

๕๑. พุทธศาสนาสอนที่ใจ

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๓๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๕

ทำบุญที่ต้องเตรียมการมากแต่กลับได้ผลน้อย ทำบุญที่ไม่ต้องเตรียมการมากแต่ได้ผลมาก อย่างที่
ทำบุญฉลองมณฑปและฉลองอายุของอาตมา เมื่อวันที่ ๒๖ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๕ งานบุญงาน
กุศลคนพากันมาทำมากมาย ที่ไหน ๆ ก็ทำกันใหญ่โตมหาโหด บุญนั้นได้นิดเดียวไม่คุ้มค่าเหนื่อย
อย่างงานศพท่านอ่อนก็เหมือนกัน เตรียมมาตั้งแต่วันออกพรรษามาจนกระทั่ง ๓ - ๔ เดือน เวลาทำ
จริง ๆ ๓ - ๔ วันเท่านั้นแหละ อันนี้เราก็เตรียมมาหลายวัน แต่ทำจริง ๆ ก็เพียงวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง
เท่านั้น ที่ว่าเราเตรียมการมากแต่ได้ผลน้อยนั้น อย่างที่เรารวบรวมสิ่งของอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ
กว่าจะได้มาครบก็เป็นเวลานาน ของเหล่านั้นมิใช่อยู่นิ่งเฉยกัน ถึงจะอยู่ไกลแสนไกลก็นำมาจน
ได้เมื่อใช้แล้วก็ต้องนำส่งที่เดิม การส่งยิ่งลำบากกว่าการนำมาเสียอีก หัวหน้างานต้องเหนื่อยแยะ บาง
คนถึงกับล้มป่วยไปก็มี นี่เรียกว่า ทำบุญเตรียมการมากแต่ได้ผลน้อย แท้ที่จริงนั้นแก่นสารของ
พระพุทธศาสนาแล้วคือการปฏิบัติกายวาจาใจของตนให้บริสุทธิ์ตามคำสอนของพระพุทธองค์ เรา
ปฏิบัติกันอยู่ทุกวันนี้ ถึงแก่นพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริงแล้ว แต่คนส่วนมากเขาไม่เห็นด้วย เหตุ
นั้นปฏิบัติพระพุทธศาสนาทำได้แต่เปลือกของศาสนา แก่นแท้ของพระศาสนานั้นไม่ค่อยจะได้
หรือ วัดของเราเป็นวัดปฏิบัติตั้งแต่ตั้งวัดนี้มาราว ๑๕ ปี แล้ว ทำบุญใหญ่โตมา ๒ หน ฉลองโบสถ์
ครั้งหนึ่ง แต่ไม่ใหญ่โตเท่าขนาดนี้ นี่ฉลองมณฑปเป็นครั้งที่ ๒ แต่แก่นบุญเราทำ ไม่ได้วันแต่ละ
วันเลย แก่นบุญคือจิต เราเข้าถึงจิต ปฏิบัติให้ถึงจิต อันนั้นแหละเป็นแก่นบุญ แก่นบาปก็อยู่ในนั้น
ด้วย ทั้งบุญและบาปอยู่ด้วยกันนั้นแหละ

เพราะอะไรจึงว่าแก่นบุญแก่นบาปอยู่ที่จิต เพราะจิตเป็นใหญ่กว่าโลกทั้งหมด จิตนะคุ้มครอง
ตัวของเรา โลกจะมีขึ้นมาได้ก็เพราะจิต แต่ละจิต ๆ นั้นเกิดขึ้นมาเป็นรูปร่างขึ้นมา ถ้าจิตไม่มีเสีย
แล้ว โลกคนของเราไม่มีสัตว์ก็ไม่มี แต่มันยากที่จิตมีนะซี คนเราจึงค่อยมี สัตว์จึงค่อยมี ที่วุ่นวายอยู่
ในโลกนี้ก็เพราะจิตไม่ได้สงบ อบรมจิตไม่ถึง มันจึงยุ่ง ถ้าต่างคนต่างฝึกฝนอบรมจิตของตน
ควบคุมจิตของตนได้แล้วมันจะมีเรื่องอะไรพระอรหันต์เจ้าแต่ก่อนท่านอยู่ด้วยกันตั้ง ๔๐๐ - ๕๐๐ องค์
ก็ไม่มีทะเลาะเบาะแว้งซึ่งกันและกัน คนเราสมัยนี้อยู่ด้วยกัน ๒ คนขึ้นไปก็มีเรื่อง มากคนก็มาก
เรื่อง เพราะไม่มีใครควบคุมจิตของตนได้นะซี

วิธีการควบคุมจิตมีหลายอย่าง ที่เรียกว่าอบรมกรรมฐาน คือ อบรมจิตนั่นเอง พุทธศาสนา

ทั้งหมดที่อบรมล้วนแต่กรรมฐานทั้งนั้น ต่างแต่ว่าคณาจารย์ใดชำนาญทางไหนก็อบรมทางนั้น ผลที่สุดก็คือควบคุมจิตของตนให้อยู่ในบังคับนั่นเองบางคนก็ขูบหนอพองหนอ บางคนก็สัมมา อรหัง บางคนก็อานาปานสติ ตามอุบายของตนที่ถนัด แต่เมื่อควบคุมถึงจิตแล้วคำบริกรรมนั้นหาย หมดยังเหลือแต่จิตอันเดียวที่เรียกว่าสมาธิหรือเอกจิต สมาธิแปลว่าจิตเป็นหนึ่ง ถ้าหากจับตัวนี้ได้ แล้วไม่ต้องไปวุ่นกับเรื่องคำบริกรรมอีก คุมจิตให้เป็นหนึ่งลงไปเถอะหมดเรื่องกัน เดียวนี้จับจิตไม่ อยู่เราจึงต้องใช้คำบริกรรม เช่น พุทโธ ๆ ให้มันอยู่กับคำบริกรรมนั้น คำบริกรรมเป็นเครื่องล่อให้ จิตมาอยู่ที่นั่น ให้จิตมันแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียว เมื่อจิตแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียวแล้วคำ บริกรรมนั้นก็ลืมไปเอง ถึงไม่ลืมมันก็ให้ทิ้งได้ บางคนเข้าใจว่าลืมคำบริกรรม ๆ หายไปแล้วตั้ง ต้นบริกรรมอีก อันนั้นใช้ไม่ได้ คำบริกรรมต้องการให้จิตรวมเข้าเป็นหนึ่งนั่นเอง เมื่อจิตรวมเป็น หนึ่งแล้วจะไปพัวพันอะไรกับคำบริกรรมนั้นอีก ถ้าไปบริกรรมอีก จิตมันก็ถอนละซี

วิธีการอบรมสมาธิมีหลายอย่าง ไปคบค้าสมาคมกับครูบาอาจารย์หลายท่านหลายองค์ องค์กร นั้นว่าอย่างนั้น องค์นี้ว่าอย่างนี้ ก็เลยลังเลสงสัยไม่ทราบว่าจะเอาอะไรมาเป็นหลัก ท่านชำนาญทาง ไหนท่านก็สอนไปตามเรื่องของท่าน ผลที่สุดก็รวมเป็นอันเดียวกัน คือ รวมให้จิตเป็นหนึ่งเท่านั้น การที่จิตรวมเป็นหนึ่งนั่นแหละคือ สมณะ บางสำนักท่านเรียกว่า วิปัสสนาแต่สมณะยังไม่ทันเป็นจะ เรียกว่าวิปัสสนาได้อย่างไร คงจะเป็นวิปัสสนิกหรือไม่ใช่วิปัสสนา นึกไปคิดไปให้รูปนามเกิดดับ เผลย ๆ นี่แหละ ท่านผู้คิดเห็นอย่างนั้น ยังไม่ทันรู้จักเรื่องวิปัสสนาเสียด้วยซ้ำ วิปัสสนาจริงแล้วไม่ ต้องคิดต้องนึกไม่ต้องปรุงแต่ง มันเป็นเอง มันเกิดของมันต่างหาก เมื่อมันเกิดแล้วจะต้องขัดแจ้ง ประจักษ์ ในพระไตรปิฎกคุณญาณ ด้วยตัวของตนเองต่างหาก เหตุนั้นจึงอย่าพากันสงสัย เมื่อหมด ความสงสัยในเวลากรรมฐานนั้น มักถึงความเป็นหนึ่ง หมดสงสัยในขั้นนั้น อันนั้นตอนหนึ่ง ต่างหาก เพราะไม่คิด ไม่นึก ไม่ปรุง ไม่แต่ง จึงหมดสงสัยในขั้นนั้น แต่ความสงสัยลึกกว่านั้นยังมี อยู่ แต่ถึงอย่างไรก็ขอให้หมดสงสัยไปในขั้นนั้นเสียก่อน ถึงวิปัสสนาก็ไม่หมดสงสัย เป็นขั้นเป็น ตอนเหมือนกัน

วิธีอบรมสมณะกรรมฐาน จะอบรมประการใดก็ตามได้ทั้งนั้น ขอแต่ให้จิตรวมเป็นหนึ่งแล้ว ใช้ได้ทั้งนั้น แต่ในที่นี้ให้พิจารณา อานาปานสติ คือ ลมหายใจเข้าหายใจออกเป็นอารมณ์เพราะลม หายใจเข้าหายใจออก เป็นเครื่องอยู่ของกาย ถ้าไม่มีลมแล้วคนเราก็ตาย คนเราก็ตาย ถ้าพิจารณา ลมหายใจเข้าหายใจออกจริง ๆ จัง ๆ แล้ว เห็นความตายของตนเอง มันก็รีบทำสมาธิอย่างเขาว่า ภาวนากันตาย แต่ก็ยังดีกว่าที่จะไม่เห็นความตายเพลิดเพลิดอยู่ตลอดเวลา กลัวตายนี้แหละเป็นของ สำคัญมากอะไรไม่สำคัญเท่ากลัวตายหรือ เหตุนั้นจึงให้พิจารณาอานาปานสติ ลมหายใจเข้าไม่ หายใจออกมันก็ตาย หายใจออกแล้วไม่หายใจเข้ามันก็ตาย ให้พิจารณาเห็นความตายทุกขณะทุก

เวลาค้างนี้ จิตมันก็จะสลดสังเวชในสังขารร่างกาย แล้วก็รวมลงไปเป็นอันหนึ่ง เป็นสมาธิภาวนา แต่จิตใจนั้นชิมัน ไม่ตาย จิตนี้มันตายไม่เป็นหรือ ไม่มีลมมันก็ไม่ตาย มันไม่อาศัยลมก็เกิดในที่ต่าง ๆ ได้ เกิดเป็นสังขารสัตว์ ไปเป็นเปรต อสุรกาย มนุษย์ เทพบุตร เทวดา ก็ไม่มีลมทั้งนั้น ไม่ได้ไปเกิดในที่นั้น ๆ เพราะลม ที่มันเกิดในธาตุ ๔ ชั้น ๕ มันจึงอาศัยลม

จิตไม่มีตัวมีตน จิตไม่มีลมเป็นของรู้สึกเฉย ๆ จิตกับใจมันต่างกัน จิตเป็นผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง แต่งสารพัดอย่าง สัญญาอารมณ์ ๑๐๘ พันประการ ที่ท่านว่ากิเลสพันห้าตัดหาร้อยแปดมันก็ออกไป จากจิตนั่นเอง จิตก็ออกไปจากใจ จิตนั้นแหละพาไปเกิดในภพน้อยภพใหญ่ อยากเห็นจิตเห็นใจ ต่อเมื่อจิตรวมเป็นสมาธิแน่นเต็มที่แล้ว เข้าถึงอัปปนาเมื่อไรเข้าถึงตัวใจเมื่อนั้น ถ้ายังไม่ถึงอัปปนาสมาธิ ก็จะเห็นแต่จิต จิตเป็นผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง และสัญญาอารมณ์ ทั้งหมดเรียกว่า จิต จึงต้องรักษาตรึงนี้แหละ ควบคุมตรึงไว้ให้ดี เมื่อสติไปควบคุมจิตให้อยู่ในอำนาจของตน ในบังคับของตนจนกระทั่งจะให้คิดก็ได้ ไม่ให้คิดก็ได้ ให้มันอยู่เฉย ๆ ก็ได้ หรือจิตมันจะคิดหยาบหรือ ละเอียดก็รู้ตัวอยู่ เป็นบุญเป็นบาปอะไรก็รู้ตัว อันนั้นละเป็นตัวปัญญา แต่ไม่ใช่ปัญญาวิปัสสนา เป็นปัญญาสามัญนี้แหละ เราควบคุมจิตให้ได้มันจึงจะเกิดปัญญา ใคร ๆ ก็พูดกันว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ แต่มันจะเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างไรย่อมไม่รู้ ไปเอาโน่นนั่นนะ สมาธิที่ทำให้เกิดความรู้เห็นโน่นเห็นนี่ แปลก ๆ ต่าง ๆ เช่น เห็นเทพ เห็นภูตผี ปีศาจ ต่าง ๆ โน่น เรียกว่าอภิปัญญา อภิปัญญาถ้าผู้ใดได้ แล้วนำมาเล่าสู่กันฟังตื่นตื้นตื้นนัก แต่ไม่เป็นไปเพื่อจะละความชั่ว ส่วนปัญญาจริง ๆ แท้ ๆ นั้น ตัวนี้แหละ ตัวที่เราควบคุมจิตได้ให้อยู่ในบังคับของเรา รู้เห็นต่าง ๆ สารพัดทุกอย่าง จะคิดก็ได้ไม่คิดก็ได้ ปรุงแต่งก็ได้ไม่ปรุงแต่งก็ได้ อันนี้คือตัวปัญญาธรรมดานี้แหละ เห็นแจ้งประจักษ์ชัดด้วยกันทุก ๆ คน แล้วที่จะละได้ ด้วย ถ้าหากผู้ใดเห็นโทษด้วยตนจริง ๆ

ส่วนปัญญาที่เราควบคุมไว้ได้ มันอยู่ในขอบเขตของไตรลักษณ์ พิจารณาไปมันก็ลงไตรลักษณ์ สิ่งทั้งปวงหมดอยู่ในขอบเขตของไตรลักษณ์ ทั้งนั้น คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นธรรมดาแล้ว คราวนี้ ของในโลกทั้งหมดมันอยู่ในขอบเขตของไตรลักษณ์ ไม่หนีไปจากไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง เบื้องต้นเราต้องพิจารณา ให้เห็นในตัวของเราเสียก่อน เราเกิดมาเป็นคนเป็นตัว ทำมาหากินทุกวัน ๆ เป็นทุกข์เพราะการหาไม่หยุดหาไปปรับปรุทานไป หมดไป แล้วหาใหม่อีก จึงเป็นอนิจจังเพราะหาไม่แล้วสักที ของเหล่านั้นมิใช่ของใครทั้งหมด เป็นแต่เก็บมาบำรุงร่างกาย แล้วก็สลายเป็นธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น มิใช่สัตว์บุคคลของใครทั้งสิ้น เหมือนกับเราเอาจีวรมาขยี้หรือรื้อไว้ ฉะนั้น เราขยี้ไว้เพื่อจะได้ใช้ชั่วคราวเท่านั้น ความรอบรู้ตรึงนี้แหละเรียกว่าปัญญา

เมื่อควบคุมจิตได้แล้วมันจะรวมมาเป็นหนึ่ง เข้าถึงอัปปนาสมาธิหนึ่งแล้วลงสู่อันหนึ่งคือใจ จิตกับใจมันต่างกันอย่างไร รักษาจิตควบคุมจิตได้แล้ว มันจึงค่อยรวมลงมาเป็นใจ ใจคือผู้ไม่คิดไม่

นึก มีความรู้สึกในตัวอยู่เลย ๆ บางแห่งท่านก็เรียกว่า " ชาติรู้ "

การปฏิบัติศาสนา สรุปรวมความแล้วก็มาลงที่ชาติรู้คนเดียว หมดเพียงแค่นั้น แต่ความรู้ที่นั่นแตกต่างออกไปอีก มันพิศดารออกไปอีก ต่างคนต่างรู้ เมื่อลงถึงชาติรู้แล้วก็หมดเรื่องภาระปฏิบัติเพียงแค่นั้นครั้นออกจากใจมาเป็นจิต คราวนี้จิตมันควบคุมตัวของมันเองตลอดเวลา ไม่ต้องตั้งใจควบคุม ไปไหนทำอะไรต่าง ๆ สารพัดทุกอย่าง มันควบคุมตัวของมันเอง มันไม่หลงไม่ลืม ไม่เพเลอตัว คราวนี้ยิ่งมีความรู้กว้างขวางมาก มองเห็นสิ่งสารพัดทั่วไปหมด ทั้ง โลกลงเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น

จะปฏิบัติอย่างไรต่อไปอีกละคราวนี้ ไม่เห็นได้ปฏิบัติอย่างไรอีก ขอให้เป็นอย่างนั้นเรื่อย ๆ ไปก่อนนานแสนนานเป็นปี ๆ ทีเดียว ที่ว่าปฏิบัติไปก็ไม่เห็นมีความรู้อะไรก้าวหน้านั้นแสดงว่าจิตเสื่อมหรือถอนแล้ว นักปฏิบัติไม่ต้องทะเยอทะยานอยากให้เกิดความรู้ต่าง ๆ ถ้ามันเต็มขั้นเต็มภูมิของมันแล้ว มันจะเกิดความรู้ของมันเอง การปฏิบัติเข้าถึงหลักของพระไตรลักษณ์ก็คืออีกโงแล้วจะเอาอะไรกันอีก โดยมากปฏิบัติได้แต่ฟุ้งซ่านอยู่ในความวุ่นวายเหล่านี้แหละ แล้วก็เข้าใจว่าตนมีความรู้ความสามารถ แท้ที่จริงเราเป็นทาสของโทสะ มานะ ทิฐิ ต่างหาก ไม่รู้จักเลสของตนเองเลย เอวัง

นั่งสมาธิ

ลองทำดูคราวนี้ มันจะถูกไหม ให้พิจารณาอาณาปานสติกำหนดลมหายใจ เข้า ออก คูที่ลมหายใจ เข้า ออก อยู่ อย่างนั้นแหละ จนมันอยู่นิ่งแน่วเป็นอารมณ์อันเดียว แล้วพึงกำหนดเอา แต่ผู้รู้แต่ผู้เดียว ลมพึงวางเสียไม่พึงกำหนดเอา ก็จะเห็นจิตของตนชัดขึ้นมาว่า อ้อจิตมันอย่างนี้หนอ สิ่งที่พิจารณานั้นอย่างหนึ่ง ผู้ไปพิจารณาอีกอย่างหนึ่ง ให้หาตัวผู้ไปพิจารณาลมหายใจ อุปมาเหมือนอย่างเรามองดูพระอาทิตย์หรือพระจันทร์ เราไม่ได้มองดูผู้ดู ซึ่งเป็นผู้รู้ แต่เราไปมองดูพระอาทิตย์พระจันทร์ จึงไม่เห็นตัวผู้รู้ ถ้าเราวางเสีย พระอาทิตย์พระจันทร์ แล้วหันมามองผู้รู้แต่อย่างเดียว ก็จะเห็นตัวผู้รู้ทันที

อีกอย่างหนึ่ง ผู้ที่พิจารณาลมหายใจ เข้า ออก จนรวมลงไปแน่วแน่เต็มที่แล้ว แต่ไม่มีอุบายที่จะพิจารณาอะไรพึงอยู่อย่างนั้น (อันนี้ว่าเฉพาะผู้ที่เป็นแล้ว) คำว่าใจที่นี้ หมายถึงความเป็นกลาง กลางของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงหมด เรียกว่า กลาง ตัวกลางนั้นคือใจนี้เอง เมื่อจะชี้ถึงใจของคนแล้วจะต้องชี้เข้าที่ท่ามกลางอกนี้เอง แท้จริงแล้วใจของคนไม่ได้อยู่ ณ ที่นั้น มันอยู่ได้ทั่วไปหมด

นึกให้มันอยู่ที่ไหนได้ทั้งนั้น นึกให้มันอยู่ที่หัว ที่ท่ามกลางอก ที่แขน ที่ขา หรือที่ปลายเท้าก็ได้ สุด
แต่เราจะนึกให้อยู่ที่ไหนก็ได้ทั้งนั้น ให้เข้าถึงใจรู้จักใจ แล้วหากจะรู้จักจิตเพราะใจกับจิตมันอยู่
ด้วยกัน ส่วนพิสดารต่อไปนั้น มันจะรู้ขึ้นมาเอง เอาละพอสมควรแล้ว

๕๒. วันวิสาขบูชา

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

จงพากันตั้งใจฟังพระธรรมเทศนา ก่อนที่จะฟังพระธรรมเทศนานั้น ต้องสำรวมกาย วาจา ใจ การ
สำรมนั้นเป็นธรรมะเบื้องต้นแล้ว สำรรวมกายคือไม่กระดุกกระดิก ตั้งกายฟังให้เรียบร้อย สำรรวม
วาจา就是不พูดคุยกัน สิ่งที่เราควรพูดควรคุยกันยกไว้เสียก่อน เราพูดกันมานานแล้ววันยังค่ำ เราก็พูดกัน
แต่เรื่องเก่านั่นแหละตลอดปีตลอดชาติ ใจก็เหมือนกันต้องสำรวมระวัง ตั้งสติกำหนดจิต อย่าให้คิด
นึกส่งไปในสิ่งอื่น เพราะเราส่งมามากแล้ว ที่เราสำรวมไม่ค่อยจะมี บางคนอายุตั้ง ๗๐ ปี ๘๐ ปีก็มี
ยังไม่เคยสำรวมใจเลยสักทีก็มี ในเวลานี้เราจะสำรวมใจให้สงบอยู่ในอารมณ์เดียว ในเบื้องต้นจะ
ปรารภถึงเรื่องวันวิสาขบูชาให้ฟังสักเล็กน้อย

วันวิสาขบูชา เราคงเคยได้ยินประวัติมาแล้วว่าเป็นมาอย่างไร วันวิสาขบูชา คือ วันเพ็ญ
กลางเดือนหก เราเวียนเทียนระลึกถึงพระคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นั่นแหละเป็นข้อ
ใหญ่ใจความ การที่เราระลึกถึงวันนั้น เพราะเป็นวันประสูติ วันตรัสรู้ และก็เป็นวันปรินิพพานด้วย
มันตรงกันทั้ง ๓ กาล ซึ่งเป็นของอัศจรรย์มาก หายากคนที่เป็นอย่างนั้น ที่เราเรียกว่าพระพุทธเจ้าก็
เพราะพระองค์เป็นจอมปราชญ์ในโลก นักวิทยาศาสตร์ทั้งหมดส่วนมากรับรองว่าเป็นผู้วิเศษไม่มี
ศาสดาใดจะเหมือน ผู้รู้ทั้งหลายก็รับรองอย่างนั้นเหมือนกัน เราพากันมาเวียนเทียนระลึกถึงพระคุณ
ของท่าน ถึงความตรัสรู้ที่อุบัติเกิดขึ้นและปรินิพพานของพระองค์ทั้ง ๓ กาล ปีหนึ่งมีหนหนึ่ง เรา
ระลึกถึงท่านนั้นก็เอาละ หากผู้นั้นตั้งใจจริง ๆ แล้ว ควรระลึกถึงทุกกลมหายใจเข้าออกเลย การทำ
เช่นนั้นเพื่อให้เกิดศรัทธาปราศหยาบเลื่อมใส เพื่อความสลดสังเวชาในพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

การบูชา มี ๒ อย่างคือ

๑. อามิสบูชา ได้แก่การบูชาด้วยดอกไม้รูปเทียน พุทธมาถะนัถือพระพุทธ พระธรรม
พระสงฆ์ จำเป็นที่ต้องรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามนั้นไว้ เป็นบุญเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่

แต่อาามิสฺนุชานั้่นพระพุทฺธเจ้าท่านเทศนามาว่า ยังไม่วิเศษเท่าปฏิบัติบฺุชา คือปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทฺธเจ้าเพียงอาามิสฺนุชอาอย่างเดียว ศาสนาไม่สามารถดำรงคงอยู่ได้บฺุชาแล้วก็แล้วไป ดอกไม้บฺุชาแล้วก็เหี่ยวแห้งไป รูปเทียนบฺุชาแล้วก็ดับไป สูญไป ไม่ถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ โดยแท้ ถ้าหากปฏิบัติบฺุชาแล้วถึงแก่นพระพุทฺธศาสนาเลยทีเดียว

๒. ปฏิบัติบฺุชา คือ ที่เราปฏิบัติอยู่นี้แหละ ตั้งต้นแต่ ทาน ศีล ภาวนา

ทาน เราทำทานลงไปประลึกถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ บฺุชาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์

ศีล การรักษาศีลตามพุทฺธวัจนะ ศีลห้า ศีลแปด กรรมบถสิบหรือศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ดก็ตาม เกิด เพื่อบฺุชาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์

สมาธิภาวนา จิตใจที่มันส่งสายไปในเรื่องต่าง ๆ นั้นนะถวายเป็นการบฺุชาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เสีย ความโกรธ ความโลภ ความหลงก็เอาบฺุชาพระพุทฺธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เสีย อย่าเอามาเป็นของเราเลย บฺุชาพระพุทฺธเจ้าอย่างเอาดอกไม้รูปเทียนบฺุชา เราบฺุชาแล้วสละหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ดอกไม้ที่บฺุชา เต็ดเอามาจากต้นมอบถวายเป็นของท่านเลยทิ้งไว้จนมันเหี่ยวมันแห้งก็สละทิ้งหมดเลย อันนี้ก็เหมือนกัน ความโลภ ความโกรธ ความหลงที่เกิดขึ้นมาให้เข้าใจว่าอันนี้เป็นเครื่องบฺุชาพระพุทฺธเจ้า บฺุชาพระธรรม บฺุชาพระสงฆ์ ได้บุญมากทีเดียว ได้อนิสฺนุสฺมมากทีเดียว นี่ปฏิบัติบฺุชาเป็นอย่างนี้ แม้ชีวิตของเรา ๆ ก็ยอมถวายเป็น ในวันนี้ ผู้ใดมีศรัทธาจะบฺุชาพระพุทฺธเจ้าจะไม่หลับไม่นอนตลอดคืน การง่วงเหงาหาวนอนบฺุชาพระพุทฺธเจ้าเสีย จี๊เก็ยจี๊คร้านก็บฺุชาพระพุทฺธเจ้าเสีย เจ็บ เมื่อย ปวด มีน เจ็บแข็งเจ็บขา ปวดแข็งปวดขาต่าง ๆ บฺุชาพระพุทฺธเจ้าให้หมด แล้วจะมีอะไรละบฺุชาพระพุทฺธเจ้าอีกมันก็หมดเรื่องกายอวัยวะทั้งปวงหมดนี่บฺุชาเสีย วันเดียวเท่านั้นแหละไม่มากดอกยอมสละชีวิตบฺุชาพระพุทฺธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เมื่อยอมสละแล้ว ความเหน็ดความเหนื่อยความเมื่อยความง่วงเหงาหาวนอนก็หมด เรื่องการเจ็บการป่วยอยู่ที่ร่างกายไม่ใช่เจ็บที่ใจ ถ้าใจเจ็บ ถ้าใจตาย ใจก็จะไม่ไปเกิดอีก แต่ใจไม่เจ็บใจไม่ตายเราไปยึดเอาเฉย ๆ ไปยึดเอาว่ามันเจ็บมันปวด เวลาร่างกายมันแตกดับ ใจมันไม่อยู่กับร่างกายนี้ มันปล่อยสละเลยไปเกิดในคตินั้น ๆ มันยึดเอาคติใดมันก็ไปเกิดในคตินั้น ๆ อย่างที่ท่าน สวดว่า ชราธมฺุโมมุหิ ชรัธมฺุโณติโต พยาธิธมฺุโมมุหิ พยาธิ อนุติโตมรณธมฺุโมมุหิ มรณอนุติโต ชราธมฺุโมมุหิ ชรากั้เป็นธรรม ถ้าเรายึดชราไว้กั้แล้วจะแก่กั้แล้วจะเฒ่า กั้แล้วจะหายจากหนุ่มจากสาวเป็นทุกข์เดือดร้อน ถ้าเราไม่ถือมันไม่เดือดร้อนอะไร เกิดมามันก็ค่อยแก่ไปทุกวัน ๆ จนกระทั่งปานนี้ เราก็ไม่เห็นเดือดร้อน นั่นแหละความแก่เป็นธรรม ความเจ็บก็เป็นธรรม ความตายก็เป็นธรรม ถ้ามันแก่แล้วมันก็ต้องเจ็บมันก็ต้องตาย ส่วนจิตนั้นไม่รู้จักเจ็บ จักแก่ จักตาย นอน

ฝันไปเคยแก่ เคยเฒ่าไหมเฒ่า ไม่มีแก่มีเฒ่าและไม่มีกลางวันกลางคืนเสียด้วย นั่นแหละใจเท่านั้น เป็นอย่างนั้น เหตุนี้จึงว่าบุชา ส่วนกายมันจะต้องแตกต้องตายสลายดับสูญ กลายเป็นสภาพดิน น้ำ ไฟ ลมอยู่ตามเดิมเกิดขึ้นมาแล้วต้องแตกสลายไป แล้วก็ก่อเกิดขึ้นใหม่อีก ไปจับเอารูปร่างอันอื่น อีก เอาดิน น้ำ ไฟ ลมมาผสมกันอยู่อย่างนี้ไม่รู้จักจบจักสิ้นสักที คนเราคนหนึ่ง ๆ นะ ตายแล้วเกิด ๆ ไม่ทราบก็ภพก็ชาติ เอาดิน น้ำ ไฟ ลมมาผสมกันเป็นตัวเป็นตนจนไม่ทราบว่าใครเป็นของใคร ปนเปกันอยู่อย่างนี้ สัตว์ต่างๆ ที่อยู่ในโลกนี้ก็เหมือนกัน เรารับประทานอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์ เจ้าเนื้อสัตว์เหล่านั้นมันอาจจะเป็นเนื้อของเราหรือของพ่อแม่ พี่น้อง ลูกหลาน ของเราก็ได้ มันกินกัน อยู่อย่างนั้น เหตุนี้พระพุทธรเจ้าจึงสอนนักสอนหนาให้มีเมตตา สงสารเอ็นดูซึ่งกันและกัน สัตว์ ทั้งหลายมันต้องเปลี่ยนสภาพอยู่อย่างนี้รำไป บรรดาสัตว์เกิดขึ้นมาต้องอาศัยอาหาร มีอาหารเป็น เครื่องอยู่ เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิต อาหารที่เรารับประทานลงไปนั้นจะเป็นเนื้อปลาผักอะไรต่าง ๆ ก็ตาม มันเป็นอาหารสำหรับหล่อเลี้ยงร่างกาย อาหารเหล่านั้นเรารับประทานเข้าไปแล้วก็ถ่ายเป็น มูลตร เป็นอุจจาร กลับไปเป็นอาหารของผักหรืออาหารของสัตว์ สัตว์และผักเหล่านั้นก็กลับมาเห็น อาหารของเราอีก มันกลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้ ถ้าหากไม่กลับไปกลับมาอย่างนี้ โลกนี้ก็หมดไป แล้วแต่นาน เราคงไม่ได้มาเกิดอีกแน่ ๆ

การปฏิบัติธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ให้เห็นว่ากรรมเป็นผู้ตกแต่งสัตว์ให้เกิดมา เกิดขึ้นมาแล้วต้องแก่ เจ็บ ตาย อย่าไปกลัวกรรม คนที่กลัวกรรมไม่เห็นธรรมหรืออก ความเจ็บ ความไข้ ทุกขเวทนาต่าง ๆ นั่นแหละเป็นธรรม เมื่อทุกข์เกิดขึ้นเราก็ไม่ยอมพบอยากเห็น นั่นแหละเกลียด ธรรม พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า ธมฺมเทสี ปราบกโว คนเกลียดธรรมชังกรรม เป็นคนแพ้โลกแพ้ ธรรม พระองค์เทศนาในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า "ทุกข์ อริยสัจ ทุกข์เป็นอริยสัจ" เป็นของจริง ทุกข์อริยสัจไม่มีในที่อื่น มีในตัวของเราเอง เห็นทุกข์ เป็นของจริงเห็นตามสภาพเป็นจริง ก็ เรียกว่าสภาวะธรรม คนนั้นก็ถึงธรรม ไม่ต้องไปหาอื่นไกลเลย ธรรมอยู่ใกล้ ๆ นี่คิดเดียวคนทุกคน ที่เกิดมาในโลกนี้ต้องเป็นทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ตามแต่จะมากและน้อย ไม่มีใครจะไม่ทุกข์สักคนเดียว พระพุทธเจ้าท่านเทศนาไว้ว่า " มีแต่ทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้นแล้วดับไป นอกจากทุกข์เกิดขึ้นแล้วดับไป ไม่มีอะไร แล้วก็ทุกข์ใหม่เกิดขึ้นมาอีก " พระองค์และสาวกทั้งหลายท่านเห็นทุกข์อย่างนี้จึงได้ตรัส รู้ คนเรามองไม่เห็นทุกข์ มองเห็นแต่ความสนุกเพลิดเพลินในกองทุกข์ ทุกข์อะไรที่เกิดขึ้นแล้วดับ ไป ทุกข์เพราะความหิวทำให้ต้องแสวงหา ความหิวโหยต้องหาอาหารมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง เลี้ยง แล้วก็หิวอีกต้องไปหามาอีก กินเข้าไปแล้วต้องไปถ่ายทุกข์ ถ่ายเสร็จแล้วก็หิวอีก ทุกข์ใหม่มาอีก เปลี่ยนกันอยู่อย่างนี้แหละทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด ใครจะไม่มีทุกข์ไม่มีหรือ พระพุทธเจ้าท่านก็ทุกข์ เหมือนกันต้องบิณฑบาตมาเสวยอยู่นิพพาน แต่ท่านไม่เหมือนกับพวกเรา ท่านเห็นทุกข์เป็น

อริยสังเป็นสภาวะธรรม ท่านปล่อยวางลงไปได้ท่านจึงพ้นทุกข์ คนเราทุกข์จนตายเพราะมองไม่เห็นทุกข์ จึงทุกข์มากทุกข์หลายหน เกลียดทุกข์นั้นแหละ มันจะทุกข์อีก ทุกข์ซ้ำ ๆ ซาก ๆ อยู่ นั่นแหละเวียนว่ายตายเกิด ไม่แล้วสักที พระพุทธเจ้าท่านทุกข์หนเดียวเท่านั้นแหละ ท่านพิจารณาเห็นทุกข์แล้ว ปล่อยวางก็หมดเรื่องทุกข์ทั้งปวง

วันนี้เทศนาปฏิบัติบูชา คือ บูชาพระพุทธเจ้าด้วยการสละ ด้วยการปล่อยวาง ทำตัวของตัวให้เป็นเหมือนกับดอกไม้บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ยอมสละหมดทุกอย่างอย่างถึงไม่ได้มาก เอาเฉพาะวันนี้ก็เอาละ ต่อไปมันอาจจะได้อีกหรือ เทศนาท่านี่แหละวันนี้

นั่งสมาธิ

อธิบายให้ฟังแล้วต้องทำ ถ้าไม่ทำก็ไม่รู้ไม่เข้าใจ ภาษาบ้านเมืองของเราเรียกว่า ฟังเทศน์ อันหนึ่ง ฟังธรรมอันหนึ่ง ฟังเทศน์คือสอนคือบอก ฟังธรรมนะคือฟังแล้วก็ทำตาม ฟังเทศน์คือฟังเล่าไปตามเรื่องแล้วไม่ต้องทำ ลูกจากที่แล้วก็ไป ต่างคนต่างไปตามธุระหน้าที่ของใครของมัน ส่วน ฟังธรรมนี้ฟังแล้วก็ทำพร้อมกันเลย เรียกว่า ฟังธรรม พระพุทธเจ้าท่านสอนธรรมสอนให้ทำตาม ไม่ใช่สอนเฉย ๆ คนทั้งบ้านทั้งเมืองของเรานับถือพุทธศาสนา ได้ฟังแล้วก็เลยแล้วกันไป ศาสนาพุทธจึงไม่ค่อยเจริญ เพราะเหตุที่ฟังเฉย ๆ นั่นแหละ ถึงอย่างไร ๆ ต้องทำตาม

พระพุทธเจ้าสอนให้ทำ เช่น ให้รักษาศีล ๕ ศีล ๘ กรรมบถ ๑๐ ศีล ๒๒๗ สอนเท่าใดก็สอนไปเถิด ถ้าไม่ทำตามแล้วก็อย่างนั้นละ ถ้าหากทำตามสักข้อสองข้อ มันก็เป็นอันว่าถึงศาสนา ถึงธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า คราวนี้เราจะทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าดูซิที่ว่า " ความอดกลั้นเป็นตบะอย่างยิ่ง " มันเป็นตบะเครื่องแผดเผากิเลสได้จริงไหม พอเรานั่งเข้าสักประเดี๋ยวเดียว ความเจ็บปวดเมื่อยต่าง ๆ ก็เข้ามาแล้ว เราสู้ไม่ไหวคิดถึงสุขในกองทุกข์อันเคยคิดมาแต่ก่อนว่า ปวดเมื่อย ไม่เอาละแล้วออกจากภาวนาสมาธิเสีย จึงไม่เห็นธรรม ถ้าเราอดกลั้นสู้ ตายเป็นตายกัน ตายหนเดียวหรือ เราจะดูความตาย ดูซิมันเป็นอย่างไร เพราะเรามีร่างกายเราจึงต้องตาย ใจเป็นของไม่รู้จักตาย เราจะเอาแต่ใจอย่างเดียว เมื่อตัดสินใจอย่างนี้ ความเจ็บ ปวด เมื่อนั้นก็หายทันที จะมีแต่ความสบายกาย สบายจิต นั่นแหละจึงจะถึงธรรม แล้วจะเห็นธรรมที่ว่า ความอดกลั้นเป็นตบะเครื่องแผดเผากิเลสได้อย่างยิ่ง

การทำภาวนาสมาธิ ให้เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งตัวให้ตรง แล้วก็ตั้งจิตให้ตรง จะใช้คำบริกรรมอะไรก็ได้ เช่น จะเอาพุท โธ ๆ ๆ มรณานุสติก็ได้ เอาขุบหนอพองหนอกก็ได้ สัมมารหังก็ได้ แล้วแต่ใครจะถนัดทางไหน ถูกด้วยกันทั้งหมด ถ้าภาวนาเป็น คำบริกรรมเป็นแต่

เพียงเรียกจิตให้เข้ามารวมเป็นหนึ่งเท่านั้น เมื่อจิตเข้ามารวมเป็นหนึ่งแล้ว คราวนี้เอาแต่เฉพาะจิตอันเดียวเท่านั้นก็พอแล้ว คำบริกรรมมันปล่อยวางไปเอง หรือถ้ามันไม่ปล่อยวางก็จงวางเสีย จิตจึงจะละเอียดเต็มที

เมื่อปล่อยวางคำบริกรรมแล้วจะเหลือแต่ผู้รู้หรือธาตุรู้เท่านั้น ให้จับเอาผู้รู้นั้นให้ได้ แล้วจะเหลือแต่ความสุขสบาย ตอนนี้นำให้ระวัง คนเรามันอยู่ด้วยความนึกคิดปรุงแต่งต่าง ๆ เมื่อมันสงบจากสิ่งนั้น ๆ แล้ว มีแต่ความสุขอย่างเดียว เดี่ยวเกิดความกลัวตายขึ้นมา ให้จับหลักผู้รู้นั้นให้มั่น ผู้รู้ยังมีอยู่ ผู้รู้ไม่ตาย ร่างกายของแตกสลายดับไป ไม่ใช่ของเรา เมื่อพิจารณา สละอย่างนี้แล้วความกลัวตายนั่นก็จะหายไป แล้วจะอยู่กับผู้รู้นั้นอย่างเดียว แล้วจะนั่งได้เป็นเวลานานไม่รู้สึกเมื่อยเลยตั้งหลายชั่วโมง นั่นเรียกว่า อัปปนาจิต อัปปนาจิตนี้บางทีเรียกว่า จริมกจิต คือ จิตเดิมหรือปกติสสรจิตก็เรียก จิตเป็นของผ่องใสตามธรรมชาติของจิต แต่ไม่ผ่องใสสะอาดหมดจดจากกิเลสอย่างของพระอรหันต์

ทุก ๆ คนเมื่อจะฝึกหัดจิต ควรรู้จักจิตของตนเสียก่อน เมื่อไม่รู้จักจิตแล้วจะฝึกหัดจิตได้อย่างไร เหมือนเราจะฝึกหัด โศ กระบือ เมื่อไม่รู้จักว่าโศกระบือตัวเช่นไร แล้วจะฝึกหัดได้อย่างไร จิตคือผู้คิดนึก ผู้ปรุง แต่ง เรียกว่า จิต

ใจกับจิตก็อันเดียวกันนั่นแหละ แต่มีลักษณะต่างกัน ใจได้แก่ผู้เป็นกลางวางเฉยไม่มีมติดีตอนาคต กลางตรงไหนใจตรงนั้นแหละ ใจหมายความถึงความ เป็นกลาง ไม่มีสถานอยู่ อยู่ในร่างกายนี้หรือนอกร่างกายเราก็ได้ แม้ที่สุดตามต้นไม้หรือสัตว์อื่นก็ได้ เมื่อเอาใจไปไว้ในที่นั้น ๆ

การฝึกหัดสมาธิก็คือการฝึกหัดจิตนั่นเอง การฝึกหัดมันต้องมีผู้ฝึกหัด คือ สติ สติต้องควบคุมจิตให้อยู่ในอำนาจของตนไม่ให้คิดปรุงแต่งไปตามอารมณ์ ของตน แต่ให้คิดปรุงแต่งอยู่ในอำนาจของสติ เมื่อสติควบคุมจิตของตนได้อย่างนี้แล้ว จิตจะรวมเข้าเป็นใจ คือรวมเข้ามาเป็นหนึ่ง จิต ใจ สติรวมเข้าเป็นอันเดียวกัน เรียกว่า อัปปนาสมาธิดังกล่าวแล้ว

การฝึกหัดสมาธินี้ใครจะทำโดยวิธีไหนก็แล้วแต่ ในที่สุดของการทำสมาธิก็จะรวมเป็นอัปปนาสมาธิเท่านั้นแหละ นอกเหนือจากนี้แล้วไม่มี พวกฝึกหัดสมาธิไม่ว่าในอดีตและอนาคตจะฝึกหัดได้ก็เพียงอัปปนาเท่านั้น แต่อัปปนามีหลายอย่าง เมื่อสรุปแล้วมีเพียงสองอย่าง คือ อัปปนาสมาธิ อัปปนาฌานเท่านั้นทั้งสองอย่างนั้นเมื่อฝึกหัดให้เข้าร่องรอยของมันแล้ว มันหากเป็นเองของมันต่างหาก ใครจะบังคับไม่ได้

ฉะนั้น พวกนักปฏิบัติฝึกหัดให้เข้าถึงอยู่เสมอ ๆ จิตจึงจะมีพลังสามารถให้เกิดปัญญา อย่าไปกลัวว่าจะเป็นฌาน เป็นสมาธิ เข้าทำสมาธิเท่านั้นแหละ

๕๓. สติปัญญาอันหนึ่ง

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

จงตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาต่อไป พวกเรามีหลายก๊กหลายเหล่าหลายครูหลายอาจารย์มารวมในสำนักเดียวกัน การฟังเทศน์ก็อาจจะแตกต่างกันบ้างแต่ละครูแต่ละอาจารย์ซึ่งสอนไปตามมติของตนๆ คนเราเกิดขึ้นมามันจะต้องแตกแยกกันเป็นธรรมดา เบื้องต้นเกิดแต่ทำมหาพรหมที่เดียวกัน กาลเวลาล่วงเลยมาหลายหมื่นหลายแสนปีก็แยกย้ายกันไปเป็นชาติต่างๆ มีภาษาต่างกัน ตลอดจนเป็นตระกูลแล้วก็มีอาชีพแตกต่างกันออกไป คำชายบ้าง ทำมาหากินทางกสิกรรมบ้าง พาณิชยกรรมบ้าง ตลอดจนเป็นคนรับจ้างทำไร่ ทำนา ทำสวนด้วยประการต่างๆ ในผลที่สุดคนเหล่านั้นคืนร่นกระเสือกกระสนทำมาหากินเพื่อความอยู่รอด เพื่อไม่ให้ตายอย่างเดียวกัน พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า สพฺเพสฺสตา อาหารจิตฺติกา สัตว์ทั้งหลายอยู่ด้วยอาหาร มีอาหารเป็นเครื่องอยู่ ถ้าไม่มีอาหารแล้วก็ตาย เครื่องนุ่งห่มหรือที่อยู่อาศัย หยูกยาเภสัชต่างๆ เป็นของประกอบ ไม่สำคัญเท่าไรนัก เมื่อมีชีวิตอยู่ก็จำเป็นจะต้องมีชีวิตอยู่ได้ด้วยอาหาร ฉะนั้น ใครจะทำอะไรที่ไหนก็ตามเพื่อความอยู่รอดเพื่อไม่ให้ตายเท่านั้นนั่นใจ ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าก็ฉนั้นเหมือนกัน พระพุทธศาสนาเผยแพร่มายังเมืองไทยเกือบสองพันปีแล้ว ได้แพร่หลายออกไปอย่างกว้างขวาง ครูบาอาจารย์แนะนำสั่งสอนตักเตือนพุทธบริษัทให้เข้าใจ ให้ฉลาดด้วยประการต่างๆ ถึงอย่างไรๆ ความประสงค์ก็ลงอันเดียวกัน คือ สติ สมาธิ ปัญญา ก็เพื่อเชิดชูพระพุทธศาสนาด้วยกันทั้งนั้น

ผู้ที่อบรมสั่งสอนในการให้ทาน การสร้างโบสถ์ วิหาร กุฏิ ศาลาการเปรียญอะไรต่างๆ ผู้ที่ต้องการอย่างนั้นก็ช่วยส่งเสริมชักจูงอุดหนุนให้เขาสร้างแต่ทางนั้น ผู้ที่สอนในทางศีลธรรมเห็นดีเห็นชอบอะไรก็สอนไปในทางศีลธรรม ผู้ที่สร้างคุณงามความดีด้วยการทำสมาธิภาวนาก็อบรมสั่งสอนไปทางนั้น โดยเฉพาะในสมัยนี้พากันอบรมยุบหนอพองหนอ ตั้งสติกำหนดยุบหนอพองหนอให้เห็นเกิด-ดับ มันก็ลงอันเดียวกันนั่นแหละ กำหนดสมาธิให้เห็นองค์พระพุทธรูปอยู่ที่ตรงสะดือ หรือเลื่อนขึ้นมากลางหัวอก แล้วให้จดจ้องอยู่ที่ตรงองค์พระเป็นอารมณ์ ผู้ที่ภาวนาพุทโธ ไม่ต้องนึกอะไร คือ ให้จิตมาอยู่ในพุทโธอันเดียว ไม่ต้องกำหนดเอารูปมาเป็นอารมณ์ แต่ทำจิตให้แน่วแน่นอยู่ในที่เดียว หมายความว่าให้จิตรวมนั่นเอง ยุบหนอพองหนอก็หมายความว่าให้จิต

รวมเป็นอันเดียว สัมมาอรหังก็หมายความว่าให้จิตมารวมเป็นอันเดียว พุทโธก็หมายความว่าให้จิตมารวมเป็นอันเดียว ตกลงว่า รวมจิตให้เข้ามาเป็นอันหนึ่งนั่นเอง คือ สมณะไม่ใช่วิปัสสนา

สำนักต่างๆ เขาเรียกว่า สำนักวิปัสสนา แต่คนที่มาปฏิบัติฝึกหัดสมณะก็ยังไม่ได้ ถ้าหากว่า ปัญญามันเกิดเอง มันเป็นขึ้นมาเอง ไม่ได้แต่ง รู้แจ้งแทงตลอดหมดทุกสิ่งทุกประการ หายสงสัย ไม่มีเครื่องข้องใจ โล่งหมดเป็นธรรมหมดทุกสิ่งทุกประการ ลงสภาพอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นั่น จึงจะเป็นปัญญาวิปัสสนา แต่นี่สมณะก็ยังไม่ทันเป็น พิจารณากายก็ยังไม่ทันเกิดความสลัดสังเวช เบื่อหน่าย กายเรากายเขาก็ยังไม่เห็น พิจารณาอายตนะทั้งหกก็ยังไม่เข้าใจดี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ไปอยู่ที่ไหนก็ยังไม่ทราบ ปัญญาวิปัสสนามันต้องเป็นอริยมรรค องค์อริยมรรคมันรวมเป็นหนึ่ง ที่เรียกว่ามัคคสมังคี มัคคสมังคินี้เป็นหนหนึ่งแล้วไม่กลับมาไม่กลับมาเป็นอีก นี่อะไร ใครภาวนาที่ ไหนก็เป็นวิปัสสนากันหมดทั้งบ้านทั้งเมือง ก็เลยได้เป็นพระอริยเจ้ากันหมดทุกคนละซิ ใครจะหุง ข้าวตักบาตรให้กินเล่า

อาตมาจะอธิบายเรื่องสติปัฏฐานสี่อีกนัยหนึ่งให้ฟัง สติปัฏฐานสี่ คือ กายานุปัสสนาสติ ปัญญา ๑ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ เป็น ๔ สติปัฏฐานแปลว่าที่ตั้งของการตั้งสติ การงานทั้งหมดไม่ว่าการงานของทางกายและทางจิต ต้องมีที่ตั้งการงานนั้นๆ จึงจะสำเร็จ เราจะทำการงานของจิต เราก็ตั้งลงที่สี่สถานนี้ คือ กาย ๑ เวทนา ๑ จิต ๑ ธรรม ๑ เมื่อตั้งลงในที่สี่สถานนี้แล้ว การงานนั้นย่อมสำเร็จแน่ (คือ ๗ ปีอย่างน้อยต้องได้ อนาคามี)

สติปัฏฐานสี่นี้เมื่อรวมแล้วก็มีสองเท่านั้น คือ รูปกับนาม กายเป็นรูปปออยู่ตามเดิม เวทนา จิต และธรรมเป็นนาม ท่านให้พิจารณา (คือการทำงานของจิต) ว่ากายนี้สักแต่ว่ากายมิใช่ตัวตนเราเขา คือ เห็นสภาพของกายตามเป็นจริง เมื่อมันเกิดเราก็ไม่ได้บอกให้มันเกิด มันหากเกิดเองตามบุญวาสนาดกแต่งให้ (คือ กรรม ตัณหา อุปาทาน อวิชชา) เมื่อมันจะดับใครจะห้ามอย่างไรมันก็ไม่ฟัง เพราะสันตติไม่ติดต่อ คือ เครื่องหล่อเลี้ยงมันขาดไป ใครจะทำอะไรจะทำได้แต่กายนี้ ที่ยังเป็นอยู่เท่านั้นแหละ ส่วนกายที่จะต้องแตกสลายแล้วใครจะทำได้ด้วยกรรมวิธีใดๆ ก็ไม่ฟัง ย่อมดับแตกสลายไปตามสภาพของมัน

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้เห็นว่า กายนี้สักแต่ว่ากาย (คือ ของมนุษย์สัตว์เป็นอันเดียวกัน) มิใช่สัตว์ตัวตนเราเขา เช่น สภาพเกิดแล้วก็ดับอยู่อย่างนั้น

นาม คือ เวทนา จิต ธรรม ก็เช่นเดียวกัน เราบอกไม่ให้เกิดมันก็เกิดเองตามอายตนะ กายในภวนอกสัมผัสกัน แล้วก็เกิดมาเอง เมื่อมันจะดับโดยที่เราไม่รู้ตัวเลยมันก็ดับไปเอง กายดับกายแตกสลายไปเป็นอะไร เป็น ดิน น้ำ ไฟ ลม ดิน น้ำ ไฟ ลมเป็นของใคร มันมาเกิดอีกก็

ดิน น้ำ ไฟ ลมของแก่นั่นแหละ ไม่ใช่ของใครทั้งนั้น ส่วนจิตก็เหมือนกัน ผู้ไปคิด ไปนึก ไปปรุง ไปแต่ง เรียกว่า จิตยินดี ยินร้าย เกลียด โกรธ รัก ชังอะไรต่างๆ นั้นเป็นจิตเหมือนกัน เราไปยึดของพรคนั้นเป็นของเรา เราไม่ยึดก็เป็นของธรรมดาของเขาอยู่อย่างนั้น ไม่เป็นของใคร

การเห็นของจริงตามเป็นจริงแล้วสละความยึดถือว่าเป็นของเรา มันก็หมดเรื่องกันไป เรียกว่า พิจารณาสติปัญญานี้ พระพุทธเจ้าท่านสอนก็สอนอย่างนี้ ใครจะสอนก็สอนไปเถิด สอนอย่างไร สอนที่ไหนก็สอนไป สอนเพื่อให้ละ ให้ทิ้งกาย ให้ทิ้งจิต ปล่อยวางกาย ปล่อยวางจิตเท่านั้น

การที่จะปล่อยวางกาย ปล่อยวางจิต จะทำอย่างไร เราต้องตั้งสติกำหนดจิตให้เข้มแข็งกล้าหาญที่สุด ต้องตั้งสติพิจารณาจิต พิจารณากาย เราทำอะไรทุกวันนี้ เดียวนี้เรามาสู่สถานที่นี้ เพื่อมาอบรมภาวนาสมาธิมิใช่หรือ มันต้องทำให้เต็มความสามารถของตัวเท่าที่จะทำได้ มิใช่มานอนเล่นตากแดดตากลมสบายเฉยๆ ไม่ใช่มาคุยกันเรื่องบ้านเรื่องเมือง เรื่องลูกเรื่องหลาน เราต้องตั้งใจฝึกหัดอบรมจิตของเราจริงๆ จังๆ คุยก็ต้องคุยกันในเรื่องธรรมะธรรมโม สนทนากันในเรื่องธรรมะธรรมโม จึงสมควรจึงไม่เสียเวลา เรียกว่า เป็นผู้ไม่ประมาท ถ้าไม่อย่างนั้นเรียกว่า เป็นผู้ประมาททำเวลาว่างเลยไปเฉยๆ หมดวันหมดคืนไป ไม่ใช่หมดแต่วันแต่คืน อายุของเราก็หมดไปด้วย อย่าให้เสียเวลา โอกาสที่จะได้มาทำมันหายาก เราอยู่บ้านอยู่เรือนเรายุ่งด้วยภาระกิจต่างๆ ร้อยแปดพันเก้าอย่างที่คิดถึงเรื่องภาวณา วันหนึ่งๆ จะคิดถึงเรื่องภาวณาสัก ๕ นาทีก็แสนยาก เหตุนั้น เมื่อมาถึงที่เช่นนี้แล้ว ทำให้จริงๆ จังๆ ศาสนาไม่ใช่สอนเฉยๆ สอนให้ทำ การทำย่อมได้สำเร็จผลประโยชน์ ทำอะไรก็ทำไปเถิด ไม่ว่าภายนอกภายในถ้าทำแล้วก็สำเร็จประโยชน์ทั้งนั้น ไม่มากก็น้อย โดยเฉพาะการทำกัมมัฏฐานให้พิจารณากายกับจิตเท่านั้นแหละ ให้พิจารณาถึงกายถึงจิตดังที่อธิบายมานี้

พิจารณาจิต ให้เห็นจิต ผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง หรือสัญญาอารมณ์ต่างๆ เรียกว่า จิตทั้งหมด ถ้าเราเอาสติเข้าไปคุมจิต จิตที่ว่า เป็นของเร็วที่สุด เมื่อเอาสติเข้าไปควบคุมแล้วมันก็จะช้าลงทันที มันคิดอะไรก็เห็น มันปรุงแต่งอะไรก็เห็น คราวนี้เราจะให้มันคิดก็ได้ จะไม่คิดก็ได้ เรียกว่า เราควบคุมจิตอยู่ในอำนาจของเราได้แล้ว ไม่ใช่ให้จิตคุมเรา ถ้าจิตคุมเราๆ ไม่รู้ตัวหรอก มันไปร้อยแปดพันประการ มันคุมให้รัก ให้โกรธ ให้เกลียด ให้ชัง ทำไปได้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะเรารู้ออกไม่ได้ จิตมันคุมเรา ให้ชอบ ให้โกง ให้ลักให้ขโมย ไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง จิตคุมเราต้องเป็นอย่างนั้น ถ้าสติคุมจิตๆ มันอยู่ในอำนาจของเราแล้ว กรรมที่ชั่วเราก็ไม่ทำ เราทำแต่กรรมที่ดีที่ชอบ ทำแต่ที่เป็นบุญเป็นกุศล ทำให้จิตเพลิดเพลินสนุกสนานแต่ความดีละซี มันจะมี

ทุกซ์โสภะอะไร มีแต่จะอ้อมเอิบไปกับคุณงามความดีละซี อันนั้นละจึงจะได้ชื่อว่าแสวงหาบุญ หา
กุศล หาผลประโยชน์ใส่ตัวแท้ เรียกว่า คุมจิตอยู่

จิต มีอันเดียวไม่มีมาก ตัวเดียวเท่านั้น ควบคุมจิต คือ เลือกแต่จิต อาการของจิตไม่เอา
แล้วมันจะรวมมาเป็นใจ โดยที่เราไม่ตั้งใจจะให้รวม มันมารวมเอง เมื่อมันรวมมาเป็นใจแล้วจะ
รู้สึกตัวเอง ใจคือผู้รู้สึกเฉยๆ ไม่คิด ไม่นึก ไม่ปรุง ไม่แต่งทั้งหมด หัดพิจารณาให้เห็นกาย ให้
เห็นจิต ให้ถึงใจทั้งสามประการนี้ เราปฏิบัติพระพุทธศาสนาตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็คือ
ปฏิบัติทั้งสามอย่างนี้เอง นอกเหนือจากนี้แล้วไม่มี สถิเป็นผู้ควบคุมจิต (คือ ผู้คิด-นึก-ปรุง-แต่ง)
ไม่ต้องไปควบคุมใจ (คือ ผู้รู้สึกเฉยๆ แต่ไม่ปรุงแต่ง) เมื่อคุมจิตได้แล้วมันจะรวมเข้ามาเป็นใจ
คราวนี้สติและจิตจะรวมเข้าเป็นใจอันเดียวกัน การปฏิบัติพระพุทธศาสนาถึงที่สุดเพียงเท่านี้ ใคร
จะปฏิบัติอย่างไรๆ ก็เอาเถิดจะมารวมลงจุดเดียวที่ใจเท่านั้น แต่ความรู้สึกพิสดารนอกเหนือจากนี้
ยังมีอีกเยอะ ที่ใจนั้นมิใช่ที่จะให้เกิดความรู้ เป็นแต่เพียงจุดรวมเท่านั้น ผู้ปฏิบัติถึงขั้นนั้นแล้วหาก
จะเข้าใจด้วยตนเอง

นั่งสมาธิ

ฟังแล้วทำ เรียกว่า ฟังธรรม คือทำตามนั่นเอง ฟังเทศน์ คือบอกสอนแล้วก็แล้วไป ไม่ได้ทำตาม
ฟังแล้วไม่ทำตามก็ไม่ได้ประโยชน์ ฟังไปเฉยๆ ฟังมาแล้วมากมายเก็บกองๆ ไว้ ตายไปแล้วเลยทิ้ง
เสียเปล่าๆ

ถ้าหากฟังธรรมแล้ว ฟังคำเดียวเท่านั้นแหละมันถึงใจเลย ปฏิบัติอันเดียวเท่านั้นหมดเรื่อง
พุทธศาสนาไม่ต้องมีมากมาย มรรคมียงค์แปดรวมกันเป็นหนึ่ง มรรคเป็นหนึ่งแต่ความเป็นหนึ่ง
นั้นกว้างขวางกว่าเรียนเป็นไหนๆ ข้อสำคัญเมื่อถึงหลักธรรมแล้ว อุบายแยกกายต่างๆ ย่อมเกิด
ขึ้นมาเอง เอาอันเดียวเท่านั้น ไม่ต้องไปหา คนหาคือคนไม่เห็นจึงต้องหา คนเห็นแล้วไม่ต้องหา
อาจารย์นั้นก็ดี อาจารย์นี่ก็ดี อุบายธรรมะคนนั้นก็ดี คนนี่ก็ดี บริกรรมอันนั้นก็ไม่ต้องกับจริตนิสัย
ของตน โอ๊ย ไม่ไหวแล้ว เหตุุนั้นแหละ พวกฝึกหัดปฏิบัติทั้งหลายมันจึงไม่ถึงธรรม หากันอยู่
อย่างนั้นแหละ ถ้าเราปฏิบัติกันจริงๆ อันเดียวเท่านั้นแหละเป็นถึงธรรมเลย พุทโธ อันเดียว
เท่านั้นละ จิตแน่วลงไปอันเดียว พุทโธไม่ต้องไปเอาอื่นใด พุทโธไม่ต้องสัมมารหัง ไม่ต้องยุบ
หนอพองหนอ พุทโธอยู่ตรงไหนจิตใจให้แน่วแน่นลงในพุทโธ เห็นใจแน่วแน่นอยู่ที่นั่นอันเดียว
นั้นแหละจะเห็นคุณของพระพุทธเจ้า คุณของพระองค์มากมายเหลือประมาณจนเกิดความรู้ถึง
พระพุทธเจ้าขึ้นมาว่า พระองค์รู้แจ้งแทงตลอดทุกสิ่งทุกประการ ไม่มีสิ่งขัดข้อง เห็นคุณของ
พระพุทธเจ้า เห็นประโยชน์ในการทำพุทโธอันเดียว เราว่าแต่พุทโธๆ บ่นแต่พุทโธ บ่นไปถึงไหน

ก็ไปเกิดไม่ถึงพุทธโศกที่ เมื่อถึงพุทธโศก ๆ เลยหายยังเหลือแต่พุทธคุณ ยังเหลือแต่ความรู้ความฉลาดเกิดขึ้นในขณะนั้นนั่นแหละ

ธรรมที่เทศนาให้ฟังนั้นมากมายก็เพื่อประกอบอุบายภาวนาเท่านั้น จับอันใดอันหนึ่งชัดเจนแจ่มลงไปแล้ว เป็นอันว่าได้รับความเลย ครั้นพุทธกาลพระภิกษุองค์หนึ่งไปนั่งภาวนาอยู่ริมสระ เห็นนกกะยางกินปลาเท่านั้นละ เอามาเป็นคำบริกรรมยังได้สำเร็จมรรคผลนิพพาน ไม่เห็นจะต้องเรียนมากอย่างพวกเรา เหตุนั้น เมื่อภาวนาไม่ต้องเอามากมาย เอาอันเดียวก็พอ เอาอะไรที่ตั้งใจจริงๆ จัง ๆ ลงให้แน่วแน่เดี่ยวจะเป็นพาวนไปนิบ

