



งานนิทรรศการ ๒๕๔๔

๘๐ ปี หลวงพ่อพุทธ



งานนิยปูชา ๒๕๔๔

๘๐ ปี หลวงพ่อพุธ



ของจริงที่ปรากฏขึ้นกับจิตของผู้ภาวนานั้น
ต้องอยู่เหนือสมมติบัญญัติเสมอ
ถ้าสิ่งใดยังมีสมมติบัญญัติอยู่
สิ่งนั้นยังไม่ใช่ความจริง
ยังไม่ใช่สัจธรรม

คำนำ

งานนิยปูชา ๒๕๔๔ ~ ๘๐ ปี หลวงพ่อพุทธ นับเป็น"งานนิยปูชา" ฉบับพิเศษ ถ้าหลวงพ่อยังครองชันธอยู่ถึงปีนี้ ท่านก็จะมีอายุครบ ๘๐ ปี ซึ่งเราก็น่าจะได้ทำอะไรที่เป็นพิเศษถวายท่านในโอกาสพิเศษนี้ ความเป็น "พิเศษ" ที่พิเศษที่สุด คือ การน้อมนำธรรมที่ท่านอบรมสั่งสอนไว้มา ปฏิบัติ และเผยแผ่ให้พิเศษกว่าปกติ

ด้านการปฏิบัติบูชา หลวงพ่อเน้นการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน คือ การอยู่อย่างมีสติ "ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พุด คิด ให้มีสติอยู่ทุกเมื่อ" อีกอย่างหนึ่งที่ท่านมักจะสั่งให้พวกเราทำ ในโอกาสพิเศษ เช่น ช่วงเข้าพรรษา เป็นต้น หรือแม้แต่การดำเนินชีวิต ประจำวัน คือ การสวดพุทธคุณให้ได้อย่างน้อยเท่าจำนวนอายุ + ๑ ทุก ๆ วัน

ดังนั้นถ้ารักและระลึกถึงหลวงพ่อ ก็ขอให้เจริญสติและสวดพุทธคุณให้มากขึ้นกว่าเดิมในปีนี้

ด้านการเผยแผ่ธรรมะคำสอนของหลวงพ่อ เราได้จัดทำ"งานนิยปูชา ๒๕๔๔" ฉบับพิเศษ ซึ่งเป็นการรวมเล่ม"มอธรรม นำพร"ตามที่หลวง พ่อเคยปรารภไว้ก่อนที่ท่านจะมรณภาพได้ไม่นาน ความเป็นมาของ "มอธรรม นำพร" และการมีส่วนสนับสนุนการปฏิบัติธรรมของเยาวชน ของธรรมะชุดนี้ ได้กล่าวไว้ในภาคผนวก

"มอธรรม นำพร"แต่ละฉบับ ไม่ได้เป็นการถอดเทปจากการ แสดงธรรมครั้งเดียวของหลวงพ่อ แต่เป็นการรวบรวมธรรมะจากหลาย แห่งมาร้อยเรียง ให้สอดคล้องกับหัวข้อที่กำหนดไว้ ดังนั้นแม้ว่าแต่ละ

ฉบับจะเป็นเล่มเล็ก ๆ เพียงไม่กี่หน้า แต่ก็ต้องใช้ความอดสาหะ
พากเพียรในการจัดทำมากพอควร

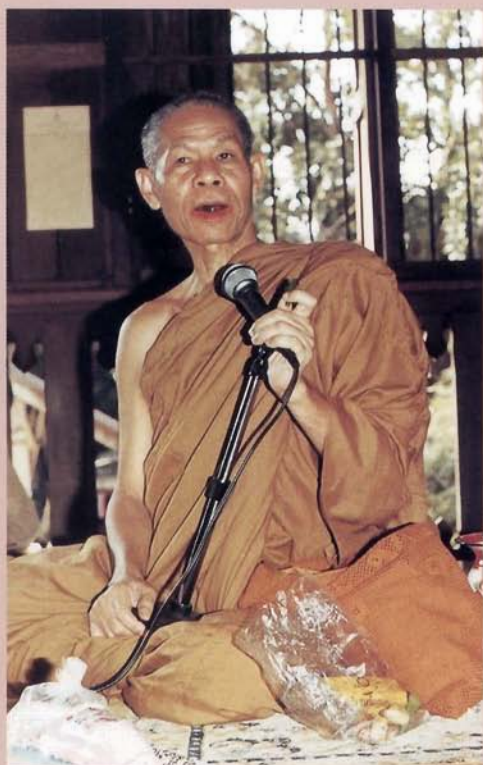
เจตนารมณ์ของคณะศิษย์ที่จะสืบสานมรดกธรรมของหลวงพ่
ยังคงถึงพร้อมด้วยเหตุปัจจัย คือ สามัคคีธรรม ของคณะศิษย์ที่
ให้การสนับสนุนทั้งกำลังกาย กำลังใจ กำลังทรัพย์ และกำลังสติปัญญา
"จณิยปุชา ๒๕๔๔" จึงยังคงประโยชน์เกื้อกูลทางธรรมแก่ผู้สนใจใน
ธรรมปฏิบัติได้ต่อ ขออนุโมทนาในกุศลเจตนาและสามัคคีธรรมของ
ทุก ๆ ท่านที่มีส่วนในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง
ขออนุโมทนาในบุญกุศลของผู้อ่านและนำคำสอนของหลวงพ่อไปปฏิบัติ
ถ้าได้ศึกษาแล้วไม่ปฏิบัติ ก็ยากที่จะปลดเปลื้องความทุกข์ออกจากชีวิต
ดังที่หลวงพ่อกล่าวไว้ว่า

"หลักสูตรทางศาสนา ถ้ารู้แล้วไม่รู้จักใช้ ยังแบกอยู่ก็หนัก"

คณะศิษยานุศิษย์

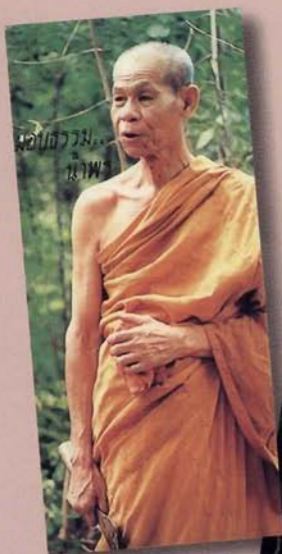
สารบัญ

สมาธิเพื่อชีวิต (มอธรรม นำพร ๒๕๓๕)	๗
สร้างสุขด้วยศีล (มอธรรม นำพร ๒๕๓๕)	๒๕
ปฏิบัติธรรมด้วยปัญญา เพื่อปัญญา (มอธรรม นำพร ๒๕๓๖)	๓๙
ปฏิบัติเพื่อเอาดี (มอธรรม นำพร ๒๕๓๗)	๕๕
สังฆธรรมสากล (มอธรรม นำพร ๒๕๓๘)	๖๗
หลักการสร้างอธิปไตย (มอธรรม นำพร ๒๕๓๙)	๗๙
จุดยืนของชาวพุทธ (มอธรรม นำพร ๒๕๔๐)	๙๑
ธรรมะจากรามเกียรติ์ (มอธรรม นำพร ๒๕๔๑)	๙๙
สร้างธรรมในใจ สู้ภัยเศรษฐกิจ (มอธรรม นำพร ๒๕๔๒)	๑๑๓
แสงธรรม...ส่องใจ (มอธรรม นำพร ๒๕๔๓)	๑๒๕
ชีวิต...ลิจิตธรรม (มอธรรม นำพร ๒๕๔๔)	๑๓๕
ภาคผนวก	
ภาพจากงานพระราชทานเพลิงศพหลวงพ่อพุทธ	๑๕๑
ประชาสัมพันธ์บูรพาจารย์เจดีย์	๑๕๗
ประชาสัมพันธ์เจ้านิยานุสรณ์สถาน	๑๕๘
สายใยหลวงพ่อ... มอธรรม นำพร... มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๑๖๑
รายนามผู้สนับสนุนการจัดพิมพ์งานนี้บูชา ๒๕๔๔	๑๖๕



สมาธิเพื่อชีวิต

มอชธรรม น่ำพร ๒๕๓๔



...สมาธิแบบพระพุทธรูป
การกำหนดรู้กิจวัตรประจำวัน
นี่เป็นเหตุเป็นปัจจัยสำคัญ
สำคัญกว่าการนั่งหลับตาสมาธิ

...สอนสมาธิต้องสอนสิ่งที่ใกล้ตัวที่สุด
ความรู้เห็นอะไรที่เขาอวดๆ กันนั้นอย่าไปสนใจเลย
ให้มันรู้เห็นจิตของเราเนี่ย รู้กายของเรา



...สมาธิแบบพระพุทธรูปเจ้า
การกำหนดรู้เรื่องชีวิตประจำวัน
นี่เป็นเหตุเป็นปัจจัยสำคัญ
สำคัญยิ่งกว่าการนั่งหลับตาสมาธิ

...สอนสมาธิต้องสอนสิ่งที่ใกล้ตัวที่สุด
ความรู้เห็นอะไรที่เขาอวดๆ กันนั้นอย่าไปสนใจเลย
ให้มันรู้เห็นจิตของเราเนี่ย รู้กายของเรา

สมาธิเพื่อชีวิต

ธรรมเทศนา

โดย พระภาวนาพิศาลเถร (พุทธ ฐานิโย)
วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



สมาธิตามธรรมชาติ

คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนของปัญญาชน ไม่ใช่เป็นคำสอนของบุคคลผู้เชื่อในสิ่งที่ไม่มีความหมาย

ศาสนาพุทธสอนให้คนเรียนรู้ธรรมชาติและกฎของธรรมชาติ ถ้าใครจะถามว่าธรรมะคืออะไร ธรรมะ ก็คือ ธรรมชาติ ธรรมชาติคืออะไร ก็คือ กายกับใจของเรา

...สมาธิแบบพระพุทธเจ้า การกำหนดรู้เรื่องชีวิตประจำวันนี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยสำคัญ สำคัญยิ่งกว่าการนั่งหลับตาสมาธิ

สอนสมาธิต้องสอนสิ่งที่ใกล้ตัวที่สุด ความรู้เห็นอะไรที่เขาอวดๆ กันนี้ อย่าไปสนใจเลย ให้มันรู้เห็นจิตของเรา รู้กายของเรา รู้ว่าธรรมชาติของกายอย่างหยาบๆ มันต้องมีการเปลี่ยนอริยาบถอยู่เสมอ ยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด อันนี้คือความจริงของกาย

สมาธิ...เพื่ออะไร

ปัญหาสำคัญของการฝึกสมาธินี้ บางทีเราอาจจะเข้าใจไขว้เขวไปจากหลักความจริง

สมาธิอย่างหนึ่ง เราฝึกเพื่อให้จิตสงบนิ่ง

สมาธิอย่างหนึ่ง เราฝึกเพื่อให้มีสติสัมปชัญญะ รู้ทันเหตุการณ์
นั้น ๆ ในขณะปัจจุบัน

สมาธิบางอย่าง เราปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้ความเห็นภายในจิต
เช่น รู้เห็นสิ่งมหัศจรรย์ต่าง ๆ รู้เรื่องอดีต อนาคต รู้อดีต หมายถึงรู้
ชาติในอดีตว่าเราเกิดเป็นอะไร รู้อนาคต หมายถึงว่าเมื่อเราตายไปแล้ว
เราจะไปเป็นอะไร อันนี้เป็นการปฏิบัติเพื่อรู้

ที่นี้เรามาศึกษากันจริง ๆ

อดีตเป็นสิ่งที่ล่วงไปแล้ว อนาคตก็เป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ดัง
นั้นเรามาสงใจอยู่ในสิ่งที่เป็ปัจจุบันติใหม่

...ที่ครูบาอาจารย์สอนว่า ทำกรรมฐานไปเห็นโน้นเห็นนี่ นี่มัน
ใช้ไม่ได้ ให้มันเห็นใจเราเองซิ

...อย่าไปเข้าใจว่าทำสมาธิแล้วต้องเห็นนรก ต้องเห็นสวรรค์
ต้องเห็นอะไรต่อมิอะไร สิ่งที่เราเห็นในสมาธิมันไม่ผิดกันกับที่เรา
นอนหลับแล้วฝันไป แต่สิ่งที่เราจำเป็นต้องรู้ต้องเห็นนี้ คือเห็น
กายของเรา เห็นใจของเรา

หลักสากลของการปฏิบัติสมาธิ

การบำเพ็ญสมาธิจิตเพื่อให้เกิด สมาธิ สติ ปัญญา มีหลักที่ควร
ยึดถือว่า ทำจิตให้มีอารมณ์สิ่งรู้ สติให้มีสิ่งระลึก จิตนี้รู้สิ่งใดให้มี
สติกำกับเข้าไปที่ตรงนั้น ยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด
คิด เป็นอารมณ์จิต ฝึกสติให้รู้อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าใครจะทำอะไร มี
สติตัวเดียว เวลานอนลงไป จิตมันมีความคิดอย่างใด ปลอ่ยให้มันคิด
ไป แต่ให้มีสติตามรู้ไปจนกว่าจะนอนหลับ อันนี้เป็นวิธีการทำสมาธิ

ตามหลักสากล

...ถ้ามีใครมาถามว่า ทำสมาธินี้คือทำอะไร คำตอบมันก็ง่ายนิดเดียว การทำสมาธิ คือ การทำจิตให้มีสิ่งรู้ ทำสติให้มีสิ่งระลึก หมายความว่า เมื่อจิตของเรานึกถึงสิ่งใดให้มีสติกำกับไปที่ตรงนั้น เรื่องอะไรก็ได้ ถ้าเอากันเสียอย่างนี้ เราจะรู้สึกรู้ว่าเราได้ทำสมาธิอยู่ตลอดเวลา

สมาธิ...ไม่ใช่การนั่งหลับตาเท่านั้น

...ถ้าหากไปถือว่าสมาธิคือการนั่งหลับตาอย่างเดียว มันก็ถูกกับความเห็นของคนทั้งหลายที่เขาแสดงออก แต่ถ้าเราจะคิดว่า อารมณ์ของสมาธิ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด ไม่ว่าเราจะทำอะไร มีสติสัมปชัญญะรู้อยู่กับเรื่องปัจจุบัน คือเรื่องชีวิตประจำวันนี้เอง เราจะเข้าใจหลักการทำสมาธิอย่างกว้างขวาง และสมาธิที่เราทำอยู่นี้จะรู้สึกรู้ว่า นอกจากจะไปในิ่งหลับตาภาวนาหรือเพ่งดวงจิตแล้ว ออกจากที่นั่งมา เรามีสติตามรู้ การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด แม้ว่าเราจะไม่นั่งสมาธิอย่างที่พระท่านสอนก็ได้ เพราะว่าเราฝึกสติอยู่ตลอดเวลา เวลาเรานอนลงไป คนมีความรู้ คนทำงาน ย่อมมีความคิด ในช่วงที่เรานอนนั้นแหละ เราปล่อยให้จิตเราคิดไป แต่เรามีสติตามรู้ความคิดจนกระทั่งนอนหลับ

ถ้าฝึกต่อเนื่องกันทุกวันๆ เราจะได้สมาธิอย่างประหลาด นี่ถ้าเราเข้าใจอย่างนี้ สมาธิจะไม่เป็นอุปสรรคต่อการทำงาน ไม่เป็นอุปสรรคต่อการสร้างสรรค์โลกให้เจริญ แต่ถ้าหากจะเอาสมาธิมุ่งแต่ความสงบอย่างเดียว มันจะเกิดอุปสรรคขึ้นมาทันที แม้การ

งานอะไรต่าง ๆ มองดูผู้คนนี้ขวางหูขวางตาไปหมด อันนั้นคือ
สมาธิแบบฤๅษีทั้งหลาย

ทำสมาธิถูกทาง ไม่หนีโลก ไม่หนีปัญหา

ผู้ที่มีจิตเป็นสมาธิที่ถูกต้องนี้ สมมติว่ามีครอบครัว จะต้องรัก
ครอบครัวของตัวเองมากขึ้น หนักเข้าความรักมันจะเปลี่ยน เปลี่ยน
จากความรักอย่างสามัญธรรมดา กลายเป็นความเมตตาปรานี

ในเมื่อไปเผชิญหน้ากับงานที่ยุ่ง ๆ เมื่อก่อนรู้สึกว่ายุ่ง แต่เมื่อ
ปฏิบัติแล้ว ได้สมาธิแล้ว งานมันจะไม่ยุ่ง พอประสบปัญหาเข้าปุ๊บ
จิตมันจะปฏิวัติตัวพิจารณาหาทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ซึ่งมันจะเป็นไป
เองโดยอัตโนมัติ ที่นี้บางทีพอเราหยิบปัญหาอะไรขึ้นมา เรามีแบบ
แผนตำรายกขึ้นมาอ่าน พออ่านจบปั๊บ จิตมันวูบวาบลงไป ปัญหาที่
เราข้องใจจะแก้ได้ทันที อันนี้คือสมาธิที่สัมพันธ์กับชีวิตประจำวัน

แต่สมาธิอันใดที่ไม่สนใจกับเรื่องชีวิตประจำวัน หนีไปอยู่
ที่หนึ่งต่างหากของโลกแล้ว สมาธิอันนี้ทำให้โลกเลื่อมและไม่
เป็นไปเพื่อทางตรัสรู้ มรรค ผล นิพพานด้วย

ทุกคนเคยทำสมาธิมาแล้ว

ทุกสิ่งทุกอย่างเราสำเร็จมาเพราะพลังสมาธิ

ไม่มีสมาธิ เรียนจบปริญญามาได้อย่างไร

ไม่มีสมาธิ ทำงานใหญ่โตสำเร็จได้อย่างไร

ไม่มีสมาธิ ปกครองบ้านเมืองได้อย่างไร

พวกเราเริ่มฝึกสมาธิมาตั้งแต่พี่เลี้ยง นางนม พ่อแม่สอนให้เรา

รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักอ่าน รู้จักคนโน้นคนนี้ จุดเริ่มต้นมันมาแต่โน้น
ที่นี้พอเข้ามาสู่สถาบันการศึกษาเราเริ่มเรียนสมาธิอย่างจริงจังขึ้นมาแล้ว

แต่เมื่อเรามาพบพระคุณเจ้า หลวงพ่อ หลวงพี่ทั้งหลายนี้
ท่านจะถามว่า "เคยทำสมาธิไหม" จึงทำให้พวกเราทั้งหลายเข้าใจว่า
เราไม่เคยทำสมาธิ ไม่เคยปฏิบัติสมาธิมาก่อน เพราะท่านไปชี้ดวงจำกัด
การทำสมาธิเฉพาะเวลานั่งหลับตาอย่างเดียว

ไม่เป็นชาววัดก็ทำสมาธิได้

ใครที่ยังไม่มีโอกาสจะเข้าวัดเข้าวามานั่งสมาธิหลับตาอย่างที่
พระท่านชักชวน การปฏิบัติสมาธิเอากันอย่างนี้ ยืน เดิน นั่ง นอน
รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด ให้มีสติอยู่ตลอดเวลา ทุกคนได้ฝึกสมาธิ
มาตามธรรมชาติแล้วตั้งแต่เริ่มรู้เดียงสา มา ที่นี้เรามาเริ่มฝึกใหม่นี้
เป็นการเสริมของเก่าที่มีอยู่แล้วเท่านั้น อย่าไปเข้าใจผิด ยืน เดิน นั่ง
นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด เป็นอารมณ์จิต เราทำให้สิ่งเหล่านี้
ให้มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาเท่านั้น เวลานอนลงไป จิตมันคิดอะไร ให้
มันคิดไป ให้มีสติไล่ตามรู้มันไปจนกระทั่งนอนหลับ ปฏิบัติต่อเนื่อง
ทุกวันแล้ว ท่านจะได้สมาธิอย่างไม่คาดฝัน

...ในขณะที่ทำงาน กำหนดสติรู้อยู่กับงาน เวลาคิด ทำสติรู้อยู่กับ
การคิด โดยถือการทำงาน การคิด เป็นอารมณ์ของจิต

โดยธรรมชาติของจิต ถ้ามีสิ่งรู้ สติมีสิ่งระลึก จิตย่อมสงบ
มีปีติ สุข เอกัคคตาได้ ในโอกาสใดโอกาสหนึ่งจนได้ ถ้าผู้ปฏิบัติ
ตั้งใจทำจริง

นักรู้กิจทำสมาธิกับการงาน

มีผู้หญิงคนหนึ่งมาหาหลวงพ่อก่อน แล้วมาบอกว่า "หลวงพ่อก่อน อยากรู้จักสมาธิ แต่หนูนั่งสมาธิไม่เป็น" หลวงพ่อก็บอกว่า "คุณนั่งไม่เป็นก็ไม่ต้องนั่ง ให้ฝึกสติให้มันรู้เกี่ยวกับการยืน เดิน นั่ง นอน รับ ประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด" ที่นี้เมื่อสมาธิมันเกิดขึ้นเพราะการปฏิบัติ อย่างนี้ ภายหลังมานี้ ความรู้สึกมันก็รู้สึกได้ว่า เราทำอะไร พูด คิดอะไร มันเป็นสมาธิทั้งนั้น มันก็ไปสอดคล้องกันเอง

มองเห็นงานที่มันเคยยุ่งๆ ตั้งแต่ก่อน เมื่อมีสมาธิดีแล้วไป ประสบความยุ่งเหยิงอย่างนั้น จิตมันรู้สึกว่ามันไม่ยุ่ง มันสามารถ แก้ไขปัญหาของมันได้ อย่างบางทีพอติดปัญหาปั๊บ กำหนดจิตมันวูบ วาบไป ปัญญาที่จะแก้ไขปัญหานั้นมันก็เกิดขึ้น แม้แต่เกี่ยวกับเรื่อง งานเรื่องการก็เหมือนกัน อันนี้เราไปติดอยู่ตรงที่ว่า อย่าไปคิดเรื่อง โลก ให้คิดแต่เรื่องธรรม แต่ความจริงโลกนะเป็นอารมณ์ของจิต ในเมื่อจิตตัวนี้รู้ความจริงของโลกแล้ว มันจะปลื้มตัวไปลอยเด่น อยู่เหนือโลก และมันอาศัยโลกนั้นแหละเป็นบันไดเหยียบไปสู่ จุดที่อยู่เหนือโลก

โลกทั้งหลายนี้เป็นอารมณ์จิต กายและใจของเราก็เป็นโลก สถานการณ์และสิ่งแวดล้อมทั้งหลายที่เราประสบอยู่เป็นเรื่องราวชีวิต ประจำวันก็โลก ในเมื่อเรามาฝึกสติให้รู้ทันโลกอันนี้แล้ว จิตมันจะรู้ เจาะเห็นจริงในความเป็นจริงของโลก มันก็ปล่อยวาง ถึงแม้ว่ามันจะ อยู่กับโลก มันก็ตะๆ ตะๆ มองเห็นทุกสิ่งทุกอย่างนี้เป็นแต่เพียง หน้าที่เท่านั้น แล้วมันจะจัดสรรตัวมันเองว่า เรามีหน้าที่อย่างไร ควร จะรับผิดชอบอย่างไรมันจะปฏิบัติหน้าที่ไปตามหน้าที่อย่างตรงไปตรงมา

นักเรียน นักศึกษา ทำสมาธิในการเรียน

...ขณะนี้นักเรียนทั้งหลายกำลังเรียน ปัญหาสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ทำอย่างไรเราจึงจะได้พลังของสมาธิพลังของสติเพื่อสนับสนุนการศึกษา

หลวงตาจะสอนวิธีทำสมาธิในห้องเรียน... สมมติว่าขณะนี้ หลวงตาเป็นครูสอนพวกเธอทั้งหลาย ให้พวกเธอทั้งหลายฟังสายตามาที่หลวงตาส่งใจมาที่หลวงตาแล้วก็สังเกตดูให้ดีว่าหลวงตาทำอะไรบ้าง หลวงตาดยกมือ หนูก็รู้ เขียนหนังสือให้ หนูรู้ พุดอะไร ให้หนูตั้งใจฟัง ถ้าสังเกตจนกระทั่งกระพริบหูกระพริบตาได้ดี เวลาเข้าห้องเรียน ให้เพ่งสายตาไปที่ตัวครู ส่งใจไปที่ตัวครู อย่าเอาใจไปที่อื่น เพียงแค่นี้ วิธีการทำสมาธิในห้องเรียน ถ้าพวกหนูๆ จำเอาไปแล้วปฏิบัติตาม จะได้สมาธิตั้งแต่เป็นนักเรียนเล็กๆ ชั้นอนุบาล ในตอนแรกนี้ การควบคุมสายตาและจิตไปไว้ที่ตัวครูนี้อาจจะลำบากหน่อย แต่ต้องพยายามฝึก ฝึกจนคล่องตัวชำนาญ ภายหลังแม้เราจะไม่ตั้งใจ พอเห็นใครเดินผ่านหน้ามันจะจ้องเอาๆ พอมาเข้าห้องเรียนแล้วพอครูเดินเข้ามาในห้อง สายตามันจะจ้องปั๊บ ใจมันก็จะจดจ่ออยู่ตรงนั้น หนูลองคิดดูซิว่า การที่มองที่ครู และเอาใจใส่ตัวครูนี้ เราเรียนหนังสือเราเข้าใจดีไหม ลองคิดดู

ทีนี้เมื่อฝึกจนคล่องตัวชำนาญแล้ว สายตามันยังจ้องอยู่ที่ตัวครูแต่ใจจะมาอยู่ที่ตัวเราเอง มาตอนนี้ครูท่านสอนอะไร พอท่านพูดจบประโยคปั๊บ ใจของเราจะรู้ล่วงหน้าแล้วว่าต่อไปท่านจะพูดอะไร เวลาไปสอบ อ่านคำถามจบ ใจของเราจะวูบวาบ แล้วคำตอบมันจะผุดขึ้น

อันนี้เป็นสูตรทำสมาธิที่หลวงตาทำได้ผลมาแล้ว

หลวงพ่อกำลังสมาธิในการเรียนสมัยเป็นเณร

...อาจารย์องค์นั้นชื่ออาจารย์สุวรรณ สุจินฺตโน ลูกศิษย์ต้นของหลวงปู่มั่น เห็นหลวงพ่อกำลังถือหนังสือเดินท่องไปท่องมาแบบเดินจงกรม ท่านก็ทักว่า "เณร ถ้าจะเรียนก็ตั้งใจเรียน จะปฏิบัติก็ตั้งใจปฏิบัติ จีบปลาสองมือมันไม่สำเร็จหรอก"

ที่นี้เราก็อุดริดคิดขึ้นมาว่า "เอ...หลักของการเพ่งกสิณนี้ ปฐวีกสิณ เพ่งดิน อาโป เพ่งน้ำ วาโย เพ่งลม เตโช เพ่งไฟ อากาส เพ่งอากาศ วิญญาน เพ่งวิญญาน ในตัวครุนี้มีกสิณครบทั้งดิน น้ำ ลม ไฟ อากาส วิญญาน เราจะเอาตัวครุเป็นเป้าหมายของจิต ของอารมณ์ เอาตัวครุเป็นอารมณ์ของจิต เป็นที่ตั้งของสติ เอามันที่ตรงนี้แหละ..."

การเรียนคือการปฏิบัติธรรม

วิชาความรู้ที่นักศึกษาเรียนกันอยู่ในปัจจุบันนี้มันเป็นสิ่งที่เราสามารถรู้ด้วยจิตใจ สิ่งใดที่เราสามารถรู้ด้วยจิตใจ สิ่งนั้นคือสภาวะธรรม สภาวะธรรมอันนี้มันทำให้เราจิตใจเสียใจเพราะมัน เราท่องหนังสือไม่ได้ เราเกิดเสียใจน้อยใจตัวเอง หนังสือที่เราท่องนั้นคือสภาวะธรรม เราจำไม่ได้ นั่นคือสิ่งที่มันไม่เป็นไปตามความปรารถนา มันเข้าไปในหลักอนัตตา บางทีอยู่ดีๆ เกิดเจ็บไข้ เราไปวิทยาลัยของเราไม่ได้ นั่นคือสิ่งที่มันไม่เป็นไปตามความปรารถนา มันเข้าไปในหลักอนัตตา บางทีเราทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งมันผิดพลาดไปมันก็อนัตตา อนิจจัง ทุกขังนั่นเอง เพราะฉะนั้น เมื่อเรามาฝึกสติสัมปชัญญะของเรานี้ให้มันรู้พร้อมอยู่กับปัจจุบัน มันเป็นการปฏิบัติธรรม เดิน เรารู้ ยืน เรารู้ นั่ง เรารู้ นอนเรารู้ รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด เรารู้ เอาตัวรู้คือสติตัวเดียวเท่านั้น

แม้ในขณะที่เราเรียนหนังสืออยู่ เราตั้งใจจดจ่อต่อการเรียนในปัจจุบันนั้น นั่นก็เป็นการปฏิบัติสมาธิ

ที่นี้ความรู้ ความเห็น ที่เราจะพึงทำความเข้าใจ มันอยู่ที่ตรงไหน มันอยู่ที่กายกับใจของเรา呢 ทำอย่างไรกายของเราจึงจะมีสุขภาพอนามัยเข้มแข็ง ทำอย่างไรจิตใจของเราจึงจะปลอดโปร่ง เมื่อมีปัญหาขึ้นมาทำอย่างไรเราจึงจะมีสติปัญญาแก้ไขปัญหาหัวใจของเราได้ นี่มันอยู่ที่ตรงนี้ ที่เราจำเป็นต้องเรียนให้มันรู้

ทำสมาธิในการเรียนได้อย่างไร

นักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย เป็นนักศึกษาในทุนที่หลวงพ่อส่งไปเรียนเอง ตอนแรกเขาไม่อยากจะเรียน เพราะเขาคิดว่ามันสมองของเขาไม่สามารถจะเรียนระดับมหาวิทยาลัยได้ หลวงพ่อก็เคียวเงินให้เขาไป ในเมื่อเขารับประกันว่าจะไปเรียน หลวงพ่อก็บอกว่า "หนูไปเรียนมหาวิทยาลัยต้องฝึกสมาธิด้วย" เขาก็เถียงว่า "จะให้ไปเรียนมหาวิทยาลัยแล้วให้ทำสมาธิ เอาเวลาที่ไหนไปเรียน" มันเกิดมีปัญหามาย่างนี้ หลวงพ่อก็ตีคำแนะนํ่าว่า การฝึกสมาธิแบบนี้ไม่ขัดต่อการศึกษา หลวงพ่อก็ตีคำแนะนํ่าเบื้องต้นว่า "เมื่อเวลาหนูเข้าไปอยู่ในห้องเรียน ให้กำหนดจิตให้มีสติรู้อยู่ที่จิต คือระลึกรู้อยู่ที่จิตของตัวเอง ถ้าหากมีจุดใดจุดหนึ่งที่จะต้องเพ่งมองก็เพ่งมองไปที่จุดนั้น เช่น กระดานดำ เป็นต้น เมื่ออาจารย์เดินเข้ามาในห้องเรียน ให้เอาความรู้สึกและสายตาทั้งหมดไปรวมอยู่ที่ตัวอาจารย์ ให้มีสติรู้อยู่ที่ตัวอาจารย์เพียงอย่างเดียว อย่าส่งใจไปอื่น"

...เขาใช้เวลาเรียนเพียง ๔ ปีก็จะจบแล้ว ที่แรกเขาคิดว่าเขา

อาจจะเรียนถึง ๖ ปีกว่าจะเอาให้จบได้ แต่มันก็ผิดพลาด ทุกสิ่งทุกอย่างมันเปลี่ยน ความรู้สึกว่ามันสมองไม่ดี มันเปลี่ยนเป็นดีขึ้นมาหมด ก็เป็นอันว่าเขาสามารถฝึกสมาธิ ให้จิตมีสมาธิ มีสติสัมปชัญญะเพื่อเป็นการสนับสนุนการศึกษาที่เขาเรียนอยู่ในปัจจุบันได้

...ถ้านักศึกษาพยายามฝึกสมาธิแบบนี้ ผลพลอยได้จากการฝึกความเคารพ ความเอาใจใส่ ความกตัญญูกตเวที ความรู้สึกซึ่งในพระคุณของครูบาอาจารย์ มันจะฝังลึกลงสู่จิตใจ เราจะกลายเป็นคนกตัญญูกตเวที ไม่อาจลบหลู่ดูหมิ่นครูบาอาจารย์ได้ เมื่อเป็นเช่นนั้นเราก็มีแต่ความเคารพบูชาในครูอาจารย์ ลูกศิษย์ที่มีความเคารพในครูอาจารย์ การเรียนทำให้เรียนได้ดีเกินกว่าที่เราคาดคิด

ช่วงประดิษฐ์ทำสมาธิในการประดิษฐ์

เมื่อไม่นานมานี้มีคฤหบดีท่านหนึ่งอุตสาหกรรมจากกรุงเทพฯ พอมาถึงเขาก็มาบอกหลวงพ่อกว่า "ผมจะมาขอขึ้นครุกรรมฐานกับท่าน ได้ทราบที่ท่านสอนกรรมฐานเก่ง" หลวงพ่อถามว่า "คุณมีอาชีพอะไร" เขาตอบว่า "ผมมีอาชีพในการประดิษฐ์สิ่งของขาย" "ไหนคุณลองเล่าดูซิว่า ขณะที่คุณประดิษฐ์สิ่งของขายนั้นนะ คุณคิดประดิษฐ์ของคุณอยู่นั้น มันมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง" เขาก็เล่าให้ฟังโดยยกตัวอย่างว่า "สมมุติว่าผมจะสร้างตุ๊กตาสักตัวหนึ่ง ผมก็มาคิดว่าจะทำใบหน้าอย่างนั้น ทรงผมอย่างนี้ รูปร่างลักษณะอย่างนั้นอย่างนี้ ผมก็คิดไปตามที่ผมจะคิดได้ คิดไปคิดมามันมีอาการเคลิ้มๆ เหมือนกับจะง่วงนอน แล้วก็มีอาการหลับไป รู้สึกหลับไปพักหนึ่ง ในขณะที่รู้สึกหลับไปพักหนึ่งนั้น จิตก็เกิดสว่าง มองเห็นภาพตุ๊กตาที่คิดจะสร้างลอยอยู่ข้างหน้า ที่นี้จิตก็ดูของมันอยู่จนกระทั่งแน่ใจ แล้วก็ถอนขึ้นมา ดันขึ้นมาจากภวังค์"

...ในช่วงที่จิตมันวูบนั้น นอนหลับไปแล้วเกิดฝันขึ้นมา ฝันเห็นตุ๊กตาลอยอยู่ตรงหน้า เขาก็มาสร้างตุ๊กตาตามที่เขาฝันเห็น เมื่อสร้างเสร็จแล้ว ส่งออกขายในท้องตลาดก็เป็นที่นิยมแก่ลูกค้า

หลวงพ่อก็บอกว่า "คุณ คุณทำสมาธิเก่งแล้ว คุณไม่ต้องมาขึ้นครูกรรมฐานกับฉันก็ได้ ให้คุณทำสมาธิด้วยการประดิษฐ์ตุ๊กตาของคุณต่อไป นั่นแหละคือสมาธิที่คุณต้องการจะเรียนจากฉัน ถ้าคุณต้องการจะให้สมาธิของคุณดียิ่งขึ้น ให้คุณสมาทานศีล ๕ เสีย แล้วสมาธิของคุณจะเป็นไปเพื่อการละความชั่ว ประพฤติความดี ทำจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาดได้"

ทำสมาธิโดยการบริกรรมภาวนา

หมายถึงการท่องคำบริกรรมภาวนาอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น พุทโธ ยุบหนอพองหนอ สัมมารัง เป็นต้น ผู้ภาวนาท่องบริกรรมภาวนาอย่างใดอย่างหนึ่งจนจิตสงบ ประกอบด้วยองค์สาม คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา จิตสงบจนกระทั่งตัวหาย ทุกสิ่งทุกอย่างหายไป เหลือแต่จิตที่สงบนิ่งสว่างอยู่ ความนึกคิดไม่มี เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิ พอรู้สึกว่ามีกาย ความคิดเกิดขึ้น ให้กำหนดสติตามรู้ทันทีอย่ารีบออกจากที่นั่งสมาธิ ถ้าปฏิบัติอย่างนี้จะได้ปัญญาเร็วขึ้น

...ในช่วงนี้ถ้าเราไม่รีบออกจากสมาธิ ออกจากที่นั่ง เราก็ตรวจดูอารมณ์จิตของเราเรื่อยไป โดยไม่ต้องนึกอะไร เพียงแต่ปล่อยให้จิตมันคิดของมันเอง อย่าไปตั้งใจคิด ที่นี้พอออกจากสมาธิมาแล้ว พอมันคิดอะไรขึ้นมา ก็ทำใจดูมันให้ชัดเจน ถ้าจิตมันคิดไปเรื่อย ๆ ก็ดูมันไปเรื่อย ๆ จะคิดไปถึงไหนช่างมัน ปล่อยให้มันคิดไปเลย เวลาคิดไป เรา

ก็ดูไปๆๆ มันจะรู้สึกเคลิบเคลิ้มในความคิด แล้วจะเกิดกายเบา จิตเบา กายสงบ จิตสงบ

กายเบา กายสงบ ได้กายวิเวก

จิตเบา จิตสงบ ได้จิตวิเวก

ที่นี้จิตสงบแล้ว จิตเป็นปกติได้ ก็ได้อุปปริเวกในขณะนั้น

บริกรรมพุทโธ กับการตามรู้จิต คือหลักเดียวกัน

...ภาวนาพุทโธเอาไว้ พอจิตมันอยู่กับพุทโธก็ปล่อยให้มันอยู่ไป พอทิ้งพุทโธแล้วไปคิดอย่างอื่น ปล่อยให้มันคิดไปแต่ให้มีสติตามรู้... พุทโธที่เรามาท่องเอาไว้

๑. เพื่อระลึกถึงพระบรมครู

๒. เพื่อกระตุ้นเตือนจิตให้เกิดความคิดเอง

ที่นี้เมื่อจิตทิ้งพุทโธไป มันไปคิดอย่างอื่นขึ้นมาได้ แสดงว่าเราสามารถหาเหยื่อมาป้อนให้ตัวเองได้แล้ว เราก็ไม่ต้องกังวลที่จะหาอารมณ์มาป้อนให้เขา ปล่อยให้เขาคิดไปตามธรรมชาติของเขา หน้าที่ของเรามีสติกำหนดตามรู้อย่างเดียวเท่านั้น นี่หลักการปฏิบัติเพื่อจะได้สมาธิสัมพันธ์กับชีวิตประจำวันต้องปฏิบัติอย่างนี้

อย่าข่มจิตถ้าจิตอยากคิด

ถ้าเราภาวนาพุทโธๆ แม้ว่าจิตสงบเป็นสมาธิถึงขั้นละเอียด ถึงขั้นตัวหาย เมื่อสมาธินี้มันจะได้ผลไปตามแนวทางแห่งการปฏิบัติเพื่อมรรค ผล นิพพาน ภายหลังจิตที่เคยสงบนี้ มันจะไม่ยอมเข้าไปสู่ความสงบ มันจะมาป่วนเปื้อนแต่การยื้น เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พุด คิด ซึ่งอันนี้ก็เป็นประสบการณ์ที่หลวงพ่อบริกรรมได้ประสบ

มาแล้ว พยายามจะให้มันเข้าไปสู่ความสงบอย่างเคย มันไม่ยอมสงบ ยิ่งบังคับเท่าไรยิ่งดิ้นรน นอกจากมันจะดิ้นแล้ว อิทธิฤทธิ์ของมัน ทำให้เราปวดหัวมวนเกล้า ร้อนผ่าวไปทั้งตัว เพราะไปฝืนความจริงของมัน ทีนี้ภายหลังมาคิดว่า แกะจะไปถึงไหน ประังไปถึงไหน เชิญเลย ฉันจะตามดูแก ปลอ่ยให้มันคิดไป ประังไป ก็ตามเรื่อยไป ทีนี้พอไปๆ มาๆ ตัวคิดมันก็คิดอยู่ไม่หยุด ตัวสติก็ตามไล่ตามรู้กันไม่หยุด พอคิดๆ ไปแล้ว มันรู้สึกเพลินๆ ในความคิดของตัวเอง มันคล้ายๆ กับว่ามัน ห่างไกล ไกลไปๆ เกิดความวิเวกวังเวง ภายเบา จิตเบา ภายสงบ จิตสงบ และพร้อมๆ กันนั้นนะ ทั้งๆ ที่ความคิดมันยังไวเร็วปร้อจน ตามแทบไม่ทัน ปิติและความสุขมันบังเกิดขึ้น แล้วทีนี้มันก็มีความ เป็นหนึ่ง คือ จิตกำหนดรู้อยู่ที่จิต ความคิดอันใดเกิดขึ้นกับจิตสักแต่ ว่าคิด คิดแล้วปลอ่ยวางไปๆ มันไม่ได้ยึดเอามาสสร้างปัญหาให้ตัวเอง เตือนร้อน

...แล้วในที่สุดเมื่อมันตัดกระแสแห่งความคิดแล้ว มันวูบวาบๆ เข้าไปสู่ความสงบนิ่งจนตัวหายเหมือนอย่างเคย จึงมาได้ข้อมูลขึ้นมาว่า "อ้อ ธรรมชาติของมันเป็นอย่างนี้ คืออบรมสมาธิ สมาธิอบรมปัญญา ปัญญาอบรมจิต ความคิดอันใดที่สติรู้เท่าทันทุกขณะจิต ความคิดอัน นั้นคือปัญญาในสมาธิ เป็นลักษณะของจิตเดินวิปัสสนา"

พร้อมๆ กันนั้น ถ้าจะนับตามลำดับขององค์ฌาน

ความคิด เป็นตัววิตก

สติรู้พร้อมอยู่ที่ความคิด เป็นตัววิจารณ์

เมื่อจิตมีวิตก วิจารณ์...ปิติ และสุขย่อมบังเกิดขึ้นไม่มีปัญหา

ทีนี้ปิติเกิดขึ้นแล้ว จิตมันก็อยู่ในสภาพปกติ กำหนดความรู้ความคิดที่

เกิด ๆ ดับ ๆ อยู่ตลอดเวลา ก็ได้ความเป็นหนึ่ง

ถ้าจิตดำรงอยู่ในสภาวะความเป็นอย่างนี้ ก็เรียกว่าจิตดำรงอยู่ในปฐมฌาน คือ ฌานที่ ๑ ประกอบด้วยองค์ ๕ : วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา

ปล่อยจิตให้คิด เกิดความฟุ้งซ่านหรือเกิดปัญญา

...ความคิดที่จิตมันคิดขึ้นมาเอง เป็นวิตก สติรู้พร้อม เป็นวิจาร เมื่อจิตมีวิตก วิจาร ปิติและความสุขย่อมเกิดขึ้น ไม่มีปัญหา ผลที่จะเกิดจากการตามรู้ความคิด ความคิดเป็นอารมณ์สิ่งรู้ของจิต เป็นสิ่งระลึกของสติ เมื่อสติสัมปชัญญะดีขึ้น เราจะรู้สึกว่...

