

ดับไฟเผาวิญญาณ

หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

อ้าวพากันตั้งใจบัดนี้นะ จะพุทธรณะให้ฟัง เรามาอยู่
รวมกันในวัดวาอารามก็จำเป็นต้องพุทธรณะสู่กันฟัง ให้ธรรมะ
มันซึมซาบเข้าสู่จิตใจ ผู้ใดมีธรรมะซึมซาบเข้าสู่จิตใจแล้ว ผู้นั้นก็
ได้ความสงบความเย็นใจ ผู้ใดไม่มีธรรมะซึมซาบเข้าสู่ใจ ก็เลส
มันก็เผาเอาเดือดร้อนอยู่ไม่เป็นสุข ร้อนอะไรจะเท่าร้อนกิเลส
ตัณหา ร้อนกิเลสตัณหา นี่มันพาไปสู่ทุกข์ พาไปตกนรก พาเป็น
เปรต พาเป็นอสุรกาย พาไปกำเนิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ร้อนแดดนี้
เอาร่มมาก็นั่งก็ยังสบายไป ร้อนกิเลสตัณหา นี่ถ้าบุคคลมีธรรมะ
เข้าไปสู่จิตใจแล้ว มันก็เย็นลงได้

ธรรมะนี้เหมือนกับน้ำ กิเลสเหมือนกับไฟ ที่นี้ไฟลุกขึ้นมาเรา
เอาน้ำไปดับลง เช่นอย่างว่าความโกรธเกิดขึ้นมา เราเจริญ
เมตตาขึ้นมาแทน เมื่อความปรารถนาที่จะให้สัตว์ทั้งหลายเป็น
สุขถ้วนหน้าเกิดขึ้นในจิตใจแล้ว ความโกรธมันก็บรรเทาเบาบาง
ลงไปอย่างนี้นะ เพราะฉะนั้นธรรมะนี้มันว่าเหมือนกับน้ำ กิเลส

เหมือนกับไฟ ความโลภก็เหมือนกัน เมื่อมันโลภเข้ามาแล้วจิตใจ
ก็ร้อนเพราะมันอยากหลายๆ เมื่อมันอยากได้แล้วไม่ได้สมหวังก็
ยิ่งเดือดร้อนใหญ่ นี่เป็นเหตุให้ทำทุจริตไปต่างๆ นานา นอกศีล
นอกกรรมนอกกรรมนอกวินัยออกไป ก็เพราะความอยากได้อะไร
ต่ออะไรไม่มีที่สิ้นสุดเนี่ยแหละ ก็พากันเข้าใจ

แม้เป็นคฤหัสถ์ผู้ครองเรือนก็เหมือนกัน เมื่อปล่อยให้ความ
โลภครอบงำจิตใจมากๆ แล้ว ความอยากมันก็ท่วมท้นจิตใจทำ
ให้ใจนั้น ให้กายทำให้ว้าจากพูด ตัวเองหาในสิ่งที่ต้องการ
ปรารถนา เมื่อมันแสวงหาเอาโดยทางสุจริตไม่ได้แล้ว มันก็
แสวงหาไปในทางทุจริตเพราะความอยากอันนั้นมันบังคับจิตใจ
ไม่ให้กลัวบาปกลัวกรรมเวอร์อะไรเลย อย่างนี้แหละฤทธิ์เดชของ
กิเลสให้พากันเห็นโทษของมัน อย่าไปสะสมให้มันมากเกินไป
ขอบเขต

ผู้ไม่โลภก็หมายความว่ายินดีในสมบัติที่ตนแสวงหามาได้
ด้วยความหมั่นความขยัน ได้มากได้น้อยเท่าไรก็ยินดีบริโภคใช้
สอยอยู่เท่านั้น แม้คนอื่นจะมีมากกว่าตนก็ไม่ทะเยอทะยาน