๕๔. คนสี่เหล่า

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๒๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาต่อไป *ธรรมะเป็นของสงบ เราไม่สงบรักษาระยะไม่ได้ เราต้องทำความสงบกาย วาจา และใจ* กายสงบ คือ ไม่ไปหยิบนั่นฉวยนี้ ไม่ต้องกระดุกกระดิก หากว่าจำเป็นจำต้องพลิกไหวบ้างก็ไม่เป็นไร วาจาสงบ คือ ไม่ต้องพูดต้องคุยกัน ใจสงบ คือ ให้ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาอยู่ในอารมณ์อันเดียว มันเป็นสมาธิอยู่ในตัว เรียกว่า ใจสงบ การฟังเทศน์ก็ต้องการให้ใจสงบนั่นเอง ถ้าหากว่าใจสงบจนกระทั่งฟังเทศน์ไม่ได้ยินอะไรเลย นั่นแหละถูกต้องแล้ว ฟังเทศน์ในที่ใดๆ หรือในอุบายอันใดก็เพื่อสงบแห่งใจนี้เอง พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าเทศน์ให้พระภิกษุสงฆ์ฟังก็ต้องการให้ใจสงบเป็นสมาธินั่นเอง เราทำใจให้สงบนะถูกต้องแล้ว ไม่ต้องไปพูดมาก มันถูกใจของเราแล้วใจมันสงบแน่วแน่เต็มที่แล้ว มันก็ถูกต้องแล้ว ฟังมากไปสักเท่าไรใจไม่สงบก็ไม่ได้ผลเท่าที่ควร การฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้าที่พระท่านเทศน์ให้ฟังนั้น ถ้าตัวของเราไม่สงบ ธรรมะเป็นของสงบ มันก็เข้ากันกับความสงบแห่งธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ได้ อย่างพระท่านบอกว่า *ก่อนที่จะฟังพระธรรมเทศนาจึงตั้งสวดประสาท คือ หูทั้งสองไว้สำหรับรับรองซึ่งพระสัจธรรมเทศนา* ดังอาตมาจะได้วิชาไปในกาลบัดนี้ จึงขอให้ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาและทำความสงบในใจให้ได้

วันนี้จะเทศนาเรื่อง “คนสี่เหล่า” คนเราเกิดขึ้นมาในโลกนี้ ต้องตกอยู่ในจำพวกสี่เหล่านี้นั้น ไม่นอกเหนือไปจากคนจำพวกสี่เหล่านี้นี้ไปได้ คือ

๑. ตโม ตม ปรายโน คนมีคมาแต่เบื้องต้นแล้วก็มิดต่อไปอีก จำพวกนี้ใช้ไม่ได้

๒. ตโม โชติ ปรายโน มีดมาแล้วสว่างไปนั้น ก็ยังดีหน่อย

๓. โชติ ตโม ปรายโน สว่างเบื้องต้นแล้วมืดเบื้องปลาย พวกนี้ใช้ไม่ได้เหมือนกัน

๔. โชติ โชติ ปรายโน สว่างมาแล้วก็สว่างไป นั้นดีมาก

บางคนเกิดมาไม่รู้เคยสาอะไรเลย เหมือนกับมดกับปลวกมดตื้อไปหมด พูอะไรก็ไม่รู้ เรื่องรูราว เรื่องศีลเรื่องธรรมแล้วไม่ต้องกล่าว เข้าใจว่าตัวเองโง่งงแต่คุณไม่มีสติปัญญา แล้วก็เลยไม่ทำความดีต่อไป เห็นว่าหมควิสัยของตัวเองแล้ว ซ้ำเติมให้โง่งให้ทึบ ให้ตื้อเข้าไปอีก เรียกว่า มืดมาแต่ต้น แล้วก็มืดต่อไปอีก ขอให้คิดดู คนเราเกิดขึ้นมาถ้าไม่มีการศึกษาเล่าเรียนจะเอาความรู้มาแต่ไหน เรียนอย่างน้อยที่สุดมันก็ได้ความรู้ ถ้าถือว่าตนโง่งแล้วก็ไม่ศึกษาเล่าเรียนและไม่ปฏิบัติ มันก็ยิ่งโง่งขึ้นไปกว่าเก่า คนที่เข้าใจผิดเช่นว่านั้น ทำผิดพลาดจากการที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์เลยทีเดียว แทนที่จะคิดว่า ความมืด ความโง่งของเรานั้น เราจะต้องแสวงหาเครื่องสว่าง เป็นเครื่องส่องทางของเรา ถึงไม่ได้มากสักนิดเดียวก็เอา จึงจะเป็นการดี คนนั้น เรียกว่า ค่อยสว่างขึ้นหน่อย นับว่าดี อย่าไปถือว่ามีบุญวาสนาเราไม่ให้หรือไม่ส่งเสริม บุญวาสนานิสังขของเรามันคำต้อยไม่สามารถที่จะเจริญภาวนาทำสมาธิได้ เลยทอดอาลัยเพียงแค่นั้น บุญวาสนานิสังขของเรา เราไม่รู้แล้วหรือ เราเห็นแล้วหรือภพก่อนชาติก่อนเราทำอะไรไว้ มันจึงโง่งง แต่คุณ ที่อ้อ ทำอะไรก็ไม่เป็น เราไม่เห็นไม่รู้เรื่องเหล่านี้หรอก แต่โดยเหตุที่เราไม่มีปัญญาก็เลยถือเอาเฉยๆ นี่แหละว่า บุญวาสนาแต่ก่อนเราไม่มี จะให้บุญนั้นส่งเสริมเราเอง เมื่อไรบุญวาสนามันจึงจะส่งเสริมให้เรา เราต้องขวนขวาย ต้องแสวงหา ต้องอบรมเอาเองซิ ถ้าไม่อบรมมันจะเกิดจะเป็นหรือ บุญวาสนามันจะส่งเสริมอะไรให้เรา เกิดขึ้นมาก็นอนแปะกันเพียงแค่นี้แหละ บุญวาสนาไม่มีอะไรให้เรา เราหนีแหละจำเป็นจะต้องทำ บุญก็ตัวของเราวาสนาก็ตัวของเรา นิสังขก็ตัวของเรา เราทำให้มันเกิดขึ้นมาซิ ทำแล้วมันต้องได้ ถ้าไม่ทำมันจะได้อะไร ให้เข้าใจอย่างนั้นให้ปฏิบัติอย่างนั้น มันจึงจะเจริญต่อไป

พวกที่ มีดมาแล้ว สว่างไป นั้นดี บุคคลผู้แสวงหาประโยชน์ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องแสวงหาทางพ้นทุกข์ แสวงหาความดี เกิดขึ้นมาไม่มีใครจะเป็นนักปราชญ์มาตั้งแต่เกิด จะเป็นผู้รู้ฉลาดเฉลียวมาตั้งแต่ต้นไม่มีทั้งนั้น มันต้องอาศัยการศึกษาเล่าเรียน การฝึกฝนอบรมเป็นสิบๆปีกว่าจะเป็นศาสตราจารย์อาจารย์เขาได้ นั้นเรียกว่า มีดมาแต่ต้น ค่อยสว่างตอนปลายอันนั้นดีมาก ถ้าเป็นได้เช่นนั้น บุญวาสนาบารมีมันต้องเป็นพื้นฐานของบุคคลสำหรับให้คนบำเพ็ญต่อไป

พวก สว่างเบื้องต้น แล้วมืดบั้นปลาย อันนี้ไม่ดีเลย เกิดขึ้นมาเป็นผู้ฉลาดเฉียบแหลมเกิดในตระกูลผู้ดี มั่งคั่งบริบูรณ์สมบูรณ์ทุกประการ มีเกียรติยศชื่อเสียงอะไรต่างๆ แต่กลับทำตัวเป็นคนเลว ทำชั่วยิ่งร้ายไปกว่าเก่า เราสามารถที่จะทำอะไรได้ทุกอย่าง เพราะมีเงินมีทอง มีชื่อเสียง

มีตระกูล พ่อแม่ของเรารวย มีอำนาจวาสนา ทำดีก็ได้ ไม่ทำ กลับมาทำชั่ว เมื่อทำไปแล้วยากที่จะกลับคืนมาหาความดีได้ คือ มันเลวทรามมาแล้ว นิสสัยชั่วชาติตสันดานของตนเข้าไปแล้ว จะกลับคืนมาเป็นคนทำดีก็อับอายขายขี้หน้าเขา นั่นทำให้สังกมเสื่อม ทำให้สังกมเดือดร้อน ทำให้คนอื่นดูน้อย เพราะเหตุเราคนเดียวเท่านั้นเรียกว่า “สว่างมา แล้วกลับมืดไปอีก ร้ายกาจกว่าเพื่อน ร้ายกว่าที่ว่า “มืดมา แล้วกลับมืดไปอีก “ สว่างมาแล้วมืดกลับไปร้ายกว่าพวกอื่นๆ ทุกคน เรียกว่า รู้แล้วแกล้งทำไม่รู้

โชติ โชติ ปรายโน พวกสว่างมาแล้วก็สว่างต่อไป นั่นดีมาก เราเกิดมาในตระกูลที่มั่งคั่ง สมบูรณ์บริบูรณ์ มีเกียรติยศชื่อเสียง มีเงินมีทองมากมาย มาคิดถึงตัวเราว่า อุดมสมบูรณ์ เพราะบุญวาสนาบารมีแต่เก่า อันนั้นเห็นได้ชัด ไม่ต้องเกิดอดิตญาณหรอก เห็นได้ในปัจจุบัน คนที่มีเมตตาปราณี เอ็นดูสงเคราะห์คนอื่น ตัวเองก็อยู่ในศีลธรรม แล้วก็แนะนำคนอื่นให้ตั้งมั่นอยู่ในศีล ในธรรมให้ประพฤติกิริประพฤติชอบ ประกอบแต่การกุศล เจริญรุ่งเรืองด้วยตนเอง แล้วสอนให้คนอื่นเจริญรุ่งเรืองไปด้วย ตัวของเราก็ยังได้รับความเจริญยิ่งขึ้นไปอีกกว่าปกติธรรมดา เขาได้รับคุณงามความดีเขาก็นิยมนับถือยกย่องสรรเสริญผู้ที่สอนเขา นั่นแหละการทำคุณงามความดีก็เป็นอย่างนี้ ไม่ใช่เรารวยแล้วมีเกียรติยศชื่อเสียงแล้วก็ข่มเหงคนอื่น กลับเป็นความชั่วมืดต่อไปอีก นิสัยคนมีจริยธรรม คนทำความดีได้ความปลื้มปิติอิ่มใจแล้ว อยากสอนคนอื่นๆ ให้ทำตาม เป็นธรรมดา

ธรรมที่ควรปฏิบัติสำหรับคนสี่จำพวกนี้ก็คือ พวกแรก พวก ตโม ตม ปรายโน เราเป็นคนทุกข์ คนจน ไม่มีสติปัญญา เลยไม่คิดจะทำสมาธิภาวนา คุณงามความดีอะไรทั้งหมดเลยหมดหนทางที่จะทำคุณงามความดีต่อไป ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ทางที่ถูกก็คือ ควรจะหัดสมาธิภาวนา เพื่อแก้นิสัยบุญบารมีเดิมของตน นอกจากการภาวนาทำสมาธิแล้ว ไม่มีทางอื่นใดที่จะช่วยแก้ไข ขอให้มีความอดทนพยายามอย่างเต็มที่ ก็จะสำเร็จตามความประสงค์ พวก ตโม โชติ ปรายโน คนเราเกิดมาทุกคนต้องมีมมด้วยกันทั้งนั้น ไม่ใช่สว่างมาแต่เบื้องต้น ใครเกิดมาจะรู้จักดี ชั่วฉลาด เฉลียวมาแต่เบื้องต้นไม่มีหรอก ถึงชาติก่อนจะเรียนรู้มาแล้วก็ตาม กลับมาเกิดใหม่ก็ต้องมาเรียนใหม่ แต่นิสัยเป็นเหตุให้เรียนได้ดีกว่าคนไม่มีนิสัย พระพุทธเจ้าท่านก็เกิดมาเป็นปุถุชนเสียก่อน แต่เป็นอัจฉริยบุคคลคนหนึ่งเท่านั้น พระโศดาบันพระสภิกาคามีในชาติก่อน เมื่อกลับมาเกิดก็ต้องเป็นคนธรรมดาในกามโลก ไม่มีที่เกิดของเสขะบุคคล พระอนาคามีก็ไปเกิดชั้นสุทธาวาสเสียแล้ว แปลว่า เกิดเป็นคนธรรมดา แล้วนิสัยวาสนาแต่ต้นนั้นมันหากมาดลบันดาลและได้ย่นได้ฟังธรรมเกิดความรู้ความฉลาดเฉียบแหลมยิ่งกว่าหมู່เพื่อน สามารถกลับตัวให้เป็นคนดี เป็นพระโศดา สภิกาคามีหรือพระอรหันต์ต่อไปได้ นั่นแหละบุญวาสนาแท้ ไม่ใช่เอา

โศดาแต่ก่อนมาเป็นโศดาเดี๋ยวนี้ จะเอาสภิกาคามีแต่ก่อนมาเป็นสภิกาคามีเดี๋ยวนี้ไม่ได้ จึงว่าเรา
เกิดมาแล้วเป็นคนมีดีมาก่อนทุกคนแต่คนมีดีนั้นพยายามตั้งใจที่จะเป็นคนสว่าง เห็นเขาทำดีทำดี
ก็อยากทำดีอย่างเขา ก็ตั้งใจพยายามทำดี ความพยายามทำให้ได้รับผลสำเร็จ ศาสนานี้สอนให้ทำ
ไม่ใช่ให้อยู่เฉย ๆ พระพุทธเจ้าสอนให้ทำทั้งนั้น ต้องพยายามทำจริง ๆ จัง ๆ จึงจะดีต่อไป เราจะ
ไปอ้างกาลเวลา อ้างธุระกิจการทำงานต่าง ๆ นั้นไม่ได้ นั่นมันเป็นเพียงเครื่องประกอบอาชีพของ
คนเราเท่านั้น มันไม่ใช่ของเรา ของเราแท้ก็คือ การกระทำคุณงามความดี หัดสมาธิภาวนา ตั้งสติ
กำหนดจิต นี่แหละเป็นของเราแท้ ๆ ที่เดียว คนอื่นมาแย่งเราไม่ได้ เราทำแล้วก็เป็นที่ของเรา การ
หาเงินหาทองข้าวของสมบัติต่าง ๆ มันเป็นของภายนอก ไม่ใช่ของเรา เราใช้เมื่อยังมีชีวิตอยู่
เท่านั้น ตายไปแล้วไม่เห็นเอาไปได้สักคนเดียว ให้คิดเสียอย่างนั้น ให้ทำสมาธิภาวนาทุกอิริยาบถ
ยืน เดิน นั่ง นอน อันนี้เป็นของเราแท้ ๆ ควรทำ

โชติ ตโม ปรายโน สว่างแล้วกลับมืด เรื่องพรรคนี้มีมากทีเดียว เมื่อหัดสมาธิภาวนาเกิด
ความรู้ความฉลาด พุจฉาพาทีคล่องแคล่ว เพราะเป็นของเกิดขึ้นมาในใจของตนเอง ต่อมาเกิด
ความประมาทในกิจวัตรและข้อวัตรต่าง ๆ ในการทำสมาธิ สมาธิภาวนาเลยเสื่อม เสื่อมแล้วคราว
นี้ทำไม่ถูก ทำอย่างไร ๆ ก็ทำไม่ได้ เลยเบื่อหน่ายขี้เกียจ ในผลที่สุดเป็นพระกัณฐิก เป็นชิกีสละชี
เสียบ เป็นฆราวาสกัณฐะวัดเสียบ เลยไปหากินตามปกติธรรมดา เลยกลับเสื่อมเสียแทนที่จะเจริญ
ต่อไป อันนี้แหละน่าเสียดายด้วยน่าสงสารด้วย ของดี ๆ ทำมาแล้วกลับทิ้งทอดธุระเสีย มีหน้าซ้ำ
บางคนยังพูดหยาบหยามดูถูกอีกว่า ศาสนานี้ทำเท่าไรก็ทำเถิด ข้าพเจ้าทำมากแล้วถึงขนาดนั้นยัง
ไม่เป็นไป ยังเสื่อมเสียได้ จึงเป็นที่น่าเสียดายมากที่มาเหยียดหยามดูถูกการบวชการเรียน การเข้า
วัดฟังธรรม และศาสนา ผู้เขียนขอแนะนำเรื่องชายคนหนึ่งมาเล่าสู่ฟังว่า เธอเคยแลเคยได้ฐานันดรเป็น
ไบฎีกามาแล้ว เธออยู่ไม่ได้จึงสึกออกไป คัมสุราเป็นเยี่ยม แลภรรยาที่รักคัมยิ่งกว่าสามีอีกด้วย
เที่ยวประกาศหมู่เพื่อนว่า เข้าวัดฟังธรรม จำศีลไม่เห็นได้อะไรเลย ถ้ามรรคผลนิพพานมีจริง จัน
ทำมามากคงสำเร็จแล้ว ต่อมาเธอเกิดเป็นโรคไปโรงพยาบาลหมอรักษาไม่ได้ เงินค่ายาก็ไม่มี
หมอเขาถามถึงที่อยู่ เธออ้างเอาวัดแห่งหนึ่งว่าเธอปลูกบ้านอยู่ใกล้วัดนั้น หมอเขาสงสารเขาเลยไม่
เอาค่ายา แลมยังให้ค่ารถเดินทางกลับอีกด้วย เธอกลับมาแล้วมาเล่าให้พระฟังตลอดหมดแต่โรค
นั้นก็ยังไม่หาย พอเป็นหนักเข้าเธอได้นิมิตว่า เธอได้พูดคำหยาบคายแก่พระ เธอได้เอาดอกไม้ธูป
เทียนไปขอขมาโทษพระ พระท่านก็ให้อโหสิกรรม แต่กว่าเธอจะรู้ตัวมันสายเสียแล้ว นี่แหละบาป
บุญคุณโทษเป็นของมีจริง จึงไม่ควรประมาท เราประมาทแล้วยังสอนให้คนอื่นประมาทอีกด้วย
กรรมใดก็ตามเมื่อมันยังไม่ให้ผลก็ดูเหมือนไม่มี ต่อเมื่อมันให้ผลก็หมดหนทางแก้ไข นี่เรียกว่า
สว่างแล้วกลับมืดบอดอีก

พวกสว่างแล้วสว่างต่อไปนั้นไม่มีที่ติ โขติช่วงตลอดเวลาเลย

สรุปได้รวมใจความแล้วว่า ศาสนานี้สอนให้กระทำ ได้น้อยได้มากก็ทำ ถึงจะได้ก็น้อยก็ยินดีพอใจกับการกระทำของตน เรามีเมื่อน้อยก็รับเอาแต่ของน้อยๆ รับเอามากเกินไปก็ไม่ได้ เรากำลังน้อยเราก็แบกก็หามเอาเท่าที่มันแบกไหวนั่นแหละ เอามากกว่านั้นก็แบกไม่ไหวหลังหัก ความยินดีตามมีตามได้ ท่านบอกว่าเป็นสมบัติอันล้ำค่าหาประมาณมิได้ อะไรทั้งหมดก็เหมือนกัน ไม่ว่ากรรมไม่ว่าของภายนอกมีน้อยแล้วไม่พอใจมักจะเสียหาย

พอใจกับกรรมที่มีอยู่เป็นอยู่ในตัวของเรา เช่น เมตตากฎา มุทิตา อุเบกขา เห็นมนุษย์ สัตว์ทั้งหลายที่เกิดมาเป็นทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น แล้วเอาทุกข์นั้นมาเทียบกับทุกข์หรือสุขของเราแล้ว จะเห็นว่าทุกข์หรือสุขของเขานั้นจะเทียบกันไม่ได้ ในเมื่อเรามีความสุข เอาทุกข์ของเขามาเทียบกับของเราหรือในเมื่อเรามีความทุกข์ก็ดี จะเอาความทุกข์ของเขามาเทียบกับของเราก็ไม่ได้ เหมือนกัน ความสุขและความทุกข์ของสัตว์ที่เกิดมาย่อมมีเหมือนกัน แต่ทุกข์มากและทุกข์น้อย เพราะความเข้าไปยึดถือต่างหาก เราเกิดมาอยู่ในโลกอันนี้ ทุกๆ คนจำเป็นจะต้องได้ประสบด้วยกันทั้งนั้น

ผู้คิดเห็นเช่นนั้น จิตย่อมไม่มีอคติใดๆ ในสัตว์มนุษย์ทั่วไปมีแต่ความเมตตาปรารถนา อยากจะให้เขาเหล่านั้นได้รับแต่ความสุขถ่ายเดียว เมื่อเขาเหล่านั้นได้รับความสุขพ้นจากทุกข์แล้วก็พอใจ อิ่มเอิบใจ เบิกบาน หารรษา หน้าตาฟ่องแผ้วอยู่เป็นสุข มันเลยกลายเป็นพรหมวิหารฆานไปในตัว

นี่แหละความพอใจในกรรมที่มีอยู่ในตัว ย่อมเกิดผลประโยชน์อย่างนี้ ฉะนั้น จึงไม่ควรดูถูกว่าเป็นสิ่งเล็กน้อย

นั่งสมาธิ

นั่งสมาธิภาวนากัน ฟังแล้วต้องทำเรียกว่าฟังธรรม ฟังแล้วไม่ทำ เก็บไว้นานๆ จึงค่อยจะทำ คิดว่าไปถึงบ้านก่อนเถอะจึงค่อยทำหรือวันหลังก่อนเถอะ วางเสียก่อนเถอะโอกาสมีจึงค่อยทำ อันนั้นเรียกว่าฟังเทศน์ ไม่ใช่ฟังธรรม พุดง่าย ๆ ไม่มีศัพท์มีแสง ทำคือการกระทำนะซี ตัวของเราเป็นกรรมอยู่แล้วทั้งหมดกายทั้งหมดนี้เรียกว่า รูปธรรมนามธรรม แต่เราไม่ทำให้เป็นกรรมเราไม่ทำกรรมนั้นให้เกิดขึ้นมาในตัว เรียกว่า ไม่ทำ

พระธรรมเทศนาของพระองค์ เทศน์ก็เทศน์ที่กายที่ใจนี้แหละ ไปค้นดูเถิดไม่มีที่อื่น นอกจากเทศน์ที่กายกับใจนี้ทั้งนั้น จึงว่าธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่ในตัวของเราแล้ว กายมี

อยู่ให้พิจารณาถึงเรื่องกาย นี้แหละเรียกว่า การกระทำ เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อากา ๓๒ เราพูดอยู่เสมอ สวดอยู่เสมอพูดมากเรียกว่า บ่น แต่ไม่ทำให้เห็นสักที พิจารณาให้มันเห็นธรรมซีให้เห็นธรรมที่เกิดขึ้นในตัวของเรา เกสา คือ ผมที่ตั้งที่อยู่ และที่เกิดของมัน เป็นของสกปรกยิ่งนัก แต่ก็เอามาอวดแขกเสียด้วย เขาคุณต้องดูที่ผมก่อน ผมเป็นประตุน้ำด้านและอวดแขกก็อวดที่ผมก่อน

การพิจารณากายนี้แยกออกให้เห็นเป็นอาการ ๓๒ เพื่อไม่ให้เป็นตัวตน เห็นเป็นแต่อาการ ๓๒ เท่านั้น แล้วอาการ ๓๒ นั้นยังให้เห็นเป็นของสกปรกน่าฟังเกลียดอีกด้วยตามความเป็นจริงของมันเรียกว่า เห็นกายนี้เป็นธรรม

คำสอนของพระพุทธเจ้าสอนให้เห็นอย่างนี้ ทำไมพระพุทธเจ้าจึงสอนให้เห็นแต่สิ่งที่สกปรกนัก จะไม่สอนอย่างไร ก็ของมันสกปรกอยู่แล้ว สอนตามความเป็นจริงละซี พระองค์ไม่เอาของเท็จมาพูด เอาของจริงมาพูด มันสกปรกตั้งแต่เกิด เกิดก็เกิดในที่สกปรกของเหม็นเน่า เติบโตขึ้นมาที่ทานแต่ของสกปรกอาหารการกินทุกสิ่งทุกส่วนทานเข้าไปเข้าใจว่าเอร็ดอร่อย เอร็ดอร่อยอะไร เราหิบบของเหล่านั้นมาก็ยังต้องล้างมืออยู่ มักสกปรกละซีจึงต้องล้าง ของเนาของปฏิภูลทั้งนั้น อาหารที่เอามาปรุงมาแต่งล้วนแต่ของสกปรกทั้งนั้นแหละ แต่เอาใส่ปากก็จะต้องเอาช้อนตักใส่ปาก แล้วค่อยๆ เคี้ยวแล้วจึงกลืนเข้าไป พระพุทธองค์สอนให้เห็นของสกปรกในตัวของเรา เพราะต้องการให้เห็นตามเป็นจริงแล้วสอนให้เห็นทุกข์ที่มนุษย์เรายังลุ่มหลงอยู่ จมอยู่ในความสุขของกองทุกข์นั่นเอง เพื่อให้ตื่นหายจากความหลงเข้าใจผิดอันนั้น คนไม่เห็นทุกข์ภาวนาไม่เป็นหรือ ทุกข์จนยอมสละความตายเมื่อไหร่ จึงจะเห็นธรรมขึ้นมาในตัว ความสละปล่อยวางทั้งหมดนั้นแหละยังเหลือแต่ใจอันเดียว นั่นแหละถึงแก่นธรรมแล้ว คือ ตัวใจ อันนี้มันสละตายไม่ได้ มันขังอยู่แต่เพียงกายเท่านั้น ก็เลยไม่ลงเป็นธรรมได้ เมื่อสละกายแล้วยังเหลือแต่ใจเห็นตัวใจได้ชัดขึ้นมา ใจเป็นของสว่างเปิดเผย เมื่อมันไม่มีของเหล่านี้ปกปิดมันสว่างหมด ธรรมของพระพุทธเจ้าต้องเป็นอย่างนี้ เอาละ ทุกๆ คนพากันภาวนาอย่างนี้

๕๕. หลักการฟังธรรม

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๓๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

ครั้งพุทธกาล ท่านฟังเทศน์ฟังธรรม ท่านตั้งจิตสงบเต็มที่ฟังด้วยความน้อมเอาธรรมเข้ามาไว้ในตัว ย่อมได้ความเข้าใจจึงจะเห็นธรรม ธรรมะคือของสงบ จิตสงบ ใจจึงเข้ากับธรรมะได้ ให้ตั้ง

สติไว้ที่จิต พิจารณาเฉพาะจิต ความคิดความเห็นอย่าได้ส่งสายไปที่อื่น หากได้ฟังเทศน์ฟังธรรม ธรรมเทศนานั้นจะปรากฏที่จิตของเราเอง สิ่งใดที่ท้านเทศน์ไปแล้วจะรวบรวมเข้ามาไว้ในใจของเรา อยู่เฉพาะใจเท่านั้น ใจจึงเป็นของสำคัญมาก ถ้าไม่มีใจเสียอย่างเดียวแล้วคนเราก็ต้องตาย สิ่งทั้งปวงหมดในโลกก็จะไม่มี จึงให้รวมใจให้ได้ ใจเป็นบ่อเกิดของกิเลสทั้งหลาย เป็นบ่อเกิดของอารมณ์ทั้งปวง เป็นบ่อเกิดของความดีทั้งหมด ความดีและความชั่วเกิดที่ใจเหมือนกัน ถ้าหากว่ามีสติควบคุมจิตคอยกั้นกรองจิตกำจัดความชั่วให้ออกไปเสียเหลือแต่ความดีไว้ในจิตของตน จึงจะปรากฏแต่ความดี ถ้าความชั่วไหลเข้ามาในใจของเรา เราไม่มีสติกั้นกรองก็จะเหลือแต่ความชั่วกองไว้อยู่ในใจของเราทั้งหมด ความชั่วเป็นของมัวหมองทำจิตให้ขุ่นมัวไม่สามารถที่จะเห็นธรรมได้ ธรรมคือความดี จึงไม่ปรากฏเลย ที่ปรากฏอยู่แล้วก็หายไป

พระพุทธเจ้าท่านทรงเทศนานั้นหนักแน่นหนาเทศนาเข้ามาในตัวของเรานี้ทั้งนั้น ไปดูที่ไหนก็ดูเถอะ ล้วนแล้วแต่เทศนาที่ตัวของเรานี้ทั้งนั้น เพราะตัวของเรานี้เป็นที่ประชุมของธรรมทั้งหลาย จะเจริญสมณะก็ได้ คือให้พิจารณาภายในเป็นอสุภะเป็นของไม่งาม นำฟังเกลียด นำเบื่อหน่าย คลายสวองามแล้วจิตก็จะรวมลงเป็นเอกัคคตาจิตได้ หรือจะพิจารณาให้เป็นปัญญาวิปัสสนาก็ได้ คือพิจารณาภายในให้เห็นสักแต่ว่าธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น มิใช่เป็นของใครหรือเป็นอะไรเลย ธาตุ ๔ ประชุมกันคราวหนึ่งๆ แล้ว ก็เป็นก้อนเป็นกลุ่มขึ้นมา คนเราพากันสมมติเรียกว่า คน ว่าสัตว์ไปตามชอบใจพอใจของตน แต่ของเหล่านั้นก็ไม่ได้รู้สึกอะไร มันหากเป็นไปตามสภาพของมัน มันมีหน้าที่เกิดดับมันก็ดับไปตามหน้าที่ของมัน มันดับสลายไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ตามเดิมของมัน ชื่อเหล่านั้นก็สลายไปหมด

พระพุทธเจ้าท่านทรงจำแนกตัวของเรานี้ ออก ให้เห็นรูปและนาม รวมเรียกว่า ชั้นห้า คือ รูป ๑ เวทนา ๑ สัญญา ๑ สังขาร ๑ วิญญาณ ๑ รูปคงเป็นรูปตามเดิม ส่วนเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้ง ๔ นี้เป็นนาม ถ้ามีแต่รูปไม่มีนาม หรือมีแค่นามไม่มีรูป เขาเรียกว่า คนตาย คนตายแล้วหมดเรื่องไม่ต้องพูดอะไรกันอีก นี่ยังมีรูปมีนามอยู่จึงต้องพูดกันต่อไป เพื่อให้เห็นของมันตามเป็นจริง ดังพระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า

รูปังอนิจจัง รูปเป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป ท่านอุปมาเหมือนตอม่น้ำ น้ำที่ตกจากชายคาข้างบนลงมากกระทบข้างล่างย่อมเกิดเป็นตอมขึ้น เดี่ยวเดี๋ยวก็ดับไป รูปที่คนเราได้นี้ก็เหมือนกัน ย่อมพลันดับไปฉะนั้น คนอายุสั้นอยู่ด้วยกันจึงว่าอายุยาว พวกเทพหรือพรหมบางพวกที่มีอายุยาวนานตั้งเป็นหมื่นๆ ปี ล้านๆ ปี เห็นมนุษย์มีอายุไม่เกินร้อยปีแล้วตาย เกิดความสลดสังเวชในใจว่า ชาวโลกมนุษย์นี้อายุน้อยนิด พลันตายเหลือเกิน แล้วยังหลงมัวเมากับอายุของตนอยู่ ไม่ทำความดีเพื่อจะได้นำไปสู่ปรภพข้างหน้า

รูปไม่ว่ารูปโต รูปเล็ก หยาบ ละเอียดใด ๆ ทั้งสิ้น เป็นของไม่เที่ยงทั้งนั้น รูปแปลว่ามีอันจะแตกสลายไปเป็นธรรมดา รูป กับ ลม ก็อันเดียวกัน รูปเป็นของเกิดดับอยู่เป็นนิจ ท่านผู้รู้ทั้งหลายท่านเห็นความเกิดดับของรูปอยู่เป็นนิจแล้ว เป็นผู้ไม่ประมาททั้งกลางวันและกลางคืน

เวทนาอนิจจา เวทนาจึงเป็นของไม่เที่ยง เวทนาคือความสุข ความทุกข์ หรือเฉยๆ เมื่ออายตนะภายนอกกับอายตนะภายในกระทบกันเข้าแล้วเกิดขึ้น อันนี้ก็เป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปในขณะที่ความไม่ยึดถือเอามาเป็นของตน ท่านอุปมาเวทนาเหมือนคลื่นในทะเลไม่มีสงบได้ คลื่นเล็ก คลื่นใหญ่มันกระทบฝั่งอยู่ตลอดเวลา หรือเหมือนกับวิทยุเราเปิดรับฟังอยู่ตลอดเวลา อายตนะภายนอกภายในกระทบกันเหมือนกับวิทยุตั้งอยู่ตลอดเวลา เมื่อเสียงดีก็ชอบใจ เสียงชั่วก็ทุกข์ใจ เราไม่ฟังเสีย จะเสียงดีหรือชั่วก็ช่างมัน เมื่อวางเฉยมันก็เป็นอุเบกขาเวทนา

สัญญาอนิจจา ความจดจำผู้คน สีสัน ลักษณะ และชื่อเสียงต่างๆ ก็ไม่เที่ยง จำได้แล้วก็ลืมสลายไป แต่เราก็อยากให้จำไว้นานๆ เหมือนกับเก็บแผ่นเสียงไว้ อยากจะฟังเมื่อไหร่ก็เอามาเปิดฟังได้ฉะนั้น ท่านอุปมาสัญญาเหมือนกับหย็บแดดในเวลาแดดกล้า มองดูแต่ไกลจะเห็นเป็นตัวยุบๆ หย็บๆ ไปหมด แต่เมื่อเข้าไปใกล้แล้วจะหายไปหมด คือสัญญานี้จะจำอาหารมด แต่ที่กระทบในอายตนะทั้งหก แล้วปรุงแต่งขึ้นมาให้เป็นตัวเป็นตน เมื่อเข้าไปดูจริงๆ แล้วหามิตัวตน ไม่มีแต่ธาตุ ๔ มีสภาพเช่นเดิมของมันเท่านั้น แต่สัญญามันลวงเอาของเท็จมาเป็นของจริงต่างหาก

สังขารอนิจจา สังขารการปรุงแต่งสรรพวัตถุทั้งปวงหรือจะเป็นนามธรรมก็ตาม ดูเหมือนจะเอาจริงเอาจังแล้วก็ทอดทิ้งจะโดยธรรมชาติหรือเจ้าตัวตัวเอง แล้วไปปรุงแต่ง ณ ที่อื่นจึงเป็นของไม่เที่ยงเหมือนกัน ท่านอุปมาสังขารเหมือนต้นกล้วยย้อมไม่มีแก่นฉะนั้น สังขารนี้ก็เช่นเดียวกันปรุงแต่งเรื่องนี่ยังไม่ทันเสร็จเดี๋ยวก็ปรุงแต่งเรื่องโน้นอีกแล้ว ปรุงแต่งไม่มีที่สิ้นสุดเอาสาระไม่ได้

วิญญาณ์อนิจจัง วิญญาณในที่นี้หมายถึงเอาวิญญาณอันรู้ในอายตนะทั้งหก มิใช่ปฏิสนธิหรือในปฏิจจสมุปบาท เมื่ออายตนะภายนอกมาสัมผัสกับอายตนะภายใน แล้วเกิดความรู้สึกขึ้นเบื้องต้นนั้น เรียกว่า วิญญาณ วิญญาณนี้เกิดความรู้สึกขึ้นแล้วก็หายไป มิได้ทำอะไรต่อไปอีกแล้วก็ไปเกิดความรู้สึกในอายตนะอื่นๆ ต่อไป นี้ก็ไม่เที่ยงเป็นตัวยามาเข้าแล้วหลอกให้จิตลุ่มหลงวิ่งตามไม่ทันสักที เป็นลิงหลอกเจ้า

สัพเพสังขารอนิจจา สรรพสิ่งทั้งปวงหมดที่มีวิญญาณครองหรือไม่มีวิญญาณครองก็ดี ท่านเรียกว่าสังขารด้วยกันทั้งนั้น หรือสรรพสิ่งทั้งปวงหมดที่บุญตกแต่งให้เกิดในสุคติภพ และ

บาปตกแต่งให้เกิดในทุกขภพ หรือมิใช่บุญและบาปตกแต่งให้เกิดในภพอันเป็นกลางๆ ก็ดี อันนี้ก็เรียกว่า สังขารทั้งสิ้นนั่นก็เป็นของไม่เที่ยงเหมือนกัน แต่ก็ไม่เที่ยงเป็นเวลายาวนานหน่อย

ธรรมทั้งหลายที่เป็นกามาพจรและรูปาพจร อรูปาพจรพร้อมโลกุตระทั้งสิ้นเป็นอนัตตา แต่เมื่อยังไม่ถึง โลกุตระตราบใด ก็ต้องมองดูธรรมทั้งหลายเห็นเป็นอัตตาอยู่นั้นแหละ เมื่อถึงโลกุตระแล้วจะมองดูธรรมทั้งหลายเห็นเป็นอนัตตาไปหมด แม้แต่ผู้เห็นก็เป็นอนัตตาทั้งสิ้น

ขันธห้า มันทลอกจิตใจให้คนทั้งโลกลุ่มหลงมัวเมา ของเป็นทุกข์สำคัญว่าเป็นสุขไป เพราะความปกปิดกำบังแห่งอริยาบถ เมื่อนั่งเหนื่อยก็นอนเสียว ความเมื่อยการนั่งก็หายไปชั่วคราวหนึ่ง ความทุกข์ในการนอนนั้นก็เข้ามาแทนที่ เมื่อความทุกข์ในการนอนทนไม่ได้ก็ลุกขึ้นเดินไปๆ มาๆ เดียวความทุกข์ในการเดินก็เข้ามาแทนที่อีก เมื่อความทุกข์ในการเดินทนไม่ได้ก็กลับมาเข็นอีก ความทุกข์ในการเดินนั้นก็หายไปชั่วคราวหนึ่ง แล้วก็กลับมาเข็น ความทุกข์ในการเข็นนั้นทนไม่ได้ก็กลับมานอนอีกความทุกข์ของขันธห้ามันเปลี่ยนไปเปลี่ยนไปเปลี่ยนมาอย่างนี้อยู่ตลอดเวลา แต่คนทั้งหลายในโลกเห็นอาการเปลี่ยนของขันธห้าเป็นความสุข แท้ที่จริงการเปลี่ยนของอริยาบถนั้นมันก็แสดงว่าเป็นทุกข์อยู่แล้ว จึงต้องเปลี่ยน แต่ทำไมคนทั้งหลายจึงเห็นเป็นความสุข

สันตติ ความสืบทอดเป็นเครื่องปกปิดของอนิจจัง มันก็จริงละซี อย่างมนุษย์ของเราถ้าไม่มีการสืบทอดกัน คนไหนเกิดมาแล้วก็ตายไปๆ ใครเล่าจะเห็นคนเราเป็นของเที่ยงมันถาวรเล่า ผลที่สุดคนที่เห็นมนุษย์ในโลกนี้เป็นของไม่เที่ยงนั้นก็มอดม้วยเป็นของไม่เที่ยงเหมือนกัน ที่เห็นกายของเรานี้เป็นของเที่ยง ก็เพราะกายนี้มีการสืบทอดสันตติเนื่องกันอยู่เป็นนิจ เช่น ขนเก่าหลุดร่วงไป ขนใหม่เกิดมาแทน เล็บเก่าตัดทิ้งเล็บใหม่งอกมาแทน เซลล์เก่าเสื่อมไปเซลล์ใหม่เจริญมาแทน ร่างกายอันนี้จึงค่อยอยู่ได้ ความจริงสันตติความสืบทอดของร่างกายมันแสดงอยู่แล้วว่ามันไม่เที่ยงจึงต้องสืบทอดกันไว้ ถ้าหากขาดการสืบทอดมันก็เป็นอนิจจัง ถึงการสืบทอดก็แสดงอนิจจังในตัวอยู่แล้ว แต่คนในโลกนี้มีคณาปัญญาหายาบจึงมองเห็นแต่การสืบทอดของร่างกายเป็นของเที่ยงมันอย่างเดียว

ขณะสัญญา ความสำคัญเป็นก้อนของร่างกายนี้ปกปิดไว้ซึ่งอนัตตา เมื่อไม่เห็นอนิจจังมันก็ไม่เห็นอนัตตาละซี ท่านจึงให้แยกร่างกายอันนี้ออกเป็นส่วนๆ ไป คือ แยกให้เป็นผม ขน เล็บ ฟัน หนังเป็นต้นจนถึงน้ำมูตร อย่าให้เห็นเป็นก้อนกาย ให้เป็นชิ้นส่วนเล็กๆ น้อยๆ แต่ละอันกระจัดกระจายไป จนกระทั่งสลายไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลมตามสภาพของมัน ความปกปิดของอวิชชาโมหะซึ่งเห็นว่าอัตตาเป็นตนเป็นตัวก็จะหมดสิ้นไป จะเห็นเป็นของว่างเปล่าไม่มีสาระอะไรเลย

การฟังธรรมให้ตั้งจิตทำความสงบอยู่ในที่เดียว คือ อยู่เฉพาะในอารมณ์อันเดียวที่ตนฟังอยู่นั้น ก็จะเห็นชัดแจ้งตามเป็นจริงด้วยใจของตนเอง ดีกว่าเอากายไปฟังเทศน์ แต่เอาใจไปฟังเพลง

หรือเอาใจส่งสายไปหาแรงงานและบ้านเรือนลูกหลานซึ่งไม่เป็นผลดีแก่การพึ่งเทศน์ของเราเลย คติโบราณซึ่งแผลงมาจากพุทธพจน์ “ ทำอะไรให้ใส่ใจอันนั้น ”

ขั้นห้าคือรูปกับนามนี่เป็นที่สร้างความคิดและความชั่วทั้งหมด ใครจะทำอะไรก็เอาเถิด เมื่อไม่มาเกิดในขั้นห้าแล้วยอมทำไม่สำเร็จทั้งนั้น ขั้นห้านี้เรียกว่า กามาพจรภูมิ พระโพธิสัตว์ที่จะได้ตรัสรู้มาเป็นสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็มาสร้างในภูมิอันนี้เสียก่อน เมื่อสร้างแล้วก็มาตรัสรู้ในภูมิอันนี้ เมื่อจะตรัสเทศนาเพื่อให้เห็นโทษเบื้อหน้าในกองทุกข์ทั้งหลาย ก็ยกเอาขั้นห้าอันนี้ขึ้นมาเทศนา ขั้นห้าอันนี้จะเรียกว่าเป็นแก้วสารพัดนึกก็ไม่ผิด เพราะจะนึกอะไรก็ได้ทั้งนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้ เมื่อมีขั้นห้าแล้วยอมแสวงหามาได้ทั้งหมด ถึงไม่ได้มาก็นึกเอาด้วยใจยอมได้ทั้งสิ้น ธรรมทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน ธรรมที่เป็นกามาพจร รูปาพจร อรูปาพจรและโลกุตระ ย่อมเกิดจากขั้นห้านี้ทั้งสิ้น เมื่อขั้นห้านี้ยังตั้งอยู่ ปราชญ์ทั้งหลายยอมแสวงหาได้โดยไม่ยากนัก แต่ปลุกชนแล้วเหมือนงมเข็มในทะเล เรานำเอาภราตธรรมมาพิจารณาดีกว่า

ภราหะเวปญจักขันธา ปัญจักขันธทั้งหลายเป็นภาระจริงๆ (ไม่ว่าปลุกชนและอริยเจ้า เมื่อยังมีขั้นห้าอยู่ยอมมีภาระ)

ภราหะโรจะปุกคโธ แต่บุคคลก็ยังยึดถือภาระนั้นไว้

ภราพานังทุกขังโลเก แท้จริงการยึดถือภาระในโลกเป็นความทุกข์ (ผู้เห็นโทษแล้วไม่ยึดถือก็ไม่มีทุกข์)

ภาระนิกเขปะนัง สุขัง การปล่อยวางภาระเสียได้เป็นความสุข

นิกขิปิตตวา คะรุง ภารัง ครั้นปล่อยวางภาระอย่างหนักได้แล้ว

อัญญัง ภารังอะนาทียะ ไม่ยึดถือซึ่งภาระอย่างอื่นไว้

สะมุถัง ตัณหัง อัพพุหะ เป็นผู้รู้ถอนตัณหากับทั้งมูลรากได้แล้ว

นิจฉาโต ประณีพพุโตติ เป็นผู้หมดอยาก ดับเพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์ได้แล

นังสมาธิ

ให้ตั้งขั้นห้าเสียก่อนจึงจะมีเครื่องรับรอง ขั้นห้าคือขั้นห้า ภาษาเขาว่า ธรรมดา ขัน มัน เป็นเครื่องรองรับสิ่งของต่างๆ เช่น ดอกไม้ อาหารการกินทุกสิ่งทุกอย่าง ต้องตั้งขั้นเสียก่อนจึงรับรองได้ ธรรมะก็เหมือนกันถ้าไม่ตั้งขั้นห้าไปแล้วไม่ทราบว่าจะเอาอะไรมารับรองพิจารณาที่จิต กำหนดที่จิต อุปมาเปรียบเหมือนท้องฟ้าอากาศ เราทำไร่ทำสวนได้ไหม ท้องฟ้าอากาศปลูกอะไรก็ไม่ขึ้นหรือก่อกองลอยอยู่บนอากาศ จะปลูกอะไรได้มันต้องปลูกลงดินนี้ เราพิจารณา

ธรรมก็พิจารณาที่กาย อานาปานุสสติก็พิจารณาที่กาย มรณานุสสติก็พิจารณาที่กาย อสุภะก็พิจารณาที่กาย พิจารณาทั้งนั้นไม่ใช่อันเลย

พิจารณาที่กายแล้ว จิตมันจึงจะมีที่ตั้ง พิจารณาที่จิตอย่างเดียวย่างหรือ แต่มันไม่แน่นอนหนา พิจารณาที่กายจะพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งก็ได้ อย่างขั้นห้าที่อธิบายให้ฟังมาแล้วพิจารณาเป็นของปฏิกุศลเปื่อยเน่า พิจารณาเป็นของไม่เที่ยง พิจารณาเป็นกองทุกข์ พิจารณาเป็นของไม่เที่ยงสารพัดทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในตัวของเราไม่เที่ยงทั้งหมด พิจารณาเป็นทุกข์ ตัวของเราก็เป็นทุกข์ทั้งหมด ทุกสิ่งทุกอย่างที่กายเราเป็นอยู่นี้มันทุกข์ทั้งนั้น ผมก็ไม่เที่ยง ขนก็ไม่เที่ยง เล็บ ฟัน หนังก็ไม่เที่ยง ทุกสิ่งทุกอย่างไม่เที่ยงทั้งหมด ข้อเหล่านี้แหละจึงเป็นเครื่องรองรับของธรรมะ

เมื่อพิจารณาเห็นทุกข์แล้ว เห็นโทษเบื่อหน่ายในขั้น หักข้อมสละเสีย เมื่อยอมสละแล้วก็ยังเหลือแต่จิต นั่นแหละธรรมะจะเกิดขึ้นในที่นั้น จึงว่าให้ตั้งลงที่ขั้นอันนี้แหละ จะพิจารณาอะไรก็เอาเถอะ

พิจารณาอานาปานสติ ลมหายใจเข้าออก มีกายจึงค่อยมีลมหายใจเข้า หายใจออก เพราะกายนี้ยังมีอยู่ ที่ว่าพุทโธๆ ก็เพราะมีกายนี้แหละจึงค่อยนึกพุทโธได้

พิจารณามรณานุสสติก็เพราะกายนี้แหละยังมีอยู่ จึงพิจารณามรณานุสสติได้ พิจารณาให้มันเห็นเป็นของแตกของดับไป ลงไป ไม่ให้มันถือเป็นคนเป็นตัว พิจารณาให้มันสูญหายไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม มันก็ยิ่งเหลือแต่จิต

จึงว่า กายนี้เป็นของสำคัญที่สุด เมื่อมีกายแล้วจะทำดีทำชั่วได้หมดทุกอย่าง จะถึงมรรคถึงผลนิพพานก็ตรงที่กายนี้แหละ ให้ตั้งสติกำหนดที่กายแห่งเดียว ให้แน่วแน่ในอารมณ์อันเดียว นั่นแหละเป็นสมาธิแล้ว

อธิบายมามากแล้ว คราวนี้นั่งสมาธิกัน

๘๖. จิตเหนือโลก

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่อง จิตเป็นใหญ่กว่าโลก จิตเป็นของเหนือโลกทั้งหมด แต่แล้วก็จิตนั้นแหละก็เป็นไปกับโลกเสียด้วยเพราะว่า ถ้าจิตไม่มี โลกอันนี้ก็ไม่มี โลกคือมนุษย์ๆ ที่จะเกิดมาเป็นมนุษย์ได้ก็เพราะมีจิต โลกที่ตั้งเป็นบ้านเป็นเรือนขึ้นมาได้ก็เพราะมีจิต สิ่งทั้งปวงหมดอยู่ใต้อำนาจจิต เมื่อมนุษย์เกิดขึ้นมามีจิตแล้วก็สร้างโลก จิตก็เป็นทั้งโลกและเป็นใหญ่กว่าโลกเสียด้วยมนุษย์เรา

มันชอบเป็นอย่างนี้ เราชอบมองดูแต่เรื่องของคนอื่น ๆ นอกตัวของเรา ไม่มองดูตัวของเราให้เข้าใจตามเป็นจริง

มนุษย์ชาวโลกนี้ทั้งหมดเกิดมาแล้วย่อม่วนวายเดือดร้อนอยู่กับโลกธรรมทั้ง ๘ นี้ ทั้งนี้ก็คือได้สิ่งใดมาอันชาวโลกเขาสมมติว่าได้ก็ไม่อยากให้หลุดจากมือของเราไป แท้จริงแล้วของเหล่านี้เป็นของโลกเขาทั้งสิ้น เราไปถือกรรมสิทธิ์เอาต่างหาก ก็เท่ากับเราไปขโมยเอาของโลกเขา มา เมื่อของเหล่านั้นหลุดออกจากมือของเราไป ก็เท่ากับโลกเขามาทวงเอาคืนไป แต่มนุษย์ขี้ขโมยโววายว่า ของเราหายๆ จึงเดือดร้อนเป็นทุกข์ ก็เป็นทุกข์ละซี ขี้ขโมย กินไม่ได้ นอนไม่หลับ บางคนโทษมากถึงกับร่างกายซูบซีด ป่วยด้วยโรคความเสียใจ หรือถึงกับตายก็มี

ได้ยศชื่อเสียงโด่งดัง มีหน้ามีตาคนนิยมนับถือมาก โลกเขาสมมติให้ เข้าใจเอาว่าของปลอมเป็นของจริง ระวังลิ้มตัว เวลาเขาไม่นิยมก็หมดสิ่งเหล่านั้น ยิ่งแต่ตัวของเรา นึกขึ้นมาถึงของเก่าก็เสียดายระทมเดือดร้อนเป็นทุกข์เช่นเดียวกัน

ได้ความสรรเสริญเยินยอ ไปไหนมาไหนมีคนนับหน้าถือตาว่า พ่อตา แม่ยาย ป้าลุง ครูบาอาจารย์ ท่านเธอ คุณหญิงคุณนายต่างๆ นานา พอได้ยินเสียงเช่นนั้นหัวใจก็พองโตใหญ่ขึ้น โดยเข้าใจว่า ตัวเป็นเช่นนั้นจริง ลืมคิดถึงสภาพของจริงว่า เขายืมเอามาใช้ชั่วคราว เวลาเขาเลิกใช้ เช่น เมื่อเขาเลิก พูดคำอื่นซึ่งตรงกันข้ามกับคำนั้นเสีย ก็เสียใจน้อยใจหาว่า เขาถูกเหยียดหยามตน นี่ก็เป็นวิสัยของเด็กไม่รู้เดียงสาอะไรจริงๆ

สรุปแล้วได้สิ่งที่เราต้องการ คือ ลาภ ๑ ยศ ๑ สรรเสริญ ๑ ก็มีความสุขใจ โดยเข้าใจว่าตนได้จริงๆ ไม่เข้าใจว่าตนไปยึดเอาของโลกของเขาเอามาเป็นกรรมสิทธิ์ของเราต่างหาก เมื่อของเหล่านั้นเสื่อมหายไปก็เศร้าโศกเสียใจ โดยเข้าใจว่าของเหล่านั้นหายไปจริงๆ มันจะหายไปไหน มันก็อยู่ในโลกนี้แหละมันหายหนีไปจากเรา มันก็ไปอยู่กับคนอื่นต่อไป ถ้ามันหายหนีไปจากโลกนี้ทั้งหมดแล้วโลกนี้มันก็จะว่างไม่มีอะไรละซี ถ้าบุคคลเอาจิตเข้าไปยึดมันถือมันในโลกธรรมแล้วก็จะหมุนไปตามบุคคลพิจารณาเห็นโทษของมันเบื่อกว่า ถอนเอาจิตของตนมาตั้งอยู่ในความสงบ จิตก็จะอยู่เหนือโลกเป็นใหญ่ในโลก โลกจะทำอะไรจิตไม่ได้

โลกอันนี้คือจิตของคนเรามัน่วนวายเดือดร้อนไม่สงบกระเพื่อมหวั่นไหวอยู่ตลอดเป็นนิจคนเราจึงไม่มีโอกาสได้พิจารณาเห็นธรรม (คือ ความสงบ) ถึงคนทั้งปวงจะไม่สงบก็ตามขอให้ตัวเราสงบคนเดียวเสียก่อน ตัวเราก็เป็นตัวโลกคนหนึ่งเหมือนกับเขา ถ้าว่าทำอย่างนั้นได้สองสามคน โลกก็จะสงบไปตามกัน สองสามคนคิดว่าโลกนี้ทั้งโลกจะไม่มี ความสงบเลยสักคนเดียว

อันนี้พูดถึงเรื่องโลก โลกจะสงบหรือวุ่นวายเพราะจิตตัวเดียว คนทั้งหลายเป็นตัวโลกทั้งหมดเรียกว่าคนสร้างโลก เราอยากจะทำให้เหนือโลกก็ต้องสงบจิตของเรา มองดูตัวเราเห็นตัวของ

เราแล้วก็สงบจิตอยู่เหนือโลก ศาสนาคริสต์เชื่อว่า พระเจ้าสร้างโลก ก็ตัวเรานี่แหละ พระจิต พระใจ นี่แหละสร้างโลก พระยะโฮวาของเขาสรางอาดัมกับอีฟเป็นผู้สร้างโลกที่แรกคู่แรก ของเรานั้นเอาใจตัวเดียวนี่แหละสร้างโลก ลองคิดดูซิ เรื่องทั้งหมดร้อยแปดพันประการออกไปจากใจตัวเดียวทั้งนั้น คิดดี ชั่ว หยาบ ตะเยียด อิจฉา สารพัดทุกอย่าง ความชั่ว ความดีมันสร้างโลกให้เกิดขึ้นมา คิดทำบุญทำกุศล ทำทานรักษาศีล เมตตาทาวนา ก็ใจนั่นแหละเป็นคนสร้างให้เกิดความดี ความงามเหล่านั้นขึ้นมา แต่ความดีมีผลให้เกิดความสุขเมื่อเรายังอยู่ในโลกนี้ยังไม่พ้นจากโลกไปได้ จงสร้างความคิดไว้ให้มากๆ เพื่อจะได้อาศัยอยู่ไปก่อน

เรารู้แบบนี้แล้ว ทุกๆ คนพากันสร้างความคิด เข้าใจความดี รักษาความดี เมื่อรักษาความดีอย่างนี้แล้ว มันก็จะสงบสุขไปเอง พุทธศาสนาสอนให้ทำจิตสงบเป็นพื้นฐาน ไม่ให้ทำกรรมทำเวรแก่ใครๆ ทั้งหมด เราเป็นชาวพุทธเราก็ปฏิบัติตามนั้นจึงจะได้ชื่อว่าเป็นชาวพุทธแท้ ไม่เป็นชาวพุทธแต่ชื่อ เขาบอกว่าดีแต่เราคนเดียว ไม่ทำความชั่วแต่เราคนเดียว มันจะอยู่กับเขาได้อย่างไร อยู่ได้ทำไมจะอยู่ไม่ได้ โลกอันนี้อยู่ได้ด้วยความคิดหากชั่วทั้งหมดแล้วโลกจะอยู่ได้อย่างไร โลกก็เป็นโลกวินาศบรลย์กัลป์ละซี ความชั่วมันยุแหยจิตใจของบุคคลที่ไม่มันต่อในความดีให้หลงตามไป แต่จิตใจของบุคคลที่มันคงในความดีแล้วหายแหยหรือหลอกหลวงได้ไม่อันความดีนั้นมันน้อยแต่เป็นของหายาก ความชื่อนั้นมีมากแต่เป็นของหาง่าย อันคนดีมีอยู่สักคนหนึ่งเป็นเหตุให้พวงโลกอันนี้ไว้ไม่ให้ล้มจม เหมือนกับเรือล่มในทะเลอันมองไม่เห็นฝั่ง ผู้มีชีวิตทั้งหมดอาศัยในชีวิต แต่หากมองเห็นเกาะอะไรสักอย่าง ผู้มีชีวิตอยู่นั้นก็มีหวังในชีวิตอยู่บ้าง เราเรียนจากตำราเอาตำราสอนคนอื่นนั่นดีนัก แต่ตัวผู้สอนนั้นไม่ปฏิบัติเช่นตัวอย่าง เขาย่อมไร้คุณค่า เราต้องทำตัวอย่างให้เขาเห็น คนอื่นจึงจะทำตาม จึงว่าให้พิจารณาถึงตัวของเราเสียก่อน เราทำอะไรมันถูกต้องไหม มันเป็นความดีไหม เราไม่ต้องฟังสอนแก่คนอื่น แนะนำคนอื่น เราอบรมความดีให้มันดีขึ้นมาในตัวของเราเสียก่อน มันจะเป็นการแนะนำเขาในตัว เป็นตัวอย่างไปในตัว ไม่ต้องบอกต้องสอนเขาไม่ทำตามเราๆ ก็ดีของเราอยู่แล้ว เขาทำตามเรานั้นก็ดีไปตามกันหมด

เรื่องจิตใจมันของกว้างขวาง จึงว่าใจนะมันเป็นคนสร้างโลกสร้างธรรม เป็นคนอยู่เหนือและเป็นตัวโลกในตัว ในตัวของเรานี้มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หกอย่างเท่านั้น แต่มันทำงานได้ครบหมดทุกสิ่งทุกอย่าง เราต้องรักษาหกอย่างเท่านั้นไม่ต้องไปรักษาอย่างอื่น ตาเห็นรูป สวดยสดงงามสะอาดสะอาดอันสง่าราศีเป็นที่ผลิตเพลนเจริญใจ รักษาไว้อย่าให้ไปลุ่มหลงเพราะรูปที่เราเห็นที่มันสวดยสดงงาม มันก็เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่ง มันเกิดจากราค ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม แล้วก็ดับสูญไปมันต้องเป็นสภาพอย่างนั้น ของในโลกมันต้องมีทั้งของสวดยสดงงามและมีจีวีจี

เหร์ อย่าไปดูแลของสวยสดงดงาม ดูของสวยงามก็เพลิดเพลินเจริญใจ นำรักใคร่ชอบใจ ของชั่ว
ของเลวทรามก็ไม่อยากดู นั่นแหละวิสัยของตาเป็นอย่างนั้น วิสัยของหูก็เป็นเช่นเดียวกัน ชอบ
เสียงเพราะอ่อนหวานนุ่มนวล มันก็แสดงถึงเรื่องโลกอีกเหมือนกัน ความชอบเป็นโลกอันหนึ่ง
ความไม่ชอบก็เป็นโลกอันหนึ่ง เราสร้างโลกอยู่ในตัวของเรานี้แหละ เพราะใจของเรามี เราถึงได้
สร้างโลกของเราขึ้นมาในที่นี้ ชอบฟังเสียงเพลงหรือขับเพลงอะไรต่างๆ ชอบเสียงที่นุ่มนวล
อ่อนหวาน ยกยอชมเชยสรรเสริญก็ชอบใจ นั่นมันสร้างโลกขึ้นมาใจตัวแล้ว จมูกถูกกลิ่น
หอมหวานชวนให้คิดถึงกลิ่นนั้นอยู่เสมอๆ เมื่อกลิ่นนั้นหายไปก็อาลัยอาวรณ์ อยากจะให้อยู่กับ
จมูกนั้นเรื่อยไป อันนั้นเรียกว่าคิด ครั้นเหม็นก็ไม่ชอบใจอีกแหละ กลียดขังนั้นก็เป็นเรื่องสร้าง
โลกขึ้นอีก รสก็เหมือนกัน รสอะไรอร่อยก็ชอบ ไม่เอร็ดอร่อยก็ไม่ชอบ กายสัมผัสถูกต้องสิ่งที่
นุ่มนวลอ่อนนุ่มก็ชอบใจ แข็งกระด้างไม่ชอบ นี่มันสร้างโลกขึ้นมาในตัวนี้ ใจคิดถึงเรื่องอื่น
อารมณ์ต่างๆ เพลิดเพลินหลงลืมตัว คิดไปเพลินไป สนุกสนานไม่ทราบอะไรละ แต่สนุกเพลิน
หลงเมาตัวเอง คิดในสิ่งที่ตนชอบสิ่งที่ไม่ชอบก็ไม่คิด ธรรมารมณ์คืออารมณ์ที่มันเกิดมาในใจของ
เรา ก็เป็นเรื่องสร้างโลกอย่างหนึ่ง ผู้ที่ต้องการไม่อยากจะสร้างโลก เห็นโทษเห็นภัย เห็นสิ่งที่ดี
และไม่ดีเป็นสิ่งที่มียู่ในโลกอันนี้ เราจะละดีและไม่ดีเสียเมื่อไหร่ เราจึงพ้นจากโลกได้ ถ้ายังยินดี
พอใจกับของดีของไม่ดีอยู่แล้ว ก็ยังอยู่กับโลกคิดโลกนี้ไม่พ้นจากโลกได้

อายตนะทั้งหกนี้มันเกิดในที่เดียวกัน (คือ จิต) แต่ชอบอารมณ์และรับเอาอารมณ์ต่าง ๆ
กัน มันจึงทำให้จิตยุ่ง ท่านอุปมาไว้เหมือนสัตว์ ๖ ชนิด ผูกไว้ในหลักเดียวกัน คือ ลิง ๑ สุนัข
บ้าน ๑ สุนัขจิ้งจอก ๑ นก ๑ งู ๑ จระเข้ ๑ แต่ละตัวจะวิ่งไปสู่จุดหมายของตน ๆ ลิงก็จะวิ่งขึ้น
ต้นไม้ สุนัขบ้านมันก็จะวิ่งเข้าบ้าน สุนัขจิ้งจอกมันก็จะวิ่งเข้าป่าเข้าหากินซากศพ นกมันก็จะบิน
เข้าป่า งูมันก็จะเลื้อยเข้าถ้ำ จระเข้มันก็จะวิ่งลงน้ำ แต่มันไปไม่ได้เพราะมันผูกอยู่กับหลัก (คือ จิต
เดียว) จิตผู้ไม่รู้เท่ามันจึงทำให้ยุ่ง ผู้ฝึกหัดปฏิบัติรู้เข้าใจเรื่องเหล่านี้ตามเป็นจริงว่า วิสัยของ
อายตนะทั้งหกนั้น มีชอบกับไม่ชอบเท่านั้นแล้วปล่อยวางเสียไม่ไปยึดเอามาเป็นอารมณ์ จิตก็จะ
กลายมาเป็นใจเฉยอยู่กลางๆ นั่นแหละจึงเป็นธรรมเห็นธรรม ไม่เป็นโลกอยู่เหนือโลก พ้นจาก
โลก