ความคิด เป็นอาหารของจิต

ความคิด เป็นการบริหารจิต

ความคิด เป็นการผ่อนคลายความตึงเครียด

ความคิด เป็นนิมิตหมายให้เรารู้ว่าอะไรเป็นเรื่องทุกข์ เป็นอนัตตา

แล้วความคิดนี้แหละมันจะมายั่วให้เราเกิดอารมณ์ดี อารมณ์เสีย เมื่อเรามองเห็นอารมณ์ดี อารมณ์เสีย มองเห็นอริยมรรค อนิยมรรค ที่ก่อเป็นตัวกิเลส ทีนี้เมื่อจิตมีอริยมรรค อนิยมรรค มันก็มีสุขบ้าง ทุกข์บ้าง ละครันไป ในที่สุดก็มองเห็นทุกข์อริยสัจ

...ถ้าจิตมันเกิดทุกข์ขึ้นได้ สติรู้พร้อม มองเห็นทุกข์อริยสัจ ถ้าจิตมีปัญญารู้สึก มันจะบอกว่า อ้อ! นี่คือทุกข์อริยสัจที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ แล้วมันจะดูทุกข์กันต่อไป

สุข ทุกข์ ทั้งสองอย่างเกิดขึ้นสลับกันไป อันนี้คือกฏอริยสัจ

แล้วในที่สุดจิตมีสติปัญญาดีขึ้น มันจะกำหนดหมายรู้ว่า นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ แล้วจะมองเห็นว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นดับไป เกิดขึ้นดับไป อยู่อย่างนั้น

ย่ กิณจิ สมุททย ธมฺมํ สพฺพนฺตํ นิโรธ ธมฺมนฺติ ท่านอัญญาโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรมว่า สิ่งใดเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นดับไปเป็นธรรมดา...คือจุดนี้

เส้นทางตรัสรู้ธรรมของพระพุทธเจ้า

หลักการที่พระองค์ทรงยึดเป็นหลักปฏิบัติก็คือว่า ทำจิตให้มีสิ่งรู้ ทำสติให้มีสิ่งระลึก พระองค์ทำสมาธิภาวนาจนสติให้เป็นสิ่งรู้ของจิต แล้วเอาสติไปจดจ่ออยู่ที่ลมหายใจ...

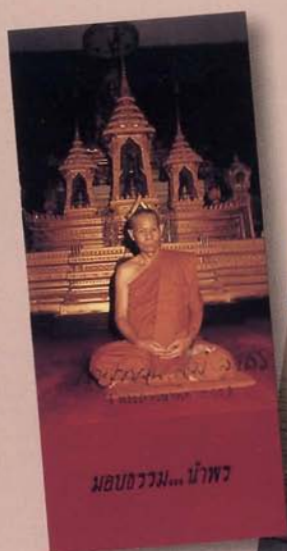
พระองค์ทรงทำพระสติรู้อยู่ที่ลมหายใจเข้าและลมหายใจออก ทำให้พระองค์ต้องรู้ความหายบความละเอียดยของลมหายใจ และรู้ความเปลี่ยนแปลงของลมหายใจ ในขณะที่พระองค์ไม่ได้ดูลมหายใจ พระองค์ก็กำหนดดูอารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในจิตของพระองค์ สิ่งใดเกิดขึ้นพระองค์ก็รู้ รู้ด้วยวิธีการทำสติกำหนดจิต กำหนดคอยรู้คอยจ้องดูอารมณ์ที่เกิดดับกับจิต ในเมื่อสติสัมปชัญญะของพระองค์มีความเข้มแข็งขึ้น สามารถที่จะประทับประคองจิตใจให้มีความรู้ซึ่งเห็นจริงในความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ในสภาวะที่เป็นไปตามธรรมชาติ คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อรู้ว่าอารมณ์ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อารมณ์อันใดที่จิตของพระองค์ยังยึดถืออยู่ เมื่ออารมณ์สิ่งนั้นเกิดขึ้นก็มาทุบทุบให้จิตของพระองค์เกิดความยินดี เกิดความยินร้าย ความทุกข์ก็ปรากฏขึ้นภายในจิต ทุกข์ที่ปรากฏขึ้นภายในจิต

ของพระองค์ พระองค์ก็กำหนดว่านี่คือทุกขอริยสัจ เป็นทุกข์จริง ๆ พระองค์ก็สาวหาสาเหตุ ทุกข์นี้มันเกิดมาจากเหตุอะไร ทุกข์อันนี้เกิดมาจากตัณหา ตัณหาเกิดมาจากไหน เกิดมาจากความยินดีและความยินร้าย ความยินดีเป็นกามตัณหา ความยินร้ายเป็นวิภวตัณหา ความยึดมั่นถือมั่นในความยินดียินร้ายทั้ง ๒ อย่าง เป็นภวตัณหา ในเมื่อจิตมีภวตัณหา มันก็ย่อมมีความทุกข์เกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงทำให้พระองค์รู้ซึ่งเห็นจริงในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค อันนี้เป็นภูมิธรรมที่พระองค์ค้นคว้าพบ ตรัสรู้เองโดยชอบ



สร้างสุขด้วยศีล

มอชธรรม นำนร ๒๕๓๕



มอบธรรม... น้ำพวย



...การปฏิบัติธรรมตามแนวของพระพุทธเจ้า
ที่ถูกต้อง อยู่ที่การสร้างจิตของตัวเองให้มีพลังเข้มแข็ง
มีสติสัมปชัญญะรู้รอบอยู่ที่ตัวเอง สามารถยับยั้ง
อยู่ในความเป็นอิสระได้ตลอดเวลา ไม่ต้องพึ่งพา
อาศัยอะไร

สร้างสุขด้วยศีล

ธรรมเทศนาโดย

พระภาวนาพิศาลเถร (พุทธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



ทำไมพระพุทธเจ้าจึงสอนศีล ๕

ในเมื่อเรามาถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึ่ง ก็หมายความว่า เรา
จะรับเอาพระพุทธเจ้าเป็นพระบรมศาสดา

สมมติว่าพระพุทธรูปท่านพูดได้ เราปฏิญาณตนว่า

“พุทธฺ สรณํ คจฺฉามิ ข้าพเจ้าขอถือพระพุทธเจ้าว่าเป็นที่พึ่ง
ที่ระลึก”

ถ้าพระพุทธเจ้าท่านพูดได้.....“เธอจะเอาจริงไหม”

ถ้าเราตอบท่านว่า “เอาจริง”

“เอาจริงแล้วปฏิบัติตามคำสั่งของเราได้ไหม”

“คำสั่งของพระองค์ท่านคืออะไร”

“ศีล ๕ ประการนั้นอย่างไร”

“โอ๊ย! ปฏิบัติไม่ได้แล้ว มันยาก”

“ช่วยไม่ได้” พระองค์จะบอกเราอย่างนี้

ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น เพราะว่า ศีล ๕ ข้อนี้เป็นหลักธรรมที่เป็นข้อมูล
เป็นจุดเริ่มแห่งการกระทำที่เป็นความดี ในฐานะที่เราเป็นลูกศิษย์
ของพระพุทธเจ้า

ธรรมทั้งหลายที่กล่าวอยู่นั้น มันเป็นธรรมะกลางๆ หลัก
ปฏิบัติสมาธิภาวนาก็เป็นหลักกลางๆ ไม่สังกัดในลัทธิและศาสนา

ใด ๆ ทั้งสิ้น แต่ว่าศีล ๕ ข้อนี้มันเป็นบัพตัญญูที่พระพุทธเจ้ายอมรับ ยอมรับเอามาสมทบกับหลักคำสอน

ศีล ๕ ประการนี้ พระเจ้าองค์ใดบัญญัติไว้เราก็ไม่ทราบ ได้ยินแต่ว่าเป็นมนุษยธรรม ไม่ได้กล่าวว่าพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติ เรารับทราบกันเพียงว่าเป็นมนุษยธรรม เพราะเป็นธรรมที่ไม่เคยสาบสูญไปจากโลก

ศีล ๕ คือจุดกำเนิดของความคิดที่ปวง

...ผู้ใดปฏิบัติธรรมคำสอนของพระบรมศาสดา ให้เกิดผลเกิดประโยชน์ทางมรรคผลนิพพานอย่างแท้จริง ขอให้ยึดมั่นในศีล ๕ ประการ เมื่อท่านมีศีล ๕ ข้อนี้โดยบริสุทธิ์บริบูรณ์แล้ว ความเป็นมนุษย์ของท่านสมบูรณ์ร้อยเปอร์เซ็นต์เต็ม

เมื่อเป็นเช่นนั้น ท่านจะปลุกฝังคุณความดีอันใดลงไป คุณความดีอันนั้นก็ฝังแน่นในกาย ในวาจา และใจของท่าน

ศีล ๕ ป้องกันการฆ่า

...การรักษาศีล ๕ เพื่อป้องกันไม่ให้มนุษย์ฆ่ากัน เราพยายามฆ่าเขา เขาต้องพยายามฆ่าเราตอบ

ถ้าสมมติว่าเราไปฆ่าพ่อฆ่าแม่เขาตาย ลูกเต้าหลานเหลนเขามี เขาก็ผูกพยาบาทอาฆาต พยายามแก้แค้น เพราะ

- ปาณาติบาต การฆ่าเป็นเหตุให้เกิดการอาฆาตจองเวรและเป็นเหตุให้มนุษย์เกิดมีการฆ่ากัน

- อทินนาทาน เบียดเบียนทรัพย์สินสมบัติของท่าน ท่านโกรธ

ท่านก็ฆ่าเอา

- กาเมสุมิจฉาจาร ช่มเหลงน้ำใจท่าน ท่านโกรธ ท่านก็ฆ่าเอา

- สุรา มัวเมา มอมเมาตัวเอง คุณสติไม่อยู่ เดียวก็ทะเลาะเบาะแว้งกันแล้วก็ได้ฆ่ากัน

...ถ้าหากว่าใครไม่สามารถที่จะรักษาศีล ๕ ได้ ตลอดถึงสัตว์เดรัจฉาน ไม่ต้องหนักใจ ตั้งใจกันเอาอย่างนี้ ขึ้นชื่อว่ามนุษย์ฉันจะไม่ฆ่า ไม่เบียดเบียน ไม่ช่มเหลง ไม่รังแก ใครมีความจำเป็นจะฆ่าเปิดฆ่าไก่แกงกินเจริญตามสบาย แต่ว่ามนุษย์อย่าไปจะต้อง

ในเมื่อเราปรับปรุงพื้นฐานรักษาในระดับมนุษย์ให้มีพื้นฐานอันมั่นคง จนรู้สึกว่ามันจะเพิ่มพลังงานขึ้น ในที่สุดมันจะแผ่คลุมไปถึงสัตว์เดรัจฉานเอง แล้วสัตว์เดรัจฉานเราก็จะฆ่าไม่ได้ นี่ความเป็นไปของมันจะเป็นอย่างนี้ เช่นอย่าง นักรักษาศีลบางคน แม้แต่มัดแมงก็ไม่ฆ่า แต่โมโหมาจับป็นยิงเพื่อนมนุษย์อะไรทำนองนี้ แสดงว่าเราปูพื้นฐานในระดับมนุษย์ไม่สมบูรณ์

ตัดกรรมตัดเวรด้วยศีล ๕

การทำบาปทำกรรม สิ่งที่เราเรียกว่าเป็นบาป การกระทำด้วยกาย ด้วยวาจา โดยมีใจเป็นผู้เจตนา ก็มีความตั้งใจทำลงไปแล้ว เป็นบาปทันที มีแต่ละเมิดศีล ๕ ข้อเท่านั้น นอกนั้นไม่มีปัญหา เพราะฉะนั้น ใครรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ จึงเป็นการตัดทอนผลเพิ่มของบาปกรรม

...พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่า ใครทำกรรมใดไว้ ได้รับผลของ

กรรมนั้นแน่นอนหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไปทำพิธีตัดกรรมก็เป็นการลบ
ล้างคำสอนของพระพุทธเจ้า กรรมใดใครก่อลงไปแล้ว ใจเป็นผู้จงใจ
คือเจตนาที่ทำลงไป พอทำลงไปแล้วกรรมอันเป็นบาป ภายหลังเรามา
นึกว่าเราไม่ต้องการผลของบาป มันก็หลีกเลี่ยงปฏิเสธไม่ได้ เพราะใจ
เป็นผู้สั่งให้ กาย วาจา ทำลงไป พุดลงไป ใจตัวนี้ต้องรับผิดชอบโดย
ความเป็นธรรม โดยหลักของธรรมชาติ เพราะฉะนั้น การที่เราจะไป
ทำพิธีตัดกรรมนี้หมายถึงตัดผลของบาป มันตัดไม่ได้ อย่าไป
เข้าใจผิด

ขอให้พุทธบริษัททั้งหลาย จงปลุกฝังนิสัยให้เด็กของเราในข้อนี้
เป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญที่สุด ถ้าเด็ก ๆ ของเรานี้ไปเข้าใจว่าทำบาป
ทำกรรมแล้วไปทำพิธีล้างบาป ทำพิธีตัดกรรม แล้วมันหมดบาป ประ
เดี๋ยวเด็ก ๆ มันทำบาปแล้วไปหาหลวงพ่อ หลวงพี่ ตัดบาปตัดกรรมให้
มันก็ไม่เกิดความกลัวต่อบาป เพราะฉะนั้น อย่าไปเข้าใจผิดว่าทำ
กรรมอันเป็นบาปแล้วตัดกรรมให้มันหมดไป มันเป็นไปไม่ได้
แต่ตัดเวรนี้มีทาง

...เวร หมายถึงการผูกพยาบาทอาฆาต คอยแค้นแค้นกันอยู่
ตลอดเวลา เช่นอย่างเราฆ่าเขาตาย บางทีนึกถึงบาปกรรม กลัวว่าเขา
จะอาฆาตจองเวร เราทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปให้เขา ถ้าหากว่าเขาได้
รับส่วนกุศลจากเรา เขาได้รับความสุข เขาเลื่อนฐานะจากภาวะที่ทุกข์
ทรมานไปสู่ฐานะที่มีความสุข เขานึกถึงคุณงามความดี ถึงบุญถึงคุณ
ของเรา เขาก็โหสิกรรมให้แก่เรา ไม่ตามล้างตามผลาญกันอีกต่อไป
อันนี้ตัดเวรนี้ตัดได้

ใช้กิเลสให้เกิดประโยชน์โดยความเป็นธรรมด้วยศีล ๕

...หลวงพ่อกับหลวงพี่ทั้งหลายท่านไปเที่ยวสอนคน ไปเทศน์ที่ไหน ก็บอกว่า โยม ละโลก โกรธ หลง ให้มากๆ หนอยนะ ละให้มันหมด อย่าโลภมากหลาย

แต่อาตมาพิจารณาดูแล้ว พยายามละกิเลส โลภ โกรธ หลง มาแต่อายุ ๑๔ ปี เดียวนี้ ๗๐ ปีย่างแล้ว ยังมีโลภอยู่ สิ่งที่ยังโลภอยู่ เวลานี้ โลภใหญ่ที่สุดก็คือ อยากให้วัดวาศาสนาเจริญ อยากให้คณะสงฆ์มีทุนการศึกษาปริยัติธรรมและการเผยแผ่ อยากให้โรงพยาบาลมีเครื่องมือเครื่องใช้ครบ ล้วนเป็นกิจริยาของความโลภทั้งนั้น

ความโลภนี้ จริงอยู่ มันเป็นกิเลสประเภทอกุศลมูล แต่เมื่อมันมีอยู่ในจิตในใจของเรา เราพยายามละอย่างไรมันก็ละไม่ได้ มันไม่ใช่สิ่งที่เราจะไปอาบน้ำฟอกสบู่ให้มันสะอาดเหมือนร่างกายที่มีจีโคลนเประอะเปื้อน มันทำอย่างนั้นไม่ได้

...เมื่อมันมี แล้วเราอมรับสภาพความจริงว่าเรามี... เราลองพิจารณาคุณสมบัติของมัน คนอยากได้อะไรดี อยากมี อยากเป็น เพราะมีความโลภ ถ้าคนหมดความโลภแล้ว จะไม่รู้จักทำอะไร เอาไว้ให้มันกระตุ้นเตือนใจ ให้เกิดความทะเยอทะยาน

...สิ่งปรารถนาในสังคัมมนุษย์มี ๕ อย่าง : ความมีลาภ ความมียศ สรรเสริญ ความสุข อำนาจ ๕ อย่างนี้ทุกคนปรารถนา และทุกคนมีสิทธิเสรีภาพในการแสวงหาด้วยกันทั้งนั้น แต่ว่าการแสวงหานี้ ควรจะมีขอบเขต ขอบเขตก็คือศีล ๕ นั่นเอง เราทำอะไรลงไปด้วยอำนาจของกิเลส โลภ โกรธ หลง แต่เราไม่ละเมิดศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่ง พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้ตำหนิว่าเราเป็นผู้ทำผิด

ศีล ๕ ปรับพื้นฐานความเป็นมนุษย์

เราทั้งหลายที่พากันนึกภูมิใจว่า เราเป็นมนุษย์ผู้มีจิตใจสูง มีความเห็นเข้าข้างตนเอง เห็นว่าเรามีขา ๒ ขา หัวชี้ฟ้า พูดได้ มีความคิดสูง ว่าเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ เราพิจารณาตามหลักที่ว่า...

- ขณะใดเรามีจิตใจเมตตาปราณี เอื้อเฟื้อ โอบอ้อมอารี
ขณะนั้น ใจเราเป็นมนุษย์ กายเราก็คือมนุษย์
- ขณะใดใจมีหิริ โอตตัปปะ อายต่อบาป สะดุ้งกลัวต่อบาป ไม่
อาจทำบาปทั้งในที่ลับและที่แจ้ง
ขณะนั้น กายเราเป็นมนุษย์ แต่ใจเป็นเทวดา
- ขณะใดที่ใจของเรามันเกิดโหดเหี้ยมขึ้นมา... อยากฆ่าใคร ฆ่า
อยากด่าใคร ด่า อยากตีใคร ตี...
ในขณะนั้น กายของเราเป็นมนุษย์ แต่ใจเป็นสัตว์เดรัจฉาน
- ขณะใดที่เราเกิดความเหนียวหนำยื้อแท้ไม่เอาไหน ประโยชน์
ตนไม่คำนึงถึง ประโยชน์ท่านก็ไม่เอา ปล่อยชีวิตให้ล่วงเลยไป
โดยไม่มีประโยชน์อันใด
ขณะนั้น กายของเราเป็นมนุษย์ แต่ใจของเราเป็นเปรต
- ขณะที่เรามีความรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี มีจิตใจรู้ ตื่น เบิกบาน
สว่าง สะอาด
ในขณะนั้น กายของเราเป็นมนุษย์ แต่จิตใจของเราเป็นพระ
สงฆ์ ถ้าสำเร็จอรหัตต์ ก็เป็นพระอริยเจ้า

...นี่คือการพิจารณาตัวเองอยู่กันที่ตรงนี้

ศีล ๕ ปูพื้นฐานการปกครองแบบประชาธิปไตย

...หัวใจของประชาธิปไตยอยู่ที่การเคารพสิทธิมนุษยชน ผู้มีศีล ๕ บริสุทธฺิ์ บริบูรณ์ ก็เป็นผู้เคารพทุกสิทธิ แม้สิทธิในควมมีชีวิตอยู่ของมด แมง เหลือบ ยุง เราก้เคารพเขา เพราะฉะนั้น ศีล ๕ จึงเป็นธรรมะที่เป็นมูลฐานให้เกิดการปกครองระบอบประชาธิปไตย นักกฎหมายลองเอาไปวินิจฉัยลองดูว่าเป็นจริงไหม

สมาธิต้องอาศัยศีล

...การปฏิบัติธรรมนี้ ต้องพยายามปรุงแต่งกาย วาจา ให้เป็นศีล โดยเจตนาเบื้องต้นก่อนแล้วพยายามฝึกหัดจิตใจให้มีความมั่นคงเป็นปกติ สามารถสร้างความเป็นปกติจิตขึ้นมาได้ กลายเป็น ศีลใจ ในเมื่อศีลใจบังเกิดขึ้น ศีลกาย ศีลวาจา ก็พลอยเป็นปกติไปด้วย โดยที่เราไม่ต้องควบคุมและบังคับใดๆ ทั้งสิ้น

...การปฏิบัติธรรมสำคัญอยู่ที่ความเป็นผู้มีศีลบริสุทธฺิ์ นักภาวนาที่ไม่ค่อยได้ผล หรือจิตสงบลงไปแล้วไปนั่งซัดๆ อยู่เฉยๆ ไม่มีน้ำมีนวล เพราะศีลไม่บริสุทธฺิ์ ถ้าใครเจอปัญหาอย่างนี้ให้รีบพิจารณาศีลของตนเอง

...สมาธิที่มีศีลเป็นหลักประกันความปลอดภัย มิฉฉาสมาธิเข้ามาแทรกไม่ได้ แม้แต่จิตสงบสว่างลงไปแล้ว มองเห็นภาพนิมิตต่างๆ ผู้ภาวนาเพราะอาศัยศีลเป็นหลักประกันความปลอดภัย จะไม่เข้าใจผิดในนิมิตนั้นๆ

...แม้จะเป็นนิมิตภาพผู้วิเศษ ภูต ผี ปีศาจ ตามที่เราเข้าใจหรือใครๆ อาจชักจูงให้เราเข้าใจผิด เราจะไม่เข้าใจผิด แต่จะเข้าใจว่า ภาพนิมิตต่างๆ ที่มองเห็นนั้นเป็นแต่เพียงอารมณ์จิต เป็นมโน

ภาพที่จิตของเราปรุงแต่งขึ้นมา แล้วจะมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทัน ไม่หลงยึดในสิ่งเหล่านั้น...

การภาวนาเห็นภาพนิมิตต่าง ๆ นี้ ถ้าสติสัมปชัญญะไม่เพียงพอ หรือรู้ไม่ทัน อันตราย

ศีลของจิตคือสติสัมปชัญญะ

...กฎเกณฑ์ตั้งแต่ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เป็นวิธีการเวลาทำนเรื่องลำดับ ทำนยกศีลไว้ในเบื้องต้น เพราะว่า ศีลเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เราต้องละวางโดยเจตนา...

เมื่อเรารักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเป็นปกติ กายปกติ วาจาปกติ ก็เป็นเหตุ เป็นปัจจัย หนุนเนื่องให้จิตมีความเป็นปกติ เมื่อจิตเป็นปกติ ศีลก็วิ่งไปสู่จิต จิตจะปรากฏเหลือแต่สติวินโยตัวเดียว คือมีสติเป็นผู้นำ มีความสำนึกผิดชอบชั่วดีอยู่ตลอดเวลา เป็นสัจญ์ลักษณะให้เราารู้ตัวว่า พุทฺธะ กำลังเกิดขึ้นที่จิตของเรา

เมื่อจิตมีสติสัมปชัญญะควบคุมกันอยู่ตลอดเวลา สำนึกรู้พร้อมอยู่ตลอดเวลา บางครั้งบางโอกาสจิตจะวิ่งไปสู่ความสงบนิ่ง รู้ ตื่น เบิกบาน มีปีติ มีความสุข ก็กลายเป็นจิตพุทฺธะ แล้วการปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา ปฏิบัติไปแล้ว สมาธิที่ดี ปัญญาที่ดี กลายเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดศีลอย่างมั่นคง

ฝึกสติ เพื่อสร้างจิตให้เป็นพุทฺธะ

เพียงแค่เราทำสติตามรู้การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด ไม่ต้องไปนั่งสมาธิ หลับตาภาวนากันที่ไหน ไม่ต้องเข้า

ห้องกรรมฐาน ๗ วัน ๑๕ วัน ไม่ต้องสละงานในหน้าที่ที่เรารับผิดชอบอยู่ไปสู่สถานที่วิเวกแห่งใด... เมื่อเราพยายามฝึกหัดทำสมาธิแบบนี้ เราจะไม่พบอุปสรรคขัดขวางการปฏิบัติ และเราไม่ต้องเลือกกาลเลือกเวลา ไม่ต้องอ้ำโน่นอ้านี้ว่าเราไม่มีเวลาจะทำ...

...ในหลักมหาสติปัฏฐานท่านสอนว่า การก้าวไปก็รู้ การถอยกลับก็รู้ การคู้แขนเหยียดแขนก็รู้... เอาตัวรู้ตัวเดียวตามรู้ เมื่อสติสัมปชัญญะทรงพลังขึ้น ตัวรู้ที่เราตกแต่งเอานี้จะกลายเป็นอัตโนมัติ สามารถที่จะตามรู้ความรู้สึกนึกคิดและความเคลื่อนไหวของเราเองทุกขณะจิต เมื่อตัวรู้นี้มีพลังแก่กล้าขึ้น จิตสามารถที่จะมีสติตามรู้ทุกอย่างอันเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของเราอยู่ทุกขณะจิต เมื่อเป็นเช่นนั้น โอกาสที่จิตจะสงบลงเป็นสมาธิย่อมมีได้ในโอกาสใดโอกาสหนึ่ง

...พยายามกำหนดพิจารณารู้เรื่องของจิตของกายนี้ให้รู้ชัดเจนลงไป อย่ามัวแต่มุ่งที่จะรู้โลกหน้าโลกอื่น รู้แล้วก็ไม่มีประโยชน์อะไร ถ้าภาวนาไปแล้วไปเห็นเทวดาๆ เขาก็ไม่มาช่วยขัดกิเลสให้เราหลุด ถ้าภาวนาแล้วไปเห็นนรก เราจะเอาน้ำทองแดงในหม้อนรกมาชำระล้างกิเลส ก็เป็นไปไม่ได้ เห็นพระอินทร์ พระพรหม ท่านก็ช่วยอะไรเราไม่ได้

การปฏิบัติธรรมตามแนวพระพุทธเจ้าที่ถูกต้อง อยู่ที่การสร้างจิตของตัวเองให้มีพลังเข้มแข็ง มีสติสัมปชัญญะรู้รอบอยู่ที่ตัวเอง สามารถยืนหยัดอยู่ในความเป็นอิสระได้ตลอดเวลา ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยอะไร พุทโธ ธัมโม สังฆโม หรืออารมณ์ที่กำหนดรู้เป็นแต่เพียงลื่อนำจิตให้ดำเนินเข้าสู่ความสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ มีสติปัญญา เมื่อเรามีสมาธิ มีสติปัญญาแก่กล้าแล้ว คำว่า พุทโธ ธัมโม

สิ่งไหน หรือสิ่งที่กำหนดเหล่านั้นไม่มีความหมาย เรามาคำหนดหมาย เอาเฉพาะแต่สิ่งที่มาสัมผัสรู้กับจิต แล้วสติรู้ทันในขณะปัจจุบัน นี่ เป็นเรื่องสำคัญ

ผลเบื้องต้น

...แม้ว่าใครภาวนาแล้วจิตไม่สงบเป็นสมาธิ ไม่ได้ญาณ ไม่ได้ฌาน อย่างที่ท่านว่าก็ตาม แม้ไม่รู้เห็นอะไรก็ตาม แต่ให้สังเกตกุศลของเรา นี่มันดีขึ้นกว่าที่เราไม่เคยภาวนาไหม ถ้าสังเกตกุศล เมื่อเรามีความคิดอะไรแล้วสติมันโผล่ขึ้นมา คิดอะไรมันตามรู้ไปๆ เมื่อพูดมันไป จ้องอยู่กับคำพูด เมื่อคิดมันไป จ้องอยู่กับความคิด เมื่อทำงานมันไป จ้องอยู่กับงาน เมื่อมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น จิตสามารถมีสติ ปัญญาแก้ไขปัญหาในปัจจุบันได้ทันทั่วทั้งที่ เมื่อมีปัญหาชีวิต ประจำวันมันแก้ได้ เมื่อมีปัญหาการงานมันแก้ได้ ขอให้สังเกตดู ถ้าได้อย่างนี้แล้ว แม้ว่าจิตจะยังไม่สงบเป็นสมาธิเท่าที่ควรก็ตาม ถือว่าเป็นการปฏิบัติได้ผล

ผลขั้นปลาย

...ขณะที่เราสามารถฝึกอบรมจิตใจของเราให้มีสติ สัมปชัญญะกลายเป็นตัวปกติเด่นชัดอยู่ภายใน เมื่อสิ่งใดเกิดขึ้นรู้ รู้ แล้วรู้จักปล่อยวาง มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในกฎ ธรรมชาติ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปล่อยวางจิตเป็นกลางโดยปกติ เป็นกลางโดยเที่ยงธรรม สิ่งใดเกิดขึ้นดับไปภายในจิต สักแต่ว่ารับรู้ รู้ แล้วก็ปล่อยวางไป เพราะอาศัยความที่จิตมีสติสัมปชัญญะเข้มแข็ง สามารถปรุงจิตให้มีพลังงานดำรงตัวเด่นอยู่โดยความเป็นอิสระ

ไม่ตกอยู่ในอำนาจของสิ่งใด เมื่อเป็นเช่นนั้น นิโรธ ธรรมชาติ
ของจริงฝ่ายคุณธรรมที่เราปฏิบัติถึงย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้นมา

เมื่อจิตเป็นปกติ ไม่หวั่นไหวต่อกิเลสและอารมณ์ มีแต่ความปกติ
รู้ ตื่น เบิกบานอยู่ตลอดเวลา เปรียบเหมือนน้ำในท้องทะเลหรือน้ำใน
ขัน ในคุ่ม ที่ไม่กระเพื่อม มีแต่นิ่ง ปราศจากคลื่นฟอง แม้น้ำจะลึก
แสนลึกแต่เราสามารถมองเห็นทุกสิ่งทุกอย่างในใต้ท้องทะเลหรือก้นคุ่ม
ก้นขันได้อย่างถนัด แม้จะมองดูเงาหน้าของเราก็มองเห็นได้ชัดเจน

เมื่อจิตของเราเป็นปกติ นิ่ง ไม่กระเพื่อม รู้ ตื่น เบิกบานเป็น
ปกติ เราก็สามารถมองเห็นสภาพความจริงภายในจิต เปรียบเหมือน
มองเห็นเงาหน้าของตัวเอง นอกจากจะมองเห็นเงาหน้าของตัวเองแล้ว
ยังมองเห็นช่องทางที่จะดำเนินชีวิตไป เพื่อปฏิบัติดำเนินชีวิตไปสู่
แนวทางแห่งการบรรลุมรรค ผล นิพพาน หรือการพ้นทุกข์ซึ่งเรียกว่า
มรรคปฏิบัติ ย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น นี่คือการคุณธรรมฝ่ายดี ซึ่งเกิด
จากศีล สมาธิ ปัญญา ที่เราอบรมแล้ว

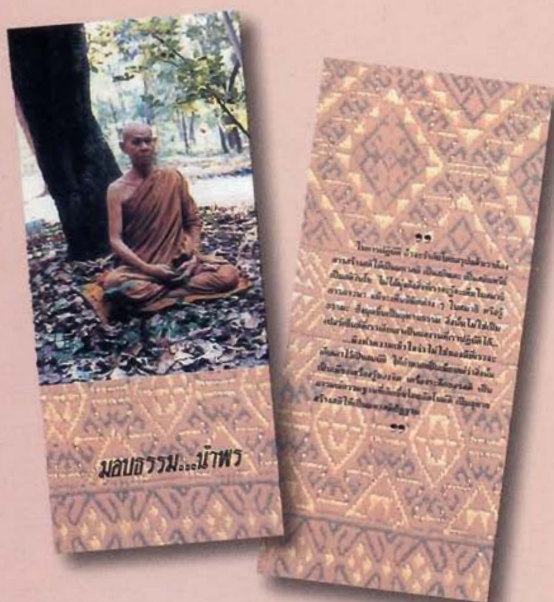


นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.
 นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.
 นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.
 นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.
 นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.
 นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร. นิต ร.



ปฏิบัติธรรมด้วยปัญญา เพื่อปัญญา

มอชธรรม น้าพร ๒๕๓๖



ในการปฏิบัติ ถ้าจะว่ากันโดยสรุปแล้ว เราต้องการสร้างสติให้เป็นมหาสติ เป็นสติพละ เป็นสตินทริย์ เป็นสติวินโย ไม่ได้มุ่งถึงสิ่งที่เราจะรู้จะเห็นในสมาธิ การภาวนา แม้จะเห็นนิมิตต่างๆ ในสมาธิ หรือรู้ธรรมะ ซึ่งผุดขึ้นเป็นอุทานธรรม สิ่งนั้นไม่ใช่เป็นเปอร์เซ็นต์ที่เราเก็บเอาเป็นผลงานที่เราปฏิบัติได้...