อยากได้ของเขามาเป็นของเรา ห้ามจิตของตนให้ได้ โดยที่เชื่อ
กรรมเชื่อผลของกรรม เมื่อตนทำความดีมาแต่ก่อนน้อยไป มา
ชาตินี้มันก็ให้ผลตามน้อย เค้าทำความดีมาแต่ก่อนมาก เช่นเค้า
ให้ทานมาแต่ก่อนมากกว่าเราอย่างนี้นะ ผลมันมาอำนวยให้
ชาตินี้ เค้าก็รวบมั่งมีศรีสุขได้อย่างง่ายดายเพราะผลบุญแต่ก่อน
นั้นมันตามมาอำนวยผลให้

เมื่อบุคคลมารู้แจ้งอย่างนี้แล้วมันก็บรรเทาความโลภลงได้
ก็ยินดีในปัจจัยที่เจ้าของหามาได้ มีน้อยก็ใช้จ่ายตามน้อย มี
มากก็ใช้จ่ายตามมาก ทำได้อย่างนี้มันก็สบายใจดี นี่เรียกว่า
เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้านะ ทรงสอนให้พุทธบริษัทปฏิบัติ
ธรรมอย่างนี้ น้อมเอาสัปปริสธรรมเข้าไว้ในใจ คือว่ายินดีตามมี
ตามได้เนี่ยนะ ท่านเรียกว่า **สัปปริสธรรม** น้อมเอาธรรมเหล่านี้
เข้ามาในใจ มันก็บรรเทาเสียซึ่งความโลภความทะเยอทะยาน
ต่างๆลงได้ ก็ให้พากันเข้าใจ ต้องบำเพ็ญธรรมะอย่างนี้ให้
เกิดขึ้นในใจ

ไม่ว่านักบวชหรือคฤหัสถ์ อันธรรมะนี้ต่างคนต้องปฏิบัติ
เหมือนกันหมด ไม่ใช่ว่าปฏิบัติแต่นักบวช คฤหัสถ์ไม่จำเป็น ต้อง
เป็นผู้ครองเรือนต้องแสวงหาอะไรต่ออะไรมากมาย นั่นแหละ
คฤหัสถ์นั่นแหละยังต้องการมีคุณธรรมเหล่านี้ไว้ในใจ มันจึงไม่
เดือดร้อนใจมาก เมื่อเห็นคนอื่นมีมากกว่าตนก็ไม่เดือดร้อน พอ
นึกถึงวาสนานาบุญของตนกับของเขาเทียบกัน ของเขาสูงกว่า
เรา เรานั้นมัวเมาประมาทในชาติก่อนไม่ได้ทำความดีไว้มาก ก็
เมื่อความดีมันอำนวยผลให้เท่านี้เราก็นินดีเท่านี้ไปก่อน แต่ชาติ
นี้เราพยายามทำความดีให้มากขึ้นไป ให้เต็มความสามารถ
พยายามฝึกกายวาจาใจของตนให้ตรงต่อคำสอนของ
พระพุทธเจ้าให้ได้ ถ้าฝึกให้ตรงตามคำสอนได้แล้ว บุคคลได้ชื่อ
ว่าไม่ทำบาป ทำแต่บุญกุศลทำแต่ความดีให้สำเร็จเป็น
ประโยชน์ตนและผู้อื่น

ดังนั้นแหละการมีคุณธรรมอยู่ในใจนี้แหละ จึงเชื่อว่าเหมือนเรา
มีสมบัติอันล้ำค่าไว้ในตน ท่านว่าทรัพย์ภายใน ทรัพย์ภายในนี้
ตกน้ำก็ไม่ไหล ตกไฟก็ไม่ไหม้ โจรลักเอาไปก็ไม่ได้ ติดสอยห้อย

ตามบุคคลไปทุกแห่งทุกหน เช่นศีลอย่างนี้นะ ผู้ใดรักษากาย
วาจาให้บริสุทธิ์ปราศจากโทษที่พระพุทธเจ้าบัญญัติห้ามไว้
นั้น และอย่างนี้นั้นก็เป็นศีลสมบัติติดตัวไปทุกแห่งทุกหนเลย
ป้องกันอบายภูมิทั้ง ๔ ตายแล้วไม่ให้ไปตกนรกเป็นต้น นี่คนมี
ศีลสมบัติอยู่ในตนนะ มีศรัทธาสมบัติอยู่ในตน เราเชื่อกรรมเชื่อ
ผลของกรรม ไม่เชื่อปรัมปรา ไม่เชื่อมงคลตื่นข่าว ที่เล่าลือต่างๆ
นานากันมานั้นซึ่งพิสูจน์ความจริงไม่ได้เลย แต่ก็เชื่อไปอย่างม
งาย อย่างนี้ผู้เป็นบริษัทของพระพุทธเจ้าไม่ควรจะมงายอย่าง
นั้น