ผู้จะอยู่เหนือโลกพ้นจากโลกต้องรู้เรื่องของโลกทุกแง่ทุกมุม รู้เรื่องของโลกก็รู้อายตนะทั้ง
หกนี้แหละ ไม่นอกเหนือไปจากอายตนะทั้งหกหรอก เช่น ตาเห็นรูปเป็นต้น ตารู้เท่าเรื่องของมัน
แล้วจิตมันจะหยุดนิ่งเฉย ไม่เข้าไปปรุงแต่งและเข้าไปยึดถือ ถ้าไม่รู้เท่าเรื่องของมันแล้ว จิตมันจะ
ปรุงแต่งไม่มีที่สุคเป็นต้น

การทำจิตไม่ให้หมุนไปตามอายตนะหก คือ ประุ้งแต่งส่งถ่ายไปตามอารมณ์ต่างๆ นั้น เป็นการหักงกกำลังของวิญญูจักร นักปฏิบัติผู้ฝึกหัดได้อย่างที่อธิบายมานี้ ถึงหักงกกำลังวิญญูจักร ไม่ได้ได้อย่างเด็ดขาด ได้เพียงชั่วคราวชั่วคราวก็นับว่าดีอีกโงแล้ว ดีกว่าไม่รู้วิธีหักเสียเลย

จิตที่จะเป็นโลก หมุนไปตามโลก หลงไหลมัวเมาไปตามโลกก็ดี ก็จิตดวงเดียวนี้ จิตที่จะให้ปัญญาวิชาฉลาดรอบรู้เรื่องของโลกไม่ให้หมุนไปตามโลกหลงไหลไปตามโลกก็จิตดวงนี้ได้ฝึกฝนอบรมไว้ดีแล้ว ส่วนกายซึ่งเป็นผลเกิดจากอวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม นั้น เขาทำไว้แล้ว จิตเป็นผู้มาครอง เรามีอิสระสามารถทำความดีได้เต็มที่ สามารถทำให้จิตอยู่เหนือโลกได้โดยไม่จิตขวางและไม่กระทบกระเทือนใครๆ ทั้งหมด

นั่งสมาธิ

เรามาหาผู้สร้างโลกเสียก่อน ผู้คิดสร้างโลกที่แรกคือตัวใจ ตัวศาสนาก็คือตัวใจนี้แหละ พระอิทธิตถะราชกุมารไม่ได้เป็นพระพุทธเจ้าหรอก ตัวใจนั้นต่างหากเป็นพระพุทธเจ้า ให้หาตัวใจเสียก่อน เราทุกๆ คนต้องมีใจทั้งนั้น ถ้าไม่มีใจก็คือคนตาย ถ้าไม่มีใจก็ไม่ได้เกิด มีใจจึงค่อยเกิดมา ฉะนั้นจึงให้หาใจ ใจคือตัวกลางๆ ไม่มีอะไรทั้งหมด ไม่มีอดีตอนาคตอยู่กับปัจจุบันอันเดียวไม่คิดคิดคิดชั่ว และคิดหยาบและละเอียดยกก็ไม่คิด แต่มีความรู้สึกตัวอยู่ อันนั้นแหละตัวใจ

อันที่เราคิดนั้นมันเป็นตัวจิตต่างหาก จิตคืออาการของใจนั่นเอง มีใจแล้วจึงค่อยมีจิต มันประุ้งมันแต่งมันคิดมันนึกมันส่งถ่ายทุกอย่างทุกประการล้วนแต่ตัวจิต จิตกับใจมันต่างกันอย่างนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นมามันต้องมีอันหนึ่งเสียก่อน มีอันหนึ่งแล้วจึงค่อยมีสองมีสาม เกิดไปจากอันหนึ่งทั้งนั้น อย่างเราตั้งบ้านตั้งเรือน เราก็ตั้งเสาหนึ่งลงเสียก่อน เป็นเสาเอก แล้วค่อยตั้งเสาสองสามต่อไป คนเราก็ตั้งอันหนึ่งคือใจเสียก่อน จึงค่อยกลายออกไปเป็นจิต ให้หาตัวนั้นแหละ ให้เห็นเสียก่อน ถ้าหากไม่เห็นเองง่ายๆ อย่างนี้ก็ไม่ได้ กลั่นลมหายใจลองดูก็ได้ กลั่นลมหายใจสักอึดหนึ่งไม่มีอะไรหรอก ไม่คิดไม่นึก แต่มีความรู้สึกอยู่เฉพาะที่ตัวเอง ตัวนั้นแหละเรียกว่าใจ แต่ว่ากลั่นลมหายใจนั้นได้ชั่วขณะ เวลาลมหายใจระลាយออกมันก็เลยหายไปเสีย ไปเป็นจิตเสียอีกแล้ว จึงสมกับที่เรียกว่า ลมหายใจ คือ ลมนี้มันหายใจออกไป หายใจมันก็ออกไปตามลมนั้นแหละพอกลั่นลมเท่านั้นละ หยุดเลย อันนี้ใช้ประโยชน์ได้มากเหมือนกัน เวลาเจ็บหนัก ๆ กลั่นลมหายใจก็ทุเลาไปหน่อย หากความโกรธ ความโลภ ความหลงเกิดขึ้นมา กลั่นลมหายใจหายไปพักหนึ่ง คือ มันเห็นใจนั่นเอง พอกลั่นลมหายใจก็เลยเห็นใจตรงนั้นแหละ ความโลภ ความโกรธ ความหลงก็เลยหายไปหมด จึงให้หาใจตัวนั้นให้เห็นเสียก่อน

ทำอย่างไรจึงจะเห็นจิตเห็นใจ มันไม่มีตนมีตัว มีแต่สถานที่เท่านั้น อวัยวะในตัวของคนเราทั้งหมดนี้มี ผม ขน เล็บ เป็นต้น จิตหรือใจอยู่ได้ทั้งหมด เอาไฟลองจี้ดูที่ปลายมือปลายเท้าดู จะเจ็บเหมือนกันทั้งนั้น จิตหรือใจ คือ ผู้รู้สึกนั่นเอง เหตุนั้นจึงต้องใช้เอาคำบริกรรม นึกพุทโธคำเดียว อย่างนึกสิ่งอื่นนึกพุทโธ ๆ อยู่คนเดียวเท่านั้นแหละ จิตหรือใจอยู่ที่นั่น จะเห็นจิต ถ้ามันหนีออกไปจากพุทโธก็เห็น เดียวนี้ไม่เห็นแล้ว ไปแล้วนึกพุทโธอีกมันก็เห็นอยู่นั้น ให้เห็นตัวพุทโธอยู่ตลอดเวลา เมื่อนึกพุทโธ ๆ ซ้ำนิจานานเข้า ส่วนพุทโธมันจะลึมหายไปเหลือแต่ใจผู้เดียว คือ ผู้ไม่คิดนึก จะมีแต่ความรู้สึกหรือบางทีความรู้สึกนั้นก็หายไปด้วย

ใจนี้เป็นของหายาก รู้วิธีที่จะหาใจแต่หา มันไม่เจอสักทีมันก็หายากอยู่เหมือนกัน ถ้าไม่รู้จักใจแล้วปฏิบัติกัมมัฏฐานยากนัก บางคนปฏิบัติมาเป็นเวลาสิบ ๆ ปี ก็ไม่เห็นใจสักทีเห็นแต่จิต ความจริงคำว่าเห็นจิตนั้น คือ เห็นแต่อาการความคิดนึกปรุงแต่งของมันเท่านั้น ผู้ไปคิดนึกปรุงแต่งนั้นไม่เห็นจึงเรียกว่า เห็นแต่อาการของมัน ถ้าเห็นตัวผู้คิดนึกปรุงแต่งแล้ว มันจะเข้ามาเป็นใจ คือหยุดนิ่งเฉยเลย อุปมาเหมือนบุคคลผู้ตามรอยโค เห็นแต่รอยยังไม่เห็นตัวมัน เรียกว่า ตามจิตไม่ใช่เห็นจิต เห็นจิตหรือรู้เท่าทันจิต จิตก็หยุดนิ่งเฉยไม่มีคิดนึกปรุงแต่งอะไร ๆ ทั้งหมด นั้นเรียกว่า จิตรวมมาเป็นใจแล้ว

คนที่ปฏิบัติมานานเป็นสิบ ๆ ปีก็ไม่เคยเห็นจิตตนเลยสักทีก็เพราะไปตามแต่อาการของจิตเหมือนบุคคลไปตามแต่รอยโค เลยไม่เห็นตัวโคเลยสักที ถ้าไปเห็นตัวโคแล้วใครเล่าจะไปตามรอยอีก

จิตกับใจพระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า เป็นอันเดียวกันจิตอันใดใจก็อันนั้น ใจอันใดจิตก็อันนั้น แต่พระองค์ทรงแสดงไว้เป็นสองอย่าง ผู้เขียนจึงได้อธิบายอาการของมันไว้อย่างนั้น ขอให้นักปฏิบัติผู้มีวิจรรณญาณทั้งหลายจงพิจารณาดู ท่านอาจเห็นตามนั้นก็ได้อะไร หรือไม่เห็นตามนั้นก็ได้อะไร ย่อมเป็นสิทธิของทุก ๆ คน ต่อนี้ไปจงนั่งสมาธิภาวนา

๘๗. การศึกษาพระพุทธศาสนา

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๑๔ มิถุนายน พ. ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะพูดถึงเรื่องการศึกษาเล่าเรียนของพระเถระเสียก่อนตามปกติธรรมดาที่ต้องเดือนหกข้างแรม วิชาจะแล้ว ก็ต้องมีการเรียนนักเรียนกัน ขณะนี้เวลาที่ล่วงเลยมาถึงปานนี้แล้วก็ยังไม่พร้อมกันเลย

พวกที่บวชใหม่ก็มี ที่ยังไม่ทันบวชก็มี ที่ยังไม่ทันมาก็มี มันจึงไม่ได้เปิดโรงเรียน การบวชเข้ามาแล้วมิใช่ว่าบวชเข้าพรรษาเฉยๆ จำเป็นจะต้องศึกษาเล่าเรียนให้รู้ธรรมวินัย รู้ข้อวัตรปฏิบัติมา รู้ธรรมวินัยนั่นคือ ธรรมอย่างหนึ่ง รู้วินัยอีกอย่างหนึ่ง ธรรมนั้นหมายความว่า รู้ข้อบัญญัติที่พระองค์เทศนาไว้ ได้แก่หัวข้อธรรมต่างๆ แต่ไม่ได้ปรับอบัติ เพราะไม่มีในบทบัญญัติ ท่านบอกให้กระทำอย่างนั้นๆ ประพฤติอย่างนั้นๆ เรียกว่า ธรรม คือเป็นข้อบัญญัติ ไม่เป็นข้อบังคับ กฎเกณฑ์ ส่วนพระวินัยนั้นมีข้อกฎเกณฑ์จำกัด ได้แก่สิกขาบทนั้นๆ เรียกว่ากฎหมายพระก็ว่าได้ ถ้าไม่รู้เรื่องเหล่านี้แล้วจะปฏิบัติได้อย่างไรมันต้องรู้ปริยัติเสียก่อน ปฏิบัติ ปฏิเวธมันจึงเป็นคู่กันไป

ปริยัติคือการศึกษา เราเป็นสาวกของพระพุทธเจ้า เราต้องฟังต้องเรียนคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่พุทธภูมิ ไม่ใช่พุทธะ เราเป็นสาวกคือผู้ฟัง ถ้าหากว่าบวชเข้ามาแล้วไม่ศึกษาเล่าเรียนก็ไม่รู้เรื่อง จะปฏิบัติอย่างไร ก็จะพากันปฏิบัติผิดๆ ถูกๆ การปฏิบัติผิดๆ ถูกๆ นั้นเป็นเหตุให้หมู่เพื่อนรังเกียจ เข้าหมู่ยาก จะเห็นพระบางท่านบางองค์ที่ไม่ศึกษาเล่าเรียน ไม่รู้จักธรรมวินัย ประพฤติแต่ตามครูบาอาจารย์ที่สอนให้ ได้ความรู้เท่าใดก็เอาเท่านั้น ไม่มีความรู้กว้างขวาง คงอยู่โดดเดี่ยวคนเดียวเข้าหมู่เข้าเพื่อนไม่ได้ ถ้าเข้าหาหมู่หาเพื่อน หมู่เพื่อนได้ถามก็จะเก้อเขิน ผู้อยู่คนเดียวคิดว่า การประพฤติกปฏิบัติก็เหลวไหลไม่ทราบว่าจะไรต่ออะไร นั้นแหละพวกที่ไม่มีการศึกษาเล่าเรียน การศึกษาเล่าเรียนทำให้มีความรู้อาจหาญกล้าหาญอยู่ในตัว จะเข้าสังคมใด หมู่ใด คณะใด ย่อมสามารถพูดได้กระทำได้อย่างอาจหาญ นี่คืออำนาจและประโยชน์ของปริยัติเหตุนี้เมื่อบวชมาแล้วจะพรรษาหนึ่งสามเดือนก็เอาเถอะ ต้องเรียนเป็นเบื้องต้น นักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอก เรียนไปตามลำดับนั้นแหละ หรือแม้จะเป็นปะขาวไม่ได้บวชก็มีสิทธิ์ศึกษาเล่าเรียนเหมือนกัน พระนวกที่บวชใหม่ เรียกว่า เรียนนวก ปะขาว เรียกว่า เรียนธรรมศึกษา เมื่อเรียนแล้วจะต้องสอบเหมือนกันกับพระกับเณร เมื่อสอบได้ก็เทียบเท่านักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอกนั่นเอง เหตุนี้เมื่อบวชเข้ามาแล้วต้องทำกิจธุระของพระของเณร คือการศึกษาเล่าเรียนนี้เอง เพื่อจะได้เป็นที่พึ่งของฆราวาสชาวบ้าน ชาวบ้านไม่มีการศึกษาเล่าเรียน มัวเมาอยู่กับการหาอยู่หากิน พระเหล่านี้มีหน้าที่ที่จะศึกษาเล่าเรียนปฏิบัติให้เป็นไปตามหลักสูตร การศึกษาที่วางไว้แล้วจะได้ไปแนะนำพร่ำสอนญาติโยม อุบาสก อุบาสิกาที่เข้ามาปฏิบัติธรรม จึงต้องมีวิชาอบรมความรู้ให้เขา ชาวบ้านเขาสนับสนุนด้วยปัจจัยธาตุทั้งสี่ มีจีวรเป็นต้น พระภิกษุสามเณรเราไม่มีการหาอยู่หากินอะไร นอกจากบิณฑบาตรเท่านั้น การศึกษาเล่าเรียนนอกจากรู้แล้วนำไปใช้ส่วนตัวแล้ว จะต้องนำไปสั่งสอนคนอื่นให้เข้าใจต่อไปด้วย เพราะมีทั้งอุบาสก

อุบาสิกาสันับสนุนภายนอก พระภิกษุสามเณรต้องเป็นผู้ศึกษาเล่าเรียนภายใน สนับสนุนซึ่งกันและกัน ศาสนาจึงจะถาวรต่อไป

บรรพบุรุษของเราแต่ก่อนท่านเรียนมาอย่างนี้แหละ ท่านบำรุงมาอย่างนี้ พุทธศาสนาจึงเจริญงอกงามมาจนถึงทุกวันนี้ เหตุการณ์การศึกษาเล่าเรียนจึงจำเป็นที่สุดที่จะต้องเรียน เรียนปริยัติแล้วเอาไปปฏิบัติจึงเกิดผลคือปฏิเวธ ปฏิเวธคือความรู้แจ้งประจักษ์ในธรรมนั้น ๆ ถึงรู้แจ้งประจักษ์แล้วก็ตาม ถ้าหากไม่มีหลักปริยัติก็พูดไม่ถูกเหมือนกัน ปริยัติเป็นหลักสำคัญเบื้องต้น เราจดจำปริยัติได้แล้วเอาสติปัญญาความจำปริยัตินั้นแหละไปฝึกฝนอบรมจึงจะถูกต้องทาง มิฉะนั้น การฝึกฝนอบรมก็อาจจะผิด ๆ ถูก ๆ ถึงปฏิเวธก็ตามเถอะ ถ้าไม่มีปริยัติเป็นเครื่องวัดก็แก้สงสัยไม่ได้ มีลังเลสงสัยนั้นแหละ เราไม่ใช่พุทธะ เราเป็นสาวกมันต้องฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วปฏิบัติ จึงจะหายสงสัย ปฏิบัติเช่นว่า เราไหว้พระสวดมนต์นี้แหละ อิติปิโส ภควาอรหังสัมมาสัมพุทธโธ ดังนี้ เป็นต้น ถ้าหากเราไม่ได้เรียน ไม่ได้ศึกษาก็ไม่รู้จักความหมาย ก็ว่าไปเหมือนกับนกกับกาว่าไปตามกัน เขวาก็ว่าไปตามเขา ไม่รู้เรื่อง ถ้าหากรู้ความหมายมันซาบซึ่งเข้าไปในจิตว่า ภควา แปลว่า พระผู้มีพระภาค พระผู้มีพระภาค คืออะไร เป็นผู้เผยแผ่เป็นผู้มีส่วน ส่วนคืออะไร ส่วนคือ ที่เป็นพระพุทธเจ้า อย่างพระพุทธเจ้าที่เป็นมาแล้วแต่ก่อนเก่า จึงว่ามีส่วน อรหัง คือผู้ไกลจากกิเลส อะไรคือไกลจากกิเลส กิเลสมีความโกรธ ความโลภ ความหลง เป็นต้น เราซาบซึ่งเข้าถึงจิตถึงใจ เราระลึกถึงอย่างนี้ไปตามบท จิตใจก็ปลอดโปร่ง คือมันปราศจากกิเลสมันก็ปลอดโปร่งปริยัติเป็นประโยชน์อย่างนี้แหละ ถ้าหากปลอดโปร่งอย่างนั้นแล้ว คราวนี้ พุทธโธ แปลว่า ผู้รู้ รู้อะไร รู้ธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า รู้เอง เห็นเองขึ้นมาในใจ เรียกว่า พุทธโธ พุทธโธ คือ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ความเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสของเราในการที่รู้จักธรรม ความปลอดโปร่ง อันนั้นละเรียก พุทธโธ รู้ขึ้นมาอย่างนี้แหละปริยัติ หากว่าไม่รู้ตามคำอธิบายแล้ว ไปเกิดความรู้ขึ้นเฉพาะตนเอง ปลอดโปร่งขึ้นมาด้วยตนเอง ทีนี้จะเรียกอะไรหนอในธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราอาจจะสงสัยขึ้นมาก็ได้ ครั้นเมื่อเราไปรู้ คำว่า พุทธโธ แปลว่า ผู้เบิกบาน ผู้ตื่นแล้ว ก็จะเข้าใจ อ้อถูกตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างนี้เป็นต้น เรียกว่า เรียนมันมีประโยชน์ ทุกสิ่งทุกอย่างก็ต้องอาศัยปริยัติ ปริยัติคือพระธรรมคำสอนที่พระพุทธเจ้าท่านบัญญัติ เป็นบทบาลีที่อธิบายเป็นบท ๆ บาท ๆ ไป เรียกว่าปริยัติ

ปฏิบัติ คือเรากระทำตาม ทำถูกต้องแล้วบรรลุผลเป็นปฏิเวธ คือความปลอดโปร่ง เบิกบาน รู้ขึ้นได้ด้วยตนเอง เรียกว่า พุทธโธ ศาสนาทั้งสามอย่างนี้ คือ ปริยัติ ปฏิบัติและปฏิเวธเป็นผลต่อเนื่องกัน ขาดอันใดอันหนึ่งไม่ได้ ปริยัติเป็นพื้นฐาน เหมือนกับตัวของเรา ในการปฏิบัติธรรมเราจะทิ้งพื้นฐาน คือตัวของเราไม่ได้ ตัวของเราเป็นบ่อเกิดของธรรมทั้งปวงหมด ถ้าหากไม่

มีตัวของเราแล้ว ไม่มีอะไรที่จะพิจารณาธรรม ทุกสิ่งทุกอย่างมีอยู่ในตัวของเราครบหมด แต่เราไม่พิจารณาละซี มันจึงไม่รู้จักกรรม ไปพิจารณาอื่นนอกจากตัวของเรา มันก็ไม่เห็นนะซี มนุษย์เราก้หากไม่มีตัวเสียแล้วสิ่งอื่นจะเกิดขึ้นมาได้ยังไง มันเกิดจากตัวของเราทั้งนั้น ให้จับหลักตรงนี้ให้ได้เสียก่อน ปักหลักตรงนี้ คือตัวของเราให้มันแน่น ไปงมหาแต่ของภายนอก คั้นคว่าแต่ของภายนอก ลืมตัวของเราเลยไม่เจอของดีในตัวของเรา สิ่งทั้งปวงหมดต้องมีหลัก ไม่มีหลักไม่ได้ แม้แต่ทำมาค้าขายเขาต้องยึดหลักมันในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเสียก่อน จึงค่อยทำมาหากิน เจริญรุ่งเรือง เราปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน ต้องเอาตัวของเราเป็นหลัก ทำให้มีฐานมันคงลงไปเสียก่อน ปลูกต้นไม้เขาก็ให้รากมันหยั่งลงไปในดินเสียก่อน มันแก่ขึ้นมาจึงค่อยเกิดผล นี่รากยังไม่ถึงดินอยากกินผลแล้ว มันก็แยละซีแบบนั้น สมาธิให้มันแน่นแน่จึงจะเจริญปัญญาวิปัสสนาได้

พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมมากมายปริยาย แต่ก็รวมลงที่ตัวของเราทั้งสิ้น ไม่ได้สอนนอกเหนือไปจากนี้ สอนให้เห็นทุกข์โทษเบื้อหน่วยในตัวของเราให้เห็นตามเป็นจริง แต่มนุษย์ผู้หลงมัวเมา เห็นสุขในกองทุกข์ไม่ยอมเห็นตาม เห็นไปอีกอย่างหนึ่ง เลยฝ่าฝืนคำสอนของพระพุทธองค์ จึงทำให้พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายลำบากในการสอน เช่น สอนในชั้นห้ำ คือ ตัวของเราว่า รูปเกิดขึ้นมาแล้วมันไม่เที่ยง แปรปรวนไป เป็นทุกข์ มนุษย์คนเราก้ยังไม่เห็นเป็นทุกข์ และเห็นว่าเป็นสุขอยู่ร่าไป จนกว่าจะเห็นเป็นทุกข์ก็จวนจะตายเสียแล้ว จึงคร่ำครวญโอดครวญว่าหมดเวลาเสียแล้ว

ที่จริงคำสอนของพระพุทธองค์สอนของจริงให้เห็นตามเป็นจริงทุกสิ่งทุกอย่าง รูปพอเกิดขึ้นมาแล้วจำเป็นต้องกระทบกระทบแตกหักเป็นธรรมดา เช่น วัตถุทั้งหลายมีถ้วย ชาม เป็นต้น แต่มนุษย์ผู้เข้าไปยึดถือสิ่งเหล่านั้นว่าเป็นของกู ๆ เมื่อของเหล่านี้แตกสลายไป บางคนจนอุทานออกปากว่า ต้าย กูตายอย่างนี้ก็มี

พระพุทธเจ้าสอนให้เข้าใจตามเป็นจริงว่า สิ่งเหล่านั้นเกิดขึ้นจะด้วยกรรมวิธีใด ๆ ก็ตามเกิดขึ้นแล้วมันไม่เที่ยง แปรปรวนไป เป็นทุกข์ เมื่อผู้มาพิจารณาตามคำสอนของพระพุทธเจ้าเห็นจริงดังนี้แล้ว ย่อมไม่ยึดมั่น ถ้อมมั่น เบื้อหน่วย ปล่อยวางในสิ่งเหล่านั้นได้เสียแล้ว ยอมมองเข้ามาเห็นจิตของตนผ่องใส คราวนี้เห็นจิตของตนแล้ว เมื่อเห็นจิตแล้วมองดูเฉพาะจิตนั้น ไม่มองดูทุกข์ จิตนั้นก็ป็นอันหนึ่ง ทุกข์กลายเป็นอันหนึ่งของมันต่างหาก เมื่อมองลึกเข้าไปก็เห็นแต่ใจ คือ มีอารมณ์อันหนึ่งของมันต่างหาก จะไม่เกี่ยวข้องด้วยอารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น

อารมณ์อันหนึ่ง คือ ใจนี้เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติทั้งหลายปรารถนาอย่างยิ่ง มีปัญหาถามว่า จิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งหรือเรียกว่า ใจ นี้ มันจะมีประโยชน์อะไร เราภาวนาก็ต้องการให้เกิดปัญญาลาดเฉียบแหลมมิใช่หรือ จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งมันก็โง่งละซี

ขอเสนอว่า คนที่คิดเช่นนั้น มีความเห็นเช่นนั้น เคยทำตนให้เป็นคนโง่แล้วหรือเปล่า ผู้เขียนบอกว่า การทำตนให้เป็นโง่เช่นนั้นต้องฝึกหัดฝึกฝน กว่าจะเป็นคนโง่ได้มิใช่ของง่าย โง่ตามสัญชาตญาณของมนุษย์สัตว์นั้น จะฝึกหัดอย่างไร ๆ ให้เป็นคนโง่แบบนี้ไม่ได้เด็ดขาด ฝึกหัดให้ฉลาดเฉลียวตามอาการของจิต ซึ่งไม่ได้ควบคุมหรือไม่เห็นจิตของตนเสียเลยดูเหมือนจะยิ่งโง่หนักเข้าไปเสียอีก ดูแต่บางคนเมื่อถูกความโกรธคุกคามเข้า กินไม่ได้ นอนไม่หลับ เพราะคิดแต่จะเอาชนะ เขาถ่ายเดียว ตนเองเอาชนะตนเองไม่ได้ ก็เพราะตนเองไม่เคยทำความโง่เช่นนั้นอย่างว่านั้น ส่วนผู้ที่เคยฝึกหัดทำความโง่มาแล้วหรือเคยเห็นใจดังที่ว่ามันั้น จะคิดก็อยู่ในขอบเขตของเหตุผล เมื่อคิดนึกแล้วก็หยุดนิ่งเข้าหาความโง่ของตน เรื่องราวทั้งหลายก็หมดสิ้นไป เรียกว่า จะให้คิดนึกปรุงแต่งเป็นผู้ฉลาดก็ได้ไม่ให้คิดนึกปรุงแต่งเป็นคนโง่ก็ได้ โง่แบบนี้สบายดีมาก มีเกียรติยศชื่อเสียงล้นฟ้า มีสมบัติมหาศาลล้นแผ่นดิน แต่เมื่อกิเลสเข้ามาคลุ้มคลั่งของเหล่านั้นมีก็ไร้ค่าหาช่วยอะไรได้ไม่ ความโง่แบบนี้ไม่คิด ไม่ปรุงแต่ง อบรมจิตให้อยู่เฉยเป็นกลางนี่เท่านั้นที่จะช่วยได้

จิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งที่เรียกว่า ใจ นี้มีประโยชน์อย่างนี้ และทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงความโง่ได้ในโอกาสอันสมควร

นั่งสมาธิ

เอ้า ค้นหาใจลองดู ใต้อธิบายให้ฟังแล้ว ให้ค้นหาจุดตรงไหนเป็นใจ จิตนะ ไม่ต้องค้นหา มันก็เห็นอยู่แล้ว มันぶ่งุ่นวายสารพัดทุกสิ่ง ที่มันส่งสายอยู่นั่นละ ตัวจิต

ตัวใจแท้คืออะไร มันอยู่ตรงไหนกัน ใครก็มีใจทุกคน พูดถึงเรื่องใจอยู่ตรงไหน ถ้ามเข้าถึงซี่เข้ามาที่ท่ามกลางหน้าอก หมายถึงหัวใจ คือ หทัยวัตถุ เรียกว่า หัวใจ แท้ที่จริงไม่ใช่ใจ สมัยใหม่เขาเข้าใจว่าสมองทำหน้าที่เป็นผู้คิดนึก นั่นก็ไม่ใช่อีกเหมือนกัน ถ้าหากว่าสมองเป็นใจ หากว่าตายแล้วสมองก็ทิ้งอยู่ตรงนั้นแหละ มีแต่จิตเกิดในคตินั้น ๆ คนตายเขาไปเกิดในที่ต่าง ๆ แต่สมองไม่ได้ไปด้วยจึงไม่ใช่ใจ ใจไม่ได้อยู่ที่สมอง สมองเป็นสำนักงานที่มีศูนย์ควบคุมการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ตัวผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง ต่างหาก ใจแท้จิตแท้ อยู่ที่ไหนก็ได้ อยู่ข้างล่าง ข้างบน ปลายมือ ปลายเท้า ได้ทั้งหมด แม้แต่อยู่ที่ภูเขา ต้นไม้ หรือของนอกกายก็ได้ทั้งหมด ถ้าเอาใจไปไว้ตรงนั้น เช่น เห็นลูก เห็นหลาน เห็นสัตว์สารพัดสิ่งต่าง ๆ เวลามันเจ็บ มันปวด ยังอุทานว่า ตาย กูตาย อันที่จริงไม่ใช่กูตาย ตัวนอกคือสิ่งนั้นมันเจ็บต่างหาก แต่เอาใจไปไว้ที่นั่นเลยถือว่าเราตาย ความคิดความนึกไปในสิ่งต่าง ๆ ปรุงแต่ง จึงว่าเอาใจไปไว้ที่ไหนมันก็

อยู่ ผู้หัดทำสมาธิภาวนาจริง ๆ แล้ว ลองเอาไปไว้ที่มือคู่มันก็อยู่ปลายมือ เอาไปไว้ที่ปลายเท้ามันก็จะอยู่ที่ปลายเท้า หรือที่ปลายผมก็ได้ เอาไว้ท่ามกลางหน้าอก มันก็อยู่ท่ามกลางหน้าอก

ใจหมายความถึงของกลาง ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต ลงปัจจุบัน ลองคิดดูอดีตเอาออกไปเสีย อนาคตก็เอาออกไปเสีย อดีตที่ล่วงไปแล้วก็ไม่ต้องคำนึงถึง อนาคตที่ยังไม่มาถึงก็ไม่ต้องคำนึง มันจะมีอะไรละคราวนี้ มันก็เป็นกลาง ๆ ของกลาง ๆ ก็ว่างเปล่าละซี นั่นแหละตัวใจ ของกลางไม่ใช่ใจ ใจของกลางมันต้องมีผู้รู้จักว่า เฉย ๆ ความเฉย ๆ นี้คล้ายกับอัปปนาสมาธิ แต่อัปปนาสมาธิไปอีกอย่างหนึ่ง อันนี้มันไม่ถึงอัปปนาสมาธิ เราวางใจให้เป็นกลาง วางเฉยไม่คิด ไม่นึก ไม่ส่งสาย มันก็อยู่ได้ หาดตัวนี้แหละให้มันเห็น

ส่วนอัปปนาสมาธินั้น ฝึกหัดจิตแน่วแน่ละเอียดลงไป ๆ หายเจียบไม่มีสิ่งอื่น มีแต่จิตอันเดียว อันนั้นเรียก อัปปนาสมาธิ ครั้นหาใจตัวนี้เห็นแล้ว เมื่อจิตมันเคืองร้อนวุ่นวาย มันคิดส่งสายสารพัดทุกอย่าง อันนั้นเรียกว่า จิต เราไม่เอา จิต ละ เราปล่อยวางให้ว่างเฉยหมด ให้เข้ามาถึงใจเสีย มันก็สบายไม่ต้องไปหาที่อื่นหรอก ใจมีแล้วทุกคน ใจนี้มีมาตั้งแต่เกิด แต่เราไม่เห็นใจ เห็นแต่จิต ใช้แต่จิต ใช้ให้โกรธ ให้หลงมัวเมาประมาท เพลิดเพลิน สารพัดทุกสิ่งทุกอย่าง จิต มันใช้เรา เข้าถึงใจแล้ว ไม่มี จึงว่าจิตใช้เรา ไม่ใช่เราใช้จิต ถ้าเราใช้จิตมัน ต้องถึงใจ มันจะคิดจะนึกส่งสายไปต่างๆ ก็รู้เท่ารู้ตัวอยู่ มันไม่ได้มัวเมาหลุ่มหลง ไม่ยินดียินร้าย ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลงหมดทุกสิ่งทุกอย่าง มีแต่ความรู้เท่าทันมัน ใช้มันเลยคราวนี้ ใช้มันแล้วก็เข้าถึงใจ ให้อยู่ที่ใจ เวลาอยู่ที่ใจ เวลาใช้ ๆ มันไป ใช้แล้วให้เข้ามาอยู่ที่ใจ มันไม่อยู่ที่กลายเป็นจิต ไม่เข้าถึงใจ อันที่เข้าถึงใจนั้นมันมีประโยชน์อย่างนี้แหละ ใช้มันไปเถอะ แต่ใช้มันแล้วให้รู้จักประมาณ ให้อยู่ในขอบเขตของจิต คือจะคิดก็ได้ไม่คิดก็ได้ เรื่องของจิตและใจเป็นอย่างนี้

เอ้า ทำสมาธิภาวนาหาจิตและใจต่อไป

๕๘. กายคตาสติ

พระนิโรธรังสี คัมภีรปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๒๐ มิถุนายน พ. ศ. ๒๕๒๕

จะเทศน์เรื่องกายให้ฟัง ทุกคนมีกายด้วยกัน ผู้เทศน์ก็เอากายมาพูดให้ฟัง ผู้ฟังก็เอาหูคือเอากายมาให้ ถ้าเราไม่ตายเมื่อไรผู้ฟังก็ยังฟังอยู่ ผู้เทศน์ก็ยังเทศน์อยู่ตราบนั้น เรื่องกายเป็นของสำคัญยิ่งกว่าสิ่งอื่น ๆ หมด ถ้าหากไม่มีกายแล้วเราจะทำอะไรไม่ได้จะทำมาหากินสร้างบ้านสร้างเรือนก็ไม่ได้ โลกเรานี้ถ้าไม่มีกายแล้วหมดเรื่อง เรื่องวุ่นวาย เรื่องจุกจิกอะไรต่าง ๆ สารพัดทุกอย่างกาย

นี้แหละมันเป็นเหตุ ทำให้เดือดร้อน แล้วกระทบกระเทือนไปถึงคนอื่น ทำดีก็กระทบคนชั่ว ทำชั่วก็กระทบถึงคนดี ทำเรือกสวนไร่นา ก็กระทบถึงป่าถึงเขื่อน กระทบกระเทือนกันอยู่อย่างนั้น ต้องยังไม่รู้จักแล้วสักที จึงว่าคนเราเกิดขึ้นมาทำทั้งบาปทั้งบุญ สร้างทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว เราเอากายนี้แหละไปทำกรรมที่เป็นกามาวจรกุศล รูปาวจรกุศล และที่เป็นโลกุตระกุศลก็กายอันนี้ เรียกว่า จะสร้างสมเอามนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ หรือ พระนิพพานสมบัติ ก็เอากายนี้ทั้งนั้น

มนุษย์สมบัติ ก็อย่างที่เห็น ๆ กันอยู่นี้แหละ การทำมาหาเลี้ยงชีพวันวุ่นวายอยู่อย่างนี้แหละ ผู้ถนัดทำมาค้าขาย ก็ทำมาค้าขาย ผู้เป็นกสิกร ก็ทำกสิกรรม ผู้เป็นข้าราชการ ก็มีเงินดาวเงินเดือนกินเป็นต้น แล้วแต่ใครจะชำนาญทางไหน การเกษตรและกสิกรรมก็มากมายกว้างขวางเหลือที่จะคณนานับ ทำแล้วก็ทำเล่าอยู่นั้นแหละ ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งวันตายไม่มีที่สิ้นสุด บางทีเราก็อาจจะกลับมาเกิดอีก มาทำอีกก็ได้ มาขุดคุ้ยดินหาหินเหมือนไก่อยู่นี้แหละ กลับไปกลับมาไม่มีที่สิ้นสุด หาเอามาสะสมเอาไว้เพื่อเลี้ยงชีพ เลี้ยงให้เพื่อนานตายหน่อย ทานไปวันหนึ่ง ๆ ไม่ใช่ทานเพื่อไม่ให้ตาย แต่เพื่อให้มันอยู่นานไปหน่อย ทุกคนต้องตายด้วยกันทั้งนั้น ไม่ว่าจะกายหนุ่ม กายแก่ เฒ่าชราต้องตายด้วยกันหมดทุกคน ต่างพากันกอบโกยเอาสิ่งที่ตนต้องการทุกสิ่งทุกอย่าง ได้เท่าใด มีเท่าใดก็ไม่พอ ไม่ทราบว่าจะหาเอาไปทำอะไรตายไปแล้วก็ไม่เห็นเอาไปได้ มนุษย์สมบัติมันเป็นอย่างนี้แหละ สมบัติที่มนุษย์ต้องการไม่ทราบว่าจะกอบโกยเอาไปถึงไหน ครั้นได้มาก็เพียงแค่อามาเลี้ยงชีวิตเท่านั้นแหละ เลี้ยงชีวิตให้มันนานตายหน่อย นั่นละประโยชน์ของมนุษย์สมบัติเพียงแค่นั้นแหละ

สวรรค์สมบัติ คือการแจกจ่ายสละทรัพย์หรือสิ่งของทำบุญทำทานเป็นบุญกุศล เพื่อเป็นเสบียงทางของเราที่จะให้ไปเกิดในปรโลกข้างหน้า ถึงหากว่าไม่เป็นบุญเป็นกุศลด้วยการแจกจ่ายก็ดี แต่ให้มันเป็นสวรรค์ด้วยจิตเอ็นดูเมตตาปรารถนาหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ผู้ยากจน สงเคราะห์เอ็นดูซึ่งกันและกัน สมบัตินี้หากมาได้จะใช้ได้ก็เพียงมีชีวิตอยู่เท่านั้น ตายแล้วเอาไปด้วยไม่ได้ ฉะนั้นพึงทำสวรรค์สมบัติให้เกิดแก่เราเสียเมื่อเรายังเป็นมนุษย์อยู่นี้ การเฉลี่ยความสุขให้คนอื่น ทำให้จิตใจเราเบิกบานผ่องใสสะอาด มันต้องสะอาดจากที่นี้เสียก่อน ถ้าหากว่าที่นี้ไม่เบิกบาน ไม่สะอาด ไม่ปลอดโปร่ง ไปภพหน้ามันก็เศร้าหมองอยู่นั่นเอง สักกะ หรือ สวรรค์ เรียกว่า สุขคติ (ที่ ๆ มีความสุข) เราทำความสุขให้เกิดขึ้นแก่ตัวเราในภพนี้ เมื่อตายไปก็จะได้รับความสุขเรียกว่าไปสวรรค์ สวรรค์ชั้นสูง ๆ อยู่ไหนก็ไม่ทราบ เราเอาสวรรค์ที่มันปรากฏเห็นชัดขึ้นในตัวของเราเสียก่อน เมื่อตายแล้ว มันจะเกิดที่ไหนก็ตามเถอะ เราเชื่อพุทธพจน์ที่ว่า ผู้ที่มีใจสะอาดแล้ว สุขคดีย่อมหวังได้ดังนี้ นั่นแหละเป็นสวรรค์ วิมานเงินวิมานทอง ก็หมายถึงที่อยู่ ที่อาศัย ซึ่งจิตของเรานี้เป็นคนแต่ง คนปรุง จิตมันผลิตผลิตอินทรีย์เบิกบานแล้ว มันก็เป็นสวรรค์ไปในตัว ถ้าจิตใจ

เบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสแล้ว เราจะอยู่ในบ้านใหญ่โตรโหนฐานหรือในกระท่อมก็ตาม ย่อมเป็น สวรรค์ในที่นั้น ๆ สวรรค์สมบัติก็เกิดจากกายนี้เหมือนกัน ถ้าไม่มีกายนี้ก็จะเอาอะไรมาทำบุญทำ ทานมาสงเคราะห์เมตตาแก่คนอื่นเล่า

พรหมสมบัติ สร้างด้วยของที่ไม่มีตนมีตัว คือ จิตในขณะใดเบิกบานร่าเริง แน่วแน่เป็น สมาธิเต็มที ปราศจากอารมณ์ สะอาด ผ่องใสเค็ดขาด ไม่มีโลก โกรธ หลง ไม่มีความรักความ ชังนั้นละ เรียกว่าพรหมสมบัติ อันนั้นถ้าไม่มีตัวของเราก็ทำไม่ได้เหมือนกัน

นิพพานสมบัติ ที่จะเป็นพระนิพพานก็อยู่ที่ตัวของเรานี้แหละสร้างเอา พระพุทธเจ้าและ สาวกทั้งหลายก็เหมือนกัน ท่านสร้างพระนิพพานขึ้นในตัวของท่าน มีแล้วไม่ให้มี เป็นแล้วไม่ให้ เป็น มีแล้วไม่มีอีก เป็นแล้วไม่เป็นอีก นั้นเรียกว่าดับ ไม่เหมือนพรหม มีแล้วไปมีอีกข้างหน้า ส่วนพระนิพพานนั้นมีแล้วไม่ต้องมีอีก คือมีร่างกายโปร่งแล้ว พระองค์และสาวกของพระองค์ก็มี แล้วละทิ้งไป จาโค เป็นผู้สละแล้ว ปฏิณิสต์โค มุตติ อนาลโย สละเค็ดขาดแล้ว ฟ้นแล้วไม่ เกี่ยวข้องอีกต่อไป นั้นแหละจึงว่ามีแล้วไม่มีอีก ส่วนพรหมนั้นยังเกี่ยวข้องอยู่จึงไม่เป็น อนาลโย

มนุษย์สมบัติ พรหมสมบัติ นิพพานสมบัติ ทั้งสามนี้มีอยู่ในกายนี้ทั้งนั้น ของดีมีอยู่ แล้วแต่เราไม่พากันพิจารณาเอาเปรียบเหมือนกับมดแดงเฝ้าข้าวมะม่วง เฝ้าอยู่นั่นแหละ ไม่ได้กิน มะม่วงสักที คนเราก็เหมือนกัน เฝ้าของดี ๆ แต่ไม่เห็นของดี ไม่ทราบว่าจะดีอยู่ตรงไหน ของดี ของตนมีอยู่แต่ไม่พิจารณาของดีให้มันเกิดมีขึ้นในตน มันยากอยู่ตรงนั้นแหละ ผู้ที่ท่านรู้และเข้าใจ ไม่ต้องเฝ้า เอามาเหมือนกินเลย เมล็ดและเปลือกก็ทิ้งเสีย กินแต่เนื้อหอม ๆ หวาน ๆ ต้องใช้ปัญญา ฉลาดเฉียบแหลมรู้จักเลือกเฟ้น ธาตุ ชันธ์ आयตนะ อินทรีย์ทั้งหลาย ทั้งหมดมีอยู่ในตัวของเรา แล้วทั้งนั้น ปฏิกิจสมุปปาทก็อยู่ในตัวของเรา จึงว่ากายของเราเป็นของดีวิเศษยิ่งกว่าสิ่งใดทั้งหมด ถ้าพูดถึงคุณค่าก็หาประมาณมิได้ ถ้าพูดถึงของวิเศษก็สูงสุด เราพากันประมาทเสีย ขา แขน หู ตา จมูก ลิ้น กายและอวัยวะทุกชิ้นส่วน ใช้มันอยู่ทุกวัน ๆ วันหนึ่ง ๆ ใช้มันหลายอย่างหลายเรื่อง มันก็ไม่ชำรุดทรุดโทรม เครื่องจักรเครื่องยนต์เขาใช้อย่างมากก็เพียง ๕ - ๑๐ ปี เจ๊งเลย ส่วน อวัยวะในตัวของเรา นี้ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจใช้ได้นาน บางคนใช้ได้ตั้ง ๘๐ - ๕๐ ปี หรือ ตั้ง ๑๐๐ กว่าปีก็มี มันคืออย่างนี้ ถ้าจะใช้ในทางธรรม

ธาตุสี่ ชันธ์ห้า आयตนะ มันก็มีพร้อมอยู่ในตัวของเราทั้งหมด ขอแต่ให้พิจารณาตัวมันเห็น ตามเป็นจริงก็แล้วกัน เห็นว่ากายนี้เกิดมาจากธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประสมกันเกิดมาเป็น ก้อนหนึ่ง แล้วก็แตกสลายไปตามสภาพของมัน เมื่อบุญกรรมยังมีอยู่ ก็เกิดมาใหม่อย่างนี้ตลอดไป ไม่ใช่ของกู ไม่ใช่ของตน ตัวไม่มี ตนไม่มี เป็นแต่รูปนามมันเกิดขึ้นดับไป แต่เราก็ยังยึดถืออยู่ร่ำ ไป จึงว่าให้ พิจารณากายของเราทั้งหลาย ไม่ต้องพิจารณาอื่น ให้เห็นคุณค่าขึ้นมาเดี๋ยวนี้แหละ

ลองพิจารณาคู่มือของเราแค่นี้ก็พอ ถ้าไม่มีมือจะเอาอะไรมาจับ มายึด มาถือมาหยิบสิ่งของ หยิบของมากของน้อยก็ได้ ยกของมากของน้อยก็ได้ เหล่านี้มันเป็นประโยชน์แก่ตน มันเกิดจากอะไรทำไมมือจึงหงิก จึงงอ จึงกำได้ ลองพิจารณาดูซิ ใครเป็นคนให้กำ ให้หยิบให้ยก พิจารณาแค่เฉพาะมีมือนี้ก็เหลือที่จะพิจารณาแล้ว จนเห็นว่าธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ผสมกันขึ้นมาเป็นก้อนเป็นกลุ่ม รัศมีด้วยเส้นเอ็นน้อยใหญ่ทั้งหลาย แล้วก็ปกปิดด้วยผิวหนังจึงเรียกว่าคน เมื่อพิจารณาถึงของจริงอย่างนี้ จิตมันก็จะดึงแนวแนลงไป เห็นของจริงตามสภาพของมันว่า มันหากเกิดขึ้นเป็นอยู่ของมันต่างหาก ซึ่งเกิดขึ้นจากธาตุสี่ผสมกันต่าง ๆ หลายเรื่องหลายอย่างดังได้กล่าวมาแล้ว มือเลยกลายเป็นของไม่ใช่ตัวของเราเสียแล้วคราวนี้ แต่มันเกิดขึ้นของมันเองต่างหาก การถือถอนถือตัวเลยหายไป อวัยวะสิ่งอื่น ๆ ในตัวของเรานี้ทั้งหมดก็เหมือนกัน จึงจะให้พิจารณาให้มันชัดแจ่มแจ้ง จนเห็นด้วยใจของตนเอง เกิดความรู้ขึ้นในใจของตนเอง จึงจะสละทิ้งถอนสิ่งทั้งปวงได้เออละ

นั่งสมาธิ

เทศน์ให้ฟังแล้วว่า ให้พิจารณาเฉพาะตัวของเรานี้แหละ อันมีธาตุสี่ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เมื่อแยกออกไปแล้วก็เป็นอย่าง รวมกันแล้วก็เป็นอย่าง ๆ เลยไม่รู้จักว่าเป็นธาตุสี่ เพราะเห็นเป็นแขน ขา ตัว หัว มันเลยไม่เห็นเป็นธาตุสี่ ถ้าพิจารณาให้ละเอียด แยกออกเป็นสัดเป็นส่วน สิ่งที่มีมันแข็งมันชื้นเรียกว่า ธาตุดิน สิ่งที่มีมันเหลว ๆ เรียกว่า ธาตุน้ำ สิ่งที่มีมันพัดไปพัดมาเรียกว่า ธาตุลม ที่มีมันอบอุ่นก็เรียกว่า ธาตุไฟ ส่วนอายตนะ ก็ออกไปจากนี้แหละ จันท์ห้า ปฏิจจสมุปบาท ก็ออกไปจากนี้ พิจารณากายนี้ให้เห็นเป็นธาตุสี่เสียก่อน นอกจากนั้นพิจารณาอะไรมันจะถูกธาตุสี่ทั้งหมด

ครั้นเห็นตัวของเราเป็นธาตุสี่แล้วก็หมดเรื่อง ตัวตนไม่มีเห็นเป็นอันหนึ่งของมันต่างหาก เขาจะเกิดขึ้นมาเขาก็เกิดของเขาต่างหาก เขาจะดับลงไปก็ดับเองของเขาต่างหาก ไม่มีใครบังคับกะเกณฑ์ มันหากเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปตามสภาพของมันต่างหาก เป็นอยู่อย่างนั้นแต่ไหนแต่ไรมา เป็นของเก่า ก่อนพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ ก็เป็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้ามาตรัสรู้แล้ว หรือ พระพุทธเจ้านิพพานแล้ว ก็เป็นอย่างนั้น เทศน์เอาดินเอากายนี้แหละมาเทศน์ จงพิจารณาให้มันเห็นชัดลงไปตามเป็นจริงแล้ว ก็สิ้นสงสัยในธรรมของพระพุทธเจ้า

เอวัง เท่านั้นแหละ

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๒๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๕

ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนา สงบกาย สงบใจให้มันพร้อมกัน เอากายฟัง เอาใจเป็นผู้รู้ กายคือ หู เป็นคนฟัง มีอายตนะมีผัสสะ และประสาทเป็นเรื่องรับรู้ ใจเป็นผู้รู้ มีใจจึงเกิดผัสสะ อายตนะ รู้ ขึ้นมาภายใน ถ้ามีแต่ผัสสะไม่มีใจ ความรู้สึกทางประสาทก็ไม่มีเหมือนกัน อย่างคนที่ตายแล้วไม่ทราบว่าจะไปอยู่ไหน การฟังเทศน์ก็ต้องเอากายกับใจมาฟัง จึงจะรู้เรื่องถ้าฟังไม่ตั้งใจ ก็ไม่เข้าใจ ตั้งใจฟังแล้วแต่ความสงบไม่เพียงพอ มันก็ไม่สามารถที่จะรู้ได้เพราะธรรมชาติของกายต้องการความสงบจิตสงบใจค่อยฟังธรรมรู้เรื่อง จิตมันส่งสายวุ่นวายด้วยอารมณ์ต่าง ๆ คิดนึกโน่น นี่ สารพัดทุกอย่าง มันเลยกราบพระธรรมไป ไม่เห็นพระธรรม ไม่รู้พระธรรม พุทธศาสนาทั้งหมด ไม่ได้สอนที่อื่น นอกจากกายกับใจ คนมีกายมีใจ จึงค่อยฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้าได้

ใจเป็นใหญ่กว่าสิ่งทั้งหมด สิ่งทั้งหมดในโลกมารวมลงที่ใจแห่งเดียว ถ้าไม่มีใจแล้ว โลกทั้งหมดก็มีไม่ได้ เราฟังที่ใจ เห็นที่ใจ รู้ที่ใจ จึงค่อยเกิดความรู้ ความฉลาด สิ่งทั้งปวงหมดจึงค่อยมี เราเอากายกับใจนั้นแหละปฏิบัติ บางคนปฏิบัติมานานแสนนานตั้ง ๒๐ - ๓๐ ปี ก็ไม่เห็นใจสักที เอากายกับใจปฏิบัติ ทำไมไม่เห็นกาย ไม่เห็นใจกันสักที การปฏิบัติมันยากตรงนี้ การฝึกอบรมสัตว์ เช่น ม้า วัว ควาย เราจับตัวมันได้แล้วจึงจะฝึกอบรมมันได้ ถ้าไม่ได้ตัวมันจะอบรมฝึกฝนได้อย่างไร ลองคิดดูซิ เที้ยวป่า เที้ยวรก เที้ยวบ้าน เที้ยวเมือง เที้ยวไปทุกทิศทุกทาง เอากายเอาใจนั้นแหละไปเที้ยว แล้วทำไมจึงไม่เห็นกายเห็นใจ บางคนที่ว่า อยู่ที่ไหนก็ปฏิบัติได้ ไม่ต้องไปป่า ไปรก ก็จริงอยู่ละ อยู่ที่ไหนก็เอากายเอาใจนั้นแหละปฏิบัติเหมือนกันทุกคนแหละ จะปฏิบัติในบ้านก็ได้ ในป่าหรืออยู่ในวัดในวาก็ได้หมด ถ้าเห็นใจแล้ว ถ้าไม่เห็นใจ ก็ไปเถิด จะเดินไปรอบโลกก็ไปเถาะ ตายทิ้งเสียเปล่า ๆ ไม่เห็นใจซักที เป็นของยากเหมือนกัน ว่าถึงเรื่องยากว่าถึงเรื่องง่ายก็ง่ายนิดเดียว ไม่ต้องไปหาไกล อยู่ตรงนี้แหละ ได้คางเราไป คือท่ามกลางออกเรานี้แหละ อยู่ใกล้นิดเดียว หาเห็นง่าย ๆ แต่ไม่หามาหามา หามันก็ไม่เห็นนะซิถ้าไม่รู้ตัวมัน รู้ตัวมันละก็เห็นประเดี๋ยวเดียวเท่านั้นแหละหาง่ายสบายเลย พวกที่เข้าป่าเข้ารก ไปถ้ำไปเขา ก็เพื่อหาประสบการณ์ เรียกว่าไปหาวิเวก ไปหาความสงบ ป่ารกมันเป็นลับป่ายะดีที่สุด คิดว่าในบ้านเรามันไม่ได้เห็นผู้เห็นคน เห็นแต่ป่าแต่เถื่อน กายมันก็สงบ จิตมันก็ว่างว้าง มันเปลี่ยนแปลงสภาพจากบ้านเกิด ความว่างว้างขึ้นมา เมื่อไม่เห็นความว่างว้าง หรือเห็นความว่างว้างแล้ว แต่ไม่เห็นใจ มันก็เท่าเท่านั้นแหละ ครั้นมันเกิด ความว่างว้างขึ้นมา จับตัวว่างว้างนั้นได้ นั่นแหละจึงจะเห็นใจ ใครเป็นคนว่างว้าง ใครเป็นคนวิเวก ใครเป็นคนสงบ จับตัวนั้นได้ นั่นแหละจึงจะเป็นประโยชน์แก่ตัว ถ้าหาก

จับตัววังเวงไม่ได้ก็จะเลยฟุ้งซ่านใหญ่ คิดถึงบ้าน ถึงผู้ถึงคน คิดสิ่งสารพัดทั้งปวงหมด นั่นแหละ จิตไม่มีหลัก มีที่มั่น ถ้ามีหลักตั้งมั่นลงไปแล้ว มันไม่ไปไหนหรอก ไปอยู่ป่าประสบเหตุการณ์ ต่างๆ ที่ทำให้ทุกข์แสนทุกข์ กลัวแสนกลัว กลัวถึงที่สุดแล้วมันเห็นธรรม เพราะพึ่งใครไม่ได้ต้องพึ่งตนเอง ไปอยู่กับหมู่กับเพื่อน อาศัยหมู่เพื่อนอยู่ เลยสุขสบายเกิดความประมาท เลยไม่เห็นตน ของตน ตนคืออะไร ตนก็คือใจ ไปจับใจนั้นได้แล้วมันก็อยู่คงที่ สิ่งทั้งปวงหมดเกิดจากใจทั้งนั้น สุขและทุกข์ก็เกิดจากใจทั้งนั้น ไปหาที่สงบวิเวกในป่าไหน ๆ ก็เพื่อหาใจตัวเดียวนี้เท่านั้น

อุบายจับตัวใจ ท่านให้ใช้คำบริกรรม จะเป็นพุทโธ หรืออานาปานสติก็ได้ ล่อให้ใจมันมา อยู่ตรงนั้นเท่านั้น ถ้าใจไม่อยู่ก็ไม่ใช่ประโยชน์อะไรเลย บริกรรมให้จิตมันอยู่ในคำบริกรรมนั้น เพื่อจะจับมันให้ได้ บางคนถึงจะภาวนาพุทโธหรืออานาปานสติ ตัวจิตมันก็ไม่อยู่ในพุทโธ จิตมัน ไปไหนก็ไม่ทราบแม้แต่พุทโธก็หายไปด้วยกัน นี่คือขาดสติแล้ว จงตั้งสติคุมจิตให้อยู่ในพุทโธ ใหม่ ทำอย่างนี้อยู่เรื่อยไป ทำหน้อยเข้าจิตก็อยู่เอง เมื่อสติคุมจิตมาอยู่ในคำบริกรรมว่า พุทโธ ๆ อันเดียวแล้ว ให้พิจารณาว่าใครเป็นผู้ว่าพุทโธ ก็จิตนั่นแหละเป็นผู้ว่าพุทโธเกิดจากอะไร ก็เกิด จากจิต ผู้คิด ผู้นึก ผู้รู้สึก จึงว่าจิตมันมาอยู่กับพุทโธแล้วคราวนี้ อย่าไปจับเอาพุทโธ จับเอาที่ ความรู้สึกนั้นนะ อันที่นึกคิดว่าพุทโธ พอจับจิตได้แล้ว คำบริกรรมว่าพุทโธ ก็จะหายไปหมด หรือถ้าไม่หายก็จงวางเสียจับเอาแต่ผู้รู้หรือธาตุรู้อันเดียว

เราจะไปดูแต่รูปนามเกิดดับ อยู่ จิตจะไม่รวม เวลาจิตจะรวมแล้ว รูปนามหรือเกิดดับ จะไม่มี ถ้ายังมีอยู่ จิตก็ไม่รวม จิตมันอยู่ที่ ใจ มันเกิดขึ้นมา แล้วดับไป เกิดขึ้นมา ดับไป มันอยู่ เฉพาะใจอย่างเดียว จะไปเอาอะไรที่ปลายเท้า จิตใจ มันอันเดียว พอนึกว่าพุทโธเท่านั้น มันก็เข้า มาอยู่กับความนึก ความรู้สึกว่าพุทโธหรือ อานาปานสติ มันเข้ามาอยู่ในที่นั่นเลย จิตดูเหมือนมี มากดวง เพราะจิตมันเร็วที่สุด จนจับไม่ได้ทัน แต่ถ้าจับได้แล้ว จิตนี้มันช้า ไม่เร็วหรอก พุดไป มันยากเหมือนกัน จิตมันของไม่มีตัว ไม่มีตน มีแต่ความรู้สึก ผู้รู้สึกมีอยู่มันมีตัวมีตนตรงนั้นแหละ ความรู้สึกนี้เห็นชัดขึ้นมาก็กลายเป็นตัวขึ้นมาทีเดียว ถ้าฝึกภาวนา นึกถึงพุทโธหรืออานา ปานสติอยู่บ่อย ๆ นาน ๆ เข้าจิตจะค่อยเพลาลง อ่อนลง เย็นลง สงบ เยือกเย็น มันจะเข้าถึงใจละ คราวนี้

ความคิด ความนึก ความปรุง ความแต่ง สารพัด ทุกอย่างเป็นจิต ผู้ที่นึกคำบริกรรมอยู่ก็เป็นจิต ครั้นผู้นั้นไม่คิดไม่นึกเสียแล้ว มีแต่ความรู้สึกเฉย ๆ อยู่ เรียกว่า ใจ จิตกับใจ มันต่างกัน อย่างนี้ บางคนก็เข้าใจ เอาจิตมาเป็นใจ ที่จริงท่านก็พูดเหมือนกันว่า จิตอันใด ใจอันนั้น ใจอันใด จิตอันนั้น แต่ทำไมจึงพูดสองคำ มันต้องมีแปลกกันนะซี มันมีที่แตกต่างกันอยู่เท่านั้นแหละ

เหมือนเราทำน้ำแข็ง ก็น้ำธรรมดาๆนี่แหละ ถูกความเย็นเข้าจนแข็ง เขาก็เรียกว่าน้ำแข็ง มันก็น้ำอันเดียวกันนั่นแหละ เหตุนี้จึงว่า จับจิตตัวนั้นให้ได้เสียก่อนอย่าเพิ่งเอา ใจ เลย

คราวนี้เราจะใช้จิตพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม ถ้าจับจิตได้แล้ว ก็ใช้จิตเลย อย่าให้จิตใช้เรา ที่มันคิด มันนึก มันปรุงแต่ง ส่งสายไปมานั้น มันใช้เรา เราใช้มันละคราวนี้ มันจะคิด นึก ปรุง แต่งก็ได้ แต่ให้อยู่ในขอบเขต หรือจะไม่ให้คิด นึก ปรุง แต่งก็ได้ หรืออยู่เฉยๆ ก็ได้ เช่น

พิจารณากายให้เห็นเป็นอสุภะปฏิกุศล เป็นของเปื่อยเน่า เห็นความเกิด ความดับที่ตัวของเรา คำว่า พิจารณากายในกาย ให้พิจารณากายของเราให้อยู่ในกายนี้แหละ พิจารณาให้มันดิ่งลงไป ไม่ออกจากกายนี้ เรียกว่า พิจารณากายในกาย

พิจารณาเวทนา พิจารณากายแล้วก็เป็นอันว่าพิจารณาเวทนาเหมือนกัน เวทนามันก็ออกจากกายนั้นแหละ ถ้าไม่มีกายก็ไม่มีเวทนา สัตว์ที่ไปตกในนรกนั้น กายไม่มีหรือ แต่กามาพจรภูมิยังถือกายอยู่ เพราะมันถือกายนี้แหละ มันจึงไปตกนรก ไปสวรรค์มันก็ถือกายนี้ มันไม่มีกายแล้ว มันไม่สุขไม่ทุกข์หรือ จิตมันถือว่า กายมี มันปรุงมันแต่งเอา มันยึดมันถือมันจึงทนทุกข์ทรมาน พระพุทธเจ้าท่านต้องการชำระกายนี้ ไม่ให้ไปยึดถือ จึงสอนให้พิจารณากายในกาย จิตเมื่อพิจารณากายในกายแล้ว กายอันนี้จะหายไปหมดไม่ปรากฏเลย เหลือแต่จิตอันเดียว พิจารณาเวทนาในเวทนาจึงเช่นเดียวกัน พิจารณาเฉพาะเวทนาความสุข ความทุกข์ หรือเฉยๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ ตัวนั้นแหละเวทนา

พิจารณาจิต ก็เอาจิตนั้นแหละมาพิจารณา พิจารณาจิตในจิตก็เอาจิตนั้นแหละมาพิจารณาอีก สรุปแล้ว พิจารณากายก็เอาจิตมาพิจารณา พิจารณาเวทนาจึงเอาจิตมาพิจารณา พิจารณาจิตก็เอาจิตนั้นมาพิจารณาจิตอีก จิตตัวนั้นแหละเป็นธรรม เป็นอันว่าเราได้พิจารณาสติปัญญาทั้งสี่ครบบริบูรณ์แล้ว

พิจารณาอยู่นานหนักเข้า จิตมันรวมเข้าเป็นใจ ก็อยู่เฉยๆ ไม่คิดนึก ไม่ปรุงแต่ง ไม่ส่งสาย สัญญาอารมณ์ไม่มีเลย ใต้แก้อัปนาสมาธินั่นเอง