...พึงทำความเข้าใจว่าไม่ใช่ของดีที่เราจะเก็บเอาไว้เป็นสมบัติ ให้กำหนดเป็นเพียงแต่ว่าสิ่งนั้นเป็นเพียงเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติ เป็นอารมณ์กรรมฐานที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เป็นอุบายสร้างสติให้เป็นมหาสติปฏิฐาน

ปฏิบัติธรรมด้วยปัญญา...เพื่อปัญญา

ธรรมเทศนา โดย

พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



ปัญหาเกี่ยวกับศีล

● เมื่อรับศีลแล้ว กระทำผิดศีล ทั้งมีเจตนาบ้าง ไม่เจตนาบ้าง จะเป็นบาปหรือไม่

การรับศีลไปแล้วทำผิดบ้างถูกบ้าง แต่ว่าไม่ได้เจตนา เป็นแต่เพียงขาดการสำรวม ขาดสติ ทำให้ศีลเศร้าหมองนิดหน่อย ที่นี้การที่มารับศีลแล้ว รักษาให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ไม่ได้ มีขาดตกบกพร่องบ้าง ถ้าข้อเปรียบเทียบก็เหมือนกันกับว่า ผู้ที่มีเสื้อใส่แต่เป็นเสื้อขาด ก็ยังดีกว่าผู้ที่ไม่มีเสื้อจะใส่เสียเลย การสมาทานศีลนี้ ถึงแม้ว่าจะขาดตกบกพร่องบ้างก็ยังดี อันนั้นเป็นเรื่องวิสัยธรรมดาของปุถุชน ก็ย่อมมีการบกพร่องบ้าง ในเมื่อฝึกไปจนคล่องตัวแล้ว มันก็สมบูรณ์ไปเองดีกว่าไม่ทำเลย

● การรับประทานมังสวิรัตินี้หรือไม่

การปฏิบัติงดเว้นจากการรับประทานเนื้อสัตว์นี้เป็นข้อปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ขอสนับสนุน แต่ปัญหาสำคัญว่า ผู้ปฏิบัติแล้วอย่าเอาความดีที่เราปฏิบัติไปเที่ยวชมชู้คนอื่น การปฏิบัติอันใด ปฏิบัติแล้วถือว่าข้อวัตรปฏิบัติของตนดีพิเศษ แล้วเที่ยวไปชมชู้คนอื่นนั้น มันกลายเป็นบาป เป็นฉาयाแห่งมุสาวาท ไม่ควรทำ

● **กลยุทธ์ที่มีความจำเป็นจะต้องดื่มสุราเพื่อเข้าสังคม ควรทำอย่างไร**

ถ้าหากเรามุ่งรักษาศีลให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ เราก็หาทางหลีกเลี่ยงสังคมชั่วเหล่าทั้งหลาย เพราะว่าในสังคมพวกชั่วเหล่านั้นไม่เกิดผลดี มีแต่ทำความเสียหาย แต่ในสังคมที่เป็นกิจลักษณะ เช่น งานเลี้ยงที่เกี่ยวกับการงาน ซึ่งเราจำเป็นต้องอนุโลมตามเพื่อไม่ให้ขัดสังคม เราก็นึกขอขมาพระรัตนตรัย แล้วก็ขอปลงศีล ๕ เอาไว้ก่อน เมื่อเสร็จธุระแล้ว ปกติถ้าไม่มีงานสังคม เราก็งดเว้นเด็ดขาด... เราก็ตั้งใจสมาทานศีลใหม่ แล้วก็เริ่มรักษาต่อไป

ถ้าหากว่าเราจำเป็นต้องดื่มก็ให้มีสติ จิบๆ พอเป็นกิริยา อย่าให้มันมากเกินไปถึงกับหัวราน้ำ... เพราะเราเป็นผู้น้อย มีความเกรงอกเกรงใจผู้ใหญ่ เมื่อผู้ใหญ่ท่านทำ เราไม่เดินตามหลังท่าน ท่านก็ตำหนิ แต่ถ้าเราเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ เราจะไม่ดื่มเลย... ถ้าหากว่าในบรรดาเพื่อนฝูงที่รู้จัก เขาเคารพต่อพระธรรมวินัย พอเขารู้ว่าเราไม่ดื่ม เขาก็ไม่รบกวนหรือก อย่างดีเขาก็พูดประชดประชันนิดหน่อย

● **กลยุทธ์ต้องทำธุรกิจการค้า วิธีจะรักษาศีลข่มสุราบาทให้บริสุทธิ์ทำได้อย่างไร**

ถ้าสมมติว่าเราไปซื้อของมาขาย เราขายของให้ลูกค้า ลูกค้านถามว่า “ทำไมขายแพง”

“ต้นทุนมันสูง” คิดค่าเสียเวลา ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าขนส่ง ค่าเสียภาษี ดอกเบี้ย บวกเข้าไป ค่าของที่มาดค้างอยู่ในร้านค้า ต้นทุนก็เพิ่มขึ้นๆ ยิ่งค้างอยู่นานเท่าไร มันก็ยิ่งเพิ่มขึ้นๆ ซื้อมาทุน ๑๐ บาท ก็ตีราคาทุน ๑๒ บาทก็ได้ ไม่ใช่โกหก เพราะว่ามันเป็นอย่างนั้น

จริงๆ

...นักการค้าต้องเป็นคนฉลาด คนรักาศิลก็ก็ต้องเป็นคนฉลาด แต่ถ้ามหาว่าเรามีเจตนาจะโกหกเขา มันก็ผิดศีลข้อมุสาวาท

● **ศีล ๕ หรือศีลข้ออื่น ๆ เกี่ยวข้องกับการทำสมาธิหรือไม่ อย่างไร**

ศีล ๕ หรือศีลอื่น ๆ มีความเกี่ยวข้องต่อการปฏิบัติสมาธิอย่างมาก ศีลเป็นการปรับพื้นฐาน ปรับโทษทางกาย วาจา ซึ่งเปรียบเสมือนเปลือกไข่ ส่วนใจเปรียบเหมือนไข่แดง การทำสมาธิเหมือนการนำไข่ไปพัก จึงต้องรักษาเปลือกไม่ให้มีรอยร้าว รอยแตก เราจึงจำเป็นต้องรักษาศีลให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ จึงจะได้ผลในทางสมาธิ ทีนี้ถ้าหากจะถามว่า คนที่มีศีล ๕ จะสามารถปฏิบัติได้ถึงมรรค ผล นิพพานได้ไหม เป็นข้อที่ควรสงสัย อย่างพระเจ้าสุทโธทนะ นางวิสาขา ก็มีศีล ๕ แล้วก็ปฏิบัติ ก็บรรลุมรรค ผล นิพพานได้... เพราะฉะนั้น ศีล ๕ นั้นก็เป็นพื้นฐานให้เกิดสมาธิ เกิดสติปัญญา เกิดมรรค ผล นิพพานได้

ปัญหาเกี่ยวกับสมาธิและการเจริญปัญญา

● **การสอนกรรมฐานในปัจจุบัน สำนักต่าง ๆ ยังมีการขัดแย้ง ในระเบียบวิธีเกี่ยวกับการปฏิบัติ จะเลือกแนวทางไหนดี**

ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า สอนให้คนมีความรักกัน มีความสามัคคีกัน แต่พุทธบริษัทเรายังสอนธรรมะเพื่อความแตกสามัคคี จึงเห็นว่ายังไม่เหมาะสม... ขอให้ทศนะว่า การขัดแย้ง ขัดแย้งกัน เพียงวิธีการเท่านั้นเอง แต่โดยสภาพความเป็นจริง การปฏิบัติธรรมเกี่ยวกับเรื่องสมาธิ ใครจะปฏิบัติแบบไหน อย่างไรก็ตาม ผลเกิดขึ้น

แล้วเป็นอย่างเดียวกันหมด ดังนั้น เพื่อไม่ให้สับสน หรือเพื่อความเข้าใจง่ายสำหรับผู้มุ่งปฏิบัติ อาตมาขอแนะแนวการปฏิบัติไว้ ๓ หลักการ

๑. หลักของการบริกรรมภาวนา ใครจะยกเอาอะไรมาบริกรรมภาวนาก็ได้ ในขั้นต้น เราหาอุบายที่จะผูกจิตให้ติดกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเหนียวแน่นเสียก่อน เมื่อจิตของเราไปติดกับสิ่งนั้นอย่างเหนียวแน่น จดจ้องอยู่กับสิ่งนั้น ความสนใจสิ่งอื่นก็เป็นว่าเลิกละไป เมื่อจิตไปยึดอยู่เพียงสิ่งเดียว ถ้าหากว่าท่านสามารถทำได้ ลองพิจารณาดูซิว่า การที่ไปยึดกับสิ่งๆ เดียวนั้น ความเบาใจจะมีไหม แตกต่างกับการที่จะไปยึดอยู่กับหลายๆ สิ่งหรือไม่... ที่นี้เมื่อจิตสงบมาอยู่กับสิ่งๆ เดียว มันก็เป็นอุบายให้จิตสงบยิ่งขึ้นไปจนกระทั่งไม่นึกถึงสิ่งนั้น จนสภาพจิตกลายเป็นตัวของตัวเอง ไม่ยึดกับสิ่งใด

ที่นี้หากท่านจะถามว่า จะใช้คำไหนเป็นคำบริกรรมภาวนา ไม่มีจำกัด จะเป็นคำอะไรก็ได้ พุทโธ ธัมโม สังโฆ หรือหากว่าจิตใจไปติดอยู่กับหลาณน้อยๆ คนหนึ่ง นึกถึงชื่อไฉ่หนุ่มนมาบริกรรมภาวนาก็ได้ อย่างเวลานี้มาทำงานแต่เป็นห่วงบ้าน ก็เอาเรื่องบ้านมาบริกรรมภาวนาก็ได้ เพราะอะไรที่เรารัก เราชอบ เราติดอยู่แล้ว มันเป็นอุบายให้จิตของเราติดเร็วยิ่งขึ้น

จริงอยู่ พระพุทธเจ้าทรงสอนเราเพื่อไม่ให้ยึดในสิ่งใดๆ ทั้งนั้น แต่เพื่อเป็นอุบายที่จะสร้างพลังจิต เพื่อการปล่อยวางสิ่งทั้งปวง เราต้องฝึกหัดจิตของเราให้ติดอยู่กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดอย่างเหนียวแน่น ให้มีหลักเกาะ มีที่พึ่ง ให้มีวิหารธรรมเสียก่อน เมื่อจิตของเราติดกับสิ่งนั้นๆ มันก็ติดเพื่อความปล่อยวาง สังเกตดูเมื่อเราบริกรรมภาวนาจนกระทั่ง

จิตสงบลงแล้ว มันหาได้นึกถึงคำบริกรรมภาวนาไม่ มันไปนิ่งสว่างอยู่เฉยๆ อันนั้นคือมันปล่อยวางแล้ว ที่แรกมันติดก่อน พอติดแล้วมันมีอิสรภาพอย่างแท้จริง เป็นสมาธิอย่างแท้จริง

๒. หลักการพิจารณาค้นคว้าหาเหตุผลตามคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่ดี คัมภีร์พระอภิธรรมก็ดี และในคัมภีร์พระไตรปิฎกก็ดี ท่านได้วางหลักการแห่งการพิจารณาไว้ในรูปแบบต่างๆ ในขั้นต้นก็สอนให้พิจารณากายคตาสติ สอนให้พิจารณาธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ สอนให้พิจารณาความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สอนให้พิจารณารูป นาม

ที่นี้ถ้าต่างว่าเราไม่เอาสิ่งที่ท่านกล่าวไว้ในคัมภีร์มาเป็นเครื่องพิจารณา จะขัดกับแนวปฏิบัติไหม... เรามีกายกับใจ กายกับใจประกอบด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ผ่านเข้ามาทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ สิ่งเหล่านี้เป็นสภาวะธรรม... ดังนั้น วิชาความรู้ที่ท่านเรียนมา อะไรก็ได้ ท่านหยิบยกเอามาเป็นอารมณ์พิจารณา เช่นอย่างในขณะที่ท่านต้องใช้วิชาการที่ท่านเรียนมาให้เกิดประโยชน์แก่การทำงาน ท่านอาจจะวิตกเอาหัวข้อนั้นอย่างใดอย่างหนึ่งมาตั้งเป็นหัวข้อไว้ในจิตของท่าน แล้วตั้งปัญหาถามตัวเองว่า สิ่งนี้คืออะไร สิ่งนี้คือสิ่งนั้น สิ่งนั้นคืออะไร ถามตอบดูตัวเองไปโดยความตั้งใจ ทำสติให้แน่นแน่ว อย่าสักแต่ว่าคิด... การคิดแต่ละจังหวะนั้น ทำสติให้รู้ชัดเจนในความคิดของตัวเอง เอาความคิดนั้นเป็นอารมณ์ เป็นเครื่องรู้ของจิต เป็นเครื่องระลึกของสติ สิ่งที่เราเห็นด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เราทำสติกับทุกสิ่งทุกอย่าง ทำสติตลอดเวลา โดยธรรมชาติของจิต ถ้าเรตั้งใจทำอะไรสักอย่างหนึ่งให้เป็นเครื่องรู้ของจิต เป็นเครื่องระลึกของสติ หนักๆ เข้า

จิตของเราจะเกิดมีความสงบ มีปิติ มีความสุขได้เช่นกัน มีหลักฐานที่จะฟังกล่าวในพระไตรปิฎก

คนถากไม้ นั่งถากไม้อยู่ เอาการถากไม้เป็นอารมณ์พิจารณาพระกรรมฐาน พิจารณาได้สำเร็จแล้วเป็นพระอรหันต์

คนปั้นหม้อ เอาการปั้นหม้อเป็นอารมณ์พิจารณากรรมฐานเสร็จแล้วปลงปัญญาลงสู่พระไตรลักษณ์ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

คนทอหูก นั่งทอหูกอยู่ พิจารณาการทอหูกเทียบกับชีวิตของเราที่หัดสั้นเข้าไปทุกที ปลงปัญญาลงสู่พระไตรลักษณ์เป็นพระอรหันต์

การถากไม้ การปั้นหม้อ การทอหูก เป็นอารมณ์กรรมฐานทำให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาได้สำเร็จพระอรหันต์ฉันใด แม้วิชาความรู้ หากเราเรียนมาทุกสาขาวิชาการ เราเอามาเป็นอารมณ์กรรมฐาน ก็ย่อมสำเร็จมรรค ผล นิพพาน ได้เหมือนกัน เพราะสิ่งนั้นเป็นเครื่องรู้ของจิต เป็นเครื่องระลึกของสติ

๓. หลักการทำสติตามรู้สถานการณ์และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความคิดของตนเอง ถ้าท่านผู้ใดเห็นว่า การค้นคิดพิจารณาไม่คล่องตัว แม้เราจะตั้งใจคิดพิจารณา แต่ความคิดอื่นเข้ามารบกวน เราไม่สามารถควบคุมจิตของเราให้ค้นคิดอยู่ในสิ่งๆ เดียวได้ เพราะวิสัยของเราย่อมคิดอยู่โดยปกติ เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็ให้ทำสติรู้ลงที่จิตคอยจ้องดูว่าความคิดอะไรจะเกิดขึ้น พอมีความคิดอะไรเกิดขึ้น เราทำสติตามรู้ รู้ตามไปเรื่อย ๆ จิตมันคิดเรื่องดี เรื่องชั่ว เรื่องสารพัดสารเพอะไรก็แล้วแต่ ปลดปล่อยให้มันคิดไป แต่หน้าที่ของเราทำสติตามรู้อย่างเดียว... เมื่อสติตามรู้ความคิดทันแล้ว ความสงบจะเกิดขึ้น เมื่อความสงบเกิดขึ้นแล้ว ก็มีปิติ มีความสุข มีความเป็นหนึ่งเช่นเดียวกับการ

บริกรรมภาวนาได้

● จุดหมายปลายทางที่ถูกต้องของการปฏิบัติสมาธิคืออะไร

ความประสงค์ของผู้ทำสมาธิว่าจะทำสมาธิเพื่ออะไร แยกตาม
กิเลสของคน

- บางท่านทำสมาธิเพื่อให้เกิดอิทธิฤทธิ์
- บางท่านทำสมาธิเพื่อให้รู้ยิ่งเห็นจริงในเรื่องราวต่าง ๆ
- บางท่านทำสมาธิ ไม่ต้องการอะไร ขอให้จิตสงบ ให้รู้ความ

เป็นจริงของจิตเมื่อประสบกับอารมณ์อะไรเกิดขึ้น เพื่อจะอ่านจิต
ของเราให้รู้ว่า เราเป็นราคจิต โทสจิต โมหะจิต วิตกจิต พุทธจิต
ศรัทธาจิต อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อจะดูให้รู้แจ้ง เพื่อจะเป็นพื้นฐานที่
เราจะแก้ไขตัดแปลงจิตของเรา เมื่อเรารู้ชัดลงไปแล้ว เรามีกิเลสตัวไหน
เป็นจิตประเภทไหน เราจะได้แก้ไขตัดแปลงตัดทอนสิ่งที่เกิน แล้ว
เพิ่มสิ่งที่หย่อนให้อยู่ในระดับพอดีพองาม เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา

ในการปฏิบัติ ถ้าจะว่ากันโดยสรุปแล้ว เราต้องการสร้างสติให้
เป็นมหาสติ เป็นสติพละ เป็นสตินทรีย์ เป็นสติวินโย ไม่ได้มุ่งถึงสิ่งที่
เราจะรู้จะเห็นในสมาธิ

การภาวนา แม้จะเห็นนิมิตต่างๆ ในสมาธิ หรือรู้ธรรมะซึ่งผุด
ขึ้นเป็นอุทานธรรม สิ่งนั้นไม่ใช่เป็นเปอร์เซ็นต์ที่เราเก็บเอาเป็นผล
งานที่เราปฏิบัติได้ เพราะสิ่งนั้นเป็นเครื่องรู้ของจิต เป็นเครื่องระลึก
ของสติ เป็นอารมณ์กรรมฐานที่เกิดขึ้นในสมาธิ จะเป็นสัญลักษณ์ของ
ปัญญาที่เกิดขึ้นในสมาธิ ซึ่งเรียกว่า สมาธิปัญญา... พลังของสมาธิ
สามารถทำให้เกิดสติปัญญา เกิดความรู้เห็นอะไรต่างๆ แปลกๆ สิ่ง
ที่ไม่เคยรู้จัก สิ่งที่ไม่เคยเห็นก็เห็น แต่สิ่งนั้นพึงทำความเข้าใจว่าไม่ใช่

ของดีที่เราจะเก็บเอาไว้เป็นสมบัติ ให้กำหนดเป็นเพียงแต่ว่าสิ่งนั้น เป็นเพียงเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติ เป็นอารมณ์กรรมฐานที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เป็นอุบายสร้างสติให้เป็นมหาสติปัฏฐาน

● **การปฏิบัติที่ได้ชื่อว่าถูกต้อง มีอะไรเป็นเครื่องวัด**

มีศีล ๕ เป็นเครื่องวัด ปฏิบัติอันใดไม่ผิดศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่ง นั้นแหละเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่นี้สำหรับความรู้ความเห็น ความรู้ อันใดเกิดขึ้น ยึดมั่น ถือมั่น มีอุปาทาน ทำให้เกิดปัญหาวานี้คืออะไร นั่นคือตัวนิรวรณ เป็นมิจนาทิฐฐิ ความรู้ที่เกิดขึ้นแล้ว จิตไม่ยึดสร้าง ปัญหาให้ตัวเองเดือดร้อน เพราะรู้แจ้งเห็นจริง มีแต่ปล่อยวาง ความรู้ นั้นเป็นสัมมาทิฐฐิ

...สิ่งหนึ่งซึ่งนักปฏิบัติควรจะสังเกตทำความเข้าใจ ถ้าเราฝึก ปฏิบัติแล้ว เราเกิดศรัทธาอยากปฏิบัติ ถ้าวันใดไม่ได้ปฏิบัติวันนั้น นอนไม่หลับ แสดงว่าท่านได้ศรัทธาพละ ในเมื่อท่านได้ศรัทธาพละ ท่านอยากปฏิบัติ ท่านก็ได้ความเพียร ในเมื่อท่านมีความเพียร ท่านก็ มีความตั้งใจคือสติ เมื่อมีสติ ก็มีความมั่นใจคือสมาธิ ในเมื่อมีความ มั่นใจคือสมาธิ ท่านก็มีสติปัญญาพอที่จะคิดค้นหาสู่ทางในการปฏิบัติ นี้ ให้ฝึกสังเกตอย่างนี้ อย่าไปกำหนดหมายเอาไว้ ภาวนาต้องเห็นสวรรค์ ต้องเห็นนรก ต้องเห็นนิพพาน ภาวนาแล้วจะต้องเห็นภูตผีปีศาจ ผีตาง เทวดา อินทร์ พรหม ยม ยักษ์ สิ่งเหล่านี้แม้จะรู้เห็นก็เป็นแค่เพียง อารมณ์ของจิตเท่านั้น ไม่ใช่ของดีวิเศษ

ที่นี้เราจะกำหนดหมายเอาที่ตรงไหน กำหนดหมายเอาตรงที่ว่า รู้ว่านี่คือจิตของเรา จิตของเรามีความเป็นธรรมใหม่ จิตของเราเที่ยง ธรรมใหม่ จิตของเราดูดีดั่งในคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ใหม่

เมื่อออกจากสมาธิไปแล้ว จิตของเรามีเจตนาที่จะจดเว้นจากความชั่ว ประพฤติความดีใหม่ มีความซื่อสัตย์สุจริตต่อตนเองใหม่ ซื่อสัตย์สุจริตต่อหมู่คณะและครอบครัวใหม่ ดูกันที่ตรงนี้

ถ้าใครภาวนาแล้วเบื่อหน่ายต่อครอบครัว อยากหนีไปบวช ฝึกสมาธิกำลังจะกินแล้ว ใครภาวนามีสมาธิดีแล้ว เบื่อการเบื่องาน อยากทิ้งการทิ้งงานหนีออกไป อันนั้นความผิดกำลังจะเกิดขึ้น

ถ้าใครภาวนาเก่งแล้ว สมมติว่าครูบาอาจารย์มีลูกศิษย์รักลูกศิษย์มากขึ้น ลูกศิษย์ภาวนาเก่งแล้วรักครูบาอาจารย์ เคารพครูบาอาจารย์มากขึ้น สามิภรรยาภาวนาเก่งแล้วรักกันยิ่งขึ้น รักลูก รักครอบครัว รู้จักประหยัด รู้จักสิ่งที่ไม่ควรดียิ่งขึ้น อันนี้จึงจะได้ชื่อว่าเป็นการภาวนาได้ผลดี

● การทำสมาธิช่วยล้างบาปที่เคยทำไม่ดีได้หรือไม่

ในศาสนาพุทธไม่มีการทำดีเพื่อล้างบาป ขอให้ทำความเข้าใจว่า ไม่มีการทำบุญเพื่อล้างบาป แต่การทำบุญหรือทำดีเพื่อหนีบาปนั้นเรามีหนทางที่จะทำได้ คือ พยายามทำความดีให้มากขึ้น มากขึ้น ให้คุณความดีเป็นเครื่องอุ้มใจ เป็นวิหารธรรม เครื่องอยู่ของใจ ใจมันก็ปราโมทย์บันเทิงอยู่กับความดี เมื่อมันไปอยู่กับความดี มันก็ไม่คิดถึงบาปในอดีตที่ทำมาแล้ว ทีนี้เมื่ออารมณ์บาปไม่ไปรบกวน เราก็มีโอกาสได้ทำความดีเพิ่มมากขึ้น ถ้าหากความดีนั้นมีอำนาจเหนือบาป มีผลแรงกว่าบาป จิตของเราหนีบาปไปไกล เมื่อเวลาตายไปแล้ว ก็ไปสู่สุคติ ถ้าไม่ไปสู่สุคติแล้วเรามาเกิดใหม่ ถ้าหากว่าเราไม่ทำความดีเพิ่มเติม บาปมันก็มีโอกาสให้ผล บาปเล็กๆ น้อยๆ มันไม่หายไปไหนหรอก

ทีนี้ถ้าหากเรากลัวบาป จะตัดกรรมตัดเวร ถ้าหากพระองค์ใดไปแนะนำว่า ทำบาปแล้วไปตัดเวรตัดกรรม อย่าไปเชื่อ มันตัดไม่ได้ เวรนี้อาจตัดได้ แต่กรรมคือการกระทำนั้นมันตัดไม่ได้ ที่ว่าเวรนี้ตัดได้ เช่นอย่างเราอยู่ด้วยกันทำผิดต่อกัน เมื่อปรับความเข้าใจกันได้แล้วเราขอโทษซึ่งกันและกัน ต่างฝ่ายต่างยกโทษให้กัน เวรที่จะตามคอยจ้องล้างจ้องผลาญกันมันก็หมดสิ้นไป แต่ผลกระทบที่ทำผิดต่อกันนั้นมันไม่หายไปไหนหรอก แต่ถ้าหากว่าเราพยายามทำดีให้มันมากขึ้นๆ เรายุู่้สำนึกว่าสิ่งที่ทำไปนั้นมันไม่ดี เราเลิก เราประพฤติแต่ความดี...บาปที่ทำแล้วมันแก้ไม่ได้ แต่นิสัยชั่วที่เราประพฤติอยู่นั้นมันแก้ได้ ท่านให้แก้กันที่ตรงนี้

● ภาวนาไปจิตเบื่อง่าย จิตเศร้าหมอง จะอย่างไร

ความเบื่อเป็นอาการของกิเลส ในเมื่อมันเกิดเบื่อ พิจารณาความเบื่อ เอาความเบื่อเป็นอารมณ์ ถามตัวเองว่าทำไมมันจึงเบื่อ เมื่อได้คำตอบนี้แล้ว ถามต่อไปอีกว่า ทำไมๆ เพราะอะไรๆ ไล่มันไปจนมันจนมุม เอาความเบื่อเป็นอารมณ์ เอาความเบื่อเป็นเครื่องรู้ เราก็พิจารณาหาเหตุผลความเบื่อให้ได้ การพิจารณาเช่นนี้ก็คือ การพิจารณาวิปัสสนากรรมฐาน

จิตเศร้าหมองก็พยายามภาวนาให้มากขึ้น พิจารณาให้มากขึ้น ในเมื่อจิตรู้แจ้งเห็นจริงแล้วมันจะหายเบื่อและหายเศร้าหมอง

● สภาวะของจิตที่เป็นสมาธิจะมีรูปร่างอย่างไร

ภาวะที่จิตเป็นสมาธิ ไม่มีรูปร่าง มีแต่ความรู้สึกทางกาย ทางจิต จิตเป็นสมาธิ ทำให้กายเบา กายสงบ เรายุู่้สึกว่าเบาในเนื้อในกาย กายสงบจากทุกขเวทนา ความปวดเมื่อย จิตเบาหมายถึงจิตปลอดโปร่ง

จิตสงบหมายถึงจิตไม่ดิ้นรน ไม่วุ่นวาย ไม่มีความยินดี ไม่มีความยินร้าย มีแต่ความปิติ มีความสุขเกิดจากสมาธินั้น ถ้าจะนับสมาธิในขั้นนี้ยังเป็นอุปจารสมาธิ ถ้าหากว่าจิตตั้งมั่นคงได้นาน จิตยังมีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา ก็เป็นสมาธิขั้นปฐมฌาน

• สมาธิต่อเนื่องวิปัสสนาทำอย่างไร

คำว่าวิปัสสนานี้ มีอยู่ ๒ ขั้นตอน ขั้นต้น คือวิปัสสนาที่ใช้สติ ปัญญากำหนดพิจารณาเอาด้วยความตั้งใจ เช่น เราจะพิจารณาร่างกายให้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือพิจารณารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ น้อมไปสู่ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ใช้ความรู้สึกนึกคิดที่เราเรียนรู้มานั้นมานึกเอา เรียกว่าการเจริญวิปัสสนาแบบใช้สติ ปัญญาธรรมดาๆ... โดยความรู้สึกนึกคิดเอาเองนี่แหละ เป็นการตกแต่งปฏิบัติเพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิ เมื่อจิตสงบลงเป็นสมาธิแล้ว จะเกิดวิปัสสนาขึ้นมาโดยอัตโนมัติ จะปฏิบัติไปสู่ภูมิรู้ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

จงทำความเข้าใจว่า ถ้าสมาธิหรือสมถะไม่เกิดขึ้น ท่านจะเจริญวิปัสสนาอย่างไร ท่านจะไม่ได้วิปัสสนา เพราะวิปัสสนามีมูลฐานเกิดจากสมถะคือสมาธิ ถ้าสมถะคือสมาธิไม่เกิดขึ้น ท่านจะได้แค่วิปัสสนาแบบนึกคิดเอาเอง เป็นวิปัสสนาภาคปฏิบัติเท่านั้น ยังไม่ใช่วิปัสสนาที่แท้จริง

• สมาธิส่งเสริมปัญญาจะปฏิบัติอย่างไร

เมื่อจิตอยู่ในฌานขั้นที่ ๔ ภายหายไปแล้ว ลมหายใจก็หายไปแล้วยังเหลือแต่จิตซึ่งเป็นนามธรรมปรากฏเด่นชัดอยู่เพียงดวงเดียว จิตก็ได้แต่ความนิ่งสว่างอยู่อย่างเดียว อาการแห่งความคิดต่างๆ ไม่เกิด

ขึ้นในขณะนั้น แล้วจิตก็รู้อยู่เพียงแค่ว่า รู้อยู่แค่เพียงความสงบ รู้อยู่แค่เพียงความเป็นกลางของจิตเท่านั้น ปัญญาความรู้ยังไม่เกิด แต่เป็นฐานที่สร้างพลังของจิต เมื่อจิตสงบอยู่ในสมาธิขั้นนี้นาน ๆ เข้า และบ่อยครั้งเข้า ทำให้จิตของเราเกิดมีพลังงานคือมีสมาธิความมั่นคง สติสัมปชัญญะค่อยดีขึ้นบ้าง

ในเมื่อผู้ปฏิบัติทำจิตได้สงบขนาดนี้แล้ว เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิแล้ว อย่าไปยินดีและพอใจเพียงแต่ความสงบอย่างเดียว ส่วนมากนักปฏิบัติเมื่อทำจิตให้สงบเป็นสมาธิได้ พอถอนจิตออกจากสมาธิมา เพราะความดีใจในความสงบของจิตในสมาธิ พอรู้สึกตัวขึ้นมาแล้ว กระโดดโลดเต้นลุกออกจากที่นั่ง อันนี้ปฏิบัติไม่ถูก ถ้าขึ้นทำอย่างนี้ จิตมันก็ได้แต่ความสงบนิ่งเป็นสมาธิอย่างเดียว ปัญญาความรู้จะไม่เกิด

วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องนี้ควรทำอย่างนี้ เมื่อจิตสงบดีจนกระทั่งตัวหาย เมื่อจิตถอนจากสมาธิมา พอสัมผัสรู้ว่ามียกายเท่านั้น จิตย่อมมีความคิดทันที ผู้ภาวนาอย่าเพิ่งรีบด่วนออกจากที่นั่งสมาธิเป็นอันขาด ให้ตั้งใจกำหนดทำสติตามรู้ความคิดนั้น ๆ ไป ถ้าหากปฏิบัติอย่างนี้ ภูมิจิตของท่านจะก้าวสู่ภูมิแห่งวิปัสสนาได้เร็ว เพราะเมื่อจิตผ่านการสงบนิ่งมาแล้ว เมื่อเกิดความคิดอันใดขึ้นมา ความคิดมันจะแน่วแน่ว่า คิดถึงสิ่งใดก็จะรู้ชัดเจน เพราะสติมันดีขึ้น เมื่อสติดีขึ้น ความคิดที่คิดขึ้นมา จิตก็จะมีสติตามรู้ความคิดไปเรื่อย ๆ เมื่อผู้มาทำสติ ถ้ากำหนดตามรู้ความคิดที่เกิดขึ้น ๆ อยู่ ผลลัพธ์ก็คือว่า จะทำให้ผู้ปฏิบัติรู้พระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือรู้ว่าความคิดย่อมมีเกิดขึ้น ทรงอยู่ ดับไป ๆ นอกจากจะรู้พระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว ยังจะต้องรู้ทุกขสัจจ เพราะความคิด

เท่านั้นที่จะมาเผยให้เราเกิดความสุขความทุกข์ เกิดความยินดียินร้าย
เมื่อเรากำหนดสติตามรู้อย่างไม่ลดละ เราก็จะรู้พระไตรลักษณ์ รู้
ทุกข์ขอรียสัจจะที่จะพึงเกิดขึ้นกับจิต



ທະຫານມາ ກຳລັງ
 ປຸກ - ທາ ມາ ມີ ທາ ມາ
 ມີ ປຸກ ມີ ມາ ທາ ທາ ທາ
 ປຸກ ປຸກ ມີ ມາ
 ທາ ມີ ມີ ທາ ມີ ມີ
 ປຸກ ມີ ທາ ທາ
 ມີ ມີ ທາ ທາ

ທະຫານມາ



ปฏิบัติเพื่อเอาดี

มอธรรมม นำพร ๒๕๓๗



บิดา~มารดา
 เป็นบุคคลที่บุตรธิดาควรปฏิบัติ
 เพื่อเอาดีกับท่านทั้งสอง
 เพราะว่าท่านเป็นพระของเรา
 เป็นพระเหนือหัวเรา

ปฏิบัติเพื่อเอาดี

ธรรมเทศนาของ

พระราชสังวรญาณ (พุทธ จาณิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



การปฏิบัติเพื่อเอาดีกับพระพุทธเจ้า

เราปฏิบัติจนตนถึงพระองค์ท่าน

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าว่าเป็นสรณะที่พึ่งที่ระลึก แล้วคอยปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระองค์ท่าน คือ พระธรรมคำสั่งสอนนั่นเอง คำสอนที่พระองค์ท่านยกย่องว่า ก็คือ...ให้มนุษย์สร้างความรัก ความเมตตาปรานีในกันและกัน

ปณตปิปาตา... สู้เจ้าอย่าฆ่ากันนะ

อะทินนาทานา... สู้เจ้าอย่าเบียดเบียนกันนะ

กาเมสุมิจจาจารา... สู้เจ้าอย่าข่มเหงน้ำใจกันนะ

มุสาวาทา... สู้เจ้าอย่ารังแกกันนะ

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา สู้เจ้าอย่าอิจฉาริษยาอื่นกันนะ

สัพเพ สัตตา สูจิตา โหนตุ

สู้เจ้าจงมีน้ำจิตน้ำใจ อย่าเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ประารถนาให้ทุกชีวิตมีความสุขกายสุขใจ อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน จงมีความสุขรักษาตนให้พ้นภัยทั้งปวงเถิด

นี่คือหลักที่จะเอาดีกับพระพุทธเจ้า... ให้มีศีล ๕

ใครปฏิบัติตามศีล ๕ ได้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ยึดเอาคุณธรรมอันเป็นหลักประกันความปลอดภัยของสังคมไว้อย่างเต็มที่

คุณธรรมอันนี้ เป็นคุณธรรมป้องกันไม่ให้มนุษย์ฆ่ากัน จึงเป็นคุณธรรมประกันความปลอดภัยของสังคม และเป็นคุณธรรมตัดทอนผลเพิ่มของบาปกรรม เมื่อวานนี้เราอาจได้ทำบาปทำกรรม วันนี้เรามีศีล ๕ ครบถ้วนบริบูรณ์ เราก็ได้ตัดทอนผลเพิ่มของบาปกรรม บาปกรรมเก่ามีอยู่เท่าไร มันก็ยุติเพียงเท่านั้น ไม่เพิ่ม เพราะเราไม่ทำ หรือเราไม่ละเมิดศีล ๕

และศีล ๕ ข้อนี้แหละ จะเป็นขอบเขตของการใช้กิเลสให้เกิดประโยชน์โดยความเป็นธรรม เรามีกิเลสอยู่ในใจ ถ้าเราจะใช้กิเลสให้เกิดประโยชน์ อย่าให้ผิดศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่งเป็นใช้ได้

และศีล ๕ ข้อนี้แหละ เป็นคุณธรรมปรับพื้นฐานความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์ ผู้ที่จะเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ต้องมีศีล ๕ ชั่วชีวิตที่เกิดมานี้ เราแน่ใจไหมว่าเราเป็นมนุษย์สมบูรณ์ทุกกระเบียดนิ้ว

เรามีหลักให้ท่านพิจารณาตามดังนี้...

- ขณะใดที่ท่านมีใจโหดเหี้ยม โดยไม่คำนึงถึงศีลธรรมและกฎหมายปกครองบ้านเมือง อยากฆ่าใครฆ่า อยากแกล้งใครแกล้ง อยากเบียดเบียนข่มเหงรังแกใครก็ทำไปตามอำเภอใจของตัวเอง ในขณะนั้น ใจของเราเป็นสัตว์เดรัจฉาน แต่ร่างกายของเราเป็นมนุษย์ เพราะวิสัยของสัตว์เดรัจฉานนั้น ทำอะไรโดยไม่มีขอบเขต เขาทำตามอำเภอใจของเขา ไม่ได้คำนึงว่าใครจะสุขจะทุกข์ ดังนั้น มนุษย์เราผู้มีความประพฤตินั้น กายของเขาเป็นมนุษย์แต่ใจของเขาเป็นสัตว์เดรัจฉาน

- แต่ในขณะที่เขามีจิตใจเมตตา โอบเอื้ออารี นึกถึงอกเขาอกเรา ไม่เบียดเบียนรังแกใคร ในขณะนั้นกายของเขาเป็นมนุษย์ และใจของเขาก็เป็นมนุษย์เช่นเดียวกัน เรียกว่า มะนุสสะ มะนุโส มนุษย์ผู้มีใจสูงส่ง
- ในขณะใดที่เขามีหิริโอตตปปะ คือความละอายต่อบาป สะดุ้งกลัวต่อบาป ไม่กล้าทำบาป ทั้งในที่ลับและที่แจ้ง ในขณะนั้นใจของเขาเป็นเทวดา แต่ร่างกายเขาเป็นมนุษย์
- ถ้าหากผู้ใดมานั่งสมาธิภาวนา ทำจิตให้สงบนิ่ง สว่าง รู้ ตื่น เบิกบาน ใจของเขาเป็นพรหม ผู้มีใจสว่างไสว แต่กายของเขาเป็นมนุษย์
- ถ้าหากว่าในขณะที่เขามีใจเหนียวหนายท้อแท้ไม่เอาไหน จี้เกียจศึกษาเล่าเรียน ประโยชน์ตนก็ไม่เอาเรื่อง ประโยชน์ส่วนรวมก็ไม่เอาไหน ปล่อยชีวิตให้เป็นไปตามบุญตามกรรม ไม่มีความกระตือรือร้นที่จะสร้างความคิด เป็นบุคคลผู้ทอดธุระเสียแล้ว ในขณะนั้นกายของเขาเป็นมนุษย์ แต่ใจของเขาเป็นเปรต เปรตแปลว่า ผู้ละทิ้งซึ่งประโยชน์ทั้งปวง นี่คือความเป็นของเราในชั่วชีวิต นี่คือหลักที่เราจะพิจารณาตัวของตัวเอง ให้เรารู้ว่าช่วงไหนเราเป็นอะไร

ดังนั้น ในเมื่อเรามีศีล ๕ ครบถ้วนบริบูรณ์ ไม่ขาดตกบกพร่อง กายของเราจึงเป็นมนุษย์ และใจก็เป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์

และข้อต่อไป ศีล ๕ เป็นมูลฐานให้เกิดการปกครองแบบประชาธิปไตย เพราะหัวใจของประชาธิปไตยอยู่ที่การเคารพสิทธิมนุษยชน

ผู้มีศีล ๕ บริสุทธบริบูรณ์ จึงได้ชื่อว่าเคารพทุกสิทธิ

สิทธิในการดำรงชีพอยู่ของคนอื่น สัตว์อื่น

สิทธิในการครอบครองทรัพย์สมบัติ

สิทธิในคูครองและบุคคลต้องห้าม และสิทธิอื่นๆ

เมื่อเป็นเช่นนั้น ศีล ๕ ประการจึงเป็นยอดแห่งประชาธิปไตย คำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งปวงนั้นก็เป็ดยอดแห่งประชาธิปไตย

คำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีที่ไหนที่ท่านสอนให้มนุษย์เบียดเบียนซึ่งกันและกัน มีแต่สอนให้รักกัน

การปฏิบัติเพื่อเอาดีกับบิดา-มารดา

บิดา-มารดา เป็นบุคคลที่บุตรธิดาควรปฏิบัติ เพื่อเอาดีกับท่านทั้งสอง เพราะว่าท่านเป็นพระของเรา เป็นพระเหนือหัวเรา

พระพุทธเจ้าทรงยกย่องบิดามารดาว่า

เป็นพระพรหมของลูก

เป็นพระอรหันต์ของลูก

เป็นเนื่อนาบุญของลูก

ผู้ที่ให้ดีด้วยความบริสุทธิ์ใจอย่างแท้จริง คือพระอรหันต์องค์นี้ บิดามารดามีแต่ความหวังดีต่อบุตรที่ตนให้กำเนิด ไม่มีบิดามารดาคนใดที่จะไปอิจฉาริษยาบุตรธิดาของตน ดังนั้นท่านจึงสมควรแล้วที่จะเป็นพรหม

เขาเขียนรูปพระพรหมไว้ ๔ หน้า เขาเขียนโกหก ความจริงพระพรหมไม่มี ๔ หน้า ๔ ตา อะไรหรอก มีหน้าเดียวเหมือนมนุษย์นี่ แต่ว่าพระพรหมท่านมีคุณธรรม ๔ อย่าง คือ

เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

ท่านก็เลยเขียนปริศนาเอาไว้เป็นรูปพระพรหม ๔ หน้า พ่อแม่ของเราก็เป็นพระพรหมเหมือนกัน

พรหมชาติ มาตาปิเตโธ

บิดามารดา ชื่อว่าเป็นพรหมของลูก

คือท่านเป็นผู้มีน้ำใจเมตตา เปี่ยมไปด้วยความรัก ความปรารถนาดี เต็มไปด้วยความกรุณา คือคิดที่จะช่วยเหลือบุตรธิดาของตนให้พ้นจากความทุกข์ยากลำบาก มีความพลอยยินดี ในเมื่อบุตรธิดาของตนได้ดี มีความสบายใจ เบาอกเบาใจเมื่อบุตรธิดาของตนได้ดีมีความสุขอย่างเต็มที่ เพราะฉะนั้น จึงสมควรแล้วที่ท่านจะได้นามว่าพระพรหม

บิดามารดาเป็นผู้มีใจบริสุทธิ์สะอาดต่อบุตรธิดาของตน ท่านไม่มีความอิจฉาริษยา ไม่เบียดเบียน ช่มเหง ไม่รังแกเรา มีแต่ประทับใจ ประคองให้เราได้ดำรงชีพอยู่อย่างมีความสุข และให้ได้ดิบได้ดีด้วยความบริสุทธิ์ใจ ดังนั้น ท่านจึงสมควรแล้วที่จะเป็นพระอรหันต์ของลูก

พ่อแม่เป็นบุพการี พ่อแม่เป็นบูรพาจารย์ พ่อแม่เป็นผู้ผลิตเราขึ้นมา เป็นผู้เลี้ยงดูเรามา และเป็นผู้อบรมสั่งสอนให้เรารู้จักดีชั่ว พระเจ้าพระสงฆ์กับพ่อแม่มีค่าเท่ากัน

เราจะได้มาพบหน้าพระเจ้าพระสงฆ์ ...ก็เพราะพ่อแม่ให้เกิด

เรารู้จักพระเจ้าพระสงฆ์ ...ก็เพราะพ่อแม่สั่งสอน

เราจะรู้จักทำบุญสุนทรทาน ...ก็เพราะพ่อแม่เป็นผู้สอน เป็นผู้พาทำ

ดังนั้น พ่อแม่จึงเป็นครู

พ่อแม่เป็นผู้ให้ เกิด เป็นผู้เลี้ยงดู เป็นผู้ให้วิชาความรู้ เป็นผู้ให้
ทรัพย์สมบัติ เป็นผู้ให้น้ำจิตน้ำใจทุกอย่าง เพราะฉะนั้น ใครยังมีพ่อ
แม่อยู่ รีบอุปถัมภ์กฐีปฐาก รีบทำบุญกับท่าน อย่าปล่อยให้ท่านลำบาก

บิดามารดาเป็นบุคคลที่บุตรธิดาควรให้ความเคารพบูชา ยกย่อง
เราควรปฏิบัติต่อบิดามารดาของเราทุกเช้าค่ำวันคืน

การตอบแทนบุญคุณของท่าน...

