

ମନୁଷ୍ୟୋତ୍ତମମଣିମୁଖ୍ୟେ ୩

ଦ୍ଵିତୀୟ

ମହାରାଜାମହାରାଜା

(ମହାରାଜାମହାରାଜା)

ଶ୍ରୀମତୀମହାରାଜାମହାରାଜା

ମହାରାଜାମହାରାଜା

(ମହାରାଜାମହାରାଜା)

ମହାରାଜାମହାରାଜାମହାରାଜା

ମହାରାଜାମହାରାଜା

พระเมตตาของพระเจ้า

จดพิมพ์ครั้งที่ ๑,๕๐๐ เล่ม

โดย

คุณโสภณ ประพุทธพงษ์ และครอบครัว

บริษัท เอกโสภณ ไชยพรส จำกัด

ห้างหุ้นส่วนจำกัด สำโรง ไชยสิทธิ์ พานิชย์

บริษัท ไฮโคโร นิวเมติก เอ็กซ์เพรส จำกัด

วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๔๔

เจ้าภาพ

ที่ปรึกษาในการจัดพิมพ์

พระราชพรหมจารีย์ (พระอาจารย์ทอง สิริมงฺโล)

คณะผู้จัดทำ

พระสุเมศ	ศุภมโฑ	ผู้จัดทำ/ผู้พิมพ์
พระวรากรณ์	อภินิชา โสภณ	ถอดทนาย/เรียบเรียง
พระมหาปัญญา	อริย์ภัท	ผู้ตรวจทานภาษาไทย
พระมหาประสิทธิ์	ธีรวิไล	
พระมหาพนมวดี	ญาณโสภณ	
พระพนมศรี	สุทินศรีโร	ผู้ตรวจอักษร
พระชนมศรี	สุทินศรีโร	ผู้ตรวจอักษรไทย
พระศราวุธ	สุจิตโต	ผู้ออกปกหนังสือ
พระประมวล	ปณณวาร	ผู้ดำเนินการ

คำนำ

แวม ภิกขว บุคคตา ทูลดภา โลกสมิ กตเม เทว

โย จ ฐัพพการี โย จ กตญญุกตวที

ก่อนหน้าผู้เห็นด้วยในวสุสุตสารทั้งหลาย บุคคล ๒ จำพวกนี้ คือ
บุพพการีบุคคล ๑ กตัญญู กตวาทิบุคคล ๑ หากได้ยากในโลกอันนี้ ดังนี้

เมื่อถึงวันเกิด ของข้าพระเจ้า ก็มีผู้ศรัทธาพิมพ์หนังสือเป็นธรรมทาน
เพื่อแสดงออกซึ่งความกตัญญูกตวาทิ ต่อข้าพระเจ้า กุริลลิตทราปซึ่งในน้ำใจ
อันดีของลูกศิษย์ทั้งหลาย อันมีลูกคุณโสภณ ประพุทธพงษ์ เป็นประธานของ
ศิษย์ทั้งหลาย ได้มีศรัทธา พิมพ์หนังสือชื่อว่า “ธรรมะจากหลวงปู่ เล่ม ๒, ๓”
ให้เป็นธรรมทาน นับว่าเป็นเจตนาอันดียิ่ง เพราะนำพระธรรมนี้ไป ประเสริฐ
ยิ่งกว่านั้ธรรมดาในโลกนี้ นำธรรมดาที่อยู่ในภาคพื้นโลกนี้คือ จากปากฟ้า
ตกลงมาก็คือ เขาอาจมาคัมภีร์อันนี้ใจได้ ส่วนนำพระธรรม ย่อมมีความเย็น
ยิ่งกว่านั้น นำพระธรรมจะตกตลงมา ณ.ทีใด อันมนุษย์และเทพยดอมควารูพา
ใครก็ตามได้แสดงธรรม ต่องการพ แม้แต่พระพุทธรูปของก็ยังคงมีคารพ
พระธรรม ทั้งๆที่เป็นธรรมราชาแห่งธรรม ดังจะเห็นได้ พระองค์ทรงรับ
สั่งให้ พระภุมพะเถระแสดงโพชฌงค์ ๘ ให้พระองค์ฟังดังมีเป็นต้น เพราะ
ขณะนั้น หัวใจว่า ผู้ศรัทธาพระธรรม คงจะได้ฟังธรรมคำสอน ที่ได้แสดงไว้
แล้ว

ขออนุโมทนาไปกับศิษย์คือคุณ โสภณ ประพุทธพงษ์พร้อมครอบครัว
และบริษัทในเครือ ได้สร้างหนังสือธรรมะของหลวงปู่นี้ ขอบุญกุศลที่

เกิดจากธรรมทานนี้ จึงเป็นพละปะจจัยให้ได้ มรรคผล นิพพาน โศขวลาอัน
เร็ววัน เทอญ.



พระราชพรหมจารย์

เจ้าอาวาสวัดพระธาตุจอมทอง วรวิหาร

เลขทะเบียนเอกสาร

วันที่ ๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๔

เนื่องในวันคล้ายวันเกิด พระอาจารย์ทอง (ศิริวงโล) ข้าพเจ้าได้คิดที่
จะทำอะไรไว้สักอย่างหนึ่ง จึงได้นำเอาโอวาทของ พระอาจารย์ทอง ซึ่ง
ข้าพเจ้าขอเรียกสั้นๆว่าหลวงปู่ ข้าพเจ้าได้ทำการจัดพิมพ์ของหลวงปู่ขึ้นมา
เวลานานแล้ว ซึ่งในวันคล้ายวันเกิดของหลวงปู่ในปีนี้ได้ นำเอาบทที่ออกมา
ให้กับ พระวิกรณ อธิมจิตโต ได้ถอดบทเป็นตัวหนังสือ และนำมารวม
เล่มเข้าด้วยกัน จึงได้หนังสือรวมเล่มขึ้นมา โดยที่ชื่อหนังสือว่า
“ธรรมะจากหลวงปู่ ๑, ๒, ๓” คำบางคำในโอวาทเป็นคำเมือง ซึ่งบาง
ท่านที่อ่าน ไม่ได้เป็นคนเมือง อาจจะอ่านไม่รู้ใจความ คณะผู้จัดทำจึงได้
พยายาม นำเสนอเป็นภาษากลาง ฉะนั้นบางคำในหนังสือเล่มนี้ ไม่ได้เป็น
คำพูดของหลวงปู่โดยตรง แต่ยังคงใจความเดิมอยู่ คณะผู้จัดทำหวังว่า
หนังสือเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์กับทุกท่านในการปฏิบัติธรรม และใน
โอกาสนี้ข้าพเจ้าขอขอบคุณ และอนุโมทนาแก่คณะผู้จัดทำที่ร่วมกัน
ตรวจทานภาษาบาลี และตัวอักษร

สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอฝากคำพูดหนึ่งของหลวงปู่ว่า “ พระพุทธพจน์
แม้เป็นคำสอนคำ ถ้านำไปปฏิบัติก็ถือว่าได้ทรงพระไตรปิฎก หากเราเรียน
มาศึกษามาก ไม่ได้ปฏิบัติได้ชื่อว่า เป็นโง่ตามแปล ฉะนั้นขอให้พึงธรรม
แล้วถึถาวรนำไปปฏิบัติ ” เช่นเดียวกันหนังสือเล่มนี้ จะมีประโยชน์ได้ก็เมื่อ
ท่านทั้งหลายได้อ่าน แล้วนำเอาไปปฏิบัติหนังสือทั้งเล่มนี้จะมีคุณแก่ท่านมากขึ้น

คณะศิษย์ผู้จัดทำ

สารบัญ

แก่นธรรม	๑
พระพุทธคุณ	๓
การชั่งอยู่ในอารมณ์ ๕ อย่าง	๔
คุณค่าของการบวช	๖
สิ่งที่ประเสริฐ ๓ อย่าง	๗
ปัจฉิมวาทะ	๕
ภัยในวิญญูสงสาร	๑๐
คติธรรม	๑๒
ทำไม่ถึงบวช	๑๔
คุณธรรม	๑๕
ความเพียร	๑๖
ความสวัสดีด้วยคุณธรรม ๔ ประการ	๑๗
ปัจจุบัน	๑๘
การพึงทรัพย์อันประเสริฐ	๒๐
เป้าหมายของนักบวช	๒๒
การพิจารณาอุปมา	๒๓
การตั้งตน	๒๔
อาวุธสำหรับทำความเพียร	๒๕
ธรรมที่จำเป็น	๒๗
จะไปทางไหน	๒๘
สมบัติที่มีค่าที่สุด	๓๐

คุณธรรม ๗ ประการ	๓๑
ธัมมจารีบุคคลเป็นอย่างไร	๓๓
สิ่งที่กำหนดไม่ได้	๓๕
คุณธรรมที่สนับสนุนสัมมาวิญญู	๓๕
อานิสงส์ของการนั่งสมาธิ	๔๑
ยาวาหนาศีบ	๔๓
ธรรมจริยา	๔๔
การติด ๔ ประการ	๔๔
ความพร้อม	๔๗
กำจัดความหลง	๔๘
ขณะ	๔๕
ธรรมะอยู่ไหน	๕๒

แก่นธรรม

แก่นธรรมคืออะไร ในธรรมะปริเฉทที่ ๒ ท่านก็ได้กล่าวถึงสาระธรรม หรือธรรมขั้นที่ ๕ อย่าง คือ ศีลขั้นที่ ๓ สมบัติขั้นที่ ๒ ปัญญาขั้นที่ ๑ วิมุติญาณทัตตสนขั้นที่ ๑ คือ มีญาณที่รู้ถึงวิมุติธรรม

๑. ศีลขั้นที่ ๓ คือ ศีลสาระ ศีลที่เรารักษา

๒. สมบัติขั้นที่ ๒ คือ สมบัติสาระ คือสมบัติที่เราทำกัน

๓. ปัญญาขั้นที่ ๑ คือ เจริญวิปัสสนาปัญญา

๔. วิมุติขั้นที่ ๑ คือ วิมุติสาระ คือการหลุดพ้น

๕. วิมุติญาณทัตตสนขั้นที่ ๑ คือ วิมุติญาณทัตตสนะสาระ คือ ญาณที่เราเห็นเป็นขั้นตอนไป เมื่อเราจับสติปัญญา ๔ แล้วญาณนั้นจะเกิดขึ้นมา และจะเข้าถึงมรรคญาณ

ศีล มี ๒ อย่าง คือ ศีลโลกีย์ ศีลโลกุตระ ศีลโลกีย์คือ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ที่เรารักษากันอยู่นี้ เมื่อเราปฏิบัติเป็นศีลในองค์มรรคแล้ว เมื่อเข้าถึงมรรคจิตจะเป็นศีลในโลกุตระ

สมภา เมื่อเราปฏิบัติเป็นสมภาในองค์มรรคแล้ว เมื่อเข้าถึงมรรคจิตจะเป็นสมภาในโลกุตระ

ปัญญาวิปัสสนา ปัญญาที่เราได้เห็น ได้ฟัง ได้คิดเป็นโลกีย์ปัญญา เมื่อเราจับสติปัญญา ๔ ญาณต่างๆก็เกิดขึ้นมาตั้งแต่ นามรูปปริเฉททฤษฎะ ไปจนถึง สังขารูปกฤษฎะ อนุโลมญาณ โศตรกฤษฎะ มรรคญาณ เมื่อมรรคญาณเกิดขึ้นเมื่อใดนั่นแหละญาณทัตตสนวิมุติ มันหลุดพ้นเป็นขั้นตอนตัดตัณญาขั้นที่ ๑ ๓ ๔ แรกหมดได้ ตักทายทัญญู วิจิกิจฉา สิลัพพตปรามาส

สัททคาถา มี ๓ ตัว และราคะ โทสะ โภคะ ให้เนือยลง อนาคติ ตั ๒
ตัวคือ กามราคะ ปฏิฆะ ต่อไปเป็นอรหัตตัตถิ ๕ ตัว รูปราคะ อรูป
ราคะ มานะ อูทรั้งจะ อวิหชา ก็หลุดไป เป็นวิมุตติญาณทัสสนะสาระ คือ
เราจะเห็นความหลุดพ้นแห่งจิต.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

พระพุทธรูป

เราตั้งขึ้นมาเราต้องนึกถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แทนที่จะนึกถึงเรื่องอื่น
ให้คิดถึงคุณของพระพุทธเจ้าที่มีแก่เราแก่โลก พระธรรมคือคำสอนของ
พระองค์ พระสงฆ์เป็นผู้แนะนำหนทางที่ถูกต้องแก่เรา

พระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีอยู่ ๓ อย่าง

๑. พระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ รู้หมดเลยพระองค์ทรงรู้ พระสัมพุ
ญญาณ สิ่งที่ไม่รู้ไม่มีในโลก เพราะท่านสร้างบารมีมากท่านสามารถสอน
คนอื่นทำตามท่านได้

๒. ปุจฉกสัมมาสัมพุทธเจ้า คือสามารถตรัสรู้เองได้ แต่ไม่สามารถ
สอนคนอื่นให้รู้ธรรมตามท่านได้

๓. อมนุษย์ คือ ครุฑสูตตามพระพุทธองค์ได้ คือ หมูพวกเราที่เป็นภิกษุ

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

การขังอยู่ในอารมณ์ ๕ อย่าง

การที่จะหลุดพ้นได้ดังต่อไปนี้ขังในอารมณ์ คืออารมณ์นี้มีอยู่ ๕ อย่าง

๑. กามารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ให้สั กแต่ว่าเท่านั้นให้มีสติ เวลาได้เห็น เห็นหอม เวลาได้ยิน ได้ยินหอม เวลาได้กลิ่น กลิ่นหอม เวลาสัมผัส ก็ถูกหอม เวลาคิดก็คิดหอม ถ้ากำหนดอย่างนี้ จิตจะไม่ติดอยู่ในกามารมณ์ เหมือนกับไปบวกับน้ำนั้นจะไม่ติดในใบบัว ฉะนั้น เราอยู่กับโลกนี้ ถ้าเรามีสติแล้วเราก็จะไม่ติดในโลก

๒. อายัดคิดในรูป จะเป็นลักษณะใดก็ตามอย่าไปยึดมั่นถือมั่น ให้อารมณ์ เป็นรูปเท่านั้นเอง