คนเราอยู่หมู่มาด้วยกันย่อมมีเรื่องยุ่ง ถ้าไม่หัดจิตให้เข้าถึงอัปนา พักผ่อนทำความสงบบ้าง จึงควรพากันฝึกหัดให้ได้ตั้งที่อธิบายมา อธิบายเท่านั้นละ

นั่งสมาธิ

พูดถึงเรื่องจิตหมดทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว ไม่ทราบว่าจะพูดอะไรกันอีก ให้หาตัวจิตอย่างไร อธิบายให้ฟังแล้ว วิธีหาตัวจิตตัวใจก็พูดให้ฟังแล้ว ก็เท่านั้นแหละ วิธีทำกรรมฐาน

พระพุทธศาสนาก็สอนเท่านั้นแหละ ไม่สอนอื่นไกล ที่สอนอธิบายกว้างขวางไปนั้น เป็นปลีกย่อยของมันต่างหาก หัวข้อใหญ่ ๆ ใจความแล้วลวงที่จิตใจทั้งนั้น ขอแต่ให้พากันตั้งใจทำ เชื่อว่าจิตมีใจมีความเชื่อนั้น มันอยู่ในใจของเรา แล้วเราพยายามทำ สามารถที่จะเห็น สามารถที่จะเป็นไปได้อะไรที่ถอดออกก็แล้วกัน

คนที่เชื่อมั่นว่าใจของเราที่อยู่ตรงนี้แหละ จิตของเราที่อยู่ที่นี่แหละ แล้วจึงพยายามคิดค้นหาด้วยอุบายต่าง ๆ ตามที่ได้ศึกษามาจากสำนักครูบาอาจารย์ต่าง ๆ แล้วจะเกิดแยกกายขึ้นมาด้วยตนเอง แยกกายนี้แตกต่างจากอุบาย อุบายแนะนำสอนกันได้ เช่นบอกว่า จงรักษาคุณงามความดีด้วยการรักษาศีล ดังนี้ เป็นต้น ส่วนแยกกายนั้น ไม่ทราบว่าจะบอกอย่างไรกัน มันต้องเกิดความรู้ด้วยใจของตนเอง และความรู้ความเห็นอันนั้นก็เป็นอย่างชัดเสียด้วย จนอุทานขึ้นมาในใจว่า อ้ออย่างนี้ดอกหรือ แต่ความรู้อันนั้นจะเอาไปเผยแพร่แก่คนอื่นก็ไม่เหมือนกับที่ความรู้ด้วยใจของตนเอง จะบอกคนอื่นได้ก็เพียงแต่อุปมาอุปมัยเท่านั้น รวมความแล้วแยกกายเป็นความรู้พิเศษที่เกิดขึ้นบังเกิดขึ้นเฉพาะตน ผู้เกิดแยกกายขึ้นเฉพาะตนเช่นนั้นแล้ว เอาแยกกายอันนั้นไปสอนคนอื่นด้วยอุบายการอุปมาอุปมัยต่าง ๆ ผู้ฟังได้รับฟังคำอุปมาอุปมัยนั้นแล้ว เมื่อยังไม่เกิดแยกกายขึ้นมา ก็เอาอุบายนั้นไปสอนคนอื่นต่อ ๆ ไป แยกกายนี้เมื่อเกิดขึ้นมาเฉพาะบุคคลใดแล้ว ย่อมทำบุคคลนั้นให้สิ้นสงสัยในวิชาที่ตนได้เรียนมาก็ดี หรือตนได้ปฏิบัติมาก็ดี เป็นอันว่าจบเพียงแค่นี้ แต่มิได้หมายความว่าจบวิชาทุก ๆ ประเภท เป็นแต่จบหรือสิ้นภูมิความรู้และความสามารถของตนในภูมินั้น ๆ เท่านั้น เหมือนกับบุคคลที่นำภาระไป ผู้ใดมีกำลังมาก ย่อมนำไปได้มาก ผู้มีกำลังน้อยย่อมนำไปได้น้อย ตามกำลังของตน ๆ ฉะนั้น

จงทำสมาธิต่อไป

๑๐๐. ชัมมจักกัปปวัตตนสูตร

พระนิโรธรังสี กัมภีรปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๕ กรกฎาคม พ. ศ. ๒๕๒๕

วันนี้เป็นโอกาสดี ที่พวกท่านทั้งหลายมาจากจุดที่สัมาวมกัน ณ สถานที่นี้ แล้วก็ทำอาสาพหุชาในวันนี้ซึ่งเป็นวันคล้ายกับวันพระพุทธเจ้าทรงตรัสพระธรรมเทศนาแก่ภิกษุปัญจวัคคีย์ทั้งห้า มีพระอัญญาโกณฑัญญะ เป็นต้น เป็นครั้งแรกแต่ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวันก่อนเข้าพรรษาหนึ่งวัน พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงปฐมเทศนาคือ ชัมมจักกัปปวัตตนสูตร เราพากันระลึกถึงพระคุณของพระพุทธองค์ที่มีพระเมตตาตามหากฎาธิคุณอันยิ่งใหญ่แก่พวกเรา

ทั้งหลาย พระองค์นั้นเป็นผู้เสาะแสวงหาซึ่งโมกขธรรมทุกอย่างทุกประการในสถานที่ทั้งหลายทั้งปวง เทียวป่าแถวรุกขมูลไปในวิเวกสัญจรด้วยพระองค์เอง แม้แต่ชีวิตร่างกายก็ไม่อาลัยอาวรณ์ ได้ทำทุกกรกิริยาอยู่ ถึง ๖ พรรษา จึงได้พบของดีของจริงคือ อริยสัจธรรมทั้งสี่ พระพุทธเจ้าได้พบของดีนั้นแล้วก็อยากจะเทศนาสั่งสอนให้พวกพุทธบริษัททั้งหลายฟัง ไม่ตระหนี่เหนียวแน่น พระองค์เทศนาเปิดเผยหมดเลยที่เรียกว่า ชัมมจักกัปปวัตตนสูตรไม่เหมือนพวกเราทั้งหลายที่พากันเสาะแสวงหาทรัพย์สินเงินทองลงทุนลงแรงศึกษาเล่าเรียนหรือทำมาค้าขายได้เงินเป็นหมื่นเป็นแสนเป็นล้านก็ไม่ค่อยจะเปิดเผย มีแล้วก็ปกปิดอำพรางไว้ ต่อเมื่อโจรมาขโมยมาลักเอานั่นแหละ จึงค่อยเผยออกมา แล้วเปิดเผยมากกว่าของเป็นจริงเสียด้วย ส่วนพระพุทธเจ้าไม่เป็นเช่นนั้น ของพระพุทธเจ้าดีกว่าของเหล่านั้นอีกโข จิตใจท่านเปี่ยมไปด้วยเมตตาปรารถนาที่จะให้พวกเราได้รับรู้ได้เห็นด้วย อย่าไปว่าแต่พระพุทธเจ้าเลย ถึงแม้พวกเราทุกวันนี้ถ้าปฏิบัติศีลธรรมเห็นจริงเห็นแจ้งด้วยใจของตนเองแล้ว ก็ย่อมเปิดเผยแก่เพื่อนมิตรสหาย หรือแม้แต่คนที่ศัตรูไม่ปกปิดอำพราง ไม่ตระหนี่เหนียวแน่นเปิดเผยจนสิ้นเชิง ธรรมของดีพิเศษของนี้มีเท่าใดก็เอามาเปิดเผยจนหมดให้คนได้รับรู้ได้เห็นเป็นธรรมทาน พระองค์มีจิตเมตตาจริง ๆ ปรารถนาจะให้ความสุขแก่คนทั่วไป คนที่ให้ท่านนั้นต้องถือว่าของนั้นเป็นของเราแล้วจึงให้ท่านแก่คนอื่น ธรรมะที่เกิดมาในพระทัยของพระองค์นั้น ไม่มีคำที่ว่าของนั้นเป็นของ ๆ เราแล้วให้ท่าน ให้เท่าใดก็ไม่หมดไม่สิ้น พุทธบริษัทฟังแล้วก็ไม่รู้จักเบื่อรู้จักหน่าย ยิ่งฟังยิ่งเบิกบาน เรียกว่า ได้ด้วยของไม่มีคือธรรม

อริยสัจธรรมสี่ในชัมมจักกัปปวัตตนสูตร เรียกโดยย่อว่าธรรมจักร ทำไม่จึงเรียกธรรมจักร คือ มันมีปริวัตรสามอาการสิบสอง อริยสัจธรรมสี่แต่ละอัน ๆ นี้มีปริวัตรสาม คือ ทรงเทศนาเวียนสามารถบึงเป็นอาการสิบสอง แล้วท่านก็ทรงเทศนารวมความว่า ปริวัตรสามอาการสิบสองนี้ทำกิจในขณะจิตเดียว ท่านว่าอย่างนั้น อันนั้นเป็นของละเอียดหน่อย พระองค์ทรงพิจารณาเห็นชัดเจนด้วยพระองค์เองแล้วจึงเอามาเปิดเผย แต่ก็ยากที่พวกเราทั้งหลายจะเข้าใจถึงไม่เข้าใจก็จะเทศนาให้ฟังพอเป็นเครื่องพิจารณาดังนี้

ทุกข์ชาติปีทุกขา **ชรา**ปีทุกขา **มรณัง**ปีทุกขัง **อันนี้** เรียกว่า **ทุกข์**กาย **โสภปริเทว**ทุกข โทมนัสสุปายาสอันเรียกว่า**ทุกข์**ใจ ทุกข์เป็นของควรกำหนดมิใช่ของควรละและก็เป็นธรรมด้วย ทุกข์มีชาติเป็นต้นมีอยู่ในตัวของเรานี้ ไม่ได้มีที่อื่น ส่วนทุกข์ปลีกย่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ อีกนับไม่ถ้วน

สมุทัย คือเหตุให้เกิดทุกข์ **อะไร**เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ คือ **ตัณหา**สามอย่าง **กาม**ตัณหา **ภว**ตัณหา **วิภว**ตัณหา

กามตัณหา คือความพอใจรักใคร่ ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ **หา**ที่สุดไม่ได้ **รัก**ใคร่นี่แล้วก็รักใคร่โน่นอีก เรียกว่า **กาม**ตัณหา นี่เป็นต้นเหตุ นี่เป็นตัวประธานของทุกข์ทั้งปวง

ภาวตัณหา ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ ได้มาแล้วก็ไม่พอ ยังอยากได้อีก ได้ไม่รู้จักพอสักที ซึ่งเป็นเหตุต่อเนื่องมาจากกามตัณหาเป็นตัวบวกลให้เกิดทุกข์

วิภวตัณหา ความไม่ยินดีในการรักใคร่พอใจในรูปเป็นต้น หรือได้สิ่งต่าง ๆ ที่ตนปรารถนามาแล้วกลับไม่พอใจ ไม่อยากได้ไม่อยากเห็น ไม่อยากประสบพบเห็นสิ่งนั้น ๆ นี่ก็เป็นตัวลบลเป็นเหตุให้เกิดทุกข์อีกประการหนึ่งเหมือนกัน ธรรมดาสิ่งทั้งปวงหมดนี้เป็นของมีอยู่ในโลกนี้ ต้องมีการบวกล เมื่อบวกลมาก ๆ แล้ว ไม่ลบก็ไม่ทราบว่าจะเอาไปไว้ไหนกัน เมื่อมีการบวกลและการลบลจึงค่อยเป็นโลกคือตัวสมุทัย

คนเรากล้ามันพอหรืออึดเสียอย่างเดียวเหมือนกับน้ำเต็มตุ่ม เอาน้ำใหม่มาเทใส่ก็ล้นไปหมดก็ จะสบาย อันนี้เพราะความพร่องของใจ มันไม่อึดไม่พอเช่นนี้แหละจึงเป็นทุกข์

นิโรธ คือความดับทุกข์ คือไม่อยากมีอยากเป็นก็ไม่ว่า อยากมีอยากเป็นก็ไม่ว่า ความวางเฉยลงไปได้ ความวางเป็นกลางเฉย ๆ มันจะทุกข์มาจากไหน เอาเถิดถึงจะละไม่ได้โดยตลอด ที่เรามีชีวิตอยู่ที่นี่ ก็เอาในปัจจุบันเสียก่อน ละในปัจจุบัน วางใจให้เฉย ๆ ให้เป็นกลาง ๆ นั่นแหละ นิโรธแล้ว นั่นนิโรธของเราไม่ใช่ของพระอรหันต์ เราทำได้อย่างนี้ทำได้บ่อย ๆ วันหนึ่งข้างหน้า จะต้องเป็นของเราแน่นอน

มรรค มืองค์แปด เป็นทางไปถึงนิโรธ มรรคคือหนทางที่จะให้ถึงนิโรธ คือความดับทุกข์ มีสัมมาทิฐิขั้นต้น สัมมา คือความชอบ ทิฐิคือความเห็น ความเห็นชอบนี้มันยาก ใครเห็นอะไรก็เห็นอันนั้นแหละว่าเป็นของชอบทั้งนั้น มันยากอยู่ตรงนั้นแหละ ทุกข์กับนิโรธอันนี้เป็นผลสมุทัย และมรรคอันนี้เป็นเหตุ ธรรมมันต้องมีเหตุมีผล เมื่อมีเหตุก็เกิดธรรมนั้น ๆ ขึ้น เมื่อเหตุดับ ธรรมทั้งหลายก็ดับหมด เหตุนั้นพระพุทธเจ้าเมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สัมมาทิฐิเกิดขึ้นในพระทัยของพระองค์ คือ ความเห็นอันนั้นไม่เอนเอียงไปข้างซ้ายข้างขวา ข้างหน้าข้างหลัง ความเห็นอันนั้นเป็นกลางวางเฉยเลย ท่านจึงเทศนาในธรรมจักร ว่าทางสองแพร่งอันบรรพชิตไม่ควรเสพยา คือ อตตกิลมถานุโยค ทำตนให้เหน็ดเหนื่อยเปล่า เช่น พวกฤๅษี โยคีต่างๆ ทำความลำบากตรากตรำตนต่าง ๆ นานา เมืองอินเดียยังมีอยู่ทุกวันนี้อย่างที่เขาเล่ามา พวกไม่นุ่งผ้าห่มผ้า เห็นว่าเกิดมาตัวเปล่าไม่ได้เอาผ้าผ่อนมาด้วย ผ้าผ่อนนี้เป็นตัวกิเลส เลยเปลือยกายไม่นุ่งห่มผ้า ขอมนอนเกลือกอยู่นั่นแหละ เขาเรียกว่าพวก ทิฆัมพร นี้เรียกว่า อตตกิลมถานุโยค ไม่เป็นไปเพื่อมรรคผลนิพพาน ไม่เป็นไปเพื่อความพ้นจากทุกข์ กามสุขัลลิกานุโยค มัน เป็นไปเพื่อกามกิเลสอันเป็นเหตุให้มัวหมองเศร้าหมอง ท่านเรียกทางสองอย่างนี้ว่า ทางสุดโค้งไม่เป็นไปเพื่อความพ้นจากทุกข์ พระองค์ได้รู้ชัดขึ้นในพระทัยของพระองค์โดยไม่มีใครบอกเล่าหรือเล่าเรียนมาแต่ก่อนเลย ได้เกิดขึ้นแล้วแก่พระองค์นี้

จกข ออุปาทิ จกขคือตาอันเป็นเพชร สามารถรู้แจ้งเห็นธรรมในที่ทุกสถาน หาสิ่งใด
ปกปิดไม่ได้ ได้เกิดขึ้นแล้วแก่พระองค์

ญาณ ออุปาทิ ญาณคือความรู้ทั้งอดีตอนาคตทั้งของพระองค์เองและบุคคลอื่นอันหาที่สุด
ไม่ได้ จนสิ้นสงสัยในพระทัยของพระองค์ ได้เกิดขึ้นแล้ว

ปัญญา ออุปาทิ ปัญญาอรบรูในสรรพเวद्यธรรมทั้งหลายอันที่สุดไม่ได้ ได้เกิดขึ้นแล้วแก่
พระองค์

วิหุชา ออุปาทิ ความรู้วิเศษอันล่วงเสียดซึ่งความรู้ของมนุษย์ เทวดา อินทร์ พรหม ไม่มี
เหมือนของพระองค์ได้เกิดขึ้นแล้ว

อาโลโก ออุปาทิ พระองค์มองเห็นโลกทั้งหมดเป็นสักแต่ว่า เป็นธาตุ ไม่มีมนุษย์ บุรุษ
หญิงชาย โលงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันไปหมด มิใช่แจ่มอย่างกลางวันหรือมีแสงสว่างอย่างพระ
อาทิตย์พระจันทร์ แต่เห็นชัดด้วยใจของพระองค์ ได้เกิดขึ้นแล้ว

ที่จริงโลกก็เป็นโลกนั้นแหละ เกิดมาในโลกก็ต้องเป็นโลก แต่ความรู้ของพระองค์มัน
พลิกลือกไปอย่างหนึ่ง ซึ่งเกิดจากอำนาจสมาธิภาวนาอันแน่วแน่ภายในของพระองค์ เห็นอย่างไร
จึงกลายเป็นธรรมได้ คนเกิดมาในโลกนี้มันเป็นโลกอยู่แล้วหมดทั้งตนทั้งตัว นี่เป็นโลก ทุก ๆ คน
ต้องเป็นโลกทั้งนั้น แต่พระองค์เห็นว่า เกิดขึ้นมานานแก่ มันเจ็บ มันตาย ของเหล่านี้เป็นของไม่
เที่ยง อันนี้เป็นทุกข์ ทุกตัวตน ทุกสัตว์ทุกหมู่เหล่าเป็นเหมือนกันหมด อันนั้นแหละมันเป็นธรรม
เรียกว่า เห็นโลกเห็นธรรม โลกเลยไม่มี ของเหล่านี้เกิดขึ้นที่พระองค์โดยไม่ได้คิดตามคำรับตำรา
ไม่ได้ยินได้ฟังจากคนไหนมาก่อนแต่หากปรากฏขึ้นมาที่พระทัย อันใสสะอาดปราศจากมลทินมัว
หมอง มีสมาธิส่องใสบริสุทธิ์เป็นพื้นฐาน เรียกว่า สัพพัญญูปุทธะ เกิดขึ้นมาเองด้วยตนเอง เรา
เป็นสาวกพุทธะ เป็นผู้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วคอยรู้ตามพระองค์ คือ ฟังอย่างนี้แหละแล้ว
คอยพิจารณาตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่อธิบายให้ฟังนี้แหละ จึงเห็นชัด เห็นจริงขึ้นมาในใจ
ด้วยตนเอง เรียกว่า สาวกพุทธะ

โดยใจความของธรรมจักร ก็มีธรรม ๔ ประการ คือมีทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มี
ปรีวัตรสามคือ

ปรีวัตรที่หนึ่ง นี้คือแสดงถึงทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคแต่ละอันนี้เป็นตัวอื่น

ปรีวัตรที่สอง ทุกข์เป็นของควรกำหนด มิใช่ของควรละแล้วก็ป็นธรรมด้วย สมุทัยจึงเป็น
ของควรละ นิโรธเป็นของควรทำให้แจ้ง มรรคเป็นของเจริญ

ปริวัตรที่สาม ทุกข์เป็นของควรกำหนด เราได้กำหนดแล้ว สมุทัยเป็นของควรละ เราได้ละแล้ว นิโรธเป็นของควรทำให้แจ้ง เราได้ทำให้แจ้งแล้ว มรรคเป็นของควรเจริญ เราได้เจริญแล้ว จึงเป็นปริวัตรสามอาการสิบสอง อาการสิบสองนี้ เมื่อมันจะเกิดมันก็เกิดขึ้นมาเองในขณะจิตเดียวเท่านั้น ไม่ได้ลำดับดังที่อธิบายมานี้หรือ เกิดขึ้นในขณะจิตเดียว รู้แจ้งเห็นจริงหมดทุกสิ่งทุกอย่าง หายสงสัยในธรรมทั้งปวง อันนั้นเป็นของยาก ยากที่คนทั่วไปจะเข้าใจได้ หากคนใดทำได้แล้วเกิดความรู้ขึ้นมาขึ้นนั้นแหละจึงจะเห็นด้วยตนเอง ธรรมอันนี้เป็นของลึกซึ้งมากที่สุด รู้เห็นเฉพาะตนเองคนอื่นหาไม่รู้ด้วยไม่ เมื่อพระพุทธองค์ทรงตรัสพระธรรมเทศานี้ ที่เรียกว่า พระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ซึ่งพระองค์ทรงตรัสเป็นครั้งแรกให้แก่ภิกษุปัญจวัคคีย์ อันมีพระอัญญาโกณฑัญญะเป็นต้นฟังจบลงแล้ว ท่านก็ได้ดวงตาเห็นธรรมว่า “ สิ่งทั้งปวงมีความเกิดขึ้นแล้ว ย่อมดับไปเป็นธรรมดา ” (คือได้พระโสดาบันบุคคล) แล้วท่านจึงขอบรรพชาอุปสมบทในสำนักของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ก็ได้ประทานเอหิภิกขุให้เป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา แล้วก็ไปเป็นพระอรหันต์องค์แรกในพุทธศาสนาอีกด้วย พระไตรสรณคมน์จึงครบสามตั้งแต่นั้นมา แล้วพระองค์ก็ได้เทศนาด้วยธรรมหลายปริยายให้ท่านทั้งหลายฟัง เพื่ออบรมนิสัยให้แก่กล้า จนที่สุดได้แสดงอเนตตลักขณสูตรให้ฟัง ท่านเหล่านั้นจึงได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วท่านทั้งหลายจึงขอบรรพชาอุปสมบทในสำนักของพระพุทธเจ้า พระองค์ก็ได้ประทานเอหิภิกขุให้ด้วยกันทั้งหมด

หากจะมีปัญหาถามว่า พระพุทธเจ้าทำไมจึงต้องมีห่วงมีกังวลกับมนุษย์สัตว์ทั้งหลายอยู่ ถ้าพิจารณาดูให้ลึกซึ้งก็จะเห็นว่า เป็นธรรมดาของคิมิคุณคามีประโยชน์มหาศาลอย่างนี้ได้มาแล้วก็คิดอยากจะเผยแพร่แก่คนอื่น แต่พระองค์หาได้เป็นกังวลเกี่ยวข้องกับคนอื่นไม่ เขาได้รับเขาก็ตามเขา เขาไม่รับเขาก็เป็นเรื่องของเขา ไม่เหมือนพ่อแม่ห่วงลูกห่วงหลาน ลูกไม่ทำตามก็เกิดโทสะ มานะ ลูกทำตามก็ดีอกดีใจ พระองค์หาได้เป็นเช่นนั้นไม่ อยากจะให้มนุษย์ได้ดิบได้ดีได้รับรสชาติของพระธรรมเทศนา อมตธรรมนั้น ๆ หากคนไหนรับไปก็เป็นประโยชน์ของเขา คนไหนไม่รับก็ไม่เป็นประโยชน์แก่เขา ที่เขาไม่รับก็เป็นกรรมของเขาต่างหาก พระองค์เห็นอย่างนี้พระองค์จึงวางเฉยได้

วันนี้ขออธิบายถึงเรื่อง ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร เอาแต่หัวข้อใจความโดยย่อเพียงแค่นี้แหละ

นั่งสมาธิ

วันนี้เป็นวันสำคัญ วันอาสาฬหบูชา พระองค์ทรงทำทุกกรกิริยานานถึง ๖ ปีจึงได้สำเร็จ พระโพธิญาณ จึงเอาธรรมะที่พระองค์ได้มานั้นมาเทศนาให้เหล่าพุทธบริษัทฟัง เราจะทำอย่าง

พระองค์สักวันเดียวก็จะไม่ได้เซียวหรือ เราก็อยากจะได้ความสุขอย่างพระองค์ อยากจะให้ดีเด่นอย่างพระองค์ แต่เราไม่ทำ ถึงจะไม่ทำเท่าพระองค์ จะทำเพียงกึ่งหนึ่งหรือเสี้ยวหนึ่งก็จะดีมีใช้น้อย ให้ตั้งใจอย่างนี้แล้วจึงค่อยมีอุตสาหะพยายามทำความเพียรภาวนา คนเราถ้าไม่เห็นทุกข์ก็ไม่เห็นธรรม เห็นทุกข์ถึงที่สุดทีเดียวแหละจึงจะเห็นธรรม ทุกข์นั้นแหละเป็นธรรม ทุกข์เล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ปล่อยละเลยกันไปเสีย ไม่เอามากำหนดพิจารณาแม้ไม่เห็นสักทีละซี

ทุกข์เป็นของควรกำหนด ไม่ใช่ของควรละ คือที่ตัวของเรานี้แหละ ถ้าไม่กำหนดก็ไม่รู้เมื่อกำหนดรู้ว่า อ้อ นี่ทุกข์อย่างนี้หนอมันก็ค่อยคลายความทุกข์ไป ค่อยสบายขึ้นหน่อย นานหนักเข้าทุกข์มันก็ค่อยหายไปเอง เพราะเรามุ่งเอาแต่ความดี เพราะจิตเป็นสมาธิจนเกิดความสงบแล้ว จิตใจย่อมเบิกบาน

เหตุฉะนั้น เราจึงควรทำความเพียรภาวนา การทำความเพียรภาวนานี้ นอกจากตั้งสติกำหนดจิตแล้ว ไม่มีอะไรเลยปฏิบัติพุทธศาสนานี้ทั้งหมดมีการตั้งสติอย่างเดียวกัน ถึงแม้ทางโลกก็เหมือนกัน คนทำอะไรไม่ดีไม่ละเอียดถี่ถ้วน ทำอะไรพลั้ง ๆ เผลอ ๆ นั้นเขาเรียกว่าคนขาดสติ

ตัวสติคืออะไร จะไปตั้งไว้ตรงไหน พระพุทธเจ้าท่านสอน ให้เอาสติไปตั้งไว้ที่จิต ให้ควบคุมจิตให้อยู่ จนกระทั่งจิตอยู่ในบังคับของเรา เราใช้จิตได้ไม่ให้ออกไปบังคับเรา จิตใช้บังคับเราก็คืออย่างไร ใช้ให้ร้องไห้ร้องห่ม ใช้ให้หัวเราะเสสา ใช้ให้ทำชั่วทำผิดทำทุจริตต่าง ๆ เราทำตามหมดทุกสิ่งทุกอย่างนั้นเรียกว่า จิตใช้เรา ถ้าเราใช้จิตบังคับให้มันอยู่ในอำนาจของเรา มันใช้เราไม่ได้ เราบังคับมันไม่ให้มันยุ่งเกี่ยวกับสรรพกิเลสทั้งปวง บังคับมันให้มันไม่โกรธก็ได้ บังคับมันให้มันไม่โลภก็ได้ บังคับอย่าให้หลงมัวเมาก็ได้ บังคับให้มันนิ่งอยู่เฉย ๆ ก็ได้ ถึงมันคิดมันนึกก็รู้ตัวอยู่ ถ้ามันคิดตั้งใจให้มันคิดแต่สิ่งที่เป็นบุญเป็นกุศลแต่ในทางสุจริต จิตนี้ไม่ปรุงแต่ง มันอยู่เฉย ๆ ไม่ได้มันต้องมีปรุงแต่ง อย่างพระพุทธเจ้าของเราท่านก็ต้องมี แต่ท่านบังคับพระองค์ได้ เทศนาสั่งสอนประชาชนพุทธบริษัททุกสิ่งทุกประการท่านก็มีปรุงแต่งเหมือนกัน เมื่อท่านปรุงท่านแต่งแล้ว แล้วก็เก็บเข้าฝักเสียบ

ถ้าเราบังคับจิตได้อย่างมานี้ จิตจะรวมเข้าเป็นอันเดียว จิตดวงเดียวแต่มีอาการของมัน ร้อยแปดพันประการ คล้าย ๆ กับจิตหลายดวง แต่ที่จริงแล้วมีดวงเดียว มันไว มันเร็วที่สุด เราตามจิตไม่ทันเรายังคงอยู่ในอำนาจของมัน จิตแท้ดวงเดียว

ทำอย่างไรเราจึงจะเห็นจิต ก็ต้องบังคับจิตให้อยู่ในพุทธโธ ๆ เสียก่อน ต่อแต่นั้นจิตก็จะค่อยช้าลง ๆ เมื่อจิตช้าลงแล้วมันก็รวมเป็นหนึ่งเอง เข้าถึงอัปมโนสมาธิ ถึงที่สุดของการฝึกหัดสมาธิ

ในพุทธศาสนา คือ อธิปไตยสมาธิเท่านั้น การฝึกหัดจิต ใครจะฝึกหัดด้วยวิธีใด ๆ ก็เกิด รวมความแล้วหัดให้จิตรวมเป็นอธิปไตยสมาธิ เป็นอันฝึกหัดจิตถึงที่สุดแห่งพุทธศาสนาเพียงเท่านั้น

ปัญญาเกิดจากอะไร ปัญญาเกิดจากจิต เกิดจากสติควบคุมจิต รู้จิตทุกขณะที่มันปรุงแต่ง มันคิดนึก มันก็เกิดปัญญาละซี ปัญญาอันนี้เรียกว่าเป็นปัญญาสามัญของนักปฏิบัติปัญญาวิปัสสนามีอีกต่างหาก อย่าเพิ่งไปใฝ่ฝันก่อนเลยมันอยู่สูง มันไม่ใช่แต่งเอามันเป็นเอง เมื่อมันจะเกิดมันก็เกิดในขณะจิตเดียวเท่านั้น แต่ละมรรค ๆ เช่น โสตามรรค สกิทากามรรค อนาคามีมรรค อรหัตมรรค เกิดในขณะจิตเดียวเท่านั้นแล้วก็ไม่เกิดอีก เมื่อไม่เกิดอีก มันจะไม่เสื่อมหรือไม่เสื่อม เพราะความรู้ความเห็นในขณะปัญญาวิปัสสนาเกิดขึ้นอันนั้นมันจะไม่ลืม เราเอามาพิจารณาโดยอนุโลมได้อย่างความฝัน ตื่นขึ้นมาแล้วเล่าได้ตลอดเรื่อง เมื่อปัญญาวิปัสสนาเกิดขึ้นในขณะจิตเดียวนั้นสิ้นสงสัยในธรรมทั้งหลายเห็นสรรพสัตว์ในโลกเป็นสภาพอันเดียวกันหมดเลย ไม่มีต่ำ ไม่มีสูง ไม่มีน้อย ไม่มีใหญ่ ไม่มีหญิง ไม่มีชาย มีแต่ธาตุสี่เกิดขึ้นแล้วดับไปเท่านั้น

ระลึกเอาอันนั้นมาพิจารณาอยู่ตลอดเวลา ปัญญาวิปัสสนามันจะต้องเป็นอย่างนั้น จะให้มันเกิดบ่อย ๆ มันไม่เกิดเด็ดขาด ที่เกิดบ่อย ๆ นั้นฟังเข้าใจ เกิดนั้นเป็นฌานต่างหาก แต่ผู้ปฏิบัติเข้าใจว่าเป็นวิปัสสนา หรือมีขณะนั้นก็คิดนึกปรุงแต่งเอาต่างหาก

หัดอย่างนี้แหละให้มันชำนาญชำนาญ เข้าถึงไม่เข้าถึงก็หัดให้ได้อย่างนั้นเสมอ ๆ ใจของเราค่อย ๆ อ่อนลง มันค่อยมีกำลังขึ้นมาเอง

จิตอันเดียวมันมีประโยชน์อย่างไร มีประโยชน์มหาศาลทีเดียว เหมือนกับไฟฟ้านั้นแหละ ไฟฟ้าหลาย ๆ ดวงแสงมันก็หรือลง ไฟฟ้าดวงเดียวมันก็สว่างจ้าเต็มทั้งนั้นใจ จิตดวงเดียวมีพลังสามารถตัดกระแสกิเลสอันหยาบช้าและเหนียวให้ขาดกระจ่ายไปได้ การทำสมาธิให้ใจสงบแน่วแน่ นี้ เราก็เข้าใจแล้วมิใช่หรือว่าเป็นหนทางที่ถูกต้อง สามารถระงับกิเลสแท้จริงจะนั้น จงพยายามทำไปอย่าได้ท้อถอย หากไม่ถึงที่สุดของการพ้นจากทุกข์ เราก็พอเข้าแนวทางที่พระองค์สอนไว้บ้าง

๑๐๑. การฝึกหัดกัมมัฏฐาน

(มะม่วงเปรี้ยว)

พระนิโรธรังสี กัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๑๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์เรื่อง การฝึกหัดกัมมัฏฐาน เราพากันมาฝึกหัดกัมมัฏฐาน ณ ที่นี้ แต่บางคนก็ยังไม่ค่อยจะถูกต้องยังไม่ค่อยจะเป็น มาฝึกหัดกัมมัฏฐานก็หัดไปอย่างนั้นแหละไม่ทราบว่าจะจับหลักเอาที่ตรงไหน ไม่มีหลักไม่มีเกณฑ์ น่าเสียดายเวลาล่วงไปเปล่า ๆ ควรที่จะจับหลักให้ได้ การฝึกหัดปฏิบัติจึงจะเป็นไป ถ้าจับหลักยังไม่ได้ก็อยู่อย่างนั้นแหละ ยืนอยู่นานไปเท่าใดยิ่งเลอะเทอะเหลวไหล คนเราแก่เข้า ความแก่ความชรามันทำให้ค่อยทรุดโทรมไป จับอะไรมันไม่ถูกสักที คนเราแก่ไม่เหมือนกับลูกไม้ มะม่วงมันแก่ มันสุก มันอร่อยหวานดีดี แต่คนเรายิ่งแก่ยิ่งเปรี้ยว ไม่น่ากิน คนเราทุกคนควรที่จะมองดูตัวของเราว่า มันเปรี้ยวอยู่ตรงไหน มันหวานอยู่ตรงไหน คนแก่ก็ปฏิบัติให้สมกับคนแก่ คนหนุ่มก็ช่างเถอะปล่อยไปตามเรื่องของเขาก่อน พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้ถือเอาอายุเป็นเกณฑ์ ไม่ใช่อายุมาก ๆ เรียกเป็นคนแก่ ท่านถือเอาคุณธรรมเป็นหลักเป็นเกณฑ์ คนแก่ที่มีคุณธรรมนั้นได้ชื่อว่าแก่ถูกต้องแก่ดีงาม สุขหวานอร่อย คนแก่ที่ไม่มีคุณธรรมแก่เปรี้ยว มันก็เปรี้ยวละซีเห็นอะไร ๆ ก็วุ่นวายไปหมด ไม่ถูกหูถูกตาตำราดไปหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ก็เปรี้ยวละซี คือ ไม่รู้จักยับยั้งชั่งใจของตน ไม่รู้จักหลักปฏิบัติใจของตนว่าจะเอาอะไรเป็นหลักปฏิบัติ นั้นแหละมันเปรี้ยวตรงนั้น เปรี้ยวใครก็ไม่ชอบ หวานใครก็ชอบทุกคน

เข้าไปในบ้านถามชื่อคนสามตาบ้านเขมมีหรือเปล่า (คือ ผู้เห็นพระไตรลักษณ์)

คนสามตาบ้านเขมมีรีเปล่า (คือ ยึดถือในพระรัตนตรัย)

เข้าไปดงถามถึงไม้ในป่า (คือ ไม่หอมแก่นจันทร์แดง)

พระพุทธเจ้าก็แสดง " โย จ วสุสตุตตะชีเว อปสุตฺตํ อุพฺพพฺพพฺยํ " คนมีอายุตั้ง ๑๐๐ ปี ถ้าไม่เห็นความเสื่อม ความสิ้นไปของสังขารร่างกายของตน " เอกาหํ ชีวิตุตเตยุโย ปสุตโต อุพฺพพฺพพฺยํ " ผู้เด็กเกิดมาในวันเดียวแต่เขารู้ความเสื่อม ความสิ้นไปของสังขารร่างกายไม่ได้ พระพุทธองค์ทรงแสดงอย่างนี้เหตุนี้ จึงควรที่จะหาหลักธรรมไว้สำหรับจิตใจของตน ดังจะอธิบายต่อไปนี้

การภาวนาหาหลักจิต หลักใจ คนเรามีจิตมีใจทุกคนแต่ไม่เห็นจิตใจของตน เรียกว่า ไม่มีหลัก เห็นจิตใจของตนแล้ว ตั้งสติพิจารณาอยู่ที่ใจของตนตลอดเวลา คิดดี คิดชั่ว หยาบ ละเอียด ก็ให้รู้ตัว มันก็ไม่สามารถที่จะทำชั่วได้ ถ้าเห็นจิตของตนอย่างนั้น เหตุนี้ จึงให้ตั้ง สติ คือ ความระลึกให้อามาตั้งไว้ที่คาบบริกรรมแทนตัวจิต คือ จิต ไม่มีตัวไม่มีตน จึงต้องให้อาคาบบริกรรมมาตั้งอยู่ จะเป็นพุทโธก็ได้ สัมมารหังก็ได้ ยุบนอนพองหนองก็ได้ทั้งนั้น แต่ให้อาอันเดียวไม่เอามากอย่าง อาพุทโธดีกว่า บริกรรมพุทโธให้มันอยู่ที่จิต จิตเป็นคนนึก คนคิด พุทโธ จับตัวนั้นไว้ให้ได้ เมื่ออาพุทโธมาไว้แล้วมันจะรวมความคิด ความอ่านทั้งหมดมารวมอยู่กับพุทโธในทีเดียว นึกอาพุทโธตัวเดียว ให้เห็นตัวนั้นเสียก่อน ยืน เดิน นั่งนอน อิริยาบถทั้ง

ปวงหมคอยู่กับพุทโธอันเดียว จิตใจของคนเรามันอันเดียวไม่ใช่หลายอย่าง ที่ว่าหลายอย่างก็เพราะมันเร็วที่สุด เราจับไม่ทัน เมื่อเอาจิตมาไว้พุทโธแล้ว เราจับพุทโธตัวเดียว เป็นอันว่าเราจับตัวจิตได้แล้ว มันคิดพุทโธ นึกพุทโธ นึกสิ่งใดก็จิตผู้เดียวมันแหละ เมื่อความคิดความนึกทั้งหมดมารวมอยู่ที่คำบริกรรมจุดเดียวแล้ว เป็นอันว่าเราจับจิตได้แล้ว ไม่ต้องไปหาจิตที่อื่นอีกแล้ว

สติ ความระลึกได้ว่า สัมปชัญญะ เป็นผู้รู้ตัวอยู่เสมอว่า เวลานี้เราตามรักษาจิตอยู่ ทั้ง ๓ อย่างรวมกันเป็นอันเดียวกันคือ สติ ๑ สัมปชัญญะ ๑ จิต ๑ มันก็จะวางอารมณ์อื่นทั้งหมด จะ ยืน เดิน นั่ง นอน ก็รู้ตัว และตามรักษาอยู่ตลอดเวลา เรียกว่า คຸ້ມครองจิตอยู่ รักษาจิตอยู่ จิต เป็นของเราแล้ว ทำอย่างนี้แหละจึงจะเห็นจิต ถ้าไม่ทำอย่างนี้จะไม่เห็นจิตเลย ปฏิบัติไปเถอะ ก็ปี ๆ ก็ตามก็จะไม่เห็นจิตเด็ดขาด การปฏิบัตินั้นได้ชื่อว่า ไร่ผล ถ้าปฏิบัติตามแนวนี้จะเห็นจิตทุกคน

คนเรามีจิตอยู่ด้วยกันทุกคน จิตของตนมีอยู่แต่ไม่เห็น ถ้าฝึกหัดปฏิบัติตามดังกล่าวแล้ว ข้างต้นจะเห็นจิตทุกคน ทำอย่างนั้นได้ชื่อว่า ฝึกหัดจิต ทำสมาธิภาวนาเป็น

การฝึกจิต คือ ๑. ให้รู้จักจิต จับจิตได้

๒. ฝึกสติ ตามรู้ รักษาจิตจนเห็นจิตของตนอยู่ทุกขณะ เมื่อเห็นจิตแล้ว

๓. ควบคุมรักษาให้จิตอยู่ในอำนาจของเรา จิตคิดอะไร นึกอะไร ส่งสายไปไหน มันปรุงแต่งอย่างไร เราอย่าคิดอย่านึก อย่าปรุง อย่าแต่งเสีย จิตมันก็จะนิ่งเฉยอยู่นั้น และฝึกหัดให้เข้าถึงใจได้แล้ว ให้คิดให้นึกก็ได้ไม่ให้เกิด ไม่ให้นึกก็ได้ เรียกว่า เราคุมจิตหรือใจ อยู่แล้ว

วิธีฝึกหัดจิตต้องเป็นอย่างนี้ ใครจะฝึกหัดอย่างไรนั้นก็ตาม อาจารย์องค์ไหนก็ตาม พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ก็ตามต้องฝึกหัดอย่างนี้ทั้งนั้น ไม่ฝึกหัดอย่างอื่นหรอก เมื่อฝึกหัดจิตอยู่อย่างนี้แล้ว มันจะมีเวลารวม เวลารวมเราไม่ต้องไปรวม มันรวมเองของมันต่างหาก จิตรวมนั้น ท่านเรียกว่า ฅວັງຈິຕແບ່ງອອກເປັນ ๓ ປະເພດ ຄື

๑. ฅວັງຄູບາທ ຈິຕຣວມລງໃນຂະເດີຍາແລ້ວກື່ອນອອກມາລັກຊະຄລ້າຍກັນກັບຂຸນິກສມາທິ ຄື ກ່ອນຈິຕຣວມໄດ້ຄິດວ່າຈິຕຣວມຫຼືໄດ້ ເມື່ອຈິຕຣວມແລ້ວແລດອນອອກມາແລ້ວຈິງຮູ້ ຄືຮູ້ວ່າຈິຕຣວມຢູ່ ເຮັດວ່າ ຂຸນິກສມາທິ

๒. ฅວັງຈຈາຣະ ຈິຕຣວມລງໄປແລ້ວມີອາກາຣສ່ງສ່າຍຢູ່ກາຍໃນ ໄດ້ສ່ງອອກໄປກາຍນອກ ເມື່ອກັບຄືນຜູ້ເຝົ້າຮືອນແລ້ວປິດປະດູຫຸມ ມີແສງໄປສ່ວງເຮັດສ່ງຂອງທັງປວງກາຍໃນບ້ານໃນ ຮືອນ ຂອງກາຍນອກຈະໄດ້ເຮັດໄດ້ ເຮັດວ່າ ฅວັງຈຈາຣະ

๓. ฅວັງຄູປັງເຈທະ ຈິຕຣວມເຕັດເດີຍາລງໄປ ນຶ່ງແນວສູ່ອາຣຸມຸນິດຊະ ຕັດຂາດຫຸມຈາກ ອາຣຸມຸນິດຊະກາຍນອກ ບາງທີ່ໄດ້ສາມາດທີ່ຈະຮູ້ວ່າຕົນມີຫຼືໄດ້ ມີແຕ່ໃຈຢູ່ຮູ້ຢູ່ເຮັດ

ภวังคจิตนี้ เรียกตามที่ท่านบัญญัติสมมติตามอาการที่มันเป็น ในบางที่ผู้ที่ฝึกหัดอย่างที่ว่า เบื้องต้น ตั้งสติควบคุมรักษาจิตอยู่อันเดียวเท่านั้น ไม่ไปไหนบางที่สามารถจะรวมดวงลงไปถึงภวังคปัจจุบันเลยวางเฉยไม่ต้องรวมเป็นภวังค์ตามลำดับก็ได้ ที่ท่านอธิบายเป็นขั้นเป็นตอนนั้น อธิบายให้ฟังเพื่อความเข้าใจต่างหาก แท้จริงไม่ได้บังคับ ถ้าไปมัวถือตามตำราจะไม่เป็นภวังค์เด็ดขาด เหตุนั้นอย่าไปถือ อธิบายให้ฟังเพื่อความเข้าใจเฉย ๆ

ในแถวภวังค์ เรียกว่า ภวังคบาท ภวังคจารณะและภวังคปัจจุบัน คราวนี้แถวสมาธิก็มี ขณิกสมาธิ คล้าย ๆ ภวังคบาท อุปจารสมาธิคล้าย ๆ กับภวังค์จารณะ อัปนาสมาธิคล้าย ๆ กับ ภวังคปัจจุบัน ภวังค์เป็นเรื่องของญาณ สมาธิเป็นเรื่องของสมาธิมันแยกกันตรงนั้น

ขณิกสมาธิ พิจารณาพุทโธ นึกพุทโธอันเดียว บางครั้งมันก็อยู่ บางครั้งมันก็ไม่อยู่ จิตยังไม่แน่วแน่วรวบรวมไปมาเรียกว่า ขณิกสมาธิ

อุปจารสมาธิ จิตแน่วลงอันเดียว แต่มันมีอาการไป ๆ มา ๆ รู้ตัวอยู่ภายใน แต่ไม่ได้ส่งออกนอก ที่เรียกว่า “ *ส่งนอก* ” คืออาการของจิตที่คิดนึกส่งสาย ประจักษ์สรรพสิ่งทุกประการรอบด้านรอบทิศ โดยไม่รู้ตัว ไม่มีสติ “ *ส่งใน* ” แต่อุปจารสมาธินี้ไม่เป็นเช่นนั้น มีสติรู้อยู่ แต่มันยังไม่อยู่นิ่ง ยังคิดพิจารณา เช่น กายคตาสติ อยู่ภายใน เป็นการพิจารณาอยู่ภายใน

อัปนาสมาธิ จิตรวมเด็ดเดี่ยวแน่วนิ่งลงไป ไม่ได้คิดนึกส่งนอก จิตละเอียดเต็มที่เลย จิตละเอียดแค่ไหน ๆ ก็รู้สึกอยู่ รู้จักเฉย ๆ ไม่คิด ไม่พิจารณา เรียกว่า อัปนาสมาธิ เรื่องภวังค์และสมาธิ เอาเพียงนี้เสียก่อน **พระพุทธองค์ทรงแสดงว่าผู้ใดไม่มีสมาธิ ผู้นั้นไม่มีฌาน ผู้ใดไม่มีฌาน ผู้นั้นไม่มีสมาธิ เมื่อเป็นอันเดียวกันทำไมพระองค์จึงทรงแสดงไว้เป็นสอง ผู้เขียนจึงแยกให้รู้ว่าลักษณะอาการมันต่างกันอย่างไร**

เมื่อจิตรวมลงเป็นอัปนาสมาธิเต็มที่แล้ว มันจะอยู่สักพักหนึ่งแล้วก็ถอนขึ้นมาอยู่ในอุปจารสมาธิ คิดนึก ส่งสายแต่ว่าอยู่ภายในขอบเขตของสติ สติควบคุมอยู่ ฝึกหัดอย่างนี้อยู่ตลอดเวลาในพระพุทธศาสนานี้ เบื้องต้นของการฝึกหัดจิต คือ การฝึกสติให้รู้ตัว คุม รักษาจิตจิตเมื่อได้รับการฝึกหัดดีแล้วจะรวมเข้าถึงอัปนาสมาธิ ที่สุดของการฝึกหัดจิตมีเพียงแค่นั้น ไม่นอกเหนือไปจากนั้น ผู้ฝึกหัดจะต้องทำอยู่เสมอ ๆ เพราะอายตนะ ธาตุ ชั้น ๆ ของเรามีอยู่ มันจำเป็นที่จะต้องกระทบกระเทือน จะต้องหวั่นไหว จะต้องฝึกฝนอยู่ตลอดเวลา จิตเมื่อถอนออกจากอัปนาสมาธิแล้วออกมาเป็นอุปจารสมาธิ อาจะถอนออกไปถึงขณิกสมาธิหรือออกไปนอกขณิกสมาธิก็ได้ ผู้ฝึกหัดปฏิบัติที่ยังไม่ทันชำนาญสามารถที่จะหลงทางได้ อัปนาสมาธิยังไม่ใช้มรรค ผล นิพพาน อันนั้นเป็นแต่เพียงฝึกหัดจิตให้ชำนาญเฉย ๆ พอจะหยั่งถึงความวิสุทธิ

พอจะหยั่งเข้าถึงกระแสแห่งความสงบเยือกเย็นที่เป็นอัปนาสมาธิเท่านั้น ได้ชื่อว่าจิตใจหยั่งเข้าถึง พระพุทธศาสนาที่มั่นคงแล้ว หยั่งถึงกระแสความจริงแท้ที่เดียว หรือจะเรียกว่าอริยบุคคลก็ไม่ผิด

เมื่อถอนออกจากอัปนาสมาธิมาเป็นอุปจารสมาธิแล้ว จะต้องพิจารณาอะไรให้เป็นเครื่อง อยู่ของจิต พิจารณา ธาตุสี่ชั้นห้า आयตนะสิบสอง ที่มีอยู่ในตัวของเรา ไม่ต้องหนีจากตัวของ เรา พระพุทธศาสนาทั้งหมดนอกจาก ธาตุสี่ ชั้นห้าและอายตนะแล้วไม่มีที่พิจารณา การ พิจารณาส่วนปลีกย่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ ออกไปมากมายนั้น เมื่อสรุปลงรวมแล้วก็จะอยู่ใน ธาตุ สี่ ชั้นห้าและอายตนะนี้ทั้งนั้น พิจารณาของเหล่านี้ให้มันเห็นจริงตามความเป็นจริงของมัน ธาตุ สี่ ชั้นห้า आयตนะสิบสอง ตัวของเราก็มีทุก ๆ คน มีพร้อมหมด แล้วทุกอย่าง เครื่องไม้ เครื่องมือของเราที่จะทำการงานให้ได้มาซึ่ง สติ สมาธิ ปัญญาก็มีแล้วทุกอย่าง พิจารณาลงไปซี

ธาตุสี่ พิจารณาให้เห็นเป็นธาตุสี่ละซี มันเห็นเป็นคนไปไม่เห็นของจริงตามเป็นจริงของ มัน คนที่โหน เกิดมาจากธาตุสี่แท้ ๆ เราเรียกเอาต่างหากนี้ว่า คน ๆ เราพิจารณาดูซีอะไรเป็นคน แขน ขา หู ตา จมูก นั่นเป็นคน เขาไม่ได้ว่าคนสักหน่อย เป็นแต่อาการของธาตุสี่ทั้งนั้น ยิ่ง พิจารณาลงไปก็จะเห็นสภาพว่าอันหนึ่งเกิดขึ้นมาแล้วก็ดับไป ๆ เท่านั้น ไม่มีมนุษย์ สัตว์บุคคล ใครดับ เป็นแต่สภาพสิ่งอันหนึ่งเกิดมาแล้วก็ดับไปเท่านั้น

ชั้นห้า ก็เช่นเดียวกัน ตัวของคนนี้เขาสมมติเรียกว่า คน แต่พระพุทธเจ้าท่านบัญญัติ เรียกว่า ชั้น ถ้าไม่บัญญัติก็เรียกไม่ถูก ชั้นคือตัวของคนเรานี่ แบ่งออกเป็นอาการ ๕ อย่างตาม อาการของมันเป็นอยู่ รูป เป็นรูป เวทนา ความรู้สึกสุขทุกข์แฉเฉย ๆ สัญญา ความที่จิตจดจำนั้น นี้ต่าง ๆ นานา สังขาร ความที่จิตไปปรุงแต่งนั้นนี้ต่าง ๆ นานา วิญญาณ ความรู้สึกครั้งแรกของ อายตนะภายนอกภายในกระทบกัน ทั้ง ๕ นี้ทำหน้าที่อยู่ที่กายแห่งเดียวกัน รวมเรียกว่า กายกับ จิต กาย เป็นอาการส่วนหยาบแสดงอาการให้เห็นได้ง่าย จิตเป็นของละเอียดต้องให้บังคับกายให้ แสดงออกจึงจะรู้ว่าจิตต้องการอะไรจึงจะรู้ ในที่นี้ขอเรียกนามธรรมทั้งสี่นี้ว่า จิต ให้เป็นกายกับ จิต เพื่อให้มันสั้นเข้ากายกับจิตนี้พอปฏิสนธิเกิดมาก็ทำงานร่วมกันเรื่อยมา จะจำแนกแจกออกไป เป็นอะไร ๆ ก็แยกออกไปจากกายกับจิตนี้ทั้งนั้น เรียกว่าสนิทสนมกันมากทีเดียว เวลาจะแตกดับ ต่างคนก็ไม่ได้อำลาจากกันไปเหมือนกับไม่เคยได้อยู่ด้วยกันมาก่อนเลยนั้นแหละ มิตรชนิดนี้ไม่ควรคบค้าสมาคมเลย

อายตนะสิบสอง คือ ภายในมีหกได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แยกออกมาจากชั้นห้า นั้นแหละ ก็ไม่หนีจากกายกับใจเหมือนกัน

เมื่อภายในมี ๖ แล้ว ก็ต้องมีภายนอก ๖ เป็นคู่กัน คือมีรูปไว้คู่กับตา มีเสียงไว้คู่กับหู มี กลิ่นไว้คู่กับจมูก มีรสไว้คู่กับลิ้น มีกายไว้คู่กับสัมผัส มีธรรมารมณ์ไว้คู่กับใจ มารวมลงที่กายกับ

ใจนี้แหละ แต่พูดออกไปอีกอย่าง คนเราพอตั้งลงที่กายกับใจสองอย่างนี้แล้ว จะใช้ให้เป็นไป
อย่างไรก็ได้หมด เรียกว่าหมุนไปตามโลกจนกว่าจะแตกดับสลายจากกัน แต่ถ้าในทางธรรมแล้ว
จะหยุดนิ่งอยู่กับที่เลย แล้วแต่ใครจะนำไปใช้ในทางไหน จึงต้องหัดพิจารณาให้บ่อย ๆ หัด
พิจารณากายนี้ให้ชำนาญ ให้เห็นเป็นธาตุสี่ ชั้นห้า อายตนะ ไม่ใช่ตนไม่ใช่ตัวมันก็สบาย
เจ็บป่วยธาตุสี่ ชั้นห้า อายตนะเจ็บต่างหาก ไม่สบายก็ธาตุสี่ ชั้นห้า อายตนะไม่สบาย แยกตาย
ก็ธาตุสี่ ชั้นห้าอายตนะต่างหาก

อธิบายถึงหลักการปฏิบัติ จับหลักให้ได้ จำให้แม่นยำก่อนจึงค่อยปฏิบัติฝึกหัดไปตามอย่างนี้

ได้อธิบายมา จึงจะได้หลัก ถ้าไม่อย่างนั้นไม่ได้หลักสักที ชีวิตของเรามันไม่แน่นอนแก่ถึง

ขนาดนี้แล้วทุกคน ไม่ทราบว่าจะใครจะไปก่อนไปหลังกันแน่ใครจะแตกจะดับเมื่อไหร่ก็ไม่ทราบ

มันไม่บอกเวลา ให้รีบทำเสียเมื่อยังมีเวลาอยู่นี้ เห็นหน้ากันอยู่หัด ๆ ได้ยิน ได้ฟังกันอยู่ก็ให้

รีบฟังเสีย รีบทำเสีย ให้มันทันต่อกาลเวลา

นั่งสมาธิ

นั่งสมาธิ ให้เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย หากว่าไม่ถนัดจะนั่งพับเพียบลงไปก็
ได้ ตามใจ อิริยาบถใด ๆ ก็ได้ตามชอบใจ

ตั้งสติกำหนดจิต เอาพุทโธไว้ที่จิต หรือเอาจิตไปไว้ที่พุทโธ ให้เห็นพุทโธอยู่กับจิต เห็น
จิตอยู่กับพุทโธ อันเดียวกันนั่นแหละ อย่าส่งไปข้างนอก ข้างใน ข้างหน้า ข้างหลัง ตั้งอยู่เฉพาะ
หน้าอย่างเดียว คือ พุทโธ

การตั้งจิตถูก ตั้งจิตตรง คือ ไม่นึกคิดถึงเรื่องอดีต อนาคต ทั้งภายนอก ภายใน ตั้งจิตไว้
ที่พุทโธเฉย ๆ ตรงกลางนั่นแหละ

เราไม่ได้คิดว่าจะทำให้ช้าหรือเร็ว มันหากเป็นเอง คือเมื่อจิตตั้งแน่วอยู่เฉพาะพุทโธอัน
เดียวแล้ว มันเป็นของมันต่างหากเราไม่ต้องแต่งให้มันเป็น มันจะรวมเข้าไปเป็นใจ คือ ผู้รู้ ไม่คิด
ไม่นึก เป็นกลางเฉย ๆ อยู่ บางทีมันอาจจะรวมวูบลงไปแล้วดังเหมือนเสียงฟ้าผ่าก็มี ทำให้เราตื่น

ตกใจเสีย บางคนตัวหายว้าง เหมือนกับไม่มีตัวของตน ไม่มีอะไรหมด เลยกลับตายผวาตกใจเสีย ก็มี บางทีวูบลงไปคล้ายตกเหว ตกผา กลับตายสะดุ้งตื่นเสียก็มี มีอาการได้หลายอย่าง แต่อย่าไปกลัวว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่มีอะไรหรอก มันเป็นเรื่องของสมาธิต่างหาก สติเราไม่พอ เราผลอสติจึงต้องตกใจกลัวตาย ให้ยึดเอาพุทโธไว้ให้มั่น มันก็จะหายไปเอง

ถ้าหากว่าผู้ทำมีสติควบคุมจิตอยู่ จะไม่ตกใจ ให้ย้อนหาตัวผู้รู้คำว่า " ว้าง " ใครเป็นคนว่า ว้าง คำว่า " ดังเหมือนฟ้าผ่าก็ดี " หรือ " ตกเหว ตกผาก็ดี " ใครเป็นคนว่า แล้วจะเห็นจิตของตนในที่นั้น แท้ที่จริงมันแสดงถึงเรื่องจิตนั้นแหละ ว้างก็จิตนั้นแหละ ว้างหรือสว่างอะไรทั้งหมดก็จิตนั้นแหละเป็นผู้เห็น เราเลยไปมองแต่สิ่งที่มันเป็นอยู่ ไม่มองจิตของเรา ถ้าสติควบคุมจิตอยู่ จิตจะไม่ถอน จะไม่ตกใจกลัว จิตยิ่งจะละเอียดลงไป ถ้าจิตถอนก็แสดงว่า ยังภาวนาไม่มีหลักหนักแน่น ต้องตั้งสติให้หนักแน่น ทำสติให้มันคงยิ่งขึ้นไปกว่าเก่า

เข้าภาวนาต่อไป

๑๐๒. การฝึกหัดกัมมัฏฐาน (ต่อ)

(วิธีทำมะม่วงให้หวาน)

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๒๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

ครั้งที่แล้วเทศน์เรื่องอะไร ใครจำได้บ้าง มีผู้หนึ่งตอบว่า หลักการฝึกหัดกัมมัฏฐานครับ อีกผู้หนึ่งตอบว่า มะม่วงเปรี้ยวเจ้าค่ะ

อ้อ มะม่วงมันเปรี้ยว ทำอย่างไรมันจึงจะหวาน คราวนี้จะสอนวิธีทำให้มันหวานให้ฟัง อัมพา ภาษาบาลีแปลว่า มะม่วง อัมพาหมายพา หมายถึงว่า เราพาไป คือตัวเรานี้แหละ ไปไหนเราก็พาไป ไปเหนือล่องใต้ตะวันตกตะวันออกทุกสิ่งทุกอย่างเราพาไปทั้งนั้น ถ้าเราว่าไม่พาไปก็ลองดูซิ ใครจะพาไป มาจากกุฎิเราก็พาไป มาจากกุฎิเราก็พาไป เวลากลับเราก็พาไปอีก ตัวนี้แหละที่จะต้องทำให้มันสุก ทำให้มันหวาน

วิธีทำมะม่วงให้สุก ทำให้หวาน เขาต้องไปเก็บเอาลูกแก่มาจากต้น แล้วเอามามบ่มไว้ให้มันสุกเสียก่อน สุกแล้วก็กินจึงจะหวาน อะไรทำให้มันแก่พอที่จะบ่มให้สุก อันนั้นก็คือศรัทธา มันจะแก่หรือไม่แก่ก็อยู่ที่ตัวศรัทธาเท่านั้น ทำอะไรทั้งหมดไม่ว่ากิจการงานอะไรทั้งสิ้น ต้องมีศรัทธาเสียก่อนจึงจะทำได้สำเร็จ ทำไร่นาทำสวนก็ตามเถิด ถ้าไม่มีความเชื่อมั่นว่าจะได้ผลแล้วจึงเกียจทำ ทำสมาธิภาวนาก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่เชื่อมั่นในตัวของเราว่า เราทำภาวนาลงไปในที่นี้ ทำ

บริการนี้จะต้องได้รับผลแน่ ก็จะไม่อยากทำ เชื้ออย่างนี้จึงจะทำได้ผล ก็เหมือนเขาเอามะม่วงแก่ มาบ่มฉะนั้น

เวลาบ่มต้องเอาไว้ที่เดียว ไม่ต้องย้ายไปย้ายมา เอาไว้ที่เท่านั้นแหละ เมื่อบ่มแล้วมันจะสุกหอมของมันเอง ถ้าต้องการอยากให้อายุเร็วก็เอาเครื่องอบอุ่นใส่เข้าไป แต่ว่าสุกอย่างนั้นสุกไม่หวาน ไม่เหมือนให้มันค่อยสุกด้วยกำลังของมันเอง มันมีรสชาติหวานดีด้วยกำลังความแก่ของมันเอง การทำสมาธิภาวนาก็เหมือนกัน ถ้ารีบร้อนนักมักจะไม่ได้ผล เราทำให้สม่ำเสมอเป็นกิจวัตร ทำใจให้เฉย ๆ อย่าไปรีบร้อนเลย ทำใจให้รีบร้อนเลยไม่เป็นอีก อยากจะเห็น อยากจะเป็น อยากจะมี อะไรต่าง ๆ ให้มันเกิดขึ้น เลยไม่เป็น อย่างชาวบ้านเขาว่า สุกก่อนห้าม อันนี้ก็ฉันเดียวกัน

