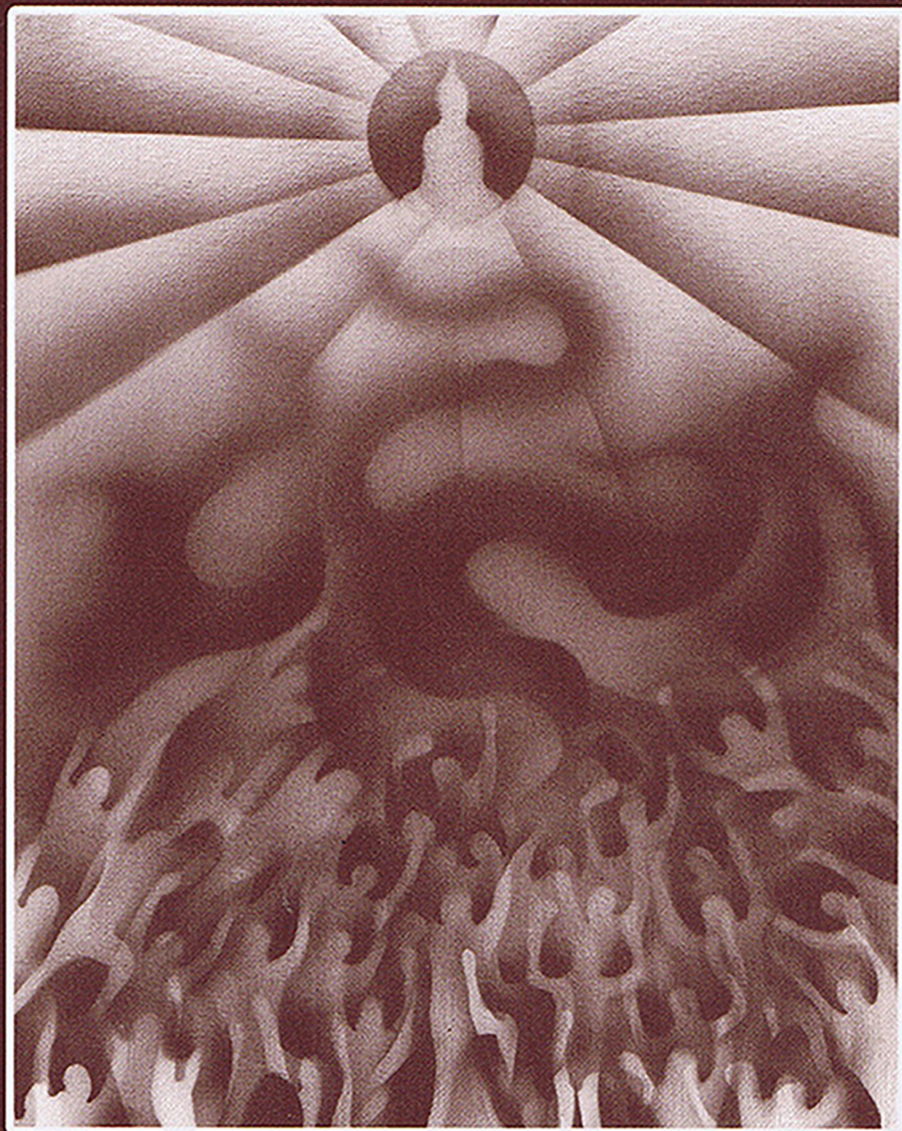


# หัวใจที่สวดวิเศษ



**ธรรมเทศนา หลวงพ่อฤๅษี เขมปัตตโกศล  
ณ โรงเรียนปทุมพันธ์ กรุงเทพฯ**



ผู้เขียนได้ ตัดใจวางเข็มทอนไขกระดูกออก  
 นึกพานเอาใจไว้ที่ใจไว้ว่า เราไม่ควร  
 แยกที่โรคที่ตาย โหม่มมมมมม / และมมมมม  
 ที่ซึ่งเวลาไม่เลิกหรือออกไป ปล่อยให้พวก  
 มมมมมมมมมม ผู้ที่มีใจดี ศึกษายาเขลา เพื่อ  
 ดูผลเลิกหรือออกไป ทำใจให้ขุ่นมัวว่า การเกิด  
 ตายในโลกที่เรารู้เพื่อ เห็นว่าการเกิดใหม่  
 ในชีวิตหนึ่ง ก็มีความไม่อยู่เช่นคนอื่น  
 ปล่อยให้ เกิดตาย ซ้ำซากจำใจ ไม่มี  
 หนึ่งสุด เกิดมาทุกข์แล้วตายไปๆ จน  
 ความสุขที่มีในโลกนี้ไม่มีเลย จนมา  
 จงลบล้างความทุกข์นั้นไป

ศาสตราจารย์ ดร. วิมล วัฒนศิริ



# วิถีสงสาร

## หลวงพ่อบุญ เทศน์ที่ รร.ปานะพันธ์ กัณฑ์ที่ 1

ขอเจริญธรรม แก่ท่านพุทธมามกะบริษัททั้งหลาย เนื่องด้วยพวกเราทั้งหลายได้มารวมกัน เรียกว่า ธรรมสภา เป็นสถานที่ร่วมกันปฏิบัติธรรม ครั้งนี้ เป็นครั้งที่ 4 หลายคนได้ติดตามมาตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงปัจจุบัน บางท่านได้ติดตามมาครั้งสองครั้ง หรือครั้งแรกก็เป็นได้ ฉะนั้นสถานที่แห่งนี้ ถือว่าเป็นธรรมสภา อบรมธรรมะ คั่นคว้าในธรรม พวกเราทั้งหลายเข้าใจว่า ต้องไปวัดจึงจะแสวงหาธรรมะได้ ไม่เข้าใจว่า ธรรมะอยู่ที่ไหน ทำอย่างไรจึงจะเข้าถึงธรรม สถานที่ที่ได้จัดไว้ว่าเป็นวัด นั้นเป็นส่วนหนึ่งสำหรับพระสงฆ์สามเณรอยู่อาศัยนั้นเป็นส่วนหนึ่ง

ส่วนการแสวงหาธรรม หรือสภากรรรม ไม่จำกัดในที่เช่นนั้นตลอดไป เช่น เราอยู่ในที่แห่งนี้ ก็ถือว่าเป็นสภากรรรมได้ คือเป็นสถานที่ศึกษาธรรม หรือปฏิบัติธรรม ทีนี้เราชาวพุทธทั้งหลาย ต้องศึกษาธรรมะให้มากขึ้น ตามหลักความเป็นจริง ตามคำสอนของ

พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าได้สอนธรรมะแก่เรานั้น เป็นธรรมะที่พระองค์ค้นพบด้วยพระองค์เอง ค้นพบที่ไหน ค้นพบธรรมะที่มีอยู่กับโลก โลกทั้งหมดมีธรรมะเป็นหลักความจริงอยู่แล้ว แต่ก่อนมาไม่เคยมีใครพบว่าเป็นหลักความจริง ทั้งที่ความจริงมีอยู่ในตัวทั้งหมด คำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำมาสอนทั้งหลาย เรียกว่า ศาสนธรรมคำสอน เป็นการนำความจริงมาสอนคน คือคนเรามีความจริงอยู่ในตัว แต่ปฏิบัติตามความจริงในตัวทั้งหมดไม่สมบูรณ์ ขาดตกบกพร่องอยู่เสมอ เพราะไม่รู้จักรั้ววิธีแนวทางที่ถูกต้อง ผิดบ้าง ถูกบ้าง ล้มลุกคลุกคลานอยู่เสมอ

คำสอนของพระพุทธเจ้านี้จึงเป็นคำสอนที่มาประยุกต์ความจริงทั้งหมดที่เราปฏิบัติมาแล้วในอดีต ให้เป็นกลุ่มก้อนปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอย่างชัดเจนขึ้น คำสอนของพระพุทธเจ้าจึงเป็นของเก่าที่สัตว์โลกทั้งหลายเป็นมาในอดีต จนถึงปัจจุบัน เอาเรื่องเก่าๆ นี่แหละ มาปรับปรุงให้คนได้เข้าใจในความเป็นจริง คำว่า รู้จริงตามความเป็นจริง จริงอะไร ถึงเราจะภาวนาปฏิบัติตามวิธีอื่นๆ ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามแนวทางที่ถูกต้อง ความรู้จริงเห็นจริงจะไม่เกิดขึ้นกับเราได้ สัจธรรมเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า คือพูดแล้วไม่ผิด เป็นความจริงตลอดเวลา ไม่มีสิ่งใดจะแก้ไขได้

ถึงแม้ว่าจะมีคนใดคนหนึ่งที่เกิดมาในโลกนี้ จะมาแก้ไขความจริงให้เปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่น จะเปลี่ยนแปลงไม่ได้เลย เพราะหลักความจริงเป็นหลักธรรมชาติที่มีอยู่กับโลกไม่ว่าจะกาลไหนๆ ธรรมะ ในสมัยที่พระองค์ออกปฏิบัติช่วงแรก ไม่มีใครให้

คำแนะนำพระองค์เลย แต่พระองค์ก็นำหลักธรรมชาติมาพิจารณาว่าอะไรเป็นอะไร ธรรมชาติทั้งหมดเป็นคำสอน เพราะคนเราอยู่กับธรรมชาติ เกิดมาตามธรรมชาติ อยู่ตามธรรมชาติ ชีวิตเราหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติทั้งนั้น อยู่กับที่ไม่ได้ ส่วนเรื่องสังขารร่างกายหรือรูปขันธ์เป็นอีกเรื่องหนึ่ง

ธรรมชาติที่หมุนอยู่กับโลกนี้ ไม่มีใครกำหนดได้ ไม่มีพระพุทธเจ้า หรือ พระเจ้าองค์ใดจะกำหนดให้เป็นไปตามใจชอบได้ เรียกว่า วัฏจักร พุดง่ายๆ ว่า ชีวิตเราที่เป็นอยู่นี้ก็หมุนเวียนไปตามธรรมชาติ ธรรมชาตินี้มีขึ้นๆ ลงๆ เช่น อายุขัยของคนเรา หรือชีวิตความเป็นอยู่ก็มีการขึ้นๆ ลงๆ ตามธรรมดา ส่วนมากเราศึกษาในทางวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์จะศึกษาเรื่องอดีต แต่เรื่องอนาคตไม่มีใครสามารถเขียนล่วงหน้าให้เป็นไปตามจริงได้ เพราะหลักธรรมชาติเป็นเรื่องลึกลับละเอียดอ่อน ผู้จะรู้เรื่องธรรมชาติมีเพียงคำสอนของพระพุทธเจ้า เรียกว่า โลกวิทู โลกวิทู คือ รู้แจ้งโลก รู้แจ้งทั้งอดีตที่เป็นมาของธรรมชาติว่าเป็นอย่างไร รู้ในปัจจุบันว่าธรรมชาติของโลกปัจจุบันเป็นอย่างไร และสามารถจะรู้ธรรมชาติของอนาคตต่อไปว่า อนาคตธรรมชาติจะเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างไร พระพุทธเจ้าสามารถรู้ได้ทั้งหมด จึงนำมาเขียนเพื่อให้คนได้ศึกษาตามหลักความเป็นจริงว่า วัฏจักรที่หมุนไปตามธรรมชาติหมุนอย่างไรบ้าง ตัวเราที่เกิดตายในวัฏสงสารนี้ เกิดกี่ครั้งมาแล้ว แต่แต่ละครั้งแต่ละภพชาติที่เกิดมา การเกิดนั้นมีความสุข มีความเจริญทุกข์ภพชาติหรือไม่ นี่คือการศึกษาค้นคว้าความจริงของ

ตนเอง

ที่นี้การศึกษาความจริงของตนเอง จำเป็นต้องศึกษาความจริงของคนอื่นด้วย จากธรรมชาติรอบตัวด้วย เพราะทุกสิ่งเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติทั้งหมด ที่พูดเรื่องธรรมชาติให้ฟังนี้ เพื่อให้รู้จักโทษ รู้จักภัย รู้จักทุกข์ เราเกิดกับธรรมชาตินี้ ต้องรู้ว่า เราจะได้อะไร มีดีส่วนใด มีชั่วส่วนใด ส่วนไหนบ้างที่เป็นข้อคิด เป็นข้อปฏิบัติ เราจะหาวิธีหลีกเลี่ยงได้อย่างไร จะไม่ให้เกิดตามธรรมชาตินานเกินไป

สำหรับพระอริยเจ้าทั้งหลายที่ได้ศึกษาธรรมชาติ ท่านจึงรู้ว่า ธรรมชาติที่หมุนเวียนอย่างนี้ ชีวิตของมวลสัตว์ทั้งหลาย ไม่ว่าสัตว์น้อยใหญ่ สัตว์บกสัตว์น้ำ ตลอดจนคนทุกชาติภาษาไม่ว่าจะดีหรือชั่ว เมื่อเกิดกับโลกนี้แล้วก็ต้องหมุนเวียนไปตามธรรมชาติตลอดเวลา หาทางสิ้นสุดไม่ได้ ขณะที่หมุนไปอยู่นั้น ก็ได้อาศัยความอยากของตนเอง ทำตามความอยากอยู่เรื่อยๆ โดยไม่เข้าใจว่า การทำตามความอยาก ให้โทษ ให้ภัย ให้คุณอย่างไร ทำตามความอยากอยู่เสมอ สุดท้ายแล้วก็มีความผิดเป็นส่วนใหญ่ เพราะจิตใจของคนพยายามวิ่งไหลไปในทางที่ต่ำเสมอไป การพยายามพยุงจิตใจให้เข้มแข็ง ให้ก้าวหน้า มีจิตใจที่สูงขึ้นนั้น ยากมากที่จะทำได้ จึงต้องนำคำสอนของพระพุทธเจ้ามาศึกษา เพื่อให้เห็นทุกข์โทษภัยในวัฏสงสาร เห็นทุกข์โทษภัยในธรรมชาติที่มีอยู่ เราได้เลื่อนลอยเกิดแก่เจ็บตายในวัฏสงสารมาหลายชาติภพ ก็เหมือนปัจจุบันชาตินี้ทั้งหมด ชาติก่อนเราก็เป็นอย่างนี้ เกิด

ขึ้นมา ผู้หญิงก็เป็นเพศหญิง ผู้ชายก็เป็นเพศชาย เกิดมาแล้วก็ต้อง แก่เจ็บตาย เป็นธรรมชาติของสัตว์โลกทุกตัวต้องเป็นอย่างนี้ ไม่มี คนหนึ่งคนใดหรือสัตว์ใด จะอยู่ตลอดกับตลอดกลับได้ การเกิด มาทั้งหมดจะมีอะไรเป็นเครื่องต่อรองได้ว่า เราจะมีความสุข ตลอดไป อะไรจะเป็นเครื่องต่อรองได้ ไม่มีเลย

ในโลกนี้หาสิ่งที่มีความเที่ยงแท้แน่นอนอย่างจริงจังไม่ได้ ธรรมชาติเป็นสิ่งที่หมุนเวียนกันอยู่เท่านั้น เรื่องความสุขความทุกข์ ก็เป็นธรรมชาติของคนที่ต้องเจอ นี่คือความจริงของโลก พระพุทธเจ้ามองเห็นชัด จึงได้ประกาศศาสนาให้คนในภายหลังได้ ศึกษาความจริง เอาความจริงมาสอนคน ให้คนได้เห็นทุกข์โทษ ภัยในธรรมชาติ เห็นทุกข์โทษภัยในวัฏสงสารที่หมุนเวียนกันอยู่ว่า เป็นทุกข์อย่างไร เมื่อเห็นทุกข์แล้ว เขาเหล่านั้นก็จะเกิดความเบื่อหน่าย กลัวในการเกิด กลัวในความทุกข์ กลัวในภัยต่างๆ การ ภาวนาปฏิบัติก็คือเพื่อให้รู้ธรรมชาติที่มีอยู่นี้เอง

ฉะนั้นหลักการภาวนาปฏิบัติที่เราทำก็เพื่อมุ่งหวังให้รู้ความ จริงในธรรมชาติที่มีอยู่ คำว่า โลกวิทู เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า พระสาวกก็จะรู้ได้บางท่าน ถึงจะไม่รู้ทั้งหมด รู้ได้บางส่วนก็ยังมี โลกวิทู มีอะไรเป็นเครื่องวัด มีหลัก 3 ประการใหญ่ๆ คือ

1. ความจริง คือ ไม่เที่ยง
2. ความจริง คือ ความทุกข์
3. ความจริง คือ ไม่มีอะไรเป็นของของเรา

หลักใหญ่ทั้ง 3 ประการนี้ คือ หลักประกันของโลกวิทู



ทั้งหมด โลกวิทูเป็นผู้รู้แจ้งโลกทั้งหมดมารวมอยู่ในหลักไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง ความทุกข์ และ ไม่มีอะไรเป็นของเรา สำหรับผู้ปฏิบัติทั้งพระและฆราวาสก็สามารถรู้ได้ เป็นโลกวิทูได้ ถึงจะไม่กว้างขวางพิสดารเท่าพระพุทธรเจ้า แต่เราก็รู้ได้ นี่คือหลักปฏิบัติ