๓. อายัดคิดในกาย ก็อยู่ในรูปนั่นเองมันเป็นลักษณะหนึ่ง อายัดคิดใน กายของตน อายัดคิดในกายของสัตว์ทั้งหลาย

๔. อายัดคิดอยู่ในอารมณ์ การนอนนั้นต้องมียึดอยู่ด้วยอย่าคิดขังใน การนอน

๕. อายัดคิดในเมถุน คืออยัดคิดอยู่ในการอยากอยู่ในเทพพรหมชั้นนั้นชั้นนี้ พรหมชั้นนั้นชั้นนี้ จิตของเราถ้าติดอยู่ที่ใดก็จะไปเกิดที่นั่นเลย อย่าง นางปฏิบัติทานีบุชาศิวตัวเอง นางนี้ได้ไปเก็บดอกในสวน นั้นพรรณ กับ ตามีตัวเองที่เป็นเทพบุตร พอคืนนางหมดบุญก็จุติมาเป็นมนุษย์ ก็ได้แต่งงานมีลูก ๔ คน แต่นางได้มีญาณรู้ว่าตัวเองมาจากทวารโลก นางก็ได้นึก ถึงสามีตัวเองที่เป็นเทพบุตรอยู่เสมอ พอนางตายจิตของนางซึ่งอยู่ที่ สวน นั้นพรรณ กับสามีผู้เป็นเทพบุตร นางก็ไปเกิดในสวนนั้น อีกผู้หนึ่ง หลายก็พูดตามพระพุทธองค์ว่า การที่จิตไปเกี่ยวนี้ เป็นอันตรายมากต่อการ

หลุดพ้น พระพุทธองค์ตรัสว่า ก็เป็นความจริงก็มนุษย์ทั้งหลาย จากนั้น พระพุทธองค์ก็ทรงยกตัวอย่าง นางปฏิบัติทานี บุระนั้นอย่าให้ไปขังใน อารมณ์ให้สักแต่ว่า ให้มีสติ ต้องมีสติกำหนดตลอดไปเอาสติไปตั้งที่กาย ที่ เวทนา ที่จิต ที่ธรรม แล้วจิตนั้นก็จะไม่ติดขังกับสิ่งใดทั้งหมดในโลกนี้ แล้ว ก็จะไม่หลุดพ้นไปได้ง่าย

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

คุณค่าของการบวช

พระโพธิสัตว์ก่อนตรัสรู้ ได้เกิดมาเป็นลูกศิษย์พระคุณครูของสมณบุรุษทุกอย่าง แทนที่จะติดอยู่ในความสุขกลับมาถึงความทุกข์ของหมู่สัตว์โลก พระองค์ทรงเสียสละทั้งราชบัลลังก์ แล้วก็ได้มาทรงผนวชด้วยอำนาจแห่งมหากรุณาธิคุณของพระองค์ที่จะให้เป็นประโยชน์แก่มวลมนุษยชาติหลาย ฉะนั้นเราจึงสำนึกในมหากรุณาธิคุณนี้ และสมณาทานอยู่ในไตรสรณคมน์ ไตรสรณคมนั้นได้แก่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และตั้งอยู่ในศีลพยายามให้ศีลบริสุทธิ์ การบวชที่สมบูรณ์ก็คือ มีศีล ๘ ครบ

การบวชในพระพุทธศาสนานี้เป็นการเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคงและเจริญ พระพุทธองค์ไม่ได้ฝากศาสนาไว้กับใคร ท่านฝากไว้กับพุทธบริษัทนี้แหละได้แก่ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา แต่ภิกษุณีหมดไปแล้วก็มีแต่แม่ชีมาแทน แม่ชีหญิงถ้าได้ปฏิบัติก็สามารถหลุดพ้นได้ สมัยพุทธกาลพระนางมหาปชาบดีโคตมี ได้ฝากปัญหาให้พระอรหันต์ไปทูลพระพุทธองค์ว่า ผู้หญิงมีสามารอบรรจุธรรมได้ไหม พระพุทธองค์ก็ตรัสว่าได้ พระนางมหาปชาบดีโคตมีถึงขอบวช พระนางมหาปชาบดีโคตมีมีคุณค่าแก่ภิกษุณีทั้งหลายมาก เพราะถ้าพระนางมหาปชาบดีโคตมีไม่ขอบวชก็จะไม่มีภิกษุณีในพระพุทธศาสนา.



สิ่งที่ประเสริฐ ๓ อย่าง

พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญสิ่งที่ประเสริฐในโลกนี้มี ๓ อย่าง สิ่งที่ประเสริฐ ๓ อย่างที่นักปฏิบัติควรทราบไว้ คือ

ทัตถนาบุญตริยะ การเห็นอันประเสริฐได้แก่เราได้เห็น พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แม้ไม่ได้เห็นพระพุทธเจ้าด้วยตา แต่เห็นด้วยพระธรรม เราศึกษาในพระธรรม ในพระวินัยก็ได้ชื่อว่าเราเห็น แม้จะเป็นการเห็นในสามปริยัติก็ถือว่าเป็นการเห็นอันประเสริฐ แต่การเห็นอันประเสริฐยิ่ง การเห็นอันยิ่ง ไม่มีการเห็นอันใจจะเสมอเหมือน คือ การปฏิบัติอย่างประเสริฐ คือ เราปฏิบัติตั้งปัญญาทั้ง ๔ แล้วญาณต่างๆก็เกิดขึ้น เมื่อมรรคญาณเกิดขึ้นแล้วสัญญา ๓ ตัวหายไป เป็นการเห็นธรรมอันประเสริฐ การเห็นก็มี การพบเห็น การคิดเห็น รู้เห็น การพบเห็นก็คือ เราเกิดมาได้พบ พระธรรม พระวินัย การคิดเห็นก็คือ การที่เราคิด อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา การที่เราได้รู้เห็นคือการที่เราได้ปฏิบัติ การปฏิบัติเราให้เราได้รู้ถึงญาณต่างๆ เช่น นามรูปปริเฉทญาณ, ปังจยปริคคหญาณ, สัมมสนญาณ อุทฺถัพพญาณ, กังคญาณ, กยญาณ อาทิมวญาณ, นิพพิทญาณ, มุญฺจิตฺถิมมยตาญาณ, ปฏิสังขารญาณ, สังขารูปกขาญาณเรียกว่าเห็น โดยรู้เห็น ไม่ใช่การคิดเห็น เวลาปฏิบัติเราจะรู้เห็นว่า สภาวะธรรมเกิดขึ้นแล้ว นี้เรียกว่า ทัตถนาบุญตริยะ

ปฏิบัติทานุตตริยะ คือ การปฏิบัติอย่างประเสริฐ เราจะปฏิบัติอย่างไร

ก็คือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัญญา ๔ กาย เวทนา จิต ธรรมเป็นการปฏิบัติอันถูกต้อง เราเอาสติไปตั้งที่กาย ที่เวทนา ที่จิต ที่ธรรม

เมื่อเราตั้งในสัมมาสติแล้ว สัมมาสมาธิก็จะเกิดขึ้นมา เวลาปฏิบัติเราต้องการสมาธิอย่างเต็มที่ ต้องถึงอุปปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ

วิมุติ คือ การปฏิบัติอย่างประเสริฐ มี วิชฌณวิมุติ คือเราเห็นอารมณ์อันงาม ถ้าเราพอใจสุด ตักมาราคะก็จะหายไป ถ้าเรามีโทสะเราเจริญเมตตาตัวโทสะก็จะหายไป ตักทั้งวิมุติ คือ การกำหนดด้วยอำนาจแห่งญาณ เมื่อกำหนดแล้วอารมณ์นั้นๆก็หายไป และก็เป็นสมุทธวิมุติ ปฏิเสธสังขวิมุติ นิสสรณวิมุติ

วิมุตตานุตรริยะ คือ การหลุดพ้นอันประเสริฐ เวลาที่ตัวเราจะ โทสะ โหมะของเรามีมากหรือน้อย เราจะพ้นได้ด้วย วิชฌณวิมุติ ตักทั้งวิมุติ สมุทธวิมุติ ปฏิเสธสังขวิมุติ และนิสสรณวิมุติ ตัวเราจะ โทสะ โหมะจะค่อยๆลดลง การที่ภิกษุสามเณรอยู่ได้เพราะเราจะ โทสะ โหมะสงบ นิ่งวิมุติ แต่ไม่ถึงกับบรรลุธรรม แต่ยังไม่ปฏิบัติไป ปฏิบัติไม่ได้คือ วิมุติ ๑ ตัว สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สัตถัพพปรามาส และยังมี โทสะ โหมะให้เบาลง และยังมีกิเลสตัวอื่นให้เบาลง

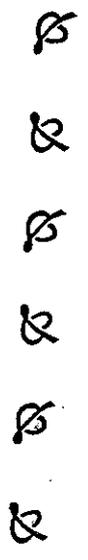
การที่เราปฏิบัติสติปัญญา ๔ นี้เป็นการปฏิบัติเพื่อหลุดพ้น เป็นการปฏิบัติอันประเสริฐแล้วขอให้เรารู้จักคุณค่า อะไรๆก็ปฏิบัติ การปฏิบัติมันคืออย่างไร การปฏิบัติเป็นของประเสริฐ เมื่อปฏิบัติอะไรในโลกนี้ต้องไปกว่าการปฏิบัติธรรมดาไม่มี ผู้ใดไม่มีความโลก ความโกรธ ความหลง ผู้บำเพ็ญเป็นผู้ประเสริฐ จริ่งอยู่ทุกคนทุกองค์ซึ่งมีกิเลส แต่ถ้าปฏิบัติเอาสติไปตั้งในกาย เวทนา จิต ธรรม แล้วกำหนดพอมิสติไปกำหนดกิเลสก็ไม่เกิด นี่แหละคือผู้ประเสริฐ ตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า

ปัจเจกภาวะ

ปัจเจกภาวะมีอยู่ ๒ อย่างคือ มหาปัจเจกภาวะ อนุปัจเจกภาวะ คำว่าปัจเจกภาวะคือ พิจารณา การที่พระพุทธองค์ให้เราพิจารณาเกี่ยวกับ จิวร บิณฑบาต เสนาสนะ เกสัช นันเพราะเหตุใด เพราะกลัวจิตของภิกษุไปติดที่ไม่ควรติด ไปติดนี้เองเราจะหลุดพ้นไม่ได้ เช่นมันจะติดที่อยู่อาศัยอยู่ทุกวันนี้ ติดเสนาสนะก็จะไปติดเป็นงู เป็นจิ้งจก จิตติดจิวรก็ไปติดเป็นตัวไร มันจะไม่หลุดไม่พ้นไปใต้ ของที่เราใช้สอยอยู่ทุกวันนี้ อย่างไปมองข้ามอย่างองข้าม ที่สำคัญที่สุดคือ มันจะติดของใช้ การจะอยู่หรือใช้อะไร จิตให้สักแต่ว่าหมั่น สักแต่ว่ากิน สักแต่ว่าอยู่ สักแต่ว่าบำบัดโรคต่างๆ เพื่อปฏิบัติธรรมให้หลุดพ้นไปเป็นปัจเจกภาวะ

มหาปัจเจกภาวะ คือ ไม่ว่าจะเกิดอะไรให้สติเป็น มหาปัจเจกภาวะ ทั้งนี้เพราะว่าให้จิตของเราหมั่นกับปฏิบัติธรรมทั้งหลายไม่ให้ติดในอาณิสให้สักแต่ว่าเท่านั้น เราต้องอาศัยอาณิสอยู่ แต่เราต้องสติ จะได้ไม่ติดในอาณิส

ฉะนั้นภิกษุทั้งหลายบริโภคปัจเจก ๔ เราต้องสติ จิตจะได้ไม่ติดในช่องเวลาดาวยจิตจะได้หลุดพ้น ผู้ใดมีสติผู้นั้นเป็นผู้ประเสริฐ.



กฤษฎีกาสงสาร

สิ่งที่เรากล่าวที่สุด คือ กฤษฎีกาสงสาร ถ้าหากเราวางเวียนอยู่อย่างนี้ยังไม่ถึงนิพพานจะต้องรับกรรมหลายอย่าง กรรมใดที่ทำไว้แล้วจะต้องได้รับผลกรรมนั้นๆ ฉะนั้นเราต้องเชื่อว่ากฎแห่งกรรมมีอยู่คนที่ทราบ และคนที่ประสพิต เพราะกรรมจำแนกให้ ฉะนั้นเราได้รับความทุกข์ คนอื่นได้รับทุกข์ก็ดี ขออย่าให้หนีจากการพิจารณาว่า อกรรม เขาทำอะไรจึงเป็นอย่างนั้น เพราะกรรม กฎระเบียบว่า วม กิเลสวิญญู กรรมวิญญู วิบากวิญญู เพราะว่ามี รัตตะ โทหะ โมหะ มัทธิงูฐิ มีมานะ มีอวิชชาอยู่ ฉะนั้นเราต้องถายถอนกิเลสออกจากจิตใจด้วยวิธีเสนาในแนวสติปัญญาาน ๔ นี้ และวิญญูะของเราจะสั่งลง คำๆหนึ่งที่พระพุทธรเจ้าตรัสแก่บางปฎาจารา ซึ่งพัตพรากจากศัวรัภคและถูกทั้งสองว่า น้ำตาของนางมีมากกว่าน้ำมหาสมุทรทางจะมีสติเลิศ นี่เป็นภัยในวิญญูสังสารซึ่งเราต้องถายถอนกิเลสให้เบาบางลง แม้พระพุทธรเจ้า และพระอรหันต์ยังไม่ปรินิพพานยังมีพระชนม์นั้น ก็ยังไม่พ้นกรรม ถูกโจรทำร้าย ฆ่าอย่างที่ท่านพระโมคคัลลณะเคยฆ่าแม่เมื่อชาติก่อน กรรมจะติดตามไปแม้ว่าตัวจะมีฤทธิ์อิญญาอย่างไรก็ตาม ตัมแดนที่จะพ้นจากกรรมนั้น ไม่มี จะอยู่ในอากาศ ในช่องเขา ในทะเล หรือที่ไหน ที่ๆคนพ้นจากกรรมนั้น ไม่มี ถ้าทำกรรมอะไรก็จะได้รับกรรมอันนั้น

กรรมได้แก่การกระทำ แต่วิบากคือผลของกรรมนั้นผลบันดาจะเป็นการรมตีก็ตาม กรรมชั่วก็ตาม ฉะนั้นเราจะอยู่เหนือกรรม ได้คือองเอาสติอยู่เหนือกรรม เราต้องมีการกำหนด “ อุฎฐานปะมาทปะนะ สัจญะเมณะ

ทมะณะ จะ ทิปัง กะชิริระถะ เมธาวิ ยัง โอะณะมาภิกิราติ ” นี้ที่จะท้วมไม่ให้ซึ่งบุคคลที่มีซึ่งด้วยคุณธรรม ๔ อย่าง อุฎฐานปะมาทปะนะ มีความขยันด้วยความไม่ประมาท สัจญะเมณะ คือขีล ทมะณะ จะ ด้วยการปฏิบัติ ยัง โอะณะมาภิกิราติ โอะณะทั้งหลายอย่าไม่ท้วม กามโอะณะ โอะณะคือกาม ภัวณะ โอะณะคือภพ พิกูโฐณะ โอะณะคือพิกูฐิ อวิชโอะณะ โอะณะคืออวิชชา

ถ้าหากเรามีความขยันมีสติและสำรวจในศีล และปฏิบัติวิปัสสนาในแนวสติปัญญาาน ๔ นั้นว่าเราอยู่บนเกาะ นั้นว่าเราได้ที่พึ่งแล้ว คือศาสนานี้ ฉะนั้นขอให้รู้จักคุณค่าและปฏิบัติจะได้อยู่เหนือกรรม.



