

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๖

วิธีระงับดับความฟุ้งซ่าน

เมื่อวานนี้ทองคำได้ ๑๑ บาท ๙๘ สตางค์ ดอลลาร์ได้ ๒๕๓ ดอลลาร์ (หนังสือปฏิบัติพระธุดงค์กรรมฐานของหลวงตา อ่านแล้วไม่ยอกวางเลยคะ) หนังสือที่เราเขียนหรือว่าแต่งก็มีสองเล่มเท่านั้น ประวัติหลวงปู่มั่นเล่มหนึ่ง แล้วปฏิบัติของพระธุดงค์กรรมฐานเล่มหนึ่ง รวมเป็นสองเล่ม จากนั้นก็ปล่อยเลย เราแต่งเพียงสองเล่มเท่านั้น ปฏิปทานั้นรวมกรรมฐานลูกศิษย์หลวงปู่มั่น มีแต่องค์สำคัญๆ นะ ตอนนั้นท่านมีชีวิตอยู่ เราไม่ระบุง้อท่าน บางองค์นั้นคือองค์หนึ่งแล้ว บางองค์ท่านหนักไปทางนั้น บางองค์ๆ คือแต่ละองค์ เป็นแต่เพียงว่าเราไม่ระบุง้อท่านอยู่ในปฏิบัติ องค์สำคัญทั้งนั้นอยู่ในนั้น

นี่ละเขียนประวัติหลวงปู่มั่นกับปฏิบัติฯ สองเล่ม เรียนพิมพ์ตีตะนะ มาพิมพ์หนังสือประวัติหลวงปู่มั่นกับปฏิบัติฯ ได้สองเล่ม เรียนพิมพ์ตีเสร็จเรียบร้อยแล้วได้ประมาณ ๔๐ คำต่อหน้าที แล้วพิมพ์เลย เพราะตั้งใจเรียนมาพิมพ์ประวัติหลวงปู่มั่น โดยเฉพาะ เราไม่เคยเรียนพิมพ์ตีเลย ลูกศิษย์เขาเอาพิมพ์ตีมาให้ เรียนอัตโนมัติอยู่ในนั้น เราก็ดูนั้น เราเรียนของเราคนเดียว ฝึกซ้อมจนได้ประมาณ ๔๐ คำต่อหน้าที ที่นี้ก็เริ่มเลย พอจบสองเล่มนี้แล้ว พิมพ์สองเล่มนี้เสร็จเรียบร้อยพิมพ์ตีตั้งปีอะ ตั้งแต่นั้นมาไม่ได้แตะอีกเลยนะ ก็เราเรียนมาพิมพ์หนังสือหลวงปู่มั่นโดยเฉพาะเท่านั้น พอเสร็จสองเล่มนี้แล้วทิ้งเลยจนกระทั่งปานนี้ ไม่สนใจเลย

หนังสือประวัติหลวงปู่มั่นเป็นอันดับหนึ่ง ที่เราทุ่มเทกำลังวังชาทุกสิ่งทุกอย่างลงหมดเลยในเล่มนี้ ไม่ให้ใครมาแตะ แม้แต่พิมพ์เราก็ห้ามไม่ให้ตัดตอนให้อะไรทั้งนั้นเลย เพราะเราจัดเรียบร้อยหมดแล้วขึ้นแท่นพิมพ์เลย มันถึงได้เรียบร้อยดี เพราะเราเทิดทูนมาก หลวงปู่มั่นนี้เทิดทูนสุดหัวใจ เขียนแต่ละตัวๆ นี้พิจารณาจนเต็มเหนี่ยวๆ พอเสร็จแล้วก็หมดความสามารถของเรา ใครจะตำหนิกี้แล้ว ใครจะชมกี้แล้ว จะตัดจะเติมไม่ได้เลย หนังสือประวัติฯ จากนั้นมาก็พิมพ์ปฏิบัติ อันนี้รองหลวงปู่มั่นลงมา หลวงปู่มั่นเป็นอันดับหนึ่งที่ใช้ความพินิจพิจารณาละเอียดถี่ถ้วนตลอดทุกตัวอักษรเลยนะ เพราะเราเคารพเทิดทูนสุดหัวใจเราคือหลวงปู่มั่น เพราะฉะนั้นเราจึงได้เอามาพิมพ์

