

ปฏิบัติให้พ้นทุกข์ในชาติปัจจุบัน

หลวงปู่สิม พุทธาจาโร

ณ บัดนี้ ถึงเวลานั่งสมาธิภาวนา อย่ามัวคิดฟุ้งซ่านไปที่อื่น
ตั้งใจขึ้นมา ตั้งตัว ตั้งกาย ตั้งหมดทุกอย่าง ตั้งแต่ดวงจิตดวงใจ
ขึ้นมา ใจของคนเราก็คือรูปร่างกาย ให้มันเป็นสามัคคี ทำอะไรให้
มันพร้อมอยู่ในใจ เมื่อใจต้องการอย่างไร กายก็ให้เป็นอย่างนั้น
ดูพระสาวกเจ้าทั้งหลายในครั้งพุทธกาล ท่านที่บวชเรียนเขียน
อ่านเป็นภิกษุภิกษุณี สามเณร สามเณรี ท่านที่เป็นอุบาสก
อุบาสิกาสมัยนั้น ท่านมีความหมั่นความขยันไม่ทอดอ้อย คำว่า
พุทธโธ หรือพุทธคุณ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน มันเจริญอยู่ในใจ สวดในใจ
สวดทั้งนอกทั้งใน ท่านเจริญธรรมกัมมัฏฐาน มีศรัทธาแก่กล้า
อย่างสมัยพระพุทธเจ้าของเรา เมื่อยังมีชีวิตจิตใจอยู่ ท่าน
ไปเทศน์แสดงธรรมที่เมืองกุรูราช แสดงมหาสติปัฏฐาน **มหาสติ
ปัฏฐาน ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม** พระองค์ไปตรัสเทศนา
สอนคนเมืองนั้น และเมืองกุรูราชนั้นเป็นเมืองไม่ใหญ่เท่าไหน
เป็นเมืองยังไม่เจริญเหมือนเมืองใหญ่ต่างๆในสมัยนั้น แต่

ศรัทธาญาติโยมเลื่อมใสศรัทธาในมหาสติปัญญา ๔ ตาม
ตำนานญาณหลวงปู่มั่นท่านว่า หลวงปู่มั่นในเวลานั้นท่านก็ยังไม่
อยู่อินเดียยังเป็นแขกอินเดียอยู่ เป็นคนเมืองกุฎราช แต่เป็นคน
ชั้นกลาง ได้เห็นพระพุทธเจ้าได้กราบได้ไหว้ ได้เห็นรัศมี ๖
ประการ ได้ฟังธรรมเกิดศรัทธาปสาธา ความเชื่อความเลื่อมใส
อันสูงสุดในเวลานั้น จนได้ตั้งใจว่า จะเอาให้ได้เป็นพระพุทธเจ้า
อีกองค์หนึ่งในอนาคตกาล แต่ก็บำเพ็ญทานรักษาศีลภาวนา
พร้อม จนกระทั่งเกิดตายๆ มา ๒๔๐๐ ปี จนมาเกิดอยู่ใน
ประเทศไทย อุบลราชธานี มาชาติปัจจุบัน หรือว่าหลายชาติ
มาแล้ว ท่านก็ได้บวชในศาสนา เมื่อมาบวชในศาสนาแล้ว
ภาวนาจิตใจสงบระงับตั้งมั่นในการภาวนาดีขึ้นโดยลำดับ จึงมา
ถอน ถอนคำปฏิญาณในใจของตัวเองว่า จะเอาเป็น
พระพุทธเจ้านั้นมันกินเวลานาน ได้อยู่แต่เวลานาน จะไปนิพพาน
ในภพนี้ชาตินี้ไม่ได้ ท่านก็เลยหยุด ไม่เอา เมื่อบุญบารมีแก่กล้า
เห็นทุกข์เห็นโทษเห็นภัย ในโลก ในวัฏสงสารนั้น ตั้งใจปฏิบัติ
ภาวนา เอาพ้นทุกข์ภัยในโลกปัจจุบันนี้เสีย

