เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๙ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๒๕

อย่าลืมมองดูตัวเอง

ในขณะฟัง ถ้าเราอยากจะเข้าใจเรื่องอรรถเรื่องธรรมดี ให้ทำความรู้ไว้กับตัวเอง เมื่อทำความรู้ไว้กับตัวเองไม่ส่งไปโน้นไปนี้ จิตกับธรรมก็สัมผัสสัมพันธ์กันได้เหมือนกับคนอยู่ในบ้าน มีแขกคนมาหาก็รู้เรื่องว่าใครไปมา ธุระอะไร เป็นหญิงเป็นชาย ถ้าไม่อยู่ในบ้าน แม้เขาจะมาขโมยของในบ้านก็ไม่รู้ จิตใจของเราเป็นเจ้าของบ้าน เจ้าของธาตุขันธ์นี้ ถ้าจิตอยู่กับตัว ฟังอะไร ๆ ก็รู้เรื่องได้ง่าย

คำว่าดี ทั้งโลกรู้กันและต้องการกัน ไม่ว่าวัตถุสิ่งของ สัตว์พาหนะ เพื่อนฝูงหญิงชายดีเป็นสิ่งที่ต้องการทั้งนั้น อะไรที่เป็นของดีแล้วชอบทั้งนั้น นี่คือความรู้สึกของมนุษย์เราทั่ว ๆ ไปมีความรู้สึกอย่างเดียวกัน แต่ที่อาจมองข้ามอยู่บ้างหรือมองข้ามกันไปจำนวนมากก็คือ ลืมมองดูตัวเอง สิ่งนั้นดีก็รู้ก็ชอบ สิ่งนี้ดีก็ชอบ คนนั้นดีก็ชอบ แต่เจ้าของดีหรือไม่ดีนั้นไม่ค่อยสนใจดู มันก็ไม่ปรากฏของดีในเจ้าของ ไม่ให้เป็นที่ภูมิใจได้

เพราะฉะนั้น คำว่าดีจึงยกเจ้าของขึ้นเป็นข้อสังเกตพิจารณาเป็นอันดับหนึ่ง เพื่อให้เจ้าของดี จะฟังอรรถฟังธรรมท่านหรือเรียนหนังสือทางอรรถทางธรรมไปมากน้อย ก็น้อมเข้ามาเพื่อปรับปรุงตัวเองให้เป็นคนดี ก็ย่อมดีขึ้นได้ในตัวของบุคคล

นี่ท่านทั้งหลายก็เป็นระดับหัวหน้า เป็นอาจารย์ มุ่งเสาะแสวงหาอรรถหาธรรมอย่างนี้ก็เป็นความถูกต้องดีแล้ว ตามหลักของผู้ต้องการความเป็นคนดีและผู้เกี่ยวข้องดีเราแต่ละราย ๆ มีความเกี่ยวโยงไปถึงบริษัทบริวาร ลูกศิษย์ลูกหามากมาย เพราะฉะนั้นการปรับปรุงตัวของเราให้เป็นคนดีมีเหตุผล จึงเป็นสิ่งที่ถูกต้องดีงามอย่างยิ่งสำหรับเราผู้หวังความดีและความเป็นคนดี

แบบพิมพ์เป็นของสำคัญ ไม่ว่าจะทำอะไรถ้ามีแบบพิมพ์ดีแล้ว สิ่งที่ตกออกไปจากแบบพิมพ์ สำเร็จออกไปจากแบบพิมพ์ย่อมเป็นของดี รูปร่างลักษณะจะเป็นอย่างแบบพิมพ์ เราเป็นครูเป็นอาจารย์ก็เป็นแบบพิมพ์อันหนึ่งของผู้น้อยที่จะมาศึกษาอบรมจากเรา การปฏิบัติตัวด้วยศีลด้วยธรรมจึงทำให้คนดีได้ไม่สงสัย เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นความจริงมาดั้งเดิม

ศีลธรรมเป็นของมีอยู่ดั้งเดิม เป็นของดีมาดั้งเดิม ไม่เคยทำผู้หนึ่งผู้ใดให้ล่มจมเสียหายเพราะความมีศีลธรรมนี้เลย พระพุทธเจ้าที่เป็นศาสดาเอกสอนโลกก็เป็นคนดีเลิศ

มาแล้ว ด้วยการประพฤติปฏิบัติพระองค์ให้เป็นคนดีด้วยธรรม เมื่อเป็นคนดี สิ่งที่บรรจุอยู่ในองค์ของท่านก็ล้วนแต่เป็นของดีที่เรียกว่าธรรม และนำธรรมเหล่านั้นมาสั่งสอนโลก

คำว่าโลก ไม่เพียงแต่โลกมนุษย์เราเท่านั้นที่เป็นภาระของพระพุทธเจ้าทรงแนะนำสั่งสอน ให้ความช่วยเหลือสงเคราะห์ แม้เทวดา อินทร์ พรหม ยังต้องได้รับความอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้ามีของดี ท่านเหล่านั้นมีของดีสู้พระพุทธเจ้าไม่ได้ คือไม่มากมูนเหมือนพระพุทธเจ้า ไม่ดีเลิศเหมือนพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้ามีสิ่งที่ดีเลิศอยู่ภายในพระทัย คือพระทัยของท่านก็บริสุทธิ์ ธรรมกับใจที่บริสุทธิ์กลมกลืนเป็นอันเดียวกัน เป็นธรรมชาติที่เลิศด้วยกัน เพราะฉะนั้น สิ่งที่ดีเมื่อกระจายออกไปทางไหนจึงดีทั้งนั้น

