

เทศน์อบรมฆราวาส
ณ สถานปฏิบัติธรรม วัชรธรรมสถาน จ.นครปฐม
วันที่ ๒๔ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๔๕ [บ่าย]

“หาความสุขด้วยการภาวนา”

วันนี้เป็นวันอุดมมงคลของพี่น้องชาวดอนตูม เขตนครชัยศรีของเรา มีพลเรือเอกประเสริฐ บุญทรง ประธานคณะกรรมการที่ปรึกษามูลนิธิดวงแก้ว ได้ริเริ่มกิจการงานที่เป็นมหากุศลนี้ขึ้นในสถานที่นี้ โดยเชื่อเชิญบรรดาท่านผู้รักชาติและศรัทธาในพุทธศาสนาทั้งหลายมารวมกัน สร้างมหากุศลแก่จิตใจของเราทุก ๆ ท่าน และแก่ชาติของเราทั่วถึงกัน โดยการบริจาตสมบัติทั้งหลายเข้าสู่คลังหลวง เพื่อความแน่นหนามั่นคงแห่งชาติไทยของเรา ได้รวมกันในวันนี้ จากนั้นก็ยังเป็นโอกาสอันดีที่เราจะได้ยินได้ฟังเสียงอรรถเสียงธรรมเข้าสู่ใจ ซึ่งเป็นความสงบร่มเย็นแก่จิตใจไปนาน นอกจากนั้นยังเป็นคติเครื่องเตือนใจแก่เราจากอรรถธรรมที่เราได้ยินได้ฟัง และระลึกไว้ไม่ลืม นำไปปฏิบัติจะเป็นกุศลต่อจิตใจของเราไม่มีประมาณ นี่เป็นของสำคัญมากนะ

การได้ยินได้ฟังเป็นของสำคัญมาก เพราะฉะนั้นท่านจึงสอนว่าให้ได้ยินได้ฟังเสียงอรรถเสียงธรรมในวันคืนหนึ่ง ๆ เฉพาะอย่างยิ่งเราเป็นชาวพุทธ ให้มีเสียงอรรถเสียงธรรม รสแห่งอรรถแห่งธรรมเข้าสู่สัมผัสสัมพันธ์ใจของเรา ด้วยความระลึกถึงพุทโธก็ได้ ธัมโมก็ได้ สังโฆก็ได้ นี่เป็นธรรมโอสถอันยิ่งใหญ่ที่สัมผัสกับจิตใจของเรา แต่ละครั้ง ๆ มีคุณค่ามาก มีอันมีค่ามากกว่าอารมณ์ใดที่เข้ามาผ่านจิตใจเราอยู่เป็นประจำ อารมณ์ที่เข้ามาสัมผัสสัมผัสคลุกเคล้าจนกลายเป็นฝันเป็นไฟเผาหัวใจเรานั้น ส่วนมากต่อมากเป็นอารมณ์ของโลก หรืออารมณ์ของกิเลส มันแสดงออกมาด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ราคะตัณหา แสดงเข้ามาเผาผลาญจิตใจของเราให้ได้รับความเดือดร้อน แต่เสียงของธรรม และอรรถธรรม อารมณ์แห่งธรรมเข้ามาผ่านจิตใจนี้ แม้จิตใจจะมีความเดือดร้อนวุ่นวาย พอได้สัมผัสสัมผัสกับอรรถกับธรรมเข้าไป กลายเป็นน้ำดับไฟให้ใจสงบเย็นลง ในขณะที่ได้ยินเสียงอรรถเสียงธรรมนั้นแล

เพราะฉะนั้นธรรมจึงเป็นน้ำดับไฟ คือกิเลสที่ก่อขึ้นมาจากจิตใจของเราที่คิดปรุงเรื่องนั้นเรื่องนี้ ไม่มีน้ำดับไฟก็กลายเป็นไฟเผาเราไปเรื่อย ๆ แต่มีน้ำดับไฟ คือความสงบของธรรมเข้าสู่จิตใจ เช่น เราระลึกถึงพุทโธก็ได้ ธัมโมก็ได้ สังโฆก็ได้ แม้จะมีอารมณ์โกรธกริ้วเขาอยู่ก็สงบตัวลงไปด้วยอำนาจแห่งน้ำดับไฟ คือธรรม เพราะฉะนั้นจึงควรให้มีธรรมในใจสำหรับชาวพุทธเรา ถ้ามีแต่โลกล้วน ๆ แล้ว โลกไหนก็ไม่ค่อยมีความหมาย เพราะไม่มีที่ยึดที่เกาะ ไม่มีที่อบอุ่นตายใจได้เหมือนธรรมมีอยู่ภายในใจ

