บใจ" (ที่ จุด ๓ จุด คือ จดไม่ทันคะ - deedi)

เคยไหม ว่าใครให้เจ็บใจ ผู้ปฏิบัตินั้นใครทำเราเราให้อภัยไป ไม่ผูกเวรผูกกรรม ขอให้ต่างอยู่เย็นเป็นสุข รักษาตนให้พ้นจาก ทุกข์ภัยทั้งปวงเถิด ทำอย่างนี้ รักษาบุญไว้ในใจ บุญก็รักษาใจเราให้ไม่ดูร้าย จิตใจก็สม่ำเสมอ เบิกบานด้วยบุญกุศล ไม่อ่อนแอท้อแท้ จากหนุ่มตราบเฒ่าชรา

**บุญ ย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม บุญ กุศล ตราบเฒ่าชรา**

คุณ deedi - - deedi\_deedi@email.com ผู้พิมพ์

จากเว็บ [easyydharma](http://easyydharma.com)





# วิธีเจริญสมณะและวิปัสสนา

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ  
วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย



นั่งขัดสมาธิเอาขาขวาทับขาซ้าย ตั้งกายให้ตรง อย่าก้มมาก อย่าเงยมากให้พอดี ตั้งสติเฉพาะหน้าทำความรู้ตัวทั่วพร้อม ต่อจากนั้นก็ตั้งจิตอธิษฐานถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เอาเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ โดยอธิษฐานว่าด้วยอำนาจแห่งคุณพระรัตนตรัยนี้ ขอให้จิตของข้าพเจ้าสงบเป็นหนึ่ง และขอให้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในธรรมของจริงที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ดีแล้วนั้น ต่อจากนั้นก็นึก พุทโธ ธัมโม สังฆโม สามครั้ง แล้วก็ตั้งสติกำหนดดูลมหายใจเข้าหายใจออกเสมอไป พยายามควบคุมจิตให้รู้อยู่แต่ลมหายใจเข้าออกเท่านั้น ไม่คิดไปทางอื่น แต่คิดว่า เมื่อหายใจเข้าไปแล้วไม่ออกก็ตาย เมื่อหายใจออกไปแล้วไม่กลับเข้าก็ตาย ชีวิตนี้มีอยู่แค่ลมหายใจเข้าออกเท่านั้น เมื่อลมหายใจหยุดเวลาไหน ก็ต้องตายเวลานั้น แต่เรารู้ไม่ได้ว่าลมหายใจนี้จะหยุดลงเมื่อใดนั้น จึงต้องระวางจิตไม่ให้คิดไปในทางบาปอกุศล และไม่ให้จิตผูกพันอยู่กับสิ่งใดๆ ในโลก แม้แต่ร่างกายนี้ก็ไม่ใช่ของเรา สิ่งอื่นจะเป็นของเรามาแต่ไหน กำหนดรู้เรื่องนี้อยู่ในใจเสมอไป จนใจสงบลงเป็นหนึ่ง

## ลักษณะของใจที่สงบ

ในขณะที่จิตรวมลงเป็นหนึ่งนั้น จะปรากฏคล้ายกับคลื่นหลับไปหน่อยหนึ่ง แล้วก็รู้สึกตัวว่าจิตตั้งมั่นอยู่ในปัจจุบัน พร้อมด้วยสติไม่วิตกวิจารณ์อะไรต่อไป มีสติระวางจิตที่สงบอยู่นั้นให้สงบอยู่ในปัจจุบันเรื่อยไป

## ทำความเข้าใจเท่านี้มิถหากมันเกิดขึ้น

ในขณะที่ทำความเข้าใจสงบอยู่นั้น เมื่อผลอสติจิตจะพลิกไป ในขณะนั้นอาจจะเกิดนิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นก็ได้ ต้องระวางให้ดี เมื่อนิมิตเกิดขึ้นจะเป็นเรื่องดีหรือเรื่องไม่ดีก็ตาม ให้กำหนดรู้เท่านี้มิถนั้นตามเป็นจริงว่า นิมิตนี้ก็เป็นแต่สัญญาอารมณ์เท่านั้น ครั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน ไม่ควรยึดถือว่าเป็นนั่นเป็นนี่ แล้วกำหนดจิตให้ตั้งอยู่ในปัจจุบัน ไม่ใส่ใจกับนิมิตนั้น ถึงเวลาแล้วมันก็จะดับไปเอง บางคนภาวนาไม่เกิดนิมิตอะไรก็มี ทั้งนี้เพราะเป็นไปตามอุปนิสัยของแต่ละบุคคล ข้อสำคัญอยู่ที่การทำใจให้สงบนั้นแหละ เป็นหัวใจของสมณะภาวนา