เหมือนอย่างของดี ขายที่ไหนไม่ค่อยล้าสมัย ไม่ตกค้าง ขายดิบขายดี ถ้าเป็นสินค้าเป็นของดี ถ้าเป็นของปลอมนั้นขายยาก นอกจากคนโง่เท่านั้นถึงจะมาติดต่อมาซื้อของปลอมนั้นๆ คนดีเขาจะหาซื้อตั้งแต่ของดีทั้งนั้น ของไม่ดีเขาไม่เอา ของปลอมเขาไม่เอา เอาแต่ของจริง เอาแต่ของดี

พระพุทธเจ้าท่านก็เป็นศาสดาองค์แท้จริง ไม่ใช่ศาสดาอันจอมปลอม ธรรมที่พระองค์ทรงอุตส่าห์พยายามขุดค้นขึ้นมาได้จึงเป็นธรรมที่เลิศประเสริฐ และธรรมเหล่านี้แล กระจายทั่วดินแดนแห่งชาวพุทธผู้นับถือทั้งหลายมา ตั้งแต่ครั้งตรัสรู้ทีแรกจนถึงปัจจุบันนี้ เป็นเวลา ๒๕๐๐ กว่าปีแล้ว ธรรมนี้ก็ไม่เคยครึ ไม่เคยล้าสมัย เป็นธรรมที่ทันสมัยหรือล้ำยุคล้ำสมัยอยู่ตลอดไป ถ้าคนยังต้องการความจริงอยู่ตราบใด ธรรมนี้จะไม่เป็นโมฆะเลย นอกจากจิตใจของสัตว์โลกจะใฝ่ทางต่ำเสียมากกว่าจะสนใจในทางดีเท่านั้น อาจเป็นไปได้หรือเป็นไปได้ว่า ศาสนาจะหมดจากโลกไปเพราะขาดความเชื่อความนับถือ โดยเห็นของจริงกลายเป็นของปลอมไป คือเห็นว่าธรรมของจริงเป็นของปลอมไป แต่ส่วนของปลอมนั้นยกยอปอปั้นให้เป็นของจริงขึ้นมา อย่างนั้นของปลอมก็ทับถมของจริงของดีไปได้

เช่นเดียวกับมูลสด มูลแห้งกลบทองคำทั้งแท่งไว้นั่นแล ทองก็เป็นทอง มูลสดมูลแห้งก็เป็นมูลสดมูลแห้ง แต่มูลสดมูลแห้งมีอำนาจมากกว่า มันกลบทองไว้หมดไม่ให้เห็นของดี โลกก็ชมมูลสดมูลแห้งจากกิเลสถ่ายรดไว้ ไม่ได้ชมธรรมอันเลิศจากพระพุทธเจ้าที่ประทานไว้ ผลก็คือความขมขื่นกลืนไม่ลง หาที่ปลงที่วางไม่ได้ แบกแต่ความทุกข์ทรมานเต็มหัวใจนั่นแล

ธรรมซึ่งเป็นของเลิศของประเสริฐก็จริง แต่เมื่อสิ่งชั่วช้าลามกมันมีอำนาจมากกว่า มันก็กลบธรรม หรือลบล้างธรรมอันเป็นของจริงนั้น ไม่ให้ปรากฏภายในจิตใจของสัตว์โลก ให้มีตั้งแต่สิ่งจอมปลอมทั้งหลายเต็มหัวใจ ก็เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นของดิบของดียกยอปอปั้นกันขึ้นมา ผลของมันที่จะให้เกิดความเดือดร้อนเพียงไรนั้นไม่มีทางทราบได้ เพราะฝ่ายต่ำมันปิดไว้อย่างมิดชิด มันเกลี้ยกล่อมจิตใจของสัตว์โลกให้เคลิบเคลิ้มไปตามหมด ไม่ให้เห็นโทษของมันได้เลย เมื่อเป็นเช่นนั้นธรรมก็ไม่เป็นประโยชน์สำหรับโลก แม้ธรรมจะมีคุณค่าเต็มองค์ของธรรมก็ตาม แต่ก็ไม่สามารถกระจายความสงบสุขร่มเย็นไปสู่โลกผู้มืดมิดปิดทวารได้

แต่สำหรับเราทั้งหลายเป็นผู้ต้องการของดีของจริง ดีย่อมทราบว่าดี ชั่วยอมรับว่าชั่ว การปรับปรุงแก้ไขตนเองก็ปรับปรุงแก้ไขไปตามความรู้สึกที่ธรรมท่านแสดงไว้ อันใดที่เห็นว่าไม่ดี จะเป็นความเสียหายแก่ตนและส่วนรวม ก็พยายามแก้ไขดัดแปลง หรือถอดถอนละเว้นสิ่งนั้น แม้จะอยากทำเพียงไร อยากพูดเพียงไร อยากคิดเพียงไร ก็หักห้ามกั้นกางไว้ไม่ให้คิด ไม่ให้ทำ ไม่ให้พูด ให้คิด ให้ทำ ให้พูดแต่สิ่งที่ดี สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตนและส่วนรวม นี่ชื่อว่าผู้ดัดแปลงตนเพื่อความเป็นคนดี ของดีจะปรากฏขึ้นมาจากการดัดแปลงแก้ไขหรือบำรุงรักษานี้แล ความต้องการเฉยๆ ความอยากได้เฉยๆ ยังไม่เกิดประโยชน์ ต่อเมื่อได้เริ่มลงมือทำความดีลงไปนั้นแลจึงจะเกิดประโยชน์

