

អង្គជំនុំជម្រះវិសាមញ្ញក្នុងតុលាការ

ថ្ងៃទី

អង្គជំនុំជម្រះវិសាមញ្ញក្នុងតុលាការ

(អង្គជំនុំជម្រះវិសាមញ្ញក្នុងតុលាការ)

តុលាការជាតិកម្ពុជា

អង្គជំនុំជម្រះវិសាមញ្ញក្នុងតុលាការ

(អង្គជំនុំជម្រះវិសាមញ្ញក្នុងតុលាការ)

ស្នាក់នៅ ភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ២១ ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០០៧

លេខ ២១ កម្រិត ២៤៤៤

พระสงฆ์จากหอพระไตรปิฎก

จัดพิมพ์ครั้งที่ ๑ จำนวน ๓,๕๐๐ เล่ม

โดย

คุณโสภณ ประยูรพงษ์ และครอบครัว

บริษัท เอกโสภณ ไชยพรส จำกัด

ห้างหุ้นส่วนจำกัด สำโรง ไชยสิทธิ์ พาณิชย์

บริษัท ไฮไดร นิวเมคค เอ็กสเพรส จำกัด

วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๔๔

เจ้าภาพ

ที่ปรึกษาในการจัดพิมพ์

พระราชพรหมจารีย์ (พระอาจารย์ของ สิริมงฺกโล)

คณะผู้จัดทำ

พระอุปัชฌาย์	คุณโธ	ผู้ออกแบบ/ผู้พิมพ์
พระศรีภรรยา	อติเมตตา	ถอดพิมพ์/เรียบเรียง
พระมหาปัญญา	อริยวิสา	ผู้ตรวจทานภาษาไทย
พระมหาประทีป	ธีรวิสา	
พระมหาธนาวุฒิ	ญาณโสภณ	
พระชนนทร์	ชุตินทร	
พระสรายุทธ	ชุตินทร	
พระประมวดี	ปณณาวโร	ผู้ดำเนินการ

คำนำ

เทวเม ภิกขเว บุคคตา ทูลลภา โลกสฺมี กตเม เทว

โย จ นุพพการี โย จ กตญญุกตวาที

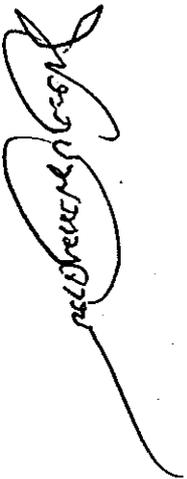
ก่อนทำหนังสือพิมพ์นี้ด้วยศรัทธาทั้งหลาย บุคคตา ๒ จำพวกนี้ คือ บุพพการีบุคคตา ๑ กตญญุกตวาทีบุคคตา ๑ หากใครในโลกอันนี้ ตั้งใจ

เมื่อถึงวันเกิด ของข้าพระเจ้า ก็มีผู้ศรัทธาพิมพ์หนังสือเป็นธรรมทาน เพื่อแสดงออกซึ่งความกตัญญูกตเวที ต่อข้าพระเจ้า ก็รู้สึกรายซึ่งในน้ำใจ อันดีของถูกศิษย์ทั้งหลาย อันมีถูกคุณโสภณ ประยูรพงษ์ เป็นประธานของ ศิษย์ทั้งหลาย ได้มีศรัทธาพิมพ์หนังสือ ชื่อว่า “ธรรมะจากหลวงปู่ เล่ม ๒, ๓”

ให้เป็นธรรมทาน นับว่าเป็นมงคลอันดียิ่ง เพราะน้ำพระธรรมนั้น ประเสริฐ ยิ่งกว่าน้ำธรรมดาในโลกนี้ น้ำธรรมดาที่อยู่ในภาชนะโลกนี้เกิด จากปากฟ้า ตกลงมาก็ดี เขาเอามาก็ดี ยิ่งเช่นใจได้ ส่วนน้ำพระธรรม ย่อมมีความเย็น ยิ่งกว่านั้น น้ำพระธรรมจะตกลงมา ณ.ที่ใด อันมนุษย์และเทพยดอมควารบูชาก็ตาม ได้แสดงธรรม ต้องเคารพ แม้แต่พระพุทธองค์เองก็ยังเคารพ พระธรรม ทั้งที่เป็นธรรมราชาแห่งธรรม ดังจะเห็นได้ พระองค์ทรงรับสั่งให้ พระจันทะเถระแสดง โภชนมงค์ ๗ ให้พระองค์ฟังตั้งเป็นต้น เพราะฉะนั้น หวังใจว่า ผู้เคารพพระธรรม คงจะได้ฟังธรรมคำสอน ที่ได้แสดงไว้แล้ว

ขออนุโมทนาไปกับศิษย์คือคุณ โสภณ ประยูรพงษ์พร้อมครอบครัว และบริษัทในเครือ ได้สร้างหนังสือธรรมะของหลวงปู่นี้ ของบุญกุศลที่

เกิดจากธรรมชาติอันเป็นพระปรีชาญาณให้ได้รับผลานิพพาน โดยเวลาอันเร็ววัน เทอญ.



พระราชพรหมจารีย์

เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร

เจ้าคณะอำเภอฮอด

วันที่ ๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๔

เนื่องในวันคล้ายวันเกิดพระอาจารย์ทอง (สิริมงฺคโล) ข้าพเจ้าได้คิดที่จะทำอะไรไว้สักอย่างหนึ่ง จึงได้นำเอาโอวาทของ พระอาจารย์ทอง ซึ่งข้าพเจ้าขอเรียกสั้นๆว่าหลวงปู่ ข้าพเจ้าได้ทำการคัดลอกของหลวงปู่มาเป็นเวลาด้านแล้ว ซึ่งในวันคล้ายวันเกิดของหลวงปู่ในปีนี้ ได้นำเอาบทที่ติดมาให้กับ พระวีรกรรม อธิมจิตโต ได้ถอดบทเป็นตัวหนังสือ และนำมารวมเล่มเข้าด้วยกัน จึงได้หนังสือรวมเล่มขึ้นมา โดยให้ชื่อหนังสือว่า “ธรรมะจากหลวงปู่ ๑, ๒, ๓” คำบางคำในโอวาทเป็นคำเมือง ซึ่งบางท่านที่อ่าน ไม่ได้เป็นคนเมือง อาจจะไม่รู้ใจความ คณะผู้จัดทำจึงได้พยายาม นำเสนอเป็นภาษากลาง ฉะนั้นบางคำในหนังสือเล่มนี้ ไม่ได้เป็นคำพูดของหลวงปู่โดยตรง แต่ยังคงใจความเดิมอยู่ คณะผู้จัดทำหวังว่าหนังสือเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์กับทุกท่านในการปฏิบัติธรรม และในโอกาสที่ข้าพเจ้าขอขอบคุณ และอนุโมทนาแก่คณะผู้จัดทำที่เข้าร่วมกันตรวจทานภาษาบาลี และตัวอักษร

สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอฝากคำพูดหนึ่งของหลวงปู่ว่า “ พระพุทธพจน์แม่เป็นคำสอน ถ้านำไปปฏิบัติถือว่าได้ทรงพระไตรปิฎก หากเราเรียนมาศึกษามาก ไม่ได้ปฏิบัติได้ชื่อว่า เป็นโง่ตามแปล ฉะนั้นขอให้พึงธรรมแล้วก็ตามนำไปปฏิบัติ ” เช่นเดียวกับหนังสือเล่มนี้ จะมีประโยชน์ได้แก่ผู้อ่านทั้งหลายได้อ่านแล้วนำเอาไปปฏิบัติหนังสือทั้งเล่มจะมีคุณค่ามากเช่น

คณะศิษย์ผู้จัดทำ

สารบัญ

ธรรมเนียมการระลึกถึง	๑
พระเถระที่สมบุรณ์	๓
ยาอายุวัฒนะ	๕
ความตั้งใจ	๖
การพิจารณาปัจจุภาวะ	๘
การบูชา	๙
ความเจริญ และความเสื่อมของพระสังฆกรรม	๑๑
การกำจัดความบ้าของมนุษย์	๑๓
กำลังใจ	๑๗
สมาธิในองค์มรรค ๘	๑๕
วิธีอยู่กับพระพุทธรเจ้า	๒๐
โอวาทวันมาฆบูชา	๒๒
ประโยชน์ในการเจริญมุตตา	๒๕
การบริโภคโดยไม่เป็นหนี้	๒๗
ผู้มั่งจน	๒๘
องค์ ๔ อย่างแห่งความสำเร็จ	๓๐
ฐะในพระพุทธศาสนา	๓๒
ทางของมนุษย์ และวิธีแห่งการหลุดพ้น	๓๓
โอวาทวันสำคัญ	๓๕
การปฏิบัติเป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลาย	๔๒
อัมณฑกปฏิบัติ	๔๓

จันโทปมาสูตฺร	๔๔
อภุภาพแห่งศีล	๔๕
การเวียนว่ายตายเกิด	๔๗
ศีล	๔๘
ยา	๔๕
สังคความวุ่นวาย	๕๐
ทรัพย์สินภายใน และภายนอก	๕๑
สติ	๕๓

ธรรมเนียมการระลึก

วันนี้จะได้อ่านถึง ธารณียธรรม ธารณียธรรมแปลว่า ธรรมเนียมการระลึกอยู่เสมอ ซึ่งพระมหากษัตริย์ได้ส่งฉายาไว้มีอยู่ ๖ ประการ เพื่อจะให้การปฏิบัติ

๑. ตั้งกายกรรมประกอบด้วยเมตตา

๒. ตั้งวจีกรรมประกอบด้วยเมตตา

๓. ตั้งมโนกรรมประกอบด้วยเมตตา

๔. แบ่งตาก ซึ่งตนเองได้มาโดยชอบธรรม ระลึกแล้วแบ่งให้เพื่อน พระภิกษุ สามเณรด้วยกัน

๕. รักษาดีให้เสมอกับเพื่อนพระภิกษุ ซึ่งไม่มีการรังเกียจแก่สงฆ์

๖. รู้จักตามักคิกาน

๖ ประการนี้ ถ้าพระภิกษุสามเณร ทำให้แก่กันแล้ว จะรู้สึกประทับใจ และบันเทิงใจ จะไม่ลืมนกันแม้จะอยู่ห่างไกลก็จะไม่ลืมนกัน นี้สำหรับ พระภิกษุสามเณร สำหรับอุบาสกมีธรรมบทหนึ่งที่ควรทราบ ซึ่งใช้ได้กับ อุบาสก และใช้ได้กับพระ มีอยู่ ๔ อย่างคือ

๑. ความปรารถนาที่ได้ทรัพย์สินสมบัติมา โดยชอบธรรม

๒. ขอให้ยศหรือเกียรติคุณเกิดขึ้นกับพวกพ้อง

๓. ขอให้อายุยืน

๔. ขอให้เกิดบนสวรรค์

เป็นความปรารถนาที่จะเกิดขึ้นได้ยาก แต่ด้วยการปฏิบัติตัวให้สมควร ความปรารถนานั้นก็จะเกิดขึ้น เช่น ปรารถนาจะได้ทรัพย์สินมาโดยชอบ

ธรรม ก็ควรจะมีความใจเย็น การที่จะมีศ หรือเกียรติคุณนั้น ก็จะทำให้
เป็นประโยชน์ แก่ส่วนรวมมีวาจาที่สุภาพอ่อนหวาน มีไมตรีจิตไม่ถือตัว มี
ธรรมมีการปฏิบัติด้วย การที่จะอายุยืนจะปรารถนาอย่างเสียไม่ได้ ต้องมี
จิตที่เมตตา ไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น การไปสวรรค์ก็เช่นกัน
ปรารถนาอย่างเสียไม่ได้ ต้องปฏิบัติธรรมด้วย คือ การเจริญสติปัญญา ๔
อย่างสม่ำเสมอ.



พระเถระที่สามบุรณ

วิชาศาสนาของเรา จะมีศักดิ์ศรีก็เพราะ พระเถระที่มาจากในพระ
พุทธศาสนา ที่อุทิศตนอยู่ในพรหมจรรย์ อยู่ในเพศของภิกษุ ถ้าไม่มีพระ
เถระที่มาจากชีวิตเรา หรือวัดต่างๆก็จะไม่มีความหมาย เพราะฉะนั้นต้องให้
ความสำคัญ ผู้ที่จะมาจากอยู่ในวัดมีความสำคัญมาก ต้องเสียสละทุก
อย่างเป็น เมกขัมมะบารมี ต้องอดทนทุกสิ่งทุกอย่างเพื่ออยู่ในเพศเป็นพระ
ขึ้นมา เป็นผู้มั่นคงเป็นหลักของศาสนา พระเถระที่มาจากบวชตั้งแต่ ๑๐ พรรษา
ขึ้นไปเป็นหลักของศาสนา ถ้าไม่มีหลักศาสนา ศาสนาก็จะเสื่อมไป

พระเถระนั้นมี ๓ ประเภท

๑. จาคิเถระ คือ พระเถระที่มาบวชตั้งแต่เด็ก โดยไม่ลาสิกขาเลยอยู่
ไปจนแก่ อย่างวัดเราถ้ามีหลักอยู่หลายหลักจะตั้งอยู่ที่ใด
๒. ฐัมมะเถระ คือ เถระที่มีธรรม แล้วเอาเผยแพร่สั่งสอน อาจเป็น
พระหนุ่มที่มีพรรษา ๗ - ๘ พรรษาไม่ถึง ๑๐ พรรษาแล้วมีธรรมะ
๓. สมมตเถระ คือ พระที่มาจากบวชตอนแก่ก็จัดเป็นเถระที่เป็นหลักของ
ศาสนาเหมือนกัน ฉะนั้นเราต้องเอาใจใส่ เป็นหลายหลักของศาสนาที่ช่วย
ศาสนา บางครั้งจะต้องปรับตัวหากันบ้างความมั่นคงของศาสนาถึงจะ
มีขึ้น

ในส่วนของหลักภายในนั้นจะเป็น จาคิเถระ ฐัมมะเถระ สมมติ
เถระ ก็ตามจะต้องมีหลักใจก็คือ การปฏิบัติธรรม จะทำให้ศาสนานั่นคงจะ
เป็นเถระประเภทใดก็ตามจะต้องมีการปฏิบัติ เพราะจุดมุ่งหมายก็คือ การ
หลุดพ้น คือ นิพพาน คือ ทำที่สุดแห่งทุกข์ พระพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นมาในโลก