เราจึงได้เห็นหลวงปู่มั่นขยันหมั่นเพียร มีความสามารถอาภ
หาญ การที่ท่านมาเกิดในสมัยนี้ มาพาพระสงฆ์องค์เจ้า
ประพฤติปฏิบัติในการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐาน ตลอดจนถึงข้อ
วัตรปฏิบัติต่างๆแต่ก่อนนี้มันเสื่อมไปจนว่าวัดป่าก็ไม่มียังเหลือ
แต่วัดบ้าน วัดบ้านก็ร่อแร่เต็มที เมื่อหลวงปู่มั่นมาบวชในศาสนา
เจริญภาวนา ท่านก็แก้ไขให้มีวัดป่าขึ้น ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็เรียกว่า
อยู่ในป่า สร้างวัดป่าขึ้นมา แต่ก่อนนี้ก็มีแบบพระอุดงค์ภาค
กลาง เวลาจำพรรษาก็จำพรรษาวัดบ้านธรรมดา ออกพรรษา
แล้วดินแห้งก็ออกอุดงค์แบกกลดใหญ่ สะพายย่ามไปภาวนา
ตามที่ชอบใจ จะไปอุดงค์ก็ไป แต่ก่อนๆมีอย่างนั้น เมื่อหลวงปู่
มั่นท่านขยันภาวนา ท่านไม่เอาอย่างนั้น โกลั้จะเข้าพรรษาก็ให้
จัดเสนาเสนาะ ไม่ต้องเอาหุงหยา เอาพอกันฝนกันแดดกันลม
เป็นที่จำพรรษาชั่วระยะเวลาไตรมาสสามเดือน ให้ญาติโยม
ปลูกกระท่ออบกฐิน้อยให้อยู่ มีศาลาโรงฉันมุงหญ้ามุงคากี้
พอแล้ว

ที่นั่นเมื่อท่านมาวิวัฒน์พัฒนาการมาได้ สมัยนี้ทางภาค
อีสานถ้าไปที่ไหนก็จะมีวัดป่าอย่างว่านี่แหละ แบบง่ายๆ แต่
สมัยนี้ก็แบบใหญ่โตแบบอันนั้นมากขึ้นมาแล้ว ลำบากหน่อย
ถ้าออกพรรษาแล้วท่านก็ออกพาเดินจงกรม พาไปจุดงค์ไม่ให้อยู่
ไปหาที่ภาวนาที่ภูเขา ที่ถ้ำที่วิเวก ที่ไหนมีก็ไปเจริญภาวนา
ไม่ให้ไปมาก ไปองค์สององค์ เพื่อจะได้ไปปฏิบัติบูชาภาวนา
จริงๆ เมื่อขัดข้องอย่างไรก็มาหาท่าน มาหาครูบาอาจารย์ให้
แนะนำตักเตือนแก้ไข ในช่วงชีวิตของท่านนี่แหละก็เรียกว่า
เจริญรุ่งเรืองขึ้นมาได้ ให้ชื่อว่าพระวัดป่าหรือพระกรรมฐาน พระ
จุดงค์ทั่วไป หรืออย่างเชียงใหม่ แต่ก่อนยังไม่มีพระกรรมฐาน
พระจุดงค์ก็ขยายไม่ออก พระทางวัดบ้านเขาไม่ยอม ไม่ยอมให้
มี กลัวจะไปทำลายลาภสักการะของเขา แต่เมื่อหลวงปู่มั่นและ
ลูกศิษย์หลวงปู่มั่นม้านขยายออกไปได้ มีวัดป่าวัดกรรมฐาน
มากวัดต่อไป

เนี่ยแหละอาศัยหลวงปู่มั่นท่านขยัน สมัยท่านยังมีชีวิตจิตใจ
อยู่ท่านไม่ทอดย ภาวนาในป่าในถ้ำในที่วิเวก อี้อ้อมูเซอที่ไกลๆ

สูงๆ ภูเขาสูงที่สุดท่านก็ไปอยู่ได้เพราะท่านมีความอดทน ท่าน
ไม่ถือความสุขสะดวกสบาย แม้ภูเขาสูงขนาดไหนเวลาเย็นๆ
ค้ำๆท่านไปส่องน้ำก็จะเอาบั้งไม้ไผ่สะพานลงไป ไม้ลำใหญ่ๆ ไม้
หกไม้ซาง นอกจากส่องน้ำแล้วก็เอาน้ำขึ้นมาใช้ในที่พักอาศัย
สะพานขึ้นมา ถ้ามีลูกศิษย์ ลูกศิษย์จะช่วย ถ้าไม่มีองค์ท่านก็
หมั่นขยันทำได้ คือมีความเพียรความหมั่นความขยันเท่านั้น
แหละ มันทำได้ทั้งนั้น คือท่านไม่มุ่งเอาความสะดวกสบาย มุ่ง
เอาประโยชน์ที่ไหนก็ตามให้มีที่ภาวนาเดินจงกรมปฏิบัติบูชา
ภาวนาได้เต็มที่เต็มฐาน ท่านเอาการปฏิบัติเป็นหลัก ถ้าหากว่า
เกิดเจ็บไข้ได้ป่วยท่านก็มักสอนว่าไม่ให้นอนมากเกินไปให้เดิน
จงกรมให้มาก นั่งสมาธิภาวนาแล้วก็เดินจงกรม เดินจงกรมแล้ว
ก็ไหว้พระสวดมนต์นั่งภาวนาสลับเปลี่ยนแปลงไป เพื่อร่างกาย
จะได้อยู่ดีสบายจะได้ปฏิบัติภาวนาต่อไป อย่างที่เคยได้แล้วว่า
ท่านเดินจงกรมก่อน ๒ ชั่วโมง ขึ้นไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ๒
ชั่วโมงก็พอดี ๔ ทุ่ม ๔ ทุ่มท่านก็จำวัด จำก็อยู่ใน ๔ ชั่วโมง
เท่านั้นแหละ ตี ๒ ท่านก็ลุกขึ้นมาเดินจงกรม ๒ ชั่วโมง ไหว้พระ