ตะกี้นี้ได้พูดถึงเรื่องของดีให้ท่านทั้งหลายฟัง คนดีเราก็ชอบ สามีดีเราก็ชอบ ภรรยาดีเราก็ชอบ ลูกดีเป็นที่พึงใจ หลานดีเป็นที่พึงใจ สมบัติศฤงคารบริวารมีแต่ของดิบของดีเป็นที่พึงใจใครก็ชอบ คำว่าของดีนั้นไม่เคยล้าสมัย เพราะฉะนั้น การประพฤติตัวให้เป็นคนดีนี้จึงไม่เป็นสิ่งที่ล้าสมัยเช่นเดียวกัน แม้ใครจะตำหนิติเตียนโดยประการต่างๆ แก่ผู้ประพฤติปฏิบัติตัวดี เข้าวัดเข้าวาฟังธรรมจำศีล นั่งสมาธิภาวนาว่าเป็นคนครึ คนล้าสมัยก็ตาม นั่นเป็นเรื่องของมารกับศาสนา ย่อมเป็นข้าศึกคอยลบล้างกันอยู่เสมอเรื่อยมา ให้ทำความเข้าใจไว้เช่นนั้น จึงถูกต้องตามหลักแห่งชาวพุทธและศาสนธรรมที่ทรงสอนไว้ตามหลักความเป็นจริง เพราะอธรรมถ้ามีมากขึ้นก็ย่อมมีอำนาจลบล้างธรรมได้โดยไม่อาจสงสัย แต่อย่าลืมว่าธรรมก็เป็นเครื่องลบล้างอธรรมได้เช่นกันเมื่อนำมาลบล้าง ดังชาวพุทธเราปฏิบัติธรรมเพื่อลบล้างอธรรมภายในใจของตนอยู่ในเวลานี้นั่นแล

คนชั่วมีจำนวนมากก็สามารถลบล้างคนดีได้ ทำให้เกิดความอับอาย ความกระดากกระเดื่องในการที่จะประพฤติตัวให้เป็นคนดี ทำให้เหลวแหลกแหวกแนวไปตามเขา นั่นเขาถือว่าเป็นเกียรติ ถือว่าเป็นความดี นี่เป็นเรื่องของฝ่ายต่ำฝ่ายอธรรม มักจูงมักลากคนที่

มีนิสัยใฝ่ต่ำอยู่แล้วให้เป็นไปในทางต่ำทรามได้ง่าย และผู้เป็นคนดีเมื่อกำลังไม่พอหรือไม่พิจารณาพอเหมาะพอสมควรก็อาจล้มไปตามเขาได้

เพราะฉะนั้น หลักใหญ่ที่เราจะยึดให้เป็นคนดีได้ตลอดไป ในสถานที่และอิริยาบถต่างๆ ตลอดที่จะทำคนอื่นให้ดีด้วยนั้นจึงขึ้นอยู่กับการปฏิบัติ โดยถือหลักธรรมเป็นกฎเป็นเกณฑ์ ถือหลักธรรมเป็นที่ฝากเป็นฝากตายเป็นที่ยอมรับ ไม่ถือสิ่งต่างๆ ความติฉินนินทา ความชมเชยสรรเสริญต่างๆ อันเป็นเรื่องผิวเผินอยู่ภายนอกมาเป็นประมาณยิ่งกว่าหลักธรรม ผู้นั้นก็ดำเนินตนไปได้ด้วยความสะดวกไม่มีอุปสรรค ไม่ขวยเขิน ไม่กระดากอาย เพราะเราเป็นผู้หวังพึ่งพิงตนเอง เรารับผิดชอบในตัวของเราเองด้วยการประพฤติปฏิบัติตัวดี ไม่ใช่คนอื่นคนใดจะมารับผิดชอบเรา สิ่งใดที่จะเป็นภัยต่อเรา เราต้องพยายามระมัดระวังและกำจัดปัดเป่าไว้เสมอ ไม่ให้เกิดให้มีขึ้น สิ่งใดที่จะเป็นผลเป็นประโยชน์แก่ตน พยายามสั่งสมสิ่งนั้นงานนั้นให้เกิดให้มีมากขึ้นภายในตน นี่ชื่อว่าผู้รับผิดชอบตนด้วยความเหมาะสมอย่างแท้จริงตามหลักศาสนธรรม

ในเบื้องต้นท่านทั้งหลายมีข้อข้องใจเรื่องความสงบ ความสงบก็เป็นคู่แข่งกับความวุ่นวายส่ายแส่ ความวุ่นวายเกิดขึ้นจากอารมณ์ต่างๆ ที่จิตคิดขึ้นมาเพราะทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายที่สัมผัสสัมพันธ์กัน ตาได้เห็นสิ่งที่ไม่พอใจ จิตใจก็ปรุงแต่งขึ้นให้ได้เป็นความเดือดร้อนก่อกวนตัวเอง ฟังเสียงไม่เป็นที่พึงใจก็เป็นอารมณ์และเกิดความเดือดร้อนขึ้นมาภายในใจ สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นสิ่งที่กวนจิตใจให้เกิดความวุ่นวายส่ายแส่และเกิดความทุกข์ขึ้นภายในใจ เหล่านี้แลที่ก่อกวนจิตใจให้สงบตัวและเป็นสุขไม่ได้

ความสงบเป็นธรรมประเภทหนึ่ง เกิดจากความพยายามรักษาจิตใจของตน อย่าให้วุ่นวายส่ายแส่ไปกับสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัยนั้นๆ สิ่งใดที่จะเป็นไปเพื่อความสงบแก่ใจ นำสิ่งนั้นเข้ามาใกล้ชิดติดแนบกับใจ เช่น เราต้องการความสงบในเวลานี้ เรานั่งภาวนาหรือยืนภาวนาก็ได้ในอิริยาบถทั้งสี่ได้ทั้งนั้น พยายามนำธรรมบทใดก็ตามมาเป็นอารมณ์ของใจ เช่น พุทโธๆ เป็นต้น ไม่เสียดายความคิดต่างๆ ซึ่งเคยยุแหย่ก่อกวนให้เกิดความเดือดร้อนวุ่นวาย แต่คิดเฉพาะอารมณ์ที่จะให้เกิดความสงบชุ่มเย็นแก่จิตใจ เช่น อารมณ์แห่งธรรม คือ **พุทฺโธ** หรือ **ธมฺโม** หรือ **สงฺโฆ** หรือธรรมบทใดก็ได้ตามอัธยาศัยชอบ ให้จิตได้ยึดธรรมบทนั้นเป็นหลัก