- เรามีมือสองข้าง ก่อนจะยกให้คนอื่น ให้ประคองไว้พ่อแม่ของเรา ก่อนก่อน ก่อนจะออกจากที่หลับที่นอน ให้กราบหมอน ๓ ที ประนมมือขึ้นเหนือหว่างคิ้ว อธิษฐานจิตว่า...

เราขอกราบไหว้บิดามารดาของเรา แล้วจึงค่อยไปไหว้คนอื่น

- ถ้าหากมีกำลังกาย กำลังความคิด สติปัญญาใดๆ ที่พอจะช่วย
อนุเคราะห์ด้วยการรับใช้หรือการทำอะไรให้ถูกอกถูกใจ ก็หยิบ
ยื่นให้พ่อแม่ก่อน
- ถ้าเรามีทรัพย์สินสมบัติสิ่งของ ก่อนที่จะหยิบยื่นให้ใครต่อใคร ควร
จะประเมินให้บิดามารดาของเราก่อนอื่น ซึ่งเป็นการเลี้ยงดูบิดา
มารดาของตน

บางที่เราอาจจะศรัทธาในพระเจ้าพระสงฆ์ มีของดี ๆ จนไปให้
พระเจ้าพระสงฆ์ฉันหมด แต่พ่อแม่ ปู่ย่าตายายปล่อยให้อด
ก่อนอื่นนี้ต้องนึกถึงพ่อถึงแม่เสียก่อน ส่วนนี้จะใส่บาตรให้พระ
ส่วนนี้จะให้พ่อแม่รับประทาน

การทำบุญ เมื่อไม่มีโอกาสไปทำบุญกับวัดกับวากับพระสงฆ์ ก็ให้ทำบุญกับพ่อแม่ปู่ย่าตายายของตนเอง

ดังนั้น ใครจะทำบุญสุนทรทาน ใครจะทำอะไร ใครจะให้อะไร แก่ใคร ควรจะคิดถึงพ่อแม่เป็นอันดับหนึ่ง อย่าปล่อยให้พ่อแม่ ต้องลำบากยากเข็ญ ไปทำบุญแต่ที่อื่น ไม่รู้จักทำบุญกับพ่อแม่ ก็ไม่มีความหมาย เพราะเราเป็นผู้เลี้ยงนํ้าใจต่อพ่อแม่ ขาด ความกตัญญูทดเวท

ความกตัญญูทดเวทที่เป็นคุณธรรมพื้นฐานให้เกิดคุณงามความดี คนที่จะรู้จักว่าผู้อื่นดีได้ก็ต้องรู้จักว่าพ่อแม่ตัวเองดีกว่าใครทั้งหมด พ่อแม่ถึงจะเป็นขี้เหล้าเมายา เล่นการพนัน เป็นนักเลงโต ศักดิ์ศรีของความเป็นพ่อเป็นแม่ก็ยังมีโดยสมบูรณ์ ไม่ขาดตก บกพร่อง

- บิดามารดาของคนเป็นผู้มีพระคุณอันล้ำเลิศ การสนองความ ต้องการของบิดามารดาในทางที่ถูกที่ชอบ เมื่อบิดามารดากล่าว อบรมสั่งสอน หรือมีคำสั่งเมื่อท่านบอกว่า “อย่านะลูก” เราต้อง หยุดทันที “อย่า” แล้วต้องหยุดทันที

เมื่อเราเจริญเติบโตเป็นหนุ่มเป็นสาวพอที่จะมีคู่รักคู่ใคร่ ถ้า หากไม่เป็นที่ชอบใจของบิดามารดา ท่านไม่เห็นดีเห็นชอบด้วย เราควรเลือกเอาบิดามารดาของเราไว้ก่อน เพราะบิดามารดา ของเราเป็นผู้มาก่อน คนรักมาทีหลัง ไม่เคยมีในประวัติศาสตร์ ที่บิดามารดาจะทิ้งบุตรธิดาของตนโดยไม่มีเหตุผล มีแต่บุตร ธิดาเท่านั้นที่จะทอดทิ้งบิดามารดา

ดังนั้น การเลี้ยงดูบิดามารดาของเรา เลี้ยงนํ้าใจเป็นเรื่องสำคัญ คือหมายความว่า... เมื่อท่านบอกว่า “อย่า” แล้วหยุดทันที

สาธุชนผู้ปฏิบัติได้ตามที่กล่าวมานี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรม คือความกตัญญูกตเวที ซึ่งเป็นคุณธรรมเป็นเครื่องหมายของคนดี

มาตาปิตุอุปภูฏานัง การอุปฐากเลี้ยงดูบิดามารดา

เอตัมมังคะละมุตตะมัง เป็นมงคลอันสูงสุด

มาตาเปติ ภาระัง ชันตุง การเลี้ยงดูบิดามารดา มีอานิสงส์ทำให้ผู้ปฏิบัติตายแล้วไปเกิดเป็นพระอินทร์

กุเล เชฏฐา ปะชายิณัง ผู้มีความเคารพบนอบต่อผู้หลักผู้ใหญ่ในวงศ์ตระกูล มีอานิสงส์ตายแล้วไปเกิดเป็นพระอินทร์

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงย้ำหนักย้ำหนาว่า การอุปฐากเลี้ยงดูบิดามารดาเป็นมงคลอันสูงสุด มงคล ก็หมายถึงสิ่งที่ดีงามในชีวิตของเรา ผู้มีความรู้สึกสำนึกในพระคุณของบิดามารดา ย่อมเป็นผู้มีกายวาจา สงบเรียบร้อย ใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความกตัญญูกตเวที รู้จักบุญคุณของบิดามารดา

... นี่คือหลักและวิธีการที่จะเอาดีกับบิดามารดา

สมาธิแบบพระพุทธเจ้า

สมาธิแบบพระพุทธเจ้า การกำหนดรู้เรื่องชีวิตประจำวัน นี่เป็นเหตุเป็นปัจจัยสำคัญ สำคัญยิ่งกว่าการนั่งหลับตาสมาธิ

คนเราทุกคนเกิดมาอาศัยสมาธิเป็นหลักใจ คนที่ทำอะไรด้วยความจริงใจ... เป็นลูกของพ่อของแม่ก็เป็นลูกด้วยความจริงใจ เป็นศิษย์ของครูบาอาจารย์ก็เป็นศิษย์ด้วยความจริงใจ จะเป็นอะไร ทำอะไร คิดอะไร เป็นไปด้วยความจริงใจ ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีสัจจะ ความจริงใจ เมื่อมีสัจจะความจริงใจอย่างแน่วแน่ ชีวิตของเราทุกคนจึงเกี่ยวข้อง

กับสมาธิตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งวันตาย คนที่ไม่มีสมาธิย่อมมีนิสัย
เหลวไหลทำอะไรมีแต่จับจดไม่เอาจริงเอาจัง

สมาธิเป็นกิจของจิต เมื่อเรามีสติกำหนดรู้จิตอยู่ตลอดเวลา
ถ้าเรานั่งกำหนดรู้จิตของเรา เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่านั่ง
ถ้ากำหนดรู้จิตในท่านยืน เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่านยืน
เมื่อเรามีสติกำหนดรู้จิตในท่านนอน เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่านนอน
เวลาเดินจงกรม เรามีสติกำหนดรู้จิตของเรา เรียกว่าปฏิบัติ
สมาธิในท่าเดิน

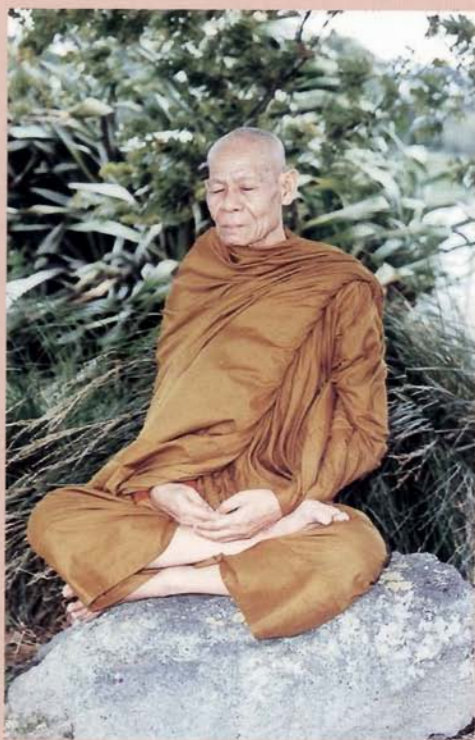
ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นแต่เพียงเปลี่ยนอิริยาบถบริหารกายเพื่อ
มิให้ส่วนใดส่วนหนึ่งถูกทรมาณเกินไป เพราะฉะนั้น สมาธิจึงมิใช่เพียง
การนั่งสมาธิอย่างเดียว แม้แต่การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่มน้ำ
ทำ พูด คิด ถ้าเรามีสติรู้ตัวตลอดเวลา เราก็ได้ปฏิบัติสมาธิตลอดเวลา

ถ้าหากเรายึดหลักว่า เราจะฝึกสติของเราให้รู้อยู่กับการยืน เดิน
นั่ง นอน รับประทาน ดื่มน้ำ ทำ พูด คิด ทุกขณะจิต ทุกลมหายใจ เรา
ก็ได้ฝึกสมาธิอยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีอุปสรรคใดๆ มาขัดขวาง เมื่อเรา
เข้าใจกันอย่างนี้ การฝึกสมาธิจะไม่มีอุปสรรค เพราะเราจะปฏิบัติได้
ทุกเวลาทุกโอกาส

ผลที่เราจะได้จากการฝึกสมาธิ ทำให้จิตของเราตั้งมั่นหรือมั่นคง
คงต่อการทำธุรกิจต่างๆ ทำให้เรามีจิตที่สงบเยือกเย็น และมีเมตตา
ปรานีต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน จะมีความเคารพ บูชา รักในบิดา มารดา
ครูบาอาจารย์ดีขึ้น จะทำให้เราหมั่นขยันในการทำงาน ทำให้ความจำดี
มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดรอบรู้ คิดการงานใดจะไม่ทอดทิ้ง โดยเฉพาะ
สมาธิจะเสริมกำลังปัญญาของเราให้ปราดเปรื่อง

กฎหรือระเบียบที่จะประพฤติดำเพ็ญตนให้เป็นลูกศิษย์ของ
พระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง ที่เราจะตั้งใจปฏิบัติโดยเจตนา คือ สីล

เรามาฝึกสมาธินี้เพื่ออบรมจิตของเราให้มีพลังงาน มีสติ
สัมปชัญญะ มีปัญญา เพื่อให้จิตของเรานี้เป็นลูกศิษย์ของ
พระพุทธเจ้าโดยอัตโนมัติ เมื่อจิตมีสภาวะรู้ ตื่น เบิกบาน ก็ได้ชื่อว่า
จิตมีคุณธรรมความเป็นพุทธะ



ສ້າງຮຽນສາກລ

ນອບຮຽນ ນ້າພຣ ໒໕໓໒



ม @ ป ธิ ร ร ม
น้ำพว...

ธรรมะเป็นของกลาง
ธรรมะก็คือกายกับใจ
เรามาศึกษาเล่าเรียนปฏิบัติ เพื่อหาเครื่องมือปรับปรุงกาย ใจ
ของเราให้มีสมรรถภาพดียิ่งขึ้น
นี่คือจุดประสงค์ของการปฏิบัติธรรม
การปฏิบัติธรรมแบบนี้ ปฏิบัติได้ในทุกลัทธิศาสนา



ธรรมะเป็นของกลาง
ธรรมะก็คือกายกับใจ
เรามาศึกษาเล่าเรียนปฏิบัติ
เพื่อหาเครื่องมือปรับปรุงกาย ใจ
ของเราให้มีสมรรถภาพดียิ่งขึ้น
นี่คือจุดประสงค์ของการปฏิบัติธรรม
การปฏิบัติธรรมแบบนี้
ปฏิบัติได้ในทุกลัทธิศาสนา

สังฆธรรมสาคร

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุทธ จาณิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



ธรรมะและคุณธรรมทั้งหลายที่มีอยู่ในจักรวาลนี้ ที่เราว่าเป็นคำสอนของศาสนานั้น คำสอนของศาสนานี้ แต่แท้ที่จริงมันไม่ใช่คำสอนของศาสนานั้นๆ แต่มันเป็นธรรมชาติที่ผู้สามารถค้นคว้าหรือสร้างสติปัญญาของตนให้รู้ถึงแก่นแห่งความจริงของธรรมชาติ แต่หากสิ่งเหล่านั้นมันเป็นสิ่งที่มีอยู่แล้ว

เช่น ในบ้านเมืองเรา มีการศึกษาดังแต่ชั้นอนุบาลจนกระทั่งถึงปริญญาเอก ความรู้ทั้งหลายเหล่านั้น มันเป็นของกลางๆ แต่ใครจะเข้าถึงความรู้เหล่านั้น มันก็ขึ้นอยู่กับความสามารถและสติปัญญาของแต่ละบุคคล ใครไม่เก่งก็เรียนจบแค่อนุบาลหรือไม่จบเลย ถ้าใครเก่งก็เรียนจบถึงปริญญาเอก อันนี้คือความสามารถของผู้ที่สามารถเก็บผลประโยชน์ได้จากสิ่งที่มีอยู่แล้วโดยธรรมชาติ

เปรียบเทียบกับผืนแผ่นดินของเรา มีมันมีวัตถุที่เป็นปฏิภรณ์ แก่ชีวิตมนุษย์และสัตว์เดรัจฉานเต็มไปหมด สมัยก่อน หินกรวด หินลูกรังที่เรานำมาปูถนน เราเหยียบย่ำมันไปเฉยๆ ไม่มีคุณค่า ภายหลังผู้มีสติปัญญาสามารถที่จะหาเอาผลประโยชน์จากหินลูกรังหรือหินกรวดทั้งหลายเหล่านั้น นอกจากจะปูถนนทำเป็นคอนกรีต ยังสามารถนำไปถลุงเป็นเหล็ก เป็นอะไหล่ออกมาได้ด้วย

ธรรมะที่มีอยู่ในจักรวาลนี้ก็เช่นเดียวกัน ธรรมะเป็นสังฆธรรม

ของจริงที่มีอยู่แล้วแต่ไหนแต่ไรมา ศาสดาแต่ละพระองค์ก็
เพียงแต่รู้ความจริงของธรรมชาติ

และแต่ละศาสนานั้นก็ย่อมมีภูมิธรรมแตกต่างกัน บางศาสดามี
ภูมิปัญญาน้อย ก็มองเห็นธรรมะตามระดับสติปัญญาของตนเอง
บางศาสดามีปัญญาละเอียดสุขุม มีความสามารถ มีความรู้เฉียบแหลม
ก็สามารถรู้ความจริงในจักรวาลนี้ได้เหนือกว่าหมู่...

เช่นเดียวกันกับดวงไฟที่เราติดเอาไว้ในห้องโถง ถ้าไฟดวงใดมี
แรงน้อย เพียงแค่ ๑๐ แรงเทียน ๒๐ แรงเทียน พอเปิดสวิตช์
ความสว่างมันก็พอสลัวๆ พอมองเห็นอะไรได้เพียงนิดหน่อย ถ้าหาก
ว่าดวงไฟมีแรงสูงตั้งแต่ ๑,๐๐๐ แรงเทียนขึ้นไป พอสับสวิตช์ ความ
สว่างไสวมันจะกระจายทั่วไปหมด ทำให้เราสามารถมองเห็นจุดดำจุด
ด่างของผิวพื้นของอาคารหรือฝาผนังได้อย่างถนัด

ข้อเปรียบเทียบนี้ฉันใด ก็เหมือนกับภูมิธรรมหรือภูมิความรู้ของ
แต่ละศาสนานั้นเอง ศาสดาใดจะรู้มาก รู้น้อย จะโง่หรือฉลาดก็แล้วแต่
อันนั้นไม่สำคัญ

ปัญหาสำคัญอยู่ที่ว่า แต่ละศาสดามุ่งสอนให้คนเป็นคนดี
ไม่มีศาสดาใดที่จะสอนให้คนเป็นคนชั่ว เพราะฉะนั้น เรื่องของ
ศาสนา ใครจะนับถือศาสนาอะไร ใช้ได้ทั้งนั้น ขอให้ประพฤติดี

การศึกษาศาสนา การเรียนธรรมะ ถ้าเราเพียงแค่เรียนตาม
คำรับคำรา แต่ไม่มีการประพฤติปฏิบัติ หรือไม่ได้ทดสอบวิจัยวิชา
ความรู้นั้น เราก็รู้ความจริงเพียงแค่คำรา

ธรรมะโดยคำสอนคือธรรมะอันเป็นหลักธรรมชาติ ศาสนาที่
แตกต่างกันอยู่ที่กฎหรือระเบียบของศาสนานั้นๆ ใครนับถือศาสดาใด

ปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎหมายหรือระเบียบของศาสนานั้นๆ ย่อมจะได้บรรลุผลตามที่ตนตั้งเป้าหมายไว้ทุกประการ

ความเป็นสากลของศีล

ศีล ๕ ประการนี้ ใครละเมิดแล้วบาปไม่เลือกหน้า คนในศาสนาพุทธละเมิดก็บาป คนที่เขาวางมาสัตว์ไม่เป็นบาปทำลงไปก็เป็นบาป คนที่ขนแกะไปเชือดบูชาพระเจ้าปีละหลายๆ แสนตัว ในบางศาสนาที่เขาว่าทำแล้วได้บุญ แต่เสร็จแล้วมันก็ได้บาป เพราะอันนี้มันเป็นบาปของกฎธรรมชาตินี้

บางท่านอาจจะคิดว่าพระพุทธเจ้าช่างโหดร้ายจริงๆ ทำอะไรก็บาปฆ่าสัตว์ก็บาป แต่แท้ที่จริง พระพุทธเจ้าท่านมิได้โหดร้าย อย่าไปลงโทษท่าน พระพุทธเจ้า พระองค์ท่านรู้กฎความจริงตามธรรมชาติ คือรู้ว่าฆ่าสัตว์เป็นบาป ลักทรัพย์เป็นบาป กาเมสุมิฉฉาจารเป็นบาป มุสาวาทเป็นบาป ดื่มสุราเป็นบาป แต่บาปนั้นๆ มันมีอยู่ก่อน พระพุทธเจ้าเกิดแล้ว ไม่ใช่พระพุทธเจ้าแต่ละองค์มาเกิด แล้วก็มาบัญญัติบาปกรรมโทษทัณฑ์อะไรไว้ลงโทษสัตว์ทั้งหลาย

ศาสนาพุทธเป็นศาสนาธรรมชาติ สิ่งใดที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงเอาไว้ นั่นเป็นความรู้ตามกฎธรรมชาติทั้งสิ้น

บัญญัติที่พระพุทธเจ้าห้าม อาศัยเหตุ ๒ ประการ

ประการแรก อาศัยความรู้จริงเห็นแจ้งในกฎธรรมชาติที่มีอยู่แล้วแต่เก่าแก่ดั้งเดิม ซึ่งไม่มีผู้ใดบัญญัติตกแต่งเอาไว้ แต่มันก็เป็นกฎธรรมชาติ เช่น ศีล ๕ เป็นต้น

ประการที่ ๒ ทรงบัญญัติตามความนิยมของสังคม ในสังคม

ย่อมมีผู้ดี มีไฟร์ มีคนหลายระดับชั้น ในสังคมผู้ดีก็ต้องมีการรักษา
กิริยามารยาทให้สุภาพเรียบร้อย พระภิกษุสงฆ์ซึ่งบวชมาในศาสนา
มาจากต่างตระกูล ต่างชั้นวรรณะ การศึกษา การปฏิบัติ การอบรมก็
แตกต่างกัน บางทีบางครั้ง บางท่านยังไม่เข้าใจระเบียบการปฏิบัติ
ของชนชั้นผู้ดี ก็ไปแสดงกิริยาอันไม่ดีไม่งามให้ชาวบ้านเขาตำหนิ
เสร็จแล้วพระองค์เห็นว่าเป็นความเสียหายแก่ศาสนาหรือเสียหายแก่
สังคม พระองค์จึงทรงบัญญัติวินัยซึ่งเกิดขึ้นตามเหตุตามผล ตาม
เหตุการณ์ที่บังเกิดขึ้น ซึ่งมีผู้ทำผิดเป็นมูลเหตุ ชาวบ้านเขาพากันโทษ
ตำหนิเตียน พระองค์จึงได้ประชุมสงฆ์ บัญญัติวินัยนั้นๆ ขึ้น จน
ระเบียบวินัยในพระปาฏิโมกข์มีดังหลายข้อ ภิกษุณี ๓๑๑ ข้อ ภิกษุสงฆ์
๒๒๗ ข้อ

ความเป็นสากลของสมาธิ

สมาธิไม่ใช่ของศาสนาใด ไม่มีศาสนาใดผูกขาด สมาธิเป็นของ
คนมีศาสนา เป็นทั้งของคนไม่มีศาสนา โดยที่สุด แม้สัตว์เดรัจฉานก็
ต้องอาศัยสมาธิ ถ้าเขาไม่มีสมาธิ เขาก็เอาชีวิตรอดมาไม่ได้

สมาธิเป็นหลักธรรมกลางๆ ใครจะไปบอกว่าเรื่องสมาธิเป็น
เรื่องศาสนาของฉันแต่ผู้เดียว ความรู้สึกอันนี้เป็นความเข้าใจชนิดที่ว่า
จี้โกง เพราะสมาธิเป็นหลักธรรมที่เป็นธรรมชาติที่มีอยู่แล้ว ไม่ได้
สังกัดในลัทธิและศาสนาใด เป็นหลักธรรมสาธารณะทั่วไป ทุกคน
ปฏิบัติได้ และเมื่อปฏิบัติได้แล้ว ไม่ได้ขัดกับพระประสงค์ของพระเจ้า
องค์ใด ถ้าเข้าถึงสัจธรรมแล้ว จะบรรลุถึงจุดประสงค์ของพระเจ้าทุก
องค์บรรดาที่มีในจักรวาลนี้

การปฏิบัติสมาธิ เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ เพราะชีวิตมนุษย์
เป็นไปด้วยกำลังของสมาธิ คือความมั่นใจ

สมาธิ คือ ความมั่นใจ หรือความตั้งใจมั่น

การศึกษาก็ดี การงานทุกอย่างก็ดี ถ้าเราไม่มีความมั่นใจ
หรือไม่มีความตั้งใจมั่น เราจะกลายเป็นคนจืดจางทำอะไรไม่จริงจัง
เมื่อเป็นเช่นนั้น เราก็ประสบแต่ความล้มเหลว หรือความหายนะ
เพราะฉะนั้น เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เราต้องมีความจริงใจ

เรื่องสมาธิไม่ใช่มีเฉพาะในบ้านเมืองเรา
เรื่องสมาธิไม่ใช่แต่เฉพาะจะมานั่งหลับตา
หรือนั่งฟังธรรมกันในวัด
เรื่องของสมาธิเป็นเรื่องสากล

คนที่ปฏิบัติสมาธิยอดเยี่ยมที่สุดในปัจจุบัน มีอยู่คนหนึ่งคนที่
สร้างจรวดไปลงดวงจันทร์ยังไม่เก่ง แต่คนที่สามารถคำนวณระยะ
เวลากับความเร็วของจรวดตัวเล็กกับตัวแม่ที่โครจรรออยู่รอบโลก เพื่อ
ชะลอเวลาให้จรวดตัวเล็กที่ไปลงดวงจันทร์กระโดดมาเกาะยานแม่
แล้วลงมาสู่โลก ถ้าหมอนี้คำนวณผิดแม้เสี้ยววินาที จรวดตัวเล็กจะ
ต้องลอยคว้างคว้างอยู่ในอวกาศ คนนั้นแหละเป็นคนที่ทำสมาธิเก่งที่สุด
เพราะฉะนั้น เราทั้งหลายอย่าไปนึกว่าสมาธิไม่ใช่เรื่องจำเป็นสำหรับ
ชีวิตของเรา

สมาธิ เป็นชื่อของธรรมประเภทหนึ่ง ซึ่งแปลว่าความมั่นใจหรือ
ความตั้งใจมั่น มันต่อการยืน เดิน นั่ง นอน รับประทานอาหาร ดื่ม ทำ พูด
คิด เมื่อเรามีความมั่นใจอยู่ตลอดเวลาหรือตั้งใจมั่น ได้แก่ การกำหนดรู้

ยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด อยู่ทุกขณะจิต ทุก
ลมหายใจ ได้ชื่อว่าเป็นการฝึกสมาธิไปในตัว

สมาธิไม่ได้สังกัดในลัทธิศาสนาใดๆ ทั้งสิ้น ขอให้เข้าใจคำว่า
สมาธิในวงกว้างๆ อย่าเข้าใจจนแคบเพียงแค่ “วิธีการ” ที่ว่าเข้าใจใน
วงกว้างๆ หมายถึงว่า เราสามารถฝึกสมาธิได้ตลอดเวลา ทุกลม
หายใจ

คนศาสนาพุทธ คริสต์ อิสลาม หรือคนไม่มีศาสนาเลย ก็ฝึก
สมาธิได้ แต่ความแตกต่างของศาสนาอยู่ที่บทบัญญัติของพระเจ้า
พุทธศาสนามีบทบัญญัติ ๕ ข้อ คือ สีล ๕ คริสตศาสนาก็มีบทบัญญัติ
อยู่ ๑๐ ประการ ความแตกต่างอยู่ที่ตรงนี้เท่านั้น

สมาธิภาวนา แปลว่า อบรมใจให้มีความเข้มแข็ง สามารถ
ปฏิบัติได้ทุกโอกาส ทุกลมหายใจ เช่น ในขณะที่เรียน นักเรียนก็กำลัง
ปฏิบัติสมาธิ ถ้าเอาใจใส่จดจ่อไม่เผลอสายตาและใจไปอื่น

หลักและวิธีการทำสมาธิในห้องเรียน... เมื่ออาจารย์มาสอน
ให้มองจ้องไปที่ตัวอาจารย์ สงจิตไปรวมไว้ที่ตัวอาจารย์ อย่าให้สายตา
และจิตใจไปอื่น พยายามควบคุมจิตของเราให้จดจ้องไปที่ตัวอาจารย์
เท่านั้น พยายามฝึกให้คล่องตัว ชำนิชำนาญ ถ้าเราฝึกต่อเนื่องกันทุก
วันๆ ทุกชั่วโมงที่มีอาจารย์มาสอน เราจะได้สมาธิสนับสนุนการเรียน
ของเราให้ดียิ่งขึ้น เพราะในขณะที่อาจารย์สอนเรา ท่านรวมกำลังจิต
และวิชาความรู้ที่จะถ่ายทอดให้เรา เมื่อเราเอาจิตจดจ่ออยู่ที่ตัวอาจารย์
เราก็ได้รับเอาพลังจิตและวิชาความรู้จากอาจารย์

ในระยะแรกๆ ให้สังเกตดูว่าถ้าจิตของเราไปจ้องอยู่ที่ตัวอาจารย์
สายตาจ้องอยู่ที่ตัวอาจารย์อย่างไม่ลดละ นั่นแสดงว่าเราเริ่มมีสมาธิ

ขึ้นมาแล้ว แล้วสังเกตดู ความเข้าใจ ความจดจำของเราจะดีขึ้น ภายหลังเมื่อจิตของเรามีพลังแก่กล้าขึ้น มีความมั่นคงขึ้น มีสติดีขึ้น สายตายังจ้องอยู่ที่ตัวอาจารย์ แต่ความรู้สึกในทางจิต จะมาเตรียมพร้อมอยู่ที่จิตของตนเอง เมื่อเป็นเช่นนั้น เวลาอาจารย์พูดอะไร ฟังจบประโยคลงไป ช่วงระยะที่ท่านหยุดหายใจ จิตของเราสามารถที่จะคาดการณ์ล่วงหน้าได้ว่าต่อไปอาจารย์จะพูดอะไร เมื่อเวลาไปสอบอ่านคำถามจบ จิตของเราจะวูบไปนิดหนึ่ง คำตอบจะผุดขึ้นมา เขียนเอาๆ โดยไม่ต้องใช้ความคิด ก่อนหน้าจะไปสอบ บางทีจิตของเราระบุบอกว่าให้ดูหนังสือเล่มนั้น จากหน้านั้นไปถึงหน้านั้น ข้อสอบจะออกที่ตรงนี้ แล้วข้อสอบจะออกมาตรงกับที่จิตเรารอบอก มีผู้ทำได้ผลเป็นที่พอใจมาแล้ว

ส่วนสมาธิในวิธีการ หมายถึงเรามานั่งขัดสมาธิ มานั่งภาวนา พุทโธ สัมมารัง ขุบหนอ-พองหนอ เป็นต้น

สมาธิเป็นกิริยาของจิต เมื่อเรามีสติกำหนดรู้จิตของเราอยู่ตลอดเวลา ถ้าเรานั่งกำหนดรู้จิตของเรา เรียกว่า ปฏิบัติสมาธิในท่านั่ง แต่ถ้าเวลายืนกำหนดจิตของเรา เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่านยืน เมื่อเรามีสติกำหนดรู้จิตของเราในท่านอน เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่านอน เวลาเดินจงกรม เรามีสติกำหนดรู้จิตของเรา เรียกว่าปฏิบัติสมาธิในท่าเดิน

“ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นแต่เพียงอิริยาบถบริหารร่างกาย เพื่อมิให้ส่วนใดส่วนหนึ่งถูกกรรมมากจนเกินไป เพราะฉะนั้น สมาธิจึงไม่ใช่เพียงเรื่องการนั่งสมาธิอย่างเดียว แม้แต่การยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่มน้ำ ทำ พูด คิด

ถ้าเรามีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา เราก็ได้ปฏิบัติสมาธิอยู่ตลอดเวลา”

ถ้าเรายึดหลักว่า เราจะฝึกสติของเราให้รู้เกี่ยวกับการยืน เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด ทุกขณะจิต ทุกลมหายใจ เราก็ได้ฝึกสมาธิอยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีอุปสรรคใด ๆ มาขัดขวาง

สร้างความรู้สึกลงในจิตของตัวเองให้มีภาวะรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี ให้จิตมีสติ รู้ ตื่น เบิกบาน อยู่ตลอดเวลา ทรงไว้ซึ่งความรู้สึกเช่นนั้น และน้อมนึกตั้งเจตนาอยู่เสมอว่า เราจะละชั่ว...ประพฤติดี.....ทำจิตให้บริสุทธิ์สะอาด

ความรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี สภาวะที่เรามีความรู้ ตื่น เบิกบาน ในจิตในใจก็ดี หรือเจตนาที่จะตั้งใจงดเว้นสิ่งชั่ว ประพฤติดี ทำจิตให้บริสุทธิ์สะอาดก็ดี เป็นกิริยาแห่งความมีคุณธรรม คือทำจิตของเราให้เป็นพระเจ้า

คนนับถือศาสนาพุทธ พระเจ้าของเขาก็คือพระพุทธเจ้า คนนับถือศาสนาคริสต์ เมื่อจิตมีสภาวะรู้ ตื่น เบิกบาน หรือรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี เขาก็มีพระเจ้าของเขาอยู่ในใจ ดังนั้น เมื่อเรามีพระเจ้าอยู่ในใจ พระพุทธเจ้าก็ดี พระเจ้าก็ดี ถ้ามีอยู่ในใจของใครต่อใคร ใครจะไปในสถานที่แห่งใด...

ยืน...เราก็ไปกับพระเจ้า

เดิน...เราก็อยู่กับพระเจ้า

นั่ง...เราอยู่กับพระเจ้า

นอน...เราก็อยู่กับพระเจ้า

รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด ไม่ว่าเราจะทำอะไร

เราอยู่กับพระเจ้า

คำว่า พระเจ้า ก็คือ เจ้าแห่งผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

เรามานั่งสมาธิภาวนาในปัจจุบันนี้ ถ้าชาวพุทธภาวนาพุทโธ ชาวคริสต์ภาวนาเยซู ตั้งใจเอาจริงเอาจัง เมื่อสมาธิเกิด จิตจะสงบ นิ่ง สว่าง รู้ ตื่น เบิกบานเหมือนกัน

ถ้าเราเข้าถึงสัจธรรมกันจริง ๆ ศึกษาธรรมะตามสภาพแห่งความเป็นจริง ไม่เฉพาะแต่จะมาศึกษาเล่าเรียนตามตำรับตำรา เอาของจริง มาพิสูจน์กันเลยทีเดียว เราจะเข้าถึงสัจธรรม ความจริง ของจริง สม่าเสมอกันหมด ไม่มีอคติลำเอียง

ผลที่เราได้จากการฝึกสมาธินั้น

- ทำให้จิตของเราตั้งมั่นหรือมั่นคงต่อการที่จะทำธุรกิจต่าง ๆ
- ทำให้เรามีจิตสงบเยือกเย็น และมีความเมตตาปรานีต่อเพื่อน

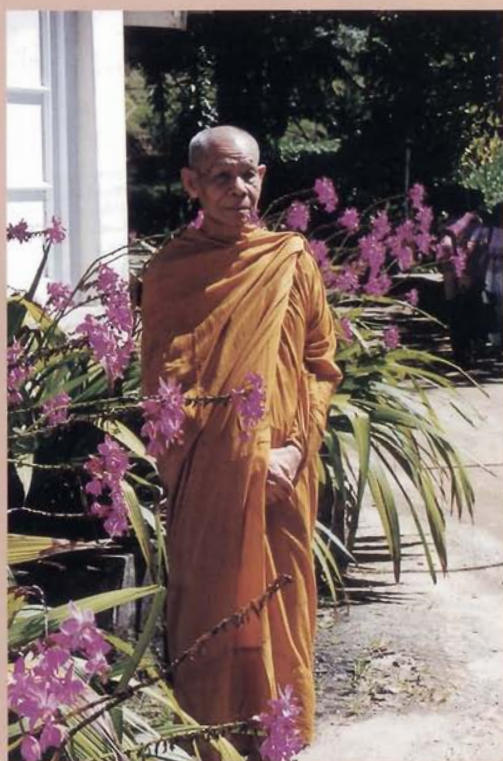
มนุษย์ด้วยกัน

- มีความเคารพบูชา รักในบิดา มารดา ครูบาอาจารย์ของเราดีขึ้น
- ทำให้เราหมั่นขยันในการทำงาน มีการเรียนการศึกษา เป็นต้น
- ทำให้มีความทรงจำดี มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด รอบรู้ คิดการ

งานอันใดจะไม่ทอดทิ้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สมาธิจะเสริมปัญญาของเราให้ปราดเปรื่อง



សូម កុំភ័យខ្លាច ឬ រំលង ឬ បោះបង់
 គោរពបូជា ក្នុង ព្រះពុទ្ធិសាសនា។



หลักการสร้างอธิปไตย

มอชธรรม นำพร ๒๕๓๙



ความจริงโลกเป็นอารมณ์ของจิต
ในเมื่อจิตตัวรู้นี้รู้ความจริงของโลกแล้ว
มันจะปลื้มตัวไปลอยเด่นอยู่เหนือโลก
และมันอาศัยโลกนั้นแหละเป็นบันได
เหยียบไปสู่จุดที่อยู่เหนือโลก

จงทำจิตให้มีอำนาจเหนือสิ่งทั้งปวง
แล้วบรรลุถึงความ เป็นอิสระ

หลักการสร้างอริปไตย

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



อริปไตย ตามหลักธรรม

อริปไตยในทางศาสนาพุทธ มีอยู่ ๓ ประการ

๑. อัตตาริปไตย การปรารถนาคตนเป็นใหญ่
๒. โลการิปไตย ปรารถนาโลกเป็นใหญ่
๓. ธรรมาริปไตย ปรารถนาธรรมเป็นใหญ่

ลักษณะของ **อัตตาริปไตย** ถ้าเป็นตัวบุคคล ก็เป็นบุคคลที่เชื่อมั่นในตนเองมากเกินไป โดยไม่ยอมฟังความคิดเห็นของคนอื่น เอาแต่ใจตัวเองเป็นเรื่องสำคัญ สิ่งใดที่เราได้ทำตามใจตัวเอง เรามีความสบายใจเพราะการกระทำของเรา แต่สิ่งนั้นอาจกระทบกระเทือนถึงประโยชน์และชีวิตของผู้อื่น คนที่เป็นอัตตาริปไตยไม่ได้คำนึงถึงข้อนี้ตนคิดว่าจะทำอะไรก็ทำลงไป ไม่ได้พิจารณาว่า มันจะกระทบกระเทือนคนอื่นไหม จะทำให้คนอื่นเดือดร้อนไหม จะทำให้เราเดือดร้อนไหม

ถ้าจะว่าโดยกฎหมายปกครองบ้านเมือง คนพวกนี้เป็นหัวเผด็จการ อันนี้คือลักษณะของอัตตาริปไตย

ลักษณะของคนที่เป็น **โลการิปไตย** ถือโลกเป็นใหญ่ อะไรที่ชาวโลกเขานิยมชมชอบ แม้จะเป็นสิ่งที่ผิดกฎหมายหรือศีลธรรมก็ตาม

ก็ทำไปตามความคิดเห็นของโลก หรือความคิดเห็นของชาวบ้าน ซึ่งบางทีก็ทำให้ตัวเองต้องกลายเป็นคนอ่อนแอ หรือในบางครั้งเราอาจจะเห็นว่า เมื่อมติของคนส่วนมากมีความคิดเห็นอย่างนี้ แม้ว่าสิ่งนั้นมันอาจเป็นการทำลายผลประโยชน์ของคนอื่น หรือเป็นการลบหลู่เกียรติและชื่อเสียงของคนใดคนหนึ่งก็ตาม เรารวมหัวกันทำ ทำแบบชาวโลกที่เขานิยมชมชอบกัน อันนี้เป็นลักษณะของบุคคลที่ไม่เป็นตัวของตัวเอง หนักๆ เข้ากลายเป็นคนอ่อนแอ