๒ ชั่วโมง นั่งสมาธิไหว้พระ ๒ ชั่วโมงก็พอดีแจ่มสว่างไป
บิณฑบาตรอันนี้นับว่าท่านทำได้

เราก็ให้ตั้งใจขึ้นมา มีขา ๒ ขาเหมือนท่าน มีมือ ๒ มือ
เหมือนท่าน มีตา ๒ ตา มีหู ๒ หู มีจมูก ๒ ป่อง มีกายมีจิต
เหมือนๆท่าน ท่านทำได้เราก็ให้ทำได้โดยเฉพาะแล้วต้องการ
การละกิเลส ความโกรธ ความโลภ ความหลง กิเลสราคะ โทสะ
โมหะในจิตใจของเราให้มันเบาไป บางไป หมดไป ลื่นไป ไม่ใช่
เพิ่มขึ้น

ธรรมดาหลวงปู่มั่นสมชื่อ ชื่อก็มั่น มั่นคงเวลาท่านทำอะไรก็
มั่นคงหนักแน่น ไม่ท้อถอย มีจิตใจแน่วแน่เด็ดขาด ดูรูปที่ท่าน
ยืนให้เขาถ่าย ถ้ามองแสงตาดูสายตาของท่าน จิตใจแข็ง ไม่ย่อ
ท้อ ไม่กลัว ที่นี้ลูกศิษย์สมัยเนี่ยเมื่อมีชีวิตอยู่อย่างนั้น ไม่ค่อย
ใครจะไปอยู่ใกล้แหละ ถ้าทำไม่ถูกท่านก็ไล่หนีไล่ไปไม่ให้อยู่ คือ
ท่านต้องการผู้ตั้งใจปฏิบัติ ไม่ใช่เพียงแต่ว่าอยู่สบายไม่ภาวนา
ไม่ละกิเลส หลวงปู่มั่นนั้นท่านภาวนาละกิเลส ท่านมีความหมั่น

ขยัน เดินจงกรมไหว้พระสวดมนต์นั่งกรรมฐานภาวนา มีกิจวัตร
ใดเกิดขึ้นท่านก็ทำได้

อันเราทุกคนที่เกิดมาสุดท้ายภายหลังก็ให้ตั้งอกตั้งใจ
ภาวนา ภาวนาอย่างเดียว นั่งสมาธิภาวนาอย่างเดียวก็ไม่พอ ให้
เดินจงกรมบ้าง การเดินจงกรมนั้นเป็นการเปลี่ยนอิริยาบถ นั่ง
นานๆแล้วยืน ยืนนานๆแล้วก็เดิน เดินกลับไปกลับมาภาวนาพุท
โธในใจ ตั้งใจอยู่เสมอไม่ยอมอยู่ใต้อำนาจกิเลสความโกรธ
ความโลภ ความหลง พยายามฝึกฝนจิตใจของตนให้มีความแก่
กล้าสามารถในการที่จะประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมวินัยคำ
สอนของพระพุทธเจ้า

ในสมัยเมื่อหลวงปู่มั่นท่านยังอยู่ ความเจริญรุ่งเรืองในทาง
ปฏิบัติบูชาจึงมีมาก เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ลูกศิษย์อยู่ภายหลัง
ก็ไม่ขยันเหมือนท่าน อันนี้เราต้องตั้งใจขึ้นมา มันอยู่ที่ความ
ตั้งใจของผู้ปฏิบัติ เมื่อเรานึกถึงพุทโธ คุณพระพุทธเจ้า ในพุทโธ
คุณพระพุทธเจ้านั้นแหละ พระธรรมก็มีอยู่ที่นั่น พระอริยสงฆ์
สาวกก็มีอยู่ที่นั่น คุณครูบาอาจารย์ก็มีอยู่ที่นั่น พระสงฆ์สาวกองค์