เหตุที่จะมาพิมพ์นี้ก็ วันนั้นเริ่มประชุม พอตีท่านเริ่มป่วยในพรรษานั้น ท่านยังมีการประชุมอยู่ วันนั้นท่านจะมีอะไรก็ไม่รู้นะ พอพระเข้าประชุม ในกุฏิของท่านนั้นแหละ

อ้อ ท่านว่าอย่างนั้น ขึ้นเบื้องต้น อ้อ นี่เราก็ได้เทศนาว่าการสอนพระสอนเณรสอน
 ประชาชนมานาน แล้วใครมีความรู้สึกนึกคิดอย่างไรบ้างหรือไม่ นี่คำพูดของท่านที่ออกมา
 เราก็ตอบทันทีเลย เราคิดเต็มหัวใจ เราว่างใจเลย เวลานี้งานของเราเรียกว่าเต็มหัวอก ไม่มี
 ช่องว่างเลย ไม่มีช่องว่างก็คือเวลานั้นสติปัญญามันเป็นอัตโนมัติพูดตรง ๆ อย่างนี้นะ ไม่มี
 เวลาว่างเลย พอว่าเต็มหัวอกเท่านั้น ท่านผางขึ้นมาทันที อ้อ เองงานเจ้าของให้เสร็จจะ
 ท่านว่างใจนะ

เรื่องของท่าน ที่ว่าใครพิจารณาอย่างไรคือเขียนเรื่องราวธรรมเทศนา ทุกสิ่งทุกอย่างที่
 ท่านพาดำเนินมา และสอนโลกมานานแสนนานนั้น ใครได้คิดอะไรบ้างไหม ได้คิดเขียนคิด
 อะไรเรื่องจะให้ป็นร่องป็นรอยต่อไปนั้นนะ มีบ้างหรือเปล่า ความหมายว่างั้นแหละ เราก็
 ตอบทันที “เราบอกว่ามีเต็มหัวใจ เรื่องที่จะเขียนนั้น แต่เวลานี้งานเต็มหัวอก” เราบอกกัน
 นะ ท่านก็ออกมาตรงนี้เลย ขึ้นผาง “อ้อ เองงานเจ้าของให้ได้นะ ขอให้งานเจ้าของเสร็จ
 เถอะ มันจะแตกกระจายไปหมด งานอื่นไม่สำคัญ”

เรื่องของท่านเลยไม่พูดเลย เลยเองงานของตัวเองนี้สำคัญ เอาตรงนี้ “เองงานอันนี้
 ให้ได้นะ ถ้างานนี้ได้แล้วจะแตกกระจายไปหมด” เราก็ไม่ลืม คำที่ว่าใครคิดอย่างไรบ้างไหม
 นั้นละป็นเหตุที่เราจะมาพิมพ์ประวัติท่านนะ เราเก็บไว้นาน จึงได้มาเขียนประวัติท่านด้วย
 ความเทิดทูนสุดหัวใจทุกอย่าง ใครเอาไปอ่านก็เราแน่ใจ ถ้าอ่านเพื่ออรรถเพื่อธรรมจริง ๆ
 จะเป็นประโยชน์ไม่น้อย ทุกชั้นทุกภูมิแห่งธรรมทั้งหลาย ประวัติหลวงปู่มั่นสำคัญมาก
 ที่เดียว รองลงมาคือครูบาอาจารย์แต่ละองค์ ๆ เป็นแต่เพียงว่าตอนนั้นเราไม่ระบุชื่อท่าน
 เพราะท่านยังมีชีวิตอยู่ ที่เราเขียนลงในปฏิปทาท่านยังมีชีวิตอยู่ทั้งนั้นแหละ จึงไม่กล้าระบุ
 ชื่อท่าน