สมบัติเงินทองข้าวของภายนอกนั้นเป็นที่อาศัย สำหรับร่างกายที่มีชีวิตอยู่ เราได้อาศัย เขาสืบไปเป็นวัน ๆ การอยู่ การกิน ใช้อย่างต่าง ๆ อาศัยสิ่งเหล่านี้แล พอประทังชีวิตไปวันหนึ่ง ๆ จะให้มีความสุขเลยจากนี้ไปไม่ได้ เช่น อย่างเรารับประทาน พออิ่มแล้วก็มีสุขแค่ความอิ่มเท่านั้น จะให้เลยเกิดขึ้นไปเป็นความแปลกประหลาด อัจฉริยะ เหมือนจิตใจที่มีความเอิบอิ่มด้วยธรรมนี้ไม่มี เวลาเป็นอยู่หลับนอนก็เหมือนกัน จะนอนที่ดิบที่ตึชขนาดไหน เวลาหลับลงไปแล้วก็เหมือนคนตายแล้วนั่นแล คนที่ไม่ได้นอนที่ดิบที่ดีกับคนนอนที่ดิบที่ดี เวลาหลับลงไปแล้วมันก็พอ ๆ กัน เพราะไม่ห่วงใยกับที่หลับที่นอนหอมอนมุ้ง แม้ที่สุตร่างกายเราเป็นอย่างไรก็ไม่สนใจกัน เวลานั้นปราศจากทุกสิ่งทุกอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับพัวพัน ตัวของเราเองคือร่างกายก็ปล่อยในขณะหลับสนิท ปล่อยหมดโดยประการทั้งปวง แล้วเวลาเรานอน สถานที่ดี ๆ กับไม่ดี เวลาหลับลงไปแล้วมันก็พอ ๆ กัน ไม่เห็นมีแปลกต่างอะไรกันเลย

จะนั่ง จะยืน จะเดิน ขอให้มึธรรมในใจจะเป็นที่แปลกประหลาดกับตัวของเราไปโดยสม่ำเสมอ จึงได้เตือนบรรดาพี่น้องทั้งหลาย ให้ได้คิดอ่านไตร่ตรองถึงเรื่องอรรถเรื่องธรรมทั่วถึงกัน เพราะเราเป็นชาวพุทธ คำว่า พุทธ ๆ นี้ได้แก่พระนามของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าตรัสรู้ขึ้นมาแล้วจึงเรียกว่าพระพุทธเจ้าได้ ตามธรรมดาไม่มีใครเรียกได้ เพราะสังคมไม่ยอมรับ ต้องตรัสรู้ขึ้นมาสมควรแก่ความเป็นศาสดาเต็มภูมิแล้ว จึงเป็นศาสดา หรือเป็นคำว่าพุทธโธได้ ในหัวใจของสัตว์ชุ่มเย็นไปหมด เมื่อใครระลึกถึงพุทธโธ

ธัมมที่พระองค์ตรัสรู้ขึ้นมานั้นก็เหมือนกัน คำว่าธรรมนี้เป็นธรรมชาติที่เลิศเลอสุดยอด ไม่มีสิ่งใดเสมอเหมือนในสามแดนโลกธาตุนี้ มีธรรมนี้เท่านั้นเหนือและเลิศเลอกว่าสิ่งทั้งหลายทั่วดินแดน สังฆะ เมื่อได้บรรลุธรรมเข้าถึงขั้นวิมุตติหลุดพ้นแล้วก็ เป็นใจดวงสว่างกระจ่างแจ้ง สว่างงามเลิศเลอ เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ จึงจัดว่าเป็นแก้วอันประเสริฐ ๓ ดวง ดังที่เราได้ประกาศถึงท่านว่า พระรัตนตรัย รัตนะ แปลว่าแก้ว ไตรคือ ๓ ดวง แก้ว ๓ ดวงอันเลิศเลอนั้นได้แก่ พระพุทธเจ้า หนึ่ง พระธรรม หนึ่ง พระสงฆ์ หนึ่ง

นี่แหละแก้ว ๓ ดวงนี้เป็นของคู่ควรกันกับจิตใจเท่านั้น ไม่คู่ควรกับสิ่งใด อะไรเข้าไปเกี่ยวข้องก็ไม่ค่อยมีความหมายและไม่มีความหมายเลย แต่จิตใจเมื่อได้เกี่ยวข้องกับ พุทธ ธรรม สงฆ์ นี้แล้ว จะเป็นความหมายขึ้นมาในตัวเอง แม้ที่สุดคนที่เคยทำความชั่วช้าลามกมา โดยแต่ก่อนไม่เคยระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พอได้ยินได้ฟังเสียงอรรถเสียงธรรม พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ได้ยินความผิด ถูก ชั่ว ดีต่าง ๆ จากอรรถจากธรรมไปแล้ว กลับรู้สึกตัว แก่ไขตัดแปลงตนเสียใหม่ จนกลายเป็น

เป็นคนดีคนดีขึ้นมา ในท่ามกลางแห่งความเป็นพาลของคน ๆ นั้นแล นี่ก็เพราะอำนาจแห่งธรรม

เราต้องอาศัยธรรมเป็นเครื่องขัดเกลาเราให้เป็นคนดีคนดี รูปร่างกลางตัวนี้เกิดมาโดยหลักธรรมชาติแห่งกรรมท่านตกแต่งให้เกิดมา คำว่า กรรม หมายถึงการกระทำ กรรมดี กรรมชั่ว คนทำดี ทำชั่ว สัตว์ทำดี ทำชั่ว เป็นกรรมขึ้นมาในทางฝ่ายดีฝ่ายชั่วเสมอกันหมด ผู้ที่ทำกรรมดีไปเกิดก็มีรูปสตรสวยงาม มีความเสียสละ มีจิตใจอันกว้างขวาง ไปที่ไหนไม่อดอยากขาดแคลน เพราะเป็นผู้มีจิตใจอันกว้างขวาง เบิกทางก้าวเดินของตนเองไปโดยลำดับลำดับ จะเกิดแม้ในภพเป็นสัตว์ก็เป็นสัตว์ที่มีจิตใจอันกว้างขวาง มีความสุขความเจริญดีกว่าบรรดาสัตว์ทั้งหลายที่เป็นบริษัทบริวาร

