

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๑๒

ดูเยี่ยงอย่างศาสดา

ศาสนาหมายถึงพระโอวาท การสั่งสอนออกมาจากพระพุทธเจ้าผู้เป็นเจ้าของของพระศาสนา ตามหลักธรรมชาติแล้วธรรมะมีอยู่ทั่วไป เช่นเดียวกับสิ่งที่เป็นประโยชน์ขึ้นอยู่กับผู้มีความเฉลียวฉลาดจะค้นคว้าหาสิ่งนั้นๆ มาทำประโยชน์ นั้นเป็นไปตามรายของบุคคล ธรรมะก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน มีพระพุทธเจ้าเป็นผู้ฉลาดได้ค้นพบภายในพระทัย และปรากฏผลเป็นความบริสุทธิ์ขึ้นภายในพระทัยของพระองค์แล้ว จึงได้นำธรรมะที่ได้ทรงรู้ออกมาแสดง จึงกลายเป็นศาสนาขึ้นมา ที่นำออกมาแสดงนี้เป็นชื่อแห่งธรรม เป็นความสุขเป็นชั้นๆ แสดงถึงเรื่องความสุขความทุกข์ ความดีความชั่ว ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นชื่อของธรรม ชื่อของศาสนาที่นำออกมาแสดง

ศาสนาแท้ที่อยู่ใใจของมนุษย์เรา แต่ไม่สามารถจะปฏิบัติและค้นพบได้เหมือนอย่างพระพุทธเจ้า เพราะการทำดีทำชั่วอยู่กับกายวาจาใจของคนเรา การสอนให้ละชั่วทำดีก็สอนลงที่มนุษย์เรา ผู้จะทำการละความชั่วประพฤติความดีก็คือมนุษย์เรา ผลที่ปรากฏขึ้นจากการปฏิบัติได้มากน้อยนั้นแลชื่อว่าธรรม คือเกิดขึ้นจากผู้นั้นจริงๆ ที่แรกก็ต้องอาศัยการชี้แจงแสดง หรือจะเรียกว่าศาสนาเป็นเข็มทิศทางเดินก็ได้ คือชี้แนวทางที่ถูกต้อง บอกในสิ่งที่ผิดให้พยายามละเว้น และชี้แนวทางที่ถูกให้พยายามประพฤติปฏิบัติไปตามหลักธรรมที่สอนไว้ นี้เรียกว่าเป็นฝ่ายเหตุ ส่วนผลก็คือความสุขที่ได้รับจากการปฏิบัติธรรมมากน้อย ปรากฏขึ้นกับใจของตนเอง

เราซึ่งเป็นนักบวชเป็นผู้มุ่งประพฤติปฏิบัติศาสนธรรม ก็กรุณาสนใจในตัวของเราเอง ท่านชี้แจงบอกไว้อย่างไรอย่าลืมน้อมเข้ามาสู่ตัวเรา ผู้กำลังจะเป็นไปในทางผิดและทางถูกอยู่ทุกๆ ขณะนี้ นี่เป็นจุดสำคัญที่เราจะต้องมองกันทุกคน เพราะศาสนาสอนเข้ามาจุดนี้ทั้งนั้น ไม่ได้สอนไปที่อื่น เพราะความผิดถูกชั่วดีอยู่กับจุดนี้คืออยู่ที่กายวาจาใจของมนุษย์เรา ศาสนาจึงต้องสอนลงที่นี้ สอนไปที่อื่นไม่ถูกตามจุดที่ต้องการ

เทศพระท่านสอนไปประเภทหนึ่ง เทศฆราวาสญาติโยมก็สอนไปอีกประเภทหนึ่ง เพราะต่างเทศกัน ธรรมะที่จะนำไปประพฤติปฏิบัติให้พอเหมาะสมกับนักบวชและฆราวาสจึงต้องมีแยกกัน เพราะเทศและหน้าที่การงานนั้นผิดกัน ฉะนั้นศีลจึงมีทั้งศีลนักบวชและศีลฆราวาส ส่วนธรรมนั้นท่านไม่กำหนดว่าจะจะเป็นฆราวาสหรือนักบวชปฏิบัติ มีสิทธิจะประพฤติปฏิบัติได้เช่นเดียวกัน หากเรามีความสามารถหรือมีเวลาพอจะปฏิบัติได้ ไม่มีการกีดกัน เพราะฉะนั้นฆราวาสจึงมีโอกาสที่จะบำเพ็ญตนให้ถึงที่สุดแห่งทุกขได้ เช่นเดียวกับบรรพชิตคือนักบวช แม้ในครั้งพุทธกาลก็ปรากฏว่ามีผู้บรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนไม่น้อย ทั้งๆ ที่เป็นฆราวาสอยู่ เพราะเหตุว่าการปฏิบัติธรรมไม่ขึ้นอยู่กับเพศกับวัย แต่ขึ้นอยู่กับประพฤติ

ปฏิบัติตามหลักธรรมที่ถูกต้องนั้นเท่านั้น นี่เป็นจุดใหญ่แห่งธรรมที่ผู้ปฏิบัติทั้งหลายมีสิทธิจะต้องปฏิบัติได้ด้วยกันทุกคน