ถ้าระบุชื่อเขาจะไปรบกวนท่านละซี ยกตัวอย่างเช่น หลวงปู่ชอบ นี่เราเขียนประวัติ
 มันไปแยบออกไปไปเกี่ยวกับหลวงปู่ชอบ เลยนำเรื่องหลวงปู่ชอบออกมาเขียน นั้นแหละ
 เขาได้อ่านในนั้น เขาไปรุมหลวงปู่ชอบ ท่านว่า “เดี๋ยวนี้ยุ่งมาก ท่านมหานี้ตัวเหตุ” ว่างั้น
 นะ ท่านดุเรา “ท่านมหานี้ตัวเหตุ ยุ่งมาก ไม่เหมือนแต่ก่อน แต่ก่อนเราอยู่สบาย ๆ ตั้งแต่
 ท่านมหาเอาเรื่องของเราออกนี่คนมายุ่งเรามาก” เราก็เลยพูดว่า “ในเรื่องนั้นได้บอกเขา
 ด้วยหรือว่าให้เขาไปยุ่งท่านอาจารย์” เราเหย่เลย ๆ “บอกไม่บอกก็จะเป็นไร ท่านขูใหญ่
 เลย” เราเลยไม่ลืม นั้นละทุกอย่างเราจึงต้องได้ระวัง ชื่อของท่านจึงไม่ระบุนะ

ท่านอาจารย์ชอบเป็นลูกศิษย์ท่านอาจารย์มั่นองค์หนึ่งเหมือนกัน ลูกศิษย์ผู้ใหญ่ ท่านก็มี หลวงปู่แหวน หลวงปู่ขาว หลวงปู่คำดี หลวงปู่ฝั้น หลวงปู่พรหม ที่กล่าวเหล่านี้ มีแต่เพชรน้ำหนึ่งทั้งนั้นนะ เพชรน้ำหนึ่ง ๆ พอท่านล่วงไปแล้วอัฐิของท่านกลายเป็นพระธาตุทั้งนั้นนะ คือถ้าลงอัฐิได้กลายเป็นพระธาตุแล้วเรียกว่าดีตราเลย เป็นอื่นไปไม่ได้ เพราะมีในตำราบอกชัดเจน บอกบทจำกัดไว้ด้วยนะ อัฐิที่กลายเป็นพระธาตุได้นี้มีอัฐิของ พระอรหันต์เท่านั้น นี่ละที่ว่าข้อจำกัด พระอรหันต์เท่านั้น เวลาเจอเข้าไปแล้วก็ใช่แล้ว ๆ

เราอยากให้พี่น้องทั้งหลายได้พิจารณาถึงองค์ศาสดา ที่เลิศเลอมาตลอด ปัจจุบันนี้ก็ ๒๕๐๐ ปีที่ศาสดาของเราเลิศเลอ กระเทือนทั่วสามแดนโลกธาตุมาเป็นเวลา ๒๕๐๐ ปีกว่านี้แล้ว อยากให้ธรรมที่ท่านเลิศเลอนั้นมาสัมผัสสัมพันธ์ในจิตใจของเราบ้าง จากการได้ยินได้ฟังและการอบรม การให้ท่านรักษาศีลเราทำเป็นพื้นเพอยู่แล้ว แต่การอบรมจิตตภาวนานี้ชาวพุทธเราไม่ค่อยมี เราอยากจะทำว่าไม่มีเสียด้วยซ้ำนะ แต่เพื่อเบา ๆ วัณิดหน่อยว่าไม่ค่อยมี ที่ว่าไม่ค่อยมีคือยังมีผู้อบรมกรรมฐานอยู่ ยกตัวอย่างครูบา อาจารย์ทั้งหลายเหล่านี้ ที่เป็นเพชรน้ำหนึ่ง ๆ นี้ล้วนแล้วตั้งแต่ผ่านจิตตภาวนากรรมฐาน ไปทั้งนั้นนะ จึงว่าไม่ค่อยมี คือยังมีอยู่เหล่านี้ว่างั้นเถอะ ถ้าอันนี้ไม่มีแล้วก็เรียกว่าไม่มีไปเลยการอบรมจิตใจ