ส่วนมากท่านมักจะพูดถึงว่า ผู้มีความดีงามแล้วไม่ค่อยไปเกิดเป็นสัตว์ หากมีจับพลัดจับผลูกันบ้างก็เพียงเล็กน้อย แล้วก็พลิกตัวได้กลับขึ้นมา นี่มีนิดหน่อย แต่ส่วนมากที่เป็นพื้นฐานแห่งการยอมรับกันก็คือว่า ผู้ทำความดีความดี เช่น อย่างผู้มีการให้ทาน มีความรักใคร่ใฝ่ใจในการทำบุญให้ทาน เสียสละทั่ว ๆ ไป ทั้งสัตว์ ทั้งบุคคล ทั้งผู้มีบุญมีคุณ ทั้งบูชาคุณท่านผู้เลิศเลอ เหล่านี้กลายมาเป็นกุศลหนุนจิตใจของเรา เวลาไปเกิดก็ไปเกิดเป็นเทวบุตรเทวดา อินทร์ พรหม แม้จะมาเป็นมนุษย์ก็เป็นมนุษย์ที่มีรูปสตรสวยงาม ไม่ขัดสนจนใจในทรัพย์สมบัติเงินทอง นี่คืออำนาจแห่งการให้ทาน มีความราบรื่นไปทุกกาลสถานที่เวลา เวลา ทุกกำเนิดที่เกิดในสถานที่ใด มักจะเป็นกำเนิดของผู้มีบุญกันทั้งนั้น

การรักษาศีลก็เหมือนกัน ศีลกับทานเป็นเครื่องกลมกลืนกันไป เป็นเครื่องกลมหรือหล่อหลอมให้บุคคลผู้มีทานมีศีลนั้น มีรูปร่างกลางตัวสตรสวยงาม มองดูแล้วยิ้มแย้มแจ่มใส ถ้าเป็นผู้ชายก็ผู้หญิงตอม ถ้าเป็นผู้หญิงก็ผู้ชายตอม เพราะอะไรจึงตอม ผู้หญิงมีทั่วโลก ผู้ชายมีทั่วโลก ทำไมไม่ไปตอม มาหาตอมอะไรกับคน ๆ นี้ หญิงคนนี้ ชายคนนี้ นี่เพราะเขามีเสน่ห์ เขามีการทำบุญให้ทาน หล่อหลอม ภาว วาจา ใจของเขา ประพฤติปฏิบัติตัวด้วยคุณงามความดีตลอดไป เมื่อหล่อหลอมไปด้วยคุณงามความดีหนักเข้า ๆ ถึงกาลเวลาที่พลัดพรากจากไป ตายแล้วกลับมาเกิดในชาติใดภพใดจะเป็นมนุษย์ก็เป็นมนุษย์ที่สวยงาม จิตใจมีความกว้างขวาง เฉลี่ยเผื่อแผ่ ไปที่ไหนคนรักคนชอบ เขาเคารพสักการบูชา แม้เป็นเด็กก็น่ารัก นี่คนมีศีลมีทาน

คนมีการภาวนาจิตใจมักมีความรอบคอบเป็นอย่างน้อย มีใจเฉลียวฉลาด แล้วก็มาประดับตัวเองให้ประพฤติปฏิบัติตัวด้วยกาย วาจา ใจ ด้วยความเป็นระเบียบเรียบร้อยสวยงาม ทำอะไรไม่ค่อยบกพร่อง เพราะปัญญาเป็นเครื่องไตร่ตรองเกิดขึ้นจากศีลและภาวนานั้นแหละ ธรรมเป็นเครื่องกลมสัตว์โลกให้เป็นคนดี ถ้ารูปร่างก็ให้มีรูปร่าง

อันดงามทั้งหญิง ทั้งชาย การแสดงออกก็โพเพราะเพราะพริ้งด้วยเหตุด้วยผล ด้วยอรรถ ด้วยธรรม ไม่กระแทกแตกตันด้วยอำนาจแห่งโทษที่หาเหตุผลไม่ได้ แล้วความรอบคอบทุกอย่างขึ้นอยู่กับเรื่องภาวนา

คนมีศีลมีธรรมอยู่ในใจ มักจะใคร่ครวญพิจารณาถึงรายได้รายเสียของตน วันหนึ่ง ๆ เราได้ทำประโยชน์อะไรบ้างแก่โลก แก่ตัวของเรา ได้พิจารณาเสมอ ถ้าเป็นการทำความเสียหาย ก็พยายามตัดแปลงแก้ไขความประพฤติดของตนเหล่านั้นเสีย กลายเป็นคนดี ประพฤติแต่ความดีงามขึ้นมา ไปที่ไหนคนก็รักชอบใจ เคารพบูชา ไม่เหมือนอันธพาลที่สั่นดานเลวร้าย ไปที่ไหนไม่มีใครอยากคบค้าสมาคม หมู่เพื่อนแตก กระจายกระจายเพราะความดีไม่มีติดตัว นี่คนมีธรรมกับคนไม่มีธรรมต่างกันอย่างนี้

วันนี้ได้พูดถึงเรื่องการให้ทาน การรักษาศีลย่อ ๆ ให้แก่พี่น้องทั้งหลายได้ยินได้ ฟัง แล้วนำไปปฏิบัติ ที่สำคัญที่สุดก็คือการอบรมจิตใจให้มีความสงบเย็นนั้นแล เป็นจุดหมายแห่งพุทธศาสนา หรือเป็นแก่นแห่งพระพุทธศาสนาโดยแท้ เราจะได้ประสบพบ เห็นความสำราญบานใจ ความสงบร่มเย็น ความแปลกประหลาดและอัศจรรย์ภายใน จิตใจของเราผู้บาปพญเสียเอง ไม่ต้องไปถามคนนั้นคนนี้ เช่นถามว่า สวรรค์อยู่ที่ไหน พรหมโลกอยู่ที่ไหน นิพพานอยู่ที่ไหนก็ตาม ย่อมจะเริ่มทราบขึ้นภายในจิตใจของผู้มี จิตตภาวนา