ใจเมื่อมีธรรมเป็นหลักยึด ย่อมจะเกิดความสงบขึ้นภายในตัว ผิดกับยึดอารมณ์ที่เป็นพิษเป็นภัยเข้ามาสู่ใจเป็นไหนๆ อารมณ์ที่เป็นภัยก็เหมือนยาพิษ เป็นพิษอยู่ในธรรมชาติของมันเอง เป็นแต่เมื่อไม่มีสิ่งเกี่ยวข้องมันก็ไม่แสดง แต่เมื่อมาเกี่ยวข้องกับเรา

มันก็แสดงพิษขึ้นมาให้รู้ให้เห็น อารมณ์ที่เป็นภัยมันก็เป็นภัยอยู่ตามหลักธรรมชาติของมัน เมื่อเราไปยึดอารมณ์นั้นเข้ามาสู่ใจ ใจก็กลายเป็นฟืนเป็นไฟขึ้นมา ท่านจึงให้หยุดให้ระงับ ในขณะที่จิตคิดเช่นนั้น ให้หักห้ามไม่ให้คิดและรั้งจิตใจเข้ามาสู่ธรรมอันเป็นอารมณ์แห่งความสงบ ใจย่อมจะได้รับความสงบ

คำว่าใจสงบเป็นอย่างไร บางท่านอาจไม่เคยทราบก็มี ที่ทราบได้ทั่วหน้ากันก็คือใจวุ่นวาย เพราะใครๆ ก็วุ่นวายทั้งนั้นในโลกอันนี้ไม่สงสัย ไม่ว่าหญิงว่าชาย ไม่ว่าผู้ใหญ่ผู้น้อย ไม่ว่าคนเรียนมากเรียนน้อย ไม่ว่าคนมีความรู้มากความรู้น้อย จะไม่พ้นอารมณ์เหล่านี้เข้าไปก่อกวนได้เลย เพราะฉะนั้น จิตจึงต้องว้าวุ่นขุ่นมัวไปตามๆ กัน เนื่องจากสิ่งที่จะทำให้จิตได้รับความสงบร่มเย็นนั้นไม่ค่อยได้ใฝ่ใจ ไม่ค่อยได้ศึกษา ไม่ได้อบรมมา ไม่ได้ปฏิบัติ ผลแห่งความสงบจึงไม่ปรากฏ คำว่าความสงบๆ ของใจจึงไม่ค่อยรู้เรื่องกัน ต่อเมื่อได้ประพฤติปฏิบัติดังที่กล่าวมาย่อๆ นี้ โดยนำไปเป็นอารมณ์ของใจ ระมัดระวังรักษาใจอย่าให้ใจคิดในสิ่งที่เป็นภัย ให้คิดในสิ่งที่เป็นคุณโดยถ่ายเดียว ใจก็จะได้รับความสงบร่มเย็น

คำว่าใจสงบมีหลายขั้น สงบพอให้สบายๆ เท่านั้น เราก็พอใจ สำหรับคนที่ยังไม่เคยปรากฏความสงบขึ้นภายในใจบ้างเลย เพียงใจสงบเบาะๆ เท่านั้นใจก็สบายแล้ว เมื่อเกิดความสบายขึ้นเพราะความสงบเป็นต้นเหตุ ใจย่อมมีกำลัง เกิดความเชื่อในเหตุที่ตนกระทำ เพราะความเชื่อผลคือความสงบเย็นใจซึ่งเกิดขึ้นในปัจจุบันนั้นแล้ว ก็จะมีความอุตส่าห์พยายามมากขึ้นโดยลำดับ จนกลายเป็นความสงบละเอียดลออเข้าไป นี่คือความสงบของใจเป็นเช่นนี้ ต่างคนต่างอยากพบของดี ของประเสริฐ จึงกรุณาอบรมใจด้วยจิตตภาวนาให้เกิดความสงบ ใจจะเริ่มพบของดีไปเรื่อยๆ จนถึงขั้นประเสริฐพอตัวภายในใจดวงนี้แล ไม่มีอะไรประเสริฐเลิศเลอยิ่งไปกว่าใจ

ตามหลักธรรมท่านว่า สมถธรรม ธรรมคือความสงบทางใจ หรือสมาธิธรรม เป็นความสงบและความแน่นหนามั่นคงของใจ ไม่วอกแวกคลอนแคลน มีฐานแห่งความสงบอันมั่นคงเป็นที่ตั้ง ที่รับอยู่ภายในใจ นี่เรียกว่าจิตสงบ จากสงบแล้วก็เป็นพื้นฐานแห่งสมาธิขึ้นมา นี่จะเป็นได้ที่ใจของผู้ภาวนาไม่มีที่อื่นเป็นที่เป็นและสงบ และจะเกิดได้ด้วยวิธีการทำความสงบ เช่น สมถธรรม ได้แก่การภาวนาด้วยบทธรรมดังที่กล่าวมาแล้ว

เมื่อใจสงบแล้ว จิตใจย่อมมีอาหารเป็นเครื่องดื่ม ความเย็นใจสบายใจ มีธรรมารสเป็นที่เสวยของใจ ใจย่อมไม่คิดวุ่นวายกับสิ่งภายนอกซึ่งเคยยุแหย่ก่อกวนมาแต่กาลก่อน มีความใคร่ใฝ่ใจต่อความสงบ มีความรักใคร่ใฝ่ใจต่อธรรมที่ทำให้เกิดความสงบอยู่โดย