ส่วนศีลนั้นมีแยกประเภท ศีล ๕ ศีล ๘ นี่เป็นศีลสำหรับฆราวาส จะบำเพ็ญเป็นนิจศีล หรือจะบำเพ็ญเป็นบางกาล ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ นี่เป็นศีลของนักบวชนับแต่สามเณรขึ้นไปถึงพระ อันนี้แยกกันตามหน้าที่และเพศ ซึ่งบอกอยู่แล้วว่าเพศนุ่งเหลืองห่มเหลืองนี่คือเพศนักบวช ศีลจึงมีแยกประเภทกัน อันนี้เป็นกฎอันหนึ่งเช่นเดียวกับกฎหมายแต่เป็นทางพระวินัยทางพระท่านเรียกว่าวินัย แปลว่าการนำเสี้ยซึ่งโทษ โทษที่จะเกิดขึ้นจากกายวาจาของตนเกี่ยวกับความล่วงละเมิดในศีลข้อใดข้อหนึ่งใน ๒๒๗ ข้อนั้น ล้วนแล้วแต่จะเป็นโทษขึ้นมา ท่านให้นำออกเสี้ยจึงเรียกว่าวินัย นี่เป็นศีลส่วนใหญ่ ส่วนปลีกย่อยอีกเป็นจำนวนพัน ๆ ที่อนุบัญญัติเพิ่มเติมขึ้นทีหลัง

สำหรับธรรมแล้วเหมือนกัน ศาสนาพุทธเราไม่มีการบังคับบัญชา ผู้จะรับนับถือหรือไม่ ไม่มีการบังคับบัญชากัน นับถือได้ตามความชอบใจ ใครชอบนับถือก็ได้ ไม่ชอบไม่นับถือก็ได้ วางไว้เป็นสมบัติกลาง แต่เมื่อเข้ามานับถือแล้ว ผู้ที่นับถือนั้นมีความหวังผลหวังประโยชน์จากการนับถือศาสนา จึงต้องมีการบังคับตนให้เป็นไปตามหลักธรรมวินัย เช่นแต่ก่อนเรายังไม่ได้บวชเราจะทำอย่างไรก็ได้ เพราะเราเป็นฆราวาสไม่มีศีลอะไรจะขัดข้อง เพราะไม่มีกฎ แต่เวลาเรามาบวชแล้ว เราบวชเป็นเณร กฎของเณรมีเท่าไร บวชเป็นพระ กฎข้อบังคับของพระมีเท่าไร เราต้องพยายามปฏิบัติให้ได้ตามแบบของเณรของพระ ไม่เช่นนั้นก็ผิดศีลของตน

การผิดศีลไม่ใช่ศีลจะเป็นความเสียหาย แต่เราผู้ล่วงละเมิดนั้นแลเป็นผู้เสียหาย ศีลก็ยังคงเป็นศีล แต่เราผู้ทำผิดก็ต้องเป็นโทษสำหรับเราเอง เพราะฉะนั้นจึงควรสำรวมเราให้มีศีล ถ้าต้องการศีลให้เป็นความสวยงาม เป็นเครื่องประดับกาย วาจา และทำใจให้ชุ่มเย็นเพราะความมีศีลแล้ว ก็ต้องเป็นเรื่องบังคับตนอยู่ในตัว ศาสนามีการบังคับในเมื่อเรารักนับถือเพื่อหวังคุณงามความดีแก่ศาสนาแล้ว การบังคับตนเองให้เป็นไปตามหลักของพระธรรมวินัยนั้น เป็นเรื่องของเราทุก ๆ ท่านจะต้องปฏิบัติตามแนวนั้น ถ้าปฏิบัติผิดก็ไม่ได้รับผลอะไรจากศาสนา นอกจากจะเป็นโทษแก่ตนผู้ละเมิดเท่านั้น

ธรรมก็เหมือนกัน ธรรมท่านก็ไม่บังคับ แต่ผู้ต้องการธรรมคือต้องการธรรมะเป็นเครื่องประดับใจ ก็ต้องเป็นผู้มีการบังคับตนเอง ท่านจึงสอนไว้ว่า ฉันทะให้มีความพอใจในการบำเพ็ญคุณงามความดีสำหรับตน วิริยะให้มีความพากเพียร จิตตะมีความฝักใฝ่ อย่าทำจิตใจให้เหินห่างจากการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอันเป็นบ่อเกิดแห่งคุณงามความดี วิมังสาจะทำสิ่งใดให้มีการไตร่ตรอง อย่าทำด้วยความพรวดพราด ศาสนาสอนไว้อย่างละเอียดลออ ผู้ทรงศาสนาจึงควรเป็นผู้ใคร่ครวญเพื่อเป็นความฉลาดตามหลักที่ศาสนาสอนไว้ ท่านให้เพียรให้พยายาม ก็เหมือนกับบังคับให้อุดทน

เช่นขันติความอดทน นี้เรียกว่าบังคับละที่นี้ บังคับให้มีความเพียร บังคับตนเองคนอื่น ไตไม่มาบังคับได้ เราต้องบังคับเรา ให้มีความเพียรพยายาม ให้มีความอดทน ทิวบ้าง กระหายบ้าง เมื่อยบ้างเพื่อยบ้าง เจ็บปวดบ้างเป็นทุกข์บ้าง แล้วแต่จะเกิดขึ้นในทางร่างกาย ส่วนใด เราต้องเป็นผู้ยอมรับ ต้องเป็นผู้อดทนต่อทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นด้วย เป็นผู้อดทนต่อ ความพากเพียรที่จะเป็นไปทางความสุขความเจริญด้วย นี้เรียกว่าบังคับเราเอง เพราะ ความหวังเป็นเรื่องของเรา ความหวังคือหวังความสุขความเจริญ ความดีทุกอย่างเราหวังทั้งนั้น ความสุขไม่ว่าจะสุขทางกายทางใจมากนัก เราหวังด้วยกัน