เวลาภาวนาเบื้องต้นก็มีแต่ความสงบภายในจิตใจ เย็นภายในจิตใจ ครั้นต่อมาก็ กระจายกระแสแห่งความสว่างกระจ่างแจ้งออกไป ให้มองเห็นสิ่งภายนอกจากตัวไปโดย ลำดับ กว้างขวางลึกซึ้งออกไป สุดท้ายคำว่าบาป ว่าบุญ คำว่าเปรตว่าผี คำว่าสัตว์นรก อเวจีก็ไม่ว่าที่จิตดวงนี้จะสัมผัสสัมพันธ์ และเจองานได้ในสิ่งเหล่านั้น เพราะจิตใจมี ความสว่างไสว มองเห็นได้ไกลมากทีเดียว ไม่มีขอบเขต ญาณวิสัยยังทราบไปถึงไหน สัตว์อยู่ที่ไหน ดีชั่วประการใดบ้างเห็นไปหมด นี่คือพระญาณหยั่งทราบของนักภาวนา มีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน

พระพุทธเจ้าเป็นพระองค์แรก ที่ทรงทราบเรื่องสัตว์ทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ทุก เพศทุกภูมิ รองจากนั้นก็ป็นสาวกทั้งหลาย ที่มีความเชี่ยวชาญเต็มกำลังวาสนาของตน ก็ทราบได้ แล้วนำมาสั่งสอนสัตว์โลกให้ละในสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย อันเป็นแนวทางให้เป็น ความชั่วช้าลามก เช่นเป็นเปรต เป็นผี ตกนรกอเวจี เป็นต้น ให้ละความชั่วช้าลามกนั้น แล้วบำเพ็ญคุณงามความดีเพื่อจะไปตามวิถีทางที่ถูกต้องดีงาม คือไปทางสวรรค์ สวรรค์ ๖ ชั้น ตั้งแต่จาตุมขึ้นไปถึงปรนิมมิตวสวัตดี สวรรค์ ๖ ชั้นนี้สำหรับคนบุญ มี กุศลศีลทานประจำใจ ตายแล้วก็ไปเกิดในสวรรค์ชั้นนั้น ๆ ตามความสามารถวาสนา ของตนที่มีมากน้อย

ถ้าวาสนาเป็นพื้นแห่งสวรรค์ก็ขึ้นสวรรค์ชั้นจาตุมนี้ก่อน จากนั้นก็ลำดับขึ้นไปถึงดาวดึงส์ จนกระทั่งถึงสวรรค์ ๖ ชั้น เพราะอำนาจวาสนาต่างกัน เลื่อนขึ้นไปเป็นชั้น ๆ และขึ้นสู่พรหมโลก ๑๖ ชั้น นี้ด้วยอำนาจแห่งบุญกุศลศีลทานของเรา เราจะได้ครองสมบัติทิพย์ทั้งหลายบนสวรรค์ เราได้ยืนยันแต่ตำรับตำราว่าท่านเป็นเทวบุตรเทดา อินทร์ พรหม อยู่สวรรค์ชั้นนั้น ๆ เราก็มีสติที่จะบำเพ็ญตัวให้ไปในสถานที่เช่นนั้น ๆ ได้ เหมือนกันกับคนอื่น หรือเทวดา อินทร์ พรหม ทั้งหลายอื่น ๆ นั้นแล เพราะทางสายเดินไปเพื่อความเป็นเช่นนั้น เกิดขึ้นจากการสร้างความดีของเรามากน้อย

การให้ทาน การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนา การรักษาตัวด้วยความมีศีล ไม่เบียดเบียนทำลายผู้อื่นผู้ใดให้ได้รับความกระทบกระเทือนเสียหาย เป็นผู้มืปกตติงามทางกาย วาจา ใจ ไม่กระทบคนอื่น ตัวเองก็เป็นสุข เหล่านี้แลเป็นเครื่องหนุนให้เราได้ไปเกิดสถานที่ดี คติที่เหมาะสมเป็นลำดับลำดับไป จึงขอให้พี่น้องทั้งหลายได้อบรมจิตใจให้มีความสงบเย็นบ้างนะ วันหนึ่ง ๆ อย่างน้อยเวลาจะหลับจะนอน ขอให้มีการไหว้พระเสียก่อน คือเข้าห้องพระ หรือเวลาจะนอนไม่มีห้องพระก็ตาม เราจะนอนกราบ พระพุทธรูปเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ที่หมอนเรียบร้อยแล้ว ให้พากันนั่งทำความสงบใจ