พิจารณาภายในให้เห็นสภาพตามเป็นจริง มันเป็นจริงอย่างไรให้เห็นตามความจริงอย่างนั้น อย่างพระพุทธเจ้าท่านว่า ยถาภูตังสัมมัมปัญญายทัญญัพพัง พึงเห็นตามเป็นจริงของมันที่มันเป็นอยู่อย่างไร ธาตุ ๔ คือตัวของเรามันเป็นจริงอยู่แล้ว คือ ธาตุดิน ก็เป็นดินตามสภาพของมัน ถ้าจะแยกออกไปก็มาก เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น อะไรทั้งหมดที่มีอยู่ในตัวของเราในที่นี้เป็นของแข็ง เรียกว่า ธาตุดิน ทั้งนี้ ธาตุน้ำ ของเหลว ๆ เขาเรียกว่า ธาตุน้ำ มีน้ำดี น้ำเสลด เป็นต้น ทั้งสองอย่างนี้เป็นธาตุหลัก ส่วนธาตุลมและธาตุไฟนั้นตามมาทีหลังต่างหาก ธาตุลม ลมพัดไปตามตัว ที่ทำให้กายเบา อ่อนนุ่มนวล ลมในท้องในไส้ที่มันร้องโครกคราก ๆ นั่นแหละ ลมหายใจเข้าลมหายใจออก ลมก็อยู่เพียงแคंपอดเท่านั้นแหละ แต่มันกระจายทั่วไปหมดในสรรพางค์กาย ข้างบนมีผมเป็นต้น ข้างล่างตลอดถึงปลายเท้า ธาตุไฟ คือ ไอร้อนอยู่ในตัวของเรา ทั้งหมดนี้เรียกว่า ไฟ ธาตุทั้ง ๔ มันมีอยู่ในตัวของเราแล้ว เราขึ้น เดิน นั่ง นอน ได้ก็เพราะธาตุทั้ง ๔ ให้เห็นธาตุ ๔ ตามเป็นจริงเท่านั้นเราไม่ได้ปรุงแต่งอะไร มันปรุงแต่งของมันเอง เราพิจารณาเห็นชัดตามเป็นจริงอย่างนี้ ไม่ต้องเห็นด้วยนิมิต ไม่ต้องเห็นด้วยภาพ ที่เห็นด้วยภาพด้วยนิมิตนั้นนะมันก็เป็นเอง เห็นภาพนิมิต เช่นว่า ก็ไม่เห็นของสำคัญอะไร อย่างเช่นเราพิจารณาภายในให้เห็นเป็นดินเลยปรากฏเป็นจอมปลวกขึ้นมาเลยทีเดียว พิจารณาธาตุน้ำ ก็เลยเห็นเป็นแม่น้ำลำธารไปเลย เห็นเช่นนั้นมักหลง เห็นแล้วมักไปจับภาพนิมิตนั้นเสีย เห็นด้วยสภาพที่มันเป็นจริงตามเป็นจริงนี้แหละ พระพุทธเจ้าท่านให้เห็นตามความเป็นจริงอย่างไร ให้เห็นตามความเป็นจริงอย่างนั้น นั่นแหละเป็นของจริงแท้ อุตภาพเป็นของหลอกลวงให้เราลุ่มหลง แต่คนชอบ ถ้าพูดตรง ๆ ไม่ชอบ ปรุงแต่งให้หลงเท่าใดยิ่งอยากหลง คนทั้งหลายในโลกนี้มันเป็นอย่างนั้น หลงมัวเมาก็พอแล้ว ยังมีคนมาหลอกลวงยิ่งไปใหญ่เลย จึงว่า มีความเห็นตามเป็นจริงอย่างไร คือให้เห็นมันมีความเป็นจริงอย่างนั้น เรียกว่า บ่มสุกแล้วนะกินอร่อยแล้ว หวานฉ่ำ สบายอร่อยเลยทีเดียว

นั้นแหละบ่มมะม่วงต้องบ่มด้วยวิธีนี้ ถ้าบ่มด้วยวิธีอื่นไม่ได้กินหรือกินเข้าไปก็ไม่อร่อย ไม่หวาน บ่มวิธีนี้หวานทุกคนที่เคี้ยว และไม่ต้องไปแย่งกัน ของใครของมัน หวานทั้งนั้น

เรามีมะม่วงด้วยกันทุกคน แต่คนเราไม่เหมือนลูกไม้ ลูกไม้ผลไม้อื่นต่าง ๆ เมื่อแก่เข้า ๆ จะรวมเอาบรรดาลำต้น รากเหง้ามาเมล็ดแห้งเดียวหมด คนเรายังแก่งแย่งชิงช่านมาก สารพัดจะยุ่งเหยิงวุ่นวาย คิดถึงโน่นคิดถึงนี่ทุกอย่างไปหมด ต้นไม้เขารวมเป็นอย่างผลมะม่วงนี้แหละ ราก ลำต้น กิ่งก้านสาขาและใบก็รวมอยู่ในนั้นหมด มันอยู่ในเมล็ดนั้นหมดแต่ยังไม่ปรากฏ ต่อเมื่อใดเอาไปฝังไว้ในดิน ถูกดินถูกน้ำเข้า ก็จะแตกออกมาเป็นใบ เป็นราก เป็นต้น ขึ้นมาเท่าเท่า แต่คนเราไม่เป็นอย่างนั้นแก่แล้วยังแตกกิ่งก้านสาขากว้างขวางออกไป รวมจิตไม่เป็น ได้อธิบายพุทธภาษิตให้ฟังวันก่อนแล้วว่า โย จ วสุสสตฺถิเวอุปสฺตอุพฺพยุพฺพญํ เอกาหํ ชีวิตาเสยฺโย ปสฺสโตอุพฺพยุพฺพญํ คนเรามีอายุนานตั้งร้อยปี แต่ไม่พิจารณาเห็นความเสื่อมโทรมแห่งร่างกายของตนเลย ผู้เด็กเกิดในวันนั้นแต่เขาพิจารณาถึงความเกิดความดับของสังขารร่างกายของตนเองเสมอไม่ได้ พระพุทธองค์ท่านทรงถือเอาทรงคุณธรรมว่าประเสริฐกว่าผู้มีอายุมาก แต่ไม่มีคุณธรรม แม้แต่สังขารร่างกายของตนแก่ชำรุดทรุดโทรมอยู่ทุกวัน ก็พิจารณาไม่เห็นเลย จิตของตนก็สำรวมไม่ได้ ได้ชื่อว่าไม่มีประโยชน์แก่ตนเลย เรียกว่า มะม่วงบ่มไม่สุก ไม่ได้รับประทานมะม่วงหวานกับเขา

พวกเราต้องพิจารณาให้เห็นเป็นจริงตามสภาพของจริงอย่างที่ว่า ธรรมะเป็นของประเสริฐสูงสุดอยู่ตรงนี้แหละ อย่าไปหลงไหลเข้าใจผิดคิดลึกลงไปอย่างอื่น ไม่เป็นผลประโยชน์อะไรแก่เราเลย เราแก่แต่อาจตายทุกคนแล้ว ถึงผู้เทศน์นี้ก็เหมือนกันไม่รู้ว่าจะตายวันไหน

จงรวมจิตของตนเอาไว้ที่เดียว เหมือนกับผลไม้มะม่วงเป็นต้น มันแก่แล้วก็เก็บรวมเอารากเหง้า ต้นลำ กิ่งก้านสาขา แม้กระทั่งผลของมันเข้าไว้ในที่เดียว คือ เมล็ด ฉะนั้นชาวสวนเขาขอมารู้ดีว่า ถ้าเอาเมล็ดผลไม้ไปปลูกลงในดินแล้วขอมงอกออกมา มีรากเหง้า ลำต้น กิ่งก้านสาขา และมีผลออกมาเหมือน ๆ กับต้นเดิมของมัน ถ้าไม่รู้ก็เอาไปทิ้งเสีย ขอมไม่ได้ประโยชน์จากเมล็ดนั้น

ขอให้รวมจิตตัวจิตขโมยนี้ให้ได้เสียก่อน เราจะตัดสินประหารชีวิตหรือจำคุกตลอดชีวิตหรือจำคุกกี่ปี ๆ ก็ทำได้ง่ายเหมือนผู้พิพากษาจับขโมยได้แล้ว ตามสืบสวนคดี จนได้พยานหลักฐานเป็นที่แน่ชัดแล้ว ขึ้นนั่งบัลลังก์ผู้พิพากษา มีโจทก์จำเลยนั่งพร้อมหน้ากันแล้วอยู่ที่เดียว คดีขอมสิ้นสุดอยู่ ณ ที่เดียวจะนั้น

คนเราที่จะตัดสินตนเองว่า เราจะต้องเกิดอีกก็ภพชาติก็ตรงนี้แหละ ตรงจิตรวมลงเป็นหนึ่งแล้ว พิจารณาตนเองว่า เรายังมีกังวลเกี่ยวข้องกับอยู่ด้วยสิ่งต่างๆ มากน้อยเพียงใด อันใดละได้

แล้ว และยังละไม่ได้ ต้องรู้ด้วยใจของตนเอง จะให้ใครมารู้ให้ไม่มีหรือ เชื่อคนอื่นไม่เชื่อตนเอง
แล้วจะเป็นผู้บริสุทธิ์ได้อย่างไร

นั่งสมาธิ

เอ้า นั่งบ่มมะม่วง บ่มในที่เดียวนี้แหละ ให้มันคงอยู่นี้ไม่ต้องไปไหน เมื่อกายอยู่อย่าให้ใจ
ไปไหน ให้อยู่ด้วยกัน ใจมันวิ่งว่อนไปมามองก็ไม่เห็นเพราะใจไม่มีคนไม่มีตัว ต้องอาศัยหลักคือ
คำบริกรรมเป็นเครื่องอยู่ เอาพุทโธ ๆ ไว้ในใจ

พุทโธ นี่ดีหนักหนา สารพัดปราบได้ทุกสิ่งทุกอย่าง

ตั้งสติแนวนในพุทโธอันเดียว สามารถที่จะระงับทุกข์โศกโรคภัยทั้งหมด ถ้าไม่เชื่อก็ลองดูซิ
ความโกรธขุนเฉียวเกิดขึ้นมาตั้งสตินึกถึง พุทโธ เดียวก็หายหมด อายพระพุทเจ้า อายพุทโธนี้
แหละพุทโธคืออย่างนี้ ที่มันไม่หายเพราะไม่ได้ตั้งสติให้แน่วแน่กำหนดพุทโธเฉย ๆ หลอก ๆ พุท
โธเลยไม่อยู่กับเรา พุทโธพระพุทเจ้าหายหมด มันก็มีแต่กิเลสเข้ามาครอบงำมีแต่ความโกรธ
วุ่นวายหมด ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นภัยอันตรายอย่างยิ่ง ถ้าหากเราไม่มี สติตั้งอยู่
ในพุทโธแล้ว สารพัดจะทำตัวของเราให้เป็นไปต่าง ๆ นานา จนกระทั่งคิดประทุษร้าย
ประหัตประหารฆ่าฟันคนอื่นได้ทุกประการ

ถ้าตั้งสติกำหนดพุทโธไว้ พุทโธมาอยู่แทนที่ ความโกรธก็เลยหายจากใจหมด ฉะนั้นอย่า
ลืมให้ระลึกพุทโธอยู่เสมอจึงจะเป็นผลให้สำเร็จประโยชน์แก่ตน เอาพุทโธตัวเดียวเท่านั้นแหละไว้
ให้มัน ตั้งสติกำหนดให้มันลงจริง ๆ จัง ๆ ในที่เดียวนี้แหละ กายตั้งมันอยู่แล้วใจมันต้องให้อยู่
เหมือนกัน มันพาเราวิ่งว่อนมามากต่อมาก เกิดมาอายุเท่าไรแล้วก็ไม่ทราบ ตั้งแต่เกิดมาไม่เห็น
ตัวพุทโธเลยสักที จิตก็ไม่เห็น สติควบคุมจิตไม่อยู่ไม่เห็นจิตเลย ไม่เห็นพุทโธเลย พุทโธนั่นคือ
จิตเอาอันนั้นเสียก่อน เอาพุทโธ ๆ ไว้ในใจในจิตตัวนั้นแหละ เมื่อสติควบคุมมัน ๆ ก็อยู่กับพุทโธ
เอาพุทโธเป็นจิตเสียก่อน ครั้นเมื่อคุมจิตอยู่แล้วพุทโธจะหายไป จะยังเหลือแต่จิตก็เอา ไม่ต้องไป
นึกถึงพุทโธอีกเท่านั้นละเป็นพอ ทีนี้ก็เอาแต่จิตนั้นแหละ

๑๐๓. เริ่มต้นปลุกพระพุทศาสนา

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

เราควรจะต้องตั้งต้นปลูกพระพุทธศาสนาอันใหม่เสียที เพราะยังตั้งต้นกันไม่ค่อยจะถูก ทำอย่างไรจึงจะตั้งต้นพระพุทธศาสนาให้ถูกจริงๆ และบังเกิดผลดี พระพุทธเจ้าท่านตั้งต้นที่ไหนจึงเป็นพระพุทธเจ้า แต่ก่อนท่านเป็นพระสิทธัตถะราชกุมาร ภายหลังท่านกลับมาเป็นพระพุทธเจ้า พระสิทธัตถะหายไปในไหน พระสิทธัตถะเมื่อพระโพธิญาณเกิดขึ้นในพระสันดานของพระองค์แล้ว พระสิทธัตถะเลยหายไป ตัวของเราก็เหมือนกัน เราเป็นคน เป็นบุรุษ ชาย หญิง ถ้าหากจะตั้งตนเป็นพุทธมามกะก็ต้องตั้งต้นที่ตัวของเราเนี่ย เอาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาปลูกฝังลงในกายและใจนี้ เราก็จะเกิดเป็นพุทธมามกะขึ้นทุกคน แต่ก่อนพุทธศาสนาไม่มีหรือพระพุทธเจ้ามีอยู่แต่ไม่รู้จัก ไม่เข้าใจจะนำเอามาใช้ เมื่อเรารู้และเราเข้าใจแล้ว จึงนำเอาพุทธศาสนามาตั้งต้นลงที่กายและใจของเรา เอากายและใจของเราเนี่ยมาปฏิบัติพระพุทธศาสนา ตามคำสอนของพระพุทธองค์ ก็จะเป็นพุทธมามกะขึ้นมา ในที่นี้คำที่เขาว่า คนไม่มีศาสนาหรือคนนอกศาสนาก็จะหายไป จึงว่าศาสนาตั้งต้นที่กายกับใจ เราจะทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เรียกว่า จาคะ ถ้ามีกายไม่มีใจ (คนตาย) ก็จาจะไม่ได้ ถ้ามีแต่ใจใครเล่าจะไปหาของมาจากะได้ จะรักษาศีลก็ไม่ได้ มีแต่ใจเขาเรียกว่าเปรต เทวดา บางทีก็เรียกว่า เปรต และไม่สามารถที่จะดำรงพระพุทธศาสนาไว้ได้ เทวดาถึงจะรักษาศีลได้ก็จริง แต่ไม่สามารถที่จะรักษาพระพุทธศาสนาไว้ได้ พระพุทธเจ้าจึงตั้งศาสนาของพระองค์ไว้ในโลกนี้เอง เพราะมีกายมีใจ คนเราส่วนมากปรารถนาที่จะเป็นเทวดาโดยเห็นว่าเทวดามีความสุข ลองคิดดูซิ คนเราเมื่อมีความสุขมากๆ ก็เพลิดเพลินหลงมัวเมาแต่กับความสุขความสบายของตน เทวดาก็เหมือนกัน มนุษย์มีทั้งสุขทั้งทุกข์ เราจะทำให้สุขหรือทุกข์เกิดขึ้นในตัวของเราก็ได้ อริยสังฆธรรม ทั้งสี่มีอยู่ในตัวเราหมดทุกอย่าง สามารถที่จะทำให้สำเร็จมรรคผลนิพพานก็ได้ เทวดา อินทร์ พรหม ไม่สามารถที่จะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ เพราะเหตุว่ามันสุขเกินไป ถึงจะสำเร็จมรรคผลนิพพานก็ไม่มีใครเห็นหรือก ในมนุษย์เราเนี่ยเมื่อได้สำเร็จมรรคผลนิพพานแล้ว เทศนาประกาศสั่งสอนสังฆธรรมนั้นแก่มนุษย์ทั้งปวงหมดไม่มีห้วง มนุษย์คืออย่างนี้จึงเป็นที่ตั้งของการปลูกพืชพันธุ์ทั้งปวง ปลูกสังฆธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าลงไปบนดิน (คือคนเรา) นี้ แล้วมันก็จะขึ้นงอกงามดีได้ทุก อย่าง ทาน , ศีล ก็ปลูกลงไปเถิด ในที่อันนี้แหละ เมื่อปลูกลงไปแล้วขอให้รดน้ำให้ดี เป็นขึ้นงอกงามหมดทุกสิ่งทุกอย่าง น้ำคืออะไร น้ำคือศรัทธาความเชื่อมั่น รดให้คืออย่าปลูกทิ้งไว้เฉยๆ เราปลูกลงไปนิดเดียวสามารถที่จะให้ผลเหลือประมาณ คือมีศรัทธาเชื่อมั่นอุทิศตัวของเราแก่พระศาสนา แล้วเป็นผลอันดียิ่ง ในครั้งพุทธกาล คนทำงานเพียงนิดเดียวเท่านั้น ได้ผลอันยิ่งใหญ่อย่างทุกขะ ตะสองสามภรรยา มีผ้าขาวอยู่ผืนเดียวเท่านั้นสำหรับห่ม ขอทอดผ้าอนุโมทนาภลินกับมหาเศรษฐีที่ตั้งกองภลินใหญ่โต ทีแรกเศรษฐีคิดไม่อยากจะร่วมทำบุญ เพราะเห็นว่าเป็นของเล็กน้อย และเลวทรามขายขี้หน้าเขา ทุกขะตะไปอ่อนวอนขอให้เข้าส่วนบุญจนได้ เมื่อภลินนั้นได้แห่ไปทอดแล้ว

ทำให้แผ่นดินอันไม่มีจิตใจหวั่นไหวสะทกสะท้าน ด้วยกำลังศรัทธาของสองสามีภรรยาที่ยอมสละ ส่วนมหาเศรษฐีทำแต่ศรัทธาไม่เต็มที่ แผ่นดินจึงไม่หวั่นไหว ลองคิดดูซิสองสามีภรรยามีผ้าผืนเดียว เมื่อมีงานมโหฬารที่ไหน คนหนึ่งไปแล้วอีกคนหนึ่งก็ต้องอยู่บ้าน ในเมื่อจะให้ทานนั้นก็คิดแล้วคิดเล่า ให้ทานไปแล้วจะได้ผ้าที่ไหนมาห่ม คิดแล้วคิดเล่าอยู่หลายตลบ ผลที่สุดยอมสละไม่มีก็ไม่ห่มละ สละเด็ดเดี่ยวกล้าหาญเต็มที่ มีที่ไหนทำได้บ้าง เราสามารถจะทำได้ไหม นั่นแหละได้ชื่อว่าใช้น้ำรดดี ปลูกลงไปในที่ดินดี เป็นเนื้อนาบุญอันดี จึงสำเร็จประโยชน์อันยิ่งใหญ่ เรียกว่าปลูกศรัทธาลงในศาสนาในที่ดินอันดี ศีลก็เหมือนกัน ถ้าปลูกลงไปในที่ดินดีแล้ว รดน้ำให้ดีเถอะ ศีลข้อเดียวก็ได้ไม่ต้องมากมาย เช่นตั้งใจงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ก็ให้ตั้งใจงดเว้นจริงๆ แล้วเลื่อมใสยินดีพอใจกับศีลของตน ความเลื่อมใสพอใจยินดีกลับจงใจให้มีศีลข้ออื่นๆ ต่อไป หากไม่พอใจ ไม่มีศรัทธา ไม่ตั้งใจที่จะรักษา ศีล ๕ ข้อ ๘ ข้อ หรือ ๒๒๗ ข้อ ไม่เป็นผลอะไรเลย ท่านว่ารักษาศีลเป็นทาส เหมือนคนเลี้ยงวัวไม่ได้กินนมวัว เลี้ยงให้นายจ้างเจ้าของวัวเขาต่างหาก ไม่ได้รักษาศีลเพราะความเลื่อมใส รักษาศีลเพื่อประโยชน์คนอื่น รักษาศีลเพราะกลัวเพื่อนเขาจะว่า กลัวเพื่อนเขาจะนิินทา รักษาศีลเพื่อคนยกย่องสรรเสริญ เพื่อผลประโยชน์ สมบัติพัสถาน อยากมั่งมีร่ำรวย อันนั้นเรียกว่ารักษาศีลเป็นข้า เป็นทาส เมื่อไม่ได้เงินได้ทอง ไม่ได้สมบัติพัสถาน เมื่อไม่เห็นผลประโยชน์ดังที่ต้องการก็เสื่อมศรัทธาเสีย ถ้าหากตั้งใจมั่นทำจริงๆ แล้ว รักษาศีลข้อเดียวเท่านั้น ไม่ต้อง ๕ ข้อ ๘ ข้อ ก็จะเป็นภavanaไปในตัว เห็นมนุษย์สัตว์ทั้งหลายเกิดมามีเมตตาปรานี เพราะสงสารเอ็นดูซึ่งกันและกัน จิตใจกว้างขวางเพื่อแผ่ ไม่มีอิจฉาพยาบาท ไม่มีโกรธมีเกลียดซึ่งกันและกัน เลยเป็นเมตตาภavana นั่นแหละเป็นตัวภavanaสมาธิแล้ว โบราณท่านยังบอกว่า ไปวัดไปวาไปเจริญเมตตา ก็เมตตาภavanaนี้เอง ไปอยู่วัดมีความเมตตาปรานีซึ่งกันและกัน ไม่คิดอิจฉาริษยาแข่งดีแข่งเด่นยกโทษข่มขู่ซึ่งกันและกัน เรียกว่าไปวัดไปวาไปเมตตาภavanaมีแต่ความสุขสบาย ถ้ามีอิจฉาริษยาเบียดเบียนยกโทษซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะอยู่ป่า อยู่วัด อยู่ที่ไหนก็แล้วแต่ มันเป็นนรก ไม่ใช่เป็นสวรรค์ ไม่เป็นภavana เรียกว่าไปหานรก นรกมันก็อยู่ใกล้กับเรานี้แหละ ไม่ต้องไปหาใต้ดิน ใต้ภูเขา หรือที่ไหนๆ มีอยู่ในตัวของเรา เราทำให้เกิดขึ้นในตัวเราเอง ความเดือดร้อนอยู่ในตัวของเรา นี้แหละเรียกว่านรก

เราทำเมตตาภavanaให้เกิดขึ้น ให้จิตใจฟ่องใสเบิกบานในหมู่มนุษย์ด้วยกันหรือในสัตว์ดิรัจฉานเอ็นดูซึ่งกันและกัน **กรุณา มุทิตา** ก็จะมาร่วมกันหมดในที่นั้น ไม่มีจี๊ดจ๊าดขี้โมย ขี้ล้อขี้โงะอะไรหมด ใจของเราก็จะเบิกบาน นั่นแหละเป็นสวรรค์ บางคนเขาบอกว่า เราทำความดีแต่เราคนเดียว เป็นต้นว่า เราไม่โกรธแต่เขาโกรธเรา ดังนี้ เราจะอยู่กับเขาได้หรือ พระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ในโลกมิได้สอนให้เราทำความดีแต่เราคนเดียว พระพุทธเจ้าทรงเทศนาให้คนทุกๆ คน ประพฤติแต่ความดีเป็น

อย่างเดียวกันหมด เมื่อทำความดีได้เราคนหนึ่งเสียก่อน ถึงคนอื่นจะทำไม่ได้เราก็ไม่เสียหาย นั่นแหละเมืองสวรรค์เกิดขึ้นในนรกคือจิตของเรา นี่เมตตาอันนี้เป็นสมาธิขั้นต้น ขั้นต่ำ ถ้าหากอยู่อย่างนั้นเป็นปกติ จิตใจจะกล้าหาญเบิกบานเต็มที

ต่อจากนั้นให้พิจารณากาย คือ ธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม นี่คือการปลุกคำสอนของพระพุทธเจ้าลงที่กายนี้ มันจึงจะงามขึ้น พระพุทธเจ้าท่านเทศน์ที่ตัวของเรานี้ทั้งนั้น มีธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ชั้นห้า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อายตนะหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ตัวของเรานี้ทั้งสิ้น เราพิจารณาตามได้ชื่อว่าเราปลุกคำสอนของพระองค์ลงในกายนี้

เมื่อปลุกพระธรรมคือคำสอนของพระพุทธเจ้าลงในกายนี้เรียบร้อยแล้ว ผลคือสมาธิก็ปรากฏ

ขึ้นมา คือพิจารณาอยู่แต่ในกายไม่ออกไปข้างนอก เราก็จะรวมเป็นเอกัคคตาสมาธิแน่นแน่วอยู่ใน

อารมณ์อันเดียว หายกังวลห่วงใยอยากจะเป็นโน่นเป็นนี่หรืออยากได้โน่นได้นี้ และพร้อมกันนั้นก็

จะพิจารณาเห็นทุกข์ในชั้นของตนเองอย่างชัดเจนว่า ธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประสมเกิดมาเป็น

มนุษย์นี้ล้วนแต่ทุกข์ทั้งนั้น ไม่ว่าสัตว์มนุษย์รูปไหนก็เป็นทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น ใช้สมมุติให้ชื่อให้

นามเป็นโน่นเป็นนี่ เมื่อตายแล้วก็หายวับไม่มีอะไรเหลือเหลือ

ธรรม คือ วิปัสสนารู้แจ้งเห็นด้วยปัญญาของตนเอง ก็ปลุกลงที่กายใจของตนนี้ วิปัสสนาคืออะไร คือ ธาตุ ชั้นห้า อายตนะ นี้แหละซึ่งมีพร้อมอยู่ในกายของเรานี้แล้ว เราปลุกลงไป คือ พิจารณาให้เห็นชัดแจ้งประจักษ์ด้วยปัญญาอันพิเศษของตนเอง มิใช่เห็นด้วยอนุमानหรืออนุโลมคตินึกเดาๆ เอา หรือตามความบอกเล่าของคนอื่น เห็นแจ้งด้วยปัญญา ปัจจักษุสิทธิของตนเองจริงๆ ปลุกลงในหลักสามประการ คือ พระไตรลักษณ์ญาณ แล้วไม่มีงอนแง่นกลอนแคลน เชื่อในคุณพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคง

บางคนพูดว่าเมื่อทำสมาธิเป็นสมาธิหนึ่งแล้วลงไปแล้วนิ่งเฉยไม่เห็นมีอะไรเกิดขึ้น มันจะมีประโยชน์อะไร ก็เกียจอย่าทำเลย สู้อยู่เฉยไม่ได้ ของพิจารณาทำให้ดีกว่า จิตที่มันนิ่งเฉยนะมิใช่ของทำได้ง่าย โดยมากมันวุ่นวายสับสนด้วยประการต่างๆ เมื่อพิจารณาจิตด้วยอุบายแบบคายต่างๆ มัน

เห็นโทษสิ่งที่ไม่ดีที่วุ่นวายกระสับกระส่ายเหล่านั้น แล้วจิตมันจึงมานิ่งเฉย แต่จิตเราไม่เคยนิ่งเฉยเลยแต่เกิดมา พอมานิ่งเฉยลงเท่านั้นแหละ ก็หาว่าไม่มีประโยชน์อะไร แท้จริงจิตของคนเราเมื่อมันจะคิดจะนึกปรุงแต่งอะไร แต่ละขณะมันจะต้องรวมเข้ามาเป็นภวังค์เสียก่อน แต่มันเป็นภวังค์ขณะเล็กๆ ซึ่งเรตามารู้ไม่ทัน ถ้ามีขณะนั้นแล้วมนุษย์เราจะเป็นบ้ากันไปหมด อันที่เราพากันมาฝึกหัดจิตนี้ มันรวมลงเป็นภวังค์ขณะจิตใหญ่หนึ่งเฉยเห็นจิตของตนว่าเวลานี้มันทำอะไรอยู่ มันคิดแสดคิดแล้วจะหาว่าไม่ใช่อะไร

ของงาไปเกิดปลุกพุทธศาสนาหลงให้ถึงดินดี คือ กายของเราเนี่ย แล้วจงรดน้ำไว้ให้ดี คือ ศรัทธาจะงามขึ้นมาเอง เหมือนขานาเขาปลุกข้าว เบื้องต้นเขาต้องหว่านเมล็ดข้าวลงในโคลนแล้วงอกขึ้นมาเป็นกล้า มิใช่มันเกิดเป็นเมล็ดเป็นรวงทีเดียว ผู้ต้องการอยากให้มันเกิดเป็นเมล็ดหรือรวงไปชักเอามันเลยตายเสีย แล้วค่อยเป็นต้นเป็นลำขึ้นมาโดยลำดับจนเกิดเป็นเมล็ดเป็นรวง ถึงเป็นเมล็ดเป็นรวงแล้วก็ตาม ผู้ใจร้อนอยากจะทำข้าวสุกไปเก็บเกี่ยวเอามาสืมาหุงก็ไม่ได้อยู่ดีๆ นั่นเอง ต่อเมื่อมันแก่มันสุกแล้วนั้นแหละจึงจะเอามาสิมาหุงได้ตามประสงค์ การปลุกพระพุทธรูปศาสนาหลงที่กายนี้ก็เหมือนกัน เมื่อปลุกลงไปแล้วย่ำรีบร้อนอยากให้ได้ผลเร็ว เมื่อไม่ได้ตามประสงค์ก็เบื้อทำแบบนั้นย่อมไม่เป็นผลดีแก่ตนเลย

ผู้ปฏิบัติทั้งหลายขอให้รักษาใจไว้ให้มีศรัทธาเชื่อมั่นในความดีของตนที่ตนทำนั้นแหละ เห็นเฉพาะตนเองคนอื่นไม่เห็นก็ซ้ง เมื่อปลุกฝังอย่างนี้แล้วพุทธศาสนาได้ชื่อว่าหยั่งลงแล้วในกายใจของตนอย่างมั่นคง ก็จะเจริญงอกงามไปบุญล้นสืบต่อไป

นั่งสมาธิ

สมาธิ แปลว่า ทำจิตให้ตั้งมั่นเป็นหนึ่ง ที่จะทำจิตให้เป็นหนึ่งได้ก็ต้องรู้จิตก่อน ถ้าไม่รู้จิตก็ไม่ทราบว่าจะทำตรงไหนและที่ไหน จิตใครๆ ก็พูดว่าจิตของเราๆ แต่จิตของเราแท้มันเป็นอาการอย่างไร และมันอยู่ตรงไหน ในพระอภิธรรมท่านก็ว่า จิตประกอบด้วยอกุศลมูลมี ราคะจริต โทสะจริต โมหะจริต เป็นต้น คำว่าประกอบด้วยหมายความว่า ราคะ โทสะ โมหะ มันอันหนึ่งมิใช่จิตแท้ จิตมันอีกอันหนึ่ง มันจึงไปประกอบกับ ราคะ โทสะ โมหะ ถ้าจิตเป็น ราคะ โทสะ โมหะ ก็เลสแล้ว จิตก็ไม่มีวันจะส่องใสได้ จะปฏิบัติขัดเกลากิเลสสักเท่าไร ก็ไม่มีวันจะส่องใสได้ เพราะจิตเป็นกิเลสเสียแล้ว นี่เพราะกิเลสกับจิตมันคนละอันกัน ท่านพระอรหันต์ทั้งหลายจึงฝึกหัดขัดเกลากิเลสออกจากจิตของท่านได้

ฉะนั้นเราทั้งหลายจงพากันมาหาจิตลองดูเถิด จิตก็แปลว่าผู้คิดผู้นึกอยู่แล้ว คิดนึกเป็นอาการของจิต จิตมีอาการกิริยา ถ้าผู้มันไม่ทำอาการกิริยาผู้มันก็เป็นตัวจิต จิตแท้ไม่มีกิเลส กิเลสของจิต

นั่นจิตไปดึงเอามาต่างหาก ท่านจึงเรียกว่ากิเลสจรมทำให้จิตเศร้าหมอง ตัวจิตแท้่องใสสะอาดอยู่ตามเดิม เหมือนกับคว้นหรือเมฆหมอกปกคลุมบุคคลไม่ให้มองเห็นสิ่งต่างๆ เป็นต้น แต่จิตภายในยังใสสว่างมองเห็นหนทางที่จะออกไปให้พ้นจากคว้นหรือเมฆหมอกนั้นได้ ถ้าจิตเป็นของเศร้าหมองมาแต่เดิมแล้ว ที่ไหนคนเราจะทำให้สะอาดได้ เหมือนดินเผาปั้นไม่สะอาดมาแต่เดิมเสียแล้วจะเอาไปเจียรระไนให้ใสอย่างแก้วย่อมไม่ได้อย่างเด็ดขาด

จงพากันหาจิตดู จิต คือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ส่งถ่าย อากาโรเหล่านี้เป็นเครื่องปกปิดกำบังของจิต เราจงพากันปล่อยวางเรื่องเหล่านี้ แล้วจะเห็นจิตผู้เป็นกลางของสิ่งทั้งปวงและไม่มีอดีต อนาคตเฉยอยู่ คราวนี้เราจะคิดก็ได้ ไม่คิดก็ได้ ให้มันอยู่เฉยๆ ก็ได้ นั่นแหละเห็นจิตของตนแล้ว จงรักษาไว้ให้มันคงต่อไป

๑๐๔.เบื้องต้นของการทำความดี

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

เบื้องต้นของการทำความดี ตัวจิตเป็นต้นเกล้าของทุกสิ่งทุกอย่างที่จะทำดีทำดีเหล่านี้ ต้องให้ความดีเข้าถึงจิตเสียก่อนกายจึงจะทำ กายกับจิตเป็นของสำคัญที่สุด เราจะทำดีอะไรก็ต้องทำที่กายและจิตนี้แหละ ในทางพระพุทธศาสนาเราต้องฝึกหัดตัวของเราในทางที่ดีที่ชอบตั้งต้นแต่กราบ เป็นต้น เข้าหาพระเราต้องกราบเสียก่อน เมื่อพระสวดมนต์ก็ต้องกราบ นั่นเป็นเบื้องต้นในการทำความดี รักษาศีลภาวนาก็ต้องกราบเสียก่อน ทำของดีอื่นๆนี้แหละไม่ต้องไปเอาอื่นไกล เรากราบถูกแล้วหรือยัง การกราบเรากราบอะไร ความประสงค์ของเราคือ การกราบถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า กราบถึงพระคุณของพระธรรม กราบถึงพระคุณของพระสงฆ์ แต่จิตของเรานั้นตั้งใจกราบจริงๆ ไหม หรือเพียงหลอกลวงเฉยๆ หลอกให้เข้าใจว่าเรากราบ การหลอกลวงคนอื่นก็เท่ากับหลอกลวงตัวเองนะซี คือเรากราบเราตั้งใจจะกราบระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า ถึงพระคุณของพระธรรม ถึงพระคุณของพระสงฆ์ แต่เราไม่นึกถึงนั้นเป็นการหลอกลวงตัวเองแล้ว ยังเป็นการหลอกลวงคนอื่นอีกด้วย คนอื่นเห็นก็เข้าใจว่าเรากราบ แต่แท้ที่จริงจิตใจเราไม่ได้กราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นี่แหละเบื้องต้นที่จะทำความดี บางคนกราบสามหน ตาก็เหลียวไป โนนเหลียวไปนี่วอกแวกดูอะไรต่างๆ ไม่จดจ้องเฉพาะคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กราบสามหนก็แล้ว หกหนก็แล้ว เก้าหนก็แล้ว ไม่ได้ระลึกถึงพระคุณของท่านสักที ท่านให้กราบสามหนนั้นก็เพื่อให้ระลึกถึงคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ถ้ายังไม่ทันระลึก

ถึงก็กราบอีกหกหน ถ้ายังไม่ระลึกถึงอีกก็เอาถึงเก้าหน ถ้าเก้าหนแล้วถ้ายังไม่ระลึกพระคุณของท่านอยู่ก็จับกันเพียงเท่านั้น แต่จิตของบางคนระลึกแน่วแน่ถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ก็เป็นอันว่าถึงแล้ว ที่นี้ท่านให้กราบเพื่อให้พร้อมด้วยกาย วาจา ใจ ถ้าไม่กราบก็ไม่พร้อมด้วยองค์สามประการ ธรรมดาผู้ที่เคารพนับถือสิ่งใดก็ดี เมื่อเคารพนับถืออย่างเต็มที่แล้ว จะยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถใดๆ จะต้องระลึกคิดถึงอยู่เป็นนิจ นั่นเรียกว่าเคารพนับถือแท้ เป็นบุญเป็นกุศลนำความสุขมาให้โดยถ่ายเดียว ส่วนการระลึกถึงของที่เป็นพินัยก็ระลึกถึงเหมือนกัน แต่ระลึกถึงไม่เป็นระเบียบ คือ ไม่ทราบว่าจะระลึกถึงกี่ครั้งกี่หน และด้วยความเศร้าหมองจิตใจไม่ส่องใสอารมณ์ร้อน เป็นต้นว่า ระลึกถึงความโกรธ ความไม่พอใจ ความอิจฉาริษยาอาฆาต พยาบาทจองเวรจองกรรมกันเหล่านี้ เป็นต้น ระลึกถึงของเหล่านี้จิตใจเศร้าหมองเป็นของไม่ดีจงงดเว้นเสีย

เราระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่อย่างนั้นเอาเป็นอารมณ์ เป็นคำบริกรรมตลอดเวลา ให้สมกับที่ว่านอกจากคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์แล้ว ที่ฟังอื่นไม่มี อันนั้นเป็นที่ฟังแท้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เราปราศจากอุปัทวอันตรายทั้งปวง มีอำนาจดีด้วย ถ้าระลึกถึงจริงๆ จังๆ ถ้าระลึกถึงเป็นครั้งคราวเมื่อมีภัยอันตรายก็ยังดี ถ้าทำด้วยจิตใจจริงๆ จังๆ แต่ภัยทั้งปวงนั้นไม่ใช่จะเป็นของที่ป้องกันได้ด้วยการระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยตลอดไปก็หาไม่ ในเมื่อมีเหตุปัจจัยเบื้องต้น คือ กรรมที่เราทำไว้แต่ก่อน ถึงอย่างไรก็ต้องเป็นไปตามกรรม เช่น ความเจ็บ ความตาย เรามีกรรมจึงต้องมาเกิด เกิดมาแล้วก็ต้องแก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา ความเจ็บความตายป้องกันไม่ได้ แต่ที่ช่วยได้ก็คือการระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เอาเป็นที่ฟังอย่างแน่วแน่ ทำให้จิตพ้นเสียจากความเจ็บ ความตาย ด้วยการไม่ยึด จิตมั่นไม่คิดถึงความเจ็บ ความตาย เจ็บก็เจ็บไป ตายก็ตายไป อันนั้นเป็นการระลึกถึงพระรัตนตรัยและระงับภัยอันตรายได้อย่างหนึ่ง

การระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ป้องกันภัยได้จริง ไม่มีภัยไม่มีเวร เวรและภัยทั้งหลายเกิดขึ้นที่กายไม่มีกายทำอะไรไม่ได้หรอก จิตของเราใครจะฆ่าจะแกง จะสับจะบั่น จะทอน อย่างไรก็ไม่ถูก เราตั้งใจระลึกถึงคุณ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แน่วแน่เต็มทีนั่นแหละพ้นจากภัยได้จริงๆ จึงเป็นประโยชน์มาก ดีกว่าระลึกถึงความชั่วบาปทุจริตทั้งปวง เตือนร้อนเปล่านั้น

เราระลึกถึงลูก ถึงหลาน หรือมิตรด้วยความรัก ด้วยความคิดถึงทำให้ใจเศร้าหมอง ระลึกถึงความโกรธ ความเกลียด ความชัง มีแต่ขุ่นมัว เศร้าใจ ระลึกถึงสิ่งที่เป็นภัยไม่ดีให้เป็นภัยได้ตลอดเวลา นอนก็สะดุ้งเพราะกลัวภัย มีแต่ภัย มีแต่เวร เป็นไปด้วยความเศร้าหมอง

ระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จิตใจเบิกบานส่องใส เป็นการระลึกถึงใจแล้ว เพราะใจเราเอาไว้ที่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเห็นใจแล้วคราวนี้ รู้จักใจตัวเองซาบซึ้งถึงใจ

ที่เดียว ถ้ายังไม่ซาบซึ่งถึงใจเอาที่จิตก็ได้ จิต คือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ระลึกถึงคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ คือ จิต เมื่อระลึกถึงจิตอยู่อย่างนั้นจับมันได้แล้ว มันมีเวลาหนึ่งที่จะรวมเข้ามาเป็นใจ ลง เป็นภวังค์ เป็นอัปนาสมาธิเรียกว่าเข้าถึงใจแล้ว การปฏิบัติดีต้องปฏิบัติอยู่อย่างนี้ กราบให้ถูก เสียก่อนเป็นเบื้องต้น ถูกคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์หมด ถูกในท่ามกลาง คือ จิตตั้งมั่นแน่ว แน่อยู่ในอารมณ์เดียว เป็นสมาธิ ที่สุดคือจิตรวมลงเป็นอัปนาสมาธิ

ถ้าปฏิบัติไม่ถูกอย่างว่าในเบื้องต้น กราบตาก้าวอกแวกมองไปทางโน้นทางนี้ จิตก็ไม่ตั้งมั่น

ในอารมณ์เดียว เลยไม่ถึงคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ เมื่อไม่ถึงก็ไม่เห็นจิตนะซี เมื่อไม่เห็น

จิต มันก็ไม่เป็นอัปนาสมาธิ มันก็ผิดกันมาแต่เบื้องต้นตลอดหมด เบื้องต้นปฏิบัติถูกแล้วมันก็จะ

ถูกตลอดไปหมดทั้งศีล สมาธิ และปัญญา สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนและบัญญัติไว้ เช่น ศีล ๕ ศีล

๘ ศีล ๑๐ เป็นต้น ถ้าเราระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าแล้วรักษาศีล ศีลนั้นก็จะเป็นของบริสุทธิ์ไปด้วย

เพราะใครจะกล้าทำผิดศีลของพระพุทธเจ้า เมื่อศีลแน่วแน่เต็มที่แล้วสมาธิมันก็อยู่ในนั่นเอง ศีล

แน่วแน่ลงไปเป็น ศีลानุสติ เลยเกิดเป็นสมาธิไปในตัว ปัญญาเกิดจากความเข้าใจในศีล ๕ ศีล ๘ ศีล

๑๐ และในคุณของพระรัตนตรัย เอาปัญญาตอนนี่เสียก่อน ไม่ต้องเอาปัญญาละเอียดหรอก ปัญญาที่

ละเอียด ปัญญาที่เกิดจากวิปัสสนากาวานอันนั้นเอาไว้ทีหลัง มันหากเกิดขึ้นเองหรอก ปัญญา

วิปัสสนาเห็นแจ้งในไตรลักษณ์มันไม่ได้เป็นอยู่บ่อยๆ เกิดขึ้นบางครั้งบางคราว เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป

จะยังเหลือแต่ความทรงจำเท่านั้น ที่เราสงสัยลังเลในการปฏิบัติ เพราะทำไม่ถูกในเบื้องต้น จับโน่น

ชนนี้สารพัดทุกอย่างอันไหนก็ไม่ถูกสักอย่าง อันไหนก็ผิดหมด พระพุทธรูปก็ผิด พระธรรมก็ผิด

พระสงฆ์ก็ผิด นั่นแหละลัทธิเลวร้ายแล้ว ที่เราภาวนาไม่เป็นหรือภาวนาไม่ถูกสักทีนั่น คือ นับถือศาสนาไม่แน่นแฟ้น ถือพุทธศาสนาไม่ตรงไปตรงมามันก็เลยภาวนาไม่เป็น เพราะฉะนั้นให้พากันพิจารณาปฏิบัติเบื้องต้นให้มันถูก ตั้งใจเอาใหม่เสีย ปฏิบัติให้มันแน่นแฟ้นตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป จนเห็นคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ชัดขึ้นมา นั่นละจะเป็นพุทธมามกะ โดยสมบูรณ์

นั่งสมาธิ

จับเอาใจให้มันได้ จับเอาจิตเสียก่อน จิตมันอยู่ปากทาง จิตคือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง นี่แหละจับจิตเห็นจิตแล้วมันจะรวมลงเป็นใจเอง เห็นใจแล้วไม่ต้องเป็นห่วงมันเห็นเองของมัน เห็นด้วยการอธิบายให้กันฟังกับเห็นด้วยตนเองมันชัดต่างกัน บางคนบอกว่าไม่เห็นจิต ก็ใครเป็นผู้ว่าไม่เห็น ก็ผู้นั้นละซิ ผู้ที่ว่าไม่เห็นนะตัวจิต แต่ไม่เห็นอย่างตัววัว ตัวควาย มันไม่เห็นเป็นตัวเป็นตนหรอก เห็นด้วยความรู้สึกต่างหาก ของไม่มีคนมีตัวจึงว่ามันพูดลำบาก ถ้าว่าไม่เห็นจิตของตนเองลองเอาหมอนทาบหัวแม่มือคูชิ มันเจ็บปวดตรงไหน จิตมันอยู่ตรงนั้นแหละ เมื่อรู้แล้วมันจะคิดนึกปรุงแต่งอย่างไรก็ตามเถอะให้เห็นตัวมันอยู่ตลอดเวลา นานหนักเข้าก็จะคุมตัวจิตได้เอง

สติ คอยควบคุมจิตตัวนั้นให้อยู่ในอำนาจของเรา ให้คิดก็ได้ ไม่ให้คิดอยู่เฉยๆก็ได้ จะปรุงจะแต่งก็ได้ ไม่ปรุงไม่แต่งอยู่เฉยๆก็ได้ เรียกว่าเรากุมตัวจิตได้แล้ว เรากุมจิตอยู่ในอำนาจของเรา คนเราเวลาตาย ถ้าคุมจิตได้แล้วมันก็ไม่ไปทุกข์ ถ้าคุมจิตไว้ไม่อยู่ก็ไม่ทราบว่าจะไปเกิดในคติไหน ถ้าคุมจิตอยู่มันจะรวมเข้ามาเป็นใจ ใจนี้มันไม่คิด ไม่นึก ไม่ปรุง ไม่แต่ง เฉยรู้ตัวอยู่

จิตรวมลงเป็นใจ ผู้รู้สึกเฉยๆ ไม่คิดไม่นึกแล้วจะมีประโยชน์ ถูกแล้วใจของคนเรามันไม่เคยเข้าถึงที่เดิม คือ ใจเลยสักที มันชอบแต่วิ่งว่อนปรุงแต่งอยู่อย่างนั้นไปตามเรื่องตามราว เมื่อจิตรวมเข้าถึงใจไม่คิดไม่นึกจึงเห็นว่าไม่เป็นประโยชน์อะไร คือ ที่มันไม่คิดไม่นึกไม่ปรุงไม่แต่ง มีแต่ความรู้สึกเป็นกลาง วางเฉย ที่เรียกว่าใจ อันนี้เป็นของทำได้ยาก เมื่อเข้าถึงที่เดิมของใจมันจะพักอยู่ชั่วระยะหนึ่งแล้ว ถอนออกมาปรุงแต่งไปตามเรื่อง ก็เรียกว่าเป็น จิต คราวนี้ก็รู้ชัดทั้งสองอย่างว่า อันนี้เป็น จิต อันนี้เป็น ใจ จะให้อยู่ในจิตก็ได้ หรือจะให้อยู่ในใจก็ได้ อันไหนสบายก็ให้เลือกเอาสบายเฮ

๑๐๕.กิเลส

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่องกิเลสเปรียบเหมือนกับแม่น้ำ ธรรมดาน้ำต้องไหลจากที่สูงลงไปสู่ที่ต่ำ ถึง
ทั้งหลายเหล่านั้นที่มีอยู่ มันต้องพัดซัดลงไปแม่น้ำหมดทุกแห่งทุกหนไม่มีเหลือหลอ แม้แต่
แผ่นดินก็ซัดทลายไป มันมีพลังอย่างยิ่งใหญ่ มนุษย์คนเราเหมือนกับสิ่งของที่มันซัดลงไปแม่น้ำ
นั้นแหละ ไม่ว่าจะเด็กไม่ว่าผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะหญิง ไม่ว่าจะชาย หนุ่มแก่ ถูกน้ำซัดไปทั้งหมด ที่เราเหลืออยู่นี้
เหลือแต่กาก คือความเป็นคนเท่านั้น ความจริงแล้วมันซัดลงไปในที่ต่ำ ที่ต่ำนั้นเขาเรียกว่า ทาง
อบายมุข คือว่า ถ้าหากว่าตกรนแล้วเราก็ต้องลงต่ำ ไม่ได้ขึ้นที่สูงหรือ จิตของคนเราก็เหมือนกัน
มันตกลงไปในทางต่ำไปหาความเลวทราม เรียกว่า ตกรน ถ้ามันขึ้นสวรรค์แล้วมันจะขึ้นไปข้าง
สูง ข้างบน มันถึงจะขึ้นสวรรค์ ท่านเปรียบไว้ก็ดีเหมือนกัน นรกอยู่ใต้ดิน สวรรค์อยู่บนชั้นฟ้า แต่ก็
ไม่มีใครเห็นสักที คนตายไปแล้วไปตกรนหรือไปสวรรค์ก็ไม่กลับมาบอกพวกเรา แต่พวกเรา
คาดคะเนเอาว่า ทำบุญแล้วสบายใจนั่นคือสวรรค์ ทำบาปแล้วเศร้าใจนั่นคือนรก ว่าถึง เรื่องกิเลส
มันพัด มันซัด เอาจิตใจของคนไปในทางเลวเสียส่วนมาก คิดดู ใจของเราทุกๆ คนที่มันซัดไปนั้น
วันหนึ่งๆ มันซัดไปก็มากน้อยแล้ว เดี่ยวคิดถึงโน่นเดี่ยวยุติถึงนี่ คิดถึงบ้านถึงเรือน คิดถึงลูกถึง
หลาน คิดถึงการถึงงาน คิดถึงเรื่องความมีความจน คิดถึงเรื่องความทุกข์ความโศก ความคับแค้น
แน่นใจ สารพัดทุกอย่าง มันซัดเราให้จิตหม่นไปอย่างนี้ ไม่มีหยุดเลย

คนเราเกิดขึ้นมาก็เปรียบเหมือนกับว่า เอามาวางไว้บนกองขยะ มดแมงอะไรต่างๆ สารพัด
ทุกอย่างตอมอยู่นั่นแหละ กิเลสทั้งหลายก็เหมือนกับมดแมงบนกองขยะอันนั้นแหละ สารพัดที่มัน
จะรุมล้อม สารพัดที่มันจะกัดแทะและกัดกิน

ใจของเราก็มีแต่เฝ้าทุกข์ระทมเท่านั้น การที่เราไม่รู้ใจอย่างเดียวยังเป็นเหตุให้ต่ำช้าเลวทราม
ทุกสิ่งทุกประการ ถ้าเราเข้าใจเสียอย่างเดียว ความเลวของใจก็จะไม่มีแก่เราเลย เรารู้แต่ว่าใจ เข้าใจแต่
ว่าใจ แต่ตัวใจแท้ๆ นั้น มันอยู่ที่ไหนกันอันนี้ละซี มันสำคัญนัก น้ำซัดคือกิเลสซัดไปไม่ทราบว่าจะ
ไปถึงไหน น้ำซัดไปมันไม่กลับคืนมาสักที ไหลเอื่อยเรื่อยไปจนกระทั่งตกทะเล กิเลสทั้งหลายก็ซัด
เอามนุษย์ของเราไปเหมือนกันนั่นแหละ น้ำนั้นของไม่มีตนมีตัวหรือ แต่มีกำลังแรงที่สุดสามารถ
ที่จะพัดเอาตัวของเราไปตกในที่ต่ำได้ กิเลสของเราก็ไม่มีตนมีตัวเหมือนกัน แต่มันอาจซัดเอาคนไป
ตามชอบใจมันได้

ตัวจิตหรือตัวใจอันนี้แหละไม่มีตนมีตัว ถ้าเรารู้เรื่องจิตเรื่องใจเสียแล้ว มันง่ายนิดเดียว ฝึกหัดปฏิบัติกัมมัฏฐานก็เพื่อชำระใจ หรือต่อสู้กับกิเลสของใจนี้ ถ้าไม่เห็นจิตหรือใจแล้วก็ไม่ทราบว่าจะไปต่อสู้กับกิเลสตรงไหน เพราะกิเลสเกิดที่ใจสงครามไม่มีสนามเพลาะ ไม่ทราบว่าจะรบอย่างไรกัน ต้องมีสนามเพลาะสำหรับยึดไว้เป็นที่ป้องกันข้าศึก มันจึงค่อยรู้จักรบ รู้จักแพ้ รู้จักชนะ ขอให้พากันพิจารณาทุกๆคน เรื่องใจของตน เวลานี้เราเห็นใจแล้วหรือยัง ใจหรือจิตของเรา นั้นมันอยู่ที่ไหน มีอาการอย่างไร

เรื่องกิเลสเป็นของมีสำหรับโลก ตั้งแต่เกิดขึ้นมา พอเกิดขึ้นมาก็มีแล้ว มีพร้อมหมดทุกอย่าง กิเลสนั้นเรียกว่าโลก ถ้ามีกิเลสแล้วก็เรียกว่าโลก ถ้าทำเป็นแล้วไม่มีกิเลส กิเลสนั้นท่านเรียกโลก ความสุขความทุกข์ก็เป็นโลก สรรเสริญนินทาที่เป็นโลก ได้ลาภเสื่อมลาภก็เป็นโลก ได้ยศเสื่อมยศ ก็เป็นโลก โลกธรรมทั้งแปดมันไหลซัดเอาเราไป เสียใจ พระพุทธเจ้าท่านก็เทศนาว่า **สัมปะโยคะ วิปะโยโค** ความเศร้าโศกเสียใจอาลัยอาวรณ์นั้นล้วนแล้วแต่เป็นเรื่องธรรมดาของโลก คนทั้งหลาย นั้นเกิดขึ้นมาแล้วมันต้องมีทุกคน เรื่องเหล่านี้แม้แต่พระพุทธเจ้าก็มีเหมือนกัน แต่ท่านชำระของพระองค์ให้หมดเสียจากสันดานไม่ให้เหลือเหลือเรียกว่า **วิสุทธิมัสมัตถนัง** คนอื่นๆ ไม่ชำระจะหวงไว้ให้มันซัดเอาไปก็ตามใจมัน ดีเหมือนกันเราไม่ต้องเดิน กิเลสมันพัดไปในที่ต่ำทำให้เร็วขึ้น ความโลภ ความโกรธ ความหลง กอบโกยเอาให้พอเออะ ใครจะเอาเท่าไรก็เอาเออะ ผู้ใดโกยได้มากก็จะหนักมาก ทุกข์มาก เดือดร้อนมาก ผู้ใดซัดเกลากิเลสสละออกมากก็เบามาก ผู้ใดซัดเกลา กิเลสออกน้อยก็เบาบ่อย

อาตมายังพูดว่า **พระพุทธเจ้าก็ดี พระอรหันต์สาวกทั้งหลายก็ดี ท่านสละหมด กิเลสไม่เหลือเลยในพระทัยของพระองค์** ในหัวใจของท่านก็ไม่เหลือเลย คนเราเกิดขึ้นมาแล้วมาแย่งมาชิงกัน ว่า กิเลสเหล่านั้นเป็นของดิบของคาววิเศษวิโส แย่งแข่งดี แย่งเด่น แย่งชิงกันความเป็นใหญ่เป็นโต แย่ง ลาก แย่งยศ ความสรรเสริญทั้งปวงกลัวแต่ไม่ได้เป็นของเรา แท้ที่จริงมันของทั้งของพระพุทธเจ้า และเหล่าพระอริยะเจ้าทั้งหลาย พระองค์ทิ้งไปแล้วเราก็ดำว่าเป็นของดีอยู่ อาการทั้งหลายเหล่านี้แหละเรียกว่าจิตตกต่ำ จิตไม่มีอิสระในตัว ถ้าหากรู้เรื่องของเหล่านี้ว่าเป็นของเลวทรามของไม่ดี จะรักษาตนได้ ไม่อยู่ใต้อำนาจบังคับของกิเลส อันนั้นเรียกว่า **จิตเป็นใหญ่** จิตเป็นใหญ่อันนี้ไม่ได้เป็นใหญ่เหนือโลกหรือคน ใหญ่เฉพาะตัวเอง โลกเขาจะเป็นอย่างไรก็เป็นไปเออะ แต่มีอิสระในตัว ไม่อยู่ในบังคับของกิเลส **คนที่มื่ออิสระในตัวย่อมอยู่เป็นสุข คนที่เอาไม่ชนะโลกย่อมอยู่เป็นทุกข์** พระองค์ทรงเอาชนะตัวนั้น คนอื่นไม่กระทบกระเทือน กิเลสของใครจะมีมากน้อยสักเท่าไรก็ไม่กระทบกระเทือนใคร การเอาชนะโลก โดยเอาชนะคนอื่นนี่กระทบกระเทือนเดือดร้อนแน่ หมายถึง

เอาชนะเขา แต่แท้ที่จริงเอาชนะไม่ได้สักคนเดียว จะใหญ่สักเท่าไรก็ใหญ่เถอะ มีอำนาจวาสนาสักเท่าไรก็มีไปเถอะ หงายหลังราบเลย

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พวกเราอย่าอยู่ปราศจากที่พึ่ง จะมีที่พึ่งไปเป็นเครื่องอยู่ คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ เป็นสรณะให้มั่นคง น้ำคือกิเลสจึงจะไม่ซัดไปในที่ต่ำ พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ปะทีปัง นะคะเวสตะ ยังโธโมนาภิกิริติ ท่านทั้งหลายจงพากันหาที่พึ่งอันน้ำจะไม่ท่วมถึง น้ำคือ กิเลส คือ โลก โกรธ หลง เป็นต้น ย่อมไหลท่วมพื้นซัดเอามนุษย์และสัตว์ทั้งหลายให้ไหลไปอยู่ เมื่อท่านทั้งหลายหาที่พึ่งได้แล้ว (คือจิต) น้ำก็จะไม่ท่วมซัดเอาตัวของท่านไปได้ จะอยู่เป็นสุขสบายแล แท้จริงพระองค์ทรงสอนให้เรามีเกาะมีแก่งเป็นเครื่องอยู่ เราพากันจมน้ำอยู่ น้ำซัดไปก็ไม่รู้จักว่ามันซัดไปอย่างไรเราโกรธเขา เราเห็นใจเราโกรธเราก็หุดเสีย ไปอยู่กับใจเราเสีย เรารักเขารักก็หุดลงที่ใจนั้นแหละ อย่าไปรักเขา เราอิจจาริยาเขามั่นที่ใจนั้นแหละเป็นคนอิจจาริยาน้อมเข้ามาที่ใจนั้นแหละ อย่าไปอิจจาริยาเขา นั้นแหละ ได้ชื่อว่ามีเกาะหาแก่งเป็นที่พึ่ง อย่าให้มันซัดเราไป ที่ไปโกรธเขานั้น มันซัดเราไปแล้ว ที่ไปรักเขานั้น มันซัดเราไปแล้ว มันซัดเอาเราไปไกลจนกระทั่งโกรธ รัก อิจจาเขาแล้ว ถ้าหากเรามีเกาะไว้เป็นที่พึ่ง เข้าหาเกาะ คือ รักษาจิตให้มั่นคงแล้วเราจะพ้นจากทุกข์ได้ เพราะมีเกาะมีแก่งเป็นที่พึ่ง

พระพุทธเจ้าท่านสอนน้อยนิดเดียว ไม่ได้สอนมากหรือสอนให้เห็นใจของตนเท่านั้นแหละเป็นพอ เรียนมากรู้มาก ถ้าไม่เห็นใจของตนเองแล้วละก็หมดเรื่อง เรียนมากรู้มาก ส่งออกไปเลยไม่รู้ตัวว่า มันน้ำมันซัดไป ผู้เรียนน้อย เรียนรู้ใจ ให้รักษาใจให้มั่นคงได้ก็เป็นพอแล้ว จะพ้นจากความทุกข์ได้ก็เพราะใจ คือ เรารักษาใจของเราไม่ให้มันซัดไป ถ้าหากเรารักษาใจได้จริงๆ จังๆ จะให้มันโกรธก็ได้ จะไม่ให้มันโกรธก็ได้ จะอยู่เฉยๆก็ได้ ลองคิดดูเถอะ สบายใจไหม มันจะโกรธแล้วไม่โกรธ มันจะสบายใจไหมละ หรือว่าไม่สบาย ไฟไหม้เผาบ้านที่อยู่ของเรามันจะสบายที่ไหนเอาชนะคนอื่นมันเป็นอย่างนั้นแหละ ถ้าเอาชนะตนเองสงบนิ่งเฉยไม่มีโกรธ มีแต่สบาย ทุกคนก็สบายไปหมด ทำอะไรๆ ก็หาความสบายด้วยกันทั้งนั้นแหละ หาเงินหาทองข้าวของสมบัติอะไรทั้งหมด หาความสบายทั้งนั้น ทางโลกเขาว่า คนไม่รู้จักโกรธ คือ คนไม่มีจิตใจ อยู่เฉยๆ มันจะมีดีอะไร อย่าไปเชื่อคำพูดของเขา จะเสียคน เราเชื่อตัวของเราเองดีกว่า กิเลสเหล่านี้ คือ โลก โกรธ หลง เป็นต้น ของเรามีเยอะแต่เราไม่เอามาใช้ เพราะมันทำให้ตนเองและคนอื่นเดือดร้อนเป็นทุกข์ เราไม่เอามาใช้ดีกว่า

ทั้งหมดที่พูดมานี้ ความรักก็ดี ความชังก็ดี ความโกรธ ความเกลียด อะไรต่างๆ หมดทุกอย่าง นั่นเรียกว่า กิเลส เราต้องการละกิเลส ภาวนาทำสมาธิก็ต้องการละกิเลสนั้นแหละ ไกลแสนไกลไปพึ่งเทศน์ฟังธรรม ไปหาครูบาอาจารย์ ไปที่ไหนก็ไปเถอะ ละกิเลสที่ใจนี้ได้แล้วก็เพียงพอ ถ้า

ละไม่ได้ก็ทำเดิมนั้นแหละ ไปไกลเท่าไรก็ไปเถอะ มันยากเรื่องกิเลสของคนมันมีแทบทุกคนนั้นแหละ ถ้าเราชำระกิเลสแล้วก็สบาย ถ้าไม่ชำระก็เดือดร้อนวุ่นวายอยู่ตลอดเวลา

พระอานนท์ชมนักชมหนา ชมพระพุทธเจ้าว่า “นำอัสจรรย์หนอ พระองค์นี้นำอัสจรรย์จริงๆ ตรัสรู้ในระหว่าง” ตรัสรู้ในระหว่างคืออะไร ตรัสรู้ในระหว่างคือตรัสรู้ในท่ามกลางของกิเลส คนเราเกิดขึ้นแล้วมี ราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฐิ ทุกคน พระองค์ก็มี พระองค์เกิดอยู่ในระหว่าง กลางนั้นแหละ แต่ตรัสรู้ในระหว่างนั้น คือในกองกิเลสนั่นเอง เอากิเลสนั้นมาตรัสรู้ ไม่มีกิเลสจะเอาอะไรมาตรัสรู้ เหตุนี้พระอานนท์จึงชมนักชมหนา ออย่าว่าแต่พระอานนท์เลย เราทุกคนก็ต้องชมเหมือนกัน