สิ่งที่จะให้สมหวังคืออะไร ก็ได้แก่การกระทำบำเพ็ญตนเอง การกระทำหรือการบำเพ็ญ นี้ต้องอาศัยการบังคับบัญชาบ้าง ไม่เช่นนั้นก็เป็นไปไม่ตลอดสาย เพราะฉะนั้นการบังคับจึงเป็น คู่เคียงกันไปกับความหวังพึ่งตนเอง หรือหวังพึ่งธรรม ต้องปฏิบัติตนให้เป็นไปตามหลักธรรม ไม่เช่นนั้นก็เหลว การเขวออกไปนอกกลุ่มนอกทางไม่ว่าจะเขวทางภายนอก ไม่ว่าจะเขวทางภายใน ย่อมไม่สำเร็จประโยชน์ เช่นเราเดินทางเขวออกจากทางที่ถูกต้องไปในทางที่ผิดเสียก็ไม่เป็น ประโยชน์ ทำอะไรถ้าเขวจากหลักที่ถูกต้อง จากทางที่ถูกต้อง จากสิ่งที่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่เกิด ผลทั้งนั้น ฉะนั้นจึงต้องพยายามฝึกหัดตนให้เป็นไปตามทางที่ถูก ต้นเหตุที่จะให้เกิดการบังคับ เรา เพราะความหวังพึ่งเรา หวังพึ่งศาสนา หวังพึ่งความถูกต้อง สิ่งไหนที่ผิดแม้ยากจะทำก็ ต้องฝืนไม่ทำ ฝืนใจไม่คิด ฝืนกายฝืนวาจาไม่พูดไม่ทำ สิ่งที่ฝืนเหล่านี้แหละเรียกว่าบังคับตนเอง ให้สำรวมให้ระวังให้บังคับ

ที่นี้การกำหนดภาวนาก็เช่นกัน จิตใจตามปกติแล้วจะต้องมีการคิดออกภายนอก ตาม ธรรมดาของจิตรู้สึกจะร้อยทั้งร้อยไม่ได้คิดเข้ามาสนใจตัวเอง คิดออกขณะใดก็ต้องเป็นไปกับ สิ่งภายนอกทั้งนั้น ไม่ได้ย้อนเข้ามาสู่ภายใน ส่วนนักบวชหรือผู้ปฏิบัติธรรมะ ยังมีการคิดย้อน เข้ามาข้างในได้ เพราะคำว่าเรียนธรรมะกับการปฏิบัติธรรมะนั้น พูดังๆ ก็คือเรียนเรื่องของ ตัวเอง ให้รู้เรื่องของตัวเอง อ่านตัวเองให้รู้จุดที่บกพร่องผิดถูกตรงไหน แล้วพยายามปรับปรุง แก้ไขตนเอง นี้เรียกว่าเรียนธรรมะคือเรียนเรื่องของตัวเอง ปฏิบัติธรรมก็คือปฏิบัติต่อตนเอง ในทางที่ถูก ตามสวากขาตธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชอบแล้ว เพราะฉะนั้นธรรมกับเราจึง แยกกันไม่ออก ถ้ายังมีความหวังความดีและหวังความสุขความเจริญอยู่ตราบไต่

ทางที่จะเป็นไปสู่ความสุขความเจริญก็คือ แนวทางแห่งธรรมะที่ท่านสอนไว้ ที่เรียกว่า สวากขาโต ภคฺวตา ธมฺโม ซึ่งเป็นพระธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชอบยิ่งแล้ว ไม่มีบกพร่องไม่ เลยขอบเขต เป็นหลักมัชฌิมาล้วนๆ คือตรัสไว้อย่างตรงแนวไปถึงจุดหมายปลายทางทีเดียว จึงให้นามว่ามัชฌิมา ศูนย์กลาง นี้ละหลักการดำเนินในทางปฏิบัติ ได้อธิบายถึงเรื่องการเรียน ธรรม เรียนธรรมะปฏิบัติธรรมะคือการเรียนเรื่องตัวเองปฏิบัติตัวเอง ธรรมกับเราแยกกันไม่ ออก ให้ท่านนักปฏิบัติทั้งหลายได้ทราบ ว่า ธรรมกับเราอยู่ห่างไกลกันเพียงไรหรืออยู่ด้วยกัน

ถ้าจิตได้ย่นเข้ามาคิดอ่านไตร่ตรอง หรืออ่านเรื่องของเรา พยายามหาจุดบกพร่องของเราอยู่เสมอแล้ว ผู้นั้นจะเห็นทางที่ถูกดีงามเสมอไป คือจุดไหนที่มีความบกพร่องพยายามแก้ไขจุดนั้น แล้วส่งเสริมจุดที่ถูกต้องให้มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ในหลักธรรมะท่านสอนให้ โอปนยิโก คือจิตที่คิดออกไปข้างนอกก็เพื่อประโยชน์ข้างใน ได้เห็นได้ยินสิ่งใดที่มาสัมผัส คิดเข้ามาภายในเทียบเคียงกับตนในส่วนผิดถูกชั่วดี ที่เกี่ยวกับการเห็นการได้ยินภายนอก แล้วพยายามปรับปรุงตนเองต่อไป สิ่ง que เห็นนั้นถ้าเป็นสิ่งที่ดีก็ยึดมาเป็นประโยชน์ ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ดีก็ย่นเข้ามาดูตัวของเราว่าเป็นเช่นนั้นหรือไม่ ถ้ามีอยู่ภายในตัวก็จะได้พยายามแก้ไข คืออ่านตัวเอง เรียนตัวเอง เรียนเรื่องของตัวเอง ย่อมรู้เสมอเพราะวันหนึ่ง ๆ เรื่องของเราจะแสดงอยู่ตลอดเวลา คือความคิดปรุงโดยมากก็คิดออกไปข้างนอก ถ้าตั้งใจเรียนธรรมะก็ต้องย่นเข้ามาภายในได้