ทำความสงบใจอย่างไร คือปกติใจนั้นไม่สงบ เวลาจะนอนมันก็ยังคิดยังปรุงไปตามกระแสของกิเลสที่จุตลากไป ให้ได้รับความกังวลวนวายอยู่นั้นแล เราให้สงบอารมณ์เหล่านั้นเสีย แล้วนำอารมณ์แห่งธรรมซึ่งเป็นอารมณ์น้ำดับไฟ คือความร่มร้อนของกิเลสให้เย็นลงด้วยคำบริกรรม เช่นเราบริกรรมพุทโธ ๆ หรืออัมโม หรือสังโม บทใดก็ได้ที่เราชอบใจตามจริตนิสัยของเรา นำเข้ามาบริกรรมจิตใจของเรา นึกคำว่า พุทโธ ๆ มีสติกำกับอยู่กับคำว่า พุทโธ ๆ นั้นตลอดไป สำรวมใจไม่ให้กิเลสจุตลากออกไป คิดในแง่ต่าง ๆ นอกจากอรรถจากธรรมที่เราบริกรรมอยู่นี้เท่านั้น เราสำรวมระวังไว้ให้ดี

เมื่อเราสำรวมระวังไว้ด้วยดีโดยมีสติควบคุมอยู่เสมอแล้ว จิตใจของเราที่เคยคิดฟุ้งซ่านรำคาญนั้นจะค่อยสงบตัวเข้ามา สงบตัวเข้ามาสู่ตัวเองแล้วปรากฏเป็นความสงบผ่องใส รื่นเริงขึ้นที่ใจของเรา ด้วยธรรมซึ่งเป็นน้ำดับไฟ ที่เราบริกรรมอยู่นี้ไปเรื่อย ๆ นี่เรียกว่าน้ำดับไฟคือคำบริกรรม ดับความคิดปรุง ความเดือดร้อนทั้งหลาย กลายเป็นใจที่สงบเย็นขึ้นมาภายในตัวของเรา นี่คือการภาวนาได้ผล คนที่มีการภาวนาจิตใจสงบลงแล้ว ตื่นขึ้นมาวันหลังนี้ มีความประหวัดมีความปฏิพัทธ์ยินดีในความสงบร่มเย็นจากผลแห่งการภาวนาของตนไม่ลดละ แม้จะไปประกอบหน้าที่การงานใด ๆ ก็ตาม จิตย่อมประหวัด ๆ มาถึงการภาวนาที่ได้ผลเป็นที่พอใจอยู่โดยสม่ำเสมอ นี่คือการภาวนาที่ถูกต้องดีงามแก่จิตใจ

วันนั้นทำให้สงบเย็นทั้งวัน หน้าทีการงานเราก็อำไปเหมือนที่เรเคยทำมา แต่จิตใจก็มีความประหวัดกับอรรถกัธรรมที่เรเคยทำไปอยู่โดยสม่ำเสมอเช่นนั้น ที่นี้เมื่อได้โอกาสเราก็อำนาเช่นเดียวกับที่เคยทำมา จิตใจเมื่อได้รับอารมณ์ที่ดีคือธรรมเข้ากล่อมอยู่แล้ว จะมีความสงบเย็นขึ้นเป็นลำดับล่ำดา นี่ฐานแห่งความสุข กรุณาพิน้องทั้งหลยทราบเอาไว้ เราทั้งโลกทั้งสงสารนี้หาความสุขความเจริญกันทั่วโลกดินแดนก็จริง แต่ไม่ปรากฏว่าใครเป็นผู้เจอ ความสุข ความเย็นใจ ความสบาย เป็นที่พึงพอใจมาประกาศให้ผู้อื่นผู้ใดได้รู้ได้เห็นบ้างเลย

ก็เพราะอารมณ์เหล่านี้เป็นอารมณ์ของกิเลส มันเจือปนด้วยพินด้วยไฟ เผาไหม้ตลอดไปเหมือนกันหมด จึงไม่มีใครยกเอาความสุขที่ติดตันไปตามกิเลสนั้นเข้ามาอวดอ้างกันได้ เพราะอารมณ์ของกิเลสไม่ใช่อารมณ์แห่งความสุข แต่เป็นอารมณ์ที่เป็นพินเป็นไฟ ไม่ได้เหมือนกับผู้ที่อบรมจิตใจให้มีความสงบเย็นแล้ว อยู่คนเดียวก็เย็น อยู่กับเพื่อนกับฝูงก็เย็น ระบายออกมาทางวาจาก็เป็นที่ชุ่มเย็นทางหู ทางใจ สบายใจ นี่ผู้ผู้หาความสุขเจอ มาเจอที่ใจสงบเย็น

เวลาเรำบำเพ็ญมาก ๆ ใจเรายังสงบเย็นกว่านี้ จนแสดงเป็นความแปลกประหลาด เป็นความอัศจรรย์ขึ้นมาในใจ ทั้งวันทั้งคืน ยืน เดิน นั่ง นอน ไปที่ไหนมีแต่ความสงบเย็นหล่อเลี้ยงจิตใจไปตลอด เพราะอำนาจแห่งธรรมซึ่งเป็นน้ำดับไฟ คือคำบริกรรม เรำนึกอยู่เสมอ ธรรมนั้นก็หล่อเลี้ยงจิตใจ ระงับดับทุกข์ภัยเวรทั้งหลายไปโดยลำดับล่ำดา จิตใจผู้นั้นมีความสงบเย็น นี่คือผู้หาความสุข เริ่มเจอความสุขแล้ว เวลาเรำอบรมให้มากขึ้น ก็ยังเป็นพินฐานอันแน่นหนามันคงยิ่งขึ้น ๆ สุดท้ายผู้นั้นก็ไม่เดือดร้อนในการเป็นการตายของตัวเอง ทั้ง ๆ ที่แต่ก่อนกลัวเป็นกลัวตายเหลือประมาณ