คติธรรม

มิตติธรรมอันหนึ่งซึ่งพวกเราควรใส่ใจและนตนาการให้ก็คือ เห็น
จงเห็นยาวยิ่งกว่าสั้น และเห็นสั้นยิ่งกว่ายาว จงรักยาวให้มันรักสั้นให้คือ
นั่นมันเป็นคติที่สำคัญ

จงเห็นยาวยิ่งกว่าสั้น คือ พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า เวรย่อมระงับ
ด้วยการไม่แฉะแฉิม กระมลจะระงับด้วยการมีเวรไม่ใ้ได้ จะระงับได้ด้วยการ
ไม่แฉะแฉิม เพราะมีกรรม มีเวร มันยาวในสังสารวัฏนี้ มันตอบแทนกัน ไม่มีที่
สิ้นสุด นี่ให้เห็นว่าการจ้องเวรกันไม่มีที่สิ้นสุด คือ เห็นยาวยิ่งกว่าสั้น

จงเห็นสั้นยิ่งกว่ายาวคือ อะไรจะมาทำลายมิตรของเรา ให้เราจง
รักษามิตรภาพซึ่งกันและกันต่อไป หมอบความว่าเรามีมิตรอย่าให้มันสั้น
ให้รักษามิตรนี้ไว้ไม่ให้แตกหักไปเสีย การแตกมิตรเป็นการตัด มันต้องต่อ
อย่าไปเห็นสั้น คิดสั้น ต้องรักษาไมตรีต่อกันตลอดไปให้มันยาว คำพวกนี้
เป็นคำปรีชาญาณ

รักษาให้มันรักสั้นให้ชื่อ ถ้าเราต้องการมิตรภาพเราจะต้องมี
มิตรภาพซึ่งกันและกัน แต่พระพุทธเจ้าค้นหาเหตุผลว่าทำไมเราอยู่หมู่เดียวกัน
พวกเดียวกัน ทำไมมันแตกกัน ทำไมไม่ลงรอยกันซึ่งกันและกัน และความ
สามัคคีจะเกิดขึ้นได้อย่างไร คำสอนของพระพุทธองค์ว่า สัตถสามัญญา
ประพตติเสมอกัน พินิจูสามัญญา ความเห็นเสมอกัน ปฏิบัติธรรมเสมอ
กัน อย่าไปทำคนละอย่างเราเจริญวิปัสสนาในแนวสติปัญญา ๔ อย่างไปทำ
อย่างอื่น จงปฏิบัติธรรมในแนวสติปัญญา ๔ ธรรมจะเกิดขึ้นมากมายแก่ผู้

ประพตติปฏิบัติเอง รวมทั้งศีล และความเห็นชอบที่ถูกต้อง ฉะนั้นขอให้รู้
จักคุณค่าแห่งการปฏิบัติด้วย.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

ทำไมถึงบวช ?

การบวชพระพุทธเจ้าทรงเน้นเกี่ยวกับภิกษุมะ พระพุทธองค์ทรง
 แสดงใน อมนุษย์พิกขา ทานกถา สีลกถา สัจจกถา กามาทินวคคา
 เมกขมมามีสังสกถา พระพุทธองค์ทรงแสดงถึงว่า ทานนี้ทำเพื่อตัดความ
 โลก ตัณห์ตัณหาตัณหาของมนุษย์ทำให้เกิดแล้วเกิดอีกคือตัวโลภะ เราทำ
 บุญให้ทานนี้เพื่อให้ตัดตัวโลภะออกไป ผู้ใดทำบุญให้ทานอันนี้เป็นการ
 ปฏิบัติธรรมอันหนึ่ง ทานนี้ถ้ายังไม่พ้นทุกข์ยังมีการเกิดก็จะเป็นสืบยง เมื่อ
 เป็นสืบยงในโลกนี้พอตายไปก็เวียนมาเกิดไปสู่วสวรรค์ และความมุ่งหมายที่
 แท้จริงการทำบุญก็คือ ตัดโลภะ ตัดไปเรื่อย ๆ จนหมดไม่หมดมันยังไม่รู้
 กับโลภะ “ กามาทินวคคา นัตถิ ตณฺหาสมา นทึ ” แม่น้ำสมอด้วยตัณหา
ไม่มี ตัณห์หาไปหรือหมดแห่ง แม่น้ำปิงแห่งใด หัวยกลงแห่งใดแต่ตัวตัณหา
แห่งไม่มี พระพุทธองค์ให้ทานนี้พอใจเป็นเบื้องต้น ต่อไป สัจจกถา คือ
 สวรรค์ เมื่อพออกแล้วยังไม่หมดมันก็ไปสวรรค์ เมกขมมามีสังสกถา ให้
 เห็นโทษของกามคุณ กามคุณพระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบเหมือนกับ
 กระตูด กินแต่รำลายนัวตัวเองเมื่อหนึ่ง ไม่ได้กิน ฉะนั้นการบวชเหมือนเรือ
 ชำฝั่ง ทุกสิ่งทุกอย่างปลดปล่อยจากตัณห์ตัณหาต่าง ๆ ทำอะไรเราไม่ได้ เราอยู่
 ผู้แหละต้องกำจัดบาปได้หลายอย่าง.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

คุณธรรม

ธรรมะอยู่ที่ไหน อยู่ในตัวเรา และนอกตัวของเรา ที่อยู่ในตัวของเรา
 นี้คือมีอินใด คือ กาย เวทนา จิต ธรรม เราพบธรรมะแต่ไม่เห็นธรรมะ ที่มี
 อยู่นอกนั้นคืออินใด เช่น พระพุทธองค์ตรัสว่า อย่างชาวเขามีเพื่อนที่มีอิน
 จะทำมา นาคอนมีน้ำทำตาลอดคปี ชาวเขาจะทำให้อินศิขานาจะไกล ไถแล้ว
 กลับและทำให้อินหักกัน แล้วเอาถ้ำข้าวลงมา แล้วเอาน้ำใส่ แล้วเอาน้ำ
 ออก และก็จะออกผลมาอินใด ก็ศิขานาของคณเรานี้เหมือนที่อิน บางคณ
 ร่างกายนี้ไม่ยอมสร้างคุณธรรมอินใดให้เกิดขึ้นมาเลย ร่างกายนี้เหมือนที่
 อิน รูปกับนามเหมือนที่อิน และเราเอาข้าวปลุกกลงไปมันก็จะออกมา คุณ
 ธรรมเปรียบเหมือนข้าวปลุกกลงไปในรูปนามนี้ ให้คุณธรรมมันออกมาใน
 ร่างกาย ในรูปนาม คุณธรรมจะเกิดขึ้นมาได้ก็เพราะเราปฏิบัติธรรม.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

ความเพียร

คนจะล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร ความเพียรในที่นี้ก็คือเราจะต้อง
 ดำรงระวังไม่ให้เกิดขึ้นในขั้นต้นตามของเรา ปทานุพพานเพียรละ
 บาปที่เกิดขึ้นแล้ว กาวนาปชาน เพียรอบรมกุศลส่วนดีให้เกิดขึ้นใน
 ขั้นต้นตาม อนุรักษนาปชาน เราจะต้องรักษาความดี ของเรามีเหมือน
 เกล็ดรักษาความเต็ม จะไปที่ใดจะต้องรักษาความดีของตนไว้ อันนี้เป็น
 ลักษณะของบุคคลผู้มีความเพียร

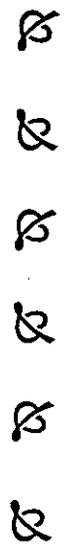
อุปกณ์ที่จะทำความเพียรคือ ๑. ศรัทธา ๒. ยถาถอยยา ให้เหลือคนแห่ง
 ๒. ในเวลาไม่มีโรคอันใดแก่เราต้องถือโอกาสกระทำความเพียร ๓. เราไม่
 อดอด เราจะมีอะไรที่เราไม่อดทนแก่บุคคล ๔. เราจะมีพรารถความเพียรคือ
 ทำกุศลให้เกิดขึ้น ยังอุกุศลให้หมดไป ๕. มีวิสัยสนาปฏิญญาคือ เห็นทั้งภายใน
 และภายนอกให้เป็นของไม่แน่นอน เป็นทุกข์ ไม่ใช่ของเรา ยอดแห่ง
 ชีวิต คือ เห็นภายในภายนอกเป็นความไม่แน่นอนเป็นทุกข์ เป็นของไม่ใช่
 ของเรา เราจะต้องทั้ง

ขอให้หนักปฏิบัติทุกตนปฏิบัติโดยมีความเพียรทำให้มั่นคงต่อเนื่อง แล้ว
 ยอดแห่งชีวิตก็จะเกิดแก่ท่านทั้งหลายเอง.



ความสวัสดีด้วยคุณธรรม ๔ ประการ

อันว่าสวัสดีทั้งหลายจะถึงซึ่งความสวัสดีด้วยคุณธรรม ๔ ประการ
 ปญญา ความเพียร ความระวัง เสียสละ ในภาคปฏิบัติด้วยปัญญาได้แก่ การ
 พึ่ง การคิด กาวนา วิสัยสนาปฏิญญาเป็นคุณธรรมปกปือองเรา ความเพียร
 พยายามทำความดีละบาปไม่ให้เกิดขึ้นในต้นตามของเรา ละบาปที่เกิดขึ้นและ
 อบรมอยู่เสมอ รักษาความดีของเราให้อยู่ตลอดไป ให้มีความเพียรอย่าทำ
 อดอดพยายามไป แม้มีอุปสรรคจะต้องสู้ ความระวังคือ ความไม่
 ประมาทในสิ่งทั้งหลาย เช่น ในการเห็น การฟัง การได้กลิ่น ได้สัมผัส ได้
 คิด ให้มีสติกำหนดพยายามสังวรสำรวม การยืน การเดิน การนั่ง การนอน
 ระวังในทุกๆอย่าง ความเสียสละพยายามให้มีในใจของตัวเอง สละอะไร
 สละกิลลสอเข้าไปเอามา ความจริงบุญชนก็มีเป็นธรรมศากัพยายามอย่าไปยึด
 มันถือนั่น ให้เสียสละ ความเสียสละอันนี้ก็จะต้องส่งผลให้ถึงความสวัสดีมงคล
 แก่ชีวิตของเรา และจะถึงที่สิ้นสุดแห่งทุกขันธ์เอง.

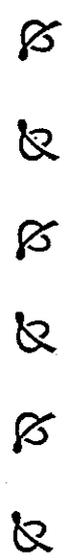


ปัจจุบัน

“ อะติตานัง นามะวาทะณเณยะ นัปปฎิกิงเว อะนาคะตัง ” เป็นพุทธภาษิตแปลว่า อดีต อนาคตอย่าไปคิดถึงอย่าไปคิดถึงเลย โยคีบุคคตบางคนเวลานั่งสมาธิมักฟังชาน เพราะว่ามีถึงถึงความชั่วของตัวเอง จงอบรมจิตใจของตนเอง ว่าตัวเอง ที่มีนั่นลงไปแล้วให้แล้วไป อนาคตก็ไม่ต้องคาดว่าอย่างนั้นอย่างนี้ให้เอาอารมณ์ปัจจุบัน เมื่ออารมณ์ปัจจุบันดี อารมณ์อดีตก็จะดี อนาคตก็จะดี เวลานั่งสมาธิอย่าไปคิดถึงเรื่องเก่า นัคปฏิบัติจะฟังชาน เพราะนึกถึงอารมณ์เก่า ตัวเองมีความรังเกียจ ความชั่วที่ตัวเองหาขึ้นมา ว่าให้ตัวเองเกิดฟังขึ้นมาโดยมากจะเป็นอย่างนี้ ฉะนั้นจงอบรมจิตใจของตัวเองว่าตัวเองนี้ ที่ทำมาแล้วก็แล้วไปอย่าคิดถึง จงฟังคำของพระพุทธเจ้าว่า จนถึงปัจจุบันธรรมชื่อนี้ พระองค์ได้ไปปรคคมาแล้วที่สุด และก็เป็นคนดีที่สุดมาแล้ว ตามพระบาลีที่พระพุทธองค์ตรัสแก่องคฤมาล องคฤมาลโจรฆ่าคนถึง ๕๕๕ ฆ่าได้กี่เอาไว้มากหรือ คอ จากอีกนิ้วเดียวจะครบ ๑,๐๐๐ ตามที่อาจารย์สอน พอเห็นแม่ตัวเองก็จะไปฆ่าแม่ให้เสียชีวิตรบ ๑,๐๐๐ พระพุทธองค์ทรงทราบโดยง่ายพระญาณของพระองค์ พระองค์ไปสกัดหน้าองคฤมาล องคฤมาลก็ได้^๕ได้ฆ่าพระพุทธเจ้าแต่ตามพระพุทธเจ้าทำทำไหรักก็ตามไม่ทัน องคฤมาล เลยพูดว่า “ สมณะทำไม่มหายุค ” พระพุทธองค์ตอบว่า “ เราหยุดแล้ว ท่านต่างหากยังไม่หยุด ” หมายความว่าเราหยุดภายในแล้วท่านยังไม่หยุดภายใน คำว่าไม่หยุดนี้ มือที่เปื้อนเลือดนั้นก็ปล่อยตามเลย พอวางคาบก็เข้ามากราบพระพุทธองค์แล้วพระพุทธองค์ทรงทรมานบาปได้ว่า

“ โย จะ ปุพเพ ปะมัตติตะวา ปังดา โธ นัปปะมัตติ ” แปลว่า

เมื่อก่อนผู้ใดประมาทแล้วในกาลก่อน ภายหลังไม่ประมาทช้อย่างใดให้ตัวนี้ได้ เหมือนพระจันทร์^๕ได้ออกจากเมฆหมกนั้น ฉะนั้นเราต้องนึกคำสอนของพระองค์ เวลาตื่นจงกรมให้^๕ปัจจุบัน อย่างไม่ก่อน ไปหลัง ให้กำหนดให้^๕ได้พร้อมกันทำ เท้ายกก็ยกหนอ เท้าลงก็ลงหนอ ให้^๕ได้อารมณ์ปัจจุบัน เวลานั่งสมาธิอย่าให้ฟังชาน เอาปัจจุบันอย่างเดียวกำหนดให้^๕ได้อารมณ์ปัจจุบัน แล้วสมาธิก็จะมีการตั้งขึ้นมา.