พระองค์เจ้าสอนให้เราเชื่อต่อการกระทำของเราเอง แต่ใน
ภาษาบาลีท่านเรียกว่ากรรม ถ้าว่าเรียกเป็นภาษาไทยเราตรงๆก็
เรียกว่า การงาน ที่บุคคลจะพึงทำ แต่บุคคลไปจับการงานอันมี
โทษลงไป มันก็เป็นบาปอกุศลเหล่านี้ะ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำบาป
อกุศล เช่นชาวประมงอย่างนี้นะ ไปจับอาชีพอันนั้นได้อะแต่ละวัน
ก็ไปเที่ยวจับแต่สัตว์ สंहารชีวิตของสัตว์ไม่เว้นแต่ละวันอย่างนี้
ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีกายกรรมอันเศร้าหมองขุนมัวอยู่ได้บาปได้โทษ

แล้วเช่นนี้จะไปโทษใครอย่างนี้นะ จะไปโทษผีสงนางไม่ว่ามา
ทำให้ตนเป็นทุกข์เดือดร้อนอะไรอย่างนี้ มันไม่สาวหาต้นตอของ
การกระทำของตนเองคนเรา ไปเชื่อแต่สิ่งปรัมปราภายนอกนั้น
บางทีตัวไปเบียดเบียนสัตว์นั้นนะ ไปทำลายชีวิตสัตว์ไม่รู้ว่าก็
ร้อยก็พันตัว ยังไม่นึกเลยว่ากรรมนั้นตามสนองตน นั้นแหละ
คนเราเข้าใจผิดไป นึกว่าตนทำอย่างนั้นแล้วเบียดเบียนสัตว์ถึง
ขนาดนั้นแล้วจะไม่มีกรรมชั่วอะไรตามสนอง เกิดไปชาติใดตนก็
จะมีความสุขความเจริญไป ถ้าเผื่อว่ากรรมชั่วมันตามสนองให้
เป็นทุกข์เดือดร้อนก็เอาแล้วที่นี้ หาที่พึ่งทางใจไม่ได้เลย
เพราะฉะนั้นก็จึงได้วิงวอนขอขมาเดาไป จึงได้ให้ญาติพี่น้อง
ไปบวงสรวงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ต่างๆที่สมมุติกันขึ้น ยกหิ้งยกหอขึ้นไป
ศาลพระภูมิอะไรอย่างนี้นะ นั้นแหละ คนไม่พิสูจน์ดูการกระทำ
ของตัวเองแล้ว มันก็เป็นเช่นนั้นแหละ ขอให้เข้าใจ

ถ้าผู้ใดมาพิสูจน์ดูการกระทำของตนแล้ว เมื่อรู้ว่าตนไม่ได้
ทำชั่ว เว้นแล้ว ตนเว้นกรรมชั่วทั้งปวงแล้วอย่างนี้นะ มันก็ได้
ความอุ่นใจนะ เอาหละ กรรมชั่วไม่มีอยู่ในอยู่ในจิตใจของเรา

แล้ว ใต้ที่เราลุ่มหลงทำมาแต่ก่อนเราก็อธิษฐานใจละมันแล้ว
เราไม่ทำอีกต่อไป ผู้ใดอธิษฐานใจมันลงไปอย่างนี้ละก็ ได้ความ
อุ่นใจ ไม่เดือดร้อนใจเมื่อนี้ก็ถึงความตายมาอย่างนี้ เมื่อตนตาย
แล้วจะไปเสวยทุกข์หรือเสวยสุขหนอ มันไม่ได้รำพึงนะบัดนี้
อย่างนั้นเพราะว่าตั้งแต่มีชีวิตอยู่เนี่ยมันชำระกายวาจาใจของ
ตนให้บริสุทธิ์จากบาปจากโทษ อยู่ได้เห็นชัดด้วยปัญญาตาใจ
ของตนเองอยู่เช่นนั้นะ มันก็พยากรณ์ตัวเองได้เลยว่าตายแล้ว
เราไม่ไปสู่ทุกข์แน่นอน มีสุขคติเป็นที่ไป