ทำไมจึงต้องปฏิบัติ เพราะเราหลงโลกหลงสงสาร โมหะ อวิชชา โมหะ หมายถึง ความหลงตามธรรมชาติที่ล่องลอยในวิภังขาร หลงในภพ หลงในชาติ หลงในวิภังขาร ที่เราเกิดตายมา ยาวนาน การพิจารณาอย่างนี้เพื่อแก้ปัญหาความหลงของตนเอง ที่มีอยู่ในขณะนี้ ให้เบาบางลง คำว่า 'ไม่รู้' คือ อวิชชา 'ไม่รู้'จริงตามหลักความเป็นจริง การแก้อวิชชาจะเอาอะไรมาแก้ คือ เอาความจริงมาเป็นเครื่องตัดสิน เอาความจริงของธรรมชาติที่มีอยู่ ทั้งเรา ทั้งเขา ทั้งใกล้ทั้งไกล ทั้งหยาบทั้งละเอียด ทั้งหมดนำมาพิจารณา เพื่อแก้ให้เกิดความรู้อันจริงเห็นจริงเฉพาะตัว เอาความจริงมาสอนใจ เพื่อให้หมดความหลง

นี่คือธรรมชาติที่เราต้องศึกษา ศึกษาให้เห็นจริงเมื่อไร เราจะกลัวเมื่อนั้น เช่นว่า ชีวิตของเรานี้เลื่อนลอยตั้งแต่กับนั้นจนถึงกับนี้ มันยาวนาน ไม่ทราบชีวิตของเราหรือจิตของเราเกิดๆ ตายๆ มานับไม่ถ้วน จึงเชื่อพระพุทธรเจ้าไว้ก่อนว่า ความจริงเป็นอย่างนี้ เรื่องปัจจุบัน เรื่องอดีต เรื่องอนาคต สามอย่างนี้เป็นอุบายต่อเนื่องกัน เกี่ยวข้องกันทั้งหมด ตัวอย่าง วันนี้เป็นวันที่ 25 เป็นวันที่ปัจจุบัน นี่คือนิเวศของวิภังขาร ถ้าเราพูดเมื่อวันวาน วันที่

25 ก็จะเป็นอนาคต ถ้าจะพูดเรื่องอนาคต วันพรุ่งนี้ วันที่ 26 จะมีใหม่ มี ถ้าอย่างนั้นวันที่ 25 ก็จะเป็นอดีตไปได้ นี่ก็เหมือนกัน เรื่องของชีวิตในอดีตในอนาคตก็มีเหมือนกัน ถึงคนใดจะไม่ยอมรับในเรื่องเหล่านี้ แต่ความจริงก็จะปรากฏว่า เมื่อเกิดตายไปแล้ว ผลบุญบาป จิตไปเกาะอยู่ที่ไหน ก็จะไปเกิดที่นั่นทันที เหมือนกับ บุคคลเห็นเม็ดมะม่วงหรือถั่วอยู่ก็ตาม มีความเข้าใจว่า เม็ดมะม่วงนี้จะไม่เกิดขึ้น แล้วโยนทิ้งไปเสีย แต่เมื่อโยนทิ้งไปแล้ว ไปถูกน้ำ ถูกปุ๋ยขึ้นมา มะม่วงที่ไม่เกิดนั้นก็เกิดอีก

คนจะว่าเกิดหรือไม่เกิดก็ตาม ลักษณะของการเกิดเป็นของแน่นอนอยู่แล้ว ตราบใดที่ยังมีกิเลสตัณหาวิชาอยู่ การเกิดอีกเป็นของแน่นอน ให้เราพิจารณาความจริงว่า ทุกคนที่เกิดมากับโลกนี้ ไม่มีใครต้องการความทุกข์ ความสุขเป็นสิ่งที่ต้องการ ทำอย่างไรจะได้ความสุขมาเสวยให้สมใจ ไม่ให้มีทุกข์มาเจือปนเลยได้ใหม่ ไม่ได้ เพราะโลกนี้มีความสุขความทุกข์ คลุกเคล้ากันไป แต่ส่วนใหญ่จะมีความทุกข์มากกว่าความสุข ความสุขทางโลกเจือด้วยความทุกข์ สุขอยู่ที่ไหนทุกข์อยู่ที่นั่น ความสุขของโลก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่เรามีความถูกต้อง มีความยินดี เราก็เคยเจอมาแล้ว สัมผัสมาแล้ว ไม่สุขเกินนี้เลย จะมีเงินทองกองสมบัติหลายพันล้าน ความสุขในกามคุณทั้งหลาย ก็เท่านี้ เท่าที่มีอยู่แค่นี้แหละ ถึงจะไปเกิดอีกชาติหน้า ก็ไม่เกินนี้หรอก ความสุขที่เราแสวงหาจะให้สมหวังตั้งใจเรานั้นไม่ได้ เพราะความสุขถาวรของโลกนั้น ไม่มี มีแต่ความสุขที่เจือปนด้วย

ยาพิษ คือความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ความหลงตัวนี้ทำให้เราเกิดทุกข์ ยาวนานมาจนถึงปัจจุบัน

การศึกษาเรื่องวัฏจักร เป็นหลักภาวนาสำหรับบุคคลที่เกิดในแห่งใดแห่งหนึ่ง เมื่อเขาเหล่านั้นจะออกจากที่แห่งนั้นไป จำเป็นต้องศึกษาสถานที่แห่งนั้นว่าจะออกอย่างไร เป็นทุกข์อย่างไร มีโทษภัยอย่างไรบ้าง เหมือนกับคนอาบน้ำอยู่ในหนองในห้วย ขณะอาบน้ำก็มีความสุขสบายเพลิดเพลินอยู่ โดยไม่คำนึงว่าจะมีภัยรอบตัวจะมาทำอันตรายได้ เมื่อเขาคำนึงว่าที่แห่งนั้นมีภัยรอบตัว อาจมีจระเข้ลอยมากัดมาทำอันตรายได้ เขาก็จะมีความกลัวเกิดขึ้นว่า จะอยู่ด้วยความไม่ประมาท ไม่หลง เมื่อจระเข้ลอยมากัดจะหาวิธีหลบ หาวิธีขึ้นฝั่งได้ทันกาล นี่คือไม่ประมาทศึกษารอบคอบ

เหมือนกับคนอยู่ในป่า อาจมีภัยนานาชนิด มีงู เสือ ภัยนานาประการเกิดขึ้นกับตัวเรา ก็จะต้องระวัง เมื่อภัยเหล่านี้เกิดขึ้น เราจะรู้ทันเห็นทัน หาวิธีหลีกเลี่ยงจากสิ่งนั้นได้ คือไม่หลง นี้ก็เช่นกัน โลกที่เราอยู่ทุกวันนี้คือวัฏจักร ทำอย่างไรเราจะออกจากโลกนี้ได้ คืออย่าประมาท อย่าติดกับโลกนี้ ถือว่าเป็นสถานที่พักจิตแห่งหนึ่งเท่านั้นเอง ไม่ถือว่าโลกนี้เป็นที่ของเรา เพียงเป็นที่พักแรมของจิตซึ่งได้หมุนเวียนมาขณะนี้เท่านั้น เมื่อเราตั้งใจไว้อย่างนี้ เราจะไม่ไปติดข้องกับของสิ่งใด

เหมือนกับเราไปเที่ยวสถานที่แห่งหนึ่ง เข้าโรงแรมอยู่ สั่งอาหารกิน ที่นอนดี ๆ อยู่ไปตามวันเวลานัดหมาย อีกวันใดวันหนึ่ง

ข้างหน้า เราก็จะออกจากโรงแรมนั้นไป นี่ฉันใด ใจของเรามาอาศัยโลกเพียงชั่วคราว อีกสักวันก็จะออกจากโลกนี้ไป เช่น ในชาตินี้เราเป็นมนุษย์ ชาติหน้าเราจะเป็นมนุษย์อีกหรือไม่ ชาตินี้เราเกิดเป็นคนพออยู่พอกิน แล้วชาติหน้ามาเกิดใหม่ ฐานะความเป็นอยู่จะเป็นอย่างไร ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับผลกรรมของชาตินี้ เมื่อทำอย่างนี้จะส่งผลให้ชาติหน้าเป็นอย่างไร ปัจจุบันจะเป็นสิ่งกำหนดอนาคต

การศึกษาความจริงของตัวเรา ถ้าเราเห็นความจริงว่า ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แน่นอน นอกจากความตายเท่านั้น การศึกษาโลกก็เพื่อให้กลัวในการเกิด กลัวในความทุกข์ กลัวในสิ่งที่ไม่เที่ยง กลัวว่าไม่มีอะไรเป็นของของเราที่แน่นอน เราเพียงมาพักอาศัยอยู่ชั่วคราวเท่านั้นเอง อีกสักวันหนึ่งภายหน้าก็จะจากโลกนี้ไป หากเกิดใหม่ไปเรื่อยๆ เอาแน่อะไรไม่ได้ ชีวิตของเราเลื่อนลอยไปเรื่อยๆ ตามวัฏจักร หมุนไปตามธรรมชาติทั้งหมด

การพูดเรื่องธรรมชาติเป็นเรื่องใหญ่ หากใครไม่ศึกษาก็จะเข้าใจไปว่า เป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องธรรมชาติ เกิดขึ้นเป็นธรรมดา ตายเป็นธรรมดา แต่เรายังไม่ถึงจุดนั้น การเกิดมาอาจจะไม่เท่าเทียมกันทุกชาติทุกภพ ธรรมชาติของโลกนี้มันหมุนตัว สัตว์ทุกตัว มนุษย์ทุกชาติภาษา ก็ต้องหมุนตัวตามธรรมชาติทั้งหมด เช่น อายุขัยของเรา ส่วนใหญ่เราจะเข้าใจว่า อายุขัยของเราจะยาวขึ้นไปเท่านี้ หรือน้อยลงไปเท่านี้ คือไม่คิดว่าอายุขัยเราเท่าไร ก็จะอยู่กันไป มีความเจ็บไข้ได้ป่วย ก็พยายามกิน ถ้าไม่

หายก็ตายไปเท่านั้นเอง ที่นี้อายุขัยของเราไม่คงที่ เพราะธรรมชาติหมุนตัว สัตว์โลกทุกตัวต้องหมุนไปตามธรรมชาติ หลักนี้ไม่มีในหลักวิทยาศาสตร์ เป็นหลักความจริงที่เปลี่ยนไปตามธรรมชาติ อายุขัยของเรากำลังต่ำลงทุกที การอธิบายนี้ต้องยกเรื่องศาสนามาด้วย ก่อนที่พระพุทธเจ้าของเราจะมาตรัสรู้ ทรงพิจารณาก่อนว่า เมื่อใดอายุขัยต่ำกว่า 100 ปี ในยุคนั้นจะไม่มาตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า เพราะคนเราประมาทมากเกินไป เมื่อใดอายุขัยของคน 100 ปีขึ้นไป พระพุทธเจ้าจะมาตรัสรู้ได้ ดังเช่นพระพุทธเจ้าของเราเกิดในช่วงที่คนมีอายุขัย 100 ปีเป็นอายุขัย

พระพุทธเจ้าจะมาตรัสรู้ในช่วงที่อายุขัยของคน ต่ำสุดไม่เกิน 100 ปีอายุขัย สูงสุดไม่เกิน 100,000 ปีอายุขัย การพูดอย่างนี้หลักวิทยาศาสตร์ไม่มี แต่ทางศาสนามีหลักการอย่างนี้ ซึ่งคนอาจไม่ยอมเชื่อว่า คนเราจะอายุร้อยปี พันปี แสนปีได้ยังไง นี่คือหลักความจริงของธรรมชาติ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ซึ่งเป็นเรื่องที่ยาวนานเหลือเกิน

ในช่วงที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ในครั้งพุทธกาลมี 100 ปีเป็นอายุขัย อายุขัยมีการขึ้นได้และลงได้ ขณะนี้อยู่ในช่วงขาลง 100 ปี อายุขัยลดลง 1 ปี อายุขัยลดลงเรื่อยๆ ตอนนี้อยู่เหลืออยู่ 75 ปีเป็นอายุขัย แต่ก่อนเมื่อ 2500 ปีที่แล้ว อายุขัย 100 ปี แต่บัดนี้ล่วงเลยมา 2535 ปี อายุขัยของคนเราเหลือ 74 ปีเป็นอายุขัย

หากนับต่อไปข้างหน้าอีก 100 ปี อายุขัยของคนเราก็ตกลงเหลือเพียง 73 ปีเป็นอายุขัย อีก 100 ปีถัดไป อายุขัยของคนเราก็ก

ลดลงเหลือเพียง 72 ปีเป็นอายุขัย 100 ปีลดลง 1 ปี ลดลงไปเรื่อยๆ จนเหลือเพียง 10 ปีเป็นอายุขัย นี่พูดทางศาสนา เรื่องระยะยาวที่คนไม่เชื่อ จะเชื่อหรือไม่ ไม่สำคัญ แต่ความจริงมันเป็นแบบนี้

หากมีการคำนวณ จะพบว่าอีกประมาณ 7000 ปีนับจากนี้ไป อายุขัยของคนเราจะเหลือ 10 ปีเป็นอายุขัย การตั้งครุภักษ์ใช้เวลาเพียง 3 เดือน เมื่ออายุ 4 ปีก็กลายเป็นพ่อบ้านแม่บ้านได้สมบูรณ์แล้ว เพราะมีอายุขัยเพียง 10 ปี ลองคิดดูสิว่าตัวคนเราจะเด็กขนาดไหน

เมื่อคนมีอายุขัยระดับนั้น นิสัยของคนในยุคนั้นจะแตกต่างจากยุคนี้มาก หาความละเอียดไม่ได้เลย เหมือนสัตว์เดรัจฉานทั่วไป ทั่วโลก ในยุคนั้นจะเป็น มนุสสเดรัจฉาน เต็มตัว รูปร่างเป็นมนุษย์ แต่จิตใจเป็นสัตว์เดรัจฉาน ความละเอียดไม่มี มีแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลง นี่คือธรรมชาติที่กำลังหมุนตัวไป

ในช่วงจากนี้ไปอีก 7000 ปีข้างหน้า ถ้าคนใดมาเกิดตายในช่วงนี้ จะได้รู้เห็นความจริงว่าเกิดอะไรขึ้น นี่คือการหมุนเวียนของชีวิตสัตว์ ธรรมชาติเป็นแบบนี้ ธรรมชาติมันหมุนตัว สัตว์โลกทั้งหลายก็ต้องหมุนไปตามธรรมชาติ เมื่อถึงยุคนั้น จิตใจมนุษย์จะเหี้ยมเกินไป มีการฆ่ากันตีกันเหมือนสัตว์เดรัจฉาน ไม่มีความเมตตาต่อกันหรือมีน้อยมาก เกิดกลียุคขึ้นมาในยุคนั้น

ในยุคนั้นจะมีเทพอีกกลุ่มหนึ่ง สำหรับกอบกู้วัฏจักร จะมาเกิดในยุคนี้ มาเกิดกับคนกลุ่มนี้แหละ กลุ่มอายุ 10 ปีตาย เพียง

มาอาศัยสถานที่เกิดเท่านั้น ซึ่งจะมีเทพอีกกลุ่มรักษาเขาอยู่ บันดาลให้เป็นไป ให้ละอายในการทำชั่ว เมื่อเขาเหล่านั้นเริ่มเป็นหนุ่มเป็นสาว กำลังจะเกิดกสิยุค เขาจะไปอยู่ตามดงตามป่าตาม ถ้ำ ไม่อยู่กับพ่อแม่ ถึงพ่อแม่จะเป็นอย่างนั้น แต่เขาไม่เล่นด้วย เมื่อพ่อแม่บรรพชาฆ่าฟัน ตายกันไปหมดแล้ว ในยุคต่อไปคน เหล่านั้นก็จับกลุ่มเป็นผิวเมียกัน หาอยู่กินกันอย่างมีศีลธรรม กรรมบถ 10

เมื่อคนกลุ่มนี้เกิดขึ้นในโลกแล้ว อีก 100 ปีข้างหน้า อายุขัยเพิ่มขึ้นเป็น 11 ปีจึงตาย อีก 100 ปีข้างหน้า อายุขัย เพิ่มขึ้นเป็น 12 ปีจึงตาย 100 ปี อายุขัยเพิ่ม 1 ปี เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนถึง 100 ปีตาย 1,000 ปีตาย เพิ่มไปถึง ล้านปีอายุขัย โกฎิปี อายุขัย ในที่สุดจะยืนยาวมาก เรียกว่า อสงไขยปี คนจะตัวใหญ่ มาก สิบกว่าศอกก็แล้วกัน