## วิปัสสนาภาวนา

การทำใจให้สงบนับว่าเป็นบทบาทอันสำคัญ ทั้งนี้ เพราะว่าใจที่ไม่สงบย่อมไม่มีปัญญาารู้แจ้งซึ่งธรรมของจริงได้ ดังนั้น พระบรมศาสดาจึงทรงสอนให้เจริญพระกัมมัฏฐานบทใดบทหนึ่งเป็นอารมณ์



จนใจสงบลงเป็นหนึ่งก่อนแล้ว จึงเจริญวิปัสสนาต่อ เช่น เจริญอานาปานสติดังกล่าวมาแล้วนั้น เมื่อทำใจให้สงบได้แล้ว ก็กำหนดพิจารณาขั้นห้านี้แหละ ให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ทนได้ยาก และเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนเราเขา คำว่าตัวตนก็เป็นแต่สมมุติขึ้นเพื่อติดต่อสังคมกันเท่านั้น ถ้าไม่สมมุติขึ้นก็ติดต่อสังคมกันไม่ได้

ขั้นห้านี้ย่อยลงเป็นสอง คือ รูป ๑ นาม ๑ ธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประชุมกันเป็นกายนี้ เรียกว่า รูปความที่จิตเสวยอารมณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างกายกับจิตกระทบกัน เรียกว่า เวทนา คือ เป็นสุขบ้าง เป็นทุกข์บ้าง เป็นไม่สุขไม่ทุกข์บ้าง ความจำได้หมายรู้ คือ จารูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เรียกว่า สัญญา เจตสิกธรรม คืออารมณ์ที่เกิดกับใจ เป็นส่วนดีเรียกกุศล เป็นส่วนชั่วเรียกอกุศล เป็นส่วนกลางๆ ไม่ดีไม่ชั่วเรียก อัพยาทุกต เรียกว่า สังขาร ความรู้สึกอารมณ์ในเวลาทีรูปรูปมากกระทบตา เสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสกระทบลิ้น เย็นร้อน อ่อนแข็ง กระแทกกาย อารมณ์ทั้งห้านี้กระทบใจ เรียกว่า วิญญาณ

ความกำหนดพิจารณารูปกับนามนี้ กระจายออกไปให้เห็นตามความเป็นจริง แล้วปล่อยวางไม่ถือมั่น ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขา นั้นแหละเรียกว่า วิปัสสนา ให้ฟังสันนิษฐานดูว่า รูป ได้แก่สิ่งที่มีมองเห็นด้วยตาทั้งหมด ทั้งที่มีใจครองก็ดี และไม่มีใจครองก็ดี เรียกว่ารูปทั้งนั้น ส่วนนามธรรมนั้นหมายเอาสิ่งที่รู้ด้วยใจ นามธรรมไม่มีรูปร่าง ดังนั้นจึงรู้ได้แต่ทางใจเท่านั้น เพราะว่าใจหรือจิตก็ไม่มีรูปร่างเหมือนกัน แต่มันก็มีอิทธิพลสามารถทำกายนี้ให้เคลื่อนไหวไปมาได้ และสามารถบังคับกายวาจาให้ทำดีหรือทำชั่วได้ การที่จะรู้จักจิตนี้ได้โดยแจ่มแจ้งก็เพราะกำหนดละอารมณ์ที่เป็นอดีตอนาคตเสีย แล้วเพ่งอยู่ในปัจจุบันนี้จนจิตรวมลงเป็นหนึ่งนั้นแหละ จะรู้ว่าจิตคืออะไร

การเจริญสมณะกัฏฐิ และการเจริญวิปัสสนากัฏฐิ ก็เพื่อมุ่งชำระจิตดวงนี้ให้บริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย

เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายจึงสมควรเจริญให้มาก กระทำให้มาก จักเป็นไปเพื่อความรู้อย่าง เพื่อความเห็นจริงในธรรมที่ควรรู้ควรเห็นคือ อริยสัจธรรมทั้งสี่ ได้แก่ ทุกข์ เหตุให้ทุกข์เกิด ความดับทุกข์และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ อันทุกข์นั้นหมายเอาความ เกิด แก่ เจ็บ ตาย และความ โศกเศร้าเสียใจ พิโรธ่าพันต่างๆ ความคับแค้นใจ ความเหี่ยวแห้งใจ ความพลัดพรากจากของรักของชอบใจก็ดี ความได้ร่วมกับบุคคลซึ่งไม่เป็นที่รักที่ชอบใจก็ดี และความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สมหวังก็ดี ทั้งหมดนี้ล้วนแต่เป็นทุกข์ทั้งนั้น ส่วนความเกิด แก่ เจ็บ ตายนั้น ทรงสอนให้กำหนดรู้เท่าตามเป็นจริงแล้วอดกลั้นทนทานต่อทุกข์เวทนานั้นๆ เสมอไป ส่วนความโศกเศร้าเป็นต้นนั้น ทรงสอนให้กำหนดละ และบุคคลสามารถละได้ ถ้าอบรมปัญญาให้เกิดขึ้น และต้นเหตุคือความอยากนั้น ทรงสอนให้ละ ในขั้นต้นนี้ ทรงสอนให้ละต้นเหตุคือความอยากกระทำไปในทางบาปอกุศล เช่น ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูตเท็จ ดื่มสุราเมรัย กัญชายาฝิ่น เฮโรอีน และอื่นๆ ซึ่งเป็นของเสพติดให้โทษ ต้นเหตุประเภทนี้ควรเพียรพยายามละให้ได้ ถ้าไม่ละแล้วมันจะพาให้ได้รับทุกข์ ทั้งในปัจจุบัน และเบื้องหน้าต่อไปไม่มีสิ้นสุด ส่วนความอยากประเภทอื่นนั้นค่อยเอาไว้ละทีหลัง ถ้าละต้นเหตุอดต้นนั้นไม่ได้ ต้นเหตุประเภทอื่นๆ ก็ละไม่ได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงสมควรพยายามละต้นเหตุประเภทต้นนั้นให้ได้ จึงจะพ้นจากทุกข์ในอบายภูมิทั้งสี่มีนรกเป็นต้นได้ เราเกิดมาในชาตินี้เป็นบุญลาภอันประเสริฐ ที่ได้มาพบพระพุทธศาสนา



ฉลอง ๙๑ ปี พระสุธรรมคณาจารย์ (หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ)

ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ประเสริฐในโลก สมควรที่จะลงมือปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์โดยความไม่  
ประมาท ก็เลสบาปธรรมจะได้น้อยเบาบางจากดวงจิตของตน การที่คนเราจะพ้นทุกข์ไปไม่ได้ ก็เพราะไม่  
ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง

เพราะฉะนั้น ท่านผู้ใดอยากพ้นจากทุกข์ภัยในวัฏสงสาร จงตั้งใจปฏิบัติตามคำสอนของพระ  
พุทธเจ้าโดยความไม่ประมาทเถิด

จากเว็บ <http://www.nongkhaiweb.com>





# เคล็ดปฏิบัติสมาธิ

โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

วัดอรัญบรรพต อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย



นั่งสมาธิฟังพากันตั้งสติให้แน่วแน้อยู่ภายใน พยายามควบคุมจิตอย่าให้มันหลงคิดนึกไปใน อารมณ์ที่มันเคยคิด เคยนึก เคยเกาะ เคยข้องมาแต่ก่อนให้กำหนดลงเอาปัจจุบันนี้เป็นที่ตั้งเลยทีเดียว ชีวิตนี้จะมีอยู่เฉพาะลมหายใจเข้าหายใจออก อยู่ที่ปัจจุบันๆนี้เท่านั้น ให้กำหนดจำกัดลงเลย เพราะว่าที่ ล่วงมาแล้ว มันก็ล่วงมาแล้วนะชีวิต แล้วอนาคตก็ยังไม่ไปถึง มันก็ยังไปไม่ถึง ไม่ต้องไปคำนึงหา มัน การงานอะไรที่ล่วงมาแล้วผิดหรือถูกมันก็ได้ล่วงมาแล้วไม่ต้องไปคำนึงหา มัน