เมื่อโลกพยากรณ์ตัวเองได้เช่นนั้นจึงไม่เดือดร้อน คนนะ
เมื่อเห็นกายวาจาใจของตนบริสุทธิ์จากบาปจากโทษอยู่อย่างนี้
นะ เหมือนอย่างคนเราธรรมดาเนี่ย ไม่ได้ทำผิดกฎหมายอะไร
อย่างนี้ เข้าไปหาเจ้านายหาตำรวจทหารก็ไม่ต้องกลัว ไม่กลัว
อะไรเลย เพราะว่าไปหาเขา เขาก็ไม่จับ เพราะตนไม่ได้ทำผิด
กฎหมายอะไรเลย แต่ถ้าคนไปทำผิดกฎหมายเข้าแล้ว จะเข้าไป
หาเจ้าหานาย กลัวแล้ว กลัวเค้าจะจับตนไปฟ้องร้องขึ้นโรงขึ้น
ศาลติดคุกติดตาราง อันนี้ฉันใดก็เหมือนกันนั่นแหละ คนเราถ้า

มีบาปเครื่องเศร้าหมองว่าอย่างนี้ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็มานึกถึง
เพื่อว่าตนตายไปไหนจะยังงไหนขอ ตนทำบาปมา บาปนี้จะนำตน
ไปสู่ทุกข์ในนรกอบายภูมิหรือไงน้อ มันวิตกวิจารณ์ไปแล้วนี่ พอ
วิจารณ์ไปเท่าใดก็ยังสะดุ้งหวาดกลัวต่อกรรมชั่วเหล่านั้น
มันจะตามสนองให้เป็นทุกข์ เนี่ยแหละบุคคลผู้ทำบาปมาแล้วไม่รู้
รู้สึกตัวนะ ไม่ตั้งใจละเว้นนะ เวลาเจ็บหนักก็มานึกเสียใจใน
ภายหลัง แหม เราเนี่ยมันแต่ทำบาป อย่างโน้นอย่างนี้ เราคงจะไม่
พ้นจากทุกข์ในวัฏฏสงสารนี้แล้ว ให้คิดดูคนเรา เราเป็นชาวพุทธ
เราก็ต้องเชื่อบุญเชื่อบาปนี้แหละ เป็นอย่างนั้น

ดังนั้นถ้าผู้ใดแน่นอนแหละทุกคนเกิดมาเมื่อยังไม่รู้คำสอน
ของพระพุทธเจ้าเนี่ย มันก็ต้องหลงไหลทำบาปบ้าง มากบ้างน้อย
บ้าง อย่างนี้ แต่ว่าบาปที่ทำนี้เป็นลหุกรรมเป็นกรรมเบา ไม่หนัก
ไม่ใช่อนันตริยกรรม ครุกรรม กรรมหนักได้แก่**อนันตริยกรรม**
เช่นฆ่ามารดาบิดาเป็นต้น ดังที่เคยพูดมา ดังนั้นแลบุคคลที่ทำ
ความดียังงี้ก็พ้นจากผลแห่งกรรมอันหนักนั้นไม่ได้เลย ตาย
แล้วก็ไปต้องตกอเวจีมหานรกแน่นอน

