

"สิ่งทั้งปวงในโลกนี้มีใช้ว่าจะถ่วงแต่ความทุกข์เท่านั้น บางทีก็ถ่วงความสุขให้เหมือนกัน ดังนั้นคนจึงติดมัน แต่บรรดานักปราชญ์ผู้มีปัญญาทั้งหลายท่านพิจารณาเห็นว่า มันเป็นความสุขชั่วคราวไม่ยั่งยืน ถ้าพิจารณาโดยสรุปแล้ว ก็เป็นทุกข์นั้นแหละมากกว่าความสุข อันความสุขที่ว่ามันเป็นเพียงเหยื่อล่อให้ติดอยู่ในทุกข์เท่านั้น ไม่ใช่เป็นสุขยั่งยืนแต่อย่างใด เพราะคนเราเกิดมาแล้วที่สุดก็ต้องตาย ร่างกายนี้เมื่อจิตละไปแล้ว ก็ต้องแตกสลายออกจากกัน ไม่มีอะไรเป็นขึ้นเป็นอันเลย"

หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

"เราเกิดมาในชาตินี้เป็นบุญลาภอันประเสริฐ ที่ได้มาพบพระพุทธศาสนาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ประเสริฐในโลก สมควรที่จะลงมือปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์โดยความไม่ประมาท ก็เลศบาปธรรมจะได้น้อยเบาบางจากดวงจิตของตน การที่คนเราจะพ้นทุกข์ไปไม่ได้ก็เพราะไม่ปฏิบัติตามคำสอน ของพระพุทธเจ้านั่นเอง"

หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

หอบทุกข์

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

พรหมของลูก

ไม่ลำเอียงเพราะความรัก ก็หมายความว่า อย่างว่ามีลูกหลายคน รักคนใดมากๆ ก็แบ่งสมบัติให้ลูกคนนั้นมากกว่าคนอื่นๆ นี้เรียกว่าลู่อานาจแก่ความรัก ถ้าไม่ลำเอียงเพราะรักแล้ว ก็หมายความว่า มีเมตตากรุณาเหมือนกันหมด ลูกทุกคนบางคนก็มีนิสัยไม่ดีๆ เราก็เมตตา มันได้มาเกิดกับเราแล้ว อย่างนี้แหละ ก็สงเคราะห์ไปตามกำลังที่สงเคราะห์ได้ ถ้าคนที่เสียจริงๆ ทำดีไม่ได้จริงๆ มันเหลือวิสัย ก็วางอุเบกขาลง ไม่ต้องไปโกรธไปเกลียดอะไร ก็กรรมของเขาสร้างมาอย่างนั้น เราจะทำอะไรได้ ฝึกอย่างไรจะให้มันดี มันก็ไม่ได้แบบนี้ ถ้าขึ้นโกรธไป โมโหโทโสไป เสียใจกับลูกคนนั้นอยู่ ก็เป็นทุกข์เปล่าๆ เสียใจอย่างไรลูกก็ทำดีไม่ได้ เพราะว่ามันดีแต่ก่อน แต่ชาติก่อนโน้นแหละ ถ้าหากว่าผู้เป็นพ่อแม่ไม่รู้จักรวางอุเบกขาลง ไม่นึกถึงกรรมของสัตว์แล้ว มันก็เป็นทุกข์

เกินพอดี

คู่ครองเรือกี่สร้างสมความรักเอาจนเกินพอดี อันเป็นเหตุให้ประพฤตินอกใจกันและกันทางประเวณี พุดตรงๆก็  
ว่าไปเล่นซู้กับตัวเล่นซู้กับเมียนั่นเอง นี่เรียกว่าความรักมันเกินพอดี ถ้าเป็นภิกษุสามเณรก็ความรักเกินขอบเขต ก็  
เป็นเหตุให้ล่วงสิกขาบทวินัยน้อยใหญ่ทั้งหลาย พรหมจรรย์ก็อับเฉาลง เหมือนพระจันทร์ในข้างแรม เจริญไป  
ไม่ได้