เวลานี้เป็นเวลาพักผ่อนของจิตใจ ขอให้เตือนตนอย่างนี้ เวลานี้เป็นเวลาพักผ่อนของจิตใจใน ขณะนี้ เบื้องต้นนี้ ก็อยากคิดอยากรู้นั้น รู้นี้ เห็นนั้น เห็นนี้ก่อน คือพยายามตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก อธิษฐานจิตถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึกของตนแล้ว ก็พยายาม ประกอบจิตนี้ ให้หยุดคิดหยุดนึก ให้กำหนดรู้เฉพาะแต่ลมหายใจเข้าหายใจออกเท่านั้นก่อน เพราะเวลานี้ ให้เข้าใจว่าเราพักผ่อนจิตใจ คำว่าพักผ่อนคือหยุดคิดหยุดนึกในการงานต่างๆเลย วางจิตลงให้สบาย สบาย ไม่ต้องกังวลข้างหน้าข้างหลังอะไรเลย กำหนดรู้ตั้งแต่ปัจจุบันเท่านั้น เอาปัจจุบันนี้เป็นหลักเลย ชีวิตนี้ก็ให้กำหนดว่ามีอยู่แค่ปัจจุบันๆนี้เท่านั้นแหละ

ในเบื้องต้นเราก็รู้ไม่ได้ว่าจะไปถึงไหน เบื้องหลังมันก็ล่วงมาแล้ว ดังนั้นเราต้องกำหนดรู้ เฉพาะปัจจุบันเท่านั้นเองคือการทำสมาธินี้ สำคัญอยู่ที่สตินั้นแหละขอให้ได้พากันจำเอาไว้ให้ดี สติแปลว่า ความระลึกได้คือระลึกเข้าไปในจิตเลยทีเดียวระลึกให้หยั่งเข้าไปให้มันถึงจิตอย่าให้มันระลึกเฉไปทางอื่น จิตนี้ตั้งมันอยู่ไม่ได้ก็เพราะมันขาดสติ สติไม่ได้เข้าไปควบคุมอยู่ใกล้ชิด สตินั้นระลึกออกไปจากจิต เมื่อ จิตนี้ ปราศจากสติแล้ว มันก็ว่าเหว เร่ร่อนหาอารมณ์อย่างอื่นคิดส่ายไปตามความชอบใจ มันก็เป็นอย่าง นั้น แต่จิตนี้แหละ ถ้ามีสติเป็นเครื่องสอนอยู่แล้ว ไม่ไปไหนแล้ว ที่มันอยากคิดเพราะคิดอะไรมาแต่ก่อนนั้น สติห้ามไว้แล้วมันก็หยุด

ขอให้สติมันเข้มแข็งเสียอย่างเดียวหายใจเข้าก็กำหนดรู้ หายใจออกก็กำหนดรู้อยู่ในปัจจุบัน นั้นเลย อย่างนั้น ไม่ได้รู้สิ่งอื่นๆใดทั้งหมด ถ้าหากใครสามารถที่จะฟังเข้าไปภายในให้เกิดแสงสว่าง เหมือนอย่างเราฉายไฟเข้าไปในถ้ำมืดๆอย่างนี้ แสงไฟฉายนั้นมันจะเป็นลำสว่างเข้าไปภายในจะมีอะไร อยู่ในนั้นก็มองเห็นได้เลยอันนี้ก็เหมือนกันแหละ ถ้าเราสามารถที่จะกำหนดตั้งสติ แล้วฟังตามลมหายใจ เข้าออกเข้าไปภายในให้มันสว่างเข้าไปถึงจิตใจและก็มองเห็นอัฐภาพร่างกาย อวัยวะน้อยใหญ่ภายในร่าง กายได้ยิ่งดีเลยถ้าทำได้แบบนี้

ถ้าหากว่าเราไม่สามารถจะทำได้แบบนี้ ก็ตั้งสติฟังเข้าไปหาความรู้อย่างเดียวเท่านั้น รู้ อยู่ ตรงไหน สติก็ให้หยั่งไปถึงนั้น ก็ใช้ได้เหมือนกัน เมื่อจิตมันสงบ มันคลายจากอารมณ์ต่างๆออกไปแล้ว





มันปลอดภัยไปร่ง ถึงแม้ว่าจะไม่สว่างไสวเต็มที่ แต่มันก็มีเงาแห่งความสว่างปรากฏอยู่ในจิตนั่นเองแหละ จิตไม่เศร้าหมองหมายความว่าอย่างนั้นแหละเบิกบาน ถ้าหากมันคลายอารมณ์ต่างๆออกไปแล้วนะ ลักษณะของจิตนี้จะเบิกบานผ่องแผ้ว ไม่มีกังวลใดๆ อิมอยู่ภายใน ไม่ปรารถนาอยากจะทำอะไรไปไหนมาไหนแล้วที่นี้ถ้าจิตคลายอารมณ์เก่าออกไปหมดแล้วนะ แต่การที่จิตจะคลายอารมณ์เก่าออกไปได้ ก็ต้องอาศัยสตินั่นแหละ เข้าไปควบคุมจิตไม่ให้คิดไปในอารมณ์ต่างๆ