จิตใจที่หาความสงบเยือกเย็นไม่ได้ เพราะความส่งออกภายนอก ไม่ใช่สิ่งใดมาทำการกีดขวางไม่ให้จิตสงบได้ แต่เป็นเรื่องของความคิดเสียเองเป็นผู้ปรุงแต่งแล้วส่งออกภายนอกจนเป็นความเคยชิน ไม่สนใจที่จะคิดย่นเข้ามาสู่ภายใน เพราะฉะนั้นจึงหาความสุขไม่เจอ คิดไปวันยังคำคืนยังรุ่งตลอดปีตลอดเดือน ทั้ง ๆ ที่หวังความสุขความเจริญภายในจิตใจ แต่ก็ไปเจอเอาแต่สิ่งที่รุ่มร้อนเผาผลาญจิตใจให้ได้รับความทุกข์ความลำบากอยู่เสมอ ไม่มีวันจะเจอความสุขได้ เพราะความคิดเป็นเครื่องรังควาญตนเสียเอง แต่เราไม่ทราบว่าคุณคิดนี้เป็นภัยต่อตนอย่างไรบ้าง

เมื่อได้เรียนได้ปฏิบัติธรรมะ ธรรมะท่านต้องชี้บอกเสมอว่าความคิดประเภทใดที่เป็นคุณแก่ตน ความคิดประเภทใดที่เป็นโทษแก่ตน ให้เลือกเฟ้นความคิดนั้น ๆ แล้วการพูดประเภทใดเป็นภัยต่อตนและผู้อื่น การทำประเภทใดเป็นภัยแก่ตนและผู้อื่น และเป็นคุณแก่ตนและผู้อื่น ผู้เรียนธรรมต้องเลือกเฟ้น สิ่งใดที่เห็นว่าเป็นประโยชน์พยายามส่งเสริมสิ่งนั้นให้มีกำลังมากขึ้น ส่วนสิ่งใดที่เห็นว่าเป็นภัยแก่ตนและผู้อื่นสิ่งนั้นควรงดเว้น แม้จะงดเว้นไม่ได้ในขณะนั้นก็ต้องทำความพยายามงดเว้นไปโดยลำดับ จนสามารถละเว้นได้โดยเด็ดขาดตั้งพระอรหันต์ท่าน

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ล้วนแต่เกิดขึ้นจากการบังคับบัญชาตนเอง เพราะใจมีเจ้าของรู้สึกตัวของเรามีเจ้าของ ถ้าเจ้าของไม่ระมัดระวังไม่รักษา ไม่สงวนเอาไว้ สิ่งเหล่านี้ก็ไม่เป็นประโยชน์ เช่นเดียวกับวัตถุต่าง ๆ ที่มีอยู่ในบ้านเรือน ซึ่งเรานำมาใช้ประโยชน์ตามเวลาของมัน เราก็ต้องมีการเก็บรักษาไว้ เวลาต้องการจะนำมาใช้ได้ประโยชน์ ไม่ได้ทิ้งเกลื่อนกลาด ซึ่งทำให้เสียประโยชน์ไปเปล่า ๆ ใจของเราก็เป็นสมบัติอันหนึ่งที่เราจะต้องระมัดระวังรักษาและสงวน เมื่อเป็นเช่นนั้นจึงควรใคร่ครวญตรวจตราดูความคิดอ่านผิดถูกชั่วของตน ว่าวันหนึ่งคืนหนึ่งได้คิดไปในทางใดมาก เรียกว่าอ่านตัวเอง

เฉพาะอย่างยิ่งการภาวนายังเป็นการอ่านตัวเองโดยชัดเจนหรือโดยตรง การปฏิบัติต่อตัวเองโดยตรง ขณะภาวนาคือการระวัง พอเริ่มภาวนาก็เริ่มระวังจิตใจที่จะคิดออกไปสู่ภายนอก แล้วหาหนทางที่ถูกต้องให้จิตทำอยู่เวลานั้น เช่น เรากำหนดธรรมบทใดๆ ก็ตามมีอานาปานสติเป็นต้น เป็นอารมณ์ของใจให้ได้อาศัยอยู่กับการหายใจเข้าหายใจออก เป็นอารมณ์ของใจ มีความรับรู้และสติตั้งไว้ที่ลมสัมผัสตามแต่ความถนัดของผู้บำเพ็ญเป็นรายๆ ไป ไม่ให้จิตส่งออกไปสู่ภายนอก นอกจากกิจที่กำลังทำอยู่เวลานั้นเท่านั้น

จิตเมื่อได้รับการระมัดระวังอยู่เสมอ และมีสติคอยกำกับไม่ให้เคลื่อนคลาดจากงานที่ทำย่อมจะมีความสงบ การคิดออกไปภายนอกก็เบาลง ทุ่มเทกำลังเข้ามาสนใจกับงานที่กำลังทำอยู่มีอานาปานสติ การทำความรับรู้กับลมหายใจเข้าออกเป็นต้น ซึ่งเป็นงานจำเป็นของตนในขณะนั้น ใจเมื่อไม่มีงานอื่นทำ ทำอยู่เฉพาะงานที่ชอบธรรม ย่อมเป็นผลที่ชอบธรรมขึ้นมาให้ผู้บำเพ็ญได้รับ กล่าวคือความสงบเย็นใจขึ้นในขณะนั้น ที่ท่านเรียกว่าจิตสงบลงเป็นสมาธิ

ผู้กำหนดธรรมบทใด เช่น พุทโธ พุทโธภายในใจก็ให้ทำความรู้สึกอยู่กับคำว่าพุทโธบทนั้นๆ ไปตลอดสาย ใจเมื่อได้รวมความคิดอ่านต่างๆ และความสนใจในสิ่งอื่นๆ ทั้งหลายเข้ามาเป็นความสนใจในจุดเดียว ย่อมมีกำลังมาก และจะเห็นความรู้ของตนที่กำลังทำงานอยู่กับคำบริกรรมนั้นได้อย่างชัดเจน จะแยบคายออกไปสู่อารมณ์อะไร ด้วยอำนาจของสติที่ระมัดระวังอยู่เวลานั้น ก็ย่อมทราบกันได้และย้อนกลับเข้ามาสู่ที่เดิม ทำความกำหนดรู้อยู่เสมอด้วยคำบริกรรมว่าพุทโธๆ เป็นต้น