ทำอะไรอยู่ก็ตาม พอระลึกถึงความตาย จิตใจจะเหี่ยวแห้งยุบยอบไปทันที ไม่อยากรคิดถึงเรื่องความเป็นความตายเลย เอาความเพลิตความเพลินมาคิดกลบกัน เพื่อระงับความคิดในเรื่องตายนี้เสีย อย่างนี้มีมากต่อมาก แต่เอำมาคิดเท่าไรก็ไม่เกิดผลเกิดประโยชน์ ถ้าไม่คิดถูกทางด้านอรรถกัธรรม เมื่อเรำคิดถึงความเป็นความตายไปตามแนวของธรรมแล้ว คิดถึงความตายเท่าไร เรำก็ยังนึกบริกรรมของเรำให้มากขึ้นหนามันคงยิ่งขึ้น จิตใจก็มีฐานที่ตั้งแห่งความมั่นคง อยู่ก็สบาย ตายไปก็สุขอยู่กับหัวใจนี้ เลยไม่ติดไม่ตัน ไม่กลัว คำว่าจะเป็นจะตายก็ไม่กลัว เพราะจิตนี้ทั้งที่ไม่ตายด้วย ทั้งมีบุญมีกุศลหล่อเลี้ยงจิตใจของตนอยู่ตลอดเวลาด้วย จึงเป็นจิตที่ไม่หวั่นไหวต่อความเป็นความตาย

ผู้นี้แลคือผู้ได้รับความสุข หาที่ไหนก็ไม่เจอ เมื่อหาจากด้านอรรถกัธรรมแล้ว เรำจะเจอที่ใจของเรำ ให้กิเลสพาหา หาเท่าไรก็ไม่มีใครเจอ ไม่ว่าเศรษฐีภุมพินาหา

คนทุกข์ คนจน หาดด้วยหน้าที่การงานประการใด มันก็เป็นเรื่องของโลกของสงสาร ซึ่งต้องถูกหลอกลวงจากกิเลสอยู่เรื่อยไปจนได้นั้นแหละ เราจึงหาความสุขไม่เจอ จึงขอให้พี่น้องทั้งหลายหาความสุขด้วยการภาวนา ดังสถานที่นี้ ท่านมาตั้งไว้เป็นที่อบรมจิตใจในเวลาว่าง แล้วก็มาสู่สถานที่เช่นนี้ บำเพ็ญจิตใจ รักษาจิตใจให้อยู่ด้วยศีลด้วยธรรม

จิตใจจะมีความสุขสงบเย็น พักเครื่องแห่งความหม่นของใจเสียได้เป็นลำดับลำดับ มีตั้งแต่ความสงบเย็นใจเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงจิตใจอยู่เสมอ ผู้นั้นจะเป็นผู้สบาย ความสบายจะหาจากที่อื่นใดไม่ได้ หากที่จิตดวงนี้แล เราบำเพ็ญธรรมตามแนวทางที่สอนไว้จะต้องเจอโดยแน่นอน ไม่ผิดพลาดเป็นอื่นไปได้ ถ้าหาความสุขแบบกิเลสพาหานั้น ใครหากันทั้งโลกมีแต่คว้าน้ำเหลวๆ ไม่เคยมีใครได้ความสุขเป็นขั้นเป็นอันมาอวดมาอ้างกันเลย พอจะมีแกล้งติดดินไปกับกิเลส เพื่อหาความสุขอันยิ่งใหญ่กว่านี้ต่อไปได้ เราจึงต้องให้รู้

งานภายนอกก็มี โลกอันนี้โลกอยู่โลกกิน โลกหลับโลกนอน มีความบกพร่องต้องการ มีหิวมีกระหาย มีอยากกินอยากอยู่ อยากหลับอยากนอน อยากไปอยากมา การขบการถ่าย เป็นเรื่องธาตุเรื่องขันธ์ที่เขากพร่อง แสดงความยุ่งเหยิงวุ่นวายมาสู่ตัวของเราผู้รับผิดชอบนี้จนได้ จึงต้องปฏิบัติต่อเขา อยู่ธรรมดาไม่ได้กินก็อยู่ไม่ได้คนหนึ่งๆ ไม่ได้หลับได้นอนอยู่ไม่ได้ ต้องวิ่งเต้นชวนขายหัวหน้ากัน อันนี้เราก็ให้ทราบตามหน้าที่การงานที่เกี่ยวกับธาตุกับขันธ์ในเวลาที่มีชีวิตความเป็นอยู่ประการหนึ่ง

อันหนึ่งจิตที่เรียกร้องหาความช่วยเหลือจากเจ้าของ เพราะได้รับความเดือดร้อนวุ่นวายทั้งวันทั้งคืนอยู่ เราก็ควรจะมองดูใจของเรา ให้หาความสงบเย็นใจ สร้างคุณงามความดีเข้าสู่ใจเพื่อหล่อเลี้ยงจิตใจจะได้รับความสงบสุข เป็นตัวของตัวขึ้นมาภายในใจ เรียกว่าที่พึ่งภายนอกเราก็เสาะแสวงหา เช่น สมบัติเงินทองข้าวของ ตีกรามบ้านช่องอะไรเราก็หาเพื่อความสะดวกทางร่างกาย ไปมาหาสู่ก็สะดวกสบาย ทางภายในจิตใจเรียกร้องหาความช่วยเหลือ เพราะบกพร่องความสุขอยู่มากทีเดียว เราก็อุตส่าห์พยายามเสาะแสวงหา บำเพ็ญการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ประดับประดาจิตใจไปพร้อม ๆ กัน