สม่ำเสมอ ใจสงบเย็น ไม่ว่าใจผู้หญิงผู้ชาย ไม่ว่าใจของใครๆ ถ้ามีความสงบร่มเย็นแล้ว ย่อมทราบในตัวเอง มีความกระหยิ่มพอใจในความสุข และมีแก่ใจที่จะอบรมจิตใจของตนให้ได้รับความสงบแนบแน่น หรือละเอียดลออยิ่งกว่านั้นไปโดยลำดับ นี่หลักธรรมท่านสอนเพื่อความสุขแก่สัตว์โลก ท่านสอนลงที่ใจเป็นสำคัญกว่าที่อื่น

ทีนี้เมื่อใจได้รับความสงบแล้ว ความโกรธก็ไม่แสดงง่ายๆ ความโลภก็ไม่แสดงออกมาอย่างผาดโผน ความหลงแม้จะยังมีอยู่ภายในจิตใจ ก็ไม่แสดงความหลงจนเป็นที่น่าเกลียด น่าอิดหนาระอาใจ น่าสลดสังเวช ความโลภ ความโกรธ ความหลงของคนมีธรรมกับคนไม่มีธรรมนั้นต่างกัน คนไม่มีธรรมหาที่หักห้ามไม่ได้ ถ้าเป็นรถก็ไม่มีเบรก มีแต่คันเร่ง สำหรับคนมีธรรมเหมือนรถที่มีเบรก มีคันเร่งไปพร้อมๆ กัน ควรหักห้ามก็หักห้ามไว้เสีย ควรปล่อยก็ปล่อย ควรเร่งก็เร่งในหน้าที่การงานที่เกิดผลเกิดประโยชน์แก่ตนและส่วนรวม รีบเร่งงานนั้นๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยความราบรื่นดีงามทันกาลเวลาไม่ล่าช้า ถ้างานใดกิจใดเป็นไปเพื่อความเสื่อมเสียแก่ตนและผู้อื่นก็เหยียบเบรก คือห้ามล้อไว้เสียไม่ทำ ยับยั้งใจไว้หรืองดเสียเลย

เพราะฉะนั้น ความโลภก็ดี ความโกรธก็ดี ความหลงก็ดี ความรัก ความชังก็ดี ของคนมีธรรมกับคนไม่มีธรรมนั้นจึงต่างกันอยู่มาก เพราะคนหนึ่งมีสิ่งยับยั้ง เรียกว่ามีเบรก มีสติปัญญาคอยพินิจพิจารณาระมัดระวังเสมอ ไม่ให้ผาดโผนโลดเต้น คนเราก็สวยงามและสงบร่มเย็นได้ด้วยการหักห้าม แม้แต่ยังละไม่ได้ก็ยังหักห้ามกันได้พองามตางามใจ ธรรมเป็นสิ่งที่ยังบุคคลให้งามอย่างนี้ ไม่ใช่งามเพราะรูปร่างกลางตัวอย่างเดียว ความที่งามทั้งรูปร่างกลางตัวด้วย งามทั้งจิตใจมีธรรมเป็นเครื่องประดับ และงามด้วยมารยาทแห่งศีลธรรมที่เข้าเคลือบแฝงด้วย ก็ยิ่งงามเพิ่มคุณภาพคุณสมบัติของคนนั้นยิ่งขึ้น

ท่านจึงสอนให้มีธรรมาลังการ มีธรรมเป็นเครื่องประดับกาย วาจา ใจ มรรยาท โลกเราถ้ามีธรรมเคลือบแฝงอยู่แล้ว โลกยังเป็นโลกที่น่าดูน่าชม ไม่เคลือบแคลงแสลงตาแสลงใจ ถ้าเป็นแดดร้อนก็มีร่มไม้ มีเครื่องป้องกันแดดป้องกันฝน ย่อมบรรเทาความร้อนความหนาวได้ ไม่ปล่อยให้แผดเผาหนาวสั่นเสียอย่างเดียว คนมีธรรมย่อมผิดกับคนที่ไม่มีธรรมอยู่มาก ความมีคุณค่า ความสงบเย็นใจจึงหนีธรรมไปไม่ได้

ใครต้องการความสุขความเจริญมากน้อยเพียงไร ธรรมเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะยังความสมหวังให้เกิดแก่บุคคลผู้นั้น แต่ความต้องการหรือความอยากโดยหาเหตุผลไม่ได้ หาอรรถหาธรรมไม่ได้ ส่วนมากความอยากความต้องการเหล่านั้น มักจะเสริมคนให้เสีย ถ้าว่าอยากได้ก็ไม่มีเมืองพอเหมาะพอดี อยากทวีคูณไม่มีการหักห้าม ไม่มีความละอาย ไม่

มีคำว่าควรไม่ควร อยากได้ก็อยากดะไปเลย โลภก็โลภดะไปเลย โกรธก็โกรธดะไปเลย ยิ่งผู้มีอำนาจด้วยแล้วถืออำนาจเป็นใหญ่เป็นโต บังคับขู่เข็ญ ไม่คำนึงถึงความผิดถูก ใช้อำนาจดะไปเลย ก็เสียทั้งตัวเองและผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา ตลอดงานก็เสียไปตามๆ กัน ผู้มีธรรมที่อยู่ใต้อำนาจย่อมเดือดร้อนและเสียใจ

อันความโลภ ความโกรธ ความหลงนั้น มีด้วยกันทุกคนเพราะมีกิเลสด้วยกัน แต่ความมีธรรมย่อมนำมาหักห้ามให้อยู่ในความงามตางามใจ และงามในสังคมได้ไม่ผาดโผนจนสุภาพชนทนดูไม่ได้ จะเอือมกันตายหมด ดังนั้นผู้มีธรรมจึงเก็บความรู้สึก และการแสดงออกได้ดี ผิดกับผู้ไม่มีธรรมเหมือนรถเบรกแตกอยู่มาก