แล้วบอกปัญญาวิเศษที่ ๕ คือ สิ่งที่ย่อมกินไป สิ่งที่ตั้งกินไป ไม่ใช่ทาง
 หนทางๆ ทางพันทุกข์ คือ มัชฌิมาปฏิปทา พอดี พอดี ก็จะยังพวกเราทาง
 หลายไปสู่ทางพ้นทุกข์ ก็คือ ปัจจุบัน การเดินจงกรมการนั่งสมาธิ ก็ดีต้องมี
 ปัจจุบันธรรม อดีตและอนาคตไม่ต้องไปคิดถึง เอาแต่ปัจจุบันธรรมอย่างเดียว

ภาคการปฏิบัติก็คือว่า การเดินนั้นจิตใจต้องมีสติให้พร้อมๆกัน การ
 เดินไม่ว่าจะมากน้อยอย่างไรก็มีประโยชน์ การเดินต้องมีปัจจุบันธรรมด้วย
 ถ้าไม่มีปัจจุบันธรรมเดินเป็นชั่วโมง ก็ไม่มีประโยชน์ การเดินนั้นมีความ
 สำคัญเต็มแล้ว ก็มานั่งสมาธิ นั่งแล้วก็ให้ระลึกอารมณ์ ๔ อย่าง พองยุบเป็น
 กาย การปวดสลายเมื่อยเป็นเวทนา การคิด ตีหรือ ไม่มีสติเป็นจิต ธรรมนิรันดร์
 ๕ ปราบกฐินมาเป็นธรรม ถ้าไม่มีก็แปลว่า จิตของเรานั้น สะอาดสว่างสงบ
 เราจะรู้ได้อย่างไรว่าจิตของเราสะอาดสว่างสงบ ก็เพราะว่าจิตไม่มีนิวรณ์ ๕
 แล้วก็ต้องระวังอารมณ์นิมิตที่เกิดขึ้นมาไม่ว่าจะเป็น แสงสี ต้นไม้ กุณา
 พระพุทธรูป หรืออะไรก็ตามอย่าไปเอา ให้กำหนดทันทีว่า เห็นหนอๆ แล้ว
 ก็พองหนอ ยุบหนอต่อไป แล้วญาณทั้งหลายก็จะขึ้นไปตามลำดับ เพราะ
 ฉะนั้นพระเถระที่มีการปฏิบัติก็จะเป็นอย่างดีของเถระ เป็นพระเถระอย่าง
 สมบูรณ์



ยาอายุวัฒนะ

วันนี้จะบอก ยาอายุวัฒนะ ใต้ยาอายุวัฒนะมา สำหรับบรรพชิตหรือ
 อุบาสก อุบาสิกา การที่ใคร่รู้ไว้เพื่ออายุวัฒนะ คำว่าอายุวัฒนะแปลว่า การ
 เจริญด้วยความเป็นอยู่ในชีวิต ด้วยสุขภาพจิตใจ

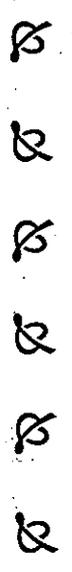
๑. ทำตนเองให้สบาย คืออย่าไปเครียดมากเกินไป

๒. ให้รู้จักประมาณในความสบาย ให้รู้ประมาณในความสบาย เช่น
 อย่านอนมากเกินไป อย่านั่งมากเกินไป อย่านอนมากเกินไป

๓. ในการกินอาหารที่ข่อยง่ายให้ถูกกับธาตุของตัวเอง ให้เลือกอาหาร
 เหมาะสำหรับตัวเอง เราเป็นเด็ก เป็นวัยกลางคน เป็นวัยชรา ก็ควรเลือก
 อาหารที่เหมาะสมแก่ตัวของตนเอง และเป็นอาหารที่ข่อยง่าย

๔. มีการรักษาพรหมจรรย์ ให้มีความรู้จักพรหมจรรย์ รักษา
 พรหมจรรย์รักษาอุโบสถ

๕. ให้ปฏิบัติธรรม เพื่อใช้เป็นเวลา เช่น ไปนมัสการ ไปไหว้พระ
 เจดีย์ ไปไหว้พระบาท ให้มีการเปลี่ยนอารมณ์ และมีการเจริญสติปัญญา ๔
 แล้วภาวนา เป็นเขาอายุวัฒนะที่ปฏิบัติไปแล้ว มีการได้โรคภัยไข้เจ็บ แม้แต่
 เทวดาถ้าได้เจริญ สติปัญญาทั้ง ๔ ก็จะได้อยู่ในเทวโลกต่อไป เพราะ
 ฉะนั้นคนที่เจริญสติปัญญาทั้ง ๔ ก็จะเป็นคนที่มีความสุขภาพดี และอายุ
 ยืนยาว ขอให้ท่านทั้งหลายปฏิบัติธรรมกัน



ความดี

วันนี้จะกล่าวถึง ความดี

๑. ตั้งใจวางใจ

๒. ญาณตั้งใจ คือ ญาณจริงสภาวะที่เกิดขึ้นจริง

๓. มรรคตั้งใจ คือ ทางแห่งความพ้นทุกข์

ตั้งใจ นั้นมีความสำคัญมาก สำหรับนักปฏิบัติธรรมคือ ตั้งใจวางใจ มรรคจะมึคือ เห็นกับอกว่าเห็น บอกว่าไม่เห็นไม่ใช่ การหลีกก็มิอยู่ เช่น การเห็นตะวันออกรอาทิตย์ไปทางตะวันตก เช่นนี้เป็นการหลีกอาบัติ เมื่อก่อนมีภิกษุรูปหนึ่ง เห็นมีคนไปโจรมาแล้ว พวกเจ้าหน้าที่ก็ถามภิกษุว่า ท่านเห็นโจรมาทางนี้ไหม ภิกษุก็หันหน้าไปทางทิศอื่น แล้วก็ตอบว่าเราไม่เห็น นี่เป็นการหลีกอาบัติ แล้วไม่ทำให้อาบัติกับโจร ไม่มีวาระกรรมต่อ กันด้วย

ญาณตั้งใจ เวลาปฏิบัติมันให้มีความจริงเกิดขึ้นมา ตั้งใจความจริง นั่นคือ อนิจจังความไม่แน่นอน ทุกข์ความจริงเป็นทุกข์ อนัตตาความไม่อยู่ในอำนาจ เป็นตัวสภาวะที่แท้จริง ให้เห็นตามความเป็นจริง เรียกว่า ยถาภูตญาณ ให้รู้ตามความเป็นจริง ให้รู้อย่างไรก็ตามความเป็นจริง เมื่อเวลานักปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมมันงสมาธิเกิดขึ้นมา เป็ยพาหนะให้กำหนดรู้ตามความเป็นจริง ตัวจับ ตัวปวดเมื่อย เป็นตัวสภาวะตามความเป็นจริง เป็นอนิจจัง เมื่อตัวปวดตัวเจ็บมันเกิดขึ้นมาเป็นทุกข์ หรือเป็นสุข นั่นเรียก ทุกข์ แล้วเราห้ามมันได้ไหม เราห้ามมันไม่ได้ นั่นเป็นอนัตตา ให้รู้ตามความเป็นจริงตามนี้ ตัวพาหนะตัวมันจะมีได้ถึง เมื่อปฏิบัติไปถึงจะเห็น เมื่อจับ

สติปัญญา ๔ ไปตั้งอยู่ที่ กาย เวทนา จิต ธรรม แล้วจะเห็นตามสภาวะ อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา ตลอดไป เมื่ออารมณ์มีเกิดขึ้นมา เมื่อเกิดมาแล้ว ก็เข้าไปเป็นอนิจจัง เมื่อเห็นแล้วไม่สบายเป็น ทุกข์ บางครั้งกำหนดก็หาย บางครั้งกำหนดก็ไม่หายเป็นอนัตตา อนิจจัง ทุกข์ อนัตตานั้น จะคลุ้มรูป นามไปตลอดจนถึง สังขารแปดขงญาณ อนุโลมญาณ แล้วก่อนที่จะเข้าถึง โศครญาณ และมรรคญาณนั้น ต้องเข้าทั้ง ๓ ทาง ทางหนึ่งเป็นอนิจจัง ทางหนึ่งเป็นทุกข์ ทางหนึ่งเป็นอนัตตา อหิมิตตะ และอัปฌิตตะ และ สุธมฺมูตตะ เรียกว่าวิโมกข์คือความหลุดพ้น คนใดที่เห็นอนิจจังบ่อยๆ เป็น อหิมิตตะวิโมกข์ คนนั้นจะเข้ามรรคญาณโดยอนิจจัง การเห็นทุกข์มากๆ ความเจ็บ ความปวด จะเป็นอัปฌิตตะวิโมกข์ จะเข้าโดยทุกข์ กำหนด พองหนอ ทุบหนอ ไล่ชัดเจนอันนี้เป็น สุธมฺมูตตะวิโมกข์ จะเข้าโดยอนัตตา ความหลุดพ้นมี ๓ อย่างนี้ และก็เป็น ญาณตั้งใจ ให้นักปฏิบัติได้รู้ตัว

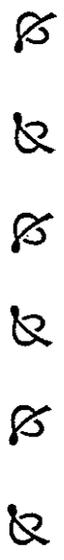
มรรคตั้งใจ คือ ทางแห่งความพ้นทุกข์ จะเข้าได้โดยเห็น อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา จะเขาทางไหนนั้น แล้วแต่ตามบารมีที่สะสมมา ถ้ามีศีลบารมีมา เข้าทาง อนิจจัง ถ้ามีทานบารมีมาเข้าทาง ทุกข์ ถ้ามีการปฏิบัติธรรม วิปัสสนาเข้ามาเข้าทาง อนัตตา.

๒ ๒ ๒ ๒ ๒

การพิจารณาป้องกันภาวะ

การพิจารณาป้องกันภาวะ คือ จีวร ภิณฑบาท เสนาสนะ เกสัช ให้
 ฝึกจำไว้ เช่น การพิจารณาจิวร การนุ่ง การนุ่งหมเพื่อไม่ให้เกิดความ
 ละอาย พิจารณาเสนาสนะก็เพื่อหลบร้อนและเย็น และเพื่อกันแมลง การกิน
 ยาเพื่อบรรเทาความเจ็บปวด การกินก็กินเพื่ออยู่ ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน ทั้งหมด
 เพื่อยังคนอยู่ให้ยืนอยู่ เพื่อปฏิบัติธรรม เพื่อหลุดพ้น ไม่ใช่เป็นเพื่อเพิ่ม
 กลีตส เพิ่มความอยาก

มหาปิ้งจองภาวะ เวลาเมื่อราภิณฑบาท เห็นก้อนข้าวก็กำหนด
 เห็นหนอๆ เวลากินก็ เลี้ยวหนอๆ เวลารับสีกกำหนดว่า รสหนอๆ อยาไป
 กำหนดหวานมันเค็ม เวลาเข้าสู่ห้องที่นอน เวลาอนอนก็หนอหนอ นั่นก็ หนึ่ง
 หนอ ยืนก็ ยืนหนอ เวลาห่มจีวรก็ห่มหนอ เวลากินยาที่กำหนดว่า หนอหนอ ที่
 พระพุทธเจ้าให้กำหนดปิ้งจย ๔ นี้ เพราะตั้งใจติดใจอยู่ในปิ้งจย ๔ นี้ จะทำให้
 เป็นทุกข์ แทนที่จะหลุดพ้น สิ่งใดมีการยึดถือสิ่งนั้นเป็นทุกข์ “ สัพเพ ธัมมา
 นาสัง อภินิเวสายะ ” การเข้าไปยึดสิ่งนั้นเป็นทุกข์ อยาไปยึดถือต้องปล่อยวาง
 ให้สักแต่ว่า สักแต่ว่ากิน สักแต่ว่าห่ม นี่เป็นการปฏิบัติแบบ มหา
 ปิ้งจองภาวะ ไม่ใช่ติดอะไรต่างๆ ในโลกนี้ จตูปั้งยะสวะระโร คือการ
 พิจารณาปิ้งจย ๔ .