เราจึงอยากให้พี่น้องทั้งหลายได้อบรมจิตใจ ใจนี้เป็นต้นเหตุ มหาเหตุอยู่กับใจนะ เหตุเล็กเหตุใหญ่จะเกิดขึ้นที่ใจ ๆ ตั้งแต่ตื่นนอนมันจะทำงานของมันตลอดถึงหลับ ความหลับเรียกว่าดับเครื่อง ถ้าหลับสนิทเท่าไรก็เรียกว่าดับเครื่องได้ดี ถ้าหลับไม่สนิทฝัน ละเมอเพื่อไปต่าง ๆ นั้นมันก็เหมือนเขาจอดรถ เครื่องมันไม่ได้ดับ มันมีติดเบา ๆ อยู่ นั่นใช้ไหม นี่มันฝัน ถ้าว่าดับเครื่องสนิทก็คือว่านอนหลับสนิท ไม่ฝัน นอกจากนั้นยุ่งทั้งนั้น ล้วนแล้วตั้งแต่ใจ ใครในโลกอันนี้สามารถที่จะรู้เห็นเหตุการณ์ต่าง ๆ ของกิเลสที่มันทำงาน บนหัวใจสัตว์

มีพระพุทธเจ้าเท่านั้น เพราะท่านรื้อถอนมันออกหมดโดยสิ้นเชิงจากพระทัยแล้ว ก็ นำอุบายวิธีการเหล่านั้นมาสอนโลก มีจิตตภาวนาเป็นสำคัญที่จะระงับดับทุกข์ของหัวใจ แห่งสัตว์โลกได้ จากการอบรมจิตตภาวนา นอกนั้นจะเอาอะไรมาระงับดับความทุกข์ ภายในใจที่กิเลสสร้างขึ้นมานี้ไม่มีทาง พระพุทธเจ้าสอนลงถูกตรงจุดนี้เลย ให้ระงับจิตที่เป็นตัวเหตุด้วยการอบรมภาวนา คือมันจะคิดมันจะปรุงตลอดเวลา ฟุ้ง ๆ อยู่ อันนี้ ยังมีเรื่องราวอะไรมามากแล้วมันยิ่งแสดงเปลวเหมือนไฟได้เชื่อนะ เพราะฉะนั้นจึงให้มีการอบรมภาวนา ระงับเครื่องคือความคิดปรุงของเรา เรียกว่ามันติดเครื่องคิดตลอดเวลา

เราาระงับนั้น เราเอาคำบริกรรม บทธรรมะนี้เป็นน้ำดับไฟ เป็นความคิดความปรุง อันหนึ่ง แต่ความคิดอันนี้เป็นความคิดในทางด้านธรรมะซึ่งเป็นเหมือนน้ำดับไฟ สามารถ ระวังความคิดของกิเลสได้ เวลาเราคิดทางด้านอรรถธรรม เช่นภาวนาพุทโธ ๆ บังคับจิต ไม่ให้มันออกคิดไปตามกิเลส แล้วทางนี้หนักขึ้น ๆ สติตั้งจ่อ ต่อไปจิตได้รับการรักษา จากคำภาวนาของเราแล้ว อารมณ์อะไรที่มันผลักดันขึ้นมาในใจนี้ อำนาจแห่งธรรมหรือคำ บริกรรมนี้จะทับมันไว้ ๆ เวลาที่มันเข้า ๆ ๆ ทางนี้ก็สงบเย็น ๆ กิเลสไม่ปรุงขึ้นมา ตัว นั้นไม่ปรุง ธรรมะตีหัวมันไว้ ทับหัวมันไว้ ทางนี้ก็ค่อยสงบเย็น ๆ ขึ้นมา

นี่ละวิธีระงับดับความฟุ้งซ่านของจิตใจเรา เราจะไปหาสิ่งใดมาระงับ ในโลกนี้ไม่มี บอกตรง ๆ เลยว่าไม่มีอะไรระงับดับได้นอกจากธรรม เฉพาะอย่างยิ่งจิตตภาวนา อันนี้ ระงับดับลงได้ จนกระทั่งถึงขั้นดับได้โดยสิ้นเชิง จากจิตตภาวนา พุทธศาสนาของเราจึงเลิศ เลอที่ตรงนี้ละ ไม่มีศาสนาใดเท่าที่ทราบมาว่าสอนลงในจุดที่เกิดเหตุทั้งหลาย ได้แก้มหา เหตุ คือกิเลสเกิดขึ้นจากใจ ปรุงนั้นปรุงนี้ตลอดเวลา ธรรมะพระพุทธรเจ้าระงับดับลงนี้ด้วย จิตตภาวนา ด้วยสติธรรมปัญญาธรรมสอดส่องดู มันคิดเรื่องอะไรต่ออะไรไม่ดีให้ระงับ พอ มันคิดเรื่องนั้นไม่ดีอย่าคิดซ้ำ นั่น คิดเรื่องไหนไม่ดี เช่นสมมุติว่าคิดโกรธ คิดเคียดแค้นให้ ผู้ใดแล้วมันจะโกรธโมโหโทโสขึ้นทันที มันไม่ได้ว่าอันนี้เป็นเศษเป็นเดนไปแล้วนะ มันจะ ปรุงขึ้นมาใหม่ อุ่นขึ้นมาใหม่ เผาเจ้าของได้อย่างสด ๆ ร้อน ๆ