งานภายนอกเพื่อร่างกายเราก็มีพอเป็นพอไป งานภายในเพื่อธรรมเครื่องหล่อเลี้ยงจิตใจ เราก็บำเพ็ญพอไป ๆ ทุกวัน ๆ ผู้นั้นเป็นผู้ไม่เดือดร้อน ออกข้างนอกสมบัติเงินทองข้าวของก็พออยู่พอเป็นไฟ เข้าข้างใน จิตใจก็ไม่เดือดร้อน พอมีบุญมีกุศลเป็นที่รับรองไว้อยู่เสมอ ผู้นี้ชื่อว่าผู้เสมอ อยู่ก็อยู่ได้ ตายไปก็เป็นสุข ไม่เหมือนกับผู้ที่ติดดินหาตามอำนาจแห่งกิเลสค้นหาโดยถ่ายเดียว โดยไม่คำนึงถึงอรรถถึงธรรม ถึงบุญ ถึงบาป ว่าเป็นประการใดบ้างเลย มีแต่ทำตามความอยาก ความทะเยอทะยาน

ส่วนมากก็โกยเอาตั้งแต่เรื่องบาปเรื่องอกุศลกรรมเข้ามาหาตัวเอง เพราะความอยากความทะเยอทะยานนี้ ไม่คำนึงถึงเหตุผลชั่วประการใด จะมีแต่ความอยากทั้หมดไปหมด แล้วก็สร้างความชั่วขึ้นมาด้วยอำนาจแห่งความอยาก จึงเรียกว่าสร้างบาปไม่รู้ตัว เวลามันเผาก็ไม่รู้ว่าเป็นเพราะบาปกรรมอันใด ก็ไม่รู้ตัวอีกเหมือนกัน แต่ยอมรับกรรมชั่วที่ตนได้รับเสวยในเวลานั้นทั่วหน้ากัน

จึงขอให้พี่น้องทั้งหลายได้พิจารณาให้ถ่องถี่ถ้วน งานทางโลกเพื่ออยู่เย็นเป็นสุขในเวลาเรามีธาตุมีขันธครองกันอยู่ทั่วดินแดน ก็ให้พากันเสาะแสวงหา งานภายในคือการทำบุญให้ทาน รักษาศีล ภาวนา เพื่อเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงจิตใจ หรือสมบัติของใจก็ให้พากันเสาะแสวงหา เป็นคู่เคียงกันไป อย่าปล่อยอย่างว่างทั้งสองอย่าง ท่านทั้งหลายจะมีความสงบเย็นใจไปตาม ๆ กันนั้นแหละ ถ้ามีตั้งแต่สมบัติภายนอก สมบัติภายในคือบุญกุศลไม่มี ผู้นี้จะเป็นผู้เดือดร้อนมากกว่าคนไม่มีเงินมีทองเป็นไหน ๆ ถ้าผู้มีบุญมีกุศลภายในใจ แม้จะเป็นความทุกข์ความเดือดร้อนในเรื่องการครองชีพของตน แต่ภายในใจก็ไม่เดือดร้อน นี่ต่างกัน

ส่วนคนไม่มีบุญมีกุศลเลย พอข้างนอกขัดข้องขาดเงินเท่านั้น ภายในก็เหือดแห้งไปตาม ๆ กัน เป็นทุกข์ทั้งร่างกายและจิตใจ ผิดกันมากนะ คนที่มีบุญมีกุศลภายในใจถึงข้างนอกจะเป็นทุกข์ขาดแคลนบ้างเป็นธรรมดา แต่ภายในใจคือบุญกุศลหล่อเลี้ยงจิตใจให้ชุ่มเย็นตลอดไป นี่ต่างกันอย่างนี้ สมบัติภายนอกคือเงินทองข้าวของ เรือกสวนไร่นา บริษัทบริวาร สมบัติภายในคือการให้ทาน การรักษาศีล การเจริญเมตตาภาวนา อบรมจิตใจให้อยู่ในอรรถในธรรมแล้วจะเป็นความสงบร่มเย็นเรื่อย ๆ ไป นี่คือสมบัติภายใน

ขอให้พากันเสาะแสวงไว้ให้ดี อย่าปล่อยเลยตามเลย ตั้งแต่วันเกิดจนถึงวันตาย ไม่ได้ความดีอะไรติดเนื้อติดตัวเลยนี้ คนนั้นเรียกว่าเป็นคนที่ช่วยมากที่สุด เกิดก็ไม่ได้สารประโยชน์อะไรจากธาตุขันธ์อันนี้ ตายแล้วก็ไปจมกันด้วยความชั่วที่ตัวทำด้วยความคึกคะนอง ไม่กลัวบาปกลัวกรรม สิ่งที่เราไม่กลัวนั้นแหละมันมาเป็นภัยต่อตัวของเราเองผู้คึกผู้คะนอง ให้พากันระมัดระวัง

เฉพาะอย่างยิ่งหลวงตาเทศนาว่าหน้าที่ไหน ไม่เคยปล่อยวางเรื่องจิตตภาวนาเลย เพราะอันนี้เป็นหลักใหญ่ของพุทธศาสนา เป็นหลักใหญ่ที่จะพึงเป็นพึ่งตายได้ในหัวใจของคนเราทุกคน ได้แก่การอบรมจิตใจให้มีหลักมีเกณฑ์ ให้มีความสงบเยือกเย็นด้วยการอบรมภาวนา นี่เป็นสำคัญมาก แม้พระพุทธรเจ้าและสาวกทั้งหลายก็เหมือนกัน ที่เลื่องลือมาจนกระทั่งบัดนี้ คือศาสดาองค์เอกตรัสรู้ขึ้นมา และพระสงฆ์สาวกได้บรรลุมรรคตามท่านมา มาเป็นสรณะของโลก ล้วนแล้วแต่ท่านผู้สมบูรณ์พูนผลด้วยอรรถด้วย