ทีนี้บาปกรรมนอกนั้นนะ มันเป็นลหุกรรม กรรมเบา กรรมเบา
นี่เมื่อบุคคลรู้สึกตัวแล้ว เห็นโทษแห่งการทำชั่วอย่างว่านั้น
แล้ว อธิษฐานใจละเว้นเลย ต่อดีไปซ้ำพเจ้าจะไม่ทำอีกแล้ว
อย่างนี้นะ อธิษฐานใจเสมอๆ ไหว้พระภาวนา อธิษฐานใจเสมอ
ไป บัดนี้เมื่อจิตเราไม่ชอบบาปกรรมเหล่านั้นแล้ว อธิษฐานใจละ
อยู่ทุกวัน บาปกรรมนั้นก็หมดไปๆเท่านั้นเอง เพราะมันไม่หนัก
หนา เมื่อบุคคลเห็นโทษของมันเมื่อใดแล้วรู้ตัวแล้ว อธิษฐานใจ
แล้ว มันก็ดับไป เหมือนอย่างกองไฟเล็กอย่างนี้นะ เราเอาน้ำ
พอประมาณเข้าไปดับมันก็ดับได้ ถ้าไฟมันลุกโพรงกองใหญ่ๆ
ขึ้นมาแล้ว แม้จะเอาน้ำมากเท่าไรไปดับมันก็ยากที่จะดับลงได้
มันเป็นอย่างนี้นะ มันก็ไหม้วัตถุที่มันไหม้อยู่ นั่นให้เป็นถ้าเป็น
ถ่านลงไป หมดเชื้อเมื่อไรมันจึงดับไปเมื่อนั้นไป อันนี้ฉันใดก็
เหมือนกันบุคคลผู้ทำกรรมชั่วอย่างหนักลงไปแล้วแม้จะ
อธิษฐานละยังงั้นมันก็ไม่พ้น มันก็ตามให้ผลจนได้อย่างนั้นแหละ
มันให้ผลไปทนทุกข์ทรมานไปนานแสนนาน เมื่อมันหมดเหตุ

แห่งกรรมชั่วนั้นแล้วนะ มันถึงพ้นจากทุกข์เหล่านั้นมา นี่มันเป็น
อย่างนี้

กรรมมันมี ๒ อย่างอย่างนี้ **ลหุกรรม** (กรรมเบา) **ครุกรรม**
(กรรมหนัก) เมื่อผู้ใดมาพิจารณาเห็นว่าตนไม่ได้ทำครุกรรมคือ
กรรมหนักเช่นฆ่าพ่อฆ่าแม่เป็นต้น อันนี้เคยพูดบ่อยๆนั้นนะ ตน
ได้ทำแต่กรรมเบา บัดนี้ตนรู้เห็นโทษของกรรมเหล่านั้นแล้ว ถึง
จะเบาหรือหนักก็ตาม เห็นโทษ อธิษฐานใจละเว้นลงไป นั้น
อย่างนี้จึงเรียกว่าเป็นผู้มีคุณธรรมอยู่ในใจคือมี**เมตตาธรรม**
กรุณาธรรม โดยเฉพาะเมตตาตนของตนเองนี่นะ ปราธนาจะ
ให้ตนเป็นสุขก่อนคนอื่นทั้งหมดเลย ถ้าตนไม่เป็นสุขแล้วจะ
ปราธนาให้ผู้อื่นเป็นสุข มันไม่ได้หรอก มันเป็นไปได้ไม่ได้ เมื่อตน
มีความสุขกายสบายใจ อยู่ด้วยบุญด้วยกุศลด้วยคุณธรรม
ดังกล่าวมานั้นแหละ แค่นั้นแหละ เราถึงนี้ก็อธิษฐานขอให้สัตว์
ทั้งหลายเป็นสุขทั่วหน้ากัน อย่างนั้นก็ไม่ได้เสียหายอะไร มีผลดี
ดังนั้นคำว่าเมตตา เราเมตตาตนก่อนอื่นทั้งหมดเลย