เพราะฉะนั้น ท่านจึงห้าม มันคิดเรื่องไม่ดีอะไรของบุคคลหรือสัตว์ตัวใดก็ตาม ให้ ระวังระงับปิดออก เอาความคิดทางดีเข้ามาแทนที่ อันนั้นจะระงับไป ถ้าสืบสาวไปตามมัน แล้วมันจะไปใหญ่เลย มันปรุงขึ้นอย่างสด ๆ ร้อน ๆ ไม่มีอดีต ไม่มีของเก่าของเก่านะ ถ้า เป็นความคิดขึ้นมาจากใจของกิเลสบันดาลให้เกิดขึ้นมา หรือผลักดันให้เกิดขึ้นมาแล้วจะ สด ๆ ร้อน ๆ ทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจึงควรให้มีจิตตภาวนาบังคับใจเรา เรื่องกระแสของ กิเลสภายในใจนี้รุนแรงมากนะ ยิ่งผู้ไม่เคยภาวนาเลยนี้ พอเอาคำบริกรรมจ่อเข้าไปมันจะ ปิดตกห้าทวีปนะ มันรุนแรงมากขนาดนั้นพลังของกิเลส พอเราเอาพุทโธนี้จะระงับมันนะ มันจะปิดทันทีแล้วมันจะฟุ้ง ๆ ของมันไปเรื่อย ๆ

นี่เบื้องต้นรุนแรงมากนะ เอาจนถึงสติไม่อยู่ พอตั้งปีบล้มผล็อย ๆ ล้มผล็อยก็ฟุ้งออก ทางกิเลสนะ เมื่อทางธรรมะคือคำบริกรรมหรือสติธรรมตั้งพับนี้ล้มทันที ๆ นี้เวลากระแส ของกิเลสมันรุนแรงอยู่ที่ใจเรา มันเกิดที่ใจ กิเลสอย่าไปหาต้นไม้ภูเขาที่ไหนไม่มี ให้อูที่ใจ แล้วระงับทันทีใจด้วยธรรม ธรรมก็มีที่ใจเช่นเดียวกัน เมื่อระงับอันนี้แล้วจิตของเราจะค่อย สงบ ๆ เอาให้ได้นะ เวลาเด็ดต้องเด็ด กิเลสมันเด็ดเราต้องเด็ด แล้วเห็นเหตุเห็นผลกัน

คราวหลังเราก็ได้เป็นสักขีพยาน เอ้ามันจะรุนแรงขนาดไหน ช่างนี้เหนือขอไปไม่ได้ ว่างั้น
เถอะนะ ต้องยอมจำนนต่อขอ กิเลสมันจะหนาแน่นขนาดไหน จะเหนือธรรมไปไม่ได้ มัน
จะยอมจำนนต่อธรรมจนได้ สุดท้ายก็สงบได้

นี่ละการระงับดับความฟุ้งซ่านวุ่นวาย ซึ่งเป็นตัวก่อทุกข์ให้เราเอง ให้ระงับที่ใจด้วย
จิตตภาวนา แล้วให้ระมัดระวัง ถ้ามันคิดเรื่องอะไรไม่ดีอย่าเสริมมัน ให้หักทันที คิดนั้นไม่
ดี คิดเรื่องนี้ไม่ดีให้ระงับทันที ดับทันที อย่าไปสืบทอดแล้วมันจะลุกลามไปใหญ่ นะ ให้เอา
ธรรมเข้าแทนเป็นน้ำดับไฟๆ นี่เรื่องของการระงับดับความวุ่นวายความทุกข์ทั้งหลายที่เกิด
มาในหัวใจของสัตว์โลก เฉพาะอย่างยิ่งหัวใจเราแต่ละคน ๆ ให้เอาธรรมนี้ไประงับ มีสติ
ต้องฝึกนะ เวลาระงับนั้นมันฝึกกันอย่างเต็มที่ เพราะกิเลสมีกำลังมากกว่าจะเอาธรรมให้
ตก ๆ เรื่อย ๆ นะ แต่ธรรมก็สู้ไม่ถอย สุดท้ายตั้งได้ ต่อไปธรรมตั้งได้แล้วเอากิเลสล้มได้
ล้มได้จนกระทั่งกิเลสหมดไป ๆ สุดท้ายกิเลสพังหมด