เมื่อคนในยุคนั้นมีอายุมากขึ้น จะมีธรรมชาติอย่างหนึ่ง คือ ความเปื้อนหน่าย มันทุกข์ มันยาวนาน มันจะเปื้อนของเขาเอง เกิด การหมุนกลับอีกทีหนึ่ง 100 ปี อายุขัยลดลง 1 ปี กลับมาที่ขาลง ลดลงเหลือ โกฎิปี ล้านปี แสนปี จนถึง ในยุค 80,000 ปีเป็น อายุขัย ในช่วงนี้ พระศรีอาริยมตไตรย์ จะมาตรัสรู้เป็น พระพุทธเจ้า เมื่อตรัสรู้แล้ว ประกาศศาสนาถึงที่สุด จน ปรินิพพานพร้อมกับพระสาวก ไม่ได้วางศาสนาเหมือนกับ พระพุทธเจ้าของเรา เลิกเราไปทั้งหมด คนจะรู้ได้ปฏิบัติได้ช่วงที่ พระศรีอาริยมตไตรย์มีชีวิตอยู่เท่านั้น

ต่อมาอายุขัยลดลงเรื่อยๆ ธรรมชาติของโลกเป็นอย่างนี้ เดี่ยวนี้อายุขัยของคนลดลง หรือจะพูดว่า พระพุทธเจ้าในภัทรกัปนี้ มี 5 พระองค์ คือ

1. กกุรสันโธ ในช่วงนั้นมีอายุขัย 40,000 ปี
2. โจนาคมนโน ในช่วงนั้นมีอายุขัย 20,000 ปี
3. กัสสปโป ในช่วงนั้นมีอายุขัย 10,000 ปี
4. โคตโม พระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน ในช่วงนั้นมนุษย์มีอายุขัย 100 ปี แต่พระองค์ท่านมีอายุเพียง 80 ปี
5. พระศรีอาริยมตไตรย จะมาตรัสรู้ในอนาคต ดังที่กล่าวมาแล้ว

ณ ปัจจุบัน จากนี้ไปข้างหน้าจนมนุษย์มีอายุ 10 ปี จะไม่มีพระพุทธเจ้ามาเกิดเลย และอีกเพียง 2500 ปีข้างหน้า ศาสนาพุทธก็จะหมดไป เพราะคนไม่เคารพเชื่อถือ ไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ในยุคต่อไป ไม่ว่าศาสนาใดที่มีอยู่ก็จะหมดไปเช่นกัน เพราะคนไม่นับถือ เพราะคนมีนิสัยมนุษย์เดรัจฉานในกาย เป็นมนุษย์ แต่ใจเป็นสัตว์เดรัจฉาน เขาจะไม่นับถือศาสนาอะไรเลย เป็นสัญญกับ กบที่ว่างจากพุทธศาสนา หรือศาสนาอื่นใดก็ไม่มีด้วย

นี่คือวัฏจักรที่เป็นธรรมชาติหมุนตัวอยู่ มีหลักฐานก็คือคำสอนของพระพุทธเจ้า หลักความจริงที่เราดูอยู่ในปัจจุบัน หากพิจารณาแล้วจะมีความเป็นไปได้ เพราะธรรมชาติเปลี่ยนแปลงนิสัยคนได้ ให้พวกเราดูภาพพจน์ในอดีตที่ผ่านมา ในช่วงที่เราเป็น



หนุ่มสาวดูกริยาท่าทางความเป็นอยู่ในอดีต เทียบกับหนุ่มสาว ในยุคปัจจุบันนั้น ด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างไรบ้าง ในช่วงเวลา เพียงไม่กี่ปี ความแตกต่างด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัดทีเดียว กริยาทางกายวาจาใจ มีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง ธรรมชาติบอกรเอง กริยาทางกาย สมัยก่อนพ่อแม่สอนลูกหลานให้ เคารพอ่อนน้อมคนเฒ่าแก่ กราบไหว้พ่อแม่ นุ่งห่มให้มิดชิด แต่งงานตามพ่อแม่กำหนดให้ แต่เดี๋ยวนี้เขากำหนดแต่งงานกันเอง นุ่งห่มยั่วยุ นุ่งน้อยห่มน้อย ขาดความละอาย ต่อไปก็จะไม่นุ่งห่มเลย เพราะสัตว์เดรัจฉานเข้ามาแทรกแซงเต็มที่แล้ว อนาคตภายหน้าจึงเป็นไปได้ สมัยก่อน 50 ปีที่แล้วยังไม่เคยมี แต่สมัยนี้ก็ยังเป็นไปแล้ว เรื่องความโกรธก็ดี ราคะตัณหาที่ดี สมัยนี้เร็วกว่ายุคก่อน คนสมัยก่อนพอนึกภาพได้ไหม ผู้หญิงผู้ชาย 17-18 ปี ยังกระโดดน้ำแก้ผ้า เล่นน้ำกันอยู่เลย แต่ทุกวันนี้เกิดอะไรขึ้น เรื่องราคะตัณหารุนแรงขึ้น เร็วขึ้น เพราะอายุสั้นมากเท่าใด ราคะตัณหาก็เร็วขึ้น โทสะก็เร็วขึ้น เดียวนี้มองหน้ากันไม่ได้ สมัยก่อนเรื่องปล้นฆ่าลักขโมยไม่มี หรือมีน้อยมาก แต่เดี๋ยวนี้ระวังยาก เรื่องราคะก็เร็วขึ้น โทสะก็เร็วขึ้น การตัดสินใจของมนุษย์จะเร็วขึ้น

ปัจจุบันนี้มีองค์การสหประชาชาติรวบรวมสมาชิกทั่วโลก ให้อยู่ในขอบเขตการสู้รบ การรวมกันนั้น รวมได้ก็ดี แต่คิดว่ารวมกันได้ไม่นานนัก คิดว่า 100 ปีก็จะพังลง เพราะคนไม่ลงรอยกัน ต่างคนต่างถือดีถือเก่ง แต่ละคนมีเครื่องมืออุปกรณ์ประหารชีวิตพร้อม ต่างก็ไม่กลัวกัน เพราะมีอาวุธเครื่องมือทัดเทียมกัน

อีกไม่เกิน 100 ปี จะเจอของสิ่งเหล่านี้มากทีเดียว

การพิจารณาอย่างนี้ พิจารณาเพื่อให้เห็นทุกข์ เห็นภัยใน วัฏสงสารนั่นเอง หลักการใช้ปัญญาอย่างนี้ ให้เรากลัวว่า การเกิด การตายเป็นทุกข์อย่างนี้ เป็นภัยอย่างนี้ เป็นโทษอย่างนี้ นี่เป็น หลักการใช้ปัญญา

เมื่อวัฏฏะหมุนเวียนอยู่อย่างนี้ ทำไมเราจึงมาเกิดบ่อยๆ มาเกิดเอาอะไรกัน เพื่ออะไรกัน มาเกิดเป็นกีฬา มาหาสมบัติแข่ง กัน เรียกว่า ตัณหาความอยาก คนเรามีความอยากในทางที่ดี คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข มนุษย์เรามีความอยากสี่จุดนี้ เรื่อง เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ เป็นอีกส่วน เป็นของไม่แน่นอน แต่ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ในกามคุณ เป็นสิ่งที่เราต้องการ

ลองพิจารณาดูว่า คนเรามีใครบ้างที่หา ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เพียงพอกับความต้องการ หาไม่ได้เลย นักภวณาปฏิบัติพึง ศึกษาว่า การแสวงหา ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข มีอยู่คู่กับโลกใบนี้ แต่คนอีกส่วนหนึ่งจะพิจารณาอยู่ว่า จะหาไปทำไม ส่วนที่หาก็หา ไปเพื่อสร้างความเจริญให้กับโลกใบนี้ แต่นักปฏิบัติจะพิจารณา ว่า หาไปทำไม ในโลกของเรามีคนห้าพันกว่าล้านคน เขาจะ แสวงหาความสุขให้มาก แต่นักปฏิบัติไม่ก็ร้อยคนนี่ กำลัง พยายามหยุดในการหาสิ่งเหล่านี้ พอแล้ว หาไปก็เท่านั้น เหนื่อย เปล่า หาแล้วก็ไม่มีอะไรเป็นของของเรา รู้จักความพอดี หามาได้ แล้วก็ไม่มีอะไรเป็นของเราแน่นอน เพียงอาศัยกันชั่วคราวเวลาหนึ่ง เท่านั้น เมื่อถึงกาลเวลาก็ตายจากกันไป จึงหยุดแล้ว พออยู่พอ

กินแล้ว เท่านั้นก็สามารถอาศัยอยู่กินวันหนึ่งคืนหนึ่ง แต่เขาจะไม่เดินตามกระแสโลกต่อไป เพราะหาทางสิ้นสุดไม่ได้ เหมือนการเดินรอบโลก เดินร้อยครั้ง พันครั้ง ก็หาทางสิ้นสุดไม่เป็น เรามาเกิดกับโลกนี้หลายครั้งหลายหนแล้ว แต่เราไม่รู้ตัวเองเลย เพราะความหลง ความไม่รู้ ความลืมตัว การใช้ปัญญาพิจารณาธรรมะจึงต้องพิจารณาว่า ความทุกข์ของโลกที่เรากำลังเวียนอยู่กับโลก มีอะไรบ้าง ให้ใจเราเบื่อเอาไว้ นี่เป็นหลักที่ใจเราต้องพิจารณา

ส่วนหลักธรรมหมวดอื่นที่เรากำลังศึกษากันอยู่ พระพุทธเจ้าได้ตรัสธรรมะเอาไว้ศึกษาประวัติของโลกทั้งหมด มีหลักการปฏิบัติสองประการ เป็นกรรณฐานสองอย่างคือ

### 1. สมถกรรณฐาน      2. วิปัสสนากรรณฐาน

กรรณฐานสองประการนี้ เป็นการรวมตัวกันเพื่อให้รู้จักเห็นจริงในธรรมชาติ หลักหนึ่งเป็นการทำสมาธิ เป็นอุบายพักใจ อีกหลักคือปัญญาเป็นหลักใช้ความคิด เป็นวิปัสสนากรรณฐาน คิดตามหลักความเป็นจริง สิ่งรอบตัวเป็นหลักความจริงทั้งหมด วัฏจักรที่ว่ามาก็เป็นความจริงทั้งหมด เอาความจริงทั้งหมดมาพิจารณาเพื่อให้เห็นความจริง เพื่อให้เกิดความกลัว เมื่อใจเกิดความกลัวอย่างเดียวนั้น ทุกอย่างจะหาทางออกได้ด้วยตัวมันเอง เรียกว่า เห็นจริงตามความเป็นจริง มันจะกลัวเอง ตราบใดที่ยังไม่เห็นจริง มันยังไม่กลัว มันอยากจะลอง

ยกตัวอย่าง เช่น การมั่วสุมทางเพศทำให้ติดโรคเอดส์นะ เขาประกาศความจริงให้โลกฟัง แต่คนกลุ่มหนึ่งก็ยังคงเสพกันอยู่

ความอยากมันเหลือกำลังที่จะต้านทานได้ สำหรับคนที่เขาเชื่อก็หยุด ไม่ทำ หาวิธีป้องกัน กลัวโรค แต่คนที่ไม่เชื่อก็ได้แต่ทำตามความอยากของตนเอง

การภาวนามีหลักใหญ่สองประการ คือ สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน ให้ปัญญาพิจารณาหลักธรรมะ ความเป็นจริง คำสอนของพระพุทธเจ้ารวมยอดอยู่ที่นี้

นี่คือได้อธิบายเรื่องธรรมชาติ และความจริงตามหลักธรรมชาติของวัฏจักรที่หมุนเวียนกันอยู่ ให้เราได้เน่กคิดใคร่ครวญ ถ้าเราไม่ปกป้องตนเองในยุคนี้ จะยากที่ปกป้องได้ การเตรียมตัวล่วงหน้าดีที่สุด หาวิธีป้องกันตัวเองในครั้งหน้าว่า ครั้งหน้าหรือชาติหน้าจะไปอย่างไร ต้องเตรียมตัวไว้ก่อน ถ้าเราไปอย่างนี้ จะมีภัยอะไรบ้างที่เกิดขึ้นกับเรา เมื่อภัยนั้นเกิดขึ้น เราจะได้หาวิธีป้องกันตนเองได้ ดีกว่าจะไปแบบหลงมกมาย ไม่รู้ต้นสายปลายทางที่จะไป การล่องลอยตามกระแสของโลก เราต้องศึกษาให้เข้าใจ เพราะภัยนานาชนิดย่อมเกิดขึ้นกับเราได้ทุกเวลา ชีวิตของเราอยู่ในวงล้อมของความจริง คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา นี่หลวงพ่อก็ได้ให้แนวคิดเป็นครั้งแรก วันเปิดประชุมของการอบรมธรรมะ ให้จดในสิ่งที่หลวงพ่อบอกไว้ แล้วนำมาพิจารณาว่า จริงไหม สิ่งภายนอกจะเกิดขึ้นจริงดังว่าไหม หากเรานึกถึงความจริงเหล่านี้ การจะหาวิธีหลบหลีกตัวก็พอจะได้อยู่ ถึงจะหนีไม่พ้นก็พอหลีกตัวได้ ให้ความทุกข์ทั้งหมดเบาบางลงได้

ยกตัวอย่าง เช่น ในอนาคตเดือนต่อไป มกรา กุมภาพันธ์

หนวามาก ถ้าเรารู้ เราก็เตรียมผ้าห่มไว้ เมื่อหนวจริง ก็นำผ้ามาห่ม ก็ทุเลาได้ เรานำสิ่งที่เตรียมไว้ มาอำนวยความสะดวกแก่เรา เหมือนเราเดินทางจากจุดหนึ่งไปอีกจุด อาจเกิดไข้มาลาเรีย หรือมีเชื้อสัตว์ร้ายต่างๆ เมื่อเราศึกษาเส้นทางไว้ดีแล้ว เราจะเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ไว้เดินทาง มีด ปืน ยา เมื่อเกิดอุปสรรคขึ้นกับเรา เราก็จะสามารถแก้ไขได้ทัน ไม่ประมาทในตนเอง

นี่ฉันใด ชีวิตเราจากนี้ไปในชาติหน้า เราก็ต้องเจออุปสรรคดังที่ได้อธิบายมาทั้งหมด ถ้าเราไม่ประมาทในตนเอง สิ่งเหล่านั้นพอจะทุเลาเบาบางลงได้ สิ่งที่ได้อธิบายไป เป็นหลักภวนาอีกอย่าง เรียกว่า เจริญวิปัสสนา นัตถิ โลเก ระโหนามะ ความลับไม่มีในโลก เพราะปัญญาเรารู้เห็นทุกอย่างว่าเป็นอย่างไร

โลก คือ ธรรมชาติที่เป็นอยู่ในกามภพ รูปภพ อรูปภพ สามโลกสามภพพิจารณาให้ชัดเจนขึ้น พิจารณาภายนอกภายใน ธาตุสี่ชั้นห้าขงเราทั้งหมด ที่เรายึดถือว่าเป็นเรา เป็นของของเรา ความหลงไม่ใช่หลงเราอย่างเดียว หลงภายนอกบ้าง ภายในบ้าง เรียกว่า ภายนอกภายใน ไกลใกล้ หยาบละเอียด พิจารณาหลงสู่ไตรลักษณ์ทั้งหมด ตัดทอนความหลงให้เบาบางลงจากใจของเรา

การอบรมครั้งนี้ หลวงพ่อก็ได้นำพระวิทยากรมาช่วยอบรม การศึกษาธรรมะนั้น เราจะเอาอายุพรรษามาพูดไม่ได้ เอาธรรมะมาพูดกัน เรื่องพรรษาเป็นเรื่องตัวเลข เป็นสิ่งสมมติกัน แต่เรื่องธรรมะเป็นความจริง การพูดธรรมะความจริงจึงไม่เกี่ยวกับการเอาพรรษาเอาอายุมาพูดกัน หากคนใดที่มีความเป็นธรรมกับตัวเอง

แล้ว ถึงคนอื่นคนใดฐานะใดไม่สำคัญ หากเขามาตักเตือนว่า  
 กล่าวเรา เกี่ยวกับความบกพร่องของเรา ถือได้ว่า เขามีความ  
 เมตตาต่อเรา ไม่ว่าเขาจะมีฐานะอะไรไม่สำคัญ สำคัญตรงที่ผู้  
 ที่มาตักเตือนเราว่า สิ่งนี้ควร สิ่งนี้ไม่ควร ชี้แนะแนวทาง นั่นคือ  
 เขามีความเมตตาส่งสารเรา อายุพรรษาไม่เกี่ยว นี่คือ  
 ธรรมาธิปไตย หากเรามีความคิดอย่างนี้ จะมีความสุขมาก เพราะ  
 ไม่ยึดติดในชาติชั้นวรรณะ ไม่นับว่า องค์นั้นยาวนานหรือไม่นาน  
 ให้นับความจริง หากคนใดมาสอนเราให้เราสำนึกตัวได้ว่า เราทำ  
 ผิดอย่างนี้ มีคนอื่นมาตักเตือนเรา เราจะขอบคุณเขา ที่เขามี  
 ความเมตตาส่งสารเรา เราจะให้ความเคารพผู้นั้นอยู่เสมอ นี่คือ  
 ธรรมาธิปไตย

ปีนี้ นิมนต์พระมาหลายองค์ เพื่อให้ฟังอุบายการปฏิบัติ  
 ของหลายองค์ จะได้เลือกอุบายที่ตรงกับเรา เรียกว่า นำสินค้ามา  
 เยอะ มามาก เราต้องการอะไรก็เลือกเองได้ อาหารมีมาก ยามี  
 มาก เลือกเองได้ว่า สิ่งไหนถูกธาตุขันธ์กับเรา เขาจะให้พูดคุยกัน  
 ต่อไปนะ