อันเมื่อจิตนี้ไม่มีโอกาสที่จะคิดไปในอารมณ์ต่างๆแล้วมันก็คลายทิ้งไปหมด อารมณ์ที่เราเก็บเอาไว้เป็นอย่างนั้นเพราะว่ามันไม่มีที่ต่อมันก็คลายออกไปเท่านั้นเอง ดังนั้น อย่าไปเข้าใจวิธีอื่นเลยพระพุทธเจ้าทรงสอนให้กำหนดลมหายใจเข้าออกนี้ เพ่งกำหนดรู้แต่ลมหายใจเข้าออกนี้แหละ ความคิดฟุ้งซ่านต่างๆจะค่อยเบาไปๆหมดไปลำดับเพราะว่าจิตเราไม่ส่งเสริมมันแล้วนี่ จิตเรามาจ้องอยู่เฉพาะแต่ลมนี้ จิตนี้ไม่ส่งเสริมความคิดเสียแล้ว ที่นี้จะคิดดีคิดชั่วอย่างไรไม่เอา ในขณะที่ปล่อยทิ้งไม่ใช่เวลาคิด เวลาที่เวลาสงบ เวลาเพ่ง เวลาที่กำหนดรู้ ไม่ใช่เวลาคิด ให้มีสติเตือนจิตอย่างนี้เสมอไป จิตนี้เมื่อถูกสติเตือนเข้าบ่อยๆมันก็รู้ตัว รู้ตัวแล้วมันก็คลาย มันก็ปล่อยวางอารมณ์ไม่ส่งเสริม ไม่คิดไม่ปรุงไปอีก มันสำคัญเรื่องสมาธินี้สำคัญมากทีเดียว เรื่องปัญญานั้นมักเกิดจากสมาธิ ดังนั้นเมื่อเราไม่สามารถจะทำได้สมาธิให้บังเกิดขึ้นได้ปัญญานั้นก็เกิดไม่ได้ ปัญญาในที่นี้เกิดจากสมาธิ ปัญญาที่เกิดจากจากสมาธินี้เป็นปัญญาที่แจ้งในธาตุสี่ ชันท์ห้า ในนามในรูปไม่ปรารถนารู้อย่างอื่น

ในการปฏิบัติสมาธิแรกๆอย่าไปสงสัยกลางแกลงใจว่า เอ๊ะ ทำไมเราจึงปฏิบัติไม่ได้ ทำไมจึงไม่สงบ? กำหนดลมหายใจก็กำหนดแล้ว มันก็ยังไม่สงบอย่างนี้ อย่าไปสงสัย ให้นึกว่า เราทำยังไม่พอก็แล้วกันแหละ เราทำยังไม่มากพอ คือว่าเรายังกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออกนี้ ยังไม่พอ เราจะต้องทำอีก





## ธรรมะหลวงปู่

จิตดวงนี้เมื่อมันถูกอวิชชาครอบงำ ย่ำยีเอา มันก็หลงไป ทำดีไปบ้าง ทำชั่วไปบ้าง พุตดี บ้าง พุตชั่วบ้าง เวลาใดมันรู้ตัว มันก็พุตดี เวลาใดมันลืมตัว มันก็พุตชั่ว-ทำชั่ว (โทษแห่งความรัก)

นี่แหละเรื่องวิปัสสนาณะมันต้องเห็นแจ้งจริงๆ เห็นแจ้งในใจว่าขั้นไหนไม่ควรยึด ไม่ควรถือ เพราะว่ามันไม่เที่ยง ขึ้นยึดถือไว้มันก็เป็นทุกข์ เพราะมันแปรปรวนไปอยู่เสมอ มันไม่อยู่ในบังคับบัญชาของผู้ใด อันนั้นะ ความรู้ความเห็นอย่างว่านี้มันจะเป็นไปได้ มันก็ต้องอาศัยปัญญา อาศัยสมาธิเป็นฐานที่ตั้งของปัญญา

(ผลเป็นสุขจริงด้วยปัญญา)