ส่วนคนที่ เป็น **ธรรมาธิปไตย** อาศัยธรรมเป็นใหญ่ ธรรมที่ทำให้คนเป็นธรรมาธิปไตย ก็คือ รัฐธรรมนูญ ในเมื่อสมาชิกรัฐสภาร่วมใจกันตรากฎหมายอันใดออกมา เป็นกฎหมายปกครองบ้านเมือง เราเคารพต่อมติของเขาเหล่านั้น เพราะเขาปรึกษาหารือกันแล้วเห็นสมควร จะออกกฎหมายมาตรานั้นๆ ออกมาบังคับ เพื่อให้สังคมของเรามีความประพฤติปฏิบัติสม่ำเสมอ ซึ่งเราเรียกว่า รัฐธรรมนูญปกครองบ้านเมือง

“ **หลักธรรมาธิปไตยของชาวบ้านก็คือ รัฐธรรมนูญ**

หลักธรรมาธิปไตยของศาสนา ก็คือ สីล ๕ ”

ศีล ๕ ข้อนี้ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้มนุษย์มีความรัก ความเมตตาปรานี เพราะขึ้นต้นท่านก็บอกว่า อย่าฆ่ากัน อย่าเบียดเบียนกัน อย่าข่มเหงกัน อย่ารังแกกัน อย่าอิจฉาริษยาผู้อื่น ผู้ใดมาเคารพศีล ๕ เป็นหลักยึดในจิตใจของตน บุคคลผู้นั้นได้ชื่อว่าถือธรรมเป็นใหญ่ เมื่อถือธรรมเป็นใหญ่ เราก็จะมีแต่ความรัก ความเคารพ ความเมตตาปรานี

ศีล ๕ เป็นมูลฐานให้เกิดการปกครองระบอบประชาธิปไตย

หัวใจของประชาธิปไตย อยู่ที่การเคารพสิทธิมนุษยชน เมื่อใครมีศีล ๕ ก็ได้ชื่อว่าเคารพทุกสิทธิ สิทธิในการดำรงชีพอยู่โดยเสรี สิทธิในการครอบครองสมบัติโดยเสรี สิทธิในการใช้ผลประโยชน์ในคุ้มครองของตนโดยเสรี และสิทธิอื่นๆ บรรดามีในสังคม ถูกต้องตามกฎหมาย บ้านเมืองและศีลธรรม เราก็ได้ยึดเอาธรรมอันเป็นหัวใจของเสรีภาพเสรีชน โดยมีเหตุผล มิกติกา เราจะทำอะไรทุกอย่างต้องมีกติกา ศีล ๕ จึงเป็นธรรมะที่เป็นมูลฐานให้เกิดการปกครองระบอบประชาธิปไตย

ถ้าหากเราพิจารณาเรื่องศีล ๕ กับกฎหมายรัฐธรรมนูญปกครองบ้านเมืองให้ประยุกต์กัน ให้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เราจะได้ความเด่นชัดว่า ศีล ๕ คือ กฎหมายปกครองบ้านเมืองที่เป็นธรรมนูญอันสูงสุด

ในฐานะที่เราเป็นพุทธบริษัท เราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า เราได้ปฏิญาณตนถึงพระองค์ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเราต้องการให้บ้านเมืองของเรา ปกครองโดยระบอบประชาธิปไตย นักปกครองบ้านเมือง ถ้าไม่มีศีล ๕ ข้อเป็นหลักแล้ว ไม่มีทางปกครองบ้านเมืองให้เป็นประชาธิปไตยได้

อธิปไตย คือ ความเป็นใหญ่ อิสระ และพึ่งตนเอง

หลักประชาธิปไตยของหลวงพ่อก็คือไม่เหมือนใคร ประชาธิปไตยของนักการเมืองคือการรวมหัวกัน ฉันไม่ชอบขึ้นหน้าผู้ว่าราชการจังหวัด ฉันรวมหัวกันจับไล่ ร้องเรียนให้เจ้านายเบื่องบนโยกย้าย ลักษณะ

อย่างนี้ไม่ใช่ประชาธิปไตย แต่เป็น **เผด็จการหมู่**

แต่ประชาธิปไตยพระอย่างหลวงพ่อนี้ หลวงพ่อมีความห่วงใยในพระพุทธศาสนา กลัวพระพุทธศาสนาจะเสื่อม หลวงพ่อศึกษาธรรมวินัย ให้มีความรู้ ความเข้าใจ ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ จนมีคุณธรรมบ้าง พอสมควร แล้วเอาคุณธรรมแจกจ่ายให้ประชาชน ได้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ แล้วก็ไม่เคยกังวลว่าใครจะทำบาปทำกรรมอะไร ไม่เคยกลัวใครจะตกนรก กลัวแต่ตัวเองจะตกนรก เพราะฉะนั้น จึงพยายามสร้างความดี สร้างความดีจนกระทั่งความดีมันเต็มพร้อมแล้ว มันจะล้นออกเหมือนน้ำเต็มคุ่ม เวลานี้มีคนไปศึกษาธรรมะ ไปถามปัญหา แต่เข้ายันเย็น แต่เย็นยันหกทุ่ม ไม่เว้นแต่ละวัน อันนี้เพราะอะไร เพราะเราสร้างเนื้อสร้างตัวของเรา ให้มีคุณธรรมพร้อม ดังนั้น ชาวบ้านทั้งหลายคิดจะสร้างบ้านเมือง ให้เป็นประชาธิปไตย มันอยู่ที่ตรงนี้

ใครที่มีลูกมีหลานกำลังเรียน เร่งให้แกเรียนให้จบ เมื่อเรียนจบแล้วให้หางานทำ บางทีพ่อแม่อาจมีหนี้มีสินส่งลูกเรียน ให้เขาหาเงินใช้หนี้ใช้สินแทนพ่อแม่ เสร็จแล้วให้เขาเก็บหอมรอมริบ เพื่อสร้างเนื้อสร้างตัวให้เป็นหลักเป็นฐาน เมื่อเขาสร้างเนื้อสร้างตัวมีที่ดินเป็นของของตน มีบ้านเป็นของของตน มีงานมีการทำ มีรายได้เลี้ยงตนและครอบครัวให้สบาย ไม่มีหนี้มีสิน เมื่อเป็นเช่นนั้นเขาก็เป็น **อิสระ** ไม่ต้องตกเป็นทาสของเจ้าหนี้ แล้วก็ไม่ต้องไปหลบหน้าหลบตาว่าเจ้าหนี้เขาจะตามทวง เมื่อเป็นเช่นนั้น เขาก็เป็นใหญ่

อธิปไตย แปลว่า **ผู้เป็นใหญ่** ไม่ได้หมายความว่า เป็นใหญ่เหนือเทวดาอินทร์พรหมที่ไหน มันเป็นใหญ่ เป็นอิสระ เพราะตัวเองช่วยตัวเองได้ ยังแลมรัฐบาสได้เก็บภาษีรายได้จากผลประโยชน์ที่เรา

แสงหามาด้วย เมื่อเป็นเช่นนั้นเราก็เป็นใหญ่ คนทั้งหลายมารวมกลุ่มกันเข้า เรียกว่า **ประชา** เมื่อประชาพวกนี้มีแต่ผู้เป็นใหญ่ จึงรวมความว่าเป็น **ประชาธิปไตย** อันนี้เป็นแผนการสร้างประชาธิปไตยให้มีในบ้านเมือง

พัฒนาชนบทอย่างมีอธิปไตย

เวลานี้รัฐบาลมีหน่วยเร่งรัดพัฒนาชนบท และมีทุกหน่วยที่จะพัฒนาบ้านเมืองให้เจริญรุ่งเรือง แต่เมื่อมาพิจารณาคุแบบหัววัดๆ อย่างทลวงพ่อ มันคล้ายๆ กับว่าเขาสอนให้ราษฎรรู้จักใช้แต่เงิน แต่ไม่สอนให้รู้จักหาเงิน... มันเป็นเรื่องที่น่าเสียดายที่สุดสำหรับประชาชนพลเมืองตามชนบทของเรา หนึ่งใน...เขาทอดทิ้งสัตว์เลี้ยง โค กระบือ ประการที่สอง...เกษตรกรรมประจำครอบครัว ปลุกหม่อน เลี้ยงไหม ปลุกฝ้าย สวนครัว เลี้ยงสัตว์ อันนี้เขาทอดทิ้งกันหมดแล้ว อุตสาหกรรมประจำครอบครัว บั่นด้าย เจ้นฝ้าย เจ้นไหม ทอหูก เดียวนี้เขาทิ้งกันหมดแล้ว ในเมื่อทั้งสามอย่างนี้ ราษฎรประชาชนของเราในอนาคตอันใกล้หรือปัจจุบันนี้ มีแต่เดินก้มหน้าบ่าหน้าไปสู่ความเป็นกรรมกรทาส

เดี๋ยวนี้ทางภาคอีสาน ไปเห็นแต่คนแก่กับเด็กเฝ้าบ้าน คนหนุ่ม คนสาว ไปทำงานในโรงงานภาคกลางหมด ทอดทิ้งการทำไร่ ทำนา แล้วเวลานี้กำลังขึ้นใจกัน ทุกครอบครัวจะต้องมีรถยนต์ ใครอยากมีรถยนต์ จะต้องเอานาไปแลก ขายนานาไปซื้อรถยนต์ พอซื้อไปขี่มา มันก็มีแต่ ลด กับ ลด ผลประโยชน์ที่จะได้จากการซื้อรถยนต์มันไม่มีเลย โดยเฉพาะประชาชนในปัจจุบัน การปลุกหม่อน เลี้ยงไหม ทอหูก

เกษตรกรรม อุตสาหกรรมประจำครอบครัว ควรปลูกให้เขาตื่นตัว พยายามอย่าให้เขาทอดทิ้ง อันนี้มันเป็นอาชีพหลักที่เลี้ยงครอบครัว ของชาวบ้านชาวเมืองชาวชนบทมาตั้งแต่ปู่ย่าตายาย สัตว์เลี้ยง โค กระบือ เปรียบเหมือนพ่อแม่ เลี้ยงโค เลี้ยงกระบือ มันได้ผลประโยชน์คุ้มค่าครบวงจร หลังมันให้ลูกขี้ไปนา แร่งมันไถนาเทียม เกวียน มูลมันถ่ายออกมาเป็นปุ๋ย เมื่อมันตายหนังมันได้ขาย กระดูก มันได้ขาย เนื้อมันได้แจกกันกิน ไม่มีอะไรเสียเลย ถ้าเอาควายเหล็ก มาไถนา มันจี้ไถนา น้ำมันหยดลงไป ทำให้ดินเสียคุณภาพ ต้องบำรุง มัน ควายเนื้อควายหนังมันกินหญ้า แต่ควายเหล็กมันกินเงินกินทอง เขาซื้อรถไถมาคันละสี่ห้าหมื่น คันละแสน ทำนาที่ปีมันจึงจะเรียกทุน คืนได้

ในฐานะที่หลวงพ่อกับเป็นสงฆ์ แล้วก็ไปลูกชาวชนบท รู้สึกนึก สงสารญาติพี่น้องที่ทอดทิ้งอาชีพเดิมของเรา สมัยก่อน สาว ๆ เขารวม กลุ่มกันทำงาน ทางอีสานเขาเรียกว่า *สาวลงช่วง* ตกค่ำมาสาว ๆ พา กันเข้าป่าแบกฟืนเป็นฟ่อน ๆ มา มากองไฟ เอาหลามมาตั้งรอบ แล้วก็ เข็นฝ้าย เจ้าหนุ่มก็เอางานเอากิจของตัวเองไปนั่งจิบกัน มีแหเอาแห ไปสาน มีสวิงเอาสวิงไปสาน มีตะกร้า กระบุง อะไรเอาไปสาน ปากก็ คุยกันไป ทางสาวก็เข็นฝ้ายไป เจ้าหนุ่มก็ทำงานไป พอสมควรแล้ว ก็ เลิกราไปพักผ่อนหลับนอน ถ้าชอบออกชอบใจก็ให้เจ้าแถมมาสู่ขอ คน โบราณสอนลูกสอนหลานว่า เจ้าจะหาหัวแต่ละคน จับมือมันดูก่อนนะ ลูกนะ ถ้ามือมันนิ่ม ๆ อย่าไปเอา มันจี้เกียจ ถ้ามือคนไหนมันหนา ๆ ซา ๆ นั้นแหละ มันคนขยัน ดังนั้น ในสมัยก่อน ชาวชนบทจึงมีอาชีพ หลักที่พึ่งตนเองได้ เป็นเจ้าของที่นา ที่ดินของตนเอง ไม่ได้พึ่งนาทั้ง ไร่ ไปรับจ้างเขาเหมือนปัจจุบัน

ถ้ารัฐบาลจะช่วยประชาชน ต้องพยายามหาทางให้เขามีงานหลักที่พึ่งตนเองได้ อย่าให้เขาทอดทิ้งงานหลักของเขา จึงจะเป็นการพัฒนาแบบพึ่งพาตนเอง และเป็นการสร้างอธิปไตยอย่างแท้จริง หลักธรรมที่เราควรยึดเป็นหลักปฏิบัติ มีอยู่ ๓ หลัก

หลักที่ ๑ **อดตาหิ อดุตโน นาโถ**

ตนเป็นที่พึ่งของตน

หลักที่ ๒ **วิริเยน ทุกขมจเจติ**

คนจะพ้นทุกข์ได้ เพราะความเพียร

หลักที่ ๓ **สามัคคี สมกฺคานํ ตโป สุโข**

ความพร้อมเพรียงของหมู่ทำให้เกิดสุข

อธิปไตยแห่งจิต

“คนเรามีของดีอยู่ในตัว แต่ไม่เชื่อมั่นในตนเอง

จึงแสวงหาที่พึ่งภายนอกอยู่เรื่อยไป”

ของดีในตัวเอง คือ กาย กับ จิต ธรรมชาติของจิตจะเป็น ผู้รู้ รู้หมดทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านเข้ามา เครื่องมือสื่อสารของจิต อาศัย ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ แต่ละอย่างมีหน้าที่เฉพาะตน ก้าวกำกันไม่ได้ ตามิหน้าที่เห็น หูจะไปแย่งเห็นก็ไม่ได้ เพราะไม่ใช่หน้าที่ หูมีหน้าที่ ฟัง ได้ยิน ตาจะไปแย่งฟัง ได้ยิน กับหูก็แย่งไม่ได้ ดังกล่าวนี้นี้ แต่ละอย่างเป็น อธิปไตย เป็นใหญ่เฉพาะตน ดังนั้น ทางศาสนา ท่านจึงบัญญัติสิ่งเหล่านี้ว่า อินทริย อินทร์ แปลว่า จอม จอมก็คือ ความเป็นใหญ่ ความเป็นใหญ่ ก็คือ อธิปไตย

กายและจิต เราสามารถฝึกฝนอบรมให้มีสมรรถภาพเข้มแข็งได้

เช่น การทำงาน การเล่นกีฬา เป็นการฝึกกายให้มีพลัง ให้มีสุขภาพ
พลานามัยเข้มแข็ง กีฬาทางจิต คือ การทำจิตให้มีสิ่งรู้ ทำสติให้มี
สิ่งระลึก จงพยายามหาที่พึ่งให้ตนเอง คนที่หาพึ่งแต่คนอื่นจะพบแต่
ความหลอกลวง เดียวนี้คนทั้งหลายคิดหาพึ่งคนอื่น ซึ่งผิดหลักความ
จริง จงสร้างสมรรถภาพของตัวเอง ให้มีจิตใจเข้มแข็ง เดียวนี้ มีแต่
คนสอนให้คนทั้งหลายเชวไปจากความจริง เช่น สร้างวัดถุมงคลแล้ว
โฆษณาว่าตัวอย่างนั้นอย่างนี้ วัดถุมงคลก็ดี แต่ดีชั่วขณะหนึ่ง ไม่เป็น
อมตะ สิ่งเหล่านี้เป็นที่พึ่งให้เราได้ไม่แน่นอน คนที่ใช้วัดถุมงคลได้ผล
ดีที่สุด คือคนขยันหมั่นเพียร

การฝึกจิตให้เป็นที่พึ่งแก่ตนเองได้ คือ การฝึกสติ ไม่ว่า
เราจะทำอะไร มีสติสัมปชัญญะรู้อยู่กับเรื่องปัจจุบัน คือเรื่องชีวิต
ประจำวันนี้เอง สมาธิแบบพระพุทธเจ้า การกำหนดรู้เรื่องชีวิต
ประจำวัน สำคัญยิ่งกว่าการนั่งหลับตาสมาธิ ยืน เดิน นั่ง นอน รับ
ประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด เป็นอารมณ์จิต ฝึกสติให้รู้อยู่ตลอดเวลา ใน
ขณะทำงาน กำหนดสติรู้อยู่กับงาน เวลาคิด ทำสติรู้กับการคิด โดย
ถือการทำงาน การคิด เป็นอารมณ์จิต เวลาเรานอน คนมีความรู้ คน
ทำงาน ย่อมมีความคิดในช่วงที่เรานอนนั้นแหละ เราปล่อยให้จิตเราคิดไป
แต่เรามีสติตามรู้ความคิด จนกระทั่งนอนหลับ ถ้าฝึกต่อเนื่องกันทุกวัน ๆ
เราจะได้สมาธิอย่างประหลาด พยายามกำหนดพิจารณารู้เรื่องของจิต
ของกายนี้ ให้รู้ชัดเจนลงไป อย่างมัวแต่มุ้งที่จจะรู้โลกหน้าโลกอื่น รู้แล้ว
ก็ไม่มีประโยชน์อะไร ถ้าภาวนาไปเห็นเทวดา เขาก็ไม่มาช่วยขัดกิเลส
ให้เราหรอก

การปฏิบัติธรรมตามแนวของพระพุทธเจ้าที่ถูกต้อง อยู่กับการ

สร้างจิตของตัวเองให้มีพลังเข้มแข็ง มีสติสัมปชัญญะรู้รอบอยู่ที่ตัวเอง สามารถยืนหยัดอยู่ในความเป็นอิสระได้ตลอดเวลา ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยอะไร

ถึงแม้จิตจะผูกพันอยู่กับโลก แต่ก็ไม่เป็นโทษของอารมณ์ มีอะไรมากระทบ ก็สามารถแก้ไขปัญหาก็ได้

ความจริงโลกเป็นอารมณ์ของจิต ในเมื่อจิตตัวนี้รู้ความจริงของโลกแล้ว มันจะปลีกตัวไปลอยเด่นอยู่เหนือโลก และมันอาศัยโลกนั้นแหละเป็นบันได เหยียบไปสู่จุดที่อยู่เหนือโลก

จงทำจิตให้มีอำนาจเหนือสิ่งทั้งปวงแล้วบรรลุถึงความเป็นอิสระ



ลี้ก-ตัตทอมผล.กีม ของกรรมธมมิมินาม
ธรรม-ธรรม-ลิต ๗๗-สิททิลลิตตตตตตตต
๑ พ.ศ. 2540



จุดยืนของชาวพุทธ

มอชธรรม น่ำพร ๒๕๔๐



ถ้าใครปฏิบัติธรรมแล้ว
เขาคุณธรรมมาใช้ประโยชน์ในปัจจุบันได้ดี
เป็นคนปฏิบัติเก่งที่สุดในโลก

จุดยืนของชาวพุทธ

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



บัลลังก์ใจของชาวพุทธซึ่งเคยเป็นที่ประทับของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์เดียวกำลังคลอนแคลน เพราะชาวพุทธปันใจให้กับภูตผีปีศาจและผู้วิเศษอื่น ๆ ทำให้จิตใจของชาวพุทธไม่มั่นคงต่อพระพุทธเจ้าซึ่งเคยเป็นที่พึ่งมาก่อน ดังนั้น ชาวพุทธควรจะได้กลับใจมายึดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้มั่นคงตามเดิมเสียก่อนที่จะทุกอย่างจะสายเกินไป

เวลานี้คนไทยไม่มีจุดยืน ไม่ทราบว่าจะเอาอะไรเป็นจุดยืนกันแน่ เพราะฉะนั้น เราจึงเคืองกว้างอยู่ ใครหยิบยื่นอะไรมา เราเอาหมด จุดยืนจริงๆ เราไม่มี

**“เรานับถือศาสนาพุทธเพียงแต่จารีตประเพณี
แต่ว่าจิตใจเราไม่ถึงธรรมะอย่างแท้จริง”**

หลักศาสนาพุทธ พระพุทธองค์สอนให้เราสร้างจิตให้เป็นพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน จุดเริ่มของการปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า คือ การสร้างความรัก ความเมตตาปรานีต่อกัน

สิ่งที่ชาวพุทธจะพึงศึกษา คือสิ่งที่เป็นอยู่โดยธรรมชาติ ในจักรวาลนี้ ธรรมะของพระพุทธเจ้า...ที่พระพุทธเจ้ารู้นี้ คือสิ่งที่มีอยู่เป็นอยู่โดยธรรมชาติ สิ่งที่มีอยู่เป็นอยู่โดยธรรมชาตินั้น พระพุทธเจ้ารู้

ว่าเราจะเอาประโยชน์จากธรรมชาตินั้นอย่างไร ธรรมชาติที่นักวิทยาศาสตร์เขาวัดออกมาแล้ว เขาค้นคว้าเอามาทำประโยชน์ได้ อันนั้นพระพุทธเจ้าท่านรู้ แต่พระองค์ไม่สอน เพราะพระองค์เชื่อว่ายังมีคนสามารถที่จะค้นพบได้อยู่ แต่ธรรมะที่เป็นอมตะ ก็พระพุทธพยาน นอกจากพระพุทธเจ้าองค์เดียว ไม่มีใครค้นพบ พระองค์จึงสอนแต่ทางปฏิบัติให้หลุดพ้น และทำความสุขให้แก่สังคม

**“การปฏิบัติธรรม คือ ฝึกตัวเองให้เป็นคนดี
สร้างพลังจิตให้เป็นอิสระแก่ตัวเอง
ไม่ตกอยู่ในอำนาจของสิ่งใด
นี่คือหลักที่ถูกต้อง”**

เดี๋ยวนี้มีแต่คนสอนให้คนทั้งหลายเขาไปจากความจริง เช่น สร้างวัตถุมงคล แล้วโฆษณาว่าดีอย่างนั้นอย่างนี้ วัตถุมงคลก็ดี แต่ติชั่ววูบหนึ่ง ไม่เป็นอมตะ สิ่งเหล่านี้เป็นที่พึ่งให้เราได้ไม่แน่นอน คนที่ใช้วัตถุมงคลได้ผลดีที่สุด คือ คนขยันหมั่นเพียร

สิ่งที่เป็นเครื่องรางของขลังที่ดีที่สุด ก็คือความมีศีลธรรม เมื่อเรามีศีลธรรม เราไม่เบียดเบียนใคร ก็ไม่มีคนมาเบียดเบียนเรา

ในประเทศไทยเรามีแต่เกจิอาจารย์เก่งๆ ทั้งนั้น อาจารย์ไหนประกาศออกมาถึงของดีร้ายอย่างนั้นอย่างนี้ แต่คนก็จนลงทุกที เพราะอะไร...

เพราะเขาไปคอยแต่ฟ้าดินจะบันดาลให้ คอยแต่เครื่องรางของขลังของดิบของดีมาช่วย แต่ตัวเองไม่ช่วยตัวเอง

จงพยายามหาที่พึ่งให้ตนเอง คนที่หาพึ่งแต่คนอื่น จะพบแต่ความหกลกวาง เดียวนี้คนทั้งหลายคิดหาพึ่งคนอื่น ซึ่งผิดหลักความ

จริง จงสร้างสมรรถภาพของตัวเองให้มีจิตใจเข้มแข็ง

จิตใจของคนเราจะมีความเข้มแข็งก็ด้วยการฝึก ฝึกนี้คือหัดให้มีสติ มีสมาธินั่นคง จิตหรือใจของเรามีธรรมชาติเป็นอาหาร กายของเราเป็นวัตถุธรรม ก็มีวัตถุเป็นอาหาร เราต้องรับประทาน เราต้องดื่ม และก็ต้องหายใจ เมื่อเราขาดสิ่งดังกล่าว เราก็ดำรงชีพอยู่ไม่ได้ แต่ถ้าหากเราจะมาบำรุงแต่ร่างกายให้มีกำลังเข้มแข็ง แต่ปล่อยให้สมรรถภาพทางจิตอ่อนแอ ความเข้มแข็งของร่างกายก็ไม่มี ความหมาย ดังนั้นเราจึงจำเป็นต้องฝึกจิตให้มีพลัง พลังที่สำคัญ ก็คือความมั่นคง ได้แก่สมาธิ รองลงมาก็คือสติสัมปชัญญะ คือความระลึกรู้พร้อม ได้แก่ความรู้สึกลำบากผิดชอบชั่วดี เมื่อจิตใจของเรามีความรู้สึกลำบากผิดชอบชั่วดี เราเห็นผลแห่งความดีที่เราปฏิบัติธรรม ใจของเราก็มีความปรารถนาที่จะอยู่ร่วมกับคุณธรรม แสดงว่าเราไม่ได้ให้อาหารบำรุงเฉพาะร่างกายอย่างเดียว เรายังหาคุณธรรมมาเป็นเครื่องบำรุงเลี้ยงจิตใจของเราให้มีความสมบูรณ์ มีพลังงาน

**“เรียนธรรมะ ปฏิบัติธรรมะ เป็นหลักสูตรรักษาใจ
วิชาแพทย์ เป็นสูตรสำหรับรักษาร่างกาย
เพราะฉะนั้น ถ้าเราเข้าใจทั้งสองอย่างแล้วสบาย”**

การบำเพ็ญสมาธิภาวนาเป็นการบริหารสุขภาพกาย สุขภาพจิต ให้มีความสมบูรณ์ด้วยพลานามัย เพราะอาศัยพลังจิตอันนี้ ทำให้สุขภาพกายดี มีความสุข ร่างกายแข็งแรง เกิดพลังงาน ส่วนสุขภาพจิตนั้น จะสามารถต่อสู้กับเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อม รับรู้อารมณ์โดยอิสระ ไม่ตกเป็นทาสแห่งอารมณ์นั้นๆ แล้วหวั่นวิตกสติปัญญาของเราจะเฉียบแหลม คิดอะไรก็สำเร็จทะลุปรุโปร่ง

“ถ้าใครยังคิดว่าสมาธิต้องนั่งขัดสมาธิหลับตาภาวนา
...คนนั้นยังไม่วาง
ถ้าผู้ใดเข้าใจว่า สมาธิเราทำได้ตลอดเวลาทุกลมหายใจ
...ผู้นั้นเข้าใจถูก
สมาธิ... คือการกำหนดสติรู้อยู่ในชีวิตประจำวัน
ในปัจจุบันตลอดเวลา”

เมื่อเรามีสติรู้อยู่ตลอดเวลาว่าเราทำอะไร มันไม่ใช่ความประมาท เราปฏิบัติธรรมหามรุ่งหามค่ำ ผลลัพธ์ที่เราต้องการคือ...ความมีสติ อย่างเดียวเท่านั้น เราสร้างสติเพื่ออะไร เพื่อให้จิตของเรามีความเข้มแข็ง ถ้าเรามีสติแล้วจิตของเรามันแข็งแรงเหมือนเหล็กกล้า

ทำอย่างไรนักศึกษาจึงจะรู้ว่าเขากำลังฝึกสมาธิอยู่ในห้องเรียน ผู้ใหญ่... ทำอย่างไรจึงจะเข้าใจหรือยอมรับว่าการทำงานคือการฝึกสมาธิ ถ้าหากว่าเราสามารถทำความเข้าใจในสองจุดนี้ได้ คนทั้งหลายจะไม่เบื่อหน่ายต่อการฝึกสมาธิ เพราะว่ามันมีแนวโน้มไปในทางที่ว่า สร้างพลังจิต สร้างพลังสมาธิ สร้างพลังสติปัญญา เพื่อสนับสนุนธุรกิจ อันเป็นเรื่องชีวิตประจำวัน

พุทธโธ...แปลว่า ผู้รู้ โดยปกติจิตของเรานี้รู้อยู่ มันเป็นธรรมชาติรู้อยู่ ก็มีธาตุแท้แห่งความเป็นพุทธะมาตั้งแต่กำเนิดแล้ว ที่นี้ผู้รู้มันรู้ๆ มันมีแต่โมหะครอบงำอยู่ เราจึงมาฝึกให้มันเกิดพลังงาน อันหนึ่งเพิ่มขึ้นมา คือ...สติ

เมื่อสติตัวนี้มีพลังงานเข้มแข็ง มันสามารถไหวตัวออกมา แล้วก็เกิดความคิด ความคิดที่มีสติรู้พร้อมอยู่ทุกขณะจิตเรียกว่าสัมปชัญญะ เมื่อสติสัมปชัญญะมีพลังแก่กล้ากลายเป็น ปัญญา ปัญญาตามความ

หมายนี้ไม่ได้หมายถึงว่าเรามีปัญญาแล้วเราจะคิด เราจะพูดอะไรได้หมดทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้ อย่าไปเข้าใจอย่างนั้น มันหมายถึงปัญญาที่มีสติรู้ทันความคิดของตนเองอยู่ทุกขณะจิต ว่าเราทำอะไรอยู่ ที่นี้พอมันนึกจะทำบาปอะไร สติมันเตือน... อย่า วันนี้เราจะไปขโมยเมียไปเที่ยวสักหน่อย พอมันคิดขึ้นมา สติมาเตือน...อย่างะเราก็จะรักษาศีลได้เอง ถ้าทางปฏิบัติไปแล้ว ศีลนี้ไม่ต้องตั้งใจรักษามันก็เกิดขึ้นเอง

การเรียนหนังสือ เราจำได้ เรารู้ มันเกิดปัญญา แต่มันเป็น สติ ปัญญา ธรรมดา แต่ความรู้ที่เกิดในสมาธินี้มันเป็น สมาธิปัญญา เป็นความรู้ที่เกิดขึ้นมาเองโดยที่เราไม่ตั้งใจจะรู้ อันนั้นจึงจะได้ชื่อว่าความรู้ในสมาธิ

สติ นึกถึง สัมปชัญญะ รู้พร้อม เมื่อมีสติกับสัมปชัญญะควบคู่กัน มันมีพลังขึ้น จิตของเรามีการเตรียมพร้อมอยู่ตลอดเวลา เตรียมพร้อมเพื่อรับสถานการณ์และสิ่งแวดลอม พออะไรเข้ามา มันรับรู้พอรับรู้แล้ว มันจะวิจัยว่า ดีหรือเลว ควรหรือไม่ควร อันนี้คือ ปัญญา ปัญญา คือ ความคิด ความคิดใดที่มีสติสัมปชัญญะรู้พร้อมคือ สมาธิปัญญา

อย่าไปมุ่งหวังว่าจะได้ญาณอย่างนั้นอย่างนี้ เมื่อเรามีสติรู้ความคิดนึกของเรา การทำ การพูด การคิดอยู่ตลอดเวลา อันนั้นแหละคือ ญาณ ญาณ แปลว่า รู้ ในเมื่อเรารู้การทำ การพูด การคิดของเราอยู่ตลอดเวลา นั่นแหละมันเป็นญาณวิเศษ

เราปฏิบัติสมาธิ จิตของเราจะไปถึงไหน สมาธิขั้นใด ตอนใด ก็ขึ้นก็ตาม ผลลัพธ์ก็คือว่า เราละความชั่วได้ นี่มันอยู่ที่ตรงนี้

เรื่องของสมาธินี้ ถึงใครจะวิเศษวิโสสักปานใด มันไม่ใช่สิ่งวิเศษ
หรอก มันวิเศษอยู่ตรงที่ว่า ศฤกษณ์ คีล ๕ บริสุทธี สามเณร แม่ขาว
แม่ชี คีลบริสุทธีตามขั้นตอนของตนเอง พระ ๒๒๗ ข้อนั้น ให้มัน
บริสุทธีสะอาด มันสำคัญอยู่ที่ตรงนี้

ความรู้เห็นดวงดาวดวงเดือนอะไรต่างๆ อย่าไปสนใจ ใครจะรู้
วิเศษเท่าไรไม่ประเสริฐเท่ารู้ใจตนเอง ความมีอิทธิฤทธิ์หรืออะไรต่างๆ
อย่าไปสนใจ เราจะพูดอะไรไม่เป็น รู้เห็นแล้วไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นอะไร
เป็นแล้วไม่รู้ว่าเป็นอะไร...ช่าง ขอให้มันรู้จิตของเรา

สมาธิ มีขั้นเดียว คือสมาธิ มันจะก้าวไประดับไหน ก็คือสมาธิ
อันเดียว อย่าไปนับขั้นตอนอะไร ขอให้มันเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็น
สมาธิแล้ว เราละบาปได้หรือเปล่า คีล ๕ เราบริสุทธีหรือเปล่า
เอากันที่ตรงนี้เป็นเครื่องตัดสิน เรื่องของสมาธิใครจะไปถึงขั้นใด
ตอนใด ถ้าคีลไม่บริสุทธีไม่มีทาง

พื้นฐานแห่งการละ คือ คีล ๕ ข้อ พยายามรักษาให้มันดี ถ้าคีล
บริสุทธีดีเท่าไร จิตก็บริสุทธียิ่งขึ้น สมาธิที่มีคีลเป็นเครื่องประกัน
ความปลอดภัย จะเป็นไปเพื่อความบริสุทธีหมดจดถึงพระนิพพาน

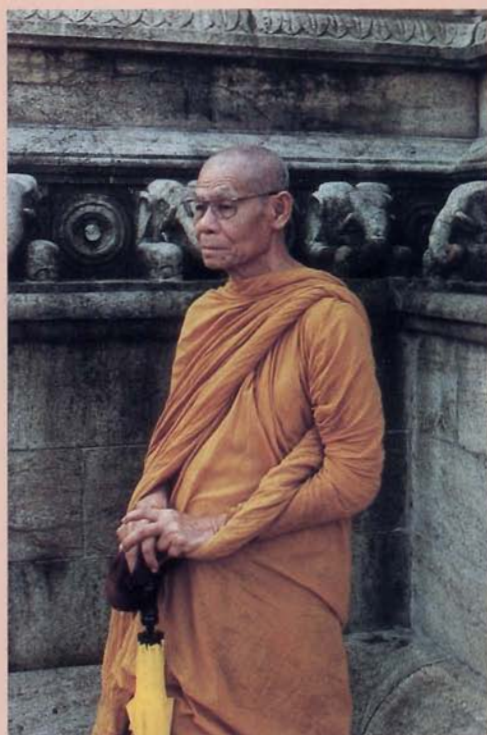
เรามาฝึกสมาธิเพื่ออบรมจิตของเราให้มีพลังงาน

มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญา

เพื่อให้จิตของเรานี้เป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าโดยอัตโนมัติ

เมื่อจิตมีสภาวะ รู้ ตื่น เบิกบาน

ก็ได้ชื่อว่าจิตมีคุณธรรม ความเป็น พุทธร



ธรรมะจากรามเกียรติ์

มอบธรรม นำพร ๒๕๔๑



ใครจะรู้พิเศษเท่าไร
 ไม่ประเสริฐเท่ารู้ใจตนเอง
 ความมีอิทธิฤทธิ์หรืออะไรต่างๆ
 อย่าไปสนใจ
 ขอให้มัวอันรู้จักของเรา

ธรรมะจากรามเกียรติ์

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



สงครามเทพและอสูร

สงครามระหว่างเทพและอสูร มีกล่าวไว้ในพระไตรปิฎก รัชกาล
สูตร... ฤๅษะ ปุพพัง ภิกษุเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลายเรื่องศึกดำบรรพ์เคย
มีมาแล้ว สงครามแห่งเทวดากับอสูรได้เกิดประชิดกันแล้ว ครั้นนั้นแล
ภิกษุทั้งหลาย ท้าวสักกเทวราช ผู้เป็นเจ้าแห่งเทพยดา เรียกหมู่
เทวดาในชั้นดาวดึงส์มาสั่งว่า

“ดูก่อนท่านผู้นิรทุกข์ ถ้าความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้ง
ก็ดี ขนพองสยองเกล้าก็ดี บังเกิดขึ้นแก่หมู่เทพยดาผู้ไป
สู่สงครามในสมัยใด ในสมัยนั้นท่านทั้งหลายพึงแลดูชาย
ธงของเรานั้นเถียว เพราะว่าเมื่อท่านทั้งหลายแลดูชายธง
ของเราอยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ขนพอง
สยองเกล้าก็ดี อันใดจักมี อันนั้นจักหายไป

ถ้าท่านทั้งหลายไม่แลดูชายธงของเรา ที่นั้นท่านทั้งหลาย
พึงแลดูชายธงของเทวราชชื่อ ปชบาดี เพราะว่าท่านทั้ง
หลายแลดูชายธงของเทวราชชื่อปชบาดี ความกลัวก็ดี
ความสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดี อันใดมีอยู่
อันนั้นจักหายไป”

สูตรนี้เกิดขึ้นระหว่างสงครามของเทวดากับพวกอสูร มันต้องเกี่ยวข้องกับเรื่องทศกัณฐ์ เมืองลงกา แน่ๆ

สละที่แท้จริงยามมีย

พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหตุว่าท้าวสักกเทวราช ผู้เป็นเจ้าแห่งเทวดา เธอมีราคะยังไม่สิ้นไป มีโทสะยังไม่สิ้นไป มีโมหะยังไม่สิ้นไป เธอยังเป็นผู้กลัว ยังเป็นผู้หวาด ยังเป็นผู้สะดุ้ง ยังเป็นผู้หนี ดังนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ส่วนเราแลกล่าวอย่างนี้ว่า ถ้าว่าท่านทั้งหลายไปอยู่ในป่าก็ตาม อยู่โคนต้นไม้ก็ตาม อยู่ในเรือนเปล่าก็ตาม ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดี พึงเกิดขึ้นในสมัยใด ในสมัยนั้น ท่านทั้งหลายพึงระลึกถึงเรานั้นเถียวว่า...

แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ไกลจากกิเลส เป็นผู้ควรไหว้ควรบูชา เป็นผู้รู้ชอบเอง เป็นผู้บริสุทธิ์แล้วด้วยวิชาและจรณะ เป็นผู้เสด็จไปได้แล้ว เป็นผู้ทรงรู้แจ้งซึ่งโลก เป็นผู้ฝึกบุรุษที่ควรฝึก ไม่มีผู้อื่นยิ่งกว่า เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้เบิกบานแล้ว เป็นผู้จำแนกแจกธรรมดังนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะว่าเมื่อท่านทั้งหลายตามระลึกถึงเราอยู่ ความกลัวก็ดี ความหวาดสะดุ้งก็ดี ความขนพองสยองเกล้าก็ดี อันใดจักมี อันนั้นจักหายไป”

ดูเป็น เห็นธรรม

ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ ดูอะไรมันก็ดูได้ ความเข้าใจของคนทั่วไป คำว่า ธรรมะ ที่จะนำมาพิจารณานี้ มีแต่เรื่องของกายกับใจ เรื่องของกิเลสที่มีอยู่ในใจ ความจริง ธรรมะอันเป็นอารมณ์ของจิตนี้มันหมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่เราสามารถรู้ได้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ถ้าหากว่าจิตใจถึงธรรมะแล้ว ดูอะไรมันก็ไม่เสียหาย

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (ดิศโล อ้วน) ถามหลวงปู่มั่นว่า “ท่านมั่น อยู่แต่ป่าไปพึ่งเทศน์ที่ไหน” อาจารย์มั่นท่านก็ตอบว่า “ถ้าจิตใจมีธรรมะ อยู่ที่ไหนก็ได้พึ่งธรรม”

ทำไมถึงว่าอย่างนั้น... เพราะทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้ ตั้งแต่อนุ ปรมาณู จนกระทั่งมวลสารที่เกาะกลุ่มกันเป็นก้อนใหญ่โต มันคือธรรมะประเภท สภาวธรรม

ธรรมะประเภทสภาวธรรมนี้แหละเป็นอารมณ์จิต ถ้าหากว่าผู้ขาดสติ สติไม่เข้มแข็ง ตาเห็นรูปมันก็หลงยินดียินร้าย หูได้ยินเสียงมันก็หลงยินดียินร้าย จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายสัมผัส ใจนึกคิด ก็หลงยินดียินร้าย พอใจ ไม่พอใจ

ความจริงมันก็แสดงปรากฏการณ์ให้เราเห็นอยู่ตลอดเวลา เราดูสิ่งนี้เราทุกข์หรือเราสุข เราเห็นสิ่งนี้เรายึดมั่นถือมั่นหรือว่าเรารู้จักปล่อยวาง อันนี้คือความจริงที่ปรากฏอยู่ทุกขณะจิต ทุกลมหายใจ สำหรับผู้มีสติ

เพราะฉะนั้น การดูหนังดูละคร ละครที่เป็นธรรมะ เขาจะสรุปลงว่า ดูหนังดูละครให้ย้อนดูตัวเอง ชีวิตของคนเราในโลกนี้คือตัวละคร

แต่ละตัวๆ ต่างคนต่างแสดงออกตามนิสัยและความสามารถของตัวเอง

นัจจะ คีตะ วา... หมายถึงการขับร้องประโคมดนตรี ถ้าหากว่าเป็นเรื่องขับร้องประโคมดนตรี พระไปคู มั่นก็ล่อแหลมต่ออันตราย

แต่นิยายอันใดที่เป็นบทละคร มันเป็นคดีเคื่อนใจ เช่น ละครเรื่อง เวสสันดรชาดก อันนี้เป็นนิยายอิงธรรมชาติ เรื่อง รามเกียรติ์ นี้ ก็เป็นนิยายอิงธรรมชาติ เป็นนิยายเก่าแก่ที่สุด ของจีนก็ สามก๊ก เป็นนิยายอิงธรรมชาติเหมือนกัน มีทั้งการเมือง เศรษฐกิจ อุตสาหกรรม เกษตรกรรม พร้อมหมดในเรื่องนั้น ใน เวสสันดรชาดก ก็มีเกษตรกรรม อุตสาหกรรม รัฐธรรมนูญ ประชาธิปไตย มีพร้อมหมด ถ้าเรื่องอย่างนี้พระคูก็ไม่เสียหาย

จากสุขะ...สู่สุขะ

มีอยู่หลายๆ คน ปฏิบัติสมาธิแล้ว นั่งดูโทรทัศน์ พอตัวพระตัวนางออกมา ตอนแรกก็รู้สึกสวยงามดี พอดูไปดูมาจิตมันเป็นสมาธิ เห็นแต่โครงกระดูกเดินไล่หยอกกันอยู่

ข้อเท็จจริงที่เกิดกับหลวงพ่อกเอง... วันหนึ่ง เดินจงกรมอยู่ หลวงพ่อก็พิจารณา กายคตาสติ ตามสูตรท่านให้พิจารณาว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นของปฏิภูลน่าเกลียดโสโครก แต่หลวงพ่อกไม่เอาอย่างนั้น พอขึ้นต้น... ผมของฉันทเกิดอยู่บนศีรษะไม่แก้มไม่หงอก ที่เกิดของผมเป็นท่อทางระบายสิ่งโสโครกออกจากร่างกาย ผมเป็นเครื่องประดับร่างกายให้ครบถ้วนอาการ ๓๒ ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ก็พิจารณาไปตามหน้าที่ของแต่ละส่วน จนกระทั่งไปถึงหัวใจ หัวใจมีหน้าที่สูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงร่างกาย ปอดมีหน้าที่หายใจ มีประโยชน์

อย่างนั้นๆ แล้วสรุปลง อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของฉันนี้ มีความแข็งแรงสมบูรณ์ ต่างก็ทำหน้าที่ของตนไม่ขาดตกบกพร่อง ทำให้สุขภาพร่างกายของฉันแข็งแรงสมบูรณ์

พิจารณาไปๆ จิตแยกเป็น ๓ มิตติ มิตติหนึ่งพิจารณาเอง มิตติหนึ่งจ้องมองดู อีกมิตติหนึ่งมาเฉยอยู่ในท่ามกลางของร่างกาย

ของดีจากรามเกียรติ์

ธรรมะที่ได้จากรามเกียรติ์ เราสรุปหัวข้อได้ชัดเจน ๕ เรื่อง

๑. เวรไม่ระงับเพราะการจ้องเวร

๒. สมามิ ตบะ ฌาน ญาณต่างๆ เราไม่มีศีลเราก็ปฏิบัติได้ แต่สมามิที่ไม่มีศีลเป็นเครื่องประกันความปลอดภัย ย่อมเป็นพิษภัยต่อสังคม

๓. ความซื่อสัตย์ต่อสามี สีดาเป็นหญิงผู้เคารพในศีลข้อกาเมฯ

๔. ความรักอันแน่นแฟ้นระหว่างพี่กับน้อง มีความซื่อสัตย์จงรักภักดีต่อกัน

๕. ความกตัญญูของลูกที่มีต่อพ่อ

หนังสือที่ชอบที่สุดคือ รามเกียรติ์ มันไปได้คิดถึงตรงที่ว่าตอนที่พระรามหักคันศรพระศิวะ พระปิตุลาบำเพ็ญตบะอยู่บนยอดเขามเหธรสำเร็จอิทธิฤทธิ์ล่องหนหายตัวได้ พอได้ยินเสียงคันศรหัก เหาะมาทางอากาศ “มันมาบังอาจพังคันศรพระศิวะที่ข้าบูชาอยู่ คนนั้นมันจะต้องตายลูกเดียว”

วาทะของผู้ปฏิบัติโดยมีศีลเป็นเครื่องประกันความปลอดภัยจะไม่มีอย่างนี้ เพราะฉะนั้น สมามินี้ใครจะเก่งแค่ไหนเชิญเก่ง

ไปเถอะ แต่ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ ไม่มีทางจะรอดพ้นจากกองทุกข์
ไม่พ้นจากนรกเสียด้วยซ้ำ

เพราะฉะนั้น ใครจะว่าเราได้หรือไม่ได้ เรากาวนาเป็นหรือไม่เป็น
ขอให้ยึดศีล ๕ เป็นหลัก พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ตรง
ไหน อยู่ที่เรามีสติรู้จิตอยู่ตลอดเวลา จิตที่มีสติสัมปชัญญะ มันก็รู้
ตัวอยู่ แล้วมันก็เตรียมพร้อมอยู่ มันตื่นอยู่ตลอดเวลา พร้อมที่จะรับ
สถานการณ์ตลอดเวลา มันจะไม่หันหลังให้ เมื่อเป็นเช่นนั้นมันก็เข้ม
ขึ้น เบิกบาน แจ่มใส เป็น พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ในเมืองไทยมีนักกาวนาเก่งๆ แต่แก้ปัญหาไม่ได้ เพราะอะไร
เพราะนักกาวนามันทูลีล มาสมาทานศีล ๘ ถินนมตอนเย็น พระภิกษุ
สงฆ์บวชเข้ามาแล้วจับเงินจับทองใช้เอง ในเมื่อมาละเมิดศีลสิกขาบท
ในพระปาฏิโมกข์นี้ มันก็กลายเป็นคนทูลีล

สมาธินี้ไม่จำเป็นต้องมีศีลแต่ต้องอาศัยสัจจะลองว่าฉันจะนั่งให้ได้
๑๐ ชั่วโมง มันก็ได้สมาธิ ได้ฌานเหมือนกัน แต่สมาธิฌานที่ไม่มี
หลักประกันความปลอดภัยคือศีล สามารถประทุษร้ายคนอื่นได้ เช่น
อย่างพวกยักษ์ทั้งหลายนี้ อันนี้ใครจะถือว่าเป็นนิยายปรัมปราที่ช่างเถอะ
แต่หลวงพ่อบอกมาเป็นเครื่องสอนตัวเอง มันมาได้ดีกว่าสมาธิที่มันเก่ง
แค่ไหนก็เชิญเก่งไป อินทรชิตเข้าสมาธิ แสงสว่างมันออกวาบๆ จน
ลุกเป็นไฟ แต่พ้อออกจากสมาธิแล้วจับศรยิงกันสะบัดหันแหลก นี่
คือสมาธิที่ไม่มีศีล

เพราะฉะนั้น ใครจะว่าอย่างไรก็ตาม ให้เราดูจิตดูใจของเรา เรา
ปฏิบัติอย่างนี้ จิตของเราสงบไหม เราได้ความสุขจากการปฏิบัตินั้นไหม
สิ่งที่เป็นบาปทั้งหลายเราเลิกละได้ไหม ดูกันที่ตรงนี้ ไม่ต้องไปเพียวดู

เมืองฟ้าเมืองสวรรค์ที่ไหนหรอก

เพราะฉะนั้น การรู้ธรรม เห็นธรรม...

๑. รู้ความจริงของกายของเรา ว่าเรามีสุขภาพแข็งแรงพอที่จะแบกหามภารกิจได้ไหม

๒. เรามีจิตใจมั่นคงต่อการสร้างคุณงามความดีได้ไหม
เราไปนั่งภาวนาแล้วเห็นเทวดาอินทร์พรหมยมยักษ์มาแล้ว เราคิดจะนอกอกนอกใจสามีไหม เราคิดอยากจะไปลักขโมยฉ้อโกงทรัพย์สินสมบัติของใครไหม เราคิดอยากจะทำ จะฆ่า จะตีใครไหม ดูกันที่ตรงนี้ อย่าไปดูที่อื่น

อิทธิฤทธิ์หรือจะสับบุญฤทธิ์

หนุมานทุ่มก้อนหินใส่กุมภกรรณ กุมภกรรณจับขี้เหล็กเป็นผงเลย เอาก้อนใหม่ทุ่มไปอีก ก็จับโยนไป พวกนี้สำเร็จอิทธิฤทธิ์มาได้ยังไง มันสำเร็จมาได้ด้วยการบำเพ็ญตบะ จนพระอินทร์ พระพรหม พระอิศวร เห็นใจประทานพรให้มันเป็นผู้มีฤทธิ์ แต่เสร็จแล้วมันก็มาเที่ยวฆ่ากันอยู่ เพราะฉะนั้น สิ่งทีวิเศษที่สุดก็คือศีล ถ้ามีศีลบริสุทธิ์แล้วไม่ต้องไปคำนึงถึงอะไร

พระท่านไปเที่ยวเทศน์ ท่านไล่เรื่องญาณเรื่องฌานอะไรแข่งกันพอเทศน์จบ ลงจากธรรมาสน์มา ก็มานั่งด่ากันขโม่งโง่งเงงอยู่ ไม่เห็นได้ประโยชน์อะไร เพราะฉะนั้น สิ่งที่จะได้ประโยชน์อย่างแท้จริงในปัจจุบันนี้...

ใครมีเมีย รักสงสารเมียของตนเองมาก ๆ

ใครมีผัว รักสงสารผัวของตนเองให้มาก ๆ

ใครมีลูก รักเมตตาปรานีต่อลูกให้มาก ๆ

ใครมีพ่อแม่ รักเคารพบูชาพ่อแม่ให้มาก ๆ เลี้ยงดูท่านให้มี
ความสุข

ถ้าใครทำได้ มันจะมีฤทธิ์เดช เรียกว่า บุญฤทธิ์

คนมีบุญฤทธิ์นี้ ไปที่ไหนก็สงบเยือกเย็น ไม่ไปก่อกรรมทำเข็ญ
ให้ใครเดือดร้อน มีแต่พวกภูตผีปีศาจที่มันไม่นิยมชมชอบในคุณธรรม
นั้นแหละ มันจะร้อนเป็นไฟ

เราปฏิบัติสมาธิ จิตของเราไปถึงไหน สมาธิขึ้นใด ตอนใด ก็ขึ้น
ก็ตาม ผลลัพธ์ก็คือ เราละความชั่วได้ นี่มันอยู่ที่ตรงนี้ เรื่องของสมาธินี้
ถึงใครจะวิเศษวิโสสักปานใด มันไม่ใช่สิ่งวิเศษหรอก มันวิเศษอยู่ตรง
ที่ว่า เมื่อจิตเราเป็นสมาธิแล้ว เราละบาปได้หรือเปล่า ศีล ๕ เรา
บริสุทธิ์หรือเปล่า

เพราะฉะนั้น ใครภาวนาไม่เป็นก็อย่าไปสนใจ

รักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์ แค่นั้นปิดประตูบายนได้แล้ว

เวรย่อมไม่ระงับเพราะการจองเวร

ตอนที่ทศกัณฐ์ทำสงครามกับเทวดา ทศกัณฐ์จับพระอินทร์มา
ขังเอาไว้ แล้วก็ปลอมแปลงเป็นพระอินทร์ไปขโมยสีดาซึ่งเป็นชายา
ของพระอินทร์ พอพระอินทร์พ้นจากการถูกคุมขังของทศกัณฐ์ กลับ
ไปสวรรค์ สีดาก็รายงานพระอินทร์ว่า ได้เสียท่าทศกัณฐ์แล้ว ขอพร
พระอินทร์ ขอลงไปแก้แค้นทศกัณฐ์ พระอินทร์ก็อนุญาต สีดามา
ปฏิบัติในครรภ์ของพระนางมณฑาซึ่งเป็นมเหสีของทศกัณฐ์

พอคลอดออกมาได้ เด็กตัวเล็ก ๆ เอมืดปลายแหลม ๆ นี่จิม

หน้าอกพ่อ โหรพิเภกก็ทำนายว่าลูกคนนี้เลี้ยงไว้ไม่ได้ จะทำลายวงศ์สกุล เมืองลงกาจะพินาศย่อยยับเพราะลูกคนนี้ ทศกัณฐ์ก็ให้เอาใส่หีบทองคำปิดให้มิดชิด แล้วเหาะข้ามทะเลไปฝังไว้ในแดนมนุษย์ ไม่ทราบว่ากี่วันที่เดือนนายพรานของพระยาเมืองมิลลาไปล่าเนื้อไปพบเข้า พุดขึ้นมา เด็กตัวเล็กๆ ถูกฝังดินอยู่ตั้งหลายวันไม่ตาย

นี่ ปัญหาตรงนี้ ว่าทำไมจึงไม่ตาย ถูกฝังอยู่ในดิน ก็เพราะเวรกรรมมันจองกันอยู่ มันเลี้ยงเอาไว้ อำนาจของกรรมเวรเลี้ยงเอาไว้ เหนาะไปถวายพระเจ้ากรุงมิลลา พระองค์ก็เลี้ยงไว้เป็นพระธิดาบุญธรรม มีรูปร่างหน้าตาสวยที่สุด ในสามโลกนี้ไม่มีใครเทียมเท่า

ภายหลังรากับลักษมณ์ไปอยู่ป่า ทศกัณฐ์ก็มาขโมยเอาสีดาไป เรียกว่ามาขโมยเอาลูกตัวเองไป ไปกักไว้ในสวนอโศก คนใส่เสื้อผ้าชุดเดียว อยู่ในสวนอโศก ๑๔ ปี ดากแดดตากฝนอยู่นั่นไม่เป็นไข้ตาย นี่ก็เพราะ แรงแกรรมเลี้ยงเอาไว้ จนกระทั่งพระรามยกกองทัพไปปราบกรุงลงการาพณาสูร

อินทรชิตลูกกตัญญู

อินทรชิตมาบอกกับทศกัณฐ์ว่า “เสด็จพ่อยังมีเวลา ลักษณะมันหรือพระราม ไม่ใช่มนุษย์ธรรมดา เขาเป็นพระเป็นเจ้า ยังไม่สายเกินไป รีบเอาสีดาไปคืนให้เขา แล้วไปอ่อนน้อมต่อเขาเสีย”

ทศกัณฐ์ก็โมโหใหญ่ ไล่ลูกชาย “ถ้าเจ้าซี้ซลาดก็ไปนอนอยู่วังของเจ้า พ่อได้ตัดสินใจแล้วว่า จะรบกับพระรามจนถึงที่สุด”

อินทรชิตเมื่อถูกบิดาบังคับก็ได้คิดอันหนึ่งว่า... จะเป็นใครก็ตาม ถ้าหันหลังให้บิดามารดา ทิ้งทรัพย์สมบัติ แล้วเอาตัวรอด เอาตัว

หลุดพ้นแต่ตัวคนเดียว แม้เทวดาก็ไม่สรรเสริญ... จึงบอกกับพระบิดาว่า “จิตได้สำนึกของหม่อมฉัน ไม่ยอมรับว่าเราจะชนะสงคราม แต่ต้องทำใจแข็งว่าเราจะต้องชนะ เพราะเป็นคำสั่งของพระบิดา” ออกไปรบก็ถูกพระลักษมณ์ยิงศรตัดศีรษะตาย

สัมมาทิฏฐิ

ปัจจัยตั้ง เวทิตัพโพ วิญญู หิ ธรรมะของจริงอันผู้ปฏิบัติผู้รู้ พึงเห็นเอง รู้แล้วให้คนอื่นตอบให้ก็ไม่ได้ ต้องตัดสินใจเอง หลักตัดสินเราจะเอาอะไรเป็นเครื่องวัด ในเมื่อรู้แล้วเห็นแล้ว เมื่อจิตของเรายอมรับมันเล็กสิ่งที่เป็นบาป เป็นอกุศลได้ จิตใจบริสุทธิ์ นั้นใช้ได้

ถ้ายังรู้ยังเห็น ยิ่งทะนงตัว เหมือนทศกัณฐ์ อันนั้นใช้ไม่ได้ ทศกัณฐ์เก่งดะ บำเพ็ญทาน จนพระพรหมประทานน้ำอมฤตให้ไว้ในทรงอก ใครฆ่าไม่ตาย พอพระรามยิงศรไปถูกคอมัน ศีรษะมันขาดลอยไป ศีรษะใหม่เกิดขึ้นมา มันยิ่งเก่งก็ยิ่งทะนงตัว ถือว่าเป็นใหญ่ มีอำนาจคลุมหมดยุทธทั้งสามโลก แต่มันลืมนึกว่า เหนือฟ้ายังมีฟ้า ในที่สุดมันก็สิ้นชีวิตไปเพราะน้ำมือของพระราม

สัมมาสติ - สัมมาสมาธิ

พระพุทธเจ้าถามพระอานนท์ว่า “อานนท์ เธอว่าตัณหาเกิดจากอะไร”

“ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงทรงแสดงธรรม”

พระองค์ก็ทรงแสดงว่า “ตัณหาเกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เกิดได้เพราะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายสัมผัส”

“มันจะดับที่ตรงไหน”

“มันเกิดที่ไหนมันก็ดับที่ตรงนั้น คือมันจะดับที่ตา หู จมูก
ลิ้น กาย และใจ”

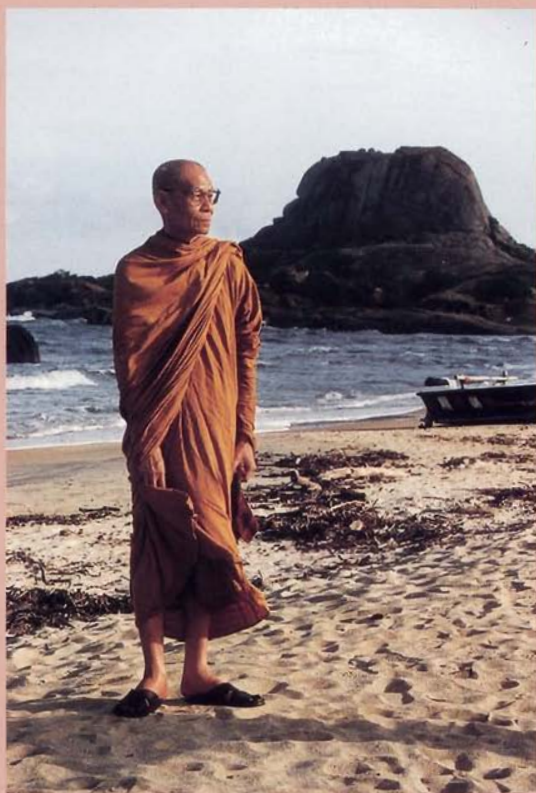
“ทำอย่างไรมันจึงจะดับ”

“ฝึกสติ”

อันนี้หลักฐานยืนยันชัดเจน เพราะฉะนั้น ผู้ที่ฝึกสติ ไม่ต้องไป
คำนึงว่าเราจะไปนั่งสมาธิที่ไหน ในวัดใด สมาธิจะได้ลึกสันหนาบง
เพียงใด แค่นี้ ขอให้มีความรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา

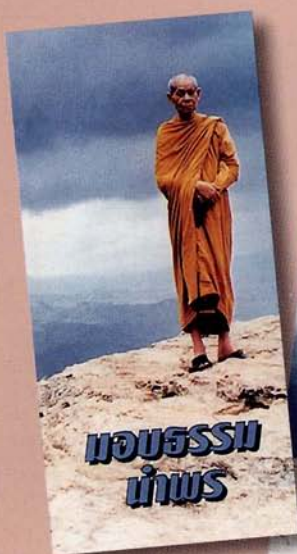


ละออง ทัง
ทังจิตให้พระวิสุทธิ
โสม ทังสมณผู้วิจิตร
พระวิสุทธิ



สร้างธรรมในใจ สู้ภัยเศรษฐกิจ

มอบธรรม นำพร ๒๕๔๒



ธรรมะพาพ้นภัย
 ความจริงใจต่อความเป็นไทย
 อดทนต่อความทุกข์ยากลำบาก
 แล้วพยายามช่วยตนเอง
 โดยทุกวิถีทาง เราจะอยู่รอด

สร้างธรรมในใจ สู้ภัยเศรษฐกิจ

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



มิจาติภูวิพาชาติวัตติ

มาสมัยโลกาภิวัตน์ เราไปรับเอาวัฒนธรรมตะวันตกมากลบ
เกลือนวัฒนธรรมอันดีงามของเรา บางทีเราก็ก๊มของดีของเราไป ไป
นิยมชมชอบของฝรั่ง เอาวัฒนธรรมของชาวฝรั่งมา เมื่อจิตใจของเรา
หันไปนิยมชมชอบวัฒนธรรมของเขา มันก็เอียงไปนิยมชมชอบเครื่อง
อุปโภคบริโภคของเขา

นี้มีจาทิภูฏิกำลังเกิดขึ้นแล้ว

เพราะอาศัยความเข้าใจผิดเห็นผิดว่า ของเรานี้มันคร่ำครึ ผู้
ของฝรั่งไม่ได้ ไปเอาของฝรั่งมา เราไปนิยมของเขา เราก็สั่งซื้อของ
เขาเข้ามาทีละหลาย ๆ แสนล้าน เงินทองมันก็รั่วไหลออกไปต่างประเทศ
ซื้อเข้ามาทำอะไรก็ไม่พอ เมื่อเงินทองมันไหลออกนอกประเทศ เงินคง
คลังมันก็น้อยลงจนหมดเกลี้ยง เมื่อมันหมดแล้ว เราก็ต้องกู้เงินเขา
มาลงทุนอีก

มันเกิดจากมิจาติภูฏิที่เราหลงไปนิยมชมชอบของเขา
ไปทิ้งของดีของเรา

ด้วยประการฉะนี้ ประชาชนพลเมืองของไทยเรา จึงตกเป็น
ลูกหนี้ของต่างประเทศทั้งประเทศ

สัมมาทิฐิพาชาตัพณัย

เราเป็นลูกไทยหลานไทย

ลูกไทยหลานไทยย่อมมีวัฒนธรรม

และศีลธรรมประจำชาติของตนเอง คือ ศาสนา

ศาสนาคือคำสอนของพระศาสดา คือ พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนให้เรามีความสำนึกผิดชอบชั่วดี สอนให้เรารู้จักความเป็นไทยของตนเอง สอนให้รู้จักดำรงรักษาไว้ซึ่งวัฒนธรรมและขนบประเพณีอันดีของไทย ถ้าตราบใดที่เรายังนิยมชมชอบวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมอันดีของไทย เราก็เป็นลูกหลานไทยโดยสมบูรณ์

พยายามสร้างความรู้สึที่เป็นสัมมาทิฐิขึ้นในจิตใจ

เมืองไทยเรามีวัฒนธรรมศีลธรรมอันดีงามมาตั้งแต่เก่าแก่โบราณ ถ้าหากว่าเราหันไปนิยมชมชอบวัฒนธรรม ขนบประเพณีของชาวต่างประเทศ จิตใจของเราจะไขว่ไปข้างมิฉนาคทิฐิ ไปทอดทิ้งของดีที่มีประจำบ้านประจำเมืองของเรา ถ้ามีความรู้สึกลบหลู่ดูหมิ่นวัฒนธรรมของตน หันไปนิยมชมชอบเครื่องอุปโภคบริโภคของชาวต่างประเทศ

เป็นมิฉนาคทิฐิ เป็นมิฉนาคาชีวะ คือเลียงชีวิตผิดหลัก

ทุกสิ่งทุกอย่างในเมืองไทยเรามีพร้อม เกษตรกรรมประจำครอบครัว อุตสาหกรรมประจำครอบครัว เรามาปลูกความนิยมชมชอบสิ่งที่เราผลิตขึ้นได้ในบ้านในเมืองของเรา

คนไทยใช้ของไทย รับประทานของไทย เราจะอยู่รอด

ทุกข์เพราะฝืนกฎธรรมชาติ

คำสอนของพระพุทธองค์ ในส่วนที่เป็นสภาวะธรรม หรือ ธรรมะที่เป็นเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติของพระพุทธองค์ หมายถึงอะไรบ้าง

หมายถึง กายกับใจของเรา สถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เราสัมผัสด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ จะเป็นอะไรก็ได้ ทั้งสิ่งที่เป็นไปโดยคติโลกและคติธรรม รวมแล้วสิ่งที่ใดที่เราสามารถรู้ได้ด้วยจิตด้วยใจ สิ่งนั้นแหละเป็นสภาวะธรรม สิ่งที่มาสัมผัสตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นสภาวะธรรม เป็นธรรมสิ่งรู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ ของพระพุทธเจ้าและของพุทธสาวกผู้ปฏิบัติธรรม หมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในจักรวาลนี้ ตั้งแต่อนุ ปรมาณู จนกระทั่งมวลสารที่เกาะกลุ่มกันเป็นก้อนใหญ่โต เขามีกฎธรรมชาติตายตัวอยู่ ๓ อย่าง คือ อนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขัง ทนอยู่ตลอดเวลาไม่ได้ อนัตตา ไม่เป็นตัวของตัวเอง ซึ่งมันเป็นกฎธรรมชาติที่จะต้องเป็นไปอย่างนั้น แม้แต่ร่างกายของเราเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ เจ็บ ตาย สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นกฎของธรรมชาติทั้งนั้น สภาวะทั้งหลายมันเกิดขึ้นแล้วก็ทรงอยู่ ดับไป ความเปลี่ยนแปลงทั้งหลายเหล่านั้น เรียกว่า อนิจจัง คือความไม่เที่ยง ในปัจจุบันนี้มีอะไรที่เปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรงที่สุดซึ่งกระทบกระเทือนต่อความรู้สึกของชาวบ้านชาวเมืองเรา ค่าเงินบาทมันลอยตัว ดอลลาร์มันสูงขึ้น เมื่อก่อนเงินของเรา ๒๕ บาท ซื้อดอลลาร์ได้เหรียญหนึ่ง แต่เดี๋ยวนี้มันต้องเพิ่มไปถึง ๕๐ กว่าบาท อันนี้ก็คือความเปลี่ยนแปลง ซึ่งอยู่ในกฎพระไตรลักษณ์

ทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นไปตามกฎธรรมชาติของเขา

แล้วทำไมหนอ

มนุษย์เราจึงต้องไปทุกข์ไปเดือดร้อน

ที่เราต้องทุกข์ต้องเดือดร้อน

เพราะเราไปสำคัญผิด สำคัญผิดในชื่อของเราเอง

ที่มันไปทุกข์ไปร้อนกับสิ่งเหล่านี้ ก็เพราะว่ามนุษย์เราที่มี
ภูมิใจในชื่อของตัวเอง ดันทุรังไปแปลชื่อของตัวเองว่า มนุษย์ แปลว่า
ผู้มีใจสูง ในเมื่อสำคัญว่าตัวมีใจสูง ตัวเองก็ทะนงตัวว่า เรามีอำนาจ
บาตรใหญ่ เทียวไปเอาอำนาจตัวเองไปเบ่งทับสิ่งที่มันเป็นไปไม่ได้ เช่น
จะไปบังคับความแก่ไม่ให้แก่ บังคับความเจ็บไม่ให้เจ็บ บังคับความ
ตายไม่ให้ตาย บังคับไม่ให้เงินบาทมันลอยตัว ในเมื่อสิ่งนั้นมันขัดใจเรา
เราเกิดความไม่พอใจ เราก็คือเป็นทุกข์ ทุกข์ตัวนี้ เป็นทุกข์ขอรียสัจที่พระ
พุทธเจ้าตรัสรู้ ทุกข์ขอรียสัจนี้ หมายถึงทุกข์ที่เกิดกับจิตโดยส่วนเดียว
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หมายถึงความเปลี่ยนแปลงของสภาวะที่มีอยู่
ในโลกนี้ แต่สิ่งนั้นเปลี่ยนแปลงไปตามกฎธรรมชาตินั้นแหละ บาง
อย่างมันขัดใจเรา เราก็คือเกิดทุกข์เพราะเหตุนั้น เช่น บางครอบครัวลูก
ตายเสีย เมียตายจาก ทรัพย์สมบัติอันตรธานสูญหาย อันนั้นมันก็เป็น
ไปตามกฎธรรมชาติ ตามกฎของกรรม ที่นี้เราไม่พอใจ เราก็คือเกิดทุกข์
เพราะเหตุนั้น ความอันตรธานของสิ่งที่เรามีอยู่นั้นมันเป็นไปตามกฎ
ธรรมชาติของพระไตรลักษณ์ แต่ว่าเมื่อเราเอาจิตของเราไปสอดแทรก
จะไปบังคับขัดขวางไม่ให้เป็นอย่างนั้น มันขัดใจเรา เราเกิดโทมนัส
น้อยใจ เราเกิดทุกข์ ทุกข์ตัวนี้มันเกิดที่ใจ ทุกข์ใจ เป็นทุกข์ขอรียสัจที่
พระพุทธเจ้าตรัสรู้ และทุกข์ใจตัวนี้มันเกิดมาจากไหน

เกิดมาจากความยินดีซึ่งเรียกว่า กามตัณหา

เกิดจากความยินร้ายคือ วิภวตัณหา

เกิดจากความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของของเราคือ ภวตัณหา

เพราะฉะนั้นมันจึงทุกข์

ปัจจุบันนี้ไปที่ไหน ไม่ว่าชนบทหรือในกรุง ไปได้ยินแต่คำว่า
ค่าเงินบาทมันลดลง ค่าดอลลาร์มันสูง มันถึงคราวแล้วญาติโยมทั้งหลาย
ที่เราต้องทำจิตใจ เราต้องเตรียมตัวเตรียมใจ เคยบริโภคสิ่งของ
ราคาแพงๆ ก็ลดลงมา มันก็เป็นการลดค่าครองชีพ

เพราะฉะนั้น ธรรมะอันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้แก่
สภาวะธรรมอันเป็นสิ่งที่รู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ มันตกอยู่ในอำนาจ
ของพระไตรลักษณ์

ธรรมะพาพ้นภัย

ความจริงใจต่อความเป็นไทย

อดทนต่อความทุกข์ยากลำบาก

แล้วพยายามช่วยตนเองโดยทุกวิถีทาง

เราจะอยู่รอด

พระพุทธเจ้าสอนเราว่า อตฺตา หิ อตฺโน นาโถ ทุกคนต้องเป็น
ที่พึ่งของตนเอง แม้ศาสนาคริสต์เขาสอนว่า พระเจ้าช่วยๆ ถ้าเราไป
อ่านคัมภีร์เขาให้ลึกซึ้ง ก็จะสรุปลงได้ว่า พระเจ้าจะช่วยเฉพาะบุคคล
ที่พยายามช่วยตัวเองเท่านั้น มันก็ อตฺตาหิ อตฺโน นาโถ นั่นเอง
เพราะฉะนั้นการแก้ปัญหาต่างๆ มันอยู่ตรงที่ว่า ทุกคนต้องพยายาม
ช่วยตัวเอง ใครมีหน้าที่อะไร ใครเป็นข้าราชการ ก็พยายามทำหน้าที่

ของตนเองให้ดีที่สุด ใครเป็นนักเรียนนักศึกษา ก็พยายามทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด ใครเป็นพระเป็นสงฆ์ ก็พยายามทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด ให้เป็นแนวทางที่จะช่วยตนเองให้พ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อนได้ เราก็อยู่ได้

นอกจากนี้พยายามทำจิตใจของเราให้เลิกการนิยมสิ่งแปลกๆ ซึ่งมาจากต่างประเทศ ให้มันน้อยลงๆ ทั้งนี้ทั้งนั้นไม่ใช่เราจะไปปฏิเสธว่าของเขาไม่ดี แต่เราควรจะต้องเลือกเอามาให้มันเหมาะสมกับบ้านเมืองของเรา อันนี้เราเอามาทั้งดุ้น แล้วมาฝึกประชาชน กุลบุตรของเรา ให้เป็นมิชฌาติภูริกันโดยหันหลังให้วัฒนธรรมอันดีของไทย

สร้างจิต คือฟื้นฟูความรู้สึกของเราที่มันหลงลืมและทอดทิ้งของดีของบ้านของเมืองเราให้มันคืนมาอีกครั้ง ในเมืองไทยของเรานั้นมันมีทางเดียวเท่านั้นที่จะแก้ปัญหาย่างปัจจุบันนี้ได้ คือ ฟื้นฟูเกษตรกรรมแบบผสมผสาน ปรับปรุงเศรษฐกิจพอเพียงตามนโยบายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งเป็นนโยบายที่ยอดที่สุด และตรงกับชีวิตจริงของคนไทยด้วย

อยุธยาไม่สิ้นคนดี

มีใครๆ เขามาถามว่า “เมืองไทยเราจะอยู่รอดไหม” ก็เลยบอกว่า “ไปถามผู้บริหารประเทศชาติ” หลวงพ่อคิดว่าจะอยู่รอด เมืองไทยเราถึงจะเป็นอย่างไรมันก็ไม่ถึงกับต่างประเทศบางประเทศที่เขาเป็นในปัจจุบัน คนไทยเราโดยปกติธรรมดาเนี่ยเวลาบ้านเมืองปกติ บางทีก็คล้ายกับว่าจะไม่สามัคคีกลมเกลียว บ้านอยู่ติดกันมองข้ามกำแพง บ้านเกิดทะเลาะกันแล้ว แต่เวลาบ้านเมืองเกิดวิกฤติการณ์ขึ้นมา ถึงคราวบ้านเมืองจะล่มจมคนไทยจะเกาะกันเป็นกลุ่มแน่นหนามั่นคง

หลวงพ่อกับที่บรรพบุรุษท่านพูดเป็นคำขวัญว่า *อยุธยาไม่เคยสิ้นคนดี* คำพูดของบรรพบุรุษของเรานี้มันเป็นอมตะ พอถึงคราวจะล่มจม มันจะมีคนดีขึ้นมา มารื้อฟื้นของดี ๆ ของเรากลับมา เวลานี้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวก็กำลังรื้อฟื้นแผ่นดิน ไร่นาผสมผสานของพระองค์นั้นแหละดีที่สุด มันเลี้ยงเรามาตั้งแต่ปู่ย่าตายาย เกษตรกรรมประจำครอบครัว ทำนา ทำสวน เลี้ยงสัตว์

สมัยที่หลวงพ่อกับเป็นเด็ก กำลังหนุ่มแน่น เป็นลูกชานา ทำไร่ ทำนา ถึงปีมาเราทำนาทุกปี เวลาวางไปทำสวน ปลูกผัก ปลูกหญ้า บางที่ไร่นามีสระเลี้ยงปูเลี้ยงปลา เวลานั้นหลากหลายมาก เราจับปูจับปลา ทำกะปิ ทำปลาร้า ทำน้ำปลา ในสวนเราก็มีผักมีหญ้า เครื่องครัว เครื่องอยู่เครื่องกินของเรามีพร้อมหมด ในเมื่อเรามีสิ่งเหล่านี้ เราจะไปเดือดร้อนอะไร เวลาหิวมา เราก็มองเห็นข้าวเปลือกอยู่ในยุ้งในฉาง เราก็ตัดเอามาตำมาซ้อม มานึ่งมาหุง กับไม่มี มองลงไปใต้ถุนบ้านก็มี เล้าเป็ดเล้าไก่ มองไปในสวนก็มีผักมีหญ้า มีพริกมีมะเขือพร้อมบริบูรณ์หมด ในเมื่อเรามีทุกสิ่งทุกอย่างนี้ เราจะไปเดือดร้อนอะไร ที่นี้คนทำไร่ทำนามีข้าวเปลือก คนทำราชการไม่ได้ค้าขาย ไม่ได้ทำอะไรทำนา ก็อาศัยพวกชาวไร่ชาวนาเอาข้าวมาขาย มันก็จนเจือมาอยู่ได้ตั้งแต่หลายชั่วอายุคนแล้ว เพราะอาศัยเกษตรกรรมประจำครอบครัว อุตสาหกรรมประจำครอบครัว อาหารเราผลิตเองได้ เครื่องอุปโภค เครื่องนุ่งห่มเราทำเอาเองได้

อันนี้มันเป็นเรื่องของเกษตรกรรมประจำครอบครัว อย่าลืมนะว่า เกษตรกรรมจะเป็นผู้ครองโลก สมัยปัจจุบันนี้ วัตถุดิบในป่าในดงมัน ร่อยหรอลงไปและหมดไปทุกที่ โรงงานอุตสาหกรรมเชิญสร้างลงไป ถ้าพืชเกษตรไม่มีป้อนโรงงาน โรงงานก็อยู่ไม่ได้

เพราะฉะนั้นอย่าลืมนึกถึงอดีต
อย่าไปนึกว่าคนรุ่นปู่ย่าตายายของเรานี้เป็นคนครี
ล้ำสมัย ไม่ทันสมัย เป็นเต่าล้านปี เป็นมนุษย์สมัยไดโนเสาร์
อันนี้มีงานที่ปฏิวัติมันกำลังเกาะกินใจของเรา
วัฒนธรรมชาวตะวันตกเขานิยมวัตถุ
แต่เอเชียเรานิยมคุณธรรม
อบรมสั่งสอนกันให้มีคุณธรรม ให้มีความรัก
ความเมตตาปรานี เราอยู่ร่วมกันได้