พระอรหันตาก็อยู่ที่นั่น พุทโธพระพุทธรูเจ้าที่นั่นแหละกว่าจะได้ถึง
คำว่าพุทโธจะต้องภาวนาปฏิบัติบูชาเอาจริงเอาจัง ไม่ใช่ว่า
ปล่อยไปเหมือนตกไปในกระแสน้ำ ให้น้ำไหลไป ไม่ได้ ผู้ภาวนา
ผู้ปฏิบัติธรรมให้ทวนกระแส ทวนกระแสใจของตัวเองอยู่
ตลอดเวลา ธรรมดาใจกิเลสมัน มันไหลไปสู่ทางต่ำ เหมือนฝนที่
ตกลงมาจากฟ้ามาบนภูเขาไหลลงมาเป็นห้วยเล็กน้อย ไป
รวมกันเป็นแม่น้ำลำธารใหญ่โตขึ้นไปโดยลำดับ น้ำนั้นก็ไหล
ลงไปสู่ทะเลมหาสมุทร ธรรมดาน้ำไหลลงไปที่ต่ำฉันใด ใจ
คนเราทุกคนนั้น ถ้าไม่มีการปฏิบัติบูชา ไม่มีภาวนา ไม่มีทาน ไม่มี
ศีล มีไม่สมาธิ ไม่มีปัญญา จิตใจมันจะไหลไปสู่ทางต่ำ
เสมอ คำว่าต่ำเตี้ยก็คือไหลลงไปสู่หากิเลส กิเลสความโกรธมัน
อยู่ที่ไหนใจมันก็จะไปข้องไปแวะอยู่ในกิเลสความโกรธความ
ขัดเคืองนั้น กิเลสความโลภหรือว่าราคะตัณหาเมื่อมันเกิดมีใน
จิตในใจแล้วมันก็จะไหลไปที่ต่ำ ถ้าใครทำตามอำนาจกิเลสความ
โกรธก็ดี ความโลภก็ดี ความหลงก็ดี ไม่มีทางที่จะดีขึ้นมาได้ มี
แต่จะเสื่อมเสีย จิตใจมันตกต่ำไปไม่สูงขึ้น

จึงมีการระลึกถึงพระบรมครูศาสดาจารย์สัมมาสัมพุทธ
เจ้าของเราทั้งหลายนับตั้งแต่พระองค์ตั้งปณิธานความหมายมั่น
ปณิใจว่าจะบำเพ็ญบารมีให้ได้ ตรัสรู้เป็นพระศาสดาสัมมาสัม
พุทธเจ้าขึ้นในโลก จะบำเพ็ญ ทาน ศีล ภาวนาให้เต็มที่จนให้
เต็มเปี่ยมในหลักที่ว่า ๔ อสงไขยแสนมหากัปป์ ตั้งแต่นั้นมา
พระองค์ก็ไม่มีความท้อถอยประการใด ไม่ว่าจะมาเกิดเป็นคน
ทุกข์ไร้อนาถา แม้ยังเป็นสัตว์สิ่งเดียวิจฉานอยู่ก็ตาม เมื่อถึงวัน
พระวันศีล จะเป็นนกเขา นกกระทา เป็นสัตว์อะไรก็ตาม ท่านก็
รักษาศีล รักษาศีล ๕ รักษาศีล ๘ ยิ่งถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์เป็น
คนแล้วก็ยังเอาใหญ่ ทานศีลภาวนาท่านบำเพ็ญอยู่ตลอดเวลา
ด้วยอำนาจจิตใจท่านไม่ท้อถอยนั่นเอง แม้จะมาเกิดมาตายบน
โลก ๔ อสงไขย แสนมหากัปป์ น้ำพระทัยใจพระพุทธเจ้าก็
แข็งแกร่งแล้วกล้าสามารถ ได้ตรัสรู้พระอนุตตระสัมมาสัมโพธิ
ญาณ ตัดกิเลสขาดสะบั้นหันเหเลิก เป็นพระพุทธเจ้าเป็น
สัมมาสัมพุทธเจ้าขึ้นมาในโลกแล้วก็มีเมตตาการุณแก่่มนุษย์
เทวดา อินทร์ พรหมทั้งหลาย ช่วยมนุษย์คนเรา แม้พระองค์ท่าน