ร่างกายมันก็ไม่ว่ามันเป็นทุกข์ แต่ว่ามันหากมีลักษณะของทุกข์ ปรากฏให้จิตรู้อยู่ คือ ความไม่เที่ยงของร่างกายนั้น ไม่มีจิตนี้มาครองอาศัยอยู่แล้ว มันจะไม่มีใครรับรู้ความทุกข์ของร่างกายอันนี้เลย ก็เพราะจิตนี้มาครองอยู่ จิตจึงเป็นผู้รับรู้ ความทุกข์ ความเปลี่ยนแปลงของร่างกายนี้

(ความไม่เที่ยงแท้)

พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้คนเราจำเอาคำสอนของพระองค์ไว้เฉยๆ เมื่อจำได้แล้วให้ลงมือตัดแปลงกาย วาจา ใจ ของตนให้เป็นไปตามคำสั่งสอนนั้น ถ้าตนตัดแปลงกาย วาจา ใจ ให้ตรงไปตามคำสอนแล้ว ก็พยายามรักษาความรู้ ความเห็นที่เป็นศีลเป็นธรรมนั้นไว้

(ความดับทุกข์)



## เกินพอดี

คู่ครองเรือนก็สร้างสมความรักเอาจนเกินพอดี อันเป็นเหตุให้ประพฤตินอกใจกันและกัน ทางประเวณี พุดตรงๆก็ว่าไปเล่นชู้กับผัวเล่นชู้กับเมียนั่นเอง นี่เรียกว่าความรักมันเกินพอดี ถ้าเป็นภิกษุสามเณรก็ความรักเกินขอบเขต ก็เป็นเหตุให้ล่วงสิกขาบทวินัยน้อยใหญ่ทั้งหลาย พรหมจรรย์ก็อับเฉาหลง เหมือนพระจันทร์ในข้างแรม เจริญไปไม่ได้



## หอบทุกข์

การฝึกจิตให้เข้าถึงความสงบนี้ เป็นสิ่งจำเป็นจริงๆ ให้ถือเป็นเรื่องจำเป็น ถ้าปล่อยจิตให้เลื่อนลอยไปตามอำนาจของกิเลสก็มีแต่ทุกข์ อยู่ในปัจจุบันนี้ก็ทุกข์ใจหนักใจมาก ละโลกนี้ไปสู่โลกหน้าก็ทุกข์ หอบเอากองทุกข์เหล่านี้ไปด้วย มันเป็นอย่างนั้น มันทุกข์หลาย บางคนก็ถึงฆ่าตัวตาย ไม่มีทางออก ผู้ไม่เชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้ไม่ปฏิบัติตามคำสอน ให้ไหว้พระ นั่งสมาธิภาวนา ชี้อารมณ์ไม่เอา ไม่นั่งแล้วเพราะใจมันลอย ใจมันไปยึดถือแต่เรื่องภายนอก แล้วจะมีแกใจมาไหว้พระ นั่งภาวนาสารวมใจให้สงบอยู่ภายในจะได้อย่างไร การที่ภาวนาจิตใจให้มันสงบลงไปได้ ก็เพราะมันเตือนใจของตนให้ละเรื่องภายนอกอยู่เสมอ ในเวลาที่ไม่ได้นั่งสมาธิภาวนา ก็ต้องเตือนใจให้ละอารมณ์ที่มากกระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ มันกระทบมาเวลาใด เราก็พิจารณากำหนดละมันในเวลานั้นไปเรื่อยๆ ให้จิตนี้เป็นปกติอยู่เสมอ ไม่ให้จิตนี้มันเปลี่ยนแปลงวันไหนไปตามอารมณ์ที่มากกระทบ เช่น "ตา" เป็นต้นนั้นก็ต้องระมัดระวังอยู่อย่างนี้เสมอไป