ใจเมื่อได้รับการระวังรักษาอยู่เสมอจะเป็นใจที่สงบ เมื่อใจสงบอารมณ์ทั้งหลายที่เคยเป็นภาระและเสียดแทงจิตใจมาเป็นเวลานาน ได้ปล่อยวางภาระคืออารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้นเข้าสู่ความเป็นตนของตน โดยไม่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ใดๆ เหลือแต่ความรู้ที่เกี่ยวกับคำว่าพุทโธ นอกจากนั้นปล่อยจากคำว่าพุทโธเข้ามาสู่อารมณ์อันเดียวคือรู้อยู่เฉยๆ นี่เป็นจิตที่มีความสงบสุข เป็นจิตที่เยือกเย็น เป็นจิตที่แปลกประหลาดและเป็นจิตที่อัศจรรย์ มีความเบา ความสบายรวมอยู่ที่นั่นหมด นี่คือจุดแห่งความสุขที่เราต้องการมาเป็นเวลานาน แต่ไม่ทราบว่าอะไรแน่คือความสุขในโลกนี้ ที่จะเป็นความสุขอันพึงมุ่งหวังจริงๆ พอมาเจอจุดนี้เท่านั้นเราจะเห็นความสุขทันทีว่า สิ่งที่เราพึงประสงค์คือความสุขนั้นนี้ดีกว่าอยู่ที่ไหนๆ ครั้นแล้วก็มาปรากฏอยู่กับใจในขณะนั้นโดยไม่ต้องสงสัย

เพราะฉะนั้น เรื่องของศาสนาที่พระพุทธเจ้าท่านทรงสั่งสอนสัตว์โลกนั้น จุดหมายปลายทางก็เพื่อให้เห็นความจริง ไม่ว่าจะเป็ความสุขส่วนหยาบ ส่วนกลางส่วนละเอียด ไม่ว่าจะเป็สุขภายนอกภายในพระพุทธเจ้าสอนไว้โดยถูกต้อง เช่นผู้เป็นฆราวาสก็ให้ปฏิบัติตามหน้าที่แห่งฆราวาส ไม่ให้ผิดศีลธรรมของฆราวาส สัมมาอาชีพปฏิบัติตนโดยถูกต้องแห่งความเป็นฆราวาส พุทธมามกะที่นับถือพุทธศาสนา ผู้นั้นก็มีความร่มเย็นเป็นสุข สามัคคีกับภรรยาเมื่ออยู่ด้วยกันต่าง

คนต่างหวังพึ่งเป็นพึ่งตาย พึ่งสุขพึ่งทุกข์ ต่างคนต่างเป็นสมบัติของกันและกัน ต่างคนต่างรับผิดชอบซึ่งกันและกัน และต่างคนต่างเห็นอกเห็นใจกันแล้ว ไม่กล้าที่จะทำในสิ่งที่เห็นว่าไม่ดี ต่อตนและผู้เกี่ยวข้อง ทำแต่สิ่งที่ดีงาม ในคู่มือทั้งสองนั้นก็ย่อมได้รับความสุขตามฐานะของตนที่ปฏิบัติถูก

ในข้อนี้พระพุทธเจ้าที่ทรงเน้นหนักลง เกี่ยวกับฆราวาสผู้ครองเรือนก็คือ กาเมสุมิจจาจาร นี่เป็นหลักใหญ่มาก เพราะท่านเห็นความเสียหายอย่างร้ายแรงอยู่ที่จุดนี้สำหรับผู้มีคูครอง จุดนี้เป็นจุดที่ทำให้ตายจิตใจอย่างมาก และสามารถที่จะทำลายทุกสิ่งทุกอย่างให้ปนเปื้อนยับไปตามๆ กันได้ เมื่อสิ่งนี้รุนแรง และสิ่งอื่นที่ควรแก่ฆราวาสวิสัยพระพุทธเจ้าก็สอนไว้เช่นเดียวกัน ผู้ปฏิบัติตามหลักธรรมที่ท่านสอนไว้ แม้จะเป็นฆราวาสก็พอมีความสุขความสบายไม่ฟุ้งเฟ้อเห่อเหิม ไม่ลืมนื้อลืมนตัว ไม่สุรุษสุราย ไม่ทำให้ผิดเคืองจนเกินไป คือไม่เป็นคนตระหนี่เหนียวแน่นจนมองดูหน้าใครไม่ได้ และไม่เป็นคนฟุ้งเฟ้อหรือฟุ่มเฟือย จะมีอะไรขึ้นมาไม่ได้

เหมือนกับเอาตะกร้าไปตักน้ำ ตักน้ำในมหาสมุทรก็ไม่มีค้าง ไม่ว่าจะแต่เพียงจะตักน้ำในบึงในบ่อ เพราะตะกร้ามันไม่มีที่เก็บน้ำ มันทะลุไปหมด ไม่ว่าจะข้างๆ ไม่ว่าจะก้น ไม่ว่าจะที่ไหนทั้งตัวของมันนั้นทะลุไปหมด ตักน้ำในที่ไหนไม่อยู่ นี่จิตใจที่พยายามทำลายตนโดยไม่รู้สึกรู้ตัว จนกลายเป็นจิตที่ร้าวแตกซิมโดยเจ้าตัวไม่รู้ จนกลายเป็นนิสัยแล้วก็เก็บอะไรไม่อยู่เหมือนกัน มีมากมีน้อยเก็บไม่อยู่ มีแต่ความอยากเป็นประมาณ เรียกว่าความฟุ้งเฟ้อ ความลืมนตัว นี่หาความสุขไม่เจอ