ธรรมอยู่ในสถานที่ใดบุคคลใด ย่อมทำความเหมาะสมให้บุคคลและสังคมนั้นๆ เป็นอย่างดี ธรรมจึงไม่ควรละเว้นสำหรับบุคคลที่ต้องการความสงบน่าดูในตนและสังคมทั่วๆ ไป ตลอดถึงชาติบ้านเมือง ถ้าปราศจากธรรม คือความเหมาะสม ความสงบร่มเย็น ความพอดีพองามเสีย โลกก็ล่มจมไปได้ เพราะคำว่าโลกเสื่อมโลกเจริญก็หมายถึง มวลมนุษย์ที่มีจิตใจเสื่อมและจิตใจเจริญนั่นแล มิได้หมายดินฟ้าอากาศและสิ่งใดๆ มากไปกว่ามวลมนุษย์ที่อยู่ร่วมกัน

ดังพระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า พุทธันดร ภัทรกัป สุญญกัป คำว่าภัทรกัปเป็นกัปที่เจริญ เจริญด้วยศีลด้วยธรรมในหัวใจมนุษย์ สุญญกัปนั้นไม่มีเลยคำว่าศาสนา บาปไม่มีในความรู้สึกของสัตว์โลก บุญ นรก สวรรค์ ไม่มี ในความรู้สึกในหัวใจของสัตว์โลก ถูกลบล้างไปหมดด้วยความไม่ยอมรับความจริง บาปไม่มี บุญไม่มี นรกไม่มี สวรรค์ไม่มี หัวใจชนิดความจริงใดๆ ไม่มีนั้นแลเป็นหัวใจที่ร้อนที่สุด ท่านจึงเรียกว่าสุญญกัป คือเป็นเวลาที่ว่างจากศีลจากธรรม โลกหาความสงบสุขไม่ได้ ในขณะเดียวกันก็เป็นเวลาที่สั่งสมความทุกข์ร้อนขึ้นภายในตนให้เจริญขึ้นแทนที่ธรรมทั้งหลาย จึงกลายเป็นโลกที่ร้อนระอุไปตามๆ กัน

คำว่าภัทรกัปก็หมายถึงช่วงเวลาที่มีศาสนธรรม คนมีความสนใจใคร่ธรรม ยอมรับความจริงที่มีอยู่เป็นอยู่ทั้งหลายแล้วปฏิบัติตาม สิ่งควรละก็ละ สิ่งควรบำเพ็ญก็บำเพ็ญ และสั่งสมอบรมตนให้ดีขึ้นตามหลักความจริงทั้งฝ่ายดี ทั้งฝ่ายชั่วก็พยายามละเว้น ไม่ประมาททั้งสองทาง โลกนั้นหรือเวลานั้นช่วงนั้นก็เป็นช่วงที่เจริญ หรือโลกเจริญ เจริญในหัวใจมนุษย์ มนุษย์มีศีลธรรมยอมรับความจริง ย่อมผาสุกร่มเย็น

สำหรับกิเลสฝ่ายต่ำซึ่งเป็นข้าศึกต่อธรรมและเป็นข้าศึกต่อเรานั้น มันไม่เคยยอมรับความจริงของธรรม เพราะกิเลสนั้นเป็นของปลอมอยู่แล้วทั้งตัวของมัน ไม่ว่าจะ

เป็นกิเลสประเภทใด ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความรัก ความชัง ความเกลียด ความโกรธ ล้วนแต่เป็นสิ่งที่ทำลายธรรมและจิตใจของสัตว์โลก กิเลสจึงไม่มีคำว่าสุญญกัปดับเชื้อ มีแต่ภัทรกัปนับวันเจริญบนหัวใจสัตว์ ผู้หวังความสงบเย็นจำต้องระวังกัปของกิเลสจะปืนขึ้นภัทรกัปของธรรมบนหัวใจและทำลายแหลกไม่รู้ตัวถ้ามัวประมาทอยู่

เรื่องของกิเลสจะไม่มีความพอดี เช่น ความโลภ โลภขนาดไหนจึงจะพอดีกับความต้องการของกิเลส ไม่เคยมี เหมือนกับไฟได้เชื้อ ใส่เชื้อเข้าไปสู่ไฟมากน้อย ไฟไม่มีทางดับด้วยเชื้อ แต่จะลุกลามขึ้นไปโดยลำดับๆ ตามที่ได้เชื้อมากน้อย การถอยเชื้อออกเสีย ไฟจะระงับดับลงได้ นี่การลดสิ่งที่ไม่ดี ลดการกระทำไม่ดีนั้นให้น้อยลงหรือไม่ยอมทำ ก็เท่ากับเราถอยเชื้อออกจากไฟ จิตใจก็ไม่ลุกลาม ความอยากก็ไม่รุนแรงความโกรธก็มีเหตุมีผล มีที่ยับยั้งชั่งตวงพอเหมาะพอสม โลกย่อมอยู่ด้วยกันได้