ธรรมภายในใจแล้วทั้งนั้น ท่านจึงไม่มีว้าวุ่นกับสิ่งใดทั้งหมด สอนโลกด้วยความเพียร พอกุศลทุกด้าน ทุกทาง ไม่มีทุกข์แม้เมื่อดินเมื่อดทรายเข้าเจือปนในจิตของท่านที่เป็นธรรม ล้วน ๆ ซึ่งบำเพ็ญมาเต็มเม็ดเต็มหน่วยแล้วได้เลย

เราไม่ได้แบบท่านก็ขอให้ได้แบบลูกศิษย์มีครู ให้ระลึกถึงบุญถึงบาป ระวังเสมอ นะ อย่าชินชา บาปอย่าไปชินกับมัน เหมือนกับไฟ ใครไปชินกับมันร้อนทุกคน ไฟไม่เคยปล่อยตัวในความร้อน เมื่อถูกไฟจี้เราก็ต้องร้อนไปตามมัน นี่บาปไม่เคยเป็นความชินต่อผู้ใด เราทำบาปเป็นบาปตลอดมา ใครจะปฏิเสธว่าบาปไม่มี บุญไม่มี อันนั้นเป็นความโง่เขลาเบาปัญญา ความมืดบอดของคนที่ไม่พูดออกมาด้วยความไม่รู้สึกรู้สีกต่างหาก คำของพระพุทธเจ้า หรือธรรมของพระพุทธเจ้าพูดออกมาด้วยความรู้แจ้งแทงทะลุทุกอย่าง ว่าบาป บุญ นรก สวรรค์มี มีจริง ๆ เผลอโลกได้อย่างถนัดชัดเจน พาโลกสู่สวรรค์ นิพพานได้อย่างชัดเจนเช่นเดียวกันตลอดมาอย่างนี้แล

ขอให้พี่น้องทั้งหลายพากันบำเพ็ญทางด้านจิตใจบ้าง มีตั้งแต่การให้ทาน รักษา ศีลธรรมดา แม้แต่ศีลก็ไม่ค่อยมีกัน ท่านก็มีเป็นพื้นฐานแห่งชาวพุทธเรา เพียงเท่านั้น ยังไม่พอกับความต้องการของใจที่เรียกร้องหาบุญหากุศล หาคุณงามความดี หาความสุขความเจริญจากเราทั้งหลายซึ่งเป็นเจ้าของนี้เลย จึงพากันพยายามหาสิ่งที่บำรุงจิตใจ ที่เรียกร้องหาความช่วยเหลืออยู่ ด้วยคุณงามความดี ใจเมื่อได้รับคุณงามความดีจากเจ้าของแล้ว จะเป็นใจที่เย็นน่านภายในตัว ไปที่ไหนก็มีความสุขความสบาย โลกนี้ก็อยู่เหมือนโลกเขา แต่ใจอยู่ด้วยธรรม ตายไปแล้วธรรมเป็นเครื่องหนุนให้ไปเกิดในสุคติ โลกสวรรค์จนได้แหละ

วันนี้แสดงธรรมให้พี่น้องทั้งหลายฟังพอเบาะ ๆ พอประมาณ จึงขอให้พากันนำธรรมนี้ไปปฏิบัติ เฉพาะอย่างยิ่งคือการภาวนาอย่าปล่อยอย่างวาง หลงตาสอนที่ไหนไม่เคยลืมเรื่องภาวนาเลย พูดตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า ที่ถือว่าเป็นการบำเพ็ญชั้นเอกได้แก่ การภาวนา จึงต้องนำอันนี้มาสอนพี่น้องทั้งหลายเสมอ โดยเหตุแล้วก็คือว่าเราก็เคยได้ผลดีมาน้อยมาจากการภาวนา เรียกว่าแทบทั้งนั้น ครั้นต่อมาก็เป็นจากการภาวนาทั้งนั้น ๆ เลย จนกระทั่งปัจจุบันนี้ได้ความอึดอึดใจ พอออกพอใจ ทุกสิ่งทุกอย่างไม่มีอะไรมากระทบกระเทือนจิตใจได้เลย ก็เพราะอำนาจแห่งธรรม

จิตเป็นธรรมทั้งแท่ง พ้นจากสมมุติโดยประการทั้งปวงแล้ว บรรดาสมมุติในแหล่งโลกธาตุนี้ ไม่มีสมมุติใด ชื่นใดที่จะเข้าไปเสียดไปสัมผัสจิตใจที่หลุดพ้นแล้วนั้นได้เลย เพราะฉะนั้นใจนั้นจึงเป็นใจที่พิเศษเลิศเลอจากการอบรมภาวนาจนเป็นที่พอใจแล้ว จึงขอให้พี่น้องทั้งหลายได้ยึดเอาหลักเกณฑ์เหล่านี้ไปปฏิบัติตน

การแสดงธรรมวันนี้ก็เห็นว่าสมควรแก่ธาตุแก่ชั้นนี้ แก่กาลเวลา ขอความสวัสดี
จงมีแก่บรรดาพี่น้องทั้งหลายโดยทั่วกันเทอญ