การฟังพระยอนประเสริฐ

นักบวชขึ้นมาบวชในพระพุทธศาสนา อุบาสก อุบาสิกาได้มาจำ
 อุโบสถ ได้ถือว่าเป็นการฟังพระพุทธอันประเสริฐไว้ในขั้นต้นตาม ในพิธีกัน
 สูตรท่านได้กล่าวถึงกัมมัฏฐานมี ๒ อย่างคือ กัมมัฏฐานทางโลกีย์ กัมมัฏฐาน
 ทางธรรม กัมมัฏฐานทางโลกมีการฝึกตนในครั้งพุทธกาลมี อนาถบิณฑิกะ
 มหาเศรษฐีมหาเศรษฐีมากมาย ก็เอาไปฝึกในคืน ต่อมาได้ถูกนำหัดไป
 หมด เศรษฐีก็จึงมลาย เทวดาที่เฝ้าบ้านก็มาบอกเศรษฐีว่าไม่ต้องทำบุญแล้ว
 เศรษฐีก็ไล่เทวดา มาบอกเราว่าไม่ให้เราทำบุญ เราจะไล่ท่านไม่ให้ท่านอยู่
 ในบ้านเรา เทวดาก็ไม่ยอมไป ก็เลยไปหาเทพของเศรษฐีที่หายไปมา
 ให้พ่อเทวดาจะได้อยู่บ้านเศรษฐีต่อ

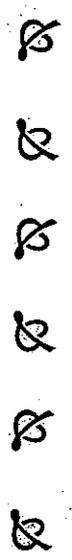
พระพุทธองค์ก็เอารื่องนี้เทศนาแก่ภิกษุ อุบาสก อุบาสิกาทั้งหลาย
 ว่า “ สัณฺญะมณะ ทมะมณะ จะ ” แปลว่า ขุนทรัพย์ภายนอกนั้นไม่แน
 มอน ภัยเกิดจากน้ำ ภัยเกิดจากไฟ ภัยจากโจร แต่ทรัพย์ภายในนั้นพระ
 พุทธองค์ทรงตรัสว่า “ ทาณมณะ สีเลนะ สัณฺญะมณะ จะ ทมะมณะ จะ ”
 ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่า ทาณ สีล ความข่มใจ เป็นกัมมัฏฐาน
 ประเสริฐ สัตกถ์คือว่า ได้เอาทรัพย์ไว้ในขุม ขุมคือในใจ ผากไว้ในธนาคาร
 ในใจของเรา ในขั้นต้นสามาน น้ำจะท่วม ไฟจะไหม้ โจรจะขโมย ก็เอาไป
 ขุมได้ เรามีความข่มใจ เวลาตาย เราไปอย่างสบายใจ เพราะเราได้ฟังทรัพย์
 ไว้ในใจ เราได้บูชาแล้วซึ่งพระพุทธศาสนา

“ สัณฺญะมณะ จะ ” คือการสำรวม สำรวมได้แก่สำรวมในอินทรีย์
 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เห็นหนอ ได้ยินหนอ กลิ่นหนอ รสหนอ กุศลหนอ

คิดหนอ ไม่ให้ยินดีในร้ายใน รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ ธรรมารมณ์
 ทั้งหลายนั้น ให้เราวางเฉยในอารมณ์เหล่านั้น ถึงเราอยู่กับมันก็ไม่ติดอยู่กับ
 มัน ให้พิจารณาถึงความสำรวม การสำรวมนี้ก็เสมือนรักษาศีลไปในตัวเป็น
 ศีลในองค์มรรค ก็คือการทำทานในสติปัญญาทั้ง ๔

“ ทมะมณะ จะ ” คือ การฝึกหัดอบรมปฏิบัติ เช่นมคินจงกรมนั่ง
 สมาริคือสู้กับอารมณ์ เช่น เวทนา จะเจ็บจะปวดจะเมื่อยก็กำหนดไป จิต
 ของเราจะระบอบอารมณ์คือคิด และอนาคต มันจะปรากฏขึ้นมา ให้กำหนดคิด
 หนอๆ ธรรมมันจะเป็นนิรรณ ๕ เป็นกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทฐะ
 อุทฺธังจะ วิจิกิจฉา ให้เรากำหนดเมื่อมันเกิดขึ้น

ทั้งหมคนี่ ถ้าใครมีไว้ในใจแล้ว ก็นับว่า ได้ฟังกัมมัฏฐานอันประเสริฐ
 ไว้ใน ขั้นต้นสามาน ฉะนั้นก็ขอให้เห็นความสำคัญในการมาบวช การมา
 รักษาศีลได้มาทำทานได้มาปฏิบัติธรรม.



เป้าหมายของนักบวช

เป้าหมายของนักบวช คือนิพพาน คือความพ้นทุกข์ต่ำกว่าเรา ยิ่งไปถึงนิพพานเราก็จะมามีชีวิตในวิญญูะ อะไรทำให้เราจน พระพุทธองค์ทรงเอาทางโลกมาเปรียบเทียบกับ พระพุทธองค์ทรงเอาเนื้อนา กับพืชข้าวกล้า และเชื้อในข้าว เชื้อข้าวนี้มันมีขาง หากว่ามีนา มีข้าวกล้า และในข้าวกล้านั้นมีเชื้อมีขาง นานี้ก็จะจะมีข้าวเกิดขึ้นมา และทำให้ข้าวกล้าเกิดขึ้นมา ข้าวกล้านั้นเจริญขึ้นได้อย่างไร เพราะข้าวกล้ามีเชื้อมีขางอยู่ ถ้าให้จะมีเมล็ดหรืองบลงก็โดยทำข้าวกล้าไม่ให้มีเชื้อ แม้จะมีนา มีข้าวกล้า ให้ซัดกลาในข้าวกล้าไม่ให้มีเมล็ดมีขาง พยายามทำให้เชื้อมันหมดไป ก็นาก็เป็นนาเฉยๆ ข้าวเชื้อก็เป็นข้าวเชื้อเฉยๆแต่ไม่มีเชื้อ คนก็คิดขึ้นมาแล้ว เชื้อมันหมด เหมือนข้าวฉนั้น วิญญูณ คือ จิตของคนนี้ คือปฏิบัติธรรมซัดกลาเกล็ดให้เบาบางไปหมดไป สงบไป เมื่อไม่มีเชื้อ วิญญูะถึงจะมีที่สิ้นสุดก็เป็นเป้าหมายของนักบวช

วิญญูณที่จะบรรลุธรรมนี้ต้องประกอบไปด้วยสติ คือ เอาสติไปตั้งไว้ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม วิญญูณหรือจิตอันนี้ ก็จะบรรลุธรรมไป จะเป็นขณิกสมาธิ เมื่อมีขณิกสมาธิแล้ว ก็จะสามารถเป็นจริง ฉะนั้นเราจะต้องเอาตัวสติตัวนี้มาตั้งอยู่ที่กาย ที่เวทนา ที่จิต ที่ธรรม และจะรู้ตามความเป็นจริงเรียกว่า ธตาทถุชญาณ.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

การพิจารณา รูปนาม

อยากให้รู้จักความเกิดขึ้นของรูปนาม เราอาศัยหลักของพระไตรปิฎก เล่น ๒๕ ซึ่งพระพุทธองค์ทรงแสดงแก่นางปฎิจจารามในพระเวศวัน นางปฎิจจารามนี้ ได้เห็นความเกิดขึ้นของรูปนาม เมื่อนางเอาเท้าไปล้างน้ำ นั่นก็ไหลไปและก็หยุด แล้วนางก็ว่าเมื่อวัยเบื้องต้นก็ตาย วัยท่ามกลางก็ตาย ในวัยที่สุคติตาย สัตว์ทั้งหลายที่เกิดมาก็ตาย เมื่อเห็นอย่างนี้แล้วพระพุทธองค์ทรงสาธุการ ผู้รู้ศึมนามหาบางทรงอนุโมทนา คาถาที่พระพุทธองค์ทรงโมทนานั้นว่า

“โย จะ วัชระสะตัง สีโธ อะปัสสัง อุทฺธัพพะยัง
เอกาทัง สุวิคัง เสยโย ปัสสะโธ อุทฺธัพพะยัง”

โยก็บุคคลใดเห็นความเกิดขึ้นของรูปนาม แม้จะอยู่วันเดียวก็ยัง

ประเสริฐกว่าบุคคลที่ไม่เห็นความเกิดขึ้นที่มีชีวิตอยู่ ๑๐๐ ปี

เวลาปฏิบัติในนักปฏิบัติจะมีอาการสัปหงก นี่คือความเกิดขึ้นของรูปนามนั่นเอง มันเกิดขึ้นแล้วดับไป ขอให้นักปฏิบัติรู้จักคุณค่าของการสัปหงก สิ่งใดไม่รู้ถึงคุณค่า มันทะยอยไม่เกิดขึ้น ธรรมดาอย่าอย่าไม่เกิดขึ้น.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

การสั่งสอนคน

การสั่งสอนคน สั่งสอนด้วยการกระทำก็มี เช่น พระอัสสชิ พระสารีบุตรเห็นท่านพระอะฬสฐิมิมาธยาพธอ้งาม ในกาที่ท่านได้เดิน บิณฑบาต การเดินไปข้างหน้า การถอย การเหยียดซ้ายแลขวาท่านก็มี มารยาทอ้งาม เมื่อท่านสารีบุตรเห็นพระอัสสฐิมิมาธยาพธอ้งามแล้วก็ได้ถามว่าใครเป็นศาสดาของท่านอย่างนี้ ฉะนั้นการที่เราสอนคนให้ว่าสอน ด้วยคำพูดอย่างเดียว แต่สอนด้วยการกระทำ เขาเห็นแล้วเขาก็มีความ เลื่อมใส ฉะนั้นการสอนมี ๒ อย่างคือ สอนโดยกาพูด และสอนอย่างที่ไม่ พูด ส่วนสอนแบบไม่พูดนั้นท่านไม่เค้พูดอะไร แต่ผู้มีศรัทธาได้เห็น มารยาทของท่านก็เลื่อมใส ฉะนั้นเราปฏิบัตินั้นการทำให้เป็นตัวอย่างแก่ เพื่อนร่วมโลก ผู้มีอุปนิสัยก็จะเกิดความเลื่อมใสและลงมือปฏิบัติเอง

การปฏิบัตินั้นเป็นสิ่งทำให้ผู้ปฏิบัตินั้นเจริญ ก่อนที่จะได้ปฏิบัติ นั้นจะต้องพบปะ เมื่อพบปะแล้วต้องฟัง เมื่อฟังแล้วต้องทาบไว้ในใจทั้ง ทฤษฎี ทัศนคติ และลงมือปฏิบัติแล้วจะถึงความเจริญในธรรม ฉะนั้น เมื่อเราเค้พบปะกับอาจารย์ และเค้ฟังคำสอน แล้วทาบไว้ในใจ แล้วลงมือ ปฏิบัติ อันนี้ก็ถึงถึงความงอกงามในธรรม.