อย่ามองข้ามของดีที่เมืองไทย

เราต้องย้อนกลับมาพิจารณาดู สิ่งที่เรามีมาตั้งแต่เก่าแก่ดั้งเดิม
วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีของประเทศของบ้าน ของเมือง
ที่ปู่ย่าตายายของเรายึดเป็นหลักปฏิบัติและดำรงชีพกันมาตลอด
ร้อยปีขึ้นมา มันเป็นอมตะ มันเป็นอย่างดีที่ไม่สูญสลาย แต่ว่าเราไม่
รู้จักคุณค่า

ในเมืองไทยนี้มีดีทุกอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสร้างพลังจิต
พลังสมาธิของเรา เป็นต้น แล้วบางทีชาวต่างประเทศที่ฉลาดๆ เขา
มามองๆ ดู แล้วก็ตั้งเป็นหลักสูตรมาเผยแพร่ให้คนไทย เช่น พลัง
จักรวาล เป็นต้น พลังจักรวาลนี่ก็คือวิธีการสร้างพลังจิตนั่นแหละ

การสร้างพลังจิตของเรามีมาตั้งแต่ ๒,๒๔๑ ปี ตั้งแต่พุทธศาสนา
เข้ามาสู่เมืองไทยของเรา แต่เนื่องจากเรามองข้ามของดีที่เรา มีอยู่
นิสัยคนไทยนี้ชอบของใหม่ของแปลก

พลังจักรวาลนี้มันเกิดขึ้นมาได้อย่างไร ในตัวของเรานี้มันมี

ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ อากาศธาตุ วิญญาณธาตุ แล้วก็มีธาตุ
 เหล็กผสมผสานอยู่ในเนื้อในหนังในเลือดเรา ในดวงอาทิตย์มีสนาม
 แม่เหล็ก ดวงจันทร์ ดวงดาว มีสนามแม่เหล็ก ในโลกที่เราอาศัยอยู่ก็
 มีสนามแม่เหล็ก การสื่อสารของสนามแม่เหล็กคือ พลังไฟฟ้า ที่นี้ใน
 ตัวเราเนี่ย ในเมื่อเราสามารถสร้างจิตของเราให้มันนิ่งอยู่ในจุดใดจุด
 หนึ่งอย่างแน่วแน่ พลังในจักรวาลมันจะวิ่งเข้ามารวมในจุดนั้น ทำให้
 เราเกิดมีพลังจิต พลังใจ ปู่ย่าตายายเราเคยใช้กันมาหลายชั่วอายุคนแล้ว
 สมัยที่โรงพยาบาลยังไม่มีมากมาย เราก็อาศัยการอมยาพ่นฝอยยาทา
 ตามประสา การพ่นการเป่าคือการใช้พลังจิต หรือบางทีอาจท่องมนต์
 ทำน้ำมันต๋ออะไรทำนองนี้ ใช้พลังจิตทั้งนั้น แต่คนสมัยใหม่ เขามา
 บัญญัติศัพท์เรียกว่า พลังจักรวาล ให้มันแปลก แล้วคนทั้งหลายจะ
 ได้สนใจ

บ้านเมืองเรานี้ คอมมิวนิสต์เต็มบ้านเต็มเมืองเรายังปราบอยู่
 บารมีของประเทศนี้มันเท่าไร พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเคยรับสั่ง
 ถามหลวงปู่ฝั้นว่า “ต่อไปนี้บ้านเมืองไทยเราจะเป็นอย่างไร” “ไม่เป็น
 ไรหรอก มหาบพิตร บ้านเมืองเราเป็นเมืองพุทธศาสนา มีศีลมีธรรม
 ไครมาเบียดเบียนเมืองไทย ธรณีจะสุมัน” เพราะฉะนั้นในฐานะที่
 ท่านทั้งหลายเป็นผู้มีส่วนรับผิดชอบความเสื่อมความเจริญของบ้าน
 ของเมือง ขอได้โปรดมั่นใจว่าเราจะต้องอบรมกุลบุตรของเราให้มีวิชา
 ความรู้ มีความสามารถในการที่จะรับมรดกตกทอดจากบรรพบุรุษ
 สำหรับหลวงพ่อกเองมั่นใจว่าประเทศไทยเราจะไม่ล่มจม สมัยที่เป็น
 เด็กนักเรียน เรียนประวัติศาสตร์ ครูท่านสอนว่า ทวีปเอเชียมี ๑๒
 ประเทศ ตกเป็นเมืองขึ้นของชาวยุโรปเกือบทั้งหมด ยังเป็นเอกราชอยู่

๓ ประเทศ คือ จีน ไทย ญี่ปุ่น สมัยนั้นประเทศไทยมีพลเมือง ๑๐ กว่าล้าน ญี่ปุ่นมีร้อยล้าน จีนมีเป็นพันล้าน แต่ไทยมีพลเมือง ๑๐ กว่าล้านยังอดส่ำห้เป็นเอกราชอยู่ได้ จะว่าไทยเราไม่เก่งอย่างไร

เพราะฉะนั้นไทยเราต้องเก่งตลอดเวลา เก่งมาแล้วก็ต้องเก่งต่อไป เพราะฉะนั้นไม่ต้องหวั่นวิตก ขอให้เรามีความจริงใจอดทนอย่างเดียวนั่น

ฝึกจิต พิชิตทุกข์

เราสามารถปฏิบัติสมาธิไปกับการต่าง ๆ โดยเอางานเป็นอารมณ์ กำหนดสติให้รู้ตามการขึ้น เดิน นั่ง นอน รับประทาน ดื่ม ทำ พูด คิด การปฏิบัติแบบนี้ การที่จิตจะสงบวูบวาบลงไปเป็นสมาธิ สว่างไสว อาจจะช้า แต่ว่าเราได้พลังงานทางสติเป็นตัวเด่น เมื่อเรามีพลังงานทางสติเป็นตัวเด่น แม้จิตเราไม่สงบละเอียดลงไป แต่เราจะมีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันเหตุการณ์หรือสถานการณ์แวดล้อมของเราดีขึ้น

เพราะฉะนั้นใครจะสร้างพลังจิตของตนเอง

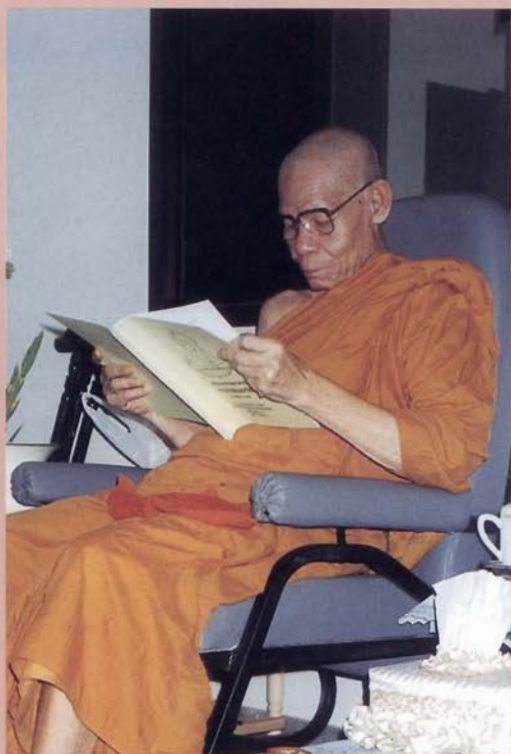
ทำจิตของตนเองให้มีพลังงาน

เราต้องทำจิตของเราให้มีสิ่งรู้

สติมีสิ่งระลึก จะเป็นอะไรก็ได้

พยายามฝึกจิตของเราให้มีสติปัญญา ยอมรับสภาพความจริงที่เราเป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ คนที่คิดสั้นฆ่าตัวตาย เพราะขาดสติ ขาดสมาธิ ขาดปัญญา ไม่ยอมรับสภาพความจริง คนที่ไม่มีสติปัญญา ยากที่จะรับความจริงได้ จิตที่ยอมรับสภาพความจริงได้ ต้องเป็น...

จิตที่มีความมั่นคง มีสติสัมปชัญญะ มีปัญญา



แสงธรรม...ส่องใจ

นอบธรรม นำพร ๒๕๔๓



มอบธรรม นำพร

สมาธิในพระพุทธศาสนา
จะต้องเป็นสัมมาสมาธิ
ที่ประกอบพร้อมด้วยองค์อริยมรรค
ผู้ที่ปฏิบัติเมื่อจิตประชุมพร้อมลงสู่องค์อริยมรรคแล้ว
จิตจะดำเนินไปเพื่อความหมดกิเลสเท่านั้น
ไม่เป็นไปเพื่อการพอกพูนกิเลส

สมาธิในพระพุทธศาสนา
จะต้องเป็นสัมมาสมาธิ
ที่ประกอบพร้อมด้วยองค์อริยมรรค
ผู้ที่ปฏิบัติเมื่อจิตประชุมพร้อมลงสู่องค์อริยมรรคแล้ว
จิตจะดำเนินไปเพื่อความหมดกิเลสเท่านั้น
ไม่เป็นไปเพื่อการพอกพูนกิเลส

แสงธรรม...ส่องใจ

ธรรมเทศนาโดย

พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)

วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



ถ้าใจรู้อยู่ที่ไหน พระพุทธเจ้าอยู่ที่นั่น ถ้าใจรู้อยู่เป็นปกติ ไม่
หวั่นไหว พระธรรมก็อยู่ที่นั่น ถ้าใจมีสติสัมปชัญญะ สังวรระวัง หรือ
ควบคุมความรู้สึกให้รู้อยู่ที่รู้ คือที่ใจนั่นเอง พระสงฆ์ก็อยู่ที่นั่น

พระพุทธเจ้า ก็คือ จิตรู้ของเรา

พระธรรม ก็คือ จิตที่มีความรู้สึกสำนึกผิดชอบชั่วดี

พระสงฆ์ ก็คือ เจตนาตั้งใจจะละความชั่วประพฤติดี

อยู่ตลอดเวลา

จิตของเราเป็น พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ด้วยกัน
แล้วทุกคน แต่ว่าพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ของเรายังมีพลังน้อย
เพิ่งเริ่มเป็นแสงริบหรี่ เล็กกว่าแสงหิ่งห้อยชนิดหนึ่ง ดังนั้น เราจึงมา
ตั้งใจปฏิบัติภาวนา...เพื่อให้แสงพุทธธรรมอันนั้นสว่างไสวขึ้นในจิต

การทำสมาธิมีได้หมายความว่า เราจะมากำหนดจิตบริกรรม
ภาวนา หรือมาพิจารณาเฉพาะในขณะนั่งหลับตาเท่านั้น แม้เวลาอื่น
นอกจากการปฏิบัติ ก็นอกจากการเดินจงกรมและจากการนั่งสมาธิ
เราจะทำอะไร จะพูด จะคิด จะดื่ม จะฉัน จะรับประทานอะไรก็ตาม
ให้มีสติสัมปชัญญะคอยกำกับ และเอาตัวรู้สะกดตามไปด้วย คือให้มีผู้รู้
ในเมื่อเรามีสติสัมปชัญญะกำกับรับรู้ริยาความเคลื่อนไหวของเราอยู่
ทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด เราก็มีสติสังวรอยู่

การมีสติสังวรอยู่ ส่วโร คือการสำรวม
การสำรวม ก็คือ สติ
ความตั้งมั่นจดจ้องต่อการสังวรระวัง ก็คือ สมาธิ
การมีสติสัมปชัญญะ รู้รอบคอบอยู่ทุกอิริยาบถนั้น
คือ ปัญญา

ศีล ... นาทา

ท่านใดที่ต้องการปฏิบัติธรรมคำสอนของพระบรมศาสดาให้
เกิดผลประโยชน์ในทางมรรคผลนิพพานอย่างแท้จริง ขอให้ยึดมั่นในศีล
๕ ประการ เมื่อท่านมีศีล ๕ ข้อนี้โดยบริสุทธิ์บริบูรณ์แล้ว ความเป็น
มนุษย์ของท่านสมบูรณ์ร้อยเปอร์เซ็นต์เต็ม เมื่อเป็นเช่นนั้น ท่านจะ
ปลุกฝังคุณงามความดีอันใดลงไป คุณงามความดีอันนั้นก็จะฝังแน่น
ในกาย วาจา และใจของท่าน แล้วบำเพ็ญความดีในเบื้องสูงขึ้นไป
คือสามารถที่จะปรับจิตใจให้ดำเนินไปสู่ทางมรรคผลนิพพานก็ย่อมจะ
ทำได้ เพราะผู้ที่จะคู่ควรแก่ทางมรรคผลนิพพานอย่างแท้จริงนั้น
อย่างต่ำก็คือมนุษย์ สูงขึ้นไปก็เทวดา อินทร์ พรหม ต่ำกว่าภูมิมนุษย์
ไม่มีวันที่จะรองรับมรรคผลนิพพานได้

เมื่อใครก็ตามได้มาปฏิบัติว่า จะรักษาศีล ๕ ได้ชื่อว่าเป็นผู้
ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นแผนของการละบาป สิ่งที่เป็น
บาป เป็นผลจากการละเมิดศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่ง ถ้าใครละเมิด
บาปทันที แล้วก็บาปโดยกฎของธรรมชาติด้วย บาปไม่มีใครเป็นผู้
สร้างขึ้น บาปนี้มีตัวตนหรือเปล่า บาปไม่มีตัวตน แต่มันมันแสดง
ทุกข์ที่ใจของเรา

การปฏิบัติธรรมที่เราจะเอาดีกับสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ศีลสิกขาบทวินัยอย่างต่ำ แม้แต่ศีล ๕ ต้องให้บริสุทธิ์สะอาด ถ้าหาก ศีลยังบกพร่อง เราก็พยายามปฏิบัติกันไปเรื่อยจนกว่าจะสมบูรณ์ ใน ตอนแรกๆ นี่เราใส่เสื้อขาดไปก่อน เรามีเสื้อขาดใส่ มันก็ดีกว่าคน ที่ไม่มีเสื้อจะใส่ ดังนั้น ศีลนี้ เราอาจจะขาดตกบกพร่องบ้างพร้อยบ้าง ทะลุบ้าง มันก็还好 ดีกว่าไม่ตั้งใจรักษาศีลเลย เมื่อเรามารักษาศีลแล้ว ก็บำเพ็ญสมาธิภาวนาเรื่อยไป สร้างพลังจิตให้มีความเข้มแข็งมั่นคง มั่นคงต่อการที่จะตั้งใจละอะไรและเจริญอะไร

การปฏิบัติธรรมนั้น ถ้าจะพูดถึงโดยวิธีการแล้ว ก็มี หลายแบบหลายอย่าง เพราะพระพุทธเจ้าทรงแสดง ธรรมหรือชี้แนวทางปฏิบัตินั้น ย่อมทรงอนุโลมตาม อุปนิสัยของผู้รับฟังหรือผู้ปฏิบัติตาม เพราะฉะนั้น ขอท่านทั้งหลาย จงอย่าไปสำคัญ อย่าไปยึดวิธีการ ให้มาก ให้พยายามกำหนดรู้เหตุผล ที่จะเกิดขึ้น ภายในจิตของเราเอง

สมาธิ ... สร้างใจ

สมาธิที่จัดว่าเป็นสมาสมาธินั้น ต้องมุ่งตรงต่อ...

สุปฏิปันโน ผู้ปฏิบัติดี

อุสุปฏิปันโน ปฏิบัติตรง

ญายปฏิปันโน ปฏิบัติเพื่อความรู้ยิ่งเห็นจริง

สามจีปฏิปันโน ปฏิบัติชอบยิ่ง

ตามแนวทางแห่งสังฆคุณ จึงจะได้ชื่อว่าเป็นแนวทางแห่ง

สัมมาสมาธิ

ถ้าหากว่าผู้บำเพ็ญสมาธิ มุ่งที่จะให้จิตสงบ ให้มีจิตมั่นคงต่อการทำความดี และเพื่อจะให้เกิดมีสมาธิ มีสติปัญญารู้แจ้ง เห็นจริงในสภาวะธรรมตามความเป็นจริง เพื่อจะได้เป็นอุบายถ่วงถอนระคายความกำหนัดยินดี หรือกิเลสโลก โกรธ หลง ให้หมดไปจากจิตใจ โดยมีได้มุ่งหวังสิ่งอื่นนอกจากความบริสุทธิ์และความพ้นทุกข์ จัดได้ว่าเป็นสัมมาสมาธิ ความคิดเห็นของท่านเหล่านั้น ก็เป็นสัมมาทิฐิ

ใครสามารถทำสมาธิให้จิตสงบลงไปได้แล้วสามารถที่จะอ่านจิตใจของตัวเองให้รู้ซึ้งลงไปว่า สภาพจิตของเราเป็นอย่างไร เรามีกิเลสตัวไหนมาก และควรจะแก้ไขอย่างไร นี่เป็นจุดเริ่มแรกที่เราจะต้องอ่านตัวของเราเองให้ออก เพราะว่าสิ่งอื่นผิด สิ่งอื่นถูกนั้น ไม่สำคัญ แม้ว่าเราจะรู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก แต่เป็นเรื่องภายนอกตัวของเรานั้น ไม่สำคัญ สำคัญอยู่ตรงที่ว่า เราอ่านจิตใจของเรา แล้วก็ปรับโทษตัวเองว่า ตัวเราเองผิด ตัวเองถูก นั้นแหละ... เป็นเรื่องสำคัญที่สุด

การเรียนรู้มากเป็นเหตุเป็นปัจจัยหรือเป็นอุปกรณ์แก่การปฏิบัติ แต่เมื่อจะให้สำเร็จผลอย่างจริงจังนั้น ต้องอาศัยการทำจริง อาศัยหลักโพชฌงค์ ภาวิตา พหุลีกตา อบรมให้มากๆ กระทำให้มากๆ ทำให้ชำนาญชำนาญ

การปฏิบัติธรรม การปฏิบัติกรรมฐาน เราปฏิบัติเพื่อทำจิตของเราให้มีสมาธิ ให้มีสติปัญญารู้จริงเห็นจริงในสภาวะธรรม ตามความเป็นจริง เพื่อให้จิตของเราเป็นอิสระมีอำนาจเหนืออารมณ์ทั้งปวง เพราะฉะนั้น การปฏิบัติธรรมจึงไม่จำเป็นต้องไปอาศัยพลังจิตของใครมาช่วยจิตใจของเรา และไม่จำเป็นต้องไปอัญเชิญเอาอำนาจบนฟ้า

บนสวรรค์มาช่วยให้เราปฏิบัติเห็นผลง่าย ๆ

เป็นนักปฏิบัติสมาธิ อย่าไปติดวิธีการ ถ้าเราไปติดวิธีการแล้ว เราจะเอาวิธีการนั้นมาพัดกัน เสร็จแล้วก็จะเกิดทะเลาะกัน การทำสมาธิเป็นกิจริยาของจิต

นั่งทำสมาธิได้ เดินทำสมาธิได้ นอนทำสมาธิได้ หรือใครจะแน่วจริง วิ่งทำสมาธิก็ได้

ถ้าหากการปฏิบัติ เราไม่ยึดวิธีการเป็นใหญ่ เราเอาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในจิตเป็นเครื่องตัดสิน เราจะหมดปัญหาข้อสงสัย เราต้องตั้งใจมั่นแน่วแน่งลงไปว่า

๑. เรามีจิตมีใจ มีสมรรถภาพพอที่จะปฏิบัติได้

๒. อารมณ์ที่มาเป็นคู่กับจิตที่เรานึกถึงนั้น ดีพอที่จะกล่อมจิตของเราให้เข้าไปสู่ความสงบ

๓. ตั้งใจทำจริง คือนึกถึงสิ่งนั้นจริง ๆ

จิตที่มีความคิดก็ดี จิตที่มีเครื่องรู้ก็ดี นั้นดีสำหรับผู้ปฏิบัติ ถ้าจิตไปนิ่งอยู่เฉย ๆ ไม่มีเครื่องรู้ สติไม่มีเครื่องระลึก นั้นลำบากสำหรับนักปฏิบัติ เพราะถ้าหากผู้ปฏิบัติไปติดความนิ่ง ซึ่งไม่มีเครื่องรู้อะไร ถ้าหากว่าจิตดำเนินไป ก็เดินไปในแง่ของฉาน ฉานชนิดที่ไม่มีเครื่องรู้ แต่จิตจดจ้องอยู่ในจุดเดียว หนัก ๆ เข้า เมื่อติดฉานแล้ว จิตก็ไม่ก้าวขึ้นสู่ภูมิวิปัสสนา เมื่อจิตเบื่อฉานแล้ว จิตจะกลายเป็นจิตหุดหู่ เพราะฉะนั้น นักปฏิบัติท่านใด เมื่อจิตมีเครื่องรู้ สติมีเครื่องระลึก นั้นเป็นการดีสำหรับนักปฏิบัติ

แม้ว่าผู้ภาวนาอาจสร้างนิมิต เป็นดวงอะไรได้ก็ตาม หรืออาจเห็นภาพนิมิตต่าง ๆ ก็ตาม หรือสามารถจะทำจิตให้บันดาลให้เกิดภูมิ

ความรู้อะไร ได้มากมายกายกองสักเพียงใดก็ตาม แต่สิ่งเหล่านั้นเป็นเพียงสภาวะธรรมเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติเท่านั้น ถ้าใครไปยึดเอาความรู้ความเห็นความเป็นเช่นนั้น เป็นสาระแก่นสารในการปฏิบัติ ไม่ยึดเอาตัวสติที่มีความมั่นคง ซึ่งสามารถรู้เท่าทันเหตุการณ์ภายในจิต ทั้งภายนอกและภายในได้ ก็ยังชื่อว่าจับหลักการปฏิบัติได้ไม่แน่นอน

เห็นจะเป็นเพราะว่าเราไปยึดเอาสิ่งรู้ สิ่งเห็นเป็นเรื่องสำคัญ นักปฏิบัติของเราจึงได้วุ่นวายในสังคมพระพุทธศาสนาในปัจจุบันนี้ แต่ถ้าหากเรมายึดเอาตัวสติเป็นตัวการสำคัญ ที่เราจะพึงปรารถนาในการปฏิบัติธรรมนี้ถ้าทำได้แล้ว เข้าใจว่าความยุ่ง ความวุ่นวายต่างๆ อาจจะไม่เกิดขึ้น

คำสอนของพระพุทธเจ้าสำเร็จมาด้วยกำลังกาย กำลังใจของมหาบุรุษผู้สร้างบารมีมาสมบูรณ์แล้ว ไม่มีสิ่งใดบนดลให้เป็นไปอย่างนั้น ศาสนาพุทธจึงมีคติที่เราควรจะทำความเข้าใจยิ่งมึนว่า พระองค์สอนว่า อตตาทิ อตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งของตน สอนให้ทุกคนสร้างที่ดีเพื่อเป็นที่พึ่งของตน

หลุดพ้นได้ด้วย ... ปัญญา

การบรรลุธรรมของผู้ปฏิบัติ ต้องประกอบด้วยลักษณะ ๓ อย่าง คือ

๑. ความรู้ ที่เกิดขึ้นภายในจิต
๒. ความเห็น คือเห็นด้วยกับความรู้นั้น
๓. สภาพจิตที่เป็น หมายถึงการปล่อยวาง

ประกอบพร้อมด้วยลักษณะสามอย่างนี้ จึงจะได้ชื่อว่า เรามีทั้งรู้ ทั้งเห็น ทั้งเป็น

ความจริงคำว่า “ความรู้” ตามความหมายของคำว่า “รู้” ในสมาธิหรือสมาธิปัญญานั้น ก็หมายถึงจิตที่สามารถรู้ทันอารมณ์ต่างๆ ที่เราเคยนึกคิดว่ามันวุ่นวายมาแต่ก่อน โดยปกติ เรายังไม่มีสมาธิ ไม่มีสติปัญญารู้เท่าทันอารมณ์ เราทำอะไร เราได้ยินได้ฟังอะไร สัมผัสอะไร ในทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งที่จะเกิดขึ้นก็มีอยู่ ๒ อย่าง คือ พอใจ ไม่พอใจ นอกจากจะเกิดความพอใจไม่พอใจแล้ว ยังต้องปรุงแต่งอีก แล้วหาเรื่องไปเรื่อย ๆ จนตัวเองต้องเกิดทุกข์เกิดวุ่นวายขึ้นมา แต่ถ้าเรามีสมาธิ มีสติปัญญารู้เท่าทัน เรามองดูอะไรทางตา ได้ยินอะไรทางหู รู้อะไรทางจมูก รู้รสทางลิ้น สัมผัสทางกาย แม้แต่นึกคิดทางใจ เรามีสติคอยจ้องดูอยู่ไม่ปล่อย ความรู้ทั้งหลายเหล่านั้นมันจะกลายเป็นเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติ เพราะอาศัยความรู้เท่าทันอารมณ์ที่ผ่านเข้ามา สิ่งใดที่เรารู้เท่าทัน สิ่งนั้นไม่สามารถถึงใจของเราให้ทรมาน ให้เกิดทุกข์ได้ นี่คือผลที่จะพึงเกิดขึ้น

พระพุทธเจ้าสอนว่า คนที่ยังมีกิเลสเป็นเชื้อมอยู่ แม้การทรมานตนด้วยการอย่างตนบนถ่านเพลิง ด้วยการทรมานตัวเองด้วยวิธีการต่างๆ ก็ไม่สามารถทำให้เขาหมดกิเลสไปได้ แต่กิเลสจะหมดไปด้วยเหตุผล เราจะรู้เหตุรู้ผลก็ต้องค้นคิดพิจารณา เมื่อเราค้นคิดพิจารณา จิตมันรู้เหตุรู้ผลว่าทุกข์เกิดจากไหน สุขเกิดจากอะไร ทำอย่างนี้เป็นทุกข์ไหม ทำอย่างนั้นเป็นสุขไหม มันรู้เหตุรู้ผลแล้ว มันก็ปล่อยวางไปเอง ถ้าเรายังไม่รู้จริงเห็นจริงแล้ว เราจะละอย่างไรก็ละไม่ได้หรอก กิเลส

กิเลสที่มันไม่ได้ ถ้าตราบใจจิตของเราไม่มีศีล ไม่มีสัจจะ ไม่มีสุตะ ไม่มีปัญญา ไม่มีจาคะ ไม่มีวิมุตติคือความหลุดพ้น แม้ว่าเราจะตั้งใจพยายามที่จะละกิเลสอย่างไรก็ตาม เราก็ไม่สามารถที่จะละได้

ผู้ที่ละกิเลสได้ ต้องทำจิตให้เป็นศีล คือตัวปกติ นอกจากจะมีศีลแล้วต้องมีสัจจะ นอกจากมีสัจจะแล้วต้องมีสุตะ คอยสดับตรับฟังสิ่งที่เกิดกับจิตด้วยความมีสติสัมปชัญญะ

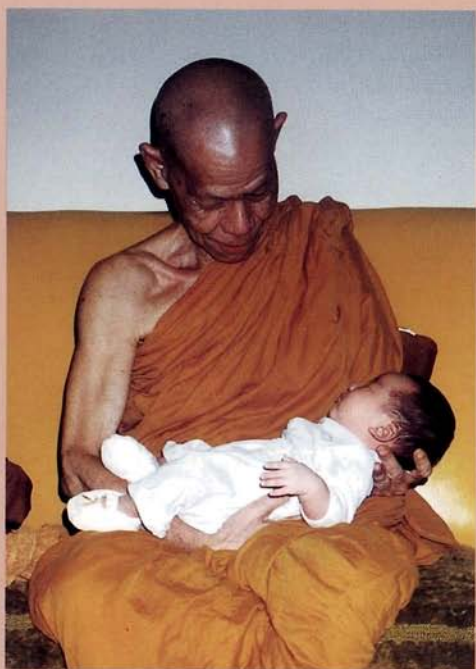
โดยธรรมชาติของจิต ในเมื่อมีสิ่งรู้ปรากฏการณ์อยู่ เรามีสติดูอยู่ ปัญญาย่อมบังเกิดขึ้น เมื่อปัญญาบังเกิดขึ้นแล้ว วิชาก็ย่อมบังเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัว เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตของเราก็สามารถสะเค้น (จาคะ) ซึ่งกิเลสทั้งปวงได้ แล้วก็หลุดพ้น คือ วิมุตติ

นี่คือวิถีทางของการดูจิต ถ้าจะว่าโดยสรุปย่อๆ แล้วมีเพียงแค่นี้

การเรียนธรรมะที่ดี การศึกษาธรรมะที่ดี ถ้าปราศจากการปฏิบัติอย่างจริงจังแล้ว ผลที่จะพึงเกิดขึ้นจากการปฏิบัตินั้นย่อมไม่มี ดังนั้น สิ่งที่สำคัญก็คือ การปฏิบัติจริง ทำจริง อาศัยหลักที่ว่า

ภาวนา อบรมให้มาก ๆ

พหุลีกตา กระทำให้มาก ๆ



ชีวิต...ลิขิตกรรม

มอชธรรม น้าพร ๒๕๔๔

ปอบธรรม น้ำพร



จากวัดเขาสุก. อุตสาหกรรมเกษตร
เมืองฉะเชิงเทรา
วัด ปิตุสสโร อ.บ้านฉาง
จังหวัด ฉะเชิงเทรา



วัดหนองเตย อ.บ้านฉาง
จังหวัด ฉะเชิงเทรา

ชีวิตหนึ่ง เช่นนี้ อีกกี่นาน
จึงจะพาน พบได้ ในแผ่นดิน

ชีวิต...ลิขิตธรรม

เกร็ดประวัติชีวิต จากคำบอกเล่าของ
พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย)
วัดป่าสาลวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



จากเด็กชายพุทธ...สู่พระราชสังวรญาณ
เป็นตำนานที่น่าศึกษา
ชีวิต ลิขิตธรรม ดำเนินมา
คือคุณค่า คือรอยธรรม คือความดี
จากดิน...ไปสู่ดาว
ไม่ลืมเรื่องราว ลืมกำเนิด ลืมถิ่นที่

กตัญญูตเวที
บุญคุณมี แทนทด หมดหัวใจ
ทุกข์ยาก อย่างไร ไม่ลดละ
มุนานะ หาญกล้า ฟันฝ่าได้
มุ่งมั่น เอาจริง ทุกสิ่งไป
ปณิธานใด ตั้งไว้ ต้องได้เป็น
เป็นสมณะ...สุปฏิบัติ
เคร่งครัด ธรรมวินัย โลกได้เห็น

เป็นแบบอย่าง กรรณฐาน ทางร่มเย็น
มุ่งมั่น สำจะ อมตธรรม
ปฏิบัติ อัดตรง ลงมรรคผล
ตนพึ่งตน สายกลาง ทนทางข้าม

กิริยา วาจา มารยาทงาม
ดำเนินตาม รอยพ่อแม่ ครูอาจารย์
เสียสละ ละวาง สร้างประโยชน์
จิตปราโมทย์ ด้วยเมตตา พรหมวิหาร

ชีวิตหนึ่ง เช่นนี้ อีกกี่นาน
จึงจะพาน พบได้ ในแผ่นดิน

จากดิน...ไปสู่ดาว ไม่ลืมเรื่องราว ลืมกำเนิด ลืมถิ่นที่

เมื่อมีคนมาถามถึงสกุลรุนชาติ หลวงพ่อจะบอกเสมอว่า หลวงพ่อเป็นเด็กขอทาน กำพร้าพ่อแม่ตั้งแต่อายุ ๔ ขวบ อาจเคยทำกรรมพรากชีวิตสัตว์ไว้ จึงต้องเป็นกำพร้าตั้งแต่เด็ก

ไอ้เรื่องรถยนต์รถเก๋งนี้ ใจมันทะนงตั้งแต่เป็นเด็ก รถเก๋งคันไหนผ่านมา...กูจะจี้มันให้ได้ จนกระทั่งให้เขาซื้อเด็กจี้ควายตั้งไว้ดู หลวงพ่อให้คนไปซื้อรูปปั้นเด็กจี้ควายมาไว้ในกุฏิที่วัดป่าสาละวันดู...กลัวมันจะลืมความหลัง เอาไว้กระตุ้นเตือนใจ กลัวมันจะลืมความหลัง

กตัญญูกตเวที บุญคุณมี แทนทด หหมดหัวใจ

หลวงพ่อเป็นเด็กกำพร้ามาแต่อายุ ๔ ขวบ หลักวิธีดำเนินชีวิตของหลวงพ่อ ความกตัญญูกตเวที ใครเป็นเจ้าบุญนายคุณ เขาทำดีแก่เราเพียงส่วนเดียว เราจะตอบแทน ๑๐ เท่า

ถึงหลวงพ่อจะเป็นเด็กกำพร้า แต่พระคุณของบิดามารดาผู้ให้ เกิดก็ประมาณค่ามิได้ หลวงพ่อคิดว่า พระคุณของบิดามารดาและคุณของท่านผู้มีคุณทั้งหลายสำคัญที่สุด...

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า มาตาปิตุอุปัฏฐานํ การอุปัฏฐากบิดามารดาเป็นมงคลอันสูงสุด เพราะบิดามารดาเป็นพระพรหมของลูก บิดามารดาเป็นพระอรหันต์ของลูก บิดามารดาเป็นนอานาบุญของลูก เพราะฉะนั้น ชาวพุทธเราไม่ควรจะได้รู้จักพระสององค์

นี้ก่อน

ให้ถือคติเสียว่า เรามีมือสองข้าง วันหนึ่งๆ ก่อนที่จะยกขึ้นไหว้ใคร ต้องยกขึ้นไหว้พ่อแม่เราก่อน ถ้ามีของอุปโลกบริโลกต้องยกประเคนให้พ่อแม่เราก่อน ก่อนที่จะเอาไปให้คนอื่นหรือถวายพระก็ตาม ต้องมีส่วนแบ่งให้พ่อให้แม่ เราไหว้พ่อไหว้แม่ไม่ได้ อย่าไปไหว้พระ ถ้าพ่อแม่ของเรายังไม่อิม อย่าไปเที่ยวหาเลี้ยงพระให้อิม ของดีๆ ขนไปให้พระกินหมด ให้พ่อแม่อดอยาก ที่दनรกกันหมด

ท่านเจ้าคุณอริยคุณาธาร มีบุญคุณต่อหลวงพ่อกว่า “ไม่มีท่านก็ไม่มีเราในวันนี้” เริ่มต้นมาจากท่านแนะนำสั่งสอนให้อุบายสำหรับภาวณา ให้แง่คิดต่างๆ สอนเราทุกด้านทุกทาง บุญคุณของท่านเราจำไม่ลืม แม่ตอนที่ท่านสึกปี ๒๕๐๘ นั้น ก็ไปดูแลท่านตลอด กลัวท่านจะลำบาก เวลาท่านป่วยก็นำท่านมารักษา นำมาอยู่ด้วยที่วัดป่าตาลวันจนกระทั่งตาย พิธีศพก็จัดให้เรียบร้อยอย่างดีทุกอย่าง คำสอนของท่านเรายังจำได้ไม่ลืม ทั้งตอนที่ออกธุดงค์กับท่าน ทั้งตอนที่มาอยู่กับท่านที่วัดเขาสวนกวาง

หลวงปู่ดี ญโน ท่านพูดถึงหลวงพ่อไว้ว่า “ไม่ทราบว่าจะจะไปตายที่ไหน ลูกศิษย์คนไหนก็ไม่พอที่จะพึ่งพาอาศัยได้ ก็มองเห็นแต่ลูกศิษย์เอกของเรา (พระมหาพุทธ) ที่วัดแสนสำราญนี่แหละ พอจะพึ่งพาอาศัยได้” เราได้ยินแล้วเราก็งง

บ้านปลายชีวิตของหลวงพ่อดี ญโน ซึ่งเป็นอาจารย์ของหลวงพ่อก่อนป่วยหลวงพ่อก็นำมาดูแลรักษาที่วัดแสนสำราญ จนกระทั่งแข็งแรงเดินได้

...พอประมาณ ติ ๔ เกือบ ติ ๕ ได้ยินเสียงจากเสลดผิตปกติ

หลวงพ่อก็รีบไป พอไป ท่านมองซ้ายมองขวา หลวงพ่อไปประคอง
ร่างท่าน “ท่านอาจารย์ครับ ท่านเคยสอนผมว่า เบญจขันธ์เป็นของโลก
ปล่อยวางเบญจขันธ์เสีย กำหนดจิตรู้ที่ผู้รู้” ท่านก็นิ่งเงียบไปประมาณ
สัก ๕ นาที ท่านก็ใจขาด

อาจารย์ทอง อโศโก เป็นอาจารย์ผู้ทำกิจพระศาสนา ทำกิจ
ธุระพื้นฟูหมู่คณะ เป็นมือขวาของท่านอาจารย์เสาร์เหมือนกัน ภาย
หลังมาท่านป่วยอาพาธลงไป ญาติโยมก็นำมาที่วัดป่าบ้านสวนวัว

ในขณะที่ท่านมาถึง พระรัตนตรัยฐานเฝ้าวัดอยู่ ๗-๘ องค์
สะพายบาตรแบกกกลดหนีไปหมด ทั้งพระอาจารย์ทองซึ่งอาพาธเป็น
โรคอัมพาต ให้นอนแอ้งแม้งอยู่ในวัดเพียงองค์เดียว ในที่สุดต้อง
เดือดร้อนถึงเจ้าคุณชินวงศาจารย์ (หลวงพ่อบุญถึงตัวท่านเอง) ใน
พรรษานั้น จำสัปดาห์ไปปรนนิบัติตลอดพรรษา ในพรรษานี้ ๙๐ วัน
มีเวลาได้นอนวัดเพียง ๑๒ วัน เท่านั้นเอง นอกจากนั้น ไปจำพรรษา
ที่อื่นจนกระทั่งท่านอาจารย์องค์นี้ถึงแก่มรณภาพลง ไปจัดการศพ
เสร็จจึงได้หมดภาระ

หน้าที่ประจำพระสงฆ์ เวลาสวดมนต์ทำวัตรเช้าเย็น สิ่งที่ท่าน
ไม่ได้คือ แผ่เมตตาให้ญาติโยม อุทิศส่วนกุศลให้ญาติโยม อันนี้เป็น
สิ่งที่ท่านไม่ได้ เราประพาศคุณงามความดีแล้ว เราก็คิดถึงคุณข้าว
แดงแกงร้อนเขา

ทุกข์ยาก อย่างไร ไม่ดะ
มุนานะ หาญกล้า ฟันฝ่าได้

วันหนึ่ง หลวงพ่อได้อ่านหนังสือ ผู้ชนะสิบทิศ ก็ได้ความคิดว่า

“คนเรามีมานะในทางที่ถูกต้อง มันต้องเอาชนะได้ทุกอย่าง”

สมัยเด็กนอกจากทำนาแล้ว ก็ต้องซ่อมข้าวสารหาไปขายหาเงินเรียนหนังสือ ตอนเป็นนักเรียนไม่เคยได้ใส่เสื้อผ้าที่เขาดัดขาย มีแต่เสื้อผ้าที่เย็บเอาเอง เย็บด้วยมือ นุ่งกางเกงขาก๊วย บางทีก็แปลงมาเป็นโครงแบบโครงปาเต๊ะผู้หญิง เย็บเสื้อผ้าใส่เอง ตั้งแต่เด็กทำงานช่วยตัวเองมาตั้งแต่ ๗-๘ ขวบจนถึง ๑๔ ขวบ