เกิดจากตม

สาเหตุที่จะมีศาสนาบังเกิดขึ้นในโลก มีผู้สร้างบารมีปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าในโลก ก็เนื่องมาจากคนทั้งหลาย  
ไม่รู้จักหนทางออกจากทุกข์ เมื่อได้ประสบกับความทุกข์แล้วก็ร้องไห้ ร่ำไร ตีอกชกหัวต่างๆ นานาตายไปพร้อม  
ด้วยความทุกข์ หอบเอาความทุกข์ติดตัวไปด้วยอย่างนี้แหละ บุคคลยังไม่รู้แจ้งในโลกนี้ตามเป็นจริงอย่างนั้น  
บัดนั้นให้พากันเข้าใจ เหตุจะมีศาสนาขึ้นมาขึ้นมาก็เพราะมันมีทุกข์นี้แหละ

จริงจัง

แต่คนส่วนมากแย่งจริงๆ ไม่ยอมที่จะข่มจิต เพ่งจิตให้เข้าถึงความสงบ มีแต่ขอมตกเป็นทาสของตัณหา ปล่อยจิตให้  
ฟุ้งไปภายนอกอยู่อย่างนั้น และจะไม่ให้มันเกิดอีกทำอะไร แล้วผู้ที่ยึดอารมณ์แต่ภายนอกจนตลอดถึงวันตาย  
อย่างนี้ ตายก็เอาไปไหนไม่ได้ แล้วจิตก็วกเวียนอยู่กับสิ่งที่ตนรักตนชอบใจ เมื่อบุคคลไปมีจิตเลื่อนลอยฟุ้งซ่าน  
อย่างนั้นก็ไม่ได้ทำบุญ เมื่อไม่ได้ทำบุญแล้วจิตก็เร่ร่อนพเนจรเหมือนคนไม่มีหลักไม่มีแหล่ง ไม่มีบ้านอยู่เป็น  
ของตัว เป็นคนจรจัด อาศัยบ้านคนนั้น อาศัยบ้านคนนี้ อาศัยศาลาวัด อาศัยสถานที่สาธารณะเป็นที่หลับที่นอน ไป  
ขอตานเขากินอยู่อย่างนั้น จิตใจที่ไม่ได้ฝึกฝนให้เข้าถึงความสงบ ไม่ทำบุญกุศล ไม่ทำความดีให้เป็นประโยชน์  
ตนและผู้อื่น หรือทำก็นิดๆหน่อยๆ อย่างนี้มันก็สู้อำนาจกิเลสไม่ได้ เมื่อตายลงอย่างนี้ กิเลสมันก็วิ่งไปตาม  
ประสงค์แล้ว ถ้าทำบาปมาก มันก็ไม่ได้มาล่องลอยอยู่กับโลกมนุษย์นี้แล้ว บาปกรรมนุคร่ำไปสู่อบายภูมิ  
พิจารณาให้เห็นด้วยตนเอง

สุขชั่วคราว

ชีวิตนี้อย่าไปหลงความสุขชั่วคราว อย่าไปติดอยู่กับความสุขชั่วคราวนี้ แล้วจะไม่ได้พบความสุขอันไพบูรณ์เลย  
ผู้ใดติดอยู่ในความสุขชั่วคราว ติดอยู่ในการกิน ไม่ได้กินอาหารอันอร่อย ไม่ได้ฆ่าสัตว์มาทำอาหารกินมันไม่  
อร่อย นั่นเรียกว่าติดในการกิน อันเป็นเหตุให้ทำบาป ติดในการนอน ได้นอนมากก็ถือว่าดี ร่างกายจะได้สมบูรณ์  
ถ้านอนน้อยก็กลัวร่างกายจะชুবพอม ไม่ได้ ต้องนอนให้มากๆ เรียกว่าติดในการนอน ไม่แบ่งเวลาประกอบความ  
เพียรทางจิตเลย ก็เลยไม่ได้ผลในจิตใจ ไม่ได้ชำระกิเลสออกจากจิตใจนี้ ลองสังเกตดู