## พรหมของลูก

ไม่ลำเอียงเพราะความรัก ก็หมายความว่า อย่างว่ามีลูกหลายคน รักคนใดมากๆ ก็แบ่งสมบัติให้ลูกคนนั้นมากกว่าคนอื่น ๆ นี้เรียกว่าลู่อำนาจแก่ความรัก ถ้าไม่ลำเอียงเพราะรักแล้ว ก็หมายความว่า มีเมตตากรุณาเหมือนกันหมด ลูกทุกคนบางคนก็มีนิสัยไม่ดีๆ เราก็เมตตาตามัน เพราะมันได้มาเกิดกับเราแล้ว อย่างนี้แหละ ก็สงเคราะห์ไปตามกำลังที่สงเคราะห์ได้ ถ้าคนที่เสียจริงๆ ทำดีไม่ได้จริงๆ มันเหลือวิสัย ก็วางอุเบกขาลง ไม่ต้องไปโกรธไปเกลียดอะไร ก็กรรมของเขาสร้างมาอย่างนั้น เราจะทำอย่างไรได้ ฝึกอย่างไรจะให้มันดี มันก็ดีไม่ได้ อย่างนี้ ถ้าขึ้นโกรธไป โมโหโทโสไป เสียใจกับลูกคนนั้นอยู่ ก็เป็นทุกข์เปล่าๆ เสียใจอย่างไรลูกก็ทำดีไม่ได้ เพราะว่านิสัยไม่ดีแต่ก่อน แต่ชาติก่อนโน้นแหละ ถ้าหากว่าผู้เป็นพ่อแม่ไม่รู้จักวางอุเบกขาลง ไม่นึกถึงกรรมของสัตว์แล้ว มันก็เป็นทุกข์



## เกิดจากตม

สาเหตุที่จะมีศาสนาบังเกิดขึ้นในโลก มีผู้สร้างบารมีปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าในโลก ก็เนื่องมาจากคนทั้งหลายไม่รู้จักหนทางออกจากทุกข์ เมื่อได้ประสบกับความทุกข์แล้วก็ร้องไห้ ร่ำไร ตีอกชกหัวต่างๆ นานาตายไปพร้อมด้วยกับความทุกข์ หอบเอาความทุกข์ติดตัวไปด้วยอย่างนี้แหละ บุคคลยังไม่รู้แจ้งในโลกนี้ตามเป็นจริงอย่างนั้น บัดนั้นให้พากันเข้าใจ เหตุจะมีศาสนาขึ้นมานี้ก็เพราะมันมีทุกข์นี้แหละ



## จรจัด

แต่คนส่วนมากแย่งจริงๆ ไม่ยอมที่จะข่มจิต เฟงจิตให้เข้าถึงความสงบ มีแต่ยอม ตกเป็นทาสของตัณหา ปล่อยจิตให้ฟุ้งไปภายนอกอยู่อย่างนั้น และจะไม่ให้มันเกิดอีกทำอย่างไร แล้วผู้ที่ยึดอารมณ์แต่ภายนอกจนตลอดถึงวันตายอย่างนี้ ตายก็เอาไปไหนไม่ได้ แล้วจิตก็วกเวียนอยู่กับสิ่งที่ตนรักตนชอบใจ เมื่อบุคคลไปมีจิตเลื่อนลอยฟุ้งซ่านอย่างนั้นก็ไม่ได้ทำบุญ เมื่อไม่ได้ทำบุญแล้วจิตใจก็เร่ร่อนพะเนาะเหมือนคนไม่มีหลักไม่มีแหล่ง ไม่มีบ้านอยู่เป็นของตัวเอง เป็นคนจรจัดอาศัยบ้านคนนั้น อาศัยบ้านคนนี้ อาศัยศาลาวัด อาศัยสถานที่สาธารณะเป็นที่หลับที่นอน ไปขอทานเขาก็กินอยู่อย่างนั้น จิตใจที่ไม่ได้ฝึกฝนให้เข้าถึงความสงบ ไม่ทำบุญกุศล ไม่ทำความดีให้เป็นประโยชน์ตนและผู้อื่น หรือทำก็นิดๆ หน่อยๆ อย่างนี้มันก็สู้อ่านาภิเษกไม่ได้ เมื่อตายลงอย่างนี้ ก็เสสมันก็จูงไปตามประสงค์แล้ว ถ้าทำบาปมาก มันก็ไม่ได้มาส่งลอยอยู่กับโลกมนุษย์นี้แล้ว บาปกรรมจุดคร่าไปสู่อบายภูมิ พิเคราะห์ให้เห็นด้วยตนเอง



## สุขชั่วคราว

ชีวิตนี้อย่าไปหลงความสุขชั่วคราว อย่าไปติดอยู่กับความสุขชั่วคราวนี้ แล้วจะไม่ได้พบความสุขอันไพบูรณ์เลย ผู้ใดติดอยู่ในความสุขชั่วคราว ติดอยู่ในการกิน ไม่ได้กินอาหารอันอร่อย ไม่ได้ฆ่าสัตว์มาทำอาหารกินมันไม่อร่อย นั่นเรียกว่าติดในการกิน อันเป็นเหตุให้ทำบาป ติดในการนอน ได้นอนมากก็ถือว่าดี ร่างกายจะได้สมบูรณ์ ถ้านอนน้อยก็แล้วร่างกายจะชুবผอม ไม่ได้ต้องนอนให้มากๆ เรียกว่าติดในการนอน ไม่แบ่งเวลาประกอบความเพียรทางจิตเลย ก็เลยไม่ได้ผลในจิตใจ ไม่ได้ชำระกิเลสออกจากจิตใจนี้ ลองสังเกตดู