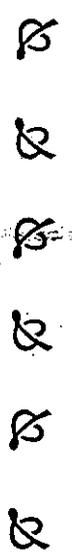


การบูชา

เราได้เรียนแล้วว่า การบูชา มี ๒ อย่าง หนึ่งปฏิบัติบูชา สองอามิส
 บูชา อามิสบูชา คือ สักการะบูชา ได้แก่ ดอกไม้ธูปเทียน และปิ้งจย ๔
 ศุภการะบูชา ได้แก่การเคารพด้วย กาย วาจา ใจผู้หมั่น มานามะบูชาคือ ให้
 เกียรติยกย่อง วันทาพระบูชา คือการกราบไหว้ ผู้ที่ควรบูชาคือ พระพุทธ
 พระธรรม พระสงฆ์ ครูอุปัชฌายาจารย์ พ่อแม่ ผู้มีพระคุณ ควรมีทั้ง
 อามิสบูชา และปฏิบัติบูชา อามิสบูชาอันสูงส่ง คือ ให้สัตถุในมนุษย์
 และสวรรค์ แต่ปฏิบัติบูชาอันเหนือไปอีกก้าวหนึ่ง

การปฏิบัติบูชา นั้นนับตั้งแต่บวช เป็นเณร เป็นอุบาสก อุบาสิกา
 ตั้งอยู่ในศีล และมีการปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญในการปฏิบัติ
 ธรรม การออกบวช และปฏิบัติธรรมนั้นก็เป็นการบูชาทั้ง ๒ อย่าง โดย
 ตลอดมา โดยเฉพาะในวันนี้ได้มีการจัด เป็นระเบียบ เป็นหน้าที่ของถูก
 คิษย์โดยอาจารย์ไม่ได้สั่ง เกิดมาจาก อะสังขาริจะจิต เป็นจิตดวงที่หนึ่ง ไม่
 ใ้สติไตรชกชวาน คณะศิษย์ได้เกิดขึ้นเอง ทำเพื่อให้มีมงคลแก่ชีวิต ให้ความ
 เคารพซึ่งกันและกัน เราอยู่ร่วมกันต้องมีการเคารพซึ่งกันและกัน บางครั้ง
 อาจจะล่วงเกินกัน ต่อเณร ต่อพระ ต่อพระอริยะเจ้า ก็มีกรรม มีนิเวรณ ต้องมี
 การขอขมา ถ้าภิกษุมมีการล่วงเกินต้องมีการขอขมาที่เชิงตะกอน หากรูปนั้น
 มรณะไปแล้ว จึงจะพิน หรืออุบาสก อุบาสิกาล่วงเกิน พ่อแม่ ก็ต้องขอขมา
 ถ้าพ่อแม่ไม่มีก็ขอขมาด้วยจิตของตัวเอง ถ้าทำมาอยู่ไกลอยู่ในทิศใด ก็ขอ
 ขมาในทิศนั้น นิเวรณ ๕ จึงจะลบออกไป ทำไม่จึงต้องลบนิเวรณ เพราะมัน
 เป็นอุปสรรค ถ้าได้ล่วงเกินแก่เณร พระภิกษุ พระอริยะเจ้า ผู้มีศีล มีธรรม ผู้

มีพระคุณ มันจะมีวิราณ มันจะฟูรวมจิตใจได้ ถ้าเป็นอย่างนั้นก็ขอมา
 เสีย ยกมือขึ้นแล้วว่าขอมา พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ครูบาอาจารย์
 กรรณฐาน แล้วกราบ ๓ ครั้ง จิตใจของเราจะสงบลง นี้ก็เป็นลมนิวรณ์
 เหมือนกัน กรรณทั้งหลายมีกรรมหนึ่งชื่อ อโหสิกรรม จะลมนิวรณ์ธรรมได้
 นอกจากนั้นการขอขมาเป็นการบูชา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ครูบา
 อาจารย์ บูชาผู้มีพระคุณ ซึ่งลมนิวรณ์ธรรม และมีพรทั้ง ๔ ย้อนกลับมา แก่ผู้
 บูชาคือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ



ความเจริญ และความเสื่อมของพระสังฆธรรม

ศาสนาพุทธ จะเจริญเพราะเหตุใด จะเสื่อมเพราะเหตุใด พระอรหันต์
 กับพระภิกษุจะเสี้ยนหนามปรึกษากัน พระภิกษุจะ กล่าวกับพระอรหันต์
 ว่า อุกุรอาหนนท พระสังฆธรรมจะเสื่อม จะเจริญ เพราะอันใดหนอ มาเป็น
 เหตุ เป็นปัจจัย พระอรหันต์ได้ตอบพระภิกษุว่า “ อุกุณนัง โข อานุโส
 สติปัญญาหนัง อสภวิทิตตา อสพหุสึละตตตา สัทธัมมะปริหานัง โหติ ”
 แปลว่า อุก่อนท่าน พระสังฆธรรมจะเสื่อม เพราะพุทธบริษัทไม่เจริญ
 ไม่อบรมสติปัญญา ๔ ให้มาก ทางตรงกันข้าม “ อุกุณนัง โข อานุโส
 สติปัญญาหนัง ภาวิตตตา พหุสึละตตตา สัทธัมมะปริหานัง โหติ ”
 พระสังฆธรรมจะเจริญได้ เพราะพุทธบริษัททั้งหลาย อบรมให้มาก ทำให้
 มาก ซึ่งสติปัญญาทั้ง ๔

พระสังฆธรรมได้แก่ ปรัชติสังฆธรรม ปฏิบัติธรรม ปฏิเวธสังฆธรรม
 ๑. ปรัชติสังฆธรรม ได้แก่การศึกษาธรรม ๒. ปฏิบัติสังฆธรรม ได้แก่ ปฏิบัติ
 ธรรม ๓. ปฏิเวธสังฆธรรม ได้แก่ ผลแห่งการปฏิบัติธรรมคือ อริยมรรค
 อริยมผล

เราปรารถนา อยากให้พระสังฆธรรมของพระพุทธเจ้า ตงมันต้องการ
 ศึกษา มีการปฏิบัติ ผลแห่งการปฏิบัติธรรมย่อมเกิดขึ้นแน่นอน ผู้ที่บวช
 เริ่มต้นเราต้องเรียนปรัชติด้วยคือ เรียบกาย เวทนา จิต ธรรม ลงมือปฏิบัติ
 กายปฏิบัติอย่างไร เวทนาปฏิบัติอย่างไร จิตปฏิบัติอย่างไร ธรรมปฏิบัติ
 อย่างไร แล้วได้ปฏิบัติ เรากำราบ และมาตึงนงกรรม ขว้างหนอ ฆ่าอย่าง
 หนอ แล้วนั่งลงกำหนด พองหนอ ขบหนอ นี่เป็นภาษาปัสสนา เวลาที่

เวทนาให้ไปกำหนด คือ การเพ่ง การเพ่งนั้นคือสติไปรู้ว่า มันจับ มันปวดที่
ไหน มันสบาย หรือไม่สบาย หรือเฉยๆ เป็นเวทนามุขีสถนา จิตตามุขีสถนา
เมื่อนั่งสมาธิ มันคิดถึงอดีต อนาคต ต้องกำหนดปัจจุบัน อดีตมันผ่านไป
แล้ว ก็ไม่ต้องไปคิดถึง พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า “โย จะ ปุพเพ ปะมัตถิตะวา
ปัจฉา โส หนีปะมะตชะติ” เมื่อก่อนเราประมาท แต่เดี๋ยวนี้ เราไม่ประมาท
เรามีสติ ใต้ชื่อว่ายังตน และโลกนี้ให้สว่างใต้ เหมือนพระจันทร์ที่ออกจากร
เมฆ ไม่ว่าเราจะเป็นอย่างเราว่าส สามณเณร หรือพระที่เมื่อก่อนประมาท แต่
เดี๋ยวนี้ไม่ประมาท มีสติอยู่ในปัจจุบัน พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญว่า
เปรียบเสมือน พระจันทร์ที่ออกจากรเมฆ จิตของเราที่กำหนดเสียอย่าไปคิดถึง
อดีต อนาคต กำหนดอารมณ์ที่เกิดขึ้น ผลแห่งการปฏิบัติ จะเกิดขึ้นเองเป็น
ปฏิเวธสัมภรรมา.



การกำจัดความบ้าของมนุษย์

การปฏิบัติธรรม การปฏิบัติวิปัสสนา ก็เพื่อกำจัดซึ่งความเป็นบ้า ของสัตว์
ทั้งหลายความบ้าของสัตว์ทั้งหลายความเป็นบ้าของสัตว์ทั้งหลายนี้มี ๔ อย่าง

๑. ถ้าสติสิ่งที่ไม่งามว่างาม
๒. ถ้าสติว่าสิ่งที่เห็นทุกอย่างว่าเป็นสุข
๓. ถ้าสติว่าสิ่งที่ไม่เห็นทุกอย่างทุกข์
๔. สิ่งที่พระพุทธเจ้าว่า ไม่ใช้ตัวไม่ใช้ตน ว่าเป็นตัวเป็นคน ว่าเป็นเรา
เป็นเขา

การเจริญวิปัสสนา การเจริญสติปัญญาหนทั้ง ๔ นี้ก็เพื่อกำจัดความเป็น
บ้าทั้ง ๔ นี้ กายามุขีสถนา แก้ความเป็นบ้า ในชื่อแรกคือ พิจารณากายจะ
เห็นกามคุณทั้งหลาย รวมทั้งเทวโลก พรหมโลก ว่าเป็นของไม่งาม ในร่าง
กายของเรามี เป็นความไม่งามเห็นใน ๓๒ ประการ จิต จะไม่ติดอยู่ จะถึง
ซึ่งความหลุดพ้น ฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงให้ เจริญกายามุขีสถนา ซึ่งกำจัด
ความเป็นบ้า ความเห็นผิด ที่เห็นว่าสิ่งที่ไม่งามว่า งาม ถ้าปฏิบัติไปจะรู้จะ
เห็นเอง ความจริงจะบอกแก่ผู้ปฏิบัติเอง

การเจริญวิปัสสนา เวทนามุขีสถนาแก้ความเห็นผิด ในชื่อสอง พระ
พุทธเจ้าว่า โลกนี้มีความทุกข์ ตัวเรานี้เป็นทุกข์ แต่เราเห็นว่าเวทนามุขีสถ
ไปเสีย มีรูปนามก็เห็นทุกข์ และไม่รู้ตามความเป็นจริง จึงเห็นว่ามีความ
สุขอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงให้มีการกำหนดในความ
ทุกข์ ความสุข และอุปภกความว่างเฉยเหล่านี้ สิ่งเหล่านี้เป็นเวทนา เป็น
พาหนะ เป็นเรือที่จะไปสู่ฝั่ง มันจะต้องมีความทุกข์ ความสุข ความว่างเฉย

เป็นผลของมนุษย์ ดังนั้นเราต้องมี สติ มากำหนดแนวทางต่างๆ แล้วจะเห็นตามความเป็นจริงว่า เวทนานั้นไม่เป็นความสุขเลย เต็มไปด้วยความทุกข์ คนใดเห็นทุกข์ได้ชื่อว่า เห็นธรรมชาติของพระพุทธเจ้า ฉะนั้นจึงต้องกำหนดแนวทาง จิตไม่คิดเวทนา ก็เพื่อที่จะพ้นจากทุกข์ แม้แต่ปฏิบัติธรรมในขั้นสูงๆ มันก็ยังมีเวทนา ถึงสังขารแปลกขาญาณก็ยังมีเวทนาอยู่ แม้แต่อุเบกขาทนาก็ยังมี ถ้าปฏิบัติไปขั้นสูงกว่านี้เวทนามีอยู่ แต่จิตไม่ได้สวดยเวทนา ไม่ว่าจะทุกข์เวทนา สุขเวทนา อุเบกขาทนาก็พ้นจากเวทนา ตัวที่จะไปทุกข์ไม่มีการที่จะไปกำหนดปวดหนอน เจ็บหนอน ก็เพื่อที่จะให้จิตไปรู้จักทุกข์ จิตจะได้ไม่ไปยึดติด จิตหลุดออกจากทุกข์

บางคนที่ยึดถือว่า วิทยญาณ เป็นของที่จะเกิดแล้ว เกิดอีก ไม่เปลี่ยนแปลง เป็นของแน่นอน เกิดเป็นคนก็จะเกิดเป็นคน ไปเรื่อยๆ เป็นพวกตาก็เป็นพวกตาคือไป เป็นพรหมก็เป็นพรหมต่อไป ไม่เปลี่ยนแปลง แต่ วิทยญาณเป็นของไม่แน่นอน เสร็จงานยังเป็นเทพได้ “ พระยั้งเป็น ตัวไร ” ใต้ วิทยญาณเป็นของไม่แน่นอน ถ้าเรายึดวิทยญาณว่าเป็นของเที่ยง แล้วจะหลุดพ้นจากทุกข์ไม่ได้ เมื่อจิตคิดขึ้นมา พระพุทธองค์ท่านสอนว่า ให้กำหนดคิดหนอนๆ มันจะไม่ติดอยู่ในจิตนี้ วิทยญาณง อมิจัง วิทยญาณนั้นไม่แน่นอน วิทยญาณทำให้เกิดแล้วเกิดเล่า วิทยญาณนี้เหมือนพืช กล้วย หน่อ พืช กล้วยเป็นเหมือน วิทยญาณง พืชง วิทยญาณเป็นพืช เป็นข้าวกล้า ต้นหาติณแห่ง ต้นหาเป็นเชื้อในข้าว เมื่อทำมาแล้วต้องมีข้าวกล้าปลูกในนา ข้าวกล้านั้นจะต้องมี ข้าวเชื้อ ข้าวเชื้อนั้นก็ต้องมีขาง แล้วนำไปหว่าน แล้วก็ออกมาเป็นข้าวกล้า พอเป็นข้าวกล้าก็เอาไปปลูกในนา ก็เป็นขึ้นมา วิทยญาณมัน

ความอยู่อย่างนี้ แต่วิทยญาณนี้ไม่ใช่ว่าจะเกิดเป็นคนอย่างเดียว บางทีมันก้าวไป เป็น เสร็จงาน เป็นสัตว์นรก อสุรกาย เปรต แต่ถ้าหากเจริญสติปัญญา ๕ เว้นอบายภูมิ ๔ ไม่ไปแล้วจะไปแต่สุคติ เป็นมนุษย์ชั้นสูง ไปหาโลก จิตตามุขี่สณานี่ต้องกำหนดเวลาจิต ก็กำหนดคิดหนอนๆ เพื่อจำกัดการเข้าไปยึด ไปถือวิทยญาณนี้ เป็นของเที่ยง สติตาม ไม่เล็ดก็ตาม ให้กำหนดเสีย เมื่อกำหนดอยู่ จิตก็จะบริสุทธิ์

ชั้นมานุขี่สณาน เพื่อจำกัดสักกายทิฐิ ความยึดมั่นถือมั่น ในความเป็นตัวเป็นคน ตัวคนมีรูปกับนามเท่านั้น นอกนั้นเป็นสมมุติ เป็นเจ้าคุณ เป็นพระครู เป็นอะไรต่างเป็นสมมุติเท่านั้น อย่านไปยึด ไปถือ มีแต่รูปนาม เอาศติไปกำหนด พองหนอ ยุบหนอ พองก็เป็นรูป ยุบก็เป็นรูป ตัวที่ไปรู้เป็นนาม ธรรมมานุขี่สณาน มีชั้น ๕ นีวรณ ๕ เรากำหนดอย่างไร ให้รู้จักชั้น ๕ ในเวลาปฏิบัติกำหนดที่ พองหนอ ยุบหนอ นี้ ชั้น ๕ มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิทยญาณ ย่อชั้น ๕ นี้ ๒ อย่าง รูปก็เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิทยญาณก็เป็นนาม ย่อลงเหลือ รูปกับนาม การกำหนด พองหนอ ยุบหนอ ใต้ชื่อที่เราเอาชั้น ๕ เป็นอารมณ์ พอง ยุบเป็นรูป ตัวที่เข้าไปรู้เป็นนาม รูปนามอยู่ทีใด ชั้นทั้ง ๕ อยู่ทีนั้น

นิวรณ ๕ ประกอบด้วย ชอบ ไม่ชอบ ว่าง พุง สูงสย มีความชอบใจองค์ธรรมได้แก่ โสณะ ไม่ชอบใจ มีองค์ธรรมได้แก่ โทณะ เมื่อมีความที่ถอยตัวว่างเริ่มเข้ามา ฉะนั้นอย่าไปถอยให้มีความยินดี ในการปฏิบัติธรรม ดำรงเถียงในการปฏิบัติธรรมตัวที่ถอยตัวว่างแทรกเข้ามาทันที ต้องให้จิตมีปิติความพอใจ ในการปฏิบัติธรรม ตัวพุงเปรียบเหมือนว่าเราเป็น

ซึ่งข้าพเจ้าขออภัยมาเป็นอันมากแล้ว ในชาตินี้ก็จะเป็นที่
อิสระ จะไม่ยอมให้มันมาอยู่เหนือเรา เราต้องพยายามไม่ให้มันพุ่ง จะมีก็
แต่คำสั่งของพระพุทธองค์ และมีสติไปอยู่ที่ กาย เวทนา จิต ธรรม ไปไว้
ที่อินทรีย์ ต้องพยายามแล้วก็สามารถปราบ สักกายทฐิได้ คือ องค์ของ
โสดาบัน ความเป็นตัวเรา ตัวเขาก็จะลดลง

สงฆ์มี ๒ อย่าง ๑. สงฆ์ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ไป
อุปายภูมิตถาเนติยว ไม่มีการต่อรองใดๆ ทั้งสิ้น ๒. สงฆ์ที่อยู่ในนิวรรณ์ ๕
เช่น หลงทาง สงสัยว่าทงนี้ไปไหน สงสัยอย่างนี้ไม่ไปอุปาย แต่เป็นสิ่งที่
กั้นไม่เห็นธรรม.