กลิ่นซัด

บุคคลผู้ไม่มีสมาธิจิต ไม่ทำจิตให้สงบแล้ว อะไรกระทบกระทั่งมัน มันก็ไม่รู้สึกตัว ท่านว่าจิตมากระทบเข้ามีแต่  
ว่าเจ็บอย่างเดียวเท่านั้น แทนที่จะวินิจฉัยว่ามันเจ็บเพราะอะไร มันถึงเจ็บอย่างนี้ มันคิดไม่ได้เลย เมื่อมันเจ็บ  
หนักๆเข้า มีแต่ร้องครวญครางไป ดิ้นรนกระสับกระส่ายไปนั่นเอง อันนี้ท่านจึงเรียกว่า คนเราอันดวงจิตนี้มันตก  
ไปตามกระแสของกิเลสตัณหา เหมือนกับบุคคลที่เดินทางโดยเรือกระแสน้ำของกิเลสตัณหา เหมือนกับบุคคลที่

เดินทางโดยเรือเดินมหาสมุทรลงสู่ทะเล คลื่นซัดไปท้องมหาสมุทรทะเลนั้นนะ สุกแล้วแต่คลื่นมันจะซัดไปไหน ก็ตามมัน

### ธรรมะหลวงปู่

จิตดวงนี้เมื่อมันถูกอวิชชาครอบงำ ย่ำเออ มันก็หลงไป ทำดีไปบ้าง ทำชั่วไปบ้าง พุคดีบ้าง พุคชั่วบ้าง เวลาใดมันรู้ตัว มันก็พุดดี เวลาใดมันลืมตัว มันก็พุดชั่ว-ทำชั่ว (โทษแห่งความรัก)

นี่แหละเรื่องวิปัสสนาเนะมันต้องเห็นแจ้งจริงๆ เห็นแจ้งในใจว่าขั้นห้านี้ไม่ควรยึด ไม่ควรถือ เพราะว่ามันไม่เที่ยง ขึ้นยึดถือไว้มันก็เป็นทุกข์ เพราะมันแปรปรวนไปอยู่เสมอ มันไม่อยู่ในบังคับบัญชาของผู้ใด อันนี้เนะ ความรู้ความเห็นอย่างงี้มันจะเป็นไปได้ มันก็ต้องอาศัยปัญญา อาศัยสมาธิเป็นฐานที่ตั้งของปัญญา (ผลเป็นสุขจริงด้วยปัญญา)

ร่างกายมันก็ไม่ว่ามันเป็นทุกข์ แต่ว่ามันหากมีลักษณะของทุกข์ ปรากฏให้จิตรู้คือ ความไม่เที่ยงของร่างกาย นั้น ไม่มีจิตนี้มาครองอาศัยอยู่แล้ว มันจะไม่มีใครรับรู้ความทุกข์ของร่างกายอันนี้เลย ก็เพราะจิตนี้มาครองอยู่ที่นี่ จิตจึงเป็นผู้รับรู้ ความทุกข์ ความเปลี่ยนแปลงของร่างกายนี้ (ความไม่เที่ยงแท้)

พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้คนเราจำเอาคำสอนของพระองค์ไว้เฉยๆ เมื่อจำได้แล้วให้ลงมือตัดแปลงกาย วาจา ใจ ของตนให้เป็นไปตามคำสั่งสอนนั้น ถ้าตนตัดแปลงกาย วาจา ใจ ให้ตรงไปตามคำสอนแล้ว ก็พยายามรักษา ความรู้ ความเห็นที่เป็นศีลเป็นธรรมนั้นไว้ (ความดับทุกข์)

### ธรรมะให้แก่ผู้เยี่ยมชมเว็บ

คนเรา... เกิดมาแล้วต้องแก่เจ็บตาย เมื่อตายแล้วก็ไม่ได้เอาอะไรติดตัวไป มีแต่บุญกับบาปที่ทำเท่านั้น ติดตามไป เพราะฉะนั้น ต้องระวังอย่าไปทำบาป บาปมันอำนาจผลให้เป็นทุกข์ บุญอำนาจผลให้เป็นสุข ควรทำบุญดีกว่าทำบาป ทางไปสวรรค์นิพพานก็คือบุญนั้นแหละ ทางมันไปนรกก็คือบาป มันเช่นนั้นเอง เพราะฉะนั้นทุกคนต้องให้เข้าใจไว้ ในคำสอนของพระพุทธเจ้า โดยย่ออย่างนี้ ถ้าจะว่าไปมาก มากไปก็เท่านั้น แต่เอาว่า แค่ได้ใจความ ใจความซัดๆ ได้ใจ ของผู้ฟังของผู้คิด ดังแสดงมา

หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

รพ.วิชัยยุทธ 9/9/46