มีชีวิตไม่มาถึงพวกเราทั้งหลาย ท่านก็ยังวางพุทธศาสนา
ประดิษฐานไว้ห้าพันปี ศาสนาของพระองค์จึงจะหมดจากโลกนี้
เวลาก็ล่วงไปแล้ว ๒๕๒๖ ปีนี้ก็นับว่าเราทุกคนยังเป็นผู้มีโชค
ดีอยู่ เราเกิดมานี้ภพนี้ชาตินี้ก็ยังสามารถเข้าสู่พุทธศาสนายังอยู่ใน
เขตชายศาสนาของพระองค์ แล้วเราทุกคนก็จะได้รับแรงปฏิบัติ
บูชาภาวนา สร้างคุณงามความดีต่างๆ ให้เกิดมีขึ้น เพราะการ
อยากได้ดีนั้นมันก็มีอยู่ทุกหัวใจ มีอยู่ทุกคน แต่มันจะดีได้ต้อง
อาศัยปฏิบัติบูชาภาวนา ปฏิบัติบูชาภาวนานี้หมายความว่าลง
มือทำ ลงมือปฏิบัติ ลงมือทำบุญให้ทาน ลงมือรักษาศีล ๕ ศีล
๘ ขึ้นไป ลงมือท่องมนต์สาธยายคำสอนของพระพุทธเจ้าจนลง
มือไหว้พระสวดมนต์ตามกาลเวลาของหมู่คณะ แล้วก็นั่ง
กรรมฐานภาวนาอย่าไปบ่นว่ามันเจ็บนั่นเจ็บนี่เป็นนั่นเป็นนี่ไม่
ต้องว่า ถึงจะไปบ่นให้มันก็ไม่หายเจ็บถ้ามันหน้าที่มันต้องเจ็บ
มันก็เจ็บ ธรรมดารูปร่างกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม
จะไม่ให้มันเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นไปไม่ได้ หรือว่าเกิดมาแล้วจะ
เยียวยาพยาบาลไม่ให้มันแตกมันตายก็ไม่ได้อีก ในทางที่ดีที่

เหมาะที่สม ชั่วชีวิตของเราที่ยังมีอยู่ พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า
อย่าได้ทำถ้อย บำเพ็ญภาวนารักษาศีลของตนให้บริสุทธิ์

อันศีลบริสุทธิ์นั้นจะไปเพ่งเล็งเอาตามสิกขาบทวินัยก็ไม่
ค่อยเต็มเท่าไรหรอก คำว่าศีลบริสุทธิ์ทุกครั้งที่เรานั่งสมาธิภาวนา
ไหว้พระสวดมนต์เสร็จแล้วเราก็นั่งภาวนาทุกคืนระยะเดี๋ยวนี้ก็
ตามระยะต่อไปก็ตาม เวลาชั่วระยะที่เรานั่งภาวนาอยู่ใน
ขณะนั้นแหละ ให้ถือว่าศีลของเราบริสุทธิ์ สมทานศีลในใจ คำว่า
ศีลบริสุทธิ์ เรานั่งบริกรรมภาวนาพุทธโธอยู่ในใจ ไม่ได้ฆ่าสัตว์ที่
ไหน ไม่ได้ลักขโมยใคร ไม่ได้ประพฤตินอกใจ ไม่ได้กล่าว
มุสาวาท ไม่ได้ดื่มกินสุราเมรัยเป็นต้น นั่นแหละถือว่าเวลา
ปัจจุบันนั้น ศีลของเราก็บริสุทธิ์ สมาธิที่ตั้งใจให้มั่นคง ไม่ให้หลง
ไปกับคน สัตว์วัตถุทั้งหลาย ตั้งใจภาวนาพุทธโธ หรืออุบาย
ใดถูกกับจริตจิตใจของเราก็ให้นึกอุบายนั้น

เมื่อนึกอุบายอื่น ๆ มันยังไม่สงบ ก็อย่าลืมอุบายคำว่าความ
ตาย ความตายนั้นเป็นยอดธรรม ถ้าผู้ใดนึกถึงความตายจิตใจ
ยังประมาทอยู่ ยังเข้าใจว่าเราไม่ตาย ไม่ได้ ความตายนั้นไม่มี

ใครไปแก้ไขได้ ความตายมันไม่ใช่ว่าแก่ชราไปมาไม่ได้แล้วก็
ตาย ๙๐ปีกว่า หรือ๑๐๐ปีจึงตาย ไม่ใช่อย่างนั้น มนุษย์คนเรา
และสัตว์ทั้งหลายเกิดมาแล้ว ความตายไม่มีเวลา นั่งอยู่ดีๆก็
ตาย ไปรถไปเรือยิ่งตายเร็ว เมื่อมันเกิดอุบัตเหตุขึ้นมา ความ
ตายนี้ใกล้ที่สุด ถ้าเราไม่ภาวนาปล่อยปละละเลย มีแต่จิต
ประมาท ก็คิดเอาเองหมายเอาเองว่าเราไม่ตายง่ายๆ ความจริง
แล้วความตายนี้เร็วที่สุด เวลามาถึงเข้าก็แทบจะรู้ไม่ทัน ปูบปัป
ก็ตายไปเลย