๒ ๘ ๒ ๘ ๒ ๘

กำลังใจ

ทุกสิ่งทุกอย่าง อยู่ในโลกนี้ด้วยพลัง เช่น เครื่องยนต์ต่างๆ ไฟฟ้า
ต่างๆ ก็เกิดมาจากพลังงาน แต่บุคคลอยู่ด้วยพลังอันใด พระพุทธเจ้าทรง
ตรัสว่า “ มหานุพพังคมา ฐัมมา มะโนเสฐฐา มะโนมเยชา ” บุคคลมีใจ
เป็นหัวหน้า มีปัญญาประเสริฐ สำเร็จแล้วด้วยใจ มุคคลอยู่ใต้ด้วย พลังจิต
พลังเกิดจากพลัง ๕ คือ พลังศรัทธา พลังปัญญา พลังวิริยะ พลังสมาธิ
พลังสติ คนที่ออกๆ แอดๆ ขาดกำลังใจ ขาดกำลังภายใน เราควรปลุกตัว
ศรัทธาเกิดขึ้น ศรัทธาต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในการปฏิบัติ สร้าง
วิริยะ ควรหวัง ควรมอง ที่เป้าหมายอันยิ่งใหญ่คือ ความหลุดพ้นทุกข์ และ
มอบหมายของพระพุทธเจ้า และความเพียรของพระพุทธเจ้า เราทุกคน
ที่อยู่ในวัดที่ มีกินทุกวันเพราะความเพียรของพระพุทธเจ้า ขอให้เรารู้อทุก
คนนึกถึงอย่างนี้ ต่อไปคือ สติ การสร้างก็คือ การเก็บทีละเล็ก ทีละน้อย
จากการกำหนดอธิบาณ ๔ อินทรีย์ ๖ การเหลียวซ้ายแลขวา การเข้าห้องน้ำ
หรือในการทำธุระต่างๆ ให้มีความเพียรทำทุกอย่างต่อเนื่อง สติจึงจะมีกำลัง
ขึ้นมา สมถิพลัง คือ ผู้ใดใจเบาไม่หนักแน่นอยู่ ๑๐๐ ปี ก็ไม่ประโยชน์
ผู้คนที่ปฏิบัติจากเพ่งกำหนด แม้เพียงวันเดียวก็ยิ่งประเสริฐกว่า ฉะนั้น
จะต้องรวบรวมสมาธิอารมณ์อันเดียว และมีสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา
และปัญญาพลังจะเกิด จากการฟัง การคิด การภาวนา จากการสร้างกำลังใจ
ในการปฏิบัติ การคิดเป็นการไตร่ตรองด้วยเหตุผล ให้การปฏิบัติเป็นไป
ตามเหตุผล เข้าใจความจริงได้อย่างมีเหตุผล ภาวนามะยะปัญญาจะเกิดขึ้น
เอง เป็นความจริงที่จะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ ฉะนั้นนักปฏิบัติควรสร้าง

กำลังภายใน ๕ พลัง เพื่อจะได้ปฏิบัติธรรมจนได้ผล คือ มรรค ผล นิพพาน
ความหลุดพ้น.

๒ ๒ ๒ ๒ ๒ ๒

สมาธิเบื้องต้น ๘

มรรคเบื้องต้น ๘ เราต้องเอาสติไปฐาน ๔ มาเป็นมาอารมณ์ สัมมาสติก็
จะมีแก่เรา สัมมาสติมีแก่เราแล้วสัมมาสมาธิย่อมเกิดขึ้นแก่เรา แล้วเราจะได้
เห็นตามความเป็นจริง จะได้เห็นธรรมะ เห็นอริยสัจ ๔ ตามที่พระพุทธองค์
ตรัสว่า “สมาธิง ภาวจะเว ภาวจะ ตสมาทิต ญาณุตตง ปะชานาติ” เมื่อ
จิตชอบเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้เห็นตามความเป็นจริง ขอให้นักปฏิบัติพิจารณา
ไป กำหนดไป เอาสติไปกำหนด การกำหนดเป็นการเพ่งอย่างหนึ่ง เป็น
ฌาน เป็นการเพ่งกิลเลส เมื่อโกรธ ก็กำหนดโกรธหนอยๆ เป็นการเพ่งกิลเลส
กุศลก็ดี อุกุศลก็ดี ชอบ ไม่ชอบ ว่าง พุ่ง สงสัย นิमितกิติ ให้กำหนดอย่างไป
คิด ให้เอาพองพองหมอบหมอบเป็นที่ตั้ง ถึงบางครั้งพองพองหมอบหมอบหายไป
เป็นครั้งๆ ก็ให้กำหนดรู้หนอยๆ ให้จิตอยู่ที่ตัวนี้อย่าให้ไปไหน.

๒ ๒ ๒ ๒ ๒ ๒

วิธีอยู่กับพระพุทธรเจ้า

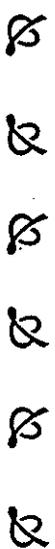
เมื่อพระพุทธรเจ้าของเราได้เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว พุทธบริษัททั้งหลาย จะเป็นผู้สืบต่ออายุพระพุทธศาสนา ตอนที่พระพุทธรเจ้าจะดับขันธปรินิพพาน ได้ตรัสกับพระอานนท์ว่า “โย โว อานนท์ มะยา ชัมโม จะ วิชะโย จะ เทลิตโต ปัญญุตโต โส โว มะมัจจะเยนะ สัตถตา” เมื่อตถาคตปรินิพพานไปแล้ว ธรรม และพระวินัยจะเป็นศาสดาแทนเรา เวลา นี้ถือว่าพระพุทธรเจ้ายังมีชีวิตอยู่ เพราะพระธรรม พระวินัย ยังคงอยู่

ธรรมะ คือ อันใด ธรรมะแปลว่า ผู้ปฏิบัติธรรม ธรรมจะรักษาผู้ปฏิบัตินั้น ไม่ให้ตกไปทางชั่ว คือ อปายภูมิ ๔ ถ้าหากยังอยู่ในโลกนี้ผู้ปฏิบัติธรรมก็จะมมีธรรมอยู่ในจิต มีความเที่ยงธรรม อย่างพระภิกษุ สามเณร ตั้งอยู่ใน อปริหานิยธรรม ๗ ประการ การวางสัจอยู่ในศีล ๕ ศีลอุโบสถ และตั้งในธรรมคือ สังฆธรรม ความจริงใจทางกาย ความจริงทางวาจา ความจริงทางใจ ขันติคือ อดทน อดทนต่อภาระงาน อดทนต่อแรงกดดันทางใจ เพราะจะต้องทนกับ ๒ศัตรู เสื่อมลาภ ๒ศัตรู เสื่อมยศ สุข ทุกข์ สรรเสริญ นิมนทา เสียสละภายในจิตใจให้ภิกษุ สามเณร อดไม่เห็นแก่ตัว ให้เห็นแก่วัด แก่พระพุทธศาสนา กายนอกวัดหมู่ฆราวาส ก็ต้องมีการเสียสละให้กับศาสนา

สิ่งเหล่านี้เรียกว่า จริยธรรม เพื่อให้ทำให้อยู่ร่วมกับคนกับโลกได้อย่างมีความสุข และการปฏิบัติธรรมจะยกตัวพ้นจากทุกข์ ถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติธรรม ก็จะวนเวียนเกิดแต่เกิดแล้ว วนเวียนอยู่อย่างนี้ ทุกข์แล้วทุกข์อีกอยู่

อย่างนี้ ความสุขที่เป็นนิรันดรมีอยู่ คือ สุขที่ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายมีอยู่ ผู้ที่คิดอย่างนี้จะอยู่กับพระพุทธรเจ้าตลอดเวลา ได้พบพระพุทธรเจ้า

วิชะโยจะ คือ ศีล พระมีศีล ๒๒๗ ชื่อ เราพยายามอย่าไปผิดศีล ของพระพุทธรเจ้า หมู่ฆราวาสก็ควรจะรักษาศีล ที่ตนถืออยู่อย่าไปผิดศีล รักษา ศีลโดยสม่ำเสมอเหมือนกับ ๒ที่อยู่กับพระพุทธรเจ้า การปฏิบัติธรรม และการรักษาศีล ของพุทธรบริษัททั้งหลาย ถ้าทำอยู่ตลอดเวลาสม่ำเสมอ ทำอยู่ตลอดชีวิตก็เรียกว่า เราได้อยู่กับพระพุทธรเจ้าตลอดชีวิต.



โอวาทวันมาฆบูชา

วันมาฆบูชา เป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรง แสดงพระปาฏิโมกข์ หัวข้อที่ พระองค์แสดงมานี้มี ๑๑ ข้อคือ

๑. สัพพะปาปัสสอะ อกะระณัง แปลว่า การไม่ทำบาปทั้งปวง
๒. อนุสิตฺตฺสูปะถัมปะทา แปลว่า ทำความดีให้ถึงพร้อม
๓. สัจจิตตะปะริยทปะปะนัง แปลว่า ทำจิตให้ผ่องใส คือ ให้เจริญวิปัสสนา ให้ภาวนามังสามาริ

๔. ขันตี ประระมัง อะโป ตติคทา แปลว่า ให้มีความอดทน เพราะเราอยู่ท่ามกลางกิเลส และบุคคลทั้งหลาย เราอยู่ในป่าของกิเลส เราต้องอดทนอยู่ด้วยธรรมชาติของพระพุทธเจ้า ใครที่มีความอดทนชื่อว่า เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างสูง

๕. นิพพานัง ประระมัง ะทัตติ พุทธา ในอดีตมีพระพุทธเจ้าได้เกิดมาแล้ว เป็นล้านๆองค์ แล้วก็สอนพุทธบริษัททั้งหลาย ทำทาน รักษาศีล และภาวนา เพื่อที่จะให้พ้นทุกข์ คือ พระนิพพานเป็นดินแดน อันเกษม และถาวร

๖. นะ ทิ ปัพพะชิตฺต ประรูปะณาติ แปลว่า ผู้ที่ยังทำร้ายสัตว์อื่นอยู่ ไม่เรียกว่าเป็นสมณะ เป็นผู้ที่ยังเบียดเบียนสัตว์อื่นอยู่ ไม่ถือว่าเป็นคนมีธรรมะ

๗. สมะระธม โหติ ประรัง วิหฐะยัมโต แปลว่า ผู้ทำดีตัวอื่นให้ลำบากอยู่ ไม่ใช่ดีตัวอื่นเป็นผู้สงบเลย คือเบียดเบียนคนอื่น ไม่ใช่ดีตัวหรือคน ไม่เรียกว่าเป็นสมณะเลย

๘. อญปะวาโท คือ การไม่กล่าวร้ายให้คนอื่น เราควรจะพูดสิ่งดีที่ดีมาจากสุภาษิต ไม่กล่าวถึงจิตใจคนอื่น พูดจากตนเองบ้างก็กิน ในหมู่ที่ประชุมกันพูดจากันดีๆ ไม่ควรพูดจาให้แตกร้ายกัน

๙. อญปะฆาโต คือ การไม่ประหัตประหารกัน คือไม่ทำกันไม่ทำร้ายกัน ถ้ายังทำร้ายกันอยู่ก็ไม่เรียกว่าเป็นสมณะ

๑๐. ปาฎิโมกฺเข จะ สังวะโร หมู่ภิกษุทั้งหลาย ควรจะสังวรในข้อปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น คือ ปาฎิโมกข์สังวร อินทรีย์สังวร รั้งจับันสังวร อาชีวะสังวร

มัตตัญญูตา จะ ภัตตัสสะมิง คือ ให้รู้จักประมาณในการกิน กินอย่างมากไม่เกิน ๒ คาบ เลยกินก็ไม่ต้องกินแล้ว มีโยมคนหนึ่งจากกรุงเทพนगरเข้ามาที่นั่น พองบออกไปก็กินข้าวเต็มเลย นั่นเป็น มัตตัญญูตา จะ ภัตตัสสะมิง ส่วนพระภิกษุอย่างมาก ๒ คาบ ถ้า ๓ คาบอย่าไปให้