ตั้งแต่กิเลสพังแล้วไม่มีอะไรผลักดันจิตใจให้คิดเรื่องนั้นปรุงเรื่องนี่ ก่อเรื่องก่อราว
อีกเลย เช่นพระอรหันต์ท่านไม่มี เรื่องราวทั้งหลายที่จะมาผลักดันภายในจิตใจให้คิดให้ปรุง
เหมือนตั้งแต่ก่อนเรียกว่าไม่มี เพราะสิ่งผลักดันได้แก่กิเลสมันแสดงอารมณ์ขึ้นมา อยาก
นั้นอยากนี้ขึ้นมา ผลักดันขึ้นมา นี่เรียกว่ากิเลส ทีนี้พอธรรมระงับดับ หรือถอนมันออก
หมดโดยสิ้นเชิงแล้ว ความผลักดันอย่างนี้ไม่มีในจิตพระอรหันต์ สรุปลงแล้วว่ากอง
ทุกข์ในโลกนี้ที่มารวมอยู่ที่หัวใจ ไม่มีอะไรก่อขึ้นนอกจากกิเลสโดยถ่ายเดียวเท่านั้น พอ
กิเลสเบาลงเท่าไรทุกข์จะเบาลง ๆ ความสุขจะเริ่มไหลตัวขึ้นมา ๆ จนกระทั่งกิเลสหมดไป
โดยสิ้นเชิงภายในหัวใจแล้ว ความทุกข์ก็หมดไปโดยสิ้นเชิง เพราะทุกข์นี้เป็นผลของกิเลสที่
เป็นสาเหตุ เรียกว่าสร้างกองทุกข์ขึ้นมาให้ทับถมหัวใจสัตว์

ทีนี้พอกิเลสสิ้นไปแล้วทุกข์ไม่มี ก็ขึ้นใจได้ว่า อ้อ โลกอันนี้ที่ว่าทุกข์ ๆ ว่าสุขนั้นมี
กิเลสกับธรรมเท่านั้นในหัวใจสัตว์โลก หัวใจเขาหัวใจเรา เมื่อกิเลสสิ้นลงไปแล้วทุกข์ทั้ง
มวลหมดไปด้วยกันเลย ทีนี้ธรรมที่ได้เกิดขึ้นแล้วก็เหมือนกัน เมื่อเต็มที่แล้วธรรมก็เป็น
ธรรมเที่ยงตรง นิพพานธรรม เที่ยงตรง นี่ละคุณค่าแห่งการอบรมจิตใจตั้งแต่พื้น ๆ แห่ง
ความสงบจนกระทั่งถึงขั้นสงบเสียบ กิเลสไม่มีมาก่อตัวอีกเลย นี่เป็นความสุขอันใหญ่หลวง
มาก พระพุทธเจ้าเองเป็นผู้สอนพวกเรา เราเป็นลูกศิษย์ตถาคตควรจะนำมาอบรมจิตใจ
อย่าปล่อยให้มันคิดมันหมุนตัว ๆ ทั้งวันทั้งคืน คล้อยตามมันอยู่เรื่อย เราจะแบกหามแต่
กองทุกข์ไปตลอดนะ