นั่งสมาธิ

ฟังเทศน์แล้วต้องกระทำตาม เรียกว่า ฟังธรรม คือฟังแล้วทำตามนั่นเอง ทุกอย่างที่อยู่ธบายมาเป็นเครื่องทดสอบทดลองกิเลสของตน คือว่านั่งก็ไม่ค่อยจะสบายหรือ มันเป็นเหตุให้เดือดร้อนและวุ่นวาย เราไม่เคยนั่งเคยแต่นอนเสียส่วนมาก นอนฟูกนอนเบาะ นั่งก็นั่งเก้าอี้ มันสุขในกองทุกข์จะอันแท้จริงที่พระพุทธเจ้าทรงสอน พระพุทธเจ้าทรงแสวงหาพระโพธิญาณด้วยอาการทำทุกกรกิริยาถึง ๖ พรรษา ไม่คิดถึงชีวิตชีวาเลย บางครั้งพระองค์นั่งทำความเพียรอยู่ได้ร่วมไม้ เด็กเลี้ยงโคมันเอาใบไม้แยงหูแยงจมูก หรือถึงกับเอาขี้เถ่าไปพอกศีรษะก็มี พระองค์ไม่ได้คิดว่า เราเคยเป็นกษัตริย์เด็กลูกชาวบ้านเหล่านี้มาถูกเราดังนี้ มุ่งเอาแต่พระโพธิญาณอย่างเดียว

พวกเราหาได้เป็นอย่างนั้นไม่ นั่งนิดหน่อยก็ปวดเมื่อยแข็งขา ปวดหลัง ปวดเอวเสียแล้ว คิดถึงโน่น ฟูกเบาะหรือเก้าอี้ที่เคยนั่งนอนอ่อนนุ่มโน่น ไม่มีการอดทนต่อสู้กับกิเลสเสียเลย มันจะเห็นสัจจะของจริงได้อย่างไร แต่ปากพูดว่าอยากจะเป็นสัจจะๆ ดังนี้ มันไกลความจริงเสียเหลือเกิน เรื่องเหล่านี้มันเป็นเครื่องทดสอบกิเลสของคนว่า เราจะสู้กับกิเลสได้ไหม มันเป็นนิสัยสันดานของคนเรามาเสียแล้ว ชอบแต่สิ่งที้ง่ายๆ ของที้ง่ายๆ ไม่ชอบต่อสู้ ไม่คิดถึงสิ่งที่หนัก คือ ความตาย มันอยู่ข้างหน้า เราจะต้องต่อสู้วันหนึ่งแน่นอน เหตุนี้จึงทำให้ตั้งใจลองดู ลองทำสมาธิดูซิ ฟังเทศน์อ่านหนังสือหรือสมาคมกับอาจารย์ต่างๆ ก็เยอะแล้ว ก็เพื่อต้องการชำระกิเลสอันนี้อันเดียว ครูบาอาจารย์ก็หลายท่านหลายองค์ พระที่ไหนเทศน์ก็เทศน์เหมือนกันนี้แหละ องค์นั้นเทศน์ดี องค์นี้เทศน์ไม่ดีอะไรต่างๆ เพิ่มกิเลสขึ้นมาอีกเรานั้นไม่คิดมันก็ไม่คิดละซิ เราดีแล้วมันดีไปหมด ให้เชื่อมั่นว่าความดีทั้งหลายมาอยู่ตรงนั้นแหละ เมื่อจิตรวมลง พุทโธก็จะปรากฏเห็นความดีชัดด้วยตนเอง อันอื่นละหมดเลย เหมือนกับ เราฟังอะไรที่มันเพราะๆ หูของเรา หรือว่าเราดูอะไรที่มันชอบอกชอบใจ ใจมันแว่นแฉ่งอันเดียวแล้ว อันอื่นมันจะวางหมดหรือ ภาวนาก็เช่นเดียวกัน เอาสตินั้น

แหละ จิตกับสติมันอันเดียวกัน แต่มันแยกแตกต่างกัน สติคือผู้รักษา ผู้ควบคุม ผู้ระลึกรู้ตาม จิตคือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุงแต่ง แต่มันทำหน้าที่คนละอย่างกัน เมื่อสติรักษาควบคุมระลึกรู้ตามจิตผู้คิดผู้นึกปรุงแต่งอยู่เสมอแล้ว จิตนั้นก็เลยเสียซึ่งความคิดนึกปรุงแต่ง เป็นต้น จิตนั้นจะมาอยู่ที่พุทโธแห่งเดียว คำบริกรรมที่ว่า พุทโธๆ นั้นมิใช่จิต ผู้นึกคำบริกรรมพุทโธๆ นั้นต่างหากคือตัวจิต ให้จับเอาตัวจิตนั้นแล้ว คำบริกรรมหรือสิ่งทั้งปวงที่จิตนึกปรุงแต่งอยู่นั้นก็จะหายไปหมด หรือถ้าไม่หายก็ให้วางเสีย จับแต่จิตอันเดียว เราหัดตรงนี้แหละให้มันมาก ให้มันได้บ่อยๆ หัดให้มันชำนาญชำนาญ ยืน เดิน นั่ง นอนทุกอิริยาบถ หัดให้ได้เสมอแล้วเราจะได้นำไปต่อสู้อุปกิเลสอย่างทีอธิบายมาให้ฟัง

มันไม่ไหลไปตามกระแสของมันแล้ว คราวนี้ไม่ไหลไปที่ดำ ไม่ตกนรกแล้วคราวนี้ จิตมีอิสระในตัว ได้ชื่อว่าเราเอาจิตเอาใจของเราได้แล้ว แล้วจิตนั้นจะรวมลงเป็นอัปนาเต็มที คือ มีแต่ความรู้อันเดียว จะไม่มีความคิดนึกปรุงแต่งอะไรทั้งสิ้น แม้แต่ตัวของเราก็ไม่ทราบว่ามีหรือไม่มี และอยู่ ณ ที่ไหน ถ้าจิตยังไม่รวม คือเป็นอัปนา ก็ขอให้ตั้งสติกำหนดเอาที่จิตนั้นไว้ก่อน จิตที่เป็นอัปนา คือไม่คิดว่าจะให้เป็นและไม่มียึดติดอนาคต ลงปัจจุบัน จิตเป็นกลางๆ และมันจะเป็นก็เป็นเองของมันต่างหาก จะไปบังคับปรุงแต่งไม่ได้ เมื่อเข้าถึงอัปนาแล้วนั้นแหละคือใจ จิตกับใจมันต่างกันอย่างนี้

ต่อไปนี้จะทำสมาธิภาวนา ใช้ยุทธภูมิ คือกายของเรานี้ให้เป็นสนาม เอาให้เห็นแพ้เห็นชนะกันเสียที

106.ยุทธวิธีต่อสู้อุปกิเลส

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์เรื่อง ต่อสู้อุปกิเลส ตัวของเรานี้แท้จริงแล้วเป็นสนามต่อสู้อุปกิเลสทั้งหลาย โดยเฉพาะ ใจนั้นจะต้องสู้กับความอดอยากลำบากนานาประการ เกิดขึ้นมา มีรูปนามแล้วจะต้องมีความหิวโหย อยากนั้น อยากนี้ จำเป็นจะต้องหา สนองให้ตามความต้องการของร่างกาย ร่างกายอันนี้ยังแยกออกไปอีก คือ เป็นตา ๑ หู ๑ จมูก ๑ ลิ้น ๑ กาย ๑ ใจ ๑ แต่ละอย่างก็มีความต้องการไม่เหมือนกัน เมื่อคนหนึ่งต้องการสิ่งหนึ่งแล้ว ทุกคนต้องพร้อมกันทำสนองให้ตามความต้องการของเขา หามาให้ยังไม่ทันสนองตามความต้องการ หรือได้มาแล้วแต่ไม่พอกับความต้องการ เดียวคนโน้นก็ต้องการอีกแล้ว วิ่งไปหาให้คนโน้นอีก วิ่งไปวิ่งมาหาให้คนโน้นบ้าง คนนี้บ้างอยู่ตลอดเวลาไม่มีที่สิ้นสุดจนกว่าชีวิตจะหาไม่ บรรดาสิ่งที่ต้องการทั้งหลายเหล่านั้น โดยมากเป็นสิ่งที่ไม่มีในตัวทั้งนั้น สิ่งที่ไม่มีความต้องการหา สิ่ง

ไม่มีในตัวและของหายากนี้แหละ เมื่อต้องการเข้าเมื่อไม่ได้ตามปรารถนาจึงเกิดลักขโมยขึ้น นี่แหละคือกิเลส

ตา มีไว้ให้ดูรูป แต่มันมิใช่ดูเฉยๆ มันจะต้องดูหลายอย่าง เป็นต้นว่า ดูเห็นเป็นของสวยบ้าง ไม่สวยบ้าง สวยก็ชอบใจปรารถนาอยากได้ไว้เป็นของตัวเอง ไม่สวยก็เกลียดชังไม่ปรารถนาอยากเห็นอยากดู เป็นต้น ถ้ารูปนั้นเป็นของมีอยู่ในตัวของเราที่ไม่เป็นไร แต่ถ้ารูปนั้นเป็นของนอกจากตัวของเราแล้วนั้นแหละจะเป็นเรื่องยุ่งกันใหญ่ ยุ่งเพราะขโมยของกันและกัน มนุษย์ในโลกนี้เป็นขี้ขโมยกันทั้งหมด บ่าว สาว หนุ่ม แก่ เฒ่า ชรา ไม่ว่าจะอยู่ในอาชีพใดๆ ก็ขี้ขโมยกันทั้งนั้น แม้แต่บรรพชิตผู้อยู่ในพุทธศาสนาก็ไม่พ้นขี้ขโมย เมื่อตามองเห็นรูปสวยงามของลูกหลานหรือภรรยาสามีของใครไม่รู้ล่ะ จำต้องลักขโมยเอามาให้ได้อย่างน้อยก็ต้องรูปนี้สวยจริง ถ้ามากหน่อยก็ติดตาอยู่ไม่หายอย่างมากก็ถึงกับจุดหรือแย่งชิงเอาจนได้เรียกว่าขี้ขโมย ขี้ขโมยแต่เบื้องต้นโดยเขาไม่รู้หรือกว่าเรารักหรือชอบเขา ที่เขาไม่รู้นี่ชื่เรียกว่า ขี้ขโมย บ้านใดเมืองใดมีแต่ขี้ขโมยมากๆ บ้านนั้นเมืองนั้นย่อมอยู่ไม่เป็นสุข คนอยู่ในโลกด้วยกันเป็นผู้ไม่มีศีล นำความเดือดร้อนมาสู่โลกนี้ ข้อ 1 ละ

ถ้าอยากให้โลกนี้อยู่เป็นสุขแล้ว จงขจัดตัวต้นคือ หัวใจของแต่ละคนเสีย อย่าให้เป็นขี้ขโมยเสียก่อน คือ ตาเห็นรูปให้รู้ว่าเห็นรูปแต่อย่าไปปรุงแต่งให้มันสวยงามหรือขี้เหร่ เมื่อปรุงแต่งว่าสวยงามหรือขี้เหร่แล้ว ก็อย่าไปยึดเอามาเป็นอารมณ์ รูปนี้เกิดขึ้นมาด้วยบุญกรรมตกแต่งไม่มีใครแต่งเอาได้ เกิดขึ้นมาแล้วก็เสวยวิบาก มีสุขมีทุกข์อยู่ตลอดเวลาจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ตามีหน้าที่ไว้เห็นรูปก็ดูไป คว้าวิบากของกรรมซึ่งมันแสดงท่าทีกิริยาต่างๆ ของมันแล้วตาก็ไม่เป็นขี้ขโมย ตาก็มีศีลบริสุทธิ์ไปคนหนึ่งละ

หู มีไว้สำหรับฟังเสียง ก็ฟังไปอย่าไปขี้ขโมยเอาเสียงของคนอื่นก็แล้วกัน เสียงเป็นของไม่มีตัวตน เสียงเกิดจากรูปธาตุภายนอกกระทบกันจึงเกิดขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วหูไปรับรู้เอามายึดแล้วก็ปรุงแต่งไปต่างๆ นานาว่า เพราะบ้าง ไม่เพราะบ้าง บางทีถ้าเสียงนั้นเพราะก็ชอบใจ แต่ถ้าเสียงนั้นไม่เพราะก็โกรธเอา เสียงเป็นนามธรรม แต่ถึงขนาดนั้นก็ไปยึดขโมยมาจนได้

มีพระเขมรรูปหนึ่ง ก่อนเธอจะออกมาปฏิบัติกัมมัฏฐาน เธอเป็นนักพิณพาทย์ เวลาออกมาปฏิบัติกัมมัฏฐานทำความสงบ ได้ยินเสียงพิณพาทย์ฆ้องวงที่ไหนเขาตีไม่ถูกจังหวะ เธอไปแต่งของเขาหมด ทำอย่างนั้นไม่ถูกไม่ดีไม่ถูกจังหวะ ไม่ถูกเพลงอย่างนั้น ทำอย่างนั้นจึงจะถูกจะเพราะ เลยไม่เป็นอันจะภาวนา บางทีถึงกับลุกออกจากภาวนาก็มีถึงขนาดนั้น ขี้ขโมยตัวนี้แม้ขนาดพระบวชแล้ว ผ่าเหลืองหุ้มไว้ก็ไม่ฟัง นี่ขี้ขโมยคนที่ ๒

จุมก มีไว้สำหรับสวดลมหายใจเข้าหายใจออกไม่พอพร้อมกันนั้นจะต้องสูดเอากลิ่นเหม็น และกลิ่นหอมเข้าไปอีกด้วย บางทีกลิ่นเหม็นไม่พอใจก็ต้องอดทน ทนไม่ไหวก็ต้องเอามืออุดจุมกไว้ ถ้าทนไม่ไหวจริงๆ ก็ต้องวิ่งหนี บรรดาอวัยวะในตัวของคนเรานี้ที่มีอยู่ทั้งหมด จุมกเป็นของที่น่าสงสารที่สุด กลิ่นที่เหม็นและน่าเกลียดที่สุดก็ต้องสูดเอา ถ้าไม่สูดเอาลมก็ไม่มีการเข้าไปออก ถ้าสูดเอากลิ่นเหม็นเข้าไปออก ก็จะเกิดปวดอึดเสบแต่ถึงขนาดนั้นจุมกก็ต้องเป็นจี้ขโมยกับเขา จี้ขโมยของจุมกยังดีหน่อยไม่ค่อยเป็นพิษเป็นภัยเท่าจี้ขโมยของตา

เทวดาองค์หนึ่งเห็นพระดมกลิ่นดอกไม้ จึงบอกว่า ท่านลักขโมยของเขาทำไม พระบอกว่าเราไม่ได้ขโมยของใคร เราดมกลิ่นดอกไม้เฉยๆ เทวดาบอกว่า นั่นแหละขโมยของเขาแล้ว กลิ่นดอกไม้มันไปตามลม เราได้รับสูดเอามาดมเป็นการขโมยก็ไม่สำรวม

ลิ้น มีไว้สำหรับรสชาติอาหาร หวาน เปรี้ยว เผ็ด เค็ม ถ้าไม่รู้จักรสชาติเหล่านี้แล้ว คนเราก็ออยู่ไม่ได้ต้องตาย นอกจากจะรู้จักรสชาติเหล่านี้แล้ว ยังต้องมีไว้สำหรับพูดให้รู้จักภาษาสำเนียงเสียงสั้นเสียงยาวเป็นต้น ลิ้นนี้ถ้าไม่มีคนมาหยิบยื่นส่งให้ก็จะไม่ได้รับรสชาติเลย ด้วยเหตุที่อาศัยคนอื่นนำมาส่งให้นี้แหละ เมื่อได้รับรสชาติที่ชอบใจพอใจจึงยึดไว้ยากให้รสนั้นอยู่นานๆ เมื่อรสนั้นหายไปแล้วก็เสียดายอยากได้มาอีก เมื่อไม่ได้ก็ดิ้นรนเคี้ยวคร่อนอยากได้รสชาตินั้นไม่หาย จึงเป็นจี้ขโมยอยู่แต่ภายในบ้านของตน

กาย มีไว้สำหรับสัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็ง และสิ่งที่อ่อนนุ่มนวล เป็นต้น กายนี้มีไขมีไว้แต่เพียงรับสัมผัสเท่านั้น มีไว้เพื่อรับรองทัพบสัมผัสภาวะทุกอย่างอีกด้วย คนเกิดมาต้องตั้งกายนี้เป็นหลักเสียก่อน แล้วจึงแยกออกเป็น ตา หู จุมก ลิ้น และใจ ให้รับหน้าที่เป็นส่วนๆ ไป ถ้าจะว่าไปแล้วคนเกิดมาชีวิตอยู่ได้ก็เพราะกาย กายได้ชื่อว่าเป็นพ่อบ้านของอวัยวะทั้งปวง ตา หู จุมก ลิ้น และใจ เมื่อจะทำหน้าที่ของตนๆ ต้องเกี่ยวเนื่องถึงกายทั้งนั้น เห็นจะเป็นเพราะเหตุนี้กระมัง ธรรมชาติจึงเอามารวมไว้ที่หัวแห่งเดียวใกล้กับสมอง เพื่อใช้การงานให้สะดวกขึ้น กายนี้แปลกจาก ตา หู จุมก และลิ้นหน่อย ถึงคนไม่นำมาให้เขาก็เอามาสัมผัสเองก็ได้ ขอให้มิมีอะไรที่เขาต้องการแล้วจะอยู่ใกล้อยู่ไกลสักปานใด จำต้องนำมาจนได้และสิ่งที่กายนำมาสัมผัสนั้นก็ขโมยเขามาโดยที่เขาไม่รู้เลย ถึงรู้ก็ขโมยเขามาก่อนแล้ว จึงเรียกว่า จี้ขโมยคนหนึ่ง

ใจ เป็นจี้ขโมยคนที่หก นี้อย่างร้ายกาจมาก ขโมยจนไม่เลือกหน้าไม่เลือกเวลาและบุคคล ขอแต่ให้ประสบอารมณ์ไม่ว่าดีหรือชั่ว หยาดและละเอียด ขโมยเอามาทั้งหมด เจ้าของเขาจะรู้หรือไม่ก็ตาม เรียกว่า ขโมยทั้งนั้น ถึงคนอื่นไม่เสียหาย แต่ของเราผู้ขโมยนี้เสียหายเสียหายเพราะจิตไม่อยู่เป็นปกติ คิดส่งสายออกไปภายนอก

รวมความแล้วทั้งหกคนเป็นจิ้งโหมยพร้อมๆ กัน ไม่มีสำรวมจิตใจบังคับของตนได้ ผู้มีอายตนะทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่สำรวม ปล่อยให้ส่งสายตามารมณ์ของตน หาลักขโหมยของเขา เป็นจิ้งโหมยโดยแท้ ถ้าเป็นจิ้งโหมยในบ้าน(คือกายนี้) ทั้งหกคนแล้ว บ้านอื่นๆ นับเป็นล้านก็เป็นจิ้งโหมยด้วยกันหมด มันก็ยุ่งละซี

กิเลสมันซัดพาเอามนุษย์ให้ลอยไปตามกระแสแม่น้ำหาที่เกาะเกี่ยวไม่ได้ เหมือนกับคนตกน้ำจวนจะจมอยู่แล้ว พระพุทธเจ้าจึงทรงประทานพระโอวาทว่า ปทีป นลเวสธ ยโโหมนาภิ กิรติ เมื่อกิเลสพาเอาสัตว์ทั้งหลายไหลไปอยู่ สู่อะไรหลายจึงหาที่พึ่งคือเกาะที่น้ำท่วมไม่ถึง (คือความสงบแห่งใจ) ดังนี้

กิเลสเป็นของเกิดมีขึ้นที่ตัวของเรานี้ทั้งหมด ผู้เห็นโทษทุกข์ในกิเลสแล้วตั้งใจจะต่อสู้กับกิเลส พึ่งตั้งสนามรบลงที่กายนี้เสียก่อน (คือที่อายตนะทั้งหก) ให้เป็นหลักแล้วตั้งป้อมยามเฝ้ารักษา (คือตัวสติ) เมื่อกิเลสเข้ามาทางไหนก็จะได้รับรู้ กิเลสก็คือตัวจิตนั่นเองมันหลอกหลวงจิตทำปัญญาให้เสื่อม เจ้ากิเลสว่าเป็นของมิใช่กิเลส นั้นยามให้ข้าศึกเข้ามาแล้ว รักษาสนามไม่ตีข้าศึกมันตีสนิทกับยาม ยามเลยเผลออกไป ยามไม่ต้องสนิทกับใคร และรักษาหน้าที่ให้แข็งแรงที่สุด เห็นคนมาต้องรายงานผู้บังคับบัญชาให้ทราบเป็นระยะๆ ถ้าเห็นว่าเป็นข้าศึกต้องยิงอย่าให้ข้าศึกศัตรูทันตั้งตัวได้ ถึงข้าศึกจะอยู่ไกลแสนไกลกระสุนก็สามารถยิงถึงได้ แล้วก็ยิงไม่พลาด สามารถถูกข้าศึกหมู่ใหญ่ให้แตกกระจายไปได้

นักรบที่ดี กล่าวหาญ เขียวชาญต่อข้าศึกกิเลสมาร ต้องมีลักษณะอย่างนี้ ยิงเร็วและยิงไว ยิงไกล ยิงถูกข้าศึกหมู่ใหญ่ กิเลสมารมีราคะ เป็นต้น จะเกิดขึ้นด้วยการดำริแล้วรีบเร่งให้มีสติกำหนดประหารอย่าให้ทันเกิดขึ้นได้ เมื่อมันเกิดขึ้นแล้วจะแพร่กระจายออกไปเป็นวงกว้าง เรียกว่า ยิงเร็ว กิเลสมารถึงมันจะเกิดขึ้นห่างไกลจากตัวของเรา แต่มันเกี่ยวเนื่องถึงตัวของเราก็อธิบายสติกำหนดเอากิเลสนั้นมาเป็นอารมณ์ ให้เห็นมูลของมันแล้วทำลายเสีย เรียกว่า ยิงไกล สรรพกิเลสทั้งปวงซึ่งมีราคะ โทสะ โมหะ เป็นแม่ทัพนำพาเอากิเลสทั้งปวงมารุมล้อม ทำให้จิตของเราเศร้าหมอง ต้องกำจัดด้วยอนัตตาเป็นอาวุธ ถูกข้าศึกหมู่ใหญ่ราบเรียบไปหมด เราได้แม่ทัพทั้งสามคนนี้ไว้ในกำมือแล้ว เราไม่กลัวข้าศึกภายในของเราซึ่งจะมาราวีทำลายสมาธิของเราได้

นักภวานาทั้งหลายที่ตั้งใจจะสู้กับกิเลสกันจริงๆ จังๆ พอกิเลสเข้ามาเลยสารภาพให้กิเลสเสีย แต่เราเข้าใจว่าเราชนะกิเลส กิเลสมันหลอกหลวงให้เราหลงเชื่อมั่น บางคนเมื่อฝึกหัดไปๆ พอจิตสงบเข้าถึงอัปนาซึ่งคนไม่เคยได้เลย ก็เข้าใจว่าตัวหมดกิเลสแล้วก็ยิ้มย่องมองใสอยู่คนเดียว หรือคุยโม้ว่ามรรคผล นิพพาน ฌานสมาบัติเป็นของทำงานนิดเดียว แต่หาได้รู้ไม่ที่

เป็นอยู่นั้นคืออะไร อยู่ชั้นไหน บางคนก็เลสมันลวงว่า ทำความเพียรมามากแล้วพักผ่อนเสียก่อนเถอะ ทำมากไปหรือตั้งไปหรือเครียด เดี่ยวจะเกิดอัมพาตแขนขาเสียแล้ว ทำความเพียรจะไม่ได้ หรืออายุจะสั้น เราจะทำประโยชน์ส่วนรวมจะไม่ได้ บางคนก็เลสมันลวงว่า หนาว นึก ร้อน นึก หรือนั่งนาน เมื่อยขา เจ็บหลังปวดเอวเป็นต้น เราพักเสียก่อนแล้วจึงค่อยทำที่หลังคั่งนี้เป็นต้น ล้วนแล้วแต่ถูกกิเลสมันลวงให้โง่งอนตามมันทั้งนั้น

ถ้านักต่อสู้กันจริงๆ จริงๆ แล้ว คำว่า ทำความเพียรมาแล้วพักผ่อนเพื่อให้ร่างกายมีกำลังหรือกลัวต่อเย็น ร้อน หรือ ปวดโน่นปวดนี้ รวมเรียกว่า กลัวตาย นั่นเอง ย่อมไม่มีแก่โยคาพจรกฤษณะเลย มีแต่เพ่งทำความเพียรเพื่อบรรลุตามเป้าหมายของตนอย่างเดียว แม้แต่คำว่า ทำความเพียรเพื่อมรรคผลชั้นนั้นๆ ก็ไม่มี จะมีแต่เพื่อความบริสุทธิ์แห่งใจเท่านั้น เห็นสิ่งใดเป็นไปเพื่อความเศร้าหมองของใจ จะพยายามชำระแต่สิ่งนั้นให้หมดสิ้นไปเท่านั้น

นั่งสมาธิ

ตั้งกองทัพลงที่กายของเราที่แหละ ขุดสนามเพลาะลงที่นี้ จุดนี้เป็นจุดสำคัญที่สุด เมื่อเราตั้งมั่นลงในที่นี้แล้ว ตัวจิตจะปรากฏให้เห็นในที่นั้น คือตั้งมั่นแน่วแน่ลงไป อันนั้นคือตัวจิต ตั้งมั่นลงไป แล้วมันก็ลืมหูลืมตา สิ่งที่เกิดนึกส่งสายต่างๆ ก็ไม่ปรากฏ มันก็อยู่ในที่เดียว ตัวนั้นแหละตัวจิต อย่าไปส่งเสริมให้มันคิด มันนึก มันปรุง มันแต่ง เรียกว่า ไปส่งเสริมเข้าศึก แทนที่จะไปรบกับเข้าศึกกลับไปส่งเสริมเข้าศึกอีก กองทัพของเราเลยกลายเป็นกำลังของเข้าศึกไปจับ อย่างนั้นก็สู้เข้าศึกมันไม่ได้ละซี เมื่อสู้มันไม่ได้แล้วคราวนี้ เข้าศึกมันจะเอาตัวของเราเสียก่อน การเจ็บ การป่วย การไม่สบาย เศร้าโศกเสียใจ เป็นทุกข์ร้อน วุ่นวายเกิดขึ้น อันนั้นมันเอากองทัพของเราไปกินหมดแล้ว คันทหาของเราไม่มี มีแต่หมู่ของเข้าศึกหมด นั่นแหละโทษของมัน

ถ้าเราตั้งกองทัพมั่นลงลงในที่นี้ พิจารณาให้แน่วแน่เลยทีเดียว จับตัวใจให้มันได้ คันทหาตัวใจให้ถูก จิตคือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ส่งสาย เราอย่าไปคิดไปนึก อย่าไปส่งสาย อันนั้นเป็นจิต เป็นเข้าศึก เราได้หลงเชื่อมานานแล้ว ทำให้เราวุ่นวายไม่หายสักที เป็นตัวกาลอย่างยิ่ง แล้วจงคุมสติให้อยู่กับจิตอันเดียว

107. มัจจุราช

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์เรื่อง ความเป็นใหญ่มีอำนาจเหนือสิ่งทั้งปวงหมด ซึ่งใครๆ ไม่สามารถจะ
ลบล้างได้ นั่นคือ “มัจจุราช” ผู้มีเสนามาก มีอยู่ในตัวของเราทั้งหลาย มัจจุราชก็ไม่ใช่อื่น
ไกล คือ “ความตายนั่นเอง” ทุกๆ คนต้องมีความตายด้วยกันทั้งนั้น หนีความตายไม่พ้น
สักคนเดียว ท่านจึงว่าเป็นใหญ่เหนือคนทั้งปวงหมดในโลกนี้ ไม่ว่าใครจะใหญ่แค่ไหนก็ตาม
เถอะจะต้องอยู่ในอำนาจของเขาทั้งนั้น ดังพระพุทธภาษิตที่กล่าวไว้ว่า “ขตุติเย พราหมณ
เวสุเส สุทุเท จณฺทาลปุกฺกุเส นกิลฺลิจิ ปรีวชฺเชติ สพฺพมเวา ภิมทุทติ” ความว่า กษัตริย์
พราหมณ์ก็ดี พ่อค้าวาณิชก็ตาม คนกวาดถนนก็ซึ้ง แม้แต่คนที่ต่ำทรามที่สุดในสมัยนั้น คือ
คนพวกผสม เรียกว่า จันทาล เหล่านี้ล้วนแต่อยู่ในอำนาจครอบครองของมัจจุราชด้วยกัน
ทั้งนั้น กษัตริย์ถึงแม้มีอิทธิพลมีท้าวทหารทัพหลายหมู่ก็ตามจะรบราฆ่าฟันด้วยวิธีต่างๆ อย่าง
สมัยนี้เรียกว่า ปืนกล ปืนใหญ่ ลูกกระเบิด ก็เอาเถอะ ไม่สามารถที่จะสู้มันได้

คำที่ว่ากษัตริย์ก็ดี พราหมณ์ก็ดี จะเล่าเรื่องความเป็นมาสักนิดหน่อย กษัตริย์ที่แรกก็
เป็นคนชาวบ้านเหมือนกันกับพวกเรานี้แหละ เมื่อไม่มีหัวหน้าที่จะปกป้องรักษาหมู่เพื่อน
เขาจึงได้เลือกเอาคนที่มีคุณธรรมน่าเคารพสักการะนับถือบูชา ขึ้นมาปกครองหมู่เพื่อน ดูแล
ความสุขทุกข์ และระงับการทะเลาะวิวาททุ่มเถียงกัน ให้มีระเบียบเรียบร้อย ชาวบ้าน
ชาวเมืองเขาก็เก็บข้าวส่งส่วยสาอากรไม่ต้องทำอะไรทำนา จึงเรียกว่า กษัตริย์ ซึ่งแปลว่า
ข้าวเปลือก ต่อมาผู้คนมากขึ้นคนก็แตกเป็นกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ และเกิดทะเลาะวิวาทกัน
หัวหน้าต้องออกปราบด้วยตนเอง ที่เรียกว่า นักรบ ต่อมาก็ขยายกำลังคนออกไปจนกระทั่งตั้ง
เป็นกองร้อยกองพัน กองพล ใช้กันแต่สมัยโน้นจนในปัจจุบันนี้ก็ยังใช้อยู่ กษัตริย์หรือ
พระเจ้าแผ่นดินทรงเป็นจอมทัพเสียเอง

คำว่าพราหมณ์วงศ์ หรือ วงศ์ของพราหมณ์แท้ เมื่อเติบโตใหญ่ขึ้นมาก็ต้องศึกษาเล่าเรียน
คัมภีร์ไตรเภทให้จบเสียก่อน แล้วไปเที่ยวขอทาน ได้มาก็เอาไปบูชาพระคุณของอาจารย์ตาม
สมควร จึงออกประพฤติพรตพรหมจรรย์ เจริญฌานสมาบัติ ได้ฌานสมาบัติ เมื่อดับขันธ
แล้วก็เกิดในพรหมโลก นี่แหละพราหมณ์แท้ทีเดียว คือ พรหมนั่นเอง อีกพวกหนึ่งศึกษา
เล่าเรียนจบไตรเภท ทดแทนบุญคุณอาจารย์แล้ว เข้ามารับราชการเป็นครูเป็นปุโรหิตอาจารย์
สำหรับให้คำแนะนำหรือสอนพระเจ้าแผ่นดิน พวกต่ำไปกว่านี้อีก ก็เที่ยวขอทานเขากิน ตามเมือง
น้อยเมืองใหญ่พราหมณ์เหล่านี้แต่งงานกันได้ ในหมู่พวกพราหมณ์ด้วยกันเองไม่ผสมกับพวกอื่น

และเฉพาะนางพราหมณ์ที่มีประจำเดือนแล้วเท่านั้น อีกพวกหนึ่งสำส่อน คือว่า แต่งงานกัน
ได้กับพวกที่ไม่ใช่พราหมณ์ด้วยกัน เขาถือกันว่าเป็นพราหมณ์ชั้นเลวที่สุด

กษัตริย์ ดังกล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น ในหมู่มนุษย์ด้วยกันทั้งหมดเขาถือกันว่า กษัตริย์
ประเสริฐกว่า เพราะเขานิยมสมมุติบัญญัติกันมาแต่ครั้งดึกดำบรรพ์ เมื่อพูดถึงสิทธิ์ของ
มัจจุราชแล้ว จะเป็นกษัตริย์ พราหมณ์ แพทย์ ศูทร จัณฑาล หรืออะไรก็ตามเกิด จะต้อง
อยู่ในอำนาจของมัจจุราชทั้งนั้น มัจจุราชจะบัญชาให้ตายวันไหนเวลาไหนก็ได้ ไม่ต้องมีคำ
อุทธรณ์อีกแล้ว ทั้งหมดนี้ถูกมัจจุราชล้อมวงไว้หมด ไม่อาจหนีออกนอกขอบข่ายของมัจจุราชได้
สักคนเดียว จะทำศึกสงครามหรือจะรบรากันด้วยวิธีใด ๆ ก็ตาม จะรบกับมัจจุราชจะรบที่
ไหนกัน เรากะเกณฑ์พลขึ้นมาหลายหมู่หลายเหล่า ตั้งกองทัพขึ้นมาก็ล้วนแต่อยู่ในขอบเขต
ของมัจจุราชทั้งนั้น เสนาของมัจจุราชก็คือ ความเจ็บ ความป่วย ความแก่ ความเฒ่า ขณะ
ที่เตรียมทัพอยู่นั้นแหละ ลองดูพวกพลเหล่านั้นแหละ มีแก่ไหม มีเจ็บไหม โรงพยาบาลก็
ยังมีอยู่ ไปไหนๆ ก็มีหมอรักษาอยู่ และผลที่สุดความตายก็มาถึงยังไม่ทันรบกับพญามัจจุราช
ตายเสียก่อนแล้วก็มี พญามัจจุราชนั้นนะ มีเสนามารมาก เสนามัจจุราชจะต้องตีปีกซ้ายปีกขวา
ทัพหน้าทัพหลังสารพัดทุกอย่าง ตัวของเราก็ลองคิดดูซิ ตั้งแต่เกิดมา มี เจ็บ ป่วย ปวดโน่น
ปวดนี้ มีแก่ มีเฒ่ามาโดยลำดับนั้นแหละเรียกว่า เสนามัจจุราชมันดี มันไม่เข้าโจมตีทีเดียว
หรือ มันตีปีกซ้าย ปีกขวา ทอนกำลังให้อ่อนลงเสียก่อน ในผลที่สุดต้องนอนอยู่กับเสื่อกับ
หมอน ไปไหนก็ไม่ได้ หายใจแฉับๆ นั้นแหละพญามัจจุราชจะฆ่า มัจจุ คือ ความตาย
ไปไหนไม่รอดสักคนเดียว

เราเกิดมาในโลกนี้ จะเป็นมนุษย์หรือเป็นสัตว์ต่างๆ ก็ตามเถอะ เรียกว่าอยู่ในแควง
ของมัจจุราชทั้งนั้น หรือเปรียบเหมือนกับอยู่ในคุกในตาราง (รอความตาย) ด้วยกันทุกคน จะ
ทำอะไรอยู่ที่ตาม จะเป็นผู้ดีวิเศษวิโสเท่าไรก็ช่าง แม้แต่องค์สัมมาสัมพุทธเจ้า สรีระร่างกาย
ของพระองค์ยังปล่อยให้พญามัจจุราชทำลายได้ แต่ตัวจิตของพระองค์เป็นผู้พ้นแล้ว ไม่ยอมให้
มัจจุราชข่มขู่ได้เลย แล้วเราทั้งหลายละ จะมามัวเพลิดเพลिनลุ่มหลง อะไรกัน ประมาทอะไร
กันในโลกนี้ เมื่อคิดถึงมัจจุราชความตายแล้ว ก็ไม่มีอะไรเป็นที่ลุ่มหลง ไม่มีอะไรที่
เพลิดเพลินเลย เขาจะเอาเราไปเมื่อไรก็ได้ เราอยู่ในอำนาจของเขา เขาบัญชาให้ตาย ให้
เจ็บ ให้ป่วย เมื่อใดก็ได้ จะให้อยู่ให้ไปก็ได้ ชื่อว่าอยู่ในเงื้อมมือของมัจจุราช ซึ่งไม่คิด
อะไรกับโจรเรียกค่าไถ่ โจรเรียกค่าไถ่แล้วก็ยังสนุกสนานเฮฮาอยู่ ควรที่จะคิดถึงตัว หาอุบายเอา
ตัวรอดให้พ้นจากเงื้อมมือของโจร ด้วยการทำความดี อุบายอะไร ที่จะช่วยให้พ้นเงื้อมมือ

ของเขา จงให้อุบายนั้นๆ ด้วยการทำทาน รักษาศีล สมาธิภาวนา จึงจะเป็นการพ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราชโดยลำดับ

รักษาศีล จะเอาศีลห้า ศีลแปด หรือ ศีลสิบ ศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ดก็เอา แล้วแต่ศรัทธาและความสามารถของตน **รักษาศีล**ก็คือ งดเว้นจากโทษนั้นๆ อันเป็นเหตุให้พ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราชเป็นเปลาะๆ ไป แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้บอกว่า เป็นอุบายให้พ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราช พระองค์สอนให้ปฏิบัติตนให้พ้นจากความชั่ว ความชั่วมันค่อยหมดไปจากตัวของเรา โดยลำดับดังนี้ นี่แหละเรียกว่าพ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราช ถ้าทำชั่วหนักเข้ายิ่งตายเร็ว ยิ่งตายไม่รู้แล้วรู้รอดไปสักที โวหารกรรมฐานพูดกันว่า “กลัวตาย ก็กลัวจะไม่ได้ตายหลายหน” สละความตายนะ หมดห่วงหมดกังวล จิตใจใสสะอาดบริสุทธิ์จะไม่ได้กลับมาตายอีก

การทำสมาธิ ง่ายที่สุดก็คือ เราชำระจิตใจของเราไม่ให้กังวลเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งปวงหมด ไม่ข้อง ไม่ติด ปล่อยวางเฉยจิตใจสว่างใสสะอาดบริสุทธิ์นั้นแหละ จะหมดจากเวร จากกรรม

เวรอันหนึ่ง กรรมอันหนึ่ง ไม่เหมือนกัน เวร คือ การกระทำสิ่งใดที่ผูกเวรกัน เกี่ยวพันกัน อย่างที่ท่านเล่าไว้เรื่อง “ยักษิณี กับ นางกุลธิดา” เรื่องมันยืดยาว เล่าสั้นๆ ก็คือว่า หญิงคนหนึ่ง มีลูกชายคนเดียว ปฏิบัติแม่ทุกเช้าค่ำ แม่คิดสงสารจะหาภรรยาให้ช่วยปฏิบัติแม่ ลูกชายบอกว่าอย่าเลย ปฏิบัติคนเดียวดีกว่า หลายจิตหลายใจนักปฏิบัติไม่ถูกใจกัน หรอก จะทะเลาะวิวาทกัน แม่พุดอยู่สองหนสามหน ในที่สุดแม่ไม่บอกให้ลูกชายทราบ ไปหาผู้หญิงคนหนึ่งมาให้เป็นภรรยาอยู่ด้วยกันมาหลายปีก็ไม่มีลูก จึงไปหาหญิงอีกคนหนึ่งมาให้เป็นภรรยาบ่อย ภรรยาคนใหม่มีลูก ภรรยาหลวงคิดว่าเมื่อเขามีลูกแล้ว เขาจะเป็นใหญ่กว่าตัว อิจฉาเบียดเบียน จึงพยายามเอายาแท้งลูกใส่ในอาหาร โดยที่ภรรยาไม่รู้ ลูกจึงได้แท้ง ไปถึงสองครั้ง ครั้งที่สามจึงรู้ว่าภรรยาหลวงทำให้แท้ง พร้อมทั้งตัวก็ตายไปพร้อมกับลูก จึงผูกเวรกันว่าชาติหน้าขอให้กูได้ฆ่าลูกมึงถึงสองครั้ง ครั้งที่สามขอให้กูฆ่ามึงพร้อมด้วยลูกด้วย ภรรยาน้อยตายไปเป็นแมวภรรยาหลวงตายไปเป็นไก่ ออกไข่มาสองครั้ง แมวก็เอาไปกินเสีย ครั้งที่สามแมวนั้นก็เอาแม่ไปกินพร้อมทั้งไข่ แมวตายไปเกิดเป็นเสือ ส่วนไก่ตายไปเกิดเป็นกวาง พอกวางออกลูกมา เสือก็เอาไปกินถึงสองครั้ง ครั้งที่สามเลยกินไปพร้อมแม่กวางด้วย กวางตายไปเกิดเป็นนางกุลธิดา เสือตายเป็นยักษิณี นางกุลธิดาคลอดลูกมาก็ถูกนางยักษิณีมาลวงเอาไปกินถึงสองครั้ง พอคคลอดลูกครั้งที่สาม ก็กลัวนางยักษิณีจะมาลวงเอาไปกินอีก เลยชวนสามีหอบลูกหนีจากบ้านไปทางที่พระองค์กำลังเทศนาอยู่ เมื่อนางยักษิณีตามหานางกุลธิดาไม่เห็น ได้ทราบข่าวว่านางหนีไปทางโน้นก็วิ่งตามไป พอดีไปเจอนางอยู่ในสำนักพระพุทธเจ้า พระองค์ได้เทศนาให้คู่เวรทั้งสองฟัง จึงได้เกิดศรัทธาเลื่อมใสในธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

พระองค์จึงได้ผูกมิตรให้เป็นมิตรสหายกัน เป็นอันจบเวรกันเท่านั้น พระพุทธเจ้าเทศน์ว่า เธอทั้งสองหากไม่ได้พบตากตแล้ว จะก่อเวรกันเป็นอนกอนันต์ชาติทีเดียว นี่เธอทั้งสองนับว่า โชคดีได้มาพบเรตากตเสียก่อน เสร็จจบลงเพียงแค่นี้ นางยักษิณีเกิดความสังเวชถึงกับน้ำตาตก เสร็จเวียนให้ผลตอบแทนซึ่งกันและกันนั่นเอง

กรรม คือ การกระทำด้วย กาย วาจา ใจ เพียงแค่คิดนี่ก็อยากจะฆ่าจะแกงเขา คิดอธิษฐาน ธิยาพยายามเขา อันนั้นก็เป็นมโนกรรมและเป็นบาปแล้ว แต่ไม่ถึงกับทำบาปพร้อมด้วย อากาสมายังแก้ไขด้วยตนเองได้อยู่ มโนกรรมนี้ถ้ารู้แล้วแต่ไม่กลับแก้ตัว สามารถนำบุคคลไป อบายภูมิได้เหมือนกัน ส่วนมโนกรรมอย่างทีกล่าวมาแล้ว เราคิดชั่วแล้วกลัวบาปกรรม กลับ ทำความดีเสีย ก็พ้นจากกรรมนั้นๆ ได้ ให้เข้าใจถึงเรื่องกรรมเรื่องเวร เสร็จและกรรมมันต่างกัน อย่างนี้

ว่าถึงเรื่องมัจจุราชอีกที มัจจุราชนี้มองอยู่ตลอดเวลา มองเห็นเราอยู่ทุกเมื่อ ใครจะหลีก ลี้ทำอะไรอยู่ก็ตาม มัจจุราชเห็นอยู่ตลอดเวลา อย่างที่ท่านว่า ทำความชั่วไม่มีที่ลับ (ที่ลับไม่มีในโลก) ทำความชั่วไม่มีการปกปิด ผู้ทำความชั่วความผิดนั้นๆ เปิดเผยเสียดีกว่า อย่างเรา โจรคนอื่น เขาไม่รู้แต่มัจจุราชรู้แล้วเราไปบอกคนนั้นเสีย ฉะนั้นโจรเธอไว้ย ให้อภัยฉันเสียเถิด คนนั้นจะหัวเราะเลยให้อภัยทันที ถ้าหากปกปิดไว้มัจจุราชตามรู้และเบียดเบียนอยู่เสมอ จึงว่า อย่าทำกรรมชั่วทั้งในที่ลับและที่แจ้ง

นั่งสมาธิ

ธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประสมกันเป็นก้อนที่เรียกว่า มนุษย์ สัตว์ เหล่านี้ เป็นที่ตั้งของ มัจจุราชพร้อมด้วยเสนาของมัน เมื่อประสมกันเป็นก้อนขึ้นมาในที่ใด ก้อนอันนั้นต้องมีความ เจ็บป่วย คือ เสนามัจจุราช และดับไปในที่สุด จึงเรียกว่าเป็นที่มองของมัจจุราช ก้อนอันนั้น ไม่ว่าจะก้อนเล็กก้อนใหญ่ คนมี คนจน กษัตริย์ พราหมณ์มหาศาล ที่สุดแม้แต่พระพุทธเจ้า และเหล่าสาวกของพระองค์ก็ไม่พ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราช เพราะธาตุสี่ ขันธ์ห้า ประชุมกัน ในที่ใดก็เป็นวิสัยของมัจจุราชจะต้องตามผจญอยู่ตลอดเวลา ดังพระโมคคัลลานะอัครสาวกเบื้อง ซ้ายของพระพุทธองค์แท้ๆ ยังไม่พ้นจากถูกโจรทุบตีจนกระดูกแตกย่อยยับเป็นจุลวิจุลไปเลย แต่ยังคิดที่ท่านใช้ปัญญาเป็นอาวุธ ทำยุทธวิธีต่อสู้กับมัจจุราช พิจารณาเห็นสังขาร คือ รูปนาม ตามความเป็นจริงอย่างไรแล้ว ปล่อยวางสังขารได้ โจรจะทุบตีก็ทุบตีไป มัจจุราชกับมัจจุราช ทุบตีกันเท่านั้น ส่วนจิตใจของท่านไม่มีใครจะทุบตีได้

พระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลาย ท่านเอาชนะมัจจุราชด้วยยุทธวิธีอย่างนี้ ท่านจึงไม่
เคียดแค้น ในเมื่อร่างกายยังมีอยู่ เวลาอาพาธหนักๆ หรือจะตายก็ยอมตาย สละหมดทุกสิ่งทุก
อย่างแล้ว แม้แต่ความตายก็ยอมให้ตายเป็นหมคเรื่องกัน ไม่ต้องถือว่าอันนั้นตายอันนี้ตาย
ธรรมชาติมันหากเกิดตายอยู่อย่างนั้นแต่ไหนแต่ไร เราเกิดมาจะถือว่าเราตายหรือไม่ ความ
ตายมันก็ไม่ว่าอะไร เราผู้ถือหากเป็นทุกข์ต่างหาก

ขอทุกๆ คนจงตั้งใจทำสมาธิต่อสู้กับมัจจุราช ด้วยการสละความเจ็บปวดต่างๆ ให้ถึง
ที่สุด คือ ความตาย แล้วความตายจะไม่ปรากฏในสมาธิภาวนาเลย จะมีแต่ความเยือกเย็นถ่ายเดียว
อันนี้เป็นวิธีเอาชนะมัจจุราช มัจจุราชอยู่ตรงไหนให้มอบมัจจุราชให้มันเสีย

108. ศิลธรรมสำหรับครู

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๕

ครู เป็นคำที่มาจาก ครู ในภาษาบาลีแปลว่า หนัก มีความหมายว่า เป็นผู้หนักแน่นในคำ
สอนในอุบายที่จะตัดเตือนแนะนำกุลบุตร เรียกว่า ครู หรือ ครู ความหมายของคำๆนี้ มีอีกอย่าง
หนึ่ง คำว่า ครู นั้น เอา อุ เป็น โอ เอา โอ เป็น อว เรียกว่า การวะ แปลว่า เป็นที่
เคารพนับถือของบุคคลทั่วไป ถ้าหากว่าเรามีหน้าที่อบรมสั่งสอนกุลบุตรทั่วไป เราต้องนึกถึง
อยู่เสมอว่า ครู มีความหมายว่า หนักแน่น จิตใจของเราจะต้องหนักแน่นกับครูที่มีน้ำเต็ม
ครูต้องเป็นคนที่หนักแน่น ไม่ใจเบา มั่งง่ายและเป็นคนที่น่าเคารวะ เป็นที่เคารพนับถือของ
บุคคลทั่วไป ถ้าหากว่าเอาความหมายสองประการนี้ใส่ไว้ในตัวของเราแน่นนอนแล้ว เรา
สามารถที่จะอบรมสั่งสอนกุลบุตรทั้งหลายได้ดีที่สุด และเราจะต้องทำตัวให้เป็นที่ยกย่อง
นับถือของชนทั่วไป นั่นแหละเป็นการดี

เราทำอะไรลงไปให้คิดถึงตัวของเรามาก่อน เอาตัวของเราเป็นประธาน แต่ที่จริงการ
สอนคนอื่นเป็นการสอนตัวของเราเองอยู่ในตัว เราสอนคนอื่นสอนอะไรลงไปแล้ว ต้อง
คิดถึงตัวของเราก่อนว่า สิ่งที่เราสอนคนอื่นนั้นเราทำได้หรือไม่ อันนี้เป็นกิจประจำของครูทุกคน
ไม่ว่าแต่ครูเท่านั้น ถึงเป็นฆราวาสเป็นพระ เป็นสงฆ์ก็เหมือนกัน ต้องเคารพในการที่
ตัวของเราเป็นครูอยู่เรื่อยไป เราสอนเขาเราทำได้ไหม ถ้าหากว่าเราปฏิบัติไม่ได้ เราจะต้อง
รีบเร่งปฏิบัติตัวของเราให้ดีขึ้น แล้วยังมีอีกคำว่า อาจารย์ อาจารย์ คือ ผู้อบรมสั่งสอน
กิจกรรมารยาทความประพฤติทั้งปวงหมด ให้คิดอยู่เสมอว่าเราทำอะไรลงไป เราอย่าไปทำ
ตัวอย่างอันไม่ดีไม่งามให้ประชาชนเห็น มันเป็นแบบอย่างไม่ดีของคนทั่วไปหมด คนที่จะ

เรียนสูงขึ้นไป ต้องเรียนจากชั้นประถมนี้แหละขึ้นไป ถ้าหากว่ามันดีแต่เบื้องต้น ชั้นสูงๆ ขึ้นไปมันก็ติดตลอดไป ควรที่จะพากันระลึกคิดถึงเสมอเรื่องพรรค์นี้ ถ้าหากว่าเราคิดถึงตัวของเราเราทำดีแล้ว มันอดไม่ได้หรอกที่จะคิดสอนคนอื่น ถ้าเราไม่ดีนะหรือ ไม่สามารถที่จะสอนคนอื่นได้ ถึงสอนก็เก้อๆ เพราะความดีของตนไม่มี โดยเฉพาะเรื่องศีลธรรมเป็นของสำคัญยิ่ง บรรดาครูทั้งหลายควรจะศึกษาอบรมเรื่องศีลธรรม ศีลธรรมเบื้องต้นของการศึกษาเล่าเรียนทั้งหมด ศีลธรรมเป็นของมีมาพร้อมแล้วแต่เกิดมา ถึงเราจะเรียนหรือไม่ก็ตาม ศีลธรรมมันหากมีอยู่ในตัวของคนเราแล้ว เราจะปฏิเสธว่าศีลธรรมไม่มีไม่ได้

ศีล คืออะไร ธรรม คืออะไร ศีลธรรมพูดกันง่ายๆ เรียกว่า ธรรมที่มีอยู่ในตัวของเรา คือกายกับใจ เรียกว่ารูปธรรม-นามธรรม มีกันหมดทุกๆ คนนี่แหละ จะไม่เรียนก็ช่างเถอะ จะไม่รู้ก็ตาม แต่หากมีอยู่ในตัวของเราแล้ว ที่เราปฏิบัติมันนะ ที่เราสอนคนอื่น ให้วิชาความรู้แก่คนอื่น การประพฤติดีประพฤติชอบก็เอากาย วาจา ใจ ไปสอนเขา เขารู้จักเราแล้ว เขาก็เอาไปปฏิบัติตาม เขาก็เอา กาย วาจา ใจ นั้นแหละไปปฏิบัติอีก

ผู้สอนและผู้ฟังล้วนแต่เอากาย วาจา ใจ นี้ทั้งนั้นไปสอนและไปฟัง กาย วาจา ใจ นี้รวมเรียกว่า รูปธรรม-นามธรรม จึงว่าธรรมเป็นของมีอยู่ในตัวของเราแล้วทั้งนั้น แต่เราไม่รู้ว่ามีธรรมมีอยู่ในตัวเรา จึงต้องไปหาธรรมจากครูบาอาจารย์ไปเรียนธรรมขึ้นไป ไปสมาทานธรรมจากครูบาอาจารย์ได้ธรรมแล้วจึงจะปฏิบัติธรรม ความเข้าใจผิดนี้มีอยู่ในหมู่คนทั่วไป แท้จริงเราปฏิบัติที่เป็นสุจริตเมื่อไหร่ ก็เป็นกุศลธรรมเมื่อนั้น เช่น เว้นจากโทษ ๕ ประการ ที่เรียกว่า ศีล ๕ ก็มีขึ้นมาในตัวเมื่อนั้น เราไม่งดเว้นจากโทษ ๕ ประการ คือ ทำ ไม่งดเว้น เรียกว่า ทำทุจริต ก็เรียกว่า ประพฤติธรรมเหมือนกัน แต่เรียกว่า ทุจริตธรรม ให้ผลเป็นทุกข์

ทำอะไรทั้งหมดไม่พ้นจากกรรม ทำดีเรียก สุจริตธรรมให้ผลเป็นสุข ทำชั่วเรียก ทุจริตธรรม ให้ผลเป็นทุกข์ แต่ว่าเราต้องสอนให้ซาบซึ้งเข้าไปถึงจิตใจของเขา ให้เข้าใจว่าใจเป็นธรรม รู้ตัวอยู่เสมอว่าเป็นกรรม ถ้าเขาทำไปไม่รู้จักว่านั่นเป็นกรรม ก็จะทอดทิ้งกรรมนั้นไปเสีย

พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนธรรมที่เป็นสาระและทำชีวิตให้มีค่าแก่พวกเรา แบ่งออกเป็นข้อๆ เรียกว่า ศีล ๕ ศีล ๕ นั้นแหละเป็นธรรมที่จะต้องงดเว้น ความชั่วนั้นอันจะพึงเกิดมีขึ้นที่ตัวของเราดังนี้

พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนพวกเราให้เข้าใจถึงเรื่องชีวิตประจำวัน ให้มีคุณค่าอย่าให้เสียประโยชน์ไปเปล่า เพราะชีวิตเป็นของมีค่ามากยากที่บุคคลจะได้มา เมื่อได้มาแล้วจงทำให้มีประโยชน์แก่ตนเสีย โดยเอาศีลธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งอุดไว้ไม่ให้มีช่องว่าง

ศีลเป็นข้อที่พระพุทธเจ้าท่านทรงบัญญัติให้กระทำตาม ถ้าไม่ทำตามก็จะเป็นโทษ โทษ

นั้นมิใช่พระพุทธเจ้าท่านลงโทษ แต่เป็นโทษเพราะเราทำผิดในศีลต่างหาก พระพุทธเจ้าท่านทรง

บัญญัติให้รู้จักว่าศีลข้อนั้นๆ ผู้ใดล่วงละเมิดแล้วจะต้องได้รับบาปกรรมนั้นๆ ต่างหาก นั้น

เรียกว่า ศีล ศีลมีหลายอย่าง ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ มีอาการอย่างเดียวกัน

ธรรมนั้นพระพุทธองค์ท่านเทศนาเป็นปริยาย ที่เป็นข้อๆ ก็มี ที่ไม่เป็นข้อๆ ก็มี แล้วใครจะปฏิบัติก็ได้ ไม่ปฏิบัติก็ได้ไม่กะเกณฑ์ แต่ผู้ไม่ปฏิบัติธรรมนั้นมิใช่ไม่มีโทษ มีเหมือนกันโทษเป็นของสาธารณทั่วไป นอกเหนือจากคำสอนของพระพุทธเจ้าเสียแล้ว อย่างคำชาวบ้านเขาว่า “คนนอกพุทธศาสนา” พระธรรมนี้พระพุทธเจ้าสอนคนให้ปฏิบัติแต่เบื้องต้น แต่ผู้นั้นมีจิตศรัทธาเลื่อมใสเต็มทีและพร้อมปัญญาสามารถนำเอาไปปฏิบัติตามได้ ก็สามารถบรรลุผลนิพพานในปัจจุบันชาตินี้ได้

ศีลหรือวินัยเป็นข้อบังคับให้พุทธศาสนิกชนรวมกันเป็นกลุ่มอยู่ด้วยความผาสุกตามฐานะของตนๆ หรือจะเปรียบกับกฎหมายบ้านเมืองก็ได้ เมื่อคนหมู่มากอยู่ด้วยกันย่อมมีความประพฤติไม่เหมือนกัน จึงตั้งกฎกติกาไว้สำหรับบริหารหมู่ ใครเข้ามาในหมู่นั้นจะต้องปฏิบัติเป็นอย่างเดียวกัน เรียกว่า ศีลหรือพระวินัย

ที่นี่จะให้รักษาศีลกันละ ศีลไม่ให้เอาหากหรือ เอากันละข้อ ใครจะเอาข้อไหนก็เอาเถิดทั้งหมดทุกๆ คนนี้แหละ เอากันละข้อไม่ต้องเอาศีล ๕ หรือ เอาข้อเดียวเท่านั้นแหละ อาตมาไม่ได้ให้ศีลหรือ ศีลนะเป็นของมีอยู่แล้วทุกคน ถ้าหากปฏิบัติก็เกิดขึ้น ถ้าไม่ปฏิบัติมันก็ไม่มี ที่ให้สมทานนั้น ก็คือให้พระเป็นสักขีพยาน เพื่อจะได้ปฏิบัติให้มั่นคงต่อไป เหตุนี้ในวันนีให้พากันรักษาศีลคนละข้อๆ จะงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ลักทรัพย์ ประพฤติผิดมิจฉาจาร โกหกมุสาวาทหรือเสพย์สุราเมรัย ข้อใดที่ตนประพฤติผิดล่วงละเมิด ข้อนั้นแหละจะต้องงดเว้น ศีลก็คือให้งดเว้นจากบาปกรรมที่ตนประพฤติอยู่แล้วนั้น จึงเรียกว่า ศีล ศีล ๑ ข้อที่พากันรักษาวินัย ให้รักษากันจริงๆ อย่าให้ขาด ได้ สัก ๓ เดือนหรือ ๖ เดือน ถ้าขาดจงนับใหม่ ถ้าครบ ๓ เดือน หรือ ๖ เดือนแล้ว เห็นศีลของตนเป็นของบริสุทธิ์ดีแล้ว จึงค่อยรักษาข้ออื่นๆ ต่อไป ทำอย่างนี้ผู้ตั้งใจรักษากันจริงๆ ๑ ปี กับ ๓ เดือน ก็จะรักษาศีล ๕ ข้อครบ

บริบูรณ์ ดีกว่าที่จะไปเที่ยวสมทานศีลโกหกพระทั่วบ้านทั่วเมือง แล้วไม่รักษาศีลเป็น
บาปเปล่าๆ แล้วก็ไม่เห็นมีสักตัวเดียวที่สมทานมาก็ปีๆ แต่ศีลสักข้อก็รักษาไม่ได้ ลองรักษา
ศีลข้อเดียวดูซิ เมื่อตั้งใจรักษากันจริงๆ ดังที่อธิบายมาแล้ว ข้ออื่นๆ ก็จะค่อยตามมาเองโดยที่
ไม่ได้ตั้งใจ

ศีลธรรมที่พระพุทธเจ้าสอน คือ สอนให้ประพฤติปฏิบัติไม่ได้สอนเฉยๆ สอนแล้วไม่
ปฏิบัติ ไม่เป็นประโยชน์ มันต้องปฏิบัติจึงจะเป็นประโยชน์แก่ตน ชื่อว่าได้บุญกุศลให้พ้น
จากรกอบาย คนในสมัยนี้ไม่ค่อยจะรู้จักคำว่านรกและอบาย นรก คือ การกระทำความชั่ว
อบาย คือ การกระทำความไม่ให้อริยคุณจากเดิม ให้เข้าใจว่า การทำชั่วอะไรๆ ทั้งหมดนั้นแหละเป็น
บาป บาปอยู่ที่ตัวของเรา บาปไม่เป็นตนเป็นตัวหอรอก ตัวที่นั่งอยู่นั้นแหละ คนไหนทำชั่ว
นั้นแหละเป็นบาป บาปคือความชั่ว ทำลงไปแล้วมันเดือดร้อนภายในใจอันนั้นแหละเป็นบาป
หรือตกนรก บุญนะ คือ กุศล กุศล คือ สิ่งที่ดีงาม บุญนั้นหมายถึงความอิมความเต็มใจ เรา
ทำบุญทำกุศลแล้วอิมใจเต็มใจในการทำบุญ การทำบุญกุศลนั้นไม่เหมือนกับการมีเงินมีทอง
ข้าวของทรัพย์สมบัติที่เราหามาได้แล้วอิมใจ การอิมใจนั้นไม่เหมือนกับการทำบุญ การอิมใจใน
สมบัติที่เราหาได้มันไม่พอสักที ได้เงินร้อยเงินพัน หรือถึงหมื่นถึงแสนมันก็ยังอยากได้
มากๆ ขึ้นไป มันไม่พอสักที บุญนี้อิมเต็มคืนทุกสิ่งทุกประการ คือก่อนที่เราจะทำและใน
ขณะที่เราทำลงไปและเราทำแล้ว จิตมุ่งในการที่จะทำบุญทำกุศลนั้นให้เต็มบริบูรณ์ทุกสิ่งทุก
ประการ ไม่คิดเสียขายเสียด้วยในการที่ทำบุญ คนอื่นมาขอทำด้วยก็ไม่เสียขาย คน
อื่นจะมาแย่งมาชิงก็ไม่กระทบกระเทือนเดือดร้อน ส่วนเงินทองนั้นทำให้เราดีใจแต่มันไม่อิม
แล้วก็กลัวคนอื่นจะเห็น กลัวคนอื่นจะรู้ กลัวคนอื่นจะมาแย่งมาชิงเอา มันเดือดร้อนทุกอย่าง
นอนก็ไม่หลับ ดังนั้นจึงว่าไม่ใช่บุญ เป็นอนิสงส์ของบุญเก่าที่เราทำไว้แต่เก่าก่อนต่างหาก
ไม่ใช่ตัวบุญแท้ ตัวบุญแท้คือใจของเรา ความอิมใจนั้นแหละเป็นตัวบุญแท้ๆ ฉะนั้นจึงว่า บุญ
และบาปมีที่ตัวของเรา เกิดที่ตัวของเรา นอกตัวของเราไม่มีหอรอก เหตุนี้รักษาศีลข้อเดียว
ลองๆ ดูก่อน มันจะอิมไหม เอาให้มันได้จริงๆ เอาแต่วันนี้เป็นต้นไป ข้อใดก็เอา เอาข้อที่เรา
ประพฤติผิคนั้นแหละ เราละชั่วกระทำความดี เราเป็นผู้มีอำนาจมีสิทธิที่สามารถละความชั่วได้
นั่นมันอิมขึ้นมาแล้ว ละได้วันนี้ก็อิมวันนี้ พรุ่งนี้ก็อิม มะรืนก็อิม อิมไปหลายมือตั้งเดือนตั้งปี