## หลวงพ่อบุญ เทศน์ที่ รร.ปานะพันธ์ กัณฑ์ที่ 2

จากนี้ไปจะได้อบรมธรรมะ เพื่อให้เข้าใจในข้อวัตรปฏิบัติ อุบายในข้อวัตรปฏิบัติมีมากมาย แต่จุดใหญ่ที่สุดสำหรับการปฏิบัติคือ สติปัญญา เป็นฐานรองรับการปฏิบัติทั้งหมด ไม่ว่าจะปฏิบัติที่ไหนอย่างไร ปฏิบัติทางกายก็ดี วาจาที่ดี หรือนึกคิดทางใจก็ดี สติปัญญาเป็นหลักสำคัญ คำสอนของพระพุทธเจ้ามีมากมาย 84,000 พระธรรมขันธ์ แต่ก็มารวมลงอยู่ที่ สติปัญญา นี่คือนิวาสสำคัญของการปฏิบัติ

ส่วนอุบายอื่นที่เป็นหลักประกอบการปฏิบัติ เช่น กิริยาทางกาย วาจา หรือ การนึกคิดทางใจ ทั้งหมดนี้ เราจะมีอุบายอย่างไร เพื่อให้อุบายทางกาย ให้เป็นธรรม อย่างถูกต้อง เพราะกิริยาทางกายมีมาก สิ่งที่เราต้องคำนึงถึงคือ สติปัญญา สติ มีความหมายอย่างไร ปัญญามีความหมายอย่างไร ที่เราจะนำมาปฏิบัติได้ เพื่อจะเป็นเครื่องปกป้องกายวาจาใจ ให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องเป็นธรรม

สติ หมายถึง ความระลึกได้ นี่เป็นอุบายหนึ่ง ปัญญา คือ ความรอบรู้ นี่เป็นอีกอุบายหนึ่ง ทั้งสองอุบายมีความเกี่ยวเนื่องกันมากที่สุด ถ้าเรารอบรู้แต่ขาดความระลึกได้ ความรอบรู้นั้นก็มีผลน้อยเต็มที ถึงเราจะระลึกได้ แต่ขาดความรอบรู้แล้ว ผลก็น้อยเต็มทีเช่นเดียวกัน ดังนั้น การสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่าง สติ กับ ปัญญา เป็นต้นทางสำคัญ ในการวางแผนการปฏิบัติ

ทั้งหมด จะเรียกว่า สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปป ก็อยู่ที่ต้นทางนี้ อยู่ที่สติปัญญาเป็นหลักใหญ่

คนเราทุกวันนี้มีสติอยู่ แต่การระลึกได้ มีทั้งทางโลก และทางธรรม ที่ระลึกได้ตามธรรมชาติที่เป็นเองก็มี โดยที่ไม่ต้องมีใครมาบอกเรา บางทีก็ระลึกไปในทางที่ดี บางทีก็ระลึกไปในทางที่ชั่ว สติเป็นตัวระลึก ส่วนปัญญาเป็นอุบายกลั่นกรองรอบรู้สิ่งทีระลึกทั้งหมดว่า สิ่งใดมีประโยชน์ มีคุณค่า นำมาปฏิบัติกับตนเองได้ ไม่ใช่ว่าการระลึกได้ทั้งหมดจะเป็นสิ่งดี พยายามทิ้งไปในส่วนที่ไม่ควรเอา นักปฏิบัติต้องวางพื้นฐานนี้ให้ได้

หลายคนมีคำถามว่า การสร้างสติให้มีความเข้มแข็ง ทำอย่างไร คือ พยายามฝึกตัวให้มีความระลึกได้อยู่เสมอ การระลึกได้ในที่นี้ หิริ ความละอายแก่ใจ โอตตัปปะ ความเกรงกลัว ธรรมสองหมวดนี้ทุกคนรู้อยู่แล้ว เข้าใจในหลักการ แต่ภาคปฏิบัติไม่เข้าใจ หิริ ความละอายแก่ใจ โอตตัปปะ ความเกรงกลัว สองอุบายนี้ลึกซึ้งมาก ยากที่บุคคลจะปฏิบัติให้เป็นไปตามธรรมสองหมวดนี้ได้

หิริ ความละอาย เป็นหลักใหญ่ในการปฏิบัติ หากคนเรามีความละอายแล้ว การทำชั่วทั้งหมดทั้งทางกายวาจาใจจะไม่เกิดขึ้นกับคนนั้นเลย เพราะมีความละอายกับตนเอง นี่คือธรรมเพียงหมวดเดียวในภาคปฏิบัติจะทำได้หรือไม่ สมมติว่า เราจะไม่เอาธรรมหมวดอื่นแล้ว เราจะฝึกความละอายอย่างเดียว ให้มีความเข้มแข็ง จะทำได้หรือไม่ สติระลึกได้ แต่ละวันจะระลึกในความ



ละอายแก่ตนเอง โดยไม่ต้องเอาธรรมหมวดอื่นมาอวดอ้างว่า ธรรมหมวดนั้นก็รู้ หมวดนี้ก็รู้ เราจะฝึกกรรมะเพียงหมวดย่อยๆ นี้ คือ มีสติระลึกได้ว่าจะมีความละอายแก่ใจอยู่ทุกเมื่อ จะทำได้หรือไม่ นี่เป็นส่วนที่เราต้องสำนึกให้ดี แต่เราทำไม่ได้ตามที่ ต้องการหรอก เพราะจะเกิดความพลั้งเผลออยู่บ้าง

โอดตบปะ ความเกรงกลัว จะทำอย่างไรให้ใจเกิดความเกรงกลัวต่อสิ่งนั้นๆ ผู้ที่จะทำให้เกิดความเกรงกลัวขึ้นในใจได้ ต้องมีเหตุผลหลายอย่าง ไม่ใช่ว่าจะกลัวอย่างเดียว อย่างนั้นใช้ไม่ได้ หิริ ความละอายแก่ใจ โอดตบปะ ความเกรงกลัว ธรรมสอง หมวดนี้เป็นต้นทางของการปฏิบัติ ในการเลือกเฟ้นความดีความชั่ว ต้องรู้จักธรรมสองข้อนี้ให้ดี คำว่า กลัว มีหลายพื้นฐาน หลาย ขั้นตอน กลัวอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด กลัวทางโลก อย่างหนึ่ง กลัวทางธรรมอีกอย่างหนึ่ง

สำหรับนักปฏิบัติแล้ว พยายามกลัวทางโลกให้มาก อบรม สังสทใจให้กลัวความเป็นอยู่ของโลกให้ได้ ส่วนมากเราจะไม่ อบรมตัวเองให้กลัวความเป็นอยู่ของโลก มีแต่จะอบรมตนเองให้ ต่อสู้ตลอดไป ความเป็นอยู่ของโลกเป็นไปอย่างไรก็หากกลัวไม่ พยายามต่อสู้อยู่ตลอดเวลา โลกเป็นอย่างไร เราเป็นอย่างนั้น เพื่อนฝูงเป็นอย่างไร เราเป็นอย่างนั้น เพื่อนผิดถูกไม่สนใจ เขาทำ ได้ เราก็ทำได้ ในที่สุดเราก็ถือเอาคนกลุ่มใหญ่เป็นหลักเป็นเกณฑ์ เมื่อคนกลุ่มนั้นผิด เราก็ผิดตามเขา ใช้ไม่ได้เลย

คำว่า เกรงกลัว นั้น กลัวอะไร ขึ้นสูงสุดคือ กลัวการเกิด

ถ้าเราฝึกใจตนเองให้กลัวการเกิดได้ ฝึกอย่างไร นี่คือขั้นสูงสุดของพระพุทธศาสนา กลัวการเกิดอีกในชาติหน้า ทำไมจึงฝึกตนเองให้กลัวอย่างนั้น เพราะการเกิดอีกเป็นทุกข์นานาประการไม่เคยเลือกหน้าใครทั้งสิ้น ไม่ว่าจะที่ไหน ตระกูลใด ชนชาติใด ความทุกข์ไม่เลือกหน้า เมื่อเกิดมาแล้วย่อมมีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ทุกข์อย่างหนึ่ง คือ

1. สภาวะทุกข์ ทุกข์ประจำชั้นนี้ ชั้นนี้ของเราเป็นฐานแห่งความทุกข์ทั้งหมด

2. ปกิณกะทุกข์ ทุกข์ที่จรมา ทุกคนต้องประสบพบเห็นทุกข์ที่จรมาเช่นเดียวกัน

ความทุกข์ทั้งหมด เราจะกลัวได้ไหม การอบรมสอนใจให้กลัวในทุกข์เหล่านี้ได้ นั่นคือ ผู้มีปัญญา ใช้ปัญญาหาเหตุผลในแง่ต่างๆ อบรมสั่งสอนตนเองว่า การเป็นอยู่ในโลกนี้มีความทุกข์อย่างไรบ้าง ต้องสอนทุกแง่ทุกมุม ทุกจุดทุกอุบาย ไม่ใช่รู้ทุกข์อย่างเดียว ต้องเห็นทุกข์ด้วย หากรู้อย่างเดียว แต่ไม่เห็นเหตุให้เกิดทุกข์แล้ว ผลประโยชน์น้อยเต็มที ฉะนั้นการภาวนาปฏิบัติต้องให้รู้เหตุให้เกิดทุกข์ และเห็นเหตุให้เกิดทุกข์ด้วย ให้เกิดความละเอียดแก่ใจ และให้เกิดความเกรงกลัว คือกลัวการเกิดมากับโลก ทำอย่างไรจะได้ไม่เกิดอีกต่อไป

นี่เป็นจุดที่ผู้ปฏิบัติจะแสวงหาธรรมะขั้นสูงต่อไป คิดจะอบรมตนเอง ให้เกิดความกลัวขึ้นในใจ เราคนเดียวที่สามารถอบรมตนเองได้ ถึงคนอื่นจะอบรมเราอย่างไร ก็เป็นเพียงปลีกย่อย

เตือนเราให้เราอบรมตนเองเท่านั้นเอง เช่น ขณะนี้พวกเราได้มา  
อบรมธรรมะอยู่ก็ตาม นี่เป็นส่วนปลีกย่อย เพียงมารับนโยบาย  
จากผู้ให้การอบรม ส่วนเราผู้รับการอบรมต้องนำอุบายทั้งหมดไป  
อบรมตนเองครั้งที่สอง อีกต่อหนึ่ง อุบายใดที่ได้รับมาก็ต้องนำไป  
อบรมตนเองอีกครั้งหนึ่ง บุคคลที่อบรมตนเองได้นั้นคือ ผู้มีปัญญา  
มีความฉลาดในการอบรมตนเองอยู่เสมอ

การอบรมตนเองไม่จำเป็นต้องหากาลเวลา เวลานั้นก่อน  
เวลานี้ก่อน หรือต้องเข้าที่ภาวนาก่อนจึงจะอบรมตนเอง ไม่จำเป็น  
การอบรมตนเองไม่มีกาลเวลา ทำที่ไหนก็ได้ กินข้าวก็ได้ ทำงาน  
ก็ได้ สำคัญที่ให้เราสติปัญญา รู้อุบายวิธีในการอบรมตนเองอยู่  
เสมอ

ใจของเรามีความอยาก สันดานเดิมคือไม่รู้เท่าตามความ  
เป็นจริง เป็นเวลานาน จนกลายเป็นนิสัยจิตด้านจนถึงปัจจุบัน  
หากไม่มีความขยันหมั่นเพียรแล้ว การอบรมก็จะเป็นไปยากมาก  
เพราะจิตเราไม่ยอมรับความจริงตามหลักความจริง ต้องใช้ปัญญา  
อบรมตนเองอยู่เสมอ ไม่เช่นนั้นจิตเราจะด้านเสีย ฉะนั้น เราจึงไม่  
รอให้คนอื่นอบรมเราฝ่ายเดียว เราต้องอบรมตนเองเป็นสำคัญ  
เรียกว่า ตนแลเป็นผู้อบรมตนเอง

จิตตั้ง ทนตั้ง สุขภาวะหัง จิตที่ถูกอบรมอยู่เสมอๆ จิตจะมี  
ความฉลาด มีความเข้าใจในเหตุในผล จิตจะมีความสุขความ  
เจริญ เราต้องเป็นผู้อบรมตนเองเสมอ ตนเตือนตนด้วยตนเอง  
อบรมตนเอง สิ่งที่เราทำผิดใหม่ ถูกใหม่ เตือนตนอยู่เสมอ สิ่งนี้ไม่

ควรทำ สิ่งนี้ควรทำ

จิตตั้ง รักเขละ เมธาวิ แปลว่า ผู้มีปัญญาดีเท่านั้น จึงจะรักษาจิตได้ ถ้าผู้มีปัญญาทราวม จะรักษาจิตไม่ได้เลย ปล่อยไปตามยถากรรม คิดเรื่องดีเรื่องชั่วก็ไม่เข้าใจว่า ผิดหรือถูก เพราะขาดปัญญารอบรู้ การใช้ปัญญาอบรมใจ ว่า สิ่งนั้นควรทำ ควรพูด ควรคิด สิ่งนี้ควรปฏิบัติ สิ่งนี้ควรละ ควรวาง ปัญญาความรู้รอบทั้งหมดว่า อะไรควร อะไรไม่ควร ธัมมะวิจยะ รู้จักการเลือกเฟ้นธรรมะมาปฏิบัติกับตนเอง

อีกคำหนึ่ง ตนแลเป็นที่พึ่งของตน จะพึ่งอย่างไร พึ่งคนอื่นพึ่งได้ประเดี๋ยวประด๋าว แต่พึ่งตนเองเป็นสิ่งสำคัญ เราจะเอาสติปัญญาเป็นที่พึ่งตนเองได้อย่างไร ต้องสร้างขึ้นมา

ยกตัวอย่างเช่น พ่อแม่กับลูก ในเบื้องต้นต้องอาศัยพ่อแม่เป็นผู้บารุงรักษาลูกให้เจริญเติบโต แต่ที่สำคัญเมื่อลูกใหญ่โตขึ้นมา เมื่อรู้จักความเป็นอยู่ของตนเองแล้ว ไม่ใช่ลูกจะเกาะพ่อแม่ไปจนตลอดวันตาย จำเป็นต้องออกไปเป็นตัวของตัวเอง บุคคลจะเป็นตัวของตัวเองได้ ต้องรู้จักว่า เป็นที่พึ่งของตนเองได้อย่างไร พึ่งความสามารถ สติปัญญาตนเองอย่างไร ให้เราฝึกนิสัยพึ่งตนเองอยู่เสมอ นี่คือนสิ่งที่ต้องสำนึกให้มาก

อีกสิ่งหนึ่ง คือ เรากำลังอาศัยครูอาจารย์ ผู้เป็นพ่อเป็นแม่ให้ความรู้ความฉลาดแก่เรา เพื่อเป็นที่พึ่งแก่ตนเองให้ได้ นำความรู้ทั้งหมดบรรจุลงในตัวเองให้มาก เพราะเราไม่สามารถจะอบรมธรรมะกันได้ตลอดวันตลอดคืน ตลอดเดือนตลอดปี ถ้าหาก

วันใดที่เราไม่ได้รับการอบรมจากครูอาจารย์ แต่อุบายธรรมะทั้งหมด เราบรรจลงในใจเราแล้ว วันดีคืนดีเวลาเหมาะสมก็พยายามนึกคิด วางแผนปฏิบัติอบรมตนเองอยู่เสมอ

ธรรมะเป็นสิ่งใกล้ตัว แต่เรามองเลยตัวเองออกไป รูปธรรม นามธรรม ให้อู้อักความเป็นจริงเหล่านี้ จุดสำคัญในการปฏิบัติธรรม มีคำว่า เพื่อความรู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง ความจริงอยู่ที่ไหน อย่างเช่น ตัวเรามีความจริงอะไร ส่วนมากนักปฏิบัติไปมองแต่ชื่อของความจริงเท่านั้น แต่ตัวของความจริง เราไม่สำนึกเลยว่า ตัวความจริงเป็นอย่างไร คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นความจริง ตัวเราเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า คำสอนของพระพุทธเจ้าเอาออกมาจากบุคคลนี้ คนทำดีก็ทำตาม คนทำชั่วก็ทำตาม ทั้งกิริยา ทางกาย วาจา ใจ ทั้งหมดนี้ พระพุทธเจ้านำไปเรียบเรียงเป็นอุบายสอนคนให้อยู่ในความเป็นธรรม