จะมีเงินเป็นจำนวนแสนๆ ล้านๆ ก็หาความสุขไม่เจอ เพราะไม่รู้จักวิธีเก็บรักษา แทนที่จะไปหาความสุขความสำราญให้เป็นความสุข เป็นชั่วขณะแล้วมีความสุขไปตลอดเวลาหรือเป็นเวลานานๆ นอกจากนั้นยังทำคนอื่นให้ได้รับความทุกข์เพราะความไม่รู้จักประมาณ ไม่พอดีของตนอีกด้วย พระพุทธเจ้าท่านก็สอนไว้คือความรู้จักประมาณ ไม่ว่าจะฆราวาสไม่ว่าพระท่านสอนอย่างนั้นทั้งนั้น คือสอนให้ถูกต้องตามฐานะและเพศวัยของบุคคล ผู้ปฏิบัติคือนักบวชและเป็นผู้ปฏิบัติท่านก็สอนไปอีกแห่งหนึ่ง ท่านสอนการอบรมจิตใจคือการภาวนาเป็นต้น ท่านสอนตั้งแต่ต้นจนถึงยอดธรรม เดียวนี้เขาเรียกว่าวิมุตติพระนิพพาน สอนให้รู้หมด

การปฏิบัติจิตตภาวนาเป็นเรื่องสำคัญมาก สำหรับพวกเราผู้ปฏิบัติและเป็นนักบวชอยู่แล้ว จึงควรสนใจให้มาก ท่านว่าจิตเป็นสมาธิท่านก็พูดในหลักของศาสนา หลักของศาสนาก็มีไว้สำหรับคน เราก็คงหนึ่ง ทำไมจึงไม่สามารถจะปฏิบัติตนให้จิตเป็นสมาธิลงได้ ดังที่ท่านสอนไว้ นี่ก็ควรจะเป็นปัญหาสำคัญสำหรับปรับจิตใจของเราให้เป็นข้อคิดไปทุกๆ ระยะเวลา เราจะปรากฏคำว่าใจสงบเป็นสมาธิขึ้นที่ใจของเรา ด้วยความพยายามอันสืบเนื่องมาจากข้อขบคิดข้อนั้นได้ในวันหนึ่งแน่นอน

ในครั้งพุทธกาล ศาสนาครั้งโน้นกับศาสนาครั้งนี้เป็นอันเดียวกัน สอนเรื่องสังฆกรรมอันเดียวกัน สอนพุทธบริษัท คือภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกาเช่นเดียวกัน สอนเรื่องสังฆกรรมคือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคเหมือนกัน สอนเพื่อมรรคเพื่อผลเพื่อความสุขความเจริญเหมือนกัน ออกจากพระโอรุคือพระพุทธเจ้าพระองค์เดียวกัน ธรรมแห่งเดียวกัน มนุษย์เช่นเดียวกัน ทำไมพวกเราจึงได้ยินแต่ข่าวแต่คราวว่าท่านองค์นั้นสำเร็จพระโสดา ท่านองค์นั้นสำเร็จพระสกิทาคา ท่านองค์นั้นสำเร็จพระอนาคา ท่านองค์นั้นสำเร็จพระอรหันต์เป็นสาวกของศาสดาเอกของโลก เราทำไมจึงไม่ปรากฏเป็นอย่างนั้นบ้าง นี่ขึ้นอยู่กับอะไร เราควรจะทำความสนใจในจุดนี้ เพื่อการเตือนตัวของเราให้ตื่นจิตตื่นใจ แล้วรีบเร่งต่อความพากเพียร

ธรรมที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นสมบัติกลาง ขึ้นอยู่กับผู้ปฏิบัติ ใครเป็นผู้มีความขยันหมั่นเพียร ใครเป็นผู้ชอบคิดอ่านไตร่ตรองด้วยปัญญา ผู้นั้นจะเป็นไปได้ในธรรมที่กล่าวเหล่านี้ ไม่ว่าจะเป็ณภูมิใด ภูมิต่ำ ภูมิกกลาง ภูมิสูง ภูมิสูงสุด ไม่พ้นจากเงื้อมมือของเราผู้มีความเพียรนี้ไปได้เลย

คำว่าสมาธิเรามอบให้แก่ตำรับตำราท่านเสีย ตัวเราไม่ได้มาสนใจประพฤติปฏิบัติเพื่อเป็นสมาธิขึ้นที่ใจ เราจึงไม่มีโอกาสที่จะทราบสมาธิว่าเป็นเช่นไร ความสุขที่เกิดจากสมาธินั้นเป็นอย่างไบบ้างเราจึงไม่เจอ ถ้าเราเจอสมาธิขึ้นที่ใจของเราด้วยข้อปฏิบัติของเราจริง ๆ แล้วความสุขที่เกิดขึ้นจากสมาธิมีจำนวนมากน้อยหนักเบาเพียงไร เราจะทราบได้ด้วยตัวของเราเอง เพราะธรรมท่านตรัสไว้แล้วว่าสันทิฏฐิโก ผู้ปฏิบัติจะต้องเห็นเองไม่มีสิ่งใดมาคิดขวางได้

ควรจะทำให้เห็นความสงบสุขภายในใจของตน อย่างน้อยจิตเป็นสมาธิ เพราะนักบวชไม่มีหน้าที่การงานอันใดเลย มีแต่การจะปฏิบัติรักษาจิตใจให้เข้าระดับแห่งความสงบสุขเท่านั้นเป็นอย่างน้อย นอกจากนั้นก็เป็ณความเฉลียวฉลาดทางด้านปัญญา สามารถถอดถอนกิเลสตัณหาอาสวะซึ่งนอนเนื่องอยู่ภายในจิตใจนี้ออกไปทุกระยะ ๆ จนสามารถถอดถอนได้โดยสิ้นเชิง กลายเป็นผู้ทรงมรรคทรงผลขึ้นมาเช่นเดียวกับครั้งพุทธกาล เพราะข้อปฏิบัติสอนไว้แบบเดียวกัน ผู้ปฏิบัติก็คือคนแบบเดียวกัน มนุษย์ที่สมบูรณ์แบบเช่นเดียวกับครั้งพุทธกาล ไม่มีสิ่งใดบกพร่อง