ทางที่ดีเราต้องรีบทำ รีบปฏิบัติไว้ จะภาวนาบทใดข้อใด สิ่ง
ใดก็ให้เริ่มขึ้นตั้งแต่เดี๋ยวนี้แหละ จิตยังไม่สงบก็เอาให้มันสงบ
จิตยังไม่ตั้งมั่น เอาให้มันตั้งมั่น จิตมันยังไม่แจ่มแจ้งชัดเจนก็เอา
ให้มันชัดเจน จนกระทั่งจิตใจนั้นแหละเกิดความรู้ความฉลาด
ความสามารถอาจหาญตัดบ่วงห้วงอาลัยกิเลสตัณหาใดๆที่เคย
ยึดมั่นถือมั่นมาก็คือคลายออกไป ยังจิตใจให้สงบตั้งมั่นในธรรม
ปฏิบัติ ทีนี้เมื่อจิตใจสงบระงับตั้งมั่นดีแล้ว ภัยอันตรายใดๆมัน

เกิดขึ้นมาตามธรรมดา ธรรมดา ผู้ภาวนาก็จะต้องรู้เท่าทัน
ไม่ให้อำนาจฝ่ายต่ำมาทับถมจิตใจของตน

จงนึกถึงพระบรมศาสดาจารย์สัมมาสัมพุทธเจ้าที่เราเจริญ
อยู่ว่าพุทโธฯนั่นแหละคือว่าองค์พระพุทเจ้าองค์พระพุทเจ้า
นั่นไม่มีสะทกสะท้านย่านกล้วต่อภัยอันตรายเพราะว่าจิตของ
ท่านบริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลสแล้ว ท่านไม่มีความยุ่งยากใดๆใน
หัวใจของท่านท่านเลิกท่านละท่านปล่อยวางได้หมดแล้ว กิเลส
ความโกรธก็ไม่มีในจิตของพระพุทเจ้า กิเลสความโลภความ
อยากได้อย่างคนเราธรรมดาก็ไม่มี กิเลสความหลง หลงตามคน
หลงตามสัตว์ หลงตามวัตถุธาตุทั้งหลายก็ไม่หลง จิตใจของ
พระพุทเจ้าจึงชื่อว่าแจ้งสว่าง กลายมาเป็นรัศมี ๖ ประการ อัน
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆพระองค์เมื่อมาตรัสรู้ในโลกแล้วมี
รัศมีสีสังฆวรรณะ ๖ อย่าง ข้างละวา ละวาพระองค์เสด็จไปไหน
ไม่ต้องจุดไฟ ไม่ต้องไฟสายเทียนไขมันสว่างในตัว พระองค์นั่ง
อยู่บรรทมนอนอยู่ก็ตาม เสด็จไปไหนทั้งกลางคืนกลางวันจะมี
รัศมี ๖ ประการตามไป ซึ่งคนทั้งหลายตลอดจนถึงเทวดาอินทร์

พรหมได้รู้ได้เห็นก็เข้าใจที่เดียวว่านั่นที่มีรัศมี ๖ ประการนั้น
แหละคือพระศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กราบไหว้บูชาได้
สนิทใจ

ที่เป็นเช่นนั้นก็ด้วยอำนาจฐานะบารมีของพระองค์ ด้วย
อำนาจศีลบารมีของพระองค์ ด้วยบารมี ๑๐ ประการ บารมี ๓๐
ทัศนะที่พระองค์บำเพ็ญมาครบถ้วนทุกส่วนทุกประการนั่นเอง
จิตใจก็ดี กายก็ดี ความทุกข์ความเดือดร้อนต่างๆนาๆในจิตใจ
เป็นอันว่าไม่มี สบายท่านก็ไม่ไปยึดติดไปถือเอา เมื่อไม่สบาย
ท่านก็ไม่ไปยึดไปถือเอา ก็เลสความโกรธโลภหลงท่านสลัดทิ้ง
ท่านฆ่ามันทิ้งมันตายไปหมดแล้ว ไม่มีกิเลสความโกรธให้ใคร
ไม่มีกิเลสความโลภอยากได้สมบัติพัสถานในโลกนี้ ไม่มีกิเลส
ความหลง จะหลงอยู่ในรูปในนามในกายในจิตเหมือนคนเรา
ธรรมดาไม่มี น้ำพระทัยใจพระพทธเจ้าจึงชื่อว่าแจ่มสว่าง สว่าง
ทั้งหลายพวกเราทั้งหลายจึงได้น้อมนึกรำลึกเอา พุทธคุณคำว่า
พุทโธพระพุทโธเจ้ามาผูกจิตผูกใจของเรา น้อมนึกรำลึกอยู่ในตัว
ในใจของเรา ไม่ว่าจะนึกถึงคุณพระพุทโธเจ้าจิตใจก็เย็นสบาย