นี่คือภาคปฏิบัติ แต่ถ้าหากเราไปมองผิวเผินว่า ธรรมะหมวดนั้นก็อยากรู้ ธรรมะหมวดนี้ก็อยากเข้าใจ นี่คือ ชี้ออกไป เพราะสิ่งที่ใกล้ตาใกล้ใจยังมองข้ามไป การปฏิบัติจึงเป็นหมั่นเสีย ไม่ได้ผลอะไรเลย ธรรมะหมวดต่างๆ หิริความละอาย โอตตัมปะ ความเกรงกลัว จึงเป็นจุดเด่นที่ต้องทำให้ได้ ไม่มีใครในโลกนี้จะช่วยเราได้หรอก พระพุทธเจ้ากล่าวว่า เราตถาคตเป็นเพียงผู้บอกผู้เตือนเท่านั้น ส่วนการปฏิบัติอบรมตนเองเป็นหน้าที่ของเราที่ต้องทำเอง หากเราไม่มีการอบรมตนเองอยู่เสมอแล้ว จิตเราจะกลายเป็นหมัน จิตเราคิดไปทางโลกทางสงสาร ทำไม่ความคิด

ทั้งหมดจึงไม่นำมาทางหลักปฏิบัติธรรม เพราะหลักปฏิบัติธรรมอยู่ที่นี้ ส่วนกิริยาทางกาย วาจา เป็นอริยาบถ เป็นอีกส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรม เรื่องการยืนเดินนั่งนอนนั้น เป็นส่วนประกอบของการปฏิบัติธรรม ไม่ใช่หลักที่แท้จริง หลักที่แท้จริงคือสติปัญญา อยู่ที่ไหนก็ตามก็ปฏิบัติได้ มีความรอบรู้อยู่เสมอ รอบรู้ว่สิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร

ในโลกทั้งหมดเป็นธรรมชาติสอนใจตนเองได้ทั้งหมด คือ ต้องรู้จักการเปรียบเทียบ เทียบเคียงว่าสิ่งใดในโลกนี้ มีความแปรปรวนไม่เที่ยง เราก็สามารถนำสิ่งนั้นมาเป็นอุบายสอนใจว่า แม้กายเราก็เป็นของไม่เที่ยงเหมือนกับของสิ่งนั้น เราไปเห็นต้นไม้ใบหญ้าที่ล้มหายตายไป ก็น้อมมาสอนใจว่า เราก็เป็นอย่างนั้น ท่านจึงว่า สามัญลักษณะธาตุ เหมือนกันด้วยความไม่เที่ยง ธาตุเราก็ไม่เที่ยง สิ่งภายนอกก็ไม่เที่ยง พยายามใช้ปัญญาสอนตนเอง สิ่งภายนอกทั้งหมดให้นำมาสอนใจตนเอง สร้างเรื่องขึ้นมาว่า ตัวของเราเป็นละครเรื่องหนึ่ง ละครประจำโลก โลกนี้เป็นละครอยู่ในตัว ต่างคนต่างเล่น เราคนเดียวเป็นพระเอกได้ เป็นนางเอกได้ เราเป็นตัวละครหลายอย่างได้ เช่น วันหนึ่งคืนหนึ่งตัวเราแสดงออกมาทางดีบ้าง ทางชั่วบ้าง ทางไม่ดีไม่ชั่วบ้าง ทั้งหมดนี้คือเราเป็นละครอยู่ในตัวด้วยเช่นกัน พยายามปรับตัวเองว่า ให้เป็นตัวละครที่ดี มีเหตุมีผล

เมื่อคืนอธิบายให้ฟังแล้วว่า โลกนี้เป็นสิ่งที่น่ากลัว สำหรับผู้มีความรู้รอบแล้ว เป็นสิ่งที่น่ากลัวมาก แต่บุคคลผู้ไม่เห็นความ

จริงของโลก เขาจะไม่กลัว อยากจะอยู่ในโลกนี้ตลอดไป อันนั้นก็ ยินดี อันนั้นก็พอใจ ความยินดีพอใจคือเป็นภพ เป็นภพของใจที่จะ ไปเกิดเป็นชาติ ลักษณะความรักความผูกพันทั้งหมดเป็นภพ การ อบรมสอนใจตนเองเพื่อไม่ให้ติดในภพต่างๆ การติดภพต่างๆ เป็น เรื่องยากมากที่บุคคลนั้นจะไปสู่สุคติได้ เมื่อตายไป

พระพุทธเจ้าบอกพระอานนท์ว่า “ดูก่อนอานนท์ บุคคลที่ จะไปสู่สุคติได้ เหมือนกับโคที่มีสองเขาเท่านั้น บุคคลที่จะไปสู่ อบายภูมิ เท่ากับชนโคทั้งตัว เพราะอบายภูมิมีไว้สำหรับบุคคลที่ มีความผูกพันยึดติดกับของในโลกนี้ การภาวนาปฏิบัติ คือ สอนใจ ตนเองว่า เราจะทำใจ ไม่ยึดติดกับของสิ่งใด ถึงมีก็มิไป ไม่ยึดติด กับของสิ่งนั้น การฝึกใจอย่างนี้ต้องฝึกเนิ่นๆ เมื่อยังมีชีวิตอยู่ เมื่อ สติยังดีอยู่ หากถึงเวลาที่สติไม่ดี สัญญาความจำเสื่อมโทรม หรือ จิตจะออกจากร่าง แล้วค่อยมาสอนกันช่วงนี้จะไม่ทัน

เหมือนกับสงครามกำลังประชิดบ้านเมืองอยู่ แล้วค่อยมา ฝึกนักรบ จะไม่ทันเหตุการณ์ การภาวนาก็เช่นเดียวกัน ต้องเริ่ม ในช่วงที่มีชีวิตอยู่ มีความรู้ความเข้าใจในเหตุผล มีความเข้มแข็ง มีการฝึกตนฝึกตัว เป็นหน้าที่ที่เราต้องฝึกตนเอง คนอื่นเพียงแค่ ผู้อธิบายเท่านั้น พวกเราทั้งหลายเป็นชาวพุทธ แต่ยังไม่เข้าใจผิดใน บางสิ่งบางอย่าง เพราะเป็นชาวพุทธยังไม่เต็มตัว ถ้าเป็นชาวพุทธ เต็มตัวความผิดต่างๆ จะน้อยมาก เพราะมีความเข้าใจถูกต้อง ส่วนมากเป็นเพียงความรู้ความเข้าใจในเหตุผลภายนอกธรรมดา แต่จิตใจตนเองยังเป็นไปไม่ได้ ทำไม่ได้

ธรรมะทั้งหมดเรามีสิทธิที่จะศึกษาได้ แต่ยากที่จะทำได้ เช่น หิริ ความละอายแก่ใจ โศดตปปะ ความเกรงกลัว ยากที่จะทำได้ในธรรมะขั้นสูง ธรรมะขั้นธรรมดาก็ยังยากที่จะทำได้อยู่แล้ว นี่คือการที่ต้องสำนึกตัวเองให้มาก ถ้าขาดสัจจะความจริงใจแก่ตนเองแล้ว การปฏิบัติจะเป็นไปได้ยากมาก สัจจะความจริงใจแก่ตนเองก็เป็นเรื่องใหญ่อีกเรื่องหนึ่ง ให้เราฝึกสัจจะความจริงใจกับตนเองให้มาก เป็นคนมั่นใจกับตนเองให้มากขึ้น เชื่อมั่นในเหตุผลของตนเอง ถ้าเราไม่ตั้งสัจจะขึ้นมาแล้ว ความคิดความเห็นความเข้าใจจะเลื่อนลอยไปตามกระแสโลก หาที่สิ้นสุดไม่ได้ ต้องมีเหตุผล สิ่งใดควรทำ สิ่งใดควรพูด ให้กลั่นกรองว่า การทำการพูดมีทั้งส่วนดีส่วนเสีย เราต้องพยายามเลือกคัดส่วนดี ส่วนที่ไม่ดีเราจะไม่ทำอีก ระลึกลูกอยู่เสมอ สิ่งไม่ดีพยายามที่จะละถอนปล่อยวางไป

หลักการปฏิบัติถ้าดูผิวเผินจะง่าย แต่ถ้าดูลึกๆ แล้วยากพอสมควร ถึงจะยากสักเพียงใด ถ้าเรารู้จักช่องทางแล้วก็กลายเป็นของง่าย คือลัดขั้นตอนได้ ไม่ใช่ว่า พูดอย่างหนึ่ง แต่ไปทำอีกอย่างหนึ่ง การทำงานต่างๆ จึงเป็นไปได้เลย เพราะข้ามหน้าข้ามหลัง ไม่เป็นไปตามขั้นตอน พระพุทธเจ้าได้วางขั้นตอนไว้แล้วเพื่อให้ถึงที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ คือ มรรค 8 ซึ่งมีตัวสำคัญ คือ สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เป็นจุดเด่นในการปฏิบัติธรรม เพราะตัวอื่นจะมารวมอยู่ในตัวนี้ทั้งหมด ไม่ว่าจะ เป็น สัมมาสังกัปปไป สัมมาวาจา สัมมากัมมัันโต สัมมาอาชีโว



ฉะนั้นการปฏิบัติของเราจึงต้องฝึกตนเองให้อยู่ในความเห็นชอบอยู่เสมอ ความเห็นชอบคือ เห็นจริงตามหลักความเป็นจริง สัมมาวาจาไม่ว่า ความเพียรชอบเป็นไปตามหลักความเป็นจริง

สัมมาสติ ระลึกรชอบ ระลึกไปตามหลักความเป็นจริง

สัมมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ ถ้ามีความเห็นชอบเป็นเบื้องต้นแล้ว การทำสมาธิทั้งหมดก็จะเป็นสัมมาสมาธิทั้งนั้น

ความเห็นชอบจึงเป็นฐานที่นักปฏิบัติต้องทำจุดนี้ให้มากขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับมิจฉา ความเห็นผิด หากมีความเห็นผิดตัวเดียวทำนั้น การดำริพิจารณาต่างๆ ก็เป็นมิจฉา ดำริผิด รวมถึงการพูดการทำต่างๆ ก็จะกลายเป็น มิจฉาวาจา มิจฉากัมมันโต มิจฉาอาชีโว มิจฉาวาจาไม่ว่า มิจฉาสติ มิจฉาสมาธิ การเข้าใจว่าตนเองทำถูกแล้วนั้น ไม่เป็นผลดีอะไรเลย ความจริงกับความไม่จริงมันอยู่เกี่ยวข้องกันใกล้กันนิดเดียว การศึกษาจึงต้องศึกษาให้เข้าใจหนึ่ง มิจฉา สอง สัมมา เราต้องศึกษาทั้งสองเส้นทางเพื่อให้รู้จักว่าอะไรเป็นอะไร

นี่คือภาคปฏิบัติ ไม่จำเป็นต้องรีบด่วนรีบเร่ง ทำตามชอบใจ ให้ศึกษาแนวทางให้เข้าใจเสียก่อน ก่อนตอบคำถามเราก็คิดคำนวณให้ถูกต้องก่อน จึงจะนำไปส่งครู นั่นคือ ก่อนตัดสินใจเชื่อ ต้องพิจารณาเหตุผลให้ชัดเจน นี่คือการใช้ชีวิตต้องตัดสินใจให้ผิดพลาดน้อยที่สุด หรือไม่ผิดเลย คำว่า ทำไปเถอะ ผิดแล้วค่อยแก้กันทีหลัง อย่าทำแบบนั้น ต้องคิดก่อนทำ

โยนิโสมนสิการ ใคร่ครวญก่อนในเบื้องต้น

นิสัมมะ กระระณัง เสยโย ใคร่ครวญก่อน จึงทำ จึงพูด

หากเราทำได้อย่างนี้ ความผิดพลาดจะน้อยมาก ฉะนั้นหลักปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าได้วางไว้ คือ สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน ทั้งสองอย่างมีความเกี่ยวข้องกัน สมถะ คือ การทำสมาธิ มีมาตั้งแต่ก่อนพระพุทธศาสนา เป็นหลักสากล เมื่อสิทธิ์ตะถะภิกขุออกบวชก็ไปศึกษากับดาบสฤาษี แต่ท่านก็ได้เข้าใจว่าการทำสมาธิเป็นอุบายวิธีพักใจเฉยๆ เมื่อทำสมาธิแล้ว จะให้เกิดความรู้ความฉลาดขึ้นนั้น เป็นไปไม่ได้ จึงไม่มีฤาษีคนใดเมื่อทำสมาธิจิตสงบแล้วมีปัญญาเกิดขึ้นแต่อย่างใด เป็นเพียงพักใจ บางช่วงบางขณะเท่านั้น อย่างมากก็เป็นญาณ เป็นฌานไปบางช่วงบางครั้ง จะให้เกิดความฉลาดรู้แจ้งเห็นจริงธรรมะไม่ได้ แต่ก็มีส่วนเป็นอุบายอุดหนุนให้เห็นชอบเห็นจริงได้

พระพุทธเจ้าได้วางหลักการปฏิบัติคือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ วิปัสสนา หมายถึง การคิดตรិตรอง หาเหตุหาผล มาสอนตนอยู่เสมอ นี่คือ อุบายปัญญา วิปัสสนาเป็นธรรมะขั้นกลางๆ ถ้าเป็นวิปัสสนาญาณแล้วจะกลายเป็นธรรมะขั้นสูง ขั้นพื้นฐานคือ สร้างปัญญาสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบให้เกิดขึ้น ต่อไปวันข้างหน้าปัญญาตัวนี้จะพัฒนาตัวเองไปกลายเป็นปัญญาวิปัสสนา และเมื่อพัฒนาปัญญาวิปัสสนาให้ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก ในที่สุดก็จะกลายเป็น ภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาขั้นสูง หากผู้ใดปฏิบัติได้ปฏิบัติถึง จนเกิดปัญญาประเภทนี้ขึ้น ผู้นั้นจะอยู่เป็นปฤชชนได้

ไม่กี่นาที อีกไม่กี่นาทีข้างหน้า ผู้นั้นจะบรรลुเป็นพระอริยเจ้า  
 อย่างน้อยเป็นพระโสดาบันขึ้นไป ปัญญาตัวนี้จะเกิดขึ้นได้ก็  
 เพราะฐานปัญญาเบื้องต้นคือ สัมมาทิฏฐิความเห็นชอบ ปัญญา  
 ย่อมเกิดขึ้นจากปัญญาเอง ปัญญาชั้นละเอียดก็ย่อมเกิดขึ้นจาก  
 ปัญญาชั้นกลาง ปัญญาชั้นกลางก็ย่อมเกิดขึ้นจากปัญญาชั้น  
 หยาบ ปัญญาชั้นหยาบคือปัญญาสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบ ต้อง  
 วางรากฐานตัวนี้ให้ถูกต้องเสียก่อน

ตัวความเห็นเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติ คือ เห็นจริงตาม  
 ความเป็นจริง ไม่ใช่รู้จริงอย่างเดียว ต้องเห็นจริงด้วย การรู้จริง  
 อย่างเดียวมีหลายช่องทาง เช่น เราศึกษาธรรมะจากตำรา ฟังธรรม  
 จากครูอาจารย์ อันนั้นก็รู้ อันนี้ก็รู้ การรู้แบบนี้ ไม่มีผลดีอะไร  
 เพราะเรายังไม่เห็นจริงตามความรู้อันที่รู้ว่ามา การศึกษาธรรมะที่  
 เราต้องการคือ เพื่อให้เห็นจริงในขั้นสุดท้าย การเห็นจริงมีทั้งชั้น  
 หยาบ ชั้นกลาง ชั้นละเอียด ต้องอบรมตนเองให้เป็นอย่างนี้

การทำสมาธิที่รู้ว่ามา ก็อย่าไปทิ้ง หากไม่ทำสมาธิแล้ว  
 กำลังใจที่คิดก็เหน้อยได้ การทำสมาธิเป็นการพักใจชั่วคราวหนึ่ง  
 เมื่อทำสมาธิแล้วก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณา คือเราไม่ติดใจในการ  
 ทำสมาธินั้น แต่เราก็ต้องทำ เหมือนการเดินทางเพื่อให้ถึงจุดหมาย  
 เมื่อเราเดินไป เกิดการเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าขึ้น ก็จำเป็นต้อง  
 พักผ่อนตามสายทางนั้น เพื่อเอากำลังให้เกิดขึ้นในการเดินทาง  
 เมื่อพักก็มีกำลังแล้วก็เดินทางต่อไป นี่ฉันใด เรื่องการทำสมาธิเป็น  
 การพักใจ เรื่องการเดินทางเป็นเรื่องของสติปัญญา คิดอยู่เสมอ

บางคนมีความเข้าใจว่า ตนเองรู้อย่างนี้ เข้าใจอย่างนี้ นี่ก็ว่าตนเองมีความคิด ไม่ใช่เลย นั่นเป็นเพียงความรู้ ให้แยกออกให้เป็น ความรู้กับความคิด ลักษณะอย่างไร คนละเรื่องกัน ส่วนมากนักปฏิบัติจะเอาความรู้มาตัดสินปัญญาตนเองว่า ธรรมะหมวดนั้นนี้ก็รู้ หมวดนี้ก็รู้ ความรู้จะเป็นการบั่นทอนปัญญาตนเองทั้งหมดเลย ถ้าบุคคลใดมีความเข้าใจว่าตนเองรู้แล้ว คนนั้นจะใช้ปัญญาไม่ได้ อย่าทำตัวเองให้เป็นคนรู้แล้ว สิ่งที่เราต้องการคือความเห็น ความรู้ทั้งหมดที่ว่ามา เราจะรู้ได้จากการศึกษาเล่าเรียน แต่การเห็นด้วยตนเองเป็นเรื่องที่ยากมาก เราจึงเอาความรู้ทั้งหมดมาอบรม มาสอนตนอยู่เสมอว่า ความรู้ทั้งหมดเป็นชื่อของธรรมะเท่านั้น เราชู้อชื่อของธรรมะ แต่ตัวธรรมะยังไม่เห็น พยายามสอนใจตนเองให้มีความรู้รอบมากกว่านี้ เรียกว่า ใจเรามีปัญญา มีเหตุผล เอาความรู้เห็นต่างๆ มาฝังที่ใจของตนเองให้มาก เรียกว่า ญาณทัสสนะ ทั้งรู้ทั้งเห็นไปพร้อมๆ กัน