นอกจากจะบกพร่องเพราะข้อปฏิบัติ ไม่เป็นไปตามแนวทางแห่งธรรมที่สอนไว้เท่านั้น เช่น ท่านสอนให้มีความขยันหมั่นเพียรแต่ตนกลับขี้เกียจเสียอย่างนี้ ขัดแย้งกัน ท่านสอนให้มีความอดทนแต่เราอ่อนแอไม่อดทน นี่ขัดแย้งกัน ท่านสอนให้มีปัญญาเฉลียวฉลาดแต่เรากลับส่งเสริมความโง่ ไม่ได้คิดค้นหาปัญญาเพื่อถอดถอนสิ่งที่กีดขวางภายในจิตใจของเรา นี่ก็ขัดแย้งกัน การปฏิบัติขัดแย้งกันผลจึงต้องขัดแย้ง จะให้เป็นไปตามหลักธรรมที่ท่านสอนไว้นั้นย่อมเป็นไปได้ เราควรจะทำบตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ไม่เช่นนั้นจะเป็นเรื่องนอนใจอยู่เสมอวันหนึ่งคืนหนึ่งเดือนหนึ่งปีหนึ่งผ่านไปเปล่า ๆ ผลประโยชน์ที่จะพึงได้จากการปฏิบัติธรรมไม่

ค่อยมี เราก็จะเป็นโมฆบุรุษใช้การไม่ได้ คำว่าโมฆะคือเปล่า หม้อเปล่าๆ ก็ไม่เป็นประโยชน์ ต้องการจะทำประโยชน์ก็เอาอะไรบรรจุลงไป ใส่ น้ำ ต้ม น้ำ ร้อน หุง ต้ม แกง อะไรได้ เปล่าๆ ไม่เป็นประโยชน์ โมฆบุรุษก็ไม่มีประโยชน์เช่นเดียวกัน

เราจึงไม่ควรจะทำตนให้เป็นโมฆบุรุษในเพศแห่งท่านผู้มีความ پاکเพียร ท่านผู้มีความขยัน ท่านผู้มีความอดความทน ท่านผู้มีความเฉลียวฉลาดคือศาสตาของเรา ท่านทรงเทศน์ พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ เราเปล่งถึงท่านว่าเป็นสรณะของเรา เราเปล่งว่าเป็นสรณะประเภทใด ประเภทยอมเชื่อเหตุเชื่อผลเชื่อหลักความจริงตามท่านมิใช่หรือ ถ้าเราเชื่ออย่างนั้นความเพียรของเรามีความจริงแค่ไหนสำหรับตนเวลานี้ บกพร่องที่ตรงไหน สติปัญญาของเราบกพร่องที่ตรงไหน ซึ่งควรจะฟิตตนเองให้เป็นไปตามหลักธรรม จึงสมกับว่า พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ ไม่ได้สอนให้นอนนิ่งอยู่เฉยๆ ไม่เป็นประโยชน์

นักบวชไม่มีความเพียรไม่มีใครจะมีความเพียรในโลก นักบวชไม่สนใจ นักบวชไม่พิจารณาไม่ใคร่ครวญ ไม่มีใครจะใคร่ครวญในโลก นักบวชไม่ฉลาดใครจะฉลาด นักบวชไม่อดทนใครจะอดทน จะเอาอะไรไปสอนโลก เราเป็นคนอ่อนแอจะไปสอนโลกให้มีความขยันหมั่นเพียรมีอย่างที่ไหน ไม่มี เราไม่รู้สอนโลกให้รู้ รู้ไม่ได้ เราเป็นคนโง่สอนคนให้ฉลาดฉลาดไม่ได้ เราเป็นผู้เศร้าหมองทาบหามกิเลสตัดหาเต็มหัวใจ จะสอนคนให้บริสุทธิ์เป็นไปไม่ได้

เราควรดูเยี่ยงอย่างศาสตา ก่อนจะนำมาสอนโลกบริสุทธิ์พุทฺธโรทุกอย่าง พูดถึงเรื่องความเพียรไม่มีใครสู้ สลบสไลไปถึงสามครั้ง จึงได้กลายมาเป็นศาสตา เรื่องความสมบุกสมบัน ความทุกข์ความทรมาน เราเห็นแล้วในพระประวัติ ไม่มีใครจะเสมอเหมือนพระองค์ได้ การประกอบความเพียร เราประกอบเพียงเท่านั้น เข้าใจแล้วเหอว่าความเพียรนี้ยิ่งกว่าครู ถ้าเป็นอย่างนั้นก็นอนใจไปอีกตลอดดาวสาน เวลามาสอนโลกท่านไม่ได้ นำกิเลสมาสอน นำความบริสุทธิ์สะอาดหมดจดที่สุดเรียกว่าวิสุทธิจิตมาสอน เราจะเอาอะไรสอนเรา จิตของเรามีกิเลสเอาธรรมที่ไม่มีกิเลสเข้ามาสอน จิตขี้เกียจเอาความขยันเข้ามาบังคับ จิตอ่อนแอเอาความเข้มแข็งเข้าบังคับ จิตโง่หาอุบายคิดพิจารณาจนเกิดความฉลาด

ธรรมท่านสอนให้ฉลาดทั้งนั้นไม่ได้สอนให้โง่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปो นี้องค์ของปัญญาขั้นต้นเลย คนโง่จะเป็นหัวหน้างานไม่ได้ไม่ว่างานประเภทไหน แม้แต่เป็นหัวหน้าบ้านก็เป็นไม่ได้ หัวหน้าครอบครัวก็ไม่ได้ ต้องเป็นผู้ฉลาด สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปอ นี้คือองค์ปัญญาเดินหน้าเลย ในมรรคแปดขั้นสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปอ เป็นหัวหน้า เราเป็นคนโง่จะนำตัวให้ไปทางไหน ถ้าไม่เอาความฉลาดเข้าไปนำ เราเคยเห็นโทษมิใช่หรือ ว่าอันใดที่ผิดพลาดไปโดยมากเกิดขึ้นจากความโง่เขลาเบาปัญญา ไม่ได้คิดอ่านไตร่ตรอง ถ้านำปัญญาเข้าไปใช้ ไม่ว่าจะกิจการงานอันใด ความเคลื่อนไหวไปมาทุกสิ่งทุกอย่างจะเป็นไปด้วยความเรียบร้อย แม้จะไม่