ไม่ทุกข์ไม่ร้อน ยืนไปที่ไหนเดินไปที่ไหนก็ระลึกเอาพระพุทธเจ้า
เป็นอารมณ์ จิตใจที่เต็มไปด้วยกิเลสความโกรธความโลภความ
หลง ไม่ให้มีในใจนี้ พุทธโธพระพุทธเจ้ามาอยู่ในภายในใจ
ของเราได้ตลอดเวลา

ด้วยอำนาจคุณพระพุทธเจ้า คุณพระศรีรัตนตรัยนี้แหละ
พุทธบริษัททั้งหลายที่ยังนึกยังเจริญถึงคุณของพระพุทธเจ้าอยู่
ภัยอันตรายต่างๆก็ไม่เกิดมีขึ้น แม้จะเกิดมีขึ้นก็น้อยเบาบางด้วย
เตชานุภาพของพระพุทธเจ้า ด้วยเตชานุภาพของพระธรรม ด้วย
เตชานุภาพของพระอริยสงฆ์ จิตใจของผู้เจริญอยู่ ก็มีแต่
ความสุขมีแต่ความเย็น มีแต่ความสบาย ไปไหนอยู่ไหนก็ไม่มี
ภัยอันตราย มีแต่ความสุขกายสบายใจ ไม่ได้เดือดเนื้อร้อนใจ
ประการใด แล้วว่าบำเพ็ญภาวนาปฏิบัติบูชาในจิตใจของตนได้
ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ในเพศพันธุ์วรรณะใดๆก็ตามเมื่อจิตใจตั้งได้
นึกภาวนาได้ รวมเอาจิตใจของตนได้ อยู่ที่ไหนก็มีความสุขไปที่
ไหนก็มีความสุขความสบาย เรื่องเดือดเนื้อร้อนใจย่อมนไม่มี
เพราะได้ตั้งใจปฏิบัติบูชาภาวนานึกน้อมถึงคุณพระรัตนตรัยอยู่

จิตใจที่เศร้าหมองขุ่นมัวเดือดร้อนวุ่นวายก็จะหายไป จะเป็น
จิตใจที่มีความหนาแน่นในธรรมะปฏิบัติ อยู่ที่ไหนไปที่ไหนนั่ง
นอนยืนเดินอยู่ในที่ใด เมื่อยังไม่หลับก็ภาวนาได้ปฏิบัติบูชาทำ
ความดีได้ตลอดไป เว้นเสียแต่นอนหลับ นอนหลับไปแล้วก็แล้ว
ไป ตื่นขึ้นมารู้สึกตัวรู้สึกใจขึ้นมาที่ตั้งอกตั้งใจปฏิบัติบูชาภาวนา
รวมจิตรวมใจให้มาสงบตั้งมั่นในธรรมปฏิบัติ ด้วยว่าจิตใจดวงผู้
รู้ อยู่ เห็น อยู่ มี อยู่ในตัวในใจนั้นไม่ได้หลงไม่ได้ลืม วันไหนคืนไหน
เวลาใดก็ตามเรียกได้ว่าตั้งอยู่เสมอ เจริญขึ้นมาในจิตใจของผู้
ปฏิบัตินั้น

ที่ท่านว่าภาวนาให้ได้ทุกลมหายใจเข้าออก ลมเข้าไปลม
ออกมาก็ภาวนาได้อยู่ไม่หลงไม่ลืม หรือว่าเมื่อเราแก่เฒ่าชราถึง
ขั้นแตกดับจะตายหนีจากโลกนี้ จิตใจที่ภาวนามาจนมีหลักฐาน
อยู่ในใจในตัวนั้นแหละ จะเป็นที่พักพิงอาศัยได้ทั้งในโลกนี้โลก
หน้าโลกใดก็ตาม บุญกุศลที่ตนประกอบกระทำอยู่เนื่องนิจ
ติดต่อกันไปอันนี้แหละ จะพาให้จิตใจของเราเดินตามถูกไปทาง
สวรรค์พรหมโลก เทวโลก ไปสู่ทางนิพพาน ไม่มาหลงไหลติด