อาวุธสำหรับทำความเพียร

เราจะไปไหนให้เอาอาวุธไปด้วย อาวุธนี้พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่ามี ๓ อย่าง

๑. สุตะอาวุธ อาวุธคือ การฟัง
๒. วิภาวุธ อาวุธคือ วิภา
๓. ปัญญาวุธ อาวุธคือ ปัญญา

อาวุธนี้จะต้องต่อผู้รักษาตัวไม่ให้เกิดอันตราย เรามีอาวุธเพื่อต่อผู้ กับโลกียภายนอก สำหรับภายในนั่นคือ การฟัง การฟังด้วยดีอย่าได้ปฏิบัติ และสามารถเข้าถึงวิปัสสนาปัญญาด้วย ผู้ศรัทธาดีด้วย สุตะอาวุธ นี้ก็คือ ท่านพระสารีบุตร ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสแก่ที่ฆมนขบปริพพาทก ตอนนั้น พระสารีบุตรถวายงานพัดข้างพระพุทธองค์อยู่ พระพุทธองค์ก็ตรัสเทศนา ให้แก่ ที่ฆมนขบปริพพาทก และท่านพระสารีบุตรก็ฟังตามคำสั่งสอน จิตตัด ตลัดซึ่งโลกทั้งปวง ๓๑ ภูมิ กิลตทั้งหลายหายไปเลย

วิภาวุธ คือ อาวุธที่หาความสงบนี้ เหมือนเราวางตะปูลงในน้ำ น้ำนั้น จะตองใส ถ้ามีน้ำมีขุ่นเราต้องทำน้ำให้ขุ่นใส และจะเห็นตัวปลา เมื่อจิตคน ุคบริสุทธานั้นก็จะเห็นกิลต ตัวโลก ตัวโกรธ ตัวหลง และสามารถถึงปลา นั้นคือ กำหนดอยู่ในวิภาวนั้น การที่เราเค้จินงกรรม และนั่งสมาธิ และหลัก เร้นไม่คฤกคฤกับหมู่คณะที่จะทำจิตของเราให้ขุ่นววย ต้องหลีกเลี่ยงไปอยู่ผู้ เดียววิภาวนั้นก็จะเป้นอาวุธที่สำคัญที่จะตัดกิลต วิภา คือ สงัด สงบ หลีกเร้น

ปัญญาวุธ สุตะ จินตะ เป้นพื้นฐานแห่งภาวนามะยะปัญญา ภาวนา มะยะปัญญาก็คือ เราต้องมีการปฏิบัติ มีการเค้จินงกรรม นั่งสมาธิภาวนา มะยะปัญญาจึงจะเกิดขึ้น ความจริงเราได้ฟังมา ได้คิดมา และทำไม่

บรรลุตธรรมก็เป็นที่สุดตะ และจินตะเท่านั้นเอง ไม่ส่งไปถึงภาวนามะ
ยะปัญญา ภาวนามะยะปัญญา มันจะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติวิปัสสนาไม่ใช่
การว่าฟัง และคิดตัวเอง มันจะเกิดขึ้นเมื่อเราปฏิบัติ คำภาวนามะยะปัญญา
นี่จะตัดซึ่งกิเลสได้

ขอให้มีอายุอยู่กับทุกคนและทุกคน ขอให้มีไว้ในตัวเรานี้โดย
เฉพาะวิปัสสนาปัญญา ขอให้มีแบบกับตัวอยู่เสมอ จะไปที่ไหน ยืน เดิน นั่ง
นอน พุด คิด อริยมรรค อริยมผล ก็จะเกิดขึ้นกับเราอย่างแน่นอน เราต้องฝึกให้มี
กับตัวอยู่ตลอดเวลา เมื่อมีวิชาศึกษาร่างที่มัน กำจัดที่มันที่ยาให้มาลบล้าง
ความดีที่ราสละสมา ทั้งอดีตชาติและปัจจุบัน ความไม่ดีของคนอื่นก็คิด
เป็นวิชาศึกษา เราอย่าเอามาเป็นอารมณ์เลยพยายามต่อสู้ และฆ่ากิเลส
เหล่านั้น เราอย่ามาเป็นบางเพราะคนอื่น เขาทำอะไรไปก็ให้ผลอย่างอื่นนั้น
ในโลกนี้เต็มไปด้วยกิเลสราสมาในพระพุทธศาสนาที่พระองค์จะเอากิเลสออก
ตัววิปัสสนาปัญญา ปัญญาฯ



ธรรมะที่จำเป็น

ธรรมที่จำเป็นสำหรับสิ่งมีชีวิตมี ๒ อย่าง สติ และขันติ สัตินั้นเป็น
ชีวิตของคนหมู่มาก สัตินั้นยอมมีความจำเป็นเปรียบเหมือนเรือ
ที่มีหางเสือ ย่อมไปในแนวทางที่ถูกต้อง ย่อมไม่เียงเข้าหาชายของชีวิต

ขันติความอดทน ความอดทนนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าประมุขิกษุ
ทั้งหลาย ๑,๒๕๐ องค์ ข้อแรกที่พระพุทธองค์กล่าวถึงคือ ขันติความอดทน
เราจะอดทนทุกอย่าง อดทนตัวการงานและอดทนต่อความเจ็บใจ เมื่อความ
เจ็บใจเกิดแก่เราพยายามใช้ความอดทน และเอาอีกสิ่งหนึ่งมาตัดใจคือ
กรรม กรรมของเรานั้นปรากฏขึ้นแก่ตัวเราเอง บางอย่างพ่อแม่ได้ลง
โทษ ครูบาอาจารย์ไม่ได้ลงโทษ แต่กรรมของเราลงโทษตัวเราเอง ฉะนั้น
เราต้องรู้แจ้งในโลกนั้นเป็นไป เปลี่ยนแปลง เป็นทุกข์ และมันไม่ได้อยู่
ในอำนาจของเรา สิ่ง ๓ อย่างจะเกิดขึ้นเพราะเราเจริญวิปัสสนากรรมฐาน.



จะไปทางไหน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราได้บอกอันจะไปสู่ทุกข์ และสุดทุกข์บ้าง
ว่า “ จิตต สัจฉิณฺฐุ ทุกฺกตฺติ ปาฎิกงฺขา จิตต อสังกิลิณฺฐุ สุคฺคิ
ปาฎิกงฺขา ” คนใดเรียนสิ่งนี้กรรมฐานออกก็จะเห็นบาลีอันนี้

บุคคลใดมีจิตเศร้าหมองบุคคลนั้นก็จะไปสู่ทุกข์ ทุกข์คือ คติอันชั่วมี
นรก เปรต อสูรกาย สัตว์ตรังงาน บุคคลที่มีจิตผ่องใสย่อมมีสุคติเป็นทาง
ไป สุคติคืออะไร คือ อารมณ์อันเลิศอารมณ์ดี เรียกว่าสวรรค์ สวรรค์มี
๖ ชั้น จากumaharajika ดาวดึงส์ ยามา ดุสิต นิมมานรดี ปรมินนิควสวัตติ

ถ้าหากว่าคตินั้นมี ๗ ทางทาง ๑ ไปนรก ทางที่ ๒ ไปเป็นเปรต
ทางที่ ๓ ไปอสูรกาย ทางที่ ๔ ไปตรังงาน ทางที่ ๕ มนุษย์ ทางที่ ๖ ไป
สวรรค์ ทางที่ ๗ ไปพรหม เราต้องรู้ทางที่จะไปนั้นมิฉะนั้นเราไป กิลต
พาไป ธรรมอันใดพาไป นรกก็มีโทษพาไป เปรตอสูรกายนี้ตัวโลกพาไป
คนใดมาถกกันของสงฆ์ เอาจินของพระไปพวกนี้ไปเป็นเปรตทั้งนั้น ที่เรา
เห็นผีหลอกที่นั่นที่นี้ นั่นแหละเปรต อสูรกายนั้นก็เป็นปรตนี่เอง แต่อสูร
กายนี้ตัวใหญ่ ไปเป็นตรังงาน เป็นหมู เป็นหมา เป็นแมวไปด้วยโมหะ
ไปเป็นมนุษย์นี้ตัวคือ ๕ คนใดมีมนุษยธรรมก็ได้เกิดเป็นมนุษย์ ไปสวรรค์
ไปด้วยทาน คือ ถาวรานา มหากุศล ๘ กุศลกรรมบท ๑๐ ไปพรหมไปด้วยการ
ทำสมณะ ๔๐ ได้ถาวร ใครทำสมณะก็ได้เป็นพรหมเป็นขีปนนาน แต่ไม่ทำ
เจริญวิปัสสนา ก็ไม่แน่ถ้าพลาดก็ไปอบายภูมิได้ เช่น หมุน้อย ครึ่งหนึ่ง
พระพุทธเจ้าไปวิไลขนาดก็ไปพระอานนท์ พระอานนท์เห็นพระพุทธองค์ยิ้ม
ก็สงสัยว่าพระพุทธองค์ทรงยิ้มด้วยเหตุใด พอลังพระเชษฐวันพระอานนท์ก็

วางบาต แล้วเข้าไปทูลถามพระพุทธองค์ว่าทรงยิ้มด้วยเหตุใด พระพุทธองค์
ก็บอกว่าอานนท์ก็เห็นแห่งวิภูษิตสงสารมากแล้วเหลือเกิน จนคาดเป็นพรหมแล้ว
เขายังเกิดเป็นมนุษย์น้อย นี้เพราะอกุศลหนักแล้ว ถ้าไม่มีวิปัสสนา ไม่มีมรรค
จิตดีแล้วก็วางใจไม่ได้ก็อาจจะไปอบายภูมิ ๔ ได้ ทางที่จะไปพระนิพพาน
ทางเส้นนี้คือ

“ เยเมว ยฺหติ นิพพานัง พุทฺธา เตสฺสจจะ สวาระกา
เอกาเยเหมมะ มัคคเณสะ สติปฏฺฐานะสํญญินา ”
พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ และอรหันตสาวกทั้งหลายได้ดำเนินไป
แล้วสู่นิพพานด้วยเส้นทางสายใจ เส้นทางสายนี้คือ สติปฏฐานทั้ง ๔



สมบัติทศชาติสุดท้าย

พระอริยะเจ้าเป็นผู้ไกลจากกิเลส เราคิดว่าจะทำให้ใจห่างไกลจากกิเลส เหมือนพระอริยะเจ้าทั้งหลายเหมือนกัน คนที่ไกลจากกิเลส หรือธรรมที่ไกลจากนิวรณ์ที่เรียกว่า อริยะธรรม ถ้าผู้มีอริยะธรรมกับตัวแล้วก็จะรู้จักคุณค่าของพระพุทธศาสนา

คุณค่าของพระพุทธศาสนามีคุณค่าอย่างไร คือจะเอาสมบัติในโลกบนเทวโลก บนพรหมโลกมารวมกันคุณค่าของพระพุทธศาสนาซึ่งมีดีกว่านั้น พุทธสิ่งส่วนมาแบ่งเป็นสามๆ และนำพระพุทธศาสนาแบ่งเป็น ๑๖ ส่วน แล้วนำหนึ่งส่วนมาเปรียบกับสมบัติในโลก บนเทวโลก บนพรหมโลก ส่วนอีกห้าส่วนนี้ยังไม่เท่าหนึ่งของพระพุทธศาสนา “ประสูติยา เอกะรัชชณะ สัตถัตถสเส คณะเมณะ วา สัพพะโลกาธิเบตเจณะ โสตาปัตติคะตัง วะรัง” สมบัติทั้ง ๑ โลกนี้ยังไม่อะไรเปรียบกับผู้ที่เห็นธรรม (พระโสดาบัน) ได้เลย เราจะนับคุณค่าของพระพุทธศาสนา เรานับไม่ได้จะเอาอะไรมาเปรียบไม่ได้เลย ฉะนั้นเราอยู่ในพุทธศาสนาเราต้องรู้จักคุณค่าของพระพุทธศาสนา โดยมากผู้ที่อยู่ในพุทธศาสนาไม่คอยรู้จักคุณค่า เพราะเหตุ ฉะนั้นนราก็ต้องนึกถึงบรรพบุรุษของเรา นึกถึงแรงของท่านให้ระลึกถึงบุคคลแต่ครั้งก่อนที่อุทิศสาศานาพระธรรมเข้ามาให้เราเราแต่เรียนรู้ ได้ปฏิบัติธรรมกันไว้



คุณธรรม ๗ ประการ

บุคคลในโลกนี้ถือว่าเคารพบูชา ถ้าหากว่ามาถึงสำนักเราหรือเราจะไปสู่นักอื่นถือว่าเป็นผู้มีเกียรติอันสูง บุคคลที่เคารพบูชานั้นก็คือ มีคุณธรรมอยู่ในใจแล้วในพระไตรปิฎกเล่ม ๔๗ หน้า ๑๕๖ ว่า “สัตตหิรัญมณี สหะมันนาละโต ภิกขุ อาทุณโย” ถูกอกนภิกขุทั้งหลาย ผู้เห็นภัยในวิญญูสงสาร บุคคลใดได้ประกอบด้วยคุณธรรม ๗ ประการ บุคคลนั้นจะมาหรือจะไปที่ใด ถือว่าเป็นแม่เหล็กที่มีเกียรติอันสูง และเป็นบุคคลที่เคารพบูชา เป็นอาหุไนยบุคคลอย่างแท้จริง ในธรรมวินัยนี้คุณธรรม ๗ ประการนี้คืออันใด ความจริงเราได้เรียนแล้วในนักธรรม แต่ว่าไม่รู้จักคุณค่าของธรรมทั้ง ๗ อย่างนี้ เพราะเราไม่ซึ้ง และไม่ใส่ใจเข้ามา ค้นคว้าภายหลังรู้สึกทราบซึ่งมาก เป็นพุทธทระของพระพุทธเจ้าอยู่ในหมวด ๗ ในนาวกาวาท

๑. หัมมัญญตา ผู้รู้จักกรรมะ ผู้เรียนกรรมะ เรียนนักกรรมตรี โท เอก ได้เปรียบย เขารู้ตัวเองว่าในกรรมะจึงมีตนนับถือ ท่านเรียนบาลี เรียนนักธรรมมีกรรมะ
๒. อิตถัญญตา รู้จักความหมายของกรรมะ รู้จักอธิบายความหมายของกรรมะ
๓. อิตถัญญตา เป็นผู้รู้จักตน คือ เขารู้ดีกว่าจักตัวเอง
๔. มัตถัญญตา เป็นผู้รู้จักประมาณ คือ เขารู้จักประมาณทำอะไรให้เหมาะสม ไม่ถึงไปไม่หย่อนไป

๕. กาดัญญา เป็นผู้รู้จักเวลา เช่น ต้นตอเมเข้ามาทำวัตร แต่ใต้อัน
เสียงระฆังก็ตื่นเป็นอาหาในยุคคล เวลาไปที่ไหนก็ตรงเวลา รู้จักกาลเวลา
หน้าการพนมมือ คือว่าเป็นเกียรติแก่ผู้เชิญ

๖. ประิษฐ์ญาคา เป็นผู้รู้จักหมู่คณะ คือ เราสู้ประิษฐ์นั้นเป็นอย่างไร เรา
ควรวไปหรือไมควรวไป

๗. บุคคลปรัประิษฐ์ญาคา คือ รู้จักบุคคล อ่านมุคคลอก รู้จักว่าคนใด
ควรรคบคนใดไม่ควรรคบ

อันนี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าสืบทอดมาหลายพันปีมาแล้วให้เรา
รู้จักธรรม ๗ ประการนี้ แล้วพิจารณาว่าเรามีอยู่ในตัวเราหรือไม่ ขอให้
พิจารณา.