## คลื่นซัด

บุคคลผู้ไม่มีสมาธิจิต ไม่ทำจิตให้สงบแล้ว อะไรกระทบกระทั่งมัน มันก็ไม่รู้สึกตัว ท่านว่าจิตมากกระทบเข้ามีแต่จำเริญอย่างเดียวเท่านั้น แทนที่จะวินิจฉัยว่ามันเจ็บเพราะอะไรๆ มันถึงเจ็บอย่างนี้ มันคิดไม่ได้เลย เมื่อมันเจ็บหนักๆ เข้า มีแต่ร้องครวญครางไป ดิ้นรนกระสับกระส่ายไปนั่นเอง อันนี้ท่านจึงเรียกว่า คนเราอันดวงจิตนี้มันตกไปตามกระแสของกิเลสตัณหา เหมือนกับบุคคลที่เดินทางโดยเรือกระแสน้ำของกิเลสตัณหา เหมือนกับบุคคลที่เดินทางโดยเรือเดินมหาสมุทรลงสู่ทะเล คลื่นซัดไปต้องมหาสมุทรทะเลนั้นนะ สุดแล้วแต่คลื่นมันจะซัดไปไหนก็ตามมัน



จงมีสติอยู่ทุกเมื่อ ก่อนทำ  
ก่อนพูด ร้องใจดีทุกที  
พระสุธรรมคณาจารย์  
(หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ)



# อนุโมทนา

หนังสือฉบับนี้ได้ นำ ประวัติ และ ธรรมะมาจากเว็บไซต์หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ (<http://worrallapo.cjb.net>) ซึ่งเช่นเดียวกันครับ ต้องขออนุโมทนากับทุกๆท่านที่พิมพ์ธรรมะด้วยนะครับ  
ได้แก่

คุณ พงศ์พิพัฒน์ ดำรงวัฒนกุล

คุณ ไกรฤกษ์ ศีลาคม

คุณ ศิริพร เวชกระจำง

คุณ ไพรสน รุจิคุณ

คุณ พจวรรณ แยมพิกุลสกุล

คุณ deedi จากเว็บ [easydharma](http://www.geocities.com/easydharma/) (<http://www.geocities.com/easydharma/>)

ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และเจ้าของเว็บไซต์ต่างๆ ที่  
ลงบทเทศนาธรรมของหลวงปู่ไว้

หากมีข้อผิดพลาดประการใดหรือมีข้อสงสัย ต้องการเสนอแนะ กรุณาส่ง E-mail ถึงผมได้ที่  
[nattachai1024@yahoo.com](mailto:nattachai1024@yahoo.com) เพื่อใช้ในการปรับปรุงและแก้ไขต่อไป

ผมต้องขอกราบขอบพระคุณหลวงปู่เหรียญ วรลาโภ (พระสุธรรมคณาจารย์) และท่านพระ  
อาจารย์สมชาย สุขุมมาโล เป็นอย่างยิ่งที่ท่านได้เมตตาตามอบธรรมะและหนังสือในการจัดสร้างเว็บไซต์ครั้งนี้

และที่จะลืมไม่ได้คือผู้ที่ให้การสนับสนุนในการสร้าง website หลวงปู่ ได้แก่คุณพ่อ คุณแม่ และ  
คุณอา รวมถึงพี่เบ๊ก ซึ่งเอื้อเฟื้ออุปการะในการจัดสร้าง และพี่สุมิตร ผู้ที่ทำให้ผมได้รู้จักกับหลวงปู่ ผม  
ต้องขอกราบขอบพระคุณและร่วมอนุโมทนากับทุกๆท่านมา ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ



**"อะไรที่เป็นประโยชน์กับคนหมู่มากก็จงทำเถิด"**

คำกล่าวให้อนุญาตจัดสร้างเว็บไซต์ธรรมะและประวัติหลวงปู่  
คือปฐมบทแห่งเว็บไซต์  
หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ แห่งนี้