ห้องพั่วพ่นอยู่ตามอำนาจกิเลส จึงเป็นข้อวัตรปฏิบัติอันสำคัญ
ยิ่งในทางพุทธศาสนาที่เราทุกคนทุกรูปทุกนามจะต้องตั้งอก
ตั้งใจปฏิบัติบูชาภาวนา ไม่ให้จิตใจท้อแท้อ่อนแอในดวงใจ
ประการใด

พระพุทธเจ้าเตือนว่าให้ภาวนาจนกระทั่งได้ทุกลมหายใจ
เข้าออกมีความสงบระงับ เมื่อความสงบระงับบังเกิดมีขึ้นได้ก็
จะต้องเข้าสู่ความรู้อันแท้จริงในธรรมปฏิบัติ เมื่อจิตใจรู้อันแท้จริงว่า
รูปนามนี้ไม่เที่ยงจริงๆ เป็นทุกข์ รูปนามเป็นทุกข์ รูปนามไม่ใช่
ตัวตน สังขารทั้งหลายมีความไม่เที่ยงแท้แน่นอนอน จิตใจก็จะไม่
วุ่นวายร้าวไห้ลไปอยู่ใต้อำนาจกิเลส สิ่งใดไม่ดีก็เลิกละออกไป สิ่ง
ใดดีมีประโยชน์ไม่มีทุกข์โทษประการใดก็ให้ริเริ่มทำ เรียกว่า
ภาเวตัพพธรรม ธิบทำให้เกิดให้มีขึ้น อย่าไปมัวรอท่าคนโน้นคน
นี้อยู่ ไม่ได้ ใครก็ตามพระพุทธเจ้าสั่งไว้ตรัสไว้สอนไว้แล้วให้เรา
ทุกคน จงรีบเร่งภาวนาทำใจให้สงบตั้งมั่น

เมื่อจิตใจสงบตั้งมั่นแล้วก็นำคำที่หนึ่ง **หลักอนิจจัง ทุก
ขัง อนัตตา** มาสอนจิตใจของเราอีกทีหนึ่ง เมื่อใจนี้มารู้จักรู้

แจ้ง รู้จริงอยู่ภายในว่าโลกนี้จะไปเกิดที่ไหนก็ตาม มันจะต้องตก
อยู่ในความไม่เที่ยงแท้แน่นอน แล้วก็เป็นเรื่องทุกข์ด้วย การมี
ชีวิตจิตใจอยู่ในโลกถ้าไม่ภาวนาละกิเลส ถ้าตั้งใจภาวนาละกิเลส
ให้มันหมดไปสิ้นไป จิตใจมองเห็นกิเลสตัณหามานะที่ฐิอยู่ เพียร
ละกิเลสตัณหามานะที่ฐิอันมีอยู่ในตัวในใจนี้แหละ ให้มันหมด
ไปสิ้นไปจนรู้แจ้งพระนิพพานด้วยตนเอง จิตใจของบุคคลผู้นั้นก็
จะเป็นไปเพื่อความเจริญงอกงาม อยู่ที่ไหนไปที่ไหนก็เจริญ
เจริญรุ่งเรืองเกิดความรู้ความฉลาดความสามารถอาจหาญ
ขึ้นมาในจิตใจ จิตใจก็ย่อมส่องใสสะอาดเรียกว่าใจเย็น ใจสบาย
ใจเป็นดวงหนึ่งดวงเดียว เพราะผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ภาวนาพุทโธ
อยู่ในหัวใจ ไม่ปล่อยปละละเลยให้ใจฟุ้งซ่านรำคาญไปอยู่ใต้
อำนาจกิเลสเมื่อจิตใจมีความสงบตั้งมั่นอยู่ในธรรมปฏิบัติ ก็มี
ความสุขจิตสุขใจ เมื่อมีจิตใจมีความสุข ภายนอกมันก็สุขได้
หมด เพราะว่าจิตใจมันเป็นนาย กายเป็นบ่าว ถ้าใจดี กายวาจา
จิตมันก็ดีไปหมด ถ้าใจเสีย อะไรก็เสียไปหมด ใจที่ไม่เสียก็คือ
ใจที่ภาวนาพุทโธอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก ฉะนั้น เมื่อว่าเรา

ทั้งหลายพากันได้ยินได้ฟังแล้ว ก็ให้กำหนดจดจำ นำไป
ประพฤติปฏิบัติ ก็คงได้รับความสุขความเจริญ เอวัง ก็มีด้วย
ประการฉะนี้

ที่มา: https://youtu.be/0nMLe_q4Eeg