ในโลกของเรา นี้ เป็นธรรมะทั้งหมดถ้าคนมีปัญญา โลกอยู่ที่ไหน ธรรมะอยู่ที่นั่น ภายในตัวเองเป็นธรรมะ ภายนอกทั้งหมดก็เป็นธรรมะ ให้เราพิจารณาความจริง เช่น ความแก่เจ็บตาย คนแก่คนหนุ่ม นี้เป็นธรรมะทั้งหมด สมมติว่า คนหนุ่มกับคนแก่อยู่ด้วยกัน คนหนุ่มก็เอาเรื่องของคนแก่มาเป็นธรรมะได้ ถ้ามีปัญญาดี หรือคนแก่ก็สามารถเอาเรื่องของคนหนุ่มมาเป็นธรรมะได้ ถ้ามีปัญญาดี คนหนุ่มจะเอาคนแก่มาเป็นธรรมะได้ โดยมองว่า แต่ก่อนเขาก็หนุ่มเหมือนเรา เมื่ออายุเขาเท่ากับเรา รูปร่าง

ลักษณะของเขาก็เหมือนกับเรา แต่บัดนี้อายุเขามากขึ้น อีกวันหนึ่งข้างหน้า เมื่อเราอายุเท่ากับเขา รูปร่างกายเราก็เหมือนเขาทุกส่วน นี่คือ คนหนุ่มเอาจนแก่มาเป็นอุบายสอนใจได้ ถ้าเขามีปัญญาที่ดี

หรือคนแก่ดูคนหนุ่มก็เหมือนกัน แต่ก่อนเราก็เป็นคนหนุ่มเหมือนคนนี้ แต่คนหนุ่มคนนั้นเมื่อมีอายุเท่ากับเรา เขาก็จะเหมือนเราทั้งหมด ให้สามารถเทียบเคียงได้ทุกสิ่งทุกอย่างเทียบเคียงตามความเป็นจริง คือสามัญลักษณะธาตุ คือธาตุเสมอกันทั้งหมด นี่คือปัญญาของเรา หลักภาวนาปฏิบัติอย่าเพิ่งบอกว่ารู้แล้ว ถ้าบอกว่ารู้แล้ว ปัญญาจะหมดสิทธิ์ทันที คิดไม่ได้ ตรึกตรองไม่ได้เลย มันรู้แล้ว

ในครั้งพุทธกาลคนสมัยนั้นทำไมจึงบรรลุมรรคผลนิพพานได้ง่าย เพราะเขาเหล่านั้น ไม่มีคำว่า รู้แล้ว ไม่นำเอาความรู้มาตัดทอนปัญญาของตนเองแต่อย่างใด มีแต่จะทำอย่างไรให้รู้จริง เห็นจริงตามหลักความเป็นจริง เขาภาวนากันอย่างนั้น สมัยก่อนพระพุทธเจ้ายังไม่ได้บัญญัติตำราไว้ การเผยแผ่ก็ไม่มีเทปหรือหนังสือ การเผยแผ่สมัยนั้นเพียงแต่นำเอาความรู้ความเห็นของพระสงฆ์เป็นตัวประกาศศาสนา ให้บุคคลทั้งหลายเข้าใจอย่างเป็นธรรมตามหลักความเป็นจริง เอาปัญญาพิจารณาเหตุผลไปเลยตามประวัติ บางคนว่านะโมยังไม่เป็นเลย ก็สามารถเป็นพระอรหันต์ได้ บางคนศีลห้ายังไม่รู้เรื่อง ก็เป็นพระอรหันต์ได้

สมัยเราทุกวันนี้ มีหลักธรรมะหลายหมวดหมู่ จึงควร

รักษาให้ได้ว่า เรื่องศิลป์เราก็ต้องรักษาเอาไว้ เพราะศิลป์เป็นอูบาย  
 ข้อบังคับอย่างหยาบ กิริยากายวาจาที่เรามีต่อสังคม เราต้องเลือก  
 การแสดง ไม่ใช่จะทำตามชอบใจ ต้องมีเหตุมีผล รักษาศิลป์คือ  
 รักษากายวาจาให้อยู่ในขอบเขตของสังคม เพื่อความเป็นธรรมชาติ  
 ของหมู่คณะ ศิลปะทั้งหมดมารวมอยู่ที่ใจ ที่นี้ใจของเรายังมีกิเลส  
 ตัณหาอยู่มาก การแสดงออกของเราจึงพยายามรักษาอย่าให้โลด  
 โผนเกินไป ถึงจะมีความรักความยินดีก็ให้เป็นเรื่องของภายใน  
 เราจะพยายามรักษาอบรมใจของตนเองด้วยปัญญาของเรา ศิลปะ  
 ทั้งหมดจะรักษาได้ด้วยปัญญา คนทั้งหลายเข้าใจว่า รักษาศิลป์ให้  
 ได้ก่อนจึงจะเกิดสมาธิ แท้จริงการรักษาศิลปะนั้น ปัญญาเป็นตัว  
 รักษา ถ้าจะรักษาศิลปะโดยไม่มีปัญญาเป็นตัวรักษาแล้ว จะรับศิลปะ  
 วันละร้อยครั้งพันครั้งก็หายหมด เพราะจะรักษาศิลปะได้ต้องมี  
 ปัญญาเข้าใจในเหตุในผล ปัญญารอบรู้ในการรักษา ศิลปะแต่ละข้อ  
 จะใช้ปัญญารักษาอย่างไร นี่คือนคนฉลาดจะรักษาอะไรก็รักษาได้  
 ง่าย ทำได้ง่าย ปัญญาเป็นสิ่งสำคัญที่เราต้องสร้างขึ้น



### หลวงพ่อกุล เทศน์ที่ รร.ปανεพันธ์ กัณฑ์ที่ 3

ข้อธรรมะที่นำมาอบรมวันนี้ คือการยอมรับความจริงตามหลักความเป็นจริง เพราะความจริงทั้งหมดมีอยู่ประจำโลก ตั้งแต่กาลไหนๆ ว่าสิ่งนั้นมีความจริงอย่างนั้น สิ่งนี้มีความจริงอย่างนี้ ความจริงบางสิ่งบางอย่างเราไม่ควรเอามาเป็นตัวอย่าง เราก็ทิ้งไป ความจริงบางสิ่งที่มีประโยชน์ เราก็จะนำมาเป็นข้อปฏิบัติต่อไป ความจริงของโลกมีหลักฐานชัดเจน เรียกว่า จริงโลก

นิสัยใจคอของบุคคลที่มาจากเกิดในโลกนี้ไม่เหมือนกัน พระพุทธเจ้าตรัสไว้ 2 ประเภท คือ อเสวนา จะ พาลานัง บัณฑิต ตานัญญจะ เสวนา คือ กลุ่มของคนพาล และกลุ่มของนักปราชญ์ บัณฑิต คนสองกลุ่มนี้มีอยู่ประจำโลกมาทุกยุคสมัย เราคนเดียวกัน ยังแบ่งเป็นสองอย่างได้ เป็นคนพาลด้วย เป็นนักปราชญ์ด้วย บางทีก็ชั่ว บางทีก็ดี เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา โลกของเราจึงแบ่งออกเป็นสองกลุ่ม กลุ่มคนพาลและกลุ่มบัณฑิต ลักษณะอย่างนี้ เป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพของโลก

หากยุคใดสมัยใด มีคนพาลเกิดขึ้นกับโลกมาก ในโลกก็จะเกิดความเดือดร้อนวุ่นวายไปทุกแห่ง ฆ่ากันตีกันเห็นแก่ตัวทุกคนแห่ง เกิดความเดือดร้อน หากยุคใดสมัยใดเกิดนักปราชญ์ บัณฑิตขึ้นมาก กำลังศีลธรรมมากขึ้น ความเป็นอยู่ของสัตว์โลกก็มีความเจริญมากขึ้น การพูดอย่างนี้จะเอาอะไรเป็นเครื่องวัดว่า ยุคไหนมีคนพาลเกิดขึ้นมาก ยุคไหนมีนักปราชญ์บัณฑิตเกิดขึ้น

มาก ให้เราดูตามหลักความเป็นจริงของโลกที่มีการเคลื่อนไหวอยู่ แต่ที่จริงแล้วคนทั้งสองจำพวกจะไม่ขาดจากโลกนี้เลย ในยุคนี้ สมัยนี้ ให้พวกเราสังเกตดูง่าย พวกเรามีอายุที่ผ่านมา 50 ปี 60 ปี ในยุคก่อนสมัยโน้น นิสัยของคนเราทั้งหลายมีนิสัยอย่างไร มีความเป็นอยู่อย่างไร มีความซื่อสัตย์สุจริตอย่างไรบ้าง ลักษณะโมฆะปล้นจี เป็นอย่างไรบ้าง การเห็นแก่ตัว เห็นประโยชน์แก่พวกพ้อง ในยุคนั้นกับยุคนี้แตกต่างกันอย่างไรบ้าง หากพิจารณาดูแล้ว ทุกคนคงตอบว่า ความเป็นอยู่สมัยปู่ย่าตาทวดเป็นแบบสบายๆ ไม่มีคนลักขโมยจีปล้น หรือมีน้อยมาก การข่มขืนชำเรา มีน้อยมาก เรื่องหายนะเลวร้ายต่างๆ ไม่ค่อยมี ในยุคนั้นมีนักปราชญ์บัณฑิตมาก ต่างจากยุคนี้ที่มีคนพาลมากขึ้น คนพาลอยู่ที่ไหน ก็อยู่ในสังคมโลกนี้เอง การกำจัดคนพาล กำจัดได้ยากมาก เพราะถึงยุคถึงกาลเวลาแล้ว นิสัยของคนจะเลวร้ายลงไปทุกที

อีกส่วนหนึ่งที่พูดว่า โลกมีความเจริญ คำว่า เจริญ เอาวัตถุเป็นเครื่องวัด ว่ายุคนี้สมัยนี้ มีการก่อสร้าง สิ่งอำนวยความสะดวกให้คนกินดีอยู่ดีมากขึ้น จึงถือเอาวัตถุเป็นความเจริญของโลก แต่เรื่องศีลธรรมได้เสื่อมไปจากใจคน ความละอายแก่ใจของคนมีน้อยมาก คนพาลสันดานชั่วเริ่มจะก่อตัวมากขึ้นๆ ตามที่เราได้ติดตามข่าวโลก ดังคำว่า ประชาชนเป็นใหญ่ในแผ่นดิน เสี่ยงประชาชนเป็นเสี่ยงสวรรค์ นี่พูดแบบการเมือง ประชาชนเป็นผู้มีหน้าที่ทำให้โลกเจริญได้ ฉิบหายได้ เช่นเดียวกัน ผู้ปกครองเป็นเพียงผู้ตามหลังประชาชน ประชาชนต้องการอย่างไร เขาก็ต้องทำ



อย่างนั้น

ตัวอย่างเช่น ประเทศไทยมีนักการเมืองอย่างนี้ ถ้าประชาชนต้องการอย่างไร ฝ่ายบริหารก็ต้องทำตาม บ้านเมืองจะเจริญหรือไม่ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับผู้แทนราษฎร แต่ขึ้นอยู่กับประชาชนทั้งประเทศ ถ้าประชาชนในยุคนี้มีคนพาลมากขึ้น จำเป็นที่นักการเมืองต้องทำตามคนหมู่มาก ยิ่งทำตามคนหมู่มาก ก็ยิ่งเสื่อมเร็วยิ่งขึ้น เพราะสันดานคนในยุคนี้มีแต่เลวร้ายลงไปทุกที เราต้องยอมรับความจริง ทำใจให้ได้ แต่สำหรับนักปฏิบัตินั้นมีเพียงส่วนน้อย ให้เราทำใจอยู่เสมอว่า ใครจะยอมรับความจริงหรือไม่ก็ตาม มันก็จะหมุนตัวไปในทางที่ต่ำ การภาวนาปฏิบัติจึงเป็นการหลีกเลี่ยงหรือตีตัวออกห่างคนพาลเหล่านี้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ การตีตัวออกห่างไม่ใช่ที่เราจะไปบังคับเขา ทำร้ายเขา การคบค้าสมาคมเป็นเรื่องธรรมดาในสังคมโลก การสมาคมเป็นกิริยาในการคบหา แต่อกิริยาเราจะทำใจเฉย วางตัวได้ ว่านิสัยใจคอของคนจะเลวร้ายลงไปทุกที การภาวนาปฏิบัติเป็นอุบายกระตุ้นใจตนเองให้มีเหตุผลยอมรับความจริงของโลกให้ได้ หากเราไม่สนใจตนเองแล้ว เราก็จะเป็นทุกข์กับสังคมโลก จึงต้องอบรมตนเองให้ห่างจากคนพาล

นี่แล ตนเป็นที่พึ่งของตน ต้องพึ่งความสามารถสติปัญญาของเราเอง ปัจจุบันนี้กำลังเริ่มเกิดกตัญญูขึ้นทุกที เรียกว่า สุญกับปี เริ่มก่อตัวขึ้น ผู้ที่ปฏิญาณตนว่านับถือศาสนาพุทธ เป็นเพียงภาคทฤษฎี หรือภาคบังคับเท่านั้น ส่วนการนับถือด้านจิตใจจริงๆ

ยากมาก ถ้าทุกคนยอมรับความจริงว่าสังคมกำลังเปลี่ยนแปลง  
 อย่างนี้ สังคมภายนอกจะเปลี่ยนแปลงก็เปลี่ยนแปลงไป แต่เรา  
 เป็นผู้ปฏิบัติก็จะยอมรับความจริงอย่างนี้ๆ พยายามทำตัวอยู่  
 เสมอว่า เราจะเป็นมิตรกับคนทุกคน ถึงแม้ว่าเราจะเป็นผู้ฝึกตัวให้  
 เป็นบัณฑิตนักปราชญ์ก็ตาม แต่ก็หนีจากคนพาลไม่ได้ หนีไม่ได้ก็  
 ต้องคบกัน คบกันในสังคม เราจะทำตัวไม่เป็นภัยกับใคร ไม่ก่อ  
 เหตุใดๆ ทั้งสิ้น

เรื่องการสมัคสมานสามัคคีกัน เราก็สามัคคีเป็นบางส่วน  
 ส่วนไหนหลีกเลี่ยงได้ก็หลีกเลี่ยงไป บางสิ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้ ก็อยู่ไป  
 ตามกิริยาของการอยู่ แต่ใจเราจะไม่พอใจกับของสิ่งนั้นเลย สังคม  
 โลกกำลังเป็นอย่างนี้ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นเกิดจากเราไม่ยอมรับ  
 ความจริง ความจริงในสังคมมีอะไรบ้าง ความจริงในส่วนตัวมี  
 อะไรบ้าง แจกแจงออกมา ขยายออกมาให้กว้างขวาง เพื่อให้ใช้  
 ปัญญาติดตามให้ทันต่อเหตุการณ์ในสังคมนี้ ใจจะมองโลกในทาง  
 ที่เป็นจริง นี่เป็นเหตุสำคัญของนักภาวนา ไม่ใช่นึกคำบริกรรม จะ  
 ไม่ทันต่อเหตุการณ์ ต้องใช้สติปัญญารอบรู้รอบรอบ แก้ปัญหาส่วนตัว  
 และสังคมให้ทันเหตุการณ์ จึงจะอยู่ได้อย่างสบาย

นี่คือการปฏิบัติที่เราต้องรู้รอบในทุกแง่มุม มีปัญหาอะไรก็  
 ต้องแก้ไขให้ทันต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า  
 ธรรมทั้งหลายเกิดแต่เหตุ ดับไปเพราะเหตุ คำว่า เหตุ มีหลัก  
 ใหญ่อยู่สองประการคือ เหตุที่ดี และเหตุที่ชั่ว เหตุดีเหตุชั่วนั้น  
 เราใช้เหตุผลเป็นข้อบังคับ เหตุที่ดีมีเหตุผลอะไร เหตุที่ชั่วมีเหตุผล

อะไร เราต้องรู้จักนำเหตุทั้งสองอย่างมาใช้งาน บางสิ่งแก้ไม่ได้ บางสิ่งแก้ได้ เราก็ต้องแก้กันไป ไม่ใช่ว่าจะเอาทั้งหมด หรือทั้งทั้งหมด เรียกว่า ธรรมวิจยะ เลือกพ้นธรรมะ