ทำอย่างไรตนถึงจะมีความสุขได้ ทีนี้ก็ตนก็ทำแต่ความดีลงไปเพราะความดีคือบุญกุศลเท่านั้นที่จะอำนวยผลให้เป็นสุขได้ นอกจากบุญกุศลแล้วไม่มีอะไรที่จะมาอำนวยผลให้เป็นสุข เราต้องพิจารณาให้เห็นแจ้งชัดด้วยตนเองอย่างนี้ ลองคิดดูอันใดที่มาอำนวยผลให้เป็นสุขได้ เงินทองหรือ แก้วแหวนหรือ สร้อยขลุ่ย สร้อยคอหรือ ตุ้มหูหรือ แหวนเพชรหรือ อำนวยผลให้เป็นสุขนะ ไม่เลย ไข่มุกประดับทั้งหลายเหล่านี้มันจะไม่อำนวยความสุขให้จิตใจ มันยังอำนวยความทุกข์ให้ด้วยซ้ำ กลัวโจรขโมยมันจะมายื้อแย่งเอาไป มันจะมาจี้เอา มันจะมาทูปมาตีเอา นี่ ก็สะดุ้งอยู่เรื่อย ผู้ใดมีเครื่องประดับมีค่าติดตัวอยู่อย่างนั้นนะ ไม่ใช่ว่ามันอำนวยความสุขให้เมื่อไหร่ละ นั่นแหละ ทีนี้เรารู้กันแล้วว่าเงินทองข้าวของ มันอำนวยความสุขให้ชั่วคราว แต่ส่วนมากอำนวยความทุกข์ให้ ทุกข์อย่างไรล่ะ ก็ทุกข์ในการแสวงหา นั่นแหละ โหย การแสวงหานี้แสนยากแสนลำบาก มนุษย์โลกอันนี้นะ กว่าจะได้เงินทองข้าวของมาแต่ละอย่างๆ ต้องอาบเหงื่อต่างน้ำไม่ค่อยได้พักได้ผ่อนเท่าไรแล้ว นี่ เมื่อ

เวลาแสวงหาอยู่ก็เป็นทุกข์เดือดร้อน เมื่อได้มาแล้วเป็นทุกข์ เพราะการรักษาอย่างนี้นะ ถ้าไม่รักษามันก็หายจริงๆนะ อ้าว เวลาจะพลัดพรากจากมันก็เป็นทุกข์เดือดร้อนแล้ว หรือเวลามันสูญหายไปพลัดพรากจากไป ตนก็เป็นทุกข์เดือดร้อนแล้ว นี่แหละ จึงว่าคิดดูให้รอบคอบซิว่า สิ่งต่างเหล่านี้มันไม่ใช่จะอำนวยความสะดวกให้เราได้ยั่งยืนสืบต่อไป เป็นสุขสบายไปชั่วครู่ชั่วคราวเท่านั้นเอง เมื่อละโลกนี้ไปแล้วก็เอาติดตัวไปไม่ได้เลย เว้นเสียแต่สิ่งใดที่ตนได้ให้ทานฝากฝังไว้ในพุทธศาสนานี้ สมบัติเหล่านั้นแหละก็จะเกิดเป็นบุญเป็นกุศลขึ้น บุญกุศลกระนั้นก็จะ เป็นอนุคามิ ติดสอยห้อยตามไปทุกแห่งทุกหน

พร้อมทั้งคุณธรรมเช่น**หิริโอตตปัทธม** ความละอายต่อความชั่ว ความละอายต่อการที่จะต้องกระทำชั่วในที่ลับก็ตาม ในที่แจ้งก็ตาม เมื่อมีความละอายแก้ไขอยู่มันทำไม่ได้ความชื่อนั้นนะ ถ้าขาดความละอายแก้ไขอย่างว่านั้นแล้วมันทำชั่วได้เลย ถ้าทำที่แจ้งไม่ได้ก็ทำที่ลับ มันเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นแหละ ให้ฟังบำเพ็ญคุณธรรมเหล่านี้ให้เกิดมีในใจของเราทุกคน ตั้ง