สันตัญญูจะ เสนาสนันัง หมายความว่า เราต้องอินทรีย์ในบริเวณ ในเสนาสนะอันสงัด คือจิตวิเวก กิเลสวิเวก อุปริวิเวก กายวิเวก คือ อย่าถูกลูกก้นกินไป เรียกว่ากายวิเวก จิตวิเวกคือ อย่าให้จิตมีราคะ โทสะ โมหะ พยายามกำจัดด้วยสติ อุปริวิเวกคือ อย่าไปยึดถือภพชาติ ในภิกษุไม่ควร

อยากจะไป เป็นพวคา เป็นพรหม ควรปรารภธรรมนิพพานไปเลย ส่วนอุบาสก อุบาสิกา อินทรีย์ยังอ่อน ควรเอาสวรรค์ไปก่อน ทั้งหมดนี้เรียกว่า สันตัญญูจะ เสนาสนันัง

๑๑. อระชิตเตค จะ อาโยโต การหมั่นประกอบจิตใจยัง อริสสิลสิกขา ในการเดินจงกรม ให้ระระวังเท้า การนั่งให้ระระวังของขุม อริจิตตสิกขา ใน

ปลูกไร่ ก็จะเหี่ยวแห้งไม่ชุ่มชื้นฉันใด หมู่คนปฏิบัติ ถ้ามีการเจริญมตตา
 ชรามกก็จะ มีความสุขไม่เหี่ยวโหดต่อกัน จะรักกันเหมือนพี่ เหมือนน้อง
 เรากล่าวตายอย่างไร สัตว์ก็กลัวตายเหมือนกัน เราเอาตัวมาเป็นอุปมา ฉะนั้น
 การปฏิบัติธรรมให้ร่มรื่นชุ่มชื้น เหมือนเราปลูกต้นไม้ที่เรารดน้ำทุกวันๆ
 ต้นไม้สีเขียวชุ่มชื้น ฉันใดก็คิด จิต ของนักปฏิบัติธรรมก็จะชุ่มชื้น ถ้าหากได้
 ฉานเป็นอารมณ์ของสมณะ ก็จะไต่บรรลุมรรค ผล นิพพาน ถ้าหากได้
 ฌณิกสมาธิกำลังมาก ก็จะไต่บรรลุมรรค ผล นิพพานเหมือนกัน ส่วน
 เมตตานั้นก็เหมือน นุ้ยกับน้ำทำให้ชุ่มชื้น มีความจำเป็นที่จะต้องมีเมตตาให้
 แก่ตัวเอง และผู้อื่น ฉะนั้นนุ้ยให้ทานทั้งหลาย จดจำคำสั่งสอนที่ได้ฟัง เพื่อ
 การปฏิบัติวิเสสนาจะได้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น.



การบริโภคโดยไม่เป็นหนี้

ตัวการปฏิบัติที่แท้จริง คือ มีการกราบสัคิปัญฐาน เคนจงกรมให้ได
 ปัจจุบัน แล้วนั่งสมาธิกำหนด พองหนอ ยุบหนอ นี่เป็นตัวปฏิบัติศีลสมา
 เราทำวัตรสวดมนต์เท่าที่จะสวดได้ ไม่ใช่เอามันทั้งหมด มันเสียเวลาในกิจร
 ปฏิบัติ แต่ข้อสำคัญ ของให้ปฏิบัติทำวัตรพร้อมๆ กันทุกวัน แต่ไม่ต้องรวม
 กันก็ได้ยกเว้นวันพระ

ก่อนพระจะฉันก็ควรพิจารณาอาหาร ประดูสังขา โยภិត ปิณฑะปตัง
 เสียก่อน ถ้าไม่ปฏิบัติพิจารณาหมอนเป็นหมอนเขา การเป็นหนี้ เราจะแก้หนี้ด้วย
 การปฏิบัติบริโภคปัจจัย ๔ เวลาเมื่อจะฉันยา บิณฑบาต ห่มจีวร เสนาสนะ
 ให้พิจารณาก่อนเราบริโภคด้วย

ความเป็นหนี้ของ อุบาสก อุบาสิกา แม้ไม่ได้เป็นบรรพชิต ก็ให้พิจารณา
 ก่อน เวลากินก็ให้คิดว่า **เรากินเพื่ออยู่ ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน รูปนามถึงจะยังยั้งอยู่ได้**
 ให้เราพิจารณาอยู่ได้ก็เพราะ มีอาหารไปหล่อเลี้ยง แต่ถ้าไม่พิจารณาก่อน เรากั
 บริโภคด้วยความเป็นหนี้ เราจะเห็นบาปกรรมที่เป็นหนี้ เราจะเห็นวัว ควาย ที่
 เขาเอาไปฆ่า พวกวัว ควาย ช้าง ม้า กู๊ด พวกนี้หนี้ของโลก เราทำอะไร ไม่นึกถึง
 บุญคุณของโลก อย่างเช่นสะพาน อย่างนี้ก็ไม่รู้ของเรา เวลาเราทำลายสะพาน
 เราก็เป็นหนี้โลก ทำลายของสาธารณะก็เป็นหนี้โลก เราบริโภคสิ่งต่างๆ แล้วไม่
 ู้ดีทำอะไร ไม่มีปฏิบัติ กินแล้วนอน ถึ้นบนหมอน พวกนี้เมื่อตายไป ถ้าไม่ปฏิบัติ
 วิถีเสนาภ ก็เป็นวัวเป็นควายเป็นหนี้.



สมเด็จพระไม่งอน

เราบ่าวขงในพระพุทธศาสนา ทุกสิ่งอันเป็นวัตถุ พวกเราไม่มีอันใด
 นอกจากบิณฑบาตเท่านั้นที่จะเลี้ยงชีพพวกเราได้ ถ้าหากว่าเรามีชีวิตอยู่
 เป็นเพศสมณะนี้ แม้จะจนสักเพียงใด หากเรามีศรัทธา เต็มใจในพระพุทธเจ้า
 และมีศีล และมีพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง และเป็นผู้ให้ธรรม ได้ชื่อว่าเป็นคนไม่งอน

ความจนมี ๒ อย่าง คือ ความจนในคุณธรรม เป็นความจนอย่างที่สุด
 และความจนภายนอก คือไม่มีเงินไม่มีทองเป็นต้น ความจนอันนี้ ยังเป็น
 ความจนที่ไม่สำคัญ ขออย่างนคุณธรรม ขอให้ศรัทธาต่อพระพุทธเจ้า
 อย่างไม่หวั่นไหว และมีศีล และเคารพพระสงฆ์ สังฆะการะวะตา และ
 ธรรมะทัตสละหนึ่ง เป็นผู้ให้ธรรม ขอให้ตั้งทรัพย์เหล่านี้ไว้ในใจ

การเป็นผู้ให้ธรรมะ เริ่มเห็นธรรมะ เมื่อเราเข้าไปปฏิบัติเห็นสภาวะ
 อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ต่อไปก็จะเห็นญาณ ญาณทั้งหลายก็จะเห็น เมื่อไป
 ถึงมรรคญาณ นั่นแหละก็จะเรียกว่าผู้เห็นธรรมจริงๆ เป็นผู้รู้ธรรมนั้น
 ธรรมะทัตสละหนึ่ง เป็นผู้บรรลุมรรคผล ถ้าคนใดได้ศำณญาณ ๑๖ ได้ชื่อว่า
 เป็นผู้ไม่งอน เป็นผู้ที่มีพึ่งแล้ว ซึ่งพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า เพื่อจะได้
 เห็นธรรมแรกก็ควรจะปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัญญา ๔ นี้ เพื่อจะได้
 สัมมาสติ แล้วสัมมาสมาธิก็จะเกิดขึ้น เมื่อสัมมาสมาธิเกิดขึ้นแล้ว เราก็จะรู้
 เห็นในญาณทั้งหลาย เห็นรูป เห็นนาม เป็นคนละอัน และจะเห็นปัจฉัยของ
 รูปนาม และจะเห็นความไม่แน่นอน เห็นพระไตรลักษณ์ในตัวของเรา และ
 โลกทั้งหมด จะเห็นตัวของเราเป็นทุกข์ โลกของเราเป็นทุกข์ เห็นตัวของเรา

และโลกของเราไม่ใช่ของเราทั้งหมด จะเห็นอย่างนี้เป็นอารมณ์ อารมณ์
 วิปัสสนาก็จะเกิดขึ้นตามลำดับ.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

องค์ ๔ อย่างแห่งความสำเร็จ

องค์ ๔ อย่างที่ทำให้ปฏิบัติธรรมประสบความสำเร็จ

๑. ฐานะ อย่างไปรงเกียจในการปฏิบัติ ให้มีความพอใจในการปฏิบัติ มีความอิสระ เป็นของตัวเองให้มีความพอใจในการปฏิบัติ ให้เห็นว่านี่เป็นธรรมชาติของพระพุทธเจ้า ในชีวิตของกุฎิได้เกิดมาตั้งทุกวันนี้ เพราะบุญของกุฎิเกิดมาพบพระพุทธศาสนา เพราะบุญของกุฎิเกิดมาเป็นคนที่ดี มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มีศกภาพอันดี ให้เกิดความพอใจขึ้นมา

๒. วิริยะ อาตปปี สัมปะราโม วิมยะโลกก อวิชชาโทมณัสสัง คือ ความเพียร ให้นึกถึงพระพุทธเจ้าได้ตลอดทุกอย่าง ไม่หายใจก็มี ไม่กินข้าวก็มี พระพุทธเจ้าเพียรทำทุกอย่างเลย เพื่อให้ได้พบวิถีทางที่พระสมณเรามาตัวอย่างแล้ว เราเห็นเราลงต่อสู้ อย่างเกียจคร้านจนใช้ความเพียรก้าวต่อไป วิธีพ้นโลก ฌณิกสมาธิก็สามารถไปได้ คือ เอาสติมาตั้งที่ กาย เวทนา จิต ธรรม แล้วฉกฉกสมาธิเกิดขึ้นมา เมื่อฉกสมาธิเกิดขึ้นมาแล้ว ก็จะมีเห็นตามความเป็นจริง ฉะนั้นคนมีวิริยะ จะพบความสำเร็จ หากก้าวถอยแล้ว ปล่อยจิตของเราลอยละล่อง ก็จะเป็นเช่นเดียวกับปลาตาย ไม่ยอมว่ายทวนกระแสแต่เลย

๓. จิตตะ เอาใจผูกใจ คือ ต้องกำหนด คนใดมีการกำหนดหนอ พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญมาก “ โย จะ วิสตะตตะตัง ชีโว ทุปป์ญญัญญุอะสสะมาหิตโต ” คนที่มีปัญญาธรรม มีจิตใจง้วนไหว บุคคลนั้นอยู่ ๑๐๐ ปี ก็มีประโยชน์เพราะไม่มีการกำหนด และพระพุทธองค์ทรงตรัสต่อไปว่า “ เอกาทัง ภริตัง เถยโย ปัญญวันตัสสะ ฌยโยโน ” บุคคลผู้กำหนด คือ มี

อารมณ์อะไรเกิดขึ้นก็กำหนดทันที บุคคลที่มีการกำหนด แม้มีชีวิตเพียงวันเดียวก็ยังประเสริฐกว่า คนที่มีอายุ ๑๐๐ ปี แต่ไม่มีการกำหนดเลย ผู้ใดกำหนดผู้นั้นมีชีวิตที่มีค่ามาก

๔. วิมิงสา คือ ตัวปัญญา คือตัวรู้เท่าทันกำหนดปัจจุบันเลย เมื่อโยคีได้ปัจจุบันทันอารมณ์โยคีนั้น ก็จะปฏิบัติสำเร็จทุกคน

องค์แห่งการปฏิบัติให้สำเร็จ ๔ อย่าง พอใจ ไม่ห่อถอย เอาใจใส่ปัญญา เบื้องต้นอาจารย์ขอให้ความพอใจเสียก่อน อย่างไปรงเกียจในการปฏิบัติ ทำใจให้มีความเลื่อมใสในการปฏิบัติ.



พระในพระพุทธศาสนา

กิจอื่นใดจะสมควรสาสนกิจ พระใดจะเสมอ พระของพระพุทธเจ้าไม่มี
อย่างตั้งพระองค์ตรัสว่า “ เทวามิ ภิกขเว ชุรานิ ” ดูกรภิกษุทั้งหลาย
พระมี ๒ อย่าง คือ กัมมชฺระ และวิปัสสนาชฺระ

กัมมชฺระ เป็นการเล่าเรียน เป็นต้นว่า ชั้นที่ ๕ อายุคนะ ๑๒
ศตปีฐาน ๔ และธรรมศึกษา นักรธรรมตรี

วิปัสสนาชฺระ ได้แก่การเห็นสภาวะธรรมในตัว ตัวของเรา วิปัสสนา
แปลว่าเห็นแจ้ง วิ แปลว่า แจ้ง ปัสสนา แปลว่า ความเห็น มาต่อกันเป็น
วิปัสสนา แปลว่าเห็นแจ้ง ผู้ที่จะเห็นแจ้งในตัวเรา จะเห็นความเปลี่ยนแปลง
เรียกว่า อนิจจัง ในตัวเราเต็มไปทั่วทุกข เรียกว่าทุกขัง ในตัวเรานี่เองเป็น
อนัตตา คืออย่างไรก็ดีคือตัวเราเอง เป็นตักกายชฺฐิ เป็นแต่เพียงรูปนามทำ
นั้น เป็นสมมุติ เมื่อเรารู้ว่าเป็นสิ่งสมมุติ เรียกว่าอนัตตา ไม่อยู่ในอำนาจของ
เรา เมื่อเราปฏิบัติมัน เป็นภาวนามะระปัฐญาที่เกิดขึ้น เมื่อเราปฏิบัติมันร่าง
กายของเรา จะมีการเปลี่ยนแปลง เช่น เจ็บปวด เมื่อย สบาย ไม่สบาย
 เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงนี่เอง จึงปวดเมื่อยเป็นทุกขัง บางครั้ง
กำหนดหาย บางครั้งกำหนดไม่หาย มันไม่อยู่ในอำนาจของเรา เมื่อเข้าใจ
สัมผัสอย่างนี้แล้วเขาเป็นอารมณ์ วิปัสสนาย่อมเกิดในขั้นขั้นตามของเรา
นักปฏิบัติสัมผัสอย่างนี้บ่อยๆ ก็เกิดทั้งหลายในขั้นขั้นตาม เราก็จะลดน้อย
ลงเหมือนเรากินยาขานนั้นย่อมปราบกับโรค โรคนี้ก็จะค่อยๆ หายไป.