ธรรมะทั้งหมดมีประจำโลก ศาสนาต่างๆ เกิดขึ้นบางช่วง บางขณะ เมื่อถึงกาลเวลาก็หมดไป เมื่อหมดไปก็ก่อตัวขึ้นใหม่ แล้วก็ดับหายไปอีก แต่ธรรมะคือธรรมชาติไม่หมดไปจากโลกนี้ ความเป็นอยู่ของโลกเป็นอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น เช่น คนมีการเกิดแก่เจ็บตายก็เป็นไปอย่างนั้น คนมีความสุขความทุกข์ก็เป็นไปอย่างนั้น นี่คือธรรมชาติที่มีอยู่ ไม่มีใครจะลบเลือนได้เลย ทุกคนต้องประสบพบเห็น พระพุทธเจ้าเผยแผ่คำสอนเพียงช่วงระยะเวลาสั้นๆ คำสอนของพระองค์ในหนังสือพระไตรปิฎกมีปริมาณเพียงนิดเดียวเมื่อเทียบกับหลักความเป็นจริงทั้งหมดมีมากกว่านั้น ขอให้เรานำเอาหลักความจริงทั้งหมดมาพิจารณากัน

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เมื่อพระองค์อุบัติขึ้นในโลกนี้ เพื่อต้องการให้สังคมโลกอยู่ด้วยกันอย่างสันติสุข มีความรักกันสงสารกัน ให้อภัยกัน มีอุเบกขาทำใจให้เป็นกลาง พระองค์ได้วางหลักพรหมวิหารสี่ คือ เมตตาความรัก กรุณาความสงสาร มุทิตาพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี อุเบกขาความวางเฉย ทั้งสี่ข้อนี้เป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะนำมาปฏิบัติเฉพาะตัว หากสัตว์โลกไม่นำธรรมะสี่ข้อนี้ไปปฏิบัติ ปัญหาย่อมตามมาได้

เมตตา คือความรักกันในแง่สงสารกัน หากมีความรักกันสงสารกันแล้ว ความรักจะยืนยงตลอดไป เช่น ถ้าผิวเมียมีความ

รักกันแต่ไม่มีความสงสารกัน ความรักนั้นจะไม่ยั่งยืนเท่าที่ควร แต่หากัวเมียมีความรักกันและมีความสงสารกัน ัวเมียคู่นั้นจะอยู่ด้วยกันตลอดชีวิต ความสงสารจะเป็นตัวบังคับความรักอีกต่อหนึ่ง ความรักความเมตตาเมื่ออยู่ประจำโลก แต่ก็มีตามยุคตามสมัย หากสังคมใดมีความรักเมตตาต่อกัน สังคมก็就会有ความเจริญ มีความเป็นอยู่ที่ดี เมตตาเป็นเครื่องค้าจุนโลก

โลกของเราี้ทุกยุคทุกสมัย ไม่ว่าจะมืพระพุทธรเจ้าเกิดมา หรือไม่ก็ตาม ลักษณะความรักกันมีทุกยุคทุกสมัย นี้คือสันดานของสัตว์โลก ทั้งมนุษย์และสัตว์ดิรัจจวาน มีความรักกันอยู่เสมอ สัตว์ต่างๆ เมื่อมีลูก ก็จะมีความรักต่อลูกมาก ดังจะเห็นได้จาก ไก่ สัตว์ก็มีความรักกัน ไม่ใช่จะมีแต่คนเพียงอย่างเดียว เมตตาจึงเป็นรากแก้ว ไน่มน้าวสัตว์โลกให้อยู่ร่วมกันได้อย่างผาสุก อยู่ด้วยกัน ไม่มีเวรภัยต่อกัน ไม่ปองร้ายกัน การเอาเปรียบกันจะไม่มีในสังคมนั้นเลย

หากเมื่อใดสังคมโลกมีความเมตตาสงสารกันน้อย เมื่อนั้น คนก็จะเอาัดเอาเปรียบกัน สังคมเดือดร้อนทุกหย่อมหญ้า เมื่อมีความรักกัน ความสมัคสรสมานสามัคคียอมเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัว จะพูดจะทำก็มีแต่จะช่วยกันทำ โลกก็จะมีความเจริญมากขึ้น ถ้ายุคใดความรักความสงสารมีน้อย ความสมัคสรสมานสามัคคีก็ยอมน้อยลง คือไม่ยอมช่วยเหลือกัน สังคมโลกมี 2 ประเภท คือ สังคมบัณฑิตนักปราชญ์ กับสังคมคนพาล แล้วสังคมของคนพาลมีความรักความเมตตาหรือไม่ มีอยู่เหมือนกัน เช่น คนพาลก็ยังไม่

ฆ่าลูกตนเองเลย เขาก็ยังรักลูกเมียเขาอยู่พอสมควร สัตว์ต่างๆ ที่  
คู่ร้าย เสือสิงห์กระทิงแรด มันก็ยังรักลูกของมัน นี่คือ เมตตาเป็น  
เครื่องค้าจุนโลก มีเมตตาเท่าไร คนพาลก็น้อยลง บัณฑิตก็  
มากขึ้น

นี่คือส่วนหนึ่งที่เราต้องทำตัวเป็นนักปราชญ์บัณฑิตให้มาก  
ที่สุด ความเมตตาต่อกันเป็นเครื่องอำนวยความสะดวกในชีวิต  
เพราะเราเกิดในโลกนี้ไม่ใช่เกิดชาติหนึ่งชาติเดียว หลายชาติ  
หลายภพจะต้องพบเห็นสิ่งเหล่านี้อยู่ ไม่น่ว่าเราจะหลุดพ้นจาก  
วัฏสงสารไปเมื่อไร เรายังต้องเกิดตายอยู่หลายภพชาติ การศึกษา  
ธรรมะทั้งหมดจึงเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่จะหนีจากวัฏสงสาร คือ  
ไม่เพียงแค่ว่าจะไปอยู่บนสวรรค์เท่านั้น

สำหรับเรื่องสวรรค์มีความจริงอยู่ว่า ทุกศาสนาที่มาเกิด  
บนโลกนี้ ล้วนแล้วแต่สอนการไปสวรรค์ เช่น คริสต์ อิสลาม พุทธ  
มีความเหมือนกันคือสอนไปสวรรค์ แต่ศาสนาพุทธมีการสอน  
พิเศษอีกชั้นหนึ่ง คือหนีพ้นจากสวรรค์ไปได้ เพราะสวรรค์ยังคง  
ต้องมาเกิดอีก คนไปสวรรค์เพราะผลคุณงามความดีที่ได้สร้างไว้  
บนโลกนี้ เมื่อตายแล้วก็ไปเกิดบนสวรรค์ พรหมโลกก็เป็นผลจาก  
คุณงามความดีที่ทำไว้ คือ ทำมานให้เกิดขึ้น ถึงจะไปเกิดที่พรหม  
โลก เมื่ออำนาจเสื่อมก็ต้องกลับมาเกิดบนโลกเช่นเดียวกัน

นี่คือวัฏจักร กามภพ รูปภพ อรูปภพ เป็นวัฏจักร สิ่ง  
พระพุทธเจ้าสอนคือทำอย่างไรให้คนหลุดพ้นจากวัฏจักรได้ นี่คือ  
ธรรมะที่มีเฉพาะพระพุทธศาสนาเท่านั้น เช่น การทำใจไม่ให้เกิด

ความยึดมั่นถือมั่น ผูกพันในภพทั้งสาม การทำใจอย่างนี้คืออะไร คือการใช้ปัญญาพิจารณาเอาภพทั้งสามมาวิเคราะห์ ทำไมคนเราจึงชอบมาเกิดอยู่บ่อยๆ เพราะความผูกพันในภพทั้งสามมีอยู่ ผูกพันกับสิ่งใดย่อมจะทำให้มาเกิด การเกิดนี้แลมาเป็นชาติ ชาติก็อาศัยภพ ภพอาศัยความผูกพันความยินดีสิ่งนั้นๆ อยู่

การภาวนาปฏิบัติคือการสอนใจตนเองไม่ให้หลงในภพนั้นๆ ไม่ให้ยินดีในภพนั้นๆ ถึงเราจะมีอยู่ก็ตาม ก็ไม่ให้เกิดความยินดี ผีกใจเราให้รอบรู้ในหลักความเป็นจริง เรียกว่า ยอมรับความจริง นี่คือนักปฏิบัติ ไม่ใช่แค่รู้ธรรมดา แต่ต้องให้ใจยอมรับอย่างชัดเจนจึงจะผ่อนคลายเป็นได้

นักปฏิบัติหลายคนได้พูดว่า ทำอย่างไรจะให้จิตละถอนปล่อยวางจากกิเลสตัณหาวิชาทั้งหมดได้ เรื่องจะให้จิตละถอนปล่อยวางจากกิเลสอวิชชา นั้นเป็นอีกส่วนหนึ่ง เป็นผลซึ่งสูงเกินไปแล้ว สำหรับนักปฏิบัติครั้งแรก ไม่จำเป็นต้องให้จิตละถอนปล่อยวาง ขั้นแรกคือทำอย่างไรให้ใจยอมรับความเป็นจริง ความเป็นจริงทั้งหมดเรารู้จริงไหม เรารู้จริง แต่ใจไม่ยอมรับสิ่งเหล่านี้ จึงต้องสอนใจตนเองให้มาก สอนบ่อยๆ เอาปัญญาสอน หากเราไม่ใช้ปัญญาสอนแล้ว เราก็จะลุ่มหลงในภพอีกต่อไป ความยินดี ผูกพันในสิ่งต่างๆ นี้แหละจะเป็นภพ ภพคือความยินดีผูกพันกับสิ่งนั้นๆ อะไรก็แล้วแต่สามารถเป็นภพให้เกิดได้ทั้งนั้นเลย

ยกตัวอย่างเช่น พ่อแม่ยินดีผูกพันกับลูกหลานมากเกินไป นี่คือการถูกเป็นภพแล้ว เมื่อพ่อแม่ตายไปก็จะมาเกิดกับลูกหลาน

ต่อไป หรือหากผู้นั้นยินดีผูกพันกับบ้านเรือนหรือสิ่งใด นั่นคือฐานภาพ เมื่อตายไปก็จะไปเกิดในภพนั้นๆ ดังพระพุทธเจ้าตรัสไว้กับ อานนทที่ว่า ดูกรอานนท บุคคลที่จะไปสู่สุคติมีน้อยมาก เท่ากับเขาวัวที่มีเพียงสองเขาเท่านั้น บุคคลที่จะไปสู่อบายภูมิมีมาก เท่ากับขนวัวที่มีทั้งตัว เพราะคนเรามีความติดภพเป็นสิ่งสำคัญ

ความยึดติดภพต่างๆ ก็ต้องแก้โดยการภาวนาปฏิบัติ ส่วนการทำบุญให้ทานต่างๆ ที่เราต้องการไปสวรรค์อย่างนั้นอย่างนี้ หากเราไม่มีความผูกพันกับภพนี้ เราก็จะไปได้ แต่ส่วนมากไปไม่ได้เลย

สมมติว่า บุคคลทำบุญทำทานทุ่มเทเงินหลายล้าน เมื่อทำไปแล้ว แต่ใจเรายังคงยินดีผูกพันกับลูกหลานบ้านเรือนอยู่ ช่วงขณะที่ตาย ใจยังคงยินดีผูกพันกับลูกหลานอยู่ แทนที่บุญกุศลสิ่งที่เราทำไปจะกลายเป็นเครื่องอำนวยให้เราไปสู่สวรรค์ ก็ไปไม่ได้ เพราะบุญทั้งหมดไม่มีกำลังเหนืออุปาทานความยึดมั่นในภพ ภพต่างๆ เราต้องแก้ด้วยตัวเอง การแก้ต้องพิจารณาตามหลักความเป็นจริง อย่าให้จิตใจเราไปผูกพันยึดมั่นกับสิ่งใด เมื่อใจเราเห็นความจริงมากขึ้นเท่าใด ใจเราก็จะถอนตัวเองได้มากขึ้นเท่านั้น เรียกว่า โยนิโสมนสิการ การใคร่ครวญ ตรึกตรอง พิจารณาในเหตุผลว่า สัตว์โลกทั้งหลายย่อมเป็นไปตามกรรม สัตว์โลกทั้งหลายย่อมมีภพเป็นที่ตั้ง สัตว์โลกทั้งหลายย่อมเกิดเป็นชาติในภพนั้นๆ ต่อไป

นี่คือเอาเรื่องภพต่างๆ มาพิจารณา ให้กลัวในการเกิด ให้

เห็นโทษในการเกิด เห็นภัยในการเกิด เห็นทุกข์ในการเกิดให้มากขึ้น ถ้าใจมีความกลัวแล้ว การจะหาอุบายออกจากโลกมันง่ายนิดเดียว การละถอนปล่อยวางก็ง่ายนิดเดียว

สมมติว่า เราไปนอนที่แห่งใด แต่ก่อนก็บอกว่า มันดีอย่างนั้นอย่างนี้ แต่เมื่อมาเห็นทุกข์โทษภัยว่า สถานที่ที่เราอยู่มีภัยอันตรายมากทีเดียว มองเห็นเสือ เห็นภัยอันตรายรอบตัว การผูกใจว่าจะพักผ่อนหลับนอนก็ไม่มีอีกแล้ว มีแต่จะเอาตัวรอดหนีจากที่แห่งนั้นไป โดยไม่เสียดายที่แห่งนั้นเลย นี่ฉันใด เรื่องบุคคลพิจารณาภพที่ตัวเองอยู่นี้ ว่าเป็นทุกข์ เป็นโทษ เป็นภัย ก็จักกลัวในการเกิดอีกต่อไป หากใจกลัวในการเกิดแล้ว หลักภาวนาอื่นนั้น ง่ายนิดเดียว เส้นทางสำหรับพาคณกลัวเดินทางออกไปนั้น ว่าง่ายนิดเดียว

สมมติว่า เรานอนอยู่ในป่า ที่แรกนอนหลับสบาย เมื่อเรา ลืมตาขึ้นมาแล้วเห็นเสือยืนอยู่ข้างๆ คนผู้นั้นจะนอนไม่หลับอีกต่อไป และจะอยู่ที่นั่นอีกไม่ได้ มีแต่จะหาวิธีวิ่งหนีจากที่แห่งนั้นไป สุดกำลัง การวิ่งหนีจะไปทางไหน เรื่องเส้นทางไม่ต้องบอกกันเลย ถ้ากลัวสิ่งใดแล้ว ทางออกไม่ใช่เรื่องยาก มันจะบอกอยู่ในตัวว่าอยู่ทางไหน ไม่ต้องถามใครทั้งสิ้น ประตูแห่งพระนิพพานจะเปิดอ้ารับบุคคลที่มีความกลัวต่อโลกนี้ คือมันจะไม่ยอมรับความจริงว่า คนนั้นพูดอย่างนี้ ให้อยู่ก่อน มันไม่ยอมรับอีกแล้ว นี่คือใจยอมรับความจริงอย่างหนึ่ง อีกทั้งจะให้อยู่กับโลกที่กำลังปั่นป่วน มันไม่ยอมรับเลย มันจะวางทั้งหมด มันจะไปเอง



การฝึกใจให้เป็นอย่างนี้ ฝึกยากพอสมควร แต่ถ้าเป็น  
 อย่างนี้แล้ว การละถอนปล่อยวางนั้นง่ายนิดเดียว ไม่จำเป็นต้อง  
 ไปบังคับให้ละ สำคัญคือให้จิตเห็น เห็นตามหลักความเป็นจริง นี่  
 คือสิ่งสำคัญของการปฏิบัติ การภาวนาปฏิบัติทั้งด้านสมถ  
 กรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน จุดสำคัญอยู่ที่รู้จริงเห็นจริงตาม  
 หลักความเป็นจริง ถ้าเห็นอย่างนี้แล้ว ความสงสัยต่างๆ จะถอน  
 ตัว ความลังเลต่างๆ ก็ถอนตัว ความรักความยินดีก็ถอนตัว  
 อุปาทานความยึดมั่นก็ถอนตัว นี่คือนิพพานทุกขโทษภัยในวัฏสงสารที่  
 เกิดขึ้น คำสอนอย่างนี้มีอยู่ที่ศาสนาพุทธแห่งเดียวเท่านั้น  
 พระพุทธเจ้าก็เป็นตัวอย่างได้ทำมาแล้ว และสอนพระภิกษุ  
 สามเณร ขรวาสาธนาติโยม ในสมัยพุทธกาล ได้บรรลุมรรคผล  
 นิพพานเป็นจำนวนมากหลายแสนคน

คนในยุคนี้กับยุคนี้ต่างกันอย่างไร อวัยวะต่างๆ รูปร่าง  
 กลางตัวก็เหมือนกันหมด ทำไมจะทำไมไม่ได้เหมือนพุทธกาล ทำได้  
 ถ้าหากตั้งใจจริง