พระเดชก็ใช้พอดี พระคุณมีเป็นพื้นฐาน พระคุณคือความดีประจำจิตใจ หน้าที่การงานการติดต่อกับสังคมมากน้อยผู้มาเกี่ยวข้องเป็นพระคุณ พระเดชเวลาจะใช้ก็ใช้ตามความจำเป็น จะใช้อำนาจก็ไม่นอกเหนือไปจากอำนาจของกฎหมายบ้านเมืองหรือกฎข้อบังคับที่มีอยู่ หรือศีลธรรม ดำเนินไปตามนั้นก็ไม่ผิด เวลาจะใช้พระเดชก็เป็นอรรถเป็นธรรม พระคุณก็มี ไม่มีแต่พระเดชแบบป่าๆ เถื่อนๆ ทำคนให้เสียหาย ทำคนให้บอบช้ำ ทำคนให้เคียดแค้น ทำคนให้ก่อกรรมก่อเวรแก่กัน เพราะอำนาจของกิเลสเรืองอำนาจในบุคคลที่ลืมตัวนำออกแสดง ถ้ามีธรรมเข้าแทรกเข้าเคลือบแฝง หรือมีธรรมเครื่องค้ำประกัน พระเดชกับพระคุณย่อมเป็นไปด้วยกันมาแต่กาลไหนๆ ใช้ได้ทั้งนั้น ท่านเคยใช้กันมาตลอดจนปัจจุบันนี้

ทีนี้ย้อนเข้ามาหาตัวเราที่จะให้เป็นคนดีมีความสงบร่มเย็นภายในตัวเรา ก็พึงน้อมธรรมเข้ามาปฏิบัติต่อสิ่งเลวร้ายทั้งหลายซึ่งมีอยู่ภายในจิตใจ ความโลภเป็นสิ่งเลวร้ายอันหนึ่ง ทำให้จิตใจวุ่นวายส่ายแส่ เช่นมีคนสองคนนั่งอยู่ด้วยกัน คนหนึ่งไม่มีความโลภนั่งสงบกายสงบใจอยู่อย่างงามตา คนนี้สงบเย็นและงามตาเย็นใจ อีกคนหนึ่งมีความโลภมากภายในใจ คนนั้นเดือดร้อนมาก ระส่ำระสายกระวนกระวายมากภายในจิตใจ คนหนึ่งไม่โกรธ คนนั้นสงบเย็น อีกคนหนึ่งโกรธอยู่ภายในจิตใจ แม้ไม่แสดงออกมาก็เป็นฟืนเป็นไฟเผาอยู่ที่หัวใจ สิ่งเหล่านี้จึงไม่ใช่ของดี ความหลงงมงายก็เหมือนกัน หาเหตุหาผลไม่ได้หลงตัวจนลืมเนื้อลืมตัว ลืมดีลืมชั่ว ลืมความพอดีพองามไปหมด นี่ก็ไม่ดี

นี่เรานำมาเทียบเพียงระหว่างคนสองคนอยู่ด้วยกัน คนหนึ่งแสดงความโลภออกมาจากกำลังของความโลภ อำนาจของความโลภ กับคนหนึ่งไม่โลภ คนทั้งสองนี้ใครน่าดูกว่า

กัน คนหนึ่งไม่มีความโกรธ คนหนึ่งมีแต่ความโกรธเต็มหัวใจ และแสดงออกมาทางกิริยาอาการ คนทั้งสองนี้คนไหนเป็นที่น่าดูน่าชมกว่ากัน

แล้วย่นเข้ามาหาตัวของเรา ขณะที่โลภจิตใจเราสบายไหม ไม่สบายเลย ขณะที่โกรธจิตใจของเราสบายไหม ไม่สบายเลย ขณะที่ไม่โลภนั้นแลเป็นเวลาที่สบาย ขณะที่ไม่โกรธนั้นแลเป็นขณะที่สบาย ขณะที่ไม่รักนั้นแลเป็นขณะที่สบาย ขณะที่ไม่ชังนั้นแลเป็นขณะที่สบาย ไม่ใช่ขณะโกรธเป็นขณะสบาย ขณะโลภเป็นขณะสบาย ขณะรักเป็นขณะสบาย ขณะชังเป็นขณะสบาย นั่นเป็นกลอุบายของกิเลสหลอกต้มคนต่างหาก ไม่ใช่ความจริง ความจริงย่อมเป็นดังที่กล่าวผ่านมานั่นแล กรุณานำไปเทียบเคียงและเลือกเฟ้นเอาตามที่เห็นควร

สิ่งเหล่านี้เป็นของที่เคยมีอยู่ในหัวใจของโลกมาแล้ว ถ้าสิ่งเหล่านี้ทำให้โลกได้รับความสบายแล้ว โลกนี้ก็เป็นโลกที่สบายมานานแล้ว ไม่จำเป็นต้องแนะนำสั่งสอนเพื่อการละการถอนกันเลย ทั้งนี้ก็เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ดีนั่นเองท่านจึงสอนให้ละให้ถอน เรามันจำเป็นจำใจเพราะสิ่งเหล่านี้มีอยู่กับเรา ยังแก้ไม่ได้ ก็ควรมียาระงับมันไว้ไม่ให้มันลุกลามมากไป ถ้าควรจะแก้ไขหรือรักษาได้ให้หายขาดก็ยิ่งเป็นของดีเลิศประเสริฐสุด

โรคชนิดไหนก็ตาม ขึ้นชื่อว่าโรคย่อมหาความสบายภายในกายภายในใจไม่ได้ จึงต้องหายามารักษา เมื่อนำยามารักษามันยังไม่หายก็ต้องพยายามรักษากันไป แต่พยายามรักษาให้หายขาดเป็นดีที่สุด เป็นเหมาะที่สุด เมื่อโรคหายขาดแล้วเป็นยังไงคนนั้นสบายไหม สบาย ไม่ต้องถามก็ได้