ถ้ามีการฝ่าการฝืนกันบ้างแล้วความสงบของใจจะมี จากนั้นจะมีที่พักผ่อนหย่อนจิตใจสบาย ๆ ได้ด้วยการภาวนา พวกกันเข้าใจเอานะ นี่สอนถอดออกมาจากหัวใจด้วยนะ ธรรมะพระพุทธเจ้าสอนประกาศโลกมา ๒๕๐๐ กว่าปีด้วย เราปฏิบัติเราก็เป็นขึ้นมาตามภูมิของเรา ๆ เราก็นำอันนี้ออกมาพูดให้พี่น้องทั้งหลายฟัง ก็เคยพูดแล้วถึงน้ำตาร่วง เคยพูดไม่รู้กี่ครั้ง สู้กิเลสไม่ได้เวลามันรุนแรง ตั้งสติพับล้มผล็อย ๆ จนงตัวเอง เอ้ นี่มันทำความเพียรยังไง ความเพียรก็คือศีลธรรมตั้งเป็นความเพียรขึ้นมา ตั้งพับล้มผล็อย ๆ สู้มันไม่ได้มันรุนแรง ทีนี้สู้ไม่ถอย ๆ ต่อไปก็ได้ นั่นเห็นไหมละ สำคัญที่สู้ นะ อย่าถอย ถ้าถอยล้มเลย แยกแอมแต่กองทุกซ์ไปเรื่อย ๆ

เราอยากให้พี่น้องชาวพุทธเรา ซึ่งอยู่กับต้นลำแห่งพุทธศาสนา เรียกว่าเป็นชาวพุทธ ได้อบรมตนทางด้านจิตใจให้มีความสงบร่มเย็นบ้าง มันจะมีเกาะมีดอนให้เป็นที่อยู่ที่พัก อันนี้มันเว้งว่างไปหมด คำว่าเว้งว่างมีแต่มหาสมุทรที่จะทำโลกให้จมทั้งนั้น ๆ ไม่ใช่เว้งว่างแบบพระนิพพานนะ เว้งว่างเพื่อความลุ่มจม มันมีแต่อย่างนั้นโลกอันนี้นะ เว้งว่างพระนิพพานผู้สิ้นกิเลสอันนี้มีแต่พระอรหันต์ ที่ว่าเว้งว่างมหาสมุทรท่วมหัวใจสัตว์นี้มันมีอยู่กับพวกเราเข้าใจไหม มองไปไหนสุดสายตาเรียกว่า เว้งว่างนะ แต่เว้งว่างนี้มีแต่น้ำมหาสมุทรอยู่ในนี้สัตว์จมอยู่ในนี้เข้าใจไหม พวกกันจำเอานะ

เราสงสารจริง ๆ นะ ธรรมะพระพุทธเจ้าสด ๆ ร้อน ๆ สด ๆ ร้อน ๆ ตลอดมา แต่กิเลสมันปิดมันไม่ให้เห็น ธรรมะท่านบอกอกาลิโก ๆ ไม่มีกาล สถานที่ เวลาเวลา มาทำลายผลที่เราทำแล้วด้วยดีของเราไปได้เลย แต่กิเลสมันบอกว่าทำบาปไม่ได้บาป ทำบุญไม่ได้บุญมันลบ ตัวนี้ตัวลบธรรมตลอดเวลา ธรรมะลบล้างก็ลบล้างมันตลอดเวลา ให้จำเอาไว้ นะ อยู่ในหัวใจของเรา

เวลาไหนกำลังธรรมของเรามีมากวันนั้นเราจะค่อยสบาย ๆ วันไหนกำลังของกิเลสมีมากมันจะทำให้คิดมากยุ่งมาก วันนั้นมีความทุกข์มากนะ อยู่ที่หัวใจ อย่าไปดูสถานที่ใดขึ้นไปอยู่บนหอปราสาท หอปราสาทไม่ได้เป็นทุกข์ ตัวเราเป็นทุกข์ เหมือนคนไข้ที่เจ็บหนัก ๆ เอาขึ้นไปตึกไหนก็ตามก็ขึ้น เอาไปไว้ครวญครางอยู่นั้น อ้อ ๆ เหมือนเสือถูกปืนอยู่บนโน้น ตึกเขาไม่ได้ทุกข์นะ คนไข้ต่างหากมันครวญครางอยู่นั้น อ้อ ๆ อันนี้เราก็ไปอยู่ที่ไหนมันก็เป็นอยู่ที่จิตเรา เป็นทุกข์อยู่ที่จิตให้จำเอานะ เอาละวันนี้เทศน์เพียงเท่านี้แหละ พอสมควร

ชมการถ่ายทอดสด ธรรมะหลวงตาวันต่อวัน ได้ที่

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