ทางเดินของมุนี และวิธีแห่งการหลุดพ้น

งานปฏิบัติธรรม เป็นงานสำคัญของมุนีผู้ทั้งหลาย เป็นการปลุกคน
ที่หลับอยู่ให้ตื่น ผู้ปฏิบัติธรรมนี้ไม่ปลุกเร้าก็ตื่นกันอยู่ เป็นนโยบายของโลก
ของนักปราชญ์ บัณฑิต ที่จะชักจูงคนเข้าสู่กระแสธรรม อันเป็นการชัก
จูงคนที่มี ปัญญาน้อยอยู่ พวกเราที่ปฏิบัติกันอยู่ ถึงแม้เขาไม่ได้มาปลุก เราก็
ตื่นอยู่พวกเราเข้ามาปฏิบัติกัน ก็นับว่าเรตื่นอยู่นั่นเอง

การพึงธรรมก็ได้อันสงส์ ๕ ประการ

- ๑. ผู้ซึ่งยอมได้พึงในสิ่งที่ไม่เคยพึง
 - ๒. สิ่งที่เคยพึงแล้วยังไม่เข้าใจก็จะเข้าใจมากขึ้น
 - ๓. บรรเทาความสงสัย
 - ๔. ทำความเห็นให้ถูกต้อง
 - ๕. จิตผู้นั้นยอมผ่อนใจ
- ฉะนั้นการพึงธรรมนั้น เบื้องต้นก็จะเป็นมหากุศล และได้ความรู้ เพื่อนัก
ปฏิบัติจะได้หนทางที่ พระพุทธองค์ชี้ทางคือ มรรคมีองค์ ๘ เป็นทางเส้นเดียว
สายเอก เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสว่า

“ เยหนว ยันติ นิพพานัง พุทธา เตสสังจะ สวาระกา
เอกายะนมะ มัคคเณะ สติปัญญาะสัจฺญีนา ”

พระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์พระอรหันต์ทั้งหลายได้ดำเนินไปแล้ว
ดูมรรค ผล พระนิพพาน ด้วยทางสั้นใจ ทางสั้นนั้นคือสติปัญญา ๔ ซึ่ง
เป็นทางสายเอก คำว่าทางมี ๒ อย่าง ปกติมีลโค ปฏิปทานลโค

ปกติมีศัลโค คือทางธรรมดา คือทางรอด ทางนำเป็นต้น แต่ทางปฏิบัติ นั้นพระพุทธองค์ทรงชี้แนวทางให้ มี ๕ ทางด้วยกัน คือ ไปนรก ไปนมนุษย์ ไปสวรรค์ ไปพรหมโลก ไปมรรคผลนิพพาน พระพุทธองค์ทรงชี้ทาง ให้ว่าเราจะไปทางไหน การที่จะไปนรกนั้นก็คือ อบายภูมิทั้ง ๔ คือดินแดน ที่หาความเจริญไม่ได้ เรียกว่าอบายภูมิ ๔ คือ สัตว์นรก เปรต อสุรกาย เดรัจฉาน หากมนุษย์ได้เกิดมาแล้ว ไม่ปฏิบัติตาม ๒๖ อจริยวิปัสสนาแล้ว จะไปอยู่อบายภูมิ และบุคคลที่ไม่มีศีล ๕ ข้อ ก็จะไปอยู่อบายภูมิ เมื่อเรารู้ เช่นนี้เราก็ควรจะปฏิบัติเพื่อพ้นจากอบายภูมิ ๔ นี้

การที่เราจะเกิดเป็นมนุษย์นั้น พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญว่า บุคคลผู้ใดอยู่ในศีล ๕ และจะไปเกิดเป็นมนุษย์ ที่เราได้เกิดเป็นมนุษย์นี้ ก็เพราะเรามาก่อน ฉะนั้นเราจึงได้เกิดมาเป็นคน มันได้ทำอะไรให้ไปเกิดในสวรรค์คือ เรามีทาน ศีล วิปัสสนากาณา ถ้าหากเราไม่ได้นิพพานในชาตินี้ อินทรีย์เรายังไม่อ่อน อย่างน้อยเราจะต้องไปพักบนสวรรค์ ถ้าเรามีการปฏิบัติกัน จะได้ทั้ง ขึ้น ทั้งลง หมายความว่า ทั้งขึ้นก็คือว่าเราจะได้ไปพระนิพพาน ทั้งลงคือ เราจะได้อยู่บนสวรรค์อย่างแน่นอน นี่เป็นมันใจที่เราจะพ้นจากมนุษย์ไป สวรรค์ อีกทางหนึ่งไปพรหมโลก บุคคลใดที่ได้เจริญธรรมะกรรมฐาน อย่างหนึ่งอย่างใดใน ๕๐ ทำให้ได้สมาธิแล้ว เมื่อจุดได้แล้วจะไปเกิดในพรหมโลก แล้วอาจจะขึ้นสูงกว่าพวกที่อยู่บนสวรรค์ แต่เมื่อเป็นพรหมแล้ว ไม่ได้อจริยวิปัสสนา ไม่ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ก็ยังปีคอบายภูมิ ๔ ไม่ได้

การหลุดพ้นมี ๒ อย่างคือ เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อจริยวิปัสสนา เมื่อเจริญสมาธิมาแล้ว ค่อยมาเจริญจิตขั้นวิปัสสนา แล้วบรรลุมรรคผล ก็จะหลุดพ้นแบบเจโตวิมุตติ โยคีที่ไม่ได้เจริญสมาธิมาก่อน อจริยวิปัสสนา อย่างเดียว ถ้าได้บรรลุมรรคญาณ ก็จะได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นแบบ ปัญญาวิมุตติ

ถึงแม้เป็นพรหม แต่ยังไม่ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ยังมีโอกาสมา เกิดอบายภูมิ ๔ ใค้อยู่ ตั้งเรื่องในพระไตรปิฎก ครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้า กับ พระอานนท์ได้ไปบิณฑบาตในเมืองสาวัตถี พระพุทธองค์เห็นลูกหมูตัว หนึ่งอยู่ได้มา พระพุทธองค์ทรงยิ้ม พระอานนท์เห็นพระพุทธองค์ทรงยิ้ม พอกลับถึงที่พักถามว่า ทรงยิ้มด้วยเหตุใด พระพุทธองค์ทรงยิ้มตอบว่า เรายิ้มมันเพราะเหตุว่า เห็นใหม่อานนท์ยิ้มแห่งสังสารวัฏนี้มากลัวเหลือเกิน ลูกหมูตัวนั้นหมอบูจากพรหมโลก ใต้นาเกิดเป็นลูกหมู นี้แหละภัยแห่งสังสารวัฏ ที่เราขี้มันเพราะเราพบแล้ว ภัยแห่งสังสารวัฏ ภัยอันนี้จะไม่เกิดแก่เราแล้ว

ฉะนั้นจงอย่าวางใจ มันไม่แน่นอนให้พวกเรารักษาใจอย่างประมาท ให้มีการเจริญวิปัสสนาให้เต็มรคญาณ แล้วเราจะได้พ้นจากอบายภูมิ ๔

ทางสายสุดท้ายคือ สติปัญญา ๔ คือเส้นเอก พระพุทธองค์ทรงบอก ว่า ทางเส้นเอก เป็นทางสายเดียว และเป็นหนทางที่บุคคล คนๆใดจะมา ปฏิบัติ จะปฏิบัติแทนกันไม่ได้ นี้เรียกว่าหนทางเส้นเอก ทางเส้นนี้เป็นทาง ที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบทฤษฎีนี้ ไม่ได้เป็นของสาวก แต่เป็นของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ และเป็นหนทางที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนาแห่งเดียว

และนำผู้ปฏิบัติไปสู่มรรค ผล นิพพาน ทางเดินนี้พระพุทธรเจ้าในอดีตคือ องค์ปัจจุบัน และพระพุทธรเจ้าที่จะลงมาตรัสรู้ในอนาคต พร้อมกับพระอรหันต์ทั้งหลาย ใช้เดินทางสู่มรรค ผล นิพพาน เราทั้งหลายได้ตั้งอยู่ในเส้นทางอันประเสริฐ คือ สติปัญญา ๔

คนจะพ้นจากทุกข์ได้ ด้วยอำนาจแห่งการปฏิบัติ บุคคลผู้ใดจะสามารถบรรลุธรรมนั้น จะอยู่ในองค์ทั้ง ๔

๑. คนใดเป็นโรคก็กำหนดคนนั้นก็จะสามารถถึงมรรคผลได้
๒. บางคนมีวาทนา ปวด เจ็บ เมื่อย แล้วก็กำหนดเวลานานี้ ก็สามารถเข้าถึงมรรคผลได้

๓. บางคนก็เอาอริยาบถ ๔ การยืนก็กำหนด การนั่งก็กำหนด การนอนก็กำหนด อันนี้ก็สามารถเข้าถึงมรรค ผลได้ อย่างไรก็ตาม การปฏิบัติธรรม ก็คือการทำหน้าที่แหละ คือ การปฏิบัติธรรม คือ กำหนดสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนี้ คือ การปฏิบัติธรรม การยืน การเดิน การนั่ง การนอน แม้แต่ชีวิตบางคน เอาชีวิตเข้าแลก เอาชีวิตเป็นเดิมพันในการปฏิบัติธรรม แล้วบางคนบางคนที่ได้โดย บางคนยอมเสียสละชีวิตเพื่อได้ มรรคผลเพื่อธรรมะแล้วก็ได้ธรรมะ ได้มรรคผล

๔. กำหนดอารมณ์ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหมือนมีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ อย่างหนึ่งให้ต่อสู้กับมัน เสียงเป็นรูปตัวที่เข้าไปรู้เป็นนาม เสียงมันเกิดขึ้นตามธรรมชาติของมันเอง ที่มันไปอามนั้นคือจิตของเราเองต่างหากที่ไปเอา ฉะนั้นเมื่อได้ยินเสียง ก็กำหนดได้ยินหนอ หนมเคลื่อนไหวโดยเหตุใดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้กำหนด เพราะว่า เราได้ยินเสียง ถ้า

ขอบใจเกิดโทษะ ถึงไม่ขอบเกิดโทษะ ถ้าไม่กำหนดก็เป็นโทษะ อาจารยฺขอให้ท่านทั้งหลายกำหนดอารมณ์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ มันอยู่ด้วยกันมานาน เหมือนปลาอยู่ในน้ำ แหวกว่าด้วยคางมสุข ที่นี้ถ้าเอาปลาออกจากน้ำ มันก็ตื่นมันตื่นใจ จิตของเราถ้าเอามาอยู่ในกรรมฐาน มันไม่ค่อยอยู่ มันจะพยายามดิ้นรน เหมือนปลาดิ้นรนไปหาน้ำ คนใดได้ปฏิบัติเอาเสียงเป็นอารมณ์ กำหนดตัวเสียงก็จะเข้ามรรค ผล นิพพานได้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้แสดงธรรมแก่ อุบาสกคนหนึ่งงตอนไปบิณฑบาตในเมืองสาวัตถี อุบาสกคนนั้นชื่อ พาหิยะ เขาต้องการธรรมมาก ขอพระพุทธรเจ้าแสดงธรรม แต่พระพุทธรเจ้า บอกว่า เราถ้าถึงบิณฑบาต เขาก็กราบที่เท้าของพระพุทธรองค์ พระพุทธรองค์ทรงใช้ญาณของพระองค์ก็ทรงรู้ว่า ถ้าเราได้แสดงธรรมให้เขาฟัง เขาก็จะได้ประโยชน์อันยิ่งใหญ่ คือเขาจะต้องตายวันนี้ พระพุทธรองค์ก็ทรงแสดงธรรมว่า เมื่อได้เห็น ไตฺยหน ไตรส ไตฺยลิม ไตฺยสมส ไตฺยลิต เมื่อต้องพิจารณาอย่างมีสติ อย่างเป็นศรัทธา เมื่อเขาได้ฟังเพียงเท่านี้ จิตของเขาจึงสงบได้มรรคญาณ จิตดับไปพร้อมเกิดสติไป แม้แต่อินทรีที่ยัง ๖ ก็สามารถเข้าถึงมรรค ผล นิพพานได้ ๗ อย่างไปกังวลกับสิ่งที่ผ่านมาแล้ว อย่าคิดถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ให้เอาปัจจุบันทำให้ดีที่สุด ถ้าคิดถึงอดีต หรืออนาคตให้กำหนดจิตหนอ คิดหนอ เอาปัจจุบันเข้าไป ถ้าเราตั้งใจไว้ในสติปัญญา ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม ย่อมแน่นอนแล้ว เราอย่าไปยึดมรรค ผล นิพพานแน่นอน ขอให้ท่านทั้งหลายตั้งใจปฏิบัติ เพื่อประโยชน์ในโลกนี้ และโลกหน้า ตั้งพระพุทธรองค์ไว้ว่า “ ฐัมมะจาริ สุขัง เสติ อัสสะมัง โลก ปรัम्महि จะ ”

เมื่อท่านทั้งหลายปฏิบัติธรรม แล้วก็มีความสุขในชาตินี้ ถ้าจากโลกนี้ไปแล้วจะไปสวรรค์ ขึ้นอยู่กับอินทรีย์ที่มีอยู่ ถ้าอินทรีย์อ่อนอยู่จะไปเกิดบนสวรรค์ ถ้าอินทรีย์แก่กล้ามากพอ ก็จะบรรลุมรรค ผล นิพพาน ถ้าได้มีพระโศคาบั้นแน่นอนแล้วว่าจะไม่มีชาติที่ ๘ อีก.