ธัมมะจาร์บุคคตเป็นอย่างไร

การให้ความสุขแก่ตัวเองคือ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ถ้า
หากว่าได้เจริญทุกวันเป็นการให้ความสุขแก่ตัวเอง เพราะเราได้เห็นผล
และเป็นเครื่องรับรองแก่เราตั้งพระพุทธชวงนะที่พระพุทชเจ้าทรงตรัสว่า
“ ธัมมะจาร์ สุขัง เสติ อสเมิง โลก ปชานาติ ” ผู้ใดมีการปฏิบัติ
วิปัสสนากรรมฐานทุกวัน จะให้ความสุขกับตนในชาตินี้ เมื่อลาจากโลก
นี้ไปจะได้มีความสุขในโลกหน้าด้วย ฉะนั้นการปฏิบัติจึงมีความสำคัญ คำ
ว่า ธัมมะจาร์ แปลว่า การประพฤติปฏิบัติธรรม ในพุทธชวงนะกล่าวถึง
บุคคลที่เป็นธัมมะจาร์ว่า คนไหนที่เป็นธัมมะจาร์ คนไหนปฏิบัติธรรม

ปรัยัติพะพุทธ ผู้เรียนมาก แต่ไม่ปฏิบัติวิปัสสนาก็ไม่ได้ชื่อว่าเป็น
ธัมมะจาร์บุคคต

สามัคคีพะพุทธ คือ เป็นผู้ทศนัต พุคคิ แต่งนึราศ แต่งกลอนัต และ
กมิความลคคิตทุกอย่าง แต่ไม่ปฏิบัติวิปัสสนา ก็ไม่ได้ชื่อว่าเป็นธัมมะ
จาร์บุคคต

พะหุสุตพะพุทธ บุคคตที่ท่องจำมาก แต่ไม่ปฏิบัติ พระพุทช
องค์ทรงบอกว่าเป็นผู้โง่ตามแปลว่าไม่ได้ปฏิบัติ ก็ไม่ได้ชื่อว่าเป็นธัมมะ
จาร์บุคคต

ธัมมะจาร์บุคคตเป็นอย่างไร คือ คนที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานใน
แนวสติปัญญาทั้ง ๔ คำว่าวิปัสสนานั้นคือความเห็นแจ้งในพระไตรลคคณ
อนิจัง ทุกขัง อนัตตา กำหนดสติปัญญาทั้ง ๔ และคำวิปัสสนาญาณนี้
จะบังเกิดขึ้นมา ในสติปัญญาทั้งสติปัญญาทั้ง ๔ คือเป็นทางเส่นอก

ทางเส้นเอกมีความหมายอยู่ว่า ๑. เป็นทางเส้นเดียวไม่เป็นทาง ๒. แพร่ง
๒. ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง ๓. พระพุทธเจ้าเป็นองค์เดียวที่ลิขิตค้นขึ้นมาได้
และแสดงสติปัญญา ๔. มีในศาสนาพุทธแห่งเดียว ศาสนาอื่นไม่มี ๕. จุด
หมายคือ นิพพานเป็นแห่งเดียวเป็นที่สุด.

๒ ๒ ๒ ๒ ๒

สิ่งที่กำหนดไม่ได้

จงอย่าประมาทในชีวิตของตัวเอง พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า เรารอง
ปลงยังชีวิตของตัวเอง จงวัดชีวิตของตัวเอง จงพิจารณาในชีวิตของตัวเอง
ตัวเอง พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า อย่าประมาทสิ่งที่พิจารณา นั่น คือ ชีวิต
ของตัวเองอย่างหนึ่ง พยาสีในตัวเองอย่างหนึ่ง กาลเวลาของตัวเองที่จะตาย
ไปซ้ำที่ร่างของเราทอดทิ้งอยู่ คดี คือ การไปของเรา คือ เรารากโลกนี้ไป
อย่างหนึ่ง ๕ ประการนี้ไม่มีนิमितนอก กำหนดไม่ได้ สิ่งที่ไม่มีนิमितไม่มี
เครื่องหมายนั้นพระพุทธองค์ทรงได้เทศนาไว้ด้วย ๕ ประการให้หมู่พวกเรา
ปลงอยู่เสมอ

๑. ชีวิต ชีวิตของเรา ชีวิตนี้หรือ ชีวิตนี้ ชีวิตนี้ ชีวิตนี้ ชีวิตนี้ ชีวิตนี้
เป็นเมล็ดอีกอันหนึ่งที่รักชีวิต อินทรีย์ คือ รักมายึดไว้ อินทรีย์เป็นสิ่งที่
รักยามเหมือนกับ ดอกบัวกับเลน ดอกบัวต้องอาศัยเลน ดอกบัวจึงจะอยู่ได้
จิตของเราต้องอาศัยอินทรีย์ อินทรีย์จะรักมายึดตัวจักรวาลท่าอยู่ของ
คนจะอยู่ได้ ชีวิตของทุกคนนี้ห้ามประมาทเราไม่รู้ว่าเราจะอยู่ได้นานแค่ไหน
ไหน ชีวิตของเราหมิ่นหมิ่นมาก อุบมาเปรียบเหมือนไข่ที่ตั้งอยู่บนปลายเข็ม
ถ้าหากว่าคิดพลาดนิดเดียวชีวิตของเราต้องแตกดับไปเลย ฉะนั้นจงอย่า
ประมาท ในวัย ในอายุ ในความไม่มีโรค ความประมาทนี้ คือ การละเลย
เพิกเฉยไม่เห็นความสำคัญในชีวิต คือ ไม่มีสติมันเอง จงอย่าคิดว่าชีวิตของเรา
จะอยู่ไปกี่ปี หรือกี่ปี แต่จงนึกว่าชีวิตของเรามีอยู่นัก ทำไมเขาลงใจให้เรา
นึกว่าชีวิตของเราสั้นน้อยนัก เพราะว่าเขากล่าวว่าเราจะมานะมา ไม่มีสติ ไม่มีก
ถึงทาน ไม่มีกถึงศีล ไม่มีกถึงภาวนา เขากล่าวว่าเราประมาท

๒. พยาธิ ร่างกายของเราเป็นรังของโรค ต้องมีโรคอย่าใดอย่างหนึ่งในร่างกายของเรานี้ และไม่รู้ว่าจะเป็นอย่างไหนอะไรเกิดขึ้นมา เช่น บางคนนึกว่าตัวเองเป็นมะเร็ง มันก็เป็นอย่างนั้นได้หลายอย่าง หลายประการที่จะเกิดขึ้นมานั้นอย่าไปประมาท ถ้ามันเป็นขึ้นมาแล้วจะทำอย่างไร ทางนี้ยังไม่ทำสติยังไม่ใช้รักษา กวามก็ยังไม่ได้ทำ ถ้าเราเป็นอัมพาตขึ้นมาหมดหนทางทุกสิ่งทุกอย่าง และเราคงพิจารณาถ้าเราเป็นอัมพาตเราจะทำอย่างไร ตอนนี้มีราววัด มาร์กยาศิล มาปฏิบัติธรรมเป็นบุญของเรา

๓. กาลเวลา เราไม่รู้ว่าจะไปเมื่อไร ตอนเช้า ตอนค่ำ ตอนบ่าย ทุกคนอย่าประมาทในกาลเวลานี้

๔. ปาฐาของเรา ร่างกายของเราจะหักที่ใด เราจะตายที่ไหน ในน้ำ ข้างถนน ในบ้าน กลางอากาศ บางคนในน้ำ บางคนตายในอากาศ คายข้างถนนมาไม่รู้ พระพุทธเจ้าให้เราถืออยู่เสมอ และอย่าประมาท

๕. คติ แปลว่าการไป เราจะต้องกลางจากโลกนี้ไป และไปใต้ ๒ ทาง คือ ทุกคติกับสุคติ เราไม่รู้ว่าจะไปทุกคติหรือสุคติเราทำไม่ได้ ส่วนมากเป็นบุญชนทั่วไป ไม่มีอธิญาว่า เราจะจุดเมื่อใด เราตายไปแล้วจะไปไหน บุญชนทั่วไปถ้าไม่มีอธิญาคือ จตุปปาทญาณ ก็จะไม่รู้ แต่ถ้าบำเพ็ญมามีอธิญาจตุปปาทญาณ ก็จะมีรู้ แต่ที่ผู้เจริญวิปัสสนาได้ฉลิกสมาธิ ไม่มีอธิญา แม้ไม่มีอธิญาภินิพพานได้ และจงรู้ว่า มี ๒ ทางที่จะไป ถ้าไปทุกคติ คือ อบายภูมิ ๔ คนอย่างไรที่จะไปสู่ทุกคติ คือ คนที่มีจิตเศร้าหมอง ไม่ได้ปฏิบัติธรรม ไม่มีอะไรชักเกลาจิตใจ ไม่มีที่พึ่ง ไม่มีพระพุท พระธรรม พระสงฆ์ ไม่มีทาน ไม่มีศีล ไม่มีภาวนาไว้ในใจ อิกทาง

หนึ่งสุคติ ให้เรามีสติไปตั้งที่กาย เวทนา จิต ธรรม อย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ ภาวนาเราเอาตนหายใจของเรา พองหนอ ยุบหนอ ถ้าหากเรามีเวทนามากให้กำหนด เจ็บหนอ ปวดหนอ สุขหนอ เหนียวหนอ ถ้าเราคิดก็กำหนด คิดหนอ ถ้าเป็นธรรมให้เรากำหนดนิรณัน ชอบ ไม่ชอบ ขวาง ฟุ้ง สงสัย เมื่อกำหนดแล้วใจของเราบริสุทธิ์พอจตุตถจิตก็ไปสวรรค์ทันที

ทั้งนี้เพราะเราเชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า “จิตต อสังกิลิภูทุทุกคิ ปาฎิกิงขา จิตต อสังกิลิภูทุทุกคิ ปาฎิกิงขา” แปลว่า คนใจมีจิตศรัทธาหมองไปนรก ผู้ใจมีจิตหมองใสก็ไปสวรรค์ การที่เราจะไปสวรรค์ หัวเดียวหัวต่อมันต้องนึกถึงสติปัญญาทั้งหมด ๔ นี้ ให้เอาอย่างใดอย่างหนึ่งเลย ถ้าจับพองหนอ ยุบหนอก็เอาเลย หรือกาย เวทนา จิต ธรรม ถ้าจตุตถจิตไปสวรรค์เลย เพราะจะถูกสถาปนาไปไม่มีในจิตใจ นั่นคือ กรรมวิธีก็สถาปนาออกจากรใจ คือ สติมาตั้งไว้ที่กาย ที่เวทนา ที่จิต ที่ธรรมนี้ แล้วจิตของเราจะบริสุทธิ์ ฉะนั้นหัวเดียวหัวต่อของชีวิตทุกคนจะต้องตาย เวลาตายเราต้องวิธี เราจะไปสวรรค์เราต้องไปด้วยวิธีนี้ ก็คือ เอาริบัติสมากรรมฐานมาสัมพันธ์กับจิตของเรา พอจตุตถจิตไปสวรรค์เลย บางทีก็ได้ มรรค ผล นิพพาน ตอนตายก็มี

การเดินจงกรมนั่งสมาธินี้เพื่อทำ อาธิณณกรรม อย่าไปทำตอนที่สะดายต้องเดินจงกรมนั่งสมาธิอยู่เสมอๆ ถึงจะอยู่บ้านก็ให้ทำอย่างประมาท ถ้าไม่สบายก็นอนทำ ทำได้ทุกอายุบด ยีน เลิน นึ่ง นอน การบรรพชิตธรรมมี ๔ อย่างที่บรรพชิตธรรม ๑. เอาโลกเป็นอารมณ์ ๒. เอาเวทนามเป็นอารมณ์ ๓. เอาอริยาบถเป็นอารมณ์ ๔. เอาชีวิตเป็นเดิมพัน บางทีก็ให้เห็นธรรม

ตอลจะตาย ละนั้นอย่าประมาท ให้มีความชำนาญ ให้ภาวนาไว้อย่างสม่ำเสมอ.



คุณธรรมที่สนับสนุนสัมมาทิฐิ

การที่เรปฏิบัติให้ทานก็ดี รักษาศีลก็ดี ภาวนาก็ดี ความมุ่งหมายเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง คือ วิมุติคือความหลุดพ้นนี้ คำสอนของพระพุทธเจ้ามี ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ทุกข้อทำให้ไปสู่ความหลุดพ้น คำสั่งสอนของพระพุทธองค์ทุกบาททุกบาทก็เพื่อจะสนับสนุน สัมมาทิฐิ เพื่อให้ถึงวิมุติธรรมการหลุดพ้น เหมือนมหาสมุทรแม้จะมีมากเท่าไรแต่ก็มีรสเค็มรสเดียว คำสอนของพระพุทธเจ้ามีมากมายเพื่อให้เรามีความเห็นชอบ ทำความเห็นให้ถูกต้อง และนำไปสู่วิมุติธรรม คุณธรรมที่สนับสนุนสัมมาทิฐิให้ถึงวิมุติธรรมนั้นมี ๕ ประการ

- ๑. ศีล คือ เราต้องมศีล ๕ ศีล ๘ อุโบสถศีลอย่างที่ยอมรับมาทำกันนี้
- ๒. อุตตะ คือ การฟัง การฟังธรรมการฟังโอวาทคำสั่งสอน เพราะเหตุใดจึงมีการฟังธรรมคือ จะทำให้เรามีความเห็นที่ถูกต้องเพื่อให้ถึงวิมุติธรรม
- ๓. ฐานมัจจ กถา คือ มีการถาม มีการถามตัวเอง ถามผู้มีความรู้ถามตัวเองว่าคำว่า ตัวเองคือใคร รู้จักตัวเองหรือยัง ตัวเรานี้คือรูปกับนามเท่านั้นเอง เขาเรียกชื่อเราเป็นอย่างไร ก็เป็นตามสมมุติเท่านั้น ให้ถามตัวเองและบอกตัวเอง ถ้ามีปัญหาที่เราไม่รู้ควร ไปถามผู้รู้ธรรม

๔. สมถกรรมฐาน คือ กสิณ ๑๐ อนุสติ ๑๐ อตุลกะ ๑๐ อาหารปฏิบัติลक्षण ผู้ที่ทำงานแล้วทำให้จิตใจของเราสงบขึ้น แล้วถ้าคนใดได้สมาธิจากสมถะ และได้แจ้งวิญญูวิปัสสนาต่อก็เป็นจิตวิมุติหลุดพ้นทั้งสมถะ และวิปัสสนาทั้งมีภาวนาและวิปัสสนา ออกองค์มานั้นขึ้นสู่วิปัสสนาเข้าสู่พระไตรลักษณ์ก็เข้าถึง มรรค ผล นิพพานได้