สำหรับบุคคลผู้ที่ต้องการเข้าสู่มรรคผลนิพพาน มีหลักใหญ่  
 อยู่สามประการ

1. บารมีพร้อมใหม่

2. หลักการภาวนาปฏิบัติถูกต้องตามแนวพระอริยเจ้า  
 หรือไม่

3. ความตั้งใจอันแน่วแน่

หากบุคคลใดมีพร้อมทั้งสามหลัก บุคคลนั้นจะได้เป็นพระ

อริยเจ้าในชาตินี้ ถ้าอย่างใดยังบกพร่องก็จะยังไม่ได้ สมมติว่า ผู้  
 นั้นมีวาสนาบารมีมา พอสมควรจะบรรลुเป็นพระอริยเจ้าได้ก็ตาม  
 แต่แนวทางการปฏิบัติไม่ถูกต้องตามหลักพระอริยเจ้า บุญกุศล  
 ที่ว่ามากก็ช่วยไม่ได้ ยังเป็นปุถุชนต่อไป หรือบางทีตนเองมี  
 แนวทางปฏิบัติเป็นไปตามหลักพระอริยเจ้าอยู่ แต่ไม่เอาใจใส่  
 เกียจคร้าน ไม่ขยันหมั่นเพียร นี่ก็ใช้ไม่ได้เช่นกัน ฉะนั้นหลักทั้ง  
 สามประการนี้จึงต้องสอดคล้องกลมกลืนกัน ให้เราพิจารณา  
 ตนเองว่า หลักทั้งสามประการนี้เราพร้อมแล้วหรือยัง

ส่วนหนึ่งที่เราดูได้ยากคือ วาสนาบารมี เราไม่สามารถรู้  
 ตนเองได้ว่า ในชาติก่อนเราได้สร้างสมบารมีมาพอแล้วหรือยัง  
 พอที่จะบรรลุมรรคผลนิพพานได้หรือยังในชาตินี้ อย่างน้อยก็ให้ได้  
 เป็นพระอริยโสดาบัน บารมีเราพร้อมหรือยัง เรายังไม่เห็นตนเอง  
 ว่า พร้อมหรือไม่พร้อม อีกสองอย่างที่เราเห็นได้ชัดคือ แนว  
 ทางการปฏิบัติที่ถูกต้อง เราถูกแล้วหรือยัง ถ้าทำไม่ถูกแต่ไป  
 เข้าใจว่าทำถูก เรียกว่า เข้าใจผิดเป็นส่วนตัว ตนเองทำไม่ถูกหลัก  
 แต่ไปเข้าใจว่าทำถูกหลัก นี่ใช้ไม่ได้เลย ตนเองไม่ได้เดินตามองค์  
 มรรค แต่ไปเข้าใจว่าตนอยู่ในองค์มรรค นี่ใช้ไม่ได้เลย เราต้อง  
 สังเกตตนเอง

หลวงพ่อกำลังสอนลูกศิษย์ให้ศึกษาประวัติของพระ  
 อริยเจ้าให้ดี ในครั้งพุทธกาลผู้บรรลุธรรม บรรลุอย่างไร นำธรรมะ  
 หมวดไหนไปปฏิบัติ ถ้าเราไปดูประวัติพระอริยเจ้าทำความเพียร  
 ในสมัยครั้งพุทธกาล เราจะบรรลุธรรมขั้นใดขั้นหนึ่งได้อย่างไร

งายตาย ให้เราศึกษาประวัติของพระอริยเจ้าจากหนังสือ  
พระไตรปิฎก

ดังมีตัวอย่างที่หลวงพ่อบิบายอยู่บ่อยๆ คือ มีภิกษุณีบาง  
ท่านเพียงไปดูดอกไม้ แล้วนำมาพิจารณาด้วยปัญญา ท่านก็  
สามารถบรรลุพระอริยเจ้าได้ ดอกไม้เป็นรูป เอาจุดดอกไม้สวยๆ  
นี้แหละมาพิจารณาตามหลักความเป็นจริงของดอกไม้ว่า ดอกไม้  
เมื่อปล่อยทิ้งไว้นานๆ หลายวันหลายเดือน ก็จะมีกาเรน่า มีการ  
เปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา นี่คือการพิจารณารูปดอกไม้ลงสู่ความ  
ไม่เที่ยง ท่านสามารถนำเอาดอกไม้มาโอบนนิโก สังขารร่างกาย  
เราเองก็เหมือนกับดอกไม้เช่นนั้น ในที่สุดก็สามารถบรรลุเป็น  
พระอริยเจ้าได้ ประวัติของพระอริยเจ้าในสมัยครั้งพุทธกาลมี  
อุบายการปฏิบัติมากมาย อุบายทั้งหมดไม่เหมือนกัน จะ  
เหมือนกันก็เพียงบางกลุ่ม ที่นี้เราจะนำอุบายธรรมอะไรมาปฏิบัติ  
เพื่อให้บรรลุตามนิสัยเดิมที่มีอยู่ในครั้งพุทธกาล หายากมาก

เรื่องนิสัยวาสนาที่ได้อบรมมาในชาติก่อน บรรดาพระ  
สาวกทั้งหลายไม่สามารถทราบได้ว่า ผู้นั้นเคยสร้างบุญสร้างกุศล  
สร้างวาสนาบารมีมาอย่างนี้ๆ พระสาวกรู้ไม่ได้ แต่การรู้อย่างนี้  
เป็นหน้าที่ของพระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้นที่บอกได้ว่า ใน  
อดีตชาติเคยทำบุญมาอย่างนั้น สร้างบารมีมาอย่างนี้

ยกตัวอย่าง พระภิกษุหนุ่มลูกศิษย์ของพระสารีบุตร มี  
ความกระสันอยากสึกออกไปเป็นฆราวาส พระสารีบุตรท่านมี  
ความสงสารจึงแสดงธรรมให้ฟังหลายแง่หลายมุม แต่ภิกษุรูปนั้นก็

ยังคงอยากสักอยู่ พระสารีบุตรผู้ซึ่งแตกฉานในปัญญาทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ก็ไม่สามารถนำธรรมะหรือปัญญาไปบังคับลูกศิษย์ให้รู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงได้ พระสารีบุตรจึงนำภิกษุนั้นไปกราบพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าตรัสว่า คุณก่อนสารีบุตร ไม่มีพระภิกษุรูปใดจะเทศน์สอนได้ มีเพียงตถาคตองค์เดียวเท่านั้นที่เทศน์ได้ถูกจุด พระพุทธเจ้าจึงให้นิมิตดอกบัวตูม ให้ภิกษุได้จับไว้ถือไว้ และสอนว่า ให้พิจารณาดอกบัวนี้ลงสู่ความไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง และน้อมดอกบัวนี้เข้าสู่ธาตุขันธ์ของตนเอง ว่าธาตุนี้ก็ไม่เที่ยง เหมือนกับดอกบัวนี้ เมื่อดอกบัวเหี่ยวแห้ง ธาตุขันธ์นี้ก็เหี่ยวแห้ง เช่นเดียวกัน จึงให้ภิกษุพิจารณาทวบทวนเข้าหาร่างกายของตนเอง ในที่สุดภิกษุนั้นก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ นั่นเป็นเพราะภิกษุนี้เคยสร้างบารมีมาในอดีต เคยเก็บดอกบัวถวายพระราชา ตีดอกบัวของดอกบัวเงินถวายพระราชา ใจของเขามีความผูกพันกับดอกบัวเป็นอย่างมาก ที่นี้การภาวนาปฏิบัติก็ต้องเอาดอกบัวมาเป็นสื่ออุบายในการปฏิบัติธรรม นี่คือการสร้างบารมีเก่ามาอย่างนี้

ยกตัวอย่างเพิ่มอีก คือ พระจูฬปันถก ทำไมพระพุทธเจ้าจึงไม่ใช้ดอกบัวเป็นสื่ออุบายธรรม เพราะดอกบัวใช้ได้กับบางคนเท่านั้นเอง แต่นิสัยของพระจูฬปันถกต้องใช้ผ้าขาวเป็นสื่ออุบายในการปฏิบัติ ในการพิจารณา เมื่อจูฬปันถกได้จับผ้าขาวไว้ในมือ จับไปจับมา และพิจารณาผ้าขาวลงสู่ความสกปรกโสโครก แล้วน้อมโอบนโยก ผ้าขาวผืนนี้แต่ก่อนสะอาด เดียวนี้เราจับไปจับมา

เหนือโคลงจากตัวเราไปถูกผ้า ทำให้ผ้าดำ โอบนนิโก ใจเราถ้าหากว่าถูกกิเลสครอบงำอยู่ จะทำให้ใจเศร้าหมองขุนมัวได้ เอาผ้าขาวที่สกปรกโสโครกมาเทียบกับใจตนเอง พิจารณาไปพิจารณา มา สุดท้ายจึงนำผ้าไปซักที่ริมสระแห่งหนึ่ง การซักผ้าไปพิจารณาไป ในที่สุดก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์ขณะซักผ้ายังไม่เสร็จ

ทำไมพระจูฬปัญทกจึงใช้อุบายผ้าขาว เพราะในชาติอดีตเคยเป็นพระราชาที่ยิ่งใหญ่ วันหนึ่งออกเสด็จประพาสพระนคร แต่งตัวสวยงาม แต่วันนั้นแดดจัดเหงื่อโทรมตัว หยิบผ้าเช็ดหน้าออกมาเช็ดหน้าเช็ดตัว แต่ก่อนผ้าสะอาดมาก แต่บัดนี้ผ้าดำลงกลิ่นหอมก็หายไป ก็พิจารณาว่า แต่ก่อนผ้านี้หอมไปด้วยกลิ่นอบจันทร์ แต่บัดนี้เหม็นเพราะผ้าไปถูกกับรูปร่างสังขารร่างกายของเราที่สกปรกโสโครก จึงเกิดสลดสังเวชว่า สังขารร่างกายเราเป็นสิ่งที่สกปรกโสโครกทั้งหมด หลังจากชาตินั้นเมื่อตายไป กลับมาเกิดใหม่ในสมัยพุทธกาลเป็นพระจูฬปัญทก สื่อนในการปฏิบัติของพระจูฬปัญทกจึงไม่ใช่อย่างอื่นเลย ต้องใช้ผ้าอย่างเดียว ใช้อย่างอื่นไม่ได้ จะพิจารณาความทุกข์ ต้นไม้ ผลไม้ ใช้ไม่ได้ จะต้องใช้สื่อนให้ตรงกับอดีตในสมัยเป็นพระราชาคือ ผ้า บารมีใหม่ที่จะเชื่อมกับบารมีเก่าต้องให้ตรงกันได้เข้ากันได้

สิ่งสำคัญคือบารมีเก่าที่เราทำไว้ เราจำไม่ได้ว่าสร้างมาทางไหน จึงยากตรงนี้ ทุกวันนี้จึงต้องสู้มเดา บางคนมีนิสัยอย่างนั้น แต่มาพิจารณาธาตุสื่อนี้เพียงอย่างเดียว พิจารณาได้อยู่แต่จะไม่เป็นผล เพราะอุบายที่เป็นสื่อนี้สำคัญไม่เข้ากัน การพิจารณาไตรลักษณ์ก็

เป็นเพียงส่วนประกอบในสื่อทั้งหมด ในครั้งพุทธกาลบางคนเห็น ดอกบัว บางคนเห็นใบไม้ที่หล่น ก็สามารถเป็นพระอรหันต์ได้ บางคนเดินบิณฑบาตได้ยินข่าวว่าคนนั้นตายคนนี้ตาย ก็นำเรื่องของคนตายมาพิจารณา ก็ทำให้เป็นพระอรหันต์ได้ เราต้องหาสื่อ อูบายที่ตรงกับอดีตที่ได้สร้างมาแล้ว

หากบุคคลที่ได้สร้างวาทะธรรมมีสมบูรณ์มาแล้วในอดีต แต่ในชาตินี้ไม่มีสื่อที่ตรงกับอดีต ก็จะเป็นไปไม่ได้เลย สมมติว่า พระจุฬินทรมีสื่อสำคัญคือ ผ้าขาว เป็นอูบายในการปฏิบัติ ถ้า พระจุฬินทรไปพิจารณาเรื่องขันธห้าอย่างเดียว จะเป็นไปไม่ได้เลย เป็นสื่อไม่ได้ คนละอูบายกัน หรือจะนำดอกบัวมาให้พระ จุฬินทรพิจารณาดูสิ ไม่ได้ สื่อไม่ตรงกัน หรือเอาเรื่องของ นายพรานดัดลูกศรให้ตรงมาพิจารณา ก็ไม่ได้ ไม่ตรงกับที่ตนเอง สร้างมา การปฏิบัติในยุคนี้จึงต้องตรงกับอดีตที่เคยสร้างมา เรียกว่า นิสยตรงกับบารมีเก่าที่เคยสร้างมา

ผู้ที่จะบรรลุธรรมมีหลักอยู่สามประการนี้

1. บารมีเก่าที่ได้สร้างมา
2. การภาวนาปฏิบัติถูกต้องตามหลักความเป็นจริง
3. มีความจริงใจในการปฏิบัติธรรม

สามหลักนี้เป็นต้นทางการปฏิบัติ สื่อต่างๆ เราจึงต้อง หาเอง สื่อต่างๆ นั้นมีมาก เช่น บางคนเคยบริจาคทานผ้า หรือ ทานสิ่งของต่างๆ ตัวอย่าง พระยัสกุลบุตรจึงบรรลุธรรมเพราะเห็น คนตาย เพราะสมัยก่อน ยัสกุลบุตรเป็นคนนำคนตายไปเผาที่ป่า

ซ้ำ เมื่อเผาแล้วไฟไหม้ไปเรื่อยๆ เห็นเลือดเนื้อกะโหลก ตับไตได้ต่างๆ ทะลักออกมา เกิดความสลดสังเวชใจว่า เราตายไปเราก็เป็นอย่างนั้น เกิดสลดสังเวชฝังใจเป็นนิสัย ต่อมาเกิดในเมืองพาราณสี วันหนึ่งมองเห็นนักดนตรีที่จ้างมาแสดงที่บ้าน คนต่างๆ เขานอนหลับมีท่าทางต่างๆ นานา เห็นคนนอนหลับเหมือนกับซากผีตายทั้งหมด นี่คือนิสัยเดิมที่ฝังแน่นสมัยเคยฝังศพที่ป่าช้าในอดีต เกิดความคิดตามความเป็นจริงว่า คนนอนหลับเหมือนกับคนตาย ทำให้นิสัยเดิมที่มีอยู่เกิดขยายขึ้นมาทันที จึงได้ออกจากบ้าน เกิดเบื่อหน่าย เกิดความกลัว นี่คือ พระยสกุลบุตร ได้นำสี่อของคนตายมาเป็นหลัก มิใช่จะนำสี่อผ้าขาวมาพิจารณา ใช้ไม่ได้

นี่คือ เราไม่รู้จักตนเองว่า ในสมัยก่อนเราสร้างบารมีมาแล้วทางไหน ถึงอย่างไรก็ตามเราต้องค้นคว้าอยู่เสมอ อย่าหยุดยั้งเมื่ออุบายถูกกับตนเองจะดูดีดังทันที ใจเราจะแจ่มใสพอใจในการพิจารณาสิ่งนั้นๆ ให้มากขึ้น นั่นคือนิสัยบารมีตรงตามอดีต ต้องพิจารณาส่วนนี้ให้มาก อย่าเอาอย่างเดียว เอาหลายๆ อย่าง ถ้าอย่างนี้ไม่ถูก ก็ต้องใช้อุบายอื่น นี่คือนุบายของปัญญา

วันนี้ หลวงพ่อให้ความเห็นในการปฏิบัติเพื่อมรรค ผล นิพพาน อย่างน้อยก็เป็นพระโสดาบัน ต้องมีเหตุสามประการดังที่ได้อธิบายมาแล้ว ให้เราพิจารณาให้มาก ดูประวัติพระอริยเจ้าท่านที่เป็นพระโสดาบัน อุบายทั้งหมดที่ท่านเหล่านั้นใช้พิจารณา มีอุบายต่างกันอะไรบ้าง ใช้พิจารณาอย่างไร ให้เรานำมาเป็นอุบายสอนใจตนเอง ปฏิบัติตนเองให้มากขึ้นๆ อีกวันหนึ่งข้างหน้า

เราก็จะรู้เห็นตามหลักความเป็นจริง หลวงพ่อชี้แนะการปฏิบัติมาจนถึงขณะนี้ คิดว่าเราทั้งหลายจะได้สำนึกว่า เราต้องทำอะไร จึงจะไปถึงจุดนั้นได้ เพราะคำสอนของพระพุทธเจ้ามีจุดเด่นอยู่ที่นี้ สามารถให้คนเข้าถึงมรรคผลได้ ณ จุดนี้เอง เรียกว่า ปัญญาะบริสุทธิ์ จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้ เพราะปัญญา

การให้อุบายธรรมะมาตั้งแต่เบื้องต้น คิดว่าทุกท่านจะได้เข้าใจธรรมะพอสมควร หรือสิ่งใดที่ไม่ชัดเจน ก็ให้เขียนคำถามมา หลวงพ่อจะอธิบายให้ฟัง บัดนี้ก็สมควรแก่กาลเวลา





หม่อมหลวงไผ่ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมหลวง / หม่อม  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อม  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อม  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อม

หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์  
หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์

หม่อมราชวงศ์ / หม่อมราชวงศ์