โอวาทวันสำคัญ

วันนี้เป็นวันสำคัญ วันหนึ่งในพระพุทธศาสนา ซึ่งพุทธบริษัทได้พร้อมกัน เพื่อจะให้ทาน รักษาศีล และภาวนา ตามเวลาและโอกาส เราศรัทธาทิ้งหลายร้อยกัณฐ์ทางพุทธศาสนาว่ามิวันอะไรบ้าง สำหรับทางโลกมีวันสำคัญต่างๆ เช่น วันชาติ วันพืชมงคล เป็นต้น ซึ่งเป็นวันที่เขามีกันอยู่ วันสำคัญของพระพุทธศาสนาก็มี เช่น วันมาฆบูชา เป็นวันที่พระเจ้า ๑,๒๕๐ รูป ได้มาประชุมกันเป็นวันที่ดวงดาวมาถูกัน ผ่านดวงพระจันทร์ และมีพระอรหันต์ทั้งหลายมาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย ซึ่งเป็นพระอรหันต์ที่พระพุทธเจ้าบวชให้ด้วยพระองค์เอง และพระพุทธองค์ทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์

วันวิสาขบูชา เป็นวันประสูติของพระพุทธเจ้า ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า และปรินิพพานของพระพุทธเจ้า วันอาสาฬหบูชาเป็นวันที่ พระองค์ได้ไปแสดงธรรมจกกับโปรดคนดูตร ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้กรุงพาราณสี เป็นวันเข้าพรรษาพอดี พระองค์ได้แสดงธรรมให้ปัจเจกวัคคีย์ทั้ง ๕ พระอริยญาณ โภคะญาณ ได้มีดวงตาเห็นธรรม มีพระพุทธ พระธรรม พระอริยะสงฆ์เกิดขึ้นเป็นครั้งแรก

ต่อไปนี่จะกล่าวถึงวันอาสาฬหบูชา ซึ่งเป็นวันที่พระองค์ตรัสรู้คุณพระสัมโพธิญาณ และได้มีการเทศนาสั่งสอนแก่ ๕ วัคคีย์ทั้งหลาย พระองค์ทรงนึกถึงปัจเจกวัคคีย์ทั้ง ๕ ก็เสด็จไปสอน เสด็จไปที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้กรุงพาราณสี คำว่าอิสิปตนแปลว่า ภูเขา คือว่าเวลากฎาขี้จมนรณะนั้น ร่างกายจะลอยไปในป่านี้ แล้วร่างจะตกลง คำว่ามฤคทายวัน

เป็นป่าที่มีจำนวนมาก แต่ราชามืออภัยทาน ไม่ให้ใครฆ่ากว่างเหล่านั้น เรียกว่ามฤคทายวัน ในป่านี้พระพุทธองค์ได้เทศนาสั่งสอนแก่ปัญจวัคคีย์ จนได้ดวงตาเห็นธรรม สังฆะรัตนะได้เกิดขึ้นครั้งแรกของโลก คือพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อได้ฟังคำเทศนาธรรมจักกัปวิวัฒนมุตตร แล้วได้ดวงตาเห็นธรรม ต่อมาพระพุทธองค์ได้เทศนาสั่งสอนเวไนยสัตว์ทั้งหลาย เมื่อกล่าวโดยหลักของคำสอน ของพระพุทธเจ้าทั้ง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ศรัทธาทั้งหลายควรรู้ว่า “ ผู้พระปาปัสสะ อะกะระณัง กุศลัตถุปะสัมปะทา สะจิตตะปะริยทปะระมัง ” แปลว่าการไม่ทำชั่วทั้งหลาย การทำความดีให้ถึงพร้อม การทำจิตใจให้ผ่องใส ทำจิตให้บริสุทธิ์ อย่างมีโลหะ โทสะ โมหะ ในจิตใจ พระองค์ทรงสั่งสอนโดยใช้หลัก ๓ อย่างนี้ สั่งสอนตลอดมาจนพระองค์มีอายุได้ ๘๐ พรรษา จึงเสด็จไปกุสินารา ในขณะพระพุทธองค์ปรินิพพานนั้น หมู่เทพทั้งหลายที่มาจาก ๓๐,๐๐๐ จักรวาล เอาดอกไม้ทิพย์ มาบูชาพระพุทธองค์ พระพุทธองค์ทรงพิจารณาการที่ เอาดอกไม้ซึ่งเป็นอาภรณ์บูชา ก็ได้อาภรณ์ส่งมาแก่ แต่ยังไม่ยกว่าการปฏิบัติธรรม ซึ่งการปฏิบัติธรรมนี้ จึงจะเป็นการบูชา เราดลาคดอย่างสมบูรณ์ ดังนั้นเราควรมีการบูชาทั้ง ๒ อย่าง คือ อาภรณ์บูชาคือมีปัจจัย ๔ มีจีวร มีเสลี่ยง มีเสนาสนะ มีบริขารขาด ดอกไม้รูปเทียน อีกอย่างหนึ่งคือ การปฏิบัติบูชาทั้งในด้านสมณะ หรือวิปัสสนา จึงเป็นการปฏิบัติบูชา ซึ่งพระพุทธองค์ทรงเป็นห่วง พุทธบริษัท ออกมาให้พุทธบริษัทได้ปฏิบัติธรรมกัน พระพุทธองค์จึงเรียกพระอานนท์มาแล้วตรัสว่า “ โย โข อานนท์ ภิกขุ วา ภิกขุณี วา อุปาสะโก วา อุปาสิกา วา ธัมมานุสัณณะปะฏิปัณโณ ” แปลว่า อุกรอานนท์ ภิกขุ

ภิกขุณี อุปาสก อุปาสิกา เหล่าใด ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติตามธรรม ผู้ชื่อว่าดีคือการเคารพนับถือ เราดลาคดด้วยการบูชาอย่างสูง เพราะฉะนั้นเราทั้งหลายต้องมีการบูชา การบูชาพระพุทธองค์ด้วยการปฏิบัติธรรม เมืองต้น ท่ามกลาง และที่สุด เมืองต้นคือ ให้ท่านรักชาติ ท่านกลางคือ เจริญสมณะกรรมฐาน เมืองสูงคือ วิปัสสนาตามแนวสติปัญญา ๔ ก่อนที่พระองค์จะดับขันธเข้าสู่นิพพานนั้น พระพุทธองค์ก็สรุป ๔ ประการนี้ พระพุทธองค์ได้ตรัสเทศนา สั่งสอนมา ก็คือความไม่ประมาท พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า “ อัปะมะมาทปะระ สัมปะมาทปะระ ” แปลว่าท่านทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม แล้วพระองค์ก็ทรงดับขันธปรินิพพาน วัตถุประสงค์ตั้งแต่ต้นนับต้นมา

ฉะนั้นในอรธกถานั้นแล้วว่า ความไม่ประมาทนั้นคืออะไร ก็คือการมีสติ ขอให้หมู่ศรัทธาทั้งหลาย ก่อนที่จะพูด ก่อนที่จะทำ ก่อนที่จะคิด ขอให้มีความรู้ นอกจากนั้นก็เอาสติไปตั้งไว้ที่ กาย เวทนา จิต ธรรม คือให้เจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัญญาทั้ง ๔ แล้วสมาธิญาณก็จะเกิดขึ้น แล้วญาณทั้งหลายก็จะเกิดขึ้น ไปจนถึงมรรคญาณ แล้วจะเป็นอริยะในที่สุด.



การปฏิบัติเป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลาย

องค์พระสัมมาสัมพุทธะเจ้า พระองค์ได้ตรัสว่า “อภิกขาคาโร ตะถาคะตา” เราคาดคะเนผู้บอกท่านั้น การปฏิบัติเป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลายของ คำว่า ปฏิบัตินั้น คืออย่างไร การปฏิบัติก็คือการกำหนด เช่น กำหนด ขว้างหนอ ข้างอย่างหนอ พองหนอ ยุบหนอ เรียกว่ากายมุขิตสนา เวทนามันทุกตนในโลกนี้ สุขเวทนา ทุกข์เวทนา กับเฉยๆ พระพุทธเจ้าบอกว่าต้องดู เวทนามาในตัวเรา จิตที่มีในตัวของเรา สภาวะที่รู้อารมณ์จิตนี้ รู้เช่นเดียว อารมณ์ได้แก่ อารมณ์กาย จิตก็เป็นอารมณ์ของจิต จิตคิดอารมณ์ใดจิตก็ตั้งรู้ ธรรมได้แก่นิวรณ์ทั้ง ๕ คือ ขอบ ไม่ขอบ ขวาง พุ่ง สงสัย ตั้มกับผู้ปฏิบัติได้แล้ว ยากที่ผู้ปฏิบัติคุณธรรมจะเกิดขึ้นมา ตัวนิวรณ์ทั้ง ๕ นั้นจะมีตอนหนึ่งสมาธิ มันจะคิด ฉะนั้นต้องกำหนด ขอบ ไม่ขอบ ความรักร ความร้งนี้ยังมีพหาม บังคับขามความ ตั้ไม่ให้เกิดขึ้นมา ฉะนั้นให้กำหนดเสีย ให้มันลบหายไป ลบแล้วทุกสัจจะเกิดขึ้น ตัวที่ถ้อยคณเรมีทุกคน ความว่างมีทุกคน เราต้องกำหนด เพราะเป็นอุปสรรค และตัวพุ่งคือคิดมากเป็นทาสของอารมณ์ ให้มันเลิกดี พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์คือกว่าอย่างไปฝึกถึงเรื่องอื่นๆ เพราะมันเสียเวลา และทำให้ชีวิตของเราไม่มีประโยชน์ และความสุขทั้งหลาย ได้สิ้นไปไปถึง มรรค ผล นิพพาน ไม่ดี! พระอรหันต์ นักปราชญ์ทั้งหลาย ได้สิ้นไปไปถึง มรรค ผล นิพพาน ไม่ดี! จะสงสัยอะไร เมื่อเราหนุ่มๆ มีหิริบ่า ถ้าแก้ตัวไปแล้วจะเดิมนะก็ไม่มีหวัง ไม่ไหว รอวันตาย ถ้าตายไม่มีธรรมะติดตัว เกิดมาก็เสียเวลาเปล่า



อปัลณกปฏิบัติ

จะอยู่อย่างไร จะกินอย่างไร จะปฏิบัติอย่างไร จึงจะตรงกับที่พระพุทธองค์สอนไว้ เราอยู่ด้วย อปัลณกปฏิบัติ คือ ปฏิบัติไม่ผิด ๓ อย่าง ๑. คือระวางอินทรีย์ ๒. โภจเนมัตตัญญูตา ๓. ชาคริยาอนุโยค นี้คือการอยู่ การปฏิบัติตามคำสอน ของพระพุทธเจ้า

๑. อินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ รูปทั้งหลายขึ้นอยู่กับตา เสียงทั้งหลายขึ้นอยู่กับหู กลิ่นทั้งหลายขึ้นอยู่กับจมูก รสทั้งหลายขึ้นอยู่กับลิ้น สัมผัสทั้งหลายขึ้นอยู่กับกาย ความคิดทั้งหลายขึ้นอยู่กับใจ พระพุทธองค์จึงสอนว่าต้องสำรวม คือต้องมีการกำหนดด้วย และอาทิตย์ยสุตตร อินทรีย์เป็นของร้อนเป็นไฟ แล้วต้องกำหนดด้วยสติ เวลาได้เห็น ได้กลิ่น ได้รส ได้สัมผัส ได้คิด ต้องสำรวม และกำหนดอยู่เสมอ

๒. โภจเนมัตตัญญูตา คือ ต้องรู้จักประมาณในการกิน ไม่ควรกินมาก กินไปจนพุงก็อืดปฏิบัติ

๓. ชาคริยาอนุโยค คือ การประกอบความเพียร การประกอบความเพียรนี้ ในการปฏิบัติธรรมเป็นที่สรรเสริญ ของพระพุทธเจ้า.



จันทปมสูตร

พระพุทธองค์ให้กำลังใจแก่เราด้วย พุทธภาษิต “วิริยเม ทุกขะมัจฉติ” คนจะล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร ความเพียรในที่นี้ คือ เรามีความระมัดระวังในการประพฤติปฏิบัติ มีสติสำรวม เมื่อมีความระมัดระวังตัวที่สมบูรณ์ไปเหลือออกไป แล้วทำมันเสมอเรียกว่าภาวนา และรักษาความดีนี้ไว้ รักษาความบริสุทธิ์ของเราไว้ ทำอย่างนี้ทุกวันนี้ สุดท้ายจิตของเราก็จะบริสุทธิ์ ใน จันทปมสูตร ท่านได้แสดงการปฏิบัติธรรม ของโยคีที่ประกอบความเพียร เหมือนพระจันทร์ที่ แรม ๑ ค่ำ ๒ ค่ำ ๓ ค่ำ ๔ ค่ำ ๕ ค่ำ ไม่ใช่พระจันทร์จะดับไปในวันเดียว ย่อมเริ่มตั้งแต่ ๑ ค่ำ แสงก็ลดน้อยลง จนถึงเดือนดับ เวลาเราทำความดีก็เหมือนพระจันทร์ เมื่อเดือนออก ๑ ค่ำ ๒ ค่ำ ๓ ค่ำ แสงก็สว่างขึ้นมาเป็นลำดับ เหมือนเราทำความดี ทำทุกวัน มีความเพียรความดี แสงสว่างของจิตใจก็จะสว่างขึ้นตามลำดับ เหมือนแสงจันทร์สว่างขึ้นเรื่อยจาก ๑ ค่ำ ๒ ค่ำ ๓ ค่ำ จนถึงเดือนเพ็ญ

ขอนักปฏิบัติคุณพระจันทร์เป็นตัวอย่าง วันเพ็ญจะเกิดเลยไม่ได้ มันจะค่อยๆ สว่างขึ้นสว่างขึ้น จนเป็นจันทร์เต็มดวง ก็เหมือนกับดวงจิตของเรา มีความเพียรละบาปทั้งปวง ทำความดีและทำจิตของเราให้บริสุทธิ์ผ่องใส จิตของเราจะค่อยๆ บริสุทธิ์ มากขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้นพวกเราอย่าไปทอดอโยให้หา ความเพียรต่อไป.