๕. วิปัสสนากรรมฐาน คนใดถ้าได้ทำสมณะมาก่อนก็ยังไม่ไป
 ได้ทั้งสมณะและวิปัสสนาก็เป็นใจโตวิมุตติ หลุดพ้นทั้งอำนาจของฉน และ
 อำนาจของวิปัสสนา ถ้าคนที่ไม่ได้บำเพ็ญมานานมาก่อน บำเพ็ญวิปัสสนามา
 อย่างเดียวเรียกว่า ปิฎญาวิมุตติ

การหลุดพ้นนี้มี ๒ อย่างใจโตวิมุตติกับปิฎญาวิมุตติ เจโตวิมุตติ
 คือ ได้ทำสมณะมาก่อนภายหลังมาเจริญวิปัสสนาต่อ ถ้าหากว่าบุคคลใดได้
 หลุดพ้นทั้งสมณะ และวิปัสสนาก็เป็นแบบใจโตวิมุตติ ถ้าทำวิปัสสนาอย่าง
 เดียวเจริญสติปัญญา ๔ ตัว พระไตรลักษณ์ปรากฏขึ้นมาเป็นอารมณ์
 วิปัสสนาตัวพระไตรลักษณ์ คือ เห็นความไม่แน่นอน เห็นความทุกข์ เห็น
 ความไม่อยู่ในอำนาจของเรา บางครั้งกำหนดหาย บางครั้งกำหนดไม่หาย
 เรียกว่า อนันตังจะขึ้นไปสู่ญาณเบื้องสูง ถึงบางรูปกขาญาณ อนุปโตม
 ญาณ โศทรญาณ มัคคญาณ เราก็จะได้เข้าถึงมรรค โศทวิปัสสนาญาณ

คุณธรรมทั้ง ๕ ประการนี้ มีความสำคัญต่อนักปฏิบัติธรรมทั้ง
 หลายขอให้ออกจำไว้ เราต้องวางแผนการที่จะไปถึงความหลุดพ้นคือต้อง
 ศีล แล้วเราต้องมีการรับฟังธรรมที่ถูกต้อง เพื่อไม่ให้ปมมีฉนเกิดขึ้น เราต้อง
 ตามตัวเองและบัณฑิตทั้งหลาย เมื่อเราได้สมณะแล้วเราจะต้องประพฤติแต่
 สมณะต้องเจริญวิปัสสนาต่อไป และจะถึงจุดหมายปลายทางคือ ความหลุด
 พ้นจากทุกข์ทั้งหลายทั้งมวล.

อานิสงส์ของการนั่งสมาธิ

ประโยชน์ของการนั่งสมาธิ ท่านได้กล่าวถึงอานิสงส์ของการนั่ง
 สมาธินั้นมี ๔ อย่าง

๑. จะได้รับความสุขในปัจจุบัน
๒. เพื่อความเป็นไปของญาณทัสนะ
๓. เพื่อให้สติสัมปชัญญะ
๔. เพื่อให้สิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส

อันนี้เป็นประโยชน์ของการนั่งสมาธิ อันที่มีความสุขในปัจจุบัน
 นั้น คือ สมาธินี้เป็นอาหารอันหนึ่งเรียกว่า อาหารใจ ถ้าหากว่าร่างกายของ
 เราไม่ได้รับอาหารแล้วเราจะรู้สึกเพลีย แต่เมื่อจิตใจไม่ได้รับอาหารมันจะเป็น
 อย่างไร มันก็หมดพลังกำลังไม่มี เมื่อกำลังจิตมีเสียวอย่างหนึ่งเราจะมีเสียวทุก
 อย่าง และทำให้เรามีความสุขในปัจจุบันนี้ด้วย

ประการที่ ๒ ญาณทัสนะ ญาณ คือความรู้ ทัตสนะ คือความเห็นใน
 ญาณ เราจะคิดอันใด ทำอันใดถ้าไม่มีสมาธิแล้ว ความคิดอันนั้นงานนั้นจะ
 ไม่เป็นไปในทางที่ถูกต้อง และไม่สำเร็จ ถ้าหากว่างานของเราถ้าทำมันจะ
 ทำอย่างไร เมื่อจะทำอะไรแล้ว ถ้าจิตเราธรรมตามแล้วมันไม่รู้ตามความเป็น
 จริง แต่ถ้าหากเรามั่งสมาธิแล้วทั้งโลกีย์ และโลกุตระ ทางที่เราจะเดินไป
 เพราะมันรู้ตามความเป็นจริงแห่งชีวิตแล้ว

ประการที่ ๓ เพื่อให้ได้มาแห่งสติสัมปชัญญะ สติ เราระลึกได้ไม่
 หลงไม่ลืม สัมปชัญญะ เราารู้สึกตัวอยู่เสมอ

ประการที่ ๔ เพื่อให้สิ้นไปแห่งอาสวะกิเลส กิเลสของรามันนอน
เนื่องอยู่ในชั้นตณานของเราที่จะลดน้อยถอยลง
ฉะนั้นให้เห็นความสำคัญของการนั่งสมาธิ อย่างนี้ไปโดยไม่มีเหตุผล
และอย่างมง่าย.

๕ ๖ ๗ ๘ ๙

ยาวา หนาคับ

ธรรมะอยู่ที่ไหน ธรรมะก็อยู่ที่ ยาวา หนาคับ นี้เอง พระอรหันต์
ทั้งหลายเขาหนีไปจากทุกข์ เพราะได้ธรรมะจากตัวเอง อย่างเช่นว่าเราพบ
ธรรมะ แต่ไม่เห็นธรรมะ เราพบกับธรรมะ เราทุกข์น้อยอย่างเช่นว่า อิริยาบถ
๔ นี้ เราเอาเวลานาในตัวเองมานั่ง มันเจ็บ มันปวด มันเมื่อย มันสบาย ไม่สบาย
เฉย เป็นเวลานา ก็มันอยู่ในตัวและจิต และกิริยาบถ ก็เราเย็น เราเดิน เรานั่ง
เรานอนทุกวัน เราอย่าประมาทให้ใช้สติกำหนด นอกจากนั้นคือชีวิต คือจิต
ของเรา นี้ จะไปสวรรค์ก็เพราะจิต จะไปมรรค ผล นิพพานก็เพราะจิต ถ้า
จะไปสวรรค์ก็ให้ปฏิบัติสติปัญญาทั้ง ๔ นี้ จุติขณะมีสติกำหนดในกาย ใน
เวทนา ในจิต ในธรรมก็ดี จะไปสวรรค์ เพราะเหตุใด เพราะว่ามันมีสัมผัส
กับสติปัญญาทั้ง ๔ จิตก็เป็นกุศล จิตบริสุทธิ์ ฉะนั้นให้เราคิดในการปฏิบัติ
นี้ ให้เป็นอาชิลมกรรม เวลาเมื่อตายไม่มีอะไรเหลือจะเป็นที่พึ่งแก่เรา นอก
จากจิตของเราที่สัมผัสกับสติปัญญาทั้ง ๔ นี้จะได้อะไร ทั้งสิ้น ทั้งสิ้นก็
จะได้มรรค ผล นิพพาน ทั้งสองนี้คือ สวรรค์คือแมนอน ถ้าจิตเรา
บริสุทธิ์ หรือว่าอินทรีย์แก่กล้าก็เข้านิพพานเลย.

๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐

ธรรมจริยา

ธรรมจริยา คือ การประพฤติปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรม คือ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ถ้าเรามีการปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ แล้วเราจะถึงความหลุดพ้นจากกิเลส ครั้นแรกเราต้องหลุดพ้นด้วยการข่มเสียก่อน ทุกวันมีรากฟันอย่างว่า วิญญูติไม่มี เราข่มไว้ชั่วคราว เราสะกดไว้ด้วยการฐาน ปกติเราก็ข่มไว้ อย่านำไปโกรธใคร เราไม่พอใจกับใครก็ข่มสติข่ม เราต้องทำสมาธิสะกดไว้ไม่ให้เป็นการหลุดพ้น ละพ้นจากกิเลส และต่อไปมันจะตัดกิเลสได้เด็ดขาดในสักวันหนึ่ง เมื่อตัดได้เด็ดขาดแล้วเราก็มีชีวิตอยู่ ก็หมายความว่าเรามีแต่ขันธ์ไม่มีกิเลส มีแต่ขันธ์ชีวิต ไม่มีกิเลส หน้าตายเหมือนเดิม แต่ภายในไม่มีกิเลส การหลุดพ้นอย่างยอดเยี่ยมคือ ตายไปโดยดับกิเลสไปเลย เมื่อเรายังมีกิเลสอยู่ให้เรายัง และสะกดไว้ แล้วมันจะตัดขาดในสักวันหนึ่ง ถึงแม้ว่าจะมีขันธ์อยู่ก็เป็นขันธ์ที่บริสุทธิ์ ถ้าถึงจุดหมายปลายทาง จะดับขันธ์ขึ้นกับกิเลส การที่จะหลุดพ้นอย่างนี้ ก็จะต้องยังวิปัสสนาให้เกิดขึ้นมา ให้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัญญาทั้ง ๔ นี้ เพราะกรรมฐานนี้คล้ายการอบจี้กรวด และปฏิบัติทุกวันๆ กิเลสจะหายๆ จนกระทั่งโลกหายหมดเลย คือ กิเลสทั้งหลายหมดไป เพราะอำนาจแห่งการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนี้แหละ การจะถึงซึ่งวิมุตติธรรมนี้ เราจะต้องมีกรรมวิธีคือ เจริญสติปัญญาทั้ง ๔ และจะถึงที่สุดแห่งทุกข์ และถึงวิมุตติธรรม ซึ่งเป็นเป้าหมายของทุกข์ในชีวิตที่เกิดขึ้นมาในโลก.



การตัด ๔ ประการ

นักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัญญา ๔ เพื่อประโยชน์อันใด ก็เพื่อความหลุดพ้น เพื่อ นิสพพิทา เพื่อความดับไปแห่งกิเลส ทำในสิ่งต้องพ้นไป เพราะมันมีความทุกข์ เราจะพ้นจากความทุกข์ได้ด้วยวิธีใด ก็ด้วยที่เรามุ่งเจริญวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัญญาทั้ง ๔ การปฏิบัติก็เพื่อเป็นโยชนอันใด ก็เพื่อให้หลุดจากวิญญูสงสาร เพราะเหตุใดสัตว์ทั้งหลายจึงไม่หลุดพ้น พระพุทธองค์คิดด้วยพระองค์เองด้วยพระดำริว่า มีมูลเหตุ ๔ ประการ

๑. ตัดในกาม
๒. ตัดอยู่ในความสุข
๓. ตัดอยู่ในความเที่ยง
๔. ตัดอยู่ในตัวตน

ติดอยู่ในความงามนั้น ให้เจริญภาวนาวิปัสสนาสติปัญญา ๓ แก่กามคุณในโลกนี้ ในรูปกาม ในอรูปรกม และติดอยู่ในความสุข มันติดอยู่ที่ไม่พ้นจากทุกข์อย่างนี้แหละ การถึงความสุขให้ต้องเจริญภาวนาวิปัสสนา จิตตานุวิปัสสนา นี้แก่ความเที่ยง สัตว์ทั้งหลายไม่ยอมทำให้สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลง อย่างไม่อย่างนั้น อุปาทานถือความ ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่โยกย้าย และติดในตัวตน เช่น ตัวเรา ตัวเขาเป็นต้น ดูตามเป็นจริงมีแต่รูปกับนามเท่านั้นเอง ให้เจริญธรรมานุวิปัสสนาแก่วิจรณ์ ๕ แก่ตัวตน เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วก็ให้ชื่อ เราเกิดติดอุปาทานอยู่ว่าเรา ว่าเขา ว่าตัว ว่าตน ธรรมนี้ ก็มากแก่เรื่องอัตตา เรื่องตัวตน

ฉะนั้นเราบำเพ็ญกายกามุสสนาแก่กาม เราบำเพ็ญเวทนามุสสนาแก่
ความสูง จิตตานุสสนาแก่ความเที่ยง ธรรมานุสสนาแก่ความมีตัวตน
ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์ทรงให้เราเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ก็พออย่างนี้เอง
ฉะนั้นเราอุทิศพินิจความกามได้ จากความสูง จากความเที่ยง จากความมี
ตัวตนได้คือเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ .

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

ความพร้อม

ท่านทั้งหลายถึงพร้อมแล้วหรือยัง การที่เรายังพอเรียกได้ว่า สัมปะทา
สัมปะทาแปลว่า ถึงพร้อม หรือพร้อมแล้ว การถึงพร้อม ถึงพร้อมด้วยอะไร
คือถึงพร้อมด้วยศรัทธาถือว่าเราเชื่อมั่นในศรัทธาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แม้มี
คนมาอ้างให้มาสัตถ์ไว้เท่า ศรัทธาที่ไม่เห็นในวันเรียกว่า อาจลศรัทธา
อันนี้ถึงพร้อมแล้ว คือถึงพร้อมด้วยศรัทธา และศีล และมีความเสถียร
และมีวิปัสสนาปัญญาเรียกว่า การถึงพร้อม ฉะนั้นขอให้พวกเราพร้อม
ทุกอย่างที่ได้กล่าวมา แล้วก็จะได้พระพยานประเสริฐ ซึ่งจะเกิดขึ้นในขั้น
ต้นคาน โดยเฉพาะการถึงพร้อมด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เรียกได้
ว่าเราได้พึงแล้ว ในพระธรรมวินัยนี้

ฉะนั้นเราอย่าเกียจคร้านเบื่อง่าย และตั้งใจให้เป็นมหาบุคคลอยู่เสมอ
คั้งที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ถูกอภิกษุทั้งหลายสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้เป็นของ
แห่งกุศลล้วนๆ เป็นมหาบุคคล เป็นบ่อเกิดแห่งบุญล้วนๆ ฉะนั้นขอให้เราถึง
พร้อมด้วยวิปัสสนาปัญญา.

๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕

กำจัดความหลง

วิถีจิตของธรรมได้แก่ โมหะ ถ้าหากว่าเราไม่ศึกษา มิงฉาทิฐินี่ ก็
 ถึงในขั้นต้นตามต่อไปไม่มีวันที่จะสิ้นสุดได้ เหมือนเรามีโรคในตัวของเรา
 เรา คือว่า มีความโงก ความโกรธ ความหลงในตัวของเรา เมื่อมีอยู่ตราบไป
 ตัวจิตจึงมานี้ ก็จะอยู่ไปตราบนั่น เมื่อมีวิถีจิตตนเอง จึงทำให้สัตว์ทั้งหลาย
 ยวนเวียนอยู่ในวัฏฏะนี้เป็นเวลานาน

ฉะนั้นการเจริญวิปัสสนา เพื่อเอาตัววิถีจิตนี้ออกจากจิตใจ เหมือน
 เรามือโรค ถ้ากินยาลงไปแล้วมันก็จะไปทำลายโรคให้หมดไป สิ้นไป ชื่อนี้
 ฉะนั้นปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน เราต้องตั้งสติมีฐานไว้ในตน ตัววิถีจิต
 ความสงสัยจะลุดไปหมดไป ตัววิถีจิตนี่เป็นนิวรณ์ธรรมที่สำคัญ ที่กัน
 เราไม่ให้บรรลุความดี ฉะนั้นให้รู้ไว้เสีย การรู้ดีทำให้เกิดคุณธรรม ฉะนั้น
 ก็ขอให้ท่านทั้งหลายปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัญญาทั้งหมดทั้ง ๔ นี้คือไป.



ขณะ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ได้ตรัสว่า “ **ขณะ** โว มา อูบัจจะลา ”
 ขณะอย่าให้ล่วงท่านทั้งหลายไปเลย ขณะ คือ กาลเวลา วัน เดือน ปี ที่เช่น
 ขณะ ขณะในพระไตรปิฎกแบ่งเป็น ๔ อย่างคือ ๑. เราได้มาพบพระพุทธ
 ศาสนา ๒. เราได้เกิดครบ ๓๒ ประการ ๓. เราได้เป็นสัมมาทิฐิ ไม่ใช่
 เป็นมิงฉาทิฐิ เห็นบุญเห็นบาป ๔. อินทรีย์ทั้ง ๖ สมบูรณ์ อินทรีย์ ๖ ใ้
 แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่นี้เราอาจขณะนี้ ตักดวงช่วงชีวิตของเราที่เกิดมา
 เราต้องตักดวงช่วงชีวิตนี้ ให้เป็นแก่นสาร เป็นสาระ เป็นประโยชน์

พระพุทธศาสนาของเราที่ กว่าจะมีได้เป็นการยาก เพราะกว่าที่พระ
 พุทธเจ้าจะบำเพ็ญบารมีให้เต็มมันใช้เวลานานมาก พระองค์คิดไว้ใจว่า
 เต็มพระพุทธเจ้า ๑ อสงไขย ออกปาก ๕ อสงไขย อสงไขยนั้นแปลว่านับ
 ไม่รู้ คำนวณไม่ได้ เปรียบเอาภูเขาที่มีความกว้าง ๑ โยชน์ สูง ๑ โยชน์
 หนา ๑ โยชน์ ทุกหนึ่งร้อยปีมีเทวดานำฝ้ามามากๆ ปัดจนภูเขาราบเรียบถึง
 จะเท่ากับ ๑ อสงไขย นี้ ๑ อสงไขย และ ๕ อสงไขย มันจะนานสักแค่ไหน
 การสร้างบารมีให้เต็มไม่ใช่ข้ามสองวัน และจะเกิดพระพุทธศาสนาได้มัน
 ต้องมี บุคคลเหตุ มี “ **พุทธ โลก อูบัจจะลา** ” พระพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นใน
 โลก ก่อนที่ศาสนาจะอยู่มาได้ถึงทุกวันนี้ เพราะพระพุทธเจ้าท่านไว้ศาสนา
 พระพุทธเจ้าบางพระองค์ ท่านไม่ไว้ศาสนา เพราะพระพุทธเจ้าบางพระองค์
 มีอายุสั้น ๑๐,๐๐๐ ปีบ้าง ๒๐,๐๐๐ ปีบ้าง ในระยะหมื่นถึงสองหมื่นปีนี้ พระ
 องค์นำสัตว์โลกเข้าสู่พระนิพพานเหมือนกัน แต่พระองค์ไม่ไว้ศาสนา พระ
 พุทธเจ้า โลกคณะของเรานี้ไว้ศาสนาเป็นบุญของเรา ถ้าพระองค์ไม่ไว้แล้ว

พวกเรามาทั้งหมด ขณะนี้แหละที่เราได้พบธรรม และวิมัยเป็นศาสดาแทน พระพุทธองค์ แม้เราไม่พบพระองค์แต่เราพบธรรม การปฏิบัติธรรม วิมัย คือ เราตั้งอยู่ในศีล ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เราเจอพระพุทธเจ้าทุกวัน ถ้าเราอยู่ในศีล ในการปฏิบัติธรรมอันนี้เป็นขณะหนึ่ง

ขณะที่ ๒ มนุษย์ที่จะเป็นคนขึ้นมาได้ตั้งแต่ กลละ พระพุทธเจ้า เปรียบเป็นก้อนเลือด ก้อนหิน กว่าจะมาเป็นคนนั้นเป็นได้ยากดังนั้น พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูก่อนลิกขุทั้งหลาย จนโลกก็บงาโค อย่างไรหนมีมากกว่า ลิกขุทั้งหลายกรรมพูดว่า เขาโค้น้อยกว่าเขาโค คือ เมื่อเกิดเป็นคนแล้วอย่า เสียเวลาเปล่า รีบเร่งทำความเพียรปฏิบัติธรรม อย่าวัวแต่หลับนอน มิเช่นนั้นจะเสียเวลาเปล่า.

ขณะที่ ๓ ผู้มีสัมมาทิฐิบุคคลนั้นหาได้ยาก มิฉะทิฐิความเห็นผิด เห็นว่าตายแล้วไม่เกิด เห็นว่าตายแล้วสูญ เห็นว่าทำบุญไม่ได้บุญ ทำบาปไม่ได้บาป คนพวกนี้แทบไม่มีทางที่จะหลุดจากนรก ไฟเผาก็บปี้ก็จะไปอยู่ ขอบังกรवाल ไม่ได้เกิดเทวโลก ไม่ได้เกิดพรหมโลก ฉะนั้นพวกเราเห็น บุญเป็นบุญ เห็นบาปเป็นบาป ได้เจริญวิปัสสนา เจริญสติปัญญาทั้ง ๔ นี้ เป็นสัมมาทิฐิบุคคล

ขณะที่ ๔ เป็นผู้มีอินทรีย์สมบูรณ์ อินทรีย์แปลว่าความเป็นใหญ่ เป็นใหญ่อย่างไร คือ รูปทั้งหมดในโลกล้วนมีอยู่ที่ตา เสียงทั้งหมดในโลกล้วนมีอยู่ที่หู กลิ่นทั้งหมดในโลกล้วนมีอยู่ที่จมูก รสทั้งหมดในโลกล้วนมีอยู่ที่ลิ้น การสัมผัสทั้งหมดในโลกล้วนมีอยู่ที่กาย ความคิดที่ไม่ได้อยู่ที่ใจ ทำตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจนี้ให้เป็นประโยชน์ คนที่ตาดี หูดี จมูกดี ลิ้นดี กายดี ใจดีเป็นโอกาส

ที่จะกอบโกยโลกก็ยสัมพันธ์กับโลกุตรสมบัติ จะเอาโลกียสัมพันธ์ได้ โลกุตรสมบัติก็ได้ เป็นมรดกที่พ่อแม่ให้เราอย่างล้นค่า อดเข้าไปใจคิดที่พ่อแม่เราไม่ได้ให้อะไรอย่างไปเข้าใจอย่างนั้น พ่อแม่ให้เราแล้ว ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจให้เป็นประโยชน์ ทั้งโลกีย โลกุตรระ โลกียเราทำให้ไปหาเงินหาทองพอสมควรแล้ว โลกุตรระนี้เราจะเข้าสู่มรดก ผล นิพพานอันนี้เป็นทรัพย์สินอันประเสริฐ ฉะนั้นขอให้ตัดดวงอาปรະโยชน์ในการที่เรามาชีวิตนี้.



ธรรมะอยู่ที่ไหน

อาขันธ์ ๕ เป็นอารมณ์ ขันธ์ ๕ มีอะไร คือ มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ในการทำวัตร “สังจิตตะมะ ปัญญาทานักขันธา ทุกขา” เราทำวัตรเราต้องสนใจในบทสวด อันนี้เป็นปริัติที่ศาสนาที่ทำวัตรนั้น เป็นพุทธทวงนะเพื่อเตือนเรา นี่เป็นปริัติสังฆกรรม และปฏิบัติธรรมเราเอา ปริัติมาปฏิบัติ อย่างทำวัตร “สังจิตตะมะ ปัญญาทานักขันธา ทุกขา” ทุกขา แปลว่า ทุกข์ทั้งหลาย สังจิตตะมะ แปลว่า โดยสรุปแล้วก็มีขันธ์ ๕ ทุกข์มีอยู่ที่ขันธ์ ๕ ขันธ์ ๕ มีอะไร คือ มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี่เป็นรากแห่งธรรมะ ขันธ์ ๕ นี้เวลาเรากำหนดพองพยุพหนอ มันได้ ขันธ์ ๕ ที่ตรงไหน ขันธ์ ๕ ก็อยู่ที่พองพยุพหนอนี้ ขันธ์ ๕ ก็อยู่ที่ตรงนี้ เพราะขันธ์ ๕ ย่อลงมาให้สั้นที่สุดคือ รูปกับนาม รูปคือสิ่งที่ไม่รู้อารมณ์ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้เป็นนามธรรม ตัวพองนี้ก็เป็นรูป ตัวยุบก็ เป็นรูป ตัวที่เข้าไปรู้นี้คือนาม คือใจ ให้เราเอารูปนามนี้เป็นอารมณ์ ให้เห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อนิจจัง คือความเปลี่ยนแปลง ทุกขัง คือมันปวด มันเจ็บ อนาคตา คือกำหนด บางทีก็หาย บางทีก็ไม่หาย เห็น ๓ อย่างนี้เรียกว่า อารมณ์วิเวกขึ้นมาได้เกิดขึ้นแก่กปฏิบัติธรรมทั้งหลาย รูปกับนามนี้ พระพุทธเจ้าได้เอาสติมาเป็นเครื่องมือ เป็นอารมณ์มาคู่กับจิต สติกับจิตนี้ เป็นคู่กัน จิตนี้เป็นวิญญาณ สตินี้เป็นเจตสิก จิตนี้ต้องอาศัยสติด้วย เมื่อ อาศัยสติเราก็นำสติตัวนี้กับจิตเอาไปรู้อย่างไร จิต รูธรรม เหมือนกับ นายพรานจะยิงถึง จะฆ่าถึง ถึงตัวนี้ก็ขึ้นไปอยู่บนต้นไม้ตายเลยกับมัน มันก็ไปตีมันที่ ๑ จากต้นไม้ ๑ ไปตีมันที่ ๒ จากต้นไม้ ๒ ไปตีมันที่ ๓ จากต้นไม้ ๓

ไปตีมันที่ ๔ จากต้นไม้ที่ ๔ ไปตีมันที่ ๓ กลับไปกลับมา ถึงคือจิต นายพรานจะต้องยิงถึงนั่นคือโยคี จะต้องมัสติไปกำหนดที่กาย พองพยุพหนอ ถ้ามี เวทนาไปกำหนดที่เวทนา ถ้ามันคิดไปเราก็กำหนดคิด นวัตกรรม ๕ เกิดขึ้นให้ กำหนดนิเวศน์ ไปๆมาๆอย่างนี้ แล้วจะเข้าถึงธรรมะก็เลยก็จะตาย ฉะนั้น สติปัญญาทั้ง ๔ นี้จึงมีความสำคัญในการเจริญวิเวกานา การเอาสติไปตั้ง ที่กาย ที่เวทนา ที่จิต ที่ธรรมนี้ แล้วพองพยุพหนอขึ้นมาเป็นสัมมาสมาธิ เมื่อสัมมาสมาธิเกิดขึ้นญาณทั้งหลายก็จะเกิดขึ้น และสำคัญที่สุดห้าม ประมาณในอิริยาบถ ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีสติกำหนดด้วยตลอดเวลานั่นก็อย่าปล่อยให้กำหนดขยับหนอๆ เดินก็อย่าเดินขยับๆ ให้กำหนดเดินหนอๆ นั่งก็อย่านั่งขยับๆ ให้กำหนดนั่งหนอๆ นอนก็อย่านอนขยับๆ ให้กำหนดนอนๆ อินทรีย์ ๖ เมื่อเราเห็นก็ให้กำหนดเห็นหนอๆ เมื่อเราได้ยินเสียงก็ให้กำหนดเสียงหนอๆ เมื่อเราได้กลิ่นก็ให้กำหนดกลิ่นหนอๆ เมื่อเรา ได้รสก็ให้กำหนดรสหนอๆ เมื่อเราได้สัมผัสก็ให้กำหนดสัมผัสหนอๆ เมื่อเรา คิดก็ให้กำหนดคิดหนอๆ นี่เป็นธรรมะของพระพุทธเจ้า มันได้อยู่ในสัมภีร์ใบลาน มันอยู่ที่ตัวของเรา อยู่ในตัวของเรา ท่านทั้งหลายทุกคน ตาเป็นธรรมะ หูเป็นธรรมะ อกเป็นธรรมะ ลิ้นเป็นธรรมะ กายเป็นธรรมะ ใจเป็นธรรมะ กายเป็นธรรมะ เวทนาเป็นธรรมะ จิตเป็นธรรมะ นวัตกรรม ๕ เป็นธรรมะ อิริยาบถ ยืนเป็นธรรมะ เดินเป็นธรรมะ นั่งเป็นธรรมะ นอนเป็นธรรมะ ธรรมะอยู่ตรงนี้ไม่รู้ว่าอยู่ในสัมภีร์อยู่ในตัวเรา

๒ ๒ ๒ ๒ ๒ ๒