หัวข้ออื่นๆ นะมันไหลมาเองหอรอก ลองดูเออะทุกๆ คนพากันหัดเสียให้มันได้สักปีหนึ่ง
เออะ ศีลอื่นๆ มันจะไหลมาเองความอิจจาพยายามเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ความไม่ดีไม่งาม
ทั้งหมดมันจะหายไปหมด ความแข่งดีแข่งเด่นไม่มีเลย คือ บุญมันเกิดขึ้นมาแทน เขาทำดีก็
อนุโมทนา เขาทำชั่วก็สงสารเขา เขาเป็นผู้ดี ผู้ดี ผู้ใหญ่ โทก็ส่งเสริมเขา เขาเงินเดือนไม่ขึ้น

ฐานะของเขาไม่ติดค้ำ เราก็คิดจะสงเคราะห์ช่วยเหลือเขา การเป็นผู้มีใจกว้างมีใจเพื่อแม่ เป็นเหตุให้เยือกเย็น ทั้งหมู่ ทั้งคณะ ทั้งบ้าน ทั้งเมือง ตลอดทั้งประเทศชาติ ถ้าหากคิด อิจฉาพยาบาทเบียดเบียนซึ่งกันและกัน แข่งดีแข่งเด่นซึ่งกันและกัน เราจะไม่มีความสุขสบาย เดือดร้อนตลอดเวลา การปฏิบัติธรรมต้องเป็นอย่างนี้ ไม่ต้องปฏิบัติอื่น ปฏิบัติเท่านั้นแหละ ความเห็นเท่านั้นแหละเป็นพอแล้ว

เอาละเท่านั้น

109. ชาติสุตี

พระนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะเทศน์เรื่อง ชาติ ให้อ่าน พื้นฐานของคนเราทั้งหมด มันเกิดจากชาติ โลกทั้งหมดที่ตั้งขึ้นมา ก็เกิดจากชาติ เหตุฉะนั้นจึงจำเป็นที่สุด ที่จะพูดถึงเรื่องพื้นฐานแล้วจึงค่อยพูดถึงเรื่องอื่นต่อไป

ถ้าหากไม่รู้จักพื้นฐานเสียก่อนแล้ว ก็ลืมตัวของเราฟังเทศน์อยู่นี้ ก็ไม่ทราบว่าจะเอาอะไร มาเป็นหลัก ปฏิบัติก็ไม่ทราบว่าจะเอาอะไรมาเป็นหลัก มันต้องจับหลักฐานได้เสียก่อนคิดดู มนุษย์ทั้งหลายก็ดี โลกทั้งปวงหมดที่ตั้งขึ้นก็ดี มันต้องตั้งขึ้นมาจากชาติสุตี ชาติสุตินะ เป็น หลักฐานของชาติทั้งหมด พูดอย่างนี้บางคนอาจไม่เข้าใจก็ได้ ที่พวกเขาพูดว่า คนๆ หรือ ชาย หญิง ก็ดี พ่อตาแม่ยายก็ดี เป็นคน ให้ฟังคำว่า “เป็นคน” เสียก่อน พูดของจริง คือว่าชาติสุตี เป็น หญิง เป็นชาย เป็นผู้ เป็นคน เป็นพระ เป็นสงฆ์ ทั้งหมด ฟิช ดันไม้ ภูเขา สารพัดทุกอย่าง ทุกสรรพสิ่งทั้งปวงหมด มันต้องมีชาติสุตีออกจากชาติสุตีทั้งนั้น ชาติสุตีนี่ตั้งขึ้นเป็นหลักแล้ว

จึงค่อยแปรสภาพไปตามเรื่อง มีรูปร่างลักษณะหน้าตาต่างกัน ที่เรียกว่ารูปพรรณสัณฐาน ต่างกัน มีอาชีพต่างกัน มีความเป็นอยู่ต่างกันให้เข้าใจว่า ชาติสุตี เป็นประธานของทุกสิ่งทั้งหมด ท่านอธิบายชาติสุตีนี้นี้ไว้กว้างขวางมาก ที่ท่านอธิบายนั้น ก็ไม่ใช่อื่นไกล คือ ของเป็นจริง นั่นเอง ท่านมาสมมติ บัญญัติ ขึ้น เพื่อพูดให้ผู้ฟังเข้าใจ ถ้าหากว่าท่านไม่สมมติ บัญญัติ มันก็เป็นสภาพตามเดิมของมันอยู่อย่างนั้นแหละ ท่านมาเรียก ก็เลยเป็นเรื่องยืดยาวไป

อย่างตา ก็เรียกว่าชาติ หูก็เรียกว่าชาติ จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็เรียกว่าชาติ ตาเห็นรูป เรียกว่าสัมผัส การสัมผัสทางตาก็เรียกว่าชาติ หูได้ยินเสียง เสียงนั้นก็เห็นชาติเหมือนกัน การได้ยิน คือสัมผัสรู้ขึ้นมา ก็เรียกว่าชาติเหมือนกัน จมูกดมกลิ่น จมูกก็เป็นชาติ กลิ่นก็เป็น ชาติ ความสัมผัสรู้กลิ่นก็เรียกว่าชาติ กายและโณภูมัพพะต่างก็เป็นชาติ ความสัมผัสรู้สีกตัว ทางกาย ก็เรียกว่าชาติ จิตและธรรมารมณก็เห็นชาติ ความสัมผัสรู้ทางใจก็เรียกว่าชาติ เลยยืด

ยาวออกไปเป็นธาตุสิบแปด อันนี้เป็นของจริง ท่านพูดตามหลักธรรมชาติของมัน แต่มนุษย์
ชาวโลกยากที่จะจดจำกันได้ จึงสมมติว่าคน ว่าสัตว์ ว่าชาย ว่าหญิง บิดามารดา แต่เมื่อ
พระองค์ได้ตรัสรู้แล้ว เห็นแจ้งตามความจริง จึงได้บัญญัติของเหล่านั้นขึ้น เรียกว่าธาตุ เมื่อคน
ทั้งหลายไม่เข้าใจ พระองค์จึงเรียกตามสมมุติของโลก จึงว่าสิ่งทั้งปวงหมดจะพูดก็เป็นอยู่
อย่างนั้นไม่พูดก็เป็นอยู่อย่างนั้น เมื่อเราจะทำสมาธิภาวนา ให้ทั้งสมมุติ บัญญัติเสียก่อน จิต
จะเข้าถึงสมาธิภาวนา แล้วสมมุติบัญญัติเหล่านั้นเลยไม่มีชื่อ นั่นแหละเป็นของจริง ของไม่มี
ชื่อนั่นแหละ เป็นของจริง ของมีชื่อนั้นเป็นของปลอม ตัวของเรานี้ให้ทั้งเสีย ถึงว่ามีตนมี
ตัวอยู่ที่ทั้งเสียก่อนในการที่จะพิจารณาธาตุ ถ้าไม่อย่างนั้น ไม่เห็น ถือเป็นตน เป็นตัว จึงไม่
เห็นธาตุ อย่าให้มีตัวของเรา คือไม่มีในจิตนั่นเอง หมธธาตุคิน น้ำ ไฟ ลม ไม่มีในจิตจึงจะ
เข้าถึงของจริง

ธาตุทั้งสี่นี้เมื่อยังมีอยู่ภายในกายของเรา และคนเรายังสมมุติอยู่ตราบใด ก็จำเป็นต้อง
อาศัยธาตุสี่ภายนอกกายอันนี้ มาสนับสนุนจึงจะอยู่ได้ ถ้าไม่มีธาตุสี่ของภายนอกมาสนับสนุน
แล้วก็จะอยู่ไม่ได้ ต้องตาย อย่างน้อยก็อยู่ทนทุกข์ทรมาน

คงจะเห็นได้ที่พระพุทธเจ้าท่านทรงแสดงธาตุปัจเจกขณะ ให้พิจารณาปัจจัยทั้งสี่ให้เห็น
เป็นแต่สักว่าธาตุ ไม่ใช่สัตว์บุคคลอะไรทั้งหมด คือผ้าผ่อนเครื่องนุ่งห่มปกปิดร่างกายอันนี้
ก็ปกปิดธาตุสี่ เพื่อปกป้องธาตุสี่ภายใน กันเย็น ร้อนหนาวเย็น และสัตว์ร้ายต่างๆ มีริน
เหลือบ ยุง เป็นต้น แล้วก็เก่า ชำรุด เปื่อย นำไปเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ของเก่า

อาหารการบริโภคทุกประการ เป็นต้นว่า ข้าว ขนมหมากรไม้มัน ผลไม้และผักต่างๆ ที่
เราบริโภคเข้าไปนี้ ก็เกิดจากธาตุ มิใช่สัตว์บุคคลเราเขา ของเหล่านี้หาชีวิตจิตใจมิได้ เป็น
แต่เอาธาตุภายนอกมาพอกธาตุภายใน หรือฉาบ ทา หรือยาสิ่งที่ธาตุภายในขาดตกบกพร่องไว้
เท่านั้น

ที่อยู่อาศัยเสนาสนะทั้งปวงเป็นต้นว่า บ้าน ตึก เรือนสองชั้น สามชั้น ทำด้วยอิฐ
และด้วยไม้ มุงด้วยกระเบื้องดินเผาหรือซีเมนต์ หรือด้วยแฝกหรือจาก ล้วนแล้วแต่เกิดจากธาตุ
คิน คนมาประดิษฐ์คิดปรุงแต่งให้เป็นเสนาสนะที่อยู่อาศัยขึ้นมา ของเหล่านี้ก็เป็นแต่สักว่า
ธาตุสี่ มิใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาอะไร ไม่มีชีวิตจิตใจอะไร มนุษย์ปรุงแต่งให้เป็นที่อยู่อาศัยของ
ธาตุภายใน (คือคนเรา) ให้อยู่ได้ชั่วคราวตลอดอายุของธาตุภายนอกและธาตุภายในเท่านั้น

หยุดยาเภสัชสำหรับแก้ไข้ต่างๆ อันจะพึงเกิดมีแก่ร่างกายอันนี้ ร่างกายอันนี้ (คือธาตุสี่)
ภายในวิกาล วิปริต แปรปรวนไม่ปกติ ซึ่งเกิดจากธาตุอันใดอันหนึ่ง ขาดเหลือไม่สม่ำเสมอ
กันเกิดขึ้น จะต้องใช้ยาภายนอก (คือธาตุภายนอก) มาบำรุงเพิ่มพูนช่วยเหลือ ยานี้ก็เป็นสัก

แต่ว่าธาตุสี่ (คือเกิดจากธาตุสี่) มิใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาอะไรทั้งสิ้น เมื่อธาตุสี่ภายใน
ขาดเหลือสิ่งใดบางอย่าง ก็จำเป็นจะต้องอาศัยภายนอก (คือธาตุสี่) บำบัดช่วยเหลือ

คนเรานั้น ไมใช่คนดอก ที่แท้จริงเป็นกองธาตุต่างหาก ถ้าจะอุปมาอุปมัยคนเรา
เหมือนกับก้อนดินก้อนหนึ่ง กลิ้งไปบนพื้นแผ่นดินนี้แหละ ไปแทบทุกแห่งหน ก้อนดินไมใช่
อะไรหรอก คนเรานี้ต่างหาก ก้อนดินทั้งก้อน ถ้าเห็นเป็นก้อนดินแล้ว คนเราจะไม่เกิดทิฐิ
มานะ จะไม่ถือเนื้อถือตัวว่าตนเป็นใหญ่เป็นโต หรือว่าตนเป็นน้อยเป็นหนุ่ม หรืออาจจะ
เป็นเด็กเป็นเล็ก เป็นสาวอะไรต่างๆ ไม่ถือทั้งนั้น ความหนุ่มไม่มี ความสาวไม่มี ใหญ่โตไม่มี
เด็กเล็กไม่มี เสมอภาคกันหมด พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราพิจารณาอย่างนั้น จึงจะเห็นตามเป็น
จริง ถ้าไม่เห็นอย่างนั้น ยังถือตัวถือตนอยู่ ถือเขาถือเราอยู่ ความโกรธ ความเกลียด ความ
รัก ความชัง เกิดขึ้นมา มันตัวเกลียด ตัวโกรธ ตัวชังนั้นแหละ ที่ตัวใจมันเข้าไปถือ มันไม่
เห็นตามเป็นจริง ถ้าเห็นตามเป็นจริงแล้ว จะไม่มีถือตัวถือตนกันเลย นั่นแหละเป็นธรรม
ถือทิฐิมานะ ถือเขาถือเราหังการ มมังการ ไม่เป็นธรรมเลย ธรรมแท้ ต้องเห็นเป็นสักแต่ว่า
ธาตุ ดังได้อธิบายมาแล้วข้างต้น ท่านว่า อาหารการกินก็ดี ผ้าผ่อนเครื่องนุ่งห่มก็ดี ที่อยู่ที่
นอนที่อาศัยก็ดี หยูกยาเภสัชต่างๆ ก็ดี ปัจจัยทั้งสิ้นนี้เป็นเพียงสักแต่ว่าธาตุ มิใช่สัตว์มิใช่บุคคล
ตัวตนของเราเขา สุธัญญะ เป็นของว่างเปล่า มันก็ว่างนะซี ไม่มีตนมีตัว มิใช่ตน

มนุษย์เราอยู่ด้วยกันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าพิจารณาเห็นเป็นสักแต่ว่าธาตุ คือว่างจากตัวตน
เสีย มันก็สบาย อยู่กันด้วยความสุข สงบ ไม่อิจฉาริษยา ไม่เบียดสีซึ่งกันและกัน ธาตุมัน
จะเบียดสีอะไรกัน ต่างคนต่างอยู่ ไม่มีขำมีแค้นกัน ไม่มีทูปตีต่อยกัน ไม่เห็นมีอะไร ไม่เห็น
เจ็บเห็นปวด มันจะแตกจะดับ มันก็แปรสภาพสลายไป เป็นดิน น้ำ ไฟ ลม อย่างเดิม เมื่อ
จะเกิดอีก ก็เอา ดิน น้ำ ไฟ ลม ของเก่ามันมาเกิดอีก

แท้ที่จริงมันเป็นธาตุอยู่แล้ว แต่เราพิจารณาไม่เห็นต่างหาก ตอนนั้นจะว่าปัญญาของ
เราไม่มี หรือ เราพิจารณาไม่เป็น ก็ใช่ คือมันเป็นธาตุอยู่แล้ว แต่เราไม่เห็นมันเป็นธาตุ
เรียกว่าพิจารณาไม่เป็น พิจารณาไม่ถูก เราไม่เห็นเป็นธาตุ ความที่ไม่เห็นไม่เป็นนั่นแหละ
จึงเรียกว่าภาวนาไม่เป็นมันยากตรงนั้นแหละ ก็ไม่ทราบว่าจะไปสอนอย่างไรกันอีก ความจริง
มันเป็นจริงอยู่แล้ว แต่ไม่เห็นตามเป็นจริงของมันต่างหาก

เหตุฉะนั้นจึงว่า เบื้องต้นที่จะให้เกิดความรู้แจ้งเห็นชัดอย่าไปทิ้งสมาธิภาวนา หัดสมาธิ
ให้มันแน่วแน่เต็มที่แล้วเสียก่อน จึงค่อยพิจารณา ให้พิจารณาอานาปานสติ จนจิตมันลึมหั่ง
ทั้งหมด จนยังเหลือแต่อานาปานสติอย่างเดียว มันจึงจะถึงอานาปานสติ ต่อจากนั้นมันจะ
ค่อยพิจารณาของมันเอง เมื่อทำสมาธิภาวนาแน่วแน่เต็มที่แล้วมันจะไปไหน ของมัน

มีอยู่ในตัวของเราทั้งหมดเป็นจริงทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว พระพุทธองค์ทรงเทศนาว่า ยถาภูต
สมมุขปลลัญญา ทถฐุพพ มันทเป็นจริงอย่างไร เห็นตามเป็นจริงอย่างนั้น เมื่อหัดสมาธิภาวนา
เน่นแน่มที่แล้ว มันเห็นจริงของมันเองหรือ ออก อย่าไปเค็ดรื้อนกับมันเลย เรื่องพิจารณา
กลัวจะไม่เห็นอย่างงั้นอย่างงี้โง่อย่าไปกังวลเกี่ยวของมันเลย ไม่ได้ไปอยู่ที่อื่นดอก ชัดขึ้นมานใน
ที่นี้เลยทีเดียว เอาละ เท่านั้นละ

นั่งสมาธิ

พิจารณาธาตุตั้งที่ว่ามานี้ บางคนเพ่งพิจารณาให้กายนี้เป็นธาตุทั้งหมด พอจิตรวมลงเห็น
เป็นก้อนดินทั้งก้อนก็มี พิจารณาให้เห็นเป็นธาตุน้ำ เลยกลายเป็นน้ำทั้งหมดก็มี พิจารณา
ธาตุไฟ ธาตุลม ก็เหมือนกัน อาการเช่นนั้นเรียกว่าปฏิกาค มันเกิดปฏิกาคนิมิตอยู่ในพวกมาน
ก็คืออยู่ เป็นประโยชน์แก่ผู้ต้องการ เช่นนั้น แต่เป็นประโยชน์แก่ผู้ต้องการสมาธิเพียงเล็กน้อย
เท่านั้น มันจะเห็น มันก็เห็นด้วยตนเอง คนอื่นก็ไม่ต้องด้วย และเมื่อมันจะเป็น มันก็
ไม่ได้ตั้งใจจะให้เป็น มันเกิดขึ้นมาเอง จะเรียกว่าสัญญาก็ถูก จิตมันจะสงบลงพักหนึ่ง
เสียก่อน แล้วจะเกิดเพราะเราไปเพ่งมัน มันจึงจะเกิด ที่ว่าเกิดสัญญาเพราะของเปื่อยเน่านั้น
เราเคยเห็นมาแล้วแต่ก่อน ที่ว่าเห็นด้วยปฏิกาคนั้น เพราะจิตเราสงบลิ้มสัญญาอารมณ์ใดๆ
ทั้งหมด แล้วจึงเกิดเห็น เห็นอื่นๆ ก็เหมือนกัน ปฏิกาคนิมิตนี้ คนอยากจะทำให้เป็นเหลือเกิน
มันสนุกสนานเพลิดเพลิน บางครั้งครั้นเห็นแล้วก็เบื่อหน่ายสะอิดสะเอียน เกลียดชัง
แม้แต่อยู่บ้านอยู่เรือนกับลูกกับเต้า กับผ้ากับเมีย ก็เบื่อหน่ายหมด แต่เมื่อบางครั้งบางคราว
เท่านั้นที่หลังกลับเป็นอย่างเดิมอีก เห็นรูปสวยสดงดงาม รูปคิรูปดิอะไรต่างๆ มันก็กลับ
ชอบ กลับรักขึ้นมาอีก ผู้เราพิจารณาตามความเป็นจริงนี้ไม่ได้ พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า
ให้เห็นตามเป็นจริงอย่างไร ให้เห็นมันเป็นจริงอย่างนั้น มันจะชัดเจนดีกว่า ไม่ต้องเกิด
ปฏิกาค เวลายืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถใดๆ ก็ให้เห็นเกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่อย่างนั้นตามความ
เป็นจริงของมันตลอดกาลก็แล้วกัน พิจารณาปฏิกาคมิใช่มันจะได้อยู่เสมอ พิจารณาอย่างว่านี้
ได้ทุกอิริยาบถ ง่ายดีและของจริงด้วย เวลาร่างกายอันนี้มันจะแตกจะดับจริงๆ เราก็ไม่ต้อง
ห่วงไหว เพราะเห็นตามความเป็นจริงแล้วทุกประการ

ส่วนปฏิกาคนิมิตนั้น เวลาจะแตกจะดับมันก็ไม่เป็นดอก เป็นแต่เวลาปกติๆ นี้แหละ
จึงว่ามันไม่ชัดเหมือนกับสมาธิภาวนาหรือ ถ้าเห็นจริงอย่างนั้นแล้ว มันเต็มตื่นในตัวของเรา

เห็นด้วยปฏิภาณนิมิต หรือ ด้วยฌาน เห็นหน้าเดียวคือมองแต่ภายใน ถึงจะเห็นด้วย
ตานี้ แต่มันเห็นด้วยใจอย่างเดียว เห็นด้วยปัญญาคือเห็นด้วยตานอกและตาใน คือด้วยการ
พิจารณา เช่นร่างกายของคนเราพิจารณาเห็นชัดด้วยใจว่าเป็นทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย อย่างนั้น
จริง หนีไม่พ้นสักคนเดียวแล้วก็เบื่อหน่ายเห็นโทษตนเกินไป หมายความว่าพิจารณาให้เห็น
โทษก็ได้ ให้เบื่อหน่ายก็ได้ ให้เห็นคุณก็ได้

ฌาน เป็นเครื่องเล่นเครื่องอยู่ของพระโยคาวจรเจ้าทั้งหลายในเมื่อยังมีชีวิตอยู่ เห็นด้วยการ
พิจารณาคือด้วยสมาธิ เป็นเครื่องตัดค้นหา อุปาทาน ตัณหา ตัณหา ตัณหา อุกคฆะ และปฏิภาณ
นิมิต ภาวังคูปาท ภาวังคจรณ และ ภาวังคูปัจเจทะ เหล่านี้เป็นฌานทั้งนั้น ส่วนขณิกสมาธิ
อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ นั้น เป็นสมาธิโดยส่วนเดียว วิธีใช้มีนัยดังได้ อธิบายมาแล้ว
เอาไว้ นั่งสมาธิกัน

110. อายตนะหก

(ดับไฟนรก)

พระนิโรธรังสี กัมภีร์ปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๕

วันพระที่แล้วได้พูดถึงเรื่องธาตุ ๔ ซึ่งเป็นตัวตั้งตัวตีของธาตุทั้งหลาย คราวนี้จะพูดถึงเรื่อง
อายตนะหก อายตนะหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันออกมาจากธาตุ ๔ นั้นแหละ
ถ้าไม่มีธาตุ ๔ เป็นที่ตั้งอายตนะหก อายตนะหกก็ไม่มีเหมือนกัน ไม่ทราบจะไปตั้งไว้
ตรงไหน ธาตุ ๔ เป็นตัวตั้งของสรรพวัตถุทั้งปวง ไม่สามารถที่จะทำอะไรได้ คราวนี้
อายตนะหก ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันแยกออกไปจากธาตุ ๔ ที่จะเกิดกิเลสเพราะอายตนะ
หก ธาตุ ๔ ไม่เกิดดอก อายตนะเป็นบ่อเกิดของกิเลสทั้งปวง กิเลสเกิดขึ้นมาแล้วความร้อนก็
เกิดขึ้น ความร้อนของกิเลสนั้นได้ชื่อว่า ไฟนรก ความเย็นไม่มีกิเลสได้ชื่อว่าสวรรค์ นรก
และสวรรค์เกิดขึ้นที่จิตนี้ทั้งนั้น ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านเทศนาเรื่อง อายตนะหก นี้ให้ชฎิลทั้ง
สามพี่น้องผู้บูชาไฟว่าเป็นของประเสริฐยิ่ง ตายแล้วอาจสามารถไปเกิดในสวรรค์ได้

ชฎิล ๓ พี่น้อง คือ ปุรณะกัสสปะ นทีกัสสปะ คยากัสสปะ ตั้งอาศรมอยู่ริมแม่น้ำเนรัญ
ชราโดยลำดับ พี่ชายใหญ่มีบริวาร ๕๐๐ คน น้องคนที่สองและที่สามมีบริวาร ๓๐๐ และ
๒๐๐ พวกกันบูชาไฟเป็นกิจวัตร เห็นว่าไฟเป็นของประเสริฐเลิศยิ่ง มีสิ่งของอันใดที่นิยมว่าเป็น

ของคิบัติ เป็นต้นว่า ขนมนมเนย เอาไปบูชาไฟหมด ถือว่าเป็นบุญกุศลอันยิ่งใหญ่
พระพุทธเจ้าเมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้แล้ว มองเห็นอุปนิสัยว่า ชฎิล ๓ ฟันนี้มันมีนิสัยวาสนาจะ
สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้ พระองค์จึงได้เสด็จไปโปรดทรมานด้วยประการต่างๆ
ผลที่สุดก็อ่อนน้อมยอมฟังพระธรรมเทศนา

พระองค์จึงเทศนาเรื่อง ไฟที่ชฎิลบูชาให้เข้ากับอายตนะหกในตัวของเรานี้แหละให้ฟัง
ไม่ได้ไปเอาไฟที่อื่น เอาความร้อนที่มันเกิดขึ้นภายในใจ คือ ตาก็เป็นของร้อน รูปก็เป็นของ
ร้อน วิญญาณอาศัยสัมผัสตาก็เป็นของร้อน ความรู้สึกอารมณ์เกิดขึ้นเพราะจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใดเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ก็ดี อันนั้นก็เป็นของร้อนๆ เพราะอะไร ร้อน เพราะ
ไฟ คือ รากะ โทสะ โมหะ เพราะความเกิด ความเจ็บและความตาย เพราะความโศก ร่ำไร
ร่ำพัน เพราะความทุกข์ และความเสียใจ เรากล่าวว่าเป็นของร้อน

พระพุทธองค์ท่านทรงเทศนาถึง หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ในทำนองเดียวกันนี้ แต่ละ
อย่างก็เป็นของร้อน พระอริยสาวกผู้ได้สดับแล้วย่อมเบือนหน้าในอายตนะทั้งหลายเหล่านั้น เมื่อ
เบือนหน้าก็พ้นแล้ว และคลายจากความคิดในอายตนะเหล่านั้น เกิดความรู้ขึ้นในใจว่า เราพ้น
แล้วจากความคิดในอายตนะเหล่านั้น แล้วก็รู้ว่าเราพ้นแล้ว เป็นอันจบพรหมจรรย์ ที่จะ
ประพฤติกิเลสเพื่อความพ้นจากทุกข์ไม่มีอีกแล้ว

ผู้เขียนได้กล่าวไว้ในเบื้องต้นว่า สิ่งใดเป็นของร้อนสิ่งนั้นเป็นนรก สิ่งใดเป็นของเย็น
สิ่งนั้นเป็นสวรรค์ เมื่อพระพุทธเจ้าท่านทรงแสดงว่า อายตนะภายในทั้งหกซึ่งมีอยู่ในตัวของเรา
นี้ทั้งนั้น เป็นของร้อน อายตนะภายนอกมีรูปเป็นต้น ก็เป็นของร้อน อายตนะภายในกับ
อายตนะภายนอกกระทบกันเกิดความรู้สึกขึ้น แม้อันนั้นก็เป็นของร้อนแล้ว เมื่อทั้ง ๓ อย่าง
เป็นของร้อน มันก็เป็นนรกไปหมดทั้งตัวละซี คนมีอายตนะทุกๆ คนมันเดือดร้อนด้วยไฟ ซึ่งเกิด
จาก รากะ โทสะ โมหะ สุข ทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจ หรือ ชาติ ชรา
พยาธิ มรณะ จิปาละ ล้วนแล้วแต่เป็นไฟนรก

เมื่อสิ่งแวดล้อมในตัวของเรานี้ล้วนแต่เป็นของร้อน คนเราก็ได้ชื่อว่า เป็นนรกไปหมด
ทั้งตัว มันจะมีดีที่ไหน เกิดมาเป็นคน สู้สัตว์เดรัจฉานบางพวกไม่ได้ ซึ่งมีอายตนะไม่ครบ
เหมือนมนุษย์ เช่น งู เป็นต้น ที่พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า เกิดมาเป็นมนุษย์นี้ดีหนักหนา
มันก็เป็นของไม่จริงละซี

เป็นของจริง ถ้าไม่จริงพระพุทธเจ้าไม่ตรัสเทศนาไว้ แต่คนไม่เข้าใจลึกซึ้งถึงความเป็น
จริงนี้ พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาไว้ต่างหาก เกิดมาเป็นมนุษย์ไม่ใช่อะไร เป็นมนุษย์แล้วจะ
ทำอะไรก็ได้ทุกอย่างเป็นเจ้าของนาย เป็นพระเจ้าแผ่นดิน เป็นพระเจ้าจักรพรรดิราช แม้เป็น

พระพุทธเจ้าก็ต้องเกิดมาเป็นมนุษย์นี่ก่อนจึงจะเป็นได้ นอกจากเป็นมนุษย์แล้วเป็นสิ่งอื่นไม่ได้
เด็ดขาด จะไม่ใช่อะไร แล้วเป็นมนุษย์นี้ธรรมชาติสร้างสรรค์เครื่องใช้มาให้ครบมูลบริบูรณ์ทุก
อย่าง แลผมยังสร้างอาหฺลัยมาไว้ให้อีกด้วย เพื่อกันสึกหรือ เช่น ตาและหู เพราะเป็นของจำเป็นที่
เกี่ยวเนื่องถึงของภายนอกสร้างมาไว้ ๒ อัน เมื่ออันหนึ่งชำรุดแล้วก็จะได้อีกอันหนึ่งแทน
ทันที ถ้าไม่ชำรุดก็ใช้ควบคู่กันไปก็ไม่ขัดข้อง ยิ่งสะดวกใหญ่

ที่พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่า อายุคนะทั้งหกเป็นไฟนั้น ท่านเทศนาให้ชฎิลทั้งพันผู้มี
นิสัยวาสนาแก่กล้าฟังต่างหาก แล้วก็ให้เข้ากับคามนิมของท่านเหล่านั้น ที่นิมว่า การบูชา
ไฟเป็นของดี สามารถไปเกิดในสวรรค์ได้ แล้วก็เทศนาเอาไฟในตัวขึ้นมาอธิบาย สามารถ
ทำลายจิตใจของบุคคลให้ตกรรคได้เทียบกับไฟภายนอกซึ่งสามารถไหม้สรรพสิ่งทั้งปวงให้ย่อยยับ
ไปได้ แม้แต่ตัวของเราก็ไม่เว้น ถ้ารักษาไม่ดี ไฟภายนอกไม่รู้จักคุณและโทษอะไรทั้งสิ้น
ไฟภายในก็เช่นเดียวกัน ผู้ที่ทำให้ไฟภายในเกิดขึ้น (คือ จิตใจ) ย่อมทำให้ตกรรคได้
เหมือนกัน แต่ผู้ที่มีความสามารถหรือเห็นโทษกลัวตกรรคแล้ว จะนำมาพิจารณาอย่างชฎิลทั้ง
พันก็ได้ไม่ห้าม เพราะธรรมะนี้พระพุทธเจ้าท่านทรงแสดงไว้เป็นของสาธารณะแก่ชนทั่วไป
ใครจะนำมาพิจารณาอย่างไรก็ได้ แล้วแต่บุญบารมีของใครจะสามารถพิจารณาได้มากน้อย
เท่าไรก็ตามใจ

พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า อายุคนะภายในมี ตา เป็นต้น ก็เป็นไฟ อายุคนะภายนอกมี รูป
เป็นต้นก็เป็นไฟ อายุคนะภายในและภายนอกกระทบกัน เช่น ตากระทบกับรูป เกิด
ความรู้สึกขึ้น ก็เป็นไฟทั้งนั้น ตกลงเราระคิกตัวไม่ได้ล้วนแต่ไฟทั้งสิ้น ตัวอย่างนั้น ผู้เขียนก็
บอกว่า คนเรตกรรคอยู่ตลอดเวลาเนะซี แต่เหตุใดคนเรจิงไม่เดือดร้อน อยู่มาแต่ไหนแต่ไร
มาไม่เห็นใครบ่นว่า ตนตกรรคสักคนเดียว

ข้อนี้อุปมาเหมือนปลาเกิดอยู่ในบ่อน้ำร้อน ว่ายนํ้าดำผุดหากินสนุกสนานอยู่ตามเรื่อง
ของมัน ไม่เห็นมีความเดือดร้อนอะไร ต่อเมื่อมีคนเอาไปปล่อยในน้ำจืด ปลานั้นจึงจะเดือดร้อน
บางทีถึงแก่ความตายก็เป็นได้ นี่ก็ฉันทึเดียวกัน คนไม่รู้จักของร้อน เมื่อความร้อนยังไม่รุนแรงก็
สำคัญว่า อุ่นดีอยู่ฉันทึใด บุคคลยังหลงมัวเมาอยู่ในกามคุณทั้งห้า หนุ่มสาวเห็นรูปสวยๆ ก็
ชอบใจอยากได้มาเป็นของตัวเอง เข้าใจว่า รูปนั้นเป็นเครื่องอบอุ่นชื่นใจ เมื่อรูปนั้นแปรปรวน
หรือรูปนั้นห่างเหิน รูปนั้นไม่มีอยู่ในที่นั้นก็เป็นทุกข์กลุ่มใจ เสรีาโศกเสียใจ อาลัยอาวรณ์คั้น
รนแสนสาหัสเพราะราคะ ความกำหนัดรักใคร่ข้อมใจเป็นต้นเหตุ ท่านจึงว่าราคะเป็นไฟ
คนแก่ได้จูบลูก จูบหลาน จิตใจก็เบิกบานชื่นใจ ไม่อยากให้อ่างไกลจากตัว เมื่อลูกหลาน
ห่างไกลไปก็หาว่า ลูกหลานไม่รักตัวพาลโกรธเอา ความโกรธเกิดจากความรักละ ถ้าถึงคราว

วิบัติเขาตายลงยิ่งเกิดทุกข์ใหญ่ ความทุกข์เกิดจากความรักเข้าอีกแล้ว ไฟคือราคะ ย่อมรุ่มลุ่ม แต่ต้นมาโดยลำดับ แต่บุคคลไม่เห็น เห็นแต่ความอบอุ่นเพราะความหลงมัวเมา ต่อเมื่อความร้อนคือไฟนั้นมันแรงขึ้นถึงขนาดจนดับไม่ไหวแล้ว จึงจะรู้ว่าไฟนี้ไหม้ได้ มันโหมเอาเต็มที่แล้วดับไม่ไหว ส่วนอายตนะอื่นๆ ก็ทำนองเดียวกันนี้

กามคุณ ๕ ได้แก่อายตนะภายในและภายนอกทั้ง ๑๒ และที่อายตนะทั้งสองนั้นสัมผัสกันนี้เรียกว่าวิญญูณ นี่เป็นต้น เป็นเหตุให้คิดให้พอใจ ยินดี เพติดเพติน หลงมัวมาจมอยู่ในนั้น จึงเรียกว่า กามภพ พวกที่อยู่กามภพนี้แหละ เห็นความร้อนน้อยนั้นว่าเป็นของอบอุ่น ฉะนั้น กามภพจึงกลายมาเป็นกามภูมิติดพันกันเหนียวแน่นเป็นก้อนใหญ่ จนเป็นกามกิเลส จึงเป็นเหตุให้เป็นโลกอันกว้างใหญ่ไพศาลหาประมาณมิได้

ความร้อนที่เรียกว่า ไฟ อันพระพุทธรเจ้าทรงตรัสเทศนาแก่ ชฎิลทั้งพันนั้น เกิดจากอายตนะภายในมีตาเป็นต้น และเกิดจากอายตนะภายนอกมีรูปเป็นต้น แล้วก็เกิดจากอายตนะภายในและภายนอกสัมผัสกันแล้วเกิดความรู้สึกขึ้นที่เรียกว่าวิญญูณ นี้ทั้งนั้น นอกเหนือจากสิ่งเหล่านั้นแล้วไม่มี ความร้อนที่เรียกว่า ไฟ นั้น ก็เกิดจากกิเลส คือ ราคะ โทสะ โมหะ นี่เป็นมูลฐาน ราคะ โทสะ โมหะที่จะเกิดขึ้นก็เพราะจิตไปปรุงไปแต่งให้มันเกิด ถ้าจิตไม่ไปปรุงไปแต่งแล้ว กิเลสเหล่านั้นมี ราคะ โทสะ โมหะเป็นต้นไม่ทราบว่าจะไปอยู่ไหน เป็นตัวตนอย่างไรก็ไม่รู้ อย่างเราอยู่เฉยๆ กิเลสเหล่านั้นก็ไม่รู้

เมื่อเรารู้แบบนี้แล้ว ไฟราคะ ไฟโทสะ ไฟโมหะ เป็นต้นเหล่านั้นมันเกิดจากจิตเป็นต้นเหตุ เมื่อรู้แบบนี้แล้ว จงตั้งสติค้นหาตัวกิเลสอันเป็นเหตุให้เดือดร้อนว่า มันเกิดจากอะไร มันจึงทำให้เดือดร้อน เหมือนกับแพทย์ค้นสมุฏฐานของโรค เมื่อรู้ว่าเกิดสมุฏฐานอย่างนี้แล้วก็จะวางยาถูก ให้กับโรคนั้นๆ ได้ฉับไฉน กิเลสอันมีราคะเป็นต้น มันเกิดจากจิต เข้าไปค้นดูจิตอีกที จิต คือ ผู้คิด ผู้นึก สัญญาอารมณ์ต่างๆ นั่นคือ จิต แต่ไม่ใช่กิเลส กิเลส คือ เครื่องเศร้าหมองแห่งจิต เครื่องเศร้าหมองซึ่งจะเกิดขึ้นมาได้ต้องไปยึดเอาอารมณ์อันเกิดขึ้นมาจากจิต นั่นแหละกิเลสแท้

ฟังเข้าใจว่า จิต คือ ผู้นึกปรุงแต่งสัญญาอารมณ์ต่างๆ กิเลสเครื่องเศร้าหมองคือจิตที่ไปยึดเอาอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากจิตมาเป็นของตัว สติ คือ ผู้ควบคุมจิตไม่ให้หลงไปยึดเอาอารมณ์ต่างๆ มาเป็นของตัว เมื่อเข้าใจลักษณะอาการของสิ่งทั้ง ๓ อย่างนี้แล้วเราเอาสติมาจับ ควบคุมจิต จิตก็จะหยุดนิ่งเฉย กิเลสก็ไม่มีในที่นั้น จิตก็กลายเป็นใจ คือ มีแต่ความรู้สึก แต่ไม่คิดนึกปรุงแต่งอะไรทั้งหมด การฝึกหัดอบรมก็มีมัญฐานทั้งหลาย จะอบรมด้วยวิธีใดๆ ก็ตาม

จะต้องมาลงตรงนี้ด้วยกันทั้งสิ้น เว้นแต่การอบรมนั้นจะอบรมไปในแนวปฏิบัติ ซึ่งจะต้องคิ
นึกไปตามปฏิบัติไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อพระพุทธเจ้าทรงตรัสพระธรรมเทศนา อทิตตปริยายสูตร ให้ชฎิลทั้งพัน มี ปุ
ณะกัสสปะเป็นประธานฟัง โดยยกเอาอายตนะขึ้นมาแสดงเป็นของร้อน เพราะกิเลสมีรากเป็น
ต้น ชฎิลเหล่านั้นมีจิตศรัทธาเลื่อมใสสนใจลงเชื่อมั่นในพระธรรมเทศนาของพระองค์ ปลงใจ
ลงเป็นเอกคทาสมาธิแน่วแน่เป็นอารมณ์อันเดียว พิจารณาไปตามที่รู้ชัดจนขึ้นมาว่า ที่เราถือบูชา
ไพบัวเป็นของดีแล้ว ตายแล้วสามารถไปเกิดในสวรรค์นั้นผิด ก็เกิดความสลดสังเวชในใจ เป็
หน่าย คลายจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ตนเห็นผิดนั้น เมื่อเบื่อหน่ายก็พ้นจากกิเลสเหล่านั้น
ทั้งหมด เมื่อพ้นแล้วจิตใจก็ผ่องใส สะอาดเต็มที่ ไม่มีมัวหมอง แล้วก็เข้าใจว่า เราพ้นแล้ว
(ถึงพระอรหัตผล) กิจอื่นที่เราจะต้องทำเพื่อละกิเลสอีกไม่มีแล้ว

นั่งสมาธิ

เอ้า ใช้คาถาดับไฟนรก เสกคาถาดับเลย เอาพุทโธ ๆ นี่แหละดับ เราเสกคาถาพุทโธ
บริกรรมเท่านั้นแหละ ความวุ่นวายเดือดร้อนด้วยประการต่างๆ หายหมด

ตั้งสติคุมจิตใจให้แน่วแน่ เอาเฉพาะพุทโธอันเดียว ส่งออกไปข้างหน้าข้างหลังก็ไม่มี ทั้ง
คิณิกโน้นนี่ก็ไม่มี ให้ใจอยู่เป็นกลาง ไม่กระทบกระเทือนอะไรทั้งหมด เราเกิดขึ้นมาในโลก
มันต้องทำตัวเป็นกลาง ถ้าไม่เป็นกลางไม่เหนือโลก ไม่พ้นจากโลกไปได้ ต้องมีทุกข้อยู่อย่าง
นั้นรำไป

ใจที่เป็นกลางๆ แล้วจะมีอะไรกระทบกระเทือนอีก ขอให้รักษาความเป็นกลางนั้นไว้ให้
มันคงเออะ ไฟนรกต้องดับลง ณ ที่นั่นแหละ

ลองคิดดู โกรธ มันต้องเฟ่งคนโน้น คนนี้ สิ่งโน้น สิ่งนี้ มันไม่เป็นกลาง เฟ่งอดีต เฟ่ง
อนาคต มันไม่เป็นกลาง ความเป็นกลาง ไม่มีอะไร ถูกต้อง อยู่คงที่

พุทโธ ตั้งมั่นในคำบริกรรมแล้ว กิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายดับไปหมด ถึงหากไม่
ดับสนิทตลอดเวลา ก็ดับขณะนั้นก็เอาละ ให้ดับได้เสียก่อนขณะนั้น ถ้าหากดับนานๆ หลายครั้ง
หลายหนเข้า หรือดับบ่อยๆ เข้าก็อาจสามารถจะดับสนิทได้เลย

อย่าเพิ่งดับมันทีเดียวก่อนเลย ไฟนั้นมีทั้งคุณทั้งโทษ ถ้าใช้เป็นประโยชน์ก็ดี ก็
เหมือนกับไฟภายนอกนั้นแหละ ใช้หุงต้มก็ยังดี ใช้ผิงไฟก็อุ่นในเวลามันหนาว ถ้าใช้ไม่เป็นมัน
ไหม้ตัวของเราเสียด้วยซ้ำไป ไหม้บ้าน ไหม้เรือน ไฟนี้เราใช้ระดับดับที่ตัวของเราเท่านั้นแหละ

คนอื่นอย่าไปดัดของเขาเลย เพราะมันเกิดที่เรา ไม่ใช่เกิดจากคนอื่น เราดัดตัวของเราแล้วก็เย็นสบาย

อย่างพระพุทธเจ้า พระอรียสงฆ์สาวก ท่านดัดไฟของท่านๆ สบายแล้ว ท่านก็อยู่เย็นเป็นสุข ในขณะที่ท่านมีชีวิตอยู่ท่านก็อยู่ในโลกนี้แหละ ท่านไม่ได้หนีจากโลกนี้ดอก เราดัดไฟในตัวของเราแล้ว เราก็สบาย

เราดัดบราคะ ความยินดีพอใจในสิ่งนั้นๆ โทสะ ความโกรธในสิ่งต่างๆ ในบุคคลหรือในวัตถุต่างๆ แม้แต่ตัวของเราที่โกรธ ไม่พอใจตัวเองด้วยซ้ำ ไฟมันเกิดขึ้นอย่างนี้ เราดัดไฟในตัวของเราเสียแล้ว คนหมดทั้งโลกนี้จึงอยู่ไปตามสบายใจเถิด

เอาละ ทำสมาธิภาวนาดีกว่า

๑๑๑. การปฏิบัติเบื้องต้น

พระนิโรธรังสี คัมภีรปัญญาจารย์

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๕

วันนี้จะสอนวิธีปฏิบัติภาวนาเบื้องต้นให้ฟัง เรานับถือพระพุทธศาสนานั้นตามความเป็นจริงแล้ว จะต้องปฏิบัติตามมันจึงจะถูก อย่าฟังเฉยๆ ฟังแล้วไม่ปฏิบัติตามไม่ได้ประสบการณ์ไม่รู้เรื่อง ฟังไป ๆ นานๆ นึกเข้าก็เลยเบื่อ บางคนฟังไปศึกษาไปก็เอาไปพูดไปคุยให้เขาฟังมีคนนับถือตน ก็เลยตื่นเต้นคิดว่าตนสำเร็จแล้วก็มี ความเป็นจริงแล้วนักปฏิบัติต้องเป็นผู้ทำมากกว่าการได้ยินได้ฟัง การปฏิบัติเป็นของสำคัญมาก ถึงแม้จะไม่ได้เรียนหากว่าปฏิบัติเป็นเสียแล้ว เข้าถึงธรรมะธรรมโมแล้วจะรู้แจ้งเห็นจริงด้วยตนเอง เมื่อครั้งพุทธกาลท่านไม่ใคร่ได้ศึกษาเล่าเรียนเท่าไรนัก เล่าเรียนบ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ เพียงบทกรรมฐานเท่านั้นเอง ท่านก็ยังสามารถบรรลุผลนิพพานกันมากมาย คนทุกวันนี้เรียนมากเหลือเกิน คุยฟุ้งกันไปหมดทั้งบ้านทั้งเมือง ความเป็นจริงแล้วไม่รู้จักตัวเอง เราถือพุทธศาสนาเราต้องปฏิบัติมันจึงจะถูก เราทำเราปฏิบัติมากกว่าฟัง การปฏิบัติในที่นี้หมายความว่าถึงให้เข้าถึงจิตถึงใจ ถ้าไม่ถึงใจแล้วไม่ได้เรื่อง คือปฏิบัติธรรมต้องใจถึงก่อนทั้งนั้น ใจเป็นคนรู้คนเห็นก่อน ใจเป็นคนถึงธรรมก่อน เราพูดกันทั่วบ้านทั่วเมืองว่า อะไรก็จิตก็ใจทั้งนั้น คนที่ไม่เคยฝึกหัดปฏิบัติเขาก็พูดถึงจิตถึงใจ

โดยมากพูดกันอย่างนั้นแหละ แต่แท้ที่จริงใจเป็นตัวอย่างไรก็ไม่รู้ จิตเป็นตัวอย่างไรก็ไม่รู้ ก็จับหลักไม่ได้ ฉะนั้นจึงจะต้องฝึกหัดให้เห็นจิตเห็นใจเสียก่อน

อาตมาอธิบายถึงเรื่องจิต เรื่องใจ หลายครั้งมาแล้วพระองค์ก็เทศนาเหมือนกันว่า จิตอันใดใจอันนั้น ใจอันใดจิตอันนั้น จิตกับใจก็เป็นอันเดียวกันนั้นแหละ แต่ทำไมจึงพูดเป็นสองอย่างก็เพราะมันทำหน้าที่มีอาการแตกต่างกัน การฝึกหัดต้องฝึกหัดจิต ไม่ต้องฝึกหัดใจ จิตคือผู้คิดผู้นึก ผู้ปรุงผู้แต่งสัญญาอารมณ์ทั้งหมด กิเลสทั้งปวงก็จิตเป็นผู้ปรุงแต่ง การฝึกหัดอบรมจะต้องฝึกที่จิตแห่งเดียว แล้วเราจะเอาอะไรมาฝึกหัด เอาสติมาฝึกหัดจิต ขอให้มึสติทุกอิริยาบถทั้งสี่ ยืน เดิน นั่ง นอน มีสติรู้จิตอยู่ตลอดเวลา กิเลสทั้งหลายจะค่อยเสื่อมหายไป อย่าเพ็งให้สำเร็จมรรคผลง่ายนัก คนฝึกหัดปฏิบัตินะ อยากจะสำเร็จมรรคผลนิพพานเร็วนัก เอาไว้เสียก่อน เอากิเลสไว้พิจารณาเสียก่อน สำเร็จง่ายมักก็กลับมาเป็นปุถุชนง่ายนะ สำเร็จมรรคผลแล้วจะไปไหนกัน กิเลสมันอยู่กับจิต เรามีสติควบคุมจิตอยู่ ลองคิดดูว่าเห็นมันทุกขณะ ยืน เดิน นั่ง นอน แล้วมันจะไปไหนเล่า ทุกสิ่งก็เห็นว่ามันดีหรือมันชั่ว มันชั่วก็เป็นของควรละ มันดีมันก็เป็นของควรทำ หมั่น ฝึกหัดปฏิบัติเพียงแค่นี้ ละชั่วทำดีเท่านั้นแหละหมดเรื่อง

พระพุทธศาสนาสอนให้ละชั่วทำดี เมื่อเราเห็นจิตอยู่อย่างนั้นแล้ว คิดนึกอะไรต่าง ๆ รู้สึกอยู่ตลอดเวลา จิตมันละอายละคราบน้ำมันค่อยวางค่อยทิ้งไป ที่เราว่านึกว่าวนวายอยู่นี้ก็เรื่องไม่เห็นจิตนั่นเอง คิดดูความโกรธ เราไม่รู้จักความโกรธมันโกรธแล้วจึงค่อยรู้จัก รู้จักแต่โกรธ ไม่รู้จักตัวโกรธ รู้จักแต่คำว่าโกรธ ไม่รู้จักผู้โกรธ คือจิตนั่นเอง ถ้าเข้าไปรู้จักตัวผู้โกรธนั้นแหละหายทันที อย่างนี้เป็นต้น จึงให้พิจารณาให้เห็นจิตเมื่อพิจารณาควบคุมจิตใ้ได้อยู่อย่างนี้ เรื่องการฝึกหัดปฏิบัติไม่ต้องเอาที่อื่น เอาสติควบคุมจิตไว้ตลอดเวลาที่พอ

สติคือผู้ระลึกได้ จิตคือผู้คิดผู้นึก สติก็ใจนั้นแหละ มีจิตจึงค่อยมีสติ สติควบคุมจิต เราควบคุมได้อย่างนี้เรียกว่ามันอยู่ในอำนาจของเรา เราไม่ได้ไปตามอำนาจของจิต เราก็ใช้จิตได้ละซี ใช้ให้โกรธก็ได้ ไม่ให้โกรธก็ได้ แต่ถ้ามันไม่โกรธเราใช้ให้โกรธ มันก็โกรธดอก แต่มันแกล้งทำ เช่น โกรธคุณเด็กเล็กลูกศิษย์ลูกหาอะไรต่าง ๆ ทำโกรธหน้าบึ้งแต่ใจมันเย็นอยู่ภายในนั้นละมันแกล้งโกรธ แต่ตัวเรามันไม่โกรธ อันนั้นสบาย จิตอยู่ในอำนาจของเราแล้วคราบน้ำมันจะไปโกรธใคร แกล้งให้มันโกรธก็ได้ จะไม่ให้มันโกรธอยู่เฉย ๆ ก็ได้

คำว่าใจของเรา จิตของเรา มันอยู่ตรงนั้นละ ตรงที่เราบังคับมันได้ เราฝึกฝน
อบรมมันได้ นั่นแหละเรียกว่าจิตของเราแท้ เราควรที่จะฝึกอบรมตรงนี้แหละ เมื่อฝึกหัด
เช่นนั้นได้แล้วจิตจะรวมมาลงเป็นสมาธิละคราวนี้ รวมเข้าไปเป็นหนึ่ง จิตเป็นหนึ่งนั่นแหละ
เรียกว่าใจ ใจแท้ะใจมันไม่คิดไม่นึกไม่ปรุงไม่แต่ง มันอยู่เฉย ๆ จะทดลองดูอย่างนี้ก็ได้อ เราก
กลั่นลมหายใจสักอึดหนึ่งจะรู้สึกว่ามีอะไร รู้เฉย ๆ อันนั้นแหละตัวใจแท้ อันนั้นเพียงแต่
ทดสอบจับคู่ตัวใจ ว่า ตัวใจอย่างนี้เราจะนำมาใช้ประโยชน์ก็ได้เหมือนกัน อย่างมันโกรธ
เกลียด รัก หรือชอบใจอะไรต่าง ๆ เรากลั่นใจของมันจะหายไปพักหนึ่งเหมือนกันเอามาทดลอง
ใช้ได้ดีเหมือนกัน แต่ว่ามันใช้ได้ชั่วคราว จะฝึกหัดอย่างไรใจจึงจะอยู่ได้นาน ๆ นั่นก็ต้อง
ฝึกอบรมจิตตั้งได้อธิบายมาแต่เบื้องต้นนั่นแหละ ต้องฝึกหัดอบรมจิตจนกระทั่งมันอยู่ในอำนาจ
ของเราแล้ว มันจะมีอาการคล้าย ๆ กับเพลอสติไป มีอาการวูบวาบเหมือนกับตกเหวดตกผา จาก
ที่สูง หรือตกหลุมตกบ่ออย่างนั้นละ วูบวาบเข้าไปสงบนิ่งเฉย ๆ อันนั้น เรียกว่าจิตรวม
เวลาจะเป็นมันเป็นของมันเอง ไม่ได้คิดได้นึกอยากให้มันเป็น เวลาจิตมันรวม จิตมันไม่มี
อาการคิดนึกปรุงแต่งอะไรทั้งหมด อดีต อนาคตไม่มี มันเหลือแต่ผู้รู้สิ่งเดียว คือในการที่
เราฝึกอบรมจิต ชำระจิตในเบื้องต้น มันวางไป ๆ ปล่อยวาง ๆ หมดทุกสิ่งทุกอย่างยังเหลือแต่
ใจ มันจึงรวมเป็นอันเดียว ใจอันเดียวนี้นี้แหละเป็นของทำได้ยากนัก สรรพกิเลสทั้งปวงที่
เรียกว่ากิเลสตัณหา ตัณหาร้อยแปดก็ออกไปจากใจอันเดียวนี้นี้แหละ มันเป็นอาการของใจที่
เรียกว่าจิต ใจแท้มันมีอันเดียวเท่านั้นแหละ

ฝึกหัดจิตให้เข้าถึงใจ วิธีปฏิบัติฝึกหัดกรรมฐานมีเท่านั้นแหละ ใครจะฝึกหัดปฏิบัติ
อย่างไร ๆ ก็เอาละ จะภาวนาพุทโธสัมมาอรหัง ยุบหนอพองหนอ หรืออานาปานสติ ก็ไม่
เป็นปัญหา คำบริกรรมเหล่านั้นก็เพื่อล่อให้จิตเข้ามาอยู่ในคำบริกรรมแต่คนที่เข้าใจผิดถือว่า ตน
ดีวิเศษ โอ้อวดเพื่อนว่า ของข้าถูกของเอ็งละผิดอย่างนั้นอย่างนี้อะไรต่าง ๆ นานา พุทธศาสนา
แท้ไม่เป็นอย่างนั้นหรอก มันต้องเป็นอันเดียวกัน ไม่มีใครผิดใครถูกเมื่อปฏิบัติถึงจิตรวมแล้ว
จิต รวมเข้าไปเป็นอัปนาแล้วหมดเรื่อง จิตรวมเข้าถึงอัปนาแล้วถึงที่สุดของการทำสมาธิ
เท่านั้น ไม่มีอะไรแตกต่างกัน

เหตุนี้จึงให้ฝึกหัดจิตตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ท่านสอนให้ฝึกหัดกรรมฐานก็ คือ
ฝึกหัดจิต เห็นจิตแล้ว จับจิตได้แล้ว ก็เอาละ ไม่ต้องหาอื่นอีก เราจับจิตได้แล้วคราวนี้การ
ที่เราจะต้องรักษา สติ หรือ รักษาจิต มันเป็นเองไม่ต้องตั้งใจ มันเป็นเองจะยืน เดิน

นั่ง นอน หรือประกอบภารกิจทั้งสิ้นทุกสิ่งทุกประการ มันไม่ลืมเลยในขณะนั้นมันแน่วแน่
เต็มที

เบื้องต้นสำหรับฝึกหัดปฏิบัติกรรมฐาน ให้เข้าถึงจิตเป็นหนึ่งเสียก่อน คือ ให้เข้าถึงใจ
ส่วนปลีกย่อยออกไปอีกกว้างขวางมากมายนั้นมันเป็นเองมาตามหลัง พระพุทธเจ้าท่านเทศนาถึง
๔๕ ปี ตั้งแต่พระองค์ได้ตรัสรู้แล้วเทศน์ไม่มีจบเลยซึ่งก็เทศน์จิตอันเดียว เรานั้นถ้าหากจับจิต
ไม่ได้ฟังเทศน์ก็ไม่รู้เรื่อง ฟังก็ฟังไปอย่างนั้นแหละไม่เข้าถึงจิต ถ้าหากเข้าถึงจิตแล้วฟังเทศน์
เพลินทีเดียว เป็นของน่าสนุกสนานมาก เอาละ เทศน์เท่านี้เสียก่อน

นั่งสมาธิ

จงตั้งจิตลงเฉพาะในกายของตนนี้แหละให้มันคงเสียก่อน ไม่ให้ส่งสายออกไปภายนอก
เมื่อจะพิจารณาก็จงพิจารณาแต่เฉพาะในกายของตนนี้ อย่าได้ส่งออกไปพิจารณาออกจากกาย
ของตนนี้เพราะภายในกายของคนนี้ของที่จะพิจารณามีเยอะแยะ ล้วนแล้วแต่เป็นของน่าพิจารณา
ทั้งนั้น เมื่อพิจารณาแล้วก็เป็นที่เหตุให้เบื่อหน่ายเป็นธรรมดาทั้งนั้น เราจะปฏิบัติเบื้องต้นเราต้อง
ปฏิบัติตรงนี้ก่อนจึงจะถูกต้อง ถ้าปฏิบัติผิดทางแล้วเสียเวลานานทีเดียว

เมื่อตั้งจิตลงเฉพาะในกายนี้แล้ว จิตมันอยู่ในวงจำกัดแคบไม่ออกไปไกล จิตมันก็มี
โอกาสรวมได้ง่ายขึ้น เพราะทำสมาธิภาวนาก็เพื่อต้องการให้จิตรวมเข้าเป็นสมาธิได้นั่นเองการทำ
กรรมฐานจะโดยวิธีใด ๆ ก็ตามก็ประสงค์จุดเดียวเท่านั้นเมื่อทำให้จิตรวมได้แล้ว ก็เป็นอันถูกต้อง
ตามความประสงค์ของตน นั่นแหละการปฏิบัติเบื้องต้นและเอาอย่างง่าย ๆ ไม่ต้องไปท่องบ่นและ
ศึกษาจากตำรับตำราให้เสียเวลา การศึกษาให้รู้จักจิตของตนนี้ ก็การศึกษาพอแล้วจะเอา
อย่างไรกันอีก ศึกษาเอาไว้เพื่อเป็นนิสัยปัจจัยในอนาคตข้างหน้านั่น แท้จริงเราศึกษาเรื่องจิตนี้
หากเรายังไม่ถึงมรรคผลนิพพานตรารบใด มันก็เป็นนิสัยปัจจัยในอนาคตของเราอยู่ดี ๆ นี้เอง
ขอให้ตัดสินใจเอาปัจจุบันให้จิตมันรวมอยู่ในที่อันเดียวนี้เสียก่อน ถ้าจิตมันไม่ถึงมรรคผลนิพพาน
อดีต อนาคต มันหากจะมีมาเองไม่ต้องสงสัย

เอาละนั่งสมาธิกัน

บันทึก

คำชี้แจงของผู้จัดพิมพ์

*

กรรมเทศนาระหว่าง ๔ เมษายน ถึง ๕ ตุลาคม ๒๕๒๕ มีต้นฉบับอยู่รวม ๒๕ กัณฑ์ แต่ได้นำมาจัดพิมพ์คราวนี้เพียง ๒๑ กัณฑ์ กงขาดกัณฑ์วันที่ ๑๗ กันยายน กับวันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๒๕ รวม ๒ กัณฑ์ จึงต้องขออภัย

๑๑๒. กถัญญกตเวที

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง

อ. ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๒๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๖

วันนี้จะเทศนาเรื่อง มาตาปิตุอุปัฏฐาก ให้ฟัง พระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า มาตาปิตุอุปัฏฐานํ เอตมฺมํกลมฺมุตฺตมํ แปลความว่า การปฏิบัติอุปัฏฐากบิดามารดาเป็นมงคลอันอุดม

สิ่งที่จะให้เกิดมงคลอันอุดมสูงสุดแก่โลกมนุษย์นี้ มีอยู่หลายอย่างหลายประการด้วยกัน คือ การปฏิบัติอุปัฏฐากบิดามารดาผู้ให้กำเนิดเกิดเกล้าหนึ่ง การสงเคราะห์สงหาเลี้ยงบุตรให้เจริญเติบโตหนึ่ง การสงเคราะห์เลี้ยงดูภรรยาให้ได้ความสุขหนึ่ง แล้วทำงานไม่ให้ค้างๆ คาๆ อากูล ทำให้เรียวร้อยไปด้วยดีหนึ่ง สิ่งอย่างนี้แหละเป็นมงคลอันอุดม หาก่าสิ่งใดจะเปรียบมิได้ สิ่งอื่นนอกจากนี้หาได้เป็นมงคลอันแท้จริงและล้ำเลิศไม่ เป็นต้นว่าไปหาอาจารย์ให้ท่านรดน้ำมนต์ให้ ให้ท่านเสกเป่ากระหม่อม หรือลงกระหม่อมเขียนเลขยันต์อักขระให้ ฯลฯ เหล่านี้หาได้เป็นประโยชน์อะไรไม่ พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงสอนไว้ พระพุทธเจ้าทรงสอนแต่ให้ทำดีด้วยตนเอง ย่อมได้ผลดีด้วยตนเอง (คือสิ่งที่เป็นมงคล) ไม่ได้สอนให้คนอื่นทำให้หรือทำให้คนอื่น ถึงแม้คนอื่นทำให้ เช่น ทำบุญให้ผู้ตายไปแล้ว ถ้าผู้ตายนั้นไม่รับด้วยตนเอง มันก็ไม่ได้เหมือนกัน

ดังบทบาลีที่ยกขึ้นมาในเบื้องต้นนี้ว่า มาตาปิตุอุปัฏฐานํ เป็นต้น บุตรต้องปฏิบัติอุปัฏฐากมารดาบิดาด้วยตนเอง (ใช้ให้คนอื่นปฏิบัติแทนก็เหมือนกับตนเองปฏิบัติ) การสงเคราะห์บุตร

และภรรยาที่เหมือนกัน ยิ่งทำงานให้อากุลค้าง ๆ คา ๆ แล้วเป็นของตนเองโดยเฉพาะ ถ้าจะให้
ให้เป็นอุดมมงคลจริงแล้วคนอื่นทำให้ยอมไม่เหมือนตนทำ

ข้อหนึ่ง การปฏิบัติมารดาบิดา ทำไมจึงจัดว่าเป็นอุดมมงคลอย่างยิ่ง ข้อนี้พึงเห็น
ความสำคัญอย่างนี้ มารดาบิดาเป็นผู้ให้กำเนิดเกิดมาเป็นคน มีสิทธิ์ที่จะได้รู้และสัมผัสสิ่งต่าง
ๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้ หรือเรียกว่า เรากคนหนึ่งละเกิดขึ้นมาแล้วมีสิทธิ์ที่จะได้ครองโลกกับเขา ก็
เพราะบิดามารดาทำให้เราเกิดมา มารดาคนเดียวก็ทำให้เกิดไม่ได้ หรือบิดาคนเดียวก็ทำให้เกิดไม่ได้
เหมือนกัน มันต้องพร้อมด้วยกันทั้งสองคนจึงจะทำให้เกิดมาได้ ฉะนั้น มารดาบิดาคู่นี้บุตร
ปฏิบัติอุปัฏฐากแล้ว ท่านจึงจัดเป็นอุดมมงคลข้อหนึ่ง