สวยงามก็แสดงว่าคิดแล้วเต็มกำลังของปัญญาแล้ว สุดวิสัย แต่ถ้าไม่ได้คิดเลย อะไรๆ ก็ไม่ดี เป็นนิสัยสะเพร้ามักง่าย จะกลายเป็นคนโง่ต่อไปตลอดชีวิต รื้อถอนตนออกจากทุกข์ก็รื้อไม่ได้

เพราะความโง่ไม่มีทางที่จะทำคนให้พ้นทุกข์ นอกจากความฉลาด ความซื่อเกียจไม่สามารถจะส่งเสริมสมบัติเงินทองให้ตนมีความมากมายขึ้นไปได้ นอกจากความขยันหมั่นเพียร ความอดความทนเท่านั้น ผู้จะกอบโกยเอาธรรมสมบัติเข้ามาบรรจุที่หัวใจก็ต้องเป็นคนเฉลียวฉลาด ต้องเป็นคนมีความขยันหมั่นเพียรไม่ท้อแท้อ่อนแอ ไม่เห็นแก่หลับแค้นนอน ไม่เห็นแก่ปากแกำท้อง นี่หลักธรรมท่านสอนไว้อย่างนี้

เวลานี้เราเป็นข้าศึกต่อธรรมเหล่านี้หรือไม่ คำว่าเป็นข้าศึกคือขัดแย้งกัน ท่านสอนว่าอย่างนั้น เราทำอย่างนี้ ท่านสอนให้ดำเนินอย่างนั้น เราเป็นอย่างนี้เรียกว่าขัดแย้งกัน ถ้าเป็นอย่างนั้นเราก็เป็นข้าศึกต่อธรรมในเพศแห่งภิกขุโดยไม่รู้สีกตัว เราต้องทำความสำนึกอย่างนี้สำหรับเราเอง การสอนอย่างนี้เพื่อให้ข้อคิดแก่ท่านทั้งหลายผู้มาศึกษาอบรมด้วย ได้นำไปเป็นข้อคิดสะกิดจิตใจของตนให้มีสติตั้ง ตั้งหน้าตั้งตาประพฤติปฏิบัติ อย่าได้เกิดความนอนใจ ผลที่จะพึงได้จะเป็นที่สมหวัง ไม่มีทางเป็นอื่นได้

พยายามทำให้สงบ คำว่าสมาธิไม่อยู่ที่ไหน จะอยู่ที่ใจของผู้มีความเพียรอบรมภาวนา จะปรากฏขึ้นที่นี้ องค์ของสมาธิที่แท้จริงอยู่กับหัวใจ ชื่อของสมาธิมีเต็มไปหมดตามตำรับตำรา เรียนกันจนไม่หวาดไม่ไหว ชื่อของสมาธิ ชื่อของปัญญา ชื่อของมรรคผลนิพพานมีเต็มไปหมด ทุกคัมภีร์ แต่องค์ของมรรคผลนิพพานจริงๆ องค์ของสมาธิ องค์ของปัญญาจริงๆ ไม่ปรากฏ ถ้าไม่ปรากฏที่ใจนี้จะไม่มีทางเกิดขึ้น

การบำเพ็ญการปฏิบัติจึงต้องอ่านหัวใจตนให้ดี ใจคิดไปอะไรบ้างอ่านให้ดี อ่านให้รอบคอบ บังคับให้ได้ พิจารณาให้แยกคาย ใจดวงนี้จะทรงมรรคทรงผลขึ้นมา ไม่ต้องไปหาที่ไหน คำว่ามรรคผลนิพพาน คำว่าสมาธิก็ดี ปัญญาที่ดี ไม่ต้องหาที่ไหนหาเอาจากความเพียรนี้ พระพุทธเจ้าท่านเรียนธรรมท่านเรียนในหลักธรรมชาติ จนได้เป็นศาสดาของโลก เรานำธรรมะนั้นมาเป็นแบบฉบับประพฤติปฏิบัติตามทำไม่จะเป็นโมฆะบุคคลไปได้ ต้องเป็นผู้ทรงมรรคทรงผลได้อย่างแน่นอน

จึงขอให้นำไปพิจารณา ให้เป็นเจ้าของสมบัติ นับแต่สมาธิขึ้นไปถึงปัญญาถึงวิมุตติ หลุดพ้น จะได้จากข้อปฏิบัตินี้เพราะคำว่าสวากขาตธรรมนั้นชอบทุกอย่างแล้ว ไม่มีอะไรจะไปเพิ่มเติมว่าธรรมะของพระพุทธเจ้าบกพร่องในจุดนั้น ไม่มีอะไรที่จะพูดว่าเกินไป ธรรมะพระพุทธเจ้าควรตัดออกในบทนั้นบทนี้ไม่มี สมบูรณ์แบบ จึงเรียกว่ามัชฌิมาท่ามกลางเลย ที่เดียว สอนไว้อย่างถูกต้องสม่าเสมอ เราพยายามทำให้ถูกต้องจะได้เป็นเจ้าของสมบัติคือมรรคผลนิพพาน เอาละการแสดงธรรมก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติเพียงเท่านี้

รับชมรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และทางสถานีวิทยุเสียงธรรม *FM 103.25 MHz* พร้อมเครือข่ายทั่วประเทศ