อานุภาพแห่งศีล

อานุภาพของศีล ถ้าหากเราตั้งใจรักษาศีล จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๘ ถ้าหากรักษาศีล ๒๒๘ จะดูปวาริสุทธศีล ๔ อินทรีย์สังวร ปัจจะยะสังวร ถ้าหากว่าเราตั้งใจรักษาดีแล้ว หากว่าเราอาจจะต้องอนุภาพของศีลเป็นที่พึ่ง เราต้องนึกถึงว่าเราทำจริง สิ่งจะจริงมีอยู่ ก็ขออธิบายความจริงอันนี้ให้ช่วย เช่น ภิกษุรูปหนึ่งมีแม่กับพี่สาว เมื่อภิกษุรูปนี้ออกบวชแล้วตั้ง อยู่ในศีลแล้ว ต่อมาแม่ออกตามพี่สาวดูแต่ไม่ไหว ก็ไปว่ากระแทกแตกกันให้ภิกษุว่า ไหม้รักแม่ทิ้งแม่เอาตัวรอด ไม่นึกถึงแม่ เมื่อเป็นอย่างนั้นก็ภิกษุรูปนี้จึงไปเยี่ยมแม่ แล้วภิกษุรูปนี้ก็นึกถึงสังฆะอันหนึ่ง ก็คิดในใจว่าเราตั้งใจบวช แล้วก็ตั้งไว้ในศีล เช่นแม่พี่สาวของเขี้ยว เราก็รักษาศีลมาตลอด หยู่แสนหนึ่งเราก็ไม่เคยตั้ง อันว่าสังฆะความจริงนี้ ขอให้แม่ของข้าพเจ้าหายจากโรคด้วยอนุภาพแห่งศีลที่ข้าพเจ้ารักษาศีลนี้ แล้วเอามืออุบหลึงแม่ แล้วอุบนั้นก็แห้งทันที แล้วแม่ก็หายทันที นี่แหละอานุภาพแห่งศีลของเราทั้งหลายที่มีความสังฆะ ในการรักษาศีลทั้งต่อหน้าและลับหลัง เรามีทุกอันในใจของสิ่งจะอนุภาพแห่งศีลจะเป็นที่พึ่งแก่เราไป

ต่อไปจะกล่าวถึงศีลในองค์มรรค อันเป็นศีลในองค์มรรค ก็คือว่าสมาธิปัญญา การที่เราคิดนงกรรมนงสมาธินั้น เป็นศีลอันยอด ศีลใกล้พระนิพพาน สีลณะ สุตตะสังขยัตติ สีลณะ โภคะสัมปะทา สีลณะ นิพพุตติง ยันติ การที่จะไปสวรรค์ไม่ต้องพูดถึง โภคะสมบัตินั้น ไม่ต้องพูดถึง สีลณะ นิพพุตติง ยันติ เราจะเอาเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ ความระมัดระวัง ใน ขวายเป็นหนอ ซ้ายข้างหนอนั้นเป็นศีล จิตของเราตั้งอยู่ ขว้างข้างหนอ ซ้ายข้างหนอ

เป็นสมาธิ จิตเข้าไปรู้อย่างหนอ ชาญอย่างหนอ เป็นปัญญา นี้คือศีลใน
องค์มรรค มรรค ๘ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นี้สมาธิฐิ สมาธิสังกัปะยะ เป็น
ตัวปัญญา สัมมาวาจา สัมมาอาชีวะ สัมมาสัมมันตะ เป็นตัวศีล
สัมมาวาชามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ เป็นตัวสมาธิ เมื่อศีล สมาธิ ปัญญา
เกิดขึ้นที่ใดมรรคมีองค์ ๘ เกิดขึ้นที่นั่น ที่พวกเรปฏิบัติทุกวันนี้ เป็นศีลใน
องค์มรรค ฉะนั้นศีลในทีนี้จะทำให้เราอยู่ใกล้พระพุทธรเจ้า ใกล้พระนิพพาน
ฉะนั้นขอให้เห็นความสำคัญในศีล.



การเวียนว่ายตายเกิด

การเวียนว่ายตายเกิดนั้น พระพุทธองค์ทรงดำรัสว่า มันมีความทุกข์
อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ทีนี้เราจะไม่เวียนว่ายตายเกิดนี้ เราจะทำอะไรอย่างไร ต้อง
มีศรัทธา “ สัทธา คระระติ โอมัง ” ผู้มีศรัทธาย่อมพ้นจากการเวียนว่ายตาย
เกิด จากโอฆะสงสาร คือ ห้วงกาโมฆะ โอฆะคือ ความใคร่ความยึดถือ
ความพอใจในโลกมนุษย์ เทวโลก พรหมโลก ภาวะคือ อหยาภคิด
ปรารถนาภพชาติ ว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ทิฏฐูฆะ คือ ความเห็นไม่ตรง
เห็นว่าขาดสูญ เห็นว่าสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่มีเหตุเป็นต้น ซึ่งเป็นโอฆะผูกมัดตัว
เองในการเวียนว่ายตายเกิดนี้ อวิชโฆฆะ โอฆะคือ อวิชชา คือ ไม่รู้ทางแห่ง
ความพ้นทุกข์ ไม่รู้ว่ามีนิพพานไปทางใด

ขอให้ท่านทั้งหลายปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัญญา ๔ นี้ เพราะเป็น
ทางแห่งความพ้นทุกข์ กำจัดอวิชชา หนทางของทางสว่างใส และท่านมี
ชีวิตสว่างไสวแล้วขอให้ภูมิใจไว้.



ศีล

การรักษาศีลมีอยู่หลายชั้นตอน เบื้องต้นเรียกว่า หานะภาคียะศีล ชั้นที่สองเรียกว่า สุตติภาคียะศีล ชั้นที่สามเรียกว่า วิเสสภาคียะศีล ชั้นที่สี่เรียกว่า นิพเพชระภาคียะศีล

๑. หานะภาคียะศีล ได้แก่ ผู้ที่รักษาศีล ๘ และอุโบสถ มีความบกพร่องในบางข้อ

๒. สุตติภาคียะศีล คือ ศีลที่ตั้งอยู่บริบูรณ์ในศีล ๘ และศีลอุโบสถ

๓. วิเสสภาคียะศีล คือ ศีลที่ตั้งอยู่บริบูรณ์ในศีล ๘ และศีลอุโบสถ มีเมตตาภาวณา

๔. นิพเพชระภาคียะศีล คือ ศีลที่ตั้งอยู่บริบูรณ์ในศีล ๘ และศีลอุโบสถ มีเมตตาภาวณา และมีการเจริญวิปัสสนาศีลชั้นนี้เรียกว่าศีลในองค์มรรค ศีลใกล้พระนิพพาน.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

ยา

ยานี้มีไว้ปราบโรคผู้ที่จะมีกิณยานั้น มีวิธีกินหลายอย่าง คือ ธรรมเนียมของพระพุทธเจ้าจะเข้าไปอยู่ในดวงใจ ก็มีหลายวิธี เหมือนยาที่จะเข้าไปปราบโรคในร่างกายมีหลายวิธี อาจจะโดยการกลืน หรือกินยานี้เข้าไป หรือยาทาภายนอกทั้งหมด เพื่อให้หายโรค และยานี้ก็มีรสหวาน รสเปรี้ยว รสขม แต่ในบรรดารสทั้งหลายนั้น รสขม ซึ่งสัตว์ทั้งหลายไม่ชอบกิน แต่หมอนกก็มีวิธี คือ เอาน้ำตาลนั้นพอกเข้าไป แล้วให้กินยานี้ ยานี้มันกลงไปกำจัดโรค อันนี้มันมีชื่อคือคินอันหนึ่งว่า คำสอนของพระพุทธเจ้ามานักปราชญ์ทั้งหลายได้มีการบรรยาย โดยวิธีหลายอย่าง คือ ให้เอาทโคชปัทมกุณฑล ใค้อ่านหนังสือใบลาน อันนี้ก็เป็นวิธีที่จะเผยแพร่พุทธศาสนาอันหนึ่ง เหมือนอนขาที่พอกช่วยแก้ตาตมั้นใคความมุ่งหมายก็ ให้รู้จริยาวัตรและธรรมเนียมสำคัญ เป็นความมุ่งหมายที่จะกำจัดกิเลสทั้งหลาย.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

ถึงความวุ่นวาย

องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา เมื่อเสด็จประทับอยู่ที่ นครดาวดึงส์ วัตถุประสงค์วัน เที่ยงคืนวันหนึ่งมีความถามปัญหาพระพุทธรูปว่า ข้าแต่พระสมณโคตมทำไมโลกนี้จึงวุ่นวาย จะเอาอะไรหนอมมาสร้างความวุ่นวายในโลกนี้ได้ แล้วพระองค์ตรัสตอบว่าเป็นพระบาลีว่า

“ สีสล ปะติญญาเยะ นะโร สะปัญโญ จิตตัง ปัญญัญจะภาวะยัง
อาตปปี นิปะโก ภิกขุ โส อิมัง วิระญุสะเย ชญัง ”

แปลว่า คุณอนภิกขุผู้เห็นภัยในวิญสงสารทั้งหลาย ถ้าหากจะสร้างความวุ่นวายวุ่นวายบนโลกก็ต้องมีศีล แล้วให้ตั้งอยู่ในสมาธิ และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และผู้นั้นจะเป็นตักะเหตุกะบุคคล บุคคลที่ไม่มีเหตุ ๓ คือ บุคคลที่ไม่มีศีลไม่มีสมาธิ ไม่มีปัญญา และไม่มีปัญญา รักษาตน บุคคลเช่นนี้ จะสร้างความวุ่นวายของโลกได้ ฉะนั้นเราต้องทำตัวเองให้ไม่ยุ่ง คือ ตัวเองก่อนว่ามีศีลหรือไม่ ถ้าไม่มีศีลของตัวเอง อยู่ในศีล และดูความโลภ ความโกรธ ความหลงว่ามีหรือไม่ ถึงมีควรละเสีย โดยปัญญา จะให้รักษาตนไม่ให้วุ่นวาย เพื่อโลกนี้ สังคมนี้ จะได้สงบร่มเย็น อันนี้จะต้องปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ถึงแม้ยังละ โลก โกรธ หลง ยังไม่ได้ดีควรขมไว้ด้วยธรรม คือ สถิตอยู่เสมอจนกว่าจะเจริญวิปัสสนารู้แจ้งละ โลก โกรธ หลงได้ โลกของเราหุ่กณะของเราจะได้สงบร่มเย็น.



ทรัพย์ภายใน

การที่อุบาเสกอุบาเสกาเข้ามาในวัด การที่พระสงฆ์เข้ามาบวชปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา ก็เพื่อที่จะแสวงหาทรัพย์ภายใน คือ ความสุขใจ ทรัพย์ภายในที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ใน ปัญจกณะนิบาต อังคุตตรนิกาย มี ๕ อย่าง คือ ศรัทธา ศีล สุตะตะ จาคะ ปัญญา

๑. ศรัทธา คือ ความเลื่อมใส ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ คุณศีล คุณธรรม นี้เป็นทรัพย์อันประเสริฐ ทำให้ไม่เสื่อมถอยจากศาสนาพุทธ
๒. ศีล คือ ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เป็นทรัพย์ที่ประเสริฐ ไม่มีใครสามารถมาแย่งชิงเอาไปได้ ถ้ารักษามาตลอดเวลา เราตายไปจะเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ
๓. สุตะตะ คือ การฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ๒ ได้รับฟัง ๒ ได้เข้าใจ ธรรมะ เราเสียเวลาทำมาหากินของเรามาอยู่วัดเป็นทรัพย์ภายนอก แต่อยู่วัด เราได้ฟังธรรม ๒ ได้ทรัพย์ภายในเพิ่มขึ้น ทรัพย์อันประเสริฐได้เพิ่มขึ้น
๔. จาคะ คือ การเสียสละ การเสียสละทั้งภายนอก และภายใน เสียสละภายนอกคือ การให้ทั่วไป ให้นำไปสวดเป็นทาน การทำบุญทอดผ้าป่า นี่เป็นการเสียสละ ทางภายในคือ ความไม่ตระหนี่ เสียสละสละภายในอีกอันหนึ่งคือ การให้อภัยทาน การไม่อาฆาต ให้หมดจดต่อสัตว์ทั้งหลาย ทรัพย์ภายในต่างๆที่เรานี้ จะมีอยู่ไม่หายไปไหน มีอยู่กับเราทุกภพ ทุกชาติ จนกว่าจะเข้าพระนิพพาน

๕. ปัญญา มี ๓ ชั้น สุตะมะยะปัญญา จินตมะยะปัญญา กาวนมะยะปัญญา

อุทิศมะละปญญา คือ การที่เราได้ปญญาโดยการฟังธรรม โดยมี
อุปกรณ์ในการปฏิบัติ คือ ศรัทธา โรคน้อย ความเพียร ความเสมอต้น
เสมอปลาย ไม่แบ่งดีแ่งดำกับใคร

จิตตามะละปญญา คือ การรู้ตนเองว่าเป็นยังไง คือ มีแต่รูปกับ
นาม ให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในรูปในนาม

ภาวนามะละปญญา คือ เราจับสติปญฐานทั้ง ๔ เอาสติไปตั้งไว้ ที่กาย
ที่วทนา ที่จิต ที่ธรรม เราเอาสติไปทำลายเสียซึ่งกิเลส ทั้งหลายที่อยู่ในตัว
เรา กิเลสทั้งนั้นก็มี ราคะ โทสะ โมหะ ที่มีในใจของเรา มันจะได้ลึกลง
ตัวภาวนามะละปญญา คือ ตัวตัด เรียกว่าตัวปญญาที่แท้จริง คือตัดอะไร ตัด
โลกะ ตัดโทสะ ตัดโมหะ

ขอให้ท่านทุกคนจำไว้ว่า ทรัพย์ภายในที่ท่านมีนี้ นอกจากท่านจะขึ้น
สวรรค์ในภพนั้นแล้ว จะตัดตัวท่านไปทุกภพทุกชาติ จนกระทั่งเข้าสู่พระ
นิพพาน.



สติ

คนใดมีสติคนนั้นไม่มีบาป คนใดไม่มีสติคนนั้นไม่มีบาป เหมือน
ดวงประทีปที่ส่องแสงตลอดเวลาเพื่อความมืด คือ โมหะ โลกะ โทสะจะ
ได้หายไป ดังนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงมีสติ สติ ว่าจะระนั่ง เสด็จนั่ง สติเป็น
เครื่องห้ามอันประเสริฐ สติ โลกัสมิง ชาคโร สติเป็นเครื่องตั้งนโมโลก
ดังนั้นขอท่านมีสติตลอดเวลา.