เหนือขึ้นไปอีก ปู่ ย่า ตา ทวด ซึ่งเราไม่สามารถจะปฏิบัติอุปัฏฐากได้ เพราะท่านตาย
ไปก่อนเราเกิดแล้ว นั่นก็มีบุญคุณแก่เราและมารดาบิดาของเรา เพราะถ้าท่านไม่มีมารดาบิดา
ของเราก็จะไม่มี ท่านนั้นได้ชื่อว่าเป็นผู้ให้โคตรตระกูลแก่เรา นอกเหนือขึ้นไปอีกเป็นอเนก
อนันต์จนถึงหญิงชายคู่แรกที่ให้มนุษย์ได้เกิดมา หรือที่เรียกว่า “มนุษย์พันธุ์ของโลก” ถ้าไม่มี
มนุษย์เป็นพันธุ์เสียแล้ว ที่ไหนมนุษย์ของเราทุกวันนี้ก็จะได้เกิดเป็นคนมา เราปฏิบัติมารดา
บิดาของเราก็ได้ชื่อที่เราได้ปฏิบัติคนพวกนั้นอีกด้วย เพราะเป็นคนพวกพันธุ์เหล่ากอของเรา
เรื่อยมา

ข้อสอง บุตรก็เป็นทายาทที่จะให้มนุษย์เกิดสืบต่อกันไปไม่ให้โลกนี้ขาดสาย ทั้งวงศ์
ตระกูลของเราก็จะไม่สิ้นสุด โดยเฉพาะเมื่อแก่แล้วทำหาเลี้ยงชีพไม่คุ้มแล้ว ก็จะได้อาศัยบุตร
ที่ตนได้เลี้ยงไว้นั้นเลี้ยงตนตอบแทน บุตรนี้เมื่อเราสงเคราะห์ให้ดีแล้ว จะเป็นพันธุ์ดีของโลก
คนหนึ่ง จะทำให้โลกนี้เจริญงอกงามสืบต่อไป เปรียบเหมือนพันธุ์ข้าวที่มนุษย์คนเราบริโภคอยู่
ทุกวันนี้ คนเราจะได้รับประทานก็เพราะมีคนแต่ก่อนได้ปลูกสืบ ๆ ต่อกันมา เราจึงได้รับ
ประทานมาจนทุกวันนี้ นอกจากนั้น บุตรยังเป็นยอดรักสุดชีวิตของมารดาบิดา โดยไม่ทราบ
ว่าเมื่อเติบโตขึ้นมาแล้วมันจะเป็นโจรหรือเป็นนักปราชญ์ก็ไม่ทราบ พอได้บุตรมาก็รักเอาเลย บุตร
เป็นที่สุดรักสุดสวาทของมารดาบิดา ในเมื่อมารดาบิดาได้รับความทุกข์โศกเศร้า หาที่สุดมิได้
พอเห็นหน้าบุตรสุดที่รักความโศกนั้นก็เบาบางลงไปทันที หรือหายเด็ดขาดก็ได้ บุตรนอกจาก
จะเป็นยาแก้กลุ่มในหัวใจแล้ว ยังเป็นทายาทเผ่าพันธุ์สืบตระกูลของตนและทายาทของโลกอีก
ด้วย ฉะนั้น การสงเคราะห์บุตรจึงได้ชื่อว่า เป็นอุดมมงคลประการหนึ่ง

ข้อสาม ภรรยาเป็นผู้ที่ควรสงเคราะห์อีกคนหนึ่ง ผู้ชายส่วนมากเกิดมาในโลกนี้ต้องมีภรรยาไว้เป็นคู่ครองชีวิต ยามเมื่อเกิดทุกข์กลุ่มใจจะได้ปรับความทุกข์เดือดร้อนนั้นให้หายไป เพราะภรรยาเป็นยาใจอย่างยิ่ง พอเห็นหน้าภรรยาความทุกข์โศกทั้งหลายที่มีในใจจะหายไปหมด จะยังแต่ความรักอย่างเดียว ยามเมื่อได้รับความสุขไม่ว่าจะได้รับการอะไร เป็นต้นว่าได้ลาภได้เงิน ได้ทองเกียรติยศชื่อเสียงก็ดี ภรรยาจะต้องได้รับรู้ก่อนคนอื่นทั้งหมด ยามปกติธรรมดาเห็นหน้าภรรยาแล้วชื่นใจ สรรหาแต่คำพูดที่เป็นประโยชน์ ให้ความรักใคร่ซึ่งกันและกัน คำพูดที่หยาบคายก็กลายมาเป็นคำพูดที่อ่อนหวานนุ่มนวล ชวนให้อยากพูด กระจุ่มกระจิมอยู่เรื่อยไปในเมื่อเดินไปก็เกาะเกี่ยวนิ้วมือ ดูเหมือนจะมีความเบิกบานในท่ามกลางชุมชนเป็นอันมาก เมื่อรับประทานอาหาร ถ้าได้ร่วมสำรับเดียวกันแล้วก็ชื่นใจ

บุตรภรรยาที่ท่านแยกเป็นสอง คือ บุตรหนึ่ง ภรรยาหนึ่ง ไม่เหมือนมารดาบิดา มารดาบิดาท่านรวมเป็นหนึ่งและท่านไม่เรียกว่า สงเคราะห์มารดาบิดา ท่านเรียกว่า การปฏิบัติอุปัฏฐากมารดาบิดา อุปัฏฐากกับสงเคราะห์มันผิดกัน ปฏิบัติอุปัฏฐากมารดาบิดาด้วยน้ำใจจงรักภักดี ปรารถนาให้ท่านทั้งสองมีความสุขตลอดทุกเมื่อ ไม่ว่าต่อหน้าและลับหลัง และการปฏิบัติอุปัฏฐากนี้หาประมาณและที่สุดมิได้ ด้วยใจจดจ่อต่อท่านทั้งสองโดยปราศจากอคติใด ๆ ทั้งสิ้น

ส่วนบุตรและภรรยาท่านแยกออกเป็นสอง และการสงเคราะห์ก็ไม่เหมือนกัน ตำแหน่งและหน้าที่ก็ไม่เหมือนกันการสงเคราะห์บุตรคงได้อธิบายมาแล้ว การสงเคราะห์ภรรยา นอกจากจะสงเคราะห์ให้มีความสุขและยาใจแก่ตนเองแล้ว ยังมีอคติเอนเอียงไปเพื่อให้ภรรยารักตนด้วย หากภรรยาไม่รักตอบหรือไม่สนองความต้องการของตนแล้ว ก็พาลโกรธเอาและไม่สงเคราะห์ บางทีถึงทอดทิ้งกันไปก็มี ไม่เหมือนมารดาบิดาและบุตร มารดาบิดาและบุตรนี้ ถึงท่านจะประพฤติตนไม่ดีไม่อยู่ในขอบเขตของมารดาบิดาและบุตรที่คืออะไร ๆ ก็ตาม ก็ได้ชื่อว่าเป็นมารดาบิดาและบุตรของตนอยู่นั่นเอง หากเราขาดจากการปฏิบัติอุปัฏฐากและการสงเคราะห์ เราก็ไม่มีอุดมมงคลในตัวของเราเอง

ข้อสี่ อนุภุตา จ กมฺมุนฺตา การงานไม่อาภุคมองมูลค่า่าง ๆ ค่า ๆ ก็เป็นอุดมมงคลอันหนึ่ง เราเกิดมาในโลกอันกอบปรึด้วยกิจการงาน มีทั้งการงานส่วนตัวและส่วนรวมหลายอย่าง เราจะไม่ว่าอะไรเลยอยู่เฉย ๆ ไม่ได้ โดยเฉพาะการงานส่วนตัวนั้นเราทำอะไรลงไปแล้ว อย่าให้มันค่า่าง ๆ ค่า ๆ อย่าให้ชักช้าจนเกินควร แล้วเราจะได้ประกอบกิจการอื่น เพราะการงานยังมีอยู่

มาก ถ้าทำสิ่งใดก็ค้างไว้ ทำสิ่งโน้นก็ค้างไว้ ทำไม่สำเร็จผลสักอย่างเดียว ชีวิตของเราหมดไปทุกวัน แต่การใช้สอยบริโภคของเราไม่หยุด เราจะเอาที่ไหนมาบริโภคท่านจึงจัดว่า การงานไม่ค้าง ๆ คา ๆ อากุล เป็นอุดมมงคลอันประเสริฐอันหนึ่ง

ธรรมสี่ข้อ คือ มาตาปิตุอุปัฏฐานํ การปฏิบัติอุปัฏฐากมารดาบิดาหนึ่ง ปุตุตถารสุตตงคโห การสงเคราะห์บุตรและภรรยาหนึ่ง อนากุลา จ กมฺมมุตตา การงานไม่อากุลหนึ่ง พุทธชาติ บัณฑิตทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น ท่านพิจารณาเห็นว่า มวลมนุษย์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกนี้ประกอบในกองกิเลสบาปกรรมทั้งหลาย ยากนักยากหนาที่จะเห็นธรรมอันลึกซึ้งสุขุมคัมภีรภาพ ขอให้ปฏิบัติใน นรवासธรรม (คือ คิหิปฏิบัติในนวกวาท) ก็เป็นอุดมมงคลอันเลิศอยู่แล้ว และจะนำความสุขความเจริญมาให้แก่ตนเองและคนอื่นต่อไป

ผู้มีปัญญาทั้งหลายเมื่อมามองดูที่เราเกิดมาได้อัตภาพอันนี้ อันได้มาด้วยความยาก และเป็นของดีมีคุณธรรมอันประเสริฐแล้ว จึงควรที่จะทำอัตภาพอันนี้ที่ไม่มีแก่นสาร ให้เกิดมีแก่นสารขึ้นในตัวด้วยการทำสมาธิภาวนาให้เกิดมีขึ้นในตัวของตนต่อไป

นั่งสมาธิ

(ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน)

มารดาบิดาได้ชื่อว่าเป็นผู้ให้เรือนร่างเราเกิดมา แต่ว่าจิตใจนั้นมารดาบิดาให้เกิดไม่ได้ บุญกรรมนำให้มาเกิดจึงค่อยเป็นคนมา เวลาตายมารดาบิดาก็ไม่ได้ทำให้เราตาย มันหากเป็นไปตามของสังขารไม่เที่ยงเอง แม้มารดาบิดาจะถนอมหอมรักไม่ยากให้ตาย เมื่อถึงคราวมาแล้วมันก็ตามไปเอง เมื่อตายไปแล้วก็ขาดจากเป็นลูกเป็นเต้าและมารดาบิดา แม้แต่สิ่งเรารักและหวงแหนที่สุดเราก็ทอดทิ้งไปหมด ยิ่งแต่จิตอันเดียวซึ่งต้องลอยไปตามกรรมและผลของกรรมเท่านั้น เหตุนั้นเราจึงควรหัดสมาธิรวมจิตให้เข้ามาอยู่ในสมาธิทีเดียว เตรียมตัวไว้ในเมื่อเราตายจะได้รวมจิตให้ถูก จะไม่ต้องไปพะวงห่วงใยในสิ่งต่าง ๆ ให้ลำบาก

การทำสมาธิภาวนาจะต้องให้เห็นโทษของจิตเสียก่อนจิตนี้มีลักษณะให้คิดให้ปรุงแต่งในสิ่งต่าง ๆ ให้ส่งสายไปในที่ต่าง ๆ ในที่ชอบ หากที่สุดสิ้นไม่ได้ ทั้งไม่หยุดอยู่ได้สักทีเลย

เมื่อเราพิจารณาเห็นโทษของจิตอย่างนี้แล้วจึงทำสมาธิฟังกถึ้นลมหายใจสักพักหนึ่ง แล้วมองเข้าไปดูที่จิตของตนว่ามีอะไรอยู่ที่จิตนั้น ก็จะเห็นได้ว่า จิตแท้ ๆ แล้วไม่มีอะไร ความคิด

นึก การปรุงการแต่ง สัญญาอารมณ์ต่าง นั้นเป็นอาการของจิตทั้งสิ้น การส่งสายวุ่นวายของจิตนี้แหละ จึงทำสมาธิไม่ได้ เมื่อเราเห็นโทษของจิตอย่างนี้แล้ว พึงละถอนทิ้งเสียซึ่งอาการเหล่านั้น แล้วก็ไม่มีอะไร ยังเหลือแต่ของใสสะอาดรู้้อย่างเดียว นั่นแหละคือใจเดิม จิต กับใจ มันแปลกต่างกันตรงนี้ จิต คือ ผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง และสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ เรียกว่าจิต

เมื่อผู้มาพิจารณาเห็นโทษของจิตว่า ทำสมาธิภาวนาไม่ได้ก็เพราะจิตนี้ แล้วมาทิ้งถอนสละเสียก็จะเหลือแต่ ผู้รู้ จะไม่มีความคิดนึกฟุ้งซ่านอะไรเลย เรียกว่า ใจ แท้จริง จิต กับ ใจ ก็อันเดียวกันนั่นแหละ พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า จิตอันใดใจก็อันนั้น ใจอันใดจิตก็อันนั้น จิตเป็นของควรชำระ เมื่อชำระจิตแล้วก็จะยังเหลือแต่ใจ

ต่อแต่นี้ไปพึงนั่งสมาธิชำระ จิต ให้เข้าถึง ใจ นั่นแลจึงจะรู้จักคุณค่าพระพุทธศาสนาที่แท้จริง

๑๑๓. คุณานิสงส์ของการทำบุญ

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง

อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

วันที่ ๕ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๖

ธรรมเทศนา ก็คือการแสดงบอกซึ่งความเป็นจริงให้ฟัง การเทศนาของอาตมาไม่ต้องตั้งนะโมหรือ อธิบายกันเฉย ๆ นี้แหละ อธิบายธรรมะ การที่จะปฏิบัติธรรมและแนวทางซึ่งจะปฏิบัติธรรมะเท่านั้น

วันนี้จะเทศน์ถึงเรื่อง คุณานิสงส์ของการทำบุญกุศล ที่ได้พร้อมใจกันมีศรัทธาปสาทะ ในการที่จะทำบุญทำกุศลพากันตั้งอกตั้งใจอุทิศสำหรับสละเวลาและแรงงานจากกรุงเทพฯ ขึ้นมาจนถึงนี้ได้ชื่อว่า พากันตั้งจิตใจฟ่องใสสะอาดพอสมควรที่จะทำบุญในครั้งนี้ คนในหมู่บ้านนี้เขาทำบุญตามกำลังศรัทธาของเขา แต่ดีที่เขาทำบ่อย ๆ ไม่เว้นแต่ละวัน คนกรุงเทพฯ นาน ๆ จึงจะมาทำบุญกับพระคณะนี้

ความจริงเบื้องต้นอาตมาตั้งใจอย่างนี้ คือว่า โรงพยาบาลยูพราชที่ทำบ่อเขาจะขยายตีกรับผู้ป่วย รวมทั้งรับพระสงฆ์ที่อาพาธด้วย เพราะตีคับแคบ เวลาพระอาพาธก็พักอยู่ร่วมกันกับฆราวาสไม่สมควร ดังนั้นพระสงฆ์ที่อยู่ในบริเวณอำเภอท่าบ่อและศรีเชียงใหม่จึงได้ประชุมปรึกษาหารือตกลงกันว่า ถ้าทางโรงพยาบาลมีความประสงค์เช่นนั้น ฝ่ายพระก็จะสมทบช่วยสร้างตึกสำหรับพระสงฆ์ที่อาพาธด้วย ครั้นแล้วจึงพร้อมกันออกเทศนาและบอกบุญชาวบ้านตามเกิดตามมีได้เงินมาสมทบเท่าใดอาตมาก็ไม่ทราบ ส่วนอาตมาบอกเขาว่า เอาเถิด ทำไปเถิด อาตมาจะช่วยเหลือ แต่ว่าก็ช่วยตามกำลังเท่าที่จะช่วยได้ ไม่ทราบว่ามากน้อยเท่าใด ถ้าขาดมากก็จะช่วยมาก ถ้าขาดน้อยก็จะช่วยน้อย แล้วคณะศรัทธาวัดหินหมากเป้งทั้งที่อยู่วัดและอยู่ต่างจังหวัด รวมกันได้เงินราวแปดหมื่นกว่า อาตมาจึงให้ชื่อว่า คุณนิโรธรังสีพร้อมด้วยคณะสาธุศิษย์วัดหินหมากเป้ง เพื่อสมทบทุนสร้างตึกสงฆ์อาพาธท่าบ่อนี้ (และได้ทราบว่า รัฐบาลตั้งบไว้สามล้านบาท)

อาตมาไม่มีอะไรหรอก แม้แต่ข้าวจะฉันมือหนึ่ง ๆ ก็ขอจากญาติโยมทั้งนั้น ทุกบาททุกสตางค์เป็นของโยมทั้งนั้นจะมีเงินมาจากไหน ที่ได้มากนี้เป็นเงินชาวบ้านทั้งนั้น เหตุนี้ อาตมาจึงพูดว่า เงินจำนวนที่จะสมทบนี้จะเป็นเงินของพวกชาวบ้านนะ ไม่ใช่เงินของอาตมา จะช่วยนำสมทบได้มากน้อยเท่าใดก็ยังไม่บอกก่อน คือยังบอกไม่ได้ เวลานี้ทางโรงพยาบาลเขากำลังจะประมูลราคาอยู่

พวกญาติโยมทั้งหลายได้พร้อมใจกันมาทั้งหมดนี้ ก็มีประสงค์จะสมทบสร้างโรงพยาบาลกับอาตมาด้วย นับว่าเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่ คือว่าสิ่งใดที่เราทำลงไปนั้น ต้องมองเห็นประโยชน์เสียก่อนจึงจะเป็นกุศล ประโยชน์ในการก่อสร้างตึกผู้ป่วยของโรงพยาบาลนี้ เป็นประโยชน์อันยิ่งใหญ่กว้างขวางมาก เพราะคนเจ็บคนไข้ต้องอาศัยโรงพยาบาล คนจะล้มจะตายจะเกิดก็ต้องอาศัยโรงพยาบาล ไม่เหมือนสมัยโบราณ โบราณแต่ก่อนเขาใช้ยาสมุนไพรมีตามบ้านตามช่องรักษากันไปได้ผลบ้างไม่ได้ผลบ้าง การสร้างโรงพยาบาลเป็นสาธารณประโยชน์ที่กว้างขวางมาก เพราะคนมาจากจตุรทิศทั้งสี่ ต้องมาสู่โรงพยาบาลนั้น อาศัยพึ่งฝากชีวิตไว้กับโรงพยาบาลวันหนึ่ง ๆ ไม่ทราบว่าที่ร้อยก็พันคน ตกลงตีแต่ละหลังของโรงพยาบาลที่สร้างเสร็จแล้วนั้น อยู่ได้นานตั้งเป็นหลายสิบหลายร้อยปี ถ้าจะคิดคำนวณถึงเรื่องเงินทองที่เราออกร่วมกันมันเป็นของน้อยนิดเดียว สมมติว่า ออกคนละร้อยบาทคนละพันบาท มันน้อยนิดเดียว ก็จริงแต่ก็มีคุณค่ามาก อาตมาจึงว่าอานิสงส์มากนัก อานิสงส์มหาศาลทีเดียว เพราะว่าวันหนึ่ง ๆ คนมารักษาตั้งหลายสิบหลายร้อยคน สมมติว่าเราสร้างโรงพยาบาลไว้สักสิบ

ปี ลองคิดว่าวันหนึ่งคนที่มารักษาเพียง ๒๐-๓๐ คน เวลาสิบปีคนมารักษาทั้งหมดมีเท่าไรละ คิดแล้วจะเห็นว่ามันมากมายสักเท่าไร และของเหล่านี้ก็ไม่เป็นของบุคคลใดทั้งหมด เป็นของ สาธารณทั่วไป ไม่จำกัดบุคคลไม่จำกัดชั้นวรรณะ แม้ผู้มีฐานะต่ำช้าเลวทรามทุกสารทิศก็ต้อง มาที่นี้ จึงมีกุศลมากที่สุด คือยังช่วยรักษาอายุ รักษาชีวิตของคนเจ็บป่วยคนจะตายไว้ได้นาน

คนเรากล้าเจ็บไข้หมดที่ไปแล้ว ไปโรงพยาบาลให้หมอรักษาจึงจะรู้คุณค่าของโรงพยาบาลและ คุณค่าของหมอ เราสละเงินเพียงสิบบาท ร้อยบาทเท่านั้นเอง แต่โรงพยาบาลมีคุณค่า มหาศาลแก่มนุษยชาติโลก จึงว่าถ้าหากว่าเราคิดถึงคุณประโยชน์อย่างนี้แล้ว เงินที่เราออกไป นั้นเป็นของไม่น่าเสียดาย หากเราจะนำเงินนั้นมาใช้เฉพาะส่วนตัว เอามาบำรุงเลี้ยงรักษาตัว ของตน อย่างเอามาซื้อรับประทานก็เพียงแต่ว่ายังชีวิตให้เป็นไปวันหนึ่ง ๆ เพียงเพื่อไม่ให้ตายคน เดียวเท่านั้นแต่ส่วนที่เรานำไปทำบุญทำทานตั้งโรงพยาบาลนั้น ได้ช่วยคนเจ็บคนไข้จำนวนมาก เหลือคณานับ มีคุณค่ามหาศาลอย่างยิ่งตัวของเราที่อาจจะได้ไปรักษาที่นั่นอีกด้วยก็ได้ ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนฝูงคนอื่นก็อาจไปรักษาที่นั่น อานิสงส์ที่เราทำเป็นของยิ่งใหญ่เราไม่ควรเสียดาย ควรที่จะเลื่อมใสมีศรัทธาปสาทะเกิดขึ้นในใจของตน จากบุญกุศลที่ตนเห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง แล้ว ดังได้อธิบายมาแล้วนั้น จึงจะเป็นประโยชน์แก่ตนเองอย่างยิ่ง มิใช่ทำบุญสักแต่จะทำไป ตามหมู่ตามเพื่อนโดยที่มิได้พิจารณาเห็นเหตุเห็นผลควรทำและไม่ควรทำ

พระพุทธเจ้าทรงเทศนาไว้ว่า ทรัพย์ที่หามาได้ด้วยกำลังเรี่ยวแรงและความบริสุทธิ์แล้ว ให้แบ่งเป็นสี่ส่วน

ส่วนที่หนึ่ง ให้ฝังดิน คือเอาไปเลี้ยงตน ตัวของเรานั้นเป็นแผ่นดินแผ่นหนึ่ง เราต้อง รับประทานอาหารเข้าไปหล่อเลี้ยงตัวของเรา หรือเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มก็ตาม ที่อยู่อาศัยก็ตาม เรียกว่า บำรุงก้อนดินไว้ไม่ให้ซำรุดไม่ให้แตกไม่ให้ทำลายท่านจึงตรัสว่า ฝังดิน

ส่วนที่สอง เอาไปเลี้ยงบุตรภรรยาไม่ให้ทุกข์ยากไม่ให้ลำบาก อันนั้นก็เป็นการก่อก้อนดินก้อน หนึ่งเหมือนกัน ถ้าไม่เลี้ยงก็จะแตกพังไป หรือเกิดการวิวาททุ่มเถียงกันเป็นพิษเป็นภัยต่อกัน และกัน การเจ็บการป่วยต้องใช้ยารักษา ทั้งตัวของเราและบุตรภรรยา

ส่วนที่สาม เอาไปเลี้ยงเพื่อนมิตรสหายบริษัทบริวาร คนเราเกิดขึ้นมาอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องมีพวกพ้องพี่น้องญาติวงศ์แม่แต่เราเกิดขึ้นมาก็ไม่ใช่ผู้ค้ำขึ้นมาเฉย ๆ ต้องเกิดจากบิดามารดา เหตุนั้นจึงต้องเพื่อแม่แก่บริษัทบริวารคนนอกรอบตัวเรานั้นแหละ จะเป็นใครก็เอาเถอะ คนนั้น

ได้ชื่อว่าทำประโยชน์ยิ่งใหญ่อันหนึ่ง ถ้าหากว่าใช้เฉพาะส่วนตัวคับแคบไม่กว้างขวางไม่มีหมู่มีพวก แม้แต่เวลาตายก็ไม่มีคนหาบไปทิ้ง ท่านจึงว่ากินคนเดียวไม่มีความสุขหรือก็คือว่าเรารับประทานคนเดียวหมายถึงความตระหนี่ กลัวหมู่เพื่อนจะเห็นและขอกิน มันไม่สบายตรงนั้นล่ะ ถ้าเพื่อเผื่อแก่หมู่เพื่อนรับประทานด้วยกันคนนั้นมาก็ให้ คนนี้มาก็ให้ เรียกพวกพ้องหมู่เพื่อนมารับประทานด้วยกัน คุยกันสนุกเฮฮา สนุกเพลิดเพลินในตัวไม่กลัวว่าของนั้นจะหมด ถึงของนั้นจะหมดก็ยอม (เมื่อของนั้นหมดไปหมู่เพื่อนก็ยอมเห็นใจ)

ส่วนที่สี่ เอาไปทิ้งลงน้ำ คือเอาไปทำบุญทำทานเหมือนกับว่าไปทิ้งลงน้ำหายเจ็บหมดคนทำบุญทำทานแล้วเขาไม่ห่วง จะทานมากทานน้อยเท่าใดก็ไม่ห่วง เราเคยทำทานแล้วก็ยังจะทำอีก แล้วยังชักชวนผู้อื่นให้ไปทำอีกด้วย ของที่ทิ้งลงน้ำแล้วหายหมดไม่เป็นห่วง

อนึ่ง ของที่ทำทานแล้วยอมเสียยิ่งกว่าน้ำ ไม่เหมือนเสียโดยทางอื่น

ถ้าหากคนใดหาสมบัติมาได้แล้ว ใช้จ่ายเป็นต้องแบ่งออกเป็น ๔ ส่วนอย่างที่อธิบายมานี้ ผู้นั้นจะมีความสุขสบายทั้งในโลกนี้และทั้งในโลกหน้าด้วย เมื่อจิตใจเบิกบานผ่องแผ้วอยู่ในโลกนี้แล้วตายไป จิตใจก็ผ่องแผ้วเบิกบาน เรียกว่า ให้ความสุขแก่เราในโลกทั้งสอง บุคคลผู้ทำประโยชน์ในโลกทั้งสองนับว่าหาได้ยากที่สุดคนในโลกนี้ ส่วนมากหาแต่ใส่ปากใส่ท้อง บำรุงแต่ร่างกายอย่างเดียว ที่จะคิดถึงประโยชน์ข้างหน้านั้นน้อยนักน้อยหนา เรารู้แล้วว่าเกิดมาต้องตาย เมื่อตายแล้วไม่มีอะไรติดตัวของเราไป ภายนี้มันเป็นของแตกของดับ จิตใจไม่แตกไม่ดับ ตายแล้วทิ้งกายนี้ไว้ ส่วนจิตใจมันไปถือเอากำเนิดในคนนั้นต่อไป

ครั้นเมื่อตายไปแล้ว คราวนี้ไปทนทุกข์ทรมาน ไม่ได้เสวยผลบุญอันสงส้ออะไร เพราะไม่ได้ทำกุศลไว้ในชาติปัจจุบันนี้ จะทนทุกข์ทรมานด้วยประการต่าง ๆ ก็ไม่มีใครรู้เห็นด้วย จะได้คิดภายหลังว่า โอ้ ! เราเกิดขึ้นมาเสียชาติไม่ได้ทำคุณงามความดีให้แก่ตนเองแก่ผู้อื่น แก่บ้านเมืองก็ไม่ได้ทำ เสียชาติที่เกิดมาเปล่า ๆ แต่ถึงแม้จะเสียใจก็ได้แต่เสียใจอยู่คนเดียว เพราะหมดโอกาส เราตายแล้วไม่ได้กลับมาแก้ตัวอีกต่อไปแล้ว

เหตุนั้น เมื่อเกิดมาเป็นคน รู้ตัวว่าเราจะต้องตาย จึงรีบทำคุณงามความดี ทำประโยชน์ไว้เสีย การทำมากหรือน้อยไม่เป็นปัญหา ขอให้ตั้งใจให้ดีให้เชื่อมั่นในบุญกุศลที่ตนทำนั้น จิตใจแน่วแน่อยู่กับกุศลอันนั้น ก็จะเป็นของมากอยู่เอง ไม่ต้องเอาหน้าเอาเกียรติ ไม่

ต้องเอาชื่อเอาเสียง เอาเฉพาะใจของตนเอง ตั้งศรัทธาแน่นแนเฉพาะบุญกุศลที่ตนทำเอง นั่น
ละเป็นอันสงฆ์มาก กุศลมากตรงนั้นแหละ

จงทำตนให้เป็นที่พักของตน ได้แก้ไขทรัพย์สมบัติให้เป็นประโยชน์อย่างถูกต้อง เป็น
ประโยชน์ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต ดังที่ได้อธิบายมาแล้วนั้น ได้ชื่อว่า พึ่งสมบัติได้ใน
ปัจจุบันโลกนี้และยังพึ่งสมบัติได้ในโลกหน้าอีกด้วย วันนี้เทศน์เท่านั้นแหละเอว

๑๑๔. หลักศาสนา

แสดง ณ วัดหินหมากเป้ง

อ. ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย

วันที่ ๑๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๖

เวลานี้พวกคริสต์ศาสนาเขาตั้งใจจะกลืนเอาศาสนาพุทธในแถบเอเชียที่เขาตั้งสำนัก
ศูนย์กลางที่กรุงเทพฯ เขาพยายามเผยแพร่ศาสนาคริสต์เถียน พวกเรายังไม่ทันรู้เรื่องของพุทธ
ศาสนาบางคนถูกถามว่า ศาสนาแท้คืออะไร เขาถามแค่นี้ก็จนเสียแล้วเพราะจับหลักศาสนา
ไม่ได้ ยังไม่ค่อยเข้าใจ ถ้าจับหลักศาสนาได้แล้ว คริสเตียนจะมาสักเท่าไรก็มาเถิดเชิญเลย จะ
เผยแพร่อะไรก็เชิญเผยแพร่ไปซิ ไม่ต้องกลัวหรอก มันจะไปเข้ากันได้อย่างไร ศาสนาคริสต์
คาชอลิกกับพุทธศาสนามัน ไกลกันเหมือนฟ้ากับดินทีเดียว เขามาแอบอ้างเอาหลักพุทธศาสนา
เป็นของ คริสเตียน คือของดีของเขาไม่มีจึงค่อยมาแอบอ้างเอาของศาสนาพุทธเป็นหลัก และ
แอบอ้างว่าเป็นศาสนาคริสต์

ศาสนาพุทธเรามีของดีอยู่แล้วไม่ต้องไปแอบอ้างเอาของใคร ช่องโหว่ของศาสนาคริสต์มี
อยู่มาก ไม่ต้องอื่นไกลหรอก เอาแต่เพียงว่าทำบาปแล้วไปบอกให้บาทหลวงทราบว่าเป็นบาปนั้น ๆ
ได้ทำแล้ว แล้วเขาก็จะให้เอาน้ำมาตะแคง ๆ หน้าผากนั้น แล้วก็เรียกว่าล้างบาป มันจะล้างกันได้
อย่างไร ล้างแล้วพออยากทำก็ทำอีก ทำบาปเท่าใดก็ทำไปซิ ทำแล้วก็ล้างมันเสียก็แล้วกัน แต่
ว่าบาปของพุทธศาสนาไม่ใช่อย่างนั้นมันเข้าถึงจิตถึงใจทีเดียว คนทำบาปลงไปแล้วบาปนั้นติดอยู่ใน
จิตในใจ จะเอาน้ำมาล้างสักเท่าใดก็ล้างเออะ มันไม่หมดไปหรอก เพราะจิตใจมันล้างไม่
ถึง นอกจากทำสมาธิภาวนาเท่านั้น แต่การทำสมาธิภาวนาของศาสนาคริสต์นั้นก็ไม่ได้สอนกันเสีย
ด้วย มีศาสนาพุทธอันเดียวเท่านั้นสอนวิธีละบาปด้วยการทำสมาธิ

เหตุนี้จึงว่ามัน ไกลกันเหมือนฟ้ากับดิน ถ้าหากคนถือหลักศาสนาอันนี้มั่นคงแล้ว ไม่
ต้องกลัวศาสนาคริสต์จะมากลืนเอา ถึงกลืนก็กลืนไม่ลง

หลักศาสนา ในที่นี้ให้เข้าใจว่า คือ ตัวของเรา ไม่ต้องอ่อนวอนใคร ทั้งหมดอยู่ที่
ตัวของเราแน่แหละ ถ้าหากไม่มีตัวของเราแล้วศาสนาก็ไม่มีเหมือนกัน อันนี้เป็นหลักทั่วไป มี
ตัวของเราเสียก่อน ศาสนาใด ๆ ก็เหมือนกัน ลัทธิอะไรทั้งปวงหมดมันต้องมีตัวของคนเรา
เสียก่อน อันนี้เป็น หลักเบื้องต้น

หลักต่อไป ก็คือ จิต มี ตัว แล้วต้องมี จิต ถ้าไม่มีจิตมันก็เหมือนคนตาย ทำอะไร
ไม่ได้ ศาสนาจะตั้งอยู่ได้อย่างไรรวมความแล้วว่า มีกายกับจิตเสียก่อน ศาสนาจึงตั้ง
ได้ ถ้าไม่มีกายไม่มีจิตเสียแล้วศาสนาก็ตั้งไม่ติดเหมือนกัน อันนี้เป็นหลักสากลทั่วไป
หมด ใครถือศาสนาใดก็ตามหรือทำงานใดทั้งปวงหมดก็เหมือนกัน ถ้าไม่มีกายไม่มีจิตแล้วก็ทำ
อะไรไม่ได้

หลักข้อที่สาม คือ ความเห็น ได้แก่ความคิดเห็นที่ว่าการถือศาสนาพุทธต้อง ถือ
กรรม เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม นี้สำคัญมาก ถ้าเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมแล้ว คนนั้นได้
ชื่อว่าหนักแน่นเชื่อมั่นในพุทธศาสนาอย่างจริงจัง ศาสนาพุทธสอนให้เชื่อกรรมอย่างเดียว ใคร
ทำดีก็ย่อมได้ดีด้วยตนเอง คนอื่นมารับดีแทนไม่ได้ ใครทำชั่วก็ต้องได้รับชั่วด้วยตนเอง คน
อื่นมารับให้ไม่ได้ อย่างศาสนาคริสต์นั้น ทำชั่วแล้วพระเจ้าล้างให้ใครจะไปล้างได้ ล้างมันก็
ไม่หมดหรือมันอยู่ในใจ กรรมที่ทำนั้นจะเป็นกรรมชั่วก็ดีกรรมดีก็ดี คนอื่นจะรับผลแทน
ไม่ได้ต้องรับด้วยตนเอง ตนเองเป็นคนรับจึงเรียกว่า กรรมทายาท เราต้องได้รับผลของกรรม
นั้น ๆ

กรรม กับ เวร ต่างกัน กรรม นั้นหมายถึงคนกระทำใด ๆ ลงไปก็แล้วแต่ ไม่
เฉพาะเจาะจง ทำด้วยเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตามจะอาฆาตพยาบาทหรือไม่อาฆาตพยาบาทก็
ตาม เราเรียกอันนั้นว่า กรรม ผู้ที่รับผลของกรรมนั้นเราเรียกว่า วิบาก

ส่วน เวร นั้นมันต้องอาฆาตซึ่งกันและกัน ต้องผลัดเปลี่ยนทำเวรซึ่งกันและ
กัน เวร แปลว่า เวียน อย่างว่านายดำฆ่านายแดง นายแดงโกรธนายดำว่า คิดประทุษร้ายกู
ทำไม กูไม่ได้ทำอะไรให้นายดำทำบาปทำเวรกับนายแดง นายแดงคิดว่า ขอให้กูได้ฆ่ามัน
เถอะ เกิดชาติหน้าขอให้กูได้ฆ่ามันอย่างเดียวกับที่มันฆ่ากูนี้แหละ ครั้นตายไป ไปเกิดชาติหน้า

อีกนายแดงกลับมาหานายดำ นายดำก็ผูกอาฆาตโกรธอีก ก่อนจะตายผูกพยาบาทว่า ขอให้กูได้ฆ่ามึงอย่างที่มีฆ่านูนี้แหละ พอนายดำกลับมาเกิดชาติหน้าเลยกลับมาหานายแดง มันเวียนกันอยู่อย่างนี้ เรียกว่า เวร ส่วน กรรม นั้นไม่ต้องเป็นผลจากคนเก่าจะเป็นคนใดก็ได้ อย่างคนที่ฆ่าสัตว์ เขาเข้าไปดักสัตว์ในป่าในดง สัตว์เดินไปถูกเข้าก็ตาย แล้วคนเอาสัตว์มากิน มันไม่ได้ผูกเวรอะไรหรอก แต่กรรมนั้นมันสามารถที่จะสนองกรรมอย่างที่เราทำแก่เขา นั่น เราฆ่าสัตว์ แต่ไม่ใช่สัตว์ตัวนั้นจะมาทำเรา มีคนอื่นมาทำก็ได้ พูดย่าง ๆ อย่างที่เขาพูดกันว่า ดินฟ้าอากาศ มันใส่โทษ จะเป็นฟ้าผ่าก็ดี หรือเรือนหักทับ ตกต้นไม้ตาย ไม้หักทับใส่ก็ดี มันไม่ใช่คนนั้นมาทำ แต่คนอื่นหรือสิ่งอื่นมาทำให้ อันนั้นเรียกว่า กรรม เวร และ กรรม มันต่างกัน อย่างนี้

เราเชื่อว่าทำกรรมอันใดแล้วเราต้องได้รับผลของกรรมนั้น คนอื่นรับไม่ได้ ความเชื่อนี้มันอยู่ในใจชาวพุทธแนวแน่เต็มทีพระพุทธรูปศาสนาจึงค่อยมั่นคงถาวรยืนนานต่อมาจนปานนี้ทั้งที่ตนเองก็ 모르สิว่าจะเชื่อเวรกรรมหรืออก แต่หากว่ามันติดลึกซึ่งอยู่ในใจของพุทธศาสนิกชนทั่วไป พุทธศาสนิกชนจึงไม่มีใครสามารถมาเปลี่ยนจิตใจให้หลงเชื่อลัทธิอื่นศาสนาอื่นได้ อาตมาจึงว่ามันใกล้เคียงเหมือนฟ้ากับดิน ควรให้เข้าใจหลักของพุทธศาสนา ผู้ที่ไม่เข้าใจเป็นผู้มักง่ายเห็นแก่เงินแก่ทอง คือพวกฝรั่งเขามีเงินมาก เขาเอาเงินทุ่มเทโดยจ้างหรือให้ยืมเงินไปค้าขาย ไปทำมาหากินก็ดี ครั้นถ้าไม่ถือศาสนาของเขา เขาก็ไม่ให้ยืมเงินยืมทองไปลงทุนค้าขาย เหตุนี้คนเห็นแก่เงินจึงนับถือศาสนาหรือลัทธิของเขา ครั้นเมื่อรู้สึกตัวขึ้นมาแล้วว่า มันเป็นของไม่จริง มันหลอกลวง คราวนี้จะกลับมาถือศาสนาพุทธก็เปลี่ยนมาไม่ได้แล้ว เพราะว่าคนใดที่จะออกจากลัทธิของเขามาถือศาสนาพุทธ เขาเรียกเอาเงินทองที่กู้ยืมไปเท่าใด ๆ เอาคืนจนหมด ต้องใช้หนี้จนหมด ยังบีบคั้นเอาดอกเบี้ยมากอีกด้วย คราวนี้เราหมดทำจำเป็นต้องถือคริสต์ต่อไป ศาสนาคริสต์นั้นมันดี ๆ อย่างนี้ ถ้าหากคนผู้พิจารณาสักหน่อยก็ไม่สามารถที่จะเชื่อถือได้

ผู้นับถือศาสนาคริสต์ต้องนับถือพระเจ้า ถ้าไม่เคารพนับถือพระเจ้า พระเจ้าก็ไม่มาช่วยผู้นั้น แต่พระเยซูเมื่อถูกเขาเอาไม้กางเขนไว้ก็ยังสามารถพูดออกมาว่า พระเจ้าทำไมไม่มาช่วยหนอ มาภายหลังเขาเขียนว่า พระเยซูรับบาปแทนมนุษย์ชาวโลกไปโน้น พวกที่ถือศาสนาคริสต์นั้นทำมาหากินแทบล้มแทบตาย เขาหาว่าพระเจ้าช่วย หาว่าพระเจ้าประทานพรให้ โน้นเชื่อไปโน้นนะ ครั้นคนใดทำมาหากินไม่ได้สมบุญบารมี เขาก็ถือว่าไม่นับถือพระเจ้า ไม่เคารพพระเจ้า พระเจ้าใส่โทษ นั่นกลับไปอีกแล้ว พระพุทธเจ้าของเราไม่ทรงสอนอย่าง

นั่น คนใดก็เกียจคร้านทำมาหากินไม่ได้ มันก็เป็นโทษของคนคนนั่นเอง คนไหน ขยันหมั่นเพียรคนนั้นก็ร่ำรวย ทำมาหากินก็ดีเจริญรุ่งเรือง อันนั้นเป็นผลของการกระทำของเขา ต่างหาก ไม่ใช่พระเจ้าและคนอื่นให้เห็นชัดตรงนั้นแหละ

เมื่อเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมอย่างนี้แล้ว ที่นี้ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็ดี จะรักษาได้ไม่ขัดข้อง ศีล ๕ คือ การงดเว้นบาป ๕ ประการ ได้แก่ การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดมัจฉาจาร ฯลฯ หมู่นี้ ใคร ๆ ก็รู้จักว่าเป็นความชั่วใครก็รู้จักว่ามันผิดศีลธรรม เมื่อเชื่อกรรมแล้วจะไปสามารถทำได้อย่างไร เพราะของชั่วของไม่ดีนั้นมันเป็นกรรม เป็นเวรของตัวเราต่อไป

เมื่อเราทำกรรมแล้วจะต้องได้รับผลข้างหน้าไม่ว่าชาติใดก็ชาติหนึ่ง อย่างที่ท่านเทศนาไว้ว่า เราฆ่าสัตว์ตัวเดียวเท่านั้นครั้งเดียวเท่านั้นสามารถทนทุกข์ทรมานเสวยกรรมอีกตั้ง ๕๐๐ ชาติ อย่างเราฆ่าเขาหนึ่ง เขาก็สามารถจะฆ่าเราในชาติต่อไปถึง ๕๐๐ ชาติ คำที่ว่าถึง ๕๐๐ ชาติ นั้นมันเป็นประมาณ แต่ที่จริงอาจสามารถที่จะมากกว่านั้นอีก ลองคิดดูว่าจิตประทุษร้ายนั้นมันจะหายที่ไหนได้ เราคิดประทุษร้ายต่อคนอื่น คนอื่นก็ประทุษร้ายแก่เรา คิดพยาบาทจองเวรแก่เรา (มันไม่หายสักที) มันเป็นเวรเวียนต่อกันอยู่อย่างนั้นตลอดกาลเวลา แล้วใครจะไปชำระให้มันหายได้ ต้องใช้เวรกันอยู่นั่นเองตลอดเวลา เว้นเสียแต่ว่าเรา มาหัดทำสมาธิภาวนา อย่างที่เราทำกันอยู่นี้แหละ

กรรมอันนั้นเป็นของเหลว สามารถที่จะไปให้ผลในชาติใดชาติหนึ่งหรือชาติต่อไป เหตุ นั้นเราชำระเสียในชาตินี้ ไม่ให้มันมีต่อไป ชาติหน้าก็อาจจะผ่อนผันหรือเบาลงไปก็ได้ หากว่าคนนั้นยังมีชีวิตอยู่ เราไปขอขมาโทษเขา หรืออโหสิกรรมกันแล้ว มันก็แล้วกัน ในชาตินี้แหละ ถ้าหากว่าฝ่ายหนึ่งตายไป เขาไม่อโหสิกรรมให้เราได้ ก็มีอย่างเดียวกันคือ เราเพียรภาวนาทำสมาธิเท่านั้นแหละ เมื่อเห็นโทษแล้วก็คิดเห็นบาปเห็นกรรมที่ทำไว้ มันก็สามารถที่จะเบาบางลงไป ถึงไม่หมดก็สมารถให้เบาบางลงได้ บางลงไปอย่างนี้เรื่อย ๆ มันก็มีวันหนึ่ง (มีชาติหนึ่งซึ่งจะหายแก่กันได้) ที่เวรนั้นสามารถจะหมดไปได้

เหตุ นั้นในเมื่อยังมีชีวิตอยู่ชาตินี้แหละ ทุก ๆ คนต้องเคยมีอาฆาตพยาบาท เบียดเบียนเกลียดโกรธอะไรต่าง ๆ ซึ่งกันและกัน สามารถพูดประชดกัน สามารถพูดคำหยาบเหยียดหยามซึ่งกันและกัน ซึ่งคนนั้นเขาจะมีความรู้สึกอย่างไรก็ตามหรือไม่มีความรู้สึกก็ช่าง เรียกว่าเป็นเวร

เป็นกรรมแก้ตัวของเรา ควรที่จะให้อโหสิกรรมกันเสียในชาตินี้ คือตัวของเราเห็นโทษของตนแล้ว จึงไปขอขมาโทษ บอกว่าฉันได้ทำอย่างนั้น เป็นโทษเป็นกรรมอย่างนั้น ๆ แก่คุณหรือแก่เธอ และขออโหสิกรรมให้ฉันหน่อย ครั้นถ้าหากว่าคนนั้นไม่เป็นอัมพาตไม่เป็นคนหยาบช้า เขาก็จะอโหสิกรรมให้ ถ้าคนนั้นเป็นคนพาลคนหยาบช้า เขาก็ไม่อโหสิกรรมให้ ก็ยังเป็นเวรเป็นกรรมต่อกันไปอีก

เวรกรรมนี้เป็นของน่ากลัวมาก ไม่มีสิ่งใดที่จะแก้ไขได้พิธีตัดกรรมตัดเวรทำสะเดาะเคราะห์อะไรต่าง ๆ ก็ตาม แก้ไขไม่ได้ทั้งนั้นแหละ แก้ได้แต่เมื่อมีชีวิตอยู่ ให้อโหสิกรรมซึ่งกันและกันนั้นแหละถึงแก้ไขได้

นี้แหละศาสนาพุทธต้องเชื่อกรรมเชื่อผลของกรรมอย่างนี้ เราถือศาสนาอย่าไปถือเหลวไหล หรือถือไว้เฉย ๆ ไม่เข้าถึงจิตถึงใจเพียงต้น ๆ เฝิน ๆ ประเดี๋ยวเขามาหลอกหลวงก็เลยหลงเชื่อตามเขาไป ถ้าหากเข้าใจเชื่อถ่อมั่นคงอย่างที่อธิบายนี้แล้ว ใครจะลากจะจูงไปก็เชิญเถิด ไม่กลัวไม่หวั่นไหวพระพุทธเจ้าทรงเทศนาว่า ผู้ถือพุทธศานามั่นคงแล้ว ตัดหางปล่อยได้ ฟังตนเองใด ไม่เชื่อคำคนอื่นเด็ดขาด

ทีนี้จะเทศน์ถึงเรื่อง กิจส่วนตัว อันเป็นหลักเบื้องต้น หลักที่ ๑ และหลักที่ ๒ ดังได้อธิบายแล้ว ได้แก่ กาย และ จิต ผู้จะทำความดีได้ต้องมีจักร ๔ ประการ คือ ทาน ศีล สมาธิ และปัญญา ของ ๔ อย่างนี้เป็นไปด้วยกันจะแยกกันไม่ได้

ทาน คือการให้วัตถุสิ่งของที่เป็นประโยชน์แก่คนอื่น เรียกว่า ทาน บางคนเห็นว่าการทำงานเป็นของภายนอก ความจริงแล้วไม่ใช่ของภายนอก เป็นของภายในแท้ ทานเกิดจากจิตจากใจขึ้นมาทีเดียว ถ้าไม่มีจิตมีใจจะทำทานได้อย่างไรความเลื่อมใสศรัทธาเกิดขึ้นที่ใจ เมื่อศรัทธาเลื่อมใสแล้ววัตถุสิ่งของภายนอกอะไร ๆ ทั้งหมดเป็นทานทั้งนั้น มีเงินนับเป็นล้าน ๆ ถ้าไม่มีศรัทธาเกิดจากใจแล้วก็ทำไม่ได้ ทำทานแล้วมันเบิกบานจิตใจผ่องใส ถ้ามีข้าวมีน้ำมีอาหารการกินทุกสิ่งทุกอย่างทำบุญทำทานไป ได้สงเคราะห์คนอื่นก็เบิกบานจิตใจถ้ามีผ้าผ่อนเครื่องนุ่งเครื่องห่มเราได้สงเคราะห์คนทุกข์คนจนแบ่งความสุขให้เขา จิตใจเราก็สบายเบิกบานแจ่มใส เมื่อจิตศรัทธาแล้วของอะไร ๆ ก็ทำทานได้ทั้งนั้น แม้แต่ใบไม้ต่าง ๆ ที่มีในป่า เราเด็ดมาทำเป็นผักให้ทานก็เป็นบุญทั้งนั้น

เราให้สิ่งของแก่คนที่เขาต้องการสิ่งนั้น ๆ ด้วยความเมตตาปราณีเอ็นดูสงสาแก่คนอื่นที่ทุกข์ยากลำบากตรากตรำเรียกว่า ทานด้วยความสงเคราะห์ ส่วนทานให้แก่ผู้มีพระคุณเช่นบิดามารดา เป็นต้น เรียกว่า ทานบูชาคุณ ถ้ามว่า บิดามารดาท่านอุดมสมบูรณ์อยู่แล้ว เราทำทานเล็ก ๆ น้อย ๆ จะตอบแทนคุณท่านได้หรือ ตอบว่า ได้ วัตถุทานไม่มีปัญหาถ้าทำด้วยน้ำใจเคารพนอบน้อมบริสุทธิ์จริง ๆ แม้จะเป็นน้ำเย็นสักแก้วหนึ่งยกให้ท่าน ย่อมมีค่ามหาศาล ส่วนผู้รับก็จะเกิดปีติอันล้นพ้น

ทาน อีกอย่างหนึ่ง ทานโดยไม่ปรารถนาอะไรทั้งหมดเราสละจากจะออกไปเฉย ๆ มันจะเป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์อย่างใดก็ตามเกิด จะมีผู้รับหรือไม่มีผู้รับก็ช่าง แต่จะออกจากใจเรา คือว่ามันหนักอยู่ในใจของเรา เมื่อจากแล้วก็เบาบางจากจิตใจ ทำทานอย่างนี้ดีเป็นทานอย่างวิเศษสูงสุด เรียกว่า จาโค คือการสละออกจากใจ ปฏิณิสตุสกุโค สละคืนไป อนาลโย ไม่ได้เกี่ยวข้องกับใจอีก นั่นเป็นทานสูงสุดทีเดียว อันนั้นเรียกว่า เป็นบุญอันหนึ่งและเป็นทานอันหนึ่งพร้อมกันไปในตัว

ธรรมดาการทำทาน นักปราชญ์ท่านไม่ยกโทษหรืออก มิแต่สรรเสริญ มิแต่คนพาลเท่านั้นยกโทษ ยกโทษอย่างไร คือของมีมากมายทำบุญทำทานหมด ยกให้เขาทำไม่ไห้คนนั้นคนนี้ทำไม ของเราหามาได้ต้องใช้ส่วนตัวชีวิตจะเป็นประโยชน์ จะไปบำรุงบำเรอคนอื่นทำไป นั่นนะอันธพาลจะต้องพูดอย่างนั้น มีอย่างนั้น เห็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านไม่ตรัสอย่างนั้น นักปราชญ์ทั้งหลายก็ไม่พูดอย่างนั้น การสงเคราะห์สงหาคนอื่นนั้นเรียกว่า ทำให้ใจเบิกบานเป็นสุข แล้วคนอื่นก็ได้ประโยชน์จากเราด้วย นำสงสารคนเกิดมามีกายมีใจเกิดมาพร้อมแล้ว ทำอะไรก็พร้อมกันทำ แต่คนไม่เห็นใจของตน หว่าทานเป็นของนอกจากใจ พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาว่า ธรรมทั้งหลายมีใจถึงก่อน มีใจประเสริฐ จะพูดจะทำสำเร็จด้วยใจทั้งนั้น

ศีล คราวนี้ใกล้เข้ามาในตัวของเราอีก เรายกษาศีล คือ รักษากาย วาจา ใจของเราไม่ให้ทำชั่ว ถ้าทำชั่วอยู่แล้วก็งดเว้นจากความชั่วนั้นเสีย การทำทานอานิสงส์ไม่มากเหมือนการรักษาศีล การรักษาศีลมันใกล้เข้ามาหาความบริสุทธิ์ที่ตัวของเรา ศีลเป็นของงาม จะประดับตกแต่งร่างกายของเรา ใ้งามสักเพียงไร ถ้าหากไม่มีการรักษาศีล คือ รักษากาย วาจา ใจให้สุภาพเรียบร้อย ก็เหมือนเอาทองแดงถึง รูปร่างจะไม่สวยไม่งามก็ตามเกิด ขอให้มศีลสมบูรณ์

บริบูรณ์ กิริยามารยาทเรียบร้อยดีงามแล้ว ย่อมเป็นที่ทัศนาการของคนทั้งหลายทั่วไปหมด คนไหนเห็นก็ให้น่ารักน่าชมน่าชอบ น่านิยมยินดี

การภาวนาทำสมาธิ คราวนี้ยิ่งใกล้เข้ามาอีก เข้าถึงใจเลยทีเดียวนะ อะไรทั้งหมดที่ทำให้เกิดจากใจทั้งนั้น ไม่ว่าจะทำดีทำชั่ว การรักษาใจให้สงบ รักษาใจให้บริสุทธิ์ รักษาใจให้เป็นสมาธิภาวนาแน่นแค้นเต็มที อันนั้นเรียกว่า ภาวนาสมาธิ

ปัญญา เบื้องต้นเป็นปัญญาที่เกิดจากความรู้อารมณ์เห็นความเข้าใจ ในการที่จะทำทานก็ดี ที่จะรักษาศีลก็ดี ที่จะภาวนาก็ดี เกิดจากปัญญา คือเกิดความรู้ความเห็นความเข้าใจเสียก่อน จึงมีศรัทธาที่จะกระทำทาน รักษาศีลและภาวนาปัญญากลับย้อนคืนมาสนับสนุน ทาน ศีล ภาวนาสมาธิให้มีขึ้นบริบูรณ์ ถ้าไม่มีปัญญาเสียแล้ว ทำทานก็ไม่ได้ รักษาศีลก็ไม่ได้ ทำสมาธิก็ไม่มี คนที่มีสมบัติข้าวของมาก ๆ ลองดูถ้าไม่มีปัญญาเหล่านี้แล้ว ไม่สามารถที่จะสละได้ ศีลก็เหมือนกัน ถ้าไม่มีปัญญาแล้วศีล ๕ ศีล ๘ ไม่สามารถรักษาได้เลย เมื่อมีปัญญาเห็นโทษเห็นคุณแล้วก็รักษาได้ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็เหมือนกัน ต้องมีปัญญาเสียก่อนจึงรักษาได้ ปัญญาสามัญธรรมดานี้แหละ ไม่ต้องใช้ปัญญาลึกซึ้งหรือ

ปัญญาวิปัสสนา นั้นท่านพูดสิ่งซึ่งสำหรับผู้เจริญสมาธิแก่กล้าแล้วต่างหาก และเป็นของนึกคิดเอาไม่ได้ เมื่อมันจะเกิดย่อมเกิดขึ้นเองเฉพาะเรื่องของมันเองต่างหาก ตอนนี่ต้องใช้ปัญญาเบื้องต้นสามัญอันนี้เสียก่อน

ท่านพูดไว้ว่า ทำบุญทำทานร้อยครั้งพันทีก็ไม่เท่ารักษาศีลครั้งหนึ่ง รักษาศีลร้อยครั้งพันทีก็ไม่เท่าภาวนาครั้งหนึ่ง จิตเป็นสมาธิขณะชั่วเวลาช่วงกระดิกหูเท่านั้น หรือขณะงูเลบลิ้นเท่านั้นก็บุญอันสงฆ์อีกโข ผู้ที่จะพ้นทุกข์ได้ก็เพราะสมาธิทั้งนั้น เป็นหนทางเดียว

นี่อธิบายถึงเรื่อง กิจส่วนตัวที่จะต้องทำ เป็นหน้าที่ของทุก ๆ คนต้องทำด้วยตนเอง ทำทานมีมากมีน้อยก็ต้องทำด้วยตนเองรักษาศีลก็โดยเฉพาะส่วนตัวแท้ ๆ ใครรักษาศีลให้ไม่ได้ ทำสมาธิยิ่งลึกซึ้งหนักแน่นเข้าไปกว่านั้นอีก แต่ละคนก็ต้องรักษาจิตใจของตน ๆ ให้มีความสงบหยุดวุ่นวายแต่สาย ถ้าเราไม่รู้จักรวิธิตำสมาธิแล้วก็ทำสมาธิไม่เป็น จิตใจก็เดือดร้อนดิ้นรนเป็นทุกข์ทำสมาธิแล้วก็ทำสมาธิไม่เป็น จิตใจก็เดือดร้อนดิ้นรนเป็นทุกข์เหตุนี้จึงว่า การทำทาน รักษาศีล ทำสมาธินี้เป็นกิจเฉพาะส่วนตัวทุก ๆ คนจะต้องทำให้เกิดมีขึ้นในตน

เอาละอธิบายแค่นี้ เหว่

นั่งภาวนา

(ท่านอาจารย์อบรมนำก่อน)

จงทำสมาธิตั้งจิตให้มั่นในคำบริกรรมอันหนึ่งอันใดก็ได้จะบริกรรมอะไรก็เอาเถิด พุท
โธ หรืออานาปานสติ หรือมรณานุสสติ หรือสัมมาอรหังก็ได้ ยุบหนอพองหนออะไรก็ได้
ทั้งนั้น แต่ให้เอาอันเดียว ขอให้เข้าใจว่า คำบริกรรมนั้นเป็นเครื่องล่อให้จิตเข้ามาอยู่ในคำ
บริกรรมเท่านั้นแหละ จะไปถือเอาคำบริกรรมนั้นเป็นจริงเป็นจังไม่ได้

เมื่อจิตเข้ามาอยู่ในคำบริกรรมแล้ว จับเอาตัวจิตได้แล้ว มันจึงค่อยวางคำบริกรรม บางที
วางเองโดยไม่รู้ตัว ถ้าหากไม่วางเองแล้วก็วางเสีย จิตมีอันเดียวไม่ใช่หลายอย่างหลายดวง เมื่อ
ไปยึดเอาอานาปานสติเป็นหลัก หรือยึดพุทโธ หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ อะไรต่าง ๆ เรา
ยึดเอาเพียงหลักเท่านั้นจิตเป็นผู้ยึด จิตเป็นผู้ไปเห็น แล้วเราก็มองผู้นั้นแหละผู้ว่าพุทโธ ๆ นั้น
แหละ มองดูเพ่งดูอันนั้นจนกระทั่งจิตค่อยสงบลง ในผลที่สุดจิตก็จะวางคำบริกรรม เมื่อวาง
พุทโธแล้วมันจะมีอะไรละคราวนี้ มันก็ไม่มีอะไร มีอันเดียวเหลืออยู่แต่ใจละซี ขอให้จับจิตตรง
นั้นให้ได้

ครั้งเมื่อจับจิตได้แล้ว รักษาจิตให้มั่น ต้องใช้สติควบคุมรักษาจิตตลอดเวลา จิตมันจะ
คิดก็ตามมันจะนึกมันจะส่งสายอะไรก็ช่าง ขอให้ตามควบคุมดูให้รู้ตัวอยู่เสมอ แม้ผลที่สุดจิตไป
ยึดในสิ่งใดก็จะวางในสิ่งนั้น ไม่ส่งสายไปเห็นสิ่งทั้งปวงไม่คิดไปเรื่องใด ๆ ทั้งหมด วางแล้ว
มันก็ยังเหลือแต่จิต (ก็เหมือนกับเวลาพิจารณาพุทโธหรืออานาปานสติ เรามองดูเพ่งดูจนกระทั่ง
จิตสงบมันคงแล้ว มันก็วางพุทโธเหลือแต่จิต) เรื่องการฝึกหัดปฏิบัติภาวนาทั้งปวงหมด เพื่อ
ต้องการให้เห็นจิต จะภาวนาอย่างไรก็เอาเถิด ถ้าไม่เห็นจิตแล้วก็ไม่มีประโยชน์ ถ้าเห็นจิตจับ
จิตได้แล้วนั้นแหละได้ชื่อว่า ภาวนาแล้ว

เราเกิดขึ้นมาต้องมีจิต แต่ว่าเราไม่เห็นจิต เราฝึกหัดจิตแต่ไม่เห็นจิต จะฝึกหัดได้
อย่างไร ในการฝึกหัดข้าง ม้า โค กระบือก็ตาม ไม่มีตัวข้าง ตัวม้าจะฝึกหัดได้อย่างไร มัน
ต้องมีตัวจึงค่อยฝึกหัดได้ ถ้าเห็นจิตแล้วรักษาจิตไว้ได้แล้วจิตอยู่ในอำนาจของเราแล้วคราว

นี่ ไม่ใช่เราอยู่ในอำนาจของจิตแล้ว เราบังคับมันได้ มันจะส่งสายไปไหน ถ้าไม่ให้มันส่งไปที่บังคับอยู่ได้ ไม่ให้มันคิดนึกมันก็ไม่คิดไม่นึก หรือถ้าหากมันไปคิดนึกก็บังคับให้มันอยู่ในขอบเขตของสติ เมื่อมันส่งไปในอะไรนิด ๆ หน่อย ๆ เราบังคับให้มันกลับมาอยู่ที่นั่นอีก มันก็อยู่ อย่างนั้นเรียกว่า ใช้จิตได้แล้ว ไม่เหมือนจิตใช้เรา

แต่ก่อนจิตใช้เราให้หัวเราะก็ได้ ให้ร้องไห้ก็ได้ ให้เศร้าโศกเสียใจก็ได้ เกิดทุกข์นานาประการนั้นจิตใช้เราทั้งนั้น ครั้นเรามาฝึกหัดจิต คราวนี้จิตอยู่ในบังคับของเราแล้ว เราใช้มันได้แล้ว ก็สบายละซี ส่วนที่มันจะเป็นอย่างไรต่อไป อย่าเพิ่งไปอยากรู้ ทำให้มันได้อย่างนั้นเสียก่อน ต่อไปมันหากจะมีอุบายแยกคายเอง มันเกิดขึ้นจากอันนั้นแหละเอาละทำภาวนาต่อไป