ความละเอียดใจในการกระทำความชั่วไว้ นึกเสียว่าเราเป็น
มนุษย์เนี่ย นับว่ามีคุณธรรมอันสูงพอสมควรทีเดียวในโลกนี้นะ
มีเกียรติมีศักดิ์ศรีอันสูงส่ง สมควรแล้วหรือที่เราจะไปทำกรรมชั่ว
ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติห้ามไว้นั้นนะ ก็ถามตนสอนตนเข้าไป
อย่างนี้นะ เมื่อมันระลึกเข้าไปอย่างนี้มันก็มองเห็นตนนั้นมี
ศักดิ์ศรี **มนุษย** แปลว่าผู้มีใจอันสูงอยู่ด้วยคุณธรรมคือเมตตา
กรุณา นี่ มันเป็นอย่างนี้นะ ชื่อของมนุษยเนี่ยนะ บัดนี้เรามี
คุณธรรมเหล่านั้นในใจหรือยัง สมกับชื่อแล้วหรือยัง ตรวจดูกาย
วาจาใจของตนให้ได้ เป็นอย่างนั้น เมื่อเรามีhiri โอตตัปปธรรม
อยู่อย่างงว้านแล้ว มันก็ไม่ทำความชั่วแล้วคนเรา หาทาง
หลีกเลี่ยงจากกรรมอันชั่วช้าลามกต่างๆ

ถ้ามี**ขันติธรรม**อยู่ในใจ ความอดทนนี้นับว่าเป็นยอดแห่ง
อานิสงส์ความดีทั้งหลาย พระพุทธเจ้าแสดงไว้นะ ทำไมจึงว่า
เป็นยอด ก็บรรดาความชั่วทั้งหลายที่บุคคลจะเว้นได้ก็เพราะ
อดทนนี่แหละ เมื่อตนยังเว้นมันไม่ได้โดยเด็ดขาดนะ มันเกิด
ขึ้นมาในใจเวลาใดอย่างนี้ ถ้าตนไม่อดไม่ทน มันก็ใช้กายทำใช้

วาจาพูดไปทันทีเลย พูดความชั่วทำชั่วไปทันทีอย่างนั้น ถ้าผู้ใด
มีความอดทนอยู่ในใจเมื่อรู้ว่าความชั่วมันเกิดขึ้นในใจเราก็อุด
กลั้นไว้ อยู่ในใจนั้นไม่แสดงออกมาทางกายทางวาจา เมื่ออดทน
ได้ ก็เลสมันก็ไม่มีกำลังกล้ำมันก็อ่อนกำลังลง เมื่อนั้นให้ใช้
ปัญญาพิจารณา เออ เรื่องนี้มันชั่วใครคนหนึ่งหยิบยกเอามาให้
แต่เราไม่รับเอา เราไม่เอา ขึ้นชื่อว่าความชั่วเราเกลียด เพราะมัน
อำนวยผลให้เป็นทุกข์ เมื่อจิตอดทนได้แล้วอย่างนี้ ยับยั้งจิตได้
แล้ว มันก็พิจารณาเห็นโทษแห่งความชั่วเหล่านั้น ถ้าหากว่า
บุคคลขาดความอดทนแล้ว มันก็ไปตอบโต้กับคนที่นำความชั่ว
มาให้ตนนั้นแหละ ไปตอบโต้เอาเลย มันเป็นอย่างนั้น ที่นี้ต่าง
คนต่างก็เลยกลายเป็นคนชั่วเหมือนกันเลย ไม่มีใครเป็นคนดี
เลยทั้งสองฝ่ายนะ นี่มันต้องให้เข้าใจ ถ้าผู้ใดนั้นเค้าหยิบยกเอา
ความชั่วมาให้ เช่นคำด่าคำแข่งคำเสียดสีคำดูถูกดูหมิ่นอะไร
ต่างๆนานาหมิ่นนี้ เราไม่เอาซะแล้ว เราไม่ยึดถือเอาไว้เลย ก็
มันกระทบมาที่เราก็อุดกลั้น ไม่ปล่อยให้ใจมันวู่วามไป นั่นแหละ
พอดักกลั้นได้แล้ว หยุดยั้งอารมณ์หรือกิเลสลงได้แล้วก็กำหนด