ชีวิตเด็กบ้านนอกมันต้องต่อสู้มาก วันๆ ทำแต่งงาน ไม่มีเวลาไปวิ่งเล่นเหมือนเด็กทั่วๆ ไป จี้เกียจจี้คร้าน เขาถูกเหยียดหยามกลางวันฤดูฝนต้องทำนา กลางคืนหาปูหาปลาหากบหาเขียด นอนตื่นดึกลุกเข้า ลุกขึ้นมาดำข้าว ครกสมัยนั้นเป็นครกกระเดื่อง ใช้เท้าเหยียบจั่นเหยียบลง คั้นขึ้นมาดำข้าวเกือบจะทุกวัน จนชาวบ้านเขาพูดกันว่า “เสียงครกไ้พุทธมันดำข้าวอีกแล้ว พวกสุไ้ยินใหม่ ถ้าได้ยินก็พากันตื่นได้แล้ว”

เริ่มรู้สำนึกตัวตั้งแต่วัยเตี๋ยงสาวว่า ชีวิตมันทุกข์ทรมาน มันเคียดแค้นความจน ความไร้พ่อแม่ จึงตั้งปณิธานว่า “ขึ้นชื่อว่าทายาททุกข์จะไม่ให้มี” ชีวิตหลวงพ่อกว่าไปแล้วมันน่าสงสาร ถ้าลูกหลานมีมานะจะสร้างตัวเองเหมือนหลวงพ่อ มันต้องเอาตัวรอดได้ทุกสาย

ชีวิตของเรามันดำเนินไปตามประสาของเด็กบ้านนอกซึ่งไม่มีใครสนับสนุน กระเสือกกระสนมาด้วยลำแข้ง สมัยเป็นเด็กกำพร้า อนาคตอยู่กลางบ้าน จะขึ้นบ้านใครเขาก็ปิดประตู บางทีญาติผู้ใหญ่เห็นเราก็ดูฟูฟ่าๆ เวลามันเกิดท้อถอยมา ก็นึกถึงคำดูถูกหมิ่นของเพื่อนบ้านมากระตุ้นเตือน เราจะมาทำลายตัวเองเพราะคนอื่นเขาดูถูกดูหมิ่นได้อย่างไร เราต้องเหนือกว่าเขา แล้วลงผลสุดท้ายมันก็

มาเป็นอย่างนี้ มันก็เหนือกว่าเขาจริง ๆ กระโดดลงจากหลังควายมา
มานั่งรถ... แล้วไปไหนมาไหนมีแต่คนยกมือไหว้ ชื่อเสียงโด่งดังทั่ว
ประเทศ

หลวงพ่อบอกสิ่งที่คนอื่นเขาลบหลู่ดูหมิ่นมาเป็นเครื่องกระตุ้น
เตือนใจให้เกิดทะเยอทะยาน สอนตัวเองให้เป็นผู้มักใหญ่ใฝ่
สูงในทางที่ดี ยังมีใครมาดุดกเหยียดหยามเท่าไร ยิ่งต้องกระตือรือร้น
เอาชนะจิตใจเขาให้ได้

มุ่งมั่น เอาจริง ทุกสิ่งไป ปณิธานใด ตั้งไว้ ต้องได้เป็น

ที่หลวงพ่อบวชนั้นเพราะหลวงพ่อก็คิดว่ามีความทุกข์ โลกนี้มีแต่
ความทุกข์ จึงแสวงหาทางพ้นทุกข์

ก่อนจะได้บวชเณร มันก็คิดขึ้นมาเอง คิดตามประสาเด็ก ๆ แต่
ก็มีหลักธรรมอยู่โดยที่เราไม่รู้ตัว จิตมันก็คิดขึ้นมาว่า “เออเนี่ย เราเกิด
มาคนเดียว ในท้องพ่อท้องแม่ของเรานี้มีเราคนเดียว พี่น้องก็ไม่มี
ถ้าเราอยู่เป็นฆราวาส ถ้าเรามีลูกมีได้ ถ้าพ่อมันก็ตายแม่มันก็ตาย
ใครหนอจะเอาลูกเรามาเลี้ยง อันนี้พ่อแม่เราตาย ปู่ย่า ตายาย พี่น้อง
อา ป้าลุง ของเราก็ก็นี่ เขายังอุตส่าห์เก็บเอาเรามาเลี้ยง แต่นี้เราตัว
คนเดียว ใครจะมารับผิดชอบลูกเต้าของเรา”

ตั้งแต่นั้นมา เราก็ตัดปณิธานว่า “เราจะบวชตลอดชีวิต”

พอวันไปบวช เครื่องแต่งตัวชุดที่ใส่ไปบวช พอปลดเปลี่ยน
เครื่องแต่งตัวออก พับ ๆ แล้ว ยื่นให้ลูกศิษย์พระอุปัชฌาย์ แล้วบอก
กับเขาว่า “นี่เพื่อน เอาเสื้อกางเกงชุดนี้ไปใส่แทนเราด้วย เราจะ

“ไม่ย้อนกลับมาใส่มันอีกแล้วชั่วชีวิตนี้”

เจ้าคุณอริยคุณาธารมาเยี่ยมบ้านชนวนไปด้วย พาไปวัดบูรพาฯ จังหวัดอุบลฯ ตอนท่านเดินทางกลับสกลฯ ฝากหลวงพ่อกับพระอาจารย์พร สุมโน พระอาจารย์บุญ ชินวโส หลวงพ่อคิดถึงบ้าน คิดถึงครูบาอาจารย์ร้องไห้ ไอ้ศักดิ์ เด็กอายุ ๘ ขวบ ไปเห็นเข้า ไปเล่าให้ท่านอาจารย์ฟัง ท่านเรียกไปพบและถามว่า “จะกลับด้วยกันไหม” ตอบว่า “ผมอยากกลับ แต่ไม่กลับ คิดถึงบ้านแทบขาดใจ แต่ไม่กลับ จะไปตายดาบหน้า พ่อผมออกจากบ้านตั้งแต่อายุ ๑๕-๑๖ ปี ไปได้ลูกเมียที่อำเภอหนองโดน จังหวัดสระบุรี ผมคิดว่าจะเจริญรอยตามพ่อ ถ้าผมไม่ได้ดิบได้ดีจะไม่กลับบ้าน เป็นเณรถ้าสอบมหา ๓ ประโยคไม่ได้ จะไม่กลับบ้าน”

หลวงพ่อบวชมาตั้งแต่อายุ ๑๔ ปี แหม... ถึงเวลามันอยากสึกมานอนร้องไห้ เอ้า... อะไรที่มันอยาก เราจะไม่กินมัน แม้แต่ของตกลงในบาตร ถ้ามองดูแล้วมันชอบ น้ำลายไหล หยิบออก อะไรที่มันไม่ชอบที่สุด เอาอันนั้นแหละมาฉัน เราไม่กินเพื่ออ่อย เรากินเพื่อคุณค่าทางอาหาร อะไรที่มันจะเป็นคุณค่าทางอาหาร เราจะเอานั่น แม้ว่าจะจะไม่ชอบก็ตาม ที่นี้คนที่เรารักเราชอบเราจะไม่เข้าใกล้ เราจะเข้าใกล้คนที่เกลียดขึ้นหน้าเราที่สุด ถ้าใครด่า ครูบาอาจารย์องค์ไหนด่ามากๆ เราเข้าหาองค์นั้น องค์ไหนยกย่องสรรเสริญ เราไม่เข้าใกล้ จนครูบาอาจารย์บางองค์ว่า...พระองค์นี้มันจองหอง เราอุตส่าห์เมตตาสงสารมัน มันไม่เข้าใกล้เรา มันเข้าไปหาแต่คนที่ด่ามันเก่งๆ

อาหลวงพ่อนี้ยังเป็นห่วงเลย ตอนที่เห็นพระยังหนุ่มๆ อยู่ เมื่อสึกมานี้จะอย่างไร จะมีอะไร อย่างไร เป็นห่วง “อย่ามาเป็นห่วงเลย

คน ๆ น้เป็นอะไรชั่วชีวิตหนึ่ง เป็นอะไรน้ เป็นเพียงครั้งเดียว
จะม้ยอมเป็นซ้ำถึงครั้งที่สอง”

เป็นสมณะ...สุปฏิบัติ
เคร่งครัด ธรรมวินัย โลกได้เห็น
เป็นแบบอย่าง กรรรมฐาน ทางร้มเย็น
มุ่งเน้น สัจจะ อมตธรรม

สมัยก่อนอยู่กับครูบาอาจารย์ ข้อวัตรปฏิบัตินี้เคร่งครัด แต่มา
สมัยปัจจุบันนี้มันเปลี่ยนแปลงไป เมื่อก่อนนี้เรายุ้งในวัด เรายึดอยู่ใน
กฎกติกาของวัดเท่านั้น ร้องจากวินัยที่พระพุทธรเจ้าบัญญัติไว้ ให้
ปฏิบัติตามจารีตประเพณี วัฒนธรรม นอกวัดนี้เราจะไม่เอามาขัดแย้ง
กับมติของครูบาอาจารย์ สมัยนั้นครูบาอาจารย์พูดแล้ว พูดคำไหน
เป็นคำนั้น ไปฝ่าฝืนไม่ได้ มาในสมัยปัจจุบันนี้ ถ้าสมมุติว่าวัดเราควร
จะเป็นอย่างนี้ ๆ จะไปทำอย่างนั้น ๆ ไม่ได้ เขาจะบอกว่าวัดอื่นเขายัง
ทำได้

ถ้าพระภิกษุที่เคารพพระธรรมวินัยอย่างแท้จริง เขาไม่ทะนงตัว
หรืออก แม้แต่ครูบาอาจารย์มานั่งอยู่ต่อหน้า... อย่างหลวงพ่อนั่งพูดอยู่นี้
ครูบาอาจารย์อาว้โสมาปั๊บ หลวงพ่อจะหยุดพูดทันที

ธรรมเนียมพระกรรมฐาน... ถ้าหากว่ามีพระอาว้โสอยู่ ท่านจะ
ไม่แสดงธรรม หรือเวลาท่านแสดงอยู่ ถ้าหากพระอาว้โสเข้าไปนั่งด้วย
ท่านจะหยุดทันที ท่านถือธรรมเนียมโก่ป่า โก่ป่านี้อยู่ในป่ามีโก่
ตัวผู้ตั้งร้อยตัวพันตัว มันจะขันเพียงตัวเดียวเท่านั้น ที่นี้ ท่านถือ
คติว่า ถ้าหากว่าพระธุดงคกรรมฐานต่างคนต่างเทศน์ ต่างคนต่างขัน

มันก็ไม่ดีกว่าไก่ป่า

ศีลเป็นเรื่องสำคัญในการปฏิบัติ เพราะกายวาจาของคนเราเปรียบเหมือนเปลือกสำหรับหุ้มไข่ ส่วนจิตใจเปรียบเหมือนไข่แดงซึ่งซ่อนอยู่ภายในเปลือกไข่ เราจะนำไข่ของเราไปฟักให้มันเกิดเป็นตัวเราต้องทนอุณหภูมิลูกไข่ให้อยู่ในสภาพปกติ ไม่มีรอยแตกรอยร้าวรอยบุบ มันจึงฟักให้เป็นตัวได้ ไม่เช่นนั้นมันมีแต่เน่าท่าเดียว ดังนั้นนักปฏิบัติที่ทำจิตใจของตนเองให้ก้าวขึ้นไปสู่ภูติจิตภูมิธรรมชั้นสูง เราจำเป็นต้องรักษากาย วาจา อันเปรียบเหมือนเปลือกหุ้มไข่ให้บริสุทธิ์สะอาด ด้วยกฎหรือระเบียบข้อปฏิบัติตามภูมินั้น ๆ ซึ่งเรียกว่าศีลนั่นเอง เมื่อเราบำเพ็ญสมาธิภาวนา สมาธิของเราก็เจริญอกงาม สมาธิที่เกิดขึ้นก็เป็นสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิย่อมทำให้เกิดปัญญา ปัญญาที่เกิดจากสัมมาสมาธิย่อมเป็นสัมมาทิฐิ คือความเห็นที่ถูกต้อง ดังนั้น การปฏิบัติศีลจึงเป็นคุณภาพประกันความปลอดภัยของผู้ปฏิบัติ

แม้พระเจ้าพระสงฆ์เดินธุดงค์ไปตามท้องถิ่นต่าง ๆ เมื่อเวลาไม่มีไวยาวัจกร ไปจับต้องปัจจัย จตุปัจจัย เงินทอง หรือเอาเงินเอาทองใส่ลงไป ในย่ามแล้วสะพายไปเอง ก็เป็นการละเมิดสิกขาบทวินัยว่าด้วยข้อห้ามจับต้องเงินและทอง ที่นี้เมื่อมีปัจจัยอยู่ในย่าม ก็ต้องอาบัตินิสสัคคียปาจิตตีย์ ในเมื่อพระคุณเจ้าท่านละเมิดสิกขาบทวินัย แม้จะเดินธุดงค์ไปในท้องถิ่นต่าง ๆ เพราะอาศัยสิกขาบทวินัยไม่บริสุทธิ์สะอาดนั่นเอง การเดินธุดงค์กรรมฐานของท่านจึงเปรียบเหมือนกรรมฐานไข่น้ำ แม้จะเที่ยวเตร่ไปประกาศตนว่าเป็นพระธุดงค์กรรมฐาน ก็เป็นแค่หลอกลวงชาวโลกให้หลงเชื่อ

อยากจะให้ชาวบ้านทั้งหลายนี้รู้วินัยของพระให้มาก ๆ เขาเอาของมาประเคน เครื่องดังอะไรมาประเคน หลวงพ่อไม่รับประเคน อ้อ.. หลวงพ่อวัดป่านี้เอาอะไรไปประเคนก็ไม่ยอมรับด้วยมือ เขาว่าไม่รู้รังเกียจอะไร บางคนนี่ แหม... ถ้าหากไม่คิดว่าจะไปถวายแล้วจะหอบคืนกลับบ้านเลยแหละ เขาว่านั่น เพราะเขาไม่รู้เรื่อง พระก็ไม่บอกให้เขารู้ พระภิกษุรับประเคนอาหารค้ำกั้นไว้ ตื่นเช้ามาต้องอาบัติปาจิตตีย์ ไม่มีใครบอก ถ้าขึ้นไปบอกเดี๋ยวเขาจะไม่ประเคน เขาเอาของเงินมาจะยื่นใส่มือ จะบอกว่ารับไม่ได้หรอกมันผิด อาบัตก็กลัวเขาจะไม่ประเคน ก็เลยไม่กล้าบอกเขา นี่เราถูกปิดบังมาสองพันห้าร้อยกว่าปีมาแล้ว โดยเฉพาะในประเทศไทย

ปฏิบัติ ลัดตรง ลมรรคผล ตนพึ่งตน สายกลาง ทนทางข้าม

สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อให้บรรลุมรรคผล หรือให้เป็นแนวทางที่จะนำสมาธิไปใช้ประโยชน์ในทางที่ไม่ผิดกฎหมายหรือศีลธรรม เราต้องอาศัยศีล สมาธิที่มีศีลเท่านั้นที่จะนำวิถีของผู้บำเพ็ญให้ดำเนินไปสู่สัมมาสมาธิโดยถูกต้อง

จุดเริ่มแห่งการทำความดีย่อมมีกฎหรือระเบียบอันเป็นข้อมูลกายวาจาและใจของเราที่จะรองรับคุณธรรมหรือความดีนั้น เราก็ต้องชำระให้บริสุทธิ์สะอาดตามสมควร ศีล ๕ ประการนี้ เป็นแม่บท เป็นรากมูล เป็นจุดเริ่มต้น เป็นต้นพรหมจรรย์ของผู้ปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

สมาธิมีขั้นเดียว คือสมาธิ มันก้าวไประดับไหนก็คือสมาธิอันเดียว

อย่าไปนับขั้นนับตอน ขอให้มันเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว เราละบาปได้หรือเปล่า ศีล ๕ ของเราบริสุทธิ์หรือเปล่า เอาคนที่ตรงนี้เป็นเครื่องตัดสิน เรื่องของสมาธิใครจะไปถึงขั้นใดตอนใด ถ้าจิตไม่บริสุทธิ์ไม่มีทาง

ขอให้ถือคติว่า สมาธิหรือการปฏิบัติธรรมอันใด ถ้าหากมันเป็นไปเพื่อความอยากใหญ่ เป็นไปเพื่อพอกพูนกิเลส เป็นไปเพื่อการกระทำอะไรแปลกๆ ต่างๆ เช่น อย่างการเป็นหมอดูด้วยสมาธิ เป็นต้น ฟังเข้าใจเถิดว่า มันเป็นมิจฉาสมาธิ ซึ่งออกนอกหลักพระพุทธศาสนา

สมาธิในพระพุทธศาสนา จะต้องเป็นสัมมาสมาธิ ที่ประกอบพร้อมด้วยองค์อริยมรรค ผู้ปฏิบัติเมื่อจิตประชุมพร้อมลงสู่องค์อริยมรรคแล้ว จิตจะดำเนินไปเพื่อความหมดกิเลสเท่านั้น ไม่เป็นไปเพื่อความพอกพูนกิเลส

ขณะที่แน่นอนที่สุดก็คือ ฝึกจิตของเราให้มีอำนาจเป็นอิสระแก่ตัวเอง ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยอะไร

กิริยา วาจา มารยาทงาม

ดำเนินตาม รอยพ่อแม่ ครูอาจารย์

การกราบพระเป็นสิ่งที่ครูบาอาจารย์ของเรานี้ถือเคร่งครัดนัก ท่านจะต้องฝึกสอนให้กราบให้ไหว้ให้ถูกต้องตามระเบียบเบญจางคประดิษฐ์ โดยเอาหัวเข่ากับข้อศอกต่อกัน วางมือราบลงกับพื้น นิ้วมือไม่ถ่าง เว้นระยะห่างพอหน้าผากลงได้ ระหว่างคิ้วกับหัวแม่มือจรดกัน ทำหลังให้ตรง ไม่ทำโค้งโค้ง แสดงกิริยามารยาทอันเรียบร้อยงดงาม อันนี้เป็นวิธีการกราบของครูบาอาจารย์ของเราเถื่อนัก

มาสมัยปัจจุบันนี้เท่าที่ชำเลื่องดูแล้ว การกราบการไหว้นี้ ห่าง
ไกลจากครูบาอาจารย์เหลือเกิน

เสียดล ละวาง สร้างประโยชน์

เมื่อก่อนนี้ หลวงพ่อนี้มีแต่นั่งกินบุญของคนอื่น อยากทำบุญ
อย่างเขาบ้างก็ไม่ได้ทำเพราะมันไม่เต็ม เวลานี้มันเต็มแล้ว ถึงไม่ใช่
มหาเศรษฐีแต่มันก็เต็มแล้ว เต็มทั้งคุณธรรม เต็มทั้งวัตรธรรม ใน
เมื่อมันเต็มแล้วมันก็ล้นออกมา ล้นออกมาเป็นทุนการศึกษาเด็กยาก
จนบ้าง เป็นโรงพยาบาลบ้าง เป็นโรงเรียนบ้าง อย่างที่ทำอยู่ทุกวันนี้
ถ้ามันพร้อมแล้ว มันก็ทำได้ทุกสิ่งทุกอย่าง ผลประโยชน์ส่วนตัวก็ไป
โรงพยาบาลบ้าง ไปโรงเรียนบ้าง โรงพยาบาลมหาราชนีก็ ๑๐ ล้าน
ไปแล้วละ นี่เวลานี้ก็มาทำอนามัยอยู่ ๒ แห่ง ก็หมดไป ๕-๖ ล้านแล้ว

ทุกวันนี้ เงินหลวงพ่อได้มา มันทะลักเข้าโรงพยาบาลหมด
เพราะฉะนั้น เงินทองที่ได้มาก็อาจไม่ได้สงเคราะห์ลูกศิษย์ลูกหาเลย
เพราะว่าหลวงพ่อก็มีความจำเป็นต้องเอาไปบำเพ็ญกุศล เพราะว่าเอา
ไปทำโรงพยาบาลนี้ ทุกคนได้รับส่วนแบ่ง ใครไปใช้บริการโรง
พยาบาลทุกคนได้รับส่วนแบ่ง

หลวงพ่อก็มีความคิดอยู่อย่างหนึ่งว่า เมื่อมีพระองค์ใดที่เป็นเจ้า
คณะจังหวัดที่มีความเข้มแข็ง หลวงพ่อจะหาทุนมาให้ตั้งมูลนิธิคณะ
สงฆ์จังหวัด หลวงพ่อตั้งให้โคราชแล้ว ๕ ล้าน ให้มหานิกาย ๓ ล้าน
และให้ธรรมยุต ๒ ล้าน ท่านก็ได้อาศัยดอกผลจากทุนของหลวงพ่อ
ทำงาน

จิตปราโมทย์ ด้วยเมตตา พรหมวิหาร

ท่านเจ้าคุณอริยคุณาธารตอนอยู่กับท่าน ท่านสอนให้เจริญพรหมวิหาร ๔ การภาวนา ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นทางวิมุตติหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงได้นั้น เราต้องเจริญพรหมวิหาร ๔ ประการด้วยเสียก่อน

เพราะการเจริญพรหมวิหารธรรมนี้ เป็นกรรมฐานที่สำคัญสามารถเลี้ยงทั้งศีล เลี้ยงทั้งสมาธิ เลี้ยงทั้งปัญญา อารมณ์จิตก็สบาย มีความเยือกเย็น เราจะเห็นได้ด้วยตนเองว่า เมตตาความรัก กรุณา ความสงสาร สองอย่างนี้ ก็สามารถจะคุ้มศีลให้เกิดความบริบูรณ์ทุกอิริยาบถ เพราะศีลทุกข้อทุกคำ จะทรงอยู่ได้ต้องอาศัยเมตตาและกรุณาทั้งสองอย่าง

เมตตา แปลว่า ความรัก กรุณา แปลว่า ความสงสาร ถ้าเรามีความรัก มีความสงสาร เราก็จะไปทำลายชีวิตคนและสัตว์ ไม่ได้ลัก โขมยหรือปล้นของเขาก็ไม่ได้ จะขยี้แย่งความรักจากคนอื่นก็ไม่ได้ พุดโกหกหลอกลวงก็ไม่ได้ สุรายาต้องอันเป็นของมีนเมาเราก็ล่วงละเมิดไม่ได้ เมื่อทุกอย่างพร้อมมูล เราก็จะไม่สามารถกระทำความชั่วโดยขาดสติสัมปชัญญะ นี่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในตอนหนึ่ง



...ท่านเป็นพระเถระผู้เป็นบัณฑิต มีคุณต้องตาม
พุทธภาษิตที่ยกขึ้นเป็นบทอุเทศ แปลความว่า บัณฑิตพึง
ตั้งตนไว้ในคุณอันสมควรก่อนสอนผู้อื่นภายหลังจึงไม่มัวหมอง
ตามประวัติของท่านนับแต่บรรพชาอุปสมบทแล้วจนปัจจุบัน
ท่านปรากฏว่าเป็นผู้ไม่มัวหมองในศีล ในธรรม ในวินัย
ความไม่มัวหมองในศีล ในธรรม ในวินัยนี้แหละ เป็น
คุณลักษณะพิเศษที่แท้จริงของผู้มีชีวิตประเสริฐ คือชีวิตของ
พระในพระพุทธศาสนา คุณลักษณะพิเศษที่แท้จริงของพระ
ผู้มีชีวิตประเสริฐ มิได้อยู่ที่อติฤทธิ์หรือลาภยศใดอื่น

...ธรรมะเครื่องอยู่ของผู้ใหญ่ ผู้ไม่มัวหมองในศีล ใน
ธรรม ในวินัย ก็คือพรหมวิหารธรรม

(สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชา ตรีสรสเรณูหลวงพ่อบุญ)



งานพระราชทานเพลิงศพ

พระราชสังวรญาณ (พุทธ จานินโย)

ณ วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๓













บูรพาจารย์เจดีย์ หลวงพ่อพุธ จานิโย

พิธีวางศิลาฤกษ์

โดยพระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว)
วันเสาร์ที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๔๓



ขอเชิญร่วมบริจาคสมทบทุนก่อสร้างได้ที่

กองกิจการพลเรือนกองทัพบกที่ ๒ ค่ายสุรนารี

อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๐๐๐

โทรฯ (๐๔๔) ๒๔๕๔๔๖, ๒๕๕๕๓๐-๘ ต่อ ๒๒๐๕๐, ๒๒๐๕๓, ๒๒๐๕๕

หรือบริจาคโดยการโอนเงินเข้าบัญชีได้ที่

ธนาคารทหารไทย สาขาออยสุรนารี

ชื่อบัญชี "ก่อสร้างอนุสรณ์สถานหลวงพ่อพุธ จานิโย"

หมายเลขบัญชี ๕๑๕-๒-๐๕๔๒๓-๔



งานนิทรรศการสวน
อุทยานธรรมชาติ

งานนิทรรศน์สถาน

อุทยานธรรมปฏิบัติ

ณ วัดวะภูแก้ว อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา



วะภูแก้วแห่งนี้ที่พ่อสร้าง

จะไม่ร้างทางธรรมาภิสมัย

จะสืบสานสายธรรมนำสู่ใจ

จะมุ่งให้ดินแดนนี้ใช้ทางธรรม

ร้อยดวงจิตรวมดวงใจสร้างให้พ่อ

อนุสรณ์สถานก่อคุณงาม

ศีล-สมาธิ-ปัญญา พางดงาม

ปรากฏนามเลื่องลือถิ่นแผ่นดินธรรม

● จุดประสงค์และความจำเป็นในการสร้างอนุสรณ์สถาน

วัดวะภูแก้ว...

...เป็นวัดแห่งแรกที่หลวงพ่สร้าง

...เป็นสถานที่ที่หลวงพ่มีความผูกพันมาก จนปรารถนาชื่อว่า "ภูแก้ว
จะเป็นที่สุดท้ายของหลวงพ่"

...เป็นที่ดำเนินการอบรมพัฒนาจิต ในความอุปถัมภ์ของหลวงพ่มากกว่า
๑๐ ปี โดยมีนักเรียน นักศึกษา ข้าราชการครู ข้าราชการตำรวจ
ข้าราชการสังกัดอื่นๆ ตลอดจนประชาชนทั่วไป ผ่านการอบรมไป
แล้วกว่า ๒๐๐ รุ่น รวมจำนวนประมาณ ๘๐,๐๐๐ คน

...กระทรวงศึกษาธิการตั้งเป็น "ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ
กระทรวงศึกษาธิการ" เป็นศูนย์ที่ ๒ ของประเทศ เมื่อปี ๒๕๔๒

...ได้รับการจารึกในคำขวัญของอำเภอสูงเนินว่า "แดนธรรมวะภูแก้ว"

● การบริจาคสมทบทุนก่อสร้าง

บริจาคได้ที่

๑. วัดวะภูแก้ว

๒. วัดป่าศรัทธาธรรม

๓. โอนเงินเข้าบัญชี

ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขานนนิมิตรภาพ

ชื่อบัญชี : พระครูคุณสารสัมพันธ์

เลขที่บัญชี ๖๖๖-๒-๑๑๙๖๔-๙

● ทุนก่อสร้าง

ทุนในการก่อสร้างประมาณ ๓-๕ ล้านบาท

สายใยหลวงพ่อ... มอธรรม นำพร... มุลนิธิสายธารธรรม และ โครงการอบรมพัฒนาจิต ณ วัดวะภูแก้ว

ดร. ดาราวรรณ เด่นอุดม



หลวงพ่อ คือผู้ให้ธรรมคำสอน

ธรรมะคำสอนของหลวงพ่อ ก่อเกิด"มอธรรม นำพร"

"มอธรรม นำพร" เป็นหลักในการก่อตั้งมุลนิธิสายธารธรรม

มุลนิธิสายธารธรรม คำจูนโครงการอบรมพัฒนาจิต

ปี ๒๕๓๑ คือจุดเริ่มต้นของสายใยจากหลวงพ่อจนถึงโครงการอบรมพัฒนาจิต เมื่อหลวงพ่อมอบทุนสนับสนุนการอบรมสมาธิครูในเขตการศึกษา ๑๑ จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท เสริมบของทางราชการที่จัดสรรให้ค่อนข้างจำกัด ในการจัดอบรมครู ๒ รุ่นๆ ละ ๕๐ คน เป็นเวลารุ่นละ ๗ วัน แต่ด้วยการบริหารจัดการที่ประหยัดที่สุด จึงไม่ได้นำงบประมาณของหลวงพ่อมาใช้เลย จึงขออนุญาตหลวงพ่อนำเงินก้อนนี้ตั้งเป็นกองทุน เพื่อใช้อบรมสมาธิครูในปีต่อไป โดยมีการอบรมปีละ ๑-๒ รุ่น เมื่อปิดการอบรม ผู้เข้าอบรมจะทอดผ้าป่านำเงินถวายหลวงพ่อ ซึ่งท่านก็จะมอบเงินเข้าสมทบกองทุนทุกครั้ง จนในปี ๒๕๓๓ เงินในกองทุนเพิ่มขึ้นจนถึง ๕๐,๐๐๐ กว่าบาท หลวงพ่อปรารภว่า "กองทุนนี้น่าจะมีเงินสัก ๒ ล้านบาท" ข้าพเจ้าได้ฟังแล้วมองไม่เห็นหนทางว่าจะทำให้กองทุนมีเงินออกเงยถึง ๒ ล้านบาทได้อย่างไร และคิดว่าหลวงพ่อคงพูดเล่น

จนกระทั่งเดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๓๓ ระหว่างการอบรมสมาธิครูที่วัดวะภูแก้ว ข้าพเจ้าได้นั่งภาวนาร่วมกับผู้อบรม และได้เกิดความคิดแวบขึ้นมาว่า "ทำไมไม่ทำ ส.ค.ส. ธรรมะหาทุน เพราะปีไหนใครๆ ก็ต้องส่ง ส.ค.ส. กันอยู่แล้ว" และยังเกิดความคิดขยายต่อไปภายหลังว่า เราไม่ได้บังคับให้ใครซื้อ

แต่ถ้าใครช่วยซื้อ ก็จะได้บุญหลายทอด คือ ได้สนับสนุนการก่อตั้งกองทุนที่ใช้ในการสนับสนุนการปฏิบัติธรรม และได้บุญส่วนที่ให้ธรรมทานกับผู้รับด้วย จึงนำเรื่องนี้ไปกราบเรียนหลวงปู่ ท่านพูดขึ้นทันทีว่า “ดี ๆ ทำเลย แล้วทำตลอดไป อย่าหยุดนะ”

“มอบธรรม นำพร” ปี ๒๕๓๔ เรื่อง สมาธิเพื่อชีวิต จึงออกเผยแพรเป็นครั้งแรก ติดตามด้วยฉบับต่อๆ ไป จนถึงปีปัจจุบัน พ.ศ. ๒๕๔๔ เป็นจำนวน ๑๑ ฉบับ ในที่สุดด้วยเงินสะสมจากการจำหน่าย ส.ค.ส. มอบธรรม นำพร และเงินบริจาคจากผู้มีจิตศรัทธาอีกส่วนหนึ่ง ได้รวบรวมเงินจดทะเบียนก่อตั้ง มูลนิธิสายธารธรรม ในความอุปถัมภ์ของพระราชสังวรญาณ (พุทธ จาณิโย) ด้วยเงินทุนก่อตั้งครั้งแรก ๑ ล้านบาท เมื่อวันที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๓๗

ณ วันนี้ มูลนิธิสายธารธรรม มีเงินสะสมร่วม ๓ ล้านบาท ได้จัดดอกผล (ตามหัวข้อตกลงของคณะกรรมการ) ๕๐% สนับสนุนโครงการอบรมพัฒนาจิต ณ วัดวะภูแก้ว และจัดสรรให้คณะอนุกรรมการมูลนิธิ จังหวัดชัยภูมิ บุรีรัมย์ สุรินทร์ และศรีสะเกษ จังหวัดละ ๑๐% เพื่อจัดโครงการพัฒนาคุณธรรมครู-นักเรียนในจังหวัด

ผลงานการอบรมพัฒนาจิต ณ วัดวะภูแก้ว

ตั้งแต่ปี ๒๕๓๒ - ๒๕๔๓

อบรมครู	จำนวนรุ่น	จำนวนผู้เข้าอบรม
๒๕๓๒	๑	๖๘
๒๕๓๓	๒	๑๓๕
๒๕๓๔	๑	๖๒
๒๕๓๕	๑	๘๒
๒๕๓๖	๒	๑๘๗
๒๕๓๗	๑	๙๓

๒๕๓๘	๑	๗๘
๒๕๓๙	๑	๘๘
๒๕๔๐	๑	๙๐
๒๕๔๑	๑	๙๕
๒๕๔๒	๑๑	๒,๐๐๕
๒๕๔๓	๒	๑๘๑
รวม	<u>๒๕</u>	<u>๓,๑๖๔</u>

อบรมนักเรียน-นักศึกษา	จำนวนรุ่น	จำนวนผู้เข้าอบรม	ครูผู้ดูแล
๒๕๓๓	๒	๓๑๕	-
๒๕๓๔	๓	๓๔๐	-
๒๕๓๕	๑๕	๒,๓๔๒	-
๒๕๓๖	๑๙	๓,๙๔๑	-
๒๕๓๗	๒๖	๖,๗๓๑	๓๑๖
๒๕๓๘	๒๖	๗,๙๔๓	๓๓๐
๒๕๓๙	๒๕	๘,๓๙๔	๓๔๐
๒๕๔๐	๒๙	๑๐,๑๕๘	๓๙๕
๒๕๔๑	๒๗	๙,๕๘๐	๓๘๔
๒๕๔๒	๒๗	๙,๔๓๕	๓๖๗
๒๕๔๓	๒๗	๘,๙๙๑	๓๘๗
รวม	<u>๒๒๖</u>	<u>๖๘,๑๗๐</u>	<u>๒,๕๑๙</u>

อบรมข้าราชการตำรวจ	จำนวนรุ่น	จำนวนผู้เข้าอบรม	ครูผู้ดูแล
๒๕๔๑	๙	๑,๘๔๓	๑๐๒
๒๕๔๒	๗	๑,๓๔๓	๒๐
๒๕๔๓	๑	๑๕๙	๒๐
รวม	<u>๑๗</u>	<u>๓,๓๔๕</u>	<u>๑๔๒</u>

อบรมสามเณร	จำนวนรุ่น	จำนวนผู้เข้าอบรม	ครูผู้ดูแล
๒๕๔๐	๑	๑๕๑	-
อบรมข้าราชการสังกัดอื่น	จำนวนรุ่น	จำนวนผู้เข้าอบรม	ครูผู้ดูแล
๒๕๔๓	๑	๘๕	-

การให้ทุนสนับสนุนจากมูลนิธิสายธารธรรมฯ
(เฉพาะโครงการอบรมพัฒนาจิต ณ วัดวะภูแก้ว)
ตั้งแต่ปี ๒๕๓๒ - ๒๕๔๓

ปี พ.ศ.	เงินสนับสนุนจาก	จำนวน (บาท)
๒๕๓๒-๓๕	กองทุนพระภวนาพิศาลเถร	ไม่ได้เก็บข้อมูล
๒๕๓๖	กองทุนพระภวนาพิศาลเถร	๑๑๕,๘๕๐.-
๒๕๓๗	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๑๖๖,๓๕๐.-
๒๕๓๘	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๑๗๓,๙๗๐.-
๒๕๓๙	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๒๒๖,๖๒๘.-
๒๕๔๐	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๒๖๓,๒๐๐.-
๒๕๔๑	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๒๒๑,๕๐๐.-
๒๕๔๒	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๒๑๒,๕๐๐.-
๒๕๔๓	มูลนิธิสายธารธรรมฯ	๒๑๑,๐๐๐.-
รวมทั้งสิ้น		<u>๑,๕๙๐,๙๙๘.-</u>

รายนามผู้สนับสนุนการจัดพิมพ์

"งานียุชา ๒๕๔๔"



รายละเอียด ๓๐,๐๐๐ บาท

เหรียญ-วรรณิ จิงวิวัฒนาภรณ์ และครอบครัว

รายละเอียด ๒๐,๐๐๐ บาท

ปรีชา-รศ.ไพพรรณ พรประภา
สาคร สุขศรีวงศ์

กอบชัย-สุกัญญา ขอโสตติกุล

รายละเอียด ๑๐,๐๐๐ บาท

ดำรง มงคลจิตตานนท์

รายละเอียด ๘,๐๐๐ บาท

สิริศิลป์ เจียสุวรรณ

รายละเอียด ๕,๐๐๐ บาท

นพ.เสรี วรรณไกรโรจน์

ทศพล-วีพร ดันติวงษ์

ลักขณา วุฒยากร

พลโท สาคร-ภาคินี สายะสิต

ทญ.เรวดี สุรัสวดี

สุพจน์ ทองนพคุณ

ดร.นุมนวล อุดมพวงษานนท์

พญ.อมรา มลิล

สุวัตร-จิรพันธุ์ ดันติวงษ์

ประภากร โรจน์กิตติคุณ

อภิญญา ดันติวงษ์

รายละเอียด ๓,๐๐๐ - ๔,๐๐๐ บาท

ครอบครัววงษ์ขวดีตกุล (๔,๐๐๐)

พญ.สมจิตร พุ่มไทร (๓,๒๐๐)

พุทธชาติ รัตนบรรณกิจ (๓,๐๐๐)

รายละเอียด ๒,๐๐๐ บาท

พระครูปลัดมงคลวัฒน์	ชนาเมธ เมฆมณี
ทญ.ศิริกาญจน์ สุทรวงศ์	พัชรธาร จารุมาศ และครอบครัว
ดร.จิตติมา-น.สพ.อนุสรณ์ โรจน์กิตติคุณ	ลาวัลย์ เอียสกุล

รายละเอียด ๑,๑๐๐ บาท

คณะศึกษานิเทศก์วัดพล กรมสามัญศึกษา

รายละเอียด ๑,๐๐๐ บาท

ศุภโชค-สุธีรา สัพพะยา	ละเอียด จุฑานันท์ - กิ่งแก้ว อารีรักษ์
พลปิยะ จิตติเวส	มานิดา หะโยดม และครอบครัว
บังอร เสดนนท์	ลำลี ศรีทอง และบุตรหลาน
วิมล อุดมพวงยานนท์	ปราณี เดิมปิตพิงษ์ และครอบครัว
มาลา คงสุตยานนท์	ดวงใจ ฉัตรเพชร
จุฑา พงศ์สมัย	ชุตินา ตั้งเถกิงเกียรติ
วิไล ก่อเศรษฐราชต์	สวสสม ยะศึกษา และครอบครัว
ดร.ปฐม นิคมานนท์	

และ คณะศึกษานุศิษย์

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ

๘๐ ปี ทลวงพ่อพุทธ



กระแสนของโลกมีคู่ทั้งนั้น เป็นวิสัยของโลกีย์
มีดคู่กับสว่าง เย็นคู่กับร้อน สุขคู่กับทุกข์
แต่โลกุตระ เป็นเดี่ยว คือ อุเบกขาตัวเดียว
ซึ่งเป็นผลมาจากความวิมุตติหลุดพ้น
ผู้ที่พ้นแล้ว จึงมีแต่ความเย็นใจ ไม่ดีนร้อน

งานนิทรรศการ ๒๕๔๔

๘๐ ปี ทอวพอพุทธ

พิมพ์ครั้งที่ ๑

กุมภาพันธ์ ๒๕๔๔

จำนวนพิมพ์ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

ท่านผู้ใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

โปรดพิมพ์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาต

หากพิมพ์เพื่อจำหน่าย ขอสงวนสิทธิ์



ทำหนังสือส่วนจำพวก
โรงพิมพ์

ชวนพิมพ์

โทร. 2803542, 2810541 แฟกซ์ 2813181
2813180, 2822114

469 ถนนพระสุเมรุ แขวงบวรนิเวศน์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200

นายจิโรจน์ ศรีสงคราม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. 2544