โรคภายในใจก็เหมือนกัน โรคราคะตัณหา ความรัก ความชัง ความเกลียด ความโกรธ เหล่านี้เป็นโรคเสียดแทงหัวใจทั้งนั้น เมื่อรักษายังไม่ได้ ยังไม่หายก็พยายามรักษากันไปด้วยความเห็นโทษของมัน อย่าให้มันลุกลามมากไป ถ้าควรจะรักษาให้หายได้เป็นความวิเศษ เป็นคนวิเศษที่สุดแล้ว รักษาให้หายได้แล้วสบายแสนสบาย เขาโลภเราไม่โลภเราสบาย เขาโกรธเราไม่โกรธเราสบาย เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่เขย่าก่อกวนจิตใจให้ผิดปกติและเป็นทุกข์ทั้งนั้น ถ้าเป็นน้ำ แม้จะเป็นน้ำใสสะอาดก็ตาม เมื่อถูกกวนเสมอๆ อย่างน้อยต้องขึ้นฟอง ถ้ามีตะกอนอยู่ภายในก้นโอ่งด้วยแล้วก็ขุ่นไปหมด

จิตใจเมื่อได้รับการรบกวนอยู่เสมอด้วยของสกปรกทั้งหลายดังที่กล่าวมานี้ จิตใจย่อมขุ่นมัว จิตใจขุ่นมัวไม่ใช่ของดี ทำตัวให้เกิดความทุกข์มากมาย รบกวนมากเท่าไรยิ่งเกิดความทุกข์มากและไร้ค่าด้วย จิตใจดวงนั้นหาคุณค่าไม่ได้เลย เพราะฉะนั้น จึงต้องได้ระมัดระวังรักษา สิ่งที่ไม่มีคุณค่าอย่าให้มันมายุ่งกวนจิตใจ จนกลายเป็นใจที่หาคุณค่าไม่ได้

พึงรักษาด้วยศีลด้วยธรรม นี่เป็นสิ่งที่ดีงาม ขอให้ทุกท่านนำไปประพฤติปฏิบัติ จะเป็นสิริมงคลแก่ตัวและครอบครัวตลอดวงงานที่เกี่ยวข้อง

คำว่าความสงบเย็นใจนั้น พระพุทธเจ้าไม่มีใครจะสงบยิ่งไปกว่าและมีเมตตายิ่งกว่าพระองค์ในสามแดนโลกธาตุ ตรัสรู้ธรรมก็รู้อย่างถึงใจ เห็นโทษแห่งโทษทั้งหลายก็เห็นอย่างถึงใจ เห็นคุณแห่งธรรมทั้งหลายก็เห็นอย่างถึงใจ ความถึงใจทั้งโทษและคุณ ย่อมเป็นพลังของใจที่จะให้มีพระเมตตามากต่อสัตว์ทั้งหลาย เพราะฉะนั้น การประกาศศาสนธรรมแก่สัตว์โลกจึงทรงประกาศหรือประทานธรรมด้วยพระเมตตาล้วน ๆ ไม่หวังสิ่งตอบแทนใด ๆ จากสัตว์โลกเลย

พระพุทธเจ้าทรงค้นธรรมมาให้พวกเราทั้งหลายได้รู้จักดีจักชั่ว บาปบุญคุณโทษไม่ใช่เป็นเรื่องเล็กน้อย และไม่มีใครที่จะมีความรู้ความฉลาดสามารถในการค้นคว้าสิ่งเหล่านี้ หรืออรรถธรรมทั้งหลายมาสั่งสอนโลกได้เหมือนพระพุทธเจ้าเลย เราเพียงได้รับโอวาทคำสั่งสอนของท่านมาประพฤติปฏิบัติ เพื่อกำจัดความชั่วความไม่ดีทั้งหลายออกจากตนเท่านั้น ก็ถือว่าเป็นความลำบากมากไปแล้ว เราก็น่าจะสิ้นศาสนาภายในใจโดยไม่ต้องสงสัย

ศาสนาหมดสิ้นไปจากจิตใจนี้ จะมีแต่ไฟลุกลามอยู่บนหัวใจทั้งกลางวันทั้งกลางคืนกลายเป็นโลกันตนรกขึ้นภายในใจโดยไม่ต้องสงสัย เพราะฉะนั้นหัวใจเราทุกคนไม่ต้องการโลกันตนรก นอกจากต้องการสวรรค์วิมานอันเป็นความสุขความเย็นใจให้เกิดขึ้นภายในใจเพราะการปฏิบัติธรรมเท่านั้น

ด้วยเหตุนี้ธรรมจึงเป็นของจำเป็นสำหรับเราทุกคน สมกับพระพุทธเจ้าประทานไว้ด้วยพระเมตตาล้วน ๆ กรุณานำธรรมเหล่านี้ไปประพฤติปฏิบัติต่อจิตใจเถิด ความสงบเย็นของใจเราจะเห็นเป็นของแปลกประหลาดและอัศจรรย์อยู่มาก ในเมื่อเราไม่เคยได้รับความสงบเลย มีแต่ความฟุ้งซ่านวุ่นวายส่ายแส่ตลอดเวลาตั้งแต่ตื่นจนกระทั่งหลับ วันหนึ่งคืนหนึ่งหาความสงบไม่เจอ เพราะเราไม่หา เราไม่รู้วิธีหา เมื่อท่านแนะแนวทางให้แล้วเรานำไปประพฤติปฏิบัติ และเกิดความสงบเย็นใจขึ้นมา นั่นแหละคุณค่าของใจคุณค่าของตัวเราและคุณค่าของศาสนา จะปรากฏขึ้นในเวลาที่เราปรากฏความสงบเย็นใจนั้นแล

ส่วนปัญญาอะไรที่ท่านอธิบายไว้เป็นธรรมะขั้นสูงนี้ยังไม่อธิบาย เราอธิบายตั้งแต่เพียงความสงบเย็นใจ ก็เป็นพื้นฐานอันดีอยู่แล้ว ขอให้ทุกท่านได้นำไปประพฤติปฏิบัติเพื่อเป็นสมบัติของเรา ก็จะเป็นความสุขความเจริญแก่ท่านทั้งหลาย

การแสดงธรรมก็เห็นว่าสมควร จึงขอยุติเพียงเท่านี้