ใจละมัน ไม่ถือมันเอาไว้ แล้วก็นึกถึงเมตตากุณาทำอะไรให้
เกิดขึ้นในใจแทน

เมื่อคุณธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นในใจแล้ว ก็เลสเหล่านั้นมันก็
ถอยออกไป นี่แหละจึงว่าเคยพูดอยู่บ่อยๆอยู่ อันกิเลสในจิตใจ
ของคนเรานี้แหละ ไม่มีสิ่งอื่นใดที่จะมาระงับได้ มีแต่ศีลแต่ธรรมะ
คำสอนของพระพุทธเจ้านี้แหละ จะมาระงับกิเลสตัณหาในหัวใจ
คนเราให้ได้นี่นะ เช่นทำใจสงบลงไปได้นี่นะ มันก็จะระงับ**นิวรณ**
ทั้ง ๕ ได้ ระงับความรัก ความชัง ความพยาบาทต่างๆ ความ
ง่วงเหงาหาวนอน ความที่จิตฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป ความสงสัย
ลังเลในบาปคุณโทษอะไรพวกนี้นะ มันก็จะระงับลงไปได้ เรื่อง
สมาธิะมันเป็นอย่างนั้น

ที่นี้มาเจริญปัญญาเข้าไป ถ้าหากเจริญให้แก่กล้าเข้าไป
จริงจังก็สามารถถอนรากเหง้าของกิเลสตัณหาต่างๆออกไปได้
เลย มันจะไม่เกิดขึ้นมาอีก แต่ถ้าถอนไม่ได้หมดมันก็ทำให้เบา
บางลงไป อันปัญญานี้แหละ ลงความได้ว่าเมื่อมาปล่อยวางขั้น ๕
ลงไปแล้ว ไม่ยึดถือที่เราเป็นของๆเราแล้ว มันก็ไม่สร้างกิเลส

ค้นหาขึ้นมาในใจ มันก็ทำให้ใจให้สงบระงับจากกิเลสค้นหาลงได้
การที่บุคคลจะมาสร้างกิเลสค้นหาให้หนาแน่นขึ้นในใจก็เพราะ
มายึดถือชั้น ๕ นี่แหละเป็นเครื่องดำเนินนะ เมื่อไปสำคัญว่า
ชั้น ๕ เป็นเราเป็นของๆเราแล้วก็ เอาแล้วเราก็สร้างกิเลสพันห้า
ค้นหา ร้อยแปดสารพัด สร้างความโลภ สร้างความโกรธ ความ
หลงขึ้นมา สร้างมานะทิฐิ อิจฉาพยาบาทอะไรต่ออะไรขึ้นในใจ
อย่างหนาแน่นเลยทีเดียว เป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นให้พากัน
เข้าใจบทสรุปให้ได้ เมื่อเข้าใจแนวทางปฏิบัติอันรวบรัดอย่างว่า
นี้ เราก็กมาภาวนา พยายามปลงชั้น ๕ นี่ลง วางชั้น ๕ นี่ลง ใช้
ปัญญาสอนจิตของตนให้มันเห็นแจ้งในชั้น ๕ ตามเป็นจริง
แล้วปล่อยวางลง อย่าไปคิดอย่าไปปรุงแต่งอะไรต่อไปอีก อย่าง
นี้นะ ถ้ามันวางได้จริงจิตมันก็รวมลงเป็นหนึ่งใน มันก็รวมลงได้นะ
เมื่อจิตมันรวมลงได้มันก็ปลงชั้น ๕ ลงไปได้ แม้ปลงไม่เด็ดขาด
ก็เรียกว่าปลงไปได้ชั่วคราวก็เอาไปก่อน เมื่อเราพยายามเจริญ
ปัญญาสอนจิตให้รู้แจ้งในชั้น ๕ นี่ แล้วก็ปรุงก็วางไปเรื่อยๆ
อย่างนี้ ภาวนาที่ไฉนนะ ให้เข้าใจ ปรุงวางลงไปแล้วจิตใจมันก็

เป็นกลางอยู่ ไม่ยินดียินร้ายกับชนธ์ ๕ นี้แล้ว อันนี้แหละเป็น
ทางพ้นทุกข์พ้นภัยในวัฏฏสงสาร ดังแสดงมาสมควรแก่เวลา ขอ
ยุติลงเพียงเท่านี้

ที่มา: <https://youtu.be/LXg5jy8iECc>